

V.
2.23656.
e/h-F.

III 23656



23656 V. 2. e. e in f.

Circulare

der in Laibach bestellten Sanitäts-Commission.

Die jährlich mehr oder weniger vorkommende gallische Brechruhr zeigt sich unter Einfluss der eigenthümlichen diesjährigen Witterungs-Verhältnisse mehr als gewöhnlich in unserem Lande, und hat in einigen Orten mit bisher noch mäßiger Ausbreitung und Heftigkeit den epidemischen Charakter angenommen.

Es gebietet somit die Vorsicht, sich vor Erkrankung mehr als gewöhnlich in Acht zu nehmen und auch gegen ein leichtes Unwohlsein ähnlicher Art ohne Säumniss die geeignete Hilfe anzuwenden.

Ruhe des Gemüthes und eine mäßige geregelte Lebensweise sind seit jeher das natürlichste und beste Schutzmittel gegen Erkrankung überhaupt, und werden es auch dermal bleiben.

Insbondere ist sich vor Erkältung und vor Störung in den Verrichtungen der Verdauungs-Organen zu hüten, daher in ersterer Beziehung während der kühlen Abend-, Nacht- und Morgenstunden oder bei üblem Wetter durch entsprechende Bekleidung zu schützen, worauf vorzüglich diejenigen Rücksicht zu nehmen haben, die durch ihr Geschäft mehr vom Hause gehalten sind, und leichter in die Gelegenheit kommen, sich erkälten zu können; der nächtlichen Ruhe soll in geschlossenen, dem Luftzuge nicht ausgesetzten Räumen gepflogen werden. Wer zeitlich des Morgens seinen Beschäftigungen nachzugehen hat, möge sich vorher durch das gewohnte oder sonst ein angemessenes Frühstück stärken.

Bei dem Genuße von Speise und Trank ist immer die gehörige Beschaffenheit derselben und das wahre Maß zu berücksichtigen. So wie schlechte Nahrungsmittel schon in geringer Menge nachtheilig werden, so werden selbst gute durch das

Razglas.

zdravstvenega odbora v Lubljani.

Zelčna bljuvodriska, ki se vsako leto bolj al mēnj pokaže, se v posēbnih razmērah vremena tega leta v naši deželi pokazuje in je v nekterih krajih, dasiravno zmerno razširjena in ne zlo huda, medljudstvena ali epidemična postal.

Previdnost ukazuje tedej, se bolj kakor sicer bolehanja varovati in če se kdo le malo slabega čuti, brez mujenja pripravnne pomoči se poslužiti.

Pokoj duha in zmerno redno življenje, to je od nekđaj najboljša in naturi najbolj primerna bramba zoper bolēzni sploh in bo tudi zdaj ostalo.

Posebno se je varovati prehlajenja in da se želodec ne pokvari; zavoljo tega se je, kar prehlajenje zadene, v hladnih večerih, nočeh in jutrih ali o slabim vremēnu primerno oblačiti. Na to morajo tisti posēbno gledati, kateri so zavoljo opravil bolj od doma in več priložnosti imajo, se prehladiti. Po noči nej vsakdo v zapertim poslopju počiva, skozi katero sapa ne vleče. Kdor mora zjutraj zgodaj k svojim opravilom iti, nej kaj vžije, kar je bil sicer vaje, ali sicer kaj primernega.

Jedī in pijače morajo biti dobre in čez mero nej jih nihče ne vživa. Kakor slaba hrana že po malim vžita škodje, tako tudi dobra slabo tekne, če je čez mero. Kdor je sicer obilno obedovati vaje in sicer misli, da mu to dobro

Uebermaß schädlich, wer übrigens an reichlichere Mahlzeiten gewöhnt — sonst solche gut zu vertragen vermeint, — wolle sich der Vorsicht wegen lieber etwas Abbruch thun.

In der Auswahl der Nahrungsmittel muß auch der Gewohnheit Rechnung getragen werden. Es ist ein großer Fehler, von der hergebrachten diätischen Ordnung plötzlich abzugehen. So unvorsichtig ein übermäßiger Genuß von den Stuhlgang befördernden Speisen und Getränken wäre, so nachtheilig und schädlich wäre es, sich plötzlich auf den Genuß von stopfenden einzuschränken.

Wenn das Trinkwasser nicht von ganz guter Beschaffenheit ist und noch dazu in größerer Menge genossen wird, so wird gerathen sein, es mit etwas Wein gemengt zu nehmen, oder z. B. für Manche der arbeitenden Classen — mit etwas echtem Weinessig oder guten Brantweines zu versehen. Auf die Schädlichkeit des ungewöhnlichen oder übermäßigen Genusses starker oder gar gebrannter Getränke zu erinnern dürfte kaum nothwendig sein.

Da die Krankheit sich gerne an solchen Orten festsetzt und verlängert, wo Schmutz und Unrath sich finden, wo durch Ueberfüllung der engen Wohnungen eine verdorbene Luft herrscht, wo durch die Ausdünstungen faulender Stoffe Feuchtigkeith und Gestank unterhalten werden, so bietet die strenge Handhabung der Reinlichkeit eines der verlässlichsten Mittel zur Abwehr der Krankheit.

