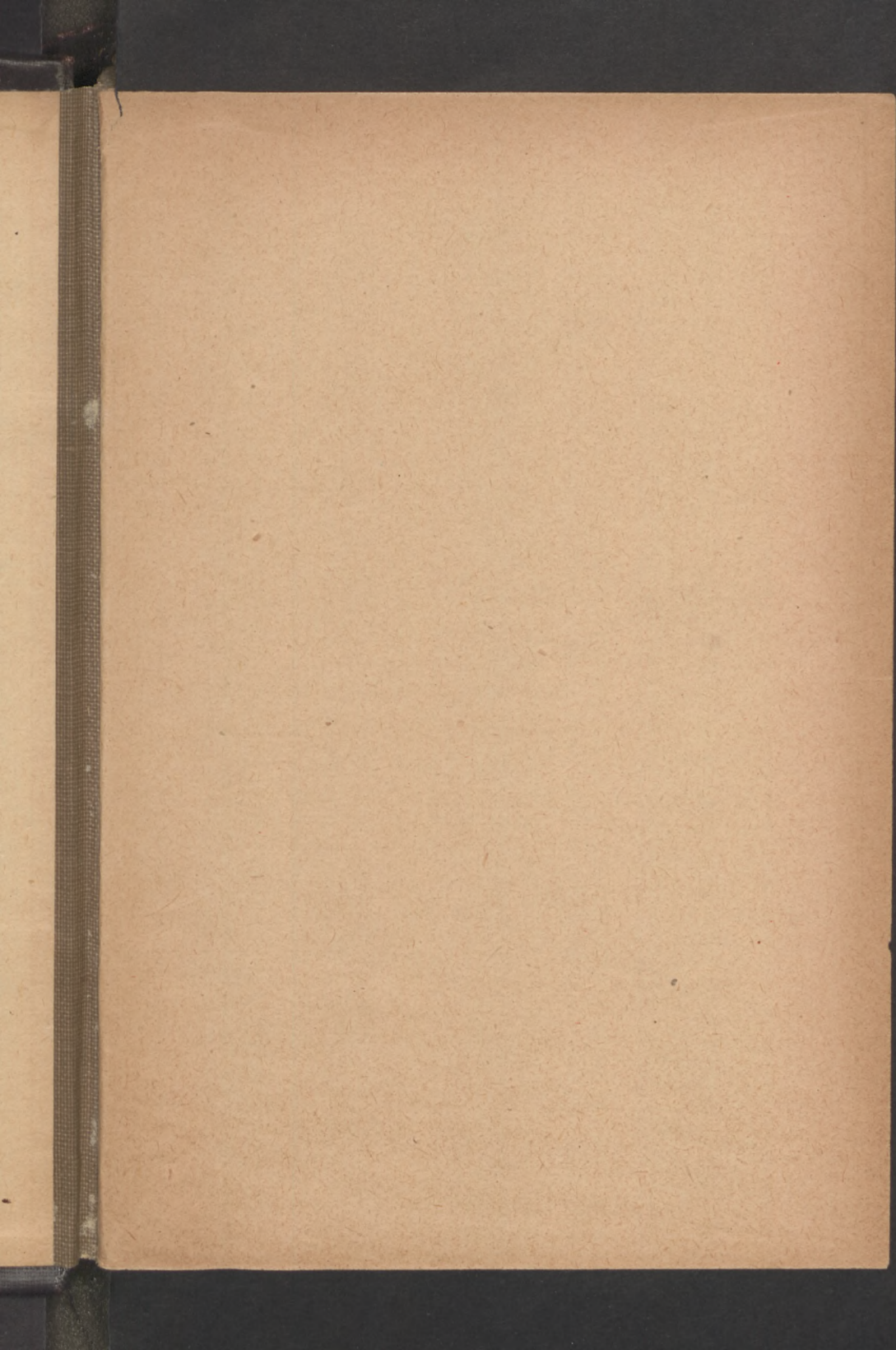


266948











TE

PE



A  
TERMÉSZETES GYÓGYMÓD  
RECIPE-KÖNYVE



ÍRTA ÉS KIADJA  
SZENTESY ALFONZ

ÁRA 3 KORONA

PFEIFER FERDINÁND KÖNYVKERESKEDÉSE  
BUDAPEST, IV., KOSSUTH-LAJOS-UTCA 7.

59



# **Dr. Pajor Szanatórium és Vízgyógyintézet**

**Budapest, VIII.,  
Vas-utca 17. szám.**



**Az összes fizikai gyógymódok-  
kal gazdagon felszerelve:**

**vízkúrák, napfürdők, villa-  
mos gyógymódok, Röntgen,  
rádium-,szénsavasésoxygén-  
fürdők, inhalatórium, test-  
egyenészeti és gépgyógyá-  
szati termék, dietétikus  
kúrák stb.**

**Bejárók és bentlakóknak.**

**Prospektus Kiváratra.**



A  
TERMÉSZETES GYÓGYMÓD  
RECIPE-KÖNYVE

ÍRTA ÉS KIADJA  
SZENTESY ALFONZ



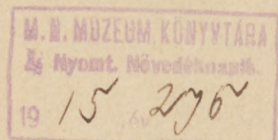
PFEIFER FERDINÁND KÖNYVKERESKEDÉSE  
BUDAPEST, IV., KOSSUTH-LAJOS-UTCA 7.



~~Not used  
1869/10~~



266943



"Pátria" irod. váll. és nyomdai r.-t., Budapest, IX., Üllői-út 25.

## BEVEZETÉS.



Az új természetes gyógymód szakkönyvei több millió példányban vannak mintegy 20 nyelven elterjedve. A természetes gyógymód ugyanis az összes betegségeket gyökeresen gyógyítja s olyan esetekben is segít, amikor minden orvoslás csütörtököt mondott. Valósággal csodákat művel ez a gyógymód: sok-sok reménytelen beteget adott már vissza az életnek és nálunk is ezreket lehetne vele megmenteni az elpusztulástól s a betegségek kínjaitól, ha az emberek egy kicsit okosabban gondolkoznának és megismernék a természetes gyógymódot. Olyan ez, mint a mindennapi kenyér: senki sem nélkülözheti, mert ez mindjárt a betegség kezdetén megmondja, hogy mit kell tennünk a baj elhárítására; olyan, mint egy hű barát, sőt több: igazi testvér, mert magát az életünket menti meg, midőn hosszú, idült betegségekből szépen kigyógyít. S kell, hogy gondolkodóba ejtsen mindenkit az a szomorú igazság, hogy ren-



geteg sok betegen nem tudnak az eddigi gyógymódokkal segíteni.

Köztudomású dolog, hogy 100 ember közül 70 beteg. És az megint ténydolog, hogy e 70 közül 30-on sem tudnak az egész receptirodalommal segíteni. Miért? Erre a kérdésre Priessnitz, Kneipp, Bilz, Platen, akik sok millió embert gyógyítottak meg (noha nem voltak orvosok), azt a magyarázatot adják, hogy a »gyógyszertári kotyvalékok« nem orvosságok, hanem csak mérgek és izgatószeres. Azok csupán felforgatják az ember gyomrát és legfőlebb a fájdalmakat szüntetik meg, de magát a betegséget nem gyógyítják, hanem csak elnyomják és az később, ha más alakban is, de újra kitör. Akkor látja aztán a szegény beteg, hogy nem a gyógyulás, hanem a temető felé segítették. Pedig igazság szerint az embernek nem betegségben, hanem végelgyengülésben kellene meghalnia.

Ha pedig a beteg mégis felépül, akkor még több kóranyagot hord magában s ezért még érzékenyebb a bajok iránt, mint azelőtt volt, a gyomrát meg a sok »orvosság« hosszú időre tönkretette. Azonban a felgyógyulását korántsem a patikaszerekkel való pancsolásnak, hanem csakis erős szervezetének köszönheti. Mert nem mi gyógyítunk, hanem maga



a természet gyógyít. S a természetnek ezt a gyógyítóerőt nem az orvos adja, hanem maga a teremő Isten helyezte beléje. Ezért, ha valami baj van, nem a fájdalmas tünetet kell elnyomni, hanem a természetet kell támogatni s magát a baj gyökerét kezelni a természet adta szerekekkel.

Hát miért nem járnak így el? Azért, mert ez a gyógyymód nagyobb munkával jár, mint papírra vetni egy receptet, aminek sokszor az a legfőbb előnye, hogy a közönség nem tudja elolvasni.

Pedig a természetes gyógyymód az egyedüli, amely valósággal a bajok gyökerét gyógyítja. Milliókra megy azok száma, akik mindent végigpróbáltak s végre ebbe kapaszkodtak bele, mint valami mentődeszkába, mikor már nem volt számukra más mentség. A természetes gyógyymód a betegek megmentője. Valóságos forradalmat idézett elő a gyógyászat terén. Önmaga ellen vét, aki elmulasztja megismerni a természetes gyógyymódot.

Bucsányi dr. írja, hogy ma, amidőn a »recepturázás« oly féktelen jelleget öltött, hogy az egészségtelen életmód folytán beállott kóros egészségi állapotok nem az okok eltávolításával orvosoltatnak, hanem csak a tüneteket elnyomó és a szervezetre többnyire



káros gyógyszerekkel . . . és a szakemberek annyira bebújtak a patikába, hogy a cégérnek festett Aeskulapius kígyójának a farkánál tovább nem látnak: a természetgyógyászok föltétlen érdeméül kell felróni, hogy a szakembereket kiugratták a tinktúrásflassók közül, mert látják, hogy sokszor a laikusok ragadják ki az orvosok kezéből a pálmát. Pedig a gyógy módok egész kincseshalmazából válogathatnának, melyek, ámbár nem olyan tudáslékos külsejűek, de mindenesetre ártalmatlásnabbak.

Czerwinski dr. írja, hogy míg a természetes gyógy mód a bajnak legott a kezdetén áll ellent, addig az allopathia sokszor az úgynevezett beváró módszert kénytelen alkalmazni; ez pedig nem egyéb, mint szépen kimondva az, hogy nem tudunk semmit, nem tudjuk, hogy mi a baja a betegnek. És, ha aztán a beteg elpusztul, megmarad az a sanyarú vigasztalás, hogy a páciens »secundum legem artis« az orvosi mesterség szabályai szerint ment tönkre.

Bilz írja: Mi, a természetes gyógytan pártbívei, a természetet választottuk kezességünknek az ő gyógyító erejével. Hát az orvosgyógyászkicsoda? A mérég az ő roncsoló jellegével. Hát most melyik gyógy mód méltóbb biza-



lomra? — »A tudós sokszor a fától nem látja az erdőt« — ez a közmondás különösen az olyan medecináló orvosra illik, aki csupa művészettől meg tudománytól nem látja meg a természet gyógyító erejét.

Egy igen tehetséges természetgyógyász mondotta egyszer, hogy a fájdalmak hasonlítanak a vészharanghoz, amely jelzi, hogy valahol tűz van. Mit ér az, ha a vészharang nyelvét megkötjük, a tüzet meg tovább hagyjuk égni? Tehát ne a harang nyelvét kössük meg, hanem a tüzet oltsuk el: ne a fájdalmas tüneteket babráljuk, hanem a betegség gyökerét kezeljük.

Ugyancsak Bilz írja, hogy a természetes gyógymódnak még az az előnye is megvan, hogy a betegnek távolról sem kell olyan nehéz, fájdalmas betegségeket kiállania és jobban meg van óva a mellékbetegségektől, visszaesésektől és a hetekig tartó lábbadozástól. Ne a gyógyszerfalástól várjuk tehát üdvösségünket, hanem az önmaga ellen soha nem vétő természettől.

Az igaz, hogy ha a természetes gyógyítást sokan megtanulnák, akkor tetemesen lefogyna a betegek (és az orvosok) száma; azonban a természetes gyógymód csak elfogulatlan okos embereknek való, akik belátják, hogy



ez a gyógymód mindig sikeresebb, olcsóbb és egyszerűbb és hogy minden más egyéb mód csak önámítás és nagyképszerűsködés.

Platen írja: Az orvosszereknek nevezett mérgek tényleges hatását nem ismeri egy orvos sem; az, ami neki (pl. állatokon végzett kísérletekről) tudomására jutott, az nagyon kevés és nem megbízható. Amely szereket korunkban orvossággént adnak be, azoknak alkalmazásáért hajdan elégették a vénasszonyokat.

Beiszner dr. mondta: »Sok orvos még hisz a gyógyszerbabonában; minden betegség jó neki arra, hogy a szinte megszámlálhatatlan orvosszereket rajta kipróbálja, mindenütt a gyógyszerek gyógyerejét keresi, ahelyett, hogy tudná azt, miszerint a legtöbb orvos szer vagy teljesen fölösleges, vagy ártalmas hatásokat idéz elő.«

Jäger Gusztáv dr. tanár mondta: »A természet nyelvét nem tanulják meg az iskola padján, sem a boncteremben a hullán, sem a nyúzott állaton a laboratóriumban, sem a beteg századvégi emberen, hanem csak a természetben.«

Schweninger Ernő dr. tanár mondta: »Az egyedül boldogító recept hitele nagyon megcsappant. Kevés orvos is bízik már benne.



Ez elismerésreméltó. De a laikusnak sokat beszélünk még művészetünkről, ami fölött egymás közt gúnyolódunk . . . A beteg abból a tudatból, hogy gyógyító-cseppeket vesz be, vigaszt merít. Az idült betegen gyakran lehet segíteni, hanem ehhez fáradság és gondolkodás kell; kellemesebb fölírni valamit: »Ut aliquid fiat« (hogy valamit csináltunk légyen). A beteg látja, hogy valami történik vele, tehát meg van elégedve; áhítatosan hallgatják az orvos bölcs mondásait, bizalommal nyelik le a keserű itókát és nem is sejtik, hogy istenük az ajtó mögött vállát vonogatja és meglegedetten mormogja: »Ut aliquid fiat!« Remélnék és várnak, míg a halál jó ágyukhoz és a csodaüvegcsét kirántja kezükből. Fénytelen szemük az »orvosságon« csüng és utolsó szavaikkal áldják az orvost. Mi pedig elfogadjuk a köszönetet — »fáradságunkért«. Ha a beteg a »gyógyszer« dacára meggyógyul, akkor az orvos gyógyította meg. Ha meghal, akkor az orvos, oklevele alapján, fedezve van.

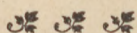
A mai embereket igazán jó lenne megkérdezni, hogy mit használnak — az okosság ellen. Mert, ha nem átallanák megokosodni, akkor előbb fordulnának a természetes gyógymódhoz, mint a mérgekhez. Csakhogy a »kulturemberek« képesek inkább százakat



kidobni és esztendőkön át jajgatni, semhogy egy kétkoronás orvossággal gyökeresen kikúrálják magukat, mert hiszen nyavalyogni: ez divat manapság!

Valósággal nemzetelleni bűnt követnek el mostanság a nagy tömegek, mikor semmi ügyet sem vetnek az egészségre, hanem, hogyha valami betegség megtámadja őket, akkor egy flaskó orvossággal akarják az ügyet elintézni. Ezért van az, hogy ma egészségtől csepegő alakokat látunk feszíteni az utcán, korcsmában s egy hét múlva már a gyászjelentésüket olvassuk.

Jegyezzük meg magunknak ezt a megdönthetetlen igazságot: Csakis a természetes gyógymód szereit gyógyítanak valósággal s hogy csak ezek nem támadják meg a szervezetet. Mert csak az olyan »receptek« gyógyítanak, amiket a beteg soha nem vesz be.



## A természetes gyógymód általános alkalmazásai.

Csak úgy remélhetünk gyökeres gyógyulást valamely bajból és csak úgy várhatjuk egészségünknek tartós megmaradását, ha rendszeres életmódot folytatunk.

Igen fontos dolog, hogy naponta korán feküdjünk le. Aki az éjjeleket átdorbézolja, az nem ér el magas kort. A hálószoa legyen tágas, hogy sok levegője legyen egész éjen át. Igen egészséges a nyitott ablak mellett való alvás. A mezítlábjárás is sokat használ az egészségnek.

Ne terheljük agyon gyomrunkat túlságos evésekkel. Elég háromszor enni napjában. A fogak dolga a rágás és nem a gyomoré, tehát ne nyeld le az ételt egészben. Napjában elég egyszer jóllakni. Tele gyomorral ne menj aludni. Gyümölcsfélét mindennap kellene ennünk. A hús izgatólag, ártalmasan hat a szervezetre. Ezért, hogyha már éghajlatunknál fogva nem nélkülözhetjük, ne együnk belőle naponta 4—5 dekánál többet. Hasonlóképen rongálják a gyomrot a fűszerek



is. A szeszesitalok, továbbá a kávé, tea, dohány szintén ártalmasok, tehát, ha már nem bírunk ellenni nélkülök, minél kevesebbet élvezzünk belőlük. A főzelékek legyenek az ember legfőbb táplálékai.

A mostani divat szerinti ruházkodás sok betegségnek az okozója. A nyakat szabadon kellene hagyni, a derekat nem lenne szabad összeszorítani, a lábaknak is jobb lenne a szandálviselés. Minden olyan ruhaféle, amely a test szabad kipárolgását gátolja, káros az egészségre. A fűzőviselés okozza, hogy a legtöbb asszony beteges. Aki túlságosan bepakkolja magát, az hűl meg leghamarabb. A szoba hőmérsékét sohase hajtsuk  $15^{\circ} R$ -nél magasabbra.

Ha valaki beteg, akkor jólevegőjű, csöndes szobába fektessék. Semmiféle vízkúrát ne kezdjünk el hideg szobában, sem pedig addig, míg a beteg lábai hidegek. A fejet hidegen, lábakat melegen, a testet nyitva kell tartani. Vízet ihatik a beteg, amennyit kíván. Gyümölcsöt is adhatunk neki akármennyit, mert ez sokkal többet használ, mint a hússleves. Ügyelni kell arra, hogy a betegnek rendszeren legyen széke és ha elmaradna, beöntésekkel vagy hashajtókkal kell előmozdítani.



Minden betegségnél fődolog az *ingertelen* koszt, vagyis: kenyérfélék, tej- és tojásételek, főzelékek, leves- és kásafélék, tejjel vagy vajjal.

A fürdők hőmérséke rendszeren 15—20° R között legyen; akinek szervezete azonban ezt nem bírná meg, az kezdje 22°-nál és azután apránként szoktassa testét hidegebb vízhez. Röviddel étkezés előtt vagy után ne fogjunk vízkúrákba. A fürdés után gondoskodjunk (pl. dörzsölés által) a beteg testének fölmelegítéséről, melegebb fürdők után pedig (pl. lemosás által) annak megfelelő lehűtéséről. Fürdés közben a beteg ne olvasson, mert ez az agy felé hajtja a vért.

Sokszor, amidőn már minden medicinát végigkóstolt a szegény beteg, azt mondja az orvos, hogy adjanak neki *borogatást*. (Mintha nem okosabb lett volna mindjárt ezzel kezdeni.) De azt persze sokan nem tudják, hogy a víz alkalmazásának százféle módja is van!

A legtöbb esetben igen hasznos a betegnek a *kiizzasztás*. Ezt legsikeresebben a *teljes begöngyölés* eszközli. Mártsunk vízbe egy lepedőt, csavarjuk ki, göngyöljük bele a beteget lábtól nyakig, azután göngyöljük be gyapjú takaróval. Ez a teljes begöngyölés. Némely esetekben elég a *fél-, vagy háromnegyedes be-*



göngyölés is, amikor is nem egészen nyakig, hanem csak hónaljig, illetőleg derékig göngyöljük be a testet.

Ilyen teljes begöngyölés mellett az úgynevezett ágygőzfürdőt is foganatosíthatjuk, ha a beteg lábaihoz, térdéi alá és oldalához is forró vízzel telt palackokat, vagy melegített téglákat rakunk. Az ágygőzfürdő 1—2 óráig tarthat. Ha azonban a betegnek alkalmatlan, azonnal megszakítandó. Az ágygőzfürdő után 15—18 fokos *ledörzsölés* alkalmazandó, vagy pedig 23—25 fokos fürdő. A ledörzsölés vízbe mártott és kifacsart kendőkkel történik, vagy egy lepedővel, melyet a betegre borítunk és a dörzsölést a karokon és lábakon kezdjük s azután megyünk át a törzsre.

Ami a *beöntéseket* illeti, ezek  $\frac{1}{4}$  liter (esetleg több) 22 fokos vízzel eszközölködnek. A fecskendőből előbb a levegőt ki kell nyomni, mert ennek nem szabad a végbélbe jutnia. Makacsabb székrekedésnél 8—10 percenként lehet 20—25 fokos, esetleg melegebb, beöntést adni.

A borogatás, általában véve, lehet *izgató, megnyugtató, hűsítő, vagy gőzborogatás.*

Az *izgató borogatás* a fejlődő gőznek lekötésére szolgál, tehát úgy kell alkalmazni, hogy a borogatás által fejlődő gőz mellette



ki ne osonhasson. E célból veszünk egy darab durva vásznat vagy lepedőt, bemártjuk 14—18 fokos vízbe, azután kicsavarjuk és két-négy-hatrétfően az illető testrészre rácsavarjuk; majd pedig egy gyapotkendővel beborítjuk és lekötjük. Ennek a gyapotkendőnek úgy négyujjnyival szélesebbnek kell lennie a borogatásnál, hogy ezt jól befödje és lezárja. Az izgató borogatást addig kell rajthagyni, míg a betegnek kellemetlen nem lesz. A levétel után a borogatott testrészt vízzel kell dörzsölni, azután leszárítani és száraz ruhával dörzsölni.

*A megnyugtató borogatások* és kompresszek alkalmazása úgy történik, hogy egy durva vásznat 20—24 fokos vízbe mártunk, kicsavarjuk és négy-nyolcszorosan összehajtva, a fájós testrészre fektetjük s gyapjúruhával letakarjuk. A megnyugtató borogatást 30—40 percenként kell változtatni.

*A hűsítő borogatásokat* 14—18 fokos, vagy hidegebb vízbe mártjuk, egészen, vagy félig kicsavarjuk és szintén gyapjútakaróval lefödve fektetjük a gyulladásos helyre. Mihelyt fölmelegszenek, azonnal változtatni kell őket.

*Forró borogatások* (gőzkompresszek) két gyapjú-, vagy flanelldarabból állnak, melyeket hat-nyolcszorosan hajtunk össze; az



egyiket forró vízbe mártjuk, kicsavarjuk s azon forrón a fájós helyre fektetve, a másikkal pedig betakarjuk. Ez a borogatás 3—5 percenként változtatandó, körülbelül 30 percen át, azután pedig megnyugtató borogatás alkalmazandó.

*Erősítőkúra* alatt a beteg mindenekelőtt az ingertelen koztra fordítson gondot s a gyomrát meg ne terhelje, se ne izgassa. Élvezzen friss levegőt, vegyen mély lélekzeteket (az orrán át), sétáljon, tornázzék.

*Bőrápolás* céljából vegyen reggelenként egy fürdőt, vagy 1—2 teljes lemosást, vagy teljes ledörzsölést. Azután szárítsa le testét és menjen vissza az ágyba, hogy teljesen fölmelegedjék, nyáron pedig mozogjon a szabadban. Aki a hideg vizet nem bírja ki, kezdje a fürdőt 28—24 foknál, a ledörzsölést meg 26—22 foknál. Izzasztóul hetenként egy-kétszer egész vagy háromnegyedes begöngyölések alkalmazandók, előzetes gőzfürdővel, vagy lábgőzfürdővel kapcsolatban. Minden este 20—22 fokos hasborogatás alkalmazandó, melyet éjfélkor távolítsunk el (de, ha a beteg alszik, akkor ezért ne zavarjuk föl). Nyári időben igen jók a napfürdők is. Sokszor a helyesen eszközölt kenetetés is (olajba, vazelinbe, vagy vízbe mártott kezekkel) igen



hatásos, amint ezt az egyes bajoknál külön is föl fogjuk említeni.

*Fejgözfürdőt* otthon úgy lehet venni, hogy egyik székre forró vízzel telt edényt (lábast) teszünk s a másik székre leülve, fölébe hajlunk, mialatt valaki bennünket székestől egy nagy lepedővel letakar.

*Félfürdőt* úgy veszünk, hogy a fürdőkádba 30—40 centiméter magasságig öntjük a hideg vizet és 2—3 percig beleülünk. Ugyanígy hasznos térdig érő vízben taposni, vagy térdelni is, szintén 2—3 percig.

*Hasborogatást* lefekvés előtt vegyünk. A testnek melegnek kell lennie, valamint a szobának is. A hasborogatásnak könnyen kell fölmelegednie. Ha a gyomorra is kell a borogatásnak hatnia, akkor a gyomor táján vastagabban alkalmazzuk, esetleg ott egy 15—20 fokos borogatással is megtoldjuk.

A hasborogatások után mindjárt mossuk, vagy dörzsöljük le az egész testet 15—20 fokos vízzel, vagy pedig vegyen a beteg 23—25 fokos fürdőt. Ha azonban ezek lehetetlenek volnának, akkor elégedjünk meg a borogatott részek lemosásával. Azután szárítsuk fel a vizet a beteg testéről, dörzsöljük és fektessük le még 30—40 percig az ágyban. A hasborogatás levétele az ágyban,



a takaró alatt történjék. A borogatást heveny eseteknél, valamint ideges és szívbeteg egyéneknél nem kell egészen kifacsarni s a beborításhoz nem kell vastag gyapjúkendőt venni. Ha a borogatás a forróság miatt már kellemetlenné lett, akkor vegyük le. Láznál ez már néhány perc múlva bekövetkezik, máskülönben pedig 2—3 óránként is elég a hasborogatást változtatni. A változtatásnál csak akkor távolítsuk el az előbbi borogatást, ha már a másik borogatás ott van kéznél. Súlyosabb betegeket nem szabad a borogatás felrakása miatt emelgetni, hanem óvatosan a háta alatt átvenni. Ha a beteg a hasborogatástól túlságosan izzadna, akkor nem kell a borogatást nagyon kifacsarni, sem a beteget nagyon betakarni. A hasborogatáshoz körülbelül 40 cm. széles és olyan hosszú vászon, vagy törülköző szükséges, amely a testet derékban úgy körüléri, hogy a hasat duplán beborítja. Erre jön aztán a felső (száraz) gyapjútakaró, melyet (pl. biztosítótűkkel) össze kell megtűzdelni. A hasborogatás olyan általános gyógyeszköz, hogy a legtöbb bajnál mindig sikerrel alkalmaztatik.

*Fürdőt* ne vegyen az ember hideg testtel, sem közvetlen evés előtt, vagy evés után.



Gőzfürdő ajánlatos minden olyan esetben, mikor valami betegség lappang az emberben, de a láz még nem tört ki. Gőzfürdőt otthon úgy is vehetünk, ha egy nádszékre ülünk s magunkat székestől egy nagy vastag lepedővel nyakig jól betakarván, a szék alá forró vízzel telt rocskákat rakatunk. Vagy pedig úgy, hogy leülünk egy nádszékra és lábainkat másik két nádszékra rakjuk és mind a három nádszék alá forróvízes rocskákat rakatunk. Az ágyban pedig úgy is lehet gőzfürdőt venni, hogy a 3—4 abronccsal feltámoogatott vastag takaró alá egy csövön fölvezetjük a gőzt, melyet az ágy mellett fölállított forralóban, vagy kályhán fejlesztetünk. Ez a mód kivált nehéz betegeknek alkalmas. Láznál, szívbajnál, sápkórnál, vérszegénységnél, súlyosabb idegbajnál, tüdőbajnál, görcsös rohamoknál csak tudatlanok szoktak nyakrafőre gőzfürdőket ajánlani. Mindenféle gőzfürdő után vagy 25 fokos fürdő, vagy pedig 18 fokos ledörzsölés alkalmazandó.

Gyomorborogatás alatt akkora nedves vásznat értünk, amekkora az egész has és gyomor betakarására elegendő. Erre egy gyapjúkendő jön s aztán mind a kettőt (pl. 2—3 szalaggal) körülkötjük. Ha megszárad, cseréljük föl újabbal, hűsíteni azonban nem szabad.



*Izzasztó kúra* alatt értjük a gőzfürdőket, begöngyöléseket és a napfürdőt.

*Levezető lábfürdő* kétféleképp foganatosítható. *A)* Öntünk egy edénybe 2 cm. magasra vizet, beletesszük lábainkat s egymáshoz dörzsöljük lefelé vagy 10—20 percig, azután szárazra dörzsöljük lábainkat. *B)* Lábainkat 5—10 percig meleg vízbe dugjuk, azután egy pillanatra hideg vízbe dugjuk, majd leszárítjuk és dörzsöljük. A dörzsölést célszerűbb mással végeztetni, mert ha lehajlunk, a vér a fejünkbe tódul.

*A leöntések*, amelyek Kneipp gyógymodjában oly gyakori alkalmazást nyernek, csak egy, vagy legfőlebb másfél percig tartanak. Hatásuk felülmulja a villanyozás hatását. Gyengébbek 15 fokos víznél kezdjék, azután lemehetnek 10 fokra. A leöntéseket mindig alulról kezdjük és fölmenvén — pl. comb leöntésnél a combig, villámöntésnél a nyakig — megint vissza lemegyünk vele a bokáig. Minél hidegebb vizet alkalmazunk, annál rövidebb ideig szabad ezt alkalmazni.

*A lemosásokat* (épúgy, mint a ledörzsöléseket) a lábaknál és karoknál kell kezdeni, azután a fejet, nyakat, hasat, hátat lemosni. Érzékeny fekvő betegeknél mossuk le a fejet, azután a karokat stb. A hát lemosását esetleg



mellőzhetjük. A Kneipp-féle hideg lemosások 1—2 percig tartanak. Utánuk fölszárítás soha sincsen. Rendesen egy vastag törülközővel eszközöltetnek. Érzékeny, gyöngé betegeknél ecet is keverhető a vízbe.

»*A lábak melegítendőik.*« Ezt az utasítást találjuk sok vízáldalmazásnál. Hideg, fázós lábú beteggel ugyanis nem lehet semmi víz-kúrát kezdeni, hanem előbb föl kell a lábát melegíteni. Ez izgató láb- és lábszárgöngyölésekkel, meleg lábfürdőkkel, lábgőzölésekkel, melegítő palackokkal, meleg téglákkal történhetik.

*A jég használata* a természetes gyógymódban úgy külsőleg, mint belsőleg egyáltalán tilos.

»*Az alapbántalom kezelendő.*« Sok betegség gyógyításánál találjuk ezt az utasítást. Ilyenkor mindig azt a betegséget kell gyógykezelni, ami a jelenvaló fájdalmakat okozta, megelőzte.

*Ingertelen koszt.* Majdnem minden betegségnél ez javaltatik, de majdnem bizonyos, hogy a betegek 90%-a nincs abban az anyagi helyzetben, hogy valami választékos konyhát tarthasson, hanem, fájdalom, azt kell ennie, amit a család többi tagjainak főznek, nem is említve azt a sok gyomorbeteg, akik korcsában kénytelenek étkezni.



Ne nagyképűsködjünk tehát holmi 49 fogásból álló heti étlapokkal, hanem fogjuk rövidre a dolgot és jegyezzünk meg magunknak egy pár egészséges, ingertelen, olcsó ételt.

## Orvosságok.

Az allopathia a növényi, ásványi és állati anyagokból készíti az ő szereit. A természetes gyógymód ellenben számúzi az ártalmas anyagokat és csak növényi orvosságokkal gyógyít. Ezeket az orvosságokat a modern gyógyászat is alkalmazza, persze tudálékos formákban feldolgozva, ahogyan ötször annyiba kerülnek, de hatásuk vajmi kevés. A természetes gyógymód ellenben főzeteket készít belőlük, mert mi sem természetesebb, mint az, hogy a meleg orvosság képes legjobban a kóros anyagoknak feloldására és kiválasztására.

Ezekhez a főzetekhez vegyünk rendszeren *tíz szert*, mindegyikből *20 fillérért*, keverjük össze őket, vegyünk belőlük reggel és este *20—20 grammnyit*, főzzük meg *2 deciliter* vízben és vegyük be. A főzetet cukorral vagy mézzel is megédesíthetjük.

1912-ben nyomattuk ki először ezen orvosságok jegyzékének egy részét. Azóta sok



panasz érkezett hozzánk, hogy nem lehet megkapni ezeket a szereket, hanem egyszerűen másokat adnak helyettük. Mivel mi nem nyesszünk részt, hanem segíteni akarunk a szenvedőkön, ezért, csak hogy a természetes gyógymód minél inkább elterjedjen, úgy segítettünk ezen a bajon, hogy gondoskodtunk egy megbízható fővárosi gyógyszerkereskedésről, amely mindezeket a szereket raktáron tartja. Forduljanak tehát olvasóink hozzánk s mi készséggel, díjtalanul járunk kezére mindenkinek e gyógyszerek beszerzése körül.

Az alábbi gazdag sorozat fényesen megcáfolja azt az esetlen rágalmat, miszerint a természetgyógyászok csupa fűvelgyógyítanak.

A természetes gyógymód gyakoribb szereit a következők:

1. Herba absinthii. 2. Herba acetosellae.
3. Rad. acori calami. 4. Herba agrimoniae eupatoriae.
5. Rad. alcanæ. 6. Aloë comm.
7. Spec. althaeæ. 8. Spec. amaricantes. 9. Sem. amomi.
10. Herba anagallidis arv. 11. Herba anchusæ off.
12. Rad. angelicæ. 13. Fol. et sem. anisi stellati.
14. Herba aquilegiæ. 15. Rad. aristolachiae.
16. Flos et rad. arnicæ.
17. Herba artemisiæ. 18. Rad. cum herba asari.
19. Rad. asparagi altilis. 20. Asperula odorata.
21. Herba Adonidis vern. 22. Herba



ballotae lanatae. 23. Rad. bardanae. 24. Herba  
 betonicae. 25. Fol. betulae. 26. Flor. borag-  
 ginis. 27. Fol. bucco. 28. Bursa pastoris. 29.  
 Cort. cacao. 30. Faba cacao. 31. Flor. calca-  
 trippae. 32. Flor. calendulae. 33. Lign. cam-  
 pechianum. 34. Cort. canellae albae. 35. Fol.  
 cardui benedicti. 36. Rad. caricis arenariae.  
 37. Rad. caryophyllatae. 38. Cort. cascarillae.  
 39. Flor. cassiae. 40. Herba centaurii. 41.  
 Stipites cerasorum. 42. Flor. chamomillae. 43.  
 Herba chelidonii maj. 44. Herba chenopodii.  
 45. Cort. et rad. chinae. 46. Rad. cichorei.  
 47. Flor. et sem. cinnae. 48. Cochlearia off.  
 49. Rad. columbae. 50. Cort. condurango.  
 51. Rad. consolidae maj. 52. Sem. et flor.  
 coriandri. 53. Cort. coto falsi. 54. Herba  
 cupressi. 55. Rad. curcumae. 56. Flor. cyani.  
 57. Sem. cydoniorum. 58. Rad. cynoglossi.  
 59. Spec. diureticae. 60. Herba dranculi. 61.  
 Drosera rotundifol. 62. Stip. dulcamarae. 63.  
 Rad. enulae. 64. Equisetum arv. 65. Erysimum  
 cheiri. 66. Fol. eucalypti. 67. Euphrasia off.  
 68. Fol. farfarae. 69. Rad. filicis maris. 70.  
 Sem. foeniculi. 71. Foenum Graecum. 72.  
 Fol. fragariae vescae. 73. Cort. fraxini. 74.  
 Fumaria off. 75. Rhiz. galangae. 76. Galeopsis  
 grandifl. 77. Herba genipii. 78. Flor. genistae  
 tinctoriae. 79. Rad. gentianae. 80. Glechoma



hederacea. 81. Rad. glycyrrhisae. 82. Rad. graminis. 83. Cort. rad. granati conc. 84. Herba gratiolae. 85. Lign. guajaci. 86. Hedera terrestris. 87. Rad. hellebori. 88. Fol. helyanthemi. 89. Rad. hemidesmi. 90. Herba hepaticae. 91. Hieracium pilosella. 92. Hypericum perforatum. 93. Herba hyssopi off. 94. Rad. ireos. 95. Cort. juglandis. 96. Cort. nucum juglandis. 97. Fol. juglandis. 98. Baccae juniperi. 99. Lign. juniperi. 100. Flor. lamii. 101. Lappa major. 102. Baccae lauri. 103. Fol. lauri. 104. Fl. lavendulae spicae. 105. Spec. laxantes St. Germain. 106. Ledum palustre. 107. Rad. levistici. 108. Lichen Islandicus. 109. Spec. lignorum. 110. Farina lini. 111. Rad. liquiritiae. 112. Herba lobeliae. 113. Strobuli lupuli. 114. Flor. malvae arborescae. 115. Herba marrubii. 116. Flor. melandrii. 117. Herba meliloti off. 118. Herba melissae citratae. 119. Mentha aquatica. 120. Mentha piperita. 121. Fol. menyantis trifol. 122. Rad. mezerei. 123. Herba et flor. millefolii. 124. Myrrha. 125. Fol. et fruct. myrtillorum. 126. Sem. nigellae. 127. Pulv. nucis moschatae. 128. Rad. ononidis spinosae. 129. Flor. orchideae. 130. Flor. paeoniae off. 131. Flor. papaveris rhoeados. 132. Herba parietariae. 133. Spec. pectorales. 134. Sem. petroselini.



135. Sem. phellandrii. 136. Rad. pimpinellae.  
 138. Herba plantaginis. 138. Rhiz. podophylli.  
 139. Herba polygalae verae. 140. Herba poly-  
 goni avicularis. 141. Rad. polypodii. 142.  
 Gemmae populi. 143. Flor. primulae. 144.  
 Flor. pruni spinosae. 145. Pulmonaria off.  
 146. Rad. pyrethri. 147. Quassia fistula. 148.  
 Cort. quercus. 149. Fol. quercus. 150. Gland-  
 ulae quercus. 151. Cort. quillayae. 152.  
 Rad. ratanhae. 153. Cort. rhamni frangulae.  
 154. Rad. rhei. 155. Flor. rosarum. 156. Fol.,  
 fructus et semen rosae caninae (cynosbati).  
 157. Flor. rosae centifoliae. 158. Fol. rosmarini.  
 159. Rottlera. 160. Flor. et fol. rubi fruticosi.  
 161. Rumex acetosa. 162. Fol. rutae graveol.  
 163. Fol. rutae hort. 164. Rad. salep. 165.  
 Salicornia. 166. Fol. salviae. 167. Cort. salicis.  
 168. Fol. et. flor. sambuci nigrae. 169. Rad.  
 sambuci ebuli. 170. Fol. sambuci ebuli. 171.  
 Herba saniculae. 172. Lign. santali. 173. Rad.  
 saponariae. 174. Rad. sarsaparillae. 175. Cort.  
 sassafras. 176. Herba saturejae. 177. Saxifraga  
 granulata. 178. Herba scabiosae. 179. Herba  
 scolopendrii. 180. Rad. scorzonerae. 181.  
 Sedum album. 182. Herba sedi minoris. 183.  
 Rad. senegae. 184. Fol. sennae. 1885. Rad.  
 serpentariae. 186. Herba sideritidis. 187. Cort.  
 simarubae. 188. Herba solidaginis. 189. Herba



spergulae. 190. Herba spilanthae florida. 191.  
 Rad. sumbul. 192. Rad. symphiti. 193. Farina  
 synapis albae. 194. Sisymbrium nasturtium.  
 195. Fruct. tamarindorum. 196. Herba tanacetl.  
 197. Rad. taraxaci. 198. Teucrium scordium.  
 199. Fol. thymi serpilli. 200. Cort. tiliae. 201.  
 Flor. tiliae. 202. Fol. tiliae. 203. Faba tonca.  
 204. Rhiz. tormentillae. 205. Rad. traganthi.  
 206. Rad. turpethi. 207. Herba urticae. 208. Fol.  
 uvae ursi. 209. Rad. valerianae. 210. Veimura  
 basilicum. 211. Flor. verbasci. 212. Verbena  
 off. 213. Veronica off. 214. Vinca minor.  
 215. Fol. et flor. violae odor. 216. Viola  
 tricolor. 217. Viscum album. 218. Rad. zedo-  
 ariæ. 219. Rad. zingiberis. 220. Rad. poly-  
 gonæ bistortæ. 221. Fol. trifolii febrini.  
 222. Stellaria. 223. Potentilla anserina.

Ezek az orvosságokon kívül még sokat  
 talál az olvasó az egyes betegségek kezelé-  
 sénél. Hogy egy bizonyos betegségnél mely  
 orvosságok használhatók, azt az egyes bajok-  
 nál levő *recipelajstrom* mondja meg.

Az orvosságokat kénytelenségből jelöltük  
 latin nyelven, mert a magyar nyelvben mind-  
 egyiknek 3—10 neve is van, ami rengeteg  
 sok félreértésre szolgáltat alkalmat.



## Gyümölcskúra.

Már az ősrómaiaknál elrendelte Galenus a gyümölcsnek gyógyítás céljaira való használatát. Azóta sok újat tanultunk, de a régi jót bizony elfelejtettük. Mert manapság azzal lesz valaki korszakalkotó óriássá, hogy apáink hagyományait felrugja. Pedig, hogy a sok hókuszpókusz közt megszülető patikaszerek helyett mily egyszerű és hatásos szerekkel szolgál a természet, azt az állatok is tudják, ismerik, csak a »teremtés koronája« nem akarja elfogadni, bevenni. De lássuk csak ezeket sorjában!

Agyvelőbántalmak ellen: alma, szőlő.

Anyaméhduzzanat, petefészekkeményedés ellen: szőlő.

Aranyér, emésztetlenség, bélnyákhártyagyulladásnál: alma, szőlő, citrom.

Bőrbetegségek, sömörnél: nyers és főtt alma, szőlő, földieper.

Cukorbetegségeknek: naspolya.

Epekólikánál: meleg citromos víz. Epe-láznál: főtt gyümölcs.

Gége és hörgőhurutnál: alma, datolya és fügetea; cseresznye, szamóca, szőlő; szederszőrp, uborkanedv.

Nyavalyatörőseknek: füge.



Hájkór ellen: citrom, narancs, cseresznye, számoça.

Harapott sebre: citromlé.

Hasmenés ellen: áfonya, gránátalma, földi szeder, málna, borbolya, birsalma, körte, naspolya, som, vadcserezsnye, berkenye.

Hypochondria ellen: cseresznye.

Hysteria ellen: citromos víz.

Kolera ellen: citrom, áfonya, meleg kávé.

Köszvény és csúz ellen: számoça, citrom, szőlő, földieper.

Láz és gyulladások ellen: almatea, vörös ribiszke, málnaecet (vízzel) citromosvíz, borbolyalé, mandulatej. — Gyöngítőláznál (hányásnál): ananász, gyümölcsfagylalt. — Nyálkaláznál: áfonya, piszkelé.

Mellgörcsnél (asthma): alma, szőlő, citrom, füge.

Mellhártyagyulladásnál: alma, szőlő.

Kanyaró, vörhenynél: alma, szőlő.

Köhögés ellen: alma, szőlő, méz, mazsola, citromlé (véres köhögésnél), főtt cseresznye.

Rekedtség ellen: sült alma, szőlő, füge.

Sápkóránál: cseresznye, szőlő, szilva.

Sárgaságnál: citromos víz, főtt alma, uborka, nedv, számoça, szőlő, mazsola, főtt gyümölcs, naspolya.

Szembajoknál: alma, szőlő.



Szívbántalmaknál: alma, szőlő, citromos víz, földieper, cseresznye.

Nehéz emésztésnél: szilva, szeder, datolya, barack, narancs, füge.

Vizeletrekedésnél: füge, szőlő, őszibarack, szamóca, áfonya, fekete ribiszke, dinnyemag.

Kimerültségnél: piszke, ribiszke, dinnye, tök.

Székrekedés ellen: narancs (éhomra), édes körte, szilva, földieper, barack.

Rovarcsipésre: citromlé.

Bélférgek ellen: gránátalmafa gyökerének héja.

Égett sebre: füge.

Gyomorémelygés ellen: alma, narancshéj.

Sorvadásnál: kókuszdióolaj.

Vérköpésnél: som, barack.

Máj- és lépvértódulásnál, tüdőbajnál, görvélýkórnaál: alma, szőlő, citrom, földieper.

Gyomorfekélynél; citrom.

Ráknál: citrom.

Idegés fejfájás ellen: citrom.

Vértelenségnél alma, szőlő, cseresznye.

Angolkórnaál, skorbutnaál: alma, szőlő.

Idegesség ellen: alma, szőlő, földieper.

Gyomor- és bélbajoknaál: alma, szőlő.

Érelmeszesedésnél: barack, sárgadinnye.

Szédüléseknél: barack, sárgadinnye.



Vese- és hólyagbajoknál: sárgadinnye, cse-resznye.

Torokfájásnál: barack, füge, szeder.

## **A Schroth-féle szomjazó, vagy megvonó, vagy megújító kúra.**

Ezzel a kúrával csodás gyógyításokat lehet elérni, operációkat elkerülni, a megromlott vért kicserélni, gyógyíthatatlannak kimondott betegeket egészségesekké tenni. Szívgyöngeségben szenvedőknek azonban káros lehet és mert néha válságos fordulatokkal jár (pl. vértolulás az agy felé), ezért szakszerű felügyelet nélkül nem jó belefogni. A kúra lényege főképen az ételeknek és italoknak megvonásából áll, mi által nagy anyagcsere és a testnedvek megújhodása éretik el. Három időszakból áll.

*I. Előkúra.* Naponta három szűk, inger-telen étkezés. Reggel egy csésze kakaó, zabderce, árpakásalé, tej, vagy valami leves. Délben vastagra főtt rizs, árpakása, köleskása, metélt tészta, tejes ételek, vagy főzelék vajjal, esetleg egy kis pecsenye, vagy hal. Este kétszersült, vagy száraz zsemlye, vagy daraskenyér, egy kevés bor és egy korty víz. Vízet lehetőleg semmit ne igyék a beteg



egész nap. Ezért fűszerrel, zsírral nem szabad a betegnek főzni.

Alkalmazzunk továbbá naponta egy izgató, sok vizet tartalmazó, 15—22 fokos teljes begöngyölést 2—4 órán keresztül, azonkívül  $1\frac{1}{2}$ —2 órás ágygőzfürdőt, utána 22—26 fokos fürdőt, vagy 15—20 fokos teljes lemosást. A teljes begöngyölésnél a lábak melegen tartandók. Éjjelre háromnegyed-es begöngyölést alkalmazzunk, vagy törzsbegöngyölést, reggel pedig a törzset nedves ruhával dörzsöljük le. A beteg sokat mozogjon a szabadban. Szakszerű kezegetés (massage) is igen hasznos.

