

2696 1881,

Biblioteka Towarz. Lekarsk
gub. Lubelskiej

CIEPLICE
TRENCZYŃSKIE
na górnych Węgrzech.

Podręcznik informacyjny dla gości kąpielowych

nakreślił

Dr. Stefan Filipkiewicz

lekarz zdrojowy w Cieplicach Trenczyńskich, b. Sekundaryusz
Szpitala wiedeńskiego na Wiedniu.

2794

KRAKÓW
Nakładem autora.
1881.

W drukarni Fr. Pobudkiewicza w dzierżawie A. Koziańskiego.

CIEPLICE
TRENCZYŃSKIE
na górnych Węgrzech.

CIEPLICE
TRENCZYŃSKIE
na górnych Węgrzech.

Podręcznik informacyjny dla gości kąpielowych

nakreślił

Dr. Stefan Filipkiewicz

lekarz zdrojowy w Cieplicach Trenczyńskich, b. Sekundaryusz
Szpitala wiedeńskiego na Wiedniu.

KRAKÓW
Nakładem autora.

1881.

W drukarni Fr. Pobudkiewicza w dzierżawie A. Koziańskiego.

54413

no. 68-4254 - 333

men

Przeszłość zdrojowiska.

Odkrycie wielu źródeł leczniczych zawdzięczamy przypadkowi, tak też ma się z Cieplicami Trenczyńskimi.

U ludu okolicznego przechowuje się podanie, że przed 500 laty pastuch, pędząc bydło do pobliskiej wioski, wpadł w gorące bagnisko, a cierpiąc na nogę, kąpał ją w témże, doznawał ulgi i wyleczył się. Lud okoliczny, naocznie się o tém przekonawszy, za przykładem wynalazcy próbował dalej skutków: i wieść o cudownym

źródła szeroko się rozeszła — Cieplice zyskały rozgłos.

Pierwszą wzmiankę o tém zdrojowisku napotyamy w dziele Wilhelma Werlhera pod tytułem „De admirandis Hungariae aquis“ z r. 1551. Następnie Tomasz Jordan w dziele pod tytułem „De aquis medicis Moraviae“, wydaném w Frankfurcie w r. 1586 poświęca mu rozdział pod nazwą „Aquae Trenchinenses“, gdzie opisuje, iż wtedy dla przybyłych chorych nie było mieszkań, a źródła nie były w zbiorniki ujęte, że bogatsi zjeżdżali się z całym dworem, i rozbijali namioty pod gołym niebem, ubożsi zaś mieszkali w chatkach z gałęzi uplecionych.

W komentarzu Hermana z r. 1726 „De Thermis Trenchinensibus“ znajdujemy, iż wtedy stanął pierwszy dom murowany i dwa drewniane, które zajmowali

moźniejsi, a reszta mieszkała w chatach u okolicznych wieśniaków.

Dopiero w r. 1752 hr. Józef Illyesházy ujął źródła w zbiorniki z upustami, i wybudował kilka wygodnych domów. Dzieło rozpoczęte prowadził dalej hr. Stefan Illyesházy, pomnożył budynki i założył park. Następny właściciel baron Wilhelm Sina i jego spadkobiercy nie szczedząc kosztów doprowadzili do tego, iż Cieplice Trenczyńskie są jednym z najlepiej urządzonych zakładów kąpielowych węgierskich.

Liczba gości kąpielowych wzrasta z roku na rok, i dochodzi od 2000—2500 osób.

Chorzy zjeżdżają z Węgier, Galicyi, Królestwa, Wielkopolski, Morawii, Szlązka, Rosyi, Prus i Austryi.

Położenie i klimat.

Cieplice Trenczyńskie leżą w górnych Węgrzech, o milę od miasteczka Trenczyna, w odnodze kotliny rzeki Waagi, 280 metrów ponad poziomem morza, pod $48^{\circ} 54' 5''$ północnej szerokości a $35^{\circ} 50' 8''$ zachodniej długości.

