

HIGIJENA, NJEGA I LIJEČENJE BOLESTI KOŽE U NARODNOJ MEDICINI SLAVONIJE I BARANJE

Muršić, Ivanka

Doctoral thesis / Disertacija

2017

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj
Strossmayer University of Osijek, Faculty of Medicine / Sveučilište Josipa Jurja
Strossmayera u Osijeku, Medicinski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:152:179868>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-09-21**



Repository / Repozitorij:

[Repository of the Faculty of Medicine Osijek](#)



**SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U
OSIJEKU
MEDICINSKI FAKULTET OSIJEK**

Ivanka Muršić

**HIGIJENA, NJEGA I LIJEČENJE
BOLESTI KOŽE U NARODNOJ
MEDICINI SLAVONIJE I BARANJE**

Doktorska disertacija

Osijek, 2017.

**SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U
OSIJEKU
MEDICINSKI FAKULTET OSIJEK**

Ivanka Muršić

**HIGIJENA, NJEGA I LIJEČENJE
BOLESTI KOŽE U NARODNOJ
MEDICINI SLAVONIJE I BARANJE**

Doktorska disertacija

Osijek, 2017.

Mentor rada: prof. dr. sc. Aleksandar Včev, prim. dr. med.

Komentor rada: doc. dr. sc. Tomislav Jukić, dr. med. dent.

Rad ima 197 listova.

Predgovor

Doktorsku disertaciju posvećujem nezamjenjivoj kolegici i prijateljici Neli Šustić i zahvaljujem se svima koji su mi pomogli ulažući svoje vrijeme, napore i ohrabrenja.

SADRŽAJ

1. UVOD.....	1
2. HIPOTEZA	7
3. CILJ ISTRAŽIVANJA	8
4. ISPITANICI I METODE	9
5. REZULTATI.....	12
5.1. PUBLIKACIJE	12
5.1.1. LJEKARUŠE.....	12
5.1.2. KNJIGE - savjetnici, udžbenici i monografije.....	22
5.1.3. KALENDARI	67
5.1.4. ČASOPISI.....	75
5.2. KAZIVAČI	85
6. RASPRAVA.....	110
6.1. HIGIJENA I NJEGA	110
6.1.1. Higijena tijela	113
6.1.2. Higijena kućanstva	114
6.1.3. Ženska higijena	118
6.1.4. Higijena usne šupljine i zuba	119
6.1.5. Higijena i njega djece	119
6.2. LIJEČENJE	121
6.2.1. Liječenje rana	121
6.2.2. Liječenje čireva i zagnojenih rana	123
6.2.3. Liječenje opekline	124
6.2.4. Liječenje uboda i ugriza.....	125
6.2.5. Liječenje bradavica	125
6.2.6. Liječenje svraba i ušiju	130
6.2.7. Liječenje perutca i lišaja	132
6.2.8. Liječenje ojedina	133
6.2.9. Liječenje akne.....	133
6.2.10. Liječenje zubobolje	134
6.2.11. Liječenje uholbolje	134
6.2.12. Liječenje očiju	135
6.2.13. Liječenje spolnih bolesti.....	135
6.2.14. Liječenje unutarnjih bolesti dermalnim pripravcima	136
7. ZNANSTVENI KOMENTAR I OSVRT NA NAJČEŠĆE KORIŠTENE LJEKOVITE PRIPRAVAKE	140

7.1. LJEKOVITA SREDSTVA	140
7.1.1. <i>Achillea millefolium</i> – stolisnik, hajdučka trava, sporiš kunica	142
7.1.2. <i>Aesculus hippocastanum</i> – divlji kesten.....	143
7.1.3. <i>Agrimonia eupatoria</i> – turica, ranjenik, kostolom, zmijina trava, džigeričnjak.....	143
7.1.4. <i>Allium cepae</i> – crveni luk.....	144
7.1.5. <i>Allium sativum</i> – češnjak	144
7.1.6. <i>Allium ursinum</i> – divlji luk, medvjedi luk, srijemuš.....	145
7.1.7. <i>Althea officinalis</i> - bijeli sljez	146
7.1.8. <i>Avena sativa</i> - zob	146
7.1.9. <i>Betula pendula</i> – breza.....	147
7.1.10. <i>Arctium lappa</i> – čičak	147
7.1.11. <i>Calendula officinalis</i> – neven.....	148
7.1.12. <i>Chamomila recurita</i> – kamilica	149
7.1.13. <i>Chamomillae romanae</i> – rimska kamilica.....	150
7.1.14. <i>Cheilidonium majus</i> – rosopas	150
7.1.15. <i>Hypericum perforatum</i> – gospina trava, pljuskavica, trava sv. Ivana, kantarion	151
7.1.16. <i>Symphytum officinale</i> – gavez, crni korijen	153
7.1.17. <i>Urtica dioica</i> – kopriva, velika kopriva, žara	153
7.1.18. <i>Salvia officinalis</i> – kadulja, žalfija	154
7.1.19. <i>Quercus ruborum</i> – dub, hrast lužnjak	155
7.1.20. <i>Sambucus nigra</i> – bazga, baza	156
7.1.21. <i>Plantago</i> – bokvica, trputac	156
7.1.22. <i>Rumex crispus</i> – štavelj, repušina.....	157
7.1.23. <i>Pyptoporus betulinus</i> – brezina guba	159
7.1.24. <i>Lycoperdon caleatum</i> – trbušasta puhara	159
7.1.25. <i>Adeps suillus</i> – svinjska mast.....	160
7.1.26. <i>Urina</i> – urin	161
7.2. MAGIJSKI POSTUPCI U NARODNOJ MEDICINI	163
7.3. OSVRT NA DOŽIVLJAJ TJELESNE LJEPOTE	166
8. ZAKLJUČAK	169
9. SAŽETAK.....	170
10. SUMMARY	171
11. LITERATURA.....	172
12. ŽIVOTOPIS.....	184
13. PRILOZI	188

1. UVOD

U prošlosti se nisu poznavali stvarni uzroci bolesti, pa se liječenje razvijalo više kao umjetnost ili vještina, nego kao znanost (1). Do zaključaka se dolazilo empirijski. Pojedine metode i ljekovita sredstva koja su se iskustveno pokazala uspješnijima, zadržavana su u dužoj upotrebi i prenosila su se u slijedeće naraštaje (2).

Liječenje je u obitelji pripadalo uglavnom u domenu žena. "Recepti" su bili dio kućnog nasljeđa, a svako selo imalo je ponekog vještijeg iscjelitelja ili travara (3). Na ovakav način liječio se veći dio ruralnog i značajni dio gradskog stanovništva, sve do sredine 20. stoljeća, kada je dostupnost akademske medicine postala takva da se i za manje tegobe mogla tražiti pomoć liječnika.

Narodnu medicinu kao dio medicinske antropologije opsežno je u svojim radovima prikazala Tanja Bukovčan Žufika, koja navodi da se narodna medicina bavi konceptima zdravlja i bolesti u jednoj kulturnoj ili etničkoj zajednici, te načinima kako poboljšati, očuvati ili unaprijediti duševno i tjelesno zdravlje. Narodna medicina obuhvaća značajan segment života i zato zaslužuje biti promatrana kao posebno područje unutar etnologije (4). Tanja Bukovčan Žufika analizira načine na koje se etnologija u Hrvatskoj bavila medicinskim sustavima u razdoblju u kojem je njezin razvojni i interesni put bio drugačiji od puta sociokulturne antropologije, te u novijem razdoblju u kojem su ta dva puta paralelna. Također nastoji argumentirati, na temelju recentnog istraživanja medicinskog pluralizma u Hrvatskoj, opravdanost uporabe medicinsko-antropoloških teorija i metodologije u suvremenim istraživanjima medicinskih stvarnosti (5). Navodi da od samih početaka etnološkog tretiranja narodne medicine, kada je ona egzotični, nedopušteno magijski egzemplar „života seljaka“, ona prolazi povijesno vrlo raznolik put, te se uspostavlja ponovno tek nakon 2000. godine kao disciplina koja okreće svoje istraživačko ogledalo prema vlastitoj, recentnoj medicinskoj stvarnosti.

Medicinska antropologija jest poddisciplina antropologije koja primjenjuje antropološke metode, kao što su promatranje uz sudjelovanje i ispitivanje kazivača po unaprijed (ili djelomično unaprijed) pripremljenim pitanjima, na proučavanje zdravstvenih sustava. Cilj njihovog istraživanja je zdravlje i bolest kao dio društvene i kulturne stvarnosti. Nadalje, medicinska antropologija se dijeli na teorijsku i praktičnu.

Prvom se bave antropolozi, a drugom uglavnom profesionalni zdravstveni radnici u svrhu unapređenja zdravlja ili mijenjanja zdravstvenog ponašanja (4).

Termini *tradicionalna medicina* i *narodna medicina* često se poistovjećuju i koriste kao sinonimi. Tradicionalna medicina prema definiciji Svjetske zdravstvene organizacije (SZO/WHO) obuhvaća načine na koje su različite kulture čuvale i unapređivale zdravlje, te liječile bolesti svojih pripadnika. Preporuka Svjetske zdravstvene organizacije jest da se za očuvanje zdravlja koriste sva provjerena medicinska iskustva i metode različitih civilizacija, a ne samo službene medicine Zapada (6).

Neki od tih načina vrlo su sofisticirani, primjerice ajurvedska medicina, akupunktura i fitoterapija. Tradicionalna medicina je, dakle, pojam kojeg se u svakodnevnom govoru poistovjećuje sa alternativnom (suprotnom) i komplementarnom (nadopunjavajućom) medicinom. Iako jezično značenje ne opravdava ovu upotrebu, ona je uvriježena za sve metode koje nisu dio biomedicine, znanstvene medicine ili zapadnjačke medicine.

Tradicionalna medicina označava medicinsku praksu koja je određena tradicijom, onim što je narod osmislio, koristio, usavršavao i prenosio mlađim naraštajima (5).

Narodna medicina Hrvatske vrlo je uspješno predstavljena izložbom autora A. Brenko, Ž. Dugac, M. Randić u Etnografskom muzeju u Zagrebu (studeni 2001. – ožujak 2002.), čiji je katalog često citirana publikacija (7).

U radu „Praktičari narodne medicine“ A. Brenko navodi da je kontekst narodne medicine danas bitno izmijenjen, te da je ponuda alternativnih načina liječenja puno veća nego prije sto godina. Autorica je istražila tradicije koje su postojale u prošlosti, a postoje i danas, kako u gradu tako i na selu. Unatoč stoljetnim potiranjima narodnih tradicija od strane elitne kulture, one nisu nestale. Rad i djelovanje praktičara narodne medicine spona su posredstvom kojih se te tradicije prenose i danas. Današnja uporaba narodne medicine ima drugačije gospodarske, ideološke i društvene pretpostavke, ne samo za pojedince već i za društvo u cjelini. Autorica je propitujući fenomen narodne medicine i njezinih praktičara u ponudi brojnih alternativnih načina liječenja potvrdila i njihovu prilagodbu i svrhovitost za suvremenog čovjeka (8).

Narodna medicina je vrlo dinamično područje. Tijekom povijesti prenosila se uglavnom usmeno, jer je pismenost bila na niskoj razini. Statistički podaci o pismenosti u prvoj polovini 20. stoljeća u Banovini Hrvatskoj pokazuju da je Slavonija bila naprednija hrvatska pokrajina, iako se nepismenost kretala između 34% (pakrački kotar) i 16% (slavonskobrodski kotar).

U slučaju bolesti ili ozljede najprije se pokušavalo liječiti metodama porodične samopomoći, a potom su se uključivali prijatelji, susjedi i rodbina. Svi su davali svoje savjete i prenosili iskustva. Liječnika je bilo premalo, bili su nedostupni, praksu su obavljali u udaljenim gradskim sredinama, a njihove su se usluge plaćale. Tko god je za neku bolest tražio liječničku pomoć, zapamtio je što više informacija o liječenju i u slučaju slične potrebe prenosio ih ljudima u okruženju. Pomoć se vrlo često tražila od nadriliječnika. U ruralnim sredinama to su bile babe vračare, bajalice ili pojedinci koji su općenito imali neko znanje ili moć za koje se pročulo da je uspješno u liječenju.

