2 krát
vyznamenáno
ve Vídni 1903.

ZÁSLUŽNÁ MEDAILLE

Dem Verdienste

ZÁSLUŽNÁ MEDAILLE

Lidové lékařství

Sestavení

vyzkoušených a osvědčených
domácích a léčivých prostředků.

CENA
K 2,70

www.scan.cz

www.scanzen.cz

Lidové
Lékařství

s přílohou:

barevná tabulka rostlin.

Sestavení
vyzkoušených a osvědčených
domácích a léčivých
:-: prostředků. :-:

Dle osmého, značně zlepšeného a rozšířeného vydání přeložil Dr. B. Z.

Říjen 1910.

**Nakladatelství »Uranos«
ve Fuerth, Bavory.**

www.scanzen.cz

Všecka práva vyhražena.

:: Patisk zakázán. ::

CL. ATTENKOFER'SCHE BUCH- U. KUNSTDRUCKEREI, STRAUBING.

První vyznamenání!

Při

VÁNOČNÍ VÝSTAVĚ

v Květinových síních c. k. zahradnické společnosti ve Vídni 1903

byla spisovateli
»Lidového lékařství«

E. Löfflerovi

přiznána první cena.

Do příslušné listiny možno nahlednouti u nakladatelství »Uranos« ve Fuerth Bavory.

www.scanzen.cz

Druhé vyznamenání!

Předsednictvo Rakouské společnosti

pro kuchařství, výživu a
:: domácí hospodářství ::

ve VÍDNI 1903

přiznalo spisovateli
»Lidového lékařství«

E. Löfflerovi

zásluhnou medaili.

Do příslušné listiny možno nahlednouti v nakladatelství »Uranos« ve Fuerth Bavory.

www.scanzen.cz

Obsah:

Koření, po případě rostliny, choroby ženské, choroby dětské, potraviny, lázně, oděv, pěstování těla, kůže, vlasů a nohou, povšechné o chorobách, domácí lékárna, vysvětlivky modelů a seznam věcný.

POZNÁMKA.

K této knize možno obdržeti dle přání rozkládací model

»Lidské tělo«

(muž nebo žena).

Cena jednoho modelu: 60 feniků = 70 h = 70 ct. = 30 kop.

Nakladatelství.

www.scanzen.cz

Račte přesně zkoušeti!

Doporučuje se samo sebou.

Předmluva.

Účel této knihy nepotřebuje asi žádného dlouhého výkladu. Kniha ta má býti malým ukazovatelem jak rodině, tak i jednotlivci a má poučiti čtenáře o upotřebení rostlin a látek rostlinných za prostředky léčivé. Kniha jest sestavena prakticky a přehledně a neobsahuje jinak rozvláčných pojednání, které bývají laikovi jen nesnadno srozumitelnými.

Ve venkovské domácnosti a všude tam, kde nelze lékařské pomoci obdržeti v každý čas, kde běží o náhodu nebo dočasnou nevolnost, má »lidové lékařstvi« sloužiti za rádce. Pestrý arch rostlin, připojený ke knize, má každému umožniti, aby si osvojil také potřebné vědomosti o neznámých mu snad ještě léčivých rostlinách, kořeních a houbách i o jedovatých.

O příznivém přijetí této knihy v rodinách svědčí skutek, že v poměrně krátké době bylo prodáno 70.000 výtisků. Nynější (osmé) vydání bylo značně rozšířeno a zlepšeno. Při levné ceně jest každé rodině a každému jednotlivci umožněno knihu tuto si zakoupiti.

Račte laskavě knihu tuto v kruhu svých přátel a známých dále doporučovati, aby byla také uvedena tam, kde dosud není ještě známa.

Pokyny k dalšímu zlepšení i případné opravy se vděčně přijímají.

Vydavatelství.

www.scanzen.cz

Úvod.

Jest mnoho malých chorob a nevolností, ku kterým nemocnému nebo jeho okolí nezdá se vždy nutným povolati lékaře. Místo lékaře přibíráme pak na radu svou zkušenost a osvědčené prostředky domácí, ale jest nutno znáti i upotřebení těchto, abychom jich mohli použíti s prospěchem. Také při vážnějších chorobách možno zručným a účelným použitím domácích prostředků zmírniti bolesti a při dobrém, rozumném větráni světnic a při naprosto nutné, každé chorobě přizpůsobené dietě dociliti opětného uzdravení.

Při tom však neočekávejme, že jen jednou použitý prostředek domácí ihned přinese úspěch u těžkých chorob, k tomu jest náš organismus přes veškerou svou zdánlivou prostotu přece příliš složitým následkem toho, že všecky orgány do sebe zasahují. Nedostavovalo-li by se přes správné upotřebení prostředků těch žádné zlepšení, nutno ovšem přivolati lékaře.

Kniha tato sleduje především ten účel, aby byla čtenáři rádcem při nahodilých nevolnostech a lehčích chorobách, jak se dají tyto zhojiti vhodnými prostředky. Aby to bylo možná co nejpohodlněji, jsou mnohé léčivé byliny a jedlé houby přesně dle přírody vyobrazeny na přiložené tabulce rostlin, jichž cenu zná ten, kdo při dnešních poměrech hospodářských nesmí býti nemocen, neboť nemoc má bohužel za následek pro mnohé dlouho trvající neschopnost ku práci a hospodářské poškození.

Za účelem, všem lidem býti upřímným, milým přítelem, bylo sestaveno toto »Lidové lékařství«.

www.scanzen.cz

Dbá-li čtenář této knihy poněkud na své blaho tělesné, odříká-li se nadměrného požívání alkoholu a kouření, varuje-li se dívka, nastávající matka, nadměrného stahování žeber a žaludku, dbají-li všichni lidé na čistotu svého těla, prádla, oděvu, lože, obydlí a místností pracovních, dále na rozumnou výchovu dětí, tu se při všech nepředvídaných, ještě nevyskytnuvších nevolnostech kniha tato hojně osvědčí svými pokyny.

Nutno dbáti toho, aby se tuto uvedených prostředků domácích užívalo správně a aby jich nebylo upotřebováno příliš často nebo příliš silně, neboť nemají to býti »k o ň s k é l é č b y«; tyto by tělo poškodily a také chorobu by zhoršily.

V této knize vyjmenované rostliny léčivé mají následkem svých součástí zcela rozdílné účinky v lidském organismu i musí tudíž býti péčlivě voleny a přizpůsobeny stávajícímu stavu chorobnému; ku příkladu čaj z máty peprné nemůže nikdy býti prostředkem proti zánětům očním. V rostlinách obsažené kyseliny, jak asi všeobecně jest známo, rozpouštějí a uvolňují chemické sloučeniny v lidském těle. Obsah vápna v rostlinách jest nezbytně nutným ke stavbě naší kostry. Rostliny obsahují dále bílkovinu (hlavní látku pro naši výživu), síru, fosfor, železo, kyselinu křemičitou a t. d. Vše to slouží ke stavbě, vzrůstu a obnovování našeho těla a právě proto máme my, jakožto produkt přírody, při svých chorobách v prvé řadě opět pomoci hledati u produktů přírody, u rostlin, z jichž součástí jest náš organismus zbudován.

Rostliny a části rostlin

a j i c h u p o t ř e b e n í k č a j i (o d v a r u), v ý t a ž k u, š ť á v ě n e b o p r á š k ů m p ř i n e j r ů z n ě j š í c h vnitřních a zevnic chorobách a příhodách.

Aloë.

(P r o s t ř e d e k p o č i s ť u j i c í ž a l u d e k a s t ř e v o.)

A l o ë jest krásná rostlina, domovem v horkých krajinách (v Africe), rostoucí divoce v jižních zemích evropských, kdežto u nás bývá často pěstována jako květina pokojová a dobře se jí při tom daří. Jako taková bývá dosti otužilou a málo citlivou vůči zimě, neboť, ač jest pravým dítětem tropickým, dovede se velice dobře přizpůsobiti rozdílným teplotám. Květe v měsíci červnu. Rourovité k v ě t y vyzařují do žluta a oranžově žluta a tvoří podlouhlý hrozen. Stonek dosahuje výšky 2 stop. Tmavozelené l i s t y jsou tlusté, dužnaté a velmi šťavnaté. Nařízneme-li list, vytéká neb odkapává brzy tmavozelená, olejová šťáva. Tato obsahuje jako hlavní součásti neobyčejně hořkou látku extraktivní a pryskyřici, která činí ji tak lepkavou. Tato šťáva skrývá také v sobě specifické léčivé vlastnosti rostliny té. Dlouhé listy jsou při spodině stonku seskupeny růžicovitě. C h u ť rostliny té jest velmi hořká a z á p a c h zvláštní, odporný. (Srovnej na tabulce rostlin vyobrazení.)

Čeleď rostlin aloových má celé množství druhů, které všecky více nebo méně poskytují zmíněnou šťávu aloovou, zvanou krátce »aloë«. Za tím účelem se

www.scanzen.cz

rozřezané listy vylisují, šťáva vylisovaná se pak zahřátím zbaví látek bílkovitých a odpaří se do husta.

K účelům léčebným užívá se aloë přímo jako do husta odpařené šťávy, jako prášku aloového a jako tinktury aloové, která se prodává v lékárnách.

Aloë působí velmi energicky na orgány pobřišku, zvláště na střevo, počisťuje žaludek a střeva. Používá se jí především jako projímavého prostředku ve případech úporné zácpy a zleněné stolice, ve kterých se jinak používá více nebo méně odporného oleje ricinového. Jedna nebo několik málo kapek aloové tinktury, kterou pro její velkou hořkost nutno silně zředíti vodou, stačí k docílení stolice. Aloový prášek v dávce 1—2 krát na špičku nože svařený ve $^1/_4$ litru vody, působí také silně projímavě. Jako důležité amarum (hořká látka) posilňuje aloë podobně jako jiné hořké prostředky žaludek a v jistých případech povzbuzuje chuť k jídlu. Svým povzbuzujícím a projímavým účinkem, jaký má aloë na žaludek, střevo a zároveň na játra, jeví se aloë léčivým prostředkem při znesnadněném nebo seslabeném zažívání se zleněným vyprázdňováním stolice, při slabosti jater s nedostatečným nebo vadným odměšováním žluče, dále při ochablosti střev, při silném tvoření hlenu a kyseliny v rouře zažívací, při vleklém ucpání jater a při nahromadění hmot lejnových v tlustém střevě následkem zamezeného odměšování žluče a při uporné kolice se zácpou. Také učinkuje při haemorrhoidech, aby se prý způsobilo obvyklé, ale potlačené krvácení. — Při popáleninách rozpůlí se list a přiloží se na místo popálené. Z listů získaná šťáva přiložená na otevřené rány působí hojivě.

Aloë upotřebuje se také spolu s jinými prostředky rostlinnými. Při žloutence pije se čaj bezový a šeříkový, ke kterému se přidá aloë v dávce na špičku nože. Přidá-li se k čaji z řebříčku a třezalky něco aloë, působí to velmi dobře na opozďující se měsíčky. Dva díly práškované aloë a 1 díl práškované myrrhy v podobě zásypu na rány hojí nejzhoubnější výrůstky, pištěle a zapáchající vředy.

Poněvadž aloë není tak lhostejným prostředkem, jak se mnozí domnívají, nýbrž má účinek velmi energický, může se jí snadno způsobiti škoda. Varuje se tedy jak před příliš dlouhým užíváním, tak před příliš velkými dávkami (za nejsilnější dávku jednotlivou pro dospělé platí 1 gr.); silnější dávky mohou zaviniti příznaky otravné, ano jsou známy i případy úmrtí po aloë.

Zvláštní opatrnost jest třeba při haemorrhoidech, katarhu děložy a v těhotenství, poněvadž tu snadno může nastati krvácení. Aloë má bližší vztahy k děloze a může vyvolati velmi silné kontrakce (stahování) této, čím lze vysvětliti nemilé účinky na tento orgán. Vůbec jest ženské pohlaví vnímavější pro účinek aloë.

Angelika (Andělika).
(Proti zahlenování.)

Nejznámější druh této čeledi jest Angelica sylvestris (Andělika lesní).

Jest to statná rostlina, vysoká 1—1·30 metru, květouci v červnu a srpnu, vyskytující se na vlhkých loukách a ve vlhkých křovinách v celém Rakousku a v největší části Evropy. Rostlina ta miluje tedy

www.scanzen.cz

vlhkost půdy jako své stálé místo. Dlouhý, tlustý, dužnatý kořen podobá se řetkvi a květy tvoří velké, klenuté, husté hrozny. Veškeré části rostlinné mají kořenitou, mošusovitou vůni a chuť. Rostlina ta obsahuje silici, cukr, pryskyřici, kyselinu angelikovou, gummu a škrobovou moučku. Nejlepší doba ku sbírání jest srpen a září. Pro svou podobnost s jedovatým bolehlavem může snadno s ním býti zaměněna.

Angelika jest důležitá rostlina léčivá a působí pocení, podporuje močení, povzbuzuje nervy, působí bolesti porodní a čistí krev.

Svou cukrově nasládlou hlavní součástí angelikový kořen rozpouští hlen a znovu oživuje sliznici plic; také odstraňuje nepatřičné plyny, zahlenování v průduškách a orgánech břišních, dá se ho dále použíti při nadýmání a slabém zažívání jako prostředku dobře a jistě působiciho. Kořen, semena a listy, utlučené na prášek, působí jako projímadlo a lze jich upotřebiti také proti pálení žáhy.

K čaji používá se tlučeného kořene angelikového v dávce 2 krát na špičku nože; 3 minuty se nechá lehce vařiti, denně se pije jeden koflík. K naložení s červeným vinem možno užíti 2 krát denně jednu lžíci.

V Italii používá se angeliky také proti svrabu a práškované plody, nasypány na hlavu, zapuzují prý hmyz cizopasný.

Anýz. (Při nadýmání).

V podobě čaje pit působí anýz proti kašli, nadýmání a křeči žaludeční. Olej anýzový, 4—6 kapek na kousek cukru, jest bezpečným prostředkem proti zastaveným větrům a zevně použit usmrcuje zákožky svrabové.

Semeno anýzové odvádí hlen z prsou, čistí ledviny, u žen dělohu a povzbuzuje chuť k jídlu.

Arnika. (Prha).
(Proti obrnám mozkovým.)

Botanické pojmenování zní Arnica montana (Prha chlumní).

Kořen jest zevně hnědý, vnitřně bílý, s hnědými a tenkými vlákny kořenovými, přímý stonek jest prostý, válcovitý, pruhovaný, chlupatý a poněkud lepkavý; nese 2—4 objímavé listy a končí jedním nebo několika velkými zlatožlutými květy. Listy jsou nasedavé, obráceně vejčité, okraje rovného, světle zelené a na povrchu poněkud chloupky porostlé. Květy jsou zlatožluté neb oranžově žluté. Doba květu: červen a srpen. Arnika vyskytuje se v hornatých krajinách téměř v celé Evropě. V horách jest rostlina ta velmi nízká, v rovině větší.

Arnika má přímo vynikající síly léčivé a může se chlubiti, že jest nejpopulárnější rostlinou léčivou. Jest známa v městě i na venkově, mladí i staří dovedou o ní vypravovati. Především jest při zevním upotřebení výborným prostředkem na rány. Používá se jí v podobě čaje, lihového výtažku a v podobě tinktury arnikové, jakou prodávají v lékárnách. Tato poslední musí se silně zřediti vodou, neboť jinak silně dráždí kůži.

Tinktura arniková užívaná po kapkách vnitřně, působí výborně ve všech horečnatých chorobách se značnou slabostí. Svým dráždivým účinkem na kůži přispívá tinktura arniková ještě velmi značně k vstřebání po dlitin krevních.

www.scanzen.cz

Květy arnikové v podobě čaje povzbuzují soustavu nervovou a zrychlují dýchání a oběh krevní. Možno jich použíti také při otřesení mozku a při náhlém uleknutí. Během 2 hodin smí se však vypíti jen 2 krát ½ kofliku, načež se vezme projímadlo nějaké.

Květy arnikové naložené v žitné kořalce hojí rychle rány, navhlčí-li se čisté plátno tímto roztokem a přiloží-li se pak. K témuž účelu možno užíti také tinktury arnikové, zředěné vodou. Arnika má vlastnosti přímo antiseptické a hojí rány bez hnisání.

Aron.

(Při chorobách žaludečních a prsních).

Aron blamatý (Arum maculatum) má dužnatý, šťavnatý, kyjovitý kořen, dlouhořapíkaté, šípovité, většinou skvrnité listy a kyjovitou korunu květní, obklopenou ostře zaspičatělou pochvou. Rostlina ta kvete v dubnu a květnu a vyskytuje se ve vlhkých stinných lesích evropských.

Kořen obsahuje ostrou těkavou součást, pro kterou se ho užívá k účelům léčebným. Ve stavu čerstvém musí se kořen uschovati v nádobách, chráněných před přístupem vlhkého vzduchu. Kořen se suší (praží) a pak práškuje, to jest roztlouká na prášek. Z tohoto prášku bere se k vnitřnímu užívání dávka na špičku nože a sice všeobecně proti slabosti žaludku a prsou a zvláště při zahlenování prsou a roury zažívací, zejména při zastaralém katarhu, při dušnosti hlenové, při poruchách zažívacích, vzniklých následkem zahlenování, proti vleklým rheumatismům, červům útrobním a obtížím hypochondrickým. Čerstvý kořen slouží jako prostředek vytahující puchýře, ale

smí se použíti jen slabě. Sušeného užívá se při vředech rakovinných.

Baldrián. (Kozlík lékařský).

(Při chorobách nervových).

Kvete červenavě od května do července, roste u potoků a bývá až 1 metr vysoký. Baldrián jest výtečný prostředek při slabosti nervové a při křečích. Zahřívá žaludek a vnitřnosti, působí výborně při nadýmání, křeči žaludeční, slabosti žaludeční, průjmech a při návalech krve k hlavě.

Upotřebení: Do kofliku vody dá se kávová lžička čaje, nechá se to 10 minut vařiti a denně, až do vymizení choroby, užívá se za 2 hodiny 1 lžice. Dětem se slabými nervy dává se dle věku méně nebo více zředěný.

Bez černý. (Krev čistící).

Spaří-li se několik gramů květů černobobulového bezu v půl litru vařící vody a pak se asi 15 minut nechá státi přikryté, má to týž účinek jako polní kmín a šeřík, ale nemá se to píti příliš horké.

K odstranění choroby jest třeba, aby se užívání dělo v posteli s následujícím pocením. Také povidla bezinková, t. j. zahuštěná šťáva černých bobulí (bezinek), jest výbornou pochutinou a to velmi zdravou; jedí se na chléb nebo v polévce.

Sušené bezinky požívány v podobě čaje nebo nesvařené čistí krev a šťávy tělesné.

Bez nízký. (Při městnání krve.)

Bez nízký (Sambulus ebulus) roste na kamenité půdě, na okrajích lesů a cest, ve strouhách, na polích

www.scanzen.cz

s půdou hlinitou. Kvete od června do srpna; jeho listy jsou větší než u obyčejného bezu.

Používá se kořene, který se má vykopávati v říjnu, a sice nerozkouskovaného v podobě čaje nebo prášku. V lékárnách lze obdržeti jak kořen, tak i práškovaný kořen.

Vřele se doporučuje čaj proti městnání krve v břiše, proti chorobám dělohy a rheumatismu, při vodnatelnosti vypuzuje s dobrým účinkem tekutinu, čistí ledviny, zbavuje tělo špatných šťáv a vylučuje tyto močem. Dávka prášku 2 krát na špičku nože nebo i 1 kávová lžička kořene stačí na jeden koflík čaje; denně se užívají dva kofliky.

Blatouch. (Proti žloutence.)

Listy a květy, svařené ve víně, hojí žloutenku. Květy a listy, utlučené na prášek a pak smíšené s dobrým voskem, léčí výrůstky na kůži.

Borůvkové listy. (Při úplavici cukrové.)

Chceme-li vyléčiti úplavici cukrovou (cukrovku), svaří se 3 lžíce listů borůvkových asi ve 4 koflících vody a pije se to denně. Také při rheumatismu a chorobách ledvinových používá se listů borůvkových.

Borůvky. (Při průjmech.)

Proti průjmům pojídá se čas od času několik usušených borůvek, které se musí dobře rozkousati. Podobně působí víno borůvkové.

Čekanka. (Cichorie).
(Při žlučových chorobách.)

Rostliny té se používá v podobě polštářku květinového při tlačení v žaludku a bolestivých zánětech.

Čekanku pijeme při zahlenování žaludku a nadměrném vyměšování žluče, dále za účelem vyloučení všech chorobných látek močem. Čaj z čekanky odhání dokonce kaménky žlučové i ledvinné.

Divizna. (Při katarhu.)

Roste na pustých, suchých, pišťitých, křemenitých místech a kvete od července do září. Stonek bývá 2—6 stop vysoký, listy jsou podlouhle vejčité a přišpičatělé, květy čistě žluté. Květy užívány v podobě čaje rozpouštějí hlen a zmírňují dráždění při katarhech, cest dýchacích, průdušnice a plic. Upotřebuje se v podobě čaje také spolu s květy slezovými. Používá se také při chybění čmýry.

Dubová kůra. (Svírající.)

Dub jest zajisté všeobecně známý strom, dosahující výšky 100 stop a průměru 6 stop. Listí dostává v květnu a kvete v půli května.

Hlavní účinek kůry jest svírající. Dub jest pro svůj vysoký obsah kyseliny třeslové nejlepším posilujícím prostředkem při křivici (anglické nemoci), celkové slabosti, souchotinách plicních, rakovině žaludeční, rozšíření plic a srdce. Kůru dobovou možno vřele doporučovati ke koupelím při otevřených ranách čerstvých i zhnisalých, při bolavých nohách nebo namrzlých končetinách. Jak k vnitřnímu užívání v podobě čaje, tak k zevnímu upotřebení v podobě koupeli nutno kůru dubovou nebo mladé výhonky dubové 15 minut dobře vyvařiti. Slabým povahám prospívá dobře čaj, kterého se má každý den ráno a večer užívati 2—3 lžíce. Čaj ten není odporný, pije se dobře a sílí jako sovta

www.scanzen.cz

který jiný prostředek. Přídavek trochu medu zvýšuje účinek ten.

Pro svůj účinek podává se odvar z mladé kůry vnitřně proti krvácení, kašlání krve a průjmům a vstřikuje se proti bílému toku.

Třislové lázně, to jest lázně z kůry dubové (při 28°—29° R) osvědčily se i při úporných chorobách kožních. Pocení rukou možno odstraniti dennímí koupelemi rukou v odvaru z kůry dubové, ke kterému účelu beře se hrst kůry dubové na 1 litr vody.

Plody dubu, žaludy, jsou pražené a roztlučené nejlepší náhradou za kávu, hlavně pro nervově slabé a chudokrevné lidi, pro slabé děti i dospělé.

Fenykl.

(Proti křečím.)

Tento čaj možno připraviti takto. Při vaření fenyklu přidá se tolik cukru kandysového a cukru obyčejného, až se stane syrupovitým, a pak se užívá v malých dávkách. Dětem podává se jen v podobě čaje obyčejného a sice s dobrým prospěchem proti nadýmání. Proti křečím a kolice vezmou se 2 kávové lžíce fenyklového čaje na půl litru vody a vaří se krátkou dobu; z toho pak se užívá za půl hodiny jedna lžíce. Dětem dává se tohoto čaje vždy jen dle věku a tělesného vývoje.

Fialky.

(Proti kašli zádušnému.)

Jsou prostředkem proti kašli, zádušnému kašli, astmatu, bolení hlavy a návalům krve k hlavě. Čaj fialkový koná také dobré služby zvláště tím, že rozpouští hlen při chorobách prsních. Také lze jej doporučiti za kloktadlo při zánětech v krku. Dále se užívá fialek v podobě obkladů za prostředek proti trhání v údech, v kterém případě svaří se fialkové koření v octě.

Hermannův čaj.

Tento čaj jest směs stejných částí sennesových listů, šeříku a fenyklu. Působí mírně projímavě, čistí krev podobně jako Harzský horský čaj a čaj z Alpských bylin.

Heřmánek.

(Proti křečím a nadýmání břicha.)

Vláknitý kořen vyhání stonek zvýši stopy. Větve stonku tvoří s květy klenutou plochu. Listy jsou dvojitě speřené. Květ sestává z bílých lístků zevních a žlutých lístků vnitřních. Rostlina ta roste na polích a hromadách rumu a kvete od května do srpna.

Nejdůležitějšími léčivými součástkami jsou olej heřmánkový a hořká látka. Heřmánek uklidňuje, tiší křeče, odstraňuje nadýmání a žene na pot.

Užívá se obyčejně čaje, který se však nevaří, nýbrž pouze polévá, neboť jinak by aroma (vůně) zmizela, a řídčeji oleje heřmánkového (tento jest velmi drahý) proti křeči žaludeční, kolice, bolestným průjmům, bolestné čmýře a křečím děložním. Také se používá odvaru heřmánkového k klystérům při kolice a podušek květinových při rheumatických zduřeninách kloubních. Dále se připravují z heřmánku bylinné lázně (1 kilo na jednu lázeň), které účinkují zvláště dobře při celkových křečích.

www.scanzen.cz

Vlažné obklady heřmánkové působí dobře při tlačivé bolesti na víčkách očních; tato bolest bývá někdy při procitnutí nejprudší, také mohou při tom víčka oční následkem zánětlivého podráždění míti hnědé vzezření.

Hořec.

(Při slabosti svalové a chorobách žaludečních.)

Použíti lze ho při bledničce, slabosti žaludeční, kyselosti žaludeční, pálení žáhy, nadýmání, nepravidelné stolici, porušeném zažívání a slabosti svalové. Hořec odstraňuje vlhkost, proto se chváli jeho úspěšné upotřebení při vředech a nádorech.

Upotřebení: 5—8 gramů, stačící na několik koflíků, svaří se na čaj a během dne se z toho několikrát pije.

Hořký jetel. (Jetel vodní.)

(Při slabém zažívání.)

Kvete červenaně bíle v květnu, roste v močálech a obsahuje hořkou látku, pro kterou působí dobře na zažívání, ale dětem buďte podávány jen menší dávky.

Upotřebení: Svaří se 2 kávové lžičky čaje v půl litru vařící vody, nechá se to přikryté nějaký čas státi a z toho se pak pije před každým hlavním jídlem jeden koflík.

Vyluhují-li (vytáhnou-li) se sušené listy žitnou kořalkou, možno tekutiny té užívati po kapkách ve vodě cukrové s dobrým výsledkem při slabém zažívání.

Chrpa. (Po zánětu plic.)

Dává výborné koření (v podobě čaje) při chorobách plicních, hlavně po přestálém zánětu plic a při počínajících souchotinách plicních.

Jahoda. (Krev počisťující.)

Listy, sbírané na jaře, povzbuzují neobyčejně chuť k jídlu, čistí krev a jsou nejlepší náhradou za drahý a často falšovaný čínský čaj.

Plody (jahody) jsou známy jako výtečný prostředek při všech kaménčích, při horečce a jako ochranný prostředek proti rheumatismu a dně. Při horečce značně schlazují a tiší žízeň.

Jalovec.

(Proti chorobám žaludečním.)

Jalovec jest keř, nabývající často rázu stromového, a dosahuje výšky 1—10 metrů. Roste na lesnatých stráních, v hájích a zahradách. Kvete v dubnu a květnu. Listy jsou jehlicovité s pichající špičkou a stále zelené. Rezavě žluté jehnědy samčích květů vydávají mnoho pelu. Zprvu zelené, později černomodré bobule sedí těsně na větvích. Rostlina voní aromaticky (kořenatě) a obsahují mimo jiné silici, jež podmiňuje hlavně léčivé účinky jalovce. Upotřebují se téměř jen bobule, někdy také mladé výhonky.

Účinek: Jalovec povzbuzuje chuť k jídlu, žene na moč, čistí krev. Močepudná vlastnost přísluší hlavně čaji z jalovce. Proto se doporučuje při vodnatelnosti a vodnatelných stavech, rheumatismu, dně, písku močovém a zvláště při zánětu pohrudnice, aby se zbylý výpotek pohrudniční co možná rychle odstranil. Pije se ráno a večer po jednom koflíku.

Dobře účinkuje při chorobách krčních, hrudních a žaludečních šťáva z bobuli jalovcových. Usušené bobule jalovcové používají se také jako prostředek

www.scanzen.cz

proti nákaze tak, že se jich několik žvýká; dále odstraňují špatný zápach s úst a posilují zažívání.

Jitrocel. (Proti chorobám plicním.)

Staroznámý prostředek při chorobách plicních. Trhá se zelený, šťáva se vylisuje a pak se požívá smíšená s medem. Jitrocel se může připraviti v podobě čaje zelený i sušený. Požívání nedráždicí stravy, jako polévky z mouky pšeničné, krupice a t. d., varování se tabáku a alkoholu, hojný pohyb na čistém vzduchu, lázně, oviny a t. d. dávající nejlepší výsledky při onemocnění plic.

Jmelí. (Jmelí bílé čili dubové.) (Krev stavicí.)

Je to cizopasná rostlina, rostoucí na stromech. Jmelí je nepřekonatelný prostředek proti nadměrnému krvácení všeho druhu. Hlavně měly by ženy při krvácenich píti tento čaj. Farářovi Kneippovi bylo jmelí universálním prostředkem v jmenovaných případech.

Kmín polní. (Potný prostředek.)

Kmín polní zahřívá krev a žene na pot. Je to již od starodávna oblíbené a zdravé koření na sýr, chléb, polévku, kyselé zelí a jiné jídla. Používáním kmínu lze odstraniti katarhy, rheumatismus a onemocnění, vznikající po nachlazení.

Upotřebení: Lžíce zrnek kmínových svaří se dobře v trochu vody a pak se nasype do nepříliš řídké polévky chlebové, jež se jí horká. Pak se vezme horká lázeň na nohy a jde se ihned na lože.

Kokoška. (Krev stavící.)

Tato nepatrná rostlina má svírající účinek a používá se v podobě čaje při plivání krve, hlavně při nadměrné čmýře žen.

Koniklec.
(Proti vředům.)

K této čeledi rostlin patří různé druhy vytrvalých rostlin. Nejznámější z nich jest asi koniklec obecný (Pulsatilla vulgaris). Tato rostlina má několikrát zpeřené listy s čárkovitými třásněmi, chlupatý stonek a pěkně modrofialové květy. Roste v písečnatých krajinách jižní a střední Evropy. (Viz vyobrazení). Používá se při obrnách, kašli zádušném a jako potný prostředek při rheumatických chorobách. Poněvadž však koniklec jest jedovatou rostlinou, jest při vnitřním jejím upotřebení třeba jisté opatrnosti.

Vylisovaná šťáva vyčisťuje zapáchající zevní vředy a působí protihnilobně.

Kopřiva hluchá. (Hluchavka).
(Proti bílému toku.)

Květů hluchavky používá se v podobě čaje proti bílému toku žen, listů spolu s listy ořechovými při skrofulose.

Kopřiva žahavá. (Žahavka.)
(Prostředek čistící krev.)

Každý asi v dětství svém seznámil se nejednou nedobrovolně s touto „zlou“ rostlinou, takže netřeba zajisté žádného bližšího popisu rostliny té, která ovšem jest za to obsažena ve vyobrazeních. „Sáhnouti do kopřiv“ stalo se příslovím. Přes tuto nepříjemnou vlastnost jest také toto dítko květeny velmi užitečnou, léčivou rostlinkou, schopnou mnohé choroby lidské zhojiti nebo aspoň zmírniti.

Jsou dva druhy kopřiv žahavých: velký a malý, které svým účinkem sobě se velmi podobají. Malá kopřiva žahavá (Urtica urens), která se nalezá

www.scanzen.cz

mezi vyobrazeními, působí ještě více dráždivě nežli velká. Že rostlina s tak velkým palčivým účinkem na zevní kůži má také léčivé vlastnosti, dalo se očekávati již předem a různé účinky ty jeví hlavně šťáva žahavých kopřiv. Vytlačená (vylisovaná) šťáva čerstvých listů působí větší močení. Kořen také působí na ledviny a vyměšování moče, proto účinkuje výborně při vodnatelnosti a jest užitečným také při rheumatismu.

Při popáleninách přikládá se na popálené místo rouška (plátno), namočené ve šťávě kopřiv, zředěné vodou. Tyto obklady přinášejí rychle úlevu, zvláště když při těžkých popáleninách vezme se vnitřně několik kapek šťávy, rozpuštěné ve vodě. Nápadno jest při tom, že rostlina ta hojí právě to, co sama působí.

Hlavní vlastností kopřivy žahavé jest to, že čistí krev a zlepšuje složení šťáv tělesných, pročež se její užívání zvláště doporučuje na jaře. Ale také proti jiným nemocem, jako nečisté krvi, zahlenování prsou a plic a nahromadění špatných látek v žaludku, jest kopřiva žahavá jistým, vyzkoušeným a při tom levným prostředkem léčebným.

Šťávy kopřiv používá se dále k stavení krve při vnitřním i zevním krvácení. Při krvácení z nosu namočí se ji vata a vpraví se do nosu. Při krvácení z plic nebo žaludku užívá se za 2 hodiny 1 čajová lžička šťávy kopřivové, zředěné silně vodou.

Při krvácení z dělohy užívá se denně v obdobích 2 hodinových 1 čajová lžička šťávy kopřivové, zředěné vodou; neklamný, příznivý účinek dostává se brzy.

Proti červům u dětí jest odvar z květů a kořenů dobrým prostředkem, který zároveň žene na moč.

Kostival.

Používán jako čaj jest kořen ten výborným prostředkem proti kašli, katarhu plicnímu, také proti plicním souchotinám. Naložen v žitné kořalce a zevně upotřeben působí velmi dobře na všechny otevřené rány.

Krušinová kůra.

(Projímadlo.)

Tento čaj neobyčejně čistí krev a projímá. Vyrážka na všech místech těla byla tím odstraněna v nejkratší době. Upotřebení: 1 čajová lžička svaří se dobře ve 2 koflících vody po 10 minut a z odvaru užívá se za půl hodiny 1 lžíce.

Laštovičník. (Proti bradavicím.)

Je to jedovatá rostlina a smí se používati jen zevně. Upotřebuje se k odstraňování bradavic. Stonek se ulomí u uzliny a vytékající mléčnou šťávou potírají se častěji bradavice.

Lečivé byliny, různé.

Zeměžluč, jalovcové bobule a pelyněk jsou tři výborné prostředky žaludeční a může se podávati každý sám o sobě nebo také pospolu svařené. Jalovcové bobule možno žvýkati také syrové; na den stačí 10 až 12 bobulí. Všecky ty prostředky čistí žaludek, zbavují jej případného zahlenování a povzbuzují žlázy žaludeční k energické činnosti a silnějšímu odměšování zaživací šťávy; také posilují žaludek.

Lípový květ. (Při nevolnosti.)

Květ lipový v podobě čaje jest ode dávna znám jako prostředek vzbuzující pot a odstraňuje nevolnost.

www.scanen.cz

Lněné semeno.

(Proti kašli a chrapotu.)

Lněné semeno jest plod obyčejného lnu (linum), u nás hojně pěstované rotliny, která v Rakousku jen na málo místech roste divoce a kvete v červnu a červenci. Lněná semena jsou asi každému známa. Listy jsou podlouhlé a úzké, květy modré. Z vlákniny rostliny té se vyrábí plátno a ze semene lněný olej.

V podobě čaje, oslazeného cukrem, působí dobře při chrapotu, kašli a průjmech. Svařeno s něco vody na kaši, pak zabaleno do váčku plátěného a přiloženo, rozhání zduřeniny, vředy a nežity; obklady ze lněného semene působí dobře při chorobách žaludečních.

K čaji ze lněného semene za účelem zlepšení chuti možno přidati ještě fenykl a sladké dřevo.

Maceška.

