

40946



KALOTECHNIKA

CZYLI

SZTUKA ZACHOWANIA PIĘKNOŚCI.

Zebraana i ułożona

PRZEZ

AUTORA WSPOMNIENI z PODRÓŻY

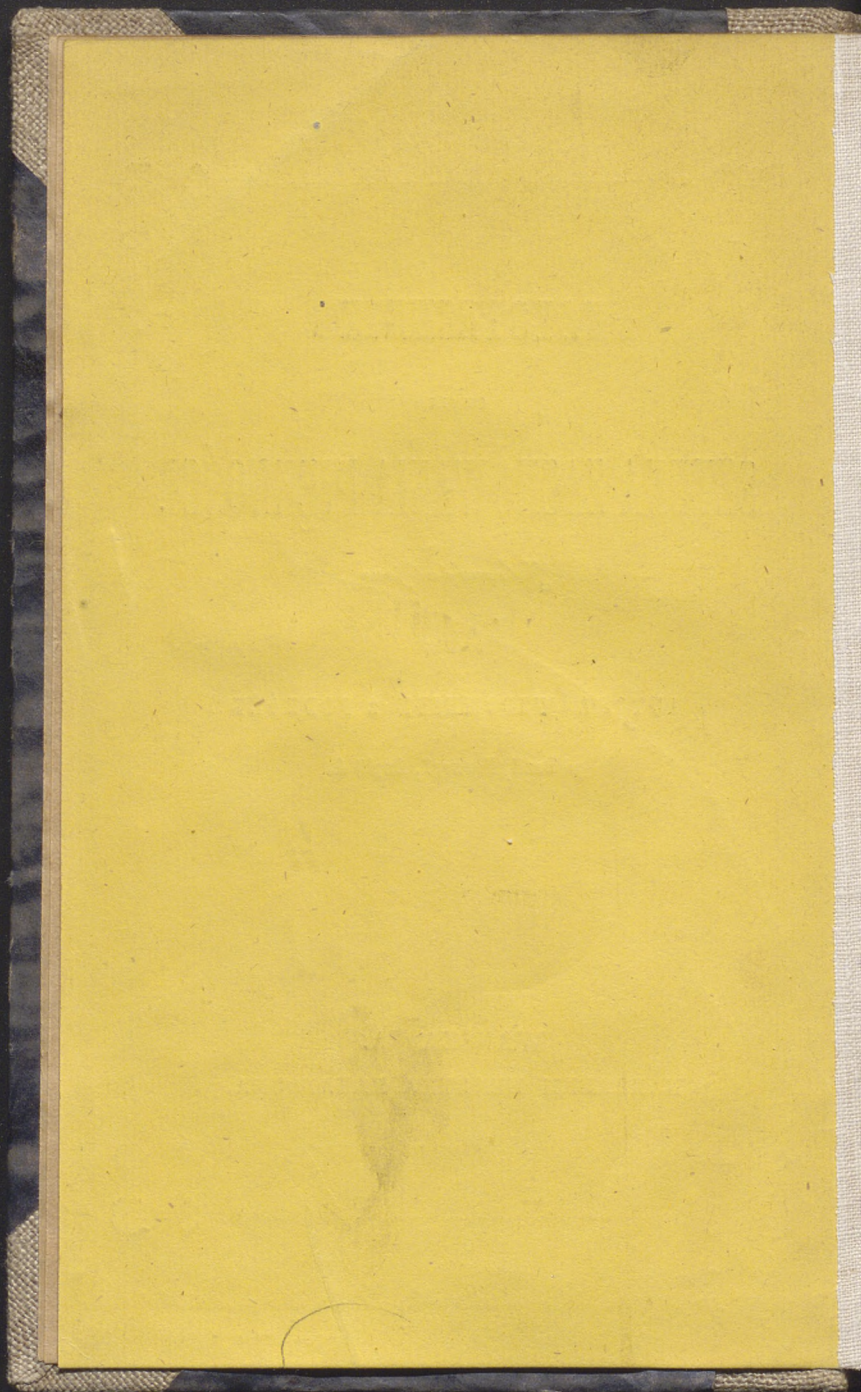
po Danii, Norwegii, Anglii &.

WARSZAWA.

NAKŁADEM HENRYKA NATANSONA.

1856.





KALOTECHNIKA

CZYLI

SZTUKA ZACHOWANIA PIĘKNOŚCI.

THE
STATE OF NEW YORK
IN SENATE
JANUARY 18, 1893.

KALOTECHNIKA
CZYLI
SZTUKA ZACHOWANIA PIĘKNOŚCI,

ZAWIERAJĄCA:

HYGIENĘ ZĘBÓW

Dra DESIRABODE.

HYGIENĘ RĄK I NÓG

PANI LACHAPELLE, D^{ra} MEDYCYNY.

HYGIENĘ PIERSI I KIBICI

ADAMA RACIBORSKIEGO D^{ra} MEDYCYNY.

HYGIENĘ WŁOSÓW

Dra JULIUSZA MASSE.

Zebraana i ułożona

PRZEZ

Autora Wspomnień z Podróży

po Danii, Norwegii, Anglii &

Tripplem Teodor

WARSZAWA.

NAKLADEM HENRYKA NATANSONA.

1856.

Biblioteka Narodowa
Warszawa



30001002742734



I. 40.976

Wolno drukować, pod warunkiem złożenia w Komitecie Cenzury, po wydrukowaniu, prawem przepisanej liczby egzemplarzy.

Warszawa d. $\frac{23. \text{ Marca}}{4. \text{ Kwietnia}}$ 1856. r.

p. o. Starszego Cenzora,
Radaca Honorowy, A. Broniewski.



w Drukarni J. Jaworskiego.

SPIS PRZEDMIOTÓW
ZAWARTYCH
W KALOTECHNICE.

RÓZDZIAŁ I.

	<i>Stron.</i>
Hygiena zębów.....	1
Anatomia zębów.....	3
Rodzaje zębów.....	5
Krające czyli przednie zęby, do których liczymy cztery górne i tyleż dolnych.....	8
Kły, czyli tak zwane psie zęby, których jest czte- ry, z każdej strony krajających zębów w gór- nej i dolnej szczęce po jednym.....	8
Policzkowe lub twarzowe zęby, które po parze obok ostatnich są umieszczone.....	9
Trzonowe lub mielące zęby w liczbie dwunastu, tylnie zęby stanowiące, z których ostatnie z	

powodu późnego okazywania się, zębami ma- drości nazywamy.....	9
Zboczenia	11
Ból zęba.....	13
Przyczyny bólu zębów.....	16
Leczenie bólu zębów.....	16
Osad kamienny.....	21
Sposoby chroniące od bólu zębów i od ich popsu- cia	22
Plombowanie zębów.....	29

ROZDZIAŁ II.

Hygiena rąk i ramion.....	31
Hygiena ramion	33
Ręce	35
Postać rąk	37
Kilka słów o Chiromancyi	39
Hygiena rąk.....	40
Rękawiczki	44
Czyszczenie rękawiczek za pomocą tak zwanej Ganteiny	47

ROZDZIAŁ III.

Piers	49
Fizjonomia	50
Hygiena.....	50

ROZDZIAŁ IV.

O Sznurówce	53
-------------------	----

O początku sznurówek	54
Czy sznurówka przyczynia się do podwyższenia piękności ciała.	56
Skutki używania sznurówek	58
Sznurówka czy dodaje kształtu kibici, wdzięku po- stawie i wszelkim ruchom ciała, wreszcie czy kobietę czyni bardziej ponętą	71
Czy sznurówka przeciwko niektórym nieforemno- ściom budowy ciała może być korzystnie za- stosowana	76
Czy sznurówka używać się powinna przeciw do- brej tu szy	77

ROZDZIAŁ V.

Organa ssania	82
Wejrzenie	83
Hygiena.	84
Kształt piersi	85
O jagodach (<i>brodawkach piersiowych</i>)	89
Sposoby powiększenia objętości piersi	91

ROZDZIAŁ VI.

Barki—Stan—Żywot.	94
Wejrzenie	95
Hygiena barek	95
O pachwinach.	97
Hygiena pachwin.	98

Stan.	98
Wejrzenie	99
Hygiena.	99
Żywot.	100
Hygiena.	101

ROZDZIAŁ VII.

Tyczący się kobiet.	102
Czekolada żelazna	105
Woda	105
Maść	105

ROZDZIAŁ VIII.

Nogi.	107
Wejrzenie	108
Hygiena	109
O sposobie zmniejszania objętości nóg	110
Sposob powiększenia objętości nóg.	110
Podwiązki	111

ROZDZIAŁ IX.

Stopy	115
Wejrzenie	118
Hygiena	119
Środki przeciw zbyticznemu poceniu się nóg.	120
Poty odrażające	121

ROZDZIAŁ X.

	<i>Stron.</i>
Paznokcie.	123
Hygiena paznokci	124
O wadach i różnych przypadłościach paznokci	126
Uderzenie i zgniecenie paznokcia	128
Paznokcie wrastające w ciało	131
Zboczenia paznokci.	132
Zachodzenie palców jednych na drugie	133

ROZDZIAŁ XI.

O odciskach i wszelkich stwardnieniach skóry na nodze.	135
Stwardnienie skóry.	135
Odciski.	136
Przyczyny tworzenia się ich	137
Miejsce tworzenia się odcisków	138
Tworzenie się odcisków	138
Leczenie odcisków.	140
Leczenie czasowe	141
Leczenie radykalne.	143
Środki zapobiegające utworzeniu się nowego od- ciska	146

ROZDZIAŁ XII.

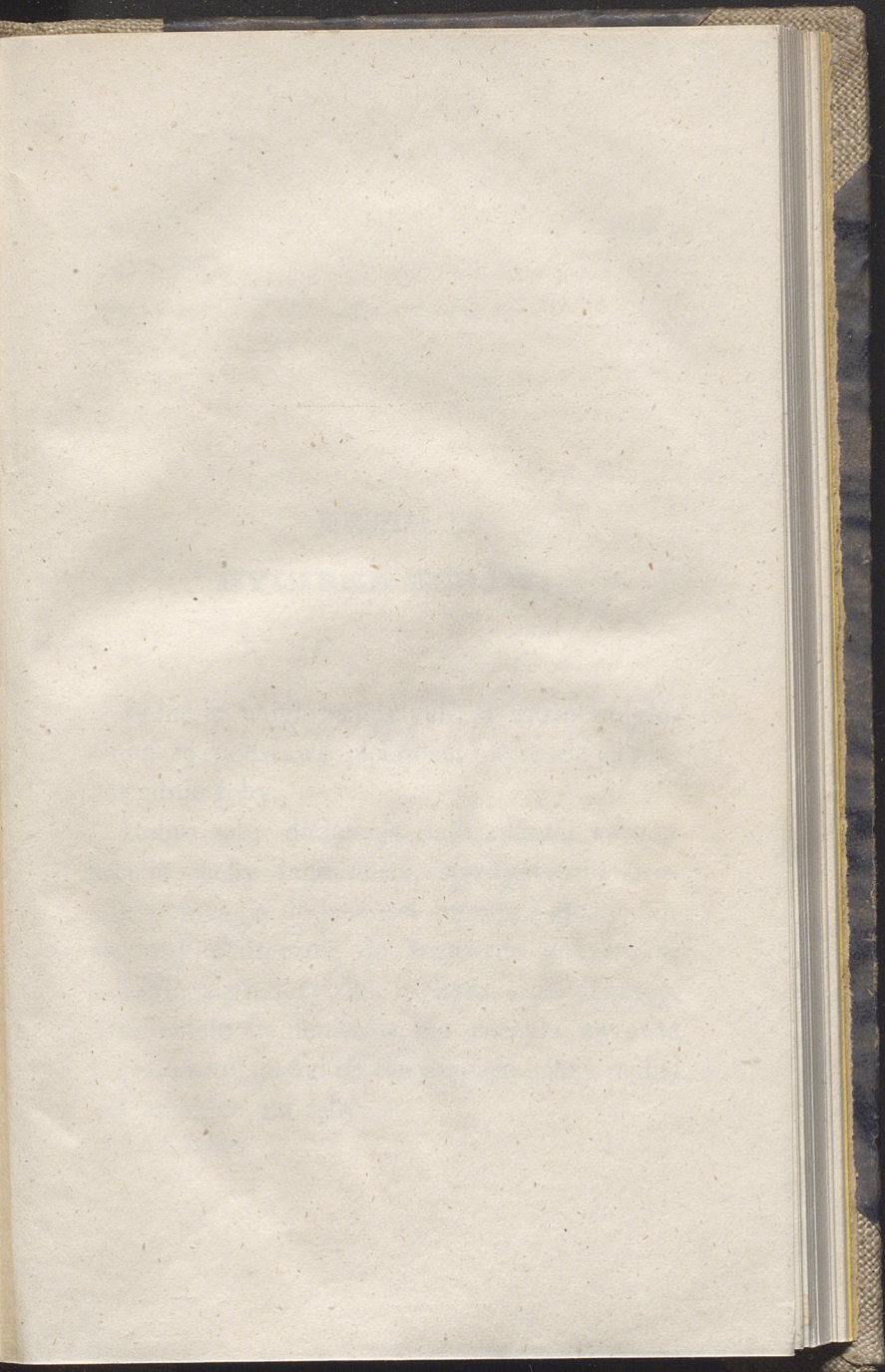
O Brodawkach	148
Leczenie brodawek	149

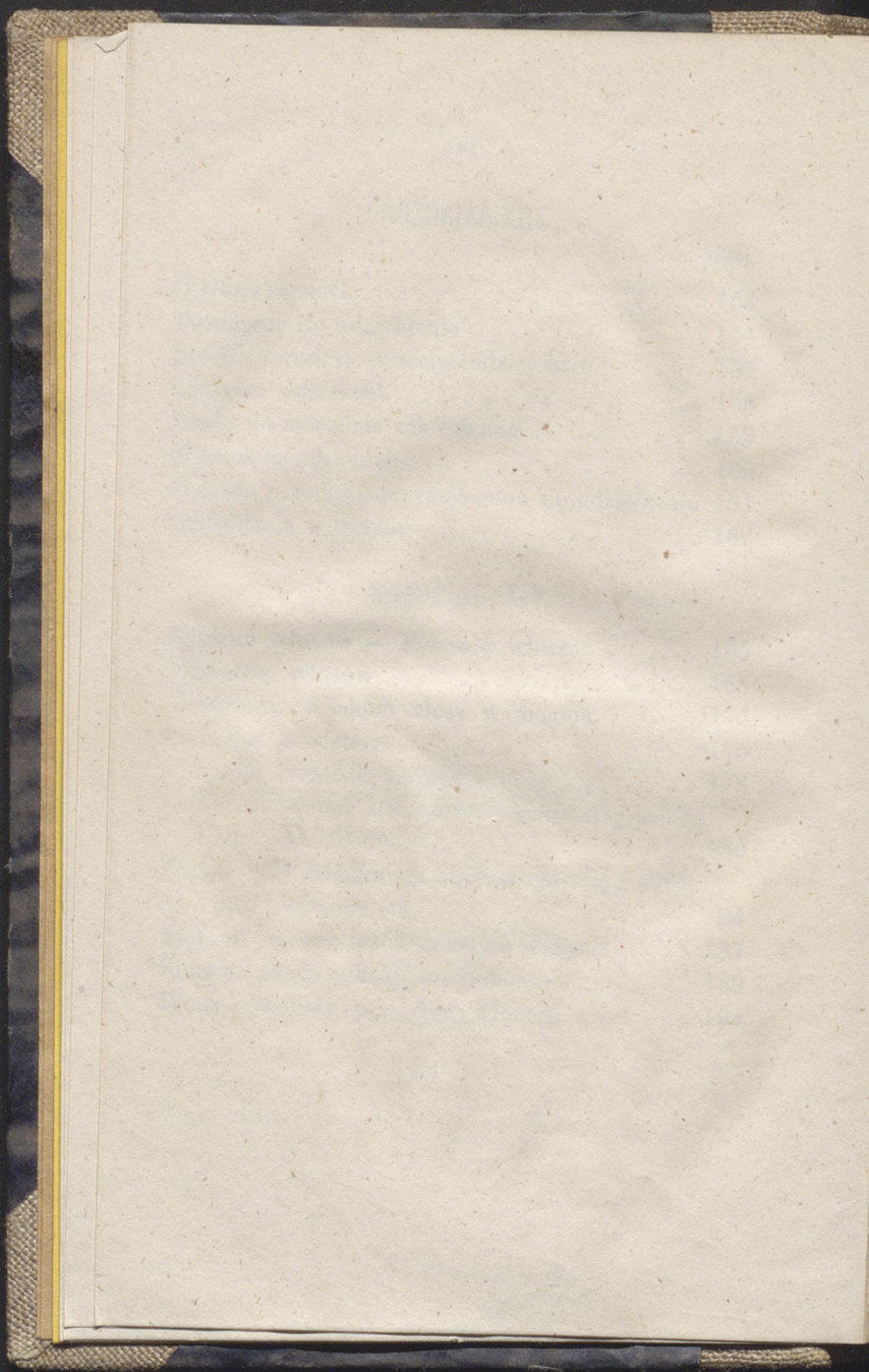
ROZDZIAŁ XIII.

	<i>Stron.</i>
O Odziębieniach.	153
Tworzenie się odziębienia	154
Srodki zaradze przeciw odziębieniu.	157
Leczenie odziębień.	158
Woda do moczenia rąk lub nóg	159
Proszek na odziębienie.	160
Pomada przeciw poczynającemu się odziębieniu	161
Odziębienia z ranami	162

ROZDZIAŁ XIV.

Hygiena włosów — Potrzeba włosów	165
Anatomia włosów.	168
O staraniach jakich włosy wymagają.	174
Potrzeba powietrza.	175
Potrzeba czystości i mycia włosów	178
Ogólny pomyslny stan zdrowia potrzebny jest do zdrowia włosów	180
O potrzebie delikatnego obchodzenia się z włosami i obcinaniu ich	184
Staranie około włosów w czasie słabości	187
Starania około włosów po słabości	189
Wody i pomady sprzyjające włosom.	192





ROZDZIAŁ I.

HYGIENA ZĘBÓW.

Jedną z najglówniejszych, a może najglówniejszą podstawą piękności i zdrowia są niezawodnie zęby.

Dobre zęby dodawają najbrzydszej twarzy jakiejs cechy łagodności, sprężystości i zdrowia, pomagają do jasności mowy, i służą nadzwyczaj skutecznie do trawienia pokarmów; i dziwić się należy, że większa część lekarzy, mianowicie higienistów, nie raczyła zwracać dostatecznej uwagi na ten najpiękniejszy mebel ust ludzkich, na zęby.

Pospolicie ludzie wyższej nauki gardzili dentystostwem, jaką sztuką od wielu wieków raczej przez szarlatanów jak przez naukowych ludzi wykonywaną, ale w czasie terażniejszym, kiedy tyle się namnożyło niesumiennych dentystów i zarazem złych zębów, nauka lekarska wzięła w swą opiekę owe organa do piękności i zdrowia niezbędne, i głębiej wejrzała w przy czyny sprowadzające nietylko nieznośne bóle lecz nawet brzydkie przekształcenia, odpychającą woń i choroby trawienia, których złe zęby stają się w obecnym czasie aż za nadto częstym powodem.

Czy jest chociaż jeden człowiek któryby z powodu zębów nie strawił części życia swojego mniejszej lub większej w okropnych cierpieniach? Czy nie jeden z tych, co dzisiaj wleką życie pozbawione zdrowia i uroku, nie byłby szczęśliwym i zdrowym, gdyby był posiadał dobre zęby? Oto dwa pytania, na które da odpowiedź nie jeden czytający to dziełko, i nie jeden już doświadczony przez cierpienia, bóle, niedogodności i choroby przyzna, że rodzice jego, gdyby uznać umieli ważność to-

czając się kwestyi, małym zachodem byliby mogli w samym zarodku zabezpieczyć dzieci swoje od cierpień fizycznych, a nawet moralnych, jakich złe zęby stają się powodem.

Usta cuchnące, są obrzydliwością, która nader często stała się powodem rozłączenia pomiędzy małżeństwem, i nieraz bywa najtajniejszą, mimowolną, mimo wiedzę przyczyną owych antypaty niewytłumaczonych, których doświadczają nieraz najuczciwsi, najlepsi ludzie od bliźnich swoich.

Złego trawienia, spowodowanego przez niedołężne zęby skutki, objawiają się na owych żółtych, chudych, obolałych, złośliwych ludziach, których tak pełno wszędzie, że ich już ominąć nie sposób.

Niekiedy nawet ból zębów sprowadzić może najgwałtowniejsze choroby: długotrwałą bezsenność, wściekłość, epilepsyję, a nawet więcej jak to: wieczne stępienie władz umysłowych.

Anatomija zębów.

Zęby nie są kosteczkami, złożonemi jak inne kości z substancyi korowej (corticale) i mlec-

nój (medullaire), lecz organa złożone z substancji wewnętrznej podobnej do kości słoniowej, i z substancji zewnętrznej podobnej do emalii. Substancja wewnętrzna składa się z licznych warstw kostnych położonych szczerlnie jedne nad drugimi, emalija zaś nie pokrywa korzenia zębów tylko ich korony, i tak jest trwałą że nawet kwas saletrowy od którego żółkną wszystkie kości, nie zostawia śladu na zdrowej koronie zęba. Ta emalija zawiera w sobie najtrwalszą substancję jaka istnieje na ziemi: krzemień, i daje iskry za szybkim potarciem ze stałą.

Wzdłuż osi zęba znajduje się ciasny kanalik rozdławający się na tyle odnóg, ile zęb ma korzeni. Przez ten kanalik napelniony substancją galaretową przechodzi ze szczęki maluczka arteryjka, wena i nerw, pływające że tak powiem w środku zęba i w tej substancji galaretowej, i wcale nie wkraczające ani w substancję kostną, ani tym mniej w substancję emalijową zęba.

Rodzaje zębów.

Zęby rozmaicie się dzielą: na górne i dolne na mlęczne i trwałe, na przednie czyli krające, na kły, na policzkowe czyli twarzowe, na trzonowe czyli mielące.

Mlecznemi nazywamy te zęby, które w liczbie dwudziestu u dziecka siedmio lub ośmioletniego w jamie ust znajdujemy; trwałemi lub stałemi zaś te które po utracie mlecznych na ich nastają, i służą do końca życia; liczba ich zupełna jest trzydzieści i dwa, czas w którym się pokazują jest rozmaity, tak dalece, że przednie zęby w siódmym lub ósmym, ostatnie zaś czyli tylne, zaledwie w dwudziestym roku się pokazują.

Mlęczne zęby zwykle są mniejsze niż po nich następujące trwałe; u dziecka niema zębów policzkowemi zwanych, w ich miejsce znajdują się trzonowe, i tym sposobem u dziecka kompletne mlęczne zęby mającego, tak w górnej jak i w dolnej szczęce, znajdziemy po cztery zęby krające, dwa kończate i cztery trzonowe które według doświadczenia w następującym porządku się wyrzynają:

w	6— 8	miesiącu	4	środkowe	krające
„	7— 10	—	—	—	—
„	12—15	—	—	pierwsze	trzonowe
„	15—20	—	—	kły	
„	20—30	—	—	drugie	trzonowe

Summa mlęcznych zębów 20

Mlęczne zęby, które u dziecka się znajdują, wypadają według pewnego prawidła, a innemi natomiast zastąpione bywają. Gdy jednakże dorosły człowiek w stanie prawidłowym 32 zęby posiadać winien, dziecko zaś ich tylko 20 miało; zatem pokazuje się z tego, iż nietylko te 20, które już były, zmieniają się, lecz nadto przybywa jeszcze ich 12 i to takich, które raz tylko w życiu się pokazują; temi zaś są zęby, które my w dorosłych trzonowemi czyli miłąciami nazywamy. Pierwszy z tych trzech zębów rozpoczyna téż zębowanie, a to w ten sposób, że część szczęki, która się po za mlęcznymi zębami znajduje wypuklejszą się robi, i wkrótce potem przebijają się naprzód w dolnej szczęce wierzchołki pierwszego trzonowego zęba, wkrótce po tém te same zęby w górnej szczęce się pokazują, gdy równocześnie przednie krające zęby dolnej

szczęki ruszać się zaczynają na znak, że następujące po nich znacznie już są wykształcone. Ponieważ według naturalnego biegu rzeczy korzenie mlęcznych zębów powoli wsysanemi zostają, ruszanie się zębów mlęcznych coraz bardziej się zwiększa, i takowe albo same z siebie lub też z błahych powodów wypadają, a rzadko się zdarza żeby dla zrobienia miejsca nowo okazującym się sztucznie oddalone być musiały. Tym samym porządkiem jak mlęczne zęby się wyrzyły, tym samym i wypadają, a trwale czyli zostające zęby w następującym porządku się pokazują:

W	6—7	roku	pokazują	się	4	piérwsze	trzonowe
„	7—8	—	—	—	2	środ.	krające dolne
„	7—9	—	—	—	2	—	— górne
„	8—10	—	—	—	4	boczne	krające
„	9—11	—	—	—	4	piérwsze	kończate
„	10—12	—	—	—	4	kły	
„	11—13	—	—	—	4	zęby	policzkowe
„	13—14	—	—	—	4	drugie	trzonowe
„	18—25	—	—	—	4	ostatnie	trzonowe
							tak nazwane zęby
							mądrości

Summa trwałych zębów 32

**Krające czyli przednie zęby, do których liczymy
cztery górne i tyleż dolnych**

Kształt ich korony jest dlutowaty; dwa środkowe górne są szerokie i dość grube, dwa obok tychże stojące węższe i cieńsze, wszystkie zaś mają pojedyncze długie i okrągłe korzenie. Co do dolnych, z tych dwa środkowe są węższe od bocznych, a korzenie ich pojedyncze są spłaszczone, powierzchniami ku bokom, brzegami zaś naprzód i ku tyłowi obrócone.

Kły, czyli tak zwane psie zęby, których jest cztery, z każdej strony krających zębów w górnej i dolnej szczęce po jednym,

Korona tych zębów ma kształt stożkowaty korzenie zaś są pojedyncze, okrągłe i długie osobliwie u górnych, tak dalece że koniec tegoż korzenia do dolnej ściany oczodołu się zbliża, takowej jednakże nie dotyka; ztąd wzrosło to mniemanie, iż wyciągnięcie takiego zęba niebezpiecznym dla oka się staje, które tak jest fałszywym, jak dawniejsze nazywanie tych zębów oczowemi.

Policzkowe lub twarzowe zęby, które po parze obok ostatnich są umieszczone.

Korony górnych są wąskie, dwoma wyniosłościami opatrzone, ich korzenie podwójne jednakże zwyczajnie w jeden połączone. U dolnych korony są okrągłe, także dwie wypukłości na sobie mające, korzenie zaś pojedyncze i okrągłe.

Trzonowe lub mielące zęby w liczbie dwunastu, tylne zęby stanowiące, z których ostatnie z powodu późnego okazywania się, zębami mądrości nazywamy.

Korony górnych są czworograniaste, czterna wypukłościami opatrzone, korzenie mają potrójne, z których dwa na zewnątrz stojące są spłaszczone, gdy tymczasem trzeci na wewnątrz obrócony, okrągławego jest kształtu. Co się tyczy dolnych, korona przedniego czy pierwszego trzonowego zęba jest cokolwiek większa i ma pięć wyniosłości, drugiego zaś ma ich tylko cztery. Korzenie ich są zwykle podwójne i spłaszczone, powierzchniami swemi ku przodowi i tyłowi, brzegami na zewnątrz i wewnątrz obrócone. Zęby tak nazwane mądrości,

tak górne jak i dolne rozmaitego kształtu korony i korzenie posiadają; albowiem jak korona tychże ma czasem dwie, cztery a nawet pięć wypukłości, tak samo i liczba korzeni u tychże zębów pomiędzy 1 a 5 się waha.

Co do podziału każdego zęba w szczególności następujące części w nim rozróżniamy:

1. koronę.
2. szyję.
3. korzeń.
4. kanał zębowy.
5. naczynia krwionośne i nerwy.

Koroną jest owa wolno ze szczęki wystająca część która będąc osobnego rodzaju połyskującą powłoką pokryta, od reszty zęba dostatecznie się odróżnia.

Szyja jest część znajdującą się pomiędzy koroną a korzeniem, która służy dziąsłu za miejsce przyczepienia.

Korzeń jest najniższą częścią zęba, który osadzony jest w osobnej komórce każdej szczęki; liczba zaś tychże korzeni jest rozmaita, gdyż przednie czyli krające mają po jednym, gdy

tymczasem statnie tylne czyli tak nazwane zęby mądrości częstokroć po cztery lub pięć korzeni posiadają.

Kanał zęba jest to owe już opisane wydrążenie od końca korzenia się zaczynające, które stopniowo się rozszerzając, w koronie się kończy; jeżeli ząb ma więcej korzeni niż jeden, wtenczas wszystkie kanały w koronie łączą się w jeden.

Naczynia krwionośne i nerwy wchodząc w mały otwór w korzeniu i łącząc się z sobą w koronie tworzą węzełek.

Zboczenia.

