



Wystawa

**"Woda =
energia.
Zapomniana
vis vitalis
uzdrowisk
XIX wieku"**

Grafika: Karol Balicki

Lublin
2026

Oddajemy w Wasze ręce już trzecią wystawę, przygotowaną przez pracowników Działu Cyfrowego Udostępniania Zbiorów Biblioteki Głównej Uniwersytetu Medycznego w Lublinie, którzy okazują się też być niestrudzonymi eksploratorami dziewiętnastowiecznej przeszłości, zaklętej w nieco już przykurzonych publikacjach z czeluści bibliotecznego magazynu.

Tym razem zabieramy Was "do wód", jak to się kiedyś mawiało w odniesieniu do uzdrowisk. Specjalnie dla Was, zespół specjalistów na zmianę analizował wybrane tomy oraz testował zawarte tam zalecenia. Przysięgamy, że na zdrowiu i umyśle nie ucierpiał żaden bibliotekarz, choć świadomi ryzyk i niebezpieczeństw zachowaliśmy pewną dozę zdrowego sceptycyzmu. Z tego powodu nie rekomendujemy bezrefleksyjnego stosowania się do dziewiętnastowiecznych zaleceń, zachęcamy jednak do wnikliwego zapoznania się z naszą wystawą.

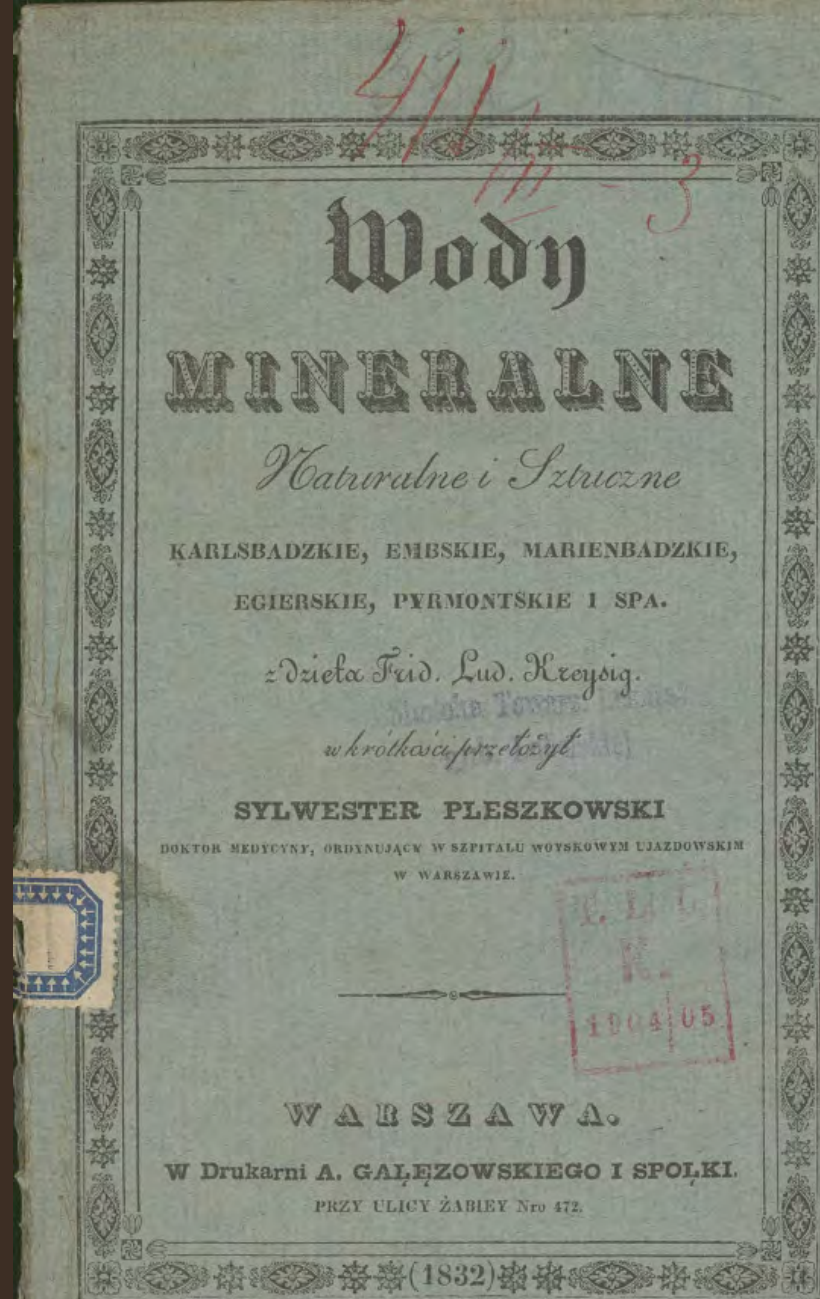
Wszystkie wybrane publikacje są dostępne w naszej [Bibliotece Cyfrowej CyfrUM](#).

Biblioteka Uniwersytetu Medycznego w Lublinie,

Dział Cyfrowego Udostępniania Zbiorów

Friedrich Ludwig Kreysig
Wody mineralne naturalne i sztuczne
karlsbadzkie, emskie, marienbadzkie,
egierskie, pyrmontskie i spa
Warszawa, 1832

W polskim wydaniu książki w przekładzie Sylwestra Pleszkowskiego możemy zapoznać się z opisem właściwości i odpowiednich praktyk kuracji wodami mineralnymi występującymi na terenie Niemiec.



ści zamiast zmniejszania się przy tych wodach dążą raczej do przeyscia w ropienie zgubnych własności. Niektóre dyskrazje humoralne, jako to: skorbut, od nichże pogorszą się, dyskrazja zaś skrofuliczna polepsza się pod pewnemi warunkami. Wody Karlsbadzkie są szkodliwe w ropieniach wewnętrznych, w prawdziwéj i ogólnej słabości, dla osób obdarzonych bardzo delikatnym systematem nerwowym, a zatem po większej części w nerwowych chorobach, w przypadkach znacznego osłabienia organów pokarmowych, w skłonności do diarryi, albo do zbytanych wpływów krwi lub innych humorów, i w stanie wyniszczenia z téż przyczyny pochodzącego; nakoniec wiadomo, że niezgadają się z chorobą syfilityczną.

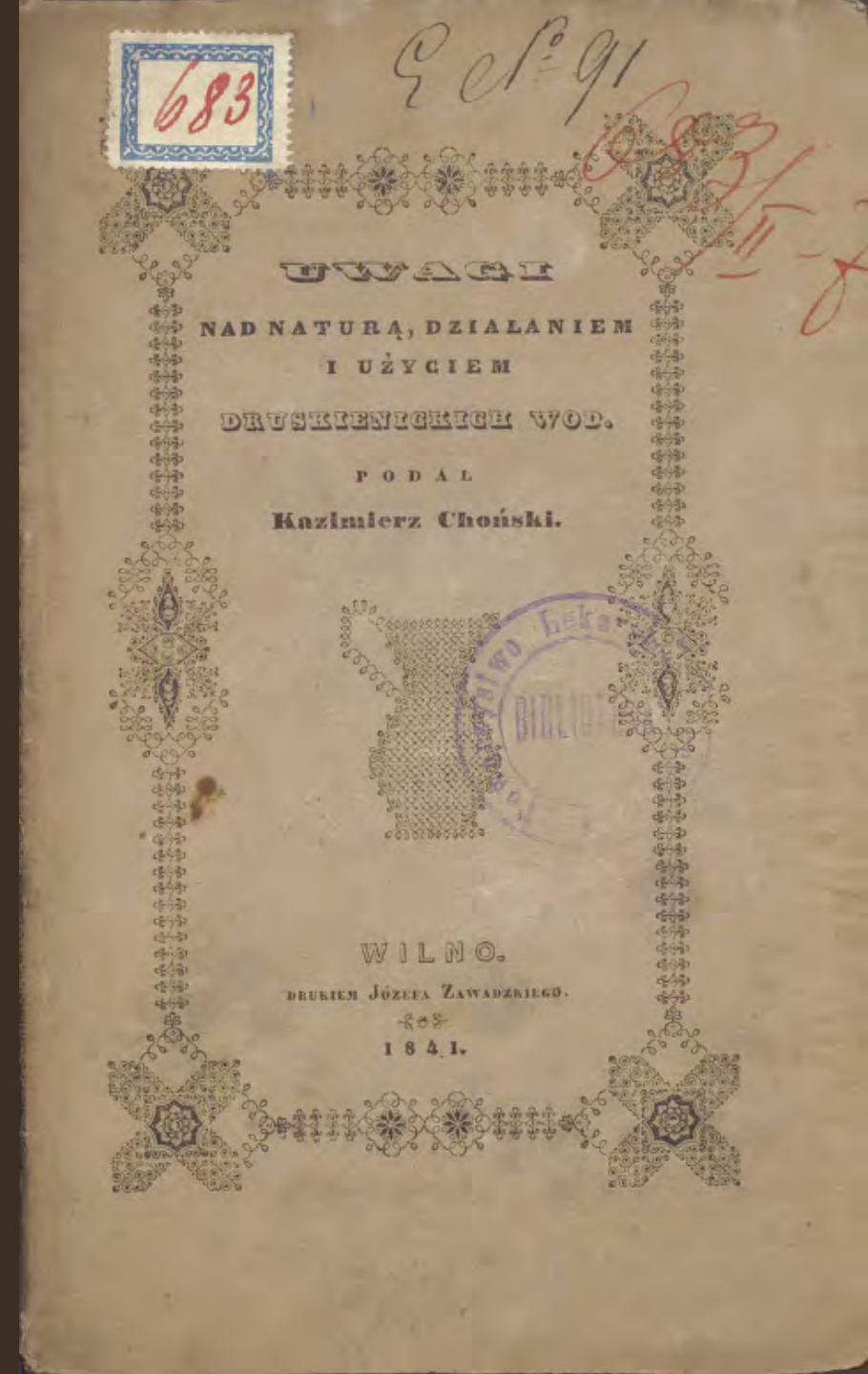
Ale same tylko nazwiska albo kształty choroby, byłyby niesprawiedliwym powodem do zalecania, albo odrzucania wód Karlsbadzkich. Dla tego to lekarz jest obowiązany wybadać i odkryć z dokładnością, jakie są wewnętrzne chorobne pierwiastki, nadające kształt pewnej chorobie, jeżeli chce podać gruntowne rady, z prawdą i z celem, jakiego zamierza osiągnąć, zgodne. Tu powiada D^or KREYSIG, uczynię szczególną uwagę, że w niektórych przypadkach wodnój puchliny brzucha (*hydrops ascites*) albo chronicznego kataru z obfitym wyrzutem flegmy, gęstéj a nawet zakolorowanéj, pozwo-

Każdemu ze źródeł została poświęcona obszerna sekcja, gdzie autor szczegółowo i przystępnie opisuje lokalizację źródła, efekty kuracji wodą, zalecenia i przeciwwskazania do stosowania, oraz sam przebieg kuracji.

