



MIESIĘCZNIK ILUSTROWANY - ORGAN POSWIĘCONY HIGIENIE I CZYSTOŚCI W NAJSZERSZYM ZNACZENIU TEGO SŁOWA.

Redaktor i Wydawca **Lekarz-D-ła Michał Grejniec** w **Częstochowie**, Aleja M. Panny Nr. 10, tel. 2-50.

WARUNKI PRENUMERATY.

Rocznie z przesyłką pocztową 6 złotych.
We Francji 40 fr., w Ameryce 2 dol. rocz.
Zmiana adresu 50 gr.

**Konto Czekowe Pocztowej Kasy
Oszczędnościowej Nr. 15-960.**

Adres Redakcji i Administracji:

WARSZAWA, ul. Złota Nr. 23 m. 3
Telef. 65 - 02. Skrzynka pocztowa Nr. 729.

w **Częstochowie** informacji udziela się:
ul. Panny Marji 10, Tel. 250 we wtorki i piątki od 7-8 w.

w **Krynicy** (podczas sezonu letniego) inf. udziela się:
ul. Kraszewskiego d. p. Szwarca (pokój Nr. 21)
we wtorki i piątki 3-6 w.

CENA OGŁOSZEŃ:

Za wiersz milimetr. na 1rej str. i
4 szpalt. | w tekście 60 gr.
| za tekstem 50 „
Za treść ogłoszeń redakcja **nie** odpowiada
Cena pojedynczego numeru **50** gr.

Ogłoszenia dla „CZYSTOŚCI” przyjmują wszystkie Biura Ogłoszeń w Polsce i Zagranicą.

**POWSZECHNA
WYSTAWA KRAJOWA
W POZNANIU**

od 16-go Maja do 30-go Września 1929 roku.
Każdy czytelnik i sympat. „CZYSTOŚCI” powinien zwiedzić Wystawę.

„CZYSTOŚĆ” — znajdzie w Pawilonie Prasy.

Podczas trwania Wystawy № № „CZYSTOŚCI” będą sprzedawane
po wyjątkowo **zniżonej cenie** — po **20 groszy**.

Zachęcamy

sympatyków naszych i przygodnych czytelników do
zaabonowania „CZYSTOŚCI” na 1929 r.

— Przedpłata rocznie wynosi tylko **6 złotych**. —
P. K. O. № 15-960.

Blankiety P. K. O. za № 15-960 po wypełnieniu prosimy wręczyć listowemu lub oddać w najbliższym urzędzie pocztowym.

OGŁOSZENIE.

Magistrat m. Częstochowy podaje do publicznej wiadomości zarządzenia sanitarno-porządkowe, do wykonania których należy przystąpić niezwłocznie.

1. Ulice: (jezdnie, chodniki, ścieki, rowy), place publiczne, parki i plantacje, targowiska, hale itd. (Rozp. N. N. K. z dnia 10-VI-21 r.) Dz. U. ur. 55 p. 346.

a) Miejsca te powinny być stale utrzymywane w czystości i porządku, a wszelkie ich zanieczyszczanie (wydaliniami, płwocinami itp.) i zaśmiecanie wzbronione;

b) powinny one być zamiatane w porze rannej po uprzednim zroszeniu wodą;

c) kilkakrotnie w ciągu dnia polewane w porze letniej;

d) ustępy i pissoiry publiczne powinny być stale trzymane w należytej czystości;

e) miejsca postoju wozów i pojazdów bezzwłocznie po ukończeniu postoju powinny być dokładnie oczyszczone;

f) w razie potrzeby powinno być zarządzone odkażenie ścieków ulicznych, miejsc postoju wozów i pojazdów itd.

2. Domy mieszkalne: (Rozp. N. N. K. z dnia 10-VI-21 r.) Dz. U. nr. 55 p. 346.

a) bramy, dziedzińce, klatki schodowe, korytarze powinny być utrzymywane w należytej czystości;

b) klatki schodowe i korytarz powinny być myte przynajmniej raz na tydzień, a zamiatane na wilgotno codziennie w godzinach rannych; na każdym piętrze powinny być spłuwaczki wodne;

c) ustępy ogólne powinny być dostatecznie oświetlone aż do zamknięcia bramy, czysto utrzymywane, zaopatrzone w rurę wyciągową, zamknięte na klucz, przechowywany u dozorcę domu, a wydawany bez zapłaty na każde żądanie;

d) trzepanie i wietrzenie ubrań, poście li, dywanów itp. może się odbywać tylko w przeznaczonym do tego celu miejscu dziedzińca w godzinach ustalonych (rannych);

e) trzepanie ubrań itd. w innych miejscach, w szczególności na balkonach, w oknach, w klatkach schodowych, wystawianie kubłów ze śmieciami i zlewkami w korytarzach lub klatkach schodowych, zanieczyszczanie tych miejsc, wyrzucanie śmieci, wylanie wody przez okna lub drzwi na dziedzińce lub ulicę jest wzbronione;

f) na każdym dziedzińcu powinien być urządzony śmietnik zamykany;

g) doły ustępowe i śmietniki powinny być opróżnione w porze nocnej po napełnieniu ich do 3/4 pojemności, obory, stajnie i chlewy muszą być utrzymane czysto.

3. Hotele, pokoje umeblowane, pensjonaty: (Rozp. M. Z. P. z dnia 23-I-22 r.) Dz. U. nr. 10 poz. 78 i Rozp. M. S. W. i N. N. K. z dnia 13-III-26 r. (Dz. U. nr. 27 p. 165).

a) pokoje gościnne powinny być czyste, dostatecznie oświetlone;

b) pokoje powinny być zaopatrzone w umywalnie;

c) w każdym pokoju gościnnym powinna być spłuwaczka wodna.

d) każdy przybywający gość winien otrzynywać czystą (świeżo upraną) bieliznę. Każdy zakład powinien posiadać zapas takiej bielizny przynajmniej na dwie zmiany;

e) bielizna brudna powinna być przechowywana w oddzielnym miejscu.

4. Zakłady fryzjerskie i golarskie: — (Rozp. M. Z. P. z dnia 6-III-22 r. Dz. U. nr. 40 poz. 337).

a) zakłady te powinny być czysto utrzymane, widne, zaopatrzone w wodę, zdatną do picia w dostatecznej ilości;

b) umywalnie powinny być z wodą bieżącą;

c) na każdego pracownika zakładu powinna przypadać dostateczna liczba prześcieradeł (12) i fartuchów białych lub kurek (3);

d) wszelkie instrumenty bezzwłocznie po użyciu powinny być oczyszczone, a przed każdym użyciem odkażone;

e) urządzenie zakładowe i narzędzia pracy powinny być utrzymywane we wzorowej czystości i porządku.

5. Zakłady kąpielowe publiczne: (Rozp. M. Z. P. z dnia 12-VII-23 r. (Dz. U. nr. 77 poz. 618).

A. Kąpiele w wodach otwartych:

a) miejsca do kąpieli powinny się znajdować przynajmniej o 25 mtr. poniżej miejsc czerpania wody do picia i użytku domowego i conajmniej o 25 mtr. powyżej wylotów odpływów;

b) głębokość nie może przekraczać 1,5 mtr.;

c) w pomieszczeniach do rozbierania powinno przypadać conajmniej 1 mtr.² na osobę;

d) przy kąpielach winny być niezbędne urządzenia ratownicze.

B. Zakłady kąpielowe zamknięte:

e) pomieszczenia powinny być dostatecznie obszerne, czyste, dobrze oświetlone i przewietrzane, zaopatrzone w dzwonek;

f) wanny winny być gładkie, bez szcze lin;

g) natryski winny się znajdować conajmniej w odległości 1 mtr. jeden od drugiego;

h) baseny do kąpieli mogą być urządzone tylko tam, gdzie pozatem są inne urządzenia do mycia i kąpieli.

C. Przepisy ogólne:

i) przy każdym zakładzie powinien być jeden ustęp na 25 kąpiących się;

k) zapas ręczników i prześcieradeł conajmniej na dwie zmiany.

6. Restauracje, jadalnie, cukiernie, kawiarnie, mleczarnie, herbaciarnie i piwiarnie (patrz pismo okóln. Woj. Kiel. z dnia 9-III-29 r. L. ZP. 391,1 i pisma okóln. M. S. W. z dnia 17-X-28 r. Z. H. 4796 i z dnia 4-III-29 r. L. Z. H. 964).

a) wszystkie pomieszczenia zakładów tych powinny być stale utrzymywane w należytej czystości, dobrze przewietrzane;

b) ściany powinny być bielone, malowane w miarę potrzeby.

c) podłogi wycierane lub zamiatane (na wilgotno), przynajmniej 2 razy dziennie, myte w miarę potrzeby, nie rzadziej jednak, niż raz na tydzień;

d) meble i sprzęty utrzymywać należy w czystości i porządku;

e) w każdym zakładzie powinna się znajdować umywalnia z wodą bieżącą, spłuwaczki wodne, codziennie opróżnione i myte, kosze do śmieci, wieszadła na odzież wierzchnią, wycieraczki do obuwia;

f) stoły do spożywania powinny być stale czyste, obrusy, serwety czyste,

zmieniane w miarę potrzeby, na stołach powinny być serwety, popielniczki, solniczki z przykryciem;

g) stoły bufetowe należy utrzymywać w czystości i porządku;

h) artykuły żywności na tych stołach powinny być zabezpieczone przed dotykaniem ich przez publiczność oraz od wszelkich zanieczyszczeń (gąbłotki, klosze, siatki gęste);

i) kufle i szklanki przy bufecie winny być po każdym użyciu myte w wodzie bieżącej (automatyczne płóćki);

k) artykuły żywności, jak ciastka, cukierki, chleb pokrajany, zakąski itp. mogą być nakładane na talerze przez personel tylko z pomocą czystych łyżek, widelców, szczypców itp. w liczbie ściśle żądanej przez konsumenta. Ciastek ze stolików nie wolno zwracać do bufetów;

l) kuchnie winny być utrzymywane w należytej czystości i zabezpieczone przed owadami;

m) naczynia kuchenne i stołowe winny być po każdym użyciu myte wodą gorącą, a płótkane zawsze w wodzie bieżącej i wycierane czystymi ściereczkami.