Chociaż przyroda co do formy, liczby i wykształcenia zębów, pewnych się trzyma prawideł, jednakowoż znajdujemy niekiedy od tychże wyjątki. Takowe zboczenia od stanu normalnego mogą przy każdej części zęba mieć miejsce, jednakowoż znajomość ich jest ważną. Zboczenia które przy koronach zębów napotykamy, najwięcej ściągają się do mniejszej lub większej liczby wyniosłości na nich znajdującą się. Co się tyczy korzeni, w krających zębach

rzadko bardzo natrafiamy na zboczenia gdy tymczasem w kłach częstokroć znajdujemy nadzwyczajnie długie, a w bardzo rzadkich wypadkach w końcu rozdwojone korzenie. Górne policzkowe zęby mają czasami dwa okrągłe korzenie, z których jeden na zewnątrz, drugi na wewnątrz stoi, gdy tymczasem korzenie dolnych prawie zawsze normalnymi znajdujemy. Najczęściej natrafia się na zboczenia przy korzeniach trzonowych zębów, raz są zanadto od siebie oddalone, drugi raz tak zbliżone, że się końcami prawie stykają; czasem są w jedną masę złączone, i zamiast dwóch lub trzech korzeni na jeden gruby nieforemny natrafiamy. Rzadko zdarzają się hakowate skrzywienia lub węzłowate zgrubienia końców korzeni. Ważną przytém jest wiadomość, iż odpowiednie zęby tej samej szczęki, co do budowy zupełnie są do siebie podobne, i znalazłszy zboczenie przy jakim zębie, pewni być możemy, iż takie same przy odpowiednim zębie z drugiej strony ma miejsce.

Ból zęba.

Ból zęba jest na nieszczęście aż zanadto częstym zjawiskiem u człowieka; tysiąc najrozmaitszych przyczyn sprowadza go, a napada on, dręcząc niesłychanemi boleściami wszystkie części zęba i części otaczające go, mianowicie koronę, ganglion nerwowy zęba, błonę przykostną korzenia, a nawet sam nerw.

Dopóki ząb jest zdrowym, nerw jego, otoczony grubą kościstą powłoką, broni się doskonale przeciw zewnętrznym wpływom. Ale gdy ząb pruchnieć zaczyna, lub nerw jego znajduje się w stanie zapalenia, wówczas wpływ powietrza, napojów, pokarmów, i innych drażniących działaczy wzbudza nieznośne boleści. Gdy ból pochodzi od zapalenia wewnętrznego węzła nerwowego, wówczas jest on krającym rwiącym i pukającym, i nie powiększa się za naciśnięciem bolącej części.

Zdarza się często, że nerw zapalony przechodzi w ropienie. Ból trwać może kilka miesięcy przed ropieniem, ale najczęściej następuje ono zaraz przy pierwszym lub drugim napadzie



boleści. Korona zęba pruchnieje wówczas, gangrenieje, a nerw się odsłania w zupełności.

Innym razem ropa nagromadzona w kanale zębowym lub w jamie szczęki w której ząb tkwi staje się powodem boleści, która w początku czuć się daje tylko pod wpływem bardzo gorących lub bardzo zimnych cieczy. Później jednakże ból ten, podstępnie działając, zwiększa się ciągle i staje się nurtującym, ząb staje się coraz czulszym, zdaje się być chwiejącym i nieco wystawać po nad inne; nareszcie boleść nerwowa rozpościęra się strzykaniami aż do skroni i do ucha, i może się zamienić w istotną prosopalgiję, to jest boleść twarzy. W takim stanie rzeczy można być pewnym, że nie tylko nerw przeszedł w ropę, ale że jój wylanie już nastąpiło w jamie zębowej. Gdy zjawi się opuchnięcie twarzy, pospolicie fluksyją nazwane, wówczas istnieje abcess ropiasty w jamie zębowej szczęki pomiędzy samą kością i błoną kostną.

Częstokroć jednakże przy obecności bólu, nerw przechodzi w ropienie, twarz puchnie, i wszystko przestaje bez utworzenia abcessu. W tym razie ropa wylęwa się pomiędzy ko-

rzeniem zęba a jego przykostnej, i tworzy mały woreczek wielkości grochu okrągłego, bardzo rzadko większy. W dalszym postępie czasu ten woreczek pęka, rozlewa ropę pomiędzy korzeniem i jamką zębową, i ropa przechodzi w usta rażąc język i podniebienie bardzo brzydkim smakiem.

Ale i sama przykostnia korzenia może być siedliskiem zapalenia i spowodować tępy, tłoczący ból, zachwianie zęba, zapalenie odpowiedniej części dziąsła, jego siność, nabrzmiłość, ropienie a nawet fistulę.

Zapalenie ganglionu zębów w kanale zębowym lub w samej koronie nie jest tak rzadkiem. Ząb chorobliwy zdaje się wówczas być zupełnie zdrowym, ból jest tępy i rzadko przychodzi, lecz powiększa się przy mocniejszym przyplywie krwi do głowy, i nieraz połączony jest z gorączką. Ow ganglion zębowy czyli węzełek nerwowy, jest niezmiernie miękkim, zakrwawia się przy najmniejszym poruszeniu, najczęściej małym jak jagielka, czasem jednakże dochodzi wielkości groszku okrągłego, najczęściej ból sprawia okropny ów gruczołek,

w rzadkich tylko przypadkach zupełnie prawie jest nieczułym; ale żadna choroba zęba tak obrzydliwej nie sprowadza woni w ustach jak ów gąbkowaty ganglion.

Przyczyny bólu zębów.

Sto jest najróżnorodniejszych przyczyn bólu zębów, pochodzących z różnorakiego usposobienia przechodniego i konstytucyjnego. Pruchnienie zęba, reumatyczne drażnienie, kongiestyje krwiste u młodych osób zwłaszcza u ciężarnych kobiet, nerwowość, artrytyzm, skrofuły, koltun, syfilis i merkuryjalne kuracje usposabiają wielce do bólu zębów.

Leczenie bólu zębów.

Przedewszystkiem lekarz, jeśli jest światłym, o dobro pacjentów swoich szczerze dbałym człowiekiem, powinien nakłaniać do leczenia usposobień tkwiących w konstytucyi, a niechybnie sprowadzać mogących bóle i psucie się zębów.

Jeśli zaś złe wybuchnie, wówczas w razie gangreny zębów suchój należy zapelnąć otwór

jaką masą cementową, najlepiej złotem w listkach, cementem Würtha, roztynem gummy elemi w eterze, lub nawet tylko kolidijonem (roztynem bawełny strzelniczej w eterze siarkowym).

Jeśli otwór jest wilgotny, nieprzyjemnej woni i bolesny, wówczas żadne plombowanie nie pomoże na długo, trzeba je powtarzać często, a najlepiej ząb wyjąć, żeby innych nie zaraził. W pruchnieniu zębów, dopóki ogranicza się zniszczenie punktem, można czasem za pomocą spiłowania ocalić ząb, lecz jeśli jamka już się otworzyła, wtedy taki ząb niczem ocalony być nie może i jeszcze roznosi zarazę po całych ustach. Wtedy trzeba wyjąć go czym prędzej, ponieważ operacya wyjęcia staje się z każdym dniem trudniejszą. Kto się jednakże za nadto obawia operacyi wyjęcia zęba, temu jeszcze nie doradzamy uspienia za pomocą chloroformu, lecz przyłożenie chloroformu na miejsce bolące, lub roztynu wyciągu szalejowego w wodzie wiśni laurowej,

lub najlepiej przyłożenie paratynktury Desiraboda. 1).

W razie zapalenia ganglionu zębów lub ich przykostni, przystawić trzeba od 3 do 5 pijawek do dziąseł jak można najbliżej bolącego zęba; płukać usta letnią wodą; powtórzyć przystawienie pijawek jeśli ból nie ustanie, wziąć na przeczyszczenie, moczyć nogi i ręce w bardzo gorącej wodzie, przystawić synopizma na łydki i ramiona, kazać głowę trzymać wzniesioną.

1) Przepis tego zbawionego środka jest następujący:

Morphinae acceticæ grana duo.

Extracti Hyoscyami nigri Drachmam semis

Aquæ Lauro-cerasi

Chloroformiæ Drachmam unum

Olei Caryophyllæ aeth. Scrupulum unum

M. D. S. Do użytku zewnętrznego na zęby. — Zaprowadzać w otwór wprzódki wyczyszczonego zęba, na odrobinie bawełny lub też za pomocą pędzelka.

Paratynktura Desiraboda znajduje się w Warszawie w Aptece Jego Cesarsko-Królewskiej Mości (Szteynera Krakowskie-Przedmieście na prost OO. Bernardynów).

Jeśli takie leczenie będzie użytém wczesnie i sprężyscie, wtedy rozejdzie się zapalenie; w razie przeciwnym, jeśli na emalii pokaże się czarne piętno, jedno tylko wyjęcie zęba może zabezpieczyć od bólu i od zarażenia innych zębów.

Odradzamy najuroczyściej od używania płukank zimnej wody przeciw zapalnemu bolowi zębów; rzadko komu pomaga, a najczęściej staje się przyczyną reumatyzmu szczęk nadzwyczaj bolesnego i uporczywego.

Fluksya nie jest właściwie cierpieniem twarzy, i dla tego ważną jest rzeczą odroźnienie jednego od drugiego, aby napróżno nie wyrwać zębów. Fluksya nazywamy opuchnięcie twarzy, niebolące, białe, błyszczące, czasami aż do powiek dochodzące, które przeszkadza mówieniu i łykaniu, a prawie zawsze jest przyrody reumatycznej, chorobą spowodowaną przez przeziębienie.

Wstrzymanie potu będąc najczęściej najbliższą przyczyną fluksyi, wymaga przywrócenia onegoż środkami domowemi, używaniem aromatycznych suchych i ciepłych obkładań na

twarz, i piciem ukropu lipowego lub bżowego kwiatu.

Skomplikowany ból zębów, nerwowo-reumatycznie-zapalny, spowodowany działaniem kilku przyczyn szkodliwych, jednocześnie na zęby wpływających, a najczęściej lekarsztwami nierozsądnie lub niestatecznie używanymi, jest niezawodnie jedną z najzaciętszych i najtrudniejszych do wyleczenia boleści. Choroba ta jest jednakże bardzo częstą, zwłaszcza u osób niestałych, niewytrzymałych, dających się powodować lada podszeptom i radom udzielanym przez osoby nie dobrze zglębic nie zdolne, a zawsze do radzenia i odradzenia gotowe.

Osoby takie są plagą towarzystwa, nadzwyczaj szkodliwy wpływ wywierają na ludzkość i do rozpacz przywieść są zdolne najsumieniejszych lekarzy, bo wszelkie ich usiłowania zobojętniają i paraliżują.

Gdziekolwiek istnieje ów szalony, wściekły ból zębów, opierający się wszelkim środkiem, tam przedewszystkiem drzwi powinny być zamknięte przed kumoszkami cenzurujące-

mi lekarzy, i skoremi do udzielania rad własnych.

Środki wewnętrzne i zewnętrzne uśmierzające nerwy, spokojność, mierne ciepło, odciągania za pomocą kąpieli na nogi i ręce, lekkie przeczyszczania, położą niezawodnie téj okrutnej boleści tamę. Czasami jednakże wypadnie krew puścić z nogi, jeśli istnieje zarazem wstrzymanie regularności, lub z którejj bądź ręki w razie ciężarności u kobiet bardzo krwistych.

Osad kamienny tworzy się u każdego człowieka, którego zęby zrana są pokryte lepkiem śluzem. Jeżeli takie zęby nie są czyszczone bardzo sumiennie wodą letnią i szczotką, wówczas śluz zasycha, i stanowi osad z części ziemnych, ciągle twardniejący i pokrywający wszystkie zęby jedną skorupą obrzydliwej woni i barwy. Jest ona zębom nadzwyczaj szkodliwą, wysadza je bowiem z dziąseł, przyeiska mięsne pokrycie i oddziela je od kostnych części.

Dopóki osad zębów jest miękki, można go oddalić oczyszczając proszkiem od zębów; lecz jeśli stwardniał, trzeba go kazać zdjąć z zębów

przez dentystę umiejętnego, niepostępującego z nieoględnością zwykłą szarlatanom.

**Sposoby chroniące od bólu zębów
i od ich popsucia.**

Z tego cośmy dotychczas o zębach powiedzieli, aż za nadto dobrze się wykazuje, jakiej są wielkiej wagi owe drobne organa, tyle się przykładające do piękności i zdrowia, a tak wielkie zadające bole, tak obmierzłe, gdy się znajdują w stanie choroby.

Zęby zasługują na największą uwagę, nie tylko ze strony rozsądnych osób niemi wyposażonych, ale nawet ze strony najuczestszych, najpoważniejszych mężów, zajmujących się chorobami i ich leczeniem; i pole dentystostwa niegdyś tylko przez szarlatanów i kuglarzy uprawiane, od czasów nieśmiertelnego Cuviera stało się godnym najszczytniejszej nauki.

Główną zasadą utrzymania zębów w dobrym stanie, jest pielęgnowanie ich ciągle w należytej czystości.

Zęby nowowyrzynające się, są częstokroć

żółte; ich emalija zaś nie posiada jeszcze dostatecznej trwałości.

Nie wypada uważać owego zafarbowania za stan chorobliwy, i uciekać się do środków czyszczących, jeśli obok tego nie istnieje woń nieprzyjemna, wskazująca niedostateczną siłę trawienia, lub poczynające się pruchnienie zębów; środki bowiem mocno i mechanicznie czyszczące, ściągają słabą powłokę, i dalsze psucie zębów jeszcze przyspieszają.

Aż do roku piętnastego życia unikać wypada wszelkich środków czyszczących, prócz jedynie mialko utartej szałwii, zmięszanej w różnych częściach z proszkiem korzenia fijołkowego, i z magnezją paloną, rozprowadzoną nie szczotką lecz palcem na zęby; tylko w razie gdyby zęby były mocno żółte i jak dziurkowane, należy użyć miękkiej szczoteczki. Nietylko przednie widzialne zęby tym sposobem czyścić należy, ale wszystkie i ze wszech stron.

Ludzie najwięcej o czystość ciała swojego dbali, czyszczą zwykle zęby swoje tylko w rannej porze dnia, a nigdy w wieczór i na noc kładąc się spać. Gdy jednakże głębiej się zastana-

wiamy nad ważnym przedmiotem czyszczenia zębów, przekonamy się, że resztki przez dzień spożytych pokarmów, częstokroć tkwią pomiędzy zębami, pozostają tam przez noc całą, i ulegają zgniliznie roznoszącej zarazę po całej gębie i wkradającej się nawet do żołądka. Z tego powodu dbali o zdrowie ludzie po winniby najszczerczej zajmować się wieczorem dokładnym wyczyszczeniem zębów; nazajutrz rano wystarczy wypłukanie oraz lekkie wyszczotkowanie zębów za pomocą czystej, ale nie zbyt zimnej wody.

Płukanie ust po każdym jedzeniu wywiera wpływ niezmiernie zbawienny na utrzymanie zębów.

W szesnastym roku życia powłoka zębów już takiej nabrała trwałości, że znosi bardzo dobrze użycie czyszczących proszków.

Proszek użyty do zębów powinien być najdrobniej utarty i nie zawierać w sobie, ani żadnych ostrych części, ani żadnego odrażającego smaku.

Najlepszym proszkiem jest następujący:

Proszek najmielėj utarty z węgla lipowego łut 1.

- — — z korzenia fijołkowego łut 1.
- — — z liści szałwijowych $\frac{1}{2}$ łuta.
- — — z magnezji palonėj $\frac{1}{2}$ łuta.
- — — Olejku szałwijowego skrupuł 1.

Proszek Karabellego przeciw zębom, powszechnie znany i wypróbowanėj wartości, jest więcéj złożonym; przepis jego następujący:

Proszku kości Czernika (ossis Sepiae)

- kamienia raka (lapidis Cancrorum)
- kory cynamonowėj
- korzenia fijołkowego
- węgla lipowego
- wszystkiego po łucie

dodać do tego wanilii skrupuł 1.

Najprzyjemniejszym i najdzielniejszym czyścicielem zębów jest bezzaprzeczenie Odontina pana Lepelletier, Członka Instytutu Francyi, Professora Chemii przy Uniwersytecie Paryzkim. Owa sławna i powszechnie ulubiona Odontina jest połączeniem masła kakaowego z magnezją, aromatyzowaném kilkoma różnorodnego essencyami.

Ponieważ często się zdarza, iż po użyciu potraw, osobliwie mięsnych, cząsteczki takowych pomiędzy zębami pozostają, które za pomocą szczoteczki oddalone być nie mogą, użycie zaś zębodłubów wcale nie jest do odrzucenia. Co do materyału, z którego sporządzone być mają, najlepsze z gęsiego pióra, gdyż dość są cienkie, aby pomiędzy zęby się dostały, dość miękkie, a témsamém tymże nieszkodliwe, narreszcie, dość giętkie i nie tak kruche jak drewniane, których szczątki po ułamaniu niekiedy pomiędzy zębami pozostają. Przeciwnie strzedz się należy, używania w tym celu nożów, grabek lub innych jakich metalowych przedmiotów, jak niemniej długiego bezpotrzebnego i tylko dla zabawy trzymania zębodłubów w ustach. Oto jest jak najprostszy sposób utrzymania zdrowych zębów i dziąseł w dobrym stanie: bladoróżowy kolor, moc i sprężystość dziąseł, są oznakami zdrowego tychże stanu; kto takowe posiada, nie potrzebuje innych środków do płukania jak czystej zimnej wody. Gdyby kto nie chciał téjże czystej używać, może do niej nieco wody kolonńskiej w dobrym gatunku dodać.

Najlepszą jednakże przyprawą do płukania zębów jest sławna tynktura, znana powszechnie pod nazwą Eau de Botot.

Składa się ona z nasienia anyżku, z gwoździ-ków, z cynamonu, z olejku lotnego mięty, wycieczonych przez siedem dni w odpowiedniej ilości winnego wysokoku, potem się dodaje do tego cokolwiek tynktury bursztynu szarego, czyli aromatycznego (ambre grise).

Kilka kropli tynktury pana Botot wystarczy na zaaromatyzowanie całej szklanki wody i na nadanie jej własności czyszczących, wzmacniających i perfumujących w bardzo wysokim stopniu.

W niedostatku tej tynktury, trzeba ją zastąpić, zwłaszcza jeśli pomiędzy zębami znajdują się spruchniałe, następującą kompozycją:

Tynktury Myrry pół luta
Spirytus Warzęchy lekarskiej lut
Woda różanna 3 luty.

Jeżeli zaś dziąsła są nadzwyczaj słabe, daje się płukanie z wody szałwii, ruty, ze spirytusu Warzęchy lekarskiej, z tynktury rozmarynu,

rutanii, laku alunowego, lub nareszcie tylko odwar z szaławii, z alunem, chiną, korą dębową, z wyciągiem gallasów i gwoździków w dobrej wodce.

Inne są tynktury skuteczne przeciw bólowi zębów, ale te pomagają dopiero wtenczas, gdy do nerwu dochodzą. Głównym tedy warunkiem przy ich użyciu jest, żeby bolący ząb był dolnym, otwór zaś takiego kształtu i położenia, żeby użyty płyn nie dotykał się blisko leżących zębów.

Środki te należą do dwóch głównych kategorii: do uspakajających i do niszczących.

Środkami uspakajającymi są wszystkie narkotyki, mianowicie opium, psinka (Belladonna) szalój (Hyoscyamus), które kładą się na ząb w formie pigulek, lub też mocnego rozczyntu w substancyi także narkotycznej np. w wodzie wiśni laurowej, z dodatkiem chloroformu i kamfory. Wspomniana już paratynktura Desiraboda najlepiej odpowiada celowi.

Środki niszczące działają jednakże skuteczniej. Do nich liczymy kamień piekielny, kwas solny, fosforyczny, spalnodrzewy (pyroligno-

rum), ammoniak kaustyczny, kreozot, olejki lotne, zwłaszcza cynamonowy, gwoździkowy, miętę pieprzową, kajęput, które napuszczają się na bawełnę i wkładają z kilkoma kroplami chloroformu w dziurawy ząb.

Paraguay-Roux jest tynkturą skomplikowaną kompozycy, służący nietylko do uśmierzenia bóleści, lecz także do płukania ust.

Plombowanie zębów.

Czasem wypada zapełnić ząb jakimkolwiek metalem lub jakąkolwiek masą, ażeby go ocalić.

Ząb taki, którego mamy plombować, powinien być zupełnie nieczułym; jeśli zaś koniecznie wypada zapełnić ząb bolesny, wówczas należy go piérwój pozbawić czulości za pomocą mocnego olejku eterycznego, lub przypalania rozpalonym drutem platynowym. Dopóki najmniejsze czucie trwa w zębie, dopóty operacya plombowania nie powinna być przedsiębraną.

Do zapełnienia zęba używa się liści zło-

ta, srebra, metalu Arceta, złożonego z cynku, bismutu, ołowiu i merkuryusza.

Najlepszą substancją do plombowania jest cement Wurtha czyli Wiedeński; a najlepsza żywica do zębów, składa się z nasyczonego roztworu mastyksu w eterze siarczanym.

ROZDZIAŁ II.

HYGIENA RĄK I RAMION.

Ramię dobrze zaokrąglone, proporcjonalne i ładna ręka, są to dwa wdzięki przyczyniające się do podwyższenia piękności ciała.

Ramiona i ręce w ścisłym znajdować się powinny stosunku z ciałem, którego są częściami, i w każdym razie, gdy skutkiem jakiego wypadku, zbytniego pokarmu lub też jego braku, ręka chudnie albo grubieje, wówczas stosunek ten ulega zmianie, a z nią utracą się gładkość i piękność tych organów. Zawczasu więc czuwać należy nad usunięciem wszelkich szko-

dliwych wpływów tak wewnętrznych jak zewnętrznych, mogących zmienić, albo zniszczyć regularne rozwinięcie się tkanek do składu rąk i ramion należących.

Po twarzy, najpierw oku przedstawia się ręka—pleć piękna, aż nadto o tem jest przekonana, te mianowicie kobiety, których natura obdarzyła ramieniem pulchnem, ręką białą, popisują się z nią przy każdej sposobności, zwłaszcza w obec mężczyzn, gotowych zawsze uwielbiać i kochać co piękne.

Ramiona powinny być proporcjonalne do całego ciała i zupełnie sobie równe pod względem długości i grubości, co jednak dosyć rzadko się trafia, z powodu powszechnego używania jednego ramienia częściej niż drugiego.

U mężczyzn ramię jest wystające i płaskie a mięśnie wydatne, u kobiet ramię powinno być nieco zaokrąglone, pokryte skórą gładką, jednostajną i białą, bez włosów i pręgów, oraz wygurowań żylastych i mięśniowych, które są znamiem ramienia męskiego.

Hygiena ramion.

Piękność ramienia u kobiety zasadza się, jak powiedzieliśmy, na jego zaokrągleniu i pulchności oraz białości, delikatności i czystości skóry; wraże odstępiania od tych warunków udanie się do sztuki jest koniecznem.

Co do form właściwych, takowe osiągnąć można za pomocą stosownych pokarmów. — W tym celu sztuka lekarska wskazać powinna właściwe pokarmy, oraz sposoby ich używania, któreby działały na wypełnienie lub zmniejszenie objętości ciała w ogólności.

Czystość i świeżość skóry wymaga częstych kąpiei i przemywania ramion wodą kosmetykową.

Gładkość i białość skóry, otrzymuje się przez wcieranie w nią pomady zwanój Cold-Cream, następnie obmywa się ciepłą wodą, rozpuściwszy w niej poprzednio nieco mydła chemicznego. — Mydło to, pod wielu względami mające pierwszeństwo przed mydłem pumeksowem (które rysuje zwłaszcza delikatną skórę), posiada własność gubienia plam wszelkich i liszaj

zaskórnych, zachowuje nadto gładkość skóry i czyni ją jednostajną jak lustro.

Mało jest osób, o których możnaby powiedzieć że dobrze trzymają swe ramiona. Jedni nadają im poruszenia szorstkie, porywcze, kątowne,—inni zbyt koliste,—jedni trzymają jakby je mieli przyrośnięte do siebie, drudzy trzymają je po za sobą, jakby niewiedzieli co mają z nimi robić.

Dla nabrania dobrego ułożenia ramion i nadania im właściwych poruszeń, tak, aby te odbywały się z pewną łatwością i wdziękiem, potrzebna jest wprawa i uważne zapatrywanie się na osoby odznaczające się dobrem ułożeniem.

Zwyczaj zwieszania ramion przed sobą, pociąga za sobą zbytne wygurowanie kości łopatkowej, kark się zaokrągla, kręgi zbaczają z linii prostej na linię skośną i piersi się ścieśniają; zawczasu więc czuwać należy nad zapobieżeniem tym następstwom, i w tym celu przyzwyczajając wadliwie ułożonych do trzymania łokci po za sobą.

Ręce.

Ręka, to narzędzie narzędzi, jak ją nazwał Aristoteles, jest organem, któremu człowiek winien swą zręczność w sztukach i postęp w umiejętnościach.

Dobrze zbudowana ręka powinna być podłużną, część wierzchnia nieco pulchną, iżby żyły, pod skórą się znajdujące, wcale, albo też bardzo mało były widoczne. Niepowinna być zbyt szeroką, ani zbyt szczupłą, zbyt tłustą ani chudą, nadto ma być pokryta skórą gładką i białą.

Ręka otwarta powinna na swój środkowej powierzchni przedstawiać lekkie zagłębienie otoczone trzema wyniosłościami mięsistemi i zaokrąglonemi.

Palce, ażeby były ładne i zgrabne, powinny opisywać linię krzywą na zewnątrz i być nieco spłaszczone od spodu. Spojenia stawów powinny być mało wydatne, aby nietworzyły rażących węzłów.

Pod względem długości, palce powinny zachować następujący stosunek:

1. Palec gruby niepowinien przechodzić pierwszego stawu palca wskazującego.

2. Koniec palca wskazującego powinien odpowiadać zazęciu się paznokcia u palca wielkiego.

3. Palec wielki powinien być większy od wszystkich palców.

4. Palec serdeczny niepowinien przechodzić za środek paznokcia palca wielkiego.

5. Mały palec powinien się kończyć na równi ostatniego stawu palca serdecznego.

6. Kończyny mięsne wszystkich palców, powinny zachować kształt ostrosłupa zaokrąglonego.

Ten stosunek, który zarazem robi miłe wrażenie dla oka, uznany został przez artystów za najpiękniejszy.

Paznokcie powinny mieć kształt sklepienny, być koloru blado różowego, i przy wyrastaniu mieć obwódkę białą. Krój paznokci najładniejszy gdy owalny. Obcinać ich ani zbyt krótko, ani zanadto zapuszczać nie należy.

Ręka piękna jest ważną ozdobą ciała, delikatność tych organów jest najczęściej przywi-

lejem wyższego rodu. Często napotkać można między pospółstwem kobiety, które mają ładne usta, piękne oczy, ale rzadko bardzo takie, któreby miały ręce ładne.

Postać rąk.

Kształt i objętość ręki podlega rozmaitym zmianom, stosownie do wieku, płci, temperamentu i zatrudnienia, zarazem wskazuje znamiona wydatne, łatwe bardzo do odróżnienia.— Rzecz pewna, że tylko spojrzawszy na rękę, możnaby poznać kobietę przebraną za mężczyznę, wieśniaka w stroju dandysa, albo miejskiego próżniaka w ubiorze rzemieślnika.

Ręka limfatycznego różni się od ręki cholerycznego, osoby nerwowej od krwistej. Żyły mniej lub więcej wydatne, części mięśniów i linie mniej więcej widoczne, pewne plamy i twardości skóry, grubość lub delikatność ręki, odrazu dadzą poznać, czy osoba oddana jest pracy fizycznej lub umysłowej, czy jest rzemieślnikiem, artystą lub literatem, i dla tego słusznie powiedziano: że każdy człowiek ma na swych

rękach wyryte znamię zatrudnienia jakie na świecie wypełnia.

Zastanawiając się tedy nad znakami fizyonomicznymi powiemy, że ręce grube, ciężkie, twarde, są znamieniem pracy fizycznej—delikatne, chude, obok cienkiej skóry oznaczać będą nieczynność rąk albo gnusność.

Grube ręce zakończone krótkimi, zagiętymi i niezgrabnymi palcami zdradzają już to uczucia poziome, nieczne skąpstwo, chciwość, już to zmysłowość i grubijaństwo.

Ręce podługne z palcami zgrabnymi, napotkać można u osób obdarzonych dowcipem, odznaczających się uprzejmością i grzecznością.

Ładna ręka z palcami cienkimi, obok paznokci utrzymanych ze starannością, znamionują dobre wychowanie i pozwalają wnioskować o utrzymaniu w czystości całego ciała.

W czasie spoczynku, jak równie w chwili poruszeń, ręka posiada szereg rozlicznych znamion charakterystycznych—układ jój spokojny, znamionuje charakter łagodny, częste naginanie i nagłe rąk ściąganie, oznacza namiętność. Rozmaite jój ruchy, są odbiciem rozlicz-

nych popędów duszy; jedném słowem każdy gest ręki jest po głosie najwięcej naturalnym i prawdziwym tłumaczem naszych uczuć.

Kilka słów o Chiromancyi.

Chiromancya jak wiadomo, jest sztuka zgadzywania i przepowiadania z kształtów i linii znajdujących się na dłoni u ręki. Niewchodząc w prawdziwość i logiczność zasad tej sztuki, nadmienimy tylko, że ślady jej znajdujemy niemal u wszystkich narodów w starożytności, które ją w wielkim miały poszanowaniu. Arabowie w tej sztuce bardzo byli biegłymi, niegardzili nią Grecy, a uczony Artemides z Efezu zostawił dzieło o tym przedmiocie traktujące. W wiekach średnich wielu bardzo pisarzy, mierzonych po największej części zdolności, oraz szarlatanów, zajmowało się tą nauką, aż nareszcie w naszych czasach znakomite talenta, wydobły z tego chaosu błędów niektóre ważne prawdy, które posłużyły do ustalenia na zasadach pewnych, charakterystyczne znamiona wyżej podane.

Hygiena rąk.

