

**Söehappewannide
tarwitamifest rawitsemis-
wahendina meie fuurortides**

Siljuti pidasin ma siinses Eesti Arstide seltsis loengu ravitsemis-kuriist söehappe wannidega, mis meie kodumaa supelkohtade arenemise seisukohalt küll huvi äratada tohiks.

Ma läksin wälja Rauheimi supelusallikate termendawaist mõjust ja käsitasin küsimust, kas meie ka omal maal, kus meil seejuga sed loomulikud termiseallikad puuduwad, kunstlikkude, teemilisel teel valmistatud wannidega jarnaseid tagajärgi saawutada wõiksime.

Misjuga sed on siis need Rauheimis esinewad termendamistegurid? Rõige pealt soojad Rauheimi allikad, mis otse maa sügawaist rüpest pärle dawad ja wahutawat kristalliselget wett käwarre jämedustes jugades meetri kõrguselt taewa poole saadawad, ja torudesse ning basseinidesse kogutult wannidesse juhita kse ning wanitamiseks tarwitata kse. Need purjallikad sisaldawad keeduwoola ja söehapet ja just need koosseisud annawad weele soolase ning hapuka selterji meele tuletawa maigu. Kui weji allikatest ehk kinniseist refermuaariist wanni lasta kse jooستا, siis ilmub kõrgest maajisemuse rõhuist wabanenud söehappe peenete pärle dawate mullikes tena, nagu loomulikust ehk kunstlikult valmistatud selterjis, kui ta kinniseist pudelist weeflaasi walata kse.

Niisugusesse wanni astuma supleja teha
kattub warsti miljonite kõige peenemate hõ-
happe mullikestega, mis hõbeläikega raudrüüna
teha katab ja nendest mullikestest tekitatud
äritus awaldub lühikese aja järele kosutawas
pakitsewas soojustundes ja mõjub edasi osalt er-
gutawalt ning elustawalt, osalt rahustawalt ja
haiglast pinewust kaotades kõigi teha sisemistele
organidele ning kudedele. Puls muutub täie-
liseks ja pehmems, peened ja kõige peenemad
werefooned kaotawad pinget ning laienewad,
mille tõttu veri wabamalt ja rikkalikumalt läbi
teha woolab, nahk punetab, jahedad äärmused
soojemaks lähewad, wererõhk tasaneb, süda lööb
tergemalt ja täielikumalt, rind hingab waba-
malt, lihased lõdwenewad, teha muutub peh-
mems ja mõningad walulised ehk piinawad tund-
mused teha sisemuses rahunewad ehk wähene-
wad sageli.

Kõik need mõjud rahustawad kogu erguta-
wa meeoleu ja seisukorda. Sellest üldine hea-
tunne, mida wannitajad küllalt kiita ei jõua.

Kirjeldatud wanni mõjud kestawad tundu-
de wiisi, kui peale wanni end tergelt finni katta
ja tema n. n. reaktsioone ära oodata. Tekib
subjektiivne tergendise ja mõnu tunne, pea
selgineb, meeoleu muutub rõõmsaks ja terwet
teha täidab mõnus soojus. Sellepärast peab
enelele seadujeks tegema reaktsiooni täie-
seisukorras ära oodata ja mööduda lasta.

Nagu nendest söehappe wannide mõju kirjel-
dusest selgub, kuuluwad nendega edukalt rawit-
setawate haiguste hulka esimeses joones krooni-
lised südame ja werefoonide haigeksjäänised
ja närwilisel alusel põhjenewad, sageli kõrgen-

datud wererõhuga seotud südametegewuse ja wereringjooksu rikked. Krooniliste orgaaniliste südamehaiguste radikaalsest parandamisest ei wõi muidugi juttugi olla. Tihti aga õnnestub werejoaks südametegewuse ja wereringjooksu raskendawaid talistusi kõrwaldada, nõrgendatud ja wäsitatud südametegewust kõwendada ja ta teguwõimet tõsta.

