

Wychodzi
pierwszego dnia
każdego miesiąca.

Adres redakcyi
i administracyi:

Lwów,
Chorążczyzna 22.
II. piętro.

PRZYJACIEL ZDROWIA

ORGAN LWOWSKIEGO TOWARZYSTWA HYGIENICZNEGO,
POŚWIĘCONY HYGIENIE LUDU I WSI.

Przedpłata
roczna:

1 korona 20 h.
1 marka 20 pf.
60 kop.

Cena
pojedynczego
egzemplarza
10 hal.

DODATEK BEZPŁATNY

DO „PRZEWODNIKA KÓLEK ROLNICZYCH“, „PRZEGLĄDU HYGIENICZNEGO“
I „ROLNIKA“.

WYDAWCY: ZARZĄD GŁÓWNY TOWARZYSTWA KÓLEK ROLNICZYCH
I LWOWSKIE TOWARZYSTWO HYGIENICZNE.

KOMITET REDAKCYJNY: Dr. S. Bernadzikowski, Dr. M. Dalkiewicz, prof. Dr. M. Grabowski, Dr. B. Kaczorowski,
Dr. J. Kasperek, Dr. A. Kuhn, Dr. S. Mikołajski, Dr. J. Opieński, prof. Dr. K. Panek,
doc. Dr. W. Szumowski.

Odpowiedzialny redaktor: DR. BRONISŁAW KACZOROWSKI, Lwów, ul. Małeckiego 5.

Od Redakcyi.

Zawiadamiamy naszych P. T. Czytelników, że Redakcja i Administracja „Przyjaciela zdrowia“ przeniesiona została na ulicę Małeckiego 1. 5. Wszelkie listy i zamówienia prosimy posyłać pod powyższym adresem.

Czego uczy pismo święte o wstrzemięźliwości od trunków?

(Ciąg dalszy.)

VI. Salomon. Po śmierci Dawida wstąpił na tron syn jego Salomon. Na samym wstępie rządów swoich modlił się on do Pana w te słowa: „Daj słudze Twemu serce rozumne, aby mógł lud Twój sądzić i rozeznawać między złem a dobrem“.

Podobała się modlitwa Panu i dlatego rzekł do niego we śnie: „Żeś nie prosił o długie zdrowie, ani o bogactwa, ani o śmierć nieprzyjaciół twoich, ale o mądrość dla sprawiedliwego sądenia, uczynię ci według prośby twojej i dam ci serce mądre i rozumne. Lecz i to czegoś nie żądał, dam ci, to jest bogactwo i sławę, a jeśli będziesz strzegł przykazań moich, jak twój ojciec, przedłużę dni twoje“.

I zasłynał król Salomon z mądrości swojej, a księgi, które napisał i pieśni, zamieszczone są w Piśmie świętem jako dzieła powstałe pod natchnieniem Ducha Świętego. Jedno z nich nosi nazwę „Księga Przypowieści“, w której Salomon podaje nauki i upomnienia dla dorastającej młodzieży,

przestrzegając przed grzechem i zachęcając do cnoty. W tej „Księdze Przypowieści“ pisze:

„Komu bieda? czyjemu ojcu bieda? komu swary? komu doły? komu bez przyczyny rany? komu płynie z oczu?¹⁾ Jeżeli nie tym, którzy zasiadają na winie a bawią się kubków²⁾ wytrąsaniem?

Nie patrz na wino gdy się rumieni, gdy się rozjaśni w szklancy barwa jego: łagodnie wchodzi.

Ale na końcu ukąsi jak wąż, a jako żmija jad rozpuści.

Oczy twe będą patrzeć na cudze: a serce twe będzie mówić przewrotności.

I będziesz jako śpiący pośród morza i jako uśpiony sternik, gdy ster straci.

I rzeczesz: Bili mnie, ale mnie nie bolało, ciągnęli mnie, a nie czułem. Kiedyż ocucę i zasię wino znajdę?“.

Widzimy tu cały obraz nieszczęścia, spowodowanego pijaństwem. Pijak jest nędznym gadułą, używa niewyraźnych wykrzykników i jest niezdolny do posługiwania się cudownym darem mowy. Człowiek różni się od bydła duszą i mową. A czy pijak umie rozsądnie mówić? Nie! On bełkoce! Jest kłótlivy, złośliwy i swarliwy. Sam się nieraz kaleczy bez powodu, bo niema czucia, ale dlatego też łatwo kaleczy drugich. Oczy jego są zaczerwienione, podbite, płonące dzikim ogniem lub blaskiem szału. Cóż za ofiara! Cierpi za własne winy, to prawda, ale często dochodzi do tego również z powodu przykładu i namowy innych. Ofiary

¹⁾ Wzrok osłabiony i oczy zaczerwieniałe od pijaństwa.

²⁾ Gra w kości.

takie istniały za czasów Salomona i dziś niestety istnieją.

Pogromcą człowieka w tym razie jest alkohol, znajdujący się — jak wiemy — w każdym trunku bez wyjątku. Już Salomon zauważył, że sok z winogron, który po wyciśnięciu jest mętny, rozjaśnia się po fermentacji i wtedy kasa jak wąż i zatrzuwa jadem jak żmija. Działanie tego jadu jest osobliwe, bo przymusza ofiarę do szukania pomocy u pogromcy. „Napiję się znowu!“ To straszne zaślepienie!

Dlatego mędrzec nad mędrcami mówi: „Nie patrz na trunek“ — nawet nie patrz — by uniknąć pożądliwości. Salomon nie mówi wcale: „Pij umiarkowanie“ — „Używaj go rozważnie“ — lecz woła: „Nie patrz na trunek“, oddał się od niego, bo inaczej staniesz się pastwą i ofiarą! Słowa te mówi do syna swego, a więc są one przede wszystkim stosowne dla naszych dzieci, dla chłopców i dziewcząt.

Przez usta Salomona zaleca Pismo św. wyraźnie zupełną wstrzeźliwość od wszelkich trunków, bo sok winny, gdy się rozjaśni po fermentacji, zawiera alkohol, a ten jest składnikiem wszystkich trunków, nie tylko wina, ale także piwa, araku, rumu, herbaty z rumem, wódki, miodu i t. p.