II. Sok esetben már az előkúra is elegendő a betegség kigyógyítására. Ha azonban 2—3 hét múlva sem érünk el javulást, akkor az ételek nedves részeinek és az italoknak (első sorban a víznek!) fokozatos csökkentésével áttérhetünk a főkúrára. Most a beteg reggel és este száraz zsemlyét, kétszersültet, zabdarakenyeret kap, amennyit kíván. (Ha nem bírja megrágni, akkor adjunk neki zsemlyéslevest.) Bort most ihatik tetszése szerint. Ebédre vastag főzelék, vagy pedig kenyérsü leves, sűrűre főtt rizskása, áttört borsó, árpa-kása, rizskásalisztfőlfujt.

Azonkívül naponta egy izgató, igen ned-



ves, 15—22 fokos teljes, vagy háromnegyedes begöngyölés a lábak melegen tartásával, 4—6 órán át, vagy egész éjjel. Továbbá ágygőzfürdő 3 órán át, utána fürdő vagy teljes lemosás, mint az I. pontban mondtuk. (Köszvényeseknél kéz- és lábgőzfürdők, fél- és teljes gőzfürdők, utána hűvös ledörzsölés.)

Néha több fehérnyetartalmú táplálék (esetleg hús és tojás is) ajánlható.

Ha a vizelet már nem iszapos, hanem tiszta szalmasárga, akkor a kóryanagok már kitisztultak s áttérhetünk az utókúrára.

Máskülönben pedig folytassuk a kúrát úgy, hogy adjunk a betegnek éjjelre 18—24 fokos, igen nedves hasborogatásokat, amit napközben is lehet alkalmazni, ha a beteg az ágyban marad. Ha a beteg nem bírja a szomjazást, akkor minden 2—3—4—5 napban szúrjunk közbe egy ivónapot, amelyen a beteg vigyázva ihatik 1—2 kortyot, de egy nap összesen legfőlebb egy üveg bort. A begöngyöléseket természetesen folytatni kell.

Ha a percenkinti érverés 46-ig leszállt, akkor hideg, vagy hűvös lemosásokat, villanyozást, tornázást, gőzfürdőt alkalmazzunk, vagy legalább egy pohár meleg bort adjunk a betegnek, hogy az enyésző életerőt támogassuk és szúrjunk közbe egy ivónapot.



Az ivónapot különben legjobb olyankorra tenni, amikor a vizelet erős kiválasztása hirtelen megszakad. Az átmenetet persze óvatosan kell eszközölni. Ez a szünet esetleg 4—6 napig tarthat s 3—4 heti kúra után többször is megismételhető. Ha a szünet alatt némi erősbödést tapasztalunk, akkor a kúra legott folytatható. Láz esetén is meg kell a kúrát szakítani. Ideges embereket nagy vigyázattal kell kezelni, mert sokszor elájulnak.

*III. Utókúra.* 3—5 hétig tarthat. Fokozatosan, vigyázva áttérünk a rendes ételekhez és italokhoz. Ingertelen tápláló ételekkel kell kezdeni, kis adagokban, főzelékkel, gyümölcscsel. Az italokkal is csínján bánjunk, hideg víz és sör kerülendő. A háromnegyedes begöngyölések, ágygőzfürdők, fürdők, illetőleg ledörzsölések, amint fentebb mondtuk, úgy folytatandók.

Megjegyzendő, hogy ezt az utókúrát akkor is kell foganatosítani, ha a főkúrára nem volt szükség.

Ne tévesszük össze ezt a kúrát a *koplaló kúrával*, amely szintén hasznos. A koplaltatás egyszerűen az étkezésnek a minimumra való leszállításából áll. Ez a kúra a legtöbb betegségnél segíteni szokott. A böjtölés ugyanis mindig jó és csak üres képzelődés az, hogy



ártana a testnek. A betegnek nem hízni, hanem gyógyulni kell, tehát korántsem féljünk attól, hogy néhány napi böjtölés rosszhat tennie neki, sőt ellenkezőleg: tetemesen helyre fogja hozni.

## A kenegető kúra.

(Massage.)

Az őszinte allopathák is kezdik belátni a kenegetések nagy gyógyítóerejét. Persze jobb lenne, ha a belgyógyászati tanárok alaposabban tanítanák a kenegetést, mert ez bizony igényel egy kis szakavatottságot. Sok ember pusztul el az illetékes faktorok vasalapossága miatt!

A kenegetésről itt csak röviden ezeket írjuk:

A masszáló kenje be a kezét olajjal, vagy zsírral, vagy vazelinnal. A kenegetés 10—15 percre, az egész test kenegetése  $\frac{1}{2}$ —1 óráig tartson. A hasat az étkezés után csak 3 óra múlva szabad kenegetni.

A kenegetés fajtái a következők:

1. *Simogatókenés.* Ez a sima tenyérrel és a hüvelykujj párnájával eszközölt gyöngé nyomással történik.



2. *Dörzsölőkenés.* Ezt kifeszített ujjaink hegyével eszközöljük, rendesen körvonalak irányában.

3. *Gyúrás.* Ez már, mint a neve is mutatja, erősebb kezelés, amikor is a testet úgy gyömszöljük, mintha tésztát gyúrnánk.

4. *Ütögetés.* Ezt a kezünk élével hajtjuk végre, ép úgy, mint mikor a konyhán a kés sel húst vágnánk.

A kenegetést mindig a távolabbi részeken kezdjük s úgy közeledünk lassan, kerülgetve, a fájós hely felé, esetleg a szív felé. Így pl., ha a szívet kell kenegetni, akkor a hón alatt kezdjük s úgy folytatjuk a kilégzéskor a hasig. Először mindig simogatással kezdjük s fokozatosan térünk át az erősebb formákra. A hasat pedig csigavonal irányában kell kenegetni, jobbról balfelé. Ha az egész testet kell kenegetni, akkor fektessük a beteget (fürdő után) hasra, kezdjük a kenést a lábszáron s úgy folytassuk fölfelé a nyakig, aztán fektessük hanyatt és folytassuk lefelé. A kenés úgy  $\frac{3}{4}$  óráig tarthat, aztán adjunk a betegnek teát és pihentessük. A végtagokat jó párosával egyszerre kenegetni.

A kenegetésnek igen sok módja és különféle eszközei vannak, melyekről magukról is könyvet lehetne írni.



## Lázkezelés.

(A fokok itt Celsius szerint értendők.)

A) Ha a láz még meg nem haladta a  $40^{\circ}$  Celsiust, akkor a következőket alkalmazhatjuk:

1.  $24^{\circ}$  fokos teljes dörzsölés, azután  $25^{\circ}$  jó nedves hasborogatás s esetleg  $20^{\circ}$  izgató lábszárgöngyölés.

2.  $30^{\circ}$  fürdő (12—18 cm.-nyi magas vízben), kivált a karoknak és lábszáraknak erős dörzsölésével és leöntés először a fürdő vízzel, azután  $2^{\circ}$ -kal hidegebb vízzel, azután fölszáritás és száraz dörzsölés, majd hasborogatás.

3. Fürdő, mint 2. alatt, azután fölszáritatlanul göngyöljék a beteget száraz lepedőbe és egy gyapjútakaróba, azután fektessék le fél-, vagy egy órára.

4.  $24^{\circ}$  teljes dörzsölés, utána  $30^{\circ}$  fürdő, kissé nedvesebb,  $24^{\circ}$  háromnegyedes begöngyölés, a lábak melegítésével egy vagy másfél órán keresztül. A teljes dörzsölés előtt igen előnyös egy negyedórás lábgöngyölést venni.

Ha a beteg alszik, akkor semmi áron se szabad zavarni, ha pedig fölébredt, vagy ha az előbbi vízálmalmazásnál megszabott idő



letelt, akkor adjanak neki  $32^{\circ}$  fürdőt, vagy  $25^{\circ}$  teljes dörzsölést.

Mielőtt a beteget a fürdőkádba ültetik, csavarjanak a fejére hideg vízbe mártott és kifacsart törülközőt. A gyulladásos helyekre a begöngyölések alatt  $20-22^{\circ}$  jó nedves borogatásokat tegyenek. Náthaláznál a különleges náthakezelés is alkalmazandó. Ha a begöngyölés alatt a betegen nagy forróság, vagy nyugtalanság vesz erőt, akkor göngyöljék ki, fürdessék meg s tegyék új göngyölésbe. A fenti négy pont közül mindig azt a módot kell választani, amelyik legmegfelelőbbnek látszik. Ha erre a láz engedett, izzadság jelentkezik s az érverés gyorsul, akkor nem szükséges ezeket megismételni, de azután is két hétig  $24^{\circ}$  teljes dörzsölést, vagy  $30^{\circ}$  fürdőt, hasborogatást, lábszárgöngyölést használjanak. Ha pedig a láz nem enged, akkor ismételjék a 4. pontban jelölt eljárást és ha ez se vezetne eredményre, akkor térjenek át az alábbi pontokban részletezett eljárásra. *Ha a beteg fázik s a hideg rázza*, akkor alkalmazzanak ágygőzfürdőt, utána  $24^{\circ}$  lemosást, vagy  $30^{\circ}$  félfürdőt, vagy  $25^{\circ}$  törzsfürdőt a test lehűléseig, aztán feküdjék le a beteg s adjanak neki izgató hasborogatást és lábszárgöngyölést.



B) 40° láznál így járunk el:

5. Két-három-négyszer 28—29° igen nedves teljes, vagy háromnegyedes begöngyölés negyed-, vagy félórára, azután 31—32° fürdő 10—30 percig, öntözéssel kapcsolatban, azután felszárítás, száraz dörzsölés, ágyba fektetés. Ezt az eljárást a láz makacssága, vagy fokozódása esetén egy nap hússzor is meg kell ismételni. A lábak melegen tartására nagyon ügyeljünk!

Fél-, vagy egyórás 26° teljes begöngyölés (ameddig a beteg kibírja) a forró testrészek külön beborításával, esetleg három-négyszer, azután ugyanilyen fokú fél- vagy törzsfürdő, vagy 31° fürdő leöntésekkel, vagy 25° lemosás a karok és lábszárak dörzsölésével, azután fektessék le a beteget.

7. Egy-, vagy másfélórás gőzfürdő, azután lemosás, félfürdő, vagy törzsfürdő.

8. 20° nyak- és alkargöngyölés 25° hasborogatással és lábszárgöngyöléssel kapcsolatban. (A nyak- és alkargöngyölést fél-, vagy negyedóránként, a hasborogatást egy óra múlva, a lábszárgöngyölést két óra múlva változtassuk.) A borogatások levétele után dörzsölés, lemosás, vagy félfürdő. Ezenkívül reggel és este teljes dörzsölés, vagy lemosás és gyakori langyos beöntések.



9. 24<sup>0</sup> dörzsölés vagy lemosás, utána közvetlen 10–25 perces nádszékfogőzfürdő, különösen a lábakra. Ezalatt a fájós részek hűtendők, vagy lemosandók. A gőzfürdő után 20<sup>0</sup> teljes lemosás vagy dörzsölés, azután fektessék le a beteget. Ha a láz újra erőt vesz rajta, ismét ezt az eljárást alkalmazzák. A nádszékfogőzfürdő, fél- vagy lábgőzfürdő is alkalmazható.

Ne felejtsük el, hogy ha a beteg a gőzfürdőben nyugtalan lesz, vagy vértolulás, szívdobogás jelentkezik nála, akkor a gőzölést *azonnal abban kell hagyni*. Nem szabad a gőzölést nagy fokban, vagy hosszabb ideig alkalmazni. Az izzadást nem kell erőszakolni.

10. 32<sup>0</sup> fürdő leöntéssel, a karok és lábszárak s az egész test dörzsölésével 10–20 percig, azután felszáritás, száraz dörzsölés, vagy pedig azon nedvesen 27<sup>0</sup> teljes, vagy háromnegyedes begöngyölés; lefektetés, jó nedves hasborogatással  $\frac{3}{4}$ – $\frac{5}{4}$  órára. Ez a kezelésmód többször megismétlendő. A begöngyölést fürdővel, a fürdőt pedig 24<sup>0</sup> lemosásokkal, vagy enyhe dörzsölésekkel lehet helyettesíteni.

11. Megnyugtató háromnegyedes begöngyölés izgató lábszárgöngyöléssel, utána 26<sup>0</sup> lemosás, vagy 20<sup>0</sup> félfürdő a felső test öntő-



zésével, azután vagy fölszáritás, vagy száraz begöngyölés és 2—3 óra mulva teljes, vagy háromnegyedes izgató begöngyölés; vagy pedig (a félfürdő helyett) 28° törzsfürdő, vagy ülőfürdő dörzsöléssel.

Súlyos betegeknek adjanak vastag, megnyugtató 26° törzsbegöngyölést és 21° láb-szárgöngyölést, azután 27° lemosást.

C) 40°-nál magasabb láznál:

12. Megnyugtató teljes 28° begöngyölés, de a lábakat nem kell begöngyölni, hanem csak nedves kendővel beburkolni és melegen tartani. Ha a beteg nyugtalan lesz, akkor a begöngyölést azonnal változtatni kell, más-különben négy órán keresztül is rajta lehet hagyni. Ezt az eljárást néha 10—15-ször kell ismételni. Az utolsó kigöngyölés után 26° lemosás, vagy pedig 30° félfürdő, vagy 28° törzsfürdő, melyhez hideg vizet kell önteni, mihelyt a beteg forró testétől melegebb lesz. Utána fölszáritás nélkül lefektetés.

*Gyöngeségi lázállapot. Torpor.* Izgató módszerre van mulhatatlanul szükség. Néha a homloknak, arcnak, mellnek 14—15° vízzel való fecskendezése, vagy lemosása is elegendő.

Jobb azonban, ha mindjárt ugyanilyen fokú nedves, erős dörzsölést alkalmazunk, mind-



addig, míg a fölmelegedés első jeleit nem észleljük.

Leöntéseket ( $22^{\circ}$ ) is lehet alkalmazni. Igen jó 13 cm. magas  $20^{\circ}$  vízben való fürdetés, néha gőzfürdő  $22^{\circ}$  leöntéssel és dörzsöléssel, amely után nedvesen fektessék le a beteget száraz göngyölésbe, tegyenek rá izgató hasborogatást és lábszárgöngyölést és ha fölébred, adjanak neki  $31^{\circ}$  fürdőt. A dörzsöléshez jó minél hidegebb vizet venni. Rövidtartamú hideg begöngyölések, hideg kádfürdők szintén igen jók, ha a beteg elég erős és még nagy forróság van jelen. Persze az erős dörzsölés ilyenkor igen fontos.

### Izzasztás.

Kneipp szerint az izzasztás az egész testnek óránként hideg vízzel való lemosásával történik, ami után a beteg törülközetlenül visszafekszik az ágyba s ott gypjútakaróba begöngyölik. Lehet azonban izzasztóul venni teljes gőzfürdőt, továbbá vagy teljes, vagy háromnegyedes ágygőzfürdőt, vagy pedig teljes vagy háromnegyedes begöngyölést, vagy csupán ágyláb-gőzfürdőt, de ezen göngyölésekre mindig 25 fokos teljes ledörzsölésnek kell következnie. A lábakat ezalatt melegíteni,



a fejet hűsíteni kell. Ihatik közben néhány korty vizet is. *Izzasztó orvosságok.* 54., 168., 201., 120., 122., 211., 214. és majorána. Az izzasztásra általánosan használt eszköz a »Sanitas« szobagőzfürdő.

### Beteggélevés.

Amint a bevezetésben említettük, az allopatha, ha beteghez hívják, legtöbbhöz tétozázik, haboz s a bevarómódszert alkalmazza, mert nem tudja, hogy miféle betegséggel áll szemben: míg a természetgyógyász azonnal munkához lát, nem várja, míg a baj elhatalmasodik, mert máris nagyon jól tudja, hogy mikkel lehet bárminemű betegségnek gátat vetni még akkor, amikor a megbetegedő ember csak valami lappangó bajt emleget.

Adjunk ekkor minél hamarabb egy egész ágygőzfürdőt, vagy pedig egy félórás gőzfürdőt, azután teljes begöngyölést, a fájósnak jelzett helyre pedig kompresszt.

Ha lázas, akkor vegyük vastagabbra a begöngyölő lepedőt s ne facsarjuk ki nagyon. Ha be van már göngyölve a beteg, akkor nyissunk ki egy ablakot. A kigöngyölés után pedig adjunk neki 25 fokos fürdőt, vagy 15 fokos teljes ledörzsölést. Igen ajánlatos a beteget fürdés közben vagy után kengetni.



Vagy a begöngyölés előtt, vagy pedig utána 20 fokos nagy beöntést kell neki adni, székelés után pedig még egy 15 fokosat. Éjjelre adjunk neki izgató hasborogatást, ha pedig láza van, akkor e helyett jó nedves megnyugtató törzsbegöngyölést vagy fürdőt. Ez az eljárás néhány napig folytatandó és föltétlenül alkalmas arra, hogy a föllépő betegség enyhe lefolyását biztosítsa.

### **Villanyozó kúra.**

A természetes gyógmódnak egyik hatalmas és elterjedt eszköze a villanyozás. Hütések, izomsorvadások, érzéketlenség, gyomor- és izomgyöngeség, idegesség, hisztéria, hypochondria, gerincvelőbántalmak és sorvadás, Basedow-kór, altesti bajok, vivőérlob és táglás, csúz, köszvény stb. stb. mind eredményesen kezelhetők villanyozás által. Mondanunk sem kell, hogy ennek a kúrának az a hátránya van, hogy otthon nem igen végezhető, tehát költséges. No de viszont az is igaz, hogy ha annyi pénzt kidobunk az egészségünknek evés, ivás, éjszakázás, észellenes ruházkodás stb. által való megrongálására: ne sajnáljunk egy kis pénzt annak visszaállítására sem.



## Gyakrabban szükséges szerek.

*Erősítő fürdő:* 95., 97., 63., 207., 43., 193., 199., 98., 16., 148., 22., 79., 193., 64., 12., 104., 210., 167., 42., 158., 118 és majorána.

*Görcsök ellen:* 1., 3., 12., 16., 58., 70., 92., 98., 42., 44., 68., 143., 166., 204., 168., 212., 136., 118., 130., 223., 216., 209., 217., 123., 162., 107., 132. (Az egész keverék 2 K 80 f.)

Láz elleni orvosságok, melyeket jó mindig otthon tartani: 144., 210., 3., 40., 66., 71., 37., 148., 197., 25., 198., 207., 113., 18., 167., 73., 201., 14., 6., 211., 1., 166., 32., 12., 45., 70., 135., 191., 221., 135. (Az egész keverék 3 korona.)

*Vértisztító tea:* 1., 144., 166., 158., 141., 103., 213., 215., 220., 194., 168., 207., 64., 25., 40., 92., 98., 123., 137., 140. (Az egész keverék 2 korona, tehát sokkal olcsóbb, mint az ujságokban hirdetett értéktelen keverékek.)

## Szív- és edényrendszer betegségei.

**1. Szív***bajnál* (*vitium cordis*) általában csak a könnyebb vízátkalmazások jöhetnek tekintetbe. Hetenkint 2-szer 20° lemosás, 2-szer 26° fürdő (4—5 percig), 2-szer 15—30° változó lábfürdő. Gyógytornáztat.



Kneipp szerint lemosás, mezítlábjárás, hetenkint 2 térdleöntés, 2 félfürdő.

Diétás kezelés. A fehérjeszükségletet ne túlnyomóan a húsból fedezzék. Kávé, tea, húsleves ártalmas, alkohol sem igen jó. A gyomrot nem szabad megterhelni. Ha a szív működés gyöngül, akkor a táplálékot is korlátozni kell s a folyadékfölvétel ne legyen több 1 kg.-nál.

Ugyanezek a szabályok tartandók meg az alábbi bajoknál is, tehát helyszűke miatt nem ismételjük őket.

Orvosságok: 158., 119., 26., 19., 194., 207., 137. és Wühhuber-tea.

Szívgörcs ellen legcélszerűbb hideg vízbe mártott ruhával dörzsölni a mellet, míg csak ki nem vörösödik. Minthogy a szív baj rendszeren vízkórral jelentkezik, legjobb az ellen a lábakat ecetes agyagba göngyölni. Igyék a beteg sok citromos vizet, egyék sok zellert, szőlőt, petrezselyemgyökérlevest, aludttejet, fekete kenyeret, tejfölt, tehéntúrót, főzelékeket. A hájkór szintén kezelendő.

**2. Mellszorongás.** (*Angina pectoris, stenocardia.*) Naponta 24<sup>o</sup> fürdő a karok és láb szárai dörzsölésével és a mell öntözésével. Hűsítő 18<sup>o</sup> vagy megnyugtató 24<sup>o</sup> borogatások a mellre, gyakran változtatva, azonkívül több



16° erős lábdörzsölés vagy izgató lábszár begöngyölés a lábak melegítésével. Esetleg változtatott hideg és meleg borogatások a szívre, néha meleg kézfürdők.

Ha a mellszorulás nyálkásodással lép fel, akkor a következő szerek hasznosak: 211., 114., 162., 215., 3., 61., 68., 63., 166., 204., 215., 25., 12., 207., 201., 46., 211. és majorána.

**Szívuroklob.** (*Pericarditis.*) Törzs- és háromnegyedes begöngyölés, a szívre 18° vastag és gypjútakaróval betakart borogatások ( $1\frac{1}{2}$ —2 óráig), 16° izgató lábszárgöngyölések 2 órán át. A lábakat melegen kell tartani. Nyugodt hanyattfekvés. Meleg, magas és tollas párnák mellőzendők. Esetleg megnyugtató teljes vagy háromnegyedes begöngyölés, vagy ágygőzfürdő, a szívre külön kompresszekkel s ezenkívül is izgató borogatások a szívre.

Idült eseteknél 3—4 izgató teljes vagy háromnegyedes begöngyölés s utána dörzsölés. Éjjelre izgató láb- és lábszárgöngyölés stb., mint fent. A karok és lábszárak kengetése. Erősítőkúra. Kneipp-kúrárt lásd a mellhártyalobnál.

Láz esetén lázkezelés.

**4. Szívizomlob.** (*Myocarditis.*) Izgató teljes vagy háromnegyedes begöngyölés, külön



kompresszel a szívre, a lábak melegítésével, azután teljes lemosás. Roham esetén 20<sup>o</sup> megnyugtató borogatás és izgató lábszárgöngyölés. Lásd még a gyulladásoknál is. Idült esetknél erősítő és megújító kúra. Kneipp-kúrát lásd a mellhártyalobnál.

**5. Szívdobogás.** (*Tachykardia.*) Hideg és hűvös borogatások a szívtájra és nyakszirtre, 26<sup>o</sup> lábfürdők, utánuk térd- és lábszárleöntések, a szívtájék lemosásai. Lábszárgöngyölések, tarkó- és felsőleöntések, ülőfélfürdők. A lábakat melegen kell tartani. Orvosságnak különösen 162., 158. (borral) 209., továbbá gyöngyvirág és a vizelethajtók. Egyebeket lásd a szívtágulásnál.

**6. Ideges szívfájdalom.** Gyakran változtatott hűvös borogatások a szívtájra. Levezetőkúra. Forró kéz-, láb-, kar- és lábszárfürdők hideggel változtatva. Izgató kar- és lábszárgöngyölések, dörzsölésekkel kapcsolatban. Erősítőkúra. Nyugodt fekvés.

Kneipp szerint a szívizgulásnál 16<sup>o</sup> kompresszt tegyenek a szív tájára s alkalmazzanak lábgöngyölést. Reggel teljes lemosás. Térdleöntés, víztaposás, felsőleöntés. Fodormenta-, kamilla- és valeriana-tea.

**7. Szívtágulás.** Teljes lemosások, dörzsölések, 26—24<sup>o</sup> fürdők. Éjjelre izgató láb-



és lábszárgöngyölések és megnyugtató hasborogatások, reggel lemosás és a lábszárak erős dörzsölése. Beöntések ( $22^0$  és  $15^0$ ). Erősítőkúra. Kneipp-kúra: hetenkint 2 felsőleöntés, 2 combleöntés, 2 félfürdő 1 teljes leöntés.

**8. Érelmeszesedés.** Rendes, természetes életmód, ételül zeller, főzelékek, sárgarépa, torma, tejes ételek, kevés hús; izgató italok, kávé stb. kerülendők, tiszta levegő, légzőtorna, svéd torna, az egész test kenegetése, megfelelő gőzölések, naponta 1—2 percig  $18$  fokos ülőfürdő,  $28^0$  szénsavas fürdők hideg dörzsölésekkel.

Érkeményedésnél (arteriosclerosis) a testi megerőltetést, bő táplálkozást, alkoholt, dohányzást, nemi élvezeteket kerülni kell. Nap- és légfürdők, mezítlábjárás, gyümölcsevés, lekvárok, befőttek. Könnyű ruhák. Az alapbántalom kezelése mellett a szív bajok kezelése is alkalmazandó. Rendes székelés igen fontos.

Orvosságok: 59., 61., 119., 136., 64., 204., 144., 40.

**9. Vértúlság.** (*Hyperaemia.*) Szűkös koszt, vízivás, friss levegő, mozgás, izgató teljes begöngyölés vagy ágygőzfürdő s utána  $25^0$  fürdő, vagy  $18^0$  dörzsölés, éjjelre hasboro-



gatás. Levezető eljárás, izgató láb- és lábszár-göngyölések, ülőfürdők, Kneipp-féle rövid hideg félfürdők, lábgözfürdők, hűvös borogatások a beteg helyre, izgató fél vagy háromnegyedes begöngyölések, de mindig hűvös borogatással a beteg helyre, beöntések, levezető kezegetések, kivált a karokon és lábszáraikon.

Agyvértúlságnál a beteg fejét magasra kell polcolni, külső ingerektől óvni a beteget, meleg lábfürdőket és hashajtókat adni neki. Szeszes italokat, kávét, teát, dohányzást meg kell tiltani s könnyű ételeket adni a betegnek.

Orvosságok: 162., 42., 123., továbbá étékül a torma és sárgadinnye.

Vérmesség. Hajlongás, felindulások, izgató ételek és italok kerülendők. A lábakat melegítsék. Reggel 18<sup>o</sup> dörzsölés s esetleg előbb, háromnegyedes begöngyölés egy jó órára. Kádfürdők. Ha a fej forró, tegyenek reá gyakran 18<sup>o</sup> borogatásokat, hűsítsék szivaccsal. Szükös koszt, vízivás, mozgás, friss levegő, kezegetés, gyógytornáztat, erősítőkúra.

**10. Vértódulás.** (Congestio.) A beteg taggal ellentétes irányban levő tagon alkalmazzanak levezető eljárást, magára a beteg tagra pedig tegyenek megnyugtató borogatásokat.

Ha pl. a fejbe tódul a vér, alkalmazza-





nak izgató nyak- és hasborogatásokat, láb-, lábszár-, fél- vagy háromnegyedes begöngyölést, láb- vagy félgőzfürdőt, ülőfürdőt, a fejre pedig rakjana kmeignyugtató vagy hűsítő borogatásokat. Az esetleg megduzzadt vagy megkeményedett nyakmirigyeket kenegessék erősen; a nyak kenegetés eis jó, idült bajnál azonban nem jó.

A vértódulás legegyszerűbb gyógyszere a lábgőzölés, a többi levezetőeljárással együtt; tehát hasborogatás, lábgöngyölés, nedves harisnya, éjjelre nedves harisnya, továbbá mezítlábjárás, ülőfürdők és hideg borogatások (szoros hidegsapkák a fejre).

**11. Szédülés.** Az alapbántalom kezelendő. Ha a fejbe való vértódulás okozza a bajt, támasszák a beteg fejét magasabbra, alkalmazzanak levezető kúrát, pl. 15—20 perces lábgőzfürdőt, utána hideg térd- vagy combleöntéssel, éjjelre izgató lábszárgöngyölést, reggel 18° teljes dörzsölést. Teljes vagy háromnegyedes gőzfürdők is jók, valamint 23° ülőfürdők (20 percig) s ugyanilyen fejmossók. Mezítlábjárás, nyakkenegetés, karok és lábszárak gyúrása, a mell és hát nedves dörzsölése. Gyógytornászat. Roham idején a meleg lábaknak 16° erős dörzsölése.

Ha pedig az agyban vérhiány van, akkor



a fejet a testnél mélyebbre kell fektetni és a levezető eljárás helyett 19<sup>o</sup> felsőtestmosásokat és Kneipp-féle felsőleöntéseket alkalmazni. Erősítő kúra is alkalmazandó.

Kneipp szerint lemosások, víztaposás.

Orvosságok: 143., 162., 166., 199., 209., 213. és levendulaolaj, sipkaolaj.

**12. Orrvérzés.** (*Epistaxis*.) Legegyszerűbb eszköz az orrba hideg, esetleg ecetes vagy sós, vagy equisetumos vizet szívni, vagy pedig a vérző orrlyukat kötőgyapottal betömni. Ha hevesebb a vérzés, tegyenek a tarkóra, homlokra és az orr tövére jó hideg borogatásokat, esetleg alkalmazzanak még izgató törzsbegöngyölést, 18<sup>o</sup> hát- és tarkóleöntést vagy levezető lábfürdőt. A beteg feküdjék magasra támasztott fejjel, esetleg kulcsolja össze karjait a feje fölött s vegyen sok mély lélekzetet. Egyebeket lásd a véromlásnál és vérzéskenységnél. Jó a kezét és lábat vérzéskor forró vízbe dugni.

Kneipp szerint jó hideg vízzel leönteni a fejet, tarkót és vállakat s azután vízszintesen lefektetni a beteget, míg a vérzés eláll. Nehány óra múlva meg lehet ezt a leöntést ismételni. Ha a beteg lábai hidegek, akkor vegyen hetenkint háromszor 15 percig hamuval és sóval kevert meleg lábfürdőt s minden



reggel hideg térdleöntést (a lábakat nem kell leönteni). Kávét ne igyék a beteg.

Orvosságok: 64., 28., 204., 91., 207., 214., 148. (felszívni az orrba), szintúgy citromlé is.

**13. Vivőérlob.** Hűsítő borogatások, fekélyekre izgató borogatások, levezető eljárás, esetleg teljes begöngyölések vagy ágygőzfürdők, külön kompresszel a beteg helyre. Nyugalom, növényi koszt, szeszes italok kerülése. Egyebeket lásd a vivőértágulásnál.

**14. Vivőértágulás.** Éjjelre izgató vagy megnyugtató láb- vagy lábszárgöngyölés és izgató hasborogatás. A sebes részre külön kompressz. Hetenkint két teljes begöngyölés vagy ágygőzfürdő. Naponta hat agyagborítás egymásután 10—10 percig. Gőzfürdők, ágy-lábgőzfürdők, erősítőkúra, 18° dörzölés, vagy 25° fürdő, 25—20° lábfürdők, sok mozgás a szabadban, óvatos fölfelé kenetetés az alsó testen kezdve, azután mindig alantabb kezdve. Túlságos helyikezeléstől óvakodjanak. Sérüléstől óvni kell a kitágult eret. Súlyosabb bajnál viseljenek ruganyos harisnyát, de nem gummiból. Legcélszerűbb a kötött pólya. A beteg fektesse a lábait magasra, tegyen a lábszára köré 20—15° (mindig hűvösebb) borogatást, vagy mindjárt az első borngatás után alkalmazzon hűvös leöntést vagy le-



mosást. A fekélyekre tegyenek nedves hűvös borogatásokat. Napfényfürdők (ha nincs a lábszáron nyitott seb), növényi koszt, könnyű ételek, rendes székelés, szeszes italok kerülése.

Orvosságok: 184., 144., 40., 64., 28.

**15. Ütőértágulat.** (*Aneurisma.*) Föltétlen nyugalom, folytonos izgató láb- és lábszár-göngyölések, megnyugtató mellborogatások, fölmelegedéskor változtatva. Gyöngé kenetetés. Néha egy órás láb- és lábszár-göngyölés, megnyugtató törzsbegöngyöléssel kapcsolatban. Erősítő kúra. Az alapbántalom kezelése. Egyebeket lásd az érlemeszedésnél.

**16. Vérzékenység.** (*Haemophilia.*) Friss levegő, hűvös vánkoson való alvás, tápsó-tartalmú táplálék, teljes lemosások, fürdők, légfürdők, erősítőkúra. Hideg vagy forró borogatások a vérző helyre, melyet nagyobb vérzés esetén le is kell kötni. Néha a szívtájra is kell hűsítő vagy megnyugtató borogatásokat tenni. Fűszer, kávé, alkohol kerülendők. Egyebeket lásd a vérzés csillapításánál, valamint az egyes vérzések címei alatt is. A vérzések idején ágynyugalom. Erősítőkúra. A végtagokat nem szabad se kenegetni, se mozgatni. Az allopathia nem képes e baj megszüntetésére és azért ellenzi a haemophiliás leányokkal való házasságot.



Orvosságok: 124., 152., 148., 217., 172., 204., 222., 4., 140., 64., 137.

**17. Gennyvérűség.** (*Pyæmia.*) Ágygőzfürdő, külön kompresszekkel a beteg helyre, azután 25 fokos fürdő leöntésekkel kapcsolatban. (Ezt addig kell folytatni, míg, az izzadás nem jelentkezik.) Hasborogatás hűsítő táplálékok, vízivás, sok friss levegő. A beteget el kell különíteni, nyugodtan hagyni, híg, tápláló ételeket adni neki. A kötéseket el kell égetni, a használt eszközöket fertőtleníteni. Az alapbántalom kezelendő.

Erősítőkúra. Egyebeket lásd a fekélyeknél.

**18. Vértelenség.** (*Rossz magyarsággal: vérszegénység. Anaemia.*) Gyomorjavítás emésztés, étvágy előmozdítása, friss levegő, vas tartalmú »orvosságok« kerülése, főzelékes táplálkozás, málnaszörp, citromos víz, gyöngégőzfürdők, kéz- és lábgőzölések, 26° teljes, gyöngé dörzsöléssel, vagy pedig ugyanily fokú lemosás az ágyban. Esetleg, ha elbírja a beteg, izgató 22° háromnegyedes begőgyölés (minden 2—3. nap) a lábak melegítésével 1—2 órára. Szintén esetleg félgőzölés 20 percig, utána 25° fürdő s a lábszárak leöntése és erős dörzsölése. Vagy pedig háromnegyedes ágygőzfürdő 1—2 óráig s utána 18° dörzsölés. Erősebb egyének a fenti víz-



alkalmazásokat 1—2 fokkal hűvösebben használhatják. Fázós egyének meleg kádfürdőt vegyenek. Erősítőkúra, kenetetések. Agyvérteségnél vízszintes fekvés, beöntések, 19<sup>o</sup> izgató begöngyölések, fejkenetetés. Nőknél 16—23<sup>o</sup> félfürdők 1 percig. Kneipp szerint először reggelenként csak lemosások, napközben mezítlábjárás, később hetenként 2 félfürdő, 2 combleöntés, 2 felsőleöntés, 1 teljes leöntés.

A táplálkozás főleg tehérjében gazdag, de könnyen emészthető ételekből álljon, mint: tej, tojás, hús. Ebben a tekintetben lásd a hízlalókúrárt, valamint az étvágytalanság kezelését is. Hirtelen ájulásnál a beteget vigyék friss levegőre, fektessék le párna nélkül s enyhe bőringerlést alkalmazzanak.

Orvosságok: 45., 50, 54., 154.

**19. Sáp kór.** *Chlorosis. Fehérvérűség. Leukaemia.* Másodnaponként 20—25 perces félgőzölés, utána 26<sup>o</sup> fürdő. vagy pedig ugyanolyan tartamú háromnegyed-es gőzfürdő és utána 26<sup>o</sup> fürdő, vagy 18<sup>o</sup> teljes dörzsölés. Ha a beteg kénytelen a napi foglalkozásait is folytatni, akkor ez az eljárás csak harmad- vagy negyednaponként alkalmazandó és szükség esetén 6—8 hétig folytatandó. Lehet azonban a kúrárt kéz- és lábgőzöléssel és







mindennap félfürdő, végre térd- és felsőleöntés. Hetenkint két rövid ülőfürdő. Mezit-lábjárás. Kréta- és csontliszt reggel és este ecetes vízben (bevenni). Kávé, tea, bor, sör kerülendő, valamint a »nyomorult« vaspороk, ellenben jó az erőleves, malátakávé.

Orvosságok: 3., 25., 205., 41., 115, 118., 79., 123., 92., 63., 212.

**20. Görvélykór.** (*Skrophulosis.*) Marha- és disznóhús kerülendő, borjú- és baromfi-hús is csak minden másodnap engedhető meg. Reggel teljes begöngyölések a láb melegítésével, majd 25° fürdő leöntéssel, esetleg 22° zuhany, azután törülközés nélkül menjen vissza az ágyba s ott göngyöljék be gyapjú-takaróval. Éjjelre haspólya. A kiütéses bőrt táblaolajjal lehet bekenni, a fürdés közben pedig külön öntözgetni kell. Kenegetések is jót tesznek a kigöngyölés után, valamint 20° dörzsölések és ágygőzfürdők is. Kneipp szerint szénavirág forrázatába mártott göngyölések, éjjelre nedves ing.

Orvosságok: 45., 95., 97., 85., 32., 122., 2., 3., 50., 68., 100., 194., 128., 216., 113., 98., 25., 74., 78., 79., 199., 42., 207.

**21. Süly.** (*Scorbut.*) Egészséges lakás és bő táplálkozás. 12—14° szájöblítések, orr-fürösztések. Ágygőzfürdők, a beteg részekre



22<sup>o</sup> kompresszekkel, azután 25<sup>o</sup> fürdők a beteg részek öntözésével. Étvágyjavítók, bőrápolás, friss vízivás, gyakori szájöblítés. (Lásd a szájróthadást is.)

Orvosságok: 124., 152.

## Gyomorbajok.

**22. Gyomorhurut.** (*Gyomorrontás, Gastritis.*) Kétóránként változtatandó 18 fokos izgató hasborogatások, esetleg gőzkompressz a hasra. Rezeitető gyomor- és haskenetetés. A borogatás után 18 fokos dörzsölés. 15—20 perces gőzfürdők, utánuk teljes begöngyölés és fürdő, vagy teljes dörzsölés (esetleg 20 fokos zuhany a gyomorra) és gyöngye és gyomorkenetetés. Láz esetén 17 fokos háromnegyedes begöngyölés 1—2 órára, azután 18 fokos teljes dörzsölés. Ha a fej forró, tegyenek rá 16 fokos borogatásokat, gyakran változtatva. Esetleg a gyomortájékának nedves, vagy száraz dörzsölése. Napfürdő.

Ha heveny gyomorrontásról van szó, akkor legcélszerűbb, ha egy napig nem eszik a beteg. Ha fájdalmai nem szűnnek, adjanak neki hashajtót, hánytatót. Szomjúság ellen igyék hideg teát. A másik nap adjanak neki



tejet, nyáklevest tojássárgájával. Harmadik nap tejes ételeket, lágy tojást, becsinált csirkét stb. Gyógyszereket csak gyomorégés, vagy székrekedés esetén adjanak.

Idült eseteknél tej, tojás, tojásosleves; később velő, mirigy, galamb, csirke, sonka, borjú, hal. Ásványvizek. Egyebeket lásd az étvagytalanságnál.

Az idült gyomorhurut többféle okra vezethető vissza. Ilyenek: az étel hiányos megőrzése (rosz fogak miatt), nikotinizmus, alkoholizmus, tüdőbaj, szívbaj stb. Először diétával kell kezelni, néha csak tejet, tojást szabad megengedni s csak később a gyöngyhúsokat. Zsíros, édes ételek, főtt tészták, fűszerek, alkohol kerülendők. Melegen, hirtelen, nagy darabokban enni ártalmas.

Idült gyomorhurutot Kneipp így gyógyít: Naponta 2 felsőleöntés és 2-szer víztaposás 5—5 percig. Két nap múlva naponként fej-, comb- és hátleöntés 4 napon keresztül, azután naponta félfürdő, fejleöntés, felsőleöntés.

Orvosságok: 6., 158., 166., 168., 71., 135., 16., 1., 8., 45., 50., 38., 66., 154., 40., 98., 119., 120., 64., 79., 199., majorána és narancshéj. (Az egész keverék 2 korona 30 fillér.)



### 23. Gyomorfekély. (*Ulcus ventriculi*.)

Enyhe bőrápolás, 25—30 fokos fürdők, vagy 24 fokos lemosások vagy dörzsölések, 25 fokos ülőfürdők egy negyedóraig, esetleg félgőzfürdő és utána fürdő a gyomor és has leöntésével. Éjjelre izgató vagy megnyugtató hasborogatás, lábszárgöngyöléssel. Tejbefőtt, nyákos ételek, puha tésztafélék, almapép, befőttek. Erősítőkúra. Vérzés esetén teljes nyugalom és koplalás, hideg borogatások a gyomorra és meleg begöngyölés a kezekre és lábakra. Egyebeket lásd a vérzéseknel.

A betegnek különben legalább négy hétig kell feküdnie, mialatt rakjanak a gyomorra borogatásokat. A táplálásnál gondosan kerülni kell a gyomor megterhelését, de azért kellő táplálóerejű ételeket kell a betegnek adni. Eleintén sok tejet, majd lágy tojást, becsinált levest, tejes ételeket, könnyű felfújtat, majd csibét, becsinált húst, sonkát, áttört főzelékeket, könnyűsültet. Kenyeret, zsemlyét, hüvelyes főzeléket, gyümölcsöt, alkoholt ne kapjon a beteg. Fájdalom alkalmával bőjtöljön. Az allopathia szerint súlyosabb eseteknél alulról táplálják a beteget, vagy az ú. n. gastro-entero-anastomosis műtétet alkalmazzák.

Kneipp szerint szénavirág forrázatába már-



tott négyszeres borogatás kell az altestre. Teljes lemosás ecetes vízzel. Kosztnak tej, erőleves, friss túró, vajsavó. Két hét mulva naponta felső és combleöntés, hetenkint 2 félfürdő. Hat hét mulva hetenkint 3 félfürdő, 2 lemosás, 1 félfürdő.

Orvosságok: 1., 4., 71., 166., 16., 64., 171., 204., 24., 115.

**24. Hányás.** (*Vomitus.*) A gyomortájék dörzsölése friss vízzel, lábszárgöngyölés, hasborogatás, gőzkompressz a hasra, esetleg gőzfürdő vagy ágygőzfürdő. Gyermekeknek mandulatejes beöntés is adható, ha a hányás hasmenéssel támadja meg őket. Hányásinger ellen itassanak a beteggel hideg vizet. Jégnyelés nem ajánlatos. Hasmenéses hányást lásd a koleránál.

Orvosságok: 42., 120., 18., 201., 32., 118., 99., 104, 125. és sáfrán.

**25. Gyomorgyöngeség, emésztetlenség, étvágytalanság.** Könnyű ételek. Bőrápolás. Fürdők (esetleg 20 fokos ülőfürdők). Teljes dörzsölések. A gyomortájék kenetése, gyúrása. Hetenkint 2–3 teljes gőzfürdő, utána fürdő, gyomorzuhanyozás, haskenetés és beöntés. Éjjelre hasborogatás, lábszárgöngyölés. Villanyozás. Folyós ételek (leves, tej, sör) nem ajánlatosak, jók ellenben: tojás,



sonka, nyelv, kétszersült, fekete kenyér. Káposzta, kövér hús, élesztős, főtt tészták, sok nyers gyümölcs szintén nem jók.

Gyöngye gyomorra Kneipp szerint 2 rövid pólya, 3 félfürdő, 3 felső és combleöntés. Étvágytalanság ellen pedig fölkeléskor teljes lemosás, Kneipp-féle gyomorvigasztaló, levenyulaolaj, köménymagolaj.

Orvosságok: 176., 67., 12., 3., 35., 38., 40., 42., 45., 48., 49., 50., 63., 64., 75., 79., 89., 108., 115., 118., 119., 120., 121., 135., 146., 147., 137., 166., 168., 174., 179., 184., 187., 97., 191., 193., 213., narancshéj és levél és fahéj. (Az egész keverék 4 korona.)

**26. Gyomorgörcs.** Savanyúkáposzta, sajt, izgató és terhelő, valamint igen meleg vagy hideg ételek és italok kerülendők. Az altestet melegíteni kell, lehet óvatosan (nedvesen vagy szárazon) dörzsölni is. Forró borogatások az altestre, vagy teljes gőzfürdő s utána teljes begöngyölés, majd fürdő vagy zuhany a gyomorra. A gőzfürdő helyett lehet ágygőzfürdőt is venni 18 fokos dörzsöléssel és a gyomortájék kenetetésével.

Kneipp szerint hetenkint 2—3-szor szénávirág főzetébe mártott pólya, 3 igen rövid félfürdő és 3 felső és combleöntés.

Orvosságokat lásd a 45. lapon.



**27. Gyomorégés** stb. Dörzsölgék a gyomor táját hűvös vízzel, igyék a beteg friss vizet, esetleg szénsavas vizet.

*Gyomorkeményedés* ellen Kneipp szerint első héten naponta ecetes vízbe mártott kendő, meleg lábfürdő hamuval és sóval, reggel és este hideg hátlemosás. Második héten 2 rövid pólya, 1 spanyolköpeny (lásd leírását a csúznál), másnaponként meleg lábfürdő hamuval és sóval. Harmadik és negyedik héten 3—3 felső- és combleöntés és 2 félfürdő.

*Gyomorfelfúvódásnál* naponta 1½—2 órás rövid pólya.

*Gyomordaganatnál* első 4 héten 3 rövid, meleg szénavirágos pólya, 3 teljes lemosás, 2 hát- és 2 combleöntés. A második 4 héten naponta felsőtestlemosás, 2 félfürdő, 2-szer vastag ecetes borogatás másfél óráig a hasra. A harmadik 4 héten 4—4 felsőtestlemosás ecetes vízzel, 2 altestborogatás, 2 meleg szénavirágos borogatás  $\frac{3}{4}$  óránként változtatva.

Orvosságok:

Gyomorégésnél: 3., 12., 67., 98., 193. és a hashajtók.

Gyomorkeményedésnél: 66., 148., 166., 46., 79.

Gyomordaganatnál: 1., 98., 46., 79.

Gyomorfelfúvódásnál: 6., 70., 71., 168., 3.,



42., 52., 97., 104., 120., 123., 166., 209., 210., 213., 215., 218.

**28. Nikotinmérgezés.** Fölkeléskor 18 fokos teljes lemosás. Hetenkint 38 fokos szekrénygőzfürdő úgy 20 percig, azután egy órás száraz begöngyölés, majd 22 fokos kád-fürdő. Gőzfürdő helyett jó a villamos fény-fürdő, valamint háromnegyedes begöngyölés 20 fokos vízzel és éjjelre hasborogatás. Kenegetés, erősítőkúra, kevés húsevés, fűszertelen koszt, alkoholmentes italok, dohányzástól való tartózkodás.

