

ΦΟΙΒΟΣ

ΕΠΙΜΗΝΙΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΗ

ΠΕΡΙ

ΤΗΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΙΕΙΑΣ

ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΡΟΧΕΙΡΟΥ
ΟΙΚΙΑΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΕΝ ΕΛΛΕΙΓΜΕΙ ΙΑΤΡΟΥ

ΥΠΟ

ΙΩΑΝΝΟΥ Π. ΠΥΡΡΑ

Ἑτησία συνδρομή φράγκx 3. Διὰ τὸ ἐξωτερικὸν 3,50 Προπληρωτέα

ΕΤΟΣ 1888.—Ἐν Ἀθήναις τῇ 1 Φεβρουαρίου 1888.—Ἀριθ. 3

Α'. ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΙΕΙΑ

Περὶ ψύχους ὑγιεινῶς.

Τὸ μερικὸν ψυχρὸς, ἐὰν συνυπάρχῃ μεθ' ὑγρασίας, καθίσταται ἐπικισθητότερον καὶ πολὺ ἐπιβλαβὲς τῇ υγείᾳ· ἐπιφέρει ρευματισμούς, νευραλγίας, καταρροάς, ἅπερ καθίστανται ἐνίοτε χρόνια.

Διὰ τοῦτο οἱ πατοῦντες ἐπὶ μαρμάρων καὶ ἄλλων λίθων, ἅπερ φύσει διατηροῦσιν ὑγρασίαν καὶ ψυχραν, ὑφίστανται περίψυξιν εἰς τοὺς πόδας, ἐξ ἧς ἡ κυκλοφορία γίνεται βραδυτέρα, τὸ αἷμα συσσωρεύεται ἐν τῇ κεφαλῇ, εἰς δὲ τὰς γυναῖκας ἐν τῇ μήτρᾳ, ἐκ δὲ τούτων ἐπιγίγνονται κεφαλαλγία, καταρροὴ (κόρυζα) μετὰ πυρετώδους καταστάσεως. Γίνεται συμφόρησις μήτρας καὶ ἐνίοτε αἱμορραγία. Ἐν γένει γίνονται βλάβαι κατὰ τὰς προδιαθέσεις τοῦ σώματος· εἰς μὲν τοὺς διατεθειμένους ἐκ κεφαλαλγίας γίνεται κεφαλαλγία· εἰς τοὺς καταρροϊκοὺς, καταρροὺς· εἰς τοὺς νευρικοὺς νευρικὴ ταραχή· εἰς τοὺς διατεθειμένους εἰς αἱμορραγίαν αἱμορραγία· εἰς τὰς γυναῖκας μήτρορραγία, ἢ ἐπίσχεσις ἐμμήνων.

Τῆς ἀρχικῆς αἰτίας τῶν ἐπιγιννομένων βλαβῶν τούτων ἐκ τῆς προσβολῆς τοῦ ψύχους μετὰ τῆς ὑγρασίας οὕσης τῆς ἐπίσχεσεως τῆς ἀδήλου διαπνοῆς τοῦ παθόντος μέρους, ἐπεται ὅτι

ἡ θεραπεία συνίσταται εἰς τὴν ἐπαναφορὰν τῆς ἐπισχεθείσης ἀδήλου διαπνοῆς. Χρῶ λοιπὸν πρὸς θεραπείαν, ποδόλουτρον ἀπλοῦν ἢ μετὰ σπόρων συνάπewς, πόσιν ποτῶν ἰδρωτικῶν, ἐξ ἀνθέων ἀκτῆς, φιλύρας κλπ. Ἐὰν δὲ ἡ μητρορραγία, ὠφελεῖ ἡ ἀνάπαυσις, ἡ πόσις ψυχρῆς λεμονάδας καὶ ἄλλα αἰμοστατικά, ἅπερ ὁ ἱατρὸς διορίζει. Ποίει ἐντριβὰς δι' ἀμμωνιούχου ἁλοφθῆς ἢ μᾶλλον διὰ τοῦ Ὁδυνοφάτου. Δικτῆρει δὲ ὅλον τὸ σῶμα θερμὸν διὰ θερμαντικῶν ἐνδυμάτων.

Τὸ ψυχρὸς ὠφέλιμὸν ἐστὶν ὡς ἀναισθητικὸν κατὰ τῶν ἀλγυδόνων καὶ ὡς αἰμοστατικὸν ὑπαρχούσης αἰμορραγίας, ἐκ τραύματος προερχομένης· ἀλλὰ δὲν πρέπει νὰ τίθεται τὸ ψυχρὸν ἐπὶ τῶν πασχόντων μερῶν ἀλλὰ πέριξ. — Ὁφέλιμὸν ἐστὶν ἐπιτιθέμενον ἐπὶ τῶν ἀρτιφανῶν φλογώσεων· ἐὰν δὲ ἐπιτιθέμενον ποιῇ τὴν σάρκα μελανήν, οὐχὶ μόνον δὲν ὠφελεῖ ἀλλὰ καὶ βλάπτει· ὠφελεῖ καταχεόμενον πολὺ ψυχρὸν ὕδωρ ἐν ὥρᾳ θερούς κατὰ τοῦ τετάνου μὴ τραυματικοῦ, διότι μετὰ τὴν ψύξιν ἐπανερχεται ἡ θερμότης, ἥτις καθ' Ἱπποκράτην διαλύει τὴν νόσον. Κατὰ τὸν αὐτὸν εἶνε ἐπιβλαβὲς χρώμενον κατὰ τῶν νόσων τῶν ὀστέων, τῶν ὀξέων νόσων, κατὰ νευραλγίας, παραλυσίας νευρῶν, κατὰ παθήσεων τοῦ νωτιαίου μυελοῦ.

Ἡ ἐπίθεσις τοῦ ψυχροῦ ἐπὶ τῶν ἐλκῶν βλάπτει· διότι περισκληρύνει τὸ πέριξ αὐτῶν δέρμα καὶ τότε ἐπιφέρει ὀδύνην. Κατ' Ἀριστοτέλη ἐμποδίζει τὴν πύωσιν τῶν φλεγμονῶν καὶ ὑγιάζει τὰς, ἐν ᾧ ἡ θερμότης, ὠριμάζει καὶ πέπτει τὰς.

Τὰ ψυχρά, οἷον χιών, κρύσταλλος, κλπ. ἐπιβλαβῆ εἰσὶν εἰς τὰς παθήσεις τοῦ στήθους· διότι ἐπιφέρουσι βήχας, αἰμορραγίας κλπ. Ἱπποκρ. Αφ. (Ε. 16).

Τὸ ψυχρὸς καθίσταται δυσφόρητον, ὅταν ὁ οὐρανὸς εἶνε αἶθριος καὶ πνέῃ ἄνεμος. Ὅταν δὲ ᾖ αἶθριος καὶ νηνεμία αὖξεται μὲν καὶ ψυχρότερον γίνεται, εἶνε δὲ ἀνεκτότερον.

Τὸ αὐτὸ ψυχρὸς ἐπὶ ὑψηλοτάτων ὁρέων διπλασίαν αἰσθησὶν ἐπιφέρει.

Ὁ ψυχρὸς ἀνὴρ εἰσπνεόμενος, οὐ παρέχει φλόγωσιν τοῦ πνεύμονος. Αὕτη γίνεται ὅταν ψυχρὸς ἄνεμος προσβάλῃ τὸ δέρμα τοπικῶς, περιψύχει αὐτὸ καὶ καταργεῖ τὴν ἀδήλου διαπνοήν. Ἐκ τῆς διακοπῆς τῆς ἀδήλου διαπνοῆς γίνονται αἱ νόσοι.

Ἐυφρονότεροι γίνονται ἐν τῷ ψύχει οἱ ἀναρρώωνόντες. Οἱ πόδες ῥιγοῦσι περισσότερον ἐὰν ᾖσιν ἀνυψωμένοι. Ῥιγοῦσιν ἐν

χειμῶνι οἱ τρέχοντες, ὡσάντως μετὰ ἐμετόν, καὶ οἱ ὀργιζόμενοι καὶ οἱ σφόδρα παχεῖς ῥιγοῦσι. Φρίττουσιν οἱ πταρέντες καὶ οἱ οὐρήσαντες, δύσριγοι εἰσὶν οἱ ἀθληταί.