Gdy ręka jak powiedzieliśmy poprzednio, jest narzędziem narzędzi, chronić ją więc należy od wszelkich wpływów, któreby mogły działać szkodliwie na tkanki ją składające. — Wszelkie nacięcia, skaleczenia, stłuczenia, oparzenia, etc. wywierają wpływ szkodliwy na skórę rąk, na łatwość poruszeń i delikatność ich czucia; wystrzegać się również należy, trzymania w rękach wielkich ciężarów oraz przedmiotów ostrych, gryzących i drażniących, a w przypadku mając konieczną potrzebę ich dotknięcia, należy poprzednio wysmarować ręce olejkami migdałowymi, oliwą lub jaką inną tłustością.

Po obmyciu rąk w letniej wodzie, nienależy zanurzać ich nagle w wodę zimną, jak również wyjąwszy je z zimnej wody, nie przybliżać do ognia. Nagłe bowiem przejście z zimna do gorąca, lub z gorąca do zimna, działa na tkanki skórne, czyni je twardymi, nadaje skórze kolor ciemny i sprawia łuszczenie się jej.

W handlu niezliczona jest ilość korzeni, wód i pomad, etc. dla upiększenia rąk służyć mają-

cych, w wyborze ich atoli trzeba być ostrożnym, handel bowiem każdy ma na celu skutek chwilowy. Jeżeli substancya jaka czyści i bieli w krótkim czasie skórę i rozgłaszaną bywa za wyborny i jedyny środek upiększenia, to po największej części kompozycye te w rozmaitych sprzedawane kształtach, są gryzące, a niekiedy nawet i palące; po ich użyciu skóra twardnieje, nabiera ołowianego koloru, schnie, marszczy się i pęka.

Do bardzo skutecznych, a zarazem nader prostych środków utrzymujących czystość rąk należą: otręby migdałowe, ośrodek chleba i otręby zbożowe.

Gdy skóra poplami się atramentem, lub jakim innym trzymającym się mocno kolorem, dla wywabienia go, pociera się splamione miejsce mydłem chemicznem i obmywa się wodą letnią, w której rozpuszczonego jest nieco crème de limaçon t. j. śmietany slimaka.

Dla nadania skórze miękkości i gładkości, potrzeba ją nacierać najprzód olejkiem migdałowym, następnie zaraz mydłem chemicznem, na koniec obmyć letnią wodą.

Ze wszystkich jednak przepisów mających na celu nadanie skórze gładkości, świeżości i tej aksamitnej miękkości, które jej piękność stanowią, najbardziej skuteczny jest następujący:

Przed udaniem się na spoczynek, bierze się pomady Cold-Cream w ilości orzecha włoskiego i rozciera się nią ręce przez jedną minutę, potem wkłada się rękawiczki kozłowe lub jagnięce. Nazajutrz z rana obmywa się ręce letnią wodą z rozpuszczonym Crème de limaçon, a ręce oprócz odznaczającej się czystości nabiorą białości śniegu i miękkości atlasu.

U wielu mianowicie młodych osób, skóra przyległa paznokciom rysuje się i pęka tworząc tak zwane zanokcice. Zanokcice stosownie do przyczyn z jakich powstały, są mniej więcej głębokie i długie, czasami bardzo są bolesne, niekiedy nawet sprowadzają obieranie się palca. Pochodzą one zwykle ze zbytniego tarcia, z nagłych przejść z ciepła do zimna, od substancji ostrych, gryzących, dla tego też trudniący się praniem, farbiarze i t. podobni najczęściej podlegają tej słabości, u niektórych osób tworzą się

one w czasie zimy, u innych podczas długiej suszy.

Wystrzegać się należy, jak to często ma miejsce, wrywania zanokcic, takie bowiem postępowanie sprawia najprzód zadrażnienie, a po niem nabrzmienie połączone z zaognieniem palca.

Najskuteczniejszy sposób pozbycia się zanokcic, jest namaszczenie końców palca pomadą Cold-Cream (1), poczem po upływie kwadransa czasu, obcina się ile można najniżej zanokcice, nożyczkami małemi, cienkimi, a nareszcie przykłada się na palec angielskiej kitajki, dla zabezpieczenia od wszelkich zewnętrznych wpływów.

Osoby ręcznemi robotami zajmujące się, nie powinny zaniedbywać leczenia zanokcic, skoro tylko zaczynają się stawać bolesnemi.

Dla zapobieżenia tworzeniu się zanokcic mia-

(1) Wymienione w tym rozdziale pomady i mydła jako to: *crème de neige*, *crème de limaçon*, *Cold-cream*, mydło chemiczne i t. d. znajdują się w składzie Głównym mydeł i pachnidel Braci Natanson w Warszawie Krakowskie-Przedmieście Nr. 440.

nowicie u osób, które im często podlegają, radzimy posmarować końce palców oliwą, następnie bardzo lekko pocierać palce z góry na dół miękkim pumeksem, tym postępowaniem skórka zwierzchnia się ściera, która popękana dałaby początek zanokciom.

Ręce czerwieniejące z wydatnymi żyłami, nie dodają bynajmniej wdzięku kobiecie. Tą przywarą dotkniętym zalecamy nieumywać rąk w letniej wodzie, i nieużywać sznurówki, oraz żadnego ubrania któreby ich cisnęło pod pachą, naciskanie bowiem tych części ciała sprawia stagnację krwi w żyłach ramion i rąk. Rękawki zbyt obcisłe zabraniają się również dla tych samych powodów.

Rękawiczki.

Używanie rękawiczek rozpowszechnione jest teraz we wszystkich klassach społeczeństwa. Niezaprzeczona przysługa, jaką małe to ubranie oddaje chroniąc ręce w czasie zimy od ostrych wiatrów północnych, a w lecie od

działania słońca, utrwaliło jego rozpowszechnienie.

Rękawiczki wyrabiane bywają ze skóry, wełny, bawełny, nici i jedwabiu. Rękawiczki skórzane mają pierwszeństwo przed innymi, uszyte zwłaszcza ze skóry miękkiej i rozciągającej się, niekrepują rąk i przyczyniają się do nadania im gładkości.

Rękawiczki bawełniane i jedwabne sprawiają czerwienienie rąk zwłaszcza delikatnych.

Rękawiczki stosownie do pory roku odmiennie bywają, w czasie zimy używa się rękawiczek jelonkowych, kastorowych, ze skubanki robionych etc., w czasie lata kozłowych, wełnianych, jedwabnych, siatkowych, mitenków etc.

Przy dobieraniu rękawiczek zwracać należy uwagę aby takowe niebyły zbyt ciasne przy śpięciu, prócz bowiem téj niedogodności, iż prędko pękają, naciskają zbyt rękę i sprawiają rozszerzenie się żył.

Sztuka rękawicznicza w swych postępach odpowiada sztuce krawieckiej, gdy ta albowiem za pomocą stosownych wycięć i przykrajajń zasłania niektóre wady ciała, to tamta przy pomo-

cy stosownie dobranych rękawiczek, umie szeroką i dużą rękę uczynić mniejszą, albo palcom nadać potrzebne przedłużenie.

Nadto dla nadania rękawiczkom przyjemnej woni, używa się wody aromatycznej; w tym celu podajemy tu przepis przyrządzenia i zastosowania téj wody.

Korzenia fiołkowego	125	gramów	($\frac{1}{4}$ funta)
Styraksu	60	—	(2 Uncye)
Korzeń ziela tataraków	60	—	(2 Uncye)
Aloesu	30	—	(1 Uncya)
Cynamonu	6	—	(2 Drachmy)
Gwoździków	6	—	(2 Drachmy)

Utluc na mialki proszek, a następnie rozczynić w dwóch kwartach wody deszczowej i przez dni 3 pozostawić w ciepłym miejscu, poczem dolać:

wody różanej 95 gramów i nieco:

wody kwiatu pomarańczowego, zmiészawszy to wszystko razem wlać do alembiku i destylować na wolnym ogniu. Otrzymana woda będzie miała zapach przyjemny, a chcąc aby rękawiczki przeszły tym zapachem, potrzeba zanurzyć je w téj wodzie, a następnie wydobyte wysuszyć

w cieniu — Zaprawione tym sposobem rękawiczki przez długi czas zatrzymują woń przyjemną.

Podajemy tutaj dla dam zwłaszcza bardzo prosty i praktyczny sposób odświeżania i czyszczenia rękawiczek na sucho:

Wziąć glinki suchój do wywabiania plam części dwie, alunu zaś część jedną. Rozetrzeć to na proszek i mieszać razem, poczem rozciągnawszy na stole rękawiczki posypać je tym proszkiem i pocierać suchą szczotką, następnie otrępać je cienkiem pręcikiem, z gliny i alunu, — na nowo rozciągnąć je na stole i posypać otrębami, znów wycierać je szczotką, a w końcu wytrześć.

Czyszczenie rękawiczek za pomocą tak zwanój Ganteiny.

Gdy rękawiczki bardzo są zbrudzone, oczyszczenie dokonywa się za pomocą kompozycyi zwanój Ganteiną. — Ta kompozycya składa się:

Z mydła białego w proszku	250 gramów	($\frac{1}{4}$ Funta)
Wody Chlorowój	125 —	($\frac{1}{8}$ Funta)
Amoniaku płynnego	9 —	(3 Drachmy)
Wody deszczowój	125 —	($\frac{1}{8}$ Funta)

Zmieszawszy to wszystko razem utworzy się masa kleista, którą trzymać należy w zamkniętem naczyniu.

Czyszczenie rękawiczek tą kompozycją odbywa się w następujący sposób:

Nabrawszy na kawałek flaneli téj kompozycyi, naciera się nią rękawiczki dopóki zupełnie nie będą oczyszczone, poczem wyciera się je płótnem białem i suchem, a w końcu wydyma się ustami rękawiczki i pozostawia w cieniu dla zupełnego wyschnięcia.

ROZDZIAŁ III.

P I E R Ś.

Najrozleglejszą z wszystkich części składających ciało jest pierś; u mężczyzny silnego i dobrze zbudowanego, pierś ma kształt kwadratowy, jest szeroka i zarosła, włosami; u kobiety jest węższa, nietyle rozrosła ale za to bogata w kształty pełne, i mieć powinna pewien stopień dobrej tuszy, aby pokrywała wyniosłości i wklęsłości rustowania kostnego.

Głównymi cechami piękności piersi kobiecój są: skóra biała, śliska i miękka jak aksamit, średnia tusza i rozwinięcie normalne gruczołów

piersiowych, które niepowinny być ani zbyt wielkie ani zbyt małe.

Fizjonomia.

Piers szeroka, kwadratowa i mocno włochata u mężczyzny, znamionuje siłę i gburowatość. Piers szczupła oznaką jest dowcipu i skłonności miłosnych. U kobiet piers szeroka i dostatnia oznaką jest dobrego zdrowia w połączeniu z charakterem otwartym i wesołym.

Piers szczupła, sucha, wklęsnięta zdradza duszę namiętą, skłoną do uczuć miłości i przystępną zazdrości.

Ale znów piers zbyt rozrośnięta bardzo często jest oznaką złej organizacyi części oddechowych, oraz skłonności do suchot.

Hygiena.

Piersi u kobiet zwłaszcza, winny być utrzymywane w stanie niezmiernej czystości, mianowicie w lecie, w czasie upałów, gdy przedział między gruczołami piersiowemi wydobywa z siebie mocny pot.

Wystrzegać się należy wszelkich przejść nagłych z ciepła do zimna, jak również wszelkich wpływów mogących działać szkodliwie na rozwinięcie się, upiększenie i zdrowie organów piersiowych.

Wpływy szkodliwe możnaby podzielić na ogólne i miejscowe. Do pierwszych należą te, które działają na cały organizm, takimi są: długa i częsta bezsenność, oddawanie się zbyt nieumiarownie rozkoszom zmysłowym, zbyt używanie herbaty, kawy, trunków rozpalających, brak ruchu, życie nieczynne, gnuśne, namiętności szkodliwe i wszelkiego rodzaju choroby.

Do wpływów miejscowych, które działają na przekształcenie piersi, przeszkadzają ich rozwinięciu się, rozmiękcza je, czynią oschłemi i wåtlemi, przed wszystkimi innymi policzyć należy używanie w młodości sznurówek zbyt wążkich i ściskających.

W starożytności, damy Greckie i Rzymskie, którym obszerny ubiór niekrępował wzrostu ciała, miały piersi szerokie, na których dwa pełne wdzięków narzędy dopełniały ponętnej całości silnego ich składu. Dzisiaj, gdy z oby-

czajami zmieniły się i ubiory, piękne nasze kobiety, niewolnice smiesznej mody, więżą swe piersi w fiszbinowym pudle, sciskają swą kibić, gniotą żołądek, przysposabiając się oprócz rozlicznych cierpień, do bolesnych, a nawet często śmiertelnych porodów.

O tém więc tak ważnym przedmiocie pomówimy w następnym rozdziale.

ROZDZIAŁ IV.

O SZNURÓWCE.

Śmieszny ten strój, wymyślony przez zalotność, w celu ukrycia wad i niekształtności ciała, powinien być usunięty z użycia jako bardzo szkodliwy rozwinięciu się piersi, a to tem bardziej, im jest ciasniejszy i uzbrojony blaszkami z metalu, lub fiszbinu.

Szczególniej u młodych panien i kobiet delikatnej kompleksyi, sznurówka daje początek rozlicznym wadom organicznym, i częstokroć okropnych następstw jest źródłem.

Mimo piorunujących ze strony rozumu przedstawień, skutkiem jakiegoś zaślepienia się kobiet, duch zalotności dotychczas ją utrzymuje.

O początku sznurówek.

Ten rodzaj ubioru nieznan był w starożytności, damy greckie i rzymskie używały sukien nieco w stanie ściśniętych—majątniejsze dla nadania kształtu swym piersiom używały przepaski z bogatą materyi, na której zawieszały srebrne lub złote wyroby, drogie kamienie, zgola wszystko, co tylko zbytek mógł wymyślić dla przypodobania się.

We Francyi, do 14. wieku sznurówka była jeszcze nieznaną. Historia wystawia nam ówczesne kobiety jako będące wzrostu dobrego, silnie zbudowane, wolne od rozlicznych chorób, w które niestety wiek nasz obfituje.

Najpierwsze sznurówki ukazały się na dworze Izabelli Bawarskiej, ich celem wówczas było zasłonięcie niekształtności i podtrzymanie ciała rozpustą zwątlonego. Następnie Katarzyna de Medicis upowszechniła ją we Francyi, a kobiety niezważając na główny cel tego ubio-

ru, przyjęły go powszechnie, a odtąd przez cztery wieki sznurówka wywierała zgubne swe panowanie, które w 18-ém zaledwo ustąpiło stuleciu, dzięki usilnym staraniom i zabiegom przyjaciół ludzkości, wspartych dowodami najślawniejszych lekarzy. Poddając się rozumowi kobiety owczesne, pojęły całą niedorzeczność tego stroju, a porzuciwszy go zupełnie, ukazały się w ubiorach przypominających klasyczną Grecyą, pełne wdzięku, elegancyi, bogate wrodzoną pięknnością.

Ale niestety powrót ten do rozumu nietrwał długo, gdyż około 1812. r. znowu sznurówka krępowała płaskie piersi niektórych kobiet, i znaleźli się nierozsądni, barbarzyńcy rzecz można, którzy osądzili, że kobieta wysznurowana, wyprężona i sztywna jest zachwycająca. I od téj znowu pory, dla przypodobania się mężczyznom, kobiety powróciły do sznurówek, a przesadzając się jedna nad drugą w używaniu, ich bardziej ciasniejszych, psują kształt piersi, wygniatają swe boki, i stają się samobójczyniami zdrowia i życia.

We Francyi kobiety zmieniają zwykle mody

co kilka miesięcy, moda jedynie sznurówki należy do wyjątku, trwa bowiem uporczywie od lat 40, i przez to niejedna kobieta mogąc być piękną i okazałą, staje się lalką bez cery, bezsilną i słabowitą, inna znowu mogąc być płodną, wycieńczona i wybujała jak łodyga, staje się wątłą i wysiloną, że niekiedy niema piersi do podania swemu słabowitemu dziecku.

Czy sznurówka przyczynia się do podwyższenia piękności ciała.

Piękność zasadza się na zupełnej zgodzie między całością a jej częściami, gdy więc ścisnięta kibic kobiety wyciągnie się jak nitka, wówczas cała harmonia ogólnego składu, oraz linie ten skład określające, a które stanowią piękność ciała, ulegają zmianie, a kobieta piękną być przestaje.

Szurówka przystoi jedynie kobietom upośledzonym wadami kibici, które się pokrywają za pomocą tego ubioru, ale dla dobrze zbudowanych kobiet, jest wyszydzeniem natury i piękności, nie tylko bowiem niedodaje wdzię-

ków giębkiej i wysmukłej kibici, ale owszem czyni ją sztywną i nienaturalną. Czarującą kibic Wenus Medycejskiej ścisnąwszy sznurówką, znacznie godna podziwu piękność niebiańska, a pozostanie kształt dziwaczny, śmiech tylko wzbudzić mogący.

Wreszcie gdy wdzięk zależy od giętkości i tej łatwości w poruszeniach, to nigdy kobieta ciasną skrępowana sznurówką posiadać go niebędzie; w tym bowiem stanie niemoże się ani schylić ani przeginać, ani poruszać tak, jak to potrafi kobieta, której kibic żadnymi nieskrępowana jest pętami. Pierwsza będzie w swych poruszeniach cała wyprężona, gdy tymczasem ta druga może się odznaczyć wdziękiem swego ułożenia i łatwością poruszeń.

Nieszczęsne ofiary fałszywej mody, które mniemacie, że kibic ścisnięta jest powabną, wnidźcie do muzeów, a spojrzawszy na posagi Dyany, Wenus i Nioby, zachwycające kształtami pełnymi harmonii w swym układzie i ryśach, zastanówcie się nad temi wzorami piękności, a przekonacie się, że kibic proporcjonalna do innych części ciała jest doskonałością,

a kibić zbyt szczupła jest niekształtną i wadliwą.

Skutki używania sznurówek (1).

Aby przedstawić naszym czytelniczkom zgubne następstwa z używania sznurówki wynikające, podajemy tu dwie figury:

Figura 1. przedstawia rusztowanie kostne dobrze zbudowanych piersi, jakto ma miejsce

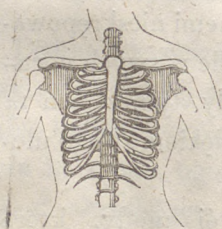


Fig 1

w posągu Wenus Medycejskiej, wierzchołek tego rusztowania jest daleko węższy od podstawy, której dolne żebra rozszerzają się w ten sposób, iżby nadały szerokość potrzebną dla brzucha, dla organów

trawienia i rodzenia. Serce i płuca w téj obszernej i ładnej piersi działały swobodnie, a za mo-

(1) Obacz Raciborskiego: „De la puberté et de l'âge critique de la femme, pag. 184.

del do niej służyła jedna z pierwszych piękności w starożytnym świecie.

Figura 2. przedstawia szkielet piersi kobiety

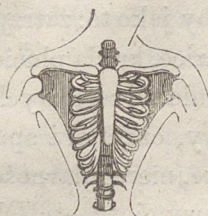


Fig 2

mającej kibić osy, zmarłej w 25. roku życia, na słabość piersiową, w skutku ściskania się sznurówką z bryklami i fiszbinem. Figura ta wskazuje przewrót porządku w układzie piersiowym, to jest: że

podstawa piersi jest węższa od ich wierzchołka, ciśnienie sznurówki zmieniło naturalny kierunek żeber; zbliżając zanadto jedno do drugich i wsuwając je wgłąb, pomniejszyło cały obwód piersi jak równie płuc, a serce, wątroba i żołądek doznawały mocnego ciśnienia i oddziaływały szkodliwie na swobodny obieg krwi, oraz na system oddychania, wreszcie cały ten nieład wywołał ciężką słabość piersiową, na którą zapadła przedwcześnie ta ofiara sznurówki.

Oprócz szkodliwego działania sznurówki na układ kostny, wpływ jej zabójczy rozciąga się nadto do czterech głównych działań życia, ta-

muje bowiem cyrkulacją krwi, oddychanie, trawienie i przeszkadza odżywianiu się, to jest przejściu pokarmu w krew. Tak zgubnej jej działanie naraża cały organizm na rozliczne i niebezpieczne zawiłania i choroby jako to: zatrzymanie krwi w płucach, dychawice, krwią plucie, suchoty, bicie serca, nabrzmienie żył sercowych, zatkanie trzewiów, bole głowy, czasami i apopleksye, bole żołądka, hysterye, nieregularności albo zatrzymania miesięczne, wymioty, etc. Dla kobiet ciężarnych oprócz niezliczonych przykrości, sprawia pełen boleści poród i częstokroć o śmierć przyprawia, a wreszcie dziecko rodzi się słabowite albo skrzywione, z plamami i narostami na ciele, które nieoświecone popólstwo przypisuje wyobrażeniu matek.

Pojąć jest łatwo, że gdy przyjście na świat w dobrym stanie dziecięcia, jego siła i zdrowie zawisły od swobodnego i wolnego od przeszkód jego rozwinięcia się w czasie pobytu w łonie matki, to kobieta mająca szczupłą kibić, brzuch płaski, wy cieńczony, przygniecony sznurówką, nie jest w stanie wydać na świat istotę dobrze zbudowaną i silną — wreszcie sznurówka

przeszkadza rozwinięciu się wyniosłości i gruczołów piersiowych, osłabia jędrność tych organów, czyni je płaskimi, miękkimi i wątlami przed czasem, jednym słowem niszczy sprężyny życia i przyspiesza starość.

Niewchodząc w szczegółowe wyliczenie smutnych następstw używania sznurówek, ograniczamy się na powtórzeniu, co wszyscy lekarze wszystkich krajów uznali, to jest: że sznurówki fiszbinowe i bryklowe są wrogami zdrowia i piękności, oraz że nieskończona liczba wad chorób i śmierci przedwczesnych w ich używaniu ma swe źródło.

Wykaz przecięciowy z 40-letnich doświadczeń zrobiony przez jednego ze sławniejszych lekarzy, pokazuje że na 100 młodych kobiet używających sznurówki.

25 zapadło na cierpienia piersiowe

15 umarło przy pierwszym porożu.

15 stało się chorowitemi po porożu.

15 stało się nickształtnemi.

30 zostało ocalonych,—atoli i te prędzej lub później podpadały dolegliwościom mniej więcej bolesnym.

Ta statystyka zgubnych następstw sznurówki, czyż niepowinna być antydotem dostatecznym przeciwko używaniu jój dla każdej rozsądnej niewiasty. Wreszcie same kobiety aż nadto są przekonane o szkodliwym wpływie sznurówek, dowodem jest ta okoliczność, że gdy w jakim towarzystwie, której z dam słabo się robi, inne obecne temu wołają aby je bezwzględnie rozsznurować, po dopełnieniu czego powietrze wpadając w płuca nieprzygniecionne, odżywia omdlałą, która to atoli ofiara na-
zajutrz znowu weźmie się do sznurówki.

Innej, obok będącej damie, niezwykle bladėj i bliskiej omdlenia powiedzą że ją sznurówka uciska, odpowie z zapewnieniem że bynajmniej ją nieuciska.

Ach! gdyby tylko rozsądne kobiety zaowały sobie nieco pracy, zmierzyły obwód sznurówki i porównały go z obwodem swego stanu, zdumione by zostały ogromną różnicą jaka zachodzi między temi dwoma obwodami, wówczas zarzuciłyby zupełnie, albo przynajmniej zwolniły swoje sznurówkę; gdzie bowiem idzie o zdrowie, tam zalotność ustąpić powinna.

Jest to mylne mniemanie, od wielu popierane matek, jakoby sznurówka była nader skutecznym środkiem do poprawienia wad kibici i zapobiegała złemu trzymaniu się ich córek; skoro więc tylko dostrzegą że ich kibić zbacza od normalnego stanu, przechyla się naprzód lub w tył, natychmiast zakładają na te słabe istoty, twarde więzy sznurówek. Ten rzec można przesad, nietylko nieusuwa wad i nieforemności przeciwko którym sznurówka jest użyta, ale owszem je powiększa, na młodych bowiem panienkach, kompleksyi delikatnej, sznurówka wywiera ciśnienie do niezniesienia na tę lub ową część popiersia i wówczas młoda dziewczyna starając się uniknąć bólu, usuwa się przed działaniem sznurówki, a gdy ból jest nieustający, jak ciśnienie które go wywołuje, wynika stąd że sposób użyty do zaradzenia temu bolowi jest równie nieustanny, a ostatecznie z tego wynika, że wada którą chciano usunąć za pomocą sznurówki powiększa się zamiast zmniejszania, i to zboczenie kibici przechodzi w nałóg, który się z każdym dniem bardziej utrwała i staje się trudnym do poprawienia.

Pomiędzy zlemi wpływami, jakie użycie sznurówek wywiera na młode osoby, jest jeszcze i ten, że one tracą ochotę do zabaw, biegania i swawolenia właściwego ich wiekowi. Pancierz który je uciska, utrudnia im, a nawet czyni przykreml zabawy, które wymagają poruszeń nagłych i swobodnych, w skutku tego zdrowie ich traci swą dzielność, świeżość i wędnieje przed czasem.

O światło higieny!— potępiłó już powijaki, kiedyż przyjdzie kolej na sznurówki?

Pozwolimy tu sobie przytoczyć niektóre anegdoty służące do poparcia naszego zdania o szkodliwym wpływie sznurówek, oraz wykazania mylności uprzedzenia niektórych dam, uważających je jako środek podwyższenia swych wdzięków.

Cesarz Józef II., z uwagi na zgułne i rozliczne następstwa z użycia sznurówek pochodzące, wydał edykt, zabraniający noszenia ich w całym swem państwie, i aby tym bardziej odstęrczyć od nich kobiety, rozkazał, aby skazywane na karę chłosty, odbierały takową ubrane w sznurówkę, jako oznakę niesławy. Skutkiem tych

usiłowań przez pewien czas sznurówka zaniedbaną została, wkrótce atoli powróciła do swego nieprawego stanowiska.

W r. 1812, w epoce rozpowszechnienia się sznurówek w Cesarstwie, Napoleon rozmawiając razu pewnego ze swym doktorem Corvisartem, wyraził się „Ten ubiór zalotności, złego gustu, męczący kobiety i przygniatający urodzić się mające pokolenie, jest dla mnie wskazówką, że duch rycerski zaciéra się we Francyi i mam przeczcucie rychłego jego upadku.”

Ludwik XVIII. mawiał pani de Cail: „Byłabyś pani najpiękniejszą istotą w mém państwie, gdybyś pogardziwszy śmieszłą modą, odrzuciła nieznośną sznurówkę, która tylko szpeci to co natura pięknóm utworzyła.”

Gdy się pytano pani de Tallino jaki posiada sekret, że mimo podeszłego wieku jest jeszcze tak piękną i czerstwą, „nigdy nie używała sznurówki odrzekła.”

Hrabina N... podczas nieobecności męża swego, Generała w Armii Afrykańskiej, ułożyła projekt małżeństwa dla syna swego z córką księcia L... Za powrotem Generała do Paryża

gdy tenże ujrzał przyszlą narzeczoną swego syna, odmówił zezwolenia mówiąc:— że gdy od 500 lat familia jego dostarczała ludzi przynoszących zaszczyt krajowi, panna N... wysmukła jak trzcina, bez piersi i żywota, niebyłaby w stanie wydać potomka godnego jego poprzedników. Niechaj się mój syn żeni z kobietą, która swego zdrowia i kibici nie zniszczyła sznurówką.

Uczony Cuvier oprowadzał pewnego razu młodą damę po pomarańczarni ogrodu botanicznego w Paryżu: dama zatrzymała się przed jednym kwiatem odznaczającym się nadzwyczaj powabnym kształtem i jasnością kolorów.

„Pani” rzekł jęj Cuvier, „mógłbyś stać się podobną do tego kwiatu, a tymczasem on jutro będzie do niej podobny.” Nazajutrz Cuvier w to samo miejsce, zaprowadził damę która ujrzawszy ów piękny kwiat, wydała okrzyk ubolewania— skurczony, bez kolorów, omdlały, zwiścił się na swęj łodydze, a gdy się zapytała o przyczynę tęj zmiany, szanowny professor odpowiedział.

„Pani, ten kwiat jest jęj obrazem! obumiera pod okrutnem ciśnieniem” i pokazał jęj wiąza-

nie, którem w wilią dnia tego skrępował łodygę kwiatu. „J Pani podobnie jak ta roślina utracisz cały urok młodości pod strasznym ciśnieniem sznurówki, zwolna utracić będziesz wdzięku i zdrowie, jeżeli niebędziesz mieć dosyć mocy nad sobą do porzucenia zgubnego ubioru.” Młoda dama poszła za radą znakomitego naturalisty i w krótkim czasie powróciła do zdrowia.

Znakomity lekarz Persy mawiał znajomym damom, że napis „Fabryka sznurówek” niestety w Paryżu tak często dający się czytać, dla niego ma to samo znaczenie co „Fabryka trucizn.”

Reveillé-Parise słusznie utrzymuje, że gdyby zwykłym kaprysem mody sznurówkę wyrzucono, wówczas ileżto kobiet byłoby uszczęśliwionych, i gdyby następnie za karę zadawano im noszenie sznurówek, jak w Chinach skazują na spętanie w dybach, wówczas same powstałyby przeciw barbarzyństwu takiej kary.

Keratry w wyborném swém dziele o Estetyce przytacza, że znajdując się razu pewnego w pracowni Prudhon'a, dla podziwiania jego Wenus w kąpieli, zapytał, czyli model żywy ist-

nieje w Paryżu? Artysta malarz zaprzeczył, żaląc się na niedostatek w tym względzie.— Podług niego kobietom stolicy niebrak ani pulchności, ani wykończenia w całej niższej części ich ciała—nogi i biodra mają proporcyci odpowiedniej, gdy tymczasem u wszystkich prawie piersi i kadłub są wadliwe.