7. Masarnie:

a) lokal wytwórni powinien być utrzymany w dokładnej czystości i należyte przewietrzony, w szczególności: podłogi gładkie jednolite, zmywane codziennie, ściany malowane jasno z lamperją olejną lub tafelkową, możliwie często zmywane, okna powinny być zabezpieczone od much za pomocą gęstej siatki;

b) naczynia i przyrządy do mięsa (stoły, kloce, kotły, noże, kadzie, beczki) należy utrzymywać w dokładnej czystości, stoły i kloce zmywać wrzącą wodą, noże dokładnie czyścić. Odpadki należy zbierać w oddzielnych naczyniach, przeznaczonych na ten cel, i codziennie je opróżniać;

c) w każdym zakładzie powinna być umywalnia z wodą bieżącą do mycia rąk, ręczniki czyste i mydło, oraz spłuwaczki wodne, codziennie opróżniane i myte;

d) pomieszczenia masarni nie mogą służyć za mieszkanie lub miejsce noclegu.

e) przewóz mięsa i jego wyrobów może się odbywać na specjalnych wozach z przykrywkami, uniemożliwiającymi związanie mięsa; nie wolno przy transporcie siedzieć bezpośrednio na mięsie i wieź z mięsem zwierząt żywych, skór, brudnych naczyń itp.

8. Piekarnie: (Rozp. M. Z. P. z dnia 26-II-26 r. Dz. U. nr. 26 poz. 151).

a) podłogi we wszystkich izbach gładkie, stoły, deski, łopaty, kotły, kubły czyste, codziennie myte po skończonej pracy; ściany bielone lub malowane na kolor jasny z lamperją olejną lub tafelkową, często zmywane. Okna zabezpieczone od much;

b) naczynia i przyrządy do ciasta (dzieże, stoły, deski, łopaty, kotły, kubły) należy utrzymywać w dokładnej czystości, nie wolno używać ich do żadnych innych celów; w szczególności dzieże (bajdy), stoły i deski należy codziennie po pracy oczyszczać przez skrobienie i mycie wrzącą wodą;

c) ubieralnia oraz izba do rozczyniania ciasta powinny być zaopatrzone w urządzenie z bieżącą wodą do mycia rąk, mydło i czyste ręczniki; we wszystkich po-

mieszczeniach powinny być spluwaczki wodne;

d) chleb i bułki wyrobione i wypieczone powinny być umieszczane na czysto utrzymanych półkach drewnianych; worki z mąką na legarach;

e) kosze i wozy do pieczywa winny być przykryte, czysto utrzymane i nie używane do żadnego innego celu. Sprzedaż pieczywa w piekarniach powinna być wzbroniona.

9. Miejsca sprzedaży artykułów żywności: (pismo okóln. M. S. W. z dnia 17-X-28 r. Z. H. 4796 i z dnia 4-III-29 r. Z. H. 964).

A. Sklepy spożywcze:

a) podłogi szczelnie drewniane lub z innego materiału nieprzepuszczalnego winny być zamiatane lub wycierane na wilgotno codziennie; ściany jasno malowane lub bielone, z lamperją olejną, często myta;

b) blaty stołów winny być szczelne i utrzymywane stale w czystości;

c) w sklepach winny być spluwaczki

wodne, urządzenia z bieżącą wodą do mycia rąk, mydło, ręcznik, nie wolno w nich mieszkać, względnie sypiać;

d) produkty spożywcze, przeznaczone do bezpośredniego spożycia, winny być umieszczane pod szkłem (szafka, gablotki, klosze), produkty mogą być zawijane tylko w czysty papier, najlepiej woskowany. Noże, czerpaki itp. winny być utrzymane w czystości.

B. Place targowe, rynki, stragany:

a) w czasie sprzedaży powinny być utrzymywane w czystości, a po sprzedaży teren ich winien być oczyszczony; zamiatanie powinno być uskutecznione po uprzednim zroszeniu wodą;

b) produkty spożywcze winny być utrzymane w czystych naczyniach, zawijane w czysty biały papier i zabezpieczone przed zanieczyszczeniem; przy sprzedaży napojów chłodzących obowiązują automatyczne płóeczki;

c) owoce w sprzedaży hurtowej winny być trzymane w koszach lub skrzyniach, jarzyny mogą być rozkładane tylko na podstawach (nie bezpośrednio na

ziemi); płókać je można tylko w wodzie czystej, zdanej do picia;

d) przy sprzedaży ulicznej produkty spożywcze winny być zabezpieczone przed zanieczyszczeniem przez umieszczenie ich w oszklonych gablotkach (wózki ręczne) i pakowane w czysty papier.

Do pracy w wymienionych powyżej załadach nie mogą być dopuszczone osoby dotknięte chorobami zaraźliwymi lub budzącymi wstręt, oraz chorzy na gruźlicę, niebezpieczną dla otoczenia. Pracownicy tych zakładów powinni być czysto ubrani, mieć krótko obcięte paznokcie, czyste ręce i często je myć.

Pracownicy zakładów fryzjerskich i golarzskich powinni nosić białe fartuchy z długimi rękawami lub białe kurtki; pracownicy zakładów kąpielowych, masarni, piekarni i sklepów spożywczych oraz pracujący w kuchniach zakładów, wymienionych w p. 6, powinni nosić podczas pracy czyste białe fartuchy z długimi rękawami i czyste białe czepki.

We wszystkich zakładach nie można trzymać i wprowadzać do nich psów i kotów.

Do wykonania powyższych zarządzeń zostały wyznaczone następujące terminy:

dla punktów 1, 2, 7 za wyjątkiem litery **e** i dla punktu 9 – siedem dni, dla punktu 5 – czternaście dni i dla litery **e** punkt 7 – trzydzieści dni, dla punktów 3, 4 i 6 – siedem dni.

Osoby, które nie zastosują się do wykonania powyższego zarządzenia w określonych terminach, pociągnięte zostaną do odpowiedzialności w drodze sądowej i admin. (wykonanie zastępcze na koszt zobowiązanego).

Naczelnik Wydz. Zdrowia Publicz.

(—) **Dr. K. PARNOWSKI.**

Prezydent

(—) **R. JARMOŁOWICZ.**

Pałk Dr. Osmolski. Dyrektor działu wychowania fizycznego na Powsz. Wyst. Kr. w Poznaniu.

Zdrowie-Opieka Społeczna-Wychowanie Fizyczne-Sport-Na P.W.K.

(Dokończenie.)

Plan szkicowy grupy: Wychowanie fizyczne i sport.

A. Urzędy państwowe.

Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego i Przystosowania Wojskowego (Komitety Wych. Fiz. i P. W. Ośrodek Wych. Fiz.), Ministerstwo W. R. i O. P., Ministerstwo Spraw Wojsk.

B. Nauczanie kierowników Wychowania Fizycznego.

Państwowy Instytut Wychowania Fizycznego w Warszawie, Studium Wychowania Fizycznego w Krakowie, Centrala Wojskowa, Szkoła Gimnastyki i Sportów.

C. Życie sportowe.

Związek Związków Sportowych i Polski Komitet Olimpijski, Związki sportowe, A. Z. S.

D. Stowarzyszenia wychowawcze, prowadzące prace sportową.

Harcerstwo, Sokół, Związek Strzelecki, Zjednoczenie Młodzieży Polskiej itp.

E. Turystyka i taternictwo.

Stowarzyszenia, automobilkluby.

F. Prace samorządów dla wychowania fizycznego i sportu (modele, wykresy i plany).

Towarzystwa prywatne i społeczne (Tow. Zabaw Ruchowych we Lwowie itp).

G. Lekarz sportowy (Poradnia).

HA. Naukowe badania ćwiczeń ruchowych.

HB. Pomoce naukowe dla kierowników ćwiczeń fiz.

I: Druki (Książki, wydawnictwa).

J. Fotografja i kinematografja sportowa.

K. Sztuki plastyczne w związku ze sportem.

L. Budownictwo dla celów wychowania fizycznego i p. w.

M. Przemysł sportowy.

N. Ośrodek wychowania fizycznego miasta Poznania.

Na umieszczenie działu Opieki Społecznej i Wychowania Fizycznego Zarząd Powszechniej Wystawy Krajowej przeznaczył większą część wspaniałego gmachu Miejskiej Szkoły Handlowej, przy ul. Śniadeckich.

