

# Jak leczyć ischjas

## chorobę nerwu kulszowego

Ischjas jest chorobą t. zw. nerwu kulszowego, idącego od miednicy do stopy.

Ischjas, czyli rwa kulszowa, pojawia się zwykle pomiędzy trzydziestym a pięćdziesiątym rokiem życia. Przed dwudziestym rokiem spotykamy go rzadko.

Charakteryzują tę chorobę, jak wszelkie dolegliwości nerwalgiczne, bóle, czasami bardzo silne. Przyczyny ischjasu są rozmaite: czasem wywołuje go ucisk nerwu kulszowego, spowodowany wadliwym wzrostem złamania w biodrze, albo stan ciąży (przy specjalnej pozycji płodu), albo żyłki, atakujące żyły, które otaczają nerw kulszowy.

Początkiem ischjasu może też być zakażenie albo zatrucie. Spośród chorób pociągających za sobą nerwalgję ischjasową wymienić można: syfilis, rzeżączkę, febrę, gruźlicę, alkoholizm. Spotykamy też ischjas zapoczątkowany anemią, cukrową chorobą, historją i t. d.

Jakie są najgłośniejsze objawy ischjasu?

Charakterystycznym objawem ischjasu — jest ból. Ból może być ciągły i oprócz tego pojawiać się paroksyzmami. Głównym ośrodkiem bólu jest siedzenie, tylna część uda, albo łydka. Ból zwiększa się przy ruchu, przy kaszlu lub kichaniu. Silniej daje się we znaki przy wyższej temperaturze i, naogół biorąc, więcej dokucza w nocy niż w dzień.

Chory nerw kulszowy nie we wszystkich punktach reaguje równie silnie, wywołując ból. Chcąc się przekonać, czy istotnie mamy do czynienia z rwa kulszową, poddajemy chorego badaniu, które niechybnie ujawni patologiczny stan nerwu.

W wypadkach rwy kulszowej trudnej do wykrycia należy położyć chorego i podnieść bolącą nogę. Jeżeli podnosimy ją wyciągając — silny ból w udzie i w siedzeniu odzyskuje się natychmiast. Jeżeli przeciwnie, podnosimy nogę zgiętą w kolanie — ból jest bez porównania słabszy.

W wypadkach silnego ischjasu chory musi pozostać w łóżku. Przy słabszej formie rwy kulszowej pacjent może chodzić, ale przybierając specjalną postawę. Górna część ciała jest pochylona naprzód, chora noga nieco zgięta w kolanie; chory ciągnie ją niejako za sobą, starając się jaknajmniej opierać się na niej, dzięki czemu kuleje.

Zaburzenia zachodzące w muskulaturze chorej nogi wyrażają się przez zmniejszenie prężności mięśni, pojawia się pewna atonia, a nawet lekki stopień porażenia.

W wypadkach silnego i przewlekłego ischjasu spotykamy skoliozę, czyli wygięcie kręgosłupa leżące w bok wypukłością ku stronie chorej. Przyczyną tej skoliozy jest brak muskularnej równowagi, spowodowanej przewagą, jaką osiągnęły mięśnie zdrowej nogi nad chorem, zanikającymi lub porażonymi mięśniami chorej.

Istnieje kilka form ischjasu. Zależnie od atakowanej części nerwu, ischjas może znaleźć siedzisko w górnej części nerwu, średniej (najpowszejsza forma ischjasu) lub w dolnej.

Przy badaniu należy zwrócić uwagę, czy ischjas nie jest powiększany przez ucisk nerwu, istniejący równocześnie z inną przyczyną.

Rozwój choroby przedstawia wielką zmienność i zależny jest od przyczyny, która wywołała ischjas. Po nagłym lub powolnym początku choroby, następuje okres pewnej stagnacji, po nim zaś faza regresji. Dolegliwości słabną lub znikają. Okres ten może trwać kilka dni, lub kilka miesięcy, recydywy jednak są częste.

Czasem bywa, że gruźlica biodra brana jest za ischjas.

Nie należy zapominać, że przy gruźlicy kostnej bóle są słabsze i stopniowo się wzmagają. W tych wypadkach radiografia pozwoli ustalić diagnozę.

