

T. B. 6
237

ДРУШТВО ЗА ШКОЛСКУ ХИГИЈЕНУ И НАРОДНО ПРОСВЕЂИВАЊЕ
3. КЊИГА

ТУБЕРКУЛОЗА И АЛКОХОЛИЗАМ

С

ГЛЕДИШТА НАРОДНОГА ПРОСВЕЂИВАЊА И ЗДРАВЉА

ПРЕДАВАЊЕ

Д-РА СВ. М. МАРКОВИЋА

Држано на XI конгресу Српских Земљорадничких Задруга у Пироту 1906 године.

Продаје се у корист Друштва за школску хигијену
и народно просвеђивање.

БЕОГРАД

ШТАМПАНО У ДРЖАВНОЈ ШТАМПАРИЈИ КРАЉЕВИНЕ СРБИЈЕ

1907.

ЦЕНА 0'20 ДИН.

9.6.6
237

ID=90404103

ки Феловићу, предеди, С.
и професору свог Друштва

ДРУШТВО ЗА ШКОЛСКУ ХИГИЈЕНУ И НАРОДНО ПРОСВЕЂИВАЊЕ
3. КЊИГА

УНИВ. БИБЛИОТЕКА
И Б. 45248

ТУБЕРКУЛОЗА И АЛКОХОЛИЗАМ

С

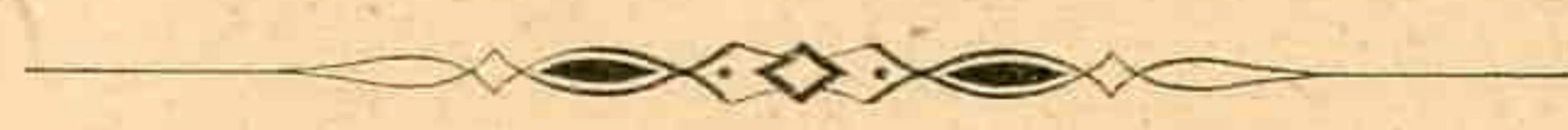
ГЛЕДИШТА НАРОДНОГА ПРОСВЕЂИВАЊА И ЗДРАВЉА

ПРЕДАВАЊЕ

Д-РА СВ. М. МАРКОВИЋА
Лука Феловић
БЕОГРАД

Luka Čelović
BEOGRAD

Држано на XI конгресу Српских Земљорадничких Задруга у Пироту 1906 године.



БЕОГРАД

ШТАМПАНО У ДРЖАВНОЈ ШТАМПАРИЈИ КРАЉЕВИНЕ СРБИЈЕ

1907.

ТУБЕРКУЛОЗА И АЛКОХОЛИЗАМ

Браћо задругари! Ја долазим у незгодно време да држим предавање. То незгодно време састоји се у томе, што долазим после два чувена професора, а друго што сте ви прилично заморени. Али рачунајући да су задругари наших земљорадничких задруга увек умели да цене оно што је корисно од онога што је излишно, надам се да ћете ми поклонити пажњу а ја ћу се трудити да не будем дуг.

Ово предавање које треба да држим састоји се из два дела: један се део односи на *алкохолизам* (*пијанство*) а други на *јектику* (туберкулозу). Дакле из једнога теоријског дела помоћу рачуна и једнога практичног помоћу слика, а како се те слике могу представити само увече помоћу нарочитога апарата, то вас молим дођите после вечере у 8 часова овде, да видите те слике, које ће јасније и боље представити све оно, што сам ја хтео па нисам умео или нисам имао кад.¹⁾

Овде је већ поменуто нешто што улази у моје предавање, а то је проценат способних и неспособних рекрута у појединим крајевима наше отаџбине. Ја ћу узети поједине крајеве који би по богатству и положају земље требали да даду највећи проценат способних војника. Само и из ово неколико цифара ви ћете

¹⁾ Увече је било више од 1200 душа (задругара и грађана) на предавању са сликама. Говорено је о *туберкулози*, а о алкохолизму није се могло предавати због кафеције!....

