

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) alkaliczno-słone:

Krościenko n. Dunajcem, Szczawnica, Wysowa.

- c) wapniowe:

Drużbaki, Nałęczów.

- d) żelaziste:

Krynica, Nałęczów, Sławinek, Szczawnica, Wysowa, Żegiestów.

V. Cieplice:

Jaszczurówka koło Zakopanego.

VI. Kąpiele morskie:

Połąga.

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 ZŁOTYMI MEDALAMI W GENEWIE I ZURYCHU.

IWONICZ

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

Najsilniejsza szczawa słono-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. Inhalacyjne 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 odprawia 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, żug i muł przyjmuje i wszelkich wyjaśnień udziela
Dyrekcya Zakładu zdrojowo-kąpielowego w Iwoniczu.

Zakład leczniczy „QUO VADIS“
w **Kissingen**
Ludwigstrasse 16
(Bawaryja)
Dra J. Maciejewskiego

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 dyetetyczna indyw. — Urządzenie nowoczesne, służba polska.

Cena za pokój z pensją i usługą od 4½ — 6 rubli dziennie. Z środków leczniczych i kuchni dyetetycznej zakładu mogą korzystać także moi pacjenci mieszkający poza zakładem.

Wczesne zgłoszenia, szczególnie w głównym sezonie, pożądane.

WODA KROŚCIENSKA
ze źródła Stefana
oddaje znakomite usługi w chorobach dróg oddechowych, pokarmowych, moczowych itp.
Poleca się jako wodę krajową opiece P. T. lekarzy polskich.

Skuteczniejsza i tańsza niż inne szwawy!!!

Znakomity narząd dyetetyczny!!!

Naleczów

(GUBERNIA LUBELSKA)

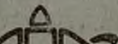
Zakład leczniczy cały rok otwarty.

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. Radziżewskiego prof. chemii Uniw. lwowskiego i K. Klinga asyst. instytutu chemii we Lwowie.

Znakomicie leczą choroby skórne, reumatyzm, artrytyzm, 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.

Stacja 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

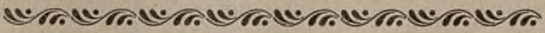
W Karpatach 600 m. n. p. m. Od stacji kolejowej godzina bitej drogi. Na stacji wygodne powozy. Środki lecznicze: Źródło: „Zdrój główny“ i „Stotwinka“ bardzo silnej szczawy wapienno i magnezjowo-sodowo-żelazistej. Kąpiele mineralne bardzo obfite w kwas węglowy wolny, metodą Schwartza ogrzewane (w roku 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, przy 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 terenowe. Wody mineralne miejscowe i wszelkie zagraniczne. Kefir. Żętyca. Mleko sterylizowane. Lekarz zakładowy Dr. Kopff z Krakowa, stale cały sezon. Nadto 16 lekarzy wolno praktykujących. Mieszkania: przeszło 1700 pokoi z całkowitym komfortem urządzonych w cenie od 1 K 20 h dziennie wyżej. Dom zdrojowy, wypożyczalnia książek. Restauracje. Pensjonaty prywatne, hotele, cukiernie. Kościół katolicki. Cerkiew. Muzyka zdrojowa stała (dyrektor Adam Wronski). Stały teatr, koncerty, odczyty, bale. Rozległy park szpilkowy, około 100 morgów obszaru. Wodociągi wody źródlanej słodkiej z gór sprowadzanej. Frekwencja w roku 1906 przeszło 7750 osób. Sezon od 15. maja do 10. października. W maju, czerwcu i wrześniu ceny kąpiele, mieszkań w domach skarbowych i potraw w restauracji 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. Bliższych wyjaśnień na żądanie udziela, broszury i prospekta 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. Poznańskiem i Królestwie Polskiem, 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.

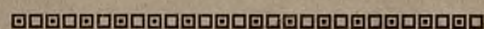
Przegląd najważniejszych chorób przewlekłych, nadających się do leczenia w polskich zdrojowiskach i uzdrowiskach.

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.	Zołyzy — 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 ręciowe	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.

(Dokończenie).

Z Zakopanego wycieczka nasza udała się do

Szczawnicy,

przebywając część drogi od Czerwonego Klasztoru, Dunajcem na czółnach. Cała ta okolica górską jest wprost majestatyczną a sama podróż Dunajcem przez Pieniny jest oryginalną i fantastyczną wycieczką, iż trudno ją porównać z jakąkolwiek inną.

Jakże prozaiczną i mało interesującą jest w porównaniu z nią wycieczka czółnami z Hansheiling pod Karlsbadem.

Zwykła droga do Szczawnicy końmi gościńcem z Nowego Targu, jak nadmieniałem, wynosi 4--5 godzin.

W Niższej Szczawnicy, na głównej ulicy, widzimy gęste, małe domostwa, zamieszkałe przez gości żydowskich. Zarówno porządek, jak i estetyka, są tutaj lekceważone i w poniewierce. Zwiedzamy zakład zdrojowy dolny, na t. zw. Miedziusiu, oglądamy piękny park, restaurację, zakład wodoleczniczy dra Kołaczko-wskiego, skromnie, lecz schludnie urządzone. Droga, obok której jest wygodny chodnik, udajemy się po nad potokiem Szczawnym, w górę, na główny plac przed pomnik Dietla, gdzie znajduje się zarząd zdrojowy, zdroj „Józefiny“ ze znakomitą wodą do picia, obok któ-

rego rozciąga się chodnik kryty dla pijących wodę w czasie słoty. Wokoło tryszcą główne źródła szczawnickie.

Z placu z pomnikiem Dietla prowadzi cienista aleja, zwana deptakiem, przed restaurację z salą do zabaw. Z deptaka w kilku kierunkach wiodą aleje w górę, gdzie się znajduje piękny dworzec gościnny, przeznaczony na bale, teatr, czytelnię.

Widok z górnego zakładu na całą Szczawnicę i okoliczne góry jest bardzo piękny.

Natura więc, jak widzimy, nic nie poskąpiła Szczawnicy.

Od lat jednak wielu bardzo mało się robi dla podniesienia zdrojowiska. Nie do mnie należy dociekać przyczyn takiego położenia. Niewątpliwie jednakże ta okoliczność, iż Szczawnica należy do Akademii Umiejętności w Krakowie, a więc instytucji mało obrotnej w rzeczach finansowych, że jest dzierżawiona, wpływa w wysokim stopniu na zastój w ulepszeniach.

Szczawnica pod względem zdrowotno-hygienicznym posiada duże braki. Brak jest kanalizacji, brak odpowiedniej wody do picia, brak racjonalnego sposobu usuwania śmieci i odpadków kuchennych. Miejsca ustępowe są takie, jakie się tylko w miasteczkach na zapadłej prowincji spotyka. Wiele budynków mieszkalnych wprost chyli się do upadku. Nie nadają się one do zamieszkania ze względu na zdrowie i bezpieczeństwo, a może szkoda je znów przeznaczyć na zupełne zniszczenie. Budynki mieszkalne, po nad zdrojami Józefiny i Szczepana, ze względu na możebność zanieczyszczenia tych źródeł, winny być stanowczo zniesione. Należałoby rozszerzyć istniejące parki, otworzyć nowe. Należałoby staranniej skrapiać wodą podczas suszy aleje spacerowe oraz rozciągnąć ściślejszy nadzór sanitarny, szczególnie

Dr. T. PIOTROWSKI.

Znaczenie poziomek w lecznictwie.

(Dokończenie).

Osobne wskazania do używania poziomek daje podagra, w której Van Svieten radził podawać je do 10 klg. dziennie. Znakomite skutki leczenia poziomkami w podagraze za Ebsteinem uznała większość lekarzy. Słynny botanik Linné miał się wyleczyć z podagry poziomkami.

Prócz tych głównych wskazań leczniczych poleca Dr. Walser poziomki przeciw robakom, a napar z liści przeciw żółtacze. Znany także jest dobry skutek rozniecionych świeżych jagód na zaczerwienienie i świąd w miejscu odmrożenia, po kilkorazowym natarciu zaczerwienienie i świąd ustępuje.

Także w szeregu tak zwanych naturalnych sezonowych kosmetyków cieszą się już od dawna poziomki uznaniem. Prócz mydełek poziomych, kremów poziomych, poleca Dr. W. M. poziomki do kąpieli kosmetycznych i do nacierania twarzy dla nadania cerze aksamitnego połysku, świeżości i usunięcia plam. Na jedną kąpiel bierze się 3—5 funtów. Wystarcza 8—10 kąpeli po dwie tygodniowo dla osiągnięcia pożądanego efektu. Dla zmywania twarzy wyciska się sok z dojrzałych i świeżych jagód, przesącza przez drobne sito, poczem miesza się pół na pół z wodą przygotowaną i ochłodzoną. Mieszaniną tą, świeżo co dzień przygotowaną, naciera się twarz dwa razy dnia przez 10—15 dni; twarzy po natarciu nie należy osuszać. Już po kilkorazowym natarciu zmiana cery jest widoczna.