Ἡ αἰφνιδία μετάβασις τοῦ θερμοῦ καιροῦ εἰς ψυχρὸν ἐπιφέρει βλάβας καὶ εἰς τοὺς ὑγιεῖς καὶ εἰς τοὺς νοσοῦντας, διότι ἡ αἰσθησις γίνεται μείζων· καὶ ἂν τυχόν τὸ σῶμα μὴ ἦ καλῶς προφυλαγμένον ὑφίσταται βλάβας, καταρροάς, βήχας, διάρροιας, κλπ.

Οἱ δὲ νοσοῦντες ὑπὸ χρονίων νόσων καὶ πρὸς τὴν τελευταίαν περίοδον ὄντες, ἐὰν περιψυχθῶσιν αἰφνης ἀποθνήσκουσι· τοιοῦτο συμβαίνει εἰς τὰ νοσοκομεῖα. Τὸ αὐτὸ γίνεται καὶ εἰς τοὺς γέροντας· διὰ τοῦτο παρ' ἡμῶν θεωρεῖται ἡ ἐποχὴ τῆς πτώσεως τῶν φύλλων τῶν δένδρων ὡς ἡ μᾶλλον θανατηφόρος. (ὅρα Φοτβὸν ἔτος Α'. σελ. 189· ἔτος Β'. 48). Διότι τότε γίνονται αἰφνιδίαι μεταβολαὶ ἀτμοσφαιρικαί.

Β'. ΥΓΙΕΙΝΗ ΕΚΑΣΤΩ.

Περὶ τοῦ τρόπου τοῦ συμπεριφερόμενου (συνέχεια).

Οἱ γονεῖς μετὰ μεγάλου ζήλου φροντίζουν πρὸς τὴν ἐκπαίδευσιν τῶν τε ἀρρένων καὶ τῶν θηλέων τέκνων· δαπανῶσιν ἀδρῶς ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον ἐκ τοῦ στερήματός των, ὅπως διδάχθῶσι τὰ τέκνα τῶν εἴτε ἐν δημοσίοις σχολείοις, εἴτε ἐν ἰδίοις ἐκπαιδευτηρίοις. Ἐπὶ τέλους ἐξέρχονται τελειώσαντα τὰς σπουδὰς των. Τότε εἰσέρχονται εἰς τὴν κοινωνικὴν βίον καὶ ἀρχοῦνται σχετιζέσθαι μετὰ οἰκείων καὶ φίλων. Φύσει ὁ νέος, κατὰ τὸ μᾶλλον καὶ ἥττον καταχεόμενος ὑπὸ φιλαυτίας, νομίζει ὅτι γνωρίζει περισσότερα τῶν ἄλλων οἰκείων καὶ φίλων καὶ προγενεστέρων καὶ δυσανασχετεῖ ἢ ἀναγνωρίζει ὑπεροχὴν ἄλλου.

Τὸ αἷτιον τούτων εἶνε· διότι οἱ σπουδάζοντες ἐν ταῖς σχολείοις δὲν διδάσκονται τὰ ῥητὰ αὐτῶν. Δὲν διδάσκονται τὰ χρέη καὶ καθήκοντα, ἅπερ οφείλουσι νὰ γνωρίζωσι καὶ νὰ ἐφαρμόζωσιν ἐνώπιον τῶν ἄλλων. Οὐδέποτε ἐν τῷ σχολείῳ ἐδιδάχθησαν οὐτε τὰ πρὸς χαιρετισμὸν καθήκοντα· ἐξέρχεται τοῦ σχολείου ὁ νέος ἡ ἡ νεανὶς καὶ ὁ πρῶτος δισταγμὸς εἶνε τὸ πῶς πρέπει νὰ χαιρετᾷ καὶ τί νὰ λέγῃ πρὸς χαιρετισμὸν. Ἀκούει ὅτι χαιρετίζουν λέγοντες ἀντίο Σας· καὶ ὡς ψιττακὸς χαιρετᾷ

λέγων **ἀντίο**. χωρίς ποτέ νὰ ἐρωτήσῃ ἑαυτὸν, τί σημαίνει **ἀντίο**; εἶνε λέξεις ἑλληνικῆς; ὄχι· καὶ διὰ τί νὰ μὴ προφέρωμεν ἑλληνικὴν λέξιν; ἀφ' οὗ ἐκ τῆς ἑλληνικῆς οἱ εὐρωπαῖοι ἤδη ἀρνοῦνται λέξεις;

Ἀντίο Σας λέγει μικρὸν κοράσιον ἢ παιδίον κηπουροῦ ἢ γεωργοῦ εἰσερχόμενον εἰς οἰκίαν εὐπρεπῆ. **Ἀντίο Σας** λέγει ὁ ὁδοσκουπιστής. **Ἀντίο Σας** λέγει ἡ χωρικὴ καὶ ὁ χωρικός πρὸς πάντα μέχρι τοῦ ἀρχιερέως, μέχρι τοῦ πρωθυπουργοῦ καὶ παντὸς σπουδαίου καὶ ἀξιωματικοῦ καὶ παντὸς πρεσβυτέρου καὶ σεβαστοῦ. **Ἀντίο Σας** λέγει καὶ ὁ ἔμπορος καὶ ὁ βιομήχανος καὶ φεῦ! καὶ ὁ διδάσκαλος καὶ ὁ καθηγητής κλπ.

Καὶ διατί αὕτη ἡ ἀκατάληπτος καὶ ἀνόητος λέξις πρὸς χαιρετισμόν; διατί ἐπικρατεῖ τοῖς πᾶσι τὸ καταχθόνιον πνεῦμα τῆς ἰσότητος, ἥτις εἶνε ἀσυμβίβαστος πρὸς τὴν φύσιν, διότι ἐν τῇ φύσει ἰσότης δὲν ὑπάρχει· τὸ μικρότερον ὑπέκεινται εἰς τὸ μεγαλύτερον, τὸ βαρύτερον ἀποδιώκει ἐκ τῆς θέσεώς του τὸ ἐλαφρότερον καὶ κατέχει τὴν θέσιν, οὔτε δύο ἐντελῶς πράγματα ὑπάρχουσιν ἴσα ἐν τῇ φύσει.

Ὁ χαιρετισμὸς πρέπει νὰ γίνῃται κατὰ καθήκον, τί δὲ ἐστὶ καθήκον; τοῦτο διδάσκει ἡ ἠθικὴ φιλοσοφία, τὴν ὁποίαν ἔπρεπε νὰ διδάσκωνται εἰς τὰ κυριώτερα ἐκπαιδευτήρια.

Ἡ καθήκον ἐστὶν ὑποχρέωσις ἠθικῶς ἐπιβαλλομένη παρὰ τῆς κοινωνίας, καθ' ἣν ἕκαστος ὀφείλει νὰ τιμᾷ, νὰ σέβηται, καὶ νὰ ὑπέκχη εἰς τοὺς ἄλλους ἀναλόγως τῇ ἡλικίᾳ, τῇ παιδείᾳ, τῷ ἀξιώματι, τῇ κοινωνικῇ θέσει κλπ. Κατὰ ταῦτα πρέπει νὰ γίνῃται καὶ ὁ χαιρετισμός.

Ὅταν παιδίον χαιρετᾷ ἀνώτερον κατὰ τὴν ἡλικίαν καὶ κοινωνικὴν θέσιν, ὀφείλει νὰ προσφωνῇ μετὰ σεβασμοῦ προσκυνῶ. Ὅταν ἐξέρχεται καὶ ἀποχαιρετᾷ νὰ λέγῃ τὸ δοῦλος ἢ προσκυνῶ Σας.

Ὅταν ἀνώτερος χαιρετᾷ κατὰ ἡλικίαν καὶ κοινωνικὴν θέσιν λέγει χαῖρε· ὁ δὲ ἀντιφωνεῖ, προσκυνῶ Σας.