видети да јамачно има у нашем народу нешто, што не иде на здравим ногама него рамље, да то што рамље треба заједно да поправимо са вама задругарима који сте овде и онима који нису овде. Узмимо на пример Мачву ту нашу житницу, која се помиње и истиче за пример богатсва. Та Мачва од последњих десет година на овамо даје тако велики проценат неспособних војника да, свакога који није заборавио да мисли, баца у велику бригу. При претпоследњем попису (1904) регрута, има 48·56% неспособних војника. То је шабачки округ.

Узмимо крагујевачки округ, нашу Шумадију, која је пре 100 година дигла барјак слободе, она не стоји како је стојала пре 100 година; цифра неспособних војника у последњем попису 1905 год. износи 49·97%, то ће рећи близу 50%. Само из тога факта види се да на конгресу треба да се чују и расправе о таквим питањима која не спадају само у земљорад. Ја се користим лепом речју коју сам чуо и научио од Г. Милутина М. Савића, да *народно привређивање и народно просвећивање* — у чије име долазим да говорим — *морају ићи руку под руку, као два добра брата или две добре сестре; само ако се народно привређивање удружи с народним просвећивањем онда ће бити успеха и у једном и у другом правцу.* Користећи се том поуком коју сам примио од Г. Савића ја прелазим да говорим о два велика и крупна питања, таква питања која захтевају да на овом месту стоји човек, који је много говорио пред масом људи и да имамо више времена на расположењу него што га имамо сад. Ова два питања тако су важна, да би требало да се сазивају у појединим местима сваке године велики народни конгреси на којима би лекари изилазили, објашњавали и поучавали народ, а од тога поучавања било би, наравно, само велике користи а никакве штете.

Ја ћу говорити о томе да ли треба пити или не пити алкохолна пића. Ви ћете казати да треба, а ја

ћу се трудити да вам докажем да претерано пиће шкоди и да ће по свој прилици и овим бројевима, у овом великом броју неспособних војника, лежати узрок у оној грдној количини ракије, која се производи и попије у нашем народу.

Ако отворите државну статистику која све тачно бележи онда ћете наћи, да се у Србији годишње производи ракије у вредности 15,569.779 дин. Ова цифра обухвата све врсте ракија: шумадијску шљивовицу, комовицу, препеченицу итд. Нећу потанко објашњавати колико се од појединих врста ракије производи, колико по селима а колико по варошима, главно је да се толика количина ракије у Србији годишње попије. Овој количини ракије има да се дода 1,910.184 динара за пиво, што свега износи 17,479.963 дин. Дакле, то значи да се у Србији попије годишње које ракије а које пива округло $17\frac{1}{2}$ милиона динара*). И сасвим мирно ми сваке године толико попијемо; свака влада која долази на управу земље препоручује штедњу, а ми непрестано пијемо и узимамо паре на зајам од других људи!

Добро уочите овај број $17\frac{1}{2}$ милиона динара и с друге тачке гледишта осврните се на то да ли је и колико је пиће корисно и потребно за здравље и да ли се без њега може или не може бити. У томе лежи сва тајна и објашњење. Ако би мало дете које се роди хранили ракијом то би дете угинуло после 7—8 дана; јасна је ствар дакле да детету не годи ракија. Ви ћете рећи па ми нисмо деца, али као што је знано од почетка до краја живота човеку је потребно: сунце, ваздух, храна; човек не може брстити лишће, њему је потребна храна за његово тело. Према томе кад се зна да један човек не може издржати ни 5—6 дана да живи о ракији него му је потребан хлебац, месо, биљна храна, млеко, вода, онда настаје питање шта ради та ракија,

*) О вину нисам у статистици нашао података.

