

LE PIANTE CHE DANNO LA SALUTE

Edizione del 1935

NORME PER ALCUNE PREPARAZIONI INDICATE IN QUESTO STUDIO

Il thè, l'infuso, l'infusione di piante si usa, di regola, per le piante aromatiche, odorose, in cui è necessario conservare l'essenza, che è la parte più attiva, che si perderebbe col farle bollire. Questa bevanda si prepara versando acqua bollente in una tazza o altro recipiente, in cui si sia messa prima la pianta, di cui si vuole il thè, un po' sminuzzata, e coprendolo subito in modo che non si perda nulla nell'aria; dopo circa 15 minuti, si passa per tela fina e si zucchera. La durata dell'infuso, è, in genere, indicata nelle singole piante, al pari della quantità di erba necessaria per un thè. Quando questa non è indicata, se ne usa tanta, quanta se ne può prendere con tre dita, ossia circa 9 grammi, se non si tratta di piante amare, di cui allora se ne prendono 2-3 grammi.

Il decotto o la decozione consiste nel far bollire la pianta o le piante per 20-30 minuti e anche più, secondo i casi, che si trovano indicati nelle singole piante. Quando si fanno decotti di parti differenti di piante, le parti dure e legnose (radici, rami) si mettono a bollire prima delle parti molli (foglie, fiori), le quali si aggiungono quando le prime si sono fatte bollire 20 e più minuti secondo i casi. In genere più a lungo si fanno bollire, più efficace è il decotto.

Gli oli essenziali o eteri o essenze si possono acquistare dalle buone farmacie, e, più economicamente, dalle farmaceutiche. Devono essere conservati in bottiglie ben chiuse, o, meglio in boccettine con tappo smerigliato, con contagocce, e colorate.

I cataplasmi si preparano e si applicano come quelli di lino, che ogni buona massaia sa fare.

Le compresse, gli impacchi si fanno immergendo un asciugamano o salvietta o altro panno simile, piegato più volte, nel decotto, che si vuole usare, e si applica (un po' spremuto) caldo o freddo, secondo i casi, sulla parte malata.

Le iniezioni o lavande interne e i clisteri, di cui si parla qua e là nelle diverse piante, si fanno con i comuni enteroclistmi, introducendo nell'organo malato la relativa cannula, seguendo le indicazioni date nei singoli casi. Le infezioni nasali si fanno con una peretta di gomma. Queste iniezioni nulla hanno da vedere con le iniezioni sottocutanee o endovenose, e non si devono confondere con esse.

Le polveri si preparano pestando in un mortaio metallico le piante secche o le loro parti, fino a ridarle più fine, che sia possibile. Mancando il mortaio, si possono macinare ne' comuni macinini da caffè o dei semi in genere, stringendo al di sotto la vite, affinché vengano più fine le stesse piante, ridotte prima in piccoli pezzetti. Molte polveri si possono acquistare presso i venditori di erbe medicinali.

La conservazione delle piante si fa ponendole, seccate al sole, all'ombra o al forno, secondo i casi, in scatole di latta o di legno ben coperte, e tenute in luogo asciutto, o dentro sacchetti di carta colorata, cerata, che si tengono sospesi, con il nome inclusovi e scritto anche fuori.

I suffumigi si fanno bruciando un po' delle piante indicate sul fuoco e aspirandone i vapori caldi, o introducendo questi nel letto per promuovere il sudore.

I vini, gli sciroppi e le conserve medicinali si possono preparare da sé e conservarli, seguendo le prescrizioni indicate nelle piante, che si usano per queste preparazioni.

Il sugo delle piante si ottiene pestando le parti di esse fresche in un mortaio fino a ridurle in poltiglia e passando poi il tutto per setaccio con forte espressione, oppure comprimendo le piante, fresche e tagliuzzate, tra due assicelle di legno. Questi succhi non si conservano, e si consumano in giornata.

Al miele, indicato in molte preparazioni, si può sempre sostituire lo zucchero; esso però è sempre preferibile, perché più efficace e di più facile digestione, specialmente per i bambini e i fanciulli.

Le farine di alcuni semi, che non fossero in commercio (lupini, lenticchie ecc.), si possono ottenere come le polveri del n. 7. precedente.

Quando si dice, in questo libro, di far bollire una pianta o una sua parte fino alla colatura ad es. di 150 grammi, ciò vuol dire che si deve mettere a bollire una quantità di acqua maggiore di 150 grammi, in modo che, dopo il tempo indicato di ebollizione, si abbia 150 grammi di liquido; se questa quantità si trovasse minore dopo l'ebollizione, ci si deve aggiungere acqua fino ad averne 150 grammi.

Siccome di regola le piante contengono tannino, è necessario, nel preparare i decotti, non usare recipienti di ferro, se non sono stagnati o smaltati, perché il ferro, combinandosi con il tannino, formerebbe un tannato di ferro, che renderebbe il decotto nero come l'inchiostro. Un recipiente di coccio inverniciato è sempre da preferirsi per qualsiasi pianta.

La macerazione consiste nel tenere immersa una o più piante diverse nell'acqua o nel vino, secondo i casi, al sole o in luogo caldo, per un tempo più o meno lungo, secondo l'indicazione, e poi passare per pannolino, o filtrare, secondo i casi.

I fomenti sono applicazioni locali di liquidi caldi, di cui s'imbevono panni di flanella o altri, per lo più a scopo sedativo o calmante.

N. B. Gli infusi e i decotti, per scopo medicinale, fanno più effetto bevuti a sorsi più volte in giornata, che bevuti a bicchieri o tazze in una sola volta, eccetto casi particolari, indicati nel corso del libro, come ad es. i diuretici, che si possono, alcuni, prendere anche con i pasti.

Gli estratti fluidi delle piante, indicate in questo libro, si possono avere dalle farmacie, se li hanno; se no, rivolgersi al grande laboratorio del Dott. Carlo Inverni, Via Mazzini, 7, Milano (8), specializzato in queste preparazioni di terapia vegetale.

SPIEGAZIONE DI ALCUNI TERMINI USATI IN QUESTO LIBRO

Amari — medicam, che aumentano l'appetito, facilitano la digestione, rinfornano. Assenzio, centaurea minore.

Analetici — ristabiliscono le forze, specialmente dei convalescenti. Creme, brodi di avena, di grano, di riso, lichene d'Islanda.

Antiscorbutici — medicam. usati contro lo scorbuto e contro le affezioni da causa linfatica o scrofulosa (malattie della pelle, ascessi freddi, mali di occhi) ecc. - Crescione, acetosella ecc.

Antisettici — medicam., che prevengono la putrefazione de' liquidi e la decomposizione dei tessuti nelle piaghe, nelle ulceri o dentro il corpo. Aglio, carbone di pioppo, di salice, mirto, china-china, tannino, valeriana.

Antispasmodici — medicam. contro gli spasmi o contrazioni involontarie dei muscoli, situati profondamente (singhiozzo, soffocazione); e in genere, calmanti di disturbi nervosi (vapori, crampi, coliche, isterismo, convulsioni ecc.). Melissa, menta, lavanda, arancio, tiglio, valeriana.

Aperitivi — Eccitanti l'appetito, ristabiliscono le funzioni dello stomaco, del fegato e delle vie urinarie. Amari, diuretici, lassativi.

Artetici — medicam. contro l'artrite e i dolori delle articolazioni. Frassino.

Assorbenti — medicam. molli, spugnosi, atti ad assorbire liquidi diffusi. Amido, crusca.

Astringenti — medicam., che producono coartazione, increspamento con il loro contatto ; uso interno o esterno. Agrimonia, bistorta, borsa pastore, quercia, tormentino, olivo, urtica ecc.

Bechici — medicam. usati contro la tosse - Tussillagine.

Carminativi — medicam. che espellono i gas dallo stomaco e dall' intestino. Angelica, anisi, finacchio, melissa, menta, salvia ecc.

Catartici = purgativi.

Cefalici — medicam. che mitigano o tolgono i dolori di testa da causa nervosa. Camomilla.

Cordiali — aumentano prontamente il calore generale del corpo e l'azione del cuore e dello stomaco.

Derivativi — medicam. usati per deviare artificialmente il corso del sangue o di un umore, attirandolo all'esterno o su un organo vicino o lontano da quello, che ne può essere danneggiato. Sanguisughe, canteri, vescicanti, purganti = Rivalsivi

Depurativi — medicam. che tolgono dalla massa degli umori sostanze nocive, che vi possono essere, e che si eliminano specialmente con l'urina e il sudore.

Detersivi — medicam. che nettano, detergono le piaghe e le ulceri, Bardana. Digestivi — medicam. che facilitano la digestione. Gli amari.

Diluenti — medicam. che aumentano la liquidità del sangue.

Disseccanti — topici atti a disseccare le piaghe e le ulceri, assorbendone il pus, e moderando o arrestando le secrezioni. Carbone vegetale.

Diuretici — medicam. che promovono abbonante urina. Aglio, cipolla, alkekengi, ononide spinosa, avena, gramigna ecc.

Drastici — purganti molto forti.

Eccitanti — stimolanti degli organi. Assenzio, aglio, anici, finacchio, camomilla, ginepro ecc.

Emetici — provocanti il vomito = emeto-catartici. Ginestra, viola mammola. Emmenagoghi — medicam. che provocano le regole mensili o mestrui. Assenzio, camomilla, marrubio bianco, ruta, salvia ecc.

Emollienti — medicam. che rilasciano, rammolliscono, distendono le parti irritate o infiammate = Raddolcenti, rilassanti, mucillagginosi - Mandorle dolci, amido, avena, fichi, malva etc,

Errini o starnutatori — medie, eccitanti lo starnuto.

Espettoranti — medie, che favoriscono l' espulsione di materie contenute nei bronchi. Issopo, lichene islandico, marrubio bianco, poligala, gemme di pino, tussillagine ecc.

Febbrifugi — medie, che allontanano la febbre e ne impediscono il ritorno. = Antifebbrili, antipiretici, antiperiodici. Assenzio, camomilla, centaurea min., genziana, salice, frassino. Fondenti = risolutivi.

Incisivi — medie, che facilitano l'espettorazione bronchiale = Espettoranti. Lassativi — medie, che purgano senza irritare.

Litontriptici — medie, che rompono, sciogliono ed eliminano i calcoli.

Maturativi — medie, topici (locali) atti a fare suppurare un ascesso e portarlo a maturità. Aglio, lievito, cipolla, semi di lino, di fieno greco ecc.

Narcotici — medie, che moderano, mitigano; si dicono sedativi o calmanti, se moderano i dolori; analgesici o anodini, se fanno cessare i dolori; ipnotici, se inducono il sonno; stupefacenti, se producono stupore. Rosolaccio, papavero sonnifero, lattuga ecc.

Nervati — medie, eccitanti dei nervi.

Pettorali — medie, che combattono le affezioni della trachea, dei bronchi e dei polmoni. Tussillagine, issopo.

Raddolcenti = emollienti.

Rinfrescanti — medie, che calmano la sete, e abbassano la temperatura del corpo. Alkekengi, limone, frogale, ribes, aranci.

Rivulsivi = derivativi.

Risolutivi — medie, che portano la guarigione col far tornare la parte malata allo stato normale.

Rubefacenti o vescicanti — medie, topici (locali) della pelle, per cui questa diventa molto rossa o fa vesciche. Aglio, senapa, artica ecc.

Stimolanti — medie, che eccitano l'attività organica dei diversi sistemi del l'economia animale.

Stomachici — medic. che fortificano lo stomaco - gli amari.

Sudoriferi — medie, che provocano il sudore, e si usano sul principio delle febbri eruttive, nei raffreddori di testa, di petto, nelle malattie della pelle, nel reumatismo, dopo un raffreddore. Bardana, borragine, ginepro, tiglio ecc.

Tonici — medie, che eccitano lentamente e fortificano in modo durevole i diversi sistemi organici. Sono gli amari e gli astringenti.

Topici — medicam. applicati all'esterno, sulla pelle; e, secondo la loro natura, sono emollienti, maturativi, rivulsivi, vescicatori, fondenti ecc.

Tossici — medie, agenti come veleni.

Vermifughi — medic., che cacciano i vermi dall'intestino. Felce maschia, assenzio, aglio ecc.

Vulnerati — medic., che guariscono le ferite, e le piaghe, presi in decotto, o usati come topici. Assenzio, arnica, consolida mag., issopo, millefoglie, salvia, rosmarino, timo, ecc.

PICCOLA FARMACIA DOMESTICA OSSIA CIÒ CHE DOVREBBE TROVARSI IN OGNI FAMIGLIA.

Tinture

Tinture di arnica, assenzio, genziana, valeriana, mirtillo

Erbe

Anici (semi)

Assenzio

Camomilla

Centaurea minore

Gentinodio

Cerese (peduncoli de' frutti)

Coda cavallina

Farfara

Fieno greco (farina de' semi)

Finocchio (semi e radici)
Genziana (radice)
Ginepro (bacche)
Granturco (barbe)
Iperico (erba)
Malva
Menta
Millefoglie (erba)
Lino (semi)
Ortiche (erba)
Ononide spinosa (radice)
Papavero selvatico (petali rossi secchi)
Piantaggine
Pruno selvatico (fiori)
Quercia (corteccia)
Rosa canina (ricettacoli)
Rosmarino
Rovo (foglie)
Ruta
Sambuco (fiori e corteccia)
Salvia
Tiglio (fiori)
Viola maram. (fiori e foglie)
Vischio
Wilhlhuber (v. avanti)
Olii ed essenze
Olio di anici, finocchio, ginepro, iberico, mandorle dolci, oliva
Polveri
Polvere di aloe, anice, finocchio, fava (guscio seccato al forno e ridotto in polvere).

Alcuni thè composti.

Nelle piante esposte in questo libro, sono indicate le dosi per i singoli thè. Però, spesso conviene unire insieme piante diverse per ottenere un effetto maggiore o multiplo, cioè per diverse affezioni, e molti si trovano imbarazzati sulla scelta di queste piante e sulla loro dose. Di regola, un thè medicinale si fa con 9 grani, di piante, prese insieme, per una tazza di acqua. Circa il modo di prepararlo, si vedano le norme, in principio di questo libro. Per alcune piante bisogna usarne piccola dose, come ad es., per l'assenzio. Riportiamo perciò una serie di ricette per preparare i thè; da cui si può facilmente comprendere il modo di unire insieme più piante. Queste ricette sono tolte dal Kneipp:

	grammi		
1	corteccia gi quercia	3	Thè utilissimo per emorragie, specialmente sputi sanguigni.
	radice di tormentilla	3	Si può usare anche il vischio.
	borsa pastore	3	
2	bacche di gineprc	n. 8-10	per stomaco, che digerisce male e molto da
	coda cavallina	3	Raccomandarsi ai sofferenti di fegato.
	assenzio	2	
3	radice di sambuco ebulo	3	Diuretico, e per evacuare le acque nella idropisia.
	rosmarino	3	
	coda cavallino	3	
4	fiori di sambuco	3	la stessa azione del precedente n. 3.
	radici di sambuco ebulo	3	
	bacche di ginepro schiacciate	n. 8-10	
5	ginestra	3	Assai efficace ne' dolori di renella e nella calcolosi
	centinodio	4	Vescicale e renale.
	coda cavallina	3	
6	centaurea minore	3	per chi soffre di stomaco (inappetenza)
	genziana	2	
	ginepro bacche schiacciate	n. 12	
7	piantaggine	3	Contro il catarro bronchiale e polmonare.
	farfaro (tossillagine)	3	
	ortica	3	
8	rosa canina	3	Diuretico ottimo per i reni (renella, calcoli renali).
	paglia di avena	7	
9	verbascio (fiori)	3	Thè sudorifero.
	sambuco	3	
	tiglio	3	
10	veronica	4	buono per gli affetti da ipocondria, contro i deliqui
	valeriana	3	e palpitazione di cuore.
11	menta piperita	2	contro la colica ; buono anche ne' raffreddori.
	verbascio (fiori)	4	
	fiori di tiglio	3	

12	legno di sandalo o ortica	3	Contro le emorragie de' polmoni, dello stomaco e anche dell'utero.
	vischio	7	
13	finocchio	3	Contro i crampi e i deliqui.
	anserina	3	
	ruta	3	
14	salvia	1	Buon depurativo del sangue, da raccomandarsi specialmente a quegli ammalati, che sono affetti da molte
	rosmarino	1	
	millefoglio	2	
	coda cavallina	2	
	ginepro (bacche)	3	
	piantaggine	2	
	ortica	2	
	Iperico	2	
	Assenzio	1	
	centaurea minore	2	
15	fieno greco (semi) o trifoglio	3	Buono per i malati di polmoni, con catarro da eliminare.
	Piantaggine	3	
	Finocchio	3	

Wuhlhuber I e II (dal dr. Kneipp)

Si tratta di due purganti. Molti non possono sopportare uno degli ordinari purganti, in caso di bisogno, perché risentono poi grande debolezza e abbattimento, anche per più giorni. Inoltre i comuni purganti agiscono sapesse con troppa violenza sull'organismo. Quindi, quando uno di questi non si richieda di necessità, come rivulsivo, ad es. nell'apoplezia, è utile avere allora un purgante, che produca abbondante deiezione, senza alterare affatto lo stato di salute e di benessere del soggetto. A questo scopo il Kneipp ha composto due purganti vegetali, che possono essere utili anche nelle campagne. L'azione dell'uno non è però eguale all'azione dell'altro.

Il 1°, o Wuhlhuber I, si prepara con 2 cucchiaini di finocchio in polvere, due cucchiaini di bacche di ginepro pestate, un cucchiaino di fieno greco in polvere e un cucchiaino di polvere di aloe (dalle farmacie).