Τὸ χαιρετᾷ ὑπάρχει καὶ παρὰ τοῖς χωρικοῖς τῆς Ἀρκαδίας, ὅταν προσέρχεται τις εἰς γεφυματίζοντα λέγει χαιρεσθε, οἱ δὲ ἀντιφωνοῦσι τὸ ὀρίστε, κοπιᾶστε, πάντα προσφωῶς λέγοντες.

Ὅταν συνηλικιωθῇ καὶ σχετικοὶ πρὸς ἀλλήλους χαιρετίζονται ὁ εἰς λέγει τὸ χαῖρε, κοινωτέρα φράσις εἶνε τὸ ὑγίαινε (γιά Σου), ὁ δὲ τὸ ἀντίχαιρε ἢ τὸ καλῶς ὤρισες, φίλε, ἀγαπητέ, κτλ.

Καλόν ἐστὶ ἐν τῷ χαιρετίζειν ἐκφωνεῖν καὶ περιποιητικὸν ὄνο-

μα, κατὰ τὸ προσήκον καὶ ἀρμόδιον. Ἐξαιρετος χαιρετισμὸς εἶνε ὁ τῶν χωρικῶν, ἐν οἷς ὁ εἰς εἰσερχόμενος λέγει τὸ ἡγά χαρὰ τῆς ἀρετιᾶς Σας ἦτοι, ὑγίεια καὶ γὰρ ὑμῖν· ἀναχωρῶν δὲ λέγει· ἔχετε ἡγίαιαν καὶ χαράν· διότι αὕτη εἶναι πολυτίμος, διότι οὐδὲν πολυτιμότερον τῆς ὑγείας καὶ χαρᾶς.

Ὅταν μικρότερος πρὸς ἀνώτερον καθ' ἡλικίαν, κοινωνικὴν θέσιν κλπ. χαιρετίζει, ὀφείλει χαιρετίζων λέγειν προσκυνῶ Σας ἢ δοῦλος Σας· ὁ δὲ ἀντιφωνεῖν καλῶς ὀρίσατε, ἀγαπητέ μου φίλε.

Ὅταν ἰσοβάθμιοι ἀδιακρίτως τῇ ἡλικίᾳ τύχῳσιν, ἀμφότεροι χαιρετῶσιν ἀμοιβαίως λέγοντες, χαιρετε, καὶ ἐν τῷ ἀποχαιρετισμῷ διὰ τοῦ αὐτοῦ τρόπου ἀποχαιρετῶνται.

Ἡ χειραψία εἶνε παναρχαιοτάτη καὶ ὑποδεικνύει σύνδεσμον ἀγάπης.

Αἱ χεῖρες δὲν δίδονται εἰς τοὺς ἀγνώστους καὶ εἰς κυρίας παρ' ὅταν γνωρισθῶσιν.

Ἔθος τοῦ νεωτέρου πολιτισμοῦ, τὸ ὅποτον διατηρεῖται ἀπὸ τῆς ἐποχῆς τῶν Ἱπποτῶν, εἶναι τὸ σφόδρα περιποιεῖσθαι τὰς κυρίας μετὰ πάσης ὑποχωρήσεως καὶ ὑποκλίσεως· διὰ τοῦτο ἐνῷ ἡ κυρία προσφωνεῖ τὸ προσκυνῶ Σας, ὁ ὑποδεχόμενος ἢ ἡ ὑποδεχόμενη ἀντιφωνεῖ ὡσαύτως τὸ προσκυνῶ.

Πάντοτε ὁ χαιρετισμὸς πρέπει νὰ γίνῃται μετὰ φιλικροῦ προσώπου καὶ χαριέντως· οὐδέποτε σκυθρωπῶς· πρὸς τοῦτο ἀπαιτεῖται γυμνασις, ἵνα διατηρῇται τὸ πρόσωπον φιλικρόν καὶ χαριέν, τοῦτο οὐ μόνον τοὺς ἄλλους εὐχαριστεῖ ἀλλὰ καὶ πρὸς ὑγίαιαν συντελεῖ.

»Φαιδρότης προσώπου, γαλήνη ψυχῆς

»Χαρίεις ἔσο, ἄρθρον γὰρ ὑγείας»

Ὁ χαιρετισμὸς, ἐὰν γίνῃ παρ' ἀξίαν καὶ ἀναρμοδίως, εἶναι ὕβρις· ὡσαύτως καὶ ὅταν ἀντιχαιρετίζῃ τις, ἐὰν ἀναρμοδίως προσφωνῇ εἶνε περιφρόνησις καὶ ἑλλειψὶς ἀγωγῆς.

Ἐὰν καθ' ὁδὸν συναντᾷς ἀνώτερόν Σου, καὶ μάλιστα ἀρχιερέα ἢ Ἱερέα, ἢ ὑπουργόν κτλ. καὶ πάντα ἀνώτερον ὀφείλεις νὰ βραδυπορήσῃς ὀλίγον καὶ χαιρετίσῃς προσηκόντως καὶ ὑποχωρήσῃς.

Σὺν τούτοις παρακολουθεῖ καὶ ἄλλη συμπεριφορὰ. Ὅταν τις εἰσερχεται ἐν τῇ οἰκίᾳ καὶ ἦναι περιωπῆς ἀνωτέρας ἢ καὶ ἴσης

ὀφείλεις νὰ ἐξέλθῃς ἐκ τοῦ θαλάμου καὶ μέχρι τῆς κλίμακος καὶ προὔπκνῃς τούτου· ταῦτὸ ποίησον καὶ ὅταν ἀπέρχῃται.

Εἰς δὲ τοὺς κατωτέρους ὥσαύτως ἡ περιποίησις ἔστω εὐπρεπὴς καὶ περιποιητικὴ,

Ἐν τῷ καθέζεσθαι μετὰ τὸν χαιρετισμὸν δίδε τὴν προσήκουσαν θέσιν ἐκάστῳ. Ὅφείλει δὲ ὁ περιποιούμενος νὰ δεχθῇ τὴν θέσιν ἄνευ ἀντιλογίας διότι εἶναι ἔκφρασις τιμῆς.

Ἐν τῷ χαιρετᾶν πρέπει νὰ γίνῃται ὑπόκλισις ἐκφραστικὴ σεβασμοῦ καὶ ὑπολήψεως.

Αἱ μῆτερες ὀφείλουσι μικρόθεν νὰ συνηθίζωσι τὰ τέκνα τῶν νὰ ἀσπάζονται τὴν χεῖρα τῶν γονέων καὶ ὅταν ἐξέρχονται τῆς οἰκίας καὶ ὅταν εἰσέρχονται. Νὰ ἀσπάζονται τὴν χεῖρα τῶν προσερχομένων σεβαστῶν γερόντων, διότι οὕτως ἐνσπείρεται τὸ καθῆκον καὶ ὁ σεβασμὸς πρὸς τοὺς ἀνωτέρους.

Νὰ μὴ ἀποτείνωνται εἰς τοὺς ἀνωτέρους μετὰ ἐνικτοῦ ὀνόματος.

Μία τῶν περιποιήσεων μεταξὺ τῶν εἰσερχομένων καὶ ἐξερχομένων εἶνε καὶ τὸ ποιεῖν προτίμησιν ἀλλήλοις περὶ τοῦ τίς πρῶτος νὰ προηγηθῇ. Ἐκ τούτου ἐνίοτε συμβαίνει χρονοτριβὴ ὅχι εὐχάριστος. Τοῦτο προέρχεται ἐξ ἀγνοίας τῆς προτιμήσεως, ἥτις πρέπει νὰ γίνῃται πάντοτε παρὰ τοῦ μικρότερου καθ' ἡλικίαν καὶ κοινωνικὴν θέσιν. Ἰδίως δὲ ὅταν ξένος εἰσέρχεται εἰς οἰκίαν πρέπει ὁ οἰκοδεσπότης, ἡ οἰκοδεσποινα, πρῶτος νὰ εἰσέρχεται καὶ νὰ προπορεύηται, ἵνα διαθέτῃ τὴν ὑποδοχὴν. Ὅταν ὁμοῦ ἐξέρχονται πρέπει νὰ ἐξέρχεται πρῶτος ὁ ξενιζόμενος· ἵνα ἔχῃ καιρὸν ὁ οἰκεῖος εἰπεῖν τι χρήσιμον τῇ οἰκίᾳ. Τὴν τάξιν ταύτην διετήρουν καὶ ἐπὶ Ὀμήρου.

