

Islandsk Mos, kogt og filet er et udmerket nervestyrkende Middel.

Bromkalium taget 1 à 2 Dage, før man begiver sig ud, vil forhindre Søsyge.

Saar i Maveu forlanger streng Diæt og at tygge Maden godt.

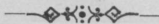
Insektpulver drysset ned i Klæderne fortrænger Lus.

Et Hul i en Tand kan man plombere, og Tandem bliver brugelig for længere Tid:

Man forskaffer sig lidt Zinkoxyd og Zinkflorid; sammenrører et lidet Parti paa en Glas- eller Stentslåde og i Deigform fører det ind i Tandhullet. Sammenæltningen og Indførelsen i Tandem maa foregaa meget hurtig, saa at Præparatet ikke hærdes, førend det er kommen paa sin Plads.

Tandhulen maa godt udtørres med Bomuld, førend Plomben føres ind.

Man magres, naar man spiser sure Frugter, Grønsager, magert Kjød, Fisk og dertil afholder sig fra søde Sager, Fedt eller Smør, Brød og Supper. Megen Bevægelse i fri Luft hjælper ogsaa.



Indhold.

	Side.
Albueledet	5
Ankelbrud	5
Asthma	6
Badning	8
Belg- eller Pøjegeveft	8
Bændelorm	9
Gerufelse	11
Bevimmelſe	11
Bid af gale Hunde	13
Blegſot	14
Blemmer i Munden	15
Borag	16
Brandsaar	17
Bryſtknuder	18
Bryſtvorten	19
Blylder	20
Deſinficerende Midler	20
Diarrhoe	21
Diſterit	22
Drifkevand	24
Dovhed	24
Ekzém	26
Enat	28
Fodsved	29
Forblødning	30
Forgiftede Fødemidler	31
Forkjølelse	33
Forſtoppelse	34
Forſtoppelse hos ſpede Børn	35

Klude med Grød maa man have flere i Beredskab, opbevaret mellem to Tullerkener paa en varm Dvn, forat man kan faa bytte hvert Kvarter. Paa Landkjødet strafs over den syge Tand benyttes Strimler af opklippede Figener. Disse Strimler opvarmes i Mælk og lægges med Frosiden mod Landkjødet og Skindsiden mod Kinden eller Læben og maa gjentagende byttes. Med denne Behandling vedbliver man, til man merker et aabent Hul for Materien eller et gult Parti, som aabnes med en Naal eller skarp Kniv, forat Materien kan flyde ud. Det er dog heldigst, at man venter, til Naturen selv laver sig et Hul, som danner en Fistel, der siden bliver en Regulator for Smerterne. Man fortsætter altsaa med Grødomslagene, til Materien er begyndt at flyde. Bliver Smerterne for voldsomme, kan Patienten tage sig et sterkt Fodbad, og falder Matten for lang, bør man anbringe en dobbelt Hovedpude under ham, forat han kan sove i opret Stilling.

En Tandbyld i Underkæven faar en anden Behandling. Istedenfor at Tandbylden i Overkæven modnes ved Varme, maa en i Underkæven behandles med kolde Omslag udvendig, medens man paa Landkjøbet anvender de omstrevne, varme Figenstrimler.

Det forholder sig nemlig saa, at Materien, der følger Lyngdeloven og har Tilboielighed til at synke dybere og dybere, vil ved megen Varme søge Vej gennem Benet og bryde ud paa den udvendige Side af Kind eller

Hage. Dette skal de kolde Omslag hindre. Skulde Bylden tiltrods herfor vise sig haard paa den ydre Side og true med at sætte Hul, maa den angjældende Tand strafs tages ud. Selv om en Tandbyld i Underkæven tvinges tilbage baade en og to Gange, kan man være vis paa, at den kommer igjen tredje eller fjerde Gang med Aabning udad, der efterlader et stygt Ar.

En Tand i Undermunden, der er Aarsag til Bylden, bør stadig udsuges for gjennem Tandhullet at staffe den ansamlede Materie lettere Udgang og derved lindre Smerterne. Er det en Fortand, gjør man sig en fin Naal af Guld eller Sølv, hvormed Hullet oprenses og holdes frit for Madrester.

