

κατα πλησίον τῶν τέκνων των ἤκροῶντο μετὰ προσοχῆς τὰ ὑπ' αὐτῶν ἀναγινωσκόμενα, οὕτω δ' ἐντός βραχέος χρόνου αἱ στοιχειώδεις γνώσεις τῆς ἱερᾶς ἱστορίας, τῆς Ἑλληνικῆς Ἱστορίας, τῆς γεωγραφίας ἐγένοντο κοινὸν κτῆμα ὅλης τῆς κοινότητος,

Τὸ σχολεῖον, ἀληθῶς κατέστη μικρὸς φάρος, διαχέων φῶς εἰς τὴν μικρὰν ἐκείνην κοινότητα, καὶ τὸ φῶς τοῦτο ὠδήγει αὐτοὺς ὡσημέραι εἰς νέαν τινὰ βελτίωσιν.

Τὰ σχολεῖα μόνον ὅταν οὕτως ἐπιδρῶσιν ἐπὶ τοῦ βίου τῶν πολιτῶν καὶ προάγωσι τὴν ἀληθῆ πρόοδον τῆς κοινωνίας, ἐκπληροῦσι τὴν ὑψηλὴν ἀποστολὴν των. Δυστυχῶς σήμερον σπανιώτατα εἶναι τὰ τοιαῦτα σχολεῖα. Συσταίνεται ἐν σχολεῖον, ὅπως ἀνοίγη ἐν παντοπωλεῖον ἢ εἰς φοῦρνος. Ἡ ἐνέργεια τῶν σχολείων περιορίζεται εἰς τὸ νὰ ἐφοδιάσῃ νέους τινὰς μὲ προσόντα τινά, ὅχι τὰ προσόντα ἑκείνα, δι' ὧν θὰ κατασταθῶσι χρήσιμα καὶ προαγωγὰ μέλη τῆς κοινωνίας, ἀλλὰ τὰ ὁποῖα δίδουσιν ἐλπίδα τουλάχιστον προσόδου πρὸς τὸ δημόσιον καὶ τὸ δημοτικὸν ταμεῖον.

Περίεργα, πιστεύομεν, ἐξαγόμενα θὰ μᾶς ἐδίδε τοιαύτη τις στατιστικὴ: «Πόσα στρέμματα γῆς ἐκαλλιεργοῦντο ἐν τῇ περιφερείᾳ πόλεως ἢ χωρίου πρὶν συσταθῆ Ἑλληνικὸν σχολεῖον ἢ γυμνάσιον, καὶ πόσα, ἔτη τινὰ μετὰ τὴν σύστασιν;» — «Πόσοι θηρευταὶ θέσεων πρότερον καὶ πόσοι μετὰ ταῦτα;» κλπ.

Ἄλλ' ὅτι τὰ σχολεῖα ζητοῦνται καὶ συσταίνονται διὰ πάντα ἄλλον λόγον ἢ διὰ τὴν πρὸς τὴν ἀληθῆ παιδείαν ἀγάπην ἀρκεῖ νὰ μαρτυρηθῆ καὶ μόνον ἐκ τῆς οἰκτρᾶς καταστάσεως τῶν διδασκῆτρῶν, τῆς ἀπουσίας δὲ καὶ τοῦ ἐλαχίστου ἐνδιαφέροντος τῶν πολιτῶν καὶ αὐτῶν τῶν ὀφειλόντων φύσει νὰ ἐνδιαφέρονται ὑπὲρ αὐτῶν, δηλ. τῶν γονέων τῶν μαθητῶν, ὑπὲρ τοῦ σχολείου.

Δύο οὐσιωδέστατοι, οἱ μόνοι ἴσως παράγοντες τῆς ἠθικῆς καὶ κοινωνικῆς προόδου, ἡ Ἐκκλησία καὶ τὸ σχολεῖον, ἀμφοτέρω ἐξαρτώμενα ἐκ τοῦ αὐτοῦ ὑπουργείου, διατελοῦσι παρ' ἡμῖν ἀπὸ μακροῦ χρόνου εἰς νέκρωσιν· ἀλλ' οἱ νεκροὶ ὑπόκεινται εἰς σῆψιν, καὶ ἐκ τῆς σήψεως μόνον μολύσματα γεννῶνται.

