

ζωμόν, διότι οὗτος εἶναι ἥττον θρεπτικός, οἱ δὲ ἀσθενεῖς ἔχοντες μικρὰν συνήθως ὄρεξιν παραιτοῦνται μετὰ τὸν ζωμόν τὸ κρέας· ὡς ἐπιδόρπισμα νὰ τρώγῃσι νωπὰς ὀπώρας ἢ εὐπεπτόν τι ἔδεσμα ἀλευροῦ κατὰ τὸ δεύτερον πρόγευμα νὰ τρώγῃσι πολλάκις καὶ δριμύα, οἷον σαρόνδας, χαδιάριον, σικύους ἐν ἄλμῃ καὶ τὰ τοιαῦτα, δι' ὧν ἐρεθίζεται μὲν ὁ στόμαχος, ἐπιτείνεται δὲ ἡ ὄρεξις καὶ ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ γεννᾶται εἰς τὸν ἀσθενῆ ἔτι μᾶλλον καθ' ἑκάστην ἢ περὶ τὸ τρώγειν ἡδονή. Πρὸς θεραπείαν τῆς ἀναιμίας πρὸς τῇ σκοπίμῃ διαίτῃ ἀναγκαιοτάτη εἶναι καὶ ἡ τοῦ σώματος κίνησις· διότι, ὡς ἀνωτέρω ἤδη ὑπεδείχθη, ἡ ἐργασία καὶ ἡ ἄσκησις τῶν μυῶν συντελεῖ μεγάλως καὶ εἰς τὴν κατεργασίαν τοῦ αἵματος. Συνειθίζων δὲ τις τὸ σῶμα εἰς ἰσχυράν τῶν μυῶν ἐργασίαν, φέρει αὐτὸ εἰς ἰσορροπίαν πρὸς τὴν θρέψιν καὶ ἐπαυξάνει τὸ ὀλικὸν ποσὸν τοῦ αἵματος. Κινούμενος δὲ τις ἐν ὑπαίθρῳ ἀπολαύει συγχρόνως καὶ καθαρὸν ἀέρα, ὃν βεβαίως δὲν δύναται νὰ εὔρῃ ἐν ταῖς μεγάλαις πόλεσι. Κθαρὸν ἀέρα ἀναπνέει τις κυρίως ἐντὸς τῶν δασῶν, ἐπὶ τῶν ὁρέων καὶ παρὰ τὴν θάλασσαν, ἐν δὲ τοῖς δωματίοις τότε μόνον δύναται νὰ ἐπιτύχῃ τοιοῦτον, ὅταν ταῦτα εἴναι λίαν εὐρύχωρα καὶ διατηρῶνται καλῶς. Διὰ τοῦτο οἱ ἀναιμικοὶ ὀφείλουσι κατὰ τὴν θερμὴν ὥραν τοῦ ἔτους νὰ διατρίβουσι μέρος τῆς ἡμέρας ἐν ὑπαίθρῳ, ἐν τῇ κήπῳ, ἐν τῇ δάσει ἢ εἰς τὴν πεδιλῖδα, ὅτε μὲν περιπαιχόμενοι, ὅτε δὲ καθήμενοι, ἕκαστος κατὰ τὴν ἐαυτοῦ δύναμιν. Ἀναιμικὰ δὲ κοράσια καὶ γυναῖκες δέον νὰ ποιῶνται μετρίαν ὅσον ἔνεστι χρῆσιν γυναικείων ἐργοχειρῶν καὶ νὰ ἐργάζωνται ταῦτα, εἰ δυνατόν, μόνον ἐν ὑπαίθρῳ, ἅρα κατὰ τὴν θερμὴν ὥραν τοῦ ἔτους, ἵνα δύνανται νὰ ἀναπνέωσι τοῦλάχιστον συγχρόνως καθαρὸν ἀέρα.