да ли заиста користи човековом здрављу или не користи. Ево сад бројева који ће то да објасне. Ја сам покупио неке бројеве, статистика је забележила да се годишње дешава 847 убистава у Србији, разбојништва 142, а опасних крађа 2.324. Наши сељаци знају тако добро параграфе да ја немам потребе да објашњавам шта је убиство, а шта разбојништво. Сем тога има и нешто више, а то су опасне крађе, њих има много више: 2.324 годишње. Кад расмотрите овај број разбојништва, убистава и томе додате велики број опасних крађа, онда је природно запитати се откуд то долази; зашто да се паметни и свесни људи убијају за ситне ствари. Ко чита новине ту скоро могао је у њима прочитати овакав случај. У селу Жаркову, близу Београда, где је цивилизација продрла прилично, један сељак попио је у механи за једно после подне $7\frac{1}{2}$ литара ракије и по свађа се с механцијом око пола литра ракије; механција је тврдио да је он попио $7\frac{1}{2}$, а сељак је признавао само 7 литара, а оно пола литра није хтео признати. Овај сељак лепо ти отиде својој кући, узме *пуну* двоцевку, дође у механу и убије механцију; *убије човека само зато што је попио $7\frac{1}{2}$ литра ракије, а да је попио $7\frac{1}{2}$ литара млека или воде он не би убио ни мрава а камо ли човека.* Када би задругари имали прилике да оду у београдски град, где се затварају робијаша и да испитају те људе, зашто су дошли на робију, нашли би да је те *несретне осуђенике у 95% случајева ракија одвела на робију.* Пили су људи ракију и у напитом стању нуткају један другог ко више да попије, у томе претерају и у претераности учине злочин, што их баци на робију, њих и њихову породицу упропасти, а то је разуме се, велика штета и срамота.

Из овога јасно видите да се мора почети борба противу алкохолног пића. Упитајте кога год хоћете лекара, он ће вам рећи да није потребно да се пије толико алкохолног пића колико се пије у нашој земљи.

Ја сам био у Врњачкој Бањи и људи тврде да сељак у тој околини од јутра до мрака пије ракију, па неки је дају чак и малој деци. Да ли је паметно давати деци ракију? Примећено је да сва деца, која почну сувише рано (пре 20-те године) пити ракију остају кржљава. Деца која почну пити ракију после 20 године још се које-како држе, али деца која из малена пију ракију не могу се сачувати од болести или остану кржљава и неспособна за ма какав рад. Јер, браћо, ракија која се унесе у стомак од једанпут занесе главу, а то долази отуда што у стомак из главе и мозга силазе извесни живци и кад љута ракија дође у стомак она опије те живце, а њима се опије и мозак. Кад један човек поједе парче меса, сира или чашу млека, после 5—6 сати то млеко, сир, месо, употреби се на стварање крви, мишића, костију; међутим ракија у организму не даје ни месо, ни кости, ни крв, она се налази само у стомаку и чини штету. За чудо како у нас сељаци воле да пију ракију. Мој отац који је био сељак као и ви, није био никаква страсна пијаница, и далеко од тога, али је радо пио ракију. Често при обувању јутром опанака, таман обује једну ногу, па повиче: „Дај чутурицу“, и није могао обути другу ногу док мало не сркне ракије!... Кад би тим људима што попију по пола литра ракије отворили стомак и анализирали шта има у њему нашли би један део ракије у стомаку, други у мозгу, трећи у бубрезима и у црној цигерици. То значи да ракија не даје снагу, она се не претвара у месо, крв и кости. Кад је тако да ракија не даје снагу, не даје крв, мишиће, онда да се запитамо шта даје? Она даје *оне бројеве разбојништва, убистава и крађа*, јер ниједан свестан човек који се уздржава од пића неће учинити оно, што чини пијаница и што се коси са земаљским законима. Закон не гледа да ли је злочин учињен у ћефлеисаном стању или у трезном, него каже: *убио си човека, имаш да даш твој живот или да идеш на ро-*

