

γάλα ἐφ' ὅσον διὰ τῆς πίεσεως τῆς θηλῆς κατορθοῦσι νὰ ἐξακοντίζωσι γαγόνας τινὰς γάλακτος, ἐνῶ τῆς οικείας γενομένης ἐξετάσεως, ἀποδεικνύεται, ὅτι παρὰ πολλαῖς ἐξ αὐτῶν ἡ ἔκκρισις τοῦ γάλακτος εἶναι τὰ μάλιστα ἠλαττωμένη.

Καὶ μέχρι μὲν τοῦ ἔκτου ἢ ἐβδόμου μηνὸς ἡ μικτὴ αὕτη διαίτα τῶν βρεφῶν δὲν φαίνεται οὐσιωδῶς παραβιάπτουσα τὴν ὑγίειαν αὐτῶν διότι μέχρι τῆς ἡλικίας ταύτης τρέφονται κυρίως διὰ τοῦ μητρικοῦ γάλακτος, αἱ δὲ ἐν σμικρᾷ ποσότητι παρεχόμεναι τοῖς βρέφεσιν ἀμυλώδεις οὐσίαι δὲν ταράττουσι καταφανῶς τὴν πέψιν. Ἀπὸ τοῦ ἐβδόμου ἔτι ἢ ὀγδόου μηνὸς, ἀυξανομένης αἰεὶ καὶ ποικιλλομένης τῆς τροφῆς, ἡ τῆς πέψεως διατάραξις ὁσημέρην καθίσταται καταδηλοτέρα παρὰ τοῖς πολλοῖς τῶν βρεφῶν. Αὕτη δὲ συνίσταται εἰς χρονίαν δυσπεψίαν. Πολλὰ τῶν ὑποβαλλομένων εἰς τὴν παρὰ φύσιν διαίταν βρεφῶν, εἰσὶ τὰ μάλιστα ποσδιαθεμινα εἰς τὴν διάρροϊαν. Ἐπερχομένων δὲ τῶν θερινῶν κχυμάτων τὰ πλεῖστα ἐξ αὐτῶν καὶ ἰδίως τὰ ὀδοντοφυϊοῦντα, ἀλίσκονται ὑπὸ τῆς νόσου ταύτης, ἥτις ἐπιπίπτει ἐπ' αὐτῶν τοσοῦτον σφαιροτέρως καὶ θανατωδεστέρας, ὥστε πρωϊαίτερον ταῦτα ἀπεγαλακτίσθησαν καὶ εἰσῆχθησαν εἰς τὴν κοινὴν διαίταν. Ὅσα βρέφη ἀπὸ ἐνὸς μέχρι δύο ἐτῶν ἀπηντήσαμεν ἐν τῇ ἡμετέρᾳ πράξει νοσοῦντα χρονίαν διάρροϊαν, καὶ ἐκ ταύτης εἰς μακροσμὸν περιπεσόντα, τοιαῦτα δὲ πλεῖστα ὅσα παρατηρήσαμεν, ταῦτα πάντα ἄνευ ἐξαιρέσεως εἶχον προῶρως στερηθῆ τοῦ μητρικοῦ γάλακτος καὶ ἐτρέφοντο σιτίοις ἥμισυ τῇ ἡλικίᾳ αὐτῶν προσφόροις.

Ἐκ τῶν μέσων τὰ ὁποῖα πείρα μακρὰ ἀπέδειξε λυσιτελεῖ πρὸς μείωσιν τοῦ κακοῦ μνημονεύομεν τὰ κυριώτερα.

Καὶ πρῶτον μὲν ἀνάγκη πᾶσα νὰ ἐπιδιωχθῇ ἡ ἐλάττωσις τῆς ἐπιβλαβοῦς ἐπιρροῆς ἐπὶ τῆς ὑγείας τῶν βρεφῶν τῶν ἐπικρατοῦντων ἐν ὥρᾳ θέρους καυμάτων, μετριαζομένης κατὰ τὸ ἐφικτὸν τῆς σφοδρότητος αὐτῶν. Πρὸς τοῦτο δύνανται νὰ συντελέσωσιν οὐσιωδῶς φρονοῦμεν: α') Ἡ τακτικὴ καὶ ἐπαρκὴς καταδροχὴ τῶν ὀδῶν τῆς πόλεως, β') ἡ πυκνὴ δειροφυτεία τῶν παρακειμένων τῇ πόλει γηλόφων, καὶ γ') ἡ κατὰ τοὺς κανόνας τῆς δημοσίας ὑγιεινῆς ἑυτομία εὐαρίθμων τινῶν συνοικιῶν κακῶς ἀεριζομένων καὶ φωτιζομένων. Ἐπειτα δὲ πρέπει νὰ ἐκριζωθῇ ἐκ τῆς κεφαλῆς τῶν μητέρων ἡ δειροφύκη πρόληψις, ὅτι ἡ διάρροϊα παρὰ τοῖς βρέφεσιν μετὰ τὸν ἔκτον μῆνα εἶναι ὠφέλιμος παροχέτευσις, ἥτις συμφέρει νὰ μὲν ἀθεράπευτος, νὰ ἐκλείψῃ δὲ ἡ μωρὰ συνήθεια ν' ἀπογαλακτίζωσι προῶρως τὰ βρέφη αὐτῶν καὶ τρέφωσι ταῦτα σιτίοις ἀκατάλληλοις τῇ ἡλικίᾳ αὐτῶν. Πρὸς ἐπίτευξιν δὲ τούτου ἀνάγκη πᾶσα καὶ ἡ Κυβέρνησις καὶ οἱ Ἐφημέριοι, καὶ μάλι-

