

Kurortide ja sanatooriumide tähtsus närwihaiguste rawitsemise juures. ¹⁾

Prof. L. Puusepp, Tartu Ülikooli närwikliiniku juhataja.

I. Sissejuhatus.

Küsimused sanatoorse rawitsemise ja nende haiguste üle, mis nõuavad sanatoorset rawitsemist, ei ole leidnud veel seniajani tarwilikku lahendamist. Küll seisab tiisikuse sanatoorne rawitsemine enam-wähem kindlal alusel, kuid närwihaigete rawitsemine ei ole seni edasi nihkunud ja, waatamata sarnase ülesande tähtsuse peale, ei ole selles asjas veel midagi uut ette wõetud. See on ka arusaadaw, kui arwesse wõtta seda asjaolu, et tiisikuse rawitsemine ja ärahoidmine on saanud riikliseks ülesandeks ja riik ise otsib abinõusid wõitlemiseks selle pahega, kuna aga wõitlemine ikka rohkem ja rohkem laialilagunewate närwihaigustega ja rahwa terwenemine selles suhtes veel ikka ainult eraettewõtete käes on ja eraalgatuse piirides seisab. Senini juhusliselt ja ilma üleriiklise kawata asutatud sanatooriumid ja kurordid kannawad ärilist iseloomu ja on täitsa kättesaamatud keskmisele elanikule. Sarnaste sanatooriumide eesotsas seisavad ettevõtjad, isegi arstid, kuid niisuguse ärilise joonega, et nende huwi haigete seisukorra üle ainult nii kaugele ulatab, kui palju see sanatooriumide ärilisele õitsemisele kaasa aitab.

Sarnane seisukord üleriiklise tähtsusega asjas ei ole muidugi mitte lubataw. Siin peab riik appi tulema ja algatuse ratsionaalses arstiabi andmises oma kätte wõtma.

1) Referaat, peetud sõjawäe arstide koosolekul Kuresaares.

Selle ülesande üleswõtmisel wõib siis ka täiesti teistest juhtnõõridest wälja minna, kui tiisikuse sanatoorse rawitsemise küsimuse juures, nimelt wõiks üles seada tingimise, et kõik sanatooriumi sisseastujad oleksid kohustatud tööde tegema, igaüks wastawalt oma terwislisele seisukorrale ja otsekohese arstlise walwe all. Mõnedes sanatooriumides on juba niisugune kord maksuma pandud, kusjuures iseralised töö normid iga haiguse ajajärgu jaoks kindlaks määratud.

Wõib olla, paistab küll ebaloomulikuna, et tööst wäsinud inimene, astudes närwihaigete sanatooriumi, seal jällegi tööga rawitsetakse, kuid füsioloogilisest seisukohast waadates on see õige. Nimelt seisab ratsionaalne füsioloogiline puhkamine just tööde õiges wahelduses. Ei wõi ju puhkuseks pidada waimliselt roidunud inimesele woodislamamist ja sihita metsas ümberhulkumist. Jatkab ju tema peaaegu ka woodis lamamise ja metsas hulkumise ajal oma tööd, kuna aga õige puhkuse ajal see töö teistesse roobastesse juhitud peab saama, kusjuures minimaalse waimlise pingutuse juures inimene oma igapäewastest koormawatest mõtetest lahti saab. Ja seda wõib saawutada kergete, kuid otstarbekohaste kehaliste tööde abil. Kuid mida näeme meie praegustes sanatooriumides: paremal juhtumisel tarwitawad haiged oma aega esimese nädala jooksul peale sanatooriumi astumist kõndimise peale ja tutwustawad end ümbruskonnaga, kuid warsti on nad sellest tüdinenud, hakkawad tundma igawust, ja siis algab sihita ümberhulkumine ja mõnedel juhtumistel ka raamatute lugemine. Wõib olla, käiwad nad paar kord päewas pargis muusikat kuulamas, suuremalt jaolt ei tea aga haiged, mida peale hakata, ja saadawad oma aega mööda täitsa kasutä mitte ainult seltskonnale, waid ka endale. Mõnes sanatooriumis püütakse haigete aega igasuguste manipulatsioonidega ära wiita: wannid, massaash, elektriseerimine jne., ja seda kõik ainult selleks, et haigele teatud ajawiidet pakkuda ja tema mõtteid nende harilikust käigust eemal hoida, kuid arstlisest seisukohast on see täitsa mõteta. Muidugi annab see haigetele teatud meelelahutust ja rahustust, kuid sedasama wõib saawutada ka õigesti sisse seatud järjekindla tööga, wiimast rawitsus-metoodina üles wõttes. Selle teostamine wõimaldaks esiteks ka keh-

wematele haigetele sissepääsmist sanatooriumidesse ja kurortidesse, kus nad oma tööga tähtsa osa omast ülespidamisest tasuda wõiwad. Teiseks mõjub sarnane töö ka kosutawalt ergukawa peale ja saaks ühtlasi sellega see paha külg praegustes sanatooriumides kõrwaldatud, et paljud haiged sanatooriumis wiibimisega sagedasti weel rohkem waimliselt kaotawad selles mõttes, et nemad seal tööst ära wõõrduwad ja nende töötahtmine wäheneb. Lõpuks on niisugune kord ka rahwamajandusliselt suure tähtsusega, sest et siin tööjõud mitte kaotaks ei lähe, waid ainult ajutiselt teisel kujul awaldub ja haigete ülespidamine niisugustes sanatooriumides selle tõttu palju odawam tuleb.

