

PRZEWODNIK KĄPIELOWY

Adres redakcyi i administracyi: Kraków, ulica Szewska 27.

Popierajmy polskie zdrojowiska i uzdrowiska!

I. Solanki

- a) pojedyncze:
Birsztany, Druskieniki, Rymanów (zdr. Klaudyi).
- b) jodowo-bromowe:
Ciechocinek, Iwonicz, Rabka, Rymanów (zdrój Celestyny i Tytusa).
- c) litowe:
Iwonicz, Rymanów.
- d) żoły (zgęszczone):
Ciechocinek, Rabka, Truskawiec.

II. Wody gorzkie:

Morszyn.

III. Wody siarczane:

Busko, Krzeszowice, Lubień, Niemirów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.

IV. Szczawy

- a) alkaliczne:
Głębokie.

- b) alkaliczne:
Krośnice, n. D., Szczałwnica, Wysowa.
- c) wapniowe:
Drużbaki, Nałęczów.
- d) żelaziste:
Krynica, Nałęczów, Sławinek, Szczałwnica, Wysowa, Żegiestów.

V. Cieplice:

Jaszczurówka koło Zakopanego.

VI. Kąpiele morskie:

Poługa.

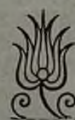
VII. Uzdrowiska i stacye klimatyczne:

- a) górskie i podgórskie:
Bystra, Delatyn, Dora, Jaremcze, Jaworze, Kosów, Ojców, Ustroń, Wisła, Worochta, Zakopane, Zawoja.
- b) nizinne:
Czarniecka Góra, Grodzisk, Otwock, Sassów, Sławuta.

Uwaga. Tłustym drukiem oznaczono miejscowości, co do których bliższe szczegóły znajdują się w ogłoszeniach.

Polecają największy wybór
PAMIĄTEK Z KRAKOWA
Papiery listowe.
KARTKI Z WIDOKAMI.
Przybory
biurowe i kancelaryjne.

JANECZEK & ZIEMBICKI



Kraków, Rynek główny L. 8
naprzeciw kościoła św. Wojciecha.

Filia: Plac Maryacki L. 2.



Fabryczny skład
**LALEK I ZABAWEK
DLA DZIECI.**

= CENY NIZKIE. =

Towaru z Prus nie sprowadzamy!



ZAKŁAD FOTOGRAFICZNY

Z ZASTOSOWANIEM NAJNOWSZYCH
PRĄDÓW W DZIEDZINIE FOTOGRAFII

POD FIRMA

KUCZYŃSKI i GÜRTLER

W KRAKOWIE, RYNEK GŁÓWNY, „PAŁAC SPISKI“

PRACE NAGRODZONE ŻŁOTYMI MEDALAMI W GENEWIE I ZURYCHU.

IWONICZ

Zakład zdrojowo-kąpielowy i klimatyczny
(stacya kolejowa Iwonicz w Galicyi).

Najsilniejsza szczawa siono-jodowo-bromowa. — Od dawna stwierdzoną jej skuteczność we wszystkich postaciach żółtów (scrofulosa), w chorobach kości, jamy nosowej, uszu, skóry i wogóle we wszystkich chorobach, wymagających przyspieszenia odnowy materji. Leczenie ortopedyczne i masażowe. Inhalacje systemu „Waldenburga“ i systemu „Clara“. Kąpiele w gorącym powietrzu systemu „Polana“, tudzież sztuczne kąpiele gazowe.

Urządzenie Zakładu wzorowe, oświetlenie elektryczne, wodociągi, kąpielica zakładowa, w której odbywa się codziennie Msza św. Lekarze zakładowi: **Doc. Dr. Antoni Gabryszewski** ze Lwowa i **Dr. Julian Staniszewski** z Krakowa, tudzież 6 lekarzy wolno praktykujących.

W sezonie I-szym od 15. maja do 20. czerwca i w III-cim od 20. sierpnia do końca września mieszkania znacznie tańsze. Uwolnienia od taksy na podstawie świadectw ubóstwa udziela się tylko w I. i III. sezonie.

Zamówienia na mieszkania, wodę mineralną, sól, ług i muł przyjmuje i wszelkich wyjaśnień udziela

Dyrekcya Zakładu zdrojowo-kąpielowego w Iwoniczu.

**Zakład
lecniczy**
(sanatorium i zakład
dyatetyczno-fizykal-
no-wodolecniczy)

„QUO VADIS“
Dra J. Maciejewskiego

w
Kissingen
Ludwigstrasse 16
(Bawaryja)

dla chorób wewnętrznych (specjalnie żołądka, kiszki, serca, naczyń, wymiany materji), nerwowych i kobiecych, otwarty od 1. marca do 31. listopada.

Najnowsze urządzenia lecznicze dla balneo-, hydro- i elektroterapii, leczenie światłem i masażem. — Kuchnia dyatetyczna indyw. — Urządzenie nowoczesne, służba polska.

Cena za pokój z pensją i usługą od 4½ — 6 rubli dziennie.

Z środków leczniczych i kuchni dyatetycznej zakładu mogą korzystać także moi pacjenci mieszkający poza zakładem.

Wczesne zgłoszenia, szczególnie w głównym sezonie. pożądane.

Skuteczniejsza i tańsza
niż inne szczawy!!!

WODA KROŚCIENSKA
ze źródła Stefana

oddaje znakomite usługi w chorobach dróg oddechowych, pokarmowych, moczowych itp.

Poleca się jako wodę krajową
opieczętowaną przez P. T. lekarzy polskich.

Znakomity napój
diatetyczny!!!

Naleczów

(GUBERNIA LUBELSKA)

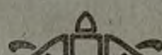
Zakład leczniczy cały rok otwarty.

W lecie kąpiele żelaziste i borowinowe.

Cały rok hydroterapia i wszelkie metody fizykalne.

Utrzymanie wraz z leczeniem 4 ruble dziennie.

Dyrektor Zakładu: **Dr. A. Puławski.**

Niemirów  Niemirów

Zakład kąpielowy

Źródła siarczano-solno-alkaliczne; zbadane przez **Dra B. Radzi-
szewskiego** prof. chemii Uniw. lwowskiego i **K. Klinga** asyst.
instytutu chemii we Lwowie.

Znakomicie leczą choroby skórne, reumatyzm, artryzm, skrofule,
choroby nerwowe.

Niemirów położony wśród lasów szpilkowych, ma piękne
okolice, zdrowe powietrze. Kąpiele urządzone
w r. 1907 przez firmę **L. NITSCH** i Ska w Krakowie, według
najnowszych metod. Mieszkania większe i mniejsze po cenach
bardzo przystępnych. — Otwarcie sezonu 20 maja.

Stacya kolei:
MUSZYNA-KRYNICA
ze Lwowa 11 godzin jazdy
z Krakowa 6 „ „
z Budapesztu 9 „ „

KRYNICA

Poczta 3 razy dziennie
i urząd telegr. w miejscu.
Apteka.

C. K. ZAKŁAD ZDROJOWY W GALICYI

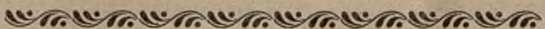
W Karpatach 600 m. n. p. m. Od stacyi kolejowej godzina bitej drogi. Na stacyi wygodne powozy. Środki lecznicze: Źródło: „Źródło główne“ i „Stotwinka“ bardzo silnej szczawy wapienno i magnezjowo-sodowo-żelazistej. Kąpiele mineralne bardzo obfite w kwas węglowy wolny, metodą Schwartza ogrzewane (w roku 1906 wydano 79.333). Wskazania lecznicze: niedokrewność, osłabienie nerwowe, blednica, przewlekły niezbyt pęcherza, choroby serca i naczyń krwionośnych etc. Nader skuteczne kąpiele borowinowe we wszystkich chorobach kobiecych, pizy reumatyzmie, w sprawach wysiękowych, obrzękach wątroby etc. (w roku 1906 wydano 24.455). Skarbowy zakład hydropatyczny pod kierunkiem specjalisty **Dra Ebersa** (w roku 1906 wydano 15.463). Kąpiele gazowe z czystego kwasu węglowego. Kąpiele rzeczne, parowe, elektryczne, słoneczne, mięsienie. Klimat wzmacniający podalpejski. Leczenie tenorene. Wody mineralne miejscowe i wszelkie zagraniczne. Kefir. Żętyca. Mleko sterylizowane. Lekarz zakładowy **Dr. Kopff** z Krakowa, stałe cały sezon. Nadto 16 lekarzy wolno praktykujących. Mieszkania: przeszło 1700 pokoi z całkowitym komfortem urządzonych w cenie od 1 K 20 h dziennie wwyż. Dom zdrojowy, wypożyczalnia książek. Restauracje. Pensjonaty prywatne, hotele, cukiernie. Kościół katolicki. Cerkiew. Muzyka zdrojowa stała (dyrektor **Adam Wroński**). Stały teatr, koncerty, odczyty, bale. Rozległy park szpilkowy, około 100 morgów obszaru. Wodociągi wody źródlanej słodkiej z gór sprowadzanej. Frekwencya w roku 1906 przeszło 7750 osób. **Sezon od 15. maja do 10. października.** W maju, czerwcu i wrześniu ceny kąpeli, mieszkań w domach skarbowych i potraw w restauracyi domu zdrojowego o 25% niższe. W lipcu i sierpniu nie udziela się ubogim żadnych ulg. Rozsyłka wód mineralnych krynickich od kwietnia do listopada. Składy we wszystkich większych miastach w kraju i za granicą. Taksa kuracyjna od 6 do 20 koron. Blższych wyjaśnień na żądanie udziela, broszury i prospektu rozsyła

C. k. Zarząd zdrojowy w Krynicy.

PRZEWODNIK KĄPIELOWY

Organ polskiego Towarzystwa balneologicznego.