Praktičari narodne medicine i njihovi lijekovi bili su plaćeni nekim oblikom naknade, a besplatna je bila samo kao oblik samopomoći. Besplatne usluge su nudili pojedinci koji su svoje iscjeliteljske sposobnosti doživljavali kao Božji dar, a liječenje kao svoju misiju. Među njima su se nalazile i osobe s psihičkim poremećajima, pa im puk nije bio uvijek sklon. Svi koji su mogli radije su plaćali za zdravstvene usluge i lijekove, jer su tako imali više povjerenja u kvalitetu liječenja.

Karitativno zdravstveno djelovanje bilo je ograničeno na redovnike, bilo je cijenjeno, poštovano i poželjno, a povjerenje je bilo veće nego u akademsku medicinu, jer je uključivalo i Božji blagoslov.

Redovnici su bili veliki oslonac u bolesti te je redovnička medicina nerazdvojni dio narodne medicine.

Zarazne bolesti i komplikacije trauma bile su vodeći uzroci pobolijevanja i umiranja. Antibiotika nije bilo, a higijena je bila na vrlo niskom stupnju. Borba za unaprjeđenje zdravlja je bila usmjerena uglavnom na iskorjenjivanje nehigijenskih navika. Promjena neadekvatnih stambenih uvjeta, opskrba čistom vodom i saniranje zahoda bili su osnovni ciljevi preventivnih zdravstveno-prosvjetiteljskih napora (9).

Narodna medicina danas potpuno drugačije funkcionira, ali je osnova ostala potpuno ista. Ulogu usmene predaje i ljekaruša preuzeo je internet. Na internetskim društvenim mrežama se susreću ljudi kao nekada u slavonskim selima, na klupi pred kućom. U tom virtualnom prostoru stvaraju se velike grupe pripadnika različitog porijekla, dobi, naobrazbe pa čak i motiva. Uostalom, danas čovječanstvo po prvi puta živi u svijetu koji više nije lokalni, nego globalni. Nekada su nedostajale informacije o zdravlju i bolesti, a danas su informacije dostupne na svim razinama, pa je najveći problem postala kritična obrada ogromnog broja, često kontradiktornih savjeta i uputa. Odnos liječnika i bolesnika, koji je ključan u procesu liječenja, srozao se do nivoa materijalnog konzumerizma i to postaje glavni problem medicine uopće. Liječnici su danas dostupni, ali bolesnici traže iscjelitelje (10). Iscjeljenje je holistički proces, a današnja medicina nudi vrhunski tehnološki proces. Fuzija ova dva pristupa je vrlo teško ostvariva. Današnji bolesnici mahom žele holistički pristup, ali i najmodernije tehničko rješenje njihovog zdravstvenog problema. Farmakološka industrija i komercijalizacija medicine zato izaziva otpor u onih prema kojima je usmjerena. Moderni liječnici su naučeni analizirati, a ne sintetizirati, jer se to od njih traži. Zdravstveni sustavi su u konačnici holistički, jer pacijent biva cjelovito i multidisciplinarno obrađen. Dojam pacijenta je da ga se ne doživljava cjelovito u smislu osobe, a ne cjelovitosti tijela. Problem je što sintezu treba učiniti jedna osoba, osoba koju bolesnik doživljava kao svog liječnika, dakle osobu koja ga dobro poznaje. Inflacija povjerenja u obiteljskog liječnika nije samo problem zdravstvenih sustava nego i percepcije današnjih bolesnika. Teško je zadovoljiti potrebu za supspecijalističkim uslugama i holizmom istovremeno.

Bolesnici se, naročito u zapadnoj civilizaciji, okreću tradicionalnim načinima liječenja. Danas je to izbor, a ne nužda. U tom području, posebice u Hrvatskoj, vlada posvemašnja zbrka. Ljudi narodnu i tradicionalnu medicinu doživljavaju kao skup svega što nije akademska medicina. U našoj zemlji nema uređenog sustava komplementarne i alternativne medicine kao dijela akademske medicine (11). Akupunkturu, fitoterapiju, kiropraktiku i homeopatiju u većini naprednih europskih zemalja prakticiraju liječnici, koji su prošli vrlo respektabilnu edukaciju na višegodišnjim studijima, koji su priznati dio akademskog obrazovanja. Naši liječnici nemaju tu mogućnost, niti dobivaju ikakve informacije o ovim metodama liječenja tijekom obaveznog medicinskog školovanja. Pacijenti žele izbor i žele da ih u tom izboru prati

liječnik (12). Kako da liječnik kvalitetno savjetuje pacijenta o dobrobiti ili mogućoj štetnosti nekog pripravka ili načina liječenja kad nema vjerodostojne informacije? Važeći stav liječničkih autoriteta i institucija je izrazito negativan i pun predrasuda prema svemu alternativnom. Ovakav stav nije u skladu sa promjenama koje se događaju u drugim zdravstvenim sustavima diljem svijeta i ne odgovara sadašnjim društvenim potrebama (13). Liječnici su frustrirani zahtjevima pacijenata da se decidirano izjasne, objasne i argumentirano komentiraju neki od alternativnih načina liječenja. Istovremeno se na liječnike prebacuje odgovornost (koja pripada farmaceutskoj industriji) za nuspojave modernih lijekova. Hrvatski liječnici mogu birati lijek iz važeće farmakopeje, a njome nisu obuhvaćena biljna i ostala „prirodna ljekovita sredstva“, kao što je to primjerice u njemačkoj farmakopeji (*Rote liste*).

Iz iskustva liječnika praktičara možemo reći da pacijenti sve lijekove i postupke koji nisu dio oficijelne medicinske prakse doživljavaju kao prirodne i apsolutno sigurne. Pacijenti kao potrošači nisu uopće zaštićeni od tržišnih prijevara svih vrsta. Nažalost, prema povijesnim izvorima izgleda da je država nekada više štitila svoje građane od prijevara i zloupotreba, nego što to čini danas.

Zdravstveno prosvjećivanje su nekada provodili najvrjedniji liječnici. Imali smo najbolje organizirani državni zdravstveno preventivni sustav u svijetu. Dr. Andrija Štampar bio je svjetski autoritet i učitelj iz područja preventivne medicine. Akcije zdravstvenog prosvjećivanja u prvoj polovici 20. stoljeća pobuđuju divljenje. A danas? Tko radi na zdravstvenom odgoju, tko je kompetentan i čija je to odgovornost? I djeca i odrasli se samoobrazuju internetskim informacijama, a znanje i obrazovanje je daleko više od pukog sakupljanja informacija. Tako informiran pacijent dolazi u liječničku ordinaciju i proces liječenja se pretvara u proces sučeljavanja. Liječnik i pacijent su na suprotnim stranama svaki sa svojim argumentima. Razumijevanje i povjerenje kao najvažniji činioci liječenja su, nažalost, sve češće dio povijesti medicine. Današnji bolesnik nije svjestan da holistički pristup liječenju traži puno veći angažman od oboljelog, a na korjenite promjene životnog stila malo tko pristaje. Želja za holizmom se danas pretvara u potpunu suprotnost. Traži se i kupuje „prirodni“ lijek, koji najčešće liječi simptom i tako, nesvjesno, bolesnici izabiru simptomatsku terapiju, koju zdušno kritiziraju kada je dobiju od alopatske medicine.

Što su narodni lijekovi? Ljudi narodnim lijekovima doživljavaju one pripravke koji potječu iz neformalnih, neakademskih izvora. To su obično pripravci od ljekovitog bilja, minerala ili životinjskih produkata, koji su im dostupni, „pri ruci“. Narodni lijek, da bi zadovoljio formulaciju *narodni* mora imati i neko povijesno pokriće, dakle empirijski dokaz djelovanja. U narodne lijekove spadaju i magijski postupci i nerazdvojni su dio doživljaja svakog lijeka. Pripravci koji se kupuju u ljekarni ili drogeriji doživljavaju se kao prirodni, a ne narodni lijekovi. Primjerice, u ljekarni kupljena krema od puževe sluzi je „krema na prirodnoj bazi“, a kada se uzme puž i stavi na kožu, to je narodni „bapski lijek“. Ljudi su više nego ikad podložni komercijalnim sugestijama. Djelotvornost bez nuspojava je uvijek zajamčena. Bez puno kritičkog razmišljanja kupuju „čudesne“ i skupe pripravke, iako su im na internetu dostupne i informacije koje govore suprotno, dokaz je da su naivnost i lakovjernost nepromjenjive osobine ljudi. Nekadašnje reklame i propagandne poruke su i sadržajno nevjerojatno slične današnjima. Jedina je razlika što su tada reklame, zbog nedostatka medija, bile teže prezentirane pa su i proizvodi bili dugovječniji, primjerice pripravak *Alga*, zelena tekućina za vanjsku i unutarnju primjenu kod svih bolesti, bila je hit-medicinski proizvod tijekom više od 50 godina (14). Ograničenja i neefikasnosti konvencionalne medicine u liječenju pojedinih bolesti omogućuju razvoj komercijalne alternativne medicine, koja postaje rastuća industrija i vrlo unosan posao (15).

Dužnost je današnjih suvremenih liječnika da budu kvalitetno informirani o svim aspektima narodne i alternativne medicine, bez nužnosti opredjeljenja za ili protiv. Od njih se s pravom očekuje da budu zdravstveni prosvjetitelji naroda, kao što su to bili njihovi vrsni prethodnici nekada.

2. HIPOTEZA

Jednostavni higijenski postupci i upotreba priručnih sredstava u tradicijskoj medicinskoj praksi bili su uspješni u prevenciji bolesti i liječenju manjih zdravstvenih poteškoća.

3. CILJ ISTRAŽIVANJA

Cilj je bio prikupiti što veći broj informacija o načinu i sredstvima za održavanje higijene u svakodnevnom životu, te ljekovitih pripravaka koji su se upotrebljavali za njegu i liječenje kože, tijekom prve polovice 20. stoljeća na području Istočne Hrvatske (Slavonija, Baranja i zapadni Srijem).

Sekundarni cilj je bio utvrditi moguće racionalno djelovanje tih narodnih pripravaka i postupaka, tj. pokušati racionalno objasniti svrhu oživljavanja istih u suvremenoj narodnoj medicini.

4. ISPITANICI I METODE

Istraživanje se sastojalo od dva dijela:

1. Bibliografsko istraživanje:

Provedeno je u Hemeteroteci Muzeja Slavonije u Osijeku, u arhivu Gradskog muzeja u Požegi i u knjižnici Zavičajnog muzeja u Slatini. U probiru literature svojim sugestijama nesebično su pomogli stručni djelatnici muzeja. Pregledom kataloga i potom čitanjem izabrane literature učinjen je odabir onih djela koja su ocijenjena kao značajna za zdravstveno prosvjećivanje puka ili kao izvor informacija o svakodnevnom načinu života ruralnog i gradskog stanovništva. Predmet proučavanja nije bila stručna medicinska literatura. Obrađene su knjige koje su pisali vrsni liječnici u svrhu prosvjećivanja puka, te publikacije kao što su godišnjaci (kalendari) i časopisi.

Ljekaruše su posebni dio arhivske građe, dio su samostanske medicine, a originali se uglavnom čuvaju u samostanskim knjižnicama. Jedan dio je digitaliziran i objavljen u stručnim časopisima, pa je obrađen iz tih izvora. Ljekaruše iz područja Slavonije nisu obrađene, pa ih navodim prema dostupnim povijesnim izvorima.

2. Terensko istraživanje

Istraživanje je učinjeno primjenom kvalitativnih etnoloških metoda. Osnovna metoda ovog istraživanja je polustrukturirani intervju.

Intervjuiranje je karakterističan postupak za prikupljanje kvalitativnih podataka. To je razgovor između istraživača i informanta. U etnološkom istraživanju informant se naziva kazivač.

U kvalitativnom istraživanju prednost se daje pitanjima otvorenog tipa. To su pitanja na koja se ne može odgovoriti sa „da“ ili „ne“. Na taj način daje se mogućnost informantu - kazivaču da slobodnije opiše svoje viđenje problema, događaja ili radnje koja je tema istraživanja (16).

Polustrukturirani intervju ima prirodnu i donekle nenamještenu atmosferu, ali je ipak sam intervju vođen od strane istraživača. Vođenje je vrlo fleksibilno i ispitivač se ubacuje u razgovor samo kada kazivač skrene sa zadane teme ili kada on želi razgovor

usmjeriti na drugu temu. Za polustrukturirani intervju ispitivač ima osnovne natuknice u kojim su naznačene osnovne teme o kojima će se voditi razgovor (17).

Informacije o mogućim kazivačima dobila sam neformalnim putevima, od lokalnih liječnika, učitelja i članova kulturno-umjetničkih društava.