Muidugi peab siin arwesse wõtma indiuiduaalseid wahesid ja näituseks kehalise töödega kurnatud töölisele anda kerget waimlist ja kergemat kehalist tööd, kuna aga waimlisest tööst roidunud haigetele põllutööd, mõõdukat weesporti jne. määrata wõib.

II. Nõudmised sanatooriumide ja kurortide kohta.

Kõige pealt peab siin selgusele jõudma selle üle, mis osa sanatooriumid närwihaiguste rawitsemise juures mängiwad, nende haiguste kujude üle, mis sanatooriumides rawitseda wõidakse ja nende nõudmiste üle, millele sanatooriumid arstlikes suhtes wastama peawad.

Närwihaige sanatooriumi paigutamise eesmärgiks on kõige pealt tema eraldamine igapäevasest ümbruskonnast, kus ergukawa alaliselt wäikeste ärituste ja murede läbi kurnatakse ja kus haigetele tarwilist rahu luua wõimata. Sealjuures peab haige niisugustesse tingimistesse paigutama, mis tema ergukawa peale kõige paremat mõju awaldada suudawad, sealjuures peab indiuidualiseerima igat üksikut juhtumist, s. t. tarwitama neid meetode, mis wastawad just antud juhtumisele: isoleerimine ehk ümberpöörduvalt seltskondlikkus, dushid ehk wannid, igasugused tööd jne. Täielisel määral tuleb silmas pidada psüühiline tegur närwihaiguste rawitsemise juures ja nii juhataja kui ka meditsiiniline personaal peawad psühoanalüüsis ja psüühilises rawitsemises täiesti kodus olema.

Asutuse sisemises elus peab walitsema täpipealne kord, mille alla haiged end paenutama peawad, mis nende tahtejõu distsiplineerimisele kaasa aitab ja ka muidu hääd mõju nende peale avaldab. Töö ja puhkamise tunnid peawad tähipäälsest ära tähendatud olema, wastawalt õigetele füsioloogilistele päewaaja perioodidele.

Sanatoorium peab sõna tõelises mõttes olema terwisekosutamise asutus ja ei wõi seal sellepärast lubada wõõraste-majades walitsewat wabadust. Sanatooriumid, kus liig palju rõhku lõbustuste pääle pannakse ja kus haigetel liig palju wabadust käes, peaksid kui närwihaiguste rawitsemisele mittekohased asutused sanatooriumide nimekirjast maha kustutatud saama.

Sanatoorium peab ilusas, kuiwa kliimaga kohas asuma, kui mere ääres, siis wõimalikult tuulte wastu kaitstud, wari ja päikesepaistelised kohad peawad üheteisega wahelduma. Mägistes kohtades on parem sanatooriumi lõuna-läänepoolsel kui lõunapoolsel kallakul asutada. Üldiselt wõetud ei ole muidugi ümbruskond ja kliima närwihaigete jaoks nii tähtis, kui tiisikusehaigete sanatooriumil, kuid ikkagi peab olema wäikene aed ja põld, kus haiged tööd saaksid teha.

Peale selle peawad sanatooriumid tarwilisel määral wõimlemisabinõudega warustatud olema, kuid peatähtsus ei seisa muidugi mitte selles rawitsemises, waid üldises korras.

Toit peab närwihaigete sanatooriumis olema maits-walt walmistatud ja toitew, kuid peasjalikult piima ja juurewiljaaineid sisaldama, tarwilisel korral ka täitsa taime-toitline ja soolatu.

Kõiki nõudmisi sanatooriumide kohta kokku wõttes näeme, et üsna wäikene arw sanatooriume nendele wastab. Kuid niisugust olukorda tuleb muuta. Eriti meie kodu-maal ei ole selles suhtes weel midagi ette wõetud.

III. Olewate sanatooriumide ja kurortide peatüübid.

Rawitsuselolewate haiguste järele jagunewad prae-gused närwihaigete sanatooriumid kolme liiki: esimesse liiki kuuluwad sanatooriumid, mille siht haigete rawitse-mine füüsiliste metoodide abil: massaash, elekter, wannid,

muda jne., ja mis kliinikutest ja haigemajadest ainult selles lahku lähewad, et nemad asuwad linnast wäljas, kuid niisugustes kohtades, kus nõuetawate loodusjõudude tarwitamine wõimaldatud (muda, merewesi jne.). Nendes sanatooriumides on rawitsusel närwihaiged orgaaniliste wigadega, ja mõnes nendest on ka kõiksugused käsitööd sisse seatud selleks, et wigased oma weel järeleolewale tööwõimele wastawa ameti saaksid ära õppida.