Na innym miejscu w „Księdze Przypowieści“ powiada Salomon: „Rozpustna rzecz wino i zdradliwe pijaństwo. Ktokolwiek się w nich kocha, nie będzie mądrym“.

Jeśli komu nie chce się powiedzieć, że jest głupi, to mówi się mu, że nie jest mądry! Niemądrzy są nie tylko pijacy sami, ale mają też niemądre dzieci. Przez 4 lata zwiedziłem, jako krajowy inspektor szkół, kilkaset wsi, między temi wiele takich, których ludność oddaje się pijaństwu i przekonałem się, że dzieci w szkołach tych gmin są widocznie upośledzone, ciężko pojmują, uczą się źle w porównaniu z dziećmi rodziców trzeźwych i są prawdziwym utrapieniem dla nauczycieli i nauczycielek. Bo z rodziców pijaków rodzą się dzieci głupowate, matolki i różne najniebezpieczniejsze kaleki, będące ciężarem dla siebie i dla gminy. Alkohol mści się więc i na potomstwie. Ale i dzieci nie pijaków, lecz poczęte w podchmielonym stanie, są najczęściej upośledzone na umyśle lub chore na nerwy. Trunek na weselu jest przyczyną, że pierwsze dziecko bywa bardzo często nikłe, chorowite i słabsze niż następne.

Jak piękny widok przedstawiałaby gmina, w której wszyscy ludzie wstrzymywaliby się zupełnie od wszelkich trunków! Dlatego należy usuwać wszelkie zwyczaje pijackie, osobliwie przy weselach, i walczyć ze wszystkim, co staje na drodze zupełnej wstrzeźliwości.

Byłoby to nie tylko piękne, ale i pożyteczne. Kraj nasz wydaje na wszystkie szkoły rocznie 20 milionów koron t. zn. 20 tysięcy banknotów tysiąckoronowych, tymczasem przepija rocznie 350 milionów t. j. 350 tysięcy banknotów tysiąckoronowych. Przepijają więc ludzie 17 razy tyle, ile wydają na oświatę całego kraju.

Największe klęski powodzi, posuchy, gradobi-

cia, pożarów i t. p. nie dorównały jeszcze nigdy klęsce, która corocznie spada na kraj nasz w postaci wydatków na alkohol. Do kościołów i kaplic muszą ludzie chodzić nieraz całymi milami, ale idąc tam napotykają po drodze po kilkanaście karczem. Na każdych 280 ludzi licząc w to dzieci, starców i niemowlęta, wypada u nas jeden szynk!

Wyobraźmy sobie, że w jednym roku nikt nie przepiłby ani halerza, ale pieniądze na alkohol przeznaczone złożonoby i rozdano na przednówku wszystkim ludziom. Ponieważ kraj nasz liczy obecnie 8 milionów ludności wraz z niemowlętami, dziećmi i dorosłymi ludźmi, więc ze złożonych 350 milionów koron przypadłoby na każdego człowieka 43 koron, przeto w chacie, w której znajduje się np. ojciec, matka i czworo dzieci, t. j. 6 osób, przypadłoby 258 koron! Toż wielu wieśniaków stałoby się bogaczami.

Czy takiego kraju niema na ziemi, gdzie niemal wszystkie gminy są zupełnie wstrzeźliwe? Owszem! I to najciekawsze, że są właśnie na północy, tam, gdzie klimat o wiele zimniejszy niż u nas: w Finlandyi, Szwecyi i Norwegii. W północnej części Finlandyi zima trwa tak długo, że lud zaczyna orać dopiero z końcem maja, ale pić z powodu zimna wcale nie potrzebuje i należy do najtrzeźwieszych narodów.

VII. Rechabici, potomkowie Rechaba, należeli do szczepu arabskiego i zaliczali się do potomków Abrahama. Zachowywali oni ściśle surowe przepisy życia wstrzeźliwego, wina nie pili, domów nie budowali, nie orali; Bogu tylko służyli. Jak mówi św. Hieronim, byli oni wyobrażeniem chrześcijańskich zakonników.

Tych Rechabitów stawia prorok Jeremiasz za wzór Żydom dlatego, że byli posłuszni ojcu swojemu i trunków nie pili. Gdy część pokolenia Rechabitów przybyła do Jerozolimy, zaprowadził ich Jeremiasz do mieszkania w jednym skrzydle świątyni, postawił przed nimi czasze pełne wina i kubki i powiedział: „Pijcie wino“.

Jeremiasz, będąc przekonany o stałości Rechabitów, mógł ich snadnie pokusić. Była to próba ich wierności, użyta przez Pana Boga jako upomnienie wybranego ludu żydowskiego za brak posłuszeństwa przykazaniom Boskim.

I nie pomylił się Prorok, bo nie mógł się pomylić, bo oto Rechabici odpowiedzieli stanowczo: „Nie będziemy pić wina, bo Jonadab syn Rechabów, ojciec nasz, rozkazał nam mówiąc: Nie będziecie pić wina wy i synowie wasi aż na wieki. I domu nie będziecie budować, nasienia nie będziecie siać i winnic nie będziecie sadzić ani mieć, ale w namiotach będziecie mieszkać po wszystkie dni wasze, abyście żyli przez długie czasy na ziemi“.

Rechabici byli więc wierni raz przyjętym zasadom przez całe wieki, bo trzeba wiedzieć, że Jonadab, na którego się powoływali, żył na 300 lat przed opisaniem zdarzeniem. Nie wymawiali się oni, ani nie certowali, jak to dziś często bywa, ale po-

wiedzieli wszyscy, powiedzieli wszyscy od razu i stanowczo: nie będziemy pić wina.

Jako powód podali oni rozkaz Jonadaba, lecz nie możemy przypuścić, aby byli ślepymi wykonawcami rozkazu swego przodka. Powiedzieli oni przez to: „Nasz wielki przodek zakazał nam pić, a my przez długie wieki doświadczyliśmy mądrości jego rady, więc i nadal przy niej wytrwamy“.