Dwutygodnik ilustrowany. — Wychodzi od 15. kwietnia do 1. października.

Redaguje Komitet.  Redaktor: Dr. KAZIMIERZ FLIS.

Redakcja i administracja:

Kraków, ulica Szewska L. 27. — Telefon Nr. 405.

Rękopisów nie zwraca się.

OGŁOSZENIA:

za 1 wiersz petitem lub jego miejsce 30 hal.

Adresy lekarskie 1 K 50 h jednorazowo.

„Przewodnik kąpielowy“ rozsyła się bezpłatnie P. T. Lekarzom w Galicyi, W. Ks. Poznańskim i Królestwie Polskim, czytelnikom publicznym, kawiarniom, cukierniom, restauracyom, hotelom i umieszcza w pociągach osobowych i pospiesznych na głównych liniach kolejowych. W prenumeracie kosztuje „Przewodnik kąpielowy“ 6 kor. za rocznik.

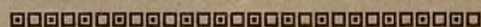
Przegląd najważniejszych chorób przewlekłych, nadających się do leczenia w polskich zdrojowiskach i uzdrowiskach.

Choroby	Nadają się do leczenia w zdrojowiskach i uzdrowiskach	Choroby	Nadają się do leczenia w zdrojowiskach i uzdrowiskach
Choroby serca i naczynia krążenia	Ciechocinek, Iwonicz, Jaworze, Krynica, Morszyn, Ojców, Rymanów, Szczawnica, Truskawiec.	Nerwice ogólne i przewlekłe choroby nerwowe z tłem anatomicznym	Bystra, Ciechocinek, Czarniecka Góra, Grodzisk, Jaśkowice, Jaworze, Kiselka, Kosów, Krynica, Lubień, Maryówka, Morszyn, Nałęczów, Nowe Miasto, Ojców, Otwock, Sławuta, Solec, Szczawnica, Truskawiec, Zakopane, Żegiestów.
Choroby nosa, gardła, krtani, płuc i opłucnej	Birsztany, Bystra, Iwonicz, Jaśkowice, Jaworze, Kamionka, Kosów, Nałęczów, Nowe Miasto, Ojców, Otwock, Rabka, Sławuta, Szczawnica, Truskawiec, Wysowa, Zakopane.	Choroby kości, mięśni i stawów na tle reumatycznym i gruźliczym	Birsztany, Busko, Ciechocinek, Druskieniki, Iwonicz, Krynica, Krzeszowice, Lubień, Morszyn, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.
Choroby żołądka	Druskieniki, Krynica, Rymanów, Szczawnica, Żegiestów.	Choroby przemiany materii, jak otyłość, moczówka cukrowa, dna i t. d.	Birsztany, Busko, Czarniecka Góra, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Ojców, Otwock, Rymanów, Solec, Szczawnica, Truskawiec, Żegiestów.
Choroby jelit	Birsztany, Druskieniki, Kamionka, Kosów, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Truskawiec, Rymanów, Żegiestów, Szczawnica.	Choroby krwi	Bystra, Jaworze, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Ojców, Sławuta, Szczawnica, Truskawiec, Wysowa, Zakopane, Żegiestów.
Choroby wątroby i dróg żółciowych	Ciechocinek, Iwonicz, Morszyn, Szczawnica, Truskawiec.	Zoły — przymiot	Birsztany, Busko, Ciechocinek, Druskieniki, Iwonicz, Lubień, Morszyn, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.
Choroby śledziony	Iwonicz, Krynica, Szczawnica, Zakopane, Żegiestów.	Choroby skóry	Ciechocinek, Birsztany, Iwonicz, Lubień, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.
Choroby nerek i pęcherza	Ciechocinek, Druskieniki, Krynica, Nałęczów, Rymanów, Szczawnica, Truskawiec.	Zatrucia morfinowe, wyskokowe, nikotynowe i rtęciowe	Grodzisk, Kiselka, Maryówka, Nowe Miasto, Solec, Swoszowice, Zakopane.
Choroby kobiece	Birsztany, Busko, Ciechocinek, Czarniecka Góra, Druskieniki, Iwonicz, Jaworze, Krynica, Lubień, Maryówka, Morszyn, Nałęczów, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec, Żegiestów.		



**♣ ZDZISŁAW ♣
ZDANOWICZ**

W KRAKOWIE, UL. SŁAWKOWSKA 3, HOTEL SASKI



poleca: Kapelusze, Cylindry, P. & C. Habiga, Scotta i inne, Bieliznę męską, Krawaty, Rękawiczki, Płaszcz, Pele-ryny gumowe nieprzemakalne, Kufry, Torby, Paski, Plaidy, Necesery.

Zdrojowiska i uzdrowiska:

Rabka, Zakopane, Szczawnica, Żegiestów, Krynica.

Spostrzeżenia i uwagi z wycieczki balneologicznej X zjazdu lekarzy i przyrodników polskich we Lwowie spisał dr. Józef Jaworski, przew. Wydziału balneologiczno-klimatologicznego Warsz. Tow. hig.

(Ciąg dalszy).

Następną miejscowością, do której przybyła wycieczka, było

Zakopane.

Zakopane, jak wiadomo, leży w szerokiej dolinie, na przestrzeni około 40 km. □, zasłoniętej od północy wzgórzem Gubałowskim około 1.125 m. nad poziom morza wzniesionem; od wschodu ciągną się mniejsze wyniosłości. Najmniejsze punkty miasteczka wyniesione są na 837 m. nad poziom morza, najwyższe na 1.002 m. Zakopane, jako uzdrowisko, jako stacya klimatyczna dzięki swemu położeniu geograficznemu, wzniesieniu nad poziom morza, zasłonięciu korzystnemu od wiatrów, składowi gruntu i pokrywającej ten grunt roślinności posiada wszelkie cechy klimatu górskiego, podobnego w ogólnych zarysach do alpejskiego na odpowiednich wzniesieniach, różni się zaś od niego, że klimat tutaj więcej się zbliża do klimatu kontynentalnego.

Przechodząc do warunków zdrowotnych Zakopanego, to te w miarę zwiększającej się frekwencji, przewyższającej obecnie przeszło 10.000 osób rocznie, na ogół są upośledzone, chociaż w latach ostatnich względnie dużo zrobiono dla uzdrowotnienia Zakopanego. Na pierwszym pod tym względem miejscu postawić wypada epokowe dzieło dla Zakopanego, jakim są wodociągi przeprowadzone i pobudowane wraz z filtrami według ostatnich zasad nauki i techniki.

Do urządzeń, mających na celu zdrowotność, za-

pobieganie chorobom, należy: zakład dezynfekcyjny dobrze zaopatrzony, następnie szpitalik (od 8-miu lat na 12 łóżek) z salą operacyjną, oraz oddziałem izolacyjnym dla chorób ostrych zakaźnych, w którym z obowiązku umieszczani bywają chorzy, gdy warunki mieszkaniowe nie pozwalają na dokładne przeprowadzenie izolacji chorego.

Godnem jest zaznaczenia, że w Zakopanem istnieje organizacya zawiadamiania lekarza stacyi klimatycznej o każdym stwierdzonym przypadku choroby zakaźnej, nie wyłączając gruźlicy, oraz o przeprowadzaniu odkażania mieszkań po chorych.