Zakład zdrojowy znajduje się w dolinie przerzniętej rzeczką Teplą. Otaczają go lasem pokryte wzgórza Małych Karpat, dochodzące do 680 metrów wysokości. Miejscowość tę zamieszkuje ludność słowacka.

Klimat jest łagodny, jednak jak zwykle w okolicach górskich dnie bywają ciepłe a noce chłodne. Różnice ciepłoty zwłaszcza w porze letniej nie są zbyt znaczne. Średnia ciepłota wynosi: w Czerwcu $+ 16.7^{\circ}\text{C}$. w Lipcu $+ 20.0^{\circ}\text{C}$, w Sierpniu $+ 19.0^{\circ}\text{C}$. we Wrześniu $+ 15.0^{\circ}\text{C}$. Powietrze tutaj-

sze jest w całej pełni górskie: nader czyste, ożywece i bogate w ozon.

Źródła i ich własności fizyczno-chemiczne.

Cieplice Trenczyńskie obfitują w nadzwyczaj bogate źródła, które wytryskując z pokładów wapienia dostarczają w 24 godzinach 12500 hektolitrów wody a zaopatrują 5 basenów, kąpiele wanne i natryski. Woda tych źródeł jest w małych ilościach bezbarwna, o lekkiej woni kwasu siarkowodowego; smak ma wody twardziej, źródlanej, oddziaływa obojętnie.

Różnice w ciepłocie zdrojów mierzonej termometrem Celsiusza przez Prof. Dr. Schneidera są następujące:

Trenczyńskich należą do grupy wód gorących, siarczano-wapiennych.

Głównym czynnikiem tych źródeł jest kwas siarkowodowy, który w znacznej ilości użyty jest gazem silnie trującym, należyćie jednak rozcieńczony, jak w wodach trenczyńskich, jest dzielnym środkiem leczniczym. Powyższy gaz dostaje się do ustroju częścią przez skórę, częścią przez oddęchanie. Według wielu badaczy działa on bezpośrednio na mieszanię krwi; zmienia jej skład chemiczny (prawdopodobnie odtlenia haemoglobin), przyspiesza przemianę materii, wywołuje szybsze wydalenie się z ustroju składników uległych rozkładowi. To ostatnie działanie wzmaga się przez otoczenie ustroju wyższą ciepłotą, jak to ma miejsce w tych kąpielach.

Kąpiele siarczane o wyższej ciepłocie, jeżeli je się odpowiednio zastosuje, bywają dzielnym środkiem leczniczym głównie w chorobach polegających na zloczeniach

w przemianie materji. Do tych zaliczamy choroby ustrojowe tj. cierpienia przewłoczne wywołane zmianą chorobową soków odżywczych pod względem ilościowym z następowém, długotrwałém zaburzeniem w poszczególnych narządach lub w ich czynnościach. Kąpiel siarczana nietylko poprawia mieszanie soków odżywczych, ale téż wydalą szkodliwe składniki, a nadto usuwa następstwa cierpień ustrojowych, jak porażenia i nerwobóle, a w końcu sprowadza wessanie złogów zapalnych.

Na podstawie powyższego rozbioru chemicznego i doświadczenia leczniczego kąpiele w Cieplicach trenczyńskich są wskazane w następujących cierpieniach:

I. W chorobach ustrojowych:

- a) w gościecu przewłocznym stawowym i mięśniowym,
- b) w podagrze,
- c) żoźzach,
- d) kile.

W tem ostatniem cierpieniu kąpiele siarczane są wybornym środkiem leczniczym. Nie tylko wspierają one działanie leków swoistych, lecz także niekiedy w przypadkach wątpliwych mogą pouczyć, czy objawy chorobowe nie są następstwem poprzedniej kuracji swoistej a nie zakażenia kilowego.

