

Narodna in univerzitetna knjižnica
v Ljubljani

280170

RAVNIK

navadnih boleznih človeka.

oleg

**Hufelanda, Rusta, Tissota
in drugih**

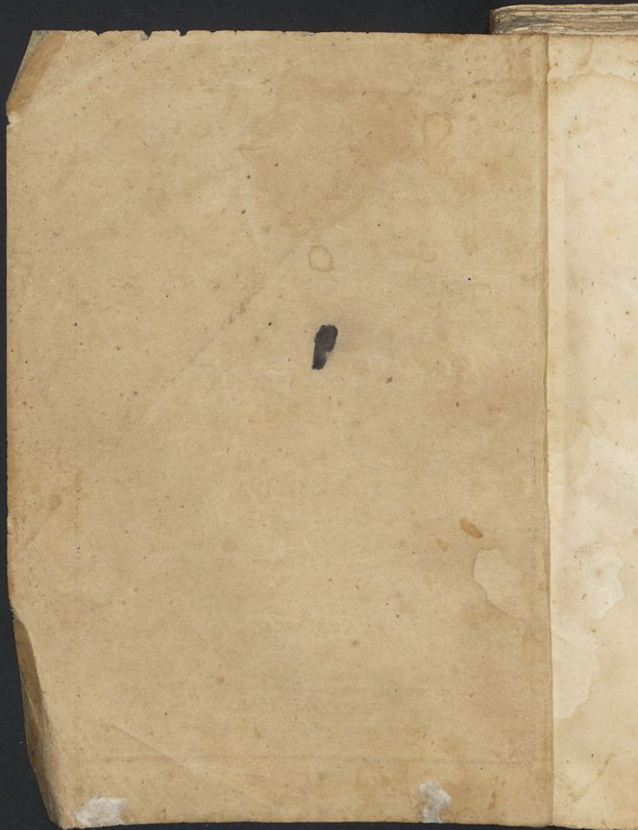
sostavil

K. ROBIDA.

Drugi natis.

V Celovcu 1861.

Natisnil in na prodaj ima Janez Leon.



4
Pe/2

6.

334



DOMAČI ZDRAVNIK

v

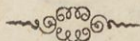
navadnih boleznih človeka.

Poleg

Hufelanda, Rusta, Tissota
in drugih

sostavil

K. ROBIDA.



Drugi natis.

V Celovcu 1861.

Natisnil in na prodaj ima Janez Leon.

280170

280170



N 1134/1976

KAZALO.

	Stran		Stran
Predgovor	VII	5. Bljuvanje kervno	26
I. POGLAVJE.		6. Bljuvanje mleka	26
Zdravilne vodbe.		7. Bodeње	27
§. 1. Od življave sploh	1	8. Bolest v bedru	27
§. 2. Posebne življavne vodbe	2	9. Božjast	28
§. 3. Od glavnih opravil	5	10. Bradovice	29
§. 4. Od oblačil	7	11. Bradovice persne ranjene	30
§. 5. Od snažnosti	8	12. Bunke mlečne	31
§. 6. Čudovitna moč merzle vode	8	13. Cedenje iz ušes	32
§. 7. Od gibanja in dela	13	14. Čutnic slabost	32
§. 8. Dergnenje kože	15	15. Davica	33
§. 9. Razpoložnost serca	15	16. Dera otročja	34
§. 10. Oddihlej	16	17. Divje meso	35
§. 11. Pijača	18	18. Dlesna bolna	35
II. POGLAVJE.		19. Dojnic treslika	35
Popisovanje bolezin in njih		20. Dretje otročičev	36
zdravljanje.		21. Garje	37
1. Bdenje	22	22. Gerla bolezin. (Vnetje)	38
2. Bezumnost pijancov	23	23. Gerla zabasanje	39
3. Bledica	23	24. Glad pasji	40
4. Bljuvanje	24	25. Glavobol	40
		26. Gliste	41

	Stran		Stran
27. Gobice	43	59. Krivica	78
28. Golžun (krof)	44	60. Kurdej. (Škorbut)	79
29. Gripa	45	61. Las zguba	80
30. Grizenje. (Kolika)	45	62. Lednic bolest	80
31. Grizenje slikarjev	46	63. Legar	81
32. Griža	46	64. Lišaj	82
33. Hitrica ali driska	47	65. Maternica	83
34. Hromanje	50	66. Medica	84
35. Hujšanje	51	67. Mehurji na nogah	85
36. Jačmenec	53	68. Mertud	86
37. Jetika ali sušica	53	69. Mertudenje in nevkretnost	87
38. Kašelj	56	70. Merzlica	88
39. Kašelj zadušljivi (Keuch-		71. Mizerere	89
husten)	58	72. Močotok. (Harnruhr)	90
40. Kerč. (Konvulzie)	59	73. Modrelost	91
41. Kerč željustni	59	74. Mora	91
42. Kerč mečni	60	75. Naduha	92
43. Kerč pri otrocih	60	76. Nagluha (Schwerhörigkeit)	93
44. Kerč persni	61	77. Nahod	94
45. Kerč v želodcu	61	78. Napenjanje	95
46. Kervavnica. Zlata žila	63	79. Napenjanje želodca	96
47. Kervni naval	65	80. Noge merzle	97
48. Kervomok	66	81. Noge otekle	97
49. Kervotok	67	82. Nogopot	98
50. Kervotok iz nosa	69	83. Nohet v meso rije	99
51. Kila ;	70	84. Očna nemoč	99
52. Kolcanje	71	85. Odkoženje	100
53. Kolera	72	86. Odre (Masern)	101
54. Kosti morske	74	87. Oko kermežljivo	102
55. Kostolomi	75	88. Oko kurje	104
56. Kozé	75	89. Omotica	104
57. Kozé nepristne	77	90. Opeklina	105
58. Krastovec	77	91. Oteklina	107

	Stran		Stran
92. Ozeblina	108	124. Šinje	146
93. Pesek in kamen	110	126. Škerlatina	146
94. Pijanost	112	126. Šumenje v ušesih	148
95. Pik merčesov	112	127. Tek manjkljivi	148
96. Pljučnica	113	128. Trebušne bolezni	148
97. Polnokervje	114	129. Tresenje	150
98. Popek kilavi	115	130. Treslika	151
99. Potenje	116	131. Treslika gnjila	152
100. Pot zadržani	116	132. Treslika poroduic	153
101. Prebavljanje slabo pri otrocih	118	133. Treslika žlezna	154
102. Prebavljanje slabo (sploh)	121	134. Treslika žolčna	155
103. Preležanje	122	135. Trohnenje kosti. (Knochen- frass)	155
104. Prepad ritnika	123	136. Tur	157
105. Prestava mleka	124	137. Uši	157
106. Prisad. (Rrand)	124	138. Vgnjide (Geschwüre)	158
107. Pristudzenice. (Flecken)	125	139. Vgriz od kače	160
108. Puppenčine. (Nesselsucht)	125	140. Vnetje sploh	163
109. Putika ali podogra	126	141. Vnetje črev	165
110. Rak	127	142. Vnetje jeter	166
111. Rane	128	143. Vnetje jezika	167
112. Razpokline	131	144. Vnetje mehurja in ledic	168
113. Razširenje žil	131	145. Vnetje modet	169
114. Revmatizm	132	146. Vnetje možganov	170
115. Rihlice. (Rötheln)	133	147. Vnetje očesa	171
116. Sapa smerdljiva	134	148. Vnetje slinjak	172
117. Scanje nehoteče	135	149. Vnetje trebušine	173
118. Sercotrept	135	150. Vnetje trepavnic	173
119. Skernina (Gicht)	136	151. Vnetje ušes	174
120. Spahnenje. (Verenkung)	138	152. Vnetje uranice	175
121. Spolovil bolezni	139	153. Vnetje želodca	175
122. Steklina	141	154. Voda zaperta	176
123. Šena	144	155. Vodenica	177

156.	Vodenica persna . . .	178	172.	Zobenje težko . . .	195
157.	Vred. (Abscess.) Glej		173.	Zobobol . . .	196
	"Rane" . . .	179	174.	Zvitje člena. (Verstauchung)	197
158.	Vročnica . . .	180	175.	Želodec pokvarjeni . .	198
159.	Vsepence. (Friesel) .	180	176.	Želve. (Skrofeln) . . .	199
160.	Vsepence mehurnate . .	181			
161.	Vterdina jeter . . .	182		III. POGLAVJE.	
162.	Zaduha. (Stickfluss) . .	183	A.	Pomoč v zdetni smrti . .	203
163.	Zanohtnica . . .	183	B.	Zdetna smert od slabega zraka	207
164.	Zapertje . . .	185	C.	Zdetna smert od ovretega	
165.	Zastaja mleka in vnetje			sopenja . . .	210
	siskov . . .	186	D.	Zdetna smert zavolj zadušene	
166.	Zavdanje . . .	188		životvorne moči . . .	212
167.	Zgaga . . .	191		Perva doklada od solnega žga-	
168.	Zlatenica . . .	191		nja in njegove moči v	
169.	Zlovoljnost (Hypochondrie)	193		raznih boleznih . . .	218
170.	Zmečklej . . .	194		Druga doklada. Hufelandova	
171.	Zmolčnost . . .	195		domača apoteka . . .	229

III. POGLAVJE.

A. Pomoč v zdetni smerti . . .	203
B. Zdetna smert od slabega zraka . . .	207
C. Zdetna smert od ovretega sopenja	210
D. Zdetna smert zavolj zadušene životvorne moči	212
Perva doklada od solnega žga- nja in njegove moči v raznih boleznih	218
Druga doklada, Hufelandova domača apoteka	229

Predgovor.

Zdravje, vsakemu ljubo, je k srečnemu življenju bolj potrebno, kakor srebro in zlato. Zdrav in priden človek si denarja prisluži; ali bogat bolnik si ne more zdravja kupiti. Dolgočasna bolezen bolnika in vse, ki so krog njega, nadlegova. Bolna mati ne more hiše oskerbovati; ne more otročičev k pridnosti s svojim izgledom pri-
ganjati; jih ne more k božji službi s svojo pobožnostjo vnemati. Namesto da bi drugim pomagala ali postregla; sama potrebuje ptuje pomoči in postrežbe. Bolehni otroci zamudijo svoje izobraženje, na duši in telesu medli ostanejo. Kdor delavca ali posla išče, si zdravega in čverstega izbere. Ne le za delo, ampak tudi za veselje je zdrav človek bolj pripraven, kakor bolan; in za kratek čas nobeden bolnika ne obiskuje, temuč se ga ogiba, ako ga potreba ali dolžnost k bolniku ne síli. Gotovo najdeš ljudi, ki iz milosti ali bogaboječosti bolnike obiskujejo, jim strežejo in pomagajo; vendar blagor temu,

kteri si sam streže in pomaga: zakaj ptuje pomoči dostikrat pogrešaš, kedar si je nar bolj potreben; in navadno ima tisti nar več prijatlov, ki jih nar manj potrebuje.

Kdor ceno zdravja pozna, se bo trudil zvediti, kaj zdravje ohrani, in kaj zgubljeno zopet prinese. Še golob krog sebe pogleda, ali ni jastroba blizo, preden se iz golobinjaka poda zernja iskat. Ali je mogoče, da bi človek za zdravo življenje manj skerb, kakor brez-pametna živad? In vendar je dostikrat taka. Poglej na plesišče! Fantje in devojke se pehajo, kakor da bi se za večno srečo poganjali; lica gorijo, žile bijejo in iz života se sopar kadi. Bezumno so se vtrudili in si kri sogreli. Morebiti se bojo saj sedaj škodljivega premraženja varovali? Zakaj vsak hlapec ve, da se vroča živina ne sme prehladiti, ne sme napajati. Vendar plesavci in plesavke sebe ne varovajo tiste škode, katero od živine odvrtačujejo. Gasijo z vinom vneto kri, in vtrudene kolena podbadajo; iz gorkega plesišča grejo na hladne kraje in iščejo vetra, ki jim z vročino vred zdravje odpiše.

Na plesišču od zdravičnih vodil in žganjopivcu od koristne treznosti pridigovati, je prazno slamo mlatiti. Torej se obernem k staršem, katerim je zdravje otročičev prihraniti skerb; obernem se k unim pobožnim ljudem, ki svojo dolžnost, zdravje ohraniti, spoznajo, in to dolž-

nost po mogočosti spolnujejo. Letem bom naznanil, kaj je človeku hasnjivo, kaj škodljivo; po katerih potih se zgubljeno zdravje zopet zadobi. Morebiti se bo sčasoma tudi žganjopivec streznil in ves vodeničen k zdravniku sopel; morebiti se bo tudi plesavec po dolgi bolezni spametoval in hripaje prašati jel, kaj zdravju škodje? kaj bolečine naklanja? kaj življenje krajša? Ako ta ali uni prepozno bara, česar se je treba ogibovati, česar posluževati, da zdravo in dolgo življenje se upati sme: bo saj druge z besedo in izgledom učil, da slabo gospodari, kdor za kratko veselje dolgo žalost kupi.

Kaj je storiti, kedar človek zboli? V vsaki bolezni, naj je lahka ali huda, se mora duša in telo vpokojiti. Zakaj nemirnost duše in telesa človeško moč manjša, in torej bolezin hujša. Skerbi je treba iz glave izbijati, od vsakdanjih opravil nehati, da se duša in telo počijeta, in se bolezni ložeje branita. Kdor se v bolezni, kakor zdrav napenja, svojo moč slabi, vedno bolj peša, in ako se ravno trudi, vendar nič prav ne opravi. Odloženo delo ni vselej zamujeno delo; in kedar človek ozdravi, pomudo lahko popravi. Tako naj gospodar ne le s seboj ravna, ampak tudi s svojo družino. Saj vendar z bolno živino poterpiš in ji delo polajšaš, zakaj bi ne poterpel z bolnim človekom, ki je tvoj brat, in kakor ti po božji podobi vstvarjen? Kedar je bolezen nevarna, je treba dušne in telesne pomoči iskati. Mnenje, da človek, kte-

rega dušni pastir obišče in s sv. zakramenti previdi, mora umreti, je napčno in škodljivo. Kdor se z Bogom spravi, dušni mir najde, in od Boga, s katerim se je združil, pomoči upati zamore. Mirna duša, terdno upanje na Boga tudi k telesnemu ozdravljanju pomaga in navda človeka z nebeško močjo, da bolečine in težave volnejše prenese. V nevarni bolezni je tudi treba po zdravnika poslati, ki od Boga stvarjenih zdravil bolniku poda. Zakaj Bog ne dela pri vsakem bolniku čudežev; ampak tirja od njega, da tistih pomočkov zoper bolezin rabi, ktere skušnja za dobre poterdi. Iz skopije po zdravnika ne pošiljati ali zdravil ne kupovati, je gerd greh, in namesto dobička še večo zgubo prinese. Postrezi lepo bolnemu človeku, in ne bodi nevoljen, ako njegova bolezin dolgo terpi, ako ti on svoje bolečine toži; ako mu ne diši in tekne vsakdanja hrana. Kar ti želiš, da bi drugi tebi bolnemu storili, to tudi ti bolniku stori. Tudi v gnusljivi bolezni se ga ne ogibaj, da ne postane žalosten, in da se še bolj nesrečnega ne misli, kakor je v resnici. Nikdar mu ne oponašaj, ako si je sam bolezin naključil. Kar zdravnik ukaže, naj bolnik natanjčno spolnuje, in drugi naj mu prigovarjajo, da grenke zdravila sladko zdravje v sebi imajo. V nevarni bolezni se ne sme pozabiti, da človek tudi časne reči poravna. Dušni pastir ali kak prijatelj bolnika naj ga umno spomni, da je bolezin nevarna, in akoravno smert ni gotova, je vendar dobro, da on (bolnik) svoje

časne reči vredi, da se nobenemu ne godi krivica, in da ne postanejo gerdi prepiri, ako bi ga Bog k sebi poklical.

V sledečih listih narprej najdeš življavo, ktere se mora človek deržati, da zdrav in dolgo živi. Ne daj se zapeljati takim, ki brezredno in nezmerno živijo in terdijo, da jim takšna življava dobro tekne. Kar danes ne škodje, zamore jutro škodovati; kar hipoma človeka ne spravi pod zemljo, ga večkrat sčasoma razgloda; kar umnemu ne škodje veliko, bi tebi lahko smertno bolezen naključilo. Verh tega je pomisliti, da le nespametna živina brez razločka zgrabi, kar jo mika; ali človek prevdari, kaj je grešno, kaj je hasnjivo, kaj škodljivo — in potlej se prvega derži, poslednje opusti. Marsikteri korenjak, ki bi bil po lastnostih svojega života lahko visoko starost doživel, se je mlad v jamo pogreznil, ktero si je sam kopal. Kako se bo leta pred božjim sodnikom zagovarjal, kteri ga bo vprašal po zakopanih talentih? Torej rabi jedila, pijačo in telesne moči na tako vižo, da se ti nikdar ne bo treba kesati.

Bolnikom potrebno življavo sem pri sleherni bolezni posebno naznanil. Ako nimaš tega, kar je po skušnjah v kaki bolezni nar bolj hasnjivo, rajše se s pičlo hrano tolaži, kakor da bi si želodec pokvaril. Malo bolnikov je od lakote umerlo, veliko od prebasanega želodca. Ne verjemi svetovavcom, ki z maselcom dobrega vina sleherni bolezni ozdraviti menijo; ne poslušaj kvasačev:

Kaj ti more ta mervica škodovati? Tudi mervica strupa lahko umorí. In v nekterih boleznih je vino, in so neke jedila gotovi strup. Rajše se derži poterjenih skušenj, kakor da bi na svojem životu nevarne skušnje delal.

Bolezni, ktere v teh bukvah popisane najdeš, so bolj navadne. Popisal sem jih po nar bolj očitnih znamnjih, da jih lahko spoznaš, in kedar si jih spoznal, presodiš, ali so nevarne, ali ne. Nisem v ta namen bukev spisal, da bi ti po njih sleherno bolezin brez zdravnika ozdravljaj. Takih bukev ni, in jih nobeden spisati ne more. Marsikdo ve, da se s šivanko in nitjo šiva; vendar naglo in lepo šivati, pripravne obleke napravljati le tisti zna, ki se je dolgo uril. Kako si upaš brezštevilne bolezni, ki se vsakokrat drugačno kažejo, koj ozdravljati, ako si le nekaj od njih slišal ali bral? Tudi bistrournemu in skušnemu zdravniku je večkrat težavno bolezin spoznati, in za njo gotovo zdravilo najti.

Zdravil sem tiste naznanil, ktere se rabijo pri prostem ljudstvu; ktere se povsod najdejo, in ktere se od zdravnikov sploh poterjene. Bolj močne zdravila, ki o pravi rabi veliko pomagajo, v nevednih rokah so pa strupi, bode zdravnik nasvetoval in slehernemu bolniku posebej naročil, koliko in kedaj jih mora jemati. Iz tega vidiš, da lete bukvice nočejo domačih zdravil spodriniti; ampak slehernega podučiti, ktere domačih zdravil, in v kateri bolezni so posebno hasnjive. Zakaj velikokrat

se primeri, da sosedje in sosednje, botri in botre toliko, in dostikrat napčnih zdravil nasvetovajo, da revni bolnik od samih zdravil hujše zbolí ali clo umerje.

Nemške bukve, po katerih sem pričujoče slovenske zložil in po „Novicah“ pomnožil, so že večkrat natisnjene bile, kar dokáže, da jih Nemci občno rabijo in za dobre poterdiijo. Bog daj, da bi Slovencom k ljubemu zdravju pomagale!

V Celovcu na sv. 3 kraljev dan, 1854.

se prameni, ali sorode in so odnjel, kot bi bil bolno volilo,
in do njih pa prišli zbirati naslednje, da tudi bolno
od samih zbiranih xboj ali do umaga.
Novele, ki so, po kletih sem, v slovenske
xboj in so, Novela, pomeni, so to, ki so, v slovenske
bilo, kar dokazuje, da bi Novela, obna, in za dobo
pomeni, ki so, da bi, v slovenske, ki so, v slovenske
pomeni.

Novela, ki so, 3. knjiga, dan 1864.

I. Poglavlje.

Zdravilne vodbe.

Da zdravje, nar veči dar božji, prihranimo, je treba vediti, kaj človeku služi, kaj mu škodje. Da se koprive varješ, jo je treba poznati; da se ne opečeš, se je je treba ogibati. Torej zdravilne vodbe pazljivo beri in po njih živi, ako ti je zdravje ljubo.

§. 1. *Od življave sploh.*

Življava zapopada pametno rabo vsega, kar nam k ohrambi življenja pomaga; navadno pa pomeni zavžitek nasvetovane hrane in pijače.

Gotovo je narbolj naravno jesti, kedar si lačen, in piti, kedar si žejen; vendar vsakdanje opravila terjajo odločeni čas k jedi. Človek se od mladosti navadi ob tem času jesti, in lačen postane, kedar se ta čas bliža.

Koliko hrane je človeku potreba? Toliko je zavžij, kolikor je je potreba, da nisi lačen in žejen.

Kterega zavžita hrana nadleguje, je čez mero jedel in pil. Zdravniki svetovajo saj en dan v tednu mesnih jedi se zderžati. Iz tega se vidi koristnost cerkvene zapovedi, ktera v blagor duše in telesa poste naklada.

Trikrat na dan jesti je dovelj za zdravega človeka, ker želodec 6 ur potrebuje, dokler hrano dobro prekuha. Odpravi med jedjo vse skerbi iz glave in vse strasti iz serca. Zdravo je v družbi jesti, zakaj dobra volja je nar boljša začimba hrane.

Pijače človek več potrebuje, kakor jedi. Navadna pijača naj je voda. Druge pijače so večidel nepotrebne, dostikrat škodljive, ki življenje krajšajo. Zmernost v jedi in pijači ohrani zdravje duše in telesa, in te prijetnega stori ljudem in Bogu.

§. 2. Posebne življavne vodbe.

Človek potrebuje živeža, da si ohrani življenje in zdravje; torej greši, kdor le živi, da bi jedel in pil.

Ne bodi izberčen v hrani, vendar premenjaj jedila, ako ti premoženje dopusti. Tudi v jedi se vsakdanje upira. Premastne jedila, preležane ribe, kruh iz peči, star in plesniv sir, terdo kuhane jajca, suho meso, preslana in začinjena hrana, presladko ali vroče jedilo ni zdravo. Želodec se po-

kvari, ako mu več gorkih, kakor hladnih jedil daješ. Po zimi je dobro terdih in težeje prebavljivih jedil se poslužiti, da želodec pridnejše melje, in da se v truplu več gorkote rodi. Ne jej prenaglo, in dobro požveči jedila, da razdrobljene in s slinami zmešane v želodec pridejo. Ne prebaši želodca, sicer ne bo mogel jedil prekuhati; pokvarile se bojo, in gnjiti začele. Potem pride pokvarjena sočnost v kri, iz ktere mnogotere bolezni izvirajo. Nehaj jesti, akoravno ti še diši. Pred jedjo in kmalo po jedi ne trudi ne duše ne telesa, ampak malo se počij. Malo prej, kakor v postelj greš, ni zdravo jesti, kedar med spanjem tudi želodec počiva, in torej jedil ne prekuha. V pijačo se posluži vode, kedar si žejen, vendar nikdar ne pozabi, da se pijača želodcu nar bolj prileže, ako ni z jedilom nabasan. Osebe, ki so polnokervne, po vnetju ali kervotoku bolehujejo, se morajo obilnih jedil zderžati. Rastline jim teknejo, in redke in vodene jedila. Kiselnato sadje jim služi; vinskocvetne pijače in dišeče jedila jim škodjejo.

Slabotne osebe, pri katerih čutnice domujejo, in ktere so dražljive, naj se zderžijo močnih jedil in pijač. Leté so jim pihavnik, po katerem ogenj sicer bolj svitlo gori, tode krajši čas terpi, kedar se kurjava naglo potrati.

Hrana dojenčev je materno mleko, ktero nar bolj namesti mleko dojičino. Odstavljenim otrokam se daje malo in redke hrane. Pozneje dobivajo bolj gosto hrano, vendar malo mesnega. Pijača je čista voda. Želvastim otrokam se včasih da malo čistega vina. Sploh je paziti, da otroci dobivajo večkrat, pa po malo jedil.

Starček malo hrane potrebuje, ali prevelika zmernost mu tudi škodje. Kuhano ali pečeno meso, zeliša, sadje naj vživa. Paziti mu je treba, da so jedila mehke, in da jih tako dolgo prežvekuje, dokler niso vse s slino prevlečene. V pijačo služi starčikom vino, ako si ga kupiti morejo.

Krepke dekleta so dostikrat vertoglavne, serce jim močno bije, kri iz nosa teče. Takim služi redka, hladivna hrana, gorčica (ženf) v kopeli za noge. Vendar tudi slabotnim deklicam kri v pljuča in glavo sili. Letem pomaga kapljica dobrega vina in kave (kofeta). Nosečim in porodnicam je zmernost nar boljše zdravilo. Njih jedila morajo biti lahko prebavljive in tečne, katerih naj se po malem poslužijo; njih pijača ne sme kervi preveč razgreti. Porodnice naj se sčasoma na obilnejše in bolj močne jedila navadijo. Napčno in nezdravo je porodnicam vina in mastne hrane precej dajati.

§. 3. *Od glavnih opravil.*

Učeni možje, ki večidel sedijo, berejo ali pišejo, svoje možgane močno napenjajo. Tem je natanjčna življava potrebna. Takrat naj se trudijo, kedar jih delo veseli; sila jim razruši truplo in dušo. Da si njih duša oddahne, naj se pod milim nebom sprehajajo; oko, ktero je čerke ali številke dolgo gledalo, naj se ozira na zelene njive, travnike, gozde. Kedar vreme sprehajanja pod milim nebom ne pripusti, naj se leti možje z dobrim prijatlom radujejo, da se jim po dolgem trudu glava ohladi. Slab želodec je navadna boleost učenih mož; torej naj jejo perutnino, ribe in zelenjavo. Tudi kuhano sadje se jim dobro prileže. Vina in kave naj se zmerno služijo. Svojo izbo morajo pogosto pre-
vetriti in v vsih rečeh za snažnost skrbeti. Po zimi naj se v mlačni, po leti v merzli vodi kopljejo. Pre-
kratko ali predolgo spanje jim je enako škodljivo.

Na kaj je tistim paziti, ki težko delajo in svoje mišice močno nategujejo? Leti naj se varjejo, da se ne pretegnejo, sicer si lahko naključijo kako vnetje, kervotok, kilo ali raztegnjenje cipel (žil). Enake nadlege napadujejo kmete, jezdarje in ple-
sarje. Leti naj udom, ktere nar bolj napenjajo, od časa do časa počiti dajo. Spanja več potrebujejo,

kakor drugi ljudje. Vsesortno meso, režen kruh, vino, zmerno zavžito žganje jih nar bolj krepča. Kar je mogoče, naj se varjejo sončne vročine, in naj svoje dela, ako okoljšine dopustijo, v senci končajo. Kopelj v tekoči vodi in snažno perilo jim posebno služi.

Ljudje, kateri svoje dela sedé opravljajo, bole-
hajo po slabem prebavljanju; njih sopenje je slabo, kri pokvarjena. Njih obličje je blede, oko kalno. Vidi se jim, da so mnogoterim boleznim podverženi, namreč: Želvam, oteklinam žlez, garjam, lišaju. Takim ljudem nar bolje služi se pogosto pod milim nebom sprehajati, lahko prebavljive jedila, namreč meso, pogačo zavživati, vino in žganje zmerno piti, in v tekoči vodi večkrat se kopati.

Ljudje, ki se s svincom, kotlovino, živim srebrom in mišico pečajo, lahko bolehajo po rudninskem grizenju, tresejo se jim udje, in tožijo čez mnogotere težave. Za take delavce je prvo vodilo, se varovati škodljivega sopuha. Njih jedilo mora biti zdravo in obilno; vino, ako si ga kupiti zamorejo, čisti zrak, pogostno kopanje in omivanje jim pomaga zdravje hraniti.

§. 4. *Od oblačil.*

Oblačilo se ravna po vremenu, je po letu lahko in tenko, po zimi debelo in gosto. Zimsko obleko je treba zgodno obleči in pozno v spomladi sleči. Mokro oblačilo se ne sme na človeku posušiti. Volnato oblačilo je bolj starim ljudem zdravo, in tistim, ki večidel sedijo, in ki vsak veter čutijo. Ne pokrivaj glave s pregorko ali težko rečjo. Nar boljše bi nam bilo odkritim hoditi, ako bi nam sončni žarki ne škodovali. Tem se branimo z lahkim slamnikom.

Pretesne oblačila so grozno škodljive, katerih se varovati vse ljudi, posebno pa ženske svarimo.

Slabotne osebe naj dobro pazijo na premembe vremena, da se okovarijo zoper vlažnost in mraz. Volnato oblačilo je tem in tistim, ki so dolgo bolest prestali, nar bolj zdravo.

Novorojenci potrebujejo gorkote, vendar jih je treba take povijati, da roke in noge lahko gibljejo. Povijalo mora snažno biti, in jih nikakor ne sme stiskati. Dveletnemu otroku se da ložeje oblačilo, da se sčasoma na premembe vremena navadi. — Mladenč in možak lahko preterpita vročino in mraz; sivčika bi mraz umoril, torej se mora volnatih in pavalnih oblačil posluževati.

§. 5. *Od snažnosti.*

Ne samo po pljučah, ampak tudi po potnih luknjicah serka človeško truplo iz zraka, kar mu je koristno; in po teh izrine, česar ne potrebuje. Iz tega se vidi, da je treba luknjice, po katerih se zrak in pot pomikujeta, snažne imeti. Toraj moraš kožo celega trupla večkrat omiti, kakor to na obličju, vratu in rokah vsak dan storiš. Ako to omivanje opustiš, se potne luknjice zabašejo, mnogotore bo-
lesti si si naključil, kakor lišaje, zabobol, vnetje pljuč i. t. d.

Snažnost dalje tirja, da srajco in tiste obleke, ki na koži ležijo, večkrat preoblečeš, in vmazane posteljne obvlake s snažnimi namestiš. Zvunajne oblačila naj so snažne brez gizde in zapravljivosti.

§. 6. *Čudovitna moč merzle vode.*

Merzla voda, ako se po pameti rabi, človeka zdravega in čverstega hrani, in mu zoper mnogotere boleti pomaga. Kako se ima človek vode posluževati, da mu hasne, kažejo sledeče vodbe visokoučenih zdraviteljev.

a) *Merzla voda, zdrava pijača.*

Merzla voda krepča rastline in živali. Domače živali in zverine obiskujejo o svojem času studence

in se merzle vode napijo; pes, zvest pajdaš človeka in varh doma, zboli po strašni steklini, ako mu vode pomanjkuje. Ob suši pomerjejo rastline, in živali po kugi pocepajo. Tudi človeku je merzla voda nar boljša pijača, mu hrani zdravje, čisti kri in je v mnogoterih boleznih nar koristnejše zdravilo. Voda krepča želodec in čreva, podpira prebavljanje in je, kakor dr. Röder pravi, domača lekarnica za mlade in stare ljudi. Kdor dovolj merzle vode pije, tega ne bo gosta in vlečljiva žleza nadlegovala. Kar je v truplu nezdravega, odpelje voda po potu in scanici. Že v ustih razodene merzla voda svojo moč, kedar krepča dlasno, varje gnjilobo in zobne rahlosti. Merzla voda je nar boljše sredstvo zoper smerdljivo sapo.

Merzla voda zrédi žolčnate soke, iz katerih izvira tužnost, in kroti serditost. Kdor zmerno živi, sprehajanja pod milim nebom ne zamudi, in merzle vode za pijačo se navadno posluži: leta si je dolgega in veselega življenja svest.

Kdaj in koliko je treba merzle vode piti, da človeku hasne?

Zjutrej, kedar vstaneš, pij, ako ti je mogoče iz studenca, eden ali dva kozarca vode, in se počasno sprehajaj pod milim nebom. Pred kosilom in med kosilom ti je tudi zdravo kozarec vode piti, ako te

žeja. Vendar se vari, koj po vročem jedilu piti, da si zob in želodca ne pokvariš. Na večer ob petih, in preden v postelj greš, je zopet koristno eden ali dva kozarca vode popiti. Kdor se pa merzle vode v bolezni kakor zdravila poslužuje, je mora še enkrat toliko, kolikor smo zgorej rekli, popivati.

b) Kopanje v merzli vodi.

Voda izmije potne luknjice kožne, leze skoz nje v truplo, raztopi zastojne, zredka kri, da ložeje skoz žile teče, in zbudi tako neko vgodnost v človeku, katero sleherni po svojih skušnjah pozna.

c) Omivanje.

Omivanje v tem obstoji, da se cel život, posebno zatilnik, z mokrimi rokami dobro dergne. Ako si spehan, ali ako je tvoja duša nemirna, se nikdar ne omivaj. Nezdravo je tudi se omivati, kedar si ga preveč pil. Nar boljši čas k omivanju je zjutranji, kedar ustaneš, ali zvečerni, preden greš v postelj. Vedno se vari, da se pri omivanju ne prehladiš!

d) Kopanje v kadi.

Kedar se v tekoči vodi ne moreš kopati, si napolni kad z vodo, ktera pa ne sme biti premerzla. Pridno si dergni život, da se zgreje. Glavo v vodo potapljevati, jo z vodo polijati, ne pozabi, da ti kri

preveč v glavo ne sili. Preden se v kad, ali v tekočo vodo podaš, je treba vso glavo, pazuhi in persi dobro pomočiti in dergniti. Bolj ko se giblješ v vodi, bolj ti je zdravo. Kopanje čez četertinko ure naj ne terpi; ako te v vodi merzuje, urno jo zapusti. Kedar iz vode stopiš, se z rjuho obriši in odergni, da oblačilo na suho kožo pride, in da se ne prehladiš.

Starim ljudem je velika opaznost pri kopanju potrebna; njim topla voda bolj služi, kakor merzla.

e) *Kopel za noge.*

Noge stojijo v merzli vodi do meč, ali pol ure dolgo, ali le četertinko ure. Bolj merzla ko je voda, bolj vleče. Leta kopel overa kervni naval proti glavi, persim in trebuhu, torej je koristna pri glavobolu, kervokipenju, kervavnici (hemoroidah); tudi pospešuje zaostalo mesečino pri ženskah.

f) *Sejokopel*

se tista imenuje, pri kateri se človek v pripravno posodo vsede, in zadnico s spodnjim trebuhom v merzli vodi derži.

Leta kopel je koristna pri kervokipenju proti trebuhu, pri griži, hitrici in pri moževni nemoči, ktera iz razuzdanosti izvira, pri hemoroidalnih bun-

cah, in kedar te na ritniku serbi. Po dvakrat na dan se je posluži, in vsakbart kakih deset do petnajst minut v vodi posedi. Bolehne dele života vedno dergni z roko, da kri bolj urno po žilah teče.

Polivanje z vodo budi življenje kože, pomori bolečine in razbije zastoje.

g) Merzli okladki.

Okladki o pravem času in na pravo vižo rabljeni so gotova pomoč zoper razne bolesi; sicer pa lahko škodovajo, torej se jih po nasvetu zdravitelja poslužuj. Zoper nekatere bolesi, postavim zoper kervni naval, zoper vnetje se okladki v 5 minutah ponavljajo. Plateno brisalo se namreč v merzli vodi dobro namoči, enmalo ožme, na bolni del položi, in hitro ko se ogreje, z drugim namesti. — Zoper dolgočasne bolesi leži okladek 2, ali 3, ali celo 12 ur na tistem delu trupla, brez da ga ponoviš. Torej ga je treba s suhim platnom ali z vošenim tafetom zagerniti in dobro povezati. Tak okladek od konca hladi, pozneje se začne sopariti in namestuje parno kopel. Bolni ud (organ) poserka nekaj vode, ktera s pomočjo gorkote bolezin omehča, ki jo okladek na se potegne. To se spozna iz smradu odvzetega okladka in iz kalne vode, v kateri okladek pereš. Hasnjiva moč okladkov se tudi spozna na pomanj-

šanih bolečinah, po zginenju oteklin in drugih zvonanjih znamenj.

Mnoge skušnje pričujejo, da ni bolj koristnega in manj nevarnega zdravila bolestim v okom priti ali jih ozdravljati, kakor je uredjena pijača in pametna kopel v merzli vodi, ako ju podpira treznost in zmerno sprehajanje.

§. 7. *Od gibanja in dela.*

Življenje je gibanje; pokoj razslabi in je podobna smerti. Gibanje uri telesno moč, jo množi in krepča. Nič, pravi gosp. Vogel, bolj ne oživlja čutnic, kakor sprehajanje pod milim nebom; nič razun gibanja ne more tistim boleznim v okom priti, ktere izvirajo iz oslavljenih organov telesa.

Kdor svoje vsakdanje dela v izbi opravlja, naj se saj eno uro pod milim nebom sprehaja, naj je vreme lepo ali gerdo. Zjutraj, kedar ustaneš, je za to nar koristnejši čas; pa tudi popoldan kake ure po kosilu. Ako je zrak suh in vroč, ti je silno gibanje škodljivo. Torej se po leti sprehajaj zjutraj in zvečer, po zimi krog poldneva.

Po dnevi, dokler sonce sije, je potrebni zrak nar bolj zdrav. Zakaj sonce stori, da rastline kislic, brez ktere ga ljudje in živali ne morejo živeti, obilno izdihajo. Sončna svetloba razveseljuje dušo in tolaži

žalostnega. Tedaj je tisti posel človeku nar bolj hasnjiv, pri katerem se pod milim nebom suče; zlato solnce ga obsija in on čisti zrak serka.

Rokodelci in učeni možje, kateri svoj posel v izbi opravljajo, naj nobenega trenutka ne zamudijo, po kakem vertu se sprehajati, ali daleč od mestnega zidovja na polju pod milim nebom se okrepčevati. Zmerna poslenost duše je enako potrebna, kakor telesno gibanje. Kakor leto okrepčuje truplo, tako uri una dušo. Truplo se mora gibati in truditi, da zdravo ostane; dušne moči je treba vaditi in napejati, da ne opešajo in da se ne pogubijo. Omika duše lepša truplo in mu pravo čast deli. Čezmeren in prezgoden trud duše je grozno škodljiv zdravju, toraj naj si vsakteri tisti posel izvoli, ki se duševni moči nar bolj prileže.

Kdor pri svojem poslu sedi, naj večkrat ustane in naj se stegne; ako je mogoče naj včasi stojé dela. Zakaj sedéč stiska čreva in overa krogotok kervi. Iz tega izvirajo glavobol, kervni navali, omotica, kervavnica in druge bolesi. — Predolgo stati je pa tudi nezdravo, kedar noge pešajo in kri v nogah in trebuhu zastaja.

Blazinjeni stoli so nezdravi, ker zadnico preveč grejejo in kervavnico zbujaajo; leseni ali iz cevki spleteni stoli so bolj zdravi.

§. 8. *Dergnenje kože.*

Nar bolj rahlo gibanje trupla postane, kedar ga z roko, ali z flanelom, ali s pripravno kertačo dergneš. Greki in Rimci so dergnenje visoko čislali, in pri Izhodno-Indijanih je še sedaj v rabi. Dergnuj pa celo truplo, ali saj trebuh, herbet, roke in noge. Dergnenje čedi kožo, raztopi zastajoče žleze, podpira hlapenje, krepča miške in množi gorkoto in življenje celega trupla. Dergnenje je posebno zdravo zoper revmatizem, skernino, mertudenje, bledico. Osebam, ki veliko sedijo, ki po zlovoljnosti, po slabem prebavljanju bolehajo, in ki nimajo časa se sprehajati, je grozno hasnjivo cel život, posebno pa trebuh vsak dan dergnuti, da se žleze po čevah ložeje gibljejo. Dergne se pa trebuh v tistem redu, v katerem čeva ležijo in se same po sebi gibljejo. Dergnuj trebuh zjutraj v postelji kakih 5 minut. Dobro je tudi trebuh dergniti po dokončanem prebavljanju in potlej se malo sprehajati, da žleze, ktere je dergnenje sprožilo, ne začnejo zopet zaostajati.

§. 9. *Razpoložnost serca.*

Močne ganitve duha, posebno neprijetno škodovajo zdravju, kakor vse silno in dolgočasno napenjanje duše. Torej obuzdaj strasti in pohotnosti!

Ganitve duha, dokler meje ne prederejo, so zdravju koristne; ako so čezmerne, razrušijo telo in dušo.

Dobra volja, zadovoljnost in mir duše so varhi našega zdravja. Enako zlati niti nas pelje upanje skozi življenje. Iz kozarca radosti serkamo novo moč in novo življenje. Zlovoljnost, nezadovoljnost, žalost, skerb, tuga razglodajo životvorno moč, enaki morivnemu strupu in končajo življenje.

§. 10. Oddihljej.