Πολλοὶ πιστεύουσιν ὅτι ἡ ἀναιμία (λευκοφλεματία) θεραπεύεται μόνον διὰ φαρμάκων καὶ δὴ σιδηρούχων. Ἀλλὰ ἡ γνώμη αὕτη δὲν εἶναι ὀρθή, διότι τὰ ὑπὸ τοῦ ἱατροῦ προσδιοριζόμενα σιδηροῦχα φάρμακα δύνανται μὲν ἴσως νὰ στήσωσι τὴν πρόσδον τῆς νόσου, ἀλλ' οὐδέποτε καὶ νὰ ἐξισωθῶσι πρὸς τὸν τακτικὸν βίον, τὴν κατάλληλον διαίταν, τὸν καθαρὸν ἀέρα καὶ τὴν κίνησιν. Ἰδίως δὲ ἀποτρέπομεν τοὺς ἀναιμικοὺς ἀπὸ πάσης αὐτοθεραπείας διὰ σιδηρούχων σκευασιῶν.

Ἐπὶ πᾶσι δέ, συντόνου εὐχῆς ἔργον εἶναι νὰ μὴ υπερφορτίζηται τὸ πνεῦμα τῶν παιδίων καὶ μάλιστα τῶν κορασίων διὰ σωρείας μαθημάτων καὶ νὰ περισταλῶσιν ἐπομένως αἱ ἀπαιτήσεις τῶν σχολείων καὶ ἰδίως τῶν παρθεναγωγείων διὰ τῆς ἐλαττώσεως τῶν σχολικῶν ὥρων καὶ τῶν διὰ τὴν κατ' οἶκον ἐνασχόλησιν ἐπιτασσομένων τοῖς παιδίοις ἔργων.

[M. Golinier.]

K. B.

ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΤΩΝ ΑΥΤΟΧΕΙΡΙΩΝ

Τῇ 16 Φεβρουαρίου ε. ε. ὁ William Ogle ἀνέγνωσεν ἐνώπιον τῆς «Στατιστικῆς Ἑταιρίας» ἔκθεσιν περὶ τῶν ἀνὰ τὴν Ἀγγλίαν καὶ τὴν Οὐαλίαν αὐτοχειριῶν, ἐν σχέσει πρὸς τε τὴν ἡλικίαν, τὸ φύλον, τὴν ἐποχὴν καὶ τὸ ἔργον τῶν κατοίκων.

Διὰ τῆς ἐκθέσεως ταύτης βεβαιοῦται ὅτι ἀπὸ τοῦ 1858 μέχρι τοῦ 1883, ἦτοι ἐν διαστήματι 26 ἐτῶν, ἐσημειώθησαν ἐν ταῖς ἀνωτέρω χώραις 42,530 θάνατοι ἐξ αὐτοχειρίας. Ἀναλογοῦσιν ἐπομένως κατὰ μέσον ὅρον 72 αὐτοχειρίαι κατ' ἔτος ἐπὶ ἐνὸς ἑκατομμυρίου ἀνθρώπων. Αἱ αὐτοχειρίαι αὐξάνουσι ταχέως μετὰ τῶν ἐτῶν μέχρις ἐπὶκεῖνα τῆς μέσης τοῦ ἀνθρώπου ἡλικίας καὶ ἐλαττοῦνται πάλιν κατὰ τὰς μᾶλλον προκεχωρηκυίας τῆς ζωῆς περιόδους. Ὁ μέγιστος αὐτῶν ἀριθμὸς συμπίπτει κατὰ τὴν ἀπὸ 55 μέχρις 65 ἐτῶν περίοδον, καθ' ἣν ἀναλογοῦσιν 251 αὐτοχειρίαι εἰς ἐν ἑκατομμύριον πληθυσμοῦ κατ' ἔτος. Ἐὰν ἐξαίρεση τις μίαν τῆς ζωῆς περίοδον, κατὰ πάσας τὰς λοιπὰς αἱ αὐτοκτονίαι τῶν ἀνδρῶν εἴνε πολὺ περισσότεραι ἢ τῶν γυναικῶν, ἡ δὲ μετὰξὺ αὐτῶν διαφορά αὐξάνει σὺν τῇ ἡλικίᾳ. Ἐξαίρουμένη περίοδος ὡς πρὸς τοῦτο εἶναι ἡ ἀπὸ τοῦ 15ου μέχρι τοῦ 20ου ἔτους, καθ' ἣν αἱ τῶν θηλέων αὐτοχειρίαι ὑπερβαίνουσι κατὰ τὰς τῶν ἀρρένων. Λαμβάνοντες ἀπάσας τὰς ἡλικίας ὁμοῦ εὐρίσκομεν ὅτι, εἰς ἴσους ἀριθμοὺς ἐξ ἀμφοτέρων τῶν φύλων, αἱ αὐτοχειρίαι τῶν ἀρρένων πρὸς τὰς τῶν θηλέων κατὰ τὰς αὐτὰς τῆς ζωῆς περιόδους ἔχουσιν ὡς 267 πρὸς 100.