II. W zatruciach metalicznych, mianowicie rtęciowém i ołowném.

III. W porażeniach i nerwobólach na podstawie gościcowej, kilowej, rtęciowej lub powstałych po urazie.

IV. W osutkach przewłocznych, występujących na tle chorób ustrojowych lub samoistnie, jak: wyprysk, łupież czerwony (pityriasis rubra), świerzbączka (prurigo), łuszcz, (psoriasis), lupus i tp.

V. W następstwach zranień i obrażeń, zwłaszcza gdzie są wysięki po zapaleniu, owrzodzenia wątle z trudnością się gojące, zgrubiałe blizny bolesne, wybujala kostnina po złamaniach kości.

Przeciwwskazane są te kąpiele:

- 1) przy wadach sercowych w wysokim stopniu, gdzie nastąpiło zaburzenie w kompensacyi;
- 2) przy znacznie posuniętych cierpieniach narządów oddechowych;
- 3) przy skłonności do kongestyj do mózgu i do płuc;
- 4) przy ciąży;
- 5) w stanach gorączkowych;
- 6) w złośliwych nowotworach.

Środki lecznicze.

1) *Kąpiele wspólne* „Spiegelbad“ w liczbie pięciu.

Bas. Nr. I, 12 metrów długi, 5·68 szeroki, 1·28 głęboki znajduje się w zamku (Kastel).

Bas. Nr. II, 8·14 metr. długi, 6 szeroki, 1·56 głęboki: w tym samym budynku.

Bas. Nr. III i IV, obydwu w osobnym budynku. Każdy z nich ma po 5·70 metr. długości, 5·68 szerokości i 1·30 głębokości.

Basen obejmujący źródło Sina, „Sinaquelle“ w Sinahaus: 8·52 metr. długi, 6·95 szeroki, 1·50 głęboki.

Baseny zbudowane są ponad źródłami, których woda wpływa jednostajnie przez podłogi drewniane, dziurkowane, nic nie tracąc na swój ciepłocie i własnościach chemicznych. Nadmiar wody nieustannie odpływa z pomocą urządzonych upustów. Cała ilość wody zawarta w pojedynczym basenie odmienia się co 3 do 4 godzin. Oprócz tego każdy basen bywa co wieczór wypróżniany i świeżo podczas nocy napełniany.

Do basenów Nr. I, II jak też Sinaquelle przytykają z dwóch przeciwnych stron sale, jedna dla mężczyzn druga dla kobiet, po-

dzielone na gabinety do rozbierania się i wypoczynku po kąpieli. Z tych sal wchodzi się po stopniach do wody. Kąpiele w basenach o tyle są korzystniejsze od waniennych, że ciepłota pierwszych jest niezmienną, powierzchnia ciała styka się ciągle z świeżą ilością wody dopływającą bezpośrednio z źródła, a wreszcie, że chorzy mogą swobodnie wykonywać ruchy kończynami z bolałemi lub zeszywniałemi.

2. *Kąpiele wanienne* zasilane bywają przez źródło „Urquelle“, a znajdują się w Zamku. Wanny marmurowe, porcelanowe i drewniane umieszczone są w izbach czystych, w razie potrzeby ogrzewanych i opatrzonych we wszelkie potrzebne sprzęty. Ciepłotę kąpieli waniennych można obniżać według potrzeby domieszką wody słodkiej, doprowadzanej rurami. Oprócz kąpieli siarczanych stosuje się także kąpiele jodowe, lub z domieszką wyciągu igliwiowego itp.

3. *Natryski* o wyższej ciepłocie, umieszczone obok Sinaquelle w izbach osobnych tak dla mężczyzn jak dla kobiet, zasilane bywają przez powyższe źródło z pomocą maszyny parowej pompującej wodę do zbiornika.
4. *Kąpiele zimne i natryski z wody słodkiej* urządzone są w parku.
5. *Wodę siarczaną* z „Urquelle“ w niektórych przypadkach chorobowych stosuje się także wewnątrznie.
6. *Żelazcę* dla użytku chorych przyrządza lud okoliczny.
7. Jako środki pomocnicze przy kuracyi kąpielowej używane bywają: prąd elektryczny stały i przerywany jak też miąższenie ciała (massage).