Teine liik olewatest sanatooriumidest on see, kus loodusejõududega arstimise kõrwal ka psüühilised rawitsusmeetodid tarwitusel on. Suuremalt jaolt ei seisa need sanatooriumid oma ülesande kõrgusel. Rawitsedes haigeid funktsionaalse närwikawa wigastusega, ei pane nad tarwilisel määral rõhku süstemaatilise töö peale. Muidugi, nende juhtumiste juures, kus funktsionaalne närwihaigus niisugusel kujul awaldub, mis töötamise wõimatuks teeb, wõiwad need sanatooriumid ka teatud kasu tuua, kuid siis ei tohiks neil ka kohane sisseseade puududa, ja meditsiinilisel personaalil peab tarwiline autoriteet haigete juures olema.

Kolmandasse liiki kuuluwad sanatooriumid, kus haiged järjekindlalt arstlise walwe all tööd teewad. Seda liiki sanatooriume soowitas iseäranis Moebius. Tema kui ka Benda, Schwarz ja teised arwasid, et kõik funktsionaalsed neuroosid niisuguse rawitsemise läbi paranewad, kuid Warneke, Oberdörffer ja Götze näitasid katsete põhjal, et see arwamine kaugeltki tõele ei wasta, ja et suurema hulga haigete peale awaldab kõige paremat mõju niisugune rawitsemine, kus mitte ainult mõõduka töö, waid ka puhkamise ja füüsilise arstimise peale rõhku pannakse. Sellepärast oleks praegusel ajal tarwilik sellest liigist teatud grupp haigusi, millede rawitsemine rohkem teise kui kolmanda sanatooriumide liiki kuulub, eraldada. Nii kuuluwad näituseks kõik neuroosid hullustuste ideedega ja äärmiselt kõrgendatud ergustiku äritawusega, igasugused morbus Basedowi kujud, kergemad orgaanilised wigastused, paranewad sisehaigused ja infektsiooni haiguste tagajärjed ergukawa wigastusega teise gruppi, ja süstemaatiline töö, kuigi nende rawitsemise juures lubatud, ei ole siin peateguriks, waid ainult kui teatud täiendaw moment. Peale selle peab siin alati haige psüühilist seisukorda ja kaswatust meeles pidama,

ja ei anna alati wägisi haigele pealesunnitud töö neid tagajärgi, mida soowiti.

Niisugune järjekindel töö annab aga küll häid tagajärgi psühopaatide, neurastheenikute, nõrga tahtejõuga haigete juures, kellel haigus mitte üleliigse jõupingutuse, waid rohkem puuduliku tegewuse wõi sihita waimlise töö läbi tingitud on.

Eraldi nendest seisawad nõndanimetatud rahwa sanatooriumid nürwihaigete jaoks (Volksheilstätten). Need on kaunis tähelepanemiswäärt asutused, mille aluseks täitsa õige põhimõte — töö igal kujul (käsi-, põllutöö jne.). Esimene sarnane kutsuti ellu 1899. a. „Haus Schönen'is“ Berlin-Zehlendorfis, warsti peale selle tekkisid niisamasugused asutused ka teistes kohtades Saksamaal ja Schweitsis (nii sai Schweitsis awatud niisugune sanatoorium insener Grohmann'i poolt). Kuid suurem jagu neist kadus aja jooksul, jäi ainult weel Haus Schönen. Selle põhjuseks oli asjaolu, et need asutused ei suutnud eraasutustena toime saada wõrdlemisi kõrgete kuludega, mis nende ülewälpidamine tarwitas. Kõik haigekassad, wabrikud ja sõjaminsteerium leidsid lihtsama ja odawama olewat maksta teatud kahjutasu, kui korraldada sarnaseid esimesel silmapilgul kallinapaistwaid asutusi. Kuid asja juure õigest küljest minnes, wõib riik niisuguste asutustega ainult kasu saada. Nimelt aitab haige, olles niisuguses sanatooriumis, ikkagi natukene oma tööga riigi produktiwiitedile kaasa, kuna aga tasu saades tema ainult tarwitajana, mitte enam produtseerijana esineb. Sellest selgub jällegi, et need sanatooriumid peawad olema riiklised asutused ja wõimaldama otstarbekohast rawitsust mitte ainult õnnetute juhtumiste wõi sõja läbi kannatanutele, waid ka kõikidele — peale infektsiooni haigustest paranevatele ja niisuguseid haigusi põdewatele — nagu werewaeusus, orgaanilised südamehaigused nürwiliste nähtustega jne.

Peale selle peawad need asutused Moebius'e järele ka arstlises suhtes wastawalt warustatud olema.

Nii wõidakse siis kõik olewad sanatooriumid kolme liiki jaotada, lisades juure 3-le liigile iseäraliku grupi.

Mis puutub nürwihaiguste rawitsusmetoodisse sanatooriumides, siis ei jää ma nende arwustamise juures peatama; tähendan ainult, et meie kodumaal seni mitte weel

ühtki sanatooriumi ei ole, mis ülevalnimetud nõudmistele vastaks. Niisamuti on lugu ka kurortidega. Sellepärast, wälja jättes olewate sanatooriumide ja kurortide arwustust, tahaksin ainult ära tähendada need sihid, mille järele lähemas tulewikus käia tuleks, silmas pidades seda warandust, mis Eestis just selles suhtes olemas mere, muda, mõõduka ja wõrdlemisi kuiwa kliima näol, ja arwesse wõttes wõimalust, et tulewikus meie sanatooriumidesse ja kurortidesse ka wäljamaalased end rawitsema tulewad.

