

23248

AZ
EGÉSZSÉGÁPOLÁS FELADATA,
CÉLJA ÉS RENDELTETÉSE

IRTA

PROF. D^{R.} ORTH JÁNOS
TITKOS EGÉSZSÉGÜGYI TANÁCSOS BERLINBEN.



BUDAPEST
LÉGRÁDY TESTVÉREK KIADÁSA

93018

Minden embernek megvan a joga az élethez, és megvan a joga, hogy az életet oly kellemessé alakítja, amint csak lehetséges, de nem fáradság nélkül lesz ez az osztályrésze, hanem mindenkinek küzdelmet kell vivni a létért, azokat a feltételeket kell magának megkeresni, melyek az élet fentartásához szükségesek, minden ember munkára született. Minél nehezebben alakulnak az egyesek számára a külső életviszonyok, minél nagyobb fáradságot okoz neki a szükséges életkellékeket magának megszerezni, minél nagyobbak kell lenni a munkapazarlásnak a célra, annál szükségesebb az, hogy a természettől neki adományozott életképességet megtartsa, annál gondosabban kell életképességét minden csökkenéstől megóvnia, annál inkább kell arra gondolnia, hogy egész-

ségét megtartsa, egészségét ápolja, mert egészség alatt épen olyan állapotát értjük a testnek és szellemnek, hogy minden tevékenység szabályszerűen folyik le, és hogy ezáltal minden embernek a természettől nyert életképessége bőven van jelen.

Egészségápolásra tehát szüksége van minden embernek már a saját existenciájára való tekintetből is, de nem egyedül van a világon, mint minden élőlény azt a feladatot kapta az élet útjára, hogy a faj fentartásáról gondoskodjék; az élethez való joga mellett mindenki család iránt való köteleességeket örökölt, melyeknek teljes mértékben való betöltéséhez csak akkor bir képességgel, ha természetes életképességét bírja, melynek fentartásához azonban egészségének ápolása elengedhetetlen.

Család, község, állam iránti köteleességek.

De még a család iránti köteleességekkel sincs kimerítve azoknak a feladatoknak és köteleességeknek a köre, mely az egyeseknek

osztályrészül jutott, mert csak igen kivételesen él magának, vagy egyedül családjával, hanem tagja egy emberi gyülekezetnek, egy községnek, egy államnak és mint ilyennek bizonyos jogok mellett fontos kötelességei vannak. Nem épen a mi századunk kulturájának vivmánya, hogy a minden egyért, de egy mindenért elve is érvényre jut, hogy az egyesnek meg kell engedni személyes szabadságának a korlátozását, sőt hogy bizonyos körülmények közt vagyonát és vérét fel kell áldozni a szabadságért, hanem már évezredekkel ezelőtt állították fel e gondolatot és a cselekvésbe átvitték. „Senki sem egyedül magáért van“, így mondta már 1800 évvel K. e. a görög nép egy bölcs törvényhozója, „hanem másokkal együtt az egészért él.“

Amint az egyesnek a maga különös harcat kell megvívni a létért a gyülekezeten belül, úgy az egyes népeknek is küzdeni kell a létért a népcsoportokon belül, és minél számosabbak lesznek a népeknek ellentétes vi-

szonyai a földön, annál gyakrabban állnak egyesek érdekei egymással ellentétben, annál élénkebb lesz a békés verseny, de annál könnyebben juthat oda is a dolog, hogy a békés verseny a kereskedelem, ipar, művészet és tudományban a fegyverek háborus zajának enged, úgy egyik mint a másik, különösen a mai időben, mikor térbeli határok alig vannak még a földön, mikor egy földrész sincs kizárva a népek általános versenyéből, a legnagyobb követeléseket rója az állampolgárokra és parancsolólag követeli az egésznek érdekében, hogy az egyes, mindegyik a maga munkájában, a legnagyobb munka és életképességet bírja, azaz hogy minden eszközzel ápolja egészségét; mert kétségkívül az a nép fog úgy békés, mint a háborus küzdelemben végre győzni és élete a legnagyobb virágzásig kifejlődni, melynek egyes tagjai a legnagyobb életképességet bírnak, azaz a legegészségesebbek.

Mens sana in corpore sano.

Ez érvényes nemcsak a szorosabb értelemben vett testre, hanem a lélekre is; mert a szellemnek, kössük is azt bár egy, a testtől független lélekhez, vagy nem, nyilvánulásaihoz szabályszerűen dolgozó testrészekre van szüksége; csak egy ilyen értelemben vett egészséges testtől várhatunk egészséges szellemi képességeket. A régi mondásnak, melyet már a klasszikus rómaiak ismertek, és melynek értelme — „egészséges lélek egészséges testben“, ad ez a gondolat kifejezést, mert kimondja, hogy csak egészséges testtől várható egészséges szellemi képességek, ahol természetesen elsősorban azon részeknek az egészségére kell gondolni, melyek a szellemi képességeket szolgálják. Az ilyen képességeket azonban a mai nemzetközi versengés jobban megköveteli, mint valaha és azért érvényes ma jobban mint valaha, hogy ezen alap-

tételnek az egészségápolásban érvényt szerezünk.

Ezek tehát azok az okok, melyek sürgetően követelik, hogy minden egyes ember arról gondoskodjék, hogy életképes legyen, hogy általános, valamint különös életkötelességeit teljesítse. Minden földi dolognak a tökéletlenségénél az ideál, hogy mindenki minden időben a lehető legnagyobb életképességet birja, soha sem lesz elérve, de aki a legmagasabbra törekedik, magasat érhet el és mindenestre kell, hogy feladatunk az legyen, hogy az ideális célt lehetőleg megközelítsük. Az eszköz ezen magas célhoz az egészségápolás.

Az egészségápolás feladata.

Hogy megtudjuk, mi szükséges ahhoz, hogy a munka- és életképesség azt az állapotát elérjük, mely az ember természetében van megalapozva, hogy a szabályokat felállítsuk, melyek megengedik, hogy a nekünk jutott természeti adományok kihasználásá-

val a testi és szellemi működéskéességünket mindig inkább megjavitsuk és növeljük, ahhoz az emberi test és annak egyes részei felépítésének és működésének legpontosabb ismeretére van szükség, ahhoz ismereteseknek kell lenni azoknak a feltételeknek, amelyek szerint a szabályszerű összetétel a legbiztosabban megőriztetik és a testrészek tevékenysége a legjobban megy végbe. Csak ha már ezen ismeretekkel rendelkezik az ember, lesz abban a helyzetben, hogy megmondja, hogyan tartja fenn legjobban a részeket természetes állapotukban, hogyan kell az egészséges, normális embernek egészségét ápolni. A körülmények azonban, melyek közt a testrészek működése lefolyik, nemcsak belsők, hanem külsők. A külső életfeltételek azonban a kulturemberre nézve sokkal összetettebbek, mint a természet emberére vonatkozólag; minél magasabbra emelkedik valamely nép kulturája, annál számosabb külső veszélyek fenyegetik az egészséget, annál számosabbnak kell lenni

ennélfogva az óvóintézkedéseknek; melyekhez az egészségeseknek nyulni kell, hogy egészségüket fentartsák.

De evvel az egészségápolás feladata még nincs kimerítve, mert nincs ember, aki mindig és mindenkor normális állapotban van, hanem majd gyengébb, majd erősebb eltérések a normálistól elkerülhetetlen jelenségek közé tartoznak, és minél komplikáltabbá alakul az emberi tevékenység testi és szellemi tekintetben a kulturának az előhaladásával, annál könnyebben és annál gyakrabban léphetnek fel, minden óvóintézkedés dacára az egészség és evvel az életképesség zavarai, sőt fel kell nekik lépni. Az egészségápolás feladata a teljes helyreállításról, vagy ha a teljes helyreállítás már nem érhető el, a lehető tökéletes helyreállításról gondoskodni. Bizonyos értelemben tehát az egész orvostudomány az egészségápoláshoz tartozik, mert hisz a gyógyításnak a feladata sem egyéb, mint az egészségzavar gyógyítása, az elveszett egészség helyreállítása. Ezért e

szempontból az egészségápolás e könyvtárának egyes köteteiben az egyes testrészek vannak feldolgozva, amennyiben magyarázat és utasítás van adva ugy az egészséges, mint a beteg állapotban való ápolásra.

A normális és a beteg test ismerete.

A tulajdonképeni, közvetlenül a jelenlevő zavarok elhárítására irányuló intézkedések, az orvosi gyógyszereknek szorosabb értelemben vett alkalmazása itt csak mellékesen van megemlítve, mert ezeket laikusoknak, kik számára ezen népkönyvek szánva vannak, nem szabad és nem is bírják alkalmazni, hanem csak tudományosan képzett orvosok, csak az tárgyalatik behatóbban, mit a megbetegedett maga tehet és megengedhet, hogy egészségének helyreállítását közvetlenül, vagy további ártalmak elhárítása által, melyek azt késleltethetik, siettesse.

Minden további nélkül világos, és ezt az előrebocsátottakkal ellentétben állithatjuk, az ismét helyreállító egészségápolást csak

akkor lehet igazán és a célnak megfelelően gyakorolni, hogy ha az egészség előforduló zavarainak és a velük összekötött, az emberi test felépítésében jórészben őket okozó változásoknak az ismeretével birunk. Mi azonban az egészség zavarát betegségnek nevezük, legyen bár az kicsiny vagy jelentékeny, beszéljenek bár a közönséges életben gyengélkedésről, rosszullétről, avagy könnyű és nehéz betegségről, lényeges különbség nem áll itt fenn, hanem csak a zavar fokának, súlyosságának, jelentőségének a különbsége

Egészségzavarok okainak ismerete.

Tehát minden észszerű egészségápolás nemcsak a normális test pontos ismeretét, ennek normális felépítését (normalis anatomia vagy morphologia), úgy mint normális működését (normális phisiologia vagy biologia) tételezi fel, hanem a beteg testének is, a beteg test alkatának (pathologiai anatomia vagy morphologia), valamint a bete-

ges működésének ismeretét is (pathologiai physiologia vagy biologia). De feltételezi az egészségzavarok okainak pontos ismeretét is (aetiologia), mert mindenki minden további nélkül belátja, hogy lehetetlen, úgy az egészségzavar bekövetkezésétől óvakodni, mint a megzavart egészség helyreállítását siettetni, ha nem tudja az ember, mitől kell a testet megóvni, milyen ártalmak és sérülések ellen kell küzdelmet vivni.

A testnek géppel való összehasonlítása.

Senkinek sem lesz kétsége afelől, hogy egy gépet annál inkább csak egy szakértő, aki a gépnek a szerkezetét, az egyes gépalkatrészek feladatát ismeri, tarthat szabályszerű és zavartalan üzemben, minél összetettebb a gép, minél több oldalról kapaszkodnak az egyes részek egymásba, minél inkább függ a szabályszerű munkaképessége az egyes részeknek más részétől, minél gyengédebben és finomabban vannak megalkotva az egyes részek, ennél fogva minél könnyeb-

ben állhat be zavar szabályszerű működésében. Senkinek sem lesz még a legkisebb kétsége sem az iránt, hogy ha egy komplikált gép szabályos üzemében, majdnem azt lehetne mondani egészségében, zavar lép fel, ha beteg lesz, hogy akkor csak az ismeri fel a zavar lényegét és tudja azt elhárítani, aki a gépnek az összeállítását, az egyes részeknek a szerepét, azoknak szükségszerű egymásbailleszkedését a legpontosabban ismeri. Senki sem fog egy értékes órát, mely nem akar jól járni, szabónak vagy cipésznek átadni reparálás végett, sem kovács vagy lakatosnak, noha ezen mesteremberek egyes egyszerűbb gépek számára szakértők, hanem, ha csak lehetséges lehet, az órákhoz illetékes szakértőt, órast fogja megbizni órájának a kijavításával. Ez azonban nemcsak a finomabb és durvább gépekre érvényes, hanem majdnem minden használati tárgyra és egy régi közmondás ad ezen gondolatnak kifejezést: *suszter maradj a kaptafád mellett!*

Annál feltűnőbb az, hogy sok ember, úgy az ugynevezett művelt, valamint műveletlen, az emberi testtel szemben más nézetnek hódol, ámbár ez belső szerkezetében, kerekében az elképzelhető legfinomabb, az emberi kéz alkotta gépeket az egyes részek finomságában, ezen részek kölcsönös viszonyaiban, az egyiknek a másiktól való függésében végtelenül felülhaladja. Bár az emberi testnek géppel való összehasonlítása bizonyos vonatkozásban annyira találó, mégis egy igen jelentékeny és fontos pontban nem helyes, annál inkább, mert az egyes részek nem változatlan élet nélküli képletek, mint a gépek egyes részei, hanem élő alkatrészek, azaz változó képletek, melyek anyagcserével bírnak, melyek anyagot vesznek fel, feldolgoznak, az egyik részt maguk számára, fenntartásukra, vagy éppen — különösen a növekedő testben — növekedésükre felhasználják, egy másik részt, gyakran a legbehatóbb módon átváltoztatva, ismét leadják, röviden maguk ismét a legkisebb rendkívül összetett

gépecskék, melyek ismét mindig kisebb, élő, anyagcserével felruházott részecskékből vannak felépítve. Teljesen hiányzik a mérték ahhoz, hogy kifejezésre juttassuk; hogy mennyivel finomabban van megszerkesztve az emberi test, mint még a legfinomabb és legkomplikáltabb gép, mennyivel áll tehát magasabban a test, mint egy gép — és mégis, sajnos, még sok ember van, ki ugyan óráját az órásnak, cipőjét a cipésznek adja javításra, kik azonban értékes testi javukat, egészségüket, sőt életüket is teljesen tanulatlan emberek kezeire bizzák, és nem ritkák az esetek, midőn szakértő orvosok jó tanácsát kevesebb hűséggel és gondnal követik, mint a sokszor értelmetlen utasítását valamely tudatlan kuruzslónak.