Υφίσταται ἀπορία ὅταν καθ' ὁδὸν συναντῶνται δύο γνωστοὶ φίλοι, τίς πρῶτος ὀφείλει νὰ χαιρετίσῃ. Τὸ καθῆκον ἐστὶν ὁ μικρότερος καθ' ἡλικίαν καὶ κοινωνικὴν θέσιν νὰ χαιρετίσῃ τὸν ἀνώτερον, ὁ δὲ ἀνώτερος ὀφείλει ν' ἀντιχαιρετίσῃ προσηκῶς. Εὐγενέστερον δὲ εἶνε τὸ χαιρετίσῃ πρῶτος πάντα φίλον γνῶριμον καὶ πάσης ἡλικίας καὶ τάξεως.

Γ'. ΠΡΟΧΕΙΡΟΣ ΑΝΑΤΟΜΙΑ ΚΑΙ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ

Περὶ τριχῶν.

Αἱ τοῦ ἀνθρώπου τρίχες εἰσὶ καὶ συμπάγεςται καὶ μᾶλλον διαρκέστεραι τῆς ἐπιδερμίδος καὶ τῶν ὀνύχων. Ἀντέχουσι πολὺ εἰς τὴν σῆψιν, ὡς τὰ ὀστά καὶ οἱ ὀδόντες. Αἱ πρὸ χιλιάδων ἐτῶν μούμιαι τῶν Αἰγυπτίων ἔχουσι τὰς τρίχας διατηρουμένας καλῶς· ἀλλ' ἄγνωστον ἂν τοῦτο προέρχεται φυσικῶς ἢ ἐκ τοῦ ταριχεύματος. Τὸ χρῶμα τῶν τριχῶν ἀποτελεῖται καὶ ἐκ χυμικοῦ μίγματος σιδήρου καὶ θείου. Ἡ ὑπεροχὴ ἐνδὸς τούτων ἀποτελεῖ τὸ χρῶμα τῶν τριχῶν· εἰς τὰς ξανθὰς πλεονάζει τὸ θεῖον, εἰς τὰς μαύρας ὁ σίδηρος. Χυμικῶς ἐξεταζόμεναι διαφέρουσι τῶν ὀνύχων καὶ τῆς ἐπιδερμίδος καθ' ὅσον ἐμπεριέχουσι πολὺ θεῖον· ἐνῶ ἡ ἐπιδερμὶς καὶ οἱ ὀνυχες ἔχουσιν ὀλίγον. Τούτου ἕνεκεν ἐὰν εἰς τὰς τρίχας ἐφάπτηται σκευασία τις ἐξ ὑδραργύρου, μόλυβδου, βισμούθιου κλπ. μελανίζουσι, διότι ἡ ἔνωσις τῶν ὑλῶν τούτων μετὰ τοῦ θείου παράγει μέλαν· ἡ ἐπαφὴ τῆς ἐπιδερμίδος καὶ τῶν ὀνύχων μετὰ τῶν ῥηθεισῶν ὑλῶν οὐδὲν παράγει, διότι ἡ ποσότης τοῦ θείου εἶνε μικρά.

Αἱ τρίχες ἐν τῷ βράζοντι ὕδατι παρέχουσι μικρὸν ποσὸν ὕλης ζωϊκῆς, τὸ ὕδωρ τοῦτο ἡρεμὸν μένον σῆπεται. Ἐὰν τρίχες βράσωσιν ἐν τῷ λέβητι τοῦ Παπίνου, ἢ τοι ὑπὸ μεγίστην θερμότητα, διαλύονται εἰς βλενωδὴ ὕλην, καὶ εἰς χρωματιστὴν ἰδίαν ὕλην, ἥτις εἰς τὰς μελαίνας εἶνε μαύρη, εἰς δὲ τὰς ξανθὰς εἶνε ἐρυθρά.

Τὸ θερμὸν οἰνόπνευμα ἐξάγει λίπος λευκὸν καὶ στερεόν, τὸ ὁποῖον ἀποχωρίζεται ὅταν τὸ οἰνόπνευμα ψυχρανθῇ. Οἱ ἐργαζόμενοι τὸν χαλκὸν καὶ ἰδίως οἱ ἐξορύττοντες τοῦτον ἔχουσι τὰς τρίχας χλωροχρούς, διότι ἐμπεριέχουσι χαλκόν. Ἐκτὸς τῶν ῥηθέντων συστατικῶν αἱ τρίχες τοῦ ἀνθρώπου ἔχουσι καὶ χάλικα καὶ μαγγανέσιον καὶ ἀλλὰ καὶ λιπαρὰς ὕλας.

Αἱ τρίχες μικροσκοπικῶς θεωρούμεναι συνίστανται ἐκ νημάτων δύο ἢ τριῶν προσκεκολλημένων ἀλλήλοις καὶ αποτελούντων σχῆμα πεπιεσμένου κυλίνδρου αὐλακώδους· ἐνίοτε εἰς τὸν σχῆμα πεπιεσμένου κυλίνδρου αὐλακώδους τὰ νήματα ἀπ' ἀλλήλων τῆς τριχὸς φαίνονται διεσχισμένα τὰ νήματα ἀπ' ἀλλήλων· ἐὰν θρῖξ κοπῇ παρέχει σχῆμα νεφροῦ ἢ φασολίου.

Ρίζα τριχὸς λέγεται τὸ μέρος αὐτῆς, τὸ εὐρισκόμενον ἐντὸς

τοῦ δέρματος, τὸ ὁποῖον εἶνε μαλακὸν καὶ κατὰ τι διαφανές· περικαλύπτεται δὲ ἐκ θυλακίου, συνεχομένου ἐκ τῆς ἐπιδερμίδος, ἐνθα ἡ θριξὶς τρέφεται· τὸ μέρος τοῦτο καλεῖται βολβὸς τῆς τριχός. Ὁ βολβὸς οὗτος διαφέρει κατὰ τὸ σχῆμα ὡς πρὸς τὰ διάφορα μέρη τοῦ σώματος. Τῶν βλεφαρίδων οἱ βολβοὶ ἔχουσι σχῆμα ἑλλειπτικὸν καὶ χρῶμα μέλαν· τῆς ἡθης, τοῦ πώγωνος, καὶ τῆς κόμης συνήθως κυλινδρικὸν χρώματος ὑπολευκοῦ· τοῦ πώγωνος οἱ βολβοὶ ἐνίοτε ἔχουσι χρῶμα ἐρυθρόν. Πολλὰ καὶ τρίχες ἔχουσιν ἐπὶ τοῦ ἄκρου τοῦ βολβοῦ στίγμα μέλαν καὶ ἐρυθρόν· ἐκ τῆς τοιαύτης διαφορᾶς δύναται τις νὰ διαγνώσῃ μίαν θριξὶ πόθεν προέρχεται. Ἐκαστος βολβὸς ἔχει ἀγγεῖα καὶ νεῦρα, ἡ θριξὶς ὅμως στερεῖται τούτων· διόπερ κοπτομένη οὔτε πονεῖ οὔτε αἷμα παρέχει. Μόνον ἐν τῇ νόσφ πελάγγρα ἡ πωλωνική πλεκτάνη καλουμένη, αἱ τρίχες πονοῦσι καὶ αἱματῶνουσιν ἐὰν κοπῶσιν.

Ὅσον παχυτέρα εἶνε ἡ θριξὶς τόσοον βαθύτερα καίται ἐν τῷ δέρματι. Αἱ μικραὶ καὶ λεπταὶ τρίχες ἐξέρχονται πλαγίως διὰ τῶν στομίων τῶν στεατοποιῶν ἀδενίσκων. (ἀκολουθεῖ).

Δ' ΠΡΟΧΕΙΡΟΣ ΝΟΣΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ

Περὶ κνιδώσεως.