Apteka miejscowa zaopatrzona jest we wszelkie leki przepisane i w różne wody mineralne.

Pora kąpielowa

rozpoczyna się w Ocieplicach Tren-ezyńskich 1. Maja i trwa do końca Września. W miesiącach Maja i Wrześniu przybyli goście mogą być umieszczeni w t. zw. pensjonacie. Za 3 zlr. dziennie otrzymują mieszkanie, kąpiel, śniadanie, obiad i kolację.

Najwięcej napływa gości od połowy Czerwca do połowy Sierpnia, jakkolwiek i w sezonie końcowym zjeżdżają się chorzy na kurację następową, głównie z Karlsbadu i Maryjenbadu.

Budowle i restauracye.

Kościół.

Szpital wojskowy.

Szpital komitatowy na ukończeniu.

Teatr letni w parku.

Obszerna hala oszklona z salą środkową do spaceru podczas niepogody i dwoma bocznymi, w których się mieści czytelnia, wypożyczalnia książek i fortepian.

Domy skarbowe.

Hotel, w którym się znajduje 44 pokoi mieszkalnych, kawiarnia z bilardami i sala balowa.

Dreiherzenhaus Nr. 72 z 18 pokojami.

Dom mieszczący baseny Nr. III i IV z 7 pokojami na piętrze.

Kastell, zabudowanie czworoboczne, w którym się znajduje Bas. I, II, kąpiele wanienne, oraz 17 pokoi na piętrze. W podwórzu, który zamieniony w ogród, znajduje się altana pokrywająca źródło „Urquelle.“

Sinahaus z 72 pokojami; w jego lewym skrzydle znajduje się Sinaquelle i natryski.

Bossanyi-Haus Nr. 13 z 42 pokojami i ogrodem.

Poniatowski-Haus Nr. 12 z 35 pokojami i ogrodem.

Domy prywatne.

Posthaus Nr. 21, własność p. Rakowskiego z 46 pokojami, ogrodem i prywatną restauracją.

Attilahaus Nr. 22, wł. p. Urszyca z 52 pokojami i ogrodem.

Nr. 43, wł. p. Banya z 6 pokojami i ogrodem.

Nr. 31 z 56 pokojami, wł. p. Engla.

Nr. 63 z 20 pokojami, wł. p. Fischera.

Nr. 90 z 4 pokojami, wł. p. Fliegla.

Nr. 94 Willa-Mühle z 24 pokojami.

Reszta domów zawiera 324 pokoi, czyli ogółem jest w zdrojowisku 700 umeblowanych pokoi.

Oprócz restauracyi w hotelu i wielu domach prywatnych są cztery większe: jedna obok hotelu w domu zwanym Oesterreich, dwie w parku i jedna poza parkiem w domu zwanym Baraczka, gdzie jest także fabryka wody sodowej.

Zarząd kąpielowy.

Właścicielką zakładu jest Księżna de Castries, z domu bar. Sina.

Dyrekcję objął w roku ubiegłym Dr. J. N. Heinrich; znany balneotechnik, właściciel rzymskiej łaźni (Römisches Bad) w Wiedniu.

Sprawy administracyjne załatwia zarządca kąpielowy, p. F. Krepler. Udziela on bezpłatnie wszelkich wyjaśnień dotyczący zakładu i przyjmuje zamówienia na mieszkanie. W biurze zarządu pod Nr. 15 znajduje się również księga zażaleń.

Sprawy wchodzące w zakres polityczny i policyjny rozstrzyga Kr. węg. Komisarz zdrojowy p. W. Simonffy w biurze w „Poniałowski-haus”.

Spis nowo przybyłych gości kąpielowych (Kurliste) wychodzi w odstępach tygodniowych.

