



Как помочь больному ребенку

Из опыта старых докторов, а также
знаменитых знахарей и врачей

О. Морозова

Как помочь больному ребенку

**Из опыта
старых докторов,
а также
знаменитых знахарей
и врачей**

МОСКВА 1991

К читателю

Этот небольшой лечебник составлен на материале книги О.Морозовой "Как помочь больному человеку". Книга вышла несколько десятилетий назад в Соединенных Штатах Америки и была популярна среди русских эмигрантов.

Книга О.Морозовой представляет собой краткий медицинский справочник, содержащий описание симптомов наиболее распространенных болезней, методы их лечения, которые применяли в своей практике старые русские врачи. О.Морозова включила в книгу также любопытные и, как она утверждает, проверенные многократно в жизни способы избавления от болезней, которыми пользовались в прежние времена в России знаменитые знахари и целители.

Очень важно, что в лечебнике даются советы, как выхаживать больного после перенесенной им тяжелой болезни, как предупреждать заболевания, как оказать экстренную помощь до прихода врача.

Использовать домашние методы врачевания предлагается автором не взамен, а параллельно с медикаментозным лечением, которое проводит врач-профессионал.

В ряде особо сложных случаев О.Морозова строго предупреждает, что **БЕЗ ВРАЧА НЕ ОБОЙТИСЬ**. К этим ее словам следует относиться со всей серьезностью, и ни в коем случае ими не пренебрегать.

В данный медицинский справочник вошли выбранные из книги "Как помочь больному человеку" советы, касающиеся лечения распространенных детских болезней. Они не принесут вреда, хотя, может быть, и не окажутся столь уж эффективными.

Сохранены оригинальный язык, архаичные в наше время выражения, полузабытые народные лекарства. Это сделано умышленно, чтобы можно было "почувствовать" время, когда детей лечили домашние доктора, ставившие безошибочно диагнозы по цвету языка, частоте пульса, дыханию ребенка, по многим незначительным, казалось бы, признакам, известным им на основании большой практики.

Содержание

Всё о младенце 4

Детские инфекционные болезни 17

Общие болезни 27

Детский паразитоз 53

Укусы змей, ядовитых насекомых,
ядовитые растения 56

Травмы 59

Помощь в несчастных случаях 67

Что полезно знать о витаминах
и минеральных солях 72

Всё о младенце

СОВЕТЫ КОРМЯЩИМ МАТЕРЯМ

Кормящая женщина не должна много есть мяса и пить спиртного, так как после них ребенок страдает запорами, делается беспокойным, не спит.

Если у матери мало молока, то для его увеличения хороши такие средства:

1. Есть селедку и пить немного пива. 2. Усиленно есть зеленый лук во всех видах, также побольше моркови, укропа, крапивы. 3. Употреблять в пищу главным образом хлеб с отрубями, с анисом и тмином. 4. Пить парное молоко и всякую пищу, богатую жидкостями и крахмалом, как сливы, виноград, картофель. 5. Прикладывать время от времени к груди теплые платки.

Когда у матери уж слишком много молока и желательно по той или иной причине приток его уменьшить, то помогают такие средства: пить чай из листьев ольхи или из перечной мяты. А из аптечных средств уменьшает приток молока йодистый калий. Но аптечные средства должен прописать доктор в зависимости от здоровья матери. Также уменьшает приток молока согревающий компресс из камфорного масла.

Кормить ребенка грудью надо через отверстие, сделанное в застегнутом лифе, тогда грудь не оттягивается и не теряет формы.

Если вы прибегаете к помощи донора, то разница в возрасте вашего ребенка и ребенка женщины-донора не должна быть больше восьми недель.

ПОДКАРМЛИВАНИЕ РЕБЕНКА

Для подкармливания ребенка лучше всего брать молоко ослиное, реже — кобылье, затем коровье и совсем плохо — козье, так как в последнем состав белков сильно отличается от состава белков женского молока, а кроме того, в козьем молоке, так же как и коровь-

ем, много казеина, который трудно переваривается в желудке ребенка.

При подкармливании надо давать молоко сейчас же после груди и обязательно в теплом виде. Лучше всего давать молоко сырое, так как при кипячении оно теряет кальций и магний. Но это возможно лишь тогда, когда есть своя корова или ты уверен в здоровье той чужой коровы, от которой получаешь молоко.

Если ребенок на искусственном вскармливании, то коровье молоко надо давать так: до четырех недель разбавляя молоко водой — одна часть молока и три части воды. Затем постепенно дозу воды уменьшать и к девяти месяцам давать ребенку уже цельное молоко. Для лучшей перевариваемости коровьего молока полезно прибавлять к нему отвары из овса, ячменя, риса.

С третьего месяца (а некоторые дают и раньше) можно давать ребенку понемногу сока из свежего апельсина.

БОЛЕЗНИ ГРУДНЫХ ДЕТЕЙ

ОПРЕЛОСТЬ

Надо ежедневно обмывать опрелость водой или просто слабым раствором йода — одна-две капли на стакан воды, затем хорошо обсушить, но не тереть и присыпать мелкой просеянной картофельной мукой или тальком. В ванночку полезно прибавлять немного напара дубовой коры.

ПУПОК

Кровотечение из пупка, дикое мясо, пупочная грыжа.

Если кровь из пуповины показалась в первые же часы после родов, то это указывает на то, что пуповина была плохо перевязана. Такое кровотечение обычно вскоре прекращается. Хуже, если кровь показывается на 3-й или 5-й день после рождения во время отпадения пупочного отреза. Тогда надо пупок присыпать очень мелкими жжеными квасцами, или обмыть несколько раз пупок слабым раствором йода (1—2 капли на стакан воды), или привязать тряпочку, смоченную свинцовой водой.

После отпадения пупочного отреза в пупке иногда остается кусочек красного мяса наподобие ягоды, сидящей на тонкой ножке. Это и есть дикое мясо. Его легко удалить: надо ножку туго перевязать продезинфицированной ниткой, но не очень тонкой, и мясо через 2-3

дня отпадет. Можно избавиться от дикого мяса иначе: надо его каждый день присыпать жжеными квасцами, от чего оно постепенно исчезает.

Грыжа у грудных детей бывает от плохо перевязанной пуповины, также от сильных газов и постоянного крика. Надо выходящую через пупочек кишку осторожно вправить обратно и сверху положить давящую повязку таким образом: сделать из воска лепешку, или из пробки вырезать, или даже взять подходящую по величине монетку, вымыть ее, завернуть в мягкую тряпочку, положить на пупок и забинтовать. Так делать все время, пока дырочка не зарастет и кишечка не перестанет выходить. При перемене бинтика пупок надо промывать борной кислотой или слабым раствором йода (3 капли на стакан воды). Купать ребенка можно с бинтиком, а потом надеть сухой. Если грыжа долго не проходит — до четырех и более месяцев, надо показать доктору.

Воспаление пупка.

Если пупок сильно покраснел, но крови нет, то надо примачивать слабым раствором йода. Хорошо также присыпать салициловой присыпкой.

БЛЕННОРЕЯ НОВОРОЖДЕННЫХ (гнойное воспаление глаз)

Признаки появления бленнореи у ребенка такие: у него начинают краснеть и пухнуть веки, что бывает обычно через несколько дней после рождения, и из глаз выделяется липкая, гнойная материя. Если глазное яблоко остается здоровым, непокрасневшим, то можно еще помочь ребенку домашними средствами: надо обтирать веки несколько раз в день слабым раствором борной кислоты (2% раствор) и осторожно оттирать на ресницах гнойную материя. Также хорошо класть на глаза компрессы из настоя ромашки. Если же из глаз стала выделяться зеленоватая или кровянистая материя, то надо немедленно обратиться к доктору, чтобы предотвратить возможность потери зрения.

ЖЕЛТУХА

Желтуха обычно бывает у новорожденного через несколько дней после рождения: белки глаз и все тело желтеет, ребенок нервничает, плачет. Нормально заболевание проходит через пять дней. Надо только дать слабительного: если ребенка кормят грудью,

то просто помазать касторкой сосок и потом дать ребенку сосать. При искусственном кормлении можно тоже смазать касторкой резиновый сосок.

Если же желтуха затягивается надолго, на целые недели, и ребенок нередко плачет часами, то надо или обратиться к доктору, или, если это в летнее время, применить простое симпатическое народное средство: достать желтых цветов от садового растения златоцвет, сварить две-три горсти этих цветов и потом выкупать ребенка в наваре. Цветы брать лучше от высокого сорта златоцвета, а не низкого, известного под именем бархатцев. Высокий же сорт действует сильнее низкого. Средство очень хорошее, много раз проверенное даже на взрослых при разлитии у них желчи.

ЗАПОРЫ

При запоре ребенок ежится, плачет, кричит и даже сучит ножками, когда запор вызывает у него газы. Надо дать ему половину чайной ложки свежего, несоленого коровьего масла или смазать сосок перед кормлением касторкой. Также хорошо давать несколько раз в день пол чайной ложечки укропной воды или слабого настоя ромашки, которая уменьшает газы. Можно также поставить клизмочку из полстакана чистой теплой воды или с ромашкой и придержать пальцем задний проход, чтобы вода сразу не вылилась. Животик завязать теплым.

К запорам у грудных детей надо относиться серьезно, так как они часто являются причиной мозговых заболеваний у них.

КОРОТКАЯ УЗДЕЧКА ЯЗЫКА

Если ребенок с трудом берет грудь или соску, при этом еще запрокидывает головку, плачет и характерно чмокает при сосании, то это ясные признаки короткой у него уздечки под языком. Эта уздечка с годами немного вытягивается, но обыкновенно все-таки остается ненормальной, и люди с такой уздечкой бывают косноязычными, шепелявыми, проклиная природу, снабдившую их таким противным недостатком, и не зная того, что виновата в нем не природа, а родители, недосмотревшие у своего младенца легко исправимого приращения уздечки.

Надо, как только будет замечено чавканье у ребенка, показать его доктору, чтобы он подрезал уздечку до нормальной длины. Операция эта простая и почти нечувствительна для ребенка.

РВОТА

Если рвота у ребенка бывает вскоре после кормления, особенно коровьим молоком, то это неопасно. Бывает она еще в более сильной и частой степени от проглатывания воздуха при сосании, а также при короткой уздечке.

Но если появилась продолжительная рвота и ребенок отказывается от пищи, то это может уже указывать на мозговое заболевание, надо обратиться к доктору.

МОЛОЧНИЦА

Она заводится главным образом от грязной груди или грязной резиновой соски, иногда также от слабой слизистой оболочки во рту ребенка.

Молочница — это белый налет на языке, деснах, нёбе, щеках и даже иногда в носу ребенка. Надо для предупреждения появления молочницы всегда обтирать рот младенцу после еды тряпочкой, смоченной в растворе борной кислоты или в водке. А если молочница уже появилась и ребенку больно сосать, то обмывать рот слабым (розоватого цвета) раствором марганца.

Грудь свою кормящая женщина должна всегда обмывать не только перед кормлением, но и после, а резиновые соски держать в растворе борной кислоты, обмывая их чистой водой и досуха вытирая перед употреблением.

СЫПИ У НОВОРОЖДЕННЫХ

Молочная сыпь. Она мелкая, бледная, покрывает главным образом щеки, места вокруг носа и появляется не раньше месяца после рождения. Эта сыпь неопасная, она быстро присыхает и образует желтые струпья, причиняющие зуд: дети чешутся и расцарапывают себе лицо. Причина сыпи главным образом в неправильном кормлении: быть может, недоедании или перекармливании, потреблении кормящей матерью излишнего количества спиртных напитков или сладостей, а при искусственном кормлении в плохом коровьем молоке. Расцарапанные места надо присыпать тальком или картофельной мукой, а к струпьям лучше всего прикладывать компрессы из крахмального раствора.

Пузырчатая доброкачественная сыпь. Появляется через несколько дней после рождения и поражает детей слабых или недоносков. Также может явиться как результат сифилиса у отдаленных родственников — прадедушки, прабабушки. Эта сыпь имеет вид

пузырей, наполненных мутной жидкостью, которые через два-три дня лопаются и подсыхают. Если такими пузырями покрыто менее половины тела ребенка, то болезнь быстро проходит, и тело ребенка становится чистым.

Пузыри надо примачивать самое лучшее камфорным маслом, а кожицу, если она присохла, осторожно отмачивать во время купания.

Пузырчатая злокачественная сыпь. Появляется исключительно вследствие наследственного сифилиса, с нею даже иногда ребенок и рождается. Эта сыпь очень крупная — от ореха до голубинового яйца, иногда пузыри сливаются вместе.

Как хорошее средство при всяких детских сыпях — это давать каждый день ребенку сок свежей моркови до чашки в день в зависимости от возраста. Морковь очень чистит кожу.

БРОНХИТ

При появлении кашля надо ребенку намазать спину и грудь свиным топленным салом или в крайности каким-нибудь растительным маслом, прибавив в него немного скипидара. Если же у ребенка появился еще жар, то хорошо натереть ребенка водкой пополам с уксусом (теплым), дать с ложечки немного настоя ромашки, хорошо закутать, чтобы заснул и вспотел.

Если же ребенок начнет задыхаться, покрываться холодным потом, то самое лучшее обратиться к доктору, так как эти симптомы могут указывать на начавшийся у ребенка круп. Пока же до доктора дать ребенку несколько раз по 5—10 капель водки с ложечкой воды или по 5 капель камфорного спирта. Последний дается так: надо накапать камфорный спирт в сахарный порошок и высыпать этот порошок на язык ребенка, дав запить с ложечки водой. Этим способом иногда удается отходить от припадка.

ПРОРЕЗЫВАНИЕ ЗУБОВ

Нормальное прорезывание зубов бывает около шестого месяца жизни. Когда прорезывание начинается слишком рано, то это указывает на скороспелость организма и на предрасположение мозга к заболеваниям. Прорезывание же позднее восьми и более месяцев указывает на слабость и болезненность ребенка; зубы у него растут неправильно, легко портятся, находят один на другой.

При прорезывании зубов десны у ребенка припухают, зудят, желудок расстраивается, иногда даже появляется жар. Чтобы облегчить ребенку прорезывание, надо обтирать ему десны и весь рот

тряпочкой, обернутой вокруг пальца и смоченной раствором соды или буры (одна чайная ложка на стакан воды), также хорошо давать ему специальные кольца из фиалкового корня, чтобы он мял такое кольцо между деснами; или же просто корочку черного хлеба. Из пищи в это время надо избегать давать овсяную и другую муку, а больше надо жиров, молока, яиц.

В случае появления судорог, поноса или запора надо применить те средства, кои указаны в соответствующих статьях.

Народное средство:

Надеть на шею ребенку нитку настоящего желтого янтаря, что очень облегчает прорезывание.

ВОСПАЛЕНИЕ ГРУДНЫХ ЖЕЛЕЗ

Бывает большею частью в течение первого месяца после рождения: может заболеть одна грудь, а могут и обе. Грудь набухает, твердеет, болит. Иногда болезнь вскоре проходит, а иногда образуется нарыв. Надо с самого начала появления воспаления прикладывать к груди тряпочку с камфорным маслом, а сверху ватку и так завязывать. Когда же опухоль начнет размягчаться, то класть припарки из льняного семени или согревающий компресс из соды. Когда же нарыв вскрыется, то ранку закрывать тряпочкой с прованским маслом или другим растительным и бинтовать до заживления, развязывая лишь для наложения другой чистой масляной тряпочки. Выдавливать нарыв никогда нельзя.

СУДОРОГИ — “РОДИМЧИК”

Указывают на мозговое заболевание, бывают от испуга, глистов, запоров, прорезывания зубов, также при дурной наследственности.

Припадок появляется вдруг, большею частью во сне: лицо у ребенка бледнеет, искажается, губы синеют, глаза закатываются, мускулы лица дергаются, рвота, судороги сводят конечности. В легких случаях припадок продолжается несколько минут, потом ребенок успокаивается, но когда один припадок следует за другим, то ребенок может умереть от удушья вследствие судороги голосовой щели.

Когда ребенок от припадков успокаивается, то в предостережение повторного припадков до прихода врача надо поставить ему клизмочку из комнатной воды с уксусом, на голову положить пузырь со льдом и соблюдать в комнате полнейшую тишину.

Детям слабым, вздрагивающим во сне (как будто бы их кто ударил) надо для укрепления и предотвращения мозговых заболе-

ваний давать каждый день по чайной ложке рыбьего жира с фосфором (0,01 : 100).

Домашнее средство:

При судорогах хорошо делать ребенку такое же обертывание тела, как делают при скарлатине, когда сыпь плохо высыпает. Внутрь же давать пить понемногу настоя травы чертополоха.

ПОНОС

Всякий понос тяжело отзывается на грудных детях. Засорить желудок младенца можно легко: то его перекормить, давая слишком часто грудь, то дать не совсем свежее коровье молоко при подкармливании, то слишком жирное молоко и пр. Понос доходит у них иногда до 20 раз в сутки и имеет желтоватый вид с белыми комками неперевавшего молока, а иногда еще с зеленью, кровью и слизью. Если же воспаление захватывает еще и двенадцатиперстную кишку, то у ребенка разливается желчь.

Раньше всего надо дать пол чайной ложки касторки, а в самом маленьком возрасте обмазать ею сосок кормилицы или соску на бутылке при искусственном кормлении и дать пососать. Животик обвязать чем-нибудь теплым. При большой жажде давать пить по несколько капель чистой переваренной воды.

Можно применить и такие еще *домашние средства*: надо ребенка лишить всякой пищи на 12-24 часа, давая только подслащенную сахаром воду чайными ложечками. Или же давать ему белковую воду: один сырой белок хорошо разбить в трех стаканах воды, прибавить немного сахара и несколько капель коньяка, хорошо взболтать перед дачей и поить с ложечки, но не очень часто.

Как правило, маленьким детям иногда нельзя давать ничего холодного, все надо в теплом виде, как парное молоко, так как от холодного у них развиваются кишечные и другие заболевания.

Если в кале ребенка покажется зелень, то надо настоять в чистой воде мел, отстоять до прозрачности, и этот чистый, как вода, настой давать раза три в день по чайной ложечке пополам с материнским молоком или коровьим, если кормят младенца искусственно. Вообще чистый мел очень полезен, особенно слабым детям, так как имеет в себе серу и известь.

Если в кале покажется кровь, слизь, то это указывает на дизентерию, надо показать ребенка доктору.

Народные средства:

Всякий понос проходит, если ребенка начать кормить ослиным молоком.

Иногда упорный, но не кровавый понос проходит, если впустить маленькую клизму из очень крепкого чая, и оставить эту клизму в кишках, пока ребенок сможет держать ее.