Wäga suurt osa rawitsemises söehappe wannidega etendawad n. n. närwilised südamehaigused. Need ergutawa haiglaselt närwilised erutused juhitakse südamesse ja weresoontesse wiivate närwite teel nendele orgaanidele ja kutsuwad esile kõige mitmekesisem. haiglasi nähtusi, nagu südame floppimine, südame rõhk, hirmutunne, südame valu, õhupuudus, uimastuse tunded jne. Meie ajal, mis nii rikas kurwas- tusest, murest, südamewalust, pahandustest, ja igasugu ärritustest, lähewad need haiguse nähtused ikka sagedamaks.

Need haiguse nähtusi ei tahaks ma siin lähemalt käsitada, küll tegin seda referaadis. Nauheimi arstide seletuste järele kannatab suurem osa Nauheimi rawitsejale sõitjatest haigetest närwilise südame ja weresoonte affektsioonide rikete all.

Et niisuguste haigete rawitsemine söehappe wannidega hiilgawaid tagajärgi annab, on aru- jaadaw, sest üldine ergutawa — ja mis wäga tähtis — ka psüühilise meeleolu rahustamine ulatub ka südant ja wereringjooksu juhtimatele ergutawa osadele.

Kuid ei pea unustama, et niisuguste tuu- ride edu mitte ainult wannide arwese kirjutada

ei tohi, waid et siin ka soodsad kuurelu üldised tingimused tuntawalt kaasa mõjuwad.

Sästi siise seatud kuurordi lõbusas ning rahustawas ümbruses, kus haiged kangel igapäewa tolmust, wabanen. kutseelu ühetoonilisusest, äri wõi kontori asfaldist ilusat loodust ning mõistlikke seltskondlikke lõbusid nautida wõiwad, mõjuwad wannid muudugi palju suuremal määral kui kodus, kus nende mõju juba valmistamise tüli ja peale wanni uuesti algama päewatööga otsekohes häwineb.

Cesti wabar. kodanikkudele oleks kõige suuremal määral soowitaw neid kuurordid kodumaal korraldada, kangel ja kulukat reisi wäljamaa. Soesuu supelasutused kõigiti kohased haigetele, kes Rauheimi ehk Rissingeni sõita ei saa.

Ka südant rõõmutawa ja hinge ülendawa loodusilu poolest pole meie kodumaa kuurordid nii waesed, kui tihti kurdetakse. Kui neis ka Lõuna-Saksamaa jalaka metsi ja roosihette ei leidu, on meil ometi igawesti ilus meri oma waiksete, lootsikusõidule meelitawate käärudega, ja maalirikka kaljukaldaga, ning päike ja kirju elu laial merekaldal wõiwad meile küll seda pakkuda, mis tähtis esimeses joones — rõõmu oma kodumaast.

Pole tarwis kahelda, et asjatundliku juhatuse all meie mere-supeluskohdades kunstlike soehappe wannidega tagajärgi saadakse, mis wäljamaa omadest taha ei jää.

Kuid niisugustes supelasutustes on waja wälja töötada peenem, üksikasjalisem, üksikuhitumise individuaalsetele nõuetele wastaw rawitsemismetoodika nagu näit. Rauheimis. Soehappe wannid pole indifferent rawitsemis-

wahend; neid peab küll enam, küll vähem kont-
sentreeritult, lord rahuldawamal, lord eruta-
wamal fujul andma, kus juures paljudel juhtu-
mistel wannidega seotud massaaži ja rohtu-
dega rawitsemine kõige paremaid tagajärgi an-
nab. Rawitsemise õiges doseerimises ja juht-
timises seisab arsti kunst.

On kindel, et meie fuurordid Saapsalu ja
Kurejaare oma õigustatud kuuluse esimehes
joones oma üldiselt tuntud mudawannidele
wõlgnewad. Nii jääb iva ka tulewikus, Sai-
ged, kes Saapsalu ja Kurejaarde sõidawad oma-
le soodsat mudasupelwiest paranemist otijina,
moodustawad ikka ja õigusega supelwõõraste
enamiku. Kuid nende fuurortide terwishoid-
line tähtsus tõuseks juuresti kunstlik-
kude söehappe wannide laiaulatuslikema kasuta-
misega.

Prof. Dr. R. Dehio.