Je známa jako dobrý prostředek proti kožním vyrážkám a ekzemu dětí, mimo to počisťuje krev u mladých i starých.

Mák. Mák divoký.

(Vstřikování mírnící bolesti.)

Mák divoký či vlčí (Papaver rheas), který dává známé makovice se zrnitým obsahem, roste v celém Rakousku na polích a kvete v červnu a v červenci.

Zahradní mák (Papaver somniferum) vyskytuje se v mnohých druzích a pěstuje se většinou jako ozdobná květina. Zvláštní a nápadné jsou u různých druhů krásné, velké a široké červené lístky květové.

Při chorobách ženké pochvy svaří se 10—20 makovic a tohoto odvaru upotřebí se k bolesti mírnícímu vystřikování (vyplachování); možno ho použíti také v podobě obkladů.

Máta peprná.

(Proti tlučení srdce.)

Možno jí použíti v podobě čaje při tlučení srdce a zvracení, dále koná dobré služby také, podporujíc zažívání. Možno jí použíti při zápachu z úst k vyplachování nebo kloktání. Dobře působí máta peprná, svařená v mléce, při bolestech břišních. Při zvracení krve užívá se s přídavkem octa v dávce jedné lžíce několikrát denně.

Medvědice.

(Proti močení do postele.)

Medvědice (Uva ursi) jest malý, v Rakousku v lesnatých pohořích rostoucí keř, jehož dřevitý stonek polehávající, rozvětvený, mechem krytý, jest opatřen četnými větvemi vzestupnými. Stále zelené, střídavě stojící, krátkou stopkou opatřené listy jsou obráceně vejčité, kožovité, podobají se listům brusinek, s nimiž se snadno mohou zaměniti. Na hrotech větví stojí květy v krátkém svislém hroznu.

K účelům léčebným užívá se listů medvědice, které rozpouštějí součásti močové a zároveň posilňují ledviny a ostatní orgány močové. Užívají se proti chorobám měchýře močového (katarh, křeč, močení do postele) v podobě čaje a proti vodnatelnosti. Béře se 1 lžíce listů na 1 kořík čaje a nechá se 10 minut vařiti. Denně se užívají 2—3 kořiky po delší dobu.

www.scanzen.cz

Mochna husí.

(Křeče tišící.)

Botanické jméno jest Potentilla anserina. Rostlina sluje v ústech lidu mochnou husí proto, že se vyskytuje hlavně na husích pastvinách. Kvete až do pozdního podzima. Listy jsou zpeřené a dole hedvábnými chloupky porostlé, květy jsou žluté a pětilisté (Viz vyobrazení.)

Čaj mochnový působí výborně při záchvatech křečových v žaludku a břiše; dobře jest při tom vyvařené, nepřiliš mokré a nepřiliš horké listy přiložiti v podobě obkladu na život. Při veškerých křečích, padoucnici (epilepsii), také při zánětech očních a proti obličejovým výražkám u dětí vyzkoušena jest jako jistý a levný prostředek.

Čaj se pije také smíšený s mlékem a teplý.

Mochna nátržník. (Krevníček.)

(Svírající.)

Mochna nátržník čili krevníček (potentilla tormentilla) kvete žlutě, roste na okrajích lesů. Používá se v podobě čaje při silném krvácení čmýrném, kašlání krve a průjmech.

Při těchto nemocech možno použíti také kořene, naloženého v dobré kořalce žitné. Upotřebuje se dále k léčení ran řezných i jiných. Také se užívá práškovaného kořene v červeném víně.

Netřesk.

(Proti zánětu mandlí.)

Netřesk působí v každém způsobu upotřebení neobyčejně chladivě. Vytlačená a pak přiložená šťáva jest proslulým prostředkem proti zánětům mandlí,

vředům, zanětlivým nádorům, růži obličeje a ústním chorobám.

Ořechové listy.

(Při skrofulose.)

Jsou výborným čajem pro děti, jsou-li tyto stíženy skrofulosou (krticemi), dále se doporučují v létě na místo rybího tuku, který děti nerady užívají. Chceme-li jich účinek zvýšiti, přimísíme k nim stejný díl macešky.

Ovesný čaj.

(Při katarhu hrtanovém.)

Jest výtečným lékem proti kašli, způsobenému nachlazením, a při katarhech hrtanu a hltanu. Osvědčuje se také někdy při chřipce a zádušném kašli.

Upotřebení: Nařeže se suchá a čistá sláma obyčejného ovsa na řezanku a svaří se v trochu vody. Tak vznikne hnědý čaj, jehož barva jest něco světlejší nežli barva kávy a k němuž se přidá cukr. Lepší jest při vnitřních chorobách plicních přídavek čistého, dobrého medu; pije se ráno a večer jeden koflík čaje. Účinek tohoto prostého prostředku jest překvapující; po 3 nebo 4 dnech pozoruje se již pokračující hojení. Vedle toho má čaj ovesný jestě tu výhodu. že působí blahodárně v každém věku.

Pampeliškový kořen.

(K měsíčkům.)

Kořen pampelišky jest neocenitelným prostředkem k povzbuzení čmýry. Také při slabosti žaludeční a při velkém kašli koná kořen ten v podobě čaje dobré služby.

www.scanzen.cz

Pelyněk.

(Prostředek žaludeční.)

Při žloutence podává se v polévce pelyňka tolik, kolik se může uchopiti 3 prsty. Pelyněk odstraňuje také v podobě kloktadla špatný zápach z úst. Slouží hlavně k povzbuzování chuti k jídlu a zažívání při slabosti žaludeční, zejména pije-li se spolu s puškvorcem v podobě čaje.

Plicník.

(Při chorobách plicních.)

Lékařský plicník (Pulmonaria officinalis) roste ve stinných lesích a houštích a kvete od dubna do května. Má kořen dřevnatý, stonek 1 stopu vysoký, listy kořenové srdcovité, listy stonkové přišpičatělé, drsné a bíle skvrnité. Koruna květu jest nálevkovitá, zprvu purpurová, potom modrá.

Plicník se usuší, roztluče na prášek a užívá se smíšen s medem při chorobách plicních a sice za dvě hodiny na špičku nože. Plicník může se upotřebiti také v podobě čaje.

Podběl.

(Prsní čaj.)

Podběl (Tussilago farfara) roste v celém Rakousku na březích řek a potoků, na písčitých vlhkých polích, na cestách a v zahradách a kvete v březnu a dubnu. Ma kořen ztloušti prstu, kuželovitý, (mrkvovitý), velké stopkaté, srdčité listy, nahoře zelené, na spodu plstovité, a žluté květy, které tvoří hlávku. Téměr nezapáchající listy dlužno sbírati v květnu a červnu, chceme-li jich použíti na čaj.

Podběl jest velmi užitečná rostlina, která vždy dává dobré výsledky jako lék prsní. Používá se ho při úzkých prsech, kašli, katarhu plicním a zahlenování plic.

Upotřebení: Usušené listy a květy se spaří a čaj takto připavený se pije. Aby se docílilo ještě lepších výsledků, osladí se čaj dobrým medem. Poslední způsob upotřebení docílil úspěchů i při počínajících souchotinách. Horké, spařené listy podbělové v podobě obkladu hojí vředy, otevřené nohy, růži obličeje a červenku.

Proskurník neb altea (ibiš).

(Proti kolice a úplavici.)

Lékařský proskurník (Althaea officinalis) roste na vlhkých místech, loukách, na březích řek, při plotech divoce a v Německu se často pěstuje v zahradách. Kvete v červenci a srpnu, někdy až do září. Kořen má tloušťku prstu, stonek je přímý, prostý, oblý, plstnatý, 1—1·4 metru vysoký. Listy jsou stopkaté a stojí střídavě, tvaru srdcovitě vejčitého, s ostrými zářezy na okrajích, velmi měkké, šedozelené a silně žebernaté (žilovité). Květy jsou také stopkaté a stojí v chomáčcích v úhlech listů. Okvětí jest sedlovitě rozprostřené a barvy žlutočervenavé nebo blěložlutavé.

Kořen se užívá v podobě čaje proti kašli se silným dražděním, proti průjmům, kolice a úplavici a zevně jako vodičky ústní a kloktadla při vředech a zánětech dutiny ústní, v podobě vstřikování při nucení na moč a pálení při močení. Masti proskurníkové lze upotřebiti při čerstvých ranách, popáleninách, při zánětu nosu, rtů a při oděrkách na rukou.

www.scanzen.cz

Prsní koření zelené.

Utluče se po 60 gramech prášku z páleného rohu jeleního a vitodu hořkého, přidá se 15 gramů lišejníku islandského, po 25 gramech anýzu hvězdičkového a sladkého dřeva a pak se uschová v suchu.

Upotřebení: 2 kávové lžičky této směsi dají se do vařící vody, přidá se kandisový cukr a ráno, v poledne a večer pije se jeden koflík.

Přeslička.

Roste na polích bramborových a ovesných jako obtížná plevel; používá se jí také k cídění nádobí cínového a plechového.

Chceme-li žaludek zbaviti špatných látek, podáváme čaj z přesličky; tento zmiňuje také bolesti při kamencích a chorobách močových. Dobré služby koná čaj ten také při krvácení a zvracení krve. Mimo to jest přeslička výtečným prostředkem proti zastaralým úrazům, rakovinným vředům a proti vředům bércovým. V tomto případě se přikládá obklad, namočený v odvaru z přesličky, nebo přeslička se přikládá v čerstvém stavu na chorobná místa. Přeslička jest také výborným prostředkem proti příliš velkým ztrátám krve při čmýře.

Přímětník vlašský. Krásovlásek lékařský.

(Proti chorobám jaterním.)

Při slabosti, zahlenováni žaludku a při dlouhotrvajících chorobách jaternich svaří se v půl litru vody 4—8 gramů koření a denně se čaj ten vypije.

Ptačinec.

(Proti horkosti.)

Sluje také žabinec. Používá se ho v podobě čaje za projímadlo při vnitřní horkosti; bylinu tu možno položiti také zelenou na šátek a pak při bolení hlavy přivázati na čelo, chladí neobyčejně a odnímá horkost.

Pupava.

(Proti chorobám žaludečním.)

Výtečný prostředek proti pálení žáhy, zahlenování a prostředek sílící žaludek při slabém zažíváni. Až 30 cm dlouhý kořen svaří se ve vodě, po každé se pije 1—2 koflíky čaje. Také jest usušený a utlučený kořen znám jako prášek pro koně, dále se ho používá při morech dobytka a chorobách vepřů.

Puškvorcový kořen.

(Prostředek žaludeční.)

Obyčejný puškvorec roste v celém Rakousku v bažinách, rybnicích a potocích; kvete v červnu a červenci. Plazivý oddenek má tloušku palce, listy zelené a mečovité, květy tmavě žluté, tvořící kuželovitý klas.

Osvědčuje se dobře při nechutenství, bledničce, krticích a vodnatelnosti.

Upotřebení: 3 koflíky vařící vody nalejí se asi na 15 gramů dobře rozřezaného kořene a nechá se to ještě nějaký čas vařiti, pak se užívá čaj ten teplý, ráno na lačný žaludek a večer před spaním po jednom koflíku. Při jistých přiznacích křivice přidá se ke každé lázni 80 gramů kořene.

www.scanzen.cz

Rdesno. Hadí kořen.

Velmi známé koření prsní a plicní.

Rozrazil.

(Proti chorobám prsním.)

Obyčejný čili lékařský rozrazil (Veronica officinalis) roste v celém Rakousku v suchých lesích, hájích, na pastvinách, na slunečných místech a kvete od května do července.

Kořen jest vláknitý, stonek plazivý, listy vejčité, květy, které tvoří bezestopkaté klasy mají tmavě fialovou barvu. Rozrazil jest krásná. něžná, úhledná rostlinka.

Rozrazil má se sbírati na jaře a rychle usušiti, slouží vnitřně proti chorobám prsním s hojným odměšování hlenu a působí ještě s úspěchem při počínajících souchotinách. Čerstvě vytlačená (vylisovaná) šťáva, užívaná v mléce kozím, chutná velmi dobře. Při vředech v krku používá se této šťávy, zředěné vodou, ke kloktání.

Upotřebení v podobě čaje: 30 gramů upotřebí se na 3—4 kofliky.

Řebříček.

(Proti chorobám prsním.)

Řebříček používá se úspěšně při mnohých vnitřních chorobách a sice používá se ho v podobě koření do polévky, špenátu nebo čaje. Kdo pije každý den řebříček, bude se moci těšiti dlouhému zdraví. Řebříček hojí choroby dychadel, působí silivě při ztrátách šťáv a při zahlenování prsou. Může se upotřebiti s úspěchem při chorobách ženských, kolikovitých bolestech, silném

krvácení haemorrhoidálním, při prudkém katarhu průdušek a počínajících souchotinách, kašlání krve, hypochondrii, zahlenování střev, průjmech, bledničce, katarhech střevních, křečích, onemocnění nervů břišních, nadýmání a kyselosti, při sesláblém zažívání, při návalech krve, spojených s tlučením srdce, při chorobách soustavy vrátnicové, zevně při krváceních a zhoubných vředech.

Upotřebení: hrst listů svaří se v půl litru vody a z toho se pije několikrát denně jeden koflík (teplého) čaje.

Řešetlák.

(Projímá a močení podporuje.)

Černé, lesklé, kulaté a jako hrách velké bobule, svařeny na čaj, působí na střevo silně projímavě a zároveň ženou na moč; proto se doporučují při vodnatelnosti, dně, městnání krve v břiše, vlhkých vyrážkách kožních.

Sennesové listy.

(Projímadlo.)

Známé listy sennesové používají se v podobě čaje při úporných zácpách a působí projímavě u dospělých i dětí.

Vaří-li se však příliš silně, působí dráždivě na orgány močové a může způsobiti ku příkladu velmi bolestivý akutni katarh měchýře močového. Nutno tudíž výslovně, zvláště u dětí a žen, nabádati k opatrnosti. Také se nemá denně píti více nežli jednou koflík teplého čaje ze sennových listů. Dávka pro dospělé: tolik, kolik se může pojmouti mezi tři prsty,

www.scanzen.cz

pro děti přiměřeně méně. U malých dětí nemá se vůbec používati.

Senný květ.

(Proti zánětům krčním.)

Sennýmkvětem nazýváme krátké seno, které na senicích zůstane ležeti a obsahuje květy a semena travin.

Drží-li se zabalená hlava nad kouřícím hrncem se svařeným semenem sennym, působí to dobře proti zánětům v krku a rheumatickým bolestem zubů. Přídavek květu senného k lázni dětské jest velmi dobrým prostředkem proti křivici (anglické nemoci.)

Přidá-li se košík květu senného k horké lázni pro dospělého člověka a vezme-li se tato lázeň co možná horká, posiluje to seslabené údy. Lázně ze senného květu působí také velmi dobře při obrnách, rheumatickém trhání v údech a proti oznobeninám nohou.

Slez.

(Při chorobách krčních a ušních.)

Má kořen vytrvalý, stonek silný a až 3 stopy vysoký, listy pilovité, květy velké a trsovitě stojící v úhlech listů, modravě červené s temnými žilkami. Roste na cestách, u plotů, v příkopech a hromadách rumu. Kvete od června do srpna.

Upotřebení: Při katarhu průdušek a chorobách krčních použit v podobě vlažného kloktadla (5 gramů na jeden koflík) působí co nejlépe. Při chorobách ušních, jako: hučení a pichání v ušich, výtoku z ucha a při nedoslýchavosti následkem ztuhlého mazu ušního vezme se parní lázeň z květů slezových a sice 20 gramů

svaří se ve 2 litrech vody, vezme se nálevka a tou se nechá pára do ucha pronikati, zahalí se však při tom dle možnosti dobře hlava i nálevka.

Sporýš.

(Při zahlenováni.)

Květina ta roste na suchých okrajich mezi ploty a kamením, kvete v červnu červenomodravě a používá se jí proti kašli, zahlenování plic a žaludku. Bylina ta se pije s babíhněvem také při vodnatelnosti v podobě čaje.

Světlík.

(Při chorobách očních.)

Tato malá, nepatrná, 15 cm vysoká rostlina kvete červenavě bile, chutná slaně hořce a působí mírně sviravě hořkou látkou extrativní v ní obsaženou. Hlavní oborem působnosti této rostlinky jsou různé choroby oční, jako ochabnuti víček očních, oslabená síla zraková, vleklé záněty oční. Používá se jí zevně v podobě oční vodičky, k jejíž přípravě se užívá čerstvé byliny nebo květu. Prášek světlíkový — nabytý z usušené rostliny — sílí žaludek a koná dobré služby při žloutence a slabosti žaludeční.

Šafrán.

(Při chorobách břišních.)

Osvědčil se jako prostředek změkčující, mírnící bolesti a křeče a podporující oběh krevní v cévách břišních, působí také velmi dobře při váznoucí čmýře, při kašli, zvracení a zánětech očních. Těhotné ženy musí šafrán používati opatrně, neboť jinak snadno by mohl nastati potrat.

www.scanzen.cz

Šafránu se užívá dle stavu sil příslušné osoby v podobě tinktury (5, 10 až 20 kapek) při kašli křečovitém a zádušném, k docílení čmýry, při hysterii, hypochondrii a melancholii. Ve větších dávkách povzbuzuje odměšování hlenu dýchacích orgánů. Zevně upotřeben působí šafrán jako prostředek změkčující, bolesti mírnící a hnisání podporující. Používá se ho k obkladům s vodou, mlékem nebo vínem, v podobě masti se sádlem vepřovým, olejem dřevěným, voskem, žloutkem nebo bílkem. Při slabém zraku a bolestech očních potírají se víčka oční tinkturou (5 gramů zředí se 100 gramů fenyklové vody.)

Šalvěj.

(Proti chorobám krčním a kašli.)

Šalvěj jest vždy zelená roslina zvýši 50—100 cm a patří ke květinám s květy pyskatými. Kvete v červnu a červenci. Větve a listy mají šedé chmýří, listy jsou kopinaté, květy modré a bílé.

Listů užívá se v podobě čaje ke kloktání při zánětech v krku a ústech, vnitřně při nočních potech souchotinářů, dlouhotrvajícím kašli a průjmech.

K šalvějovém čaji určenému za kloktadlo, přidá se trochu medu.

Šeřík.

(Potní prostředek.)

Při bolení hlavy, bolestech břišních a nachlazeninách čaj tento vnitřně užíván silně zahřívá a proto žene na pot. Takto způsobené vypuzování nečistých látek póry kožními odstraňuje jmenované nemoci.

Šípek.

(Proti ledvinným chorobám.)

Starodávný a osvědčený prostředek při chorobách ledvinných, obtížném močení, písku, kaménccích. Šípek působí v každém způsobu přípravy žádoucí výsledek, častější užívání možno vřele doporučiti. Šípková jaderka mohou nahraditi čínský čaj.

Třezalka.

(Krev tvořící.)

Jmenuje se také krevníček, bylina Svato-Janská. Roste v celém Německu, Rakousku a Švýcarsku na horách, plotech, loukách, polích a křovinách a kvete od června do září.

Kořen jest rozvětvený a polehavý, stonek přímý a větevnatý, listy protilehlé, nasedavé a tečkované, květy žluté, tvořící konečný hrozen. Celek tvoří pěknou rostlinu. Listy a květy používají se v podobě čaje při chudokrevnosti, bledničce, k ulehčení čmýry a při močení do postele, dále při dně, průjmech a krvácení.

Upotřebení: 5 gramů listů a květu v půl litru vody nechá se 5 minut vařiti. Ráno a večer pije se z toho po kofliku.

Vratička.

(Proti červům.)

Vratička roste v celém Rakousku na okrajích polí, na cestách, mezích, v příkopech a na březích řek. Kvete od července do září. Kořen jest vytrvalý, plazivý a tvrdý. Stonek jest přímý, 0·50—1·20 metru vysoký, tvrdý, oblý a větvící se nahoře.

www.scanzen.cz

Listy stoji střídavě na stonku, jsou bez řapíku, objímavé, hladké, jemně těkované, podlouhlé, kopinaté a dvojitě zpeřené. Květy jsou zlatožluté, kulovité a stojí v plochých hroznech na konci stonku a větví. — Celá rostlina má zvláštní, silně aromatický, ale nikoli zvláště příjemný zápach a chuť velmi hořkou, aromaticky ostrou.

Utlučené květy používají se jako bezpečný prostředek proti červům u lidí a zvířat. Dětem se podávají smíšené s medem.

Listy použité v podobě čaje působí jistě při seslabeném zažívání, průjmu a při zácpě. Čaj chutná velmi hořce a nutno jej tudíž učiniti chutnějším přídavkem medu nebo cukru kandysového.

Zeměžluč.

(Při chorobách břišních.)

Čaj ze zeměžluče odvádí ze žaludku plyny a kyseliny, tím odstraňuje pálení žáhy, podporuje a zlepšuje štávu žaludeční, působí léčivě na játra a ledviny, při městnání krve a při chudokrvnosti. Používá se také proti bolestné čmýře u mladých děvčat a žen. Další viz mezi chorobami ženskými.

Ženské choroby.

Hlavní příčiny chorob ženských nutno z pravidla hledati v poměrech osobních a základ k nim bývá položen většinou již v létech vývoje děvčat. Zvláště rušivě a zhoubně působí sedavé zaměstnání a nedostatek čerstvého zdravého zduchu. Proto měli by rodiče míti stále na zřeteli tělesné blaho svých dcer nejen během školní doby, nýbrž také po ní. Především jeví se nutným včasné poučení o životě pohlavním a měly by dcery býti příslušně poučovány již před dostavením se dospělosti pohlavní o pochodech pohlavních a jich významu. Poučení to má se však vztahovati také na příčinu vznikání chorob a jich zamezování. Nošení šněrovačky, pobyt v místnostech zaprášených a kouřem naplněných, nedbání zvláštních pravidel opatrnosti při dostavení se a během čmýry a nedostatečné udržování těla v čistotě a jiné ještě věci působí velmi škodlivě na život žen. Zdrojem mnohých chorob ženských bývá také duševní přepínání ve škole. Lékaři vypravují o tak zvaných školních bolestech hlavy.

V této knížce jsou jednotlivé choroby nebo pochody podrobněji popsány a uvedena celá řada prostředků k upotřebení proti nim. Ostatně budiž poukázáno ještě na předmluvu a úvod k této knize.

Jen ve zdravém těle může bydleti zdravý duch, jen zdravý člověk může míti radost ze života svého.

Těhotenství.

Toto vyznačuje se nedostavováním se čmýry, změnou prsů, jako zduřením bradavek, ztemněním

www.scanzen.cz

dvorce bradavkového, těkavým pícháním; zduření a tíha v prsech a vystoupení modravých žil považují se za pravděpodobné známky těhotenství. Bezpečnými známkami jsou jen tepot srdce a prvé pohyby dítěte, které lékař může již velmi záhy zjistiti.

Chorobné stavy nervů a svalů.

Vyskytují se většinou záhy po početí u slabých a nervově chorobných žen. Choroba ta jeví se v nevolnosti, v mrazení střídajícím se sprchavým horkem, unavenosti a zemdlenosti a pocitem tíže ve stehnech a nohách. Dostavuje se dále mrzutá nálada, snadná zlosť a pláč při nejmenší příčině.

Později objevují se bolesti zubů, obličeje, v ušich a zádech a trhání v údech. U žen náchylných ke křečím dostavují se dokonce mdloby a křeče. Ke zmírnění nebo zhojení nutno dbáti na toto. Každý den pohyb na čerstvém vzduchu, ať jest chladno nebo teplo. Po nastalém těhotenství ať požívá žena jen taková jídla, na která má chuť. Dostavuje-li se ráno na lačný žaludek kyselé, hořké krkání, náklonnosť ke zvracení a skutečné zvracení, koná dobré služby sklenice čerstvé vody. Jest-li nechuť proti kávě, mléku, čokoládě a polévce, spaří se dobře máta peprná nebo kadeřavá a čaj ten pije se nějakou dobu, až se dostaví živá velká chuť na dobrou potravu. Za jídla možno doporučiti jen taková, která jsou snadno ztravitelná, jako rýže, krupice, kroupy (dobře vařené na měkko), polévka ovesná, housková a moučná. Přídavek vajec k těmto potravinám možno doporučiti jen při dobrém a silném žaludku. Vůbec není radno jísti nikdy mnoho najednou, nýbrž méně a častěji. Těhotné ženy mívají

často chuti na nejpodivnější potraviny. Jest-li zaživání zleněné, pomáhá kyselé mléko a podmáslí. Nachlazením vznikají záněty a křeče dělohy a t. d. Proti nastuzení jest nejlepším prostředkem stálé otužování, kdežto tlustý oděv, tlusté šátky na krk, nosené často dokonce ve vytopené světnici, působí škodlivě.

Trhání v údech.

V té příčině nutno si povšimnouti léčivých prostředků, uvedených na různých místech této knihy (viz obsah). Kdo miluje mazání, tomu se doporučuje liniment a mravenční líh, nebo směs 10 gramů tinktury opiové, 10 gramů kafru, 10 gramů chloroform a 80 gramů líhu, kterou se údy natírají. Při prudkých bolestech nutno častěji použíti mazání takového a potom se přiloží vata, namočená v oleji olivovém, která se připevní dobře přiléhajícím obinadlem. K vnitřnímu užívání se doporučuje: 250 gramů vody z květů pomerančových, 2 gramy éteru sirového, 10 gramů oleje ricinového a 6 gramů syrupu. Tato směs se dle potřeby užívá po lžicích a doporučuje se také při křečovitém škubání a záchvatech křečí.

Bolení zubů.

Nutno hleděti zjistiti, zdali jest zub vyžrán nebo jest-li bolest původu rheumatického. Jest-li zub vykotlaný, pomůže jen zaplombování nebo vytažení; vše ostatní, čeho se užívá, jsou jen prostředky k omámení. Z prostředků k umírnění bolesti těch možno jmenovati chlorečnan draselnatý nebo dvojuhličitan sodnatý; také kreosot, nakápnut na vatu a vložen do vykotlaného zubu, pomahává; dále možno smísiti 4 gramy chloro-

www.scanzen.cz

formu, 4 gramy tinktury opiové a 80 gramů líhu máty kadeřavé a tím natírá dásně a líce. (Další prostředek viz v obsahu.)

Křeče, škubání různé.

V tomto případě pomahá mléko mandlové, které si můžeme sami připraviti. Vezme se $^1/_2$ litru svařené, vychladlé vody, roztluče se 30 gramů cukru, 8 gramů hořkých a 125 gramů sladkých mandlí, smísí se to, zahřeje a procedí se kouskem plátna. Podmínkou jest dobré, chladné místo k uschování mléka toho, jehož se pije denně 1 až 2 sklenice. Jiný prostředek jest tento: spaří se 30 gramů heřmánku nebo baldriánu asi třetinou litru vody a užívá se jako mléko mandlové, ale jen teplé.

Mžitky před očima, bolení hlavy, závrať, mdloby.

K vnitřnímu užívání spaří se 300 gramů máty peprné, melissy nebo skořice $^1/_4$ litrem vody. Při současné zácpě dávají se vlažné klystéry. Zevně natírání čela a spánků líhem kafrovým nebo octem.

Krvácení.

Krvácení z rodidel dostavuje se zpravidla po zvedání těžkých břemen a po chybných krocích a při vadné poloze lůžka za těhotenství. Tu jest nezbytným neprodlené zakročení lékaře. Dostaví-li se u těhotných krvácení, uloží se žena až do příchodu lékařova vodorovně a podá se ji sklenice čerstvé vody s něco octa nebo slaná voda po doušcích, při čem nemocná nesmí se namáhati ani duševně ani tělesně. Není-li lékař hned po ruce, možno vstřikovati do pochvy

horkou vodu a sice tak horkou, jak může nemocná snésti. Docílí se tím jistě úspěchu bez ohledu na příčinu krváceni; mimo to má tento prostředek tu nepodceňovatelnou výhodu, že nepůsobí bolesti. Také se může pochva vytamponovati (vycpati) jemnou vatou lékařskou.

Průjmy u těhotných.

Průjmy mohou na průběh těhotenství působiti velmi škodlivě a zaviniti dokonce potrat. Nutno tudíž dbáti, aby na místě snadné stolice nenastalo nucení na stolici s krvácením. Dobrými prostředky proti průjmům takovým jest držení břicha v teple, na pot ženoucí čaj šeříkový, lipový nebo jemně roztlučený ořech muškátový v dávce na špičku nože, smíchaný se syrovým vejcem.

Zvracení.

Při zvracení nebo trapném nucení ke zvracení ráno na lacný žaludek, při hořké chuti a pálení žáhy koná dobré služby sklenice čerstvé vody. Nestačí-li tato sama, odstraní se porušené zaživání tím, že se připraví silný nálev (čaj) máty kadeřavé, máty peprné nebo melissy a pije se. Účinek lze zvýšiti přídavkem několika kousků hřebíčku.

Zduření žil, křečové žíly.

Tyto chorobné stavy dostavují se u žen hlavně v době těhotenství. Příčinou jest zvýšený tlak, který činí stísněná střeva na cévy. Tu jest hlavní věci, aby žena věnovala pozornosť svou pravidelné stolici. Viz také tuhá stolice. Hojný pohyb na čerstvém vzduchu

www.scanzen.cz

zmírňuje tuto chorobu. Stanou-li se bolesti nesnesitelnými, pak nutno nositi gumové punčochy, kterými se krev tlačí zpět do těla a usnadňuje se zpětný odtok. Není-li žádná punčocha gumová po ruce nebo zdá-li se cena jich příliš velkou, vezme se dlouhé, plátěné obinadlo a ovine se pevně kol onemocnělého údu; nutno dbáti toho, aby obinadlo pevně přilehalo a aby smeknuti jeho bylo nemožné, neboť volným obinadlem se bolesti nezmírní.

Zduření nebo vodnatelný otok.

Vyskytuje se u těhotných často a sice řídčeji na zevních rodidlech a břiše, častěji však na nohách; při tom vodnatelně oteče jedna noha, řídčeji obě nohy. Za příčinu lze označiti městnání krve v žilách dolní části těla následkem tlaku dělohy na cévy mízní a krevní a slabé nebo znesnadněné odměšování moče. Doporučuje se stálá poloha na znak, přiložení flanelového obinadla, které se dříve navlhčí lihem kafrovým nebo nakouří jantarem nebo bobulemi jalovcovými. Také stále přikládané teplé obklady s vlněnými šátky jsou užitečné.

Bezděčné močení u těhotných.

Toto téměř nikdy nezavdává příčinu k obavám, poněvadž při řádné péči tělesné po porodu samo sebou vymizí. Chceme-li odstraniti nepříjemný zápach a zameziti stálé znečisťování prádla tělesného a ložního, používáme nádržky na moč, kterou lze obdržeti ve všech obchodech s pomůckami chirurgickými. Příčinou odchodu moče jest tlak dělohy na měchýř močový; tlak ten bývá tak silný, že svěrač nemůže vydržeti silnější protitlak.

Obtížné močení.

Při obtížném močení, opaku předešlého, pomahá mléko mandlové, odvar konopný a lněné semeno, také studený čaj z penízku polního; dále působí dobře 10 gramů plavuně ve 30 gramech syrupu nebo kořen petrželový v podobě čaje.

Nucení častější na moč.

Při nevšímavosti přechází častěji v úplné zadržení moče a ochrnutí měchýře močového. Příznaky jeho jsou: častější, s bolestmi spojené močení jen po kapkách. Tu pomáhá mazání krajiny měchýře močového olejem blínovým nebo známým prchavým linimentem kafrovým; dále se používají s úspěchem teplé lázně.

Prudké svědění kožní.

Ke zmírnění jeho slouží tento prostředek: 5 gramů kyseliny karbolové smísí se s 10 gramy pálenky a 100 gramy vody, nebo 5 gramů chlorálhydrátu se rozpustí ve 100 gramech vody neb oleje nebo 10 gramů boraxu ve 200 gramů odvaru heřmánkového. Tím se často omývá úd, postižený svěděním.

Tuhá stolice.

Při tuhé stolici nejjistěji působí klystéry. K tomu se užívá teplé vody, ke které se může přidati něco mýdla nebo hrst soli.

Bolavé bradavky.

U matek kojících dostavuje se tato velmi bolestivá choroba častěji. Ochranným prostředkem proti vzniku jejímu jest stálé čistění bradavek po kojení kouskem plátna, namočeného ve vlažné vodě; dále má se dítě

www.scanzen.cz

přikládati jen k prsu naplněnému a při kojení má se prs střídati. Objevují-li se přes použití těchto ochranných opatření přece stroupky, vezme se máslo kakaové, zahřeje se a tím se potře bradavka a její okolí. Dobré služby koná také čistý, čerstvý olej tabulový, kterým se dobře potře bradavka a její okolí a přes to položí kousek plátna, navlhčeného teplou vodou. Dobře působí potírání balsámem peruánským, nebo směsí 2 gramů balsámu peruánského, 3 gramů oleje olivového, 4 gramů gummy arabské a 3 gramů růžové vody nebo směsí 4 gramů balsámu peruánského, 8 gramů oleje mandlového, jednoho bílku a 2 gramů boraxu. Před kojením má se prs pokaždé očistiti.

Výpočet porodu.

Vydavatel této knihy považuje za účelno, aby také při vypočítavání porodu byl matkám nápomocen, a doporučuje tudíž, aby se věnovala patřičná pozornosť tabulce uvedené na konci tohoto odstavce. Aby se den porodu dosti správně zjistil, počítáme od 1. dne poslední čmúry 3 měsíce nebo 92 dní zpět a k tomu připočteme ještě 7 dní; při tom vypočtený den jest den porodu. Nutno však uvážiti, že porod se nikdy nedá zjistiti s mathematickou přesností, neboť téměř vždy vyskytují se odchylky, nehledě k vývoji dítěte. Dle prvého pohybu dítěte, který nastává asi kolem 20. týdne, může býti doba porodu také vypočtena, když připočteme také ještě 20 neděl; dále dle počínajícího sestupování dělohy, které se dostavuje asi 4 týdny před porodem. Při tom vznikající bolesti nazývají se „poslíčkové“. Přes to nedovoluje žádná z uvedených známek nějakého bezpečného úsudku.

Účinek na předčasný nebo pozdější porod mají vždy zevní, hospodářské poměry ženy během těhotenství a její tělesná konstituce.

Následující tabulka jest sestavena s použitím libovolně vzatých dát 1. dne poslední čmúry. Stejným způsobem dá se dle uvedených údajů vypočísti každý jiný porod.

Všem ženám se doporučuje toto: Několik neděl před porodem co možná všeho neúčelného sezení se varovati, častěji mírně třiti břicho a častěji je mazati slabě zahřátým olejem stolním. Mnoho žen si tím usnadnilo těžkou hodinu.

www.scanzen.cz

1. den poslední čmýry	Prvý pohyb dítěte	Klesání dělohy (počátek)	Den porodu
3. ledna	23. května	13. září	11. října
18. ledna	7. června	28. září	25. října
3. února	21. června	13. října.	9. listopadu
7. února	27. června	18. října	14. listopadu
21. února	11. července	3. listopadu	29. listopadu
3. března	21. července	12. listopadu	9. prosince
19. března	6. srpna	27. listopadu	24. prosince
3. dubna	21. srpna	12. prosince	8. ledna
18. dubna	5. září	27. prosince	23. ledna
3. května	20. září	11. ledna	7. února
18. května	5. října	26. ledna	21. února
3. června	19. října	11. února	10. března
18. června	5. listopadu	26. února	25. března
30. června	17. listopadu	10. března	6. dubna.
15. července	2. prosince	25. března	21. dubna
30. července	17. prosince	9. dubna	6. května
15. srpna	2. ledna	25. dubna	22. květnia
1. září	19. ledna.	12. května	8. června
16. září	3. února	27. května	23. června
1. října	18. února	11. června	8. července
16. října	5. března	26. června	23. července
1. listopadu	21. března	12. července	8. srpna
16. listopadu	5. dubna	27. července	23. srpna
2. prosince	21. dubna	12. srpna	8. září
18. prosince	7. května	28. srpna	24. září.