Симпатическое средство:

При появлении кровавого поноса положить к телу ребенка луковицу цветка нарцисс.

ПОЧЕМУ ГРУДНЫЕ ДЕТИ ПЛАЧУТ И КРИЧАТ

Грудной ребенок ничего не может сказать, поэтому о всех своих болячках, голоде и капризах он заявляет плачем или криком.

Опытная мать узнает легко по оттенкам причину плача. А неопытная теряется в догадках и своим незнанием может только иногда отправить своего ребенка на тот свет.

1. Плачут дети от голода даже при хорошем как будто бы кормлении. Плач у них в этом случае вначале громкий, затем частый, жалобный. Кроме того, вид ребенка невеселый, и если еще замечается постепенная потеря веса, то ясно, что ему не хватает даваемой пищи: или у кормилицы не хватает молока, или, если кормят ребенка искусственно, употребляемое для этого молоко недостаточно хорошо и питательно.

2. Плачут из-за слишком жирного молока, которое вызывает у детей колики: в этом случае животик у них вздувается и они стучат ножками по постели. Плач громкий и продолжительный. Надо молоко немного разбавлять водой, а от колик дать чайную ложку жидкого настоя ромашки или укропного семени.

3. Также громко кричат дети при воспалении уха, что часто случается при простуде, причем они кричат сильнее, если потянуть за ухо или слегка надавить на кость позади уха. Надо заложить ухо ваткой, смоченной в теплом растительном масле или в растворе глицерина и карболки (раствор делается из расчета десять капель глицерина на одну каплю очищенной карболки).

4. Плачут при мокрых или запачканных пеленках, но этот плач всегда сопровождается ерзанием по матрасику, причем плач негромкий, а скорее капризный. Надо ребенка привести в порядок.

5. Плачут и беспокоятся из-за паразитов: блох, клопов, комаров. Хорошо в кроватку под тюфяк или даже под простынку класть листья свежей полыни, можно даже целые ветки ее, она хорошо отгоняет блох и комаров. А от клопов смазать матрасик настоем керосина на цветах настоящей ромашки, можно сухой. Или смазать швы матрасика раствором квасцов.

6. Плачут мальчики во время мочеиспускания вследствие сужения мочеиспускающего канала или приросшей крайней плоти. Показателем этого физического недостатка служит струя мочи, которая идет у них вбок. Надо показать ребенка доктору для маленькой операции. Если же не сделать, то в более позднем возрасте будет труднее и больнее.

Аналогичный плач бывает у маленьких девочек от рези при воспалении слизистой оболочки наружных половых частей. Надо обмывать их слабым раствором йода (1-2 капли йода на стакан воды), обсушивать хорошо, но никак не тереть.

7. При воспалении мозга крик у ребенка вначале бывает пронзительный. По мере же развития болезни, появления рвоты, судорог, сонливости, крик затихает, переходя в бред или тихие стоны. Надо вызвать врача. Лед на голову, покой, тишина.

8. При крупе и ларингите (ложном крупе) крик сиплый, а кашель лающий.

9. Наконец, кричат и плачут дети, капризничая. Особенно если приучены быть постоянно на руках, тут уж они кричат и заливаются до тех пор, пока их не возьмут на руки. Вообще этот народ плачет и капризничает из-за самых пустяков, если бывает уверен, что начнут жалеть и уговаривать. В этом случае они плачут, как говорят, не "отчего", а "кому". Это значит, что если ребенок видит то лицо, на жалость которого к себе он может рассчитывать, то он и будет плакать и кричать, захлебываясь, пока не добьется своего. А при чужих и равнодушных к нему он и не подумает плакать.

Отсюда простой вывод — не потакать капризам детей, которые гораздо хитрее с самых пеленок, а главное, гораздо бессердечнее, чем о них думают родители.

ЧТО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ С МАЛЕНЬКИМИ ДЕТЬМИ

1. Нельзя кормить родившегося младенца раньше, чем выйдет из него первородный кал (пока он не попачкается), приблизительно через 24 часа.

2. Нельзя класть после кормления на левый бок, надо всегда на правый. Это потому, что у грудных детей печень занимает чуть не половину всей полости живота и если ребенка положить на левый бок, то большая печень будет давить на полный желудок, что вызовет у ребенка беспокойное состояние, отрыжку и рвоту. (У взрослых печень составляет 0,027 всего веса тела, а у новорожденного 0,042.)

3. Нельзя детей качать, будь то на руках или в люльке.

4. Держать ребенка на свету первые две-три недели после рождения. Надо кроватку всегда затемнять, так как свет вызывает у младенца страдание и ведет к заболеванию глаз.

5. Носить ребенка всегда на одной и той же руке, что обычно делают на левой. От этого левая рука ребенка (свободная в движении) развивается лучше, и ребенок нередко становится левшой.

6. Позволять подрастающему ребенку продолжать сосать соску, а за неимением ее сосать свои пальцы, так как это ведет к неправильному положению прорезывающихся зубов (зубы наперед) и к изменению формы губ.

7. Заставлять ребенка ходить слишком рано, так как это ведет нередко к кривизне не окрепших еще ног.

8. Заставлять раньше времени заучивать слишком много новых слов, это отражается потом на качестве речи и нервной системе ребенка.

9. Одевать маленьких детей в шелк, что препятствует вентиляции. Воздух должен свободно проходить через одежду до пор тела, так же как и испарения должны выходить наружу, а не скапливаться вокруг тела ребенка. Шелковая же одежда препятствует такому обмену.

10. Разрешать детям, даже еще с грудного возраста, бить по лицу мать или вообще кого, кто держит ребенка на руках. А особенно еще смеяться при этом (что обычно практикуется). Этим ребенок поощряется к новому битью.

11. Относиться индифферентно к наклонностям детей мучить насекомых, птиц, животных, отламывая одним крыльями, ножки, других привязывая на веревку, мотать ими как мячиком; у кошек поджигать хвосты и проч.

Оба эти последние параграфы развивают в ребенке наклонность и даже страсть к мучительству других, делают его бессердечным и, как ни странно (но это факт), раньше всего именно в отношении своих родителей.

12. Приучать детей с грудного возраста к спиртным напиткам (что тоже часто практикуется) в убеждении, что маленькая доза, как рюмка в день, вреда не принесет, а только придаст ребенку крепости. Но как раз наоборот: крепости такая рюмка не принесет, а вреда может принести много, что обнаружится через несколько лет в пристрастии к спиртным напиткам с вытекающими отсюда последствиями.

ВЛИЯНИЕ НАСЛЕДСТВЕННОСТИ НА ДЕТЕЙ

1. Дети от родных брата и сестры наследуют все хорошие и дурные стороны родителей в усиленном размере.

2. Если отец и мать эпилептики, то ребенок тоже часто страдает этой болезнью. Но если оба родители эпилептики, то ребенок обязательно тоже будет им.

3. Когда оба родителя имеют диабет, то ребенок большею частью тоже им заболевает.

4. Особенно упорно передаются нервные и душевные болезни, включая сумасшествие. До 50% таких заболеваний падает на наследственность, то есть когда у данного больного сами родители страдали этими болезнями, или же один из них (или оба) происходит из семьи, в которой насчитывается несколько кровных родственников, больных указанными болезнями.

5. Упорный пьяница отец изменяет клеточки зародыша, ведя к физическому уродству. А мать-пьяница влияет на умственное и духовное развитие ребенка, способствуя появлению на свет идиотов, кретинов, вырожденцев и пр.

6. Сифилис одного или обоих родителей дает огромный процент детей ненормальных, особенно в нравственном отношении — воров, убийц, садистов. При этом влияние возраста родителей-сифилитиков на психофизический характер детей таково:

А. Воры получают обычно от очень молодых родителей.

Б. Мошенники — от родителей среднего возраста.

В. Убийцы, садисты — от родителей зрелых.

7. Физические уродства — заячья губа, волосатость звериная, большее, чем полагается, количество пальцев и пр. — передаются обычно через 2-3 поколения.

ОТ ВРЕДНОЙ ПРИВЫЧКИ — К БОЛЕЗНИ

ОНАНИЗМ, или МАСТУРБАЦИЯ

В народе называется еще рукоблудием и является порочным удовлетворением полового чувства неестественным путем. Распространяется гл.обр. этот порок среди детей и подростков и потом часто сохраняется ими на всю жизнь или переходит у мальчиков в форму гомосексуализма, т.е. удовлетворения посредством полового сношения с другим мужчиной.

Если внимательно последить за детьми, то среди них всегда легко бывает узнать онаниста по таким признакам: они любят уединение, под глазами у них синяки, они страдают запорами и очень долго обыкновенно сидят в уборной на судне или же тихо, без плеска, долго остаются в ванне, занимаясь онанизмом.

Впоследствии у онанистов развивается неврастения, память и сообразительность падают, зрение слабеет, появляется недержание мочи, вследствие ослабления мышцы, изгоняющей мочу из мочевого пузыря.

Для предупреждения развития онанизма надо уже у самых маленьких детей завязывать им руки "в кулачки", чтобы они не привыкли играть своими половыми органами, или надевать им на руки на ночь жесткие перчатки. От подростков же требовать, чтобы они спали с руками не под одеялом, а поверх одеяла, для более легкого за ними наблюдения; также воздействовать на них уговорами и разъяснениями их порочной склонности, заставлять быть на воздухе, заниматься гимнастикой, обтираться холодной водой.

Между прочим, никогда не следует щекотать детей, особенно мальчиков, так как щекотание сильно повышает половое чувственное раздражение, что невольно толкает ребенка к онанизму.

Детские инфекционные болезни

ДИФТЕРИТ

Обычно начинается болью в горле, потом жар, опухают шейные железы. В зеве, на маленьком язычке и по бокам его, на дужках и задней стороне глотки появляются пленки желто-серого цвета, расположенные группами. При тяжелой форме пленки проникают во всю гортань и даже в нос, из которого начинает течь тогда зловонная сукровица. Тяжелая форма дифтерита дает тяжелые осложнения: паралич конечностей, течь из уха, глухоту.

Как только явится подозрение на дифтерит, надо сейчас же обратиться к врачу и поместить ребенка в больницу, чтобы впрыснуть ему противодифтеритную сыворотку. Если же это почему-либо невозможно, то самим принять такие меры.

Раньше всего дать больному слабительное. Затем горло полоскать крепким раствором поваренной соли или крепким уксусом, и то и другое средство помогает удалению пленок. Ни в коем случае не пытаться самому смазывать горло внутри, так как при надавливании на налеты можно легко гной из них занести в открытые ранки и тем заразить кровь. Давать серный цвет по 1/4 чайной ложки в день.

На шею класть холодные компрессы, сменяя их, когда согреются. В случае затрудненного глотания давать глотать лед.

Если опухнут шейные железы, то холодных компрессов на шею в это время не класть, а смазать ихтиоловой мазью (или хотя бы йодистой мазью).

При проникновении налетов в нос спринцевать его 3-процентным раствором перекиси водорода, кладя чайную ложку перекиси на стакан воды.

Когда налеты сойдут, надо перейти на полоскание горла перекисью водорода или известковой водой. Очень помогает уничтожению налетов и заживлению ранок лимон — пить его сок или можно есть кусочками с медом (без кожи, конечно).

Для предупреждения паралича сердца больной должен оставаться в постели не менее трех недель, в общем до тех пор, пока у него пульс держится ниже 60.

Если после болезни у ребенка начали косить глаза из-за ослабления связок, то надо делать для глаз теплые соленые ванны, кладя на стакан воды полную чайную ложку соли. Этой же водой утром и вечером протирать глаза. Но если на глазах есть прыщик или появилось воспаление, то соль применять нельзя, надо подождать.

Во время болезни надо держать гл. обр. молочную диету, затем разные супы, кисели, а для подкрепления сил давать вино, гл. обр. портвейн.

При течи из уха надо вкладывать тампон в ухо из лавандового масла и немного спирта или раствор, приготовленный из глицерина и очищенной карболки (фенол), из такой пропорции: одна часть карболки и десять частей глицерина.

Народное средство:

При дифтерите обкладывают горло свежими листьями капусты и завязывают, сменяя листья, как только они согреются. В этом случае на заболевание действует не только охлаждение, но и целебные свойства самой капусты. Применение этого средства более действенно, чем холодные компрессы из воды, как показала практика.

Круп и дифтерит — проявление одной и той же болезни, только дифтерит начинается с глотки (зева), а круп с гортани и поражает гл. обр. детей до годовалого возраста. Бывает от простуды или заразы.

При крупе слизистая оболочка гортани настолько воспаляется, что вместе со слизью из оболочки выступает еще и сыворотка крови, которая затем свертывается, образуя в горле твердую пленку. Эти пленки закупоривают проход воздуха в легкие, и ребенок задыхается.

Начинается круп небольшим жаром и кашлем, так день-два. Затем вдруг, обычно поздно вечером или ночью, начинается характерный для крупы лающий кашель с удушьем. Если не предпринять экстренных мер, то ребенок начинает задыхаться, теряет сознание и умирает. При первых признаках крупы надо сейчас же позвать доктора. Пока же, до прихода доктора, надо стараться вызвать у ребенка рвоту, так как во время рвоты пленки лопаются, и воздух начинает проходить. Для рвоты надо ребенка пощекотать несколько раз в горле пальцем. Или дать любое рвотное средство.

Хорошо поставить небольшие горчичники на грудь и верхнюю часть спины или же икры ног на 5-10 минут. Вместо горчичников можно держать ноги ребенка 10-15 минут в очень горячей воде, в которой разболтать горсть соли и горчицы. Вода должна быть горя-

чей, чтобы только не обжигала ног. Хорошо еще давать дышать парами соды или известковой воды. Соду брать приблизительно пол чайной ложки на стакан воды. Парами ребенок пусть дышит так: воду с лекарством подогреть до кипения, затем наклонить к этому сосуду головку ребенка и сверху накрыть ее так, чтобы ребенок дышал непосредственно из сосуда.

В промежутках, когда бывают минуты облегчения, давать ему теплое молоко с сахаром или просто теплую, сахарную воду чайными ложечками.

Вообще, не ожидая приезда доктора, принять все возможные меры для спасения ребенка. Но если, несмотря на все старания, ребенку становится все хуже и нижняя часть груди при вдыхании стала втягиваться, то надо больше не ждать уже доктора, а везти куда-нибудь в больницу или к доктору на дом, чтобы сделать ребенку трахеотомию, которая одна еще может спасти ребенка. Трахеотомия — это разрез горла снаружи, при котором в дыхательное горло вставляется особая трубочка, через которую ребенок и дышит до выздоровления, после чего трубочка вынимается.

Народное средство:

При появлении крупы, когда ребенок начинает задыхаться, смазывают ему горло (внутри) керосином, который уничтожает твердую пленку, и тогда ребенок начинает дышать.

ЛАРИНГИТ, или ЛОЖНЫЙ КРУП

Острая форма катара гортани вызывает иногда у детей приступ, который легко спутать с крупом; ребенок вдруг ночью просыпается, начинает кашлять лающим кашлем, задыхается, лицо синее. Отличить от крупы легко такими признаками: во-первых, круп поражает детей гл. обр. в возрасте до одного года, а ларингитом могут заболеть и взрослые. Затем при крупе передышки у ребенка нет, он все больше и больше задыхается, а при ларингите бывают интервалы, и даже довольно продолжительные.

Чтобы помочь больному, надо сейчас же положить на шею ему тряпку, смоченную горячей водой и слегка выжатую, затем ноги опустить минут на 20 в теплую воду до 32 гр. Цельсия. Дать выпить немного теплого молока с сахаром или просто сахарной воды. Пошкотать пальцем в горле, чтобы ребенка вырвало, тогда ему сразу станет легче. На другой день давать ему только лекарство для отхаркивания и успокоения хриплого кашля.

Для более взрослых детей можно посоветовать простое народное средство: натереть на терке редьку, выжать сок и этот сок давать пить

целый день понемногу, в зависимости от возраста; вреда он принести никакого не может, если выпить побольше.

КОКЛЮШ

Начинается простым кашлем и небольшим жаром. Жар через три дня проходит, а кашель усиливается и через десять дней переходит в "заходный". Болезнь тянется от трех до шести недель и кончается опять простым кашлем. При простуде легко переходит в воспаление легких. Но держать ребенка на свежем воздухе надо как можно больше.

При обнаруживании болезни надо раньше всего на шейку ребенка навязать несколько зубцов чеснока, а во время сна класть ему даже чеснок перед носом, чтобы он им дышал. Затем давать пить время от времени по чайной ложке прованского масла с прокипяченным медом (некипяченный мед усиливает кашель).

Во время приступа дать дышать паром нафталина, бросив шарик его в кастрюльку с кипящей водой. Пары имеют запах сирени и очень облегчают приступ. Кроме того, не надо забывать вынимать пальцем изо рта ребенка тягучую слизь, которую он не может проглотить. Внутрь хорошо давать отвар эвкалипта. Также быстро помогает такое средство: пережарить настоящий кофе (или просто взять готовый молотый, хотя свежесжаренный лучше), растереть его как пыль и смешать его в одинаковой пропорции с такой же мелкой борной кислотой и эту смесь вдуть в нос ребенка.

Кто живет около гор, надо ребенка как можно чаще водить на горы, особенно высокие, так как редкий воздух помогает быстрому окончанию болезни. Также благотворно действует на коклюш и поездка на аэроплане.

КОРЬ

Первым признаком заболевания служит появление во рту, на слизистой оболочке щек, против коренных зубов, небольших, с булавочную головку, синеватых точек. Потом появляются насморк, кашель, температура повышается. На четвертый день показывается сыпь сначала на лице, потом по всему телу в виде красных, неровных пятен. Сыпь держится четыре дня при высокой температуре, потом начинает скрываться; падает и температура, появляется шелушение, как мелкие отруби.

Надо стараться оберегать гл. обр. ребенка от простуды, так как при этом он легко заболевает воспалением легких. Глаза надо про-

мывать раствором борной кислоты, но лицо не мочить, пока держится сыпь. Горло полоскать отваром шалфея или ромашки. Когда начинается шелушение, хорошо делать теплые ванны в 35 гр. Цельсия и в ванну прибавлять навар из отрубей, что очень способствует облегчению шелушения.

Если ребенка сильно мучает кашель, вместо чая давать ему пить настой алтейного корня. В комнате, где лежит больной, полезно завешивать окна какой-нибудь красной материей до падения температуры.

Если при кори высыпание идет очень плохо, медленно, то достать сушеных цветов анютиных глазок и отваром или настоем из них поить ребенка, чтобы сыпь не пала на внутренние органы, что может грозить тяжелыми последствиями.

Наиболее частые осложнения после кори — это воспаление легких и воспаление среднего уха.

