

στημα τῶν ὀκτῶ ὥρων δὲν ἀνανεοῦται διαρκῶς ὁ φθειρόμενος ὑπὸ τῆς ἀναπνοῆς ἀπὸ τοῦ κοιτῶνος, θὰ καταστῇ ἀκατάλληλος πρὸς ἀναπνοὴν καὶ δηλητηριώδης. Μετὰ τέσσαρας ὥρας ἡ ἀτμοσφαῖρα τοῦ κοιτῶνος θὰ περιέχῃ ὑπὲρ τὰς 100 λίτρας ἀνθρακικοῦ ὀξέος (ἐκ τοῦ ὁποίου μόνον 4 τοῖς χιλίοις ἀρκοῦν διὰ τὴν καταστήσῃ τὸν ἀέρα ἀκατάλληλον δι' ἀναπνοὴν) καὶ μίαν ἀόριστον ποσότητα ἀεριοδῶν τοξινῶν, δηλαδή δηλητήρια ἀρκοῦντα νὰ διαφθείρουν 30 — 40 κυβικὰ μέτρα καθαροῦ ἀέρος.

Ὁ περίφημος Μπρόουν Σεκὰρ ἔκαμεν ἄλλοτε περίεργα πειράματα, ἐξ ὧν προέκυψεν, ὅτι ὁ ἄνθρωπος διὰ τῆς πνοῆς του ἐκπέμπει μίαν πτωμαϊνὴν ἀόρατον δυνάμενιν νὰ φονεύσῃ εἰς δύο ὥρας τὸ ζῶον εἰς τὸ ὁποῖον ἐγχύνεται.

Κατὰ δὲ τὴν ἐπανάστασιν τῆς Βεγγάλης, τῷ 1857, 180 Ἴνδοι αἰχμαλωτισθέντες ὑπὸ τῶν Ἀγγλῶν ἐκλείσθησαν εἰς στενὴν εἰρκτήν, χωρὶς παράθυρα, προσριζόμενοι νὰ τουφεκισθοῦν. Ὅταν τὴν ἐπιοῦσαν ἡνοιξαν τὴν εἰρκτήν, εὗρηκαν τοὺς 125 Ἴνδους νεκρούς. Εἶχον ἀποθάνει ἐξ ἀνεπαρκείας ἀέρος ἀναπνευσίμου δηλητηριασθέντες ὑπὸ τῶν ἀναπνοῶν των. Καὶ οἱ υπόλοιποι δὲ 55 παρουσίασαν συμπτώματα τυφοειδοῦς πυρετοῦ καὶ οἱ πλεῖστοι ἀπέθανον.

Καλὰ λοιπὸν νὰ κοιμώμεθα μὲ ἀνοικτὰ παράθυρα, ἀλλὰ τὸ κρυολόγημα πῶς θὰ τὸ ἀποφύγωμεν ὅταν ὁ καιρὸς εἶνε ὑγρὸς ἢ ψυχρὸς ;

Οἱ ὑγιεινολόγοι εἶνε ἐνθαρρυντικώτατοι καὶ εἰς τοῦτο.

Δὲν ὑπάρχει κανεὶς φόβος, ἀρκεῖ νὰ κοιμᾶται κανεὶς καλὰ σκεπασμένος. Ἀπόδειξις ὅτι ὁ κανὼν τῶν ἀνοικτῶν παραθύρων τηρεῖται εἰς ὅλα τὰ θεραπευτήρια τῶν φθισικῶν.

Ἀλλὰ διὰ πᾶν ἐνδεχόμενον συνιστοῦν ν' ἀποφύγῃ ὁ κοιμώμενος μὲ ἀνοικτὰ παράθυρα τὴν ἄμεσον συνάφειαν μὲ τὸν ἔξωθεν ἐρχόμενον ἀέρα τῆς νυκτός, τοποθετουμένης οὕτω τῆς κλίνης, ὥστε νὰ μὴ εὗρίσκεται ἀπέναντι ἀνοικτοῦ παραθύρου. Ὁ ψυχρὸς ἀπὸ πρὸς πρέπει νὰ «σκοτώνεται» ὀλίγον, ν' ἀνακόπτεται ἡ ὁρμὴ του, εἴτε εἰς ἡμίκλειστα παραθυρόφυλλα, εἴτε εἰς παραπετάσματα. Ἄλλως δὲ πρὸς τοῦτο ἔχουν ἐπινοηθῇ οἱ τρυπητοὶ ὑελοπίνακες καὶ οἱ διπλοὶ μάλιστα τρυπητοὶ ὑελοπίνακες.

Λοιπὸν ποῖος ἔχει τὸ θάρρος νὰ δοκιμάσῃ μίαν ἀπὸ τὰς παγεράς νύκτας τὴν ὑγιεινὴν τῶν ἀνοικτῶν παραθύρων ;

ΙΩ. ΚΟΝΔΥΛΑΚΗΣ

Εἰς ἄσχημον φιλάρεσκον

Δὲν παίρνεις, λές, ἀπὸ ψευτιῆς. Μὰ ἓνας ἀρχιψεύτης
σὲ κοροϊδεύει ἀλύπητα — ὁ πλάνος σου ὁ καθρέφτης !...

* ΕΩΣΦΟΡΟΣ