Plan zawodów sportowych, zlotów i pokazów, ćwiczeń, jakie mają się odbyć podczas Wystawy, przedstawia się już teraz nader okazale. Zapowiedziano szereg zawodów międzynarodowych, między innymi zawody konne, loty balonów wolnych, wszechświatowski Złot Sokoli i wiele innych, które będą zarazem pokazem tryzyny naszej młodości i wielką atrakcją dla gości Wystawy.

W związku z planem zawodów powstaje wspaniały stadion betonowy na Wildzie i hippodrom dla zawodów konnych na Błoniach Grunwaldzkich. Ośrodkiem sportów wodnych stać się ma piękne jezioro Góreckie, oddalone od Poznania o 20 klm. Ma ono być połączone z Poznaniem dogodną komunikacją szosową i kolejową.

Fosfor, jako środek odżywczy.

(według Prof. A. Gilbert'a, Paryż).

(Dokończenie).

„Zadanie racjonalnej terapii fosforem rozstrzygniętem zostało dopiero z odkryciem Phytiny“. (Prof. A. Gilbert, Paryż).

Uzasadniony w ten sposób znaczenie biologiczne Phytiny dla ustroju ludzkiego, łatwo pojąć wielką rolę, jaką przetwór ten odgrywa w lecznictwie, dopiero dzięki przemysłowi udostępniający człowiekowi wyzyskanie skarbcza naturalnego roślinnego.

Choroby wycieńczające i zakaźne połączone z gorączką, pociągają za sobą wielki ubytek fosforu, wydzielanego z moczem. Wyównanie przeto bilansu fosforowego zapomocą zupełnie przyswajalnej Phytiny jest najważniejszym postulatem w wyzdrowianiu.

Vice versa: Dostateczne przyswajanie fosforu zapomocą Phytiny stanowi o odporności ustroju przeciw wpływom szkodliwym oraz o możliwości zapobiegania chorobom ostrym i konstytucyjnym.

Bezsensowność nerwowa, powstała wskutek zmęczenia pracą fizyczną, a zwłaszcza umysłową, neurastenja (niedomoga duchowa) i t. d. są następstwem wyczerpania zapasów fosforu i z pewnym skutkiem zwalczają się dają za pomocą Phytiny.

Jako integralny składnik ustroju, fosfor w niedostatecznym stopniu przyswajany z pożywienia stawia przyszłą matkę w ciężkim położeniu, wymagając od niej oddawania ze skąpych zwykle swych zapasów znacznych ilości fosforu na ukształtowanie przyszłego obywatela. W końcowym szczególnie okresie nadziei i dla karmienia piersią stałe używanie Phytiny jest nieodwołalnym nakazem dla zdrowia i normalnego rozwoju przyszłych pokoleń.

Z szeregu pochodnych Phytiny należy jeszcze wspomnieć o Ferrophytinie, nieutralnej soli żelazowej, kwasu inozyt-sześcioposforowego. Nierozpuszczalna w kwasach, a zatem i w soku żołądkowym, w jelitach przechodzi w stan koloidalny, czem zapewnia się zu-

pełne przyswajanie obu tak ważnych dla ustroju składników. Współdziałanie żelaza z fosforem odbywa się w stosunku nieproporcjonalnie spotęgowanym w porównaniu z dawkami użytymi. Ferrophytina jest dotąd jedynym przetworem żelaza niewymagającym żadnych zastrzeżeń diety, nie psuje przytem zębów. Należyte, bez ograniczeń odżywianie jest warunkiem wielkiej wagi szczególnie w niedokrwistości, gdzie osłabiony organizm właśnie najbardziej potrzebuje obfitego i wydajnego odżywiania. Zastosowanie Ferrophytyny odpowiada w zupełności wskazaniom Phytiny, a rozprzestrzenia się na przypadki, w których zaleca się stosować żelazo w celu poprawy stanu krwi, jako to w niedokrwistości, blednicy itd., gdzie wpływ Ferrophytyny na pobudzenie apetytu nieraz wyraża się ostrzej, aniżeli przy podawaniu Phytiny, niezależnie od mniejszej zawartości fosforu w Ferrophytinie.

Nadzwyczaj smaczne ziarna (granulki) Ferrophytyny, z požądaniem spożywane przez dzieci, zarówno jak i wygodne formy podawania kapsulek Phytiny i Ferrophytyny stanowią wielką zaletę tych przetworów, jakie sama natura przekazała nam dla utrzymania w zdrowiu i zabezpieczenia od zwyrodnienia ludzkości.

Bynajmniej nie wyczerpując głównych wytycznych dla uzasadnienia znaczenia Phytiny dla życia codziennego i lecznictwa, w zakończeniu wystarcza przytoczyć wnioski D-ra Fedorowa:

„Dla Phytiny zapowiada się świetna przyszłość, gdyż niema właściwie choroby, w której nie można by było jej stosować. Zalety Phytiny nie dają się ocenić, a najlepszym jej wskaźnikiem wartości jest szybki i pewny skutek“.

Przyswajalnemi są jedynie naturalne związki fosforu, jakie znajdujemy w pożywieniu, m. in. nukleina, paranukleina, serowiny. Zawierają one jednak zbyt mało fosforu, aże-

by mogły bez obciążenia przewodu trawienia zbytnią pracą w dostatecznej ilości alimentować fosfor.

Lecytyna jest składnikiem substancji mózgowej, krwi, żółtka jaj i t. d. Wydzielona w stanie czystym lecytyna zawiera zaledwie 3,8 proc. fosforu, a dawki jej, dostępne do użytku wskutek jej drożyzny bynajmniej nie usprawiedliwiają jej znaczenia jako materiału dla odżywiania fosforem. Należy przytem uwzględnić, że lecytyna w przewodzie pokarmowym ulegać może pewnym zmianom i że jest ona produktem obcego, zwierzęcego pochodzenia.

Natomiast dowiedzionem jest, że Phytina w ustroju zwierząt i ludzi ulega przeobrażeniu i że cały fosfor Phytiny zamienia się na lecytynę. Normalna dawka dzienna Phytiny dla dorosłego wnosi 1 gram i w ten sposób z fosforu roślinnego powstaje około 6 gramów lecytyny własnej produkcji, a nie sztucznie z organizmu obcego podawanej.

Jako substancja mózgowa lecytyna odgrywa bardzo ważną rolę: 1) Jest kataklizmem wielu wpływów leczniczych (eteru, chloroformu, alkoholu, narkotyków, leków usypiających i t. d.).

2) Jest czynnikiem uodporniającym ustrój od wpływów szkodliwych, a jako pochodna fosforu czynny udział bierze w pracy umysłowej.

„Czem dla niemowlęcia mleko matczyne, tem dla dorosłego, zwłaszcza inteligentnego jest fosfor“.

„Bez fosforu niema myśli“.

3) Unieszkodliwia toksyny powstałe wskutek zakażeń.

4) Napięcie mięśni, czyli praca fizyczna odbywa się przy współdziałaniu lecytyny.

„Phytina, ewent. Ferrophytina, która daje organizmowi lecytyne, staje się przeto niezbędnym środkiem wzmacniającym we wszystkich prawie wypadkach osłabienia mózgu i ciała.“

LECZNICA

Polskiego Czerwonego Krzyża!

63 MARSZAŁKOWSKA 63
róg Pięknej. Tel. 59-77.

Wszystkie specjalności od 9 r. do 8 wiecz.
Rentgen, Diatermia, D'Arsonel, Lampy
kwarcowe, Sollux, Elektryzacja, Analizy,
Szczepienia.

Przy wszelkich zakupach

zamówieniach i tp. powoływać się prosimy na „CZYSTOŚĆ“, zawiadamiając nas również o tem.

Zwracamy uwagę na kupon pamiątkowy.

Kupon Nr. 7.

Każdy czytelnik „Czystości“, który przysłał wycięty ten kupon, z adnotacją, gdzie Nr „Czystości“ nabył i poda swój dokładny adres do Administracji, otrzyma pamiątkę, która wyniesie tyle, a może nawet i więcej, co kosztuje numer pojedynczy „Czystości“.

Lekarz-Dentysta Michał Grejniec.

Czystość uzębienia i jamy ustnej

f) Nowoczesna technika denty-
styczna.

W artykułach poprzednich mó-
wiliśmy o leczeniu i plombowaniu
zębów.

Obecnie przejdziemy do wpra-
wiania zębów.

Niestety, mało ludzi korzysta
u nas z dobrodziejstwa wiedzy
dentystrycznej, dającej człowiekowi,
który postradał swe zęby z tej lub
owej przyczyny, - możliwość wpra-
wiania zębów sztucznych.

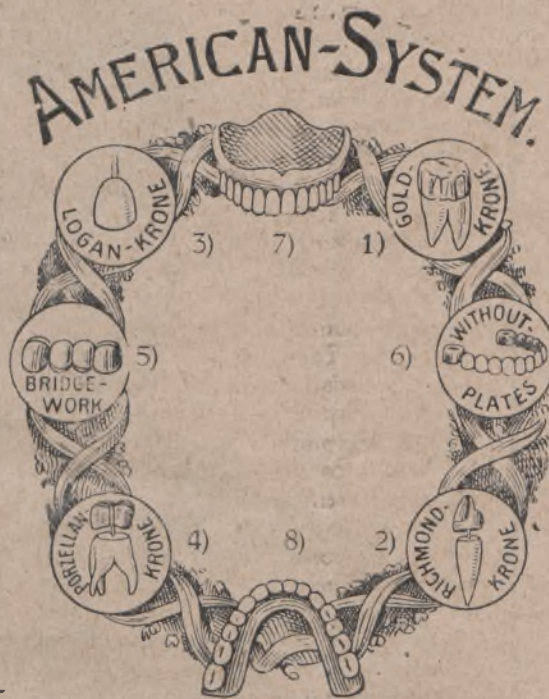
Posługiwać się nimi może pra-
wie jak swoimi, nie powinien tylko
wprawianie owe powierzać partac-
zom, bo to tylko szkodę zdrowiu
przynosi.