Zwyczaj wypróbowany przez wieki zasługuje na to, aby był nadal zachowywany i naśladowany przez innych.

Jak dalece był przezornym Jonadab i jak troszczył się o swych synów i braci, widać z tego, że zakazał im nawet sadzić winnice, bo choć świeży sok winny jest zdrowy i nieszkodliwy, obawiał się, aby nie byli wystawieni na pokuszenie i przez przypadek nie napili się go po fermentacji, gdy już zawiera alkohol.

Stałość Rechabitów podobała się Panu Bogu. On ją przewidział i użył jej jako sposobu napomnienia pełnych niestałości Żydów. To też powiedział Pan Zastępów do Rechabitów: „Nie ustanie mąż pokolenia Jonadaba, syna Rechaba, stojący przedemną po wszystkie dni“.

Za wierność prawom boskim dla nich ustanowionym obiecał im Pan Bóg, że „nie ustanie mąż“ z tego pokolenia, t. zn. że nigdy nie wyginą i że zawsze zachowywać będą prawa Boże. To błogosławieństwo ziściło się w całej pełni, gdyż istnieją do dziś dnia, jako plemię arabskie zawsze dochowują wstrzemięźliwości od trunków. Wcale nie piją trunków także wszyscy mahometanie, t. j. Turcy, Arabowie i różne narody w Afryce.

Dziś najuczeńsi lekarze przyszli do przekonania, że alkohol jest trucizną, sprawdzili więc tylko to, w co wierzyli Rechabici przed tysiącami lat i w co dziś jeszcze wierzą. Nasza wstrzemięźliwość opierać się więc powinna na rozsądku i na doświadczeniu wiekowym całych pokoleń.

Jeżeli chcemy, aby nasz naród istniał na wieki, to przestańmy pić, bo Pan Bóg błogosławi tylko narodom trzeźwym. Niemcy piją jeszcze więcej niż my, dlatego nie bez racji mówią, że Polacy w porównaniu z nimi rozmnażają się jak króliki. Francuzi piją wino zamiast wody, dlatego ludności tam ciągle ubywa, a rząd francuski ogłosił nawet nagrody dla ludzi, którym się uda wychować więcej niż dwoje dzieci.

VIII. Daniel. Królowie assyryjscy i babilońscy mieli zwyczaj, że z pośród pojmanych w niewolę wybierali młodzieńców utalentowanych i tych kazali na dworze swoim wychowywać i kształcić. Młodzieńcy ci otrzymywali pożywienie i wino ze stołu królewskiego. Gdy król babiloński Nabuchodonozor zdobył Jerozolimę (606 lat przed Chr.) między jeńcami znajdował się młodzian z krwi królewskiej Daniel wraz z trzema towarzyszami. Daniel postanowił nie jeść pokarmów zakazanych prawami Mojżesza i prosił przełożonego, aby mu dawał jarzyny strączkowe do jedzenia a wodę do picia.

Do tej prośby przyłączyli się także trzej inni młodzieńcy. I rzekł podczaszy królewski do Daniela: „Boję się króla, bo jeżeli ujrzy twarzę waszą chudsze, niż innych waszych rówieśników, narazicie mnie na śmierć“. Daniel atoli rzekł: Spróbuj proszę przez 10 dni a przypatruj się twarzom naszym i twarzom pacholąt, którzy jedzą potrawy królewskie i piją wino, a potem uczynisz jak zechcesz“.

Przełożony doświadczał ich przez 10 dni, a gdy po tym czasie pokazały się twarze ich pełniejsze niż innych pacholąt, dawał im jarzyny i wodę, a potrawy i wino dla nich przeznaczone brał dla siebie. I dał Bóg pacholętom tym wielką mądrość a Daniela obdarzył Duchem proroczym.

O Nazarejczykach, którzy byli zupełnie wstrzemięźliwi, mówił Prorok Jeremiasz: „Bielsi nad śnieg Nazarejcykowie, jaśniejszy nad mleko, rumiańszy niżli stara kość słoniowa, piękniejszy niżli szafir“).

Dobre wyglądanie jest oznaką zdrowia, jeżeli więc wstrzymujący się od alkoholu, tak dobrze wyglądali, jak mówi Jeremiasz, przeto alkohol do zdrowia potrzebnym nie jest.

Podkomorzy królewski wierzył w przesad, tak jak wielu ludzi dzisiaj jeszcze wierzy, że alkohol jest człowiekowi niezbędnie potrzebny. Przesad ten powstał na podstawie podniecającego działania trunku. Pozornie, ale tylko pozornie, wlewa on nowe siły w zmęczony organizm, wiadomo bowiem, że każdy pijak jest słaby i sił niema do pracy; pozornie ogrzewa on zziębnięte ciało, ale tylko pozornie, bo iluż pijaków zamarzło w zimie na śmierć, chociaż człowiek trzeźwy, gdy zaśnie na zimnie, tak łatwo przecież nie ginie.

Tymi pozorami zadawałają się ludzie i nie dochodzą, czy skutki będą złe czy dobre. Złudzenia są zupełnie czem innym niż rzeczywistość. Wszak znane każdemu złudzenie, iż zdaje mu się, gdy jedzie koleją, że siedzi spokojnie, a drzewa i domy uciekają przed nim w stronę przeciwną. Ale czy tak jest w istocie? Tak samo ma się rzecz z alkoholem. Nauka wykazała, że prawdziwe skutki alkoholu są zupełnie różne od pozornych, których pijacy doznają, a mianowicie: alkohol odbiera siły, obniża naturalną ciepłotę ciała, powiększa pragnienie i rujnuje zdrowie.