IV. Praeguse aja sanatooriumide ja kurortide ülesanded.

Selles suhtes tuleksid kõik sanatooriumid kahte osasse jaotada. Esiteks sanatooriumid orgaaniliste närwiwigastuste jaoks. Need sanatooriumid tulewad asutada kohtades, kus mudaga rawitsemine wõimalik on ¹⁾, seal juures peawad aga kõik mudaga rawitsemisemethodid edustatud olema, mitte ainult wedela mudaga, nagu seda praegu praktiseeritakse, waatamata otstarbekohasema muda waliku peale; ei tohi puududa ka sisseseade rawitsemise jaoks wee, päikese ja õhuga, auruwannidega, wõimlemisega ja massaashiga.

Kuna igasugused pool-kroonilised ergupõletikud ainult mudaga rawitsetakse, nõuawad kroonilised kujud (kidumistega ja liikmete liikuwuseta) rawitsust wõimlemisega, iseäranis wastawate aparaatide peal. Rawitsus mudaga wõimaldab nende haiguste juures laiemaid liigutusi haigetes liigeses, pehmendades tekkinud liiteid, lõdwendades kokkukaswamisi ja waigistades liigutuste juures tekkiwaid walusid. Seda muda omadust tulebki siin ära kasutada. Põhimõte, et peale ergupõletikkude, kontraktuuride ja teiste sarnaste haiguste mudaga rawitsemisel olew haige rahu tarwitab, peaks juba ammu maha jäetud olema. Kui mitte ägedaid äritusi wastupõhjustena ees ei ole, siis tuleb ikka püüda saawutada wõimalikult laialdast liigete liikuwust ja

1) Ma ei hakka siin harutama küsimust muda igasuguse mõju üle, tähendan ainult, et selle põhjendus radioaktiiviteediga mitte teaduslistele andmetele ei wasta, sest et meil weel senni mingisuguseid kindlaid andmeid muda radioaktiiviteedi mõju üle organismi peale ei ole, ja isegi radioaktiiviteedi doseerimise wõimalus puudub, mis aga wäga tähtis on.

lihaste väljavenitust. — Teise nähtusena võiks kidunemise (atrophia) ette tuua. Mõjudes mudaga ergukawa peale põletiku pesa resorptsiooni (sisseimemise) mõttes ja ergutades elektriseerimisega lihakseid tegewusele, saawutame selleläbi märksa kiiremini lihaste uuenemist, kuna sarnasel wiisil rawitsetute juures erguelementide ühenduse uuenemist lihastega tähele panna võib. Kui silmas pidada eksperimentaalselt kindlaks tehtud asjaolu, et närwide uuenemine ja kaswamine galwaniseerimise abil palju kiiremini sünnib, saab ka arusaadawaks, et sarnane ühendatud rawitsemise wiis osawates kätes üllatawalt häid tagajärgi anda võib. Ja närwihaiguste arstimise juures peame püüdma ära kasutada iga sündsat momenti langenud ergulihakste aparadi tegewuse uuesti ellu äratamiseks.

Ülewalpool tähendatud põhjustest selgub, et ühendatud rawituswiis mudaga, elektriga, võimlemisega ja massaashiga peab sarnastes sanatooriumides järjekindlalt läbi wiidama.

Sellesama sanatooriumide-liigi teise tüübina esinewad sanatooriumid neurasteniia, hüsteriia ja sisemise sekretsiooni näärmete haiguste jaoks. Need sanatooriumid kannawad sega iseloomu, kus peale wee, elektri, massaashi ja võimlemise ka kerge sport ja suplemine meres tarwitusel on. Sellelaadilised sanatooriumid peawad asuma mere wõi järwe ääres, tarwilisel määral tuultest kaitstud kohal, ja muidugi ka kõikide tarwiliste aparatidega ja rawitusabinõudega warustatud olema; wiimases suhtes wõiwad nad kuuluda esimese tüübi alla ja isegi sellega ühendud saada. Mis puutub psüühilisse rawitsemisse, siis peab seda nendes laialisel määral ära kasutatama.

Teise liiki kuuluwad sanatooriumid, kus läbi wiidud rawitsemine süstemaatilise põllu- ja aiatööga. Need sanatooriumid asuksid kõige soodsamalt kusagil hästi korraldud wäikeses mõisas ja oleksid rajatud wastastikku abiandmise põhimõtte peale, kusjuures haiged tööga oma ülespidamise ära tasuksid. Iga haige töö oleks hoolsalt wälja walitud ja individualiseeritud, nii et igähele tema terwislisele seisukorrale wastaw töö määratakse.