Nowoczesna wiedza dentystrycz-
na daje możność wprawiania zę-
bów **bez podniebienia**, nie do
wyjmowania.

Korony, zęby sztyftowe i most-
ki dają możność osobie, która po-
stradała jeden, dwa lub nawet kil-

kanaście zębów — posiadać znów
uzębienie nieruchome.

Gdy zaś zupełnie nie ma zębów,
też jeszcze wtedy może mieć
sztuczne uzębienie na podniebie-
niu w kauczuku lub złocie.



Rysunek załączony przedstawia
1) koronę złotą lub platynową na
zębie zniszczonym 2, 3 i 4) zęby
sztyftowe różnych systemów umo-
cowane do korzeni.

Rys. 5—mostek, składający się z
2 zębów i 2 koron.

Rys. 6—mostek, składający się
z kilku koron i zębów, tworząc ca-
łe uzębienie górne lub dolne.

Rys. 7 i 8—są to protezy w ka-
uczuku lub złocie dla tych, którzy
już zupełnie pozbawieni są zębów.

Każdy więc, czy mu brak jedno-
go, kilku, czy też wszystkich zę-
bów, - powinien się udać do do-
brego lekarza-d-ty, nie do partac-
za, broń Boże i uratuje swe zdro-
wie.

Ten, kto chodzi bez zębów, -
podobny jest do naiwnego ogrod-
nika, któryby, podcinając korzenie
drzewa, powoli **wywoływał jego
zniszczenie i upadek.**

Pewien cudzoziemiec stwierdził,
że nigdzie na świecie niema tylu
szczerbatych ludzi, - co w Polsce.

Uważam, że to powinno się
zmienić na dobre, bo chyba rozu-
mie dziś każdy, że **zdrowie** jest
to nasz **skarb najdroższy, któ-
rego niszczyć—nie należy.**

Kto dba
o swe
z e b y
używa
tylko
szczot.
„PUROL”



Korony
i mostki
oczysz-
cza
gruntownie
tylko
szczot.
„PUROL”

Utarty zwyczaj czyszczenia
zębów wszędy powinien być zarzu-
cony, gdyż przenosi tylko brud z
jednego zęba na drugi i niszczy zę-
by.

Czyścić należy zęby *wzdłuż ich
budowy, t. j. górne zęby z góry na
dół, dolne zaś — z dołu do góry.*

Rozumie się, że powinna być ku
temu zastosowana odpowiednia
szczoteczka.

Najodpowiedniejszą ku temu
szczoteczka do zębów jest według
zdania największych powag Polski
i Zagranicy, szczoteczka „Purol”,
systemu Lek.-D-ty Michała Grejnie-
ca w Częstochowie.

Kto się dobrze rysunkowi przyj-
rzy, przyzna rację temu twierdze-
niu i zażąda do pielęgn. uzębienia
swego szczot. Anatomicznej — „Pu-
rol”.

Włosie w Anatomicznych (ulep-
szonych) szcz. „Purol” jest tak
skonstruowane, że obejmuje w zu-
pełności nasze trzy zęby trzonowe,
które przy jedzeniu najczęściej pra-
cują, żując pokarmy, i podlegają
przeto częstszemu zepsuciu. Reszt-
ki jedzenia w szczelinach pomiędzy
trzonowcami niszczą ich emalję i
powodują utratę tych właśnie zę-
bów, które najwięcej się przyczy-
niają do **zucia** pokarmów.

Na P. W. K.—Pawilon № 48, stoisko № 109.

Jeżeli **zęby** są chore, to i **usta** są chore; **żołądek i Kiszki** są wtedy chore; stan ten pociąga
chorobę całego organizmu. Niema zdrowia przy chorych zębach! Ale pamiętać należy, że nie
wolno zębów swych, fundamentu swego zdrowia, powierzać partaczom, ani do wyjęcia, ani do
leczenia, ani **tembardziej do wprawiania.**

DZIAŁ CZYSTOŚĆ CZYNU SPOŁECZNEGO.

Dział ten notuje wszelkie czyny ofiarne i szlachetne na rzecz ogółu, jednostki, wiedzy lub idei.

Prosimy naszych Sz. Czytelników o wszelkich tego rodzaju faktach zawiadamiać nas niezwłocznie.

S. p. Dr. Hideyo Noguseti — oddał swoje życie, aby inni żyć mogli.

Całe swe życie poświęcił ten szlachetny rycerz walce o zdrowie ludzi całego prawie świata.

Pracował nad zwalczaniem bakterii różnych chorób, szczególnie zaś wścieklicy, jaglicy oraz **żółtej febry**.

W Japonii, Chinach, Stan. Zjedn. Am. Półn., w Centralnej i Południowej Afryce walczył on z temi chorobami.

Tysiące ludzi mają do zawdzięczenia swe życie temu ofiarnemu działaczowi.

Na małej wysepce Oceanu Wielkiego, około brzegów Afryki Zachodniej, zdała od ojczyzny swej i od ludzi, — zmarł dr. Noguseki na posterunku w walce z **febrą żółtą**, która nie wypuściła go ze szponów swych, gdy robił różne doświadczenia na sobie.

Cześć Jego szlachetnej pamięci!

Heroizm trzynastoletniej dziewczynki.

Na stawie w Katowicach ślizgało się 2 dzieci: 8-letni Eryk Brondwein i 13-letnia Rozalja Mizerówna. W pewnym momencie na śródka bardzo głębokiego stawu załamał się lód i chłopiec zaczął tonąć. Widząc to towarzysza jego, nie bacząc, że i pod nią lód trzeszczy, pośpieszyła mu z pomocą, zarzucając nań swój szal. Dzięki temu niezwykle heroizmowi Brendwein został uratowany. Dzielna dziewczyna zasłużyła na odznaczenie, które ją nie powinno ominąć.

Przykład godny naśladowictwa.

Jak się obecnie dowiadujemy, poseł ziemi sądeckiej — p. Adam Hr. Stadnicki — w czasie szalejących mrozów, gdy brak węgla dawał się dotkliwie odczuwać, nadesłał do Magistratu miasta Nowego Sącza oraz Starego Sącza po jednym wagonie drzewa opałowego celem bezpłatnego rozdania między biedną ludność.

Czyn ten godny naśladowictwa zasługuje tem więcej na wyróżnienie, że był on, niestety w powiecie odosobnionym.



S. p. Dr. Hideyo Noguseti.

Uczciwy znalazca.

Sierżant 1 P. S. P. Olszanecki zgubił kwotę 500 zł. na rogu ulicy Bilińskiego. Kwotę tę znalazł w tymże dniu uczeń szkoły Handlowej Tadeusz Sadkowski, który zdeponował ją w Komisarjacie P. P., gdzie podjął właściciel, wręczając uczniemu znalazcy odpowiednią nagrodę.

Chwalebny przykład Klubu Policyjnego.

Policyjny Klub Sportowy w Częstochowie, podczas mrozów tego rocznych, powodując się szlachetnym odruchem współczucia, ofiarował 20 korców węgla na rzecz najuboższych bezrobotnych.

Jeśli zważymy, że sami policjanci ciężko zmagają się z niedostatkami, czyn Policyjnego Klubu Sportowego nabiera szczególnego piękna moralnego.

Czy w Częstochowie oprócz Magistratu jeszcze kto pomógł biedakom?

Z Kołomyi.

Szlachetny czyn nowego Burmistrza. Dowiadujemy się, że nowo wybrany burmistrz m. Kołomyi, P. Saturnin Zaremba ofiarował pierwszą swoją pensję burmistrza za m. maj 1929 r. na cele humanitarne miasta i przeznaczył jak następuje: 1) Ochronka Polska przy ul. Szweczyński 100 zł., 2) Bibliot. „Gwiazdy” 100 zł., 3) Dom Sierot Żydów. 150 zł., 4) Bursy Gimn. i Ludowa 150 zł., 5) Bursa Rzemieśl. im. St. Kostki 100 zł., 6) Przytulisko Miejskie 100 zł., 7) Ochronka Ruska — 100 zł., 8) Internat Seminarjum Żeńskiego 34 zł.

Kwoty te są do podjęcia przez Zarządy odnośnych instytucji w biurze dyr. magistratu radcy Łozińskiego. W czynie tym widzimy niezwykle dowód pięknego charakteru Prezesa miasta, który uprawia nas do najlepszej nadziei co do jego dalszej działalności.

Quantum mutatus ab illo.

KRONIKA CZYSTOŚCI.

Podziękowanie Marsz. Piłsudskiego.