Ispitanici su „obični ljudi“, dakle to nisu osobito vješti pojedinci koji slove kao travari ili iscjelitelji u svojoj zajednici. Sakupljene su informacije o svakodnevnom životu prosječne obitelji, dakle o uobičajenim postupcima i pripravicima.

Ispitivanje je uključilo stariju populaciju, dakle ispitanici su osobe starije od 65 godina koji žive u selima i gradovima istočne Slavonije, Baranje i zapadnog Srijema. Iznimno su bili mlađi, a oni su govorili o sjećanjima koja su čuli od svojih roditelja, baka i djedova. Ova je metoda poznata u etnološkim i povijesnim istraživanjima i ima svoju vrijednost u znanstvenim istraživanjima kao „oral history“. Na nju upozorava Suzana Leček u svom radu *Seljačka obitelj u Hrvatskoj 1918. -1960. metoda usmene predaje povijesti* (19). Radi se zapravo o bilježenju povijesti „malog, običnog čovjeka“ na osnovu njegovih svjedočanstava. Iako ima brojna ograničenja i nedostatke, ova je metoda nezamjenjiva u rekonstruiranju povijesti pojedinca i obitelji.

Mjesto vođenja intervjuja bio je dom kazivača, a samo skupni intervju, u kojem su sudjelovale žene iz Iloka, održan je u prostorijama samostana Svetog Kapistrana.

Ispitanici koji su sudjelovali u istraživanju nisu u odnosu liječnik-pacijent s autoricom, kako se ne bi narušila potpuna autonomnost ispitanika

Razgovor je ponekad trajao i nekoliko sati, naročito sa starijim ispitanicima. Tema istraživanja je široka i zadire u intimnije sfere života, pa se kazivača trebalo pustiti da opširnije iznosi svoja sjećanja, koja često i nisu bila direktno povezana s pitanjima.

Razgovor je diskretno bilježen usputnim zapisivanjem. Nakon pokušaja snimanja razgovora audio-vizualnim metodama, od toga se odustaje zbog gubitka prirodности komunikacije. Kazivači bi se počeli truditi, uljepšavati sjećanja i paziti na način izražavanja. Fotografske snimke i osobni podaci o kazivačima dostupni su u arhivu istraživanja.

Važno je istaknuti da ovaj rad nije rezultat istraživanja antropologa, niti povjesničara, nego liječnika praktičara, koji koristi neke od antropoloških metoda. Svojevrсна modifikacija metode i načina prikaza rezultata je bila nužna, jer temu ovog istraživanja nije bilo moguće prikazati na uobičajeni biomedicinski način. S druge pak strane, povijesni i antropološki elementi u istraživanju su bili okvir i potpora za dobivanje konkretnih informacija o ljekovitim pripravcima ili sredstvima za održavanje higijene.

Upitnik

Upitnik sadrži okvirna pitanja i daje smjernice za razgovor. Sadrži i osnovne podatke o kazivaču: ime, prezime, godinu rođenja i podrijetlo obitelji. Potpuni popis pitanja korištenih pri vođenju polustrukturiranog intervjua nalazi se u poglavlju *Prilozi*.

Informacije o ljekovitom bilju bile su provjerene pomoću Atlasa ljekovitog bilja (20). To je bilo nužno zbog brojnih lokalnih naziva, pa se često događalo da se istim imenom nazivaju različite biljke ili obrnuto.

U rezultatima su prikazane najzanimljivije publikacije, a potom slijedi esejiški prikaz navoda kazivača. U diskusiji prikazana je sinteza osnovnih higijenskih postupaka, te postupci liječenje pojedinih zdravstvenih tegoba i bolesti iz navoda kazivača. Posebno poglavlje osvrće se na najčešće korištene sastojke uz popratne informacije iz aktualne recentne literature, odnosno iz najnovijih publiciranih radova baze Pub med i Hrčak.

5. REZULTATI

5.1. PUBLIKACIJE

Obrađene publikacije obuhvaćaju ljekaruše, knjige - savjetnike i udžbenike, etnološke monografije, časopise i kalendare. Savjetnici i udžbenici predstavljaju vrlo važnu zbirku prosvjetiteljske literature, koju su pisali liječnici krajem 19. i u prvoj polovini 20. stoljeća. Ova su djela i danas uzorna u sadržajnom, ali i metodološkom smislu. U prikazu pojedinih djela citirani su dijelovi koji bi parafraziranjem ili opisom sadržaja izgubili osnovnu poruku. Svrha većih citata je bila ukazati na originalni stil kojim se pojedini pisac obraća ciljnoj populaciji, te sadržaj poruke iz koje se dobivaju praktični savjeti s recepturama za liječenje neke tegobe ili pak jasna upozorenja o izbjegavanju određenih postupaka. Ove informacije pomažu u rekonstruiranju tadašnjeg higijenskog i zdravstvenog stanja stanovništva. Može se reći da ilustriraju kulturološku i socijalnu stvarnost vremena u kojem su nastala.

5.1.1. LJEKARUŠE

Ljekaruše su „farmakopeje“ narodne medicine. Sredstva i postupci koji su se pokazali djelotvornima odabirali su i zapisivali zainteresirani pismeni pojedinci, najčešće redovnici. Prepisivane su i dopunjavane prema osobnom izboru pisca. Tako su nastale brojne zbirke recepata i uputa za liječenje bolesti ljudi i životinja. Osim recepata i uputa za liječenje bolesti ljudi i životinja, ljekaruše često sadrže različite higijenske, dijetetske i ostale praktične savjete za domaćinstvo, a katkad i neka druga, umijeću liječenja više ili manje srodna opažanja. U njima se redovito najprije navodi bolest ili tegoba, a zatim se izlažu napatci za njezino liječenje. Najveći broj ljekaruša su rukopisne knjižice. Nekima je poznato vrijeme i mjesto nastanka, katkad i autor teksta, pa se po tim značajkama često i nazivaju. Najstarije hrvatsko glagoljske ljekaruše potječu iz 14. i 15. stoljeća, a nastale su u Senjskoj biskupiji. U njima je empirijsko, iskustveno znanje povezano s čudotvornim i magijskim poimanjem medicine. Takav se nazor može iščitati i iz ljekaruša nastalih u kasnijim razdobljima. Velik broj sačuvanih ljekaruša datira iz 17. i 18. stoljeća.

Ljekaruše su pisane i tijekom cijelog 19. stoljeća, a poneke čak u prvoj polovini 20. stoljeća. Te su i najbrojnije, jer su se čuvale u obiteljima kao priručnici za liječenje.

Prva tiskana ljekaruša je nastala u Zaostrogu. To je ljekaruša Jurja (fra Luke) Vladimirovića, *Likarie priprostite*, tiskana u Mlecima 1755. godine .

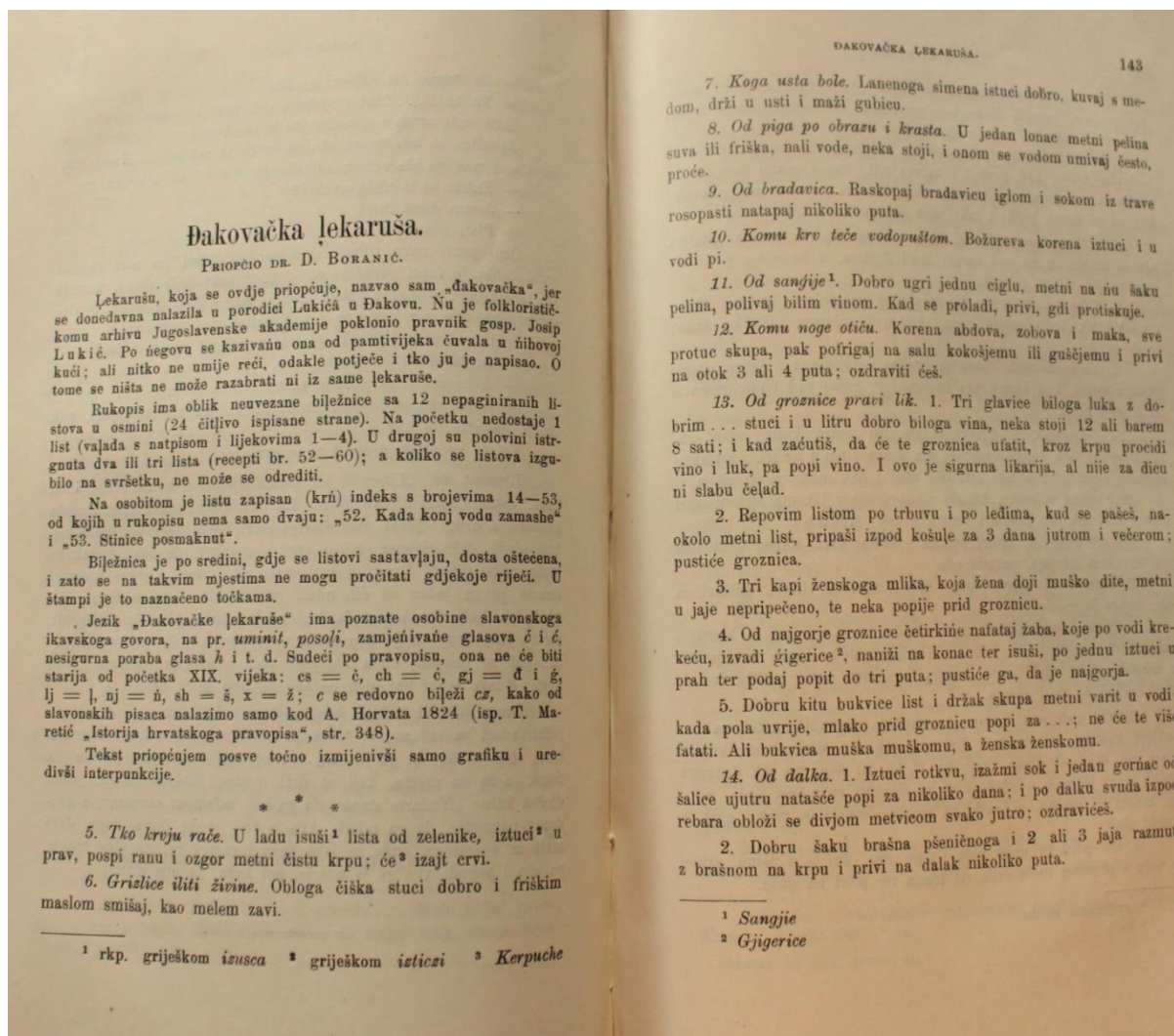
Pripravci koji su opisani najčešće su životinjskog i biljnog porijekla, rjeđe mineralnog, a posebnost su „nečisti“ (životinjske i ljudske izlučevine) te različiti magijski postupci koji su samostalni ili neodvojivi dio primjene materijalnih sredstava (21). Ljekaruše su posebno obrađene u Bibliografiji ljekaruša, navodim dvije najznačajnije:

- Grmek M. D. Rukovet starih medicinskih, matematičko-fizičkih, astronomskih, kemijskih i prirodoslovnih rukopisa sačuvanih u Hrvatskoj i Sloveniji. Rasprave i građa za povijest nauka. Knjiga I. Zagreb: JAZU, 1963; 259-334.
- Romano J. Jugoslovenska bibliografija lekaruša i narodnih medicinskih rukopisa. Beograd: Naučno društvo za istoriju zdravstvene kulture Jugoslavije, 1973. (22)

U nastavku je ukratko prikazano šest ljekaruša: Đakovačka, Osječka, Plehanska, fra Božićeva, ljekaruša fra Jakova Bartulića, te ljekaruša obitelji Mrkonjić.

5.1.1.1 Đakovačka ljekaruša

Ljekaruše iz područja Istočne Hrvatske se vrlo rijetko spominju. Dragutin Boranić objavio je *Đakovačku ljekarušu* 1915. godine u *Zborniku za narodni život i običaje Južnih Slavena Knj. 20*. Navodi da joj se autor i porijeklo ne zna, a pripadala je gosp. Lukiću iz Đakova. U kući porodice Lukić se čuvala od „pamtivijeka“, a gosp. Lukić ju je poklonio folklorističkom arhivu JAZU.



Slika 5.1 Đakovačka ljekaruša

Ova ljekaruša (prikazana na slici 5.1) nije posebno obrađena niti ponovno objavljena u novijoj literaturi. Sadrži 79 savjeta za liječenje koji nisu posebno organizirani, a pod pojedinim rednim brojem za liječenje neke tegobe navodi se ponekad i više lijekova.