Dla złagodzenia bólu daje się zwykle aspirynę, chininę, antypirynę lub opjum. Na zewnątrz stosuje się gorące okłady, elektryczność (faradyzacja, dżatarmja).

Poza temi środkami należy leczyć główną przyczynę choroby, której następstwem jest rwa kulszowa.

Jeżeli ischjas nie występuje jeszcze w ostrej formie (i nie jest konsekwencją gruźlicy lub innej zakaźnej choroby) — można go leczyć za pomocą środka bardzo prostego i łatwego do zastosowania. Są nim pewne ruchy gimnastyczne!

Środek ten był stosowany przez licznych chorych i dawał często doskonałe wyniki.

Polega on na następującym ruchu. Chory stojąc podnosi bolącą nogę i kładzie stopę na taborecie lub krześle, następnie pochyla się nad nią jak można najniżej, tak, żeby twarz znalazła się tuż przy kolanie; należy pa-

miętać, żeby noga była wprostowana, a nie zgięta w kolanie. W ten sposób trzeba nachylać się i prostować trzydzieści razy, ćwiczenie zaś powtarzać dwa razy dziennie.

Z początku ćwiczenie to jest męczące i bolesne, ale w miarę wykonywania go, nabieramy wprawy i wkrótce przekonamy się, że bóle się zmniejszają, a z czasem ustają zupełnie, nie tylko przy wykonywaniu ćwiczenia, lecz w ogóle znikają. Bardzo ważnym czynnikiem jest również stosowanie gorących okładów. Najprościej przykładac do tylnej części uda i łydki gorący płach, kaszę lub otręby luźno nasypane do woreczka. Doskonale też robi masaż.

Dr. H. Iars.

# Czy 13 jest liczbą feralną?

## Znaczenie trzynastki dla sławnych ludzi

Wiemy, że liczba 13 powszechnie wywołuje obawy. Są ludzie, którzy nie wyjadą 13-go, nie siadają do stołu w trzynastkę osób, nie zamieszkają w domu Nr. 13, w mieszkaniu pod Nr. 13... Ale są i inni, którzy uważają trzynastkę za liczbę szczęśliwą dla siebie; do takich, z osobistości znanych w dzisiejszym świecie, należał b. prezydent Stanów Zjednoczonych, Woodrow Wilson. O s. p. Marszałku Piłsudskim również opowiada się, że uważał 13 za liczbę szczęśliwą dla siebie.

Obawa przed 13 jest bardzo stara; sięga najdawniejszych czasów starożytności; na tem oparł się niektórzy pisarze, pragnący wyjaśnić powszechny strach przed 13; mówią oni, że w czasach bardzo odległych 12 było największą znaną, używaną i mającą

swą nazwę — liczbą; to też od najdawniejszych czasów przeszło do nas, np., 12 znaków Zodiaku (a nie 10 czy 14). 13 było liczbą nieznaną, liczbą niepewności, nie ustaloną, a przeważnie groźną przyszłości — budziło więc lęk i obawy; to przeszło dziedzicznie do czasów dzisiejszych.

Niektórzy okultyści opierają swą opinię o szkodliwość 13 na twierdzeniu, że liczba naszego systemu planetarnego jest 12, (prócz 12 znaków Zodiaku, np., 12 miesięcy w roku), więc 13 jest liczbą następną, a obcego nam systemu bytu, i przez swą obcość właśnie, a więc i wrogość, i wpływu ujemnego — sieje taką groźbę między ludźmi żyjącymi pod panowaniem 12-stki.

Nieco faktów rzuci trochę światła na tę sprawę. Przykłady weź-

miemy z życia francuskich literatów, wedle p. M. Poinso.

Edmund Rostand — dostał numer 13-go członka Akademii; jego hotel oznaczony był numerem 13, zaś liczba liter w jego nazwisku też 13.