Redaktor naszego pisma Lekarz-
ID-ta Michał Grejniec z okazji imie-
nin Marszałka Piłsudskiego przesłał
„Czystość” za 1928 r. oraz ulep-
szoną szczerką do zębów —
„Anatomiczną — Purol”, na co otrzy-
mał od Sekretariatu Osobistego
Ministra Spr. Wojsk. pismo dzięk-
czynne, datowane d. 28 I III 1929 r.
za Nr. 5070. S. i O.

O Partactwie dentystycznym.

W zeszłym zeszycie „Czysto-
ści” podaliśmy dokładny tekst pra-
wa, zabraniającego osobom nieu-
prawionym „bezpośredniego sty-
kania się z pacjentem”.

Otóż wyjaśniamy, komu należy,
że każdy taki czyn, to jest **styka-
nie się bezpośrednio z pacjen-
tem** podlega karze, — z art. 139
Kod. karnego — więzienia — do roku.

Byłoby wskazane, aby wszyscy
partacze dentystyczni zanotowali
sobie tę okoliczność w pamięci i
zaprzestali swego nieprawnego
procederu, gdyż przy inq[ui]rencji
władz odpowiednich, co wkrótce
napewno nastąpi, — skutki będą bar-
dzo przykre.

O stosunkach wśród lekarzy
d-tów w Ameryce podaję Dr
Eiche ciekawe dane.

Otóż specjaliści ci w Ameryce
gryźli się ze sobą i konkurowali ce-
nami.

Skutek był ten, że żyli w błysz-
czącej nędzy. Praktyczny jednak
zmysł amerykański zagórował nad
płytkimi próżnostkami tych i o-
wych, którzy nie mając ani nau-

kowych, ani społecznych walorów,
chcieli tylko być prezesami i za-
miast jednoczyć, rozdzielali spe-
cjalistów na mnóstwo drobnych
kół, organizacji i związków, wal-
czących ze sobą o różne błahost-
ki, a właściwie mówiac, tylko szko-
dzili sobie wzajemnie.

Postanowili się połączyć wszy-
scy jak jeden mąż i poświęcić ca-
łą energię na uświadomienie mas
o potrzebie zębocznictwa.

Prasa i przemysł stanęły po ich
stronie i po kilku już latach sytua-
cja tego zawodu się poprawiła. —
W jedność więc siła. Tak uczyni-
oniono w Ameryce.

Czy u nas tak samo uczynią?
Bardzo w to wątpimy!

Przeto się tak u nas panoszy par-
tactwo dentystyczne, które przecież,
przy odpowiednim wspólnym wysił-
ku, napewno by zostało ukrócone.

Przecież nie możemy na chwilę
nawet przypuścić, że społeczeń-
stwo nasze jest tak głupie, że za-
miast do lekarza-d-ty pójdzie do
partacza.

Niektórzy się dadzą raz omamić,
ale przecież zaraz się przekonują,
że działają na szkodę swego
zdrowia.

Konkurs na wypracowanie z dziedziny higieny.

Państwowa Szkoła Higieny w
porozumieniu z inspektorem szkol-
nym magistratu m. stoł. Warsza-
wy urzęda przy pomocy M. S.
Wewn. konkurs na wypracowanie
szkolne z dziedziny higieny.

Konkurs odbędzie się w siód-
mych oddziałach wszstkich szkół
powszechnych m. st. Warszawy w
dniu 6 czerwca r. b. Za najlepsze
wypracowanie przyznane będą dzie-
ciom nagrody.

Wojew. Komisja Sanitarna
z d-rem Ostromięckim na czele ilu-
strowała w tych dniach Częstocho-
wę, zalecając wielu zakł. spoż. i
restauracjom stosowne zmiany pro-
wadzenia tych zakładów.

Współdziałanie Kas Chorych z Inspekcją pracy.

Główny inspektor pracy zwrócił
się do wszystkich inspektorów pra-
cy o współdziałanie z Kasami Cho-
rych w zakresie podniesienia zdra-
wotności w masach robotniczych.

Robotnicy młodociani, zanim zo-
staną przyjęci do pracy, muszą
być zbadani przez lekarza, celem
stwierdzenia, czy praca propono-
wana nie przekracza siły młodo-
cianego. W ośrodkach wielkoprze-
mysłowych będą powołani do tego
specjalni lekarze, w innych miejs-
cowości Kasy Chorych wyzna-
czą w godzinach ambulatoryjnych
czas, w którym będą badani mło-
dociani. Badania te będą dokony-
wane według jednolitych metod na
terenie całego państwa.

Pozatem w poszczególnych więk-
szych miastach i większych ośrod-
kach przemysłowych będą ustalo-
ne punkta ambulatoryjne, do któ-
rych mogą być kierowani młodo-
ciani, kobiety i dorośli robotnicy
już pracujący na skutek skierowa-
nia ich przez inspektorów pracy o
zbadanie lekarskie przez Kasę Cho-
rych. Badania te będą miały na ce-
lu zapobieganie powstawaniu pew-
nych chorób zawodowych u robot-
ników, zatrudnionych w gałęziach
lub w rodzajach pracy szczegól-
nie niebezpiecznej. Okólnik podaje
szczegółowe wyliczenie gałęzi prze-
mysłu lub rodzajów pracy, gdzie
takie badanie należy przeprowa-
dzić.

K O R E S P O N D E N C J E W Ł A S N E .

CZĘSTOCHOWA

W Częstochowie ciągle się krzą-
tają koło ulepszenia warunków
sanit. — higien. pod każdym wzglę-
dem. Szczególnie pracuje pod tym
względem Kier. Urzędu Zdrowia
Dr. Parnowski.

Wystarczy przejrzeć załączone
przy niniejszem № ogłoszenie, aby
się przekonać, że Dr. Parnowski
skrętnie pilnuje spraw zdrowotnych
miasta.

To samo się da powiedzieć o
naszej Kasie Chorych, gdzie Dr.
Purski nprz. wprowadza specjalne
inhalatoryum wedł. syst. Inhabad.

Dyr. W. Miłkowski, jak nas infor-
mują, pragnie postawić Częst. Ka-
sy Chorych na najwyższym szcze-

blu rozwoju tego rodzaju insty-
tucji.

Delegacja 27 p. p. w Belwederze

W tych dniach bawiła w Belwe-
derze delegacja 27 p. p. w skła-
dzie d-cy pułku pptk. dypl. Zborzila
Józefa, mjr. Smerczyńskiego i kpt.
Budzyńskiego. Delegacja wpisała
się do księgi pamiątkowej, prosząc
p. Marszałka o zaszczytowanie swo-
ją obecnością święta 10-cio lecia
pułku, jakie obchodzone będzie w
dniach 15 i 16 b. m.

Częstochowa w Poznaniu.

Powiat Częstochowski jak i miasto
Częstochowa zostały wyróżnione i
powierzono im zaszczyt reprezen-
tacji rozwoju Wojew. Kieleckiego.

Kto na Wystawie zajrzy do pa-

wilonu Samorządów (a warto to u-
czynić!) — i obejrzy kabiny Często-
chowy i pow. Częstochowskiego,
ten się przekona, ile pracy mozol-
nej, ale zato owocnej i pożytecz-
nej włożyli w wykonanie swego
zadania Starosta Kühn i Prezydent
Jarmulowicz.

Obaj ci niestrudzeni działacze
przybyli też na otwarcie Wystawy,
aby mózł osobiście udzielić wy-
jaśnień tym, którzy pospieszli na
otwarcie precudownego dzieła
pracy Polski — jakim jest Wystawa.

Mieliśmy sposobność przyjrzeć
się, z jakim pietyzmem, ukocha-
niem wprost owoców swej pracy,
obaj czołowi pracownicy Samorzą-
du chodzili około swych eksponatów.

SYNDYKAT ROLNICZY CZĘSTOCHOWSKI

SPÓŁKA AKCYJNA
W CZĘSTOCHOWIE.

Dostarcza za gotówkę i na długoterminowy kredyt, na dogodnych warunkach: **Nawozy sztuczne, Maszyny i narzędzia rolnicze, Nasiona i zboża, Paszę treściwą, Materiały budowlane, Węgiel, Koks, Naftę, Oleje i Smary.**

BIURO: PIŁSUDSKIEGO 15.

SKLEP: KRAKOWSKA 15.

TELEFONY: BIURO I SKLEP—1-73.

DYREKCJA-270.

SKŁADY: KRAKOWSKA 16 i HANDLOWA 3.—ADRES TEL.: SYNDYKAT-CZĘSTOCHOWA.



PIEGI

złote plamy, opaleniznę, usuwa pod gwarancją aptekarza Jana Gadebuscha „AXELA” krem od piegów: 1/2 stoika 2,50 zł., 1/1 st. 4,50 zł., do tego mydło „AXELA” 1 kaw. 1,50 zł., 3 kaw. 3,50 zł. Do nabycia w drogerjach i aptekach lub wprost w firmie

J. GADEBUSCH
Poznań, Nowa 7 (Bazar).

A było tam co oglądać: piękne gmachy szkolne w powiecie, szpitale, drogi i wykresy, wykazujące stały wzrost poziomu kulturalnego powiatu, — wszystko to wraz nawet z bryłą rudy żelaznej robi wrażenie imponujące i przekonywuje, że powiat Częstochowski nie śpi i że sternik jego Starosta Kühn dzielnie nawą powiatową kieruje.