- *Koga usta bole. Lanenoga simena iztuci dobro, kuvaj s medom, drži u usti i maži gubicu.*
- *Od piga po obrazu i krasta. U jedan lonac metni pelina suva ili friška, nali vode, neka stoji, onom se vodom umivaj često, proće.*
- *Od bradavica. Raskopaj bradavicu iglom i sokom iz trave rosopasti natapaj nekoliko puta.*

- *Od svraba. Tamlana, sumpora i soli iztuci u prah, pomišaj s ulem, namaži dlanove ter pripeci k vatri, dok moreš trpiti; tako uradi nekoliko puta, ozdravićeš.*
- *Krv ustaviti kad se raniš. Dobro istuci šariće, ter metni na ranu; staće krv; ili prah od ružmarina naspi.*
- *Divje meso na rani. Jelenskoga roga sažeji, iztuci u prah, posipaj ranu, a klejov list pomaži s putrom ter meći ozgor; ozdraviće i zarasti će friško. Svojom vodom peri ranu, ako je gnojna i pluskava, i u svoju vodu mokri krpu čistu, i obavijaj ranu, proći će.*
- *Kad zmija ujide. Najdi kožu od zmije, što je svukla, stuci u prah, smišaj s krmećim salom i dobro utuci, privi na ranu. Svoje vode sridne ufati, ter se napi; velim: sridne.*
- *Lišaj izličiti. Dva, ali tri češla iztuci biloga luka, uspi iztučena sumpora, dobro utuci u čemu, operi lišaj safunom, pak namaži onim lukom i sumporom; 2 ali 3 sata grišće ko vatra, skupiće ga; zatim će srbit, al ne deri, neka se posebi prisuši, ona će kora spasti, mlada će pod nom koža narasti...*

5.1.1.2 Osječka ljekaruša

U Zborniku Arheološkog Kluba "Mursa" Osijek iz 1936. godine (tisak Štamparskog zavoda Krbavac i Pavlović, Osijek) objavljena je *Osječka ljekaruša*. Obzirom da je original izgubljen, navodim članak dr. J. Bösendorfera i ljekarušu u cijelosti:

U osječkoj franjevačkoj biblioteci ima jedna mala knjižica rukom pisana, u oktav-formatu, koja sadržaje uputstva za liječenje kojekakovih bolesti, dakle je neke vrste ljekaruša. Naslov joj se Zbilježenje od likova. Papir, rukopis i sam način pisanja odaje prvu polu XIX.v. U modernoj transkripciji sadržaj joj je ovaj:

- 1. Protivu griži uzmi bilu i crvenu lukovicu, zažemi vodu pa je popi i pristaće griža;*
- 2. Protivu angini ili stiska grla uzmi Alben grdeon iz apoteke ili pasje govno, osuši ga i u pra rastuci, te kroz civ puhni u grlo i projtíće grlo;*
- 3. Protivu prišćem ili ranicama, koja od same sebe dojdú, uzmi mrtve koprive i gornju stranu pljuvkom namaži, stavi na ranu i projtíće odma;*

4. Gluve čini ćuti žuć volovska, mast od guštera, komovaća rakija skupa smišana u jednakoj miri i u usta 3-4 kapi ulivati;
5. Za otirati tižiku uzmi svaki dan ujutro priko miseca maja ili svibnja po jednu sajtluku od bile kože mlika kako se izmuze i popi. (To mi reće Antun Janković, a on sazna od gospoje spajinke Adamović)
6. Protivu čira za izlićiti ga najprići lik je uzet lista od šavlike ili korene pak ga slatkim kajmakom pomaži i onda ona 2-3 lista namazan metni u žaru da se prepeće, a potlam toga metni i razmaži po krpici i krpicu naćir – svu koliku pogan u kratko vreme izvući će i projti će. (ovo sam razumio od g.Pejićića);
7. Kad se porizeš uzmi lista bukvice, koja se svagda po dvoru nahodi pa metni gdi si se porizao i za malo proći će;
8. Protivu dalku za otirati ga, koji je dugo imao i ako je velik ćovik, ubi svraku pa ju jošter vruću popola razriži i metni na dalak neka stoji 12 sati, lakše oplasne i projde;
9. Protivu kugi, koji u vreme kuge dobije kugu, neka uzme krastavu žabu i neka je živu šibicom propuca da jid izbaci, nek je osuši i osušene metne na kugu i svu će onu zloću izvući i mora se ćovik i od smrti osloboditi. (Ovo od Cerića);
10. Kad idiš bolesniku i da se ne otruješ od bolesti njegove dobro je uzeti jednu smokvu i jezgru oraha, a u sobi kad si, nemoj sline gutati, nego se dobro ispluj;
11. Contra reume dobro je loja malo ugrijati pak svrhu nosa protrti i odma ćovik se bolje ositi. (Od patra ućena ćoika);
12. Protivu srdobolje (disenterije) priki lik jest: pripeći jaje pak samo žumanjak pojisti, ako prvi dan ne pristane, drugi ili treći mora projti;
13. Protivu sandžiji uzmi žabokrećine i razastri po koži i onda metni gđi sandžiju osićaš; ako vruće prominiš 2-3 puta, u malo vrimena hoće projti (od paroha požeškoga);
14. Za prsa priki lik jest cvit od jaglaca i piti kao drugi tej; tako je dobro i Betonica;
15. Za izlićiti frišku ranu uzmi harpaginem (naški bukvicu) i metni na ranu i friško će projti;
16. Za otirati bol ušiju metni malo slanine u uho neka prokine i odma će projti;

17. Kada se izapne unutra po usti i po jeziku priki lik jest: trandafila cvita osušenoga pak u sirketu i vodi skuvati i s onom vodom i sirketom oprati i u malo vremena projde;
18. Koji dalak ima i dulje vrimenta, neka uzme jednu olbu rakije pak neka u nju metne za groš kamfora, za nikoliko vrimenta hoće oplasnuti (od provizora pletrničkog);
19. Za ranu izličit uzmi trave hajdučke koja raste pokraj puta i snjome zavij ranu i umalo vrimenta projtī će. (od naših seljaka naučio);
20. Protivu kašlja najpriči lik trava žuta koja povisoko raste na ledini, osuši je i pij tej od nje i kašalj će pristati (a comite);
21. Protivu sandžije uzmi cerva iz češljagovine, metni ga u rakiju, dok ne crkne, popij rakiju i oslobodit ćeš se sandžije (od Blaža Čuričića)
22. Za otirat vodenu bolest uzmi zrire abdovine i smišaj s medom i načini tej kao pekmez i ono, s nožem ili kašikom uzimaj i projtī će (a comite);
23. Protivu uboju ili stučenja prsta ruke, noge etc. Najpriči lik jest, uzeti kiselice od vina i trojstrukom krpom obaviti, u dan dva projde otok (od Zajmovića);
24. Protivu dalku, priki lik jest, uzeti boba prisna pa stući, bilanjak jaja prisnoga i potpunčaca trave istući i od svega toga načinit kao melem i to namazati po povismu te priliti na dalku i ostaviti, dok sam ne otpadne – i projtī će dalak;
25. Protivu vrtoglavštini uzmi cvita osušitoga tirtice i misto teja pij i projći će (od Maculana);
26. Protivu griži uzmi korica od kruha pripečena i polij rakijom pa metni na želudac i projtī će;
27. Koji ne more vodu pustiti, neka skuva grašinu i onu vodu nek pije i oslobodiće se nevolje;
28. Ko je kilav te mu ista criva u kilu spadnu, neka uzme slanine i nek je istopi i s onom mastjom vrućom pomiša mekinje i metne ispod pupka, u kratko vrime criva će n svoje misto dojtī;
29. Protivu kašlju i tižiki uzmi punkreca i dobro stuci u zdili i onda izažmi u krpi i onu vodu pij jedno 40 dana izjutra, u podne i navečer i dobro ćeš ozdraviti;

30. Kad se posičeš za sustaviti krv priki lik jest, metnuti konjske balege ili od krpa načešljati konaca i učiniti kao pamuk pak zamočivši u ljutu rakiju i s onim i odma će krv stati (od Agjića);

31. Protivu goropadnoj bolesti priki lik jest uzeti od gavrana žuć i u ladu osušiti pak zajedno s kožicom stući u avanu i onaj prah na vrhu noža kada osiča bolest i oslobodiće se nje;

32. Za izličit raka ranu priki lik jest metnuti babonjaka;

33. Protivu bola očiju da vatru izvadi metni komadić žemljičke u mliku;

34. Protivu vatrštini, priki lik jest, piti sirutku slatku, ukoju ulij čašicu jakoga sirketa; takojer sok iz govna friškoga i vrućega jal konjskog, jal goveđeg izažeti dobro je;

5.1.1.3 Plehanska ljekaruša

Ljekaruša nađena u arhivu samostana Plehan (Bosna i Hercegovina) koja je pisana u drugoj polovini 19. stoljeća. Autor i mjesto nastanka ljekaruše nisu poznati. Uočena su dva različita rukopisa, što upućuje na dvojicu autora, najvjerojatnije franjevaca. Slijede citati savjeta o liječenju iz *Plehanske ljekaruše*.

- SVRAB

a) Uzmi soka od trave rosopasti, soli i pišake smiešaj i maži.

b) Nišadora biele soli, sumpora po 6. drahmah, malo luga i malo čadjah, sve smiešaj u dobroj rarii i zejtinu, ter po prigibilim svaku drugu večer maži.

c) Sumpora, ulja, soli velike i soka od limuna po jednako, i malo baruta smiešaj, i uvečer dobro ugrijavši, po damarim izpod ruke, i kolieno maži svaku drugu večer; pak poslie kakosi se tretji put natro, ujutro operi sve tielo lušiom i promieni druge čiste haljine.

- ZUBOBOLJA

a) Uzmi pijavicu, metni u ciev i pripni je kraj zuba, koji te boli, neka oteče kerv, proći će, a dobroje na dvoru prama zubu pripeti dvie ol tri pijavice.

b) *Trave kunice zajedno sa s korienom drienovine, i jasikovine skinuvši koru, nadieljaj, zatim od cernoga terna one druge kore, i koprivni žilah, svega po jednako svari u loncu novu pokrivši busom nek se dobro svari, nek prenoći na dvoru, poslie pogriji, ter 2-4. kašike meći u usta, mućkaj po ustima, dok neurasoli: to čini 8. danah, i ako svake godine tako uzradiš, nesamo da će ti zubi biti čisti i čversti, već neće te nikad boliti.*

- BRADAVICE

Tko želi bradavice sa svog tiela skinuti, neka:

a) *Jasenova zelena derveta metne na vatru; i s onim sokom maži bradavicu.*

b) *Dobro protari bradavice, dok pocervene, pa ih onda natopi sokom od rosopasti.*

- LIŠAJ

a) *Svari listja od gerbaća i maži po lišaju.*

b) *Iztuci listja i korena od bokvice, izažmi soka od rosopasti sa solju velikom smiešaj i maži.*

c) *Maži sokom od divjih šparoga (Kućicah)*

- LIK ČIRU

Krmećije krkaline, sirćeta grozdova /od vina/, i cilice soli svarit pa privit provalit će i očistit.

