



Nebělíme si rentgenem kůži, neškrtníme se korzetem, ani se (většinou) neléčíme u šarlatánů. Ale kouříte – a občas i „něco jiného“ než jen normální tabák? ■ Tak si

přečtěte článek z roku 1904 popisující, co vše se dá kromě tabáku kouřit a jaké má například kouření listů konopí na člověka vliv.

## N Á H R A Ž K Y T A B Á K U

**Málo kdo by se asi odhodlal při odpolední kávě vykouřit dýmku drtin, jež byly máčeny v odvaru z pepřových zrněk.**

Ač se zdá být takováto směs jakožto náhrada za tabák nemožná, přec ji kouří Indiani na pobřeží Alasky se zřejmým zalíbením. Ovšem že se jim často rozbolaví rty a také ostrý kouř jim kazí u veliké míře zrak.

Kuřáci bramborové natě a natě rajského jablka jsou u nás docela obyčejným zjevem. Jakkoli obě tyto rostliny obsahují narkotickou látku, je nicméně mírný jich požitek skoro neškodný.

Po nemírném požívání dostaví se však i tu těžké opojení, ze kterého se kuřák probouzí prudkou bolestí hlavy a s pocitem největší vysílenosti; nezřídka jsou duševní poruchy a sebevraždy následky nemírného požívání těchto listů.

Velmi často kouří naši venkované listy rebarbory, řepy a šalvěje; tyto druhy kuřiva možno ještě považovat za nejnevinnější ze všech.

Na ostrově Jamaice kouří všechny společenské třídy bez rozdílu »ganjah«, druh to západoindického konopí, leč s velmi neblahými následky. Tuto bylinu prý užili náčelníci posledního velkého tamního povstání, aby učinili Sepoye tak zuřivými, jak se tito v celém boji jeví. Kouření této byliny má podivné následky; jeho požitím ztrácí člověk jasnou představu o čase, místě a zvucích. Minuta prý mu připadá dlouhá jako měsíc, malíček na ruce nesmírně dlouhý, hlas dítěte jako třesk výstřelů ručnice. Neustálé požívání její působí prý záchvaty podobné ztrnutí a mnohdy úplnou blbost.

Jakožto nejučinnější prostředek proti katarrhům kouří venkované v odlehlých krajích Anglie tabák z devětsilu, známé to u nás jarní rostliny. Je to drť z usušených listů této byliny, jež roste na vápenaté půdě. Kouř z tohoto »tabáku« nemá žádné špatné následky; kazí jen zrak, avšak osvědčuje se zato prý velmi znamenitě jako lidové léčivo proti těžkosti při dýchání.

Ve Švédsku se ve značné míře kouří t. zv. »horský tabák« z listů různých domácích rostlin, jež se taktéž rozmělní na prášek; kuřák tohoto tabáku však časem tělesně i duševně slabne.

Mimo tyto náhražky pravého tabáku — nemluvě ani o opiu — užívá člověk v různých končinách světa ještě všelikých jiných součástí rostlinných pro ukojení svého kuřáckého labužnictví — ovšem vždy s méně neb více špatnými následky.



Ať žijeme sebevíc zdravě, občas bychom i dnes k některým lékařům na prohlídku zajít měli. Například k zubaři. ■ Zajímá vás, jak se o své zuby starali lidé v roce

1902 a co tehdy používali místo dnešních průmyslově vyráběných zubních past?

## K OŠETŘOVÁNÍ ZUBŮ

**Hlavními příčinami zkázy zubů jsou požívání hor-  
kých jídel, pití studených nápojů neb obé zároveň,  
špatné ošetřování zubů vedle požívání sladkých  
věcí.**

Jinou hlavní příčinou jest arciv vrozená náchylnost zubů ku zkáze a to jest to nejhorší. Jak hyzdí zkažené zuby mladou dívku, nehledě k poruše zažívání špatným rozkousáním pokrmů přivoděné!

Však jsou prostředky, jimiž i ku zkáze náchylné a kazící se zuby lze zachrániti úplně neb na delší čas.

Hlavní věcí jest při tom použití prostředku při prvé známce nákazy zubů a nelze dosti doporučiti, aby rodiče měli dívky již v útlém věku k pravidelnému ošetřování zubů a kdyby jakoukoli poruchu chrupu pozorovali, aby šli k lékaři odborníku. Jest v mnohých rodinách zvykem velice odporučitelným, že všichni členové rodiny dají si zuby v pravidelných obdobích vyšetřovati.

Odborník vždy čeho třeba v zárodku opraví, kdežto když zub tak dalece jest zkažen, že spraven býti nemůže, nezbývá nic jiného, než bezzubost aneb vysazení zubů. Konečně lze za velké dobrodiní lidstva považovati náhradu ztracených zubů zuby umělými — ale přece šťasten, kdo jich upotřebiti nemusí. Než to náleží již do oboru umění, chceme jen o domácí ošetřování zubů pojednati.