## **Bél- és hashártyabajok.**

**29. Bélhurut.** (*Enteritis.*) Heveny eseteknél félórás vagy hosszabb tartamú 15—20 fokos megnyugtató hasborogatás. Fájasok jelentkezésekor alkalmazzunk a hasra gőz-kompresszeket vagy meleg borogatásokat, azután langyos borogatásokat és kompresszeket. Vegyen a beteg naponta egy 26 fokos fürdőt 15—20 percig, majd 22—24 fokos ülőfürdőt, továbbá ülőgőzfürdőt. Adjanak neki mindjárt először beöntéseket, hashajtókat. Gyümölcsöt ne egyék. Jó a kereszt-csontot, karokat, lábakat gyúrni, a hasat gyöngén kenegetni, rezegetni, esetleg dör-



zsölni, de csak akkor, ha a gyulladás már elmúlt.

Idült bélhurutnál azonban naponta lehet a hasat kenegetni, gyúrogatni (mialatt a beteg húzza magasra a térdeit) s utána 20 fokos teljes ledörzsölést alkalmazni. Éjjelre pedig adjanak a betegnek 20 fokos hasborogatást, napközben pedig 20–30 perces langyos fürdöket, langyos beöntéseket. Könnyű, kevés táplálék, sok mozgás a szabadban. Vehet a beteg 15–20 perces gőzfürdőt, azután teljes begöngyölést jó félórán át, majd 24–26 fokos fürdőt leöntéssel és az altest dörzsölésével. Vehet továbbá úgy kétórás ágygőzfürdőt is, azután 24–26 fokos fürdőt stb. mint az imént mondtuk és 18 fokos teljes ledörzsölést. A diétára nagy gondot kell fordítani. Legokosabb, ha első napon mit sem adnak enni a betegnek. Másnap nyákleves, lisztleves, darás leves, sagoleves, tojásos leves, kakaó, kétszersült, áttört főzelék, sovány hús vagy hal, dara, rizs, vörösbor, áfonyabor. Idült eseteknél a gyümölcs, főzelékek, saláták, tej, tésztaeműek, zsíros ételek, fekete kenyér, sör, fehérbor, erősebb szesz italok kerülendők.

Kneipp szerint hetenkint 1 rövid ecetes pólya  $1\frac{1}{2}$  óráig, 3–4 ecetes altestborítás.



Két hét múlva hetenkint 2 félfürdő felsőle mosással és 2 reggeli teljes lemosás. Három hét múlva hetenkint 2 rövid hideg félfürdő. Gyomorhuruttal együttesen fellépő bélhurutnál mossa le a beteg reggelenként egész testét hideg vízzel, azután feküdjék le még egy órára. Vegyen minden másodnap 5 perces hideg félfürdőt s hetenkint 3 alsó, 2 felsőborítást  $1\frac{1}{2}$  óráig ecetes vízzel.

Orvosságok: 1., 168., 166., 92., 123., 40., 99., 125., 148., 204., 115., 108., 199., 164., 121., 167., 110., 147., 16., 79., 63., 46., 23., 93. (Az egész keverék 2 korona 40 fillér.)

**30. Hasmenés.** (*Diarrhoe.*) Rendesen első sorban az alapbántalom kezelendő. Helyi kezelésképpen jók a meleg és forró borogatások lábgőzölésekkel (az ágyban), továbbá gőzkompresszek a hasra és haskenetetés, hideg vízbe mártott kezekkel (csigavonalban, az óramutató irányában, fokozott erővel) és ezután 20 fokos hasborogatás. Hűsítő beöntések, különösen székelés után. Egyelőre mit se egyék a beteg, később csak nyákos ételeket és igyék vizet, vörösbort. Hosszasabb hasmenésnél keményítőtartalmú beöntések jók. Általában jó egy 18 fokos dörzsölés és utána száraz begöngyölés. Néha egyszerű meleg fürdő is elegendő.



Orvosságok: Wühlhuber-tea (I.) 125., 139., 115., 204., 38., 45., 53., 148., 187., 150., 197., 164., 158., 11., 166., 204., 127., 147., 49., 108., 79., 38., 40., 33., 64., 152. (Az egész keverék 2 K 80 f.)

Áfonyabor, áfonyapálinka, bodzabogyó-tea, orosz tea tejjel, csokoládé, kakaó, birs-almasajt szintén ajánlatosak bélhurutos hasmenésnél.

Hascikarás elleni szerek a fentieken kívül: 13., 37., 119., 120., 47., 209., 42., 70.

**31. Bélfekélyek.** Ingertelen koszt, nyáklevesek, tejes ételek, félórás 20 fokos ülőfürdők, éjjelre pedig láb- és lábszárgöngyölés. Az alapbántalom kezeléséhez haladéktalanul hozzá kell fogni, mert a bélátfúródás gyakran fenyeget.

Orvosságok: 64., 148.

**32. Bélcsavarodás.** Helyi megnyugtató forró borogatások, melyeket gyakran kell megújítani és szakadatlanul folytatni. Azonkívül levezető lábfürdő, gyakori 15 fokos beöntések és az alhas gyöngereztetése. Adhatunk továbbá egy 28 fokos 20 perces fürdőt is, amely után úgy két méter magasból öntsük le a hasat 20—22 fokos vízzel. Szakszerű haskenegetés is ajánlatos. Enni semmit sem szabad a betegnek, csak vizet ihatik félóránként egy kortyot. Ha ez az eljárás nem



vezet hamarosan célhoz, akkor a műtéti beavatkozás multhatatlanul szükséges.

**33. Bél-, hashártya-, lép-, máj- és vese-gyulladás.** A lábak melegen tartandók, a táplálék hűsítő, folyékony legyen. A hasra tegyünk 18—20 fokos megnyugtató borogatásokat, vagy kompresszeket; ha a forróság igen nagy, akkor ezeket duplán alkalmazzuk és kevésbé facsarjuk ki; változtassuk őket  $1\frac{1}{2}$ —2 óránként, míg csak a gyulladás le nem lohadt. Egyidejűleg tegyünk a lábakra és lábszárakra 16 fokos izgató begöngyöléseket, szintén 1—2 órán keresztül, azután dörzsöljük, gyúrjuk a lábakat 16 fokos vízzel s tegyünk rájuk gőzkompresszeket. Azonkívül naponta egy-kétszer 18 fokos teljes ledörzsölés szükséges s gyakori beöntések. Ha a láz hevesebb, akkor tegyünk az altestre is gőzkompresszt egyúttal alkalmazzunk háromnegyedes begöngyölést körülbelül 1 órán át.

Hashártyagyulladásnál (peritonitis) adjunk beöntéseket (de hashajtókat ne), továbbá háromnegyedes gőzfürdőt, ami alatt 20 fokos jó nedves borogatást kell tenni a hasra 20 percig (ezt nem kell betakarni), azután 25 fokos fürdő, vagy 20 fokos dörzsölés. (A gőzfürdő helyett lehet háromnegyedes ágygőzfürdőt is venni, szintén hasborogatással



és dörzsöléssel.) Azonkívül 18 fokos izgató lábszárgöngyölések két-három órán át, 18 fokos félórás hasborogatásokkal kapcsolatban. A gőzkompresszek is jók a hasra, amelyek után adjunk langyos kompresszeket.

A láz ellen 20 fokos lemosást lehet az ágyban végezni. Ez esetben a begöngyölésnél 20 fokos vízben kifacsart külön kompresszt kell tenni a hasra. A fürdőben dörzsöljék erősen a karokat és lábakat s öntözzék a felső és alsótestet.

Idült bajnál a fentiekén kívül 22 fokos megnyugtató borogatások alkalmazandók, esetleg 18 fokos izgató borogatásokkal fölváltva és izgató lábszárgöngyölésekkel kapcsolatban.

Kenegetésnél húzza föl a beteg a térsdeit, az ápoló pedig tegye egyik kezét a hasra és próbálja rezegtetni. Ha ezt a beteg kibírja, akkor a másik kezével az alsótest alatt próbáljon ellennyomást gyakorolni. Mihelyt lehet, vegyen a beteg 27 fokos ülőfürdőt a lábak melegítésével, has- és hátleöntésekkel kapcsolatban.

Kneipp szerint félóránként változtatandó hideg és meleg nedves borogatások, valamint mell- és hátborogatások. A beteg igyék kor-tyonként friss vizet, egyék igen könnyű étel-



leket, forralt hideg tejet, nyákos levesféléket. Esetleg lázkezelés.

**34. Székrekedés.** (*Obstipatio habitualis.*) Legegyszerűbb eszköz a székelés idejének naponkinti pontos megtartása. Vagyis ugyanabban az időben kell kimenni mindennap, s inkább ott ülni 10—15 percig. Székelés után, esetleg délben és este is 16<sup>o</sup> beöntés, aranyeréseknek 22<sup>o</sup>. Éjjelre, komolyabb székrekedésnél nappalra is, hasborogatás. Vízivás, kivált reggelenkint, éhomra, gyümölcssevés, bőrápolás (18<sup>o</sup> dörzsölés, vagy 25<sup>o</sup> fürdő). Sok mozgás.

Makacsabb bajnál 22<sup>c</sup> ülőfürdők, hasgyúrással kapcsolatban 15 percig, vagy 12—15<sup>o</sup> ülőfürdők 5—8 percig. Ágygőzfürdő is sikerrel használható.

Ajánlatos diéta: reggel éhomra: sült alma, füge, szőlő, eper, málna. Ebédre: leves, könnyű főzelék, édes tészta, hús, sok gyümölcs, sajt, vaj, búzadarakenyér. Estére: sonka, hideg hús, sok gyümölcs.

Kerülendő: rizsleves, nyákleves, káposzta, kakaó, fehér kenyér, vörösbor. Túlnyomóan szénhidrátokból álló étrend, különösen gyümölcssavak, méz, vaj, kevés fehérje.

Hashajtók, Wühlhuber-tea (I.). 184., 154.,



111., 105., 195., 6., 144., 20., 123., 18., 3., 40., 14., 197. (Az egész keverék 3 korona.)

**35. Szélszorulás.** Félgőzőlés fél óráig, 25° fürdő az altest öntözésével. Beöntések. 23° ülőfürdők 10—15 percig az altest óvatos gyúrásával. Izgató hasborogatás 2—4 órán át. Hűlés esetén a has dörzsölése, vagy gőzkompresszek reá. Változó ülőfürdők: 30° 5 percig s tüstént 15° 1 percig, háromszor egymásután. Sok mozgás a friss levegőn. Gyógytornászat. Erősítőkúra.

Orvosságok: 1., 12., 13., 17., 42., 52., 70., 115., 119., 120., 162., 209. és fahéj.

**36. Galándféreg, giliszta. (Taenia.)** Keveset egyék a beteg, könnyű ételeket s igen jól megrágva. És pedig: éhgyomorra vegyen be ricinusolajat, azután jó sokára kókuszdiótejet, Vegyen ezután 24 fokos beöntést, tejjel keverve (napjában többször is). Egyék búzadarakenyert, áfonyát, fügét és egyéb gyümölcsöt, tökmagot, sárgarépát, tormát, retket, heringet, szardellát, hagymát, mustárt, uborkát, savanyú káposztát. Vegyen éjjelre izgató hasborogatást, reggel 10 fokos dörzsölést. Napközben ágygőzfürdőt a hasra, ugyanekkor gőzkompresszt, azután teljes begöngyölést, majd pedig fürdőt vagy ülőfürdőt, erős haskenegetéssel kapcsolatban.



Fontos dolog, hogy a féragnak a feje is kijöjjön, tehát meg kell vizsgálni a székletételt és ha sikertelen, akkor meg kell ismételni az eljárást. Hashajtónak jó a ricinusolaj és tanacetumolaj; ezeket előtte való nap adják be, hogy a betegnek egész üres legyen a gyomra. Legkitűnőbb kiűzőszer a radix filicis maris, melynek azonban frissnek kell lennie. Ezenkívül még jók: 83., 121., 33., 22., 159., 218., 1., 47., 79., 91., 209.

**37. Vakbélgyulladás.** (*Appendicitis*.) Hűvös lemosások, kádfürdők, hasborítások, sok vízivás, főtt gyümölcs (kivált szilva), gyakori beöntések. Hashajtókat ne adjanak! Magasfokú láz fellépése azt jelenti, hogy sürgősen műtét szükséges. Különben pedig 23° ülőfürdők, vagy változó fürdők: 30° vízzel 15 percig és 16° vízzel 30 másodpercig. Begöngyölések. Kenetetések. Általában teljes nyugalom. Minél kevesebbet egyék a beteg. Erős székrekedésnél olajos, vagy szappanos beöntések.

**38. Máj- és epebajok.** Májbajoknál általában jók a következők:

Éjjelre 18° hasborogatás, reggel 18° dörzsölés. Naponta 2 hűvös beöntés. 23° ülőfürdők úgy egy negyedóraig, valamint ugyanilyen kádfürdők. Friss víz ivása esetleg gyümölcsnedvvel. Erősítő, esetleg megújító



kúra. Kenegetés, különösen a máj tájékán. Begöngyölésnél, hasborogatásnál külön kompressz kell a májtájékra. Fürdés közben a májtájékot 2 fokkal hidegebb vízzel kell öntözni.

Orvosságok: 16., 64., 40., 166., 17., 43., 158., 169., 92., 123., 98., 10., 82., 46., 120., 115., 87., 189., 179., 199., 211., 125., 212., 98., 168., 1., 42., 137. (Az egész keverék 3 korona.) Agavelevél, szamóca, majorána, papsajt.

Fűszermentes étkezés, lehetőleg minden húsfétel kerülendő. Folyékony, pépes étrend tejes, tojásos ételek, befőttek, rizs, hideg italok mellőzendők. Gyakran, de keveset egyék a beteg. Reggel, este meleg tejet, vagy teát. Nyers gyümölcs, keményebb főzelék, saláták, füstölt húsok ártalmasok.

Kneipp szerint jók a comb- és hátleöntések, ülő- és félfürdők, erősebb egyéneknek felső- és teljes leöntések.

**39. Májelzsirosodás.** Hetenkint 3—4 gőzfürdő vagy ágygőzfürdő és teljes begöngyölés, ami után 25<sup>o</sup> fürdő következzen a májtájék öntözésével. Mérsékelt táplálkozás. Munka vagy mozgás a szabadban. Egyebeket lásd a hájkórnál.



Ha a májon szalonnaszerű lerakódás észlelhető, akkor a gőzfürdők elhagyandók.

**40. Májlob.** (*Hepatitis.*) Megnyugtató teljes begöngyölés, izgató láb- és lábszárgöngyöléssel. Azután 23<sup>o</sup> fürdő a májtájék öntözésével. Hetenkint 3—4 félgőzfürdő, vagy háromnegyedes ágygőzfürdő.

Idült eseteknél erősen kell dörzsölni a májtájékot.

Kevés húst egyék a beteg, inkább tejfeléket nagy mennyiségben. Az alkohol nem tesz jót, de idült alkoholistáktól nem lehet egyszerre megvonni. Fontos dolog a rendes székelés. Ha hasvízkór is van jelen, akkor erős hashajtók és izzasztók alkalmazandók.

**41. Májsorvadás.** Naponta egy-kétszer rövid 24<sup>o</sup> fürdő, utána teljes begöngyölés, izgató lábszárgöngyölés.

**42. Májzsugorodás.** Bőrápolás, enyhe fürdők, vagy teljes lemosások, hetenkint két gyöngö ágygőzfürdő, azután fürdő, majd a májtájék enyhe kezegetése. Erősítő, esetleg megújító kúra. Vizenyős duzzanatok a vízkór alattiak szerint kezelendők.

**43. Májmegnagyobbodás, májteltség, májkeményedés, májdaganat.** Izgató begöngyölés vagy ágygőzfürdő, utána 25<sup>o</sup> fürdő. A kigöngyölés után fürdő, 20<sup>o</sup> dörzsölés,



azután 22<sup>o</sup> megnyugtató borogatások a májtájéokra, izgató lábszárgöngyölések.

Kneipp szerint a májdaganatnál meleg szénavirágos borogatást kell rakni az alsó testre, továbbá félfürdőket, comb- és hátleöntéseket alkalmazni. Erősebb egyének vegyenek naponkint egy rövid pólyát, éjjelre nedves inget vagy spanyolköpenyt, továbbá felső- és alsó borogatásokat, gyöngébbek félfürdőt, lemosást, borogatást a májtájéokra.

## Epebajok.

**44. Epekő.** (*Cholelithiasis.*) Vízivás. Ülőfürdők (20<sup>o</sup>). Nedves 15<sup>o</sup> borogatások a vese és epe tájára. Kenegetések. Epekőnél a has kenegetése, izgató hasborogatás, fájdalom esetén gőzkompresszek vagy meleg borogatások, vagy pedig félgőzfürdő s utána 25 fokos fürdő s az altest leöntése. Nagy beöntések. Citromosvízivás. Ágygőzfürdők. Rosszindulatú esetekben műtét.

Roham alatt meleg borogatások, hányásinger ellen hideg vízivás. Kimerülésnél erős kávé, tea, forralt bor. Zsíros ételek, káposzta, nyers gyümölcs, hüvelyes ételek és szeszes italok kerülendők.

Kneipp szerint ülőgőzfürdők, equisetum-



és zabszalmafürdők és borogatások. A gőzfürdő és meleg fürdő után mindig hideg lemosások.

Orvosságok: 64., 98., 69., 170., 140., 10., 3., 128., 165., 188., 189., 136., 78., 73., 81., 143., 156., 188., 212., 42., 46., 38., 184.

**45. Epeláz.** (*Cholekystitis.*) Csillapító törzsborogatások, lázkezelés, esetleg hagymázkezelés, friss levegő, friss víz, fölkeléskor teljes lemosás, este 2 órás rövid pólya. Egyebekben lásd a kezelést az epekönél, mely az epeláznak rendszeren az alapbántalma szokott lenni.

**46. Kólika.** Kezeljük az alapbántalmat, tartsuk a beteget egyenletes melegben, tegyünk a hasára forró borogatásokat, adjunk neki csak kevés táplálékot s naponta 4—5 hüvös beöntést. Adjunk a betegnek ülőfürdőt, amelynek vizéhez öntsünk folyton forró vizet, a beteg lábait pedig takarjuk be jó melegben. Azután adjunk neki 24—26 fokos beöntést. Ha a megakadt szelek fájdalmakat okoznának, tegyünk meleg kendőket, szénapolyva-borogatásokat a hasra s dörzsöljük, rázogassuk, kenegessük a hasat. (Lásd alább a szélrekedésnél is.) Orvosságok: 12., 13., 42., 52., 70., 107., 120., 12., 63., 136., 52., 107., 117., 167.



**47. Sárgaság.** (*Ikteros.*) Izgalmak, bosszankodások, nőknél a fűzőviselés, kis gyermekeknél a köldökkötő megszorítása az ok, amelyet el kell távolítani. Könnyen emészthető, mérsékelt táplálék, egy ideig hús nélkül. 20<sup>o</sup> hasborogatások napjában 3—4-szer 2—3 órán át. 26<sup>o</sup> fürdők, vagy langyos dörzsölések. Gőzfürdő vagy ágygőzfürdő és teljes begöngyölés hetenkint háromszor, utánuk pedig vagy 26<sup>o</sup> fürdő, vagy 18<sup>o</sup> teljes dörzsölés. Epekövek ellen sok vízivás, 26<sup>o</sup> fürdők s e közben kezegetés a jobboldali bordáktól a köldök felé. Gyulladások ellen 20<sup>o</sup> borogatások a májtájékra, gyakran változtatva.

Jók továbbá a 22<sup>o</sup> begöngyölések 1—2 órára, utánuk 26<sup>o</sup> fürdő. Valamint másfél órás 20<sup>o</sup> hasborogatások és 18<sup>o</sup> lábszárgöngyölések. Kezegetések a májtól a gyomor felé.

Csecsemőknél 24<sup>o</sup> hasborogatások, utánuk 27<sup>o</sup> fürdők vagy lemosások.

Kneipp-kúra: hetenkint 2 félfürdő, 2 combleöntés, 2 felsőleöntés, 1 teljes leöntés, 7 rövidpólya.

Akísérőképpen rendszeren jelentkező gyomorbélhurut is kezelendő. Zsíros táplálékok kerülendők. Könnyű ételeket adjanak a betegnek. Beöntések, hashajtók.



Ha elég korán érjük a bajt, akkor a hasz-  
hajtók elegendők. A betegnek akkor csak  
tejet, teát szabad adni. Később a diéta olyan,  
mint a heveny gyomorbajnál és epekőnél;  
vagyis kevés zsír, könnyű húsok, tészták,  
áttört főzelékek. Karlsbadi-kúra, meleg fürdők.

Orvosságok: 1., 10., 18., 114., 46., 20.,  
79., 115., 6., 137., 212., 82., 98., 184., 197.,  
92., 63.

Kneipp szerint hetenkint 3 rövid gön-  
gyölés, 2 teljes lemosás reggel s napjában  
reggel, este hársfaszénporral vagy jávorfa-  
levelekkel készített tea.

## Vesebajok.

**48. Veselob** (*nephritis*), **vesemedencelob**,  
**vesesorvadás**, **vesezsugorodás**. 22<sup>o</sup> meg-  
nyugtató teljes vagy háromnegyedes begön-  
gyölés, vagy ágygőzfürdő, jó nedves külön  
kompresszel a vesetájra (a lábakat tartsák  
melegen). Azután teljes dörzsölés. Napköz-  
ben hasborogatás, gőzkompresszel a vese-  
tájra, esetleg ülőfürdők, a vesetájék kenegé-  
tésével, rezgetésével. Éjjelre, s esetleg napköz-  
ben is, izgató törzs- és lábszárgöngyölések.

Heveny veselobnál első napon a betegnek  
tisztán tejet szabad innia, amit teával vagy



savanyúvízzel is keverhetnek. Később is kerülni kell a nátriumtartalmú ételeket és főleg zsír- és szénhydráttartalmú ételeket válasszanak. Fűszerek, tojás és alkohol kerülendők.

Idült bajoknál a klór-, fehérjetartalmú ételek kerülendők. Ebédre burgonya, rizs, paraj, karfiol, spárga, sárgarépa, káposzta, kel-káposzta, kalarábé, dara, kenyér, édes tészta és gyümölcs ajánlatos, vacsorára: tej, rizs, gyümölcs. Könnyű húsételek is vehetők. A kizárólagos tejkúra ilyenkor már nem sokat lendít. Ha vizenyő vagy húgyvérűség mutatkozik, akkor meleg göngyölések, izzasztó és vizelethajtó szerek alkalmazandók.

Kifejlődött vesegyulladásnál egyenletes melegben kell a beteget tartani s a vizeletet gyakran vizsgálni. Könnyű ételeket és keveset kell adni a betegnek: tiszta tejet, gyöngékávét, aludttejet, nyáklevest, később pedig (ha az állapot javult) karfiolt, spenótot, borsót, befőttet, gyümölcsöt. A sót kiváltóképpen mellőzzék. Folyadékot lehet a betegnek adni. Meghűléstől óvni kell a beteget. Hashajtókat lehet neki adni. Zeller, petrezselyem igen jól tesznek.

Orvosságok: 158., 166., 170., 69., 3., 64., 46., 140., 70., 98., 46., 165., 144., 176., 40.,



208., 28., 25., 212., 201., 210. és kender, bab-  
hüvely.

Ezek a szerek valamennyi vesebántalomnál  
használhatók.

Kneipp szerint a vesebántalmak ellen álta-  
lában jó az alsópólya és altestgőzőlés, napon-  
kinti teljes hideg lemosások, esetleg térd-  
és combleöntések, ülő- és félfürdők.

*Vesekólikánál* az eljárás ugyanaz, mint az  
epekökólikánál. Kneipp szerint naponta 2-szer  
30<sup>0</sup> fürdő 10—15 percig, utána hideg leöntés.  
A vesetájékra meleg ecetes vízbe mártott  
pólyák 2—2 órára, de kihülés esetén azonnal  
változtatva. Meleg ülőfürdők, hideg lemosá-  
sok. Ha a vizelet megindul, akkor comb-  
és hátleöntések. A meleg fürdők utáni hideg  
lemosást nem szabad elmulasztani!

*Veselobnál* az egész hátat fődjék be egy  
nagy tehéntúrótapasszal, azután rakjanak  
ugyanoda félóránként ecetes vízbe mártott  
borogatást 4-szer egymásután. Ugyanakkor  
a hasra is tegyenek ilyen borogatást, de  
duplán összehajtva. Gyöngé betegeknél  
ezután teljes lemosás és pedig, ha láza van,  
akkor négyszer napjában. Erősebb beteg  
vegyen napjában 2—3 félfürdőt s utána  
1 óra múlva felsőtestle mosást. Vizelethajtóul  
jó a rozmarinbor is. Egyebeket lásd alább.



**49. Vesperáknál** vérzés alkalmával tegyenek a vesetájra 15<sup>o</sup> borogatásokat, adjanak a betegnek napjában 1—2-szer 23<sup>o</sup> ülőfürdőt 15 percig, félgőzölést 20 percig s utána 26<sup>o</sup> fürdőt.

Egyebeket lásd a ráknál.

**50. Vesevértúlság.** Az alapbántalom kezelendő. Naponta, vagy másodnaponként izgató teljes vagy háromnegyedes begöngyölés, külön kompresszel a vese és hólyag tájára, utána 25<sup>o</sup> fürdő. Éjjelre izgató láb- és lábszár-, törzs- és mellgöngyölés (a köldök tájéka szabadon hagyandó) s egyidejűleg hűsítő vagy megnyugtató borogatások a vesetájra. Reggel nedves és száraz dörzsölés.

**51. Bright-féle vesekór.** Vegyen a beteg naponta egy ágygőzfürdőt, melegítsék erősen a lábait, tegyenek 4—6-soros borogatást a vese- és szívtájakra, mindaddig, míg a beteg nem verejtékezik (ez rendszeren 2 óra múlva következik be), azután adjunk neki 25—26 fokos fürdőt 22—23 fokos leöntésekkel, mialatt erősen kell dörzsölni a hátat. Tegyük továbbá fél vagy egy órára 20 fokos izgató borogatást a vesére és 2—3 órán át begöngyölést a lábszárakra. Éjjelre tegyük a lábszárakra, törzsre és keresztcsontra izgató be-



göngyöléseket. A göngyölés levétele után dörzsölni kell az illető testrészt. Ha a beteg az ágygőzfürdőket nem bírja ki, akkor helyettesítsük ezt gyöngye ledörzsölésekkel vagy lemosásokkal, néhányszor naponta. A betegnek fűszertelen ételeket kell adni, mert csak keveset szabad neki innia, friss tehéntejet vagy aludtejet vagy mandulatejet (nem nagyon hidegen).

Ha idült a baj s a bőrtvékenység megbénult, adjanak a betegnek száraz begöngyöléseket és 18 fokos nedves törzsgöngyöléseket fölváltva 1—2 órán át próbaképpen, azután pedig 18 fokos teljes ledörzsölést, vagy 25 fokos fürdőt s esetleg leöntéseket. Adhatnak a betegnek megnyugtató teljes begöngyölést 2 óránként, azután 25 fokos fürdőt, vagy pedig csak egy tízperces 27 fokos teljes fürdőt. A rendes székelést beöntésekkel kell szabályozni. A betegnek nyugalmas fekvőhelye legyen.

**52. Vándorvese.** (*Ren migrans.*) Törzsfürdők, rövid hideg ülőfürdők, has- és vesekenegetés, rövid hideg dörzsölés. A beteg ne hordjon szoros ruházatot (fűző, nadrágszíj), gondoskodják rendes székelésről. Esetleg feküdjék hosszabb ideig. Lesóványodás ellen használjon hízlalókúrát, gyomorbajok,



bélbajok esetén szedjen hashajtókat, pihenjen és vegyen hideg borogatásokat.

**53. Vizeletrekedés.** 26—32<sup>o</sup> ülőfürdők, megnyugtató helyi borogatások. Gyakori vízivás. Hüdéseknél negyedórás ülőgőzfürdő, utána 22<sup>o</sup> ülőfürdő szintén negyedóraig. Izgató hasborogatás és keresztgöngyölés 2—3 óráig. (Gyulladásnál nem izgató, hanem megnyugtató alakban adandók. Utánuk 23<sup>o</sup> ülőfürdő.) Háromnegyedes ágygőzfürdő, vagy 25 perces félgőzölés, utána 24<sup>o</sup> fürdő. A gyulladásos helyre külön kompresszek. 24<sup>o</sup> befecskendezés a húgycsőbe. Megújító kúra vagy műtét.

*Vizelethajtók:* 107., 110., 27., 70., 132., 48., 174., 22., 43., 89., 119., 120., 128., 135., 51., 208., 59., 64., 158., 170., 16.

**54. Vesevérzés, véres vizelet.** A vérzés kezdetekor 30<sup>o</sup> ülőfürdő 10 percig vagy tovább, míg a fájdalom nem szűnik. A vese és ivarszerv tájára hűsítő vagy megnyugtató 20<sup>o</sup> borogatások, az altest lemosásai óránként 15<sup>o</sup> vízzel. Nyugodt oldalfekvés. Izzasztó eljárás. Éjjelre izgató láb- és törzsbegöngyölés, külön kompresszel a vesetájra. Napközben 20<sup>o</sup> ülőfürdők 15 percig, a lábak melegítésével, fél vagy háromnegyedes ágygőzfürdők, külön kompresszel a vese és hólyag tájára.



### 55. Ágybavizelés. (*Enuresis nocturna.*)

Könnyű koszt, estefelé kevés vízivás, hűvös, nem puha fekvőhely, vizelés elalvás előtt, 18<sup>o</sup> dörzsölés, 10 perces ülőfürdő, vagy 5 perces 12<sup>o</sup> törzsfürdő, víztaposás, lábszárgöngyölés, hasborogatás, 20<sup>o</sup> törzsgöngyölés, esetleg villanyozás.

Orvosságok: 92., 123., 148.

**56. Lépfene.** Fürdő az egész bőrnek, de kivált a lábaknak dörzsölésével is a megtámasztott részek öntözésével, azután fektessék a beteget ágyba. Viszketés, égés ellen hűvös borogatások. Sebeket fölforralt és langyosra hűtött vízzel kell fecskendezni. Naponta egy izgató teljes begöngyölés, a beteg helyre külön megnyugtató kompressz.

**57. Lépgyulladás, lépdaganat.** Izgató láb- és lábszárgöngyölés, megnyugtató kompresszok az alhasra; utóbbiak fölmelegedés után változtatandók.

Lépdaganatnál:

Kneipp szerint szénavirág főzetébe, ecetes vízbe és zabszalma főzetébe mártott három borogatás, váltakozva az altestre. Erősebb egyéneknek ezenkívül hetenkint 2 félfürdő, 1 combleöntés, 1 hátleöntés, 2 teljes lemosás. Gyengéknek 4 lemosás.

Orvosságok: 46., 137., 166.



## Tüdő, hörgők, mellhártya.

**60. Tüdőhurut.** (*Bronchitis.*) Naponta ágygőzfürdő vagy gőzfürdő s utána teljes begöngyölés; vagy pedig teljes begöngyölés (gőzfürdő nélkül) s utána fürdő a bőr erős dörzsölésével. Éjjelre izgató nyak-, törzs- és lábszárgöngyölés, esetleg vállborogatás. Reggel 20<sup>0</sup> teljes dörzsölés. Ingertelen koszt, egyenletes meleg, tiszta levegő, mély lélekzetvételek. Erősítő-, esetleg megújítókúra. Száraz köhögéskor gőzkompresszek. Idült hörghurutnál kenegessék, nyomogassák a mellkast, rázogassák, nyomogassák a törzset s ezalatt is vegyen a beteg mély lélekzeteket. Kenegessék a géget és nyakat is. (A beteget fektessék hanyatt, az ápoló tegye neki a mellére a kezét és a kilégzésnél nyomva rázogassa a mellét; illetőleg tegye a beteg törzsére két oldalt a kezét és rázogatva nyomja meg két oldalt a törzsét.)

Ha fázik a beteg s izzadni nem bír, adjanak neki félórás gőzfürdőt s utána 20<sup>0</sup> teljes dörzsölést vagy lemosást. A száját a beteg napjában sokszor és hosszasan öblögesse, az orrába gyakran szívjon fel vizet, kenegessék a nyakát (de ne a légcsőtájon!) felülről lefelé és a mellét is. Adjanak neki másod-



naponként izgató begöngyölést vagy ágygőz-  
fürdőt és 22—18° törzsbegöngyölést (t. i.  
mindig hűvösebbet), reggelenként 18° ledörz-  
söléseket. Ingertelen koszt, tejkúra, erősítő-  
kúra, nyákos italok, napfényfürdők. A fürdő  
vizébe lehet mustárlisztet is keverni. Euka-  
lyptusolaj és terpentinolaj belégzése is javall-  
tatik. A többi szert lásd itt alább.

**61. Tüdőgyulladás.** (*Pneumonia.*) Kényel-  
mes fekvés, tollas ágynemű nélkül. Az abla-  
kokat tartsák éjjel-nappal nyitva, itassanak  
a beteggel friss vizet, de ne sokat egyszerre,  
adjanak neki beöntéseket. Igyekezzenek a  
a lábakat kiizzasztani (izgató láb- és lábszár-  
göngyölésekkel, gőzölésekkel, dörzsölésekkel,  
melegítőpalackokkal).

Forróság ellen gyakran változtatandó, több-  
szörösen hajtott, jó nedves mellborogatások,  
vagy pedig vastag törzsbegöngyölések s a  
fejre hűsítő borogatások. Naponta 1—2-szer  
18° teljes dörzsölés, vagy 24° fürdő. Mell-  
fájdalmak ellen megnyugtató 28° mellboro-  
gatások, izgató lábszárgöngyölések.

Ha a tüdőcsúcs van megtámadva, akkor  
vállbegöngyölés (»skótborogatás«) nedves,  
hűvös kompresszekkel.

19° háromnegyedes begöngyölés külön  
megnyugtató kompresszekkel a mellre, körül-



belül 1 óráig, azután 18<sup>o</sup> gyöngye lemosás és 25<sup>o</sup> fürdő. A fürdő után fölszáritás nélkül teljes begöngyölés, szintén külön kompresszel a mellre, alapos kimelegedésig. (A lábak melegítendőek!) Kigöngyölés után 20<sup>o</sup> teljes dörzsölés (a lábszárakon kivált) s azután ismét újra kezdhető az eljárás a 19<sup>o</sup> háromnegyed-es begöngyölésnél.

25<sup>o</sup> ülőfürdő (5 cm. magas vízben) és leöntések váltakozva 23—21—19<sup>o</sup> vízzel. Ez alatt a lábakat melegíteni kell, a mellet gyöngén, a karokat és lábszárakat pedig jó erősen kell dörzsölni. A leöntözést addig folytatassák, míg csak el nem múlik a szűrő fájdalom; ekkor azután vastag törzsbegöngyölés vagy ágygözfürdő és teljes begöngyölés alkalmazandó. Ha az izzadás bekövetkezik, akkor a beteg meg van mentve. Ha azonban a szűrés ismét jelentkezik, akkor ismételjék meg az ülőfürdőt stb. (Tapasztalatlan ember könnyen elronthatja ezt az eljárást.)

A tüdőgyulladás elmulta után úgy vegyen lélekzetet a beteg, hogy az egészséges tüdejére nyomja reá a kezét, a beteg tüdő oldalán meg emelje föl a karját.

Hirtelen rohamnál (elkékülésnél) a levezető eljárást és beöntéseket gyakran kell alkalmazni. Adjunk a betegnek izzasztókat. (»Sanitás«.)



Tüdőgyulladás kezelése Kneipp szerint a hónaljtól a lábujjakig érő begöngyöléssel történik, azután egy kanál édesmandulaolajat adnak a betegnek, a beteg részre pedig turotápaszt, melyet 3 óránként megújítanak.

A legtöbb tüdőhurut a patikaszerekkel kezelt tüdőgyulladás maradványa. Mossák le hideg vízzel a beteget fölkeléskor egészen, azután feküdjék le még egy órára. Ha elég meleg a teste, adhatnak neki naponta 1—2 felsőleöntést 12 napon át. Azután megint 12 napon át felső- és hátleöntés. Régi, makacs bajoknál naponta 1 térdleöntés, hetenkint 2 hideg félfürdő 3 másodpercig 5 héten át, azután hetenkint 2 térdleöntés és 1 hideg félfürdő.

Orvosságok: 1., 3., 7., 12., 13., 16., 64., 67., 68., 71., 81., 98., 108., 111., 114., 115., 123., 125., 131., 133., 137., 139., 145., 148., 151., 156., 165., 166., 183., 201., 204., 207., 211., 215. és majorána, narancshéj.

*Ezek a szerek a többi tüdőbajok ellen is használhatók.*

## **62. Tüdőtágulás. (*Emphysema pulmonum*.)**

Mély lélekzések, ágylábgőzfürdők, jó nedves 22° törzsbegöngyöléssel egy-egy órára naponként, azután 18° dörzsölés. Megújítókéúra, az alapbántalom kezelése, sok friss levegő, be-



öntések, lég- és napfényfürdők, kenetetések, légzőtorna.

A kezelés és a szerek nagyjából ugyanazok, mint az idült tüdőhuruté. Dohányzás kerülése, kevés mozgás, kövéreknél soványító kúra, székrekedések ellen esetleg hashajtók. A szív erejére gondosan kell vigyázni.

Kneipp szerint naponta két felsőleöntés, 1 comb- és térdleöntés, elosztva a nap 3 szakára, hetenkint 3 ülőfürdő (ekkor a térdleöntés elhagyandó). Ez így 4 héten át. Naponta 10—15 evőkanálnyi víz félóra alatt.

Orvosságok: 168., 211., 115., 217., 76., 13., szederlevél, fekete cseresznye leve, bodza-  
lekvár.

**63. Mellgörcs.** (*Asthma bronchiale.*) Fő dolog a melegen tartás. Vegyen a beteg egy 30—50 perces ágygőzfürdőt, vagy egy 20 perces félgőzfürdőt (derékig), azután egy 20<sup>o</sup> teljes lemosást, erre egy-két órán át 20 fokos teljes begöngyölést, vagy pedig 10 percig 20 fokos fürdőt, mialatt dörzsölgék erősen a beteg hátát és végtagjait, ha ezt a beteg el bírja. Éjjelre alkalmazzanak 20 fokos törzs- és lábikragöngyölést, reggel 20 fokos teljes lemosást. A napfürdők is jól tesznek.

Roham idején szedjük le a beteg ruháit s tegyük a mellére és hasára forró boro-



gatásokat, melyeket gyakran változtassunk, adjunk neki erős beöntést, melegítsük fel gyorsan a lábait s őrizzük a beteget minden hidegtől. Elektromos fényfürdők.

A betegség alatt tejet, levest, tojást, tejbe főttet, húsgelécet adjanak a betegnek. Akik bort szoktak inni, azoknak most is lehet adni.

Idősebb, kövérebb, vesebajos, vagy elgyöngült betegeknél, ha a pulzus gyöngül, gondoskodni kell a szíverősítésről. Hirtelen rohamnál (elkékülésnél) pedig a levezető eljárást és beöntést kell gyorsan alkalmazni.

Kneipp szerint 1. nap: felső és térdleöntés, ülőfürdő; este ülőfürdő; 2. nap: felső és combleöntés, este ülőfürdő; 3. nap: hátleöntés és ülőfürdő; 4. nap: felső és térdleöntés és ülőfürdő; 5. nap: felső és combleöntés ülőfürdő; 6. nap: hátleöntés és ülőfürdő; 7. nap: teljes lemosás és félfürdő; a következő héten ugyanez a sorrend. Erős egyének vegyenek hetenkint 2 teljes fürdőt, járjanak mezítláb. Aki a víztől irtózik, kezdetben vegyen hamuval és sóval készített meleg lábfürdőt és felsőtestlemosásokat, azután ülőfürdőket 2 hétig és csak akkor a fenti vízalkalmazásokat. Ha a beteg lábai hidegek, akkor a lábfürdő helyett lábgőzölések alkal-



mazandók. Főddolog az, hogy gyorsan melegget terjesszenek; melegítsék száraz dörzöléssel a hátát, azután mossák meg az egész testet ecetes vízzel; göngyöljenek a nyakára igen forró borogatást; tegyenek a mellére vagy a hátára meleg borogatást. A roham elmúltával azonnal alkalmazhatók a hideg leöntések, felső-, hát- és combleöntések, változtatva. Rohamközökben hetenkint kétszer szénavirág főzetébe mártott ing.

Orvosságok: 13., 62., 24., 66., 71., 93., 112., 130., 135., 137., 209., 211., 215., 213., 191.

**64. Tüdővizenyő.** (*Oedema pulmonum*.) Gyorsan kell izgatókat alkalmazni s a bőrt is ingerelni. Meleg teák, levezető eljárás, beöntések, köptetőszerek. Egyebeket lásd a vízkórnál. Kiváló orvossága a radix valerianae.

**65. Tüdőüszkösödés.** (*Gangraena pulmonum*.) Feküdjék a beteg vízszintesen. 28<sup>o</sup> kád-  
fürdők 23<sup>o</sup> lemosások, 21<sup>o</sup> törzsfürdők, megnyugtató vagy izgató borogatások, izgató lábszárgöngyölések, langyos gargarizálások (citromos vízzel), erősítőkúra. Egyebeket lásd a tüdőhurutnál. Belégzésre myrtus- és terpentinolaj.

**66. Mellhártyagyulladás.** (*Pleuritis*.) Negyedóránként változtatandó megnyugtató



mellborogatások és 2—3 óránként változtatandó  $18^{\circ}$  lábszárgöngyölések. Később  $22^{\circ}$  háromnegyedes begöngyölés külön kompresszszel a mellre, jó egy óráig, azután  $22^{\circ}$  teljes dörzsölés. Naponta félgőzfürdő egy jó negyed óráig, mialatt vastag hasborogatás alkalmazandó, azután  $22^{\circ}$  teljes dörzsölés, vagy  $26^{\circ}$  fürdő  $22^{\circ}$  öntözéssel. Ajánlatos továbbá  $19^{\circ}$  törzsbegöngyölés külön kompresszszel a gyuladásos helyre fél- vagy egy óráig, ágy- láb- gőzfürdővel vagy lábmelegítéssel kapcsolatban, utána lábszárgöngyölés, megint törzsbegöngyöléssel, azután teljes dörzsölés vagy fürdő. Kenegetés. Nagy óvatosság és kímélet. Egyebekben lásd a tüdőgyulladást. Vizelet- hajtók, hashajtók.

Kneipp-kúra. Nedves harisnya, erre pedig gyapjúharisnya, egy-két óránként megújítva. A beteg helyre túrós borítás, naponta 3—4-szer megújítva. A többit lásd a tüdőgyulladásnál. Javulás esetén hetenként 2 rövid pólya, zabszalma főzetébe mártva, két hideg alsó- és felsőborítás  $\frac{3}{4}$  óráig és 2 felsőleöntés. Naponta egy térdleöntés és víztaposás. Más naponként félfürdő.

Orvosságok: 1., 92., 123., 167. stb., mint a tüdőgyulladásnál.

**67. Tüdőszűkület.** Ha veleszületett baj,



akkor tegyék az újszülöttet rövid 28<sup>o</sup> fürdőbe és dörzsölgék azalatt, különösen a lábait, azután mossák a fejét, nyakát és mellét 26<sup>o</sup> vízbe mártott szivaccsal, azután fektessék ágyba és pólyázzák be. Esetleg mesterséges légzés.

Felnőtteknél bőrápolás, levezető eljárás, 16–17<sup>o</sup> tarkóleöntések, erősítő kúra.

**68. Tüdővérzés.** Hűvös kompresszek a vérző tüdőre. Lehetőleg feküdjék a beteg s ne beszéljen. 19<sup>o</sup> háromnegyedes begöngyölés úgy 1 órára, külön vastag kompresszel a törzsre. A lábakat melegítsék. Ha hidegek a kezek, dörzsölgék azokat is, csak a testet magát ne. Kigöngyölés után gyöngé, 18<sup>o</sup> teljes lemosás. Egyebeket lásd a véromlásnál. Ha a vérzés elmúlt, akkor 20 perces 22<sup>o</sup> ülőfürdő. A háromnegyedes begöngyölés helyett lehet 18<sup>o</sup> törzsbegöngyöléseket is adni (5 percenkint változtatni), vagy esetleg jó nagy mellborogatásokat is.

Izgalmaktól, heves mozgásoktól, erős köhögéstől óvni kell a beteget. Orvosságok: 1., 7., 133., 64., 148., 211., 183. stb., mint a tüdőgyulladásnál. Iparkodjanak a beteget lelkileg megnyugtatni. Könnyű, eleintén folyékony táplálékot kell neki adni: tej, erőleves, húisleves, nyákleves (guaker oats) majd rizs,



dara tejben, becsinált szárnyas fehér húsa. Hüvelyes vetemények, tészták kerülendők.

Kneipp szerint alsó göngyölés és jó hideg vastag kompressz a felsőtestre, gyakran változtatva. A lábak és kezek melegítendőek!

**69. Tüdőgümőkór, tüdővész.** (*Tuberculosis.*) Könnyű, ingertelen koszt, folytonosan friss, tiszta levegő, egyenletes meleg. Nyugodt, de mély lélekzések. A beteg a szabadban (mikor nincs hideg) számoljon egy lélekzetre, ameddig csak tud, mialatt kezeit tegye hátra. 24<sup>o</sup> felsőtestle mosások, később teljes lemosások (az altestet lehet 19<sup>o</sup> vízzel). A meghűléstől e vízátkalmazások alatt nagyon kell óvakodni. Nem jó, ha a beteg maga végzi a lemosást. Idültebb bajnál jelentkező éjjeli izzadásnál gyöngye, esetleg ecetes, 23<sup>o</sup> lemosások az ágyban rendszeren lefekvés előtt.

Belsőleg: zsályateá. Javulófélben levő betegek a lemosások helyett vegyenek 26<sup>o</sup> fürdőt, azután dörzsöljék nekik a lábukat és lábszárukat 16—17<sup>o</sup> vízbe mártott és jól kifacsart törülközővel. Kezdődő bajnál jók a fél-, vagy háromnegyedes begöngyölések (1—2 szernapjában) a lábak melegítésével, egy vagy másfél óráig, utánuk 23<sup>o</sup> teljes lemosás, vagy 26<sup>o</sup> fürdő, majd a láb és lábszárak dörzsölése.



Jó másnaponként egy vagy másfél órára 20<sup>o</sup> törzs- és vállgöngyölést is adni.