Do przewożenia chorych na choroby ostre zakaźne przy szpitalu znajduje się osobny wóz i specjalne nosze kryte, dające się dokładnie odkazić.

Badania produktów spożywczych na targu, oraz rewizyi w restauracjach, cukierniach, sklepach, piekarniach etc. dokonywa co pewien czas lekarz stacyi klimatycznej.

Na drodze postępu pod względem zdrowotnym przodować przedewszystkiem powinny zakłady lecznicze, a także t. zw. pensyonaty. Otóż przyznać trzeba, że i pod tym względem Zakopane kroczy naprzód i stopniowo się rozwija.

Te zakłady, które miałem możność osobiście zwiedzić, zadość czynią wymogom, stawianym przez medycynę i higienę. Do takich między innymi zaliczam jeden z najdawniejszych, ciągle wzrastający, nie tylko co do obszaru, lecz i co do ulepszeń, znany zakład leczniczy dra Chramca.

Drugim zakładem, lecz już w ścisłem słowa znaczeniu leczniczym, jest sanatorium dla chorób piersiowych dra M. Hawranka, prowadzone obecnie przez dra Czaplckiego.

Trzecim zakładem leczniczym, który zwiedziłem, jest Dom Zdrowia Towarzystwa uczącej się

Dr. T. PIOTROWSKI.

Znaczenie poziomek w lecznictwie.

Korzystny a często zbawienny wpływ owoców na organizm człowieka znany był już w zamierzchłej przeszłości. Za praocjów późniejszych jarców uważać możemy młodzieńców żydowskich, którzy pozostając w niewoli pogan, mimo żywienia się tylko owocami i jarzynami, posiadali nadzwyczajną piękność i zdrowie. Ze owoców, a szczególnie gron winnej latorośli używano w starożytności w celach leczniczych. mamy o tem wzmiankę w dziełach Asklepiadesa i Pliniusza. I do naszych czasów zachowało się używanie owoców w celach leczniczych, tylko z postępowaniem nauki zmieniły się wskazania. Najczęściej używanym owocem w celach leczniczych są grona winnej latorośli; głównymi czynnikami działającymi są: cukier gronowy, wolne kwasy i białko. Leczenie winogronowe nie może być jednak wszędzie przeprowadzone dlatego, że nie w każdym klimacie udaje się winna latorośl; leczenie zaś winogrodem sprowadzanym jest dosyć kosztowne i utrudnione, gdyż nie wszędzie przez cały czas leczenia można dostać ten sam gatunek winogron. Użycie winnej latorośli w celach leczniczych można zastąpić zupełnie dobrze owocami, których podostatkiem mamy w kraju, a których części składowe soku są prawie równe z częściami składowymi winnej latorośli. Z owoców krajowych najbardziej zbliżone do soku winogron są wiśnie, poziomki, porzeczki i maliny. Z tych owoców krajowych zyskały u nas zastosowanie lecznicze poziomki. W księgach lekarskich XVII. wieku znajdujemy przepisy na podawanie poziomek w schorzeniach nerek i pe-

cherza, zwłaszcza przy skłonności do tworzenia się piasku. Podawano poziomki w postaci odpowiednio przygotowanych pigulek, lub jako wódkę poziomkową kilka razy dnia. Wódkę tę przygotowywano w ten sposób, iż garniec dojrzałych poziomek zalewano słoną wodą, po zakisnięciu przepalano, a do otrzymanego płynu dodawano świeżych jagód i od razu ponownie przepalano.

Poziomka zwyczajna (*fragaria vesca*) rośnie dziko gromadnie po lasach i zrębach, na wzgórzach okrytych trawą, bywa także uprawiana i po ogrodach. Liście ma trójlistne, płkowane, kwiat płaski, biały, w okolicach skalistych nieco żółtawy; owoc tworzy jagodę smaku słodko kwaskowatego o przyjemnej, aromatycznej woni. Pierwszy najobfitszy zbiór poziomek przypada na maj i czerwiec, a w okolicach górzystych na czerwiec i lipiec. Później giną niemal zupełnie, tylko w okolicach górzystych pojawia się drugi zbiór, mniej obfity niż pierwszy, w końcu sierpnia i pierwszej połowie września. Składnikami soku jagód poziomek są: cukier w równej ilości jak w soku winogron, wolne kwasy w ilości większej, bo na 1000 części w poziomkach jest 11·3, w winogrodzie 10·3. białko i dosyć znaczna ilość soli sodowej. Z kwasów znajdują się w poziomkach: kwas jabłkowy, cytrynowy, nieco kwasu salicylowego, krzemowego i garbnikowego.

Działanie jagód poziomek zależeć będzie od dwu czynników: od działania chemicznego składowych części soku i mechanicznego z powodu dużej ilości na powierzchni jagód znajdujących się ziarenek. Sok, jako płyn, zawierając dużą ilość wody, działa na ustrój ochładzająco, usmierza pragnienie, pobudza, dzięki obecności sodu, czynność wydzielniczą nerek i obniża kwasotę

młodzięży, skromnie urządzone, lecz dający również bardzo zachęcające wyniki lecznicze, o czem nam mówiono i co się okazuje ze sprawozdania.

Na zwiedzenie sanatorium dla chorób pierśiowych w Zakopanem dra K. Dłuskiego poświęciliśmy prawie dzień cały. Sanatorium to, położone na stokach Gubałówki, na uboczu, o 3 klm. od samego Zakopanego, w miejscowości zacisznej, wolnej od kurzu i wrzawy, należy, jak wiemy, do najlepiej urządzonych w Europie, a pod względem prowadzenia lekarskiego służyć może za wzór tego rodzaju zakładom.

Od opisu szczegółowego wymienionych zakładów w tem miejscu się wstrzymuję, uczynili to już dawniej, w sposób dokładny, inni lekarze.

Podnosząc to, co na wyróżnienie zasługuje, wskazując ulepszenia, jakie pod względem zdrowotnym już w Zakopanem zaprowadzono, nie możemy powstrzymać się od wypowiedzenia tych żądań, których spełnienie zapewnić może i powinno Zakopanemu rzeczywisty dalszy rozwój i postęp.

Żądania te zarzecz się dadzą w następujących punktach:

I. Sporządzić plan regulacyjny, który umożliwi stworzyć zupełnie nowe Zakopane,



KRYNICA.

czy to na stokach Gubałówki, czy na Chramcówkach, Bystrem i t. p. a stara dzielnica, jak Krupówki i t. p. przestaną nosić miano uzdrowiska i czynić ujmę naszej perle Tatrzańskiej.

II. Zaprowadzić kanalizację oraz racjonalne usuwanie śmieci i odpadków kuchennych, w braku czego warunki zdrowotno-hygieiczne stopniowo, a stale pogarszać się muszą.

III. Osuszyć mokre części wsi, które czasami dają się bardzo niemiło uczuć przyjezdnym.

IV. Zaprowadzić oświetlenie elektryczne.

V. Urządzić park do spacerów, park do zabaw dziecięcych, do sportów zimowych.

VI. Wybudować rodzaj Domu Zdrojowego z zakładem picia wód mineralnych, kefiru i t. p.

Wykonanie tego wszystkiego zależnym jest. nasamprzód, od uzyskania osobnej ustawy u Sejmu, normującej dla Zakopanego, jako uzdrowiska, osobny zarząd.

Obecna Rada gminna, a zapewne i następne, nie zdobędą się na urządzenia na szerszą skalę, bo to pociąga za sobą wielkie wydatki, a choćby się one w przyszłości stokrotnie rentowały, to żaden gazda zako-

treści żołądkowej. Cukier i białko działają odżywczo, kwasy pobudzają łaknienie. Drobne ziarenka, usadowione na powierzchni jagód, przechodzą przez przewód pokarmowy niestrawione i drażniąc błonę śluzową jelit, pobudzają ruch robaczkowy, a przez to ułatwiają wydalanie treści jelitowej. Tak więc działanie ich chemiczne uzupełnia się mechanicznem.

Prócz jagód świeżych używane także bywają do celów leczniczych jagody suszone i liście. Owoc do suszenia zbiera się po zupełnem dojrzeniu, liście w kwietniu lub maju. Z liści i owoców suszonych podaje się napary, z liści, jako mających więcej garbnika, podaje się, zwłaszcza w medycynie ludowej, napary przy zaburzeniach żołądkowych, w biegunkach, wreszcie jako tak zwane ziółka wiosenne, krew czyszczące. Napar z jagód suszonych używany bywa w medycynie ludowej w zaburzeniach nerek, pęcherza i cierpieniach wątroby.