Šestinedělí.

Tim se rozumí doba po nastalém porodu a sice doba 6 neděl se považuje za nejdelší, když vše hladce probíhá. Není však žádnou vzácností, že některé ženy již za 3 dni po porodu opouštějí lože. Nutno ovšem rozhodně před tím varovati, neboť následkem toho často bývají dlouhotrvající těžké choroby a při sesláblém těle často i smrť. Během šestinedělí, tedy při klidném leženi na loži, děje se zpětné zavinování rodidel, které se jeví více nebo méně bolestivými, často se vracejícími stahy v břiše. Příčinou jest pozvolné zmenšování se objemu dělohy, při čem se natržené a tudíž otevřené cévy krevní opět uzavírají a vyteklá krev vypuzuje se pochvou na venek (očistky). Při tom nutno pečovati, aby šestinedělka měla pravidelnou stolici, jinak nutno napomáhati klystéry, k nimž se používá odvaru heřmánkového. Suché teplo, tedy teplé, vlněné roušky přikládané na břicho konají při tom dobré služby. Při prudkých bolestech vedle přikládání vlněných roušek možno ještě natirati břicho olejem mandlovým.

V příčině stolice šestinedělek nutno dbáti na toto. V době leženi šestinedělky budiž používáno tak zvané mísy k podporování stolice; nedostaví-li se během 3 dni po porodu žádná stolice, musí se rozhodně přivoditi uměle. Následkem poruchy měchýře močového při pochodu porodním dostavuje se častěji zadrženi moče. Tu má porodní bába ihned zakročiti a při naplněném měchýři pomocí cévky (kathetru) odtok zjednati. Že následkem silnějšího odměšováni potu v šestinedělí jest odměšováni moče menší nežli jindy, jest asi známo.

www.scanzen.cz

K ulehčeni porodu doporučuje se ještě: nějaký čas před porodem častěji denně požívati dobrý olej tabulový a rodidla namazati olejem olivovým. Při velké slabosti šestinedělky (krevnatosť nebo náklonnost k zánětům nesmí v tomto případě býti přítomna) má se požívati sladové pivo nebo víno s přídavkem skořice neb šafránu a to častěji denně v malých množstvích. Při obtížném močení po porodu má se namazati krajina měchýře močového teplým olejem tabulovým.

Horečka omladnic.

Projevuje se celkovou lhostejnosti a slabosti v údech, stísněnosti prsou a bolením hlavy; místo mírného potu, posilujícího šestinedělky, dostavuje se neobyčejně silný a studený pot, který nemocnou seslabuje. K tomu se dostavují záněty, především zánět dělohy, a silná žízeň, nechutenství, zvracení, hořká chuť, povlečený jazyk, skleslosť sil, zácpa a pak ke konci průjmy Zhoršování se nemocí projevuje se zrychleným tempem: 100 i více za minutu. Po tomto velmi seslabujícím záchvatu horečky se tep opět zmírní, pocení značně povolí a následuje zdánlivé zdraví, ale tu nutno se varovati sebeklamu (příliš časné vstání může se státi osudným), neboť brzy potom objeví se druhý záchvat značně silnější nežli prvý. Hnědý, hustý hlen na jazyku, suchá ústa, špičatý nos, ochablé prsy, nadmuté břicho a zapáchající výtok z pochvy jsou dalšími známkami, že konec není daleký. Tu může zřídka ještě lékař sám pomoci, neboť následující záchvat bude ještě prudčí a obyčejně jest smrť nevyhnutelnou.

Za účelem vyvarování se této nemoci buďtež čtenáři opětně upozorněni na úvod k chorobám

ženským. Čistotnosť a péče tělesná jsou nejúčinnějšími ochrannými prostředky také proti této chorobě. Nesmí se opomenouti na tomto místě důtklivou prosbu vznésti na všechny báby porodní, aby dbaly nejúzkostlivější čistoty svých nástrojů a tyto ihned po každém porodu důkladně čistily. Jako u mužů nečistotou holičů bývají přeneseny choroby vousů, tak je tomu i při horečce omladnic. Ale i šestinedělka má požadovati pro sebe i své dítě čistotu a pečovati také před porodem o čisté prádlo ložní a tělesné. K odstranění špatného zápachu ze světnice stačí řádná ventilace a častější důkladné vyvětráni světnice, při čem matka a dítě nesmějí býti vystaveny žádnému přímému tahu.

Onemocnění ženských prsů.

Tato mají celou řadu příčin, z nichž některé zde buďtež uvedeny a probrány. Známky onemocněni jsou: úbytek chuti k jídlu, žízeň, zemdlenosť, mrazeni a prudké příznaky horečnaté, dále může býti také jedna strana prsou červená, velmi citlivá, horká a bolestivá.

Zhnisalé místo nutno hleděti přivésti k provaleni tím, že se dělají chladivé obklady tak dlouho, až místo to se provalí, pak se rána vymeje čistým kouskem plátna a vlažnou vodou, až vyjde zdravá krev. Pak se přiloží vlažný obklad, který se častěji obnovuje. Zaněty prsů vznikají také při prudkém úderu do prsů, při pohmoždění a dále při městnání mléka u nekojících matek. Že při všech onemocněních žlázy prsní musí býti kojení zastaveno, jest samozřejmo.

Příčinou onemocnění žláz prsních bývá nadměrný přítok mléka k prsu a tu jest nejlepším ochranným prostředkem hubená, skrovná strava. V tomto případě

www.scanzen.cz

se doporučují všecky lehké polévky, ovesná, krupicová, housková a bramborová; za nápoje k uhasení žízně se doporučují slabé odvary šalvěje, heřmánku, proskurniku, šeříku a lipového květu. Dále nutno pečovati o pravidelnou stolici. Není-li stolice, vezme se lžice ricinového oleje nebo hořká sůl v dávce několikrát na špičku nože. V úporných případech nutno sáhnouti jen ke klystéru. Přítok mléka k prsům nemá se zamezovati. Odtéká-li mléko z bradavek, přiloží se na tyto vlhký kousek plátna, ale nesmí se nechati vyschnouti a stvrdnouti, poněvadž tím vznikají nevyhnutelně odřeniny, často dokonce těžké záněty bradavek. Nastalo-li by podráždění bradavek, jest radno bradavky častěji omývati teplou vodou.

Blednička.

Příčiny její jsou: příliš málo pohybu na čistém vzduchu, porušené zažívání, zleněná stolice a vadná čmýra a vadné tvoření krve.

Doporučuje se ráno na lačný žaludek a večer před spaním píti po kofliku odvaru z kořene mochny nátržníku. Tento kořen obsahuje hojně železa a nahražuje železitou tinkturu nebo železité pilulky, předepisované lékaři. S bledničkou bývá obyčejně spojena ještě chudokrevnost.

Bílý tok.

Příčiny jeho jsou: veškerá dyskrasická onemocnění, tyf, městnání krve při chorobách srdečních a plicních, nervosa, slabost, podráždění nadměrnou souloží, tuhá stolice, červi, onanie, nákaza a nečistotnost. Známky výtoku jsou: bělavý, kalný, hlenovitý až hnisavě hlenovitý,

často ostrý a leptající výtok, který pochází z katarhu nebo zánětu pysků stydkých, pochvy, dělohy nebo trubice močové, při tom se pociťuje tlak a tíha v podbřišku, bolesti v kříži a nucení na moč. Příznaky průvodnými a následky bývají nechuť k jídlu, poruchy zažívání, vyhublost, vysílenost, nervosa a neplodnost.

Jako prostředek proti bílému toku byla používána »ossa sepiae«, jež lze levně obdržeti v každém obchodu droguistickém; z těchto »kostí sepiových« seškrabe se ke každému upotřebení dávka na špičku nože a tato dávka se několikrát denně užívá. Je-li zároveň tuhá stolice, užívá se čaj ze sennesových listů nebo jiné projímadlo. Také byl s úspěchem používán olej z bobulí jalovcových, který se užívá po kapkách na cukru ve množství dle stupně choroby.

Jako další prostředek jest znám bílý květ jetelový a bílá kopřiva hluchá, které se spaří na čaj, jehož se pije ráno, v poledne a večer po kofliku.

Výhřez dělohy.

Příčiny: mocné křičení, těžké porody, sedavý způsob života, trhliny hráze, bydlení nebo stálý pobyt ve vlhkých místnostech, zvedání břemen při nedostatečně podepřeném těle, námaha při stolici, tělesná slabost následkem přestálých těžkých chorob a příliš časné povstání v šestinedělí. Za účelem ochrany před výhřezem doporučují se při obtížné stolici klystéry z chladné vody a po vyprázdnění dává se ještě několik klystérů, ale v delších přestávkách; dále působí dobře požívání silných a pevných potravin. Varovati se alkoholických a horkých nápojů a řídkých polévek.

www.scanzen.cz

Při nastalém těhotenství nemá žena opustiti lože dříve, až jest opět úplně zdráva a sesilila. Při bílém toku a nedokonalém ještě výhřezu dělohy používá se nejlépe svírajících prostředků a sice odvaru z kůry dubové, vrbové, kaštanové nebo z listů myrtových. Tyto odvary se po vychladnuti několikrát denně vstřikuji do pochvy. Také možno houbu (při koupi nutno žádati výslovně lékařskou houbu), nasáklou některou z uvedených tekutin, zaváděti do pochvy, ale houbu nutno opatřiti dobře připevněnou nití, aby se mohla z pochvy opět vyndati. Každých 12 hodin nutno houbu vyměniti. K léčení pomocí houby možno upotřebiti ještě této směsi: 3 gramy kamence, 5 gramů tanninu (kyseliny třislové) a 30 gramů vody smísí se dobře vespolek a používá se, jak uvedeno. Jest-li choroba valně pokročila, nutno se obrátiti rozhodně k lékaři o radu, neboť zřídka může žena stav své choroby přesně posouditi. Vkládáni tak zvaných věnečků děložních nutno se co možná varovati, poněvadž tlakem působicím na dělohu mohou býti způsobeny záněty. Ovšem někdy nelze se používáni věnečků vyhnouti.

Městky žilné, otevřené nohy.

Tyto vznikají většinou po porodech nebo nesprávným způsobem života, následem prasknutí silně naplněné žily nebo uzliny žilné (strhané žíly). Chtěli-li bychom takové otevřené nohy léčiti zevně mastí nebo náplastí, zhojená rána by se znovu otevřela.

Připravíme si tuto směs: 3 díly vody, 2 díly dobrého červeného vína a vrchovatou lžíci soli Glauberovy v $^1/_2$ litrové láhvi. Ráno na lačný žaludek užívá se vinná sklenička této směsi, před užitím řádně pro-

třepané. Na ránu samotnou přikládá se kousek plátna namočený v oleji dřevěném, čímž se zmírňuje bolest a horkost. V noci se doporučuje nohu zavinouti a ve vyvýšené poloze držeti. Podvazků není radno užívati.

Velké břicho, zvěšení břicha.

Vzniká většinou po porodech tím, že se v podbřišku nahromadila voda.

Proti tomu pije se čaj ze směsi kořene bezu nízkého, květu trnkového, bobulí jalovcových a přesličky. Také možno přesličkou napařovati, t. j. nechají se páry z přesličky táhnouti na břicho.

Snadný porod.

Toho docílíme tím, že se čajová lžička soli Glauberovy rozpustí ve sklenici vody, k tomu se přidá něco dobrého, červeného vína, a od poloviny těhotenstv vždy ráno na lačný žaludek pije se půl až jedna vinná sklenička. Směs ta působí dobrou stolici, čistí šťávy tělesné a rozšiřuje cévy.

Čmýra.

K docílení čmýry vezme se zeměžluč, rozrazil a černobýl, každého stejný díl, připraví se z toho čaj a toho se pije po kofliku ráno, v poledne a večer. Dále se užívá šafrán naložený v červeném víně, z čeho se užívá každý večer malá lžíce. Velmi dobře působí také vlažné lázně nohou s talířem dřevěného popela, k němuž se přidá lžíce soli, ale nesmí se bráti příliš horké, neboť jinak stoupá krev ke hlavě. Také jest prý dobře píti odvar z divizny.

Nebo se koupí v některém bokynářském nebo ovocnářském obchodě, droguerii nebo v lékárně pra-

www.scanzen.cz

žené kdoulové řezy, dají se do hlíněného hrnku, ve kterém se vaří s dobrým starým vínem červeným, v přikrytém hrnku nechá se směs tak dlouho vařiti, až se vyvinuje silná vůně. Z tohoto odvaru pije se ráno na lačný žaludek a večer před spaním po vinné sklenici, až se dostaví pravidelná čmýra; i v úporných případech pomahá tento prostředek.

Při prudce se dostavující čmýře připraví se čaj z přesličky, kterého se ráno na lačný žaludek a večer pije po kofliku. Velmi dobře působí také čaj z kořene mochny nátržníku, kterého se 2 až 3 dni před dostovováním se čmýry pije denně 1 koflik.

Bílý tok.

Tato choroba byla již v této knize na stránce 58 projednána, ale budiž ještě jednou na ni upozorněno s jiného stanoviska.

Mnozí znamenití lékaři dali si práci s vyšetřováním hlenovitých sekretů mnohých žen a dívek a co našli? Že převážná většina žen a dívek trpěla bílým tokem. Této chorobě, která ruinuje ženy a dívky nejen tělesně, nýbrž i duševně, věnuje se příliš málo pozornosti, ano choroba ta se považuje za chorobu módní. A kolik neštěstí způsobuje lhostejnosť k této chorobě ženské!

Zde několik pokynů pro denní život.

Každé mladé děvče, které se vyznačuje nevlídným chováním k spolubližním, stále špatnou náladou, střídající se s nadměrnou, zcela náhle vzkypující rozpustilostí, tělesným i duševným chřadnutím, chyběním každé skutečné a pravé radosti ze života, nelibosti k práci a jinou lhostejností, budiž přesně vyšetřena svědomitým lékařem a jak bude často zníti výrok tohoto lékaře?

Děvče trpí — bílým tokem!

Dále ať nechá také vyšetřiti každý manžel svou paní, která stále postonává a které chybí brzy to, brzy ono, která má dále nepěkné vlastnosti, jako uvedená děvčata, která dále ukazuje k životu manželskému největší lhostejnosť, s mužem a dětmi se vadí, jejíž chování často nepřispívá dostatečně k tomu, aby pečlivému otci rodiny život manželský byl zpříjemněn. A jak bude zde zníti výsledek?

Paní ta trpí — bílým tokem!

A čím staly se takové okolnosti možnými? Nepravým studem a nevědomostí! Mnohdy se dokonce nepovažuje ani za neštěstí, trpěti bílým tokem, neboť sousedka, přítelkyně, švakrová trpí tím také; není prý žádného prostředku proti tomu, tu platí zásada — trpěti, tak slýcháváme bohužel často. Mysli se pošetile, že výtok při některém šestinedělí opět zcela sám sebou vymizí.

Příznakem této choroby jest jedině bělavý, hnisovitý hlen, který neustále vylučuje ženská pochva. Výtok ten může pocházeti z pochvy, z hrdla děložního nebo také z dělohy samé a jest následkem chronického katarhu rodidel.

Ve svém počátečném období nepůsobí choroba ta kromě výtoku z pochvy žádných větších obtíží. Může se však dostaviti nespavosť, nechuť k jídlu, bledosť, blednička, chudokrevnosť, zemdlenosť, zhubnutí a celková nevolnosť. Spořeba dobrých šťáv tělesných trvá dále a chudokrevnosť nabývá značného stupně; dostavuje se celková slabosť, také nervosa. Dalším, často osudným následkem bývá odpor proti pohlavnímu styku s manželem.

www.scanzen.cz

Zde počíná většinou doba, od které bývá tak mnohý život rodinný rozrušen, nepozná-li se základní příčina. Jak často z tohoto důvodu stává se muž k ženě a dětem lhostejným a uveden na jiné dráhy, zničující život manželský a rodinu.

Hnisavým sekretem naplněná děloha nepřijímá při souloži mužské semeno přiměřeně do sebe nebo je sekret obaluje — manželství zůstává bezdětným a zošklivi tím často manželi jeho domov nebo děti přece zplozené jsou skrofulosní a mají vůbec chorobný základ. Tak mstivá se nevědomosť a lhostejnosť rodičů na dětech.

Pátráme-li ještě jednou po příčinách zmíněných okolností, dovidáme se, že muž i žena si často málo vědomosti o životě pohlavním osvojují, dnešní člověk kulturní zná sice zařízení bezdrátné telegrafie, ale v příčině vědomostí o svém vnitřním složení stojí mnohdy na stejném stupni jako nejnevzdělanější černoch.

Další příčinou bílého toku může býti příliš častá, příliš bouřlivá nebo také příliš prodlužovaná soulož; takové případy bývají příčinou katarhů a jich následků.

V příčině léčení bílého toku budiž poukázáno na dřívější odstavec, dále na odstavec o pěstění kůže a těla a na často dopuručovaný přirozený způsob života a diety. Není-li choroba příliš pokročilá, bývá žena nebo dívka ještě s to, sama se léčiti, ovšem patří k tomu vedle uvedeného návodu a přesného zachovávání jeho nezbytně ještě svlažovač (irrigátor), který ovšem nesmí viseti neupotřeben na stěně, nýbrž má se ho pilně používati v tiché komůrce.

Při pokročilé chorobě nutno rozhodně požádati o radu zkušeného lékaře.

Dětské nemoci.

Dětské choroby jsou velmi různé a uváděti je zde všecky, zaujalo by příliš mnoho místa v této knize. Jest tedy pojednáno jen o všech těch, které se denně vyskytují a které lze při pečlivosti rodičů vyhojiti bez lékaře. Také u této kapitoly budiž rodičům položeno na srdce, aby co nejpřesněji si povšimnuli předmluvy a úvodu k ženským nemocem, neboť to, co tam jest uvedeno, může již mnoho přispěti k zamezení nemocí. Že nutno kojence v prvých týdnech života jich chovati v teple, jest asi dostatečně známo; že se mají každý den koupati, učí každá bába porodní, také nutno stále vyměnovati prádlo tělesné znečistěné nebo potem zvlhlé; že však má také vždy býti čistý vzduch ve světnici, na to zapomínají mnohé matky. Při koupání jest radno přejíti od teplé vody ponenáhlu k vlažné, neboť zchoulostivěním a uzavřením zdravého vzduchu stávají se děti jen vnímavými pro nemoci dětské. Utrpělo-li novorozené dítě následkem těžkého porodu poranění na hlavě, budiž povolán na radu lékař, nezmizí-li poranění to v krátké době samo. Ponechá-li se dítě ležeti v mokrých plenkách nebo nepřikryté, po případě v nedostatečném teple, dostavuje se zpravidla nachlazení; příliš těsné zavinování má za následek onemocnění pupku. Objeví-li se u dětí žloutenka, mizí při rozumném ošetřování kojence obyčejně sama sebou. Při onemocnění pupku nutno dávati obklady na břicho a podávati v malých dávkách čaj krev čistící.

www.scanzen.cz

Umělá výživa dětí.

Často následkem nedostatečně vyvinutých prsů nebo nějaké choroby matčiny není matka s to, aby dítě kojila, a tu nutno sáhnouti k umělé výživě dítěte. Ode dávna známou náhradou za mléko mateřské jest mléko kravské. Poněvadž však toto obsahuje více bílkoviny, tuku a pevných látek nežli mléko ženské, jest mléko kravské ve stavu nezředěném kojenci v prvých týdnech jeho života příliš těžkým; nutno mléko to tedy před požíváním zředíti svařenou vodou v poměru 1 : 1. Při této příležitosti nutno ženy výslovně upozorniti na to, že voda přidaná nesvařená k mléku působí vážné choroby střevní a žaludeční, následkem kterých může nastati vysílení a dokonce smrť. Další náhradou mléka mateřského jest zhuštěné mléko švýcarské; u tohoto není následkem jeho velkého obsahu cukru potřeba žádného přídavku cukru, ale nutno je zředíti asi desetinásobným množstvím svařené vody.

S podáváním potravy mají býti matky u kojenců velmi šetrny, neboť příliš mnoho potravy působivá u kojenců choroby střevní a žaludeční.

Křičení kojence.

Křičení kojence mívá různé příčiny. K uvarování se jeho nutno dbáti tohoto. Aby se zažívání dítěte nerušilo, má se dítě zavinovati jen volně. Peřiny, do kterých se dítě jaksi zastrkuje, ruší vývoj dítěte, které potřebuje volného pohybu. Dítě nemá se zabořovati hluboko do peřin a do kočárků se záclonami. Poloha dítěte budiž vždy vodorovná. Přílišné kolébání, nošení a vození dítěte nemá účelu, ano škodí, připravujíc dítě a jeho pěstounu o klid, neboť zdravé dítě leží i

za bdění klidně a hraje si se svými údy; křičí-li, spočívá příčina v nedbání uvedených tuto rad pro matky. Dalšími příčinami křičení jest horké nebo tlačící lože, nečistota, špatný vzduch ve světnici, bolavá místa a hmyz. Cvičí-li dítě své plice, nemá se mu v tom zabraňovati, ale má se vždy přihlédnouti, nejsou-li toho jiné příčiny. Až do 6 měsíců potřebuje dítě spáti denně 14—18 hodin; nutno tedy starati se, jakmile dítě jeví se unaveným, aby byl klid ve světnici. Nespí-li dítě přes to, budiž mu dán teplý obklad na břicho, pak se dostaví klidný a zdravý spánek. Od 9 hodin večer až do 5 nebo 6 hodin ráno má dítě zůstati bez potravy. Jest-li zažívání nedostatečné a příčinou křičení, mají matky dbáti na toto:

Neprospívá-li dítě a stále se vždy hojně pomočuje, jest podávané mléko příliš řídké; má-li však obtíže břišní a ve stolici vločky sýrovité, jest mléko příliš husté; při zácpě pomáhají malé, vlažné klystéry. Po nastalé stolici má se dáti poněkud chladnější klystér. Při zadržení moče dávají se teplé obklady na krajinu měchýře močového a pohlavní části a odstraní se přítomná snad místa bolavá. Až do čtvrtého měsíce může kojenec zažívati jen mléko. U úplně silně vyvinutých dětí jest na místě suchar se slabým čajem heřmánkovým, ale podávání zrnkové kávy nutno se varovati. Nechceme-li vychovati hlupce, blbce a děti křečemi stížené, nutno se u slabých kojenců varovati makovic, opia a jiných prášků uspávacích.

Tento předmět jest projednán poněkud podrobněji nežli všecky ostatní a při něm matkám důtklivě domluveno; spisovatel měl při tom přesvědčení, že každé

www.scanzen.cz

matka, která bude dbáti těchto rad, bude se srdečně těšiti ze zdraví svého dítěte.

Opruzení dětí.

Opruzení možno odstraniti, věnuje-li se největší pozornosť stolici a močení dítěte, udržují-li plenky a tělesné prádlo v nejúzkostlivější čistotě a zasypává-li se dítě pudrem, práškem plavuňovým a výborně působící moučkou bramborovou. Vytvoří-li se následkem nečistoty vředy, nutno povolati lékaře na poradu. Opruzenina dětí hojí se také rychle tím, že se po výměně plenek příslušné části tělesné lehce omyjí studenou vodou.

Moučnice.

Při nepozornosti matek vzniká v ústech kojenců velmi snadno moučnice. Příčinou vzniku toho bývá to, že se zapomene několikrát denně čistiti gumový klobouček a vnitřek úst kojence. Má-li dítě zůstati ušetřeno moučnice, má matka gumový klobouček vkládati denně na několik hodin do čisté, horké vody; také nutno ústa kojence po každém pití nebo jiném přijímání potravy opatrně vytříti kouskem plátna, namočeným ve vlažné vodě. Vznikla-li následkem nedostatečné čistoty moučnice, nutno ihned a pak každou půl hodiny čistiti ústní dutinu kojence vlažnou vodou, ale plátno nutno po každém upotřebení zahoditi.

Těžké prořezávání zubů neb „křeč zubní“.

Dítěti se při tom napomahá potíráním lící olejem mandlovým. Také se mu má podávati tak zvaný kořen zubní (fialový) a uvnitř potírati dásně mírně zahřátým olejem tabulovým.

Zvracení dětí.

Při zvracení dětí po pití podává se jim místo mléka čerstvá smetana, zředěná vodou. Přídavek koňaku (několik kapek na láhev zředěné smetany) posiluje žaludek.

Vřídkovitý zánět sliznice ústní u dětí.

Připraví se odvar ze šalvěje, heřmánku, přesličky nebo oslazený, řídký odvar z kůry dubové a kouskem plátna, namočeným v takovém odvaru, vytírají se dítěti každou hodinu ústa, která se potom ještě vytřou čistou vodou.

Močení dětí pod sebe.

Příčinou bývá nachlazení, postihující měchýř močový, pročež se pomočování dětí vyskytuje častěji v zimě nežli v létě.

Podává se odvar z třezalky, ale nemá býti příliš silný. Také se s úspěchem používá odvaru z listů medvědice, který se má píti ráno a večer před spaním. Proti močení pod sebe možno ještě doporučiti odvar z černých šišek olšových.

Škrkavky a roupi.

Tyto lze zjistiti jen, odcházejí-li stolicí. Chceme-li zbaviti děti této choroby, smísíme 10 dílů oleje ricinového a díl santoninu, z toho se podávají dítěti denně 3 čajové lžičky nebo se jim dává častěji ráno na lačný žaludek 1 koflík čaje z květu vratičkového. U slabých dětí jsou na místě známé pokroutky proti červům.

Vyrážka na hlavě dětí.

Při nenakažlivých vyrážkách na hlavě u dětí osvědčuje se jako dobrý prostředek čaj z macešky. Viz také ekzem stroupkovitý.

www.scanzen.cz

Kašel zádušný.

Tu pomahá čaj z polní routy a odvar z osvědčeného kořene kostivalového; nebo se koupí po deseti haléřích tlučeného cukru kandýsového, tlučených bobulí jalovcových, prášku prsního a za 20 haléřů dobré moučky čokoládové, vše se smísí a užívá se za půl hodiny na špičku nože v kávové lžičce vody.

Jiným známým prostředkem proti kašli zádušnému jest čaj z macešky.

Záškrt.

Tato choroba napadá již děti ve věku od 2 do 6 let. Příznaky jsou horečka, bolesti v krku a povlak v hltanu a hrtanu.

Při záškrtu nutno dbáti na to, aby se nezaměnil s pablánitým zánětem v krku (croup), proto nutno dbáti toho, že při croupu blánité usazeniny leží na sliznici, při záškrtu však ve sliznici. Při záškrtu se neodstraňuje žádná blána (pablána), nýbrž na místě odstraňování rozpadá se sliznice sama snětivě.

Dále rozeznáváme záškrt (difterii) ústní, hltanovou, nosní a hrtanovou. Nejčastěji se vyvinuje záškrt po spalničkách, spále a tyfu. Vedle dětí onemocňují však tím také dospělí, a poněvadž choroba ta se snadno vrací, jest třeba řádného léčení.

Poněvadž záškrt jest velmi nakažlivý, vystupuje také epidemicky, jest potírání příčiny hlavní podmínkou. Jisto jest, že původcem choroby té jest jistá plíseň (bakterie). Vznik záškrtu se podporuje tělesnou nečistotou, špatnou, nepřirozenou výživou, zchoulostivěním krku a t. d. Často se dostavuje záškrt také po některé nemoci vyrážkové.

Předzvěstí záškrtu bývají zpravidla skrovné — trochu zemdlenosti, obtíže polykací, zřídka však třesavka

a jiný příznak horečnatý. Také i na výši choroby bývá horečka mnohdy mírná a celkový stav nebývá zlý, takže okolí dítěte často bývá klamáno. Většinou vyskytuje se v pozadí krku zduření, zánět a konečně je viděti šedohnědý povlak na silnici, který při odstraňování zanechává krvácející místa; povlak ten nedá se však snadno odstraniti. V dalším průběhu mění se povlak sliznice v tmavou, zapáchající hmotu, která sama odtéká nebo bývá vykašlávána — potom tvoří se vředy, které po zhojení zanechávají jizvy po sobě. Zduření mandlí a mízních žláz na krku a odporný zápach z úst vyznačují další průběh choroby.

Nastane-li smrť, jest příčinou její méně udušení, spíše vysílení a rozklad krve. Záškrt není chorobou místní, proto hrdlořez (tracheotomie) není také vždy operací zachraňující, jako při croupu. Jest-li průběh choroby příznivý, odlučují se cáry tkaně chorobné a v 2—3 týdnech nastává uzdravení. Později dostavují se na patře, hltanu, očích a údech často obrny, které v krátké době opět vymizí. Jsou známkou, že nebyl veškerý jed v těle ještě učiněn neškodným.

Léčení: Odváděti jed chorobný k zevní kůži, mírniti přítomnou horečku, často dávati studené obklady na krk a čelo, častěji kloktati slanou vodou nebo zředěným vínem červeným, vsrkávati a vstřikovati tekutiny ty do úst a nosu, píti čerstvou vodu s hojně šťávy citronové. Dále každou půl hodiny chladné záviny krku a každé 3 hodiny záviny dolní části těla. Dostavuje-li se skleslosť, nutno podávati prostředky povzbuzující, při záchvatech dušení třeni krku, žeber a trupu.

Dalším prostředkem proti difterii jest toto: Ze slanečka sní se polovička mlíčí, za 5—10 minut vezme

www.sanzen.cz

se druhá polovička, ale zároveň se vezme 5—6 kapek terpentinu a později se kloktá vápennou vodou.

Spála.

Tato choroba jest zánět kožni, provázený ze začátku silnou horečkou a bolenim hlavy, při čem se ponenáhlu zardí celá kůže.

Vyrážka spálová objevuje se nejprve na krku a šíří se odtud po celém těle. Obyčejně bývá již po 26 hodinách celá kůže pokryta červeni spálovou. Z nemocného vychází zvláštni zápach, tep jest zrychlený, kůže suchá a při tom je palčivá horkosť. V době nemoci musí zdraví býti přisně odloučeni od nemocných a jich ošetřovatelů, poněvadž choroba jest velmi nebezpečná a nakažlivá. K zamezeni dalších nákaz jest dobře vykropovati světnici vodou korbolovou a větrati častěji okna, při čem však nutno dbáti na to, aby na nemocného nešel žádný průvan.

Když začíná uzdravováni, počíná se kůže olupovati ve větších nebo menších šupinách.

Za nápoje možno doporučiti cukrovou vodu svařenou, ochlazenou limonádu, sliz ovesný, odvar z květu bezového, pampelišky nebo z heřmánku.

Spalničky.

Spalničky jsou malé, červené skvrny na kůži celého těla. Příznaky nemoci jsou: zpočátku červené skrvny v obličeji, rýma spojená z bolenim hlavy, silný kašel, slzeni a světloplachosť a horečka. Po 6. dni počíná se kůže olupovati a možno očekávati uzdraveni.

Nemocného nutno chrániti před jasným světlem denním a průvanem (Léčeni viz spála.)

Křivice (Anglická nemoc).

Nazývá se také dvojitým vzrůstem pro zdánlivé zdvojeni konců kostních, vzniká následkem nedostatku vápna při výživě. Dalšími příčinami jsou, jako při skrofulose, zděděni skrofulosních a nezdravých šťáv nebo špatná a nedostatečná výživa, dále překrmeni, zchoulostivěni oděvem, špatným, tmavým, vlhkým a špatně větraným obydlim, zanedbané pěstěni kůže, nepřirozený způsob života.

Příznaky choroby té jsou: zkřiveniny žeber a kosti hrudni (husí prsa), zkřiveni páteře, pánve, údů v podobě nohou do O nebo X, šavlovitých rukou, naduřeni břicha, zvětšeni a měkkosť lebky. Pocení, porušené zažíváni a průjmy bývají předzvěsti nebo vedlejšími příznaky. V dalším průběhu může nastati úplné zkřiveni a zakrnění těla, podobně jako při skrofulose.

Léčení jest podobné jako při skrofulose: hojný pohyb na světle a slunci, úzkostlivé držení těla v čistotě, denně teplé lázně na nohy, v noci obklady na břicho a poloviční záviny, také lázně slunečné, spaní při otevřeném okně, nikoli na peřinách, nýbrž na slamniku nebo matracích nebo houních. Varovati se moučných jidel, zejména u malých dětí. Doporučuje se ovoce a chléb černý, žádné však lihoviny. Hlavni prostředek: r y b i t u k s f o s f o r e m.

Jiný prostředek proti křivici jest tento: vezme se za 20 haléřů rumu, asi 60 gramů másla, za 10 haléřů benátského mýdla, za 5 haléřů bobulí jalovcových, směs ta se svaří na mirném ohni na mast, kterou se potiraji chorobná místa. Této masti bylo použito s velkým úspěchem.

www.scanzen.cz

Katarh žaludeční a střevní.

Léčení: utřený ořech muškátový v dávce na špičku nože smíchá se se lžící bílku vaječného a sní se. Prostředek ten slouží dítěti zároveň za potravu.

Výživa dětí.

Výživa dětí měla by nalézati pro vývoj člověka daleko větší pozornosti a péče, nežli se tak děje ve většině případů. Zde buďtež uvedeny jen některé diaetetické pokyny. Domněnka, že pivo, víno, maso, uzeniny, masová polévka, káva a t. d. jsou silnými potravinami pro děti, jest bohužel ještě příliš silně rozšířena, poněvadž mnoho matek nezná ani výživné hodnoty ani účinku těchto látek. Pivo, víno, vůbec všecky lihové nápoje, dále kávu, čaj a kořeněnou čokoládu neměly by děti vůbec dostávati, silně kořeněné polévky masové tím méně a maso jen výjimečně. Všecky snadno ztravitelné druhy mas a ryby nemají se podávati jako hlavní jídlo, nýbrž jen jako přídavek k dušené zelenině a ovoci. Hlavní potravou mají býti především rostlinné věci: rýže, oves, čočka, chléb, moučníky, dále mléko, také vejce, za nápoj má sloužiti čerstvá voda studničná a alkoholu prostá šťáva ovocná a kakao s mlékem. Ovoce má se popřáti dětem po libosti, neboť dobré zralé ovoce nikdy neškodí, zejména požívá-li se s kouskem chleba. Za přídavek ke chlebu dále možno doporučiti med, který není žádnou mlskou, nýbrž výbornou potravinou pro děti, které si bohužel málo všímáme.

Polední spánek dětí.

Jest bohužel zvykem velmi rozšířeným, že se malé děti, které mají odpoledne spáti, kladou na

lože oblečené. Ve většině případů je toho příčina nechuť dítě svlékati a zase oblékati. Kdyby matka věděla, jak tento zvyk jejímu miláčku škodí, jistě by jej vždy svlékla. Dítě, které usnulo ve svých šatech, probouzí se, potem jsouc vysíleno a zemdleno. Místo aby se spánkem cítilo osvěžené, jest ve špatné náladě. Někdy jen uvolněné, nikoli rozepjaté tkaničky a knoflíky tlačily ve spaní orgány břišní a hrudní, omezovaly jejich volný pohyb, znesnadňovaly dýchání a zažívání. Proto jest povinností matek, aby před spaním dětem vždy svlékly jejich šaty, po případě to nařídily osobám, kterým děti své svěřily.

www.scanzen.cz

Potraviny.

Zdráv býti a zdravým zůstati, má býti našim hlavním zřetelem během života našeho. K docílení toho jest však třeba, abychom přesně znali, co tělu našemu prospívá a co mu škodí. Aby se to každému stalo jasným, jsou v tabulce na následující straně uvedeny hlavní potraviny podle jejich složení chemického.

Za účelem podrobnějšího výkladu buďtež zde jednotlivé potraviny probrány podrobněji.

Bílkoviny.

