

Przedpłatę  
i ogłoszenia  
przyjmuje:  
w Krakowie  
Towarzystwo  
Opieki  
Zdrowia  
ul. Wiślna  
L. 5.  
i księgarnia  
S. A. Krzyżano-  
wskiego, w War-  
szawie księgarnia  
Gebethnera  
i Wolffa.

# PRZEWODNIK HIGIENICZNY

Organ Towarzystwa Opieki zdrowia. \*)

„Zdrowie — to szczęście i potęga“.

**Członkowie Towarzystwa otrzymują czasopismo  
bezpłatnie.**

Przedpłata w Galicyi wynosi Złr. 3, (dla nauczycieli szkół ludowych 1 złr.); w Królestwie Polskiem 3 r. sr. 50 kop., (w Warszawie 3 ruble.) w Niemczech mar. 5, we Francyi fr. 7.

*Inseraty oblicza się po 10 str. za jedną stronicę,  
mniejsze w tym samym stosunku.*

Korespondencye  
uprasza  
się nadsyłać  
pod adresem  
*Redaktora  
Przewodnika  
Higijeni-  
cznego w Kra-  
kowie  
ul. Wiślna 5.*

Nr. 12.

Grudzień.

TREŚĆ: 1. Rozwój higieny społecznej przez Dr. P. Radeckiego. 2. Oceny i sprawozdania: Csokor i Ostertag. Oględziny mięsa; Kronfeld, Spalanie zwłok; Lewy, Zapadki z fosforem; Jaro Pawel, Pielęgnowanie zdrowia w Akademii Teresyańskiej w Wiedniu. Krokiewicz. Studium nad cholera; Sprawozdanie roczne z zakładu szczepiennego w Wiedniu; Ponikło, O napojach wysokokowych, w szczególności o piwie pod względem higienicznym. 3. Rozporządzenia sanitarne 4. Głosy Czytelników. 5. Rozmaitości. 6. Korespondencya Redakcyi. 7. Od Administracyi. 8. Ogłoszenia. 9. Spis artykułów zawartych w VI-tym rocznika Przewodnika higienicznego.

Z dobiegającym ku końcowi rokiem, w miejsce wydawniczej zapowiedzi, zwracamy jedynie uwagę na liczbę rocznika, w nagłówku naszego pisma. Sześć ich mamy poza sobą a imamy się siódmego. Zastęp zwolenników naszej pracy i przyjaciół pisma, zwiększa się z każdym rokiem, do nich też zwracamy się z prośbą, aby w imię sprawy ogólnej, w imię miłości bliźniej i godła: zdrowie to szczęście i potęga, zechcieli być rzecznikami naszego wydawnictwa, które dziś tem snadniej rozwinąć się może im więcej uzyska przedplacicieli.

Zalegających z przedpłatą, upraszamy o rychle jej nadesłanie do Administracyi.

Wydawnictwo.

\*) Członkiem Towarzystwa opieki zdrowia może być każdy, kto na jęgo cele złoży 2 złr. rocznej wkładki.

## Rozwój higieny społecznej

przez Dr. P. Radeckiego.

Bezwątpienia tryumf to wielki dla umiejętności, skoro zdola obudzić powszechne zajęcie, większy jednak gdy zajęcie to z każdym rokiem i z każdym jej postępem wzrasta. W tej dobie znajduje się obecnie higiena społeczna, a nieśmiertelne słowa zmarłego arcyksięcia Rudolfa: „najcenniejszym kapitałem państw i społeczeństw jest człowiek; każde życie jednostkowe, przedstawia pewną wartość“ ucywilizowane kraje wzięły za godło w staraniu o dobro ludów. Postępy w higienie społecznej prasa chwyta w lot i powiadania o nich czytelników, szereg wybitnych pisarzy, dążących w kierunku humanitarnym rozpościera te wiadomości na barwnem a pociągającym tle miłości bliźniej, a nauka wypuszczona z czterech ścian laboratorium, obejmuje coraz to szersze zakresy, potężnieje. Wśród tego postępu ujawniają się od czasu do czasu prądy wsteczne; z jednej strony ciasne umysły nie umiejące odróżnić lecznictwa od higieny, mącą harmonię jednolitej pracy, tuzinami coraz to nowszych „systemów naturalnych“; inni jak stali wyznawcy darwinizmu, nie mogą znieść porażki jaką zadała im higiena, zamąciwszy do dna wpływ doboru naturalnego niszczącego osobniki nie posiadające dostatecznej siły żywotnej.

Myliłby się jednak kto nazywałby prądem wstecznym, przeważający obecnie kierunek higienistów — pisarzy, tj. pogłębianie źródeł z których poczęła się doniosła umiejętność. Historia medycyny powszechnej jest tą skarbnicą a prawdziwie nie wyczerpaną, lecz tylko w tym razie skoro w badaniach nie poprzestanie się na suchych cyfrach, na wykazaniu pewnych słupów granicznych w postępie nauk lekarskich, lub na opisie żywota Galena czy Oczki, ale gdy obok faktów uwzględni się wszystkie czynniki cywilizacyi,

polityki, religii, specjalnych umiejętności i poddawszy je badaniu krytycznemu, przeniesie na epokę współczesną. Na tej drodze uzyskano sporo cennych spostrzeżeń, a niejeden „wynalazek“ dalby odszukać się w pierwotnej formie dawnych wieków.

Na ostatnim zjeździe dla higieny i demografii w Pesszie, prof. Erisman z Moskwy, mówił o walce ze śmiercią, czyli o dążeniu do przedłużania życia a zmniejszania śmiertelności. Najmniejszy poczet ludzi umiera z wyczerpania organizmu, o wiele więcej działają tu powody przypadkowe. Ztąd ostrożność higieniczna gra wielką rolę, o czem dowodzi statystyka. W państwach skandynawskich, gdzie higiena stoi wysoko, umiera rocznie 17 do 18 ludzi na tysiąc, w Rosyi za to 36 na tysiąc. W Belgii 17% ludności dochodzi do 17 lat wieku, w Rosyi tylko 6%. Dziecię które umarło, jest stratą dla społeczeństwa, sumy wydatkowane na wyżywienie i wychowanie ludzi przedwcześnie zmarłych, dochodzą do wielu miliardów. Ubóstwo jest najlepszym sprzymierzeńcem śmierci, należy więc je ograniczać. Prof. Erisman kreślił historię higieny; po izraelitach, grekach i rzymianach, upadła dbałość o zdrowie, a odrodzenie nauk i sztuk, nie odrodziło jednak higieny. Jeszcze w wieku XVIII brzmiał niewysłuchany głos pewnego pastora niemieckiego, wzywającego do krucjaty przeciwko śmierci. Pierwsi Anglicy zwrócili uwagę na tę kwestyę i do dziś dnia tak są dbali pod tym względem, iż gdy śmiertelność dojdzie do 20 na tysiąc, wnet tworzą komisye dla zbadania przyczyn tego niesłychanego objawu. Pod sztandarem higieny, ludzkość z czasem wygrywać będzie bitwy w walce ze śmiercią.

Z okazji tego samego zjazdu prof. Schwimmer z Budapesztu pisał o rozwoju higieny. W starożytności prawidła higieny wyłoniły się niejako instynktownie, bo przecież nie miały ścisłej podstawy naukowej. Przepisy higieniczne za-

warte w piśmie starego zakonu rozciągają się na czystość domu i pola, na staranie o dobrą wodę i pożywienie, polecają odosobnienie chorych i usuwanie nieczystości. Prześladowania żydów w wiekach średnich polegały po części na spostrzeżeniu, że mordercze dla innych epidemie, ich przestrzegających przepisy higieny, częstokroć oszczędzały, stąd podawano ich w podejrzenie. U Greków starożytnych znajduje się sporo wskazówek higienicznych, gdyż w ogóle takim bywało ich życie. Anabasis Ksenofonta była nie tylko wojskowym ale i higienicznym tryumfem, skoro armię złożoną z 10.000 wojowników zdołał bezpiecznie poprowadzić do Hellady z kraju niegościnnego, pełnego niebezpieczeństw dla wojska. Przebywanie na miejscach otwartych, odwaga, dzielność wojskowa, zmysł filozoficzny zmierzający do zahartowania umysłu, ćwiczenia gimnastyczne wzmacniające ciało, — wszystko to odpowiadało prawidłu higieny polecającemu wzmoczyć siłę odporną osobnika i ogółu. Resztki i zwaliska dzisiejszego Rzymu, wymownie jeszcze świadczą, o pielęgnowaniu i wzmacnianiu ciała w starożytnym Rzymie. Termy Nerona, Caracalli, znakomite wodociągi doprowadzające zdrową wodę z olbrzymich odległości, osobny urząd curator Aquarum — zajmujący się wyłącznie sprawą dostarczania dobrej wody, wyborna kanalizacya i trafne przepisy higieny wojskowej, pozostaną wzorem na zawsze.

W wiekach średnich z upadkiem higieny a fanatyzmem umysłów epidemie pustoszyły kraje, nie umiejące obronić się przed chorobą. Pielęgnowania i ćwiczenia ciała zaniechano, a Michelet charakteryzując ówczesny stan upadku kultury woła patetycznie: „Pas de bains, pendant mille ans“. Poprawa owych stosunków idzie w parze z rozwojem szkół lekarskich i z owym wyrazem chrześcijańskiej miłości bliźniej, z ksenodochiami, które z wolna przekształcały się w szpitale. Pierwszeństwo dierży szkoła salernitańska i jej „Re-

gimen Sanitatis". Jednym z pierwszych pisarzy, zwracających szczególną uwagę na higienę, był weneccyanin Luigi Cornaro; Włochy w wieku odrodzenia wysoce ceniły tę umiejętność i wydały znamienitych pisarzy w tym kierunku: Cardanus, Philologus, Sanctoxius. Z rozwojem nauk lekarskich przy końcu 17 a z początkiem 18 wieku, i higiena miała sposobność rozszerzenia swego zakresu, tem więcej skoro stosunki społeczne wówczas korzystnie przekształcać się zaczęły. W czasach najnowszych, higiena postępuje równolegle ze zdobyczami poszczególnych specjalności w medycynie, i okazało się że w krajach wysoce ukształconych choroby nagminne, epidemie, utraciły już cechę grozy średniowiecznej.

