

ΥΓΙΕΙΝΗ

Μέσα δι' ὧν ἐπιτυγχάνεται τὸ υγιεινὸν τῶν οἰκιῶν.

Ἀνεξαρτήτως τοῦ τρόπου τῆς κατασκευῆς οἰκίας τινός, οἰοσδήποτε καὶ ἂν ἦ ὁ γῶρος θν αὕτη κατέχει, οἰαδήποτε καὶ ἂν ἦ ἡ ἔκτασις τῶν αὐλῶν καὶ τῶν δωματίων, ἡ οἰκία αὕτη δύναται νὰ καταστῇ ἀνθυγιεινή.

1) Διότι ἐν αὐτῇ ὑπάρχουσιν ἀπόπατοι κακῶς διατηρούμενοι,

2) Διότι ἔλλειπει ἡ ροὴ τῶν ὑδάτων τῶν ἀποπλύσεων καὶ ἡ ἀπομάκρυνσις τῶν ἀκαθαρσιῶν καὶ κοπριῶν· καὶ διότι αἱ αὐλακες καὶ οἱ ὀχετοὶ εὐρίσκονται εἰς κακὴν κατάστασιν,

3) Διότι τὸ κτίριον εἶνε βρωμερὸν ἢ κακῶς διατηρεῖται.

Ἀπόπατοι.—Οὐδὲν βλαβερώτερον τῇ υγείᾳ· εἰς μόνος ἀπόπατος βρωμερὸς ἢ κακῶς ἀεριζόμενος, ἀρκεῖ νὰ μολύνη δλόκληρον τὴν οἰκίαν. Ἀποφεύγεται ὅσον τὸ δυνατόν τὸ ἀτόπημα τοῦτο διὰ τῆς ἀνοίξεως, εἰς ἕνα τῶν τοίχων τοῦ χωρίσματος τοῦτου, παραθύρου ἀρκετὰ πλατέος, ἐξ οὗ νὰ ἀερίζεται καὶ φωτίζεται, καὶ διὰ τῆς διατηρήσεως μεγίστης καθαριότητος τοῦ πλαξίν ἐστρωμένου πατώματος καὶ τοῦ σανιδώματος διὰ συγχῶν διαπλύσεων. Ἀλλὰ καὶ τοῦ πατώματος ὅλου καὶ τῶν τοίχων, οἵτινες δέον διὰ λευκοῦ ψευδαργυρίου ἐλαιοχρώματος νὰ χρωματίζονται, πρέπει ἢ πλύσις συχνάκις νὰ ἀνανεῶνται. Τέλος πρέπει ὅσω τὸ δυνατόν εἰς τὴν κατασκευὴν τῶν ἀποπάτων νὰ ἀποφεύγονται αἱ γωνίαι.

Ἀπολύματα.—Αἱ λεκάναι τῶν νεροχυτῶν δέον νὰ ἔχωσι τὰ πλευρὰ ὑψηλά, ἢ οὕτω διακείμενα, ὥστε τὰ ὕδατα χεόμενα ἐν αὐταῖς νὰ μὴ δύνωνται νὰ ἐκπηδῶσι. Πρέπει δὲ προσοχὴ νὰ δίδηται, ὅπως μὴ διὰ τῶν ὀπῶν τῆς φρασσοῦσης τὴν ὀπὴν τῆς λεκάνης δικλειδὸς εἰσωθῶνται στερεὰ τεμάχια, ὧν ἡ συσῶρευσις δὲν θὰ ἐβράδυνε νὰ ἀποφορᾷ τοὺς ἀγωγούς.—Κατὰ τὴν ἔνωσιν τῆς λεκάνης μετὰ τοῦ ἀγωγοῦ σωλήνος πρέπει νὰ προστίθεται φραγμὸς, ἵνα διὰ τούτου παρεμποδίζηται ἡ εἰσόδος στερεῶν ὑλῶν καὶ ἡ ἀπόφραξις αὐτοῦ.—Κατὰ τὰς παγεράς ἡμέρας δὲν πρέπει νὰ χέωνται ὕδατα εἰς τοὺς νεροχύτας, ἀλλὰ πρέπει νὰ κλείηται ἡ ὀπή τούτων ἐντελῶς διὰ πώματος ἢ σίφωνος.—Πάντοτε ὠφέλιμον εἶνε νὰ διευθύνωνται τὰ τῆς βροχῆς ὕδατα ἐντὸς τῶν ἀγωγῶν τῶν νεροχυτῶν τούτων, οὕτως ὥστε νὰ πλύνωσιν αὐτούς.—Ὅταν οἱ ἀγωγοὶ ἀναδίδωσι δυσωδίαν, πρέπει νὰ πλύνωνται δι' ὕδατος περιέχοντος ἐν ἐπὶ τοῖς ἑκατὸν ὑποχλωρώδους καλίου (eau de Javelle).—Μία τῶν χειρίστων συνθησιῶν, αἵτινες δέον σφοδρῶς νὰ πολεμηθῶσιν, εἶνε τὸ νὰ χέωνται τὰ οὖρα εἰς τοὺς μολυβδίνους ἀγωγούς τῶν νεροχυτῶν.

