

χειρήσεων εἶνε καθ' ὅλας τὰς ἀπαιτήσεις τῆς νεωτέρας χειρουργίας. Πλη-
ρες δὲ τὸ ἐργαστήριόν του τὸ διὰ μικροσκοπικὰς παρατηρήσεις καὶ χημι-
κὰς ἀναλύσεις ἔχει ἰδιαιτέρον τμήμα παθολογικοῦ καὶ φυσιολογικοῦ
μουσείου, ἐν ᾧ φυλάσσονται οἱ κατὰ τὰς ἐγχειρήσεις ἀφαιρεθέντες ὄγκοι
ἢ ξένα σώματα. Ἐχει ἰδιάζουσαν μέθοδον ἐπὶ τῆς ὕαινης, ἧς ἡ στατι-
στική τῆς διὰ τοῦ ἡλεκτρισμοῦ θεραπείας. ἦν ἐφαρμόζει, εἶνε λίαν ἐν-
θαρρυντική, παρουσιάζουσα 50 τοῖς $\frac{1}{10}$ ἐπιτυχίαν. Ἐπίσης λίαν εὐχάρι-
στα ἀποτελέσματα παρέχει καὶ ἡ στατιστική του ἐπὶ τῆς θεραπείας τῆς
φθίσεως τοῦ λάρυγγος.

Τοιαύτη ἐν σμικρῷ ἢ μοναδικῇ δρᾷσι τοῦ ἐξόχου εἰς τὸ εἶδος του ἰα-
τροῦ. Εἶνε ἀδικον τόση ἀφοσίωσις, τόση ἐπιτυχὴς ἐργασία, τόση ἐπίδοσις
τῆς ἐφαρμογῆς νεωτερισμῶν καὶ συστημάτων πολυδαπάνων, πρωτοφανῆς
ἐν Ἑλλάδι, τόση ἰδιοφυΐα καὶ μόρφωσις ἱατρική, νὰ μένη ὑπὸ τὴν σκιάν
τῆς μετριοφροσύνης. Πρέπει, ἐπιβάλλεται ὡς καθήκον, νὰ γνωρίζωνται εἰς
εὐρύτατον κύκλον τοιαῦται ἐπιστημονικαὶ φυσιογνωμίαι πρὸς διαρῳτίσιν
τοῦ κοινού.

Ἡμεῖς σεμνυνόμενοι τὸν παρουσιάζομεν εἰς τοὺς ἀναγνώστας τοῦ Ἡμε-
ρολογίου, μετὰ τῆς σερρᾶς πεποιθήσεως, ἣν πολλαχῶς καὶ ἐκ χρηστοῦ
συνειδότος ἐμορρώσαμεν περὶ τοῦ καλλίστου ἱατροῦ καὶ συνεργάτου ἡμῶν.]

ΑΙ ΠΕΝΤΕ ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

ΚΑΙ Η ΥΓΙΕΙΝΗ ΑΥΤΩΝ



ΜΕΓΑΣ τῆς ἀρχαιότητος σοφός, ὁ δογματίσας ὅτι «οὐ
δὲν ἐν τῷ νῷ, ὃ μὴ πρότερον ἐν τῇ αἰσθήσει» ἠθέ-
λησε συγχρόνως νὰ ἀποδείξῃ ὅτι τὰ αἰσθητήρια ὄρ-
γανα εἰσὶν αἱ μόναι πύλαι, δι' ὧν ὁ ἄνθρωπος συγ-
κοινωνεῖ μετὰ τοῦ περιβάλλοντος, ὃ δὲ ἐγκέφαλος προσδέχεται
τὰς ἐξ αὐτοῦ ἐντυπώσεις. Εὐνόητον ὅθεν ὅτι ὅσον ἀρτιώτερον δια-
τηρεῖ τὰς αἰσθήσεις αὐτοῦ, τόσω βελύτερον φέρει τὸ αἶσθημα καὶ
τὴν συνείδησιν τῆς ζωῆς, ἣν ἀντλεῖ ἐκ τῆς γύρω αἰεζώου φύ-
σεως. Αἱ πέντε αἰσθήσεις, δι' ὧν ὁ ἄνθρωπος τίθεται εἰς ἐπαφήν,
γνώσιν καὶ ἑλεγχον τοῦ περιβάλλοντος, εἰσὶν ἅμα καὶ ἡ πηγὴ ὅλων
τῶν ἀπολαύσεων καὶ ἡδονῶν, ἐν ταύτῃ δὲ καὶ τῶν ὀδυτέρων
ὀδυνῶν. Φαντασθῆτε τί θὰ ἦτο ὁ ἄνθρωπος στερούμενος τῆς ὁρά-
σεως, τῆς ἀκοῆς, τῆς γεύσεως, τῆς ὀσφρήσεως, τῆς ἀφῆς. Ὅσω
καὶ ἂν ἦτο ἀνατομικῶς καὶ ὁργανικῶς τέλειος, ἡ ὑπαρξὶς αὐτοῦ,
ἄνευ τῶν αἰσθητηρίων, θὰ ἦτο κατωτέρα τοῦ κτήνους, αὐτό-
χρημα φυτική, ἄνευ τινὸς ὠφελείας δι' ἑαυτὸν καὶ τὴν λοιπὴν
φύσιν. Εἶνε γνωστὸν ὅτι οἱ ἐκ γενετῆς ἢ νηπιόθεν στερηθέντες

