

NA STRAŻY ZDROWIA



POLSKIE TOWARZYSTWO HIGIENICZNE NA STRAŻY ZDROWIA

MIESIĘCZNIK

REDAKTOR DR M. KACPRZAK

Prenumerata roczna zł. 2.40, z przesyłką zł. 3

Redakcja: Chocimska 24. Tel. 4-23-90.

Administracja: Karowa 31. Tel. 663-46.

Rok IV

WARSZAWA — Luty 1938

Nr 2

Kto w Polsce nie słyszał o ośrodkach zdrowia? Chyba niewiele jest takich ludzi. A kto umiałby powiedzieć dokładnie, co to jest ośrodek zdrowia. Przypuszczam, że też niewielu. A przecież wiele uchwał wnoszono na różnych zjazdach, żeby ośrodków zdrowia otwierano jak najwięcej.

Wiadomo, czym jest szpital: zakładem, w którym leczy się chorych, stale tam przebywających. O tym wie każdy z nas prawie od dzieciństwa, bo szpitale istnieją od wielu lat i każdy w ten lub inny sposób ze szpitalem się stykał, był tam, odwiedzał kogoś z bliskich, a może i sam leżał.

Ale ośrodek zdrowia to rzecz zupełnie nowa, która przedstawia się nie wszędzie jednakowo, a jeszcze niewiele osób zapoznało się bliżej z działalnością ośrodków na miejscu. Dlatego jedni ośrodkiem zdrowia nazywają każde miejsce, w którym leczą, a które nie jest szpitalem. Inni za ośrodek zdrowia uznają tylko takie miejsca, gdzie się przynosi zdrowe dzieci i gdzie udziela się porad, jak z dziecka wychować zdrowego człowieka, gdzie wydają mleko i różne mieszanki. Gdzie indziej znowu ośrodkami zdrowia nazywają takie miejsca, w których leczy się niektóre tylko choroby, jak gruźlicę, jaglicę, choroby weneryczne. Czasami w takim ośrodku jest higienistka, która odwiedza rodzinę w domu i uczy jak żyć, żeby się wyleczyć i żeby inni nie zachorowali, czasami jej nie ma. Gdzie więc jest słuszność i co należy nazywać ośrodkiem zdrowia?

Można wprawdzie powiedzieć, że wszystko jedno, jak się dane miejsce czy instytucja nazywa, byle ludzie pomoc mieli. To prawda, ale żeby tę pomoc mieć, trzeba się porozumieć, a więc trzeba wiedzieć, o czym mowa. Skoro wszyscy pragniemy, żeby ośrodków zdrowia było dużo, to musimy się najpierw umówić, jakich ośrodków, bo

trudno naprawdę walczyć o coś, o czym nie możemy nawet dokładnie powiedzieć czym jest, do czego służy i jak działa.

Nie można także powiedzieć, że ośrodki zdrowia interesują tylko lekarzy. Bynajmniej. Ośrodki zdrowia tworzone są dla całej ludności i ta ludność, która z nich korzysta, powinna wiedzieć co ośrodek zdrowia ma robić, co należy do ośrodka zdrowia, a co nie należy i t. d. Zresztą nie wszyscy korzystamy z ośrodków zdrowia obecnie, ale w pewnej okoliczności każdy może szukać pomocy w ośrodku, każdy też na utrzymanie ośrodków zdrowia płaci, bo są to instytucje publiczne, na które idą grosze publiczne.

Kraj cały i jego zdrowie możemy budować tylko na świadłym obywatelu, a świadły obywatel zajmuje się nie tylko sprawami politycznymi i gospodarczymi. Z tych względów dziś podajemy naszym czytelnikom dużo wiadomości o powstaniu ośrodków zdrowia, o ich zadaniach, rozwoju i pracy.



Ośrodek zdrowia w Olkuszu.

Na ośrodkach zdrowia można budować powszechną opiekę lekarską.