Wiktor Hugo, rozgłośny romantyk francuski, wierzył nieśmiertelnie w fatalność trzynastki; jego note są za przepelnione opisami na temat: oddziaływań 13-stki na jego losy. Faktem jest, że w 1871 r. wyjechał Hugo do Bordeaux na Zgromadzenie Narodowe 13 lutego; w wagonie było akurat 13 osób; mieszkanie znalazł na ul. Saint-Maur; okazało się, że pod Nr. 13; gdy sobie w nocy to uświadomił, postanowił na drugi dzień się wyprowadzić, ale nie zdążył, bo na drugi dzień 13 marca — już nie żył.

Z tych dwu przykładów nie da się nic złego specjalnie o 13 powiedzieć, bo dla Rostanda 13 była szczęśliwą.

Weźmy inne osoby. Prezydent Francji Paweł Deschanel miał w imieniu i nazwisku 13 liter (Paul Deschanel); urodził się 13; ożenił się 13 i został wybrany na prezydenta również 13.

Ryszard Wagner — urodził się w r. 1813, umarł 13 lutego; Tanhausera wystawił w Paryżu 13 marca 1861 r. poraz pierwszy, a poraż drugi 13 maja 1895.

Na pogrzebie Oscara Wilda znalazło się 13 osób; trumna oznaczona była numerem 13.

D'Annunzio miał wypadek trzy nastego, stracił oko; jechał wówczas powozem Nr. 13; woźnica zjadł 13 lirów; przy stole zasiadło 13 współbiedniaków. Potem d'Annunzio tak nienawidził i lękał się trzynastki, że uciekał się do kabalistycznych kawałów, aby usunąć fatalny wpływ 13; tak np., 13-tą stronę swych rękopisów oznaczał 12 + 1; np. na pewnej dyktacji w Arcachon napisał datę: 3 stycznia 1912 + 1, co miało znaczyć 1913.

Henryk Beraud napisał już 13 dzieł, gdy otrzymał nagrodę Goncourtów 18 grudnia 1922 r.; mieszkał w Paryżu przy ul. Rochecouart Nr. 13.

I te przykłady bynajmniej nie przesadzają szkodliwości 13.

W historii naszej ojczyzny 13 jest raczej fatalną. Więc, początek okresu dzielnicowego, przypada na śmierć Bolesława Krzywoustego w 1138 r. Liczba ta w sumie daje 13; śmierć Władysława Warneńczyka 1444; sekularyzacja Prus — 1525 roku; rokosz Zbyszka dowódcy — 1600 r. — wszystkie liczby w sumie mają 13.

Ale, w ostateczności, czy 13 jest feralną?

(K)

## Miasteczko starożytne wykopano pod Berdyczowem

W miejscowości Rajki pod Berdyczowem, ekspedycja sowiecka dokonała odkrycia ruin miasta z okresu epoki feudalnej. Ruiny te leżą na wysokim wzgórzu przy zbiegu rzeczek Gniłopiaty i Rubienki. Znaleziono tam resztki budowl miejskich oraz urządzeń obronnych. W pokładach ziemi oraz śmieci wykryto doskonale zachowane żelazne kopie, topory, noże, łopaty, miecze i t. p. Jak wynika ze szczegółowego badania wykopalisk, koniec tego miasteczka był tragiczny. Prawdopodobnie ludność jego zginęła podczas jednego z napadów nieprzyjacielskich.

## Tramwaj wiszący w San Francisco

W San Francisco zarząd miasta otrzymał od pewnego konsorcjum projekt udzielenia temu konsorcjum koncesji na budowę wiszącej kolei elektrycznej. Tory tej kolei wisiałyby na wysokości 20 metrów na specjalnych żelazobetonowych słupach. Na torach tych ślizgałyby się wózki, podtrzymywane zwisające wagony o kształcie opływowym. Pociąg na tej kolei mają posiadać szybkość 150 km. na godzinę.

# Co mówią gwiazdy

## Tajemnica dni tygodnia

Jedną z najdziwniejszych zagadek historii jest niewątpliwie ciągłość kolejności dni tygodnia, nie ulegająca żadnym zmianom od wielu tysięcy lat.

Upadają wszelkie cesarstwa, wala się w gruzy cywilizacje i kultury, zmieniają się religie, ale czy liczymy lata od założenia Rzymu — jak liczono ongiś, czy też od stworzenia świata — wedle chronologii Starego Testamentu — czy to będzie styl juliański, czy też gregoriański — zawsze po sobocie następuje niedziela, a po poniedziałku wtorek i t. p.