Do systematycznego leczenia nadają się tylko jagody świeże i te znalazły w medycynie lekarskiej zastosowanie; podaje się je albo same, albo z cukrem, mlekiem, chlebem lub winem. Rozpoczynając leczenie, podaje się na dobę 1/2 klg., potem stopniowo zwiększa się ilość do 2 klg., niektórzy radzą dochodzić na dobę do kilkunastu kilogramów. Najkorzystniejsze działanie uzyskuje się, podając poziomki na czczo. Ponieważ są osoby, które na czczo poziomek nie znoszą, można polecić im spożywać poziomki z mlekiem na pierwsze śniadanie, a gdyby i to było niemożliwe, w godzinę po lekkim śniadaniu. Z ilości, przeznaczonej na dobę, 1/3 a czasem nawet 1/2 spożywa się przed śniadaniem, lub, jeżeli to niemożliwe, w godzinę po śniadaniu, drugą trzecią część na godzinę przed obiadem, resztę na go-

dzinę przed kolacją. Najlepiej używać jagód dobrze dojrzałych, samych. Przy używaniu dużej ilości, należy, dla zmniejszenia posmaku kwaśnego, dodawać cukru, mleka, lub przegryzać chlebem. Kropić rumem poziomki, lub popijać winem należy wtenczas, jeżeli po użyciu większej ich ilości doznają chorzy niemiłych sensacji w żołądku, lub mają skłonność do biegunek. Nie każdy jednak osobnik, mimo wskazania leczniczego, może używać poziomek. Bywają przypadki dziedzicznej idiosynkrazji. U obciążonych wstrętem do poziomek pojawia się palenie w gardle i żołądku, pieczenie i świąd skóry, a nierzadko i wysypka pęcherzykowa, zwana pokrzywką (*urticaria*), która po kilku godzinach sama ustępuje. Objawy te pojawiają się u niektórych osób po użyciu dopiero większej ilości poziomek, u niektórych zaś już po kilku jagodach, a nawet po użyciu soku. W czasie kuracji poziomekowej, o ile z powodu stanu chorobowego nie ma innego wskazania, powinno odżywienie być forsowniejsze, dyeta pożywna, więcej mięsna. Ilości małe, 1/2—1 klg. na dobę, podaje się tym chorym, u których chodzi o podniecenie czynności nerek i równoczesne podniesienie odżywienia. Możemy to jednak zastosować tylko w razie prawidłowej czynności przewodu pokarmowego. Ilości większe, do 2 i więcej klg. na dobę, podajemy tam, gdzie chodzi o działanie odciągające, n. p. przy przekrwieniach narządów jamy brzusznej, w cierpieniach krwawnicowych, w uporczywym zaparciu stolca, przy zastojach w krążeniu małym i t. p., przyczem dyeta powinna być chudsza: mniej mięsa, więcej mleka, jaj, legumin.

(Dokończenie nastąpi).

pański tego nie rozumie i na nie się nie zgodzi. Komisya klimatyczna jest w gospodarce ograniczoną, zarówno co do praw, (nie może na przykład zaciągać długów na melioracje), jak i co do środków pieniężnych.

Powtórę, wszystkie te ulepszenia wymagają wielkich nakładów pieniężnych, znacznie większych niż te, które za rządów dra Ch r a m e a, jako wójta, (1902—1907) zaciągnięto na urządzenie wodociągu, wybudowanie rzeźni, ułożenie nowych chodników i t. d.

Tak więc osobna ustawa z odpowiednim zarządzeniem, duże nakłady pieniężne na wzmiankowane ulepszenia, są konieczne, nieodzowne do tego, aby Zakopane, jako uzdrowisko, jako stacya klimatyczna, nie straciło znaczenia swego dla całej Polski. (C. d. n.).

Sprostowanie. W poprzednim numerze niniejszej publikacji na str. 2, szpalta pierwsza, wiersz 10 z dołu opuszczono kilka wyrazów tak, że zamiast: „Pieninami przybyła do Krynicy...” ma być: „Pieninami przybyła do Szczawnicy a stamtąd przez Żegiestów do Krynicy“.

Dr. J. JAWORSKI.

Sprawa reklamowania zdrojowisk i uzdrowisk.*

Reklama umiejętna bywa ważnym, wprost potężnym środkiem w przemyśle i handlu. Wody mineralne i kąpiele, klimat, są drogocennymi środkami leczniczymi, a źródłem bogactwa krajowego. Cały świat to uznał i ocenił i stara się je otoczyć wszelkimi siłami postępu i całą pieczołowitością.

Zdrowiska i uzdrowiska zagraniczne mają swój byt i rozwój zapewniony, a sława ich utrwalona wiekami, pociąga chorych. Pomimo tego te właśnie zdrowiska, uzdrowiska, stacye klimatyczne korzystały zawsze i korzystają nadal z wszelkiego rodzaju reklamy.

Prawie wszystkie one pociągają ku sobie wyrafinowanym komfortem, zbytciem, wykwintem cywilizacji.

Sam sposób zaś reklamowania doprowadziły zarządy tych miejscowości do niezwyklej pomysłowości w zamierzeniu, a do wielkiej doskonałości w wykonaniu.

Reklamy te, obok zwyczajnych, lecz bardzo dokładnych ogłoszeń w prasie ogólnej i lekarskiej, pojawiają się pod postacią broszur ilustrowanych, opisów książkowych i kartkowych, kosztownych albumów fotograficznych, kart pocztowych, kalendarzy różnego rodzaju, wreszcie afiszów, kolorystycznych najrozmaitszych plakatów z figurami, z widokami itp. W tym sposobie reklamowania zdrojowisk, stacyi klimatycznych, forma nieraz o lepsze ubiega się z treścią a błyskotliwość i jaskrawość barw z powagą i pożytkiem informacji. Wogóle przyznać jednak trzeba, że pod tym względem pomysłowość reklamy najczęściej bywa bardzo udatna i wdzieżna. Niejeden afisz lub plakat kolorystyczny odznaczają się estetycznym pomysłem, a artystycznym wykończeniem.

Przedstawiony tutaj przezemnie bogaty zbiór najrozmaitszych reklam o zdrojowiskach, stacyach klimatycznych i uzdrowiskach, wymownie świadczy o poczuciu piękna autorów, a zarazem i o dobrze zrozumianym interesie zarządów i właścicieli tych miejscowości.

Polskie miejscowości klimatyczne i zdrojowiska w ostatnich latach również uczyniły pod tym względem krok naprzód. Afisze Zakopanego: Sanatorium dra K. Dłuskiego, Żytnickiej wody stołowej, „Regina“; plakat

Buska, nowo odbity Solca, plakat „Konstancin“ i t. d. szczęśliwie konkurują co do pomysłu i wykończenia z reklamą zagraniczną.

Jest więc i pod tym względem u nas, w Polsce, postęp, lecz względnie liczebnie szczupły.

Zarządy naszych miejscowości klimatycznych i zdrojowisk nie powinny i pod tym względem stanąć w połowie drogi, lecz na wzór zagranicy, uprawiać godziwą reklamę we wszelkiej formie, przyjętej przez świat cywilizowany.

Nie ulega bowiem wątpliwości, że przy istnieniu innych warunków korzystnych i odpowiednia reklama wywiera wpływ na uczęszczanie chorych do miejscowości leczniczych.

Obok reklamy kupieckiej, o której powyżej mówiłem, istnieje także i reklama, że tak się wyrażę, naukowo-lekarska. Do niej nasamprzód zaliczam prace z dziedziny balneologii i klimatologii. Prace takie, zaznajamiając ogół lekarski z istotą działania, z wynikami leczenia, czynników leczniczych danej miejscowości, stają się cennym materiałem do rozważań, a nieraz wskazówką.

Prace naukowe często decydują o losie danego zdrojowiska; historia rozwoju i wzrostu wielu dziś głośnych miejscowości leczniczych jest tego najlepszym świadectwem.

Każde sławniejsze zdrojowisko, każda stacya klimatyczna, czei swego twórcę, w osobie tego lub innego lekarza, który swemi pracami naukowymi rozstawił po świecie nazwę danej miejscowości.

Miejscowości lecznicze polskie, w wyższym, większym stopniu, w porównaniu z zagranicznymi reklamami takiej właśnie potrzebują.

Badania chemiczne, badania kliniczne nad zdrojowiskami, nad ich działaniem leczniczym, odbywać się mogą tylko w dobrze urządzonych pracowniach na dużych oddziałach szpitalnych. Badania takie, opracowanie ich do druku, wymaga wielkiej straty czasu i pracy i pociąga koszta.