M. KACPRZAK.

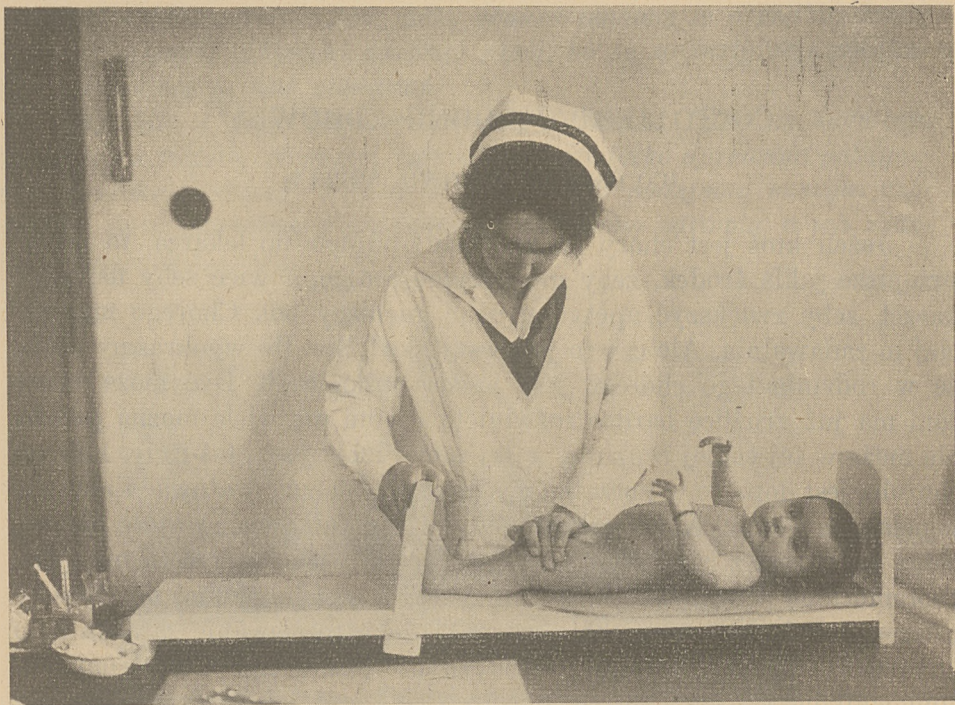
CO TO JEST OŚRODEK ZDROWIA?

(CO OŚRODKI ZDROWIA ROBIA?)

Jeżeli ktoś jest chory na gruźlicę i pójdzie do lekarza, to lekarz przepisze jakiś środek, żeby mu przynieść ulgę, a więc żeby uspokoić kaszel, żeby zwiększyć apetyt, usunąć gnębiący ból. Chorego najczęściej to zadawalnia. Ale czy to jest wszystko? Nie. Bo wyobraźmy sobie, że w rodzinie tego chorego jest jeszcze kilka osób. Być może chory sam ma już gruźlicę bardzo rozwiniętą i jemu nie wiele można pomóc, ale może w tej samej rodzinie, w tej samej izbie jest ktoś inny, którego choroba jest dopiero w początku i jego jeszcze można uratować i zdrowie w pełni mu wrócić. A inni członkowie rodziny, całkowicie jeszcze zdrowi, mogą się przecież zarazić od chorego. Ważną więc jest rzeczą nie tylko choremu ulgę przynieść, ale nie mniej ważne jest innych od tej choroby ustrzec. Trzeba stworzyć takie warunki, żeby rozsiewanie zarazka było uniemożliwione, a zdrowych trzeba jeszcze wzmocnić. Trzeba nauczyć domowników, jak mają się zachować, co i jak jeść, jak spać, jak wietrzyć mieszkanie, co robić z bielizną i z naczyniami chorego, żeby pozostali członkowie rodziny trochę chorzy lub zupełnie jeszcze zdrowi byli przed gruźlicą zabezpieczeni. Ten drugi rodzaj leczenia jest lepszy bo on najpierw obejmuje nie tylko chorego lecz i całą rodzinę nie tylko łagodzi cierpienie lecz i usuwa przyczyny, które sprzyjają powstawaniu choroby. Pierwszy rodzaj leczenia prowadzi każdy lekarz prywatny, drugi poradnia albo przychodnia.

Mamy dziecko chore na jaglicę. Można je leczyć u lekarza prywatnie i można otrzymać bardzo dobre wyniki. Szczególnie jeżeli rodzina jest nie tylko zamożna, lecz i inteligentna; wtedy leczenie prywatne może zupełnie wystarczyć. Ale przypuśćmy, że to jest rodzina biedna, ciemna, że rodzice nie wierzą w żadne zakażenie, a dowodzą, że dziecko sobie oko zaprószyło i pozwalają temu dziecku bawić się z innymi,

albo je nawet posyłają do szkoły. W tym wypadku trzeba nauczyć ich, jak chorego leczyć, trzeba też uświadomić, że dziecko do szkoły przez jakiś czas chodzić nie może i trzeba może w szkole dowiedzieć się, czy tam już innych z jaglicą nie ma, czy nie szkoła jest źródłem zakażenia. Trzeba żeby higienistka poszła do domu i pokazała jak podzielić śpiących, których jest więcej niż łóżek, żeby dzieci nie zarażały się



Mierzenie dziecka w poradni (Amelin).

jedne od drugich; trzeba dokładnie objaśnić jak chory powinien się myć, gdzie powinien wisieć jego ręcznik, i nauczyć go w ogóle, jak ma się zachowywać w stosunku do innych osób, przede wszystkim dzieci. To właśnie robi poradnia, czy przychodnia, w której zawsze musi być higienistka, odwiedzająca chorych w mieszkaniu.

Zaszła młoda mężatka w ciążę. Ma przy tym różne dolegliwości i nie wie, jak ma się zachować. Poród się zbliża, a czy będzie aby normalny? Iść do doktora zdaje się nie bardzo jest z czym, a starsze doświadczone kobiety mówią każda co innego. Co tu robić? Z kłopotu wybawi poradnia czy też przychodnia, gdzie zbadają wszechstronnie

i poradzą jak się zachować, co jeść, czy można pracować, powiedzą też czy można oczekiwać porodu normalnego, czy grozi jakieś powikłanie.