Lecz siła przesądu jest wielka; ten sam przesąd, który panował wówczas w Babilonie, panuje jeszcze u wielu ludzi do dzisiaj i czyni swoimi niewolnikami nie tylko biednych i niedoświadczonych, lecz nawet ludzi podobnych do podkomorze go króla Nabuchodonozora. Nie zawsze mądrzy są ludzie lepiej ubrani, którzy otrzymali wyższe wykształcenie lub piastują wysokie urzędy. Daniel i jego towarzysze wiedzieli, że soczyste mięsa i trunki nie są wcale tak bardzo pożywne i wzmacniające, a choć nie posiadali nauki czasów obecnych, to jednak daleko odbiegli od ciemnoty i błędów swoich

współczesnych. Wiedzieli oni, że woda jest jedynym napojem niezbędnie potrzebnym do rozpuszczenia pokarmów i do zdrowia i wiedzieli także, że rośliny strączkowe, jak groch, fasola, bób i soczewica, zawierają bardzo wiele składników, stanowiących zdrowy i pożywny pokarm.

Żywiący się jarzynami i pijący wodę Daniel z towarzyszami byli rumiani i wyglądali daleko lepiej od tych, którym podawano tylko soczyste mięsa i gorące trunki.

Uczeni lekarze przyszli dopiero niedawno do tego przekonania i zalecają jeść mało mięsa, dużo jarzyn i owoców a zaniechać zupełnie trunków.

C. d. n.

Kazimierz Bruchnański.
krajowy inspektor szkół.

Pogadanki o chorobach zaraźliwych zwierzęcych.

Jak zapobiegać powstawaniu węglik, szeleśnicy i zarazy dziczyzny.

Jak już w poprzednich moich pogawędkach kilkakrotnie zaznaczyłem, leczenie sztuk dotkniętych węglikiem, szeleśnicą i zarazą dziczyzny, daje tylko w nielicznych wypadkach pomyślne wyniki, to też ważniejszą stokroć jest rzeczą, aby chorób tych do swej stajni nie dopuścić.

W tym celu należy dbać przede wszystkim o to, aby pasza, woda do pojenia i pławienia zwierząt, sprzęty stajenne, stajnie i pastwiska, wogóle wszystkie przedmioty, które bywają używane przez zwierzęta zdrowe, nie były zanieczyszczone odchodami, krwią i odpadkami zwierząt dotkniętych wspomnianymi chorobami. Jeżeli mimo naszej uwagi nie zdołaliśmy uniknąć takiego zanieczyszczenia, to pierwszym i najważniejszym naszym usiłowaniem powinno być, aby zniszczyć zarazki, którymi stajnia, urządzenia stajenne, pasza itp. zostały zanieczyszczone, czyli innymi słowy aby przedmioty te w należyty sposób odrazić (zdezinfekcyonować).

Stąd rodzi się w pierwszym rzędzie konieczność, aby zwłoki zwierząt padłych skutkiem chorób zaraźliwych i ich odpadki względnie odchody zniszczyć w sposób nieszkodliwy, a więc np. przez spalenie.

Korzystając z nadarżającej się sposobności zatrzymam się przy tym przedmiocie dłużej i pomówię o sposobach nieszkodliwego usuwania zwłok zwierzęcych, względnie o jednej z ważniejszych bolączek naszego kraju, tj. o grzebowiskach gminnych.

O sprawie tej pisałem już przed kilku laty w Przewodniku Kółek rolniczych, doniosłość kwestyi nieszkodliwego usuwania zwłok zwierząt padłych przedstawiałem niejednokrotnie na rozmaitych zgromadzeniach rolników, sprawą tą zajmuje się gorliwie wielu rządowych lekarzy weterynaryjnych, lecz niestety jak dotąd głosy te są

głosem wołającego na puszczy, a ludność włościańska, powiedzmy raczej, ogół rolników — nie odczuwa jej doniosłości, uważając niejednokrotnie wszelkie usiłowania władz zdążające do poprawy stosunków pod tym względem za czcze wymysły, a niekiedy za niepotrzebną „sekaturę“.

Niechże mi więc będzie wolno jeszcze raz powrócić do tej sprawy, mam bowiem to niezłomne przekonanie, że Szanowni Czytelnicy przekonawszy się o jej ważności będą się starali jako członkowie rad, lub zwierzchności gminnych, względnie jako członkowie wyższych władz autonomicznych, lub poważnych organizacji rolniczych wpływać na naczelników gmin i powołane do tego organa gminne, aby sprawie należytego urządzenia i utrzymania grzebowisk zwierzęcych więcej niż dotąd poświęcali uwagi.

Jak już w poprzednich moich pogawędkach wspomniałem przypadki węglik, szeleśnicy, zarazy dziczyzny a i wielu innych chorób zaraźliwych zwierzęcych zdarzają się w gminach naszego kraju często tylko z powodu niewłaściwego postępowania ze zwłokami zwierząt padłych i z powodu nieodpowiedniego umieszczania lub urządzania grzebowisk zwierzęcych.

Włościanin nasz nie liczy się przeważnie z tym czynnikiem, szerzącym zarazę, i dotąd czy to z lenistwa, czy też z przyzwyczajenia, zakopuje niejednokrotnie zwierzęta, padłe na swem obęściu, w sadzie pod drzewami, aby lepiej rosły, w nawozie, aby go nieco omaścić lub porzuca zwłoki zwierząt małych, jak psów, kotów, drobiu i t. p. po rowach przydrożnych, aby w ten sposób »odpedzić od siebie biedę«, lub wywozi padłe sztuki do lasu, jako pokarm dla dziczyzny, albo wreszcie, nie zastanawiając się nad grożącym niebezpieczeństwem zawleczenia w ten sposób zarazy, wizuca zwłoki do stawów, jako pokarm dla ryb, lub, co gorsze, do płynących rzek i potoków, aby »bieda popłynęła dalej«. W miejscowościach, w których ludność włościańska jest już nieco więcej uświadomiona, nie postępuje się ze zwłokami zwierząt tak lekkomyślnie, korzysta się wprawdzie z istniejących grzebowisk, ale na ogół zakopuje się je zbyt płytko, — w innych znowu miejscowościach używa się grzebowisk, które z uwagi na swe położenie (np. na pastwisku), lub ze względu na niewłaściwe urządzenie (brak ogrodzenia itp.) wcale się na ten cel nie nadają.