ΒΑΣΙΛΙΟΣ ΣΚΟΡΔΕΑΝΗΣ.

Συνήθως ὁ ἄνθρωπος τοσοῦτον προσποιεῖται ἐνώπιον τῶν ἄλλων, ὥστε ἐπὶ τέλους προσποιεῖται καὶ ἐνώπιον αὐτοῦ.

*

Ὅπως τὰ τοῦ προσώπου, οὕτω καὶ τῆς ψυχῆς τὰ ἐλαττώματα διὰ τοῦ γήρατος καθίστανται ἀσχημότερα.

*

Ἡ φύσις δημιουργεῖ τὸ προτέρημα, ἡ δὲ τύχη ἀναδεικνύει αὐτὸ ἐνεργόν.

ΙΑΤΡΙΚΑΙ ΔΙΑΛΕΞΕΙΣ

ΖΑΛΗ ΕΚ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΗΣ, ΖΑΛΗ ΕΚ ΤΩΝ ΟΡΕΩΝ,
ΖΑΛΗ ΕΚ ΤΗΣ ΑΜΑΞΟΔΡΟΜΙΑΣ.

Πολλοὶ τῶν ἡμετέρων ἀναγινωστῶν γράφουσιν ἡμῖν ὅτι πολὺ ἐπεθύμουν νὰ ἔλθωσι νὰ θαυμάσωσι τὰ τεράστια τῆς Ἐκθέσεως, ἀλλ' ὅτι ἀπέχουσιν ἐνεκα τῆς ἐνοχλήσεως τῆς πολλάκις ὀδυνηρᾶς ἢ ὑφίστανται ὁσάκις ἀμαξοδρομοῦσι ἢ σιδηροδρομοῦσι.

Ἀνάγκη λοιπὸν νὰ δώσωμεν εἰς αὐτοὺς συμβουλὰς τινὰς, διότι ἡ ἐνόχλησις αὕτη εἶναι πολὺ μᾶλλον συνήθης ἢ ὅσον κοινῶς νομίζεται.

Ἡ κοινῶς λεγομένη ζάλη, ἣτις εἶναι πολλάκις σημεῖον τῆς ἀρχῆς σοβαρῶν ἀσθενειῶν, ἀλλ' ἣτις ὑπάρχει πολλάκις καὶ εἰς ἄλλας ἐλαφρὰς νόσους, εἶναι κατάστασις ἰδίᾳ τοῦ ἐγκεφάλου, καθ' ἣν τὰ ἀντικείμενα φαίνονται στρεβόμενα, χορεύοντα, κινούμενα περὶ ἡμᾶς. Τίς ἡ αἰτία τοῦ φαινομένου τούτου; Μέχρι τοῦδε αἱ φυσιολογικαὶ μελέται δὲν ἔδωκαν ἐπαρκῆ ἐξήγησιν αὐτοῦ· ἀνεῦρον μόνον τρεῖς αἰτίαι τοῦ φαινομένου, ἀλλοίωσιν τοῦ ἐγκεφάλου, ἀλλοίωσιν τοῦ αἵματος, ἀλλοίωσιν τοῦ νευρικοῦ συστήματος.

Σπανίως τὰ θαλάσσια ὕδατα εἶναι ἀκίνητα· προέρχονται λοιπὸν ἐκ τούτου κινήσεις αὐτῶν μᾶλλον ἢ ἥττον ἰσχυραί, κινούσαι τὰ πλοῖα κατὰ διαφόρους διευθύνσεις, λίαν δυσάρεστοι εἰς τοὺς ἐπιβάτας καὶ πορξενούσαι εἰς αὐτοὺς σπουδαῖα συμπτώματα, ζάλας, θαμβώσεις, ναυτίας, ἐμέτους, συγκοπᾶς. Τόση δὲ εἶναι πολλάκις ἡ ἀγωνία καὶ ἡ κατάρπτωσις τῶν δυνάμεων τῶν δυστυχῶν ἀρρώστων, ὥστε οἱ γενναϊότεροι δειλιῶσιν εἰς τὴν ἰδέαν θαλασσίου πλοῦ.