Az orvosnak hivatása az egészségápolás.

Minden ember, bármely hivatáshoz tartozzék is, tudja, hogy egy mester sem potytyan az égből, mint a közmondás mondja, hogy aki hivatásában valamit nyújtani akar,

annak valamit tanulni kellett legyen — csak az egészségügyi dolgokban bizzák különben ítélőképes és értelmes emberek is úgy magukat, mint hozzátartozóikat igen gyakran olyan emberekre, kik, mint „magántudósok“ és egyéb csalók, egyáltalán semmit sem tanultak, vagy kik, mint némely természetgyógyító, azt hiszik, hogy amit az orvosok évekig tartó tanulmány alatt tudásban és gondolkodásban magukévá tettek, néhány hét alatt, vagy ha sokat mondunk, néhány hónap alatt megtanulták. Minden munkás, kinek valami különlegeset kellett megtanulni, hogy hivatását, bármily legyen is az, gyakorolhassa, tudja, hogy különös munkát csak tanult munkás végezhet, ezért mindenkinek kötelessége az orvosokat támogatni, kiknek hivatásuk, hogy embertársaiknak egészségük megtartásánál és helyreállításánál tettel és tanácsal segítsenek és az orvosi tevékenység hivatatlan gyakorlói, a kuruzslók elleni küzdelemben megvédeni az orvosi tudományt.

Laikusorvoslás.

Nincs kétség, hogy laikusok is tehetnek helyes orvosi megfigyeléseket, hogy éles, különösen a megfigyeléshez hozzászokott laikus szem előtt bizonyos külső körülményeknek az egészségállapot különös zavaraiival való összefüggése nem marad elrejtve, de hiányzik a laikusnál a dolgok összefüggésébe való belátás, hiányzik nála annak a lehetősége, hogy az okot és a hatást egymással összekapcsolja, nem képes megalapozott ítéletet alkotni magának arról, miért lép fel ezen vagy amaz külső körülménynek az alapján ez vagy amaz a különös egészségzavar. Még az orvosok sem vehetik a képességet igénybe, hogy az összes, a betegségekre és egészségre vonatkozó folyamatot megértsék, még az orvostudományban is igen sok homályos pont van, még némely titkot szellőztetni kell, de már sok ismeretes és a tudomány tovahaladása mindig inkább képessé teszi az orvost arra, hogy az emberi testbeli folyamatok

valódi megismerését elérje és azon alkalmas előkészületeket megtalálja, melyek az életfolyamatok normális lefolyásáról kezeskednek.

Természetgyógyítók és vegetarianusok.

Ugyanaz, mi egészség megtartásáról áll, érvényes a megzavart egészség helyreállítására is. Teljes mértékben el kell ismerni, hogy orvosi laikusok is elérnek bizonyos gyógyulási eredményeket és értékes gyógyeljárásokat találnak ki, de ezen gyógyulási eredmények nagy része nem más, mint az, mit az orvosok suggestiónak neveznek, az általános állapot javulása ez, nevezetesen ideges jelenségbeli változások ezek, melyeknél a képzelődés oly roppant nagy szerepet játszik. Mindenki, kinek alkalmá van hozzá, hogy egy pathologiai muzeumban a betegesen elváltozott emberi testrészeket megtekintse, csakhamar arra a meggyőződésre jut, hogy itt imádkozással, rábeszéléssel, hideg bepakolásokkal és öblítésekkel, vagy

homöopathicus porocskákkal eredményt elérni nem lehet. Még az orvosi művészet sem képes minden betegségnél gyógyulást, azaz teljes helyreállítást elérni, de soknál ez mégis lehetséges és másoknál a kínzó betegségi jelenségek enyhítése, vagy egy legalább részletes gyógyulás előmozdítása, javulásnak az elérése mégis lehetséges. A mai orvostudomány nem táplál kétséget az iránt, hogy azokat a methodusokat is, melyeket a nem orvosok fedeztek fel, felhasználja, a különbség azonban az, hogy a nem orvosok különös gyógymódjaikat különbség nélkül a legkülönbözőbb betegségeknél és a legkülönbözőbb betegeknek alkalmazzák, mert náluk éppen a pontosabb betekintés a módszerek hatásmódjába hiányzik, míg az orvosok ismeretük alapján a gyógymethodusok hatásmódjai közül kiválasztják az esetet, melynél ez vagy amaz a gyógymód eredményt ígér. A nem orvosok gyógymódjukkal sablonszerű alkalmazást üznek és ez által gyakran a legnagyobb károkat okozzák, hogy a metho-

dust ott is alkalmazzák, ahol teljesen mellőzni kell, ahol szakmájában képzett orvos tudja, hogy ezen gyógy móddal nem haszon, hanem kár szereshető.

Nagy része azoknak, akik a tanult orvosok művészetével ellentétben foglalkoznak az egészség ápolásával, vagy ennek helyreállításával, a betegségek gyógyításával, avval büszkélkedik, hogy ő csak a természetes életmódot írja elő, hogy csakis a természetes gyógy módokat üzi, hogy ellentétben a céhbéli gyógyító művészekkel, kik az egyetemeken képeztetnek ki, ő természetes gyógyító művész, hogy azok veszedelmes mérgekkel, ő pedig természetes eszközökkel küzd a betegségek ellen.

Nincs fonákabb és kevésbé megokolt állítás. Hogyan nevezhetik a vegetáriánusok, tehát azok, kik azt állítják, hogy az emberre nézve az egyetlen természetes táplálék a nővényi táplálék, amihez legfeljebb még a tojás és tej terményeikkel együtt csatolhatók, hogyan nevezhetik életmódjukat természet-

szerűnek, amikor követőinek legnagyobb száma a legtávolabbi sejtelemmel sem bír az emésztésbeli folyamatokról, különböző tápanyagoknak emésztés utjáni kihasználásáról, a testnek az egyes tápanyagok iránti szükségletéről, mert ezek nyilván nem tudják, hogy az emberi bélcsatorna nem a növényevők, hanem a mindenevők bélcsatornájának berendezésével bír? Hát nem azt látjuk, hogy a természet népei, azaz azok az emberek, kik leginkább hagyják magukat természetes ösztönüktől vezetni, kevert táplálékot vesznek magukhoz, hogy a felvett állati táplálék mennyisége a levegő hőmérsékletének a süllyedésével szaporodik? Mérsékelt éghajlatunkban meleg nyarával és hűvös telével a kevert táplálék a természetes, melyben meleg időben a növényi, hidegben az állati alaktrész játszik nagyobb szerepet.

Medicus curat, natura sanat.

Különösen a betegek kezelésével foglalkozó laikusok azok, akik nemcsak maguk számára követelik, hogy gyógymódjuk természetszerű, hanem még az orvosoknak is szemére hányják, hogy kezelésmódjuk nem a természetnek megfelelő. Csak tudatlanság és esztelenség vagy rosszakarat állithat ilyent. Hát csak főzelék és víz a természet, hát csak nedves bepakolások, meleg fürdők hideg leöntésekkel és hasonló természetes gyógymódok azok a dolgok, melyekre a természet maga tanított bennünket? Melyik állat használja ezeket? Honnan tudják hát az u. n. természetgyógyítók, hogy ily intézkedések a rossz, beteges anyagok kiválasztását siettetik, mint azt állítják, honnan tudják, hogy ha igaz is, mint az orvosok is elfogadják, hogy vízkezelés az anyagcserét és annak salakjainak kiválasztását gyorsítja, éppen ezek az anyagok a károsak, melyek az egészséget legjobban veszélyeztetik? Ezen

kérdésekre nem ad a természet bárkinék biztos feleletet, ezek önkényes, az u. n. természetgyógyítók be nem bizonyított nézetei! Aki itt bizonyítékokat akar felhozni, annak előbb a természetet tanulmányozni kell, sok fáradság és munka felhasználásával annak titkait fel kell tárni, az utakat el kell lesni. melyeken az életet fenntartja, az eszközöket megszerezni, melyekkel az a normális folyamatokat uralja és vezeti. Ezt azonban nem az u. n. természetgyógyítók teszik, hanem az orvosok. Minden gondolkodó orvos tudja, hogy feladatát csak a természet erőivel tudja teljesíteni, hogy főfeladata úgy az egészség megtartásánál, mint annak helyreállításánál az, hogy a természetet támogassa, hogy az emberi test belsejében lankozó, az egészségzavarok és betegségektől való óvakodásra és azok gyógyítására szolgáló erők hatására a legjobb feltételeket teremtsen meg. Medicus curat, natura sanat, az orvos kezel, a természet gyógyít, régi, az orvostudományban gyakori közmondás. Az u. n. természetorvosok-

tól annyira kigunyolt és gyalázott iskolaorvoslás az, mely a természetet mesteréül fogadta, mely gonddal és buzgalommal azokat a jeleket követi, melyeket a természet nyújt. Így vívták ki a védhimlőoltás hatalmas gyógymódját, mely százezreket mentett meg a kínos haláltól, vagy a csunya eltorzulástól, így fedezték fel a gyilkoló gyermekbetegségnek, a diphtériának a serumkezelését, így találtak egy szert a pajzsmirigygyel való kezelésben arra, hogy sok gyermeket, ki ezen kezelés nélkül menthetetlenül testi és szellemi senyvedésnek esett volna áldozatul, az emberi társadalom használható tagjává változtassanak. És éppen ezen új, az egészség megtartására és helyreállítására szolgáló szerek ellen irányul az u. n. természetgyógyító módszer követőinek esztelen harca, ámbár itt a szó szoros értelmében vett természetgyógyításról van szó, mely hasonló módon emberi beavatkozás nélkül is előfordul és kizárólag természetes folyamatokra és szerekre van alapítva. Az iskolaorvoslás tehát az, mely a

valódi természetgyógyítást tanítja, mert ez és egyedül ez épül fel az ember természetének tanulmányozásán egészséges és beteg állapotban.

Az iskolai orvostudomány a valódi természetes orvoslás.

Ez tehát az alapja minden egészségápolásnak, a megelőzőnek úgy, mint a helyreállítandónak: az életfolyamatok ismerete egészséges és beteg testben, azon feltételeknek az ismerete, melyek közt azok változást szenvednek, azon körülmények ismerete, melyek közt fellépett zavar után a normálisra visszatérhetnek, vagy másképp kifejezve, a veszélyek ismerete, melyek az egészséget fenyegetik, az eszközöknek, melyek a testnek rendelkezésére állanak, hogy ezen veszélyeket elkerülje, vagy ha a zavar mégis fellépett, ezt ismét elhárítja, — ezek az egészségápolás alaptételei és ez alapot teljesen csakis az orvosi tudomány és művészet nyújtja.

A veszélyek, melyek az egészséget fenyegetik, többnyire kívülről származnak. Minden külső életfeltétel, minden, mi az embert körülveszi, ami kívülről ráhat, ami kívülről beléje kerül, a testben az életfolyamatok normális lefolyásában változást okozhat, az egészet megzavarhatja, betegséget okozhat. A betegség nem magában álló, elszigetelt valami, hanem akkor beszélünk betegségről, ha az életfolyamatok nem a szabályszerű módon folynak le, és ha ezáltal a test kárt szenved. Tehát életfolyamatoknak még betegségnél is jelen kell lenni: a betegségek tehát eltérő körülmények és jelenségek közt lefolyó élet. Mindazt, ami az életfolyamatok olyan változását okozza, hogy a test károsíttatik, normális működésképeességében leszállíttatik, rendes életnyilvánulásaihoz többé vagy kevésbbé alkalmatlannak tűnik fel, mindazt betegségnek nevezzük és amennyiben ezek az okok kívülről származnak, külső betegségeknek neveztetnek. Betegsé-

gek helyett ép oly jól egészségzavarónak lehetne nevezni őket.