- ZA ISKORIJENITI BRADAVICE

Pupavice od lelovine ter mazat.(23)

5.1.1.4 Fra Božićeva ljekaruša

Citati nekih savjeta o liječenju iz *fra Božićeve ljekaruše*:

- BRADAVICE

a) *Uzmi pauka koji laze po zidu satari ga živa i s tim maži kud su bradavice, ili metni na krpnu, prvi gdje bradavica izkorenićeš.*

- b) Iztuci brabonjak ovčiji, zakuhaj medom i maži.*
- c) Iztuci trave rosopasti i s onim sokom maži.*
- d) Iztuci trave zebrice, oni sok pomišaj sasolju, maži.*
- e) Uzmi od jarca džigerice vruće privijaj.*
- f) Kad konj vodu pije i zube vodom pere tj. mučka, u onom peri ruke.*
- g) Acgmurimistum atramento io verucas tollit (?) (:Bosiok:) kad zvizda leti preko brzo osuči bradavice doli a nikom ne kaži.*

- BUHE ISTJERAT

- a) Uzmi sporiša i lista od bresaka, svari uvodi makar u vodi slanoj, i polivaj kući.*
- b) Uzmi pelina ili trave od mokrugice, svari u vodi, škropi kuću.*
- c) Kad se umivašu safunu, onu vodu bacaj po kući.*
- d) Uzmi 4 žuči volujske, i vode u kojoj su bile po kvasi olive, vari oto skupa i poljevaj mista gdi su buhe, pobjeće. Nota B. Često valja poljevat i skuhat u kotlu abdike i sotom vodom peri sobe.*

- ČIR

- a) Najdi sljeza lista kad ima oli njegov korien prigaj na maslu krmetjem u tavi, i kad malo lahdne privi.*
- b) Kad se istor zacrveni natavi dobro lukom bielim.*

- KRV USTAVIT KAD SE POSIČE

- a) Uzmi jezgru od oraha, ili poprži pirinča stuci i privi na ranu, odma će se ustavit.*
- b) Salviu istuci i privi.*

- SVRAB MALOJ DJECI

- a) Svari ovnaka korina, okupaj dete isto čini i list ovnaka.*
- b) Uzmi kravieg masla što se moreš namazat triput raztopi posle mavi kamena, sumpora sitno iztučena, smole i soli cjelice malo smiešaj, namaži se tri put iza toga okupaj se.*
- c) Vari mekinje pšenične i s onom vodom peri uda svrabljiva.*
- d) Pasije liske prvu koru skinuv, drugu u mliku frešku varit mazati se, dobro je.*
- e) Uzmišaj vina što se 2. put dosti namazat, iza toga sumpora mavi kamena podjednako, soli cjelice najmanje, kad se sve liepo raztopi namaži se 3. put*

operi se dobro lukšijom oli safunom, neboj se proćice. N.B. Ova likaria služi i za konja šugavi.

- VAŠI UŠI POMORIT
 - a) *Naturpijaj roga jelenova, posipji po glavi oli pij.*
 - b) *Operi vodom od šafranika oli blitve.*
 - c) *Kuhaj pomišan zajtin sa sirketom i šotim se maži, proće.*

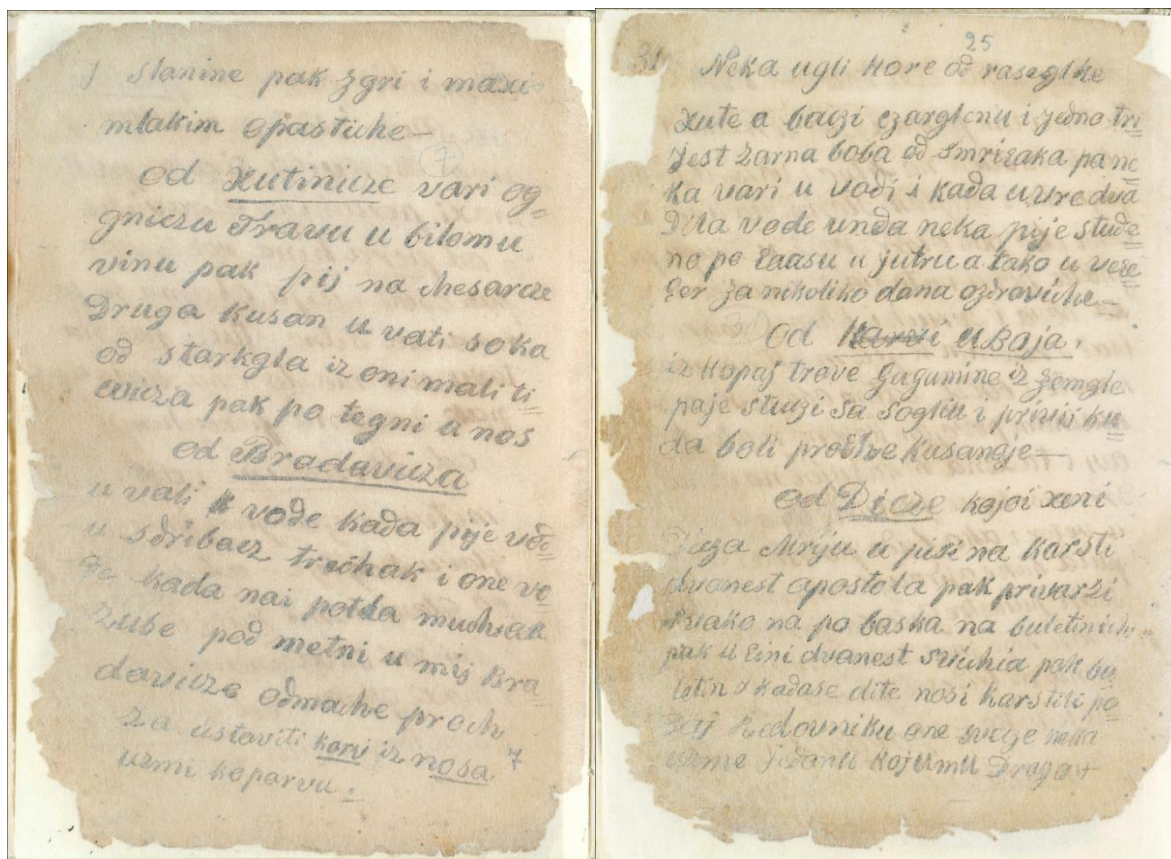
5.1.1.5 Ljekaruša fra Jakova Bartulovića

Citati nekih savjeta o liječenju iz *Ljekaruše fra Jakova Bartulovića*:

- SVRAB KAD JE NA ČELJADETU
 - Sa sumporom izmješaj ulja i sva uda dobro natari više dana.*
- GAVEZ LIST ZA RANE
 - Bilo na kom dijelu života rana. List od gaveza otkine se od stablike. Namaže uljem i stavi na ranu. Do dva puta se na dan promjenjuje, s uspjehom.*
- KAD ZUB BOLI
 - Kvasine jednu litru, i ružmarina rukovet svari, na pola da uvre. Kad se ohladi time mućaj zube za više vremena. Dobro će biti.*
- NA UDARAC
 - Privit jutrom i večerom šaku brašna kukuruzova, šaku izjecana pelima. Sve se stavi u ¼ litre vina, da kuha na po. I to privijati.*
- NEVEN ZA RAK-RANU
 - Donje se lišće pobere i medom namače i privija na s dvornji vidljivi rak; dok iznutarnji svare se s uljem i medom te pije po bićerin ili malu kikaricu od crne kafe. Ovako potrebljavaju u kninskoj okolici (24).*

5.1.1.6 Ljekaruša obitelji Mrkonjić

Ova obiteljska ljekaruša (prikazana na slici 5.2) do sada nije obrađena niti objavljena. Primjer je laičkog zapisivanja pučke medicine. Napisao ju je Petar Mrkonjić, rođen 1841. u Dalmaciji u Zmijavcima, a poslije II. svjetskog rata doselio se s obitelji u Cernu. Unuk Tomislav, svećenik u Vatikanu, dao ju je restaurirati 1983. godine, u vatikanskom Institutu za restauraciju. Sada je u posjedu praunuka od kojih jedan živi u Osijeku.



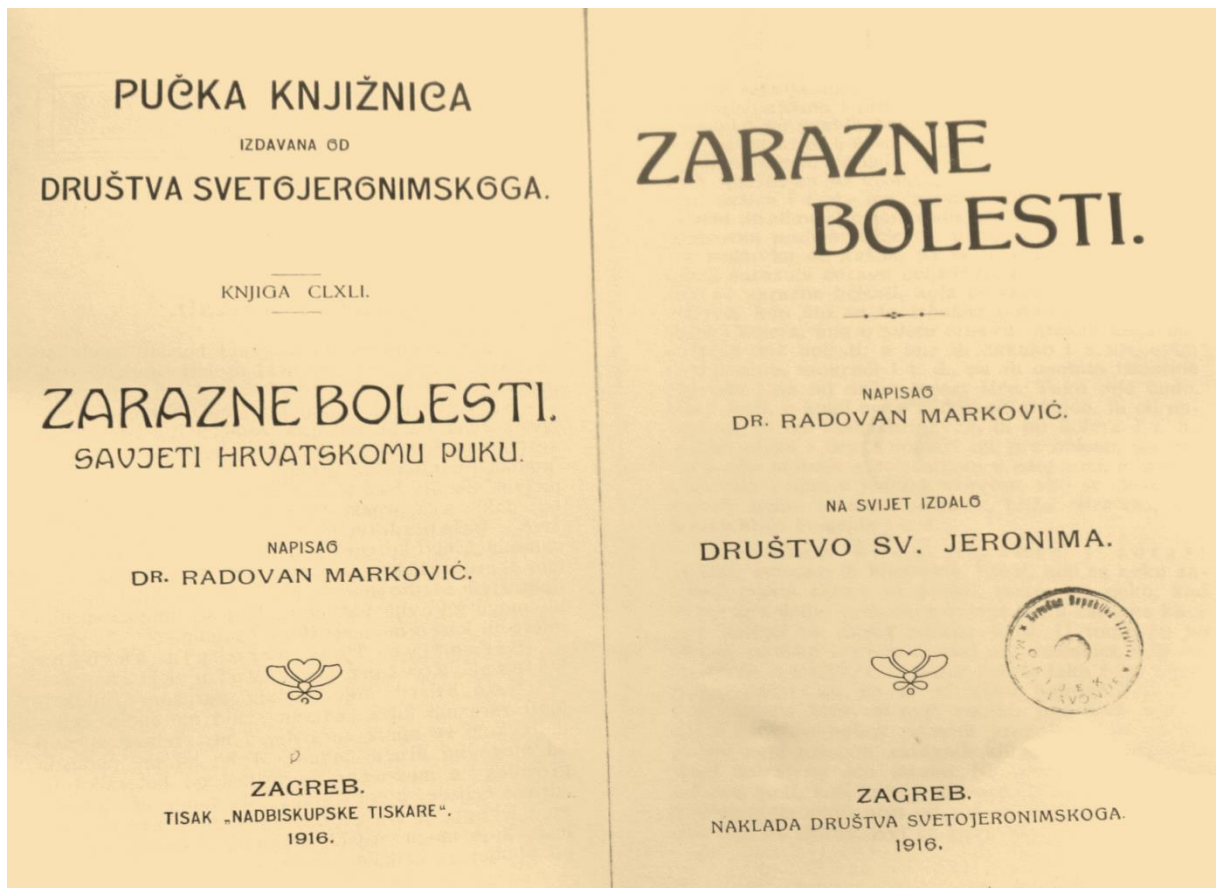
Slika 5.2 Ljekaruša obitelji Mrkonjić

5.1.2. KNJIGE - savjetnici, udžbenici i monografije

5.1.2.1 Dr. Radovan Marković – Zarazne bolesti (izdavač Društvo sv. Jeronima, 1916. godine, u Zagrebu)

U uvodnom dijelu objašnjava uzrok zaraznih bolesti – „klice“, te se suprotstavlja praznovjerju tako duboko usađenom u puku, da su bolesti rezultat uroka ili Božje kazne. Naglašava prihvaćanje ovih, tada novih informacija, kao uvjet za spašavanje od tada najopasnijih i najsmrtonosnijih bolesti. Objašnjava sve puteve prijenosa, naročito kliconoštvo, koje je tada potpuno nepoznato i neprihvatljivo, kao izvor zaraze.

- „Ima krajeva, gdje narod ne vjeruje zaraznost i prelažljivost nikoje bolesti, nego sve tumači udesom, voljom ili kaznom božjom. Gdjegdje pače zamrzi liječnika, jer „da on pravi pr. koleru, kako bi bolje zasluživao“.“



Slika 5.3 Dr. Radovan Marković – Zarazne bolesti (1916.)

Higijena u zdravlju, a naročito bolesti je osnovna preventivna mjera (naslovnica prikazana na slici 5.3). Piše o onečišćenim izvorima, potocima i bunarima, nepostojanju zahoda te lošim navikama kod pranja rublja.

- „Naše seljanke peru, ispiru rubeninu i sve, što od bolesnika dolazi, u hladnoj vodi i to često odmah ukraj slabo ograđenih, a plitkih zdenaca, na izvorima, na potocima i rijekama, odakle će poslije nositi zaraženu vodu da ju piju, da se njome peru, da njom gotove jela, ispiraju suđe...”
- „Kako na selu rijetko ima zahoda (nužnika), obično se ispražnjuju i zarazni bolesnici, dok mogu hodati, i ozdravljenici i zdravi kliconoše, gdje im je izvan kuće najbliže i najpriličnije. Tako razasute izmetine razgaze i raznose domaće životinje i kućna čeljad na sve strane, da dospu i u vrtove i u voćnjake, na povrće i na voće.“

Opisuje zakonske propise koji su dobri, ali teško provodljivi, jer ih ljudi doživljavaju kao silu vlasti.

