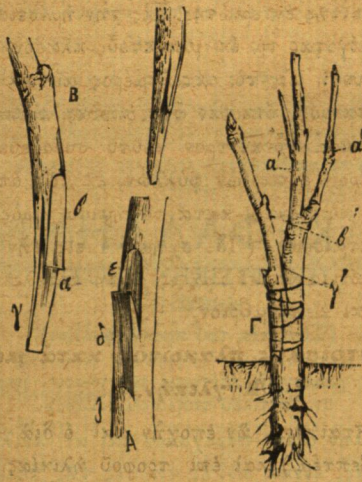


πται ἡμᾶς ἢ ἔλλειψις ἰχνογραφημάτων εἰδικῶν δι' ἑκαστον τῶν ὀπωροφόρων δένδρων, τῶν ὑποίων τὸν ἐμβολισμὸν ἀνελάβομεν νὰ περιγράψωμεν.



Σχῆμα 7

Προσεχῶς περὶ τοῦ ἐμβολισμοῦ τῆς μωρέας καὶ τῆς σικῆς.

ΣΠΥΡΙΔΩΝ ΧΑΣΙΩΤΗΣ

ΤΙΤΘΕΙΑ

ἢ Θήλασις τῶν βρεφῶν.

ὑπὸ Λ. Δ. ΧΡΙΣΤΟΒΙΤΣ ἰατροῦ



Δίαιτα τῆς τροφῆς.

Τροφαί.—Κρεατώδης, πλουσία, καὶ ἐν γένει ἀφθονος ἄζωτουχος τροφή διεγείρει τὴν λειτουργίαν τῶν μαζικῶν ἀδένων, παράγουσα ἀφθονον γάλα ἐν ᾧ τὰ στερεὰ στοιχεῖα τοῦ βουτύρου καὶ τῆς τυρίνης ἀυξάνουσιν ἐπαισηθῶς. Ἡ πτωχή καὶ ἀνεπαρκὴς τροφή ἀντίθετα ἐπιφέρει ἀποτελέσματα.

Τὸ 1870, κατὰ τὴν πολιορκίαν τῶν Παρισίων, τὰ βρέφη ἀπέθνησκον μέχρι 94 τοῖς 100, διότι ἡ πείνα καὶ τὸ ψυχρὸν ἐπέφερον στέγνωσιν τοῦ γυναικείου γάλακτος.

Κατὰ τοὺς κ. κ. Baquerel καὶ Vernois

Τῆς μὲν καλῶς τρεφομένης τροφῆς τὸ γάλα ἐνέχει

Υδατος	888	891
Στερεῶν οὐσιῶν	111	168
Γαλακτοσακχάρου	42	43
Βουτύρου	26	25
Τυρίνης	1,3	1,5
Ἀλμάτων	39	36

Ἐὰν παρὰ τῆ ἀνεπαρκῶς τρεφομένη τροφῆς, τὸ μικροσκόπιον ἀποκαλύπτῃ πτωχεῖαν γαλακτοσφαιριῶν δὲν πρέπει ὑπὲρ τὸ δέον νὰ ἀνυσηθῶμεν, διότι ὑπὸ τὴν ἐπίδρασιν τῆς κατὰλλῆλου διαίτης τὸ γάλα ἀποκτᾷ τὴν φυσιολογικὴν αὐτοῦ σύστασιν.

Ἐνίοτε ἡ σύνθεσις τοῦ γάλακτος ἀναγνωρίζει αἰτίας ἐκ διαμέτρου ἀντιθέτους.