Bedvarer Hævelsen, efterat Tandten er udtrukket enten i Under- eller Overkæven, er der en Sandsynlighed for, at der under Udtrækningen er løsbruffet et Stykke af Kæven; er dette Tilfældet, maa Splinten bort; thi Hævelsen lægger sig ikke, før dette er skeet. I Underkæven kan det dog være Madsmuler, som er komne i Saaret og bevirker Hævelsen, og da vil Sprøitning med Vand gjøre Tjenesten. Vandet kan tilsættes med Arnica Tinktur.

Tandpine.

Naar Tandpinen skriver sig fra en Tand, som nylig har begyndt at smerte, vil forskjellige Midler gjøre Tje-

nefte. En Blanding af lige meget Opium og Rellik-
olje kan man fugte lidt Bomuld med og faa ind i den
hule Tand; dette vil virke godt. Karbolsyre, anvendt
paa samme Maade, hjælper ogsaa. Man vogte sig dog
for at faa denne paa Huden; thi da vil den efterlade
Saar. Pebermynteolje eller Zinkflorid i opløst Form,
brugt paa nævnte Maade, virker udmærket. Dersom
dette sidste Middel benyttes nogen Tid, vil Tandens
Nærver dø bort, og Smerten ophøre. Det gjør kanske
lidt ondt i Begyndelsen; men brugt nogle Gange virker
det uden Smerte.

Skriver Tandpinen sig fra en Tand, som før har
været angreben, hjælper ikke disse Midler. Sygdommen
har nu antaget en anden Karakter og ytrer sig med
Omhed ved Berøring og Tygning. Her hjælper Spi-
ritus, som maa bringes ind i den hule Tand og stryges
over dens Omgivelser. Fodtinktur, smurt paa Tandens
og dens Omgivelser 1 à 2 Gange daglig, vil ogsaa
hjælpe. Fodbad, Indaandning af kold Luft, koldt Vand
i en Flaske udenpaa Kinden, disse Ting vil hjælpe for
en Tid. En saadan Tand bør hyppig udsuges, forat
Materien kan komme ud af Tandhullet, og er Tandens
ikke alt for øm, vil det lade sig gjøre uden Smerte.
Gutaperka, som er blødt i varmt Vand, kan lægges i
Tanden, og da vil Smerten ophøre. Er Hullet midt
i Tandkronen, og der er en tilsvarende i den an-
den Kjæve, er dette utilraadeligt. Derimod maa man

da anvende en Bomuldsprop, dyppet i Karbolsyre og
omgivet af Gutaperka. Desuden kan man file lidt af
den slistrede Krone, hvis Tandens ikke er alt for øm.
Derved udsættes den ikke for Tryk, hvilket ofte er Aarsag
til Smerterne. Disse vil vistnok ikke siebliffelig for-
svinde, men Virkningen udebliver ikke.

At indgnide en øm Tandens Omgivelser med Peber
giver ogsaa Lindring. Disse Midler er dog hovedsagelig
beregneede paa Kvinder i Svangerskab, fordi det kan være
forbundet med uhyre Fare at trække ud en Tand paa
den Tid.

For enhver anden gjælder det jo før jo heller at
lade en saadan Tand trække ud, da det altid er til større
Skade end Gavn at lade den sidde.

Skal en Tand trækkes ud, er det ikke altid saa let
at finde den rette, da Smerterne ofte føles paa de for-
selligste Steder i Munden. For ikke at tage en fejl
Tand, maa derfor grundig Undersøgelse til. Er Smer-
terne Dagsmerter, der skriver sig fra, at Madsmuler og
lignende er komne i Tandhullet, pleier Patienten at vide
Bested. Er det derimod Natsmerter, som indfinder sig
eller forværres, naar man lægger sig, eller de grunder
sig paa Temperaturforandringer, føles Smerterne mere
ubestemte, og det kan være aldeles umuligt for Patienten
at bestemme, hvilken Tand det er, som smerter. I dette
Tilfælde vil den rette findes, naar der trykkes haardt paa
de forskellige Tænder. Den mest følsomme er den, som
skal bort.

Om den bedærvede Tand er i Under- eller Overhæven, kan man vide deraf, at Smærterne af en Tand i Underhæven ledsages af Dræbninger, medens Smærterne i Overhæven derimod ledsages af Rivninger om Tindingen, ikke i Dret.