K nejprudším bolestem náleží bolesti zubů, jsou různého původu a dle toho také různě proti nim zakročiti nutno. Rheumatické bolesti zubů léčí se teplem, teplými a suchými obvazy, nervosní bolesti pak vodou studenou.

Jako prostředek na zeslabení neb dočasné potlačení bolestí stůj mezi jinými tento: umeleme trochu pepře na malý talířek a přidáme k němu octa, aby povstala z toho kaše nepřilíš tuhá, natřeme jí buď na ssavý papír neb na hrubý papír k balení a přiložíme na bolestivou líc; bolesti zmizí ihned, jsouce novými pocity potlačeny. Také odporučují se k potlačení bolesti zubů lázně nohou. Zuby, pouhé skořápky nemeškejme dáti vytrhnouti, za to zuby, jež lze spraviti, dejme plombovati.

Nevyhnutelně jest ale k udržení zubů potřeba čistění, byť ne po každém jídle, tož 1—2 denně a sice měkkým kartáčkem a teplou vodou. Jako prostředky pomocné jmenujeme uhlí a křídou. Křída bílí zuby a uhlí brání vzniku plísni t. j. rozkládá mezi zuby zbylé zbytky pokrmů dřívě, než tyto přejdou v hnilobu.

Abychom docílili správné směsi, dejme si ji u materialisty připravit:  $\frac{2}{3}$  rozmělněné křídý a  $\frac{1}{3}$  rozmělněného lípového uhlí. Aby tato směs příjemně voněla a abychom zároveň dodali posilujícího prostředku pro dásně, přidá se několik kapek větrového (mátového) oleje.

---

Česká hospodyně 1902, autor neuveden.

## Roudnické medové koláče

Ize obdržeti ve všech restauracích hotelích a obchodních závodech s lahůdkami, vinárnách, atd. Za dobré a pravé medové zboží zodpoví firma První česká roudnická  
===== výroba medových koláčů **JOSEF DYK v Roudnici n. L.** =====

# Pyramidon tablety

osvědčení tišitelé při

**bolestech hlavy**

**neuralgii**

**migréně**

Tažte se svého lékaře



Nejdokonalejší  
**PRŮTRŽNÍ PÁSKY**  
s pružnou poduškou



pro kýly tříselní  
i pupeční, sus-  
pensoria, dobře  
přiléhající pásy  
břišní pro dámy,  
punčochy a obi-  
nadla pro křeč.  
žily, vložky pro  
ploché nohy,  
přimldla, a ort-  
hop. šňěrovačky  
prozkřivené pá-  
teře. Uměličásti  
těla a bandáže  
všeho druhu

**B. Pecka**  
bandažista  
v PRAZE II.,

lungmannova tř. (Široká ul.) 34 n.

Pozor na firmu! 1711



čini zuby běloskvoucími, 50 hal. **Libuše**  
ústní vodička osvěžuje ústa, chrání zuby před  
bolením a nákazou, po 1 K. **Libuše** zubní  
prášek odstraňuje zubní kámen, po 50 hal. Lé-  
kařské doporučené zubní přípravky ku čistění  
a docilení krásné bílých a zdravých zubů.

Lze koupiti ve všech lékárnách, drogeriích a  
voňavkářských obchodech.

Vyrábí a zasílá: **ALOIS MIRULÁŠEK v Brně.**

Dokonalého, velkého  
**poprsí**

docíliti možno uznaně jedině vzducho-  
vým přístrojem Kolonia-Vibra-  
torem a patent. vibrační. Zcela nový  
přístroj, od lékařů doporučený. Již po  
14 dnech účinek viditelný.  
Delší používání není za-  
potřebí. Neobyčejný tento přístroj  
doporuč. se každé slabé dámě každého  
věku. Bezvadnost a účinnost prokázána  
žensk. spisovatelk. Úplná záruka. Zákon.  
chrán. Překvapí v nejvyšší míře. I dvě  
osoby mohou jej používat. Neuspokojí-li,  
vrátí se obnos. Cena s přísl. a náv. K 6'20;  
poštou na dobírku o 30 h více. Zásilky bez  
udání obsahu vyřídí nenápadně hygien.  
závod J. Kukla, Praha, Perlová ul.  
č. 7 b (nároží Ferdinand tř.).

## Umělé zuby,

chrupy ve zlatě a kaučuku

• zasazuje •

# H. BERNHART

v PRAZE-II., Štěpánská ul. 34.



### Mezi dámami.

Paní A.: »Ale to je podivné — ty se prý se svou sestřenicí na smrt hněváš  
a nyní posíláš jí k svátku tak drahocenný dar.«

Paní B.: »To je právě to! Ten její vztek, když uvidí,  
že mohu dělat takové presenty!«

## MODERNÍ VYMOŽENOSTI DO DOMÁCNOSTI

Doma jsme neustále obklopeni řadou domácích elektrických spotřebičů, které nám pomáhají s úklidem nebo jinak zpříjemňují život. Pokládáme je za symbol pokroku a moderní doby. Co když je to ale všechno trošku jinak a podobné vynálezy byly dostupné už našim prapředkům?