Isaäranis tarwilik on niisugune sanatoorium kõigepealt neile, kes talwed linnas raske töö juures mööda saadawad, sest et põllutöö suwel nendele igapäewase elu

muutmist ja terwise parandamist wõimaldab ja on kätte saadaw ka kehewematele elanikkudele. Niisuguses riigis nagu Eesti, kus põllumajandus kaunis laialisel alusel seisab, on see ka täitsa läbiwiidaw. On tarwis muidugi seda tüüpi weel tarwilisel määras üksikasjaliselt läbi töötada, sanatooriumis tehtawat tööd kokkukõlasse wiies üksikute haiguste iseloomuga. Siis peab ka praeguse aja nõuetele wastaw sisseseade wee, õhu ja päikesega arstimise jaoks olema.

Siinjuures wõib weega rawitsemiseks lihtsalt toa temperatuuriga dushi tarwitada, niisama otstarbekohased on ka suplemised jões ehk meres.

V. Sanatooriumid laste jaoks; ergukawa terwishoid.

Kuna sanatooriumide tüübid täiskaswanute jaoks juba õieti täpisealt läbi töötatud ja ainult juba olewad tüübid selle ehk teise maa ja rahwa omadustega kokkukõlasse wiia tulewad, ei wõi seda ütelda laste sanatooriumide kohta. On küll olemas sanatooriumid tiiskust ehk mõnda teist raskemat haigust põdewate laste jaoks, kuid sealjuures on täitsa tähelepanemata jäetud werewaesed, nõrgad lapsed, kuigi nad pealt näha terwetena paistawad. Niisuguste laste heaks ei tehta peaaegu midagi. Igasugused mängud, isegi kerge sport ja skoutism on küll kaunis laiali lagunenud, kuid seda tarwitatakse praegu ilma mingisuguse süsteemita, arstliselt seisukohalt waadates: ei wõeta ju sealjuures sugugi arwesse lapse terwislist seisukorda, rehkendades ainult tema wanadusega. Ma ei jää peatama siin igasuguste spordi ja skoutismi terwisele kahjulikkude külgede peal, ega eita nende suurt tähtsust laste kaswatuses, pööran tähelepanu ainult selle peale, et üleliigne andumine nende kehalistele harjutustele sagedasti rohkem kahjulik kui kasulik olla wõib.

Oleks tungiwalt tarwilik korraldada niisuguseid sanatooriume-koole, kus lapsed, wiibides wõimalikult rohkesti wärskes õhus, leiaksid ühtlasi õpetust ja rawitsust. Ja seda kätte saada oleks wõrdlemisi kerge, korraldades koole wäikestes linnades ehk isegi endistes mõisates, kus ka alati tarwilised ruumid leiduwad. Lapsed seisaksid

siin loodusele lähemal, õpiksid siin seda, mida linna koolis iialgi wõimalik ei ole ära õppida. Niisugune kool peab aga osawa õpetaja-arsti juhatusel töötama ja sinna tulewad wastu wõtta kehaliselt nõrgad, närwilised lapsed, kuna koolitöö sündima peaks süsteemi järele, kus lapsed ei tuneks wäsimust ega wastumeelt õppimise wastu.

Niisuguses koolis tuleb korraldada rawitsemine elektri ja massaashiga, wõimlemine arstlise walwe all ja mängud wärskes õhus igal aastaajal; siis wõib loota, et meie noorsugu tõesti terweteks ja tugewateks, nii waimliselt kui ka kehaliselt, kodanikkudeks wõrsub, ja see on praegusel ajal seda tarwilikum, kus nende wanemaid nii rasked üleelamised tabanud on, kus nii tungiwalt tundub tarwidus abinõude järele närwihaiguste wastu wõitlemiseks ja rahwa ergukawa terwendamiseks.

Juba 1917. a. omas kõnes „Närwi süsteem ja sõda“, tähendasin ma tungiwa tarwiduse peale wälja töötada tingimised närwihaigete arstimiseks ja ülewalpidamiseks erisanatooriumides, tehes need wiimased kättesaadawateks ka kehewematele, tähendab asutada n. n. rahwa-sanatooriumid, laiali laotada rahwa seas õigeid teadmisi närwikawa ja tema terwishoiu üle ja wõidelda kõigest jõust närwimürkide wastu, nagu alkohol, oopium, kokaiin jne., arwesse wõttes, et nõrga ergukawaga inimene palju kergemalt alkohoolikuks wõi morfinomaaniks saada wõib.

Koolides peab ühes üldise terwishoiuga ka eraldi ergukawa terwishoidu õpetatama.

Kuid olude sunnil ei wõinud kõik need kawatsused ellu wiidud saada ja kõik see, mida meie praegu näeme, kõik need igasugused erakondade wäljaastumised, kus oma lähema werega katsutakse saawutada head käekäiku nendele, kes sugugi seda hinnata ei oska ja kelle elu ideaal madalamate instinktide rahuldamises seisab: kas ei ole see kõik ergukawa haiglise protsessi awalduis, kõige õrnema ja tähtsama elulise aparadi ebafunktsioon.