Bílkovina (albumen) sestává z kyslíka, vodíka, uhlíka a z hojně dusíka, k nimž jsou připojeny jiné látky, jako fosfor, železo a t. d. Člověku i zvířeti jest potrava bílkovitá nepostrádatelnou. Kosti, svaly, cévy, krev (plasma krevní) sestávají z velké části z dusíkatých látek. Ve šťávách a semenech rostlinných, v sýru, mléce a ve všech živočišných látkách jest přítomen dusík.

Při této příležitosti budiž zde uveden výpočet, opírající se o fakta. Dospělý, silný, pracující muž potřebuje denně ztravitelné bílkoviny 100 až 130 gramů. Aby se toto množství tělu přivedlo, musí požíti za korunu masa hovězího nebo za 40—50 haléřů nasoleného slaneckа, nebo za 32—38 haléřů luštěnin nebo za 20 haléřů tvarohu (sýra). Tím jest podán důkaz, na který se odvolávají hlavně vegetariáni, že maso vzhledem k výživné ceně jest velmi drahé.

Jméno	Bílkovina	Tuk	Uhlohydráty
Bílek vaječný	12	—	1/2
Žloutek vaječný	15	10	26
Maso hovězí	17—22	10—27	—
„ telecí	19	7 1/2	—
„ skopové, tučné	12	33	—
„ „ libové	20	3	—
„ vepřové	10—20	7—42	—
Slanina	3—7	76	—
Slaneček nasolený	19	16	3
Mléko	4—5	10—18	4
Tvaroh (sýr)	43	7	—
Mouka pšeničná jemná	9	1	74
„ „ hrubá	12	1	72
„ žitná	11	1 1/2	72
„ kukuřičná	14	4	70
Chleb žitný	6—7	1/2	48
„ pšeničný	10—12	2	40—50
Ječmen (kroupy)	10	7 1/2	70—75
Kakao	20	37—55	9
Fisole	24	—	55
Čočka	25	2	55
Hrách	28	3	50
„ zelený	6	1/2	12
Brambory	2	1/3	16—24
Kedlubny	3	1/5	9
Řezané fisole	2	1/5	6
Kapusta	2 1/2	1	5
Zelí červené a bílé	2	1/5	7
Salát hlávkový, Řipa, Mrkev	něco, více než	1	1/8	2—6
Ovoce čerstvé, něco méně než	1	—	10—20

www.scanzen.cz

Tuky a uhlohydráty.

Tyto látky sestávají z uhlíka, vodíka a kyslíka, jsou na stavbě těla méně súčastněny nemajíce dusíka, poskytují však našemu tělu palivo a sílu svalovou. Působením kyslíka krevního okysličují se na kyselinu uhličitou a vodu a udržují tím dýchání a výrobu tepla.

Tento pochod spalovací jest v těsném vztahu s výměnou látek uvnitř nejmenších organisací těla, totiž buněk. Něco tuku zůstává nespáleno a usazuje se v těle. Uhlohydráty a tuky zmenšují při hojnějším příjmu spotřebu bílkoviny, což jest důležito pro výživu, poněvadž tuky a uhlohydráty jsou lacinější látky vyživné.

Pracující člověk potřebuje denně 50—60 gramů tuku a asi 450 až 500 gramů uhlohydrátů. Všimneme-li si uvedené tabulky, vidíme, že různé druhy obilin obsahují vedle bílkoviny také nejvíce uhlohydrátů. Luštěniny mají se požívati vždy ve stavu úplně měkkém, úplně rozvařeném.

Voda.

Dle stáří sestává člověk ze 60—90 části vody, neboť i všecky pevné, ano i zdánlivě suché části, jako kosti, šlachy a t. d. obsahují velmi mnoho vody.

Krev a míza obsahují ovšem vody nejvíce. Bez potravy může člověk žíti nejvýše 2 až 3 týdny, ale pije-li při tom vodu, může se udržeti na živu ještě déle, poněvadž voda rozpouští zásobní látky, v těle obsažené a podporuje jich spotřebu. Denně potřebuje člověk 2—3 litrů vody. Abychom však toto množství vody naprosto vypili, není třeba, poněvadž potraviny, které požíváme, obsahují dostatečné množství vody.

Soli živné.

Ke stavbě těla, ke tvoření chrustavek a kostí jest třeba živných solí. Jsou to: vápno, draslo, hořčík, kyselina fosforečná, sůl kuchyňská a t. d. Ke tvoření krve jest třeba týchž solí, poněvadž soli ty mají také chemický účinek. Maso obsaluje více solí živných, nežli rostliny. Člověk potřebuje denně jen 30—35 gramů živných solí, nadbytek jejich se vylučuje bez upotřebení z těla. Nejzdravější potravou jest zelenina. Tato však se nemá vařiti, nýbrž dusiti a připraviti s vodou svařenou, poněvadž právě v ní jsou obsaženy živné soli. Různé zeleniny, jako salát, požívají se nejlépe syrové. Dává-li kuchařka na stůl zeleninu bez vody, ve které se zelenina vařila nebo dusila, má zelenina taková jen nepatrnou cenn vyživnou.

Tím jest kapitola „potraviny“ ukončena a dámy se opětně žádají, aby toho, co bylo řečeno, dbaly a prakticky v nejvlastnějším zájmu v kuchyni upotřebily. Úspory ve výdajích a zdravá silná rodina budou toho následkem.

www.scanzen.cz

Lázně.

(Přirozené i umělé lázně).

Že k uzdraveni mnoho přispívá lázeň, netřeba zajisté podrobněji vykládati, ale že při koupání nemáme míti naplněný žaludek, toho se dbá příliš málo. Jest přímo nebezpečno, koupati se s plným žaludkem, neboť lázní žene se krev k zevním částem a ruší se zažívání, což může míti za následek závrať, mdlobu, zvracení, ano i záchvat mrtvice. Podobně máme se choditi koupati s prázdným žaludkem. Při naplněném žaludku jest koupající se v řece vystaven nebezpečí utonutí. I ve vaně koupací přišli již lidé takto o život.

Teplota vody v lázni má býti tato: studená lázeň 15 stupňů, vlažná lázeň 21—27 stupňů, teplá láseň 27—30 stupňů Reaumura.

K celkové lázni béře se tolik vody, kolik se vejde do vany zároveň s koupajícím se; v lázni máme míti ovšem ještě možnosť se pohybovati.

Lázně z vonných bylin (aromatické lázně bylinné) mají se používati při příliš silné činnosti srdeční, stavech slabosti, rheumatismu a křivici. K lázním takovým užívá se asi 500 gramů heřmánku, který se před tím svaří a odvar se vleje do lázně.

Železitá lázeň. Používá se proti chorobám měchýře močového, sleziny, k posilnění u chudokrevných, nemocných bledničkou a nemocemi pohlavními, souchotinami a chorobami plicními. Z droguerie nebo lékárny koupí se sirnik železnatý nebo železné koule a uhličitan draselnatý (potaš) a sice asi 5 gramů a přidá se to k vodě ve vaně.

Jehličnatá lázeň. Osvědčuje se při skrofulose, vyrážkách kožních a zánětech očních, vředech, zduřelých žlázách, zduřeninách kostních, výtoku z ucha, dně, křečích prsních a žaludečních.

Upotřebení: šišky smrkové nebo jedlové se špičkami jedlovými (semenné šišky) ve množství 500 gramů se uvaří ve vodě a pak se to přileje do vody lázně.

Jodová lázeň. Používá se proti zánětům děložním, syfilitickým onemocněním, bolestivým vředům a t. d. Když se voda nalila do dřevěné vany, přidá se asi 10 gramů jodidu draselnatého (kalium jodatum). Z kovu nesmí býti vana, poněvadž jod poškozuje všecky kovy.

Otrubová lázeň. Používá se proti nachlazeni, slabosti údů, rheumatismu a haemorrhoidům. Upotřebení: $^1/_2$ až 1 kilogram pšeničných otrub a 1 talíř dřevěného popela svaří se ve 3 až 5 litrech vody a přidá se to k celkové lázni.

Louhová lázeň. Jako studená lázeň používá se při otylosti, chorobách žaludečních, haemorrhoidech, chorobách jaterních, katarhech střevních, písčitosti ledvin a chorobách kožních. Vezme se 100 gramů soli kuchyňské a 150-200 gramů uhličitanu draselnatého (potaše).

Sladová lázeň. Doporučuje se při slabosti a pokleslé síle životní. Výborně se osvědčuje u dětí sesláblých, trpících chorobami střevními. K celkové lázni přidá se 1—3 kilogramy ječného sladu, který se před tím půl hodiny vaří ve vodě a procedí.

Syrovátková a mléčná lázeň. Používá se jen u nedráždivých nemocných, stižených chorobami prsními a plicními. Lázeň se připraví z poloviny vody a z poloviny mléka nebo syrovátky.

www.scan.cz

Sirná lázeň. Doporučuje se při chorobách kožních, lišejích, svrabu, zastaralé syfilis, dně, kloubních bolestech, haemorrhoidech, mírné zácpě a skrofulose. Vezme se asi 100 gramů sirníku draselnatého na celkovou lázeň; za účelem sesílení možno přidati k lázni ještě asi 10 gramů kyseliny sírové. Lázeň sirnou možno připraviti jen ve dřevěné vaně.

Mýdlová lázeň. Používá se při zduřeninách žláz původu skrofulosního, lišejích, svrabu a jiných chorobách kožních. Lázeň taková se připravuje tak, že se vezme asi 500 gramů ustrouhaného mýdla a přidá se asi 100 gramů líhu mýdlového.

Třísloviná lázeň. Možno ji použíti při omrzlinách, krvácení z dělohy, skrofulose, zastaralých úrazech a slabosti končetin. Svaří se asi 500 gramů kůry jilmové, vrbové nebo dubové a odvar ten se pak přidá k lázni.

Vinná lázeň. Používá se u seslablých chorých dětí a u novorozenců. Vezme se na 5 litrů vína 5 litrů teplé vody, svaří se něco benátského mýdla, hřebíčku a libečku (kořene opichového) v 1 litru vody, směs ta se procedí a pak přidá k lázni.

Rašelinné lázně. Na jednu lázeň béře se soudek rašeliny nebo 3—5 liber soli rašelinné. Lázně takové se výborně osvědčují při skrofulose dětí a při stavech slabosti, dále hodí se dobře k povzbuzení a oživení výměny látek.

Některá pravidla o odívání se a pěstění těla.

Také tato kapitola doporučuje se váženému čtenáři k povšimnutí. Jest povinností každého jednotlivce, poznati nejen prostředky k léčení různých chorob, nýbrž i příčiny těchto.

Obuv.

Dlužno se varovati všeliké obuvi, která nohy sužuje nebo ztlačuje. Nosením příliš úzkých střevíců vznikají špatné nohy, tlustá bříška u prstů, kuří oka, zarostlé nehty a znetvoření nohou. Při silném tlačení nohy může krev v cevách jen s úsilím probíhati a tak vzniká městnání krve.

Nedoporučují se dále perka s gumovými vložkami, poněvadž i tyto vadí oběhu krevnímu nad kotníky. Chceme-li si udržeti nohy zdravé, jest nutno nositi střevíce, které neobmezují nohu v pohybech, a udržovati je stálým ciděním a občasným namazáním mastnotou vlačnými, neboť tak ušetříme nejen peníze, nýbrž i nohy zůstanou zdravými.

Pocení nohou.

Pocení to dá se vedle jiných, v této knize ještě uvedených prostředků, zmírniti, po případě odstraniti pravidelným koupáním nohou a denním měněním punčoch — tedy i zde jest čistotnost hlavní věcí. Vlhké punčochy nutno vždy na vzdušném místě usušiti, nežli se dají do prádla.

www.sanzen.cz

Podvazky.

Podvazky nemají se připínati nikdy příliš hluboko a nikdy příliš pevně. Příliš volný podvazek jest nepohodlný, příliš pevně přivázaný jest zase nezdravý, poněvadž omezuje oběh krevní. Nutno tudíž voliti střední cestu.

Košile.

Košile má býti co možná pórovitá, sítovitá, vzdušná a lehká a sice v létě z bavlny, v zimě z vlny.

Spodní kabát.

Toho se máme chrániti, pokud to jen jde. Z látek má býti týchž, jako košile.

Šněrovačka.

Tohoto zákeřného nepřítele ženského pohlaví jest radno úplně se varovati. Prostou, měkkou šněrovačku možno ženám vřele doporučiti. Nyní v módě jsoucí těsné šněrovačky jsou přímo zločinem na našich ženách a dívkách.

Límec na krk.

Nemá býti nikdy příliš úzký, ani příliš vysoký, aby krk zůstal volným, neboť lidské tělo dýchá nejen plícemi, nýbrž i kůží. Příliš úzký límec znesnadňuje především přítok a odtok krve z hlavy. Že nošení nezahaleného krku jest zdravé, dokazují nejlépe námořníci, vystavení nejhorším poměrům povětrnostním, a nyní dále konečně volnější oděv letní, který se ujal u mužů.

Svrchní oděv.

Tento má býti vždy přiměřený době roční; v zimě však nutno se přece snažiti, aby přístupem vzduchu

udržovalo se dýchání kožní a aby se omýváním těla kůže v činnosti své podporovala. Rozhodně nutno varovati před oděvními látkami „tlustými jako prkno“, neboť tyto následkem svého obsahu škrobu, dextrinu a klihu vůbec neprospívají tělu. Pružná, nejvýše prostředně silná látka vlněná postačí úplně.

Šátek na krk.

Za šátek na krk má se používati jen lehké látky vlněné a nikoli tlustého, třikrát až čtyřikrát kolem krku ovinutého šátku. Výpary tělesné nemohou unikati do vzduchu a usazují se v podobě vlhkosti na tlustém, neproniknutelném šátku a dávají pak podnět ke všelikým chorobám krčním. Lépe jest, když se šátek na krk vůbec nenosí.

Pokrývka hlavy.

Tato má býti v zimě i v létě lehká a měkká.

Otužování.

V létě i v zimě doporučuje se každému otužování těla, neboť čím je tělo otužilejší, tím je také schopnějším vzdorovati všelikým chorobám. Proto, rodičové, nezchoulostivujte své děti v mladistvém věku a nedávejte jim na pouť životní tělo zhýčkané, vnímavé pro každou chorobu.

Lázně, častější omývání celého těla.

Patří k pěstění těla a každý rozumný člověk bude jich užívati již z důvodů čistotnosti. Ale nejen zevnějšek tělesný má býti pěstěn, nýbrž také útroby zasluhují povšimnutí; každý měl by tudíž dbáti na to, aby škodlivé látky byly od útrob vzdalovány.

www.scanzen.cz

Vyplachování úst.

Především mají se ústa vyplachovati každé ráno. Vyplachování takové odstraňuje zápach z úst a chrání zuby před kazením se. Ve sklenici čisté vody rozpustí se něco soli kuchyňské, tím se vyplachují ústa a čistí zuby a dásně pomocí kartáčku zubního. Tím se odstraňují škodlivé látky z dutiny ústní. Nečistí-li se ústa, dostávají se usazené látky do žaludku a mohou způsobiti různé choroby.

Zápach z úst.

Především nutno dbáti přesně na čistění zubů tak, že se denně dvakrát, ráno a večer, čistí dobrým kartáčkem zubním a po každém jídle se ústa dobře vypláchnou. K vyplachování úst se doporučuje tato ústní vodička; Salol 5 gramů, Spiritus vini 100 gramů, tinctura ratanhiae 7 gramů, Oleum menthae piperitae III kapky nebo prostší a lacinější roztok kysličníku vodičitého, který se v novější době prodává pod různými názvy. Jest příjemnější a lepší nežli nadmanganan draselnatý, který barví zuby do žluta. Také možno dobře doporučiti pěnu z kafrového mýdla k čistění zubů, — Možno-li předpokládati, že zápach z úst zaviňují vykotlané zuby, musí býti od osvědčeného zubního lékaře dány do pořádku, to jest vyplombovány a špatné kořeny musí býti odstraněny. — Jsou-li příčinou zápachu vleklé záněty mandlí, doporučuje se kloktati roztokem chlorečnanu draselnatého 5: 100 vody. Nepomahá-li tento prostředek, musí nezbytně býti tázán lékař o radu.

Dutiny nosní.

Tyto mají se čistiti každé ráno vtáhnutím čerstvé vody slané. Osobám, trpícím katarhem, doporučuje se voda vlažná nebo teplá.

Způsob jídla.

Způsob jídla zasluhuje také povšimnutí, neboť řádné rozkousání potravy podporuje velice zažívání. Kdo vše hltavě polyká, nebude se nikdy moci těšiti dobrému zažívání; z té příčiny je radno jísti pomalu. Doporučuje se během jídla vypiti sklenici vody. Chudokrevným a sesláblým osobám se doporučuje krátký spánek po obědě. Delší spaní po jídle jest nezdravé, nastává po něm často zaujatost hlavy a někdy pocit únavy celého těla.

Příliš málo potravy.

Přivádí-li se tělu potravy příliš málo, nastává hubnutí, zemdlenost, chudokrevnost a blednutí kůže, poněvadž chybí materiál k novotvoření krve. Následek toho jest špatný vývoj všech orgánů.

Nadýmající jídla roztahují stěny břišní a střeva a omezují pak činnost jater, sleziny, srdce a plic.

Tělu se mají přiváděti jídla dobře rozkouskovaná a na měkko vařená. Špatně vařený hrách, fisole, čočka, rýže, kroupy a t. d. opouštějí, nejsou-li požívány ve stavu dostatečně měkkém, kanál střevní bez úplného užitku pro tělo. Aby usušená zelenina při vaření rychleji změkla a stala se užitečnou tělu, přidává se k ní kyselého uhličitanu sodnatého na špičku nože. U luštěnin, jsou-li před vařením dobře očistěny, netřeba odstraňovali slupky, neboť slupky, jsou-li na měkko vařeny a od plodů odloučeny, povzbuzují žaludek a střevo k větší činnosti.

Těžká piva.

Těch jest nejlépe co možná se varovati, zejména když výživná hodnota piva jest téměř rovna nule.

www.scanzen.cz

Správné dychání.

Správné dychání patří ke blahu člověku. Nutno tudiž dbáti na řádné větrání světnice. Doporučuje se, aby se všude, zvláště v místnostech, kde mnoho lidí žije pospolu, dbalo na hojnou ventilaci. Teplý, dusný vzduch působí škodlivě.

K udržení zdraví potřebujeme neustále kyslíka, obsaženého ve vzduchu, který dýcháním přivádíme plicím a tím i krvi. Nedostatek kyslíka zhoršuje krev, seslabuje tělo a přivádí člověka konečně do nemoci.

Dýchá-li se někomu těžce, může si dychání zlepšiti beze vší jiné pomoci tím, že se mnoho pohybuje, skříží ruce na zádech za běhu a častěji hluboko dýchá při volných prsou; jen vytrvalosť a dobrá vůle k životu patří k tomuto léčení.

Léčebné prostředky proti nemocem, nejčastěji se vyskytujícím.

Povšechné.

Ke zhojení všech chorob patří přede vším trpělivost, ale i porozumění. V předešlém díle této knihy, která každému zůstane pravým a nejvěrnějším přítelem, byly vyloženy téměř všecky příčiny každé nemoci a byla také udána již velká řada prostředků proti nim.

Nepřinese-li nějaký prostředek snad jednou kýženého účinku, nesmí se nad tím ihned pozbyti mysli. Nutno hleděti vypátrati příčinu, proč se účinek ten nedostavuje, a po případě prostředku toho znova upotřebiti. I nejvyzkoušenejší prostředek může někdy selhati, neb povahy lidí jsou velmi různé. Často bývá zhojení znesnadňováno ještě jinými okolnostmi. Nenastane-li u nemocného přes nejpečlivější upotřebení některého prostředku zlepšení, má se zavolati lékař.

Nebylo šetřeno ani práce ani peněz, aby se všecky v této knize vypočítané léčivé prostředky, které vesměs jsou vyzkoušeny a často se osvědčily, sestavily a váženému obecenstvu způsobem snadno pochopitelným ve známosť uvedly; přes to jest však cena této knihy zcela mírná.

Věnujeme-li se ošetřování nemocného, musíme dbáti toho, že nemocný má vždy míti duševní i tělesný klid. Nutno se varovati všeho rozčilujícího, nerušiti nemocného během spánku, zavírati dvéře nehlučně-

www.scanzen.cz

nikdy jej náhle nebo silně neoslovovati, nešeptati a neplakati ve světnici a ošetřovati jej blahosklonně. Nutno se namáhati, aby se případná přání nemocného uhodla bez velkého vyptávání, a mluviti s ním o průběhu choroby vždy s plnou nadějí.

Zábava s nemocným má se vésti vždy ve veselé náladě, nutno se varovati vypravování tak zvaných hrůzných historek a nepřipouštěti naříkajících příbuzných a časté navštěvy u těžce nemocných. Nemocného jest dobře častěji rozveseliti malým překvapením, na příklad přinášením květin a jiných věcí mu milých.

Pokoj nemocného.

Za pokoj pro nemocného nutno voliti místnost co možná světlou, vzdušnou a klidně položenou, jejíž teplota nepřevyšuje nikdy 14°—15° Reaumura; kdo nemocného uzavře před světlem a vzduchem, škodí mu. Pokoj pro nemocného nemá býti zároveň místností kuchyňskou, obytnou nebo ložnicí.

Asthma a krátký dech.

Tu se s největším úspěchem používá čaje z květů podbělových. Léčivost květů podbělových dokazuje tento případ: Jistá paní trpěla 5 let asthmatem, všecky použité prostředky zůstaly bez účinku. Konečně začala píti paní ta čaj z podbělových květů a tím se choroby své úplně zbavila.

Dále se doporučuje toto: Nařeže se dobrá černá řetkev na destičky a nasype se na to něco kandysového cukru, pak se to důkladně promíchá a z toho se ráno a večer jí několik destiček. Lék ten rozpouští hlen a tudíž ulehčuje dýchání.

Blánitý zánět mandlí.

Tento zánět postihuje mandle, ležící na obou stranách čípku, a jejich okolí. Mandle jsou dvě žlázy, které možno cítiti i při zevním ohmatání krku. Při tomto zánětu jest jedna nebo obě mandle silně zduřelé, tmavočervené a hlenem a hnisem pokryté. Při tom jsou bolesti a obtíže při polykání.

Choroba ta se při obezřetném léčení, které jest stejné jako při prostém zánětu v krku, zhojí ve 3 až 7 dnech. Následkem toho onemocnění bývá často zvětšení a ztvrdnutí mandlí. Nebezpečným může se státi zánět mandlí, když jich silné zduření dýchání a výživu ztěžuje.

Dalším prostředkem proti zánětu mandlí jest okamžitý studený obklad na krk a na hrudník. Dále dává se nemocným dětem několik kapek medu, syrupu a cukrové vody. Jest-li možno, smísí se voda cukrová se šťávou citronovou.

Bolavé nohy.

Puchýře na nohou, které vznikají někdy příliš úzkou obuví a dlouhými pochody, možno rychle zhojiti, použije-li se glycerinu, k němuž se přidá arnika (asi 1 díl arniky a 3 díly glycerniu). Také mazání masti kafrovou neb olejem kafrovým prý se dobře osvědčuje při této chorobě.

Bolení břicha.

Toto vzniká po nachlazení, po požívání těžko ztravitelných jídel a následkem nadměrného nahromadění plynů ve střevech a při čmýře žen. Bolení to odstraňují teplé obklady na břicho a čaj z baldryánu, melissy, heřmánku nebo máty peprné.

www.scanzen.cz

Dobrým prostředkem proti všelikým bolestem břicha jsou horké obklady mokré nebo suché, které se obnovují, jakmile jen se stanou vlažnými. Nejúčelnějšími jsou horké obklady ze lněného semene, také možno použiti s úspěchem ohřívačů břicha, naplněných horkou vodou, a horkých talířů.

Bolení zubů.

Vyskytuje se u vykotlaných zubů při nachlazení, návalech krve k hlavě a při chorobách rheumatických.

Z bolení zubů mohou se lidé »zblázniti.« Proto jest na místě upozorniti na účinný prostředek proti této chorobě. Vezme se trochu práškovaného kamence na vatu a vloží se do dutiny bolícího zubu. Jakmile se kamenec rozpustí, bolesti vymizí. Vrátí-li se bolení znovu, upotřebí se prostředku toho tak často znovu, až bolení úplně vymizí.

Kamenec jest vůbec dobrý prostředek pro choré a vyhlodané zuby, zamezuje hnilobu a tudíž další kazení se zubu. Proto měli by lidé, trpící bolením zubů, kamence častěji používati uvedeným způsobem.

Také se doporučuje horká lázeň na nohy z mouky hořčičné a pak ihned jíti na lože.

Další prostředky viz domácí lékárna.

Bolesti hlavy.

Vznikají při návalu krve k hlavě, po nachlazení nohou, při nervové slabosti, při chorobách žaludečních a často také při nepravidelnosti čmýry u žen.

Upotřebiti lze: konvalinky se naloží do octa a tím se natírá čelo, nebo také možno čelo potírati terpentinovým olejem.

Dále: Z citronu se odřízne tenká destička žluté slupky a přiloží se na spánky. V krátké době vznikne červená skvrna, která palčivě svědí, a pak bolesti hlavy mnohdy v krátké době zmizí.

Bolesti v kříži.

Tato choroba jest původu rheumatického nebo také nervového.

Léčení: kousek flanelu namočí se do studené vody, opět se vyždímá a tímto vlhkým flanelem tře se krajina křížová tak dlouho, až kůže zčervená. Také jest dobře píti 2—3 koflíky čaje z lipového květu, dále se doporučuje masáže hřbetu, teplé lázně sedací, úprava diety a péče o řádnou stolici. Nemá-li léčení toto žádného účinku, jest radno povolati lékaře.

Bradavice.

Vyskytují se většinou na prstech a rukou. Jsou to ztluštělé buňky pokožkové, které jsou nahoře zakulacené a hnědavě zbarvené.

Poznenáhla, ale důkladně a neškodně možno bradavice odstraniti, potírají-li se šťávou bolehlavu, pryšce nebo laštovičníku.

Bradavice vymizí také, potírají-li se ve dne šťávou z cibule a přiloží se na ně přes noc jemně rozsekaná cibule.

Nejlepším, ovšem dosti bolestivým prostředkem k odstranění bradavic zůstává Mehlova léčba sluneční. Paprsky sluneční soustřeďují se pomocí čočky a nechají se dopadati na bradavici, která se tím doslovně spálí. Po uplynutí několika neděl bradavice úplně vymizí a na místě ní vytvoří se úplně nová kůže.

www.scanzen.cz

Před upotřebením tohoto způsobu jest radno v pijavém papíře udělati dírku, která má přesně objem bradavice. Papír pijavý přiloží se tak, aby ostatní kůže zůstala zakryta a bylo viděti pouze bradavici. Tím se dosáhne, že paprsky čočkové, které při necvičených rukách snadno mohou padati vedle, dopadají jen na papír, nikoli však na kůži.

Vysoké bradavice vymizí také, když se podvážou hedvábnou nití a častěji potírají šťávou petrželovou.

Dna (podagra).

Tato choroba jest následkem poruch vyměny látek a uloženin solí močových v kloubech. Záchvaty dny jsou ojedinělé a velmi bolestivé, většinou spojené s horečkou. Usazováním se solí močových stávají se záchvaty vždy častějšími a na kloubech tvoří se tak zvané dnavé uzle, jež působí ztuhlost a znetvoření kloubu. Dnou trpí více mužů než-li žen, zejmena lidé otylí.

Příčinou choroby té jsou: příliš bujný způsob života, požívání mnoho masa a lihovin. Dnou samotnou však zmírá málo lidí, více jich zmírá jinými chorobami, které se ke dně přidružily. Usazují-li se soli močové se zálibou ve kloubu palce nohy, nazývá se dna taková podagra (dna nožní), usazují-li soli ty v rukou, sluje to chiragra, v kolenech: gonagra, v ramenech: omagra. Vylučování soli močových děje se však také uvnitř těla, dokonce i v hlavě a působí těžká onemocnění.

Také tvoření se kaménků močových bývá dalším následkem dny.

Doporučuje se: dieta, nedráždivá strava, koupele a masáže kloubů. Ke zmírnění bolesti užívá se lázně

napařovací nebo sprch. Nutno se varovati těžké stravy a alkoholu, piti mnoho vody a nejísti nic kyselého. Za čaj slouží směs heřmánku, eriky a mateří doušky a pije se čaje toho 3 krát denně 1 koflík.

Epilepsie (padoucnice).

Proti této nemoci se doporučuje přezimující kořen baldriánový (kozliku lékařského). Tento se vykope dříve ještě, než-li dostane stonek, usuší, roztluče na prášek, který se užívá v dávkách dle konstituce tělesné a vždy se zapije sklenicí čerstvé vody.

Jest-li epilepsie spojena s kolikou, pije se čaj z tohoto kořene a z černobýlu a k tomu se vezme na špičku nože práškované cibule ocúnové.

Ekzem stroupkovitý.

Tato nakažlivá vyrážka vzniká nákazou a může býti zaviněna nečistotností. Příznaky její jsou: suché, šedé příškvary na hlavě v průřezu asi $^1/_2$—1 cm. Také ostatní části těla mohou býti zachváceny touto chorobou, která jest velmi úporná a nemá se nikdy zanedbati; může se také dostaviti lysivost hlavy (pleš).

Léčení: příškvary se odstraňují tím, že se navlhčují vlažnou vodou, když byly vlasy před tím ostřihány. Když se příškvary uvolní, odstraní se ještě přítomné vlasy. Omývání hlavy mydlinkami (zelené mýdlo) nebo lihem mýdlovým. Potom se používá masti dle předpisu lékařova.

Haemorrhoidy.

Vznikají váznutím oběhu krevního v spodní části břicha a jeví se v podobě uzlíků u řitě, které drážděním působí trvalý katarh konečníku. Svědění u řitě

www.scanzen.cz

bývá většinou předzvěstí této choroby. Uzle mohou býti velké jako hrách, ale mohou nabyti velikosti až holubičího vejce; prasknou-li, odchází krev stolici. Zanítí-li se uzliky ty, což snadno zaviňuje trvalé třeni při chůzi, jsou neobyčejně bolestivé.

Průvodními příznaky této choroby jsou bolesti v kříži, tuhá stolice, nechutenství, návaly krve k hlavě, celková slabosť tělesná a špatná nálada.

Příjemné ulehčení působí klystéry z teplé vody. Hlavně se má píti ráno na lačný žaludek a večer před spaním sklenice vody, ve které jest rozpuštěna kávová lžička vinného kamene (cremor tartari) a lžice tlučeného cukru.

Tento prostředek upravuje stolici a utišuje krev. Dobrým prostředkem proti haemorrhoúdům jest také čaj z květele obecného. Užitečnými jsou tělocvik, hojný pobyb na čerstvém vzduchu, vycházky, lázně světelné i vzdušné.

Hlíza dásně.

Vzniká obyčejně při vykotlaných zubech, zvláště při zánětu okostice kořene zubního. Přikládáním fíků, chleba nebo horkých šátků na tváře urychlí se uzrání hlízy a vyprázdnění hnisu. Bolesti se velice zmirňují vyplachováním úst vlažným rumem zředěným.

Horečka ranná.

Vzniká při znečistění větších ran a vniknutí bakterií, následkem čeho vznikají záněty.

Nejlepším ochranným prostředkem proti této nemoci jest tudíž největší čistota. Arnika v dávce několika kapek jest výborným prostředkem proti horečce ranné.

Horečnatá onemocnění.

Horečkou rozumíme vždy teploměrem dokazatelné zvýšení teploty tělesné, provázené obyčejně mrazením, dokonce i třesavkou, načež následuje horkosť a ve mnohých případech jest horečka celkovou chorobou, která postihuje celý organismus a má své sídlo v krvi a nervech. Tak horečka po nachlazení, katarhová a horečka nervová. V jiných případech jest horečka zase příznakem, provázejícím prudkou poruchu některého onemocnělého orgánu tělesného, na př. horečka při zánětu plic a pohrudnice, a trvá zpravidla tak dlouho, až porucha ta vymizí nebo nabude rázu vleklého onemocnění.

Hlavními příčinami horečky jsou: nastuzení, záněty jednotlivých orgánů, otravy a nakažlivé nemoce (žlutá horečka, tyfus, chřipka, syfilis). Nákaza může se přihoditi šupinami olupující se kůže, chrchly a stolicemi při průjmech. Vlévají-li se takové stolice do záchodu, mají se učiniti neškodnými poléváním vápenným mlékem (vápno rozředěné vodou). Prádlo nemocného má se denně měniti a vždy vyvařiti. Nákazy jest se obávati jen tomu, kdo následkem nepřirozeného způsobu života přijal do sebe chorobné látky nebo kdo má nečisté tělo, ostré a zvrhlé šťávy nečisté. Tím se také stává, že po horečnatých nemocech následují často ještě jiné poruchy. Horečnatá onemocnění dělíme v prvotné (primární) a druhotné (sekundární), t. j. v samostatné a v takové, které se objevují v průběhu jiných onemocnění. Děti jsou jim nejvíce vysazeny. Celkem bývají epidemickými nemocemi postiženi více muži, kteří vůbec snáze onemocňují nežli ženy. To, že ženy počtem převládají nad muži a je přežijí, má hlavní

www.scanzen.cz

příčinu ve větši zdrženlivosti k požitku lihových nápojů a tabáku a vůbec v mírnějším způsobu života.

Při vypuknutí epidemie dbáti nutno zdravotnických pravidel, uvedených na několika místech této knihy; dlužno zachovávati přísnou dietu, pečovati o čistý vzduch, jak je to jen možné, omývati tělo, kloktati a bráti lázně vodní i parní, tedy: čistota zevně i vnitřně.

Houser.

Houser jest většinou náhle se dostavující bolest v krajině bederní s příznaky ochrnutí následkem nezvyklého nosení nebo zvedání těžkých předmětů. Hlavní léčení spočívá v časté masáži, která se provádí dle možnosti v stoje. Také jest radno omeziti se poněkud v dietě a zdržovati se ve volné přírodě, ale varovati se tam usednouti. Velmi dobře působí mírný pohyb. Hojení podporuje mazání lihem kafrovým.

Hučení v ušich.

Jest-li hučení v ušich rychle pomine, není ničím závažným, poněvadž se vyskytuje u mnohých lidí. Trvá-li však hučení v ušich dny a týdny a jest-li provázeno bolením hlavy a mžitkami před očima, dostavil se nával krve k hlavě.

Proti tomu se doporučuje studené omývání záhlaví a horké lázně na nohy.

Cholera a cholerina.

Možno ji vyléčiti v jejich počátcích odvarem z listů rozmarinových v horkém mléce, který se pije co možná nejteplejší, nebo kapkami cholerovými, jež lze dostati v lékárně.

Chraptivosť.

Vzniká-li chraptivosť následkem mnoho mluvení, odstraní se vzetím 2—3 kapek tinktury arnikové na kousek cukru. Také pomáhá večer před spaním píti čaj ze šeříku a heřmánku, připravený s mlékem.

Influenza čili chřipka.

Při této chorobě bývá nemocný zachvácen mrazením, dostavuje se unavenost v údech, bolestivé pocity v kloubech, nechutenství a bolesti hlavy v krajině čela, často také škrabání v krku a průdušnici, kašel suchý nebo s chrchly. Obyčejně počíná nemoc silnou rýmou.

Pije se čaj z řebříčku a do každého kofliku přidá se lžíce medu nebo se vezme ráno, v poledne a večer po sklenici grogu z rumu nebo koňaku, který se pije co možná nejteplejší, a zdržujeme se v posteli nebo v teplé světnici.

Kaménky močové a žlučové.

Tyto odstraňuje přesně prováděná léčba citronová, která se osvědčila skvěle také při dně, rheumatismu, poruchách zažívacích a mnohých chorobách nervových.