- „Dužnost je kršćanske savjesti, a i zakonom je nametnuta, da odmah prijavite oblasti (općini), ako vam je u kuću navalila teška prelažljiva bolest.“

Na kuću se stavljala crvena cedulja koju je smio skinuti samo liječnik ili drugi oblasnik, tek nakon raskuživanja.

Objašnjava korisnost cijepljenja, te kritizira neukost i neposlušnost puka, koji ga odbija, iako je zakonom propisano (odnosi se na cijepljenje protiv velikih boginja).

Potanko su navedene mjere dezinfekcije. Ruke osobe koja njeguje bolesnika se trebaju često prati sapunom i vrelom vodom, a povremeno i premazivati kakvom jakim rakijom, sublimatnom, lizolnom ili karbolnom razblaženom otopinom. Izlučevine bolesnika i posude u kojima su bile raskužuju se karbolnom 5:100, lizolnom 2:100 ili sublimatnom otopinom 1:1000, a može se koristiti i jaki lug i vapno. Zavoje i krpe kojima su previjane rane treba spaliti. Rublje i posteljinu treba najprije raskužiti navedenim otopinama 12 sati, a potom pariti u parenici ili prekuhavati u kotlu. Za raskuživanje kuće je nazamjenjivo živo vapno, od kojeg se priređuje „mliječina“ - otopina s vodom 1:4.

Nakon uvoda slijede potanko opisane pojedine zarazne bolesti sa specifičnim uputama postupanja (dobrac, zarazna crljenica, škrljet, sitne boginje, prave boginje, osipna pošalina, trbušna pošalina, kolera, srdobolja, gronica, zarazna upala podušnice, hripavac, namorina, sušica, zarazna grčevitost šije, povratna groznica, guba, kuga, nastupna groznica, bjesnoća, bedrenica, sakagija).

Posebno je poglavlje - *Bolesti od zaraženih kožnih ozljeda i rana*, a sadrži pododjeljke: *Gnojne kožne ozljede i rane*, *Otrovanje krvi gnojem*, *Vrbanac*, *Grčevito kočilo*, te *Čuvajte kožne ozljede i rane da se ne zaraze*.

Naglašava loše običaje da se na rane stavljaju svakojaka priručna sredstva koja zagađuju ranu i onemogućavaju cijeljenje (blato, tijesto, izmet domaćih životinja, paučina, prljave krpe, pljuvačka, mast, novinski papir, luk, kupus). Savjetuje ispiranje rane 2% karbolom, 2% lizolom, svjetloružičastim hipermanganom ili barem višekratno ispiranje čistom vodom.

Upućuje puk da se, ako je ikako moguće obrate liječniku i da nikad ne slušaju babske savjete i nadržilježnike zbog teških posljedica koje nastaju od zaraženih rana.

U poglavlju o spolnim bolestima (*Kapavac, Neopasna ranica, Otrovana krv*) naglašava moralnu čistoću i vjernost bračnih partnera kao najbolju prevenciju, ali i mogućnost zaraze nespolnim putem (upotreba zajedničkog pribora za jelo, kupanjem više članova kućanstva u istoj vodi, dojenjem zaraženog djeteta i obrnuto).

- „*Puko neznanje ili luda praznovjerica podržavaju vjerovanje, da možeš dobiti kapavca, kad na pr. mokriš protiv vjetra ili ako žensko ide preko ostrižene muškaračke kose.*“
- „*Ima krajeva u kojim tvrdo vjeruju, da će se spolno bolesno čeljade osloboditi svoj bolesti i ozdraviti, ako spolno uzopći s čeljadetom još spolno nevinim, pa će to učiniti kad milom, kad silom.*“
- „*Dakle ne smatrajte otrovanu krv svakako sramotnom bolesti i ne tajite ju radi toga! Bolje ćete i razumnije učiniti, ako ju svagda smatrate nesrećom po oboljeloga, a velikom opasnosti po njegovu okolinu i po njegov porod, pa ju odmah liječite.*“

U poglavlju *Zarazna očna upala u novorođenčeta* naglašava higijenske mjere i nužnost obraćanja liječniku zbog pogubnih posljedica u smislu sljepila.

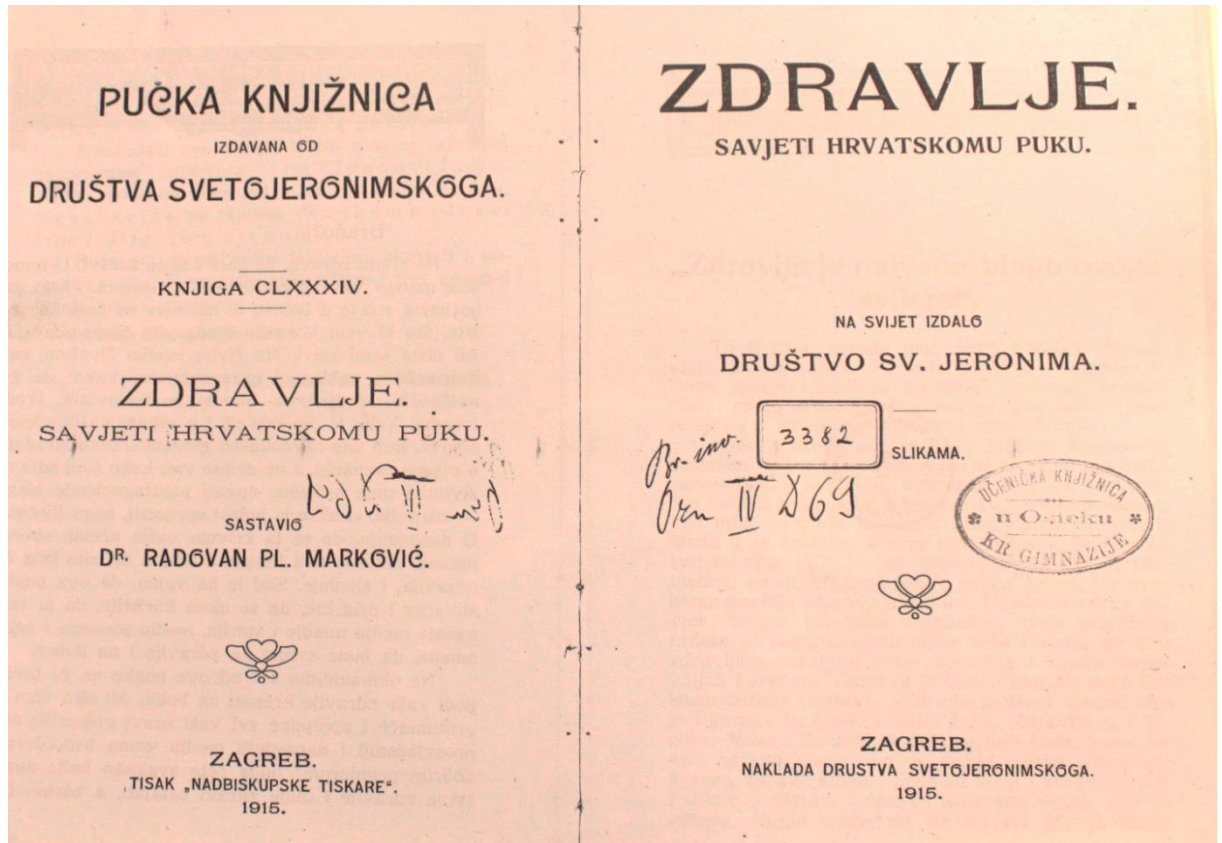
- „*Zato je dužan svatko, tko se primi prve njege i dvorbe novorođenčeta, da mu od prvoga časa često ogledava oči, a čim što sumnjivo opazi, neka ni časa ne časi, nego neka bježi, da, neka bježi po liječnika.*“

U posljednjem poglavlju obrađuje neke zoonoze (*Šap, Vlasičavost, Trakavica, Komušćani crv, Svrab*), te daje savjete o pravilnoj pripravi mesa za jelo i higijenskom postupanju s domaćim životinjama.

5.1.2.2 Dr. Radovan pl. Marković – Zdravlje – savjeti hrvatskomu puku (izdavač Društvo sv. Jeronima, 1915. godine, u Zagrebu)

U ovoj knjizi na 232 stranice autor progovara o pučkim običajima, uglavnom lošim, koji utječu na opće narodno „zdravlje“ i daje iscrpne informacije o ljudskom tijelu - anatomiji, fiziologiji i najčešćim bolestima. Knjiga je sveobuhvatni zdravstveni savjetnik i sigurno je jedno od najznačajnijih djela zdravstvenog prosvjetiteljstva.

- „Toliko toga mora da vas sili, da čuvate zdravlje, a da to uspješno uzmognee, morate to sami htjeti i umjeti. Nitko ti ne može pomoći, kad si svoj dušmanin. Čitajte dobre knjige o tomu, kako treba živjeti, da ostanete zdravi i krepki, jer „tko sam čita ne teba da pita.““



Slika 5.4 Dr. Radovan pl. Marković – Zdravlje – savjeti hrvatskomu puku (1915.)

Knjiga je podijeljena na 10 odjeljaka.

1. “Zdravlje je najveće blago ovoga svijeta“

„Ne živite zdravo, pa zato i niste zdravi.“

„Tko pak ološa tjelesnim zdravljem, tomu se pokvari i ćud i bivstvo i pamet. Bolesno je čeljade sjetno i snuždeno, mrko i mrzovoljno, razdražljivo i zloćudno.“
 “U bolesna čovjeka ni molitva zdrava.““

2. „Čuvajte zdravlje!“

U ovom odjeljku, dr. Marković osvrće se na promjene u načinu života seljaka. Zadrugni život u dobroj zajednici smata lakšim i organiziranijim, i u gospodarskom smislu i u slučaju bolesti. „Zadruga je lako prehranila i opet na noge postavila bolesnika i lako uzdržavala kojega toga nemoćnika.“

Kritički se osvrće na zapuštena domaćinstva, loše izvore vode, prljav dom, nečistoću tijela, rublja i postelje. Nerazumna slavlja, razuzdanost i pijanstvo često završavaju pogubnim posljedicama.

U svadbama i blagdanima se veselilo uz pucanje iz različitog oružja, a zbog nevještog rukovanja „...*taj ostane bez prsta, taj i bez cijele ruke, taj bez očnog vida. Tu mnogo ne vrijede ni najstrože oblasne naredbe, jer se izričite naredbe rado ne slušaju.*“

„*Svagda i svagdje tražimo zgodu i priliku, da pijemo i da se opijamo. A sve pije i opija se: i staro i mlado, i muško i žensko, pa još i djeca.*“

„*Uz pilo se i puši. Puše i ljudi i starci i djeca.*“

„*Najgore je pak što se u vašim domovima udomiše tri najstrašnija zatirača ljudskoga roda. Pijanstvo, sušica (jektika) i u nekim krajevima sifilis (otrovanje krvi, škrljevo, vrenga), te vam krv truju i srč sišu.*“

Djeca su, naravno, najranjivija skupina, „*tako padaju kao snoplje nježna tjelešca njihova od plućnih upala, hripavca, gronice (difterije), škroleta, dobraca i drugih zaraza, i preobilno nižu se tužni grobići njihovi.*“

„*A mnoge je te mnoge brza i vješta liječnička pomoć i savjesna te razumna domaća njega izbacila od velikih nevolja i spasila od smrti. “Dok još ima pomoći na zemlji ne šalje je Bog s neba. “Ali ako se bolesnik ozdravi bez pravoga lijeka i bez prave njege, može bolest donijeti kadšto i veću nevolju, nego li je sama smrt; jer teško da ima veće nesreće, nego kad čeljade ostane iza bolesti radi neliječenja i nedovoljna njegovanja nijemo, gluhonijemo, slijepo, uzeto, kljasto ili nakazno!*“

3. „Naše tijelo“

U ovom kratkom poglavlju je jednostavno i razumljivo opisana osnovna anatomija i fiziologija, koja se još dodatno pojašnjava u poglavljima koja slijede.

4. „Disanje“

U vrijeme izdavanja ove knjige harala je tuberkuloza i druge respiratorne zarazne bolesti, tako da je razumljivo što autor s osobitom pažnjom objašnjava kvalitetu zraka, odnosno razlike između čistog, nečistog, hladnog, toplog, vlažnog i suhog zraka.