Bog je zapovedal: Šest dni delaj, sedmi dan pa počivaj! Iz tega se vidi, da je človeku po trudu potreben oddihljej. V celi naravi si sledita delanje in oddihljej. Dnevu sledi noč, letu zima. Vendar oddihljej ni smertni pokoj; ampak je neka delavnost, ki zapustivši poprejšnji predmet se k drugemu oberne, da telesne in dušne moči, ktere so bile dosehmaj vprežene, počijejo. Tako dobita telo in duša novo moč in novo veselje do vsakdanjega opravila. Dvoji oddihljej razločimo.

1. Posebni oddihljej obstoji v zabavi in v kratkem času. Človek namreč odloži svoje opravilo, se pogovarja s prijatli, gre v veselo družbo, ali na vert, ali na polje se sprehajati i. t. d.
2. Splošni oddihljej je spanje. Popolno dostavo zgubljenih moči da spanje. Bog ga nam pošlje,

da se duša in telo počijeta. Dragemu mazilu enako okrepča spanje telo, razjasni dušo.

3. Kako je treba ležati, da mirno in zdravo spiš?

Ako glava in persi previsoko ležijo, otroško truplo ne raste naravno; in pri starih ljudeh se čeva preveč stiskajo. Prenizko podglavje nakloni glavobol, omotico, šumenje v ušesih. Nar boljše hasnjivo ti je, kedar truplo ravnovažno, in glava pol črevlja više leži.

Kdor na herbtu leži, navadno herka, ima težke sanje in mora ga tlačiti. Kedar na levi strani ležiš, pritiskajo jetra na čeva, sapa je težka in kervotek skoz serčne kamre overan.

Na desni strani ležati in noge malo sključiti je nar bolj zdravo. Da ne herkaš, da se ti gerlo ne suši, da se ti zobje ne oneskrunijo, imej zaperte usta v spanju.

Grozno nezdravo je, si spanje kratiti ali celo noč ne spati. Skušnja te uči, kako si slab in omamljen, kedar kako noč prebudiš, naj si bo zavolj veselice, ali zavolj tuge, ali zavolj dela, ali zavolj skerbi. Človek, ki naravi in njenim postavam služi, dolgo živi; kdor pa lete postave zanemarja, si sam jamo koplje.

Spi in budi o pravem času. Noč je k spanju stvarjena, dan k opraviom. Ne popači naravnega reda!

Kakih 6 ali 8 ur spati je dovolj, da ti meso ne zaduši duha, in da duh ne posuši trupla. Koristna navada je kmalo zvečer v postelj iti, in zgodaj zjutro postelj zapustiti. „Kdor gre zvečer kmalo spat, in zjutraj kmalo vstane, leta bo bogat, moder in zdrav“ pravi Franklin. Grozno nezdravo je zjutrej budečemu v postlji ležati. Ta navada omehkuži truplo in umori dušo.

Poldnevno spanje mladim in krepkim osebam ni hasnjivo; slabotnim je vendar potrebno in jih okrepeča. Hitro po kosilu nikdar ne spi; tudi je boljše na kakem stolu zadremati, kakor v postelj se zavaliti.

§. 11. *Pijača.*

Nepokvarjeno vino o pravem času in v pametni meri vžito, je hasnjivo. Mnogokrat namestuje zdravilo. Kdor nezmerno pije vino, si strup pije. Iz vina izvirajo: glavobol, sercotrepet, kolcanje, zapertje, kervavnica, tresenje, mertudenje, dremota, mertud i. t. d. Nar bolj zdravo vino je malo kiselnato, ki ne vpijani tako naglo. Černo vino je želodcu bolj koristno, vendar močno greje in zapira. Stare, sladke vina ne služijo v navadno pijačo. *Vino*, ki se pri nalivanju peni, kakor šampansko, ne omami in žene blato in vodo.

Otrokam se nikdar ne sme vina dajati; stare, slabotne osebe vendar greje in krepča.

Žganje, nezmerno zavžito, je še bolj škodljivo, kakor vino. Žganje pokoplje na leto več jezerov ljudi. Kdor ga redko in po malo popije, čuti neko gorkoto v želodcu in živahnost po celem truplu; kdor ga pa preveč serka, si nakloni slabo prebavljanje, bezumnost pijancev, kerč, vodenico, sušico, i. t. d.

Otroci, mladenči, ženstvo, polnokervne osebe, in tiste, ki po jetiki bolehajo, se ga morejo popolnoma zderžati. Možje, ki težko delajo, in si vina kupiti ne morejo, naj se ga samo takrat, kedar delajo, pa zmerno poslužijo.

Ol ali pivo je bolj redivno, kakor vino in manj vpijani kakor vino; ol čezmerno zavžit je ravno tako škodljiv, kakor vino ali žganje. Ol, ki ni dobro zvrel, nakloni zaperto vodo, grizenje, vnetje želodca in čev. Ljudem, ki težko delajo, je dobro zvret ol zdrava pijača: žejo gasi, hladi in redi. Ljudje, ki redivne jedila špogajo, naj se ola zderžijo; nezdravo jim je ol piti pri kosilu.

Čaj in kava škodovata, kedar ju preobilno uživáš. Čaj žene za vodo in na pot, podpira prebavljanje; te zdravi, kedar se prehladiš ali preobješ, kedar truplo in dušo močno nateguješ. — Kava greje,

čutnice in žile spodbada. Močna kava nakloni kervne navale in tresenje rok. Serkači kave terdijo, da prebavljanje podpira, vetre in blato žene, glavobol zdravi, oterpnost odganja, zaostano mesečino zbuja i. t. d. V resnici kava nekteremu pomaga, kedar se je zmerno posluži; vendar je večkrat škoda večja, kakor prid. Otroci in ženstvo naj se je čisto zderžijo, zakaj kava napravi rumenklasto, sivo barvo v licu; terdo, prehladenju podverženo kožo.

Čokolada dobro redi, in je večini ljudi tečna. Kuhaj jo pa v vodi. Osebam, ki po slabem želodcu bolehajo, vendar ne služi. V vsakdanjo pijačo ni rabiti, ker navale v kervi naklanja.

Voda je vsem ljudem potrebna in zdrava. Kakor zraka, luči, gorkote in jedil, ravno tako človek vode potrebuje. Voda nadmestuje mokrine, ktere truplo vedno zgublja. Človek ložeje jedil pogreša, kakor pijače. Večkrat nas žeja, kakor lakota tare.

Naravna pijača je le voda. Ljudje, ki le vodo pijejo, so bolj terdni in bolj zdravi, kakor uni, ki se drugih pijač poslužijo. Vodopivci imajo berzen obraz, čisto kožo, čedne zobe; jed jim dobro diši, in oni lahko prebavljajo.

Tistim, ki v trebuhu bolehajo, ki so zlovoljnosti, kervnim navalom, skernini, zvunajnim bolestim podverženi; se pijača vode posebno priporoča. To se

ve, da tisti, kdor je druge pijače navajen, se sčasoma vode privadi, dokler mu bo voda edina pijača. Zjutrej popij kaka dva kozarca vode namesto kave, in kosilce se ti bode dobro prileglo. Pri južini malo vode pij, sicer pa toliko in tolikokrat, koliko in kolikorkrat ti diši. Včasih človek nekaj nenavadnega počuti. Zdi se nam, da so nekteri deli trupla razdraženi ali popačeni. Zdaj je treba obilno vode piti, ker voda vse draženje potolaži. Tako tožijo noseče, da jih glava večkrat boli, da jim kri sem ali tje sili i. t. d. Voda jim pomaga, ktera kri zredka, na pot in scanico žene. — Porodnicam gotovo bolj hasne voda, kakor gamilčni čaj. Ta nakloni glavobol, popači prebavljanje, presili kožno hlapenje, razgreje kri in včini kervotoke. — Ženske, pri katerih mesenčina jenjava, so mnogim nadlogam podveržene. V teh jim raba merzle vode nar bolj pomaga.

II. Poglavje.

Popisovanje bolezin in njih zdravljanja.

1. Bdenje.

Nekterim ni mogoče zaspati, akoravno so zdravi in akoravno nobeden vzrok jim spanja ne krati. Ta napaka, ktera včasih več mescov, tudi več let terpi, je grozno nadležna, truplu in duši škodljiva, ter nemoč in hujšanje nakloni. Večidel so čutnice razdražene po tugah, skerbeh, strastih.

Pri zdravljanju je treba na vzrok bdenja paziti, in nar poprej tega odverniti; potem je takim osebam hasnjivo, ako se pod milim nebom sprehajajo, pod milim nebom delajo. Kopanje v merzli vodi jim je koristno. Močnih pijač se morajo varovati; kopel za noge s slano vodo jim služi. Dergnenje senc in

čela z dlanjo, česanje, kertačenje in umivanje glave včasih spanje privabi. Starčke, ki niso polnokervni, kozarček malagarskega vina včasih vspančka.

2. *Bezumnost pijancov.*

Pijancom se včasih pamet zmeša, roke in noge se jim tresejo. Bezumnost napovedujejo: Slabo prebavljanje, belkasti jezik, bljuvanje vode, tresenje rok, vedni nepokoj, nemirno spanje in trepet pred bezumnostjo. Pri začetku migetajo ročne mišice, spanje je kratko in slednič zgine zavednost. Bezumnost je govorljiv in marljiv. On blaznuje od kazni, od miš, katerih se boji i. t. d. Sam ne ostane rad, ker trepet v samoti in postelji raste. Na večer mu je navadno hujše. Bolj ko je slaboten, bolj se poti. Zrela bolezen traja 3 ali 4 dni terpi in se po spanju in potu konča; včasih se preoberne v vnetje možganov. Leta bolezen izvira nar večkrat iz preobilnega žganja. Kdor ga je navajen, naj se sčasoma odvadi, ako mu je svoja pamet ljuba. Ložeje je bezumnosti se varovati, kakor jo zdraviti. Kedar je pa človeka napadla, naj se zdravitelju izroči.

3. *Bledica.*

Po bledici le ženstvo bolehuje, kedar se dora-slosti bliža. Kri postane vodena, obličje grozno

bledo kakor merličevo; koža je vela, merzla, moč opešuje; serce je klaverno, tek in prebavljanje slabo. Bledici mnogokrat nasleduje vodenica, jetika, maternica ali druge bolezni čutnic. Bledica je včasih prirojena, večidel nasledek želez, ki so iz napčne življave postale. Mlačna pijača, skerb, žalost, predolgo spanje, pomanjkanje zdravega zraka jo tudi naklonijo.

Pri zdravljanju je treba serce razvedriti, pod milim nebom se vedno gibati; spanje je treba prikrajsati, in na arovnici, ne na pernici ležati. Merzle kopeli in mesne jedila naj zdravijo kožo in kri. V notrajno zdravilo se rabi dobro vino, ki je na železnih opilkih stalo. Vzame se tega vina po žlici trikrat na dan. Ako se zdravje ne boljša, je treba zdravitelja barati.

4. *Bljuvanje.*

Bljuvanje izvira iz mnogih vzrokov, po katerih se tudi zdravljanje ravna. Ako izvira iz popačenega želodca, je dostikrat hasnjivo, bljuvanje podpirati, kar se stori, kedar mlačne vode, ali močnega gamilčnega čaja piješ. Med bljuvanjem naj se človek mirno zaderži in na levi strani leži; oblačila, ki ga stiskajo, naj odveže in odpne. Na kile in prepadke je treba dobro paziti, da ne izlezejo.

Pri silnem bljuvanju vzemi brisavko: namoči jo v merzli vodi, potlej jo dobro ožmi, na vrat in na želodec položi. V pijačo služi merzla voda in črna kava.

Revmatizem ali kaka vnemljivost v želodcu je večkrat vzrok bljuvanja. Nastergan hren, kterege na želodec položiš, in tako dolgo terpiš, dokler te skleti ne začne; gorkina kopela za noge sta dobra pomočka.

Zoper bljuvanje pijancov, ki jih tešne terpinčuje, je nar boljše zdravilo, se pijančevanja odvaditi, in lahko prebavljive jedila uživati. Kozarec merzle vode na tešče in žakeljce mete na želodec večdel pomagata.

Zoper povahovno (obično) bljuvanje vzemi enako veliko gjumberja, kuma in kuhinske soli, zdrobi jih v štopo, in posluži se lete štupe za žličico po slehernem obedu.

Bljuvanje nosečih je huda mučnost, ki grozno slabi, včasi kile ali spovitje nakloni. Ženam je svetovati zmerno sprehajanje pod milim nebom, pijača mleka spod krave, včasih čaj iz poprove mete. Polnokervnim je treba puščati, zapertim čistivni lek dati, kar bo zdravitelj nasvetoval.

Zjutrejno bljuvanje brez popačenega želodca pomeni kamne v ledvicah, in pri ženstvu spočetje.

Bljuvanje po jedi pomeni organske bolezni želodca. Kedar otroci na tešče bljuvajo, sicer so pa gladovni, imajo mende gliste.

5. *Bljuvanje kervno.*

Kri, ktera iz gerla pride, je črna, nesnažna. Ženske na ti bolezni večkrat bolehajo, kakor možki. Vdarki, suvanje in drugo poškodovanje vranice ali želodca, ojstre in strupene reči naklonijo kervno bljuvanje.

Kdor je leti bolezni podveržen, naj pije sirotko, jedrično mleko, redko ovseno kašo. Hoffmann pripoveduje, da je s kuhanim kozjim mlekom, kateremu je polovico vode prilil, in nekaj medu pridjal, kervno bljuvanje ozdravil. Tega mleka je treba obilno piti. Hitro pomoč da goršičen obliž (Senfpflaster) na meča.

Po razmrazenju nog se leta bolezin nar rajše poverne. Kako je ravnati, kedar si ojstre ali strupenate reči požerl, boš na drugem listu bral.

6. *Bljuvanje mleka.*

Dostikrat se primeri, da dojenčiki po sesanju nekaj vsirjenega mleka izbljujejo. Ako otrok želodec z mlekom prebaše, se mu ga nekaj lahko nazaj pahne, brez da bi bolehal. Ako pa novorojeno dete

dojico dobi, ktera je že dalj časa dojila: ne prebavi pretežkega mleka, ampak ga kmalo izbljuje. Dete je nepokojno in vedno kriči. Da se mastnega in težkega mleka privadi, naj večkrat, pa vselej malo sisa, in naj se rahlo giblje.

Kosec cimeta polij z vročo vodo, da dobiš cimetno vodo. Po dve žličici dajaj otroku pred in po dojenju. Bljuvanje bo redkejše, in dete se bo rediti začelo.

7. *Bodenje.*

Z bodenjem v persih so združeni: kratka sapa, huda vročina in kašelj. Pod rebri in pod herb-
tancem te močno zbada; globoko dihati ne moreš. Hitro pokliči zdravitelja, da ti bo kri potolažil in bolezin na kožo spravil. Pri okrevanju se sčasoma na zrak privadi, da se ti bolezin ne poverne.

8. *Bolest v bedru.*

Bolečino čutiš v členu bedra, ktera izvira iz revmatizma. Leta bolest sedi ali v koži, ali v mišicah, ali v povezkih in žlezah, ali v čutnici. Včasih je s tresliko združena in kmalo mine, včasih je brez treslike in dolgo terpi. Nasledek te bolesti je nekekrat krajšanje in mertudenje noge.

Dergnenje z dlanjó ali z flanelom, namazanje z oljem, omivanje z vodo, v kateri je nekaj solnate kisline, so nasvetovane sredstva zoper to boleost. Včasih je treba bolečemu delu kervi vzeti, kar se pa le po zdraviteljevem nasvetu zgodi.

9. Božjast.

Kerč se kaže v nekterih ali v vseh delih trupla, zavest zgine. Božjastni mečejo glavo, noge in roke sem ter tje in palec v pest stiskajo, njih oči so večdel zaperte. Nastopi terpijo ali kake minute, ali pol ure, ali celo uro. Njih moč in povernenje je različno. Pri božjasti je sapa težka, hropeča; usta se penijo; voda in blato včasih uideta. Nekteri reveži prečutijo nastop; nekterim se po glavobolu, omotici napoveduje; nektore božjast naglo napade po dnevi ali po noči brez predčutka. Po dokončani božjasti ne pride nagloma človek k sebi. Slabost, glavobol in prestrašeni obraz opominja prestale bolesi.

Božjast je včasih prirojena, včasih pridobljena. Ženstvo in čutljivo telo je ti boleznini nar bolj podverženo. Izvira iz strahu, nemira, pijanosti, nečistosti, vročine, glist, zgubitka kervi, iz zadržanega kervotoka, organskih popačkov pri sercu ali v glavi.

Gledé na življavo božjastnih je treba vse opustiti, kar možgane razdraži ali slabi. Kopele ali omivanje celega života in dergnenje naj zbudajo in oživljajo kožo. Glava naj je vedno hladna, noge pa gorke. Sleherna bezmernost v jedi in pijači je škodljiva. Sprehajanje pod milim nebom, delo in pokoj naj se lepo verstijo; močne ganitve serca se je treba varovati.

Zastran zdravljanja opomnimo, da je bljuvilo in raztegovanje palcov škodljivo; tesno oblačilo je vendar treba odvezati ali odpeti, kedar božjast pride. Tudi je treba skrbeti, da se revež ne poškodje, torej se mu podglavnik da, in vse reči, na katerih bi se mogel zbosti ali vrezati, se odpravijo. Po božjasti mu ponudi neke žlice metnega ali gamilčnega čaja, ali žlico dobrega vina. Zoper božjast rabijo modril (indigo) kterega $\frac{1}{4}$ alj $\frac{1}{8}$ kvintelca po 4krat na dan dajejo. Drugi hvalijo štupo divjega pelina, ktere se $\frac{1}{4}$ kvintelca na drugi dan v gorkem pivu (olu) vzame. Ako božjast na vsaki drugi, ali tretji, ali šterti i. t. d. dan poredno pride, je kinin po 12 granov na dan hasnjiv.

10. Bradovice.

Bradovice ali posamesne ali goste rastejo; včasih zopet same od sebe zginejo. Stisk je včasih vzrok bradovic.

Zdravijo se z mjim takole: Dergni jih z suhim mjimom. Popokale bojo in sčasoma odpadle. — Mok (tinktura) španskih muh, v katerem pero močiš in bradovice po 8krat na dan mažeš, jih tudi odpravi. — Ako so bradovice receljaste, jim recelj z nitjo terdo preveži; drugi dan ga še terdneje preveži z novo nitjo, dokler se bradovice ne posušijo in odpadejo. — Mehke bradovice se s sokom kačca (Wolfsmilch) zdravijo.

Po simpatijsko bradovice odpraviš, ako dolgo nit vzameš, sleherno bradovico z nitjo obvežeš, na niti namesto bradovic ozle narediš, in leto nit pod kap položiš. Kedar nit strohni, zginejo bradovice.

11. *Bradovice persne ranjene.*

Persne bradovice dojic so včasih oderte, kar grozno boli. Temu v okom priti, naj si žene, ktere so pervikrat noseče, kake tedne pred porodom z žganjem bradovice omivati začnejo. Dobro je tudi tole sredstvo: 2 lota zmetih šišek zalij z 12 loti belega vina, postavi skoz 48 ur na gorek kraj. V tem vinu se cunjica pomoči, zjutrej in zvečer na bradovice položi in sicer kakih 8 tednov dolgo noter do poroda. — Ako so bradovice že ranjene, se mora mleko dobro izsesati, da se sesci ne gnojijo in predrejo. Potem naj položi dojica debelo složeno v

merzli vodi namočeno cunjo na bradovice, ktera voda vročino izvleče in kožo okrepča. Leta okladek se ponavlja čez 5 ali 10 minut. — Kedar se bradovice razpokajo, jih je treba mazati z neosoljenim sirovim maslom, ali s sladko smetano.

12. *Bunke mlečne.*

Ako se mleko dojic ne izsesa do čistega, lahko zastaja v sescih, iz česar mlečna treslika ali bunke in vterdine izvirajo. To se tudi pripeti pri oddojenju, pri premrazenju sescov, po stisku i. t. d. Da se bunke ne vnemajo in prederejo, je treba mleko do čistega izsesati, in slabotečnih jedil se poslužiti. Mjilo (žajfa) se raztopi v gorki vodi, kateri se pri-dene ravno toliko kafrovca. Leto mazilo pokladaj na bunke po trikrat na dan. Dobro je tudi lugaste soli v ravno toliko vode raztopiti, v gorki raztopivi cunje namakovati, na sesce pokladati, in kedar se ohladijo, ponavljati.

Ako po tem ravnanju bunke ne zginijo, se vnemajo in predrejo, kar velike bolečine naključí. Da se bunke nagleje predrejo, si napravi kašo na sesce, in jo ponavljaj, kedar se ohladi. Kedar se vred predre, deni nasteržka (šarpij) v rano, in poverh tega gorke okladke tako dolgo, dokler ne zgine vsa vterdina. O tem času posebno rahlo imej sisce, da si

ne napraviš novih bunk. Ako se v sescih razun dojenja vterdine kažejo, je treba zdravitelja za svet naglo barati, da ne pritisne strašni rak.

13. Cedenje iz ušes.

Voden, žlezast ali vredast mok teče iz enega, ali iz obeh ušes. Leta mok včasi smerdi, včasi ne. Po ušesnem toku bolehajo želvasti otroci. Tudi revmatizem in nahod naključita cedenje iz ušes. Včasi izvira iz vnetja ušes ali iz notrajnega ognojenja.

Ušesa je treba čediti z mlačnim mlekom; vizikator (vlečljivi obliž) za ušesi včasi pomaga. Čistivni lek tudi lahko poskusiš. Kedar so cedenju iz ušes želve ali revmatizem, ali nahod pridruženi, z obzirom na lete zberi zdravilo. Kdor ti svinec, cinek i. t. d. svetuje, tega ne poslušaj, da popolnoma ne oglušiš.

14. Čutnic slabost.

Leta sploh znana, ženstvu posebno lastna bolezen je včasi prirojena, ali po nezmernem telesnem in dušnem napenjanju, po pičli hrani, po tužnosti pridobljena. Spozna se po neizrečeni dražljivosti in ganljivosti čutnic. Takšne osebe imajo živo domišljivost, bister um; so pa tudi naglojezne, včasi proti vsemu nemarne. Njihova razpoložnost duha

se naglo premenja, ravno tako njihovo zdravje. Oko je oblačno, barva v licu premenljiva, voda bleda in pogostna, koža suha in merzla, spanje nepokojno. Vedno boleajo po omotici, kervnem navalu, sercetrepetu in kerču, brez da bi same za vzrok teh boolest vedele. Pri opraviilih se urno sučejo, pa tudi kmalo opešajo. Spanje je polno sanj, in osebe vstanejo slabejše iz postelje, kakor so se v postelj vlegle. Na večer se nar terdnejše čutijo. Dišav ne terpijo, vse zdravila jih močno nadlegovajo. Te osebe lahko zbolijo po vročinski bolezni.

Dvojno zdravilo jim le služi, namreč zrak in voda. Navadijo naj se na redno in marljivo življenje, na natanjčno življavo, pri kateri veliko merzle vode rabijo. Kolikor jim je mogoče, naj se vsak dan pod milim nebom sprehajajo; sčasoma naj se privadijo na merzlo omivanje celega života. Letim osebam, ki vedno čez sebe premišlujejo, je zvunajna in znotrajna raba vode prijetna zabava. Posebno zdrava jim je kopel v morju, kjer jih solnati valovi pljuskajo.

15. Davica.

Hripav glas, kratka težka sapa, lajanju in piskanju podoben kašelj, in huda vročina naznanujejo grozno nevarno bolezen, ki otroka kmalo zadavi.

Vnetje žleznih kož kerhelna je vzrok te bolesi, ktera otroke do 7. leta navadno napada.

Naglo pošlji po zdravitelja, in preden on pride napravi okladke iz pogače in mleka, ki jih gorke na vrat pokladaš; v pijačo daj bezgovega čaja. Hasnjivo je tudi sopar tega čaja sopsti. Morska goba, ktero v krop pomočiš in na vrat položiš, je tudi koristna. Da se davica ne ponavlja, omivaj otrokov vrat z merzlo vodo.

Glej „Sladkor“ II. Doklada.

16. Dera otročja.

Otroci naglo hujšajo po bolezni drobnih žlez. Vzroki dere so: Kožna nesnaga, močne in mastne jedila, prepitanje zraven želv. Napaduje od 1. do 3. leta.

Hitro zdravenje pomaga; kedar pa bolezen zamudiš, se drobne žleze vterdijo, vnamejo in ognojijo, in smert je gotova. — Ako je materno mleko nezdravo, je treba dojico vzeti; kdor tega ne more, naj pita z namolzenim kozjim mlekom, naj koplje otroka v sladni kopeli. Želodova kava je dobro zdravilo. Snažnost, čedno perilo, suha izba, čisti zrak zdravenje močno podpirajo. Tudi kopeli iz mjila, otrob, mleka so hasnjive.

17. *Divje meso.*

Divje meso včasí raste v ranah, in zdravljenje zaderžuje. Treba ga je pokončati, kar se zgodi, ako žganega galuna, ki si ga med perstmi zmlel, nekekrat na dan na rano posuješ. Tudi sladkorni prah odjé divje meso.

18. *Dlesna bolna.*

Kedar kri rada teče iz dlesne, je treba merzle vode večkrat v usta jemati in si dlesno izmiti; zraven se je treba poslužiti zobnega prahu iz zmlete kalmežove korenine in iz kine.

Ako je dlesna otekla, gljivasta in uneta, jo izmivaj z žobejevim izlečkom, kteremu si nekaj solitarja pridjal. Sredstvo k ohranjenju zdrave dlesne je tole: Vzemi 1 lot žličnikovega soka; 1 lot mako-vega siropa in 2 lota žobejove vode, dobro jih zmešaj, pomoči v zmesi mehko kertačico, in dergni ž njo zobe in dlesno, — vsak dan, ako je dlesna bolna, sicer enkrat v tednu.

19. *Dojnična treslika.*

Porodnice, pri kterih 2. ali 3. ali 4. dan po porodu več mleka, kakor ga dojenec potrebuje, v sesce sili, nepokojne postanejo in mraziti jih začne.

Mraz pol ali celo uro, po tem vročina več dni terpi. Sesca sta oba otekla in terda, glava boli.

Kedar porodnica kaj takega zapazi, naj se posluži pičle hrane in mlačne sladkorne vode, in naj se obilnega mleka znebi. Ako je 6. dan po porodu še zaperta, naj vzame dristlo z gamiličnim čajem. Ako se pa kaka bolečina v trebuhu kaže, naj hitro po zdravitelja pošlje, sicer jo bo smert prehitela.

20. *Dretje otročičev.*

Otročiči včasih posebno po noči, grozno jokajo, in se ne dajo umiriti. Vzrok kričanja je ali lakota, ali boleost, ali razvada, kar se lahko spozna.

Ako otrok od lakote joka, sesa perst, kterega mu v usta daš; potihnil bo, kedar ga napaseš.

Ako otrok zavolj bolečine joka, je njegov krik bolj prešinljiv, on maha z rokama in nogama in je rudeč ali višnelkast. Ponujene piče ne vzame. — V gorki izbi ga položi na vzglavnik in ga sleci do nagega, da zveš ali ga kaj tišči, ali ne. Ako še v svoj pot kriči, ima notrajno bolezen. Kedar otrok noge proti persim nateguje in zopet razteguje; zdaj grozno kriči, zdaj vtihne: si lahko misliš, da ga vetri mučijo. Daj mu gorko dristlo z gamilčnim čajem, rahlo dergni trebuh in ga potlej ogerni z ogreto rjuho. — Ako ima otrok vročino, kašelj, blju-

vanje i. t. d., ne zamudi časa, ampak urno do zdravitelja pošlji.

Razvajan otrok ne bedi tiho, ako ga ne nosiš ali ne ziblješ, torej po noči večkrat zakriči; je pa hitro vtolažen, kedar ga vzdigneš. Da otroci po noči spijo, jim je treba po dnevi spanje po razveselenju odganjati, in na večer jih kopati.

21. *Garje.*

Majheni mozoli z rudečkastim robom, ki voden sok hranijo, ki grozno serbijo, nar bolj pa v gorki postelji, imenujemo garje. Pokažejo se naj prej med perstmi in na rokah. Pozneje postanejo suhe ali vredaste hraste. Garje dolgo terpijo in so nalezljive. Dolgočasne garje nasleduje hujšanje ali morivica. Dvojne razločimo, namreč suhe in mokre; suhe so bolj nevarne.

Pri zdravljenju garij skerbi za snažnost, pridno se omivaj in v žajfnici kopaj; pogosto se preobleci. Močno solne, ali mastne, ali kisle hrane, suhega mesa, duhovite pijače se moraš zderžati. Nar boljše zdravilo pri garjah je žveplo. Napravi si mazilo iz 1 lota žveplenega cveta, in iz 2 lotov prešičje masti (sala), s katerim mazilom zjutrej in zvečer namaži člene, kolence in mesta, kjer garje sedijo. Omivaj se pa z žveplenim mjiлом. V notrajno zdravilo ti

tudi služi žvepleni cvet, ktereга s sladkorom dobro zrišaš in po 10 granov dvakrat na dan jemlješ.

Ako garje nazaj vdarijo, jih je treba zopet na kožo spraviti, kar se zgodi, kedar srajco garjevega oblečeš. Tudi znojivne in kožobudivne zdravila k tem pomagajo.

V 2 urah se garje takole odpravijo: Garjev človek se skozi pol ure po celem životu z navadnim mnilom neprenehoma riba. Z mnilom dobro namazan gre v mlačno kopel, kjer se zopet skozi pol ure z mnilom riba. Na to vižo osnaženi život se namaže z mazilom, ki obstoji iz 8 delov žveplenega cveta in 1 dela ogeljnokislega kalija. Ako se garje zopet pokažejo, naj se garjovec ozdravlja na enako vižo.

22. Bolezin v gerlu (Vnetje).

Jeziček in migdali (mandelni) so rudeči in otekli, torej se čutijo nar večje bolečine pri požiranju. Nevarnost raste primerna tresliki. Pri hudi tresliki tedaj ne opusti zdravitelja poklicati.

Kedar nimaš treslike, si sam pomagaš, ako vrat s flanelom oviješ, za gorke noge skerbiš, z bezgovim čajem, kteremu polovico mleka prideneš, večkrat gerlo izpereš, in na večer bezgovega čaja piješ, da se malo potiš. V pijačo se posluži omenjenega čaja, ali pregrete vode.

23. Gerla zabasanje.

Ako terdo jedilo v gerlu obsedi, se včasí želodec sam od sebe začne vzdigovati, in po bljuvanju gre jedilo nazaj. Ako se leto ne zgodi, je treba dokaj vode ali mleka piti, da jedilo izplavi, ali pa z žličnim ročem jedilo omajati.

Ako ostra reč, postavim kaka koščica ali ribjiter n v gerlu ostane, grozno boli na mestu, kjer reč tičí; in ako je leta reč večja, na sapnik pritiska in človek je v nevarnosti se zadušiti. Preden ko zdravitelj pride, po ktere ga je treba urno poslati, se z perstom ali peresom v goltu šegetaj, da se po bljuvanju lete reči znebiš. Kedar zamašek ni oster, ali kedar se ni bati, da bi se globokejšje zarinil: zvečer veči kos putrastega kruha in debelo požri. Morebiti da gre zamašek s kruhom vred naprej.

Ako se pri ti nesreči gerlo suši, je treba piti mleka, žlico olja, ovsene žleze i. t. d. Takšna pijača kerč odvrāča.

Ako kdo šivanko, ali kaj špičastega požre, največ dni nič ne vživa razun gostega močnika, podzemljic i. t. d., v ktere jedila se požerta reč zavije, in brez škode naprej gre.

24. Glad pasji.

Pasji glad izvira včasih iz kerča v želodcu, in je z medlico združen; včasih iz slabosti želodca, ki hrane ne more prebaviti; in je združen z bljuvanjem in dristo.

Ako hočeš pasji glad ozdraviti, dobro pazi na vzrok, iz katerega izvira. Kedar vzrok bolesi odverneš, ozdraviš pasji glad. Pri kislem riganju pomaga magnezia; pri reznem riganju pomaga ovsena žleza, jedrično mleko. Ako pasji glad izvira iz zadržanega potu ali od glist: zdravljuj posledni bolezni, in odpraviš boš glad.

25. Glavobol.

Glavobol, združen s kervnim navalom proti glavi, je nevaren; posebno ako ne preneha. — Zoper navadni glavobol ti bo kako sledečih sredstev pomagalo.

Kedar se ti navadni glavobol poverne, popij steklo merzle vode, in sprehajaj se pod milim nebom. Ako ti pa gibanje, svetloba in hrup težko dene, v temi počivaj, dokler glavobol ne neha.

Kedar glavobol iz pokvarjenega želodca izvira, pomaga črna kava; nekterekral tudi pomaga bljuvanje, ktero nalaš zbudiš.

Naglo pomoč da včasih kopel za noge v merzli slani vodi. Poleti pomaga polivanje glave z merzlo vodo zoper glavobol; kateri merzle vode ni navajen, naj se mlačne posluži.

Kruhova skorja v kislu pomočena dostikrat zdravi glavobol, ako je na čelo položiš.

Česanje glave z gostim glavnikom je večkrat pomagalo, kedar se nesnaga iz kože spravi, in potem hlapenje podpira.

Kedar glavobol iz želodčne kislobe izvira, jej toliko pogače, kolikor ti diši, in glavobol boš odpravil.

26. *Gliste.*

Razločimo gliste 2 do 15 palcov dolge, dve ali tri čerte debele; tanjke gliste, dve do pet čert dolge, in plošnate gliste.

Perva plemena glist otroke nar hujše nadlegovata. Otroci, ki mnogo jedó, velik trebuh imajo, ki potrebi brezredno hodijo, nepokojno spijo, ki so bledi in tožijo, da jih trebuh boli: boleajo po glistah. Ženski spol je glistam bolj podveržen, kakor moški; pri odrasčenih ljudeh je glistna bolezen redka, še redkejša pri sivcih. Zelenjava in sadje gliste redi. Kdor noče glist rediti, naj se varje sadja, in mastnih močnatih jedil. Kuhano in pečeno meso,

vino in grenka hrana je glistam zoperna. Dostikrat se glist znebiš, ako se namesto perve, poslednje hrane poslužiš.

Ako se glista v želodec zarije, nakloni mnogo bolest, kakor tresliko, kerč, bljuvanje. Dristla z mlekom navadno odpravi bolest. Potem naj vzame bolnik novo iztlačeni sok iz korena, ali hrena, ali goršice (ženfa), ali čebula, ali česna, da se gliste v čreva spravijo. Iz črev jih pahne napravljeni lek iz 1 lota razmete kozlekove korenine (Baldrianwurzel) in iz 2 lotov razmetega glistnika (Wurmsamen), kterima se toliko sterdi primeša, da močic postane. Žličico tega močica daj bolniku dvakrat na dan. Raba pocukranega glistnika, ali s sterdjó mešanega čaja iz poprove mete včasi odpravi gliste. Tudi spraviš gliste iz črev po dristlah iz tobakovegu zlečka, laškega olja in soli.

Tanjke gliste, ki v ritniku skakljajo, in pri riti šegetajo, pomoriš in odpraviš po dristli z merzlo vodo, ali s pelinovim zlečkom, ali z 6 do 12 grani sirnika draselnatega (Schwefelkalium), ki si ga v 16 lotih vode raztopil. Ako tanjke gliste ženstvo od spredej nadlegovajo, se rabi ali slana voda, ali žveplena kopel.

Plošnato glisto so nekteri odpravili z merzlo vodo, ki so jo pogosto in obilno pili. Požirek merzle

vode je nar boljši lek vmoriti plošnato glisto, odpraviti nepokoj in mučni občutlej v trebuhu. Rudečih jagod (smokavic), katerim je sladkor in vino pridjano, je treba na večer obilno jesti, in zjutraj kake kozarce grenke vode (Bitterwasser) piti, da se plošnata glista odpravi. Drugi hvalijo v ta namen laško olje, ktereга je treba vsako pol ure po polovici kozarca piti. Ravno tako se rabi jedrično olje. Dr. Löver svetuje sledeči lek: Na večer jej slankovo solato z mnogim oljem in čebulom, zjutraj pij kavo s siropom, in čez den čaj iz zelenih orehovih lušin, iz kozlekovich korenin, iz praproti in iz senevega listja.

27. *Gobice.*

Po gobicah navadno bolehajo otročiči. V ustih, na jeziku, v gerlu postanejo majhini, beli, zvišani vredi, ki močno sklijo. Včasih le neke dni ostanejo, potlej zginejo in se zopet pokažejo. Ako vredi v gerlu sedijo, otročič težko požira, ako so v sapniku, silijo h kašlju; ako so v želodcu, budijo bljuvanje. Gobice dojencov okužijo persne bradavice, ktere začnejo boleti in se gnojiti. Vzrok gobic so sladke jedila, ki želodec okisajo, nesnaga posod, culica, zaostala smolka, nezdravi soki dojníc.

Gobice se zdravijo, ako se usta izpirajo s čisto vodo, ali z žobejnim čajem, kteremu sterdi pri-mešaš. Zdrava je tudi dristla z merzlo vodo, da se čreva spraznijo.

Pri odraščenih se lahko poslužiš imenovanih sredstev; ali pa nekaj boraksa v vodi raztopi, mu sterdi prideni, in s tem usta namazuju.

Gobice pri hudi bolezni naznanijo bližnjo smert.

28. Golžun (krof).

Golžun je nateklina berzlika (Schilddrüse) in bunične tkanine (Zellgewebe) krog berzlika. Navadno izvira iz želv; ali tudi petje, vpitje, bljuvanje in druge nategovanje vrata ga lahko nakluči. Od konca je mehak, sčasoma se sterdi.

Dokler je golžun majhen in mlad, ga dergnenje z dlanjo ali z volno, mazanje z gorkim laškim oljem odpravi. Gosta žajfnica se na platno namaže in ponoči na vratu nosi.

Gotov lek zoper golžun je morska goba, ktera pa osebam sušici podverženim lahko škodje, torej se je je opazno poslužiti. Leta goba se sožge in kaka 2 lota gobne štupe se polijeta z libro gorke vode. Neke ure pozneje se voda precedi in iz lete vode se 3 ali 4 krat na dan po žlici jemlje. Komur raba lete vode kako boleost naključi, naj jo urno

zapusti. Boljše je golžun nositi, kakor zdravje zgubiti.

29. Gripa.

Gripa je hud nahod, ktereга spremljate nagla nemoč in bolezin čutnic. Zdravila zoper gripo so fiste, ktere zoper nahod. (Glej nahod). Hrana bolnikova je kuhano ali pečeno sadje, in toliko merzle vode, kolikor se mu je ljubi. Opomniti je treba, da je pri gripi boljše se varovati, kakor se pregnati, zakaj nasledki gripe so mnogoverstni in nevarni, in marsikterega je že zadušila, ki jo je mislil premagati.

30. Grizenje. (Kolika).

Bolečine v črevah so hude, in ako se jim zabasanje ali bljuvanje pridruži, se je bati, da bi se čreva ne vnele.

Kedar izvira grizenje iz premrazenja, pomaga gamilčni čaj in gorka odeja. Dristla s čajem ovsene kaše, kteremu čaju se nekaj makovega olja primeša, je vselej hasnjiva. Dobro je tudi letega čaja piti, ali žlico polno jedričnega olja vzeti. Pri grizenju od zapertih vetrov je zdravo trebuh dergniti s pogretimi rjuhami, in piti čaj iz poprove mete. Ako se grizenju huda treslika pridruži, je treba zdravnika poklicati.

31. *Grizenje slikarjev.*

Ljudje, ki se s svincom pečajo, zgubijo poženje do jedil, so zabasani, teži jih v želodcu, in trebuh jim vkup vleče. Glej znamenja strašne bolezni!

Kdor hoče te bolezni se znebiti, se mora naroprej svinca in svinčenega hlapa ogibati; potlej naj se posluži mjlnih kopel, žveplениh kopel, kašnih okladkov. Pitje olja, oljnate, solne in mjlne dristle tudi pomagajo v leti bolezni.

32. *Griža.*

Griža je neka bolezen črev, v kateri čreva ne izpahujejo blata, ampak drugačne reči. Črevobolu, hitrici in vedni sili k potrebi se pridružijo: grenek okus, nesnažen jezik, razteknost, gnjusoba. Od začetka griže je sila k potrebi bolj redka in nape-njanje manjše; pri hujši bolezni bolnik skorej vedno sedi na nočni posodi. Odsebnica je sčasoma vodo-vita, žlezasta, vredasta, žolčnata, kervava. Ako bolezen odnehuje, kar se v 4 do 14 dneh zgodi, je tudi sila k potrebi bolj redka, in odsebnica bolj blatna. Bolezen se verže na pot in scanico. Prehlajenje, nezrelo sadje, pokvarjeni ol zbudijo grižo. Tudi izvira iz hitrice in menične groznice (merzlice). Griža je včasih nalezljiva.

Pri griži je treba paziti, da se bolnik ne prehladi, torej naj v postelji ostane. Za snažnost in čisti zrak naj bolničar skerbi. Dobro je izbni pod z jesihom škropiti. V hrano služijo bolniku: pšeno, laško pšeno, in enake žlezaste reči.

