

# MEDYCYNĄ I ZDROWIE — Dodatek lekarski ABC

## Młodość i uroda

### Grymasy, śmiech i łzy o to przyczyna przedwczesnych zmarszczek

Zmarszczki, czyli mniej lub więcej głębokie fałdy skóry, tworzą się w najrozmaitszych miejscach ciała, znacząc na stałe ruchy skóry, powtarzane zbyt często.

Włókna skóry właściwej, które przy ruchu się wyciągają, tracąc w końcu swą elastyczność i nie wracają do pierwotnego stanu nawet wtedy, kiedy siła ciągnąca już działać przestanie. Oczywiście, wiek odgrywa w tym wypadku ważną rolę. Wszystkie fałdy skóry, istniejące u niemowląt — obrzebie stawów garstkowych, skokowych i innych, z wiekiem się wygładzają i znikają zupełnie. U dorosłych raz powstałe zmarszczki mogą zniknąć samodzielnie jedynie w tym wypadku, kiedy pod skórą rozwinię się w znacznym stopniu tkanka tłuszczowa; wówczas fałdy skóry zostaną wygładzone. Wystarczy jednak nawet niezbyt silne schudnięcie, by zmarszczki wróciły. Na kierunek tworzenia się zmarszczek wpływa poza tym siła ciężkości rozciągniętej, zwiotczalej skóry: najłatwiej tworzą się zmarszczki pionowe, na twarzy — fałdy policzkowe naprzekład, — każda skóra ma jednakową skłonność do marszczenia się. Ma tu duże znaczenie usposobienie. Żywa mimika usposabia do zmarszczek. Często powtarzające się nastroje, np. wesołość lub smutek, zlobią na twarzy bardzo charakterystyczne bruzdy: tak zwane gęsie łapki, tworzące się na skroniach, pionowe fałdy przy kątach ust pozwalają nam odróżnić poznaczone usposobienie pogodne i skłonność do śmiechu. Usposobienie melancholijne uwiadamia się twarzy głębokimi bruzdami policzkowymi. U krótkowidzów dookoła oczu tworzą się drobne, wachlarzowato ułożone zmarszczki, powstałe wskutek ciągłego mrużenia oczu przy akomodacji.

Na czole tworzą się zazwyczaj zmarszczki w dwóch kierunkach: poziome, nadające twarzy wyraz zdziwienia lub zaniepokojenia i pionowe, w okolicy nasady nosa, nadające twarzy wyraz srogi lub skupiony. Pionowe zmarszczki na czole charakterystyczne są przede wszystkim dla mężczyzn.

Koło czterdziestki każda twarz posiada już indywidualnie odmiennie, a charakterystycznie zmarszczki, pozwalające w pewnych razach karykaturzyście kilkoma kreskami utrwalic na papierze nadzwyczajne podobieństwo rysowanej osoby. Kto chce opóźnić fizjologiczny proces marszczenia się skóry, powinien od wczesnej młodości unikać wyrażania swych uczuć mimiką, i za stąpić ją wzrokiem i odpowiednią modulacją głosu, — twarz musi pozostać bez wyrazu.

Idjoci nie mają zmarszczek, ponieważ nie znają mimiki. Co kto woli...

W każdym razie zbyt nie pomarszczone twarze, aczkolwiek mogą być bardzo z tego powodu charakterystyczne, nie należą do pięknych. A że zmarszczki nie są dyskretne, o tem mówi stare hiszpańskie przysłowie, które w tłumaczeniu brzmi mniej więcej w ten sposób: zęby kłamią, włosy oszukują, tylko zmarszczki mówią prawdę.

Kto chce zapobiec zmarszczkom, albo przynajmniej opóźnić czas ich występowania, powinien zacząć myśleć o tem, jak powiedziałeśmy, zawczasu. Rodzice powinni dzieciom zwracać uwagę na konieczność wyzbicia się grymasów, a nawet systematycznie leczyć dzieci, jeżeli są skłonne do tików. W późniejszym wieku lekki masaż, umiejętnie stosowany, może zabezpieczyć skórę twarzy przed zbyt wczesną utratą elastyczności. Nie wolno jednak nadużywać masażu, ponieważ mogą

one wówczas zaszkodzić raczej, niż pomóc.