Dodatkowo, sekcje zawierają wskazówki dotyczące odpowiedniego trybu życia i diety, aby wspomóc efekty kuracji.

Kazimierz Choński
***Uwagi nad naturą, działaniem i
użyciem druskienickich wód***
Wilno, 1841

Główny autor broszury,
doktor Kazimierz Choński, bazując na
opisanych odkryciach profesora
Fonberga, przedstawia analizę rodzimych
źródeł wód mineralnych
w Druskienikach, obecnie na terenie Litwy.



źródlaną skrzynię, wydaje wiele powietrznych bębli, ukazuje powierzchnią jakby powleczoną sklniącą się szaro-niebieską plewką, smak wody jest twardy, przezroczystość średnia — zostawiona w spokojności daje po jakimś czasie osad brudno-szarawy — zapachu żadnego.

Źródło B. do poprzedzającego podobne, ale ma wyraźny zapach jaj zgniłych.

Źródła C. D. E. wyraźnie słone, i nieco gorzkawe, z których dwa pierwsze więcej jak ostatnie nie mają zapachu żadnego, woda dość czysta i miękka.

Bassen G. i w nim źródło Fonberga, zostając w połączeniu z Rezerwoarem F. który od wszystkich źródeł wodę nagromadzoną dostarcza, traci także często swą przezroczystość i nabiera zapachu właściwego wodzie ze źródła B.

Źródło *Strokowskiego*, znajduje się nad samym brzegiem rzeki i całe lato dla wiel-

**Wspólnie z
profesorem
Korzeniewskim,
autor dokonuje
dogłębnej analizy
wód
z występujących na
terenie źródeł,
biorąc pod uwagę
ich skład chemiczny,
właściwości
fizyczne,
właściwości
prozdrowotne
i przeciwwskazania
do stosowania.**

cane. Użycie zaś środków takowych jako niebezpiecznych i szkodliwych jest przeciw wskazane, gdy zachodzi:

1. Drażliwość i osłabienie organów trawienia w wysokim stopniu.

2. Osłabienie ogólne i spadnięcie z ciała, zwłaszcza, jeżeli jest podejrzenie gorączki niszczącej. (F. hectica.)

3. Stan skorbutyczny, a nawet sama skłonność do zbyt rychłych krwi upływów, czy to hemoroidalnych, czy menstrualnych.

4. Ciąża.

5. Gorączka przepuszczająca (f. intermittens.)

6. Użycie uprzednie w wielkiej ilości preparatów merkuryalnych.

7. Choroby organów oddechowych, serca i wielkich naczyń krwistych.

jów zabronionych i pozwolonych, takowych dotychczas w Druskienikach niema, godzi się więc w krótkości podać że do pokarmów pozwolonych należy:

Chleb żytni (lepiej jeszcze mieszany z pszennym dobrze i wypieczony)

Mięso wołowe.

Cielęcina.

Kury.

Gołębie.

Indyki.

Zwierzyna nie błotna jako:

Kuropatwy.

Jarząbki.

Zające.

Z Ryb (niewielkie gatunki)

Karp.

Sandacz.

Z jarzyn:

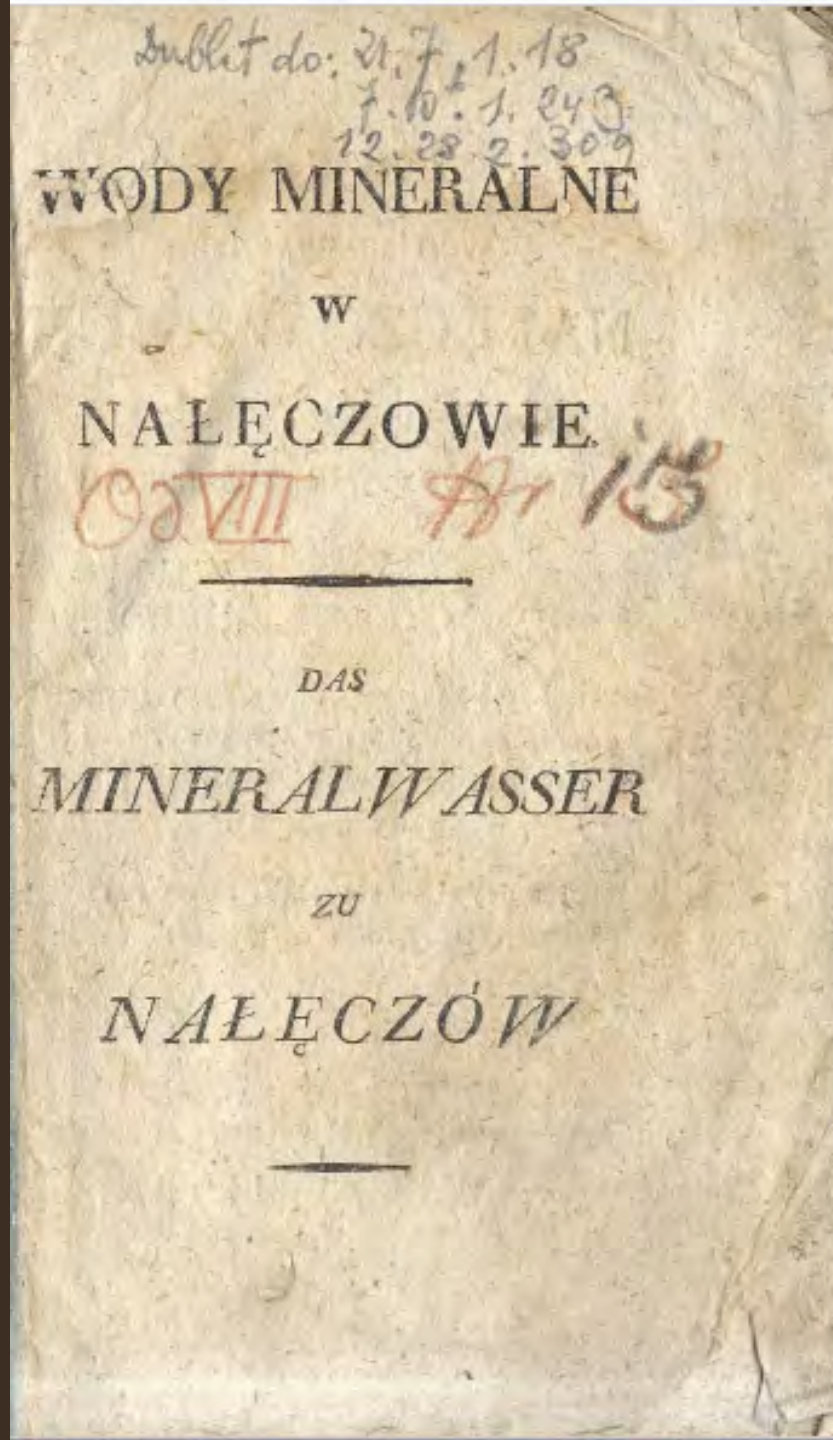
Marchew.

Szpinak.

W publikacji zawarto również uwagi dotyczące odpowiedniej diety w trakcie kuracji. Wody druskiennickie można przyjmować zarówno w postaci pitnej, jak i zażywając kąpieli w źródłach, i przynoszą one ulgę w wielu dolegliwościach fizycznych i nerwowych.

Celiński Józef
Rozbiór wód mineralnych
nałęczowskich w Województwie
Lubelskiém
Warszawa, 1817

Dwujęzyczne wydanie publikacji zawiera opis rozkładu chemicznego wód ze źródeł w Nałęczowie (województwo lubelskie) dokonany przez Józefa Celińskiego - aptekarza, naukowca i współautora pierwszej polskiej farmakopei (Pharmacopea Regni Poloniae).



Z R Z O D Ł A.

Quellen.

W zu ROZKŁADANE } Zerlegt von	Naleczów	Godefroi	Kapus im De- part: Herolt	St. Victoria bei Courmayeur	Nieder- born	Altwasser	Fliensberg	Reinerz	Rheims
	Celinski.	Cadet Eusebius.	Saint Pierre.		Gerboin. Hecht.	Mogala.	Tschörtner.	Mogala.	Eoudain.
Zawieraia w ilości wody Enthalten in einer Men- ge Wasser	8,8000 Gr	1 Pint	171 Kilogr:	16 Un	16 Un	16 Un	16 Un	16 Un	16 Un
Pierwiastku mydlastego Seifenstoff	— —	— —	— —	— —	— —	0,016 Gr	0,177 Gr	— —	— —
Solnu sody Salzsaures Natrum	— —	— —	— —	2 $\frac{7}{13}$ Gr	— —	0,093 Gr	— —	0,559 Gr	— —
Węglanu wapna Kohlensauren Kalk	46 Gr	3,630952 Gr	9 Centim	6 $\frac{2}{3}$ Gr	0,90 Gr	3,249 Gr	0,711 Gr	5,200 Gr	$\frac{3}{4}$ Gr
Siarczanu wapna Schwefelsauren Kalk	— —	— —	— —	— —	0,18 Gr	— —	0,711 Gr	— —	— —
Solanu wapna Salzsauren Kalk	— —	— —	— —	— —	5,90 Gr	— —	0,553 Gr	— —	— —
Solanu magnezyi Salzsaure Talkerde	— —	— —	1 Centim	— —	3,60 Gr	— —	— —	— —	— —
Węglanu magnezyi Kohlensaurer Talkerde	— —	— —	— —	— —	3,48 Gr	2,045	0,400	— —	— —
Siarczanu magnezyi Schwefelsaurer Talkerde	— —	— —	— —	4 $\frac{2}{10}$	— —	— —	— —	— —	— —
Siarczanu sody Schwefelsaures Natrum	— —	— —	— —	— —	— —	— —	— —	2,027 Gr	— —
Węglanu sody Kohlensaures Natrum	— —	— —	— —	— —	— —	1,435	0,7111	razem z węglanu ma- gnezji 13,870 Gr mit Koh- lenbaurer Talkerde zugleich	— —
Węglanu żelaza Kohlensaures Eisen	1,7435 Gr	3,030202 Gr	60 Cent	$\frac{1}{2}$ Gran	0,15 Gr	0,155	0,400	1,540 Gr	— —
Gaz, kwasu węglow: cali ku cent: Kohlensaures Gas, Kohlk-Zohl	71	— —	30	11 $\frac{3}{64}$	— —	1,416	2,4216	2,8289	— —

Autor
szczegółowo
opisuje
wykonane
przez siebie
badania nad
składem wód
oraz podaje
końcowe
wyniki w
formie tabeli.