Fekvő betegnek naponként 1—2 teljes lemosás és 3—4 törzs- vagy vállgöngyölés, esetleg még 2—3 órás izgató lábszárgöngyölések is. (Úgy intézzék a dolgot, hogy egy lábszárgöngyölés tartama alatt 2 törzs- vagy vállgöngyölést alkalmazzanak.) Kigöngyöléskor a begöngyölve volt résznek 20<sup>o</sup> lemosása. Lefekvés előtt 5 perces 30<sup>o</sup> lábfürdő s utána 18<sup>o</sup> lábdörzsölés, azután lábgöngyölés. Erősítő kúra, légzési torna, sok mozgás a szabadban, úszás s a szobának szakadatlan szellőztetése. Napfürdők.

A főorvossága a tüdővésznek a kereszt-kötés, vagyis törzsbegöngyölés. Izzadás ellen lefekvés előtt ihatik a beteg konyakos tejet. Étvágytalanságnál az ezen cím alatt található szerek alkalmazandók, légzési nehézségnél lobelia és az asthmaellenes többi szer, hasmenés ellen szintén az ottani szerek, elesetségnél cortex chinae, radix valerianae.

Étkezés tekintetében a hízlaló gyógymódot kell alkalmazni, persze a gyomor megterhelése nélkül. (Főzelék, gyümölcs, tej, tojás, hús, édes tésták.)

Kiválóbb orvosságok: 1., 40., 108., 115., 137., 145., 140., 150., 222., 68., 76., 171.,



129., 86., 166., 179., 213. és a köhögtetők a tüdőgyulladásnál.

Kneipp szerint a II. stádiumban levő tüdővészénél napjában egy vízkezelés alkalmazandó és pedig napközben: felsőleöntés, combleöntés, térdleöntés, felsőleöntés, félfürdő (váltakozva). Erősebbeknek hetenkint egy hátleöntés és teljes lemosás. Mezítlábjárás, víztaposás. Hetenkint egyszer szénavirág főzetébe mártott ing és 3—4-szer hidegvízbe mártás, csak egy pillanatra. Könnyű főzelék, kenyérleves, erőleves, tehéntúró, gyümölcs. Egyebeket lásd a tüdőhurutnál.

**70. Sorvadás.** Gyermekeknél gyomorjavítás, felnőtteknél erősítőkúra. Gyümölcsévés. Fürdők, vagy dörzsölések. Friss levegő, testmozgás. Egyebekben lásd a tüdővészénél követendő eljárást.

Kneipp ugyanezt javallja, hozzátevén, hogy ha bélgyulladás is van jelen, akkor még hetenkint 3 ülőfürdő, 1 rövid hideg félfürdő naponta reggel a mell és altest lemosása ecetes vízzel.

Orvosságok: 1., 64., 67., 114., 115., 145., 207., 215. stb., mint a tüdőgyulladásnál.

**71. Nyirkmirígybajok.** (*Lymphadenitis, lymphoma.*) Gőzfürdő (vagy ágygőzfürdő) s utána fürdő. A lobos duzzanatra meg-



nyugtató borogatások. Éjjelre hasborogatás és lábszárgöngyölés, reggel 25° fürdő, vagy 21° teljes dörzsölés. Gyöngéd kezegetés. Egyebeket lásd a mandulalobnál.

Kneipp szerint szénavirág főzetébe mártott ing, teljes lemosás, vagy 2 másodperces teljes hideg fürdő. Belsőleg csontliszt, malátakávé. Jó még hetenkint 3 félfürdő, naponta 1 felső- és combleöntés 2 héten át.

Orvosságok borogatásul és belsőleg: 64., 148., 128., 176., 32. és petrezselyem.

**72. Köhögés.** Az alapbántalom kezelendő. Ágygőzfürdő s utána 24 fokos fürdő, vagy teljes gőzfürdő és utána teljes begöngyölés, majd fürdő. Éjjelre izgató 22 fokos törzs- begöngyölés, lábszárgöngyölés, nyak- és váll- borogatás, reggel teljes lemosás, 18 fokos gargarizálás, 22 fokos víznek az orrba való felszívása; háromnegyedes begöngyölés; Kneipp- féle felső-, hát-, térdleöntés, változtatva. Köhögési roham után egy korty állott víz. (Bilz mondja: »Kerüljék a köhögés elleni cukorkákat, mellszörpöt, Lieber- féle gyógyfűkivonatokat, az undorító kutyazsírt, csukamájolajat és egyéb ilyen buta, haszontalan holmikat«.)

Gyermekeknek adjunk törzsbegöngyölést, esetleg ágygőzfürdőt, teljes vagy háromnegyedes begöngyölést (ez utóbbit vállboro-



gatással) utána fürdővel. Friss meghűlésnél 22 fokos (vagy hidegebb) dörzsölés, utána félórás száraz begöngyölés; vagy pedig ágygőzfürdő s utána teljes vagy háromnegyedes begöngyölés stb. mint fentebb.

Mell és hát kenegetése alulról fölfelé s a hátgerinctől kifelé. Kopogtatások, mell- és hátcsapkodások.

Köhögés elleni orvosságok: a tüdőhurutnál felsoroltak és még a következők is: 58., 12., 79., 70., 135., 99., 213., 192., 22., 76., 44., 11., 136., 164., 173., 23., 46., 63., 212., 213., 24., 57.

Kneipp szerint teljes lemosások, vagy rövid göngyölések, mezítlábjárás.

**73. Szamárhurut.** (*Pertussis.*) Másfélórás 25° háromnegyedes begöngyölés a lábak melegítésével, vagy háromnegyedes ágygőzfürdő váll- és hasborogatással kapcsolatban, azután 25° fürdő, vagy 18° dörzsölés. (A 25° fürdő napjában kétszer is adható.) Éjjelre 22° izgató hasborogatások.

Köhögésroham után egy korty víz. Friss levegő, ingertelen növényi koszt, gyümölcs-ézés, citromos víz. 18° toroköblítés. Forrószágnál 19° törzsbegöngyölések, úgy két órán át. A lábak melegítendőek. Kenegetés (roham idején a hát, váll és tarkó táján, továbbá



a gyomor és csípő táján). Ha a beteg lázas, vagy ha a betegségnek bonyodalmai (complicatio) vannak, akkor ágyban kell tartani a beteget. A hurutnál és görcsös köhögéskor adják neki a tüdőgyulladásnál és köhögéskor felsorolt szereket (Cort. salicis és drosera különösen).

Kneipp szerint napjában 1—2 változó fürdő (t. i. 5 percig meleg fürdő s tüstént rá egy másodpercig 16° fürdő). Vagy pedig: mártsák a gyermeket meleg szénavirágos vízbe s azon nedvesen göngyöljék gyapjútakaróba s hagyják abban 2 órán át. Ez eleinte naponta kétszer, később egyszer s végül hetenkint egyszer történjék.

**74. Nátha.** Gőzfürdő s utána 18° dörzsölés, vagy ágygőzfürdő, utána teljes begöngyölés, azután fürdő vagy zuhanyozás. Húsz-huszonkét fokos víz felszívása az orrba. A fenti 18° dörzsölés után lehet félórás száraz göngyölést is alkalmazni. Éjjelre izgató has-, nyak- és vállborogatás és törzsbegöngyölés. Lábgőzfürdő vagy ágy-lábgőzfürdő. Nyak-, homlok-, halánték- és orrkenetetés, az utóbbi fölfelé.

Kneipp-kúra. Szénavirág főzetébe mártott borogatás a nyakra. Napjában két teljes lemosás 8—10 napon át. Könnyebb náthánál



napjában egy félfürdő és egy felsőlemosás, vagy felsőleöntés. Néha elég egy erős fejleöntés, amely után föltétlenül kimelegítő mozgást kell végezni. Teljes gőzfürdő is igen ajánlatos. A fejnek egyszerű megnedvesítése nem tanácsos.

Orvosságokat lásd az izzasztóknál. (Salvia és agrimonia különösen!)

**75. Rekedtség.** 24<sup>o</sup> vízzel való gargarizálás, izgató hasborogatás. A nyak hűvös leöntése. Nyakborogatások 12—15 fokos vízzel. Izgató teljes begöngyölés. Ágygőzfürdő, külön kompresszel a nyakra, azután hűvös nyakdörzsölés. Gégekenetetés. Lábfürdők. Belégzési, erősítő, esetleg megújítókúra.

Orvosságokat lásd az izzasztóknál.

### Csúz stb.

**76. Csúz** (*rheuma*), **köszvény** (*arthritis urica*) és **izomgyulladás**. Általában erősítő kúra alkalmazandó. Ingertelen, lehetőleg növényi koszt. Húsfélék, bor, sör, pálinka, kávé, szalicil kerülendők. Igyék a beteg sok vizet, limonádét, egyéb zellert, burgonyát, sárgarépat, tormát. A rendes székelésre ügyelni kell és, ha elmaradna, beöntésekkel vagy hashajtókkal kell előmozdítani.



Reggel: kenetetés friss vízbe mártott meleg kezekkel; először az egészséges részeket kell kenetetni, azután a fájósakat. Ha a beteg túri, akkor lehet a fájós tagot (kezet, lábat) forgatni. Ezután gőzfürdő 1—1½ órán át, vagy fekvő helyzetben nádszékeken való gőzölés ½ órán át, majd pedig 15 vagy 18 fokos teljes ledörzsölés, vagy pedig 25 fokos fürdő.

Naponta többször: a fájdalmas izületekre rakjunk megnyugtató borogatásokat és, mikor levesszük ezeket, akkor kenegessük, dörzsöljük azokat a fájós helyeket 14—15 fokos ecetes vízbe mártott meleg kezekkel. Ajánlatos a csúzosoknak naponta 3—4 lemosást alkalmazni 15—16 fokos vízzel, vagy pedig ugyanily hőmérsékű félfürdőt vagy törzs-fürdőt venni.

Éjjelre hasborogatásokat alkalmazzunk, melyeket jól le kell tűzni, hogy a fejlődő gőz ki ne osonjon.

Érzékeny csúzos betegeknek: naponta kétszer háromszor az egész testnek, vagy a test alsó  $\frac{3}{4}$  részének begöngyölése 18 fokos vízbe mártott lepedőbe s azután egy nagy gyapottakaróba. Vagy pedig csak a törzsnek és lábszáraknak ugyanilyen módon való begöngyölése (amit t. i. a beteg jobban kiáll).



Naponta egy-kétszer teljes lemosás 18 fokos vízzel. Naponta többször a gyulladásos helyekre 18 fokos borogatások, melyeket gyapjútakaróval fedjük be és mihelyt átmelegedésük folytán alkalmatlanok lesznek, cseréljük fel őket.

Nagyobb izzadásnál 26 fokos fürdő.

Lázmentes időközökben lábfürdők vagy félgőzfürdők, azután lemosás 18 fokos vízzel.

Nagyobb fájdalmaknál: lemosás langyos vízbe mártott szivaccsal s esetleg száraz dörzsölés. Mosogassuk továbbá a fájós részeket 30—40 fokos vízzel és azután, ha a fájás enged, mindig hűvösebbel.

Láz esetén: alkalmazzuk a rendes lázkezelést.

Nyáron: vegyen a beteg napfürdőket. (Nedves testtel feküdjék le arccal a nap felé nézve 10—15 percig.) Ajánlatos a forró homokfürdő és a sóval való borogatás is.

Izomcsúznál: alkalmazzunk naponta több gőzfürdőt és gőzborogatásokat.

Idült csúznál: vegyen a beteg naponta egy-kétszer 25—27 fokos fürdőt 15—25 percig.

Köszvényrohamnál: tegyünk igen nedves megnyugtató borogatásokat a fájós helyekre; mikor ezeket levesszük, mossuk le gyöngén és kenegessük a fájós helyet.



Kenegetéshez igen jó szerek: kámforolaj, kámforszesz, terpentinolaj, repülőkenet (linimentum volatile), szalmiákszesz, tormaszesz, levendulaszesz és liliomolaj. (Az egész 80 fill.)

Kneipp-kúra. Izomcsúznál: nedves, hideg vízzel való kar-, lábszár- vagy háromnegyedes begöngyölések, mik alatt a beteg meleg gyapjútakaróval betakarva az ágyban maradjon. Azután lemosás következze a beteg részek erős öntözésével, azaz kar-, hát-, mell-, térd- vagy teljes leöntéssel. Estefelé félfürdő. Erősebbeknél mindjárt kezdetben alkmalhatóak a felső- és combleöntések, naponkint változtatva. Éjjelre hideg spanyolköpeny.\*) Gyöngéknél naponta egy teljes lemosás, a beteg tag begöngyölése, este félfürdő. Ajánlatosak a szénavirág és zabszalma főzetébe mártott borogatások, pólyák és ingek is.

Izületi csúz ellen: meleg spanyolköpeny, fej- és lábgözőlések, felső- és alsóleöntések, naponkint változtatva. Reggel, felkelés után teljes lemosás, azután vissza az ágyba, míg a test újra teljesen felmelegszi. Ez négyöt héten keresztül így folytatandó; az ötödik, vagy hatodik héten 2 félfürdő, 1 fej- és lábgözőlés, 1 spanyolköpeny. Később meleg és

\*) Vászomból való hálóköntös, melyet vízbe mártanak, ki-facsarnak s úgy adják a betegre.



hideg fürdők, felső comb- és térdleöntések, naponként változtatva. Végül hetenkint két teljes lemosás, 1 felső és combleöntés, néha meleg fürdő. A fejfőzölések csak kopaszodó embereknél alkalmazhatók. A csalánnal való verdesés is kihajtja a csúzt az illető tagból.

Köszvénynél a fájós, dagadt helyeket 2—3 óránként leforrázott szénapolyvával bélelt borításokba kell begöngyölni. Hetenkint egy kétszer meleg zabszalmafürdő, meleg spanyol köpeny és 29—32 fokos fürdő fenyőtű, zabszalma és szénavirággal keverve. Hetenkint háromszor felkeléskor teljes lemosás, esetleg 3 térdleöntés, 2 félfürdő, a felsőtest lemosása és szénavirág főzetébe mártott ing. Úgy az ötödik héten kevesbíthetjük a meleg víz alkalmazásait. Emellett, ha pl. a kar köszvényes, alkalmazzunk rá göngyölést s azután leöntést. Erősebb embereknél, ha nincsenek dagadataik, mindjárt felső és combleöntéssel lehet kezdeni és ezt félfürdővel változtatva alkalmazni. Hevesebb fájdalomnál sokszor segít egy hideg leöntés. Nőknél ülőfürdők ajánlatosak. Később hetenkint két félfürdőt, egy teljes lemosást s esetleg víztaposást.

Lábköszvényél olyan betegeket, akik félnek a hideg víztől, a fent leírt szénagöngyöléssel kell kezelni, de utána közvetlenül



mindig leöntések alkalmazandók. Ha gyulladás vagy daganata van a betegnek, akkor legtanácsosabb reggel kezelni. Nyujtsa ki a lábát az ágyból s öntsék jól le 5—6 kanna vízzel, azután takarják be megint és később mossák le az egész testet. Ezt az eljárást naponta két-háromszor lehet végezni. Legcélszerűbb a fájdalmak jelentkezésekor hozzákezdeni. Borogatásnak jók az összevágott s ecettel leforrázott ibolyalevelek is.

*Izomgyulladásnál* rakjunk a gyulladásos helyekre megnyugtató borogatásokat, alkalmazzunk megnyugtató begöngyöléseket.

Ha a baj makacsabb lenne, akkor ugyanazt a kezelést kell alkalmazni, amit fentebb a csúznál láttunk.

*Csúzos fejfájásnál* gőzfürdő, utána 20 tokos fejleöntés, a fej begöngyölése, a nyaknak kenegetése lefelé, vizes kézzel. Naponta izzasztókúra, gőzfürdő vagy ágygőzfürdő által, utána teljes begöngyölés, azután 25 fokos fürdő a fejnek leöntésével (zuhany). A fejnek göngyölése is jót szokott tenni.

*Sóscsúznál* (diathesis urica) a purintartalmú táplálékok, általában a lukszustáplálékok kerülendőek. Ilyenek: tea, kávé, fűszerek, húsfélék, alkohol, húsfélék (legfőleg főtt hús engedhető meg) paraj, gomba, hüvelyesek,



halak (ez utóbbiak még megengedhetők néha).

Orvosságok: 167., 168., 68., 71., 215., 91., 205., 23., 4., 25., 79., 85., 98., 128., 130., 167., 173., 174., 73., 143., 78., 3., 140., 209., 196., 121., 221., 175., 199., 193., 22., 42., 62., 85., 34., 122., 101., 24., 25., 48., 207. és babhüvely, torma, uborkagyökér, almatea. (Ez az egész 4 koronából kiállítható, tehát sokkal olcsóbb, mint az ujságokban hirdetett drága szerek.) Ajánlatos a szénavirág- és zabszalma-borogatás, a zellerevés és a wörishofeni tea.

### **Anyagcserebajok.**

**77. Hájkór, elhízás.** (*Adipositas, obesitas.*) Vízivás korlátozása, szeszes italok kerülése, mérsékelt, lehetőleg zsírtalan étkezés. 15 fokos izgató teljes begöngyölések leöntésekkel, ha a betegnek nincs szívbaja. Alkalmas izzasztókúra. Tollas dunna mellőzendő. Sok mozgás. Kenegetések, gyúrások. Kneipp szerint hideg felsőleöntések hat napon át, fokozva, vagy pedig a felsőtest lemosása naponta kétszer, azután hátleöntések egy héten át fokozatosan 2—8 kanna vízzel. Azonkívül naponta 2 combleöntés. A harmadik hét első napján félfürdő, másodikon hátleöntés,



azután minden nap másfélórás rövidpólya. A beteg végezzen testi munkát és korlátozza a tápláló ételeket, különösen a zsírs- és szénhydráttartalmúakat, valamint az édességeket, tésztaneműeket, tejet, tejfelt, vaját, sajtot, olajat, mandulát, diót, mogyorót, fügét, datolyát, alkoholt, főleg a sört.

Nem szabad azonban elvonni a fehérje-tartalmú táplálékokat s ügyelni kell arra, hogy a szervezetben nátriumveszteség ne legyen. Vonjuk meg a zsírokat, cukor helyett adjunk saccharint, kávé helyett teát, ebédre üres levest, zöldfőzeléket vagy burgonyát, sovány húst vagy halat és gyümölcsöt, fekete vagy búzadarakenyeret, vacsorára tojást, kevés húst gyümölcsöt. A tejkúra, növényi kúra kizárólagosan nem eredményes. Evés közben ne igyék a beteg. Vegyen hideg] fürdőket, ússzék, sétáljon stb.

Orvosságok: 64., 1., 40., 166., 6., 92., 98., 156., 158., 184., 123., 207.

Kneipp szerint: 1. nap combleöntés, 2. nap felsőleöntés, 3. nap félfürdő, 4. nap hátleöntés 5. nap villámöntés, 6. nap felsőleöntés, 7. nap félfürdő, azután hetenkint kettő-kettő ezen hét vízátkalmazásból. Szívbetegknél csak a gyengébb módokat szabad alkalmazni. (Hozzáteszi, hogy ne igyék naponta 10 pohár



sört, hanem csak egyet, de azért nem kell neki koplalnia.)

**78. Cukorbetegség.** (*Diabetes mellitus.*)

Vegyen a beteg hetenkint 2—4 ágygőzfürdőt s utána 18 fokos erős ledörzsölést, vagy 25 fokos fürdőt, éjjelre 18 fokos hasborogatást, reggel pedig 18 fokos teljes ledörzsölést s napközben 25 fokos fürdőt. E mellett a székrekedést beöntésekkel kell előmozdítani, erősítőkúrát alkalmazni és szigorúan ingertelen kosztot adni a betegnek, hogy ne szomjazzék. Kenegetések és gyógytornák igen jó hatásúak.

A beteg kosztjának rendezése nagy gondot igényel, először csak húst, sajtot, vaját, tojást, zsírt olajat adjanak neki, búzadarakenyérrel és zöldfőzelékkel, később pedig böjti napokat kell alkalmazni, melyeken a beteg csak feketekávét, teát, levest, zöldfőzeléket, salátát kap. (A savanyított káposztát többen dicsérik.) Ha a betegnek a böjtölés nehéz lenne, lehet neki kelkáposztát, kalarábét, karfiolt, parajt, spárgát is adni. A zabliszt (250 gr. vízzel hígítva, 300 gr. vajjal keverve és 100 gr. növényi fehérjével javítva) egy maga is elegendő napi koszt gyanánt. Cukor élvezése káros. Kenyér helyett búzadara vagy Grahamkenyér, vagy aleuronat használandó.



Aceton ellen szóda, szénsav ajánltatik, kevés eredménnyel.

Ájánlatos szerek: lenmagpép, naspolya, citrom, sóska.

Kneipp-kúra. Délelőtt comb- vagy hátleöntés (naponként változtatva) délután vagy este félfürdő. Négy hét múlva hetenkint 2 felsőleöntés, 1 hátleöntés, 2 félfürdő. Esetleg másodnaponként fejfőzőlés fejleöntéssel és hetenkint 2—3 ülőfürdő. Két hét múlva a teljes leöntést és villámöntést is meg lehet próbálni.

Orvosságok: 108., 125., 204., 12., 61.

**79. Hízalókúra.** Csukamájolaj, rothadt szagú húskészítmények («soma» görögül hús) elvetendő. Inkább tápsókakaót, gyomorjavítókat használjunk. A főhízaló persze a tej, amit olyanok, akik nem szívelik, konyakkal vagy ásványvízzel igyanak, vagy tejföllel, tojással helyettesítsenek. Igen sok táplálék van a lencsében, borsóban, édes mandulában, melyek a hússal vetekednek. Röviden szólva: mindaz hízal, amit a hájkórnál mint mellőzendőt fölemlítettünk.

Lesoványodásnál orvosságok: 205., 78., 168., 123.



## Vizkór. Hydrops.

*Általában.* Az alapbántalom kezelendő. Izzasztás, vizelethajtás, ágygőzfürdők, teljes, vagy fél-, vagy háromnegyed begöngyölések (a lábak melegítésével) naponta 1—2-szer fél-, vagy egy órán át, azután 19<sup>o</sup> teljes dörzsölés, vagy 26<sup>o</sup> fürdő, azonkívül naponta 1—2-szer 23<sup>o</sup> ülőfürdő 15—20 percig. Gyakori hasborogatások, külön kompresszel a vesetájékra. Esetleg gyógytornáztat, helyi dörzsölések, kenetetés (kivált a lábszárakon). Napfényfürdő, erősítő, megújítókúra.

Orvosságok: Az allopathia csak a tüneteket kezeli és pedig a vizeletrekedésnél használt vizelethajtószerekkel. Ezeket mi is ajánljuk s még különösen a következőket: 1., 6., 16., 20., 64., 158., 169., 207., 210., 118., 197.; továbbá ajánlatosak még: bodzalekvár, kaporolaj, babforrázat, petrezselyem, nyárfalevéltea, torma, kender, tengeri hagyma.

**80. Mellvizkór.** Izgató félgöngyölés megnyugtató mellborogatásokkal, utána 18<sup>o</sup> teljes dörzsölés. Később naponta egy izgató begöngyölés, külön kompresszekkel a mellre, azután 18<sup>o</sup> teljes dörzsölés. Gyakori vízivás.

Kneipp szerint felső és alsóborítás (napon-



kint változtatva), továbbá különböző leöntések, a beteg ereje szerint.

**81. Hasvízkór.** Félgőzfürdők, vagy forróslégfürdők körülbellül félóraig, vagy pedig háromnegyedórás száraz begöngyölés, nedves hasborogatással, azután 25° fürdő a hasleöntésével, majd pedig fél-, vagy egyórás 20° hasborogatások, külön nedves kompresszekkel a beteg helyre. 2—3 órás lábszárgöngyölések. Kenegetések, első alkalommal rezgettetéssel, különös kímélettel a beteg helynél. Kivált persze a hasat kell kenegetni, de jó a hát kenegetése is, különösen a vese táján. A többit lásd a vízkórnál.

Kneipp szerint hetenkint 2 pólya, vagy háromnegyedes begöngyölés és 4 félfürdő. Az altest gőzölése szénavirág forrázatával. A Wühlhuber-tea igen jó, valamint a rövid, hideg pólya.

**82. Agyvízkór.** Naponta 1—2-szer teljes lemosás, kivált a gerincet mossuk és dörzsöljük, mosogassuk a fejet gyakran hűvös vízzel. Este ne tartsuk a beteget melegen. Éjjelre adjunk neki hasborogatást s hetenkint 3—4-szer gyöngelábgőzfürdőt, vagy éjjelre lábgöngyölést, vagy nedves harisnyát s reggel (illetőleg a lábgőzfürdő után) 16—18 fokos ledörzsölést.



## Rák. Carcinoma.

A sebészi beavatkozás legtöbbször nem irtja ki a bajt gyökeresen. Enyhítőleg hat a bőrápolás, 27° fürdők, a beteg hely óvatos öntözésével. Húsételek kerülendők. Hetenkint esetleg 3—4 gőzfürdő teljes begöngyöléssel, fürdővel és leöntéssel. A beteg helyet lehet esetleg gőzölni, vagy kompresszeket rátenni, 24° vízzel fürösztetni, majd 24° jó nedves izgató borogatást tenni reá. Erősítő vagy megújítókúra.

Kneipp szerint minden rákos fekélyt ki lehet mosni timsós vízzel vagy aloëvízzel. Szintúgy jó szénporral kevert timsót vagy aloëport is hinteni reájuk. A Kneipp-féle vértisztító tea és az alábbi szerek is ajánlatosak. A foenum Graecum külsőleg használtatik a rákos daganatoknál, a chamomilla pedig belsőleg.

**83. Gyomorrák.** A diéta vegyes ételekből állhat, lehetőleg lágy, pépes dolgok. Tej, lágytojás, lisztes leves, áttört főzelékek. Hús kerülendő! Étvágytalanság, hányásinger annak rendje szerint kezelendő.

**84. Bélrák.** Minden nap, vagy minden másnap 18—24 fokos teljes izgató begöngyölés, vagy pedig ágygőzfürdő és külön



gőzkompresszek a fájós helyekre, azonkívül ugyanoda később az ágyban megnyugtató borogatások, gyakorta 24 fokos beöntések. A fájdalmak jelentkezésekor szintén gőzkompresszek vagy ülőgőzfürdők.

Kneipp szerint hetenkint kétszer szénavirág főzetébe mártott inget adjanak a betegre s ugyancsak kétszer-kétszer adjanak neki félfürdőt, ülőfürdőt, teljes lemosást az ágyban. (Lásd a többit a ráknál.)

Idült eseteknél a műtét elkerülhetetlen. Kneipp hangsúlyozza, hogy érdemes volna nyilvánosságra hozni, hogy a bélrákot sokszor a karlsbadi kúra okozza. Felső-, comb-, és hátleöntéseket, ülő- és félfürdőket ajánl ellene.

**85. Ajakráknál,** ha ez kemény, akkor lágy túróval borítják be, ha pedig nyílt fekély, akkor kezeljék aloëporral, stb. mint fent mondtuk.

Nyelvráknál hetenkint 2 alsóleöntést, két hátleöntést alkalmazzanak s öblögetésül equisetum főzetét. Azonkívül hetenkint kétszer nedves ing  $1\frac{1}{2}$  órára.

**86. Mellráknál** Kneipp szerint 1. nap félfürdő, 2. nap felsőleöntés, 3. nap combleöntés, 4. nap félfürdő, 5. nap felsőleöntés, 6. nap teljes lemosás, 7. nap hátleöntés és így tovább.



Melegebb évszakban 1. nap félfürdő, este felsőleöntés, 2. nap combleöntés, este felsőtestlemosás, 3. nap hátleöntés, este félfürdő, 4. nap reggel felső leöntés, este combleöntés, 5. nap teljes lemosás, délután félfürdő, 6. nap reggel felső leöntés, délután combleöntés, 7. nap hátleöntés és teljes lemosás és így tovább.

Borogatásul equisetum és tormentilla főzete.

## Csontbajok.

**87.** Kneippszerint *csontdaganatra* (osteoma) meleg szénapolyva, foenum Graecum és túrós borogatás. Láz ellen a szomszédos helyekre rövid hideg pólya, vagy pedig hideg lemosás.

*Csontfene* ellen equisetumforrázattal való borogatások, göngyölések, gőzölések, pólyák, lemosások.

*Csonttályogot* chamomilla és equisetum forrázatával kell kimosogatni és agyagkenőcs-tapasszal beborítani.

**88. Csontszú.** (*Caries*.) Bőrápolás, erősítő kúra és a megtámadott testrész nyugodtan tartása a fődolog. Naponta 20 fokos teljes ledörzsölés vagy 25 fokos fürdő. A sebet tiszta vízzel fecskendezzük ki, ha genyes, akkor *chamomilla*, *cochlearia* és *equisetum* főzetével. Tegyenek azután a sebre vastag, izgató,



négy-öt soros 16 fokos terjedelmes vászonborogatást és fedjék be gyapjútakaróval. Ezt a borogatást jól kell rögzíteni, hogy el ne csússzék és ha megszáradt, újítsák meg mindig, míg a seb genyet vagy csontszilánkot bocsát ki. Igen jók az izgató háromnegyedes begöngyölések, vagy ágygőzfürdők, minden másnap a napfürdők és esetleg a megújítókúra első szakasza. A rendes székelésre nagy gond fordítandó.

Kneipp szerint teljes lemosások, pólyák, később hetenkint 2 félfürdő. Gyermekeknél vérképző, sós, fűszeres táplálék. Begöngyölések szénavirág, zabszalma, foenum Graecum és equisetum főzetébe mártott pólyába. Lehet továbbá hetenkint 4 teljes lemosást és 2 félfürdőt venni (2 teljes lemosás után egy félfürdőt véve) és csontlisztet bevenni. Equisetum és farfara (tejbe főzve) szintén ajánlatos.

**89. Csontlágylás.** (*Osteomalakia*.) Hetenkint 4—7 ágygőzfürdőt vagy izgató teljes begöngyölést adjanak a betegnek, azután 19 fokos teljes ledörzsölést vagy 25 fokos fürdőt. Erősítő vagy megújítókúra alkalmazandó és bőrápolás. (Lásd még az angolkórt is.)

Egészséges lakás, bő, fehérjedús táplálék, sósfürdők.



## Idegbajok.

**90. Angolkór.** (*Rachitis.*) Adjának a gyermeknek naponta egy 25 fokos fürdőt, vagy pedig 19 fokos lemosást vagy ledörzsölést, éjjelre 20 fokos hasborogatást, naponta egy kétszer pedig 22 fokosat, mely utóbbiak után úgy két óra múlva, dörzsöljék le a hasát. Reggelenként 19<sup>o</sup> ledörzsölés alkalmazandó.

Általában könnyű, ingertelen kosztot adjanak a betegnek, alkalmazzanak erősítőkúrát, gondoskodjanak egészséges, jó tejről s melőzzék a húst és alkoholt. Ha lágy a gyermek tarkója, tegyenek légpárnát és még egy összehajtott lepedőt a feje alá, vagy fektessék oldalvást. Szakszerű kenegetés igen sokat segíthet.

Leghatásosabb megóvószerek: jó táplálkozás, egészséges lakás és gondos bőrápolás. Nap-, lég- és tengeri fürdők, diófalevél zabszalma- és korpafürdők. Hízlalóul édes mandulaolaj, kukorica, zabliszt, gyümölcs.

Orvosságok: 3., 110., 199., 148. Kneipp szerint csontliszt, makkavé mézzel és tejjel, malátavé (árpakavé) szintén mézzel és tejjel, erőleves, könnyű tészták. Teljes lemosások, félfürdők jó hosszú időn át.

**91. Csípőfájás.** (*Ischias.*) Csípőfájdalom



(ülőidegzsába, ischias) ellen naponta egy ágygőzfürdő (legalább a lábakra), mikor aztán a beteg kissé izzadni kezd, alkalmazzunk 18—22 fokos teljes ledörzsölést vagy lemosást. A lemosáshoz a kereszt és csípő tájánál melegebb, tehát 28—30 fokos vizet használjunk. A keresztideget először gyöngén, aztán apránként erősebben kenegessük. Néha-néha csillapító, megnyugtató ülőfürdőket is vehet a beteg, úgy 20 percig. Legfőképpen melegen kell tartani a beteget, de azért végezzen elegendő mozgást is.

Ha nagyon heves fájdalmai lennének, akkor alkalmazzunk forró borogatásokat és forró ülőfürdőket, amiket az illető részek hűvös ledörzsölése kövessen. A kenetetésnek igen nagy szerepe van az ischiasnál. Fektessük le a beteget s a lábát megmerevített térddel addig hajlítsuk fölfelé, ameddig csak lehet s ebben a helyzetben tartsuk 3—4 percig.

Ha az ischiast cukorbetegség, vérszegénység, csúsz, mocsárláz, idegbaj vagy keményszékély előzte meg, akkor ezek megszüntével az ischias is elmúlik. Súlyos esetekben feküdni kell a betegnek, a végtagokat egyenletes melegben kell tartani. Villamosfürdő, iszapfürdő. Vasalás. (Négyszeres nedves lepedővel betakarjuk a comb hátsó részét s nem



forró vasalóval úgy félóraig vasaljuk a fájós helyet.) Terpentinolaj, kámforolaj, zöldojaj igen jó bedörzsölőszerek. A többi orvosságot lásd a csúznál.

**92. Fejfájások.** (*Kephalea.*) Általános utasítás. Többféle fejfájás van, de mindegyiket az oknak, az alapbántalomnak elhárításával kell gyógyítani. Így pl. a csúzos fejfájásra vonatkozó különleges utasítást a csúznál mondtuk el, a gyomortól eredő fejfájást a gyomorbajoknál tárgyaljuk, az ideges fejfájás kezelését pedig az idegesség címe alatt találja az olvasó. Általánosságban pedig itt is a legfőbb szabály a rendes székelés előmozdítása és pedig legcélszerűbben 20—24 fokos beöntésekkel. Friss levegő és csend szintén igen fontos. Legegyszerűbb orvosság a fejborogatás, olyan hőfokban, amilyen a betegnek tetszik, csak jéggel nem. Azonkívül levezető eljárás, a halántékoknak vizes kézzel való dörzsölése, lemosás, fürdés és vízivás. A lábak melegen tartandók. Jót tesz hetenkint 3—4 gőzfürdő vagy félgőzfürdő, utána fürdővel s a fejnek öntözésével, továbbá 8—10 perces 22 fokos ülőfürdők s reggelenkint ledörzsölések.

Ha a vér a fejbe tódul, kenegessük a nyakat lefelé, azután a vállat, hátat stb.



Esetleg adjunk a betegnek hús fejbörögtatást, lábözfürdöt, éjjelre hasörögtatást, láböngyölést, reggel 18 fokos dörzsölést. Ha a fej hideg, öntsük le a tarkót 26 fokos vízzel, azután tegyük a nyakra 25 fokos izgató örögtatást 1 órára. Féloldali fejfájásnál (zsába, migrain) lábözfürdő, éjjelre hasörögtatás, lábszárgöngyölés; tollas ágynemű nem jó; léghuzamtól óvakodni kell; homlokkenetetés a halántékok felé, gyakori huzamos fejleöntések, hűvös beöntések.

Kneipp szerint nagyon jó szer a felsőleöntés, teljes lemosás, nedves köveken vagy fűben való mezítlábjárás, Fejfájás esetén fejpólya, fejleomosás. Fejgöngyölés, fejfürdők. (Ezek közül válassza ki-kí a bajának megfelelőt.)

A féloldali fejzsába ellen altestleomosások ecetes vízzel háromszor-négyszer napjában, továbbá hetenkint 3 felsőleöntés és térdleöntés és 3 félfürdő váltakozóan alkalmazva.

Ha a betegnek nincs meg a kellő melegsege, akkor felső és térdleöntés rövid pólyával vagy alsó örítással s a félfürdő helyett lemosás az ágyban. A húsételek mellözendők.

Orvosságok. Belsőleg: 1., 92., 215., 104., 13., 135., 199., 209., 120., 143. Kneipp-keverék. Külsőleg: torma, verbena.



Féloldali fejzsába ellen, belsőleg: 118., 209., 168., 143., 42. s a fentiek is.

**93. Idegfájdalom** (*Neurosis*), **ideggyöngeség** (*Neurasthenia*), **idegzsába** (*Neuralgia*), **ideglob** (*Neuritis*). Gőzkompresszek s utánuk 25 fokos fürdők. Reggel és este 22—20 fokos dörzsölések. Gőzfürdők és teljes göngyölések s utánuk fürdők, esetleg a beteg helyek zuhanyozása, 20—30 perces kéz- és lábgyöngyölés és ágygőzfürdők váltakozva, az alhasra külön kompresszek  $1\frac{1}{2}$ —2 órán át, azután dörzsölés, has-, kar- és lábkenegetés. Igen jók továbbá 26—18 fokos teljes lemosások, fokozatosan hidegebb vízzel, amíg a betegnek nem lesz kellemetlen. Később pedig 18—20 fokos gyöngé, teljes begöngyölések, esetleg másfélórás ágygőzfürdő fölkeléskor. Néha hideg borogatások is alkalmasak. Erősítő kúra. Villanyozás. Hetenkint kétszer 5 perces 26 fokos fürdő, utána 20 fokos leöntés, kétszer pedig másfélórás izgató begöngyölés, utána 2 percig 20 fokos fürdő, esetleg néhány gőzsugár a beteg helyre 10—15 percig s reá 18 fokos lemosás. Kenegetések, kezdetben gyöngén.

Tollas ágynemű mellőzendő. Mértékletes táplálkozás. Bőrápolás: eleintén 1—2 teljes 26 fokos lemosás vagy könnyű 25 fokos



dörzsölés, előtte és utána azonban dörzsöljék a beteget gyöngén egy száraz gyapjúszövettel. Esetleg teljes begöngyölések vagy ágygőzfürdők, a lábak melegítésével. A begöngyölés 27—24 fokú lehet, előtte és utána 25 fokos dörzsöléssel. A begöngyölést kezdetben vékonyra vegyék. A beteg háta alá mindig egy réteggel többet kell tenni a nedves lepedőből.

Lehet esetleg reggel teljes lemosást végezni, délután teljes begöngyölést s utána rövid, 28—24 fokos teljes fürdőt. Vérszegények eleintén nem tűrik a hideg vizet s azért az ilyeneknél magasabb hőfokú vízkezeléssel kell kezdeni. Gyöngébbeknél mellőzzük a begöngyöléseket. Lehet még 26 fokos ülőfürdőt adni a betegnek úgy 20 percig, a lábak melegítésével. Azután állítsák föl a beteget és törüljék meg fölülről lefelé vagy pedig inkább úgy nedvesen fektessék le és göngyöljék egy gyapjútakaróba. Kigöngyölés után kezegetés és gyógytornászat. Jó még hetenkint 3—6 félórás félgőzfürdő is, utána 24 fokos fürdő, a hát és lábszárak dörzsölése és leöntés. Ajánlatosak a lég-, fény- és napfürdők.

Neurastheniás (ideggyöngye) betegeket legcélszerűbb az eddigi környezetükből kivenni,



panaszaikat lehetőleg orvosolni, hízlalókúra alá venni, gyomorjavítókkal kezelni. (Valami orvosságot ugyanis okvetlenül kell neki látnia.) Pihenjen a beteg sokat, igyék tejet, ha szíveli. Egyszerre ne egyék sokat, hanem inkább gyakrabban. Foglalkoztassák a beteget, adjanak neki könnyű, megnyugtató olvasmányokat.

A csönd a legjobb idegorvosló. Főleg növényi táplálék, fűszer, kávé, alkohol, dohány kerülendők. Gyümölcskúra, hegyvidéki, tengeri levegő, sport, hangyafürdő (hangyaboly földestől kifőzve a fürdővízhez keverendő) természetes életmód, távol a »kultüremberek« zülléseitől.

Orvosságok: 1., 79., 99., 111., 154., 197., 3., 118., 209., 199., 162., 123., 20., 35., 46., 104., 120. Zabtinktura. Idegizgultság ellen chamomilla.

A neuralgia sokszor a neurastheniából fejlődik, lehet azonban csúz, vérszegénység, stb. az alapbaj. A villamos kezelésen kívül a forrólégfürdők, iszapfürdők is ajánlatosak.

Neuritisnél szintén az alapbajt kell kezelni, amellet nyugalom, könnyű táplálkozás, izzasztókúra, villanyozás.

Orvosságok a két utóbbi baj ellen: 1., 123., 20., 99., 35., 104., 120., 118., 209.; be-



dörzsölésre pedig: kámfor-, menta- és levendulaszesz.

Kneipp szerint az idegbántalmak ellen jó a reggeli teljes lemosás, azután vissza az ágyba egy órára. Hetenkint három félfürdő. A mezítlábjárást, légfürdőket szintén ajánlja.

Meleg lábakat jó 5 másodpercig hideg vízbe mártani, hideg lábakat ellenben sóval és hamuval kevert meleg vízben kell fölmelegíteni. Az elpuhító meleg ruházat ártalmas.

Jó néha egy combleöntés, erősebbeknek a hátleöntés. Idegbetegeknek naponta egyetlen vízálmalmazása elegendő; válasszanak mindig egyik napra másfélét. Szédülésnél erősebbek vegyenek fel éjjelre ecetes vízbe mártott (s kifacsart) inget.

#### **94. Agyrázkódás.** (*Commotio cerebri.*)

Mindenekelőtt alapos székelésről és vizelésről kell gondoskodni, beöntések, hashajtók, vizelethajtók útján. Azután tegyük a beteget 4—5 percig 22—24 fokos fürdőbe, a fejét fektessük kissé magasra és tegyük rá 16° borogatásokat és dörzsöljük a fürdővízzel a mellét, hátát, lábszárait s végre adjunk neki 16—18 fokos hátleöntést. Fürdő után dörzsöljük az ágyban a beteg altestét, melegítjük fel a lábait, esetleg alkalmazzunk 20 fokos



nyak- és hasborogatásokat és lábszárgöngyöléseket minden 2—3 órában.

Ha hányni kezd a beteg, itassunk vele hideg vizet kávéskanállal. A táplálék folyékony legyen. A kóma (mély álom) alatt melegítsük, ingereljük a bőrt. Ha a hólyag telve van, vizeletcsapolást kell eszközölni. Szükség esetén mesterséges lélekzés.

**95. Gutaütés (szélhűdés), apoplexia (haemorrhagia cerebri).** A szorító ruhákat gyorsan el kell távolítani, friss levegőt eresztetni a betegre és beöntést adni neki. A fejét magasabbra fektessék és tegyenek 16 fokos hús borogatásokat, a lábára pedig folyton meleg borogatást, eszközöljenek óvatosan 18 fokos teljes dörzsölést, úgy, hogy a beteget össze ne rázzák. Friss vízivás. Ez a kezelés elegendő addig, míg a beteghez orvos érkezik. Első nap teljes koplalás, azután folyékony, könnyű táplálékot kell adni a betegnek; alkohol, kávé, tea szigorúan tilos. Meleg fürdőt nem szabad alkalmazni. Teljes nyugalomról kell gondoskodni, eleintén beszélni se szabad a betegnek.

Görcsös rohamnál vigyázni kell a betegre, hogy meg ne sértse magát. A lábra hideg harisnyákat jó húzni, a mellére tarkójára reszelt tormát tenni.



Orvosságok belsőleg: 209., 104., 3., 199., 12., 158., 16., 143. és a hashajtók!

Kneipp szerint vérmeseknél azonnal 15—20 perces fejgőzőlés és utána lábgőzfürdő. Naponta 2 lemosás ecetes vízzel s úgy nedvesen fektessék le a beteget az ágyba. Négy héten át naponta ecetes vízzel való lemosás, két combleöntés, 2 karleöntés. Azután 6—8 héten át felső-, comb- és hátleöntések, változtatva. Tápláló koszt. Később óvatos kenegetés, villanyozás. Erősítőkúra.

**96. Gerincvelősorvadás, hátgerincsorvadás.** (*Tabes dorsalis*.) Erősítőkúra. Dohányzás, ingerlő ételek, sok járás, éjjelezés, megterhelés kerülendő. Gyöngye, 22 fokos lemosások, esetleg 26 fokos fürdő, gyenge dörzsöléssel. A fájdalmak enyhítésére 20 fokos ülőfürdők a lábak melegítésével 15—20 percig, valamint megnyugtató begöngyölések egy órán át. Kenegetés. Villanyozás. Jó, könnyű táplálkozás, friss levegő. Meleg fürdő, gőzfürdő, hirtelen lehűtések, begöngyölések ártalmasak lehetnek. A 26—29° fél- vagy egész fürdők rendszeren jól tesznek. Növényi táplálkozás. Gyümölcskúra. Lég- és napfürdők.

Orvosságok: 64., 209., 207.

Kneipp szerint 4 héten át naponta lemosás, hetenkint 2 comb-, 2 térd- és 2 hátleöntés.



Azután 4 héten át naponta teljes lemosás és a fenti leöntések és még háromszor alsóborítás. Mezítlábjárás naponta. Majd ismét 4 héten át hetenkint 3 alsóborítás, 2 félfürdő, 2 teljes lemosás és a fenti leöntések.

**97. Gerincvelőgyulladás.** (*Syringomyelia*.)

Huszonöt fokos fürdő a hátgerinc gyöngé öntözésével s a lábak melegítésével, azután megnyugtató teljes begöngyölés, a hátgerincre külön hosszú kompressz, szintén a lábak melegítése mellett. A kigöngyölés után teljes megdörzsölés. Láz esetén ez a kezelés megismétlendő. Idült bajnál erősítő kúra.

A Kneipp-kúrát lásd az előbbi kórnál.

Vigyáznia kell a betegnek, hogy sérülés vagy égés ne érje. Nehéz munkától, hőváltozásoktól óvakodjék s jól táplálkozzék. Az allophtia tehetetlen e bajjal szemben.

**98. Agyvelőgyulladás.** (*Encephalitis*.)

Adjunk a betegnek napjában egy-kétszer legelőször is 24 fokos fürdőt, a fejére leöntést. Azután dörzsöljük a testét jó szárazra, a fejét és a nyakát meg burkoljuk be 24—26 fokos borogatással. Erre alkalmazzunk 20—24 fokos egész vagy háromnegyedes begöngyölést 1—2 órán át. A lábakat tartsuk jó melegen, de a fejet néha-néha 26 fokos vízbe mártott szivaccsal nedvesítsük. A begöngyölés



levétele után 18 fokos teljes lemosás vagy 24 fokos fürdő következik, mialatt a lábakat dörzsöljük (de ne rázzuk össze a betegget!) s a fejét 20 fokos vízzel gyöngén leöntjük.

Ezenkívül nap közben minden órában izgató borogatások és lábszárgöngyölések alkalmazandók, továbbá 24—26 fokos fürdők a fej gyöngéd lemosásával vagy pedig 22 fokos fürdők gyöngé lábgőzfürdőkkel és hűsítő fejborogatásokkal.