Starożytne Rzymianki bandaowały sobie twarz na noc. Metoda ta zyskała uznanie małżonków, dawała bowiem gwarancję, że w takim stanie nikt obcy oglądać ich nie będzie. Były czasy, kiedy panie okładały sobie twarz plasterami surowej cielęciny. Wobec obecnej drożyzny zwyciężył ten stał zupełnie zaniechany.

Dr. A. R.

## Kiedy stosuje się



W cierpieniach reumatycznych, podagrze, bólach nerwowych i głowy, grypie i przeziębieniu oddają tabletki Tegal dobre usługi. Tabletki Tegal przynoszą ulgę w tych cierpieniach. Do nabycia w najbliższej aptece

## Chore migdałki i zęby a niedomagania serca, uszu, reumatyzm i in.

Oddawna zastanawiano się nad rolą migdałków w organizmie ludzkim. Wiemy wprawdzie, że są one zbudowane z tkanki zbliżonej do gruczołowo - limfatycznej, zwanej adenoidalną; wie my również, że tkanka adenoidalna jest rozrzucona pierścieniowato (t. zw. pierścień Waldeyera) dookoła wejścia z jamy nosowej i ustnej do jamy gardzieliowej, stojąc jakgdyby na straży wrót do wnętrza ciała. Ale dopiero ostatnie badania Francuzów i Niemców do pewnego stopnia wyjaśniły rolę migdałków. Mówią o migdałkach mamy na myśli nie tylko powszechnie znane migdałki podniebienne mieszczące się na bocznych ścianach cieśni między jamą ustną, a gardzielową, ale także inne twory pierścienia Waldeyera, jak np. trzeci migdałek, znajdujący się za nosem, a nad gardłem.

Początkowo przypuszczano, że tkanka adenoidalna spełnia rolę obronną w sensie zabijania bakterii, przedostających się do głębi ciała. Niektórzy zaś uważali migdałki za narząd krwiotwórczy i t. p. Wreszcie ostatnimi laty udowodniono w sposób bodaj nie-

zbity, że migdałki są gruczołem wydzielania wewnętrznego — okazało się, że dzieci, którym usunięto migdałki podniebienne rosły szybciej, szybciej dojrzewają płciowo i w ogóle lepiej wychowywały się. Możemy więc uważać migdałki za gruczoł opóźniający rozwój dziecka.

### Wrota zakażeń

Taka jest prawdopodobnie fizjologia migdałków — donioślejsze znaczenie ma jednak ich patologia. Okazuje się, że są one wrotami zakażenia, przez które szereg złośliwych bakterii przedostaje się do organizmu.

Zdrowa jama ustna i gardzieliowa, komunikując się bezpośrednio ze światem zewnętrznym, zawierają ogromną ilość bakterii, spośród których część należy do chorobotwórczych. Te ostatnie mogą zwykle wywołać chorobę dopiero w okresie osłabienia odporności organizmu, a więc w razie wyczerpania, przepracowania, przeziębienia i t. p. Rozumie się, że największą ilość bakterii „gnieździ się” w różnych zagłębieniach — w migdałkach, które normalnie zawierają głębokie krypty, dalej zaś w zagłębieniach spróchniałych zębów, fałdach pomiędzy śluzówką dziąsła, a szyjką zęba i t. p.

Bakterie mieszczące się w kryptach lub głębszych warstwach migdałki mogą powodować wiele cierpień miejscowych, jak przewlekłe zapalenie migdałków, ropnie okołomigdałkowe, groźne dla życia ropowice szyjne i t. p. Podobnie próchnica zębów daje nie raz zapalenie miazgi zęba, zapalenie szczęk, ciężkie ropowice itp.

Jednak chore migdałki i zęby powodują często ciężkie powikłania również w narządach odległych. Wykrycie tej zależności przyczynowej stanowi jeden z największych triumfów nowoczesnej wiedzy lekarskiej. Powtarzające się anginy, lub ropnie okołomigdałkowe, nawet jednorazowe przebiecie anginy, dalej zaś pozorne niewinna skłonność do pobolewania gardła, występująca nierzadko na tle przewlekłego zapalenia migdałków, może stać się przyczyną ciężkich śmiertelnych powikłań. Choć wydaje się to nieprawdopodobne, niemniej musimy uznać za niezbitą fakt, że nawet lekkie schorzenie migdałki lub zęba może wywołać zakażenie krwi, czy też chorobę serca.