στα οἱ ἰατροὶ, νὰ συνταχθῶσιν εἰς ἀληθῆ σταυροφορίαν καὶ νὰ ἐργασθῶσιν πρὸς τοῦτο ἀνεκδοτῶς καὶ εὐλικρινῶς. Καὶ ὁμολογοῦμεν μὲν ὅτι γιγαντιαῖον τὸ ἔργον τοῦτο, καθόσον οὐδὲν ἤττον δι' αὐτοῦ ἐπιζητοῦμεν ἢ τὴν μεταβολὴν τοῦ κλίματος τῶν Ἀθηνῶν καὶ τὴν ἐξαφάνισιν προλήψεων καὶ ἐξέων ἀπὸ πολλῶν αἰῶνων ἐρριζωμένων ἐν τῇ συνειδήσει τοῦ λαοῦ, οὐχ ἤττον πεποιθήμεν, ὅτι, τοῦ χρόνου προϊόντος, θέλει ἐπιτελεσθῆ τοῦλάχιστον ἐν μέρει τὸ προσδοκώμενον ἀγαθόν, ὅπερ ἐπὶ ἀντικειμένων τοιαύτης φύσεως εἶναι μέγα κατόρθωμα, ἀρκεῖ μόνον καὶ ἡ Κυβέρνησις καὶ οἱ Ἐφημέριοι, καὶ μάλιστα οἱ ἰατροὶ, νὰ ἐκπληρώσωσιν, ὡς εἴρηται, ἕκαστος τὸ καθ' ἑαυτὸν εὐσυνειδήτως.

ΠΡΑΚΤΙΚΑΙ ΓΝΩΣΕΙΣ

Καλλιέργεια τῆς Ὀρτενσίας.

Ἡ Ὀρτενσία πατρίδα ἔχει τὰ ὄγρᾳ καὶ δροσώδη μέρη τῆς Κίνας καὶ τῆς Ἰαπωνίας. Τὰ ἄνθη τῆς ἀναπτύσσονται ἀπὸ τοῦ ἰουνίου καὶ διατηροῦνται ἐπὶ τοῦ φυτοῦ μέχρι τοῦ νοεμβρίου μηνός.

*

Ἡ Ὀρτενσία διὰ νὰ καλλιεργηθῇ καὶ ἀνθήσῃ καλῶς ἐν Ἑλλάδι, πρέπει: 1) Νὰ ᾔνη διαρκῶς ἐν σκιᾷ καὶ δροσερῷ τόπῳ, χωρὶς ὅμως νὰ στερῆται ἀέρος καθαροῦ.—2) Νὰ φυτεύηται εἰς γῆν πάντοτε ἐλαφροτάτην ἐν τοιαύτῃ περιστάσει πρέπει νὰ προτιμᾶται τὸ λεπτόν καστανόχωμα, μεμιγμένον μὲθ' ἐνὸς πέμπτου καλοπλυμένης ἄμμου τοῦ Φαλήρου, ἢ ἄλλης λεπτοῦς ἄμμου.—3) Οὐδ' ἐπὶ στιγμὴν, εἰ δυνατόν, νὰ μὴ ξηρανθῇ ἢ παρὰ τὰς ρίζας τῆς γῆς διὰ τοῦτο τὰ συχνότατα ποτίσματα δὲν πρέπει ποτὲ νὰ διακοπῶσιν. Ὁφέλιμον δὲ εἶνε, κατὰ τὸ θέρος μάλιστα, νὰ θρέχωνται καθ' ἐκάστην αἱ Ὀρτενσίαι μὲ ὕδωρ ψυχρὸν, ἐν ὥρᾳ τοῦ μεγάλου καύσανος, διὰ ῥαντιστικῆς μηχανῆς.—4) Κατ' ἔτος θαύτατα νὰ κλαδεύωνται ἐν ἀρχῇ τοῦ ἰανουαρίου, ἐὰν θέλῃ ὁ καλλιεργῶν αὐτὰς νὰ ἴδῃ ἄνθησιν μεγάλην, πλουσίαν καὶ πυκνήν· ἐὰν δὲ τὰ φυτὰ του καλλιεργῶνται ἐν τὸς δοχείων, πρέπει κατ' ἔτος νὰ μεταφυτεύωνται διὰ νὰ ἀλλάσῃ ἡ περὶ τὰς ρίζας τῶν γῆ.—5) Ὁ πολλαπλασιασμὸς αὐτῶν νὰ γίνεται διὰ κλαδίων κατὰ τὸν μῆνα ἰανουάριον ἀμέσως μετὰ τὸ κλάδεμα, φυτευσόμενων τῶν κλαδίων ἐν ἐλαφροτάτῃ γῆ· ὁ δὲ θέλων νὰ διευκολύνῃ τὴν ταχυτέραν τῶν ριζῶν ἀνάπτυξιν εἰς τὰ φυτευόμενα κλαδιά, νὰ τὰ καλύπτῃ διὰ μεγάλου κώδωνος ὑελίνου.

Οἱ ἱερεῖς εἶνε οἱ μακροβιότεροι τῶν ἀνθρώπων. Οἱ ἰατροὶ ἀποθνήσκουσι νεώτεροι ὄλων.