Ἐκ τῆς ἐκθέσεως τοῦ William Ogle καταφαίνεται ἐπίσης ὅτι ὁ ἀριθμὸς τῶν αὐτοχειριῶν αὐξάνει καὶ μειοῦται λίαν ὀρισμένως κατὰ τοὺς καιροὺς τοῦ ἔτους, ἀποτελῶν ἐν τῇ βαθμολογικῇ αὐτοῦ κλίμακι κανονικὴν ἐτησίαν καμπύλην, τὰς ὑποίας τὸ μὲν χαμηλότερον σημεῖον συμπίπτει πρὸς τὸν μῆνα Δεκέμβριον, τὸ δὲ ὕψιστον πρὸς τὸν Ἰούνιον. Ἐπαγγέλματα πρὸς ἃ ἀντιστοιχεῖ ὁ ἐλάχιστος ἀριθμὸς αὐτοχειριῶν εἶναι αἱ χειρωνακτικαὶ τέχναι, αἱ ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον ἐκτὸς τῆς κατοικίας ὑπὸ ἀνθρώπων σχετικῶς ἀγραμμάτων ἐπιτηδεύονται. Τούναντίον αἱ οἰκουρικαὶ ἀσχολίαι τῶν πεπαιδευμένων, ὁποῖαι εἶναι αἱ ὑπὸ τῶν λογίων σπουδαζόμεναι, εἶναι ἐκεῖναι πρὸς ἃς ἀντιστοιχεῖ ὁ μέγιστος ἀριθμὸς τῶν αὐτοχειριῶν.

Ἡ κοινοτάτη μέθοδος αὐτοκτονίας εἶναι ἡ διὰ τῆς ἀγχόνης. Ταῦτα ἔπονται κατὰ σειράν αἱ διὰ πνιγμοῦ, σφαγῆς, πληγῆς, δηλητηρίου, καὶ ἡ διὰ πυροβολισμοῦ. Αἱ γυναῖκες προτιμῶσι τὸν πνιγμὸν ἀπὸ τῆς ἀγχόνης, καὶ τὸ δηλητηρίον ἀπὸ τῆς σφαγῆς ἢ τῆς πληγῆς. Ἡ ἐκλογή τῆς μεθόδου ἐπηρεάζεται καὶ ὑπὸ τῆς ἡλικίας.

Οὕτως οἱ νέοι προτιμῶσι τὸν διὰ πνιγμοῦ, τὸν διὰ δηλητηρίου καὶ τὸν διὰ πυροβολισμοῦ ἐκούσιον θάνατον· καὶ ὑπὸ τῶν ἐπαγγελμάτων δ' ἐπηρεάζεται ἡ ἐκλογή τῆς μεθόδου, καθ' ὅσον οἱ ἄνδρες ποιοῦνται κατὰ προτίμησιν χρῆσιν τῶν τῆς τέχνης αὐτῶν ὀργάνων πρὸς αὐτοκτονίαν. Ἀλλὰ καὶ ὑπὸ τῆς ἐπιχρῆς, καθ' ὅσον οἱ δυστυχεῖς ἀποφεύγουσι τὸν πνιγμὸν κατὰ τοὺς ψυχροὺς τοῦ ἔτους μῆνας.