Jéggel nem szabad a fejet borogatni, sem tollas vánkost tenni alája. A nyakat lefelé kell kengetni, fokozatosan a nyakszirt és a vállak felé. Az alsó karokra is lehet borogatásokat rakni, melyeket gyakran kell változtatni. Nyakborogatást is lehet alkalmazni. Orvosi beavatkozást ritkán lehet nélkülözni.

Kneipp szerint jó a betegre sós és ecetes vízbe mártott és kifacsart inget adni éjjelre és természetesen jól betakarni. A lábakat lehet forró ecetes vízbe mártott kendőkkel is melegíteni, de persze okvetlen melegíteni kell.

Lázkezelés. Forró lábfürdők. Hashajtók. Fejre hideg borogatás. Belsőleg: 144., 184.

**99. Izomgyöngeség.** Naponkint megnyugtató begöngyölés egy órára, utána teljes megdörzsölés. Ellanyhulás esetén pedig



gyógytorna, másfélórás ágygőzfürdő, utána 25° fürdő vagy 18° dörzsölés. Általában jó naponta egy-kétszer 21° teljes lemosás vagy dörzsölés, melynek hőfokát lassankint hűvösre bítsük. Gyulladásnál megnyugtató, később izgató borogatások. Esetleg erősítőkúra.

**100. Izommegeőltetés.** Hűvös, megnyugtató borogatások a fájós helyre, gyakran változtatva. Esetleg levezetőkúra, láb- és lábszárgöngyölések. Szükség esetén erősítőfürdő. (Lásd a 45. lapon.) A 14° dörzsölések és 18° lemosások is javaltatnak.

**101. Izomsorvadás.** Hetenkint 3 ágygőzfürdő vagy gőzfürdő és utána begöngyölés és fürdő, továbbá naponta egy-kétszer 22—16° teljes lemosás vagy gyöngye teljes dörzsölés, a fájós helyeknek, kivált a lábaknak erős dörzsölése. A lemosás hőfokát apránként kell leszállítani. Megerőltetésektől óvakodni kell. Erősítőkúra. Friss levegő.

Kneipp szerint hideg lemosások, öntözések, esetleges hátgerincvelőbántalomnál ennek külön kezelése. Ha a testmeleg hiányos, meleg borogatások is alkalmazhatók.

**102. Izületi lob.** Az alapbántalom kezelendő. Hűsítő, később megnyugtató, majd izgató borogatások. Fájdalomcsillapítás. Lehűtés után kenetelés. Idült lóbnál gyógytornászat.



**103. Görcs, rángás.** (*Eklampsia, convulsio.*)

Az alapbántalom kezelendő. Azonkívül 18<sup>o</sup> (gyermekeknekél 22<sup>o</sup>) teljes erős dörzsölés, utána izgató haspólya vagy háromnegyedes ágygőzfürdő, vagy törzsbegöngyölés. Nagyobb gyermekeknekél háromnegyedes ágygőzfürdő, utána 25<sup>o</sup> fürdő, vagy 18<sup>o</sup> dörzsölés, felnőtteknél az ágygőzfürdő helyett 20 perces teljes gőzfürdő, azután teljes begöngyölés és fürdő. Erősítő, levezetőkúra. Delejezés. Éjjelre hasborogatás. 27<sup>o</sup> teljes gőzfürdők 5—10 percig s utánuk 22<sup>o</sup> leöntés. 24<sup>o</sup> beöntések. Haskengetés. Orvosságok: 70., 162., 223.

**104. Nyavalyatörés.** (*Epilepsia.*) Erősítő kúra. Levezetőkúra. Bőrápolás. Naponta 22<sup>o</sup> dörzsölés vagy 27<sup>o</sup> leöntözés, félóra mulva 24<sup>o</sup> ülőfürdő 20 percig, a lábak melegítésével, végre lábfürdő (az ülőfürdőhöz használt vízben) s egyidejűleg 22<sup>o</sup> öntözés. Azonkívül naponta 19<sup>o</sup> altestlemosás, víztaposás, mezít lábjárás, hetenként háromszor éjjelre hasborogatás és lábszárgöngyölés.

*Roham idején* nem szabad az összegörbített ujjakat erővel kiegyenesíteni. Ha ilyenkor a fej hűvös, fektessék mélyebbre s rakjanak reá, valamint a tarkóra és a nemi részekre is megnyugtató meleg borogatásokat, a lábakra és térdekre pedig gőzkompresszeket. (A fej-



borogatást változtassák.) Ha azonban a fej forró, akkor fektessék magasra és hűvös borogatásokat rakjanak reá. (Ezeket gyakran kell változtatni.) A gőzkompresszek ebben az esetben is alkalmazandók, de a lábakat hidegvizes kezekkel kell dörzsölni. A vízálmázások és kenetetések rövid ideig tartsanak. A tarkót kell kenegetni, gyúrni, a hátat pedig a gerinc mentén végigkopogtatni s az ujjhegyekkel rezgetni. Kneipp szerint: gyakori mezítlábjárás, víztaposás, az egész test lemosása, félfürdők. Erőleves. Bor, sör, kávé, tea, fűszeres ételek eltiltandók. A tej mindenkor jó. Könnyű, tápláló ételek, kevés hús. Bőrápolás, szappanos fürdők.

Orvosságok: 12., 16., 10., 61., 223., 130., 68., 162., 178., 181., 201., 209., 215., 163., 217. Narancs.

Kneipp-kúra. Egészséges, erősítő táplálkozás, friss levegő, testedzés, óvakodás minden megerőltetéstől. Alkohol, kávé, tea kerülendők. Esetleg tisztán növényi táplálkozás (párolt főzelékek), gyümölcs, kenyér. Naponta teljes lemosások, hetenkint 2 ülőfürdő, 2 combleöntés, 2 felső hátsóöntés, 1 teljes hátsóöntés, 1 meleg szénapolyvafürdő, 1<sup>1/2</sup> óráig. Később hetenként 3 combleöntés, 3 hátleöntés, 3 gyors lemosás reggel, azután vissza az



ágyba egy órára. Súlyosabb eseteknél a víz alkalmazások az egyén szerint változnak.

**105. Merevgörcs. (*Tetanus*.) Merevkór. (*Katalepsia*.)** Először száraz dörzsölés (kézzel vagy kendőkkel), azután száraz, vagy nedves begöngyölés a lábak melegítésével. Jók a 15<sup>o</sup> lábdörzsölések, 18<sup>o</sup> teljes dörzsölések. Izgató begöngyölés vagy ágygőzfürdő a lábak melegítésével. Éjjelre hasborogatás. Erősítő, levezetőkúra, bőrápolás.

A szoba besötétítendő, minden zaj kerülendő. Teljes nyugalom. Folyékony ételekkel való táplálás. Meleg fürdők 1--2 órán át. Csillapítószer. Villanyozás.

**106. Napszúrás. (*Insolatio*.)** A beteget hűs helyre kell vinni, fektessük a fejét magasabbra és tegyünk reá hűsítő borogatásokat vagy hideg vízzel öntözzessük. Hűvös láb- és lábszárgöngyölések. 21<sup>o</sup> fürdő s egyúttal 20<sup>o</sup> fejborogatások, gyakran változtatva.

Lázás állapotnál 20<sup>o</sup> megnyugtató háromnegyed-es begöngyölés, meleg borogatás a kezekre, utána ugyanily fokú lemosás és fejborogatások. Vízivás, 20<sup>o</sup> beöntések. Nyakkenetetés.

Óvakodjék az ember az erős napsütéstől, ne végezzen nagyfokú melegfejlődést okozó



munkát, ellenben fokozzuk az izzadást és párolgást.

Vigyázzunk a betegre, hogy el ne ájuljon (különösen ha vérmes), dörzsöljük a szívetáját s alkalmazzunk mihamar levezetőeljárást.

**107. Iszákossági önkívület.** (*Delirium tremens, psychosis alcoholica.*) 25 fokos fürdő, melyet fürdés közben 20—18 fokra lehet hűteni, a fejre hideg borogatások, fej- és hátleöntések és a lábak erős dörzsölése, esetleg teljes megnyugtató begöngyölés, utána dörzsölés. Hashajtók.

Orvosságok: 137., 1., 123., 12., 204., 18.; kávé.

Csak az itálnak teljes megvonásával remélhetünk eredményt, szívgyöngeségben szenvedőknél azonban ez csak fokonként vihető keresztül.

Kneipp szerint térdleöntés, felsőtesttlemosás, combleöntés, félfürdő, hátleöntés, teljes leöntés.

**108. Csuklás.** (*Singultus.*) Tartsa a beteg lélekzetét vissza és fogja le valaki a pulzusát. Vagy: nyeljen lélekzetvétél nélkül hármat. Vagy: dugja be két ujjával a füleit s ugyanakkor itasson vele valaki a szájához tartott edényből vizet, tejet vagy citromlevet. Vagy üljön a tükör elé és húzza előre a



nyelvét és nyomja le jó sokáig egy kanállal. Gyermeknekél rakjanak a hasra meleg kendőket. Hideg borogatás a tarkóra. Ecetes cukor. Fodormentatea hidegen.

**109. Írógörcs.** (*Mogiographia.*) 1—2 hónapig ne írjon a beteg. Hetenként kétszer félórás kézgőzölés, utána hideg dörzsölés. Éjjelre a kézre megnyugtató, vagy izgató borogatás, szükség szerint változtatva, utánuk hideg dörzsölés. Naponta két Kneipp-féle (hideg) karleöntés. Reggel súlyzótorna, karforgatás, ujjak feszítése és hajlítása. Reggel és este a karok kenetése és gyúrása. Villamosfürdő. Vastag tollszárral való írás, helyes tolltartás, vagy gépírás.

Kneipp szerint ujjtorna, az egész jobbkezsnek hideg vízbe való bemártása naponta 2—3 percig. Alkohol, dohány, kávé kerülendő. A többit lásd az idegbajoknál.

**110. Álmatlanság.** (*Agrypnia.*) Rendszeren más betegségnek a tünete s ekkor azt a betegséget kell gyógyítani. A beteg korán és keveset vacsoráljon, lefekvés előtt vegyen 18<sup>o</sup> teljes ledörzsölést vagy lemosást, éjjelre jó nedves, langyos izgató hasborogatást és láb-szárgöngyölést. Napközben sétáljon, tornázzék, rendszeres székelésre gondot fordítson. Jó éjjelre a fejre köröskörül hideg borogatást



tenni, lefekvés után mély lélekzeteket venni és fejtörő dolgokra nem gondolni. Kis gyermekek álmatlansága ellen igen jó az esteli fürdetés.

Kneipp szerint 5—10 másodperces hideg ülő vagy félfürdő lefekvés előtt igen jó. Ezt különben éjjel is veheti a beteg, ha nem tud elaludni. Idegesek ezen hideg fürdő helyett 20—25 percig 28—30 fokos teljes fürdőt vegyenek. Mezítlábjárás, víztaposás, térdleöntés szintén jót tesznek. Szellemileg túlterhelt egyéneknek hetenkint 3 hátleöntés és 3 félfürdő ajánlatos.

Gondoskodjunk tiszta, kényelmes, csöndes fekvőhelyről a betegnek. Székszorulás megszüntetendő. Alkohol, kávé, tea, fűszerek kerülendők. Altatószerek alkalmazása felette káros. Ahelyett inkább hosszú fürdés jó esténként. Vértódulásnál lábleöntések.

Orvosságok: 100., 131., 13., 209., 113., 143. Almatea, kaportea.

**111. Álomkórság.** (Nona.) Felköltésül; 19<sup>o</sup> ecetes lemosások, kenetetés, hasborogatás, lábszárgöngyölés, villanyozás, 15<sup>o</sup> teljes dörzsölés, utána 19<sup>o</sup> fürdő leöntéssel, 10 perces gőzfürdő, rá zuhanyozás vagy 23<sup>o</sup> fürdő.

**112. Víziszony. Veszettség.** (Hydrophobia. Lyssa.) A sebet tüstént ki kell mosni,



környékét erősen kinyomkodni, hogy elég vér jöjjön ki a sebből, azután tegyenek rá izgató borogatást, vagy, ha lehet, adjanak a megharapottnak gőzfürdőt, azután izgató begöngyölést, külön kompresszel a sebre, vagy pedig ágygőzfürdőt s igyekezzenek izzadást előidézni.

Ha a betegség már kiütött, akkor 16<sup>o</sup> dörzsölés és vastag, száraz begöngyölés alkalmazandó, esetleg izgató teljes begöngyölés, vagy ágygőzfürdő. Fektessek a beteget csön-des, elsötétített szobába. Ha a beteg kiizzadt, akkor rendesen meg van mentve. De azért még vagy tíz napon át naponta 5—6 dörzsölés és teljes begöngyölés alkalmazandó. Ingertelen, könnyű koszt, kis hűvös beöntések. A dörzsölések és beöntések akkor is foganatosítandók, ha a harapás után nem mutatkoznak a víziszony tünetei.

Kneipp szerint gőzölés, begöngyölés, hideg spanyolköpeny (lásd a csúznál), izzasztás, hideg lemosás. A sebet gyakran mossák ki meleg vízzel.

**113. Ájulás.** (*Collapsus.*) Mindenekelőtt fektessük az ájultat kényelmes, vízszintes helyzetbe és ha sok vér ment a fejbe, akkor támasszuk föl a fejet, ha pedig vértelen a fej, akkor a lábakat támasszuk fel. Az ájult



nyakát és derekát szabadítsuk fel a szorító ruhaféléktől, azután öntözzessük a halántékát, homlokát, arcát, nyakát, mellét, szíve tájékát hideg vízzel, esetleg pohárszámra, azonkívül dörzsöljük hideg vízbe mártott kézzel a mellét, hátát s szagoltassunk vele erős szagú dolgokat. Adjunk neki beöntést, majd pedig háromnegyedes gőzfürdőt 1—2 órán át, azután 18° teljes ledörzsölést, vagy 25° fürdőt és 20° leöntést. Jók az éjjeli hasborogatások is és az erősítőkúra (a gyakran ájuldozóknak).

Orvosságok: gentiana, meleg tea, kávé, alkohol, torma.

A végtagokat pólyázzuk be. Szükség esetén mesterséges lélekzés, szívkenetetés, vagy a szívnek tenyérrel való rhythmicus verése.

**114. Vitustánc.** (*Chorea.*) Naponta egy egész vagy háromnegyedes begöngyölés, a lábak melegítésével, vagy esetleg részleges begöngyölés. A kigöngyöléskor 18° teljes dörzsölés, vagy 24° fürdő. Éjjelre hasborogatás, reggel 18° dörzsölés. Ingertelen koszt, néha tojasos ételek; gyümölcsszörpös víz, friss levegő, sok mozgás, levezető beöntések, bőrápolás, erősítőkúra, minden megerőltetés kerülése, szakszerű kenetetés. Teljes nyugalom, minden izgalom távoltartandó. Székszorulás



megszüntetendő. Szeszecsitokok, kávé, tea eltiltandók. Álmatlanság, mandulagyulladás kezelendő.

**Kneipp-kúra.** Ha a beteg előzőleg kanyaróban, vörhenyben vagy más kiütéses betegségben szenvedett, jó lesz nedves inget adni reá 1—2 órára. Egyébiránt járjon egész nap mezítláb, a hideg évszakban mártsa karjait naponkint kétszer 3—3 percig hideg vízbe. Álljon naponta egyszer 3 percig folyóvízbe térdig. Vegyen egyik nap hátleöntést, másikon félfürdőt.

**115. Holdkórosság.** Vacsoráljon korán és keveset a beteg, hűsítő, ingertelen ételket, azután vegyen beöntést, használjon erősítőkúrát, tegyenek az ágya elé este egy nagy edénybe vizet, hogy, ha éjjel fölkel, belelépjen és fölébredjen.

**116. Basedow-kór.** Teljes nyugalom. Friss levegő, nyitott ablak mellett való alvás. Bőrápolás. Naponta több 19<sup>o</sup> szemfürdő, egyszer gyöngye szemkenetetés, éjjelre esetleg meleg szemborogatás. Naponta, vagy más naponkint 23<sup>o</sup> megnyugtató teljes begöngyöztetés, a lábak melegítésével, utána 18<sup>o</sup> teljes dörzsölés. Esetleg félgőzfürdő, utána 25<sup>o</sup> fürdővel, vagy langyos félfürdő. Esetleg a sympathicus szemideg villanyozása. Vértelenség,



szívdobogás, golyva külön is kezelendők. Kevés hús, inkább tej, vaj, tojás, főzelék, rizs. Zsályatea.

**117. Búskomorság.** (*Melancholia.*) Hivatalos gyógyszere nincs. A mérgekkel való pancsolás közönséges kóklerség. Ahol a lélek beteg (már pedig ennél a bajnál kat exochen így van!), ott a lélek egyensúlyát kell mielőbb helyreállítani, különben súlyos, gyógyíthatatlan ideg-, gyomor-, májbaj lesz belőle, ha ugyan a melancholicus meg nem öli magát. A lelki betegségnek a pap az orvosa, ezt csak azok tagadják, akiknek fáj, hogy az embernek lelke is van: mi csak az erőtlen testnek iparkodjunk visszaadni azt a rugékonyságot, melyet a benne lakó léleknek fájdalmai, meg rázkódtatásai folytán szenvedett.

Erre nézve naponkinti bőrápolás. Kádfürdő vagy folyófürdő, vagy teljes dörzsölés, hetenkint egy-két ágygőzfürdő. Altestkenegetés. Séta, friss levegő, jó táplálkozás, székszorulás megszüntetése. Levezetőkúra, mezítlábjárás. Légfürdők. Gyümölcsevés (alma, eper).

Orvosságok: 3., 20., 35., 46., 104., 118., 120., 209.

**118. Bénulás. Hűdés.** (*Paralysis.*) Erősítőkúra. A bénult tagnak hideg dörzsölése naponta  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  óráig, azután 18—20° dörz-



zsölés, vagy 25<sup>o</sup> fürdő és 22<sup>o</sup> leöntések, amik alatt a bénult tagot és a hátgerincet kell dörzsölni. Teljes ágygőztfürdő, külön kompresszekkel a szívtájékra, körülbelül egy óra hosszat, azután 18<sup>o</sup> teljes dörzsölés, vagy 25<sup>o</sup> fürdő; ez az ágygőzfürdő heveny esetekben minden nap, idült bajoknál pedig hetenkint háromszor alkalmazandó. Székrekedés megszüntetendő. A bénult tagra rakott izgató borogatások is jók. Szakszerű kenetések. Gyógytornászat. Villanyozás. Sok friss levegő. Levezető eljárás. Esetleg megújítókéúra. Meleg fürdők.

Kneipp a reszketőhűdéseket részleges lemosásokkal gyógyította: először a felsőtestet, azután az alsót mosatta le, majd a karokat és lábszárakat öntette le változtatva. Akiknek elegendő vérük volt, azoknál legott a comb-, mell-, hát- és karleöntéseket is alkalmazta. Ha a hűdött tagok fájni kezdenek, Kneipp szerint azonnal le kell őket önteni. Nemkülönben a spanyolköpenyt\*) is föl lehet adni. Ülőfürdők, félfürdők, éjjelre altesti borogatások, szénavirág főzetébe mártott kompresszek, kinek-kinek egyéni baja szerint.

---

\*) Lásd a csúznál.



Étrendül ezt ajánlja: reggel erőleves vagy maláta-kávé, délre gyönges szárnyas vagy más könnyű hús, könnyű főzelék gyümölcscsel, fekete kenyér vagy cukrosvízbe mártott száraz zsemlye. Néha egy-egy kanál tej, sok mozgás a szabadban, napfürdők. Lábfürdők, éjjelre nedves harisnya.

Hűdéses elmezavarnál (*Dementia paralytica progressiva*) a fejre hideg borogatást kell tenni, de a fejet dörzsölni vagy zuhanyozni nem szabad. A paralytikus görcsöket úgy kezeljük, mint az epileptikusokat.

Reszkető-hűdésnél (*paralysis agitans*) a villogás hatástalan.

Orvosságok: 1., 64., 98., 166., 158., 16., 3., 209., 104. Külsőleg: torma, tinctura capsici, foenum Graecum.

## Ragályos betegségek.

**119. Himlő.** (*Variola*.) Húzfokos teljes vagy háromnegyedes begöngyölés, egy vagy másfél órára. A törzsre külön kompresszek. Azután gyönges lemosás vagy 25 fokos fürdő és gyöngéd fölszárítás. Láz közeledtekor ez az eljárás megismétlendő. Ha a vér a szív vagy a tüdő felé tódul, akkor kissé kifacsart 21 fokos törzsbegöngyölést alkalmazunk,



szárazzal befödve. Általában jó a lázkezelési eljárás. (Lásd ott.)

A ripacsosodás megelőzéseképpen 16 fokos borogatásokat tegyünk az arcra, ha pedig a himlők fölfakadtak, vegyen a beteg naponta 24 fokos fürdőt. A himlőbe bonyolódó bajok szintén kezelendők!

Kneipp-kúra. Félfürdő, teljes lemosás, utána száraz begöngyölés. Mihelyt a beteg izzadni kezd, megismétlendő a fenti eljárás, esetleg 10—12-szer is. Azonkívül teljes göngyölések, spanyolköpeny, fejgőzőlés. Orvosságokat lásd a láznál és izzasztásnál.

*Az úgynevezett „védhimlőoltást“ az összes természetgyógyászok jogtalanságnak, haszontalan nagyképűsködésnek, az emberiségre rátukmált szamárságnak, az áltudomány túltengésének nyilvánítják.*

Bárányhimlő. Adjunk a betegnek néhány teljes begöngyölést vagy pedig ágygőzfürdőt és utána fürdőt. Tartsuk a beteget egyenletes hűvösen, de óvjuk a nedvességtől, hűléstől, léghezamától. A viszketést hűvös lemosással vagy borogatással mérsékeljük.

Köleshimlő. Egyenletes meleg. Teljes vagy háromnegyedek ágygőzfürdő, utána 24 fokos fürdő, vagy 18 fokos teljes dörzsölés. (Néha a lábak jó fölmelegítése is elegendő.) Rendes



székelés. A kiütéses helyek rizsporral hintendők be.

*Kanyaró. Vöröshimlő. (Rubeola.)* Huszonöt fokos fürdő, gyönge dörzsöléssel kapcsolatban, azután vagy mindjárt törülközés nélkül feküdjék le a beteg vagy pedig adjanak neki 20 fokos háromnegyedes begöngyölést vagy egy órás ágygőzfürdőt (ameddig a betegnek jól esik). Ez az eljárás naponta kétszer is alkalmazható. Húsz fokos beöntések szintén kétszer.

Ha a kiütés elmarad vagy visszafejlődik, alkalmazzanak rövid hűvös dörzsölést, utána ágygőzfürdőt. Óránkint 16 fokos gargarizálások, 20 fokos orröblítések. Friss, tiszta levegő egyenletes meleg. Jók a 18 fokos lábszárs- és törzsgöngyölések, nagyobb láznál 18 fokos háromnegyedes begöngyölések vagy ágygőzfürdők (mint fent) 1—2 órán át, utána 18 fokos teljes ledörzsölés. Ez az eljárás a forróság visszatértekor megismétlendő.

Az elhalványodás időszakában naponta gyönge dörzsölések vagy fürdők, minden 2—3 napban ágygőzfürdő és fürdő, rövid teljes dörzsöléssel.

Később is még naponta fürdő, haspólya, minden 2—3 napban ágygőzfürdő és fürdő, rövid teljes dörzsöléssel.



Kneipp szerint naponta kétszer meleg szénas virágfőzetbe mártott ing, gyapjútakaróval begöngyölve, másfél órán át. Forróság esetén napjában 1—2 gyors hideg lemosás. A többit lásd a vörhenynél, az orvosságokkal együtt.

*Vörheny.* (Skarlátina.) Lázkezelés, teljes begöngyölésekkel, hűvös nyakborogatásokkal, 25 fokos ülőfürdőkkel, a kiütések gyorsítása céljából ágygőzfürdőkkel és 26 fokos fürdőkkel. Huszonnyolc fokos fürdők másodnaponként a láz elmúltával.

Ha a láz a 40 fok C-t eléri, akkor csak langyos fürdők alkalmazandók. Ha a mirigyek duzzadtak, akkor a mandulalobnál jelzett eljárás alkalmazandó. Egyebeket lásd a kanyaronál.

Szigorú tejdiéta, a legkevesebb hús nélkül, könnyű tészták, befőttek.

Kneipp szerint mindjárt kezdetben meleg sós vízbe mártott inget kell adni a betegre s azzal együtt jól begöngyölni s egy óra múlva kigöngyölni és száraz inget adni reá s úgy fektetni az ágyba. Némi idő múlva ismételjék meg ezt az eljárást s ugyanígy harmadszor is, míg csak a vörhenyfoltok ki nem ütnek. Az inget csak egyszer szabad sós vízbe mártani, később csak tiszta vízbe. Vagy pedig az egész test gyors hideg lemosása vagy rövid



fürdő és utána leszárítás nélkül vissza az ágyba; ez az eljárás először félóránként, majd óránként, a láz kitörésekor 3 óránként alkalmazandó.

Gyöngé gyerekeknél szénavirág főzetébe mártott meleg ing, rövid 18—20 fokos fürdővel változtatva. Bevenni pedig édes mandulaolaj (esetleg cukorral) naponta két kávéskanállal.

Orvosságok: 144., 168., számócalevél és Kneipp vértisztítója.

*Himlőhelyek eltávolítása.* Vegyünk 2 mosható bőrdarabot, fesszük ezeket ki, nedvesítsük meg egy kissé, mártsuk be finom habkőporba, nedvesítsük meg egy kevésbé az arcunkat s aztán kezdjük a habkőporos bőrrel bedörzsölni. Azután puha ecsettel vagy kefével töröljük meg az arcot és később mossuk le langyos vízzel. Természetesen nem szabad a bőrt oly erősen dörzsölni, hogy kivérezzék. Ez az eljárás azonban néha egy esztendőig vesz igénybe.

**120. Hasi hagymáz.** (*Typhus abdominalis.*) Igen nedves megnyugtató teljes begöngyölések a lábak melegítése mellett, egy-egy órán át, gyakran megismételve, esetleg közben 17 fokos ledörzsölés vagy 23 fokos fürdő leöntéssel. A fejre hűsítő borogatások. Tollas



ágynemű mellőzendő. Haspólyák, izgató lábszárgöngyölések.

Szigorúan folyékony, de azért mégis tápláló ételeket kell adni a betegnek, különösen tejet, esetleg teával, savanyúvízzel, kakaóval, konyakkal keverve, továbbá nyák-, liszt- és tojásoslevest, húsnedveket, tojást, rizst, parajt, burgonyát, darát, sagót. Italul limonádét, teát, ásványvizet. Vizelethiányosság esetén vizelethajtókat (de ne sört!) láz esetén rendszeres lázkezelést alkalmazzanak. 24—20 fokos fürdők (fokozatosan, 2 percenkint 1 fokkal hűtve), hideg borogatások a mellre, törzsre, hideg lemosások. (Gyenge, vértelen, kövér és éreldugulásban szenvedő betegeknél nem lehet hideget alkalmazni!)

Az egyes netáni vérzések különleges kezelését lásd az illető címek alatt.

Kneipp-kúra. Teljes lemosások, teljes begöngyölések, spanyolköpeny változtatva. Négyóránként félperces hideg félfürdő és pedig a fenti teljes lemosás és spanyolköpeny után másfélóra múlva. Táplálékul nyákos leves, málnaszörp.

Ha a hasban gyulladások vagy fekélyek támadnak, akkor hetenkint háromszor szénas virág főzetébe mártott ing másfélóra hosszat s naponta egy teljes lemosás két héten keresz-



tül. Testerősítőül hetenkint 2—3 rövid hideg félfürdő.

A beteget tisztán kell tartani, a kisebese-  
déstől (decubitus) a keresztájra vigyázni, eset-  
leg lég- vagy vízpárnát alkalmazni. A száját,  
fogait a betegnek szintén tisztán kell tartani.

Bélvérzés esetén a táplálékot csökkenteni  
kell amennyire csak lehet. Hideg borogatá-  
sok a hasra, hideg beöntések, cortex quercus-  
főzete.

Székrekedés, orrvérzés, szívgyengülés ellen  
az illető cím alatti megfelelő eljárás.

Orvosságok: 1., 64., 40., 71., 163., 209.

### **121. Küteges, vagy foltos hagymáz.**

(*Typhus exanthematicus seu petechialis.*) Minde-  
nekelőtt hűsítő fürdők, gyakran változtatott,  
hűsítő hasborogatások, lemosások, félfürdők  
és leöntések. Egyébiránt lásd a lázkezelést.  
A láz lenyomása után izzasztás begöngyölé-  
sekkel, később minden másnap spanyol-  
köpeny\*), mindennap félfürdő vagy ülő-  
fürdő, éjjelre hasborogatás, nedves harisnya.

Italul friss víz, gyümölcslevek.

A hirtelen beálló szívgyöngülés sürgős  
orvosi beavatkozást követel!

Egyebekben lásd a hastifusz kezelését.

---

\*) Ezt lásd a csúznál.



**122. Roncsoló toroklob. (Diptheritis.)**

Hűvös, szellős szobában kell a beteget tartani, könnyű gyapjútakaróval betakarva, melyet többször kell változtatni s szellőztetni. A szoba padlóját minden nap föl kell mosni. Adjunk a betegnek egyórás (esetleg rövidebb) teljes, gyermekeknél háromnegyedes ágygőzfürdőt és azalatt, valamint utána is folyton, hűvös nyakborogatást (14 fokos vízbe mártott s kissé kifacsart kendő jó szélesen többszörösen a nyakra csavarva; ezt a borogatást nem kell betakarni kendővel, ellenben azonnal változtatni kell, mihelyt átmelegsenek.

Gyermekeknek a háromnegyedes ágygőzfürdővel kapcsolatban vállgöngyölést is adjunk s ezt az eljárást 24 órán belül 2—3-szor is lehet alkalmazni. Utána mindig 20 fokos lemosás. Minél nagyobb a láz, annál vastagabbra és nedvesebbre vegyük a begöngyöléshez használt lepedőt. Azonkívül alkalmazzunk törzs- és lábgöngyöléseket, melyeket, ha nagyon átmelegedtek már, akkor kell változtatni. (Kisebb láznál pl. 2 óránként.)

Ha azonban a toroküregben már fölszaporodott a lerakódmány, az izzadmány, akkor a hideg nyakborogatások ártalmasok! Ilyenkor



szájfürdőket, toroköblítéseket kell alkalmazni. Pl. gyermekeknél óránként többször, 4 résznyi 20 fokos víz és 1 rész citromlé keverékével kell az orrot és torkot öblíteni, de ezt óvatosan kell végezni, nehogy a genyet a fülkürtbe hajtsák. Ezt a citromos vizet gyakran kell itatni a beteggel. Enni csak akkor adják neki, ha kívánja (nyákos, húsító táplálékot, nyers gyümölcsöt, almapépet, írósvajat, árpakásalevet stb). Este 26 fokos kádfürdő 10 percig.

Ha a baj a gége nyákhártyáit is megtámadja és fulladási rohamok lépnek föl, ültessék a gyermeket egy dézsába, melyben négy ujjnyi meleg víz legyen, s öntözzessék a hátát a torkójától kezdve végig néhányszor hideg vízzel.

A dagadt nyakmirigyeit olajba vagy vízbe mártott ujjakkal kenegessék lefelé 2—5 percig (először gyöngén, aztán erősebben). Gége- és garatrezgetések is jót tesznek, különösen a gőzkompresszek levétele után, minden félórán.

Ha a beteg elbírja, adjunk neki reggel és este 22 fokos megnyugtató háromnegyedes begöngyölést (a lábak melegentartásával) jó nedves nyakborogatással egy jó órán át, aztán 26 fokos fürdőt. Azután másfélóránként



19 fokos izgató lábszárgöngyöléseket, forróság esetén pedig 22 fokos törzsgöngyöléseket vagy hasborogatásokat egy órán át. A székelést 20 fokos beöntésekkel kell előmozdítani.

A vese működésére nagy figyelmet kell fordítani s esetleg vizelethajtókat adni a betegnek, valamint bőven tejet (esetleg teával, kávéval, kakaóval), meleg limonádét, de sört nem, főtt tésztát, áttört főzeléket, de húst (különösen eleintén) egyáltalán nem.

Kneipp szerint forró szénavirágos vízbe mártott ing s azzal együtt jól betakarva az ágyba. Ha a forróság és gyulladás vissza térne, ismételjék meg ezt az eljárást.

Ha a hőmérsék emelkedik, mossák le gyorsan hideg vízzel a gyermeket s tegyék vissza tüstént az ágyba, jól betakarván. Esetleg felsőleöntést is lehet óvatosan alkalmazni a lemosás helyett, melyet, ha az izzadás nem akar jelentkezni, 2 óra múlva meg kell ismételni.

Későbbben jó, ha a gyermeket naponta két-háromszor hideg vízbe mártják, de a fejénél és lábainál fogva úgy, hogy ezek szárazak maradjanak.

Ha a betegség már előrehaladott stádiumban van (ha a penészlepedék már elterjedt a torokban) akkor a felsőleöntéssel együtt



nyakleöntés is alkalmazandó. Tegyenek továbbá a nyakra igen meleg ecetesvizes pólyát, takarják be gyapjuszövettel s változtassák negyedóránként. Alkalmazzanak egyúttal hideg ecetes háromnegyedes begöngyölést 1—1½ órán át, naponta kétszer.

Orvosságok: 71., 114., 123., 163., 166., 176., 193. és dió, torma.

**123. Torokgyík.** (*Croup.*) 22° teljes vagy háromnegyedes begöngyölés a lábak melegítésével és csuromvizes borogatás a hasra úgy másfélórán át, azután 26° fürdő vagy 18° teljes dörzsölés és 16° tarkóleöntés. Ez az eljárás naponta három-négyszer eszközözendő. Minden kétórán 22° hasborogatás és 18° lábszárgöngyölés, félóránként pedig 18° megnyugtató nyakborogatás. Ha a begöngyölés nem eredményezne izzadást, akkor ágygőzfürdőt is lehet adni s azután a begöngyölést. Igen jó szénavirág főzetébe mártott inget adni a betegre. A fürdéskor dörzsöljék erősen a beteg hátát és mellét. Az 18° begöngyölések, lemosások, felsőleöntések, ágylábgőzfürdők, 25° félfürdők igen jók, valamint fulladozásnál az erős, 18° dörzsölések is.

**124. Mandulalob.** (*Tonsillitis follicularis.*) Naponta egy vagy másfélórán ágygőzfürdő, külön kompresszel a nyak köré, azonkívül



félóránként változtatandó 17<sup>o</sup> nyakborogatás sok gyapjútakaróval befödve, továbbá gőzkompresszek és 18<sup>o</sup> izgató láb- és lábszár begöngyölések 2—3 órára a lábak melegítésével, azután 18<sup>o</sup> dörzsölés, amit naponta kétszer kell eszközölni. Toroköblítés 19<sup>o</sup> vízzel. Láznál ágygőzfürdők, begöngyölések, külön kompresszekkel a nyakra, azután törzsfürdők.

Idült eseteknél gyakori begöngyölések vagy ágygőzfürdők, külön kompresszel a nyakra, azután vagy teljes dörzsölés, vagy 2 perces 25<sup>o</sup> kádfürdő. A nyakat továbbá gyakran kell hideg vízzel dörzsölni, a mirigyeket dörzsölni, gyúrni, kenegetni. Magától értetődik, hogy a betegnek csak folyékony táplálékot szabad adni.

Orvosságok borogatásra, toroköblítésre és bevételre: 3., 7., 45., 66., 70., 71., 93., 94., 98., 120., 125., 136., 148., 155., 163., 166., 167., 168., 176., 189., 198., 204., 210., 211., 213., 215., 223. és papsajtlevél. (Az egész keverék 2 kor. 80 fill.)

**125. Influenza.** Födolog a kiizzasztás. Gőzfürdők, teljes begöngyölések és fürdők, vagy ágygőzfürdő és fürdő 3 napon keresztül, azután minden másnap vagy harmadnap. Láz esetén lázkezelés, megnyugtató, csillapító begöngyölések fél- vagy háromnegyed órán



át, azután fürdő. Vagy pedig csak fürdő s utána nedves testtel száraz begöngyölés az ágyban. Levezetőkúra gyanánt lábgőzfürdők, vagy 30—40° lábfürdők 8—10 percig, azután lábszárgöngyölés és megnyugtató törzsbe-göngyölés, vagy haspólya.

Fejfájás ellen 10 percenkint változtatandó hűs borogatások a fejre és nyakra. 22° gargari-zálások és víznek fölszívása az orrba, 1—2 óránként. Egyebekben lásd a légcsőhurutot és náthát.

Ha a tüdőt támadja meg az influenza, akkor a tüdőhurut is kezelendő.

Ha a gyomorra is kihat, akkor könnyű kosztés meleg hasborogatások alkalmazandók.

Ha ideges alakban lép fel, akkor az ideg-bántalmak kezelése jut érvényre.

A lábadozó betegre igen fontos az erő-sítő táplálkozás és a jó levegő. Az utóbajok kezelését lásd az illető címek alatt.

Kneipp szerint mindjárt kezdetben teljes gőzfürdőt kell venni, utána hűvös teljes le-mosást, esetleg ecetes vízzel, azután száraz begöngyölés az ágyban. Ez többször isméte-lendő. Ha a betegen szédülés, ájulás jelei mutatkoznak, akkor gyakori hűvös (de nem hideg) fejborogatást adjanak neki s a lemosá-sok helyett rövid pólyát.



Orvosságok: 1., 4., 76., 92., 123., 166., 168., 201., 211. és fahéj, nemkülönben az izzasztószerek és esetleg a köptetők.

**126. Vérhas. (Dysenteria.)** Gyümölcs és tej kerülendő. Először is keményítőszerek beöntések, vagy hashajtók, ingertelen nyákos koszt, 18<sup>o</sup> hasborogatások, izgató lábszárgöngyölések 2—3 órán át, 20<sup>o</sup> teljes dörzsölések, gőzkompresszek a hasra. A lábakat melegítsék. Hányás ellen hidegvízivás, a túlságos hasmenés ellen pedig később adstringentiák (lásd a hasmenés ellenszerei közt).

Táplálékul: eleintén csak tej, később nyákos leves, lisztleves, később tojásos leves, sago, dara.

Kneipp a meleg ecetesvízbe mártott hasborogatásokat is ajánlja. Bucsányi dr. pedig a forró fürdőket s utánuk hidegvizes borogatásokat és koplalást.

Orvosságok: 11., 100., 110., 127., 58., 204., 187., 125., 140., 148. és fahéj.

**127. Váltóláz. Mocsárláz. Hideglelés.** A láz jelentkezésekor 17<sup>o</sup> háromnegyedes begöngyölés fél- vagy egy órára, azután 18<sup>o</sup> teljes dörzsölés. Vagy pedig 24<sup>o</sup> fürdő és a lábak és lábszárak erős dörzsölése s azután 22<sup>o</sup> begöngyölés. A láz ismétlődése esetén újból ez az eljárás, a láz csökkenésekor pedig



hetenként néhány 25<sup>o</sup> fürdő. A láz szünetelésekor ágygőzfürdő és kezegetés. A fázás közeledtekor igen jó egy erős 18<sup>o</sup> dörzsölés, utána száraz dörzsölés és azután száraz begöngyölés.

Gyönges testalkatú betegeknek naponta 1—2 teljes 18<sup>o</sup> dörzsölés, erősebbeknek minden reggel egyórás teljes begöngyölés s azután a 24<sup>o</sup> fürdő.

Szeszes italok, forralatlan víz kerülendők.

Az allopathia a rohamok megelőzésére a chinint használja, melynek enyhébb formája a cortex chinae főzete.

Egyéb orvosságok a váltóláz ellen: 221., 167., 209., 1., 40., 42., 48., 52., 12., 66., 70., 79., 135., 123., 166., 204., 98.

Kneipp szerint a gyógyítást meleg felsőborítással kell kezdeni, melyet félóránként kell cserélni. Ezenkívül 3 napon keresztül 2—2 teljes hideg lemosás, erősebbeknek pedig ehelyett hideg ing vagy spanyolköpeny. Fődolog a gyakori izzadás.

### 128. Agyhártyalob. Tarkómerevség.

*Meningitis (cerebrospinalis epidemica.)* Ágygőzfürdő, hasborogatás, lábszárgöngyölés. A lábak melegen tartandók. A beteg fejét fektessük magasabbra. 14<sup>o</sup> megnyugtató borogatások a homlokra és tarkóra, gyakran vál-



toztatva. Vízivás, esetleg citrommal, gyümölcslével. Koplalókúra. Kenegetés, lehetőleg a nyakszirten. Esetleg lázkezelés. Erős fénytől és zajtól óvjuk meg a beteget.

Kneipp szerint forró nyakgöngyölések (gyakran változtatva) és naponta 3 teljes lemosás, utánuk szénavirág meleg főzetébe mártott ing egészen az izzadás beálltáig. Ha a beteg erősbödni kezd, férfürdöket is vehet.

Orvosságul ajánlja a *chenopodium* főzetét forrón bevenni. Nemkülönböztetők az izzasztók is.

**129. Kolera.** Tudvalevő dolog, hogy a kolerának három alakulata van. Az első, a legenyhébb, magányosan is föl szokott lépni, tulajdonképpen erős hányás és hasmenésből áll (cholerin). Ez ellen vegyenek 16<sup>o</sup> erős dörzsölést, vagy 17<sup>o</sup> teljes lemosást, izgató hasborogatást a lábak melegítésével egynehány órára vagy gőzkompresszek a hasra. Ha a lábak már jó melegek, mossák le négy-ötször hűvös vízzel. A hasborogatás után megint dörzsölés és 16<sup>o</sup> beöntés. (A székelések után is jó beöntést adni, mert ez elállítja azután a hasmenést.) Ha ezek nem volnának elegendők, vegyen a beteg gőzfürdőt, lehűtést, fürdőt, leöntést vagy teljes dörzsölést és haskenegetést. Makacsabb székrekedésnél 18—20<sup>o</sup>



beöntések óránkénti megismétlése mellett 20<sup>o</sup> ülőfürdő 5—10 percig, a lábak melegítése mellett. (Ha az első beöntésre székelés következik, akkor 5—10 perc múlva adjanak egy második beöntést; máskülönben pedig várjanak félóraig s így folytassák, míg csak rendes székelés nem lesz.) Hánytatóul meleg vizet itassunk a beteggel. Az alsótestet takarják be jó melegben.

A második alakulatnál (amikor is rizslé színű lesz az ürülék, a hányáson kívül haskorgás, hidegborzongás, belső égés, szúrások az altestben, fejben és hátban, görcsök észlelhetnek s a beteg fél és szomjazik) mindenkéltől többet fogjanak hozzá a betegnek csuromvizes lepedővel való erős dörzsöléséhez. Ha a lepedő átmelegszik, mártsák újra hideg vízbe. Kivált a hasat, hátat, combokat, lábszárait dörzsöljék úgy egy negyedóraig. Ha a beteg gyöngé, akkor lefektetve dörzsöljék. Azután fektessék a beteget jó meleg gyapjú takaróba s úgy dörzsöljék begöngyölve. A lábakat erősen kell dörzsölni, melegíteni. Vagy 10 perc múlva ismét nedves lepedővel dörzsöljék a beteget, azután megint a meleg takaróval, azután megint a nedves dörzsölés hidegebb vízzel s utána a meleg száraz dörzsölés. És így tovább. Hányás után itassa-



nak a beteggel friss vizet, székelés után pedig adjanak neki hűvös beöntést. A hideg és meleg dörzsölések pedig éjjel-nappal addig folytatandók, amíg a bőr vörösödni és verejtékezni kezd s a hányás és hasmenés csillapodik. Ekkor adjanak a betegnek hasborogatást és tartsák jó melegen. A székelés után még mindig beöntés adandó.

Ha a dörzsölés által nem melegszik föl a test rövidesen, akkor adjanak a betegnek forró kompresszeket, gőzfürdőket félóraig, ágygőzfürdőt a lábak erős melegítésével, meleg fürdőket mustárral stb. Ajánlatos az orr- és toroköblítés is. Lázas forró bőrre megnyugtató begöngyölés (melyet átmelegedés után változtatni kell) a lábak melegítésével. Hasfájás ellen megnyugtató borogatások, gőzkompresszek, száraz meleg betakarások. Fejfájás ellen a fejre hideg borogatások, a lábak melegítésével. Néha jók a hideg zuhanyok is, erős dörzsölésekkel kapcsolatban. Altesti fájdalmak ellen jók a hideg ülőfürdők, ha a betegnek nincs szívbaja, szintén dörzsölésekkel.

A harmadik alakulatnál a beteg teste hideg lesz, az érverés gyöngül, az ajkak, körmök elkékülnek, az arc eltorzul, a hang elváltozik, a beteg gyöngül, összeesik, elájul.



Még mindig lehet a fentebbi eljárást folytatni, azonkívül váltakozva 6—8 percig a lehető legmelegebb fürdőt, 2 percig egész hideget adni, erős dörzsöléssel gyönges hasgyúrással. A hideg fürdő helyett zuhany is alkalmazható. Kínzó lábikragörcsök, egyéb görcsök, izomfájdalmak ellen 32° mustárlisztes fürdők is jók.

Kneipp-kúra: Minthogy az izzasztás a fő dolog, mártisanak egy többször összehajtott vastag kendőt forró vízbe, csavarják jól ki s azon forrón tegyék a beteg hasára és takarják be jól. Ez 20 percenkint ismétlendő, háromszor egymásután.

Orvosságok: 70., 98., 204., 144., 7., 1., 12., 42., 3., 37., 166., 129., 189., 148., 214. (A cholerin szereit ugyanezek.)

**130. Döghalál.** (*Pestis.*) Erős száraz dörzsölés, utána ágygőzfürdő, vagy félórás száraz begöngyölés, utánuk 16° dörzsölés vagy 24° fürdő, leöntéssel. Ezt az eljárást az izzadság kitöréséig kell ismételtetni. Erősebb láznál 16° dörzsölés s utána megnyugtató teljes begöngyölés, a lábak melegítésével félóráig vagy tovább, utána ismét dörzsölés, mint fent. Igen nedves hasborogatások 2—3 óránkint. A beteg helyekre megnyugtató borogatások, equisetum főzetébe mártva.



Kneipp szerint: szénavirág főzetébe mártott ing, később naponta rövid pólya és félfürdő.