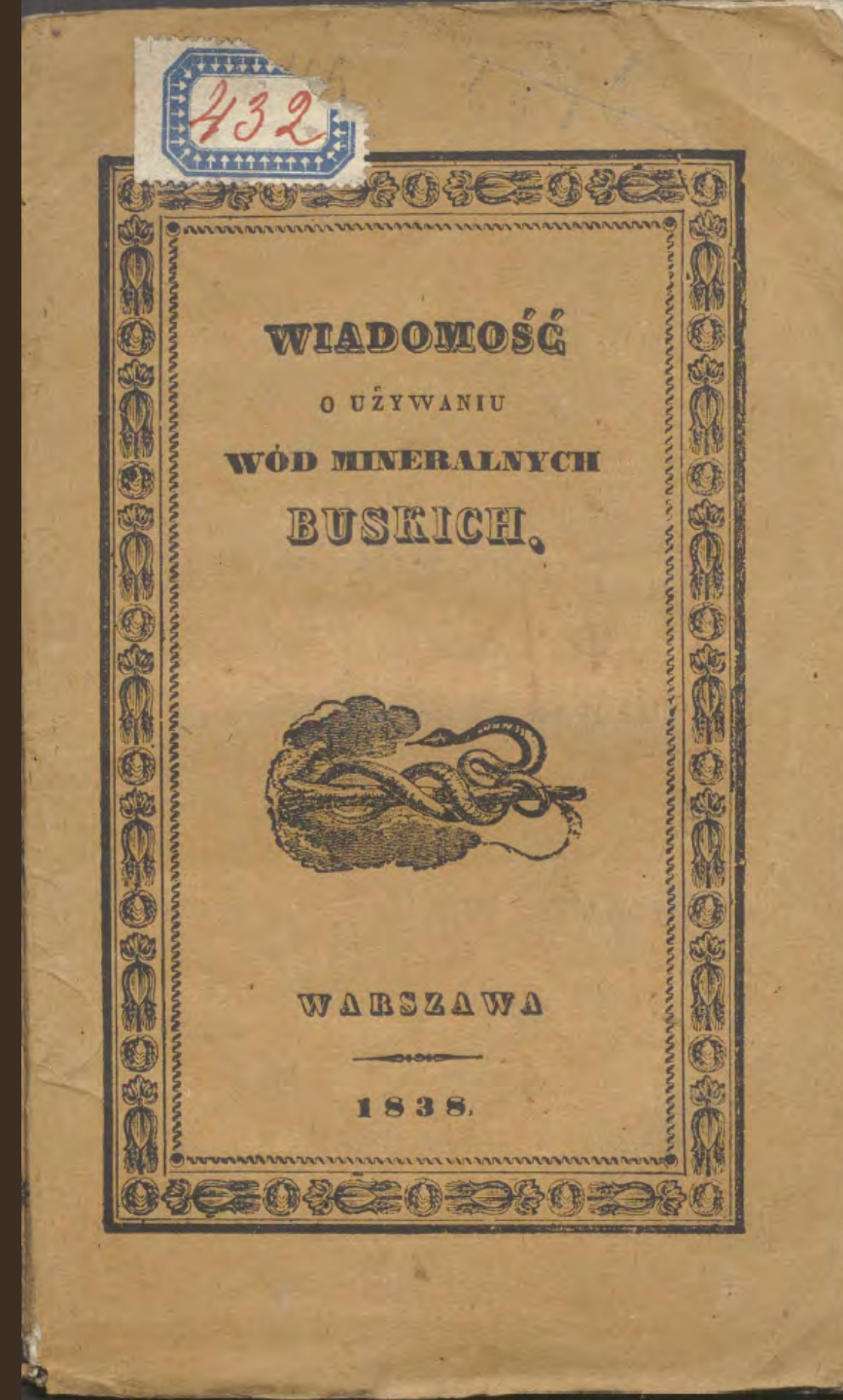
NB. Woda mineralna w Reeburgu według Bouillon la Grange zawiera kwas węglowy, węglan wapna, niedokwas żelaza, siarczan sody że-
laza, których ilość nie oznaczona. —

Das Wasser in Reeburg besteht nach Bouillon la Grange aus Kohlensäure, Eisenoxyd, kohlensaurem Kalk, schwefelsaurem Natrum und
schwefelsaurem Eisen; deren Menge uebrigens nicht bestimmt ist. — (Essai sur les eaux minerales naturelles et artificielles) —

[PRZEJDŹ DO PEŁNEJ
PUBLIKACJI W
BIBLIOTECIE
CYFROWEJ](#)

Jan Oczapowski
***Wiadomość o używaniu wód
buskich w leczeniu rozmaitych
chorób***
Warszawa, 1838

W tej niewielkiej broszurze, autor, Jan Oczapowski, doktor medycyny, opisuje dobroczynne własności wód czerpanych ze źródeł w Busku - aktualnie w województwie świętokrzyskim, wcześniej w zaborze rosyjskim.



rzy wskazujących te wody za stanowcze igitunkowe lekarstwo, w leczeniu słabości ludzkich.—

Potrzeba prowadzi do wynalazków, a doświadczenie i obserwacya nadaje im cechę publicznej wiary. Wody buskie, równie jak każde inne lekarstwo, weszły w używanie i okazały niewątpliwé dowody skutecznego działania na chorych pierwój, nim obserwujących lekarzów i chemików uwagę na siebie zwróciły. Mieszkańcy z okolic Buska od lat kilkudziesiąt, wiedząc o własnościach rozwalniających wody słonej czerpanej ze studni niegdys do gradijerni należącej i uważając, iż owce chore na kaszel i krósty gdy piły takową wodę w kanale, prędko do zdrowia przychodziły; używać jej poczęli do picia i robienia kąpieli w leczeniu chorób skutnych i ran zadawanych. *P. Winterfeld* magister medycyny zamieszkały w miasteczku Busku od lat 30, leczył już chorych i był naocznym świadkiem leczących się osób za pomocą tej wody, daleko wcześniej od przybycia do Buska Pana *F. Rzewuskiego*, któremu *Dr. Berends* (Busko i źródło mineralne 1834 r. w Warszawie p. 19) przyznaje pierwotne odkrycie jej skutków lekarskich. Stąd

Odkrycie prozdrowotnych
właściwości wód
z regionalnego źródła
w pewnej mierze
zawdzięcza się lokalnej
rogaciźnie, której hodowcy
zaobserwowali pozytywny
wpływ wód na różnego
rodzaju dolegliwości
dokuczające ich stadom.

Tradycyjnie, stąd już
krótka droga do
skutecznego zastosowania
na ludziach i idąca za tym
opinia, dzięki której do
źródeł zaczęły ściagać
tłumy ludności z odległych
miejscowości.

Do roku 1828 po kilkanaście familij przybywających do Buska nie mogło wodom stać zapewne wziętości; stąd i księga do zapisywania gości nie była sporządzoną; lecz odtąd wzrastająca ciągle liczba przyjeżdżających wymagała wiernego utrzymania listy kuracyi którą wskazuje, że do Buska przybyło chorych:

w Roku	1828	—	osób	202.
—	—	1829	—	311.
—	—	1830	—	359.
—	—	1831	—	38.
—	—	1832	—	799 osób 1709.
—	—	1833	familij	— 380.
—	—	1834	—	337.
—	—	1835	—	261.
—	—	1836	—	262.
—	—	1837	—	226 familij 1466.

Licząc zaś na familie po trzy osoby chore, widzimy że w przeciągu tych lat dziesięciu było osób 6,107 używających kuracyi w Busku. Liczbę chorych dzieląc na cztery części, z pewnością powiedzieć można, że połowa była chorych skrofalicznych a mianowicie dzieci, czwarta część chorych na reumatyzmy, wyrzuty skurcze, rany, hemoroidy, zatkania trzewów brzusznych, sparaliżowa-

Nie mając więc żadnego przygotowania ani pomocy od miejscowości, przybywający goście sami starać się muszą układać i wymyślać gry i zabawy publiczne. Płec niewieścia zawsze gotową jest dzielić przyjemność zabaw, mianowicie tańczących; lecz do tego koniecznie musi być wezwana przez mężczyzn, których jest powinnością bawić i uprzyjemniać jej pobyt w Busku. A stąd wynika konieczna potrzeba, iżby mężczyźni zgromadzeni w czasie wód używania, zajęli się czynnie urządzeniem i utrzymaniem zabaw towarzyskich. Dotąd tak bywało; iż złożony z kilku osób komitet, urządzał rejuniony, gry, schadzki, wyjazdy na promenady i tańczące wieczorki; które się wygodnie odbywały w dużej sali kosztém i staraniem Państwa Rzewuskich wystawionój. Przeto i odtąd można mieć nadzieję, że od wyboru i dobrej chęci takich komitetów, zależeć będą gry i zabawy w Busku.—

Autor broszury poświęcił lata na studiowanie właściwości wód buskich i odkrył, że przynoszą one szczególną ulgę w przypadku dolegliwości takich jak: choroby skrofuliczne, kołtuny i hemoroidy. Dalsza treść broszury zawiera również wskazówki jak aplikować wody w celu uzyskania optymalnych efektów oraz jak spędzać czas w uzdrowisku kiedy akurat nie korzysta się z kuracji.