Léčba provádí se takto: Prvého dne vezme se 1 lžíce šťávy citronové a přidává se každý den o jednu lžíci, až se dostoupí na množství 5 lžic denně, pak se opět sestupuje stejným způsobem. Předpokládá se při tom prostředně silný organismus, slabší povahy zmenšují, silnější povahy zvětšují míru tu. Šťáva citronová nemá se nikdy požívati na lačný žaludek. Dostaví-li se nějaké obtíže žaludeční, zmenší se množství nebo se celé léčení přeruší na několik neděl. Množství, které se chce požívati, rozdělí se na celý den.

www.sanzen.cz

O ceně citronové šťávy vyjádřil se známý lékař Dr. Lahmann takto: Užívání to jest neobyčejně zdravé a tudíž vždy na místě. Ocet se v naší kuchyni vždy nahražuje šťávou citronovou, neboť přirozená šťáva citronová podporuje zažívání, kdežto kyselina octová, vzniklá kvašením, ruší vždy zaživání.

Kapavka.

Je to hnisavý výtok z trubice močové, který vzniká nákazou při souloži a může míti za následek také zánět nadvarlete.

Za několik dní po vzniklé nákaze dostaví se zprvu vodnatý, později hnisavý výtok z trubice močové. Kapavka působí nemocnému neobyčejně prudké bolesti. Žlázy třiselné někdy při tom zduřují.

Kapavka může se zhojiti rychle, ale také jindy velmi pozdě. Především nutno se varovati piva a alkoholických nápojů vůbec. Vždy nutno se svěřiti do ošetřování lékařského. Při této nemoci nutno pečovati o nejpřísnější čistotu. Vnikne-li nejmenší částka jedu kapavkového do oka, vzniká nebezpečný hnisavý zánět oční, který může míti za následek i ztrátu zraku.

Katarh hrtanu.

Vzniká zánětem sliznice hrtanu. Jest-li současně zachvácen také hltan, vzniká obtížné polykání.

Hlavním příznakem katarhu hrtanového jest chraptivost. Doporučuje se píti horký čaj z řebříčku s cukrem a střídavě cukrovou vodu s rozmíchaným žloutkem vaječným. Velmi dobře působí také čaj ze slámy ovesné s cukrem kandysovým. Za jídlo slouží nejlépe sliz ovesný s medem.

Katarh měchýře močového.

Léčení: Vezmou se 3 díly listů medvědice, 1 díl bobulí jalovcových, 3 díly rdesna (hadího kořene), 3 díly lněného semena, smísí se to dohromady a z odvaru této směsi pije se několikrát denně po 1 kofliku.

Kolika.

Proti ní připraví se a pije čaj z 1 dílu zeměžluče, 2 dílů baldryánu a 8 dílů máty peprné.

Kopřivka.

Je to vyrážka, která se objevuje náhle a prozrazuje se prudkým svěděním a pálením, při tom se objevují na kůži červenavé pupence.

Vlastní příčina kopřivky jest neznámá; kopřivka rychle přichází, rychle se ztrácí a často opět náhle se vrací. S dostavením se potu vyrážka tato často mizí.

Křeč v lýtkách.

Křeč v lýtkách dostavuje se náhle, většinou při sezení nebo ležení. Lýtko stáhne se při tom v nádor tvrdý jako kámen, při čemž jednotlivé snopečky svalové jsou přesně ohraničeny. Při tom cítí se velmi prudká, táhlá bolest. Při tlaku nebo natahování jest lýtko velmi citlivé. Toto bolestivé napětí trvá jen několik minut, pak svalstvo opět ochabne a zbývá jen delší čas pocit bolesti. Podobné stavy křečové vyskytují se také jen v palci nebo ve všech prstech nohy, řídčeji ve svalech žvýkacích a krčních. Příčinou bývá většinou nezvyklé namahání dolních končetin při tanci, plování, slézání hor a t. d., dále poruchy oběhu krevního, jaké se jeví v podobě »strhaných žil«, při čem těsné podvazky usnadňují stav ten. Opakují-li se častěji, dokonce

www.scanzen.cz

v téže noci, stávají se křeče lýtkové velmi obtížnou chorobou, která hlavně u starších osob působí škodlivě na zdraví tím, že ruší spánek a nutné zotavení. Prostředků vychvalovaných proti křečím lýtkovým jest celá řada: přitažení nohou k tělu, pevné opření se o postel, důkladné tření, přivázání studeného kliče (neb železa) na lýtko, vyskočiti z postele a t. d. Jest-li choroba úpornější, nutno již večer vykonati ochranná opatření, spočívající v tom, že se lože prohřeje dobře zahřívacími láhvemi a lýtka se tlustě ovinou šatem vlněným nebo flanelovými obinadly. Před tím možno lýtka ještě zdola nahoru lehce masírovati, nikoli však při »strhaných žilách«, při kterých musí nohy ležeti v posteli výše. Při správném provádění těchto opatření vymizí křeče lýtkové v krátké době.

Křeč měchýře močového.

Vezmou se 2 díly přesličky, 2 díly trnky, 3 díly listů brusinkových, 2 díly rozrazilu, 3 díly řebříčku, smísí se dobře a připraví se ze směsi té odvar, kterého se pijí denně 2 koflíky. Vrací-li se choroba ta častěji, jest dobře mimo to píti denně čaj ze šípků. Při křeči měchýře močového dlužno pečovati o vydatnou stolici a jest-li třeba, vzíti častěji klystýr z vlažné vody mýdlové.

Křeče.

Vznikají náhlým bezděčným stahem jistých vláken svalových. Příčiny křečí jsou velmi různé, na příklad leknutí, zlost, mocné rozčilení a nehody. Při záchvatech křečí má se hned všechen těsný šat uvolniti, po případě odstraniti a nemocný má se pohodlně uložiti.

Křečemi zachvácené části těla se důkladně trou a na chodidla přikládá se náplast hořčičná nebo černá ředkev. Jakmile křeče přestanou, pije se čaj z máty peprné nebo heřmánku.

Křečovité bolesti porodní nebo křečovité bolesti poporodní zmírní se dále, pije-li se čaj z modrých květů čekanky.

K zamezení záchvatů křečových připraví se čaj ze směsi 3 dílů fenyklu, 3 dílů mochny husí, 2 dílů routy polní a 3 dílů baldryánu a z toho se dává píti koflík při známkách hrozících záchvatů.

Krvácení z nosu.

Vzniká většinou při návalech krve k hlavě, čímž se malé cévy přeplňují. Také záněty sliznice nosní mohou způsobiti krvácení z nosu.

Chceme-li zastaviti krvácení z nosu, vezme se kousek vaty, namočí se do šťávy žahavkové a vata ta na způsob zátky se vpraví do nosu krvácejícího; to zastavuje téměř okamžitě nejsilnější krvácení. Také možno do nosu vtahovati studenou, s octem smíšenou vodu.

Krvácení z plic.

Krev pochází z plic, když je smísena s vazkým hlenem nebo světlá a zpěněná. Krvácení z plic jest různého stupně: od malých chuchvalečků až do chrlení krve, které povstává při prasknutí větších cév. Krvácení z plic nesmí se nikdy podceňovati, neboť velmi často mívá za následek smrt. Jest známkou těžkého onemocnění plic a jejich sliznice, není-li zaviněno příčinami zevními, k nimž patří: úder, tlak, nával krve, náhlá námaha nebo rozčilení a kašel. I při zevních

www.scan2en.cz

příčinách může lhostejnost a zanedbání míti často nejtěžší následky. Příliš často bývají příčinou krvácení z plic pokročilé souchotiny.

Doporučuje se: v lehkých případech v noci obklad na břicho, zabalení nohou a bérců. Při silnějším krvácení jest třeba léčení ještě energičtějšího a dolů odvádějícího. Nastane-li plivání krve, nutno ihned odstraniti všecky tísnící šaty, dáti nemocného do polohy polosedící, varovati se zbytečného mluvení a zaopatřiti především čistý, svěží vzduch.

V teplých dobách ročních výborně působí lázně vzdušné a sluneční. Nezbytným požadavkem při chorobách plicních jest spaní při otevřeném okně, zejména spí-li v místnosti více lidí, pilné větrání peřin na slunci a časté měnění prádla ložního a tělesného. Nejlépe jest, když se nemocný při chorobách plicních odebéře do některého sanatoria pro plicní nemoci.

Kuří oka.

Ořezávati rohovitou vrstvu jest nebezpečné, nutno se toho tudíž varovati. To smí prováděti jen operatéři. Cibule však, správně upotřebena, uvolňuje rohovitou vrstvu od zdravé kůže a zároveň místo to zhojí.

Cibule se nařeže na destičky jako stéblo slámy silné, noha se důkladně omyje v horkých mydlinách z draselnatého mýdla, osuší se a pak se destička cibule pomocí kousku plátna pevně přiváže na příslušný prst. Poněvadž se tato procedura vykonává večer před spaním, není tím člověk vyrušován při denní práci. V málo dnech — každé ráno se cibulová destička odstraní a večer nová přiloží — vrstva rohovitá změkne a může se téměř úplně odloupnouti. Místo

pod ní jest zdrávo. Vyzkoušený to předpis! K odstranění kuřích ok doporučuje se bráti ještě večer před spaním teplou lázeň na nohy a sice tak dlouho, až rohovitá vrstva změkne. Pak se nohy dobře osuší a kuří oka se natrou červenožlutou šťávou lašťovičníku. Po několika dnech se dá zcela tvrdá vrstva bez bolesti odloupnouti.

Další prostředek: Noha se vykoupe v horkých mydlinách, aby svrchní vrstva rohovitá změkla a snáze se dala odstraniti, pak se přiloží na kuří oko polovička rozříznuté rozinky (jadérka nutno odstraniti) a sice stranou nařiznoutou a připevní se pomocí tenkého proužku plátna. Obnovuje-li se přikládání rozinky každý den, může se kuří oko již po 3 dnech odstraniti.

Ledvinné choroby.

Vznikají často po silném nachlazení a mají za následek obyčejně obtíže při močení. Doporučuje se píti ráno na lačný žaludek koflík čaje ze šípků, listů ořechových nebo lípového květu. Vznikne-li krvácení z ledvin, nutno povolati lékaře.

Dle dlouholetých pokusů profesora Dra Winternitze ve Vídni dává při chorobách ledvinných a při kaménccích močových velmi dobrý výsledek čaj z březových listů. Mladé listy se sbírají před nastalým létem, usuší a zpráškované se uschovají. V případě potřeby pije se po delší čas dvakrát denně po velkém kofliku odvaru, připraveného z kávové lžičky tohoto prášku. Účinek tohoto prý jest vždy velmi příznivý.

Lišeje.

Lišeje jsou svědivé nebo žíravé vyrážky na hlavě, vleklé a nesnadno se hojící. Mokvavé lišeje jsou nakažlivé. Lišejů rozeznává se několik druhů: ekzemem

www.ecarlen.cz

čili mokvavým lišejem nazýváme záněty povrchních vrstev kožních, které se objevují v lehčích nebo také velmi těžkých, často v sebe přecházejících tvarech.

Suché lišeje vznikají z různých příčin. Tvoří-li se uzlíčky, nazývá se to lišej uzlíčkový, tvoří-li se malé bílé šupinky, nazývá se to lišej otrubovitý. Mokvavé lišeje nutno udržovati v suchu a přikládati na ně vrstvu plátna nebo vaty, po případě zasypávati otrubami nebo bramborovou moučkou. Okolí natře se hmotou mastnou, aby se zamezilo další rozlézání lišeje. Hromadí-li se pod stroupky hnis, setře se kouskem plátna, namočeného v teplé vodě. Jest-li tekutiny nepatrně a zasýchají-li v příškvary, sluje to mléčné stroupky.

Zděděná syfilis jeví se u malých dětí často v podobě takových zdánlivě lhostejných stroupků mléčných. Také se tvoří puchýřky, naplněné tekutinou a hnisavé neštovice. Často však bývá celá pokožka odchlípena hojně odměšovaným a velmi ostrým exsudátem. To sluje mazotok. Tento obsahuje silně žíravou tekutinu a šíří chorobu tu vždy dále. Tento zjev vyskytuje se hlavně na bércích. Ostatně hlavními místy, kde se vyskytují ekzemy (mokvavé lišeje), jsou hlava a obličej; jest-li vyrážka na vlasatých místech velmi silná, přidruží-li se k tomu nečistota a zanedbá-li se nemoc, slepí se vlasy dohromady a vzniká tak zvaný polský cop, jehož vznik jest usnadňován kudrnatými, hustými vlasy.

Léčení: Špatné šťávy tělesné se odstraní dietou, nedráždivou potravou, dle možnosti vegetariánskou a suchou, při žízni nepíti žádné kávy ani silného čaje, nýbrž jen vodu nebo mléko. Denně celkové omývání

těla, třeni nebo sprcha, cvičení paží nebo nohou, tělocvik dýchání, procházky a napařování dotyčného místa. Denně užívati šťávu z pryskyřnatých pupenců bezových neb šťávy vytékající z navrtané břízy, (45—60 gramů). Tento prostředek vyrážku ze začátku ještě zvětší, ale pak ji zhojí. K podporování léčby té se doporučují lázně, do kterých se přileje odvar z bylin a kořínků. Dobrých výsledků bylo již také docíleno šťávou citronovou. Co se týče specielního léčení této choroby, je většinou nutno se obrátiti k lékaři, zejmena u žíravého lišeje, který často rozruší celé části obličeje, a u mokvavého, který jest nakažlivý.

Nerozumí-li nemocný, stižený chorobou, přesně léčení, ať je to choroba jakákoli, má raději poraditi se s lékařem dříve, než-li choroba ta nesprávným léčením snad se zhorší.

Lýtková křeč.

Dostavuje se většinou v noci. Její příčiny jsou: dlouhé pochody, dlouhé stání a těsné uvazování podvazků. Křeč možna odstraniti potíráním francovkou a masáží. Již silné natažení nohy, napadené křečí, pomáhává ve většině případech.

Lupy na hlavě.

K odstranění lupů hodí se omývání kůže hlavy francovkou nebo mytí hlavy vlažnou vodou, ke které se přidá čajová lžička boraxu a kyselého uhličitanu sodnatého. Také se doporučuje mytí hlavy bay-rumem Poněvadž však mytím kůže snadno vysýchá, jest dobře občas namazati kůži hlavy dobrým, čistým olejem olivovým.

www.scanzen.cz

Mandle zduřelé.

Přikládáním lněného semene a ve vodě vařených kořenů proskurnikových (ibišových) a vdechováním horkých par možno zduřeniny rozehnati. Ostatně viz zduřelé žlázy.

Močení krve.

Při močení krve svaří se stroužek česneku nebo čerstvý česnek (květina) a odvar se pije teplý, ale nutno tak činiti tak dlouno, až choroba úplně vymizí.

Dále: ze všeobecně známé žahavky vytlačí se šťáva a z té, zředěné vodou, se trochu užívá několikrát denně.

Nápoje pro nemocné horečkou.

Nejlepším nápojem jest čerstvá, dobrá voda studničná a kde této není, tedy dobrá filtrovaná voda z vodovodu. Kde není filtru, svaří se voda a nechá se na čerstvém vzduchu vychladnouti. — Dobrá kyselka nebo sodová voda — voda smíšená s dobrým vínem červeným — čerstvé podmáslí, t. j. dovolí-li to lékař — citronová limonáda a šťávy ovocné jsou vhodnými nápoji. Nejlepší však jest čistá voda; tato tvoří nejhlavnější součást všech tekutin a tkání našeho těla, dodává výživnému materiálu vhodný tvar, aby mohl býti vstřebán; jest vhodným prostředkem k odstranění škodlivých látek z našeho těla. K vodě přidané kyseliny plodů, vína atd. jsou určeny jen k tomu, aby povzbuzovaly chuť, která u nemocných vždy potřebuje povzbuzení, a aby uklidňovaly nervy.

Nastuzení.

Proti tomu působí dobře sklenice grogu, punče nebo čínského čaje s malým přídavkem rumu. Jest-li

nastuzení těžkého rázu, pije se častěji denně několik koflíků hodně teplého čaje z květu bezového a lehne se do postele za účelem zapocení.

Nervosa.

Jeví se v příliš velké dráždivosti nervové soustavy. Nervosa vyskytuje se většinou u chudokrevných, slabých a žaludkem chorých osob. Doporučuje se piti čaj z baldryánu, mochny nátržníku a jitrocele, varovati se alkoholu, silné kávy, ale za to jísti hojně ovoce.

Dalším uklidňujícím prostředkem jest: pravidelně před spaním požíti 2 kávové lžičky medu, jenž jest výživný, tvoří krev, uklidňuje nervosní osoby a působí příjemný spánek. Kdo nechce jísti samotný med, ať pojídá k němu bílý chléb nebo pije jej místo cukru v mléce a kávě, což působí stejně.

Nervové bolení hlavy.

Jednostranné, nervosní bolení hlavy zlepší se často nápadně rychle přikládáním horkých obkladů, jest-li příčinou jeho chudokrevnost nebo průvan. Při návalu krve ke hlavě pomáhá teplá lázeň na nohy, trvající 10 minut, s následujícím poléváním kolen a bérců. Ve většině případů jest klid nejlepším prostředkem.

Nespavost.

Vyskytuje se většinou u nervosních lidí a bývá zaviněna špatným vzduchem, nedostatkem kyslíka, požíváním alkoholu, velkou chudokrevností, bolestmi, přepracováním, zvláště duševním, přeplněním žaludku a podobně.

www.scanzen.cz

Chceme-li se zbaviti této choroby, nutno se varovati především čtení knih před spaním, pití čínského čaje a požívání dráždících jídel. Dlužno starati se, abychom šli na lože unaveni tělesnou prací. Účinnými prostředky proti nespavosti jest přikládání studeného obkladu na šíji nebo pití čaje z baldryánu, teplá lázeň na nohy s přídavkem soli a nepoužívání peřin.

Nežit.

Poněvadž takové nežity častěji se vyskytují, nutno zmíniti se několika slovy o příčině vzniku a léčení jich. Nežit (furunkl) jest zatvrdlý zánětlivý nádorek kožní, zvící ořišku lískového až vejce holubičího, barvy tmavočervené a provázený velkými bolestmi. Z vrcholku takového nádorku vychází jen málo hnisu, smíšeného s krví, v prostředku zbývá čep z odumřelé tkáně. Jest-li čep vypuzen, povolují bolesti a nádor se zmenšuje a ponenáhlu mizí. Nezřídka objevují se nežity ve velkém počtu, takže nutno je vysvětlovati z nějaké příčiny vnitřní.

Při nežitech osvědčilo se často potírání olejem terpentinovým nebo tinkturou jodovou.

Dbáti jest ještě diaety, rozumného způsobu života, nejpřísnější čistoty celého těla, odstranění hnisu, vymývání zhnisalého místa a přiložení vlhkého obkladu.

Noční pocení.

Jest známkou slabosti nervové nebo souchotin. Tu pomahá studené omývání horní části těla a večer před spaním píti čaj studený ze šalvějových listů a omývání horní části těla zředěným octem.

Noční tlučení srdce.

Proti tomu působí uklidňujícím způsobem cukrová voda se šťávou citronovou. Také se používá rádo melissy, která navlhčena růžovou vodou, roztluče se a přiloží na krajinu srdeční. Nervový neklid bývá pak odstraněn záhy s dostavujícím mírným potem a dostaví se spánek.

Obtíže při močení.

Silným nachlazením nebo z nějaké jiné příčiny může býti znesnadněn výtok moče z trubice močové.

Neodchází-li moč, roztahuje se měchýř močový stále více. Nemocný pociťuje při tom veliké bolesti, šířící se po celém podbřišku až dolů do stehen. Prasknutím měchýře a vniknutím moče do dutiny břišní a do okolních tkání vzniká smrť.

Léčení: nutno ihned dávati horké obklady na krajinu měchýře močového. Pak nutno častěji píti koflík čaje z kořene petrželového. Také se často používá s úspěchem proti této chorobě čaj z ořechových listů a přesličky.

Omrzlé údy.

Údy omrzlé trou se důkladně sněhem. Hned po tření nutno úd dobře osušiti, obaliti vlněným šatem a pak častěji třiti.

Dále: vezme se petrolej, ke kterému se přidá kousek kafru a tím se omrzlý úd častěji potírá. Také pilné koupání v odvaru z kůry dubové bývá úspěšné.

Při otevřených nebo hnisajících oznobeninách doporučuje se především čistota v tom smyslu, že se denně jednou neb dvakrát vymývají teplou vodou.

www.scanzen.cz

Po opatrném osušení se rána po každé zasype jemně práškovanou kyselinou bórovou a chrání obvazem proti přístupu prachu. Objeví-li se tak zvané »živé maso« (granulace), možno užíti k zasypání místo kyseliny bórové jodoformu. Omrzlé údy nutno chrániti proti přílišné teplotě, tedy ani je příliš teple baliti nebo mýti, ani u kamen nebo v peřinách přehřívati.

Dále se doporučuje glycerin buď čistý nebo smíšený s různými léčivy. Účinek glycerinu se značně zvyšuje, přidá-li se k němu několik kapek tinktury arnikové. Výborně účinkuje směs, připravená z 5 dílů glycerinu a 4 dílů žloutku vaječného. (Tato směs je pevná jako med, při ohmatu mastná a na vzduchu se nemění.)

Potřeme-li tím rány, tvoří se na nich fermežovitá blanka, která zamezuje přístup vzduchu a podporuje hojení. Tohoto prostředku možno použiti také při popáleninách.

Otevřené staré vředy a rány.

Hojí se výborně, rozhřeje-li se kus másla velikosti ořechu, přimísí se žloutek z jednoho vejce a něco šafránu a tato mast se častěji přikládá.

Nebo konají se pilně lázně z odvaru kůry dubové a odvarem tím se rána častěji vymývá. Kůra dubová, obsahující hojně kyseliny třísłové, má mocný účinek léčivý.

Nebo velmi dobře působí lázně ze spařené přesličky; tyto lázně pomahají dokonce při rakovinných vředech a kostižeru; při těchto uvaří se přeslička a přikládá se vlhká na chorá místa.

Otravy.

Těžké otravy vyžadují pomoci lékařské. Až do příchodu lékaře nutno především hleděti požitý jed vymýtiti z těla tím, že se vzbudí zvracení.

Za tím účelem pije se hojně teplé vody smíšené s olejem nebo voda s máslem a koňak. V případě potřeby podporuje se zvracení tím, že se zavede do hltanu ukazovák nebo brk.

Pálení žáhy.

Pálení žáhy vzniká porušeným zažíváním. Tvoří se kyselina v žaludku, která při krkání vniká do jícnu nebo do konce až do úst a působí palčivý pocit. Mnohdy se pomůže polknutím studené vody. Při prudším pálení pije se čaj z máty peprné nebo 15—20 kapek šťávy citronové na lžíci studené vody. Také se proti tomu užívá pálená magnesia nebo kyselý uhličitan sodnatý v dávce na špičku nože.

Pastilky proti zapáchajícímu dechu.

Vezme se kávy práškované 30 gramů, práškovaného uhlí 10 gramů, práškovaného cukru 10 gramů, vanilky 10 gramů a slizu gummového tolik, kolik je potřebí k setmelení této směsi, ze které se pak připraví pastilky, vážící jeden gram. Denně se mohou užívati 4—5 kusů.

Píchání po straně.

Jeví se v podobě bodavé bolesti v krajině žeberní, které bývá zaviněno nadýmáním, rheumatismem svalů hrudních nebo chorobami sleziny. Prudké opakující se píchání jest příznakem zanětu plic nebo pohrudnice.

www.scanzen.cz

Jest-li příčinou nadýmání, pije se čaj z heřmánku nebo máty peprné. Při rheumatickém píchání přikládá se náplasť hořčičná.

Píštěl zubní.

Vzniká při hnisavém zánětu vnitřní blány dutiny zubní v čelisti. Hnis provalí se rád na venek a vzniká pak jizva.

Jest-li se hnis provalil, jest choroba odstraněna. Potom jest dobře dáti chorý zub vytáhnouti.

Plivání krve.

Proti pliváni krve pije se ráno a večer koflík čaje z kůry vrbové, střídavě s čajem z třezalky.

Pocení nohou.

Pocení nohou nemá se nikdy násilně potlačiti, poněvadž dle zkušenosti tím vznikají snadno jiné neduhy. Nutí-li člověka povolání, aby se často vysazoval mokru a chladu, nutno nositi především tlustou obuv, která se pomocí tuku udržuje vždy vláčnou a nepromokavou, po případě vkládati do bot asbestové vložky. Také nutno punčochy a ponožky denně měniti a před pranim usušiti.

Léčení nohou: Každý večer doporučuje se koupání nohou a vydrhnutí do sucha. Při opruzení zasypávají se bolavá místa bramborovou moučkou.

Nebo: po několik dni za sebou sype se do punčoch, po každé ráno a v poledne vyměňovaných, trochu tannin'u. Tím se nejen odstraňuje zápach, nýbrž udržuje se tuhá kůže, aniž by se pot příliš silně potlačoval.

Zapáchající pot nohou a podpaží kazí také barvu částí oděvních, dokonce i látku samu. Aby se této nepříjemnosti odpomohlo, mají se nohy nebo dutiny podpažní mýti častěji zředěným roztokem kyseliny salicylové, dobře osušiti a zásypati zásypem salicylovým. Jest-li pocení nohou silné, svaří se dubová kůra a v odvaru tom, ke kterému se přidá něco vody, koupají se nohy. Tohoto prostředku užívá se také proti oznobeninám.

Zmizelo-li pocení nohou náhle, nasypává se do punčoch roztlučené semeno hořčičné a pot se opět pak dostaví.

Bolí-li nohy při delších pochodech, natírají se bolestivá místa pálenkou.

Podvrtnutí.

Jest-li při podvrtnutí přítomen prudký zánět, dávají se studené obklady s roztokem arniky a dráždivé záviny. Vymizí-li zduření, masíruje se úd mocně. Při vymknutinách velmi dobře působí obklady s horkou vodou a při vymknutí nohy doporučují se hodně teplé lázně na nohy po dobu jedné hodiny.

Popáleniny.

Stalo-li se někomu neštěstí, že utržil popáleniny, není lepšího prostředku, nežli popálená místa ihned zavinouti do obkladů s vodou třešňovou, kořalkou a t. d. a obklady obnovovati tak dlouho, až přestane bolestivost a místo popálené více již nepálí. Tím se docílí, že kůže se ani nezanítí ani se nevytvoří puchýře a tudíž se zabrání nejhoršímu. Tento prostý prostředek jest všude po ruce. — Nebo se rána co nejrychleji

www.scan.cz

pokryje asi 2 centimetry tlustou kaší z pálené magnesie a vody a obvaz ten se obnoví, jakmile spadne. To se provádí stále, až rána za přístupu vzduchu neboli. Při spálení jest výborným prostředkem k okamžitému zmírnění bolesti a k docílení zhojení bez jizev silice máty peprné.

Při popálení prachem, sírou nebo jinými látkami podobnými vymyje se popálené místo ihned teplou vodou a přiloží se kvasnice z obyčejného piva, které se za 12 hodin obnoví; před tím se smyjí zatvrdlé kvasnice odvarem z teplého heřmánku.

Při opaření jest mouka účelným prostředkem léčebným. Je pohodlná a působí okamžitě, ale pomahá jen tenkráte, když se upotřebí bezprostředně po nehodě. V tomto případě jest však účinek mouky zcela neobyčejný. Vrstva mouky přiložená ve vrstvě ztloušti hřbetu nože na opařené místo, odstraňuje nejen každou bolesť, nýbrž zamezuje tvoření puchýřů. Při snímání vrstvy moučné, což se může státi již na hodinu, bývá již sotva pozorovati slabou červeň na poraněném místě a i ta zmizí ve velmi krátké době, takže nezbude ani stopy nejmenší po úraze.

Dále pomahají při opaření horkou vodou okamžité obklady s olejem tabulovým, na které se přiloží obinadle, namočené do teplé vody. K rychlému a dobrému zhojení jest naprosto nutno častěji střídati a měniti obvazy takové. Nebo se rozmačkají ihned syrové brambory, smísí s olejem tabulovým a tím se potře spálené místo.

Při popálení tuky a oleji potře se popálené místo ihned karbolovým olejem nebo moukou, která jest v každé domácnosti v zásobě.

Nastalo-li zhnisání, odstraní se ztvrdlá snad horní vrstva hnisu houbou nebo mokrým kouskem plátna z rány. Odstraňování hnisu provádí se tak dlouho, až se objeví čistá, zdravá krev. Pak se zhojí rány při opětovaných obkladech s olejem a vodou při současné čistotě ve zcela krátké době. Možno také připraviti směs ze žloutku, vosku a oleje tabulového, která se dle potřeby natře na kousek plátna a přiloží na ránu.

Při velkých popáleninách zabalují se údy popálené do obkladů, namočených v mléce.

Popíchání hmyzem.

Bodnutí včel, vos, komárů, much, štěnic a blech mohou se snadno učiniti neškodnými, když se ihned po píchnutí příslušné místo potře čpavkem. K potření také možno použiti ostrého mýdla nebo čerstvé cibule. Prostředku toho však nutno, jak řečeno již, použíti ihned, neboť brzy po píchnutí oteče příslušné místo, píchnutím vzniklý otvor se pevně uzavře a pak následuje nevyhnutelně obtížné svědění.

Dále se doporučuje při bodnutí včel a vos na ránu nanésti tlustě kaši solnou. Také se osvědčila kyselina karbolová, která zředěna polovicí vody natře se na příslušné místo. Nezbytně nutno se varovati místo poraněné škrábati špinavými nehty rukou.

Prostředky proti slabosti nervové.

Proti slabosti nervové, třesení svalů, příznakům ochrnutí, rheumatismu doporučují se teplé lázně z mateřídoušky. Čaj z mateřídoušky pomahá ženám, trpícím křečovitými obtížemi při čmýře. Teplé podušky z ma-

www.canzen.cz

teřídousky při zevním upotřebení zmirňují bolesti a rozhánějí.

Proti žízni.

K utišení žízně vaří se fenykl ve vodě a pije se to, také cukrová voda působí dobře.

Nebo vezme se půl libry vybraných hrozinek, roztlukou se dobře, naleji se 3 litry vody, nechá se to zavařiti až do 2 litrů, procedí se a pije se studené.

Dále tvoří ovesný nápoj osvěžující, nervy posilující nápoj, zejména v horkých dnech letních. Zamíchá se 125 gramů ovesné mouky s něco studené vody, přileji se 2—3 litry vařící vody a přidá se 75 gramů tlučeného cukru a po případě ještě trochu čerstvé šťávy citronové. Již nejslavnější lékař starověku Hippokrates doporučoval tento nápoj, který ovšem za tehdejší doby byl připravován ze syrových zrn ovesných.

Průjmy.

Proti nim doporučuje se píti odvar z několika listů mochny jarní, který se má píti teplý a v kratších přestávkách tak dlouho, až průjmy přestanou.

Dále doporučuje se do husta uvařená kaše z mouky fisolové; při tom nutno se varovati všech tekutých jídel a všeho zbytečného pití i všeho ostrého koření, jež dráždí žaludek.

Dalším prostředkem proti průjmům, poruchám zažívacím a kašli jest fenyklové semeno, jehož se užívá v podobě čaje.

Rheumatická bolesť dnavá.

Možno ji zmírniti mazáním z oleje jalovcového a oleje tabulového.

Rheumatismus.

Tato často se vyskytující nemoc vzniká nachlazením. Rheumatismus zachvacuje klouby, šlachy, vazy a svaly, způsobuje velké bolesti a v horších případech dokonce ztuhlost údů.

Stále se uveřejňují nové objevy o léčivé síle nejrůznějších bylin proti této chorobě. Prostředky, které se dobře osvědčily, jsou tyto:

Uvaří se celer dobře na měkko a voda z něho se pije; pak se vyvařený celer ještě jednou vaří v čerstvém mléce s moukou a muškátovým ořechem na pánvi a tato směs se užívá.

Nebo: vezme se stejný díl květu lipového, máty peprné, heřmánku, šeříku a bobulí jalovcových, připraví se z toho odvar, jehož se pijí denně 3 kofliky.

Nebo: připraví se čaj z kořene žahavky, květů trnkových, šípků a přesličky a pije se to.

Nebo: na začátku měsíce května nebo června v době, kdy vycházejí mladé výhonky, nasbírají se čerstvé větvičky borovice, jedle a smrku (stejným dílem) a rozřezají se na drobno. Pak se naplní asi 3 litrová láhev francovkou nebo lihem silným a do něho vloží se na drobno rozřezané větvičky. Chceme-li účinek zvýšiti, přimísí se k tomu čerstvé kořínky arnikové; tyto mají se však vykopávati v době květu arniky a mají býti úplně očistěné. Tato směs nechá se na chladném místě uležeti. Po 6—10 dnech vzniká z této směsi velmi dobrý prostředek proti rheumatismu. Takto získanou tinkturou potírá se častěji choré místo. Čerstvé případy této choroby hojí se tím v nápadně krátké době. U starších případů však, u kterých na-

www.scan.cz

stalo již zduření kloubů, jest třeba vytrvalosti, neboť uplynou často měsíce, než nastane úplné zhojení.

Přes to však nemá nikdo dáti se odvrátiti od této léčby. Dále možno doporučiti: smísí se kafrový a terpetinový líh stejným dílem a tím se náležitě potírají údy choré. Lázně zmírňují sice, ale neléčí přímo rheumatismus.

Roupi a škrkavky.

Proti nim pije se několik dní za sebou slaná voda a vezme se každý den ráno lžíce dřevěného oleje (obyčejného olivového oleje). Také pomáhá vytlačená šťáva řepy, které se pije ráno na lačný žaludek a večer před spaním po kofliku. Odešli-li červi, pije se několik kofliků čaje z heřmánku.

Růže.

Růže jest zánět kožní, spojený často s horečkou, zduřením, napjetím a celkovým pocitem choroby.

Doporučuje se na onemocnělé místo přikládati spařené listy podbělové nebo mouku bramborovou, nasypanou na tabulku vaty. Palčivou bolest možno zmírniti potíráním zaniceného místa olivovým olejem. Při růži obličeje je nezbytno povolati lékaře.

Rýma.

K odstranění rýmy vezme se do dlaně trochu žitné kořalky, která se vtáhne mocně do nosu. Prudké pálení a zprvu rozmnožené odměšování hlenu brzy polevi a nos zůstane delší čas suchým. Dostaví-li se znovu lehtání nebo kýchání, opět se vtáhne žitná kořalka nebo voda s octem do nosu.

Účinek žitné kořalky nebo vody s octem pozůstává v tom, že se sliznice nosní stáhne a zánět zamezí.

Dalším prostředkem proti rýmě jest kafrový olej. Koupí se v lékárně malá lahvička oleje kafrového, ponoří se do ní malý, čistý štěteček a tím se potrou vnitřní stěny nosní. Použije-li se tohoto prostředku prostého hned na počátku rýmy, zbavíme se jí brzy.

Skrofulosa.

Doporučují se proti ní teplé lázně slatinné a píti denně čaj z listů ořechových.

Slinotok.

Vzniká onemocněním slinných žláz dutiny ústní. Chorobu tu možno vyléčiti vyplachováním úst odvarem z kůry dubové nebo vodou, ke které se přidá trochu tinktury myrrhové.

Stavení krve.

Otevřená rána potře se kollodiem, když byla před tím dobře očištěna. Jest-li příčinou krvácení seknutí nebo píchnutí, může prospěti náplast lepkavá nebo pevný obvaz. Také studené obklady se osvědčily.

Stísněnost hrudi.

Pije se ráno sklenice čerstvé vody a večer se vezme vlažná lázeň na nohy ze svařeného senného květu. Po této lázni se vypije koflík čaje z ptačince nebo 2 kofliky čaje z řebříčku.