Ἡ κνιδώσις εἶνε ἐξάνθημα ἀποτελούμενον ἐξ ἐξοχῶν τοῦ δέρματος ὡχρῶν ἢ ἐρυθρῶν, παρέχον κνισμὸν ὅμοιον πρὸς τὸν τῆς κνίδης ἢ ἀκαλΐφης (τσικνίδας)· διαρκεῖ ἡμέραν μίαν καὶ κατόπιν παρέχει ἐκλεπιδώματα λευκά· ἐνίοτε ἀναφαίνεται, ἀφ' οὗ τὸ πρῶτον θεραπευθῇ· ἐνίοτε εἶνε σύμπτωμα ἐσωτερικοῦ πάθους βαρέος, τοῦ ὁποίου τὴν νοσοποιὸν ὕλην ἡ φύσις σπεύδει ν' ἀποβάλῃ διὰ τοῦ δέρματος· προέρχεται ἐκ τροφῶν ἐρεθιστικῶν, ἰδίως ἐκ τῆς βρώσεως μυάκων (μυδίων), τὰ ὁποῖα εἰσι δηλητηριώδη καὶ ἐπιφέρουσι τὰδε τὰ συμπτώματα· γαστραλγίαν, σπασμούς τῶν πνευμόνων, σφυγμὸν ταχύν, εἴτα μικρὸν καὶ πεπυκνωμένον, ἐρυθρότητα καὶ ἐξόγκωσιν τοῦ προσώπου, καὶ κνιδῶσιν ἐπὶ τοῦ σώματος, ἰδρώτα ψυχρόν, σπασμούς, παραφροσύνην, κατὰ τὴν ἰδίαν

συγκρασίαν τοῦ πάσχοντος. Συμβαίνουνσι ταῦτα ὅταν τις φάγῃ μυδία κατὰ τοὺς μῆνας Μάιον μέχρι Ἰουλίου. Ἐνίοτε συμβαίνουνσι καὶ ἐκ τῆς βρώσεως τῶν ὠπῶν τῶν ἰχθύων, ἅπερ κοινῶς καλοῦνται χλωρὸν αὐγοτάραχον. Ἀλλὰ καὶ ἐκ τοῦ ταριχευμένου αὐγοτάραχου (κοκκίνου χαδιαρίου) συμβαίνουνσι δηλητηριώδη ἀποτελέσματα, ἥτοι κνιδώσις, γαστραλγία, ἔμετος, πυρετός, ἀνησυχία κλπ.

Θεραπεία. Ἐὰν ᾖνε αὐτόματος, θεραπεύεται διὰ χρήσεως καθαρσίου, πύσεως κατόπιν λεμονάδος, καὶ ἐπιθέσεως ψυχροῦ ὕδατος ἐπὶ τῶν μάλλον ἐχόντων κνισμὸν. Εἰς τοὺς εὐέχοντας μίαν μικρὰ φλεβοτομίαν ἐπὶ τὸν βραχίονα ἐκ δρ. 50 λύει τὴν νόσον.

Ἐὰν ᾖνε συμπτωματικὴ ἐκ βρώσεως μυδίων κλπ. παύει ὁ ἔμετος καὶ ἡ γαστροεντεραλγία διὰ τῆς πύσεως τοῦ ἱατρικοῦ τούτου.

Λάβε ὕδατος ἡδυόσμου	δρ. 4
» κίτρου	» 24
σεραπίου ἀπλοῦ	» 4
λαουδάνου Σινδεναμ. σταγμ.	30
θειϊκοῦ αἰθέρ.	» 30

μ. κ. τ.

Χρήσις. Κατὰ 5 λεπτὰ ὥρας ἀνὰ μίαν κουταλίαν μεγάλην· ἅμα πύσωσιν οἱ πόνοι, παύσων καὶ τὸ ἱατρικόν. Ἀφ' οὗ παρέλθωσι 5 ἢ 6 ὥραι δοτέον καθάρσιον ἐξ ἄλατος θειϊκῆς μαγνισίας (ἄλατος ἐγγλιτέρας) δρ. 16 εἰς 90 δρ. ὕδατος.

Δυσπεψία.

Οἱ ρωμαῖοι τὸ πάλαι ἱατροὶ πρὸς θεραπείαν τῆς δυσπεψίας καὶ τῆς γαστραλγίας μετεχειρίζοντο τὸν ἥχον τοῦ τυμπάνου καὶ τῆς ἰσχυρᾶς μουσικῆς, διότι αἱ δονήσεις, αἱ παραγόμεναι διὰ τῶν μουσικῶν ὀργάνων, μεταδίδονται εἰς τὸν στομάχον κατὰ ῥυθμόν, ἡ δὲ τοιαύτη κίνησις τοῦ στομάχου διευκολύνει τὴν πέψιν.

Ἐκταπότια θεραπεύοντα τὴν ὑδρωπικίαν.

Λάβε κόνεος σκαμμωνίας Χαλεπίου	δρ. 1½
(pulv. Scammoniae Hal.)	» 1½
» Ἰαλόπτης (pul. Jalappae)	» 1½

» Δακτυλίτιδος (digitalis p.)	» 1 2
» Έκχυλ. σκίλλης (Extr. Scillae)	» 1 2
» Ρεθεντίου (Rei)	» 1 2

Μ. κ. τ. και ποιήσον καταπότια 30

Χρῶ ἀνά δύο πρωί και ἐσπέρας.

ΙΑΤΡΙΚΑ ΤΟΥ ΛΑΟΥ

Θεραπεία συνεχούς πυρετού

Λάβε κισσοῦ φύλλα και πικραμύγδαλα, σύντριψον ἅπαντα ὁμοῦ ἐν ἰγδίῳ μετὰ ποσοῦ ὄξους, μέχρις οὗ τὸ ὑγρὸν γείνηται ὡς σκορδάλια· ἔμβρεξον μικρὰ πινύα λευκά, και ἐπίθες ἐπὶ τοῦ μετώπου. Ὁ πυρετός λέγουσιν ὅτι πίπτει μετὰ ἡμίσειαν ὥραν. Πειρατέον.

Ἑμπλαστρον.

Πρὸς ὀρήμασιν ἀποστήματος.

Λάβε σάπωνος τετριμμένου και ζαχχάρου ὅσον ἄρκει πρὸς σύστυξιν μίγματος πρὸς ἑμπλαστρον, ὅπερ ἐπίθες ἐπὶ τοῦ ἀποστήματος.

Ε΄. ΠΡΟΧΕΙΡΟΣ ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ

Φυτικά διουρητικά

Εἰσὶ πολλά. Τούτων τὰ προχειρότερα εἰσιν· ἡ δακτυλίτις, ὁ ἀρκτόκαρπος, ἡ σκίλλη, τὸ κολχικόν, τινὰ σιτοειδῆ, ὁ φλοιὸς τῆς ἀκτῆς, ἡ ῥίζα τῆς βάρου, οἱ ἐρέβινθοι, (ὄρα Φοῖβον ἔτος Δ'· σελ. 77) τὸ μακεδονήσιον, ἡ ἄγρωστις, οἱ σπόροι κανάβου, κλπ.

Περὶ δακτυλίτιδος ἢ ἐλύτρου. (digitalis purpurea)

Ἡ κυριώτερα ἰδιότης τοῦ βοτάνου τούτου εἶναι ἡ βραδύτης τοῦ σφυγμοῦ, εἶναι δὲ και διουρητικὸν ἐξαιρετόν.

Δίδεται κατὰ τῆς ὑδρωπικίας, κατὰ τῶν παθῶν τῆς καρδίας

και κατὰ τῶν χρονίων παθήσεων τῶν πνευμόνων. Ἡ συνεχὴς δὲ χρῆσις ἐπιφέρει διαρκεῖς ἀταξίας τοῦ σφυγμοῦ, ἥτις ἐξακολουθεῖ οὕσα ἐπὶ τινι καιρὸν ἀβλαβῆς· και μετὰ τὴν παῦσιν τῆς χρήσεως τοῦ ἱατρικοῦ τούτου· ὑπὸ μικρὰν δόσιν εἶναι διουρητικὴ, ὑπὸ μεγάλῃν σὺν τούτῳ ἐπιφέρει τὴν βραδύτητα τῶν παλμῶν τῆς καρδίας.

Συνήθως γίνεταί χρῆσις τῶν φύλλων τοῦ ἐλύτρου ὑπὸ δύο σκευασίας. Ὑπὸ κόνιν τῶν ξηρῶν φύλλων και ὑπὸ βάμμα οἶνο-πνευματώδες.