μιάς τῶν αἰσθήσεων ὑπολείπονται πολὺ καὶ κατὰ τὴν ἀντίληψιν καὶ τὸ γνωστικόν. Ἐν τῇ ἀριότητι ὅθεν, τῇ ἁρμονίᾳ καὶ τῇ ἀκειριότητι αὐτῶν ἔγκειται ὅλη ἡ ἀξία καὶ ὁ σκοπὸς τῆς ζωῆς, ἥτις συνίσταται εἰς τὸ ἀμύνεσθαι κατὰ τῶν προσβολῶν τοῦ ἔξωθεν κόσμου καὶ ἀπολαμβάνειν ἅμα τὰ ἐν αὐτῷ ἀγαθὰ.

Ἡ ὕψιστις ὅθεν τῶν αἰσθητηρίων ἐπιβάλλεται εἰς πάντα πεπολιτισμένον ἄνθρωπον, ἄξιον τῶν δώρων, δι' ὧν ἐπροικίσθη ὑπὸ τῆς φύσεως.

Εἶπομεν ἄνωτέρω ὅτι τὰ αἰσθητήρια χρησιμεύουσιν ἡμῖν ὡς ἄμυνα κατὰ τῶν ἔξωθεν ἐπιδράσεων. Φαντασθῆτε τὸν τυφλὸν ἔρμαιον ἐν τῇ ἀλύτῳ σκοτίᾳ εἰς ἣν βυθίζεται. Οὔτε νὰ ἀμυνθῇ δύναται κατὰ τῆς ζωῆς, οὔτε τὰ ἀγαθὰ αὐτῆς νὰ ἀπολαύσῃ. Ἀναμφιβόλως ὁ Οἰδίπους, ἐξορύσσων τοὺς ἰδίους ὀφθαλμούς, εὐλόγως ἐφρόνει ὅτι ἐπιβάλλει ἐαυτῷ τὴν φρικτοτέραν τῶν τιμωριῶν. Διὰ τὸν τυφλὸν οὐδὲν ὑπάρχει ἄλλο ἢ ἀτελεύτητος νύξ. Αἱ καλὸν καὶ τῆς φύσεως τῷ εἶναι ξένα. Αἱ ἐκ τῆς θέας τῶν ὡραίων τοπειῶν, τῆς ἐναλλαγῆς τῶν γραμμῶν καὶ τῶν χρωμάτων συγκινησεις τῷ εἶναι ἄγνωστοι. Δι' αὐτὸν ὅλος ὁ κόσμος ἐσβέσθη καὶ δὲν ἀντιλαμβάνεται αὐτοῦ ἢ ἀμυδρῶς διὰ τῶν ἤχων καὶ δι' ὅσων ἀεπαρκῶν εἰδήσεων λαμβάνει ἐκ τῶν ἄλλων αἰσθητηρίων.

Ἐκ παραλλήλου πρὸς τὴν ὄρασιν, ἐν ἥττονι μόρᾳ, κατατακτέον τὴν ἀφῆν ὑπὸ ἔποψιν ἀμύνης κατὰ τῶν ἐξωτερικῶν ἐπιδράσεων. Ὁ ἄνθρωπος ὁ πεπολιτισμένος ἀπώλεσε βεβαίως μέγα μέρος τῆς ἀκουστικῆς λεπτότητος, καὶ τοῦτο διότι ἡ ἐκ τῆς ἀκοῆς ἀνάγκη τῆς ἀμύνης τῷ ἐγένετο ἐλάττων. Ἀλλ' εἰς τὴν ἀγρίαν κατάστασιν, εἰς τοὺς ἐρυθροδέρμους λ. χ. τῆς Ἀμερικῆς ἡ ὀξύτης τῆς ἀκοῆς εἶνε θαυμασία, ἐξικνουμένη πέραν τοῦ πιθανοῦ. Καὶ νῦν ἔτι οἱ κυνηγοὶ τῶν δασῶν, διακρίνουσι μακρόθεν τοὺς διαφόρους ἤχους καὶ τὸ παράγον αὐτοὺς αἴτιον, λαμβάνουσι δὲ πάντα τὰ μέτρα πρὶν ἢ ἔτι ἐμφανισθῇ ἡ ἄγρια ἢ ὁ ἐχθρὸς. Ἀλλὰ καὶ εἰς τοὺς ἐν ταῖς πόλεσι βιοῦντας ἡ ἀκοὴ ἐπέχει μέσον ἀμύνης ἀναπόδραστον πολλάκις.

