

# POLSKI CZERWONY KRZYŻ

---

---

45

CENTRALNY ORGAN  
POLSKIEGO  
CZERWONEGO  
K R Z Y Ż A

ROCZNIK XIII



102256

III

13(1933)

Biblioteka Jagiellońska



1002195715

---

---

WARSZAWA

ROK 1933

# SPIS RZECZY

## Zagadnienia higieniczno - lekarskie.

Głosy najwybitniejszych lekarzy higienistów w Polsce. (Ankieta P. C. K.) . . . . .	Nr. 1	str. 10
	2	33
	3	53
Zdrowie i uroda. Harmonja sylwetki. Dr. Marta Biernacka . . . . .	1	16
Troska o zdrowie wielkich ludzi (tłumaczenie) . . . . .	1	18
Przeżywany kryzys a groźba epidemji. Dr. Marcin Kacprzak . . . . .	2	25
Ćwiczenia gimnastyczne w zastosowaniu do wieku. Dr. Marta Biernacka . . . . .	2	39
Zabiegi wodne w zastosowaniu kosmetyczno-leczniczem. I. Kisielewska . . . . .	3	61
Centralny Instytut Wychowania Fizycznego w rozwoju prac na polu przygotowania nauczycieli wychowania fizycznego . . . . .	4	73
Państwo a wychowanie fizyczne (Polska a Z.S.R.R.). Dr. Z. Zabawska - Domosławska . . . . .	4	78
Klimat a cera. Dr. Marta Biernacka . . . . .	4	87
Jak należy się odżywiać ,aby być zdrowym. M. Morzkowska . . . . .	4	89
Higjena nóg i obuwia. Dr. Jerzy Babecki . . . . .	5	100
O kąpielach słonecznych. Dr. Jan Kochanowski . . . . .	5	114
Jak się należy odżywiać, aby być zdrowym. Materiał budowlany dla organizmu. M. Morzkowska . . . . .	5	115
„Butantan”. Pierwszy na świecie instytut wytwarzający surowicę przeciw ukąszeniom jadowitych węży. Kazimierz Warchałowski . . . . .	6	133
O działaniu kąpeli na ustrój zdrowy. Dr. Jan Kochanowski . . . . .	6	144
Jak się należy odżywiać, aby być zdrowym. Regulatory procesów trawienia. M. Morzkowska . . . . .	6	146
żywienie dzieci w wieku szkolnym. Doc. Dr. Gustaw Szulc . . . . .	7	155
Jak młodzież szkolna ma ochraniać wzrok . . . . .	7	160
Włosy i ich pielęgnacja. Dr. Julja Świtalska . . . . .	7	167
Fizyczne wychowanie w życiu nowoczesnej kobiety. Dr. Julja Świtalska . . . . .	8	193
Higjena domowa. Do czego jest potrzebny Instytut Gospodarstwa Domowego. Janina Huberowa . . . . .	8	194
Rola wychowania fizycznego w życiu kobiety. Dr. Julja Świtalska . . . . .	9	215
Higjena domowa. Jak się należy odżywiać, aby być zdrowym. Instytut Gospodarstwa Domowego . . . . .	9	217
O zdrowie wsi. Dr. Marcin Kacprzak . . . . .	10	225
Polski Czerwony Krzyż w akcji zwalczania brudu. Jerzy Zbroch . . . . .	10	232
Zdrowie i uroda. Ćwiczenia zasadnicze. Dr. Julja Świtalska . . . . .	10	242

402.256

### Ratownictwo ogólne i przeciwgazowe.

Gazy trujące a my? Z. W. . . . .	Nr. 2	str. 41
Ratownictwo przeciwgazowe . . . . .	„ 2	„ 46
Smutna karta z dziejów epidemji zarazy morowej. Doc. Dr. L. Zem- brzuski . . . . .	„ 3	„ 54
Maski ochronne w ubiegłych wiekach. Doc. Dr. L. Zembrzuski . . . . .	„ 5	„ 98
Uczmy młodzież ratownictwa. Dr. Antoni Fiumel, mjr.-lekarz . . . . .	„ 7	„ 158
Rola Czerwonego Krzyża w ratownictwie przeciwgazowym . . . . .	„ 9	„ 201
Podstawy organizacji ratownictwa przeciwgazowego w osiedlach lud- ności cywilnej. (Opracował Dr. B.) . . . . .	„ 9	„ 203
Kilka uwag w sprawie obrony biernej i przeciwlotniczej miast. Inż. Eug. Berger . . . . .	„ 9	„ 206

