

ΥΠΑΡΧΕΙ ΜΕΣΟΝ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΝΑΥΤΙΑΣΕΩΣ;

Πολλάκις ἀκούομεν οὐ μόνον γυναῖκας ἀλλὰ καὶ ἀνδρας νὰ λέγωσι: «Θὰ ἐταξιδεύουν εὐχαρίστως εἰς τὴν θείνα ἢ θείνα χώραν, ἂν δὲν ᾤσθησαν ἐν τῇ μεταξὺ ἡ θάλασσα.» Ὁ φόβος οὗτος τῆς θαλάσσης ἔχει διπλοὺν λόγον: πρῶτον μὲν ἀναλογίζονται οἱ πλείστοι τοὺς κινδύνους τῆς τρικυμώδους θαλάσσης, εἰ καὶ τὰ καθ' ἑκάστην σχεδὸν συμβαίνοντα σιδηροδρομικὰ δυστυχήματα παριστῶσι καὶ τὰ κατὰ ξηρὰν ταξείδια οὐχὶ ὅλως ἀπηλλαγμένα κινδύνων, ἐνῶ σχετικῶς σπανιότατα συμβαίνουσι δυστυχήματα εἰς τὰ κανονικῶς συγκοινωνοῦντα πρὸς μεταβίβασιν ἐπιβατῶν ἀτμόπλοια· ἀλλὰ πλὴν τοῦ φόβου τῶν κινδύνων τούτων, ὑπάρχουσι πολλοί, οἵτινες δὲν ταξιδεύουσι διὰ θαλάσσης διότι φοβοῦνται τὴν ναυτίαν. Ὑπάρχουσι μάλιστα καὶ ἐκτάκτως εὐαίσθητοι πρὸς τὸ νόσημα τοῦτο ἀνθρωποὶ, οἵτινες οὐδὲ ἐν μικρᾷ λίμνῃ, οὐδὲ ἐν ποταμῷ τολμῶσιν νὰ ἐπιβῶσι τῆς λέμβου, διότι ἅμα πατήσαντες τὸ ταλαντευόμενον ἔδαφος τοῦ πλοιαρίου καταλαμβάνονται ὑπὸ ναυτίας. Πόσον ὀχληρὸν εἶναι εἰς τινὰς τὸ νόσημα τοῦτο τῆς ναυτίας, ἀποδεικνύει τὸ λεγόμενον περὶ τοῦ Κικέρωνος, ὅτι ἐπροτίμησε ν' ἀποβίβασθῇ εἰς τὴν ξηρὰν, ὅπου ἐφοβεῖτο ἐνεδρεῖν τὰς δολοφονίας, ἢ νὰ ὑποφέρῃ ἐπὶ μακρότερον τὰς ταλαντεύσεις τοῦ πλοίου.

Τὰ συμπτώματα τῆς ναυτίας εἶναι γνωστά. Ἡ ὥχροτης τοῦ προσώπου, τὸ θολὸν βλέμμα καὶ ἡ ἀηλπισμένη ψυχικὴ διάθεσις δεικνύουσιν ἀμέσως εἰς τὸν εἰδήμονα ὅτι τὸ κακὸν ἐπῆλθε. Μετὰ τινα χρόνον οἱ πάσχοντες ἐμπίπτουσιν εἰς ἡσυχον ὕπνον, διὰ τοῦ ὁποίου ὅμως οὐδόλως ἀνακουφίζονται, διότι ἀφυπνιζόμενοι πάλιν αἰσθάνονται τὴν προτέραν δυσάρεστον κατάστασιν, πίεσιν τοῦ στομάχου καὶ σκοτοδινίαν. Πολλάκις ἡ ναυτία παρεβλήθη πρὸς τὴν ἐνέργειαν τοῦ πρῶτου τοιγάρρου, καὶ πράγματι ἀμφότερα ὁμοιάζουσι, μόνον ὅτι ἡ ναυτία ἔχει περισσοτέραν ἔντασιν. Διὰ τὸν ἱατρὸν σπουδαῖα γνῶρισματά τῆς νόσου εἶναι ἡ ψυχρότης τῶν ἀκρων μελῶν, τὸ ὑποκίανον χρῶμα τῶν ὀνύχων, ἡ ἀδυναμία τοῦ σφυγμοῦ, ἡ ὥχροτης τῆς γλώσσης καὶ ἡ κατάπτωσις τῆς θερμοκρασίας τοῦ σώματος, ἥτις ἐνίοτε καταβαίνει μέχρι 35° K.

