

UČITELJSKI TOVARIŠ.

Glasilo

„Slovenskega učiteljskega društva v Ljubljani“.

Izdavatelj in urednik:

Andrej Žumer,

nadučitelj in c. kr. okrajni šolski nadzornik.

Št. 12.

Ljubljana, 16. rožnika 1892.

XXXII. leto.

Vsebina. I. K. — Trb.: Na katerih berilih II. in III. čitanke bi se dalo iz zdravjeslovja (higijene) poučevati in v katerem obsegu? — Iz deželnega zbora kranjskega. — J. Marn: Knjiga Slovenska. — Lisek. — Vprašanja in odgovori. — Naši dopisi: Iz Kranja. — Iz Ljubljane. — Iz Mengša. — Društveni vestnik. — Vestnik. — Uradni razpisi učiteljskih služeb.

Na katerih berilih II. in III. čitanke bi se dalo iz zdravjeslovja (higijene) poučevati in v katerem obsegu?

(Nadaljevanje.)

Berilni spis 153.: Bučele.

1. Vsebina: Opis in korist bučel.

2. Obseg pouka: Bučele morejo po svojem strupenem piku človeku nevarne biti. Otroci naj ne hodijo preblizu panjev, ker se bučele lahko razdražijo in človeka trumoma napadejo. Večkrat se je že pripetilo, da so ljudje prišli vsled pikov razdraženih bučel ob življenje. Nasprotno ima strd, katero napravijo bučele, zdravilno moč, posebno pri boleznih v grlu.

Berilni spis 156.: Črvi.

1. Vsebina: Najvažnejši črvi se opisujejo.

2. Obseg pouka: Črvi zajedavci, kot trakulja, lāsica in otročja glista so veliki sovražniki človeškega zdravja. Trakulja in lāsica živita v prvi dobi svojega življenja v truplu nekaterih domačih živalij, kot prešičev, maček ali psov ter se prese-

lita pozneje vsled raznih okolnostij, posebno vsled uživanja svinjskega mesa v človeško meso. Tu se razširjajo lāsice v drobu, mesu in kitah ter vzrokujejo velike bolečine, večkrat celó smrt, med tem ko trakulji prirašča ud za udom, tako da postane po več metrov dolga. Ako se tem neljubim gostom ne ustavi njihovo pogubno zajedanje, je življenje bolnikovo v veliki nevarnosti ali napravijo vsaj hude bolečine. Uživanje surove svinjine je časi nevarno, zato naj si jo vselej prej skuhamo, predno jo uživamo.

Glista nadleguje posebno otroke. Časi se jih toliko zaredi, da vzrokujejo mrzlico, bljevanje, celó smrt. Glisto zatiramo z marsikaterimi zdravili, največkrat z grenkimi ali kislimi pijačami. Sladkarije pospešujejo razmnoževanje škodljivih glist.

Nekega drugega črva, namreč pijavko, rabijo zdravniki zoper bolečine v zobeh, posebno pa zoper vročinsko bolezen. Polagajo jih namreč na čeljusti, vrat, prsi, hrbet ali katero koli drugo mesto na životu. Pijavke izsesajo tu preobilno nabrano kri in pripomorejo tako nehoté bolniku k zdravju.

Berilni spis 161.: Gozdno drevje.

1. Vseбина: Za obrt in kmetijstvo najvažnejša gozdna drevesa.

2. Obseg pouka: Gozdna drevesa čistijo zrak v solnčni svetlobi, ker srkajo z listjem ogljenčevo kislino ter oddajajo kislec. Tako poboljšujejo dihalni zrak in vzdržujejo enakotežje med kislecem in ogljenčevo kislino v zraku. Sicer velja to o vseh rastlinah, največ pa o drevji s košatimi vejami; zato in zaradi sence si nasajamo okoli hiše tudi tako drevje, ki ne rodi sadú, posebno v mestih, kjer je časi daleč do gozda. Zdravo je torej bivati blizu gozdov in drevesnih nasadov.