Jak z krótkiego tego zestawienia widać, poziomki mają dosyć rozległe zastosowanie lecznicze; pomijając zastosowanie lecznicze w medycynie ludowej i kosmetyczne, musimy uznać znakomity wpływ poziomek przy

podagrze, zastoinach, w uporezywem zaparciu stolca, co udowodniły badania naukowe. Jak przeprowadzać leczenie, już wspominałem, pozostaje jeszcze odpowiedzieć, gdzie leczenie to przeprowadzać, czy w domu w mieście, czy gdzieś wyjeżdżać. Przeprowadzenie leczenia w mieście jest nieodpowiedne dlatego, że trudno o poziomki całkiem świeże, że są w miastach drogie, a co najważniejsza, że brak tu innych czynników, jak świeżego powietrza, odpowiedniego ruchu, wypoczynku od zajęć zawodowych, czynników, przy każdym leczeniu niemają odgrywających rolę. Pozostaje więc wyjazd na wieś, w okolice obfitujące w poziomki. Tu jednak trzeba wybierać taką miejscowość, gdzie blisko jest lekarz, gdyż tak leczenie poziomkami, jak w ogóle każde leczenie, jeżeli ma osiągnąć dobry skutek, powinno być przeprowadzone pod nadzorem lekarskim. W kraju naszym najlepiej nadają się do przeprowadzenia kuracji poziomych zdrojowiska, gdyż leżą w górach i mają podostatkiem poziomek, a prócz swych naturalnych czynników, jak świeże powietrze, rozrywki, kąpiele, posiadają także lecznicze wody, z których większość może być równocześnie stosowana. Zupełnie dobrze mogą być stosowane przy kuracji poziomych wody żelaziste, a więc Krynica i Żegiestów. Przy wodach żelazistych poziomki odgrywają rolę pomocniczą kuracji zdrojowo-kąpielowej, naodwrot przy kuracji poziomych pomocniczymi mogą być wody żelaziste. Dla przeprowadzenia kuracji poziomych stawiam na pierwszym miejscu Żegiestów dlatego, że ilość poziomek jest nader obfita a cena ich niska i że jest zarazem zdrojowiskiem żelazistym, posiadającym znakomite warunki miejscowe, jak teren górzysty, dużą ilość lasów, kąpiele rzeczne popradowe i higieniczne urządzenia miejscowe, kanalizację i wodociągi.





ŻEGIESTÓW.

w dzielnicach zamieszkałych przez ubogą ludność żydowską t. p.

Wobec tego, że sprawa tych braków, nieporządków, wogóle, t. z. „bagna szczawnickiego“ wielokrotnie podnoszoną była w prasie galicyjskiej, a nawet stała się przedmiotem parokrotnej interpelacji przez przedstawicieli stronnictwa ludowego w Sejmie krajowym, uwalnia mnie to od powtarzania tych zarzutów w tem miejscu. To pewna, iż opieszałość w dążeniu do postępu jak najgorzej odbić się musi na losach Szczawnicy, która ze względu na swe położenie i właściwości lecznicze źródeł mineralnych, należy do skarbów Polski.

* * *

Następnym etapem wycieczki był

Żegiestów,

położony, jak wiadomo, w powiecie nowo-sądeckim, przy stacji kolei państwowej „Żegiestów-Zdrój“. Zakład zdrojowo-kąpielowy w Żegiestowie, zaczyna się od przystanku kolejowego i ciągnie się na przestrzeni około 100 mtr. przez wąwóz górski z ustawicznym, a stopniowym wzniesieniem ku górze, utworzony przez pasma Beskidu zachodniego nad samym Popradem, który w tem miejscu stanowi naturalną granicę między Galicyą a Węgrami. Po obu stronach, przez zdrojowisko przebiegająca droga, znajdują się wille i domy mieszkalne. Pomijam właściwość klimatu i źródeł żegiestowskich jako rzeczy znanej, natomiast przechodzę do stosunków higieniczno-zdrowotnych.

Zdrowisko w całości posiada kanalizację spławną z wylotem do Popradu, 100 mtr. poniżej miejsca do kąpeli, posiada hydranty co 60 mtr., do skrapiania chodników. Wszystkie domy są skanalizowane, posiadają wodociąg, klozety. Istnieje oświetlenie elektryczne całego zdrojowiska, oraz w oddzielnych domach.

Dostęp do źródła zamknięty, jednakże wodę nalewa się z czerpaka do szklaneczek. Zbiorniki na wodę do kąpeli betonowo sklepione. Borowina do kąpeli zwożona i przygotowywana przez zimę. Nad produktami spożywczymi istnieje nadzór. Zakład posiada aparat dezynfekcyjny formaliną.

Jako żądania, odnośnie do zdrojowiska Żegiestów, postawić by można:

1. Zabudowanie osobnego zakładu wodoleczniczego.
2. Pogłębienie koryta Popradu, w miejscu przeznaczonym do kąpeli.
3. Przygotowanie terenu do kąpeli słoneczno-powietrznych.
4. Urządzenie równego deptaku w środku zakładu przez zasypywanie parowu przy zejściu do Popradu.

Deptak taki jest niezbędny z powodu terenu górzystego Żegiestowa i przebywania tutaj dla leczenia,

głównie chorych niedokrwistych. Nowe wille winny być budowane na stoku południowym, wzdłuż drogi do stacji.

Pożądane jest założenie mleczarni zakładowej, koniecznością zaś pobudowanie domu izolacyjnego.

Są to braki wobec kapitalnych urządzeń, jak kanalizacja, wodociąg, elektryczne oświetlenie, komunikacja kolejowa, mało znaczące, a bezwątpienia zostaną usunięte.

Żegiestów zrobił wielki krok naprzód przez zaprowadzenie wzmiankowanych urządzeń zdrowotnych i stanął w rzędzie najpierwszych zdrojowisk wielkopolskich.

* * *

Kresem wycieczki naszej była

Krynica.

Krynica ze względu na zalety, których jej nie szczędziła przyroda, powinna była do chwili obecnej zająć pierwszorzędne miejsce w szeregu zdrojowisk nie tylko polskich, lecz światowych.

Klimat górski, 600 m. n. p. m., dużo ozonu, wilgotność średnia, wahania ciepłoty małe, opady nieznaczne, dużo lasów szpilkowych, woda żelazista, bogata w kwas węglowy, borowina — są to warunki klimatyczne i środki lecznicze, które zapewniają Krynicy bardzo poważne stanowisko, jako zdrojowisku i uzdrowisku. Praca nad podniesieniem Krynicy postępuje bezsprzecznie stopniowo, lecz nieodpowiednio do rozwoju balneotechniki, i stale w wielkim niestosunku do wzrostu z roku na rok liczby leczących się w Krynicy: (w 1895 r. było 5.000, w 1907 roku 7.000.)

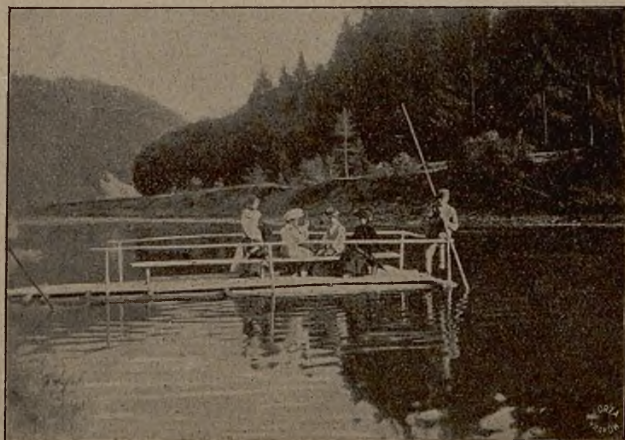
Pod względem urządzeń balneotechnicznych Krynica właściwie posiada wszystko, lecz wszystko robione i wprowadzane bywa nie na szerszą skalę, nie według wzorów najnowszych.

Kolejno rozpatrzmy urządzenia balneotechniczne Krynicy:

Zdroje: Zdrój główny. Ujęcie dobre, ale sposób podawania wody nieodpowiedni przez czerpanie, z odkrytego źródła. Zdrój powinien być zakryty i mieć kilka wylotów bocznych. Zdrój w Słotwinach, wprawdzie ujęty dobrze i obecnie woda doprowadzona aż do altany z głównym źródłem, lecz posiada tylko jeden wylot. Zdrój „Jana“, obok zakładu wodoleczniczego, ujęty ale nie zakryty.