Tužna sila k potrebi se potolaži, ako morskogobo v gorkem mleku pomočiš in bolniku na ritnik položiš. Dobro je tudi, ako se bolnik na posodo posadi, v kateri hlapí gomilčni čaj; ali ako se mu žlezaste dristle dajejo.

V notrajno rabo se nasvetuje čaj slezovih (ajbíšovih) korenin; borovnice ali črne jagode, katerih posušenih 2 žlici v maselcu vode skuhaj in mlačno vodo popij, borovnice pozoblji; ipekakvanha in opium, katerih dveh poslednjih zdravil vendar ne jemlji brez zdraviteljevega sveta.

33. *Hitrica ali driska*

je pogostna odsebnica, pri kateri bolj redko blato od človeka gre, in ktera je zjedinjena z hujšim ali manjšim črevobolom. Vzroki, iz katerih izvira, so mnogosortni, kakor pregreški v življavi: vžitek nezdravih jedil ali pijač, mastna zelenjad, vino-cvetna pijača, prememba za kosilo odločene ure. Tudi premrazenje nog ali celega trupla, ganitev serca lahko naključí hitro. Nekteri ljudje so od

natore hitrici podverženi, postavim slabotne, dražljive osebe; tiste, ki po želvah, zlovoljnosti ali maternici bolehalo.

Včasi je hitrica hasnjiva in drugo bolezen iz trupla izpelje, torej se leta ne sme ustavljati.

Pri hitrici se je treba vsega varovati, kar jo hujša, namreč kislih in mastnih jedil, ola, merzle pijače, prehlajenja; poslužiti se je treba hasnjivih reči, kakor žlezaste in oljnate pijače, gorkote in potenja. V zdravilo služi bolniku žlezasta juha iz laškega ali ovsenega pšena, gorko jedrično mleko, posušene borovnice.

Ako hitrica iz prehlajenja ali iz prebasanega želodca izvira, se je treba gorko obleči, posebno za gorke noge skerbeti, se postiti in žlezasti čaj piti. Pogrete opeke na trebuh pokladati, ali saj trebuh z volnatim pasom poviti, je hasnjivo.

Pri poletni hitrici v julju in avgustu ne smeš nič uživati razun žlezastih juh iz laškega ali ovsenega pšena. 1 lot vodenega izlečka iz rabarbare popij čez den, ako hitrica ne odneha. Kedar je hitrica bolj vodena, jemlji oljnato pijačo in oljnate dristle. Zdravo je tudi trebuh z oljem mazati. V dolgočasni hitrici, ktera se rada poverne, se posluži salepa, saga, želodove kave, črnega vina, v katerem so pomorance lušine namočene. Nekteri ozdravijo, ako nič

ne jedo razun mleka in pogače. Nekterim pomaga žakeljč napolnjen s klinčki, cimetom, poprom, gjunberjem, ktereга zjutrej in zvečer z rumom poskropijo in na želodec položijo. Vinocvetni izleček iz žveplenega cveta, ktereга kake kapljice zjutrej in zvečer požreš, tudi pomaga v dolgočasni hitrici.

Zoper vredasto hitrico pomagajo: mleko, siratka, salep, juha iz polžev kuhana, apnena voda v mleku. Hitrica otrok večdel izvira iz kisline v želodcu, kateri se v okom pride z otročjo štopo, to je magnesja z rabarbaro mešana. Tudi jajčne luščine, v štopo zmlete, so zdrave. Otroci, ki zobe dobivajo, večdel hitrico imajo, ktere pa ne smeš ustavljati. Ako je otrok po prehladenju hitrico dobil, ga zdravi, kakor je prej od hitrice po prehladenju povedano bilo. Kedar otročja hitrica dolgo terpi, je treba trebuh in herbet z flanelom odeti, in želodove kave otrokom dajati. — Hitrica dojenčkov dostikrat izvira iz popačenega mleka. Leto se poboljša, ako se mati serčnih ganitev, prehladenja kisline in clo vina zderži. Ako vse to ne pomaga, naj se otrok odstavi. Zoper hitrico otrok, katerih koža je suha, priporočuje Galen posušeno, drobno zmeto sol, s kterim prahom se celi život otroka neke dni zaporedoma poštopuje.

Hitrica je poslednja tovaršica vodenice, jetike, gnjile dlasne i. t. d., s kterimi bolezní ona raste in mine. Zdravítel, brez kterega v teh nevarnih bolezníh naj nobeden ne ostane, bo tudi zoper hitrico hasnjivo zdravilo nasvetoval.

Tukaj še opomnimo želodčne hitrice, pri kteri jedila kmalo po zavžitku, in sicer neprebavljene skoz čreva gredó. Lahko prebavljive jedila, kakor sago, goveja juha in grenke zdravila pomagajo v ti bolezní. Opomnimo mlečne hitrice, ktera žlezast mok ob stisku ritnika odtrebi. Dristle z merzlo vodo ritnik krepčajo. — Pri jeterni hitrici se izprazni rudečkasti mok brez bolečin. Rabarbara večidel pomaga.

34. *Hromanje.*

Nekteri človek z eno nogo krajšo od druge na svet pride, in hromanje mu je prirojeno. Večidel vendar izvira hromanje iz skernine ali revmatizma. Soparne ali mjlne kopeli, dergnenje z flanelom so dobri pomočki. Kedar se hromanje boljša, naj se bolnik prehladiti varje, in naj noge ne sili k hoji, ampak mirno naj jo derži.

Hromanje pri otrocih nagloma pride, brez da bi se kak vzrok vidil, in je neizrečeno tužno pri gibanju nog. Ta bolezní se večidel kaže med 3. in 7. letom, izvira iz vnetja bedrovega člena, in napada

otroke, ki po želvah boleajo. Pomoč zoper hudo bolestin se išče v gorki mjlilni kopeli, v pijavkah, v čistivnih lekii, v obližu iz španskih muh, kateri se na bedrov člen položi, da bolestin na kožo potegne. Obliž vleče po moči boleznii 3 do 6 ur, potlej se rahlo odlupi, in ako je bolestin nehala, se ranjena koža namaže z srovim neosoljenim maslom, in z mehkim platnom obveže; ako bolestin ni popolnoma nehala, se pokladajo na ranjeno kožo zeljne ploše, da več nesnage iz kože izteče, in potlej se še le rana z maslom zaceli.

35. *Hujšanje.*

Hujšanje zapazimo ali na celem telesu, ali na kakih telesnih delih. Vendar medlost ni vselej bolestin, marveč so nekteri medli ljudje vedno zdravi. Po dušnem in telesnem trudu, posebno po dolgem, nenavadnem potovanju, po silni ganitvi duše, po nečistosti in razuzdanosti se pomenjša obseg ali celega trupla ali posameznih telesnih delov. Zakaj po imenovanih vzrokih se ali preveč sokrovice porabi, ali sokrovice se ne morejo razlivati po telesnih posodah.

Hujšanje je resnična bolestin, ako človek pri zdravi in obilni hrani vedno bolj kumern postaja in moč zgublja. Sčasoma pride moriva groznica, pri

kteri se vročina in mrazota verstite, ko so podplati in dlan vedno vroči. Kmalo pridejo ponočni poti, ki truplo bolj in bolj sušijo, da vso životvorno moč zgubi.

Vzroki sušice so: Dedovina po starejših, nečistost, dolgoterpeče ganitve serca, zamazane garje i. t. d. V časnih (akut) boleznih je naglo hujšanje hudo znamnje. Tako je v osepnicah naglo hujšanje skorej gotova smert. V počasnih (chronisch) boleznih je hujšanje toliko bolj nevarno, kolikor hitrejše se kaže. Enako nevarno je, ako se truplo po prestani bolezni noče rediti. Ako k hujšanju pritisne kašelj, izmet in persobol: je sušica gotova.

Pri otrocih in včasi pri odraslenih je hujšanje znamnje, da na glistah bolehajo. Kdor ima plošnato glisto v sebi, zmiraj bolj medli, akoravno mu jed diši. Tudi noseče žene včasi hujšajo, brez da bi bolne bile.

Kedar je hujšanje pripadek k drugi bolezni, je posebno treba to bolezin zdraviti, in ž njo vred mine hujšanje; kedar je pa hujšanje samostalno, in iz znanega vzroka izvira, se mora nar poprej ti vzrok odpraviti, in potlej se morajo bolniku lahko prebavljive in redivne reči dajati, kakor: mehko kuhane jajca, žlezaste juhe iz ječmena, ovsa, laškega pšena, pšenične moke; krepčavne juhe iz te-

lečjega mesa in perutnine; dober ol, černo vino. Ako pa želodec slabo prebavlja, se je treba mlečne hrane zderžati. Sladne kopeli so prav hasnjive, ktere je treba dolgo rabiti.

Kakor v vsaki bolezni, tako tudi pri hujšanju se bolnikom priporočuje veselo serce in čisti zrak.

36. *Jačmenec.*

Na robu trepavnice se večasi turček vzdigne, ki je od začetka rudeč in terd, pozneje se ognoji. Tre-pavnica je težka, napeta in skli. Da vročino v očesu polajšaš, prereži žemljo, namoči jo v merzli vodi, in položi narezano plat žemlje na oko. Ako se jačmenec ognoji, kuhaj mak v mleku, v katero pomočiš zloženo mehko platno, in potlej na jačmenec položiš.

37. *Jetika ali sušica.*

Jetika se spozna po kratkem, tužnem kašlju, po vredastem, kervavem izmetu, po stiskanju v persih, po hujšanju, ponočnem potu in hitrici. V začetku te bolezni se kaže trudnost koj zjutrej; človek ne more nobenega, ne dušnega ne telesnega truda terpeti. Mast trupla se raztopi, obličje vpade, koža se gerbi, lasje izpadajo; sčasoma pridejo ponočni poti in driska. Pri sušici tudi vodenica pri-

tisne. V slednji dobi se vidijo gobice, osepenčni izpustki, preležanje kože.

Ne zamudi pomoči iskati v jetiki, ako nočeš vsega zamuditi in ob življenje priti. Jetiki so podveržene osebe z nizkimi persi, dolgim vratom, visokimi ramami, tanjko kožo, belimi zobmi, rdečimi licami, ki pogosto na zmolklosti in kervnem nosotoku boleajo.

Jetiki nar manj podverženi so tisti ljudje, ki se pod milim nebom veliko gibljejo. Torej se v mestih in pri faberkah več jetičnih najde, kakor na deželi in med kmeti. Kdor jetiko ima, naj naprej skerbi, da večidel dneva v prostem zraku preživi.

Stara in zdavnej znana zdravila zoper jetiko sta: mlečna hrana in čisti zrak. Nek moder zdravnik je jetičnim sledečo življava nasvetoval: Zjutrej na tešče jezdari, in sicer vsak poslednji den nekoliko dalje od poprejšnega; zjutrej in zvečer dergni celo truplo s suhim, gorkim platnom; posteljo si napravi v nadhišju, in pojdi zgodaj spat, in zjutraj zgodaj vstani; pij mleko, kateremu je primešan enak del sterdene vode; jej večkrat na den, in sicer mlečne ali močnate jedila, ali lahke zelenjave.

Sok iz bersljana iztlačeni in mleku primešani je hvaljeno zdravilo v jetiki.

Neki človek, ki je kri pljuval, se je ozdravil po rabi ajbešovega čaja. Tudi čaj iz veronike hvalijo v ta namen.

Tole zdravilo je v jetiki posebno dobro: Bolnik vzame prav malo nasterganega hrena, ga zmeša z žličico sterdí, in ga zavžije zjutrej na tešče. Tako ravná den na den 4 ali 6 tednov dolgo. (Se ve, da mora bolnik leto zdravilo opustiti, ako bi ga kašelj preveč gnal.) Čez eno uro naj vzame bolnik žličico čistega laškega olja, kteremu je sladkor primešan. Še le 2 ali 3 ure pozneje sme bolnik kaj drugega jesti. Ako se bolniku hren ne prileže, ali ga ne ozdravi; naj se on olja s sladkorom derži, in naj ga zjutraj in zvečer jemlje.

Selterska voda, v mleku pita, polajšuje kašelj in zaderžuje jetiko, in Liflandski mah je redivna hrana takim bolnikom.

Nekteri v jetiki boh močno priporočujejo. Vzame se kake 3 lote boha, in se ž njim persi, herbet in lakotnice četertinko do polovico ure dergnejo, da koža vso mast popije. Leto mazanje se na den dvakrat do štirkrat ponavlja. Pri tem mazanju mora bolnik v gorki izbi v postelji ležati, in ves odet biti, razun strani, ktera se ravno maže, da se ne prehladi. Pripoveduje se od jetičnih, ki so že pri koncu živ-

ljenja bili, in v 4 ali 6 tednih po takem mazanju ozdraveli.

Pri bolj starih osebah, ki na jetiki bolehajo, je sladkor dobro zdravilo. 4 ali 6 lotov kandiranega sladkora v ovseni žlezi naj bolnik na den zavživlja.

Listje in korenine podbela (*Tussilago farfara*) z grozdinkami vred kuhane, katerim se kandiranega sladkora pridene, so zdavnej znano zdravilo v jetiki.

38. Kašelj.

Kašelj je znamenje kake bolezni v persih, torej se nikdar ne sme zanemariti, nar manj pri osebah, katerih se jetika lahko prime. Počasen (*chronisch*), suh kašelj, katerega spremljajo bodlaji v persih, naznanuje terdine (*Tuberkeln*) v pljučih. Tudi kašelj izvira od prahu, od onesnaženega zraka, iz revmatične ali nedušne treslike, od osepnic, vnetja sapnika ali pljuč, nar večkrat iz premrazenja.

Počasni kašelj je ali moker ali suh. — Z mokrim kašljem je združen žlezast izmet. Letá izvira iz naduhe, ali od poprejšnega vnetja v persih. Paziti je treba na njega, da ga ne nasleduje žlezna jetika. Spomlad in jesen gospoduje takšen kašelj. Kislih, mastnih, močno slanah ali začinjenih in težkih jedil, močne in merzle pijače se je pri tem kašlju treba

varovati. Zdrave jedila so: Laško in domače pšeno, sadje, žlezasta ne močna mesena juha; zdrava pi-jača: Mleko, siratke, ajbešov čaj. Telesni ali dušni trud, prah, hud veter, preprih škodovajo. Flanelova kamižola na goli koži, in sploh gorka obleka je potrebna.

Počasen, suh kašelj je bolj težaven od mokrega. Navadno izvira iz kerča ali vnetja, in pozimi vladuje. Zastran življave se je treba zgorej povedanega der-žati. V zdravilo se priporoča čaj iz 2 kvinteljcov omana kuhanega v 12 lotih vode. Tudi sledeče zdra-vilo hvalijo: Pšenične otrobi polij z vrelo vodo, čez nekaj časa odcedi zleček in mu primešaj kandiranega sladkora in lemonovih lušin. Te zmesi se posluži, kedar te žeja. Sopar vroče vode, ako ga v se vle-češ, tudi omehča kašelj.

Pri kerčovitem kašlju, ki mahoma pride, poma-ga gomilčni čaj s siropom polnega maka (Klatsch-rose). Oslovo mleko in gorka kopel je koristna v hudi dražljivosti kašlja.

Ako pride kašelj iz želodca, je treba želodec zdraviti.

39. Kašelj zadušljiv (*Keuchhusten*).

Hud kerčni kašelj z lastnim piskajočim glasom, ki se konča po davenju alj bljuvanju. Navadno otroke, in sicer le enkrat v življenju napada. Pri tem kašlju zdravniki tri dobe razložijo, namreč nadušno, kerčno in dobo odjenjanja. Perva doba različno terpi ali le kake dni, ali kake tedne. Od začetka so napadi enaki nahodu, sčasoma kašelj hujši in bolj suh postane, in posebno terpinča zjutrej in zvečer. Potem nastopi druga doba, v kateri se kerč bolj in bolj prikazuje. Kedar kašelj pride, so otroci nepokojni, plašni in podpornice iščejo. Zdaj kašelj žene kašelj, in otroci si mahoma oddihajo. Oddihlejem sledijo dihleji. Vse se na otroku trese, obraz je višnel, solze derejo iz oči, iz nosa in ust včasih kri vdari, roke in noge so merzle, in merzel pot polije vso kožo. Napadki večkrat na den pridejo, še rajše pa ponoči. V tretji dobi kašelj bolj odlega, in napadki so manj hudi. Kašelj postane moker, dihanje je bolj naravno in koža bolj gorka. Tako gre zadušljivi kašelj h kraju. Ako predolgo terpi, ga nasleduje hujšanje ali clo žlezava jetika. Letá kašelj včasih posebno vlada; spomladanski in jesenski zrak ga lahko zbudita. O teh časih je treba otroke gorke oblačiti; jim sadja in mastnih jedil ne dajati.

Družba z otroci, ki že kašelj imajo, je zdravim nevarna.

Domače zdravilo v ti bolezni so: Gjumberjev čaj s kandiranim sladkorom, ajbešov čaj z mlekom, pogreti ol s sirovim maslom, retkvin sok s sladkorom ali tak obliž na želodec.

40. *Kerč. (Konvulzie).*

Leta kerč obstoji v močnih, nehotečih nategah mišic, katerim sledi obnemaga. Vzroki te bolezni so: čutljiv temperament, huda bolečina, velik trud telesa in duše, težko zobenje, gliste, razdraženje ali vnetje možganov, i. t. d.

Splošne zdravila v ti bolezni so: Gorčične kopeli za noge, gorke kopeli celega života, umna raba merzle vode, puščanje kervi, kakor zdravnik za dobro spozna.

41. *Kerč čeljustni.*

Časni kerč 3 do 7 dni terpi, počasni veliko dalje. Vzroki so: Bolest herbtnega mozga; ranenje, kostolomi, premrazenje, strupi, žolčnato ali želodčno draženje, zaderžane garje i. t. d.

Bolezin je nevarna in se je ne smeš brez zdravnika lotiti. Skerbi narprej, da se vzrok kerča odpravi,

potlej za čist in suh zrak v izbi. Kar je dalje potreba,] bo zdravnik zapovedal.

Povedano tudi velja v mertvoudnici (Starrkrampf).

42. Kerč mečni.

Mečni kerč je huda bolečina, kedar se meča ali bederne miške kerčijo. Napada pa nektare osebe večkrat, nar rajše ponoči. Dergnenje bolnega dela z vročim rumom in pitje čaja, v ktereга vliješ nekaj ruma, je dobro zdravilo. Hasnjivo je tudi meča z rijavim železom dergniti. Nekterim je pomagalo, ako so meča s slino mazali. Koj od začetka kerča se z nogo v posteljno dilo dobro upri, in odgnal ga boš.

43. Kerč pri otrocih.

Zdravenje se ravna po vzroku kerča. Vzrok se pa večidel v želodcu in črevah znajde, namreč kisloba, gliste, zabasanje, zaderžani vetri. Torej so zdravila: Račje oko ali jajčne lušine, čistivni lek in dristle. Burdah priporoča vzeti četertinko kvinteljca štupe iz metlikove korenine (Beifusswurzel), ktera štupa se v gorek ol dene, dobro zmeša in malo pred napadom izpije. Potem je še kozarec ola treba piti. V težkem zobenju tudi čistivni lek in dristle po-

magajo. Pri čutljivih osebah se rabijo gorke kopeli ali cinkov cvet.

44. *Kerč persni.*

Persi se zdijo nekako zvezane in človek se boji, da bi mu pri dihanju sape ne zmanjkalo. V ti nadlogi se napravi gorušično testo iz lota gorušične moke, in iz lota vode. Testo na platno namazano položi na persi, in k nar večemu četertinko ure pusti. Med tem se 1 lot anaževega semena v stopi zdrobi in z 36 loti vrele vode polije. Čez uro začne bolnik leta čaj piti, in ga v 2 dneh porabi.

45. *Kerč v želodcu.*

V serčni žličici šiplje, tiši, vkup vleče, včasih gori v persi žge. Bolečine včasih zginejo po jedi, včasih še hujše prihajajo. Bolečine se začnejo s tiskom v jamici in se sčasoma razširijo čez celi želodec. Bolniki včasih nar manjšega tiska ne terpijo blizu želodca, in vsa obleka jih nadleguje. Ako je kerč na viši stopnji, se bolečine proti herbtu razširjajo; bolnik se zgrudi, začne bljuvati, ima merzle roke in noge, in se od strahu poti. Oči mu vpadejo, žilobitje se komej čuti, in včasih medlica sledi. Leta kerč izvira iz žarkih, ali sploh popačenih jedil; iz mastne, težke ali preobilne hrane; iz predolgega

posta, iz ganitev serca, iz premrazenja, revmatizma, iz neredne mesečine. Kerč v želodcu je včasih tovarš zlovoljnosti in maternice.

K zdravitvi tega kerča veliko pripomore umna življava in obleka. Jedila naj so lahko prebavljive, večdel mesne; v pijačo služi čist ol in malo vina. Kedar kerč iz premrazenja izvira, je treba serčno žličico s flanelom dergniti; omivanje celega života, ali saj pers in trebuha z merzlo vodo je tudi hasnjivo. Nekteri namočijo pivni papir z rumom in ga položijo na želodec. Heim priporočuje vzeti 16 kapljic eterskega olja iz gamilc, ga zmešati s kvinteljcom soliterjevega etera. Lete zmesi se vsako čertertinko ure vzame kakih 10 do 20 kapljic, in v zvunajno rabo zmečkani in v gorkem žganju namočeni kum, katerega v cunjo zaviješ in na želodec položiš. — Neke žlice lanenega olja včasih potolažijo nar hujši kerč. Leto zdravilo posebno takrat pomaga, kedar kerč iz jeze, žalosti ali tuge izvira. — Ako kerč iz vetrov izvira, pij čaj iz poprove mete, ali pa rum, kateremu si neke kapljice kumovega olja pridjal. — Ako kisloba v želodcu zbudi kerč, vzemi kakih 10 ali 15 granov magnezije. — Ženstvo pri zmedeni mesični naj vzame zoper kerč kozlikovega (Baldrian) čaja, močne kopeli za noge, in omečivne dristle. — Pri kerču od revmatizma pomaga goru-

šični obliž, ki ga na želodec položiš. — V čutničnem (nervös) kerču je gotovo zdravilo vizmut, katerega vzameš 2 grana, s sladkorom dobro zrišaš in potlej požreš. To stori trikrat na den.

46. *Kervavnica. Zlata žila.*

V žilah ritnika in trebuha kri zastaja; bunce s kervjo napolnjene se naredijo znotrej in tudi zvonaj pri riti. Od začetka kervavnice čuti človek nek tisk med popkom in želodcom, tek je premenljiv, sapa smerdi, včasih pride zgaga. Odsebnice so brezredne, barva v licu je rumenkata, krog očes ležijo obroči. Človek je vedno truden, dražljiv. Nekteri čutijo terganje v križu, blisku enake zbodlaje v ponveni votlini; rit se jim močno poti. Ako se obilna kri pri odsebnici odcedi, bolečine nehajo, dokler se kri zopet ne nabere. Tista kervavnica, pri kateri kri nikdar ne odteče, se imenuje slepa.

Vzroki kervavnice so: Nezmasnost v vinocvetnih pijačah, nečistost, preobilna raba močnih, začimjenih jedil, tesna obleka krog trebuha, sključena seja, zabasanje črev, dedičnost.

Kdor se hoče kervavnice znebiti, mora dolgočasno sejo, močno hrano in pijačo opustiti; vsakdanje sprehajanje pod milim nebom, večkratno dergnjenje trebuha mu je potrebno. Nar gotovejše zdra-

vilo v kervavnici je žveplo: Vzemi 1 lot žveplo-cveta in 2 lota vinskega kamna, dobro ju zmlji in zmešaj, in te štupe po žličici jemlji enkrat ali dvakrat na den, da se kake dvakrat lahko izprazniš.

Ako pri tekoči kervavnici kri sama od sebe odteče, in polajšanje čutiš, ne rabi nobenega zdravila; ako kri teči neha, pij čaj iz grenke detelje ali iz armana. — Ako kri zastaja in noče teči, vzemi kopel za noge in dristlo. Ako imaš hudo bolečino v trebuhu, se posluži gorkih obkladkov in pij gamilčni čaj. Ako znotranja vročina in tiščanje k odsebnici ne neha, postavi neke pijavke krog riti, in potlej položi na rane nasterganega korena. Ako ne veš dobro s pijavkami se pečati, rajše zdravnika pokliči, da ne napraviš odperte rane pri riti.

V slepi kervavnici so dristle z merzlo vodo jako zdrave. Treba je paziti, da se ritnik z dristelno cevjo ne rani, in da voda nekaj časa v trebuhu ostane. Po tem sredstvu, ako ga dalj časa rabiš, se odsebnice vredijo, bolečine pri odsebnicah manjšajo, in naval kervi v čreva odjenja. — V bolečinah, ki izvirajo iz slepe kervavnice, je tudi sledeče zdravilo hasnjivo. Pobaši mravljišče, kakor ga najdeš, v kako posodo, nesi ga domu, kjer ga v vedru dobro popariš. Potlej se vsedi z nago ritjo na vedro, se dobro ogerni, da nič soparja ne zgubiš,

in kmalo ti bojo bolečine odlegle. Neki se je ozdravil z mlekom in suhimi slivami. Zjutraj na tešče je vsaki dan kozarec merzlega mleka pil, in eno uro pozneje so je kuhanih sliv najedel. Ako zvunajne bunce serbijo, jih z merzlo vodo operi; in ako letó ne pomaga, jih namaži z jedričnim oljem.

Pri kervavnici v mehurju, ktera je ali tekoča ali slepa, je omivanje z merzlo vodo prav koristno. Verh tega pomagajo zdravila, ktere smo zgorej imenovali.

47. *Kervni naval.*

Včasi kri v nektare dele trupla bolj sili, kakor je naravno. Iz tega izvira večja gorkota, rudečina, poseben tiš, žganje, bolečina. Na zvunajnih delih se kervni naval lahko spozna, težeje na notrajnih. Pri otrocih sili kri v glavo, pri mladenčih v persi, pri doraščenih v trebuh, pri sivčkih zopet v glavo.

Vse, kar kri draži, lahko zbudi kervni naval.

Splošne zdravila zoper kervni naval so: Merzlota in sicer merzla voda v okladkih, gorke kopele za noge, v kterih je raztopljena sol, ali potašel, čistivni leki, dristle.

Kervni naval v glavo izvira iz opravil, pri kterih je treba večidel in dolgo sedeti, iz močne pijače, nečistosti. Naznanuje se po vročini, rudečini in na-

pihnenju obraza, po glavobolu, po močnem žilobitju v glavi. Leta naval odleže po kervotoku iz nosa, po potu, odsebnicah.

Poglavitno zdravilo zoper ta naval je popoln mir duše in telesa. Prebivališče mora biti hladno, bolj temno. Glavo in zgornji del trupla je treba visoko deržati. Hrana mora biti pičla in pijača hladivna, namreč voda in limonada. Kozarec merzle vode, kterega je treba večkrat na den napolniti in izpiti, je nar boljše zdravilo. Okladki z okisano vodo na čelo položeni, gorke kopeli za roke in noge, dristle vlečejo kri iz glave. Kedar se bolnik boljšati začne, naj se več pod milim nebom vede.

Kervni naval v persi, glej „Naduha“.

Kervni naval v trebuh, glej „Kervavnica“.

48. *Kervomok.*

Namesto scanice teče ali čista, ali z vodo zmešana kri. Kedar pride kri iz ledic, se čutijo bolečine v ledicah; včasi pride iz močevodjev, navadno pa iz mehirja. Včasi je kervomok znamenje drugih bolezin, kakor kervavnice, mehirjevega vnetja, peska i. t. d. Možtvo je ti bolezni bolj podverženo, kakor ženstvo. Kervomok izvira iz vedne lege na herbtu v kakí bolezni, iz napenjanja pri bljuvanju, iz stresa ledic ali ponev, iz peska, iz zamazanih garij, iz

zlorabe zdravil, ki na scanico ženejo. — Kervomok je nevarna bolezin.

Bolnik naj vživa mleko, siratko, čaj iz lanenega semena in enake pijače. Kar na vodo žene, je treba opustiti. Omečivne dristle in okladki, in polkopel so tudi hasnjive. Ako bolezin od razuzdanosti pride, se je čaja iz medvedovega grozdja (uva ursi) poslužiti.

49. *Kervotok.*

Kervotok je včasi hasnjiv, in se ne sme ustavljati. Kervotok iz majhne rane sam od sebe kmalo neha, torej ga ni treba ustavljati, ampak rano z mehkim platnom povij, in kmalo se zaceli.

Ako se nisi z ojstrim orodjem ranil, ampak s tumpasto rečjo kožo ali clo meso raztergal ali zmečkal: kervotoka ne smeš ustavljati, ampak podpirati, kedar rano z gorko vodo močiš ali jo gladiš. — Ako je rana velika, iz ktere kri scurkom dere, in lahko vsa bi se odcedila, je treba kervotok mašiti. To storiš z roko, ki jo na rano položiš, da kri ne more teči; ampak se v rani terdi, in zamašek za rano napravlja. Kri se dalje ustavlja in rana zamaši s platnenim nasteržkom, z gobo, s tiskarskim papirjem. Nar pripravnejša je zapalna goba, ktera je mehka in se lepo vleže v rano. V ta namen se rana

razprostiri, z merzlo vodo dobro izmije, z gobo zamaši, z nasteržkom pokrije in s platnenim trakom poveže.

Ako je večja žila ranjena, in kervotok po tem ravnanju ne odneha, je treba žilo zavezati, kar se z žepno ruto stori, ktera se zvije, potem na sredi v vozal zveže, in leta ozel pri zavezanju na žilo položi, da jo močno stisne. Ciplo ranjeno je treba nad rano, kervnico ranjeno je treba pod rano zavezati. Ktera je ranjena, spoznaš po kervni barvi, zakaj kri iz kervnice je temnorudeča, kri iz ciple je pa jasnorudeča.

Kervotok iz ran po pijavkah je tudi včasih nevaren, kedar pijavka večjo žilo pregrizne. Kri ustavljaš, ako prah arabškega kecmeca ali galuna na rano potreseš, ali z gobo ali nasteržkom rano zamašiš in dobro povežeš. Kedar človek pri kervotoku omedli, ga pusti nekaj časa mirno ležati, in skerbi za hladni, čisti zrak. Potlej mu dajaj od časa do časa malo merzle vode, kateri kake kapljice dobrega jesiha primešaš, v usta. Obvezo rane mirno pusti, zakaj v medlici se kri v rani nar hitreje vseda in rano maši.

Kedar je kervotok ustavljen, mora človek še nekaj časa mirno ležati, in ako se mu ljubi, spati.

Pri spijočem mora kdo paziti, da se kervotok ne ponovi in človek večno ne zaspi.

Med kervotokom in kmalo po ustavljenem kervotoku ranjenemu ne smeš dajati ne močnih pijač, ne jedil; ampak nebudivne hrane naj se tako dolgo posluži, dokler nevarnost ne zgine, da bi se rana odperla. Naj tedaj jé nemočno mesno juho, ali vodeno juho z jajcom; naj pije merzlo vodo, ali malinov sok v vodi.

Pri kervotoku, ki izvira iz hudega padca, ali vdarka na glavo, na nos, na persi i. t. d., ni varno kervi, ki teče iz nosa, ušes, ust, naglo ustaviti, da se ne vsede v poškodovanih posodah, in da se hujša bolezin ne zbudi. Od kervotoka, ki izvira iz notrajnih vzrokov, najdeš potrebno na lastnem kraju; tako tudi od ran.

50. *Kervotok iz nosa.*

Ta kervotok se najde pri zdravih in bolnih osebah; dostikrat je znamenje kervnega navala v glavo, v trebuh; oznanuje protivni mertud, popačeno mesečino i. t. d. Sam od sebe pride pri mladih osebah, vkrát per možkih, kakor pri ženskih. Včasih kervotok, kteremu kritični pravijo, bolezin k boljemu oberne, postavim: Kervotok pri vnetju pljuč, pri glavobolu, pri časnih osnutkih, pri kervnem navalu i. t. d.

Dokler kervotok iz nosa ni nevaren, ga ne smeš ustavljati, da ne naključiš gluhosti, sleposti ali drugih bolezin. Kedar pa žilobitje pri kervotoku prenehuje, omotica ali medlica žuga, ga je treba naglo ustaviti.

Mraz in merzla voda sta poglavitne zdravila pri tem kervotoku. Merzla voda se vzame v usta, merzli okladki se pokladajo na glavo, med pleča, na spolovila. Včasi se merzla voda v nos brizglja. Glavo je treba visoko držati, oči na kviško obrniti, izba mora biti hladna, zrak čist. Nagla pomoč je včasi zmletega traganta ali arabškega kecmece, kolofonje v nosnice vpihovati. Narodne zdravila zoper kervotok iz nosa so: Omivanje spolovil z merzlo vodo, tesno vezanje rok in beder, žvekanje pivnega papirja. V močnem kervotoku svetujejo nekteri zdravitelji okladke s snegom ali ledom na vso glavo; potoplenje cele glave v škaf merzle vode. Neki Francoz terdi, da kervotok iz nosa neha, ako se roka tiste strani, iz ktere nosnice kri teče, na ravnost kviško derži.

51. *Kila.*

Kile vsem dobro znane se razločijo v bederne in mednožne, kedar visijo na lakotnici; v popekne, kedar visijo od popka; in v modne, kedar kos očrevja v mošnjo pade. Kila se naredi po silnem

napenjanju trupla, po skakanju, plesanju, vzdigovanju težke butare, po enostranem zvijanju trupla kmalo po kosilu. Ali je kaka oteklina kila, ali ne, spoznaš, kedar vidiš, da leta oteklina se manjša ležečemu na herbtu, in raste stoječemu. Tudi pri ihtoti, pri kašljanju, dihanju se oteklina vekša, kedar je kila.

Da kila večja ne izleze, jo je treba nazaj pottisniti, in tukaj dobro deržati. V ta namen se mora kilavec na herbet vleči, in čreve se mu s persti v trebuh rahlo potlačijo. Da zopet ne izlezejo, je treba prevoze na kilo. Na prevoze se kilovec sčasoma navadi in svoje posle lahko opravlja. Ako človek nima veliko čez 20 let, se mu bo morebiti v kakih 2 letih kila zrasla, in prevoze ne bo več potreboval. Ako kilovec ne nosi prevoze, se mu kila lahko stisne (všipne), vname in, ako ni nagle pomoči, gotovo smert naključni. V ti nevarnosti je treba do zdravnika hiteti, in preden on pride, gorek okladek iz moke lanenega semena, in dristol iz žajfnice in gamilc rabiti. Ako oteklina odneha, se kila lahko nazaj spravi.

52. Kolcanje.

Kolcanje je kratko konvulzivno kerčenje želodca in preponke. Lahko kolcanje izvira iz prebasa-

nega želodca, iz kislobe v želodcu, iz premrazenja, posebno pri otrocih. Hujše kolcanje nadlegova in bolečine napravi; kolcanje v tresliki je pa protivno znamenje.

Navadno kolcanje mine, ako počas piješ, ali kosček sladkora v ustih topiš. Želodec dergniti je tudi zdravo. Ako iz kolcanja boleč kerč pride, je treba makovega mazila v žličico vterati, ali gorke kopele se poslužiti.

53. *Kolera.*

Leta strašna boleznin je v Azii že dolgo znana, in je v letu 1829 tudi Evropejčane obiskala. Od teh mal razsaja v Evropi zdaj tu, zdaj tam. V koleri se kri naglo popači, in hudi kerč bolnika muči, bližnje straši. Od zgorej in spodej dere iz človeka; kerč vleče v želodcu, v udih, v obrazu; vsa moč naglo zgine, koža je merzla, žilobitje hitro, jezik suh, žeja velika in smert čez kake ure.

Lete boleznin je lažje se varovati, kakor jo zdraviti. Jeza, nepokoj, trud, prebasanje želodca vselej človeku škodovajo; kedar je kolera blizo, ga pa pokoplejo. Težka jedila, močna pijača, premrazenje vabijo kolero. Opomniti je treba, da naj zdrav človek pri svoji žisljavi ostane, in prav zmerno živi; da naj se božji volji zroči, in

nie ne boji; da naj pa po lahkodušnosti Boga ne skuša.

Ako čutiš bolečin v životu, je nikdar ne zane-mari, ampak v posteljo se vlezi, in potiti se skusi. Zatorej se dobro odeni, in bezgovega čaja veliko pij, da se potiti začneš. Ako bi te k potrebi silili, nikdar ne vstani, da se ne prehladiš; ampak v postelji si daj posodo podložiti. Ako te k bljuvanju mika, vzemi pol drahme ipekakvane, in kedar si se izbljuval, pij bezgovega čaja. Ake te v žličici tiši, položi gorušičnega testa v njo. — Za čisti zrak v izbi je treba vedno skrbeti.

Nekteri hvalijo čisto, laško olje, kakor gotovo zdravilo zoper kolero. Tega je treba četer-tinko ali polovico libre na enkrat spiti, in z vročim oljem in pogreto volno celi život dergniti. Vse težave in bolečine v kakih 10 minutah zginejo. Ako se to ne zgodi, je zopet treba olja piti in život dergniti. Pri rabi olja bolnik ne sme nobenega čaja, in tudi mesne juhe ne piti.

Nekteri zdravijo kolero z merzlo vodo, ktere mora bolnik silo veliko piti. Zraven tega zavijejo bolnika v mokre čoke, da se prav močno poti. Led je tudi poterjeno zdravilo v koleri. Človek srednje starosti naj vsake pol ure po 10 kosčkov, ki so kot grah veliki, požre. Otrokom se daje menj kosčkov

ledu. Če se je kolera po tem potolažila, se da bolniku po malem župe ali ječmenove vode; vse mora pa bolj hladno biti. Život naj se od zvonaj gorko derži, ne po preveč gorki izbi, ne po pretežki odeji; ampak po vročih ceglih, ali po persternih flašah, ki so s kropom nalite in v rute zavite, in se pokladajo na merzle ude, posebno na noge. — Kjer bolnika kerč stiska, naj ga strežniki s suknom dergnejo.

Kolera je grozno nevarna bolezen, zdaj tega, zdaj unega zdravila potrebuje: torej ne opusti zdravnika klicati, da ti nobeden ne bo mogel očitati, da si potrebno pomoč zanemarl.

54. *Kosti morske.*

Terde otekline na kosteh, katerih se znebiš, ako

1. svinčeno kroglo v ploščato potolčeš, v sredi ploše jamico napraviš, ktero na morsko kost položiš in ploščo terdo povežeš; ali
2. kos ovčje kože s črnim mjlom debelo namažeš, na kost privežeš, in kolikorkrat je treba ponoviš; ali
3. lisično na morsko kost privežeš; ali
4. sivo mazilo iz živega srebra po trikrat na den v morsko kost vteraš.

55. *Kostolomi.*

Zlomljene kosti sam bolnik ne more zdraviti, ampak mora po umnega zdravnika poslati, da treske odpravi, odmaknjene konce zjedini, umno povije in ozdravi. Treba je vendar vsem vediti, da naj poškodovane dele z merzlo vodo ali merzlimi okladki hladijo, in tako oteklino overajo, pri kateri bi zdravnik ne vedel, kaj in kako je poškodovano.

56. *Kozé.*

Kozé so mosoličasta bolezin kože, kateri je treslika pridružena. Razločimo nevarne in ne nevarne kozé. Kozé izvirajo iz neke posebne, nalezljive materije, ktera se pri bolniku na kozéh rodi, in po raznih potih na druge, k ti bolezni pripravne, zatrosi. Izkaja, sapa in drugo odsebenje je kužno, posebno pa materija, ki je v slehernem mozolju zavita. Kozna kuga se zatrosi po zraku, po oblačilih, po vsem, česar se je bolnik dotaknil, in kar potlej v dotiko ali blizost kozém pripravnega pride. Zdravih oseb se leta kuga posebno rada prime, ako se njih koža rani in v rano kužna materija dene. V tem obstoji cepenje koz.

Kozé zdaj manj, zdaj dalj časa terpijo, kar se ravna po množici mozoljev, in po vlastitosti treslike.

Hude kozé v prvih dneh umorijo, manj hude terpijo 21 dni, nar manj hude 14 dni. Nar več bolnikov umerje deveti ali deseti den, kedar se kozé gnojiti začnejo. Mlajši ko so otroci, ložeje preterpijo kozé; odraslim so bolj nevarne. Slabotne osebe, ki imajo suho, terdo kožo so v veliki nevarnosti. Bljuvanje in kervotok iz nosa od začetka bolezni sta dobri znamenji. Pot o soptenju (prikazanju) koz je hasnjiv. Hitrica je nevarna, zabasanje skoz več dni ne škodje nič. Dokler je dihanje zdravo, ni smertne nevarnosti; kedar pa tako vnetje ali kerč pritisne, je hudo znamenje.