Selle aparadi peale pöördi endisel ajal liig wähe tähelepanu, ei mõeldud sugugi rahwa ergukawa terwendamise peale. See on osalt ergukawa praeguse üleüldise lõtwuse ja nõrkuse põhjuseks, mis sarnaste äärmiste ekstsesside kordaminekut wõimaldas, kui enamlaste hirmuteod Tartus, Rakweres ja mujal. Ergukawa terwendamine

on riikline ülesanne; kuna wõitlustes endistel aegadel wõit wõi lüüasaamine rahwa kehalisest jõust olenes, wõidab praegusel ajal see, kel „tugewad närwid“.

Sellepärast peab kõikide sanatooriumide korraldamine ja juhatamine riigi käes olema. (? Toim.), wõib ju tegelikult riik ainult anda abi waestele ja nõrkadele niisugusel määral, nagu see tarwilik. Muidugi ei tule siin riiklise wõimu all mõista bürokraatlist korda, waid otsarbekohast ja tegewat walitsust, kel kallid rahwa huwid.

Tuleb asutada iseäraline kesk-orgaan, mille ülesandeks sanatoorse rawitsemise kawa wäljatöötamine, ja mille kontrolli all kõik sanatooriumid seisaksid. Niisugune kesk-orgaan peab koos seisma eriteadlastest, kellel kogemus ja autoriteet selles asjus. Kuid sealjuures ei tohi sellel kesk-orgaanil mingisuguseid administratiiw-õigusi sanatooriumi üle olla — iga sanatoorium ajab ise oma asju ja kõik sanatooriumid alluwad administratiiw-majandusliselt iseäraliku kurortide ja sanatooriumide peawalitsusele siseministeeriumi juures. Kuid üldine kontroll sanatooriumide üle, teadusliste küsimuste käsitlemine, uute sanatooriumide-kawade läbiwaatamine ja kinnitamine peab ülewalnimetud keskorgaanile jääma.

Muidugi teada, nõuawad kõik need küsimused ja kawad üksikasjalist läbitöötamist, kuid omis peajoonetes peaksid nemad minu arwamise järele nendele ülemalnimetud põhimõtetele enam wähem wastama; wastasel korral ei saa maa ega rahwas seda, mis kõige tarwilikum, ja sanatooriumid jääwad ikkagi jälle ainult teatud uhkuseks. Oleks ammu aeg sanatooriumide peale kui haigemajade peale waadata ja kui haigemajasid mitte uhkuseks ei peeta, waid tungiwaks tarwiduseks, siis peab ka kurorte ja sanatooriume niisuguseks tarwiduseks pidama.

VI. Närwihaawatute ja närwihaigusi põdewate-sõdurite rawitsemise küsimus.

Ülewal ettetoodud küsimustega sanatooriumide üldisest seisukorrast seisab lähedas ühenduses ka küsimus närwigastusi ja teisi närwihaigusi põdewate sõdurite rawitsemise üle.

Möödaläinud suur ilmasõda, kus moodsate laskeriistade jõud ja ulatus niisugusele tipule oli jõudnud, millest

endistel aegadel keegi ei suutnud undki näha, nõudis ka üliinimlist jõupingutust inimese ergukawalt ja ei jätnud awaldamata oma häwitawat mõju just selle peale. Sellepärast tõusis ka ilmasõja ajal närwihaigete arw enneolemata kõrguseni.

Kuna Wene-Jaapani sõjas, millest ka mina osa wõtsin, närwihaigete arw wõrdlemisi madal oli, ei tõusnud wiimase sõja ajal mitte ainult nende arw, waid tekkis juurde ka niisuguseid haiguste kujusid, millest eriteadlastel seni isegi ettekujutust ei olnud. Haruldaset kõrge protsent traumaatilisi neuroose raskete sümptoomidega sundis otsima ka uusi rawitusmetoode. Sõjawäe-arstide ülesannet tegi weel raskemaks ja wastutusrikkamaks laialine simulatsioon (haiguste seisukordade meelega liialdamine, koguni nende ettepetmine). Selle asjaolu peale pöörati tähelepanu kõige pealt Prantsusmaal, kus Närwiarstide selts Pariisis otsustas walitsuse ees samme astuda, et saaksid asutatud iseäralised haigemajad haigete jaoks, kel funktsionaalsed ergukawa wigastused. Nendes haigemajades pidi siis ka kõwa distsipliin ja järjekindel eri-rawitsemine läbi wiidama. Tarwidus niisuguste haigemajade järele tundus iseäranis selle tõttu, et paljude funktsionaalsete haigete peale arstimine üldistes haigemajades paha mõju awaldas ja sagedasti, kui juhtumisi haigemajas eriteadlast ei olnud, muutus nende haigus parandamatuks. Sai ju üldises haigemajas lihtne funktsionaalne wigastus orgaaniliseks peetud ja wiimasena ka arstitud, mille tõttu haige juures ettekujutus oma haiguse parandamatuse üle loodi ja sellega niisugune arstimine lõpuks tõesti raske ja sagedasti lootuseta seisukorra tekitas. Sellepärast oli ka esimeseks tingimiseks tagajärjerikka rawitsemise jaoks niisuguseid haigeid wõimalikult wara erihaigemajadesse mahutada. Teiseks teguriks sarnase rawitsemise juures on ümbruskonna loomine, kus haige ettekujutuse oma haiguse üle ära unustada suudab, mis otstarbeks haigeid rawitew personaal wastawalt ette walmistatud peab olema ja haigete hingeelu peale terwendawat mõju awaldama. Kolmandaks peab kõiki nõutawaid arstimise metoode järjekindlalt läbi wiidama, tarwilisel korral ka sunniwiisil, sest et niisugused haiged sagedasti teatud wastumeelt ja isegi wastuhakkamist arstimise wastu üles näitawad.