Omawiając w poprzednich pogawędkach przyczyny powstawania węglik podałem kilka przykładów znanych mi z praktyki, które stwierdzają niezbicie, że grzebowiska źle urządzone szerzą zarazę, przykładów tych zatem nie będę powtarzał.

Jeżeli tak jest, to nie można się dziwić, że władze policyjno-weterynaryjne starają się usunąć wszelkie usterki w urządzeniu grzebowisk i że pod tym względem wywierają pewien nacisk na Zwierzchności gminne, że wreszcie karzą surowo tych właścicieli, którzy zwłoki padłych zwierząt nieodpowiednio zakopują, albowiem zada-

niem tych władz jest starać się o dobry stan zdrowia zwierząt domowych, a temsamem o dobro ludności utrzymującej inwentarz żywy, jakoteż o dobro ogółu ludności, jeżeli chodzi o zaraźliwe choroby zwierzęce, przenoszące się na ludzi.

Usiłowania władz pod tym względem powinien każdy dobrze myślący i uświadomiony hodowca zwierząt popierać wedle swej możliwości, bo przez to przyczynia się również do ogólnego dobra.

Sposoby nieszkodliwego usuwania zwłok zwierzęcych, a zwłaszcza zwierząt padłych na wąglik przedstawię Szanownym Czytelnikom w następnej pogawędce.

C. d. n.

Dr. M. Dalkiewicz
kraj. lek. wet.

Z cennego dziełka Józefa Hetpera ck. inspektora Zakładu do badania żywności „Żywność w obrocie handlowym” przytaczamy naszym Czytelnikom kilka ustępów.

Woda.

Woda jest naturalnym składnikiem wszelkich żyjących tworów i do życia ich niezbędnie potrzebna. W przyrodzie napotykamy ją bardzo obficie, nigdy jednak w stanie chemicznie czystym. Zależnie od miejsca, w którym się w czasie nieustannego swego krążenia na ziemi znajduje, jest ona mniej lub więcej zanieczyszczana, a jako taka nosi nazwy wody opadowej, rzecznej, źródlanej, mineralnej, morskiej i t. p. Woda opadowa (deszcz lub śnieg) jest stosunkowo najczystsza, gdyż powstaje ze skroplenia par; zawiera więc zaledwie nieco gazów i pyłu powietrza. Opadając na ziemię, spływa częściowo korytami rzek do morza, częściowo zaś wsiąka w ziemię, zatrzymując się na jej warstwach nieprzepuszczalnych, gdzie tworzy strumienie podwodne lub zbiorniki.

W wędrówce swej podziemnej napotyka woda nie tylko gazy i rozpuszczalne sole, ale bardzo często i ciała organiczne pochodzenia roślinnego i zwierzęcego, tego rodzaju, jak nieczystości z gnojowisk, kloaki, rzeźni, z butwiejących liści, gnijącej padliny i t. p. Ilość i jakość składników, względnie zanieczyszczeń, stanowi o dobroci lub wadliwości wody, stosownie do jej przeznaczenia. Do celów technicznych np. najodpowiedniejszą jest woda miękka, tj. zawierająca małe tylko ilości soli mineralnych (woda opadowa i rzeczna), gdyż te wytwarzają w czasie gotowania pozostałość, psującą kotły i przyrządy, a przy praniu zużywają zbyt wiele mydła i psują bieliznę, ciała organiczne mają tutaj znaczenie podrzędne; woda do picia, przeciwnie, sole i pewne gazy zawierać musi, od nich zależy jej świeżość i jej smak, ciała organiczne zaś są tutaj bardzo niepożądanym składnikiem, gdyż stanowią one materiał pokarmowy dla drobnoustrojów.

W wodzie mianowicie, zawierającej substancje gnilne, szczególnie zwierzęcego pochodzenia, mogą żyć, a nawet rozwijać się liczne gatunki drobnoustrojów i bakterij gnilnych a nawet chorobotwórczych (np. tyfus i cholera). Woda, zawierająca ciała organiczne, jest zatem niezdatną do użytku domowego nie dla tego, aby była wprost szkodliwą, albo nieprzyjemną w smaku, gdyż zanieczyszczenia jej nieraz zmysłami wyczuć się nie dają, ale właśnie dlatego, że stać się może rozsądnikiem choroby zakaźnej i powodem epidemii.

Wzmiankowane substancje gnilne znajdują się na powierzchni ziemi tak obficie, że woda, nie zawierająca ich w większej ilości, należałaby do wyjątku, gdyby nie proces mineralizacji, odbywający się w gruncie. Woda z głębszych ziem (gruntowa), dzięki procesowi temu, jest zatem lepszą i zdatniejszą do użytku domowego, niż woda zaskórna, tj. znajdująca się tuż pod powierzchnią ziemi.

Nie zawsze jednak zdatną jest do użytku domowego woda ciał gnilnych pozbawiona; ważną rolę w tym względzie odgrywa także ilość i skład chemiczny soli w niej zawartych. Są wody, których używanie wywołuje stałe zaburzenia przewodów pokarmowych, inne zawierają tak wielkie ilości ciał mineralnych, że używane bywają jako wody lecznicze (mineralne).

Nieraz jednak i dobra woda nie odpowiada celowi, przez nienależyte ujęcie źródła, lub studni, gdyż wtedy, zwłaszcza w złych warunkach miejscowych, może ulegać czasowemu zanieczyszczeniu. To też badanie i ocena zdatności wody, przeznaczonej do picia, ma zawsze na względzie, nie tylko skład chemiczny wody, ale także otoczenie i urządzenie studni, względnie źródła.

Woda do picia i użytku domowego powinna być zupełnie bezbarwna, przeźroczysta, bez smaku i woni; powinna ona być nadto zawsze jednostajnie zimną, co wskazuje, że jest wodą gruntową. Żółtawe zabarwienie wody powodowane mogą ciała organiczne — osad rdzawy, wytwarzający się w czasie dłuższego stania wody, świadczy o zanieczyszczeniu jej znacznie większymi ilościami żelaza, które dla zdrowia ludzkiego obojętne nie są.