Wybitnym higienistą jest Mojżesz, a wyprowadzenie przezeń izraelitów z Egiptu, było niezwyčajnem zadaniem społeczno-higienicznem. Należało bowiem z masy zdemoralizowanej i poniżonej ludności stworzyć naród silny, który mógłby żyć w każdej strefie i pod każdą postacią cywilizacyi, hartowny ciałem i silny umysłem. Drogą jaką tu Mojżesz wybrał, były jak najściślejsze przepisy higieniczne, odnoszące się do powietrza, jadła i napoju, czystości i ścisłych zarządzeń podczas epidemii. Zakaźnie chorych odosobniano, dom oczyszczano, zakażone łożnice palono, odosobniając równocześnie osoby które stykały się z chorymi, dopóki nie poddały się oczyszczeniu i dezynfekcyi. Na prostytutkę nałożono karę śmierci. Cierpiących na choroby weneryczne, skórne i t. p. trzymano zdala od obozu, a ktokolwiek stykałby się z nimi, uważany był za nieczystego. W ten sposób wyrastało nowe pokolenie, jędrne i silne, które w niczem nie przypominało schorzałej i zwyrodniałej rasy, a stało się to jedynie surowością, przepisów higienicznych Mojżesza, wykluczających jako rodziców: opojów, chorych wenerycznych, gruźliczych, epileptyków i t. p.

I oto z faktu tego wniossek: narody żyjące podług praw natury nie giną ani od miecza ani od cywilizacyi. Słusznie powiedział jeden z angielskich pisarzy że to nie grecka rzeźba, malarstwo, budownictwo, poezya zgubiła naród grecki, ale na wskrós niemoralne życie mężów i kobiet tego narodu. Nie rzymskie drogi, mosty i wodociągi, nie prawodawstwo zgubiło i ten naród, ale oburzające niewolnictwo i wyuzdana zmysłowość.

## Oceny i sprawozdania

przez Dr. Radeckiego.

*Prof. Csokor (Wiedeń), Prof. Ostertag (Berlin). Oględziny mięsa (Z kongr. dla hyg. i demogr).*

Dr. Csokor przypomina że już w talmudzie znajdują się przepisy dotyczące oględzin mięsa, która to czynność odbywała się również i w państwie rzymskiem. Według autora należałoby przedewszystkiem zmienić zbyt ograniczoną nazwę „ogłędzin mięsa“ na „hygienę zwierzęcego pożywienia człowieka“; powtóre należy żądać aby wykonawcy posiadali wiadomości weterynarskie; po trzecie, przepisy i rozporządzenia rozmaitych państw należy ująć w ustawę a wreszcie przy badaniach posługiwać się przeważnie sposobem drobnowidowym.

Dr. Ostertag mówiąc o organizacyi oględzin mięsa zwraca uwagę, iż spożyweca nie jest w stanie poznać czy mięso jest szkodliwe lub przydatne do spożycia. Ale nietylko baczycie należy czy mięso jest świeże, czy zdrowiu szkodliwe, czy pochodzi ze zwierząt chorych, ale także zwracać należy uwagę na zafałszowania np. mięsem keńskim lub innymi a tańszymi gatunkami. Prąd jest taki, że pragnie się nabywać tanio a sprzedawać drogo.

Wzorowe przepisy wydał w tym względzie rząd belgijski, a higienicznie wysoko stojąca Anglia niema uregulowanych oględzin mięsa, które tylko na targu podlega rewizyi. W Baden mięso bada się dokładnie, wiąże sznurem i opatruje pieczęcią, która ważną jest tylko na przeciąg jednego dnia.

Autor przedkłada następujące wnioski: Zwierzę należy zbadać przed i po zabiciu; oględzin dokonać powinien weterynarz; urządzenie wyłącznie publicznych rzeźni jest konieczne; oględziny mięsa powinny być ujęte ustawą krajową.

*Dr. Kronfeld Spalanie zwłok. (Z kongr. dla hyg. i demogr).*

Spalanie zwłok jest pod względem higienicznym najszybszym, najbezpieczniejszym a skoro odbywa się na większe rozmiary i najtańszym sposobem. Znaczenie tego sposobu występuje najdonioślej dla zdrowia i bezpieczeństwa ogółu, podczas epidemii. Rządy powinny ustawą dozwolnić palenia zwłok.

*Dr. E. Lewy, docent akad. techn. w Wiedniu Zapalki z fosforem.*

Dwojakie szkody wyrządzają zapalki z fosforem; z jednej strony przypadkowe lub rozmyślne otrucia, z drugiej strony ciężkie choroby robotników w fabrykach zapalek fosforowych. Na 100 robotników, średnio choruje 12 na zgorzel fosforową. Tak liczba samobójstw przy których posługiwano się fosforem zapalek jak i wysoka odsetka zachorzeń w fabrykach upoważnia autora do żądania usunięcia zwykłego żółtego fosforu a zastąpienia go bezpostaciowym. Uczyniono to w Danii jeszcze w r. 1874, a w Szwecyi w 1880. W Austrii w planie jest monopol; Rosya nie ma monopolu, lecz tylko nakładł podatek na zapalki i to znacznie niższy na fosfor bezpostaciowy, niż na zwyczajny żółty.

*Jaro Paweł Pielegnowanie zdrowia w Akademii Teresyańskiej w Wiedniu (Z. f. Schul. Nr. 5. 1894.)*

W Akademii Teresyańskiej przepisy higieny zajmują poczytne miejsce, a staranie zapobiegawcze znajduje wyraz w regularnem, okresowem lekarskiem badaniu wychowaućów. Wielką jest dbałość o czystość ciała, tak dalece że codzienne obmywania podlegają ściślemu nadzorowi. W sypialniach znajdują się przyrządy natryskowe, a ciepłota wody dla uczniów niższego gimnazjum wynosi 20, dla starszych uczniów 18° R. Po natryskach następuje gruntowne natarcie. Dla kąpeli waniennych znajduje się 20 oddziałów, a ciepłota wody wynosi 27° R. W miesiącach letnich udziela się nauki pływania.

Odzież uczniów dostosowano również do wskazówek higieny; z jednej strony ma się na uwadze dbałość o zahartowanie ciała, gdy z drugiej strony ustrzega się przed zaziębnieniem. Szczególnem staraniem objęto przewietrzanie i ustalenie ciepłoty w sypialniach, pokojach do nauki i w salach zbiorowych. W sypialniach podczas zimnej pory ciepłota w nocy wynosi 12° R. a podnosi się ją na 15° zanim jeszcze uczniowie wstaną. Jako materiał opałowyy, służy wyłącznie drzewo.

Do oświetlenia używa się bez wyjątku światła żarowego Auera a równocześnie przeprowadza się próby z oświetleniem elektrycznem. Odżywienie nie pozostawia nic do życzenia.

Dla snu przeznaczono 9 godzin. Czas wolny od nauki przepędzają uczniowie w ogrodzie na ćwiczaniach fizycznych i grach, w zimie na ślizgawce i sankach. Wieczorem odbywa się gimnastyka pokojowa pod nadzorem nauczyciela, a pauzy wśród teje, wyzyskuje się dla gimnastyki oddychania.

Od każdego nowo wstępującego ucznia żąda się świadectwa szczepionej ospy; powtórne szczepienie odbywa się



co pięć lat. Nader korzystnie urządzone są sale dla chorych; uwzględniono tu wszystko co w tym kierunku poleca higiena.

*Dr. A. Krokiewicz Studium nad cholera.* Lwów 1894.

Niniejsza praca oparta na obserwacji epidemii w r. 1892 i 1893, jest poważnym przyczynkiem do patogenetyki cholery; autor z ramienia rządu przeznaczony do sprawdzania przypadków choroby w laboratoryum kraj. Rady zdrowia, przedstawia przebieg epidemii uwzględniając fakty mogące przyczynić się do wyjaśnienia etyologii i sposobów szerzenia się epidemii w kraju. Ostatecznie, dowodzi autor, że największą wartość rozpoznawczą ma prątek przecinkowy Koeha a wszędzie tam, gdzie od początku postępowano w myśl teorii prątka przecinkowego, udało się stłumić epidemię prawie w samym zarodzie.

*Sprawozdanie roczne z zakładu szczepiennego w Wiedniu.* (D. öst. Sanitätswesen).