Ülewenemaalisel kongressil kurortide korraldamise asjus 1915. a. pöörasin ma tähelepanu selle peale, et oleks

tungiwalt tarwilik õigemini üles wõtta küsimust närwi haigete sõdurite kohta ja tähendasin juba siis wõimaluse peale, et häid tagajärgi uute sanatooriumite asutamisega wõi wanade kordaseadmiseega kätte wõib saada. Wälja minnes oletusest, et närwihaiguste põhjusteks on mitte ainult füüsilised tegurid (nagu puudulik toitmine, alkohol, kehaline jõupingutus jne.), waid peajasjalikult psüühilised momendid (üleelamised wäerinnal tule all, kartus oma elu eest, wastutus ülesande ja teiste elu eest jne.), panin ma ette kogu rawitsemise iseäraldi selleks loodud ümbruses korraldada: waikses, rahulises kohas, wärske õhu käes, ära kasutades looduse jõude — õhk, walgus ja wesi. Muidugi on see ainult sanatooriumides wõimalik, ja sellepärast peab närwihaigeid sõdurid peajasjalikult sanatooriumidesse paigutama. Kui funktsionaalsete närwihaigete rawitsemises järjekindlalt läbi wiiakse töö wärskes õhus, siis wõib tõesti suurepäralisi tagajärgi saawutada. Ja minewa ilmasõja kogemused näitawad, et sarnased sanatooriumid kahtlemata suurt kasu tuua suudawad mitte ainult poolkrooniliste, waid ka wärskete juhtumiste juures.

Sellepärast peab tulewikus sõjawäe likwideerimise korral silmas pidama tarwidust korraldada sanatooriume funktsionaalsete närwihaiguste jaoks (traumaatiline neuroos, hüsteeria, neurasteenia jne.). Need sanatooriumid peawad kõikide arstimisabinõudega warustatud olema: elekter, massaash, wõimlemine ja rawitsemine weega, ühes psüühilise rawitsemisega.

Ainult siis toob järjekindel arstimine häid tagajärgi, kui arstil kõik abinõud käepärast ja temal wõimalus on iga üksikut juhtumist rawitsuse mõttes individualiseerida; shabloonilise rawitsemise on näit. traumaatiliste neurooside juures kahtlemata kahjulik.

Kuna erisanatooriume funktsionaalsete haiguste algstmete jaoks sõja kestes tarwilisteks tunnistama peab, on niisugused sanatooriumid orgaaniliste närwihaiguste juures (s. t. närwihaawade jne.) nende haiguse algusel täitsa kasuta; wiimaste rawitsemiseks on tarwilikud hari-likud, kuid eri-otstarbeks warustatud närwi-hirurgilised hospitalid. Ainult nendel juhtumistel, kus haaw kinni kaswanud ja enam-wähem kindlad wigastused ergukawas jäänud, wõib juttu olla närwihaawade edasiarstimisest

sanatooriumis. Siinjuures tulevad ära kasutada ka need loodusejõud, mis mitte arvesse ei tule funktsionaalsete neurooside juures, nimelt meremuda.

Arstimist meremudaga võib muidugi ainult teatud kohtades korraldada, sest et see esiteks koha peal palju odavam tuleb ja teiseks wastab seal ümbruskond rohkem niisugusele rawitsemisele. Sellepärast on tarwilik närwihaawatute lõpuliku arstimise jaoks asutada sõjawäe sanatooriume mudarikastes kohtades, nagu Haapsalus, Kuresaares ja Pärnus. Ei ole sellega sugugi öeldud, et üldisteski haigemajades mudaga rawitsemine võimatu oleks. Võib ju muda kuiwatatult igale poole saata ja nii arstimist mudaga igas kohas läbi wiia. Kuid wärskes seisukorras awaldab muda siiski nähtawasti kõige paremat mõju, kaotades wedamise ja kuiwatamisega mõned omadused. Nii siis peawad üldisse närwi-haawatute ja närwihaigete rawitsemise kawasse ka mudawannid sissewõetama. Kuid, nagu ma juba üldises jaos tähendasin, peab siingi muda teiste arstimiseabinõudega ühendatama. Ei tohi ka mudaga rawitsemine shabloonilist iseloomu kanda, waid siin jääb weel rohkem kui teiste haiguste juures makswaks individualiseerimise põhimõte. Ei wõi, näituseks, tarwitada muda haige juures, kel traumaatiline selgüdi wigastus troofiliste nähtustega naha peal ehk naha ülitundlikkusega soojuse wastu olemas jne. Niisugustel juhtumistel tuleb soowitada kohalikke muda kotte jne. Peale selle peab mõnedel juhtumistel aeglaselt ja ettewaatlikult kontsentratsiooni kõrgendamata, kuna aga teiste juures seda järsku ehk hoogude kaupa kontrasti loomiseks tegema peab. Üleüldse mängiwad sarnased kontrastid suurt osa närwihaiguste rawitsemises, mida aga seni kahjuks liiga wähe ära kasutatud. Milgi tingimisel ei tohi haiget peale närwi õmblust enne 6 nädalat mudaga arstima hakata, sest et enneaegne muda tarwitamine närwi kaswu takistab.