Wogóle, co do źródeł, to po usunięciu tych braków, nie pozostawiają one nic do życzenia.

Przechodząc do łazienek i kąpeli miejscowych, stwierdzić trzeba, że jest ich stanowczo za mało, mianowicie około 100 klasy I. II. i III. i 4 kabiny salonowe. Część waniennych zaopatruje źródło „Józefa“, a częścią „zdrój w Słotwinach“. Wszystkie inne wanny (80) na



ŻEGIESTÓW.

dole zaopatruje źródło „główny“, a w pełnym sezonie, kiedy łaźienki pracują od 6 rano do 2 po południu i od 4 do 7 wieczorem — wody z głównego źródła nie wystarczy, więc miesza się ją z wodą ze źródła pomocniczego, znajdującego się w podwórzku łaźienek. Źródło ten zwie się pomocniczym, lub „Dobrodziejem“, jabym dodał „łaskawym“, sam bowiem się przekonałem, że czasami zasila on łaźienki wodą niby z łaski.

Sprawa kąpieli w Krynicy, zdaniem mojem, rozwiązana będzie racjonalnie wtedy, gdy nasamprzód zapewnionem będzie zwiększenie ilości wody przez odnalezienie nowych źródeł, czy też zdobycie wody przez głębokie wiercenie, powtórę, gdy pobudowane zostaną nowe łaźienki do kąpieli mineralnych z odpowiednią liczbą kabin i według ostatnich wymagań balneotechniki.

Łazienki do kąpieli błotnych również pozostawiają wiele do życzenia. Przedewszystkiem kabin jest mało, około 28, a budynek nie odpowiada wymogom współczesnym. Samo urządzenie bardzo skromne. Zakład do przerabiania borowiny za szczupły. Brak młynków do mielenia borowiny. Służba przy łaźienkach niedostatecznie wyszkolona. Wybudowanie więc nowych łaźienek borowinowych o 50—60 kabinach okazuje się koniecznym.

Na następującem zestawieniu liczbom okaże się najlepiej, że Krynica stanowczo za mało posiada wanień, zarówno do kąpieli mineralnych, jak i borowinowych.

Wanień mineralnych 100, pracujących 10 godzin na dobę, t. j. kąpieli 1000.

Wanień borowinowych 25, pracujących 10 godzin na dobę, t. j. kąpieli 250.

W pełnym sezonie bawi w Krynicy równocześnie 2.500—3.000 gości. Przypuściwszy, że 10% się nie kąpie, że 5% kąpie się w zakładzie hydropatycznym, pomimo to potrzeba jednak wydać dziennie do 2.000 kąpieli. Gdybyśmy nawet przypuścili, że 20% z goszczących w Krynicy nie kąpie się, to i wtedy trzeba więcej niż 1.500 kąpieli dziennie, a może ich być w najlepszym razie 1.250.

Zakład wodolecznicy, pomimo iż w ostatnich latach został nieco rozszerzony, lecz pozostawia bardzo dużo do życzenia. Przedewszystkiem jest tam ciasno, wskutek braku wentylacji brak powietrza, zaduch. Wybudowanie więc nowego zakładu hydropatycznego wraz z urządzeniami dla elektro-mechanoterapii, elektro-balneoterapii, staje się koniecznością dla Krynicy.

Przechodząc do stosunków higieniczno-sanitarnych Krynicy, stwierdzić trzeba, że pewną przeszkodą do ich poprawy i zupełnego uregulowania jest położenie terytorjalne zdrojowiska i stosunki prawno-społeczne. Krynica-Zródło, leży w części na terytorjum gminy Krynica, w części gminy Słotwina, a oprócz tego jest obszar, t. z. dworski, którego właścicielem jest rząd. Gmina posiada swój samorząd, obszar dworski swoje prawa, a jedno i drugie różne obowiązki. Rząd oświadcza, że gotów to lub owo zrobić na swoim gruncie, lecz nie będzie tego robić gminie. Gmina uboga, chłopcy ruscy, wyrzekają się wszelkich ulepszeń i udogodnień, oświadczaając, że i nadal obejmę się mogą bez wodociągów, kanalizacji, kolei i t. p. Z tego dualizmu terytorjalno-prawnego wynikają tylko szkody dla zdrojowiska pod względem higieniczno-zdrowotnym.

Główne żądania, co do asanizacji zdrojowiska, dadzą się zszeregować w następujący sposób:

I. Należy koniecznie przeprowadzić kanalizację i wodociągi na całym obszarze zdrojowiska, a nie tylko na obszarze dworskim, gdzie już obecnie są wodociągi. Rzecz naturalna, że bez kanalizacji staje się niemożliwym i niezupełnie celowym, wprowadzenie wodociągów do mieszkań.

II. Przeprowadzić regulację potoków górskich: „Krynyczanki“ i „Palenicy“, przepływających przez środek zdrojowiska. Potoki te są zanieczyszczane przez wpuszczenie do nich zawartości dołów kłoczących, wód i odpadków gospodarstwa domowego.

Potoki te, w razie wybuchu chorób zakaźnych, są szlakami, wzdłuż których szerzyć się może z biegiem wody epidemia, zwłaszcza, że woda z nich używana bywa do potrzeb domowych, a niekiedy może nawet do picia, pomimo, że rząd, zaprowadzając wodociągi na obszarze dworskim, urządził parę studzien publicznych na obszarze gminnym.

III. Należy w czasie posuchy, stale, po parę razy dziennie, skrapiać wodą chodniki, aby zapobiedz unoszeniu się pyłu.

IV. Zaprowadzić oświetlenie elektryczne na całym obszarze zdrojowiska, oraz wprowadzić je do mieszkań.

V. Należy wybudować kilka odpowiednich ustępów publicznych.

VI. Wyznaczyć kilka stanowisk dorożek i odpowiednio je dezynfekować.

VII. Zaprowadzić wyszkoloną policję w obrębie zdrojowiska dla bezpieczeństwa publicznego i jako organ dozoru i pilnujący porządku i czystości.

Co do higieny mieszkań, to trzeba oddać sprawiedliwość, że dużo mieszkań w domach rządowych, a także w niektórych willach, odpowiada najzupełniej wymaganiom higieny i nie im zarzucić nie można. Natomiast w domach i mieszkaniach izraelskich brak porządku, czystości, a często mieszkania te są stekiem brudu, co staje się zrozumiałem wobec tego, iż w jednej izbie przemieszkują 8—10 osób.

Wiele mieszkań takich, podczas sezonu, winny z urzędu uleść zamknięciu. Nie ma też, a właściwie nie obowiązuje w Krynicy regulamin wynajmu mieszkań w domach prywatnych, co nieraz jest powodem nieprzyjemnych sporów pomiędzy właścicielem, a wynajmującym. Brak władzy wykonawczej na miejscu, możliwość apelowania do instancji wyższej, również utrudnia wszelkie zarządzenia, mające na celu zdrowie i wygodę publiczną.

Pod względem więc potrzeb higieniczno-zdrowotnych, Krynica powinna mieć plan regulacyjny, któryby zapewniał na przyszłość odpowiednie rozszerzenie się zdrojowiska pod kontrolą osobnej komisji budowlanej, powtórę, istnieje winna kontrola, w osobie komisji z władzą wykonawczą nad higieną mieszkań w czasie sezonu; po trzecie, należy zaprowadzić odkażanie po sezonie mieszkań i pościeli, za pomocą odpowiednich aparatów, które powinny nabyć gmina i wynajmować je za wynagrodzeniem.

Oprócz, a właściwie obok higieny mieszkań, bardzo ważną rzeczą w każdym zdrojowisku jest higiena żywienia. W Krynicy sprawa żywienia jest wprost doniosłą z tego powodu, że przeważna liczba osób, tam leczących się, cierpi na niedokrwistość, przy której właściwe odżywianie jest tak dzielnym środkiem leczniczym. Otóż, kogo stać na pensjonat lub zakład dyetetyczny, ten w Krynicy sprawę odżywiania się pomyślnie rozwiązuje, lecz cała masa chorych zmuszona jest żywić się po przeróżnych jadłodajniach i restauracjach, które, właściwie mówiąc, wyjęte są z pod wszelkiej kontroli sanitarno-lekarskiej. W niektórych restauracjach, między innymi, t. zw. koszernych, jak mnie zapewniają, odbiorcy i konsumenci są wprost nieszczęśliwi, bo płacą drogo, a jedzą nie tylko źle, ale i niezdrowo.