At indpaffe sig i Tæpper, naar man faar Tandpine, er galt; thi derved stiger Blodet mere til det syge Sted.

Tandpine hos Smaabørn.

Barnet har 20 Tænder, ti i hver Kæbe, og disse skal senere ombyttes med nye. Blandt disse 20 Tænder er de 8 Tænder ofte syge, men de maa kureres uden at trækkes ud; thi trækkes en Barnetand ud, før den falder af sig selv, kommer de nye Tænder til at staa skjævt. Grunden til Tandpinen er her i Almindelighed Materie, der samler sig under Roden, naar Nerven i denne er død. Biskop kan Barnet merke Tandpine, før dette Stadium er naaet; men den er da kun forbigaaende og saa lidet voldsom, at den ikke agtes paa, medens den aldrig giver Barnet No, naar Sygdommen har naaet nævnte Stadium.

En Tand med saadanne Smærter føles om ved Tryk; derimod smærter den ikke, om man kradser med en Naal nede i Hullet.

Paa Grund heraf er det ogsaa muligt at grave

bort de bløde, opløste Tanddele, saa man kan naa det haarde Tandstof, hvori den fine Nervehule findes.

Til dette Diemed bruger man en Staaltraad, tyk som en Haarnaal og bøiet halvbrud paa den ene ende. Denne Staaltraad sættes i et Træskaf. Med dette Instrument arbejder man sig saa ned i Tandens, uden at det volder Smerte, forudsat at man^rer let paa Haanden.

Efter dette raader man Barnet til at suges Tandens ud for paa den Maade at skaffe Materien væk. Tandhullet maa renses med en Tandstikke, naar der kommer Madrester i det.

Bliver Tandens meget følsom under Grabningen, og er der Sandsynlighed for, at Instrumentet har truffet en levende Nerve, da maa Grabningen øieblikkelig ophøre. Bløder Tandens, er det blot et Bevis paa at Operationen er lykkes.

Troske hos Smaabørn.

Troske hos Smaabørn læges ved fortyndet Boraxvand med en Tilsetning af flydende Honning. Dog maa Barnets Mund vaskes flere Gange daglig med et fugtet Klæde og især, strax efter at Barnet har faaet Die. Moderen bør huske paa, at Munden ogsaa vaskes Morgen og Aften, naar Barnet jo i Almindelighed vaskes over

det hele. Brystvorterne bør ogsaa vaskes med Boragvand. Naar Barnet har Trøstke, maa man sørge for, at det har en jevn Afføring. Se forøvrigt Mavesmerter hos Spædbørn.

Tungesmerter.

Naar en Tunge svier eller brænder, kan man være vis paa, at dette skriver sig fra Bakterier, der har sin Plads i Randen langs Tungens Ryg, paa Kanterne eller Spidsen. Dette henregnes under Ekzém og behandles paa samme Maade som det. Munden hos Mennesket er et udmærket Dribhus for Bakterier, hvilket, skjønt libet kjendt, dog erkjendes af Videnskaben. For at undgaa Sygdomme i Tungen burde man daglig flere Gange skylle Munden med Boragvand, især før man lægger sig.

Løslaaede Tænder.

Har nogen faaet en Tand slaaet løs, og den er hel og ubeskadiget, kan den igjen sættes ind, selv om den var ude af sin Plads.

Man tager en almindelig Binfork og skærer den flad paa to Kanter. I den ene Flade skærer man et saa

vidt dybt Snit, at Fortændernes Kroner faar Plads deri, medens Korfen ikke maa række nedover Tandhødet. Nu tager man den løse Tand, som selvfølgelig maa være fri for alslags Smuds, sætter den paa sin Plads, trykker det tildannede Korkstykke over, binder Kjæverne sammen med et Tørklæde, hvorpaa Patienten har at forholde sig ganske rolig i 4 à 6 Dage. I denne Tid maa han leve paa flydende Føde, der heldes ind mellem Sidetænderne, ikke tale eller paa anden Maade forstyrre den Ro, som er nødvendig for Groningen.

Naar Korkstykket skal tages af, maa det gøres med Forsigtighed, og i de følgende Uger maa man ikke bruge Tænderne til at bide med eller uro dem, før den løse kan tænkes at staa fast som de andre.

Tændernes Vedligeholdelse.