Izbni zrak mora biti čist in topel, ne pa vroč; odeja naj bo takšina, da bolnika ne zebe, in mu ni vroče; prepíh je škodljiv; jedilo naj bo redko, večdel iz rastlin, pijača obilna in žlezasta, nikdar močna. Hitrico, ako se prikaže, je treba zdraviti z ovseno juho. Nekteri terdijo, da je hasnjivo, obraz in roke bolnika z lahkim pertom pokrivati, da kozé manj razsajajo in manj mozoljev zapustijo. Ako kerč, bljuvanje, vnetje oči, ali enake reči pritisnejo, je treba zdravnika poklicati, da lete težave ozdravi. — Kedar so kozé že zdrave, služi v lepšanje kože mjlina kopela.

57. *Kozé nepristne.*

Po lahki tresliki se drugi den pokažejo nepristne ali ne prave kozé, ktere se tretji dan že gnojijo. Nar prvič jih zapaziš po herbtu, redko na obrazu. Kakor skušnje učijo, se nepristne kozé nekterih takrat lotijo, kedar imajo nekteri prave kozé. V 2 ali 6 tednih se olušijo.

V ti bolezni skerbi za hrano in čisti zrak, kakor smo pri kozéh svetovali. Ako je bolnik zabasan, mu kuhaj posušenih sliv, da jih jé, in slivovko pije; ako ima suho kožo, mu daj bezgovega čaja piti.

58. *Krastavec.*

Otročja glava je včasi pod lasmi s krastami nasuta. Lase je nar prej treba čisto postriči, in glavo z toplo žajfnico omivati. Otroci naj se slanih jedil zderžijo, in večidel rastlin poslužijo; naj snažno perilo dobivajo, in naj se večkrat v otrobni kopeli koplejo. V znotrajne zdravilo vzemi 2 kvinteljca tribrojnih vijole (mačoh), 1 kvintelj orehovega perja, jih polij z maselcom deževnice, pol ure kuhaj in imaš čaj za celi den. Letega čaja se je treba kakih 14 dni posluževati. V zvunajno rabo polij nekaj lanene moke z gorko vodo, s katero omij glavo, da se kraste omehčajo; potlej maži glavo z žveplomazilom, ki obstoji iz 1 dela žveplocveta in 5 delov svinjske masti. —

Zvunajno mazanje brez znotrajnih zdravil je pri vseh kožnih boleznih nevarno, kedar izpustki lahko nazaj vdarijo in nevarnejše bolezni naključijo.

59. *Krivica.*

Krivica izvira iz želv, in se navadno v treh prvih letih življenja najde, včasih do 10. leta. Kost postanejo mehke, gibčne, nepodobne. Roke in noge se krivijo, in ako bolezin hujša postaja, raste neizrečeno glava, temenec se ne vterdi. Herbtanec, rebra, persna kost se krivijo; mišice so mehke, koža vela, trebuh velik, jetra napihnjene, prebavljanje slabo. Želodec kuha kislubo, zobje ali clo ne rastejo, ali grozno počasno, in kmalo trohnijo. Otroci ne morejo hoditi, so vodenični in vedno bolehajo.

Taki otroci naj le trikrat na den, in sicer malo na enkrat uživajo. Jim hasnjive jedila so: Mleko, mesena juha, pečena perutnica, laško pšeno, sago, salep, korenje, repa, zeleni grah, bob, peteršiljne korenine, dobro pečena pogača, dvopek. Piti jim dajaj: Vode, dobrega ola, včasih malo vina; gorka pijača jim je škodljiva. Njih perilo, prebivališče naj bo snažno, pogosto naj se gibljejo pod milim nebom.

Zdravila v krivici so tiste, ktere v želvah, namreč mjilo, apnena voda v mleku, rebarbara in

jetrov tran (Leberthran), kterege se zjutrej in zvečer za žličico vzame. Poslednje zdravilo nar bolj priporočajo. V zvonajno rabo služijo: Merzle kopeli, kopanje v tekoči vodi, v morju; dergnenje kože z gorkim flanelom.

60. *Kurdej. (Škorbut).*

Kurdej obstoji pri nas v kervotoku iz ust, in v popačeni dlesni, ki se od zob luši. Bolnikova sapa smerdi. V zdravilo služi raztopljeno hlorovo apno, s katerim gerlo in dlesno izpiraš. O okrevanju je kina posebno hasnjiva.

Kurdej, ki pri morju in v močernih krajih razsaja, je hujši, in vse telesne soke popači.

V tem kurdeju služi citronski sok v brambo in zdravilo. Kisle jedila, kislo zelje so zdrave pri kurdeju. Staro rajnsko vino podpira telesne moči, ovira razkrojenje sokov.

Vzemi 3 kvintelce anglijske gorušice, 2 lota sterdi in libro vode, jih dobro prekuhaj, in popij to vodo zvečer, preden greš v posteljo. Ponoči se boš dobro potil, in zjutrej terdnejši ustal.

Sledeče zdravilo vkrepča dlesno: V polič črnega vina deni 1 lot zmečkanih borovnic, pusti ga 48 ur na toplem stati, in s tem vinom omivaj dlesno. V znotrajno zdravilo popij na den tri žlice jesiha.

Ako se ti zobje majejo, in iz dlesne kri rada teče, vzemi pest žličnika, pest žobeja, rutice in melise; polij jih s poličem žganja, in čakaj en čas, da dobiš dober izleček. S tem izplaknuj usta in zobe po dvakrat na den, in sicer vzemi na enkrat eno polno žlico.

61. *Las zguba.*

Da si lase ohraniš, jih pridno in dobro česaj. Ako ti lasje izpadajo, prereži čebulo po sredi, in polij polovico z močnim žganjem. Čez neke ure je dober izleček. S tem pomoči čepinjo, počesi lase, in glavo v pert zavij, da se posuši.

Sledeče mazilo nar bolj podpira rast las: 4 lote volovega mozga, 10 granov zagoltneca, 10 granov kine, 2 kapljici grenko-jedričnega olja, $\frac{1}{2}$ kvintelca bergamotnega, in $\frac{1}{2}$ kvintelca špekarnadnega olja.

Popolne pleše se z ravno prerezano čebulo večkrat dergnejo.

62. *Lednic bolest.*

Pri lednicah, ravno nad križem, se včasih čuti bolečina, ktera se pri gibanju grozno povečuje. Torej se bolnik leseno derži, akoravno je herbtanec gibčen. Pri ti bolezni je treba paziti, da se z drugo

ne zmeša. Lednic bolest je revmatičnega izvira, in včasih nevtrogoma pride, kedar se človek pripogne. Težko se zopet zravna, in križa gibati si nič več ne upa.

Hasnjivo zdravilo je žvepleno žganje, to je: žveplocvet z močnim žganjem politi, katerega se dvakrat na dan po 10 kapljic v žlici vode vzame.

Včasih je treba pijavk staviti. — Ako ne veš za gotovo, kakšino bolezn imaš, rajše poprašaj zdravnika, da ne terpiš dalje, ali da clo ob življenje ne prideš.

63. *Legar.*

To nevarno bolezn včasih neke znamenja napovedujejo, včasih naglo napade. Take znamenja so: Težka in pusta glava, glavobol, neveselje k delu, nepoželenje jedil, bdenje. Treslika se začne z mrazem, po katerem vročina pride. Glava postaja bolj težka, in telo bolj slabo. Kmalo sledijo omotica, blabelenje (Delirien), poskakovanje kit. Usta so suhe, jezik ima belo ali rjavo prevleko in je razpokan, koža je suha, odsebnica zadržana ali hitra. Vzrokom legarja se prištevajo: Nagla prememba vremena, močvirnost, mokro prebivališče, lakota, popačena hrana, nesnaga, nečistost, druge bolezni, žalost, tužnost i. t. d. Osebe, ktere so iz takega

vzroka oslabiljene, nar ložeje zbolijo po legarju. Iz legarjeve žlahte je mačuh, ki je kužne sorte, in v nekterih krajih posebno rad razsaja.

Moriva groznica je neki počasni legar, ki slabotne osebe ali po prestani bolezni napada. Leta groznica navadno dolgo terpi, truplo se nekako posuši, in jetika življenje konča.

V legarju ne mudi zdravnika poklicati, da ti naznani, kaj je bolniku hasnjivega, kaj škodljivega.

64. *Lišaj.*

Lišaji so mnogoverstni; nekteri kratko, nekteri dolgo, clo do smerti terpijo; nekteri zginejo, pa se zopet pokažejo. Otroci jih včasih od starišev dobijo; včasih izvirajo iz močno slanih jedil, iz kervavnice, iz razžaljene kože, iz neredne mesečine, iz starosti i. t. d.

Pri ozdravljanju se je treba jedil, ki kislino kuhajo, varovati, vinocvetno pijačo opustiti, [se večkrat otrobnih ali mjlilnih kopel poslužiti. Suhi lišaj pomazuj z zeleno orehovo luščino; na skleči lišaj pokladaj smetano; mokri lišaj maži z apnenim mazilom, na lišaj v obrazu pokladaj v vodi namočene cunje. — Dobro mazilo pri lišaju je sledeče: Sogrej in dobro zmešaj eno čašico smole, 2 rumenjaka,

2 čašici smetane. — Ali vzemi kvintelc angliškega grafita, ga dobro zdrobi in z 1 lotom svinske masti zmešaj. S tem mazilom maži lišaj po dvakrat na den. — Z zvnajnim zdravilom je treba notrajno združiti. V notrajno zdravilo služi tribarvna vijolica, ktere vzameš kaka 2 kvinteljea, ju poliješ z vrelo vodo, ali z vrelim mlekom, potlej vodo ali mleko odcediš in čez dan popiješ.

Ako po teh zdravilih lišaj ne zgine, polij zmečkane španske muhe z močnim žganjem, pomoči čopič v to tinkturo, in pomaži ž njim lišaj. To storiš vsaki drugi dan.

65. *Maternica.*

Maternica je ženskemu spolu lastna bolezen, ktera se oznanuje po kerču, kratki sapi, zategnjenju gerla, po občutu, kakor da bi se neka žival v trebuhu gibala, ali da bi krogla iz trebuha v gerlo lezla. Ona izvira iz mehkužnega življenja, od prevozkih oblačil, iz pičlega sprehajanja, iz tužnosti i. t. d.

Ženske, ktere na maternici boleajo, naj se večkrat pod milim nebom sprehajajo, naj se bolj hladne, kakor gorke hrane poslužijo. Kar je težkega in mastnega naj opustijo, in naj jedó mesno juho, pečeno meso, divjačino; pijejo naj merzlo vodo.

Kratkočasno drušino in prijetno opravilo naj iščejo. Vsaki den naj cel život enkrat ali dvakrat z merzlo vodo omivajo; ako so zaperte, naj se od konca toplih, pozneje merzlih dristel poslužijo; ako jim kri v glavo ali v persi tišči, naj rabijo kopel za noge, ali naj v merzli vodi večkrat sedijo. Nekterim so mjlilne kopele zdrave. Hasnjivo je tudi boleče dele trupla z roko lahko dergniti; ali pri splošnem kerču eno roko v žličico, eno na herbet jim položiti.

V maternični omedlici, pri kerču pomagajo kake žlice dobrega žganja v znotrajno rabo, in merzla voda v zvonajno rabo.

Zdravniki svetujejo zoper maternične napadke kake žličice jesiha, ali kake žličice citronskega soka.

Pri materničnem kerču v želodcu, in pri bljuvanju jo zdravo ribati žličice s kolinsko vodo (Kölnerwasser).

66. *Medlica.*

V medlici se vmanjšajo zavednost, občut, gibanje, dihanje in krogotok kervi. Ako te znamnja življenja čisto zginejo, in vendar človek ni mertev, pravimo, da je v zdetni smrti. Medlico včasih naznanujejo: Slabost, omotica, sercobitje, težave i. t. d.

Osebe, ki boleajo na maternici, zlovoljnosti, kervnem navalu so medlici nar bolj podveržene. Vzroki medlice so: Škodljivi zrak, ranocelniško ravnanje (Operation), mah po glavi, težek porod, hudo opešanje, strah, mlado vino i. t. d.

Omedlenega je treba pod miło nebo nesti in mu vso obleko, ktera tesno leži, kakor vratnik, podvezo naglo odpraviti. Poglavitno sredstvo, omedlenega k sebi spraviti, je škropenje z merzlo vodo. Omedlenca kertačiti in dergniti je tudi dobro. Pri materničnih ženah je hasnjivo jim osmojeno pero, ali čebulo, ali jesih pod nos deržati. Čelo in senci se z jesihom ribajo. Kedar človek k sebi pride, se mu kake žlice dobrega vina ali žganja dajejo, vendar ne prej, kakor požirati zamore.

67. *Mehurji na nogah.*

Ako si po dolgem ali nenavadnem potovanju mehurje na nogah dobil, si jih pusti z iglo opazno predreti, da se kervna voda odcedi; potlej jih v mehko platno zavij. Ako so se mehurji pri potovanju prederli, namaži platneni nasteržek z lojem, in ga na rano položi.

68. *Mertud.*

Nevtegoma, navadno ponoči napade leta bolezin človeka, v kateri svoje počutke zgubi, se ne more svojevöljno gibati, vode in blata ali ne izpustiti, ali ne deržati. Usta so odperite, zenica je razširjena in neobčutljiva, dihanje je težko in hropeče. V manj hudih napadkih se človek malo zave in giblje. Mertud včasih naznanujejo: dušni nemir, omotica, slabi pomnež, omama oči in ušes, bliščenje pred očmi, šumenje v ušesih, glavobol, kerč, nenavadna zaspianost, davenje, bljuvanje, trepetanje rok in nog, gomzenje v udih, kakor od mravljincov i. t. d. Včasih pride mertud brez naznanovanja, posebno v hudi vročnici, po hudem nategovanju možganov, po obilnem kosilu. Mertud naključijo: Vterdina žlez na vratu, tesni vratnik, tesna obleka, spanje po kosilu, organske napake serca, nezmasnost v jedi in pijači, sihravo vreme, hudi mraz ali huda vročina, silovite strasti, prevelik trud duše, gliste, lakota, nečistost.

Potrebne zdravila v mertudu mora zdravnik nasvetovati, katerega hitro pokliči, da pomoč ne pride prepozno. Preden zdravnik prihiti, daj bolniku dristlo, v kateri sta 2 lota soli raztopljena.

Kdor se je od mertuda okreval, naj z glavo visoko leži; naj skerbi za tople noge, odperto telo; naj se varje močnih pijač, strast, večernih gostij; naj kri čisti z obilno vodo in sprehajanjem pod milim nebom.

69. *Mertudenje in nevkretnost.*

Dergnenje s suknom je staro zdravilo pri nevkretnih udih. Tako dergnenje so stari Rimci s kope-lami zjediniili, si gibčnost udov pridobiti. Rusi dergnejo hromljene ude z retkvo in hrenom; napravljajo si kopele iz žganjevega drožja, katero v piskru na dno soda postavijo, z razbeljenim železom grejejo, in človeka v sod tako posadijo, da glavo vun moli.

Narodno zdravilo je pert, ki je čez noč v mravljišu ležal, in v ktereга se mertudeni ud zavije. Iz mravljiša napravljena kopela, v kateri ud deržiš, je tudi zdrava.

Gorke žveplene kopele so znano zdravilo v nevkretnosti. Namesto žvepla je dobro se poslužiti smerdljivega žvepla (Schwefelleber) v kopeli.

Otrobne kopele z gorušično moko in soljo so tudi hasnjive.

Zdravo je bolni ud dvakrat, ali trikrat na den dergniti z mravljičnim in kafrovim cvetom, katerih

vsacega polovico vzameš. Zraven tega ne pozabi mertudeni ud kolikor je mogoče uriti.

Oterpnjenje nog odpraviš, ako podkolence s slino mažeš.

70. *Merzlica.*

Merzlica ali merzla treslika občasno človeka napada, in navadno iz mrazu, vročine in potu obstoji. Napadki pridejo ali vsaki den, ali drugi, tretji den. Med napadki je človek zdrav. Vzroki merzlice so: Popačeni želodec, prehudo napenjanje duše ali telesa, čistivni leki, zamazani kožni izpustki i. t. d. Spomlad in jesen nar rajše napada merzlica. Ktera pa ob hudi vročini v močvernih krajih domuje, je grozno hudobna, in se težko odpravi. Hrana merzličnega je mesna juha, pečena teletina, ne mastna jed iz moke, in voda v pijačo.

Navadno zdravilo v merzlici je kina, ktere vendar ni varno jemati brez zdravnikovega sveta.

Nekterim pomaga lemonske sok v črni kavi; nekterim čaj poprove mete; nekterim naribana muškatna grušica v kozarčku žganja, katerega bolnik pred merzlico popije, in potem se dobro sprehodi.

Nekteri hvalijo žličico štupe, obstoječe iz enakih delov naribane muškatne grušice, galuna in soli, katero štopo bolnik na tešče vzame; nekteri hvalijo

prah od voglja, katerega bolnik, kedar nima merzlice, vsako drugo uro 1 kvinteljc požre.

Ako merzlica izvira iz popačenega želodca, jo odpraviš s tinkturo zavlca (Küchenschelle), ktere po 2 ali 3 kapljice v žlici vode dvakrat na den vzameš; ako merzlica obstoji večdel iz mraza, namoči poprovo štupo v žganju, in vzemi žličico tega žganja zjutraj in zvečer; ako se pri merzlici tergaš, polij štupo glistnika (Wurmsamen) z žganjem, in vzemi tega kake kapljice zjutraj in zvečer; ako si merzlico po jezi dobil, se ozdraviš z gomilčnim čajem, katerega po žlici dvakrat na den jemlješ. Opomniti je treba, da se zdravila kake ure pred merzlico in po merzlici, kedar se že dobro potiš, jemljejo.

Kedar te je merzlica pustila, se še nekaj časa nasvetovane življave derži, in potlej se po malem k navadni življavi vrní, da te merzlica zopet ne zgrabi. Zakaj rada se poverne.

71. *Mizerere.*

Nevarna in ostudna bolezen, pri kateri zavžita hrana, želodčni soki nazaj gredo in se izbljuvajo. Pri leti bolezni je treba vzroka nar prej iskati. Ako mizerere izvira od kile, je treba kilo zdraviti; ako izvira iz vnetja črev, je treba vnetje tolažiti. Ako ne izvira iz nobenega teh dveh vzrokov, daj bolniku

polno žlico čistega, lanenega olja sleherno uro enkrat. Ako mu olje ne pomaga, polij senešovega listja z vrelo vodo, odcedi zleček, in mu primešaj grenke soli. Kozarček tega zlečka naj bolnik pije, in potlej eno žlico lanenega olja. Ako tudi to ne pomaga, naj vzame eno žlico ricinovega olja. Dristla iz kozleka in lanenega olja včasih bolj pomaga, kakor imenovane zdravila. V zvonajno rabo služijo: gorke kopeli, gorušično testo; in merzla voda v pijačo, v dristle ali v okladke. Kakor uno poslednje sredstvo svetovajo nekteri pol libre tekočega srebra z lanenim oljem skup požreti.

72. Močotok. (*Harnruhr*).

Močotok obstoji v grozno obilnem odcedenju vode in hujšanju človeka. Scanice je veliko več, kakor zavžite tekočine. Na nižji stopnji bolezni je scanica čista, kakor sicer voda, in nič ne diši; v hujši bolezni pa sladko diši. Koža je suha in ljuskava, usta so vroče. Močotok se v sušico preoberne; on izvira iz razuzdanega življenja, od kislih jedil in vinov, od telesnega stresa, premrazenja, iz zadržanih garij, skernine i. t. d.

V ti nevarni bolezni zdravnika na pomoč pokliči. Živi v suhem, gorkem zraku, jej od mesa, rumešnjakov, pij žlezave pijače, ki ne silijo na vodo. Ako

bolezin odjenjuje, smeš nekaj vode s črnim vinom piti. Dobro so tudi gorke kopeli, katerim otrobi, ali mleka, ali mesene juhe primešaš.

73. *Modrelost.*

Skrajini udi, kakor roke, noge, nos, ušesa so modri, vse truplo je slabo in mraza terpi. Dihanje je težavno, sercobitje nevredeno. Človeška pomoč onemaguje v ti bolezni. Jedilo naj je večdel rastlinsko, pijača voda. Modrelec naj se premraziti varje; torej naj se posluži gorke obleke, gorkih kopel. Nategovanje rok ali nog pri potovanju mu škodova, hasnjivo mu je gibanje na vozu, in počivanje pod milim nebom.

74. *Mora.*

Leta beseda pomeni neki tisk na žličico, kateri dihanje overa, in vsesortne sanjaške obraze privabi. Človek meni viditi pse, medvede, tolovaje i. t. d. On poskuša se ogibati ali vstati, pa ne more. Naenkrat zaupije, se zbudi in vse težave zginejo. V prvih urah spanja mora narajše napada. Rada pride po poznih gostijah, po silnih ganitvah duše, pri zabasanem trebuhu, pri legi na herbtu. Otroke včasih mora muči, kedar so jim neumni ljudje od prikazen zvečer pripovedovali.

Kdor se hoče more znebiti, naj se pridno ogiba vsega, kar jo privabi, to je, pozne gostije, lege na herbtu, dušnih ganitev, silnega belenja glave; naj skerbi za odprto telo.

Persno stiskanje ozdravlja naribani hren, ktere- ga s sladkorom zmešaš, in za dobro žlico zvečer vzameš. Tudi kopanje v merzli vodi, ali omivanje trupla z merzlo vodo je hasnjivo.

75. *Naduha.*

Težko dihanje je splošno znamenje naduhe, ktera obstoji ali v kervnem navalu proti persam, ali v persni dušnici (Brustbräune).

Kervni naval se kaže v težkem, smerčečem dihaju, v hudem čutu stiskanih pers brez kake bolečine v persih. Napenjanje pljuč ali mišic je takim bolnikom nemogočno. Kervno bljuvanje lahko dobivajo. Njih žilobitje je veliko, polno in mehko; scanica dela goščo. Naduha izvira iz obilnosti kervi, iz trebušnih bolezin, iz zastaje navadnih kervotokov i. t. d.

Hrana takih bolnikov ne sme biti močna; pljuč ne smejo nategovati, telesnega truda se morajo varovati. Da navadne kervotoke zopet odprejo, naj pijejo siratko, seltersko vodo. Zoper hude napadke pomagajo okladki iz gorušičnega testa ali iz nari-

banega hrena na persi. Tudi kopel za noge in dristle so hasnjive.

Persna dušica nagloma pride po zmernem gibanju, po dušni ganitvi. Bolniku sape zmanjkuje, on ne more naprej. Poznejim napadkom se tudi bolečine v persih pridružijo. Na ti bolezní moški spol bolj pogosto boleha, kakor ženski.

Tak bolnik se mora silnega gibanja varovati, ravno tako dušnih ganitev in premrazenja nog. Hrane naj se zmerno posluži, in naj se v vsem po svetu zdravnika ravna, ktereга je v hudi bolezní na pomoč poklical.

76. Nagluha (*Schwerhörigkeit*).

Nagluha izvira iz mnogih vzrokov: iz zabasanja zvunajnega zvukovoda, iz izrastkov, polipov, iz bolezní bližnjih delov, postavim iz nabrane kervi ali gnoja, iz otekline ali vterdine ušesnih žlez, iz stresa možganov. Ako je uho od ušesnega sala zabasano, pusti sopar bezgovega, ali ajbešovega, ali gomilčnega čaja skoz lijak v njega puhteti, da se salo omehča. Potlej odpravi salo s topim klinčkom, posuši uho in z ruto zaveži, da se ne prehladiš. V čutnični nagluhi si glavo z merzlo vodo omivaj, položi gorušično testo za bolno uho, ali med pleča. Tudi električna moč je v taki nagluhi zdra-

vilo. Ako vse to ne pomaga, zdravnika pobaraj, kaj ti je storiti.

77. *Nahod.*

Nahod je lahko vnetje žlezastih kož v nosu, gerlu, kerhlu, sapniku, na pljučih. Žleza, ktere žlezaste kože več od navadne kuhajo, je od začetka redka in ostra, pozneje bolj gosta in mična. Pregorka obleka, obmehkužena koža vabijo nahod, kterege vreme in zračna toplota naključí. Premraženje in nagla prememba vremena je bližnji vzrok nahoda. Včasi se mu treslika in glavobol pridružita, kterih se truplo po potu zopet znebi.

Da ne dobiš nahoda, skerbi za tople noge in topli vrat, vendar se nikdar ne obmehkuži. Ako te hujši nahod napade, v izbi ostani, in se močnih jedil in pijač zderži. Kedar je nos zabasan, kedar imaš zmolčnost in kašelj: dihaj sopar bezgovega ali gomilčnega čaja skoz nos; obilno pij bezgovega čaja; večkrat vzemi v usta ječmenove ali ovsene žleze, da si notrajne kože ovlažiš in ložeje odkašljaš. Jedrično mleko je zdravo zoper nepokojnost in praskanje v gerlu. Gorka kopel je včasi prav hasnjiva. Pri hudem kašlju, ali pri kakim pobadanju se posluži vlečljivega obliža na tisto mesto, kjer pobada. Tak obliž si napraviš ali iz gorušične moke ali iz

španskih muh. Kedar te močno peči začne, ga odtergaj, in rano z smetano namaži. — Ako se potiti ne moreš, deni bezgovega soka v bezgov čaj, ga popij in se v postelji dobro odeni. Kedar nahod odjenja, dergni vsaki den kožo celega trupla s flanelom, potlej se z merzlo vodo omij, in zopet dobro oribaj, da boš drugokrat premembe vremena lože premagal.

Ako se z nahodom treslika združi, je treba v postelj iti, za hladni zrak v izbi skrbeti, vsih močnih jedil in pijač se zderžati, in sicer se zdraviti, kakor je bilo rečeno.

78. *Napenjanje.*

Napenjanje je bolezin, pri kateri se veliko vetrov v želodcu in črevah vedno kuha. Žličica in cel trebuh je napet. Težave nekoliko odležejo po riganju ali po perdenju. Te težave so: Neka tesnota, težko dihanje, bolečine v trebuhu. Napenjanje izvira iz slabosti želodca in črev, in postane hujše po zavžitvi vetrivnih jedil, kakor kapusa, repe, krompirja, kostanja, kipečih pijač; tudi po premrazenju in ganitvi duše.

Ako se vetri bašejo, jih ženeš s kropom, ali anežem, ali kumom, ali meto, ktere prežvekaš in sline požeraš. Tudi dristle iz mete ali kuma, ali gomile, ali kozleka spravijo vetre iz trebuha. V

ravno v ta namen služijo pogrete rjuhe, ali pogreti kamni, ktere na trebuh položiš, da vetre raztegnejo, in odferčati silijo. Samo dergnenje želodca in trebuha dostikrat vetre naprej spravi, in te težav reši.

Ako hočeš napenjanje popolnoma odpraviti, ozdravi želodec in čreva, ktere slabo kuhajo. K temu ozdravenju služijo merzli okladki, ki jih zvečer čez želodec in trebuh pokladaš, z brisalom povežeš in celo noč obderžiš. Od konca ti je merzla voda neprijetna, ali kmalo se je navadiš, in kmalo čutiš, da ti jed bolj diši in da te nič več ne napenja. — Ako ti okladki ne pomagajo, poprašaj zdravnika, kaj da ti je storiti.

79. *Napenjanje želodca.*

Ravno tista bolezin, kateri pri odrasčenih napenjanje pravimo, se pri otrocih napenjanje želodca (Herzgespann) imenuje. Otroci vstrepetajo, brez prenehanja kričijo, noge nategnejo in zopet zravnaajo. Trebuh je napet in vroč. Po perdcu so en čas mirni. Otroci, ki ne sisajo, nar hujše terpijo po ti bolezni.

Rahlo dergnenje trebuha z roko ali z flanelom otrokam dobro de. Zdravo jim je tudi, ako se v gorke rjuhe zavijejo, ali gamilčno dristlo dobijo. Tudi čaj iz kopra ali aneža jim pri napenjanju pomaga.

80. *Noge merzle.*

Ljudje, ki so slabotni in po kerču večkrat bole-
hajo; ravno tako tisti, ki imajo slabo prebavljanje,
ktere rado napenja, se pritožujejo čez merzle roke
in noge. Taki morajo pozimi kakor poleti za gorko
obuvalo skrbeti; morajo volnate nogovice nositi, se
vsaki den saj enkrat preobuti. Da se mokrote ovaro-
vajo, naj denejo v črevlje podplate iz žime, pasje
dlake ali klobučine. Veliko sedeti ali dušo napen-
jati jim je škodljivo. Naj uživajo lahko prebavljive
jedila, in tudi te zmerno; naj se pridno sučejo pod
milim nebom. Vmivanje nog in rok z mravljinjim
cvetjem jim je gotovo zdravo.

81. *Noge otekle.*

Ako noge po zatertem potu otečejo, je potreba
potenje nog zopet zbuditi.

Oteklina nog po hudem potovanju ali tesni obutvi
ni nevarna in se zgubi, kedar si leže počiješ, in
noge z žganjem omiješ.

Otekle noge tistih oseb, ktere pri svojem poslu
zmirej stojijo, ali ktere so po dolgi bolezni prekmalo
postelj zapustile, tirjajo pokoj in ravnovagno polo-
go nog. Dobro je tudi noge v flanel, kterega si z
brinjevimi jagodami pokadil, zavijati.

Otekle noge slabotnih, v črevesu bolehnih oseb ozdravijo po pokoju in lahko prebavljivi hrani.

Ako k oteklim nogam šena pritisne, sledi navadno prisad, in potem smert.

Oteklina nog pri jetiki in sušici naznanuje bližnjo smert.

82. *Nogopot.*

Nogopot ni vselej škodljiv, ampak včasih potreben in zdrav. Vendar je nogopot dostikrat mučen človeku, ki ga ima, in drugim neprijeten. Naglo ga zatreti je nevarno, in naključni mnogosortne bolezni.

Torej je potreba nogopota se izogibati, kar dosežeš, ako od mladih let noge prav oskerbuješ; ako jih vedno snažiš in nikdar pregorko ne obuješ.

Kdor se že na nogah poti, naj nikdar pota ne zatare. Varova naj se nog prehladiti. Ako gorke kopele za noge vzame, naj si jih po kopeli dobro otare, in potlej naj v gorko posteljo gre.

Zatertega nogopota je treba zopet zvrčiti. Toraj je treba se poslužiti dlačnih podplatov in volnatih nogovic; noge zavijati v voščeni tafet ali v zeleno brezovo listje. Ako te sredstva ne zdajo, obloži nogo z nasterganim hrenom, deni v kopel za noge soli, pepela ali malo gorušične moke.

83. *Nohet v meso rije.*

Pri osebah, ktere vozke črevlje nosijo in nožne perste skupaj tlačijo; pri osebah, ktere nohte tikama odrezujejo: rijejo nohti v meso, in grozne bolečine napravijo.

Se teh bolečin rešiti, je narprej treba se širokih obutal poslužiti; noge v gorki vodi namakati, da so nohti omehčajo. Potlej se nohti s pripravno rečjo kviško vzdignejo, po potrebi obrežejo, in s platnenim nasteržkom tam podložijo, kjer v meso rijejo. Dobro je nasteržek nekekrat čez den z žganjem pomočiti. Tako je meso zavarovano, in nohet prisiljen naravno rasti.

Kedar je nohet v meso zabodel, in kedar se je divje meso prikazalo, je treba rano s sožganim galunom postupati, in potlej s cunjjo, ki je v apneni vodi pomočena, obvezati.

84. *Očna nemoč.*

Očna nemoč pride včasih od prevelikega truda oči. Takim očem daj narpoprej pokoja, in le za kratek čas zelene reči, postavim travo, drevesa ogleduj; potlej jim je treba zdravila, ktero najdeš v žganju iz žita, s katerim žganjem si večkrat oči omivaš. Ako se rožnica temni, jo maži vsaki den

z orehovim oljem. — Ako nemoč izvira iz zatertih kožnih izpustkov, jih je treba zopet na kožo spraviti; ako izvira od glist, pomori gliste.

Pri očni nemoči, naj že pride od kodar hoče, se je treba zderžati vse slabe in močne hrane.

85. *Odkoženje.*

Koža na členih, spolovilih, žnabljih je dosti-krat ranjena, počena in bolečine naključni. Pri otrocih leto pride od nesnažnosti, od scanice ali od pota in nezdravih sokov. Ako se odkoženje ne ozdravi, lahko s seboj pelje trebušne bolezni, grizenje, napenjanje želodca.

Otrok ne sme v oscanih pelnicah ležati, vsaki den naj se koplje v otrobni vodi. Mokroto, ktera skoz kraste vdari, je treba posušiti z mehkim platnom. Kedar se kraste odlušijo, so zdrave kopeli iz kuma ali majorana. Da se rane hitreje sušijo in celijo, jih omivaj z merzlo vodo, ali jih poštipaj z semenom vidlaka (*Bärlappsamen*) ali s červovino. Ako pritisne hujše vnetje, pokladaj na rano nasterganega korena. — Ranjeni popek se zdravi s štupo, ki obstoji iz zmletega rožnega listja in iz ilovčnega prahu.

86. Odre. (*Masern*).

Odre so černorudeče, leči podobne, čez kožo nekaj povišane, dostikrat so stekajoče pike, ktere se izidejo v kožne lupine, ki so otrobim podobne. Bolezin naznanujejo: Treslika, kervotok iz nosa, nedušni napadki, suh kašelj, rudeče solzne oči. Čez tri ali štir dni vročina hujše postane, in popisane pike se prikažejo, in sicer narpervič v obrazu, poslednjič po nogah. Med 6. ali 10. dnevom se vročina zgubi, in koža se lupiti začne. Leta doba je v celi bolezni nar bolj nevarna. Bolezin odide po hitrici; včasih druge bolezni (poneduhe) zapusti, namreč bolezni pljuč, oči, želv, čutnic. Odre se nalezejo po dotiku, in le enkrat napadejo človeka.

Kedar odre niso hude, tudi nobenega zdravila ni treba rabiti. Zmerna gorkota je potrebna: in premrazenje, po katerem odre rade zginejo, je grozno nevarno. Nobeden, ki iz merzlega pride, naj se bolniku ne bliža. Postelja mora tako postavljena biti, da je zrak skoz odperte dveri ne zadeva.

V ti bolezni je paziti na vnetje oči, kteremu se v okom pride, ako bolnik v bolj temni izbi leži, in ako se mu okladki iz mlačnega mleka na oči pokladajo. Kašelj se tolaži z ječmenovim ali ovsenim sokom. Ako se po tem kašelj ne boljša, dajaj bol-

niku čaja, kateri obstoji iz enakih delov bezgovega cvetja, sladiča in koprovega semena.

Ako se odre skrijejo, jih gorkota in bezgov čaj zopet na kožo spravi. Kedar vnetje pljuč ali gerla, kedar bezumnost pritisne, je treba zdravnika naglo poklicati, da hasnjive zdravila nasvetova. Ako je hitrica prehuda, se mora tudi ustavljati.

Tretja doba oder, kedar se namreč koža lupi, ne potrebuje zdravila. Bolnik se mora prehladenja varovati, in za odprto telo skrbeti.

87. *Oko kermežljivo.*

Očem svitloba hudo de, trepavnice so ob robu rudeče, otečejo in grozno žgejo. Verh tega so suhe, in močno serbijo, pa jih ne smeš praskati. Čez neke dni vnetje odleže, ščemenje se manjša; vendar oteklina trapavnice ostane, in žlezasta mokrina, gnoju enaka se posebno v kotičkih nabira. Sterjena žleza včasih zjutrej trepavnice tako veže, da ni mogoče oči odpreti, dokler se ni žleza s toplim mlekom ali vodo namočila.

Leta bolezin pri mladih, sicer zdravih in snažnih osebah le neke tedne terpi, ako se umno vedejo; pri želvnih otrocih, pri starih ali sicer bolnih osebah se skoz mesce ali clo leta vleče. Ako kermežljivost iz lišaja ali zatertih izpuštkov izvira, se vnetje po

celem očesu razširi, in včasi slepoto naključí. Po ozdravljenju lišaja, in po zbudenu zatertih izpuškov mine vnetje očesa, česar sam brez zdravnika ne moreš dognati.

Ako kermežljivost iz nategovanja pri luči, od praha, dima i. t. d. izvira, je treba očem pokoja dati, in jih škodljivih reči varovati.

Kedar so trepavnice rudeče in boleče, naj se človek močnih in slanih jedil in vinocvetih pijač zderži; naj za redno odsebnico skerbi; naj jemlje kopel za noge s soljo in gorušično moko; naj položi v zatilnik ali za ušesa vlečljive obliže. Verh tega naj v temotni izbi ostane, naj senčilo nosi, in naj oči s toplim mlekom ali z sležičnim čajem omiva. Tega ravnanja naj se bolnik tako dolgo derži, dokler vnetje in bolečine ne zginejo.

Kedar je z vnetjem oči žlezasta mokrina združena, se je treba sledečega zdravila poslužiti: 2 grana cinkovega skalica (Zinkvitriol); 6 kapljic makove tinkture in 2 lota deževnice. Trikrat na den vlij neke kapljice lete vode v kotiček bolnega očesa, potlej nagni glavo na nasprotno stran, odpri in zapri večkrat trepavnice, da se voda po očesu in po robu trepavnice razširi. Ako čez neke dni žlezasta mokrina ne odjenja, se posvetuj z zdravnikom, da ne oslepiš.

88. *Oko kurje.*

Kurje oko izvira iz tesnih obuval ali kakega tiska na perste, podplate in druge mesta noge. Kdor prostorno obuvalo nosi, se bo kurjih oči večdel obvaroval.

Kdor že ima kurje oči, naj primeša kopeli za noge pepela; naj se lete kopeli pridno poslužuje, naj nogovice vsak den preobleče, in naj mehke obuvala nosi.

Po taki kopeli se zgornja skorja očesa lahko odreže; potlej se položi na oko nastergane žajfe. Žajfni obliž, ki se na svilnati popir namaže, in čez 8 dni ponovi, omehča kurje oko, da ga lahko izkoplješ.

Poštupaj kurje oko z vinsko soljo, ktere povežeš z mehkim platnom; kani kapljico vode na platno, in čez 4 dni platno odveži. Kurje oko je proč. Sledeči obliž zoper kurje oko tudi hvalijo: 2 lota amoniovega gumeta (*gummi ammoniacum*), 2 lota rumenega voska, in 3 grane zelenega volka. Leto zmes si pusti v lekarnici narediti, maži na platno in pokladaj na kurje oko.

89. *Omotica.*

Omotica je večidel znamenje drugih bolezin, in izvira iz polnokervja, stresa možganov, zabasanega

trebuha, zadržane kervavnice ali zadržanih izpustkov, iz velike slabosti ali od močnih dišav. Zlovoljne in maternične osebe so ji nar bolj podveržene.

Ako so v črevah nesnage nabasane, jih je treba po čistivnih zdravilih ali po dristlah odpraviti; polnokervje tirja odcedenje kervi. Zlovoljne ali maternične osebe naj pijejo čaj iz poprove mete. Kdor boleha po slabem želodcu, naj zjutrej na tešče neke poprove zerna vzame. Vsem omotici podverženim, posebno slabotnim in čutljivim osebam, je zdravo z merzlo vodo zjutraj celo truplo, in zvečer persi in vrat omivati.

Človek, katerega omotica napade, naj se varno posadi, naj se mu senci in obraz z merzlo vodo ali z jesihom vmivajo, in naj vinski kamen v vodi pije. Pri hujši omotici je treba človeka z merzlo vodo polijati, mu merzle vode v obraz brizgati. Tudi kopeli za noge, katerim je gorušična moka primešana, so hasnjive.

90. Opeklina.

Ako opeklina ni huda, položi na opečeno mesto pavole, ktera vnetje kože in bolečine izvleče. Dobro in naglo zdravilo v opeklini je žajfnica, katero na platno vliješ, in platno na opeklo mesto položiš. Kedar se platno posuši, napravi drugi pervemu enaki

okladek. Tudi gola merzla voda je dobra v opeklini. Voda in merzlota overa vnetje in ognujeenje. Pri rabi merzle vode je pa treba, da se voda vedno ponavlja. Nar boljše je opekli ud v tekočo vodo položiti, ako je mogoče.

V opeklinah, ki so čez veči del trupla razprosterete, je merzle kopeli pogosto ponavljati treba. Kjer se pa merzle kopeli ne morejo rabiti, je treba merzle okladke vsake pol minute ponavljati. V „Novicah“ se priporoča opeklino z oljem namazati, in potlej s soljo poštupati. V opeklinah od sonca polivaj vnete kraje z merzlo vodo, in tudi pij merzle vode.

Kedar opeklina globoko seže in se gnojiti začne, pokladaj cunjice v toplem mleku ali olju namočene, ali z lojem namazane na opeklino, in čez cunjice merzle okladke. Pri preobezovanju je treba gnoj in mertve kosce iz rane iztrebiti. Žejnemu bolniku daj čiste vode ali mleka piti; zabasanemu napravi merzle dristle. Opeklina v ustih terja gergranje z merzlo vodo.