Wobec braków co do higieny żywienia, należałoby:

I. Zaprowadzić ścisłą kontrolę policyjno-lekarską nad restauracjami publicznymi i mleczarniami, zarówno chrześcijańskimi, jak zwłaszcza żydowskimi. II. Ograniczyć restauracje pokątne prywatne, o ile nie posiadają odpo-



KRYNICA.

wiednich pomieszczeń, kuchni, lodowni do przechowywania mięsa, nabiału. III. Pobudować halę targową, która zabezpieczy czystość w utrzymywaniu i konserwowaniu produktów, ułatwi nad nimi kontrolę sanitarno-policijną, zapobiegnie domokrażtwnu z nabiałem, jarzynami, owocami, jagodami i t. p., co sprzeciwia się higienie, ponieważ sprzyja przenoszeniu zarazków, a wogóle chorób zakaźnych.

* * *

Dezyderaty tutaj wyłuszczone odnieść można nie tylko do Krynicy, lecz do większości zdrojowisk i uzdrowisk polskich. Jeżeli dezyderaty te znalazły się przy omawianiu rozwoju Krynicy, to wychodziłem z tej zasady, że komu dużo dano, można też dużo od niego żądać. Krynica jako zdrojowisko, posiada znakomite warunki przyrodnicze, pozostaje więc, aby reszty dokonała ręka ludzka. Środki na to Krynica w skarbie Państwa znaleźć może i powinna. Jeżeli środków tych dotychczas skąpieno, skłonny jestem wierzyć mniemaniu rozpowszechnionemu w pewnych sferach tamtejszych, iż wpływają na to właściciele zdrojów niemieckich w Austrii u rządu centralnego ze względów konkurencyjnych, aby przez ograniczenie kredytów, zahamować rozwój niebezpiecznej dla nich Krynicy.

Uczestnicy wycieczki balneologicznej, jako uczestnicy X. Zjazdu Lekarzy i Przyrodników Polskich we Lwowie, podczas pobytu wycieczki w Krynicy, korzystając z obecności w niej p. protomejdyka dla Galicji, który imieniem rządu przyjmował wycieczkę, a także z obecności niektórych przedstawicieli do Sejmu krajowego, zlecili piszącemu te słowa, aby publicznie wypowiedział, pod adresem wzmiankowanych dygnitarzy, dezyderaty, co do zdrojowisk krajowych wogóle, zaś co do Krynicy szczególnie.

Przemówienie moje w dniu 3. lipca w Krynicy, ogłoszone drukiem w czasopiśmie „Krynica“, zawarło w sposób skondensowany te żądania, które powyżej z miejsca tego wyłuszczyłem. Zarówno protomejdyk dr. Merunowicz, jak i poseł na Sejm Krajowy, p. Bataglia, dali wtedy uroczyste przyrzeczenia, iż wszystko

uczynią, aby sprawę asygnowania funduszków na ulepszenia w Krynicy doprowadzić do skutku.

Obecnie dowiadujemy się, że już uchwalono znaczne sumy pieniężne na meljoracye w Krynicy. Chodzi więc teraz to, aby za nie zaprowadzono urządzenia współczesne, aby je uskuteczniło bez zbytej zwłoki. W Krynicy bowiem potrafiono niegdyś zmieniać wanny żelazne na miedziane po cztery rocznie...

Krynica była kresem podróży wycieczki naszej, a więc wypada mi tem samem zakończyć moje sprawozdanie. Niech mi wolno będzie zakończyć je pewnym ogólniejszym poglądem. Klimat naszych zdrojowisk i uzdrowisk, wody mineralne naszych zdrojów, jeżeli nie przewyższają swą wartością leczniczą tych samych czynników w całej Europie, to im z pewnością dorównują. Nasze kąpiele mineralne, borowinowe i urządzenia wodolecznicze, nie co do treści, lecz co do formy, najczęściej nie wytrzymują porównania ze zdrojowiskami w krajach obcych. Następnie, nie zawsze, lecz często, gotowość nasza w dostarczaniu choremu wszystkiego co mu się za jego pieniądze należy, przedstawia wiele do życzenia i w porównaniu ze zdrojowiskami obcemi, wygląda niekorzystnie.

Lekarze zdrojowi wiele w tym kierunku zrobić mogą, a wiemy dobrze, że nieraz istotnie więcej robią, niż ich atrybucye, zakres działania i okoliczności na to pozwalają. W każdym razie bliższa styczność lekarzy zdrojowych z lekarzami domowymi, ogłaszanie sprawozdań z wyników leczenia, a co bardzo ważne, podejmowanie przez nich prac naukowych, doświadczalnych, praktycznych, ogólnych z zakresu balneologii i klimatologii krajowej — wszystko to mieć może bardzo doniosłe znaczenie na rozwój, postęp i wogóle losy polskich zdrojowisk i uzdrowisk.

Losy te, wierzę, iż są zapewnione, ponieważ z jednej strony zarządy zdrojowisk i uzdrowisk polskich w latach ostatnich prawie wszędzie rozwinęły dbałość i zapobiegliwość, aby „wody mineralne“, „letniska“, odpowiadały najzupełniej wymaganiom zdrowotno-hygienicznym, a nawet wymaganiom pewnego komfortu, koniecznego częstokroć dla osób, szukających wypoczynku i pomocy leczniczej, powtóre, powroźnienie naszych zdrojowisk i uzdrowisk jest zapewnione i dlatego, że ogół polski posiada to głębokie przeświadczenie, że może nigdy bardziej niż w czasach obecnych, powinien się swoim obywatelom, na własnym poprzestawać. W ten sposób przez wydatek u obcych nie przyniesie krzywdy zasobom krajowym, a co więcej bogacim nie będzie równocześnie strony przeciwnej, w dodatku nam wrogiej.



KRYNICA (w zimie).

Wystawa zdrojowa w Ciechocinku.

Zjazd lekarski.

Obrady lekarskie, stanowiące najważniejszy punkt programu zjazdu, odbyły się w sali nowych łaźni o godz. 8 wieczór. Na przewodniczącego powołano dra Teodora Dunina, na sekretarza dra Tokarskiego. Tematem były: „Główne potrzeby zdrojowisk polskich a szczególności Ciechocinka“, postawionym na porządku obrad przez przewodniczącego wydziału balneologicznego W. T. H. dra J. Jaworskiego. Referował autor osobiście.

W referacie mówca rozpatrzył potrzeby zdrojowisk naszych odnośnie do warunków higieniczno-zdrowotnych oraz urządzeń kąpielowych i zdrojowych.

Potrzeby te mówca zszeregował w następujący sposób:

Na wstępie ułatwienie środków komunikacyjnych przez kolejki podjazdowe i ułatwienia połączeń kolejowych ze zdrojowiskami.

1) Utrzymanie czystości przez zaprowadzenie kanalizacji i wodociągów dla całych obszarów zdrojowych, jako zaś system tymczasowy usuwanie nieczystości, zaprowadzenie t. zw. systemu heidelberskiego czyli bezkolegowego przy wzorowej obsłudze. Usuwanie odpadków i śmieci w szczelnych zbiornikach poza obręb zdrojowiska.

2) Dostarczanie dobrej, słodkiej wody do picia, a także obficie wody do skrapiania dróg, ulic i placów.

3) Budowa odpowiednich domów i willi na oddzielne mieszkania a także na t. zw. pensjonaty. Wzorem mogą służyć wille, wystawione przez akcyjną spółkę ciechocińską.

4) Wewnętrzne urządzenie mieszkań, odpowiednie przy chorego co do umeblowania, pościeli. Służba przy mieszkaniach wyćwiczona i karna. Osobny regulamin dla właścicieli domów, regulujący stosunek ich do publiczności kąpielowej.

5) Biuro informacyjne o mieszkaniach na dworcu kolejowym bądź w zarządzie zdrojowym.

6) Organizacja dostarczania produktów spożywczych — mięsa, nabiału i warzyw, oraz stały nad tem nadzór sanitarny. Przepisy dla jatek, piekarni, kuchni restauracyjnych, cukierni, mleczarni, dla sklepów i straganów z wiktuałami.

7) Zakład dyetetyczny w każdym większym zdrojowisku pod kierunkiem i dozorem lekarza.

8) Dom izolacyjny dla chorych zakaźnych i wyjeżdżanie prawa, zmuszającego do umieszczania w takim domu każdego chorego, zapadłego na chorobę zakaźną.

9) Odpowiednia komisja sanitarna odpowiedzialna, stała, z władzą wykonawczą.