Za materiał służyły cielęta rasy niemieckiej w wieku 8 do 12 miesięcy, wybierane z ścisłą ostrożnością i pielęgnowane wśród najlepszych warunków. Szczepienia odbywały się w lokalu na ten cel przeznaczonym, a tak sam lokal jak sprzęty i narzędzia bywały należycie wyjaławiane. W dalszym ciągu sprawozdanie podaje technikę szczepienia. Szczepienie na ogólny stan zwierząt nie wywierało wpływu; z uznaniem podnieść należy, że po zebraniu szczepionki, narządy zwierzęcia poddawano szczegółowym oględzinom w rzeźni, a w razie gdy powstała tylko wątpliwość co do zdrowia, zebraną krowiankę niszczone. W pierwszym roku szczepiono 133 cieląt. Średnio, cielę dostarcza 27·0 surowego materiału; w ciągu roku uzyskano tegoż 3634·5 gr. Szczepionki nie wysyła się, dopóki nie wypróbują jej siły i nieszkodliwości w krajowym domu podrzutków, a ponieważ krowianka pochodzi tylko ze zwierząt, których sekeya wykazała po-

myślny stan zdrowia, przeto wykluczona jest możliwość wyrządzenia jakiegokolwiek szkody podrzutkom. W roku sprawozdawczym wysłano 618.155 porcyi krowianki.

*Dr. Ponikło. Kilka uwag o napojach wysokowych, w szczególności o piwie pod względem higienicznym. (Przegląd lekarski).*

Autor na samym wstępie wypowiada twierdzenie bezwzględne, że wyskok w każdej postaci uważać należy za truciznę, zaś w życiu społecznem za czynnik obniżający lub wręcz porażający czynność umysłową, upośledzający stronę moralną, sprawiający skarłowacenie pod względem fizycznym i umysłowym jednostek i całych pokoleń i sprowadzający pośrednio na bezdroża występku i zbrodni. Domy przytułku, domy dla ubogich, szpitale i zakłady dla obłąkanych wypróżniłyby się o jedną trzecią część, gdyby brakło zgubnego wpływu wyskoku; kwestya ubóstwa zostaje z nim w ścisłym związku.

Dotykając przy tej sposobności związku zasad higieny ze sprawami społecznymi i ekonomicznymi, pisze autor: Wyskok jest we wszystkich państwach europejskich ulubionym przedmiotem opodatkowania, bardzo pożądanym, bo łatwym przedmiotem zaczeplenia w fiskalizmie; wyjątkowo jednak widać w ustawodawstwie podatkowym państw, słabe oznaki uwzględniania zasad higieny, t. j. dobrobytu fizycznego i umysłowego opodatkowanych, który wszakże z natury rzeczy jest miarą trwałej zdolności czynienia zadość wymaganiom podatkowym gminy, kraju i państwa.

Wspominając o ustawie przeciw nadużywaniu napojów wysokowych i projektowanej ustawie przeciw opilstwu, sądzi autor, że daleko więcej niż ustawy, wpłynąć może korzystnie na poskromienie nadużywania wyskoku rozpowszechnienie zasad higieny, wyłożonych popularnie między jak najszerszemi warstwami. Skoro jednak wyskok przez ciąg

wieków nabył niejako prawo obywatelstwa, należy przede wszystkim działać celem zmniejszenia wpływów szkodliwych w granicach racjonalnej możebności. Przypuszczając zupełną czystość i prawidłowy skład chemiczny, najszkodliwszym napojem jest wódka, najmniej szkodliwym piwo. Równa ilość alkoholu zawarta w piwie obok pokaźnej ilości maltozy i ciał proteinowych, musi mniej energicznie, zatem mniej szkodliwie działać na ustroj; w ogóle bowiem napoje wyskokowe używane podczas jedzenia mniej podniecają i słabiej ukazują swoiste zgubne działanie na tkaniny ustroju. Najzgubniejsze jest używanie ich na czczo; odpowiedniejszą jest szklanka wina czy piwa podczas prawidłowego obiadu lub wiecerzy, niż przy tak zwanych śniadaniach, złożonych z pokarmów zimnych, trudniej strawnych, a mocno drażniących błonę śluzową żołądka.

W dalszym ciągu opisuje dr. P. szczegółowo sposób fabrykacyi piwa począwszy od przygotowania słodu aż do przechowania. Piwo gotowe do spożycia, ma być jasne i przejrzyste, barwy lśniacej, winno mieć prawidłową ilość gazu kwasu węglowego, a nalane z beczki czy z flaszki do szklanki powinno wytworzyć na powierzchni pianę białą, mleczną, drobno-bańkową, skupioną i powoli niknącą; piwo tworzące pianę skąpą, grubo-bańkową, mdłą, szybko niknącą, jest zwietrzałe. Piwo zaś tworzące nazbyt wielką ilość piany, które obficie burzy, jest poprostu zepsute, albowiem odbywa się w niem nieprawidłowo żywa fermentacya następową, albo czysto drożdżowa, albo co gorsza, od innych drobno-ustrojów zawisła, gdy flaszki wymyto niedbale, lub wodą nieczystą. Piwo mętne, w skutek nadmiernej ilości drożdży, drażni przewód pokarmowy i wywołać może także niezyt.

Aby zniszczyć zawarte w piwie (butelkowem) komórki drożdżowe i w ten sposób ograniczyć następową fermentacyę, stosuje się t. zw. pasteryzację. Sposób ten podany

przez Pasteura, polega na ogrzewaniu flaszek z piwem dobrze zakorkowanych, do ciepłoty  $31^{\circ}$  —  $40^{\circ}$  C. najmniej przez pół godziny.

Przyrządy ssąco-tłoczące używane w handlach do wyciągania piwa z beczek, należy utrzymywać w starannej czystości, inaczey bowiem piwo kwaśno oddziaływające rozłoży cząstki metalu, które potem z łatwością w piwie wykryć można, nadto skutkiem osadzania się w rurach drożdży, żywicy i soli, następuje rozkład piwa i nieprawidłowe kiśnienie.

Autor dąży do podniesienia spożywania piwa, które wówczas zmniejszyłoby spożywanie wódki; przykładu takiego dostarcza lud wiejski w Niemczech. Dążeniu takiemu stoi jeszcze zdaniem autora na przeszkodzie nazbyt wysokie opodatkowanie piwa, czyniące produkt ten drogim i udaremniające rozpowszechnienie piwa między naszym ludem. Nakoniec Dr. P. czyni następujące wnioski: Działanie celem odwrócenia uwagi naszego ludu od używania wódki a przyzwyczajenie go do używania piwa jest zgodne z zasadami higieny i jednym z środków zaradczych przeciw alkoholizmowi. Należy starać się o dobre i tanie piwo. Dążyć do stósowniejszego wymiaru podatku. Podwyższyć podatki od wódek. Poczynić ulgi podatkowe restauracyom, gdzie napoje wysokokowe tylko dodatkowo podaje się przy pokarmach. Zaprowadzić energiczniejszy dozór zdrowotno-policyjny nad napojami wysokokowemi. Wzbronić sprzedaży wódki w zakresie fabryk i w najbliższem sąsiedztwie, a natomiast umożliwić robotnikom w fabrykach otrzymanie herbaty, kawy i zup za cenę kosztu. W miastach popierać urządzenie kiosków z herbatą i kawą, dla uboższej ludności.



## Rozporządzenia.

Okólnik c. k. Namiestnictwa z 12 września b. r.

Reskryptem z d. 26 sierpnia b. r. zwróciło c. k. Ministerstwo spraw wewnętrznych uwagę, że według sprawozdania c. k. Namiestnictwa w Czechach, w b. r. przybyła do miejsc kąpielowych, zwłaszcza do Karlsbadu i Francensbadu niezwykle znaczna liczba osób ubogich niezaopatrzonych z Rosyi, Galicyi i Bukowiny, które to osoby pod pozorem kuracyi, wyzyskują prywatną i publiczną dobroczynność, a nadto pochodząc z krajów zajętych cholera, do rozszerzenia tej choroby przyczynić się mogą.

Aby takiej niewłaściwości tamę położyć, poleca się we właściwej drodze ogłosić, że osoby ubogie, mające ze sobą brudną odzież i bieliznę przy przekroczeniu zachodniej granicy Galicyi poddane zostaną ścisłej rewizyi lekarskiej a ich podejrzane pakunki dezynfekcyi, ewentualnie spaleni, że osoby te od granicy aż do zakładu zdrojowego i w samym zakładzie zostawać będą pod nadzorem sanitarno policyjnym a w razie stwierdzonego braku środków do życia i sposobu zarobku, narażają się na to, że zostaną do swojego kraju odsłane.

Co do powstrzymania takich gości kąpielowych z Rosyi, otrzymują organa policyjne na granicy państwa stosowne polecenie.

Lecz także i w krajowych zakładach zdrojowych i klimatycznych, żebractwo staje się coraz uciążliwszem tak dla zakładów jak i dla leczącej się publiczności.

Dlatego poleca się, przy potwierdzaniu świadectw ubóstwa celem uzyskania ulg w zdrojowiskach, dokładnie zbadać czy osoby ubogie udające się do zakładów kąpielowych, rzeczywiście potrzebują kuracyi w zakładach takich, posiadają

dostateczne fundusze na podróż i pobyt tamże i odmówić zawsze potwierdzenia świadectwa ubóstwa, jeżeli widoczne jest że osoba ta udaje się do zdrojowiska jedynie w celu żebractwa.

Okólnik ten należy w odpisie udzielić wszystkim w powiecie praktykującym lekarzom i wezwać ich, aby świadectwa lekarskie co do potrzeby używania kąpeli lub innych procedur w zakładach kąpielowych, tylko takim ubogim pacjentom wydawali, u których kąpiele lub inne procedury w zakładzie zdrojowym, z wszelkiem prawdopodobieństwem pomyślny skutek dla zdrowia sprowadzić mogą, a odmawiali takich świadectw osobom, u których jedynie wyniszczenie z powodu niedostatecznego pożywienia stwierdzić się daje.

Rozporządzenie c. k. Namiestnictwa z dnia 16 listopada b. r.