От болей в ухе помогает вливание в ухо 5-6 капель подогретого карболового глицерина 2% раствора.

КРАСНУХА

Острая эпидемическая детская болезнь, заразительна через общение. Начинается невысокой температурой и сыпью, похожей на коревую. Сыпь сначала появляется на лице, затем по всему телу, через 2-3 дня бесследно исчезнет. Лечение этой болезни никакого не требует, надо только следить, чтобы ребенок не простудился. Редко бывает повторное слабое высыпание.

ОСПА ВЕТРЯНАЯ (ЛОПУХА)

Легкая инфекционная детская болезнь, ничего общего с натуральной оспой не имеющая.

Начинается болезнь слабым поднятием температуры и появлением на теле небольших прыщиков с серозным содержанием, похожим на жидкий гной. Их обыкновенно бывает немного, не больше 20-50, но иногда ребенок бывает ими просто усыпан, причем это изобилие прыщей тяжелых последствий не дает. Через 2-4 дня прыщики подсыхают и отпадают, никаких следов не оставляя.

Пока у ребенка есть жар, лучше держать его в постели, предохраняя от простуды, и раза два исследовать мочу, чтобы не появился белок.

Исследовать мочу можно самому: надо свежую мочу, в небольшом количестве, вскипятить в какой-либо посудине, только не же-

лезной, самое лучшее в стеклянной, огнеупорной. Если муть или осадок, то добавить 10-15 капель уксусной кислоты. Если осадок не растворится, то в моче есть белок.

СВИНКА, или ЗАУШНИЦА

Заразительна. Поражает гл. обр. детей.

Признаки: опухоль одной или обеих околоушных желез, вследствие чего открытие рта и жевание становятся болезненными. Жар небольшой.

Нужен уход и тепло. Опухшие железы смазывать ихтиоловой, йодистой мазью или камфорным маслом, но не растирать. Держать завязанными, чтобы не простудить. Рот обязательно полоскать борной кислотой или марганцем.

У девочек в 14-16 лет при этой болезни бывает иногда опухоль больших детородных губ, а у мальчиков в том же возрасте опухают яички. Если появится гнойное воспаление уха, то спринцевать раствором ромашки (настой 1 чайн. ложки травы на стакан кипятка; спринцевать теплым).

Симпатическое народное средство:

Взять солому, на которой только что лежала свинья, но солому теплую и чистую, положить ее на красную шерстяную или фланелевую тряпку и привязать на шею к железке, болезнь проходит легко в три дня. (Проверено.- О.М.)

СКАРЛАТИНА

Эта тяжелая и очень заразительная болезнь всем известна. Она поражает гл. обр. детей, но иногда переходит и на взрослых, поэтому лицам, кои ухаживают за больным ребенком, надо быть очень осторожными.

Начинается скарлатина обычно неожиданным сильным жаром и болью при глотании. На другой день появляется сыпь — сначала на шее, на верхней части груди, на спине и, наконец, по всему телу. Остаются чистыми только нос, губы и подбородок — треугольник — характерный признак при скарлатине. Сыпь мелкая, красная и такая частая, что тело кажется сплошным кумачом. Если провести по ней пальцем, то шероховатости не замечается, что сразу отличает эту сыпь от коревой. Сыпью покрываются также зев и язык, которые на четвертый день становятся багровыми.

Лечить скарлатинозного больного дома очень трудно и опасно, надо его определить в больницу, если же этого почему-либо нельзя и ребенок остается дома, то самым главным для него является уход: в

пищу ему решительно ничего по возможности не давать, кроме кипяченого молока, и все шесть недель болезни продержат ребенка в кровати, так как при вставании самое маленькое колебание температуры в ногах может легко вызвать простуду с тяжелыми последствиями. Затем ежедневно надо проверять мочу, нет ли в ней белка, хотя при кормлении одним молоком белка не должно быть.

Если простудить ребенка и не соблюдать диеты, то легко заподозрить воспаление почек, на что укажет присутствие белка в моче. Заболевают почки наиболее легко между 11-м и 17-м днем болезни. Горло надо полоскать перекисью водорода или борной кислотой, можно даже солью.

Если опухнут шейные железы, то хорошо сделать так: сложить толстый компресс, погрузить его в горячую воду с уксусом, очень хорошо выжать, обернуть им шею больного, а сверху обвязать чем-нибудь теплым. Менять через каждые 15-20 минут, не давая ему остыть.

При колотье в ушах положить в ухо ватку, смоченную смесью глицерина с карболой (пропорция — одна часть карболовой кислоты на 10 частей глицерина). За неимением этого состава смочить ватку теплым оливковым или каким другим растительным маслом. Можно также камфорным маслом, но при нем надо быть сугубо осторожным, так как после камфоры легко простудить ухо. Если из уха покажется гной, что бывает часто, то надо осторожно спринцевать теплым раствором ромашки, в крайности борной кислотой (1 чайн. ложка на стакан теплой воды).

При ревматических болях в коленях, что также бывает часто при этой болезни, надо растирать их беленым маслом (получают из белены) и обертывать чем-либо теплым. А если найдется в доме что-нибудь вязаное, шерстяное или из фланели, но обязательно красного цвета, то просто, ничем не растирая, обернуть коленки такими кусками и завязать тесемкой. Ничем раздражающим растирать нельзя, пока не кончится шелушение.

Воздух в комнате больного должен быть не только чистый, но и влажный. Для этого надо на горячую печку ставить таз с водой для испарений или же распылять по комнате из пульверизатора раствор борной кислоты (30:100).

Если сыпь очень медленно и плохо высыпает, то это весьма опасно. Надо усилить высыпание, сделав так: надо намочить простыню в теплой воде с солью и уксусом, хорошо выжать, обернуть в нее ребенка, уложить в кровать и накрыть ватным одеялом, вообще чем-нибудь очень теплым, и пусть так полежит час-полтора. Потом осто-

рожно, чтобы не простудить больного, переодеть его в сухое белье. Сыпь после этого появится скоро и обильно.

При нормальном течении болезни к десятому дню больной уже ни на что не жалуется. Шелушение начинается с конца второй недели и до шести дней. В это время надо больному делать теплые ванны 3-4 раза в неделю, прибавляя в ванну навар из отрубей для облегчения шелушения.

Нередко к скарлатине присоединяется еще дифтерит; тогда температура неожиданно поднимается до 40 гр. и выше, и налеты, характерные для дифтерита (см. ст. о дифтерите) покрывают не только горло, но и переходят в нос, из которого появляются едкие, вонючие истечения.

При редкой болезни бывает столько разных осложнений и тяжелых последствий, как при скарлатине, но, к счастью, не всегда.

Народные средства:

1. В самом начале заболевания ребенку дают проглотить пол чайной ложки керосина, от чего в горле не бывает сыпи, что очень облегчает состояние больного.

2. Когда есть подозрение, что в горле назревает нарыв, то надо положить на горло компресс из той волокнистой "каши", которая находится в середине тыквы между семенами. Эту кашу слегка смочить молоком и привязать к горлу. Когда подсохнет, привязать новую. Она хорошо вытягивает жар и помогает прорваться нарыву.

ДИЗЕНТЕРИЯ

При ней поражается слизистая оболочка толстых кишек, гл. обр. в нижнем их отделе.

Признаки: частый и очень зловонный стул, раз по 20 в сутки и больше, с кровью, слизью, гноем. Жесткие боли и урчание в кишках, частые позывы на низ, жгучая боль в заднем проходе. Самое лучшее — сейчас же обратиться к доктору.

Больному нельзя ничего давать холодного, так как холод увеличивает приток крови к больным кишкам. Надо давать слизистые супы из ячменя, чай, белковую воду, которую готовят так: разболтать хорошо сырые белки с водой настолько, чтобы можно было легко глотать и пить понемногу в теплом виде.

Переходить на другую пищу надо очень медленно и осторожно: когда образуется кал в виде каши и прекратится кровь, то начать давать картофельное и морковное пюре, бульон, свежий творог, кисели, черный кофе, причем сахару класть поменьше, красное вино.

Между прочим, предупреждающим средством против заболевания дизентерией во время эпидемий является соляная кислота. Ее надо принимать 2-3 раза в день в воде по 5-10 капель.

Народные и домашние средства от дизентерии:

1. При слабой дизентерии достаточно бывает выпить несколько раз горячего настоя из одного лаврового листа на стакан кипятка.

2. Есть только один свежий творог и пить сыворотку.

3. Выпить толченого древесного угля или до степени угля пережаренного черного хлеба в порошке. Надо брать чайную ложку такого порошка, смешать с рюмкой красного вина и выпить сразу. Так повторить на другой день, если понос не прекратится.

4. Пить в день не больше чашки настоя семян подорожника.

5. Лечить одними сырыми яблоками, начиная лечение так: первый день ничего не давать есть, поставить только очистительную клизму хотя бы из ромашки, беря на клизму воды столовую ложку ромашки. (Ее надо вскипятить, процедить в кружку.) На другой день начать давать яблоки. Их надо купить четыре фунта, это приблизительно 12 штук средней величины, и есть через каждые четыре часа, беря по два яблока, которые надо очистить от кожуры и семян и натереть на терке. Так целые сутки, не пропуская, конечно, и ночи; яблок как раз хватит на шесть приемов. Но только за эти 24 часа нельзя ничего есть и ничего пить, даже воды и чая. Только в этом случае лечение достигает цели. Если через 24 часа желудок не успокоится, то лечение продолжить еще на сутки. Никакого голода или жажды больной во время лечения не чувствует, так как яблоки его вполне удовлетворяют.

6. Заварить одну чайную ложку гранатового корня на стакан кипятка, настоять. Пить понемногу целый день, всего в день надо выпить два стакана.

Амебная дизентерия, вызываемая проникновением ее паразитов в кишечный тракт, требует очень долгого и сложного лечения; нередко дает тяжелые осложнения, гл. обр. в печени. Обращение к доктору обязательно, лечение должно проходить под его наблюдением.

В Китае амебную дизентерию лечат ягодами боярки, или облепихи, или боярышника. Надо 1/4 фунта ягод боярки без косточек залить двумя стаканами воды и дать простоять ночь. Утром вскипятить в этой же воде недолго, оставить, и пусть стоит, пока остынет. Тогда процедить и пить. Ягод есть не надо. Так несколько дней, пока дизентерия не пройдет. (Испытала на своей семье. - О.М.)

СТРИГУЩИЙ ЛИШАЙ

Поражает волосяную часть головы. Больные места покрываются узелками и гнойниками, причем последние сидят в волосяных мешочках, иногда слипаются вместе, образуя корки. Кожа зудит. Болезнь трудно излечимая, передается через зараженные гребенки, щетки, через поцелуи и особенно через кошек, у которых в шерсти водится возбудитель этой болезни. Надо корки обмыть горячей водой, затем больные волосы удалить с помощью пинцета, а пораженные места ежедневно смазывать белой ртутной мазью, которая убивает паразитов этой болезни.

Если болезнь заметить в самом начале, то легко вылечить обмыванием 3-4 раза в день настоем травы полевой хвощ.

Общие болезни

АДЕНОИДЫ

Это железистые опухоли, которые появляются на слизистых оболочках, и особенно часто в носоглотке у детей. Когда у ребенка имеются в носоглотке аденоиды, он спит большею частью с открытым ртом, храпит, гнусавит, у него часто болит голова.

Надо соленые ванны, рыбий жир, а нос и горло промывать соленой водой. Если же аденоиды увеличиваются, что легко заметить по самочувствию больного, то надо показать его доктору и сделать операцию: удаляют аденоиды быстро и малоболезненно.

АНГИНА

(воспаление миндалин)

При слабом заболевании горла, когда глотка только красная и больно глотать, но жара нет, достаточно полоскать раствором соли (чайная ложка на стакан воды) или соком красной свеклы: стереть ее на терке, выжать сок и им полоскать — очень быстро помогает.

Если же температура стала подниматься, и распухли миндалины, то глотку надо смазывать один раз в день смесью 5-процентного йода с глицерином (в равных частях), а потом полоскать горло раствором перекиси водорода. Надо класть чайную ложку готового раствора перекиси на стакан воды и этим полоскать.

Внутри хорошо давать аспирин по 0,5 два раза в день.

На распухшие гланды положить согревающий компресс из воды или спирта. В последнем случае компрессной бумаги класть не надо, менять через четыре часа.

Усиленно есть лимон, можно с сахаром.

Если температура продолжает подниматься до 39-40 гр. и на миндалинах показались желтоватые точки, то надо позвать доктора. А тем временем надо принять такие меры: хорошо прочистить желудок, горло полоскать смесью соли, буры и соды. Чтобы отвлечь кровь от горла, надо обернуть ступни ног в нетонкую тряпку, смоченную в

холодной воде с уксусом, и так держать, пока тряпка не согреется. Тогда ее снять, а ноги прикрыть.

Хорошо принимать порошок серы по четверти чайной ложки в сутки, запивая водой.

В нос обязательно втягивать буру и соль с водой (раствор). Очень хорошее средство при заболевании горла и налетах — навар из трав: царский скипетр и мальва в одинаковом количестве. Это полоскание очень хорошо растворяет слизь и уничтожает налеты. Также хорошо полоскать горло алтейным корнем.

Затем при налетах и особенно при нарыве в горле *такое симпатическое средство*: мелко искрошить чеснок, положить в пустую скорлупу грецкого ореха и привязать минут на 20 между указательным и большим пальцами на той руке, на стороне которой в горле есть нарыв. Можно и просто небольшой кусок чесноку на тряпке, но так он слабее действует, чем в скорлупе. Такой больной должен спать полусидя, чтобы не задохнуться, если нарыв лопнет.

Кто часто болеет ангиной, тому полезно такое простое средство: каждый день минут 5-8 сидеть против яркого солнца с глубоко открытым ртом (глаза прикрыть). Лучи проникают в глотку, и заболевания становятся реже, а потом и совсем прекращаются. Лечение 2—3 недели.

Глубокую ангину люди малоопытные часто смешивают с дифтеритом и поддаются панике. Различие между ними такое: при ангине желтые пробки появляются только на миндалинах и видна их ясная разделенность, при дифтерите же пленки (налеты) большею частью грязного, серого цвета (хотя при слабом заболевании могут быть и бело-желтые) и появляются они не только в зеве, но и на языке, на дужках и задней стенке глотки и даже проникают в нос.

Старое русское средство:

Привязать на горло свежие листья капусты, сверху наложить ветошку. Листья менять на свежие каждые два часа. Очень хорошо задерживает развитие воспалительного процесса.

Тоже: полоскать горло керосином с солью, но не часто.

АФТЫ

Афтами называют небольшие язвочки на слизистой оболочке рта, десен, под языком, на щеках и даже иногда в гортани. При еде очень болезненны.

От них легко избавиться, осторожно смазав при помощи кисточки 2-3% раствором ляписа. Обычно достаточно бывает смазать два раза с промежутком в один день.

Афты появляются от большого потребления сладостей, от невысушенных фруктов, особенно абрикосов, от острых кушаний и пр.

Для лечения можно рот полоскать несколько раз в день очень горячей водой (чтобы только не обжечься, такой горячей). От этого полосканья всякие язвочки хорошо заживают.

АППЕНДИЦИТ

Воспаление слепой кишки и ее червеобразного отростка (аппендикса).

Простое воспаление сказывается ноющими болями около пупка с правой стороны, немного книзу. Если к этим болям не присоединяется никаких других явлений, то достаточно поставить клизму из теплой воды, чтобы отвлечь кал от слепой кишки, а когда желудок подействует, то спокойно полежать некоторое время. Боли обычно при этих условиях проходят.

Но если появляются еще колики, живот вздувается, начинается тошнота, даже рвота, стул задерживается, мочи идет мало и она темного цвета, температура поднимается, то это указывает на более серьезное воспаление. В этом случае надо лечь в постель и по возможности не двигаться. На живот все время класть лед с малыми промежутками. Ничего не есть и не пить по крайней мере сутки, лишь при очень сильной жажде давать пить по чайной ложке холодного чая. Никакого слабительного, особенно касторки, лучше не давать, от нее при схватке в животе аппендикс может лопнуть, если в нем уже началось нагноение.

Когда тошнота пройдет и боли станут успокаиваться, температура упадет, то можно дать немного молока с водой или белковую воду (в стакане воды хорошо разбивается сырой белок). Потом осторожно переходить на пюре из овощей, бульон и пр.

Но если температура все будет повышаться, доходя до 40 гр. и выше, чувствительность живота и боли увеличиваться, то это указывает на гнойное воспаление. Надо вызвать врача, ехать в больницу для операции, так как гнойный аппендицит лечению не поддается.

Причины заболевания лежат главным образом в неподходящей пище, напр. проглатывании в большом количестве винограда или вишен с косточками, потреблении жареного мяса, приготовленного в облупленной эмалированной посуде, и пр. Эта эмаль, отскакивая при жаренье, смешивается с кушаньями и попадает в желудок, а затем доходит до слепой кишки, застревает в аппендиксе, раздражает его и вызывает воспаление.

Иногда болезнь принимает хронический характер, длится годами, давая о себе знать периодически, без особых болей и поднятия температуры. Но иногда достаточно бывает легкого ушиба правой части живота, и это влечет за собой смертельную вспышку имеющегося уже в скрытом состоянии аппендицита.

Домашнее средство:

При появлении болей надо сейчас же заварить чай из листьев ежевики и пить его. Также помогает питье каждый час горячего молока, в котором сварен тмин.

ВОСПАЛЕНИЕ ЛЕГКИХ

Различают две формы: скоротечное, или крупозное, и затяжное — катаральное.

Крупозное начинается всегда потрясающим ознобом и высокой температурой — до 40 гр. и выше. Моча становится густая, темная, потом появляется кашель и колотье в боку. Сначала кашель сухой, а дня через два-три появляется клейкая мокрота ржавого цвета, иногда с кровью. При правильном течении болезни через 7-9 дней наступает кризис: больной крепко засыпает, во время сна температура сильно падает, больной просыпается в поту, и с этого дня начинается выздоровление. Если же кризиса в определенное время не наступает, то болезнь переходит в хроническую форму. И это очень серьезно.

При первых признаках заболевания надо обратиться к врачу, так как воспаление легких очень опасная болезнь.

Но если приходится почему-либо самим лечить больного, то принять такие меры; очистить больному желудок каким-либо слабительным, затем по возможности поместить его в теплую, но не жаркую комнату и не около печи. В пищу давать ему бульон, молоко, но не уговаривать его, чтобы он ел побольше, так как еда свыше желания ему очень вредна. Для понижения температуры давать пить ему воду с лимоном или клюквенным соком. Грудь, бока и спину обернуть согревающим компрессом из воды, меняя компресс дважды в сутки. Внутри для отхаркивания мокроты давать пить горячий настой алтейного корня по две чашки в день или в крайности давать (лучше натошак) по полстакана теплой воды, в которой развести пол чайной ложки соды и щепотку соли.