Παρατηρήθη ὅτι εὐαίσθητοι, νευρικοὶ ἀνθρωποὶ εἶναι μᾶλλον ὑποκείμενοι εἰς τὴν ναυτίαν καὶ πάσχουσι σφοδρότερον ἐξ αὐτῆς ἢ αἱματώδεις καὶ ἰσχυροὶ τὸ σῶμα καὶ τὴν ψυχὴν. Πολλοὶ ἀνθρωποὶ καταλαμβάνονται ὡς γνωστὸν ὑπὸ τινος ὁμοίου πρὸς τὴν ναυτίαν ἐνοχλήματος, προξενούντος ὡσαύτως σκοτοδινίαν, ἀκόμη καὶ ὅταν χορεύωσιν ἢ αἰωρῶνται ἢ κινῶνται κυκλοτερώς. Ἀκόμη καὶ τὸ παρατηρεῖν τὴν κίνησιν τοῦ πλοίου ἀπὸ τῆς ξηρᾶς προξενεῖ δυσάρεστον τι συναίσθημα εἰς τινὰς ἐκτάκτως εὐαίσθητους πρὸς τὴν σκοτοδινίαν ἀνθρώπους. Εὐτυχῶς παρατηρήθη πολλάκις ὅτι εἰς μακρὰ ταξείδια, διαρκούντα ἐπὶ πόλυν χρόνον, ἐλαττοῦται ὀλίγον κατ' ὀλίγον, ἐνίοτε δὲ καὶ παύει ἐντελῶς ἡ ναυτία, οὕτως ὥστε οἱ ταξιδεύοντες, ἀφοῦ συνηθίσωσιν εἰς τὴν θάλασσαν, δύνανται ν' ἀπολαύσωσι καὶ τὰς ἡδονὰς τοῦ πλοῦ ἐν ἀνοικτῇ πελάγει. Εἰς τινὰς ἀνθρώπους βεβαίως οὐδέποτε ἐπέρχεται ἡ ἀνακούφισις αὕτη, παράδροξον δὲ θά φανῇ ὅτι καὶ εἰς τῶν περιφημοτέρων ναυάρχων, ὁ Νέλσων, ἔπασχε πάντοτε καθ' ὅλον τὸν πλοῦν ὑπὸ ναυτίας.

Εἶναι ἐπομένως εὐνόητον ὅτι προσεπάθησαν νὰ εὕρωσι μέσον κατὰ τῆς νόσου ταύτης· ἀλλὰ μεθ' ὅλα τὰ πειράματα δὲν κατορθώθη εἰσέτι νὰ ἐξευρεθῇ πρᾶγματι δραστικὸν καὶ ἀσφαλὲς φάρμακον αὐτῆς. Εἰμεθα λοιπὸν ἠναγκασμένοι ν' ἀρκεσθῶμεν εἰς τινα μέτρα, ἱκανὰ ἢ νὰ ἐμποδίσωσι τὴν ἔκρηξιν τοῦ κακοῦ ἢ ἐκτραγέντος ἡδὴ αὐτοῦ νὰ ἐλαττώσωσι τὴν σφοδρότητα. Πρωτίστως ἀναγκαῖον εἶναι νὰ διατρίβῃ ὁ εἰς τὴν ναυτίαν ὑποκείμενος ἐπιβάτης ἐν καθαρῷ ἀέρι καὶ νὰ μὴ κλείεται ἀμέσως ἀπὸ τῆς ἀρχῆς τοῦ ἀπόπλου ἐν τοῖς δωματίοις οὐτε νὰ μεταβαίνει εἰς τὸν κοιτῶνά του καὶ νὰ κατακλι-