Legkülönbözőbb fajú külső egészségzavaró van. Majd mechanicus behatások ezek, direkt vagy indirekt erő okozta sérülések, nyílt sebek, zuzódások, a lágy részek és csontok szakadásai, rángatások, nyomás, csatornák elzáródásai által keletkező és hasonló zavarok, majd phisikalis, chemiai, parasitaer, infektiosus okok.

Mechanicus és phisikalis betegségek.

A phisikalis egészségzavarók közé tartozik a meleg és a hideg, nemcsak az egész test túlmelegítése (hőguta), vagy az általános lehűlés a fagyási halálig, hanem a hőmérséknek helybeli megváltozása is, a helybeli hő-behatás (a külbőr elégetése, a nyálkahártyák károsítása túlmeleg étel vagy ital, vagy forró levegő által), helybeli hidegbehatások is (a tagok elfagyása, a nyálkahártyák károsítása túlhideg étel és ital, vagy hideg levegő által). De nemcsak a hőmérsékletnek bizonyos ma-

gasság alá való süllyedése, hanem egyáltalában gyorsabb és nagyobb változása a hőmérsékletnek és különösen gyors lehülése egy izzadt testrésznek károsíthatja az egészséget és pedig nemcsak addig, ameddig maguk a lehűtött részek tekintetbe jönnek, hanem még a távolabb fekvő belső részekben is, ép úgy mint a felületes égetés nemcsak a direkt elégett részeket, hanem a belső szerveket is károsítja. Ily lehülés által előálló betegséget meghüleses betegségnek nevezik és igen sokáig a meghülesnek igen jelentékeny fontosságot tulajdonítottak az egészségzavarok keletkezésében és nem kevés ember még ma is meghülestől való félelemből kerüli a legkisebb léghuzatot, sőt, hol lehetséges, félelmesen zárva tartja az ablakokat, különösen oly helyeken, hol betegek vagy gyengélkedők tartózkodnak, hogy evvel ezek kimélve maradjanak a meghülés általi újabb ártalomtól.

Meghűléses betegségek.

Ez túlzás és evvel többet ártunk, mint használunk, mert a friss, jó levegő az egészség megtartására egy követelmény, valamint kiváló eszköz annak helyreállításánál is. De a léghuzat, különösen ha izzadt, talán izzadsággal áztatott, vagy egyébként nedves testrészeket ér, valóban káros lehülést okozhatja a testnek, de a másik oldalon is túlmessze mentek, midőn a meghülést ki akarták törölni az egészségzavarok közül. Csak nem szabad a dolgot úgy feltüntetni, hogy a lehülés direkt és közvetlenül beteges zavart okoz. Ez lehetséges, de rendszerint nem áll, mit már abból következtethetni, hogy az egészségzavar, mely a meghülést követi, épen nem azon a testrészen szokott fellépni, mely a lehülésnek ki volt téve, hanem egészen máshol, néha egészen távol álló helyén a testnek. Szabály szerint a testfelület hül le, fázik meg, és mégis elsősorban belső szervek betegednek meg. Emel-

lett igen figyelemreméltó az, hogy sok embernél egészen meghatározott és mindig ugyanazon szervek mutatják a meghűléses zavarokat. Az egyik rendszeren náthát kap, még akkor is, ha harisnyájának és cipőjének átnedvesedése következtében lába volt a meghűlésnek kitéve, egy másik köhögést kap, a harmadik gyomor- vagy bélhurutot s. i. t. Itt tehát indirekt összefüggésnek kell jelen lenni, ami minden valószínűség szerint idegek útján közvetítettik, melyek a véredények falára hatnak és a vérelosztás megváltoztatását, talán főképen kisebb ellenállásu helyeken, okozzák. Ez a reflectoricusan, mint a műkifejezés hangzik, kiváltott helybeli zavar azonban nem a tulajdonképeni betegség, hanem csak kedvező feltételeket teremt más, lényegesen parasitair betegségek behatására, úgy hogy tehát azokban az esetekben is, ahol a meghűlés valóban az első lökést adta az egészség megzavarásához, ez mégis csak közvetítő, u. n. praedisponáló oka a végre beálló betegségnek. Ez érvényes min-

den valószínűség szerint azokra az esetekre is, midőn a megbetegedés a lehült részben magában lép fel, mint ez az épen idetartozó betegségeknel történik, melyeknel a tüdőnek és a légutaknak hideg levegő erős belégzése által okozott lehülése, különösen ha egyidejűleg a test, tehát a nevezett részek is túl voltak hevítve, tüdő- vagy légcsőgyuladást okoz, vagy ahol nagymennyiségű hideg italnak a gyomorba vitele után (különösen a normális fölé hevített be) gyomorhurut keletkezik. Itt is, főleg az első esetben, az egészségzavar bizonyára más egészségzavarók közrehatása által lesz befejezve.

Elektromosság.

A természetben előforduló, valamint a mesterségesen előállított elektromosság hasonlóképen a phisikalis kórokok közé tartozik; villámcsapás, nemkülömben elektromos vezető árama súlyos, mulékony vagy tartós egészségzavarokat, sőt, mint általánosan ismert, halált is okozhat. Az elektromos fe-

szültség intenzitása, nemcsak maga az elektromos áram, nem közömbös testi állapotunkra, ha pontosabbat alig adhatunk is hatásáról.

Fény, légnyomás, évszak.

Fontos fizikai egészségzavaró lehet a fény is, de kevésbbé azzal, hogy feleslegben van jelen, ámbár mindenki ismeri a kápráztatás, a szem ideghártya túlvilágításának a következményét, továbbá az u. n. Röntgen-sugaraknak, ép így a rádiumból kiinduló fénysugaraknak szövetkárosító hatása sem ismeretlen már sok laikus előtt. Sokkal fontosabb azonban az egészségápolásra a fény hiányának jelentősége, mint a fénynek a feleslege. Jelentősége kettős. Ártalmas alsóbbrendű lények, mindenekelőtt az u. n. baktériumok a fényben tönkre mennek, míg az emberi test csak jobban nő és egészséges marad, ha a fény bizonyos foka jut neki osztályrészül. Tehát kettős egészségi előnyt érünk el, hogy ha elég fényt hagyunk lakó-

háló- és dolgozó helyeinkbe jutni, leküzdjük a jelenlevő vagy odajutó, egészségünket veszélylyel fenyegető alsóbbrendű lényeket és előnyös feltételeket szerzünk testünknek fejlődésére, megerősítjük azt az életküzdelemre. Levegő és fény, ez a két hatalmas, pótolhatatlan és mégis oly olcsó segédeszköze az egészségápolásnak!

Van még más, az egészségre nézve jelentőségteljes fizikai erő; így a légnyomás és pedig akár szokatlan magas, akár szokatlan alacsony, különösen azonban, hogy ha gyors változást szenved, a legkülönbözőbb életfolyamatokra zavaró, kedvezőtlen befolyást gyakorolhat, mely pl. gyors változásnál igen magas, mesterségesen előállított nyomásból alacsonyra oly nagy lehet, hogy hirtelen halál lép fel.

Különböző körülmények összehatása képezi alapját az évszakok és klíma egészségre való hatásának. Minden évszak magában rejt különös egészségbeli veszélyeket, melyek részint a szél- és időjárás-, meleg- és világítás-,

étel- és ital-, lakás- és ruházattól, a tevékenységtől és a nyugvás módjaitól függnék, részint a betegségokozó alsórendű lények előfordulásával, elterjedésével és lehető átvitelével állanak összefüggésben. Hasonlóan áll a dolog az éghajlat egészségbeli jelentőségére vonatkozólag, minél kedvezőbbek valamely helyen a feltételek a betegséget okozó élősködők előfordulására és átvitelére az emberre, annál veszélyesebbnek fog e hely bizonyulni, emellett azonban kétségkívül az időjárás a levegő hőmérséklete, légnedvesség, légmozgás különbözősége szintén nagy jelentőséggel bírnak, annál inkább, mert egyrésztől önmagukban bizonyos közvetlen hatást gyakorolnak az életfolyamatokra a testben (testhő, vérkeringés, bőrműködés s. i. t.), másrésztől az emberi tevékenységet, az egész életmódot befolyásolják és evvel ismét közvetve bizonyos fontossággal bírnak a test életfolyamataira.

Klima.

Ez az indirekt vagy direkt behatás egészség szempontjából különösen akkor lehet kedvezőtlen, hogy ha a klimának tartós változása történik. Mi, a mérsékelt földöv lakói, az évszakok változása által némiképen az éghajlatnak szabályszerű változásához szoktunk hozzá, de nem vagyunk képesek óvó intézkedések nélkül tartósan téli klimát vagy nyári klimát elviselni, az utóbbit még sokkal kevésbé, mint az előbbi. Minden ember tehát, ki egyik vagy másik kolóniát választja székhelyül, minden körülmények közt súlyos éghajlati veszedelmeknek teszi ki magát, melyek annál fenyegetőbbek lesznek, minél inkább kísérli meg a kolonista, hazai klimához szokott életmódját, munkáját, táplálékát, italát, ruházatát és lakását az új hazában is megtartani. A tropikus vidékeken másnak kell lenni az egészségápolásnak, mint a régi hazában, de ha még oly gondos és jól vezetett is az, teljesen nem számüzheti az

idegen éghajlat veszélyeit, sem azokat, melyekkel főképp ama forró vidékeken tartózkodó, kórokozó, kisebb-nagyobb élősdiek fenyegetnek, sem ama másokat, melyek a megváltozott időjárási viszonyokkal vannak összefüggésben. Az embereket ez élősdiek ellen a tropikus vidékeken is megóvni mindinkább fog sikerülni, ebben a tekintetben az egészségápolás sokat érhet el, az időjárás veszélyei ellen még a legjobb egészségápolás sem fog teljes védelmet szerezhetni.

Chemiai kórokok.

Az egészségzavarók harmadik csoportját a kémiai kórokok képezik, a közönségesen ugynevezett mérgek. A szűkebb értelemben vett mérgezések (intoxicatiók) mellett, melyeknél kémiai, egészséget zavaró anyagok kívülről jutnak a testbe, vannak oly kémiai anyagok okozta egészségzavarok is, melyek előbb a testben magában keletkeznek. Ezekben az esetekben általában önmérgezésről (autointoxicatio) beszélünk, de az esetek nem

mind egyformák, amennyiben az ártalmas chemiai anyagok ugyan a testben, de kívülről bevitt anyagokból keletkezhetnek, főleg a bélcsatornában, míg más esetekben az átalakulás, az anyagcsere termékei, a testalkatrészekből magukból állítják elő az egészséget zavaró mérgeket. Mindkét esetben a végső oka az önmérgezésnek rendszerint a testen kívül van, másokban (köszvény, a cukorbetegség bizonyos formái s. i. t.), úgy látszik a test konstitúciójában van, amely ezek szerint akkor abnormis, egészségtelen, keletkezésük azonban még teljesen ismeretlen.

Chronicus hatások különösen az alkoholnál.