Z uwagi że każdy nauczyciel ludowy nieszczepiony, łatwo może zarazić się ospą, a tem samem stać się niebezpiecznym dla zdrowia powierzonej sobie dziatwy szkolnej, poleca się aby w porozumieniu się z dyrekeyami miejscowych seminaryów nauczycielskich tak męzkich jak żeńskich, zarządzić w myśl obowiązujących przepisów o szczepieniu, coroczne szczepienie, względnie rewakeynowanie wszystkich abiturjentów i abiturjentek, będących w ostatnim roku nauki w tych zakładach.

Szczepienie to ma być corocznie przeprowadzane na wiosnę w dniach, które dyrekeya seminaryum w porozumieniu z lekarzem oznaczy. Szczepienia względnie rewakeynacyi, ma dokonać lekarz miejski bezpłatnie krowianką dostarczoną przez lekarza powiatowego; w ósmym dniu po szczepieniu, dokona lekarz rewizyi szczepionych i rewakeynowanych.

## Głosy Czytelników.

Od pewnego czasu w Krakowie przy budowie nowych domów spostrzega się dziwny zwyczaj stawiania murów okalających dziedziniec w równej wysokości z całą kamienicą przez co tworzy się głęboki czworobok, jakby forteca przeciw dopływowi powietrza i światła do mieszkań od tyłu. Jestto rzecz kosztowna a pod względem zdrowotnym szkodliwa.

Pokoje tylne już z natury rzeczy bywają upośledzone z powodu sąsiedztwa z wyziewami kuchennymi, z odorami ze zlewów i wychodków, o tyle tylko znośnemi, o ile je rozpraszają wiatry z okolicy. Bywa w nich mniej światła z powodu dachów nad gankami i mniej słońca z przyczyny oficyn, a przecież życie nasze domowe przeważnie toczy się w ubikacjach od tyłu, gdzie bywają pokoje jadalne, sypialne i kuchnie, a nawet pokoje dla dzieci, jeżeli się trafiają osobne ubikacje studenckie.

Cóż dopiero dzieje się z tylnymi mieszkaniami, gdy wedle nowej mody mur wysoki, zakrywa w zupełności te jedyne jeszcze dostępy dla światła i powietrza?!

Łatwo sobie wyobrazić, jakie w takich kazamatkach miejskich wytwarzają się okropne warunki higieniczne! Parter od tyłu równa się studni, do której nie dociśnie się nigdy promień słońca i nie przyplynie żaden prąd świeżego powietrza. Z piętrowych nie zobaczy się nic, tylko ścianę muru najbliższego. Istne więzienia powstają w naszych oczach urągające wszelkim wymaganiom zdrowia ludzkiego.

Autorowie tego sposobu budowania nowych domów na swoją obronę przytaczają tylko tę jedną okoliczność, że w razie pożaru istnieje większe bezpieczeństwo. Być to może, ale czyż dla tej czasem tylko wynikającej obawy godzi się poświęcać stałe i ciągle niebezpieczeństwa dla zdrowia? Czy to zaraza, czy jaki wpływ urzędowy przy sporządzaniu planów na nowe kamienice, że coraz częściej widzi się w Krakowie podobne kazamaty, na co zwrócić powinny uwagę czynniki opiekujące się higieną publiczną i zaradzić złemu szerzącemu się bez żadnej widocznej potrzeby lub korzyści. *Walery Eljasz.*



## ROZMAITOŚCI.

**Surowica lecznicza.** W Anglii podjął wyrabianie surowicy leczniczej przeciw błonicy, zakład medycyny zapobiegawczej, zostający pod sterem Listera i już teraz sprzedaje szczepionkę po cenie własnych kosztów, które wynoszą na dawkę od 50 do 70 fen; gdy w Niemczech taka dawka kosztuje od 5 do 10 marek.

**Z Uniwersytetu.** Wykład wstępny Prof. Dr. Kostaneckiego, przy objęciu katedry anatomii opisowej w Uniw. Jag. głęboko zajął słuchaczy. Wykład ten według stenogramu umieszczony w dwu numerach Przeglądu lekarskiego, przedstawia dążności jakie w ciągu lat zapanały w badaniach anatomicznych i zaznacza stosunek tej nauki do ogółu wiedzy lekarsko-przyrodniczej.

**Wystawa higieniczna** odbędzie się w Warszawie w r. 1896. Plac przeznaczony na wystawę, miasto zamierza pozostawić w postaci ogrodu dla publiczności.

**Zapalenie opon mózgo-rdzeniowych.** Na posiedzeniu Tow. lek. krak. po odczycie Dr. L. Korczyńskiego „Przyczynki do etyologii zapaleń opon mózgo-rdzeniowych“, wywiązała się zajmująca dyskusja. Doc. Dr. Poniżko na podstawie doświadczenia swego zebranego podczas urzędowania jako lekarz powiatowy w Krakowie, kładzie nacisk na pewien związek, zachodzący między ospą a zapaleniem opon mózgo-rdzeniowych. Dostrzegł on mianowicie podczas epidemii r. 1893/4, że w miejscowościach nawiedzonych nagminną ospą jawiło się także zapalenie opon. Pierwsze przypadki powstawały w tak zwanych domach czeladnych w obszarach dworskich, domach urągających stanem swym najskromniejszym choćby wymaganiom higieny, które trzeba widzieć, aby nabrać o nich należytego wyobrażenia. W dalszym ciągu szereg spostrzeżeń lekarskich podał Prof. Gluziński, a Dr. Kwaśnicki kreśląc przebieg epidemii, wspomniawszy, że zapalenie opon mózgo-rdzeniowych nagminne, szerzy się, jak się zdaje w tych samych okolicznościach co dur brzuszny. Niektóre domy epidemia częściej nawiedzała, niemniej niektóre okolice bliższe błoni, Wisły i Rudawy. Mieszkania parterowe, suterenowe, złe stosunki higieniczne i dyetetyczne, tak jak i w innych chorobach zakaźnych ułatwiają szerzenie się epidemii. W ogóle zdaje się iż dobrobyt ekonomiczny i oświata są najlepszymi środkami do zwalczania epidemii zap. op. m. rdz. a są to okoliczności zasadnicze dla wszystkich chorób zakaźnych. Dr. Rosenblatt zwraca uwagę, że szczególnym trafem pojawia się



każda epidemia zapalenia opon w Galicyi najpierw w mieście Chrzanowie. Najwięcej zachorowań wydarzyło się u biedniejszej klasy mieszkańców, w mieszkaniach wilgotnych, niehygienicznie utrzymywanych, bardzo gęsto zaludnionych, szczególnie w znanych siedzibach zimnicy. W dalszym ciągu. Prof. Jakubowski podał własne spostrzeżenia.

**Piece gazowe.** Piec gazowy to piec przyszłości. Wprawdzie ów wynalazek ma do zwalczenia dwie przeszkody: jedną samą w sobie, to jest pewne niedostatki konstrukcyjne; drugą zewnętrzną, czyli uprzedzenie publiczności do pieców gazowych.

Publiczność bowiem boi się pieców gazowych, przypuszczając, iż wysuszają one powietrze, sprowadzają upał duszący, a wreszcie grożą niebezpieczeństwem wybuchu gazu.

Tymczasem obecnie Siemens wynalazł piecyk gazowy, zwany regeneracyjnym, który ma przed sobą wszelkie widoki zostania w przyszłości wyłącznym panem w dziedzinie ogrzewania. Odpowiada on bowiem wszelkim żądaniom higienicznym, oszczędnościowym i praktycznym.

Przedewszystkiem dzięki stosownemu urządzeniu nie zatruwa powietrza w pokoju, który ma ogrzewać, przeciwnie rozszerza ciepło przyjemnie, równomiernie się rozdzielające na cały pokój, nie zanieczyszczając, nie wydając żadnej woni lub czadu. Usuwa więc ów wynalazek Siemens'a mnóstwo cierpień narządu oddychania, oczu, gardła, głowy, jakie wywołują piece starego, kaflowego systemu. Dzięki temu piecykowi, temperatura naszych mieszkań nie będzie już duszną, atmosfera nie będzie zbyt suchą i zanieczyszczoną.

Konstrukcyja tego piecyka następująca: na podłodze stoi kominek, na kominku zaś piecyk z rurami wewnątrz założonemi. Olśniewając białego płomienia gazowego nie widać; światło i ciepło natomiast owego płomienia reflektor, odpowiednio urządzony i umieszczony we wnętrzu kominka, rzuca na pokój

Dzięki temu, — nasamprzód i najlepiej bywa ogrzana dolna część pokoju, co jest właśnie zgodne z zasadami higieny, podczas gdy na wysokość głowy panuje już temperatura zupełnie odpowiednia i umiarkowana.

Z pomocą tego piecyka pokój może być ogrzany w przeciągu pięciu minut; prócz tego stosownie skonstruowany regulator umożliwia zatrzymanie ciepła na stopniu żądanym; a wreszcie woda odpowiednio umieszczona w kominku, parując, zaopatruje stale powietrze w pożądaną ilość wilgoci.

Takie kominki wyrabiają już za granicą, i to w rozmaitej formie, od najzwyczajniejszej do najbardziej eleganckiej, mogącej służyć za ozdobę pokoju.

Zwolna tedy każda gospodyni z pomocą najprostszego odkreślenia kurka, potrafi całe mieszkanie do woli, jak najwspanialej ogrzewać.

**Nagrode Akademii** nauk moralnych i politycznych w Paryżu, na podstawie sprawozdania Levasseura, przyznano w kwocie 12000 franków doktorowi Roux, za badania naukowe nad leczeniem błonicy.