B.

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

Ἡ βασιλισσα τῆς Ἀγγλίας ἔλαβεν ἐκ Μινδολάης παράδοξον ὄωρον ἢ λάφυρον, σταλὲν αὐτῇ ὑπὸ τοῦ κατακτησαντος τὸ βασίλειον τῆς Βίρμας στρατηγοῦ Πρενδεργάστ. Εἶναι δὲ τοῦτο ἐπίχρυσον χαλκοῦ, τηλεβόλον μετὰ τοῦ ἐπιχρύσου ἐπίσης ξυλίνου κιλλίθαντος αὐτοῦ, ὅπερ ὁ ἐκθρονισθεὶς βασιλεὺς τῆς Βίρμας Θεῖδω ἔχεν ὡς ὄπλον καὶ ὡς μαντεῖον ἅμα. Ὅσακις ἐπρόκειτο νὰ κηρύξῃ πόλεμον, διέτασεν ὁ βασιλεὺς ἓνα ἱερεῖα νὰ ἐγγύσῃ γιάλινον οἶνον εἰς τὸν σωλῆνα τοῦ τηλεβόλου· ἂν ὁ οἶνος ἔμενεν ἐν τῷ σωλῆνι ἦτο ἀσφαλὲς οἰωνὸς νίκης, ἂν ἐχύνετο κατὰ γῆς προσημνυν ἦταν. Καὶ πρὸ τῆς τελευταίας ἐκστρατείας κατὰ τῶν Ἀγγλῶν, ἣτις ἐπῆνεγκε τὸν ὄλεθρον αὐτοῦ, λέγεται ὅτι ἠρώτησεν ὁ βασιλεὺς τῆς Βίρμας τὸ τηλεβόλον, καὶ ὅτι λίαν συνεισῶς ἐχρησιμοδότησε τοῦτο νὰ μὴ ἐπιχειρήσῃ τὸν πόλεμον. Ἀλλ' ὑπέκρινεν εἰς τὰς προτροπὰς τῆς μιτάγγλου συζύγου του παρήκουσε τὸ μαντεῖον καὶ ἀπώλεσε τὸν θρόνον.

Ἐν τινι τῶν τελευταίων συνεδριάσεων τῆς Γεωγραφικῆς ἐταιρίας γενομένου λόγου περὶ τῶν ἐν τῷ Ἀτλαντικῷ ὠκεανῷ ρευμάτων καὶ περὶ τῆς ἐπηρείας αὐτῶν εἰς τὴν ναυτιλίαν, εἰς τῶν ἐταίρων ὑπέμνησε γενεὸς μαζυροῦν ἀριδύλως τὴν ἐπῆρσαν ταύτην. Ἐν ἔτει 1731 ἀνάτιόν τι, φέρον φορτίον οἶνου, ἐκπλεῖσαν ἐκ Τενερίφης τῶν Καναρίων νήσων ὅπως μεταβῇ εἰς Πάλμκν, παρελκυσθὲν ὑπὸ τῶν ρευμάτων ἔφθασε μετὰ πολυήμερον διάπλουν εἰς λιμένα τινὰ τῶν Ἀντιλλῶν νήσων. Ἐπειδὴ ἡ προμήθεια τῶν ζωοτροφῶν μόνον διὰ πέντε ἢ ἑξ ἡμέρας ἐπῆρκει, τὸν ἐπίλοιπον χρόνον τὸ πλήρωμα συνετηρήθη εἰς τὴν ζωὴν, πίνον οἶνον ἐκ τοῦ φορτίου. Τὸ γεγονός τοῦτο ἀποδεικνύει πρὸς τοὺς ἄλλους πιθανὴν τὴν γνώμην τῶν ὑποστηρίζοντων ὅτι κατὰ τοὺς ἀρχαίους χρόνους οἱ ἐν Λιθύη Φοίνικες εἶχον ἀνακαλύψῃ τὴν Ἀμερικὴν καὶ συνδέσῃ ἐμπορικὰς σχέσεις πρὸς τοὺς κατοίκους τῆς χώρας ταύτης.