W kabinie zaś miasta Częstochowy widzimy — piękne gmachy szkolne, domy robotnicze, ulepszone jezdnie asfaltowe, chodniki szerokie i wygodne, wodociągi i kanalizację, oświetlenie elektryczne i t.p. dorobki oświatowo-kulturalne.

„Czujemy pod nogami jakiś twardej równy grunt, pytamy się prezydenta Jarmulowicza co to jest? „Są to wyroby naszej betoniarni, która dostarcza płyty i rury betonowe w Częstochowie oraz innym miastom” — brzmi odpowiedź prezydenta i czuć było w tonie odpowiedzi, że wszystko, co się tyczy miasta, leży na sercu tego pracowitego i uczciwego człowieka.

Nie wyliczamy wszystkiego, lecz radzimy każdemu obejrzeć ten miły zakątek Wystawy. **M. G.**

„Czystość” na Wystawie w Poznaniu.

W Pawilonie Prasy pomiędzy wydawnictwami, poświęconymi kulturze, widzimy naszą „Czystość”, która żywo interesuje wszystkich, zarówno uczonych jak i szerokie masy pedagogów i działkę szkolną całej Polski.

„Purol” na Wystawie w Poznaniu

W Pawilonie dr. przem. i rzemiosł Nr. 48, teren D, dostrzegamy matulką lecz schludną białą gablotkę, gdzie wystawione są Anatomiczne (ulepszone) szczotki do zębów „Purol” systemu Lekarza-D-ty Michała Grejnieca w Częstochowie.

Tłumy ludzi zatrzymują się przed tą oryginalną i pożyteczną nowością i wszyscy, zarówno odontolodzy jak i laicy zachwyceni są tym prostym i praktycznym pomysłem.

Jak nas informują, Konsorcjum, które się ma stworzyć w celu eksploatacji tego i jeszcze różnych innych pomysłów Lekarza-D-ty Mi-

chała Grejnieca w krótkim już czasie pewnie przystąpi do pracy, nabijając patenty i prawa wyłączności od p. G.

Z Prasy i Książek.

Dr. Henryk Rychter. Zdrowe i chore zęby. Wydawn. niemieck. wydziału dobra publicznego.

Książka ta, traktuje o pielęgnowaniu zdrowych zębów, aby także nie podlegały chorobom, bardzo żywo i umiejętnie napisana.

Przytaczamy niektóre cytaty, które na naszym gruncie mają może jeszcze większą rację bytu, niż w Niemczech.

„Nie zwracajcie mi głowy plombowaniem zębów! Gdy mnie ząb zaboli, wyjmę go”!

Tak mówi czasami młodzież, ale jakże inaczej mówi ta sama osoba, w wieku starszym, gdy cały organizm słabnie, gdy odczuwa znaczenie każdego zęba dla żołądka i trawienia.

Wtedy już chce leczyć, koronki, mostki robić, ale często — już zapóźno.

Opisując rozwój uzębienia od noworodka aż do zupełnego wzmocnienia się zębów stałych, autor uzasadnia potrzebę racjonalnego pielęgnowania zębów, opisuje choroby zębów u rachityków oraz wskutek pewnych zawodów (drukarzy, cukierników i t. p.).

Uzasadniając potrzebę racjonalnego leczenia zębów, przestrzega przed partaczami, którzy tylko szkodzą ludziom, szczególnie przy wprawianiu zębów sztucznych.

Nie umiając dokładnie wprawiać, ogromną szkodę przynoszą. — Książkę tę można otrzymać również przez administr. „Czystości” za zł. 5.

„Biuletyn Urzędniczy” Nr. 3-4 poświęca okazały zeszyt omówieniu najżywniejszych spraw obchodzących urzędników państw. i samorząd. z wykształceniem akademickim, których jest organem, jak również innych. Po wspomnieniu pośmiertnym o s. p. Fochu następuje stwierdzenie stanu chorobowego w organizmie urzędniczym („Biulet. Urzędniczy”), poczem art. „O wygaśnięciu artykułu [116 ust. o państw. st. cyw.”. Następnie p. Andrzej de Bernier Longchamps w art. p.t. „Zwrot ku lepszemu” rokuje sobie wielkie nadzie-

ie po zarządzeniu p. Ministra Spraw Wewnętrznych z 16.II b. r. Następuje znamieny art. p. t. „Armja w służbie cywilnej” P. A. L. zabiera głos „W sprawie projektowanej akademii administracji”. poczem Obserwator uskarża się na niechęć i niezrozumienie Sejmu dla spraw urzędniczych. („Sfery parlamentarne, a kwestja urzędnicza”) P. R. A. pisze o „Zespoleniu w administracji państw.” Następuje „Niepożądany stan katastru gruntowego” i art. p. Leona Babińskiego „Postępy prawa lotniczego na terenie międzynarodowym” — „Ruch służbowy” we władzach admin. oraz obszerny „Przegląd Prasy” daje w należytych oświetleniu o raz problemów, zajmujących wszystkie gałęzie służby państwowej.

Redakcja i Admin. „Biuletynu Urzędniczy”
Warszawa, Kredyt wa 16 m. 25.

Odpowiedzi Redakcji i Administracji

Spieszmy się podzielić radosną wiadomością, z nasz. sympatykami, iż w nast. Nr. „Czystości” umieścimy artykuły znakomitego naszego higienisty wojskowego Pułk. Lek. D-ra med. G. Szulca, Redaktora „Lekarza i Wojskowego”, i „Przegl. Sport. Higien.”, — tyżące się profilaktyki w polu.

Obiecał nam również znany feljetonista p. M. Granowski artykuł „Czystość naopak”, omawiający doniosłe pojęcie o higienie, panujące wśród różnych sfer społecznych.

WP. Dyr. K. w Częstochowie. — **Poinformować WP. możemy, że Red. nasz Lekarz - D-ta Michał Grejniec przyjmuje członków Kasy Chorych prywatnie i udziela takowym pewnych ulg przy leczeniu i wprawianiu zębów. Przyjęcia się odbywają przy ul. Marji Panny (I Aleja) Nr. 10 codz. od 9 - 1 i od 3 - 7, w niedziele i święta od 9 - 2 pp.**

WP. S. M. w Cieszynie. — Jak nas informują: Dom Bankowy Dr. Natter & Co w Pradze Czeskiej, Nekażanka 8, zasługuje na zupełne zaufanie. Załatwiają również wszelkie zlecenia dla studujących w Czechach.

W. P. M. S. we Mstowie. Owszem. Dr. Adam Wolberg, specjalista chorób wenerycznych i skórnych, mieszka w Częstochowie przy ul. Kościuszki Nr. 1 i przyjmuje codziennie od 3. do 8 wiecz.

PREPARATY I APARATY „PUROL”

DO PIELEGNOWANIA

JAMY USTNEJ i UZĘBIENIA NATURALNEGO i SZTUCZNEGO

(Zastrz. Urz. Patent. № 21613—15216).

systemu **Lekarza-D-ty MICHAŁA GREJNIECA** (w Częstochowie, ul. N. Marii Panny № 10.

Rozbrzmiewa hasło — „**Popieraj przemysł krajowy!**”

Jeżeli to hasło jest tylko **obłudą** dla W. P., — proszę druk ten **wyrzucić!**

Jeżeli zaś hasło to, jest **czemś godnym** dla W. P. i jeżeli W. P. uważa, że hołdując temu hasłu, przyczynia się W. P. do wzmocnienia Rzeczposp. Polskiej, — **wtedy** należy wyrzucić te szczotki do zębów, które W. P. posiada, — bo one są czeskie, francuskie lub niemieckie! — **One palą usta Wasze!** —

Szczotki do zębów „PUROL” — wyrób krajowy! One jedynie powinny się znajdować w użytku domowym.

One cieszą się łaskawą opinia J. W. P. Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Prof. D-ra IGNACEGO MOŚCICKIEGO, Jego Eksk. Ks. Biskupa LUBELSKIEGO, Prof. Stomatologii na Uniw. Jagiel. Prof. D-ra WINCENTEGO ŁEPKOWSKIEGO, oraz wielu innych uczonych i specjalistów.

Opinie te wystarczą chyba W. P., aby się przekonać, że się ma do czynienia z rzeczą praktyczną i dobrą. —

Szczególniej polecamy: „**Anatomiczne-Purol**” — **A** — dla dzieci, **B** — dla Pań, oraz **C** — dla Panów po 2 zł.

Proszek „Purol” **A** — dla dzieci, **B** — dla niepalących i **C** — „**Dla Palaczy**” — usuwa zapach tytoniu. Porcja zł. 1. —

Tabletki „Purol” do płukania jamy ustnej, flakon zł. 1. — **Nowość!**

Komplet „Purol” szkolny, lub wojskowy (szczot. + prosz.) zł. 1. — w pud. blasz. zł. 1,50.

Kompl. ten powinien być w tornistrze każdego ucznia lub wojskowego.

Należy żądać w drogerji **tylko** szczoteczki i proszku „PUROL” wyrobu krajowego!

Jeżeli sprzedający zaproponuje inną szczoteczkę — **odrzuć precz tę propozycję!**

Jeżeli zaś art. „Purol” gdzieś niema, zwracać się wprost do Częstochowy z zapotrzebowaniem dla W. P. i Rodziny.