Artysta miał wielką słuszność przypisując tę niedokładność używaniu sznurówek.

Doktor Alibert, był raz pewnego na wielkiem zebraniu u dworu, gdzie wszystkie damy zdawały się przesadzać jedna nad drugę w krepowaniu się sznurówkami. Kilku z młodych ludzi, którzy się unosili nad wycieńzoną ich kibicią, zbliżyło się do doktora zapytując, czemu mają przypisać jego smutną postawę, będącą w sprzeczności z tak świetnym zebraniem kobiet pięknych i wesołych? — „Prawda że jestem smutny, odrzekł im na to, ale czyż można być innym, słysząc jak wyborowa młodzież stolicy ośmiela lekkomyślnie kobiety do samobójstwa.” „Do samobójstwa?” zawołali patrząc na doktora który tak dalej rzecz prowadził. „Niestety panowie, którzy widzicie tylko uśmiech i wdzięk na

ustach tych pięknych pań, nie wiecie ile cierpią delikatne ich nerwy w skutku ciśnienia sznurówek, nie wiecie jakich doznają męczarni zamknięte w tej maszynie piekielnej. Chwaląc cienkość ich kibici, wzbudzacie w nich chęć jeszcze większego ściskania się, a skutkiem tego organizm ich niszczeje, skutkiem tego one same stają się niekształtne, chorowite, jedném słowem dopuszczają się samobójstwa. Następnie gdy z ich grona obierzecie sobie towarzyszkę waszego życia, zniechęcacie się znajdując organizm osłabiony, bez energii, podległy tysiącnym dolegliwościom i t. d. Chcecie tedy żeby te ponure uwagi, w tej chwili umysł mój zajmujące, nie rysowały się na mém czole? może nawet niejedna z obecnych tu dam, cały dzień nic niejadła aby być bardziej ściśniętą, dla podobania się wam, a teraz jest bliską zemdlenia?" — Zaledwie Doktor kończył te wyrazy, gdy dwie z dam niedaleko od nich znajdujące się, wydały słaby jęk i padły zemdlone na posadzkę. Alibert pośpieszył na ratunek i jak tylko rozcięto wiązanie sznurówki, biedne ofiary zalotności otwarły oczy,

a grono słuchaczy obecne dowodzeniu doktora przekonało się o zupełnej prawdzie słów jego.

Z tego cośmy dotąd o sznurówkach powiedzieli, pokazuje się że to nie moda nakłania kobiety do krępowania się niemi, bo naturą mody jest odmieniać się codziennie, gdy tymczasem sznurówka trwa bez przerwy uporeczywie. Jesteśmy więc jednego zdania z autorem fizjologii namiętności, że trwałość sznurówki w kraju, gdzie przejście mody jest zwykle tak nagle, przypisać należy głównie mężczyznom, ale nie mężczyznom mającym sąd zdrowy i zastanowienie, lecz tym którzy ustawicznie powtarzają „co za kształtna figurka, co za cudowna kibić objąć by ją można obiema rękami, jestem w niej szalenie zakochany” i inne tym podobne androny.—A że kobiety mają wrodzoną chęć podobania się, wynika stąd iż słysząc codziennie jak mężczyźni unoszą się nad kibicią cienką, krępują się, duszą i gniotą, aż do złamania swych żeber, aby ściągnąć na siebie powyższym podobne pochwały.

Kiedy mężczyźni uznają że kibić zbyt cienka jest brzydka i odrażająca, wtedy sznurówki

upadną, kobiety odetchną swobodniej, cieszyć się będą lepszym zdrowiem, a pokolenie będzie piękniejsze i zdrowsze.

Sznurówka czy dodaje kształtu kibici, wdzięku postawie i wszelkim ruchom ciała, wreszcie czy kobietę czyni bardziej ponętną.

Okazaliśmy wyżej, że sznurówka nie tylko nieusuwa wady kibici, jeżeli takowe mają miejsce, ale owszem je powiększa, — że nie tylko nie sprzyja wyrobieniu się form ciała, ale wstrzymuje ich rozwinięcie, a nadto niszczy swobodę ruchów, i kobiety czyni wyprężonemi, sztywnemi, bez wdzięków. Jednak pomimo tak szkodliwych skutków, przesądził ze sznurówki niezbędną potrzebę. Żadna z dam nieśmiałyby ukazać się bez niej pośród towarzystwa, wiedząc że w przeciwnym razie wystawiłaby się na ogólne pośmiewisko. Wysznurowane panie osądziłyby zaraz że jest źle zbudowana.

Szczególnością jest rzeczą, że u wszystkich ludów są mody przeciwne dobremu smakowi, i piękność umówiona jest prawie zawsze w sprzeczności z pięknnością rzeczywistą. Wy piękne panie śmiejecie się z dziwnego zwyczaju Indya-

nek, przekłówiających swe nozdrza dla zawieszenia obrączki, żartujecie sobie z szerokiej bransoletki zawieszonj na nogach beduinki, znajdujcie ochydnemi ich długie uszy wyciągane ogromnemi koleczykami, uśmiechacie się złośliwie z szerokiego stanu dam tureckich, czy wiecie co one myślą o waszych sznurówkach? wasze pogardliwe żarty i uśmiechy oddają wam wet za wet. Posłuchajcie w tym przedmiocie opowiadania Lady Morgan— „W czasie mego pobytu w Konstantynopolu” mówi ona „uczęszczałam do łaźienek w towarzystwie żon Osmana Paszy. Harem tego magnata składał się z 30 kobiet Greczynek, Czerkiesek i Mingrelianek, odznaczających się niezwyčajną pięknoscją ciała. Ile razy wchodziłam do łaźni, nie mogłam dosyć podziwiać te cudne piękności, których ciała niekrępowane żadnemi więzami, rozwinęły się przedstawiając zachwycające kształty.

„Ich zabawy, żarty, swawole, ich ubiór bardzo mnie zajmowały, ale nadewszystko ubawiło mnie zdziwienie w jakie wprowadzone zostały na widok wysznurowanej damy. Żona jedne-

go z konsulów, wątła paryżanka, cienka w stanie jak osa, której opowiadałam o tych kąpielach, nalegała na mnie aby ją tam wprowadzić, co nazajutrz do skutku doprowadziłam. Przygoda jaka ją tam spotkała, zupełnie utwierdziła moje zdanie względem sznurówek. Gdy młoda paryżanka weszła do kąpeli, otoczyły ją wszystkie kobiety haremu, spoglądały na nią, dotykały się jęj, zadając pytania których nierozumiała wcale, wreszcie wzięły sobie za obowiązek rozebrać ją. Każdą zdjętą część ubrania oglądały, zastanawiając się nad jęj kształtem, materją i robotą, i udzielały sobie wzajemnie spostrzeżeń, lecz gdy kolej nadeszły na sznurówkę, odskoczyły wszystkie przerażone. Czy przyjaciołka pani jest rzeczywiście kobietą? zapytały przerażone:

„Jakto, wątpicie o tem?”

„Ależ ona niema ani żywota, ani piersi, które w kobiecie są tak wydatne.

„A jednak to kobieta i do tego jeszcze okrzyczana jako piękność stolicy.

„Ale ona musi mieć jakąś wadę w ciele, powiedziały nieco uspokojone.— Przyjaciołka pani

ma zapewne zebra wkleśnięte, albo złamany krzyż, skoro ją opasano tak ciasnym bandażem; u nas okręcają w ten sposób nogi i ręce gdy są złamane.

„Nieodgadnicie moje panie, odpowiedziałam, to co wy nazywacie bandażem jest elegancką sznurówką, którą kobiety tamtego kraju noszą od lat dziecinnych, aby były szczupłe w stanie, ten bowiem warunek jest konieczny, aby być uznaną za piękną.

„Chcemy zobaczyć, zawołały razem wszystkie kobiety i natychmiast rozsznurowały dostojną podróżną, mimo iż się temu mocno sprzeciwiała.— Gdy ją rozebrano zupełnie, zaczęły się z niej śmiać głośno na widok wkleśniętej piersi i wystających bioder, które to wkleśnięcie tém bardziej wydatniały.

Rzeczywiście porównywając całą postać europejskiej damy z pięknnością wschodnią, nie mogłam odmówić pierwszeństwa na korzyść drugiej. Nieszczęśliwa paryżanka tak boleśnie uczuła szyderskie śmiechy, których była przedmiotem, że cała zalana łzami poprzysięgła

nigdy w życiu niepokazać się w łaźni z odaliskami.

Utrzymywać, że kobieta ściśnięta w stanie zgnieconą piersią i żywotem ma prawo do przyznania jej wdzięków, byłoby śmiesznością; we wszystkich jej bowiem ruchach przebija się ten przymus powstający z braku swobody organów skrępowanych. Cały kształt i powab kibici zależy od swobody i dobrej proporcji ramion, piersi i żywota, nie zaś od dziwnego skrępowania tych organów sznurówką, kibic cienka umieszczona na obszernej podstawie jest potworną. Postawa i ruchy ciała, aby miały wdzięk pewien, wymagają wielkiej łatwości w poruszeniach mięskulami i stawami, sznurówka tymczasem całą tę swobodę krępuje.

Przypatrzcie się grupie trzech gracyj, których układ, postawa i kształt ciała zachwyca nasze oczy i wprawia w podziwienie. Skrępujcie sznurówką te nadobne ciała, których cała piękność spoczywa w harmonii kibici, a cały powab zniknie.

O kobiety! patrzcie na nie, jak na modele płci waszój, a zapewnicie sobie tryumf nad sercami.

Czy sznurówka przeciwko niektórym nieforemnościom budowy ciała może być korzystnie zastosowana.

Wielu lekarzy, trudniących się wyłącznie leżeniem ułomności ciała, badali ten przedmiot wynajdując rozmaite przyrządy, mające na celu poprawienie niekształtnej kibici, oraz wszelkich zбочzeń kości pacierzowej. W skutku tych badań wynalezione zostały sznurówki mechaniczne, mniej lub więcej praktyczne. Pomiedzy innymi zyskali w tym względzie sławę pp. Guérin i Favernier, dyrektorowie zakładów ortopedycznych w Paryżu. Przeciwko tym wynalazkom występują z opozycją Cliase i Pinette znakomici gimnastycy, utrzymując, że ciągle działanie przyrządu mechanicznego na powierzchnię ciała szkodzi swobodnemu rozwinięciu się sił organicznych. Podług nich gimnastyka muskulów, dobrze poprowadzona i stosownie użyta, jedynym jest środkiem przeciw wszelkim zбочzeniom układu kostnego. Gimnastyka bowiem, obok użycia pokarmów stósownych, zmienia całą konstytucyą, sprowadzając regularny rozkład sił żywotnych na cały organizm, któ-

re to zdanie do naszego przekonania bardziej przypada.

**Czy sznurówka używać się powinna
przeciw dobrej tuszy?**

Powtarzamy raz jeszcze, że kobieta która ma ładną kibić, a krępuje się sznurówką, wyrządza krzywdę naturze, nieznacznie niszczy całą piękność swych form i pozbawia się wdzięku w poruszeniach. Kobieta pragnąca za pomocą sznurówki swą dobrą tuszę mniej wydatną uczynić, gotuje sobie przykre dolegliwości, a niekiedy śmierć przedwczesną.

W epoce życia, w której kobieta przestaje być młodą, rozwinięcie się sił żywotnych zmienia charakter piękności, jej formy stają się wydatniejsze, zachodząc tkanką tłustą. Piersi, stan, jak równie inne części ciała, stają się okrągławe. Wówczas, w skutku błędnego pojęcia o warunkach piękności, kobiety rzucają się do sznurówek, sciskając się nimi coraz mocniej, w celu ukrycia form zbytecznych, i dobrowolnie zabijają się same.

Zapatrując się na te środki wyszukane, oraz poddanie się niesłychanym mękom dla ukrycia swęj tuszy, możnaby sądzić, że szczupłość i chudość są przymiotami, a dobra tusza wadą piękności. Mylą się w tym względzie, w ogóle bowiem mężczyźni są przeciwnego zdania.

Bardzo słusznie pewien satyryk zastosował do niektórych dam to wyrażenie, że za wiele mają rozumu, a za mało ciała.

My trzymając się zdania ludzi rozsądnych i dobrego gustu powiemy, że tusza umiarkowana u kobiet po 30 latach jest zaletą a nie wadą.

Umiarkowana tusza uwydatnia nie jedną piękność, która bez nięj byłaby nierozwinięta, mianowicie nadaje świeżości i białości skórze, gładkość, miękkość i elastyczność, w ogóle kontury przyjemne i kształty bogate i t. d. Słusznie można wówczas powiedzieć o kobiecie, iż ona wychodząc z młodości do wieku średniego, przechodzi tylko z jednego tronu na drugi.

W niektórych przypadkach nieforemności ciała, zbytcej wydatności jego części; lub otyłości, zastosowanie sznurówek jest możebnem, z warunkiem atoli iżby takowe były higienii-

czne, to jest zrobione podług zasad fizio-logicznych. Kobiety niepowinny zapominać, że sznurówka żadną miarą niepowstrzyma rosnącej otyłości, w takim razie udawać się raczej winny do biegłych lekarzy, nie do interesowanych modniarek.

Na prowincyi, w wielu miastach, w których moda mniej jest despotyczną jak w stolicy Francyi, damy noszą sznurówki bez brykli i fiszbinów. Sznurówka taka podtrzymuje lekko gors i piersi, a nieprzeszkadza poruszeniom ciała, owszem stosuje się do wszelkich jego poruszeń.

P. de Jony, opisując swe podróże po Indyach, wspomina o Bajaderkach, które używają sznurówek jednocześnie eleganakich i wygodnych. Ich krój, rzec można higieniczny, ma własność nadania piersiom kobiety owalności, jedrności i świeżości. Tam każda pierś jest zamknięta w futerale, zrobionym z kory koloru cielistego, nader miękkiej w dotknięciu, i mającej elastyczność potrzebną do podtrzymania piersi, a zarazem niegnięcia ich.

Tym sposobem piękne Bajaderki zachowują wdzięki tych organów, i opierają się wpły-

wowi gorącego swego klimatu, działającego na osłabienie tych części ciała. Sznurówka, tak zwana higieniczna, mająca na celu pokrycie niekształtności niektórych części ciała, lub zbytnej jego otyłości, następujące powinna mieć przymioty.

Najprzód niepowinna mieścić w sobie stali ani fiszbinu, ani żadnych części twardej, mogących wywierać ciśnienie na ściany piersi, a szczególnie na części odpowiadające żołądkowi, które to ciśnienie zawsze jest szkodliwe rozrastaniu się i piękności organów piersiowych.

Powtórę zrobiona być powinna z materji elastycznej, któraby dobrze obejmowała pierś całą i zarazem wywierając ciśnienie wolne i jednostajne na całe popiersie, stósowała się do poruszeń oddychania i do wszelkich innych ruchów ciała, nie stawiając im przykrego oporu.

Sznurówka dla otyłych kobiet ma tedy na celu powstrzymanie zbytniego rozrastania się form i otyłości żywota; tylko wskazane wyżej higieniczne sznurówki z korzyścią w tym

celu i bez narażenia się na zgubne następstwa użytemi być mogą.

Dziś, gdy umysł kobiecy nabył wyobrażeń czystych o warunkach prawdziwej piękności, liczba kobiet krepujących i szpecących piersi swoją zmniejsza się widocznie.

Przebiegliśmy tu w krótkości histryę sznurówek, celem wzbudzenia w umyśle kobiet odrazy do tego ohydneho ubioru, szkodliwego ich zdrowiu i wdziękowi. Oby przytoczone w tym rozdziale przykłady i rozumowania zwróciły uwagę kobiet na tak ważny, ich życia i przyszłych pokoleń tyżący się przedmiot.

ROZDZIAŁ V.

ORGANA SSANIA.

Na powierzchni kobiecej piersi wznoszą się i zaokrąglają te pełne uroku organa, u których dziecię czerpie niemowlęce swoje życie, a których świeżość i jędrność czarodziejski wpływ wywiera na umysł najbardziej obojętny.

Lecz nie każda pierś wywołuje uwielbienie i podnosi zapał mężczyzny, bo nie każda odznacza się pięknnością i delikatnością swych tkanek. Jedne przedstawiają się jakby były nierozwinięte, inne przeciwnie rażą zbyt czynnem rozwi-

nięciem, przybierajacem niekiedy potworne rozmiary.

Aby odpowiedzieć warunkom piękności, organa te powinny na powierzchni piersi zajmować linię zupełnie horyzontalną, rozszerzać się u swój podstawy, a od niej zmniejszając nieznacznie swe linie koliste, zaokrąglać się powinny w kształt ostrosłupa i zakończyć jagodą, będącą okrasą całych piersi.— Wreszcie powinny stanowić zupełną harmonią proporcji, być jędrne, posiadać elastyczność, oraz białosc i miękosc skóry, które to przymioty są ostatecznym wykończeniem ich doskonałości.

Wymienione tu atoli warunki piękności, nie mają miejsca u kobiet które od młodości używały sznurówek.

Piękność według zasad sztuki wymaga nadto, aby przedział odgraniczający dwa wzgórki był równy średnicy jednego z nich.

Wejrzenie.

Piersi dobrze zbudowane, jędrne, stojące, znamionują zdrowie, zdolność płodności, z piękną organizacją płciową.—Piersi wielkie, mięk-

kie, wiszące, oznaczają po największej części temperament wilgotny i obojętny; piersi małe wprost przeciwny oznaczają charakter. Brak piersi oznacza organizację kobiecą niedokładną i zapowiada nieplodność.

Hygiena.

Środki higieniczne, tyczące się tych części ciała, jedne odnoszą się do utrzymywania skóry w stanie zupełnej czystości, drugie do tak zwanych gruczołów piersiowych, składających się z małych gruczołów, nader wrażliwych na wszelkie wpływy zewnętrzne i wymagających wielkiej troskliwości w utrzymaniu ich w stanie zdrowym.

Młode więc kobiety, wiedząc o delikatności tkanek te organa składających, unikać powinny wszelkich szkodliwych na nie wpływów, jakimi są, ciśnienie sznurówek, częste tarcia etc. które szkodzą zdrowiu, świeżości i piękności tych organów, nadto strzedz się powinny wszelkich uderzeń, naciśnień, które zawsze wywołują stany zapalne, zatkania kanałów,

wrzody, stwardnienia, a niekiedy zakończają się skierem lub rakiem.

Kształt piersi.

Starożytni Grecy, w pięknych modelach swoich, przedstawiali piersi kobiece w średniej wielkości zakończone kształtem gruszki.

Młode dziewice Greckie, dla zapobieżenia zbytnej objętości swych piersi, używały kamienia z wyspy Naxos, mającego w sobie cząstki żelazne. Ten kamień roztarty na proszek, rozpuszczono w płynie mającym własność ściśliwą i w kształcie kataplazmu przykładano na pierś. Zdaje się że glinka terra cimolea podobne posiada własności.

Bajaderki od niepamiętnych czasów, zamiast piersi przedłużonych i wiszących, jak to u innych kobiet w Indyach ma miejsce, zachowują ich formę kulistą i średniej objętości za pomocą form, o których wyżej wspomnieliśmy.

W jednej z okolic Hiszpanii było warunkiem piękności, jak wspomina Hrabia d'Aulnoy, mieć piersi płaskie; a kobiety tamtejsze za pomocą

blach ołowianych mocno do piersi i gorsu przyciśniętych, potrafiły obsuszyć swe piersi tak dalece, że zaledwo ślady ich pozostawały.

W Auvernii, w niektórych okolicach, kobiety odznaczają się płaskiemi i mało odstającemi piersiami, co przypisać należy używanėj tam sznurówce z szerokiemi drewnianemi bryklami.

Sposób więc naciskania piersi używany był w ogólności w celu zmniejszenia ich objętości, lecz sposób ten jest tylko zaradzającym, to jest może zapobiedz rozszerzeniu się piersi, ale jest niedostatecznym, gdy to rozszerzenie już objawi się, a nawet w takim razie przyplaszcza i powiększa ich obwód. Gdyby to ciśnienie mogło być wprost zastosowane na arterye kanału pokarmowego, wówczas zmniejszenie się piersi mogłoby nastąpić bez pociągnięcia za sobą niekształtności, ale ten sposób dla swėj trudności w zastosowaniu nie bywa używanym.

W naszych czasach Medycyna skutecznego używa działacza na wszelkie stwardnienia i zatkania gruczołów. Tym działaczem jest, Jod w różnych połączeniach stósownie użyty.— Ogromne gruczoły malały i znikały pod dzia-

laniem tego czynnika, który z resztą żadnego za sobą niepociąga niebezpieczeństwa. Kobiety więc zagrożone zbyt nię rośnięciem gardła i piersi, powinny się najprzód poddać wyżej opisanemu systemowi skrępowania, a następnie nacierać piersi i gardło dwa razy dziennie pomadą z Wodojodanem potaziu. 1). A dla przyspieszenia rezultatu winny używać pigułek z téj saméj substancyi.

Pod wpływem takiej kuracyi wielkie gruczoły i ogromne piersi zupełnie raz na zawsze malały.

Natura urządziła aby piersi kobiet po położeniu były rezerwoarem pierwszego pokarmu dla nowonarodzonego dziecięcia, z tego więc względu na szczególną zasługują uwagę.

Kobiety które same karmią, dają wolny odpływ mleku i przez to uwalniają te organa od wielu słabości; przeciwnie zaś te matki które niechęcią albo niemogą wypełniać obowiązków mamki, wystawiają się na rozliczne słabości. —

1) Kali hydroiodici Drachm unam. Axungiae porci unciam unam M. F. Unguentum.

Pokarm, który napływa w obfitości, niemając właściwego odpływu, rozdyma piersi, poczem napowrót bywa pochłonięty i wchodzi w skład organizmu. W czasie więc tego powrotnego przechodu, objawia się febra pokarmowa i nabrzmienie gruczołów piersiowych. Nabrzmienie to, jeżeli niezostanie usunięte właściwymi i odpowiednimi środkami, może pociągnąć za sobą i sprowadzić wrzody, stwardnienie skóry i t. p., a wówczas piękność piersi jest stracona na zawsze. W takich więc razach radzimy aby kobiety ciężarne, dla uniknięcia niebezpiecznych następstw, nieudawały się w tak ważnych okolicznościach po radę do nierozsądnych akuserek, ale zasięgały światła wykształconych lekarzy.

Aby usunąć nabrzmienie piersi, oraz jak to mówią przepuścić pokarm, należy zmniejszyć działalność gruczołów piersiowych i usunąć z wolna pokarm zatykający kanały mleczne. W tym celu potrzeba:

1. Okładać piersi chustkami zmaczanymi w ciepłej wodzie, i przywiązywać je za po-

mocą bandażów, tak iżby wywierały lekkie ciśnienie na piersi.

2. Zachować ściśłą dyetę.
3. Mieć staranie, aby wszystkie kanały w ciele służące do wypróżnienia jako to: stolec uryna, poty, wypróżnienie macicy etc. niebyły tamowane.

Tą prostą metodą można się obejść bez kaptazmów i wszelkich innych zewnętrznych środków, ściskających piersi, które są zgubnemi, zwłaszcza w pierwszych dniach po położu, umiarkowane ciepło sypialni, tyzanna ciepła, nadają skórze wilgoć i usposabiają ją do łatwego wydzielania potów, przytem użycie enem lub lekarstw przeczyszczających skutecznie działają na usunięcie pokarmu i nabrzmienia piersi.

O jagodach (brodawkach piersiowych).

Jagoda zbyt duża, jak równie zbyt mała, jest wadą, takową więc od samego początku poprawiać należy.

Rozwijają się jagody zbyt małe za pomocą

tarcia często powtarzanego, oraz użyciem środków zewnętrznych wzbudzających.

Jagody podlegają niekiedy zadrasnięciu i padaniu naskórka, które to przypadłości zaniedbane, wkorzeń się mogą głęboko i być przyczyną dotkliwego bólu.—Pod wpływem zadrażnienia, które zawsze pociąga za sobą nabrzmienie, czarujący ten wdzięk kobiecy utracą swą świeżość, nabiera koloru mętnego wina czerwonego, czasami sinego, i jeżeli się niezaradzi złemu, to niekiedy wrzód sformować się może i na zawsze ten organ uszkodzić.

Dla zapobieżenia tak szkodliwym następstwom, skutecznym środkiem jest smarowanie jagody, jak tylko okaże się na niej rysa, następującą pomadą.

tłustości nówek cielęcych	60	gran:	(2 Uncye).
miodu	—	15	— (1/2 Uncyi)
oliwy	—	15	— (1/2 Uncyi)
kamfory	—	3	— (1 Drachma)

Jeżeli zbytek objętości piersi jest wadą, którą usunąć wypada, to zbyt małe piersi, czyli jak się pospolicie mówi brak piersi, jest daleko większą wadą. Młode dziewice, którym natura u-

skąpiła tych wdzięków, zamiast udawania się do modniarek w celu nabycia u nich sznurówek wypchanych watą, wyłożonych fiszbinem i t. p., lepiej uczynią postępując sobie podług sposobów które niżej podamy.

Sposoby powiększenia objętości piersi.

Na wschodzie duże i mocno rozwinięte piersi uchodzą za piękne, kobiety tamtejsze posiadają sekret powiększenia swych piersi za pomocą pocierań i używania stósownych pokarmów.

W Egipcie i w całej prawie Nigrycyi, piękność piersi zasadza się na olbrzymiej ich długości.

Kobiety tych krajów gniotą piersi swych córek, następnie ściskają je bandażami, a nawet powrozami nadając im kształt salcessionu. Takie postępowanie, przez czas długi powtarzane, nadaje piersiom kształt długi, wiszący, stąd też często napotkać tam można kobiety, którym piersi wiszą aż do kolan, zresztą ta długość jest im potrzebną, tamtejsze bowiem kobiety noszą zwykle swoje dzieci na plecach i karmią je zarzucając im swe piersi po za siebie. Może to się wydawać exaggeracją, a jednak tak jest

w istocie; odwołuje się w tym względzie do zeznań wszystkich podróżników.

U nas gdy piękność piersi zawisła na formie ich okrągłej, umiarkowanej objętości i na jędrności ich tkanek, do innych uciekać się należy środków.

Brak piersi u dziewcząt dorastających, pochodzi często z naciskania sznurówek, które przystępują rozrastanie się gruczołów piersiowych, w takim więc razie, w celu zapobieżenia schnięciu piersi, uwolnić je należy przedewszystkiem od wszelkiego naciskania, następnie obmywać często piersi wodą wzbudzającą, aromatyczną, i pocierać je lekko dla spowodowania większego napływu krwi do téj części piersi. Pocieranie to dopełniać naokoło piersi już to rękawiczką skórzaną, już to cienką flanelą, kilka razy dziennie najmniej przez kilka minut, przytem brać pokarmy posilne.

Wielu ortopedystów, w celu rozwinięcia oschłych piersi zalecają formy kauczukowe. Formy te przyłożone do piersi naciskają je lekko u podstawy i powodują ich wyciągnięcie się

z razu mało znaczne, które wszakże następnie pożądaný sprowadza skutek.

Używanie baniek szerokich i kilkakrotne dziennie ich przykładanie na piersi, miało niegdyś wielki rozgłos skuteczności, i w rzeczy samej gwałtowne wyssanie powietrza z bańki, wciąga do niej prawie całą pierś, następnie krew napływa do téj części i podnosi jéj działalność żywotną. Aby jednak zapewnić sobie pomyslny w tym względzie skutek, potrzeba przysposobić się w bańki stopniowo coraz szersze. Wówczas zaczynać od najwęższych i w miarę rozwijania się piersi, zastosowywać coraz szersze bańki, aż póki się nieosiągnie właściwa ile można żądana ich objętość.

Wiele kobiet słynnych w kronikach piękności, tym postępowaniem przyszły do posiadania w zupełności wdzięków, których ledwo zarody posiadały, między innemi przytaczamy tu panią Pompadour, i księżnę Zajączek, której zawdzięczamy nie jedną kalotechniczną tajemnicę.

ROZDZIAŁ VI.

BARKI—STAN—ŻYWOT.

Barki są częściami ciała, które kobiety lubią wystawiać, dla zwrócenia na siebie uwagi. Białe i starannie utrzymywane barki, zachwycają wzrok każdego, oznaczają czystość całego ciała i zupełne zdrowie, a kobieta, której natura odmówiła pięknej twarzy, częstokroć powabami swych barek zyskuje wielbicieli; białe albowiem, pulchne i zaokrąglone barki, są to wdzięki, na które żadne spojrzenie obojętnem pozostać niemoże.

Piękność barek zależy od doskonałej symetrii co do ich szerokości i wysokości, oraz ich wydatności, które poczynając się od łopatek, giną nieznacznie w rowku pacierzowym.

Barki u kobiet powinny być pulchne i mięsiste, aby pokrywały wydatności niekształtne pochodzące od łopatek, od kręgów szyi aż po łędźwie i plecy. Powinny przedstawiać powierzchnię lekko zaokrągloną, jednostajnej białości: — Kobiety wiedzą o tem dobrze, że się zakochać można w pięknych barkach, niepowinny więc zaniedbywać téj okolicy swego ciała.

Wejrzenie.

Szerokie i grube barki znamionują siłę fizyczną, umysł niewyrobiony, lecz prawy; chude i szczupłe zdradzają umysł przebiegły, ruchliwy; okrągłe, sklepieniaste, niepochodzące z wady od urodzenia, oznaczają wytrwałość w pracy.

Hygiena barek.