Sellest lühikesest ülewaatest selgub, et sanatooriumid suurt osa närwihaawatute ja närwihaigete sõdurite rawitsemise juures mängiwad ja sõjawäe terwishoiu walitsus sellepärast nende peale suurt rõhku peaks panema. Arwesse wõttes sõjaaja tarwidusi, tuleb juba nüüd wälja töötada kawa, kuidas abiandmist närwihaigusi põdewatele sõduritele korraldada. Selles kawas peaks ette nähtud olema:

1) sanatoorium funktsionaalsete neurooside jaoks 200 woodiga, 2) närwi-hirurgiline hospital 200 woodiga ja 3) 2 sanatooriumi närwihaiguste lõpuliku rawitsemise jaoks, 150 woodiga kumbki. Niisugune arw oleks Eesti sõjawäe jaoks küllaldane.

Juba praegu oleks tarwilik samme astuda nende asutuste korraldamiseks ja tarwilise warustuse muretsemiseks. Wõiwad ju need sanatooriumid ka rahuajal, wäikeste asutustena esinedes, elanikkudele eriabi anda, kuna aga sõjaajal nemad end tarwiduse järele laiendada wõiwad.

Üldine kawa peaks järgmine olema:

Sidumise punkt.

Kesk-sidumise punkt.

Hospital (eriteadlase neuropatoloogiga).

Närwi-hirurgiline hospital (erikommisjoniga).

Sanatooriumid
funktsionaalsete närwi-
haiguste jaoks.

Sanatooriumid
närwi-hirurgiliste haigete jaoks
(mudawannidega jne.).

Korraldades arstlist abiandmist niisuguse kawa järele, suudame kõrwaldada neid pahesid, mis seni hospitalides ette tulid, kus närwihaiged ilma otstarbekohase abita mõnikord mitu nädalat täitsa kasuta ära wiitsid. Hospital esineb siin ainult asutusena, mis närwihaigeid eri-asutustesse edasi saadab. Need eriasutused peawad hospitalidest täitsa eraldatud olema ja awada neid hospitalide juures wiimaste jaoskondadena ei ole mitte soowitaw. Peab ju närwi-hirurgilises hospitalis täitsa omapärane kord walitsema, seal peab, näituseks, wõimalust mööda läbi wiidama tööga rawitsemise põhimõte jne. Närwi-hirurgilises hospitalis kui iseseiswas asutuses, tulewad teostada kõik need nõudmised, mille täitmine ratsionaalse arstimise juures tarwilik ja niisuguse hospitali eesotsas peab seisma wastawa haridusega eriteadlane.

Wiimase sõja ajal hinnati seda tarwidust õigesti Prantsusmaal, Saksamaal ja Inglismaal, kus abiandmine

närwihaigetele eriteadlaste kätte oli koondatud. Wenemaal korraldati isegi eriline närwi-hirurgiline hospital, kus kõik närwiwigastustega haiged närwi-hirurgi poolt rawitseti, ja see andis nii kaunid tagajärgi, et, minu arwates, ka meie pool asju tähendatud sihis korraldama peab.

Waatamata olewate sanatooriumide otstarbekohase reorganiseerimise peale, tuleb peale selle weel uusi asutada, et wõimalikult laialiselt elanikkude huwidele wastu tulla, wõimaldades sanatoorset rawitsust kõikidele, muutes sanatooriume mitte laiskuse edendamise kohtiks, waid asutusteks, kus haiged oma terwisele wastawat tööd õpiwad tegema. Sel tingimisel wõiwad sanatooriumid ka riigile kasu tuua, kaswatades haigeid tublideks ja kasulikkudeks töötegijateks. Olles kord teostatud rahu ajal wõib seda põhimõtet ka kergesti sõja ajal läbi wiia. Peame alati meeles pidama wanasõna: „si vis pacem, para bellum“, ja meie, arstid, kes meie walju protesti sõja wastu tõstame, näinud olles kõiki wiimase sõja koledusi, peame kõigest jõust neid sõjaga kaasaskäiwaid koledusi vähendada püüdma, kui juba kord seda hirmsat pahet, seda „traumaatilist epideemiat“, nagu teda Pirogoff nimetas, täitsa ära kaotada wõimata on. Ette walmistades end rahu ajal, otstarbekohaseid loodusjõudude ära kasutamise kawasid wälja töötades, wõime ometi natukenegi kergendada seda pahet, mida sõda esile kutsub ja selles seisab meie arstline ülesanne ja kohus.