Gozdno drevje pa nam tudi pripomore do studencev i. s. takó, da nareja z odpadlim listjem črno prst, v kateri se nabira rosina in dežna mokrota. Nekaj te mokrote se sproti posuši, večinoma pa se steka po podzemeljskih razpokah v skalovji, iz kojega zopet priteka na dan. Kraju, kjer izvira voda, pravimo vir, vodo pa imenujemo studenec. Studenčnica je izmed vseh vodá našemu zdravju najbolj priležna pijača. Tako so gozdna drevesa pravi čuvaji človeškemu zdravju. Ne trebimo torej nepotrebno gozdov!

Berilni spis 164.: Gnoj.

1. Vseбина: Kaj je gnoj? Vrste in poraba gnoja.

2. Obseg pouka: Kakor je gnoj kmetijstvu potreben, tako škodljivo je njegovo hlapenje našemu zdravju, če leži preblizu stanovanja in ni pokrit. Takov gnoj spridi zrak in pospešuje nalezljive bolezni. Osobito naj se stranišča polivajo večkrat s karbolovo vodo, da se odpravi škodljivi smrad.

Berilni spis 167.: Vinska trta.

1. Vseбина: Opis vinske trte in poraba njenega plodú.

2. Obseg pouka: Vino je zdrava in krepčalna pijača za bolnike, stare ljudi in za tiste, ki si s težkim delom morajo kruh služiti, seveda, ako ga zmerno uživajo, nikakor pa ne za mladino, ki naj pije mleko in čisto studenčnico. Ako pa se jej podaje vino, naj ga pije malo, kajti v njem tiči vpijanljiva moč, katero otroci prej čutijo, nego odrasle osebe ter jim vzburja kri, tako da imajo vznemirjajoče sanje; razven tega pa tudi škoduje razvoju duševnih močij. Brezvestni krčmarji prodajajo popravljena ali celo narejena vina, katerih se je treba varovati kakor strupa. Prav dobro in zdravo je mešati vino z vodo, posebno s kisló vodo, kot so delali stari Špartanci pri svojih javnih obedih in delajo tudi zdaj še vsi zmerni ljudje.

Berilni spis 169.: Kava in slador.

1. Vseбина: Kje rasto in kako se goje kavovec, sladorjev trs in sladorjeva pesa; kako se pripravlja kava in slador.

2. Obseg pouka: V novejšem času se pije mnogo kave, kar je zdravju škodljivo, kajti kava ima snovi, ki dražijo živce in težijo spanje. Posebno otrokom jemlje kava zdravo barvo na licih in nima prav nobenih redilnih tvarin v sebi. Bolj zdrava pijača je kava iz prežganega ječmena, katero prodajajo pod imenom „Kneipova kava“ v prodajalnicah za mnogo manjši denar.

Slador je sicer pri mnogih jedéh in pijačah zelo potreben, škoduje pa, če ga kar samega jemo, zobem in redi pri otrocih gliste.

Berilni spis 170.: Kristavec.

1. Vseбина: Opis rastline, plodú in otrovnih lastnostij. Nekatere druge strupenice.

2. Obseg pouka: Rastline, ki imajo omotilne ali jedke strupe ali oboje ob enem, se imenujejo strupenice. Uživanje strupenic in njenih plodov zamore zdravju zelo škodovati ali celo smrt vročiti. Oso-

bito se odlikujejo korenine, gomolje in plodovi nekaterih rastlin s svojimi otrovnimi svojstvi in zrabijo nevedne ljudi k uživanju. Mnogokrat so se že dali otroci premotiti strupene jagode, semena in korenine uživati ter so se spravili tako v največjo nevarnost za življenje. Časi zgrešijo tudi odrasli previdnost v razločevanju strupenih od nestrupenih rastlin, n. pr. kuharice gledé pravega in pasjega peteršilja ter pahnejo na ta način celo družino v bolezen.