Kedar oistre tekočine pečejo usta, gerlo in želodec, je treba piti mleka, oljnatih reči in merzle vode; verh tega se poslužiti merzlih okladkov, merzlega polivanja vratu, herbta in trebuha.

91. Oteklina.

Oteklinae so mnogosortne; bolj navadne so sledeče: Bela. gobna, kervogobna.

Bela, ali limfatiška oteklina in gobna oteklina udov se povsod najдете, posebno pa na členih spodnjih udov, in pri mlajših osebah. Oteklina sploh izvira iz želv, revmatizma, tudi iz kurdeja in nesramne bolezni. Zbudijo jo rane, zmečkaleji, nategovanje i. t. d. Oteklino naznanjuje neka bolečina, za katero kmalo pride pruživa (elastička), mehka, včasih terdlatata oteklina. Bolni člen se ne more popolnoma ne kriviti ne stegniti. Bolečina včasih odleže, ali kmalo še hujša pritisne, in se tudi na druge člene razširi, posebno na tiste, ki pod bolnim ležijo. Ozdravljanje se ravna po vzroku otekline, torej je treba zdaj želve, zdaj revmatizem, zdaj nesramno boleznin ozdravljati, kar se po notranjih zdravilih s pomočjo zdravnika zgodi. Kedar oteklina izvira iz zmečkaleja, vdarka ali drugega silovitega poškodovanja, pomagajo okladki z merzlo vodo ali z okisano vodo; kedar izvira iz notranje bolezni, je treba gorkih okladkov s kašo, otrobmi, laneno moko, mlekom. — Prisadne oteklinae omečiti, je krompirjevec, ali kromperjevo zelišče zar boljše zdravilo. Leto se drobno soseka, na kropu kuha, v ruto zavije in na

oteklino položi. Gorki okladki se tako dolgo ponavljajo, dokler se oteklina ne predere.

Kervogobne otekline obstojé iz nekega piskričastega, gobastega pletiva, v katerem se najdejo žile raztegnjene. Žile so pa ali tiste z rudečo kervjo, ali tiste s černo kervjo, ali žile oboje sorte. Raztegnjene žile z rudečo kervjo so grozno nevarne. Kervogobne otekline vmorijo ali po kervotoku ali po zaslinjenju. Pomoč najdeš ali v podvezanju žile, ali v stisku ali iztrebljenju otekline, ali v drugih rečeh, ktere ti bo zdravnik nasvetoval.

92. Ozeblina.

Ozeblina je neko počasno, šenasto vnetje, katero v časno prestopi, kedar ga kak vzrok zbudi. Taki vzroki so: Prememba vremena v bolj merzlo, ali bolj gorko, ali preselenje bolezni. Ozeblina navadno napade noge, roke, nos ali ušesa. Barva ozeblin je černorudeča, ali modrasta, ali višneva, ali černomodrasta. Osebe, ktere se na nogah potijo, ali ozke obuvala nosijo, ali z vodo se veliko pečajo, boleajo po ozeblini.

Ozeblina se varješ, ako ne nosiš kosmatih rokovic; ako ne ogrevaš od mraza oterpnjenih rok pri ognju ali na vroči peči; ako se navadiš roke in noge, ali celo truplo z merzlo vodo zjutrej in zvečer

omivati. O začetku zime je dobro ного v merzli vodi omivati, osušiti in potlej s kafrovim žganjem ali z rumom ribati.

Majhena ozeblina se zgubi, ako ozebljeni ud v slani, gorki vodi koplješ. — Močnejše in bolj gotovo zdravilo je merzla voda, v kateri se sneg ali led topi. V ti vodi derži ozebljeni ud kake minute, in sicer večkrat na den. V 4 dneh se ozeblina navadno ozdravi. Se ve, da je vsakokrat ud obrisati in dobro posušiti treba, kedar ga iz vode potegneš. Rusovsko zdravilo zoper ozeblino so zrele kumare, iz katerih se peške potrebijo, potlej se posušijo. Lete posušene lupinje se hranijo, in kedar jih rabiti hočeš, v gorki vodi namočijo, in na ozeblino položijo tako, da notrajna, bolj mehka plat na kožo pride. Bolečine se kmalo manjšajo. Kedar so lupinje suhe, jih je treba z drugimi, ktere iz gorke vode jemlješ, namestiti. Sledeče zdravilo ozdravi, kakor pravijo, ozeblino v 24 urah: Černi ribani kruh, jesih in golunova štupa se tako dolgo kuhajo, da iz njih kaša postane, ktera se na platno debelo namaže, in koliko sterpiš, vroča na ozeblino poklada. Kedar se okladek ohladi, drugega vročega vzemi, in tako delaj neprenehljivo kakih 8 ali 16 ur. Po odpravljenih okladkih se premraziti varuj, in na gorkoto razvajeno kožo sčasoma zračnega povetrijja (temperature) privadi.

Nekteri priporočajo zmes obstoječo iz 1 dela solitarjeve kisline, in iz 12 delov cimetove vode, s katero zmesjo se ozeblina večkrat na dan omiva.

Pri hudo bolečih ozeblinah vzemi kamenovega olja, ali štanovca 2 kvinteljca, kafe $\frac{1}{3}$ kvinteljca, in zmešaj z 2 lotama prešičje masti v mazilo. S to mastjo dobro, pa rahlo vribaj zjutraj in zvečer ozeblino, in potem s kosmato stranjo vate povij. Ako imaš boleče rane od ozeblina, katere se gnojijo, jih maži z makovim, ali lanenim, ali zobniškovim oljem.

Kedar k ozeblini prisad pritisne, ozebljeni ud čern postane, nič več ne občuti razun velike merzlosti, in je tako rekoč mrtev, in na ozeblini kervavi mehurji se kažejo: hiti kar moreš do zdravnika, in ako je daleč do njega, si napravi mazilo iz 4 lotov kine, katere v libri vode do tretjine vkuhaš. Ostalo vodo odcedi skoz platno in ji primešaj 1 lot okisanega svinca (Bleiessig), 4 lote mirenega zlečka (Myrrhenessenz), in 4 lote rožnega medu (Rosenhonig). Lete reči dobro zmešaj, namaži z zmesjo platneni nasteržek, ga položi na rano, in vsaki 2 uri ponavlaj.

93. *Pesek in kamen.*

Terde, kamnitne zaloge se najdejo v raznih delih trupla, posebno v mehovah (Harnleiter), v mehirju in v ledicah.

Močokamni (Harnsteine) se pri bolj starih osebah, večkrat pri možkih kakor ženskih najdejo. Otroci boleajo po starših na močokamnu; tudi uživanje ola, sira včasih močokamen redi. Osebe, ki so skernini, želvam, krivici podveržene, nar večkrat boleajo po močokamnu.

Kamen v ledicah je zdaj manjši zdaj večji, vselej nevredjene podobe. Bolečine rastejo na vozu in po jedi, kedar je želodec napolnjen. Bolezni se rado pridruži bljuvanje in omotica, včasih vnetje ledic. Kamen zleze iz ledic v močovode včasih brez bolečine, včasih po velikih bolečinah.

Kamen v mehirji se naznani po bolečinah blizo mehirja, ali v grobli (Damm). Včasih je v družbi zaperta voda, ali boleča ali po kapljah tekoča voda. V globočini mjednice (Becken) se čuti neka teža ali tisk; neka merzlota se razširja čez spolovila. Iz gošče v scanici se spozna bolezen, od ktere za gotovo zveš, kedar zdravnik s cevjo mehir preišče.

Kdor meni, da ima leto bolezin, naj se z zdravnikom posvetova. Vsakemu je zdravo dokaj merzle vode piti, se poslužiti peteršilja, kopra in brinja, ktere zdravila na vodo ženejo.

Nekteri terdijo, da se pesek s česnom odpravi, ktereга drobno zrezanega v polič žganja iz žita denes, na solnce postaviš, in vsaki dan tedna krepko

potreseš. Kozarec tega žganja popije bolnik o slehernem mlaju, in pesek gre od njega.

94. *Pijanost.*

Pijanost je gerda in nevarna napaka. Kervopolne osebe lahko mertud konča, kedar so pijane.

Pijanega človeka je treba z glavo visoko položiti, da mu kri ne sili preveč v glavo; zdaj se mu gorke vode v usta vlija, da se izbljuje. Po bljuvanju mu daj močne in sladke črne kave. Močno pijanega je treba z merzlo vodo polijati. — Druge sredstva pijanega iztrezniti so: Žličica soli raztopljene v kozarčku vode, požirek vinskega kisa i.t.d. Nasledke pijanosti, postavim glavobol, zlovoljnost ozdravi srovo kislo zelje.

Pijanec se vina in žganja odvadi, kedar še toliko čez se primore, da se ola poprime. Ol mu tudi kri greje, vendar ne tako silno, kakor vino ali žganje, in ga ne omami popolnoma. Skušnje tudi učijo, da ljudje, ki kavo radi serkajo, niso pijanci.

95. *Pik merčesov.*

Želo se mora koj izpotegniti, rana iztisniti in izsesati, potlej jo maži ali s smetano, ali s neslanim srovim maslom, ali z laškim oljem. Tudi je dobro

košček čebula ali nasterganega krompirja na rano položiti, in čez 5 minut ponavljati. Ako nimaš drugega pri rokah, maži z ušesno mastjo. Bolečina naglo odjenja, ako makovo glavico prerežeš, in kake kapljice njenega soka na rano kaneš. Vlažna zemlja je tudi dobro zdravilo. Tako ravnaj pri piku bčele, ose in seršena.

Kedar te bčela v usta piči, izpotegni želo, zmešaj laškega olja, sterdí in jesiha, in s tem mazilom večkrat rano namaži.

96. *Pljučnica.*

Vnetje pljuč naznanuje mraz, kteremu vročina in tesnoba v globočini pers sledi, ktera kmalo v boleče stiskanje prestopi. V pljučih ali žge, reže, bode, ali stiska, veže in hudo muči. Kmalo pritisne kašelj, kteri je ali suh ali žlezast s kervnim pljuvanjem. Treslika je huda in zapalna. Obraz bolnikov je grozno rudeč, glava omamljena in bolna. Pljučnica terpi ali 4, ali 7, ali 14 dni, in gre iz trupla ali po scanici, ali po potu. Vsaki človek pljučnico lahko dobi, nar rajše pride med 17. in 50. letom. Moški so ji bolj podverženi, kakor ženske, in posebno tiste osebe, ktere imajo vozke persi. Severo-iztočni veter, dihanje prahu, ples, petje, nagla hoja, poškodovanje pers naključijo pljučnico.

Ozdravljanje lete nevarne bolezni se mora zdravniku zročiti; tukaj opomnimo, da je bolniku čisti, zmerno gorki zrak nar bolj hasnjiv; da je treba vse draženje občutkov, kakor ropotanje, močno svitlobo od njega odvrčati; da ne sme govoriti, se ne premikovati. Njegova hrana so žlezave pijače iz ječmena, ovsa, laškega pšena, salepa. Večkrat, ali malo na enkrat naj pije, da ne bo napolnjeni želodec na pljuča pritiskal. Ako so imenovane pijače bolniku zoperne, naj pije čiste, vendar ne premerzle vode, kateri se sladkora pridene. Kašelj se polajša in izmet podpira, ako bolnik ajbešovega ali koprovega čaja pije.

Kedar pljučnica odjenja, in bolnik razun slabosti nobene bolezni nima, naj se prostega zraka počasno privadi; naj močnejšo meseno juho vživa; naj sčasoma tudi meso jé, in malo dobrega vina pije. Dobro je persi s flanelom večkrat ribati, in vsaki den z merzlo vodo omivati.

97. Polnokervje.

Nekteri človek preveč kervi kuha, ki se v trupu tako množi, da lahko vnetje ali mertudenje napravi. Kri se rada množi po mesnih jedilih, olovi pijači in pri brezskerbem življenju. Oseb, ki se

malo trudijo, in veliko sedijo ali ležijo, so polnokervju močno podveržene. Leta bolezin se vidi na rudečem obrazu po majhnem trudenju; se spozna po kervnem navalu, po omotici, po bliščenju pred očmi, po močnem sercobitju i. t. d. Takim osebam je zdravo, se veliko pod milim nebom gibati in truditi; se mesnih jedi in vinocvetnih pijač zderžati; le od rastlin in sadja jesti, in z merzlo vodo žejo gasiti. Bolj vodeno ko je sadje, bolj jim je hasnjivo; močnate ali mlečnate jedila, in sočivje so preveč redivne reči za polnokervne osebe.

Ako kri močno v glavo sili, naj se poslužijo slanih kopel za noge, naj pokladajo gorušično testo na meče, naj v sili puščajo.

98. *Popek kilavi.*

Popek postane kilav, kedar se popovina preveč napenja, ali kedar otrok presilno kriči. Da ga ozdraviš, ga je treba na svoje mesto položiti, s polovico muškatne grušice, ktere kroglo stran na popek položiš, pritisniti. Da grušica na popku ostane, je jo treba z vlečljivim obližom vterditi, in obliž ponoviti, kedar odjenja. Tako popek počasi, ali gotovo ozdravi.

99. *Potenje.*

Po boleznih, posebno po čutničnih boleznih ponočno, oslabiljivo potenje včasih noče nehati. Proti temu pomaga čisti zrak v spavnici, in bolj hladna kakor gorka postelja. Tudi je dobro 1 kvinteljc žobeja z 16 loti vode popariti, in odcejeni vodi nekaj črnega vina priliti, in merzlo zmes piti. Nekatere osebe, ki so se v platneni srajci potile, so potenje zgubile, kedar so brez srajce v volnati odeji ležale. Omivanju trupla z merzlo vodo, preden greš v posteljo, je tudi zdravo.

100. *Pot zadržani.*

Ako koža ne stori svoje dolžnosti, človek ne more zdravja ohraniti; in kedar je bolan, ne more ozdraveti. Skoz kožo se truplo marsiktere nesnage očisti, marsikake bolezni znebi. Pot ohrani truplu primerno gorkoto, zatorej je poleti obilnejši, pozimi redkejši. Ljudje, ki se veliko potijo, so zdravi, ako se ne prehlade. Mnogo bolezin, kakor nahod, revmatizm, skernina, vsesortne treslike, kožni spustki ozdravijo po potu. Nerojeno dete dobiva svojo hrano skoz kožo, in odrasčeni človek serklja podnebni zrak tudi skoz kožo, ne le skoz usta in nos.

Nar bolj naravno sredstvo, pot zbuditi, je gibanje rok, ali nog, ali celega života. Kmetje, ki poleti težko delajo in se potijo, so zdravi; na jesen in pozimi, kedar bolj počivajo, radi boleajo. Kdor svoje dela mirno in sedé opravlja, naj od časa do časa svoje truplo močno giblje, naj kako rokodelo poprime, naj kak hribček obhodi, da se bo izpotil. Bolniki, ki se po imenovani viži ne morejo gibati, naj glasno govorijo, pojejo, berejo, da se potiti začne.

Da se koža lahko poti, je treba njene nesnage odpraviti in potne luknjice očistiti. Leto se zgodi po kopanju in omivanju celega života ali v merzli, ali po potrebi v gorki vodi. Kdor se merzle kopeli poslužiti želi, naj z mlačno vodo začne, in sčasoma život na merzlo vodo navadi.

Ako se hočeš na celem životu potiti, namoči platno v vroči vodi, ga ožmi in krog nog noter do meč ovij. Leto sredstvo tudi bolnik lahko rabi. Ako želiš, da bi se posamezni deli trupla potili, pritisni na kožo voščenega tafeta, ali volne, ali pavole. Tudi vodeni sopar, ki na taki del vdarja, zbudi pot, ako ta del z rjuho ali plajšom pokriješ, da se sopar zadržuje. Dergnenje bolečega dela z volno ogreje kožo, razširi potne luknjice in vabi k potenju.

Znotrajne zdravila, ki pot napravljaajo, so : Obilno pitje merzle vode, posebno kedar v postelji ležiš; bezgov čaj zmešan z gomilčnim; čaj iz mete, ali melise, ali lipnega cvetja; vroča sladkorna voda z jesihom, gorko mleko. Olova juha, kateri si bezgovega soka pridjal, močno žene na pot; ravno tako pogreto in s sladkorom zmešano vino. — Imenovanih pijač se v postelji posluži. Kedar si se izpotil, pogreto srajco namesto mokre obleci, in ako ravno je pot nehal, se ne podajaj prenaaglo na zvunajni zrak, da sa ne prehladiš. Posebno se moraš prepaha varovati, dokler je koža po močnem potenju mehkužna.

101. Prebavljanje slabo pri otrocih.

Prebavljanje otročičev, katerih organi so grozno čutljivi, se lahko popači, in mnogo bolezin naključí, ako se mu ne pomaga o pravem času.

Znamnja popačenega prebavljanja so : Gostoriganje, kislá sapa iz ust, kolcanje, bljuvanje sterjenega mleka, pogosti smerdljivi perdec, odsebnica zelenkastega, neprekuhanega, smerdljivega blata. Da pri tem otroka grize, spozna iz njegovega nepokoja, iz mahanja z nogami, iz zvijanja, kričanja in stokanja. Kedar je grizenje hudo, in se ne ozdravi urno, postanejo prebavljivni organi zmirej slabejši, in lahko kerč in konvulzije pritisnejo.

Ako se trebuh prehladi, da blato in perdci ne grejo naprej, se trebuh napne, dihanje je težko, kratko in naglo. Ta je tista bolezen, ki smo jo napenjanje želodca imenovali.

Riganje in kolcanje je v prvih mescih otročjega življenja nekaj navadnega, in brez vse nevarnosti, ako se druge težave in bolečine ne kažejo. Lahko otročiča napade, kedar je pri sesanju preveč zraka popil, ali kedar se je prehladil, ali kedar se kisloba v želodcu napravlja. Otroka je treba v pogrete rjuhe zaviti, ali mu nekaj gomilčnega ali koprovega čaja dati.

Bljuvanje po sesanju kaže, da želodec zavžite hrane ne more prebavljati, ali zato, ker je je preveč, ali zato, ker mu ni zdrava. Ako zavžito mleko dalj časa v želodcu leži, in zbljuvano vendar ni vsireno; je znamenje, da želodec slabo prebavlja. Alj tudi vsireno zbljuvano mleko kaže neko slabost želodca. Samo bljuvanje ravno zavžitega mleka nič hudega ne pomeni.

Kuhanje kislobe v želodcu izvira iz slabega prebavljanja želodca in črev. Od tod pridejo pokvarjeni soki, katerih ne ozdraviš po zdravilih, ki kislobo vežejo. Take zdravila mahoma zakrijejo kislobo, ali ne branijo, da bi se nova ne kuhala. Kuhanje kislobe se ozdravlja, kedar se otrokom, ki ne sisajo,

manj mleka daje, in namesto mleka, kaše iz dvopeka, ali juhe iz telečjega mesa, in včasih goveje juhe z rumenjakom. Moč želodca podpirati, vzemi 1 kvintelj kozlekove korenine, 1 kvintelj m'ade verbove skorje, 1 kvintelj aneža in 8 lotov vode; jih dobro prekuhaj, in dajaj tega izlečka vsake dve uri dve žličici otroku. Tudi sesancom se daje tega zdravila, in večkrat goveje juhe z rumenjakom; sesajo naj pa manj od navadnega.

Hitrica je bolj nevarna, kakor bljuvanje, ako kmalo ne neha. Kedar hitrica od premrazenja ali od nezdrave hrane pride, kmalo mine, ako otroku goveje juhe z rumenjakom daješ. Dalj terpeča hitrica pa izvira iz popačenih črev, ktere vedno slabeje postajajo, zatorej tudi prebavljanje peša. Ako hitrica po goveji juhi z rumenjakom ne neha, napravi čaj iz kopra in gomile, mu prideni nekaj rabarbare, in dajaj otroku tega zdravila. Zdrave so tudi dristle z vodo kuhanega celega lanenega semena, s štirko ali z rumenjakom. Kedar ima otrok hudo grizenje ali kerč, in slab postaja, mu daj dristlo z gamilčnim čajem, ali s čajem kozlekove korenine.

Zraven znotrajnih zdravil je dobro zvonajnih se poslužiti: Rahlo ribati trebuh z gorko roko, ali z zmesjo iz vinskega cveta in rožmarinovega olja; gorke kopeli večkrat pomagajo.

Huda hitrica z bljuvanjem združena napada včasih otroke, kedar zobe dobivajo; včasih jesen po hudi vročini poletja. Grozne bolečine, kerč in treslika, so znamenja te bolezni. Po ti bolezni otroci naglo oslabijo, in naglo zamerjo, ako se ne poslužiš pripravnih zdravil. Zdravi se pa leta bolezin ravno tako, kakor huda hitrica z bljuvanjem.

Kedar so otročiči zabasani, se jim ne daje čistivnega zdravila, ampak dristle z gamilčnim čajem, katerim se nekaj medu primeša.

Kedar je dojenček bolan, mora tudi mati ali dojica bolj zmerno živeti, in se jedil in pijač zderžati, ktere bi otroku lahko škodovala. Včasih dojenček ozdravi, ako se materna življava vredi.

102. *Prebavljanje slabo (sploh.)*

Človeku hrana ali ne diši, ali želodec zavžite ne prekuha. Lahko prekavljive jedila tiščijo in napenjajo želodec, kakor da bi se bile vse v vetre preobrnile. Zaspanec nadlegova bolnika. Leta bolezin izvira iz brezredne življave, razuzdanosti, od gorkih, močnih pijač, posebno od holandskega čaja, iz dolgotrajnih bolezin, od zgubljene kervi, nečistosti, dušnega truda, serčnih ganitev.

Kdor hoče slabo prebavljanje ozdraviti, mora gorke in močne pijače opustiti, in namesto njih mer-

zle vode se poslužiti; mora zmerno živeti, želodca nikdar ne sme prebasati, se jedil, ktere napenjajo, zderžati; se mora pod milim nebom pogosto gibati. Hasnjive so mu kopeli v tekoči vodi, ribanje žličice in vsega trebuha z merzlo vodo; hasnjivi so merzli okladki na želodec, ktere si napravi, ako brisalo v merzli vodi dobro namoči, ožme, složi, čez trebuh dene, s suhim brisalom preveže in celo noč obderži. Taki okladki grozno krepčajo prebavljanje, kar vsak sam lahko skusi.

Za notrajno zdravilo nekteri hvalijo bele poprove zerna, kterih na večer, preden greš spat, ali zjutraj na tešče kakih 10 jemlješ.

103. *Preležanje.*

Preležanje bolniku hude bolečine napravlja. Snažnost je slehernemu človeku, posebno bolnemu, ki postelje ne more zapustiti, potrebna in hasnjiva. Skerbi tedaj, da je v bolnišnici zdrav zrak, da je postelja snažna, da se bolnikove odsebnice naglo iz izbe spravijo; skerbi tudi, da bolnik, ako se ne more sam premikovati, ne leži vedno na tistem mestu, da pod kožo, kjer bi se nar hitreje preležala, mehko sernjovno položiš. Dobro je tudi križ, na katerem bolnik navadno leži, z jesihom, ali žganjem, ali z beljakom žganju primešanim mazati. Ako je

koža že ranjena, nastergaj korenja, mu primešaj četertinko režene moke, ju mesi in na mehko platno maži, ktero na rano položiš, in kedar se ogreje, ponoviš. Posebno zdravilno moč pri preležani koži imajo pene neosoljenega mesa, ktere se pri kuhi mesa delajo, in s kterimi se rane bolnika štirikrat ali petkrat na dan pomažejo. Nekteri terdijo, da se preležanje zabrani, ako se pod bolnikovo posteljo skleda z merzlo vodo postavi, in pogosto ponavlja. Ali je res, ali ne, ne morem iz svoje skušnje razsoditi; vendar voda pod posteljo škodovala ne bode.

104. *Prepad ritnika.*

Leta bolezin rada napada otroke, in sicer pri dolgočasni hitrici ali griži ali pri sušici; pri odrasčenih se po dolgočasni bolezni tudi včasih najde.

Tak človek naj se ne napenja pri odsebnici, da mu ritnik ne prepade; naj se varuje gorkih pijač, posebno holandskega čaja; naj ne jemlje čistivnih zdravil ali oljnatih dristel. Letem bolnikom se prileže čisti, dobro zvreti ol.

Komur ritnik rad prepade, naj si polije 2 kvintelja hrastove ali verbove skorje z 16 loti vrele vode; v leti vodi naj dobra namoči mehko, debelo zloženo platno, in naj ga položi na prepadeni ritnik. Leto ravnanje se mora, ako je treba, ponavljati. Potem

se ritnik pazljivo noter zbaše. Otroke, katerim je ritnik prepadel, je treba na trebuh na posteljo položiti tako, da glava in noge malo višje, trebuh pa nižje leži. Pri ti legi ritnik sam nazaj zleze; ako ne, se košček platna z oljem namaže, in s tem platnom se ritnik počasno nazaj potisne.

105. *Prestava mleka.*

Po povitvi navadno stopi mleko v cizeje; ali včasih se prestavi, in kam drugam, postavim v glavo stopi, in lahko mater umori. Leto se takrat rado zgodi, kedar se od 3. do 5. dne po porodu malo mleka v cizejih nabira. Zdaj je treba mleko v cizeje vabiti, ako ravno mati ne misli dojit: zakaj naravne babine tirjajo, da mleko v cizeje stopi. V ta namen je dobro starejšega dojenca sesati pustiti. Ako po tem ravnanju mleko ne pride v cizeje, in porodnica toži, da jo na kakem drugem mestu trupla boli, kamor se mleko rado prestavi, ali kedar se porodnica tresti začne: je silna potreba, da se zdravnik na pomoč pokliče.

106. *Prisad. (Brand).*

Mehki deli trupla odmerjejo, zgubijo naravno gorkoto in barvo, in začnejo gnjiti. Gnjloba je gotovo znamenje prisada, in smerti posameznih delov

trupla. Prasad izvira iz mehničnega ali ločbenega poškodovanja, iz vnetja, iz organskih bolezin serca ali velikih žil, iz kake splošne bolezni, kakor iz kurdeja (škorbuta). Zdravila v prisadu mora zdravnik nasvetovati.

107. *Pristudzenice. (Flecken).*

Pike so razne barve, višnjeve, ali rujave, ali černe, ali rudeče; zdaj majhine, kakor iglina glavica, zdaj velike, kakor leče. Posamezno stojijo in se nikdar ne primejo. Navadno jih lahka treslika spremlja. Bolnik naj se ne prehladi, da ne dobi vodenice. Izbni zrak, kjer bolnik leži, naj je čist in hladen. Varnejše je dalj časa v izbi ostati, kakor jo prenaplo zapustiti.

108. *Pupenčine. (Nesselsucht).*

Pike, ktere pri ti bolezni vidimo, so velike, rudečkaste, na sredi bele; žgejo in serbijo, kakor da bi se bil človek v koprivah opekel. V gorkoti rade zginejo, in se v merzloti zopet prikažejo. Nar gostejše sedijo na persih in rokah. V začetku bolezni se včasih treslika zapazi, včasih ne.

Čez neke dni izpustek včasih naglo zgine, in bolnika omotica ali clo medlica napade; vendar na-

vadno ni nobene nevarnosti. Nekatere osebe vsake 4 tedne pupenčine dobivajo.

Vzroki pupenčin so: Premrazenje, zadržano potenje, nekatere jedila, pred katerimi se gnjusi. Bolezin ni nevarna, vendar ne smeš izpustka pregnati. Ako so pupenčine iz zadržanega potenja postale, moraš bezgovega čaja piti in se dobro odeti, da pot zopet na kožo vdari. — Da se človek počasnih pupenčin znebi, mora vsih jedil in pijač se zderžati, ktere mu, kakor ga skušnja uči, škodovajo, in se v vodi kopati, ktera je z razbeljenim železom pogreta.

109. Putika ali podagra.

Putika je skernina, ki se je na neko mesto vsedla in ga vname. Narajše napada nožne člene, posebno kožo in kite členov. Ojstra bolečina, narajše v nožnem palcu, te spomni putike. Krog bolnega člena je noga otekla in rudeča. Leta bolečina, ako ravno jenja, čez nekaj časa zopet pride, hujše razsaja, kakor pervikrat, od mladih členov na velike prestopi, včasih notrajne dele trupla napade, in naglo vmori. Putika izvira iz enakih vzrokov, kakor skernina ali revmatizm, nar večkrat iz nezmerne rabe vinocvetnih pijač in iz nečistosti.

V putiki je treba skrbeti, da so noge vedno gorke; jih je treba zjutraj in zvečer z gorko vodo in mnilom omivati, in po omivanju sledečega testa na podplate pokladati: 4 loti suhe v prah razmete soli, 1 libra moke iz laškega pšena se dobro zmešajo s 7 loti olovega drožja.

Sledeča tekлина, s katero se večkrat na dan bolni deli omivajo, bolečine pomanjša: 2 dela mnilnega žganja, 1½ dela mravljinjega cveta, 1 del kafrovca in ½ dela žafranove tinkture. — V znotrajno rabo služi očiščeno terpentinovo olje, katerega se trikrat na dan po 5 ali 6 kapljic v žlici vode vzame. Ako se putika na notrajne dele, na pljuča, čreve i. t. d. verže, je treba kopati noge v vroči gorušični vodi, in jih povijati z voščenim tafetom, da gre putika nazaj na noge.

Kdor na putiki boleha, naj se varje nog omokriti, torej naj nosi v obuvalih žimnate podplate. Ako so rad poti na nogah, naj se posluži volnatih nogovic, in naj ovija bolne dele s česano volno.

110. Rak.

Rak je grozno hud vred, ki se večidel iz vterdenih del trupla scimi, torej zdravitelji razločijo rakovite bunce in raka. Bolezin na raznih delih trupla sedi, in se imenuje persni, ustnični, nosni, jezični,

želodčni, plodnični rak. Pred 20. letom se redko, nar večkrat se med 36. in 50. letom najde. Vlažnost in opravila, pri katerih se večidel sedi, nar ložeje to bolezin naključijo; izvira tudi iz pokvarjene hrane in iz tužnosti.

Zdravniki ozdravljajo doslej leto bolezin z nožem, kedar vse nezdravo meso z vredom izrežejo, in potlej rano celijo in telesne soke čistijo. Neki napolitanski zdravnik je znašel gotovo sredstvo zoper raka, s katerim ga brez noža ozdravi, ako ni prepozno na pomoč poklican. Tako pravijo časopisi.

111. Rane.

Ljudje mislijo, da se rana ne zaceli brez mazila, torej se poslužijo balzamov, mastnih mazil, močnih obližev, in ne dajo pokoja rani. Takšno ravnanje je pa napčno in ozdravljanje zaderžuje, ne pospešuje.

Nar poprej je treba iztrebiti iz rane ptuje reči, zakaj lete overajo ozdravljanje in vzročijo mozolje na zaceljenih ranah. Potem se na rane, ako so nove in plitve, suho in mehko platno položi, in ročno poveže. Kervotok bo kmalo nehal, in rana se bo zacelila, ako varuješ, da se vnovič ne razterga.

Pivni popir, kl ga na prerezano kožo položiš, naglo ustavi kri, varova rano pred zrakom in jo celi.

Ako platno in popir ne more ustaviti obilne kervi, se merzle vode posluži, ktero ali v morski gobi, ali v zloženem platnu na rano devaš. Studenčnica, ktero z ledom ohladiješ, še bolj skupej vleče, kakor brez ledu rabljena, torej kri hitreje ustavlja, vnetje bolj odvraca in bolečine manjša.

Veče rane in rane v obrazu je treba tako stisniti, da se robi zjedinijo, in jih potlej z vezavnim obližem vterditi. Zdaj še le se rabijo merzli okladki, ako jih je potreba.

Nove, ne velike rane na mehkih krajih, postavim na žnabljih celiti, je dobro sredstvo mrenica, ki jo na notrajni strani kurjega jajca dobiš. Kedar je rana osnažena, se mrenica s tisto stranjo, ktera je proti beljaku obrnjena, na rano položi in z mehkim pertom pritisne. Posušena mrenica se človeške kože sama derži. Mrenica varova rano pred zrakom in jo celi. Ako se mrenica na rani razterga, drugo na prvo položi. Kedar je rana zdrava, se mrenica sama odlupi.

Nar boljše zdravilo rane gnojiti in zdraviti je gorka voda. Zloženo platno se namreč v gorki vodi namakova in na rane poklada. Tako ravnaajo v dunajski bolnišnici, kar so mazila in obliže zavergli.

Vred predreti speci polovico čebule v vročem pepelu, in jo čez noč na kožo tamkej priveži, kjer misliš, da bi se prederla. Tudi zmečkano laneno seme in kruhova skorja v vodi v kašo skuhana, in z mlekom zmešana, je prav dobro zdravilo vred predreti.

Da se gnoj v vredih bolj naglo dela, kuhaj pogачo in med v mleku, prideni ti kaši nekaj štupe lanenega semena, in si napravljaj tako gorke okladke, kakor jih le moreš terpeti. Ako je koža predebela, ali gnoj pregloboko pod kožo, je treba vred s ojstrim nožem predreti in gnoj izkidati.

Mazilo za dolgočasne rane, vterdine, trohnenje kosti tole priporočajo: Ena pest lečne moke, 1 žlica ogeršičnega olja, 2 žlici ola in toliko gorke vode, kolikor je treba, da kaša postane. Iz te kaše se narejajo okladki, ki se vsake 2 ali 3 ure ponavljajo. Bolni del je treba večkrat z gorko vodo omivati, in gorko povi-jati. Sledeče mazilo je za rane in otekline, posebno kedar so vnete, prav hasnjivo: 1 kvinteljč sirovega masla, 1 kvinteljč rumenega voska, 1 kvinteljč čiste mecesnove smole se počasi raztopi; tem se pridene 1 kvinteljč vsake štupe, namreč zlate mire, kadila, asanka in žafrana. Vse skupaj naj pol ure počasi vre, in se potlej skoz platno precedi. Slednič se temu mazilu, kedar je že hladno, 2 kvinteljca kafre, ki si jo poprej v laškem olju raztopil, primeša. Iz

tega mazila se napravlja obliž, in enkrat ali dvakrat v 24 urah na bolni del poklada.

112. *Razpokline.*

O hudem mrazu in sploh ob ostrem vremenu se koža v obrazu, na rokah in žnabljih rada razpoka, kar navadno hude bolečine naključí. Temu se v okom pride, ako se za lično kožo skerbi. Torej je treba v takih okoljšinah kožo mazati s sirovim maslom, ali smetano, ali jederčnim oljem. Dobro je tudi z jedričnimi otrobi se vmivati.

Razpokline na rokah se ubraniš, ako roke s sledečim mazilom dergneš: 1 lot ribizovega olja se z 4 loti raztopljenega belega voska dobro zmeša.

113. *Razširjenje žil.*

Žile na bedrih in po trebuhu se včasí deloma razširijo in z mnogo kervjo polnijo. Ako te kervne bunce stisneš, večdel zginejo in se zopet vidijo, kedar tisk odneha.

Vzrok razširjenja žil so vse tiste reči, ktere kri v toku skoz žile zaverajo, da se v nekterih krajih nabira in žile razteguje. Sem slišijo: Nosenje, pretegovanje, ozka obleka, starost i. t. d.

Osebe, kterih kri slabotno teče, in zatorej zastaja, je treba z močno hrano krepčati; ktere se

preveč trudijo, naj počivajo; vsem je treba kervne bunce dobro povezati, da ne počijo, in človek v svoji kervi ne zaspi za zmirej.

114. *Revmatizm.*

Revmatizm je včasih brez treslike, včasih s tresliko združen; včasih na mestu ostane, včasih se preseljuje. Iz života se spravi ali po potu, ali po vodi, ali tudi po slinotoku. Revmatizmu so podveržene slabotne osebe; tiste, ki vedno v izbi živijo, gorkoto preveč ljubijo, in pod milim nebom premalo se gibljejo.

Bolnik naj se zderži kislih, mastnih, močnatih jedil, in posebno mastnega mesa; ravno tako vsih močnih, vinocvetnih pijač. Naj se posluži mlečne hrane, golobjega mesa, divjačine, posušenih rastlin, in naj pije merzlo vodo.

Nekterim pomaga pavola ali konopna kosmina, katero na bolni del privežejo.

Nekteri hvalijo gladež, kterege perje in korenine se v vodi kuhajo, in ktere vode bolnik masele na dan popije. Gladež tudi na vodo žene.

Neki zdravnik priporoča v revmatizmu, kateri iz premrazenja izvira, in v premembi vremena posebno razsaja, iztlačeni sok iz stebela in perja arti-

šoke. Temu soku se sirupa pridene, in vsake dve uri žličico vzame.

Nar boljše zdravilo v revmatizmu je pa jesiho eter. S tem eterom se dvakrat na dan bolni del trupla prav dobro oriba, potem gre bolnik v gorko posteljo. Po tretjem oribanju se že bolečine manjšajo, in po šestem popolnoma zginejo.

Revmatizma s tresliko ne smeš sam ozdravljati, ampak zdravnika moraš na pomoč klicati, da se revmatizm ne preseli na notrajne dele trupla, kjer bolnika lahko vmori.

115. Rihlice. (Rötheln.)

Rihlice napadajo otroke in ženske osebe, bolj redko odrasčene možé. Sledeče znamenja napovedujejo rihlice: Kašelj, terganje v gerlu, težko požiranje, grenke usta, mik k bljuvanju, treslika. Čez dva ali tri dni se pokažejo černorudeče pike, ktere pod perstnim tiskom zginejo in se kmalo zopet pokažejo, ktere se večkrat sprejmejo. Čez 6 ali 8 dni pike obledijo, in koža se začne luščiti.

Izba, v kateri bolnik leži, mora biti zmerno gorka, in bolnik se mora prehladenja varovati. Bezgov čaj naj podpira kožno hlapenje. Bolnikova hrana mora biti redka, žlezava pijača iz ovsenega ali laškega pšena, sok kuhanega sadja.

Ako se v bolezni kaj posebnega in nevarnega pokaže, je treba zdravnika za svet poprašati.

116. *Sapa smerdljiva.*

Smerdljiva sapa nar večkrat izvira iz gnjilih zob. Se tedaj smerdljive sape znebiti, je treba zobe snažiti, kar se nar lažjeje z merzlo vodo in s kertačico za zobe zgodi. Zjutraj je treba zobe in dlesno žlezobe očediti, ktera se je ponoči nabrala. Tudi pojedini je dobro, zobe z merzlo vodo izplakniti. Ako imaš gnjil zob, ga nar poprej s pivnim popirjem, kterega v luknjo bašeš, nesnage očedi, in potlej s voskom zabaši, da se ne nabira nova nesnaga v njem.

Dostikrat pride smerdljiva sape iz žlezastega gerla. Napravi si zdravilo iz 2 kvinteljcov galuna, in 8 lotov čiste (deževne) vode, s ktero si gerlo dvakrat na dan dobro zgergraš.

Dostikrat je pokvarjeni želodec vzrok smerdljive sape, ktera mine, kedar želodec ozdraviš. Obilna pijača merzle vode, in post želodec navadno okrepcata.

Ako smrad izvira iz bolne dlesne, moraš dlesno zdraviti, da se smradu znebiš.

117. *Scanje nehoteče.*

Voda uide, brez da bi človek hotel ali za to vedel. Vzroki se mnogosortni, kakor slabost ali mertud mehirja, pretresenje herbtanca, starost. V teh okolščinah se težko kaj pomaga. Včasih izvira bolečin iz peska, od glist, kervnega navala proti mehirju, zapertja i. t. d. Ako hočeš nehoteče scanje ozdraviti, moraš imenovane vzroke, iz katerih izvira, odpraviti.

Otrokom, včasih tudi odrasčenim, voda v spanju uhaja. Lete je treba ponoči zbuditi, in iz postelje spraviti, da vodo izpraznijo. Pri bolj odrasčenih je treba po dvakrat na den herbet s terpentinovim oljem dobro namazati. Daja se jim tudi telega čaja: pol lota armana in pol lota gamile se z vrelo vodo popari. Odcejeno vodo mora bolnik vso čez dan popiti.

Kedar ponočno scanje iz kake slabosti izvira, je zdravo, kozarec dobrega vina vsaki dan piti.

118. *Sercotrepet.*

Osebam, ki so polnokervne, se kri lahko proti srcu vali. Tudi gliste, kerč, ganitve duše so dostikrat vzrok sercotrepeta. Kdor po sercotrepetu boleha, se mora močnih jedil in pijač zderžati. Kozarec

merzle vode piti, in levo stran pers z merzlo vodo vmivati, preden gre zvečer v posteljo, mu je hasnjivo.

Ako sercotrepet iz zaderžanih izpustkov izvira, jih je treba na kožo spraviti; ako izvira iz zaderžanega kervotoka iz nosa, je treba nos šegetati, ali bezgov sopar v nos vleči, da kri zopet teči začne; ako izvira iz zaderžane kervavnice ali mesečine, se je treba kopeli za noge poslužiti, vsih kislih jedil in pijač se zderžati.