## **Sebek, bőrbajok, daganatok.**

**131. Sebek kezelése.** Fődolog a seb tisztántartása és légmentes elzárása. Ha a kötés megszárad s alatta a seb fájni kezd, akkor nedvesítsük meg újra a kötést, vagy tegyünk rá újat. Közvetlen a sebre, tehát a kötés alá kötőgyapotot vagy nedves tépést kell tenni.

Ha a vérzés nem áll el, akkor a vérzéseknél megadott eljárást kell alkalmazni. Genyedő sebeket 20° vízzel kell mosogatni, azután izgató borogatást tenni reájuk s úgy kezelni őket, mint a fekélyeket. Gyulladásoknál hűvös vagy langyos mosások, fürdők és megnyugtató borogatások alkalmazandók. Láznál 20° teljes lemosás, vagy 23 fokos fürdők, öntözésekkel.

Kneipp szerint a friss sebeket arnica főzetével kevert vízzel kell mosogatni, borogatni; szintúgy a zsálya és aloë főzete is jó a sebekre. A plantago leve is gyógyhatású, sőt szükség esetén a savanyított káposzta leve is. Genyedt sebekre az equisetum, aloë, salvia főzetéből készült borogatás ajánlatos. Ha görcsök lépnek fel, meleg borogatások



és izzasztások alkalmazandók. Harapott sebre táblaolaj és hypericum főzetébe mártott borogatás ajánlatik.

Ne feledkezzünk meg a vérzés csillapításáról (lásd ott).

**132. Égett sebek.** (*Combustio.*) A megégetett tagot tartsuk először langyos, azután hideg vízbe, mindaddig (esetleg félnapig is), míg a fájdalom meg nem szűnik. (Az arcot öntözni vagy borogatni kell.) A belisztezés szintén jó hatású. Égett hólyagokat nem jó felszűrni. Sérült helyekre tegyünk olajos tépést vagy borogatást, vagy 25° borogatást, melyet gyakran kell változtatni. Genyes sebre 21° borogatás jó.

Borogatásul: 6., 181., 200., 202. Kiterjedt égésnél itassunk a beteggel bőven vizet, teát, hígított bort s tegyük a beteget hosszabb ideig folyton frissített vízű fürdőbe.

**133. Fekély, tályog.** (*Ulcus, abscessus.*) Ha vérmegromlás az okozója, akkor erősítő vagy megújítókúra alkalmazandó. A beteges helyre tegyünk izgató vagy megnyugtató borogatásokat. Ezekhez a borogatásokhoz 6—10-rét hajtott vásznat 18—30° vízbe kell mártani, kicsavarni s a fekélyt és környékét vele betakarni. Ez a borogatás, mihelyt száraz lesz, változtatandó. Akik napközben nem hasz-



nálhatnak ilyen borogatásokat, tegyenek a fekélyre a következő szerekből álló kenőcsöt: fagyanta, írósvaj. Éjjelre hasborogatás, lábszárgöngyölés. Ha a tályog megnyílik, akkor ugyancsak a kompresszekkel kell a genyet belőle kiszívani és langyos vízzel kimosni. Ágygőzfürdő, gőzölések, 16<sup>o</sup> megnyugtató vagy izgató borogatások, gyakran változtatva. Ha vastag bőr alatt van a tályog, akkor föl kell vágni és langyos vízzel kitisztítani.

○ Renyhe sarjadzásnál perubalzsammal lehet a beteg helyet bekenni.

Kneipp a gyöngéknek a meleg, nedves inget ajánlja, utána hideg lemosással, napjában kétszer, erősebbeknek hideg sós vízbe mártott inget hetenkint háromszor. A nyílt sebre pedig aloë és hársfaszénport és száraz kötést. Rákos fekélyekre equisetum forrázatát borogatásul és bevenni is. Csontfekélyekre foenum Graecum és szénavirág forrázatát és túróborogatásokat. A fej erősítésére hetenkint 3 fejleöntés, a beteg szemeket pedig foeniculum főzetével mosogatni.

Erősebbeknek háromnegyedes hideg göngyölések. 22<sup>o</sup> kompressz s ezek fölé 16<sup>o</sup> kompressz a beteg helyre, utóbbi gyakran változtatva.



Nyílt fekélyekre faszénport (leginkább hárs-faszénport) ajánl, ákáclevélnek mézzel kevert főzetét. A farfara levelei is jók a nyílt fekélyre, valamint a méz, liszt és víz keverékéből készült kenőcs.

Borogatószer: 2., 6., 10., 20., 32., 35., 64., 68., 71., 80., 86., 97., 113., 123., 137., 148., 149., 189., 198., 207. és birsalmafalevél.

**134. Körömméreg.** (*Paronchia. Panaritium.*) Kézgőzölés. Éjjelre izgató begöngyölés, külön kompresszel gőzfürdő, vagy izgató teljes begöngyölés. Esetleg sebészi beavatkozás szükséges.

**135. Vérzés csillapítása.** Ha ütőérből folyik a vér (amit a vérnek erős nyomással való felszökkenése árul el), akkor az eret el kell kötni és összenyomni vagy betömni. Ha vivőér szakadt meg (amiből lassan, egyenletesen, sötét színű vér folyik), akkor vagy magát a sérült eret, vagy annak kiindulópontját kell tartósan lenyomni. (A kart, láb szíját pl. körül is lehet kötni.) Hideg vagy forró borogatások (de nem ám jég!) szintén elállítják a vérzést. Néha azonban egész napig kell lefogni a fölpattant eret. A vérző egyént legcélszerűbb lefektetni.

**136. Daganatok.** (*Tumores.*) Ha a daganat nem más bajnak tünete, hanem önálló,



akkor tegyünk reá folytonosan 17° izgató borogatásokat, melyeket, mihelyt fölmelegednek, azonnal váltsunk fel. Azonkívül gőzöljük gyöngén a dagadt helyet, vagy tegyünk reá gőzkompresszeket s azután megnyugtató borogatásokat, majd kenetet. Ez úgy történjék, hogy a daganatot a test középpontja felé, a szív felé kenjük, nyomjuk, gyúrjuk. A kenetés után 18° teljes ledörzsölés, esetleg teljes begöngyölés vagy ágygőzfürdő.

Kneipp szerint a kemény daganatokra foenum Graecum főzetével való meleg borogatást kell tenni. Azonkívül naponta 2 teljes lemosás, rövid pólya.

Térd-daganatnál ezeken kívül egy rövid hideg lábikrapólya borókabogyófőzettel való borogatás. Térdízületgyulladásnál (gonitis) az alapbántalom (csúz, köszvény) kezelendő.

Kemény daganatokat tölgyfakéregforrázatsból készített ülőfürdőkkel kell eloszlatni. Forró, gyulladásos daganatokat mandulaolajjal is jó bekenni. Egyéb borogatószerek: 7., 42., 68., 71., 116., 215.

**137. Tüsződaganat.** 18° izgató borogatások  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  óráig begöngyölésekkel. Gőzölések, gőzkompresszek s utánuk 15° megnyugtató borogatások. Mell-, borda- és törzs-



kenegetés. Mellfürdők. Bőrápolás. Teljes gőzfürdők begöngyölésekkel s utánuk teljes fél- vagy törzsfürdők. Kevés folyadékélvezés. Szesz italok kerülendők. Esetleg műtét.

**138. Rostos daganat.** (*Fibroma.*) Hűsítő, megnyugtató, izgató borogatások, fürdők, erősítő, megújítókúra, kenegetések. Hetenkint 2—3 ágygőzfürdő, utána 24<sup>o</sup> fürdő, vagy 15<sup>o</sup> dörzsölés.

Kneipp szerint hetenkint 2 spanyolköpeny, 3 felsőleöntés, 3 combleöntés, 2 hátleöntés, 1 teljes leöntés.

Egyebeket lásd a daganatnál.

**139. Dagadt lábak.** Kád- és lábgőzfürdők naponkint fölváltva, utánuk hűvös le- dörzsölés, majd 16 fokos nedves és száraz lábgöngyölés fölváltva, azután a lábak dörzsölése 18<sup>o</sup> fokos vízzel, azután kenegetés. Séták a szabadban, amelyek előtt a lábakat hűvös vízzel jó megmosni. Azonkívül naponta 18<sup>o</sup> teljes ledörzsölés, vagy 25<sup>o</sup> fürdő dörzsöléssel kapcsolatban.

Ne tévesszük össze a vízkóros daganatokat és köszvényes deformálódásokat ezekkel a daganatokkal!

Kneipp-kúra. Egyik nap teljes lemosás, a másikon felsőtestle mosás. Egy hét múlva combleöntés, félfürdő, teljes fürdő (minden



nap másik). Két hét múlva felső, hát- és teljes leöntés (szintén változtatva). Azonkívül hetenkint 1 spanyolköpeny, 2 rövid pólya.

**140. Golyva.** (*Struma.*) Megerőltetések-  
től óvakodni kell. Helyi izgató borogatások,  
gyöngé kenés vagy gyúrás, csípegetés. Heten-  
kint 2—3 gőzfürdő, utána teljes begöngyölés,  
külön kompresszel a nyakra, azután fürdő.  
Kevés folyadékot élvezzen a beteg. Műtéti  
beavatkozás ritkán sikeres.

Golyvás vidéken ne igyunk forralatlan  
vizet.

Kneipp tölgyfakéregfőzet-borogatásokat,  
térd- és combleöntéseket, éjjelre hasboroga-  
tásokat, ajánl.

**141. Fagyás.** (*Congelatio.*) Megfagyott s  
esetleg már feltört és genyessedő kezekre és  
lábakra délelőtt és délután rakjunk 2—2 óra  
hosszáig gőzkompresszeket, azaz: egy forró  
vízbe mártott és kissé kifacsart törülközőt  
tegyünk gyapjuszövet közé s ezt a gőz-  
kompresszt göngyöljük a fagyott kézre, ille-  
tőleg lábra. Ezt a gőzkompresszt félóránként  
cserélgessük. A sebes helyeket göngyöljük  
kötőgyapotba. (Szalicilvattát ne használjunk!)  
A gőzborogatások után 24 fokos kéz-, ille-  
tőleg lábfürösztés következék 5—7 percig,  
azután a következő gőzborogatásig 22<sup>o</sup> ned-



ves borogatást tegyünk a fagyott tagra. Ezt a borogatást  $2\frac{1}{2}$  óránként újjal kell fölcserélni; azonban úgy kell rátenni az elfagyott helyre, hogy előbb kissé nedves kötőgyapotot teszünk oda s erre tesszük rá a borogatást. Ezt a kötőgyapotot, ha beragad is a sebbe, rajtahagyhatjuk. Ezenkívül: reggelenként dörzsöljük le a felső testet  $22^{\circ}$ , a lábszárakat és lábakat pedig  $18^{\circ}$  vízzel. Igen jó az elfagyott tagot reszelt torma főzetében is fürösztetni (a víz háromszor annyi legyen, mint a torma).

Kenőszerű ajánlatosak: szarvasfaggyú, nyúlfaggyú, glicerín; továbbá: fenyőlevél főzete, cserfa- és timsófürdők, valamint a szamócalevél s a carduus benedictus és herba millefolii főzete s a reszelt torma is. Meleg, tág keztyűt, cipőt viseljünk.

**142. Habarcok.** (*Polypok.*) Idült bajnál műtéti beavatkozás szükséges. Gőzfürdők. Teljes begöngyölések. Fürdők,  $21^{\circ}$  öblítések, izgató borogatások.

Jó az orrhabarcnál az orrba fölszívni az equisetum és hypericum lehűtött főzetét.

Altesti habarcoknál Kneipp reggeli teljes lemosást, napközben 5 másodperces félfürdőt, belsőleg a fenti főzeteket ajánlja. 2—3 hónap múlva hetenkint 3 félfürdő s napon-



kint teljes lemosás. Egy hónap mulva hetenkint 2 félfürdő, 2 teljes lemosás két-három hónapon át. Jó még hetenkint négy szénávirágos ing, 4 térdleöntés, 4 teljes lemosás, melyeket havonta 3—2—1-re apasztunk.

**143. Újképlet.** (*Neoplasma.*) Hetenkint háromszor 15—25 perces gőzfürdő, utána félórás teljes begöngyölés, majd 25 fokos fürdő. Ha a lábszárakon van az újképlet, akkor lábgyöngyölést alkalmazzunk, ha pedig a végbél nyíláson, akkor ülőfürdőt s mindkét esetben azután 18 fokos öntözgetést, később gőzkompresszeket s utánuk megnyugtató borogatásokat. Erősítő, sőt megújító kúra is alkalmas. Egyebeket lásd a polypoknál.

**144. Orbánc.** (*Erysipelas.*) Huszonhárom fokos vízbe mártott és kissé kifacsart vásznat tegyünk állandóan az orbáncos helyre s ezt a vásznat fedjük be 17 fokos vízbe mártott, kissé kifacsart és többszörösen összehajtott gyapjúszövetettel, mely utóbbit negyedóránként változtassuk. Éjjelre vastagabb borogatást tegyünk reá s ezt szükség szerint változtassuk. Lábszárgöngyölések, éjjelre jó levezetők.

Fejorbáncnál 19 fokos, kissé nedves, izgató háromnegyedes begöngyölés alkalmazandó úgy két órára, amit nyolcszor is ismételni kell, míg csak a láz el nem múlik. Egyidejű



leg az orbáncos helyre gőzkompresszeket kell tenni. A hólyagokat nem szabad felszúrni.

Arcorbáncnál kompressz helyett langyos vízzel való lemosások alkalmazandók, a háromnegyedes begöngyölés helyett pedig 25 perces félgöngyölés is alkalmazható, mialatt a fejre 20 fokos borogatásokat rakjanak, azután 25 fokos fürdőt adjanak a betegnek, a fej öntözgetésével.

Egyéb orbáncoknál ágygőzfürdő, a beteg helyre külön kompresszekkel. Általában ajánlatosak: 18 fokos teljes dörzsölés, utána ugyanilyen borogatás, jól befödve (gyakran változtatandó), 18 fokos törzsbegöngyölés és izgató lábszárgöngyölés (2—3 órára), utána 18 fokos lemosás.

Kneipp szerint hideg vagy meleg göngyölésekkel kell a vért a beteg helytől levezetni, magára a beteg helyre pedig gyapjúszövettel betakart borogatásokat rakni. Enyhe lemosásokon kívül a sóscsúznál felsorolt módokat ajánlja.

Általában könnyű táplálkozás, rendes székelés, teljes elkülönítés, nyugalom, szíverősítés, esetleg lázkezelés.

Külsőleg még ajánlatos a kender és petrezselyem főzete, valamint az echium vulg. és farfara főzete is.



**145. Sömör.** (*Ekzema.*) Szénavirág főzetébe mártott ing. Gőzfürdők, utánuk teljes begöngyölés 2 óra hosszat és 26 fokos fürdő, vagy 22 fokos teljes dörzsölés, leöntésekkel. A kiütésekre kompresszek. Jó a 28 fokos zabszalmafürdő, utána 22 fokos leöntéssel. 23 fokos kádfürdő 1—2 percig. Napfürdők, villanyos fényfürdők. Erősítő- vagy megújító-kúra. Növényi táplálkozás. Ez az utasítás különösen a nedvedző sömörnél alkalmazandó.

Korpasömörnél dörzsöljék be az egész testet szappanaljával, azután vegyen a beteg 27 fokos teljes fürdőt 10 percig több napon át, gőzfürdőkkel változtatva.

Kneipp szerint néha a gőzfürdökhöz és növényi táplálkozáshoz nem kell kötni magunkat, hanem felső-, comb-, hátleöntéseket, teljes hideg göngyöléseket (de nem a lábakra is!) kell alkalmazni, naponkint fölváltva, hogy a beteg jól kiizzadjon. Lehet néha egy teljes leöntést is adni.

Fejsömörre reggeli teljes lemosást, félfürdőt s a fenti többi eszközöket ajánlja. Kar- és lábsömörnél szintén.

Orvosságok: külsőleg: 148; belsőleg: 1., 23., 25., 74., 97., 109., 113., 144., 120., 161., 166., 168., 172., 173., 174., 194., 215., továbbá kendermag, sóska, dió, őszibarack és vértisztítók.



**146. Rüh.** (*Scabies.*) Félórás gőzfürdő, utána negyedórás kádfürdő, a rühös helynek homokszappannal való jó dörzsölésével és azután kenjék még egyszer szappannal s tegyék a beteget egy órás száraz göngyölésbe; ezt az eljárást folytassák 5 napig s a végén adjanak neki

A perubalzsammal való bekenés is ajánlatos.

**Kneipp-kúra.** Vegyen a beteg 34 fokos fürdőt, dörzsöljék be ezalatt az egész testét szappanajával, hagyja rajta egy negyedóraig, azután mossa le. Fertőzésre vigyázzunk. Orvosságokat lásd a sömörnél.

**147. Pikkelyes sömör.** (*Psoriasis vulg.*) Háromnegyedes vagy teljes begöngyölés, utána fürdővel és teljes lemosással, vagy dörzsöléssel és Kneipp-féle leöntésekkel. Teljes gőzfürdők, légs és napfényfürdők, törzsfürdők, hetenkint 3—4 ágygőzfürdő vagy gőzfürdő és teljes begöngyölés, vagy pedig csak izgató teljes begöngyölés s valamenyi után 18 fokos teljes dörzsölés, vagy 25 fokos fürdő. Éjjelre izgató törzs- és lábszárgöngyölés, vagy csupán hasborogatás. Reggel teljes dörzsölés. Erősítő, megújítókúra. Fejgöngyölések, utánuk hűvös fejfürösztés, éjjelre fejjöngyölés. Kneipp szerint szénavirág főzetébe már-



tott ing hetenkint kétszer és naponta két leöntés.

Igen jók a rühnél ajánlott szappanos fürdők és a kátrányolajjal való bekenés, amely utóbbi félórás meleg fürdő kövesse. Egyebeket lásd a sömörnél.

A *viszketősömör* kezelése ugyanez.

**148. Hólyagos sömör.** (*Ekzema bullosum. Herpes.*) Gőzfürdők és utánuk teljes begöngyölések és fürdők. Vagy pedig izgató vagy megnyugtató teljes begöngyölések 2—3 órán át, azután 18 fokos lemosás vagy fürdő. Nyáron 18—20 fokos folyófürdők. Enyhébb gőz- vagy forróleghőfürdők, utánuk 25 fokos kádfürdővel, ugyanilyen leöntéssel.

Egyebeket lásd a sömör alatt.

**149. Szakállsömör.** Heveny eseteknél szappanaljaborogtatások (vízzel kásává hígított szappan) éjjelre s reggel lemosás. Később gőzölés.

Idült eseteknél hetenkint 2—3 gőzfürdő, utána háromnegyedes begöngyölés, majd 24 fokos kádfürdő. A beteg helyre agyag- vagy túróborogatások és jó nedves kompresszek.

Kneipp szerint hetenkint 3 teljes lemosás, esetleg 1 fejtörlés 20 percig s azonkívül teljes lemosás, felsőleöntés, hátleöntés, félfürdő, hátleöntés, teljes fürdő. (Mindennap



másik.) Négy hét múlva a fejfőzölést abba hagyjuk s hetenkint csak két félfürdőt és egy teljes fürdőt adunk.

Orvosságok mosogatásra: 64., borogatásra: 64., 204., bevenni: 64., 137.

**150. Bőrfarkas.** (*Lupus.*) Az alapbántalom kezelendő. Tömörített napsugarakkal való kezelés. Kneipp szerint 1. nap: reggel félfürdő, délután felsőtestle mosás, 2. nap: teljes leöntés, 3. nap: teljes lemosás, 4. nap: félfürdő és felsőtestle mosás, 5. nap: teljes lemosás, 6. nap: teljes leöntés. Gyöngébbeknél 1. nap: teljes lemosás, 3. nap: félfürdő, 5. nap: teljes lemosás, 7. nap: félfürdő. Tíz nap múlva estére szénavirágos ing, 5 nap múlva ismét.

Növényi táplálék. Schroth-kúra. Erősítő kúra.

Orvosságok: belsőleg, egyenkint, minden nap másik: 1., 204., 166., 158., 98., 64., 68. Külsőleg, borogatásnak, keverve: 1., 64., 71., 204.

**151. Ótvar.** Huszonhét fokos fürdő, naponta kétszer dörzsöléssel és 2 fokkal hidegebb leöntéssel egyidejűleg. (Szív- és tüdőbetegeket ne hidegebb vízzel!) Éjjelre hasborogatás. Hetenkint 1—2 gőzfürdő. Viszketésnél hűsítő borogatások, néha gyöngé



olajjal való kenés. Friss vízivás. Zabnyák, almapép. Fűszerek kerülendők.

**152. Üszök, fene.** (*Anthrax.*) Mérsékelt, tápláló, ingertelen koszt; szeszes italok kerülendők. Teljes elkülönítés. A beteg helyre izgató vagy megnyugtató borogatások, 18 fokos lemosások. Erősebb betegnek gőzfürdők vagy ágygőzfürdők, utánuk fürdők a beteg hely öntözgetésével. Esetleg 27 fokos fürdők szintén öntözgetésekkel, azután 22 fokos borogatások az ágyban 1—2 órára. A beteg helyet lehet gőzölni is, hűvös lemosás után. Egyebeket lásd a sebeknél. Tömörített napsugarakkal való kezelés (Bucsányi dr.).

**153. Pokolvar.** (*Karbunkulus.*) Jó széles hat-tízszeresen összehajtott 20 fokos borogatások gyapjúszövettel jól letakarva. Ha a fájdalom fokozódik, akkor tegyünk a daganatra új borogatást, vagy pedig 26 fokos megnyugtató borogatást, esetleg gőzkompresszt. Vagy pedig tegyenek a daganatra hideg vízbe mártott s kissé kifacsart vékony borogatást s ezt gyakran változtassák, a daganat alá és fölé (tehát csak éppen a daganatra ne) alkalmazazzanak izgató begöngyölést, 2—3 órára.

Ha a daganat fölfakadt, akkor meleg kenődőkkel óvatosan kell kinyomkodni és többször kifecskendezni.



Láz esetén 18 fokos háromnegyedes begöngyölés, a daganatra külön kompressz, másfél órán át, azután 25 fokos fürdő, vagy 18 fokos ledörzsölés. Igen jó a karbunkulus környékének gyakori langyos fürdetése és leöntése, naponta ágygőzfürdő, külön kompressz a daganatra, utána ennek mosogatása vagy öntözése, vagy pedig teljes gőzfürdő s utána teljes izgató begöngyölés, külön kompressz a daganatra, majd fürdő és leöntés. Egyebekben lásd a fekély és kelevény kezelését.

Kneipp szerint minden másodnap spanyolköpeny, azonkívül egyik nap félfürdő, másikon teljes lemosás. Borogatás foenum Graecum pépjével. Egyebeket lásd az üszök (fene) kezelésénél.

Óvószerek: szappanos fürdő,<sup>3</sup> napfürdő, forró légfürdő, bőrápolás, gyümölcskúra. Vértisztítók és 25., 100., 148., 208., 212., 215.

**154. Kelevény.** (*Furunkulus*.) Mielőbb fogjanak a gyulladás helyének erélyes gyúrásához s rakjanak rá borogatásokat négy-tizenkétszeresen összehajtott durva vászonból, 16—18° vízbe mártva és gyapjuszövettel betakarva. Ezt a borogatást úgy 2—2 óránként fölváltva rakosgassák a kelevényre, amíg csak föl nem fakad. Azután tegyenek rá 20 fokos



izgató borogatást, alkalmazzanak naponta egy 18 fokos teljes ledörzsölést, esetleg gyakori langyos fürdőket s öntözgessék a beteg helyet. A kelevényt magát gyakran ki kell fecskendezni. Mérgesebb és nehezen érő kelevényre tegyenek gyakran gőzkompresszeket, alkalmazzanak izgató begöngyölést és ágygőzfürdőt, aztán teljes dörzsölést. Egyebeket lásd az előbbi két bajnál.

**155. Bőrrepedezés.** Mindenekelőtt az okok megszüntetésére törekedjünk. Igen jó továbbá a bőrt bezsírozni, friss tábla- vagy mandulaolajjal bekenni, begöngyöléseket gőzfürdőket, izzató eljárásokat, hideg teljes fürdőket alkalmazni. A bekenés után félóra múlva a bőrt búza-, vagy rozsliszttel szárítsuk meg. Az újabb bekenés előtt azután mossuk meg a bőrt szappannal és szárítsuk meg.

A kirepedezett kezeket göngyöljük be éjjelre 18—20 fokos vízbe mártott és mérsékelten kifacsart törülközőbe, ami fölé gyapotkendőt csavarjunk, reggel pedig fürösszük meg 18 fokos vízben és persze szárítsuk meg kellőképen.

Ha ajkunk kirepedezik, akkor tartsuk a szánkát csukva s az orrunkon vegyünk lélekzetet. Az ajkat be lehet kenni táblaolajjal, szőlőzsírral, faggyúval, tejföllel, bazsalikom-



porral vegyített zsírral, vagy kannamosó (*equisetum arvense*) főzetével. Kneipp szerint nedves meleg szénavirágos göngyölés félóraig és naponta kétszer hidegvízbenmártás (fürösztés) 3 percig.

**156. Pörsenés (bőratka zsírtüszeg).** (*Akne vulg. Szemölcs. Verruca.*) 18<sup>o</sup> lemosások, vagy hideg lemosás és azután törülközés nélkül vissza az ágyba. Hetenkint egy-kétszer 25<sup>o</sup> fürdő, egyszer izgató teljes begöngyölés, vagy ágygőzfürdőt. Homokba mártott nedves szivaccsal való dörzsölés is jó, az említett vízálmázásokkal kapcsolatban.

Kneipp-kúra. Rövid pólya, félfürdő, teljes lemosás, ülőfürdő, mindegyik kétszer hetenkint.

Arcon támadt pörsenések ellen: arckenés mákolajjal, azután meggyúrt búzakorpával, utána lemosás, esetleg gőzölés. Szappan helyett malátavíz (a serfőző malátaforrázata) ajánlatosabb.

Zsíros szappannal való mosások. Esetleg vibrációs kezegetés, vagy gyúrás. Néha hámlasztás. Vértelenségnél az étvágytalanság elleni szerek, azonkívül: 1., 144., 166.

*Kiütések* ellen Kneipp szamócaevést, hetenkint 2 spanyolköpenyt, 2 éjjelre rövid pólyát,



2 teljes lemosást, 2 félfürdőt, 2 combleöntést ajánl.

**Szemölcs.** Bőrápolás, egyszerű koszt, a szemölcsnek fél- vagy egyórás naponkinti fürdetése, éjjelre izgató borogatása. A fürösztés előtt jó a gőzölés s utána a dörzsölés. Le lehet etetni továbbá a szemölcsöt hagymával vagy krómmal, el lehet kenni (félvágva) fülzsírral s felpörkölni villamos árammal.

**157. Érbedugulás és gyulladás.** (*Embolia.*) Mozgás, szűk ruhák mellőzése, a sok ülés kerülése, könnyű koszt, 21<sup>o</sup> megnyugtató gyakori borogatások a beteg helyre. Esetleg lázkezelés, erősítő vagy megújítókúra. Ürömtea.

**Kneipp-kúra.** Naponta rövid pólya és nedves harisnyák éjjelre. Azonkívül: 1. nap teljes lemosás, 2. nap lábgőzölés és combleöntés, 3. nap félfürdő.

Egyebeket lásd az ércsomóknál.

**158. Sérv.** (*Hernia.*) Az altesti sérvet dörzsöljük körül napjában többször mintegy 5 percig, azután kenegessük, gyúrjuk erősen a hasat és végeztessünk tornai törzs- és lábgyakorlatokat a beteggel. Vegyen továbbá napjában 1—2-szer 20—24 fokos ülőfürdőt 5—10 percig, fecskendezzék a sérvét és gyúrják



az altestét. A sérvkötő alatt viseljen egy kis nedves kompresszt.

A sérvet legjobb mielőbb visszahelyeztetni, ami néha 18—22<sup>o</sup> beöntések által is elérhető.

A kizárt sérv sokszor nagy veszedelmezt hozhat (ileus, miserere). Ilyen esetekben a hasra 24<sup>o</sup> borogatásokat kell tenni és a sérvet szakembernek sürgősen visszatolni. Köhögéstől, tüsszentéstől, nevetéstől óvi kell a beteg. Teljes lemosások, 17<sup>o</sup> beöntések.

Kneipp szerint az altest gyakori lemosása hideg vízzel és ecettel. Hetenkint 2 ülő- és félfürdő. Tölgyfakéregtea borogatásnak és bevenni. A bélelzáródás kezelése ugyanaz, mint a kizárt sérvé.

**159. Sipoly.** (*Fistula.*) Gyakori öblítések, izgató, esetleg megnyugtató borogatások, egész vagy háromnegyedes begöngyölések, az alapbántalom kezelése.

Végbélsipolynál 15—20 perces ülőgőzfürdő, utána 24<sup>o</sup> ülőfürdőt ugyanaddig. Egyebekben lásd a fekélyek és sócsúsz kezelését. Műtét sokszor el nem kerülhető.

Kneipp szerint combleöntések felsőtestle mosások és felsőleöntések, változtatva. Végbélsipolynál hetenkint 2—3 meleg equisetum és szénapolyva-ülőfürdő, egy-kétszer spanyol-



köpeny, vagy haspólya, equisetum és tölgyfakéreg-forrázatból beöntések.

Orvosságok: 16., 64., 137., 78., 98., 148., 92.

## Száj- és fogbajok.

**160. Szájhurut, szájpenész, szájrothadás, szájsüly.** Ágygőzfürdők, vagy gőzfürdők teljes begöngyöléssel és fürdővel. Izgató 20 fokos nyakborogatás, gyakran változtatva. 18—20<sup>o</sup> szájöblítés és gargarizálás. Éjjelre izgató 18<sup>o</sup> nyaks-, törzs- és lábikragöngyölések, reggel 20<sup>o</sup> teljes dörzsölés. 25—27<sup>o</sup> fürdők.

Orvosságok (bevenni, gargarizálni és gőzölni valók): 64., 71., 114., 125., 166., 211., 137., 123., 207., 211., 215.

**161. Nyelési nehézségek.** Gargarizálás langyos vízzel, izgató vagy megnyugtató nyakborogatások, 20 fokos izgató mellborogatások, izgató nyakszirtborogatások úgy 2 órán át, azután 18<sup>o</sup> teljes dörzsölés. Meleg lábak hűvös dörzsölése. Nyakkenetetés erősen lefelé a tarkón, hátcsapkodás és kopogtatás.

Kneipp szerint forralt mézes vízzel, vagy timsós vízzel való gargarizálás. Egyebeket lásd az előbbi pontnál.

**162. Nyelvlob.** (*Glossitis.*) 16<sup>o</sup> megnyugtató nyakborogatások, melyek a szájig föl-



érjenek, langyos gargarizálás, levezetőkúra. Idült eseteknél — az alapbántalom kezelése mellett — naponta teljes dörzsölés és hetente 4 ágygőzfürdő, külön kompresszellel a nyakra.

Orvosságokat lásd a 160. pontnál. Dohányzás eltiltandó.

**163. Gégehurut.** (*Laryngitis*.) Izgató teljes vagy háromnegyedes begöngyölés vagy ágygőzfürdő és 25° fürdő. Hűvös hát- és nyakleöntések, hátveregetések. Izgató nyakborogatások, 1—2 óránként változtatva. Vagy pedig forró nyakborogatások, utánuk nedves dörzsöléssel, 18° gégeleöntés, éjjelre nedves harisnya. Izgató lábszárgöngyölések, 23° gargarizálások. Nyakkenetetés. Törzsbegöngyölések vállborogatással kapcsolatban. Levezetőkúra.

A beteg az orrán vegyen lélegzetet. Poros, füstös levegő, sok beszéd, ének, dohányzás, alkohol, szénsavas vizek kerülendők. Erősítőkúra. Köhögés csillapítandó. Orvosságok a 160. pontnál.

**164. Gégerák. Gégesorvadás.** A baj kezdetén a megújítókúra segíthet. 16 fokos gargarizálások citromos vízzel. A begöngyöléseknél a nyakra kompressz. Izgató nyakborogatások. Levezetőkúra.



A gégesorvadás kezelését lásd a tüdővészknél.

**165. Gégevizenyő.** (*Oedema laryngis.*) 2—3 gőzfürdő hetenkint, külön kompresszellel a nyakra, azután fürdő gégeleöntéssel, a karok és lábszárak erős dörzsölésével. Izgató, vagy megnyugtató nyakborogatások, izgató haspólya, lábszárgöngyölés, gyöngge gégekenegetés, erős mell-, hát- és nyakszirtkenegetés. Fulladozásnál szakadatlanul gőzkompresszeket kell a mellre és nyakszirtre tenni s a mellet, hátat, nyakszirtet erősen kenegetni. Egyebeket lásd a fekélyeknél.

**166. Fogfájás.** Lábgőzölés, utána hűvös dörzsölés (más által). Este szintén lábgőzölés (fél vagy egy óráig) és arc- és fülgőzölés, azután az arcot lemossuk hideg vízzel és megtöröljük. A gőzölés után a lábakat szintén hideg vízzel kell megdörzsölni, azután begöngyölni, az arcot pedig gyapjúkendővel bekötni. (A lábgőzfürdő forró fürdővel helyettesíthető, ez azonban csak egy negyed óráig tartson.) Sokszor nyakborogatások, zuhany, 18° dörzsölések, nyakkenegetések, gőzkompresszek, villanyozás stb. is jót tesznek.

Fogfélélyeknél a szájat öblögetni kell és levezető eljárást, 18—24 fokos ülőfürdőket



alkalmazni 15—20 percig. Csúzos fogfájásnál a levezetőkúra, izzasztás, izgató begöngyölések (kivált a lábszárakra), fürdők, fejleöntések, szájöblítések, ülőfürdők segítenek. Ideges fogfájásnál jók a fokozatosan 14—8 fokra hűtött lábfürdők 2—3 perig. — Fogzási fájdalomnál 17 fokos borogatások ajánlatosak. — Foggyökérhártyagyulladásnál (amikor a fog megnyomása fájdalmat okoz) vegyen a beteg a szájába langyos vizet, azután mindig melegebbet. Azonkívül tegyen az arcára vastag, nedves kompresszt s ezt és az egész fejét burkolja be.

Meghűléstől eredő fogfájásoknál fejfőzőlés, másnap reggel teljes lemosás. (Kneipp.)

Odvas fogaknál fejmosás, teljes lemosás, öblögetés foenum Graecum és herba urticae főzetével.

Vértódulásnál naponta rövid hideg pólya, reggel teljes lemosás.

Egyéb fajta fogfájásnál víztaposás 3 percig naponta kétszer és egyszer felsőleöntés és mezítlábjárás.

Külsőleg: krotonolajjal való bedörzsölés a fülek mögött.

Egészségtelen inyt timsós vízzel tisztítsunk.

Fogkelevénynél a beteg arcot naponta kétszer erősen kell hideg vízzel öntözni. Erősebb-



bek vegyenek naponta egy leöntést, nyáron egy teljes fürdőt is, télen pedig teljes leöntést, hátleöntést, combleöntést, félfürdőt (mindennap másikat) duzzadt fejnél meg fejszőzölést is. Gyöngébbeknek elég hetenkint 4 teljes lemosás és 2 félfürdő, váltakozva. Éjjelre nedvös harisnya.

Fogínygyulladásnál (stomatitis, ginguitis) a fogkövet el kell távolítani, az odvas fogakat betömni, a kiálló gyökereket kihúzni.

Öblítőszerék: 137., 144., 120., 42., 114., 64., 48., 7., 124., 152., 45., 66., 85., 118., 204., catechu, fahéj, papsajt és majorána.

A szájüszök (noma) kezelése részint a fentiek, részint az üszöknél előadottak szerint történik.

## Fülbajok.

**167. Fülgulladás. (Otitis.)** Gyakran változtatott 17 fokos borogatások, gyapjútakaróval jól beborítva, a fültájék gyakori mosogatása, vagy füröztetése 19 fokos vízzel. Éjjelre izgató lábszárgöngyölés, hasborogatás, reggel 18 fokos dörzsölés. Levezetőkúra. 18 fokos fülfecskendezés. (A fülfecskendőt gyöngén, óvatosan kell nyomni.)

Dobhártyagyulladásnál a fület naponta háromszor 25 fokos vízzel teleöntjük néhány



percre. Az orrba is jó 20 fokos vizet fölszívni s a szájat 18 fokos vízzel naponta többször kiöblíteni. Láz esetén 24 fokos fürdő erős dörzsölésekkel. Nyakkenetetés. Vattát nem jó a fülbe tenni, hanem vászontekerccsel kell a genyet kitisztítani 16 fokos nyakborogatások egész a fülekig, 2 óránként változtatva. Hetenkint egy gőzfürdő (vagy ágygőzfürdő), utána begöngyölés, majd fürdő. Éjjelre törzsbegöngyölés (»skótborogatás«). Néha fejgöngyölés, gőzkompresszek. Lázcsökkentés. Fájdalomcsillapítás.

Orvosságok (bevenni) 64., 92., 123., 1., 42., 115., 118. Folyásoknál a fül kimosására: 42., 210. mandulaolaj, kamillaolaj. Párolásra (szakgatásnál) 42., 114., 64.

Kneipp szerint fejgöngyölés, hetenkint 2 ülőfürdő, 2 félfürdő, 2 teljes lemosás, 2 éjjelre rövid pólya.

**168. Fülzúgás.** Megerőltetés és izgalom kerülendő. Sok séta, mezítlábjárás. Naponta háromszor 24 fokos fülfecskendezés, 18 fokos szájöblítés és 22 fokos víznek fölszívása az orrba. Este lábgőzfürdő 30 percig és lábdörzsölés. Éjjelre izgató lábszárgöngyölés, hasborogatás, reggel 18 fokos megdörzsölés. Erősítőkúra. Neurasthenia, anaemia kezelendő. Levezetőkenetetés. A barnás színű fül-



zsírtömeget meleg édesmandulaolajjal lehet feloldani, melyet egész éjjelre a fülben kell hagyni, tiszta gyapottal bedugaszolván a fület; reggel azután meleg vízzel kell a fület kiöblögetni, vagy kifecskendezni és gyapottal kitörölni. A fülgőzölés is sok piszkot kihoz néha. De ilyenkor jó azután a fület hűlés ellen néhány napig bedugni vattával. A többit lásd az előbbi pontnál.

## Szembajok.

**169. Szembetegségek általában.** Naponta teljes dörzsölés, vagy fürdő. Levezető, erősítő, esetleg megújítókúra. Szemfürösztetések langyos, vagy hűvös vízzel. Hűvös tarkólemosások. Szakszerű szemkenetetés. Ecsetelés, etetés, pepecselés, becsepegtetés csak az idegeket izgatják, de nem gyógyítanak.

Orvosságok: 1., 67., 70., 158., 42., 93., 211., és petrezselyem. Cukor és mézkenőcs. A fültő bedörzsölése krotonolajjal.

**170. Szemgyulladás, szemhurut.** Csecsemőknél szemmosogatás 20<sup>o</sup> vízzel, továbbá 19<sup>o</sup> többszörösen összehajtott borogatások, gyakran változtatva. Hasborogatás (vékony, puha vászonból) és lábszárgöngyölés. Beöntések. Felnőtteknél 15 – 30 perces lábgőzfürdő, utána



18<sup>o</sup> lábszárdörzsölés. Éjjelre 18<sup>o</sup> lábszárgöngyölés és izgató hasborogatás. Azonkívül göngén mosogatni kell a szemet és óatosan fecskendezni. A fejre pedig 19<sup>o</sup> borogatásokat rakjanak, gyakran változtatva. Azonkívül izgató nyak- és tarkóborogatások. Néha 20<sup>o</sup> kissé izgató borogatásokat is rakhatnak a szemre. Naponta teljes dörzsölés, erősebb gyulladásnál izgató teljes vagy háromnegyedes begöngyölés, vagy ágygőzfürdő, vagy lábgőzfürdő. Láznál 26<sup>o</sup> kádfürdő. A nyak-, tarkó- és válltájék kenetése, azután a halántéké lefelé. Erősítőkúra. Rendes székelés.

Kneipp szerint rendszeren fejfőzölés, utána fejleöntés, később lábgőzölés vagy meleg lábfürdő, éjjelre tehéntúróborogatás.

Orvosságok: 6., 7., 67., 70., 97., 197., 211. és kendermag, birsalmalevél, petrezselyem.

**171. Szemgennyedzés.** 22<sup>o</sup> izgató teljes begöngyölés úgy másfélórára (tüdő- és szívbetegeknek rövidebben!) s azután 26<sup>o</sup> fürdő. Vagy pedig feles vagy háromnegyedes, vagy ágygőzfürdő. Toroköblítés óránként 18<sup>o</sup> vízzel. Orrfecskendezés kétóránként 22<sup>o</sup> vízzel. Izgató 22<sup>o</sup> hasborogatások 3—4 órán át és 18<sup>o</sup> nyakborogatások. Szemmosogatások kétóránként 23<sup>o</sup> vízbe mártott gyolccsal vagy pedig fecskendezés és 23<sup>o</sup> borogatások.



Csecsemőknek láz esetén 6 perces  $27^{\circ}$  fürdő, azután fölszárítás és  $24^{\circ}$  hasborogatás az ágyban. Makacs láznál ez az eljárás megismétlendő.

Felnőtteknek teljes vagy háromnegyedes begöngyölés és  $24^{\circ}$  türdő, éjjelre jó nedves hasborogatás. Egyebeket lásd a szemgyulladásnál.

*Görvélykóros szembajok.* Kneipp szerint hetenkint 3 teljes fürdő ( $24^{\circ}$ ), később hideg lemosások, félfürdők. Gyermekeket fölkeléskor hideg (eleinte langyos) vízbe kell mártani és hetenkint kétszer szénapolyva forrázatába mártott inget adni reá  $1\frac{1}{2}$  órára. Négy hét múlva hetenkint 3 bemártás és 1 szénavirágos ing.

Szemvíznek 1., 67. bevenni (forróság ellen), ezek és 6.

*Szemgyöngeségnél* 70., 209., 6., 137. és kenődermag.

**172. Hályogok.** Kneipp szerint térd- és combleöntések, víztaposások. Erősebbeknek hetenkint 3 felsőleöntés, 3 gyors felsőleöntés, 3 félfürdő, naponta 2—3 szemfürdő üröm és aloë főzetével. Jó még hetenkint 3 fejleöntés, 1—2 teljes leöntés, 3 rövid pólya, 2 nyakgöngyölés.

Zöld- és szürkehályognál s idült fekete hályognál műtét szükséges.



**173. Szürkületi vakság.** Erősítőkúra, izgató begöngyölések, jó nedves hasborogatások, reggel 16<sup>o</sup> dörzsölés, napközben 20<sup>o</sup> szemmosogatások és a szemkörnyéknek 15<sup>o</sup> lemosásai. A lemosások után gondos felszáritás. Léghuzamtól óvakodjunk! Lehet még változtatva hűsítő és gyöngén izgató borogatásokat is rakni a szemre.

### Altesti bajok.

**174. Aranyér.** (*Haemorrhoida.*) A rendes székelésre gond fordítandó. Ingertelen koszt, sok gyümölcssevés, gyümölcsleívás, nyákos táplálékok, sok mozgás, esetleg kerti munka. Dörzsölgesse a beteg az altestét napjában nehányszor úgy 5 percig a pusztá kezével. Ha fájdalmai vannak, adjanak neki 18 fokos hasborogatást s ugyanilyen lábszárgöngyölést és reggel ugyanilyen ledörzsölést. Igen jó egy 5—10 perces székgőzfürdő, utána 5 perces 22 fokos törzsfürdővel. Hideg lábakat gőzölni kell.

Ha az aranyeres csomók kibujtak, alkalmazunk 8—10 perces, 22—24 fokos ülőfürdőt. Erősítő vagy megújítókúra is alkalmas, valamint a napfürdők, gyógytornáztat és szakszerű kenegetés is.



Ha az aranyeres csomók igen kidudorodnak, rögtön hideg ülőfürdő s utána alsóborítás. Üljön a beteg naponkint egy negyed-óráig hideg vízbe mártott és nyolcszorosan összehajtott lepedőn.

Orvosságok: 120., 123., 137., 144., 168., 207., 28., 153., eperfafevél és lenfű (*linaria*) és a hashajtók.

*Jegyzet.* A kitolult aranyeres csomót tisztára mosott, beolajozott ujjal kell visszanyomni. Viszketésnél langyos citromos vízzel, vagy *salvia*-főzettel, vagy *hamamelis*-kenőccsel, vagy kakaóvajjal kenjék be a végbélnyílást.

**175. Végbéllob.** (*Proktitis.*) Hűvös lemosások, borogatások, 21 fokos beöntések, 20—22 ülőfürdők hűvös fejborogatásokkal s a lábak melegítésével 10—30 percig, azután feküdjék le a beteg. Esetleg lázkezelés. Idegen testek a végbélből megfelelő eljárással eltávolítandók.

Kneipp szerint alsópólyák, ülőfürdők, nyákos táplálék, tej.

**176. Végbélkiesés.** (*Prolapsus ani.*) A farra hűvös kompresszek, gyakran változtatva s minden változtatáskor gyöngye zuhany a farra, esetleg öntözőkannából. Olyan ételeket ad-



janak a betegnek, amiktől nincs gyakori székelés.

Idült eseteknél a kicsúszó végbelet olajos vagy nedes vászonnal, vagy szivaccsal kell visszatolni. Éjjelre 20 fokos has- és keresztborogatás. Naponta háromszor 15 fokos öntés a keresztcsontra, kétszer 20 fokos ülőfürdő 5 percig, háromszor 15 fokos alövet (30 gr.), 20 fokos ülőfürdők öt-tíz percig.

A végbél visszatolásának módját lásd az aranyéرنél. Tölgyfakéreg és szénavirágforrázatából ülőfürdők és beöntések.

Belsőleg: 17., 211. borba főzve.

Idültebb eseteknél műtét.

**177. Végbélnyílás és végbélkörnyék lobja.** (*Periproktitis.*) Kenjék be a nyílást mákolajjal, mossák ki minden órában 15 fokos vízbe mártott vászondarabbal, adjanak a betegnek 18 fokos beöntéseket, naponta két 20—22 fokos ülőfürdőt 15—20 percig s ugyanily tartamú lábgőzölést, 20 fokos hűsítő borogatásokat, hasborogatásokat, lábszárgöngyöléseket, 19 fokos dörzsöléseket.

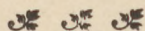
A meleg borogatás, esetleg a tályog feltárása igen fontos, különben fistula lehet belőle.



**178. Végbélszűkület.** (*Stricture recti.*)

Izgató helyi keresztborogatások, langyos lemosások, 22 fokos ülőfürdők, beöntések, folyékony táplálék, bőséges vízivás, a végbél kenetése (esetleg beolajozott ujjal). Szükség esetén műtét.