Il tutto si mescola bene e si conserva in scatola, in luogo asciutto. Il suo effetto si produce dopo 12 fino a 30 ore. Si prepara mettendo un cucchiaino da caffè di questa polvere in una tazza di acqua, che si fa bollire per un quarto di ora; poi si passa, e si beve caldo o freddo, con o senza zucchero, la sera prima di coricarsi. Le persone robuste possono prenderne una seconda dose il giorno dopo; le persone deboli prendano una tazza di questo thè in 2-3 giorni, cioè ogni sera da 4-6 cucchiaini. Esso agisce con la massima calma, senza disturbi; agisce favorevolmente sui reni, e, persino sulle mucosità del petto, e talvolta ha guarito anche diarree lunghe e difficili a curare.

Il 2°, o Wuhlhuber II, si compone di 2 cucchiaini di polvere di finocchio, di 3 cucchiaini di bacche di ginepro pestate, tre cucchiaini di polvere di radice di sambuco ebulo, un cucchiaino di fieno greco, e un cucchiaino di polvere di aloe. - Si prepara e si prende come il precedente. Esso non solo purga lo stomaco e l'intestino, ma agisce favorevolmente sui reni e sulla vescica, asportando, con l'urina, molta materia da eliminare. Questo thè è molto indicato per chi soffre al basso ventre, (nella regione della vescica), di bruciore nei reni e nella vescica, di disturbi nell'urinare, oppure ha una idropisia incipiente.

RIMEDI E CURE DIMENTICATE O POCO NOTE

Vino contro le flatulenze o gas interni, la tosse, la raucedine e l'asma.

Il medico Arnaldo da Villanova considera questo vino come un segreto per i mali indicati. Si prepara macerando, per 8-9 giorni, in un litro di vino bianco, 60 grani, di semi di anici, 60 grammi di semi di finocchio, 120 grammi di regolizia; poi si filtra e si prende a cucchiaini spesso.

Mantello di ginepro.

Il Kuntzle (2), ne' reumatismi leggeri, nella (Sciatica, nelle lombaggini, ne' reumatismi articolari, usa e consiglia, come assai efficace, il mantello di ginepro, che non è altro che un modo di eccitare abbondante sudore per mezzo di vapori di ginepro bruciato. E' semplicissimo, poco costoso e alla portata di tutti. Si mette sopra una sedia un'altra sedia rovesciata con le gambe in alto; sopra questa si pone un recipiente qualsiasi di ferro, di coccio, o il comune ferro da stiro dei sarti, pieno di bragia; vi si gettano 2-3 pugni di bacche o i rami verdi di ginepro; si pone subito, sui quattro piedi della sedia rovesciata, una coperta, che giunge fino a terra, su cui deve un po' distendersi, affinché il fumo non si perda; e si aspetta che tutto il ginepro, messovi, sia bruciato. Intanto il malato va a letto.

Si toglie quindi la coperta e vi si ravvolge rapidamente il malato, che si copre, subito, bene, con altri panni o coperte, e gli si darà subito una bibita calda di tiglio o di sambuco o una tazza d'infuso di bacche di ginepro; si lascerà sudare abbondantemente. Questo bagno si deve prendere per 2-5 sere di seguito o alternate, finché i dolori siano completamente scomparsi. Spesso la guarigione segue dopo il primo mantello. (Guardarsi poi dall'aria).

Contro l'artrite

Fino a tutto il secolo XVIII, almeno, era usato, in terapia, il seg. bagno a vapore medicato, praticato del resto anche ora presso il popolo e i contadini in molti luoghi d'Italia.

Si stende sul pavimento della camera, presso il letto, un tappeto o altro panno largo; dentro un recipiente qualsiasi (basta il comune lava piedi di ferro zincato), si mettono 4-5 litri di acqua ben calda insieme con 2 pugni di bacche di ginepro pestate, fresche, o di rami giovani freschi, frantumati, della stessa pianta, oppure, mancando questi, rami freschi di pino tagliuzzati, o, meglio fiori di fieno, ossia cascami di fieno dei prati; il ginepro è sempre da preferirsi.

Il malato si pone a sedere su uno sgabello, già spogliato; lo si ricopre di una coperta larga, possibilmente di lana, che l'avvolgerà fino al collo, intorno a cui la terrà molto aderente; si versa nell'acqua del recipiente un po' di calce viva (c. 1 Kg.), e si ricopre subito il recipiente e il malato, in modo che il vapore di acqua, che si solleva, non possa in alcun modo sfuggire; la coperta deve scorrere per un tratto sul tappeto del pavimento per la stessa ragione.

Se il sedile dello sgabello è forato o fatto di tavolette trasverse equidistanti (il che è meglio), il recipiente con l'acqua può stare sotto lo sgabello; stando però avanti, curare di coprire le tibie con un panno, affinché il vapore troppo caldo, che si solleva, non rechi danno alla pelle; perciò è sempre assai opportuno che il recipiente sia sotto lo sgabello. Il vapore di acqua aromatizzato, che si solleva, produce presto molto sudore da tutto il corpo, anche dalla faccia e dalla testa scoperte.

Quando, consumandosi la calce, il vapore diminuisce, si aggiunge adagio adagio un po' di altra calce, sollevando un po' un lembo della coperta, con prestezza, e subito ricoprendo; e si ripete questa operazione fino a consumare circa 2 Kg. di calce viva, che bastano per un bagno. Dopo circa 20 minuti, si pone il malato così in sudore in letto ben caldo, si ricopre bene, e si lascia sudare ancora per un'ora e anche un'ora e mezzo. E' conveniente dargli, appena in letto, una bibita calda di fiori di sambuco o di tiglio o un infuso caldo di bacche di ginepro.

Questo bagno può essere ripetuto 5-10 e più volte, con qualche giorno di riposo, secondo la robustezza del malato. Dopo il sudore, deve cambiarsi subito, indossare camicia asciutta, e rimanere in letto asciutto e caldo, finché non sia tornato il calore naturale. Guardarsi sempre, durante la cura, da correnti ai aria. Durante il bagno, la reazione e finché non è si è tornati col calore naturale, stare in camera, fuori di ogni corrente di aria.

Questi bagni si continuano fino a scomparsa completa della malattia, sospendendosi per uno o più giorni, secondo l'età e la robustezza del malato.

L'efficacia di questo bagno a vapore medicato è incredibile. Conosco persone, che, per l'artrite, giacevano in letto da mesi e da anni, ridotte a un tronco, con dolori atroci ad ogni piccolo movimento del loro corpo, nonostante le cure mediche, guarite completamente con questo semplice mezzo, e che da 15-20 anni guarite, stanno ora benissimo di salute, lavorano con alacrità, senza alcuno accenno di recidiva. Il mezzo è anche molto economico e accessibile a tutti. - Le foglie di frassino, usate come thè, unendovi questi bagni, danno più rapido effetto (V. Frassino); utilissime pure sono le foglie di ribes nero o cassis, in forma di bibita (v. Ribes nero o Cassis), e di Olmaria (v. Spiraea Ulmaria).

Contro la stitichezza abituale.

La stitichezza o costipazione di ventre è frequentissima. Diverse ne possono essere le cause. Trascurata o male curata, si fa più grave, diventa inveterata e resiste a tutte le medicine. Per una buona salute è necessario avere l'egestione almeno una volta il giorno, per taluni anche due. L'accumulo protratto delle materie fecali nell'intestino altera tutto l'uomo fisico e morale. Gli affetti da questo incomodo hanno cattive digestioni, alito spesso fetente, lingua paniata, mancanza di appetito; in alcuni si manifestano dolori di testa, mali agli occhi, talvolta vertigini; sono soggetti a depositi urici, che si fanno sentire specialmente sul dorso dei piedi e nella regione dei reni; sono soggetti perciò a reumatismi; frequenti sono in tali persone le emorroidi, le infiammazioni del cieco, gli ascessi nello stomaco e nell'intestino; può sopraggiungere anche l'otturazione e il cancro dello stomaco (Kuntzle).

Il carattere morale stesso di questi pazienti è spesso profondamente modificato; dall'aspetto tetro e malinconico, diventano svogliati, senza forza, apatici; disimpegnano i loro doveri con sforzo non celato; talvolta diventano facilmente irritabili, di fastidio a sé e agli altri; fanno certo molta compassione.

Contro questo stato si possono usare le seguenti cure:

1° La cura dei fichi, molto semplice e alla portata di tutti, e che si può fare in qualsiasi tempo dell'anno, che ha anche ragione di nutrimento. Si prendono 5-10 fichi secchi, di quelli uniti a corona, si lavano bene nell'acqua calda, quattro o cinque volte, si tagliano minutamente, e si mettono in un bicchiere, in cui si sia già versata acqua fredda quanto basta per ricoprirli; ciò si fa la sera. La mattina seguente, si mangiano quei fichi e si beve quell'acqua, a digiuno. I piccoli frutti (semi), che contengono, favoriscono i movimenti peristaltici dell'intestino e asportano meccanicamente anche il muco dalle loro pareti. Questa cura deve durare da uno a due mesi.

Se durante la cura, le defecazioni diventano troppo frequenti (più di tre il giorno), si sospende la cura, per riprenderla dopo qualche giorno (Kiintzle).

I soggetti a stitichezza non devono fare uso del cioccolato, né del cacao, né di sostanze amidacee. Il pane integrale qui è eccellente. In questa cura si può all'acqua sostituire con vantaggio un buon olio di oliva. I fichi nero-violacei, piccoli, molto zuccherini, sono i migliori.

A chi questa cura non piacesse, potrebbe modificarla, facendo bollire i detti fichi, ben lavati, e tritati minutamente, nell'acqua con zucchero o, meglio, con miele, fino a ridursi in poltiglia, e prendendola la sera prima di andare a letto. Questa ha un gusto migliore del precedente.

Mancando i fichi, si possono usare, con eguale vantaggio, le pere, le mele, le prugne, le albicocche secche, messe prima a bagno nell'acqua tiepida, dopo lavate, preparate nella stessa maniera, e prese la mattina a digiuno, o la sera prima di andare a letto. Si possono anche cuocere bene con zucchero o miele e usarle come frutta da tavola, prendendone un po' più la sera. - La cura dei fichi è paragonabile alla cura dell'uva.

2° Abituarsi a poco a poco all'uso del miele, in luogo dello zucchero; si ottengono pure buoni risultati.

3° Prendere ogni ora, il giorno, un cucchiaino di acqua comune, ha dato al Kneipp, che lo consiglia, di guarire molti. Ci vuole perseveranza.

4° Ad alcuni, 2-4 cucchiaini di buon olio di oliva, presi a digiuno, alla distanza di 20-30 minuti, oppure la sera prima di coricarsi, ha giovato assai.

E' da sconsigliarsi l'uso abituale, quasi quotidiano, dei purganti. - Anche le pillole, che si usano, non devono diventare abituali; ma è necessario avvezzare l'intestino a fare da sé; le pillole devono essere una eccezione, non la regola. - Un bicchiere di decotto di cicoria, preso la mattina a digiuno e uno la sera nell'andare a letto, per un po' di tempo, è capace di togliere la stitichezza. Vinta questa, si mantenga, il corpo libero, prendendone spesso un bicchiere la mattina a digiuno.

5° Da buoni risultati anche la seg. formula di Gyr-Niederer:

Acqua Grammi 1000 (1 litro)

Centaurea minore

Scorza secca vecchia di Frangola

Pinocchio (semi schiacciati)

Bacche di ginepro schiacciate - di ciascuno grammi 10

Se ne fa decotto per 15-20 min. di ebollizione, poi, si passa. Un cucchiaino da minestra ogni ora, oppure 2-3 tazze il giorno.

6° Questi malati devono fare molto uso di spinaci, di cicoria, d'indivia, di bieta, di malva e altri erbaggi cotti e di frutta ben mature. Gli erbaggi devono essere conditi senza aceto, senza limone, ma con molto olio. Devono inoltre fare molto moto. - Il pane sia integrale o-di segala, o di tritello. Se nonostante queste cure, non si ottiene nulla, il che è assai

difficile, ma pure vi sono casi ostinati, non rimane che sottoporsi ad una cura radicale col sistema terapeutico Kneipp, sotto la guida di abile medico, che metterà tutto l'organismo in pieno ordine. Altri mezzi utili sono indicati qua e là in questo libro (V. indica delle malattie).

Contro la forfora e la caduta de' capelli.

E' ottimo l'estratto alcolico di Urtica. Si prepara mettendo una parte di foglie di urtica in recipiente, con 3 parti di alcool, ed esponendolo, ben chiuso, per 14 giorni al sole o in luogo caldo; poi si filtra. Per l'uso si uniscono 3 cucchiaini da minestra di questa tintura con 1/4 di litro di acqua (Dinand). Si lava, con un po' di quest'acqua, 2-3 volte la settimana, il cuoio capelluto, si friziona, e si asciuga.

Contro i calli ai piedi.

In farmacia non mancano buoni callifugi. Non avendosi questi, si possono adoperare i seguenti mezzi:

1° Si pone sul callo uno spicchio di aglio molto caldo, cotto sotto la cenere, e vi si tiene fermo con una piccola fasciatura; si rinnova qualche volta il giorno; il callo scompare prestissimo.

2° Sulle vecchie mura, specialmente umide, si trova quasi tutto l'anno una piccola pianta crassa, che ha le foglie rotonde, un po' concave, sostenute da lungo picciuolo (Umbilicus pendulinus); queste foglie pestate con l'aceto e applicate sul callo, lo distruggono presto.

3° I vecchi medici consigliavano le foglie di Aloè, contuse e applicate (callos sanai, Cesalpino). - La cera bianca, rammollita con un po' di olio di trementina e colorata con verderame in polvere, e applicata come cataplasma, rende i calli tanto molli, che facilmente si levano (Lemery). - La cenere della corteccia di Salice (Salcio), macerata nell'aceto e applicata sui calli, li guarisce (Mattioli). Anche le foglie della comunissima Edera (Hedera helix), che si ravvolge attorno agli alberi e ricopre spesso i muri, macerate nell'aceto e applicate sui calli, danno ottimi risultati.

Contro i geloni.

I geloni sono un vero tormento per molti nella stagione invernale. Si possono curare in più modi:

1° Quando i geloni non sono ulcerati, generalmente basta spennellarli con una soluzione di percloruro di ferro (dalle farmacie), allungata con altrettanta acqua; per lo più scompaiono presto.

2° Si possono guarire sicuramente e rapidamente i geloni e le loro crepature alle mani, facendovi dei bagni e delle compresse di acqua, in cui si sia fatto cuocere bene un po' di Vischio (rami e foglie).

3° Per prevenire i geloni o arrestarne il loro sviluppo, si sciolgono, in un litro di acqua tiepida, 100 grani, di allume. In questa soluzione si tiene immersa la parte malata, per qualche minuto, 2 volte il giorno.

4° Si guariscono anche i geloni, ungendoli con acquavite, e ponendovi sopra delle pezze o compresse bagnate in essa. Questo metodo era usato con efficacia almeno fino a tutto il sec. XVIII da' medici, e si trova da loro anche molto lodato. E' un metodo semplicissimo.

5° Al primo apparire dei geloni, tenerli per alcuni minuti, 3-4 volte il giorno, nell'acqua molto calda; si arresta così il progresso, e non fa crepare la pelle.

Contro le scottature e le ustioni (bruciature)

Si unisce un po' di olio di oliva con un po' di acqua di calce, in modo da formare una specie di unguento, il quale si pone sulle scottature, di qualunque grado siano. Guariscono così molto presto. Finché si prepara questo unguento, si copre la scottatura con olio di oliva o con miele per preservarla dal contatto dell'aria. - Se questa specie di unguento non si può avere subito, si possono in sua vece usare patate crude grattugiate, olio di lino o di oliva; si spalma bene con uno di questi mezzi la parte offesa, come fosse unguento, e si copre con bambagia o cotone idrofilo e fasciatura, che si rinnova 2-3 volte il giorno.

Nelle gravi ustioni, come avviene talvolta durante gli incendi, nelle fornaci, nelle famiglie per inavvertenza ecc., in cui si hanno alterazioni di tessuti, più o meno profonde, con dolori atroci, spasimanti, le quali, se non si giunge in tempo, possono produrre gravi conseguenze, è necessario, innanzi tutto di non perdere tempo, ma preparare una specie di unguento con chiara di uovo cruda, sbattuta con olio di oliva o di lino, quindi coprirne con uno strato tutta la parte ustionata, e fasciarla subito con pezze di lino, imbevute dello stesso unguento, e, sopra di queste, mettere altre pezze di lino asciutte, per impedirne ogni contatto con l'aria.

Ogni due ore si toglie la fascia asciutta esterna, e si bagna con lo stesso unguento la fascia già bagnata, per impedire che si attacchi sulle ferite, e si rimette la fasciatura esterna asciutta. Mattina e sera si rinnova l'unguento e tutta la fasciatura, procedendo in tutto come si è detto. Questo metodo, molto semplice, toglie, di regola, molto presto i dolori, e allontana i

crampi, che possono venire, sempre tanto pericolosi.

E' evidente che è necessario pulire con diligenza la ferita prima delle medicature. Bisogna stare bene attenti che le fasciature siano fatte in modo, che non possa passarvi affatto l'aria, e che la prima fasciatura sia sempre bagnata. Ciò è essenziale. Si fa poi prendere al sofferente, internamente, un cucchiaino di olio di oliva due volte il giorno.

E' incredibile come con questo processo, così semplice, si rifaccia a poco a poco di nuovo la pelle, e si abbia guarigione completa in pochi giorni, o, ne' casi più gravi, in qualche settimana. Kneipp usava spesso questo unguento con ottimi risultati, anche in casi, in cui il medico non era riuscito. - Ciò può essere assai utile sapere, specialmente quando non si può avere pronto un medico.

Per guarire la gotta.