Ἡ ἔννοια τῶν λόγων καὶ αἱ ἐξ αὐτῶν ἀπολαύσεις ὀφείλονται εἰς τὴν ἀκοήν. Ὁ ἐκ φύσεως κωφὸς δὲν ὁμιλεῖ διότι δὲν ἔσχε τὴν ἀντίληψιν τοῦ ἤχου. Κάμετε τὸν κωφάλαλον ν' ἀκούσῃ, καὶ ὁ ἄλαλος πρέρχεται ἀφ' ἐαυτοῦ. Καὶ ναὶ μὲν ὁ κωφάλαλος διδάσκειται διὰ τῆς μιμικῆς νὰ συνδιαλέγεται. Εἶδον ἐγὼ αὐτὸς ἐν τῇ κλινικῇ τοῦ κ. Urbantschitsch ἐν Βιέννῃ δύο τοιοῦτους, ἐτέρους δὲ τρεῖς ἐν Παρισίοις, οἵτινες θαυμασίως ἀπεμιμοῦντο καὶ προέφερον μηχανικῶς τὰς λέξεις συνεννοούμενοι ἄριστα. Ἀλλ' ἡ ἀκοὴ αὐτῶν ἦτο νεκρά! Ὁ κόσμος ὁ γλυκὺς τῶν ἤχων ἄγνω-

στος δι' αὐτούς. Οἱ ἡδέϊς λόγοι οἱ δονοῦντες εὐφροσύνως τὴν ψυχὴν, ἡ ἁρμονία τῶν ἤχων ἡ εὐφραίνουσα ἡμᾶς, αἱ ἐκ τῆς μουσικῆς ἀπολαύσεις, εἰσέρχονται ἐν ἡμῖν διὰ τῆς ἀκοῆς. Αἱ διάφοροι ἡθικαὶ καὶ ψυχικαὶ καταστάσεις τοῦ ἀνθρώπου ἐξαρτῶνται ἐκ τῶν τοιούτων ἢ τοιούτων ἐντυπώσεων αὐτῆς. Εἰς τὸ πολεμικὸν σάλπισμα, εἰς τὸ νεκρώσιμον ἐμβατήριον, εἰς τὸν γοργὸν ρυθμὸν τοῦ στροβίλου, εἰς τὸ κελάδημα τῶν πτηνῶν, εἰς τὴν βοὴν τῆς θαλάσσης, εἰς τὸ μινύρισμα τῶν δένδρων, διατιθέμεθα καὶ παθαινόμεθα καταλλήλως "Ω! εἰσὶν ἄπειροι καὶ ἀνέκφραστοι αἱ ἐκ τῆς ἀκοῆς καὶ διὰ τῆς ἀκοῆς ἐντυπώσεις καὶ διεγέρσεις τῆς ψυχῆς!

Ἀναμφιβόλως εἰς τὰς δύο ταύτας αἰσθήσεις, τὴν ὄρασιν καὶ ἀκοήν, θὰ ἡδύνατο νὰ συγκεντρωθῇ ὅλη ἡ στοιχειώδης τῆς ζωῆς λειτουργία. Καὶ ὅμως αἱ λοιπαὶ αἰσθήσεις συμπληροῦσιν ὅσα μένουσιν ἀσφαῖ καὶ αἰνιγματώδη. Ἡ ἀφή τοῦλάχιστον τελειοῖ τὴν τῆς ὁράσεως καὶ ἀκοῆς ἀντίληψιν. Ἡ θερμοκρασία τῶν σωμάτων καὶ ἡ πίεσις ἦν ταῦτα ἀσχοῦσιν ἐπὶ τοῦ ἐξωτερικοῦ ἡμῶν περιβλήματος, ἰδοὺ ἡ ἐκ τῆς ἀφῆς γνῶσις καὶ ἡ ταύτης χρησιμοποίησις. Οἱ ἀταξικοί, οἱ ἀπολέσαντες τὴν τῆς ἀντιστάσεως τοῦ ἐδάφους αἰσθησιν, πρόκεινται ἡμῖν ἀπόδειξις τοῦ πόσον διὰ τὴν βάδισιν καὶ τὴν ὀρθοστάσιαν ἡ ἀφή εἶνε χρήσιμος. Οἱ τοιοῦτοι νομίζουν ὅτι πατῶσιν ἐπὶ βάμβακος, στρεφόμενοι δὲ καὶ κλείοντες τοὺς ὀφθαλμοὺς πίπτουσιν.