Altesti bajoknál orvosságok: 42., 209; görcsöknél 119., 120., 162.



ten  
szű  
bet  
be  
fün  
Ez  
azu  
bo  
Gy  
bo  
zés  
sít  
A  
Szi  
bet  
Izg  
ko  
C  
28.  
R  
het  
leö  
I  
gat  
s



## Vegyesek.

**179. Vérköpés, vérhányás, véromlás.** (*Haematemesis, haemoptoe.*) Beszéd, felindulás, poros levegő, szűk ruházat kerülendő, mellőzendő. Ne feküdjék a beteg, hanem úgy félig inkább üljön. A lábakra izgató begöngyölés, vagy melegítő palackok. Láb- és kézgőzfürdő, jó nedves 20° mell- és 15° tarkóborogatások. Ezeket addig kell folytatni, míg a vérzés el nem áll, azután pedig 21° ülőfürdők 15—20 pecig 15° tarkóborogatásokkal, azután fölszáritás, száraz dörzsölés. Gyomorvérzésnél, vagy más belső vérzésnél hűvös borogatások az illető helyre; ájulásnál az arc fecskendezése hideg vízzel. Frissvízivás, hűsítő táplálkozás, erősítőkúra.

A kezelés többi módját lásd a gyomorfekélynél. Szükség esetén alulról való táplálás. Ha enni bír a beteg, tejfélét kell neki adni. Alkoholt nem szabad. Izgalmak távoltartandók. Rendes székelésről gondoskodni kell. A köhögés csillapítandó.

Orvosságok: 210., 64., 120., 172. (ez a négy ecettel) 28., 90., 145., 155., 180., 189., 207., 217. és som.

Kneipp szerint a mellet hideg vízzel kell lemosni, hetenkint 2 rövid göngyölést, később felső és térdleöntést alkalmazni.

**180. Izületrándulás és gyulladás.** Hideg borogatások, miket gyakran kell változtatni, súlyosabb



természetű sérüléseknél pedig sokáig folytatni. Jó a megrándult testrészt öntözgetni, vagy vízbe tartani, esetleg kenegetni.

Gyulladásnál Kneipp szerint agyag-, vagy tehéntúrósborogatást kell a beteg helyre tenni, merevség esetén pedig forró szénavirágborításokat s utánuk hideg leöntéseket alkalmazni. Izomgyulladásnál (arthritis) teljes nyugalom, hosszas langyos és sós fürdők. A beteg tag magasabbra fektetendő és melegen tartandó. Könnyű diéta, alkohol kerülendő, székrekedés megszüntetendő. Alapbántalom kezelendő. Egyebeket lásd a köszvénynél.

### **181. Oldalnyilalás, oldalszúrás. Tagfájdalom.**

18—20<sup>o</sup> megnyugtató borogatások, kenegetések. Csipősfájásnál fehér bab.

Fájdalom ellen Kneipp szerint szénavirágos ingnaponta 1—1½ órára, ha izzadni szokott. Láz ellen teljes lemosás, hetenkint 3 felső- és térdleöntés. Makacsabb bajnál hetenkint 2 háromnegyedes göngyölés zabszalmaforrázatba mártott lepedővel 1½—2 órára. Háromszor reggeli testlemosás ecetes vízzel aztán vissza az ágyba. Kétszer zabszalmaforrázatba mártott ing 1½ óráig. Négy hét múlva csak egyszer ez az ing, hat hét múlva pedig csak 2 félfürdő.

Orvosságok: 168., 98., 123., 166., 1., 92., 143.

Elernyedtt, fáradt tagoknak erősítőfürdő, lásd a 44. lapon.

**182. Ficamodás. (Luxatio.)** Fődolog az, hogy a kificamodott tagot egy gyakorlott sebész mihamarabb helyretegye, mert az idült ficam kezelése rendkívül nehéz feladat. A helyretétel után később kenegetni, mozgatni kell a kificamodott tagot. Előbb azonban meg-



nyugtató hideg borogatást kell rátenni az orvos megérkezéskéig. Kneipp a kámforszeszes bedörzsölést is ajánlja.

**183. Rekeszizomgyulladás.** Megnyugtató borogatások. Törzsbegöngyölések. Izgató teljes begöngyölések. Gőzkompresszek. Ágygőzfürdők. Kenetetés, rezgetés. Az alapbántalom kezelendő. Egyebeket lásd 180. pontnál.

**184. Hátfájás.** Aranyértől eredő hátfájásnál nyugodt fekvés. Általában pedig tízperces gőzfürdő, utána hideg hátleöntés, vagy pedig ágygőzfürdő és utána 18° dörzsölés, a hát kenetése és kopogtatása. Igen jó reggel is egy 18° dörzsölés és utána 22° háromnegyedes begöngyölés (alul a lábszárak szabadon hagyandók). Amint ez a begöngyölés átmelegedett, dupla nedves lepedőt vegyünk a második begöngyöléshez. Meleg és forró borogatások és fürdők is jók.

**185. Keresztcsontfájás.** Ágygőzfürdő, a keresztcsonthoz tett külön kompresszel, utána 20° teljes dörzsölés és kopogtatókenetetés, dörzsölés, gyúrás majd a beteg részre hűvös és gőzkompresszek fölváltva. Mosogassák a keresztcsontot, csípőt, lágyékot 29° egyharmadrészben ecettel kevert vízzel.

Keresztízi fájdalmaknál láb- és félgőzfürdők, utánuk 25° fürdők, esetleg 23° ülőfürdők, ágygőzfürdők, vagy teljes gőzfürdők, utánuk fürdő vagy zuhany.

Belsőleg: arnica-tea.

Kneipp szerint főddolog az alsóborítás, gyöngéknél langyos ecetes göngyölés, ezt azonban 10 percenként kell változtatni. Utána esetleg egy jó hátleöntés.

**186. Fültőmirigylob.** (*Mumps, parolitis, purulenta.*) Ágygőzfürdő megnyugtató nyakborogatással, azután nyak- és hátkenetetés, valamint 18° erős dörzsölés,



lábszárgöngyölés 2—3 órára, utána megint dörzsölés. Láz esetén 18<sup>o</sup> háromnegyedes megnyugtató begöngyölés, utána szintén dörzsölés.

Egyebeket lásd a mirigydaganatnál.

**187. Takonykór.** Egyórás ágygőzfürdő vagy száraz begöngyölés, utána erős 18<sup>o</sup> teljes dörzsölés, vagy pedig teljes gőzfürdő teljes begöngyöléssel és fürdővel. A beteg részek 23<sup>o</sup> mosogatása. Esetleg lázkezelés. Növényi koszt. A mérgezést tüstént ki kell szívni és orvost hívni.

**188. Trichinosis.** Teljes ágygőzfürdő, jó nedves lepedővel, azután 18<sup>o</sup> teljes dörzsölés, vagy pedig 25<sup>o</sup> fürdő leöntéssel. Az egész test kenegetése. Hasborogatások. Szigorúan ingertelen koszt. Beöntések.

**189. Undor,** ha emésztési zavarokból származik, akkor teljes dörzsöléssel vagy fürdővel és friss levegő élvezésével gyógyítható. Kneipp lemosást, félfürdőt ajánl s az undor jelentkezésekor bevenni.

Bevenni: absinth és gentiana főzete.

**190. Kopaszság. (Alopekia.)** Rendes életmód, természetszerű koszt, tisztaság, fejmosás 22<sup>o</sup> vízzel. Kneipp a csalánfőzetet és csalánspiritust is ajánlja. Naponta 18<sup>o</sup> dörzsölés, vagy 25<sup>o</sup> fürdő. Erősítőkúra. Izgató italok kerülése. — A szappannal való erélyes mosásokat is ajánlják. Az alapbántalom kezelendő. — Hajadonfőttjárás, nap- és légfürdők, fejmasszázs, fejmosás plantago és bardana gyökerének főzetével. A vöröshagyma kiperéselt levét már az ókorban használták.

**191. Lábizzadás.** Bőrápolás. Hetenkint 4—7 25<sup>o</sup> fürdő, vagy 20—22<sup>o</sup> teljes dörzsölés. Szappanos lemosások. Mezítlábjárás. 14<sup>o</sup> lemosások, utánuk erős



száraz dörzsölés. 26—12° fürdők, utánuk persze ki-  
melegítő mozgás. Ágygőzfürdők, utánuk teljes be-  
göngyölés és 25° fürdő. Este 24° füröszítés, reggel 14°  
dörzsölés. Este lábgőzölés 20° lemosással. Éjjelre nedves  
harisnya. Bélelt és gummicipők, gyapjúharisnyák elve-  
tendők. Viseljük csalánharisnyát.

Fürdetéshez: 148., 64., 204.

**192. Tyúkszem.** (*Clavus*.) 32° szappanos lábfürdő  
félóráig, esetleg többször ismételve. Kneipp azt ajánlja,  
hogy mártsunk vászonharisnyát szénavirág forrázatába,  
húzzuk föl melegen és göngyöljük be jól a lábat néhány  
óra. Lábgőzölés és zabszalma-fürdők ugyanilyen hatá-  
súak. Zelenyák a droserát és tüzesliliomot mondja jó-  
nak. Ne hordjunk szűk cipőt!

**193. Lábbadozás.** Két hétig 3—5 izgató teljes vagy  
háromnegyedes begöngyölés, vagy ágygőzfürdők, vagy  
törzs- és lábszárgöngyölések, éjjelre hasborogatások.  
Ingertelen, könnyű, tápláló koszt. Kneipp ajánlja az  
epret tejjel és az asperulát; zabot, vagy árpát hat-  
nyolcszor annyi vízben főzve és mézzel keverve;  
korpafőzetet és 1 evőkanálnyi hársfaszenet. Ibolya-  
levél főzete is ajánlatos.

**194. Gyermekbajok, rosszullétek.** Ügyeljenek a  
lábak melegentartására. Jó az egész testet 20° vízzel  
végigdörzsölni, azután szárazra dörzsölni. E dörzsölés  
helyett 25° fürdőt is lehet adni a betegnek, a lábak  
és lábszárak erős dörzsölése és az esetleg forró fejnek  
hűtőgetése mellett. A fürdő után száraz begöngyölés  
és betakarni a gyermeket tollas dunnával. A kigöngyölés  
az izzadás jelentkezése után történjék, s ekkor 20°  
vízzel kell a gyermeket megmosni és dörzsölni, vagy  
pedig 25° fürdőt adni neki. Láz esetén éjjeli hasboro-



gátás, ágygőzfürdő, háromnegyedes begöngyölés, teljes megmosás, vagy lábszárbegöngyölés, esetleg kéz- és lábgőzfürdő, az egész test kenegetése (kivált a karoké és lábaké, számárhurutnál a nyakszirté).

Nem jó a gyermeket sokáig pólyában tartani. Engedjék minél előbb szabadon mozogni, később pedig adjanak szandált a lábára, engedjék mezítláb járni s a harisnyát lehetőleg mellőzzék. (»Ne törődjenek a buta tömeg bámészkodásával« — mondja Bilz.)

**195. Mérgezések.** Hánytatók. Ha már a méreg a bélbe hatolt, langyos beöntések. Gőzfürdő, 22° teljes izgató begöngyölés, kiizzadásig ismételve. Utána 25° fürdő. Izzató hasborogatások. Teljes erős dörzsölés, kivált a gyomor táján. Ellenméreg mielőbbi alkalmazása végett, tüstént küldjünk orvosért.

Általános szerek: 12., 42., 148., 193.

**196. Villámcsapás.** A villámütöttet szabadítsák meg a szorító ruháktól, itassanak vele friss vizet és dörzsöljék erősen a homlokát, halántékát, mellét, hátát 15° vízzel. Ha pedig magához tér, adjanak neki 23° fürdőt, egyúttal dörzsöljék erősen egész testét, öntözzék a hátát és nyakszirtjét 18° vízzel, azután törüljék meg az egész testét és dörzsöljék szárazon. Négy-öt óra múlva ismételjék meg ezt az eljárást, míg csak a beteg egészen jobban nem lesz. Adjanak neki 22° nagy beöntést, a székelés után pedig 15° kis beöntést. Villám-sujtottakat jó néha a földbe beásni. Súlyosabb esetekben mesterséges légzés, villanyozás alkalmazandó.

**197. Vízbefúlás.** Lehetőleg a szabadban kell a szerencsétlenül jártat lefektetni. Tisztítsák meg orrát, száját az iszaptól, szabadítsák föl a szorító ruházattól, fektessék hasra, hogy a víz kifolyjon belőle, azután



dörzsöljék az arcát, mellét melegre. Hideg vízzel is fecskendezhetik. Rázogassák a testét, kíséreljék meg a mesterséges légzést, melyet néha órákon át kell folytatni. Csiklandozzák az orrát, nyeldeklőjét tollal stb. Ha aztán kezd lélekzeni, hagyják nyugodtan hanyatt feküdni, dörzsöljék a tagjait a szív irányában, melegítsék az egész testét, különösen a lábait. Jó a vízbefúttat egészen sóval beborítani, esetleg többször egymás után.

**198. A női betegségek gyógyítása.** Általában kerülendő a szeszes italok, dohányzás, úgyszintén redukálendő a kávé, tea, édességek, sütemények, húsfélék, húspástétomok és egyéb inyencségek élvezése. Ártalmas továbbá a forró étel, a sok ülés, az izgató olvasmányok és legfőképen a fűzőviselés, mely a nők 75%-ánál okozza a méhbajokat.

A mellbajok kivételével általában lehet alkalmazni a következő kúrát. Naponta 5—20 percig tartó 18—20° ülőfürdők, a hüvelynek és méhnek fecskendővel való kiöblítésével. Szintúgy naponként (hideg évszakban minden másnap) 18—20° teljes ledörzsölés, vagy egy 24—26° fürdő. A naponkinti székelésre gondosan kell ügyelni és ha elmaradna, beöntésekkel vagy hashajtókkal előmozdítani. Láz esetén a megfelelő lázkezelést kell alkalmazni. Gyöngeség eseteinél erősítőkúra használandó. Kedélybajoknál a búsulás okát kell elhárítani, sokat mozogni a szabad levegőn, tisztességes társaságokban szórakozni és kerülni minden beteges képzelődést és a megváltoztathatatlan dolgok fölött való töprengést.

Kneipp-kúra. Hetenkint 3 hideg ülőfürdő 1—2 percig; naponta teljes lemosás, fölkelés előtt. Nem túl



ságos vastag ruházat, mezítlábjárás, hüvelyöblítések naponta. Ehhez való szerek: 50., 64., 66., 97., 148., 166., 167., 178., 198., 199., 204., 208., 210., 223. Bevenni valók: 92., 123., 42., 204., 169., 40., 209., 78., 64.

**199. Méhferdülésnél** a méhgyűrű alkalmazása helyett (mely rendesen fájdalmas gyulladásokat okoz, de a bajt véglegesen nem hozza helyre), sokkal ajánlatosabb a *Thure-Brandt*-féle belső masszázs, amihez azonban szakavatott egyén kell. Sohse szabad ugyanis olyan erős kenést gyakorolni, hogy a beteg még jajgasson is a fájdalomtól.

Ha az anyaméh előre hajolt (*anteflexio*), akkor eleintén föl lehet a méhet állítani és pedig olyképen, hogy a masszázó beolajozott mutatóujját a hüvelybe tolja s így a hüvelyt fölállítja, a másik kezével pedig egyidejűleg gyöngén nyomkodni kezdi alulról fölfelé míg csak az egyenesre fölállított méh, a hasnak kenegetése folytán, kissé hátra nem dül. Kezelésképpen 36—40<sup>o</sup> irrigálások éjjelre. Sós ülőfürdők.

Ha hátrafelé görbült az anyaméh (*retroflexio*), akkor a húgycsőbe csapot kell állítani s néha a végbélbe is szivattyút kell alkalmazni, mert az anyaméh úgy a végbélre, mint a húgyhólyagra nyomást gyakorol s működésükd megbénítja. Kenegetéssel (*massage*) a hátrabillent méhet is föl lehet állítani.

Az oldalra billent anyaméh keresztfájásokat, gyulladásokat stb. okoz, tehát először ezeket szüntessük meg. Az elferdülés kezelése *Thure-Brandt* szerint a következő:

A) Keresztcsontkopogtatás. Ütögesse az ápoló a keresztcsont tájékát öklével kisebb-nagyobb erővel. Mindig az ellenkező oldalt kopogtassa, ha a méh



oldalra van ferdülve. A beteg ezalatt először támaszkodó helyzetben fekszik, hogy a vérkeringés a medence felé irányíttassék, majd pedig pihenő helyzetben, hogy a medence felszívóképessége és idegeinek ereje fokoztassék.

B) A beteg egy dívánra fekszik, a lábait fölhúzza, de együtt tartja, míg a térdeit jól szétnyitja. Az ápolóné a beteggel szemben, egyik térdével a beteg lábainál, másik térdével a dívánon helyezkedik el és csípőjével könnyedén a beteghez támaszkodva, tenyereit kétoldalt az alsótestre teszi és velük egyenlő nyomást gyakorolva, végighúzza tenyereit a csípőcsont mentén befelé és fölfelé, anélkül azonban, hogy a méhet lefelé, vagy hátrafelé nyomná!

C) A beteg a B) alatti helyzetben maradván, az ápolóné ujjainak hegyét a szeméremcsont vízszintes ágai fölött a kis medencébe nyomja és pedig a farizület hátsó oldalának irányában, azután megkísérli az anyaméhet megfogni és gyöngéd rázással ívalakban fölállítani és előrehozni. Ezt a mozgatóást az étkezés előtt egy órával kell fogatosítani s a húgyhólyagnak akkor üresnek kell lennie. Amint e rövid leírásból is kitetszik, ez az eljárás szakavatott ápolónét igényel.

Méhferdülésnél alváskor legjobb a magas farfekvés. Igen jó naponta egy teljes izgató begöngyölés, az alhasra külön kompresszekkel, továbbá 15° ülőfürdő 3—5 percig. Ha a lábak hidegek volnának, föl kell őket melegíteni. Éjjelre adjunk a betegnek jó nedves megnyugtató borogatásokat és izgató láb- és lábszár göngyöléseket. Néha az anyaméhet csak műszer segítségével lehet helyreigazítani.



**200. Az anyaméh lesülyedésénél** (*prolapsus uteri*) legcélszerűbb, ha a beteg mindjárt a baj kezdetén ágyban marad. Legegyszerűbben úgy lehet a méhet eredeti helyzetébe visszatenni, hogy egy befagyózott tiszta vászondarabbal a méhet óvatosan visszatoloztatjuk, mialatt a beteg medencéjét kissé föltámasztjuk. Tegyük ekkor továbbá a szeméremrészre váltakozva 18° hűsítő és 15° izgató borogatásokat. Vegyen a beteg naponta 10 percig 20—24° ülőfürdőt, vagy 10 percig 15—20° fürdőt és 4—6 langyos hüvelyöblítést. Igen jó a has és a medenceizmok kezegetése, változó ülőfürdők: 3 percig 30° vízzel és 1 percig 15° vízzel, továbbá combleöntések, 10—15° Kneipp-fürdők 5 másodpercig.

**201. Heveny anyaméhhurutnál** (*metritis acuta*) vegyen a beteg naponta kétszer 20—22° ülőfürdőt 10—20 percig s öblítse ki gyakran a hüvelyét 26° vízzel, azonkívül vegyen lábgőzölést, utána 20—22° lábfürdőt, majd pedig térdleöntést. Ha lázas a beteg, akkor az ülőfürdő helyett a lázkezelést alkalmazzuk s az ágyban rakjunk a beteg hasára megnyugtató borogatásokat (ezeket a fölmelegedés után változtatni kell) a lábszárra pedig izgató borogatásokat, néha pedig gőzkompresszeket. Az altestet gyakran kell mosogatni.

**202. Idült anyaméhhurutnál és anyaméhlobnál** reggelenkint 18° teljes ledörzsölés, délelőtt 15—20° ülőfürdő 5—10 percig. Hetenkint kétszer délután ágygőzfürdő 1 óráig, vagy félgőzölés 20—30 percig s utána fürdő. A hüvelyt gyakran kell 24° vízzel kiöblíteni s az altestet mosogatni. A félgőzfürdők a leghatásosabbak ennél a bajnál. A megnyugtató boroga-



tások is igen jók, továbbá 20—22° ülőfürdők is, 24° hüvelyöblítések és rövid, nedves begöngyölések.

Kneipp szerint úgy a heveny, mint az idült bajoknál hetenkint 2 térd- és combleöntés, 2 ülőfürdő, 2 félfürdő, háromszor pedig négyrétű borogatás ecetes vízzel. A közösüléstől tartózkodni kell.

**203. Anyaméhfekélynél** (*ulcus vulvae*) naponta 15—22° ülőfürdő 5—15 percig, gyakori hüvelyöblítés, gyöngye haskenegetés. Kneipp szerint hetenkint kétszer rövid pólya (vagyis a lábak és a nyak kihagyásával), kétszer ülőfürdő, kétszer combleöntés. A közösülés a baj megszűntéig kerülendő.

**204. Anyaméhráknál.** (*Carcinoma uteri.*) A közösüléstől néha éveken át tartózkodni kell. Ha a rákos képződmény már igen elterjedt, akkor csak műtéti beavatkozás segíthet. Eleintén azonban jó naponta egy 24—26° fürdő, 10—15 percig, a hüvely gyakori kiöblítésével kapcsolatban, továbbá hetenkint több teljes izgató begöngyölés (amennyiszer a beteg akarja), az altestre külön kompresszekkel, azután fürdő. Fődolog az, hogy a baj tüstént kezelés alá vétessék. Erősítődiéta.

**205. Mellrák.** A beteg helynek gyakori mosogatása 20° vízzel. Hetenkint háromszor-négyszer 26° fürdő és gőzkompresszek. Izgató ételek és italok szigorúan kerülendők. Erősítő, esetleg megújítókéúra. Szükség esetén műtét.

Kneipp-kúra: hetenkint egyszer spanyolköpeny,\*) egyszer rövid pólya, kétszer félfürdő. A fekélyre agyagkenőcs, az alábbi szerekkel. Egyebeket lásd a ráknál

---

\*) Lásd a csúznál.



**206. Anyaméhdaganatnál** (*Myoma uteri.*) szintén tartózkodni kell a közösülestől. Naponta 20—22 fokos ülőfürdők veendők 10—20 percig, éjjelre pedig a szeméremrészre hűsítő borogatások teendők. Vérzés alatt feküdni kell. Azonkívül naponta gyöngé haskenegetés alkalmazandó. Kneipp szerint hetenkint kétszer rövid pólya, kétszer ülőfürdő, kétszer hátleöntés, háromszor combleöntés. Ezt a kúrát néha éveken át kell folytatni. A habarcok eltávolítása műtéti úton történik; ez a műtét nem veszélyes.

**207. Anyaméhszalagok lobjánál** naponta 25<sup>o</sup> fürdő 2 percig. Egyébiránt, ha fájásokat érez a beteg, maradjon az ágyban és rakjon a hasára 22<sup>o</sup> megnyugtató borogatásokat, melyeket átmelegedés után mindig cserélni kell. Éjjelre pedig vagy lábszárgöngyölést, vagy pedig nedves harisnyákat használjon. A fájások megszűnése a gyulladás elmúltát jelenti, s akkor a Thure-Brandt-féle szakkeneket és megfelelő gyógytornáztatot lehet alkalmazni.

**208. Tartós anyaméhvérzésnél** az altestre ecetes, jéghideg vízbe mártott borogatásokat rakjunk (melyeket, mielőtt átmelegszenek, cserélni kell) 2 órán keresztül. Azután melegebb, majd forró kendőkkel, melegítőpaplanokkal folytassuk a kúrát s alkalmazzunk befecskendezéseket, mint alább, a 220. pont alatt. Az alfelet jól föl kell támasztani párnákkal. A lábakat pólyázzuk be, adjunk a betegnek lassú beöntéseket s esetleg kávé, bort, konyakot erősítőül. Később jó, ha a beteg hideg ülőfürdőt vesz, vagy félpercig (de legfőleg 3 percig), amibe a beteget igen óvatosan emeljék ki az ágyból. A jó kenet, gyúrás nagy hatással van a méhre és a vérzést is elállítja. Ha a havi-



tisztuláskor, vagy a szülés után fordul elő a tartós vérzés, akkor a betegnek főleg nyugalomra és erősítő-kúrára van szüksége. Szülés utáni vérzésnél feküdjék a beteg hanyatt s rakjanak a hasára folyton hűsítő borogatásokat, gőzöljék a kezeit és lábait, kenegessék a hasát, mint alább, a szülés alatt is elmondjuk, adjanak neki inni friss vizet s éjjelre nedves harisnyát a lábaira. (A mostani orvosi divat szerint ilyenkor ergotint adnak a betegnek, mely azonban mérges szer lévén, recept nélkül szerencsére nem kapható.)

**209. Nemi részek tartós vérzése.** Nagy vigyázattal 18<sup>o</sup> ülőfürdő, azután fektessék le hanyatt a beteget, a farát kissé támasszák föl, adjanak neki láb- és kézgőzfürdőt s az altestére gyakran, esetleg 5 percenként változtatott 12—14<sup>o</sup> borogatásokat.

Ha a visszamaradt vérváladékot az orvos eltávolította, vegyen a beteg 19<sup>o</sup> ülőfürdőt úgy egy negyedóraig, 24<sup>o</sup> hüvelyöblítést és 14<sup>o</sup> borogatásokat az altestre.

Orvosságok: 37., 123., 148., 204., 207., 217.

**210. Anyaméhvízkóránál** vegyen a beteg naponta 18—22<sup>o</sup> fürdőt 10—20<sup>o</sup> percig, rakasson izgató borogatásokat a méh tájára, ha azonban gyulladása lenne, akkor csak megnyugtató borogatásokat. Félgőzölések is sikerrel alkalmazhatók; súlyosabb esetekben a Schroth-kúra is segít.

**211. Sebes emlőbimbókra** hűvös, vagy hideg lemosások ajánlhatók. A szoptatást abban lehet hagyni, ha az emlők sebesek. Tegyenek továbbá az emlőkre 24—26 fokos vízbe mártott és kissé kifacsart golyócsokat s fedjék be ezeket könnyű gyapjúszövevvel. Ezt a borogatást legalább kétóránként újjal kell föl-



cserélni. Kneipp szerint az emlőt reggel és este hideg vízzel kell lemosni.

**212. Emlőgyulladásnál** (*Mastitis*) azonnal rakjanak  $15^{\circ}$  megnyugtató borogatásokat az emlőkre s ezeket gyakran cserélgessék; ha ez nem szünteti meg a gyulladást, akkor  $15-18^{\circ}$  izgató borogatást tegyünk az emlőkre  $1\frac{1}{2}-2$  órán át. A szoptatást nem kell abban hagyni. Tartós gyulladásnál és megkeményedésnél tegyünk gőzkompresszeket a mellre, azonkívül gőzöljük a mellet s vetessünk a beteggel félórás ágygőzfürdőt, amely után alkalmazzunk teljes, vagy háromnegyedes begöngyölést (ha a beteg kibírja) s azután vetessünk vele  $25^{\circ}$  fürdőt (amely alatt öntözzük a mellét), vagy pedig ez utóbbi fürdő helyett alkalmazzunk  $18^{\circ}$  teljes ledörzsölést. Ha az emlők megkeményedtek, rakjunk rájuk  $30-32^{\circ}$  borogatásokat. Kneipp szerint hetenkint két rövid pólya, két félfürdő, két ülőfürdő, éjjelre hasborogatás és nedves harisnyák alkalmazandók. Hashajtók. Tályog feltárandó. Gyulladt, dagadt melleket ne kenegessünk, hanem mossuk le  $22-24^{\circ}$  vízzel, azután gőzöljük, jobb azonban, ha a beteg gőzfürdőt vesz  $20-30$  percig; ha nem lehet, akkor rakjunk gőzkompresszeket a mellre, azután ismét mossuk le a mellet. Gyulladt mellből szoptatni nem szabad.

**213. Az emlőidegek zsábája.** (*Emlőneuralgia.*)  $25-26^{\circ}$  fürdőkkel, forró borogatásokkal, gőzfürdőkkel és gőzkompresszekkel kezelendő. A léghuzattól gondosan kell óvni a mellet.

**214. Emlőduzzadásnál** (ez az első tisztuláskor fordul elő) izgató hasborogatást, mellkompresszt, lábszárgöngyölést alkalmazzunk.



**215. Emlők lefogyásánál** erősítőkúra, tápláló ételek (tej, liszt, tojásételek), fürdők, ledörzsölések, friss levegő élvezete ajánlatos.

**216. Fehérfolyás.** Az altest naponta lemosandó. 23<sup>o</sup> hüvelykiöblítések. Hetenkint három-hatszor 5—15 percig 20<sup>o</sup> ülőfürdő a hüvely kiöblítésével. Éjjelre 18<sup>o</sup> hasborogatás keresztbegöngyöléssel, reggel 18<sup>o</sup> teljes dörzsölés, hetenkint háromszor. Hetenkint kétszer 22<sup>o</sup> ülőfürdő. Gyakori vízivás, napfény, villanyfényfürdők. Görcsös, fájdalmas havitisztulásnál meleg ülőfürdők, meleg, vagy forró kompresszek, lábgöngyölés. Közösüléstől tartózkodni kell. Kneipp szerint egy ülőfürdő, egy felsőtestle mosás, másnap pedig térd, vagy combleöntés.

A fehérfolyás tulajdonképen a méhnyálkahártyagyulladás (endometritis) megnyilvánulása. Heveny fehérfolyás ellen legjobb a nyugalom, hideg borogatások, hüvelyöblítések, később 28<sup>o</sup> sósülőfürdők, legfőlebb másnaponkint lefekvés előtt egy jó negyedóraig. Idült eseteknél a méhhurut kezelése alkalmazható. Sok járás, kávé, alkohol, ecetes, sós, fűszeres ételek, izgalmak kerülendők.

Orvosságok: 66., 100., 92., 123., 189., 184., 64., 140., 208. Az öblítoszereket lásd a 198. pontnál.

**217. Gyermekegyi méhgyulladás.** Negyedórás 26<sup>o</sup> fürdő, azután 20 nedves borogatások az altestre, negyedóránként változtatva. Fázas esetén a lábak melegítendő. 25<sup>o</sup> hüvelyöblítés. Esetleg lázkezelés. Vízivás. Néha jó háromnegyedes ágygöngyfürdő, külön kompresszel a hasra, utána 25<sup>o</sup> fürdő s ebben hüvelyöblítés. — Vagy pedig 15 perces félgöngyölés, azután a fürdő stb. Jó naponta egy-kétszer 23<sup>o</sup> ülőfürdő,



szintén kiöblítéssel, azután 20<sup>o</sup> vastag, nedves hasborogatás úgy 2 óráig.

**218. Anyaméh és hashártya megbetegedése.** Minél előbb 26<sup>o</sup> fürdő, utána száraz begöngyölés és vastag nedves hasborogatás. Átmelegedés után háromnegyed es ágygőzfürdő, külön kompresszekkel az altestre, azután 26<sup>o</sup> fürdő és hüvelykiöblítés. Naponta egy-két 23<sup>o</sup> ülőfürdő úgy egy negyed óráig. Fürdő helyett 29<sup>o</sup> borogatások is alkalmazhatók.

**219. Változó idő.** (*Klimakterium.*) Ez a 40-es években szokott bekövetkezni, amely időn túl megszűnik a fogamzási képesség és a havitisztulás lassankint elmarad. Ezt a változást többféle fájdalom szokta jelezni. Vegyen a nő ilyenkor hetenként kétszer 17<sup>o</sup> lemosást, kétszer 23<sup>o</sup> ülőfürdőt 2—3 percig, kétszer 19<sup>o</sup> ülőfürdőt 5 percig. Légfürdők, mezítlábjárás, friss levegő. Székrendezés igen fontos.

**220. Havitisztulás kimaradása.** (*Amenorrhoea.*) 26—17<sup>o</sup> ülőfürdők 14—15 percig (fokozatosan kell áttérni a hidegre és a hidegebb vizet rövidebb ideig használni). Fürdő után fölszáritás, száraz dörzsölés. Az altestre gőzkompresszek, megnyugtató és izgató borogatások fölváltva. Igen jó az ülőgőzfürdő, sós fürdő, hosszas meleg lábfürdők, 40<sup>o</sup> öblítések, Thure-Brandt-kenés és a naponkinti combleöntések. Erősítőkúra, jó táplálás, friss levegő.

*Síralmasan kómi kus dolog, midő n 12—16 koronás szereket olvasunk az ujságok hirdetési rovatában, hogy a hölgyek »kizárólag« azokat használják, mikor a havitisztulást előmozdító összes igazi szerek 2 koronáért beszerezhetők!!*

Orvosságok: 42., 107., 115., 118., 158., 211., 212.,



166., 123., 31., 219., 130. és feketebors, sáfrán, valamint a hashajtók.

**221. Nehéz havivérzés.** (*Dismenorrhoea.*) Szekrénygőzfürdő, utána nedves begöngyölés és fürdő. Gyulladásnál föl váltva hűsítő és izgató kompresszek az altestre. Lábfürdők, izgató láb- és lábszárgöngyölések, lábdörzsölések. Egyebekben lásd a havitisztulás kimaradásának kezelését. Méhelőrefordulásnál meleg öblítések. Hysteria, petefészekgyulladás, sárgaság külön kezelendő. Meleg hasborogatások. Ágynyugalom. Fűszer és alkohol kerülendő.

Orvosságok: 13., 42., 118., 120. és species amasirae. Gyöngye havivérzésnél ugyanezek használhatók. Lásd még az altesti görcsöket is.

**222. Túlságos havivérzés.** (*Menorrhagia.*) Az alapbántalom kezelendő. A vízálmalmazásokat lásd az előbbi két pontnál. Lásd a 219. pontot is! Ágynyugalom. Hüvelyöblítés 32<sup>o</sup> vízzel.

Orvosságok: 28., 123., 148., 207.

**223. Hüvelyleesés.** (*Prolapsus vaginae.*) Naponta egy-kétszer 21<sup>o</sup> ülőfürdő 15 percig. Hetenkint három-négyszer enyhe félgőzölés úgy félóraig, utána 24<sup>o</sup> fürdő, has- és hüvelykenetetés és lemosás hűvös vízzel. Változó ülőfürdő: 5 percig 28<sup>o</sup>, 1 percig 15<sup>o</sup> vízben három-háromszor. Vagy 5 percig 16<sup>o</sup>, félpercig 10<sup>o</sup> és félgőzölés, változtatva. Kenegetés. Méhgyűrű szükségtelen, káros és legtöbbször haszontalan. Lásd a 200. pontot is.

**224. Hüvelygörcs.** (*Vaginismus.*) Önfertőzéstől, túlsok közöszüléstől tartózkodni kell. Gőzkompresszek. Ülőgőzfürdők. 23—19 fokos ülőfürdők. Erősítőkúra. A hüvelytájék hűvös öntözése. Esetleg tágitás gyógy-



mechanikai alapon. A gyógyulásig tartózkodni kell a közösüléstől.

**225. Hüvelyhabarcok. Fügölyök.** (*Polypi, Condylomata.*) Az alapbántalom kezelendő. Gyakori langyos ülőfürdők és hüvelyöblítések. Hetenkint 3—4 teljes gőzfürdő, utána begöngyölés és fürdő, vagy pedig ágygőzfürdő és fürdő. Erősítő- vagy megújító-kúra. Fügölyöket rendszeren műteti úton lehet eltávolítani.

**226. Hüvelyhurut.** Nagy tisztaság, az altest naponta lemosása. Legtöbbször ez is elegendő. Esetleg naponta egy-kétszer 16<sup>o</sup> ülőfürdő 20 percig, reggel és este hüvelyöblítés. Nemi fertőzés esetén külön kezelés. Kneipp szerint hideg, rövid ülőfürdők, térdleöntések. Lásd a 201. és 202. pontokat is.

**227. Hysteria.** Erősítőkúra, 23<sup>o</sup> lemosások. Lég- és napfürdők, mezítlábjárás. Gyógytornászat. Mulatozások, izgalmak kerülése.

Kneipp-kúra: Víztaposás, hetenkint 2 félfürdő, 2 ülőfürdő, térdleöntés, 2 hasborogatás (éjjelre).

Fontos dolog, hogy a beteg bizalmát megnyerjük. Nem szabad őt gúnyolni, kinevetni. De azért szigorúan vigyük keresztül a gyógykezelést. Lehetőleg vegyük ki a beteget az előbbi környezetéből. Székrekedés, álmatlanság, nyugtalanságok megszüntetendők. Hizlalókúra. Operálni nem lehet ezt a bajt. Görcsös rohamokat nem tanácsos elnyomni, csak gyöngíteni.

Kenegetések a méhtájon, hidegvizes lepedőbe való csavarás által.

Orvosságok: 98., 12., 42., 121., 92., 40., 123., 20., 46., 35., 120., 209., 1., 162.

Kneipp-kúra. Nyolc napon át járjon a beteg 1—2



percig nedves köveken, de azután melegítse föl a lábát. Reggel mossák le a testét ecetes vízzel. Térdleöntés, felsőleöntés, víztaposás, alsótestle mosás (ecetes vízzel), szénapolyvás borítás a hasra, később az alsótestre. Minden nap másik vízalkalmazás.

**228. Hólyagbaj.** (*Kystitis.*) A kezelését lásd alább, a férfibajoknál. A hüvelygyulladás (*urethritis*) gyógyítása szintén így történik.

**229. Petefészeklob.** (*Oophoritis.*) Gyakori 21—32<sup>o</sup> fürdők 5—15 percig naponta egy-kétszer lábgőzöléssel és (esetleg forró) hüvelyöblítéssel. Gőzkompresszek, has- és petefészekkengetés. Éjjelre izgató hasborogatás, vagy törzsbegöngyölés, izgató lábszárgöngyöléssel.

*Kneipp-kúra:* Hetenkint 2 félfürdő, 2 ülőfürdő 10—10 percig, 2 térdleöntés, éjjelre megnyugtató, vastag hasborogatás ecetes vízzel úgy  $\frac{3}{4}$  óráig. Egyebet lásd a 201. és 202. pont alatt.

Bucsányi ajánlja a 166., 199., 207. és majorána főzetét is, végbélöntéseket és az altest gőzölését kamillával és szénaperjével.

**230. Petefészekdaganatok.** (*Tumores ovariales.*) Izgató hasborogatások és törzsgöngyölések naponta többször, gyakran változtatva, utánuk mindannyiszor 18<sup>o</sup> dörzsölés, azután száraz dörzsölés. Teljes, vagy háromnegyedes izgató begöngyölés naponta egyszer; vagy pedig ágygőzfürdő, gőzkompresszekkel a méh tájra. Vagy ismét félgőzölés, utána fürdővel és az altest öntözgetésével. Ülőfürdők a hüvely kiöblítésével. Óvatosan végzendő has- és petefészekkengetés. Megújítókúra bor nélkül. Lásd az újképletek kezelését is.



**231. Terhesség.** Növényi koszt, tej és tojásfélék, sok gyümölcs. Fűszerek, izgató italok kerülendők. Sok mozgás. Hetenkint 27<sup>o</sup> törzs, vagy kádfürdő és törzs göngyölés. Alsó és felsőtestle mosások változtatva. Fűzőviselés életveszélyes szülést okozhat. Tánc és ugrándo zás szintén veszélyes. Ne lépjen, hágjon nagyokat, karjaival ne nyúljon magasra. Vidám, derült kedvű legyen, ne mérgeskedjék, mert aztán a gyermeke is olyan lesz.

A magzat helytelen fekvésének elhárítása céljából ajánlatos az altestet naponta gyúrni s a méh tájon 5—10 percig kenegetni a csípőtől a köldök felé. Vegyen a terhes nő hetenkint két-háromszor fél vagy egyperces hideg ülőfürdőt. (»Kulturhölgyek«, akik a hideg vizet falusinak tartják, langyossal kezdjék.) Fürdést csak meleg testtel és főleg csakis meleg lábakkal vegyenek. Dörzsölje azután fürdés közben az altestét és combjait. Vegyen ezenkívül hetenkint egy-kétszer 20<sup>o</sup> kádfürdőt, 3—5 percig, valamint 1—2 törzs, háromnegyed, vagy teljes begöngyölést  $\frac{1}{2}$ —2 óráig lefekvés előtt.

**232. Méhenküli terhesség.** (*Graviditas extra-uterina.*) Nyugalom, hideg borogatások. Vértelenség kezelendő. Minél előbbi műtét. A legkritább esetben lehet műtét nélkül kezelni.

**233. Lebetegedés.** A vajudás jelentkezésekor kezdjék az altestet kenegetni tolókenésekkel, gyúrogatni, fölülről lefelé és hátrafelé. A szülés után friss levegőt engedjenek az anyára (a szobát 15<sup>o</sup>-on ne fűtsék túl), adjanak neki szigorúan ingertelen kosztot, italul friss vizet, esetleg citrom, vagy gyümölcslével, óvják meg az izgalmaktól és gondot fordítsanak a tiszta-



ságra. Tartós méhvézésnél 36<sup>o</sup> kiöblítésekkel kitűnő sikereket értek el.

**234. A szoptatás** a szülés után 8—10 óra mulva kezdhető. Hogy a tej jó legyen, az anyának tiszta levegőre és könnyen emészthető, tápláló ételekre van szüksége. A nyugalom is igen fontos, tehát megerőltető munkától is óvakodnia kell. Tehát nem okvetlen szükségesek a húsfélék, még kevésbé az ú. n. »táp«sörök. Bilz nagyszerű eredményeket sorol föl a búzadaraitalról.

Kezdetben minden órában, azután minden 2—3 órában lehet szoptatni. A csecsemőt pontos időközökben kell szoptatni, hogy rendhez szokják a gyomra. Minden szopás, vagy evés után adjanak neki 1—2 kanál tiszta vizet. A száját tartsák tisztán.

Azok a gyermekek vannak kitéve a legnagyobb halandóság veszélyének, akiket nem az édes anyjuk szoptat. S azok az anyák, akik nem szoptatnak, a szülés utóbajaiban gyakorta szenvednek, mert a szoptatás segíti elő a legjobban az anyaméh összehúzó-dását és elhárítja a vérnek a nemirészekben való meg-rekedését.

Gyöngé anyák adhatnak a gyermeknek háromszoros mennyiségű vízben hígított tehéntejet, később pedig, az elválasztás felé (ami a 7. hónapban történhetik), főzzenek 2 evőkanálnyi meghámozott zabot, félliter vízben s amikor ez a forró vízben szétpattan, ennek a pépjét vegyítsék ugyanannyi mennyiségű forralt tejjel. Ez a táplálék messze fölülmúl minden mesterséges csecsemőtápszert.

**235. Hiányos tejképződés.** Friss levegő, sok mozgás a szabadban, naponta fürdő, vagy lemosás, vagy



dörzsölés, ingertelen koszt (főleg erőleves, búzadara-leves), gyümölcssevés. Kevés hús. Erősítőkúra.

Kneipp-kúra: hetenkint 2 lemosás, 2 félfürdő.

**236. Tejborzongás.** Tejláz. Teljes vagy háromnegyedes begöngyölés, külön kompresszekkel az emlőkre, 20—60 percig, azután erős dörzsölés vagy fürdő, izgató láb- és lábszárgöngyölés és megnyugtató mellborogatás, melyet fölmelegedés után változtassanak. Ha a mell kemény, gőzölések alkalmazandók, valamint a melldaganatnál jelzett eljárás.

Kneipp-kúra: ha a láz emelkedik, teljes lemosás alkalmazandó. Rövid pólya naponta  $\frac{3}{4}$ —1 óráig. Éjjelre nedves harisnya.

**237. Tejrekedés.** A tej sohasem száll a fejbe. Ez mese. Ha a tej hirtelen pangani kezd (ami lázzal kezd jelentkezni), vegyen az anya naponta egy-kétszer 26° fürdőt az egész test erős dörzsölésével. Azután ágygőzfürdőt, vagy háromnegyedes begöngyölést, a lábak melegítésével. A fejre mindegyik eljárásnál hűsítő borogatásokat rakjanak, gyakran változtatva.

**238. Koraszülés.** Nyugalom. Vízszintes fekvés, 20° borogatások az altestre, úgy 3 óra múlva pedig 18° izgató borogatások néhány órára. A vérzés elállításaára forró borogatások a hasra s felváltva: jéghideg és 40° víznek óvatos befecskendezése a hüvelybe. Azután is feküdjék a beteg jó egy hétig s később is csak mérsékelt testmozgás engedhető meg.

**239. Meddőség. (Sterilitas.)** Az alapbántalom kezelendő (fehérfolyás, méhferdülés, sápkór, hisztéria, ideggyöngeség, önfertőzés). Ha túlságos nemi élvezet az ok, akkor legjobb egy álló esztendeig tartózkodni a közösüléstől s erősítőkúrát használni.



## Férfibetegségek.

**240. Syphilis.** (*Bujakór.*) A betegnek mindenekelőtt nem szabad húst ennie; a fűszeres ételek is kerülendők. Élvezzen minél több friss levegőt, aludjék nyitott ablaknál. Vegyen naponta 15—20 percen át gőzfürdőt, a fürdés után göngyöljék be egészen hideg vagy langyosvizes lepedőbe, azután gyapjúlepedőbe. Utólag vegyen még 25° fürdőt. Vegyen naponta két-háromszor egy negyedórás ülőfürdőt, éjjelre pedig hasborogatást. Ügyeljen arra, hogy naponta könnyű széke legyen. A genyes, gyulladásos testrészekre külön borogatásokat kell rakni, ezeket vászonnal begöngyölni és megerősíteni. A sebeket gyakran kell mosogatni s ha lehet, 20° fokos vízzel kifecskendezni. Hasznos a szabad vízben való fürdés is — már akiknek lehet —, vala mint a napfürdő is. Ha a baj már igen idült lenne, akkor is segít az ú. n. Schroth-féle szomjazó vagy megújítókúra, amelynek vezetéséhez azonban már egy természetorvos szükséges.

Hideg vízzel is lehet a bajt Kneipp módszere alapján kezelni. Ez a kezelés elsősorban 7 napon át ecetes vízzel való teljes lemosásból áll, a 4., 5., 6. napon a felsőtest lemosása és combleöntés, 7. napon félfürdő. Azután hetenkint 2 ülőfürdő, 3 felsőleöntés, 3 combleöntés, 3 félfürdő és hátleöntés felváltva.

A szájat tisztán kell tartani. Dohányzás, alkohol redukálendő.

Orvosságok: 1., 3., 7., 12., 23., 40., 50., 82., 85., 97., 98., 109., 124., 152., 161., 171., 173., 174., 175., 178., 189., 205., 215.