Urodziło się dziecko i jest zdrowe. Ale wiadomo, że przez niewłaściwe chowanie i najbardziej zdrowe dziecko można zrobić chorym. Ważne jest nie tylko czyste utrzymanie dziecka, przewietrzanie mieszkania i t. d. ale i sposób dożywiania i przewijania, obchodzenia się i wiele innych szczegółów; czasem znowu dziecko, niby nie jest chore, ale nie ma apetytu, płacze, traci na wadze. Wszystkimi tymi sprawami zajmuje się poradnia, gdzie jest i lekarz i higienistka, która lekarzowi pomaga, która jednocześnie odwiedza wszystkie zapisane dzieci i pokazuje matce w domu, jak dzieci pielęgnować, jak karmić, myć, kąpać, ubierać i przygotowywać im jedzenie.

Opieka nad dzieckiem nie kończy się jednak w chwili, kiedy ono zaczyna mówić i chodzić. Jest jeszcze prawie 6 lat zanim dziecko pójdzie do szkoły. W tym czasie opieka rodziny może nie zawsze być wystarczająca. Tworzy się naprzykład we wsi żłobek albo dzieciniec, trzeba więc nad nimi roztoczyć nadzór fachowy. A któż to lepiej może zrobić od lekarza i jego pomocnicy higienistki z poradni?

Jeszcze później idzie dziecko do szkoły. Trzeba i tam zająć się jego zdrowiem. Jak w tym wieku uchwyci się chorobę, jeszcze na samym jej początku, to się nie dopuści do jej rozwoju. Zresztą dziecko nieraz źle się uczy, bo jest chore. Tu znowu poradnia może wiele zrobić, współpracując ze szkołą i rodziną.

Jeżeli teraz połączymy w jednym budynku poradnie do walki z gruźlicą, do walki z jaglicą, stację opieki nad matką i dzieckiem, a może jeszcze inne jakieś np. do walki z chorobami wenerycznymi, z alkoholizmem — to będziemy mieli ośrodek zdrowia.

A więc kilka poradni razem to ośrodek zdrowia.

W ośrodku zdrowia leczą nie tylko chorych, lecz zajmują się i zdrowymi, uczą jak postępować, żeby do choroby nie dopuścić, co jest bardzo ważne. Chorego zaś leczą w ten sposób, żeby jemu ulgę przynieść i stworzyć takie warunki w domu, żeby u niego nie nastąpiło pogorszenie, a u innych żeby choroba nie powstała. Słowem w ośrodku nie tylko się chorobę leczy, lecz stara się usunąć te przyczyny, które powodują powstanie choroby lub jej pogorszenie. Zajmują się zaś ośrodki głównie chorobami społecznymi, bardzo rozpowszechnionymi, które związane są ze złymi warunkami mieszkania, pożywienia, pracy i z którymi człowiek sam często nie może sobie poradzić; wystarczy wskazać gruźlicę.

Czy zwykłych chorych na jakieś niedomagania, jak ból głowy, brzucha, klucie w boku i t. d. w ośrodku nie leczą? Zwykle nie, gdyż te choroby nie mają tak dużego znaczenia dla całego społeczeństwa, jak powiedzmy, jaglica lub choroby weneryczne. Inne ma znaczenie dla rodziny, dla wsi, dla całego społeczeństwa, że ktoś ma migrenę, inne gdy cierpi na choroby weneryczne. Dlatego te groźne choroby leczy się w ośrodku zdrowia, te mniej groźne nie zawsze. Bywają jednak i takie ośrodki zdrowia, że leczy się wszystko, zwykle jednak te banalne choroby za opłatą, a gruźlicę, jaglicę, choroby weneryczne bezpłatnie. Naturalnie, jak ktoś ma wypadek i złamie sobie rękę, przetnie kosą nogę lub utnie w maszynie palec, zawsze może iść do ośrodka zdrowia i tam mu okazać pomoc.

Ale oprócz tych chorób zwanych społecznymi, które wyżej omawialiśmy, a którymi głównie ośrodek zdrowia zajmuje się, są inne choroby również grożące całemu społeczeństwu: są to ostre choroby zakaźne, jak tyfus brzuszny, szkarlatyna (płonica), dyfteryt (błonica) i t. p. Ośrodek zdrowia może z nimi prowadzić skuteczną walkę, gdyż zna dobrze teren i styka się z ludnością. Pracownicy ośrodka muszą wiedzieć, gdzie jakie choroby najczęściej się spotykają i mogą wiele zrobić dla ich wykorzenienia. Oni też mogą najlepiej uczyć ludzi higienicznego życia, bo przecież do ośrodka zdrowia tyle ludzi codziennie przychodzi, a za każdym razem jak tam ktoś wejdzie, to powinien się czegoś nauczyć. Zresztą pielęgniarka higienistka odwiedza rodziny chorych w domu, każdą też rodzinę uczy i jak mieszkanie urządzić, i jak jedzenie przygotować i podać, i jak izbę sprzątnąć i przewietrzyć. A jak się ogląda mieszkanie, to się widzi i to co jest koło mieszkania i podwórze i budynki gospodarskie i całe otoczenie, a wszędzie się wprowadza ład, czystość i higienę.