Ἡ ἄσκησις τῆς ἀφῆς δι' ἐπιστημονικὰς ἢ βιωτικὰς χρείας, ἐξικνεῖται εἰς τελειότητα. Παρὰ τοῖς τυφλοῖς ἰδίως ἀποβαίνει ἡ κυριωτέρα τῶν αἰσθήσεων. Δι' αὐτῆς ἀνευρίσκουσι καὶ διανύουσι μακρὰς ἀποστάσεις, διεξάγουν χειροτεχνήματα, ἀναγινώσκουσι διακρίνοντας τὴν ἄοριστον προεξοχὴν τῶν στοιχείων καί, τὸ θαυμασιώτερον, ἀναγνωρίζουσι τὰ χρώματα ἐκ τῆς ἀδρότητος αὐτῶν. Γνωρίζομεν κυρίαν ἐν Ἀθήναις ἐργαζομένην ἐκλεκτὰ χειροτεχνήματα θαυμασίως. Κατὰ τὰς σκοτεινὰς νύκτας ὑπὸ τῆς ἀφῆς ὁδηγούμεθα διάγινώσκοντες τὴν σκληρότητα τοῦ ἐδάφους, τὰ ὕψη καὶ τὰς κοιλότητας αὐτοῦ, συμμορφούμενοι αὐτομάτως πρὸς τὰς ἀνωμαλίας αὐτοῦ καὶ προσδίδοντες ἀντανακλαστικῶς εἰς τοὺς πόδας τὴν ἀρμόζουσαν ἐκάστοτε ἐλαστικότητα ἢ ἔντασιν.

Τὴν αἰσθησιν τῆς γεύσεως δυνάμεθα νὰ ἀποκαλέσωμεν αἰσθησιν ἀπασῶν τῶν ἄλλων αἰσθήσεων. Τίς ἐπὶ τῇ θείᾳ ἢ τῇ ὀσφρήσει καλῶς παρεσκευασμένου ἐδεσματος δὲν προδιατίθεται εὐαρέστως; Ἀκόμη καὶ ἡ φαντασία ἐξάπτεται ἐπὶ τῇ ἀναπολήσει εὐαρέστου φαγητοῦ οὕτως ὥστε νὰ προκαλῇ τὸν σίελον εἰς τὸ στόμα. Εἶνε τὸ «faire venir l'eau à la bouche» τῶν Γάλλων. Ἀλλὰ καὶ ἡ ἀφή διὰ τῆς γλώσσης καὶ ἡ ἀκοὴ διὰ τῆς χορδῆς τοῦ

τυμπάνου συνεισφέρουσι πρὸς μείζονα πανήγυρισμόν καὶ συμμετέχουσιν ἐν τῷ συμποσίῳ. Ἐν τούτοις εἰς πόσον μικρόν, ἐλάχιστον μέρος, ἡ αἴσθησις αὕτη περιορίζεται. Μόνον ἡ παρυφ' ἧς γλώσσης καὶ ἡ βάσις ἰδίως παρέχουσιν ἡμῖν τὴν αἴσθησιν τῆς γεύσεως, ἐνῷ ἅπανα ἡ ῥάχις αὐτῆς καὶ τὰ λοιπὰ ἐξαρτήματα ἐξυπηρετοῦσι τὴν τῆς ἀφῆς αἴσθησιν. Καὶ ἡ συνεργασία αὕτη τῆς γεύσεως μετὰ τῶν λοιπῶν αἰσθήσεων ἔχει λόγον σπουδαῖον ὑπὸ ἔποψιν ζωϊκῆς ἀμύνης, μὴ ἐπιτρέπουσα τὴν ἀνεξέλεγκτον κατάποσιν οὐσιῶν ὀξυτῶν, ἐφθαρμένων, σκληρῶν, καυστικῶν καὶ ἐν γένει βλαβερῶν τῆς λειτουργίας τοῦ στομάχου, ἢ καὶ θιασιύων. Εἶνε ἡ προφυλακὴ, ὡς εἰπεῖν, τῶν πεπτικῶν ὀργάνων. Ὁ οἰσοφάγος καὶ ὁ στόμαχος μένουσιν ὅλως ἀδιάφοροι κατὰ τὰς περιστάσεις ταύτας, οὔτε εἰδῶσιν καὶ λαμβάνουσιν. Ἀλλ' οὐχὶ καὶ ἡ γλῶσσα. Διὰ τῆς γεύσεως ἐννοοῦμεν τὸ γλυκὺ καὶ τὸ πικρόν. Ἡ φύσις ἐπροίκισε διὰ δώρων ἀφθόνων τὴν γλῶσσαν, ὑπηρετοῦσαν τὸν ἄνθρωπον ἀπὸ τῆς πρώτης ἐν τῇ ζωῇ ἐμφανίσεώς του. Διὰ τῆς γλώσσης κυρίως τελεῖται ὁ θηλασμός τῶν νηπίων. Ἐν αὐτῇ ἐδράζει ὁ ἔναρθρος λόγος. Ἄνευ αὐτῆς ἀδύνατος ἡ μάστισις, ἡ κατάποσις. Συμβάλλει σπουδαίως εἰς τὴν λειτουργίαν τῆς ἀναπνοῆς. Εἶνε ὡς εἰπεῖν, ἡ ἀστυνομία τοῦ στόματος Οὐδὲν τῇ διαφεύγει. Τυχῶναι ἐνήμερος τῆς καταστάσεως τῶν ὀδόντων, τῶν χειλέων, τῶν οὐλῶν, τῶ φάρυγγος καὶ ἐπομένως ἄγρυπνος φύλαξ καὶ θεράπων ἄσκνος τῆς ζωϊκῆς καὶ πνευματικῆς ἡμῶν ὑπάρξεως.