Potrzeby co do urządzeń kąpielowych i zdrojowych mówca zawarł w następujących punktach:

1) Odpowiednia budowa i urządzenie domów łaźniowych.

2) Odpowiednie ustawienie wanien i odpowiedni materiał na nie użyty.

3) Sposób przyrządzania i ogrzewania wody do kąpiei mineralnych i błotnych. Ogrzewanie kąpiei za pomocą pary.

Co do urządzeń zdrojowych:

1) Sposób ujmowania zdrojów, niezbyt obciążający, aby nie powodować w ten sposób zmniejszenia wydajności źródeł.

2) Czerpanie wody za pomocą pomp ssących na wzór pijalni w parku ciechocińskim, nie zaś kubkiem wprost ze zdroju.

3) Przyrządy do ogrzewania wód do picia, czego nie posiada dotychczas Ciechocinek.

4) Właściwe napełnianie butelek wodą mineralną na wywóz, a także przygotowywanie przetworów kąpielowych; staranne opakowanie, etykiety ze składem chemicznym wody i przetworów; ścisłe terminy dostawy.

5) Częstsze badania w szpitalach działania wód mineralnych krajowych. Uzupełnienie rozbiórów chemicznych wód mineralnych krajowych, co do ich zdolności promieniowania radowego.

6) Reklamowanie zdrojowisk przez ogłoszenia w gazetach polskich i rosyjskich (Biuro informacyjne o zdrojowiskach przy W. T. Hyg. otrzymuje dużo zapytań z Rosji). Plakaty, afisze kolorystyczne, ogłaszanie biuletynów o ruchu chorych w zdrojowiskach; ogłaszanie stałe sprawozdań lekarskich w osobnych dodatkach tygodniowych, zaproponowanych przez mówcę przy wydawnictwie „Zdrowie“ p. n. „Przewodnik kąpielowy“.

Na zakończenie dr. Jaworski zaproponował uchwalenie przedewszystkiem 2 następujących wniosków:

Zebrani w dniu 8. czerwca 1908 r. na I-szej krajowej wystawie zdrojowej w Ciechocinku polscy lekarze i higieniści stwierdzają, że przemysł zdrojowy polski, mimo trudnych warunków, wytrwale kroczy po drodze postępu, i zasługuje na największe i najszerze poparcie ze strony całego społeczeństwa i wszystkich lekarzy naszych.

Zebrani uchwalają, że powinien powstać związek zdrojowisk i uzdrowisk krajowych, z przekształceniem się następnie na związek zdrojowisk i uzdrowisk wogóle polskich, w celu popierania ich rozwoju i postępu i skutecznej obrony przed eksterminacyjną konkurencją miejscowości leczniczych zagranicznych.

Co do Ciechocinka po rozprawach, w których przyjęli udział Doktorzy: Pawiński, Lubowski, Ruppert, Arnstein, Dunin; referenci: J. Jaworski, dr. Polak, W. Lepert; dyrektor: Raczyński, uchwalono do przedstawienia zarządowi Ciechocinka:

1) Zaprowadzenie kanalizacji i wodociągów na całym obszarze Ciechocinka.

2) Przyspieszenie budowy już dawniej projektowanych łaźni kwasowęglowych.

3) Uporządkowanie szos za pomocą dziegiowania.

4) Zaprowadzenie zakładu Zandera do leczenia fizykalnego.

5) Uzupełnienie rozbioru chemiczno-fizykalnego wody zdrojowej Ciechocińskiej co do zawartości w niej radium.

Nadto dr. Jaworski zaproponował Towarzystwu przyjaciół Ciechocinka, aby: założyło osobny park do zabaw dziecięcych; aby ułatwiło otwarcie jadalni dla ludności uboższej; aby założyło w Ciechocinku pracownię lekarsko-rozbiorową; aby założyło muzeum ciechocińskie, do którego podstawę dają już niektóre okazy z obecnej wystawy zdrojowej.

Z Polskiego Towarzystwa balneologicznego.

Posiedzenie Wydziału w dniu 4. maja 1908.

Przewodniczący prezes hr. Jan Potocki. Obecni: Dr. Cercha, Dr. Flis, Dr. Regiec, Dr. Aronsohn, Dr. Zanietowski, Dr. Zathy.

I. Protokół z ostatniego posiedzenia przyjęto.

II. Pismo lekarzy Szczawnickich w sprawie zebractwa w zdrojowiskach, oddano po dłuższej dyskusji Redakcyi *Przewodnika kąpielowego* do ogłoszenia, oraz uchwalono zwrócić się do Władz, celem wyjednania ostrzejszej kontroli przy wystawianiu świadectw ubóstwa przez gminy.

III. Na międzynarodowy zjazd balneologiczny w Amsterdamie wydelegowano Dra Zanietowskiego.

IV. Uchwalono, aby Zjazd balneologiczny odbył się w Zakopanem, i wybrano do ścisłego komitetu zjazdowego prezesa hr. Jana Potockiego, sekretarza Dra Zanietowskiego i skarbnika Dra Flisa.

V. Uchwalono poruszyć na Zjeździe sprawę założenia „Ligi zdrojowej“ oraz „stałej Wystawy Zdrojowej“ w Krakowie, przyczem prezesowi Tow. polecono poruszenie tej sprawy we Wydziale krajowym i w Radzie miejskiej.

VI. Uchwalono zapłacić Lidze przemysłowej wkładkę zaległą i wystąpić z takowej, wobec wysokiej wkładki a braku odnośnych funduszków.

Dr. Zanietowski, sekretarz.



Oceny i sprawozdania.

Dr. Weyer—Dr. Wybauw. *Über die Wirkung der Stahlwässer auf den Stoffwechsel.* (Z instytutu fizyologa. w Brukseli).

Spostrzeżenie, że w zdrojowiskach żelazistych objawy chorobowe niedokrwistości ustępują wcześniej aniżeli ta poprawa badaniem składu krwi stwierdzić się daje, skłoniło autorów do przeprowadzenia ścisłych badań przemiany materii podczas picia wód żelazistych. Podając badanym osobom zbadane wprzód chemicznie i odważone ilości pokarmów, dokonywali autorowie szczegółowych rozbiórów wydaliny i obliczali stopień ich resorbeyi. Okazało się, że picie wód żelazistych zwiększa znacznie resorbeyę pokarmów białkowych i węglowodanów, mniej innych. Natomiast resorbeyca tłuszczów nie ulega zwiększeniu. Działanie to jest najsilniejsze między 12—15 dniem leczenia, utrzymuje się jednak jeszcze i w następnych tygodniach po zaprzestaniu picia wody. Dalsze działanie wód żelazistych polega na zwiększonej czynności komórek, objawiającej się zmniejszeniem wydzielania kwasu moczowego.

Na podstawie powyższych badań podają autorowie dyetę, którą uważają za najodpowiedniejszą, a która ma być obfita w białko i węglowodany, uboga w tłuszcze, w ogólności dostatnia.

T. P.

Inwestycje w zdrojowiskach.

Żegiestów.

1. Zaprowadzono na całym terenie kanalizację i wodociąg. Kanalizacja połączona jest z wszystkimi domami mieszkalnymi, w których zaprowadzono klozety wodne „Panama“. Do wodociągu, wprowadzonego do każdej willi na korytarz, do wychodków i do kuchni, dostarczają wody dwa źródła powyżej zakładu leżące, ujęte w cembrzyny betonowe. Woda ze źródeł spływa do 2 betonowych zbiorników sklepionych, w odległości 1000 mtr. ponad zakładem leżących. Wzdłuż środkowej drogi zakładu umieszczone są hydranty dla skrapiania drogi i chodników w dnie upalne.
2. Wybudowano nowy zbiornik na wodę mineralną, betonowy sklepiony, dwa dawne zasklepiono. W łazienkach dano wszystkie nowe wanny metalowe, ogrzewane systemem Schwarza, nadto dodano osobne wanny do kąpeli mineralnych dla dzieci.
3. Powiększono zakład hydropatyczny o jedną kabinę.

4. Na willach z dachami drewnianymi dano nowe pokrycie bądź blaszane, bądź papą kolorową.
5. Wszystkie wille na nowo wylakierowano, poprawiono i uzupełniono umeblowanie wewnętrzne.
6. Dla wygody gości zaprowadzono nowe dwa sklepy towarów spożywczych mieszanych i sklep z wędlinami. Z dawnych istnieje sklep galanteryjny, szklany, piekarnia, apteka, cukiernia.
7. Cały zakład, restauracje, czytelnie, salę bilardową, salę fortepianową i korytarze we wszystkich willach oświetlono elektrycznie, a dla wygody przyjezdnych, oświetlono także elektrycznie drogę ze stacji kolejowej do zakładu.
8. Wykończą się kaplica w stylu ostrołukowym na 200 osób, wybudowana przez komitet kościelny, której uroczyste poświęcenie przez ks. biskupa tarnowskiego, odbędzie się 12. lipca.
9. Wykończono w czerwcu kąpiele słoneczno-powietrzne.