Θάνατος τοῦ Γαμβέττα ἐξήχθη ὁ ἐγκέφαλος αὐτοῦ καὶ παρεδόθη εἰς διακεκριμένους ἀνθρωπολόγους πρὸς μελέτην. Τὰ πορίσματα τῆς μελέτης ταύτης ἐδημοσιεύθησαν ἐσχάτως μόλις. Κατὰ ταῦτα τὸ βάρος τοῦ ἐγκεφάλου τοῦ Γαμβέττα ἦτο ἐλάχιστον, 1160 γραμμαρίων μόλις, ἦτοι 360 δράμκν περίπου. Οὐχ ἦτον, ὡς παρετήρησεν ὁ καθηγητὴς Δυδάλ ἐν τῇ συνεδριάσει τῆς Ἀνθρωπολογικῆς ἐταιρίας τῆς 18 Μαρτίου, τὸ σχῆμα αὐτοῦ ἦτο ὠραῖον καὶ κενονικώτατον· ἄξιον δὲ σημειώσεως εἶναι ὅτι ὁ τρίτος με-

τωπιαῖος λοβὸς αὐτοῦ ἦν ἐκτάκτως ἀνεπτυγμένος· καὶ ἡ παρατήρησις αὕτη ἐπικυροῖ πῶς τὴν γνώμην τοῦ ἀνθρωπολόγου Βροκά, ὅστις πρὸ πολλοῦ ὑπεστήριξεν ὅτι ὁ τρίτος μετωπιαῖος λοβὸς εἶναι ἡ ἑδρα τοῦ λόγου.