Igen figyelemreméltó és az egészségre nézve felette fontos jelenséget nyújt sok chemiai egészségszavaró, annyiban, amennyiben a test bizonyos mértékben hozzájuk szokhat, úgy hogy legalább az akut, azaz korai, közvetlenül a méregbevezetés után fellépő egészségszavarok mindig kisebbek lesznek, illető-

leg mindig nagyobb mennyiségű mérget kell a testbe bevinni, hogy az heveny következményes állapotot, azaz mérgezési tüneteket okozzon. Ily megszokása a méregnek előfordul maró és gyuladást okozó mérgeknél, mint a sublimát-tal és arzénnel, különösen félő ez azoknál a mérgeknél, melyek bénítólag hatnak, morphiumnál, aethernél, chloral, chloroform és hasonlóknál, de legjobban ismert a legveszedelmesebb, mert legjobban elterjedt, ilyen méregnél, az alkoholnál, borszesznél, amint ez a sörben, nagyobb mennyiségben a borban, a legnagyobb és legártalmasabb mennyiségben és minőségben a pálinkában és a finomabb likőrökben fordul elő. Minél kevésbé könnyen jöhetnek létre ezen mérgek által a heveny, majd ismét elmuló egészségzavarok a méregnek megszokása következtében, annál biztosabban lépnek fel lassan és lappangva kifejlődő, azonban ezért annál tartósabb zavarok, melyek különösen az alkoholnál nemcsak a különböző zsigereket illetik, testi elváltozásokat okozván, ha-

nem a szellemi tevékenységnek feltartóztatlan megromlását is eredményezik. A test annyira hozzászokik a méreghez, háztartását némiképen annyira berendezi ennek felvételére, hogy vészedelembe kerül, hogy ha e bevitel hirtelen megszakad. Így keletkezik eme ártalmas körforgás, mindig nagyobb bevitel, mindig fokozódó szükséglet és mindig nagyobb károsítása a testnek és léleknek. A kör azonban megszakadhat; ha ez csak nagy óvatossággal történhetik is, a test kívánsága teljesítetlen maradhat, leszoktatást lehet keresztülvinni, úgy hogy a megszokott méreg utáni vágy megszűnik és a test visszatér ismét normális útjához. A szociális egészség-ápolás egyik legfontosabb feladata az alkohol élvezését lehető ártalmatlan módon visszafejleszteni. Haladéktalanul fel kell a népet világosítani és behatóan kifejtetni előtte, hogy az alkohol nem élelmiszer, hogy ugyan rövid időre a működés- és munkaképességet fokozni tudja, de a visszahatás kimaradhatatlan, és hogy lappangó méreghatás akkor

is fellép, ha az egyes alkalommal felvett mennyiségnek acut mérgezés, azaz részegség nem következménye. Még annak sem, aki nehéz munkát végez, sincs szüksége alkohol-bevitelre, de általa, ha kis mértékben is túloz, nemcsak magát teszi ki súlyos veszélyeknek, hanem még utódait is a legnagyobb fokban veszélyezteti. Az alkohol egész családokat a testi és szellemi bukáshoz vezet.

Parasitaer kórokok.

Chemiai hatásokon nyugszik az élősdiék által előidézett egészségzavarok nagy része is, és pedig érvényes ez ugy a nagyobbakra, melyek főcsoportját a bélférgek képviselik, mint különösen a legkisebbekre, csak mikroskoppal felismerhető lényekre (mikroorganizmusok), melyek főleg a ragályos betegségeket, elsősorban a járványokat okozzák. Ugy az óvó, mint a helyreállító egészségápolásra nézve nagy fontosságu ez a tény, mert mérget ellenméreggel lehet leküzdeni. Mindenki bizonyára egész világosnak fogja ta-

lálni és magától érthetőnek tekinteni, hogy a közönséges mérgezéseknél főleg két eljárást használnak nevezetesen először lehető gyorsan igyekeznek a mérget a testből kiküszöbölni és másodszor kísérletet tesznek, a testben jelenlevő és gyorsan el nem távolódó mérget más bevitt chemiai anyag, ellenmérreg által ártalmatlanná tenni, amennyiben az ellenmérreg által más, nem mérges testté igyekeznek átalakítani. Nagy mértékben csodálatos az, hogy az u. n. természetorvosok a publikumot tévutra vezetik igen gyakran azon mérgekkel szemben, melyekkel az orvosok, akár hogy a ragályos betegségtől védjenek, akár hogy ezt meggyógyítsák, az embereket kezelik, állítólag „megmérgezik“. Az orvosilag alkalmazott mérgek épen ilyen ellenmérgek az alsórendű élősdiek hatékony mérge ellen és magától értetődő, hogy mint a közönséges ellenmérgeknel, ugy itt is csak olyan anyagok alkalmazhatók, melyekről biztos, hogy maguk nem ártalmasak, mert ez különben azt jelentené, hogy az ördögöt

fenével üzzük ki. Bizonyos hatást természetesen kell ezen anyagoknak tulajdonítani, gyakran az is a céljuk, hogy a testben elváltozást okozzanak, ez a változás egészségzavart is képviselhet, de ez csekély, gyorsan muló, melyet bizonyára szívesen tűrünk el, ha vele súlyos zavartól meg lehet menekülni.

Méreg és ellenméreg.

Az is további fontos tény, hogy a másik feladatot, ami a közönséges mérgeknek a testből való eltávolításának felel meg, a bélférgek egy számánál elérhetjük, amennyiben kémiai anyagokat kebelezzünk a testbe, melyek ugyan az élősdieket károsítják és emberi gazdájuk elhagyására készítetik, de magának a gazdának jelentékeny kárt nem okoznak. Mindenki a nép közül egészen magától értetődőnek fogja találni, hogy a férgeknek, melyek a bélbe befészkelődtek, elűzésére elhajtó szereket, kémiai anyagokat, mérgeket oly mennyiségben viszünk a bélbe, hogy a bél és egyéb testrész nem, a féreg

azonban károsítva lesz. Miért van mégis máskép és mért alkarnak ez ellen szabadkozni, ha a modern orvostudomány chemiai, mérges anyagokat alkalmaz a legkisebb, a vérben és szövetekben jelenlevő egészségzavarók ellen, bizonyára nem azért, hogy őket a test elhagyására kényszerítse, ez széles elterjedésüknél és a szövetek belsejében való megtelepedésüknél fogva lehetetlen, de hogy őket megölje és ez által mindig új mennyiségű ártalmas méregnek a termelését megakadályozza? Mindenki, kinek az a szerencsétlensége volt, hogy váltólázt szerezzen magának, és ki saját magán ismerte meg a chinin áldásos hatását, egy pillanatig sem fog gondolkodni azon, hogy nemcsak minden újabb rohamnál ezt — a magában véve mérges — gyógyszert alkalmazza, még ha tudja is, hogy mulandóan fejfájást, fülzúgást és hasonló zavarokat okozhat, mert ezek kis, mulékony bajok, ellentétben a nagygyal, melyet teljesen elnyom, hanem még a lázmentes időben is szabályszerűleg chininnel

fogja magát „megmérgezni“, mint az u. n. természetorvosoknak kellene mondaniok, hogy új lázroham kitörését megakadályozza. Ugyanezen intézkedéseket azonban bizonyára a még nem lázas beteg is szívesen alkalmazza, hogy magát a betegségtől megóvja, ha kénytelen azon körülmények közt élni, melyek a megbetegedés veszélyének teszik ki. Az egészségápolás érdekében remélni lehet, hogy az orvostudomány még elég sok ily „mérget“ ismer meg, melyekkel a betegséget okozó alsórendű lényeket vagy elpusztíthatjuk, vagy legalább az életműködésük által keletkező ártalmas anyagokat ártalmatlanná tehetjük.

Élősdiek hatásmódja.

Egyébiránt, hogy a félreértéseket elkerüljük, meg kell még jegyezni, hogy ártalmas chemiai anyagok termelése nem az egyedüli kedvezőtlen hatásmódja az élősdieknek, hogy ez a képesség nem jár mindegyikkel és az illetőkkel sem egyforma mértékben, hanem

még mechanikus zavarokat, a szövetek károsítása, fontos testalkatrészek elhasználása által (pl. vörös vérsejtek) okozott zavarokat és hasonlókat is okozhatnak.

Vége legyen még megemlítve a legkisebb, legártalmasabb élősdiekre vonatkozólag, hogy java részben a növényekhez tartoznak, a gombákhoz, és pedig a hasadó gombákhoz, vagy ma közönségesen úgynevezett baktériumokhoz, hogy azonban már ma is súlyos egészségzavarok ismereteseek, csak az épen előbb említett váltólázt nevezem meg, melyeket nem a baktériumok, hanem a legapróbb állatok, az u. n. protozoák okoznak, és el lehet várni, hogy a haladó tudomány épen ebben az irányban bizonyos felvilágosításokat fog hozni. Vajjon e felvilágosítások vonatkoznak-e majd a rákbetegségekre, mint sokan remélik, sőt biztosan várják, egyelőre nem tudjuk, annál is inkább, mert távol vagyunk attól, hogy ezen betegségekre bizonyítva lássuk azt, hogy szükségképen parazitáknek kell őket okozni, de igenis lehet

reményünk egy sorára: azon betegségzavaróknak, melyeket ma még infektiosus betegségek okozóknak kell hibásan neveznünk, ellenében az infektiosus parasitaer kórokozókkal, mert még mostanáig a parazitákat náluk nem ismerjük.

Infektiós betegségek.

Infektiosus vagy infektiós betegségeknek azokat nevezzük, melyek úgy fellépésükre vonatkozólag általában — csoportos fellépése egyes betegségeseteknek bizonyos helyeken, endemiák, csoportos fellépése egyes betegségeknek időbeli és térbeli egymásutánban különböző helyeken, gyakran érthetően egy endemikus fészekből, epidemiák, — mint az egyes betegség-esetekre vonatkozólag is sajátos jelenségeket nyújtanak, melyek által minden más betegségtől különböznek, habár egyesekkel, különösen nagyobb paraziták által okozottakkal és a mérgezésekkel bizonyos érintéspontot és egyező vonást is bírnak.

A legfontosabb sajátosságuk az, hogy a betegségokozó infektiósus anyag hatásának kezdetével az életfolyamatok beteges zavarai nem lépnek fel, hanem a tipikus betegség-tünetek kitöréséig bizonyos idő telik el, mely néhány órától több napig és hétig, ritkán hónapokig változhat. Ezt a közbeeső időt inkubációs időnek nevezzük. Az infekció beáll az inkubációs idő kezdetén, az infektiósus betegség a végén, tehát nem szabad infekció és infektiós betegség szavakat egymással felcserélni, mert ez következménye amannak, tehát némileg a gyümölcs, mely ama csírmagból keletkezett. Amint az egyik csírmagnak több idő kell, míg kicsirázáshoz és gyümölcs-hozáshoz vezet, úgy az egyik infekció gyorsabban, a másik csak hosszabb idő után vezet infektiós betegség kitöréséhez, amint azonban egy és ugyanazon fajta mag eredete szerint és azon körülmények kedvező vagy kedvezőtlen volta szerint, melyek közé jutott, gyorsabban vagy lassabban, erősebben vagy kevésbé erősen fejlődik ki, úgy azt lát-

juk, hogy egy és ugyanazon infektiósus betegség majd hosszabb, majd rövidebb lapangási idővel birhat, amint hogy majd súlyosabb, majd könnyebb formában jut felszínre.

Másik említésreméltó tulajdonsága a ragályos betegségeknek az aránytalanság az ok és a hatás között. Láthatatlan a felfegyverzetlen emberszem előtt az infektiósus anyag és mégis elég ahhoz, hogy a legsúlyosabb, gyakran az egész testben elterjedő beteges zavarokat okozza. És evvel egy harmadik tulajdonság van a legszűkebb összefüggésben, az infektiósus anyagnak a testben való szaporodása, ennek legalább egy időn át tartó állandó képzése, úgy hogy oly mennyiségben van jelen, hogy az infekció egy betegről számtalan egészséges emberre vihető át, hogy százak-, sőt ezreket fertőzhet ez az egy egyén.

Az infektiós betegségeknek parazitáinak kell lenni.

Ezek a csodálatos jelenségek a régi idők orvosai előtt sem maradtak elrejtve és a betegségokozók sajátságairól való elmélkedésre ösztönöztek. Miután a betegségi jelenségek lefolyása gyakran hasonlóságot mutatott az erjedés lefolyásával egy folyadékban, vagy a savanyított kenyérkovászbán, úgy már régi idő óta a kovász görög nevéből kiindulva (zyma) zymoticus betegségekről beszéltek és felvilágosodott orvosok már a múlt század közepén azt a nézetet vallották, hogy mint a kovász erjedése élő ok, az élesztő által okoztatik, úgy az infektiós betegségek élő okkal bírnak, parazitair betegségeknek kell lenniök. Csak a legkisebb élőlényeknek, mint az infektiós betegségek okozóinak felvétele által van a lappangás az inkubáció, az ok és hatás közötti aránytalanság, és infektiós anyagnak a beteg testben való újképzése megmagyarázva, csak ezen és semmi más módon. Ez akkor még

tisztán elméleti álláspont volt, melyre a bizonyíték legkisebb élő lények, mikroparasiták, alakjában még nem volt megadva, közben azonban mindig új infektiós betegségekre lett bebizonyítva és mindig biztosabb lett az összes infektiós betegség mikroparasitáir természetének a tana, de a mindig gondosabb tanulmányozása a betegségeknek még oly betegségek infektiós természetét is felismerte (pl. a syphilisnek, tuberculosisnak), melyeket azelőtt nem soroltak az infektiós betegségekhez:

Ezek után bizonyossággal várható, hogy a ma még ismeretlen okkal bíró infektiós betegségekre nézve is a jövő a követelt mikroparasitákkal megismertet bennünket, sorakozzanak ezek bár az eddig ismert legkisebb növényekhez, a baktériumokhoz, vagy a legkisebb állatok, a protozoák sorozatába. Akkor a negyedik és ötödik csoportja a betegségek okozóknak, a parasitáir és infektiós kórokok, melyek ma még csak részben, ha ugyan öröndetes módon már a nagyobb

részben vannak felfedezve. teljesen egyesíthető lesz, mert ekkor minden infektiós kórokozót parazitárnek állíthatjuk.