Wreszcie w ośrodku zdrowia mogą się odbywać różne zabawy przedstawienia, obchody. A więc w ośrodku zdrowia urządza się choinkę i opłatek, w ośrodku może być orkiestra, młodzież może urządzać przedstawienia i zabawy. Wszystko to bardzo ludzi zbliża, kształci i podnosi zarówno pod względem higienicznym jak i ogólnie kulturalnym. Higiena jest przecież tylko częścią kultury ogólnej. Dlatego każdy ośrodek zdrowia jest jednocześnie ośrodkiem kultury.



KARYNA GRZEGORZEWSKA.

W KAŻDYM WIEJSKIM OŚRODKU ZDROWIA MUSI BYĆ PIEŁĘGNIARKA - HIGIENISTKA.

Czy we wsi musi być pielęgniarka - higienistka? Wsie, w których są pojedyncze poradnie, lub ośrodki zdrowia, odpowiedzą napewno „tak, dziś już nie potrafimy obejść się bez naszej pielęgniarki“.

W tych okolicach, gdzie jest ośrodek zdrowia, ludność już zna pielęgniarki. Kto zgłosił się po raz pierwszy do poradni, ten wie, że pierwszą osobą, z którą się zetknął, to była pielęgniarka, która odrazu nim się zajęła, rozpytała z czym przychodzi, co mu dolega, czy w domu są wszyscy zdrowi? Zainteresowała się też warunkami domowymi, jak żyje rodzina, czy dużo jest dzieci, czy izba jest dość przestronna...? Potem zaprowadziła do lekarza, a po badaniu lekarskim jeszcze raz wytłumaczyła, co chory ma robić w domu, jak używać lekarstwa, jak się zachowywać w stosunku do reszty domowników. W wielu wypadkach ta pierwsza znajomość z pielęgniarką jest tylko początkiem; zazwyczaj w krótkim czasie zjawia się pielęgniarka w domu, zapoznaje się z rodziną, z warunkami jej życia, dowiaduje się o zdrowie pacjenta, przypomina zlecenia lekarza. Od pielęgniarki dowiedzą się ludzie, że łatwiej jest zapobiec chorobie, niż ją leczyć, i że to zapobieganie jest głównym celem ośrodka.

Wsie, które jeszcze się nie zapoznały z nowoczesnymi pielęgniarkami, będą musiały przede wszystkim się dowiedzieć, kto to jest ta pielęgniarka? Wielu będzie myślało, że jest to osoba do pielęgnowania chorych w szpitalu lub w domu. Dawniej też tak było. Obecnie czasy się zmieniły, nowe też mamy pojęcia o zachowaniu zdrowia, zmieniły się zadania pielęgniarki. Zajmuje się ona człowiekiem nie tylko podczas

jego choroby; również ważnym jej zadaniem może nawet ważniejszym jest nie dopuścić do choroby.

W myśl zasady „strzeżonego Pan Bóg strzeże“ pielęgniarka ośrodka zdrowia uczy ludzi, jak mają postępować, by zachować zdrowie — ten najcenniejszy dar Boży. Coraz więcej wiemy o sposobach ochrony zdrowia, coraz lepiej się rozwija nauka o zachowywaniu



Naświetlanie lampą kwarcową dziecka z krzywicą (Amelin).

zdrowia — higiena. To też dobra pielęgniarka - higienistka musi wychowywać ludzi i uczyć ich jak mogą w życiu stosować przepisy higieny. Wprawdzie często słyszymy, że tam gdzie bieda, to i dobra rada nie pomoże, ale na to możemy odpowiedzieć zdaniem dr *Kacprzaka*, że „nie ma tak złych warunków, w których by czegoś nie dało się zrobić dla zdrowia“. Do takiej pracy, takiego zadania pielęgniarki w czasie trzy-letniej nauki w szkołach pielęgniarstwa są specjalnie przygotowywane.

Wiemy dobrze, że wsie nasze mają za mało opieki lekarskiej. Najczęściej się zdarza, że nie ma człowieka, który by naprawdę coś wiedział

o zdrowiu i o chorobie. Wiele szkodliwych przesądów panuje w tej dziedzinie. Zwykle bywa, że lekarz nie mieszka we wsi, ale dojeżdża z pobliskiego miasta. W ciągu krótkiego pobytu we wsi musi on przyjąć całą masę osób, zbadać, zapisać lekarstwa, więc nie ma czasu, by z tymi ludźmi porozmawiać dłużej i udzielić porad tym, którzy jeszcze nie są chorzy, ale tych wskazówek bardzo potrzebują. A przecież ile kobiet potrzebuje mądrych rad, jak mają postępować w czasie ciąży, by dobrze znieść poród i urodzić zdrowe dziecko; ile młodych matek



Poczekalnia w ośrodku zdrowia.

chciałoby się dowiedzieć, jak odżywiać i pielęgnować niemowlęta! Ile rodzin trzeba pouczyć i przypilnować, by się umiejętnie strzegły przed zakażeniem, gdy ktoś w domu choruje na gruźlicę, czy inną chorobę zaraźliwą. Lekarz po załatwieniu chorych odjedzie i wieś znowu zostaje bezradna; nie ma do kogo się zwrócić!