**Komisyja sanitarna** w Krakowie nie przychyliła się do wniosku urzędnika w Krakowie osobnego zakładu leczenia wścieklizny a to ze względu na znaczny koszt z założeniem i utrzymaniem takiego instytutu połączony, a małą liczbę chorych w samym mieście.

**Komisyja sanitarna nowojorska** postanowiła że każdy dom, w którym wydarzy się przypadek choroby zaraźliwej, oznaczony będzie w celu ostrzeżenia publiczności wielką kartą papieru i to czerwonego dla płonicy, białego dla błonicy a niebieskiego dla odry.

**Wystawę kucharstwa, sposobów żywienia ludności** i t. p. otwarto w Frankfurcie n. M. Wystawa obejmuje 12 grup, a 478 wystawców.

**Szczepienie ospy.** W r. 1893 lekarze miejscy zaszczepili krowianką w Krakowie 2283 dzieci. Koszt szczepienia wyniósł od osoby 7-8 centa.

**Hygiena głosu.** (*Caster*; Ann. d'hyg. publ; Zdro wie.) Hygiena, powiada Proust, srogą jest dla śpiewaków, którzy są sługami organu w najwyższym stopniu czulego. Początek higieny głosu sięga epoki wymowy rzymskiej. Ciceron nadmienia że nie od nas zależy mieć głos piękny, ale od nas zależy zachować go i wzmocnić. U Quintiliana znajdują się pewne wskazówki w tej mierze. W Rzymie też rozróżniano kilka kategorii profesorów sztuki wokalnej i tak jednych zadaniem było nadawanie głosowi siły i rozległości, drudzy nauczali użycia ozdób głosowych, a tni wreszcie wyrabiali pełność głosu. We Francyi, w epoce parlamentarnej i odrodzenia uprawiano krasomówstwo; śpiew kształcono od końca XVIII wieku poczynając najbardziej we Włoszech. Obecnie lubo bardzo rozpowszechniona jest nauka śpiewu, wyniki nie są bynajmniej tak świetne jak dawniej.

Co do ewolucyi głosu, trzy okresy jak wiadomo przedstawia ustrój ludzki: dzieciństwo, wiek dojrzały i starość. W wieku dziecięcym kształcić głos można z wyjątkiem okresu zmiany głosu, która

występuje u chłopców w 15, u dziewcząt w 13 roku życia; ćwiczenia wykonywane w tym czasie, szkodzą. U kobiet mutacya mniejsze ma znaczenie, natomiast podczas peryodu, ćwiczenia zaniechać należy. Temperament znacznie wpływa na głos. Nic tak nie psuje głosu, jak zaburzenia w narządzie trawienia; umiarkowane ćwiczenia fizyczne są pożyteczne, natomiast połączone z wysiłkami (polowanie, taniec, piłka nożna, lawn-tennis) szkodliwe. Bardzo szkodliwe są nagle zmiany ciepłoty; w razie niemożności uniknięcia szybkich zmian temperatury, należy przechodząc ze sfery ciepłego powietrza do zimnego, oddechać tylko nosem, wstrzymując się zwłaszcza od rozmowy. Akustyka ma znaczny wpływ na dobre konserwowanie głosu; pod tym względem budownictwo wiele pozostawia do życzenia. Należy pamiętać że mocno sprzyjają akustyce: marmur polerowany, szkło i drzewo polerowane umieszczone luźno. Natomiast własności przeciwne posiadają: dywany i firanki pochłaniające głos; obojętnie zachowuje się kamień, posadzka i t. p. Sala teatralna powinna być owalną, bez łóż głębokich i zbytich ornamentacyi, według typu włoskiego. Sala starzejąc się i osuszając stopniowo zyskuje znacznie na akustyce; wielka opera w Paryżu zyskuje corocznie w tym względzie. Kościoły greckie i romańskie lepszą mają akustykę niż greckie. Opał najkorzystniejszy jest drzewny, kaloryfery zanadto wysuszają powietrze. Zapachy odurzające szkodzą głosowi; palenie tytoniu szkodzi zwłaszcza tenorom. Głos utrzymywać należy w średniej sile i wysokości; uczyć się używania oddechu i nie tracić go przed emisją głosu. Posługiwać się rezonatorami nadkrtaniowemi i kierować dźwięki na poziomie ust. Największe znaczenie posiada rozpoznanie głosu; fałszywa dyagnoza może być zabójczą dla głosu.

**Zatrucie tlenkiem węgla.** Nader zajmująco opisuje Motet smutny przypadek, jakiemu uległ, objeżdżając swych chorych w zamkniętym, ogrzanym za pomocą małego piecyka na węgle powozie. Zakończywszy jedną z wizyt lekarskich wsiadł M. do oczekującego go powozu, którego drzwi i okna były przez czas czekania zamknięte. W powozie nie zdradziła obecności tlenku węgla żadna woń; nagle poczuł M. jakby dwa gwałtowne uderzenia w uszy i mocne w nich dzwonienie. Głowa jego została gwałtownie rzuconą o przeciwną ścianę powozu, którego okno w tej chwili uchylił. Co się potem z nim działo, nie pamięta i nie wie, jak dostał się na plac Giełdy i miejsce, do którego zdążył. Otworzywszy drzwi powozu, chciał zejść, lecz zawrót głowy,

nudności i niemoc w nogach udaremniły wszelki wysiłek. Przy pomocy woźnicy opuścił wreszcie powóz, jednak zawrót głowy i kołowanie całego otoczenia nie dozwalały mu stać bez pomocy. Wobec tego stanu powrócił M. do swego mieszkania. Teraz wystąpiły gwałtowne wymioty, tem przykrzejsze, iż żołądek M. był próżnym; zimny pot okrył mu twarz, czuł się bliskim omdlenia. Leżąc w łóżku nie mógł się podnieść: wówczas bowiem doznawał zaraz bardzo przykrego zawrotu głowy. Po ustaniu wymiotów, czuł się autor mocno znudzonym, jednak ból głowy lub śpiączka nie wystąpiły w ciągu choroby ani na chwilę. Przez pierwsze dwa dni oddawał znaczne ilości moczu czystego jak woda, trzeciego dnia był już mocz prawidłowym. W nocy tegoż samego dnia dźwięczenie w uszach ploszyło z początku sen z powiek, potem jednak popadł M. w stan pośredni między snem a czuwaniem; myśli różne wirowały w umyśle, szczególnie niewykonany w ciągu dnia zamiar napisania listu, to też chwilami widział się M. siedzącym przy stole i piszącym ów list. Jakiś chaos utrudniał zebranie myśli za każdym a częstem budzeniem się; połowicza świadomość gnębiła umysł nieokreślonym lękiem. Nad ranem pierwszej nocy po przypadku usnął na dwie godziny a kiedy się przebudził, stan jego polepszył się dość znacznie tak, iż wieczorem dnia drugiego doznał zaledwie kilkakrotnie zawrotu głowy i złudzeń wzrokowych. I tak np. zdawało się autorowi, iż mały żyrandol, wiszący w pokoju, podobnie i dwa obrazy zawieszzone na bocznej ścianie, rytmicznie podnoszą się i zniżają: badając swe tętno przekonał się, że rytmiczne ruchy żyrandola i obrazów występowały równocześnie z uderzeniem tętna. Trzeciego dnia usiłował autor wstać i przejść się po pokoju, ruchy jednak nóg były niezborne i ponowił się zawrót głowy. W ciągu tegoż dnia prócz astazy i abazy (niemożności stania i chodzenia) nie było żadnych objawów, apetyt wrócił po 48-godzinnem wyposzczeniu się a po środku przeczyszczającym ustały zawroty głowy; przykrą była jednak niemożność chodzenia i niezborność ruchów przy próbach chodzenia podobna do tej, jaką się widzi u dziecka, stawiającego pierwsze kroki. Piętnastego dnia po przypadku z trudnością i chwiejnym krokiem mógł autor chodzić po schodach a po upływie sześciu miesięcy chód jego nie odzyskał jeszcze swej dawnej pewności.

Jedynym środkiem leczniczym, którego autor używał, było wziewanie tlenu.

Zajmującą autoobserwację kończy M. słowami, iż ogrzewanie

powozów piecykami jest niebezpieczne i naraża ludzi na nagłe a groźne niebezpieczeństwo zaccadzenia; dlatego też winny go władze wzbronić surowo. (*Annal. d'hyg. publ. et de médecine légale. Przeg. lek. Wachholz.*)

**Bakterye gruźlicze w mleku.** Prof. Bujwid zajął się badaniem mleka sprzedawanego na rynku krakowskim, śledząc w niem za bakterjami a w szczególności za bakterjami gruźliczemi. Wynik był ujemny; mleko krakowskie nie zawierało wcale bakterji chorobotwórczych. Przy sposobności tych badań okazało się że odsetka tłuszczu była bardzo niską, że więc wielka część mleka sprzedawanego jako nie zbierane, jest zbierane lub wodą rozcieńczzone.

**Prasa lekarska.** Redaktorem „Pamiętnika Tow. lek. warszawskiego“ obrano na dalsze trzy lata ponownie Dr. M. Jakowskiego (Wspólna 42.)

**Zbiory muzeum w New-Scotland-Yard.** Wiek pary i elektryczności można słusznie dziś nazwać także wiekiem dynamitu i machin zniszczenia.