Ἡ ὀσπριοφάγος λ. χ. γυνὴ τῶν χωρίων, πλείστως δυσκολίας ἀπαντῶσα εἰς τὴν ἐν τῇ πόλει ἐγκλιμάτισιν, ὡς ἀπομακρυνομένη τῶν ἔξεων τῆς συνήθους αὐτῆς διαίτης ἐὰν ἀποτόμως ὑποβληθῇ εἰς τὴν μάλλον πεφνημισμένην ἄζωτουχον τονικὴν καὶ θρεπτικὴν διαίταν, παράγει γάλα πυκνὸν δυνάμενον νὰ προκαλέσῃ παρὰ τῷ θηλάζοντι δυσπεπτικὰ φαινόμενα. Ἀναγραφόμενων ὑδατωδῶν ποτῶν, μετὰ μετρίως χρήσεως ἄζωτουχου τροφῆς, τὰ φαινόμενα τῆς δυσπεψίας παρέρχονται καὶ τοσούτῳ εὐκολώτερον ὅσῳ ἡ ἡλικία τοῦ βρέφους εἶνε μεγαλητέρα.

Τὸ βόειον, τὸ μόνον καὶ τὸ πρόβειον κρέας δέον ν' ἀποτελέσωσι τὴν βᾶσιν τῆς τροφῆς ἐν ᾧ τὰ ἄλλα λευκὰ ἢ ἐρυθρὰ κρέατα, τὰ πτηνὰ, ὁ λαγῶς, τὰ ὄψαρια, τὰ λαχανικά, ἢ σαλάτα, τὸ γάλα, ἢ σοκολάτα καὶ τὰ ὀπωρικά δὲν πρέπει καθ' ὅλοκληρίαν ν' ἀποκλεισθῶσι τῆς διαίτης τῶν τίθων, αἰτινες ὀφείλουσι ν' ἀποφεύγῃσι τὴν υπερφόρτωσιν τοῦ στομάχου καθὼς καὶ τὴν κατάρχησιν πάσης τροφῆς καὶ ἰδίᾳ τοῦ ἄλατος, τοῦ πεπέρεως, τοῦ ὄξους καὶ τῶν ἄλλων καρυκευμάτων. Ἀπαγορεύουσι τινες τὸ σκόροdon, τὸ κρόμμυον, τὰ δαυκία, τὴν ἀσπάραγον, τὰς ἀγγινάρας καὶ τινὰς παρομοίας οὐσίας δυνάμενας νὰ μεταδώσωσι τῷ γάλακτι ὁσμὴν ἀπαρέσκουσαν εἰς τὸ βρέφος.

Ποτά.—Τὰ βρέφη τῶν τίθων, αἰτινες καταχρῶνται τῶν οἰνοπνευματωδῶν ποτῶν καταλαμβάνονται ὑπὸ διαταράξεων τῶν ἐγκεφαλικῶν λειτουργιῶν, κοιμῶνται ὑπὲρ τὸ μέτρον, δυσπέπτουσι καὶ ἐξασθενοῦσιν. Ὁ κ. Dufrenois ἀναφέρει τὸ ἑξῆς παράδειγμα: Ἡ τροφὸς T... ἐκ Passy τῶν Παρισίων, πρὸ δέκα μηνῶν ἀνέτρεφε τὸ βρέφος τῆς οἰκογενείας X... Τὰ πάντα ἔθαινον κατ' εὐχὴν, ὅτε μίαν ἡμέραν, μετὰ κατάρχησιν ποτῶν ἐκοιμήθη ἐν τῷ δάσει bois de Boulogne, ἔθνα ἐπὶ πολλὰς ὥρας διέμενον ἀνάισθητος.