### Migdałki i zęby, a serce

Dzięki specjalnym warunkom anatomicznej budowy migdałków i zębów bakterie b. łatwo przedostają się z nich do krwiobiegu i, wędrując wraz z krwią, mogą osiadać we wszystkich narządach, a więc wywoływać w wielu spośród

nich chorobę. Mówimy tu naturalnie o zębach i migdałkach chorych. Najczęstszym powikłaniem bywają różne cierpienia serca. — Można śmiało powiedzieć, że w wieku młodzieńczym i średnim większość chorych na organiczne choroby serca „zawdzięcza” utratę zdrowia lub śmierć nieleczonej migdałkom i zębom. Organiczne choroby serca u ludzi starszych przeważnie bywają następstwem właściwej temu wiekowi miażdżycy (sklerozy) naczyń krwionośnych tembardziej, że tkanka adenoidalna z latami zanika, nie dając zakżeń.

Infekcja pochodzenia migdałkowego lub zębowego może wywołać zapalenie i wtórne zwyrodnienie mięśnia sercowego, zapalenie osierdzia i wsierdzia wraz z zastawkami, daje różne wady zastawek serca np. ich niedomykalność itd. Lekarze niejednokrotnie mają możliwość obserwowania chorych, u których mimo najlepszego leczenia choroba serca postępuje naprzód, wróżąc pacjentowi rychły zgon. Wtedy wyrwanie jakie goś podejrzanego zęba albo operacja usunięcia migdałków zatrzymuje rozwój choroby, sprawa chorobowa cofa się lub nawet zupełnie ustępuje.

### Gościec i rwa

Oddawna zauważono związek pomiędzy cierpieniami migdałków, a ostrym lub przewlekłym gośćcem (reumatyzmem) stawowym i mięśniowym. Amerykanie ustalili ten związek między chorobami zębów i gośćcem. Jako otoryno-laryngolog niejednokrotnie mam sposobność obserwować zbawienny wpływ operacyjnego usunięcia migdałków podniebnych na różne choroby gośćcowe. W pewnym odsetku wypadków również ischias czyli rwa kulszowa jest niewątpliwie pochodzenia migdałkowego lub zębowego. To samo można powiedzieć o pewnych nerwobólach.

Na liście przewin migdałków należy również umieścić część zapalenia nerek i miedniczek nerkowych, niebezpiecznych zapaleń ucha środkowego i... nawet wyrostka robaczkowego. Z podobnych przyczyn może nieraz dojść do zapalenia opłucnej, opłon mózgowych i „zakażenia krwi”.

Nieraz słyzy się o ludziach chorujących całe miesiące lub lata na jakiejś niewyraźnej cierpieniu, cechujące się m. in. stanami podgorączkowymi. Często po długich poszukiwaniach okazuje się, że źródło infekcji leżało w chorym zębie lub migdałku. Po odpowiednim leczeniu, zwykle operacyjnym, wycieńczony długotrwałą chorobą pacjent szybko wraca do zdrowia.

Dr. med. Jan P-wicz.

## Zapiski medyka

Operacje zaćmy i przetok łzowych robiono już 4 tysiące lat temu. Wspomina o tem Hammurabi.

Babilończycy, zwłoki smarowali miodem. Persowie pokrywali je woskiem i czas jakiś pozostawiali do szarpania psom i ptakom, potem dopiero grzebali. Egiptowcy pokrywają zwłoki gipsem, malują je i wstawiają do wyrażonego słońca soli kamiennej. W ten sposób można je oglądać. Rodzina przechowuje słupek w ciągu roku, potem zaś stawia za miastem.

W niektórych okolicach Mongolji wierzą, że spojrzenie konającego jelenia sprowadza epilepsję. Dlatego myślą, że nigdy nie zbliżają się do upolowanej sztuki, przed upływem kilku godzin.