Immunitas és dispositio.

De már most, midőn még e célt teljesen el nem értük, szabad, miután már oly közel jutottunk hozzá, eredetükre nézve még teljesen fel nem derített infektiós betegségekre vonatkozólag ugyanazokat az egészségügyi óvintézkedéseket irányadónak venni, melyeket a biztosan parazitair ragályos betegségekre nézve mint szabályokat felállítottak. Ez annál jobban megokolt, mert egy további fontos jelenség egyenlő mértékben lép fel az infektiós betegségeknél, úgy a bebizonyított parasiteknél, mint a még ismeretlen okuaknál, t. i. nagy fontossága azon körülményeknek, melyek közt az infektiós anyagok hatáshoz jutnak, a talajnak, melyen behatolásuk történik. Ha ez úgy van megalakotva, hogy valamely módon az infektiós anyagnak a megtapadása, a behatolása, a

hatása bármely irányban megzavartatik vagy megakadályoztatik, akkor immunitásról beszélünk, megfordítva, ha a betegség keletkezése valami módon, valamely a testben nyugvó körülmény folytán megkönnyítettik, elősegítettik, úgy hajlamosság, dispositió van az illető betegséggel szemben jelen. Ha a dispositió vagy immunitás mindenütt a testben fellép, úgy ez általános, ha csak a testnek egyik vagy másik részére szorítkozik, úgy részleges (partialis), vagy helyi (lokalis) immunitás vagy dispositió van jelen.

Védőoltások.

Ilyen immunitás vagy dispositió ugyan többé vagy kevésbbé nagy szerepet játszik minden betegségnél, de semmi más csoportnál sem oly nagyot, mint az infektiós betegségeknel. Infektiós anyag nélkül természetesen soha sincs infektiós betegség, de soknál az infektiós anyag egyedül nem elégséges a betegség előidézésére, hanem még kedvező körülményeknek kell hozzájönni, dispositió-

nak kell jelen lenni. Az egészségápolásnak tehát egyenlő mértékben kell az infektiós anyag és a dispositio ellen irányulni; az immunitást kell elősegítenie. Épen a még parasiteknek be nem bizonyított infektiós betegségek közt vannak olyanok, melyeknél az első követelményt teljesíthetjük, — mert syphilisnél kétségkívül direkt támadja meg a higany a kórokozót, — de hozzájuk tartozik az a betegség is, melyiknél először sikerült biztosan bebizonyítani, hogy maga a betegség okozójával szemben immunitást hagy hátra a testben, a himlő, melynél nemcsak súlyos emberi himlő kiállása, hanem juh-himlő átoltása útján keletkező csekélyfoku betegség erős általános immunitást képes okozni. Ez vezetett a fontos hygienikus intézkedéshez, az általános himlőoltáshoz, mely ismét más hasonló védőoltások kiindulását képezte, melyekről minden hozzáértő csak remélheti és kívánhatja, hogy számuk az orvosi tudomány útján mindig jobban szaporodjék.

Miután az előbb felsorolt egészségzavarók közül állandóan, vagy időnként sok be-
hat a mai kultúremlerre, evvel érintkezésbe
jutnak, külső felületén megtapadnak vagy
belső üreibe, különösen az emésztő és légző-
rendszerébe bejutnak, miután az sem ma-
radhat ki, hogy ártalmas, élettelen, különö-
sen azonban élő, egészségzavarók előidézé-
sére alkalmas anyagok kerüljenek a test vé-
rébe és szöveteibe, nagy fokban csodálatos,
hogy ennek dacára még azoknál az emberek-
nél is, kik semmi különös egészségápolást
sem üznek, az egészség a szabály, nagyobb
és tartós zavarok kivételt képeznek. Vannak
betegségokozó (u. n. pathogen) baktériumok,
melyek mindenütt jelen vannak, melyektől
egy ember sem védheti meg magát, aki má-
sokkal érintkezik, és amelyek mégis csak
egyes esetekben és különös körülmények
közt lesznek ártalmassá. Honnan van ez?

A test védelmi és ellenállási berendezései.

Épen az egészségápolás szempontjából ez a tény különösen nagy fontosságu, mert mindenki előtt világossá teszi, hogy nem egyedül épen a külső kórokok a fontosak és mértékadók az egészségzavarok keletkezésére, hanem hogy itt még más körülmények, mondhatjuk más erők hatnak közre, melyek a külső, tulajdonképeni kórokok ellenében hatnak. Itt szabályozó berendezésekről, a test legkülönbözőbb védelmi és ellenálló berendezéseiről van szó, melyek közül mindig újakat ismertet meg a tudomány, melyek a külső behatások elleni ellenálló erőt fokozzák, melyek ártalmas testeknek a megtapadását megakadályozzák, melyek a behatol-
takat ártalmatlanná teszik az élő kórokozók elölése folytán, mérges chemiai anyagoknak nem mérgeessé változtatása útján, kártékony termények kikapcsolása, kiküszöbölése vagy betokolása útján, chemiai anyagok kiválasztása útján, vagy a testnek az élösdi apró lé-

nyektől való elválasztása által s. i. t. Ezek az eszközök, melyek némiképen a testnek a fegyvereit képezik abban a küzdelemben, melyet egészségének megtartására az egészségkárosítókkal szemben vezet, ezen küzdőfegyverek tehát nincsenek mindig egyenlő módon és egyenlő hatékonysággal jelen, a testnek bizonyos természetes állapotai, kifáradás, éhezés által ép oly kedvezőtlenül lehetnek befolyásolva, mint bánat és gond, minden fajta kedélyi befolyás által, rossz, kedvezőtlen életviszonyok, hiányos, alkalmatlan vagy elégtelen táplálkozás, ruházat, lakás s. i. t. útján gyengíthetők; a foglalkozás különösségei, ipari ártalmak leszállíthatják működéskéességét, különösen azonban betegségek hozhatják létre és idézhetik elő következményként a kiegyenlítő erőknek a zavarát.

Sebzés utjáni károsítása a védő erőnek.

Igy sebzések útján a testfelület védőborítékát szétroncsolhatjuk és ezzel a kórokozóknak abnormis belépési helyet teremthe-

tünk, hasonlóképen roncsolások vagy egyéb mélyebbre ható változások, akár tisztán mechanikusan, akár a fellépett chemiai elváltozások folytán, akár az élő elemek tevékenységének zavara folytán a vérben keringő élősdiéknek megtelepedését és megtapadását elősegítik, melyek enélkül talán a test védőereje útján elpusztultak és ártalmatlanná tétettek volna. Még ott is, hol a seb meggyógyult és behegedt, még mindig tovább áll fenn a szabályozó erőknél zavara, mert látjuk, hogy épen a hegek ismét újabb zavarok székhelyei, különösen daganatképződések kiinduláshelyei lehetnek.

A védőerőnek károsítása más kórokok által.

Nincs máskép a fizikai kórokokkal sem; égési sebek és égési hegek ép úgy viselkednek, mint mások; a megfagyott tagokban csaknem mindig rothadási élősdiék telepednek meg, melyek a nedves üszköt okozzák, amely útján ismét, amennyiben oldott egészségre ártalmas anyagok nyomulnak a test

nedveibe, az egész test károsíttatni fog. Mindekelőtt azonban a meghülés vezet a szabályozó erőknek károsításához. Ez különösen alkalmas arra, hogy helybeli változásokat okozzon, mely a mechanikus zavarok következményeinél is szerepet játszik, nevezetesen az ellenállás változása által, melyet a szövetek az apró lények behatása ellen gyakorolnak, minek folytán e lényeknek, melyek talán eddig a szövetek felületén (a légcsőben és ágaiban, a bélben s. i. t.) ártalmatlan életet folytattak, miközben csak a test ürülékeiből táplálkoztak (u. n. saprophita élet), lehetővé tétetik, hogy a szövetekbe behatoljanak, vagy legalább azokat általuk termelt mérges anyagokkal, melyek most ezen a helyen nem tehetők ártalmatlanná, beteggé tegyék, gyuladásba vigyék, elpusztítsák, s. i. t.

Miután chemiai mérgek is okozhatják a felület elpusztulását, a szövetek ehalását, az elhaltnak következményes feloldásával, tehát a fekélyképződést és hegképződést, úgy

rájuk nézve is érvényes lesz e tekintetben az, mit a többi egészségzavarókról mondtunk, ezenkívül épen a chronikusan ható mérgek, mindenekfelett az alkohol azok, melyek nemcsak az idegsejteket károsítják súlyosan és ellenállásra képtelenné teszik, hanem sok más szövetet is, elsősorban a szívet. Sok iszákos hal meg enyhe tüdőgyulladásban, mert a megkárosított szív a magában véve csak kicsiny és egy egészséges szerv által könnyen legyőzhető, ártalmat nem viseli ki, hanem beszünteti működését, úgy hogy az ember, mint mondani szokás, szívhűtésben tönkre megy. Az alkohol volt a végső ok, mely őt megölte.

Vegyes infektio, betegségre való hajlam,

Új egészségzavaroknak a meglevők után való elősegítését látjuk különösen a mikroparasitair és infektiosus betegségeknél. Ugyan az alsórendű lények közt is előfordul létért való küzdelem, kölcsönös károsítás, de ez nem szükségszerű, kettő vagy több fajta is

élhet egymás mellett gyengítetlenül, sőt az sincs kizárva, hogy némelyek kölcsönösen növelik hatásukat, úgy hogy egyiknek az ártalmas volta a másik jelenléte által erősítettik. E módon igen komplikált egészségzavarok keletkeznek, melyeknél már kezdettől fogva kettő vagy még több kórokozó együttesen jutott hatásra (vegyes infekció) vagy először csak az első és ezután a megváltozott viszonyok folytán a második (sekundär infekció). Ily egyesült tevékenysége az infektiós kórokozóknak rendkívül nagy szerepet játszik számos infektiosus betegségnél, melyek közül fennebb a tuberculosis és diphteria említve volt. Ha a test szabályozó erői, akár veleszületetten, akár szerzett okoknál fogva gyengítve vannak, a külső okokkal szemben elégtelenek, ha tehát kiegyenlítő hatásukat elegendő módon nem tudják kifejteni, akkor az egészség zavara, betegség lép fel; mint belső vagy praedisponáló kórok, mint betegségre hajlamosító érvényesül minden, ami a test ellenállási erejét gyengíti, a külső kór-

okok hatását kedvezővé teszi minden, ami azt okozza, hogy az egészségzavarók és a test kiegyenlítő erői közti küzdelem az utóbbinak rovására dől el.

Ezek az erők és eszközök azonban azok is, melyek az egészség helyreállítását okozzák, miután az meg volt zavarva; nincs különös gyógyító erő, hanem ami az egészség megtartására alkalmas, általában az helyreállításánál is fontos. Itt nemcsak a kórokok, különösen a paraziták elleni küzdelemről van szó, hanem a károsított testrészeknek táplálkozás utjáni helyreállításáról, minden fajta beteges váladékoknak az eltávolításáról (izzadmányok, elhalt részek, behatoló idegen testek) a veszendőbe ment vagy használhatatlanná lett alkatrészeknek a pótlásáról. Természetesen a teljes megoldása ennek a feladatnak, sajnos, nem mindig lehetséges, de általában nyujtsuk azt, ami az adott körülmények közt lehetséges. Különösen a felbőr által nyujtott védőfedő a bőrön és a nyálkahártyákon még kedvezőtlen körülmé-

nyek között is gyakran ismét helyreállítható és evvel sok ártalom számára a behatolási kaput ismét elzárjuk.