Wiadomości bieżące.

Frekwencya w naszych zdrojowiskach:

W Ciechocinku bawiło do dnia 10. czerwca osób	2306
W Iwoniczu „ „ „ 20. „ „	1173
W Krynicy „ „ „ 17. „ „	2032
W Rabce „ „ „ 25. „ „	1001
W Rymanowie „ „ „ 30. „ „	825
W Żegiestowie „ „ „ 20. „ „	111

Listy obce wykazują: Francensbad do 25. czerwca 3108. Karlsbad do 30. czerwca 28.369. Reichenhall do 30. czerwca 4105. Szmeks do 28. czerwca 1228.

Szematyzm zdrojowisk wydaje obecnie Redakcja czasopisma *Internationale Mineralquellen-Zeitung* i zwraca się do Tow. balneologicznego z prośbą o podanie dokładnych dat dotyczących statystyki rozsyłki wód wszystkich naszych źródeł. Umieszczenie dat tych w Szematyzmie jest bezpłatne.

Redakcja pisma naszego zwraca się przeto do wszystkich zarządów zdrojowych, by daty te we własnym i ogólnym interesie zdrojowisk jak najrychlej przesać zechciały do Redakcyi *Internationale Mineralquellen-Zeitung* Wien II. 1. Kaiser Josephstrasse 3.

Listę gości Żegiestowa rozpoczynamy drukować w dzisiejszym numerze i pomieszczać ją będziemy stale. Może przykład Żegiestowa zachęci i inne zdrojowiska, by zdecydowały się na drukowanie listy gości w Przewodniku, co by więcej kosztów dla Zarządów nie przyczyniło a listę gości niepomiernie rozpowszechniło.

Na zjazd balneologiczny w Zakopanem zgłosił prof. Dr. Eugeniusz Romer ze Lwowa odczyt p. t. „O potrzebie badań i prac klimatologicznych dla celów balneologicznych“. Będzie to niewątpliwie jeden z najwięcej interesujących tematów, jako oparty na najnowszych podstawach nauki, w zakresie której nawet w poważnych publikacjach balneologicznych popełnia się wiele zasadniczych błędów. Prelegentowi będącemu dzisiaj jedną z największych powag w zakresie klimatologii, należy się wdzięczność, że temat ten zechce na zjeździe omówić.

Stosunki handlowe z Francją. W niedzielę dnia 5. b. m. ma przyjechać z Paryża do Warszawy grono kupców i przemysłowców francuskich z p. Muzeł'em, prezesem Izby połączonych syndykatów na czele, w celu nawiązania bliższych stosunków handlowo-przemysłowych, oraz zapoznania się z handlem i przemysłem w Królestwie.

Do Swoszowic oprócz 7 pociągów kolejowych, odchodzi codziennie omnibusy z Krakowa (Rynek główny) o 9 rano i 4 po południu.

Pociągi pospieszne do Zakopanego. Dyrekcja kolei państwowych ogłasza, że pociągi pospieszne między Krakowem a Zakopanem będą kursowały w obu kierunkach bez przerwy aż do 10. września b. r. włącznie.

XV. Zjazd chirurgów polskich odbędzie się w Krakowie dnia 10. i 11. lipca. W przeddzień, t. j. we czwartek 9. b. m. odbędzie się wieczorem wzajemne powitanie w „Grand hotelu”. — Przed obradami w piątek 10. b. m. o godzinie 8 rano nastąpi zwiedzenie kliniki chirurgicznej.

Sanatorium dla dzieci zagrożonych gruźlicą zakłada w Otwocku grono osób, w skład którego wchodzi Dr. Choddecki, Dr. Sokołowski, Dr. Bączkiewicz, Dr. Łapiński i Dr. Roszkowski. Sanatorium urządzone będzie na razie z powodu małych funduszy w skromnych rozmiarach.

W Żegiestowie odbędzie się dnia 12. b. m. uroczyste poświęcenie nowo wybudowanej kaplicy. Na uroczystość tę wybiera się wiele osób z okolicy i lekarzy.

Rachunki lekarskie. Wydział Związku krajowego lekarzy przypomina kolegom, iż Walne Zgromadzenie „Tow. Samopomocy lekarzy” poleciło w kwietniu 1905 r. przedkładanie pacjentom rachunków półrocznie, względnie po ukończeniu leczenia.

Komitet lekarsko-aptekarski dla popierania przemysłu lekarskiego w Krakowie (komitet dla bojkotu wytworów pruskich, odbył posiedzenie w dniu 1. czerwca b. r. Zapadły następujące ważniejsze uchwały:

1) ażeby ogłaszać w pismach lekarskich treść uchwał zapadłych na posiedzeniach komitetu celem utrzymania styczności ze światem lekarskim;

2) ażeby nie ograniczać się do porównawczego zestawienia cen i jakości towarów, wytwarzanych przez różne fabryki niemieckie i nieniemieckie, ale skłonić fabrykantów nieniemieckich do energicznego reklamowania się w polskich gazetach lekarskich jako też rozsyłania swych cenników lekarzom polskim, podobnie jak to czynią Niemcy;

3) zmusić pośredników krajowych, sprzedających narzędzia lekarskie, do sprowadzania tych narzędzi od wytwórców nieniemieckich;

4) gdyby to szło opornie, postarać się u którejś firmy nieniemieckiej o urządzenie małej stałej wystawy najpotrzebniejszych narzędzi lekarskich i to np. przy dziale komercyjnym towarzystwa Samopomocy lekarzy. Celem takiej wystawy byłoby zapoznanie lekarzy z wyrobami nieniemieckimi, a tem samem pośrednie zmuszenie krajowych pośredników do sprowadzania tych wyrobów.

Zaznaczyć należy, że zagranica odnosi się do dążeń komitetu z wielką sympatją. Wszystkie firmy francuskie, czeskie i szwajcarskie, do których się zwrócono, ofiarują przy zamówieniach z powołaniem się na komitet po 10% do 24% opustu od cen katalogowych, podobnie jak to czynią firmy polskie w Królestwie. Natomiast zupełnie nie popiera dążeń komitetu polityczna prasa krajowa. Pisma polityczne w Królestwie ciągle ogłaszają artykuły o rugowaniu wód

leczniczych i zdrojowisk niemieckich, a w naszej prasie o tem ani wzmianki! Uchwalono tedy, ażeby jeden z członków komitetu napisał w tej materii kilka artykułów, a może pod wpływem tego wzmoże się dyskusja na ten temat.

Komitet nie ustaje w pracy, ale prosi lekarzy i aptekarzy w kraju o energiczne poparcie jego dążeń, bo inaczej celu nie osiągnie.

Dr. Weinsberg, sekretarz.

Dom lekarski w Maryenbadzie. Towarzystwo domu lekarskiego w Maryenbadzie zebrało dotąd ze składek różnych Towarzystw lekarskich i t. p., oraz z opłat członków 4.707 koron i uzyskało w darze od zakonu Premonstratensów, jako właściciela Maryenbadu, grunt pod budowę. Zanim jednak stanie dom osobny, zdołał Komitet na r. b. zapewnić w maju i wrześniu (od połowy sierpnia) pomieszczenia bezpłatne dla 40 kolegów, potrzebujących leczenia, oraz uzyskać ulgi w hotelach, restauracjach i t. p. Na sezon tegoroczny zgłosiło się 37 chorych kolegów. Rychłe uzyskanie własnego domu zależy od poparcia, jakiego całemu przedsięwzięciu udzielią lekarze, towarzystwa lekarskie i prasa. Członkowie zwyczajni (lekarze) opłacają 5 koron rocznie. Zgłaszać się należy do Komitetu (Vorstand des Vereins zur Errichtung eines Erholungsheimes für Ärzte in Marienbad: Dr Stark, Dr Grimm, Dr Zörkendörfer).

R.

Druskieniki wystawiły na wystawie zdrojowej w Ciechocinku następujące przedmioty:

I. Ekspozyty rzeczowe: 1) Przetwory lecznicze: a) do użytku zewnętrznego: Próbkki soli, łągu i ekstraktu z igliwia sosnowego; b) do użytku wewnętrznego: Próbkki gazowanej solanki do picia, próbkki kumysu i kefiru druskienickiego. 2) Bibliografia: Zbiór broszur i prac traktujących o Druskienikach.