Urządzenie studni musi być tego rodzaju, ażeby nieczystości z zewnątrz do wody dostać się nie mogły, a więc: grunt około studni zbity, nieprzepuszczalny, cembrowina betonowa, dobrze wystająca nad otoczenie, kryta, z urządzeniem pompowym. Na około studni należy urządzić spad pochyły, a pod otworem pompy ściek, odprowadzający wodę. W pobliżu studni nie powinno być żadnych ścieków, a gnojowiska i kloaki znacznie od niej — co najmniej 10 metrów — oddalone. Studnię należy czyścić 3—5 lat, a równocześnie badać jej urządzenie.

Taksa za badanie chemiczne i ocenę wody, na zdatność jej do picia i użytku domowego, wynosi w Zakładzie do badania żywności 10

kor. Do badania należy przesłać wodę w 2 litrowych fiaskach, dobrze oczyszczonych i popłukanych kilkakrotnie tą samą wodą. Do oceny w tym kierunku wystarczy zazwyczaj badanie wody chemiczne, nieraz jednak wskazane jest także badanie bakteriologiczne, na ilość i jakość drobnoustrojów (20 kor.). Fiaski wyjąłowane, wraz z pouczeniem pobrania wody do takiego badania, wysyła Zakład na życzenie.

Mleko i śmietana.

Mleko jest jednym z najważniejszych pokarmów człowieka, gdyż w skład jego wchodzi wszystkie trzy zasadnicze substancje odżywcze: tłuszcz, białko (sernik) i węglowodany (cukier mlekowy); nadto zawiera ono także wodę i sole mineralne.

Pod nazwą „mleko“, bez bliższego określenia, rozumiemy zawsze mleko krowie; mleko innych zwierząt ma tylko podrzędne znaczenie handlowe.

Mleko świeżo otrzymane nazywamy mlekiem niezbieranym lub pełnym. Stanowi ono jednolitą, białą lub żółtawą zawiesinę, smaku słodkawego, która podczas gotowania ulega tylko nieznaczny zmianom.

Surowe mleko nie daje się długo przechowywać w stanie niezmiennym; pozostawione w chłodzie dzieli się ono po pewnym czasie na dwie, nierówne warstwy: na górną, znacznie cieńszą i w tłuszcz bogatą, którą nazywamy śmietanką i na dolną, którą po zebraniu śmietanki nazywamy mlekiem zbieranym. Wydzielenie śmietanki z mleka przyspieszyć można przez centrifugowanie.

W miejscu ciepłym przechowywane mleko nabiera smaku kwaśnego i zmienia się w masę galaretową, czyli w t. zw. mleko kwaśne. Kwaśnienie mleka powodują t. zw. bakterie mlekne, które się zawsze w mleku znajdują. Bakterie te żyją i rozmnażają się kosztem cukru mlekowego, zamieniając go równocześnie na kwas mlekowy; wytworzony kwas powoduje wydzielanie się sernika, a przez to mleko staje się galaretowatym (ścina się).

Mleko kwaśne odstałe podzielone jest również na dwie warstwy, z których górną nazywamy śmietaną kwaśną, lub wprost śmietaną.

Dobra śmietanka lub śmietana ma wygląd jednolitej, dość gęstej, kremowej masy — tłuszczu zawiera do 20%.

Ze śmietany lub śmietanki — przez odpowiednie wstrząśnienie — wydzielić można tłuszcz, który wraz z resztkami mechanicznie z nim połączonym mleka nazywamy masłem. Płyn od masła uwolniony, nosi nazwę maślanki.

Składniki stałe mleka kwaśnego, oddzielone od płynu przez ogrzanie i przecedzenie, nazywamy serem, płyn zaś ściekający serwatka.

Prócz wyżej opisanych zmian normalnych zachodzą w mleku, zwłaszcza nieodpowiednio przechowywanem, także zmiany, które spowodować mogą, że mleko staje się produktem zepsutym — a nawet szkodliwym dla zdrowia. Znane są ogólnie przypadki, że mleko przybiera nienaturalne, n. p. czerwone, żółte lub niebieskie zabarwienie, że burzy lub zamienia się w masę śluzowatą, ciągnącą się w nitki, że gorzknienie, lub nabiera nieprzyjemnego smaku stęchliwy, łożu, mydła, tranu i t. p. Wadliwości tego rodzaju, czyli t. zw. choroby mleka, powodują różnego rodzaju pleśnie i bakterie; nieraz powodem choroby mleka jest także nieodpowiednia karma lub pasza dla bydła.

Często jednak zdarza się, że mleko nie wykazuje na pozór żadnych wybitnych zmian, jest jednak dla zdrowia ludzkiego niebezpieczne przez to, że zakażone jest przez zarazki chorobotwórcze. Już to z zewnątrz (tyfus, szkarlatyna, dyfteryja, cholera i i.), już to od krów chorych (gruźlica, zapalenie wymion, promienica, wąglik, zaraza pyskowa i racicowa i i.).

Mleko można nieraz ustrzedz lub uwolnić od wielu z opisanych wad przez zagotowanie go, lub przez t. zw. pasteuryzację; mleko jednak, które w stanie surowym służyć ma jako pokarm, ustrzedz można przed psuciem się lub zakażeniem tylko przez wzorową gospodarkę stajenną i przez czystość w przechowywaniu i transportie mleka. Przestrogi w tym kierunku i zarządzenia władz streścić się dają w następujący sposób:

Przedewszystkiem stajnie, dla bydła dojnego przeznaczone, powinny być czyste i przewiewne, podściółka o ile możności świeża i nie wytwarzająca kurzu.

Pasza ma być zdrowa, bydło regularnie czyszczone, woda do pojenia, do mycia rąk i naczyni, hygienicznie czysta (t. j. uznana za zdatną do picia).

Przed dojeniem należy wymiona krów czysto wymyć; świeżo wydobre i przecedzone mleko szybko oziębić i przechowywać w chłodnym miejscu.