**241. Bujakóros fekély, sánkér.** Szigorúan ingertelen koszt követeltetik, tiszta víz ivása, nyugalom s



tisztaság. A fekélyt gyakran mosogassák  $24^{\circ}$  vízzel. Hetenkint 2—3 gőzfürdő vagy ágygőzfürdő, teljes begöngyöléssel. A fekélyes nemi részekre külön borogatás teendő. A kigöngyölés után  $25^{\circ}$  fürdő. Lehet a hímvesztőt  $20^{\circ}$  borogatással is körülcsavarni, amit, mielőtt fölmelegedett, változtatni kell. Föl is lehet kötni (suspensoriummal), hogy a borogatás le ne csússzék. Ajánlatos naponta egyszer  $25^{\circ}$  fürdő. Székrekedés ellen beöntések vagy hashajtók és friss levegő. Egyébként, ha a baj tovább harapózik, legtanácsosabb gyakorlott sebészhez fordulni. A Kneipp-kurát lásd a 240. pontnál.

**242. Hólyaghurut. (Kystitis.)** Teljesen ingertelen koszt, gyakori vízivás és teijvás, friss levegő,  $32-35^{\circ}$  hasborogatások négy-hatszorosan negyedóránként, vagy  $1\frac{1}{4}-1\frac{1}{2}$  órai  $20^{\circ}$  borogatások 2—3 órai  $18^{\circ}$  lábikrábegöngyöléssel. Lehet  $18^{\circ}$  törzsbegöngyöléseket is alkalmazni. Altesti lemosások  $18^{\circ}$  vízzel 5—10 percig. Naponta egyszer  $22-18^{\circ}$  dörzsölés és 1—2 ülőfürdő, 10—15 percig  $24-28^{\circ}$  vízben. Esetleg naponta egyszer  $1\frac{1}{2}$  órán át  $22^{\circ}$  izgató (zárt) begöngyölés, utána  $26^{\circ}$  fürdővel, vagy pedig 20—25 perces gőzfürdő, utána nedves fél- vagy háromnegyedes begöngyölés, azután  $26^{\circ}$  fürdő, vagy  $18^{\circ}$  zuhany. Ha vizeletrekedés vagy hólyagkő (kankó, daganat, prostata-túltengés) is van, akkor ez megint külön kezelendő. Ajánlatos a babhüvelytea is. Hólyagfekélynél hetenkint háromszor az altest gőzölése. Utána teljes lemosás, vagy a felsőtest lemosása félfürdővel. Erősebb egyének vehetnek rövid teljes hideg fürdőt ( $15-12-10-8^{\circ}$ ). Azon napokon, melyeken a gőzfürdő elmarad, vegyen a beteg  $22^{\circ}$  ülőfürdőt 5—10 percig, később  $20^{\circ}$  s így tovább.



A következő Kneipp-kúra alkalmazható syphilis, bujafekély, sánkér, kankó eseténél. Hetenkint kétszer hideg göngyölés, háromszor felsőleöntés, 3 combleöntés, 2 ülőfürdő, 7 teljes lemosás. A sok gőzölés nem jó. Ha fázékony a beteg, akkor a hideg begöngyölések helyett hetenkint kétszer meleg szénavirágos ing (ilyen inget bárhol be lehet szerezni, aztán szénavirág főzetével a betegre adni).

Ha a fájdalmas vizelés hólyaghuruttal van kapcsolatban, akkor altestgőzölések, utánuk ülőfürdő, hetenkint 4 felsőleöntés, 2 hátleöntés és 2 félfürdő is alkalmazandó a 2 szénavirágos ingen kívül. Ha a beteg erőteljes, akkor mindezekon kívül teljes leöntések is alkalmazhatók, olykor hideg begöngyöléssel. Kneipp-kúra. Hetenkint 3 altestgőzölés, utána teljes lemosás, vagy felsőtestle mosás és félfürdő. Erősebbeknek hideg teljes fürdő.

A félfürdő helyett ülőfürdő is jó, mind a kettő 15—10°, a beteg ereje szerint. Ezenkívül hetenkint háromszor 22—12° fürdő 10—1 percig. Jó még hetenkint 2 meleg szénavirágos ing, 4 felsőleöntés, 2 térdleöntés, 2 hátleöntés. Erősebbeknek 3 hátleöntés. Hideg göngyölés, víztaposás, mezítlábjárás.

Heveny hurutnál ágynyugalom. Kávé, tea, szénsavas és alkoholos italok, fűszerek kerülendők. Növényi táplálkozás, tojásfélék, befőtt. Székrendezés.

Orvosságok : 64., 110., 144., 25., 66., 171., 208., 212., 107., 40., 207., 148., 166., 168., 140., 149. és babhüvely-, majorána-, fenyőtea, Wühlhuber II. tea.

Idültebb bajoknál s fájdalmasabb heveny bajoknál hólyagöblítést alkalmazunk, a következő szerekkel: 7., 42., 114., 201., 88.



**243. Húgyhólyaggörcs.** (*Kystospasmus.*) 25 perces gőzkompresszek roham idején a hólyagra, azután 24° ülőfürdő 20 percig s egyúttal az altest gyúrása. Vagy pedig naponta két-három ülőfürdő 27—32 fokig fokozva, 15—20 percig, azután rövid, hűvös ülőfürdő, erős dörzsöléssel. Naponta izgató teljes vagy háromnegyedes begöngyölés, vagy ágygőzfürdő, utána fürdővel, vagy ismét 20—30 perces félgőzfürdő, vagy forró légfürdő egészen az izzadság jelentkezéseig. Néha erősítő vagy megújítókúra. Alapbántalom kezelendő. Lásd az altesti görcsöket is. Orvosságokat lásd az előbbi pontnál.

**244. Húgycsőgyulladás.** (*Urethritis.*) Teljesen ingertelen, fűszertelen koszt, sok vízivás, szeszes italok föltétlenül kerülendők, valamint a húsételek is. A betegnek friss levegő kell, a nemi szervek izgatásától óvni kell, vegyen naponta félgőzfürdőt (vagy félágygőzfürdőt), a nemi részekre tegyenek 18°, kissé nedves borogatást, azután vegyen 25° fürdőt. Vegyen továbbá naponta két-háromszor 20° ülőfürdőt 15—20 percig. Éjjelre hasborogatás, esetleg keresztborogatás, székredekés ellen beöntés vagy hashajtó. Ülőfürdő helyett törzsfürdő is alkalmazható, vagy pedig az ivarszervek fürdetése 22—24° vízzel, naponta háromszor-négyszer, 10—20 percig, utána esetleg 20° lemosás. A befecskendezésekhez 20° víz használandó. Vigyázni kell, hogy a fecskendő vége a nyákhártyát meg ne sértse. Lehet az ivarszervekre 18—20° megnyugtató borogatásokat is rakni. Esetleg suspensorium is használható.

Orvosságok: 67., 90., 114., 12., 98., 144., 213., 1.

**245. Magömlés.** (*Pollutio.*) Elsősorban is erősítő kúrát kell alkalmazni. A beteg fekvőhelye legyen



hűvös, lehetőleg ne puha, aludjék nyitott ablak mellett, reggel az ágyban ne lustálkodjék, napközben tornázzék, végezzen testi munkát, élvezzen friss levegőt. Naponta egy-kétszer 20° vízzel mossák le egészen a hátgerincet és keresztcsontot külön 15—18° vízzel. Ezeket a lemosásokat 24° fürdőben is eszközölhetik. Este keveset és korán egyék, lefekvés előtt próbáljon székelni és vizelni. A hanyattfekvést kerülje. 20—22° törzsfürdők és később 18° keresztcsontborogatások és lábikragöngyölések is alkalmazhatók. Ha a beteg hidegvérű, akkor a begöngyölés előtt vegyen 10 percig gőzfürdőt. Székrekedésnél beöntések alkalmazandók.

Kneipp szerint a hidegebb időszakban hetenkint 3 félfürdő és 6 felsőtestle mosás alkalmazandó felváltva. A főgond a felsőtest erősítésére fordítandó. Nyáron a félfürdővel kezdjük a kúrát, melyet mindennap alkalmazhatunk, olykor rövid teljes fürdővel egybekötve. Reggel pedig mindennap a felsőtest lemosása, vagy felsőleöntés, néha fejleöntés. A haj gyorsan megszárítandó.

A közösléstől tartózkodni kell. Neurasthenia kezeendő, prostatitis spermatokystitis szintén. Diéta, testedzés, alkohol kerülése, szűkös vacsora, szórakozás, rendes székelés, kevés szellemi munka, lefekvés előtt vizelés, esetleg székletétel is. A beteg ne feküdjék hanyatt. A prostata congestiója esetén ennek kenegetése. Esetleg a hátgerinc villanyozása. Napfürdő, gyümölcskúra.

Orvosságok: 64., 208., 79. és ákácvirág.

**246. Önfertőzés.** (*Masturbatio.*) Fűszertelen koszt; szeszes italok, húsételek kerülendők. A beteg egyék gyümölcsöt, igyék tejet. Fürödjék naponta kétszer



18—20° vízben, vagy vegyen 20 percig 18—20° ülőfürdőt. Neurasthenia külön kezelendő. Ajánlatos hetenkint 3 hideg félfürdő, naponként teljes hideg lemosás, Lassan, de következetesen jó a hideg vízhez szoktatni; először bokáig beleállítani, a másik héten a lábikráig s így tovább. A hideg víz a legbiztosabb megmentője ezeknek a szerencsétleneknek.

**247. Húgycsőtakár.** (Kankó.) (*Gonorrhoea*.) Naponta félgőzfürdő, vagy félágygőzfürdő, a lábak melegítésével, a nemi részekre jó nedves, 18° kompresszekkel, utánuk 25° fürdő. Továbbá naponta kétháromszor 20° ülőfürdő vagy törzsfürdő, 15—20 percig. Éjjelre hasborogatás, esetleg keresztborogatás. Jó továbbá a nemi szerveket naponta többször 25° vízzel mosogatni. A húgyhígulást vízivással kell előmozdítani. A húgycsőbe való fecskendezéshez 20° vizet kell venni. Időközönként 19° izgató vagy megnyugtató borogatások, gypjúszővettel beburkolva. Heregyulladásnál suspensorium.

A Kneipp-kúrát lásd a bujakórnál.

Ha igen korán érjük ezt a bajt, akkor az öblítések sikerre vezetnek. Idült bajoknál a betegnek csak a legkevesebbet szabad mozognia.

Orvosságok: 67., 90., 12., 1., 98., 144., 213., 64., 110., 25., 66., 171., 208., 212., 107., 40., 207., 148., 166., 168., 140., 149., Wühlhuber II. tea és a vizelet-hajtók.

A makköv (*spanyolgallér*, *paraphimosis*) kezelése szintén így történik, sokszor azonban a fekélykezelés is igénybevéteket, esetleg sebészi bemetszéssel.

**248. Dűlmirigybántalom.** (*Prostatitis*.) Gyöngén izgató, esetleg megnyugtató, vagy húsító helyi boro-



gatások, esetleg gőzkompresszek naponta egy-kétszer 10—15 percig. 24<sup>o</sup> ülőfürdők. Friss levegő, mérsékelt ingertelen koszt, rendes székelés. Gyógyszerek és egyéb kezelések az alapbántalom szerint. Hashajtók. Vizelet-hajtók. Erősítőkúra. Kenegetés. Heveny esetről ágy-nyugalom, idült esetről a sok ülés kerülése, de az erőltetett sok mozgása is.

**249. Nemi tehetetlenség.** (*Impotentia*.) Önfertőzés, szesz italok, fűszerek kerülendők. Közösülésben mértéket kell tartani, esetleg hosszabb ideig szünetet. Naponta teljes dörzsölés, kétszer 19<sup>o</sup> ülőfürdő egy negyedóraig. Kneipp-féle hátleöntések. Az altest gyakori mosása. Villamos kezelés. Erősítőkúra. Gyógytornáztat.

Ne tévesszük ezt a bajt össze a magtalansággal (*aspermatus*), mely néha gyógyíthatatlan, néha az alapbántalommal együtt megszűnik, néha pedig a kicsapongások időszakos okozata.

Impotenciánál az alapbántalmat kell kezelni. Neurasztheniánál idegerősítés; kicsapongások után hosszú abstinencia; testedzés, vízkúra, szórakozás hátgerinc villa-mozása, prostata-bajnál annak kenegetése. Gyümölcs-kúra, jó táplálkozás. Napfürdők.

**250. Bujakóros gégefekély és daganat.** Izgató, vagy megnyugtató nyakborogatások, izgató haspólya. Erősítő és levezető, esetleg megújítókúra. Gégerezgető kenegetés (nagy elővigyázattal!). Gőzfürdő, teljes begöngyölés, utána fürdő. Gargarizálásra (daganatnál) 18<sup>o</sup> citromos víz.

Egyebeket lásd a gégebajoknál.

**251. Ondóhólyaggyulladásnál** (*spermatokystitis*) a kankó kezelendő. Borogatások, kenegetések, esetleg



a tályog feltárása. Székrendezés. Megfelelő diéta. Heveny esetenél ágynyugalom. Villamozás.

*Heregyulladásnál* (orchitis) szintén figyelemmel kell lenni a bujakórra, vagy kankóra. Viseljen a beteg suspensoriumot. Heveny esetenél feküdjék, de vegyen legalább másnaponként gőzfürdőt (esetleg ágygőzfürdőt), külön kompresszel afájós helyre, s naponta 24<sup>0</sup> ülőfürdőket három-ötször. A genyedésre izgató, vagy megnyugtató borogatásokat kell rakni s ezeket gyakran változtatni.

*A mellékheregyulladás* (epididymitis) kezelése nagyjából ugyanilyen. A húgycsőgyulladást, hólyaggyulladást kell kezelni. Láz esetén ágynyugalom. A here alápárnázása. Fennjáróknak suspensorium. Tejes ételek. Könnyű diéta. Meleg sósfürdők. Iszapfürdők. Frickeflastrom, pióca, jégborogatás tilos. Villamozás. Székrendezés. 24—16<sup>0</sup> ülőfürdők.

**252. Véres vizelet.** (*Haematuria.*) Ha az ok a hólyagban rejlik, akkor a vérzéscsillapításnál megjelölt kezelést alkalmazzuk, mindenekelőtt 16—18<sup>0</sup> borogatásokat, esetleg hólyagöblítést is. Ha pedig a vese vérzik, akkor a vesebajoknál található utasítás szerint járjunk el.

Mind a két esetben gőzöljék az altestet naponta egy negyedóraig, azután vegyen a beteg 24<sup>0</sup> ülőfürdőt, valamint 15<sup>0</sup> és 30<sup>0</sup> változó lábfürdőt 1 és 3 percig, háromszor ismételve. Vagy pedig 10 perces lábgőzfürdőt s utána hideg térd-, vagy combleöntést. Éjjelre 18—20<sup>0</sup> izgató lábszárgöngyölés. Izgató italok szigorúan kerülendők. Erősítőkúra.

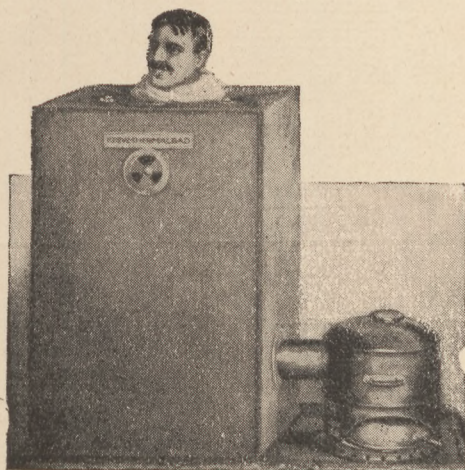
**253. Húgyhólyagkő** ellen belső orvosságok: 64., 128., 148., 156., 25., 80., 115., 136., 140. A kezelést lásd a vesekőnél.



# GŐZ- ÉS HŐLÉGFÜRDŐKURA, OTTHON.

Alkalmazandó a következő bajoknál:

Elhízás... --- --- 107. lap	✦	Ischias... --- --- 117. lap
Hurut --- --- 86. "	✦	Vesebajok... --- 48. "
Rheuma --- --- 76. "	✦	Cukor baj --- --- 109. "
Köszvény --- --- 77. "	✦	Női bajok... --- 198. "



A házi gőz- és hőlégfürdőkúrához egyetlen ismert  
készülék a

## „SANITAS”,

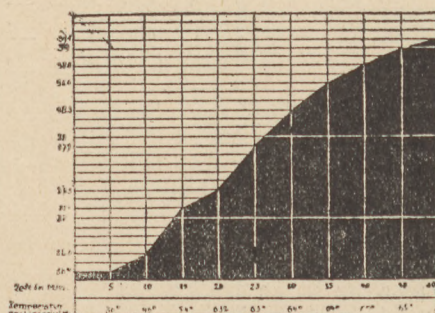
gyártja: FORSTNER ALADÁR

BUDAPEST, VII., Alsóerdősor 30. sz.,

aki ismertető könyvet ingyen küld. E készülék számos  
orvos és tanár tanúsága szerint csodákat művel a  
célirányos izzasztás terén.



Az itteni ábrák ezt a készüléket tüntetik fel. Az alábbi grafikon a test hőmérsékének az izzasztó készülékben való emelkedését mutatja, még pedig a függőleges oldalán levő számok a **hőfokokat**, a vízszintes vonalon levő számok pedig a **fürdő tartamát percekben** tüntetik fel.



## UTÓSZÓ.

Amint a Bevezetésben mondtuk, a természetnek magának van a leghatalmasabb gyógyító ereje, mely idővel a legtöbb bajt maga kigyógyítja, minden patikai pancs nélkül, ha a beteg a természet rendje szerint él és táplálkozik. Ebből láthatjuk, hogy a gyógyulást holmi patikaszernek tulajdonítani ép olyan nevetséges dolog, mint mikor a cirkuszban az erőművésznek szóló tapsokat a bohóc a magáénak tulajdonítja s ő is elkezd a közönség előtt hajlongani . . .



Azonban, minthogy a legtöbb baj onnan származik, hogy az emberek megsértik a természet törvényét s épen az ellenkező módon élnek és táplálkoznak, persze egészségük rovására; az így rendszeresen, huzamosabb időn át tönkretett szervezet helyreállítása, kijavítása hosszabb, többféle javallatból álló kúrát igényel.

Ámde épen itt történik a legtöbb hiba, mert egy már össze-vissza »kezelt« betegnél nem csekély dolog megállapítani a baj nevét, ha ezt a beteg már maga sem tudja. És mégis, fájdalom, látunk »szakembereket«, meg »specialistákat«, akik alig mustrálják azt a régi beteget 4—5 percig s már bemártják a tollukat és írnak 2—3 recipét, amik nélkül ugyan ép úgy megélt, vagy meghalt volna az a beteg, akár bevette volna őket, akár nem.

Ez az »alaposság« az oka annak, hogy egyre hallunk betegeket panaszkodni, hogy sem ez, sem az az úr nem tudta a baját eltalálni, hanem egészen más baj ellen kezelte.

Bizony, a diagnózis, a kórnak meghatározása, sokszor beható vizsgálatot, fáradságos munkát és tengernyi tapasztalatot igényel. Ezt az összes természetgyógyászati szakkönyvek tanítják. Mi is velük mondjuk tehát, hogy aki nem tudja a bajában kiismerni



magát, nem tudja a betegségét önmaga megállapítani, az forduljon egy gyakorlott természetorvoshoz. Ilyennek ismerjük mi Kovács doktor rendelőintézetét (Budapest, V., Vilmos-császár-út 18.), aki 26 év óta igen sok bonyodalmas bajnál találta el a helyes kezelést és közel ötezer beteget kezelt már a természetes gyógymód szerint. Kovács doktor ugyanis nem ír elő soha mérgeket a betegeknek, hanem kizárólag a természetes gyógymód szereivel gyógyítja őket. Nem gyártja en gross a recipéket, hanem sokszor napokat tölt el egy-egy betege kezelési tervezetének kidolgozásán. A köszönő levelek százai tanúságnak Kovács doktor módszerének alapossága mellett (férfiaktól, nőktől, papoktól, világiaktól, szegényektől, gazdagoktól) és a betegek rokonságuk körében egymásnak adják át Kovács doktor hírét, aki bátran szembe mert szállni sokaknak előítéletével és kimondotta, hogy ő csakis a természetes gyógymód alapján gyógyít!





## Fontos tudnivalók.

E helyen is ismételten hangsúlyozzuk, hogy bárkinek díjtalanul járunk kezére, ha valamit nem tud beszerezni, valamint szívesen szolgálunk magyarázattal, ha valamit nem ért meg a könyvből. Azt mindenki beláthatja, hogy egy 3 koronás műbe nem lehet az egész gyógyászatot beleszorítani s ezért, ha valami hiányt tapasztal, szíveskedjék kiadóhivatalunkhoz fordulni: *Budapest III., Nád=utca 1.*

A művünkben felsorolt orvosságokra nézve ismételve megjegyezzük, hogy ezeket a modern orvostudomány is használja, de tinkturákat készít belőle (amik sokkal drágábbak), míg a természetes gyógy mód főzetek alakjában alkalmazza őket, ahogyan sokkal hatásosabbak.

Egyúttal jelezzük, hogy két igen hasznos és felette érdekes művünk fog nemsokára megjelenni, melyet bizonyára minden olvasónk meg fog rendelni.

Az egyik: »*A sexuális bajok sociologiai, psychopathiai és theológiai szempontból.*«

A másik: »*Népszerű diagnózis, vagyis a betegség meghatározása az észlelhető tünetekből.*«

Mindegyik mű ára 1—1 korona lesz.

Kívánjuk minden olvasónknak, hogy e könyv által is mihamarabb visszaszerezze a legdrágábbat: az egészséget, ha pedig nem beteg, akkor minél kevesebbszer legyen szüksége a mi tanácsainkra!



# **GYÓGYNÖVÉNYEK**

**legjobb beszerzési forrása**

## **Neruda Nándor**

cs. és kir. udvari szállító

**gyógyárúnagykereskedő**

**Budapest, IV.,**

**Kossuth-Lajos-u. 10.**

**Villanyerőre berendezett  
vágó- és porítóművek.**

**Sürgőnycím : Naduren.**

**TELEFON: 6-07  
József 6-75**



## RÉSZLEGES GŐZÖLÉSEK.

Amint e könyvben több bajnak kezelésénél láthatja az olvasó, sokszor szükségeltetik csupán a karnak, lábnak, hasnak stb. gőzölése, anélkül, hogy a többi testrésznek gőzölése kívánatos lenne, sőt ez több esetben egyenesen káros és veszedelmes volna. Ilyen esetekben nélkülözhetetlen a **Reich dr.** módosításával készült

### **száraz forrólevegő-előállító készülékére,**

melyet húsz évi tanulmányozás után  
**Szikla D.** fővárosi műszerész  
(BUDAPEST, VIII., Rákóczi-út 19.)

hozott forgalomba. Ezen készülék szerkezete tökéletes, kiállítása tetszetős és igen kevés fűtőanyagot (borszeszt vagy légszeszt) igényel. Úgy a fővárosban, mint a vidéken sok gyógyintézetben van alkalmazva. Mindennemű ízületi bántalmaknál, ízületi merevségnél, omárititis-, gonorrhoea- és rheumából származó heveny és idült gyulladásoknál s a különféle daganatoknál kitűnően bevált. A felszívódást elősegíti, a fájdalmakat csillapítja. Nem rongálódik oly hamar, mint az idegen gyártmányok, nem repedezik, mindig tiszta marad s kettős aszbesztfallal lévén ellátva, 140° C. levegőt veszély nélkül képes fejleszteni.



# TARTALOM

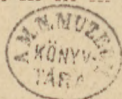
	Oldal
Bevezetés	2
Általános alkalmazások	11
Orvosságok	22
Gyümölcskúra	28
Schroth-kúra	31
Kenegetőkúra	35
Lázkezelés	37
Izzasztás	42
Beteggélevés	43
Villanyozókúra	44
Gyakrabban szükséges szerek	45
Szív- és edényrendszer betegségei: 1. Szívbj. 2. Mell- szorongás. 3. Szívuroklob. 4. Szívizomlob. 5. Szív- dobogás. 6. Ideges szív fájdalom. 7. Szívtágulás. 8. Ér- elmeszesedés. 9. Vértűtség. 10. Vérmesség. 11. Szédülés. 12. Orrvérzés. 13. Vivőérlob. 14. Vivőértágulás. 15. Ütő- értágulat. 16. Vérzékenység. 17. Gennyvérűtség. 18. Vér- telenség. 19. Sáp kór. 20. Görvélykór. 21. Süly	45
Gyomorbajok: 22. Gyomorhurut. 23. Gyomorfeke. 24. Hányás. 25. Gyomorgyöngeség. 26. Gyomorgör. 27. Gyomorégés, keményedés, daganat, felfűvódás. 28. Nikotinmérgezés	59
Bél- és hashártyabajok: 29. Bélhurut. 30. Hasmenés. 31. Bél- fekélyek. 32. Bélcsavarodás. 33. Bél-, hashártya-, máj- és vesegyulladás. 34. Székrekedés. 35. Szélszorulás. 36. Galámfereg, giliszta. 37. Vakbélgyulladás	65
Máj- és epebajok: 38. Általában. 39. Májelzsírosodás. 40. Máj- lob. 41. Májsorvadás. 42. Májsugorodás. 43. Májme- nagyobbodás, teltség, keményedés, daganat. 44. Epekő. 45. Epeláz. 46. Kólika. 47. Sárgaság	73
Vesebajok: 48. Veselob, medencelob, sorvadás, zsugorodás. 49. Vesorák. 50. Vértűtség. 51. Bright-kór. 52. Vándor- vese. 53. Vizeletrekedés. 54. Vesevérzés, véres vizelet. 55. Ágybavizelés. 56. Lépfene. 57. Lépgyulladás, daganat	79
Tüdő, hörgők, mellhártya: 60. Tüdőhurut. 61. Tüdőgyulladás. 62. Tüdőtágulás. 63. Mellgör. 64. Tüdővízenyő.	



	Oldal
65. Tüdőüszkösödés. 66. Mellhártyagyulladás. 67. Tüdőszűkület. 68. Tüdővérzés. 69. Tüdőgümőkór. 70. Sorvadás. 71. Nyirkmirígybajok. 72. Köhögés. 73. Számárhurut. 74. Nátha. 75. Rekedtség	86
Csúz, köszvény, izomgyulladás (76.)	101
Anyagserebajok : 77. Hájkór. 78. Cukorbetegség. 79. Hízalókúra	107
Vízkór: 80. Mellvízkór. 81. Hasvízkór. 82. Agyvízkór	111
Rák: 83. Gyomorrák. 84. Bélrák. 85. Ajakrák. 86. Mellrák	113
Csontbajok: 87. Csontdaganat. 88. Csontszú. 89. Csontlágulás	115
Idegbajok: 90. Angolkór. 91. Csípőfájás. 92. Fejfájások. 93. Idegfájdalom, gyöngeség, zsába, lob. 94. Agyrázkódás. 95. Gutaütés. 96. Gerincvelősorvadás. 97. Gerincvelőgyulladás. 98. Agyvelőgyulladás. 99. Izomgyöngeség. 100. Izommegeeröltetés. 101. Izomsorvadás. 102. Izületi lob. 103. Görcs, rángás. 104. Nyavalyatorés. 105. Merevgörcs. 106. Napszúrás. 107. Iszákossági önkívület. 108. Csuklás. 109. Írógörcs. 110. Álmatlanság. 111. Álomkórság. 112. Víziszony, vesztettség. 113. Ájulás. 114. Vitustánc. 115. Holdkórosság. 116. Basedow-kór. 117. Bús komorság. 118. Bénulás, hűdés	117
Ragályos betegségek: 119. Himlő. 120. Hasi hagymáz. 121. Küteges hagymáz. 122. Roncsoló toroklob. 123. Torokgyík. 124. Mandulalob. 125. Influenza. 126. Vérhas. 127. Váltóláz, mocsárláz, hideglelés. 128. Agyhártyalob, tarkómerevség. 129. Kolera. 130. Döghalál	141
Sebek, bőrbajok, daganatok: 131. Sebek kezelése. 132. Égett sebek. 133. Fekély, tályog. 134. Körömméreg. 135. Vérzés csillapítása. 136. Daganatok. 137. Tüsződaganat. 138. Rostos daganat. 139. Dagadt lábak. 140. Golyva. 141. Fagyás. 142. Habarcok. 143. Újképlet. 144. Orbánc. 145. Sömör. 146. Rüh. 147. Pikkelyes sömör. 148. Hólyagos sömör. 149. Szakálsömör. 150. Bőrfarkas. 151. Ötvar. 152. Üszök, fene. 153. Pokolvar. 154. Kelevény. 155. Bőrrepedezés. 156. Pörsenés. 157. Érbetegülés és gyulladás. 158. Sérv. 159. Sipoly	160
Száj- és fogbajok: 160. Szájhurut, penész, rothadás, süly. 161. Nyelési nehézségek. 162. Nyelvlob. 163. Gégehurut. 164. Gégerák, gégesorvadás. 165. Gégevizenyő. 166. Fogfájás	180
Fülbajok: 167. Fülgyulladás. 168. Fülzúgás	184
Szembajok: 169. Általában. 170. Szemgyulladás és hurut. 171. Szemgennyedés. 172. Hólyagok. 173. Szürkületi vakság	186



Altesti bajok: 174. Aranyér. 175. Végbéllob. 176. Végbélkiesés. 177. Végbélnyílás lobja. 178. Végbélszűkület	Oldal 189
Vegyesek: 179. Vérköpés, vérhányás, véromlás. 180. Ízület-rándulás és gyulladás. 181. Oldalnyilallás, szúrás, tagfájdalom. 182. Ficamodás. 183. Rekeszizomgyulladás. 184. Hátfájás. 185. Keresztcsontfájás. 186. Fültőmirigylob. 187. Takonykór. 188. Trichinosis. 189. Undor. 190. Kopaszság. 191. Lábizzadás. 192. Tyúkszem. 193. Lábbadozás. 194. Gyermeكبajok. 195. Mérgezesek. 196. Villámcsapás. 197. Vízbefülés	193
Női betegségek: 198. Általában. 199. Méhferdülés. 200. Méhsúlyedés. 201. Heveny anyaméhhurut. 202. Idült anyaméhfekély. 204. Anyaméhrák. 205. Mellrák. 206. Anyaméhdaganat. 207. Anyaméhszalagok lobja. 208. Tartós anyaméhvérzés. 209. Nemi részek tartós vérzése. 210. Anyaméhvízkór. 211. Sebes emlőbimbók. 212. Emlőgyulladás. 213. Emlőidegek zsábája. 214. Emlőduzzadás. 215. Emlők lefogyása. 216. Fehérfolyás. 217. Gyermeكبágyi méhgyulladás. 218. Anyaméh és hashártya megbetegedése. 219. Változó idő. 220. Havitisztulás kimaradása. 221. Nehéz havivérzés. 222. Túlságos havivérzés. 223. Hüvelyleesés. 224. Hüvelygörcs. 225. Hüvelyhabarcok. 226. Hüvelyhurut. 227. Hysteria. 228. Hólyagbaj. 229. Petefészeklob. 230. Petefészekdaganat. 231. Terhesség. 232. Méhenkívüli terhesség. 233. Lebetegedés. 234. Szoptatás. 235. Hiányos tejképződés. 236. Tejborzongás. 237. Tejrekedés. 238. Koraszülés. 239. Meddőség	199
Férfibetegségek: 240. Bújakór. 241. Sánkér. 242. Hólyaghurut. 243. Hólyaggörcs. 244. Húgycsőgyulladás. 245. Magömlés. 246. Önfertőzés. 247. Kankó. 248. Düllemirigybántalom. 249. Nemi tehetetlenség. 250. Bujakóros gégebaj. 251. Ondóhólyaggyulladás. 252. Véres vizelet. 253. Hólyagkö	215





# Peér Gyula, Budapest

cs. és kir. szab. kötszerész, műszerész

VIII. kerület, Baross-utca 21. szám.

II. sz. sebészeti klinika mellett.

Telefon 96—23.

Magyar szabadalom 39089.

Osztrák szabadalom 36144.

Ajánlom kitűnő minőségű testgyejesítő fűzőimet: scoliosis, kiphosis, spondilitis és lordosis ellen. Coxitis támgépek, nyújtó-, járó- és tehermentesítőgépek, műlábak, műkezek szakszerű készítését jótállás mellett vállalom. —

**Convex sérvkötők combszalag nélkül.**

Egyoldali 10, kétoldali 20 korona. Kérjen mértékábrát és ismertetést. — Az összes **gummiáruk** gyári áron.

**Gummiharisnyák** méret szerint. Kérjen mértékábrát és utasítást. — Szabadalmazott kompresz haskötők szülés előtt, szülés után. Műtét után meggátolja az esetleges sérvképződést. Köldöksérv, lógó hasra, vándorvese-, méh- és gyomorszusamlásra páratlan találmány, 16—20 kor. Különleges szabása teljesen pótolja a fűzőt, nagyon kényelmes, ára 20—30 korona. Felelősség mellett, mérték után készítem. Kérjen prospektust és mértékábrát. Az összes betegápolási cikkek, szülészeti felszerelések, villamos, gummi- és bádogthermophorok, villamos főző- és melegítőedények, meleg és hideg léghuzanyzók, szobaklozet, bide, mindenféle irrigátorok, beöntőkészülékek és óvszerek szaküzlete.

**Különlegesség:** alpesi vértisztító tea, kellemes ízű, gyermeknek, felnőttnek egyaránt hatásos, még a legmakacsabb székrekedésnél is, hol már minden orvosi rendelet meddőnek bizonyult. Biztos hatásáért felelek. Próba-küldemény utasítással 1 korona.

**Postaszétküldés mindennap.**



# KÖZÉRDEKŰ ÉS NÉPSZERŰ ORVOSI MŰVEK JEGYZÉKE.

Kaphatók Pfeifer Ferdinánd (Zeidler Testvérek)  
könyvkereskedésében

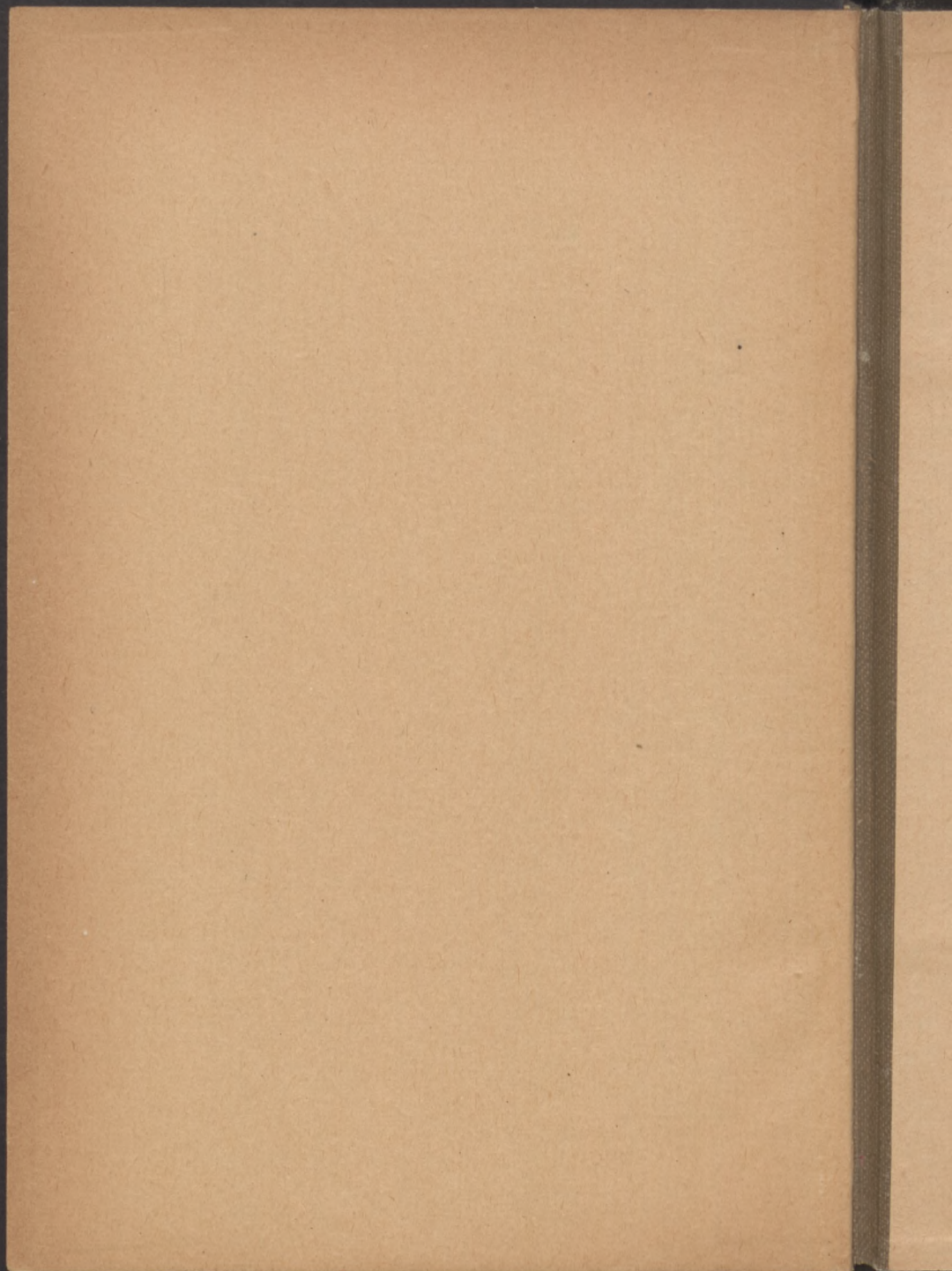
BUDAPEST, IV., Kossuth Lajos-utca 7.

	K
Dr. Berend Miklós. A gyermek táplálkozásáról	1'50
Dr. Bókay János. A gyermekről	1'50
Dr. Bucsányi Gyula. A napfény gyógyhatása és a napfürdő	1'80
Dr. Bucsányi Gyula. Természetes élet- és gyógy mód	6'—
Bilz E. F. Az új természetes gyógy mód. 2 kötet	30'—
Elischer Gyula. Az anyaság hygienéje	1'50
Dr. Forel Agost. Az idegek és szellem egészségtana	3'—
Dr. Gerlóczy Zsigmond. A fertőző betegségekéről	1'50
Dr. Grawitz. A mindennapi élet egészségtana	2'—
Dr. Jaerschky O. Testápolás tornázással, fény-nyel és levegővel	2'—
Kneipp Sebestyén. Vízkurám	4'—
Dr. Kovács Izsó. Haemopathia	1'—
Kuhne Lajos. Az új gyógyító tudomány	6'—
Dr. Lóránd A. A vénülés elhárítása	4'—
Dr. Moravcsik Ernő. A neuraszténiáról	1'50
Müller I. Az én módszerem	2'—
Mokry Elek. Vegetárius szakácskönyv	4'—
Platen M. Az új gyógy mód. 2 kötet	28'—
Dr. Rieder Hermann. Testápolás vízhasználat által	2'—
Dr. Vámosy Zoltán. A mérgezésekről	2'—
Zelenyák János. A gyógynövények hatása és használata	11'—

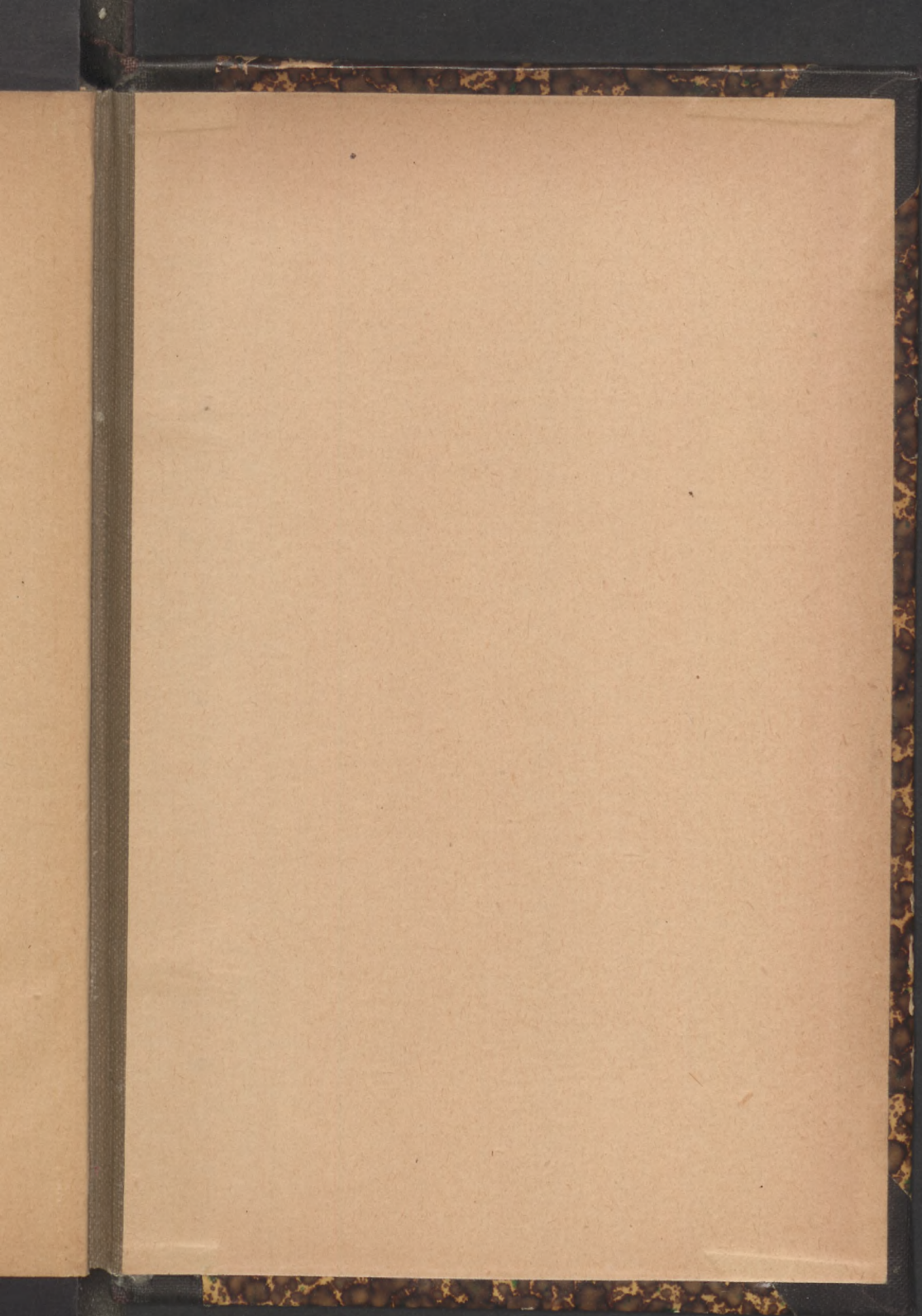


0353/1

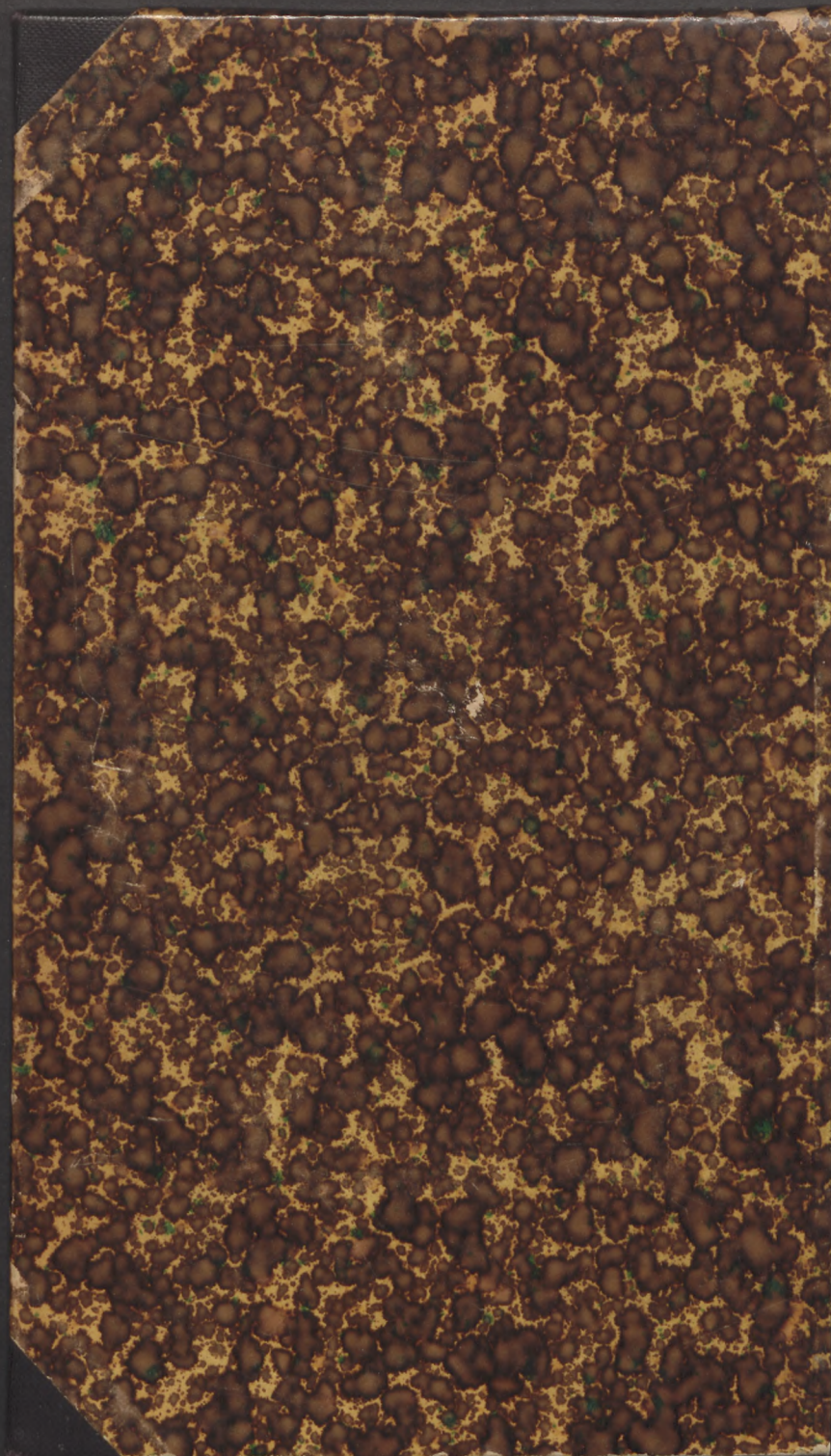














SZENTESY

A

természetes  
gyógy mód

N. M.