Ῥάπτριξ τις γυναικείων ἐνδυμάτων τοῦ συρμοῦ ἐν τῷ προαστείῳ Ἀγίου Γερμανοῦ τῶν Παρισίων ἐπὶ νόνηεν εὐφυὲς τέχνασμα, ὅπως κατεστήσῃ γνωστὸν εἰς τὰς κυρίας τὸ ἐργαστήριόν της. Ἡ ὁδὸς ὅπου καίται τοῦτο εἶνε στενὴ, ἐν δὲ τῷ πεζοδρομίῳ αὐτῆς οὐδὲ δύο ἄνδρες δύνανται νὰ σταθῶσιν ἀνέτως· ἔτι δ' ὀλιγώτερον γυναῖκες· ὥστε οὐδεὶς ἴστατο πρὸ τῶν παρὰ θύρων τοῦ ἐργαστηρίου, ἵνα ἴδῃ τὰ ἐκτεθειμένα, ὅπερ οὐδόλως συνέφερον εἰς τὴν ῥάπτριαν. Ἀλλὰ πρότινος χρόνου ὁσάκις κυρία τις διήρχετο ἔμπροσθεν τοῦ ἐργαστηρίου ἠσθάνετο ὅτι κάτι τι ἐκράτει τὴν ἄκρην τῆς ἐσθῆτος αὐτῆς· ἂν ἐπροχώρει, ἡ ἐσθῆς ἐσχιζέτο καὶ ἡ κυρία ἔδωκεν ὅτι εἶχε καρτωθῇ ἀπὸ καμπύλον ἐξέχον καρφίον, ὅπερ ἦτο ἐμπεπηγμένον ὡς ἀγκιστρὸν ἐν τῷ τοίχῳ, καὶ δὲν ἐφάνετο ἂν δὲν προσεῖχε πολὺ ἡ διαβαίνουσα. Ἐν ᾧ δὲ ἡ κυρία ἴστατο πρὸς στιγμὴν, ἵνα ἀποσπᾷ τὸ καρφίον, ἔτρεχε πρὸς αὐτὴν ἐν σπουδῇ μία τῶν ἐν τῷ ἐργαστασίῳ γυναικῶν, καὶ τεθορυβημένη ἐξήτει μετὰ πολλῆς φιλοφροσύνης συγγνώμην, παρεκάλει δὲ τὴν ξένην νὰ εὐαρεστηθῇ· νὰ εἰσέλθῃ εἰς τὸ ἐργαστήριον, ὅπως τῆς διορθώσῃ τὸ φόρεμα. Καὶ ἡ μὲν ῥάπτρις μετὰ πολλῆς δεξιότητος ἐπιδιόρθωνε τὴν ἐσθῆτα, ἀλλὰ ταῦτο χρόνος ἐτίθετο εἰς ἐνέργειαν τὸ τέχνασμα· διότι ἄλλα καὶ γυναῖκες τοῦ ἐργαστηρίου ἐπεδεῖκνον εἰς· τὴν κυρίαν, ὅπως ἴδῃ ἂν τῇ ἀρέσκουσι, ταινίας, ἄνθη, τρίχα, καὶ τὰ τοιαῦτα, ὅπερ ἐξήπλουν ἐπὶ τῆς τραπέζης, ἔφερον παντοειδεῖς κομψοτάτους πῖλους, ἀνεστάουν τὰ συρτάκια, καὶ ἐν ἐνὶ λόγῳ ἐκινεῖτο ὅλον τὸ ἐργαστήριον, ὅπως εὐχαριστήσῃ τὴν παθοῦσαν. Ἐν ᾧ δὲ ἐγίνοντο ταῦτα ἐκ τοῦ παρακειμένου δωματίου ἠκούοντο εὐκρινῶς αἱ διαταγαὶ τῆς διευθυντρίας, αἱ ὅποιαι ἦσαν τοιαῦται περίπου: «Νὰ μὴ λησμονήσετε, πῶς ἡ κυρία κόμησα θέλει τὸ φόρεμά της νὰ τῆς τὸ ὑπάγετε ἀπόψε!» ἢ «Ἀς ἔλθῃ μία νὰ ὑπάγῃ τὸ καπέλλον εἰς τὴν κυρίαν δούκισσαν!» ἢ «ἡ κυρία πριγκίπισσα παρήγγειλε δαντέλλας ἀπ' αὐτὸ τὸ εἶδος». Διορθομένου τοῦ φορέματος αὐτῆς, ἡ κυρία οὐδέποτε ἀπῆρχετο μὲ κενὰς τὰς χεῖρας, ἀλλὰ πάντοτε ἠγόραζε κάτι τι ἐκ τῶν ἐπιδειχθέντων αὐτῇ, ἢ πῖλον, ἢ καλύπτραν, ἢ τρίχα, ἢ κόσμημά τι. Ἐπειδὴ δὲ καὶ τὰ πωλούμενα ἦσαν ἀξιόλογα, ἐγίνετο ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον πελαῖτις καὶ ἔσπευδε νὰ συστήσῃ εἰς τὰς φίλας της τὸ κατὰστημα, τὸ ὅποιον ἐνόμιζεν ὅτι ἀπροσδοκῆτως ἀνεκάλυψε.

Ἐν ὁμίῳ ἀξιωματικῶν γίνεται συζήτησις περὶ τῶν ἐπιφανῶν στρατηγῶν τῆς ἀρχαιότητος. Εἰς τούτων ἐπαινεῖ τὴν στρατηγικὴν δεινότητά τοῦ Ξενοφῶντος.

«Αὐτὸ δὲν τὸ παραδέχομαι διόλου, παρατηρεῖ ἕτερος συνάδελφός του. Ἀδύκτον νὰ ἦτο καλὸς στρατηγὸς ἄνθρωπος ὅπου ἐκάθητο καὶ ἔγραφε διδακτικὰ βιβλία διὰ τοὺς μαθητὰς τῶν Ἑλληνικῶν σχολείων!»