Ὑπὸ κόνιν δίδεται κατ' ἀρχὰς ἐκ κόκκων δύο μετὰ ζαχάρου, διηρημένων εἰς 10 ξηρία, ὧν λαμβάνει ὁ πάσχων κατὰ ὥραν ἓν.

Ἡ δόσις αὖξεται κατ' ὀλίγον καθ' ἑκάστην μέχρις κόκκων 20.

Τὸ βάμμα γίνεταί διὰ τῆς προσθήκης ἐνὸς μέρους φύλλων ἐλύτρου εἰς 4 μέρη ἰσχυροῦ οἶνοπνεύματος· τὸ μίγμα μένει ἐν φιάλῃ καλῶς πωματισμένη ἐπὶ 15 ἡμέρας, καθ' ἃς καθεκαστὴν ἀνακινεῖται. Εἴτα στραγγίζεται, και τὸ ὑγρὸν φυλάττεται ἐν φιάλῃ πρὸς χρῆσιν.

Δίδεται ὑπὸ στάγματα 10 ἐντὸς ἡμέρας μέχρις ἐνὸς δραμίου.

Ὑπὸ μικρὰν δόσιν εἶναι διουρητικόν, ὑπὸ μείζονα βραδύνει τοὺς παλμούς τῆς καρδίας και ἀραιώνει τὸν σφυγμόν, οὕτω δίδεται ἰδίως κατὰ τῶν νευρικών τῆς καρδίας παλμῶν κλπ. Κατὰ τῆς αἰμοπεθσίας, κατὰ τοῦ ἀσθματος, κατὰ τοῦ σπασμωδικοῦ βηχός.

Ὁ Σαρτώρης, ὁ ὑποστηρίζων τὴν ἀντισθενικὴν θεραπείαν, δίδει ταύτην εἰς μεγάλην δόσιν μέχρις κόκκων 20 ὑπὸ ἐγχυμα κατὰ τῶν φλογιστικῶν νόσων και μάλιστα κατὰ τῆς πνευμονίας τῇ προσθήκῃ και κόκκων 10 νίτρου.

Τινὲς θεωροῦσι τοῦτο ὡς ἀντιχοιραδικόν και ἀντεπιληπτικόν, κτλ.

Περὶ ἐλύτρου (digitalina)

Ἐξάγεται ἐκ τῶν φύλλων τοῦ ἐλύτρου χυμικῶς, ὡς ἐξάγεται ἡ κινίνη ἐκ τῆς κίνης. Εἶναι ὕλη ὑπόλευκος, ἥτις ἔχει μεγάλην δύναμιν ἐν μικροτάτῃ δόσει. Εἶναι φρικτὸν δηλητήριο, ὡς και αἱ σκευασίαι τῶν φύλλων τοῦ ἐλύτρου, ὅταν δίδωνται εἰς ὑπερβολικὴν δόσιν· ἀντίδοτα κατὰ τῆς δηλητηρίασεως ἐκ τοῦ ἐλύτρου ὄρα Ἱατροδικαστικὴν.

Χρῆσις ταύτης πρέπει νὰ γίνηται μόνον ἐξωτερικῶς ὑπὸ δόσιν ἐνὸς κόκκου μετὰ 4 δρ. αλοιφῆς σπέρματος κήτους ἐπιτεθειμένη ἐπὶ ἐκδορίῳ ἀντὶ χλωροῦ βοντύρου, ὅταν τοῦτο κείτῃ ἐπὶ

τῆς καρδιακῆς χώρας πρὸς θεραπείαν τῶν πλμῶν τῆς καρδίας.
Ἡ διήμετρος τοῦ ἐκδορίου ἐστὶ 6 ἢ 7 ἐκτοστόμετρα.

Γ'. ΟΙΚΙΑΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

Περὶ πάχους καὶ στεάτων ἐν γένει.

Πάχος καλεῖται ἡ λιπαρὰ ὕλη, ἥτις ἀποτελεῖται ἐξ ἀσκιδίων ἢ θηλάκων καὶ ἐκ τῆς λιπαρᾶς ἐν αὐτοῖς ὕλης.

Στέαρ καλεῖται ἡ λιπαρὰ αὐτὴ ὕλη καθαρὰ, ἐκτὸς τῶν μεμβρανῶν τῶν ἀσκιδίων. Τὸ στέαρ καλεῖται κοινῶς ἀξούγγιον ἢ ξύγγι ἐκ τῆς λατινικῆς λέξεως axungium. Τὸ στέαρ εὐρίσκεται εἰς ὅλα τὰ μέρη τοῦ σώματος, εἰς τινὰ μέρη ὅμως αὐτοῦ συσσωρεύεται ὑπὸ μεγάλην ποσότητα. Ὑπὸ τὸ δέρμα καὶ μάλιστα εἰς τὰς γυναῖκας, εἰς τὰ σπλάγχνα, ἔνθα ἀποτελεῖ τὸ ἐπίπλοον, περὶ τοὺς νεφρούς, περὶ τὴν καρδίαν, κλπ.

Ἰνα ἐξαχθῇ τὸ στέαρ ἐκ τοῦ πάχους, ἡγουν ἵνα ἐξαχθῇ καθαρόν ἐκ τῶν ἀσκιδίων πρέπει ταῦτα νὰ διαρραγῶσι. Διαρρηγνύονται ἢ διὰ τῆς τριβῆς τοῦ πάχους ἐντὸς ἰγδίου, καὶ εἴτα διαθερμαίνονται δι' ἐλαφρὰς θερμότητας, στραγγίζονται δι' ὑφασματος, ἔνθα μένουσιν οἱ ἴστοι τῶν ἀσκιδίων, καὶ ἐξέρχεται καθαρόν τὸ στέαρ, ὡς ἐν τῷ προηγουμένῳ φύλλῳ ἐλέχθη, ἢ δι' ἀναλόγου θερμότητος, ἵνα οἱ ἴστοι τῶν ἀσκιδίων διαρραγῶσι καὶ ἐξέλθῃ τὸ στέαρ καθαρόν, ὅπερ στραγγίζεται διότι ἡ θερμότης διαρρηγνύει τὰ θηλάκια, ἔνθα ὑπάρχει τὸ πάχος. Πρέπει ὅμως ἡ θερμότης νὰ μὴ ᾖ μεγάλη ὑπερβαίνουσα τὴν θερμότητα τοῦ βράζοντος ὕδατος διότι βλάπτεται ἡ ποιότης τοῦ στεάτος ἐκ μεγάλης θερμότητος.

Τῶν στεάτων ὑπὸ τὴν συνήθη θερμοκρασίαν τῆς ἀτμοσφαιρας τὰ μὲν εἰσι στερεά, τὰ δὲ ἀπαλὰ. Στερεὰ εἰσι τὸ αἰγείον, καὶ τὸ πρόβειον· μαλακὰ τὸ χοίρειον καὶ ἄλλα. Πάντα ἔχουσι τὴν ιδιότητα ὅταν ὀλίγον θερμανθῶσι νὰ γαίνωνται ὑγρὰ καὶ εὐρρόα· ἐὰν ὅμως θερμανθῶσι πλέον τῶν 100° ἔνθα βράζει τὸ ὕδωρ, μεταβάλλονται τὰ συστατικά αὐτῶν, καὶ καθίστανται ἐπιπλασθῇ εἰς τὴν υγίειαν.

Τὸ στέαρ ἐκτιθέμενον ἐπὶ πολὺ ὑπὸ τὴν ἀμεσον ἐπαφὴν τοῦ ἀέρος μεταβάλλει τὴν ποιότητά του, ταγγίζει καὶ καθίσταται ἀχρηστον καὶ ἐπιπλασθῇ τῇ υγίειᾳ.