Ἵπολείπεται νῦν ἡ αἴσθησις τῆς ὀσφρῆσεως, ἧτις ἐδράζει εἰς τὴν ἀνωτέραν μοῖραν τῆς ῥινός, ἐν τῇ λεγομένῃ ὀσφρητικῇ σχισμῇ (Jente olfactive). Ὑπηρετεῖ σπουδαίως ἡμᾶς ὑπὸ ἔποψιν ἀμύνης. Διὰ τῆς ὀσφρῆσεως εἰδοποιούμεθα περὶ τῆς παρουσίας δηλητηριωδῶν ἐξατμίσεων ἢ ἀερίων, καθόσον πᾶν ὅ,τι δύναται νὰ δηλητηριάσῃ τὸν περιβάλλοντα ἡμᾶς ἀέρα, εἶνε ὀδυνηρόν. Ἡ ἔλλειψις τοῦ ὀξυγόνου καθίσταται ἀμέσως ἐπαισθητὴ τῇ ὀσφρῆσει, πολὺ πρὶν ἢ εἰδοποιηθῶν οἱ πνεύμονες, ὁπότε θὰ ἦτο ἄργα πλέον. Οὕτω δυνάμεθα τῇ βοήθειᾳ τῆς ὀσφρῆσεως νὰ ἀποφύγωμεν τὴν ἀσφυξίαν. Διὰ τῆς ῥινὸς τελεῖται ἡ ἀναπνοὴ καὶ δι' αὐτῆς ἐξελέγχεται ὁ ἀναπνεύσιμος ἀήρ. Τὰ ξένα μόρια, ἡ κόνις, καὶ εἴ τι ἄλλο ἐπικάθηνται ἐπὶ τοῦ βλεννογόνου τῆς ῥινὸς καὶ δὲν εἰσδύουσι περαιτέρω. Ἡ ῥίς, ἐν φυσιολογικῇ καταστάσει, καθιστᾷ τὴν φωνὴν εὐχρον. Ἀλλ' ἵνα προσφέρῃ ἡμῖν ἡ ὀσφρησις τὰς ὑπηρεσίας ταύτας, δεόν ἡ ῥίς νὰ εὕρισχεται ἐν καλῇ καταστάσει. Ἡ εὐαίσθησις αὐτῆς εἶνε μεγίστη. Διὰ τῆς εἰσπνοῆς διεγερτικῶν φαρμάκων δυνάμεθα νὰ ἀνεγείρωμεν τοὺς εἰς λιποθυμίαν ὑποπεσόντας, ὡς ἐπίσης ἀδέξιοι ἐντὸς τῆς ῥινὸς χειρισμοὶ

δυνατὸν νὰ ἐπιφέρουν συγκοπὰς λίαν ἐπικινδύνους ἢ ρινορραγίας ἀκατασχέτους.