Jak się okazuje, kuracjusze spędzali czas aktywnie i wesoło, nad wszystkim czuwał zaś komitet organizacyjny.

[PRZEJDŹ DO PEŁNEJ PUBLIKACJI W BIBLIOTECIE CYFROWEJ](#)

**Friedrich Gottfried Andreas von
Fabricius**

***O kuracyi wodą zimną czyli
Naynowsze sposoby leczenia prędko
i gruntownie wielu
nayniebezpieczniejszych chorób za
pomocą wody zimnéy : z dwóma
dodatkami, obeymującemi
przykłady szczęśliwie dokonanych
kuracyi za pomocą teyże wody***

Warszawa, 1835

403/15-3
**O KURACYY
WODĄ ZIMNĄ**

CZYLI

NAYNOWSZE SPOSOBY LECZENIA

PRĘDKO I GRUNTOWNIE WIELU NAYNIEBEZPIECZ-

NIEJSZYCH CHORÓB ZA POMOCĄ

WODY ZIMNÉY.

Z DWÓMA DODATKAMI,

OBEYMUJĄCEMI PRZYKŁADY SZCZĘŚLIWIE DOKONANYCH KURACYY
ZA POMOCĄ TEYŻE WODY.

Z DRUGIEY EDYCYY

Dra FABRYCJUS

NA POLSKI JĘZYK PRZEŁOŻYŁ

J. KULEZA M. D.

biblioteka Towarz. Lekarsk
gnb. Lubelskiej



WARSZAWA,

NAKŁADEM GUSTAWA SENNEWALD

PRZY ULICY MIODOWÉY N. 48

1835.

Egzemplarz, będący w
posiadaniu Biblioteki
Uniwersytetu
Medycznego w Lublinie,
należał do zbiorów
dawnego Lubelskiego
Towarzystwa
Lekarskiego. Do LTL
trafił on z oddziału
warszawskiego
Towarzystwa.

Dr Jan Filip
Kulesza, tłumacz
publikacji, zamieścił w
książce odręczną
dedykację, podpisując się
jako... autor.

313,
**O KURACJI
WODĄ ZIMNĄ.**

*St. Biblioteki
Towarzystwa Le
karskiego w
Lublinie
Aut.*

Jest to
wyraz przekonania o
roli tłumacza,
równorzędnej autorowi.
Wiązało się ono również
z możliwościami
znacznej ingerencji w
tekst -
dziewiętnastowieczny
tłumacz miał
prawo dokonywać
zmian redakcyjnych,
tekst skracać czy też
uzupełniać wedle
swojego uznania.

methode so auffallend, daß Plinius im 5. Capitel des 29. Buches davon sagt: Auditor ejus (Asclepiadis) Themison fuit, qui, quae inter initia scripsit, illo mox recedente e vita, ad sua placita mutavit. Sed et illa Antonius Musa ejusdem auctoritate Divi Augusti, quem contraria medicina gravi periculo exemerat. Augustus hatte an Verstopfung des Unterleibes, großer Schwäche und Abmagerung in solchem Grade gelitten, daß man eine gänzliche Auszehrung befürchtete. Vergeblich hatte sein Leibarzt Camellius das Uebel durch warme Bäder und Dampfbäder heben wollen, und zuletzt sogar des Kaisers Schlafzimmer mit Pelz ausfüttern lassen. Da verordnete Musa eine erfrischende Diät, ließ kalt trinken, öftere kalte Begießungen und kalte Bäder gebrauchen, und stellte in kurzem den Kaiser wieder her, der trotz seiner schwächlichen Gesundheit noch 35 Jahre lebte. Natürlich kam Musa und seine Curmethode in großen Ruf. Er wurde auf alle Weise, sogar durch Errichtung einer Statue geehrt, von den Dichtern besungen, und wahrscheinlich vielfach um Rath gefragt. In welchen Krankheiten er die kalten Begießungen und kalten Bäder anwendete, kann freilich nicht mit Bestimmtheit nachgewiesen werden; doch weiß man, daß auf sein Anrathen die kalten Quellen von Clusium häufig gebraucht wurden. Horaz, der in seinem 45. Jahre an mancherlei hypochondrischen Uebeln und besonders an den Augen litt, wurde auf Musa's Anrathen durch den Gebrauch der kalten Bäder zu Clusium und Gabii vollkommen wieder hergestellt. In der funfzehnten Epistel des 1. Buches sagt er:

nam mihi Bajas

Musa supervacuas Antonius; et tamen illis
Nec facit invisum, gelida quum perluor unda
Per medium frigus: sane murteta relinqui,

W porównaniu do
oryginału niemieckiego,
polskie tłumaczenie
charakteryzuje się
większą zwięzłością
i pragmatyzmem.

Fabricius przytacza
obficie fragmenty dzieł
autorów antycznych
(m.in. Pliniusza czy
Horacego) po łacinie.

Kulesza rezygnuje z tego
zabiegu i stosuje jedynie
skrótowe omówienie,
przytaczając
najważniejsze aspekty.

Fabricius, Friedrich Gottfried Andreas von. Das Ganze der Heilkunst mit kaltem Wasser oder deutsche Anweisung... Gießen, 1834. [dostęp: 25.08.201]. Dostępny w Internecie: <http://mdz-nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:12-bsb10286385-2>

wszechniły. Bo co się tycze kąpiei ciepłych i parowych, Rzymianie do tych z upodobania przywykli, iak Pliniusz wspomina w rozdz. 5 księgi 29. W témże mieyscu czyni również wzmiankę o częstém doradzaniu zimnych kąpiei przez Charmisa.—Agatinus Spartańczyk, w 80 lat po Narodzeniu Chrystusa żyjący, rad zalecał kąpiele zimne dla utrzymania zdrowia, i zdaie się że za jego czasów takowe kąpiele stały się już u Rzymian upowszechnionemi, albowiem tym, którzy ie zwyczajnie używali, ogólne nazwisko *Psychrolutes* nadawano. *Oribasius* w księdze X. Rozdz. 7. powiada: „Kto „chce to krótkie życie zdrowo przepędzić, powinien często kąpiei zimnych używać, gdyż wyrazić tego niepodobna, ile pożytku odnosi się z umywania ciała zimną wodą.“ *Aetius* leczył przez obfite używanie zimnéj wody, gorączkę nerwową połączoną z utratą mowy (*Li-pyria*).

Celsus w przedmowie swéj wzmiankuje o pewnym Doktorze *Cassiuszu*, którego naywytworniejszym wieku swóiego lekarzem nazywa, że pacyentowi na gorączkę choruiącemu, z najlepszym skutkiem, zimną wodę pić kazał. I on sam zalecał iéy używanie w wielu chorobach, iak: w cholerze, wodowstręcie, przeciw niestrawności, chronicznemu osłabieniu żołądka i trzewów. Na migrenę i wszelkie bóle głowy gorączkowe, kazał onę zimną wodą

RZUT OKA

NA HISTORIĘ KURACYI WODĄ ZIMNĄ.

Leczenie wielu chorób, za pomocą wody zimnej, było już znaną od najodleglejszych starożytności. Najdawniejsi lekarze Grecy, używali w gorączkach wody zimnej z najlepszym skutkiem. Hipokrates przypisywał jej własności bóle uśmierzające, a w zapaleniach siłę, też rozdzielającą, i dla tego zalecał ją czystą lub z miodem: w chorobach gorączkowych, w kurczu kołowym, w zapaleniu miejscowym; a w bólach reumatycznych i artrytycznych członków, radził polewanie robit zimną wodą. Krasistrat, w zapaleniu od uderzenia promienia słonecznego pochodzącym, przykładął gąbkę z zimną wodą. Inaczej jest z kąpielami zimnymi; tych zda się, starożytni lekarze całkiem nie używali. Najpierwsza o nich wzmianka, znajduje się dopiero za panowania Cesarza Augusta, który cierpiąc zatkanie trzewów brzusznych, za poradą Musy używał takowych. Cesarz August w skutku po-

Publikację rozpoczyna
kontekst historyczny
użycia wody o określonej
temperaturze,
w postępowaniu
z chorobami - od czasów
starożytnych.

W zasadzie woda była
jednym z najbardziej
dostępnych środków,
a manipulacja jej
temperaturą również nie
wymagała zbyt wiele
wysiłku.

mienionej choroby tak był wychudł, i z sił opadł, że już się lękano o jego życie. Nadworny lekarz *Kamelius*, zamierzył go ratować ciepłymi i parowymi kąpielami; na ten koniec kazał futrem wybić pokój sypialny chorego. W tym inny lekarz *Musa* przyzwany, wskazuje całkiem tej przeciwną drogę, zaleca choremu odżywiającą dietę, każe wszystko pić zimno, często brać zimne kąpiele i takichże polewań używać. Tym sposobem Cesarza uzdrowia, który pomimo słabowitej konstytucji ciała, żył jeszcze 38 lat. Ztąd naturalnie *Musa* i jego metoda nabyły wielkiej wziętości; czczono go rozmaitemi sposobami, wystawiano posagi, poeci na jego pochwały wiersze pisali, i bez wątpienia nie jednokrotnie o rady był proszony. Lecz nie można wiedzieć z pewnością na jakie to on choroby zalecał polewanie zimne i takichże używał kąpiele; to tylko wiadomo że za jego poradą kąpiele zimne w Clusium często nawiedzanymi były. Horacy też w 45 roku życia swego, cierpiąc różne hypochondryczne dolegliwości, nadto zapadając na oczy, za poradą *Musa* uleczonym został kąpielami w Clusium i Gabii, iak sam o tym pisze w liście 15 księgi I.

Przez nadużycie, zdawało się iakoby zimne kąpiele straciły były na swój pierwiastkowy wziętości, dopiero zaleceniem onychże przez *Charmisa* z Massylii, takowe się nieciako upo-

O użyciu wody zimnej, pod względem dyetetycznym, to jest: w celu utrzymania zdrowia.