Nie bagatelizować! — bo szczot. „PURQL”, jak się wyraził pewien uczoney, — to znaczny krok naprzód w naszej kulturze.

Lekarze, odontolodzy, pedagogzy oraz wszyscy ludzie kulturalni, dbający rzeczywiście o czystość uzębienia, **wyrzucają swe** szczoteczki do zębów, nabywają i zalecają „**Anatomiczne szczoteczki „PUROL”!**

Bliższych informacji oraz wszelkich wyjaśnień udziela **Lekarz-D-ta MICHAŁ GREJNIEC w Częstochowie.**

Uwaga! Wzory 3 szcz. wysła się po otrzymaniu Zł. 5 — przek. poczt. lub na P. K. O Nr. 64—272.

„POLSKA ZACHODNIA”

DZIENNIK POŚWIĘCONY SPRAWOM NARODOWYM I SPOŁECZNYM NA KRESACH ZACHODNICH RZĘCZYP. POLSKIEJ.

Najpoczytniejszy polski organ informacyjny na terenie

Górnego Śląska i Śląska Cieszyńskiego.

„POLSKA ZACHODNIA” jest **najtańszym i bezkonkurencyjnym organem ogłoszeniowym.**

„POLSKA ZACHODNIA” jako organ opinii społecznej całego Górnego Śląska jest abonowana i czytana przez wszystkie sfery, zastępuje zatem interesy wszystkich stanów i stoi na gruncie państwowości polskiej i religji katolickiej.

Adres Redakcji: Katowice, ulica Kopernika 14.
Tel. 303.

Adres Administracji: Katowice, ulica Jagiellońska 5,
Tel. 16—98. P. K. O. 303 501.

Adres Drukarni: Katowice, ulica Kościuszki 15. Tel. 878 i 426 Drukarnia Śląska, Sp. z o. o.

Znakomity Artysta
Aleksander Węgierko
pisze
„szczot. „PUROL”
są bardzo dobre.”

K T O M A
jakieś pomysły
lub wynalazki
powinien podać swój adres
do Administr. „Czystości”
Warszawa, skrz. poczt. 729
sub „Wynalazek”
(zaczek na odp.)

KONKURS.

Powiatowa Kasa Chorych w Częstochowie odda w drodze pisemnego przetargu dostawę i wykonanie instalatorjum według systemu „NHABAD”.

Słupy kosztorys obejmujący tak dostarczenie materiałów, jak i wszelkie roboty instalacyjne i montażowe otrzymać można w Dyrekcji Kasy Chorych w Częstochowie.

Termin składania ofert do dnia 10 czerwca 1929 r.

Przyczem Zarząd Kasy Chorych zastrzega sobie prawo odania robót wybranemu przez siebie oferentowi.”

Dyrektor: Przewodniczący Zarządu:
(—) **W. Miłkowski.** (—) **E. Wichura**

OGŁOSZENIE.

„Powiatowa Kasa Chorych w Częstochowie sprzedaje z wolnej ręki stary samochód marki „Ford”. Samochód ten oglądać można w garażu Kasy Chorych przy ul. Mickiewicza, zaś ceny oferowane za ten samochód składać należy na piśmie do rąk Dyrektora Kasy Chorych do dnia 10 czerwca 1929 roku”.

Dyrektor: (—) **W. Miłkowski.**
Przewodniczący Zarządu (—) **E. Wichura.**

POŚMIERTNĄ WYSTAWĘ OBRAZÓW CHOROWICZA

w Parku im. Staszica urządza **Magistrat**

— WYDZIAŁ OSWIATY I KULTURY —

Należy ją odwiedzić!

PROSIMY POWOŁYWAĆ SIĘ NA „CZYSTOŚĆ”!

„Życzę powodzenia w podjętym, pożytecznym pomysle, który z pewnością dodatnio zadziała, zwłaszcza w higienie szkolnej i ludowej”. Prof. Dr. W. Łepkowski.
Tak pisze o szcz. „PUROL” — największa powaga **dentystyki w Polsce.**

Rób! Pracuj! Buduj!

oto hasło XX wieku.

Spiesz do firmy

D. Berkowicz

Częstochowa, Kościuszki 45,

gdzie najtaniej kupisz:

Papę, smołę, cement, gips, trzcinę, kafle, żelastwo, karbo-
lineum, cegłę, wapno, posadzki i płyty cementowe,
cegłę i glinę ogniotrwałą, drzewo, dachówki,
drewno, farby, lakiery, pokosty, smary,
oleje i etc.

Kupujcie wyroby Krajowe!
w pierwszym rzędzie
Art. „**PUROL**” do pielęgnowania
uzębienia
naturalnego i sztucznego!
Zapytania kierować: Warszawa, Skrz. Pocztowa Nr. 729.
dla „**PUROL**”

NOWOŚCI!

Radio-Uniwers. Bez akumulatora. Bez anteny!
Może być przenoszone wszędzie.

Na raty! Dostarcza

BIURO TECHNICZNE

„UNION”

w Częstochowie, ul. Śląska Nr. 4, Telef. Nr. 770.

Lek.-D-ta N. Krupicki, B. Asystent Szk. Lekarsko-Dentyst.
w **Warszawie** twierdzi:

„Uważam szczoteczki „**Purol**” ze względów aseptycznych za doskonale
Anatomiczne zaś szczoteczki „Purol”, wycięte według budowy
zębów trzonowych, są, — według mnie, — **wprost idealne i powinny być**
powszechnie używane”.

Dr. med. Adolf Gibiański (**Łódź**) tak się wypowiada:

„Używając szczoteczkę do zębów pomysłu p. Lekarza-D-ty Michała Grejnieca,
stwierdzam, że dobrze wykonana, ma pomysłowo odpowiednią formę, **odpo-
wiada wszelkim wymogom higieny i aseptyki.**

Zasługuje ze wszechmiar na rozpowszechnienie wszędzie, **szczególniej**
w zakładach naukowych.

Dr. Med. L. Korybut-Daszkiewicz

(Warszawa) pisze:

„Szczoteczki „**Purol**”—„**Anato-
miczne**” — są, według mego zdani
bardzo praktyczne i godne
**powszechnego zastosowa-
nia”.**

... nareszcie więc jestem zadowolona,
mam zęby czyste, białe, bez żadnego
osadu, w ustach czuje świeżość i przy-
jemny smak, a to dzięki szczoteczkom
i proszkowi „**Purol**” systemu i wyna-
lazku Lekarza-D-ty **Michała Grejnieca**

Mela Grabowska

Primadonna Operetki
Lwowskiej.

UWADZE PRZYJEŹDZAJĄCYM
do CZĘSTOCHOWY

Poleca się dobre, smaczne
obiady, „kolacje a la „carté”
w ogrodzie letnim

„**TIVOLI**” Kościuszki Nr. 18
róg II Alej.
Codziennie koncert orkiestry wojskowej
7 P. A. P.

Kawiarnia jest otwarta od 8 rano do 1 w nocy.
Z poważaniem **B. KLIMCZAK**

Sekretarz (ka) inteli

gentr.

zechce złożyć oferty
„Czystość”, Warszawa, skrz. 729.
„Czystość”, Częstochowa, skrz. 104.

HOMEOPATA

Dr. med. J. Herwich

Częstochowa, ul. Kordeckiego 9.

LECZENIE

ZASTARZAŁYCH CHORÓB,

podług metody

D-ra **HAQUEMANNA** i **LUTZEGO.**

OGŁOSZENIE.

Podaje się do wiadomości Panom
Pracodawcom, że dla udogodnienia ze
względu na odległość od śródmieścia
Centrali Powiatowej Kasy Chorych,
została otwarta z dniem 29 kwietnia
r. b. Ekspozytura P. K. Ch. dla zamel-
dowań i wymeldowań w lokalu Okrę-
gowego Towarzystwa Rzemieślniczego,
Aleja 9.

Interesantów załatwia się od godzi-
ny 6-ej do 8 ej wieczorem.

E. L. BREGMAN

w Warszawie, Złota 23
telef. 65—02.

SKŁAD PRZYBORÓW
LEKARSKO-DENTYSTYCZNYCH

Najtańsze i najlepsze
— źródło zakupu. —

LEKARZ DENTYSTA
MICHAŁ GREJNIEC

W CZĘSTOCHOWIE.

1-sza Aleja Nr. 10, telef. Nr. 2 50.

Przyjmuje codziennie
od 9—1 i od 3—7 w.

Choroby zębów i jamy
ustnej.

ZĘBY SZTUCZNE.

Kto się chce nauczyć

TECHNIKI DENTYSTYCZNEJ,

niech poda swój adres, za-
łączając znaczek na od-
powiedź do Adm. „Czystoś-
ci” w Częstochowie lub
w Warszawie dla „Technika”.

KTO CHCE
MIEĆ DZIECI ZDROWE,
ten używa do pielęgnowania
UZĘBIENIA

Komplet

„PUROL”

ZŁ. 1. — (prosz. + szcz.)
w pudełku blaszanym **ZŁ. 1,50.**
ŻĄDAĆ WSZĘDZIE!

Kto chce w Warszawie coś załat-
wić, może to uczynić
przez nasze Biuro zleceń. Oferty do
Adm. „Czystości” w Warszawie, skrz.
pocztowa 729 dla „Biuro Zleceń”.