Перед кризисом хорошо дать выпить больному что-нибудь потогонное — настой липового цвета, мяты или шалфея.

При хроническом или затяжном воспалении легкие поражаются не сплошь, как бывает при остром, а пораженные места рассеяны в легком повсюду, причем поражение нередко переходит с одного легкого на другое, может тянуться месяцами.

В самом начале затяжного воспаления полезно давать пить горячее или теплое молоко, впуская на стакан каплю очищенного скипидара.

В остальном меры, принимаемые для излечения, аналогичны тем, какие применяются при крупозном воспалении.

Народные и домашние средства:

1. В первые же дни заболевания надо начать принимать очищенную серу: 1/4 чайной ложки в день, запивая водой или съедая в манной каше. А кто живет около соснового леса, то просто надо собирать капяющую с сосен серу (смолу), скатывать ее в шарики с сахаром и так глотать.

2. Для отхаркивания мокроты пить по чашке в день горячий настой травы иван-да-марья.

3. Согревающий компресс на грудь можно класть не из воды, а просто намазывать на полотно мягкий творог (немного с сывороткой) в палец толщиной и дальше поступать как обычно с согревающим компрессом.

4. Внутри давать по столовой ложке настоящего прованского масла.

5. Для отвлечения жара от груди обернуть ступни ног до щиколоток намоченными в воде с уксусом тряпками (хорошо выжатыми), а сверху обернуть ноги во что-нибудь теплое. Когда тряпки высохнут, надо опять смочить. Можно просто смоченные такой водой носки надеть на ноги, сверху надеть сухие носки и обернуть в теплое.

ВШИВОСТЬ

Буду говорить о двух главных видах вшей: головной и платяной.

Головную вошь легко вывести стрижкой волос или втиранием в корни рыбьего жира, запаха которого вши не переносят. Если же вши завелись в очень длинных волосах, которые стричь не хотят, то нужно ежедневно кроме вычесывания частым гребнем еще протирать корни волос слабым раствором скипидара или анисового масла (одна часть на 10 частей какого-нибудь растительного масла). Особенно легко заводятся вши в голове малокровных, слабых детей. В этом случае надо обратить внимание на их здоровье.

При платяной вше, которая гнездится гл. обр. на груди, шее, поясице, надо протирать эти места рыбьим жиром или анисовым маслом, также хорошо носить на груди ладанку с камфорой или нафталином (особенно в скученных местах) и чаще купаться. Белье

же со вшами надо стирать в очень горячей воде с неочищ. карболкой, а затем проглаживать еще каленым утюгом, особенно швы, куда вши кладут обычно свои яички.

ГАЗЫ

Умеренное образование газов в желудке необходимо для передвижения пищи в кишках и действия желудка. Большое же скопление газов появляется вследствие переполнения или засорения желудка или же заболевания каких-либо внутренних органов и вызывает головную боль, одышку, сердцебиение.

От газов, пучащих живот и не носящих характера внезапности, помогают такие простые средства:

1. Сварить десертную ложку семян аниса и десертную ложку настоящего меда в стакане воды и пить эту воду по нескольку раз в день по 1-2 столовых ложки.

2. Прибавлять в пищу понемногу полынного порошка. Это надо делать регулярно каждый день — утром, днем и вечером.

3. Давать пить по утрам по столовой ложке отвара из полыни и меду, беря на стакан кипятка чайную ложку меду и ложку полынного порошка (можно за неимением порошка брать сухие полынные листья).

4. Пить по утрам по чайной ложке настоя подорожника.

Если от газов бывает постоянная одышка, то помогает питье настоя фиалковых листьев по две чашки в день.

Если газы появились внезапно, подходят к сердцу, вызывают колики (иногда даже до потери сознания), то надо скорее поставить большую клизму из 5-6 стаканов воды, прибавив в воду настой ромашки. После клизмы лечь и на живот положить пузырь с горячей водой. Если есть в доме семена укропа, то сварить их чайную ложку на стакан воды и выпить очень горячим.

Если от газов испражнения желудка стали зловонными, то выпить натошак 2-3 стакана теплого некрепкого эвкалиптового чая (настой из листьев эвкалипта) для дезинфекции желудка. Он безвреден. Через 3-4 дня повторить. Или принимать уголь по 2 таблетки перед едой.

Страдающим газами надо чаще ставить клизмы, а после еды принимать на кончике ножа магнезию. Не есть редьки, капусты, а яйца только в сыром виде.

ГЕМОФИЛИЯ

Старая, еще библейских времен, болезнь. Выражается она в наклонности к кровотечениям после даже самых незначительных повреждений, причем кровь из ранки течет неудержимо, вследствие неспособности ее к свертыванию.

Наиболее доступное средство для остановки кровотечения в домашнем обиходе — это женское молоко, но не ранее, как через две недели после родов: надо молоком смочить стерилизованную марлю или просто чистую, сухую прокипяченную тряпочку и ею затопнирывать ранку. Ранее двух недель молоко должного воздействия не оказывает.

Если молока под рукою нет, то можно облегчить состояние больного возвышенным положением кровоточащего места и прижатием его, ожидая, пока природа сама придет на помощь. Или применить еще переливание крови.

Больным гемофилией надо питаться гл. обр. теми продуктами, куда входит витамин К, который способствует свертыванию крови, а именно: шпинатом, зеленым молодым луком, зелеными листьями сельдерея и свежими листьями зеленой капусты.

ГЛАЗА

Раньше всего надо помнить, что никогда нельзя тереть глаза внутренней стороной пальцев, особенно утром до умывания, так как этим путем очень легко занести в глаза всякую заразу. Надо протирать их всегда чистым платком или в крайности наружной стороной суставов пальцев.

НА ЗДОРОВЫЕ, но УСТАЛЫЕ глаза для их освежения хорошо класть компрессики из крепкого или слабого настоя ромашки, полыни. Также хорошо действуют на глаза медовые примочки: надо сварить чайную ложку настоящего меда в полтора стаканах воды.

ПРИ НЕРВНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ГЛАЗ (подергивание нерва) помогает массаж на висках около глаз и на переносице.

Если глаза **“НАДУЕТ ВЕТЕР”**, в них появилась краснота, то достаточно бывает промыть их отваром лука на воде с прибавлением немного меду или борной кислотой. Краснота быстро проходит. Промывать надо 4-5 раз в день.

Если глаза почему-либо **ОЧЕНЬ УЖ ВОСПАЛЕННЫ**, в них появилась не только краснота, но и жжение, то хорошо прикладывать к таким глазам в тряпочке тертую сырую картошку, или яблоки, или

свежие огурцы. На шею же, ниже затылка, класть очень горячую мокрую тряпочку.

Если глаза СТАЛИ КОСИТЬ, что бывает иногда у детей после дифтерита, то это указывает на ослабление связок, надо для глаз делать соленые ванны. Если болезнь запустить, то потом придется делать операцию, хотя и легкую.

Если глаза стали гноиться или ВЫДЕЛЯТЬ МНОГО СЛИЗИ, то их надо промывать раствором борной кислоты, а на ночь на них можно класть в тряпочке свежий творог. Хорошо также делать для глаз теплые ванны: лицо надо погрузить в воду на 15 секунд с открытыми глазами, после чего вынуть лицо из воды и через полминуты снова погрузить секунд на пятнадцать. Так сделать 4-5 раз, потом глаза протереть холодной переваренной водой.

УЛУЧШИТЬ СЛАБОЕ ЗРЕНИЕ можно несколькими способами:

1. Научить детей такой гимнастике: поворачивать глазное яблоко вверх, вниз и в стороны раз по 30 подряд ежедневно. Кроме того, при умывании осторожно ударять по глазам из пригоршни холодной водой раз по 40 подряд для усиления циркуляции крови.

2. В течение ста дней пить навар из 1/4 фунта бараньей печенки и потом съесть эту печенку; самое лучшее есть натощак утром или перед обедом. Пропускать дней нельзя. За неимением бараньей печенки можно брать скотскую, но она действует слабее.

3. Промывать глаза два раза в день настоем травы очанки или класть из настоя компрессы на глаза. Также принимать внутрь эту траву на кончике ножа в ложке воды ежедневно (если трава в порошке). От очанки глаза очень здороваются и зрение улучшается.

ЗАСОРЕНИЕ ГЛАЗА

Если в глаз попала СОРИНКА, то нельзя тереть по направлению к виску, а наоборот — к носу. Тогда соринка легче выйдет с помощью слезы или воды.

Если в глаз попадает ИЗВЕСТЬ, то надо быстро приготовить насыщенный раствор сахара и хорошенько смачивать им глаз, стараясь глаз открыть. Сахар, соединяясь с известью, уничтожает вредное действие извести, боль быстро утихает, прекращается и воспаление. Но если пропустить время, то известь разойдется и может разъесть глаз, особенно если ее попадает много.

Помогает еще от извести прованское масло, но слабее.

Насыщенный раствор — это такой густоты раствор, в котором сахар больше уже не может раствориться, оставаясь на дне сосуда.

Если в глаз попал УГОЛЬ, то постараться раза три повести этим глазом в своей "орбите" кругом, а затем промыть его водой. Или же постараться извлечь уголь с помощью куска мокрой ваты или бумагой, свернутой в трубочку.

Вылизывать из глаза соринку языком — способ верный и быстрый, но лишь в том случае, когда за это берется человек здоровый и опытный. Иначе могут получиться опасные результаты.

ВОСПАЛЕНИЕ КРАЯ ВЕК (блефарит)

Воспаление это бывает двух видов.

Простое, или чешуйчатое, поражает гл. обр. маленьких, малокровных детей: края век у них утолщаются и покрываются желтоватыми корочками, гл. обр. у основания ресниц. Надо эти корочки осторожно удалять пинцетом или острием гусяного пера, а края век смазывать миндальным маслом или мазью из желтой осадочной ртути.

Язвенный блефарит — это воспаление волосяных мешков, это уже экзема края век, при которой ресницы склеиваются, образуя желтые корки, отчего много ресниц гибнет. Надо ресницы осторожно отмачивать слабым раствором борной кислоты, просушить и смазывать той же мазью. Но лучше обратиться к доктору, который сделает прижигание пораженных мест раствором серебра и тем быстро прекратит заболевание.

ВОСПАЛЕНИЕ СЛЕЗНОГО МЕШКА

Получается от засорения, а также от сужения слезного канала при заболевании носовой области. Начинается непременным слезотечением и краснотой глаз. Легко образуется нарыв. Для предупреждения его надо время от времени хорошо выжимать стерилизованной марлей или ватой слезный мешочек и промывать его раствором борной кислоты. На глаз накладывать примочку из свинцовой воды с давящей повязкой. Если же нарыв все-таки образовался, то класть влажные теплые компрессы из борной кислоты, а еще лучше обратиться к доктору, так как при неопытности ухода за глазом можно его потерять.

ЯЧМЕНЬ

Он появляется от гнойного воспаления волосяного мешочка ресницы или же сальной желёзки на краю века. Бывает большею частью от простуды глаза, особенно при сильном холодном ветре.

Как только почувствуется неловкость в глазу, указывающая на зарождение ячменя, надо сейчас же начать прикладывать к глазу мокрую горячую тряпку или наложить согревающий компресс из слабого раствора ромашки, можно борной кислоты. Это помогает ячменю рассосаться, ускорит выделение гноя. Следить за другим глазом и тоже промывать его борной кислотой, так как у ячменей есть тенденция перекидываться с одного глаза на другой. При частых, упорных ячменях надо вспрыскивать два раза в неделю стафилококковую вакцину (доктор).

Домашние средства:

1. Помазать веко при наклеивании ячменя долькой сырого чесноку, очищенного от пленки. Так проделать 2-3 дня.

2. Когда оконное стекло в комнате сильно запотеет, то снять чистым пальцем этот пот и помазать им больное веко. Сделать 2-3 раза.

Симпатические средства:

1. Показать больному при появлении у него ячменя дулю (кукиш), показать неожиданно, без предупреждения, и ячмень рассасывается.

2. Смотреть в больной глаз пристально, потом обвести его три раза обручальным кольцом, касаясь ресниц, каждый раз дунув в сторону. Ячмень замирает.

3. Завязать красной шерстяной ниткой руку у запястья (у пульса) на стороне, противоположной той, где находится ячмень.

БЕЛЬМО

Бельмо, беловатое пятно, которое часто остается на глазу от ранения роговой оболочки, не всегда поддается лечению путем соскабливания.

Народные средства от бельма:

1. Надо некоторое время класть на глаз примочку из настоя травы очанка. Можно этот же настой пить или просто съедать порошок этой травы на кончике ножа ежедневно в ложке воды. Когда краснота в глазу пройдет, то начать вдвухать в глаз сахарную пудру. Надо вдвухать понемногу, но каждый день. Придется повозиться долгое время, но в конце концов бельмо проходит.

Если при вдвухании появится краснота, то надо временно его прекратить, пока она пройдет, а потом опять вдвухать. Беспо-

коиться о том, что при этом раздражении может появиться много слез, не надо, так как слезы являются сильным средством против гнилостных бактерий. Сама природа, наполняя глаза слезами во время ранения их, дает средство против могущих попасть в это время в глаза вредных бактерий.

2. Взять свежий, только что испеченный ржаной хлеб, вырезать на хлебе сверху дырочку по диаметру стакана, и поставить стакан в дырку дном кверху очень плотно. На стакане образуются внутри капли, которые и надо впускать в больной глаз каждый день. Бельмо постепенно исчезает.

Народное средство при порче или даже временной потере зрения от нервного потрясения — шока: сварить вкрутую яйцо, перерезать пополам, вынуть желток в горячем еще состоянии, а горячий белок пустой серединой накладывать на глаз на несколько минут. Надо, чтобы белок плотно прилегал к окружности глаза, не касаясь самого глаза.

Что касается таких серьезных глазных болезней, как трахома, бленнорея, воспаление роговой оболочки и проч., то лучше их не лечить домашними средствами, а обратиться к врачу-специалисту.

ЗОЛОТУХА

Золотуха обуславливается нахождением в организме палочек бугорчатки, поэтому она родственна чахотке, но менее злокачественна и больше поддается лечению.

Причины золотухи гл. обр. заключаются в плохой наследственности — туберкулезные и пьяные родители (в момент зачатия ребенка), также плохие жизненные условия в детстве: недоедание, плохое жильё без солнца и пр. Болезнь проявляется гл. обр. в возрасте от 2-10 лет, и в это время надо ее лечить, так как позднее будет уже очень трудно бороться, она легко переходит в туберкулез. Надо, насколько возможно, дать ребенку лучшие жизненные условия, а затем принять такие меры:

купать ребенка в соленой воде, кладя полфунта соли на ведро воды, но если тело его покрыто сыпью, то вместо соли класть в ванну 2-3 фунта сосновых иголок, или же листьев черной смородины, или листьев крапивы;

поить рыбьим жиром по столовой ложке в день;

давать йодистое железо в сиропе по 20-30 капель два раза в день перед едой в ложке воды. Рот после того ребенок должен очень хорошо выполоскать, чтобы не портились зубы от железа.

Для борьбы с золотухой имеется много простых народных и домашних средств. Зная их, можно применять те, которые есть под рукой или которые удобнее. Так:

1. Как можно больше есть с молоком земляники, особенно лесной.

2. Пить кофе из желудей.

3. Пить утром натошак и вечером перед сном по чашке настоя из таких трав: полынь, терновник и полевой хвощ. На навар брать равные части, на стакан кипятка класть чайную ложку смеси с верхом. Маленьким детям давать по столовой ложке.

4. Пить настой травы золототысячник, иначе полевой бессмертник, два раза в день по столовой ложке.

5. Есть побольше крапивы во всех видах — вареную, суп из крапивы и пр. Пить отвар из листьев и почек черной смородины.

6. Пить натошак по чашке морковного сока или сока из репы.

7. Пить настой из листьев подорожника.

От течи из уха класть в ухо ватку, смоченную лавандовым маслом со спиртом, или впускать в ухо 2-3 капли (в теплом виде) такого раствора: 10 капель глицерина и 1 капля очищенной карболки.

Очень полезны витамины А, В, С.

Рыбий жир пить гл. обр. неочищенный.

ЗУБЫ

Зубы требуют к себе особого внимания и ухода, так как во рту человека находятся постоянно сотни разных микробов, проникающих через больные зубы в кровь и вызывающих иногда очень серьезные заболевания. Если есть возможность, то надо не менее двух раз в год показывать зубы врачу для чистки, пломбировки и проч. Не забывать зубы после каждой пищи чистить или по меньшей мере раз в день.

Наиболее часто зубы болят от следующих причин:

1. Нервная зубная боль. Для ее успокоения брать бром или 20 капель валерианки два-три раза в день. Хорошо положить листья травы валериана между зубом и щекой — это быстро успокаивает. Или просто даже жевать эту траву, что успокаивает даже при косто-еде.

2. Простуда зубной области, особенно ревматическая. Класть в ухо в кисейке свежий корень травы подорожник. Также помогает натирать десны долькой чесноку (без пленки).

3. Костоед зуба, особенно когда открыт нерв, дает мучительные боли. Лучше такой зуб вырвать, чтобы он не заражал другие. Но если

еще возможно, то запломбировать его. Пока же для успокоения болей можно в дупло зуба класть такие средства:

а) ватку, смоченную мятными каплями или гвоздичным маслом, но эти средства при открытом нерве слабы;

б) лучше положить ватку, смоченную 20% раствором карболки. Это очень быстро останавливает боль, но только ватку надо сейчас же закрыть другой ваткой, смоченной в коллодиуме, а за его отсутствием залепить дупло хотя бы воском, чтобы карболка не просачивалась на здоровые зубы, так как от нее зубы крошатся. Дня через два вату с карболкой вынуть, и если болей больше нет, то заложить дупло просто чистой ваткой и обратиться к врачу для пломбирования зуба.

Причинами порчи зубов являются:

1. Очень холодная и очень горячая пища, особенно если они еще чередуются между собою. От этого зубная эмаль трескается.

2. Пища, бедная известью или слишком мягкая, отчего зубы слабеют.

3. Слишком кислая пища, так как в ней растворяется зубная эмаль.

4. Потребление большого количества сахара, особенно молочного, разъедающего эмаль.

5. Наконец, от принятия железа в растворе, что сильно разрушает зубы. Надо железо принимать в капсулах или же через соломинку, а потом очень хорошо полоскать рот.