Dni tygodnia nie zmieniają swej kolejności od czasów sumero-akkadyjskich — zatem od najstarszych okresów cywilizacji ludzkiej. Siedmiodniowy tydzień znajdujemy u Chińczyków, u dawnych Peruwiańczyków, u Egipcjan i Arabów. Wedle Starego Testamentu tydzień powstał przy samem stwarzaniu świata — a zatem jest współczesny z początkiem bytu w ogóle.

Historik rzymski, Dion Cassius mówi: „Obyczaj nadawania siedmiu dniom tygodnia nazwy planet przeszedł do nas z Egiptu i obecnie jest w powszechnym użyciu u wszystkich ludzi”. Bóg od czasów niepamiętnych poniedziałek jest uważany za dzień księżycy, niedziela za dzień słońca, sobota za dzień Saturna, i t. p., a wszystkie języki europejskie, z wyjątkiem polskiego i rosyjskiego, zachowały w nazwach dni tygodnia ślady tej archaicznej nomenklatury.

Historycy nasi nie zwracali dotychczas na to większej uwagi — ale możemy przypuszczać, że u podstawy tej stałej kolejności dni tygodnia, niezmiennej od lat sześciu tysięcy — leżą może naprawdę jakieś przyczyny głębokie, dotychczas nie zbadane przez naszą naukę.

Wedle danych astrologii ma to swe poważne uzasadnienie. Bóg, dni tygodnia różnią się istotnie między sobą czemś nieuchwytnym, co można nazwać nastrojem lub predyspozycją.

Przeprowadzona ostatnio statystyka nieszczęśliwych wypadków podzielona na dni tygodnia, wykazuje niebicie, że dni tygodnia istotnie różnią się między sobą i to dość poważnie.



Djana — bogini księżycy rządzi poniedziałkiem.

Mars w astrologii jest symbolem wojny, kłótni, skaleczeń i nieszczęśliwych wypadków. Otóż statystyka wykazuje największą ilość nieszczęśliwych wypadków na dzień Marsa — t. j. na wtorek.

Już w czasach niepamiętnych ułożono w Chaldej planety w szereg — wedle „szybkości ich obiegu dookoła słońca. Jest to t. zw. „szereg chaldejski”: Saturn, Jowisz, Mars słońce, Wenus, Merkury, księżyc. Dziwna to rzecz, że w czasach tak zamierzliwych umieli ludzie już zdążyć sobie sprawę z szybkości obrotu planet dookoła słońca.



Chaldejski szereg planet.

Wedle tego szeregu ustalono w tych odwiecznych czasach kolejność dwudziestu czterech godzin, na które podzielił Chaldejczyce dobę. Podług tej prastarej tradycji nie tylko dni tygodnia różnią się między sobą, ale również i każda godzina dnia jest inna, przynosi ze sobą odmienne nastroj i różne predyspozycje. Godzinami rządzi planety kolejno według „chaldejskiego szeregu”.

Gdy zatem pierwszą godziną niedzieli jest godzina słońca, następną godziną Wenus, później Merkurego i t. d. Dwudziestą piątą godziną niedzieli — t. j. początek dnia następnego stanowi godzina księżycy. Oto dlaczego poniedziałek zwany jest od czasów niepamiętnych dies Lunae — dniem księżycy.

Czterdziestą dziewiątą godziną od ranka niedzieli, jest godziną Marsa, stanowiącą pierwszą godzinę wtorku, który z tej racji podlega patronatowi Marsa.

Siedemdziesiątą trzecią godziną od ranka niedzieli jest godzina Merkurego. Jest to pierwsza godzina środy — która dzięki temu zwaną jest „dies Mercurii”. W ten właśnie sposób powstał nasz tydzień.

Godziny chaldejskie liczono od wschodu do zachodu słońca. Nie są to zatem nasze godziny zega-

rowe, bowiem długość ich nieustannie się zmienia.