Τίς δὲ ἡ αἰτία τοῦ φαινομένου τούτου; Καὶ ἐνταῦθα ἀκόμη ἀνεπαρκῆς εἶναι ἡ ἐπιστήμη· ὁ ἀκρωτῶδης ἀήρ, ὁ ἐρεθισμὸς τῶν ὀπτικῶν νεύρων ὁ προερχόμενος ἐκ τῆς ἀδυναμίας τοῦ προσηλοῦν τὸ βλέμμα εἰς τὰ ἀντικείμενα· ταραχὴ τῶν κοιλιακῶν ὀργάνων ἐνεκα τῶν κινήσεων τοῦ πλοίου, ἀναίμικα τοῦ ἐγκεφάλου, δυσωδία τῆς πίσεως, τῆς μηχανῆς, τῶν σχοινίων, διακινήσεις τοῦ ἐγκεφάλου πάντα ταῦτα προεβλήθησαν ὡς αἷτια ἀλλ' ἄνευ ἀποδείξεως.

Αἱ γυναῖκες ὑπόκεινται μᾶλλον τῶν ἀνδρῶν εἰς τὴν ἀρρωστίαν ταύτην.

Τίς ἡ θεραπεία; Ἐσυμβούλευσαν νὰ τρώγῃ τις γενναίως πρὶν ἐπιβιβάσθῃ ἐπὶ τοῦ πλοίου, νὰ πίνῃ καφέν, νὰ φέρῃ ζώνην καταθλίβουσαν τὴν κοιλίαν καὶ ὑποστηρίζουσαν τὰ σπλάγγνα· τέλος δὲ ἐσχάτως οἱ ναυτικοὶ ἰατροὶ φαίνονται ὠφέλιαν παρκατηρήσαντες ἐκ τῆς ἀντιπυρίνης,

τὴν ὅποιαν δίδουσι κατὰ γραμμάριον τρεῖς τῆς ἡμέρας.

Ὅταν ἐπέλθῃ ἐκ τῆς θαλάσσης ζάλη, πρέπει νὰ κατακλινώμεθα, νὰ πίνωμεν ψυχρὸν καμπανίτην οἶνον, ἐγχύματα τεῖου, ἢ ἡδύσμον.

Ἡ δὲ ἐκ τῶν ὁρέων ζάλη συνίσταται εἰς ἐνοχλήσεις, αἵτινες ἔχουσι πολλὴν ἀναλογίαν πρὸς τὰς ἐκ τῆς θαλάσσης, συμβαίνουσι ὅταν ἀναβαίνει τις εἰς ὕψη μεγάλα, καὶ τούτων δὲ ἡ αἰτία δὲν εἶναι ἀκόμη πολὺ γνωστὴ.

Δὲν πρέπει νὰ πιστεύωμεν ὅτι ἡ παράδοξος αὕτη νόσος, εἶναι ἀποτέλεσμα τοῦ φόβου, ἀλλὰ νευρικῆς καταστάσεως ἢ ἀτμοσφαιρικῆς πίεσις, τροποποιούσα τοὺς ὅρους τῆς κυκλοφορίας καὶ τῆς ἀναπνοῆς, πρέπει νὰ θεωρηθῇ ὡς ἡ πρωτεύουσα αἰτία.

Ὁ μηχανικὸς Κάρολος Βατιέ, διατρίψας ἐν Χιλί, ὅπου ἐπιπολάζει ἡ νόσος αὕτη, δίδει ἡμῖν ἀξιολογὸν περιγραφὴν ταύτης :

« Ὑπὸ τὸ ὄνομα *runa*, ἐκφράζουσι, λέγει, ἐν Χιλί, κατὰστασιν ἰδίαν τῆς ἀτμοσφαιρας, ἣτις παρουσιάζεται πρὸ πάντων εἰς τὰ μεγάλα ὕψη τῶν Καρδιλιέρων, ἰδίως εἰς τὸ ὕψος 2,500 μέτρων ἀνω τῆς ἐπιφανείας τῆς θαλάσσης, ἐπενεργεῖται ἐπὶ τοῦ ἀνθρώπου καὶ τῶν ζώων.