Było by rzeczą zupełnie usprawiedliwioną, aby zarządy zdrojowisk polskich opodatkowały siebie, oraz przedsiębiorców w danej miejscowości leczniczej zamieszkałych, na cele naukowe. Badacze powinni otrzymać nie tylko materiał do badań i pieniądze na koszta badania, lecz wynagrodzenie za pracę, a nawet nagrody, premie pieniężne za nie.

Zyskałaby na tem nauka balneologii, zarobiłyby zarządy i właściciele miejscowości klimatycznych przez zwiększoną frekwencję a co najważniejsza, odnieśliby korzyści chorzy przez rozszerzenie wskazań leczniczych do stosowania zdrojów.

Jeżeli reklama kupiecka w tej, lub innej formie, ma bezsprzeczny wpływ na frekwencję chorych do danej miejscowości, jeżeli t. z. reklama naukowa, również oddziaływać może na nią korzystnie, to jednak najdonioślejszy i bezpośredni wpływ na wzrost danego zdrojowiska, czy stacyi klimatycznej, posiadają obok warunków przyrodzonych, środki komunikacyjne, urządzenia balneotechniczne zdrojowisk, warunki mieszkaniowe, żywnościowe, warunki życia towarzyskiego, wogóle cała suma najrozmaitszej natury czynników, które oddziaływają wogóle na ustrój człowieka a szczególnie na ustrój ludzki, przez cierpienie w równowagi wyprowadzony.

Aby te warunki w większości miejscowości leczniczych polskich powstać, lub rozwijać się mogły, potrzeba, nasamprzód, — znajomości rzeczy samej i znajomości prowadzenia interesu (dzisiaj prowadzą go różni przedsiębiorcy, według swego widzimisie), powtórę, potrzeba właściwej kontroli ściślej nad miejscowościami leczniczymi takiej, jaka istnieje wogóle nad środkami i zakładami leczniczymi.

* Przemówienie w dniu 13. maja 1908 r. w wydziale klimatyczno-balneologicznym Warsz. Tow. Hyg.

Inwestycje w zdrojowiskach.

Druskieniki.

Dokonano w roku 1907:

1. P. Adolf Kiersnowski wybudował willę-pałacyk, którego urządzenie wewnętrzne dorównywa pod względem komfortu willom w pierwszorzędnym zdrojowiskach zagranicznych.
2. Zaprowadzono według wzorów z Elster ulepszone urządzenia maszynowe dla kąpiei błotnych.
3. Wyłożono kabiny dla wanien błotnych kaflami oraz zaprowadzono wanny wiedeńskie systemu „Triumph“.
4. Dr. O. Goldberg z Warszawy otworzył sanatorium dla chorób kobiecych, zaopatrzone we wszelkie utensylia lekarskie oraz salę operacyjną.
5. Dr. W. Bujakowski otworzył w domu własnym na 16 osób sanatorium, rozplanowane systemem korytarzowym dla chorych wewnętrznych, z wyjątkiem zakaźnych i umysłowych.
6. Otworzono: przez p. Milicera odpowiadający wszelkim wymaganiom internat, oraz przez panią L'acoustene dwa wznoszące internaty: „Sans Souci“ i „Mon Repos“. W tym ostatnim stosuje się kuchnia jarska oraz dyetetyczna według wskazań lekarzów.
7. Zaprowadzono wentylację w zakładzie hydropatycznych i w III. oddziale wanien solankowych.

Wiadomości bieżące.

Frekwencja w naszych zdrojowiskach. W Krynicy bawiło do dnia 27 maja osób 584, w Rymanowie do dnia 31 maja osób 252.

Zjazd lekarzy w Ciechocinku odbył się w dniu 10 b. m. z okazji wystawy zdrojowej. Sprawozdanie ze zjazdu wobec braku miejsca odkładamy do następnego numeru.

Zakład kąpielowy w Morszynie uchwaliła Rada za-wiadowcza Tow. lek. galic. prowadzić w r. b. we własnym zarządzie. Kierownictwo zakładu powierzono Drowi Romanowi Hinzeemu ze Lwowa. Ze względu na powszechną drożyzną podniesiono ceny w Morszynie o 10 procent.

W sprawie wód mineralnych krajowych miał wykład Dr. H. Kucharzewski z Warsz. Tow. hig. dnia 22. stycznia b. r. Stwierdziwszy, że naszymi wodami można zupełnie zastąpić niemieckie i że we Francji i w Niemczech starają się używać głównie wód krajowych, dochodzi prelegent na zasadzie zebranej przez siebie statystyki do smutnego wniosku, że u nas o krajowe wody się nie dba. — Galicya, mając znakomite szczyawy alkaliczne, sprowadza rocznie 1,350.000 butelek tych wód z zagranicy. Wwóz i zużycie wód polskich w Królestwie nie tylko nie wzrasta, ale szybko maleje, pomimo że wody te są w Warszawie tańsze od niemieckich. Od roku 1903 do 1907 spadł przywóz wody szczawnickiej do Królestwa z 14 na 10 tysięcy butelek (emskiej, choć słabsza i o 10 kop. droższa, rozchodzi się rocznie 25.000), krynickiej z 8.700 na 6.000, zęgiestowskiej z 1.500 niżej 1.000, iwonickiej z 8.000 na 4.800, ryma-nowskiej z 1.500 niżej 400, morszyńskiej z 900 na 350 (gdy obcych wód gorzkich, od morszyńskiej nie lepszych, sprowadzano po 50.000 butelek rocznie). Wogóle z 40.000 butelek, zużytych w r. 1903, spadła konsumpcja do r. z. na 25.000. Przyczyną tego smutnego stanu jest nieruchawość producentów, obojętność publiczności i lekarzy.

Przeciw zdrojowiskom niemieckim rozpoczął się żywy ruch w prasie codziennej warszawskiej, pomieszczającej w tej sprawie liczne artykuły. Wśród nich zasługuje na szczególną uwagę głos zasłużonego na polu balneologii

polskiej Dra H. Dobrzyckiego w najpoczytniejszym z dzienników zakordonowych *Kuryerze warsz.* (Nr. 131). Dr. D. przypomina, że już w r. 1902 w *Medycynie* podał, jakimi zdrojowiskami i lecznicami polskimi lub innych krajów można zastąpić zdrojowiska i lecznice pruskie, i dołącza dokładną tabelę porównawczą na ten cel ułożoną. Godziłoby się, by wszystkie dzienniki zapoznały swych czytelników z tem zestawieniem zdrojowisk niemieckich z naszymi, z którego wynika, że bez pruskich najzupełniej obejść się można. O tem i lekarze polscy pamiętać powinni.

Wydział zdrojowisk Warsz. Tow. hig. powziął szczerą i śliwą myśl urządzenia na swych zebraniach szeregu odczytów z dziedziny balneologii, w celu zapoznania członków wydziału i interesujących się tą sprawą osób z metodami leczniczymi ostatniej epoki i przypomnienia istniejących w kraju zdrojowisk i uzdrowisk, i wskazania tych z istniejących zagranicą zakładów, których skuteczna działalność dla zdrowia chorych nie da się krajowemi zastąpić.

Cel ten w przemówieniu wstępnem wyjaśnił licznie zebrany słuchaczom Dr. Józef Jaworski, oddając następnie głos Drowi Puławskiemu z Nałęczowa, dla wypowiedzenia pierwszego z tej seryi odczytu o terapii powietrznej i słonecznej, kąpielach i werandowaniu.

Mowca w bardzo jasnym i doskonale zbudowanym przemówieniu przedstawiwszy całą historję i literaturę przedmiotu, wyjaśnił następnie znaczenie kąpiei powietrznych i słonecznych, ich działanie hartujące i uspakajające na skórę, która nie jest prostą skorupą otaczającą organizm, ale jego żyjącą i wielce wrażliwą częścią składową.

Dr. Puławski, uznając, że sprawa ta naukowo zupełnie ściśle nie jest wyjaśniona, powiada, że pp. lekarze praktycy „z dumnie utworzonych pałaców wiedzy powinni dla dobra pacjentów swoich schodzić czasem do skromnej chatki empiryków i korzystać ze wskazań, jakie przynosi doświadczenie“.

Stosowanie tego środka leczniczego coraz bardziej się rozpowszechnia w zdrojowiskach polskich. Kosów, Nałęczów, Czarniecka Góra, Ojców zaprowadziły tego rodzaju leczenie. Widzimy je też w sanatoriach dla dzieci niedokrwiłych i wątłych, jak np. w sanatorium Dra Frenkla i innych.