II. Reprodukcyje: 1) Fotografie urządzeń kąpielowych. 2) Fotografie sali gimnastyki leczniczej i masażu. 3) Fotografie techniki wyrobu Kumysu i ekstraktu z igliwia. 4) Fotografie Kamery desinfekcyjnej i pracowni drobnowidzowej do badań sanitarno-hygienicznych. 5) Przyroda Druskienik: Fotografie widoków natury z Druskienik i okolicy.

III. Tablice ściienne: 1) Tablice meteorologiczne. 2) Tablica analiz wód mineralnych, oraz soli i łągu. 3) Tablica melioracji w ostatniem 10-cioleciu. 4) Plan Druskienik i okolicy z uwzględnieniem przestrzeni zadrzewionej. 5) Plan budynku kąpielowego. 6) Tablice graficzne wydawanych kąpeli. 7) Tablica graficzna pomiarów ciężaru gątkowego wody mineralnej.

Notatki bibliograficzne.

Redakcja otrzymała:

Dr. E. Krzyżanowski. Przepisy sanitarno-policyjne dla zdrojowiska w Truskawcu. (Odb. z *Przegl. hyg.* R. VII. 1908).

Zdrój Ciechociński. (R. II. Nr. 1) zawiera *Redakcyja:* Rok drugi. *Dr. Dembicki.* Sprawozdanie lek. z Ciech. Zakł. zdrojowo-kąpiel. za r. 1907. — Pierwsza wystawa zdrojowa w Ciechocinku. — *Kostecki.* Serenada. — *Prof. Czubek.* Początki Zakopanego i jego nazwy. — *Dr. T. S.* Źródło wiecznej młodości. — Kronika miejscowa. Teatr polski. Z naszych zdrojowisk.

Lista gości w Żegiestowie

przybyłych od 1-go do 20-go czerwca 1908 r.

Liczba porządk.	Nazwisko, imię i godność	Miejsce stałego pobytu	Pomieszkowanie w Żegiestowie	Ilość osób
1	Babicki Aleksander, adwokat, z żoną Haliną	Łódź (K. P.)	Wodospad	2
2	Brzeska Romana, żona lekarza, z synem i córką	Jeleśnia	Karolówka	3
3	Burzyńska Wanda, żona profesora gimn., z dzieckiem	Przemysł	Dom zdrojowy	2
4	Broszkiewicz Józef, pryw.	Kraków	Hotel	1
5	Cebula Józef, były teolog	Odrzyków	Karolówka	1
6	Czyszczon Barbara, pryw.	Kraków	Dom zdrojowy	1
7	Cyrankiewicz, pryw.		Żegotka	1
8	Drach Helena, żona c. k. geometry, ze służą	Mielec	Popielaty	2

Liczba porządk.	Nazwisko, imię i godność	Miejsce stałego pobytu	Pomieszkanie w Żegiestowie	Ilość osób
9	Drapała Franciszek, pryw.	Podgórze	Zdrój	1
10	Dunikowski Bolesław, sędzia wojskowy	Kraków	"	1
11	Dyga Michał, pryw.	"	"	1
12	Engelmayer Klara, kupcowa	Ustrzyki Dolne	Potok	1
13	Figurowska Marya, uczenica IV. kursu robót kobiecych	Oświęcim	Dom zdrojowy	1
14	Freundlich Bernard, kupiec	Kraków	" "	1
15	Greisman Neeha	Ryglice	Potok	1
16	Głuska Jadwiga	Warszawa	Karolówka	1
17	Gross Beile, kupcowa	Biecz	Alojzówka	1
18	Gruszecki Artur, z córka	Kraków	Dom zdrojowy	1
19	Hodurski Jan, c. k. urzędnik pocztowy	Muszyna	Alojzówka	1
20	Huszczko Jawunt Marya, z synem	Kijów (K. P.)	Karolówka	2
21	Jaworczykowska Amalia, żona c. k. dyr. sem. naucz., z córką	Tarnopol	Alojzówka	2
22	Kluz Anna, kupcowa	Czermna (p. Jasło)	"	1
23	Komithe A., nauczycielka, z siostrą	Mielec	Popielaty	2
24	Koroleówna Zofia, pryw., z siostrą	Radom (K. P.)	Dom zdrojowy	2
25	Kownacki Mieczysław, nauczyciel	Swoszowice	Wodospad	1
26	Kozakiewicz Marya, pryw.	Krakowiec	Alojzówka	1
27	Mach Zofia, córka obywatela ziemskiego	Majelon	Karolówka	1
28	Mach Antoni, pryw.	Jordanów	Hotel	1
29	Magrysiowa Franciszka, żona nadstrażnika skarb., z mężem	Kurzyzna	Alojzówka	2
30	Majkowska Józefa, c. k. ekspedytorka pocztowa	Kraków	"	1
31	Metziger Gitla, kupcowa	Ustrzyki Dolne	"	1
32	Miklast Stanisław, pryw., z córką	Dąbrowa Górna (K. P.)	Żegotka	2
33	Majcherczyk Józefa, żona buchaltera, z córkami	Dąbrowa Górna (K. P.)	Dom zdrojowy	3
34	Nestorowicz Aleksandra, żona księdza ruskiego	Przemyśl	" "	1
35	Papuziński Ludwik, właśc. restauracyi, z żoną i córką	Kraków	" "	3
36	Pene Hana, kupcowa	Brzozów	Alojzówka	1
37	Piotrowski Stanisław, z żoną	Płuszyn (K. P.)	Dom zdrojowy	2
38	Prokopczo Helena i Rozalia, pryw.	Glinik Maryampolski	Karolówka	2
39	Poschalska I., Poschalska M.	Radom (K. P.)	Dom zdrojowy	2
40	Prus Henryk, kapitalista	Warszawa	Żegotka	1
41	Przesmycka Antonina, pryw.	"	Karolówka	1
42	Radecki Tadeusz, słuchacz Uniwersytetu	Przemyśl	Dom zdrojowy	1
43	Richis, pryw.	Jajenicz	Alojzówka	1
44	Rybiński Karol, budowniczy	Kraków	Karolówka	1
45	Schakin Judes, kupcowa	Gliniany	Potok	1
46	Schechtel Edmund, nauczyciel, z siostrą	Mielec	Popielaty	2
47	Schermer Etki, pryw.	Czermna	Alojzówka	1
48	Schirnböckowa, żona profesora gimnazjalnego, z siostrą	Dębica	Karolówka	2
49	Schlumper Ester, kupcowa	Gliniany	Potok	1
50	Senyciowa Antonina, nauczycielka	Zadoniec	Karolówka	1
51	Serafińska Kamila, wdowa po adwokacie	Bochnia	"	1
52	Szczaniecka Iza, żona sędziego	Gorlice	"	1
53	Siedlecka Klem, żona dyr. szpit., z mężem, córką i służkami	Nowy Sącz	Żegotka	5
54	Siewek Franciszek, pryw.	Kraków	Dom zdrojowy	1
55	Sobolewska, Jadwiga, obywatelka, z synkiem	Zalesie (K. P.)	Karolówka	2
56	Spurng Kathi, żona urzędnika, z mężem i córką	Maryampol	"	3
57	Śliwińska Bronisława, pryw.	Kijów (K. P.)	"	1
58	Styczyński Kazimierz, technik, z żoną	Warszawa	Dom zdrojowy	2
59	Styfi Bronisława, żona właściciela drukarni	Przemyśl	" "	1
60	Święcicka, żona literata i Święcicka Marya	Warszawa	Żegotka	2
61	Schapiowa Antonina, żona adwokata sądowego, z mężem	Brody	Karolówka	2
62	Trzos Józefa, właścicielka realności	Kraków	Żegotka	1
63	Tyda Wiktoria, pryw.	Muszyna	Dom zdrojowy	1
64	Twardowska Aniela, żona urzędnika kolejowego, z synem	Jelesna	Wodospad	2
65	Waszyński Jan, botanik, z żoną	Prądnik Czerwony	Potok	2
66	Weg Leonora, pryw.	Ryglice	"	1
67	Zagórska Stanisława, pryw.	Krasiczyn	Karolówka	1
68	Zelder Petronela, żona banmistrza	Krechowice	Alojzówka	1
69	Zimet, kupcowa	Jajenicz	"	1
70	Żychlińska Janina, żona urzędn. pryw., z dziećmi i służką	Glinik Maryampolski	Karolówka	4
71	Malinowska Marya, żona urzędn. pryw., z mężem i córkami	Warszawa	Wodospad	4
72	Grzybowska Henryka, uczennica	"	"	1
73	Kowalska Aniela, uczennica	"	"	1