Ceny mieszkań, pożywienia i t. p.

W domach książęcych można dostać pokój umeblowany z jednem łóżkiem i z pościelą po cenie od 40 c. do 2½ fl. na dobę; w miesiącach Maja i Wrześniu jest zna-

cznie taniej. Za wniesione drugie łóżko z pościelą płaci się 30 c.

Obsługa kosztuje dziennie według pokoju od 10 do 25 c. Rachunki za mieszkanie rozsyła zarząd 1 i 15 każdego miesiąca.

W domach prywatnych ceny zależą od wzajemnej ugody z właścicielem.

Z powodu konkurencji kilku pierwszorzędnych restauracyj zapewnioną jest gościom dobroć i taniość potraw i napojów.

Wózki dla chory (Rollwagen) w dostatecznej liczbie po cenie 10 c. za godzinę.

Czas użycia i ceny środków kąpielowych.

Kąpiele otwarte są od 1/2 5 do 12 przed południem i od 2 do 6 po południu. Od

$\frac{1}{2}$ 9 do $\frac{1}{2}$ 10 z rana mogą używać kąpieli wspólnych tylko kobiety.

W „Sinaquelle i w basenie Nr. I kosztuje kąpiel od $\frac{1}{2}$ 5 do $\frac{1}{2}$ 9 z rana 50 c., po w $\frac{1}{2}$ 9 35 c.

W basenie Nr. II, od $\frac{1}{2}$ 5 do $\frac{1}{2}$ 9 40 c. po w $\frac{1}{2}$ 9, 25 c.

W basenie Nr. III od w $\frac{1}{2}$ 5 do w $\frac{1}{2}$ 8 z rana, 30 c. po w $\frac{1}{2}$ 8, 25. c.

W basenie Nr. IV przez cały dzień 15.

Kąpiel wanienna kosztuje 60 c.

Gabinet do wypoczynku w Sinaquelle i w bas. Nr. I kosztuje 10 c.

Kąpiel zimna w pływalni 15 c. w basenie 20 c.

Za użycie jednorazowe natrysków ciepłych 30 c.

Za użycie bielizny 12 c.

Osoby zaopatrzone w bieliznę własną, mogą ją zostawić do przechowania u służby kąpielowej.

Opłata zdrojowa

zastósowana do godności i stanu majątkowego gości kąpielowych wynosi:

Od osób należących do	I	kl.	12	fl.
„ „ „	II	„	6	„
„ „ „	III	„	3	„
„ „ „	IV	„	1	„

Do I kl. należą właściciele większych posiadłości, duchowni i urzędnicy wyższej rangi, oficerowie od pułkownika, właściciele domów miast większych, posiadacze wielkich fabryk, bankierzy, wielcy przemysłowcy, dzierżawcy wielkich dóbr.

Do II kl. należą właściciele mniejszych posiadłości, duchowni i urzędnicy, profesorowie szkół niższych i średnich, adwokaci, oficerowie do majora, aptekarze, właściciele domów w miasteczkach lub mniejszych fabryk, kupcy, rzemieślnicy, ajenci handlowi.

Do III kl. należą urzędnicy pomocniczy, duchowni z parafij uboższych.

Do IV kl. należą wieśniacy, służba kolejowa, robotnicy fabryczni, czeladź rękodzielnicza, służba z gośćmi przybyła.

Członkowie rodziny przybyli w towarzystwie osób należących do kl. I, II lub III płacą połowę taksy. Dzieci do lat 10 są od opłaty uwolnione.

Przebywający w zakładzie nad 3 dni a krócej niż 8 dni płacą w kl. I 2 fl., II 1 fl., III 50 c.

Lekarze i oficerowie armii austr. do majora płacą tylko za muzykę 1 fl. Lekarze otrzymują od zarządu bilety bezpłatne do kąpiel.