Primeri se, da osebe po obilnišem obedu sercotrepet dobijo. Lete ne smejo na enkrat veliko jesti; ne drugega, kakor cukrene vode, limonade ali jedričnega mleka piti. Vse, kar jih napenja, tudi ol, kavo, vino morajo opustiti.

Nekteri si v sercotrepetu s tem pomagajo, da malo vroče vode požrejo; nekterim je znotrajna raba lemoninega soka težave polajšala.

119. Skernina. (Gicht.)

Skernina in revmatizm sta bratranca. Pri skernini bolečine zdaj na mestu ostanejo, zdaj se rade preselijo; so zdaj z vnetjem in tresliko združene, zdaj ne. Nekteri tožijo, da jih peče; nekteri, da jih bode, grize, da kljuje. Kedar koža oteka, bolečine na tem mestu odnehujejo, vendar se rade na drugem

naznanijo. Ako skernini napadki večkrat pridejo, se neka roba, ki pri zdravem človeku po vodi ali po potu odteče, na členih rada nabira, gibanje členov overa in večje ali manjše bunce napravi, ktere obstojijo iz apna ali krede.

Skernina se včasi naznanuje po slabem prebavljanju, po scanici, ktera je bolj bleđa, kalna in brez navadne gošče. Moški spol je skernini bolj podveržen od ženskega. Skernina se zbudi po mokrotnem, zatuhlem stanišču, po zaderžanem potu, po razuzdanem življenju, po ganitvah duše i. t. d. Iz trupla se spravi po potu v scanici, torej je brinjev čaj, ki na oboje žene, prav hasnjiv.

Bolečine se zljajšajo, ako kaka druga oseba bolni ud s svojo roko rahlo dergne; v sklečnih bolečinah pomaga mazanje z bohom. Tudi je zdravo, volnato zaplato z brinjem pokaditi, in z leto zaplato bolno mesto dergniti. Da koža bolnega uda bolj gorka ostane, in se ložeje poti, jo pokrij s česano volno ali voščenim tafetom. V znotrajno rabo služi gjumberjev čaj z mlekom zmešan.

Zoper počasno skernino nekteri svetujejo koppel iz mravljišča napravljeno, nekteri omivanje s zmesjo obstoječo iz polovice mravljinjega, iz polovice kastrovega žganja. S tem zvunajnim zdravilom se druží notranja raba guajakove smole, ktere se

trikrat na dan toliko, kolikor šnupka zda, jemlje. Nek star mož, ki je dolgo po skernini bolehoval, se je s sledečim zdravilom ozdravil. V poliču dobrega vina je 4 lote moke črne gorušice na gorkem kraju namakoval. Potem je vino odcedil, in vsaki dan zjutraj na tešče kozarec tega vina popil. Po zavžitku tega zdravila je še kake dve uri v postelji poležal, in se potil. Tudi se je pri vsaki jedi, pri kateri se je dalo, gorušice poslužil. Preden je bokal gorušičnega vina vpotreboval, je popolnoma ozdravel.

120. Spahnenje. (*Verrenkung*).

Spahnenje, pri katerem člen zapusti svojo naravno lego, tirja, da se člen vravna.

Spozna se spahnjeni člen po nenaravni podobi, ktero kaže, in po tem, ker svojo službo ali popolnoma odpove, ali z veliko bolečino spolnuje. Od zlomljene kosti se loči, ker v gibanju ali premiki ne škriplje. Zdravnik, katerega na pomoč kličeš, bo skerbel, da se ud zopet vravna in člen v svojo jamico, kjer naravno leži, stopi; da se vnetje z merzlimi odkladki odvrča, in da se raztegnjeni ali raztergani vezki zopet ozdravijo. V ta namen je potreba, da se vravnani člen dobro ovije in ne nateguje, dokler ni popolnoma zdrav.

121. *Spolovil bolezni.*

Od gerdih bolezin bi ne govoril besedice, ako bi žalostna skušnja ne pričala, da so se iz velikih mest, kjer nekteri ljudje pozabljivši na pravičnega Boga mesnemu poželjenju služijo, med prosto ljudstvo zatrosile, in morijo duše in trupla slepih ali oslepljenih oseb.

Kar v drugih boleznih večkrat velja, to je v nesramni bolezni vedno gotovo, namreč, da je lažje, se bolezni varovati, kakor jo ozdraviti. Starejši naj na otroke, predpostavljeni na svoje podložne pazijo, da nimajo priložnosti po nečistosti grešiti. Spomnijo naj jih, ako je treba, nevarnosti, v katero nečistnik zabrede.

Nesramna bolezin se kaže po žlezastem, ali kervnem, ali gnojnem iztoku iz spolovil, po vnetju, oteklini spolovil, po bradavicah, vredih, buncah, hrastah na spolovilih ali krog spolovil. Vendar bolezin ne ostane na mestu, kjer se pokaže; ampak se razširi po kosteh, sokih in po kervi nečistnika. Včasih se vnamejo oči, in ako ni nagle pomoči, človek oslepi. Včasih se pokažejo černorudeče pike na mehkem delu neba, na jezičku, na migdalih, na jeziku, in katerih pik vreda izrastejo, ki se razširijo po nosu in po gerlu. Hrustanec v nosu naglo zgnije, in na

ostanku nosa se človeku ves čas življenja vidi, kako razujzdan je nekda bil. Nekteri pride ob ves glas, in le besedice ne more zastopno izgovoriti. Nekteremu gnjije dlesna, zobje se majejo in sčasoma izpadajo ali strohnijo. Nekteri nosi izpustke nesramne bolezni na čelu, nekteri stoka noč in dan čez bolečine v kosteh. Nekterega je zdravnik z nožem ozdravil in akoravno brazgotine pred ljudmi zakriva, mu vendar vest očita, da je po lahkodušnosti in grehu v nesrečo zabredel.

Kdor vse nadloge in zgube, ktere pridejo iz razuzdanega življenja, premisli: bo ga brezumnega deržal, kdor si s kratkim veseljem dolgo terpljenje kupi.

Zastran ozdravljanja se mora bolnik s zdravnikom posvetovati, in po njegovem svetu ravnati. Le to opomnimo, da kdor se ni sramoval pred Bogom grešiti, in zdravja zapraviti: naj se tudi ne sramuje zablode se obtožiti, in po pravi poti zdravja iskati. V začetku se bolezin ozdravi, brez da bi kakih znamenj bolniku zapustila; pozneje je ozdravljanje bolj težavno, bolj dolgočasno, in se težko izpelje, brez da bi kake znamnje ne ostalo.

122. *Steklina.*

Vgriz serditih ljudi ali živali je bil mnogokrat vzrok stekline, nar bolj nevaren je vendar pasji ali mačkni vgriz, akoravno se ne vidi, da bi bil pes ali maček stekel. Vgriznjeni človek ne steče koj po vgrizu; včasih se rana zaceli, preden se steklina pokaže. Zbudi se pa včasih brez posebnega vzroka, včasih po premrazenju, po ganitvah duše i, t. d.

Hitro po vgrizu je treba poškodovano mesto izrezati. Koža se namreč s kleščami zgrabi, na kviško potegne in z britvo odreže, tako da nič tistega, kamor je kak zob zadel, ne ostane. Kedar je vgriznjeni del majhen, je nar varnejše ga odrezati. Enako hasnjivo je kako železno orodje, postavim ključ v ognju razbeliti, in ž njim poškodovano mesto trupla izžgati. Lete zdravila so gotove, ako se jih precej poslužiš: Ud odrezati, ali poškodovano mesto izrezati ali izžgati. Rana, ki si si jo tako naredil, se mora dolgo časa gnojiti, ne pa zaceliti.

Dobro je tudi se slane vode takole poslužiti. Deni v vodo več soli, kakor se je v nji raztopi, namoči debelo zloženo platno v ti vodi in ga položi na rano. Preden je prvo platno suho, ga namestuj z drugim ravno tako namočenim in tako dalje, da se strup odpere, in da rana ne poserka.

Nekteri tudi sledeče zdravilo kakor gotovo hvalijo: Na vsaki zobni vtis se napravi kroglica iz platnenega nasteržka. Lete kroglice se v hudičevo olje pomočijo, na rano položijo in dobro prevežejo. Rane in vrede, ktere hudičevo olje napravi, se ozdravujejo po splošnih vodilih za rane in vrede. V tolažbo bravcov se mora povedati, da med dvajsetimi človeki, ktere je stekel pes popadel, komaj eden po steklini zboli, torej je sicer treba imenovanih sredstev, ktere stekline vničijo, pridno se posluževati, vender se strašne bolezni ne bati. Zakaj strah je sam bolezin, in druge bolezni rad redi.

Kar ozdravljanje stekline zadene, se je treba s zdravnikom posvetovati, kterega že javne postave vežejo. človeku, kterega je sumljiv pes popadel, v pomoč hiteti. Tukaj še nekaj pridenem o steklini, ktero je dr. Strupi v svojem „nauku“ stran 86 popisal, da steklega psa naglo spoznaš, in strašne bolezni ložeje se varuješ.

Steklina je dvojne sorte: divja in tiha. Preden se očitno prikaže, se večidel nektore predznamnja pokažejo: živina je žalostna, nemirna, rada po bolj temnih krajih polega, večkrat po kaki reči blastne, začne melo jesti in se rada kotje. Ali te znamnja se tudi večkrat pred začetkom drugih bolezin prikažejo, in tudi niso vedno stanovitne.

Ko divja steklina psa napade, se nazani na sledečo vižo : pes postane čmern, otožen, tiho renči in njerga, je len, ne mara za besede gospodarja, ne miga z repom in se bolj po kotih potika, ne laja kakor zdrav pes, ampak le renči, in če laja, laja hrepasto, in lajanje neha s tulenjem; ne jé rad, hapa in hlasta po sapi, išče hlada, in skače ohladit se v vodo. Večidel dozdaš še ne ugrizne, ako se ne zdraži, upati pa mu vendar ni; nos ima vroč in suh, očesi rudeči in vedno bolj kalni postajate.

Pes je večidel zapert, in če vendar kaj blata iz sebe iztlači, je terdo; spi malo, le dremlje z odpertimi očmi in se dremaje straši. Ščasoma tudi začne popadati, posebno druge pse, clo mertve, pred kterimi se drugim gnjusi; pa tudi drugo živino, ljudi in clo kuretnino. Kolikor se bolezin pohujša, toliko bolj plašen in nepokojen postaja, večkrat se od doma potepe in čez en čas spet nazaj pride, ali nevedama naprej leti. Očesi mu divje stermit, iz gobca se mu začnejo sline cediti, hodi, tava, glavo pobeša, se opoteka, pada na tla, se pa spet pobere; le malokdaj zalaja, beži; boji se včasih, pa ne vselej, vode, mokrega in svitlega; več ne jé, vendar večkrat pokaki reči ali sam po sebi hlastne, in požre večkrat neprebavljive reči, kakor: slamo, usnje, cveke i.t.d.; požera težko, kakor da bi mu vrat skupej vleklo, pa

tudi gobca večkrat ne more odperati in zaperati, ker so čeljusti, kakor da bi bile omertudene.

Zavé se vedno manj, se nič več ne vleže, gleda potuhnjeno po strani, se s pobitim križem, večkrat z omertudenim zadnjim koncom komaj naprej vleče in rep med stegnja stisne, zlo hujša. Sline mu iz gobca in solze iz oči tekó, dlaka se mu šetini, psi pred njim bežé, omedleva, peša, tava, se opoteka. Konec je pa skoraj vsacega drugačen; so, ki jih kolje, grize, ki divjajo in razgrajajo pred smertjo; so pa tudi, ki jo prav mirno sklenejo.

Pri tihi steklini je pes bolj top, ne uide od doma, ne popada ne živine ne ljudi, če ga iz tamnega kraja, kamor se rada vleže, ne zganjajo, ali na drugo vižo ne dražijo. Mertud čeljusti in zadnji konec popred napade, pa tudi shujša pes zlo naglo. Druge znamnja so zlo tiste, kakor pri divji steklini.

123. Šena.

Šena se najde na vsakem mestu trupla, nar večkrat pa v obrazu in na bedrih. Barva je bolj ali manj rudeča, včasih tudi rumenkasta. Vneto mesto je včasih oteklo, povišano in z mozolji posuto; včasih pa ravno in se od zdrave kože loči po drugačni barvi. Šena se včasih nevtegoma in na kakem mestu pokaže, ga naglo zapusti in na drugo preskoči. Bolečine

so dereče, skleče. Včasih se povzdignejo mehurji razno veliki, ki hranijo neko zračno, rumenkasto tekočino.

Vzroki šene so: Huda vročina in tudi premraženje, pik nekterih merčesov, zadržani kožni izpustki, vžitva močnih jedil, zadržani kervotok, rane, jeza, serd, prestrašenje.

V hudi šeni, ki je z močno tresliko združena, je treba zdravnika na pomoč poklicati, da notrajnih zdravil nasvetova. V manj nevarni šeni pomagajo sledeče sredstva:

Višnjevi popir ali vinšnjevo platno, ktero na bolno mesto položiš; razsekano in s sladkorom pokajeno tulje; režena moka s stolčeno soljo zmešana, ktera se v pogrelih žakeljcih na šeno poklada. Ravno tako se bezgovo cvetje v žakeljce spravi, pogreje in na bolno mesto poklada. Prah za lasé, katerega na vneto kožo natreseš, kmalo potolaži bolečine.

Ako je šena v obrazu, ga dobro grej s česano volno in vzemi čistivnega zdravila, postavim grenke soli.

V mehurski šeni se na enako vižo ravna. Mokrote in merzlote se je treba skerbno varovati, in bolni del v obezo s kafro namazano zavijati. Kedar se v predertih mehurjih gnojiti začne, jih maži s smetano, pa te manj peko, in se hitreje celijo.

Ako šena iz svojega mesta zgine, se je bati, da bi se ne preselila na žlahneje mesto, postavim na možgane, kjer človeka lahko vmori. Torej je treba jo na starem mestu zopet zbuditi. V ta namen služi gorušično testo, katerega na leto mesto položiš, dokler ne pride poklicani zdravnik.

V počasni šeni, je treba mesto, na katerem navadno sedi, krepčati po pridnem dergnjenju in omivanju. Tudi je treba za odperte čreva skrbeti.

124. *Šinje.*

Pike so rumene, rjave, manjše ali večje, na nekterih mestih ali po celem životu; zdaj serbijo, zdaj ne. Izvirajo večidel iz obilnega žolca ali iz jeter, ki ne storijo svoje dolžnosti. Ako se pri ženskah, ki so noseče ali katerim kri zastaja, pokažejo, same od sebe zginejo.

Se jih znebiti, vzemi $\frac{1}{4}$ kvinteljca boraksa, ga raztopi v 2 lotih rožne vode, in s tem večkrat šinje namazuj.

125. *Škerlatina.*

Leta bolezin, ktera se lahko naleze, človek le enkrat v svojem življenju navadno dobi, vendar ne vsakteri. Rajše napada otroke, kakor odraščene in

sicer na jesen ali pozimi, kedar je sihravo vreme. Huda tesnoba, omotica, bolečine in vnetje v gerlu naznanujejo škardatine, kterim znamenjem se tudi kerč in zmešanje v glavi pridruži. Koža postane šenasta, žarjava, nar poprej v obrazu, po vratu, na persih, in pozneje po rokah in nogah. Ako s perstom kožo pritisneš, zgine rudeča barva, vendar se koj poverne, kedar perst odmakneš. Koža peče in žge. Treslika, tesnoba in nemir so nar hujši o začetku izpustka. Čez 2 ali 3 dni postane koža bolj bleđa in sčasoma zgine rudečica. Potlej se koža lupi po kosih otrobom podobnih.

Škerlatina je nevarna bolezen, toraj moraš zdravnika v pomoč poklicati. Bolnik mora mirno v topli postelji ostati. Čaj iz bezgovega cvetja mu je zdrav, da koža vedno hlapi. Perilo se mu ne sme premeniti, da se ne prehladi. Vživa naj od lahke juhe, od lahke prebavljive zelenjave, od sadja, od ječmenovega soka. Ako je koža suha, naj pije žajbelnovega čaja.

Kedar se koža lupiti začne, je treba bolnika varovati prepiha, da ne dobi vodenice. Zaderžano potenje ga lahko vmori. Šest tednov mora bolnik v izbi ostati. Kožo je treba večkrat s pogreto volno ribati in od časa do časa gorke kopeli se posluževati.

126. Šumenje v ušesih.

Šumenje včasih od tod pride, ker so ušesa s nesnago zabasane. Leto je treba odpraviti. Včasih so žleze v ušesih napete, katere ozdraviš, ako za uho položiš vlečljivi obliž, napravljen iz španskih muh in ako v kopel za noge lugaste soli deneš. Dobro je tudi z merzlo vodo za ušesi se omivati, in potlej s suhim platnom prav dobro dergniti, ali začeti tobak nosljati.

127. Tek mankljivi.

Ako je človek sicer zdrav, in mu vendar jed ne diši, je navadno želodec popačen. Torej je treba želodcu pokoj dati, se vse jedi zderžati in večkrat kozarec merzle vode popiti. Voda v praznem želodcu ga močno pokrepča. Sploh se mora človek navaditi, dolgo poprej, kakor gre v posteljo, jesti, in pri jedi malo piti. — Kedar pride mankljivi tek od jeze, je tudi treba se jedi zderžati in sladkorne vode dokaj piti.

128. Trebušne bolezni.

Rajni Priesnic je trebušne bolezni takole ozdravljaj: Bolnik ovije čez trebuh krog in krog života merzli okladek, katerega, kedar se posuši, vedno ponavlja. Enkrat na dan se zavije v mokre čoke.

(koce), da se malo poti, potlej se odvijje in gre v merzlo vodo, kjer se mora dobro gibati in tako dolgo ostati, da ga mraziti začne. Zdaj vodo zapusti, se dobro otre, merzel okladek čez trebuh vzame in se sprehajat gre. Zvečer vzame kopel sedé. Dva čevlja široka in tako globoka kad, da bolnik do popka v nji sedi, je napolnjen z merzlo vodo. Kar života ni v vodi, ga je treba gorko pokriti; kar ga je pa v vodi, je treba pridno dergniti. V leti kopeli ostane bolnik pol ali celo uro. Pred kopelo in po kopeli se mora sprehajati brez da bi se preveč vgreel. Kdor po kopeli kervni naval proti glavi čuti, se mora odkritoglav sprehajati.

Bolnik se mora zderžati žganja, vina, ola, kave, čaja, dišavne čokolade, jesiha, popra, klincov, gjunberja in sploh vseh začimb; osoljenih rib, suhega mesa, mastnih in težko prebavljivih jedil. Vsa hrana mora bolj merzla kakor gorka biti; pijača pri jedi v enem kozarcu merzle vode obstati. Sicer pije bolnik 12 do 30 kozarcev vode na dan. Pred kosilom naj človek po sprehajanju teka išče, zjutraj naj je z mlekom, sirovim maslom in kruhom zadovoljen; gorkoto naj sam po trudu in gibanju kuha, ne pa v obleki ali izbi išče. Tako se ozdravljajo zlovoljnost, maternica, kervavnica, zaslinjenja, zgaga, želodčna kisloba, blatno zabasanje, želodčni kerč itd.

Pri blatnem zabasanju ali kervnem navalu v glavo svetuje Presnic jemati merzle dristle zjutraj in zvečer; zjutraj v postelji merzle vode po malo piti, in trebuh s dlanjo dergniti. V zgagi in pri želodčnem kerču je zdravo piti veliko merzle vode. Želodčni kerč v kopeli sedé naglo mine. Grizenje (koliko) ozdravi kopela sedé združena s pridno pijačo merzle vode. Kritične driste se podpirajo po pijači merzle vode, po merzlih okladkih krog trebuha, in po pičli zavžitvi lahko prebavljive hrane. Pri žlezasti hitrici so dristle z merzlo vodo zdrave; s temi se združi pijača merzle vode, in ako je potreba tudi potenje v čokah, in kopel v merzli vodi. Popačeni želodec izčistiti in ozdraviti je treba merzle vode do bljuvanja in driste piti, in bljuvanje in dristo zopet ozdraviti po pijači merzle vode. To ravnanje je boljše od stradanja, zakaj pri stradanju pridejo popačeni soki iz želodca v kri; pri pijači merzle vode se pa iz trupla odpravijo. Bljuvanje po merzli vodi ni tako težavno in želodcu škodljivo, kakor sicer. Po kratkem počivanju želodca jed zopet diši.

129. *Tresenje.*

Tresenje navadno izvira iz slabosti, kervopolnosti, nezmernosti v vinocvetnih pijačah, in tudi iz preselenja bolezni, postavim skernine ali iz svin-

čenega ali miščenega strupa. Zdravnik se bo po raznem vzroku bolezni pri ozdravljanju ravnal; sploh vendar velja, da se škodljive reči odpravijo in življava vredi.

Zoper tresenje rok so merzla voda priporoča. V posodi napolnjeni s studeničnico se deržijo roke do komolca kake minute dolgo po dva- ali trikrat na dan. Potem se s pogretim suknom dergnejo, dokler se ne vgrejejo. Dobro je tudi pol ure pozneje, kakor ustaneš, ali prej kakor greš v posteljo, roke v studenčnici vmiti, in potlej s suknom dobro ribati. Kervopolni mora vino, žganje, kavo in vso močno hrano zapustiti, in se vode in lahko prebavljivih jedil deržati; verh tega pod milim nebom se pogosto gibati.

Pijanci se navadno tresejo, dokler so tešči. Ako se hočejo pijančevanja odvaditi, naj se studenčnice poprimejo, in naj roke s vinocvetom mažejo. Kmalo bojo nehali se tresti.

130. *Treslika.*

Treslika je neko trudenje celega života, posebno [pa žil, se bolezni, ktera se je vgnjezdila, po scanici in potu rešiti.

Zastran življave naj bolnik večidel pri vodeni ali slabi goveji juhi ostane, v kateri je redko pšeno,

ali so lahki rezanci kuhani. Bolnik je navadno bolj žejen, kakor lačen. V pijačo mu studenčnica nar bolj služi, ako niso čreva ali gerlo vnete. Pri slednjih okolščinah se je treba gorke pijače postavim, jedričnega mleka ali kakega čaja poslužiti. Voda, kateri je nekaj sladkora ali malinovega soka primešanega, nekterim bolj diši od čiste, in ni škodljiva. Izbni zrak mora biti čist, ne pregorak, torej je treba izbo večkrat čez dan prevetriti, vendar skerbeti, da bolnik ne pride v prepih. Arovnica je nar bolj zdrava podlaga, sicer mora biti postelja snažna. Ganitev duše naj se bolnik varova, za odperto telo naj skerbi, in ako je zabasan, naj se dristle posluži. K vterjenju zadobljenega zdravja pomagajo merzle kopeli in gibanje pod milim nebom, včasi kozarček dobrega vina, ki pripravlja život k navadni življavi.

131. *Treslika gnjila.*

Gnjila treslika rada razkroji telesne soke in jih pokvari. Z mrazom se začne, kteremu posebna vročina sledi. Kmalo pristopi mirno mešanje (blabolenje). Oči so rudeče, ali rumene, ali zelenkaste. Jezik ima debelo, černo prevleko, je suh in se trese; okus je neprijeten, grenek, gnjil. Odsebnica in scanica smerdi. Zobe prevleče gnjila, gosta žleza, kakoršna tudi iz nosa in iz oči teče. Pike razne

barve se na koži pokažejo. Iz nosa, ritnika, scavil večkrat kri teče. Pridružijo se: Hropeče dihanje, bezglasnost, gobice, smert; včasih pa mertudenje, vodenica, gluhot, slepota. — Bolezin 14, k večemu 21 dni terpi.

Snaznost je poglavitno zdravilo v ti bolezni. Izbni zrak mora biti vedno čist in hladen. Z vodo ali jesihom v izbi poškopovati ne škodje, z brinjem kaditi zatega voljo ni dobro, ker dim dihanje overa. Vse kar od bolnika pride, je treba naglo odpraviti; tako tudi vmazano perilo. V hrano bolniku služijo: sago, salep, laško pšeno, voda zmešana z malinovim sokom.

Bolezin je grozno nevarna, torej je treba zdravnika urno na pomoč poklicati, in rabiti, kar on svetova. Omivanje bolnika z vinskim jesihom je mu navadno hasnjivo.

132. *Treslika porodnic.*

Bolečine v trebuhu, ki je močno napet, jo naznanujejo. Žila hitro bije, bolnica je zlo oslABLJENA in pobita. Navadni odteki porodnic zastajajo. Huda žeja, hitrica, včasih tudi bljuvanje mučijo revo. Leta bolezin v 3 ali 4 dneh lahko vmori. Večkrat zopet mine, in porodnica ali ozdravi popolnoma, ali

mleko se prestavi. Bližni vzrok te bolezni je trebušno vnetje.

V leti nevarni bolezni je treba zdravnika na pomoč poklicati. Nevedne noseče naj se pred porodom po nasvetu svojih mater, ali drugih umnih žen ravnajo. Naj se gibljejo in trudijo, brez da bi se pretegnile, naj skerbijo za odprto telo; naj se varovajo razgretja in premrazenja. Po porodu naj otroka pridno sisati pustijo, naj se zderžijo močne hrane, ki lahko kri vname,

133. *Treslika žlezna.*

Leta treslika se naznanuje po zgubljenem teku, po žlezi, ki jezik prevlekuje, po zgubljenem okusu, po studu, po tisku v žličici. Scanica postaja kalna, obraz bled. Po tem nastopi treslika, v kateri se bolnik grozno poti. Leto potenje in hitrica, ako se pridruži, grozno slabita bolnika. Na večer je treslika nar hujša.

Vzroki te bolezni so: Mokrotno vreme, močerno prebivališče, dolgočasno sedenje, slabo prebavljanje. Žlezna treslika rada prestopi v morivno groznico, v vodenico ali sušico.

V ti bolezni je treba skrbeti za čist, suh zrak, za snažno perilo, in za razjasnjenje bolnika. V hrano mu služijo: lahka goveja juha, sago, salep,

in studenčnica. Potrebne zdravila mora zdravnik nasvetovati.

134. *Treslika žolčna.*

V ti tresliki kri v jetra sili, ktere mnogo žolca kuhajo, ki se v želodec in po truplu razliva. Hudi glavobol posebno v čelu in na temenu, grenek okus, zgubljen tek, mikanje k bljuvanju, grenko riganje napovedujejo leto bolezin. Odsebnica je brezredna, zdaj terda, zdaj tenka; obraz je bled in rumenkast.

Bolnik mora v hladni, suhi izbi ležati, in pri miru biti. Daje se mu vode, kateri je lemonov sok in sladkor primešan in pečenega sadja.

Narava si včasih sama pomaga po bljuvanju in hitrici. Ali je bljuvanje in hitrico treba podpirati ali overati, bo zdravnik razsodil, ki se na pomoč pokliče. — Bolezin se iz trupla spravi po scanici in po potu.

135. *Trohnjenje kosti. (Knochenfrass).*

Neka bolezin, ktero v mehkih delih trupla vred imenujemo, je v kosteh trohnjenje.

Trohnjenje izvira iz vnetja kosti, in tako počasno napreduje, da se od konca večidel ne zapazi. Globoke bolečine včasih hujše, včasih manjše se čutijo v kaki kosti, posebno v rokah ali nogah, na

glavi, v lopatici, v persni kosti i. t. d. Potlej se pokaže oteklina, ki počasi raste, in gnoj v sebi nabira. Gnjlila oteklina včasih na kosti, včasih blizu kosti sedi. Pozneje postaja oteklina rudečkasta, višnjeva, in se predere. Gnojnica smerdi, je redka in razne barve. Kost, katero skoz luknjo s iskavcom lahko ošlatuješ, je ojstra, negladka.

Tisti vzroki, kateri vnetje napravijo, tudi k trohnjenju peljejo, namreč zvonajno poškodovanje, kakor zmečkaleji, razterganje kostne kože, kostolomi, bližni vredi i. t. d. Znotrajni vzroki so: Skernina, revmatizm, želve, nesramna bolezin, kurdej ali skorbut, zaderžani kožni izpustki. Slabotne, starejše osebe so kostnemu trohnjenju bolj podveržene, kakor čverste in mlade.

Pri ozdravljanju je nar poprej treba prevdariti, od kod trohnjenje pride, in leto izvirno bolezin je nar poprej treba ozdravljati. Potlej mora zdravnik skerbeti, da se slaba gnojnica v boljši gnoj spreobrne. Vred je treba snažiti, kostne teršice odpravljati, rano varovati zračnega dotika, kar se po dobri obvezi doseže.

Hrana bolnikova mora lahko prebavljiva in redvna biti. Skerbi mu za snažno posteljo in čisti izbni zrak; pusti ga tudi večkrat na solncu sedeti.

136. *Tur.*

Tur je včasí lastna kožna bolezen, ktera iz nesnažnosti ali razuzdanosti izvira; včasí spremlja druge bolezni, kakor pri želvah, kurdeju i. t. d. Tur je treba goditi, kar pri majhnem že dosežeš, ako v mleku kuhano smokvo (figa) ali v pepelu pečeno čebulo na tur pokladaš, dokler se ne predere. — Kedar je tur večí, se poslužiš gorkih okladkov iz ovsene moke in gomilčnega prahu, ktere ohlajene je treba z novimi, gorkimi namestiti. Ako so bolečine v turu hude, prideni letim okladkom makovih glavíc. Godni tur se sam predere, lesteržen je treba iztisniti, kar se nar ložeje z gobo v gorki vodi pomočeno stori. Okladki se dalje rabijo, dokler ni ves gnoj iz tura izpravljen. Zdaj je dobro ajbešovo mazilo, ktero se na platneni nasteržek tenko maže, na rano tako dolgo pokladati, dokler se ne zaceli.

137. *Uši.*

Otroke je treba pridno česati in snažiti, da se jim gerdi merčes preveč ne zaredi. Starejši ali otroški oskerbniki včasí opuščajo snaženje ali iz lenobe, ali zato ker se otroci branijo česanja, in se jokajo. To je pa gerda in škodljiva nemarnost.

Gerdo je namreč za otroke in starejše, ako otroci vedno po glavi praskajo in uši krog sebe trosijo; škodljivo je otrokom, kar se jim v bledem obrazu viditi, in včasi po dolgočasnih krastah, ktere ušivo glavo pokrivajo, spozna.

Ako se na bolnikovi glavi uši vgnezdijo, ga je treba kratko ostriči, in s kertačo, na ktero večkrat kapljico anažovega olja kaneš, česati. Dobro je tudi ostrizeno glavo s slano vodo omivati in česati.

Uši iz obleke preženeš z mazilom iz 2 lotov zelene žajfe in iz 2 kvinteljcov soli.

Klopi (Filzläuse) se odpravijo, ako se kosmati deli trupla, kjer ti merčesi živijo, s tabakovim čajem omivajo ali s sivim mazilom iz živega srebra mažejo. Poslednje zdravilo je močno, in nekterim osebam lahko škodova, torej se ga je treba pazljivo posluževati.

138. *Vgnjide. (Geschwüre).*

Rane se rade celijo, ali vgnjide odperte ostanejo, in se bolj in bolj razprostirajo. Vgnjide izvirajo ali iz ran, s kterimi si napčno ravnal, ali iz notranjih bolezin, kakor iz skernine, želv, nesramne bolezni ali kožnih bolezin. Pri ozdravljanju vgnjid je nar poprej treba tiste bolezni, iz kterih so vgnjide prišle, ozdravljati, kar se umnemu zdravniku izroči. Sploš-

ne vodila pri ozdravljanju vgnjid so sledeče: Vgnjide se s čisto mlačno vodo izpirajo, in saj enkrat na dan prevežejo. Ako se zdrav gnoj, ki je bel, gost in ne smerdi, pokaže, ga ne smeš odpraviti, zakaj leta gnoj je nar boljše mazilo za vgnjide. Ako divje meso v vgnjidah raste, ga je treba s sožganim galunom zatreti. Bolni del, na katerem vgnjida sedi, mora miren biti, in se vdarka, stiska in vsega poškodovanja varovati. Življava mora biti lahko prebavljiva in redivna; mastnih, kislih, slanah, močnih jedil se je treba zderžati. Vgnjide od slabosti izvirajo iz tužnosti, razuzdanosti, nesramne bolezni, popačenega zraka, starosti, vodenice, in se večidel na nogah najdejo. Pri ozdravljanju letih je treba vzroke, iz katerih izvirajo, odpraviti, in za zdravo življavo skrbeti. Vgnjide starčikov in take, ktere notranje bolezni namestujejo, se ne smejo zaceliti, sicer pride druga smertna bolezn. Druge vgnjide od slabosti se pa takole zdravijo: Očedi jih z mlačno vodo, potlej združi njih robé, in jih zveži z vezavnim obližem iz čiste smole. Čez vse to deni mehek povoj, da zrak ne more v gnjido. Leto ravnanje je treba vsaki dan, ako se veliko gnoja dela, sicer vsaki drugi ali tretji dan ponavljati. Da bolečine, ako v gnjidi razsajajo, tolažiš, napravljaj ali mokre ali suhe okladke iz otrob.

129. *Vgriz od kače.*

Ako je kača strupena, kmalo čuti vgriznjeni človek bodenje in tolčenje v rani, ktera se komaj vidi. Včasih rana oteče, in rudeča ali višnjeva oteklinina se tudi krog rane povzdigne. Po letih prvih znarnjih strupenega vgriza sledijo: slabost, nemir, bljuvanje, žeja, bolečine v žličici, oteklinina v obrazu ali po celem životu, zlatenica, težavna sapa, božjast, merzli pot, smert.

Kedar kača ni strupena, se rana s soljo ali s smodnikom dergne. Zoper vgriz strupene kače je po „Novicah“ sledeče ravnanje nar bolj hasnjivo:

Strup se mora iz rane odpraviti, da se v kri ne zasede. Zatorej se mora strup urno iz rane izmiti; nikdar se ne sme iz rane izbrisovati, ker bi se po takem ravnanju strup vtegnil še bolje v rano spraviti.

Če je koža od zob strupene kače le malo oprasnjena, in ne globoko ranjena, je nar boljši pomoček: prvič, da pičen človek s svojo vodo (scanico) rano dobro splakne, ali pa, da mu kak drug človek to stori. Če je pa navadna voda pri rokah, je tudi prav z njo rano izmiti, tode premerzla voda za to ni dobra. Ko je rana [na to vižo izprana, je drugič skerbeti, da kri, kolikor je mogoče, iz rane izteče, in se potem takem strup do čistega iz trupla spravi.

Zatorej se mora kri iz pičenega uda, kolikor je mogoče, z roko iztisniti ali izžmeti. Pri opravi-
vilu je treba vediti, da kri po žilah iz vseh udov
nazaj k sercu teče, zatorej se mora pičen ud vselej
zgorej nad rano stiskati, nikoli pa spodej pod rano.
Nad rano ali zgorej rane pa je to, kar je bliže pri
sercu. Ko na to vižo ud stiskamo doli proti rani
ali izžmemo, se bo kri iz rane cedila, in ž njo strup
odpravil. Da kri iz rane še bolj teče, se pičeni ud
kakih 5 minut v gorki vodi derži.

Ko bi bila serdita kača svoje strupene zobe
bolj globoko v kožo zasadila, je treba rano, ko je
na imenovano vižo zmita bila, s tanjšim, ojštrim
nožem še en malo bolj razparati, da se ostrupnjena
kri nikjer ne zasede, ampak ložeje vun teče. Glo-
bokeje pa, ko poldrugo čerto (linijo) ni treba rane
nikoli predreti, ker po storjenih skušnjah gad svojih
zob globokeje pod kožo vbosti ne more.

Dober pomoček v sili je tudi strup iz rane, berž
ko je kača pičila, z ustmi izsesati in izpljuniti. Zakaj
kačji strup človeku clo nič ne škodje, če le ne
pride v ranjeno kožo. Pri sesanju se mora le na to
paziti, da žnablji in usta nikjer niso ranjene ali raz-
pokane, da jih strup ne oskruni.

Ko je strup na eno ali drugo vižo odpravljen,
je še treba, da se ostrupnjena rana izžge, in strup

do dobrega pokonča, kar se tako le stori: Vlij neke kaplje hudičevega olja ali salmijakovca (Salmiakgeist) na rano; ali poštopaj rano s smodnikom, in ga na nji sožgi; ali vzemi razbeljeno železno iglico, ali kak žebelj, ali pa živo oglje, katerega vendar ne smeš pihati, in celo rano dobro ožgi. To storivši pomaži cel ud z lanenim ali laškim oljem, in ga nekoliko časa nad žerjavco derži, da se prisad uda ne prime.

Dobro je tudi razun tega pičenemu človeku bezgovega čaja piti dati, kateremu se po starosti 3, 5, 8 ali 10 kapljic salmijakovca pridene. Koli- kor kapljic salmijakovca, toliko žlic čaja se mora vzeti, in to vsako uro skoz celi dan ponavljati. Gotovo sredstvo zoper vgriz strupenih kač je pa astromontana (*inula squarrosa*, sparriger Alant), iz katerega zelišča se izleček tako le napravi: Kedar to zelišče cvete, se odreže nad korenino in nabere. Nabrano zelišče se zreže in tako dolgo v vodi kuha, in večkrat premeša, dokler se zgornja skorja od stebila ne odluši. Potem se zelišče dobro ožme in preč verže; voda naj pa v piskru tako dolgo pri ognju stoji in vre, da se vsi prazni deli izkade, izleček pa v podobi rujavega mazila v piskru ostane. Leta izleček se v snažne posode spravi in dobro zamaši, da ne more zrak do njega, ki bi ga pokvaril.

Raba tega izlečka je sledeča : Ko ste le kake dve uri po vgrizu pretekli, pomaži ž njim rano pičnega človeka, in mu daj eno žličico tega izlečka, da ga povžije. Ko je pa po vgrizu več ur ali dni preteklo, se mora rana prvi in drugi dan enmalo razrezati, in potem z izlečkom od zunej in znotrej na imenovano vižo ravnati.

Ko bi izlečka pri rokah ne bilo, je tudi dobro, če se dene ena pest zelišča v maslico vode skozi četertinko ure kuhati. Odcejeno vodo naj pičeni človek na dva pota popije; prekuhano zelišče naj pa na rano položi.

Kerčki škof pišejo, da se je astramontana clo pri umerjočih ljudeh, in pa tudi pri živini dobro skazala.

140. *Vnetje sploh.*

Znamnja lete bolezni so : Vročina, rudečina, oteklina in ojstra bolečina v vnetem delu in blizo njega. Tudi treslika je skora vselej med temi znamenji. Rudeča scanica, ki je pri vnetju, loči vnetje in kerč, ktera imata sicer enake znamenja. V kerču je scanica svitla in vodena.

Vzroki vnetja so mnogosortni : Mehanični pokvarji, kakor rane, kostne teršice; rastlinski, mineralni in živalski strupi, merzli, suhi zrak posebno

od severnih ali izhodnih vetrov; ganitve serca, kakor tužnost, jeza, strah, nenadano veselje; druge bolezni trupla, kakor trebušno zabasanje, zadržani kervotoki, zadržani kožni izpustki. Iz tega se vidi, da vnetje ali na zvonajnih delih trupla sedi, kjer se lahko zapazi, ali na notrajnih organih, kjer se po životnih pomotah spozna.

Zdravljanje vnetja je treba zdravniku izročiti, ker je leta bolezin vselej nevarna, in ali posamezne ude ali celo truplo lahko vmori. Tukej le opomnimo, da se morajo vzroki vnetja naglo odpraviti, in da se mora za hasnjivo življavo bolnika skrbeti. Studenčnica, kateri se nekaj ravno namolzenega kravjega mleka prilije, je zdrava pijača; vendar je treba na bolnika paziti, ako mu mleko ne škodova. Sicer [je] gorko mleko z vodo pijača, ktera na pot žene, torej pri vnetju zdrava.

Krajčiči pšeničnega kruha, ktere si na žarjavci opekeli, in ktere v studenčnico položiš, ji dajo dober okus. Leta pijača se bolnikom navadno pri- leže. Jedrično mleko, ktero se iz stolčenih jedric, iz vode in sladkora napravi, je hladivna in tolaživna pijača, ktera se po lastnosti bolezni in bolnika zdaj merzla in zdaj gorka rabi.

Ribizov sok, kteremu sladkora prideneš, ali češnjevi sok s sladkorom vkuhani da prijetno, hla-

divno pijačo, ako eno žličico tega soka kozarcu studenčnice primešaš. Ravno to velja od malinovega soka (Himbeersaft).

Znotranje vnetje in bolečine se manjšajo po umnem, kožnem draženju. Koža se pa draži alirani, ako sledeče zdravila na njo pokladaš: Nastergani hren, gorušično moko s kisom vmedeno, testo iz gjumberjeve štupe in žganja, kvas z gorušico in kisom zmešani. — Tudi kopela za noge, kateri se nekaj pepela, soli in gorušice pridene, odvrtačuje bolečine in vnetje.