Aktiv és passiv immunitas,

Ezen, az egészségzavarok keletkezéséről és újra eltűnéséről való ismeretekből vonható le az egészségápolás feladata. Elöl áll a külső egészségzavarok elleni küzdelem, a direkt, amennyiben ezek; amennyire lehetséges, a testtől távoltartatnak, vagy ha behatoltak, elpusztíttatnak vagy eltávolíttatnak, az indirekt, amennyiben a szabályozó erők, a test ellenállási és küzdelmi eszközei lehetőleg támogatva és erősítve lesznek. Ez úgy történhetik, hogy a testnek az élő kórokozók ellen alkalmas különféle küzdőeszközt szerzünk, akár oly módon, hogy kényszerítjük, hogy maga képezze azokat, mint ez a himlőoltásnál és más hasonló védőoltásnál történik, akár úgy, hogy az anyagot készen vezetjük be és megkíméljük a fáradságtól, hogy azt előállítsa, mint ez a diphteria elleni serum-

oltásnál és más hasonló védő vagy gyógyító eljárásnál történik. Az eljárás első módját aktiv immunizálásnak nevezzük, mert a test tevékenyen közreműködik, az utóbbit passivnak, mert a test csak felvesz, befogad, anélkül, hogy önállóan beleavatkoznék. Ily passiv viselkedés van ott is jelen, hol a zavarokat, melyek fontos anyagoknak a kiesése, hiánya által idéztetnek elő, melyeket különböző mirigyek választanak ki, úgy győzzük le, hogy a hiányzó anyagot mesterségesen visszük a testbe (u. n. organotherapia).

Különböző kórokozók elleni küzdelemről van itt szó; minden egészségzavaróval szemben az általános eljárások nagy száma áll rendelkezésünkre. Első sorban alkalmas életmód, különösen célszerű táplálkozás, azonszervek szabályos működéséről való gondoskodás, melyek főképen a használhatatlan anyagokat távolítják el a testből, tehát a vizezés és bélsár-kiürülés szabályozása, munka és pihenés szabályozása, testi és szellemi pihenés, az alvás megszerzése, mindenféle ár-

talom távollartása úgy, mint az egészség-
 ápolás ezen könyvtárának egyes köteteiben
 az egyes esetekre nézve pontosan ki van
 fejtve.

Minden további nélkül világos, hogy az
 egészségápolás követeléseiről függnek az orvosi
 tudománytól, különösen a külső és belső kór-
 okok ismeretétől. Miután ezek nincsenek be-
 zárva, így az egészségápolás mai követeléseiről
 sem tekinthetők minden időre nézve szilár-
 dan fennállóknak; ismeretünk mindenkori ál-
 lásához kell ezeknek alkalmazkodni, tehát
 változásokat szenvedhetnek, ha új ismerete-
 ket szerzünk. És az, ami a jövőre nézve érvé-
 nyes, az érvényes hasonló módon a multra
 is. Csak kevés idő, egy emberöltő óta van
 megállapítva a pontos ismerete a parasitár
 kórokoknak, mindenek közt a legfontosab-
 baknak, ennél fogva magától értetődő, hogy
 éppen ezekkel szemben azelőtt csak igen tö-
 kéletlen ellenállási és helyreállítási egészség-
 ápolás volt lehetséges. Mindamellelt oly régi
 az egészségápolás története, mint az orvos-

tudomány története, mert az általános életviszonyoknak az egészség megtartására való jelentősége az élesen megfigyelő, régi kultúrnépeknek a figyelmét nem kerülhette el.

Egészségápolás az ókorban.

Igy már a régi Egyiptomiakról tudjuk, hogy az általános egészségápolásra vonatkozólag csatornákkal, vízvezetékekkel voltak ellátva, és hogy legalább a papságnál étkezési szabályok, a bőrápolásra vonatkozó előírások, mint a személyi egészségápolás eszközei voltak jelen. Általánosan ismert az a számos rendszabály, melyet a zsidók törvénye ugy az általános, mint a személyi egészségápolásra vonatkozólag adott. Ez az indiaiak orvosi írataiban sincs elhanyagolva, melyek behatóan foglalkoznak a táplálkozás, jó ivóviz, a test és száj (fogápolás) tisztaságának s. i. t. fontosságával. Az éghajlatváltozás ártalmait is ismeretesek voltak az indiai orvosok előtt, és írataikban utalás van arra vonatkozólag, hogy a táplálkozás-

nak, alvásnak, munkának s. i. t. az idegen klíma viszonyaihoz kell alkalmazkodni, hogy egészségesek maradjunk.

Igen sok történt a görög köztársaságokban is a polgárok egészségének az előmozdítására, különösen a helyes gyermeknevelés fontosságát szellemi és testi tekintetben emelték ki a törvényadók és a világbölcsek, testgyakorlatok ápolását, a szokásokban mértékletességet és egyszerűséget ajánlottak. A jó levegő és jó víz nagy fontosságának a híres tudós Aristoteles, a következő szavakban ad kifejezést: az, amit a test leginkább és leggyakrabban szükségel, van a legnagyobb befolyással az egészségre. Ez leginkább a levegő és a víz.

Hogy mily fontosságot tulajdonítottak a rómaiak a víznek, nemcsak élvezeti szernek, hanem mint a bőrápolás és a testápolás eszközének fürdők alakjában, arról még ma is tanúságot tesznek a hatalmas vízvezetékek maradványai mindenütt, hol rómaiak laktak, a nyilvános és magán fürdőberendezések,

melyek régi városok kiásásánál Itáliában és másutt napvilágra jutottak.

Egészségápolás a középkorban.

Sajnos, mint minden más, úgy az egészségápolás ezen vivmányai is a római biródalom bukásával legnagyobbbrészt veszendőbe mentek és a kifejlődés, melyet a keresztény tanok a középkorban elértek, nem volt alkalmas arra, hogy a testi javak ápolását előmozdítja, annál kevésbbé, mert az orvosi tudomány teljesen pangott, különösen a betegségek keletkezéséről és elterjedéséről való ismeretek teljesen elégtelenek voltak. Ámbár még a keresztény tanok szerint is az ember az Isten képmására lett teremtvé, tehát fel lehetett volna venni, hogy arra érdemes feladatnak tekintse, hogy az isteni képmást, úgy mint azt a teremő keze megalkotta, tartsa meg, evvel szemben a testet a lelki tökéletesedéssel szembenállónak tekintették, melyet megkárosítani vagy rosszul kezelni érdemes, Istennek tetsző cselekedet lenne.

Ennek a következménye volt az, hogy nemcsak az egészség megtartására nem tettek semmit, hanem még ellenkezőleg, ezt direkt károsították, mert a mosdatlan, sanyargatás és böjtölés által működési és ellenállási képességében legyengített test volt különösen alkalmas arra, hogy ragályos betegségeknek, melyek évszázadok lefolyása alatt a világot oly gyakran átjárták, áldozatul essék.

Ezen járványok okának, elterjedésük törvényeinek kutatására nem volt semmi alap, míg azt hitték, hogy a betegség bűnök folytán jött a földre és jól megérdemelt büntetése az égnek, vagy a csillagzatok különös állásának lenne a következménye, míg a betegségben idegen dolgot láttak, ördögöt, mit csak szellemi fegyverrel lehet elűzni, parasztát, mely függetlenül a testtől, abban életet folytat és mozgást végez. Csak midőn az egészséges, valamint a beteg testet természettudományilag kezdték tekinteni és vizsgálni, midőn az egyes betegségek keletkezésének, valamint a járványok keletkezésének

és elterjedésének is a feltételei, mindig biztosabban és világosabban lettek megállapítva, csak a kórokozók megismerésének újabb haladásával, melyet a múlt század utolsó fele hozott meg, tehetett megfelelő lépéseket az egészségápolás is — és tette is azt eddig soha nem tapasztalt módon és mindig jobban jutott minden orvosi tevékenység előterébe.

Az új kor egészségápolása.

A mai egészségápolás általános és különös követelményeket állít fel. Hogy ezeknek eleget tegyünk, a hatóságoknak, az államnak, a községnek egyesekkel és a családokkal együtt kell működni. Némelyik csak a hatóság útján vihető ki. A nyilvános egészségápolás tárgya: a vízellátás, a csatornázás, a hulladékok eltávolítása, a nyilvános vizek tisztántartásáról való gondoskodás, az építkezés szabályozása, általános lakáshygiene, iskolai egészségápolás, általános táplálék és élvezeti szer hygiene, vágóhidak berende-

zése, ipari egészségügy, nyilvános fürdőhelyek, üdülő-, gyógy- és menhelyek felállítása, általános intézkedések fenyegető epidemiák elleni védekezésre és kitört epidemiák leküzdésére s. i. t. Már előbb utaltunk arra, hogy itt az egyén személyes szabadságának korlátozását a köz érdekében meg kell engedni, hogy cselekedetét és annak korlátozását az általános jólét követelményei szerint kell berendeznie.

Személyi egészségápolás.

Kétségtelenül nagy fontosságuk a nyilvános egészségápolás intézkedései, de soha sem juthatnak teljes érvényre és áldásos hatásra, ha minden egyes nem működik közre, nincs gondja, hogy neki és övéinek a nyilvános rendelet hasznára legyen, ha a nyilvános intézkedések nem lesznek kiegészítve privát, személyes egészségápolás által. Ez utóbbi a legfontosabb és marad is az, ugy az egészségzavaroktól való óvakodás tekintetében,

mint igazában a betegségekből való gyógyulásra vonatkozólag, az egészség helyreállításában.

Fenyegetik-e az emberiséget veszélyek a hygiene utján?

Minden egészségápolásnak, különösen pedig a személyinek a célja tehát az, hogy az embernek megtartsa a természet-adományozta munkaképességét, hogy biztosítsa neki az eszközöket a létért való küzdelem győzedelmes vezetésére és életének a természetes végig való meghosszabbítására. Nem lehet kétség a felől és senki sem fogja tagadni, hogy ilyen cél méltányolandó és minden eszközzel igyekezni kell ezt elérni, amennyiben a teljes egészségnek valódi megtartása és helyreállítása lehetséges. Ezek az eszközök minden esetre pénzbe kerülnek, melyet a védendőnek kell felhasználni, de nincs semmi veszedelem jelen, ha itt rablási rendszert üzünk is, mert amit az egyik oldalon kiadunk, az a másik oldalon, a munkaképesség megtartása és folkozása utján, a

megzavart egészség helyreállítására irányuló kiadások csökkentése útján gazdagon behozható. Attól sem kell félni, hogy mint Malthus gondolta, a megjavult egészségápolás folytán olyan gondot okozó megszapordása következik be az emberiségnek, hogy végre a tömeg számára nem teremthető elegendő táplálék, mert először még elég sok üres, kihasználatlan tér van a földön, azután pedig a kihasználható tér kihasználása még távolról sem érte el tetőpontját és bizonyára még jelentékenyen lehet javítani, ép így a föld nyújtotta tápanyagok értékesítéséről, kihasználásáról még távolról sincs az utolsó szó kimondva és végre tápanyagoknak mesterséges uton való előállítása egyáltalán nem tartozik a lehetetlenségek vagy valószínűlenségek közé. Tehát a föld túlnépesedéséből eredő gond egyáltalán ne tartson vissza bennünket az egészségnek minden eszközzel való gondozásától, még akkor sem, ha a megjavított egészségápolás következményeként valóban az emberek számának jelentékeny

szaporodása volna várható. Ez utóbbtól nem kell félnünk, mert eltekintve attól, hogy minduntalan ismétlődő természeti események, mindenféle szerencsétlenségek, gyilkosság és öngyilkosság, és dacára minden békebarátságnak a népek közt és a trónokon, az embergyilkoló háboru minden jövőben fog gondoskodni rendkívüli forgalomról, eddig legalább az egészségápolás az emberi átlagos élettartam meghosszabbodását okozta az életviszonyok és életfeltételek általános megjavítása által, de nem a születési számok szaporodását, mely nyilván igen sok és igen különböző körülménytől függ. Emellett még azt sem szabad elfelejteni, hogy még a legjobb egészségápolás után is az ideális cél, a teljes egészségnek mindenki számára való megtartása, vagy a fellépett zavar után az egészséges állapotba való teljes visszavezetés eddig elérhető nem volt, nem lesz. Meg kell elégedni azzal, hogy az egészségének nem a tetőfokán állót abba a helyzetbe hozzuk, hogy a létért való küz-

delmet hosszabb-rövidebb időre vezetheti, anélkül, hogy leroskadna.

A rosszak degenerációja az egészségápolás folytán.

Felvetették azt a kérdést (Spencer és mások), vajjon kívánatos-e a köz érdekében egészségüknek nem teljes birtokában lévőknek mesterséges fentartása, vajjon ezen az úton nem fenyegeti-e a rasszokat a degeneratio veszélye, vajjon nem kell-e itt is az egyestől áldozatot követelni a köz érdekében, legalább annyira, hogy a testileg kevesebbet erőket megakadályozzuk a szaporodásban és ez által gyengeségének az utódokra való átvitelében.