Osobom chorym na zakaźne lub wstręt budzące choroby, jak również osobom, które z tego rodzaju chorobami przestają, wzbroniona jest posługa stajenna, dojenie, przerabianie i wydawanie mleka. Nie wolno również wydawać mleka i jego przetworów z obór lub zagród, w których wybuchła choroba zakaźna, a nawet choćby tylko okazały się symptomy takiej choroby.

Szczególniejszą uwagę zwracać należy na czystość naczyń, z którymi mleko wchodzi w styczność. Naczynia przeznaczone do dojenia, przechowywać się powinno w miejscu odosobnionem; naczyń tych do innych celów używać nie wolno. Transportować wolno mleko tylko w naczyniach świeżo oczyszczonych; najlepiej wyparzyć je gorącym roztworem sody a następnie popłukać kilkakrotnie wodą. Do uszczelnienia

pokrywy naczyń wskazany jest papier pergaminowy, lub czysty pierścień kauczukowy.

W mleczarniach należy codziennie zmywać ściany do wysokości 1-go metra, jako też podłogi; mleko przechowywane być ma w chłodniach sztucznych, a w braku tychże, w lodzie nienagannej jakości.

W pojęciu ustawy o żywności szkodliwe dla zdrowia jest mleko zakażone przez zarazki chorobotwórcze, jak również mleko, które zaprawiono środkami konserwującymi lub zobojętniającymi (kwasem borowym, sodą i t. p.). Mleko „chore“ jest zazwyczaj kwalifikowane jako produkt zepsuty — rzadziej jako szkodliwy dla zdrowia.

Produktem sfałszowanym jest mleko rozcieńczone wodą, jak również śmietana lub śmietanka zagęszczona przez dodatek mąki, kleju, skrobi i t. p.

Produktem fałszywie oznaczonym jest wreszcie mleko innych zwierząt sprzedawane jako krowie, mleko zbierane sprzedawane za pełne, mleko kwaśne sprzedawane za śmietaną, śmietana lub śmietanka zawierająca mniej niż 8% tłuszczu i t. p.

Sery.

Serem nazywamy stałe składniki mleka skrzepłego, uwolnione od serwatki.

Głównym składnikiem stałym mleka skrzepłego jest ciało białkowe zwane sernikiem; sernik wydzielając się z mleka, porywa za sobą tłuszcz, wraz z małymi ilościami cukru mlekowego, a odsączony od płynu (serwatki), stanowi t. zw. ser surowy, czyli twaróg.

Twaróg wydzielić można z mleka zasadniczo w dwojaki sposób: albo przez samoistne skwaszenie mleka, albo też przez użycie podpuszczki*). W sposób pierwszy wydzielony twaróg zawiera kwas mlekowy — z tego powodu jest on kwaśny i daje t. zw. sery kwaśne; przy użyciu podpuszczki kwas mlekowy się nie tworzy, twaróg jest słodki, a sery z niego przyrządzone nazywamy serami słodkimi.

Sery kwaśne stanowią zwykle produkt uboczny fabrykacji masła, gdyż wyrabia się je prawie wyłącznie z mleka zbieranego. Głównie należy tutaj ser zwykły, który przyrządzają w domu ze zbieranego mleka kwaśnego w sposób ogólnie znany.

Ser zwyczajny wchodzi zazwyczaj w handel w stanie solonym; często zaprawiają go także ziołami lub korzeniami. W niektórych miejscowościach służy on do wyrobu kwaragli i t. zw. gomułek.

Sery słodkie, czyli podpuszczkowe, zawierają mogą różną ilość tłuszczu, zależnie od tego,

czy przyrządzono je z mleka pełnego (sery tłuste), czy z mieszaniny mleka pełnego i zbieranego (sery półtłuste), czy wreszcie z mleka wyłącznie zbieranego (sery chude). Czasem wydzielony twaróg zarabiają nadto śmietaną (sery śmietankowe).

Sery słodkie napotyka się jednak rzadziej w stanie świeżym; częściej ser w odpowiedni sposób zaprawiony formuje się i pozostawia przez dłuższy okres czasu w spokoju, aby dojrzał. W okresie dojrzewania zachodzą w serze wybitne zmiany: traci on przedewszystkiem znaczne ilości wody, żółknie i zbija się w jednolitą, skupioną masę. Często w masie tej pod wpływem procesów, wywołanych przez różnego rodzaju drobnoustroje, tworzą się oczka, nieraz barwne gniazda lub smugi, rozwiniętych pleśni.

Serów słodkich znamy badzo liczne gatunki; przyrządza się je z mleka krowiego, rzadziej z owczego i koziego. Do bardziej znanych gatunków należą:

1. Miękkie.

a) Świeże:

Fromage á la crème, Fromage double crème i inne sery śmietankowe, zagraniczne i krajowe.

b) Dojrzałe:

Camembert, ser wyrabiany w Normandii w postaci niskiego walca. Jeden z najsmaczniejszych serów miękkich.

Fromage de Brie, wyrabiany we Francji w postaci cienkich krążków.

Neufschatel, tłusty francuski, mający postać walca.

Limburski, wyrabiany w Belgii, półtłusty, cegiełkowy, smaku ostrego.

Strachino, bardzo tłusty ser włoski, wyrabiany w dużych kręgach.

Schwarzenberger, ser czeski, kostkowy.

Mariahofer, Hamburger i inne, wyrabiane w Austrii i u nas w kraju.

2. Twarde.

Ementalski, najcenniejszy i najdelikatniejszy gatunek sera, wyrabiany w Szwajcarii, w postaci dużych kręgów.

Cantal, ser tłusty francuski; przychodzi w postaci dużych kręgów, wewnątrz żółtawo zabarwionych.

Edamski, wyrabiany w Holandii, w postaci dużych kul, o powierzchni zwykle żywo barwionej.

Gouda i Lejdejski, oba wyrabiane także w Holandii.

Grana (parmezanowy), chudy, bardzo twardy ser lombardski, wyrabiany w dwu odmianach, kształtu górą ściętego bochenka.