Ἄμα συνελθούση, παρέδωκαν αὐτῇ αἱ γειτόνισαι τὸ βρέφος ὅπερ ἤρπαξε καὶ ἐθήλασε τὸν μακτὸν ἀπλήστως. Τὴν ἐπαύριον τὸ συνήθως ζωηρὸν εὐσαρκον καὶ ὑγιὲς τοῦτο βρέφος, εἶχε τοὺς ὀφθαλμοὺς υπεραιμικοὺς καὶ καταβεβλημένους, τὸ πρόσωπον ὑπέρυθρον, τὴν γλῶσσαν ξηρὰν καὶ πάντα τὰ συμπτώματα τῆς ἐγκεφαλικῆς υπεραιμίας. Ἐπετέθησαν βδέλλα ὀπισθεν τῶν ὠτων καίτοι δὲ ἀντιταχθείσης δοσαστηρίας ἀντιφλογιστικῆς θεραπείας, μόλις τὴν 9ην ἡμέραν τὸ βρέφος ἦτο ἐκτὸς κινδύνου. Ἐν ταῖς χώραις ἐν αἷς χρήσις συνήθως γίνεται τοῦ ζύθου, αἱ γυναῖκες πιστεύουσιν εἰς τὴν γαλακταγωγὸν δυνάμιν τοῦ ποτοῦ τούτου, θεωροῦσι δ' ἐπ'ἀνάγκης τὸ πίνειν ἡμίσειαν μέχρι μιᾶς λίτρας καθ' ἑκάστην. Ἐὰν ἡ ἑξὶς αὕτη προῦπῃρχε τῆς ἐγκυμοσύνης, ἐπιτρέπεται ἀνευ κινδύνου τινος διὰ τὸ βρέφος καὶ κατὰ τὴν περίδον τῆς θηλάσεως, ὑπὸ τῶν

όρον ὁ ζύθος νὰ ἦ καλὸς καὶ ἐλαφρὸς οἰνοπνευματώδης ἄλλως τε ἂν ὁ ζύθος εἶνε λίαν οἰνοπνευματώδης ἢ ἂν ἡ ζυθοποσία τῆς τροφῆς χρονολογῆται ἀπὸ τῆς ἀρχῆς τοῦ θηλασμοῦ, τὸ βρέφος ἐκτίθεται εἰς διαταράξεις τῶν πεπτικῶν ὀργάνων καὶ τοῦ νευρικοῦ συστήματος (Vogel).

Ὁ περιώνυμος τῶν Παρισίων μαιευτὴρ Charpentier ἀναφέρει ὅτι βρέφος τριῶν ἐβδομάδων οὔτινος ἢ τροφὸς ἐφάνετο ἀξία πάσης συστάσεως ἀφ' οὗ ἐπὶ τινα χρόνον διήλθεν ἐν καλῇ καταστάσει κατελαμβάνετο ὑπὸ νευρικῶν διαταράξεων μεθ' ἑκάστον θηλασμόν, δὲν ἐκοιμάτο, ἠρυθρία καὶ δὲν εἶχε τὴν συνήθη αὐτοῦ ὄψιν. Ἐν τούτοις τὸ γάλα ἦτο λίαν ἀφθονον καὶ πλῆρες γαλακτοσφαιρίων. Μετὰ τινα χρόνον τὸ βρέφος ἠλικίας τότε πέντε ἐβδομάδων κατελήθη ὑπὸ κηρώδους ἐξανθήματος τοῦ προσώπου, τοῦ τραχήλου καὶ μέρους τοῦ ὠρακοῦ. Ἡ μετὰ τὸν θηλασμόν διατάραξις ἐξηκολούθει, εἶχε δὲ παρατηρηθῆ καὶ τις σπασμωδικὸς παροξυσμὸς, εἰς τὰ συνήθη αἷτια ἀποδοθεῖς. Μετὰ ἔρουναν ἐπιμελῆ ἐπὶ τέλους ἀνεκαλύφθη τὸ ἀληθές αἷτιον.

Τοῦ ἐν λόγῳ βρέφους, ὅπερ ἄλλως τε ἦτο λίαν εὐτραφὲς παχὺ καὶ ρωμαλέον, ἡ τροφὸς κατεβρόχθιζε τέσσαρας φιάλας οἴνου καθ' ἑκάστην, χωρὶς νὰ παρουσιάσῃ οὐδ' ἐλάχιστον σημεῖον μέθης.