νεται. Τὸ κάλλιστον εἶναι ἡ διαμονὴ ἐν τῷ κέντρῳ, ἐπὶ τοῦ ὑψωμένου καταστρώματος, ἐν ἐλευθέρῳ καὶ πολυκινήτῳ ἀέρι· εἶναι δὲ καλὸν νὰ διευθύνῃ τις τὰ βλέμματά του εἰς μερικρὰ σημεῖα τοῦ ὁρίζοντος, διότι τὸ παρατηρεῖν τὰ ταλαντευόμενα μέρη τοῦ πλοίου συντείνει πολὺ εἰς τὴν ἔκρηξιν τῆς ναυτίας. Ὡσαύτως ὠφέλιμον εἶναι τὸ κανόνιζεν τὴν ἀναπνοὴν κατὰ τὰς κινήσεις τοῦ πλοίου, οὕτω δηλαδὴ ὥστε καταβαίνοντος τοῦ πλοίου νὰ εἰσπνέωμεν ἰσχυρῶς, ἀνυψουμένου δὲ νὰ ἐκπνέωμεν τὸν εἰσπνευσθέντα ἀέρα. Λίαν ἀποφευκτέον εἶναι τὸ διαμένειν πλησίον τῶν μηχανῶν καὶ τῶν μαγειρίων, καθότι αἱ ἐντεῦθεν ἐκπεμπόμεναι ὀσμαι καὶ ἀναθυμιάσεις προξενούσιν ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον ἀμέσως σφοδρὸν ἔμετον. Τὴν αὐτὴν ἐνέργειαν ἔχει καὶ ἡ ὀσμὴ τοῦ καπνοῦ τῶν τσιγάρων. Διὰ τοῦτο οἱ εὐγενεῖς κύριοι, οἱ μὴ ὑποκείμενοι εἰς τὴν ναυτίαν, ὀφείλουσι χάριν τῶν κυριῶν καὶ τῆς λοιπῆς συναναστροφῆς νὰ μὴ καπνίζωσιν, ἢ τοῦλάχιστον νὰ μεταβαίνωσι πρὸς τοῦτο εἰς ἄλλο τι μέρος τοῦ πλοίου, ὅπου δὲν ὑπάρχουσι κυρίαι ἢ κύριοι πάσχοντες ἐκ ναυτίας.

Ὅτι αἱ κινήσεις τῶν μυῶνων εἶναι κατάλληλοι εἰς τὸ νὰ καταπολεμῶσι τὴν ναυτίαν, εἶναι ἀνέκαθεν γνωστὸν εἰς πάντας. Ἐκ τούτου ἐξηγεῖται ὅτι οἱ ναῦται, οἵτινες εἶναι ἠναγκασμένοι νὰ ἐργάζωνται, συνηθίζουσιν ταχέως εἰς τὴν θάλασσαν, ἐνῶ κατ' ἀρχὰς οἱ πλείστοι ὑπόκεινται εἰς τὴν ναυτίαν ὅπως καὶ οἱ σπανίως ταξιδεύοντες ἐπιβάται. Ἀλλ' ἡ ἀνάγκη τῆς ἐργασίας καὶ ἡ ἀγαθὴ αὐτῆς ἐπίδρασις καθιστῶσιν αὐτοὺς μετ' οὐ πολὺ ἐντελῶς ἀναισθητοὺς εἰς πᾶν ἐνόχλημα.

Σπουδαῖον εἶναι καὶ τὸ ζήτημα τῆς τροφῆς ὑπὸ τὴν ἐποψὴν ταύτην. Ὅστις ἐπιβαίνει ἐπὶ τοῦ πλοίου ἔχων κενὸν τὸν στομάχον προσβάλλεται πολὺ εὐκόλως ὑπὸ τῆς ναυτίας. Τὸ φαγητὸν πρέπει νὰ εἶναι ἀπλοῦν καὶ θρεπτικόν. Τὰ κατάλληλότερα ἐδεσμάτα εἶναι σοῦππα, ψητὸν κρέας, ἀλατισμένοι ἰχθύες καὶ ἡρυμένα ποτά. Βλαβερὰ εἶναι τὰ καλούμενα ὀρσοιστικά καὶ ὑπόζυα ποτά, ὡσαύτως δὲ καὶ τὰ πνευματώδη, τὰ ὑπόπικρα καὶ τὰ ἀρωματώδη ποτά. Ἀκόμη καὶ ὅταν ὁ πάσχων δὲν ἔχῃ ὀρεξίν ἐνεκα τῶν ἐνοχλημάτων τοῦ στομάχου, πρέπει νὰ τρώγῃ διὰ τῆς βίας, διότι ὁ μένων ἐν τῷ πλοίῳ μὲ κενὸν στομάχον προσβάλλεται ἔτι σφοδρότερον ὑπὸ τῆς ναυτίας, ὡς εἴπομεν καὶ ἀνωτέρω.