Hygiena barek zależy na unikaniu wszystkiego co by mogło je uciskać, męczyć, oraz dzia-

łać na białość skóry. Tu więc odw ołać się znowu musimy do naszego wstępu do sznurówek fiszbinowych, stalowych i t. p. jako działających zgubnie na harmonijny i symetryczny skład barek.

Kobiety majątne starożytnego Rzymu, nader były dbające o czystość i piękność swych barek. W tym celu po wyjściu z łaźni, niewolnice namaszczały je i skrapiały naprzemian wonnościami. Czynność tę wykonywały z zachowaniem następujących przygotowań:

Kobiety zostawały w wannie przez pół godziny zanurzone po szyję; po wyjściu z wanny niewolnice namaszczały ich barki oliwą zaprawioną wonnościami, rozcierając je lekko rękami, dopóki skóra nie nasiąkła tym płynem; poczem namydlały barki swych pań, obmywały wodą, i dopiero cienkim płótnem wycierały je póty, póki skóra uwolniona od wszelkich części olejnych, nie stała się giętką i miękką jak rękawiczka ze skóry kastorowój.

Ze wszystkich jednak przepisów, mających na celu czystość barek i ich białość, oraz gład-

kość i miękkość najbardziej skutecznym jest następujący:

Bierze się mydło zwane Cold-Cream, w ilości orzecha laskowego, i rozciera się go na barkach za pomocą ręki, poczem wyciera się barki cienkim płótnem, następnie namydla się barki mydłem chemicznem, a w końcu obmywa się je wodą, w której jest nieco rozpuszczonej Crème de limaçon. Tem postępowaniem kilkakroć powtórzonem skóra nabiera w wysokim stopniu białości, miękkości i delikatności.

O pachwinach.

Obfity pot jaki wydzielają pachwiny, pociąga za sobą wiele nieprzyjemności, nie tylko bowiem sprowadza wilgoć w bieliznie, robi na niej plamy, które się dostają sukniom, ale nadto wydaje odrażającą woń, która u osób zwłaszcza rudowłosych, jest rzecz można nie do zniesienia.

Ze względu atoli na zdrowie, niemożna postępować własności pocenia się, tę albowiem drogę natura częstokroć wybiera dla uwolnienia się od soków niezdrowych i zbyticznych w orga-

nizmie, których zatrzymanie mogłoby wywrzeć niekiedy zgubny wpływ na zdrowie. Są atoli sposoby, które nietamując potów, potrafią usunąć odrażającą ich własność.

Hygienu pachwin.

Osoby skłonne do zbytniego pocenia się, powinny codziennie z rana obmywać pachwiny, w lecie zimną, a w zimie letnią wodą, zaprawioną kilku kroplami wody kolońskiej. Po dokładnem ich otarciu, umieszcza się w dołku pachwinowym mały woreczek z cienkiego płótna napełniony proszkiem korzenia fijałkowego, który ma własność pochłaniania wilgoci potu i niweczenia jego odoru. Potrzeba mieć tylko pewien zapas tych woreczków, aby je zmieniać, gdy poprzednie potem nasiąkają.

Stan.

Stan jest część ciała położona między podstawą piersi a dołem brzuszny. Jego piękność zależy na proporcji i harmonii z innymi częściami ciała, a powab jego cały na téj giętkości i łatwości w poruszeniach, które powinny być niezależne od bioder, a jako mały nosek na sze-

rokowej twarzy, albo nos duży na drobnej twarzy jest rażący, tak i tu podobnież dziwaczniemi i śmiesznemi są stany szczupłe na szerokich biodrach, lub szerokie i grube stany przy piersiach szczupłych i wątych.

Wejrzenie.

Stan szczupły, zostający w harmonii z piersiami i biodrami, oznaczają szczęśliwą konstytucję ciała i wielką działalność fizyczną.

Stan szeroki, gruby, oznacza charakter ociężały.

Stan, którego wysmukłość pochodzi z używania sznurówki, oznacza już to śmieszne pretensye, wielką miłość własną w pochwałach dla siebie a mało rozsądku, już to zdradza kobietę lekkomyślną bez zastanowienia, która idzie za modą ślepo, nie zastanawiając się ani nad przyczynami ani jej skutkami. Ludzie stateczni takie kobiety nazywają gąskami, owcami.

Hygiena.

Dla osób dobrze zbudowanych, hygiena tej części ciała nader jest prosta, najwłaściwiej bo-

wiem zostawić ją sobie samej. Co się zaś tyczy osób dotkniętych ułomnościami i wadami, polecamy im jako środek lekarski używanie sznurówek, z tą atoli uwagą iż takowe nabywane być winny u specjalnie trudniących się temi wyrobami, którzy je wykonywają podług zasad Ortopedyi, nie zaś u modniarek, u których sznurówki po największej części mają własność wady ciała jeszcze wydatniejszemi uczynić zamiast je pomniejszać.

Żywot.

Ta część powierzchni ciała, sama przez się jest mało wydatną; niemamy więc o niej wiele do powiedzenia prócz tego, że zbytńia jego objętość, lub zbyt szczupłe rozmiary przyczyniają się do nadania niekształtności osobom.

U mężczyzn żywot jest prawie płaski, u kobiet nieco kolisty, zaokrąglony, cały zaś kształt żywota zależy na jego harmonii z przyległemi mu częściami.

Żywot płaski i wklęsły, właściwy jest temperamentom melancholicznym, zaś duży i od-

stający zwykle oznacza umysł nieokrzesany i rozwinięcie zbyt systematycznie trawienia.

Hygiena.

Żywot ze względu na ważne organa życia które w sobie mieści, powinien być zabezpieczony od wszelkich zmian atmosfery, oraz innych wpływów mogących szkodliwie działać na jego organizm. Osobom mającym słaby żołądek, polecamy noszenie opaski flanelowej na żywoicie i częste nacieranie spirytusem lewandowym. Osoby zbyt otyłe, mogą używać bandaży, któreby podtrzymywały ich ciężar, zawadzające im w wielu poruszeniach.

ROZDZIAŁ VII.

TYCZĄCY SIĘ KOBIECI.

Ze względu na swą płć, kobieta więcej daleko niż męczyzna powinna być staranną o utrzymanie w czystości i porządku swego ciała. Chęć podobania się jest panującym uczuciem w kobiecie, a czystość nie tylko podnosi, ale rzecz można zastępuje piękność w kobiecie.

Nie wdając się w szczegóły toalety, którą kobiety lepiej rozumieją niż my, chęć tu przejść pobieżnie niektóre przepisy higieniczne, tyczące téj części ciała którą wymienić nie chcemy, a mianowicie:

Nie pomijać codziennego obmywania, które

u ludów wschodnich nawet przepisami religii jest objęte. Do tych obmywań używać wody zimnej, wyjąwszy regularności, wówczas bowiem woda letnia używaną być powinna.

W czasie regularności podwając starania czystości, odmieniać często bieliznę, aby niezatrzymywać odoru i wziąć kąpiel nazajutrz po dniu ostatnim.

Do przemywań nieużywać, jak to niektóre kobiety czynią, żadnych wód ściągających skórę jak n. p. mléka panińskiego, octu &., jest bowiem uznaną rzeczą że one działają szkodliwie na skórę, czynią ją twardą i połyskującą, oraz ją pozbawiają elastyczności i świeżości.

Woda studzienna, zaprawiona nieco wódką kolońską, jedynym jest kosmetykiem którego używać może kobieta starająca się o utrzymanie w czystości swych wdzięków.

Nie można tutaj pominąć uwagi, że godne nagany zaniedbanie się względem tej części ciała, nieraz jest przyczyną smutnych następstw, już to dla samego zdrowia, już to w stosunkach domowego pożycia małżonków. Podajemy tę

uwagę mężatkom żalącym się na obojętność swych mężów.

Do przypadłości lżejszych, którym podlega ta część ciała, należą: zaczerwienienie, świerzbienie, palenie, zdercie skóry, pochodzące ze zbytńskiego ruchu, ostrych potów, tarcia i t. p. które to przypadłości ustępują pod wpływem przemywań, łagodzących kąpeli letnich i smarowania cold-creamem, który posiada nieoceniony przymiot uśmierzania wszelkich rozdrażnień skóry i przywrócenia jój naturalnej świeżości.

Choroby daleko ważniejsze, jedne organiczne, drugie pochodzące z ogólnego osłabienia, działają nader szkodliwie na organa będące przedmiotem tego rozdziału; mówić tu chcemy o przetrzymaniu i zupełnem zatrzymaniu regularności miesięcznej, które sprowadzają amenorrhę, dysmenorrhę, rozwolnienie błon słuzowych, a następnie leukorrhę czyli białe upławy. Pod wpływem tych chorób kobiety się starzeją i cały ich organizm niszczeje.

Temi więc słabościami dotknięte kobiety winny bezwzględnie udawać się o poradę do

światłego lekarza; jak bowiem w pierwszych początkach dosyć jest łatwo tego rodzaju słabościom zapobiedz, tak rozwinięte skutkiem zaniedbania z trudnością się wykorzeniają.

W skutku rozlicznych badań, czynionych od dawna nad różnego rodzaju sposobami leczenia białych upławów, sposób doktora Perquin okazał się jednym z najskuteczniejszych.

Przepis jego przytaczamy tutaj.

Czekolada Żelazna.

Wodojadanu żelaza: (Hydroiodati ferri) - 8 gram.

Czekolada waniliowa 500 „

którą codziennie z rana, z początku po pół filiżanki, a następnie po całej używać należy.

Woda.

Wodojodan żelaza (1 uncya): (30 grammów).

woda dystylowana (1 funt): (500 grammów).

którą obmywać należy części ciała w mowie będące kilka razy dziennie.

Masło.

Wodojodan żelaza 25 grammów.

masło świeże 250 „

rozrobić na pomadę i smarować nią rano i wieczór uda spodnie, nie biorąc więcej pomady nad orzech laskowy.

Polecamy tutaj również użycie jodku żelaza, którego nader pomysłny skutek poświadczony został przez wielu doświadczonych lekarzy. Pod wpływem tego środka, najbardziej zastarzałe leucorrhoe, amenorrhoe zostały usunięte w przeciągu najdłużej miesiąca jednego, i kobiety uwolnione od tych dolegliwych chorób przychodziły do pierwszej świeżości i nabierały tuszy.

Jeżeli obok wymienionych tu przepisów, kobieta cierpiąca na leukoreę, oddaje się ćwiczeniom gimnastycznym, używa zimnych kąpiel, odbywa podróże, przejazdki i prowadzi życie czynne, obok dobrego pożywienia, może być pewną uwolnienia się raz na zawsze od tej słabości, której następstwa czynią ją nieplodną lub zgubnie wpływają na przyszłe jej potomstwo.

ROZDZIAŁ VIII.

N O G I.

Dwa są typy kształtnej budowy nóg mężczyzn: jeden Herkulesa Farneskiego, który jest modelem siły i rozwinięcia mięśni, drugi Apollina pod względem wdzięków. Również i dla kobiet są dwa typy piękności: jeden Venery pod względem delikatności wdzięków, drugi Dyanny pod względem kształtów bardziej wydatnych.

Mało jest indywidualności które wyrównują tym modelom; więc daleko jest takich, którzy mają źle ukształcone nogi; jedni je mają za zbyt grube, drudzy zbyt cienkie, jedni zbyt krótkie,

drudzy za nadto długie. U jednych łydki są prawie nieznaczne, u drugich zbyt wydatne. Wielu jest takich, którzy mają kolana za nadto naprzód, albo w tył posunięte, i podług tych to zboczeń rozliczne istnieją nazwy jako to: krzywonogich, koślawych, kuternogich i t. p.

Nogi powinny być proporcjonalne do reszty ciała i stanowić silną podporę całej jego budowy.

Łydki powinny być szerokie i grube przy swém zaczęciu i zmniejszać się ku kolanu.

Podkolanek u mężczyzny powinien być pełen nerwów, a kolano silne i w ścięgna zasobne. U kobiet kolano bywa zaokrąglone, lecz to zaokrąglenie powinno być nieznacznie wystające.

Goleń powinna być opatrzoną na kilka cali pod podkolankiem wystającą miękką łydką, któraby się z wolna zmniejszała bez nagłego spadku.

Wejrzenie.

Nogi długie, cienkie, szczupłe, oznaczają charakter dobroduszny, grube a krótkie nogi zdra-

dzają charakter ociężały. Nogi zbyt tłuste są często oznaką obojętności umysłowej. Nogi mocne z wydatnymi mięskami i ścięgnami są znamieniem siły fizycznej. Nogi drobne ale proporcjonalne pozwalają wnioskować o bystrości dowcipu.

Hygiena.

Bardzo źle postępują niektóre matki i mianki, które dzieci swoje lub swemu oddane dozorowi, zawczasu do chodzenia przymuszają; stąd powstaje, że kości dziecięcia za nadto jeszcze słabe, by unieść mogły ciężar ciała, ustępują pod tym ciężarem i przechylają się naprzód albo w tył, a przez częste powtarzanie, zupełnie stają się krzywymi. Aby więc zapobiedz wszelkim tego rodzaju kalectwom nóg, przestrzegać należy, aby dziecko zbyt wczesnie nie zaczęło chodzić, aby go zaś nie pozbawiać ćwiczeń ruchu, pozostawiać go na dywanie, na którym się ruszając i obracając we wszystkich kierunkach, rozwija swe członki, kości jego twardnieją i nogi nabierają zwolna dostatecznej siły do zniesienia na przyszłość ciężaru ciała.

Choroby skrofaliczne kości pacierzowej, tak zwane kompleksy słabe i delikatne, po największej części pochodzą ze zboczeń w nogach, na którą to okoliczność sami lekarze uwagę swą zwrócili.

O sposobie zmniejszania objętości nóg.

Grubość nóg, pochodząca ze zbytniego krwi napływu, spowodowanego częstym tańcem, bieganiem i t. p., zmniejsza się ustaniem ruchu i oddaniem się dłuższemu spoczynkowi tych części ciała, albo też za pomocą kompresów, to jest zamykając nogę w pończochę skórzaną, albo perkalikową doskonale zasnurowaną. Zastosowanie tych pończoch okazało się nader skutecznem w pomniejszaniu zbytniej objętości nóg.

Sposób powiększania objętości nóg.

Często powtarzana agitacya nóg, jako to: bieganie, skakanie a nadewszystko tańce, zwiększają objętość nóg, sprowadzając ich tkankom wielką ilość soków odżywnych.

Nacieranie wodą aromatyczną przyczynia się

znacznie do rozwinięcia mięśni. Gdy atoli użyciem tego sposobu tycie nogi nie tylko rozciągnie się do łydki, ale nadto obejmie spód nogi i nadkolanek, wówczas dla zaradzenia temu wypada użyć ciasnych półkamaszy, któreby ścisnęły spód nogi zaczawszy od kostki, oraz opasek ciasnych dla obandażowania niemi kolan; wówczas łydka odbierając cały zapas soków rozwija się swobodnie, gdy tym czasem niższe części nogi i nadkolanek stają się cienkie i ścięgnowe.

Podwiązki.

Podwiązki nie są bynajmniej wymysłem cywilizacji naszego wieku. Lubo pończochy nieznane były w dawnym Rzymie, używano jednak podwiązek do potrzymania majtek noszonych z cienkiego płótna.

Podwiązki kobiet arystokratycznej kasty odznaczały się bogactwem, i jedna nad drugą przesadzała się w kosztowności tego stroju.

Historyk Juliusz Pollux wspomina, że podwiązki niektórych dam Rzymskich kosztowały redukując na naszą monetę do 30 tysięcy rubli

srebrnych, i że Cesarzowa Sabina posiadała jedną ich parę wartującą 250 tysięcy rubli srebrem, z powodu drogich kamieni któremi były wyłożone i bogatych kamej do zapinania służących.

Od czasu rozpowszechnienia się pończoch, podwiązki stały się przedmiotem niezbędnym dla kobiety. Starano się ile można zmniejszyć niedogodności jakie im towarzyszą, już to robiąc je z drutu cienkiego mosiężnego, spiralnie skręconego, już to z kauczuku, który jako posiadający własność elastyczną, dał się powodować wszelkim poruszeniom nogi, nie krępując jej zbyt mocno.

Podwiązki nie elastyczne są szkodliwe, tamują bowiem cyrkulizacją krwi, prowadzają zatkania kanałów przyległych, a następnie narządzenie żył i tkanek łydki.

Niepodobna pisząc o podwiązkach, nieprzypomnieć choć pobieżnie zdarzenia z księżną Salisbury. Piękna ta kobieta na jednym z balów dworskich upuściła swą podwiązkę, którą gdy ujrzał Edward III. Król Angielski, podniósł namiętnie i przyczepił do swej nogi, i aby zapobiedz

wszelkim mogącym ztąd powstać mowom o księżnie Salisbury, ustanowił order Podwiązki, z tą w około dewizą: „Honni soit qui mal y pense.” Jak wiadomo, order ten, tylko wysokim dygnitarzom udzielany bywa.

Był czas w którym nader głęboko zajmowano się tą kwestyą, czy damy powinny nosić podwiązki pod, czy też nad kolanami. Kazuisci utrzymywali że pod kolanami, nawet niektórzy nazywali zanadto światowemi kobiety które nosiły podwiązki nad kolanami.

Lekarze, mający prawo do wydania prawomocnego w tym względzie wyroku, osądzili, że miejsce na podwiązki jest nad kolanem, a to z powodu że w tém miejscu podwiązka mniej przeszkadza cyrkulacyi krwi i rozwinięciu się muszkułów łydki. Przez długi czas atoli zdania były podzielone, a wśród téj niezgody mnóstwo zjawilo się pamfletów i docinkowych epigramatów, tak z jednej jak i zdrugiej strony; nareszcie kobiety idąc za radą biegłych, oraz dbałe o wdzięk i piękny kształt swych kolan, powyżej onych podwiązki swe zapięły.

Co do nas, jesteśmy zdania, że najwłaściwiej

byłoby, aby kobiety miały dwa rodzaje podwiązek dla zmiany, jeden do noszenia pod, a drugi nad kolanami, albowiem jedna opaska ciągle i bez przerwy na jednym miejscu leżąca i tę część ciała cisnąca, musi koniecznie swój wpływ wywierać, przemienianie zaś podwiązek w sposób przez nas przytoczony, temu wpływowi by zapobiegło.

ROZDZIAŁ IX.

S T O P Y.

Stopy służą za podstawę budowy ciała ludzkiego i dlatego powinny przedstawiać kształt i moc odpowiednią swemu przeznaczeniu.

Dobrze ukształcone stopy powinny być umiarkowanej długości i szerokości, palce powinny być proporcjonalne i stopniowo się zwiększać ku grubemu palcowi. Stopy za krótkie albo zbyt długie, za wąskie lub za szerokie, cienkie lub zbyt grube nie liczą się do pięknych.

Bardzo mało jest osób o których możnaby

powiedzieć, że mają zupełnie kształtne stopy, i którym nic w tym względzie zarzucić nie byłoby można.

Różnice dające się spostrzegać między kształtami stóp pochodzą:

1. Od stopnia urodzenia, to jest od kasty do jakiej indywiduum należy. Osoby należące do rodzin zamożnych, które od lat najmłodszych noszą obuwie cienkie i często je zmieniają, będą mieć stopę lepiej ukształconą, aniżeli ci, którzy muszą używać obuwia ciężkiego, grubego, zrobionego do dłuższego ich używania. Osoby mające wiele ruchu, strzelcy, tancerze, mają zazwyczaj większe stopy, aniżeli ci którzy prowadzą życie siedzące.

2. Od obuwia. Niezawodną jest rzeczą że stopa może się przedłużać lub rozszerzać, stosownie jak jest naciskana z boków lub od pięty do palców. W wieku więc rozrastania się i stopa powiększa się, gdy zatem dziecko nosi obuwie krótkie i rozdeptane w skutku ciągłego i niezmiennego jego noszenia, stopa musi koniecz- nie zwiększać się na szerokość, zamiast rozciągnąć na długość.

3. Od natury okolic. Mieszkańcy stron górzystych mają zwykle stopy szersze, aniżeli mieszkańcy równin.

4. Od pojęcia piękności, jakie który naród przywiązuje do takiego lub innego kształtu swych stóp i od postępowania jakiego używają dla otrzymania tych kształtów. I tak, Chińczycy którzy wysoko cenią krótkie stopy; wiążą nogi swych córek od najwcześniejszych ich młodości w obuwiach ze skóry gotowanej, z drewna a niekiedy i z metalu, w celu przeszkodzenia naturalnemu rozwinięciu się stopy, tem postępowaniem, ile stopy straciły na długości tyle zyskują na szerokości.

Angielki przychodzą do kształtu swych stóp bardzo długich i wązkich za pomocą stosownego obuwia od najmłodszych lat używanego.

Kreolki w Peru, aby przeszkodzić rozwinięciu się stopy okręcają je bandażami namoczonymi w wodzie posiadającej własność ściągającą.

Francuzki, mające jaśniejsze wyobrażenie o piękności tych części ciała, gardzą stopą zbyt długą, lub krótką, zbyt szeroką lub wązką.

Damy tak zwane dobrego tonu mają stopy

małe i cienkie lecz proporcjonalne; kształty te osiągają, używając od lat najmłodszych ściśle do nogi przystającego obuwia, które zmieniają stosownie do potrzeby i wieku.

Wejrzenie.

Stopy podobnie jak ręce mają swoje charakterystyczne piętna, które oznaczają płeć, wiek, urodzenie, rodzaj zajęcia i t. d.

Mężczyzna ma stopę zazwyczaj mocniejszą niż kobieta; osoby używające wiele ruchu mają te części ciała bardziej rozwinięte, aniżeli prowadzący życie siedzące.

Tancerz ustawia swą stopę końcami na bok, jeździec konny stawia ją w postawie zupełnie prostej, rolnik, robotnik miejski stawia stopę ciężko, a mieszkaniec miasta stąpa lekko.

Nareszcie stopa drobna, dobrze ukształcona, oznacza pochodzenie dostatnie i wychowanie staranne; stopa zaś gruba, szeroka, niekształtna, oznacza albo słabego na pedogrę, albo też niskiego stanu pochodzenie.

Hygiena.

Stopy potrzebują codziennych starań czystości, których zaniedbanie pociąga za sobą odrażające, niekiedy nawet bolesne następstwa.

Przedewszystkiem konieczną jest rzeczą zmieniać często pończochy, obuwie i majtki, oczyszczać paznokcie z brudu, wilgotnym ręcznikiem wymywać przedziały między palcami i zawczasu zapobiegać wszelkim stwardnieniom skóry, odciskom i t. p.

Podczas upałów lata, zwłaszcza po użyciu przechadzki, stopy w ogólności podległe są poceniu się, które u wielu osób w odrażającą przechodzi wadę.

Zbyteczne pocenie się stóp pochodzi najprzód z naturalnego ich usposobienia, powtórę z pory roku. Słabość ta bardziej jest powszechna u mężczyzn aniżeli u kobiet, wzmagą się zaniedbaniami czystości stóp, a mianowicie przez niezmiękanie skarpetek i pończoch, wówczas bowiem transpiracya nietylko się ulotnić, ale nawet przejść do pończoch niemoże, te albowiem

już są nasycone potem, który zgęszcza się i tworzy około stopy atmosferę wilgotną, wstrzymującą otwarcie się porów i wywołuje silniejszą jeszcze transpiracyą. Gdy nazajutrz i dni następnych nie zmienia się pończoch, wówczas nowe poty łączą się z potami dni poprzednich i tworzą warstwę brudu, wydającą odór nieznosny. Nadto, oprócz że są odrażające, poty te mają własność gryzącą, mogącą spowodować zaognienie, pęknięcie lub zapalenie skóry, oraz inne dotkliwe bole.

Środki przeciw zbytecznemu poceniu się nóg.

Jedynym środkiem zapobieżenia zbytecznemu poceniu się stóp, jest utrzymywanie ich bez przerwy w starannej czystości i częste zmienianie pończoch, skarpetek i obuwia.

Kobiety w czasie periodu miesięcznego, nie powinny zbyt długo moczyć nóg ani w ciepłej, ani w zimnej wodzie, pierwsza może spowodować utratę, a druga zatrzymanie onego.

Niektóre osoby doznają po długim zwłaszcza chodzeniu zbytecznego rozgrzania stóp, nawet

niekiedy padania się skóry w miejscach najmocniej przez obuwie naciskanych. Dla usunięcia tej dolegliwości, radzimy wymoczyć najprzód stopy po użyciu przechadzki, w ciepłej wodzie, poczem wysmarować je pomadą podług następującego przepisu sporządzoną:

olejku różanego	6 kropli,
wosku białego	1/2 uncyi.
żółtek z jaj	2 „
opium	15 kropli,

a zmieszawszy razem utłuc w moździerzu na masę, takową na cienkiem płótnie rozpościera się i okłada stopy, a nazajutrz ból i wszelkie rozdrażnienie ustanie zupełnie.

Dla zapobieżenia zaś temu rozgrzaniu się stóp; zalecamy osobom delikatnej kompleksyi, aby przed użyciem agitacyi smarowały przedziały palców oraz cały spód stopy cold creamem.

Poty odrażające.

Poty odrażające mają swe siedlisko pod pachwinami i w stopach. Zupełnie usunięciem niemogą być poty, bez sprowadzenia uszczerbku w organizmie i zdrowiu, wrodzone niektórym

organizmom uśmierzają się one nieco częstem przemywaniem stóp, częstą odmianą pończoch, skarpetek, obuwia, jednym słowem przez ciągle i staranne utrzymywanie stóp w czystości.

Nader pomocnemi w uśmierzaniu zbytnich i odrażających potów są proszki korzenia fijałkowego oraz licopodii. Proszki te posiadają własność wciągania w siebie potów. Jednym atoli z najskuteczniejszych i jeszcze w starożytności znanym środkiem, jest odwar z korzenia karczochowego, używany jako napój po kwarcie codziennie. Własność tego dekoktu jest ta, iż sprowadza do nerek pierwiastek wydający odór, który następnie uryną wydziela się z ciała.

W starożytności Dioscorides i Oribocus czynią wzmiankę o tym zaradczym środku jako nader przeciw potom skutecznym.

ROZDZIAŁ X.

PAZNOKCIE.

Substancja rogową, tworzącą paznokcie, jest ta sama, która wchodzi w skład włosów. Piękność paznokci zależy od owalnego ich kształtu, różanego koloru i umiarkowanej długości. Powierzchnia paznokcia powinna być połyskująca, gładka, przezroczysta i przy zaczęciu posiadać odcinek koła koloru białawego otoczony wąską obwódką skórki.

Paznokcie zbyt krótkie nie są ładne i oznaczają osoby mające zły zwyczaj ich ogryzania,

w skutku czego palce stają się szerokimi w końcach i przyplaszczonemi. Zbyt długie paznokcie również są nieładne i zawadzają. Ta moda zapuszczania paznokci długich, zwanych à la chinoise, przez pewien czas wielu miała zwolenników, ale dzięki poprawnemu gustowi moda ta już ustaje. Sliczne rączki naszych polek stworzone są do czułych karesów, a nie do drapania.

Hygiena paznokci.

Pielegnowanie paznokci, gdy te są w dobrym stanie i dobrze sformowane, zależy na ich obcinaniu i codziennem oczyszczaniu.

Obcinanie odbywa się za pomocą nożyczek zakrzywionych w ten sposób, aby każde ich cięcie tworzyło linią pół eliptyczną odpowiednią końcowi paznokcia, bez pozostawienia po sobie nierówności.

Czyszczenie wykonywa się za pomocą małego instrumentu stalowego, którego jeden koniec ma kształt rylca a drugi szeroki nieco wyłobiony i zaokrąglony przy ostrzu. Końcem opa-

trzonem w rylec oczyszczają się paznokcie z brudu gromadzącego się pod nimi z ostrożnością aby niezranić ciała, drugim końcem instrumenta wyskrobuje się stwardniały na skórek tworzący się zwykle w kątach paznokci, poczem wyciera się paznokciec szczotką umaczaną w wodzie mydlanej.

Koniecznien potrzebna jest rzeczą utrzymywać paznokcie w porządku i czystości, atoli śmiesznością jest cały dzień nimi się bawić i pielegnować je, nadto ta zbytnia pieczołowitość sprowadza wprost przeciwnie skutki, paznokcie bowiem stają się wielkimi i tracą elastyczność właściwą, podobnie tak jak zęby, które się psują w skutku bezustannego tarcia ich szczotką i wykłuwania.

Aby paznokcie były ładne i posiadały kolor bladoróżowy, przyrządza się proszek składający się: z 1 części proszku szmirglu i dwóch części cynobru, następnie wzięwszy kawałek flaneli, macza się go w olejku migdałowym i nabiera się nią wymieniony proszek i pociera zwolna paznokcie rano i wieczór. Powtarzając to działanie przez dni kilka, paznokcie nabiorą ła-

dnego bladuróżowego koloru i staną się polyskujące i gładkie jak lustro.

Co się zaś tyczy małych plamek białych, znajdujących się na paznokciach, te powstają z suchości substancyi tworzącej paznokcie, zostawione same sobie schodzą na koniec paznokcia i giną przez ich obcięcie. Utrzymują niektórzy, że zwilżając kilka razy dziennie paznokcie alunem rozpuszczonym w roztworze potażu, plamy z paznokci w krótkim czasie znikają.

O wadach i różnych przypadłościach paznokci.

Paznokcie podlegają różnym słabościom, które mogą nie tylko zmienić ich kształt i kolor, ale nadto spowodować zniszczenie ich w zarodzie.

Zniszczenie paznokci w zarodzie pochodzi w ogólności od działania jadu, którym cały organizm jest przejęty, takim jest jad syfilityczny, skrofuliczny, kołtunowy, skorbutyczny i t. d. wówczas po radę udawać się należy do lekarzy.