» Ἡ ἀναπνοὴ εἶναι δύσκολος, ὁ ὁδοιπόρος νομίζει ὅτι ἀπειλεῖται ὑπὸ πνιγμοῦ ἢ κυκλοφορία τοῦ αἵματος ἐπιταχύνεται, ἐπέρχονται δὲ καρδιακοὶ παλμοί, αἰσθησις συσφιγξέως περὶ τὴν κεφαλὴν. Τὸ δὲρμα ξηραίνεται· πολλάκις δὲ ἐπέρχονται ἔμετοι. Ὁ ἄρρωστος βασανίζεται ὑπὸ ἰσχυρᾶς κεφαλαλγίας καὶ ἀϋπνίας. Πολλάκις δὲ τὸ αἷμα ἐξέρχεται ἐκ τῆς ρινὸς καὶ τῶν ὠτων.

» Παρὰ τοῖς ζώοις ἡ ἀναπνοὴ καθίσταται θορυβώδης καὶ δύσκολος. Τὸ ζῶον δὲν δύναται νὰ προχωρήσῃ ταχέως, καὶ πολλάκις ἀρνεῖται νὰ προχωρήσῃ. ἐνίοτε δὲ καταπίπτει ὡς κεραυνόπληκτον καὶ ἀποθνήσκει.

» Πρὸς ἀποφυγὴν τοῦ κακοῦ, πρέπει ἕκαστος νὰ μὴ πεζοπορῇ καὶ μάλιστα ἐν ἀνωφερείαις νὰ ἀποφεύγῃ τὰ παστὰ κρέατα καὶ τὰ οἰνοπνευματώδη ποτὰ καὶ νὰ πίνῃ ὅσον τὸ δυνατόν ὀλιγώτερον ὕδωρ, νὰ κάμῃ δὲ χρῆσιν τοῦ καφέ καὶ τοῦ τεῖου ἐν ἐγχύμασιν ἐλαφροῖς. Ὁ ὁδοιπόρος πρέπει νὰ φέρῃ ζώων ἐκ φλανέλλας καὶ νὰ ἀποφεύγῃ τὰς ἀποτόμους μεταβολὰς τῆς θερμοκρασίας. Τὰ καλλίτερα δὲ φάρμακα θεωροῦνται τὸ ὠμὸν κρόμμυον καὶ τὸ σκόροδον. Ὁφελοῦσι δὲ τὰ ἐλαφρὰ ὑπακτικά καὶ μικρὰ δόσεις ἰωδόχου καλίου. Τὰ ζῶα δὲν πρέπει νὰ καταπονῶνται καὶ πρέπει νὰ τοῖς παρέχεται ὕδωρ, ἀφοῦ ἐπ' ὀλίγον ἀναπαυθῶσιν. Ἐὰν δὲ πάθωσιν ἐγκεφαλικὴν συμφορῆσιν, πρέπει νὰ σχίζεται βαθέως τὸ λοβίον τοῦ ὠτός πρὸς ἀποχευτικὴν αἰμορραγίαν.»

Ἡ συνήθης χρῆσις τῶν ἀμαξῶν ἔχει ἐπίδρασιν τινὰ ἐπὶ τῆς υγείας, ἐνεκα τῶν δονήσεων, τὰς ὁποίας προξενοῦσιν· ἀλλ' ἐὰν αὐταὶ αὐξάνουν τὴν ὄρεξιν καὶ εὐκολοῦν τὴν πέψιν, ἔχει ὅμως καὶ τὸ δυσάρεστον ὅτι προξενεῖ δυσκολιότητα καὶ ἐγκεφαλικὰς συμφορῆσεις.

Ἡ κυρία ὠφέλεια εἶναι ὅτι δι' αὐτῶν μεταβαίνει τις ἀπὸ ἐνὸς περιέχοντος εἰς ἄλλο, ὅτι οἱ πνεύμονες ἀναπνεοῦσιν ἀέρα ζωηρῶς, ὅστις ζωογονεῖ τὴν ἀναπνοὴν καὶ τὴν κυκλοφορίαν, καὶ ὠφελεῖ ἐπομένως πολὺ ὅταν ὑπάρχῃ ἀδράνεια ἀναπνοῆς.