La vecchia medicina usava molto il bagno di ginepro per curare e guarire questa malattia, fino a poche decine di anni indietro. Il grande medico Mattioli indica il modo di farlo. Si prendono 5 chilogrammi di legno verde di ginepro, sottilmente tagliato, e si cuoce in una caldaia con tanta acqua, che sia il triplo del necessario per un semicupio; si fa ridurre a una parte; quindi si versa il tutto (cioè acqua e legno cotto) in un semicupio, in cui, a temperatura di circa 38° centigradi, si fa sedere il gottoso fino all'ombelico; intanto con quest'acqua gli si lavano i piedi, le gambe e le braccia in modo che queste parti diventino molto calde; poi, asciugato presto, si mette in letto già riscaldato, si ricopre bene, e si lascia sudare abbondantemente (si può favorire il sudore, se occorre, facendogli bere un infuso molto caldo di tiglio o di bacche di ginepro); prima però il gottoso dev'essersi purgato, il giorno avanti.

Questo bagno si ripete in giorni diversi fino a guarigione. Il Mattioli aggiunge: “ Io conosco in Boemia alcuni gottosi, che giacevano quasi perpetuamente in letto, e con l'uso di questo bagno si sono di sorte fortificati e liberati dal dolore, che ora camminano per tutto liberamente ”. - Se il malato è debole, si alterna il bagno con giorni di riposo.

Per espellere i gas dallo stomaco e dagli intestini.

Si fa miscela di 9 parti di semi di anici o di cumino, di una parte di semi di finocchio e di un po' di foglie di menta piperita. Un cucchiaino di questa miscela basta per una tazza d'infuso con acqua bollente (Kneipp).

Per chi soffre di petto.

Sono eccellenti le seguenti miscele:

1° Radice di altea 5 parti, regolizia 3 parti, radici di viola mammola una parte, foglie di tussillagine quattro parti; si tagliuzzano e si mescolano bene insieme, e si conservano. Un buon cucchiaino della miscela si fa bollire 15-20 minuti con una tazza e mezzo di acqua, che, passata, si prende, molto calda, in 3 volte il giorno, con zucchero o miele, 2 ore prima o dopo i pasti.

2° Piantaggine, foglie di fragole, tossillaggine, parti eguali. Si prepara e si prende come la precedente (Kneipp) con zucchero o miele, molto calda.

Per i dolori di denti.

Se i dolori di denti sono uniti con ascessi, è necessario ricorrere; al dentista per la cura e l'estrazione del dente.

Se i dolori provengono dai denti cariati, vuoti, o sono di natura nevralgica, o se le gengive sono infiammate, dolenti, un decotto di menta (qualsiasi specie) usato in gargarismi più volte il giorno, li calma assai presto. Se le gengive sono molto infiammate, bisogna aggiungere alla menta un po' di salvia e anche un po' di foglie di rovo o di fragole, e usare il decotto nella stessa maniera.

Per prevenire questi dolori il Kuntzle consiglia, lavato il viso con acqua fresca la mattina, di non asciugarlo se non dopo 5 minuti. Egli assicura che questo semplice rimedio è riuscito anche nei casi, in cui nessun altro era riuscito.

Anche un pugno di foglie di Cinquefoglio (Potentina reptans) bollite con un bicchiere di vino fino a riduzione di due terzi, e sciacquandoci poi la bocca più volte il giorno, calma bene il dolore dei denti. Presso i campagnoli è di uso comune.

E' consigliabile, pure, l'uso della tintura di piantaggine (qualsiasi specie), di menta, di potentilla (qualsiasi specie), di foglie di rovo; si schiaccia bene ogni pianta, e si mette il tutto in infuso nell'acquavite o alcool, e si espone il vaso, ben chiuso, al sole o in luogo caldo, per 10-12 giorni; poi si filtra o si decanta, e si conserva in recipiente ben chiuso. Quando si manifestano i dolori di denti, come sopra, si unisce un cucchiaino di questa tintura con 5-6 cucchiaini di acqua, e ci si gargarizza la bocca. I dolori cessano presto. E' un rimedio molto semplice. - Anche le foglie di tossillaggine fresche, o rinvenute nell'acqua, se secche, applicate e fermate con fascia, sulla guancia, corrispondente al dente dolorante, fanno dileguare presto il dolore, e si trovano poi bagnate, come fossero estratte dall'acqua, e scottanti.

La sciatica.

E' una nevralgia del nervo sciatico. Questo ha origine dal midollo spinale, nel plesso sacro, presso la parte inferiore della colonna vertebrale. Uscito da questa, si avvanza fino verso il centro delle natiche, poi piega in basso verso la linea mediana della coscia fino al cavo del ginocchio (cavità poplitea), in cui si divide in due rami, di cui uno continua lungo la parte posteriore della gamba (n. sciatico popliteo o interno), fino quasi alla pianta del piede, l'altro (n. popliteo esterno) va lungo la parte anteriore della gamba. Vi sono perciò due nervi sciatici, destro e sinistro.

Il dolore sciatico può provenire dal freddo, da causa reumatica, dal diabete, dalla gotta, dalla blenorragia, da compressione di tumori vicini, e anche dalla tubercolosi. Il dolore può estendersi a tutto il nervo sciatico; è continuo, e si aggrava per effetto del calore del letto, per il camminare, e può anche farsi sentire ne' nervi vicini del dorso e delle coste. Negl'intervalli di remissione del dolore, si prova un indolenzimento della parte malata, con sensazioni di bruciore e di formicolio. Con il tempo la gamba può andare soggetta ad atrofia.

Questa malattia, che spesso da atroci dolori, è nota fino da' tempi più antichi, da Ippocrate ai nostri giorni. Tutti i vecchi medici hanno studiato mezzi per vincerla; i loro volumi lo attestano; di essi alcuni usavano bevande vegetali, altri cura esterna rivulsiva, ad es., applicazioni locali dell'Iberis (Dioscoride), la senapa e altri nubefacienti, molti altri, vescicatori. Ne' nostri tempi si sono usati processi diversi, poco fruttuosi, come ad es. bagni caldi, prolungati per più ore, compresse di acqua calda, compresse digitali sulle parti doloranti, docce di sabbia calda sul tragitto del nervo sciatico con alcuni buoni risultati, la ginnastica svedese, punte di fuoco e polverizzazioni di liquidi congelanti (cloruro di etile, cloruro di metile), e, ora, quasi sempre, iniezioni di acido fenico e morfina (Baccelli) quasi esclusivamente. I vescicanti danno talora buoni risultati; ma la cura è lunga, come quella per iniezioni.

Un mezzo più semplice e alla portata di tutti, e che, nella grandissima maggioranza dei casi più frequenti, da ottimi risultati, è l'essudazione locale, procurata nella gamba malata, che si può ottenere per essudazione con calore secco (riscaldamento elettrico) o, assai meglio e più radicale, con essudazione con calore umido, ossia esponendo la parte malata ai vapori di acqua molto calda, come si fa per l'artrite; il sudore deve continuare nel bagno 25-30 minuti, e anche più; poi asciugata rapidamente la gamba, si va al letto riscaldato, e si seguita a sudare per circa un ora. Non si deve poi andare subito all'aria aperta, e bisogna tenere la gamba ben coperta. L'esperienza però ha dimostrato, che, come per l'artrite, i bagni medicati con piante aromatiche sono assai più efficaci di quelli fatti senza di esse. Servono anche qui, in modo speciale, ramoscelli verdi di ginepro tagliuzzati, messi nell'acqua del bagno. Vi si possono unire, con molto vantaggio, anche ramoscelli e foglie di salvia, di rosmarino, di pino e anche paglia di avena tagliuzzata. Vi sono sciatiche vecchie e molto ribelli alla cura; anche queste guariscono con questo mezzo, protratto più a lungo. In questi casi si osserverà, che, mentre tutta la gamba è in forte sudore, la linea corrispondente al decorso del nervo sciatico non suda affatto; però continuando il bagno, più o meno presto, apparisce il sudore anche in questa linea; ciò indica che s'inizia il processo di guarigione. Non si ha allora che continuare fino alla scomparsa totale del dolore.

Alcune persone, specialmente donne molto deboli, non sopportano questi bagni; per esse è più indicata la vescicazione al calcagno con i ranuncoli, di cui abbiamo già parlato (v. Ranuncoli preced.), o, se possono sopportarla, la vescicazione sul decorso del nervo sciatico per mezzo di vescicanti, o, e meglio, l'applicazione dei fiori di fieno. Per la preparazione e la pratica del bagno a vapore vale quanto si è detto, parlando dell'artrite. (V. indietro la cura dell'artrite). Conosco molti sofferenti di sciatica, guariti completamente con questo bagno, che prima non potevano neppure muoversi, o appena con forti dolori.

Invece del bagno a vapore, che per alcuni può essere incomodo o difficile a preparare, si possono usare, con successo, impacchi molto caldi di fiori di fieno, come si usa dal Neuens in Belgio. Si fanno bollire, per circa un quarto di ora, nell'acqua, una certa quantità di fiori di fieno, togliendo i gambi più grossi; quindi questi fiori caldissimi si dispongono sopra un pezzo di tela ruvida, lunga quanto la gamba addolorata; si bagnano nella stessa acqua caldissima, e si applica la tela con i fiori sul percorso dal nervo sciatico, ossia sulla parte malata; si sovrappone un panno di lino o altro simile, piegato 3-4 volte e sopra questo un pezzo di lana, piegato come il precedente, e si rimane in letto per circa un ora o un ora e mezza. Se in questo tempo l'impacco comincia a freddarsi, si toglie, e, immerso di nuovo nella stessa acqua caldissima, dove hanno bollito, e spremuto in modo, che non sgoccioli, si applica il tutto come prima. Quindi, dopo il tempo fissato, si toglie l'impacco, e il malato rimane in letto, finché non abbia ripreso il calore naturale. Si ripetono questi impacchi fino a scomparsa del male.

Atrofia dei membri.

E' una malattia, che si presenta, non di rado, ne' piedi e nelle braccia. Gli organi si atrofizzano quando cessano di ingrandirsi, o, ingranditi, dimagrano, facendosi sempre più piccoli, finché diventano inetti all'uso, cui sono destinati. Questi danni sono spesso prodotti dall'anemia, dalla immobilità per apparecchi contenitori e da malattie nervose. L'atrofia talvolta è dolorosa, talvolta senza dolori. Quando questi mancano, si può guarire innaffiando più volte il giorno il membro malato con acqua fredda, per sei settimane; bisogna poi sottoporlo subito a massaggio dall'alto al basso.

Se in questo tempo si sentono dolori, vi è allora reumatismo, e bisogna quindi usare non il bagno freddo, ma il massaggio più volte il giorno, con il rimedio seguente: In un recipiente di vetro si mette un pugno di alchemilla e un pugno di borsa di pastore, e vi si versa sopra della buona acquavite od alcool; e, chiuso bene, si espone al sole per 10-

14 giorni. Con questo liquido, filtrato, si friziona la parte malata più volte il giorno. La guarigione avviene il più delle volte. (Kuntzle).

Nell'atrofia incipiente giova spesso l'elettrizzazione; se avanzata, poco o nulla più si ottiene con questo mezzo.

E' necessario curare per tempo questa malattia, perché può colpire, a poco a poco, tutti i tessuti.

Contro il singhiozzo.

Contro il singhiozzo, che spesso si accompagna con malattie gravi, e che può persistere anche sette e più giorni continui, ed abbatte tanto il malato, che non può neppure prendere il cibo, il medico americano Golden ha proposto un trattamento molto semplice ed efficace. Consiste nel prendere una delle comuni sacchette di carta, che usano i droghieri e i pasticceri per la vendita di biscotti, cioccolatini e maritocchi, ben resistente, sufficientemente larga, che si possa applicare sulla faccia in modo da includervi dentro il naso e la bocca e tenerli chiusi in questa cavità, e respirarne l'aria. Dopo alcuni minuti, la sacchettina si satura di anidride carbonica, e la respirazione di questa fa cessare il singhiozzo. Con questo semplice mezzo il Golden ha curato sei malati; in uno il singhiozzo durava continuo da due giorni, impedendogli di mangiare e di dormire e producendogli forti dolori ne' muscoli del torace e dell'addome. La respirazione nella sacchetta arrestò il singhiozzo in quattro minuti, senza ricaduta; di altri quattro malati di minore gravità, tre di essi guarirono, con lo stesso metodo, nello spazio di 3 a 6 minuti. (Rivista medica per il Clero del 14 Aprile 1935J. - Io conosco un caso, in cui il singhiozzo durò sette giorni continui e che il malato, così sfinite, riuscì ad allontanare con fortissime inspirazioni profonde, vincendo l'inerzia del diaframma.

La tisi.

I Fonticoli o Fontanelle e la tubercolosi polmonare cronica, o tisi tubercolare polmonare, sec. il dott. A. Petrone.

Questa terribile malattia, che uccide annualmente, in molte nazioni, parecchie decine di migliaia di soggetti in ciascuna di esse, e il cui numero è andato aumentando, in modo incredibile, dopo l'ultima guerra, non è una malattia ignota alla vecchia medicina. Tutti gli antichi medici se ne sono seriamente occupati per porvi un rimedio, specialmente da Ippocrate in poi. Ignoravano essi, evidentemente, la natura, ossia la causa della malattia; ne conoscevano però perfettamente i sintomi: dimagrimento progressivo, febbre serotina, sudori notturni fortemente spossanti, tosse secca, emottisi, esito finale la morte per consunzione, contagio per gli altri; non ne ignoravano la forma galoppante, e la forma lungamente cronica, con lo stesso esito finale, la morte. Tutte queste forme della malattia le chiamavano col nome di tisi (phtyvis).

Grandi osservatori, i sommi maestri, al pari d'Ippocrate, passavano lunghe ore accanto al malato per scrutarne tutti i fenomeni, che esso presentava; dotati di grande intuito li collegavano e ne ricercavano la causa. Questa, nel caso della tisi polmonare, sfuggiva al loro esame, perché mancavano dei mezzi di ricerche, che vennero solo con l'invenzione del microscopio, fatta molto tardi. Da essi la tisi era considerata, com'è di fatto, una malattia grave.

Conoscendo essi per esperienza, che, talvolta, la natura tenta di vincere da sé, con mezzi suoi propri, le malattie, avevano osservato certi fatti, cioè che talora, nelle malattie gravi, si formavano spontaneamente ascessi infiammatori, suppurativi, che miglioravano molto le condizioni del malato, e alcune volte anche lo guarivano; che quando si chiudevano, le condizioni del malato peggioravano e spesso moriva; che quando si aprivano questi ascessi, e fruttavano, il miglioramento progrediva, lasciando il sofferente in una condizione di salute relativa, o guarito; forse avranno anche veduto che ne' cadaveri di morti per malattie spesso intercorrenti con tisi polmonare cronica, si notavano frequentemente tracce evidenti di ascessi chiusi.

Da questi fatti, tutti i grandi maestri, da Ippocrate in poi, avevano dedotto che questi ascessi spontanei erano mezzi, di cui si serviva la provvida natura per espellere le materie morbose, nella stessa maniera che operano, in piccolo, i comuni foruncoli e pedicelli. Quindi essi pensarono che, nelle gravi malattie, si dovesse imitare il lavoro della saggia natura per migliorare sanare i malati. Da ciò la pratica, usata da' tempi più antichi e continuata poi per molti secoli, di aprire ad arte, questi ascessi, che furono chiamati fonticoli, fontanelle, canteri ecc., usati quasi fino ai nostri giorni.

Con l'andare del tempo, si volle troppo usare di questo mezzo, anche nei casi, in cui non erano indicati, e ne seguirono perciò degl'inconvenienti; donde il loro disprezzo e l'abbandono totale da parte dei medici, nel nostro tempo; errore grandissimo da una parte e dall'altra; nella stessa maniera che si è voluto abusare della flebotomia ne' tempi passati fino a qualche decina di anni indietro; per cui il salasso si è voluto quasi completamente anch'esso abbandonare; tra due eccessi, il buon senso avrebbe dovuto consigliare una via di mezzo, come facevano molti dei grandi Maestri passati, che aborrissero dall'abuso; è certo però che nelle forti stasi venose, nelle diffuse polmoniti, e nelle pleuriti, tanto più se vi è minaccia di polmonite, il salasso o le mignatte salvano il malato.

Il grande Baglivi poté formulare perciò, in questi casi, come un principio clinico, dicendo che in Roma, nella pleurite, la flebotomia è il principale rimedio. In quanto al toglierò il sangue, per buona fortuna, ora si tende, molto ragionevolmente, a tornare alla vecchia pratica, come già hanno cominciato alcuni medici. In Germania, i medici hanno inteso, da più di 30 anni, la necessità di riprendere l'uso del salasso nelle forti polmoniti e nelle pleuriti, come c'insegna

già da molto tempo nel suo trattato classico di terapia medica il dott. Striimpell.

Dietro l'insegnamento d'Ippocrate, che consigliava la formazione di ascessi in varie malattie, specialmente in quelle di petto, troviamo che per secoli tutti i grandi medici l'hanno pure consigliato; così il Sydmann li prescriveva con successo nel trattamento della gotta, l'Hoffmann nei casi, in cui vi erano umori cattivi da eliminare, il Lancisi li consigliava al Morgagni per il suo figliuolo, di cui fu patrino, e assicura che per quarant'anni li ha usati abbondantemente in Roma con vero vantaggio, Zacuto Lusitano ne era entusiasta e li prescriveva con felice esito in molte malattie. Così hanno fatto moltissimi medici fino quasi a tutto il secolo passato. Anche ora però molti malati portano fonticoli, che tengono sempre aperti, e vivono abbastanza bene, disimpegnando tutti i loro doveri, come quelli che sono perfettamente sani, e alcuni di questi hanno superato gli 80 e più anni, e che io conosco assai bene.