**Kto zakłada orkiestrę
lub chce nabyć
INSTRUMENT MUZYCZNY**
niech się zwróci do firmy
S. MALKO
w Częstochowie, ul. Piłsudskiego Nr. 11.
Ceny najniższe,
a towar najlepszy.

OKAZJA.

Nowoczesne wille na pensjonaty, umeblowane pokoje na sezon letni. cudowny widok na morze. Place po i budowę will, domów, fabryk, najtaniej poleca, dla przyjezdnych udziela wszelkich informacji.

DOMINIK KUJAWA
w Gdyni, Staromiejska 4.

F) NAJTANIEJ futra kupować po sezonie.

F) NAJSOLIDNIEJ!

F) NAJWIĘKSZY WYBÓR!

Warszawa, Trębacka 10, „OCCASION”

Olbrymi wybór futer damskich, męskich—Lisy—etole—kołnierze—skórki. **PRAWDZIWA OKAZJA TANIEGO KUPNA**

List z Krynicy.

Przystrojona w piękne szaty wiosenne, uporządkowana Krynica zaludnia się z dnia na dzień.

Gwarno już jest przy źródłach, które przed sezonem zostały odpowiednio odczyszczane z osadów w rurach, tak że obecnie biją niemal ze zdwojoną siłą.

Powiększone o 56 kabin łazienki mineralne zaspokoją nawet podczas największego zjazdu zapotrzebowanie temwięcej, że zaprowadzona została do nich woda mineralna z nowych otworów wiertniczych, która tak pod względem składników, jak i bezwodnika węglowego dorównuje pożądanej przez gości „Słotwince”.—Nie można również pominąć zabiegów Komisji zdrojowej w kierunku ulepszenia jezdni dróg i chodników przez smołowanie nawierzchni masą bitumiczną kosztem olbrzymich wkładów pieniężnych.

Wskutek rozbudowania Krynicy i powstałej konkurencji mieszkaniowej, ceny mieszkań i utrzymania nawet w pensjonatach I kl. uległy niższe.

Z dostojnych gości obok wielu, którzy spędzą lato w Krynicy, wymienić należy P. Prezydentową Mościcką, która ze szczególnym afektem odnosi się do Krynicy.

K. P.

W. P. Dyr. w Krynicy. Spieszmy W.P. uspokoić i zapewnić, iż zakład lekarsko-dentystyczny pod kierunkiem Lekarza-d-ty Michała Grejnieca czynny będzie podczas sezonu w Krynicy, jak w roku ubiegłym w willi p. Szwarca (Alfredówka) vis-à-vis Hali Targowej.

W. P. H. S. w Krynicy. „Czystość” w Krynicy nabywać można w filjach „Ruchu” na stacji oraz w Domu Zdrojowym, jak również u p. Różankowskiego. Żądać należy „Czystość” od wszystkich gazeciarzy. Dziękujemy za serdeczne słowa otuchy.

MAGAZYN

„UNIWERSALNY”

w Częstochowie, ul. Strażacka Nr. 2.

Poleca:

- 1) SAMOCHODY
- 2) OKRYCIA DAMSKIE i MĘSKIE
- 3) RADJO
- 4) MASZYNY do PISANIA.

FABRYKA WYROBÓW DRZEWNYCH

„JÓZEFÓW”

SP. Z OGR. ODP.

CZĘSTOCHOWA, Olsztyńska 1, tel. 7—75

produkuje:

AMERYKAŃSKIE MEBLE BIUROWE

STOLARZCZYZNĄ BUDOWLANĄ,
WSZELKIE LISTWY PROFILOWE

— S E D E S Y —

Adres telegr.: „JÓZEFÓW” Częstochowa.

Inż. B. Hłasko i Skrzynecki

Biuro techn. i fabr. „MŁOT”

W CZĘSTOCHOWIE

ul. Mała 24. — Telefon 507.

Wszelkie urządzenia sanitarne

Wodociągi. — Kanalizacja. — Wentylacja.

Centralne ogrzewanie wodne i parowe.

Kotłarnia miedziana i żelazna.

Kto chce mieć świeżą i ładną cerę niech napisze do Adm. „Czystości” Skrz. poczt. Nr. 729 dla „Promień”

Chorzy na płuca

proszeni są o podanie adresu do Adm. „Czystości” w Warszawie. Skrz. Pocz. Nr. 729 pod „Płuca”.

BYSZKOWICZ

w Warszawie,

Leszno Nr. 9, tel. Nr. 161—80.

Posiada stale na składzie

**WIELKI
WYBÓR
ZĘBÓW**

I artyk. Lek.-Dent.

PRZEDSIĘBIORSTWO BUDOWLANE

J. W. SZYMKOWIAK i S^{ka}

Częstochowa, Jasnogórska 36, Tel. № 264.

Gmachy, Budynki, Domy, Mosty, Kolejki, Projekty i Kosztorysy, Konstr.-Żel.-betonowe.

SKLEP

nad „Palenicą”

W KRYNCY.

Poleca wszelkie owoce, słodocze, wędliny etc. w gatunku najlepszym, po cenach najtańszych! Prosimy się przekonać!

Kto chce współdziałać w rozpowszechnieniu zasad **racjonalnego pielęgnowania zębów i jamy ustnej** (Szkoly, Świetlice Wojskowe i Szkolne, Koła Młodzieży, Ośrodki Zdrowia, Poradnie, Instyt. lecznicze, Kasy Chorych, Lekarze, Lekarze-D-ści, Higieniści i t. d. i t. d.), — **nabywa odbitki z „CZYSTOŚCI”, jako ulotki, a mianowicie:**

Lekarz-D-ta		CENA:		
		100 egz.	500 egz.	1000 egz.
Michał Grejniec:	1) Kiedy trzeba plombować zęby? (z 2 rys.)	zł. 5	zł. 20	zł. 30
„ „	2) Kiedy trzeba zęby czyścić? (z 2 rys.)	„	„	„
„ „	3) Jak trzeba czyścić zęby?	„	„	„
„ „	4) Jak pielęgnować uzębienie dzieci? (z 2 rys.)	„	„	„
„ „	5) Nowoczesna technika dentystyczna.	„	„	„

Wysyła się po otrzymaniu należności przek. pocztowym, lub na P. K. O. Nr. 15-960 lub za zalicz. poczt.

Administracja „CZYSTOŚCI” Warszawa, skrz. poczt. N 729,

**B. I-szy Asystent Kliniki
CHORÓB DZIECIĘCYCH**

Uniwersytetu Jagiellońskiego
w Krakowie

Dr. med. WŁODZIMIERZ JARON

SPECJALISTA CHORÓB DZIECI
ordynuje od 2-4 po południu

W CZĘSTOCHOWIE

przy ul. Kilińskiego Nr. 13, I piętro.

OGŁOSZENIE.

W biurze Miejskiej Komunikacji
Autobusowej, ul. Strażacka Nr. 19,
róg Ogrodowej znajdują się do ode-
brania różne rzeczy, pozostawione w
autobusach miejskich.

Właściciele tych rzeczy proszeni
są o zgłoszenie się po odbiór, w godz.
od 8 i pół-15.

Magistrat m. Częstochowy

MIEJSKA KOMUNIKACJA AUTOBUSOWA.

OGŁOSZENIE.

Miejska Komunikacja Autobusowa,
niniejszem podaje do ogólnej wiado-
mości, iż dzieci do lat 7 (siedmiu),
za przejazd autobusami miejskimi, pła-
cą 10 (dziesięć) gr. za kurs.

Magistrat m. Częstochowy

MIEJSKA KOMUNIKACJA AUTOBUSOWA.

Dom Bankowy

Dr. NATTER et C^o

w Pradze Czeskiej

NEKAŽANKA 8.

Złatwia wszelkie interesa bankowe.

Prenumerujcie:

Tygodnik „**KURJER NIEDZIELNY**”

Warszawa, Chmielna 49.

WSZELKIE ROBOTY MALARSKIE wykonywa

DZIAŁOWICZ w Częstochowie

Najnowsze wzory **tapet**, chodników kokosowych i **linoleum**
po cenach najtańszych. — — — Firma egzystuje od 1905 roku.

S. WEJNRYB

w Częstochowie, ul. Kilińskiego Nr. 6.

Dostarcza materiały dentystyczne
po cenach najtańszych!

**PAŃSTWOWY ZAKŁAD ZDROJOWY
KRYNICA**

położony w zachod. części Karpat 590 m. nad poziomem morza.

CAŁOROCZNY SEZON KĄPIELOWY.

I. Sezon letni od 1. maja do 31. października.

Dr. Jan Ałapin

w WARSZAWIE

UL. KRÓLEWSKA Nr. 31.

od 9-ej rano do 8 ej wiecz.

Choroby skórne i weneryczne.

Wład. WĘGIEŁEK

W WARSZAWIE — — TREBACKA Nr. 1

NAJLEPIEJ I NAJSZYBCIEJ

załatwia .

WSZELKIE TRANSPORTY I PRZEWOZY

— WE WSZ. MIEJSC. RZECZP. POLSKIEJ. —

„DENTAL”

SZRAMA i KAPCZYŃSKI

POZNAŃ

ul. Skarbowska Nr. 11.

Pierwszorządne źródło zakupów wszel-
kich przyborów dentystycznych. Do-
stawa punktualna i solidna.

MATERIAŁY WYBOROWE.