Иногда зубы болят от острого воспаления десен или надкостницы, вследствие заражения испорченным зубом. Воспаление десны дает флюс, т.е. опухоль, и большую боль, особенно усиливающуюся по ночам, а также при приеме холодной или горячей пищи. Надо больную десну смазать два раза йодом, полоскать рот почаще горячим настоем ромашки или шалфея и держать щеку в тепле.

Воспаление же надкостницы характеризуется ощущением, будто бы один из зубов выдвинулся кверху, и при стискивании зубов боль увеличивается. При воспалении надкостницы надо обратиться к врачу.

Домашние и народные средства от всякой зубной боли:

1. Полоскать рот чистой мочой от здорового маленького ребенка не старше 3-4 лет или мочой пополам со спиртом.

2. Полоскать, задерживая во рту подольше, настоем на водке корня аира болотного — известного цветка в садах под именем петушков — синего и желтого цвета.

3. Натирать десны соком подорожника. Также полоскать рот настоем этой травы, отчего зубы будут крепче.

4. Положить на больной зуб кусочек конского щавеля.

5. Положить в дупло ягоду черемухи или кусочек ладана. Оба средства очень хорошо помогают, но держать их во рту долго нельзя, так как от них начнут крошиться зубы.

6. Мелко накрошить кусочек луковицы, завернуть в тонкую кисейку и положить в ухо на стороне, противоположной той, где находится больной зуб.

7. Мелко накрошить дольку чеснока, завернуть в кисейку или тряпочку и привязать ребенку на пульс у запястья с противоположной стороны больного зуба. Держать не больше 20 минут, иначе разъест до ранки.

8. Привязать ниже затылка на шею горячую тряпку или в тряпке тертый хрен, горчицу и пр., чтобы хорошо напекло.

Против винного камня на зубах надо есть больше земляники и лимонов.

Для восстановления крепости слабых десен надо каждый день есть хотя бы одну дольку сырого чеснока.

ИКОТА

Икота происходит от спазматического сокращения грудобрюшной преграды, которое вызывает сомкнутость голосовых связок. Бывает от кишечного раздражения, остывания тела, душевного волнения и на нервной подкладке.

Домашние средства от икоты:

1. Глотать лед.

2. Выпить несколько глотков холодной воды при наглухо заткнутых ушах.

3. Быстро раскусить и проглотить кусок сахара, смоченного в уксусе.

4. Сдавить сильно руками область диафрагмы (выше поясницы).

5. Несколько раз быстро и глубоко вдохнуть воздух и очень медленно выдохнуть его, что особенно помогает при нервной икоте.

6. При упорной икоте поставить горчичник под ложечкой.

Симпатические средства:

1. Наставить острие ножа на переносицу икающего, и пусть он пристально, не мигая смотрит на это острие. Через полминуты икота прекращается.

2. Задержать дыхание и соединить на каждой руке мизинец с большим пальцем, образуя таким образом как бы два небольших кольца, так держать пальцы, пока икота не пройдет.

КАШЕЛЬ

Кашель бывает от самых разнообразных причин и носит различный характер, причем не всегда бывает легко определить его сущность и причину.

Так, некоторые болезни обязательно сопровождаются кашлем, как туберкулез легких, корь, грипп, круп и пр. Тут надо бороться гл. обр. с болезнью, вызывающей кашель, а с кашлем лишь попутно.

Чаще всего люди получают кашель от простуды. При упорном кашле использовать такие средства:

1. Вскипятить столовую ложку семян аниса и чайную ложку настоящего меда в 1 1/4 стакана воды, давать ребенку пить по 4-6 столовых ложек в день.

2. Мелко или тонко нарезать одну большую или две маленькие луковицы, вечером засыпать их двумя столовыми ложками сахара, дать постоять ночь, а на другой день все постепенно съесть. Если ребенок откажется есть сладкий лук, то хоть выпить получившийся сок. Так несколько дней.

3. Пить по две чашки в день навара травы эфедры.

Если при кашле накапливается много мокроты и она отделяется с трудом, то хороши такие средства:

1. Пить по 1-2 чашки в день горячего настоя алтейного корня. Чайная ложка корня с верхом на стакан кипятка.

2. Два раза в день выпивать натошак по полстакана теплой воды, в которой размешать пол чайной ложки соды и щепотку соли.

От кашля при слабых легких:

1. Пить горячий настой розового шиповника по 2-3 чашки в день.

2. Принимать несколько раз в день по десертной ложке такую смесь: две чайные ложки сливочного масла, два сырых желтка, одна десертная ложка муки или крахмала и две десертные ложки меда — все хорошо смешать и принимать.

Пить настой исландского мха утром и вечером по чашке. На настой брать 1 столовую ложку мха (вернее, лишая древесного) на две чашки кипятка.

Если кашель мучает гл. обр. по утрам, то сварить чеснок с патокой и понемногу съесть, как только утром проснешься. Это средство очень хорошо успокаивает кашель. Но чтобы основательно избавиться от него, надо более продолжительное время пить настой из таких трав: подорожник, мальва, крапива — листья — и полевой хвощ. Траву брать по одинаковому количеству и смеси класть чайную ложку с верхом на стакан кипятка.

Если кашель не дает заснуть вечером, то помогает выпить стакан горячей воды с тремя каплями йода.

Тем, кто легко простуживается и от этого постоянно кашляет, полезно пить весной березовый сок с молоком и небольшим количеством муки или крахмала. А также вместо чая пить настой из земляники или клубники.

МАЛОКРОВИЕ

Характерные признаки: бледное лицо, бескровные губы и десны, слабость, худоба, согнутость, головные боли, часто звон в ушах, сердцебиение, боли под ложечкой, боли в крестце, частые запоры.

Раньше всего надо постараться устранить те причины, которые вызывают эту болезнь, напр. переутомление физическое или умственное, недоедание. Затем принять общие меры для восстановления здоровья: больше быть на свежем воздухе, больше двигаться. По возможности больше пить сливок, мясного сока, есть больше масла, костного мозга, печенку во всех видах, желтую кукурузу, но не белую, так как в той почти нет витаминов. Вообще надо заметить, что все желтые плоды, желтые овощи, корнеплоды имеют особенно много витаминов.

Очень полезны бифштексы с кровью, так как они имеют в себе много витаминов А, В, С. И особенно полезно пить свежую бычью кровь, приблизительно по четверть стакана в день и больше. Полезны земляника, малина, виноград, бананы. Молоко очень хорошо, но его надо пить глотками, а не залпом, так как иначе оно отягощает желудок и вызывает запоры. Как можно чаще есть пшеничную кашу, особенно с желтой тыквой. Из всех злаков пшено самое питательное. Также не забывать побольше есть луку и чесноку, так как в них много витаминов С. Пить сок моркови и красной свеклы. И как можно больше есть орехов, особенно грецких, в них много жиров и протеинов.

Для скорейшего избытия слабости и похудения можно порекомендовать такие домашние средства:

1. Пить сок черной редьки, не вынимая редьки из земли. Делать же это так: прорезать в редьке ямку, в которую сок должен стекать, и этот сок пить понемногу целый день. Когда он перестанет собираться, тогда перейти к другой редьке. Хороший результат.

2. Истолочь очень мелко четверть фунта сырого говяжьего филе, туда же истолочь с чайную ложку свежего лука, немного посолить, поперчить, намазать на хлеб. Так есть каждый день. За неимением ступки можно провертеть два-три раза на котлетной машинке.

3. Порошок желатина распустить в полстакане воды, вбить сырое яйцо, размешать, выпить. Так два раза в день.

4. При сильном упадке сил помогает есть перед едой столовую ложку чесноку, сваренного с медом.

5. Настоять листья лесной земляники и этот настой пить вместо чая с молоком и сахаром.

МЕНИНГИТ

Это — воспаление оболочек головного или спинного мозга, иногда обоих вместе. Болезнь заразительная, трудно излечимая, протекает в сильных мучениях. В случае выздоровления часто влечет за собой задержку умственного развития. Впрыскивание пенициллина дает хорошие результаты.

Лечить менингит без доктора, одними домашними средствами невозможно, можно только способствовать лечению. Так: давать больному полный душевный и телесный покой, свет в комнате затемнять. Руки до локтей и ноги до колен хорошо для отвлечения жара от головы обмывать холодными тряпками, когда согреются, то переменять. На голову и вдоль позвоночника класть пузыри со льдом.

После выздоровления надо делать больному теплые ванны в 35-40 градусов, держа в ванне не более 15 минут, и первые дни давать пить лишь воду со льдом, холодный отвар ячменя, мятную воду.

Ввиду сильной заразительности менингита для детей надо оберегать их по возможности от посещения мест, где скапливается особенно много народу, а для предупреждения заражения пусть дети ежедневно полощут рот и носоглотку раствором марганца или борной кислоты.

Народное средство:

Давать пить по 1-2 столовых ложки в день холодного отвара травы "верблюжье сено".

МОЧИ НЕДЕРЖАНИЕ

У маленьких детей недержание мочи есть обычно следствие небрежности лиц, которые ходят за ними: они вовремя не будят ночью ребенка, чтобы посадить его на горшочек, а предоставляют ему свободу мочиться тогда, когда ему вздумается. Это входит в привычку. Кроме того, недержание мочи может вызываться глистами, онанизмом и страшными сновидениями.

Надо ребенка приучить к горшочку уже с трехмесячного возраста, никогда перед сном не пугать его и не волновать, следить, нет ли

у него глистов, и приучать ребенка спать с руками поверх одеяла, а не под ним, чтобы не вызывать у него интереса к половым органам.

Можно пользоваться кое-какими целебными против этого недуга травами, например, по выбору:

1. Пить два раза в день по полчашки настоя из листьев и цветов тысячелистника.

2. Принимать 3-4 раза в день на кончике ножа порошок из семян подорожника.

3. Пить по чашке в день отвара трав: зверобой и золототысячник в равных частях. На навар брать одну чайную с верхом ложку смеси трав на стакан кипятка.

Народное средство:

Взять щучью голову, хорошо вымыть, высушить и столочь в порошок. Потом весь этот порошок заварить в стакане воды и выпить сразу очень горячим.

НАСМОРК

Насморк — это катаральное воспаление слизистой оболочки носа. Бывает острое и хроническое. Страдающим часто насморком надо для предотвращения его каждый день втягивать в нос соленую воду — чайную ложку на стакан воды.

При самом начале насморка, если только он не сопровождается известными болезнями, как грипп, часто помогает, если выпить полстакана воды с пятью каплями йода. Или съесть дольку чеснока. Если же насморк уже развился, то применять такие средства:

мелко 1. Нюхать каждые полчаса нашатырный спирт, но не обеими ноздрями сразу, а поочередно: одну закрыть, другой нюхать, потом наоборот.

2. Намазать пятки йодом, надеть теплые чулки и так спать.

3. Сделать вечером для ног очень горячую ванну с содой, солью или горчицей, затем надеть теплые чулки и так спать.

4. Втягивать в нос почаще сок лимона.

5. Целые сутки абсолютно ничего не пить, даже воды, словом, продержаться все время на сухоедении — хлеб, сухари, яйца, мясо без всякого соуса и проч. Никаких фруктов и овощей, конечно, нельзя, так как в них много воды. Это средство хорошее.

При насморке обязательно каждый день надо надевать свежие чулки.

РАХИТ

Болезнь поражает только детей, гл. обр. до двух с половиной лет, редко затягивается до четырех-пяти. Причина лежит гл. обр. в нехватке пищи, содержащей витамин Д, а также в условиях жизни, при которых ребенку приходится скудно пользоваться ультрафиолетовыми лучами солнца. Эти лучи, столь необходимые для здоровья, не проходят через оконное стекло (проходит только их свет), не проходят через пыль, дым, туман. Поэтому жизнь в туманном городе, в пыльных и дымных условиях, в темных подвалах да еще при плохой пище всегда дает много рахитиков.

Родителям надо знать, что самым ранним симптомом болезни является размягчение затылка у грудного ребенка, которое часто сопровождается потливостью затылка и его облысением. Постепенно черепные швы начинают расходиться, а родничок увеличивается, хотя, наоборот, к году он должен совсем закрыться. Такой череп впоследствии принимает форму четырехугольную, количество извести в костях сильно уменьшается, достигая лишь 15% вместо нормальных 57%. В результате появляются разные уродства: кривые ноги, искривленный позвоночник, узкая “куриная” грудь, выпяченная вперед. Зубы прорезываются с трудом и поздно.

Если серьезно начать лечить ребенка и постараться изменить для него жизненные условия, то рахит проходит, но у девочек он оставляет нередко непоправимый след: вследствие искривления тазовых костей они впоследствии рожают детей с большими страданиями или даже совсем должны бывают отказаться от материнства.

Надо грудных детей с самых первых дней купать всегда на матрасике, набитом овсом, а когда станут постарше, то купать в соленой воде и летом закапывать в горячий песок.

В возрасте одного-двух месяцев уже давать разные фруктовые и ягодные соки, особенно из апельсинов и земляники, а потом постепенно кроме молока подкармливать мясными соками, яйцами всмятку, давать свежую икру и проч. и обязательно давать рыбий жир, в котором больше всего находится витамина Д, а также давать пить известковую воду по чайной (а потом по столовой) ложке в день для облегчения прорезывания зубов и их нормального роста.

Полезно давать внутрь витамины С, В и особенно Д.

СИНУС

Этот насморк появляется большей частью после сильной простуды, вследствие переполнения носовых пазух слизью и гноем, како-

выми закупориваются все выходные каналы из пазух. Этот насморк вызывает тяжелые головные боли, а также боли у висков и над глазами, сильно отражается на зрении и слухе. Для открытия каналов и освобождения пазух от накопившегося в них гноя приходится иногда прибегать к операции.

Домашнее средство:

Ежедневно, не пропуская дня, слегка растирать (но не втирать) больные места горчичным маслом над глазами, около носа, у висков. При регулярном применении этого средства синус постепенно совсем проходит.

ДЕТСКИЙ СКОРБУТ

(Барлова болезнь)

Признаки: сильные боли в конечностях, кровоточивость десен, кровоточивость иногда даже из кожи, переломы и надломы в костях из-за пустяковых причин. Обычно в возрасте 3-8 лет.

Надо как можно больше держать ребенка на свежем воздухе, больше давать молока, поить сырым мясным соком 2-3 раза в день по 2-3 чайных или десертных ложки (смотря по возрасту); давать скобленое сырое мясо, свежие невареные овощи, фрукты, фруктовый сок. Десны смазывать лимонным соком.

Внутри хорошо давать пивные дрожжи и 3-4 раза в день по чайной ложке йодистого железа, а также фруктовые соки, содержащие много витаминов.

Детский скорбут легче всего появляется у детей при длительном кормлении их пастеризованным молоком и его суррогатами.

УШИ

и их наиболее частые заболевания

1. Колотье. Бывает обычно от простуды. Надо положить в ухо ватку, смоченную теплым растительным маслом, напр. деревянным, миндальным, ореховым и проч. Или впустить в ухо две-три теплые капли такого раствора: одна часть чистой карболовой кислоты на десять частей глицерина, сверху заложить ваткой. Если ничего этого под рукой нет, то помогают также, хотя слабее, капли мяты или полыни на ватке в теплом виде.

Впускать камфорное масло лишь при условии, чтобы никуда на свежий воздух или на сквозняки не выходить, так как при камфоре очень легко захватить еще большую простуду уха.

2. Кровоизлияние из уха. Случается от сильного удара. Надо сейчас же закрыть тампоном ухо из ваты, смоченным в растворе борной кислоты (одна чайная ложка на стакан воды), завязать ухо, уложить больного в постель, на больную сторону и на голову положить пузырь со льдом или холодную примочку. Обязательно вызвать доктора.

3. Сера в ушах. Ушная сера служит для смазки и защитой против проникновения в ухо насекомых. Когда по той или иной причине серы скопится в ухе более, чем надо, то получается пробка, вызывающая в ухе звон, шум, глухоту и проч. Надо влить в ухо несколько капель какого-нибудь растительного теплого масла, полежать немного, чтобы масло глубже вошло в ухо, а часа через три проспринцевать ухо из резинового баллона или даже из чайника теплым раствором ромашки или соды. Спринцевать надо долго, по 10-20 минут, пока пробка выйдет, часто по частям. Если выйдет не вся, то снова впустить капли и оставить до следующего дня, когда опять проспринцевать. Можно еще размягчить серу повторным спринцеванием раствора соды.

4. Течь из уха. Бывает большею частью от золотухи или после скарлатины. Надо ухо спринцевать теплой ромашкой — чайную ложку сухой травы на стакан воды, настоять, процедить, спринцевать. Но если течь упорная, то надо обратиться к доктору, так как воспалительный процесс может перейти на надкостницу и угрожать воспалением мозговых оболочек. Двадцать пять процентов воспаления мозга у детей бывает именно от уха.

При золотушной течи нельзя ее запускать, а обязательно лечить, так как очень часто после ушей заболевают и загнивают глаза.

5. Нерв в ухе. Получается почти всегда от простуды. Начинается внезапной жесткой болью в ухе, боль рвущая, пульсирующая, стучащая, распространяется на всю сторону головы, зубы и особенно усиливается ночью. Движение челюстей так болезненно, что больной отказывается от пищи. Через 8-12 дней образуется нарыв, лопается, и из него выходит гной, наступает выздоровление.

При нарыве в ухе надо обратиться к врачу, так как заболевание это очень серьезное и лечить самим рискованно. Надо только помнить, что если подозрение на нарыв, то спринцевать ухо нельзя, вообще нельзя применять для лечения воду. Затем спать больной должен на той стороне, где нарыв, чтобы предупредить проникновение гноя из вскрывшегося нарыва в глубину уха.

По выздоровлении не надо забывать еще некоторое время смазывать ухо борным вазелином от зуда.

Народные средства при нарыве в ухе:

Каждый день съесть по пол чайной ложки порошка горючей серы в каше, молоке и пр. Затем в ухо впускают сок из печеной луковицы с льняным маслом. Делают это так: надо в сырой луковице вырезать небольшую ямку и в нее влить немного льняного масла. Потом луковицу спечь в духовке и сок выдавить в ухо. Это же средство хорошо при глухоте от неизвестной причины.

6. Тугость слуха и полная глухота. Причины: простуда, нервное потрясение, золотуха, дифтерит и скарлатина, повреждение уха и проч. Лучше всего обратиться к доктору, а при полной глухоте хорошо помогают специальные ушные приборы, также пропускание через нос сильно нагретой жидкости, что может сделать доктор-специалист.

Народные средства при шуме в ушах и ухудшении слуха:

Пить очень горячий навар травы хмелек по чашке в день и вливать в ухо по 7-8 капель теплого миндального масла так: один день вливать масло в левое ухо, а на другой день — в правое, потом опять в левое, словом, попеременно.