Ako kože nočeš raniti, ampak le zaruditi, se posluži domače žajfe, ktero na platno debelo namažeš, in na kožo, kamor je nar bolj koristno, položiš.

141. *Vnetje črev.*

Leto grozno nevarno vnetje po bodeči, skleči bolečini krog popka se naznanuje, ktere bolečine se kmalo čez ves trebuh razširijo, da se ga dotakniti ne smeš. Po zavžitvi sleherne reči se bolečine množijo. Tem bolečinam se pridruži zapertje ali zelena drista, riganje, bljuvanje, zaderžanje scanice, ktera se po kapljicah in močno rudeča odteka. Treslika je huda, jezik suh, žeja velika. Bolnik je plašen in nepokojen, brez spanja. Kmalo pritisne bezum-

nost, kerč v obrazu, oterpnost, merzle roke in noge, nagel vpad moči.

Leto bolezin naklonijo: Kervopolnost, neka prirojena ali pridobljena dražljivost črev. Navadno pride poleti ali na jesen. Bližnji vzroki bolezni so: Močni čistivni leki; strupi; obilne jedila ali pijače, ki zlo vrejo; ojstre reči, ki v čreve pridejo, postavi-
vim pičke, igle; merzla pijača pri vročem truplu; gliste, stisnjene kile, grizenje, mehanično poškodovanje i. t. d.

Kedar se znanja črevnega vnetja kažejo, je treba koj po zdravnika poslati, in preden leta pride, reči, ktere so bolezin naključile odpraviti. Po ozdravljenem vnetju naj se bolnik dolgo poslužuje žlezave hrane, namreč ječmena, laškega pšena, salepa, rumenjaka.

142. *Vnetje jeter.*

Na jeterni strani občuti bolnik včasih hudo bodenje, včasih tiskavne bolečine, ktere rastejo, kedar to stran šlata, kedar globoko sope, ali kašlja, ali na desni strani leži. Krog jeter je koža vroča, napeta, in včasih se ošlatajo otekle jetra. Žolc se včasih obilnejše izliva, včasih ne. Želodec je zdražen, v žličici peče, bolnik se davi, bljuje, glava ga boli. Njegova barva krog oči in ust je

sivkasta, rumena; bela v očeh postane rumena; treslika od začetka merzla, je pozneje vedno vročna.

Leta bolezin napada osebe med 30. in 40. letom narajše, ljubi poletno vročino in močverne kraje. Izvira iz premrazenja in premočenja, iz jeze, iz nezmernosti v vinocvetnih pijačah, iz zaderžanega kervotoka, iz mehaničnega poškodovanja, od žolčnega peska.

Vnetje jeter se loči v časno in počasno. Poslednje terpi več mescov ali clo več let.

Zdravljanje te bolezni se zdravniku zroči. Kar je bolezin naklonilo, ali kar jo redi, je treba narprej odpraviti; za dušni in telesni pokoj bolnika skrbeti, in mu mične, žlezave hrane dajati. Kdor na počasnem vnetju boleha, se mora vseh vinocvetnih pijač zderžati; rastlinskih jedil, sadja, sirotke in zmedkov se posluževati.

143. *Vnetje jezika.*

Od začetka bolezni v jeziku skli, peče, pobada ali tolče. Jezik je suh in z neko žlezo prevlečen, postane rudeč, vroč in včasih tako oteče, da je skoraj nemogoče požirati in dihati. Tudi sline se včasih iz ust cedijo. Treslika je navadno hudo vročna. Bolezin v 5 ali 7 dneh mine po potu in slinotoku, ako ne pritisne gnjiloba. Izvira pa iz mehaničnega

poškodovanja jezika po zobni škerbini, po vgrizu; iz poškodovanja po vročih jedilih ali pijačah, po silnem tabakanju; iz ustnih gobic ali nesramne bolezni v gerlu; iz popačenih telesnih sokov po živem srebru.

Zdravljanje se s tem prične, da se škodljive reči, iz katerih vnetje izvira, odpravijo; potem se rabijo žlezave pijače, dristle in kopeli za noge. Jezik se maže s čistim oljem.

144. *Vnetje mehurja in ledic.*

O mestu mehurja in ledic se čutijo sklijoče bolečine in vročina; dotika teh mest ne terpi bolnik; vse je napeto in oteklo. Voda gre po malem in zlorudeča. Kedar ste same ledice vnete, se najdejo bolečine le poleg herbtanc nad križem; mehur je prazen in skerčen, ne prevroč in ne občutljiv. Ako je pa tudi mehur vnet, je vroč, boleč in raztegnjen. Zaderžana scanica, težavno scanje, zabasanje, napenjanje k odsebnici, vročnica se pridružijo k ti bolezni.

Vzroki bolezni so: zvonajno poškodovanje, kamni ali pesek v ledicah, v mehurju, zaderžani kervotoki, preobilne zdravila, ki na scanico ali na odsebnico ženejo.

Bolezin je nevarna, lahko usmerti, ali v drugo nevarno bolezin prestopi, torej je treba zdravnika

naglo na pomoč poklicati. Življava ne sme biti preveč vodena, da ne sili na scanico, ampak bolj žlezasta. Ako vročnica ni prehuda, so tudi mesne jedila, postavim telečje in kurje meso, možgani, pljuča hasnjive. Bolnik naj večkrat, vendar po malo na enkrat vživlja, naj skerbi za odprto telo, kar se v potrebi doseže po dristlah z vodo kuhanega lanenega semena. Tudi suhi gorki okladki iz lanenega semena na boleči del so zdravi. Dušni in telesni pokoj je potreben v ti bolezni.

145. *Vnetje modet.*

Leto vnetje se naznanuje po oteklini in bolečini modeta, kateri se tudi čez trebuh razširjate. Bolj ko je koža rudeča, bolj huda je vročnica.

Vzroki so: zvonajno poškodovanje, premrazenje, nesramna bolezin.

Kakor pri vnetju sploh, je tudi pri ti bolezni treba življava vrediti, močne hrane se zderžati, mirno v gorki postelji ležati. Kedar je vročina huda in koža šenasta, se je bati, da šena ne preskoči na drugi del trupla, ali da vnetje ne prestopi v vodenico ali gnojenje. Torej v ti bolezni ni varno se le na natoro in življava zanašati; ampak treba je zdravnika pobarati.

146. *Vnetje možganov.*

Možgani ali še večkrat kožice, v ktere so možgani zaviti, se vnamejo. Znamnja te bolezni so včasih tako skrite, da se ne spozna, in lahko z drugimi zmeša. Zdaj imajo bolniki hudo vročnico, se zlo mešajo, tožijo čez neizrečeni glavobol, kerč, mertud jih napada; zdaj ne kažejo nobenih silnih znamenj; ampak nesvestni ležijo, proti glavi segajo, kakor bi jim nekaj na poti bilo. K vnetju se navadno bolezni v trebuhu pridružijo, da ni vselej lahko spoznati, ktera je poglavitna bolezen. Torej je spoznanje vnetja možganov takrat nar bolj gotovo, kedar vzrok vemo, iz katerega vnetje izvira.

Vzroki te bolezni so: Pregorko pokrivanje glave, zapaljenje gole glave po močnem nenavadnem soncu, zvonajno poškodovanje glave, premočno napenjanje možganov pri dušnih opraviilih noč in dan, obilna vinocvetna pijača, jeza, tužnost, zaderžani kervotok, gliste.

Hudo vnetje možganov v 3 dneh vmori; ložeje vnetje dalje časa terpi, ali clo v počasno prestopi. Zdaj izide v zdravje, kedar se znamnja bolezni sčasoma zgubljajo; zdaj v omehčanje, zdaj v gnjijenje možganov. Ako vnetje po vpocedenje (*Ausschwitzung*) izide, kar se pri otrokih dostikrat zgodi,

je tudi smert gotova. Vnetje možganov večkrat zapusti omotico, ali glavobol, ali slabi pomnež, ali dušno pomoto, ali mertudenje kakega uda.

Nevarna bolezin se ne sme brez zdravnika ozdravljati. Merzli okladki na glavo, polivanje glave z merzlo vodo, gorušično testo na meče so hasnjive zdravila. Izba, v kateri bolnik leži, mora biti temna, zračna in hladna. Bolnik naj malo čiste juhe vživa, naj pije ali čisto vodo ali limonado.

147. *Vnetje očesa.*

Oko je rudeče, vroče, zateklo, boleče; ali suho, ali se iz njega izcejjajo solze ali žleza. Solze so včasih tako oistre, da kožo razjedó; žleza se posuši in včasih trepavnice veže.

Vzroki so: Zvunajno poškodovanje oči, ali prah, dim in vse, kar jih od zvunaj ali znotraj draži.

Pri zdravljanju je narprej treba, vzrok vnetja odpraviti, ptuje reči iz očes iztrebiti, z mlačno vodo, ali z mlačnim mlekom jih zmiti, in ako vnetje ne neha, zdravnika na pomoč klicati.

Navadne domače zdravila so:

Ravno pečena žemlja se prereže, v studenčnici namoči, in s široko stranjo na oko položi.

Cinkovi ali beli vitriol se v studenčnici raztopi, v katerem raztopu se platnene cunje namočijo in na oko pokladajo.

Beljak se s sladkorjevo štupo in nekaj kafre zmeša, in na kositemnem krožniku tako dolgo mede, da se peniti začne. Leta zmes se na platno namaže, in na oko položi. To zdravilo pomaga pri vnetju po kervnem navalu.

Počasno vnetje se zdravi z merzlo vodo, v kateri so se sirove kofetove zerna kuhale. S to vodo se vneto oko večkrat omiva.

Novorojencom se v merzli vodi namočeno mehko platno na vnete oči poklada, in pogosto premenja, dokler ne pride poklicani zdravnik.

148. Vnetje slinjaka.

Ušesne in podčeljustne žleze včasih grozno otečejo. Treba jih je greti, kar dosežeš, ako jih dobro z volno poviješ. Dobro je tudi žakeljce s reženo moko in gomilčnim prahom napolnjene na oteklino gorke pokladati. Bolnik, ki v postelji leži, naj bezgov čaj pridno pije, da se dobro poti.

149. *Vnetje trebušine.*

Trebuh je napihnjen, napet in grozno boleč, kedar se ga pritisneš. Zapertje in zaderžanje sca-nice so dostikrat v družbi.

Vzroki so: zvunajno poškodovanje, premrazenje trebuha, nosenje, porod.

Bolezin je nevarna in zdravljanje se mora vselej zdravniku izročiti.

150. *Vnetje trepavnic.*

Leto vnetje se včasih pridruži vnetju oces. Tre-pavnice so rudeče, otekle, boleče, serbijo in sklijo. Na nar nižji stopnji bolezni se žlezasti iztok posebno iz koticov kaže. Izток se navadno proti večeru množi, torej so oči zjutraj zamazane in zalepljene.

Vzroki so ali nahod ali druge bolezni, kakor skernina, želve, nesramna bolezin i. t. d.

Posušeno žlezo je treba ali z gorkim mlekom, ali z gorko vodo omehčati in omiti. Kravje mleko, v katerem se je suha makova glavica kuhala, se po cu-njicah na trepavnice poklada, ki bolečine manjša in žlezo odpravlja.

Jedilo bolnikovo mora biti mično, pijača le mleko ali voda. Včasih je čistivni lek hasnjiv.

151. *Vnetje ušes.*

Včasi se ušesni privod, včasi notrajno uho, včasi vse skup vname.

Vnetje privoda in zvonajnega ušesa se naznani po majhni bolečini, vročini in serbežu, kar pa tako raste, da bolnik glasno jokati začne. Kedar bolnik žveči, se bolečine množijo. Šum in nagluha se pridružita bolečinam. Čez 2 ali 3 dni, včasi poprej, začne iz ušesa teči, kateri iztok je nekaterekrat tako razjedljiv, da kožo, ki jo zadene, rani.

Vnetje notrajnega ušesa je nevarnejše od zvonajnega. Navadno začne glava boleti, oči so rudeče, solzne, obraz rudeč in vroč. Bolečine so včasi neizrečeno hude, in rastejo pri gibanju glave, čeljust in po vsakem hrupu.

Vzroki vnetja so: Premrazenje glava, zvonajno poškodovanje, obilnost ušesnega masla, kaka ojstra reč v ušesnem privodu, kervni naval proti glavi. Otročiči so temu vnetju podverženi, kedar zobe dobivajo.

O začetku vnetja ušesnega privoda se nekaj gorkega mleka ali olja v uho brizglja; kedar so pa vročnica in bolečine hude, je treba zdravnika na pomoč klicati, da bolnik ne ogluši, ali clo umerje, ako bi vtegnilo vnetje možganov pritisniti.

152. *Vnetje vranice.*

Bolezin se naznanuje po bodečih ali stiskajočih bolečinah pod spodnimi rebri leve strani. Ako se tega mesta dotakneš, in kedar bolnik zakašlja ali globoko dihne, rastejo bolečine. Jed bolniku ne diši, okus je kisel, mika ga k bljuvanju, včasih celo kri bluje. Pod rebri se otekla vranica zašlata.

Vzroki so: Zvunajno poškodovanje, polnokervnost v trebuhu, zadržani kervotok. Bolj starične osebe, ki veliko sedijo, so leti boleznim navadno podveržene. Začne se s hudo tresliko, kateri vročnica sledi. Koža je suha, scanica černkasta.

Ozdravlja se, kakor vnetje jeter.

153. *Vnetje želodca.*

Leta bolezin se med nar nevarnejše šteje, kar se iz hudih bolečin, velike vročine in napetega želodca spozna. Nemir, kerč v gerlu in želodcu, bljuvanje, omotica in medlica naznanujejo nevarnost.

Vnetje želodca izvira iz zvunajnega poškodovanja, ranenja želodca, iz premočnih zdravil, iz požrelih ostrih reči, iz zadržanega kervotoka, iz preselenja kake bolezni, postavim, skernine v žalodec i. t. d.

Zdravniki razločijo časno in počasno vnetje želodca. Dostikrat prestopi časno vnetje v počasno. Hudo znamenje bolezni je, ako žilobitje oslabuje.

Pri časnem vnetju je narprej treba paziti, da se škodljivi vzroki odvernejo. Kedar človek strup požre, mu je treba bljuvavnega zdravila, pa se strup iz želodca spravi. Potem se da bolniku mleka, ali žajfne vode, ali čistega laškega olja. Pozneje služi obilno pitje vode. Proti vnetju se rabijo dristle, okladki na želodec, obliži, ki kožo dražijo in bolezin iz želodca na kožo potegnajo. Bolnik naj le malo salepa ali rumenjaka zavživa. — Tako se ravna, dokler zdravnik ne pride, ktereга je treba koj na pomoč poklicati.

Počasno vnetje želodca tirja natanjčno življava, s katero se družijo močne kopeli za noge in vlečljivi obliži. Znotrajne zdravila so sirotka in zmedki.

154. *Voda zaperta.*

Pri ti bolezni se scanica, ki je v mehirju nabrana, ne more odcediti. Leto bolezin si človek naključni, ako scanico, ktera ga tiši, zaderžuje, po kateri napaki mehir tako oslabi, da se nič več krepko ne skerčuje.

Drugi vzroki bolezni so: Vnetje ledic, scavnega mehirja ali scala; slabost scavil, stisnenje,

mehirski kamni ali pesek, močne pijače. Želvaste in skernične osebe so leti bolezní posebno podveržene.

Zdravljanje se po vzroku ravna, katerega je treba narprej odpraviti. Navadne zdravila so mečivne kopeli, katerim se pridenejo slezice (Malve) ali makove glavice; mečivni okladki na mehir, ki obstojijo iz gorke kaše. Včasí pomagajo žlezave pijače iz konopnega ali makovega semena ali pa dristle s takóšnimi poparki.

Zoper slabost mehirja se rabi omivanje trebuha s rožmarinovim ali sivkovnim žganjem. Porodnicam pomaga pri zaperti vodi gamilčni čaj, v katerem se obrisalo namoči in na trebuh položi.

V znotrajno rabo se priporočajo bučine peške, ktere se v studenčnici tako dolgo kuhajo, da neki sirup postane. Tega sirupa se jemlje po 2 žlici zjutraj in zvečer. V zdravilo tudi služi voda, v kateri se je kuhalo cvetje plavic in kopriv.

155. Vodenica.

Vodenica je nabiranje vode ali pod kožo, ali v kakšni votlini života, od tod pridejo imena: Kožna, trebušna, persna vodenica i. t. d.

Vodenica je včasí nastopljiva bolezin, postavim po kožnih izpuških; včasí pride od slabosti, od kervne zgube, od napčnih zdravil, iz organskih na-

pak. Vodenica iz slabosti se zdravi z redivno, vendar ne močno hrano, in z brinovcom, katerega se na dan kake 3 žlice popije.

Dobro zdravilo v vodenici je čaj iz bezgove korenine skorje; čaj iz brinovitih jagod, ali pa brinovec; nezmlata gorušica, katere se zjutraj in zvečer ena žličica vzame; voda od kuhanega gladeža; lemonovi sok, katerega bolnik vsake 2 uri eno žlico vzame. Zraven tega soka vživa bolnik juhe od kurjega mesa.

Kopele v moki tudi hvalijo zoper vodenico. Bolnik se namreč v velik žakelj ustopi, krog in krog z moko obda, da po celem životu moka kake palce debelo leži, in potem se v posteljo uleže. S pogretim, in z brinjevim dimom pokajenim suknom vodeničnega dergniti je tudi zdravo.

Jedila morajo biti lahko prebavljive, in vsa hrana taka, ki na vodo žene, tedaj šparga, peteršilj, seler, česen. — Gibanje pod milim nebom je v vodenici hasnjivo.

156. *Vodenica persna.*

Leta bolezin se prepozno za gotovo spozna. Dihanje je težavno, kašelj suh, oteklina na rokah ali nogah, malo kalne scanice. Posebno znamenje je

naglo ponočno zburjenje v veliki tesnobi in nevarnosti se zadušiti.

Zdravljanje je enako unemu pri splošni vodenici. Gorušične kopeli za noge, gorušični obliži na meča polajšajo bolezen, ako je ne ozdravijo.

157. Vred. (*Abscess*). Glej „Rane“.

Vred so vgnjide v globočini. Vred postane po kakem vnetju, ktero izvira iz mnogosortnih vzrokov, in ktero je po preteku in veljavnosti mnogosortno. Vredi se lahko razločijo v vroče in merzle.

Vroči vredi se najdejo pri riti in blizo pleč. Ako so poveršni, se lahko spoznajo po vročini, oteklini in rudeči barvi kože; ako so globoki, se težeje spoznajo. Spremljajo jih bodeče, kljuvajoče, klijoče bolečine. Jih goditi se posluži zmletega lanenega semena in kruhove skorje, kar skupej v vodi do kaše kuhaš, potlej leti kaši mleka primešaš, in gorke okladke iz te zmesi napravljaš. Kedar se je vred popolnoma ognojil, ga prederi, gnoj odpravi, in ravnaj, kakor je pri vgnjidah naročeno.

Merzli ali počasni vredi se zbirajo v pazulah in na vratu. Ako je vred zlo vnet, se posluži zgorej imenovanih kašnih okladkov, ali okladkov iz kuhane kiselice; ako ni preveč razširjen, ga tudi v pepelu pečena čebula, ktero na vred položiš, godi.

Kedar je hasnjivo, da se goden vred dalje časa gnoji, se platneni nasteržek v makovem soku namoči, in na rano poklada.

Življava se mora ravnati po ravnavi vredov in bolnikov. Ako človek po gnojenju vredov veliko moči zgubi, ali ako je sicer slab, mora biti življava redivna; ako je treslika huda, mora biti življava mična. Za snažnost je vselej treba skrbeti.

158. *Vročnica.*

Včasi se bolezin naznanuje po nevkretnosti in trudnosti, včasi pride brez vseh naznanil. Po hudem, dolgem mrazu pritisne močna vročina. Oči so navadno rudeče, obraz napihnen in rudeč, dihanje naglo, sapa vroča. Skorej vsakega bolnika glava boli, nekteri se mešajo in blancovajo.

Vročnica napada bolj mlade, kervopolne, močne osebe; zbudijo jo merzli vetrovi, zaderžani kervotoki, vživanje močnih pijač, strasti.

Bolnik se mora postiti, in večidel od studenčnice živeti; zrak njegove izbe mora hladen biti; vse, kar njegove počutke draži, je treba odpraviti. Potrebne zdravila bo poklicani zdravnik naznanil.

159. *Vsepence. (Friesel).*

Vsepence so kožni izpustki, včasi bele, včasi rudeče; včasi so samostojna bolezin, včasi druge

bolezni spremljajo. Dostikrat postanejo po zaderžanih drugih kožnih boleznih, ali po popačenem prebavljanju. Vsepence so majhini, včasih malo večji, prosenemu zrnju podobni mehurčki, kateri neko mo-krino v sebi imajo, in se sčasoma posušijo.

Vsepence se nar večkrat najdejo pri gnjili tresliki, pri legarju in pri žolčni tresliki, pri vnetju, in pri vročinskih kožnih izpuhtkih. Prihod vsepence naznanujejo: Velika dražljivost bolnika, nepokojno spanje, serbež in praskanje v gerlu, kratka sapa. Vsepence terpijo 8 ali do 14 dni, včasih zginejo in se zopet pokažejo. Treslika včasih mine, včasih ne. Konec bolezni oznanjuje neko lupenje kože.

Bolnik potrebuje lahke odeje, zmerne gorkote, mične hrane, studenčnice v pijačo. Ako se vsepence skrijejo in hude znamenja protijo, je treba zdravnika na pomoč poklicati.

Počasne vsepence so večidel brez treslike. Gorke kopeli jih navadno ozdravijo.

160. Vsepence mehurnate.

Po leti bolezni bolehajo novorojenci, kateri se ne snažijo, in slabo hrano dobivajo. Mehurčki so od konca tako veliki, kakor proseno zerno, in rastejo do velikosti graha. Teklina v njih je od konca čista, postaja sčasoma bolj gosta in je mleku podobna.

Mehurčki popokajo in se izpraznijo ; njih mesto postane rudeče in boleče, kedar se ga kaj dotakne.

Mokrina se mora z mehkim platnom posušiti, brez da bi se mehurčki preterdo pritiskali. Treba je skrbeti za zdravo hrano in za snažnost. Otročiči se kopljejo v vodi, v kateri so se otrobi ali slad kuhali. Po kopeli se z gorkim, platnenim brisalom osušijo, in mehurčki z vidlakovim semenom (Bärlappsamen) poštopajo. Tudi zrak v otroški izbi mora vedno čist biti.

161. *Vterdina jeter.*

Vterdina jeter izvira ali iz posebnega nagiba ali iz vnetja jeter, katero je bilo zanemarjeno ali napčno zdravljeno.

Kdor slabó prebavlja, je na jetrih bolan. Vterdina se tudi ošlata pod rebri na desni strani ; se naznanuje po bolečinah na tem mestu, ako močnejše pritisneš ; po težavah, ako dalje časa sediš ; po želodčnem tisku, ako težeje prebavljive reči ješ ; po suhi odsebnici, po rumenem obrazu in slednjič po hujšanju celega života.

Potrebne zdravila mora zdravnik nasvetovati.

Bolnik naj se posluži lahko prebavljive hrane, naj jemlje sok iz mličovih (Löwenzahn) korenin, ali iz perzovih korenin (Graswurz, Queckenwurz).

zel); naj se zmerno prehaja pod milim nebom, naj rabi gorke, žajfne kopeli; naj jeterno stran s flanelom pridno dergne; naj vse odpravi, kar na jetra in želodec tiši; naj se dušne ganitve, posebno jeze in tužnosti varje i. t. d.

162. *Zaduha. (Stickfluss).*

Znamnja bolezní so: Nagla nevarnost se zadušiti, tesnoserčnost, hropejoča sapa, pot od strahu. Bolnik se včasí zave, večidel pa ne. Zaduha nana gloma pride: sapa postane kratka, hropeča, prejenjajoča. Kervopolni bolnik postane višnjel v obrazu.

Smertna nevarnost je blizo, torej je treba pomoči pri zdravniku urno iskati. Odvlečivne zdravila so: bolnikove podplate kertačiti, mu gorko kopel za noge, kateri je gorušica primešana, dati, mu gorušične obliže na persi položiti. Dobro je tudi nekaj jesiha na ruto vliti in bolniku pod nos deržati; dristle z osoljeno vodo, v kateri se je laneno seme kuhalo. Kedar bolnik požirati zamore, se mu da bezgovega čaja z lemonovim sokom, da se potiti začne.

163. *Zanohtnica.*

Zanohtnica je grozno boleč vred, katerega začetek so kljuvajoče bolečine v perstu, ki se včasí

do komolca, ali clo do rame razširjajo. Na prvem udu persta zapaziš belo piko; kmalo potem ud oteče; bolečine in oteklina tako rastejo, da človek ne more spati.

Vzroki zanohtnice so: Naglo menjanje gorkote in mraza, opeklina, zmečkley, pregloboko odrezani nohti.

Kedar se kako imenovanih znamenj pokaže, je treba boleči perst v vroči žajfnici, ali v vročem mleku, v katerem se je česenj kuhal, celo uro ali še dalje deržati. Dobro je tudi v tem mleku pomočeno platno na perst pokladati, in vedno gorkega imeti, perst pridno mečkati in gnesti. Svetujejo drugi perst v naribano repo zavijati, ali požvečenega reženega kruha s sirovim maslom, ali vroče bobove kaše na perst pokladati, ali perst v čistem jajcu deržati. Včasih se vnetje, akoravno perst grozno boli, vendar odverne, ako bolni ud v soparju vrele vode ali žajfnice, dokler je mogoče deržiš, potlej dobro mečkaš, in to ravnanje večkrat na dan ponavljaš.

Kedar vse to ne pomaga, ampak bolečine rastejo in kljuvanje hujše prihaja: se na vneti ud pijavke postavijo in kervotok pol ure ali celo uro vderžuje.

Ako ni bilo mogoče vnetja ustaviti, je treba skrbeti, da se vneti del ognoji. Leto se doseže,

keďar se gorki okladki iz pogače, lanene moke in mleka špogajo. Zreli vred pod kožo se z ojstrim nožičkom odpre; vred pod nohtom je težeje odpreti. Včasí je treba nohta odrezati, včasí z iglo pod noht noter do gnoja prebosti. Iz odperte rane se gnoj iztlačí, in potlej se rana obveže in z njo ravna, kakor smo pri ranah in vgnjidah povedali.

164. Zapertje.

Naravno in zdravo je vsaki dan enkrat svojo potrebo opraviti. Vendar so nektare osebe zdrave, ktere po 2 ali 3 dni trebuha ne izpraznijo. Predolga zastaja odsebnice je pa vselej škodljiva, in naključí kervni naval v glavo ali persi, kervavnico, zlovoljnost i. t. d.

Zapertje pride včasí od opuščene pijače, od težke hrane, od dolgočasne seje, od nemarnosti, ktera opominjanja k odsebnici ne sluša.

Hrana zapertim hasnjiva je: Kislo mleko, zmedki, kuhane slive, kislo zelje, grozdje, češnje in sploh sadje na tešče zavžito, mošt ali iz grozdja ali iz jabelk in grušk.

Domače zdravila so sledeče:

Zjutraj, kakor hitro si se vmil, popij políč studenčnice, še dobro gibaj, in pol ure pozneje vzemi

zajterk. Kava za zajterk in pipa tobaka močno pomagata k odsebnici.

Kake žličice medu, ali 2, 3 smokve odprejo nekterim čreve.

Slabotne osebe naj jemljejo po dvakrat ali trikrat na dan za lešnik očiščene žajfe, in zapertje bo minulo.

Dristla z gorko vodo je gotovo sredstvo čreve odpreti. Ako hočeš črevo odpreti, se posluži malo studenčnice v dristli, in sicer po odsebnici, in kmalo ti ne bo ne dristle ne drugega zdravila več potreba.

Zapertim otročičem se daje ali dristla z gorko vodo ali sok iz rabarbare; odraščeni pa ricinovega olja 1 ali 2 lota.

Starim ljudem svetova neki zdravnik $\frac{1}{2}$ lota senezovega listja vzeti, v kozarcu vode kuhati, potlej precediti in v ti precejeni vodi kavo za zajterk kuhati. Leta kava močno žene k odsebnici.

165. *Zastaja mleka in vnetje siskov.*

Pri mladih, 10 ali 12 let starih, deklicah se včasih najdejo bunce v siskih. Jih pregnati je hasnjivo kosmato stran strojane zajčje kože na siske položiti, in jo tako dolgo nositi, dokler bolečine in bunce ne minejo.

Odraščenc dečle čutijo včasih bolečine v napetih siskih, iz katerih mokrota teče. Tem pomaga mazanje z gorkim jedričnim mlekom in raba zajčje kože.

Porodnicam, ktere ali ne dojijo, ali katerih otročiči premalo sisajo, dostikrat otekó siski, so boleči in terdi. Nepokoj in treslika tudi rada pritisneta. Tem pomaga, ako močnejše dete sisati pustijo, ali ako se soparne kopeli poslužijo, ktera se napravi, kedar se pest bezgovega cvetja z vrelo vodo polije. Porodnica se v ogrinjalo zavije in tako derži, da sopar na siske puhti.

Ložeje vnetje siskov, ktero brez znanega vzroka pride, se ognoji vselej; ampak zopet preide, ako otrok pridno sisa, in siski so gorko zaviti. Ako vnetje ne preide, bo kako sledečih zdravil pomagalo. Gorki ol, v katerem je sirovo maslo raztopljeno, naj se rabi v okladkih.

Mazilo iz neosoljenega, neizpranega sirovega masla, iz rumenega voska, iz belega žganja in iz rožne vode.

Mazilo iz 1 kvintelca peruvanskega balzama, iz enega rumenjaka in 1 lota kumovega olja.

Siski se dobro mažejo z vročim repkovim ali ogeršičnim oljem (Rüböhl).

Bezgov sok se na platno namaže in na siske položi.

Mleko iz polnih siskov spraviti, se nad vodnim soparjem dobro zgrejejo, in proti cizejem rahlo gladijo.

Vnetje in bunce v siskih se zdravijo z gorko gosto žajfnico, ktera so na nje poklada.

Oteklina, vterdina in vgnjide siskov se zdravijo, ako se hrastov mah v dobrem olu kuha, med platno dene in na siske položi.

Da se mleko zgubi, kedar se dete odstavi ali umerje, se mora mati postiti, gorko obleči in eno žlico grenke soli vzeti, ktera jo čisti.

Mleko se tudi prežene s kumovim žganjem, ktere se v okladkih na siske rabi.

Ako se po odstavi deteta preveč mleka nabira, ktero se iz siskov cedi, je voda kuhanega žobeja hasnjiva.

166. *Zavdanje.*

Zoper zadvanje se mora pomoč pri zdravniku naglo iskati. Preden leta pride, se je po sledečih vodilih ravnati.

Strup je treba prej ko je mogoče, iz trupla spraviti, torej naj pije zavdani gorke vode z oljem, in naj dobiva dristle z mlekom in oljem. Ako zavdani

še ne bljuje, se mu šegeta gerlo s kurjim peresom, ktero je bilo v olju ali raztopljenem maslu pomočeno. Nekteri priporočajo tole ravnanje: Vzemi beljak od 16 jajc, kterega dobro medeš; in mu med medenjem sčasom prideneš bokal vode, in dovolj sladkora. Te jajčne vode naj zavdani pije, kolikor more, in vsako četertinko ure eno žlico olja ali raztopljenega sirovega masla.

Mleko, kterega zavdani več ko more, popije, zagerne strup v želodcu, da manj hudo razjeda, in da ni tako naglo poserkan.

Znamnja strupa, ki pride od pokvarjenih klobas, se redko pred 24 urami po zavžitvi zapazijo, in so sledeče: bolečine v trebuhu, zgaga, nagnenje k bljuvanju, bljuvanje, driska; pozneje suhe usta, dvojnati vid, težko požiranje, lakota in žeja, skercena punčica, napeti in zaperti trebuh, brezčutni perstni končki, hripav glas.

Pri zdravljanju klobasnega strupa, ga je treba iz človeka spraviti, in po bljuvanju rabiti rastlinske kisline, z jesihom omivati, dristlati.

Mastni sir je včasi strupnat, kar pride od napčnega pripravljajanja ali hranenja. Znamnja tega strupa v človeku so: Mikanje k bljuvanju, grizenje v trebuhu, bljuvanje, driska. — Zdravila so enake, kakor zoper klobasni strup.

V zavdanju z mišico pomaga gosta žajfnica, ktera se napravi, ako se 1 libra žajfe v 4 librah vode raztopi. Te žajfnice popije bolnik vsake 3 ali 4 minute eno skledico. Pozneje dobi oglokislega železa.

V zavdanju s živosrebernim sublimatom pomaga jajčji beljak, kateri se z vodo meša in bolniku daje. Kedar beljaka ni dobiti, se rabi voda kuhanega lanenega semena, ali ajbeša, ali sladkorjeva voda. Zoper strup zelenega volka (Grünspann), ki se najde v bakrenih posodah, je sladkorjeva voda, mleko ali olje dobro zdravilo.

Zoper svinčni strup pomagajo: Mleko, olje, grenka sol, dvojna sol.

Zoper vinski kamen ali bljuvno sol se daje gorke vode ali kuhovine iz šišk ali ježic.

Zoper rastlinske strupe, postavim zoper strup rulika (Tollkirsche), maka, kristavca (Stechapfel), trobelike (Schierling) i. t. d. se rabi močna črna kava, ali kuhovina šišk ali ježic, katerih se dva lota na pol bokala vode skoz pol ure kuha, ali vinski jesih.

Po gobah ostrupenim svetuje dr. Krapf toliko studenčnice piti, kolikor zamorejo.

167. *Zgaga.*

Večidel pride zgaga po jedi mastne hrane, tudi mladi ljudje jo večkrat čutijo, kakor starejši. Vzrok zgage je obilna kislota v želodcu, zatorej vgasne, kedar bolnik eno žličico oglokisle magnezije požre. Tudi ogleni prah ali rožički (Johannisbrod) navadno in naglo pomagajo. Noseče, ktere ta nadloga terpinči, naj vzamejo eno žličico magnezije v skledici dobre goveje juhe. Kdor na želodčni kislobi boleha, naj vsako jutro na tešče en kozarec sladkorjeve vode popije; ako mu leta ne pomaga, naj ji primeša ena žličico oglokisle magnezije.

Nekteri priporočajo zoper želodčno kisloto, zoper zgago in zoper druge enake bolezni skorjeni čep (Korkstöpsel), kterega je treba popolnoma sožgati. Kedar je vgasnil, se malo zdrobi in z mlekom ali vodo zmeša in požre. Po drugem ali tretjem čepu zgine bolezin. V hudi zgagi je treba 2 ali 3 čepe v pol ure zavžiti; v manj hudi že eden pomaga. — Kdor nima take skorje, naj se posluži oglja iz mehkega lesa, postavim od lipe.

168. *Zlatica.*

Včasih je vsa koža enako rumena, včasih so nekteri deli telesa drugačnobarvani. Scanica je od za-

četka černorudeča, rujava ali vedno bolj črna postaja, in je zadnjič popolnoma črna. Prebavljanje je popačeno, jezik belkast, okus grenek. Včasih mika k bljuvanju, včasih bljuje bolnik. Trebuh je zapert, ali odsebnica suha in nima naravne barve, ampak je belkasta. Jed bolniku ne diši, žeja ga navadno, tudi treslika ga lomi.

Vzroki zlatenice so: Premraženje o poletui vročini, jeza, tužnost, hudo napenjanje duše, in opuščeno gibanje pod milim nebom. Po vnetju jeter in po žolčni tresliki tudi včasih pride.

Dr. Stark svetova zoper zlatenico kumarov sok, katerega se vsako drugo uro kake dve žlici vzame. Dva lota rumene verbove skorje se v maselcu vode do polovice vode vkuhata, in lete vode se vsako drugo uro ena žlica vzame.

Tole zdravilo tudi priporočajo: Poldrugi lot regratovih in poldrugi lot peržovih korenin se v 24 lotih vode do 16 lotov vkuha, in vroči kuhovini se pridene pol lota zrezane rabarbare. Čez pol ure je zdravilo gotovo, katerega se vsake dve uri eno žlice vzame. V pijačo služi okisana voda.

Neki zdravnik terdi, da se z alovinim zlečkom, katerega se na dan dva grana porabi, zlatenica v 8 dneh ozdravi.

V zlatenici novorojencov se razun dristel zoper zapertje in razun mlačnih kopel nič ne potrebuje. Noseče naj v zlatenici skerbijo za odperto telo.

169. *Zlovoljnost. (Hypochondrie).*

Leta bolezin ljubi tolste možake med 27. in 40. letom, ki veliko sedijo in si glavo belijo. Razpoložnost duše v ti bolezni se naglo premenja, in je večdel tužna. Pridružijo se ji kerč v raznih delih trupla, slabo prebavljanje, težka sapa, napenjanje, zapertje, kisloba v želodcu, nejevoljnost i. t. d. Zlovoljnost ni nevarna, vendar je mučna in dolgočasna bolezin. Včasih se z leti, včasih po tekoči kervavnici zgubi; včasih pa v vodenico, ali sušico, ali v duševne bolezni prestopi.

Nar boljše zdravilo je umna življava. Bolnik naj se vsaki dan, saj eno uro dolgo sprehaja pod milim nebom; naj se posluži bolj hladne kakor vroče, bolj goste kakor redke hrane. Težko prebavljivih jedil, kakor novo pečenega kruha, sirovega masla, mastnega mesa, zelja, sočivja se mora varovati. Služijo mu: Goveja juha, pečeno meso, divjačina, in za pijačo studenčnica. Zlovoljnež naj se ogiba samote in dolgočasa. V svojih opravilih in kratkočasnicah naj išče prememb. Močno zdravilo mu je zvest prijatelj, kateri njegovo stokanje posluša, in ga serčno

tolaži. Po vsem životu naj se vsaki dan z merzlo vodo omiva; trebuh naj zvečer s flanelom dergne. Dristle z merzlo vodo, gorke kopeli za noge so mu hasnjive.

Kar notrajne zdravila zadene, naj se z zdravnikom posvetova.

170. Zmečklej.

Zmečkani del vso svojo moč zgubi, oteče, se vname, in soki zastajajo v njem. Zastana kri mu da černo barvo, ktera se sčasoma premeni v višnjevo, rumeno, in slednjič v belo, to je zdravo barvo. Pri hudih mečklijih se telesne posodice pretergajo, in kri se iz njih izliva. Takih zmečklijev ne smeš brez zdravnika zdraviti, da si ne naključiš nevarnih vredov ali vgnjid.

Manjši zmečklij se zdravijo s studenčnico, s katero ali zmečkane dele polivaš, ali v kateri zloženo platno namakovaš, in na poškodovane ude pokladaš. Kedar se okladek ogreje in posuši, ga namesti z drugim.

Dobro in tolažljivo zdravilo zoper zmečklij je ravno vmedeno, neslano sirovo malso, ktero se na platno maže, in tako na zmečklij poklada. Namesto masla se lahko sladke smetane poslužiš.

171. *Zmolklost.*

Kedar je žlezava koža, ali kedar so čutnice kerhla ali dušnika zdražene, se sliši hripav glas, ali človek ima zmolklost. Ako bolehajo žlezave kože, je navadni nahod, ki se ozdravljuje, kakor smo pri nahodu povedali. Kedar namreč zmolklost pride iz premrazenja, se vrat s česano volno ovije in tako greje. Bezgov čaj ali rumenjak s cukerkandom je dobro zdravilo. Dva lota smokov v eni libri vode do polovice vkuhana, dasta žlezasto pijačo, ktera gerlo ovlažuje. — Ako suh in kerčen kašelj pritisne, se posluži kuhine iz enega lota lanenega semena in 16 lotov vode, kateri kuhini cukra prideneš.

Včasi zmolklost naznanuje protivno sušico kerhla ali dušnika. V ti nevarnosti hiti do zdravnika, da te smerti reši.

172. *Zobenje težko.*

Med 20. in 30. tednom po rojstvu dobijo otročiči perve zobe. Pri zobenju so bolj čutiljivi za zvonajne škodljivosti, kakor sicer, torej je treba paziti, da se ne prehladijo, ali da se kaj drugega v njih življava ne pregreši.

Slinotok in zmerna driska navadno spremljata zobenje. Taka driska ni škodljiva, ampak zdrava.

Zakaj ona overa kervni naval v glavo, vročnico, božjast in druge bolezni. Kedar je pa driska huda, z vročnico in božjastjo združena, kedar je blato vlečljivo in belkasto, je treba zdravil iskati. Preden zdravnik pride, se rabi gamilčni čaj, ali kuhina lane-nega semena z mlekom in sladkorom in žlezaste dristle iz ovsenega pšena.