Il dott. Angelo Petrone, Prof. di anatomia patologica e direttore del relativo Istituto, della R.a Università di Catania, ha pubblicato nel 1919 un breve, ma importantissimo lavoro, in cui riferisce " tre casi di tisi tubercolare polmonare, scientificamente accertati, guariti con l'apertura di ascessi, e un quarto, molto istruttivo, che gli è stato riferito. Essendo questo argomento troppo importante, credo opportuno riferire, quasi alla lettera, questi fatti per vantaggio di molti tubercolosi.

Premette il chiar.mo Autore che " sembra strano e persino un paradossoso, ma è un fatto, che malati di tubercolosi cronica polmonare, i quali stavano prima benigni con una fistola anale purgante, ovvero altri focolai suppurativi periferici, cronici, si aggravano della tubercolosi polmonare, quando quei focolai suppurativi si essiccano e si chiudono; ed allora ricomincia la febbre alta, consuntiva, con sudori notturni e grande dimagrimento ".

" Per contrario questi malati migliorano rapidamente sino all'apparente guarigione, se si riattiva il processo suppurativo periferico, terminando la febbre consuntiva, e rifacendosi la nutrizione generale. L'ammalato si sente, e sta sempre meglio, continuando l'esito purgativo della fistola, e poco per volta arriva allo stato primitivo, quando era perfettamente sano. Esaminando allora lo scarso espettorato, che viene nelle ore mattutine, non si trova più traccia di bacillo di Koch. Premesse queste considerazioni, espone egli i suoi casi, che riassumo esattamente:

1° Trattasi di un giovane sarto di Napoli, circa 40 anni fa, tubercolotico cronico, con cavernole all'apice destro e con espettorato ricco di bacillo specifico del Koch; egli riferì al dott. Petrone, che stava bene quando aveva una fistola anale aperta, purgante; cominciò a star male, quando questa si chiuse. Ordinata dallo stesso dott. la riapertura della fistola, questa cominciò a purgare; il malato allora, poco per volta, migliorò e si rimise completamente per anni, tenendo sempre la fistola aperta.

2° Caso avvenuto in Catania, circa 12 anni fa:

Uno dei principali negozianti della città, che ha altri parenti con tubercolosi e anche figli morti per tubercolosi, fu visitato dal predetto dott. Petrone in consulto con i medici curanti, perché, oltre a piccole caverne nel lobo superiore sinistro e consunzione, aveva forte emottisi. Per frenare l'emorragia ordinò acetato di piombo e oppio, pezzetti di ghiaccio per bocca, riposo assoluto senza parlare. Il giorno seguente, alle domande rivoltegli rispose che prima aveva una fistola anale, che poi si era chiusa, da più di un mese. L'espettorato esaminato al microscopio formava quasi una cultura di bacillo della tubercolosi.

Applicati cataplasmi caldi ed eccitanti, ordinati immediatamente, nella regione anale, dopo qualche giorno appena, si avvertì la raccolta purulenta, che fu aperta, dietro ordine del Petrone stesso, da uno dei medici curanti. Il miglioramento del malato fu rapido; mantenendo sempre il flusso purulento, senza più febbre, né sudori notturni, né altri sintomi relativi, ben nutrito e con buon appetito, era assai contento. Esaminato l'espettorato mattutino, non presentava alcun bacillo della tubercolosi.

Questo stato di perfetta salute si è conservato per anni, sempre seguito dal dott. Petrone, finché la fistola rimase aperta. Quando poi un po' per volta, la fistola si chiuse, ricominciarono i fenomeni specifici con emottisi, febbre ecc. Chiamato allora di nuovo e d'urgenza lo stesso dottore, questi fece subito riaprire la fistola, raccomandando che rimanesse sempre aperta, come di fatto avvenne; con questo processo il malato ha acquistata la più perfetta salute, senza avere più manifestazioni negli organi respiratori.

3° Caso: Trattasi di un prete, tornato dall'America, che andò a consultare il dott. Petrone, con segni semiotici spiccati di tubercolosi cronica e con principio di caverna all'apice destro; più volte emottico con febbre, sudori notturni, dimagrimento e con reperto positivo batteriologico. Disse che si sarebbe sottoposto a qualsiasi cura, purché guarisse.

Per imitare la fistola anale, il dott. Petrone gli consigliò un fonticolo alla gamba sinistra da doversi tenere sempre aperto, e, nel caso si chiudesse, da farsi riaprire. Egli obbedì e se lo fece. Poco per volta migliorò; ed ora, da tre anni, con il fonticolo aperto, è ripartito per l'America, dove sta bene, come gli fu assicurato dalla sua madre. Dopo un certo tempo scomparve, nello scarso espettorato, il bacillo; non più emottisi; nutrizione generale perfetta.

Il 4° caso, molto istruttivo, e che conferma l'eccellenza del fonticolo in questa malattia, fu riferito al dott. Petrone dal fratello del malato, distinto farmacista di Catania. Trattasi di un ufficiale, dichiarato affetto da bronco-alveolite con tutti i sintomi della tubercolosi polmonare cronica. Tirava avanti con le capsule di creosoto e guaiacolo. Insorsero fatti infiammatori nelle pertinenze dell'ano e poi suppurazione, che fu svuotata con il taglio. L'ammalato allora si sentiva meglio: ma il chirurgo cercò di guarire l'apertura fatta e ottenne la chiusura dell'ascesso. Il malato cominciò subito a

peggiore coi polmoni, e in meno di una settimana morì di forma galoppante.

E' necessario ancora usare contemporaneamente rimedi ricostituenti (olio di fegato di merluzzo, abbondante nutrizione ecc.), che il medico potrà consigliare. Questi casi sono di una eloquenza e di una importanza straordinaria, e dovrebbero incoraggiare tutti i medici a seguire questo metodo del dott. Petrone; si otterrebbero subito due effetti, non meno importanti, cioè la guarigione dei malati e l'eliminazione del contagio da parte delle famiglie e degli amici, quindi della società. Certo il portare sempre un ascesso aperto può essere un certo incomodo; ma, avanti alla morte certa e al pericolo continuo di contagio per gli altri, è un incomodo che diventa realmente molto comodo.

Quanto non si fa sempre dai malati gravi per riavere la salute perduta? Che cosa è un fonticolo, che non costa nulla, accanto alla salute, che ritorna florida, come prima della malattia, e che non allontana più alcuno dal risanato, poiché è tolto anche il pericolo d'infezione per gli altri? Finché le continue ricerche dei dotti non avranno trovato qualche nuova cura, atta a vincere questa terribile malattia secolare, è necessario contentarsi di quanto l'esperienza medica antica e moderna ci può dare per ora.

La formazione di un fonticolo è molto semplice. Si può usare un cataplasma caldo ed eccitante, come nel 2° caso del dott. Petrone, che determina la raccolta purulenta, che poi si apre; si mantiene quindi sempre aperta, ponendo nella piaga, a questo scopo, una pallottolina di midollo di radici di Iris (i vecchi medici vi mettevano un cece), che ne impedisce la cicatrizzazione. Si può ottenere anche, incidendo la pelle con un bisturi, o corrodendola con potassa caustica, e ponendo ogni mattina nella piaga una simile pallottolina. Il luogo più adatto per formare questo ascesso, e farvi le necessarie cure, è la gamba (il polpaccio); le cure necessarie per mantenere pulito l'ascesso e conservarlo, imparate dal medico, si possono poi eseguire anche da sé. Se per qualsiasi causa il fonticolo si chiude, bisogna subito riaprirlo e non perdere tempo.

Questa cura darà i migliori risultati ne' tubercolotici, che vivono in famiglia, anziché ne' tubercolosari pubblici, in cui l'infezione è permanente. E' una pratica da non trascurarsi.

2. Nella cura di questa malattia si procuri di trarre profitto anche delle proprietà tonico-astringenti di molti vegetali, dovuta al tannino fisiologico. Questo acido, com'è noto, precipita l'albumina, quando viene in contatto con i tessuti, in cui forma come un tegumento protettore; esso inoltre ha azione antipudrida e costrittiva, che, come ne giustifica l'uso esterno ed interno in molti casi patologici, così si raccomanda in modo speciale nel trattamento della tubercolosi.

Molti medici, tra cui Woiller, de Artaud, G. Küss, Hammant e H. Ledere, con i loro studi ed esperienze, hanno dimostrato, che sotto l'azione del tannino fisiologico, le lesioni tubercolari si cicatrizzano presto, formandosi con tale processo una specie di barriera od ostacolo, che impedisce che il bacillo relativo possa diffondersi nell'organismo e danneggiare gli altri organi; di più le mucose si dissecano più presto, si risolve la congestione esistente attorno ai tubercoli, e si eccita la reazione di resistenza. Il dott. Kiiss ha ciò ben dimostrato. E' noto però che questo trattamento con il tannino farmaceutico, che si ricava specialmente dalle galle di quercia, è, di regola, male tollerato da' tubercolosi, nei quali produce spessissimo disturbi del sistema digerente, non di rado accompagnati da crampi di stomaco e d'intestini, molto dolorosi; per cui molti medici lo usano ora assai di rado.

Tutti questi gravi inconvenienti però sono completamente eliminati dall'uso del tannino fisiologico, cioè quale e come esiste nelle piante, nelle quali è associato con altri elementi (sostanze amare, mucillaginose, aromatiche), i quali ne correggono l'azione, che avrebbe da solo cioè allo stato di acido puro, quale si trova nelle farmacie. Ciò risulta dagli studi del dott. H. Ledere e delle sue molteplici esperienze. Inoltre le ricerche del dott. Goegg hanno provato che l'azione dei tannini fisiologici, come si hanno nelle piante, è molto superiore all'azione del tannino officinale, ossia delle farmacie. Nel corso di questo studio abbiamo indicato le piante, che servono egregiamente a questo scopo.

Io sono persuaso, che se si considerassero meglio alcuni dati della vecchia terapia e quelli forniti da esperienze e studi di molti dei nostri medici contemporanei, in questa questione, si potrebbero meglio aiutare e salvare molti di questi disgraziati. Da noi si fa troppo poco e si contenta dei soliti palliativi. I sanatori danno talvolta buoni risultati, benché spesso transitori; ma non tutti questi malati vi possono andare; nell'antica medicina si usavano piante tonico-astringenti, come fanno ora molti medici fuori d'Italia per le ragioni, sopra esposte, sull'importanza del tannino fisiologico.

I fiori di fieno.

Quando il fieno secco si scuote e si rimuove molto, si vede cadere, oltre ai gambi, fiori, foglie e semi, anche una specie di polvere, formata da' fiori maturi, che cadono; tutto questo insieme, che cade, forma il cascame o i così detti fiori di fieno; se questi mancano, è buono il fieno stesso; il cascame è migliore. Si usano per bagni caldi e in impacchi o fasciature. Hanno la proprietà, applicati, di sciogliere e asportare cattivi umori, formati nel corpo per qualsiasi causa. Sono molto usati in alcuni stabilimenti idroterapici in quasi tutta l'Europa, particolarmente in Belgio, in Baviera e nella Svizzera. Kneipp con essi ha potuto ottenere insperate guarigioni. Da esso riporto alcune applicazioni più importanti per la pratica.

I pediluvi si usano in tutti quei casi, in cui i piedi hanno materie infette, e quindi facili a marcire, cioè contro il sudore, nelle piaghe ai piedi, nelle contusioni di ogni specie (siano derivate da caduta, da colpo o contraccolpo, ne esca il sangue o vi sia rappreso), nei tumori, nell'artrite ai piedi, nell'indurimento e nelle nodosità, per le putrefazioni tra le dita, nelle unghie incarnate, per le lesioni cagionate da stivali stretti ecc. ”.

Questo bagno si prepara mettendo 4-5 manate di fiori di fieno in un recipiente adatto al pediluvio, e si versa sopra acqua bollente; quindi si copre il recipiente, e si aspetta che la temperatura raggiunga 30-32° C. Il pediluvio dura 20-25 minuti; dopo di che si lavano rapidamente i piedi con acqua fredda; si veste e si fa subito moto, finché i piedi abbiano raggiunto il calore naturale. Evidentemente spesso un solo pediluvio non potrà bastare; bisogna allora ripeterli per più giorni.

Negli avvelenamenti del sangue, da qualsiasi causa esterna prodotti, si usano i fiori di fieno, specialmente in forma di fasciatura della parte malata, unendovi talvolta, ne' casi più gravi, semplici applicazioni idroterapiche.

La fasciatura si fa, immergendo un panno, piegato 3-4 volte su se stesso, nel bagno di fiori di fieno predetto, o meglio nell'acqua, dove hanno bollito per 10-15 minuti i fiori di fieno; si sprema un po', o si applica tanto caldo, quanto il malato può sopportare; ogni ora od ogni ora e mezzo si deve rinnovare la fasciatura. Alcuni casi, curati dai Kneipp, renderanno più chiaro il modo di agire.

1°. “ Una madre di famiglia si era offesa leggermente un dito, non sapeva se con un chiodo o con una scheggia di legno; e, senza dare al male alcuna importanza, se ne andò a letto. Durante la notte si sveglia con forti dolori e crampi al dito, nausea e sforzi di vomito. Il male si trovava nella mano sinistra, ed essa sentiva i dolori e crampi anche al piede destro. La mano si gonfiò fortemente, diventò di color rosso infuocato, e, in dieci ore circa, un dolore acuto e quasi insopportabile le invase tutto il braccio. Le vene dell'avambraccio erano estremamente gonfie e di colore scuro. In vicinanza non si trovava un medico, ed era visibile imminente pericolo di un avvelenamento del sangue. L'infiammazione si era già estesa oltre il gomito e fino alla metà della parte superiore del braccio...”.

“ Su tutta la mano furono messi dei fiori di fieno (tra due pezze), imbevuti di acqua, in cui erano stati bolliti per 10-15 minuti, e poi spremuti, e tanto caldi, quanto l'ammalata poteva sopportarli, e tutto il braccio, insieme alla parte fasciata, venne tenuta nel decotto di fiori di fieno per otto ore di seguito ”.

“ I fiori di fieno agirono come un vescicante, levando in tutto il braccio le sostanze velenose, che si trovavano nel sangue; e con ciò abbiamo una nuova prova come si debba agire sollecitamente, quando si dovessero palesare i sintomi di un avvelenamento del sangue ”.

“ Se l'aiuto fosse giunto una o due ore più tardi, quella donna sarebbe forse morta. Qui osservo che persino la lingua era diventata livida ”.

“ Dopo trentasei ore, la pelle di tutto il palmo della mano si era sollevata in modo, che con facilità avrebbe potuto essere levata. Appena cessarono i crampi del dito, sparì pure ogni malessere ”.

2°. “ Giuseppe, nel macellare una giovenca, con un coltello insanguinato si tagliò il dito pollice. Benché la ferita non presentasse importanza alcuna, più tardi si svilupparono forti dolori, e la mano si gonfiò in modo che soltanto a stento poteva muovere le dita. L'infiammazione aumentò, e in breve sulla mano e sulle dita si palesarono delle macchie giallo-scure.

Un medico gli prescrisse dei medicamenti e dei lavacri; però i dolori, che si erano estesi fino al gomito, divennero sempre più intensi e quasi insopportabili. Io venni chiamato, e, dopo avere esaminato il caso, ordinai, quattro volte il giorno, dei bagni a vapore alla mano e al braccio della durata di mezz'ora, ed il resto del giorno la fasciatura del braccio fino al gomito con i fiori di fieno bolliti. Ogni ora e mezza o due, cioè ogni qualvolta i dolori si fossero fatti sentire, la fasciatura con i fiori di fieno doveva essere rinnovata. Questa cura non solo portò sollievo, ma anche una completa guarigione. Già nel primo giorno venne impedito lo sviluppo della cancrena, e dopo quattro giorni tutta l'infiammazione era già sparita”.

3° “ Una ragazza di 19 anni pigliò un enfagione sulla parte superiore della mano, dietro le dita. Essa credeva trattarsi di un ascesso, dal quale si secernerebbero materie infette. Ma il tumore durò parecchi giorni, ed incominciò a diventare violaceo e nero. Sparve l'appetito, e il dolore non si estese soltanto su tutta la mano, ma eziandio su tutto il corpo. Il medico dichiarò trattarsi di un avvelenamento del sangue, ed essere cosa difficile il porgere aiuto ”.

“ Però questo si fece nel modo seguente: Anzi tutto si presero dei fiori di fieno bolliti, e si fasciarono, tra due pezze, come sopra, attorno alla mano più caldi, che si potevano sopportare. In questo modo ;si continuò per otto ore, rinnovando ogni due ore la fasciatura. Dopo due ore, il dolore più acuto era cessato, dopo sei ore scomparso il male a tutto il braccio, e allontanato il pericolo ”.

“ Per la guarigione completa la ragazza indossò due volte il giorno, per due dì, una camicia bagnata nell'acqua salata calda, involgendosi quindi in una coperta ”.

4° “ Un contadino, durante il lavoro, pigliò, non si sa in qual modo una piccola scheggia in un dito. Non cagionandogli molto dolore non ci fece gran caso. Quattro dì dopo, la mano cominciò a gonfiarsi, cagionando dolori quasi insopportabili, ed il tumore abbastanza grande si andava tingendo in violaceo. Si tagliò la dove era cominciato il dolore e si trovò una piccolissima scheggia di legno. Il sangue era nero e denso, né v'aveva dubbio essere subentrato l'avvelenamento del sangue ”.

“ Il braccio venne subito involto in fiori di fieno ben caldi, come sopra, e la mano immersa nello stesso decotto caldo tanto da potersi sopportare. In due ore il dolore andò cessando, dopo sei ore il tumore diminuì. Ne' due giorni seguenti il

braccio venne involto per due ore in fiori di fieno caldi, ed in tal modo si ovviò all'avvelenamento ”.