Inaczej jest, gdy we wsi zacznie pracować pielęgniarka - higienistka, która pracuje parę godzin dziennie w ośrodku zdrowia, poza tym odwiedza rodziny w domach, a mieszkając we wsi nawet po godzinach pracy udzieli pomocy w nagłym wypadku. Weźmy na przykład

opiekę nad dzieckiem. Od tego, tak ważnego działu zaczyna często swoją pracę wiejski ośrodek zdrowia. Matka z niemowlęciem po przyjeździe do ośrodka najpierw dostaje się pod opiekę pielęgniarki, która zbiera od matki wszystkie wiadomości o dziecku potrzebne lekarzowi; następnie waży i mierzy dziecko, by wiedzieć, czy ono prawidłowo przybywa na wadze i rośnie. Oglądając dziecko i mierząc mu temperaturę, pielęgniarka stwierdza, czy dziecko nie gorączkuje. W ten sposób zdarza się często, że pielęgniarka wykrywa początek choroby zakaźnej, kiedy nawet matka o tym nie wie. Dziecko takie oddziela się od innych dzieci w ośrodku, chroniąc te inne dzięki temu od zakażenia.

Po otrzymaniu porady od lekarza, matka znowu wraca do pielęgniarki. Otrzymała ona dużo różnych rad; przejęta wizytą u lekarza, nie zawsze jednak zapamięta wszystko, co jej lekarz powiedział. Teraz pielęgniarka sprawdza, czy matka dobrze zrozumiała i zapamiętała wskazówki lekarskie.

Na tym się nie kończy praca pielęgniarki. Najważniejsza część tej pracy to odwiedziny domowe. Niedługo po wizycie u lekarza, zwykle po paru dniach, przychodzi pielęgniarka do domu. Przekonywuje się ona na miejscu, jak się matka stosuje naprawdę do zleceń lekarza. Bywa nieraz, że matka rozumie wprawdzie, co jej lekarz powiedział i chciałaby do tego się zastosować, lecz nie potrafi stworzyć u siebie w izbie wygodnych warunków do pielęgnowania dziecka. Rzeczą pielęgniarki jest pomóc matce w wykorzystaniu wszelkich możliwości, jakie daje wieś. Możliwości tych matki często nie doceniają. Wiele na wsi jest braków, ale mamy pod dostatkiem powietrza, słońca i wody, tych ważnych sprzymierzeńców higieny. Nie brak też zwykle najpotrzebniejszego pożywienia dla dzieci, jak mleka, jarzyn i owoców, jednak przez brak umiejętności w przygotowaniu pożywienia traci ono wiele ze swej wartości albo wręcz staje się szkodliwe dla zdrowia dziecka. Dużo szkody dzieciom przynoszą przesady i złe zwyczaje np. że nie wolno dzieciom do roku obcinać paznokci, zmywać ciemieniuchy, ani ścinać kołtunków. Jak obrzydliwy jest zwyczaj dawania dzieciom do ssania szmatki z pogryzionym chlebem lub cukrem, a jak szkodliwym, niebezpiecznym nawet, pojenie dzieci naparem z maku lub wódką, aby dłużej spały!

Po odwiedzinach pielęgniarki, przy zaufaniu i współpracy matki, duże zmiany na dobre zajdą w chacie wiejskiej. Znikną złe zwyczaje i przesady, dzieci dostaną odpowiednio przygotowane pożywienie, oddzielne posłanie, choćby tylko w koszyku; otworzą się okna, nawet i te zabite na głucho, aby wpuścić do wnętrza chat powietrze i słońce.

Mówiłam o pracy pielęgniarki w związku z niemowlęciem, widzieliśmy, ile korzyści mogą przynieść wsi jej dobre i pożyteczne rady, a przecież jest tyle innych jeszcze spraw na wsi, w których pielęgniarka - higienistka poradzi, pomoże i przyniesie pożytek. Stopniowo odwiedzając pacjentów, zgłaszających się w różnych sprawach do ośrodka, trafi pielęgniarka do wszystkich chat; i jeżeli choć w niektórych uda się jej coś zmienić, coś naprawić, czegoś nauczyć, to zdrowie wsi musi pójść ku lepszemu. A to jest celem i zadaniem ośrodka zdrowia.

Bez energicznej i dobrze wyszkolonej pielęgniarki, która kocha wieś i chce pomóc ludziom, ośrodek zdrowia nie stanie się tym, czym być powinien.



Ośrodek zdrowia w Bolesławiu.



DR STANISŁAW STYPUŁKOWSKI.

OSRODEK ZDROWIA SZERZY KULTURĘ.