ФИМОЗ

Врожденный недостаток — сужение отверстия крайней плоти у мальчиков, вследствие чего она не может быть завернута за головку члена. Новорожденные из-за этого мочатся вбок.

Как только будет замечено такое явление, надо показать ребенка доктору для необходимой операции. Если она не будет сделана в самом раннем возрасте, то потом это грозит нарывами, гноиниками, заражением, так как невозможно будет удалять скопляющуюся в мешке крайней плоти жировую смазку. В более позднем возрасте недостаток препятствует половым отправлениям и грозит раком крайней плоти. Еврейская обрядовая операция обрезания как раз и устраняет возможность фимоза с его последствиями. Операция в маленьком возрасте особых болей и опасности не доставляет.

КОЖНЫЕ БОЛЕЗНИ

ЧЕСОТКА

Болезнь вызывается особым клещем “зуднем”, который заползает под кожу, прокладывая там ходы, куда и кладет свои яички. От движения клеща больной испытывает нестерпимый зуд. Узнать чесотку легко: она проявляется снаружи в мелких красных прыщах (как мак), пузырьках, гноиниках, а клещевые ходы имеют вид серых, кривых и изогнутых линий, у людей же нечистоплотных вид черных

линий. В той точке, где клещ вошел под кожу, виден гнойный пузырек, а на конце хода сидит он сам. В каждом ходе бывает до 20 яичек.

Чесотка начинается обычно между пальцами рук, потом распространяется на окружность локтевого сустава, область пупка, на половой член, грудные соски и проч. Заразиться возможно гл. обр. через соприкосновение с таким больным человеком, его платьем, вещами, а также можно заполучить клещей от собак, кошек, коз, овец и свиней, где они также водятся. Если после излечения болезни останется под кожей хоть одна самка, то почти всегда бывает рецидив болезни.

Лечить чесотку можно так:

1. Смазать пораженные места чистым дегтем или перувианским бальзамом, а через несколько часов обмыть их теплой водой с отрубями или алтейным корнем, которые очень уменьшают жар и зуд. Или:

2. Обмыться хорошо теплой мыльной водой, обсушиться и потом втирать такую мазь, которую можно легко сделать самому: одну часть серного цвета и 10 частей свиного топленого сала. Через несколько часов обмыть теплой водой каким-либо медицинским мылом. А через два дня намазать снова — и так до излечения.

3. Обсыпать пораженные места порошком из сухих плодов бересклета.

4. Когда болезнь поразила только еще одни руки, то взять кислого хлебного кваса, сильно посолить и подогреть так, чтобы рука могла только терпеть. В этот квас опустить руки по нескольку раз, держа в нем столько секунд, сколько сможешь. (Проверено.- О.М.)

5. Сварить крепкий навар из щуки, намочить в нем тряпку и горячей прикладывать по нескольку раз. (Проверено.- О.М.)

6. Если чесоткой поражено все тело, то делают так: берут столовую ложку какого-либо сала топленого, столовую ложку тертого серого мыла, две чайные ложки серы, чайную ложку дегтя. Все это хорошо смешивают в мазь. Надо хорошо вымыть больного горячей водой с мылом, вытереть досуха, потом хорошо натереть указанной мазью и так оставить до другого дня. Тогда опять вымыть и натереть мазью. Так делают три дня, и чесотка проходит. Если бывает рецидив, то лечение повторяют, так как при поражении всего тела может остаться после одного лечения где-нибудь в ходу самка, которая опять наложит там яйца и вызовет рецидив. (Между прочим, всякие сыпи, особенно от грязи, иногда быстро проходят, если смазать пораженное место соком свежего помидора.)

ЭКЗЕМЫ, ЛИШАИ

Лишай и экземы есть заболевание верхних слоев кожи.

Лишай гл. обр. получают от грязи и проникновения через кожу инфекции. Иногда у детей на почве золотухи и худосочия. Избавиться от лишая не так трудно, нужна лишь настойчивость и чистота, а при золотухе лечение этой болезни.

Наиболее распространенными лишаями являются такие:

1. Спиральный, красный лишай в виде ниточки, чаще всего на руках. Надо натереть на терке красной свеклы и привязать к лишая, пока он не пройдет. Когда свекла подсыхает, надо класть свежую.

2. Красный, нервный лишай имеет вид зудящих узелков, поражающих гл. обр. слизистую оболочку носа и губы, в редких случаях распространяется по всему телу. Хорошо помогает такая мазь доктора Лассара:

Салициловая кислота — 2 части, по весу.

Окись цинка — 25 частей.

Пшеничный крахмал — 25 частей.

Вазелин желтый — 48 частей.

Кроме того, надо одновременно лечить нервы.

3. Золотушный лишай. Появляется гл. обр. у детей на почве золотухи и грязи. Поражает почти исключительно места кругом рта и носа в виде лепешки. Хорошо и быстро излечивается смазыванием настоящим пчелиным медом с солью.

4. Чешуйчатый лишай, называемый еще шелушащейся экземой “псориаз”. Это самый упорный, неприятный лишай, до последнего времени не поддававшийся никакому лечению. Он поражает сначала локти, затем колени, потом затылок. В некоторых случаях распространяется по всему телу. Имеет вид красных больших пятен, достигающих до величины блюдечка, покрытых чешуйками; мучительно чешется. При этом лишай очень полезны солнечные ванны и морское купанье.

Если какой-нибудь лишай не имеет определенных признаков, то можно попробовать лечить его простым старым средством: смешать одну ложку чистого дегтя с тремя ложками рыбьего жира, растереть, намазывать этой мазью тряпочку и привязывать к лишая.

Иногда сухой лишай переходит в мокнущий, получается так обр. экзема.

Большая часть экзем все-таки указывает на заболевание каких-то внутренних желез, поэтому лечить их очень трудно и разнообразие их очень большое. Вид у них в общем такой: больное место покрывается маленькими пузырьками с желтоватой жидкостью. Эти

пузырьки лопаются, сливаются вместе, образуя мокнущее место. Иногда появляются еще гнойники, которые, лопаясь, уже образуют струпья или корки.

Общее правило для всех экзем — это по возможности предохранять их от солнца и света, от которых они всегда увеличиваются и ухудшаются. Для этого надо накладывать на больные места бинты и повязки, а если хотят их избежать, то присыпать сверху какой-либо рекомендуемой доктором мази тальком.

Лечение всяких экзем надо начинать с осторожного отделения корок с больных мест с помощью свежего несоленого масла, протереть и смазывать, чем решат. Из аптечных средств, помогающих с успехом большинству экзем, — это паста доктора Лассара.

При мокнущей экземе на голове, особенно при неопрятности, волосы могут склеиваться, образуя колтун. Его надо смачивать керосином и расчесывать. А лучше всего обстричь волосы и экзему лечить особо.

Как общее правило для большинства мокнущих экзем — это избегать мочить их. Но ванны с наваром из дубовой или сосновой коры излечивают многие мокрые экземы.

Домашние и народные средства:

1. Хорошее средство вообще от всяких лишаев и экзем — это лимон. Курс лечения им надо проходить так: в первый день выпить сок из пяти лимонов в несколько приемов, на второй — из десяти и так дойти до 25, каждый день прибавляя по пяти лимонов. Потом пойти назад тем же порядком, пока не дойдешь до пяти. Пить сок лучше всего через соломинку, чтобы не портить зубной эмали, и всегда после приема полоскать рот. От лимонов иногда проходит самая упорная экзема.

2. Также проходят самые упорные экземы после 25 дней полной голодовки.

3. Размять вареный чеснок с равным количеством меда, приложить на тряпке к больному месту, сверху закрыть восковой бумагой, завязать. Утром промыть медицинским мылом или протереть бензином, снова намазать и завязать. Когда чешуек больше не будет, то можно на день не мазать, а только на ночь, обтерев предварительно бензином, а потом завязав.

4. От экземы на голове: взять один мускатный орех, немного имбиря и калгана, залить бутылкой спирта и поставить настояться в тепле на 48 часов. Этой настойкой натирать экзему. При этом хорошо внутрь принимать по чашке навару из тысячелистника и цветов бузины, взятых в одинаковой пропорции.

5. Красный, неспиральный, сухой лишай лечат так: обливают его горячей водой два раза в день в течение трех минут. Через три

дня обычно замечается улучшение, а через две недели он должен совсем исчезнуть.

6. Собрать из курительной трубки желтый налет, так называемую "смола" от курения, и ею намазать лишай.

7. Собрать свежие листья с комнатного цветка герань, кипятить их в воде в течение часа на медленном огне и в этом наваре делать ванны больному месту минут по пять. А если экзема на таком месте, что ванну делать неудобно, то можно просто мочить в этом наваре тряпку и прикладывать. Навар должен быть средней температуры. Одновременно дают пить настой из можжевеловых ягод для чистки крови.

Лицам страдающим экземой, надо хорошо питаться, но избегать потреблять жирную рыбу, очень молодое мясо, свинину, дичь, клубнику и землянику, острые закуски. Самое лучшее — растительная пища. Кроме того, потреблять как можно больше чеснока и пить по две чашки настоя мяты, бузины и полыни, взятых поровну.

При лишае "псориаз" надо принимать витамин Д, который имеется в молоке, шпинате, капусте, моркови, дрожжах, зародышах пшеницы, люцерне, и пить свежее, нежареное подсолнечное масло.

Лишай, экземы и вообще разные сыпи еще нередко появляются от постоянного приготовления пищи в алюминиевой посуде, так как алюминий большой яд и он входит в основу многих болезней. Надо пищу готовить в эмалированной и глиняной посуде. (Последнее всегда практикуется в Китае.)

Детский паразитоз

ГЛИСТЫ

Глисты часто являются причиной тошноты, рвоты, головокружения, болей под ложечкой. Наиболее часто встречаются следующие глисты.

Острица, или прыгунчик. Это небольшой глист желтоватого цвета, живет в толстой кишке, чаще всего у детей, производит зуд у заднего прохода. К человеку попадает с сырой пищей, а также от собак и кошек.

Лечение: сварить в стакане молока большую головку чеснока до мягкости, молоко процедить, остудить и поставить из него клизму, оставив ее на всю ночь. Ребенку надо клизму из 1/4 - 1/2 стакана. Делать это в течение семи дней.

Если маленький ребенок не держит в себе клизму, то надо к заднему проходу подвязать творог или кусочек гнилого мяса — глисты вскорости вылезут на приманку наружу.

Аскариды. Круглые глисты красноватого цвета, напоминающие дождевых червей. Живут гл. обр. в тонких кишках, но заползают во все внутренние органы, доходя иногда до нескольких тысяч в одном индивидууме и вызывая разные страдания. С ними лучше всего бороться цитварным семенем.

Надо смешать чайную ложку этого семени с медом и съесть натощак. Спустя два часа опять съесть такую же порцию, но только в промежутке ничего не есть. Затем пить слабительное, и глисты пройдут.

Ленточные глисты. Среди них главные:

а) Солитер — вооруженный цепень. Промежуточный хозяин у него — свинья.

б) Невооруженный цепень. Промежуточный хозяин у него — рогатый скот.

в) Широкий лентец. Промежуточный хозяин у него гл. обр. щука, затем окунь и налим.

Все три вида ленточных глистов не могут развиваться в одном и том же организме, для развития от яйца до взрослого состояния им нужен еще промежуточный организм, называемый хозяином. Из указанного видно, каких именно промежуточных организмов (хозяев) надо особенно остерегаться есть в недостаточно проваренном виде, чтобы не заболеть ленточными глистами.

Человек чаще всего захватывает именно вооруженного цепня, то есть солитера, потребляя мясо, недостаточно проваренное или прожаренное. В таком мясе очень часто встречаются финны, т.е. пузырьки с зародышами. Эта финна, попадая в желудок человека, оживает, и из нее начинает развиваться солитер. Длина его в зрелом состоянии доходит до нескольких метров, и он имеет вид толстой нитки.

Выводить его надо так.

Надо съесть около четверти фунта очищенных тыквенных семян натошак. Через час выпить маленькими глотками стакан молока, в котором была сварена головка чесноку. Через полчаса выпить сильное слабительное, а еще через полтора или два часа поставить клизму из теплой воды, в которой тоже надо предварительно сварить головку чесноку.

Второй способ: четверть фунта очищенных тыквенных семян смешать с брусничным соком в густую кашу. Накануне вечером дать съесть много селедки, на другое утро дать съесть половину указанной каши. Затем через час съесть другую половину каши и лечь в постель на два часа. В восемь утра дать столовую ложку касторки и заставить ребенка немного походить. Через 3-4 часа солитер должен выйти.

Если солитер вышел, то надо тщательно осмотреть, вышла ли головка. Если вышла, то можно успокоиться, так как больше одного солитера в одном и том же организме не бывает. Если же головка не вышла, то солитер снова начнет расти. Головка у него сидит на тонкой шейке, но крепко держится за стенки кишек 5 присосками, распознать ее легко. Для этого надо кал в тазу залить водой, помешать, дать устояться, слить и снова залить водой. Так несколько раз, пока не станет ясно, весь ли вышел солитер и вообще вышел ли он.

К ленточным глистам принадлежит еще собачья глиста. Она водится гл. обр. в кишках собаки, реже кошек, от которых и попадает к человеку. Особенно опасна поэтому привычка у некоторых детей целовать собак в морду или же давать им есть со своей тарелки. Эта глиста вызывает повышение температуры и ноющие боли в области печени и селезенки. Бороться с ней можно цитварным семенем, но иногда приходится делать операцию, чтобы удалить целую колонию этих глистов, лежащих как бы в гнезде, чаще всего около печени.

Когда не выяснено, какие именно глисты имеются у больного, но есть все-таки указания на их присутствие, то бороться с ними можно такими мерами (по выбору):

1. Давать ребенку есть как можно больше сырой моркови, гл. обр. пить сок ее.

2. Давать ежедневно пить два раза в день перед едой по столовой ложке настойку лука. Готовится она так: надо половину бутылки наполнить резаным луком, залить доверху водкой и настоять в теплом месте в течение десяти дней.

3. Взять 1/8 фунта очищенных и мелко истолченных семян тыквы (лучше прошлогодних, сухих), 1/8 какао, немного сахара и несколько капель воды, все смешать, растереть в тесто. Из этого теста сделать 20 лепешек и пересыпать сахаром. Первый день леченья ничего не давать ни есть, ни пить. На другой день утром дать выпить полторы-две столовые ложки касторки и начать есть лепешки, по одной через каждые десять минут, пока все кончатся. Черви начнут быстро выходить.

4. Смешать листья полыни и толченые семена тыквы поровну, настоять на водке, положив в бутылку до трети смеси, остальное долить водкой. Настаивать неделю в тепле или на солнце. Давать пить два раза в день по маленькой рюмке натошак, лучше всего за полчаса до обеда и до ужина. Пить подольше, несколько недель, пока будет ясно, что желудок очистился от червей совсем.

5. Кокосовое молоко, ежедневно выпиваемое из одного кокоса (по возможности свежего), хорошо чистит вообще от всяких червей, а если есть солитер, то иногда удается выгнать его с головкой даже в два-три дня, если в эти дни ничего решительно не есть и не пить, кроме как молока.

6. Настой березовых почек не только дает крепость организму, особенно слабым легким, но и изгоняет червей.

Укусы змей, ядовитых насекомых

Самое опасное время для змеиных укусов — это весна: змеи в это время паруются и чрезвычайно злы. Узнать, какая змея укусила — ядовитая или неядовитая, очень легко: рана от укуса неядовитой змеи одна зубчатая, а от ядовитой змеи их получается две круглые.

От укуса ядовитой змеи вокруг ранок быстро появляется опухоль, сильная боль, температура высоко поднимается. Надо скорее вытянуть из ранки яд с помощью банки, а если банки нет, то хотя бы нагреть над огнем пустой пузырек и приложить к ранке (но не обжечь!). Затем прижечь рану раскаленным гвоздем, что сделать так: укушенное место обложить кругом мокрой тряпкой, защитив ею здоровое тело, а середину прижечь. Если под рукой нет ни банки, ни гвоздя (или вообще подходящего куска железа), а есть марганец, то сделать так: положить в каждую ранку кристалл марганца, капнуть на него каплю воды, а кругом ранок потыкать тело иголкой, чтобы растворившийся марганец получше вошел в тело. Это часто спасает от худого конца.

В частности, от укуса гадюки надо кроме общих мер еще вызвать всякими способами обильный пот.

При укусе гремучей змеи помогают примочки из алкоголя.

Для уменьшения боли от укусов змеи, а также всяких насекомых надо укушенное место подержать над паром.

Народные средства:

1. От укусов змеи принимают семена конопли: их толкут и привязывают к ранкам. Само растение тоже можно привязывать, но оно действует слабее.

2. Есть трава вероника, иначе называется змеиная трава. Эту траву в сухом или свежем виде надо распарить и привязать к ранке. Также можно пить из нее отвар на воде.

ПЧЕЛЫ, ОСЫ, ШЕРШНИ

От укусов насекомых хороши такие средства:

1. Намочить в соке чеснока тряпку или вату и прикладывать. Чеснок быстро унимает боль и предупреждает опухоль.

2. Также действует моча, в которой надо намочить тряпку.

3. Помогает прикладывание мокрой земли, но действие слабее. (Надо помнить, что при укусе упомянутых насекомых надо раньше всего вытащить из ранки оставленное ими жало, а потом уже лечить.)

4. Помогают еще прикладывание тряпки, смоченной в синьке, листья петрушки, нашатырный спирт на ватке.

Если от укуса появилась опухоль и даже нагноение, то класть согревающий компресс из спирта или водки или ватку, смоченную в карболовом масле. Нагноение получается обычно только в том случае, если жало не будет удалено из ранки.

МУХИ, КОМАРЫ, МОШКИ, ОВОДЫ, ЛЕСНЫЕ КЛЕЩИ, КЛОПЫ

Средство, которое отгоняет всех этих насекомых, предупреждая их укусы, — это рыбий жир: им надо намазать лицо, шею, руки, ноги, вообще открытые места.

СКОРПИОНЫ

Укус их, особенно старых экземпляров, дает нередко рвоту, понос, высокую температуру, слабость. Средства такие:

1. Примачивать рану настоем скорпиона на деревянном (лампадном) масле (за неимением деревянного можно на каком-либо другом растительном масле, но лучше всего именно на деревянном). Если нет готового настоя, то поймать живого скорпиона, растереть его с деревянным маслом и эту кашицу втирать в ранку.

2. Наломать головки от простых спичек (так называемых серных), заварить их кипятком, дать постоять и из этого настоя делать примочки. Это средство хорошо и при укусе тарантула.