### Pielęgniarstwo.

Pielęgniarstwo w Polsce. Dr. Witold Przywieczerski . . . . .	„ 3	„ 49
Komitet uczczenia pamięci Florencji Nightingale. J. J. . . . .	„ 3	„ 56
Kościuszkó a pielęgniarki . . . . .	„ 3	„ 63
Złote myśli Florence Nightingale. Przełożyła z angielskiego Z. W. Mahatma Gandhi u pielęgniarek. Zofja Wiłkomirska . . . . .	„ 3	„ 64
Pielęgniarstwo P. C. K. w ciągu ostatniego czterolecia. J. Suffczyńska	„ 5	„ 112
Dzień probantki w szkole i pierwsze wrażenie w szpitalu . . . . .	„ 5	„ 113
Wspomnienie pośmiertne o ś. p. Wandzie Idzikowskiej . . . . .	„ 5	„ 117
Jak pracuje na wsi Siostra P. C. K. Anna Ossowska . . . . .	„ 10	„ 230

### Czerwony Krzyż Młodzieży.

Nasze zadania. Anna Roszkowska . . . . .	„ 7	„ 153
Złoty Kół Młodzieży Polskiego Czerwonego Krzyża. R. A. . . . .	„ 7	„ 165

### Lotnictwo sanitarne.

Zadania lotnictwa sanitarnego w czasie pokoju i wojny. Dr. Z. Krzycz- kowski mjr.-lekarz . . . . .	„ 6	„ 129
---	-----	-------

### Pogotowie drogowe.

Pogotowie drogowe. Sprawozdanie Delegata P. C. K. z posiedzenia Stałej Komisji Międzynarodowej pogotowia drogowego odbyte- go w Paryżu dn. 24.XI 1932 r. . . . .	„ 2	„ 42
--	-----	------

### Akcja społeczna.

Ubrania dla 15 milionów bezrobotnych. Z. W. . . . .	„ 1	„ 20
Tragiczne dokumenty. J. Karczyński . . . . .	„ 1	„ 21
Polscy pionierzy misyjni w Chinach. Zofja Wołowiczowa . . . . .	„ 2	„ 29
Wpływ bezrobocia na dzieci i na młodzież. Z. W. . . . .	„ 4	„ 91
Niezwykły rekord w pracy społecznej. Z. W. . . . .	„ 8	„ 183
Opieka nad matką i dzieckiem w Kołchozach. Z. W. . . . .	„ 10	„ 241

### Zjazdy i Konferencje.

Wrażenia z Holandji. Płk. Dr. St. Rudzki . . . . .	„ 1	„ 2
Konferencja Czerwonych Krzyży Europy Środkowej i „Rozejm” Czer- wonego Krzyża. Z. W. . . . .	„ 4	„ 81
Z pobytu w Pradze. Dr. B. Zakliński . . . . .	„ 5	„ 104

## Z międzynarodowego Zjazdu kierowników Sekcji Kół Młodzieży Czer.

Krz. M. Bortnowska . . . . .	Nr. 7	str. 170
Wrażenia z Hiszpanji. Dr. Jerzy Babecki . . . . .	„ 8	„ 177
Międzynarodowy Kongres Pielęgniarstwa. J. Suffczyńska . . . . .	„ 8	„ 185
V-ty Ogólnopolski Zjazd Przeciwgruźliczy . . . . .	„ 9	„ 220

**R ó ż n e.**

Uczelnia dla przyszłych ojców . . . . .	„ 1	„ 18
Japonja żywo się interesuje Polskim Czerwonym Krzyżem . . . . .	„ 7	„ 166

**Działy stałe.**

Polski Czerwony Krzyż przy pracy . . . . .	„ 1	„ 12
	„ 2	„ 36
	„ 3	„ 58
	„ 4	„ 82
	„ 5	„ 107
	„ 6	„ 137
	„ 7	„ 161
	„ 8	„ 187
	„ 9	„ 209
	„ 10	„ 234
Czerwony Krzyż zagranicą . . . . .	„ 1	„ 23
	„ 2	„ 44
	„ 3	„ 68
	„ 4	„ 94
	„ 5	„ 117
	„ 6	„ 147
	„ 7	„ 172
	„ 8	„ 196
	„ 9	„ 218
	„ 10	„ 246
Dział urzędowy . . . . .	„ 1	„ 24
	„ 2	„ 47
	„ 3	„ 70
	„ 4	„ 95
	„ 5	„ 120
	„ 6	„ 149
	„ 7	„ 173
	„ 8	„ 199
	„ 9	„ 221
	„ 10	„ 247

---