At holde Mund og Tænder rene er nødvendigt for Sundhedens Bevarelse, og dog viser det sig at være en vanskelig Opgave, at faa Børn som Boksne til at iagttage denne Sundhedsregel. Sagen er, man mangler Tid. Barnet er saa optaget med Skolen og Leksnerne, at det nødig giver sig af med at børste Tænderne efter hvert Maaltid. Og ligeledes med de Boksne. Deres Dag, ja Nætterne med er altfor optagne, til at de skal huske paa en sliq Smaating som sine Tænder.

For delvis at raade Bod paa dette, vil jeg nævne noget, som hverken fordrer megen Tid eller voldet nogen Plage. Man sørge for, at der paa Bordet findes haardt Brød, sprøde Skonrokker, Knællebrød, Fladbrød etc. Efter at man er forsynet med Mad, tager man tilslut noget af dette Brød, og ved at spise det pudser man Tænderne blanke med det samme. Derved hindres Syredannelsen, som det bløde Brød i Forbindelse med Spyttet og Mundvarmen frembringer. Det er Brugen af haardt Brød, som gjør, at Bønderne har saa smukke Tunder.

Desuden bør man hyppig skylle Munden med Vand, tilsat lidt Boraxopløsning, der ikke maa savnes paa Toiletbordet. Dette bør især ske strax før man gaar til Sengs. Sagttages disse lette Regler, har man paa en praktisk Maade gjort meget til at hindre den Odelæggelse, som vore Tænder er udsatte for i det daglige Liv.

Udslet.

Udslet har almindelig sin Oprindelse i Urenlighed; dog kan det hos Børn være en Følge af Kjerstelsyge. Det kan ogsaa være overført ved Smitte som Fnæt og Ekzém.

For at saa Udslet til at forsvinde, maa man vaske ikke alene det syge Parti, men hele Kroppen. Man maa

sørge for at have en sund, ren Seng; Børn og Voksne maa ikke sove i samme Seng. Desuden bør man sørge for jevn Afføring. Man overstryger det angrebne Sted med Honning og Boraxvand. Se om Ekzém og Fnæt.

Udvikling og Vækst.

Naar Barnets Væxt i 12-Mårs Alderen begynder at tage mere Fart, foregaar der i det unge Legeme en Stofveksel, der forlanger mere Føde, end det behøvede før. Faar Barnet derfor ikke rigelig Føde, naar denne Periode indtræder, vil Sygdomme i Regelen blive Følgen.

Under en stærk Væxt maa Legemet have Næring hver tredje Time. Derfor maa Skolebørn være forsynede med Skolemæd og helst ogsaa lidt Mælk; ellers vil Hovedpine, uklart Syn, Tryk over Dinene, Følesløshed i Tungen, Kvalme og andre Ulemper indfinde sig.

Sker det, har man blot at lade Barnet gaa til Sengs, helst i et mørkt Rum, lade det sove godt ud og give det nærende Føde, naar det vogner op igjen.

Man bør altid hellere lade Skolebørnene faa Mad med end Penge; thi de fristes saa let til at bruge disse til Slikkerier og andet unyttigt.

Beskyttelse mod Smitte.

Det er mange Gange ligesaa nødvendigt at kjende Stoffe, som beskytter mod Smitte, som det er at kunne helbrede selve Sygdommen. Mangt et Liv er gaaet tabt, fordi man ikke havde vidst, hvad der burde foretages for at hindre Smitte. Dette viser sig især ved epidemiske Sygdomme, som Kolera, Difterit, Kopper osv. Hvis man da ikke unødigt vil sætte Liv eller Helbred paa Spil, er det nødvendigt baade at kjende og benytte det, som hindrer Smitte, og da er følgende Ting først og fremst at iagttage:

I et Sygeværrelse maa det være fuldstændig rent; Bægge, Gulve og Møbler bør derfor daglig astørres med en vaad Klud; Støvler og Gangklæder maa fjernes fra Værelset. Spytbakker og Natmøblet maa sæbevasses hver Dag og stænkes med opløst Jernvitriol. Efter Maaltidet maa de brugte Ting fjernes hurtigst muligt, og Værelset luftes tilstrækkeligt. Luftningen foregaar da helst gennem et Sideværrelse, som ogsaa maa være rent og om Vinteren opvarmet, forat ikke Sygeværrelset skal affjøles. Sættes Sygeværrelset i direkte Forbindelse med den ydre Luft, bør man aabne baade Vindu og Dør, forat Luftvekslen kan foregaa saa hurtig, at Værelsets Bægge og Møbler ikke faar Tid til at affjøles. Paa Ovnen i Sygeværrelset bør man desuden have et Fad med Vand, forat Luften ikke skal blive for tør.