Od opłaty są zupełnie uwolnieni nauczyciele szkół ludowych i chorzy mogący się wykazać świadectwem ubóstwa wystawionem przez odpowiednie władze polityczne.

Wynajmujący wręcza gościowi kąpielowemu w 24 godzinach po przybyciu karte

meldunkową, i wypełnioną odseła do miejscowego komisaryatu. Dochodami z opłaty kąpielowej służącymi do pokrycia kosztów utrzymania orkiestry, czytelni, zakupu książek do biblioteki i t. d. — rozporządza w tym celu wybrana komisya.

Rozrywki i przyjemności.

Doborowa orkiestra węgierska grywa podczas sezonu dwa razy dziennie, z rana od 10 do 12 w parku, popołudniu od 6 do 8 przed hotelem.

Teatr niemiecki daje codziennie przedstawienie, przeważnie operetki, od 4 do 6 po południu.

Zabawy tańcujące odbywają się w niedzielę, na które zjeżdżają się także i goście z okolicy.

Czytelnia zaopatrzona jest oprócz czasopism zagranicznych także w polskie dzien-

Obok znajduje się biblioteka posiadająca powieści pisarzy polskich, niemieckich, węgierskich i francuzkich.

Wycieczki i spacery bliższe.

Tuż przy zakładzie znajduje się wspólny park bardzo rozległy, pięknie urządzony, z którego prowadzą ścieżki na okoliczne wzgórza pokryte odwiecznym lasem jak do Iphigénie-Ruhe, Szlavy-Ruhe, Tempel, Jokai-Domb, Königs-Platz.

Najdalsza piesza wycieczka jest na okoliczne wzgórze zwane Klepacz (1842 stóp po nad poziomem morza, godz. drogi). Do samego szczytu tej góry prowadzą szerokie i dobrze utrzymane chodniki. W połowie drogi napotyka się na jaskinię „Räuberhöhle.“ Na szczycie zbudowano glo-

rietę, z której rozciąga się przepyszny widok na całą okolicę.

Wycieczki dalsze.

Trenczyn, miasteczko o milę odległe z zwałiskami zanku.

Dubnica (godzina drogi). Własność ks. de Castries; godny zwiedzenia zamek zbudowany w ubiegłym wieku przez hr. M. Illyesházy i park z oranżeryą drzew figowych i pomarańczowych.

Skalka ($\frac{1}{2}$ godz. drogi) zwałiska klasztoru.

Kubra, wieś w której wytryska źródło szczawowy-alkalicznój.

Praszka (wycieczka całodzienna): zamek z pięknym ogrodem. Własność hr. Königsegg-Aulendorf.

Moteszyce (2 godziny drogi) własność hr. Zamojskiego.

Illawa, (wycieczka jednodniowa) miasteczko z dawnym zabudowaniem więziennym, które zwiedzić można za pozwoleniem kr. ministerium węgierskiego.

St. Sydonia i St. Stefan na granicy morawskiej (wycieczka jednodniowa). Wielkie fabryki szkła.

Stacya pocztowa i telegraficzna.

Urząd pocztowy znajduje się w domu pod Nr. 21 „Posthaus.“ Poczta przychodzi dwa razy dziennie.

Biuro telegraficzne w „Dreiherrzenhaus“ otwarte od godz. 9 do 12 przed południem i od 2 do 7 po południu.

Komunikacya.

Podróżni z Galicyi Zachodniej, Królestwa i Wielkopolski przyjechać mogą przez Bogumin (Oderberg): albo koleją Koszycką do Żółty (Sillein), skąd 8 godzin jazdy pocztą lub powozem (za cenę 8 do 10 fl.); albo przez Gaenserndorf (pod Wiedniem) Preszburg do Trenczyna, skąd nieustannie doróżki i omnibusy do Cieplic dojeżdżają.

Z okolic Tarnowa koleją tarnowsko-le-luchowska do Aboż (Eperies) skąd linią koszycko-bogumińską do Sillein się dojeżdża.