„Svakako je zdravlju i ozdravljenju od bilo koje bolesti prijeka potreba čist zrak, a čist je zrak u koje ima dosta kisika, što manje ugljičnog dvokisa, u kojem nema otrovnih plinova, prašine i zaraznih klica.“

„Zrak treba da je i osrednje topao i primjereno vlažan.“

„Ali na žalost baš vi, a osobito vaša djeca mnogo umirete i bolujete od bolesti disala, jer nezdravo stanujete. Nezdrav je zrak u vašim domovima također što toliko pomirete, kad u vaš kraj udari gronica (difterija), tif (trbušna pošalina), škrlat, kolera il ikoja druga zarazna bolest.“

„Dakle se ne bavi u sobi, po gotovo ne spavaj u sobi, u kojoj ima mnogo cvijeća ili voća.“

„Dakle ne idi u podrum „iz kojih struje udušljive pare, a kad se sumnjaš, nosi pred sobom na dugoj moci (kolcu, prutu) goruću svijeću; ugasne li, ne idi dalje, ako ti je stalo do zdravlja i ako ti je život mio, jer gdje svijeća ne mož gorjeti, ne može ni čovjek disati.“

5. „Hranjenje“

U ovom poglavlju opisuje vrlo opširno sastav i kvalitetu hrane i vode. Posebno naglašava higijenu u svezi pripreme jela, higijenu izvora vode i zahoda.

Opisuje moguće pogreške kod pripreme različitih namirnica koje su se pripravljale u seoskom domaćinstvu, kao što su mliječni proizvodi. Naglašava važnost pravilnog kuhanja i prženja mesa i mesnih prerađevina.

„Na selu ima mnogo želučanih i crijevnih bolesti poglavito ljeti. Povraćaju, a naročito proljevaju i odrasli, ali ponajviše djeca. Zarazne crijevne bolesti: tif (trbušna pošalina) i griža (srdobolja) javljaju se gotovo svakoga ljeta, pa i kolera hoće da se udomi.“

„Najopasnija je ona nečist na prijesnom voću i povrću koj dolazi od ljudskih izlučevna (mokraće ili izmetina).“

Navodi upute za upotrebu posuđa, jer se tada koristilo lončarsko i željezno posuđe s olovnom ocaklinom (*glegjeisano*) - novo posuđe svakako više puta oprati otopinom octa, na litru vode dodati 3 dl octa i 5 žličica soli. U bakrenom i mjedenom posuđu ne treba kuhati kisela jela niti hladiti već zgotovljena, *„jer baš za ohlade djeluje zrak na*

kovinu te otrov lako prelazi u jelo! U tutijanu (cinkovu) posudju ne držite mlijeka, jer mlijeko kad kisne topi tutiju (cink) te može uzročiti teže probavne smetnje!

Osvrće se na lošu naviku upotrebe zajedničkih *„jedala i posuda za piće.“*

„Ne prinašajte ustima jelo na nožu!“

6. „Voda“

U ovom poglavlju obrađena je voda kao osnovna ljudska potreba (*na dan oko 3 litre vode*). Dane su iscrpne upute o saniranju izvora i izgradnji zdravih zdenaca (bunara). Opisuje i kvalitetu različitih vrsta vode obzirom na porijeklo - tvrde, meke, površnice, podzemnice, rudnice i kiselice.

Navodi i neke dobre običaje: da se ne vraća voda u zdenac iz posude kojom je izvađena, da se ne pije iz posude prije no što se malo sadržaja izlilo preko ruba, da ne valja nalijevati svježju vodu na ustajalu, da voda koja prenoći „sinoćnica“ više nije čista i da vodonoša mora u zoru donijeti svježju „skorašnjicu“

Obrađena je i higijena zuba: nakon jela, naročito nakon večere, treba usta mlakom oslanom vodom isprati, i nikako čačkati zube noktima, vrhovima viljuške ili noža. Ne otvarati tvrde ljuste (orahove, lješnjakove) *„jer bi se ozlijedila i okrnjila caklovina i doskora se zubi iskvare.“*

Osvće se i na alkoholizam, prikazuje tjelesna i moralna oštećenja žestokim pićem.

„Sramotna je istina: da nema toga strašnoga poroka, mi bismo, Hrvati, kraj svoj čednosti i mukotrpnosti, kraj plodna tla i blag podneblja, uza svu zaostalost i sve zapreke bili zdrav i gospodarstveno jak narod, ovako smo bolestan i siromašan.“

7. „Optok krvi“

Uz anatomske i fiziološke informacije o srcu, krvnim žilama i stanicama daje i naputke o održavanju zdravlja. *„Mnoge bolesti srca i žilja možemo zapriječiti urednim i razboritim životom.“*

„Zdravlje svih organa stoji do zdravlja krvi, a opet krv je zdrava samo u zdravom tijelu. Uzdržite li dakle zdravim svoje tijelo, uzdržat ćete i zdravu krv.“

8. „Tjelesna toplina prema okolnoj toplini“

Opisuje promjene u narodnoj nošnji, te kritizira kupovanje modernih šarenih tkanina koje se ne mogu“ *valjano oprati i raskužiti lugom.*“

„Tkanine, što se kupuju, često su bojadisane i otrovnim bojama, pa kad se dodiruju gole i od znoja vlažne kože, mogu svojim otrovom uzrokovati upale, prištevne, ospe itd, osobito na mjestima kože, gdje se ona jače znoji i tare.

Samo vrela voda ispere svu nečistoću, smrad i otrove od bolesti, i uništi zarazne klice. Zato svakako perite vrelom vodom i sapunom ili lugom, barem rublje i posteljske prostirke i navlake bolesnikove ili poslije mrtvac.“

Daje prednost vunenom u odnosu na pamučno i laneno rublje, jer je prozračnije, a platneno lako upija znoj „*pa se možemo u vlažnu rublju i usrijed ljeta „prehladiti*“.

Svatko mora imati svoje rupce, ručnike i otirače naročito u krajevima gdje vlada trahom.

Zanimljivo je da savjetuje da se niti zimi ne utopljava vrat, jer „*vrat se najčešće „prehladi“ baš u one djece i odrasle čeljadi, koji ga brižno zamataju i tople. Djeca očitljiva vrata radije uhvate i teške zarazne bolesti koje napadaju vrat npr.gronica, škrlat itd.*“

Osvrće se i na obuću – „*naši opanci nisu zgodna obuća za vlažna i studena vremena.*“ „*Bolje je platiti postolaru, nego ljekarniku.*“ „*Tijesna obuća, sakata noga.*“

„*Od nepodesne obuće nastaju žuljevi i kurje oči. Čarape i obojke treba često mijenjati i prati, jer u protovnom znoj može zaostajati između prstiju i tako nastaju „znojave noge*“.

9. „Tjelesna čistoća“

Naglašava potrebu tjelesne čistoće, pogotovo za ljude koji naporno rade i izloženi su vremenskim nepogodama i raznim nečistoćama tijekom svakog dana. „*U nečiste čeljadi učestavaju svrab, perutac, prištavost, krastavost, a i druge gdje kad teške kožne bolesti.*“

Savjetuje jutarnje pranje mlakom, mekom vodom (kišnicom ili prokuhanom vodom) umivanjem iz umivaonika i pranje do pasa. Upotrebljavati treba sapun i to domaći, jer su zdraviji od mirišljavih, koji se jako pjene. Noge također prati jedan puta dnevno prije

lijeganja, a ruke treba oprati prije svakog jela. Svaki dan treba očistiti nokte, a svake subote škaricama obrezati. Kožicu treba postiskivati, jer ako se razdere često se zarazi uzročnicima gnojenja i tako „*nastaje hudi kukac.*“

Kosu treba svakodnevno iščešljavati gustim češljem. „*Treba imati svako svoj češalj.*“ Preko noći žene trebaju rasplesti pletenice, a nije dobro da nose stalno zategnute i spletene kose. Kosu treba prati jedan do dva puta na mjesec „*sapunom ili bjelancem jajinjim i isperite mlakom prekuhanom vodom ili kišnicom.*“

Treba redovito pregledavati kosu da se ne „*zalegu uši (tekuti).*“ Uši uklanjati petrolejom.

Jako je zdravo kupanje u „*živoj vodi, potoku, rijeci, jezeru ili moru, samo se treba paziti da voda ne dođe u usta, jer obično nije čista, nije dobro da uđe i u oči ili uši.*“

Hvali lijepi običaj u nekim krajevima „*da se narod ne će pričestiti, ako se prije ne okupa.*“

10. „Rad – odmor“

„*Umor je brižan čuvar našega zdravlja, vazda potreban i koristan savjetnik, pa zato ga slušajte, kada god ga osjetite: ne radite dalje do premora i do štete po zdravlje, nego odustajte od rada, mirujte i odmarajte se. Pazite i kako se odmarate!*“

Upozorava da se topli i vlažni od znoja ne bi trebali lijgati na hladnu zemlju, no „*slobodno pijte i vrući hladne vode, slobodno se umijte i isperite glavu hladnom vodom, jer to ne škodi, a u vrućini prija, hladi i krijepi.*“

Ne bi trebali spavati u zajedničkoj postelji, naročito ne djeca i odrasli, a spavati s bolesnikom je posebno opasno.

11. „Dom“

Ovo je poglavlje posvećeno higijeni kućanstva, ali prije svega su zanimljivi i graditeljski savjeti (vrlo precizni planovi s troškovnicima). Odnose se na položaj i okolinu kuće, koja treba stajati što dalje od vode stajačice, biti orijentirana prema jugu ili jugoistoku zbog osunčavanja prostorija. Kuća treba biti na najvišem dijelu zemljišta zbog slijevanja oborinskih i nečistih voda. Daje savjete o pravilnoj građi i izvedbi odvodnje nečisti iz zahoda, staja i gnojnica. Dom treba biti suh i zračan. Daje prednost

zemljanim pećima, u odnosu prema otvorenom ognjištu ili modernim željeznim pećima i štednjacima. Hvali običaj „*Muhamedovaca*“ da obuću ostavljaju ispred kuće.

Posebno naglašava kako treba čistiti zahod – „*najzdravije je kad se izlučine iz zahoda ljevkastom glinenom (ne limenom, jer bi se ubrzo pregrizla) cijevlju vode u nepropusno i čvrsto zatvoreno bure, koje se kad je puno odvaža i izpražnjuje na poljima i livadam daleko od kuće. To ne smeta, ali se vode povirnice na tom mjestu ne smiju koristiti za piće. Ne valja time gnojiti i zalijevati vrtove.* „

Daje i savjete o pokućstvu, te navodi da u seljačkim kućama ima premalo kreveta, a spavanje u zajedničkim posteljama je štetno. „*U posteljini je zgodna umjesto slame ili perja zobena pljeva, daje ležaj kao od konjske strune. Slamu u slamaricama treba mijenjati najmanje dva puta godišnje, a češće ako je na njoj ležao bolesnik ili je ko umro.*“

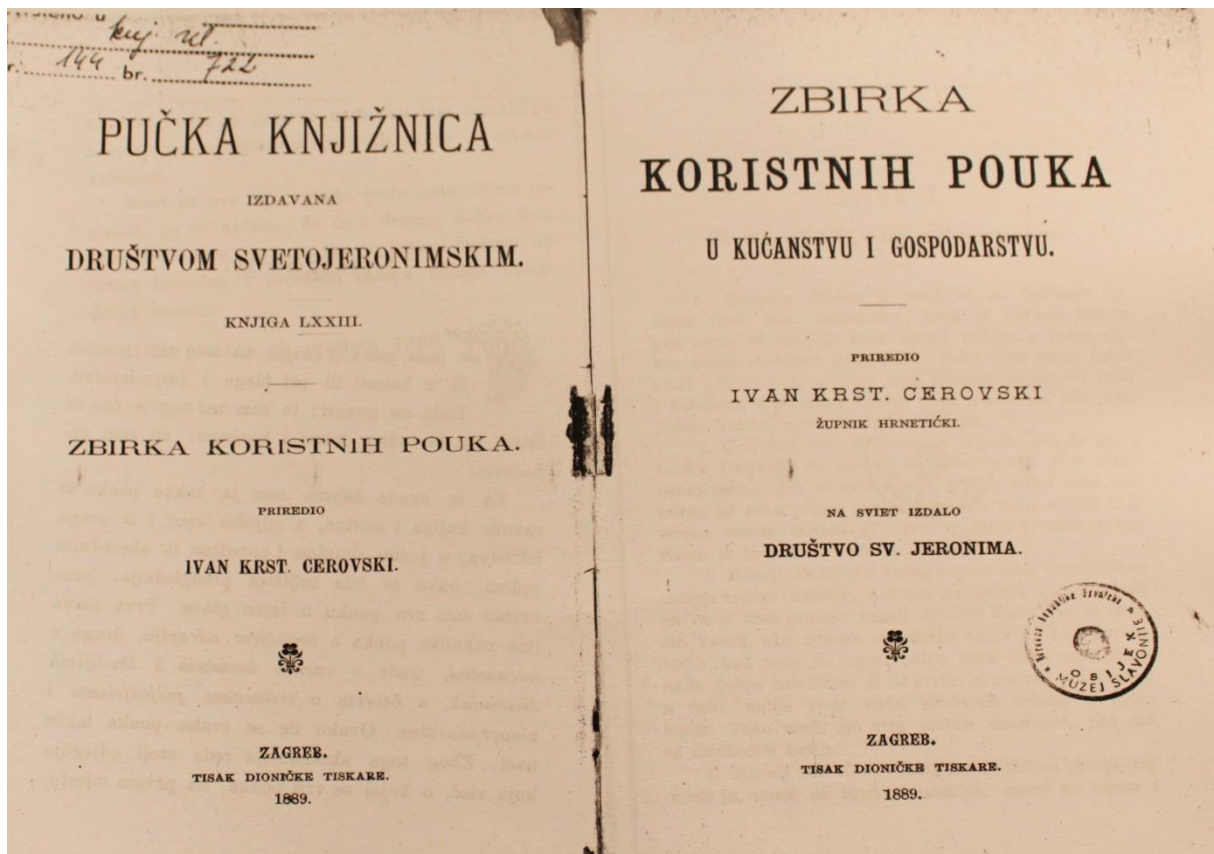
„*Posteljину iznosi na dobru promahu i na sunce svaki dan.*“