Αἱ αὐλακες αἰ ἐν ταῖς αὐλαῖς καὶ οἱ ὀχετοὶ οἱ

προωρισμένοι εἰς τὴν διοχέτευσιν τῶν ὑδάτων τούτων δέον νὰ κτίζωνται καὶ στρώννυνται διὰ λίθων ἢ χυτοῦ σιδήρου· αἱ συναρμώσεις νὰ γίνωνται μετὰ προσοχῆς, καὶ αἱ κλίσεις κανονικαί, οὕτως ὥστε πᾶσα λίμνασις τῶν ὑδάτων νὰ παρεμποδίζηται καὶ νὰ καθίσταται εὐκόλος ἢ πλύσις τῶν ὀχετῶν καὶ αὐλάκων τούτων.

Αἱ ἀκαθαρσίαι τῶν αὐλῶν δέον καθ' ἑκάστην νὰ ἀποσύρονται.

Καθαριότης τοῦ κτιρίου.—Σάρωσις. Πρέπει συχνάκις νὰ σαρώνηται ἡ κλίμαξ, αἱ εἰσδοί, αἱ αὐλαὶ καὶ αἱ δίοδοι, καὶ νὰ ζέωνται αἱ ἀκαθαρσίαι καὶ ὁ βόρβορος, ἃς τὸ σάρωθρον δὲν παρέρυρεν.

Ἐφέλιμον εἶνε νὰ χρώννυνται ἐλαιοχρώματι οἱ τοῖχοι τῶν οἰκιῶν, αἱ προσόψεις, οἱ διάδρομοι, αἱ κλίμακες. Τὸ χρῶμα τοῦτο ἐμποδίζει τοὺς τοίχους νὰ ἐμποτίζωνται ὑπὸ ὀργανικῶν οὐσιῶν, ἀλλὰ πρέπει νὰ λαμβάνηται φροντίς ὅπως πλύνωνται ἅπαξ τοῦ ἔτους.

Πλύσις τοῦ πατώματος.—Τὰ διὰ πλακῶν, λίθων, ἢ κεράμων ὀπτῶν ἐστρωμένα πατώματα πρέπει νὰ πλύνωνται συχνάκις, ὅταν πρόκηται περὶ κλίμακος ἢ τοῦ πατώματος τῆς εἰσόδου· πρέπει δὲ εὐθὺς μετὰ τὴν πλύσιν νὰ σπογγίζωνται, ἵνα οὕτως ἀποφεύγηται ἡ μεγάλη ὑγρασία, ἥτις εἶνε πάντοτε βλαβερὰ.

Συνηθέστερον τὸ ὕδωρ ἀρκεῖ διὰ τὰς πλύσεις ταύτας· ἐν περιπτώσει ὅμως μολύνσεως ἢ ρυπαρότητος ἀρχαιότερον χρονολογούμενης πρέπει εἰς τὸ ὕδωρ νὰ προστεθῇ 1 ἐπὶ τοῖς 100 ὑποχλωρώδους καλίου, ἢ χλωριούχου ὀξειδίου τοῦ σοδίου. Ἡ χρῆσις τῆς χλωριούχου ἀσβέστου (ὑποχλωρώδους) θὰ εἶχε τὸ ἀτόπημα νὰ καταλείπη μετὰ μακρὸν ἄλλας τι ὑγροσκοπικὸν (χλωριούχον ἀσβέστιον), ὅπερ θὰ διετῆρει διαρκῆ ὑγρασίαν, βλαβερὰν τῇ υγείᾳ.

Ταύτας τὰς τόσον ἀπλᾶς, τόσον εὐκόλους, καὶ τόσον ὀλίγον δαπανηρὰς φροντίδας λαμβάνοντες, καὶ τὴν υγείαν διατηροῦμεν καὶ κατὰ τῆς πρόδου τῶν ἐπιδημιῶν, αἵτινες ἀπὸ μιᾶς εἰς ἄλλην στιγμὴν δύνανται νὰ προσβάλλωσιν ὀλέκληρον πληθυσμὸν, ἀντιτασσόμεθα.

[Ἐκ διατάξεως τῆς ὑγειονομικῆς ἐπιτροπῆς τοῦ Νομοῦ Σηουάνα τῆς Γαλλίας].

ΠΡΑΚΤΙΚΑΙ ΓΝΩΣΕΙΣ

Οἱ ὄνυχες χρησιμεύουσι πρὸς ἐνίσχυσιν τῆς αἰσθητικότητος τῶν δακτύλων, προφύλαξιν αὐτῶν καὶ ἀσφαλτεράν διατήρησιν τῶν πρὸς λήψιν δυνάμεων τῶν ἄκρων αὐτῶν. Δὲν πρέπει νὰ κόπτονται λίαν ἐπιμήκεις ὡς οἱ τῶν Μανδάρινων, οὐδὲ λίαν βραχεῖς ἵνα μὴ τραυματίζωνται οἱ δάκτυλοι. Καθ' ἑκάστην πρέπει νὰ πλύνωνται καὶ ἐπιμελῶς νὰ καθαρίζωνται διὰ καταλλήλων ἐργαλείων· πενήθοροῦντες ὄνυχες προξενοῦσιν ἀποστροφὴν καὶ προδίδουσιν ἀγενῆ ἀγωγὴν.