Woda tak jest ludziom do życia potrzebną, iak powietrze, światło, ciepło i pokarmy. W prawdzie są osoby które bardzo mało, albo wcale nie wody nieużywają; atoli pominawszy, że tacy zamiast wody inne trunki pijają, przecie pomiędzy niemi bardzo małą liczbę znaleźć można zupełnie zdrowych, tém samém nie przeświadczaia oni bynajmniéj o nieszkodliwości zaniechania wody, lecz tylko dowodzą mocy naszego ciała, mogącego przez dosyć długi przeciąg czasu znosić bez szwanku, nawet niestósowny tryb życia.

Chociaż woda czysta, właściwie nie jest pokarmem, to jest: nie ma w sobie żadnych pierwiastków pożywnych, przecież ona służy do odnawiania tracący się ustawicznie wilgoci naszego ciała. Ludzie, którzy przez znaczny przeciąg czasu samych stałych pokarmów używali, a żadnych przytém napoiów, tracili znacznie na ciężkości ciała. Tak *Marcorelli* opowiada, że pewien młodzieniec z Tuluzy, który bardzo mało i tylko samą wodę zwykł był piiać, ważył 117 funtów. Gdy potem przez dwa miesiące żadnych płynnych rzeczy nie używał, stracił na wadze poprzedniéj, 6 funtów i 12 uncyi, ważył zatem tyl-

**W kolejnych cześciach
autor skupia się na
możliwościach
wykorzystania zimnej
wody w celu "utrzymania
zdrowia" ("względ
dyetetyczny") - od
wewnątrz.**

111. funtów i uncyi 4. Następnie pozostawszy przy dawniejszych swych pokarmach, gdy pił porządnie, w przeciągu 6 dni odzyskał dawną swą wagę. Doświadczenie nauczyło, że człowiek dłużej obeysć się może bez iedzenia iak bez napoiu, nawet kiedy się pewien przeciąg czasu bez żadnego pokarmu pozostawia, czuje się natenczas nietylko głód ile pragnienie, które coraz wzrasta i nakoniec staje się nieznosnie dokuczaiącym. Po trzęsieniu ziemi w Kalabryi roku 1783, znaleziono w *Polistena*, podeszłą kobietę, w stanie bardziéj do śmierci podobnym, zagrzebaną w gruzach własnego domu. Wydobyta w siedm dni po tym wypadku, zaledwo przyszła do siebie, zaczęła się skarżyć na mocne pragnienie, które ją dręczyło prawie od momentu zasypiania. W *Oppido*, zasypiani byli gruzami 15to letnia dziewczyna wraz z małym chłopczykiem. Trapiiony dokuczaiącym pragnieniem chłopczyk, umarł piątego dnia; dziewczyna straciła przytomność i przez 11 dni zostawała pod gruzami: gdy ją wyciągnięto, natychmiast wołała o napóy. W *Millelto* we 32 dni po trzęsieniu ziemi, znaleziono dwie karmne świnié pod gruzami; były one słabe, wychudłe, piły z nie-nasyconą chciwością, a iesc zaczęły dopiero po niejakim czasie. W *Polistena* żyła pod zwaliskami kotka przez dni 40. Znaleziono

Prawdziwym i przyrodzonym napojem jest tylko woda. Tak widzimy że największe i najsilniejsze zwierzęta pią zawsze wodę, i na ludziach też spostrzegamy, że ci którzy wyłącznie do używania iéy są przyzwyczajeni, mocniejsi i zdrowsi są od tych, co miasto wody innych napoiów używają, Piący wodę mają to na sobie doświadczenie, że ona soki ich czyści i wszystkie wydzielania się, a mianowicie wyziew skórny ciągle utrzymuje, że pełniejszą i zdrowszą cerę mają, skórę zaś czystą a zęby doskonale białe. — Tacy są zwykle w swoich zatrudnieniach zręczniejsi, szybsi i rzeźwiejsi, aniżeli ci co piwo lub wino za zwyczajny napój obrali, i temź bez ustanku krew w sobie rozpalają a głowę odurzają. Niemniéy piicie wody zimnéy, wznieca wyborny apetyt i dopomaga trawieniu, gdyż ona pomimo że kiszki i żołądek czyści, przyczynia się nadto do łatwiejszego pokarmów przerabiania.

Z kolei przechodziemy do *kawy i herbaty*, które w naszych czasach stały się prawie niezbędnymi potrzebami życia, przynajmniéy od wielu za takie są miane. O nich toż samo można powiedzieć, co się wyżey mówiło o winie, wódce, i piwie, to jest: że, ieżeli ciało nasze czuje potrzebę onych użycia, wtenczas stósownie wzięte, będą na organizm dobroczynnie i pożytecznie działać; lecz na zwyczajny napój zamienione, niemogą iak tylko szkodzić. — Herbata, w iéy oyczyźnie bywa używaną iako środek lekarski przeciw różnym chorobom, a szczególniéy służy na wyczerpanie sił żywotnych, bóle głowy, zatwardzenie stolca, płynienie hemoroidów, bóle ne-

Zwróćmy teraz uwagę na inny, w niektórych przypadkach bardzo pożyteczny napój, to jest *piwo*, które podobnież w nadmiarze użyte, niemal téż same złe następstwa przynosi co wino i wódka. Daleko mniéy jest ono spirytusowe, ale za to posilające, tak dalece że ludzie zwykli piwo nazywać płynnym chlebem. Przeto, wstrzymywać by się powinni od niego tacy, którzy zwyczajnie bardzo pożywnych pokarmów używają, a mianowicie ci, których zatrudnienia nie wymagają zbytecznego natężenia sił ciała. Jakże bowiem żołądek może strawić piwo, kiedy przeładowanym iuż będąc nie łatwo strawnymi pokarmami, tych podać nie jest w stanie? Dla téy

Wódka w nadmiarze używana, nierównie gorsze ieszcze skutki wywiera na ciało ludzkie. Tysiące ludzi corocznie po uprzednich cierpieniach bolesnych, przedwcześnie do grobu bywa przez nią wpędzanych. Właściwie wódka należy do Aptek, i iedynie przez pożądlwość ludzi żadnym hamulcem niepowściągnioną, wprowadzoną została w używanie powszechne. Działania iéy na organizm są następujące: po wypiciu wnet objawia się uczucie palenia w ustach, gardle i żołądku. W najmniejszey nawet ilości wzięta, okazuje skutki prawie wina; ogrzewa, draźni i umacnia ciało w iego działaniach, ale téż prędko idzie do głowy iupaia. Często i dużo używana, działa z większą szkodliwością: rodzi bowiem

Inne płyny, które ludzie zwykli przyjmować - kawę, herbatę, różnorodne alkohole jak wódka, wino czy piwo również zostają omówione oraz docenione. Posiadają one jednak liczne wady, co sprawia, że - mimo wszystko - autor wodę plasuje na podium.

Działanie od zewnątrz, czyli przede wszystkim kąpiele oraz polewanie – tu znajdują się zalecenia dotyczące temperatury, miejsca, czasu trwania, przygotowań do nich oraz wszelkich innych okoliczności.

DODATEK PIERWSZY

PRZYKŁADY POMYŚLNIE USKUTECZNI- NYCH KURACIY, ZA POMOCĄ ZIMNÉY WODY.

1. (*Floyer, Psychrolusia*) Stary rybak w Hammersmith, nazwiskiem Savory utrzymywał: że, aby zdrowo i długo żyć, potrzebne są: niewiele snu, chłodna dyeta, i lekkie odzienie. Czasami, jeżeli doświadczał jakich dolegliwości i nie mógł sypiać, wypływał w czółenku na morze, gdzie chłód powietrza i kołysanie czółna sprowadzały mu bardzo zdrowy sen. Nienosił, tylko lekki wełnianny kaptan na koszuli. Był to człowiek żwawy, wesoły, rozmowny; miał słuch i wzrok wyborny i nie trząsł się. Umarł, mając wieku lat 103.

2. (*Tamże*) Znajduję, że z pomiędzy ludzi, najzdrowsi się utrzymują, i najdłużej żyją praczący i wszyscy ci którzy z zimną wodą mają do czynienia. Znam wielu starych flisów i rybaków, którzy wyżey sta lat wieku mają.

Ostatnią część stanowią dodatki: pierwszy, zawierający “przykłady pomyślnie uskutecznionych kuracji, za pomocą zimnej wody”, i drugi zalecające wodne kuracje na “niemoc mężką”

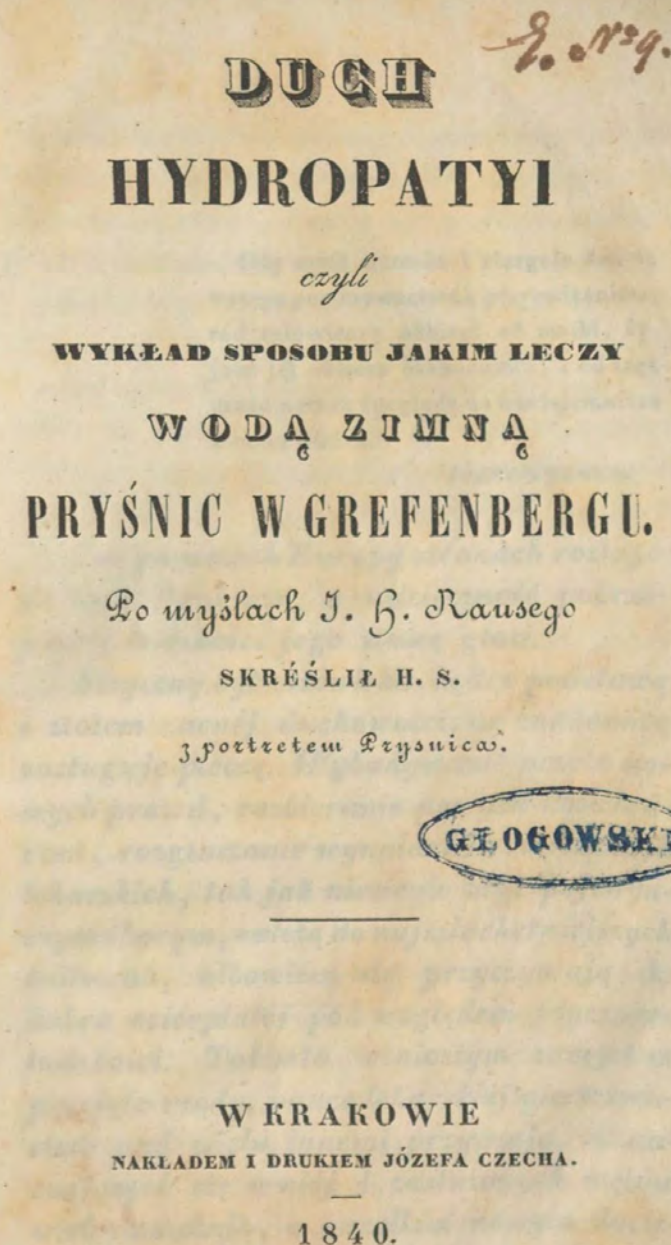
O zewnętrzném używaniu zimnéy wody we względzie dyetetycznym.