Dále doporučuje se potírání prsou francovkou a solí.

www.scanzen.cz

Strupy na hlavě a mléčné strupy.

Vznikají u kojenců nečistotou. Nedrží-li se hlava v čistotě, tvoří se z výparů hlavy šedožlutá vrstva, kterou nutno tabulovým olejem změkčiti a pak teplými mydlinkami řádně smýti.

Mléčné strupy jsou vyrážka na hlavě, která se může rozprostírati také po celém obličeji. Vyrážka ta se omývá odvarem z macešek a vnitřně se podává čaj z kořene žahavek.

Střevní choroby.

Příznaky chorob střevních jsou velmi rozdílné. Zaživání jídla děje se nejen v žaludku, nýbrž i ve střevě, které se táhne od žaludku až k řiti. Střevo se dělí na střevo tenké a tlusté, tenké opět na dvanáctník, lačník a vlastní tenké střevo; tlusté střevo se dělí opět na slepé střevo, tračník a konečník.

Při chorobách středního oddílu tenkého střeva vzniká kručení v břiše a vodnaté průjmy.

Katarh tlustého střeva jeví se kolikovitými bolestmi břišními a hlenovitými průjmy, katarh konečníku však nucením na stolici, hlenovitými výkaly, zácpou a palčivými bolestmi v řiti.

Proti těmto chorobám pomáhá denní omývání těla vodou a mokré obklady břišní (22 stupňů Reaumura) a sice dopoledne a odpoledne 1—2 hodiny. Při úporných průjmech má se jísti polévka ze slizu ovesného nebo rýžového a píti častěji rýžová voda, víno borůvkové, káva žaludová a odvar z kůry dubové. Také možno doporučiti čaj z květů trnkových a kořene andělikového (denně 3—4 kofliky).

Při zácpě mají se jísti vodnaté plody, jako okurky, řípa, melouny, bobulovité ovoce, jablkový kompot, černý chléb a píti podmáslí a teplou břečku ze švestek.

Studené nohy.

V zájmu svého zdraví a za účelem vyvarování se nevolnosti a nemoci, musíme hleděti odstraniti nepříjemnou chorobu studenosti nohou. To se stane nejlépe a nejprostěji tak, že každý den večer před spaním omyjeme pomocí houby studenou vodou nohy a pak hodně hrubým ručníkem do sucha vydrhneme, takže nohy brzo se oteplí. Jdeme-li spáti, zabalíme nohy do hodně teplého vlněného šátku, aby se udržely teplými. Tato tak prostá methoda jest skutečným dobrodiním, zvláště pro takové lidi, kteří často pro studené nohy nemohou usnouti. Při vstání ráno doporučuje se obléci čisté vlněné punčochy, které více teplo udržují nežli punčochy nosené již jeden nebo několik dní. Dostaví-li se během dne obtíž studených nohou znovu, nelitujme námahy, nýbrž oblečme opět čerstvé punčochy a hleďme dle možnosti chůzí konati pohyby, aby krev, přirozený oteplovač těla, uvedla se v pohyb a tak do nohou vnikala.

Svrab.

Svrab jest neškodná sice, ale nepříjemná nemoc, vznikající nákazou a nečistotou. Při řádném léčení možno se ho opět zbaviti v málo dnech. Vyrážka svrabová vyskytuje se hlavně na měkkých místech kůže, jako mezi prsty, u kloubu ručního, v zákolení, v bocích, ale také jinde. Svrab jest velice nakažlivý

www.scanzen.cz

pro jiné osoby. Onemocní-li někdo v rodině svrabem, mohou býti jím postiženi v krátké době všichni členové rodiny.

Léčení: nejrychleji zbavíme se svrabu, použijeme-li masti sirové nebo styraxové, kterou se příslušné místo nebo celé tělo 2—3 dni za sebou natře a pak se vezme teplá lázeň k očistění, která se v následujících dnech může ještě několikrát opakovati. Použité části prádla a oděvu atd. nutno ihned dáti do horké vody se sodou, nechati je tam asi hodinu a pak za tepla vymáchati. Jiný prostředek proti svrabu jest ten, že se tělo každý den třikrát důkladně myje teplou vodou a zeleným mýdlem a při tom se vyměňuje prádlo tělesné.

Tasemnice.

Osvědčeným prostředkem k odehnání tasemnice jsou kokosové ořechy. Ráno na lačný žaludek pije se mléko nebo šťáva kokosového ořechu, při čemž se pojídá jeho jádro dobře rozkouskované.

Jiný prostředek: uvaří se silný čaj z rezedových květů, ale vezmou se před čajem 2 až 3 lžíce ricinoveho oleje, ale nikoli najednou.

Dále možno doporučiti ještě jísti jádra tykvová. Jádra se usuší, zbaví slupek a jemně rozkousaná se požívají. Při tom vezme se několikrát lžička oleje ricinového.

Tlustý krk.

Možno jej odstraniti potíráním jodovou mastí, dále potíráním ztluštělého místa olejem olivovým nebo tabulovým a denní masáží krku.

Tyfus.

Je to choroba neobyčejně nebezpečná a nakažlivá. Nemocný cítí se mdlým a skleslým, má nechuť k jídlu a trpí nespavostí, obtížemi dýchacími, ztrátou vědomí, mamnými představami (deliriemi), tep jest zrychlený a při tom jest velká horečka. Tato nemoc trvá 6—8 neděl a ještě déle a mívá často za následek zaněty plicní a pohrudniční. Léčení náleží jen lékaři.

Uhry.

Vyskytují se hlavně v obličeji, nápadně často shledáváme je u chudokrevných a vysílených lidí. Uhry jsou ucpané žlázy mazové, při čem se tvoří malá černošedá zátka, která se má odstraniti vytlačením mezi dvěma prsty. Uhrům možno předejíti mytím obličeje mýdlem sírovým nebo dehtovým.

Úpal sluneční.

Vzniká přímým účinkem horka slunečního na hlavu, čímž se poruší oběh krevní. K zabránění jeho má se nositi lehká pokrývka hlavy.

Nastal-li již úpal, nutno ihned odstraniti všecky těsné části oděvu a nemocného pohodlně uložiti, dávati studené obklady, koupati nohy ve vlažné vodě a dáti klystér z čaje heřmánkového nebo bezového. Za nápoj podává se voda citronová neb octová. Za prostředek ochranný považuje se přikrývání šíje a častější pití studeného čaje.

Úplavice.

Úplavice liší se od průjmů tím, že při ní dostavují se nikoli silné a hojné průjmy nýbrž velmi bolestivé a

www.scanzen.cz

trapné nucení na stolici. Stolice je tedy poměrně nepatrná, ale většinou smíšena s krví a hlenem. Při tom trápí nemocného prudké bolesti břišní a nucení na stolici se často opakuje. Příčinou úplavice jest požívání nezdravých jídel nebo nastuzení.

Chce-li se docíliti zhojení, ovinou se kol břicha vlněné šátky a podávají se denně třikrát teplé klystéry vodní, k nimž se přimíchá trochu pšeničné mouky.

Nebo: čerstvé vejce slepičí smíchá se s utřeným ořechem muškátovým v dávce na špičku nože a z toho se častěji užívá. Dále se mají požívati slizovitá jídla, jako sliz ovesný a zralé, ale svařené ovoce.

Také se doporučuji sušené b o r ů v k y proti této nemocí jako úspěšný lék.

Uříceni.

Po uřícení těla rozpustí se lžíce cukru ve sklenici vody, přidá se několik kapek pálenky a vypije se to pomalu.

Ušní choroby.

Běží-li o záněty středního ucha, které zhnisají, vystřikuje se zvukovod odvarem z heřmánku a přesličky.

Nebo uvaří se hrnec kůry dubové, nasadí se naň nálevka a touto nechají se páry táhnouti do ucha.

Po této proceduře vezme se kousek vaty, namočí se do francovky, nebo vata se potře balsámem peruánským a vpraví se do ucha.

Proti bolestem ušním, které nechtěji ustoupiti žádnému jinému prostředku, osvědčila se účinnou směs stejných dílů chloroformu a opiové tinktury, kterou se

navlhčí kousek vaty, jež se pak pravi do ucha. Obyčejně mohou pak nemocní, kteří ztrávili celé noci beze spánku, klidně spáti.

Uštknutí hadem.

Nejjedovatější jsou zmije v měsíci červenci, neboť uštknutí zmijí v době velkých veder (psích dnů) má těžší následky nežli kousnutí tohoto hada v květnu nebo září. Na jaře a na podzim jsou plazové ti daleko lhostejnější nežli v parném létě a za chladné doby noční není jich vůbec viděti. Stočeni v klubko leží pak ve svých skrýších mezi kameny, kořeny stromů, pod mechem a t. d. Zmije nikdy nenapadá člověka, ale šlápne-li se na ni, jak se snadno může státi při sbírání borůvek a hub, hájivá se náhlým kousnutím a pak co nejrychleji utíká z místa. Rána kousnutá nezeje a lze ji často sotva poznati v podobě dvou píchnutí jako špendlíkem, jichž okolí pak zčervená. Vyssátí jed jest na místě jen tenkrát, když člověk sající nemá žádné rány v ústech a jed ihned vyplije. Poraněný úd n u t n o p o d v á z a t i, uštknutému podává se píti hojně koňaku a pošle se ihned pro lékaře.

Vodnatelnost.

Vodnatelnost jest nahromadění vodnaté tekutiny v nejrůznějších místech těla pod kůží nebo v dutinách tělesných. Je to nebezpečná nemoc, poněvadž konečně tekutina stále přibývající může způsobiti o c h r n u t í s r d c e. Povšechně lze rozeznati jen vodnatelnost kožní a břišní, kdežto vodnatelnost hlavy, osrdečníku a hrudníku může zjistiti jen lékař. Známým tvarem vodnatelnosti jest v o d o h l a v o s t.

www.scanzen.cz

Nemocní, stižení vodnatelností, musí požívati spíše jídla pevná, nežli tekutá. Zvláště dobře se hodí, již k vůli podporování močení, chřest, petržel, řetkev, česnek a cibule. Doporučuje se hojný pohyb na čerstvém vzduchu a drhnutí kůže flanelem při vodnatelnosti kožní.

Doporučuje se vziti 3 díly kořene bezu nízkého, 1 díl rozmarinu, 3 díly přesličky nebo květu bezového a 1 díl bobulí jalovcových, z této směsi uvařiti čaj, jehož se pije 3 krát denně 1 koflík.

Dalším vyzkoušeným prostředkem proti vodnatelnosti jest čaj z jeřabin. 24 letá paní, která byla oteklá až k prsům, se tím zachránila.

Také bylo často s úspěchem použito čaje z prosných zrnek nebo kořene kopřiv žahavých a čaje z červenokvěté divoké vrby.

Vyrážky v obličeji.

Možno je odstraniti odvarem třezalky a vitodu horkého, ke kterému se po ochlazení přidá něco oleje provenckého (olivového). Touto směsí se potírají chorá místa.

Dále: poněvadž vyrážky pocházejí jen ze špatné, nečisté krve, doporučuje také píti čaj ze žahavek.

Zácpa.

Proti zácpě připravuje se čaj ze směsi zeměžluče, bezu, jitrocele a anýzu a pije se ho ráno koflík na lačný žaludek. Velmi dobré služby koná také sklenice čerstvé vody ráno na lačný žaludek a pití podmáslí.

Zahlenování žaludku.

Při zahlenování žaludku vezme se asi půl litru dobré kořalky žitné a k tomu se přidá lžíce utřené

černé řetkve, protřepe se to dobře, stočí se to a z toho se užívá denně ráno na lačný žaludek po jedné lžíci.

Záchvaty závrati.

Bývají většinou následkem silného duševního rozčilení a různých chorob, působících na nervy mozkové. Kdo trpí závratí, má se varovati všech zahřívajících nápojů a duševního rozčilování. Doporučuje se hojný pohyb na čerstvém vzduchu, studené obklady na hlavu a teplé lázně na nohy, k nimž se přidá něco soli. Příznivě působí každodenní drhnutí těla a dobře působí také píti večer studený čaj z baldryánu. Vzniká-li závrať náhlou chudokrevností mozku, jest hlavní podmínkou uložiti hlavu hluboko. Také dlužno pečovati o pravidelné zažívání.

Zakuckání.

Jako osvědčený prostředek, když někomu při jídle nebo pití zaskočí něco do »nepravé dírky«, doporučuje se držeti paže vzpřímené vzhůru. Po vzduchu lapajícímu člověku vylézají oči skoro z hlavy, obličej zduřuje, jako každého dusícího se nebo dušností trpícího do tmavočervena a plíce, zápasící o vzduch, vytahuje každé jídlo zaskočené při dechu, který se stává možným jen za útrap, hlouběji do sebe.

Ovšem vzniká také ihned reakce; plíce nemůže a nechce nevhodné cizí těleso podržeti, nýbrž hledí mocným kašlem cizí těleso opět ven vypuditi. Drží-li se paže vzhůru, zvedá se celý hrudník do výše a plíce nabudou tak okamžitě jiné polohy, stávají se schopnými, zbaviti se cizího vetřelce snáze než-li by to bylo jinak

www.scanzen.cz

možno. Často tímto způsobem již při prvém mocném zakašlání vyjde ven vše, co se dostalo do plic místo do jícnu, a nemocný jest vysvobozen.

Jmenovitě děti se snadno zakuckají. Většinou děje se to mluvením při jídle a kousání.

Zamezení popíchání hmyzem.

K tomu se používá tohoto prostého prostředku: Koupí se v lékárně za 10 haléřů bobkového oleje, dá se do láhve a naleje se na to 90% líh; pak se směs několikrát protřepe a nechá se usaditi. Natře-li se obličej a ruce několika kapkami, stačí to na půl dne k zapuzení hmyzu.

Upotřebení tohoto prostředku doporučuje se již proto, že mnohý hmyz může v sobě obsahovati jed mrtvolný a bodnutí takového hmyzu může míti snadno v zápětí otravu krve.

Zánět bránice.

Tento zánět jest velmi nebezpečný a dostavuje se zřídka samotný, většinou spolu se zánětem pohrudnice a pobřišnice. Prudká horečka, třesavka, trhavé a bodavé bolesti v bránici při dýchání, neuhasitelná žízeň jsou příznaky této nemoci. Kašel, mluvení, kýchání, polykání zvětšují bolest. Palčivá horkost v těle, zvracení a náklonnost ke zvracení značí pokrok nemoci, která se v 7 dnech rozhodne.

Píti obyčejnou vodu jest škodlivé, kdežto nějaká kyselka jest na místě. Doporučuje se píti cukrovou vodu se šťávou z květů pomerančových.

Za účelem odvedení zánětu přikládá se na krajinu bránice utřená řetkev černá nebo práškovaný zázvor

s přídavkem pálenky nebo náplast hořčičná. Nutno povolati lékaře.

Zánět dásně.

Tu přináší úlevu tento prostředek: tinktury myrrhové 10 gramů, eukalyptolu 0·25 gramu, mentholu 0·25 gramu, boraxu 10 gramů, destilované vody 200 gramů. Tím se 3 krát denně po několik minut vyplachují ústa.

Zánět hrtanu.

Je to stupňovaný katarh hrtanu. Příznaky jeho jsou: chraptivost, drsný hlas, suchý kašel a pocit úzkosti.

Léčení: především velká dieta v jídle a pití a tělesný klid. Za nápoj slouží střídavě čaj z heřmánku a máty peprné nebo horké mléko s alkalickou kyselkou nějakou.

Zánět v krku.

Listy ostružiníku vaří se důkladně ve vodě, pak se přes hrnec nasadí nálevka a páry se vdechují do úst. Potom se tímto odvarem ještě častěji kloktá.

Zánět mozku.

Příčinami tohoto těžkého onemocnění jsou: nachlazení, poranění, hnisání v uchu, otrava krve atd.

Choroba ta jeví se především prudkými bolestmi hlavy a vysokou horečkou.

Nemoc probíhá prudce, trvá několik dní neb týdnů a vede jistě k smrti, nepoužije-li se odváděcího léčení.

www.scanzen.cz

Podává se nedráždivá strava, ovoce, mléko, zelenina, chladivé obklady kol hlavy a krku, v těžkých případech přikládá se vak s ledem.

Při nebezpečnosti této choroby a při chybící většinou vlastní zkušenosti jest nezbytně nutno povolati lékaře.

Zánět plic a souchotiny plicní.

Pozvolné rozpadávání plic nazývá se souchotiny plicní, které vznikají čato po předcházejícím nezhojeném zánětu plic. Nemocný pociťuje píchání v prsou, dráždění ke kašli a rychle dýchá.

Souchotiny plicní postihují zvláště slabé nebo skrofulosní osoby a mohou vzniknouti často také zděděním nebo přenesením. Vyznačují se hnisavými a s krví smíšenými chrchly, při kašli odcházejí v chrchlích nepatrné částečky rozrušených sklípků plicních a tím vzniká rozpadávání plic. Nemocný má se síliti dobrou stravou a varovati se všelikého rozčilování.

Doporučuje se píti čaj z kostivalu, žahavek, šalvěje nebo pampelišky ve větších dávkách. Také pití čaje, připraveného spařením listů ostružiníku, má léčivý účinek.

Z jídel se doporučuje především mléko, pak sliz ovesný, čočkový a hrachový, rýže, fisole a vajíčka.

Zánět pohrudnice.

Je to zánět blány, která povléká plíce a vnitřní stěnu hrudníku. Příčinou zánětu bývá nastuzení, poranění, zánět plic, zanět osrdečníku a jater, tlak nádorů, počínající souchotiny atd.

Příznaky choroby té jsou: bolesti při hlubokém dýchání, kašel, stisněnosť a píchání po straně. Na onemocnělé straně neslyšíme při přiložení ucha na hrudník žádného dýchání ani chvění hrudníku při mluvení, čehož příčinou jest nahromadění tekutiny ve vaku pohrudničním. Jest také ještě jiný tvar, totiž suchý zánět pohrudnice. Průběh choroby jest prudký, trvá totiž 10—10 dní, a výsledek jest různý dle konstituce a základní příčiny.

Jako následek mohou se dostaviti vodnatelnosť hrudní, choroby plicní, ztluštěniny a srostěniny obou listů pohrudnice, zkřivení páteře.

Doporučuji se odváděcí lázně a záviny. Nejsou-li přítomny souchotiny plicní, prováději se potné procedury a sice 3 krát v týdnu parní lázně, suché záviny se třením těla, obklady na prsa. Jest-li přítomen zánět plic, léčí se tento. Při tom jest radno zachovávati dietu a požívati stravu co možná nejlehčí. Jako dodatečné léčení doporučuje se denní masáž prsou bez ohledu na dostavující se snad bolesti, jednostranné hluboké dýchání, cvičení paží, trupu, pití čaje z jalovce. Zánět plic a pohrudnice patří do ošetřování lékařského.

Zánět slepého střeva.

Zánět slepého střeva prozrazuje se nejprve více nebo méně prudkými bolestmi na pravé straně břicha. Následuje horečka, která především musí býti zmírněna studenými obklady kol těla. Pak hledíme klystérem přivoditi stolici a nutno nezbytně ihned zavolati lékaře.

Za nápoj se doporučuje čaj z květele obecného (hlediku) a dobré, svařené mléko co možná nejteplejší. Při tom nesmí se nic jísti, pouze koflík bouillonu s vajíčkem, jakmile se dostaví chuť k jídlu.

www.scanzen.cz

Zapáchající dech.

Zapáchající dech odstraňuje se nejlépe roztokem nadmangananu draselnatého. Za 10 haléřů stačí na $^3/_4$ litrovou láhev vody, do které se nasypou tmavá zrnka nadmangananu. Třepáním nabývá tekutina ta nádherné barvy červeně fialové. Z toho roztoku stačí kapka nebo několik kapek, aby se sklenice vody zbarvila bledě ružově. Touto vodou se častěji vyplachují ústa. Příliš tmavý roztok mohl by zuby snadno zbarviti do tmava, kdyby se potom nečistily.

Ztvrdnutí jater.

Toto se dostavuje často po zanedbaném léčení zánětu jater. Příznaky jsou: tlak a bolesť v krajině jaterní, zácpa, náklonnosť ke zvracení, obtíže dychací, slabosť, zhubnutí a tlak v žaludku.

Léčení: připraví se odvar z 10 kusů roztlučených bobulí jalovcových, přesličky a pelyňku a toho se pijí denně dva kofliky; dále jest výborným prostředkem čaj připravený zpařením řebříčku vařící vodou.

Žaludeční katarh.

Vzniká často následkem dráždění sliznice žaludeční požíváním příliš horkých nebo příliš studených nebo těžko ztravitelných jídel. Doporučuje se: čaj z máty peprné s přídavkem 10 kapek baldryánu, dále dobře působí čaj z přesličky, jitrocele a podběle. Lehká strava jest nutná. Při katarhu žaludečním a střevním se silnými průjmy nutno vyžádati si lékařskou pomoc.

Při vleklém katarhu žaludečním a střevním doporučuje se užívati Karlovarskou sůl, které se beře ráno na lačný žaludek jedna kávová lžička, rozpuštěná ve $^1/_4$ litru vody teplé.

Žaludeční křeč.

Vzniká stažením svalů žaludečních.

Léčení: nutno pečovati o lehkou stolici, dávati suché teplé obklady na krajinu žaludeční a piti čaj z máty peprné, kořene pampeliškového nebo kořene baldryánového. Dále dobře působí odvar z plodů šípkových čistý nebo spolu s břečkou švestkovou.

Žaludeční obtíže.

Tyto vyskytují se velmi často u chudokrevných a nervosních a vyžadují se strany nemocného velké trpělivosti, má-li se choroba odstraniti. Obtíže žaludeční vznikají následkem špatného zaživání a nepravidelné stolice.. Z takových stavů vyvinují se však často choroby žaludeční, které nabývají mnohdy vážného rázu. Kdo chce bez lékařské pomoci bojovati proti obtížím žaludečním, musí tak dlouho zachovávati prostou dietu, až úplně vymizí veškeré poruchy, jako povleklý jazyk, tlak a plnosť žaludku, nadýmání, krkání a špatné zaživání. Nutno pečovati o teplé nohy a soustavné pěstění těla. Dobře působí večer chladné obklady na břicho, denně lehká masáž krajiny žaludeční a mírné napařování břicha.

Dalšími prostředky jsou šťáva z černé řetkve, kořen pampelišky, polní kmín, polní routa a openec.

Žaludeční slabosť.

Vyznačuje se tlakem žaludku, nechutenstvím a bolením hlavy, obtížnou stolicí, obtížemi po jídle při přeplnění žaludku.

Má se jísti polévka řeřichová a mnoho zeleniny, především pak píti čaj z pelyňku s přídavkem kořene puškvorcového.

www.scanzen.cz

Žaludeční vředy.

Vznikají hlavně na zadní stěně žaludeční, nemocný může často sám zjistiti sídlo vředu.

Strava má sestávati většinou z teplého mléka, ohřátého podmáslí a lehké polévky masové. Také lze doporučiti požívání kyselého nebo mandlového mléka.

Při zvracení pije se čaj z makových květů nebo zrnek. Také dobře působí teplé mokré obklady a užíváni medu.

Žíly strhané.

Tyto povstávají častěji u žen než-li mužů a bývají následkem tlaku holinek nebo podvazků, stálé chůze, potlačených haemorrhoidů, nepravidelné čmýry a těhotenství.

Doporučují se horké lázně s přídavkem odvaru z kůry dubové neb vrbové.

Žlázy zduřelé.

Zduřelé žlázy bývají většinou následky skrofulosy a objevují se již u dětí. Vyskytují se hlavně na krku a v břiše. Zhnisají-li zduřelé žlázy, stávají se bolestivými.

Po úplném očistění provalených žláz přiloží se na 1—2 dni náplast bolehlavová, dále se má užívati denně šťáva z listů zemědýmu lékařského a řeřichy potoční v dávce 15 gr. s cukrem.

Nebo: užívati denně šťávy ze zemědýmu 3 gramy, ožanky 3 gramy, vochlice 3 gramy, kořene čekanky 3—5 gramů s cukrem.

Nebo se vezme šťávy z listů šalvějových 2 gramy, máty kadeřavé 3—5 gramů, listů vochlice 2 gramy, s přísadou cukru.

Dále se doporučuje ještě: šťávy z mladých listů pampeliškových 8 gramů, opence 8 gramů, petržele 8 gramů, šťávy vochlicové 8 gramů, citronomelissové šťávy 2 gramy, máty kadeřavé 5 gramů, oslazené cukrem, píti každý den.

Veškeré šťávy lze obdržeti v lékárnách a částečně i v drogueriích.

Léčeni šťávami bylinnými prospívá zvláště skrofulosním dětem, které mají těstovité, napuchlé vzezřeni, tlustý nos a horní ret, dlouhé řasy oční, a slzavé oči, měkké, těstovité svaly, nafouklé břicho, křivé nohy, hloupý výraz obličeje a velkou hlavu, dále mnoho jedí, ano hltavými jsou, trpí zleněným zažíváním, mají zduřelé žlázy na krku, v třeslech a v podpaží, mimo to vyrážky na obličeji, tenkou kůži, jsou duševně velice slabé a malé a mají síly a pohyby tělesné malé nebo zdlouhavé.

Žloutenka.

Proti tého chorobě vezmou se 3 díly mařinky vonné, 2 díly jablečníku a 1 dílu pelyňku, smísí se to dohromady, připraví se z toho čaj, kterého se pije 3 krát denně půl kofliku.

www.scanzen.cz

Oční choroby.

Hlavní příčiny nejrůznějších onemocnění očních jsou: slabost nervová, nachlazení, nával krve k hlavě, překrvení mozku, ostré světlo, přepínání, dráždění nečistým nezdravým vzduchem nebo cizími tělesy a nákaza.

Záněty oční.

K nim se počítají také záněty duhovky, cévnatky a sítnice. Příznaky jsou: zduření, zardění celého oka a velká světloplachost. Záněty oční bývají zřídka znáti v jich počátcích a dají se často také jen důkladným lékařským vyšetřováním zjistiti. Léčení: prudké a katarhální záněty možno nejspolehlivěji vyléčiti, když se odstraní základní příčina. Nedá-li se tato přesně zjistiti, nutno hleděti přírodě napomoci silným odváděním dolů. K tomu slouží sedací lázně 25 stupňů Reaumura a lázně nožní a poloviční parní po dobu půl hodiny. Po nich následují střídavé lázně nebo studené lázně nožní, potom však studené tření nohou a drhnutí (frotirování) nohou každý večer. V noci se dává obklad na břicho a zabalují se nohy, ráno se umývá celé tělo a ulehne se potomještě nějaký čas do postele. Místo choré vymývá se každou půl hodiny vlažnou vodou a přikládají se vlažné, často se měnící obklady jen z čisté vody.

Zánět oční novorozenců.

Je to velice nebezpečná choroba, která se vyvinuje v prvých dnech po porodu velice rychle následkem

nákazy (kapavkové) během porodu. Zachvacuje obyčejně obě oči, jež jsou obaleny hnisem. Není-li po ruce rychlá pomoc od lékaře nebo porodní báby — tyto mají pro to příslušný návod — jest ubohé stvoření úplně ztraceno, to jest oslepne po celý život. Známým a spolehlivým prostředkem jest vkapavání roztoku dusičnanu stříbrnatého. Odměšek takových očí jest velice nakažlivý a musí tudíž vše, co přišlo s nimi ve styk, s úzkostlivou péčí býti odstraněno a zničeno.

Zahřáté oči.

Při zahřátých očích přikládá se v noci často vyzkoušený o r s e j vlhký na oči.

Při zhoubných chorobách očních nutno se vždy poradit s lékařem.

Cizí tělesa z oka odstraňovati.

C i z í . t ě l e s o v očích odstraní se tak zvaným obrácením víček nebo vymýváním čistou vodou.

Podaří se to také, když se do oka nakápne kapka čistého oleje olivového. Tím se rychle odstraní prach, popel, vápno, ano i malé třísky a t. d.

Bolení očí.

Bolení očí vzniká p r ů v a n e m, když tělo v době klidu delší čas na určitém místě jest vystaveno třebas jen jemnému průvanu vzdušnému. Jak může na př škoditi, když naše lože stojí přímo u okna špatně přiléhajícího a v noci táhne stálý, sotva citelný proud vzdušný přes náš obličej. Za takovýchto okolností mohou vzniknouti nejen rheumatické bolesti oční,

www.scanzen.cz

nýbrž i zduření, choroby ušní, vleklá rýma a vypadávání vlasů. Nejsnáze však může býti postiženo citlivé oko zvláště tehdy, když proudící vzduch jest značně chladnější nežli vzduch světnice. Nejen záněty oční, nýbrž i seslábnutí zraku může vzniknouti následkem nadměrného dráždění nebo nachlazení oka trvalým průvanem. Tedy opatrně!

Slzení a pálení očí.

Slzení a pálení očí poukazuje na slabost oční a v takových případech se výborně osvědčil fenyklový líh, který lze obdržeti v lékárnách. Vezme se ho kávová lžička na vinnou sklenici vody a touto směsí se potírají oči každé ráno hned po vstání, načež se nesmí oči hodinu namáhati. Ještě lepší účinek vzniká, vezme-li se stejný díl líhu fenyklového a rozmarinového.

Při slzení očí doporučuje se vřele také, používati tinkturu světlíkovou, ze které se vezme 20 kapek na půl sklenice vody a tím se denně častěji vymývají oči. V noci přikládá se na oči obvaz, namočený v této směsi.

Zánět spojivky oční.

Zardělost očí, slzení, hlen a hnis v zevním koutku očním, který způsobuje často slepení víček v noci, jsou příznaky této choroby, která se léčí teplými obklady.

Ječné zrno.

Ječné zrno je následkem čistě místního zánětu a pozůstává ve vytvoření se uzlíku na příslušném víčku očním a dá se účinně léčiti studenými obklady.

Šilhání.

Šilhání lze odstraniti sílením svalstva očního, není-li choroba ta vrozenou. Příčinou bývá často obrna svalů očních. Nelze-li masáži a cvikem pohyblivosti oka ničeho dosáhnouti, má se na příslušném oku provésti operace, která jest bezbolestná a dle dnešního stavu chirurgie naprosto bez nebezpečí. Šilhání vyvinuje se rádo u dětí skrofulosních.

Poruchy zraku všelikého druhu.

Jsou to: mžitky před očima, krátkozrakosť, dalekozrakosť a slabozrakosť. Choroby ty mohou se zmírniti, po případě zhojiti co možná největším šetřením očí a nošení vhodných brejlí. Značnou pomoc přináší pravidelné pěstění kůže a častější koupání oka, při krátkozrakosti ve vlažné vodě, při dalekozrakosti ve studené vodě. Líčem s chorobami očními doporučuje se, aby častěji dali každé oko prohlednouti lékaři, aby se včas poznaly těžké poruchy organické.

www.scanzen.cz

Kůže a vlasy.

Červené skvrny v obličeji.

Tyto a jiné vyrážky v obličeji odstraní se každodenním pitím 1 kofliku čaje ze směsi 1 dílu kůry krušinové, 1 dílu pampelišky, 3 dílů řebříčku, 3 dílů sladkého dřeva a 2 dílů šeříku.

Žlutohnědé skvrny v obličeji.

Nepocházejí-li žlutohnědé skvrny na spáncích od některé choroby vnitřní, která se dá zjistiti ovšem jen lékařským vyšetřením, možno je odstraniti mýdlem salicylovým, které slouží také k odstranění mastného potu. Nevedlo-li by toto léčení za nějaký čas k cíli, doporučuje se mocné natírání Hebrovým lihem mýdelným.

Do hněda opálená kůže.

Vzduchem a sluncem do hněda opálená kůže může pozvolna opět zběleti jen tenkráte, když se varujeme těchto i jiných dráždících věcí. Poněvadž hnědé barvivo jest uloženo ve hloubi pokožky, nelze očekávati rychlý úspěch. Doporučuje se slunečník a široký klobouk, modrý závoj a t. d., dále mytí mlékem, ke kterému se přidá něco boraxu, pečlivé osušení jemným utěradlem po každém namočení obličeje, také po zpocení, vždy pak něco bílého pudru před vyjitím.

Dobrý mycí prostředek při drsné kůži.

Do vinné láhve dá se lžíce práškovaného b o r a x u, přileje se k tomu asi vinná sklenice dešťové vody,

dobře se zandá zátkou a postaví se na teplé místo. Druhého dne se doleje tolik vody, až jest láhev zpola naplněna, a třetího dne doleje se plná a ještě se přidá lžíce boraxu. Tohoto roztoku možno upotřebiti tak, že se k vodě, ve které se myjeme, pokaždé přidá tolik, až jest na obličeji při mytí cítiti hebkost. Vedle toho přidává se k vodě ještě několik kapek dobré t i n k t u r y b e n z o o v é. Pravidelné používání toho udržuje kůži velmi útkou a bílou.

Ztluštěniny kožní.

Jsou-li malé žlutavé ztluštěniny kožní tvořeny uzlíky pokožky, možno je odstraniti nějakým mýdlem, rozpouštějícím rohovitou vrstvu kožní. Nejjemnějším mýdlem takovým jest mýdlo bórové, poněkud silnější jest mýdlo salicylové, nejsilnější mýdlo draselnaté, jako draselnatoglycerinové mýdlo nebo mazlavé (zelené, žluté, černé) mýdlo.

Jest-li tím kůže příliš drážděna, dlužno se mýti čistou, měkkou vodou nebo dávati obklady z této vody.

Rozpukané ruce.

Výborným prostředkem k odstranění rozpukaných rukou, jest m e d o v á v o d a. Vezme se asi lžíce medu na litr vody a v tom se koupají ruce. Účinek ten možno ještě sesíliti tím, že se k tekutině té přidá ještě lžíce glycerinu. Tato směs odstraňuje drsnost povrchu kožního a činí kůži útlou a hebkou.

Dobře působí dále, třeme-li kůži jemně šťávou citronovou. Také při menších ranách působí šťáva citronová jako desinfekční prostředek a podporuje hojení.

www.scanzen.cz

Začervenalé ruce.

Proti začervenalým rukám doporučuje se třikrát denně koupati ruce v horkém roztoku kamencovém. Do umývadla nalejí se 2 litry horké vody a rozpustí se hrst kamence. Voda musí býti tak horká, co se dá rukama snésti, a ruce musí se v roztoku kamence ponechati až do vychladnutí.

Pocení rukou.

Potící se ruce mají se častěji mýti ve vodě nepříliš studené, ke které se přidá něco vinné kyseliny a kamence. Po usušení mají se pak ruce trochu zapudrovati. Dlužno se varovati dle možnosti ruce nezavírati, nýbrž držeti je otevřené, aby na ně všude působil vzduch.

Proti přílišnému pocení rukou doporučuje se tato směs: boraxu 15 gramů, kyseliny salicylové 15 gramů, kyseliny bórové 5 gramů, glycerinu 60 gramů, zředěného alkoholu 60 gramů. Tím se ruce 3 krát denně natírají.

Pocení rukou odstraní se také denním koupáním rukou v odvaru z kůry dubové (jedna lžíce kůry na 1 litr vody). Pak se ruce zapudrují rýžovou moučkou. Dobře působí také voda s přídavkem octa.

Proti vypadávání vlasů.

Očistí se a uvaří se 60 gramů kořene lopuchového ve 2 litrech vody až na polovinu, procedí se, přidají se k tomu 4 lžíce francovky a uschová se to v zakorkované lávi. Tím se každý den kůže hlavy silně natírá.

Výborným prostředkem proti vypadávání vlasů jest slabý odvar z kořene lopuchového, ke kterému se

přidá něco pálenky a glycerinu. Zvláště však jest dbáti toho, aby použité kořeny byly co možná čerstvé. Hlava se myje večer teplým tímto odvarem. Tento prostředek zamezuje vypadávání vlasů a podporuje jich vzrůst.

Proti temnění světlých vlasů.

