

ΑΛΗΘΕΙΑΙ

* * * Μεγίστη ἀπάτη τὸ νὰ μετῶ τις τὸν βαθμὸν τῆς ἰδιοτελείας τῶν χαρακτήρων κατὰ τὸν βαθμὸν τῆς περιουσίας· συνήθως ἡ ἀπληστία συναυξάνει μὲ τὴν εὐπορίαν, καὶ οἱ ἀπορώτεροι δὲν εἶνε καὶ οἱ πλέον πτωχοί.

ΥΓΙΕΙΝΗ

Τὰ καπνίζοντα παιδιά.

Ὁ καπνὸς ὡς γνωστὸν ἔχει καὶ τοὺς ὑπὲρ αὐτοῦ καὶ τοὺς ἐναντίους. Καὶ ἐκεῖνοι μὲν θεωροῦσιν αὐτὸν ἀβλαβῆ καὶ ἀνεπλήκτον, πηγὴν πολὺτιμον ἀνακουφίσεως τοῦ πνεύματος καὶ μάλιστα παραμυθίας τῶν τεθλιμμένων, οὗτοι δὲ τούναντίον τὸν κατηγοροῦσιν ὡς αἴτιον πάντων τῶν δεινῶν τῶν μαστιζόντων τὸ τῶν ἀνθρώπων γένος, καὶ ἀπαιτοῦσι τὸν παντελῆ αὐτοῦ ἐξοστρακισμόν.

Προδήλως βέβαια καὶ οἱ ὑπερασπισταὶ καὶ οἱ κατήγοροι μεγαλοποιοῦσι τὸ πρᾶγμα. Ἄλλ' ὑπάρχει ὅμως σημείον τι ἐν τῷ προκειμένῳ ζητήματι καθ' ὃ ὀφείλουσιν ἀμφότεροι νὰ συμφωνήσωσι, τουτέστι τὰ εἰς τοὺς παῖδας ἐπιβλαβῆ ἀποτελέσματα τοῦ καπνοῦ.

Τοῦτο δὲ τοσοῦτο μᾶλλον ὀφείλομεν πάντες νὰ ἐξετάσωμεν, καθ' ὅσον συχνότατα βλέπομεν τρυφεροὺς παῖδας ἐν μέσῃ τῇ ὀδῷ καπνίζοντας χωρὶς οὐδὲν ἄλλο νὰ ὑποπτεύωσιν εἰς ὅποιον κίνδυνον ἐμβάλλουσιν ἑαυτούς.

Ἰατρός τις (M. E. Decaisne) ἀρμοδιώτατος περὶ τὰ τοιαῦτα ζητήματα ἐποίησε πλείστας ὄσας παρατηρήσεις, ὧν παραθέτομέν τινας, τὰς ἐξῆς·

Ἐκ τριακονταοκτῶ παιδίων ἡλικίας ἀπὸ 9 μέχρι 15 ἐτῶν καπνίζόντων μᾶλλον ἢ ἤττον, παρετήρησεν ὁ σοφὸς οὗτος ἀνὴρ ὅτι τὰ εἰκοσιεπτὰ ἔπαθον ἐπαισθητῶς. Τούτων δὲ πάλιν εἰκοσιδύο ἔπαθον διαφόρους διαταράξεις τῆς κυκλοφορίας τοῦ αἵματος, καρδιακοὺς παλμούς, δυσπεψίαν, νωθρότητα διανοητικὴν καὶ κλίσιν μᾶλλον ἢ ἤττον σφοδρὰν εἰς τὰ πνευματώδη ποτά.

Τρεῖς δὲ τούτων εἶχον διαλείψεις τοῦ σφυγμοῦ. Ὅκτὼ δὲ παιδίων τὸ αἷμα ἀναλυθὲν ἀπέδειξεν ὅτι ἐπαισθητῶς εἶχεν ἐλαττωθῆ ἢ συνήθης ποσότης τῶν αἰμοκυττάρων. Δώδεκα ἔπασχον συχνὴν αἰμορραγίαν τῆς ῥινός, δέκα εἶχον ὕπνον ταραχώδη, τέσσαρες εἶχον ἐλαφρὰς ἐξεγκώσεις τῆς βλενώδους μεμβράνης τοῦ στόματος, αἵτινες ἐξηλείφοντο μετὰ τινῶν ἡμερῶν διακοπῆν τοῦ καπνίσματος.

Παῖδιον τι ἔπαθεν ὑπὸ πνευμονικῆς φθίσεως· ἀπεδείχθη δὲ ὅτι αὕτη προήρχετο κυρίως ἐκ τῆς μεγίστης ἀλλοιώσεως τοῦ αἵματος, προσελθούσης ἐκ καταχρήσεως τοῦ καπνοῦ.