Przystępujemy teraz do zewnętrznego wody zimnej przystosowania, które wielu daleko ważniejszém bydl mniema, niżeli wewnętrzne iéy użycie. I w rzeczy samey, zważywszy iak nie-skończenie wielki jest wpływ skóry ludzkiey na utrzymanie ciała w stanie zdrowia, trudno będzie wyrzec, iakiemu z tych dwóch sposobów używania zimnéy wody, pierwszeństwo oddać należy.

Skóra, nietylko służy do powierzchownego przykrycia różnych części naszego ciała, tudzież do zabezpieczenia ich od zewnętrznych wpływów, iako: ciepła, zimna, deszczu, kurzu i t. p. ale nadto, jest ona koniecznie potrzebnym organem do istnienia całej naszej budowy: który skoro choć w najmniejszey części dozna iakowéy przeszkody w swych

Henryk Ignacy Suchecki
Duch hydropatyki czyli Wykład
sposobu jakim leczy wodą zimną
Pryśnic w Grefenbergu
Kraków, 1840

Książka opisuje metodę leczenia zimną wodą, którą stosował Johann Heinrich Rausse. Powstała w XIX wieku, gdy hydropatia stawała się coraz bardzo popularna. Autor wyjaśnia, że zimna woda pomaga organizmowi wrócić do zdrowia, poprawia samopoczucie, pobudza krążenie i pomaga w regeneracji.



przenikającą umysłu bystrością która popęd genialności ma, wielorakie zwolna powymyślał rzeczy, które nadzwyczaj leczenie przysparzają i ubezpieczają.

Wypadek więc tego rozdziału jest taki: Woda nie leczy narząd cielesny z żadnej choroby, ale go przymusza, aby się sam leczył. Tysiące lat szukała ludzkość lekarni prawdziwego zdrowia wszędzie, tylko nie tam, gdzie ją można było znaleźć. Ludzkość podobną była do roztargnionego latającego za czapką, którą na głowie niesie. Całą aptekę nosi człowiek pod skórą, a kluczem do tej cudownej lekarni jest — woda.

B.

CHOROBY KTÓRE ZA POMOCĄ WODY WYLECZYĆ MOŻNA.

Te wyliczać byłoby robota bardzo długo; dla tego lepiej powiedzieć, jakie choroby nie można wodą wyleczyć, bo to wnet się powie. Mianowicie wszelkie przeciągle choroby płucowe, wszelkie wady narządu cielesnego i wszelkie choroby w takich ludziach, którzy mają zamarły, niemogący już być ożywiony układ skórny, albo którzy, ogólnie mówiąc, stracili już

**Autor uważa, że wiele
chorób wynika
z zaburzeń
w funkcjonowaniu
organizmu i że
odpowiednio stosowana
woda pobudza jego
naturalne siły do walki
z chorobą, organizm
potrafi sam się leczyć,
jeśli stworzy mu się
odpowiednie warunki
a zimna woda ma być
jednym z narzędzi
wspierających ten
proces.**

dostateczną siłę żywotną. Wszelako Pryśnicie już wiele cierpiących wyzdrowił, których lekarze dla brakującej siły żywotnej za niemogących być żadną miarą wyleczonemi uznali. — Choroba, która wytrwałemu leczeniu wodnemu nie ustępuje, musi bardzo głęboko być zakorzeniona w popsowaną przyrodzie.

Leczenie wszelkich *chorób ostrych* jest tylko igraszką dla genialnego lekarza wodnego Pryśnica. Leczył gorączki nerwowe i wszelkie choroby zapalne we wszelkich stopniach, a nigdy mu taki chory nie umarł. Raczej najzupełniejsze zdrowie zawsze w niewielu dniach przywrócił, i bez wszelkich niemocy pochorobnych. Jak politowania godni są przeciwnie tacy nie-szczęśliwi, których niezdatni doktorowie medycyny leczą czyli poniewierają! Mowią pospolicie że gorączka nerwowa zawsze po sobie długą, częstokroć dożywotnią zostawia chorowitość. Nie robi to gorączka nerwowa sobie zostawiona, ale gorączka nerwowa medykamentami przytłumiona, często téż lekarstwa same. Tosamo się dzieje najwięcej w chorobach zapalnych.

V.

NAJLEPSZY ŻYCIA PORZĄDEK.

a) W OGÓLNOŚCI

Zimna kąpiel.

Dotąd mówiono, jak się z chorób wyleczać; teraz następuje zdanie, jak się od chorób na przyszłość ochraniać.

Dzisiejsze ludzi pokolenie ubiega się za odmłodnieniem duchowém. Powinnoby wprzód cieleśnie odmłodnić i wyzdrowieć; a osobliwie, zruciwszy kaftaniki flagelowe i przywieszki z brzucha cholearyczne nanowo się wyskórzyć w zimnej łaźni.

Skoro się z rana obudzisz, wyskocz nagle z kołder, jak gdybyś już był obóty i okuty, a pokrzep skórę w zimnej łaźni; w której braku każ parę konewek wody na siebie wylać, a to czynić każdy jest w stanie. Jeżeli obudziwszy się nie jesteś dobrze ciepły, trzymaj skórę rękami tak długo, aż się zagrzeje, a wtedy się kąp, nacierając ciągle nogi, ręce, a osobliwie plecy, piersi, brzuch. Ubrawszy się żwawo, przejdź lub przebiegnij się na wolnym powietrzu, potem jedz na śniadanie chleb

z masłem i jak najświeższe, niezebrane, surowe, zimne mleko.

Nim słyszano o Ertlu i Pryśnicu, wiedziano, że zimne kąpiele do zdrowia są potrzebne. Rozsądnym ludziom, którzy się nad tém zastanawiają, dla czego życie w oświecie jest inne, jak w przyrodzie, i myślą, jakby udatności życia przyrodniego sztuką dostąpić — opowiadają lasy a w nich dzikie zwierzęta, że każde stworzenie kąpie się codziennie albo w rosie albo w dżdżu, albo w śniegu, albo w rzece, albo w jeziorze. Ztąd wniosek, że zimna kąpiel musi być bardzo zdrowa. Ponieważ zaś w życiu przyrodném nogi i dolne części ciała najwięcej się maczają; musi być zatem potrzeba, stopy i nogi więcej, jak tułów wodą obmywać. I ten wniosek doświadczenia w Grefenbergu świetnie sprawdzają, ponieważ to pewna, że gdzie woda najwięcej zastosowaną bywa, tam ona działalność, ciepłik, wszczątki chorobne i ich wyparcie przez wrzody znamienicie sprowadza. „Ciepłe nogi, zimna głowa!“ to rzecz ogadana, ale nie wiedziano, jak tego dopiąć. Przez to więc, ażeby głowę mało co, nogi zaś więcej od wszystkich części ciała kąpać.

Opisane zostały różne sposoby używania zimnej wody, takie jak: kąpiele w zimnej wodzie, polewanie ciała, okłady z mokrych tkanin, picie czystej wody, spacerowanie na świeżym powietrzu i zdrowy tryb życia.

Ważne są także: prosta, umiarkowana dieta, ruch, odpoczynek, unikanie używek czy przejadania się.

VI. ZBIOROWY PRZEGLĄD.

DLA TYCH CZYTELNIKÓW,

KTÓRZY TYLKO PIERWSZE I OSTATNIE STRONNICE PRZERZUCILI, ABY MIEĆ WYROCZNE O KSIĄŻCE ZDANIE.

Przyczyny chorób cielesnych są *cielesne* *wszczątki* (nigdy dynamiczne rozstrojenia) z których opanowany narząd cielesny tylko tém oswobodzony być może, że je wyrzuci ze siebie; nie tém, że przez chemiczne środki *zobojętnieją*.

Takie cielesne pod zmysły podpadające wszczątki chorobne, a zatem wszelkie choroby i niemoce są trojakie; albo 1. *częstki ciała*, które się od żywotnego narzędu odszczepiają, a nie ulatują przeziewami otwórek skóry; albo 2. *pierwiastki ciatu obce* ze środka przez żołądek lub zwierzechu przez skórę w człowieka wnikające, a według ich właściwości nie mogące być do ciała ludzkiego przyswojonemi; jak n. p. trucizna, medycyna; 3. *zwierzątka*, które ciało człowieka na korzyść swoją gnębią, lub na nim się pasą; n. p. tasiemiec, glista, mól świerzbowy po ludziach; motylka po owcach.

Ostatni rozdział to
podsumowanie, czyli
"Zbiorowy przegląd dla tych
czytelników, którzy tylko
pierwsze i ostatnie stronice
przerzucili, aby mieć
wyroczne o książce zdanie".

Książka miała dać ludziom
dostęp do modnej wtedy w
Europie "hydropaty" -
naturalnej i taniej kuracji bez
leków, dostępnej dla każdego
bez względu na status
społeczny i posiadane zasoby
finansowe.

Każda ostra choroba jest usiłowaniami ciała, aby się od wszczątków chorobnych wyzwolić. Lekarstwo nic więcej nie może czynić, jak tylko podniecić narząd cielesny do leczenia się, ale nie leczyć. Nie podobna, aby lekarstwo wszczątki chorobne chemicznie zniszczyć mogło; bo niepodobna, lekarstwem całe ciało tak przejąć, aby wszystkich ukrytych cząstek chorobnych dosięgło; nimby się to stało, zniszczałby chory narząd cielesny.