*
*
*

Τοιαύτη ἐν περιλήψει καὶ πετῶντι πολέμῳ ἡ λειτουργία καὶ χρησιμότης τῶν πέντε αἰσθήσεων

Χάριν τῶν ἀναγνωστῶν τοῦ Ἑμερολογίου δὲν ἀποκνοῦμεν νὰ ὑποτυπώσωμεν συμβουλὰς τινὰς, ὅσας μακρὰ πείρα καὶ παρατήρησις ἐπιστοποίησεν ἡμῖν, πρὸς πρόληψιν νόσων ἢ διατήρησιν ὑγιαῖ τῶν αἰσθητηρίων

Καὶ περὶ μὲν τῆς γεύσεως καὶ τῆς ἀφῆς βραχέα τινὰ δύναται τις νὰ εἴπῃ ἐν σχέσει πρὸς τὴν ὑγιεινὴν, καθόσον μόνον νόσοι καθολικαί, ὀργανικαὶ ἢ νευρικαὶ δύνανται νὰ τὰς ἐκμηδενίσωσιν. Οἱ ἐντερικοὶ καὶ στομαχικοὶ κατάρροι λ. γ. οἱ γεννῶντες παχὺ ἐπίχρισμα ἐπὶ τῆς γλώσσης, καταργοῦσιν ἢ ἐλαττοῦσι τὴν γεῦσιν. Φευκτέον ὅθεν πᾶν ὅ,τι δύναται νὰ ἐπιτείνῃ ἢ διαιωνίσῃ τὴν νοσηρὰν κατέστασιν. Ἡ χρῆσις πνευματωδῶν ποτῶν, καρυκευμένων, δυσπέπτων καὶ λιπαρῶν τροφῶν ἀπαγορεύεται. Αἱ νόσοι τῆς ρίνος, ὡς καὶ αἱ τοῦ φάρυγγος καὶ τῶν ἀμυγδαλῶν ἐπιδρῶσιν ἐπὶ τῆς γεύσεως, ἥτις λ. γ. παρὰ τοῖς ἐκδότοις οἰνοπόταις καὶ καπνισταῖς εἶνε ἀμβλυτάτη. Ἡ χρῆσις τῶν ἐλαφρῶν ἀλκαλικῶν ὑδάτων, ὑπὸ μορφήν γαργαρισμοῦ, τρίς τῆς ἡμέρας, ὡς καὶ ἡ ἐσωτερικὴ αὐτῶν λήψις, ἀποβρίνει ὠφελιμωτάτη.

Περὶ τῆς ἀφῆς, ἐπειδὴ ἡ ἐλάττωσις ἢ ἡ κατάργησις αὐτῆς ἐξαρτᾶται ἐκ νοσηρῶν αἰτίων κεντρικωτέρας προελεύσεως, ὁπότε ἀνάγεται εἰς τὴν δικαιοδοσίαν τῆς θεραπευτικῆς, τοῦτο μόνον ὑπομνήσκωμεν ὅτι ἡ καθαριότης τοῦ δέρματος συντελεῖ μεγάλως εἰς τὴν καλὴν αὐτῆς διατήρησιν.

Διαφέρει ὅμως ὡς πρὸς τὰς λοιπὰς τρεῖς αἰσθήσεις, τὴν ὄρασιν, τὴν ἀκοὴν καὶ τὴν ὄσφρησιν. Ἐν ταύταις ἡ ὑγιεινὴ ἐπιβάλλεται ἐπὶ ποινῇ καταστροφῶν ἐνίοτε ἀνεπανορθώτων. Διὰ τὴν ὑγιεινὴν τῆς ὁράσεως δεόν νὰ ἀποφεύγωμεν τὰς ὑγρὰς ἢ σκοτεινὰς κατοικίας, τὰς ἐν ὑπογείοις μακρὰς ἐγκαθεύξεις, τὴν εἰς μικροσκοπικὰ ἀντικείμενα διὰ μεγεθυντικῶν φακῶν ἐνασχόλησιν, τὴν διαμονὴν εἰς μέρη καυστικῶν ἢ ἐρεθιστικῶν ἀτμῶν ἢ κόνεων, γημικῶν ἐργαστηρίων, μεταλλείων, ἀνθρακωρυχείων. Ἐπίσης παραβλάπτουν τὴν ὄρασιν εἶδη τινὰ καὶ τρόποι χειροτεχνίας. Αἱ κυρία ἄς ἀποφεύγωσι τὴν νύκτα τὸ ἐργόχειρον ἐπὶ μελανοῦ ἢ λευκοῦ χρώματος μετ' ἀνεπαρκοῦς ἢ ἀπλέτου φωτός. Φευκτέον τὰς ἀποτόμους μεταπτώσεις εἰς τὸ ἄπλετον φῶς. Οἱ σπουδασταὶ καὶ οἱ εἰς μακρὰς μελέτας ἐπιδιδόμενοι δεόν νὰ διακόπτωσιν ἀπὸ καιροῦ εἰς και-