Od chwili odkrycia własności wybuchowych nitrogliceryny, wynalezionej w r 1847. przez Sobrerę w Paryżu, postęp w wynajdywaniu nowych substancyj wybuchowych jest wielki. Inżynier Nobel wynalazł dynamit, napawając ziemię (Kieselguhr) nitrogliceryną, potem zrobił dualinę mieszając nitroglicerynę z trocinami drzewnemi. Nie dość było ludzkości poprzestać na tych materyałach wybuchowych; wrogo względem siebie usposobione narody prześcigały się w nowych odkryciach — i tak wynaleźli Niemcy roburyt, substancję wybuchową, utworzoną z azotanu amonowego i metadynitrobenzolu, Francuzi zaś (Turpin) wynaleźli w ostatnich latach tajemniczy melinit, będący mieszanką kwasu azotowego i karbolu.

W miarę tych wynalazków kazuistyka zbrodni, popełnianych temi wybuchowemi materyałami wzrastała z roku na rok pokaznie, aż w latach ostatnich poczęła się tak raptownie wzbogacać dzięki anarchistom, iż zagrożone społeczeństwa były zmuszone wystąpić z surowemi przepisami. I w naszym kraju wydarzyły się przypadki zbrodni dokonanych za pomocą dynamitu. Mechanizm niektórych machin jest nader sprytnie obmyślanym. Machiny te złożone są w muzeum w New-Scotland-Yard, ktorego naczelnikami są znawcy zawodowi, pułkownicy Majendie, Forel i chemik Dr. Dupré. Znawcy ci rozróżniają: maszyny wybuchowe, rakiety i bomby.

Machiny, które muzeum posiada, są już to mniej, już to więcej

skomplikowane. Wybuch w Salford w roku 1881. wywołała machina w postaci niewinnego biberona (flaszki do ssania z niej mleka dla dzieci), innym razem znaleziono maszynę podobną do złudzenia do bryły węgla kamiennego. Bryła ta zawierała w sobie substancją, która wybuchnęła w chwili wrzucenia bryły do ogniska. Właściwe maszyny piekielne są to puszkę już to z drzewa, już to z metalu, mieszczące przyrząd zegarowy, za pomocą którego można najdokładniej oznaczyć godzinę, w której wybuch ma nastąpić. Jeden z prostszych mechanizmów polega na następującem urządzeniu: przyrząd zegarowy łączy się z małym nożykiem, który w oznaczonej godzinie przecina sznurek utrzymujący w zawieszeniu metalowy ciężarek. Ciężarek ten pada wówczas na kapslę, zapala ją — wybuch kapsli zapala właściwy nabój i tak następuje wybuch. W Paddington znaleziono na dworcu kolejowym maszynę w postaci skrzynki na śmieci. Mieściła ona w sobie budzik amerykański, połączony z małym pistoletem za pomocą miedzianego drutu; w oznaczonej chwili miała sprężyna budzika ugodzić w rękojeść pistoletu, skutkiem czego musiałby nastąpić wybuch naboju założonego na panewce a tem samem i naboju właściwego. Podobnie była urządzona machina Thomasa, sprawcy katastrofy w porcie bremeńskim. Przerazenie wzbudzały małe maszyny w postaci prawdziwych cygar, w których wnętrzu mieści się nabój wybuchający zawinięty w błękitny papier. Jakżeż straszny los spotkać musi człowieka, który nieopatrznie przyjmie i zapali podobne cygaro.

Drugim rodzajem broni wybuchowych są rakiety, wykonane ze skręconych włókien konopnych z przewodem w środku, który wypełnia proch armatni, zapalający się za pomocą lontu.

W Cork znaleziono maszynę w postaci skrzynki zawierającej przyrząd zegarowy, połączony z rodzajem rakiety nabitej prochem armatnim. Przy podniesieniu wieka skrzynki miał przyrząd zegarowy zapalić ową raketę.

Przez bomby rozumieją znawcy te maszyny, które wybuchają w skutek wstrząśnienia. Kształty bomb znanych były różne a muzeum w New-Scotland-Yard posiada bomby walcowate, jajowate, wrzecionowate i t. d. Jedną z bomb znajdujących się w tem muzeum, bomba Dalyego, zawierała oprócz substancji wybuchowej mały flakon z kwasem siarkowym i kulę ołowianą na jej dnie; za wstrząśnieniem bomby kula ołowiana musiałaby rozbić flakon, kwas siarkowy wylałby się wówczas na nabój i wywołałby jego zapalenie

się i wybuch. Kwas siarkowy spełnia w bombach rolę lontu lub kapsli, on to bowiem zetknąwszy się z substancją wybuchową, zapala ją i wywołuje katastrofę.

(*Revue d'hygiene et de médecine légale;*) (Przeł. lek.) *Wachholz.*

## Korespondencya Redakcyi.

*K. K. we Lwowie.* Przetwórn skuteczny i bardzo rozpowszechniony, szkoda tylko że nie swojski.

*P. Maryi S.* Chętnie, lecz nie w tej rubryce.

*P. Ign. Wor.* Można posłużyć się następującym sposobem: Na dane miejsce dobrze oczyszczonego naczynia puszcza się kroplę kwasu azotowego. Jeżeli do polewy użyty był ołów, wówczas tworzy się saletrzan ołowiu, po osuszeniu płamy, puszcza się na nią 5% roztwór jodku potasu, przyczem powstaje żółte zabarwienie, tem mocniejsze im więcej użyto ołowiu.

*P. Maniut: w O.* Przesyłamy wyrazy podziękii za pochlebne wyróżnienie.

*Nauczycielce.* Jednorazowe zapadnięcie nie jest tu jeszcze ochroną przed powtórnem zachorowaniem. — Najlepiej zniszczyć w ogniu.

*J. Z.* Tylko lekarz naocznie może ocenić.

*Dr. J. R.* Niewątpliwie rozwój naszego pisma obecnie zależy już tylko od samych Czytelników, dziękujemy za życzliwość w rozpowszechnianiu.

*P. Alfr. B.* Byłby to nakład bardzo kosztowny.

*P. Jundzillowi.* Kraft-Ebing. Hypnotische Experimente 1893, Eine exp. Studie auf d. Geb. d. Hypn. 1893; Prof. Forel. Hypnotismus, 1891; Dr. Schrenck — Notzing, Suggestions Ther. 1892.

*I. Zd.* Solanum nigrum, Solanum Dulcamara, Atropa Belladonna, Datura Stramonium, Hyoscyamus niger.

*Dr. F.* Jeszcze w numerze marcowym z b. r. zamieściliśmy wzmiankę o spostrzeżeniu Dr. Eigenbrodta lekarza z Darmstadt, co do skłonności do błonicy w rodzinach.

*W. Olsz.* Możemy polecić: J. Polaka Praktykę szczepienia ospy ochronnej. Cena kop. 75.

## OD ADMINISTRACYI.

Wykaz prenumeraty od Lipca do końca Listopada 1894 roku.

P. T. Zarząd szkoły w Branicach.  
PP. Dr. Jerzy Harwoł, Przemyśl.

Ks. Krasopera, w Starym Zbarażu.

Malczos Julian, Kupeczyńce.  
 Dr. Lewandowski Ludomir Kraków.  
 Dr. Przybylski, Nowy Sącz.  
 Konopkova Anna.  
 Legin, w Cierowie.  
 Zarząd szkoły w Balicach.  
 Filasiewicz Hilary, Cieszyn.  
 Zarząd szkoły w Dąbrowie.  
 Zarząd szkoły w Czulicach.  
 Gergowich, w Niedzieliskach.  
 Majewski Zenon, Jasło.  
 Zaremba Karol, Kraków.  
 Kozakiewicz Tomasz, Kraków.  
 Burzyński Wincenty, Kraków.  
 Dr. Starachowicz Jan, Kraków.

Langie Kazimierz, Kraków.  
 Szafranski Aleksander, Kraków.  
 Rehman Stanisław, Kraków.  
 Prof. Dr. Rydygier, Kraków.  
 Kroebeł Franciszek, Kraków.  
 Dr. Schaitter Ignacy, Kraków.  
 Rudolff Karol, Kraków.  
 Piekosiński Franciszek, Kraków.  
 Kotarski Przemysław, Kraków.  
 Doc. Dr. Bossowski Aleksander, Kraków.  
 Dr. Wilkosz Aleksander, Kraków.  
 Niedziałkowski Janusz, Kraków.  
 Kieszkowski Henryk, Kraków.  
 Kolbe Wacław, Włocławek.  
 Seniow Bazyli, w Chłopach.

---

## O g ł o s z e n i a .

---

*Do niniejszego numeru załącza się spis artykułów zawartych w VI-tym roczniku „Przewodnika higienicznego“.*

---

## Wydawnictwo dzieł lekarskich polskich w Krakowie

rozpoczęło wydawać

Seryę II<sup>ga</sup> Rozpraw z zakresu medycyny praktycznej.

Cena całej seryi II. (20 ark. druku) 3 złr.

Nabyć można we wszystkich księgarniach krajowych i zagranicznych oraz w Administracyi Wydawnictwa (u Dra Surzyckiego, Floryańska 13).

---

## AKUSZERKA

Dwutygodnik zajmujący się sprawami położnictwa,  
wychodzi w **Odessie** pod redakcją

**Dr. Ambrożewicza**, (Dworiańska 15).

Przedpłata roczna 3 rbl.



# WODY MINERALNE

## sztuczne

TAŃSZE OD NATURALNYCH o 30%  
SPECYALNIE LECZNICZE

w konces. zakładzie fabrycznym

firmy

## K. RZAÇA i CHMURSKI

W KRAKOWIE,

pod kontrolą komisji przemysłowej Towarzystwa lekarskiego sporządzane, i przez Towarzystwo lekarskie Krakowskie polecone.

WODY MINERALNE SZTUCZNE:

Selterska, Bilińska, Vichy.