Ὁ ρηθεὶς μαιευτὴρ ἀπέδωκεν εἰς οἰνοπνευματώδη δηλητηρίασιν τὰς μνησθεῖσας ἐνοχλήσεις τοῦ βρέφους, ἀναγράφας δὲ τῇ τροφῇ τὴν ἐξῆς δίαιταν:

- 1) Ἡμίσεια φιάλη οἴνου δι' ἡμέρας.
- 2) Μία φιάλη ζύθου.
- 3) Δύο μέχρι τριῶν λίτρων ἀφεψήματος κριθῆς.
- 4) Κρύα φαγητά.

ἐν διαστήματι ὀλίγων ἡμερῶν ἐπέτυχε τὴν θεραπείαν τοῦ βρέφους.

Ἀσκησις.—Καθεσττικὸς βίος εἶνε ἐπιβλαβής· ὁ τακτικὸς περίπατος, καιροῦ ἐπιτρέποντος εἶνε λίαν ὠφέλιμος τῇ τροφῇ καὶ τῷ βρέφει, προφυλασσομένου τοῦ τελευταίου ἀπὸ τῶν ρευμάτων τοῦ ἀέρος καὶ τῆς βροχῆς.

Ἐργασία.—Ἡ φυσικὴ ἐργασία τῆς τροφῆς εἶνε τὸ νὰ περιποιῆται τὸ βρέφος τῆς· δύναται ἐν τούτοις πρὸς ἀποφυγὴν τῆς ἐκ τῆς μονοτονίας καὶ ὑπερέμετρου ἀρχίας, προσερχομένης στενοχωρίας, ἢ τροφὸς νὰ ἐνασχολῆται εἰς οἰκιακὴν ἐργασίαν μὴ καταναλίσκουσαν ὅμως τὰς δυνάμεις τῆς ὡς εἰς τὴν ραπτικὴν κλ.

Σοφιστικαὶ σχέσεις τῆς τροφῆς.—Ἡ κατ' οἶκον μισθωμένη τροφὸς, πρέπει νὰ διατελῇ μακρὰν πάσης συζυγικῆς σχέσεως, διότι νὲξ ἐγκυμοσύνη ἐκτίθησι τὸ βρέφος εἰς τοὺς κινδύνους τοῦ πρῶρου ἀπογαλακτισμοῦ ἢ τῆς ἀλλαγῆς τροφῆς.

Καθαριότης.—Ἀξιοσφότατος εἶνε ἡ καθαριότης τῶν χειρῶν καὶ ποδῶν τῶν τροφῶν, καὶ εἰ δυνατόν

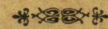
ἀπλοῦν καθημερινὸν λουτρὸν διαρκείας ἐνὸς τετάρτου τῆς ὥρας.

Ἰππος.—Ἰππος ἡσυχος ἀτάραχος καὶ ἐπαρκής, εἶνε ἀναγκασιότατος εἰς τε τὴν τροφὴν καὶ τὸ βρέφος. Ἡ εὐφυὴς τροφὸς ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἐπιτυγχάνει νὰ μὴ διαταράσσεται ὁ ἵππος τῆς ὑπὸ συχνῶν καὶ ἀτάκτων θηλάσεων κανονίζουσα τὰς ὥρας τῆς θηλάσεως ὡς ἐξῆς.

(Ἔπεται συνέχεια)

Ἡ ΚΕΦΑΛΛΗΝΙΑ

ΥΠΟ ΦΥΣΙΚΗΝ ΕΠΟΨΙΝ



(Συνέχεια τοῦ προηγ. φύλλου)

Αἱ κοιλάδες· γεωλογικὴ ἐξέτασις τῆς νήσου· περιγραφή τοῦ σταλακτικοῦ σπηλαίου «Χάος».