ρὸν τὴν μελέτην, κλείοντες συνάμα ἐπὶ τινὰ λεπτὰ τοὺς ὀφθαλμούς. Ὀλεθριὸν τὸ ἀνγκινώσκειν μικροσκοπικοὺς χαρακτῆρας καὶ μάλιστα ἐπὶ λείου χάρτου τετυπωμένους. Κατὰ τοὺς θερινοὺς μῆνας τὸ φέρειν διόπτρας ἐλαφρῶς σκοτεινοὺς θὰ ᾔητο οὐχὶ ἄσκοπος σύστασις καὶ μάλιστα δι' ἑδάφος λευκὸν καὶ κονιορτοθριβές, οἷον τῶν Ἀθηνῶν. Ἐπίσης καὶ τὸ πλύνειν δις τῆς ἡμέρας τοὺς ὀφθαλμούς δι' ὕδατος χλιαροῦ ἀπλοῦ ἢ μετὰ τινος στυπτικῆς εἴτε ἁρωματώδους οὐσίας.

Κατὰ τοῦ αἰσθητηρίου τῆς ἀκοῆς ἐπιδῶσι δυσχερέτως οἱ αἰφνίδιοι καὶ ἰσχυροὶ κρότοι, δυνάμενοι νὰ ἔχωσιν ὡς συνέπειαν τὴν ῥῆξιν τοῦ τυμπάνου καὶ αἱμορραγίαν. Εἰς τοὺς ἀξιοματικούς καὶ ὀπλίτας τοῦ πυροβολικοῦ συνιστῶμεν νὰ φράττωσι διὰ βάμβακος τὸν ἀκουστικὸν πόρον ἀναμένοντες τὴν ἐκπυρσοκρότησιν μετὰ τὸ στόμα ἀνοιχτόν. Ἐπίσης ἐπιδρῶσι κακῶς ἐπὶ τοῦ ὀργάνου τῆς ἀκοῆς τὰ ἐπὶ τοῦ χονδρῶδους περυγώματος τοῦ ὠτός ῥαπίσματα. Αἱ νόσοι ἰδίως τοῦ ῥινικοῦ φάρυγγος, τῆς ῥινός, τῆς φαρυγγαίας ἀμυγδαλῆς, αἱ ὑπερτροφίαι, οἱ ῥινικοὶ πολυποδες, εἰσὶ τόσα προκλητικὰ αἰτία τῶν παθήσεων τοῦ ὠτός, ὧν ἡ ἑγκαίριος θεραπεία δύναται νὰ ἀποσοθῇσιν κινδύνου ἐπιπλοκῶν συνεπαγομένων τὴν ἀπώλειαν τῆς ἀκοῆς. Αἱ λοιμικαὶ νόσοι, αἱ μαστιζούσαι τὴν παιδικὴν ἡλικίαν, ἰλαρά, ὀστρακία, διαφθερίτις, τυφοειδὴς πυρετός, ἡ ἐγκεφαλονωτιαία μηνιγγίτις, αἱ καρωτίδες, αἱ φλεγμοναὶ τοῦ λαβυρίνθου καὶ αἱ τραυματικαὶ βλάβαι τοῦ ἀκουστικοῦ νεύρου, ἀσκοῦσι δυσμενῆ ἐπὶ τῶν ὧτων ἐπίδρασιν. Παρεθέσαμεν τὸ ἀνιαρὸν κοινόλογιον τῶν νῦσων, τῶν ἰκανῶν νὰ προκαλέσωσιν ὠτίτιδας, ὅπως ἐπιστήσωμεν τὴν προσοχὴν τῶν γονέων, οἵτινες δέον νὰ γνωρίζωσιν οἷον κίνδυνον διατρέχουσι τὰ τέκνα αὐτῶν καὶ δὴ πρὸ τοῦ ἐβδόμου ἔτους, ὅπως μὴ παραμελῶσιν οὐδὲν τῶν πρὸς προληψιν τῆς κωφώσεως ὑπὸ τῆς θεραπευτικῆς καὶ τῆς ὑγιεινῆς ὑποδείκνυμένων. Οἱ καπνισταὶ καὶ πνευματοπόται, ὧν ἡ νοσηρότης τοῦ φάρυγγος ἀποβαίνει χρονία, ὑπόκεινται ἐπὶ τῇ ἐλαχίστῃ ἀφορμῇ ἢ προδιαθέσει εἰς ὠτικὰς βλάβας.