W pracy na polu zdrowia publicznego, jak i w pracy na roli, trzeba najpierw przygotować dobrze grunt. Rolnik pracę na łące rozpoczyna od karczowania lasu i tępienia chwastu, a potem dopiero orze i siew.

Lekarz również nie może rozpocząć leczenia chorych, dopóki nie wprowadzi ładu i porządku do środowiska, nad którym ma pracować. Lekarstwo samo nie pomoże, jeżeli chory dalej będzie źle się odżywiać, nadużywał napojów alkoholowych, pracował ponad siły, nie przestrzegał zasad higieny.

Lekarz będzie więc prowadził pracę nad całym środowiskiem, a że praca ta jest bardzo trudna, podzieli środowisko na drobniejsze części — na rodziny. Wokoło rodziny obraca się cała praca ośrodka zdrowia.

Ośrodek opiekuje się rodziną nawet wówczas, jeżeli wszyscy jej członkowie w chwili obecnej są zdrowi. W okresach pełnego zdrowia rodziny lekarz i pielęgniarka mogą spokojnie i systematycznie zająć się pracą wychowawczą — zapobiegawczą i uświadomieniem o potrzebie pielęgnowania zdrowia, aby nie wpaść w ciężką chorobę i nie dopuścić do nieszczęścia. Będzie to łatwiej i taniej wykonać, niż później leczyć ciężko chorego. Poza tym w rodzinie, która stale podlega opiece ośrodka i współpracuje z lekarzem i pielęgniarką, choroba nie da tak przerażających skutków. Uświadomiona rodzina zwróci się w odpowiednim czasie do lekarza, co ułatwi wyleczenie choroby, rozumnie wykona zlecenie, ochroni zdrowych od zakażenia. To też innym nie zrobi krzywdy, sobie potrafi zaradzić, a lekarzowi i pielęgniarence okaże nieocenioną pomoc.

Bo przecież są choroby społeczne, które bardzo długo się ciągną, na przykład gruźlica, jaglica, choroby weneryczne, alkoholizm i wiele innych. Leczenie tego rodzaju chorych i ochrona ich najbliższych od

zakażenia się nie mogą być wykonane bez pomocy uświadomionego chorego i jego rodziny.

Pomoc rodziny jest konieczną, kiedy mamy do czynienia z chorym niedorozwiniętym, ze słabą wolą, ze skłonnością do alkoholizmu, przestępczości i nierządu. Tego rodzaju chorzy nie podnoszą się bez pomocy najbliższych, i wywierają zły wpływ na otoczenie. Wiemy doskonale, że syn pijaka prędzej wpadnie w nałóg, niż syn zdrowych i pracowitych rodziców, którzy sami należycie zaopiekują się swym dzieckiem i nim pokierują.

Dzieci i młodzież z ułomnych rodzin muszą znaleźć w odpowiednim czasie troskliwą opiekę i rozumny wpływ wychowawczy.

Dlatego też ośrodek zdrowia w swej działalności nie może zaniedbać pracy opiekuńczej, oświatowej, kulturalnej, wychowawczej i nawet rozrywkowej. Jest on przyjacielem setek i tysięcy rodzin, powiernikiem ich trosk i cierpień, nauczycielem, wychowawcą i opiekunem. Wszystkimi musi pomóc i wszystkiemu zaradzić.

W opiece nad dzieckiem zorganizuje poradnię, żłobki, półkolonie i kolonie, ażeby rodzice mogli spokojnie pracować, nie narażając życia opuszczonych dzieci i swego dorobku na nieszczęśliwy wypadek i ażeby dzieci najuboższe wyprowadzić z ciemnych i wilgotnych mieszkań na powietrze i słońce.

W opiece nad młodzieżą pomyśli ośrodek zdrowia o dostarczeniu zajęcia i o godziwej rozrywce nie tylko dla przyjemnego spędzania czasu, lecz głównie dla ochrony od szynku i ulicy, od alkoholizmu i chorób wenerycznych, tych najniebezpieczniejszych wrogów mało uświadomionej młodzieży. Organizując młodzież na terenie ośrodka zdrowia chronimy ją od chorób społecznych, a zbliżając się do niej, podnosimy ją, ułatwiamy jej pracę nad sobą. Jednych będzie ośrodek zdrowia uczył gospodarstwa domowego, szycia, pielęgnacji dzieci, ażeby przy małych środkach dom prowadzony był ładnie, czysto i rozumnie. Chętnych i zdolnych ośrodek uczyć będzie śpiewu, gry na różnych instrumentach, poprowadzi koło dramatyczne i t. p., a później sam czerpać będzie jak z tej skarbonki dary, na pociechę rodziny i pożytek ogólny. W tej pracy zbiorowej nauczy się młodzież życia w gromadzie, wprawi się do pracy dla wspólnego dobra, oświeci i uświadomi się, bo tylko oświecony i kulturalny obywatel należycie oceni wartość zdrowia w ogólnej gospodarce narodowej.