бију. А без закона не може бити реда у земљи. Према томе дужност је свакога човека да се осврне на опаке последице те ракије. Као што видите из овога краткога разлагања, ракија је незгодна за здравље, упропашћава стомак пре времена, доводи срце у такво стање да човек мора да умре пре него што треба. У Француској је живео један хемичар по имену Михаило Шеврел (чији је занат да испитује из каквих су стихија састављена поједина тела) живео је 103 године, а то је дубока старост. Како је живео тај хемичар? Он је односно пића живео само о води и млеку пуне 102 год и 10 месеца од сто треће. Тај старац радио је као младић од 35 година, ишао је у своју лабораторију (радионицу) у 8 сати изјутра, враћао се у 12, после подне ишао у 3, враћао се у 6. Он је могао да издржи толики рад, а није пио никакво алкохолно пиће и зато је и доживео велики век. Наши сељак много греши, што сматра да ракија даје снагу. Ви ћете вечерас видети на сликама много јасније да ли ракија даје или одузима човеку снагу; главно је да она уди здрављу, јер наноси штету телу. Ракија има у себи много чистог алкохола који је један страшан и ужасан отров, сличан сичану и мишомору. Ракија нарочито рђаво утиче на црну цигерицу. Ви сте видели по неког сељака трбушатог, има трбух пун воде или се осушио као биљка. То долази код оних који страсно и много пију ракије. Јетра (црна цигерица) у тих људи стално је отечена или се збабура као сува печурка; у том случају она и не може да врши свој посао како ваља и како човеково здравље захтева.

Сем јетре, ракија врло рђаво дејствује и на стомак. И ви ћете често видети код нас сељака који није у стању да поједе за 24 сата парче хлеба од пет пара, зашто? Зато што тај сељак сматра за потребно свако јутро да попије наше срце 150 грама ракије и то што љуће ракије, а то је оно што рђаво дејствује на стомак и што му смањи вољу за јело, а кад би тај сељак

пио шому место љуте ракије не би му толико шкодила, а још боље би за његово здравље било да место ракије попије 500 грама кувана и охлађена млека. Сваки сељак има и треба да има доста млека. У стомаку се налази фина слузокожа и кад се у њега унесе тако љута ракија, тај се стомак *спече* и она слузокожа савршено *сагори* од те ракије, и зато ти људи изгубе апетит услед оболелога стомака. Кад би ви отишли у велике светске бање, где се људи лече од стомака нашли би да највећи број тих болесника од стомачних болести долази из наше Србије. Истина болест стомака не долази само од ракије него и од незгодне хране (чује се нека ларма из једног прикрајка баште), као што је мастан купус, дебела свињетина итд. као и услед извесних и нарочитих стомачних болести.

Ја држим да нећу погрешити ако и ову ларму припишем ракији јер сваки учтив и лепо васпитан човек кад види двојицу да се разговарају неће правити ларму за себе, него ће пустити да се они разговарају на миру, а он ако хоће да прави ларму и да се свађа, нека иде у поток. Овде толико људи слуша предавање а неки у прикрајку сматрају за дужност да се свађају. Ја налазим томе узрок у ракији, јер у Србији расту шљиве а од шљива се прави шома, шљивовица и љута ракија, услед којих и долази оволика свађа у нашој земљи.

Рећи ћете па кад ти устајеш против ракије шта да пијемо, јер човек мора нешто да пије, не може само јести а да не пије ништа? Кад би се годишње оних 17¹/₂ милиона динара који се троше на ракију, пиво (и вино) уштедело, онда би се у целој Србији могло подићи свуда довољно бунара, држава би могла направити лепе чесме, и у том случају место средњег века од 35—40 година, век би ишао много даље, приближили би се ономе Французу (чича Шеврелу), који је живео 103 године. Наши сељаци воле и сматрају за дужност да умру што пре, а то је погрешно. Сваки

који тако мисли грешни; ја ћу вам рачуном показати да је то погрешно. На пример наше *Друштво за народно просвећивање* каже: ако се будете владали како ми у предавањима предлажемо, доживећете 95 година, али има људи који неће да слушају таква предавања. Многи ће вам на овако предавање рећи: ја од како сам се родио пијем, па тако су и моји стари радили; ти људи живе за 30 година мање. Узмимо сад овакав пример, рецимо да један сељак зарађује годишње 1000 динара, па узмимо чак и половину од тога. Помножимо 30 са 500 добићемо 15.000. За 30 година дакле тај је сељак оштетио са 15.000 динара своју породицу и она би имала право да га тужи суду за оштету (смех). Шалу на страну, збиљу на среду, рачун је јасан, *ми скраћујемо век помоћу циџа*; ми сматрамо за потребно да за живота попијемо што више, а нашим да остане што мање, а то је на очигледну штету и нас самих и наших милих и драгих за које и живимо.