Ὀλεθρία εἶνε ἡ ἔξις τοῦ καθαρίζειν τὰ ὦτα δι' αἰχμηρῶν ὀργάνων, ἐξ ὧν ἐπικεῖται διάτρησις τοῦ τυμπάνου ἢ ἐρεθισμὸς ἐπίμονος, οὐχὶ δὲ σπανίως καὶ δοθειῆνες τοῦ ἀκουστικοῦ πόρου, κλπ. Προτιμότερον ὁ καθαρισμὸς τοῦ ὠτός νὰ τελεῖται διὰ λεπτοῦ μανδηλίου καὶ νὰ εἰσέρχεται εἰς τόσον βάθος ὅσον ὁ μικρὸς δάκτυλος ἐντιθέμενος δύναται νὰ φθάσῃ. Καλὸν εἶνε νὰ ἀποφεύγωμεν τὰς δι' ἀφθόνου καὶ ψυχροῦ ὕδατος πλύσεις ἐπιφερούσας ἐμβόας καὶ σκοτοδινὴν, πολλάκις δὲ καὶ ἀμβλύτητα τῆς ἀκοῆς ὡς ἐκ τῆς παραγομένης ὑγρότητος τῆς μεμβράνης τοῦ τυμπάνου, οὐχὶ σπα-

νίως δὲ καὶ νευραλγίας ἐπωδύνους. Κατὰ μείζονα κλίμακα φευκτέον τὰς τοιαύτας ἀνωφελεῖς ἄλλως τε εἰσδύσεις τοῦ ὕδατος κατὰ τὰ θαλάσσια λουτρά, ἐνεκα τῆς ἀποτόμου καὶ ἀλλεπαλλήλου αὐτομειώσεως τῆς πίεσεως τοῦ ἀέρος κατὰ τὰς καταδύσεις.

Καὶ τὸ εἰσροφᾶν ὕδωρ ἐντὸς τῆς ῥινὸς λόγῳ καθαριότητος εἶνε ἐπιβλαβὴς συνήθεια, ἐπιτείνουσα μᾶλλον ἢ κατευνάζουσα τοὺς κατάρρους, δυναμένη δὲ νὰ ἐπιφέρῃ καταστροφὴν τῆς ὀσφρήσεως καὶ δὴ ἐκ τούτου ποῖάν τινα ἀμβλύτητα ἐπὶ τῆς γεύσεως. Οἱ συχνοὶ ῥινικοὶ κατάρροι, ἐπιφέροντες ὑπερτροφίαν τοῦ βλεννογόνου καὶ τῶν κογχῶν, ἔχουσιν ὡς συνέπειαν τὴν ἐλάττωσιν τῆς ὀσφρήσεως καὶ εἶνε ἐκ τῶν αἰτίων τῆς γενέσεως τῶν ῥινικῶν πολυπόδων. Ἀπασαὶ αἱ νόσοι τῆς ῥινός, καὶ τινες μηχανικοὶ καὶ ἀνατομικοὶ λόγοι, ὧν ἡ θέσις δὲν εἶνε ἐνταῦθα, φέρουσιν ἐπίσης ἀμβλύτητα ἐπὶ τῆς ὀσφρήσεως. Ἡ ὄζαινα, εἰς προκεχωρημένον αὐτῆς στάδιον, συνεπάγεται τελείαν αὐτῆς καταστροφὴν. Ἐπὶ ῥινικῶν κατάρρων, συμβουλευόμεν τὴν χρῆσιν λιπαρῶν οὐσιῶν ἐν εἰδὲι ἀλοιφῆς μετὰ μικρῶν ποσοτήτων Menthol καὶ Κοκαΐνης ὡς καὶ τὴν τοῦ ἐλαίου τοῦ Εὐκαλύπτου. Ἡ ἀναπνοὴ καλὸν εἶνε νὰ τελεῖται διὰ τῆς ῥινός. Οἱ ποδηλατοῦντες ὥς εἰσδέχονται τὸν ἀέρα διὰ τῆς ῥινός καὶ ὥς ἀποβάλλωσιν αὐτὸν διὰ τοῦ στόματος.

* *

1

Αὐτὰ ἐν γενικωτάταις γραμμαῖς. Δὲν ἐγράψαμεν δι' ἱατρούς, ἀλλὰ διὰ τὸ πολὺ κοινόν, καὶ ἰδίως διὰ τοὺς ἀναγνώστας τοῦ ἀγαπητοῦ ἀνὰ χεῖρας Ἡμερολογίου, οὗ τὰ στενὰ ἄλλως τε ὄρια, ἐν ἀντιθέσει πρὸς τὴν εὐγενῇ πρόσκλησιν τοῦ Διευθυντοῦ, δὲν ἐπέτρεπον ἡμῖν, ἄσκοπον ἴσως καὶ ἀνιαράν, λεπτομερεστέραν ἐξερεύνησιν τοῦ θέματος.

Ἀθῆναι, 7 Ἰουλίου τοῦ 1898.

ΕΜΜ. Λ. ΚΥΤΑΡΙΟΛΟΣ
Ἰατρὸς