Ved Siden af Luftning bør der foretages Røgning med Tjære Morgen og Aften; men Røgningen bør foregaa i et Værelse, som ligger Sygeværrelset saa fjernt, at Røgen kun delvis trænger ind til den Syge.

I et Sygeværrelse bør blot den eller de Personer komme, som skal pleie den Syge; disse maa da have desinficerede Klæder. Man anskaffe sig to Klædninger, en for Dagen og en for Natten; den borthængte Klædning har da sin Plads i det Rum, hvor der røges med Tjære. Har nogen af Husets Folk Omgang med andre, bør deres Klæder om Natten hænges ind i Røgekammeret, ligesom de ikke maa undlade hver Aften at vaske baade Hænder og Haar.

Karbolshyre og Svoveldampe bruges ofte i Huse mod smitsom Sygdom; de er imidlertid ildelugtende og lidet anvendbare, hvorimod Tjærerøgen, naar den ikke er alt for sterk, kan taales bedre og opfylder alle rimelige Fordringer.

Røgning med Tjære foregaar paa den Maade, at man varmer en Jernstang, dog ikke glohed, og stikker den i Tjærepøsen. Tænder den Ild, kvæles den ved at dække Karret med en Stegepande, som atter tages bort, naar Flammen er slukket.

Som Beskyttelse mod Smitte er det ogsaa nødvendigt at foretage en grundig Udrensning af Sygeværrelset og alt, hvad deri er, naar Patienten er bleven frisk. Alt, som har været benyttet af den Syge, bør tages med og

ordnes saaledes, at Røgen kan komme til at øve den mest mulige Virkning. I dette Tilfælde benyttes Svovel.

Man kjøber for 25 Dre Svovel og har det i en Gryde, som plaseres paa en Jernplade midt paa Gulvet i Sygehøvelset. Efterat man over en stille Tid har faaet Svovelet smeltet, lægger man et Par Klude deri, og naar man saa har tættet Nøglehuller og andre Aabninger, tænder man Kluden med en Fyrstikke, gaar ud og laaser Døren. Nu brænder Kluden, saalænge som der er Svovel i Gryden, og først efter 24 Timers Forløb aabnes Døre og Vinduer. Det er nødvendigt, at Gryden faar en saadan Plads, at den kan iagttages fra Vinduet, forat man kan sikke sig, at der ikke sker noget Uheld.

Havez ikke Svovel, kan sterk Tjærerøg gjøre Tjenesten. Efter Røgningen maa al't sæbevastes. Under et Sygebesøg eller straks efter maa man ikke synke Spyttet, men skylle sin Mund med Eddike og Vand, saa snart det lader sig gjøre. At røge eller tygge Tobak er heller ikke afveien.

Snue hos Spædbørn.

Naar Spædbørn har Snue i den Grad, at den hindrer dem i at tage Die, da kan Slimet staves væk ved, at Moderen tager Barnets Næse i sin Mund og

blæser det ned i Halsen. Barnet vil derpaa synke Slimet.

Barm Talg, gnedet over Næsen, og Talgpapir paa Barnets Bryst er udmærket for Snue og Fortjølelse. Dertil maa Afføringen passes nøie, forat ikke Snuen skal gaa over til en eller anden værre Sygdom. En langvarig Snue i Barnealderen kan efterlade den uhyggelige Ting, at Barnet faar en stinkende Næse, til Gene for det selv og andre hele Livet igjennem.

Snue hos Voksne

behandles paa samme Maade som Fortjølelse. Et eller flere Fodbad gjør god Hjælp. Kampferpulver som Snus benyttes ogsaa med Fordel.

Sti paa Dienlaagene.

Man tager en Guldring og stryger med denne over det Sted, hvor Betændelsen er, tre Gange i fraa Retning mod Næsen og derefter tre Gange paa Kryds fra Næsen udad. Dette gjentages flere Gange, og Guldets Virkning tilbagetvinger den begyndende Betæn-