WODY SPECYALNE LECZNICZE:

**Litowa, Żelazista** (z pyrofosforanem żelazowym), **Jodowa**  
**Bromowa, Gorzka, Sodowa kwaśna.**

WODY GAZOWE:

jako codzienny napój w naszych miastach,  
gdzie wody studienne bywają zanieczyszczone, i przez to  
zdrowiu szkodliwe:

**Sodowa higieniczna, Gieshüblerska sztuczna.**

Do nabycia w Krakowie i na prowincyi,  
przeważnie w aptekach.

# PIWO SŁODOWE

wyrobu

## Konstantego Wiszniewskiego

aptekarza w Krakowie

polecane przez Towarzystwo lekarskie krakowskie na wniosek Komisji przemysłowej tegoż Towarzystwa, pismem z dnia 24 kwietnia 1889. L. 338.

 **Cena flaszki 36 centów.** 

---

Według metody Prof. Dra Soxletha

## STERYLIZOWANE MLEKO

dla niemowląt i chorych dorosłych

poleca i dostarcza

### Mleczarnia E. Dobrzyńskiej

W KRAKOWIE

przy ulicy Sławkowskiej L. 21.

---

## APTEKA „POD GWIAZDĄ”

### KONSTANTEGO WISZNIEWSKIEGO

w Krakowie

utrzymuje na składzie

### Krowiankę Józefa Freysingera

poleconą przez Towarzystwo lekarskie

oraz Krowiankę z Zakładu szczepiennego w Wiedniu.

**NA CZASIE!****NA CZASIE!**

**NAKŁADEM**  
**TOW. OPIEKI ZDROWIA**  
 w **Krakowie,**  
 wyszła z druku książka  
 pod tytułem

# O PIELEGNOWANIU ZDROWIA

dla użytku ludu wiejskiego

napisał

**Dr. JÓZEF BARZYCKI**

c. k. lekarz powiatowy.

Książka ta przez **Przegląd lekarski** bardzo pochlebnie oceniona, powinna obecnie w każdym znajdować się domu podaje bowiem w formie przystępnej dla każdego przepisy, jak zdrowie pielęgnować i od chorób epidemicznych ochraniać należy.

Cena egzemplarza 25 ct. Kupujący 20 exempl. na raz w biurze Towarzystwa opieki zdrowia (Kraków, Wiślna 5) płaci 4 złr., a za 100 egzemplarzy 15 złr. — Dla Członków Tow. opieki zdrowia cena egzemplarza 15 ct.

Równocześnie poleca się książeczkę:

## O pielęgnowaniu i żywieniu dzieci

w 1-szym roku życia

napisaną przez *Prof. Dr. M. L. Jakubowskiego.*

Nakładem Tow. opieki zdrowia.

Gdzie dziecko w domu, tam ta książeczka być powinna.

Cena 10 ct., z przesyłką pocztową 12 ct.

W imieniu Tow. Opieki zdrowia.

Wydawca i odpowiedzialny Redaktor **Prof. Dr. H. Jordan.**

Czciożkami Drukarni A. Słomskiego i Sp. w Krakowie.

## SPIS ARTYKUŁÓW

zawartych

w VI-tym Roczniku „Przewodnika higienicznego“ z r. 1894,

(Liczby odznaczają stronnice.)

- Alkohol Ob. Oceny i sprawozdania.  
 Alkoholizm 172, 339. Alkoholizm w Belgii 250. Zakład dla alkoholistów 17  
 Walka z alkoholizmem 272. Stowarzyszenie przeciw nadużywaniu napo-  
 jów wysokowych 54, 57.  
 Argentyna. Higieniczne stosunki w Argentynie 24.  
 Artykuły spożywcze. Ob. Kronikę fałszowań i oszukaństw.  
 Fałszowanie art. spoż. w Anglii 37, 334. Badanie art. spoż. w Gracu 73.  
 Aromatin 290.  
 Auera światło żarowe 207.  
 Automaty świetlne 185.  
 Bakterye gruźlicze w mleku 373.  
 Balsam cudowny Thierryego 51.  
 Balsam życia Spudäusa 289.  
 Barwiki anilinowe w winie 335.  
 Barwiki roślinne w winie 75.  
 Baśń o śmierci pozornej 345.  
 Bicykliści 345.  
 Błonica. Ob. Oceny i sprawozdania. B. a ferye szkolne 217, 310. B. i nauka  
 o odporności 317. B. leczenie 341. Skłonność do bł. 92.  
 Broń małego kalibru 346.  
 Brown-Séguard 125.  
 Bruk drewniany 55.  
 Busko 153.  
 Chleb 56.  
 Cholera w Turcyi 90, 151.  
 Choroby zaraźliwe udzielające się za pośrednictwem zakła-  
 dów golarskich i fryzjerskich 1.  
 Choroby zakaźne przenoszące się przez zakłady naukowe 50.  
 Choroby zakaźne w Australii 247.  
 Choroby płuc w Szwajcaryi 314.  
 Chorobliwość i śmiertelność w m. Krakowie 21, 51, 87, 120, 208.  
 Chorobliwość i śmiertelność w m. Lwowie 23.  
 Cognac fałszowany 74, 293.  
 Coffeinil 292.  
 Confetti i dur brzuszny 345.  
 Corned-Beef 38.  
 Cygara fałszowane 236.  
 Ćwiczenia gimnastyczne a siła wzroku. 185.  
 Czartoryska Marcelina 182.  
 Czekolada 34  
 Człowiek zwierzę 91.  
 Czy i o ile szkoła średnia może przyczynić się do fizycznego  
 wykształcenia młodzieży przez R. Vetulaniego 193.  
 Dentyści szkolni 55.  
 Dezynfekcja podczas epidemii cholery 3. Dezynfekcja listów i książek 184.  
 Zakłady dezynfekcyjne w Wiedniu 154.  
 Dobroczynność 349.  
 Dyeta szpitalna 248.  
 Dyetetyka wieku dziecięcego 239.

- Dziczyzna z kota 33.  
Dżuma 316.  
Epidemie. E. tyfusu 56, 57, 92, 153. E. żółtej febry 248. E. nerwowa w szkole dziewcząt 251.  
Esencje winowe 230, 330.  
Fałszowania. Ob. Kronikę fałszowań i oszukaństw. F. w Indiach wschodnich 291. F. w Hiszpanii 292.  
Farby trujące 25.  
Filtry wyrobu Maignen. 58, 297. F. Chamberlanda 319; Fabryka filtrów w Grodzisku 341.  
Gaz świetlny 24.  
Głosy czytelników 367.  
Głuchoniemi 263.  
Głuchoniemota w Królestwie polskim przez Dr. L. Wolberga 44.  
Gnilec na okrętach 54.  
Górnicy w salinach 249.  
Górnictwo w Austrii 177.  
Grzyby trujące 56, 344.  
Herbata. Fałszowanie herbaty 231.  
Homary 34.  
Homeopatya 316.  
Hygiena. H. rzemiosł i przemysłu 23, na Zjazdach lekarskich ob. Zjazdy i Kongresy. H. Szkolna w Węgrzech 24. H. w obec zbroczeń mowy 218. H. jamy ust u chorych 278. H. w Peszcie. 342. Rozwój higieny społecznej... Hygiena głosu 370.  
Hygiena szkolna przez Dr. P. Radeckiego 257.  
Jaglica 25. J. w Galicyi 343.  
Jaworze 56.  
Kapelusze 56.  
Kasy dla chorych 341.  
Kawa K. żółędziowa 73. K. palona 225. Fałszowanie kawy 226.  
Kawior 232.  
Kiełbasy farbowane 34.  
Kolonie letnie dla dzieci 92.  
Komisya sanitarna w Krakowie 57, 370; w New-York 370.  
Konferencya sanitarna w Paryżu 198.  
Kongresy. K. francuzkich neurologów i lekarzy chor. umysł. 57. K. lekarski w Rzymie 57, 84, 112, 201. K. samarytański 154. K. dla higieny i demografii 40, 184.  
Konkurs stowarzyszenia przeciw pijaństwu 54.  
Konserwy 275.  
Korespondencya Redakcyi w każdym numerze.  
Kręgosłupa skrzywienia boczne i sposoby zapobiegawcze przez Dr. Rościszewskiego 129.  
Kronenberg Stanisław 154.  
Kronika fałszowań i oszukaństw przez Dr. P. Radeckiego 33, 73, 226, 289, 328.  
Krowianka 86. Ob. Ospa.  
Krynica 218.  
Kuchnie ludowe 91.  
Kursy dla jakających się uczniów 249.  
Kwas borowy 37.  
Kwas salicylowy 330.  
Leczenie sokami roślin 329.  
Lecznica dla dzieci gruźliczych 59.