Кад би то било на корист здравља, на корист омладине онда би се могли сложити; али онај рачун од 15 хиљада динара показује да је *циџе штетно*. Још ваља имати на уму да човек од 25 године тек нешто вреди, а дотле још није зрео, и онда зашто насилно скраћивати живот у годинама зрелости. Ја говорим нарочито о ракији што се она у нашој земљи највише производи и највише троши. Ми смо Срби један врло чудан народ. Ви се нећете наћи увређени што ћу вам ово рећи. Ми у Србији имамо крушака, јабука и другог воћа, и то воће продајемо другоме, а ми правимо од шљива ракију, пијемо је и скраћујемо себи живот. То је чиста штета за нас; оно што је добро за нас ми дајемо другоме, а оно што није добро задржавамо за себе. То показује да не знамо добро рачуницу.

Да табла није измишљена, ја бих молио да се она измисли, те да се научимо да рачунамо и да на табли учимо не само малу децу која често заборављају што

у школи уче и не уче неки велике људе, председнике општина и друге. (Чује се: а шта велите, г. докторе, за пиво и вино?)

Неко је поменуо пиво и вино. Јасно је да је ракија штетна, а сад да пређемо на пиво и вино. Пиво има незгодну страну што преко мере гоји поједине људе. Ко је мршав и почне пити велику количину пива, он се угоји. Та гојазност има незгодну страну што над главом пиво-пивца стоји увек шиљаст (Дамаклов) мач који виси о влакну човечје косе из главе. Једнога дана кад се не нада длака се прекине и шиљаст мач удари га у срце, удари га капља и он је свршио. Мршаве људе капља неће да удари, или ако кога и удари, то се врло ретко дешава. Ето ја сам мршав човек, имам 45 година, *не пијем никакво алкохолно пиће*, и добро се држим. За пиво ваља споменути да има мању количину алкохола и отровних материја но у ракији. Пиво је стран производ и сваки онај који га пије преко мере греша, што наноси штету мозгу, срцу, бубрезима, свом стомаку и својој кеси и народној економији. Пиво се не може препоручити као изврсно пиће и ако је мање опасно него шљивовица и комовица.

Сад долази на ред вино. О вину је тачно утврђено да старо вино има велику количину алкохола као и ракија, а сем тога садржи и неку врсту соли која чини да крвни судови отврдну и лако пуцају. Кад притиснете један крвни суд (артерију), ви ћете осетити бјело, (пулс) које показује како срце ради. Кад један човек пије редовно старо црно вино, добро се храни а мало ради, онда, после извесног времена око 40—45 године наслаже се у његовим артеријама једна врста соли тако да ови крвни судови постану тврди и ево шта бива. Ако се тај човек мало више наљути, или развесели и ако попије мало већу количину пива, ракије или вина, радња срца убрза се и они крвни судови који су код понеких људи тврди, не могу да се растегну као што

се растежу еластични крвни судови код људи који нимало или врло умерено ($\frac{3}{4}$ чаше воде и $\frac{1}{4}$ чаше вина) пију алкохолна пића, те се онда деси да неки мали крвни судић у мозгу пукне, а услед тога излије се крв у мозак и човек изгуби руку или ногу или целу једну страну тела, (наступи тзв. парализа (узетост) појединих органа, било руке, било ноге или језика, и тај човек тада не може да корача сигурно, него вуче ногу за собом, а сâм је томе крив. Онима који пију вина, а имају више од 45 година могу дати овај савет: кад дођу до прилике да су с лекаром нека га замоле да види да ли им крвни судови нису тврди. Ако лекар нађе да су тврди, он ће им препоручити један лек (kali jodati) који има то својство да учини да крвни судови постану еластични, меки и да не могу тако лако да пукну. На тај начин се човек *подмлађује* и ослобођава се опасности од отврдлих крвних судова. Можете и ви запамтити име тога лека, он се зове кали јодати, а узима се 2 грама дневно, 1 грам пред ручак и 1 грам пред вечеру у чаши воде. Тај лек треба да узимају људи кад пређу 45 годину и то у размацима по 15—25 дана, па се онда одмарају по месец два.