Sposób leczenia według przyrody na tém więc zawisł:

1. Jeżeli narząd cielesny podniósł się do walki nadzwyczaj (n. p. do gorączki) w *ostrej chorobie*; należy mu dopomagać, aby łatwiej i pewniej wszczątki nieprzyjazne wyparł.

2. Jeżeli narząd cielesny w boju o wyzdrowienie albo przez własną słabość, albo przez obcą, lekarską siłę przygnębiony, poddał się *przeciągłej chorowitości*; wtedy trzeba go wzmocnić, do świeżej walki (przesilenie grefenbergskie) podniecić, i natenczas go posiłkować. A tak właśnie Pryśnic leczy.

Ludwik Marczewski

***O kąpielach płynnych i parowych :
tak pod względem utrzymania
zdrowia, jak również o użyciu ich w
sztuce lekarskiej***

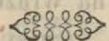
Kalisz, 1852

Wydana w 1852 roku książka Ludwika Marczewskiego, stanowi jedno ze słynniejszych polskich opracowań poświęconych wodolecznictwu w połowie XIX wieku. Powstała w okresie dynamicznego rozwoju hydroterapii, kiedy leczenie wodą zyskiwało coraz większe uznanie zarówno w środowisku lekarskim, jak i wśród społeczeństwa.



Kąpiele bardzo zimne

od 0 do 10 + 0 R.



Używaniami być winny, tylko jako środki lekarskie, w niektórych stanach chorobliwych, nie zaś potrzebne do utrzymania zdrowia, czyli pod względem higienicznym: oto uczucie które się będąc w nich, doświadcza. W chwili zanurzenia w wodę, wszystkie płyny dążą do wielkich wydrążeń wewnętrznych, a szczególnie do klatki piersiowej, serce bije z większą energją i siłą. Oddychanie jest bardzo szybkie, przerywane, ziewające, — jakoby wkrótce całkiem ustać miało. Skóra blednie; puls jest drobny, głęboki i twardy — wszystkie tkaniny ciała grabieją i zdają się być ogólnym spazmem dotknięte — uryna obficie odchodzi. Stan

Autor prezentuje wodę nie tylko jako środek służący utrzymaniu higieny, ale przede wszystkim jako naturalny czynnik wspomagający leczenie i profilaktykę wielu chorób. Książka pokazuje, że hydroterapia zaczynała być postrzegana jako część medycyny, wymagająca wiedzy, doświadczenia i odpowiedniego nadzoru lekarskiego, dzieło Marczewskiego dokumentuje moment, w którym hydroterapia stawiała się jedną z najważniejszych metod medycyny naturalnej XIX wieku.

podobny trwa 3 do 4ch minut, poczem spokojność się odradza. Oddech wzrasta, piersi rozszerzają się, ruchy są wolniejsze i łatwe, mięśnie odbywają swe czynności lekko i z pewnością. Zdaje się jakoby skóra i błony przylegały z większą siłą do całego ciała, które wzmocnione, obudza się z większą siłą i energją, jak w stanie normalnym. Wkrótce, żywa czerwoność pokrywa całego człowieka, uczucie miłego ciepła rozlewa się po ciele, — a skóra jakby pomnażając swoją powierzchnię, chętniej w nowe pokłady zimnej wody wchodzi. Puls jest pełny, wielki, silny i jednostajny; mało jest wrażeń tak przyjemnych któreby z obecnem porównać można, — wszystkie sprężyny naszego utworu ożywione, są giętsze, silniejsze, i jakby odmłodniałe — lekkość całego ciała jest niedoopisania, — a członki, przeznaczone z łatwością ten sam żywioł, w którym niedawno, tyle oporu znalazły. Położenie to trwa od 15tu do 20stu mi-

Rodzaje prezentowanych kąpeli bywają niecodzienne...

136

lub 20 kwart tego płynu, równie dobre skutki jak z samego mleka, otrzymać będziemy w możności.

Kąpiele z Galarety.

Są odmiękczające i pożywne. W temperaturze umiarkowanej, łagodzą drażliwość nerwów i przynoszą wielką ulgę cierpiącym nieznośne swędzenie skóry. Osoby długimi chorobami wycieńczone i znekkane, ożywione są wessaniem cząstek klejowatych, przez użycie kąpeli z galarety. Ciało to rozpuszczonem bywa w zastępstwie bareginy, do kąpeli mineralnych sztucznych, a szczególnie siarczanych. W częstych bardzo wypadkach, dla złagodzenia działalności energicznej, kąpeli mineralnych, i przysposobienia

137

skóry, do przyswojen podniecających organizm, przegradzać się zwykło kąpielami klejowatemi. Dwa funty wszelkiej galarety zwierzęcej, lub kleju stolarskiego, rozpuszczone w gorącej wodzie, wlewa się do wanny, dla urządzenia kąpeli o której mówimy.

Kąpiele z nówek baranich,

KISZEK ZWIERZĘCYCH.

Kąpiele te u ludu prostego, tyle używane, przeszły od dawnego już czasu, w dziedzinę nauk chirurgicznych. Są one podwójnie użyteczne, — jużto dla wielkiej łatwości znalezienia ich wszędzie, jużteż, dla licznych dobrodziejstw, które się z nich osiąga, w skostnieniu stawów, w stężłości muskułów i łamaniu po członkach. Ponieważ nów-

132

Kąpiele z gorzycy.

W niektórych chorobach, dla prędkiego przywołania ku skórze krwi i innych płynów, głęboko w organach wewnętrznych utajonych, jak to się zdarza w ospie, skarlątnie, odrze, lub kiedy choroby te nagle znikają, bardzo korzystną jest rzeczą, zanurzyć cierpiącego w gorącą kąpiel, do której dodało się 2 kwarty octu, alboliteż 2 funty gorzycy tłuczonej.

Kąpiel z gnoju ciepłego.

Obrzydły ten sposób wyleczający, dowiódł jednak skuteczności swój w wielolich-

126

Kąpiel z Krochmalu.

To wszystko co się powiedziało o kąpeli z otrab, może być zastosowane do krochmalnej. W równi z nią, podziela też same zalety, tak ze strony lekarzy jako też i w skutkach chorobliwych. Dwa do trzech funtów krochmalu białego rozpuszcza się, w zwyczajnej wannie.

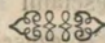
Kąpiel Narkotyczna,

uspakajająca.

Drogo się ceni we wszystkich chorobach, których panującym symptomatem jest ból

Kapiele Jodowe

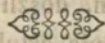
Sztuczne.



Składają się z czystego Jodu i jodku potażu. Nazywają je słusznie bains d'Iode jodurés. Do jednej wanny bierze się, Jodu drachm dwie, jodku potażu drachm cztery, takowe rozpuszczają się w kwarcie wody i wlewają w kąpiel. Lekarz powiększyć może dawkę. Trwanie kąpieli jest od pół, do całej godziny. Wyszedłszy z niej, chory zostaje 2 godziny w łóżku. Ponieważ kąpiele jodowe są dosyć kosztowne, można po wzięciu kilku kąpielei wyciągnąć z nich jód czysty — w tym celu wlewa się do wanny jedna część Siarczanu miedzi, dwie części i jedna czwarta Siarczanu żelaza, rozpuszczo-

Kapiele Siarczane

Sztuczne.



Nazywają się siarczanami, od gazu Wodorodno-siarczystego, albo raczej Wodo-Siarczanu Sodę, który się w nich znajduje. Czysta albowiem siarka wsypana do kąpieli, żadnego na ciało ludzkie niewywierałaby skutku. Ze wszystkich wód Siarczanych rozlanych w naturze, najskuteczniejszą dotąd okazała się woda Barèges zwana; podobne jej co do składu znajdują się i na Kaukazie. Źródło to położone jest u stóp Pyreneów, na granicy pomiędzy Francją a Hiszpanją. Woda wzięta ze źródła, jest lekko opalizującą — zapachu jaj zepsutych, — zdaje się być tłustą, gdy się ją między palcami roz-

Książka odzwierciedla przekonanie, że odpowiednio stosowana woda może wzmacniać organizm, zapobiegać chorobom i wspierać proces leczenia, ważnym elementem publikacji jest przedstawienie wodolecznictwa jako metody opartej na obserwacji medycznej, a nie wyłącznie na ludowej tradycji.

Stanisław Smoleński

Hydroterapija

Kraków, 1884

Opublikowana w 1884 roku Hydroterapija Stanisława Smoleńskiego należy do najważniejszych polskich opracowań poświęconych wodolecznictwu w XIX wieku. Autor, lekarz związany z Uniwersytetem Jagiellońskim oraz praktyką uzdrowiskową, podjął próbę uporządkowania wiedzy o leczniczym zastosowaniu wody zgodnie z ówczesnym stanem nauk medycznych.

6449.

WYDAWNICTWO DZIEŁ LEKARSKICH POLSKICH W KRAKOWIE.

Dr. Ig. Baranowski

HYDROTERAPIJA

NAPISAŁ

DR. STANISŁAW SMOLEŃSKI,

CZŁONEK KORESPONDENT TOWARZYSTW LEKARSKICH
KRAKOWSKIEGO I WARSZAWSKIEGO,
KIEROWNIK ZAKŁADU LECZNICZEGO W JAWORZU NA ŚLĄSKU.



Dr. Ig. Baranowski

KRAKÓW.
W Drukarni W. Korneckiego.
1884.

Po wypiciu 400 grm. wody zimnej ciepłota skóry w dołku żołądkowym (*epigastrium*) opadła o 2° C., w pasze zaś o 0.4° C. (Wirginia Szlikow). Że picie wody zimnej nie sprawia podniesienia ciepłoty pachowej (jak kąpiel, lawatywa), tłumaczy Senator tén, że stanowi ono bardzo mały bodziec termiczny, jużto dla tego, że błona śluzowa żołądka jest do tego przyzwyczajona, jużtóż że mała stosunkowo powierzchnia podlega oziębieniu.

Był czas, gdy metodycznemu picu większych ilości wody przypisywano wielkie znaczenie lecznicze w różnych chorobach. Już Hippokrates, Celsus, Galen i wielu innych zalecają picie wody zimnej w gorączkach; w początkach XVIII. wieku picie ogromnych ilości wody polecało kilku głośnych szarlatanów włoskich jako powszechne a jedyne na wszystkie choroby lekarstwo; około tegoż czasu Fryderyk Hoffmann w Halli stawia metodyczne picie wody studziennéj w chorobach przewłocznych na równi z używaniem wód mineralnych, a i w empirycznej hydropatyi Prusznica picie wody niepoślednie zajmowało stanowisko.