Mnohé blondýnky naříkají nad osudným temněním své obdivované okrasy vlasové a přece jest tak prostý prostředek, aby se tomu zabránilo a vlasům již silně ztemnělým aby se dodal světlejší odstín. Dlužno si koupiti v obchodě droguistickém římský heřmánek a spařiti ho hrst litrem vařící vody, ke které jest přidán asi jako ořech velký kus sody. Touto tekutinou, přecezenou cedítkem, myjí se nejméně jednou týdně vlasy, při čemž však nutno dbáti toho, aby se pak vlasy dobře osušily. Vysušení vlasů docílí se dosti rychle zahřátými šátky nebo hřebenem »Freya«, který lze koupiti ve všech obchodech vlásenkářských. Také jest dobře, když se několikrát týdně vlasy před spaním pročísnou kartáčem, namočeným v uvedené tekutině. Takto ošetřované vlasy jsou nejen chráněny před ztemněním, nýbrž stávají se také velmi měkkými a volnými, což dámy se slabším vzrůstem vlasů pocitují dosti příjemně, poněvadž tím vlasy více odstávají a lépe se dají česati.

Radikální odstranění chloupků.

Nemilé chloupky v obličeji a jinde na těle odstraniti neškodným způsobem a bez velkých výloh radikálně, bylo dosud hádankou, jejíhož rozluštění si lidé tím trpící nejvroucněji přáli. Prostředků nabí-

www.scanzen.cz

zených k tomu účelu bylo ovšem vždy s dostatek, ale výsledek docílený tím neb onim prostředkem byl většinou nedokonalý. Nejlepším zůstávalo ještě elektrolytické léčení, které však bylo vždy neobyčejně zdlouhavé a ke kterému se lidé neradi obraceli pro značné výlohy a bolestivosť této procedury, zejmena když mnohdy ještě zbývaly po něm jizvy. Z té příčiny doporučujeme ochotně přípravek, vyráběný jednou z prvních firem (objednati lze prostřednictvím nakladelství této knihy), který vzhledem ke své vlastnosti ničiti chloupky jest ojedinělý a právem může býti označen jako sensační vynález. Cena 5 marek = 6 korun jest vzhledem k vynikajícím vlastnostem tohoto prostředku úplně přiměřená.

Podporování vzrůstu vlasů.

Rozmarinová voda jest posilujícím a povzbuzujícím prostředkem ke vzrůstu vlasů ve stavech slabosti po přestálých chorobách, při kterých se pozoruje vypadáváni vlasů. Jest-li třeba nějakého silnějšího prostředku k oživeni kůže hlavy, přidá se k rozmarinové vodě věco francovky a potaše.

Návod k sestavení domácí lékárny.

Anglická náplasť. 10 hal.

Zalepuji se jí menší rány řezné a oděrky kožní, čím se dociluje ochrany před znečistěním a urychluje se hojení.

Anýzový olej. 10 hal.

Vezmou-li se ho 4—10 kapek na cukr, rozpustí se hlen a podporuje se zaživáni. Zevně se upotřebuje proti svrabu.

Anýzové semeno. 15 hal.

Čistí ledviny a dělohu a povzbuzuje chuť k jídlu.

Arnikový květ. 15 hal.

Pije-li se v podobě čaje při otřesení mozku a obrnách, při chorobách mozkových a míšních, povzbuzuje soustavu nervovou a urychluje oběh krevní.

Baldryánové kapky. 15 hal

Doporučují se proti všem nemocem, spojeným s křečemi, proti nevolnosti, mdlobě, bolestem žaludečnim a úplavici cukrové.

Bedrníková tinktura. 25 hal.

V dávce 15—20 kapek na cukr jest dobrým prostředkem proti chraptivosti jakožto následku katarhu, proti citlivosti, zánětu a prodloužení čípku (následky nastuzení.)

Bezu nízkého kořen. 15 hal.

Jest to starý prostředek lidový, který působí mírně projímavě a pije se také při vodnatelnosti.

www.scanzen.cz

Bobkové listy. 5 hal.

Jsou v domácnosti známy jako koření povzbuzující žaludek.

Bobkový olej. 40 hal.

Působí dobře při vyrážkách kožních, vymknutinách, kolice, křečích, rheumatismu a vředech, upotřebuje se v podobě mazání.

Borovicový aether. 75 hal.

Postříká-li se jím podlaha obydlí a světnice nemocných, vzniká příjemná a blahodárná vůně.

Brillantina. 50 hal.

Osvědčený prostředek k docílení dobrého vzrůstu vlasů, jimž dodává hebkosti a lesku.

Březový dehet. 15 hal.

Při lišejích a vyrážkách kožních potírají se jím chorá místa.

Citronová šťáva.

Citronová šťáva povzbuzuje zažívadla a posiluje soustavu nervovou.

Při bolení hlavy potře se čelo několikrát šťávou rozříznutého citronu, která zmenšuje bolesti a osvěžuje, takže bolesti vymizí. — Trochu citronové šťávy v horké černé kávě nebo čaji jest dobrým prostředkem proti bolení hlavy. — Citronové šťávy možno s jistotou upotřebiti ke kloktání při bolení v krku. Také chrapot vymizí, pije-li se častěji hodně horká limonáda citronová. — Chceme-li míti pěkné bílé ruce, možno ruce častěji natírati citronovou šťávou, ke které se přidá něco soli, a nechati tekutinu vtáhnouti se do kůže bez osušení.

Cukr tlučený. 10 hal.

Do sklenice čerstvé vody dají se asi 3 čajové lžičky cukru a tato cukrová voda se pomalu pije při pohnutí mysli, při velkém uhřátí a při uleknutí.

Čpavek, salmiak. 15 hal.

Upotřebuje se zevně při poraněních s hrozící nákazou, při kousnutí psa a hada k mytí zředěný trojnásobným množstvím vody, při mdlobách nezředěný k čichání.

Dřevěný olej bílý. 15 hal.

Upotřebuje se vedle oleje heřmánkového k mazání při ztuhlosti údů.

Francovka. 25 hal

Častým mytím hlavy francovkou posiluje se půda vlasová a tím se podporuje vzrůst vlasů. Natírání francovkou u malých dětí slouží k sílení slabých a ve vývoji opozděných údů.

Hoffmanské kapky. 20 hal.

Sestávají z 1 dílu éteru sirového a 2 dílů rektifikovaného líhu. Užívají se vnitřně v dávce 12—15 kapek na cukr se lžící čerstvé vody při křečích, mdlobách, nervových bolestech hlavy a zvracení. Při bolení zubů přikládá se pomocí vaty několik kapek na zub.

Hořcový kořen. 10 hal.

Požívá se v dávce jedné lžíce v podobě nálevu 2 krát denně, posiluje zažívání a odstraňuje choroby, mající původ ve špatném zažívání.

Hořká sůl. 10 hal.

Rozpustí se čajová lžička v horké vodě, vypije se to co možná teplé, chceme-li při zácpě docíliti brzy stolice.

www.scanzen.cz

Hřebíčkový olej. 15 hal.

Vpraví-li se 1—2 kapky oleje toho na vatě do ucha a do vykotlaného zubu, odstraňují jistě bolení zubů.

Islandský lišejník. 15 hal.

Tento se musí vařiti a jest v podobě čaje známým a důležitým prostředkem při chorobách dýchadel; zvláště jsou-li plice naplněny hlenem, působí čaj z něho velmi dobře tím, že rozpouští hlen a ulehčuje odkašlávání.

Jelení lůj. 10 hal.

Upotřebuje se ho při opruzeninách tak, že se opruzená místa jím namažou; pomahá také proti bolestem při oznobeninách.

Kafrový líh. 15 ha.

Podáván při zvracení a průjmech u dětí v dávce 5—6 kapek, u dospělých 6—8 kapek ve lžíci čerstvé vody, působí na břicho a doporučuje se také při choleře. Zevně jest výborným prostředkem v podobě mazání při nachlazených údech a jako přísada k ústní vodičce. Užívá se ho jen po kapkách.

Kakaové máslo. 10 hal.

Při rozpukané kůži natírají se jím obličej a ruce. Při opruzení u dětí potírají se jím opruzená místa.

Kamenec práškovaný. 10 hal.

K odstranění zánětů v krku, katarhů hltanu a obtížného, v krku se hromadícího hlenu, vezme se ke každému upotřebení na sklenici vody na špičku nože kamence a kloktá se tím. — K zapuzení zapáchajícího pocení nohou vezme se asi 6 litrů vody a 3 lžíce kamence práškovaného. Také proti rýmě působí taková lázeň nožní výborně.

Karbolová kyselina. 20 hal.

Je to prostředek zabraňující hnilobě. Při proleženinách nemocných a k omývání starých vředů a ran vezmou se dva gramy kyseliny karbolové a 100 gramů destilované (nebo svařené) vody, procedí se čistým kouskem plátna a po vychladnutí se upotřebuje tak, že se tím namočí kousek plátna a dle potřeby se přiloží. Při čerstvých hnisavých ranách působí 2 procentní karbolová voda velmi léčivě.

Při bolení zubů dají se 1—2 kapky na vatu, které se opatrně vloží do vykotlaného zubu, což se opakuje tak dlouho, až bolest pomine.

Karbolové mýdlo. 25 hal.

Mytím karbolovým mýdlem možno se chrániti před nakažlivými nemocemi.

Karlovarská sůl. 20 hal.

Tato sůl působí mírně projímavě a účinkuje výborně při chorobách zažívadel a chorobách z těchto se vyvinujících. Ve sklenici teplé vody rozpustí se čajová lžička soli a pije se ráno na lačný žaludek. Po 6—8 nedělním užívání zmenšuje se u otylých také váha tělesná.

Kinogummová tinktura. 25 hal.

Má se upotřebiti jen v zoufalých případech, osvědčila se dobře při průjmech, krvácení z děložy a bílému toku. Užívá se vnitřně v dávce 20—30 kapek několikrát denně.

Kmínový olej. 20 hal.

Doporučuje se vřele při nechutenství, nadýmání a zaražených větrech.

www.scanzen.cz

Kolínský balsám proti dně. 50 hal.

Možno si jej také sám připraviti: 500 gramů lihu, po 15 gramech mýdla obyčejného, oleje ze šišek jedlových, po 30 gramech kafrového lihu, mravenčího lihu, salmiaku a oleje bobkového dá se do láhve, která se nechá státi 24 hodin na dosti teplém místě u kamen a k upotřebení se přeleje trochu do menší láhvičky.

Upotřebení: jako mazání při napjetí šlach, bolestech v kyčli, v kříži, při píchání po straně, rheumatismu, svalových bolestech a při zatvrdlých zduřeninách. Při bolení zubů natírá se dolní čelist teplým mazáním. Doporučuje se, aby se mazání dělo na údu dříve u kamen zahřátém.

Krotonovy olej. 25 hal.

Při mrtvici a zdánlivé smrti podává se jedna kapka v klystéru. Při prudkém bolení v kříži nalejí se 2—3 kapky na kousek plátna a tím tře se bolestivé místo.

Kurellův prsní prášek.

Jest na skladě v každé lékárně a užívá se u dětí v dávce denně kávovou lžičku ve sklenici vody, u dospělých v dávce denně 3 kávové lžičky. Zmírňuje kašel a mírně projímá.

Krystalovaná kyselina vinná. 25 hal.

Limonáda, připravená z kyseliny vinné, vody a cukru, pomahá při horečnatém návalu krve k hlavě.

Kysely uhličitan sodnatý. 10 hal.

Slouží k úplnému uvaření zeleniny a masa, zrychluje zažívání a pomáhá proti nepříjemnému objevování se kyselosti žaludeční a proti pálení žáhy a tlaku v žaludku.

Magnesia. 10 hal.

Pomáhá proti pálení žáhy a béře se v dávce na špičku nože na sklenici vody. V podobě masti s olejem olivovým upotřebuje se proti růži v obličeji, na rány a proti bradavicím.

Makový olej. 15 hal.

Slouží k různým účelům, zvláště jako olej na saláty, dále se ho užívá po čajových lžičkách při otravách a pak se vypije několik koflíků mléka. Také se ho dá s prospěchem upotřebiti při popíchání hmyzem. Zpracován s bílkem na mast jest dobrým prostředkem proti popáleninám a vymknutinám, smíšen s lihem salmiakovým slouží jako mazání při katarhu hltanu.

Mast proti všim. 15 hal.

Proti muňkám a všim šatním s úspěchem se užívá šedé masti. Dobrým prostředkem k odstranění muněk jest mimo to krátké ostříhání příslušných chlupů, omýváním horkým octem a olejem rozmarinovým; u vší šatních nutno šaty vystaviti účinku horkých par vodních. Všecky druhy vší se stěhují a není tudíž nikdo jist, že někdy nějakou nesebere.

Melissový líh. 25 hal.

Používá se zevně k natírání hlavy a dutin nosních při nervových bolestech hlavy; při tlučení srdce a návalech krve, při omámení úderem, při mdlobách atd. béře se 10—25 kapek ve sklenici vody.

Migraenové tyčinky. 10 hal.

Obsahují menthol a užívá se jich proti nervovým bolestem hlavy tak, že se jimi potře čelo, spánky a týl.

Mléčný cukr.

Je to mírné projímadlo pro děti

www.scanzen.cz

Mravenčí líh. 10 hal.

Při nervosnim podráždění břicha natírá se jím krajina žaludeční. Slouží dále za mazání při všech rheumatických bolestech.

Myrrhová tinktura. 15 hal.

Používá se při zduření dásní a při vykotlaných zubech v podobě ústní vodičky, která se připraví tak, že se několik kapek tinktury naleje do sklenice vody.

Peprnomátový olej. 15 hal.

Při nadýmání, nervosni nevolnosti a mdlobách užívají se 1—3 kapky na cukr.

Pomáda na rty. 10 hal.

Zamezuje rozpukávání rtů a hojí již rozpukané rty.

Praecipitátová mast. 5 hal.

Osvědčuje se velmi dobře při lišejích a podobných chorobách kožních.

Proskurníkový kořen a slez. 10 hal.

Požívají se při katarhech dychadel a kašli v podobě mírně teplého čaje.

Prsní koření zelené. 15 hal.

Při užívání čaje z tohoto koření osladí se čaj ten cukrem kandysovým a pije se ráno, v poledne a večer. Na $^1/_2$ litru vařící vody vezme se tolik, co se může pojati třemi prsty.

Puškvorcový kořen. 10 hal.

Tento kořen jest silným aromatickým prostředkem, který přidán k pálence, pomahá proti slabosti zaživadel.

Reveňový (rebarborový) **prášek.** 15 hal.

Jest mírné projímadlo.

Ricinový olej 15 hal.

Pro svou nepříjemnou chuť se často nerad užívá, ačkoliv jest dobrým projímadlem, beze všelikých nepříjemných účinků vedlejších.

Ruské rdesno. 30 hal.

V podobě čaje užíván při tuberkulose plicní usnadňuje odkašlávání hlenu. Doporučuje se také vřele při kašlání krve a dušnosti.

Salicylový lůj. 10 hal.

Užívá se ho také proti pocení a opruzeni nohou, proti tak zvanému vlku, proti pocení v podpaží a pocení rukou. Salicylový lůj zamezuje dále opruzování a vznik puchýřů na nohou, chrání před projezděním se, zmirňuje dráždění kůže, opálení sluncem a bolesti při oznobeninách, zmirňuje bolesti při popáleninách a při píchnuti hmyzem.

Salicylový zásyp. 30 hal.

Jest výborným prostředkem proti opruzeninám a proti zapáchajícímu potu nohou. Sype se přímo na nohu nebo do punčoch.

Sassafrasové koření. 15 hal.

Je to prostředek vzbuzující pocení a ženoucí na moč. Osvědčuje se výborně při vyrážkách kožních a skrofulose.

Svatojanský chléb. 5 hal.

Pojídá se při pálení žáhy, ulehčuje také stolici, pročež se doporučuje.

Semeno všivce. 10 hal.

Jest učinným zásypem proti všim lidským.

www.scanzen.cz

Sennesové listy. 10 hal.

Čaj ze sennesových listů má účinek projímavý, nemá se však vařiti příliš silně.

Sůl nebo slaná voda.

Kloktání slanou vodou při zánětech v krku a čípku, páry solné při chraptivosti a slaná voda jako ústní vodička při krvácení z dásní a uvolněných zubech jest již dávno známým domácím prostředkem. Hrst soli rozpuštěná v půl litru vody a na zduřelé koleno (houba kolena) přiložená a vetřená, zhojí zánětlivý výpotek kloubní často rychleji a jistěji nežli tinktura jodová.

Šumící prášky. 10 hal.

Uklidňují a osvěžují při nevolnosti, bolení hlavy, asthmatu. Přimísí-li se v létě k pitné vodě spolu se šťávou malinovou, nahražují šumící limonádu a osvěžují tělo.

Tamarindová šťáva. 30 hal.

Tato šťáva jest výborným, mírně projímavým prostředkem.

Třezalka. 10 hal.

Pije se v podobě čaje při chorobách jater a hlavy; u dětí pomáhá proti močení pod sebe.

Vinný kámen. 15 hal.

Při písčitosti moče a chorobách ledvin, při zánětech očních, katarhu hltanu a nechutenství vezme se dávka jednou až dvakrát na špičku nože, rozpustí se ve vodě a tento roztok pije se ráno a večer.

Voda proti pihám. 25 hal.

Touto nutno se mýti večer a ráno; jest známa jako osvědčený prostředek kosmetický.

Vykuřovací prášek. 10 hal.

K docílení příjemné vůně světnice nasype se něco vykuřovacího prášku na horká kamna.

Zemantonův prášek proti asthmatu. 25 hal.

Sestává ze 30 částí grindelie, 12 částí durmanu, 8 dílů choroše lékařského, 5 dílů máku a 22 dílů ledku. Upotřebuje se při asthmatu, senné rýmě a horečce.

Zinková mast. 15 hal.

Osvědčuje se při čerstvých ranách, ale i při starších, které se nechtějí povléci čerstvou kůží.

Zubní tmel. 25 hal.

Vloží se do teplé vody, až úplně změkne, během té doby se vyčistí vykotlaný zub a pak do něho vtlačí změklý tmel.

Žaludová káva. 20 hal.

Žaludová káva v podobě nálevu jest nejen náhradou obyčejné kávy, nýbrž i výbornou požívatinou pro slabé, křivičnaté a krtičnaté děti. Na jeden koflík vezme se čajová lžička žaludové kávy, připraví se nálev s horkou vodou, nechá se půl hodiny státi a přidá se dle potřeby mléka a cukru.

Poznámka.

I když není každému možno, aby si vše, co tu uvedeno, koupil a pro nahodilé případy měl po ruce, přece se doporučuje, aspoň to nejdůležitější si pořiditi, aby byl po ruce nějaký obranný prostředek pro případy

www.sanzen.cz

náhle se vyskytující. K uschování prostředků těch jest pořiditi si skříň se zásuvkami. Tekutiny v lahvičkách nutno označiti nápisem. Prášky mají se uchovávati v tak zvaných prachovnicích. Byliny mají se uložiti dobře uzavřené v papírových krabicích, aby podržely svou sílu. Kořeny mají se utlouci na prášek. Chemikálie mají se koupiti krystalované.

Doslov.

Ke konci budiž připomenuto, že nejen velké, drahé knihy jsou nemocnému prospěšny, nýbrž že i malá, dobře sestavená knížka, jako toto »Lidové lékařství«, jehož obsah se opírá o skutečné zkušenosti, jest vyzkoušen četnými úspěchy léčebnými a nemocnému jest po ruce jasně srozumitelným výkladem, může prokázati velmi dobré služby. Jak často jde trpící bez povšimnutí mimo rostlinu, netuše, že by mu mohla přinésti úlevu a zhojení. Většině lidí není totiž léčivá moc bylin známa. Z té příčiny budiž poukázáno na přiložený pestrý arch. Ačkoli se děti ve škole učí znáti rostliny a vykládá se jim o nich, přece se o jejich léčivé moci mluví málo nebo nic.

Na archu rostlin jsou také známé jedlé a jedovaté houby vyobrazeny přesně dle přírody. Jedlé houby patří k nejlacinějším potravinám a mají se sbírati při suchém počasí, poněvadž za mokra nasbírané houby rozkládají se během málo hodin.

Při koupi a sbírání hub nutno dbáti toho, že se smí požívati za potravu jen mladé, naprosto zdravé houby, kdežto staré vyrostlé, velmi vodnaté a rozkládající se houby mají se zavrhnouti. Jisté známky, podle které by se jedovaté houby rozeznaly od neškodných, není žádné kromě přesné znalosti jednotlivých druhů. Doporučené prostředky — ponoření stříbrné lžičky, vařiti spolu s cibulí a podobně — jsou jen způsobilé k tomu, aby plodily omyly, a nutno je tudíž zavrh-

www.scanzen.cz

nouti. Důrazně nutno varovati před tím, požívati neznámé druhy hub.

Při otravech houbami nutno především přihlížeti k tomu, aby otrávený dostal prostředek ke zvracení. Nežli se dostaví lékař, jest dobře podávati nemocnému hojně teplého mléka a hojně koňaku. Tedy opatrnosť při požívání hub!

V příčině jedovatých rostlin nutno zvláště majitele dobytka upozorniti na to, že z píce, ať se tato podává ve stavu suchém nebo zeleném, musí býti jedovaté rostliny odstraněny.

Jednotlivé posudky

o knize »Lidové lékařství«, a objednávky, které došly ve velkém počtu, jsou tuto uvedeny:

„Již dávno byl bych objednal tyto knihy, ale byl jsem několik měšíců nemocen a neschopen ke každému povolání. Od minulého roku mám knihu »Lidové lékařství« a pomocí této knihy léčil jsem se sám z nebezpečné nemoci a shledal jsem, že je to dobré dílko. Žádám Vás zdvořile, abyste mi 10 kusů takových knih zaslali. J. V., Marburg (Štýrsko.)

Obracím se k Vám s velkou žádostí, abyste mi laskavě zaslali dobírkou pěknou knihu »Lidové lékařství« s archem rostlin a modelem lidského těla.

E. H. Münster (Horní Elsasy).

Poněvadž bych svému dítěti nějakým domácím prostředkem, vybraným z Vaší knihy, mohl pomoci, žádám, abyste také mně zaslali dobírkou knihu tu s rozkládacím modelem lidského těla.

F. F., Lom (Čechy).

Koupil jsem si knihu »Lidové lékařství«, kterou považuji za velmi účelnou atd.

E. W., Neugersdorf.

Mám k Vám velkou žádosť, budte tak laskav a pošlete mi na dobírku pěknou knihu »Lidové lékařství« a t. d. W. K., Straussfurt.

---

www.scanzen.cz

Poněvadž jsem čtením Vašeho „Lidového lékařství“ se přesvědčil, že knihy té možno v rodině dobře potřebovati, žádám, abyste mi na poštovní dobírku zaslali výtisk zmíněného »Lidového lékařství« s dvěma archy rostlin.

E. B., Ramsdorf u Lucka.

Poněvadž jsem v prosinci 1903. od Vás koupil osvědčené »Lidové lékařství« a koupě ta dopadla k mé spokojenosti, žádám, abyste mi co nejdříve zaslali výtisk této knihy atd.

E. Z., Carlsgrün u Hofu v B.

Prosím, zašlete mi na dobírku Své »Lidové lékařství« s 2 pestrými archy.

A. Sch., Kraslice v Čechách.

Žádal bych Vás zdvořile, abyste mi co možná nejdříve zaslali dobírkou knihu »Lidové lékařství«. Knihu tu jsem viděl a velmi dobře se mi líbila.

D. L., Lipsko-Connewitz.

Sděluji Vám oddaně, že jsme měli velkou radost z knihy, kteron Jste vydali a která učí přírodnímu lékařství, Malá knížka ta jest skutečně předmětem, kterých nemá scházeti v žádné rodině. Rodiny, které knihy té nemají, vydají často sta marek a přes to nenacházejí pomoci atd.

G. H., Holzmühle u Olsnitze.

Vysvětlení k modelu

„Mužské tělo“

(Cena modelu: 60 feniků = 70 hal. = 75 cts., lze objednati u nakladatelství této knihy.)

I.

Cévní soustava.

1. Levá komora srdeční.
2. Pravá komora srdeční.
3. Pravá předsíň s ouškem srdečním.
4. Levé ouško srdeční.
5. Věnčité cévy srdeční.
6. Vzestupná část velké tepny tělesné (aorty).
7. Sestupná větev aorty hrudní.
8. Bránice.
9. Tepna plicní.
10. Horní žíla dutá.
11. Dolní žíla dutá.
12. Tepna bezejmenná (anonyma).
13. Společná krkavice.
14. Tepna podklíčková.
15. Tepna podpažní.
16. Tepna ramenní.
17. Tepna vřetenná.
18. Tepna loketní.
19. Tepna mezikostní.
20. Aorta břišní.
21. Dolní tepny bráničné.
22. Horní tepna střevní nebo okružová.
23. Tepny ledvinné.
24. Vnitřní tepny semenné.
25. Dolní tepna střevní neb okružová.
26. Společné tepny pánevní
27. Tepny stehenné.
28. Hluboká tepna stehenní.
29. Vnitřní tepna pánevní.
30. Tepna stehenná.
31. Žíla bezejmenná (anonyma).
32. Vnitřní žíla hrdelní.
33. Žíla podklíčková.
34. Žíla podpažní.
35. Kožní žíla ramenní.
36. Střední kožní žíla předloktí.
37. Vnitřní kožní žíla předloktí.
38. Zevní kožní žíla předloktí.
39. Žíly jaterní.
40. Žíly ledvinné.
41. Společné žíly pánevní.
42. Vnitřní žíly pánevní.
43. Zevní žíly pánevní.

(Cévy hlavy viz tabulku V.)

II.

Svalová soustava.

1. Sval čelní.

www.scanzen.cz

2. Sval spánkový.
3. Svěrač víček očních.
4. Zvedač horního rtu.
5. Malý sval jařmový.
6. Velký sval jařmový.
7. Sval žvykací.
8. Kruhovitý sval ústní.
9. Snižovač koutku ústn.
10. Čtyřhranný sval brady.
11. Kyvač.
12. Svaly hruďojazylkové.
13. Zvedač žeber.
14. Sval kápový.
15. Velký sval hrudní.
16. Malý sval hrudní.
17. Sval klíčkový.
18. Velký přední sval pilovitý.
19. Zevní šikmý sval břišní.
20. Bílá čára břišní s pupkem.
21. Vnitřní šikmý sval břišní
22. Přímý sval břišní s příčným pruhováním šlachovitým.
23. Vnitřní sval mezižeberní.
24. Sval deltový.
25. Sval havranoramenní.
26. Dvouhlavý sval ramenní.
27. Sval podlopatkový.
28. Vnitřní hlava trojhlavého svalu pažního.
29. Kulatý vnitřní schylovač předloktí.
30. Dlouhý zevní schylovač předloktí.
31. Vnitřní sval vřetenní.
32. Dlouhý sval dlaňový.
33. Ohybač prstů.
34. Svaly břišce palcového.
35. Dlouhý zevní sval vřetenní.
36. Krátký zevní sval vřetenní.
37. Dlouhý odtahovač palce.
38. Natahovač ukazováku.
39. Střední sval hyždový.
40. Napínač široké povázky stehenní.
41. Sval hřebenný.
42. Dlouhý přitahovač stehna.
43. Natahovač bérce.
44. Vnitřní hlava natahovače bérce.
45. Zevní hlava natahovače bérce.
46. Sval krejčovský.
47. Štíhlý sval stehenní.
48. Velký přitahovač stehna.

III.

Kostra ze předu.

1. Kost čelní.
2. Kost temenní.
3. Kost spánková.
4. Kostěná očnice.
5. Kost jařmová.
6. Kost nosní.
7. Horní čelist.
8. Kostěná dutina nosní.
9. Zuby.

10. Sánice.
11. Pátý obratel krční.
12. Šestý obratel krční.
13. Sedmý obratel krční.
14. Prvý obratel hrudní.
15. Kliček.
16. Rukojeť kosti hrudní.
17. Tělo kosti hrudní.
18. Mečovitý výčněl kosti hradní.
19. Lopatka.
20. Havranovitý výčněl lopatky.
21. Kloubní hlavička kosti ramenní.
22. Kost ramenní.
23. Kladka její.
24. Kost vřetenní.
25. Kost loketní.
26. Kosti kořene ruky.
27. Kosti středu ruky.
28. Články prstů.
29. Prvé žebro
30. Druhé „
31. Třetí „
32. Čtvrté „
33. Páté „
34. Šesté „
35. Sedmé „
36. Osmé „
37. Deváté „

pravá žebra

38. Desáté žebro
39. Jedenácté „
40. Dvanácté „

nepravá žebra

41. Dvanáctý obratel hrudní.
42. Prvý obratel bederní
43. Druhý „ „
44. Třetí obratel bederní
45. Čtvrtý „ „
46. Pátý „ „
47. Kost křížová.
48. Kost kostrční.
49. Kost kyčelní.
50. Hřeben kosti kyčelní.
51. Otvor ucpaný.
52. Kost stydká.
53. Kost sedací.
54. Hlavička kosti stehenní.
55. Krček kosti stehenní.
56. Velký hrbol kosti stehenní.
57. Malý hrbol kosti stehenní.
58. Kost stehenní.

IV.

Nervová soustava.

1. Nerv čelní.
2. Nerv spánkový.
3. Nerv jařmolicní.
4. Nerv lícní se svými větvemi.
5. Nervy brady.
6. Nervy nosní.
7. Nervy rtů.
8. Pleteň nervů krčních.
9. Pleteň nervů ramenních.
10. Střední nerv ramenní.
11. Nerv loketní.
12. Nerv vřetenní.
13. Vnitřní kožní nerv ramene.
14. Střední kožní nerv ramene.
15. Zevní kožní nerv ram.

www.scanzen.cz

16. Mícha.
17. Nervy mezižeberní.
18. Hraniční provazec sympatických nervů.
19. Břišní čili sluneční pleteň sympatických nervů.
20. Pánevní pleteň sympatických nervů.
21. Nervy bederní.
22. Nervy stehenní.
23. Nervy křížové.
24. Hluboké nervy stehenní.
25. Kožní nervy stehna.

V.

Vnitřnosti

(a cévy hlavy).

1. Zevní tepna čelistní.
2. Povrchní tepna spánková.
3. Žíly obličejové.
4. Žíly čelní.
5. Žíly spánkové.
6. Hrtan.
7. Průdušnice.
8. Žláza štítná.
9. Pravá plíce.
10. Levá plíce.
11. Cévy uvnitř plic.
12. Průdušky se svými větvemi.
13. Vnitřek hrtanu.
14. Vyříznutá průdušnice.
15. Pravá průduška.
16. Levá průduška.
17. Zadní plocha pravé plíce.
18. Zadní plocha levé plíce.
19. Pravá komora srdeční.
20. Levá komora srdeční.
21. Pravá předsíň.
22. Vnitřek pravé komory srdeční.
23. Vnitřek levé komory srdeční.
24. Vnitřek pravé předsíně.
25. Levé ouško srdeční.
26. Horní žíla dutá.
27. Pravá žíla bezejmenná.
28. Levá žíla bezejmenná.
29. Aorta.
30. Tepna plicní.
31. Zadní plocha srdce.
32. Játra ze předu.
33. Játra nařiznutá.
34. Játra ze zadu.
35. Žlučník.
36. Jícen.
37. Přední plocha žaludku.
38. Žaludek nařiznutý.
39. Zadní plocha žaludku.
40. Slinivka břišní, přední plocha.
41. Slezina.
42. Zadní plocha slinivky břišní s vývodem.
43. Dvanáctník.
44. Kličky tenkého střeva.
45. Slepé střevo s výběžkem červíkovitým.
46. Vzestupná část tlustého střeva.
47. Příčná část tlustého střeva.
48. Sestupná část tlustého střeva.

49. Konečník.
50. Měchýř močový.
51. Měchýř močový prořiznutý.
52. Měchýř močový ze zadu.
53. Pravá ledvina.
54. Pravá ledvina nařiznutá s cévami ledvinnými.
55. Levá ledvina.
56. Levá ledvina nařiznutá, ukazující pyramidy ledvinné a pánev ledvinnou.
57. Močovod.
58. Pravá žíla ledvinná.
59. Levá žíla ledvinná.
60. Aorta břišní.
61. Pravá nadledvinka.
62. Levá nadledvinka.
63. Sval bederní.
64. Bránice.
65. Vnitřní sval kyčelní.
66. Příčný sval břišní.

www.scanzen.cz

Vysvětlení k modelu

„Ženské tělo.“

(Cena modelu: 60 feniků = 70 hal. = 75 cts., lze objednati u nakladatelství této knihy).

I.

Krycí obraz.

1. Velký mozek.
2. Malý mozek.
3. Trámec mozkový.
4. Prodloužená mícha.
5. Hrtan.
6. Průdušnice.
7. Jícen.
8. Plíce.
9. Cévy plicní.
10. Oblouk hlavní tepny (aorty).
11. Hlavní tepna (aorta).
12. Hlavní provazec nervů sympathických.
13. Jícnová větev nervů útrobních.
14. Játra.
15. Žlučník.
16. Žaludek.
17. Slezina.
18. Ledvina.
19. Tlusté střevo.
20. Sestupná část tlustého střeva.
21. S-ovité ohbí tlustého střeva.
22. Kličky tenkého střeva.
23. Děloha.
24. Vaječník.
25. Vejcovod.
26. Měchýř močový.
27. Vnitřek žlázy prsní s lalůčky a mlékovody.

II.

Kostra ze předu.

1. Kost čelní.
2. Kost temenní.
3. Kost spánková.
4. Kost nosní.
5. Kostěná očnice.
6. Dutina nosní.
7. Kost jařmová.
8. Horní čelist.
9. Zuby.
10. Sánice.
11. Pátý obratel krční.
12. Šestý obratel krční.
13. Sedmý obratel krční.
14. Prvý obratel hrudní.
15. Klíček.
16. Rukojeť kosti hrudní.
17. Tělo kosti hrudní.
18. Mečovitý výčněl kosti hrudní.
19. Lopatka.
20. Havranovitý výčněl lopatky.

21. Kloubní hlavička.
22. Kost ramenní.
23. Kladka její.
24. Kost vřetenní.
25. Kost loketní.
26. Kosti kořene ruky.
27. Kosti středu ruky.
28. Články prstů.
29. Prvé žebro
30. Druhé „
31. Třetí „
32. Čtvrté „ } pravá
33. Páté „ } žebra
34. Šesté „
35. Sedmé „
36 Osmé „
37. Deváté „
38. Desáté „ } nepravá
39. Jedenácté „ } žebra
40. Dvanácté „ }
41. Dvanáctý obratel hrudní
42. Prvý obratel bederní.
43. Druhý „ „
44. Třetí „ „
45. Čtvrtý „ „
46. Pátý „ „
47. Kost křížová.
48. Kost kostrční.
49. Kost kyčelní.
50. Hřeben kosti kyčelní.
51. Otvor ucpaný.
52. Kost stydká.
53. Kost sedací.
54. Hlavička kosti stehenní
55. Krček kosti „
56. Velký hrbol kosti „
57. Malý hrbol kosti „
58. Kost stehenní

III.

Cévní soustava.