Ruch na powietrzu, to jedna strona; drugą stanowi spójność na powietrzu, a więc werandowanie, które prelegent zaleca nie tylko w chorobach płucnych, ale także i w wielu innych, jak np. neurastenii i t. p.

Odczyt przyjęto z uznaniem, na jakie istotnie zasługiwał.

Notatki bibliograficzne.

Głos warszawski ogłasza w nr. 69 i nast. ankietę w sprawie popierania polskich zdrojowisk.

Redakcja otrzymała:

Dr. E. Krzyżanowski. Sprawozdanie lekarskie o zakł. zdroj. w Truskawcu za r. 1907. (Odb. z „Przegl. hig.“ rocznik VII. 1908).

Dr. W. Gregory. Druskieniki, ich środki lecznicze i klimat. Warszawa 1884.

Dr. W. Bujakowski. Obecny stan oraz wartość lecznicza zdrojów druskienickich (odb. z „Medycyny“) Warszawa 1884.

Dr. P. Sawicki. Druskieniki jako miejscowość lecznicza. Warszawa 1906.

S. Grzegorzewski. Przewodnik po Druskienikach i okolicy z 30-ma rysunkami, mapą i planem. Warszawa 1908.

Swoszowice. Druk reklamowy 1908.

Spis lekarzy Polaków ordynujących w zdrojowiskach krajowych i obcych.

Abbazia: Dr. X. Gorski (zimą).

Baden pod Wiedniem: Dr. Kümmerling.

Biarritz: Dr. Bohdanowicz (latem).

Birsztany: Dr. Grodecki.

Busko: Dr. Drewnowski, Majkowski, Rubinstajn, Sawicki, Sulimirski, Talko.

Bystra: (Słask austr.): Dr. Jekels.

Cudowa: Dr. Brodzki.

Ciechocinek: Dr. Arnstein, Besiekiński (chir.), Chwat, Ciagliński, Dembicki, Górski, Grudziński, Hole, Jezierski, Konarzewska, Kuk (dent., 3 razy w tygodniu), Lorentowicz, Lubowski, Polikier, Przyrembel, Pyrz, Ruppert, Rydzikowski, Sinołęcki, Steinberg, Tannenbaum, Wychowski.

Darków: Dr. Klimek.

Druskieniki: Dr. Bujakowski, Konwerski, Markiewicz, Sawicki, Zaleski.

Franzensbad: Dr. Moraczewska, Rosner, Steinsberg, Zeitner.

Gastein (Hof): Dr. Jeż.

Gleichenberg: Dr. Bulikowski.

Grado: Dr. Oransz.

Gries koło Bozen: Dr. Nazarkiewicz.

Hall (Bad): Dr. Feuerstein.

Inowrocław: Dr. Krzywiński, Przybyszewski.

Iwonicz: Dr. Berger, Damański, docent Gabryszewski, Lanes, Staniszewski, Stauber, Turzański.

Karlsbad: Dr. docent Biernacki, Goldwasser (okul.), Hassewicz, Kaufmann, Kołaczkowski, Kosteki, Kretowicz, Kropf, Maleszewski, Moraczewski, Scharf, Śliwiński, Süsskind, Wasserthal.

Kissingen: Dr. F. Chłapowski, Maciejewski.

Kołobrzeg: Dr. A. Chłapowski.

Kosów: Dr. Tarnawski.

Krynica: Dr. Aronsohn, Askenazy, Better, Gercha, Dębicki, Ebers, Kmietowicz, Kopf, Lewicki, Lorentski, Mayer, Skórczewski, Tyszecki (dent.), Wąsowicz, Zarzycki, Zathey.

Lubień: Dr. Mikolašek, Obmiński.

Marienbad: Dr. Dobija, Eichhorn, Harajewicz, Kwiatkowski, Liebeskind, Prager, Reinhold, Schermant, Szczepański.

Maryówka: Dr. Zakrzewski.

Meran: Dr. Binder, Knobel (zimą), Żuliński (zimą).

Morszyn: Dr. Hinze.

Nałęczów: Dr. Babski, Dobrucki (raz na tydzień), Gałczyński, Gliński, Makowski, Malewski, Puławski (dyr. zakł.).

Nauhaim: Dr. Jankowski, Łowiński.

Nizza: Dr. Bohdanowicz (zimą).

Odessa: Dr. Jachimowicz.

Oeynhausien: Dr. Janta-Pończyński.

Ojców: Dr. Kozłowski.

Piszczany: Dr. Brand, Teichmann.

Poługa: Dr. Skowroński, Świętochowski (zakładowy).

Pustomyty: Dr. Blaim.

Rabka: Dr. Cholewicz, Kaden, Lang, Supiński (l. zakł.).

W interesie własnego zdrowia powinien każdy żądać wszędzie tylko

Tutek cygaretowych
z fabryki RUDOLFA HERLICZKI w Krakowie.

Ostrzega się przed licznymi naśladownictwami! Wzory i cenniki wysyła fabryka darmo i opłatnie.

MARIENBAD

Kaiserstrasse „Stadt Hamburg“

Dr. St. Benedykt Kwiatkowski

b. I. Asystent kliniki chorób wewnętrznych Uniwersytetu Jagiell.

ordynuje jak w latach poprzednich od 1. maja do 1. paździer.

ZAKOPANE = ADASIÓWKA

☒ Dra BOLESŁAWA ŁAZOWSKIEGO ☒

ZAKŁAD DYETETYCZNO-HIGIENICZNY

otwarty od 1-go czerwca do końca września.

Dr. D. Mohr

ordynuje jak w latach poprzednich
w **Szczawnicy.**

KAMIL TOMASZEWSKI
W ZAKOPANEM, KRUPÓWKI L. 39.

Poleca:

Porcelanę, szkło, lampy, towary metalowe i galant., bieliznę męską z marką „Lwa“, bieliznę wełnianą prof. dr. Jaegera, rękawiczki, wstążki, krawaty, przybory do szycia i haftu.

WYŁĄCZNE ZASTĘPSTWO NA WSCHODNIĄ GALICYĘ

KRAJOWEGO

WĘGLA KAMIENNEGO

Z KOPALNÍ GWARECTWA JAWORZNICKIEGO

Adres dla telegramów:
Węgiel krajowy, Lwów

Lwów, Sykstuska 10

Adres dla telegramów:
Węgiel krajowy, Lwów

Sprzedaje najlepszej jakości węgiel krajowy wagonami,
w każdej ilości — po cenach najtańszych.

Reichenhall: Dr. Goldschmidt, Knobel, Sadowski.
 Rymańów: Dr. Bielecki, Dukiet, Regiec, Wajgiel.
 Sławuta: Dr. Dobrzycki, Dzierzbicki.
 Solec: Dr. Daniewski, Knoff.
 Swoszowice: Dr. Bogdanik.
 Szcza w n i c a: Dr. Gorski, Hammerschlag, Kołaczkow-
 ski, prof. Korczyński, Kretz, Kruszyński, Mohr, Singer, Żuliński.
 T r e n c z y n: Dr. Filipkiewicz (lek. zakł.), Münz, Wobr.
 Truskawiec: Dr. Krzyżanowski, Mindes, Pelczar,
 Praschil.
 Vichy: Dr. Biernawski.
 Wiesbaden: Dr. Błociszewski.
 Wisła (Śląsk austr.): Dr. Zanietowski.
 Wysowa: Dr. Kraszewski.
 Zakopane: Dr. Brzeziński, Chramiec, Chwistek, Cza-
 plicki, Dłuska, Dłuski, Gaik, Gawlik, Łazowski, Majewicz, So-
 kołowski (dent.), Żychoń.
 Żegiestów: Dr. Piotrowski.

Treść: Zdrojowiska i uzdrowiska (c. d). — Dr. T. Piotrowski:
 Znaczenie poziomek w lecznictwie. — Dr. Józef Jaworski: Sprawa
 reklamowania zdrojowisk i uzdrowisk. — Inwestycje w zdrojowi-
 skach. — Wiadomości bieżące. — Notatki bibliograficzne. — Spis
 lekarzy Polaków, ordynujących w zdrojowiskach krajowych i obcych.
 Ogłoszenia.

Ważna wiadomość dla letników!!

FIRMA

JAN HÖFLINGER
 Fabryka Cukrów i Herbatników

we Lwowie, przy ul. Teatralnej L. 8

uwidamia swoich w. szan. Odbiorców, którzy
 wyjeżdżają do miejsc kąpielowych i uzdro-
 wisk krajowych lub zagranic., że przez czas
 od 1. czerwca do 1. września b. r.
 opłaca sama koszta przesyłki i nie
 liczy za opakowanie wszelkich zle-
 ceń począwszy od 1 klg. herbatników
 lub cukrów — tak, ażeby nie było
 żadnej różnicy w cenie między
 towarem kupowanym w sklepie
 we Lwowie a sprowadzonym.
 Zamówienia skuteczniamy odwrotną pocztą.