Psucie się paznokcia, pochodzące widocznie

z przyczyn zewnętrznych, lecz się zwykle miejscowo, i tak: paznokcie które się rysują i pękają leczą się obkładając je plastrem sparadrap (dyachylum smarowane na płótnie), a kilka dni są dostateczne do przyprowadzenia ich do naturalnego stanu.

Gdy paznokcie nie mają dosyć stężałości, to jest gdy są zanadto miękkie, można je uczynić twardszemi za pomocą maści z następującej złożonej substancji:

oliwy mastykowej	30	grammów	(1 uncyą).
żywicy	10	„	($\frac{1}{3}$ uncyi).
wosku białego	4 $\frac{1}{2}$	„	(1 $\frac{1}{2}$ drach.
ałunu w proszku	1 $\frac{1}{2}$	„	($\frac{1}{2}$ drach).

to wszystko rozpuścić przy wolnym ogniu i mieszać aż do gęstości maści.

Paznokcie zbyt twarde i kruche nabierają miękkości i elastyczności za pomocą częstego smarowania ich cold-creamem.

Paznokcie chropowate z rysami i rowkami niemogą być radykalnie poprawione, ta bowiem wada pochodzi z wewnętrznej formacji paznokcia. Czasowo atoli można usunąć tę wadę za pomocą pilnika.

W przypadku, co się często przytrafia, ukłucia się w paznokieć, należy bezwzględnie wycisnąć nadbiegłą krew, a następnie koniec palca zanurzyć przez kilka minut w oliwie świeżej.

W każdym razie, gdy obce jakie ciało, jako to okruszyny szkła, drzazgi i t. p. dostaną się pod paznokieć, wydobyć je jak najprędzej należy, wszelkie bowiem obce ciało w tych delikatnych tkankach sprowadza szybkie zaognienie i ropienie.

W przypadku rozcięcia albo zgniecenia paznokcia, potrzeba najprzód wycisnąć krew ze zranionego miejsca, zanurzyć następnie palec w świeżej wodzie, a w końcu obwiązać kawałkiem płótna zwilżonym wodą roślinno-mineralną.

Uderzenie i zgniecenie paznokcia.

Gdy w skutku silnego uderzenia utworzy się pod paznokciem plama niebieskawa, która następnie przybiera kolor zupełnie ciemny, palec staje się gorący, ból i palenie czuć się daje i dolegliwe rwanie powstaje w części zranionej. W tym stanie jednym z najskuteczniej-

szych środków jest obwiązanie palca kawałkiem płótna umaczanym w płynie złożonym z następujących części.

Wody dystylowanej	125	grammów
Siarkan cynku	1	—
Octan ołowiu	15	—
Opium	10	—

W płynie tym, ile można najzimniejszym, często maczać palec należy. Stan zimny palca skutkiem częstych zanurzeń spowodowany, niedopuszcza, aby krew nadpływała w zbolalą część, a własności rozwalniające wody ułatwiają rozjęście się krwi.

Gdy nadbiegła krew się nierozchodzi, lecz twardnieje i przyrasta do paznokcia, to z rośnięciem jego posuwa się do końca, a wówczas obciąć go należy.

Lecz nie zawsze tego rodzaju przypadłości kończą się tak pomyślnie; niekiedy bowiem zranione części rozogniają się i pod paznokciem tworzy się stok gnijący, niebezpieczny, który może się zwrócić na korzeń paznokcia i osłabić lub zniszczyć zupełnie ten organ. W takim stanie należy przedewszystkiem odpływ mate-

ryi pod paznokciem się zbierającej, a to przecinając nożykiem lub skrobiąc pilnikiem tę część paznokcia pod którą materya się zbiera, poczem wycisnąwszy tę materyą przykłada się cienkie szarpie i obwiązuje kawałkiem płótna. Rychle wyleczenie jest zawsze następstwem tego postępowania. W każdym razie gdy paznokieć jest uderzony, lub ciężarem jakim przygnieciony, należy przedewszystkiem moczyć go w zimnej wodzie dla zapobieżenia napływowi krwi i dalszych następstw. Po półgodzinnem najmniej trzymaniu palca w wodzie obłożyć go kataplazmem.

Z mąki żołądziej 60 Gramm.

i mydła zwyczajnego 30 —

które to części zmieszane razem zwilżyć należy wodą roślinno-mineralną, aby służyły na kataplazm.

Przyłożenie kilkokrotne tego kataplazmu, wystarcza na zabezpieczenie palca od wszelkich szkodliwych następstw.

Paznokcie wrastające w ciało.

Trafia się dosyć często, że paznokieć w jednym z boków przecina skórę i zagłębia się w ciało. Lubo każdy z palców może być dotknięty tą słabością, najczęściej jednak palec wielki u nogi jest jój siedliskiem z powodu nieustannego ciśnienia jakie na niego wywiera obuwie.

Paznokieć wrastający w ciało z początku mało znaczący, sprawia później wielki ból w nodze, zwłaszcza w czasie chodzenia. Obcinając i zaokrąglając paznokieć sprawia się ulgę tylko chwilową, albowiem odrastający, zwykle wówczas chropowaty paznokieć sprawia jeszcze większe niż poprzednio rozdrażnienie tkanek przeciętych, rozognienie i ropienie. Brzegi zranionego miejsca nabrzmiewają i stan ów niekiedy tak dalece się pogorsza, iż wyleczenie uskutecznia się jedynie za pośrednictwem narzędzia ostrego, którym się wycina niekiedy pół paznokcia i okoliczne części zbolełe.

Aby zapobiedz tak bolesnóm następstwom, należy zawczasu, jak tylko się dostrzeże że paznokieć zagraża przecięciem skóry, lub ją już

przeciął, zmienić obuwie na obszerniejsze, i wystrzegać się przez dni kilka zbytniego chodzenia, następnie piluje się nieco wierzchnią część paznokcia od strony zbolalej aż póki niestanie się dostatecznie miękkim, aby mógł być za pomocą małych szczypczyków podważony i zwrócony ze swego naturalnego zakrzywienia.

Po dopełnieniu czego, podkłada się pod paznokieć cienką blaszkę ołowianą, którą się zakłada na wielki palec. Tym sposobem oddzielony jest paznokieć od ciała, ból się uśmierza i rana zagaja. Przy tem postępowaniu dawać należy baczenie, aby blaszka ołowiana nierozzerwała się i co kilka dni nadpiłowywać paznokieć, aby go utrzymywać w stanie giętkości i miękkości, aż do czasu póki skóra niestwardnieje, tak iżby mogła sama oprzeć się działaniu paznokcia gdy olów będzie usunięty.

Zboczenia paznokci.

Zdarza się niekiedy, że paznokieć wielkiego palca u nogi skręca się ku sąsiedniemu palco-

wi, gniecie go i kończy rozcięciem go.— Gdy dla zaradzenia temu wycina się wadliwą stronę paznokcia, złe zamiast ustać jeszcze się pogorsza, albowiem im paznokieć jest częściej obcinany tém prężej odrasta. W takim więc razie najlepiej jest lekko tylko obciąć stronę wadliwą paznokcia, stronę zaś drugą jak najczęściej obcinać, tym sposobem ta druga strona wyrosnie i zrównoważy na przyszłość rozrastanie drugiej strony paznokcia.

Zachodzenie palców jednych na drugie.

Skutkiem używania zbyt ciasnego obuwia, niekiedy palec występuje ze swego naturalnego położenia, i układa się pod albo nad sąsiednim palcem, sprawiając wielką boleść, zwłaszcza w czasie chodzenia lub jeżdżenia konno.

To zboczenie w samym początku do zaradzenia jest łatwe, należy tylko przedewszystkiem zmienić obuwie ciasne na swobodne i przekładać palce kawałkiem jedwabnej materyi.

Gdy atoli zboczenie to jest już zadawnionem

i pociągnęło za sobą zбочenie stawów i skurczenie się ścięgnów, wówczas sztuka ortopedyi wskazać winna sposoby usunięcia tego rodzaju zбочenia.

ROZDZIAŁ XI.

O ODCISKACH

i wszelkich stwardnieniach skóry na nodze.

Pozostaje nam jeszcze mówić o niektórych nader pospolitych słabościach, bardzo przykrych, niekiedy bardzo bolesnych, którym podlegają nogi.

Stwardnienie skóry.

Jest to zgęszczenie naskórka spowodowane ciśnieniem albo tarcieniem. Leczy się moczeniem nóg w ciepłej wodzie i tym sposobem zmiękczoną tę twardą skórę zżyna się ostrym scyzorykiem, albo też niszczy pumeksem lub pilnikiem.

Stwardnienie skóry u podeszwy nogi sprawia niekiedy słabość bardzo dotkliwą, znaną pod nazwiskiem Tylosis. Stwardniała skóra okrywająca podeszwę i piętę nogi, naciąga ustawicznie zdrową skórę przyległą. Naciąganie to sprządza rysy i bruzdy mniej więcej głębsze, które zaniedbane zamieniają się w rany i czynią chodzenie niemożliwym.

Jedyny sposób pozbycia się tych twardych powłok, jest moczenie nóg w wodzie alkoholycznej, albo w roztworze popiołu drzewnego. Moczenie to dopełniać po dwa razy dziennie aż do zupełnego wyzdrowienia.

Odciski.

Ze wszystkich słabości którym podlegają nogi, najlepiej znane są odciski, na 100 osób, 90 było lub są niemi dotknięte.

Odcisk jest to brodawka powstająca z naskórka odrodzonego i stwardniałego, składa się z korony i z jądra czyli korzenia. Korona jest wystająca, chociaż nieco przyplaszczona; chropowata i złożona z cienkich warstw skóry. Korzeń

ma podobieństwo do rogu, i jest twardy, koloru brunatnego albo białawego; kształt jego zawsze stożkowaty.

Odcisk może się niekiedy składać z jednego lub kilku korzeni. Te korzenie gdy są zaniedbane zagłębiają się w ciało niekiedy aż do kości.

Przyczyny tworzenia się odcisków.

Odciski tworzą się w ogólności pod wpływem ciśnienia obuwia zbyt ciasnego, albo tarcia obuwia zbyt obszernego. Szwy, zagięcia utworzone przez pończochy lub skarpetki, oraz źle uszyte buty w piętach i podeszwach, które się marszczą, zaniedbanie czystości nóg, stąd poty ostre, i t. p. są to przyczyny które usposabiają nogę do odcisków i tworzą je. Niekiedy wyrastają one bez żadnej zewnętrznej przyczyny, jedynie z właściwego usposobienia skóry u osób niektórych, posiadających wrażliwość egzagerowaną. Doświadczenie uczy, że niektóre osoby mogą nosić obuwie twarde i ciasne, gdy tymczasem inne pomimo starań w dobieraniu obuwia mię-

kiego i nieuciskającego, mają odciski mniej lub więcej dotkliwe.

Miejsce tworzenia się odcisków.

Pospolicie odciski tworzą się na środkowych stawach palców u nogi, oraz na boku wielkiego lub małego palca, niekiedy na podeszwie i pomiędzy palcami.

Odcisk powstający między palcami mniej jest twardy i rozgałęziony, ale za to boleśniejszy z powodu naciskania delikatnych nerwów w jego okolicy znajdujących się.

Tworzenie się odcisków.

Pod wpływem ciśnienia, albo ciągłego tarcia, naskórek czerwienieje i staje się bolącym. Pierwiastek kleisty skóry wydziela się w większej obfitości w miejsce rozdrażnione, które niekiedy pokrywa się bąbelkami. Przyczyna ciągle działająca, to jest humor kleisty, nadpływa ciągle, zajmuje łożysko coraz bardziej stale i twardniejąc tworzy warstwy rogowe mniej więcej okrą-

gle. Te warstwy początkowo są właściwie tak nazwanymi korzeniami odciska. Ilość i kierunek tych korzeni zawisł od sposobu w jaki nastąpiło pierwiastkowe zgęszczenie klejowatości, która gdy zaschnie i stwardnieje, staje się kruchą i nieposiada żadnej żywotnej siły.

Jak skoro utworzą się te korzenie odcisków, ciśnienie obuwia działa na nie i co raz bardziej je zagłębia. Rogowe warstwy powstając jedne nad drugimi nad korzeniem, tworzą tak zwaną koronę odciska.

Wyłożona tutaj teoria odciska jasno przekonywa, że to nie korzeń, który sam przez się jest martwy, sprawia bolesć, ale ten korzeń zagłębiając się w skórę przez ciśnienie obuwia drażni siatkę nerwową skórną, i to drażnienie stosownie do stopnia swój rozciągłości sprawia ból odpowiedni.

Następujące doświadczenie dowodnie przekonywa, że materya z której się składa korzeń odciska, pochodzi z humoru klejowatego i pigmentowego skóry, nie zaś z naskórka jak to mylnie utrzymują.

Jednemu Europejczykowi narzędziem ostrem

wyjęto odcisk, który włożony do wody i czas pewien moczony pozostał białawym. Podobną operacyę dokonano na nodze Negra, a odcisk moczony w wodzie zatrzymał swój kolor czarny, który zależy zupełnie od powłoki pigmentowej skóry, a nie od naskórka.

Pokazuje się więc dowodnie, że materya tworząca odcisk powstaje z humoru klejowatego i pigmentowego, gdy tymczasem stwardnienia skóry pochodzą z zgęszczonego naskórka.

Leczenie odcisków.

Leczenie odcisków pozostawione jest empirykom, równie nieznaającym się na Anatomii jak chciwym przemysłowcom, bardziej bezczelnym niż oświeconym.

Ztąd pochodzi że ta część sztuki lekarskiej małe postępy uczyniła, mimo szumnych i tak rozlicznych ogłoszeń i afiszów o coraz skuteczniejszych środkach leczenia odcisków, a wszystkie ogłaszają za rzecz niezawodną, że polecane przez nich maście, olejki, proszki i t. d. są jedyne posiadającymi własność niszczenia i tocze-

nia odciska aż do jego korzenia. Tymczasem nie są to działacze na odciski, ale na łatwowieć ludzi nieumiejętnych, pociągające za sobą w użyciu szkodliwe, niekiedy i niebezpieczne skutki. Gdy bowiem korzeń odciska jest daleko twardszy od otaczających go mięs, te więc specyfiki silniej działają na otaczające go miejsce zdrowe i toczą je, a tymczasem korzeń odciska, jako utworzony z tkanek twardych i rogowych, nie ulega ich działaniu.

Leczenie odcisków jest albo czasowe albo radykalne.

Leczenie czasowe.

Polega na ścięciu albo na upiłowaniu odciska gdy ten boleśnie czuć się daje. Bolesne to uczucie, utrzymywane przez naskórek stwardniały pokrywający korzeń odciska, ustaje zawsze po wyrznięciu go, które w następujący wykonywa się sposob.

Scina się brzytwą warstwy naskórka stwardniałego z wszelką ostrożnością, aby nie zaciąć ciała zdrowego; następnie końcem nożyka wy-

krawa się zwolna ile można najwięcej korzenia odciska.

Po dopełnieniu czego pokrywa się miejsce operowane plastrem z maści diachylowej.

Piłowanie zaś odcisków skutecznia się za pomocą pilników ze stali, mających kształt raszpli. Pilnikiem takim pociera się odcisk tak długo, aż póki się niezetrze naskórek stwardniały i pokaże korzeń odciska, wówczas przykłada się plaster diachylowy, nazajutrz dopełnia się znowu piłowanie tym samym sposobem i powtarza się tę operacyą dzień w dzień aż do zupełnego wyleczenia.

Pozbycie się odciska za pomocą pilnika nieprzedstawia żadnego niebezpieczeństwa, które niekiedy towarzyszą operacyi wycinania go. Nadto ma, to za sobą że można pomału uwolnić się zupełnie od odcisków.— Pomyślny atoli w tym razie skutek zawisł w całości od użycia dobrego pilnika.

Nienależy nigdy okładać odciska silnemi kwasami, ze względu że korzeń odciska, jak to wyżej wspomnieliśmy, utworzony jest z materyi daleko twardszej niż otaczająca go skóra. Kwa-

sy więc działałyby na tkankę skórną, zaledwo małe wywierając działanie na powierzchnię odciska.

Leczenie radykalne.

Wyjęcie korzenia jest jedynym, najprędszym i trwałym sposobem pozbycia się odcisków.

Gdy odcisk nie jest dawny, bardzo łatwo uwolnić się od niego, już to zapomocą paznokcia, już to wycinając go ostrzem nożyka; wówczas bowiem korzeń jego znajduje się na powierzchni, z łatwością więc wyjąć się daje. Gdy atoli odcisk jest zastarzały, korzeń jego zasadzony jest głęboko, a wówczas i operacya jest trudniejsza.

Kto sam sobie pragnie wyjąć odcisk, powinien przysposobić się w lancet, brzytwę, albo jeszcze lepiej w nożyk obosieczny dobrze wyostrzony. Jednem z obranych narzędzi scina się warstwa za warstwą naskórka stwardniałego, tworzącego koronę odciska, aż póki nie ukaże się jeden albo więcej punktów brunatnych lub białawych, które są korzeniami odcisków. Końcem nożyka odrywa się zwolna te korzenie

w sposób, aby bez zadrażnienia skóry dojść do ich podstawy, a korzeń tym sposobem odłączony od skóry wyjmuje się za pomocą małych szczypczyków.

Po dokonanej operacyi, którą uskutecznia się wśród dnia jasnego, z pozostałych jednego lub więcej dołków, w miejscu byłych łożysk wydobytych odcisków, sączy się ciecz różowa.

Dołki te wypełnić należy balsamem na odciski i po kilkunastu minutach moczyć nogi w wodzie ciepłej nie dłużej nad kwadrans.

Resztki odciska, które niemogły być wydobyte, grubieją w letniej wodzie, stają się białawe i gąbczaste. Wytarłszy je ręcznikiem obcina się nożyczkami lub opiłowywa pilnikiem, w końcu na operowane miejsce przykładą się maści diachylowej.

I oto cała prosta operacya, którą uwolnić się nietrudno najzupełniej od odcisków, bez narażenia się na niebezpieczne następstwa, wyniknąć mogące przez użycie olejków i maści wychwalonych przez szarlatanów i przez nich samych sprzedawanych.

Gdy odciski rozgałęzione są na wiele odnóg, zastarzałe, bolejące i duże, a przez to do wydobycia samemu sobie trudne, radzimy w takim razie wezwać pomocy biegłego i specjalnego chirurga.

Takiego chirurga staraniem być powinno przedewszystkiem, aby korzenie odcisków w zupełności mogłyby być wydobyte, gdy albowiem część takowych pozostanie w ciele, chociaż na pozór małe, odrastają na nowo, i wymagają powtórnej operacji.

Po dokonaniu jej pomyślnie, ból ustaje, a noga czuje się wolną i zdrową, jakby nigdy nie była siedliskiem odciska. Jeżeli zaś czuć się daje niejaki doleganie, jest to dowodem że wydobycie odciska jest niezupełne, i że będzie potrzeba powtórnej operacji, która zwykle jest daleko łatwiejsza i najczęściej pomyślnym uwieńczona bywa skutkiem. Mylnie sądzą niektórzy, że częste moczenie nóg w ciepłej wodzie usmierza ból i miękczy odciski; woda ciepła zmiękcza wprawdzie naskórek, ale tylko chwilowo, i po wyjęciu nóg z wody, odcisk staje się daleko twardszym, gdyż woda zabrała z naskórka

substancję tłustą. Dla zapobieżenia więc temu, należy po wyjęciu nóg z wody wysmarować je tłustością jaką, najlepiej Cold-kraaniem który zarazem wydaje zapach przyjemny.

Środki zapobiegające utworzeniu się nowego odciska.

Aby zapobiedz utworzeniu się nowego odciska lub ułatwić zniszczenie pozostałych korzeni potrzeba koniecznie.

1. Operowane miejsce nasmarować balsamem na odciski.
2. Przyłożyć plaster maści diachyłowej, takowy codziennie zmieniać i oglądać łożysko odciska, a w razie dostrzeżenia że powierzchnia naskórka staje się twardą i białawą, należy bezwzględnie obciąć ją nożykiem lub nożyczkami.

Przykładanie plastru z maści diachyłowej koniecznie jest potrzebne, albowiem w skutku tarcia obuwia, wywieranego na stwardniały naskórek, może wyniknąć utworzenie się nowe-

go odciska, czemu się zapobieże w zupełności
użyciem wymienionego plastra.

Nie należy spuszczać z uwagi téj prawdy, że
utrzymanie w czystości nóg po dopełnionej ope-
racji nadal, jest rzeczą nieodzownie potrzebną,
a jako zęby po wyczyszczeniu ich przez denty-
stę z osadu na nich znajdującego się, winny być
na przyszłość utrzymywane w ściślejsz czystości,
tak podobnie rzecz się ma co do nóg.

Po wyjęciu odcisków, potrzebne jest staranie
zapobiegające utworzeniu się nowych korzeni,
a to unikaniem przyczyn sprzyjających utwo-
rzeniu się odciska, które na początku tego
rozdziału wymieniliśmy.

Oto cała fizjologia odciska i sposoby uwol-
nienia się na zawsze od téj dolegliwości.

ROZDZIAŁ XII.

O BRODAWKACH.

Brodawkami nazywamy małe chropowate narośla, powstające z włóknistej części skóry, a które zapuszczają swe korzenie w powierzchni naskórka.

Natura brodawek jest zupełnie odmienna od natury odciska. Gdy bowiem korzenie odcisków same przez się nie mają czucia, to korzenie włókniste, z których się tworzą brodawki, sążywione, posiadają albowiem czucie do wysokiego niekiedy stopnia, i dobywają z siebie krew gdy się je przecina.

Stosownie do ilości i objętości części ciała którą zajmują, brodawki stanowią dolegliwość skórną nader nieprzyjemną.

Kształt ich jest albo płaski o szerokiej podstawie, albo podłużny i szyszkowaty, a pospolicie trzymający środek między temi dwoma kształtami.

Przyczyna tworzenia się brodawek jest albo miejscowa albo organiczna. Gdy brodawki są skutkiem jakiej wady organizmu, leczenie ich winno się skutecznąć za pomocą sztuki lekarskiej; gdy zaś ich przyczyna jest miejscowa, co się najczęściej zdarza, leczenie ich jest także miejscowe to jest zewnętrzne.

Leczenie brodawek.

Podobnie jak na ból zębów tak i na leczenie brodawek istnieje niezliczona ilość środków, jako niezawodne podawanych i ogłaszanych, które ponajwiększej części żadnego niewywierają skutku i trafem tylko niekiedy są pomocne.

Pomiędzy wielolicznemi specyfikami, dla za-

spokożenia ciekawości przytaczamy niektóre, jako to:

Sok ziela ostromlecza, bluszczu, szaławii, żywokostu, ziarka stłuczone na proszek z nasienia ziela wąsika (*Centauria Cyanus*) popiół jesionowy, wierzbowy, pajęczyna, gnój gołębi lub owczy, rozpuszczony w occie i t. p., które to tak zwane sekreta ludowe mają jedynie przymioty ujemne, a nawet mogą niekiedy zaszkodzić zamiast pomódz.

W epoce w której żyjemy, w epoce oświaty i zdrowego rozsądku, już mało kto daje wiarę tym sekretnym środkom, odwołując się do sztuki lekarskiej i do biegłych w tej sztuce.

Najsukuteczniejszym środkiem wyleczenia się z brodawek, jest okręcanie brodawki nitką wysmarowaną woskiem, w razie gdy brodawki mają kształt szyszkowaty, gdy zaś są płaskie i o szerokiej podstawie, używa się z wielkim skutkiem kwasu saletrowego w następujący sposób:

Narzędziem ostrem scina się powierzchnia twarda i chropowata brodawki, poczem bierze się cienki patyczek ustrugany kończato i macza w kwasie saletrowym, i przeciąga się nim

po powierzchni brodawki. Czynność tę powtarza się rano i wieczór, a po kilku dniach korzenie brodawki spalone kwasem saletrowym odpadną skrobane paznokciem.

Zalecamy tutaj, aby osoby obsypane brodawkami na rękach, robiły operację tylko z jedną i to największą, doświadczenie albowiem dowiodło, że zniszczenie największej brodawki pociągało za sobą zniknięcie sąsiednich.

Lecz gdy brodawki w tak wielkiej znajdują się liczbie, iż okrywają całą rękę lub jaką inną część ciała, użycie kwasu saletrowego byłoby zbyt bolesne, wówczas leczenie ich dopełnia się następującym sposobem: wieczorem przed udaniem się na spoczynek, przyłożyć na część ciała pokrytą brodawkami plaster z maści diachylowej; nazajutrz z rana po odjęciu plastra, obmywa się rękę wodą zaprawioną w znacznej ilości octem i solą kuchenną, następnie po otarciu, okłada się ją solą amoniacką, którą to operację trzy razy dziennie powtarzać należy, aż póki brodawki nie znikną zupełnie.

Niektórzy zalecają proszek *Lycopodium* w miejsce soli amoniackiej.

Jeden ze znakomitych lekarzy, w ten sposób leczył brodawki na rękach:

Zaczynał od moczenia ręki w wodzie roz-
tworzonej solą kuchenną; przez 5 do 6 minut;
po wyjęciu rąk z wody i ich otarciu, ścinał lekko
powierzchnię największych brodawek, a nastę-
pnie obmywał je solą amoniacką rozpuszczoną
w wodzie i zostawiał je własnemu wyschnięciu.

Te obmywania dopełniać należy trzy razy
dziennie, a wieczorem przykładać kompresy
namoczone w rozpuszczonej soli amoniackiej
bardziej zgęszczonej, niż to miało miejsce przy
obmywaniach dziennych. Po upływie dni kilku
brodawki giną w zupełności.

ROZDZIAŁ XIII.

O ODZIĘBIENIACH.

Odziębienie jest to słabość zapalna skóry, objawiająca się czerwonścią i nabrzmieniem ciała.

Pierwsze mrozy zimy i nagłe zmiany temperatury pod jesień i na wiosnę trafiające się, uspasabiają do odziębień, a naganny zwyczaj przybliżania do ognia rąk lub nóg, gdy te są zdętwiałe od zimna, głównie i stanowczo wpływa na ich odziębienie.

Osoby kompleksyi delikatnej, limfatyczne, a przedewszystkiemi skrofuliczne, są podległe zwłaszcza za młodu téj słabości.

Części ciała podlegające odziębieniu są: ręce, nogi, uszy, nos i wargi.

Tworzenie się odziębienia.

Żaden patolog dotąd jeszcze nieśledził zmian jakim podlega tkanka skórna od chwili rozpoczęcia się odziębienia. Długie zastanawianie się nad tą słabością, poparte doświadczeniami, pozwala nam uznać za prawdziwą następującą teorią tworzenia się zapalnego stanu skóry i odziębienia ciała.

Siatka naczyńkowa podskórna składa się z dwóch rodzajów naczynek, to jest arteryalnych i żylnych: Zadaniem arteryi jest roznieść po wszystkich organach i po całej powierzchni ciała krew arteryalną napływającą do serca. Żył zadaniem jest zebraną krew z arteryj sprowadzić do serca.

Na tych dwóch działaniach spoczywa mechanizm cyrkulacyi krwi w ciele ludzkim.

Działanie silnego zimna na skórę osłabia i wstrzymuje cyrkulacją krwi pod powierzchnią skóry, w skutku tego krew usuwa się do

grubszych kanałów i te nabrzmiwa, a powierzchnia skóry się oziębia, i skoro tylko działanie zimna ustaje, następuje reakcja, to jest krew powraca gwałtownie do małych naczynek, wprowadza ciepło w te części i skórę czyni czerwoną. Po upływie kilku minut, gdy cyrkulacja powróci do normalnego swego stanu, czerwonosć i palenie ustają i skóra przychodzi do stanu naturalnego. Zanurzone w śniegu ręce i wydobyte z niego, świadczą najlepiej o fenomenie reakcji.

Fenomen podobny ma miejsce na początku odziebień, z tą atoli różnicą, że równowaga normalna nie powraca po reakcji, i że część zziębnięta pozostaje nabrzmiąta; ale dla czego równowaga cyrkulacji niewraca? oto wyjaśnimy przyczynę.

Tkanka arteryalna jest bardzo ściśliwa i sprężysta, zaś tkanka żylna miękka do i nagięcia łatwa. Gdy więc zimno działa na żyły, sciskając ich tkanke i zmniejszając objętość, łatwo pojąć że arterye sprowadzą tam więcej krwi, niżeli ściśnięte są w stanie w tym czasie uprowadzić jęj z tamtąd, i że równowaga cyrkulacji będzie

zniesiona. To właśnie ma miejsce na początku tworzenia się odziębienia, że krew napływa w naczynia arteryalne, rozszerza je, rozgrzewa i czyni ciało czerwonym i nabrzmałem. Gdy ta nabrzmała część wystawioną będzie powtórnie na działanie zimna, ściskanie żył coraz bardziej ustaje, rozrzerzanie zaś arteryalnych naczynek trwa daleko dłużej, i gdy tego rodzaju działanie zimna kilka razy się powtórzy następuje odziębienie.

Odziębienie objawia się paleniem i czerwonością skóry, połączone z swędzeniem, mianowicie pod wieczór; które to symptomata objawiają się bolesniej, gdy część odziębiona przysuwa się do ognia, lub mocno rozgrzanego pieca. Gdy odziębienie zaniedbanem zostanie w leczeniu, wówczas rozszerza się, palenie i czerwoność zajmują coraz większą powierzchnię ciała, swędzenie zrazu znośne, staje się coraz mocniejsze i zmusza niekiedy do tarcia, które jest niebezpieczne, gdyż z niego mogą się wywiązać rany, a wtedy jeżeli się niepowstrzyma postępu odziębienia, rozdrażnienie zapuszcza się coraz głębiej, nabrzmałość powiększa się, skóra z czer-

wonej barwy przechodzi w czerwono-fioletową, a następnie nabiera koloru marmurowego siniego i bole stają się dolegliwe; wreszcie małe pęcherzyki, napelnione wodnistością żółtawą, podnoszą skórę i pękając tworzą rany sine różnych rozmiarów.