Kristavčevo seme je podobno semenu črne kumne. Brezvestni prodajalci semen vedó to podobnost sebi na dobiček, drugim pa na škodo obračati. Dobro razločevati je otrokom volčje in črne črešnje, da jih ne zobljejo in ne obolé.

Da vé mladina dobro ločiti strupenice od drugih rastlin je velevažno. Pač imajo nekatere najhujše strupenice zopern duh in ostuden ukus, vendar je tudi več takih, ki nimajo nobenih zunanjih znakov, marveč nas s svojo podobo vabijo k uživanju.

Natanko razločevanje strupenic pa more pripomoči celó k zaslužku. V lekarnah se kupujejo nekatere strupenice, katere nabirajo in oddajajo večji ljudje.

Strupenice oslabé moč očíj. Otrovanemu se tresejo udje, se vrti v glavi; sili ga spanje, šumi mu po ušesih, je truden in žejen, peče ga v goltu; trapi ga krč, otrpnejo mu udje, blede, škriplje z zobmi in zgubi glas, dok da ne sledi popolni onemoglosti smrt. Z raznimi pripomočki o pravem času se je mogoče rešiti smrti, vendar ostane delj časa slabost na telesu in umu. Take strupenice so: kristavec, volčja črešnja i. dr.

Jedke strupenice razvnamejo po uživanju želodec in čreva, da nastanejo pekoče bolečine, griza in bljevanje. Temu sledi žeja, trepetanje na životi, božjast, mrtvoudnost, nazadnje smrt, ako ni bilo pomoči. Take strupenice so: strupena zlatica, preobjeda, podlesek itd.

Ako se prikažejo po uživanju katere koli rastlinske hrane prej omenjena zna-

menja, je vselej misliti na otrovanje. V takih slučajih naj se takoj pošlje po zdravnika. Če ga ni, ali je predaleč, naj se dá bolniku mlačne z oljem mešane vode ali mleka, da začne bljevati. Zoper omotico naj pije bolnik veliko mlačne vode ali kamiličnega čaja s kisom mešanega, ali črne kave. Bolnikom naj se ne dovoli uleči se. Če jih premaguje spanec, naj se jim brizga mrzla voda in kis v obraz ter naj se vsakako odžene spanje. Omedlelim naj se vlije polna žlica kisa v usta, drgne naj se jim hrbet ali pa cel život z v kis pomočenimi cunjami. Strupenice so pa tudi zdravilne rastline. Smemo reči, da so človeku bolj koristne kot nevarne. Lekarničarji kuhajo namreč iz njih različne leke ter rabijo v ta namen posebno iztisnjeni sok, posušeno listje, zdrobljene korenine in semenje. Ne bilo bi prav strupenice zaničljivo prezirati, marveč zaslužijo, da jih tudi čislamo, kajti dajejo nam priliko občudovati modrost in mogočnost stvarnikovo.

Berilni spis 174.: Svinec.

1. Vsebina: Nahajanje svinca, njegova vporaba pri obrtu, škodljivo vplivanje na zdravje.

2. Obseg pouka: Svinčeni hlapci so zaradi otrovnosti zdravju zelo škodljivi. To éutijo na veliko kvar delavci v tovarnah za svinčeno belobo, svinčene barve, svinčen popir, svinčen sladkor itd. Meso okoli zob dobi višnjevkast rob, zobje pa orjavé in očné. Višnjeva barva se razširi pozneje čez cela usta, ki so osušena. Bolniku ne diši več jed, a toliko bolj ga muči žeja. V ustih ima nekakov oslajen ukus, sapa pa ima neprijeten duh. Otrpenje udov, hudo grizenje po trebuhu, slabo prebavljanje, hiranje itd. so žalostni učinki otrovanja po svinču. Ta bolezen se da odpraviti, a se zopet povrne, ako se pečanje s svinčcem nadaljuje.

Nevarno je piti vino s svinčnim sladkorjem popravljenemu, tudi duhanu, ki je bil zavit v svinčen popir, ni upati. I. K. — Trb.