Dra CZOPA ZYGMUNTA
 w Jaworzu (Śląsk austr.), stale od r. 1895 ordynującego,
PENSYONAT i ZAKŁAD LECZNICZY
 dyetet.-fizykal. — Hydropatya, kąpiele borowinowe, CO₂ so-
 lankowe etc. — Inhalacje.

Specjalista chorób wewnętrznych
Dr. Kazimierz Flis
 b. asystent c. k. Kliniki lekarskiej Uniw. Jag.
 przeprowadził się
 do domu przy ulicy Szewskiej L. 27.

W BAD NAUHEIM
 Fürstenstrasse 14, róg Karlstrasse, Telefonu Nr. 271
 ordynuje przez cały rok
Dr. med. ZYGMUNT ŁOWIŃSKI

Dr. Zygmunt Wąsowicz
 ordynuje jak w latach poprzednich od 15-go maja
W KRYNICY.

Bad Reichenhall
 willa Schönheim
 ordynuje jak corocznie do końca września
Dr. W. Sadowski

ZAKOPANE. KRUPÓWKI 78.
„BYGEA” PENSYONAT DYETETYCZNY
 i ZAKŁAD WODOLECZNICZY
 bardzo pięknie położony, w ogrodzie, nad strumieniem. Wy-
 tworna kuchnia dyetetyczna. Najnowsze urządzenia wodo-
 lecznicze. Ciepłe wanny w osobnym pawilonie ogrodowym.
 Właścicielka: MARYA TURZYMA.

SWOSZOWICE
Zdrój siarczany i Zakład kąpielowy.
 Stacja kolei żelaznej, 8 kilometrów od Krakowa.
 Wszystkie budynki, tak łaźienki jak domy mieszk-
 alne, gruntownie odnowione, park osuszony. Restaura-
 cya i kuchnia pod ścisłym nadzorem lekarskim.
Środki lekarskie: Kąpiele siarczane, kąpiele boro-
 winowe, kąpiele z dodatkiem kwasu węglowego, picie
 wód siarczanych i innych wód lekarskich, naturalnych
 i sztucznych.
Wskazania: Gościec mięśni i stawów, wypociny
 przewlekłe, obrzęki bolesne po zwichnięciach lub złama-
 niach. Choroby nerwowe, nerwice, porażenia, bóle.
 Przewlekłe choroby kobiece. Żoły i gruźlica kości.
 Kiła w późnych okresach. Zatrucia rtercią lub ołowiem.
 Choroby skórne.
 Pociągi kolei żelaznej przybywają siedm razy z Kra-
 kowa i tyleż razy z Kalwaryi, oprócz tego utrzymują
 komunikację z Krakowem omnibusy.
 Cena mieszkań od 1 do 2 koron dziennie.
 Kąpiel siarczana 1—, 1:50 i 2— korony.
 Kąpiel borowinowa cała wraz z oczyszczającą 4 kor.,
 częściowa 1—2 koron.
 Lekarz zakładowy: Dr. Józef Bogdanik.
 Wszelkich wyjaśnień udziela
 Zarząd zdrojowy.

Zakład wodoleczniczy Dra Chramca

== w Zakopanem ==

otwarty cały rok.

Kąpiele powietrzne, zwykłe, gazowe etc.
Gimnastyka, mięsienie, najnowsze przyrządy
zanderowskie etc.

Kuchnia wykwintna i zdrowa.

Oddzielny stół jaski.

Centralne ogrzewanie — światło elektryczne,
wodociąg, kanalizacja. — Cena od 8 koron
wzwyż z całym utrzymaniem.

Firma

N. TRAUMA SYN

utrzymuje składy exportowe

wód mineralnych

wszelkich soli do kąpiele, ługów itd.

w Krakowie i w Tarnowie

(ul. Dietla 46)

(Hotel krakowski).

Wody świeże. — Ekspedycja szybka.

W sezonie otrzymuje świeże przesyłki tygodni w tygodni.

Laboratorium mikroskopowo-chemiczne Dr. BOLESŁAWA DROBNERA

W KRAKOWIE, PRZY UL. ZGODA L. 1.

TELEFON Nr. 415 c.

Adres dla telegramów: Laboratorium Drobnera, Kraków.

Dział medyczny wykonywa:

ANALIZY MOCZU

(w przeciągu 24 godzin — ceny 4, 7, 10 Koron).

Analizy kału, soku żołądkowego.

Badanie krwi. — Badanie środków lekarskich. —
Wykonywa się preparaty farmaceutyczne, kosme-
tyczne i t. p. — Syntezy naukowe. — Miejsca dla
pracy analitycznej i syntetycznej. ΔΔΔΔΔΔΔΔΔΔ

DZIAŁY LABORATORYUM:

medyczny, technologiczny, naukowy i handlowy.

Wyłączne zastępstwo fabryki mikroskopów,
polaryzatorów i t. d. Reicherta w Wiedniu.

Zastępstwo fabryki wag anal. Nemetza w Wiedniu.

Skład wszystkich przyrządów szklanych
i preparatów chemicznych.

Sanatorium dla chorych psychonerwowych Lwów, „Nad żelazną Wodą“.

Przyjmuje się chorych, dotkniętych wszelkimi postaciami chorób umysłowych, tudzież psychonerwicami pada-
czkowemi, histerycznymi i choreatycznymi jak również alkoholistów i morfinistów. — Zbudowane i urządzone
na wzór sanatoryjów zagraniczą, daje sposobność stosowania wszelkich najnowszych środków i sposobów leczeni-
czych, a szczególnie kąpiele przedłużnych (Dauerbäder). Postępowanie z chorymi, z powodu ograniczonej liczby
ściśle indywidualizujące. Opieka domowa. Obfitość rozrywek. Staranie o odpowiednie zajęcie dla chorych

Możliwie największa swoboda. Cena 10 koron za dobę i więcej. — Bliższe szczegóły na żądanie.

Telefon Nr. 385.

Dr. JAN ŚWIĄTKOWSKI, kierujący lekarz.

Zygmunt Ślimakowski

Kraków, Rynek gł. Linia A-B, obok głównej trafiki.

Magazyn nowości dla Dam

oraz przyborów do szycia i modniarstwa.

Na
każdy sezon
Nowości!!!

Fabryczny skład: koronek, aplikacji, wstążek i haftów szwajcarskich. Poń-
czochoy damskie i dziecięce. Materje jedwabne w gładkich kolorach. **HALKI**
TAFTOWE. Boa strusie i gazowe. Szale koronkowe i inne. Rękawiczki.
Zaboty, krawaty, kołnierze. Paski, torebki, portmonetki. Perfumerye i mydła.
Parasolki i parasole. Kwiaty i pióra (specjalność: pióra strusiel). Guziki,
taśmy, krepiny, nici, igły i wszelkie przybory do szycia domowego.
Szczotki i grzebienie.

Zamówienia z prowincyi
odwrotnie.

UWAGA:

W niedziele i święta
sklep zamknięty.

Truskawiec

Zakład zdrojowo-kąpielowy oraz stacja klimatyczna.

Ostatnia stacja kolejowa Drohobycz.

== Sezon od 15-go maja do końca września. ==

LEKARZE ZAKŁADOWI

Radca ces. Dr. Edward Krzyżanowski z Buczacza.
i Dr. Tadeusz Praschil ze Lwowa.

Położony w kotlinie na wysokości 1200 stóp, posiada kąpiele: słone, słono-siarczane, borowinowo-żelaziste, elektryczne, źródła słono-gorzkie do picia, oraz szczawę alkaliczną.

Urządzenia kąpielowe pierwszorzędne: Wanny porcelanowe, marmurowe, metalowe i drewniane.

Zakład inhalacyjny systemu Wassmutha. Leczenie elektrycznością, masażem, kuracja żółtyzna i mleczna.

Mieszkania wzorowo urządzone. Sala balowa i teatralna. Lawn-Tennis. Kręgielnia. Czytelnia. Kasyno. Własna orkiestra. Apteka, poczta i telegraf w miejscu. Kościółek katolicki i cerkiew ruska. Dwie restauracje zakładowe pierwszorzędne.

Osobną broszurę o Truskawcu wysyła na żądanie **ZARZĄD.**

Dr. ZENON PELCZAR b. długoletni lekarz zakładowy **W TRUSKAWCU**
ordynuje nadal od 15-go maja (willa Zofia). Telef. Nr. 3.