1. Zevní tepna čelistní.
2. Povrchní tepna spánková.
3. Žíly obličejové.
4. Žíly čelní.
5. Žíly spánkové.
6. Levá komora srdeční.
7. Pravá komora srdeční.
8. Pravá předsíň s ouškem srdečním.
9. Levé ouško srdeční.
10. Věnčité tepny srdeční.
11. Vzestupná část velké tepny tělesné (aorty).
12. Sestupná větev aorty hrudní.
13. Bránice.
14. Tepna plicní.
15. Horní žíla dutá.
16. Dolní žíla dutá.
17. Tepna bezejmenná.
18. Společná krkavice.
19. Tepna podkličková.
20. Tepna podpažní.
21. Tepna ramenní.
22. Tepna vřetenná.
23. Tepna loketní.
24. Tepna mezikostní.
25. Aorta břišní.
26. Dolní tepny bráničné.
27. Horní tepna střevní.
28. Tepny ledvinné.
29. Vnitřní tepny semenné.
30. Dolní tepna střevní neb okružová.
31. Společná tepna pánevní.

www.e-zen.cz

32. Tepny stehenné.
33. Hluboká tepna stehenní
34. Vnitřní tepna pánevní.
35. Tepna stehenní.
36. Žíla bezejmenná.
37. Vnitřní žíla hrdelní.
38. Žíla podkličková.
39. Žíla podpažní.
40. Hlavní žíla ramenní.
41. Střední kožní žíla předlokti.
42. Vnitřní kožní žíla předlokti.
43. Zevní kožní žíla předl.
44. Žíly jaterní.
45. Žíly ledvinné.
46. Společné žíly pánevní.
47. Vnitřní žíly pánevní.
48. Zevní žíly pánevní.

IV.

Nervová soustava.

1. Nerv čelní.
2. Nerv spánkový.
3. Nerv jařmolícní.
4. Nerv lícní se svými větvemi.
5. Nervy brady.
6. Nervy nosní.
7. Nervy rtů.
8. Pleteň nervů krčních.
9. Pleteň nervů ramenních
10. Střední nerv ramenní.
11. Nerv loketní.
12. Nerv vřetenní.
13. Vnitřní kožní nerv ramene.
14. Střední kožní nerv ram.
15. Zevní kožní nerv ramene.
16. Mícha.
17. Nervy mezižeberní.
18. Hraniční provazec.
19. Břišní čili sluneční pleteň sympathických nervů.
20. Pánevní pleteň sympathických nervů.
21. Nervy bederní.
22. Nervy stehenní.
23. Nervy křížové.
24. Hluboké nervy stehenní
25. Kožní nervy stehna.

V.

Svalová soustava, vnitřnosti a těhotná děloha.

1. Sval čelní.
2. Sval spánkový.
3. Svěrač víček očních.
4. Zvedač horního rtu.
5. Malý sval jařmový.
6. Velký sval jařmový.
7. Sval žvýkací.
8. Kruhovitý sval ústní.
9. Snižovač koutku ústn.
10. Čtyřhranný sval brady.
11. Velký kožní sval krční.
12. Kyvač.
13. Svaly hruďojazylkové.
14. Jícen.
15. Zvedač žeber (odříznutý.)
16. Nejhlubší vrstva svalů krčních.

17. Sval kápový.
18. Velký sval hrudní.
19. Malý sval hrudní.
20. Sval klíčkový.
21. Velký přední sval pilovitý.
22. Zevní šikmý sval břišní.
23. Bílá čára břišní s pupkem
24. Vnitřní šikmý sval břišní.
25. Přímý sval břišní s příčným pruhováním šlachovitým.
26. Vnitřní sval mezižeberní
27. Sval hrudní.
28. Bránice (odříznutá).
29. Příčný sval břišní.
30. Pateř bederní.
31. Vnitřní sval kyčelní.
32. Sval deltový.
33. Sval havranoramenní.
34. Dvouhlavý sval ramen.
35. Sval podlopatkový.
36. Vnitřní hlava trojhlavého svalu ramenního.
37. Kulatý vnitřní schylovač předlokti.
38. Dlouhý zevní schylovač
39. Vnitřní sval vřetenní.
40. Dlouhý sval dlaňový.
41. Ohybač prstů.
42. Svaly břišce palcového.
43. Dlouhý zevní sval vřetenní.
44. Krátký zevní sval vřetenní.
45. Dlouhý odtahovač palce
46. Natahovač ukazováku.
47. Střední sval hyžďový.
48. Napínač široké povázky stehenní.
49. Sval hřebenný.
50. Dlouhý přitahovač stehna.
51. Velký přitahovač stehna.
52. Sval poševní.
53. Zevní hlava natahovače bércového.
54. Natahovač bérce.
55. Vnitřní hlava natahovače bércového.

Vnitřní orgány, po případě vnitřnosti.

56. Pravá komora srdeční.
57. Aorta.
58. Levá komora srdeční.
59. Hrtan.
60. Žláza štítná.
61. Průdušnice.
62. Pravá plíce.
63. Levá plíce.
64. Játra ze předu.
65. Játra prořízntutá.
66. Zadní plocha jater.
67. Žlučník.
68. Žaludek ze předu.
69. Žaludek naříznutý.
70. Žaludek ze zadu.
71. Slinivka břišní.
72. Dvanáctník.
73. Slezina.
74. Děloha.
75. Vejcovod.

www.scanzen.cz

76. Vaječník.
77. Tuba děložní.
78. Široké vazy děložní.
79. Kulaté vazy děložní.
80. Přední plocha těhotné dělohy.
81. Dutina děložní.
82. Dítě v děloze v poloze hlavičkou.
83. Pupečník.
84. Zadní plocha dělohy s cévami.

Seznam.

Strana.

Aloë, prostředek čistící žaludek a střeva . . 13
Angelika (andělika), proti zahlenování . . . 15
Anglická náplast, při ranách řezných . . . 147
Anýz, proti nadýmání 16
Anýzový olej, rozpouštějící hlen 147
Anýzové semeno, čistící ledviny 147
Arnika, proti obrně mozkové 17
Arnikový květ 147
Aromatické lázně bylinné 80
Aron, při chorobách žaludečních a prsních . . 18
Asthma 22, 90, 155, 156, 157

Baldryán (kozlík) při chorobách nervových . . 19
Baldryánové kapky, při bolestech žaludečních . 147
Bedrníková tinktura, proti chraptivosti . . 147
Bez, krev čistící 19
Bez nízký, při městnání krve v břiše . . . 19
Bezu nízkého kořen, proti vodnatelnosti . . 147
Bílkoviny 76
Bílý tok 22, 27, 58, 62, 151
Blánitý zánět mandlí 35, 91
Blatouch, proti žloutence 20
Bledníčka 24, 37, 58
Bobkové listy 148
Bobkový olej, k mazání 148
Bolení břicha 91
Bolení hlavy . . . 22, 37, 42, 48, 92, 109 148
Bolení hlavy nervové . . . 92, 109, 149, 153

www.scanzen.cz

Strana.

Bolení v krku 148
Bolesti v kříži 93
Borovicový éter 148
Borůvkové listy, při úplavici cukrové . . . 20
Borůvky, proti průjmům 20
Bradavice 29, 93, 153
Brillantina 148
Březový dehet 148
Břicha zduření 61

Citronová kyselina krystalická, při návalech krve 152
Citronová šťáva, podporující zažívání . . . 148
Cukr tlučený, při duševním rozčilení . . . 149
Cukrová úplavice 20

Čekanka, při odměšování žluče. 20
Červené ruce 144
Červené skvrny v obličeji 142
Červi 43
Čmýra 61
„ silná 26, 27, 32, 36,
„ zaražená . . . 20, 33, 41,43, 61, 62
Čpavek (salmiak) k mytí po poraněních . . 149

Dásně uvolněné 154
„ zánět 131
„ hliza 96
Dech zapáchající 31, 134
„ „ , pastilky proti němu . . . 113
Dělohy výhřez 59
Děložní choroby 20, 147
Děti, zvracení 69

Strana.

Děti, křivice jich 73
„ , močení pod sebe u nich 69
„ , opruzení 68
„ , spaní poledni 74
„ , umělá výživa jich 66
„ , výživa jich 74
„ , vřídkovitý zánět sliznice ústní . . . 69
Dětské nemoci 65
Difterie 70
Divizna, při katarhu 21
Domácí lékárna 147
Doslov 159
Dna 25, 39, 94
Dnavá bolest rheumatická 118
Dřevěný olej bílý, jako mazání 149
Dubová kůra svírající 21
Dýchání správné 88

Epilepsie 32, 95
Ekzem stroupkovitý 95

Fenykl, proti křečím 22
Fialky, proti kašli zádušnému 22
Francovka, k mazání 149

Hadem ušknutí 127
Haemorrhoidy 38, 95
Hermannovo koření, projímající a krev čistící . 23
Heřmánek, při křečích v břiše a nadýmání . . 23
Hluchá kopřiva, proti bílému toku 27
Hmyzu píchnutí 117, 153
„ „ , zabránění jemu 130
Hoffmannské kapky, proti bolení hlavy . . . 149

www.scanzen.cz

Strana.

Houby 159
Houser 98
Horečka 25
Horečka omladnic 56
Horečnatá onemocnění 97
Horkost 37
Hořcový kořen, podporující trávení . . . 149
Hořec, při slabosti svalové a žaludečních nemocech 24
Hořká sůl, při zácpě 149
Hořký jetel, při slabosti zažívadel . . . 24
Hrtanu katarh 31, 100
„ zánět 131
Hřebíčkový olej, proti bolení zubů . . . 150
Hučení v ušich 98
Hysterie 42

Cholera 98
Cholerina 98
Chorobné stavy nervů a svalů 46
Chraptivost 30, 99, 147, 156
Chrpa, po zánětu plic 24
Chřipka 33, 99

Influenza 33, 99
Islandský lišejnik, hlen rozpouštějící . . . 150

Jahody, krev čistící 25
Jalovec, proti žaludečním chorobám . . . 25
Jater ztvrdnutí 134
Jaterní choroby 36
Ječné zrno 140
Jelení lůj 150

Strana.

Jídla způsob 87
Jitrocel 26
Jmelí, krev stavící 26
Jodové lázně 81

Kafrový líh, při zvracení a jako mazání . . 150
Kakaové máslo, proti rozpukané kůži . . . 150
Kamenec práškovaný, při zánětech v krku . . 150
Kaménky 43, 99
Kapavka 100
Karbolová kyselina, proti hnilobě a bolení zubů . 151
Karbolové mýdlo, proti nákaze 151
Karlovarská sůl, projímadlo 151
Kašel . . . 29, 30, 33, 34, 41, 42, 152, 154
Kašel zádušný 22, 70
Katarh žaludeční a střevní 74
Kinogummová tinktura, proti bílému toku . . 151
Kmín polní, pot vzbuzující 26
Kminový olej, proti nadýmání a větrům . . 151
Kojenci, křičení jich 66
Kojení, zastavení jeho 57
Kokoška, krev stavící 27
Kolika 101
Kolínský balsám proti dně, jako mazání . . 152
Koniklec, proti vředům 27
Kopřiva hluchá, proti bílému toku . . . 27
Kopřiva žahavá malá, krev čistící 28
Kopřivka 101
Kostival, proti kašli 29
Košile 84
Kožní svědění prudké 51

www.scanzen.cz

Strana.

Kožní vyrážky . . . 22, 30, 39, 148, 154
Kožní ztluštěniny 143
Krční a ušní choroby 40
Krční choroby . . . 22, 38, 40, 42, 148
Krk tlustý 124
Krkání 24, 44, 152
Krku bolení 148
Krotonový olej, proti bolení v kříži . . . 152
Krev čistící prostředky 23, 25, 28
Krve kašlání 21, 27, 103, 114 155
„ městnání 19, 21, 41, 43, 61
„ močení 108
„ nával ke hlavě 152
„ tvoření 43
Krušinová kůra, projímadlo 29
Krvácení 48
„ stavení 121
„ u těhotných 48
„ z nosu 103
„ z plic 103
Krystalovaná kyselina vinná, při návalech krve 152
Křeče v lýtkách 101
Křeče různé 48
Křečovitá čmýra 102
Křičení kojenců 66
Křivice 73
Kurellův prášek prsní, mírnící kašel . . . 152
Kuří oka 104
Kůže a vlasy 142
Kůže do hněda opálená 142
Kůže, mycí voda pro drsnou kůži . . . 142

Strana.

Kyselý uhličitan sodnatý, proti pálení žáhy . 152
Kyselý vinan draselnatý, při chorobách ledvin 156

Lašťovičník, proti bradavicím 29
Lázně, častější omývání celého těla . . . 85
Lázně přirozené a umělé 80
Léčiva 89
„ povšechné o nich 89
Léčivé byliny různé 29
Ledvin čistění 147
Ledvinné choroby 105
Límec na krk 84
Lípový květ, při nevolnosti 29
Lišeje 105
Lišejník Islandský 150
Lněné semeno, proti kašli a chraptivosti . . 30
Louhové lázně 81
Lupy 107
Lýtková křeč 107

Maceška, proti vyrážkám kožním 30
Magnesia, proti pálení žáhy 153
Mák, mírnící bolesti 30
Mákový olej, při otravách 153
Mandle zduřelé 108
Mast na vši, proti všim šatním a muňkám . . 153
Máta peprná 31
Mazání 148, 149, 150, 152, 153
Mdloby 48, 147, 149, 153, 154
Medvědice, proti močení pod sebe . . . 31
Melancholie 42
Mellissový líh, k natírání 153

www.scanzen.cz

Strana.

Měchýře močového katarh 101
„ „ křeč 102
Měsíčky 61
„ silné 26, 27, 32, 36
„ zaražené . . . 21, 33, 41, 43, 61, 62
Migraenová tyčinka, proti bolení hlavy . . 153
Mléčné lázně 81
Mléčné strupy 122
Mléčný cukr, projímadlo 153
Močení bezděčné 50
„ bezděčné u těhotných 50
„ častější nucení na moč 50
„ pod sebe u dětí 69
„ těžké 51
Močové a žlučové kamenky 99
Model mužského těla 163
„ ženského těla 168
Mochna husí, tišící bolesti 32
„ nátržník, proti úplavici cukrové atd. . 32
Moučnice 68
Mravenčí líh, při rheumatických bolestech . . 154
Muňky 153
Mýdlové lázně 82
Myrrhová tinktura, ústní vodička 154
Mžitky před očima 48

Nadýmání . . . 16, 23, 24, 39, 41, 151, 154
Nákazy 148, 149
Náplast anglická při řezných ranách . . . 147
Nápoje pro nemocné horečkou 108
Nastuzení 108
Netřesk, proti zánětu mandlí 32

Strana.

Nervosa 109
Nervová slabost, prostředky proti ní . . 19, 117
Nervové bolesti hlavy 109
Nervové choroby 19, 46
Nespavost 109
Nevolnost 29, 147, 149, 154
Noční pocení 110
Noční tlučení srdce 111
Nohy bolavé 136
„ otevřené, strhané žíly 60
„ studené 123
Nosní dutiny 86

Obličejové skvrny žlutohnědé 142
„ vyrážky 128
Obrny 40
Obtížné močení 111
„ prořezávání zubů 68
Obuv 83
Oči, bolesti 139
„, cizí tělesa z nich odstraňovati . . . 139
„, ječné zrno 140
„, mžitky před nimi 48
„, poruchy různé 141
„, sžzení a pálení 140
„, šilhání 141
„, uhřáté 139
Oční choroby 138
„ spojivky zánět 140
„ zánět 138
„ „ novorozenců 138
Oděv 83

www.scanzen.cz

Strana.

Oděv svrchní 84
Ochrnutí mozku 17, 147
Olej peprnomátový 154
Omývání celého těla 85
Omrzlé údy 111
Onemocnění horečnatá 97
„ ženských prsů 57
Opruzení 150
„ dětí 68
Ořechové listy, při skrofulose 33
Otřesení mozku 147
Otrava 113
Otrubové lázně 81
Otužování 85
Ovesný čaj, při katarhu hrtanu 33
Oznobeniny 40, 111, 150

Padoucnice 32, 95
Pampelišky kořen, ke čmýře 33
Pastilky proti zapáchajícímu dechu . . . 113
Péče o nemocné 90
Pelyněk 34
Perioda (čmýra) 61
„ silná 26, 27, 32, 36
„ zaražená . . . 21, 33, 41, 43, 61, 62
Pěstění těla 83
Pichání po straně 113
Písčitosť ledvin 156
Piva těžká 87
Plic zahlenování 150, 155
„ zánět 132
Plicní choroby 26, 29, 34

Strana.

Plicní souchotiny 132
Plicník, při chorobách plicních 34
Pocení nohou 83, 114
Podběl 34
Podvazky 84
Podvrtnutí 115
Pohrudnice zánět 132
Pokoj nemocného 90
Pokrývka hlavy 85
Polední spánek dětí 74
Pomáda na rty rozpukané 154
Popáleniny 115
Porod snadný 61
Posudky některé o »lidovém lékařství« . . . 161
Potraviny 76
Potraviny, příliš málo jich 87
Poznámka 157
Pravidla o oděvu a pěstění těla 83
Praecipitátová mast, proti lišejům 154
Projímadla 13, 23, 29, 39, 149, 151, 153, 154, 155, 156
Proskurník, proti kolice a úplavici 35
Proskurníkový kořen, při katarhu prsním a kašli . 154
Prostředky počišťující žaludek . 13, 25, 29, 34, 37
Prsní bradavky 51
„ čaj zelený 36, 154
„ choroby 18, 34, 36, 38, 154
„ prášek Kurellův 152
Průjmy 20, 22, 30, 32, 35, 118
„ u těhotných 49
Přeslička, při krvácení 36
Přímětník proti chorobám jaterním . . . 36

www.scanzen.cz

Strana.

Psem pokousání 149
Ptačinec proti horkosti 37
Pupava, proti chorobám žaludečním . . . 37
Puškvorcový kořen, žaludeční prostředek . 37, 154

Ranná horečka 96
Rány otevřené 112
Rašelinné lázně 82
Reveňový prášek, projímadlo 154
Rheumatická bolest dnavá 118
Rheumatismus 119
Ricinový olej, projímadlo 155
Roupi a škrkavky 120
„ „ „ u dětí 69
Rozpukané ruce 143
Rozrazil, proti chorobám prsním 38
Ruce červené 144
„ potící se 144
„ rozpukané 143
Ruské rdesno 155
Růže obličeje 120
Rýma 120

Řebříček, proti chorobám plicním 38
Řešetlák 39
Řezné rány 147

Salicylový lůj, proti pocení nohou a opruzení . 155
Salicylový zásyp, proti pocení nohou . . . 155
Sassafrasové koření, proti vyrážkám kožním . 155
Semeno všivce, zásyp 155
Sennesové listy, projímadlo 39, 156
Senný katarh 157

Strana.

Senný květ, proti zánětu v krku 40
Sirové lázně 82
Skrofulosa 121
Skvrny červené v obličeji 142
„ žlutohnědé v obličeji 142
Slabost 21
Slabost zažívadel . . . 24, 37, 147, 148, 154
Sladové lázně 81
Slepého střeva zánět 133
Slez, při chorobách ústních a krčních . . . 40
Slinotok 121
Snadný porod 61
Spála 72
Spalničky 72
Spodní kabát 84
Spojivky oční zánět 140
Sporýš, při zahlenovaní 41
Stísněnost hrudi 121
Strhané žíly, otevřené nohy 136
„ „ u žen 60
Strupy na hlavě 122
Střevní choroby 122
Studené nohy 123
Sůl, slaná voda, ústní vodička 156
Svatojánský chléb, proti pálení žáhy . . . 155
Světlík, při chorobách očních 41
Svrab 123
Syrovátkové lázně 81

Šafrán, při chorobách břišních 41
Šalvěj, proti bolení v krku a kašli 42
Šátek na krk 85

www.scanzen.cz

Strana.

Šeřík, ženoucí na pot 42
Šestinedělí 55
Šilhání 141
Šípky, proti chorobám ledvinným 43
Škrkavky 69
Škubání 48
Šněrovačka 84
Šumící prášky, při bolení hlavy 156

Tamarindová šťáva, projímadlo 156
Tasemnice 124
Temnění světlých vlasů, proti tomu . . . 145
Těhotenství 45
Těžká piva 87
Tlučení srdce 111, 153
Tlustý krk 124
Tok bílý 22, 27, 58, 62, 151
Trhání v údech 47
Třezalka 43, 156
Třislové lázně 22, 82
Tuky 78
Tyfus 125

Uhličitan sodnatý kyselý, proti pálení žáhy . . 152
Uhlohydráty 78
Uhry 125
Uleknutí 149
Uřícení 126
Ušní choroby 126
Údy omrzlé 111
Úpal sluneční 125
Úplavice 125

Strana.

Úplavice cukrová 20
Uštknutí hadem 127
Úvod 11
Úzká prsa 34, 90

Velké břicho 61
Větry zaražené 151
Vinné lázně 82
Vlasů odstraňování radikální 145
Vlasy, proti temnění světlých 145
„ proti vypadávání jich 144
Vnitřní slabost 21
Voda 78
Vodička proti pihám 156
Vodnatelnost 50, 147
Vratička proti červům 43
Vředy 24, 27, 32, 35, 112, 148
„ ústní 35
Vřídkovitý zánět sliznice ústní 69
Vstřikování 30, 35
Vši šatní 153
Výhřez dělohy 59
Vykuřovací prášek, vonný 157
Vymknutiny 115
Vypadávání vlasů, proti tomu 144
Vyplachování úst 86
Vypočítání porodu 52
Vyrážky na hlavě dětí 69
„ v obličeji 128
Výživa dětí 74
„ „ umělá 66
Vzrůst vlasů, podporování jeho 146

www.scanzen.cz

Strana.

Zácpa 128
Zahlenování žaludku 128
Záchvaty závrati 129
Zakuckání 129
Zánět bránice 130
„ mozku 131
„ pohrudnice 132
Zápach z úst 86
Zapáchající dech 134
„ „ , pastilky proti tomu . . . 113
Zažívání 149
Zduření mandlí 108
„ žil u žen 49
Zduřeniny vodnatelné 50
Zemantonův prášek proti asthma 157
Zeměžluč, při chorobách břišních 44
Zinková mast, při čerstvých ranách . . . 157
Zubní bolesti . . . 40, 47, 92, 150, 151, 152
„ píštěl 114
„ tmel, proti vykotlaným zubům . . . 157
Zubů prořezávání těžké u dětí 68
Zuby vykotlané 92, 157
Zvracení 49, 69

Žáhy pálení 113
Žaludeční choroby 18, 24, 37, 151
„ katarh 134
„ křeč 135
„ kyselost 24, 44, 152
„ obtíže 135
„ rakovina 21
„ slabost 135

Strana.

Žaludeční vřed 136
Žaludová káva, proti křivici 157
Železité lázně 80
Ženské choroby 45
Žil duření 49
Žíly strhané 136
„ „ u žen 60
Živné soli 79
Žízeň, proti ní 118
Žlázy 136
Žlázy prsní, onemocnění jich 57
Žloutenka 137
Žlučové choroby 20, 36
Žlučové kaménky 99

www.scanzen.cz

www.scanzen.cz

K laskavému povšímnutí!

Tato kniha jakož i následovně odporučené a jiné knihy vydané kdekoliv jinde lze rychle a beze zvýšení cen dostati u firmy:

Nakladatelství „URANOS“ ve Fuerth, Bavory.

Sebeochrana a pohlavní zdravověda.

Svědomité a prospěšné předpisy při všech nemocech pohlavních, poučení o pohlavní dospělosti, lásce a manželství i o následcích onanie, pohlavních výstředností a nákaz. S dodatkem o prostituci a mnoha novými vyobrazeními. Napsal N. Batista, upravil a náležitě doplnil Dr. L. Svoboda. Nevyhnutelná kniha pro každého. Cena knihy v pěkné celoplátěné vazbě 2 K 20 h, poštou franko o 35 h více.

Škola milenců.

Spolehlivý radce, provázející každého milujícího od prvých počátků milostných citů všemi záchvěvy lásky až k přístavu manželskému. Dílo je psáno otevřeně ale s taktem. Může býti dáno k četbě každému bez výjimky. Cena knihy, ozdobně nádh. barvotisk. obálkou K 1·20, poštou franko o 25 h více, když obnos předem zaslán bude.

Škola manželů.

Nebude nešťastných manželství, nebude rozvodů, nebude nevěrných mužů ani žen, uskuteční-li se pravdy, které obsahuje tento spis. Z obsahu vyjímáme:

www.scanzen.cz

Libánky. — Brzké nebo pozdní dítě? — První léta manželství. — Poměr manželů k sobě. — Mračna na manželském nebi. — Spolužití duší. — Otázka hospodářská. — Lhostejné spolužití. — Neplodnost — Domácí přítel. — Staré závazky. — Nevěra. — Druhá láska. — Rozvod. — Žena odkvétající. Dílo elegantně vypravené, se skvostnou titulní illustrací, v něžném provedení, stojí pouze 1 K 50 h, poštou franko o 35 h více, když obnos předem zaslán bude.

Pohlavní nemoci mužů, jich vznik, předejití a přirozená léčba. Přeložil MUC. Jan Vodička.

Dle spisu tohoto každý sám a bez vydajů se vyléčí. Jediný toho druhu spis v české literatuře. Svým poučným obsahem a morálním naziráním na život hodí se spis tento i pro zdravé, hlavně pro rodiče, učitele a vychovatele. Cena 3 K 20 h, v zalepené obálce o 20 h více.

Samohana (onanie) a její následky.

Napsal N. Batista, doplnil a upravil Dr. L. Svoboda. Tento spisek by neměl v žádné rodině scházeti. Obsahuje rady rodičům, kterak mají střežiti své dítky a svěřence. Léčení nemocí onanií zavině-ných (pollucí, nemohoucnosti a j.) Cena tohoto důležitého spisu pouze 70 hal., poštou franko o 10 hal. více.

Žena, její krása a život pohlavní.

Dle názorů vynikajících lékařů staré i nové doby sestavil Dr. K. Malý. Smnoha novými vyobrazeními. Vše, co dívka i žena věděti má, obsahuje zajímavý tento spisek. Z obsahu vyjímáme: Krása těla. — Jak ji zvýšiti a zachovati. — Prostředky kosmetické. — Život pohlavní. — Žena v manželství. — Manželská zdravověda. — Ženské choroby a jich léčení. — Cena této velmi poučné a zajímavé knihy v pěkné celoplátěné vazbě 2 K 50 h. poštou o 30 h více, bude-li obnos předem zaslán.

Nakladatelství a zasílatelství knih „Uranos", Fuerth, Bavory.

Pohlavní zdravověda muže i ženy v manželství.

Sestavil na základě mnoholeté zkušenosti Dr. Bohuslav Horák. Nevstupujte v manželství, dokud jste nenabyli jasného názoru o svých povinnostech a dokud jste nebyli vhodně poučeni o manželské zdravovědě. Mnoho dobrých rad a pokynů naleznete v této poučné knize. Cena její v pěkné trvanlivé celoplátěné vazbě 2 K 20 h, poštou franko o 30 h více.

Návod ku získání a zachování krásy.

Kniha lékařkých rad, zdravotních a krasovědných pokynů a sbírka osvědčených předpisů ku získání, zachování a zvýšení krásy i půvabu lidského těla. Napsal Dr. L. Svoboda. Všem, kdo trpí nemocemi a vadami kožními, pihami, uhry, skvrnami, vypadáváním vlasů, vousů, špatným chrupem a jinými vadami a nedostatky tělesného zdraví a krásy, jest nepostrádatelným tento spis. Cena v celoplátěné vazbě 1 K 60 h, poštou franko o 15 h více.

Neplodnost.

Podrobné vylíčení příčin a následků neplodnosti u muže a ženy vzhledem k životu rodinnému. S illustracemi. Spisovatel dává pokyny, jak lze neplodnosti předejíti a, postřehla-li už některé manžely, jak si mají tyto vésti, aby lékaři úkol jeho usnadnili. Ku konci knihy pojednává spisovatel o domněnkách a názorech badatelů různých věků o příčinách různosti pohlaví a jeho předurčení. Otázka tato jest velmi zajímavá a poučná. Cena v celoplátěné vazbě 2 K 20 h, poštou franko o 30 h více, bude-li obnos předem zaslán.

Důkladné léčení průtrží čili pojednání o průtržích, či výklopech s udáním nového neklamného léku, jímž dukladně se vyléčí, čímž zbytečnými stávají se všechny bandáže. S dodatkem o nadýmání, zácpě a zlaté žíle. Cena 1 K 20 h, poštou o 10 h více.

www.canzen.cz

Kuří oko.

Jak povstává, jak se ho varovati a jak je odstraňovati. Sepsal Dr. Břet. Zahradníček. — Cena 40 h, poštou o 10 h více.

Tajemník lásky a dvorný společník.

Vzory k dopisům milostným, jakož i navedeni pro mladé lidi, jak se mají chovati ve společnosti, zvláště chtějí-li si získati lásku dívky; návod pro mladé dívky, jek lze zalíbiti se a získati dobrého a věrného manžela; hry společenské, květomluva, drobné verše atd., atd. Sestavil Jaroslav Květenský. II. rozmnožené vydání (256 stran). Cena pěkné této knížky pouze 1 K, poštou o 15 h více.

Dopisovatel rodinný i obchodní a domácí advokát.

Nejnovější sbírka poučeni a příkladů ku sepisování dopisů soukromých i rodinných, obchodních a živnostních, jakož i listin jednacích a právních. Spolu rádce o věcech poštovních, železničních, kolkovních a peněžních. Obsahuje na 500 stran mnoho tisíc příkladů, dále vzory listin jednacích, žádostí, ohlášeni, žaloby, smlouvy, nabídky, četné příklady ofert služebních, poučeni o směnkách atd. Cena velice obsáhle knihy v celoplátěné vazbě pouze 4 K, poštou o 60 h více.

Novinářský slovník slov cizojazyčných.

Spolu oprávce slov cizích, v češtině dosud špatně užívaných, jež vyskytují se v knihách, listech denních i v obecném hovoru ze všech odvětví života, věd i umění. Cena pěkné této knihy v celoplátěné vazbě pouze 3 K, poštou o 30 h více.

Moderní salonní kouzelnictví.

Za 24 hodin zázračným čarodějem stane se každý, kdo si opatří a pročte interessantní tento spis. Hojná sbírka uměleckých kousků z oboru salonní

Nakladatelství a zasílatelství knih „Uranos", Fuerth, Bavory.

eskamotáže, břichomluvectví, čtení myšlének, různé pokusy z fysiky, mechaniky, arithmetiky a společenské hry pro umělce z povolání, diletanty a pro spolkové zábavy. Se 122 illustracemi. Sestavil na základě dlouholetých zkušeností Viktor Ponrepo. Cena velice zajímavé knihy v celoplátěné vazbě 3 K 50 h, poštou o 20 h více.

Snář, planetář a 1000letý kalendář

s 200letým výkladem snů, poučení o hře v loterii, stálou kabalou, znakem štěstí, chiromantii atd. atd. Se 600 obrázky čili 1000 znázorněnimi. Storchův největší obrázkový egyptsko-perský a chaldejský snář. Cena v pevné vazbě 2 K 60 h, poštou franko o 35 h více.

Česká domácí kuchařka a vzorná hospodyňka.

Nejnovější, největší a nejpraktičtější kuchařská kniha. Obsahuje na 480 stránek přes 1600 receptů. Hojná sbírka pouze vyzkoušených předpisů jednoduchých i nákladných pokrmů masitých, postních, zelinných i moučných, obvyklých v českých domácnostech. Jemné pečivo a cukrářství, zavařování, nakládání a konservováni ovoce i zelenin. Dle mnoholeté zkušenosti napsala Majolena Rytychová. Cena velmi obsáhlé knihy v celoplátěné vazbě 3 K 20 h, v důkladné vazbě s koženým hřbetem 3 K 60 h, poštou franko o 35 h více.

Všeobecný gratulant český.

Největší sbírka původních přání ku všem příležitostem, pro každý stav a stáří. Uhrném obsahuje kniha 865 přání, kterýmžto počtem nižádná stávající sbírka se vykázati nemůže. Cena této obsáhlé 588 stran zaujímající knihy ve vkusné původní vazbě 2 K 60 h, poštou franko o 35 h více, kdo obnos předem zašle.

www.scanzen.cz

OBJEDNÁVKA KNIH!

Jako tiskopis zasilá se frankovaně 3 h, 5 ct. v neuzavřené obálce. Připojí-li se známky poštovní, nutno zaslati jako psaní a frankovati jako psaní.

Zde odděliti.

P. P.

Objednávka.

Nakladelství a zasílatelství hnih „Uranos“
Fuerth v Bavořích, Gabelsbergerstrasse 3.

Podepsaný (á) objednává tímto	Cena	
výtisk		
„		
„		
„		
„		
„		

Obnos jde zároveň poštovní poukázkou (vyplniti v markách a fenikách).
Obnos vložen v poštovních známkách.
Obos vybeřte si dobírkou, včetně výloh 60 h, 65 ct.
(Nežádoucí račte škrtnouti).

Jméno: .....

Místo a země: .....

Ulice a číslo domu: .....

Poslední pošta: .....

Datum: .....

Žádá se o přesnou a zřetelnou adresu.

NB. Menší obnosy vyprošujeme si vždy poštovní poukázkou nebo v poštovních známkách. Poštovní známky a bankovky všech zemí přijímají se za plat.

Přepočítání: 1 Marka = K. 1.18 = fr. 1.25 = rubl. 0.50.
1 koruna = 85 fen. 1 fr. = 81 fen. 1 rubl. = 2 M.

www.scanzen.cz

www.scanzen.cz

www.scanzen.cz

Gift-Pilze.

Falscher Eierschwamm.

Knollenblätter-schwamm

Fliegenpilz

Grüner Täubling

Gift-Reizker

Hexenpilz

Dickfuss

Hörnling

Hartbovist

Schwefelkopf

Speiteufel

Satanspilz

Essbare Pilze.

Mousseron

Reizker

Eierschwamm

Champignon

www.scan-archiv.de

Steinpilz

Gelber Hahnenkamm

Butterpilz

Parasolpilz

Brätling

Speise-Lorchel

Ziegenlippe

Halimasch

Birkenpilz

Eierbovist

Rothautpilz

Herbstmousseron

Sandpilz

Stockschwamm

Kahler Krämpling

Stoppelpilz

Kuhpilz

Morchel

www.scan.cz

Verlag von Edmund

Fetthenne (1)

Liebstöckel (2)

Eiche (3)
Dub

Misteltee (4)
Jmelí bílé.

Safran (5)
Šafrán

Taubnessel (6)
Hluchavka.

Lein (7)
Len.

Mauerpfeffer (8)

Hundsrose (9)
Šípek

Kalmus (10)
Puškvorec

Königskerze (11)

Quecke (12)

(13)
Schafgarbe
Řebříček.

www.scan.cz

(14) Fieberklee

(15) Heide (Erika)
Řeřicha

(16) Linde
Lípa

(17) Wacholder
Jalovcová jahůdka

(18) Lebensbaum

(19) Süssholz
Sladké dřevo.

Veilchen (20)
Fialka

(21) Löwenzahn

Tormentill (22)

Kornblume (23)
Chrpa.

Petersilie (24)
Petržel

Erdbeere (25)
Jahodenčí.

www.scan.cz

Ramsdorf, Weixdorf b. Dresden.

(26) Augentrost

(27) Spitzwegerich
Jitrocel

(28) Lungenkraut
Plicník

(29) Rosmarin
Rosmarina

(30) Melisse

(31) Arnika
Arnika

(32) Wasserminze

(33) Fenchel

(34) Enzian
Encián

(35) Zinnkraut

(36) Hirschzunge

(37) Baldriantee

(38) Tausend-Güldenkraut

(39) Waldmeister

(40) Quendel
Mateřídouška

(41) Aloe
Aloe

(42) Wermuttee
Pelyněk

(43) Eibisch

www.scanzen.cz

Fingerkraut (44)

Preisselbeerkraut (45)
Brusinka

Kreuzkraut (46)

Huflattich (47)
Podběl

Ehrenpreis (48)
Rozrezsil

Ingwer (49)
zázvor

Kamille (50)
Heřmánek

Maiglöckchen (51)
Konvalinka

Salbei (52)

Faulbaum (53)

Johanniskraut (54)
Třezalka

Mohnblume (55)
Planý mák

Nachdruck verboten.

Gesetzlich geschützt.

www.soczen.cz