Μακρὰ ὁδοιπορία διὰ σιδηροδρόμου εἶνε ὡσάυτως ὀχληρὰ· ἡ λίαν ταχεῖα κίνησις τῶν ἀμαξοστοιχιῶν εἶναι ἐπικινδυνότατη εἰς πολλὰς κοιλιακὰς παθήσεις καὶ κατὰ τὴν κύστιν.

Ἄτομα τινὰ δὲν δύνανται νὰ καθήσωσιν ἐπὶ τῶν ἐμπροσθίων καθισμάτων, εἴτε ἐν ἀμαξῇ, εἴτε ἐν σιδηροδρόμῳ χωρὶς νὰ ὑποφέρωσιν ἐκ τῆς ἐν ἀμαξῇ ζάλης, ἣτις ἔχει μεγάλην ἀναλογίαν πρὸς τὴν ἐκ τῆς θαλάσσης ζάλην.

Πολλὰ ἐθεωρήθησαν ὡς αἰτία τῶν παραδόξων τούτων φαινομένων· ὁ κάματος, ἡ ταχεῖα μετὰθεσις τοῦ ἀέρος, αἱ διακινήσεις τῆς ἀμαξοστοιχίας ἢ τῆς ἀμαξῆς προκαλοῦσαι ἐγκεφαλικὴν ταραχὴν, ἢ ἔλλειψις ἀερισμοῦ, ἢ θερμότης, καὶ τέλος, ὅταν κἄθηται τις ἐπὶ τῶν ἐμπροσθίων, ἢ μετόπισις τῶν ὀπτικῶν ἀκτίνων, διότι βλέπει τις τὰ ἀντικείμενα φεύγοντα ἀντὶ νὰ τὰ βλέπῃ πλησιάζοντα.

Ὅπως ἀποφυγῇ τις τοσοῦτον δυσάρεστους ἐνοχλήσεις, αἵτινες ἀφαιροῦσι πάσαν εὐχαρίστησιν συμβουλεύω κατὰ τὴν ἰδίαν μου πεῖραν 1) νὰ μὴ μεταβάλλῃ τις παντάπασι τὰς ἐξεις του τὴν ἡμέραν τῆς ἀναχωρήσεώς του, δηλ. νὰ μὴ ἐγερθῇ τις λίαν πρῶί· 2) νὰ λάβῃ πρὸ τῆς ἀναχωρήσεως ἐν γραμμάριον ἀντιπυρίνης ἐν μιᾷ δόσει καὶ νὰ ἐπαναλάβῃ τὴν δόσιν αὐτὴν τρεῖς ἐντὸς τῆς ἡμέρας· 3) νὰ λαμβάνῃ εἰς τοὺς σταθμοὺς τοῦ σιδηροδρόμου κατὰψυχρα ποτὰ· 4) νὰ τρώγῃ ὀλίγον· 5) νὰ μὴ ἀναγινώσκῃ κατὰ τὴν σιδηροδρομίαν, νὰ μὴ κἄθηται ἐπὶ τῶν ἐμπροσθίων καθισμάτων, καὶ νὰ ἀποφεύγῃ τοὺς καπνίζοντας.

(Dr Henri Perrussel)

Μετάφρασις Ε*

ΔΗΜΩΔΗΣ ΠΟΙΗΣΙΣ

Βόρειος Εὐβοία,

Αὐτὰ τὰ μάτια σ' τῶμμορφα, τὰ φρύδια τὰ γραμμένα,
Αὐτὰ μὲ κάνουν κι' ἄρρωστω, μὲ κάνουν καὶ πεθαίνω.
Πάρε τὸ τουφεκάκι καὶ σύρε 'ς τὸ κυνήγι.
Κι' ἂν βρῆς περδίκια σκότω'στα, τραγὴν βάρεσε τα,
Ἄν εὔρης καὶ τὸν ἄντρα μου, ῥῆξε καὶ σκότωσέ των.