Ezen kérdés megítélésénél, melynek fontosságát a jövőre nézve a kulturnépeknek bizonyára nem szabad kevésre becsülni, mindenekelőtt a már előbb hangsúlyozott körülményt kell tekintetbe venni, hogy egészségápolásunk nemcsak a gyengékre, egészségükben megkárosítottakra vonatkozik, hanem az egészségesekre is, kiknek működésképes-

sége és ellenálló ereje az élet viszontagságai-
 val szemben megtartatik, sőt fokoztatik.
 Ezek képezik szerencsére az emberiségben
 még mindig a többséget és a csekélyebb ér-
 tékűek a kisebbséget és arról még alig forog-
 hat fenn alapos kétség, hogy ha ugyan a ha-
 ladó egészségápolás a gyengének megadja az
 existencia lehetőségét, megkönnyíti számára
 a létért való küzdelmet, sőt a szaporodásra
 képessé teszi, mégis az egészségápolás foly-
 tán teljesen felfegyverzett és a gyengénél tö-
 kéletesebben ellátott egészséges jobban és
 könnyebben fogja helyét az életben megál-
 lani, mint amaz, úgy saját magának, mint
 utódainak érdekében. Biztossággal el lehet
 fogadni, hogy az egészségesek teljes értékű
 utódai nem hagyják magukat a gyengék utó-
 daitól félretólni és elnyomni, a mennyiben
 ezek elfajulva és kevésbé alkalmasan ép-
 ugy, mint mesterségesen az életre képessé
 tett elődeik lépnek az életküzdelembe, ha-
 nem hogy ellenkezőleg a gyengébb, mint
 mindenütt, úgy itt is a küzdelemben legyő-

zetik, azaz megakadályoztatik, hogy a fajnak a gyengülését okozza. És ha most a gyengék utódai az egészségápolás folytonos kedvező behatása alatt nem oly gyengék, mint elődeik, ha sikerrel tudnak versenyezni az egészségesek utódaival, akkor már nincs semmiféle veszély a rasszra nézve jelen, akkor a gyengék nem szaporodnak, hanem csökkennek, továbbfejlődő romlástól nem kell félnünk.

Gyengeség nem szükségszerűség.

De még egy további pontot is figyelembe kell venni. A gyengeség nem szükségszerűség, a gyengék eredetileg egészségesektől származnak, ha tehát a jövőben az egészségápolás folytán az egészségesek nagyobb számban maradhatnak egészségben, nos akkor a gyengék részére a forrás eltömetik, a gyengék számának folyton csökkenni kell és ismét a rasszdegeneratio veszélye az egészségápolás által nemcsak hogy nem nő, hanem csökken.

Ezek elméleti megfontolások, melyek tel-

jes jelentőségre csak akkor juthatnak, ha tények támogatják őket; az egészségápolásban is, mint minden ágában az orvostudománynak és természettudománynak általában az észleletek, a tények döntők egyedül. Mit mond tehát az észlelet az egészségápolás hatásáról és eredményéről, a haladásról, melyet az emberiség egészségügyi tekintetben tett?

A halálozás csökkenése.

A müncheni egyetem hygienikusa, prof. Gruber, röviden, megemlékezésre méltó módon, a statisztika segélyével megfelelt ezekre és fejtegette e kérdéseket (Gruber prof. Dr. M. Führt die Hygiene zur Entartung der Rasse? — 75 Pfg. Verlag von Ernst Heinrich Moritz in Stuttgart.) Az első megállapítandó tény az, hogy mindenesetre az emberek száma állandóan szaporodott, hogy azonban a népesség e szaporodása jó részben nem a termékenységnek a növekedésétől (szülések szaporodása), hanem a halálozás csökkenésétől függ. Az emberek öregebbek lesznek, je-

lentékenyen kevesebb ember hal el fiatal éveiben, mint azelőtt, a születetteknek nagyobb százaléka éri el az érett kort. Néhány szám szolgálhat ennek bizonyosságául.

Svédországban, hol évszázadok óta jó népességi statisztikát vezetnek, 10.000 ember közül meghalt

Kor	1751—60. években	1881—90
0—10	535	267
10—20	64	45
20—30	87	61
30—40	115	71
40—50	165	90
50—60	242	150

Tehát minden évtizedben, egészen 60-ik életévig jelentékeny csökkenést mutat a viszonylagos halandóság, különösen feltűnő a halandóság csökkenése az első tíz életévben: a XIX. század vége felé az első évtizedben viszonylag majdnem fele annyi ember halt meg, mint a XVIII. század közepén.

Hasonló észleléseket tettek más helyeken is. Genf városában, mely messze visszaha-

ladó statisztikával bir, meghalt 1000 élve született közül az első évtizedben 1561—1600-ig terjedő időben 573, 1838—45-ig ellenben 256, vagyis míg a XVI. században 1000 élve született gyermek közül csak 427, kevesebb mint a fele lépett be a 11-ik életévbe, a XIX. században már 745, tehát körülbelül 75%. Az első év a halálozásnak ezen csökkenésében különösen nagy szerepet játszik. Svédországban meghalt az előbb mondott időkben 1000 élve született közül az első életévben a XVIII. században 205, a XIX. században csak 110; Genfben a fentebb megadott időkben 260 és 123 volt a szám, azaz 1000 élve született közül a XVI. században csak 740, a XIX-ben azonban 877 lett öregebb 1 évesnél.

Ilyen kedvező észleletet tettek minden vidéken és nemcsak talán a szegényebb népességnél, hanem a nép minden körében a legmagasabbig, hol a mindenkori legkedvezőbb életfeltételek teremthetők meg; az európai királyi családokban a halálozás a

XIX. század második felében kevesebb, mint fele oly nagy volt, mint a XVIII. század második felében.

Az élettartam meghosszabítása.

Senkinek sem jut eszébe az emberi élettartam ezen növekedését egyedül a tudatosan üzött egészségápolás eredményének be tudni akarni, de kétségkívül mégis a haladó ismeretek alapján megjavított ápolás, különösen a gyermekeké, a célszerű és jobb táplálkozás, a lakások megfelelő berendezése, röviden az egész élet megjavítása a kedvező eredményekhez hozzájárultak és végre szabad a céltudatos egészségápolásnak azokból a jelentékeny haladásokból, melyeket épen az utolsó század hozott, egy jórészt saját érdemének tulajdonítani. Aki az előző század krónikáiból azon pusztításokról tudomást szerez, melyet a himlő Németországban is évente okozott és evvel a himlőben való haláleseteknek majdnem elenyésző számát összehasonlítja, mely a mai időben ész-

lelhető a német birodalomban, az nem zár-
kózhatik el az elől a tudat elől, hogy a védő-
himlőoltás bevezetése száz és ezer embert
mentett meg a megelőzőtt nyomorult halál-
tól, és aki számos kisebb és nagyobb város
egészségviszonyait Németországban, vala-
mint más országban, úgy amint azok régen
voltak, összehasonlítja avval, amint ez ma
alkalmas csatornázás bevezetése és jó vízve-
zeték elhelyezése után kialakult, az egy pil-
lanatig sem lehet kétségben a nyilvános
egészségápolás ezen eredményének áldásos
hatásáról. Aki az azelőtti cholera és hasonló
epidemiák lefolyását összehasonlítja az
utolsó járványokéval, aki figyeli, hogy min-
dig jobban sikerül a külföldről behozott jár-
ványokat Európa határától távoltartani, vagy
a már keletkezett epidémiát helyben elhatá-
rolni, annak el kell ismerni, hogy az egé-
szségápolás ebben a tekintetben is mily hatal-
mas javulást ért el.

A szülések nem szaporodtak.

Tehát a halandóság csökkenését, különösen a fiatalabb években, a megbetegedés fogyását a betegségek nagy számánál, különösen a járványos jellegűeknél értük el a megjavított egészségápolás jelentékeny segítségével, ellenben egy pillantás az európai nemzetek népességi statisztikájára, mutatja, hogy a szülések szaporodása nem szükségképeni következménye az egészségápolás megjavulásának, mert a születési szám viszonyítva a halálozási számhoz, a különböző, hygienikus tekintetben lényegesen egyáltalán nem különböző nemzeteknél egészen különböző, nagyon eltérő. Mig pl. Németország még mindig a születéseknek a halálesetek feletti jelentékeny feleslegének örvend, évről-évre jelentékeny népességszaporodást mutat Franciaországban, melynek hygienikus viszonyai bizonyára nem rosszabbak, melynek földje jobb, melynek jóléte nagyobb, mint Németországé, mégis a hazai lakosság oly kevésbé szaporodik, hogy a hazafiak nagy

körében komoly gond keletkezett a francia nép jövője felől; nem az a félelem, hogy gyengébb egyéneknek az egészségápolás segítségével való megtartása következtében degenerációba juthatna, hanem az, hogy az egészségesek száma mindig jobban és jobban csökken és Franciaország egészséges polgárainak relatív fogyása miatt, a népek versenyében mindig jobban háttérbe kerülne.

A rosszak el nem fajulása.

Hogy a gyengék megtartása a népeket abszolút veszélylyel nem fenyegeti, mint viszont a csekélyebb ellenálló képességűek korai kirekesztése különösen erős egészségét és magas ellenálló erejét a túlélőknek nem okozza, arra ismét Gruber hozott fel példát. Oly vidékek számára, melyeknél magas halálozás uralkodik a kis gyermekek közt, el lehetett fogadni, hogy főleg a gyengék halnának el és csak az erősek, egészség tekintetében a legjobban állók, maradnának fenn, úgy hogy a maradék különösen ellenállónak

mutatkoznék. Ez azonban sehogy sem találó, hanem inkább épen ezeken a vidékeken az öregebb gyermekek között is, akiknél már faji és egyéni kiválasztásnak kellett jelen lenni, ép úgy, mint felnőtteknél, rendkívül magas halálozás észlelhető és más helyeken, hol kisebb gyermekhalandóság uralkodik, hasonló kedvező állapot állhat fenn a magasabb életkorban is, habár mégis felvehettük volna, hogy a gyengébb gyermekek viszonylagosan nagyobb száma miatt, kik magasabb kort értek el, a halandóságnak itt megfelelő nagyobbnek kellene lenni.

Ezen észleleteket nemcsak az összhalálásra vonatkozólag csinálták, hanem meghatározott betegségekben való halálesetekre nézve is, pl. tuberculosishál, melynél különösen hajlandók vagyunk elfogadni, hogy feltűnő mértékben támadja meg a testileg gyengébbeket. Ha a rassz-degeneráció teoriája a gyengék egészségápolása folytán igaz volna, úgy el kellene várni, hogy mindenütt, hol magas gyermekhalandóság uralkodik, a

tuberkulotikus mérég kevésbbé alkalmas talajra talál a lakosság közt, mint hol több gyermek és köztük épen több gyenge egészséggel bíró, ér el magasabb életkort. De ennek a várakozásnak sem felelnek meg a tények, mert pl. Dániában, hol általában a gyermekhalandóság magas, és pedig természetesen főleg a szegélyebb osztályok közt, hol tehát épen ezeknél a legerősebbeknek és legellenállóbbaknak a kiválasztása magától történhetett volna meg, mégis a tuberculosis a magasabb életkorban nagyon el van terjedve, különösen épen a szegények betegsége ez. Tehát ahhoz a következtetéshez jutunk, hogy sem a gyengéknek első gyermekségükben való tömeges elhalása nem kezeskedik különösen egészséges, ellenállóképes nemzedékről a magasabb életkorban, sem megfordítva, az egészségileg gyengéknek hosszabb megtartása nem ad alkalmat a lakosságnak a magasabb életkorban való észrevehető degeneratiójához és ellenállás-csökkenéséhez.

A testhossz gyarapodása.

Annak bizonyítására, hogy dacára az egészségápolás haladásának, az európai rasszok nem degeneráltak, nem lettek testileg gyengébbek, arra is utalhatok, hogy az európaiak sok helyen évszázadok lefolyása alatt a testhosszban növekedtek. Ezt mutatja bármely fegyvertárra való pillantás, hol a régi lovagfegyverek kicsinységének mindenkinek szembe kell tűnni, ezt tapasztalta az angol nemesség, midőn egy ünnepen az ősök fegyverében akart megjelenni: a régi fegyverek kicsinynek bizonyultak az élő generáció számára és ezen ünnep gondolatát fel kellett adni.

Egészen hasonló jelenségek lépnek előtérbe a szegény gyermekek testi kifejlődésénél az összehasonlításánál, kik az egészségápolás áldásaiból kisebb részt vettek ki és a jólétben élőkénél összehasonlításánál, kiknél az egészségápolás minden vívmánya az összes gyermekeknél, az erőseknél épűgy,

mint a gyengéknél, inkább jutottak érvényre. Miután ennek következtében a szegényeknél a gyengék kiválasztása nagyobb, a jómóduaknál ellenben a gyengébb gyermekek is nagyobb számban maradnak életben, így a degeneráció theoriája szerint fel kellene venni, hogy azoknál csak erőteljes, erős, ezeknél gyengébb, kevésbé fejlett is található a gyermekek közt, de épen ellenkező az eset. Jómóduaknál található a nagyobb testhossz, a nagyobb testsúly, a nagyobb mellkörfogát, a nagyobb tüdőkapacitás, azaz a tüdőnek a levegő számára való befogadóképessége.