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: (Śląsk austr.): Dr. Jekels.
 Cudowa: Dr. Brodzki.
 Ciechocinek: Dr. Arnstein, Besiekierski (chir.), Chwat, Ciagliński, Dembicki, Górski, Grudziński, Holc, 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. Krzymiński, Przybyszewski.
 Iwonicz: Dr. Berger, docent Gabryszewski, Lanes, Staniszewski, Stauber, Turzański, Wallach.
 Karlsbad: Dr. docent Biernacki, Goldwasser (okul.), Hassewicz, Kaufmann, Kończakowski, Kostecki, 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, Cercha, Dębicki, Ebers, Kmietowicz, Kopf, Lewicki, Lorentski, Mayer, Skórczewski, Tyszecki (dent.), Wąsowicz, Zarzycki, Zathley.
 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.).
 Naubaim: Dr. Jankowski, Łowiński.
 Nizza: Dr. Bohdanowicz (zimą).
 Odessa: Dr. Jachimowicz.
 Oeynhausen: Dr. Janta-Pończyński.
 Ojców: Dr. Kozłowski.
 Piszczany: Dr. Brand, Teichmann.
 Połaga: Dr. Skowroński, Świętochowski (zakładowy).
 Pustomyty: Dr. Blaim.
 Rabka: Dr. Cholewicz, Kaden, Lang, Supiński (l. zakł.).
 Reichenhall: Dr. Goldschmidt, Sadowski.
 Rymaków: Dr. Bielecki, Dukiet, Regiec, Wąjgiel.
 Sławuta: Dr. Dobrzycki, Dzierzbicki.
 Solec: Dr. Daniewski, Knoff.
 Swoszowice: Dr. Bogdanik.
 Szczawnica: Dr. Gorski, Hammerschlag, Kończakowski, prof. Korczyński, Kretz, Kruszyński, Mohr, Singer, Żuliński.
 Trenczyn: Dr. Filipkiewicz (lek. zakł.), Münz, Wobr.
 Truskawiec: Dr. Krzyżanowski, Mindes, Pelczar, Praszil.
 Vichy: Dr. Biernawski.
 Wiesbaden: Dr. Błociszewski.
 Wisła (Śląsk austr.): Dr. Zanietowski.
 Wysowa: Dr. Kraszewski.

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 oplatnie.

MARIENBAD
 Kaiserstrasse „Stadt Hamburg“
Dr. St. Benedykt Kwiatkowski
 b. l. 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.

Pensjonat dla Przejazdnych
 J. Szremer i Ł. Kaplińskiej
Kraków, Szpitalna 19
 w pobliżu Dworca kolej. i Teatru miejskiego.

KAMIL TOMASZEWSKI
 W ZAKOPANEM, KRUPÓWKI L. 39.
 Poleca:
 Porcelaną, szkło, lampy, towary metalowe i galant., bieliznę męską z marką „Lwa“, bieliznę wełnianą prof. dr. Jaegera, rękawiczki, wstążki, krawaty, przybory do szycia i haftu.

Zakopane: Dr. Brzeziński, Chramiec, Chwistek, Czapliski, Dłuska, Dłuski, Gaik, Gawlik, Łazowski, Majewicz, Sołowski (dent.), Żychoń.

Żegiestów: Dr. Piotrowski.

Treść: Zdrojowiska i uzdrowiska (dokończenie). — Dr. T. Piotrowski: Znaczenie poziomok w lecznictwie (dokończenie). — Wystawa zdrojowa w Ciechocinku. — Z Polskiego Towarzystwa balneologicznego. — Oceny i sprawozdania. — Inwestycje w zdrojowiskach. — Wiadomości bieżące. — Notatki bibliograficzne. — Lista gości w Żegiestowie. — 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 uzdrowisk krajowych lub zagranic., że przez czas od 1. czerwca do 1. września b. r. opłaca sama koszta przesyłki i nie liczy za opakowanie wszelkich zleceń 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.

Dr. Tadeusz Sokołowski
ordynuje w chorobach zębów i jamy ustnej
Zakopane, ul. Krupówki 97 „Marysin“.

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

Dr. Kołaczkowski w Szczawnicy

prowadzi PENSYONAT HYDROPATYCZNY i ordynuje jak dawniej. Urządzenia nowoczesne, park słoneczny 20 morgowy oddzielny dla Pensyonarzy. Kuchnia wykwinna i zdrowa. Zarząd.

Dr. Zygmunt Wąsowicz

ordynuje jak w latach poprzednich od 15-go maja

W KRYNICY.

PIERWSZORZĘDNEJ JAKOŚCI
HYGIENICZNE MASZYNOWE TUTKI

»KOSMOS«

SĄ WSZĘDZIE DO NABYCIA!

ZAKOPANE.

KRUPÓWKI 78.

„BYGEA“ PENSYONAT DYETETYCZNY
i ZAKŁAD WODOLECZNICZY

bardzo pięknie położony, w ogrodzie, nad strumieniem. Wytworna kuchnia dyetetyczna. Najnowsze urządzenia wodolecznicze. 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 mieszkalne, gruntownie odnowione, park osuszony. Restauracja i kuchnia pod ścisłym nadzorem lekarskim.

Środki lekarskie: Kąpiele siarczane, kąpiele borowinowe, kąpiele z dodatkiem kwasu węglowego, picie wód siarczanych i innych wód lekarskich, naturalnych i sztucznych.

Wskazania: Goście mięśni i stawów, wypociny przewlekłe, obrzęki bolesne po zwichnięciach lub złamaniach. Choroby nerwowe, nerwice, porażenia, bóle. Przewlekłe choroby kobiece. Zołży i gruźlica kości. Kiła w późnych okresach. Zatrucia rțęcią lub ołowiem. Choroby skórne.

Pociągi kolei żelaznej przybywają siedm razy z Krakowa i tyleż razy z Kalwarii, 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 wykwinna 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 kąpeli, ługów itd.

w Krakowie i w Tarnowie

(ul. Dietla 46) (Hotel krakowski).

Wody świeże. — Ekspedycja szybka.

W sezonie otrzymuje świeże przesyłki tydzień w tydzień.

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 padaczkowymi, histerycznymi i choreatycznymi jak również alkoholistów i morfinistów. — Zbudowane i urządzone na wzór sanatoryów zagranic., daje sposobność stosowania wszelkich najnowszych środków i sposobów leczniczych, a szczególnie kąpeli 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. Pończochy damskie i dziecięce. Materje jedwabne w gładkich kolorach. **HALKI TAFTOWE.** Boa strusie i gazowe. Szale koronkowe i inne. Rękawiczki. Żaboty, krawaty, kołnierze. Paski, torebki, portmonetki. Perfumerye i mydła. Parasolki i parasole. Kwiaty i pióra (specjalność: pióra strusie!). 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 stacya klimatyczna.

Ostatnia stacya 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, kuracya 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 restauracye 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

Lekarz Dr. T. Piotrowski.

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

- Najsilniejsze szczawy ziemno-żelaziste. -
Kąpiele słoneczne.

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

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

CUKIERNIA i **RESTAURACYA** **WALERYANA PŁONKI** **W ZAKOPANEM**

narodził się
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 Restauracya tania i dobra. Kąpiele po Kor. 1-20, 1-40 i 1-60, borowinowe 3 Kor. Dla ubogich znaczne opusty.

Stacya 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 urządzone, wsporniale 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 pozwala korzystać ze środków leczniczych Zakładu eksternistom.

Zakład **Riesenhof** Kąpiele słoneczne i powietrzne.

Nowoczesne fiz.-dyet. sanatorium, wspaniale położenie. 30 m. od dworca kolejowego Linz, 4 stóp góry Pöstling, w zaciszu wolnem od kurzu, wśród lasów szpilkowych. Indyw. leczenie, trwały skutek we wszel. chorobach nerwowych, kobiecych i uporczywych. Leczenie dyet., odtłuszczające i tuzszy dodające sposobem dra Lahmanna. Łazienki czterokomór., miesięnie 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. Źródło „Klaudyi“ (zdaniem Dra Dobrzyckiego, prezesa Komisji 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 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 zbczeniom 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 mineralnemi, rzeczniemi, pićm 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 spacery, kąpiel, aptekę, pocztę, telegraf, sklepy, restaurację, fortepiany, czytelnię, bibliotekę, fotografa, automobil, własną sieć telefoniczną, łączącą wille zakładowe między sobą i z Zarządem Zakładu.

Wycieczki końmi 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