Według dzisiejszych naszych wyobrażeń i doświadczeń wskazania do metodycznego picia wody w celach leczniczych w dość ciasných obracają się granicach. Podawanie bardzo małych ilości wody zupełnie zimnej (kawałków lodu) pożytecznym jest w nudnościach i wymiotach, tudzież bólach i krwotokach żołądkowych. Regularne picie wody zimnej naczę zachwala wielu słusznie jako środek pobudzający ruchy robaczkowe kiszek w nawykowych zatkaniach stołca. U ludzi z leniwą przemianą materii, u których chcemy przyspieszyć wydalenie ze krwi tworów spalania, a tén samém wpłynąć na ożywienie ogólnego gorzenia w ustroju (dna, otyłość i t. p.), może być pożytecznym metodyczne picie wody studziennéj 2—3 litrów dziennie obok ruchu, gimnastyki i t. p. To samo dotyczy przypadków chorobowych, w których chcemy, podnieść czynności wydzielnicze skóry, wywołać lekkie poty i dziełniejszy przebieg skórny.

W chorobach gorączkowych podawanie miernych ilości wody zimnej jest o tyle pożytecznym, o ile gasi nieznosne pragnienie, zapobiega wysychaniu błony śluzowej ust i gardła, a przytém przyczynia się i do ochłodzenia ciała. Liebermeister postrzegał w gorączce po podaniu 880 cm. sześć. wody 5.6° C. spadek ciepłoty pachowej o 0.45° C., zwolnienie tętna o 19 uderzeń, zwolnienie oddechów o 4 na minutę. Cantani zaleca w durze ciągle popijanie wody zimnej, celem jużto obniżenia gorączki, jużtóż „wypłukania“ z moczem tworów zakaźnych; podawał on chorym do

W swojej pracy Smoleński przedstawia hydroterapię jako metodę wykorzystującą fizjologiczne reakcje organizmu na działanie zimnej i ciepłej wody. Szczegółowo omawia wpływ zabiegów wodnych na układ krążenia, układ nerwowy, procesy przemiany materii oraz mechanizmy regulacji temperatury ciała. Zwraca uwagę, że skuteczność leczenia zależy od doboru temperatury wody, czasu trwania zabiegu oraz indywidualnych cech pacjenta. Autor opisuje szeroki zakres zabiegów wodoleczniczych stosowanych pod koniec XIX wieku.

Oprócz klasycznych kąpeli przedstawia natryski, polewania, zawijania, okłady, kompresy oraz kąpiele parowe, wyjaśniając jednocześnie ich działanie i wskazania terapeutyczne. Podkreśla, że każdy z tych zabiegów wywołuje określoną reakcję organizmu i powinien być wykonywany pod kontrolą lekarza. Dzieło Stanisława Smoleńskiego jest cennym świadectwem procesu specjalizacji wodolecznictwa oraz rosnącej roli lekarza w planowaniu i prowadzeniu terapii z wykorzystaniem naturalnych czynników leczniczych.

[PRZEJDŹ DO PEŁNEJ PUBLIKACJI
W BIBLIOTECY CYFROWEJ](#)

chorego. — w natryskach woda jest zwykle zimną lub gorącą; u osób wrażliwych trzeba niekiedy i do natrysków używać wody z średnią ciepłotą (do 20° C.). Dla spotęgowania podniecającego działania natrysków stosuje się w wielu przypadkach w szybkim następstwie naprzemian wodą gorącą i zimną; natrysk taki znany jest pod nazwą szkockiego (*douche écossaise*).

Zlewania wskazane są w przypadkach, w których przez dziełne zadrażnienie obwodowych końcówek nerwów czuciowych chcemy pobudzić lub ożywić podupadłe z jakiegokolwiek przyczyny czynności ośrodków nerwowych, mianowicie w zakresie psychicznym, podnieść ośrodek naczynioruchowy, oddechowy i t. d. W tym względzie znane są od dawna zbawienne wpływy zimnych zlewań w omłdleniach, utracie przytomności (po nadużyciu napojów wysokich, środków narkotycznych, w zatruciu tlenkiem węgla, w zadyskach i t. p.). Z tych samych przyczyn bardzo są pożyteczne zimne zlewania w przebiegu chorób gorączkowych z cechą asteniczną, gdzie nam na tem zależy, aby podnieść podupadłe czynności psychiczne, wywołać głębsze i rzadsze ruchy oddechowe i serca; w bredzeniu, pojawiającem się w przebiegu ostrych chorób zakaźnych i zapalnych, gdy podawanie w większej ilości środków narkotycznych jest przeciwwskazaniem. W tych razach łączy się zwykle działanie pobudzające zlewów z działaniem przeciwgorączkowym innego zabiegu hydriatycznego, a więc np. wykonywa się zimne zlewania, gdy chorey znajduje się w kąpiei obłędnej lub zimnej.

Natryski w chorobach gorączkowych nie są wskazane, gdyż za mało drażnią. Natomiast używamy ich z korzyścią w różnych zaburzeniach obwodowych nerwów: znieczulenia, świeże niedowłady mięśniowe następują niekiedy po jednorazowym natrysku zimnym; rzadko zaś polecenia godnym jest stosowanie dłużej trwającego, silnego natrysku celem znieczulenia miejscowego nerwów (w przeżulicy, nerwobolach) lub osłabienia wygórowanej pobudliwości nerwowej (kurcze, drgawki). Lepsze oddaje usługi natrysk (także szkocki) w reumatyzmie mięśniowym, zapalnych bólach nerwowych, przewleczonych zapaleniach stawów, gdzie działa bądź jako środek odwodzący, bądź przyspieszając wessanie wypociny zapalnej. Systematyczne stosowanie natrysków kroplistych na klatkę piersiową okazuje się pożytecznym w przewleczonych zapaleniach płuc, suchotach płucnych ze skłonnością do nasilenia, a we Francyi używają miejscowych zimnych natrysków w obrzmieniach śledziony, wątroby, zapaleniach okołomaciczych i wielu innych chorobach. Krótkie natryski ogólne metodycznie używane są dobrym środkiem hartującym i przyspieszającym przemianę

Lista zaprezentowanych publikacji:

- CELIŃSKI, Józef, 1817. Rozbiór wód mineralnych nałęczowskich w Woiewództwie Lubelskiém, zdziałany przez Józefa Celińskiego [...], Towarzystwa Królewskiego Przyjaciół Nauk członek, na posiedzeniu tegoż Towarzystwa czytany, dnia 15 stycznia [online]. 1817. Warszawa. [dostęp: 25.08.26]. Dostępny w Internecie: <https://dlibra.umlub.pl/dlibra/publication/10449/edition/9940>.
- CHOŃSKI, Kazimierz, 1841. Uwagi nad naturą, działaniem i użyciem druskienickich wód [online]. nakładem Rubena Rafałowicza Księg. Wileńskiego. [dostęp: 25.08.26]. Dostępny w Internecie: <https://dlibra.umlub.pl/dlibra/publication/10462/edition/9951>.
- FABRICIUS, Friedrich Gottfried Andreas von., 1835. O kuracyi wodą zimną czyli Naynowsze sposoby leczenia prędko i gruntownie wielu nayniebezpieczniejszych chorób za pomocą wody zimnéy : z dwóma dodatkami, obeymującemi przykłady szczęśliwie dokonanych kuracyy za pomocą teyże wody / z drugiey edycyi dra Fabrycjus na polski język przełożył J. Kulesza [online]. w Drukarni Józefa Węckiego. [dostęp: 25.08.26]. Dostępny w Internecie: <https://dlibra.umlub.pl/dlibra/publication/10477/edition/9964>.
- KREYSIG, Friedrich Ludwig, 1832. Wody mineralne : naturalne i sztuczne : karlsbadzkie, embskie, marienbadzkie, egierskie, pyrmontskie i Spa [online]. w Drukarni A. Gałęzowskiego i Społki. [dostęp: 25.08.26]. Dostępny w Internecie: <https://dlibra.umlub.pl/dlibra/publication/10470/edition/9958>.
- MARCZEWSKI, Ludwik, 1852. O kąpielach płynnych i parowych : tak pod względem utrzymania zdrowia, jak również o użyciu ich w sztuce lekarskiej [online]. w drukarni K.W. Hindemith. [dostęp: 25.08.26]. Dostępny w Internecie: <https://dlibra.umlub.pl/dlibra/publication/10806/edition/10259>.
- OCZAPOWSKI, Jan, 1838. Wiadomość o używaniu wód buskich w leczeniu rozmaitych chorób / przez Jana Oczapowskiego [online]. Warszawa: w Drukarni J. Wróblewskiego. [dostęp: 25.08.26]. Dostępny w Internecie: <https://dlibra.umlub.pl/dlibra/publication/10450/edition/9941>.
- SMOLEŃSKI, Stanisław, 1884. Hydroterapija [online]. nakładem Wydawnictwa Dzieł Lekarskich Polskich, (Kraków : w Drukarni W. Korneckiego). [dostęp: 25 sierpień 2026]. Dostępny w Internecie: <https://dlibra.umlub.pl/dlibra/publication/10807/edition/10260>.
- SUCHECKI, Henryk Ignacy, 1840. Duch hydropatyj czyli Wykład sposobu jakim leczy wodą zimną Pryśnic w Grefenbergu : po myślach J. H. Rausego [online]. 1840. nakładem i drukiem Józef Czech. [dostęp: 25.08.26]. Dostępny w Internecie: <https://dlibra.umlub.pl/dlibra/publication/10794/edition/10248>.

Wszystkie publikacje dostępne są w Domenie Publicznej

Kuratorzy i autorzy wystawy: pracownicy Biblioteki Uniwersytetu Medycznego
w Lublinie, Działu Cyfrowego Udostępniania Zbiorów

Karol Balicki
Agata Piekarczyk
Aleksandra Pietrzyk

Publikacja dostępna na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa 4.0
Międzynarodowa ([CC BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/))