Podczas obchodów narodowych w sali odczytowej ośrodka młodzież robi przegląd wielkiego wysiłku, jaki wykonali jej poprzednicy, ażeby Polska była wolna. Tylko w ten sposób rozumieją młodzi, że

i na nich spoczywa obowiązek dalszej pracy nad podniesieniem sił fizycznych i moralnych narodu i nad mocarstwowym rozwojem ojczyzny. Co usłyszeli i zrozumieli z odczytów, odegrają na scenie i odśpiewają w pieśni, ażeby stary i mały zrozumiał, na własne oczy zobaczył, na nowo przeżył stare dzieje i czerpał z nich siłę i wiarę do dalszej pracy.

Praca nad dzieckiem i młodzieżą wszystkich pociąga, bo to są nasi zastępcy. Należy jednak pamiętać i o zaciągniętych długach: o naszych starcach. Ciężko jest starcom na wsi i w mieście. Wszędzie ciasno, trudno o pracę i kawał chleba.

Ludzie nie są źli, tylko życie jest ciężkie i w biedzie myślimy najwięcej o tych, co po nas przyjdą, to też źle jest starcom w rodzinie nawet własnych dzieci, a co tam mówić o tych, co mieszkają kątem wśród obcych? Jednak pierśią swoją nas wykarmili, pracą rąk wychowali, dług swój wobec nich musimy spłacić i wprowadzić do tego naszą młodzież.

To też ośrodek zdrowia pamięta o swych starcach, myśli o warunkach w jakich żyją, a w miarę sił pomaga. Młodzież zaś dopomoże, ażeby w święta i dla nich nie zabrakło w świetlicy ciepłej strawy, i upominków, przygotowanych przez własne dzieci, wnukowie zaś zagrają, zaśpiewają, potańczą, we własnych sercach wzbudzą miłość i wdzięczność do starców i starcom oświecą smutne dni idącego ku schyłkowi życia. Do swych ciasnych, lecz schludnych mieszkań zanoszą wszyscy trochę ciepła rodzinnego i radości. Pomoże to im przetrwać dni ciężkiej pracy lub niedostatku.

Dlatego też nazywamy ośrodek zdrowia często tylko ośrodkiem, bo czuwać i pracować społecznie musi on nie tylko nad zdrowiem, lecz nad podniesieniem oświaty, kultury i dobrobytu w środowisku. Tylko na tak przygotowanym terenie można zasiać ziarno, i zebrać plon zdrowia publicznego, które jest największym skarbem narodowym.

ILE MAMY OŚRODKÓW W POLSCE.

Ośrodki zdrowia zaczęto zakładać w Polsce w 1925 r. Założono ich wtedy 2. Mieściły się oba w stolicy państwa, w Warszawie. Z początku przybywało ich rokrocznie niewiele; w 1926 r. było wszystkiego 9 ośrodków; w 1927 — 22. Ale potem liczba ich zaczęła szybko wzrastać i w zeszłym roku mieliśmy na terenie całego kraju 402 ośrodki. Ośrodki te, jak dotąd, mieszczą się przeważnie w większych miastach, ale z wolna zaczynają powstawać i w mniejszych osiedlach. W zeszłym roku z ogólnej liczby 402 ośrodków, 206 było w miastach wojewódzkich i powiatowych i 196 w małych miasteczkach i na wsi.

Z liczb tych widać, że na wsi ośrodków zdrowia jest jeszcze bardzo mało. I rzeczywiście o kilku zaledwie powiatach, jak warszawski, skiernewicki, olkuski, łukowski można mówić, iż posiadają sieć ośrodków zdrowia. Przez to powiedzenie rozumiemy, iż ośrodków w powiecie jest tyle, iż każdy z nich obsługuje jedną, lub parę gmin i choć w skromnym zakresie cała ludność powiatu ma zapewnioną pomoc lekarską. Tak n. p. powiat warszawski liczy 17 ośrodków, olkuski 6 i td.

Właściwie każda gmina powinna posiadać swój ośrodek zdrowia, bo gminy u nas są nieraz bardzo rozległe, zwłaszcza na kresach wschodnich i do ośrodka zdrowia położonego w innej gminie nieraz jest daleko. Gmina, która chce u siebie założyć ośrodek, winna zacząć od tego, aby przede wszystkim ze swego budżetu przeznaczyć na utrzymanie ośrodka pewną stałą sumę miesięcznie. Suma taka zwykle nie jest wystarczająca, ponieważ na utrzymanie ośrodka potrzeba przynajmniej kilka tysięcy złotych rocznie. Można i trzeba starać się następnie o uzyskanie zapomogi z samorządu powiatowego. Zaczynać jednak zawsze trzeba od siebie, od tego co sami możemy zrobić dla swojego zdrowia, a i zapomogę otrzymać daleko łatwiej, jeśli, zwracając się o nią, sami już rozporządzamy pewnymi środkami.