Liczba zachorowań na ospę wciąż zmniejsza się z roku na rok. Np. w Ameryce jeszcze w roku 1930 zanotowano prawie 47 tysięcy wypadków ospy. W roku 1932 tylko 11 tysięcy.

W Chinach obowiązuje jeszcze gdzieś tam starożytne prawo, nakazujące lekarzowi palić przed drzwiami mieszkanca tyle lampek, ilu pacjentów jego przeniosło się do wieczności.

Aby szybko pozbyć się kataru, nie należy używać chustki (wciąż tej samej), lecz najlepiej płatków higieny. Każdy płatek niszczyć po jednorazowym użyciu.

W celu odzyskania się od palenia należy płukać usta lekkiem, 0,5 procentowym roztworem lapisu.

W aptekach amerykańskich można zjeść porcję lodów, napić się maza-granu lub lemonjady.

Użycie jedyny datuje się dopiero od lat stu. Po raz pierwszy zastosowano ją przy opatrzywaniu rannych podczas rewolucji lipcowej w Paryżu.

Dr. Jagodir Chandra Boze poczynił w Londynie doświadczenia z zamrażaniem żywych organizmów, które mimo to, nie traciły życia i po odpowiednio ostrożnym przywróceniu do normalnej temperatury odzyskiwały przytomność. Dr. Boze zamrażał króliki, psy, świnki morskie do fantastycznie niskich temperatur 30 i 40 stopni poniżej zera. W zamrożonych organizmach ustawał oczywiście obieg krwi, oddech i t. d. Dr. Boze zauważył, że króliki, zamrażane poniżej 38 stopni nie dawały się już przywrócić do życia.

W jednej z klinik warszawskich przyszło na świat dziecko, któreby można nazwać ludzkim negatywem. Wszystkie organy ma w położeniu odwrotnym: serce po prawej stronie, wątroba po lewej i t. d. Jest to już drugi, ze znanych, wypadek w Warszawie. Medycyna notuje naogół te wypadki dość często.

Ludzie enigmaty żyją zupełnie normalnie i napozór niczem nie różnią się od innych.

## Chorzy na płuc

Każdy, kto cierpi na kaszel, bronchit, chrypkę, załęganie płuc, oraz kłus, powinien natychmiast zabrać się do leczenia. Dobrym środkiem na choroby płuc okazał się preparat Fagocel. Przy użyciu Fagocelu zmniejsza się kaszel. Fagocel dostać można we wszystkich aptekach. Skł. gł. apteka H. Rosenstadta, Warszawa, Plac Grzybowski 10.

Dr. A. R.

## „Coś połknąłem!” Pierwsza pomoc w wypadku załgania się

„Coś połknąłem!” — wykrzyknik ten słyszy się często przy stole lub w pokoju dziecięcym. Jakaś okruszka trafiła „nie do tego gardła” i trzeba dobrze się namęczyć, zanim zostanie wykrztuszona. Czasem bywa jednak gorzej: drobna kośćeczka, lub ośm ułtew w gardzieli. Dzieci, bawiąc się, bardzo często połykają guziki, monety lub inne drobne przedmioty. Jeśli połyknęty przedmiot uwięźnie w gardzieli, krtań lub tchawicy, sprawa staje się poważna. Dziecko się wówczas dusi. Powaga sytuacji jest oczywista dla każdego. Nie pozostaje nic innego, jak natychmiast zawołać lekarza-specjalistę chorób gardła, najlepiej telefonem, by uniknąć niepotrzebnej zwłoki. Lekarz powinien być jednocześnie powiadomiony o tem, co zaszło, a to w tym celu, by zabrał z sobą ewentualnie wszystkie potrzebne narzędzia.

W cięższych przypadkach można samemu sobie poradzić. Drażniące czynniki — łyzeczka albo wprost palcem podniebienie lub nasadę języka możemy wywołać odruch wymiotny lub kaszlowy. Wówczas obciążenie, uwięzione w przełyku, może zostać szczęśliwie wyrzucone nazewnątrz. Przy manipulowaniu w gardzieli wystrzegać się należy mimowolnego wepchnięcia głębiej uwięzionego przedmiotu. Niekiedy dobrze jest zastosować sposób następujący: kłatkę piersiową delikwenta opierać o poduszkę, położyć na stole, poczem parokrotnie dość silnie uderzyć pięścią po plecach.