Wenn Jemand durch ungewöhnliche Erscheinungen in seinem Befinden auf einen möglichen Anfall der Krankheit erinnert wird, so vernachlässige er dieselben nicht und versäume keine Zeit bis zum Eintritt der ärztlichen Hilfe durch eine wärmere Bedeckung, durch eingeschränkte Diät, Ruhe und den Gebrauch einfacher Mittel dem Uebel vorzubeugen. Letztere bestehen in einem aus Lindenblüth, Münzen, Melissen, Chamillen bereiteten leichten Theegetränke, welches lauwarm und öfters wiederholt genommen werden kann.

Am wenigsten aber ist eine — wenn auch scheinbar leichte und mit keinem Mißbehagen verbundene Diarrhöe zu vernachlässigen, oder mit unberathenen Mitteln selbst zu behandeln.

Die Leichtgläubigkeit der Laien wird durch eine mit jedem Tage sich mehrende Menge von sogenannten Präservativmitteln ausgebeutet. Die große Zahl dieser, mitunter gerade entgegengesetzter

tekne, bodi previden in nej si rajše nekoliko prikrati.

V izberi živežev nej se tudi slednji po navadi rarna. Zlo škodljivo je, od navadnega življenja nagloma odstopiti. Kakor bi bilo ne-
previdno, jedi in pijače čez mero uživati, ki pomagajo život izprazniti, tako bi bilo škodljivo, samo take uživati, ki život bolj zamašajo.

Če voda, ki je za pijačo, ni prav dobra in je kdo še več pije, bo dobro, jo z nekoliko vina zmešati, ali pa, postavim, delovci nej nekoliko pravega vinskega jesiha ali pa žganja v njo kanejo. Kako škodljivo je, nenavadno ali nezumno močne ali clo žgane pijače piti, menda ni treba opomniti.

Ker se bolézin rada v tacih krajih vgnézi in dalj časa ondi ostane, kjer ste nemarnost in nesnaga doma, kjer je zavoljo prebivanja preveč ljudi na enim kupu zrak ali luft spriden, kjer se gnileče reči parijo in vlažnost ter smerad delajo, je snažnost v vsih rečeh eden najboljših pomočkov zoper bolézin.

Če kdo kaj nenavadnega v svojim počutnju spazi, kar bi ga opominjalo, da je mogoče bolézin dobiti, nej tega ne zanemárja in nej ne zamaja do zdravnikovega prihoda se bolj gorko odejati, bolj pičel živež uživati, pokojni biti in se prostih reči posluževati, da tako bolézni v okom pride. Take proste reči so iz lipovega cvetja, méte, melise, kamilie napravljena lahka pijača; mlačno-gorka mora biti in večkrat jo je tréba piti.

Nejmenj se pa smé driska iz nemar pušati, tudi če ni silna in nikakoršnih težav ne dela. Tudi neprevdarnih zdravil zoper njo se ni posluževati.

Lahkovernost nepodučenih ljudi nadeljuje pot tako imenovanim obvarovavnim zdravilom, ki se od dné do dné bolj množijo. Veliko šte-
vilo téh zdravil v eni in tajisti bolezní, ki so

Mittel in einer und derselben Krankheit muß ein gerechtes Mißtrauen in die angepriesene Heilkraft solcher Mittel erwecken, und es ist die Warnung vor deren Gebrauch wohl zu beherzigen, da jede Arznei eine Waffe ist, welche ihren Führer selbst nur zu oft und schwer verlegt, wenn derselbe weder ihre Gebrauchsart, noch den Feind kennt, gegen welchen er sie anwenden will.

Die eigentliche Behandlung der Krankheit kann nur eine Sache der Aerzte sein, welche dem in sie gesetzten Vertrauen auch um so leichter und mit um so größerem Erfolge entsprechen werden, je mehr die hier angedeuteten Vorsichtsmaßregeln durch die menschenfreundliche Mitwirkung der intelligenten Classen zur Kenntniß des Volkes gebracht und von ihm befolgt sein werden.

Laibach am 24. Juli 1855.

Andreas Graf v. Hohenwart,

k. k. Hofrath, als Commissions-Präsident.

si večkrat clo nasprotne, mora pravično sumljivost v hvaljeno zdravilno moč tajistih obuditi in svarjenje, se jih posluževati, nej si vsak k sercu uzame, ker je vsako zdravilo orožje, katero tistega, ki se ga poslužuje, prav prav dostikrat in hudo rani, če ne vé, kako je z njim ravnati, in tudi sovražnika ne pozná, zoper kterega se ga hoče poslužiti.

Bolézin pa prav zdraviti zamore samo reč zdravnikov biti, kateri bodo zaupanju, ki se jim da, toliko lože in s toliko večjim pridom zadostili, kolikor se bodo tukaj povedane pravila s človeko-ljubno pripomočjo omikanih stanov med ljudstvom razglasevale in spolnovale.

V Lubljani 24. Julija 1855.

Andrej grof Hohenwart,

c. k. dvorni svetovavec in predsednik odbora.