Božjast je bolj huda, kakor driska; kedar se leta pokaže, teci po zdravnika. Ako ga naglo ne dobiš, daj otročiču poparnico od gomilic in kozlekovih korenin, zraven tudi dristle z gamilčnim čajem. Lahka vročnica sama od sebe mine; kedar je pa huda, otrok polnokerven, njegov obraz rudeč in zabuhnen, mu dajaj sladke sirotke s solitarjem, in sicer na 3 lote sirotke 10 granov solitarja. S hrano ga nikdar ne baši.

173. *Zobobol.*

Bolečine v zobeh izvirajo iz mnogih vzrokov. Včasih je zob votel ali gnjil, in vsesortna nesnaga se v njem nabira; včasih zdrav zob boli po revmatizmu, skernini, polnokervnosti. Za gnjili zob so klešče nar gotovejše zdravilo. Kedar je pa zob malo poškodovan, ga zdravnik tako sčedi in zamaši, da dalje časa brez vse bolečine grize.

Kdor po revmatizmu boleha, naj se varova prehladiti v glavo, da revmatizem v zobe ne šine.

Nekteri terdijo, da so zobobol zgubili, od kar se vsako jutro in večer z merzlo vodo za ušesi dergnejo in vode ne obrišejo.

Zoper bolečine votlih zob se navadno rabi ali kreozot ali žvepleni vinski cvet (Schwefeläther). Kosček pavole se namreč v enem ali drugem pomoči in v votli zob pobaše.

Zoper revmatični zobobol, kateri več tudi zdravih zob na enkrat napade, se napolni žakeljce z gamilcami in na lice položi. Znotraj se vzame 2 lota grenke soli.

Neki laški zdravnik priporoča mačje zelje (Katzenkraut), kakor gotovo sredstvo pri zobobolu. Perje tega zelja se na bolni zob dene ali žveči, in kmalo zginijo bolečine.

Dr. Eupel terdi, da gaz ali sopuh solnokislina, ki bolni zob zadene, bolečine naglo odverne.

Tudi olupek ali kosček sirove čebule, kateri se na bolni zob položi, bolečine včasi prežene.

174. Zvitje člena. (Verstauchung).

Pri zvitju se vezki ali pretegnejo ali clo pretergajo, brez da bi kost iz člena stopila. Bolečinam se pridruži vročina in oteklina člena.

Pri novem zvitju se poškodovani del v merzli vodi derži ali z merzlimi okladki hladi, da se vnetje odvrta. Ako so vezki zlo nategnjeni, ali clo pretergani, je treba člen s širokimi trakovi dobro poviti, ali pod trakove lesene dilice ali železne plošice položiti, da se člen ne premikuje. To je vendar še le takrat varno storiti, kedar je vnetje in otekline odnehala.

Ako je zvitje zastarano, vezki raztegnjeni in omehčani, naj se člen s žganjem spira in dobro dergne, da vezki svojo moč zopet zadobijo.

Ozdravljeni člense dalje časa ne sme nategovati, ker se drugokrat ložje zvije, kakor prvokrat.

175. Želodec pokvarjeni.

Želodec se lahko popači ali po jedilih in pijači, ali po drugih škodljivostih. Kedar pa pokvarjeni želodec ne melje dobro, in celo truplo boleha: je treba želodec zdraviti, kar se včasi lahko zgodi. Ako je želodec z jedilom in vinocvetnimi pijačami prebasan, ga studenčnica nar bolj zdravi, ktere se vsako uro en kozarec popije. Dokler želodec ni zdrav, se je treba jedil zderžati, in namesto navadne hrane eno skledico čiste goveje juhe.

Nekteri terdijo, da sladka (cukrena) voda prebavljanje podpira. Tudi od kave to pripovedujejo;

meni se pa zdi, da črna kava zavžito hrano naprej baše, ali prebavljanja ne podpira. Kdor hoče želodec nagloma sprazniti, naj gorke vode po jedi pije; vendar naj nikdar ne misli, da se bo na leto vižo redil.

Zdravilo, ki želodec greje, je posladkorjen kolmež. Neki otrok, ki je vse izbljuval, kar je zavžil, in ki je močno hujšal, se je z mlekom in oljem ozdravil. Mleko je bilo njegov edini živež, in olje mazilo za želodec, ktero se je z gorko roko vteralo.

Kedar se zapertje pokvarjenemu želodcu pridruži, pomaga sledeče sredstvo: 1 lot žgane magnezije, in 1 kvintelc v prah razmete rabarbare se zmeša z pollotam sladkora. Lete štupe vzame bolnik na vodi toliko, kolikor je ena šnupka tobaka, in sicer enkrat na dan.

176. *Želve. (Skrofel'n).*

Želve, bezgavke ali bramorji se že po zvonajnem videzu človeka spoznajo: sedijo po raznih delih trupla. Otroci nar hujše bolehajo po želvah. V poznejših letih, kedar je bolezin trebuh zapustila, se preseli na vratne žleze, in v godnih letih na pljuča. Po lahkem premrazenju se vratne in ramne žleze

napnejo in otekó, brez da bi bolele, in brez da bi se kožna barva premenila. Čez dalji čas postane koža temnorudeča, tanjka, se razpoči in iz vreda teče zdaj manj, zdaj več gnoja. Na to vižo se izcimijo želvne vgnjide.

Leta bolezin je dedična in seže skoz več zarodov. Skernina in nesramna bolezin redite želve. Vendar tudi izvirajo iz nesnažnega, mokrega zraka, iz težko prebavljivih jedil, postavim od krompirja, močnih jedil; od mankljivega gibanja, od splošne nesnažnosti.

Pri ozdravljanju je nar poprej treba življava vrediti, katero vredenje začetne želve včasi zaduši. Hrana mora biti mična, ne dražljiva, kakoršno je telečje in kurje meso, goveja juha. Od rastlin so korenine nar nolja hasnjive, razun krompirjevih. Navadna pijača je studenčnica. Zrak letem bolnikom nar bolj hasnjivi je na visokih planinah; gibanje pod milim nebom jim je zdravilo. Bolne otroke je treba od začetka v mlačni, pozneje v merzli vodi kopati. Ali tudi v v perilu in v vsi obleki je snažnost potrebna.

Ozdravljanje želv gre počasno, torej mora bolnik poterpeti in ne prenašlo obupati. Vterjene žleze raztopiti, brez da bi se ognojile, priporočajo nekteri vodni sopar, kateri po kaki cevki na vter-

dino puhti. Močno zdravilo v bezgavkah je ribje olje (Leberthran), ktero se v apoteki dobi, in po 2 žlici na dan bolniku daje. Namesto prave kave naj pije želodovo z mlekom. Gorki kopeli se pridene kolmežovih korenin ali žvepla. Ognojene in tekoče žleze je treba z gorkim mlekom snažiti in z nasteržkom ovezovati.

V „Novicah“ l. 1843, stran 103, se sledeče zdravilo priporoča: Vzemi toliko bezgovih peresc, kolikor ran imaš po glavi, na vratu ali na životu; odsterži zgornjo kožico perja, pa tako, da se nikjer ne predere; pokladaj perjiče zjutraj, opoldne in zvečer po ranah, dokler veliko gnoja iz njih teče. Če se pa začnejo rane manj gnojiti, jih pokrivaj s perjem le zjutraj in zvečer, rane pa pri gorkem derži. Če se med tem kaki turovi na novo naredijo, ne daj jih prerezati; ampak poterpi, da se bela, gnojna pikica na verhu turov pokaže, in te močno serbeti začnejo. Takrat položi perje na verh turov ali bul. To jih bo prederlo in večidel v 8 dneh izcelilo. Ob času zdravljanja ne sme bolnik ne mleka, ne kaj kislega vživati, tudi ne vina piti, in mora zraven tega čisto živeti.

Drugo zdravilo zoper bezgavke so zelene lupine od laških orehov (grüne Wallnuss-Schalen), ktere se zrežejo, in pol — ali celi lot v maslici vode

eno uro kuhati pustijo. Potem se orehova voda skož
 pert odcedi in od lupin odloči. Lupine se preč ver-
 žejo; orehove vode se pa bolnik posluži, ter pet ali
 šestkrat na dan dve žličici vode popije. Ni po-
 treba, da bi ta voda topla bila. Opomniti se mora,
 da bolniki priporočeni orehov čaj dolgo časa piti
 morajo.

III. Poglavje.

A. *Pomoč v zdetni smerti.*

Človek leži v zdetni smerti, kedar ne sope, njegova kri ne teče po žilah, serce ne bije, gorkota je večidel zginila; ali človek vendar ni mertev. Razsodivni razloček med zdetno in resnično smertjo je tale : Dokler človek ni mertev, ne začne gnjiti; kdor trohni, je mertev. — Zdetna smert včasi 24 ur ali dalje terpi, včasi poprej v pravo smert prestopi.

Znamnja prave smerti so : Mertev človek ne sope, serce in žile ne bijejo, on ne vidi, ne sliši, ne čuti, truplo je blede, merzlo, sterjeno, oči so kalne, globoke, brada dol visi, usta so odperle, žnablji suhi, mišice brez moči; iz prerezane žile ne teče kri; kamor s perstom pritisneš, jama ostane; na koži se vidijo višnjevo-rudeče pike, ki se mertaške pike zovejo, na trebuhu so zelene pike; koža

se lupi, in trohnenje života se kmalo zapazi. Več znamenj skup, posebno pa začeta trohnoba, nas pre-priča gotove smerti.

Dokler je upati, človeka smerti rešiti, se ne sme nič zanemariti, kar bi ga moglo zbuditi. Upanje se pa na sledeče znamnja opira :

Neka gorkota je saj blizo serca; jamice, ki si jih s perstom vtisnil, se zopet izpolnijo; koža je mehka in členi niso dervni; punčica se manjša, ako luč pred očesom deržiš, in se zopet razširi, ako luč odmakneš; kaka mišica mikne. Še bolj vgodne znamnja so: Serce in žile malo bijejo; vratne mišice, čeljust se gibljejo; žnablji, ki si jih dergnil, rudeč-kasti postajajo; nesrečnik začne se tresti, kihati, bljuvati, dihati, stokati i. t. d., ktere poslednje znamnja oživljenje naznanujejo.

Pri oživljanju na pol mertvega je nar poprej treba to, kar mori, odpraviti; potlej ga spraviti na zračen kraj, ga sleči in vsega oprostiti, kar kervo-tok v žilah zavera. — Človek se mora na herbet položiti tako, da persi in glava više ležijo, kakor ostalo telo; nos, usta in ves život se mora rahlo osnažiti.

Opomniti je treba, da pri oživljanju nespametna naglost ravno toliko škodje, kolikor nemarljivost in zamuda vse pomoči. Vse nepotrebne osebe ali bez-

posleni gledavci naj se odpravijo, na kar je posebno treba paziti, ako nesrečnik v izbi leži. 4 ali 6 oseb zadosti v sleherni potrebi. Priporočenih sredstev se je več na enkrat poslužiti. Včasih je vendar treba truplu kratek počitek dati. Kakih 6 ur je treba poskušati, ali je mogoče ali ne nesrečnika iz zdetne smerti zbuditi.

Po odpravljenju tistega, kar mori, je treba sledeče sredstva poskušati:

1. Dergnenje. S debelim suknom, flanelom, s kertačo in v sili z senom ali slamo se dergnejo roke, stegna, noge, herbtanec, persi, želodec, trebuh i. t. d. Ako želiš, da bi dergnenje bolj zdalo, vzemi soli, jesiha ali gorušice. Dergniti se pa ne sme močno, ampak rahlo in počasno; navadno se pri nogah začne in se gre po letih na trebuh in persi.

2. Gibanje. En človek prime za noge nesrečnika, drugi za rame tako, da glavo vedno visoko stoji. Potem ga mično in sčasoma nagleje gibljeta.

3. Ogrevanje. Po imenovanem ravnanju se že truplo greje; še boljše se pa takole zgodi: Zdetno mertev se zavije v rjuhe, ali odeje, ali slamo, ali seno, ali v pepel. Vendar se mora vselej skrbeti, da nos in usta proste ostanejo

in sopenja nič ne overa. Močnejše od teh sredstev grejejo pogrete rjuhe ali odeje, gorki pepel ali pesek, sončni žarki. Gorke kopeli truplo, dokler je v vodi, grejejo; kedar pride iz vode, ga hladijo. Izbo, v kateri nesrečnik leži, zakuriti, nikdar ni varno.

4. Vdihanje zraka. Leto sredstvo zdetno smert odverniti, je nar bolj gotovo; vendar se mora človeku, ali čisti zrak ali kislic zraku primešan vdihovati. To se stori ali s pripravnim orodjem ali s pihavnikom skoz usta, kedar je nos zabasan ali zatisnjen; skoz nos, kedar usta zatisneš. V človeka pihniti je treba počasno in ne preveč zraka. Po vpihnjenem zraku povzdignjene persi se rahlo pritisnejo, da zrak nazaj izpuhti; potem se še le drugič zrak v človeka požene, in zopet iz njega spravi. Na to vižo se neko umetno sopenje napravi, in pljuča se dražijo, da se raztegovati in kerčiti morajo, dokler naravne premembe same od sobe ponavljati ne začnejo. Tudi zdrav človek pihavnik lahko namesti, ako se čez nesrečnega razpne, se nanj vleže brez da bi ga hudo tiščal, mu nosnice zatisne, skoz usta čisti zrak, ne pa, kar iz sebe izsope, vdihne; potem persi pritisne, da udihnjena sapa zopet nazaj gre, in

tako dalje ravna, kakor smo zgorej rekli, Gorkota zdravega človeka, in zmernost, po kateri sapa vdihuje, ste sicer res koristne ali vdihnjena sapa ni tako čista, kakor una iz pihavnika.

B. Zdetna smert od slabega zraka.

V „Novicah“ l. 1844 se od slabega zraka in od potrebne pomoči, kedar slab zrak človeka zaduši, bere : Škodljivi in nevarni slapi in sopari, ki zrak pokvarijo, so : Ogljeni sopuh, ki tudi pride od žerjave, ktera v zaperti izbi tli, in ktero bezumni ljudje rabijo, izbo sogreti; vse cvetlice v zaperti izbi, ktere imajo močen duh; ravno tako tudi sopari vina, žganja in ola posebno tačas, dokler še v kleti vre; sopari v rudnikih, v vodnakih ali štirnah, jamah, obokih, kletih, ječah i. t. d. ako so taki krajih dolgo časa zaperti.

Znamnja, ki se na truplu v pokvarjenem zraku zadušenega najdejo, so : Černorudeč, višnjev, včasi svincobarven obraz, kervopolne žile posebno na vratu, debele oči, višnjevi žnablji, otekel jezik, višnjeve pike po truplu, nehoteče izpraznjenje scanice in blata.

Pomoč. Zadušeni človek se mora urno na zdravo in prosto sapo prenesti. Kdor se pa iz gole ljubezni

v take kraje, kjer je pokvarjen zrak, poda, od ondod kakoršnega človeka spraviti, in ga negodni smerti oteti, ta mora sebe varvaje od ondod narpred slab in škodljiv sopar, kolikor more pregnati ali saj poboljšati, potlej še le naj se varno noter spusti.

V izbi, kjer se je taka nesreča naključila, se imajo duri in okna hitro odpreti, da jo zdrava sapa preleti; v kleti pa urno linice odmašiti in vrata na stežaj odpahnniti. V take kraje se z velikim pridom pomeče nekaj goreče slame, kjer se nima kaj vneti. Koristno je tudi v nje dovelj vode vlivati, potem bo še le pokvarjen zrak zdravši in boljši postal. Med tem se ima pa tudi vedno paziti, da nesrečnega človeka še kakošna druga ne doleti.

Kdor se po človeka, ki ga je v takem kraju nesreča zalezla, spusti, se mora popred, preden gre ponj; s flanelom ali kako gobo v jesihu namočeno nos in usta zavezati; dobro je tudi, ako si z njim obleko poškropi. Naj si napravi potem luč na dolgo palico, da si bo naprej svetil ž njo; če mu luč vgasne, naj se ročno nazaj verne, tako dolgo dokler negodni sopar prepodi od ondod. Temu pa, kateri se v vodnjak spusti, se verv čez persi preveže, po kateri se nazaj potegne; in motoz v roke da, s katero bi oznanil, če bi mu slabo prišlo, da bi ga hitro nazaj potegnili. Na prosto sapa prenesen človek se

mora ročno do nagega sleči in tako pložiti, da ima visoko zglavje. Usta, če so žlezaste, se imajo očistiti.

Sedaj se posluži merzle vode, ktero po previdnosti božji povsod najdemo; polivaj ga z merzlo vodo po licih in po kozarcu mu jo z močjo v obraz brizgaj. Še boljše je pa, če mu celi život, posebno pa glavo in persi polivaš. Zakaj polivanje z merzlo in bistro vodo je od vsih pripomočkov nar boljši. Že dostikrat je čudoma pomagalo in marsikterega človeka negodni smerti otelo.

Za take bolnike so tudi večkrat dristle z merzlo vodo dobre. Stresi ga čez persa, da popred k sapi pride. Pihaj z ustmi ali s kakim pihalom prav počasi in varno zdravo sapo v njega.

Kedar ga slišiš potihama ihteti ali pojemati, imaš že prvo znamenje, da ga boš kmalo k življenju obudil. Vzemi sedaj neki klinček, ki ga moraš pri takem opraviilu vselej pri rokah imeti, ter mu ga med zobe vtakni, da mu ložej zdravo sapo do pljuč pripraviš.

Kedar dihati jame, tresti in dergetati se, ne polivaj ga več z vodo.

Ako si ga srečno oživil, mu moraš sedaj život pregreti, to je, dergni ga s gorkim flanelom, in ker- tači ga po podplatih vseskozi (to delo je tudi dobro,

preden bolnik k sapi pride). Položi ga v posteljo tako, da bo imel precej visoko zglavje. Daj mu zavžiti mlačne limonade ali mu pa kani v žlico vode kake kaplje hudega jesiha, da jo popije. Včasih gre tudi človeku, kedar k sebi pride, puščati, posebno tistemu, ki je poln kervi; ravno zato pošli urno po zdravnika, da ga popred na noge spravi.

C. Zdetna smert od ovretega sopenja.

I. Utonjenemu človeku se poleg Novic takole pomaga.

1. Iz vode potegnjenemu je treba precej še v čolnu ali pa na bregu pomagati.
2. Pene in včasih še kaj vode ima v pljučih; urno je tedaj treba vodo izpraviti iz pers. Pa ne na glavo ga postaviti! To je nevarno in ne more se dosti svariti te škodljive navade. Ravno to večkrat smert prinese, ker na glavo postavljenega božji žlak rad vdari.
3. Potlej se mora utonjenec na desno stran položiti, in tako se mora prenesti v bližnjo hišo ali koč.
4. Tam se mora vsa obleka iz njega porezati, pa ne preveč gibati ga. V pogrete rjuhe ali koce se mora zaviti, v ogreto posteljo položiti; tode glava mora biti zmiraj viša od nog in telo mora na desni strani ležati.

5. Se mora dergniti po vsem životu s gorkim, suhim flanelom, s suknom ali pa s kertačo.
6. Kedar je život do suhega odergnjen, je treba flanel v salmjakovcu, alijelenovcu, ali v žganju pomočiti, in ga zopet močno odergovati.
7. V gorkem vinu ali žganju pomočenih blazinic mu je treba na žličico, na vrat in na lakotnici pokladati.
8. Na jezik mu je treba kaniti nekaj kapljic vina, ali žganja, ali melisovca.
9. Tudi je treba sapo skozi usta ali nosnice vanj pihniti, pa ne presilno. Po upihu ga je pa treba po životu še bolj smukati ali dergniti.
10. Se mora šegetati po gerlu in v nosu s kurjim peresom.
11. Se mora z desko ali dilo po podplatih tepljati, s kafrovcom po herbtu mazati.
12. Greti in ogreti ga je treba; gorkota ali toplota ga nar bolj oživlja. Zdrav človek naj se k utonjencu uleže, da ga s svojo toploto ogreje. Hasnjiva je tudi pepeljava kopel, ktera se napravi, ako se gorek pepel kake dva persta visoko na rjuho naštupa, na njega utonjenec položi, njegovo truplo se na enako vižo s pepelom pokrije razun obraza, ki se z glavo vred v gorko sukno zavije, vendar tako, da nosnice

in usta proste ostanejo. V taki kopeli se truplo dalje časa pusti.

13. Ako je utonjenec v obrazu rudeč, višnjev ali črnkast, se ne sme veliko greti. Včasih mu je clo pušati treba.

14. Tako je treba z utonjencom saj 4 ure ravnati.

15. Po oživitvi utonjenec rad iz sebe meče ali kozla; to mu je zdravo, toraj je dobro mu gamilčne vode dajati in bljuvanje podpirati.

16. Oživljenemu je pa treba počitek dati.

II. Ravno tako se ravna z zadavljenimi ali obešenimi.

D. Zdetna smert zavolj zadušene životvorne moči.

Leta zdetna smert se najde pri nekih boleznih, posebno takih, ktere izvirajo iz kervnega navala, in iz vnetja v žilah, ali v kervopolnih organih. Navadno pride po mertudenju zdetna smert. Drugi vzroki te smerti so: Nektere bolezni serca in velikih žil, nektere glavne, persne, želodčne bolezni in tudi pretres glave, herbtanca ali želodca.

Pri oživljanju je treba obilno kri, ktera v žlahne organe sili, in jih zadušiti proti, po drugem potu odpraviti in z bolnikom tako ravnati, kakor je pri vnetju nasvetovano bilo.

I. Zdetna smert od silne vročine.

Zadušenega je treba na kak kraj, ki je malo hladnejši od poprejšnega prenesti in rahlo sleči. Pomoč je enaka, kakoršno smo ravno pri oživljanju priporočili.

II. Zdetna smert zmerznjenca.

Od pomoči zmerznjencom hasnjive pišejo Novice l. 1844.

Nar večkrat se zamorejo zmerznjenci zopet oživiti, in skušnje kažejo, da so taki, ki so že več dni od mraza vterpnjeni bili, zopet oživel. To je zavoljo tega mogoče, ker mraz brani, da trupla tako kmalo gnjiti in trohneti ne začnejo, kakor če kdo utone, se zaduši i. t. d.

Nar potrebnejše je, da se zmerznjen prav počasi ogreva, zakaj zmerznjenca že sneg greje, če ga z njim odeneš. Torej le počasi na toplo! Kakor se tleč otrink na sveči še vžge, če se polagama podpihava; če se pa silno vanj piha, pa vgasne. Zmerznjenec se tedaj ne sme nikoli precej v toplo hišo prenesti.

Zmerznjen človek se mora rahlo prenesti; lahko mu perst, tudi roko ali nogo vlomiš, ker je vse kerhko, kakor steklo (glaž).

Obleko in obutalo hitro ž njega izreži, in ga v sneg položi, ga dobro s snegom za čevelj na debelo zakidaj; ustom in nosu pa luknjè za dihanje napravi. V snegu mora ležati, dokler se mu udje ne omajejo, in se život ne otaja. Namest raztajanega snega se mu mora drugi prikladati.

Glava in vrat se mu morata med tem neprenehoma s snegom dergniti.

Če snega ni, se morejo rjuhe ali koci v nar merzlejši vodi namočiti, in život se mora vanje zaviti, in prilivaje merzle vode se zmiram hladiti, dokler se život sam ogreje in ne oživi. Potlej se mora v suhe rjuhe zaviti, v pogreto postljo položiti, in pa z vinom ali žganjem smukati in dergniti; hiša pa ne sme zakurjena biti.

Kedar ni ne koca ne rjuhe, se mora v korito djati, in merzle vode nanj vlivati. Med tem se mora po životu smukati, dokler se v vodi ne otaja. Potlej se mu še le sme sčasoma mlačne vode prilivati, tode obraz mu je še zmiraj treba omivati z merzlo vodo. Če le še ne začne dihati in se ne oživi, život pa vendar že volnejši prihaja: je treba vanj pihati, ga dražiti po goltu, s peresom v olje pomočenim ga šegetati, jezik mu s soljo dergniti, ali mu pa salmjaka kake kaplice na jezik kaniti.

Na žličico se mu morajo rute s jesi hom ali kafrovcom pomočene pokladati; če ima čeljusti terdo zaperte, jih je treba s kafrovcom ali žganjem meti ali mazati.

Kedar se pa začenja oživljati, mu je treba dati piti čaja dišečih zeliš in majčično jesiha. Vina ali druge močne pijače se mu pa ne sme dajati. Zdaj je treba život v gorke rjuhe zaviti, v posteljo položiti, in pa ogrelih kamnov okoli njega djati.

Če je še zmirom omamljen, mu je treba z jesi hom zmešane vode piti dajati, in močnih dristel v čreva. Oživljenca rada huda merzlica trese; takemu je treba pušati na nogi ali pa na roki. Potlej pa mora pri pokoju biti, in pa toplega čaja se mu mora piti dajati.

Vsaki zmerznjen del života se mora s snegom dergniti, dokler sneg zmerzlote nase ne potegne.

Kteri so sicer hudo omerznili, pa vendar še živé, je ravno tako z njimi ravnati, da se namreč le počasi ogrevajo.

Ker zmerznjenec večidel zavolj tega umerje, ker ga mertud zadene, se mora, kedar nesrečni zopet oživi, in toži, da je zlo omotičen, in da ga glava boli, po zdravnika poslati, ki mu puša.

III. Zdetna smert od strele zadetega.

Od strele zadeti človek umerje po mertudu. Kedar strela sopenje in kervotok po žilah overa, zastaja kri v možganih, ktere stiska, in večkrat do smerti stisne. Na koži od strele zadetega se včasi vidijo višnjeve, rudeče, višnjevo-rudeče ali černe pike ali proge. Tudi osmodki se semtertje najdejo.

Pomoč. Takega človeka je treba hitro na hlap ali na sapo prenesti in ga z vodo škropiti.

Berž ko je mogoče, je treba sape skoz usta vanj pihniti, in mu salmjakovca pod nos in na jezik dajati. S suhim pertom ali pa s žganjem ga je treba meti in dergniti.

Jamo je treba skopati, do vratu ga vanjo položiti, in ga dva ali tri perste na debelo s perstjo zasuti. Tako naj leži eno uro ali pa še dalje, obraz se mu pa mora med tem neprenehoma z vodo polivati.

Kedar se prebudi, ga je treba v posteljo prenesti, pridno ga dergniti in ojesihane vode mu v usta dajati.

Kteri niso bili na nagloma končani, ampak se spet ožive ali se kaj zavedo, tožijo, da so omamljeni. Tudi tresk divjega ognja še dolgo občutujejo. Pokoja in krepke hrane jim je treba.

IV. Zdetna smert po pretresu.

Ako človek močno pade, ali ga kaj terdega in težkega na glavo vdari: je ves omamljen, zgubi zavest, in je enak unemu od strele zadetemu. Rane, ki jih je nesrečnik morebiti dobil, se zdravijo, kakor smo pri ranah povedali.

Perva doklada

od solnega žganja in njegove moči v raznih boleznih.

1. Napravljanje solnega žganja.

Vzemi manjšo ali večo steklenico, potem ko manj ali več zdravila za se in svoje potrebuješ, in dobro jo osnaži. Napolni tri četertinke steklenice s čistim francoskim žganjem in dodeni toliko soli, kolikor je je potreba, da je steklenica z žganjem napolnjena. Sol je navadno kuhinska, ktero moraš poprej na soncu ali pri peči dobro posušiti, potlej zmleti v prah, in tega prahu žganju pridjati. Tako napolnjena steklenica se dobro zamaši in strese, da se žganje in sol popolnoma zmešata, in da žganje zdravilne moči iz soli potegne. Po tem postavi steklenico na miren kraj, in jo pusti saj pol ure stati, da se sol vsede in žganje čisto postane. Leto čisto žganje se v zdravilo rabi, torej se mora solno žganje, kedar ga potrebuje, mično iz steklenice vlivati, da

se s soljo ne zmeša, ampak čisto ostane. Ako je žganje, ki nad soljo stoji, večidel porabljeno, se steklenica vnovič s žganjem napolni, dobro pretrese, in kedar se je sol vsedla, v zdravilo rabi. Tako si iz ravno tiste soli, katero si pervokrat v steklenico djal, večkrat solno žganje napraviš.

2. Raba solnega žganja je ali notrajna ali zvunajna.

Ako solno žganje v *notranje zdravilo rabiš*, mu moraš tri četertinke gorke vode primešati, tako postavim vzameš dve žlici solnega žganja, in šest žlic gorke vode; ali eno žlico solnega žganja, in tri žlice gorke vode. Žganje se z gorko vodo dobro zmeša, in na tešče eno uro pred kosilcom zavžije. Ako človek zdravilo izbljuje, ima slab želodec. Leta naj gorke vodo toliko pije, da še enkrat bljuje, in eno uro pozneje naj zopet vzame zdravilo. Ako želodec zdravila še ne obderži, je zlo pokvarjen, in treba je gorke vode do bljuvanja zopet piti, in solnega žganja tako, kakor pervokrat, v tretjič vzeti. Zdaj je želodec že toliko poboljšán, da bo zdravilo obderžal.

3. Zvunajna raba solnega žganja.

Glava se dergne s tem žganjem, katero se kolikor gre v eno žlico ali na glavo počasno vliva, in z roko dergne ali na roko vliva, in z roko dergne.

Leto dergnenje 10 ali clo 30 minut dolgo terpi. Zgornji del glave, včasih tudi čelo in sence je potreba dergniti. Dergni pa malo prej, kakor greš v posteljo.

Otekline, zvitje člena, boleči udje se tudi zvečer, preden greš v posteljo, dergnejo. V ta namen vlivaj po malo žganja na dlan, in z roko bolne dele tako dolgo dergni, da je roka suha. Leto dergnenje se po potrebi dvakrat ali trikrat na dan ponavlja.

Okladki so perti, ktere s solnim žganjem dobro namočiš in na bolni del položiš, ali ga v nje zaviješ. Leti okladki ali se premenjajo, ali pa s solnim žganjem pridno polivajo, da so vedno mokri. Ako si se vrezal, položiš v solnem žganju namočen, platnen kos na rano, skerbiš, da je vedno moker, in ga še le proč veržeš, kedar čutiš, da je rana zaceljena.

Izmivanje ran ali vgnjid, ako je potrebno, se trikrat ali štirikrat na dan ponavlja.

Kedar je treba uho s solnim žganjem napolniti, se bolnik na stran vleže in si pusti žganje v tisto uho vliti, ktero je bolnemu delu nar bliže. Žganje ostane 10 ali 15 minut dolgo v ušesu. Tudi z žganjem v ušesu zaspati nič ne škodje.

4. Bolezni,

v katerih solno žganje pomaga. V nevarnejših boleznih se vendar ni na samo žganje zanesti, ampak ga le tako dolgo rabiti, dokler poklicani zdravnik ne pride.

Bolečine v herblancu. Bolnik naj si zvečer, preden gre v posteljo, glavo s solnim žganjem umije in jo dergne. Drugo jutro naj 2 žlici tega žganja v gorki vodi noter vzame. Tako je treba 12 dni zaporedoma ravnati.

Bolečine v ušesu se zdravijo, ako se solno žganje v bolno uho vlije in tako dolgo v ušesu derži, dokler bolečine ne minejo. Leto terpi kakih 10 minut.

Bule se pokrivajo s pertom, ki je v solnem žganju namočen. Leti okladki se ponavljajo, kakor hitro se posušijo.

Čutnične bolezni, zmešanje možganov. V taki bolezni se glava vsaki dan 3 ali 4 krat, vsakbrat 10 ali 15 minut dolgo, s solnim žganjem dobro dergne. Leto se 2 ali 5 dni zaporedoma ponavlja.

Dobro je tudi po 3 žlici žganja v gorki vodi na tešče jemati.

Davica. V leti nevarni bolezni, kdor druge pomoči nima, se gerlo izpira s solnim žganjem; naj 10 minut dolgo zdaj v tem zdaj v unem ušesu žganje

derži; naj pert, s tem žganjem dobro namočen, krog vratu zavije, in naj ga, kedar se posuši, zopet namoči.

Glavobol navadno mine, ako si glavo s solnim žganjem dobro dergneš. Ako glavobol noče po tem nehati, se kos flanela v žganju pomoči in na glavo položi. S tem gre bolnik v posteljo, kjer se bo potil in glavobol zgubil.

Griženje se v 5 minutah ozdravi, ako bolnik 2 žlici solnega žganja v 6 žlicah prav gorke vode popije.

Hitrica, kedar je huda, terja dergnenje glave s solnim žganjem, in zavžitje 1 ali 2 žlic tega žganja v 3 ali 6 žlicah prav gorke vode.

Kašelj se prežene, kedar se tisti del pers ali gerla, na katerem kašelj izvira, ali kjer se bolečine čutijo, z zloženim v solnem žganju namočenim pertom pokrije. Navadno je treba leta okladek na persi položiti.

Mertudenje se le v prvi sili brez zdravnika ozdravlja. Mertudeni del glave in ostalega života se na enkrat, nar ložeje od dveh oseb, s solnim žganjem dobro dergne. Ako bolnik more kaj zavživati, se mu dajo 2 ali 3 žlice žganja v 4 ali 6 žlicah vroče vode. Po 2 žlici žganja mora bolnik prvi dan večkrat jemati. Poslednje dni je dovolj zdra-

vilo le enkrat na dan zavžiti; ali dergniti je treba bolnika vsaki dan 3 ali 4 krat.

Merzlica. V ti bolezni se glava s solnim žganjem dergne, preden gre bolnik 'zvečer v posteljo. Zjutraj na tešče dobi 2 žlici žganja v gorki vodi za popiti. Tako se ravna kakih 12 dni zaporedoma, akoravno je merzlica že nehala.

Nagluha. V uho, ktero nar manj sliši, se vlije zvečer solnega žganja, ktero v tem ušesu kakih 10 minut ostane; potlej se žganje nalije v uno uho, in v njem čez noč ostane. Tako je treba dalje časa ravnati.

Nahod se zdravi, ako se nos posebno med očmi s solnim žganjem dergne; verh tega se žganje šnofa, ali nekaj po slamici ali po peresni cevi v nos potegne.

Neprebavljivost se zdravi, ako se glava s solnim žganjem enkrat umije in dergne, in 1 ali 2 žlici žganja v gorki vodi se zavžijete. Kedar bolezin ne mine, je treba zdravilo dva ali trikrat ponavljati in pomagalo bo gotovo. — Pri otrocih se solno žganje ne zavživa, ampak le zvunaj rabi. Otrokom, ki niso čez 4 leta stari, pomaga enkratno dergnenje, starejši se dvakrat vmivajo in dergnejo. Ako otroci po izpuških bolehaajo, se ne smejo s tem žganjem zdraviti.

Omotica zgine, ako se glava s solnim žganjem pol ure dergne.

Opeklina se s solnim žganjem dergnejo in kmalo bodo zdrave.

Osutek v obrazu ali na glavi se zdravi, ako se s solnim žganjem dergne.

Ozeblina se tako dolgo s solnim žganjem dergnejo, da so zopet suhe.

Premrazenje se s solnim žganjem zdravi, ako se premrazeni del života z njim dergne. Premraženo gerlo, ktere ga ne moreš dergniti, pa s tem žganjem izpiraj. Kedar je premrazeni del pregloboko, da ne moreš do njega, pa rabi okladke, v tem žganju namočene na mestu, ki je bolnemu delu nar bliže.

Prisad merzli tirja dvakratno umivanje na dan in vedne okladke, ki so s solnim žganjem namočeni.

Rak se vsaki dan 3 ali 4 krat s solnim žganjem omiva, po omivanju se platneni kosček v tem žganju pomočeni na raka položi, in kedar je suh zopet namoči. Zvečer je treba glavo s žganjem dergniti, s kapo pokriti in tako spat iti. Zjutraj se solno žganje s gorko vodo v notrajno zdravilo jemlje. Tako je treba ravnati, dokler ni rak popolnoma ozdravljen.

Rane je treba vsaki dan dvakrat s solnim žganjem omivati, potlej s platnenim koscom pokriti in skerbeti, da je platno s solnim žganjem vedno namočeno.

Revmatizem se prežene, ako se boleči deli dvakrat na dan s solnim žganjem dergnejo. Revmatizem včasih dalje časa terpi, ali se ne sme obupati, ampak zdravljanje ponavljati.

Skernina ne zgine rada; kakih 14 dni dolgo terpi. Zdravi se pa s solnim žganjem, ako se zvečer glava s tem žganjem dergne, in zjutraj se tega žganja 2 žlici v gorki vodi popijete. Posebno bodeče dele je dobro enkrat na dan s solnim žganjem dergniti.

Spahnenje se zdravi, ako se spahnjeni ud s solnim žganjem dergne, in potlej v okladke s tem žganjem namočen zavije.

Sušica. V ti bolezni je treba glavo in persa s solnim žganjem dergniti, in tudi 1 ali 2 žlici žganja v gorki vodi vsaki dan zaužiti.

Šena in vse sorte kožnega vnetja se zdravijo, ako se vneto mesto s solnim žganjem dergne.

Terganje v ledicah se zdravi, ako se bolni deli s solnim žganjem po dvakrat na dan dergnejo. Kedar to dergnenje ne pomaga, je treba tudi glavo s tem žganjem zvečer ribati, zjutraj dve žlici v gorki vodi

popiti. Leto se tako dolgo ponavlja, dokler terganje ne mine.

Vgnjide se pokrivajo s platnenim koscom, ki se pred rabo v solnem žganju namoči, in dokler na vgnjidah leži, s tem žganjem vedno poliva.

Vnetje gerla. Vneto gerlo se s solnim žganjem izpira, in platno s tem žganjem namočeno se krog vratu položi, in s suhim pertom povije. Kedar se platno posuši, se mora zopet namočiti. Včasih je tudi potreba žganje v eno, potlej v drugo uho vliti in kakih 10 minut v vsakem ušesu deržati.

Vnetje možganov se zdravi, ako se glava s solnim žganjem vedno dergne.

Vnetje očes. Bolnik naj vzame mehek pert, naj pomoči en končik tega perta v solnem žganju, in naj si ž njim vneto oko dobro zmiže. Tako je ravnati 4 ali 6 krat na dan.

Vnetje pljuč se zdravi, ako se glava s solnim žganjem dergne, bolnik 2 ali 3 krat na dan tega žganja v gorki vodi pije, in ako se mu na tisto mesto, kjer ima nar hujše bolečine okladek s tem žganjem položi.

Vnetje trebuha. Narprej je treba glavo s solnim žganjem dobro dergniti, in potlej pa tudi lakotnice. Ako po tem bodenje ne odneha, vzemi pert in na tistem mestu, ktereга na bolni kraj položiti

njivo. Otrokom, ki dolgo hoditi ne začnejo, pomaga vsakdanje omivanje z mlačnim vinom.

Ako vina nimaš, se posluži *žganja*, kteremu 4 dele vode primešaš.

17. Vinski kis (jesih).

Pri ostrupenju z omotičnimi zeliši, kakor z makom, zobnikom, volčjimi jagodami je jesih nar močnejši protistrup. Pri medlici je nar boljše zdravilo jesih, ki ga bolniku pod nos deržiš; s kterim mu senca, obraz, roke in noge vmivaš. V gnjilih boleznih je zdravo poškopovati bolnišnico z jesihom; tudi nezdravi soparji se z jesihom iz izbe spravijo. V ta namen pa ne smeš jesiha na žerjavco škropiti, in nezdrav sopar napravljati; ampak škropi ga po tleh, ali pa rjuhe z njim pomoči in v izbi razpni. Pri vročih treslikah, pri kervotoku je vinski jesih, z vodo zmešani, nar boljša pijača.

18. Volna, flanel, voščeni tafet.

V revmatizmu ali skernini se bolni del z volno ali s flanelom ovije, da zrak ne more do njega, in da se hitreje poti. Ako to ne pomaga, se je treba voščenega tafeta poslužiti, kteri še bolj hlapenje podpira.

19. Sladkor.

Rabi se ali beli ali kandirani sladkor. Leto zdravilo nar boljše hladi. Ako si se sogrel in izpotil, malo si oddahni in potlej kozarec vode, v kateri si 2 lota sladkorja raztopil, popij. Sladkorna voda je koristna po ganitvah duše, po jezi, po strahu; v treslikah in vročinskih boleznih. Zakaj ona žole potolaži in odpelje. Močne in dražljive reči sladkor kroti: tako postavim je kava manj škodljiva, ako ji dovolj sladkorja prideneš. Po pameti zavžiti sladkor žlezobe reže, torej je zdrav pri zaslinenju želodca, pers, pri naduhi, suhem kašlju. Tudi čisti želodec in čreva, ako sladkorno vodo pogosto piješ. Po obilnem obedu prežene kozarec sladkorne vode vse težave. Sladkor podpira prebavljanje, in dobro je hrano sladkoriti, kakor soliti. Davica se o začetku s sladkorjem in gorkim mlekom ozdravi. Otročič se začne potiti, in kašelj, lajanju podoben, neha. Vendar se v nevarni bolezni ne smeš preveč na to zdravilo zanesti. Ako se kašelj kmalo ne boljša, moraš po zdravniku poslati.

15.)



i
:
o
c
o
e
e
u
ě
i.
o
i,