Ἐκ τῶν τριακονταοκτῶ τούτων παιδίων ὀκτὼ μὲν ἦσαν ἡλικίας 9 μέχρι 12 ἐτῶν καὶ δε-

καεννέα 12 μέχρι 15. Καὶ ἔνδεκα μὲν ἐκάπνιζον πρὸ ἑξαμηνίας, ὀκταμηνίας ἢ καὶ ἔτους, δεκαεξὶ δὲ πρὸ διετίας καὶ πλέον. Τούτων δὲ τὰ πεισθέντα νὰ κόψωσι τὸν καπνόν, εἶδον ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἑξαφανισθέντα ἐν μιᾷ ἑξαμηνίᾳ τὰ τῶν ἀσθενειῶν συμπτώματα.

Ἐτερόν τι παιδίον ἔνδεκαετὲς ἐκάπνιζε πρὸ ἔτους. Καίτοι δὲ ἦτο κράσεως ἰσχυρᾶς καὶ ἐτρέφετο καλῶς, μετ' οὐ πολὺ ἡ ὄψις του ἐγένετο ὠχρὰ καὶ ἐπόησθη ὀλίγον· τὸ βλέμμα του ἐθολώθη καὶ τὸ σῶμά του ὅλον κατελήφθη ὑπὸ νωθρότητος, ὁ σφυγμὸς του ἡμβλύθη καὶ τὸ αἷμά του ἀναλυθὲν ἀπέδειξεν ἐπαισθητῆν ἐλάττωσιν τῶν αἰμοκυττάρων. Ἐπέβαλον δὲ εἰς τὸν παῖδα τοῦτον τὴν διακοπὴν τοῦ καπνοῦ καὶ μετὰ τρεῖς περίπου μῆνας ἀνέλαθε τὴν ὑγίειάν του.

Ὁ υἱὸς εὐκαταστάτου τινὸς γεωπόνου οὐδέποτε ἀσθενήσας μέχρι τῆς ἡλικίας τῶν 13 ἐτῶν κατελήφθη ὑπὸ αἰμοπτύσεως καὶ βηγός. Ὁ ἰατρός ἐξετάσας τὸν παῖδα ἐβεβαίωσε τὴν ὑπαρξίν φυματίαν κατὰ τὰς κορυφὰς ἀμφοτέρων τῶν πνευμόνων, καὶ τὸ κακὸν προώδευσεν γιγαντιαίοις βήμασιν, ὥστε τὸ παιδίον μετὰ ὀκτῶ μῆνας ἀπέθανε. Ἀπεδείχθη δὲ ὅτι ἐκάπνιζεν ἀπὸ 11 ἐτῶν.

Ἐπιλείπει ἡμᾶς ὁ χρόνος ἐὰν θελήσωμεν νὰ καταχωρίσωμεν ἐνταῦθα πάσας τὰς παρατηρήσεις, ἐξ ὧν ὅμως ἀποδείκνυται ὅτι οὐ μόνον ἐκ τῆς καταχρήσεως ἀλλὰ καὶ ἐκ τῆς ἀπλῆς χρήσεως τοῦ καπνοῦ τὸ αἷμα τῶν παιδίων ἀλλοιοῦται καὶ ἐπέρχονται τὰ εἰς τὴν ἀλλοίωσιν ταύτην παρεπόμενα συμπτώματα. Ὁ νοῦς των ἀμβλύνεται καὶ γίνεται νωθρὸς καὶ καταλαμβάνονται ὑπὸ τῆς ἀκράτου ὀρέξεως πρὸς τὰ πνευματώδη ποτά.

Ὅθεν πᾶς ὁ κηδόμενος τῆς ὑγείας τῶν παιδίων, ὀφείλει νὰ τοὺς ἀποκωλύῃ τοῦ καπνίζεῖν. Ἄλλὰ πῶς εἶνε δυνατόν νὰ κατορθωθῇ τοῦτο; Ἐνταῦθα ἴσα ἴσα εἶνε τὸ ζήτημα, οὐ τὴν λύσιν παρ' οὐδενὸς ἄλλου προσδοκῶμεν ἢ παρὰ τῶν γονέων καὶ τῶν διδασκάλων. **

ΜΙΑ ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΚΑΘ' ΕΒΔΟΜΑΔΑ

Ἐπάρχουσιν ἔτι ἄνθρωποι κοιμώμενοι ἐπὶ ἀγυροστρώματος εἴτε κατὰ κλίσιν, εἴτε κατὰ συνήθειαν, εἴτε καὶ χάριν οἰκονομίας. Εἰς τούτους συνιστῶμεν τὸ ἄγυρον τοῦ ἀραβοσίτου ὡς τὸ καταλληλότερον πάντων τῶν ἄλλων ἄγυρων, διότι δὲν κόπτεται εὐκόλως καὶ διὰ τὸν λόγον τοῦτον διαρκεῖ πολὺν χρόνον. Πρὸς δὲ τούτοις προτρέπομεν αὐτοὺς νὰ μὴ μεταχειρίζονται ἄγυρον κριθῆς, διότι κατὰ τινὰ γερμανὸν ἰατρὸν τὸ τῆς κριθῆς ἄγυρον δύναται νὰ γείνη εἰς τὸ σῶμα αἴτιον δερμικῶν νοσημάτων. *Α