Questi casi indicano il modo di procedere, quando avviene qualche avvelenamento del sangue, specialmente quando non si può avere il medico pronto.

Con questi fiori di fieno si ha guarigione in pochi giorni, purché non si perda tempo. Chi non ha questi fiori, può procurarseli facilmente, sia in città, sia in campagna; nessuno, che abbia del fieno, certamente vorrà negarli.

Questi avvelenamenti si vanno facendo ora sempre più frequenti, specialmente nelle campagne, dopo l'introduzione de' concimi chimici pel miglioramento de' terreni coltivati.

Contro i vermi intestinali (Ascaridi).

Nell'intestino de' bambini e de' ragazzi di ambo i sessi, e talvolta anche degli adulti, si sviluppano questi vermi, che con il loro numero (talvolta più decine) danno disturbi abbastanza gravi con mancanza di appetito, malessere generale e dolori ventrali attorno all'ombelico; i fanciulli, quando si stropicciano spesso il naso, li hanno infallibilmente; se non sono espulsi, danneggiano molto la salute. Alcune volte escono da loro dall'ano e talvolta anche dalla bocca.

Per liberarsene presto, Kneipp consiglia i seguenti mezzi, molto semplici e alla portata di tutti:

1° Tagliare in più pezzi una cipolla, e metterli in 1/4 di litro di acqua e lasciarveli tutta la notte; a mattina, tolti i pezzi e spremuti, si beve quell'acqua; ciò si ripete per 3-4 giorni. Bisogna poi aspettare almeno un'ora prima di mangiare.

2° Si fa bollire un cucchiaino di miele in 1/4 di litro di acqua; quindi questa si beve in diverse volte; e dopo circa 2 ore, si beve un thè di assenzio, che uccide i vermi, che sono poi espulsi.

3° Il seme santo, che si ha dalle farmacie. Per gli adulti se ne prendono due cucchiaini per 2-3 giorni, due ore prima della colazione. Per i ragazzi e i bambini, dosi proporzionate. Questo è il rimedio più forte.

Polvere dentifricia.

Si hanno in commercio molti elixir, paste dentifricie, acque e tinture, che sono buone e utili. I migliori dentifrici però sono le polveri; i mezzi accennati spesso contengono sostanze acide e astringenti, che non fanno bene ai denti e alle gengive. Una buona polvere si fa con carbone vegetale grammi 200, china-china grigia grani. 100, essenza di menta grammi 1. Con l'uso di questa polvere si nettano e si mantengono bene i denti, e si leva il cattivo odore, che può avere il flato. Si usa con un morbido spazzolino, e, nelle gengive flosce e facili a sanguinare, con un po' di cotone idrofilo.

INDICAZIONI VARIE

Il miele.

Il miele, che le industri api succhiano da molte piante aromatiche, e che depongono nei loro alveari per cibo, è un cibo e una medicina insieme. Tutti gli antichi popoli l'hanno usato abbondantemente in modo speciale come cibo, per conservare sostanze alimentari e dare maggiore forza e aromi a molti vini. Tutte le frutta, immerse in esso, si conservano indefinitamente e acquistano odore e aroma speciali.

Gli antichi conoscevano anche lo zucchero di canna, che veniva dall'India, ma preferivano il miele, come cibo e per correggere certi vini scadenti, che diventavano con esso ottimi; così, ed es., alcuni vini di Smirne, con l'aggiunta di un po' di miele, divenivano graditissimi e molto ricercati. Mentre nelle altre nazioni si produce molto miele, in Italia relativamente assai poco. La bontà e il valore del miele dipendono dalla qualità delle piante, dalle quali lo succhiano le api. Esso dolcifica assai più dello zucchero, e piace sempre, purché non se ne abusi, perché allora nausea. L'eccesso è riprovevole e dannoso anche, in tutto.

Il miele è un alimento, semplice, omogeneo, gradito, di facile digestione, risultando di saccarosio, di glucosio e levulosio, mentre lo zucchero comune nello stomaco dev'essere trasformato in levulosio e destrosio, per essere assorbiti; aiuta la digestione, dà vigore allo stomaco, purifica il sangue. Spalmato sul pane è molto gradito ai fanciulli e ai vecchi, che lo digeriscono presto; esso dà anche forza, calore e nutrimento. Gli antichi Romani lo usavano abbondantemente alla fine dei pranzi, come si fa anche ora in Germania, in Inghilterra e in America, per favorire la digestione. - Il vino, fatto con il miele, è molto usato anche ora in Germania e in Baviera; esso è molto sano. Il miele è anche ricco di vitamine.

Ora che l'Italia produce poco miele, succede talvolta che i commercianti lo alterino, per aumentarne il peso, renderlo bianco, con aggiungere farina, specialmente di castagne, sabbia, gesso e altre materie terrose, e anche glucosio per dargli colore. Queste sofisticazioni si possono facilmente scoprire, con piccoli processi. Se contiene amido, basta scioglierne un cucchiaino in una tazza bianca e agitare, e poi aggiungere alcune gocce di tintura di iodio, e agitare ancora; se contiene amido, la soluzione si colora in viola più o meno intenso; se si sospetta contenga farine, si procede nello stesso modo che per l'amido; oppure, mettendo al fuoco in un recipiente un po' di miele, questo si fa liquido; se contiene farine, si fa denso. Se contiene gesso o materie terrose, si scioglie il miele in un bicchiere di acqua, si agita e si lascia riposare; le materie terrose, vanno in fondo, del recipiente.

Il miele è anche un medicamento; è lassativo, è diuretico, pettorale assai più dello zucchero, è digestivo; è sedativo e maturativo nel calmare e fare suppurare i foruncoli, applicandolo, mescolato con farina in parti eguali e poca acqua, su tela, che si rinnova ogni 3-4 ore; messo sulla pelle, ne toglie i pruriti delle sue malattie, ne toglie il fastidio; applicato sulle piaghe, sulle ferite e sulle scottature, ne calma l'irritazione e il dolore; è anche oftalmico, usato anche ora in Baviera, per rendere chiara la vista; si fa perciò bollire in 1/4 di litro di acqua un cucchiaino da caffè di miele. Ci si può fare anche una specie di bibita per tavola, in luogo del vino, facendo bollire, per un po' di tempo, un cucchiaino di miele nell'acqua; è bevanda sana, rinfrescante e corroborante.

Per abituarsi all'uso del miele, bisogna avere la precauzione di cominciare con poco per volta (2-3 cucchiaini da caffè il giorno, su pane, sono sufficienti); di più può nauseare.

Inoltre la bibita di miele è utilissima per i sofferenti di gotta e per lavare le vie urinarie, preparata nel modo seguente: si fanno bollire 2-4 cucchiaini di miele, per 5-10 minuti, in un litro di acqua; si lascia raffreddare, e si beve invece del vino; è piacevole, sana e senz'alcool. Ha tutte le proprietà del miele. Pane con burro e miele è graditissima per i giovanetti.

Come sudorifero basta sciogliere, in una tazza di acqua calda, un po' di miele, berla, e coprirsi bene in letto. E' utilissimo sui principi dei raffreddori. Come espettorante si può sciogliere in un decotto (una tazza) di orzo, o in un infuso di fiori di tiglio, un cucchiaino o poco più di miele. - Come lassativo si può prendere il miele come tale semplicemente, oppure in una tazza di acqua si può sciogliere un po' di miele, con qualche goccia di aceto, o, meglio di assenzio; presto l'intestino funzionerà bene.

Il miele, contenendo anche fosfati, ferro, acido formico, agisce bene anche come ricostituente per le persone deboli, stanche, anemiche, svogliate, e quindi ha azione anche tonica, i cui effetti non sono passeggeri, come quelli dell'alcool, ma costanti e permanenti. - Quindi il miele, per le sostanze albuminoidi, che contiene, per i sali, i zuccheri, già digeriti dal ventricolo delle api, e per le vitamine costituisce un ottimo alimento. Lo zucchero comune non contiene sali minerali. I diabetici non possono usarne.

Il modo di cuocere gli erbaggi e i legumi in relazione con le malattie.

Noi non sappiamo cuocere i legumi e gli erbaggi; de' primi si getta l'acqua, dove hanno bollito un po' di tempo, de' secondi si getta l'acqua, quando sono già cotti. In questo modo si perdono per la nostra alimentazione quasi tutti i sali nutritivi, che essi contengono, e che sono necessarissimi al nostro corpo, perché si mantenga sano e forte contro le

malattie. Negli altri alimenti di natura animale i sali nutritivi, per noi necessari, sono pochi, e alcuni vi mancano del tutto. Questo fatto sta in rapporto con le malattie.

Infatti tutte le parti del nostro organismo contengono sali di diversa natura, i quali, una volta assimilati negli organi, non vi rimangono per tutta la nostra vita, ma continuamente si eliminano, specialmente con l'urina, perché il nostro corpo continuamente si rinnova, e la nostra salute si conserva, se i sali perduti si sostituiscono con altri sali eguali e in quantità sufficiente. Se i sali introdotti con i cibi sono in quantità inferiore a quelli perduti, vi ha squilibrio nel funzionamento degli organi; quindi perturbazione e malattie.

Inoltre alcuni sali servono a neutralizzare l'acidità del sangue. Il fosforo, per es., è la base del nostro sistema nervoso; si trova nell'encefalo, nel midollo spinale, nelle ossa, nelle cartilagini e altrove. Chi lavora molto con la mente, consuma molto fosforo; quindi la necessità d'introdurlo cogli alimenti (mele, pere, latte, uova, ecc.); le patate e le insalate contengono molta calce e soda, che distruggono l'acidità del sangue; il solfo e il silicio si trovano pure nei tessuti del corpo; il primo principalmente agisce come calmante del sistema nervoso; l'uno e l'altro sono necessari per la pelle e per fare crescere i capelli e le unghie; la calce si trova anche ne' denti, e in ogni globulo del sangue.

Nella rachitide manca appunto la calce, e la cura deve contenere anche calce. Nella tisi polmonare si ha scarsità di calce; in questa malattia si deve somministrare calce e silice; questa perché si formino, ne' polmoni, nuovi tessuti connettivi e si cicatrizzino i tessuti attaccati dal bacillo, essendo potente cicatrizzante, come si osserva messa sulle piaghe, che porta a rapida guarigione. La cicoria selvatica, l'avena, i fagioli, le lenticchie, le patate, le fragole, la radice del dente di leone, l'equiseto, i cui teneri germogli sono commestibili, e molte altre piante contengono calce e silice in abbondanza; sono invece, scarse o mancanti nella carne, nel caffè, nel vino e nella birra.

La magnesia agisce come la calce; regola lo sviluppo delle cartilagini, rende solidi i denti (1 %); i denti del leone, della tigre, del cane e di tutti i carnivori sono per ciò solidissimi e atti a rompere le ossa. I polmoni devono contenere tanta magnesia, quanta calce. Mancando l'una o l'altra o ambedue nei denti o nei polmoni, questi si ammaliano.

La maggior parte dei semi e di foglie contengono questi sali. La soda si trova nel sangue e ne' tessuti; la sua mancanza predispone i bambini all'amigdalite e alla difterite; essa conserva la forma e l'apparenza ai globuli rossi del sangue; bevendo molta acqua, essa vi si scioglie e si alterano i globuli. La soda è necessaria per impedire e guarire il diabete, la gotta, il reumatismo ecc. Molti nostri alimenti vegetali contengono amido (farinacei), che si deve, negli organi digerenti, trasformare in zucchero, e questo alla sua volta deve bruciare, cioè combinarsi con l'ossigeno; se tutto non brucia, ma ne resta un po' inalterato nel sangue acido, formasi il diabete. Si può questo evitare, usando piante ricche di soda (spinaci, insalate, riso, carota, frutta, fragole, dente di leone, ortica, finocchio) per cibo o in decotto.

Il ferro.

Chi non sa l'importanza del ferro per la salute? chi non sa che la sua scarsità produce l'anemia e i pallidi colori, cui si associano molti disturbi morbosi, talora gravi, che aprono la via anche alla tisi? Nel corpo dell'uomo normale ve ne sono circa quattro grammi. Ogni giorno si perdono con le urine circa quattro centigrammi di ferro; da ciò la necessità di introdurvi altro ferro con gli alimenti. Al sangue si deve il colore rosso delle carni dovuto al ferro. L'ossigeno dell'aria, entrato nei polmoni, si combina con l'emoglobina dei globuli, che lo trasportano per tutto il corpo.

S'introduce il ferro, con gli spinaci, i rossi di uovo, le mele, le pere, le cerase rosse, le lenticchie, la carota, le minestre di avena, il latte, il pane integrale, le ortiche, l'anice, la melissa, le foglie di noce ecc. Ora il ferro organico è incomparabilmente più digeribile e più assimilabile del ferro farmaceutico di qualsiasi nome e provenienza. E lo stesso dicasi degli altri sali del nostro corpo, i quali tutti si trovano abbondanti nelle piante, che mangiamo.

Inoltre alcuni erbaggi contengono sostanze amare (cicoria, dente di leone), che sono utilissime per favorire la digestione e per migliorare l'attività e le funzioni fisiologiche del fegato. I vecchi medici insegnavano appunto con Galene, che gli amari sono amici dello stomaco e del fegato. Nelle piante alimentari non manca talora neppure l'iodio, come ad es. nel crescione dei fossati con acqua corrente, che deve sempre mangiarsi crudo. Per ciò, quando si cuociono gli erbaggi e i legumi, questi sali minerali, indispensabili per il nostro organismo e per la nostra salute, si perdono col gettare l'acqua di cottura. Ne consegue perciò una serie di disturbi e quindi malattie.

Dalla mancanza o deficienza di questi sali minerali nell'organismo si genera la debolezza generale o parziale, che porta seco malattie o tendenza a malattie; tra queste in prima linea sta la tendenza, ora molto frequente, alla tisi polmonare, poi ai mali dei denti con il loro cadere per tempo o rompersi o cariarsi facilmente, al deficiente sviluppo dello scheletro osseo e alle sue deformazioni, talora gravi, a indebolimento della vista, all'anemia e a tanti altri malanni, che spesso l'arte medica non riesce a riparare con i preparati farmaceutici, che oggi inondano il commercio, con nomi strani, e tutti provenienti da' laboratori chimici, che, se contengono realmente quello che fuori portano indicato, non sono certo assimilabili, come sono quelli provenienti da organismi vegetali o animali. E' necessario ritornare alla natura.

Inoltre ora, abbandonati quasi del tutto i concimi organici, contenenti tutti i sali dell'organismo, si fa troppo abuso di concimi chimici, in cui mancano alcuni sali, tra cui quelli di litio e di silice; di più essi devono contenere germi pericolosi alla salute, perché, quando avviene, durante i lavori agrari, una scalfittura o un taglio agli agricoltori, se non vi si rimedia con sollecitudine, sopravviene quasi sempre il tetano, o, per lo meno una infezione, che richiede la pronta

assistenza medica e una cura talvolta lunga.

Prima dell'uso dei concimi chimici, in questi casi i contadini spremevano sulla ferita alcune gocce di succo di foglie di certe piante, che essi conoscevano utilissime in questi tagli; la fasciavano bene e dopo uno o due giorni, la ferita era del tutto cicatrizzata; e, mentre prima i contadini andavano scalzi, con molto vantaggio della salute, ora vanno sempre ben calzati, più ancora, entrando nelle città, vestono come i migliori signori e gli eleganti giovanotti, e non indossano abiti igienici, grossolani e forti come prima, ma di seta ed eleganti; la grande ricercatezza, che usano in tutto, deprime e indebolisce la razza; e mentre prima certe malattie erano loro ignote, e la loro robustezza e longevità erano proverbiali, ora si osserva tutto il contrario.

Per corroborare la razza, conviene in molte cose tornare alle vecchie abitudini. A questo si aggiunga il troppo diminuito lavoro agricolo, perché le macchine sostituiscono, in troppi lavori, l'esercizio loro fisico, tanto necessario per la salute; da ciò segue ne' contadini diminuita resistenza al lavoro, e quindi causa d'indebolimento organico e maggior facilità a contrarre malattie, loro prima ignote. E' da lodarsi il progresso, ma solo quando non sia causa d'indebolimento organico, ferace di molti malanni fisici e morali. La macchina è lodevole e utile quando aiuta il lavoro umano, non quando lo sostituisce.

Le carni.

Oggi si fa grande abuso di carni, venuto dal tempo che il grande chimico Giusto Liebig (1803-1873) attribuì una grandissima importanza nutritiva alle sostanze azotate, come sono le carni, in modo che la quantità di azoto negli alimenti determinava il loro valore nutritivo. Questa scoperta fu subito accettata nelle facoltà di medicina, e da' medici messa subito in pratica fino ad oggi. Conseguenza immediata fu il prescrivere l'uso di carni sanguinanti, di carni pestate crude, di polveri di carni, di peptoni, di estratti di carne Liebig, ecc. Aveva dunque errato il Liebig nell'attribuire tanta importanza nell'alimentazione, con le carni?

Teoricamente aveva ragione, perché il potere nutritivo degli alimenti dipende dalla quantità di azoto, che essi contengono, e di cui hanno bisogno i nostri organi. Aveva torto praticamente, perché l'azoto appunto, più o meno in abbondanza, si trova in tutti quanti gli altri alimenti. Dietro la sua teoria, le carni e gli alimenti tonici costituivano la stessa cosa.

Da ciò è nato l'abuso delle carni, che ha portato seco una sequela d'inconvenienti e malattie, anche gravi, quali ad es. l'eccessiva formazione di acido urico con tutte le sue conseguenze, la gotta, la podagra, l'artrite, il reumatismo, la renella, la calcolosi renale e vescicale, poi il diabete, l'albuminuria, diverse malattie della pelle, e, ciò che è anche peggio, le multiforni nevrosi e la nevrastenia, così diffusa ai nostri tempi, che deteriora tanto la razza. Tutto ciò ha dimostrato il dott. Leven e la esperienza quotidiana.