Τὸ στέαρ εἶνε ἀδιάλυτον ἐν τῷ ὕδατι καὶ δὲν ἐνοῦται μετ' αὐτοῦ. Ἐὰν ὅμως τεθῇ ἐν ἰγδίῳ καὶ συνεχῶς τριβῇται διὰ τοῦ ὑπερίου καὶ ἐπιχύνεται κατ' ὀλίγον ὕδωρ, δύναται νὰ ἐνωθῇ μέρος τούτου μετὰ τοῦ στεάτος· ἐὰν ὅμως τοῦτο θερμανθῇ τὸ ὕδωρ ἀποχωρίζεται. Ὅταν τις ἐνώνῃ ὕδωρ μετὰ τοῦ στεάτος, καὶ τὸ ὕδωρ τοῦτο ᾖ ἀρωματικόν, τὸ στέαρ καθίσταται ἀφρωδὲς καὶ μαλακώτερον καὶ εὐοσμὸν· πρέπει ὅμως τὸ ὕδωρ νὰ ἐξαχθῇ ἐκ τοῦ στεάτος διὰ πανίου καὶ καλῶς νὰ στραγγιχθῇ ἵνα ἀποχωρισθῇ τὸ περισσεύον ὕδωρ διότι ἄλλως παγγίζει καὶ ἀλλοιοῦται τὸ στέαρ. Εἰς τοῦτο βραβεῖται ἡ κατασκευὴ τῆς ἀθώρας (κολικρέμ). (Ὁρα Φοῖβον ἔτους Α' σελ. 39).

Τὸ στέαρ ἐνοῦται καλῶς μετὰ τοῦ ἐλαίου· διαλύεται δὲ καὶ εἰς τὸ οἶνόνπνευμα καὶ ἐπὶ μᾶλλον εἰς τὸν αἰθέρα διὰ τοῦτο αἱ ἐκ τοῦ στεάτος κηλίδες ἐπὶ ὑφασμάτων ἐξαλείφονται διὰ τοῦ οἶνονπνεύματος ἢ τοῦ αἰθέρος.

Ἐνοῦται μετὰ τῆς σόδας, ποτάσης, τιτάνου, πρωτοξειδίου μολύβδου, ἀμμωνίας καὶ ἄλλας βάσεις, καὶ ἀποτελεῖ διαφόρους σάπωνας.

Ἐκαστον εἶδος στεάτος ἔχει ἰδίαν ἐνέργειαν, ἣν οἱ ἀρχατοὶ ἐμελέτησαν καὶ ἤδη κοινῶς παρὰ τοῖς πολλοῖς ἐπικρατεῖ τοῦτο· ἄλλην ιδιότητα ἔχει τὸ χοίρειον στέαρ, ἄλλην τὸ τῆς ὀρνίθος, λαγοῦ, ἀρκτοῦ, ἐλάφου κλπ. Οἱ εὐρωπαῖοι δὲν παραδέχονται τὰς τοιαύτας διακρίσεις διὰ τοῦτο τὸ χοίρειον στέαρ, ὅπερ ἡ ἰατρικὴ κατὰ πρότιμῃσιν προτιμᾷ ὡς μᾶλλον μαλακτικόν καὶ διαλυτικόν, ἤδη καὶ τοῦτο ἐγκατελείφθη καὶ εἰσῆχθη ὕλη τις λιπαρὰ ἐξαγομένη ἐκ τῶν λιθανθράκων, ἣν καλοῦσι βασιλένην, καὶ ἄλλην ὡσάκτως καλουμένην λανελήνην. Τὰς ὕλας ταύτας ἤδη μεταχειρίζονται πολλοὶ τῶν φαρμακοποιῶν παρ' ἡμῖν ἀντὶ τοῦ χοίρειου στεάτος διὸ καὶ αἱ τοιαῦται ἀλοιφαὶ οὐ καλῶς ἐνεργοῦσι.

ΠΑΝΤΟΙΑ

Τρόπος τοῦ διακρίναι ἐὰν ὁ οἶνος ᾖ χρωματισμένος διὰ τέχνης.

Λάβε ποσὸν οἶνου, ἔμβαλον τεμάχιον φύλας ἀρτου καὶ ἀφες ἔως οὗ ἀπορροφήσῃ οἶνον. Λάβε τριβλίον (πιάντον) πλήρες ὕδα-

τος, θές ἐν αὐτῷ τὸν ἄρτον. Ἐὰν τὸ ὕδωρ ταχέως χρωματίζεται ὑπὸ χρωμα ἐρυθρὸν ἰσθες, ὁ οἶνος εἶνε χρωματισμένος διὰ τέχνης. Ἐὰν μὴ, τὸ ὕδωρ οὐ χρωματίζεται μετὰ 1]4 ἢ 1]2 ὥρας, καὶ λαμβάνει χρῶμα ἰδιον.

Ὑγρὸν πρὸς ἐπαργύρωσιν τοῦ χαλκοῦ καὶ παντὸς λευκοῦ μετὰλλου.

Διάλυσον 7 μέρη ἀργύρου εἰς 13 μέρη νιτρικοῦ ὀξέος. Πρόσθες κατόπιν διάλυσιν ἐξ 60 μερῶν κυανοῦχου ποτάσης μετὰ 750 μερῶν ὕδατος καὶ 13 κρητίδος. Ἐμβύθισον ἐντὸς τοῦ ὕγρου τὸ πρὸς ἐπαργύρωσιν πρᾶγμα, ἢ ἐντριψον τοῦτο διὰ τοῦ ὕγρου. Σκόπει καλῶς· διότι τὸ ὕγρὸν εἶνε πολὺ δηλητηριῶδες.

Βασιλικὸν ὕδωρ.

Ὁ χρυσοῦς διαλύεται μόνον παρὰ τοῦ ὕδατος τούτου, τὸ ὅποτον ἀποτελεῖται ἐξ 100 μερῶν νιτρικοῦ ὀξέος, καὶ 300 ὕδροχλωρικοῦ ὀξέος.

Περὶ τοῦ πνεύματος.

Τὸ πνεῦμα εἶνε δύνამις, ἢ δὲ δυνάμις αὐλός· ἐστὶ πηγάζει ἐκ τοῦ ἐγκεφάλου, ἐνθα ἀναπτύσσεται, καὶ διαχύνεται λόγῳ, γραφῇ καὶ πράγματι ἐπὶ τῶν ἀνθρώπων, τοὺς ὁποίους, ὡς φωτὸς ἀκτῖς, διαφωτίζει.

Τὸ πνεῦμα ἐξελθὼν ἐκ τοῦ ἐγκεφάλου δὲν ἐκπνέρεται, οὔτε ὅταν λείψῃ ἢ πηγὴ αὐτοῦ ἐξαφανίζεται· διότι εἶνε αὐλὸν, δὲν ἔλκεται. Δὲν αὐξάνει ἐκλειψάσης τῆς πηγῆς. Διατηρεῖ δὲ τὸ νόμον τοῦ ἀνθρώπου.

Τὸ ἀπαιτεῖν τινα μετὰ θάνατον ἀπολαῦσαι τιμῶν κλπ. εἶνε παράλογον καὶ ἰδιον κενωδόξου. Ὅ,τι γίνεται πρὸς τινα μετὰ θάνατον, γίνεταί παρὰ τῆς κοινωνίας χάριν τοῦ κοινωφελοῦς πνεύματος, πρὸς παράδειγμα τοῖς νεωτέροις· αἱ τιμαὶ οἱ ἔπαινοι, τὰ ἀγάλματα κλπ. πάντα γίνονται χάριν ἐκείνων οἵτινες αἰσθάνονται ἵνα κεντᾶται ἡ φιλοτιμία καὶ ποιῶσιν ἔργα κοινωφελῆ.

Ὁ ἄνθρωπος ὁ ὁποῖος διὰ κοινωφελῶν ἔργων ἐγένετο χρή-

σιμος ἐν τῇ κοινωνίᾳ μένει ἀθάνατος πνευματικῶς, καὶ τὸ ὄνομα τοῦ διζωνίζεται. Δύο ζωᾶς ἔχει ὁ δημιουργικὸς ἄνθρωπος· ζωὴν πνευματικὴν, καὶ ζωὴν σωματικὴν, αὕτη ἐστὶ φθαρτὴ ἢ πνευματικὴ ἀφθαρτος.