Poza ośrodkami zdrowia spotykamy jeszcze w kraju tak zwane samodzielne poradnie. Tak nazywamy poradnie, które zajmują się chorobami na jakąś jedną chorobę. Będą to poradnie leczące chorych na jaglicę, gruźlicę, choroby weneryczne, lub stacje opieki nad matką i dzieckiem. Różnią się one tym od ośrodków zdrowia, że jak dopiero co wspomnieliśmy, każda z nich zajmuje się tylko jednym rodzajem choroby. Często a niesłusznie te poradnie nazywamy również ośrodkami zdrowia. Niesłusznie, bo ośrodek zdrowia to kilka poradni razem,

w których pracuje lekarz i pielęgniarka. Poradni w ośrodku musi być przynajmniej 2, przeciwgruźlicza i opieki nad matką i dzieckiem. Jeśli policzymy wszystkie poradnie, należące zarówno do ośrodków zdrowia, jak i samodzielne, to zobaczymy że:

poradni przeciwjagliczych mamy	590,
poradni przeciwgruźliczych mamy	457,
poradni przeciwwenerycznych mamy	252,
stacyj opieki nad matką i dzieckiem	488.

We wszystkich tych instytucjach pod stałą opieką lekarską było w 1935 r. 1.207.917 osób. Jak człowiek widzi napisane te liczby, lub o nich słyszy, to mu się wydaje, że to są liczby olbrzymie, ale w porównaniu z naszymi potrzebami jest to jeszcze kropla w morzu. Niewątpliwie wiele się już zrobiło przez te 20 lat od czasu odzyskania Niepodległości, ale potrzeby są dotąd ogromne, bo zaczynać trzeba było z niczego. Dziś mamy powyżej 400 ośrodków zdrowia, a potrzeba nam około 2000.

Poza stałymi ośrodkami zdrowia w niektórych powiatach zaczynają powstawać w ostatnich czasach t. zw. lotne ośrodki zdrowia, to jest dojazdowe. Takie ośrodki spotykają się np. w 8 miejscowościach powiatu krakowskiego. Zostały one tam zorganizowane z inicjatywy i przy poparciu władz państwowych, samorządowych i ubezpieczalni społecznej. Do tych osiedli, nie posiadających żadnej opieki lekarskiej, przyjeżdża raz na tydzień lekarz z higienistką i przyjmują chorych w lokalach dostarczonych przez gminy, Pomieszczenie lotnych ośrodków zdrowia składa się przynajmniej z 2 izb, starannie wybielonych i oczyszczonych. Koszt utrzymania izb, opału, oświetlenia i obsługi ponoszą gminy. Dla biednych porady są zupełnie bezpłatne, zamożniejsi ponoszą pewne opłaty. W przyszłości mają dojazdowe czy lotne ośrodki zdrowia przekształcić się w stałe; lekarz może będzie jeszcze jakiś czas dojeżdżał, lecz jak będzie stałe, odpowiednio urządzone pomieszczenie, stała pielęgniarka, lub położna, to już będzie duży krok naprzód. W pracach organizacji ośrodków i dostarczeniu funduszków na ich prowadzenie biorą udział wszystkie społeczne siły wsi.

Podobne lotne ośrodki spotyka się również w powiecie skierniewickim i na Wileńszczyźnie, gdzie noszą one zwykle nazwę punktów dojazdowych.

OŚRODEK ZDROWIA LECZY I ZAPOBIEGA.

Ośrodek zdrowia prowadzi walkę najpierw z takimi chorobami, jak: gruźlica, jaglica, choroby weneryczne; ośrodek zdrowia zwalcza też wysoką umieralność niemowląt, alkoholizm. Są to wszystko klęski społeczne, związane z warunkami, w jakich ogół ludności żyje, są one groźne dla całego społeczeństwa i wspólnymi siłami musimy je zwalczać.

Pokonać tych chorób samymi tylko środkami aptekarskimi nie można, trzeba zająć się i warunkami, w jakich ludność żyje, bo te warunki przyczyniają się do ich rozpowszechnienia. Dla tego w każdym ośrodku zdrowia musi być higienistka, która zajmuje się chorym w ośrodku, a jednocześnie odwiedza go w mieszkaniu, gdzie choroba powstała i uczy jak żyć, żeby przyjąć do zdrowia i żeby inni na tę samą chorobę nie zapadli.

Gdyby ośrodków zdrowia było dużo, to można by włożyć na nie obowiązek prowadzenia walki ze wszystkimi chorobami zakaźnymi, bo choroby zakaźne są wielką klęską i też wszystkim grożą. Można by im też oddać całą higienę pod opiekę, bo jak ludzie będą higienicznie żyć, to chorób będzie mniej.

Naturalnie, w nagłej potrzebie ośrodek zdrowia musi udzielić pomocy, choć to nie jest ani gruźlica, ani jaglica, ani choroba weneryczna. Zresztą, tam gdzie jest ośrodek, jest lekarz, do którego każdy w potrzebie może się udać, zamożniejszy za opłatą z własnej kieszeni, a biedny za opłatą gminy, czy państwa.

Trzeba więc, żeby ośrodków zdrowia było jak najwięcej, szczególnie na wsi, bo wtedy naprawdę cała nasza ludność będzie miała zapewnioną opiekę lekarską.

A więc twórzmy jak najwięcej ośrodków zdrowia.