Jeżeli przedmiot połyknęty dostał się już do żołądka, to wszystko za-

leży od kształtu i konsystencji przedmiotu. Ciało, pozbawione ostrych kątów, pozbawione lekkie (nie z metalu) nie mogą zbyt niebezpiecznym. Gorzej przedstawia się sprawa, gdy została połyknięta moneta lub ostry zakończony przedmiot. W pierwszym wypadku wystarcza zwykle podanie obfitej porcji kawy lub rozgotowanych kartofli. Wówczas połyknęty przedmiot razem z pokarmem przechodzi do kiszek, poczem drogą naturalną zostaje wydalony nazewnątrz. W drugim wypadku należy postępować ostrożnie. Przedewszystkiem należy zasięgnąć porady lekarza. Bardzo często pomocne jest badanie rentgenologiczne. Prześwietlenie pozwala określić z całą pewnością umiejscowienie przedmiotu metalowego w przewodzie pokarmowym.

Czasem zachodzi konieczność usunięcia takiego przedmiotu zapomocą zabiegu operacyjnego, polegającego na otwarciu żołądka. Zabieg taki winien być dokonany możliwie wcześnie, zanim powstanie odleżyna w żołądku, grożąca przedziurawieniem jego ściany. Dawanie środków czyszczących do celu nie prowadzi, przeciwnie, w pewnych razach może być nawet niebezpieczne.

Małe dzieci mają szczególnie upodobanie do wtykania sobie do nosa lub uszu różnych drobiazgów, jak np. ziarenek grochu, fasoli, paciorków i t. p. Samodzielne próby wyjęcia takich przedmiotów zwykle do niczego nie prowadzi, wykonać to może jedynie lekarz, posługując się odpowiednimi instrumentami.

Dr. A. R.

REDAKCJA: Warszawa, Nowy Świat 22. Telefony 6.66.99 (sekretariat, dodatkowy red. naczelny); 6.66.62 (dla polityczny i ekonomiczny); 6.66.64 (dział miejski i liter.-art.); 6.66.51 (międzymiastowy). Sekretarz redakcji przyjmuje interesantów codziennie z wyjątkiem niedziel i świąt w godz. 11—12.  
ADMINISTRACJA: Warszawa, Zgoda 1. Telefony: Administracja i Zarząd 691.64 Prenumerata 691.65. Wydział ogłoszeń 691.56. Skrzynka pocztowa 745. Adres telegraficzny: A B C Warszawa. Konto P. K. O. Nr. 13550.  
PRZEDTAWICIELSTWA: Kalisz, Aleja Józefiny 11, tel. 209; Piotrków Trybunalski, Słowackiego 9, tel. 59; Włocławek, Cyganów 26, tel. 136.  
PRENUMERATA: miejscowa (z odnoszeniem do domu) i zamiejscowa — zł. 4.50 miesięcznie. Konto czekowe P. K. O. Nr. 13550.

## Ceny ogłoszeń:

za miejsce wysokości 1 milimetra przez szerokość jednej szpalaty (na wszystkich stronach po 6 szpalt): na 1-ej stronie — 1 zł., w tekście (wśród artykułów) — 70 gr., w reklamach (wśród ogłoszeń) — 50 gr., na ostatniej stronie — 60 gr. Notatki reklamowe — 1 zł. Komunikaty (specjalne) — 1.50 zł., lekarskie — 30 gr. Nekrologia — 30 gr. Drobne — po 20 gr. za wyraz, duże litery w ogłoszeniach „drobnych” liczy się za oddzielne wyrazy, a tłusty druk — podwójnie. Notatki reklamowe oznacza się cyfrą (N.), a komunikaty specjalne cyfrą (Kom.). Za terminy druku ogłoszeń Administracja nie odpowiada.

Wydział ogłoszeń: Zgoda 1, tel. 691.56 — biuro czynne od godz. 9 rano do 6 wiecz.

Kierownik: Tadeusz Ucieczyński.