Le carni, contenendo piccole quantità di sali nutritivi, tutto l'organismo se ne risente, dal sistema nervoso alle ossa, ai muscoli e alla pelle, nell'alimentazione carnea, per la deficienza di essi sali. Nella mia fanciullezza le carni comparivano ne' pasti di rado, solo nelle principali feste annue, e in quantità moderata, presso tutte le famiglie del popolo e presso i contadini.

Gli erbaggi, i legumi e il pane integrale, il granturco, il latte, qualche uovo, e il formaggio e i farinacei erano il cibo ordinario della grandissima maggioranza della popolazione; e si godeva ottima salute, e il medico entrava di rado nelle famiglie. Ora si osserva invece tutto il contrario; si mangia troppa carne dai più, e mentre si credeva di star meglio, la salute diminuisce, il medico e il farmacista lavorano incomparabilmente di più, la rendita umana ne scapita, e la razza fisicamente degenera e s'indebolisce. E' ciò un progresso? E' veramente un regresso nella salute pubblica e individuale. Con l'indebolimento organico, per la mancanza di sali nutritivi nell'alimentazione, le malattie si fanno più frequenti e più gravi, perché la resistenza fisica diminuisce; da ciò in gran parte proviene anche la tisi polmonare, come abbiamo detto tanto spaventevolmente diffusa ora dappertutto, che miete un grandissimo numero di giovani vite (circa 60.000 in Italia) ogni anno.

La pratica e l'esperienza secolare, non la chimica, deve, in genere, regolare l'alimentazione. Né la carne, né i panini bianchi, né il caffè, né la cioccolata e simili cibi rassoderanno mai la salute; ma solo un cibo misto, semplice, quale lo fornisce la natura, trattata razionalmente. Di grazia, che nutrimento possono, ad esempio, fornire il pane bianco, insipido, leggerissimo, pochissimo cotto, le paste alimentari, candide come neve o colorate artificialmente in un giallo indefinibile, che ora tutti ricercano, allettati dal loro colore o candore?

Vi manca il meglio, cioè il glutine i fosfati e gli altri sali, che sono aderenti alla crusca, e le vitamine, che si trovano nella crusca stessa. Il pane integrale è il cibo, che ci fornisce la natura, e che il nostro organismo richiede e digerisce bene. E' necessario perciò tornare indietro, cioè agl'insegnamenti della natura. Da tutto ciò segue che i sali nutritivi degli erbaggi e dei legumi non si devono gettare, ma devono restare nella nostra alimentazione, come parti necessarie, indispensabili per la nostra salute, se vogliamo sfuggire molte malattie, le quali continueranno certamente ad affliggerci, se il nostro corpo non trova nei cibi i sali, che gli sono necessari, negli erbaggi e ne' legumi, dove la natura, cioè Dio, li ha perciò molto ampiamente diffusi, e sono molto scarsi, e alcuni mancanti, nelle carni.

Cottura degli erbaggi.

Fino dal 1884 il Fonsagrives, in Francia, aveva proposto di cuocere questi erbaggi con il vapore di acqua, perché così avevano un sapore più delicato e più gustoso. Ma questo dipende appunto dal non essere stati sfruttati gli erbaggi con l'ebollizione e dal conservare perciò tutti i loro componenti, specialmente salini.

Questa cottura razionale si fa ora in modo molto semplice. Dentro un recipiente di ferro o di rame, o di latta fornito di fori sulle pareti e sui fondo, sostenuto da tre piedi di ferro o latta, si pongono gli erbaggi da cuocere. Questo recipiente, per i suoi piedi o per essere sostenuto da una catenina metallica, non tocca il fondo di una altra caldaia o marmitta comune più grande, dalla quale dista circa 10 o più centimetri, e in essa, collocatavi l'acqua, che non giunga al recipiente inclusovi, e coperta, si fa bollire quest'acqua; il vapore che si solleva, invade gli erbaggi, che vi si lasciano fino a cottura completa. I legumi si cuociono direttamente nell'acqua, ma non si getti la prima acqua di cottura, che contiene buona parte dei sali nutritivi, disciolti.

Questo modo di cuocere gli erbaggi mediante il vapore di acqua, da molto tempo di uso comune in Germania, si è diffuso, ora anche in Francia e in altre regioni. Perché non si può fare lo stesso in Italia?

La tavola annessa indica la composizione percentuale dei nostri principali alimenti, e può servire assai bene nella loro scelta e per conoscere la quantità e qualità di sali, che contengono. Il decotto delle piante medicinali giova nelle diverse malattie, anche perché danno agli organi i sali, necessari all'organismo, in stato organico, ossia in stato di perfetta digeribilità e assimilazione.

Un buon ricostituente naturale per i bambini e i fanciulli.

Si ottiene facendo cuocere nell'acqua, a lungo, una miscela di semi di grano, orzo, avena o segala, granturco o riso, macinati nel macinino comune da caffè. Questo decotto estrae i fosfati, gli acidi organici e i sali minerali, che contengono in abbondanza, e li fornisce al nostro corpo in stato di essere facilmente digeribili e assimilabili: ciò che non avviene con gli stessi costituenti, preparati chimicamente; si ha poi anche il non piccolo vantaggio che costano pochissimo a paragone dei prodotti chimici farmaceutici.

Questo ricostituente favorisce l'accrescimento del corpo, portandogli quegli elementi organici nutritivi, di cui ha bisogno in stato di perfetta assimilazione; cosa necessarissima per un completo sviluppo. Convieni a tutti i bambini e specialmente nel tempo della dentizione e dello slattamento, e alle nutrici per aumentare la quantità e la qualità del latte, e ai fanciulli.

Questo ricostituente, assicura il dott. Narodetzki, è stato largamente sperimentato negli ospedali per bambini, e, privatamente, nelle città, e ha salvato innumerevoli fanciulli deboli e malaticci, e conviene ancora in modo speciale, essendo ricco di fosfati, ai rachitici, ai linfatici, agli scrofolosi e ai tubercolotici, cui da forza e vigore, perché fornisce all'organismo quei sali minerali, necessari per il regolare sviluppo, quali la calce, la potassa, la soda, la magnesia, il ferro, il fosforo, il silicio e il doro, in stato di perfetta assimilazione (Springer). I risultati, che si ottengono, al dire del dott. Deschamps, che l'ha usato a lungo, sono assolutamente incredibili ne' fanciulli, perché il ricambio organico è favorito in modo sorprendente.

Si prepara mescolando insieme la farina ottenuta macinando un cucchiaino per sorta di semi di orzo, di avena, di grano, di granturco, di segala e aggiungendo un cucchiaino di crusca di frumento; due a quattro cucchiaini da minestra o più di questa miscela si fanno bollire a fuoco lento in un litro di acqua fino alla riduzione di circa un terzo; quindi si passa per panno sottile, e vi si unisce zucchero o miele, e si da con latte, metà per sorta, o si mescola con altri alimenti fecolenti o erbaggi, nel pranzo e nella cena. Ai bambini bisogna darne pochi cucchiaini nella giornata a distanza. Si possono anche usare semi di piselli o altri legumi.

Il dott. Deschamps lo prepara così: sei cucchiaini della miscela suddetta si fanno bollire in circa due litri di acqua per circa tre ore; poi si passa attraverso panno sottile; si ha così circa mezzo litro di un liquido spesso, che si mescola con gli erbaggi del pranzo e della cena. Per i bambini si da a piccoli cucchiaini, alcune volte il giorno, non mai troppo, diluito con latte o con metà di acqua e di latte zuccherato. Il miele è sempre preferibile allo zucchero.

Il Kneipp, nella sua clinica per bambini, faceva bollire semi di avena con metà o un terzo di semi di grano, ridotto tutto in polvere nel macinino da caffè, nell'acqua, o in metà di acqua e metà latte. Per variare, usava ancora la farina di grano, orzo, piselli e fagioli. Queste miscele più a lungo si fanno bollire e più estraggono le sostanze nutritive, che contengono. Ai bambini se ne deve dare sempre in piccole porzioni per volta e non badare al loro appetito; altrimenti la digestione si fa male, gl'intestini si dilatano e s'indeboliscono e avvengono indigestioni.

La quantità, indicata sopra da far bollire, non è stabilita; sicché si può all'occorrenza aumentare un poco, o diminuire; come pure si possono usare solo alcuni dei semi indicati, a piacimento.

Di questa miscela, fermentando facilmente, specie di estate, se ne deve preparare poca per volta.

Se si guarda la tavola annessa, che indica gli elementi, che si trovano ne' semi indicati, si vedrà la ragione dei vantaggi,

che vi si traggono con questo ricostituente naturale.

Conosco un fanciullo di sei anni, che cresceva stentatamente, quasi pelle e ossa, senza colore, malaticcio all'aspetto, che, usando il decotto di sola crusca di grano (un pugno), bollita in un litro di acqua fino a riduzione di circa un terzo, e che poi, passato per panno lino e unito per metà con latte e addolcito con miele, prendeva a colazione e a merenda, in un solo mese era aumentato di sei kilogrammi, e aveva acquistato aspetto sanissimo.

Questo decotto può servire anche per adulti, con vantaggio. Inoltre può la semola di grano, così preparata in decotto, riuscire molto vantaggiosa anche ad altri, quando si tratta cioè di fornire, come ai tubercolotici o ad altri malati, il calcio come rimineralizzatore dei tessuti. Mentre un Kg. di farina finissima contiene solo grammi 0,38 di calce, un Kg. di farina corrente Kg. 0,53, un Kg. di crusca contiene grammi 1,63 di calce. Tra gli erbaggi, i cavoli ne contengono, per un Kg., grammi 8,85; tra gli altri alimenti, il latte di vacca, per litro, ne contiene gr. 1,70. (1) Il che prova l'utilità della crusca, com'è indicata, in molti casi, tanto più che la calce, che si somministra in questo modo, vi si trova allo stato organico sotto forma di alimento e in unione con altri sali organici, perfettamente assimilabili; il che non è nei preparati chimici di calcio.

SPIEGAZIONE DELLE PIÙ NOTEVOLI MALATTIE INDICATE.

Acidità di stomaco. - V. Dispepsia, pirosi.

Acne. - Malattia della pelle con infiammazione dei follicoli sebacei della base dei peli, specialmente della faccia, delle spalle, delle braccia e del dorso. - Lavande addolcenti, bibite depurative.

Afte. - Ulcerazioni della bocca, biancastre, grosse da una testa di spilla a una lenticchia, circolari, molto dolorose, con alito fetido; la masticazione è penosa. - Astringenti: limone, bardana, gargarismi astringenti.

Albuminuria. - Presenza di albumina nelle urine, dovuta a malattia dei reni. - Ginestra, mais, latte ecc.

Amaurosi. - Consiste nell'indebolimento o nella perdita totale della vista per lesione del nervo ottico o della retina; cause: diabete, albuminuria, sifilide, altre malattie a decorso lento o rapido.

Amenorrea. - V. Regole.

Anasarca. - V. Idropisia.

Anemia. - Malattia, in cui il sangue è povero di globuli rossi e molto acquoso (il contrario del normale); si ha pallore delle labbra, della pelle, della congiuntiva degli occhi, debolezza generale. - A-mari, centaurea minore, assenzio, trifoglio acquatico, rosmarino, tonici.

Angina. - Comprende tutte le infiammazioni o malattie della gola o faringe, per cui si ha difficoltà di inghiottire: angina semplice o male di gola (gola rossa), amigdalite (tonsille rosse e gonfie) o squinanzia. - Agrimonia, erba di S. Benedetto, mallo di noce, quercia, fieno greco, cipolla, salvia, gargarismi astringenti o calmanti.

Apoplessia. - Versamento di sangue nel cervello per rottura dei suoi vasi capillari: sospensione delle funzioni cerebrali, privazione di senso e di moto, paralisi.

Arterio-sclerasi. - Indurimento delle pareti delle arterie. - Biancospino, vischio, iodio, ioduri.

Artrite. - Infiammazione delle articolazioni: può essere semplice (caduta, fratture), blenorragica (da blenorragia), gottosa, reumatica.

Ascesso: specie di tumore o cavità, contenente pus; può essere interna o esterna del corpo. Dicesi caldo o acuto, se fa dolore, con pelle rossa, se superficiale, infiammata e con febbre; freddo o cronico, se il gonfiore è molle, fluttuante, non rosso (spesso si ha nella tubercolosi, nella scrofola (es. ghiand. del collo). Negli asces. caldi: emollienti, fieno greco, malva, cipolla, papavero: negli ascessi freddi: emollienti.

Ascite. - Idropisia del peritoneo o sacco sieroso, che avvolge gli organi intestinali, prodotta da malattie di cuore, del fegato e dei reni. Diuretici.

Asfissia. - Sospensione o difficoltà di respirare, proveniente da diverse cause. - Aromatici, caffeina, etere, ossigeno, tabacco, respirazione artificiale. Tentare sempre e con costanza la respirazione artificiale, specialmente ne' sommersi e ne' colpiti da corrente elettrica, e per lungo tempo; questa non uccide, ma solo paralizza; il fulmine uccide.

Asma. - Malattia nervosa con difficoltà di respiro ad accessi d'intensità e durata variabili, con bronchite o senza. - Aglio, amari, antispasmodici, sigarette aromatiche, eucalipto, issopo, edera terrestre, maggiorana, marrubio, rosmarino, salvia, serpillio, tossillagine, valeriana.

Atonia. - Mancanza di tono, debolezza generale o locale.

Ballo di S. Vito o corea. - Malattia nervosa con movimenti disordinati e involontari delle diverse parti del corpo; talora viene dopo una caduta, uno spavento, per vermi intestinali, per dentizione stentata, difficile. - Valeriana e suoi composti.

Blefarite. - Infiammazione delle palpebre. - Equiseto, rosa.

Blenorragia. - Malattia contagiosa da rapporti sessuali illeciti.

Brighi (Malattia di), malattia dei reni.

Bronchite. - Infiammazione dei bronchi; non curata, può diventare cronica. - Gemme di pino, creosoto, eucalyptus, issopo, lichene, olmo, poligala, regolizia, rivulsivi, rosmarino, tossillagine, viola mammola.

Calli. - Aglio, calendula, aceto.

Cardiopatie. - Disturbi di cuore.

Cataratta. - Quando il cristallino degli occhi diventa opaco.

Catarro. - Secrezione abbondante (più o meno) di alcune mucose infiammate; può essere acuto o cronico; es. dei bronchi, della vescica, dell'intestino, dell'orecchio. Nel bronchiale e polmonare: aglio, gemme di pino, crescione, eucalipto, issopo, lichene, maggiorana, marrubio, pino, serpillio, olmo.

Cistite. - Infiammazione della vescica urinaria. - Astringenti, diuretici.

Cirrosi. - Malattia del fegato.

Clorosi. - V. Anemia.

Colera. - Malattia contagiosa epidemica, prodotta o dal bacillo - virgola di Koch (col. asiatico) o dalla moltiplicazione del colibacillo (colera nostras) o sporadico.

Colerina. - Forma leggera del colera nostras o sporadico.

Calicò. - Dolori più o meno forti di ventre e specialmente dell'intestino crasso, da cause diverse (indigest., infiammaz. intestinali, dissenteria, alcuni avvelenam). Se prodotta da accumulo di gas, colica ventosa, se da disturbi nervosi, coliche nervose.

Coliche di fegato (epatiche), nefritiche (renali). - Dolori forti e anche fortissimi, prodotti da calcoli del fegato o dei reni; quelli si formano nella cistifellea o vescichetta della bile, questi nella vescica urinaria e possono essere piccoli o grossi e grossissimi, pesanti persino talvolta anche qualche chilogrammo. Coliche epatiche: gramigna, ginepro, tarassaco, Rimedio di Durande, saponaria. - Coliche nefritiche: diuretici, gramigna, erba murale. - Coliche de' fanciulli; sciroppo di cicoria, olio di camomilla.

Contusione. - Lesione prodotta dall'urto, più o meno forte, su una parte del corpo, senza lacerazione, ma con travaso di sangue; se i capillari si lacerano e si forma una macchia violetta-scura, che poi si fa scura, verdognola, giallastra e poi scompare, se ha l'ecchimosi; se il sangue travasato forma un tumore molle, con i margini duri, si ha una bozza., che può poi formare un ascesso. - Arnica, consolida, issopo, millefogho, piantaggine, rosmarino, salvia, calendula, tormentilla, verbena, aceto ecc.

Costipazione. - Difficoltà di andare di corpo, o incompleta evacuazione delle feci. - Camomilla, cerase, cicoria, emollienti, fichi, frassino, olio di oliva, lassativi, lino, miele, prugne, uva, rabarbaro, ricino (olio).

Convalescenza. - Amari: genziana, china, centaurea minore, tonici.

Convulsioni. - Contrazione rapida e involontaria di muscoli, seguita da rilasciamento (puerpere, fanciulli, epilettici, isteria). - Antispasmodici, papavero dei campi, arancio, tiglio, valeriana e suoi composti.

Corizza. - Raffreddore di testa o infiammazione della mucosa nasale. - Canfora, mentolo, cavolo.

Crampi di stomaco (gastralgia). - Dolori fortissimi, di durata più o meno lunga, nel vuoto dello stomaco, che si diffondono verso il ventre, i reni, in forma di punture, di calore (durante i pasti o fuori di essi); talora questi li fanno cessare. La faccia si fa pallida; digestioni stentate; cattivo appetito. - Anisi, antispasmodici, camomilla, carbone (polvere fina), emollienti, menta, stomachici, arancio, melissa, tiglio.