Τὸ ὥρατον σῶμα, τὸ στίλβον ἐκ τῆς πολυτελείας καὶ τῆς ἡδοναθείας, τὸ κατοικοῦν ἐν μεγάρῳ καὶ ἐκπνέον δόξῃ καὶ ἀπολαύσει τέρψεων καὶ ἡδονῶν διὰ φαγητῶν, ἐνδυμάτων διασκεδάσεων κλπ. μετὰ ἔτη τινὰ καθίσταται νεκρὸν, ἀνίσθητον, καὶ ὄζον καὶ οὐδεις τὸ πλησιάζει οὔτε ἐπαναφαίνεται πλέον, παρέρχεται καὶ ἀφανὲς γίνεταί ὡς ἂν μὴποτε ὑπῆρξε.

Τὸ ἀνεπτυγμένον πνεῦμα διατηρούμενον διὰ γραφῆς ἀλληλοδιαδόχου καὶ διὰ πραγμάτων διαρκῶν μένει αἰώνιον ἐν ὅσῳ ὑπάρχουσιν ἄνθρωποι πρὸς διατήρησιν διὰ γραφῆς καὶ παραδόσεως, καὶ διὰ πραγμάτων· ἡ δὲ ὑπαρξὶς αὐτοῦ ἐστὶ ὅση καὶ ἡ τῆς ἀνθρωπότητος ὑπαρξὶς.

Ὅστις κατορθώνει τὴν διάλυσιν δυσαρρεσκείας ἢ ἐχθρας μεταξὺ ἀντιφερομένων, οὗτος μεγάλην εὐεργεσίαν καὶ θεάρεστον πρᾶξιν ποιεῖ· πραγματοποιεῖ γὰρ τὴν θείαν ἐντολήν, «ἀγαπάτε ἀλλήλους».

ΕΜΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΕΝ Τῷ ΤΕΥΧΕΙ ΤΟΥΤῳ ΚΑΙ ΧΡΗΣΙΜΟΤΗΣ ΑὐΤῶΝ.

Περὶ ψύχους, σελ. 33 ἀποτελέσματα τούτου ἐπὶ τῆς υγιείας βλάβῃ τῶν πατούντων ἐπὶ τῶν πετρῶν εἰς ἄνδρας καὶ εἰς γυναῖκας. Τρόπος θεραπείας. Τὸ ψῦχος ἐπὶ τῶν ἐλκῶν καὶ πληγῶν πότε ὠφελεῖ καὶ πότε βλάπτει. Κρυολογήματος θεραπεία ὅρα Φοῖβον ἔτους Γ' σελ. 165.

Περὶ τοῦ συμπεριφερεῖσθαι σελ. 35. Οἱ ἄτοποι χαιρετισμοί. Πῶς πρέπει νὰ χαιρετίζῃ ἕκαστος· πῶς νὰ ποιῇ προτιμήσεις κλπ.

Περὶ τριχῶν σελ. 39. Εἶδη τριχῶν. Ρίζαι αὐτῶν. Πῶς τρέφονται αἱ τρίχες. Ἰδιότητες αὐτῶν. Πάθος τῶν τριχῶν.

Περὶ κνιδώσεως. σελ. 40. Πῶς γίνεται τὸ πάθος τοῦτο. Αἰτίαι. Θεραπεία πρόχειρος.

Δυσπεψίας θεραπεία σελ. 41.

Καταπότια κατὰ ὑδρωπικίας σελ. 41.

Θεραπεία συνεχῶς πυρετοῦ διὰ ἐξωτερικῆς χρήσεως κισσοῦ φύλλων καὶ πικραμυγδαλῶν σελ. 42.

Ἑμπλάστρον πρὸς ὤριμανσιν ἀποστήματος διὰ σάπωνος καὶ ζαχαροῦ σελ. 42.

Περὶ πᾶντος ἐξαγωγῇ αὐτοῦ πρὸς χρῆσιν μαγειρικὴν καὶ ιατρικὴν. Ἰδιότητες αὐτοῦ σελ. 44.

Σημ. Ἐκαστος ὀφείλει νὰ γνωρίζῃ καὶ νὰ μανθάνῃ ὄχι μόνον ὅσα χρησιμεύουσι πρὸς διατήρησιν τῆς ἐαυτοῦ υγιείας, ἀλλὰ καὶ νὰ ὀδηγῆται χωρὶς νὰ περιμένη παρ' ἄλλου· διότι εἶνε ἀτόπον ν' ἀγνοῇ τὰ χρήσιμα καὶ ὠφέλιμα εἰς ἐαυτὸν καὶ νὰ ἐπιζητῇ νὰ μανθάνῃ τὰ ἐκτὸς ἐαυτοῦ. Ἐκαστος πρέπει νὰ γνωρίζῃ καὶ τὰ μέσα πρὸς θεραπείαν τῶν συχνοτέρων νόσων καὶ ἀνάγκησιν τῆς υγιείας. Πρέπει καὶ ὁ οἰκοδεσπότης καὶ ἡ οἰκοδέσποινα νὰ γνωρίζωσι τὴν κατασκευὴν τῶν προχειροτέρων ιατρικῶν· διότι οὕτω τὰ ιατρικὰ γίνονται καλλίτερα καὶ οἰκονομικώτερα καὶ προχειρότερα. Ὅπως τὰ μαγειρικὰ καὶ τὰ ἄλλα οἰκιακὰ τὰ χρήσιμα πρὸς διατήρησιν τῆς υγιείας ὀφείλουσι νὰ γνωρίζωσιν αἱ οἰκοδέσποιναὶ ἵνα ἐπιτηρώσιν τὴν καλὴν κατασκευὴν τῶν τροφῶν καὶ ἐν ἀνάγκῃ καὶ αὐταὶ νὰ ἐτοιμάζωσι, οὕτω πρέπει νὰ γνωρίζωσι καὶ τὴν κατασκευὴν τινῶν οἰκιακῶν ιατρικῶν πρὸς ἀπόκτησιν τῆς υγιείας.

Ὁ Φοῖβος οὐ μόνον πρὸς ταῦτα διδάσκει καὶ ὀδηγεῖ καὶ πρὸς τ' ἀποβλέποντα τὴν υγιείαν καὶ εὐεξίαν τοῦ σώματος ἀλλὰ καὶ πρὸς τὰ συντελοῦντα πρὸς τὴν ἡθικὴν εὐεξίαν ἐκάστου· ἕκαστος ὀφείλει ὅσον σοφὸς καὶ ἂν ἦν καθ' ἐκάστην νὰ μανθάνῃ τι, ὅπερ ἡγνοεῖ διότι οὐδεὶς πανδαήμων καὶ πάνσοφος παρὰ μόνον ὁ Θεός. Γηράσκω μανθάνων ἔλεγεν ἀρχαῖος σοφός. Ἐκαστος καθ' ἑαυτὸν ἐσπέρας πρέπει νὰ λέγῃ τάδε, πολὺ περισσότερον οἱ νέοι.

»Καὶ σήμερον τί ἔπραξα; τί ἔπρεπε νὰ πράξω; καὶ τί καλὸν ἀπέκτησα; Τί πρόσθεσα εἰς τὸν νοῦν μου, ὅπερ ἔχθες ἠγνόουν;»

Ἐκαστος ἐὰν θέλῃ νὰ ἦν εὐτυχὴς πρέπει νὰ ἦν φιλομαθὴς καὶ φιλανγκνώστης εἴτε πτωχὸς εἶνε εἴτε πλούσιος, εἴτε τεχνίτης εἴτε ἐπιστήμων. Πρέπει ν' ἀναγινώσκῃ ὅχι μυθιστορήματα, ἀλλὰ διδάσκοντα τὴν ἡθικὴν μόρφωσιν, τὴν ἀπόκτησιν γνώσεων παντὶς εἶδους· διότι πάντα χρησιμεύουσιν ἐν τινι περιστάσει ἕκαστος οἰκογενειάρχης καὶ μὴ πρέπει καθ' ἐκάστην νὰ συνειθίσκῃ νὰ ἔχῃ μίαν ὥραν προδιωρισμένην εἰς ἀνάγνωσιν χρήσιμων.

Τοιοιυτοτρόπως ὁ ἔχων τέκνα συνθίξει ταῦτα μικροῦθεν πρὸς τὴν ἀνάγνωσιν καὶ μάθησιν, διὰ νὰ προκόπτουσι περισσότερον.