Ποικίλην ὄψιν παρέχουσι καὶ αἱ κοιλάδες τῆς Κεφαλληνίας, ἐνεκα αὐτῆς ταύτης τῆς ποικιλίας τῶν ὄρεων. Πρὸς τὴν περιοχὴν Σάμην βαίνοντες, ἀπαντῶμεν κατὰ τὸ μέσον καὶ δεξιᾷ ὡς καὶ ἀριστερᾷ τῆς ὁδοῦ χαράδρας· τούτων αἱ μὲν εἶνε ἀρχὴ τῆς κοιλάδος τοῦ Ἡρακλείου, αἱ δὲ ἡ τῆς κοιλάδος Σάμης. Ἀπωτέρω εἰς τὴν περιοχὴν Πυργί, τὸ Β μέρος τῆς ὄρεσειρᾶς, ἣτις διέρχεται παρὰ τὸν Αἶνον, κατέρχεται εἰς 360 μ. ἄνω τῆς ἐπιφανείας τῆς θαλάσσης, σχηματίζον τὸν ὑδροκρίτην μεταξὺ τῶν πρὸς Β καὶ Ν κοιλάδων τῆς Σάμης καὶ τοῦ Ἡρακλείου, παρὰ τοὺς πρόποδας δ' αὐτοῦ κείνται αἱ πηγαί, αἵτινες ἀρδεύουσιν ἀμφοτέρως τὰς κοιλάδας. Ἡ κυριώτερα πηγὴ τῆς κοιλάδος Ἡρακλείου, καλεῖται κοινῶς «Ἀκπλη» τὸ δὲ ὕδωρ αὐτῆς διέρχόμενον τὴν κοιλάδα ἐπὶ 7 μιλ., ἐκβάλλει διὰ στενῆς καὶ ἀποτόμου χαράδρας, τοῦ λεγομένου Πόρου, πρὸς τὴν θάλασσαν. Μόνη ἡ χαράδρα αὕτη παρέχει διέξοδον εἰς τ' ἀφθονα ὕδατα τῆς πηγῆς, οὐχὶ δὲ ἀπίθανος παρουσιάζεται ἡ γνώμη, ὅτι ἡ εἰρημένη, κοιλάς ἀπετέλει ποτὲ λίμνην, ἣς τὰ ὕδατα διήνοιξαν ἐξοδὸν διὰ διαβρώσεως τοῦ πετρώματος· παρὰ τοῖς χωρικοῖς ὅμως τῶν μερῶν ἐκείνων, ἐπικρατεῖ παράδοσις καθ' ἣν ἐγένετο τεχνητὴ τομὴ πρὸς χρησιμοποίησιν τῆς εὐφορωτάτης κοιλάδος. Πρὸς Β κείται ὡς ἀνωτέρω εἴπομεν, ἡ κοιλάς τῆς Σάμης, καταβροχόμενη ὑπὸ τῶν ἀφθόνων ὑδάτων τῆς πηγῆς «Ἀβύθου», καὶ εὐφορος εἰς οἶνον, ἔλαιον καὶ σταφίδας.

Μεταξὺ τῶν πανταχόθεν κεκλεισμένων κοιλάδων τῆς νήσου, ἀξία μνείας εἶνε ἡ ὑπὸ τὸν Αἶνον λεβητοειδῆς κοιλάς τοῦ ἀγ. Γερασίμου, ἣτις ἀρχομένη ἀπὸ τοῦ χωρίου Φραγκάτου, καὶ πρὸς Α μὲν περιβαλλομένη ὑπὸ τοῦ Αἶνου, ἄλλοθεν δὲ ὑπὸ ταπεινοτέρων ὄρεων, στερεῖται ἐξόδου τινός, διὸ τὰ ὄμβρια ὕδατα μεταβάλλουσι τὸ βαθύτατον μέρος αὐτῆς εἰς ἔλος μέχρι τοῦ θέρους· ἡ κοιλάς αὕτη εἶνε μετρίως εὐφορος, ἀλλ' ἡ ἐπιμελὴς καλλιέργεια αὐτῆς, παρέχει πλουσίαν συγκο-