Народное средство:

Раздавить над ранкой от укуса скорпиона живого клопа так, чтобы кровь из него попала в ранку. Боль, опухоль, краснота моментально проходят. (Проверено много раз.)

ПАУКИ, ТАРАНТУЛЫ, КАРАКУРТЫ

Надо перевязать укушенное место выше укуса, рану высосать, если только во рту и на губах у себя нет ранок. В противном случае высосать при помощи банки или пузырька. Ранку прижечь раскаленным гвоздем, как при укусе змеи, или даже ляписом, серной кислотой, потом класть дезинфицирующие примочки. Самые опасные укусы каракурта.

ЯДОВИТАЯ "АБРИКОСОВАЯ МОШКА"

Эти мошки водятся гл. обр., где растут абрикосовые деревья. Поэтому народ так и называет их абрикосовыми мошками. После их укуса больное место начинает сильно и непрерывно чесаться, появляется маленький прыщик, который слегка загнивает, не переставая чесаться. От почесывания он постепенно увеличивается, зуд усиливается, никакие компрессы и прижигания ляписом уж не помогают, начинается заражение крови, нужна операция. Главное — нельзя чесать, а самое лучшее — сейчас же, как будет замечен укус и явится желание чесать, намазать йодом и потом класть согревающий компресс с каким-либо дезинфицирующим средством.

ПЕСОЧНЫЙ КЛЕЩ

Надо укус расцарапать и смазывать его утром и вечером йодом в течение трех дней. Иначе место укуса вздуется, как яйцо, и может начаться нагноение.

ГУСЕНИЦЫ

Особенно ядовитые те, которые живут на ветках ежевики. Место, где проползет такая гусеница, долго чешется, горит, появляются раны. Надо смазать чистым скипидаром.

УКОЛЫ ЯДОВИТЫХ РАСТЕНИЙ

Надо соду немного смочить водой, сделать из нее лепешку, наложить на больное место, обвязать сырой тряпкой и менять лепешку через 3-4 часа. Очень облегчает боль и зуд.

Средство это также помогает от укуса насекомых.

Травмы

ГОРБ

Горб получается от повреждения спинного хребта, который от этого начинает расти не прямо вверх, а выпячивается назад, а за ним начинают неправильно развиваться и все соприкасающиеся с ним кости и мускулы.

Особенно повреждают позвонки дети при падении, и если сразу обратить на это внимание, то иногда удастся залечить повреждение и избежать горба. Но если у ребенка уже стал образовываться горб, то его можно вылечить способом, который практикуют мусульмане.

Ребенку надевают корсет, который делается как обычно для неподвижности тела, но только на месте горба вырезают дырку и ребенка забинтовывают. Корсет снимают только для массажа и ванн. Ванны делают только летом, а массаж летом и зимой.

Ванны делают так: в 11 часов утра, когда солнце хорошо греет, делают солнечную ванну. При этой ванне надо делать массаж по обе стороны горба снизу вверх в одном направлении. Перед массажем тело смазывают каким-нибудь жиром (мусульмане берут барсуковый жир, который хорошо впитывается) или маслом. После ванны корсет надевают и забинтовывают.

Вторая ванна, песочная, делается в обед, часа в два. В песок ребенка надо зарывать, предварительно разбинтовав его и сняв корсет, до области сердца, сначала на несколько минут, а потом постепенно довести до часу. После этой ванны ребенка снова забинтовывают и он спит.

Третья ванна соленая — из полунасыщенного раствора соли. Сначала надо вскипятить соль, затем разбавить ее холодной водой до теплоты. Держать в ванне приблизительно 10-15 мин. После ванны опять массаж, корсет, бинтование и спать. Причем спать ребенок должен всегда на твердой, ровной кровати.

При массаже обычно очень устают, так как, массируя, надо стараться выпрямлять ребенка, отчего ему сначала больно, но постепенно он выпрямляется и лежит плотно на животе.

С начала лечения ребенок совсем не должен ходить: его носят вертикально (всегда в корсете) или горизонтально спинкой кверху.

Когда горб станет уменьшаться, надо бинтование и ношение корсета обязательно продолжать до полного исчезновения горба, пока позвоночник не окрепнет совсем. Обычно на это требуется год. Но корсет лучше еще поносить год, от этого позвоночник еще больше укрепится. Впоследствии на месте горба остается лишь небольшое углубление. Ходить ребенок тоже не должен до полного выздоровления, иначе не совсем окрепший позвоночник снова может дать горб. Массаж же полезно продолжать еще долгое время после полного выздоровления.

При солнечных и песочных ваннах голову ребенка надо защищать платком или зонтиком.

СОТРЯСЕНИЕ МОЗГА

Обычно случается при падении или сильном ушибе. Если сотрясение небольшое, то получается кратковременная потеря сознания — несколько секунд или минут — и небольшая тошнота.

При сильном же сотрясении обморок может продолжаться несколько часов, дыхание замедляется, пульс доходит до 50 ударов в минуту, иногда происходит расстройство мочевого пузыря. Докторская помощь необходима. Пока же больного положить в теплую постель, дать ему низкое положение, на икры ног поставить горчичники. На голову класть холодные примочки с уксусом, а если доктор запоздает, то поставить больному еще клизму с уксусом или солью.

ПЕРЕЛОМЫ КОСТЕЙ

Для наложения правильной повязки на сломанную кость требуется обязательно доктор. Если больного для этого надо будет везти в больницу, то принять такие меры.

Когда сломана рука или нога, то надо их положить в лубки. Если лубка дома нет (что почти всегда), то поступить так: кожу над переломом смазать йодом, закрыть чистой тряпкой, сверху положить больше ваты и забинтовать очень осторожно. Затем взять несколько тонких деревянных планок вроде щепок и распределить их поверх бинта — сверху, с боков, снизу, а затем снова руку (или ногу) забинтовать.

Больного со сломанной ногой надо обязательно везти, а со сломанной рукой он может сам идти.

Когда же сломаны кости черепа, то тревожить больного не надо, а вызвать врача к нему на дом (или вызвать карету скорой помощи). До приезда же доктора больного надо устроить в сидячем положении, обложив голову холодными компрессами.

При переноске больного с сломанными ногами его надо нести на лестницу или в гору ногами вперед, а с лестницы или с горы — головой вперед, чтобы ноги всегда были выше головы.

При переноске же больного с пораненной головой, грудью или животом надо голову держать всегда выше, то есть нести в гору вперед головой, а под гору — ногами вперед.

Если кожа над переломанной костью порвана, то опасность больше, так как легко может получиться заражение крови. В этом случае доктор нужен непременно.

Чтобы кости срастались скорее, надо больному есть как можно больше луку в вареном виде, что практикуется со старых времен индусскими врачами.

При подозрении, что треснуло ребро, надо наклеить на него неподвижный пластырь. Также дают пить по чашке в день мочи от мальчика 7 лет, что способствует сращению ребер.

ВЫВИХИ

Чаще всего вывихи бывают в плечевом суставе и в локтевом, также вывих большого пальца и тазобедренного сустава, разница между ними такая: при растяжении можно, хотя и с трудом, все-таки двигать ступней или пальцами, а при вывихе невозможно. Чтобы вправить вывих, надо позвать доктора, или костоправа, или вообще лицо, хорошо знающее это дело. Самим без опыта и знаний легко причинить больному излишние и сильные боли, а кости на место не вправить. До оказания надлежащей помощи надо положить на вывих только лишь тесто, сделанное из муки и уксуса, и забинтовать. Это быстро уменьшает боль.

При глубокой зевоте или крике иногда случается вывих нижней челюсти, больной не может закрыть рта и тяжело страдает. До прибытия доктора надо челюсть больного поддерживать повязкой и класть холодные компрессы.

Народное средство:

Ударить кулаком по той щеке, где случился вывих, и челюсть становится на место. Но для этого надо иметь, конечно, большой опыт.

УШИБЫ

При всяком ушибе если нет раны, то появляется синяк или кровоподтек и опухоль. Надо сейчас же приложить траву бодяга — свежую или сухую, но немного смоченную до сырого состояния. От бодяги боль быстро утихает и потом не остается ни синяка, ни опухоли. Почти такой же результат получается, если ушибленное место сейчас же растирать льдом в течение получаса, не останавливаясь.

Еще хороши, но слабее, такие средства:

класть компресс из свинцовой воды или хотя бы простой ледяной воды;

развести в воде простое стиральное мыло до молочного цвета, мочить в этой воде тряпку и прикладывать к ушибу;

привязывать тряпку с касторкой, как рассасывающее средство; наложить на ушибленное место сейчас же давящую повязку.

Если от ушиба получилось затвердение после того, как синяк, опухоль и боль прошли, надо это затвердение обязательно хорошо массировать, иначе в этом месте впоследствии легко может образоваться рак, особенно если ушиб был на желёзке или около нее.

Прищемленные в дверях пальцы нужно тереть полчаса льдом, или же можно еще поступить так: опустить на некоторое время пальцы в холодную воду с арникой.

При сильном ударе в живот или при падении на живот может произойти внутреннее кровоизлияние, и тогда больной рвет кровью. Но если кровь от ушиба живота пойдет не через рот, а спустится в кишки, то кал у больного получается черного цвета. При таком внутреннем кровоизлиянии нужно вызвать доктора. А пока принять такие меры: уложить больного в постель (но голову не следует класть высоко), на живот — пузырь со льдом, внутрь глотать кусочки льда. Если больного рвет, то давать отвар перечной мяты с примесью уксуса, но не эссенции, каждые полчаса по пол чайной ложки. Хорошо также при внутреннем кровоизлиянии давать пить по две чашки в день навара из свежих листьев крапивы. Если нет свежей, то давать настой из сушеных листьев, кладя на стакан кипятка 1 чайную ложку листьев.

РАНЫ

До раны надо касаться чистыми руками. Самую рану надо промывать кипяченой водой с какой-нибудь дезинфекцией — марганцем, борной кислотой и др.

Маленькие ранки достаточно обмыть и засыпать мелкой борной кислотой, завязать или пропитать тряпку чистым спиртом или соком алоэ и завязать.

Если из ранки идет кровь, не останавливаясь, то надо помочить тряпку в кипятке и приложить — кровь перестанет течь.

Когда рана побольше и из нее идет кровь, то на нее надо положить тряпку, смоченную спиртом, и туго перевязать, а конечность, на которой рана находится, поднять как можно выше. Но если рана на руке ниже локтя или на ноге ниже колена, то эту руку или ногу надо согнуть возможно сильнее в колене или локте, пока кровь не остановится.

При больших ранениях, особенно головы, надо вызвать доктора. Тоже при ранении живота. Надо только, не трогая раны руками, класть на нее все время до прихода доктора чистые тряпки, смоченные теплой водой.

Раны на коленке очень опасны. Если кость не затронута, то достаточно класть согревающий компресс из спирта или марганца. Но если затронута кость (чашечка), то обратиться к доктору.

Если ранка получилась от сдернутой верхней кожицы, то это очень болезненно, но не опасно. В этом случае нельзя применять спирта или йода, а надо смазывать борным вазелином и, конечно, потом завязывать.

Присохшие тряпки с кровью или гноем нельзя отдирать, а надо всегда отмачивать в теплой воде с дезинфекцией. Если рана загноилась, получилась язва, то ее надо хорошо промыть, а потом класть согревающий компресс из спирта или какой-нибудь дезинфекции (раствора). А если есть в доме растение алоэ, то просто привязать к ране тряпку, смоченную соком листьев этого цветка, так как сок этот очень хорошо чистит гнилые раны и заживляет их.

Когда со дна язвы начинает расти дикое мясо (ярко-красная масса), то надо на это мясо класть примочку из квасцов или дубовой коры (чайная ложка на стакан воды). Примочку надо менять четыре раза в сутки, пока мясо не исчезнет. А потом рану лечить, как обычно.

Если рана превратилась в мокнущую, то хорошо присыпать ее смесью квасцов и древесного угля. Но при загнивании больших и глубоких ран надо обратиться к врачу.

Если вокруг раны тело вдруг начинает чернеть, появится жар, боли, слабость во всем теле, при этом почерневшее место будет оставаться холодным на ощупь и нечувствительным к прикосновению, то это признаки гангрены, то есть омертвения этой части тела. Надо немедленно обратиться к доктору. Пока же на рану класть тряпки,

смоченные в теплой воде. Когда поражена конечность, то держать ее в приподнятом виде.

Когда приходится обмывать грязные раны от машинных повреждений, то сначала надо обмыть бензином или скипидаром (смочив им вату) окружность раны, а затем саму рану. Потом наложить повязку. Чем сильнее будут выделения из раны, тем чаще надо ее перевязывать, каждый раз обмывая раствором карболки или сулемы (1:1000), вообще, с какой-нибудь дезинфекцией, затем присыпать чем-нибудь, как указано выше, закрыть мягкой марлей, ватой и завязать.

Домашние народные средства при разных ранах.

Засыпают рану чистым, очень мелко смолотым сухим настоящим кофе. Он останавливает кровь и заживляет.

Кожные и мышечные раны засыпают мелким порошком из крапивы: надо листья и стебли налить спиртом на пять дней, затем вынуть из спирта, высушить и столочь в порошок. Прекрасное средство.

Также хорошая присыпка из корня растения аир.

Привязывают к грязной ране тертую свежую морковь, она хорошо чистит.

Гниющую рану присыпают порошком из древесного угля.

На упорно не заживающую, но не гниющую рану кладут чистую, обыкновенную бумагу (как из-под чая) и забинтовывают. Рана быстро заживает.

Запекшуюся на ране кровь легко отмачивают кислой капустой.

ОЖОГИ

Ожоги бывают трех степеней:

1. От ожога получается только краснота и жжение.

2. На обожженном месте получают пузыри.

3. Кожа и мясо от ожога отваливаются кусками. При этом если ожогу подверглось более одной трети тела, то больной обыкновенно умирает от внутреннего отравления.

При ожоге первой степени можно применять и такие простые средства:

Можно смазать каким-нибудь растительным маслом: прованским, ореховым и пр. или рыбьим жиром.

Намазать обожженное место целым яйцом (белок и желток), повторяя смазывание почаще.

Привязать тертый сырой картофель, или морковь, или свеклу.

Обсыпать содой, смочив место немного водой.

Смазать глицерином, который очень успокаивает боль.

Прикладывать кислую капусту, почаще ее менять.

Приложить смоченную в уксусе тряпку.

Смазать настоящим пчелиным медом.

Намочить тряпку в моче самого пострадавшего и привязать.

Привязать тонкий пластик простого серого мыла.

При более серьезных ожогах, когда появились уже пузыри, надо проколоть их чистой иглой (прокаленной на огне или смоченной в йоде), выпустить из пузырей жидкость, но чтобы не сорвать кожицы, а то будет очень больно при всяком дотрагивании до ранки. Потом ранку смазать два-три раза в сутки крепким раствором марганца или наложить на тряпочку мазь, сделанную из пережженного льняного масла пополам с известковой водой, сверху положить немного ваты и завязать.

При очень сильных ожогах нужен доктор. Если его нет, то посадить больного в теплую ванну. Сначала ему будет очень больно, но потом это ощущение пройдет, и ему станет легче. Пусть сидит в ванне, сколько хочет, надо только поддерживать в ванне теплоту и давать больному для подкрепления сил крепкий чай.

При ожоге горла очень горячей пищей надо пить какое-нибудь растительное масло маленькими глотками, также воду с разбавленным в ней сырым яичным белком (один белок на полстакана воды).

Если ожог от фосфора, например от вспышки коробки спичек, то надо обожженную часть опустить в холодную воду минут на 10-15, потом хорошо вытереть, намазать маслом или салом и забинтовать.

При ожоге едкой известью надо раньше всего облить пораженные места разведенным уксусом, а известь удалить маслом, а не водой.

При ожоге кислотами, например серной или соляной, надо сначала место ожога облить чистой водой или молоком, затем покрыть порошком мела или магнезией, известковой водой, маслом (что есть под рукой).

Если на ком загорелось платье, надо его повалить на пол (он не должен бежать) и накрыть чем-нибудь толстым — ковром, одеялом и пр. Огонь сейчас же потухнет, тогда облить водой и тщательно осмотреть, нет ли ожогов.

Опаление. Если опалить от огня лицо, ноги, руки и пр., но не до ран, то взять мелкой соли, поплевать на нее, растереть и намазать больное место, завязать. Не будет ни боли, ни следов, быстро все проходит. Но надо обязательно слюну, водой замешивать нельзя, не помогает.

Быстро помогает еще при волдырях и ранах от ожога: вскипятить в пропорции растительное масло с чистым воском (1 к 1/2), теплой смесью намазать ветошку (тряпочку мягкую) и наложить на ожог, забинтовать. Это — старый, русский способ.

Симпатическое средство:

Если ребенок схватился за что-нибудь горячее и обжегся, но не до волдырей, то надо, чтобы он сейчас же взялся за мочку уха, боль и краснота быстро пройдут.

Помощь в несчастных случаях

ПОСТОРОННИЕ ПРЕДМЕТЫ В ГЛОТКЕ, ПИЩЕВОДЕ, НОСУ, УШАХ

Когда в нос заползает небольшое насекомое, надо вызвать чем-нибудь чихание, например пощекотать в носу соломинкой. Если насекомое не выйдет, то спринцевать нос теплой водой, пока насекомое не выйдет.

Если же в нос, да еще глубоко, засунута пуговица, горох и пр., что дети очень любят делать, то надо обратиться к врачу.

Когда в ухо заползло насекомое, надо как можно скорее заставить его выползти обратно, пока оно не успело положить там яичек. Сделать это так: надо впустить в ухо сначала несколько капель теплого растительного масла, а часа через два начать спринцевать теплой водой до тех пор, пока насекомое не вымоется. Если оно останется в ухе, да еще живым, то вскоре появятся в ухе боли, шум, рвота, пока насекомое в конце концов не выползет или умрет.

Если в ухо засунут крупный предмет — пуговица, камешек и пр., надо обратиться к доктору, а не копать в ухе самому, так как легко повредить барабанную перепонку.

В глотке чаще всего застревают кости, гвозди, булавки, монеты и тому подобное. Все это застревает главным образом по бокам глотки и в небных складках, но иголки обычно проскальзывают в окружающие ткани, потом путешествуют по всему телу и выходят в конце концов где-нибудь наружу в другом месте без вреда для человека.

Для извлечения предмета из глотки надо вызвать рвоту, если же предмет не выходит, то обратиться к доктору.

Если попадет что-нибудь маленькое в гортань, например крошка, то она может выйти с кашлем. Помочь этому можно так: прижать живот и грудь к твердому предмету, например к столу, и ударить в спину между лопатками, нанося короткие и сильные удары. Выдавливаемый воздух из легких может увлечь за собой и крошку.