Z okolic Przemyśla i ze Wschodniej Galicyi koleją lupkowską do Koszyc i do Żółty (Sillein).

Za staraniem Dyrekcyi można na każdój większej stacyi monarchii austryackiej otrzymać bilety II i III klasy o 33% tańsze

Mapka kolei żelaznych prowadzących do
CIEPLIC TRENCZYŃSKICH.



wprost do Żofny (Sillein) lub do Tren-
czyna i napowrót, ważne na dni 45: przy-
czem przerwa w podróży w celu wypoczyn-
ku jest dozwoloną.

Uwagi lekarskie.

Na zakończenie wspomnę o niektórych
objawach spostrzeganych podczas przebie-
gu kuracyi.

Często po kilku kąpielach występuje
pieczenie w skórze i czerwona wysypka,
która szybko przemija, i nie wymaga za-
wyczaj przzerwania kuracyi. Prawdopodo-
bnie jest ona następstwem podrażnienia skóry
solami i gazami w wodzie zawartemi. Nie-
kiedy około 2go tygodnia kuracyi wystę-
puje pogorszenie sprawy chorobowej, naj-
częściej w cierpieniach gośćcowych. Jest to
objaw wywołany silnem rozdrażnieniem

ustroju. Proces chorobowy się zaostrza, i na tej drodze przychodzi do wyleczenia.

U wielu chorych nie przestrzegających rady lekarzy co do używania kąpielei ze względu na trwanie i jakość, występuje w krótkim czasie przesylenie się kąpielami, przez co musi się zaprzestać wcześnię całej kuracyi, pomimo że ona z innych względów byłaby pożądana.

U innych w skutek silniejszego drażnienia, niż tego wymaga ustrój, zauważyć można szereg objawów, dających się określić ogólném mianem „przedrażnienia,„ jak ogólna drażliwość, osłabienie, omdlenie, bicie lub drżenie serca, krwotoki, zawroty głowy i t. d. Celem uniknięcia wszystkich niekorzystnych skutków kąpielei i zapobieżenia by się organizm z niemi zbyt wcześnię nie oswoił, należy rozpoczynać kurację powoli zwiększając jęj działanie systematycznie. Pierwsze kąpiele nie powinny trwać dłużej, nad 5, 10 do 15 minut, po-

winy być brane w pewnych odstępach: niekiedy nawet przerwy kilkodniowe są wskazane.

Podczas kąpieli należy unikać zetknięcia wody ze spojówkami ocz, by nie wywołać zapalenia. Po kąpieli należy wypocząć 1—2 godzin pod lekkim przykryciem, by nie zwiększać potów zwłaszcza tam, gdzie nie ma wyraźnego wskazania.

Ubierać powinno się cieplej niż zwykle, gdyż organizm podczas kuracyi jest skłonniejszy do przeziębienia się.

Wreszcie należy zachowywać wszelkie przepisy dyetetyczne przez lekarza w poszczególnych przypadkach podane.



Spis rzeczy.

	Strona.
Przeszłość zdrojowisk	6
Położenie i klimat	8
Źródła i ich własności fizyczno-chemiczne	9
Rodzaj źródeł i wskazania	11
Środki lecznicze	15
Pora kąpielowa	19
Budowle i restauracye	19
Domy skarbowe	20
Domy prywatne	21
Zarząd kąpielowy	22
Ceny mieszkań, pożywienia i td.	23
Czas użycia i ceny środków kąpielowych	24
Opłata zdrojowa	26
Rozrywki i przyjemności	28
Wycieczki i spacery bliższe	29
Wycieczki dalsze	30
Stacya pocztowa i telegraficzna	31
Kommunikacya	32
Mapka kolei żelaznych	33
Uwagi lekarskie	34

BIBLIOTEKA
AKADEMII MEDYCZNEJ
W LUBLINIE
54 423

Mapka kolei żelaz
CIEPLICE T