Wedle danych astrologii każdy dzień tygodnia jest inny, wykazuje, odrębne, całkiem specjalne zabarwienie psychiczne, przynosi nam swoisty nastrój i określone predyspozycje. Każdy dzień wedle tego systemu ma swój odpowiednik w jednej z planet, w tonie gamy muzycznej, w kolorze, metalu, barwie i t. p.

Większość ludzi, pogrążona w troskach szarego życia nie zdaje sobie wcale sprawy z tej odrębności dni tygodnia i tylko jednostki najbardziej subtelne mogą wyczuć różnicę, jaka za-

chodzi pomiędzy jednym dniem, a drugim.

Postaramy się zdradzić te tajemnice astrologiczne naszym czytelnikom.

Niedziela (po łacinie dies solis, angielskie Sunday, szwedzkie Söndag, duńskie Søndag) — to dzień poświęcony słońcu, które jest dla nas źródłem życia, światła, ciepła, radości. Wedle Kościoła, jest to dzień Zmartwychwstania. Podług danych astrologii niedziela nadaje się do stosunków z osobami wyżej stojącymi, do szukania protekcji i do załatwiania publicznych spraw.

Poniedziałek — dzień księżycy (łac. dies Lunae, franc. Lundi, włoskie Lunedì, angielskie Monday). Księżyc w astrologii symbolizuje kobiecość, pauróżę, zmianę. Jest to zatem odpowiedni dzień do zawierania znajomości z kobietami, do rozpoczynania przeprowadzek, do kupowania zapasów spożywczych i nabywania srebra, kryształów lub szkła.

Wtorek — dzień Marsa (dies Martis, franc. mardi, włoskie martedì) — nadaje się do stosunków z wojskowymi, przedstawicielami sportu, inżynierami i ludźmi mającymi do czynienia z ogniem i żelazem. Nadaje się też do kupowania broni, maszyn, ze-

choż do kupowania publicznych spraw.

Środa — dzień Merkurego — (dies Mercurii, franc. mercredi, włoskie mercoledì), który jest pa-

tronem świadomości myślowej, na ulki, studjów, a także handlu i pośrednictwa. Jego dzień nadaje się więcej od innych do pracy umysłowej, do układania listów, dokumentów, studiowania języków, stosunków z wydawcami, drukarzami, pośrednikami, załatwiania spraw zarówno handlowych jak i finansowych.

Wspomniana statystyka odno-

sząca się do dni tygodnia, wykazuje na środę — najwyższe napięcie energii ludzkiej i największą wydajność pracy.

Czwartek — to dzień dobrego, czynnego Jowisza — (łac. dies Jovis, franc. jeudi). Dzień ten nadaje się do załatwiania spraw sądowych, społecznych, urzędowych, do lokowania kapitałów i godzenia się z wrogami.

Piątek — dzień Wenus — (po łacinie Veneris, franc. vendredi). Dzień ten nadaje się do zawierania związków przyjaźni i miłości, do szukania protekcji kobiet, załatwiania spraw związanych z teatrem, tańcem, rozrywkami, sztuką, ozdobami, toaletą.

Sobota — (łac. dies Saturni, franc. samedi, hiszp. sabado, ang. Saturday). Saturn był symbolem czasu, starości i cierpienia — to też dzień ten był uważany za mniej pomyślny, nadający się raczej do rozważań poważnych lub załatwiania spraw związanych z ziemią, kopalniami, rolnictwem, garbarstwem lub stosunków z osobami starszemi.

Saturn podług odwiecznej tradycji rządzi rasą semicką, to też nie jest to bynajmniej przypadkiem, że żydzi świętują w dzień Saturna.

Wedle tradycji astrologicznej wpływ danego dnia zaczyna się już pod wieczór w dniu poprzedzającym. Tak więc wiele osób wrażliwych, odczuwa już w Piątek przed zachodem słońca melancholijne nastroje zbliżające się soboty — dnia Saturna, a wieczorem w poniedziałek energia ich potęguje się w związku ze zbliżającym się dniem Marsa, który zazwyczaj powiększa naszą ekspansję życiową.

Jan Starza Dzierżbicki, Prezes Polskiego Towarzystwa Astrologicznego.



Słońce rządzi niedzielą, symbolizny drzeworyt średniowieczny.