Nincs egészségbeli kiválasztás.

Ami itt egész általánosságban mutatkozik, hogy t. i. a gyermekekénél nem lép fel az egészségápolás folytán a testi viszonyokban való rosszabbodás, valamint megfordítva, a kevésbé erősek kiválasztása egyáltalán nem ad biztosítékot arra nézve, hogy a visszamaradtak a létért való küzdelemre különösen

jól lennének felfegyverkezve, az mutatkozik az utolsó pontra vonatkozólag egy korlátozott osztályánál a gyermekeknek is, nevezetesen a törvénytelen gyermekekénél. Régi tapasztalat és nem szorul további magyarázatra, hogy a halandóság a törvénytelen gyermekek közt jelentékenyen nagyobb, mint a törvényesek közt. Csak a legerősebbek, úgy lehetne gondolni, a legegészségesebbek, a legjobb ellenállóképességűek, a legszívósabbak maradnak életben, de a katonai alkalmasság meghatározásánál kitűnt, hogy lényeges különbség a törvényesen és törvénytelenül született újoncok testi és egészségbeli kifejlődése közt nem állapítható meg.

Az eddigi észleletek e szerint semmi alapot sem nyújtanak arra az aggodalomra, hogy az egészségápolás haladása útján a rasszok degenerációja jöhet létre. Itt, e már említett körülményen kívül, hogy az erős a létért való küzdelemben végre mégis legyőzi a gyengét, még a másik, nem kevesebb fontosságú jön tekintetbe, hogy a gyenge em-

bernek nem kell szükségkép gyengének maradni, szerezte bár gyenge konstitutióját (testalkatát) az életben vagy hozta ez magával a világra, talán elődeitől örökölte. Nyomatékosan kell hangsúlyozni, hogy az, kinek egészsége károsítva van, kinek fegyverei a létért való küzdelemben itt-ott szenvedtek és tompultak, egyáltalán nincs szükségyszerűen elítélve arra, hogy ezen állapotban tartósan megmaradjon és csekélyebb értékűségét utódaira feltétlenül átvigye. Ezt elhárítani, ily károkat ismét kiegyenlíteni, épen erre szolgál a célszerű szakértőtől vezetett egészségápolás; alkalmas személyi egészségápolás útján szerencsére legalább az esetek egy számában a gyengéből ismét egészségileg erős létesíthető, aki a létért való küzdelemre alkalmas utódokat nemzhet.

A család degenerációja.

Mindenesetre nem lehet egészen eltagadni az egészségi károkkal terheltéktől az utódok csekélyebb értékűségének a veszé-

lyét, de ebben kevésbé a rassznak, mint inkább a családnak veszélyeztetése rejlik. Még a legjobb személyi egészségápolásnak is gyakran meg kell avval elégedni, hogy a gyengét, az egészségileg kedvezőtlenül terheltet a víz felett tartsa, oda vigye, hogy az életversenyben ne menjen teljesen tönkre, és ha ilyen egyének, hála az egészségápolásnak, abba a helyzetbe jutnak, hogy szaporodnak, az utódokat felneveljék, így mindenestre megvan az a veszély, hogy kedvezőtlen hajlamuk az utódokra átvitetik; hogy veleszületett kedvezőtlen egészségi hajlamossággal vagy betegségre való hajlandósággal bíró család alapíttatik. A veszély lehetősége jelen van, de nem, fellépésének szüksége, mert minden ember 2 szülőnek a productuma, melyek mindegyike egyenlő mértékben bír befolyással testi tulajdonságaira, oly módon, hogy az egyik szülőtől eredő kedvezőtlen hajlamosságot a másik elnyomhatja, ártalmatlanná teheti. Természetesen a veszély növekedhetik is, ha ugy

az egyik, mint a másik oldalról hasonló kedvezőtlen hajlamosság vitetik át az utódokra. mert akkor ezeknek összegeződni és a gyermekeknél fokozott mértékben fellépni kell: a család degenerációja ebben a meghatározott irányban annál inkább kimaradhatatlan, minél inkább lépnek házasságra az egymásra következő generációban az egyenlően kedvezőtlenül terhelt egyének. Ez különösen könnyen a rokonházasságoknál, legkönnyebben az egymásra következő generációban ismétlődő rokonházasságoknál történhetik meg, melyek veszélyét az utódok egészségére már a bibliában is számba vették. A vér felfrissítésének fontosságát minden állattenyésztő ismeri, ennél fogva az embernél sem játszik alárendelt szerepet.

Rokonházasság.

Ezzel olyan kérdéseket érintettünk, melyek a házasság és szaporodás hygienejének területébe tartoznak. Minden élőnek joga van az élethez és nemcsak fel van jogositva,

hanem az általánosságra való tekintetből, melytől nem tud megszabadulni, épen kötelessége, mindent megtenni, hogy az élet veszélyeit lehető jól felfegyverkezve leküzdhesse, de más az, vajjon joga van-e szaporodni, tudva, hogy csekélyebb értékű utódokat fog nemzeni. Mindenki, ki a legrosszabb egoizmusnak nem hódol, ki még más valamit is hagy érvényesülni, mint saját én-jét, nem fog azon kételkedni, hogy ily csekélyebb értékűtől a szaporodás jogát elvitassa, erkölcsileg kötelezni fogja, hogy egészségleg csekélyebb értékű család alapításától távoltartsa. Magának ezzel semmit sem árt, mert ez a felvétel, hogy az egészség fenntartásához a nemi funktiók gyakorlása is szükséges volna, tévedésen alapszik. De még ha így is volna, a saját családjára való tekintet álljon magasabban, mint sajátl én-jére való, gyakoroljon ott lemondást, hol ez mások javára szükségesnek látszik. Ha azonban az egyén e lemondást nem akarja gyakorolni, kényszeríthető-e erre?

Csekélyebb értékűek házasság tiltása.

Ha szaporodása által az általánosság, a nép a rassz biztosan veszélybe kerülne, kétségkívül; mint az állam megköveteli és akaratának kényszerítő rendszabályokkal ad nyomatékot, hogy minden polgára védhimlő oltással beoltassék a közérdek miatt, épugy alkalmas esetekben elrendelhet házasságtiltást is, mint azt erkölcsi okokból bizonyos esetekben már eddig megtette. De ily házasságtilalom egészségi okokból sokkal nehezebben lenne kivihető; mert egyrészt a házasságtilalom nem egyenlő értékű a szaporodás megakadályozásával, azután pedig különösen a feltételek nehezen határozhatók meg. Ki vehet biztos felelősséget arra nézve, hogy egy embernek a testi és szellemi gyengesége oly nagy, hogy a rasszot veszély fenyegeti, ha utódokat nemz? Ha még tekintetbe is vesszük, amint megállapítottuk, hogy a rassznak a gyengék egészségápolása folytáni degenerációja be nem bizonyítható,

úgy egyelőre a gyengéknek szaporodás tekintetében való korlátozásában óvatosnak és tartózkodónak kell lenni. Természetesen nem lehet tagadni, hogy ha a gyengék szaporodása útján nem a rassznak a degenerációja, hanem mégis egyes családoké okoztatik, hogy ebben is rejtőzhet veszély az általánosságra, különösen ha tekintetbe vesszük, hogy a család degenerációja alkalmat adhat az infektiosus betegségek (tuberkulosus, syphilis) fellépéséhez és családi elterjedéséhez, ami nemcsak az utódokat, magát a családot, hanem az általánosságot is veszélyezteteti, amennyiben az infektios anyag szaporodik és a család határain kívül más emberekre is átvihető. Az egész kérdés kétségkívül a legkomolyabb megfigyelésre érdemes, a jövőben tehát minden ténnyt, ami a feleletre fontossággal lehet, gondosan össze kell gyűjtenünk.

Az egészségápolás eszközei.

Évvel, azt hiszem, az egészségápolás célját és rendeltetését általánosságban, valamint különösen a személyi egészség ápolását eléggé kifejtettem, épügy körülményesen az eszközöket, melyek a cél elérésére rendelkezésre állanak, megjelöltem. Szó van, hogy még egyszer ismétljem, az egészségesek számára szolgáló eszközökről, hogy mindig tökéletesebb működésképessegek legyenek és maradjanak az emberi élet természetes határáig, az egészségükben leszállítottak, károsítottak számára szolgáló eszközökről, hogy ismét a teljes egészség állapotába jussanak, vagy legalább ezt lehetőleg megközelíthessék. Az orvosi tudomány az egészséges és a beteg, egészségükben károsított emberekről és állatokról — mert az állatok egészsége és betegsége az emberre nézve is fontos — megismerteti az eszközöket az egészség fenntartására és helyreállítására.

Ami az egészségeseknek használ, annak

első sorban minden ember közös javának kell lenni, azt mindenkinek ismerni kell, vagy legalább rá mindenki könnyen megtanítható legyen. Mig az emberek tömege ez irányban megfelelően iskolázva nem lesz, addig mig már az ifjuság az általános egészségápolás legfontosabb tanaiba oly biztosan bevezetve nem lesz, hogy a későbbi életben is szabad akaratból és mintegy öntudatlanul, ösztönszerűleg követi azokat, addig a magas cél még megközelítőleg sem lesz elérhető.

Ami az egészségzavarokkal szemben, vagy a veszélyekkel szemben, melyek azt külső vagy belső okokból fenyegetik, szükséges, arra nézve is lehet általánosságban tanításokat és utasításokat adni, melyeknek egyenlő mértékben minden ember közös szellemi javának kellene lenniök. Ilyen tanok elterjesztésére, egészséges és nem egészséges emberek egészségápolására vonatkozó ily utasítások közlésére szolgál az egészségápolásnak ez a könyvtára. De komolysággal kell arra utalni, hogy itt egészségük bármely ré-

szében bármely módon megzavartak ápolására csak egészen általános, laikusok számára is megérthető és kivihető orvosi utasítások vannak adva, melyek nem teszik feleslegessé, hogy minden fontosabb és nehezebb kérdésben a szakértők tanácsát kikérjük.

Hygienikus szakértők csak az orvosok.

Szakértők azonban, ezt nem lehet eléggé hangsúlyozni, az orvosok, mert csak ezek tudják biztosan megítélni, mily veszélyek és mily zavarok fenyegetnek, vagy vannak már jelen, csak ezek tudják az igazi védelmi- vagy segédeszközt megadni.

Háziorvos, nem kuruzsló.

Tehát még egyszer fontos esetekben kérdezzétek meg a szakértőt, nem a kuruzslót, aki sem az egészséges, sem a beteg életet nem ismeri, ki a természetet a száján hordja ugyan, de az emberi természet belső szerkezetéről nem bir ismerettel, aki jól érti azt, hogy az emberek ostobaságából magának

hasznót szerezzen, és hogy zsebéből gondoskodják, kinek a legtöbb esetben még sejtelmé sincs az egészséges és főleg a beteg emberek egészségéről való gondoskodásról. Forduljatok a szakértő orvoshoz, mert egyedül ez ismeri az emberi test összeállítását és működését, ismeri, amennyire ismerni lehet, mi szükséges, hogy a testműködés szabályszerű folyamata fennmaradjon, egyedül ő ismerheti fel, honnan fenyegetnek veszélyek, hol van egy jelen levő zavar helye, forrása, Egyedül ő tud biztos tudományos alapon a jelen levő vagy fenyegető bajok ellen küzdeni, amennyiben ezt emberi tudással képes.

De még az orvosnak sem könnyű, minden embernek különös természetét, a maga sajátosságában mindjárt felismerni és a neki alkalmas hatékony szert megtalálni, ezért nem ajánlható eléggé, egy orvost, kihez bizalma van az embernek, házi orvosul fogadni, erre az óvó és helyreállító egészség-ápolás gondját rábízni. Tehát forduljatok ahhoz az orvoshoz, ki nemcsak az emberi

természetet általában, hanem épen a tiéteket és családotokeit is ismeri, aki számotokra és családotok számára alkalmas intézkedéseket a legbiztosabban tudja megitélni, *forduljatok háziiorvostokhoz!**

93018

* A házi orvosok szép intézményét a napról-napra jobban felszaporodó szakorvosok száma sem tette feleslegessé. (Dr. Sugár K. Márton).