Но если предмет прошел глубоко и ребенок стал задыхаться, то надо скорее к доктору для горлосечения (трахеотомии).

Если какой-нибудь небольшой предмет, например косточка от персика или даже наперсток, застрял в начале пищевода, то его можно вернуть рвотой. Если не выйдет и застрянет в конце пищевода, при входе в желудок, то надо пить воду и есть побольше корок хлеба, чтобы протолкнуть предмет в желудок. А потом есть побольше вареной картошки, которая обволакивает проглоченный предмет и увлекает его с собой в кишки и дальше к выходу.

Если подавишься рыбьей костью, то надо побольше есть мякиша черного хлеба. Или взять в рот кусок сахара и сосать. Когда сахар весь растает, его надо сразу весь проглотить, со всей слюной, и вместе со слюной дальше пройдет и кость.

Если ребенок подавился куском или костью, то можно сначала сделать так: просунуть ему в горло большой и указательный пальцы и попробовать вытащить кусок. Если не удастся, то применить вышеуказанные средства.

СОЛНЕЧНЫЙ УДАР. ТЕПЛОВОЙ УДАР

Красное лицо, тошнота, сильная головная боль, слабость, высокая температура. При ударе нельзя давать ничего потогонного, как аспирин и пр. Лучше всего пустить кровь, надрезав кончики ушей в их верхней части. Сначала пойдет черная кровь, а когда опасность минет, то пойдет светлая, красная. К рукам и ногам поставить горчичники или привязать тертый хрен, тертый лук, тряпку, смоченную в скипидаре (не дольше, чем на 15 минут), словом, что есть в доме. На голову положить лед, поставить клизму из холодной воды и потом в задний проход можно еще всунуть кусочек льда. Когда больной очнется, давать ему пить ледяную воду, холодный кофе, следя, чтобы голова была повыше.

Тепловой удар может случиться не только на солнце (как солнечный удар), но и в комнате за игрой в жаркий день: сразу появляется тошнота, головокружение, температура понижается, выступает липкий пот, походка у ребенка неуверенная. Надо покой, как можно больше свежего воздуха, делать горячие ванны, давать возбуждающие средства.

ПОРАЖЕНИЕ МОЛНИЕЙ

Когда молния поражает человека, она его обычно обжигает, а кость ломает. Но если он остается невредим, то можно попробовать

его оживить: надо раздеть его догола и закопать неглубоко в землю, но так, чтобы все тело, включая голову, было закрыто землей; свободным от земли надо оставить лишь одно лицо. Если человек жив, то он постепенно придет в себя, кожа у него посветлеет. Тогда надо посадить его в теплую ванну 22-24° и сильно растирать виски, грудь, спину водкой или уксусом, а после ванны облить ему спину и затылок более прохладной водой, продолжая растирать их. Затем хорошо вытереть, уложить в постель, поставить клизму с уксусом или солью. Когда желудок подействует, дать полный покой.

ОБМОРАЖИВАНИЕ И ЗАМЕРЗАНИЕ

Для предупреждения обмороживания хорошо смазывать в сильный мороз открытые части тела салом или животным маслом (но не растительным!), а ступни ног сверху чулок еще обертывать газетной бумагой (если предстоит долго гулять на улице).

Есть три степени обмороживания.

Первая степень — это ознобление. Оно проявляется в темнорозовых возвышениях и в тепле сильно горит и болит. Оно чувствуется всю жизнь, как только больное место попадает на холод. При свежем озноблении такие места хорошо смазывать ихтиолом. Затем делать ознобленным местам теплые ванны с дубовой корой, квасцами или даже с уксусом. Днем держать их в тепле, а на ночь смазывать ихтиолом и завязывать. При общем озноблении всего тела надо делать ванны по 10 минут при 35°С. После ванны хорошо обсушиться, обтереться камфорным спиртом.

При более сильном обмороживании, переходящем уже в замерзание, могут появиться раны, которые хорошо смазывать мазью из пережженного льняного масла и известковой воды или же ихтиоловой мазью. Словом, лечить как обыкновенные раны.

Замерзшего человека никогда нельзя тащить, а всегда надо нести, так как кости у него от замерзания становятся хрупкими и легко ломаются. Но нельзя вносить сразу в теплое помещение, а сначала надо растереть снегом или льдом при помощи суконки и, лишь когда он начнет согреваться, внести в дом. Оттертые члены надо поливать холодной водой, обертывать холодным полотенцем, иначе больной испытывает в них большую боль. В комнате надо продолжать растирать водкой, давать нюхать нашатырный спирт, а когда он придет в себя, то напоить горячим чаем и хорошо очень укутать.

Но если тело получило естественную теплоту, мягкость, а сознание не возвращается, то давать в холодном виде (не в горячем) кофе, даже поставить клизму из комнатной воды с солью.

При обмороживании третьей степени поражение бывает иногда такое сильное, что отваливаются мертвые куски пальцев рук и ног, что может привести к заражению крови. Чтобы предупредить омертвление и восстановить кровообращение, надо пораженную конечность обернуть ватой и держать в приподнятом положении. И обязательно доктора, так как потребуются почти всегда ампутация.

Народные средства от ознобления:

Класть на больные места согревающий компресс из мочи: тряпка в моче, бумага, что-нибудь теплое.

Тереть это место каждый вечер льдом в течение пяти минут. Проходит иногда бесследно.

Разрезать пополам сырую картошку, вынести на мороз. Когда появится на ней коричневый налет, то снять его ножом, намазать на тряпку, прикладывать к больному месту в течение нескольких дней, пока не пройдет.

Привязывать гнилое яблоко или печеный лук.

Мазать медвежьим топленным салом.

Сварить каштаны без скорлупы, намочить в наваре тряпку, класть как согревающий компресс.

ПРИКОСНОВЕНИЕ К ЭЛЕКТРИЧЕСКОМУ ТОКУ

Если ребенок прикоснется к открытому проводнику сильного тока или коснется мокрой рукой закрытого, то он или гибнет ("сгорит"), или в редких случаях впадает в бессознательное состояние, так как действие электрического тока сходно с молнией. Надо как можно скорее прервать ток. Если близко нет выключателя или неизвестно, где он находится, то надо просто разорвать проволоку провода, накинув на нее сухую веревку, или соединить провод металлическим проводом с землей (где это возможно; осторожно!). Но ни в коем случае нельзя хватать пораженного током голыми руками, пока он прикреплен к проволоке, так как электричество пройдет через вас и вы тоже пострадаете. Надо надеть предварительно резиновые перчатки или хотя бы целую, сухую резиновую обувь или хотя бы обмотать хорошо руки целой, сухой суконкой, через которую электричество не проходит, а уж потом стараться оттащить пораженного от проволоки (разъединить).

УГАР

Угарный газ — это окись углерода. Отравление им происходит тогда, когда содержание углекислоты в воздухе превышает 5%. Тогда

углекислота вытесняет из крови человека кислород, ребенок жалуется на звон в ушах, головную боль.

Ребенка надо вынести на свежий воздух, облить голову холодной водой, влить в рот капель пять нашатырного спирта с водой. Если он уже не дышит, то применить искусственное дыхание.

Если ночью, проснувшись, вы вдруг почувствуете угар, то надо скорее перейти на пол, так как угар, как легкий газ, собирается вверху, а внизу он слабее. Поэтому к выходу или к окну, чтобы открыть его, надо не идти, а добраться по полу.

По приведении в чувство пострадавшему надо дать черный кофе, уложить в постель, согреть бутылками с горячей водой.

Что полезно знать о витаминах и минеральных солях

ВИТАМИНЫ

В пищевых продуктах имеются химические вещества, названные витаминами, которые необходимы для правильного хода процессов усвоения пищевых продуктов и которые в настоящее время могут быть изготовлены в лаборатории.

В человеческом организме витамины сами по себе образовываться не могут, так как они образуются только в растениях, а через них попадают к нам.

В настоящее время обнаружено много различных витаминов, которые значатся под определенными буквами — А, В, С, D и др. Очень немногие пищевые продукты содержат в себе все витамины: в одних их много, в других мало, а в некоторых их и совсем нет. Полное же отсутствие одного из витаминов в течение долгого времени обычно влечет за собой для человека смерть.

Витамин А. Это — витамин роста, имеется во всякой зелени и во всех жирах животного происхождения, за исключением свиного сала. В растительных маслах из семян (например, в хлопковом масле) этого витамина тоже почти нет.

Когда в пище мало витамина А, то в организме нет достаточного физического развития, нет жизненности, нормального роста. Мускулы легко утомляются, кожа нечистая, в ушах большое отложение серы. А самое главное, появляется сухость и воспаление роговой оболочки глаза. Сухость слизистой оболочки появляется не только в глазах, но в носу, горле, легких, кишках, мочевых каналах, что лишает их защиты от заражения.

Для детей особенно важен витамин А, так как при недостатке его дети легко подвергаются всяким заболеваниям. Если малорослого ребенка начать усиленно кормить витамином А, то у него быстро увеличивается рост.

Витамин этот больше всего имеется в рыбьем тресковом жире, в свежем коровьем масле, сливках, яйцах, сырых помидорах, салате и шпинате.

Витамин В. Этот витамин главным образом предохраняет от нервного расстройства, а кроме того, способствует перистальтике кишек, уничтожает запоры, повышает сопротивление организма к заразным болезням и всякого рода экземам.

Витамин В сконцентрирован главным образом в семенах растений, немного в корнях и в клубнях, но не в листьях, где находятся витамины А и С. Больше же всего его имеется в пивных дрожжах, в семенах подсолнуха, в необдернутом рисе и таком же ячмене. В сливочном масле, белом хлебе и сахаре его совсем нет. Поэтому при обильном потреблении этих последних надо для уравнивания обязательно побольше есть той пищи, где находится много витамина В, а именно — мясо, печенку, свежие помидоры, спаржу, яйца, салат, стручковую фасоль.

Витамин С. Он укрепляет иммунитет организма, то есть сопротивляемость его к заражениям. Недостаток его создает упадок сил, болезненный вид, кровотечения из носа и десен, боль в суставах, опухание конечностей, не дает заживать ранам. Полное же его отсутствие ведет к тяжелой болезни — цинге.

Этот витамин помогает усваивать из пищи минералы и благотворно влияет на глаза.

Он имеется в свежих фруктах, особенно апельсинах, лимонах, грейпфрутах, и бананах, а также в овощах, главным образом сырых — помидорах, моркови, капусте, шпинате, салате, желтой репе и картофеле (сваренном в шелухе), в луке и чесноке.

При варке почти все овощи теряют витамин С, за исключением лука, который сохраняет его при варке.

Витамин Д. Предохраняет от рахита и, вообще, от размягчения костей. Он необходим для правильной утилизации известковых солей и фосфатов, содействует повышению сопротивляемости организма в отношении легочных заболеваний.

Больше всего его имеется в рыбьем жире (но последний при долгом хранении теряет витамин Д), свежих яйцах и сырой капусте.

МИНЕРАЛЬНЫЕ СОЛИ

Они так же, как и витамины, должны находиться в нашей пище, так как необходимы для жизни и деятельности нашего организма.

Натрий. Один из главных щелочных элементов в организме. Благодаря ему известь и магний удерживаются в крови и тканях. Натрий выводит из тканей к легким углекислый газ, при недостатке натрия появляются сердечные болезни. Натрий является источником

соляной кислоты, входящей в состав желудочного сока. Только благодаря натрию железо может захватывать из воздуха кислород.

Железо. Оно является самым нужным элементом для окисления нашей крови, способствует образованию красных кровяных шариков (гемоглобина) в ней. Недостаток железа в организме создает острое малокровие, пониженную жизненность, апатию, бледную немочь. Складочным местом железа в организме является печень.

Больше всего железа находится в шпинате, салате, землянике, спарже, луке, тыкве и арбузах.

Калий. Это щелочной металл, необходимый для строения мускулов. В организме он нужен для печени и селезенки, а также для кишечника, которому помогает переваривать жиры и крахмал. Поэтому пища, богатая калием, полезна при запорах. Он также полезен при плохой циркуляции крови, при ослаблении деятельности сердца, при разных воспалениях и болезнях кожи.

Недостаток калия создает дряблость мускулов, понижает умственную жизнедеятельность. Больше всего его имеется в сырых овощах, кислых фруктах, особенно лимонах, клюкве и барбарисе, а также много в отрубях, орехах, миндале и каштанах.

Кальций (известь). Дает крепость костям и всей основе скелета. Количество его в человеческом теле составляет 3/4 всех минеральных элементов, в него входящих. Сердце, самый сильный орган в теле, должно получать кальция в 7 раз больше, чем всякий другой орган, так как кальций необходим для работы сердечных мускулов и для свертывания крови. Он является главным источником снабжения крови щелочными солями, что крайне важно, так как кровь в нормальном состоянии щелочная и если щелочное равновесие нарушится, то наступает смерть. Дети и подростки требуют кальция в 3-4 раза больше, чем взрослые, для образования костей, зубов, тканей.

Во время болезней, особенно с высокой температурой, из организма выбрасывается очень много кальция, что сейчас же отражается на работе всего организма.

Введение одного чистого кальция в организм не приносит большой пользы, его надо вводить попутно в виде пищи, содержащей в себе щелочь в органическом соединении, надо давать яичные желтки, желтую репу, брюкву, фасоль, маслины, чечевицу, миндаль, винные ягоды, цветную капусту, отруби, сыворотку.

Фосфор. Развитие костей может задержаться вследствие недостатка фосфора, несмотря на достаточность кальция, так как фосфор является в организме стимулом роста. Фосфор еще нужен для мозговой работы, так как он входит в состав мозгового вещества. Фосфором

особенно богаты печень из рыбы, также яичный желток, сыр, хлебные отруби, редиска, огурцы, салат, орехи, миндаль, сухая чечевица и сухой горох.

Сера. Она находится во всех клетках и тканях человеческого организма: в составной части волос, ногтях, мускулах, желчи, экскрементах, газах, в моче. Является антисептическим средством для кишечника, умеряет излишнее окисление фосфора, сохраняет жизненную силу нервов. Недостаток серы ведет к раздражительности, болезненным явлениям на коже, к нервным сыпям.

Много серы имеется в хрене, репе, капусте, яичном белке, отрубях, грецких и китайских орехах, в спелой ржи и пшенице.

Кремний. Он идет на конструкцию мускулов, нервов, кожи, волос и ногтей. Недостаток его вызывает выпадение волос, ломкость ногтей, способствует заболеванию сахарной болезнью. Больше всего кремния находится в кожице свежих фруктов и в отрубях хлебных злаков. Кроме того, немного в огурцах, кочанном салате, петрушке, свекле и землянике.

Хлор. Он имеется в организме в соединении с натрием, калием и кальцием, как соляная кислота. В этом виде помогает организму переваривать и усваивать протеины (белки) и бороться с паразитами, находящимися в наших тканях. Недостаток его может выразиться в плохом пищеварении, а главное — в мочевом отравлении крови.

Больше всего хлора в молочной сыворотке, яичном белке, в капусте, сельдерее, петрушке. Также есть еще в масле, бананах, яйцах, молоке и ржаном хлебе.

Фтор. Находится у человека в спинных костях и зубах, меньше в мускулах, мозгу и крови. Он входит в состав эмали зубов: без фтора эмаль трескается, зубы гниют. Кости скелета без фтора тоже болят.

Фтор есть во всех зернах хлебных злаков, в орехах, бобах, горохе, яичном белке, во фруктах и зеленых овощах.

Йод. В организме находится в щитовидной железе и является регулятором обмена веществ. Недостаток йода ведет к образованию зоба и ослабляет иммунитет, уменьшает физические силы организма.

Больше всего йода находится в морской капусте. Затем он имеется в репе, брюкве, свекле, салате, помидорах, в морских раках, крабах, селедках.

Соль (поваренная). Очень нужна для тканей и крови, также для образования соляной кислоты, которая входит в состав желудочного сока. Нехватка в организме соли ведет к похудению, а переизбыток ее вредно отражается на сердце.

Магний. Он сообщает костям и зубам особую твердость и жесткость. В нервах, мускулах, легких, мозгах он тоже имеется в небольшом количестве, сообщая им эластичность и плотность.

Магний находится в шпинате, помидорах, сельдерее, орехах, винных ягодах и отрубях.

ПОЧЕМУ МЫ ДОЛЖНЫ ПРИНИМАТЬ ВИТАМИНЫ И МИНЕРАЛЫ НЕСМОТРЯ НА ТО, ЧТО ПРИРОДА ТАК БОГАТО ОДАРИЛА ИМИ НАШУ ПИЩУ?

Потому, что в настоящее время условия нашей жизни складываются так, что мы не получаем из нашей пищи в достаточной мере всего того, что необходимо для жизни и деятельности нашего организма, так как мы очень неправильно питаемся.

Искусственное удобрение, которое всюду теперь вытесняет натуральное (навоз), давая фруктам и овощам особую величину и красоту, а также временно богатую урожайность, в то же время не дает растениям сил извлекать из земли все те соки, которые им нужны для образования витаминов и которые они получали в таком изобилии при навозном удобрении; а также вместо прежнего большого количества различных минеральных солей они получают теперь только три элемента из них.

Наши сады, огороды и поля в борьбе с вредными насекомыми неоднократно опрыскиваются раствором ДДТ (вместо прежнего окуливания), куда входит мышьяк. Этот яд, убивая насекомых, в какой-то мере остается, вероятно, потом на фруктах, овощах и хлебных злаках, а через них попадает к нам в желудок, отравляя организм.

Из зерен пшеницы (из коммерческих соображений) извлекается сердцевина, делая их мертвыми. А затем для получения белых, и особенно нежных, сортов муки из нее тщательно отсеиваются отруби, в которых, главным образом, и находятся витамины. И эта ценнейшая часть зерна отдается в корм скоту, а для человека готовится хлеб, не только мертвый, но и вредный.

Темный натуральный сахар, вырабатываемый из тростника или кормовой свеклы, имеет в себе много витаминов и минералов, но, проходя процесс очищения, теряет все витамины и большую часть минералов. Зато снежно-белый, блестящий сахар ежедневно поглощается нами в огромном количестве, входя во все кексы, варенья, пирожные, мороженое, конфеты и пр. и пр., нанося нашему здоровью огромный вред.

НПК "Имидж"
Творческая мастерская "Кредо"
МП "Гарантия"

Подписано в печать 15.08.91 г. Формат 60×90 1/16
Бумага офсетная. Усл. п. л. 5,0. Тираж 100 000 экз.
Заказ 885. Цена договорная.

Московская типография № 5 Госкомпечати СССР
129243 Москва, ул. Мало-Московская, 21.