Crosta da latte o lattea. - Malattia dei bambini; sulla faccia e sulla testa si formano piccoli bottoni, da' quali esce un liquido, che poi forma croste giallognole o grigie, di odore fetido. - Bardana, cavolo, depurativi, emollienti, fumaria, equisetto, viola selvatica, lupino.

Dartri. - Termine generico per indicare le malattie della pelle (acne, eczema, erpete, impetigine, lichene, lupus, ecc. (v. queste parole).

Diabete. - Malattia, in cui le urine contengono zucchero (glucosio) e sono più o meno abbondanti. - Tormentilla,, crescione, noci, bardana, eucalyptus (foglile), e amari.

Diarrea. - Emissione di feci, abbondanti, liquide o semiliquide (per indigestione, infiammazioni intestinali, rapido raffreddamento, avvelenamenti, inizio di febbre tifoide con o senza febbre e dolori. (V. coliche). - Agrimonia, mirtillo, astringenti, camomilla, quercia, cotogne, fragole, lichene, nespole, ortica, centinodio, rovo ecc.

Digestioni difficili. - Assenzio, cardo santo, centaurea minore, anici, camomilla, polvere di carbone (finissima), finocchio, ginepro, genziana, issopo, maggiorana, melissa, menta, china, rabarbaro, rosmarino, salvia, rovo, serpillio, timo, tiglio, veronica.

Dissenteria. - Malattia da infezione intestinale con coliche forti, prima diarroiche, frequenti, poi con deiezioni liquide con piccole masse bianche, come albume di uova semicotto, e righe rosse, poi con sangue, quasi puro, e frammenti della membrana intestinale, da ultimo con pus molto fetido; le scariche sono frequentissime nelle 24 ore e con fastidio molto doloroso all'ano, in piccola quantità ogni volta; talora si accompagna difficoltà di urinare; quindi dimagrimento, molta sete, pelle secca, abbattimento o, sonnolenza, raffreddamento generale del corpo. - Nelle forme benigne si ha poca febbre, scariche da 10-12, però con dimagrimento rapide. In genere, guarigione in 8-10 giorni. V. diarrea.

Dismenorrea. - V. Regole.

Dispepsia. - Difficoltà di digerire. V. Digestioni difficili. Può dipendere da scarsità di sugo gastrico (pepsina e acido cloridrico) o solo dall'acido (ipocloridria) o dal suo eccesso (ipercloridria), o da movimenti dello stomaco, per lo più diminuiti; quindi fermentazioni anormali con sviluppo di gas. - Nella forma flatulenta si aggiunge dilatazione di stomaco con uscita di gas, che sollevano un poco. Nella forma ipercloridrica si ha rinvio e vomiti di liquidi molto acidi, che, nel passare per l'esofago e la gola, danno sensazione di bruciore (pirosi) e forti dolori di stomaco.

Disuria. - Difficoltà di urinare.

Eclampsia. - Malattia, che da convulsioni e contrazioni con perdita della conoscenza.

Echitnosi. - V. Contusioni.

Eczema. - Malattia della pelle con più varietà: costante è il fastidio, spesso intollerabile, che spinge il malato a grattarsi di continuo. Se si ha solo rossore diffuso con pelle gonfia, si ha l'ecz. eritematoso: se si formano bottoni duri, grossi come una testa di spilla, pallidi o rossi, che scompaiono in 2-3 giorni, si ha l'ecz. papilloso; quando, in queste due forme, che si risolvono in lamelle, la caduta di queste si prolunga assai, si ha l'ecz. squamoso. Queste forme sono benigne.

Talora però, dopo il rossore e i bottoni, si formano piccole vescichette, sparse qua e là, o addossate le une alle altre, piene di liquido giallognolo, che macchia la biancheria (ecz. vescicolare); ora queste vescicole si rompono e lasciano uscire il liquido contenuto (ecz. umido); questo poi si disicca e forma specie di croste (ecz. crostoso); ora l'eczema si associa, ne' bambini, con l'impetigine (ecz. impetiginoso). Tutte queste forme possono trovarsi sopra uno stesso soggetto. - Lupino.

Emicrania. Vedi Micrania.

Emorragie. - Perdite di sangue. - Astringenti, quercia, equisetto, tormentilla, ortica, fragola, tannino, vite, adrenalina.

Emorroidi. - Emorragia della parte inferiore dell'intestino retto, attorno all'ano. - Quercia, millefoglie, tormentilla, cipresso, linaiola.

Emottisi. - Vomito di sangue. V. tisi.

Enfisema, - Dilatazione anormale delle vescicole polmonari. V. asma.

Enterite. - Infiammazione dell'intestino. E' acuta, con coliche talora molto dolorose, specialmente attorno all'ombelico, con diarrea di sostanze alimentari più o meno digerite, diluite, poi liquide, giallastre, lingu a sporca, senza appetito, sete forte, ventre teso, dolorante, spesso febbre; cronica: spesso viene dopo la precedente: diarrea abbondante con cibi mal digeriti, o di muco vischioso, verdastro, molto fetido; dimagrimento forte e rapido; è la forma diarroica; nelle forma secca, manca la diarrea; si ha costipazione con defecazione, dopo 5-15 giorni, di materie dure con filamenti biancastri, simili a bianco di uovo o anche tinti di sangue; frequente nelle donne e in chi fa vita sedentaria, e in chi lavora molto con la mente.

Epilessia. - Malattia nervosa; attacchi bruschi, per lo più di breve durata, ne' quali il malato cade senza conoscenza, e subisce forti convulsioni, che possono venire il giorno o la notte; la malattia viene per accessi. - Erba di S. Giovanni, valeriana e suoi composti chimici. Malattia difficile a curarsi.

Epistassi. - Uscita di sangue dal naso. - Astringenti (urtica, equisetto ecc.),

Erisipela. - Malattia contagiosa, infettiva, prodotta da un bacillo (Streptococco). Può essere chirurgica o medica. La prima si sviluppa attorno a una piaga; la seconda è spontanea, sulla faccia o in altre parti del corpo, e dura da alcune ore a pochi giorni, con malessere, mal di capo, vomiti, febbre fino all'eruzione completa, che consiste in macchie rosse, lucenti, salienti, irregolari, poi in squamine. Nella erisipela chirurgica in macchia si forma presso la piaga; la cicatrizzazione non ha luogo, e la malattia si aggrava. - Amido, cavolo, sambuco.

Erpete. - Malattia della pelle, su cui si formano piccole vescichette, prima trasparenti, poi opalescenti (bianco-turchino pallide), poi si trasformano in croste nerastre. Vi sono diverse forme di erpete.

Febbre. - Stato morboso, che si riconosce dall'aumentata temperatura del corpo, dall'accelerazione dei battiti del cuore e quindi del polso, dall'aumento del numero delle respirazioni, da malessere generale, dolori di testa, sudori e forte sete; la pelle talvolta è secca. Tra le più notevoli si distinguono: febbre cerebrale o meningite (infiammazione delle meningi del cervello); febbre eruttiva (nella scarlattina, nella rosolia, nel vaiolo); febbre da latte, in alcune donne dal 3° al 4° giorno dopo il parto; è leggera; febbre intermittente, (da miasmi paludosi); febbre terzana, quartana, varietà della preced., che ritorna ogni 3 o 4 giorni; febbre tifoide, prodotta dal bacillo di Erberth, ecc.

Ferite. - Amica, bardana, consolida, quercia, millefoglie, verbena, iperico.

Flebite. - Infiammazione delle vene (per lo più delle gambe). - Riposo in letto con la gamba sollevata da un cuscino, avvolgerla con ovatta; bagni tiepidi; unzione con unguento napoletano; massaggio, fatto da medico abile, castagno d'India.

Flemone. - Specie di ascesso. V. ascesso, panareccio.

Fluori bianchi. V. Leucourrea.

Foruncoli. - Piccoli tumori della pelle, infiammati, conici, prima rossi, fastidiosi, poi, bianchi in cima, si rompono emettendo un liquido giallastro; poi si seccano. - Astringenti, emollienti, acqua calda, cipolla.

Gangrena. - Parie del corpo, morta per arresto della circolazione, fredda, brunastra, insensibile.

Gastralgia. - Dolore di stomaco. - Camomilla, anici, menta, stomachici, antispasmodici.

Gastrite. - Infiammazione della mucosa dello stomaco; può essere acuto o cronica. - Digestivi, calmanti, emollienti, stomachici.

Geloni. - Astringenti, sellare, quercia, castagno d'India, noce, tannino.

Gengive: flosce, infiammate. - Ononide, quercia, crescione, rovo, salvia, tormentilla, verbena, agresto (uva non matura).

Gotta. - E' malattia della diatesi artritica (renella, reumatismi, coliche nefritiche), spesso ereditaria, che attacca specialmente la mani e i piedi, in cui si formano noduli, più o meno grossi, di urato di soda o di urato e fosfato di calcio; può essere acuta o cronica. Amari, camomilla, ribes, limone, fragola, frassino, fumaria, ginestra, ginepro, genziana, cimaria, saponaria, salvia, tormentilla ecc. Bagni caldi con le piante predette.

Gozzo. - Ingrossamento, a guisa di tumore, del corpo tiroide, situato avanti al collo; molto frequente nelle donne, ne' bambini e ne' giovanetti; spesso ereditario; endemico in alcuni luoghi, epidemico talora nelle caserme, nelle scuole; l'origine è incerta. Come igiene preventiva: non abitare i luoghi, dove si trova la malattia, andarsene se ve n'è qualche caso, bere acqua bollita. - Iodio pel-bocca, alghe marine dissecate a fuoco dolce e polverizzate, tintura di quercia marina e suoi impacchi freschi, locali; ioduri.

Grippe o influenza. - Epidemica, con febbre, indebolimento, dolori di testa, di gola, raffreddori di testa e di petto, assenza di appetito, sete.

Idropisia. - Raccolta di liquido sieroso in una parte del corpo; si ha l'idrotorace, se la raccolta sierosa è in una o ambedue le pleure, senza dolori e senza febbre (in ciò si distingue dalla pleurite); uscite, idropisia del peritoneo; idrocefalia, idropisia delle cavità interne del cervello; idartrosi, idropisia delle sinoviali, che tappezzano l'interno delle congiunture, e facilitano il funzionamento di due superfici l'ima sull'altra.

Insonnia. - Difficoltà di dormire, per effetto di indigestione, di febbre, disturbi nervosi, dolori fisici. - Papavero, arancio, tiglio, camomilla, maggio.

Isterismo. - Malattia nervosa con caratteri molto complessi. E' contagiosa per imitazione ne' soggetti, che vi hanno predisposizione. - Antispasmodici, camomilla, marrubio, matricaria, valeriana e valerianati.

Itterizia. - Malattia del fegato, per cui la bile passa nel sangue, e le mucose (occhi, gengive) e la pelle si fanno più o meno giallognole; l'impedimento al passaggio della bile dalla cistifellea all'intestino può prodursi da calcoli biliari, da catarro, da cirrosi e da tumori del fegato stesso; le urine si fanno giallo-verdognole e gli escrementi biancastri. - Amari assenzio, cardo santo, centaurea minore, carciofi, asparagi, betula alba, ribes nero, gramigna, fumaria, marrubio, trifoglio acquatico, depurativi, tormentilla ecc.

Laringite. - Infiammazione della laringe: voce rauca, velata o afonia; difficoltà d'ingoiare, un po' di tosse, talora anche febbre. - Erisimo ecc.

Leucorrea. - Perdita di liquido vischioso e filante, bianco-giallognolo o verdastro; è malattia delle donne. - Astringenti, quercia, fragola, noce, ortica, piantaggine, rovo, rose, tormentilla, lavande interne astringenti.

Lichene. - Malattia della pelle, per lo più cronica, con eruzione di piccoli bottoni duri, piatti, rossastri, sparsi o aggruppati, che danno molto fastidio: Avambraccio, collo, gambe ecc. Lombaggine. - Dolore ai lombi, senza rossore, né gonfiore, e, d'ordinario, senza calore locale, nevralgico o reumatico, per corrente di aria, sforzo o altro movimento rapido del corpo. - Cataplasmi calmanti, frizioni, ginepro, verbena, V. Reumatismo. Lupus. - Malattia della pelle in forma di ulcere rodente, per lo più sulla faccia; si ha il L. volgare o tubercolare, prodotto dal bacillo della tubercolosi; è inoculabile, il L. eritematoso, di natura, pare, scrofoloso-tubercolare; ambedue con decorso assai lento; il L. vorax ha decorso rapido e distrugge in profondità pelle, muscoli, ossa ecc.

Menopausa. - Cessazione delle regole.

Meteorismo. - Raccolta di gas nell'intestino. Pinocchio, anici ecc. Menorragia. - Regole troppo abbondanti.

Micrania. - Forte dolore, di regola, a una sola parte della testa, a periodi, spesso accompagnato da pizzicore negli occhi, inappetenza, nausea, malessere generale, piedi freddi - E' necessario curare prima la circolazione del sangue, regolarizzandola; la cura Kneipp qui è sovrana; i calmanti non giovano che momentaneamente, togliendo il dolore, ma restando la causa (cattiva circolazione).

Milza. - Suo ingorgo. - Agrimonia, asparagi, cicoria, depurativi, verbena, ribes, saponaria.

Nevralgia. - Forte dolore lungo il tragitto di un nervo e delle sue ramificazioni; viene per accessi. - Calmanti,

camomilla, ginepro, lavanda o spigo, menta, mentolo, rivulsivi, serpillio, valeriana e suoi sali.

Nevrastenia. – Indebolimento della forza nervosa. - Tonici.

Oftalmia. - Comprende tutte le infiammazioni degli occhi, che diventano rossi e doloranti. - Astringenti, equisetto, rosa, camomilla, finocchio, sambuco, vite.

Orecchioni. - Malattia epidemica e contagiosa delle ghiandole salivari (parotidi) presso le orecchie, che si gonfiano.

Ozena. - Malattia cronica con dilatazione delle fosse nasali e con croste nelle sue cavità e con secrezione, spesso abbondante, puri-forme; croste verdognole, difficili ad allontanarle, fetidissime, che allontanano le persone. Guarigione difficile. - Menta, mentolo (iniezioni).

Panareccio. - Infiammazione acuta delle parti molli delle dita delle mani, dolori forti, gonfiore, rossore; da puntura o da taglio. Ordinariamente suppara con molto pus. - Sale comune, cataplasmi di fieno greco, limone, emollienti, millefoglie, cipolla, V. ascessi.

Paralisi. - Perdita del moto e della sensibilità di una parte o di tutto il corpo; paraplegia, se è affetta la metà solo inferiore del corpo (può comprendere anche gl'intestini e la vescica). La malattia può attaccare anche solo un nervo (paralisi parziali): p. facciale, del nervo trigemino, de' nervi motori dell'occhio ecc.

Pelle (screpulture). - Consolida maggiore, astringenti

Peritonite. - Infiammazione del peritoneo (sacco sieroso, che circonda tutti gli organi dell'addome).

Pleurite. - Infiammazione della pleura, che ravvolge i polmoni. - Cavolo, emollienti, diuretici, vescicanti, mignatte.

Poliuria. - Abbondante secrezione di urina.

Podagra. - Gotta dei piedi (v. gotta).

Polmonite. - Infiammazione del polmone, che talvolta si associa con la pleurite (pleura-polmonite); è prodotta da un bacillo speciale (pneumococco) ed è contagiosa. - Espettoranti, emollienti, pettorali, poligala, (v. bronchite).

Punture d'insetti. - Ammoniaca, ribes, matricaria, cipolla, piantagine, erbetta romana.

Rachitismo. - Malattia dello sviluppo, distinta per il rammollimento delle ossa e la loro deformazione. - Decotto di cereali, luppolo, olio di fegato di merluzzo, trifoglio di acqua, serpillio, tonici.

Raucedine. - Agrimonia, eucaliptus, gargarismi emollienti, erba dei cantanti, serpillio ecc.

Regole. - Emorragie periodiche delle donne; se sono sopresse, si ha l'amorrea; se dolorose e troppo abbondanti, si ha la dismenorrea.

Renella. - piccoli granuli, spesso rossi (acido urico) nell'orma. Diuretici, mais, avena, ononide, betula, ribes, ginepro, orzo, primola, parietaria, olmaria.

Reumatismo. - E' prodotto da flussioni, che si notano in diverse parti del corpo (articolazioni, un muscolo, un viscere, un nervo), unite con forte dolore. Può essere acuto, cronico, muscolare, nervoso. - Limone, amari, bardana, betula, ribes, frassino, ginestra, ginepro, genziana, gramigna, olmaria, ecc.

Ritenzione di urina. - Avena, gramigna, diuretici, gambi di cerase, barbe di granturco.

Rosolia. - Specie di febbre eruttiva, che si associa con piccole macchie rosse sulla pelle; è contagiosa, epidemica, molto frequente ne' bambini. Bardana, borragine, viola mani., sudoriferi. Il sistema Kneipp la guarisce presto e sicuramente.

Sangue dal naso (epistassi). - Emostatici, ortica, tamponamento, vischio.

Scabbia. - Malattia della pelle, prodotta dell'acaro della scabbia, che da forte fastidio; si trasmette per mezzo di panni usati dai malati. - Lupino.

Scarlattina. - Malattia contagiosa, che si distingue per macchie rosso-scarlatte, febbre, male di gola, gonfiore delle tonsille, poi macchie rosso-cupe sul corpo; quindi risoluzione in squamme piccole sulla faccia e in larghe placche sul resto del corpo, in specie nelle mani e sui piedi.

Sciatica. - Malattia nevralgica del nervo sciatico (delle gambe).

Scorbuto. - Malattia prodotta da sangue viziato cioè alterato, con gonfiore e perdita di sangue dalle gengive; ora è rara; ha origine dall'uso esclusivo e prolungato di carni salate, di conserve e da eccessive fatiche. Frequente, prima, ne' lunghi viaggi di mare.