Rany te zaniedbane w postępie swoim, mogą działać szkodliwie na mięśnie, ścięgna i kości nawet; zdarzały się niekiedy wypadki, że owrzodzenia odziębienia sprowadzały gangrenę i przysparzały o śmierć.

Krótki ten przegląd postępów zaniedbanego odziębienia, zwrócić winien uwagę na potrzebę leczenia tej słabości od samego jej początku, gdyż później, gdy słabość się rozkorzeni, jest niebezpieczną i do pozbycia trudną.

Środki zaradcze przeciw odziębieniu.

Zapobiega się odziębieniu, nienarażając się na wpływ zimna, zwłaszcza na początku zimy, unikając przejść nagłych z temperatury zimnej do zbyt ciepłej i nawzajem. Kiedy ręce lub nogi mocno zziębną, nienależy ich przysuwać do ognia.

Używanie narekawków, manszonów, rękawiczek futrzanych jest szkodliwem dla osób skłonnych do odziebień; futra bowiem posiadają własność zatrzymania ciepła w rękach i czynią je przystępnymi na działanie zimna. Unikać należy także moczenia rąk i nóg w ciepłej wodzie, ta bowiem rozmięcza i osłabia skórę.

Srodek zaradczy i bardzo skuteczny dla osób skłonnych do odziebień jest ten: aby z początkiem mrozów wzmacniać skórę za pomocą obmywań wodą zimną, zaprawioną substancją nadającą tęgość i ściśliwość skórze i uczynić ją tym sposobem mniej drażliwą na działanie zimna.

Leczenie odziebień.

Leczenie odziebień odnosi się albo do odziebień bez ran, albo do odziebień z ranami.

W pierwszym razie idzie o to, aby od odziebionej części ciała odsunąć działanie drażniące zimnego powietrza, i aby przywrócić równowagę cyrkulacyi krwi, przerwaną między naczynkami arteryalnemi i żylnemi; w tym celu rozliczne istnieją przepisy. My jesteśmy zdania, że

ciała tłuste są jedynemi, które tutaj skutecznie użyte być mogą; tłuste bowiem ciała, jak się przekonano, niszczą w znacznej części działanie zimnego powietrza na skórę.

Pomiędzy rozlicznymi przepisami na odziębienie, dość skuteczne okazały się: obmywanie wodą gulardową, alkoholem zaprawionym kamforą lub rozcieńczonym amoniakiem, odwarem mirry, wodą wapienną, dekoktem dębника, winem gotowanym z solą i alunem, pomady kamforowe, balladonowe, saturnowe i t. p.

Zarazem przytaczamy tutaj środki w rocznikach Hygieny i Medycyny podane jako skuteczne na odziębienia.

Balsam Florawentego 125 gran. ($\frac{1}{8}$ funta).

Kwasu siarkowego 32 krople.

wziąwszy łyżeczkę od kawy, rozcierać część odziębioną.

Woda do moczenia rąk lub nóg.

Wziąć Kory dębowej 500 gran. ($\frac{1}{2}$ funta).

Wina czerwonego 2 kwarty.

Wody dystylłow: 8 kwart.

a zagotowawszy razem wsypać alunu 30 gran i moczyć w tym odwarze ręce lub nogi po pół godziny kilkakrotnie przez dzień, póki odziębienie nie ustąpi.

Proszek na odziębienie.

Boran Sody.

Siarkan glinki.

Galasu w proszku.

Otręby żytnie.

Proszek korzenia fiałkowego.

Po utłuczeniu na proszek i zmieszaniu razem powyższych substancyj nasycić go 25 kroplami olejku ze skórek pomarańczowych, a wzięwszy pewną ilość tego proszku na dłoń, rozrabia się go wodą różaną i otrzymaną stąd pomadą rozciera się części ciała odziębione. Po czem części wysmarowane zostawia się własnemu wyschnięciu.

Ta pomada oprócz własności wzmacniania skóry nadaje jej białość, i w tym celu może być jako kosmetyk dla nadania białości rękom skutecznie używana.

Pomada przeciw poczynającemu się odziębieniu.

Chlorek wapna	4 1/2	grammów	(1 1/2 drachm).
Borax	— 4 1/2 —		(1 1/2 drachmy)
Sadło wieprzowe	32	„	(1 uncya).

Roztarłszy razem w moździerzu, otrzymaną stąd pomadą smarować odziębione części, a następnie obwijać je cienkim płótnem.

Rozliczne przytoczone tu przepisy są mniej więcej dobre, ale jedyny środek, a który w zastosowaniu okazywał się zawsze skuteczny, jest pomada przeciw odziębieniu w Instytucie higienicznym wyrabiana. Pomada ta składająca się z substancyj tłustych, ściągających i wzmacniających skórę, jednocześnie czyni zadość dwom warunkom leczenia, któreśmy wyłożyli poprzednio, to jest:

1. Zaslania skórę od działania powietrza i czyni ją jędrną.

2. Zapobiega rozszerzeniu się naczynek arteryalnych i przywraca żyłom ściągniętym od zimna objętość ich normalną.

Ten środek wielokrotnie używany na odziębienie, przez osoby różnego wieku, obojga płci

w zakładach, warsztatach etc. zawsze okazał się skuteczny w przeciągu dni kilku.

Odziębienia z ranami.

Leczenie odziębien odnosi się albo do odziębien bez ran, albo do odziębien z ranami.

Najpierwszem staraniem powinno być zabezpieczenie skóry od wpływu powietrza i zostawienie jej w spokojności. Rano i wieczór obwiązać te rany płótnem cienkiem, albo lepiej jeszcze okładać szarpiami naśmarowanemi maścią przyrządzoną z następujących części:

z liści blekotu, bzu, głogu i słodkogorca (douce - amère) po dobrej szczypcie, sadła świeżego 500 gran. a zmieszawszy razem, wygotować aż do pochłonięcia wilgoci i przepuścić przez sitko, następnie włożyć w naczynie i postawić w chłodnym powietrzu, przez co kompozycja ta nabiera gęstości wosku.

Przed każdym opatrywaniem ran, można obmywać części zbolale wodą wegetalno-mineralną rozcieńczoną.

Jeżeli okaże się potrzeba przykładania kاتا-

plazmów dla uśmierzenia mocnego bólu, takowe polecamy przykładać zimne.

Kiedy dno ran przybierze kolor szarawy, potrzeba wówczas użyć masła antimoniowego albo saletranu srebra rozpuszczonego.

Kiedy rany zamiast zmniejszać, upornie się powiększają, roztropność wówczas wymaga, aby zachować dyetę i wstrzymywać się od wszelkich potraw mogących sprawić niestrawność, jak również od wszelkich napojów rozpalających.

Ze wszystkich następstw odziębienia najstraszliwszem jest gangrena, którą poznajemy po następujących cechach:

Części odziębione, które dotychczas miały kolor czerwony jasny, przechodzą w bladawy brunatny, palenie i czucie ustaje, zranienie staje się sine, a następnie pokrywa się skorupą czerniawą, która oznacza że cały pierwiastek życia zastygł w tych miejscach.

Leczenie gangreny stosowne być musi do kompleksyi i stanu ogólnego zdrowia chorego; przytem używa się napojów wzmacniających, a na zewnątrz wody chlorkowej, którą się obmywa zgangrenowaną część ciała i posypuje mieszani-

ną węgla z chiną utartych na proszek. Następnie przykłada się kataplazm dla usunięcia skorupy rannej, a potem klejek styraxowy dla ułatwienia ropienia się i dla ożywienia rany.

Mimo że przytoczony tu sposób leczenia na odziębienie z gangreną wielokrotnie okazał się skuteczny, wszelako w takich razach, gdy odziębieniu grozi gangrena, radzimy udać się o poradę doświatłego lekarza. Gangrena jest strasznym wrogiem dla zdrowia, z której leczyć się im wcześniej tém lepiej.

ROZDZIAŁ XIV.

HYGIENA WŁOSÓW.

Potrzeba włosów.

Mówić o włosach Doktorowi Medycyny, nie jest że to wystawić się na zarzut zajmowania się drobnostkami? Wdawanie się w opisywanie budowy i składu tak drobnej cząstki ciała ludzkiego, czyż nie ściągnie na nas nagany owych ludzi poważnych, ważących ciągle w swych rękach ciężar starodawnej przezacnej nauki lekarskiej?

Uczyniliśmy sobie te wszystkie uwagi, ale mimo to nie zmieniliśmy zamiaru. Zresztą mamy

w tym przedmiocie tyle ciekawych szczegółów do przytoczenia, że one, godne wiadomości, usprawiedliwiają nas niewątpliwie w oczach każdej istoty ludzkiej, pragnącej rozszerzyć granice swój wiedzy.

Opatrzność, która nas wyposażyła włosami, miała w tém cel nader ważny. Nie będziemy tu wdawać się zanadto w kwestyą piękności, w szczegóły wydatności fizyonomii, ta bowiem dostatecznie znaną jest każdemu czytającemu. Każdy wie, że człowiek łysy wydaje się mniej więcej śmiesznym, człowiek siwy mniej więcej starym, człowiek z wikłającym się włosem mniej więcej chorobliwym i obrzydliwym.

Ale włosy, któremi przyroda czaszkę naszą pokryła, mają właściwy cel, powołanie i szczególne przeznaczenie.

Stwórca mieszcząc w mózgu najważniejsze siły życia ludzkiego, ubezpieczył go przeciw zewnętrznymszkodliwym wpływom, otaczając go skrzynią kościaną, sklepioną i mocną. Na tej skrzyni umieścił jeszcze skórę zupełnie różną od téj, jaka pokrywa inne części ciała. Wszystkie składające ją części są szczególnie spójne, roz-

maite jej warstwy są nadzwyczajnie mocne i gęste. Dlatego anatomici nadali tej skórze osobną, odróżniającą od innych skór nazwę.

Z łona tej to skóry wyrasta las włosów, których użytek łatwo odgadnąć się daje. A najprzód włosy, osłabiając siłę wszelkich uderzeń, stanowią niejako pewien rodzaj tarczy przeciw niedelikatnym dotknięciom, na jakie głowa może być wystawioną; ale nadewszystko osłaniają tę najważniejszą część ciała, od zbyt nagłych przemian temperatury i będąc naturalnemi deszczu i słońcochronami zasłaniają głowę przynajmniej do pewnego stopnia, od szkodliwych wpływów powietrza, słońca i deszczu.

To nie wszystko jeszcze: ktokolwiek ma niejaki wyobrażenie o elektryczności, wie zapewne, że jak wszystkie ciała ziemskie przy rozmaitych zetknięciach lub działaniach fizycznych i chemicznych, tak i ciało ludzkie, odbywające tak dziwne i niepojęte działania organiczne dla wyżywienia i utrzymania swoich części, wywiązuje z siebie znakomitą ilość płynu elektrycznego. Możemy więc słusznie wnosić, że włosy umieszczone zostały na głowie

jak owe konduktory, czyli końce ostre na domach, to jest do rozpraszania zbytku elektryczności żywotnej, nieustannie wywiązującej się i gromadzącej w okolicach mózgu.

Jakkolwiek bądź, ponieważ natura dała nam włosy, przeto obowiązkiem jest naszym czuwać nad ich zachowaniem w dobrym stanie.

Nie potrzebując być przesadnym elegantem ani zajmować się swoją fryzurą, każdy rozsądny i porządny człowiek powinien dbać o swoje włosy, mianowicie o utrzymanie ich w czystości i porządku. Bezwarunkowo potępiamy niedbalstwo klas niższych, które mniemają że staranność o włosy jest przywilejem i potrzebną jedynie ludzi bogatych, jedném słowem tych tylko, których gmin zowie fanfaronami.

Anatomia włosów.

Mało znajdziem ludzi, którzyby w wieku dzieciennym, młodzieńczym, a nawet dojrzałym dla rozrywki, z przyjemności lub z namiętności, nie bawili się hodowaniem kwiatów.

W miastach, gdzie mniej jest ogrodów, nie-

zamożne nawet rodziny miewają choć kilka doniczek kwiatów na oknie; wreszcie mamy ogrody publiczne, a w bliskim sąsiedztwie i łąki i gaje, gdzie przechadzając się, baczny dostrzegacz może łatwo oznajomić się z cudami wegietacji.

Rzecz szczególna, że włosy pokrywające nasze głowy, nie tylko budową swoją, ale i sposobem rozwijania się, wzrostu i słabości, przypominają zupełnie przebieg tych odmian bytu roślin.

Wziąwszy jakiegokolwiek ziarnko, włożywszy je w ziemię, skropiwszy wodą i wystawiwszy na działanie światła i powietrza, wkrótce ujrzemy wydobywający się z ziemi zielony listek zarodkowy, wznoszący się z większą lub mniejszą prędkością. Wyrwijmy tę młodą wypustkę, a znajdziemy korzonek wychodzący z ziarnka któregośmy w ziemię włożyli, a następnie źdźbło czy łodyżkę, zawierającą żywotne soki, łodyżkę, która coraz silniej wzrasta, jeśli ją ucinamy przy wierzchołku. Zupełnie to samo widzimy w rośnięciu i naturze włosów (wyjąwszy że nie siejemy ich ręką). Zachodzi tu tylko ta różnica,

że jeśli wyrwiemy roślinkę z korzeniem, nie możemy mieć nadziei żeby się odrodziła, w miejscu z którego ją wyrwano, kiedy przeciwnie wyrwawszy włos, ujrzymy go odrastającym. Nie ogranicza się to na samych włosach pokrywających głowę, brwi, rzęsy, bo nawet drobne włoski, które jak puszek pokrywają wierzch ręki, odrastają skoro je wyrwamy.

Przyczyną tego jest szczególny skład włosa i gruntu na którym rośnie. Włos ma nietylko pień czy łodygę, korzeń, który powszechnie nazywają cebulką: dla tego że uważany przez mikroskop lub szkło mocno powiększające, podobny jest zupełnie do cebulki hyjacyntu: ale nadto jeszcze torebkę, w której ta cebulka się mieści, a która stanowi odradzającą kieszonkę włosa.

Wystawmy sobie flaszę z obszerną szyją, albo słoik u góry zwężony, o tym kształcie jak te, w których od niejakiego czasu widzimy w oknach niektórych cukierni wystawiane na sprzedaż cukierki owocowe angielskie; taka flasza czy słoik przedstawia nam kształt i przeznaczenie torebki włosowej.

Na dnie téj torebki wyrabia się płyn w po-
śród którego tworzy się zarodek, który prze-
dłużając się stopniowo, przebija nakoniec skórę,
czyli raczej górną jéj warstwę i stanowi ło-
dyżkę włosową.

Torebka zarodkowa i cebulka zupełnie są
od siebie niezawisłemi, i to właśnie odłączenie
tłumaczy nam jakim sposobem włos z korze-
niem wyrwany odrastać może i to w krótkim
czasie. Czyniono w tym względzie niezmier-
nie ciekawe postrzeżenia na niektórych zwie-
rzętach mających przezroczystą skórę. Po wyr-
waniu włosa uważając przy mocno natężoném
świetle i za pomocą bardzo silnych drobnowi-
dzów (mikroskopów), postrzega się dokładnie
że torebka pozostała nietkniętą, pomimo wyr-
wania włosa z korzeniem, czyli cebulką. Po
kilku minutach widać, że wewnątrz torebki na-
pełnia się gęstawym płynem; w dwanaście go-
dzin później, wpośród tego płynu jawi się ciemny
brunatny punkcik, który po następnych dwu-
nastu godzinach staje się jeszcze znacznie cie-
mniejszym, a w trzecim dniu jest prawie zupeł-
nie czarny. Ten punkcik jest zarodkiem nowe-

go włosa, który w piątym lub szóstym dniu wy-
dostaje się już na powierzchnią skóry.

Wzrost włosa pod powierzchnią skóry przed-
stawia także nader ciekawy widok. Wysta-
wmy sobie, że koniec włosa jest wierzchołkiem
wąskiego lejka, w który od spodu wchodzi dru-
gi i wypycha go w górę, pod tym trzeci, odby-
wający takie same działanie i tak następnie.
Za wyjściem na wierzch, te cząsteczki zmienia-
ją się we włókna, z których składa się po-
wierzchnowa powłoka włosa, składem zbliża-
jąca się do rogu, dla tego też włos spalony,
wydaje taką samą woń jak róg rozkładany
przez wysokie ciepło. Prócz tego wewnątrz
łodygi włosa, znajduje się kanał poprzegradza-
ny licznymi komórkami, w których się mieści
płyn oleisty, nazwany *szpikiem* włosa.

Kolor włosów, rozmaite jego odcienie zmien-
ne stosownie do temperamentu, klimatu, jedném
słowem, właściwe nieledwie każdemu indywi-
duum, zależą od owego płynu mieszczącego się
w wewnętrznym kanale włosa. W czarnych wło-
sach ten płyn jest brunatno-zielonawy, w wło-
sach blond jest jasno żółty, w rudych czer-

wonawy, w białych prawie zupełnie bezkolorowy.

Uczony chemik Vauquelin, najpierw poddał ścisłej analizie płyn zawarty we włosach. Wykazał on tą drogą: że płyn brunatno-zielonkawy czarnych włosów, jest skutkiem obecności żelaza i manganu; że kolor blond włosów pochodzi od połączeń siarki z żelazem; kolor rudy od wielkiej ilości czwartego niedokwasu żelaza; że nakoniec zupełny brak barwy przypisać należy zupełnej nieobecności żelaza, lub jakichbądź jego przetworów, co stwierdzone jest między innymi dawno znanym w Chinach, i obecnie używanym sposobem przywracania ciemnego koloru siwym włosom, przez używanie wewnątrz lekarstw zawierających w sobie żelazo.

Nie możemy zakończyć tego oddziału bez zwrócenia na to uwagi, że włosy, jakkolwiek drobny i na pozór mało znaczący organ, odgrywają właściwą rolę w kolejnych przemianach życia ogólnego, to jest: rosną razem z człowiekiem, z nim razem zatrzymują się w postępie i bielejąc zapowiadają ogólne osłabienie w całym organizmie. Wiemy, że u wielu ludzi włosy si-

wieją przed zwykłym czasem, wiemy że niektóre włosy źle hodowane, zbyt mało lub zbyt obficie żywione, dotknięte szczególną jaką słabością, unierają i spadają pierwej nim indywiduum do którego należą, ale to prawie zawsze jest skutkiem błędów higienicznych, zbiegu okoliczności i przypadków chorobliwych i o tem w swoim miejscu powiemy obszernie.

O staraniach jakich włosy wymagają.

W opisie anatomicznym włosa porównaliśmy go z rośliną z ziemi wyrastającą. Każde porównanie ma w sobie jakąś niedokładność, i nasze tak dobrze jak każde inne. U roślin, z jednego ziarenka, przy jednym korzonku rosnąć może kilka, kilkanaście nawet gałązek, czyli odnóg, kiedy tymczasem włos jeden tylko z każdej wyrasta cebulki. Zdarza się i bardzo często, że długie włosy na końcu okazują się rozdwojone; ale to jest stan niewłaściwy, grożący słabością lub śmiercią włosowi, na którym się po-każe. W takim przypadku nożyczki powinny

odżywić, przywrócić siłę słabemu włosowi, który przez to lepiej rośnie, tak jak rośliny, jeśli je w właściwym czasie, stosownie do potrzeby obcinamy.

To jednak znowu włosy mają wspólnego z roślinami, że jak one potrzebują także gruntu zdrowego, powietrza i hodowania, i jak rośliny potrzebują także pożywienia właściwego, dostatecznego, ale nigdy zbyt dużego.

Tak więc, kto chce troskliwym być o swoje włosy, powinien zapewnić im powietrze, czystość skóry, która je żywi, i zdrowie téj niwy, na której one wzrastają.

Naturalnie dodać do tego należy unikanie okoliczności, które każdej żyjącej istocie szkodzą, jako to: uderzeń, szarpań, wiązań i wszelkich mechanicznych dręczeń.

Potrzeba powietrza.

Któż z nas nie widział naprzykład w piwnicy roślin, które nie mając powietrza potrzebnego do ich dobrego utrzymania, przedłużają się, wykręcają, pną i wyciągają ku otworom okien-

kom, jakby szukając oddechu, lub nie znalazłszy go, umierają.

Z włosami te same czynić możemy spostrzeżenia. Kapelusze i czapki mężczyzn, prawie zawsze nieprzenikliwe dla powietrza, przeszkadzają pomyślnemu rozwijaniu się włosów. Dla tego to kobiety, które używają ubiorów głowy, dających wolny przewiew powietrzu, daleko obficiej opatrzone są włosami i mają je delikatniejsze i piękniejsze. Powietrze potrzebne jest włosom, jak każdemu tworowi żyjącemu, tak dobrze zwierzęciu, jak roślinie. Dla tego najusilniej zalecamy każdemu unikać używania nieprzenikliwych, wodotrwałych kapeluszy: dla tego samego najsumienniejsz oddajemy sprawiedliwość budowie wojskowych czapek, w których u wierzchu umieszczona jest rurka z otworami do przewiewu powietrza. Z urządzenia tego śmiano się zrazu we Francyi, ale ważność jego wpływu została i tam uznana.

W ogóle ręczymy naszym czytelnikom, że nawyknięcie do ciągłego noszenia nakrycia na głowie jest bardzo szkodliwe. Wiemy dokładnie, że wypadanie włosów zaczyna się zawsze

od wierzchu głowy, który wyłącznie pozostaje pod przykryciem kapelusza lub czapki, ta część włosów, która zaczyna się od ucha rozciąga na tyle głowy i kończy przy drugim uchu, u osób łyśnych zwykle pozostaje w stanie gęstości i bujności, tworząc dziwną sprzeczność z wierzchem głowy, pozbawionym tego pokrycia i ozdoby. Jedyną przyczyną tych zjawisk jest to, że jakkolwiek kapelusz lub czapka, nie zakrywają tej części włosów, która pokrywa kość tyłogłówną, a przystęp do nich powietrza utrzymuje ich zdrowie w pomyślnym stanie i zapewnia im dłuższą trwałość od tych, które przez pół życia prawie pozbawione są oddechu.

Nieprzenikliwość wszelkiego nakrycia głowy ma przytém tę jeszcze niedogodność, że zatrzymuje transpirację odbywającą się nieustannie na całej powierzchni skórnej, a tembardziej podwyższanej i przyspieszanej pod przykryciem zwiększającym naturalną tych wyziewów temperaturę. Włosy zostające w tej wcale niepożądanéj dla nich łaźni, muszą słabnąć i umierać.

Potrzeba czystości i mycia włosów.

Nie mylniejszego jak zdanie niektórych osób, że nie można myć głowy i włosów, tak jak myjemy twarz i ręce. Skóra głowy pokryta jest epidermidą innej natury jak reszta skóry pokrywającej nasze ciało. Epidermis jest to zwierzchnia warstewka skóry niezmiernie cienka, sucha i łamliwa, naturalnie zatem kruszy się przez rośnięcie włosów, które ją przebijają i rosną. Stąd przy samej osadzie włosów powstaje wielka ilość drobnych łuszczynek, o których bytności każdy łatwo może się przekonać.

Niedość na tém, głowa, równie jak całe nasze ciało, wystawioną jest na lawiny pyłu i kurzu, który widzialny lub niewidzialny póki jest w powietrzu, pokrywa nieraz grubą warstwą sprzęty, rośliny i wszystkie przedmioty znajdujące się na ziemi.

Ten pył osiadając i zbierając się na naszych głowach, utrzymując się między lasem naszych włosów, łączy się z łuszczykami epidermidy, a przy pomocy transpiracji, łuszczyki te i pył łączą się i zarabiają z tą wilgocią i tworzą około

każdego włosa zaspy, które potrzeba koniecznie usuwać i niszczyć.

Do tego służą grzebienie i szczotki, ale przede wszystkim mycie głowy, przeciw któremu tak wiele jeszcze osób zachowuje najniesłuszniejszy przesąd. Grzebień i szczotka, do korzyści czystości, łączą jeszcze pewien rodzaj drażnienia skóry, który nie jest bez pożytku. Ogrodnik, który umie stosownie poruszać ziemię, skrapiać ją w porę, cieszy się zawsze pomyslnym wzrostem roślin; powiedzieliśmy już że włos jest rośliną, niech się zatem nikt nie dziwi, że domagamy się dla niego starań potrzebnych w każdej uprawie. Włosy zbyt suche, łamiące się, potrzebują być zmiękczone mi za pomocą ciał tłustych; przeciwnie włosy zbyt tłuste powinny być pozbawiane zbytniego tłuszczu, przez obmywanie wodą czystą lub nieco kwaskową, zdolną rozpuścić i zabrać tłuszcz jaką je pokrywa.

Wszystkie te starania około włosów są koniecznie potrzebnemi do ich utrzymania; im troskliwiej zajmujemy się niemi, tem one są piękniejsze. Przed chwilą mówiliśmy o włosach

u mężczyzn i u kobiet, dodamy tu jeszcze, że kobiety dla tego mają dłuższe, piękniejsze i bogatsze włosy, że do zwyczajów ich należy staranniejsze czesanie się, układanie ozdobne włosów, jednym słowem staranniejsze obchodzenie się z nimi niż u mężczyzn.

Ogólny pomyślny stan zdrowia potrzebny jest do zdrowia włosów.

Mnóstwo pojawiło się w handlu rozmaitych pomad i leków, wyłącznie przeznaczonych do zapobiegania wypadaniu włosów; ze wszystkich stron, jakby z pod ziemi wyrastają doniesienia o nieomylnych środkach, pod najrozmaitszymi nazwami, to cudownej wody, to lwiej albo niedźwiedziej pomady, a fabrykanci ich przybie-
 rają ton tak napuszony, jakby przemawiali pu-
 zonem, albo zagłuszającą wszystko trąbą. Dla
 tego to zapewne lekarze zarzucili zupełnie pra-
 wie kwestję włosów, tak jak już niemal zupeł-
 nie zrzekli się ważnego rozdziału higieny zę-
 bów. Nic w tem dziwnego, jakże tu brać się
 poważnie do rozumowania o przedmiocie,

w którym stużęcyczny szarlatanizm sypie jakby z rogu obfitości ogłoszeniami wynalazków, które naprzykład tak nieomylnie mają sprrowadzać rośnięcie włosów, że na czele doniesienia przyrzeczoną jest summa kilku tysięcy franków temu, kto przekona że za użyciem owego cudownego lekarstwa, nie wyrosły mu włosy, chociażby na dłoni.

Jednak to zaniedbanie ze strony sztuki lekarskiej nie jest sprawiedliwem; umiejętność nie poniży się nigdy przez to, że się zajmie choćby najdrobniejszymi szczegółami. Tombak nie zaszkodzi czystemu złotu, a prawdziwa mądrość jest jak słońce, byle się tylko ukazała, rozproszy chmury szarlatanizmu i spłoszy cienie przesądu.

Włosy ścisły mają związek z ogólnem zdrowiem. Popadają one nieuchronnie w słabość skoro właściciel ich dotknięty jest ważną niemocą. Słabości włosów są liczne i rozmaite, należy więc używać przeciw nim, lub dla zapobieżenia im, rozmaitych środków. Pomady, wody aromatyczne, mogą utrzymać w dobrym stanie włosy zdrowe, ale jakaż może być ich

władza, jeśli włosy są słabe, skutkiem wewnętrznej słabości, albo dziedzicznej niemocy, albo nakoniec słabe z powodu ogólnej słabości człowieka.

Włosy mogą wypadać skutkiem słabości ogólnej, ale to samo może także objawić się z powodu zbytku zdrowia skóry, służącej im za grunt i dającej im pożywienie. Ludzie słabną z niedostatku pokarmu, ale też umierają z niestrawności. Kiedy krew zanadto uderza na czaszkę, jak naprzykład u ludzi pracujących umysłowo, lub u tych, którzy często na twarzy i na głowie okazują się zbytecznie zaczerwienionymi, włosy przesycają się sokami pożywnymi, w pierwszej chwili stają się nader bujnymi, ale wkrótce wstają i wypadają; takie włosy rzeczywiście umierają na niestrawność. Wiemy że w rolnictwie trafiają się ziemi zbytecznie silne, które palą i niszczą zasiane w nie ziarna; tak samo dzieje się z skórą zawierającą zbyt soków pożywnych, to jest zbyt krwistą, zbyt nerwową, lub za bardzo tłustą; przeszkadza ona należytemu utrzymywaniu się i rośnięciu włosów.

Wiemy dobrze jaki zarzut możnaby tu nam

uczynić: Zdrowie ogólne człowieka wpływa na zdrowie włosów, na to zgoda; ale słabość, nawet zupełna utrata włosów, nie ma żadnego wyraźnego wpływu na zdrowie ogólne. Ludzie, którym włosy wypadają, bardzo rzadko kiedy tracą przez to na zdrowiu i bardzo łatwo spotkać człowieka zupełnie pozbawionego włosów, czerstwiejszego i silniejszego, niż posiadacze najobfitszych i najwspanialszych fryzur. Poczóż więc zajmować się tak nieużytecznymi szczegółami?