Τὰ ὑπὸ διαφόρων ἱατρῶν συστηθέντα μέσα κατὰ τῆς ναυτίας δὲν ἀπεδείχθησαν τοσοῦτον δραστικά, ὥστε νὰ γίνεταί λόγος περὶ αὐτῶν ὡς ἱαματικῶν μέσων. Τὸ ἀπλούστατον καὶ ὅπως δὴποτε ἐντελῶς ἀβλαβὲς μέσον εἶναι τὸ ἀμμωνιακόν, τὸ ὁποῖον λαμβάνεται ὡς διεγερτικόν τῆς ἐνεργείας τῆς καρδίας. Λαμβάνεται δὲ ἐν κοχλιάριον τῆς σοῦππας πληρὴς ἀμμωνιακοῦ εἰς ἡμίσειαν λίτρᾴν ὕδατος, ἢ λευκοῦ οἴνου, καὶ ὁ ἀσθενὴς πίνει ἐξ αὐτοῦ τρεῖς φορές ἀνὰ ἓν κοχλιάριον καθ' ἑκάστην ἡμίσειαν ὥραν, εἰτα δὲ τὸ αὐτὸ ποσὸν καθ' ἑκάστην ὥραν. Ὁφέλιμον εἶναι καὶ τὸ εἰσπνέειν τοὺς ἀτμοὺς τοῦ ἀμμωνιακοῦ. Ἐντελῶς ἀνωφελεῖς εἶναι αἱ ὑπὸ ἄλλων τινῶν συσταθεῖσαι ὑποδόρειοι ἐνέσεις δι' ἀτροπίνης ἢ κορφεΐνης καὶ τῶν τοιούτων, ὅπως καὶ ἡ χρῆσις τῆς ἀντιπυρίνης.

Σπουδαῖα εἶναι καὶ ἡ ψυχικὴ ἐπίδρασις ἐπὶ τοῦ ἀσθενοῦς. Πολλάκις μία μόνη λέξις, «ξηρὰ», ἐπέφερεν ἐπαισθητὴν βελτίωσιν. Ὡσαύτως παρατηρήθη ὅτι ἐν ὧρα δυστυχήματος οἱ ἀσθενεῖς, ὑπὸ τοῦ κινδύνου ἐπηρεαζόμενοι, ἐληρμόνησαν τὴν κατάστασιν τῶν καὶ ἔλαβον μέρος εἰς ὅλας τὰς πρὸς σωτηρίαν ἐργασίας. Ἐννοεῖται βεβαίως ὅτι τοιούτων μέσων οὐδεμίᾳ χρῆσις δύναται νὰ γείνη, οὐχ ἥτερον ὅμως ἡ παρατήρησις αὕτη ἀποδεικνύει καὶ πάλιν πόσῃ δυνάμει ἔχει ἡ ἐπὶ τῆς ψυχῆς τοῦ ἀσθενοῦς ἐπίδρασις πρὸς ἱασιν τοῦ σώματος.



κ. Γ. Σ. εἰς Μεσσήνην, κ. Γ. Α. Α. εἰς τεύχη σας καὶ ζητοῦμεν συγγνώμην. — κ. Μ. Α. | μας, προσέχως ὅμως θὰ ἔχετε ἐπιστολὴν μας.
 Ροστόβιον, κ. Ἀρχ. Σ. Ν. εἰς Ἀδριανούπολιν. | εἰς Κωνσταντοῦπολιν. Ἡ σιωπὴ μας ἐπῆλθεν ἐνεκα
 Κατὰ λάθος ἐτέδρασαν αἱ ὑπομνήσεις εἰς τὰ | τῆς μετακομίσσεως τοῦ Γραφείου τῆς Κλειῶς | γην ὑπομονήν.
 — κ. Α. Π. εἰς Πύργον. Ἐχετε ἀκόμη ὀλί-

Ἐκδότης Π. Α. ΖΥΓΟΥΡΗΣ. — Ἐκ τοῦ τυπογραφείου καὶ τοῦ στοιχειοχρητήριου διὰ τὰς ἀναπολιτικὰς γλώσσας Γ. ΔΡΟΥΤΟΓΑΛΙΝΟΥ ἐν Λειψία.
 Χάρτης ἐκ τῶν καταστημάτων τοῦ κ. Edm. Obst ἐν Λειψία.