Сад долази да завршим предавање са једним објашњењем колико сме један човек највише ракије да пије па да своје здравље очува. Ако сте себи непријатељи, а ви пијте као и до сада од јутра до мрака и место да живите 95 година ви ћете живети 45, а највише 55 година. Ако сте паметни људи као што се надам да јесте и ако вам се живот допада, ви смањите ту ракију; ко хоће да живи 95 година, нека пије највише до 50 грама дневно. (Чује се: то је мало). Разуме се да је мало ако човек има намеру да скрати свој живот; чак и 20 грама дневно доста је једном мудро и паметном човеку који није непријатељ свога сопственог здравља и живота. А најбоље у сваком погледу пролази онај који никад не пије ни капи каквога алкохолнога пића.

Од колико година треба почети пити? Ко је паметан и мудар не треба да почне пити пре 25 године свога живота. То се вама не допада, а моја је дужност као лекара и пријатеља земљорадничких задруга и њихових садашњих и будућих чланова да кажем истину само истину и ништа друго до истину. Дакле: **ракије треба пити што је могуће мање.**

Сад долази на ред пиво. Треба ли пити пиво као што се пије у Србији? Код нас људи сматрају да су пили пива кад се навикну да пију 5 до 6 чаша пред једним оброком и пусте трбух као жабе. Пиво штетљиво утиче на стомачне жлезде нарочито кад се пије на празан стомак као што се у нас обично ради. По неки ту грдну количину пива „запржавају“ коњаком или љутом шљивовицом и комовицом!... Ти људи изгубе апетит и хране се од пива, они се гоје на штету здравља и мишића; ту нема здравља и снаге. За време ручка 1 чаша пива доста је а у вече не треба пити пива никако, јер оно смета мирном спавању.

Сад долази на ред вино, колико треба вина пити? Треба узети једну чашу напунити је за $\frac{3}{4}$ чистом водом, а остало што је остало празно напунити вином и то је довољно и доста за једну мудру и паметну главу о једном оброку, тј. за пола дана. Ако тако будете радили и пијете $\frac{3}{4}$ воде, а $\frac{1}{4}$ вина доживећете дубоку старост од 95 до 103 године, а ако будете у чашу насули $\frac{3}{4}$ вина, а $\frac{1}{4}$ воде за љубав некога јунаштва, онда разуме се скраћујете свој рођени живот, у том случају ја нисам ни мало крив за оно што вам се буде десило.*)



*) О туберкулози се с теоријске тачке гледишта није могло предавати, пошто се било већ смркло, а предавања су била у башти.

ДРУШТВЕНА ИЗДАЊА:

1. **Три јавне конференције** за школску хигијену и народно просвећивање од Д-ра Св. М. Марковића, са сликом поч. П. Крсмановића, 1905, 0·50 дшп.

2. **Извештај** Главнога Одбора Друштва за школску хигијену и народно просвећивање о свом раду у 1905 и 1906 години, поднесен првом редовном годишњем скупу, држан 24 јуна 1906 у Београду, са лекарским извештајем о Трећој Б. Гимназији, 0·50 »

3. **Туберкулоза и Алкоголизам** с гледишта народнога просвећивања и здравља, предавање Д-ра Св. М. Марковића на XI конгресу Земљорадничких Задруга у Пироту 1906, 0·20 »

Ове се књиге могу добити у Управи Друштва за школску хигијену и народно просвећивање, ако се пошље означена сума поштанском упутницом.