- Lecznice morskie 275.  
 Lekarze szkolni 57, 269.  
 Lekowanie domowe 154.  
 List z Warszawy 110.  
 List z Rivierzy 118.  
 Literatura niemoralna 125.  
 Lód. Badanie próbek lodu 89. Lód kostkowy 248. L. w aptekach 249. L. dla chorych 341. Wydobywanie lodu 57.  
 Lody wanilijowe 230.  
 Mąka. Oznaczenie dobroci mąki 54.  
 Malaria zapobieganie 248.  
 Margaryna 24, 226.  
 Masło. Jełczenie m. 252. Fałszowanie m. 334.  
 Mięso zgniłe 34, 54. M. farbowane 227.  
 Mieszkania dla robotników 58.  
 Miód 75.  
 Mleko. Zanieczyszczenie kałem 58. Zachowanie się mleka krowiego względem prątków cholery 215. Fałszowanie m. 290. M. źródłem epidemii tyfusu 315. Handel. m. w Londynie 333. Kontrola m. w Norymberdze 36.  
 Muszle stawowe i rzeczne jako pokarm 209.  
 Naczynia niepolewane 291.  
 Nadzór sanitarny 349.  
 Nagroda akademii francuskiej 370.  
 Napoje wysokokowe w Anglii 24.  
 Nauki lekarskie w Anglii 90.  
 Nauka jednorazowa 349.  
 Obwody sanitarne 153.  
 Oceny i sprawozdania przez Dr. Radeckiego: Libansky, Statystyka zakładów dla ociemniałych 19; Bujwid, O najnowszych postępach w dziedzinie higieny 80; Polak, O endemicznej ospy w Warszawie i o profilaktyce takiej w związku z profilaktyką chorób zakaźnych w ogólności 81; Danielewicz, Warszawska śmiertelność w r. 1892. 83; Oltuszewski, Przyczynę do nauki o zbożeniach mowy; Fiziologia dźwięków alfabetu polskiego 179; Rauer, Własności trujące powietrza wydychanego 181; Ciemniwski, O mieszkaniach ubogiej ludności w Warszawie 205; Wolny, Przepuszczalność gruntu 206; Auera światło żarowe 207; Rigaux, Mleka zgęszczone 207; Sack, Fizyczny rozwój chłopców w szkołach średnich Moskwy 242; Weyl, Zdrowotność w Berlinie pod wpływem urządzeń higienicznych 245; Pelc, Stosunki sanitarne w Królestwie czeskim z r. 1892 246; Petri, szerzenie się chorób zakaźnych za pośrednictwem kolei żelaznych 271; Kraus, Walka z alkoholizmem 272; Cybulski, Próba badań nad żywieniem się ludu wiejskiego w Galicyi 306; Goldschmidt, Trąd 311; Najnowszy kierunek w leczeniu błonicy 310; Krug, Skrzywienia kregostupa 312; Schmid, Wpływ pory roku i szkoły na wzrost dzieci 336; Sprawozdanie stowarzyszenia zajmującego się leczeniem jaskających się uczniów w Hamburgu 337; Kąpiele ludowe 337; Heubner, Mleko krowie 338; Forel, O napojach wysokokowych 339; Damman, Dozór sanitarno policyjny nad produkcją mleka 339; Kalendarz lekarski 340; Csokor i Ostertag, Oględziny mięsa 358; Kronfeld, Spalanie zwłok 359; Lewy, Zapalki z fosforem 359; Jaro Paweł, Pielegnowanie zdrowia w Akademii Terezyńskiej w Wiedniu 360; Krokiewicz, Studium nad cholera 361; Sprawozdanie roczne z zakładu szczepiennego w Wiedniu 361; Ponikło, O napojach wysokokowych a w szczególności o piwie pod względem higienicznym 362.  
 Ochędstwo — łaźnie ludowe i szkolne przez Dr. Radeckiego 234.  
 Ochronne własności organizmu wobec pasorzytów chorobotwórczych przez Prof. Dr. Browicza 321.  
 Oczyszczanie wody do picia 248, 277, ob. Woda.

- Oddział chorób krtani w Szp. św. Łazarza 126.  
Ofiarność 59, 341.  
Ofiary wojny 317.  
Otląszanie nazwisk fałszerzy 77.  
Ogrody 93.  
Ojców 182.  
Okres wylegania i zaraźliwości chorób zakaźnych 25.  
Oliwa 334.  
Ołów 35.  
Opalanie wagonów osobowych 50.  
Organizacja służby zdrowia 154.  
Ospa. Szczepienie 56, 153, 184, 316, 366, 370.  
Oświetlanie gazem i wentylacja 91.  
Otrucia. O. w Anglii 56; O. mięsem 54; O. serem 315  
Ozdrowieńcy. Dla ozdrowieńców robotników 38.  
Parki szkolne 125.  
Piecze gazowe 369.  
Pieniądze papierowe 275.  
Pieprz fałszowany 74.  
Piwo z kwasem salicylowym 74.  
Policja zdrowia 75.  
Poprawa mieszkań 343.  
Postępy w dziedzinie odporności 279.  
Portwein 331.  
Prasa lekarska 249, 373.  
Produkcja tytoniu 314.  
Profilaktyka gruźlicy 348.  
Przekłuwanie uszu 317.  
Przenoszenie się prątków drogowych za pośrednictwem powietrza 263.  
Przepiórki 74.  
Przyrządy. P. dezynfekcyjny systemu Kutschery 54. P. do przygotowania wody  
276 P. leczniczy galwan. magnet. 329. P. do sterylizowania 24.  
Przytułek dla rzemieślników 218.  
Pyrolin i spirytus gronowy 330.  
Rażenie prądem elektrycznym 315.  
Rewizja ustawy o fałszowaniu artykułów spożywczych 330.  
Riviera 118.  
Rocznik wiedeńskich zakładów leczniczych 54.  
Rozwój higieny społecznej przez Dr. Radeckiego 354.  
Samobójstwa 56.  
Sardinin 230.  
Siarkowanie orzechów i migdałów 290.  
Służba zdrowia w Austrii 151.  
Składy materiałów aptecznych 216.  
Śmiertelność dzieci 25.  
Spirytyzm, hypnotyzm, medyunizm 123.  
Sport. ćwiczenia fizyczne i gry dla młodzieży i ludu 140.  
Sprawozdanie za r. 1893 z pracowni chemicznej w Hanowerze 330.  
Sprawozdanie chemika kantonowego w Bernie 335.  
Sprawozdanie o przebiegu chorób nagminnych 22, 52, 88, 121,  
152, 183, 273, 274, 313.  
Sprawozdanie z ruchu chorych w szpit. św. Łazarza w Krakowie 53,  
89.  
Sprawozdanie z ruchu chorych w szpit. Br. Miłosierdzia w Krakowie 53.  
Sprawozdanie chemika miejskiego St. Albertiego z czynności za r.  
1893, 161.  
Sprawy zdrowia w New-York 48.  
Środki tajemne 36.

- Statystyka wybuchów lamp naftowych 56.  
 Statystyka przyczyn śmierci w ostatnim dwudziestolecu 77.  
 Stosunki zdrowotne w m. Lwowie w r. 1893. przez Dr. Pawlikowskiego 65.  
 Surowica lecznicza 368.  
 Szalierz nowy 290.  
 Szczawnica jako zimowa stacya klimatyczna 6, 39.  
 Szczepienia przeciw cholerze 25.  
 Szczepienia wyniki w armii 153.  
 Szpitale w Anglii 25. S. w Tanga 58. S. dla dzieci 203.  
 Talizman 328.  
 Tłuszcz wieprzowy 334.  
 Towarzystwo lek. krakowskie 25. T. lek. w Warszawie 58. T. lek. w Czer-  
 niowcach 125. T. higien. niemieckie 92. T. przyj. nauk w Poznaniu 154.  
 Trujące łyżki 35.  
 Tyfus. T. plamisty we Lwowie 57. T. plamisty w Mayenne 92. T. w Pradze  
 153. T. w Ötweiler 153.  
 Tytoniu wpływ na laseczniki gruźlicy, spraw. doc. Wachholza 270.  
 Uffelmann 126.  
 Uniwersytet Jagielloński 126, 182, 314 368.  
 Uniwersytet i kobiety 346.  
 Urząd targowy w Wiedniu 36, 76, 290.  
 Urządzenia zdrowotne dla robotników 294.  
 Wążenie chorych 125.  
 Wapno żrące w cukierkach 291.  
 Wegeteryanizm 213.  
 Wilgoć w domach murowanych 348.  
 Wino. Fałszowanie wina w Rosyi 34. W. dla chorych i dzieci 35. Fałszowa-  
 nie w. 231, 291, 292, 331. Farbowane wina 331. W. zagraniczne 332.  
 Woda. Zaopatrzenie w wodę królestwa württembergskiego 18. Hygieniczne oce-  
 nienie wody 249. Wody mineralne 253. Woda do picia w obozach i pod-  
 czas marszów z uwzględnieniem metody filtrów 297.  
 Woda ze stanowiska higieny przez Prof. Bujwida 97.  
 Wściekliczna. Leczenie 153. Zakład w Moskwie 184. O potrzebie urządzenia  
 w Krakowie zakładu do szczepień 188. Leczenie zapobiegawcze 282.  
 Wycieczka do Kneippa 275.  
 Wydział lekarski w Odessie 217. we Lwowie 312.  
 Wyjazd na Wystawę krajową uczniów szkół średnich 190.  
 Wykłady popularne 91.  
 Wystawa higieniczna 58, 314, 368.  
 Wystawa międzynarod. sposobów żywienia 153.  
 Wystawa kucharska 370.  
 Zakłady dobroczynne 57.  
 Zapisy 56.  
 Zapalenie migdałów 276.  
 Zapalenie opon mózgo-rdzeniowych 368.  
 Zatrucie tlenkiem węgla 371.  
 Zarys higieny 182.  
 Zbiory muzeum w New Scotland-Yard 373.  
 Zdrojowiska i uzdrowiska 154.  
 Zebraćwo w zakładach zdrojowych i klimatycznych 365.  
 Zestawienie statystyczne z r. 1893 z chorobliwości i śmiertelności  
 w Krakowie 21.  
 Zjazdy. Z. lekarzy powiatowych 125, 151. Z. lekarzy i przyrodników polskich  
 151, 186, 217. Z. balneologów 318.  
 Złot polskiego Sokolstwa 189.  
 Zmiany krwi w okolicach górzystych 345.  
 Zranienia oka przez wybuchające kapsle 277.