Na wstępie zaraz powiedzieliśmy, że włosy, jakkolwiek drobny organ naszego ciała, mają jednak swój cel i użytek, i nie napróżno umieszczone zostały na głowie człowieka. Nie chcemy tu wdawać się w zbyt naukowe fizjologiczne wywody, ale też nie ustąpimy nierozważnym zarzutom, ani niesłusznym twierdzeniom. Prawda że w najgorszym razie można się obejść bez włosów, są przecie ludzie, których słabość albo przypadek zmusza do pozbycia się ręki albo nogi, a którzy jeszcze potem długo żyją. Nie szukajmy daleko; czyż jeden kaleka używający tak zwanych kul, chodzi tak

łatwo, tak zręcznie, że człowiek z zdrowemi nogami zmęczyłby się, gdyby mu przyszło iść z tantym na wyscigi. Czyliż stąd mamy wnosić, że brak nogi nie jest nieszczęściem, i że nie warto mieć obie nogi zdrowe? Wykładając higienę popularną, nie mamy prawa szeroce rozprawiać o błachych kwestjach piękności, fizjonomji, o dzieciństwach zbytku i mody. Ale włosy dane nam zostały z innego powodu. One osłaniają głowę od nagłych zmian temperatury, chronią od upału lub zaziębienia, dane nam są dla zobojetniania zewnętrznych przypadkowych uderzeń i dla rozpraszania zbytnej obfitości elektryczności żywotnej, która gromadzi się ciągle około środkowego zbioru nerwów, około mózgu; nie mogliśmy zatem pominąć tak ważnej kwestji.

O potrzebie delikatnego obchodzenia się z włosami i obcinaniu ich.

Po śmiesznych rusztowaniach peruk, wynalezionych przez sławnego *Binelle*, po tym szkodziwym zdrowiu pyle, którym bielono najmłodsze nawet głowy, po niemieckich harcaphach i

wiązaniu, krępowaniu i zlepianiu włosów, wróciliśmy na szczęście do rozsądnego i korzystnego dla zdrowia sposobu noszenia włosów. Włosy nie mogą ciągle być w jednym kierunku przężnemi i ciągnionemi bez istotnej szkody; dla tego kobiety, które zwyczajami mody zmuszane są nosić włosy wiązane, plecione, wyciągane, powinny przynajmniej starać się czynić to z jak największą ostrożnością i delikatnością; dobrze także uczynią, jeśli często zmieniać będą te linje, które rozdzielają kierunek włosów na dwie strony, a które zwykle nakreślają się grzebieniem. Zaniedbując téj ostrożności zmieniania miejsca i kierunku téj linji rozebrania włosów narażają się na pozbawienie włosów w tém miejscu, gdzie były ciągnione i wyprężane nieustannie.

Daléj należy w pewnych przerwach, przez stosowne obcinanie odżywiać i wzmacniać włosy. Powiedzieliśmy już, że przyszedłszy do pewnej długości, każdy włos rozdwa się na końcu, co dowodzi jego osłabienia, grozi śmiercią; prędzej wtedy za nożyce, obcinajcie już schorzałą część, aby nadać silniejsze życie pozostałej nierozdwojonej łodyżce, inaczej ujrzy-

cie je spadające jak liście w jesieni, jak rośliny źle chodowane.

Obcinanie włosów nie może być dokonywane w każdej porze i w jakim bądź sposobie. Natura nasza, powtarzać to będziemy zawsze, nie lubi nic nagłego, i żadnego gwałtownego postępowania. Kto nazwyczał się nosić długie włosy, bardzo źle uczyniłby gdyby je od razu krótko ostrzygł. Należy je obcinać stopniowo co kilka dni, aż nareszcie, jeśli tego koniecznie potrzeba, dojdzie się do zupełnej krótkości. Krótkie od razu ostrzyżenie włosów sprowadza niekiedy w ogólnem zdrowiu człowieka znaczne szkody.

Strzyżenie włosów nie powinno być dokonywane zaraz po obfitym obiedzie, ani w czasie ciężkiej słabości, ani przy zbyt niemiernie lub dżdżystem powietrzu. Włosy, jako organa żyjące, sprowadzają na głowę znaczny zapas soków pożywnych i rozpraszają także część żywotności, z drugiej strony osłaniają one całą okolice, którą pokrywają od nagłych zmian ciepła i zimna. Obcinając włosy po dobrym obiedzie, lub w czasie ciężkiej słabości, odejmują

jemy głowie, na którą trawienie albo cierpienie nader energicznie działa, część działaczy rozpraszających zbytek zbierających się na niej soków, i tym sposobem sprowadzamy ich przeładowanie i nieporządek. Stąd pochodzą bóle głowy, katary, bóle oczu, zapalenia gardła i t. p. Skarżymy się, nie wiemy czemu przypisać te drobne słabości, a jest to kara za niewiadomość, nieostrożność, a przynajmniej brak rozwagi.

Staranie około włosów w czasie słabości.

Każdy słaby mało myśli o włosach; taki nawet który zwykle ma o nich w stanie zdrowia troskliwe staranie, owiązawszy głowę chustką lub włożywszy nocną czapeczkę, nie pyta się że w chwilach gorączki powstaje ogólna transpiracja która najbardziej zbiera się na głowie. Ani się pomyśli o grzebieniu, szczotce, a tém bardziej myciu głowy. I szczerze mówiąc nie myślimy tu czynić zarzuty słabym, bo czyż można żądać aby wśród boleści zajmowali się temi drobnemi szczegółami?

Ale cóż się dzieje? Włosy nieczesane, a zwilżane potem, zanieczyszczane owemi łuszczykami epidermy, zlepiają się, płaczą, krzyżują, pętają jak pasmo nici powierzone niezręcznej ręce. Ztąd naturalnie włosy poplątane, zawilżone, zanieczyszczone, słabują i boleją; ich wzrost doznaje przeszkód, walczy z nimi, i wysila się. Wtedy do cierpień ogólnej słabości przystępują cierpienia głowy, włosy wypadają, skóra na głowie podpada słabości. Należy więc starać się o uniknienie tego przydatku choroby.

U kobiet, które powszechniej noszą długie włosy, takie wypadki w czasie długich słabości pospolitsze są jeszcze niż u mężczyzn, których krótsze włosy nie tak bardzo podlegają zawilemu splątaniu. Przeciw tym przypadkom jest sposób bardzo prosty i łatwy. Skoro lekarz oświadczy że zabiera się na długą słabość, należy dokładnie uczesać włosy, lekko spleść je w średniej grubości promienie, a ilekroć zmienia się czepek służący do zasłonięcia głowy od zaziębienia, dobrze jest obetrzeć transpiracją z włosów płótnem bądź lnianem bądź bawełnia-

nem. Tak postępując zapobieżywszy niewątpliwie wypadaniu włosów i zachowamy je takimi jak przed słabością.

Starania koło włosów po słabości.

Wszelka długo trwająca słabość wywiera wpływ na cały nasz organizm, nic dziwnego zatem że w takich wypadkach i skóra pokrywająca czaszkę i służąca za grunt na którym rosną włosy, podziela chorowity stan jestestwa i nie daje już włosom dostatecznej ilości potrzebnego im pożywienia. Jeśli tylko włosom zabraknie stosownych żywotnych soków, muszą one niszczyć i wypadać. Samo wypadanie włosów nie byłoby wielkiem złem, bo jak powiedzieliśmy na początku, pozostaje wewnętrzna w skórze torebka odradzająca i zarodki mogące zastąpić wypadłe włosy. Ale jeśli ta torebka popadnie w słabość, z jednej strony przez wydanie z siebie sił żywotnych ku wspieraniu włosa przed jego wypadnięciem, z drugiej zaś strony przez wycieńczenie skóry w której ta torebka jest ukryta; w takim razie sama ona niszcze-

je, schnie, staje się niezdolną do wypełniania swego obowiązku, nakoniec z kolei umiera; włos przeto z niej urodzić się nie może.

Kiedy tego rodzaju osłabienie ogólne skóry jest niewątpliwie wiadome, choćby nawet здавало się że włosy są zupełnie w dobrym stanie, radzimy nie żałować ich i obciąć je bardzo krótko, a nawet w niektórych razach ogolić głowę zupełnie.

Przez to wszystkie soki pożywne przyjdą na użytek torebki odradzającej i tę w niej odżywną siłę utrzymają nadal. Któryż ogrodnik wahałby się obcinać liście, gałęzie, pnie nawet, jeśliby miał pewność że przez to otrzyma bujniejszy wzrost tych samych roślin?

Prócz tego, rekonwalescent powinien starać się o odzyskanie ogólnej siły; jakkolwiek drobną jest ilość materiałów żywotnych przetwarzanych przez włosy, zawsze to co one pozostawiane długimi spożytkują, jest niepotrzebnym wydatkiem, z ujmą reszty organizmu. Człowiek który stracił znaczną część majątku, powinien umieć zmniejszyć liczbę swoich służących. Później, kiedy stan jego majątkowy

polepszy się znacznie, kiedy pokryją się znaczniesze niedobory, jednym słowem kiedy powróci do położeniu finansowego jakie poprzednio zajmował, będzie mu wolno przywrócić dom swój na dawną stopę. Tak samo dzieje się z rekonwalescentem po ciężkiej słabości.

Moglibyśmy przytoczyć liczne przykłady osób, które uposażone bogatemi zwojami włosów, ulegały z niedocieczonęj przyczyny przypadłościom chorobliwym. Były to kobiety lub młode panienki, którym nagle znikł rumieniec, zastępowała go dziwna bladość i te wszystkie symptomy ogólnego osłabienia które lekarze nazywają *Anemia*. Daremne były wszelkie środki lekarskie; preparata żelazne, tak energicznie działające w podobnych przypadkach, tu nie wywierały żadnego wpływu. Wtedy jednemu z lekarzy więcej zastanawiającemu się niż inni, przyszła szczęśliwa myśl obcięcia wspañiałych warkoczy, a siły żywotne obracane dotąd na użytek włosów, zwrócone do ogólego organizmu, przywróciły mu dawne zdrowie.

Wody i pomady sprzyjające włosom.

Cudów dokazać żadne wody i pomady nie mogą, i bajką jest wszystko co mówią o niesłychanej skuteczności pomady samsonowej, sadła niedźwiedziego, borsukowego i innych substancyj, od których wpływu włosy wyrastać mają nawet na dłoni.

Z tego cośmy już dotychczas o anatomii i fizjologii włosów przeczytali, wykazuje się aż zanadto jasno, że włosy nie mogą wyrosnąć tam gdzie ich zarodka, gdzie ich cebulki niema; nie sposób także, żeby włosy utrzymały się długo w skórze zanadto chudej, cienkiej, wycieńczonej, albo nawet w skórze za bardzo krwią napelnionej, tłustej, bolesnej, lub sokami chorobliwemi przesiąkłej.

Z tego wszystkiego nie wypada jednakże, żeby na wzrost i zdrowie włosów do pewnego stopnia skutecznie nie wpływały pewne środki skórze czyszczące, wzniecające, wzmacniające, ze złych humorów i z bólu leczące, lub ze zbytnej tłustości obierające.

Wodą, która najłatwiej pozbawia głowę lu-

pieżu i przytem leczy z bolu głowy, jest następująca, znana powszechnie pod nazwą wody księcia Regenta:

Kamfory granów 10.

Ammoniacu kaustycznego połowę drachmy.

Eteru siarczanego drachm 2.

Dobrego rumu jamajskiego drachm 4.

Wody dęszczowej funt 1.

Obmywać tą wodą co trzy dni wieczorem idąc spać głowę, i związać ją na noc cienkim fularem.

Najlepszą pomadą opierającą się wypadaniu włosów jest następująca, znana pod nazwą barona Dupuytren'a, i istotnie przez tego wielkiego lekarza zalecaną,

Szpiku wołowego $\frac{1}{2}$ funta.

Octanu ołowiu kryształizowanego 4 grana.

Balsamu czarnego peruwiańskiego 10 granów.

Rumu jamajki 1 drachmę.

Tynktury kantarydowej $\frac{1}{2}$ drachmy.

Tynktury gwoźdźkowej,

„ cynamonowej po 20 kropli.

Co wieczór wciera się tej pomady w głowę tyle ile orzech laskowy.

Najlepszą pomadą odżywiająca skórę, dodającą jej siły, włosom wzrost i smagłość, jest tak zwana pomada „królowej Wiktorii”, którą jej akuszer Baronet Sir James Clark, Doktor i Professor Medycyny wymyślił, i która w Anglii nadzwyczajną, większą od oleju makassarskiego cieszy się wziętością. Składa się z następujących części:

Szmalcu gęsi tuczonych przez trzy miesiące ryżem i owsem, i płukanego w wodzie deszczowej przez 10 dni funt 1.

Balsamu peruwiańskiego drachmy 3.

Tynktury kantarydowej drachm 6.

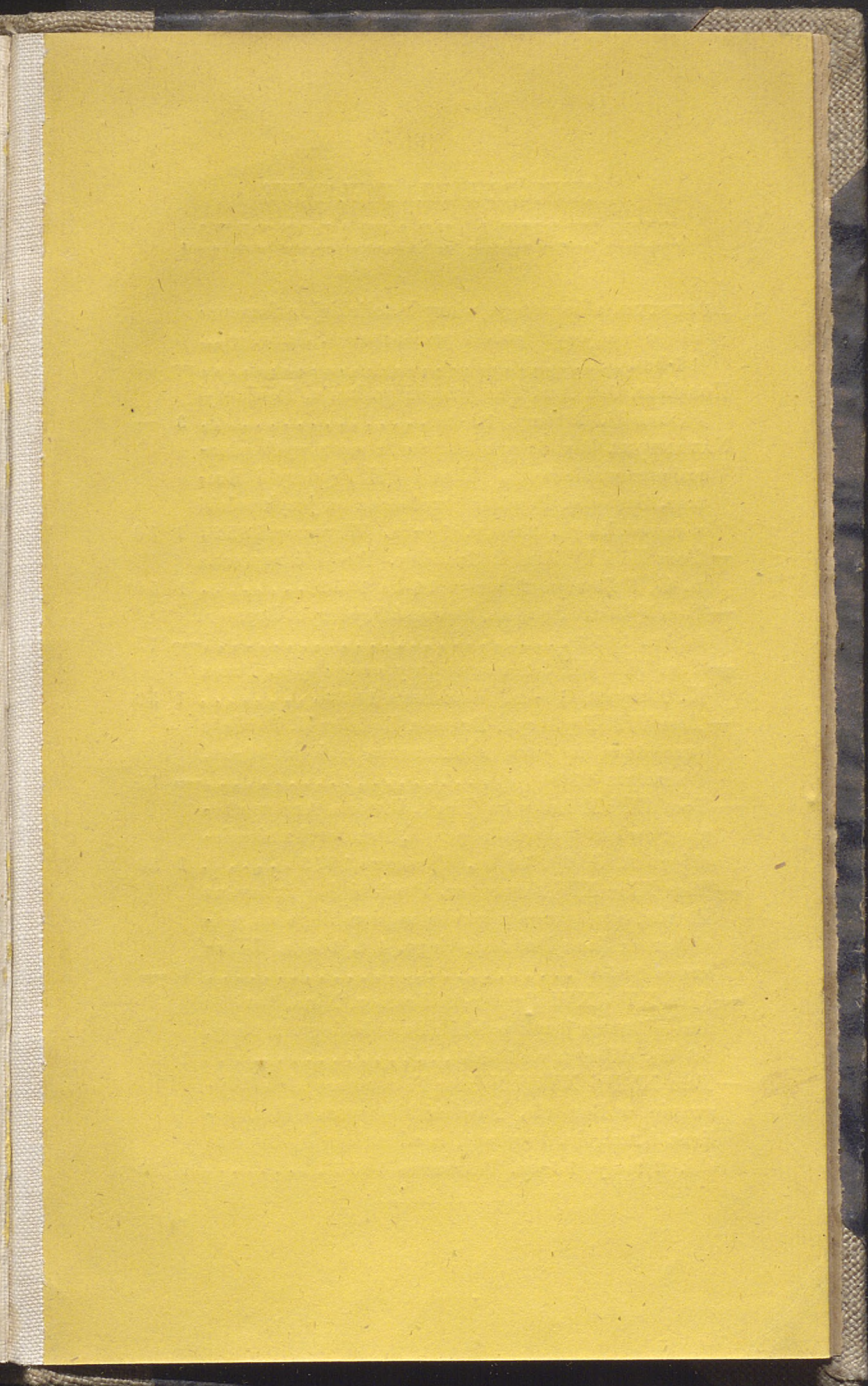
Olejku lotnego wanilii drachmy $\frac{1}{2}$.

Wcierać rano i wieczór ilość połowy orzecha laskowego (1).

(1) Ta pomada znajduje się w Warszawie w Apteczce JEJÓ CESARSKO-KRÓLEWSKIEJ MOŚCI (Szteynera, Krakowskie-Przedmieście na prost O.O. Bernardynów) i w zakładzie pachnidel braci Natanson, Krakowskie-Przedmieście N. 440.

K O N I E C.





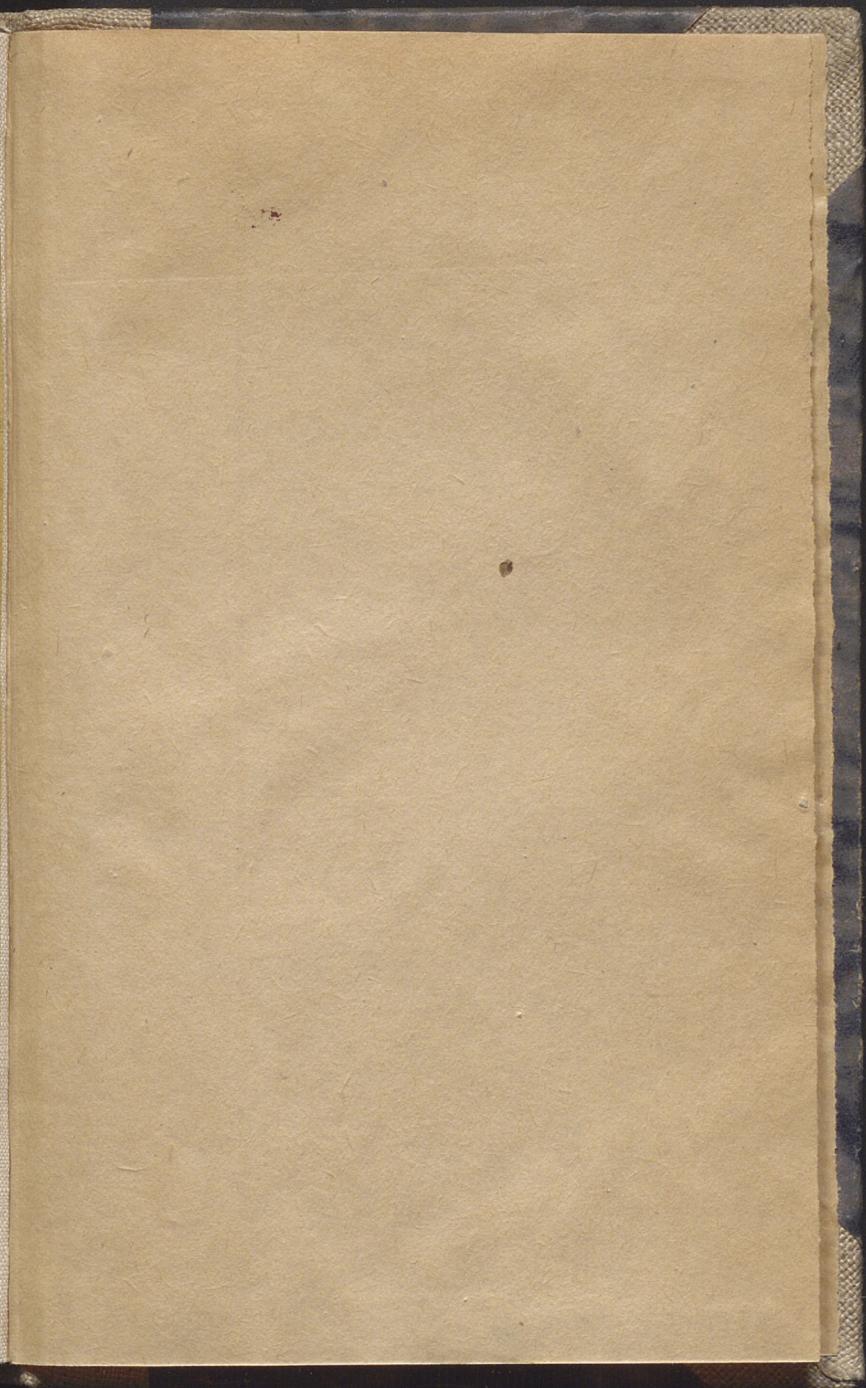


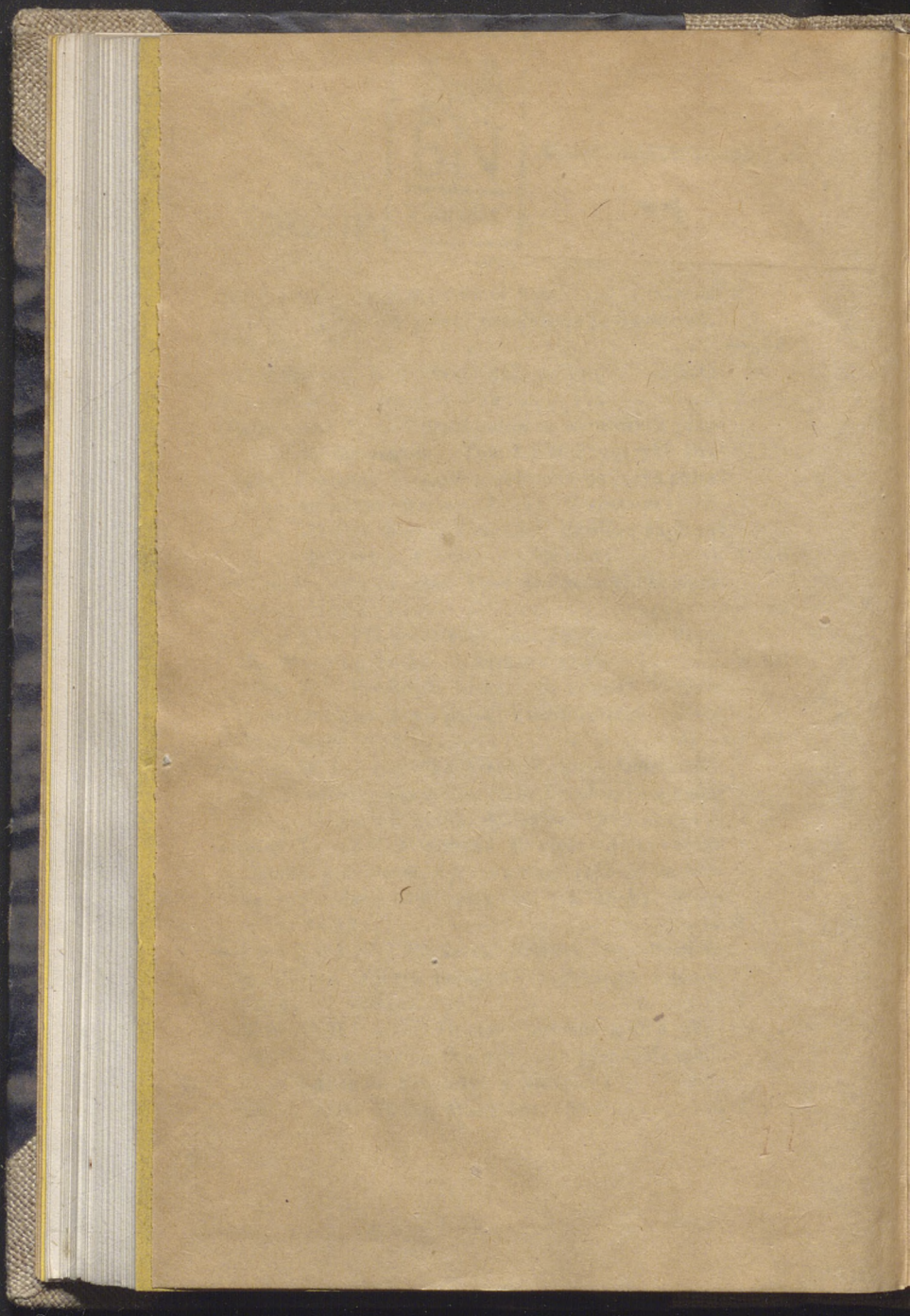
BIBLIOTEKA
NARODOWA

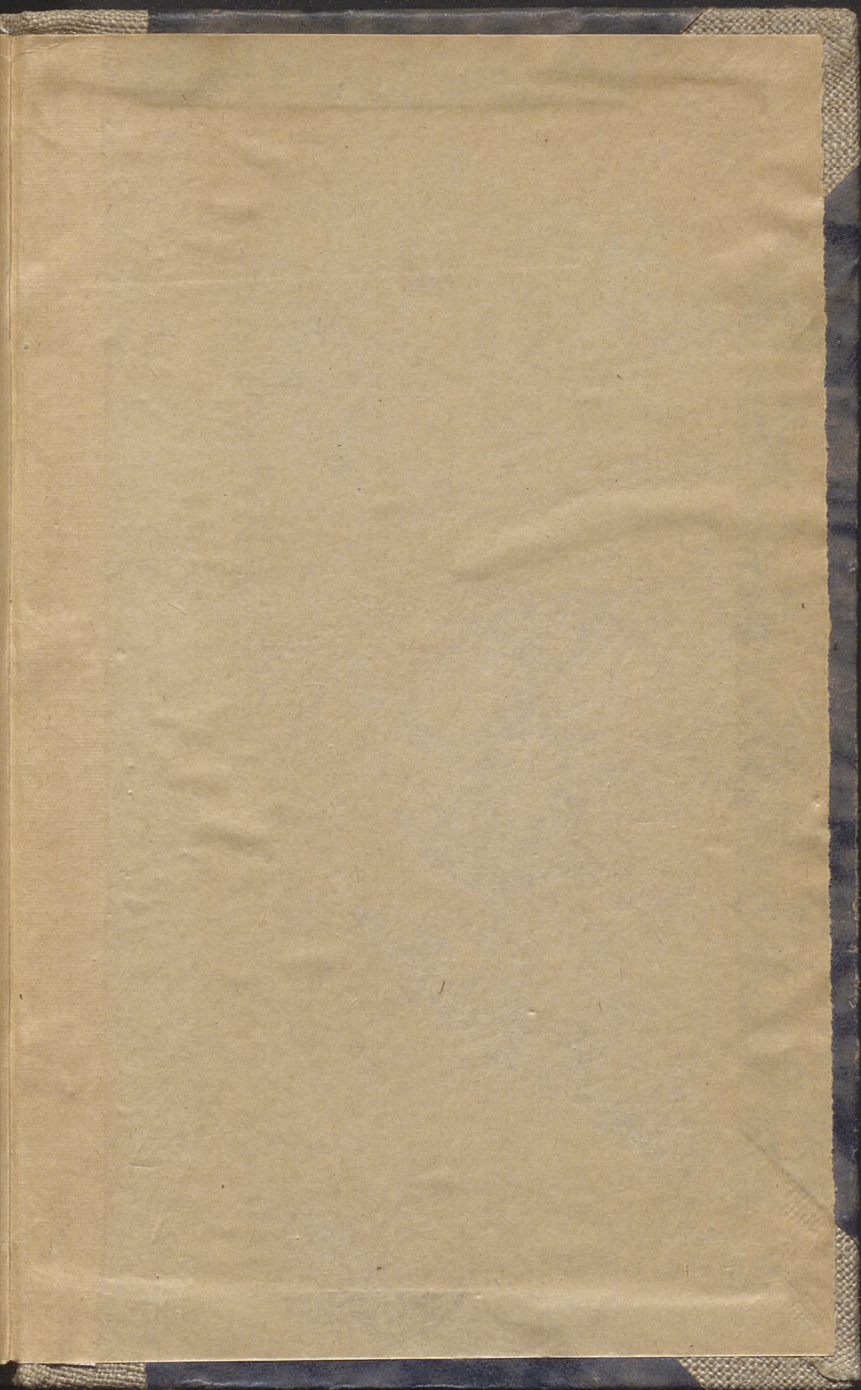
NI
HENE

4A

- AUGUSTYN, albo potęga wiary katolickiej z francuzkiego na język polski przełożone p. Jadwigę...
16-ka — 60
- KOSIŃSKI, Ad. Am. Przejazdki po kraju. Powiastki i Obrazki. 3 tomy. 12-ka 3 —
- NATANSONA Wybór przekładów z wzorowych pisarzy zagranicznych. Tom I i II Fryderyki Bremer, Sąsiedzi. Powieść przełożona na język polski z szwedzkiego. 2 tomy. 16-ka. Warszawa 1852. 1 50
— Tom III i IV Zamek Grantley. Powieść napisana p. G. Fullerton. 2 tomy. 16-ka 1852 1 50
— Tom V Córki Prezesa. Powieść Fryderyki Bremer. 16-ka. 1853 — 75
— Tom VI i VII Jafet szukający swego ojca. Przez K. Maryata. 16-ka. Warszawa 1853 1 50
— Tom VIII Fryderyki Bremer, Rodzina H. Powieść przełożona na język polski z szwedzkiego. 16-ka. Warszawa 1854 — 75
— Tom IX i X Ludwika Tieck, Vittoria Accorombona. Powieść w pięciu księgach. Przełożył z niemieckiego A. G. 2 t. 16-ka. Warszawa 1855 1 50
— Tom XI—XIV Notaryusz. Powieść Józefa barona Eötvös, przełożona z języka węgierskiego na polski przez Jana Dobrzańskiego. 4 t. 16-ka. Warszawa 1855 3 —
— Tom XV i XVI Fryderyki Bremer, Nina. Powieść przełożona na język polski z Szwedzkiego. 2 tomy. 16-ka. Warszawa 1855 1 50
— Tom XVII i XVIII Hektor Fieramosca albo Wyzwanie w Barlecie. Powieść historyczna Maxymiliana d'Azeglio. Przełożył z włoskiego J. Chęciński. 2 tomy. 16-ka. Warszawa 1856 1 50









40976

BIBLIOTEKA NARODOWA
WARSZAWA

Biblioteka Narodowa
Warszawa



30001002742734