Scottature. - Balsamo del Samaritano, mallo di noce, carota, carbone, consolida maggiore, acqua fredda, cipolla, ortica, patata, sambuco.

Scrofolo. - Malattia generale, il cui carattere principale è il gonfiarsi delle ghiandole del collo, talora anche delle ascelle e degl'inguini, che diventano dure, grosse, rosse, poi molli e in fine si aprono con uscita di un pus scmiliquido, cui

succedono cicatrici con margini irregolari; talvolta si associano altre malattie negli occhi con macchie nella cornea (cheratite) e bronchiti croniche. La malattia, non curata in tempo, predispone alla tubercolosi. - Amari, bardana, quercia, decotto di cereali, depurativi, frassino, genziana, fumaria, olio di fegato di merluzzo, noce, trifoglio di acqua, tonici ecc.

Sincope, svenimenti. - Sospensione temporanea della intelligenza e della respirazione con battiti cardiaci non percettibili, per cui il malato cade in terra e rimane inerte; può avvenire all'improvviso o lentamente; la durata è di pochi secondi ad alcuni minuti; è la sincope; se questi sintomi sono molto più deboli, si ha lo svenimento. - Aria, aceto, ammoniacca, cordiali, aromatici, acqua di Colonia, di melissa, etere, melissa, menta, ossigeno, respirazione artificiale, rivulsivi.

Singhiozzo. - Contrazione rapida del diaframma. - Respirare profondamente più volte di seguito, bere un bicchiere di acqua fredda, prendere una presa di tabacco, sacchetto di carta applicato al naso e alla bocca.

Stimolanti. - Son quei medicamenti, che aumentano l'attività delle funzioni dell'organismo, momentaneamente, rendendo più attiva la circolazione sanguigna. - Anici, finocchio, assenzio, menta, melissa, timo e tutte le piante aromatiche in genere.

Stomachici. - Tutti quei medicamenti, che favoriscono la digestione nello stomaco. Sono gli amari e i tonici (V. queste parole). Se lo stomaco soffre di debolezza, si richiedono gli aromatici, gli amari, i tonici e i rinforzanti; se di irritazione o infiammazione, sono indicati i calmanti, i rinfrescanti, i mucilluginosi; se d'imbarazzi, un vomitivo o un purgante; talvolta basta una dieta.

Spasimi. - Contrazione convulsiva dei muscoli o dei nervi specialmente della gola, dello stomaco, dei polmoni o dell'intestini. - Antispasmodici, finocchio, melissa, menta, valeriana.

Spermatorrea. - Perdite seminali involontarie.

Stomatite. - Infiammazione della bocca. - Rinfrescanti.

Storta, ammaccatura, dei legamenti di una articolazione, senza spostamento di ossa. - Arnica, consolida, edera, sambuco, issopo, vulneari.

Sudori dei tisi e dei convalescenti. - Astringenti, salvia.

Tetano. - Malattia prodotta da un bacillo (il bac. del tetano), che vive sul terreno, caratterizzata da contrazione dolorosa e permanente de' muscoli della mascella e del collo, da stati convulsivi di certi gruppi di muscoli, talvolta anche di tutto il corpo. - Si prende il bacillo con le ferite, le piaghe, i morsi del cavallo, con strumenti non puliti, con le ferite de' nervi, le cadute per strada, dove siano escrementi, specialmente di cavallo, che possono contenere il bacillo. Il tetano acuto uccide in 1-4 giorni, il cronico può durare 30 giorni e guarire. Chi è esposto a cadere da cavallo, (cavalcatori, corridori, ciclisti) farà molto bene portare sempre guanti di pelle.

Tigna. - Malattia contagiosa de' capelli della testa per causa di funghi microscopici, che l'invadono dentro e fuori, per cui cadono a chiazze, che si coprono di croste brune o grigio-giallognole, con prurito e fastidio, per cui il malato si gratta continuamente. Si trasmette facilmente con le forcibi e le spazzole infette. Si può evitare con una buona igiene della testa. - Bardana, mallo della noce, pomate e polveri speciali, depurativi.

Tisi o tubercolosi. - Malattia contagiosa, prodotta dal bacillo di Koch; si trasmette da uomo a uomo, da questo ad animali e viceversa, e può invadere tutte le parti del corpo. Comune è la tubercolosi polmonare o tisi polmon., che attacca i polmoni, i quali presentano allora piccole granulazioni (tubercoli), causa della loro disorganizzazione; si associano la tosse, espettorazione giallo-verdognola, sputi e vomiti di sangue, febbre continua, sudori, specialmente notturni, indebolimento progressivo.

Da principio è facile guarirne con buona cura e adatta igiene. - Si contrae con la respirazione di aria o di polveri contenenti il bacillo; con gli alimenti (latte, carne, fegato, reni ecc. di animali tisi, non cotti bene); con la pelle, usando, per ulcers, piaghe, tagli ecc., bende già servite a tali malati; per mezzo di animali già malati (pappagalli, cani, gatti, scimmie; i pappagalli hanno i bacilli sulle vegetazioni verrucose della testa, sul becco, gli altri sulla lingua, nella saliva nel liquido nasale, negli escrementi e nella tosse).

Vi sono poi cause predisponenti alla malattia: genitori tubercolosi, per la debolezza organica dei figli; l'eredità, constatata per la metà de' casi; certe costituzioni organiche (persone da' capelli rossi, dalle spalle sporgenti, dal petto stretto e aventi una depressione al di sopra delle clavicole; l'esagerato sviluppo delle tonsille; gonfiori de' gangli linfatici; l'età (dopo i 50 anni è più frequente, poi da 40-50; più rara da 5-10 anni; l'uomo dai 20-40 anni ne è più spesso la vittima); raccolta di molti individui, non tutti egualmente sani; le professioni (fornai, carbonai, pulitori di vetri o metalli, marmisti, tagliatori di pietre, compositori di tipografia, ecc); alcune malattie (pleurite, bronchite, vaiolo, diabete); l'alcoolismo, che induce alterazione e indebolimento degli organi, che, nelle malattie infettive, sono i primi ad ammalare, e, per mancanza di resistenza, muoiono; matrimoni prematuri, causa di figli deboli, poco resistenti alla malattia; lavoro e sport esagerati; l'abitare nelle grandi città; certi vizi, che, indebolendo la resistenza, danno presa alla malattia.

Igiene preventiva della tubercolosi: respirare profondamente sempre col naso, il cui muco uccide i microbi; lasciare il

collo scoperto o pochissimo coperto per renderlo insensibile ai cambiamenti di temperatura; vivere molto all'aria aperta e in stanze aerate e soleggiate con le finestre aperte il giorno e semichiusure la notte; bere il latte sempre bollito; non mettere mai il becco degli uccelli nella bocca; mangiare carne sempre ben cotta; diffidare degli animali, che hanno la tosse; passeggiare nell'aperta campagna; non stare esposti all'aria, in sudore; eccitare il calore, se si ha freddo; guardarsi da chi ha ipertrofia delle tonsille o gonfiore delle glandole del collo; abituarsi ai bagni freddi; non fuggire il sole; non sputare sui pavimenti, nelle officine, ne' laboratori, quando vi siano soggetti tossenti, far sputare in recipienti, che contengano liquidi antisettici; vivere tranquilli; onesti, attivi e contenti della propria condizione; non trascurare le bronchiti, anche leggere, e le tossi; eliminare tutte le cause, che portano esaurimento organico; seduti, tenere sempre il petto diritto, non curvo, affinché i polmoni e la respirazione non ne soffrano, specialmente ne' giovani studenti, dei quali, per ciò, molti contraggono la malattia; disinfettare bene le abitazioni occupate da' tiscici, i loro indumenti e gli altri oggetti da loro usati.

Tonici. - Medicamenti, che danno energia e forza agli organi e quindi fortificano. Gli amari specialmente (v. questa parola). Vi sono anche molti composti in farmacia, con ferro, arsenico, fosforo ecc.; idroterapia, bagni di mare, aria pura, vitto sano ecc.

Tosse convulsa o asinina. - Malattia epidemica contagiosa, che ha una base infettiva e una nervosa; comunissima nell'infanzia (1-2 anni), più rara poi, eccezionale al di sotto di un anno e ne' vecchi. Semplice, non presenta gravità, che, però, può avere per complicazioni morbose; è sempre accompagnata da espirazione brusca e involontaria, spesso penosissima, e con vomiti. - Serpillo, timo, papavero, viola mammola, eucalipto, vischio.

Ulcera. - Soluzione di continuità della pelle o delle mucose, che può facilmente estendersi alle parti sottostanti, con formazione di pus, per lo più fetido; tende sempre a ingrandire, (in ciò si distingue dalle piaghe). Le varici producono spesso ulcere - Aloe, bardana, cavolo, fieno greco, piantaggine, salvia, ecc.; di stomaco; Amari (subito prima e dopo i pasti) assenzio, centaurea min., trifoglio di acqua.

Unghia incarnita. - Infiammazione interna del dito grosso del piede, che da prima si fa rosso (specialmente camminando), poi la carne, a lato dell'unghia, si gonfia, ne ricopre il margine, e si forma un'ulcera con pus. E' prodotta spesso da calzature troppo strette, e dall'abitudine di tagliare le unghie curve, anziché in linea retta. - Astringenti, vulnerari.

Urticaria. - Eruzione cutanea, che ricorda quella prodotta dall'ortica, di placche irregolari, più rosse o più pallide della pelle circostante, con forte prurito e fastidio penoso; può presentarsi anche sulle mucose (bocca faringe). E' prodotta da punture di mosche, cimici e altri insetti, o dall'uso di ostriche e altri animali marini, e, in alcuni, anche dall'uso di fragole.

Varici. - Dilatazione delle vene e dei vasi linfatici; talvolta si complicano con le ulcere (ulceri varicose). V. Flebite.

Verruche. - Escrescenze dell'epidermide, esagerate, bianche, arrotondate, con una parte più ristretta alla base, che le riunisce alla pelle; superficie granulare come una mora. - Mallo di noce, calendula, aceto.

Vermi intestinali dei bambini. - Menta, primula, equisetto ecc.; degli altri: assenzio, aglio, aloè, santolina, santonina, timolo, semencontra.

Verme solitario o Tenia. - Felce maschia, timolo, melogranato.

Vescica urinaria e vie urinarie (malattie relative): - Gemme di pino, ribes nigra, emolumenti, diuretici, gramigna, mais, ginepro, lino, erba murale, piantaggine, uva, ecc.

Vomiti. - Camomilla, melo cotogno, melissa, millefoglio, acqua di Seltz, equisetto.

Vomiti di sangue. V. emottisi.

DIVISIONE DEI VEGETALI SECONDO LE LORO PROPRIETÀ MEDICINALI.

Amari. - Si dicono quelle sostanze dal sapore amaro; sono toniche, stimolanti, stomachiche e febbrifughe, più o meno forti. Amari puri: genziana, trifoglio di acqua, centaurea minore; amari astringenti: scorza di salice, di pioppo, di ceraso, di frassino; amari aromatici: assenzio, salvia, camomilla, luppolo ecc.

Antispasmodici. - *Crataegus oxyantha* - *Viscum album* - *Valeriana officinalis* - *Lavandula spica* - *Melissa officinalis* - *Ocimum basilicum* - *Antemisia nobilis* - *Matricaria chamomilla* - *Tilia platiphylla* - *Salix alba* - *Asperula odorata*, ecc.

Antisudorali. - *Salvia officinalis*.

Astringenti. - *Cupressus sempervirens* - *Quercus robur* - *Castanea vesca* - *Aesculus hippocastanum* - *Mespilus germanica* - *Cydonia vulgaris* - *Vaccinium myrtillus* - *Rosa gallica* - *Fragaria vesca* - *Potentilla tormentilla* - *Pot. anterina* - *Pot. reptans* - *Agrimonia eupatoria* - *Alchemilla vulgaris* - *Rubus fruticosus*

Geum urbanum - *Polygonum bistorta* - *Polyg. aviculare* - *Symphytum officinale* - *Lytrum salicaria* - *Achillea millefolium* - *Urtica dioica* - *Capsella bursa-pastoris* eie.

Sechici. - *Verbascum thapsus* - *Papaver rhoeas* - *Althaea officinalis* - *Tussillago farfara* - *Glycyrrhiza glabra* - *Cetraria islandica* - *Inula Helenium* - *Hyssopus officinalis* - *Erysimum officinale* - *decoma hederacea* - *Pinus silvestris* - *Abies - Adiantum Capillus - Veneris - Poligala vulgaris*, ecc.

Diuretici. - Sono quei medicamenti, che aumentano la secrezione dell'urina, che trascina con sé tanti elementi nocivi alla salute. Sono moltissimi, tra cui: gli sparagi, l'agrimonia, l'avena, la gramigna, foglie di betula, stili di mais, crescione, eucalipto, ribes, finocchio, fragola (radici), ginepro (bacche), sambuco e ortica (radice), erba murale, equisetolo, peduncoli di ceraso, olmaria, *Physalis al-kekengi*, ecc.

Emmenagoghi. - *Arthemisia vulgaris* - *Calendula officinalis* - *Apium petroselinum* - *Ruta graveolens* ecc.

Purganti. - *Rhamnus frangula* - *Rubinia pseudo-acacia* - *Con-volvulus sepium* - *Polypodium vulgare* - *Malva sylvestris* - *Li-num usitatissimum (semi)* - *Tropoeulum maius*. ecc.

Stimolanti. - *Pimpinella anisum* - *Carum carvi* - *Cuminum cymi-num* - *Foeniculum officinale* - *Anethum graveolens* - *Angelica Archangelica* - *Coriandrum sativum* - *Mentha piperita* - *Ori-ganum vulgare* - *Rosmarinum officinale* - *Thymus vulgaris* - *Thymus serpyllum* - *Nasturtium officinale* - *Tropoeulum maius* - *Raphanus sativus* - *Laurus nobilis*, ecc.

Sudoriferi e depurativi. *Borrago officinalis* - *Arctium lappa* - *Viola tricolor* - *Solanum dulcamara* - *Saponaria officinalis* - *Ulmus campestris* - *Ruxus sempervirens* - *Daucus carota*, ecc.

Tonici astringenti. - *Cupressus sempervirens* - *Quercus robur* - *Aesculus hippocastanum* - *Mespilus germanica* - *Cydonia vulgaris* - *Vaccinium myrtillus*, - *luglans regia* - *Rosa gallica* - *Fragaria vesca* - *Potentilla tormentilla* - *Agrimonia eupatoria* - *Geum urbanum* - *Polygonum bistorta* - *Polygonum aviculare* - *Symphytum officinale* - *Lytrum salicaria* - *Achillea millefolium*

- *Urtica dioica* - *Capsella bursa-pastoris* - *Euphrasia officinalis* - *Poterium sanguisorba*, ecc.

Tonici amari. - *Gentiana lutea* - *Erythraea centaureum* - *Carduus benedictus* - *Cichorium intybus* - *Berberis vulgaris* - *Fumara officinalis* - *Taraxacum dens-leonis* - *Menyanthes trifoliata* - *Rumex patientia* - *R. crispus* - *Teucrium chamaedrys* - *Arthemisia absinthium* - *Marrubium vulgare* - *Humulus lupulus* - *Verbena officinalis* - *Vinca minor* - *Syringa vulgaris* - *Veronica officinalis*, ecc.

Topici. - *Sinapis nigra* - *Hypericum perforatimi* - *Arnica montana* - *Brassica oleracea* - *Lactuca sativa* e *Lact. virosa* - *Passiflora coerulea* e *Pass. incarnata*, ecc.

Vermifughi. - *Aspidium flix mas* - *Cucurbita pepo* - *Punica gra-natum* - *Tanacetum vulgare* - *Artemisia absinthium* - *Allium sativum* -. *Hypericum perforatimi* - *Thymus serpyllum*, ecc.

Vomitivi. - *Viola odorata* - *Iris germanica*, ecc.

SOMMARIO

LE PIANTE CHE DANNO LA SALUTE	1
NORME PER ALCUNE PREPARAZIONI INDICATE IN QUESTO STUDIO	2
SPIEGAZIONE DI ALCUNI TERMINI USATI IN QUESTO LIBRO.....	4
PICCOLA FARMACIA DOMESTICA OSSIA CIÒ CHE DOVREBBE TROVARSI IN OGNI FAMIGLIA.	5
Alcuni thè composti	7
Wuhlhuber I e II (dal dr. Kneipp).....	8
RIMEDI E CURE DIMENTICATE O POCO NOTE.....	9
Vino contro le flatulenze o gas interni, la tosse, la raucedine e l'asma.	9
Contro l'artrite	9
Contro la stitichezza abituale.	10
Contro la forfora e la caduta de' capelli.....	11
Contro i calli ai piedi.....	11
Contro i geloni.	11
Contro le scottature e le ustioni (bruciature)	11
Per guarire la gotta.	12
Per espellere i gas dallo stomaco e dagli intestini.....	12
Per chi soffre di petto.....	12
Per i dolori di denti.....	12
La sciatica.	13
Atrofia dei membri.	13
Contro il singhiozzo.	14
La tisi.....	14
Contro i vermi intestinali (Ascaridi).	18
Polvere dentifricia.	18
INDICAZIONI VARIE	19
Il miele.	19
Il modo di cuocere gli erbaggi e i legumi in relazione con le malattie.	19
Il ferro.....	20
Le carni.....	21
Cottura degli erbaggi.....	22
Un buon ricostituente naturale per i bambini e i fanciulli.....	22
SPIEGAZIONE DELLE PIÙ NOTEVOLI MALATTIE INDICATE.	24
DIVISIONE DEI VEGETALI SECONDO LE LORO PROPRIETÀ MEDICINALI	31