Gorgonzola, ser włoski, tłusty, twardy, poprzerastany zieloną pleśnią.

Chester, wyrabiany w Anglii, tłusty, twardy, na żółto barwiony, w smaku ostry, postaci bochenka.

Cheddar, ser amerykański, zbliżony do sera Grana.

*)Podpuszczka jest fermentem, otrzymywanym z żołądków młodych cieląt.

Tylżycki, wyrabiany w Niemczech i w. i.
3. Owce.

Roquefort, wysoko ceniony ser francuski, tłusty, kruchy, biały, poprzerastany zielonkawymi żyłkami pleśni. Przychodzi w postaci niskiego walca.

Bryndza, oszczypki i bruski, wyrabiane na halach tatrzańskich. Bryndza przychodzi w małych faskach — oszczypki w postaci walca, zakończonych z obu stron stożkowato, wagi $\frac{1}{2}$ kg. — bruski wreszcie w postaci krążków.

*

Sery należą do produktów, które łatwo ulegają zepsuciu. Nieraz zepsuje się ser już w czasie fabrykacji, wskutek nieumiejętnego przyrządzenia masy serowej; w czasie dojrzewania mianowicie wzdyma się on lub opada, czasem barwi się nienormalnie, staje się mazistym, nabiera nieprzyjemnego smaku lub zapachu i t. p. Nieraz jednak może się zepsuć ser nawet dobrze przyrządzony, jeżeli przechowywany jest w sposób niedbały, zwłaszcza w cieple lub wilgoci; nie rzadko też zanieczyszcza i toczy sery robactwo, w szczególności zaś mucha domowa, roztocz serowy, gąsienica muchy setowej i t. p. Zdarzają się także przypadki, że w serze wytwarzają się trujące ptomainy, wskutek pewnego rodzaju rozkładów gnilnych.

Ser, wykazujący jedną z powyżej wymienionych wad, jest produktem zepsutym — a jeżeli rozkład postąpił zbyt daleko, także szkodliwym dla zdrowia ludzkiego.

Sfałszowanym jest ser, zawierający rozmyślny dodatek stałych ciał obciążających, tego rodzaju, jak: mąka, gips, kreda — lub ser, zawierający tłuszcze obce, a nie oznaczony jako margarynowy.

Rozmaitości.

Fundacja higieniczna dla pątników im. Kierbedziów. W sprawie fundacji p. Eugenii Kierbedziowej delegacja Towarzystwa Higienicznego, złożona z prezesa Rady, dr. Polaka, wiceprezesa dr. Bączkiewicza i członka Rady, dr. Chełchowskiego udała się w d. 12 ub. m. do Częstochowy, zajęła się studjami wstępniemi, skwapliwie dążąc do wykonania woli ofiarodawczyni, która pragnie już na wiosnę rozpocząć budowę kąpieli i ewentualnie gospody dla pątników.

Delegacja przedstawiła się przedewszystkiem ks. przeorowi Welońskiemu, od którego uzyskała wyrazy życzliwości oraz pozwolenie na zbadanie zbudowanego niedawno kosztem klasztoru schroniska dla pielgrzymów.

Następnie wraz z prezydentem Częstochowy i zarządem Oddziału częstochowskiego Tow. Higienicznego, delegacja udała się na plac, ofiaro-

wany Towarzystwu, i gruntownie zbadała stosunki topograficzne, przyczem członek Oddziału budownictwa miejskiego, przyrzekł opracować niezwłocznie plan sytuacyjny całej miejscowości z wymiarami.

Przed wykonaniem szkicu zasadniczego wydelegowani będą specjaliści do obejrzenia najlepszych zakładów kąpieli ludowych w Skandynawii i w Niemczech oraz do obejrzenia najlepszych łaźni celem obeznania się głównie z budową pieców łaźniennych.

Powiat bez wódki. Z pow. opoczyńskiego w Królestwie polskiem dzienniki otrzymują wiadomość, że dzięki wpływom tamtejszych księży, konsumpcja wódki bardzo się zmniejszyła. Nawet wesela wiejskie odbywają się bez wódki; gości częściej się jedynie piwem. W wielu wsiach ustalił się zwyczaj, że wyprawiający wesele składają kaucję kilkunasturoblową dla zagwarantowania, że na weselu nie będzie wódki. Od czasu zaniechania pijaństwa, powiększyła się w tych okolicach ofiarność ludu na szkoły, kościoły i t. d. To też obecnie w Opoczyńskim jest stosunkowo więcej szkółek elementarnych, niż w powiatach warszawskim, grójeckim, mińsko-mazowieckim i radzyńskim, mimo, że ludność tych powiatów ma więcej ziemi i jest o wiele zamożniejsza.

Przeciw pocałunkom. Władze w stanie Jewa w Unii amerykańskiej wypowiedziały wojnę pocałunkom, uważając ten znak przyjaźni i miłości za niebezpieczny rozsadanik rozmaitego rodzaju bakterii. — Z ramienia rządu stanowego powstał tam osobny komitet, ze znanym lekarzem d-rem Kepfordem na czele, które rodzinom obdarzonym działwą, rozsyła piękne wstęgi niebieskie ze złotym napisem: „Proszę mnie nie całować“. Wstęgi te mają być zawieszane na szyjach dzieci. Równocześnie otrzymują rodzice treściwą rozprawę, w której wykazano wielką niehigieniczność pocałunków. Dr. Kepford roztacza swoją opiekę ponadto także na „dojrzałą działwę“, zwłaszcza płci żeńskiej i rozsyła swoje wstęgi wszystkim młodym narzeczonym, dodając do nich listowne napomnienie, ażeby unikano całusów i zadowalano się — uściskiem dłoni.

Treść.

Kazimierz Bruchnalski. Czego uczy pismo święte o wstrzemięźliwości od trunków? Str. 89—92. Dr. M. Dalkiewicz. Pogadanka o chorobach zaraźliwych zwierzęcych. Str. 92—93. Woda. Str. 93—94. Mleko i śmietana. Str. 94—95. Sery. Str. 95—96. Rozmaitości. Str. 96.