ŻEGIESTÓW

- Najsilniejsze szczawy ziemno-żelaziste. -
Kąpiele słoneczne.

== Zaprowadzono kanalizację, wodociągi i oświetlenie elektryczne. ==

Kąpiele mineralne, najobfitsze w kwas węglowy, borowinowe, hydropatyczne i wżeczne w Popradzie. Okolica cudowna. Trzy sezony. W pierwszym i trzecim sezonie cena mieszkań i kąpeli o 30% niższa.

Lekarz Dr. T. Piotrowski.

== Stacja kolejowa, telegraf i poczta na miejscu. ==

CUKIERNIA **WALERYANA PŁONKI** **W ZAKOPANEM**
i RESTAURACJA narożnik
Krupówki i ul. Marszałkowskiej

odznaczona na Wystawie lwowskiej 1894 roku — poleca się Szanownej P. T. Publiczności.

LUBIEŃ

Zakład zdrojowo-kąpielowy i hydropatyczny
w pobliżu Lwowa.

Najsilniejsze wody siarczane na kontynencie. Kąpiele siarczane, siarczano-gazowe, kąpiele gazowe, jak w Nauheim i borowinowe. Leczenie elektrycznością, masażem i gimnastyką.

W Lubieniu leczą się ze znakomitym skutkiem: Reumatyzm stawowy i mięśniowy, nawet najwięcej zastarzałe formy, najuporczywsze ischiasy i nerwobóle, artrytyzm, obrzęki po złamaniach i zwichnięciach, choroby nerwowe, zapalenia okostnej stawów, choroby skórne i kobiece.

Sezon trwa od 20-go maja do końca września. Mieszkanie wygodne już od 1 K. dziennie. Restauracja tania i dobra. Kąpiele po Kor. 1'20, 1'40 i 1'60, borowinowe 3 Kor. Dla ubogich znaczne opusty.

Stacja kolejowa, poczta, telegraf i apteka w miejscu. Do każdego pociągu omnibus za 20 hal. od osoby. Łazienki centralnie ogrzewane.

Lekarz zakładowy: **Dr. Ksawery Obmiński**
Zakład otrzymał w ubiegłym roku elektryczne oświetlenie i połączenie telefoniczne.

Wszelkich objaśnień udziela odwrotnie

Zarząd kąpielowy.

MERAN.

Dr. Bindera willa „Stefania“
Sanatorium i Zakład wodolecznicy

z komfortem urządzonej, wspaniale położony.

Środki lecznicze: Woda we wszelkiej formie, kąpiele mineralne, gazowe obojętne i solankowe, kąpiele elektryczne z różnymi prądami, świetlne, słoneczne i powietrzne. Leczenie dyetetyczne, wzniesieniowe, winogronowe. Mechanoterapia, gimnastyka lecznicza, szkoła chodzenia dla tabetyków, sport. Leczenie elektrycznością, prądy stałe, zmienne, faradyczne, influencyjne i wysokiego nasilenia. Gruźliczych nie przyjmuje się.

Sezon od 1-go września do końca maja.

Ceny umiarkowane. — Prospekty wysyła

Dr. Binder.

Leczy także poza Zakładem i dozwala korzystać ze środków leczniczych Zakładu eksternistom.

Zakład **Riesenhof** Kąpiele słoneczne i powietrzne.

Nowoczesne fiz.-dyet. sanatorium, wspaniałe położenie. 30 m. od dworca kolejowego Linz, u stóp góry Pöstling, w zaciszu wolnym od kurzu, wśród lasów szpilkowych. Indyw. leczenie, trwałe skutki we wszel. chorobach nerwowych, kobiecych i uporczywych. Leczenie dyet., odłuszczone i tuzszy dodające sposobem dra Lahmanna. Łazienki czterokomor., mieszanie sposobem Thure Branda i wibracyjne, kąpiele z kwasem węglowym i mineralne, wzięwanie Bullinga, szkoła pływania, lawn-tennis, własna obora, ceny umiarkowane, prospekty darmo. Dr. Fränkel ze Lwowa.

RYMANÓW-ZDRÓJ



ZAKŁAD ZDROJOWO-KĄPIELOWY RYMANÓW-ZDRÓJ

Frekwencja 2.500 osób.

Położony 450 m. nad poziomem morza w powiecie sanockim w Galicyi, opodal od stacyi kolejowej „Rymanów”, własność Jana hr. Potockiego. Najobfitsza szczawa słono-alkaliczna, jod i brom zawierająca, bogata w cenne składniki mineralne ze zdrojów „Tytusa”, „Klaudyi” i „Celestyny”, odznaczone pierwszorzędnymi nagrodami na wystawach i zjazdach lekarzy i przyrodników. Zdrój „Klaudyi” (zdaniem Dra Dobrzyckiego, prezesa Komisyi balneologicznej Towarzystwa Lekarskiego Warszawskiego) zastępuje całkowicie słynne obce, bo niemieckie wody w Kissingen, mianowicie zdroje „Rakoczy” i „Pandur”, a nawet je przewyższa i jest skuteczniejszym od nich (gdyż zawiera dwuwęglan sody, którego tamte nie zawierają). Dla wielkiej ilości środków odżywczych, jakie zawiera, działa najskuteczniej u osób skrofulicznych, anemicznych i osłabionych, przedewszystkiem u kobiet i dzieci, przeciw: żółtom (*scrophulosis*) skóry, błony śluzowej i kostnej, kości stawów, przeciw przewlekłym nieżytom nosa, gardła etc., przeciw przekrwieniom nerek, przeciw zapaleniom śródmacicznym i mięszowym, przeciw zбочeniom w regularności, przeciw zgrubieniom, obrzękom i stwardnieniom pozapalnym, nerwobólom, hypochondryi i histeryi, blednicy, niedokrewności, jako środek profilaktyczny przeciw żółtom, po ostrych chorobach wysypkowych i zakaźnych i t. p.

Pomimo, że Zakład lat 26 istnieje, wiele osób, a szczególnie dzieci zawdzięcza mu uzdrowienie a Zakład z każdym rokiem wzrasta i rozszerza się. Położenie urocze wśród lasów szpilkowych w otwartej przewiewnej dolinie, powietrze suche, zdrowe. Leczenie kąpielami mineralnymi, rzecznymi, piciem wód, mięsieniem (massage), gimnastyką zwykłą i ortopedyczną itd. Prócz lekarza zdrojowego, ordynuje kilku lekarzy.

Oprócz tych środków leczniczych posiada Zakład wszelkie udogodnienia, mianowicie: nowe wzorowo i z komfortem urządzone łazienki, wygodne pomieszkania, kuchnię zdrową, dobrą a niedrogą, wyborną muzykę zdrojową, liczne spacerki, kaplicę, aptekę, pocztę, telegraf, sklepy, restaurację, fortepiany, czytelnię, bibliotekę, fotografa, automobil, własną sieć telefoniczną, łączącą wille zakładowe między sobą i z Zarządem Zakładu.

Wycieczki kołmi i automobilem w okolice, zabawy z tańcami, bale, koncerty, przedstawienia teatralne, gry ogrodowe, bilard i strzelnica, urozmaicają pobyt w Zakładzie.

Zakład odwiedza corocznie I-sza krajowa kolonia lecznicza, posiadająca swe własne zabudowania, mogące pomieścić kilkaset dzieci.

Sezon trwa od 20 maja do 20 września i dzieli się na 3 okresy: I-szy od 20 maja do 20 czerwca, II-gi od 20 czerwca do 20 sierpnia, III-ci od 20 sierpnia do 20 września.

Ceny pomieszkań i kąpiel w I-szym i III-cim okresie sezonu są znacznie niższe dla zamieszkujących wille zakładowe. — Ubodzy, zaopatrzeni nawet w świadectwa ubóstwa, nie mogą liczyć na żadne uwzględnienia w sezonie II-gim, t. j. od 20 czerwca do 20 sierpnia.

Wodę mineralną i sól jodo-bromową rymanowską do użytku wewnętrznego i zewnętrznego (t. j. do kąpeli, okładów i t. p.) rozsyła na żądanie, przyjmuje zamówienia na pomieszkania i powozy do kolei, oraz wszelkich wyjaśnień udziela

Zarząd Zakładu zdrojowo-kąpielowego w Rymanowie.

Stacya kolei państwowej:
Rymanów.

Stacya telegr. i poczt.:
Rymanów-Zdrój (Austria, Galicya).



RYMANÓW-ZDRÓJ