5.1.2.3 Ivan Krst. Cerovski – Zbirka korisnih pouka u kućanstvu i gospodarstvu (izdavač Društvo sv. Jeronima, 1889. godine, u Zagrebu)

Ova je zbirka savjeta (naslovnica prikazana na slici 5.5) razdijeljena u četiri poglavlja (*glava*): *O čovječjem zdravlju, O kućanstvu, O raznih korisnih i škodljivi životinjah*, te *O vrtlarstvu, poljodjelstvu i vinogradarstvu*.

Stilski je koncipirana kao ljekaruša, dakle nakon naziva ili opisa simptoma, imena bolesti ili nekog problema slijedi opis načina spravljanja ljekovitog pripravka i postupka liječenja ili općenito otklanjanja poteškoće ili problema. Savjeti su poredani po abecednom redu ključne riječi.

Ukupno su dana 624 savjeta, a u kazalu su vrlo pregledno navedeni tako da ih je lako pronaći: npr. Glava I Br. 15. Nazeba st .9; Glava II Br. 208. Sapun sam načiniti st. 49.

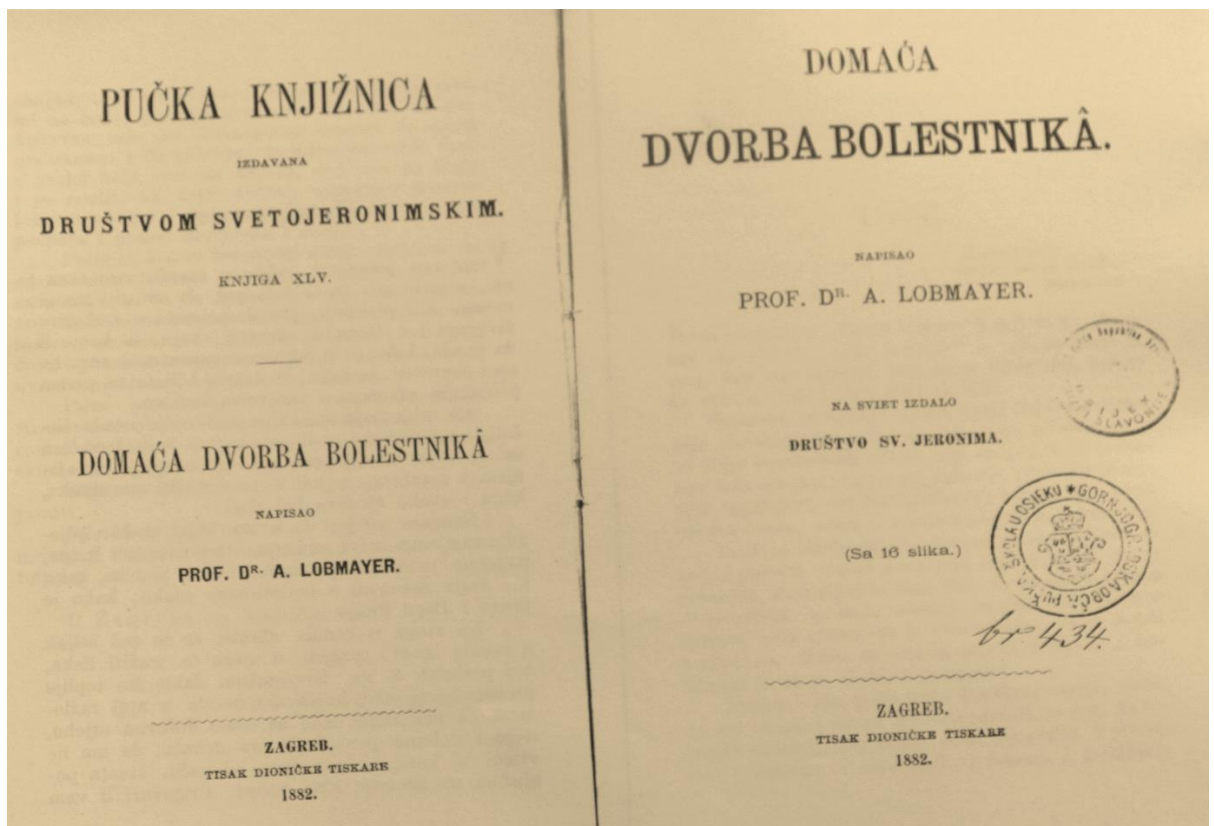


Slika 5.5 Ivan Krst. Cerovski - Zbirka koristnih pouka u kućanstvu i gospodarstvu (1889.)

Obzirom da su savjeti brojni, u nastavku će biti taksativno navedeno što se upotrebljavalo za liječenje pojedinih bolesti:

- *Grlo kad nahladiš i otekne žlijezda, tari onom rukom na kojoj je žlijezda.*
- *Kašalj kod djece liječi se sokom koji se dobije kada se šećer usipa u rupu koja se izdubila u crnoj rotkvi. (ovaj je pripravak jako popularan i danas u samoliječenju)*
- *Krv zaustaviti kad se raniš - praškom od alauna ili sokom od duhana, koji se skuplja u lulama;*
- *Kukac - mast od mješavine voska i nasoljena maslaca, pa kad se otopi na štednjaku dodati bjelance i time se previja prst;*
- *Kurje oko - previja se krpicom namočenom u hladnu vodu i gutaperkom; savjetuje se i svaka 2-3 dana privijati bršljanov list s naopake strane;*
- *Natrus iz očiju izvaditi - ukapati ispirati uljem;*
- *Oči upaljene izliječiti - topli oblog - lanena krpicana močena u slanu droždjenku (Franzensbrand wein)*
- *Ozebljine i razpuknuća kože - kupati ruke u toploj vodi u kojoj se kuhao celer; načiniti mast od 5 gr. najfinije štirke i 40 gr. glicerina;*

- *Pčela kad ubode* - namazati običnim sapunom;
- *Popariš li se ili opečeš* - namazati bjelanjkom od friška jajeta ili slanom rakijom, najbolje komovicom, ali može i nekom drugom;
- *Rane od dugog ležanja* - ulje sa *kocenom (alaunom)* se previja na ranu;
- *Sol kao lijek* - solju natrljati ubode insekata, na ranu nakon vađenja zuba da se zaustavi krvarenje, slanom vodom grgljati kada je upaljeno grlo;
- *Uho bolešno* - zagrijati luk tako da se iscijedi sok i njime namočiti pamuk i staviti u uho;
- *Znojenje nogu* - staviti šaku pšeničnih posija ili brašna u čarape;
- *Zubna bol* – rakija (najbolje komovica ili doždjenka) u kojoj se stajao trputac 10 dana se stavi na pamuk i umetne u šupalj zub;



Slika 5.6 A. Lobmayer - Domaća dvorba bolesnika (1882.)

5.1.2.4 Prof. dr. A. Lobmayer – Domaća dvorba bolesnika (izdavač Društvo Sv. Jeronima, Zagreb, 1882. godine, u Zagrebu)

Antun Lobmayer, slavonski liječnik koji je bio i znameniti hrvatski zdravstveni prosvjetitelj. Pisac je u vrijeme pisanja ove knjige (slika 5.6) radio 11 godina kao

narodni liječnik. Uočio je štetne predrasude i stare navike naroda koji se radije obraća nadriliječnicima i babama vračarama nego liječnicima. Puk se radije obraća i svećenicima, pa autor toplo preporuča i njima svoju knjigu kao izvor dobrih znanstvenih savjeta.

„Lječnik u našem narodu mora činiti čudesa, mora samim okom već vidati, ako hoće da ga sviet sluša.“

„Pošto se dvorba bolesnika nikako dieliti ne da od nauke o čuvanju zdravlja, - higijene, - nisam mogao, a da ne upletem po gdjedje i zdravstvenih (higijenskih) razmatranja.“

Ova knjiga je namijenjena puku, dakle nije stručna edukacijska publikacija, mada je po svom sadržaju zaslužila status udžbenika za njegovatelje i stručno medicinsko osoblje.

Za njegu smatra podesnije žene nego muškarce:

- *„Mlada, zdrava, jaka i spretna žena najbolja je pomoćnica oko bolesnika. Prava, obća dvorba bolesnika nejpreča je stvar, a liekovi su tek sredstva, kojima se narav podpomaže i podupire.“*

Opisuje životne situacije na selu, gdje je bolest i bolestan čovjek veliki gubitak za porodičnu zadrugu, jer ne može raditi, a zahtjeva njegu i trošak za liječenje. Taj odmor ili poštuda bolesnika teško se tolerirao, tako da daje jednoznačni savjet:

- *„Bolesnik neka slobodno dangubi, neka odmah potraži postelju i svu dvorbu pa će tako prije savladati bolest i prije doći do svoje snage. Danguba se onda nadoknadi, a i trošak je mnogo manji.“*

Daje iscrpne upute o uređenju bolesničke sobe ili prostora namijenjenog boravku oboljelog člana obitelji. Kritizira običaje, da se čak i u bogatim, gradskim stanovima spavaonica, pa time i bolesnik najčešće smješta u najneugledniji, najmračniji i najskriveniji dio stambenog prostora, a ostali služi za *pokazivanje*. Opisuje bijedne uvijete u seoskim nastambama u kojima cijela obitelj živi u jednoj prostoriji, dakle svi najvažniji životni događaji, rođenje, bolest i smrt odvijaju se u jednoj, jednoj prostoriji bez intime i osnovnih higijenskih uvijeta.

Upućuje u sve ono što bi danas nazvali modernom zdravstvenom njegom: uređenje sobe (čak preporučuje i boje zidova i zastora), namještaj podesan za upotrebu i pranje, te improvizacije u siromaštvu.

Posebno obrađuje pokućstvo i posteljinu. Ističe strunjače od konjske strune, madrace „na federe“ kao puno zdravije i bolje za čišćenje od perina i slamarica. Posteljno rublje treba biti bijelo da se može iskuhavati i dezinficirati.

Opisuje i daje shemu naročitih trodjelnih madraca koji se mogu bolje prilagoditi potrebama bolesnika.

Kao nepropusan sloj ispod plahte savjetuje kožu od jelena ili srne, kaučuka, povoštenog platna, *tafeta ili gutapercha*. Kao dekubitalne mjere ističe strogo ravnanje posteljine, tako da ne bude nabora, a pod petu ili lakat i krsta stavljati svinjski ili volovski mjehur ispunjen zrakom ili vodom.

Zrak je najvažniji preduvjet za zdravlje, treba redovito provjetravati prostoriju, a ne kaditi tamjanom i smrekovinom.

- *Nu propuh nikada bolesniku ne će škoditi ako propuhavajući zrak ne dolazi izravno na bolesnika.*

Pokušava ukinuti predrasude o zagrijavanju prostora i bolesnika u svim prilikama, bez obzira na godišnje doba i tijek bolesti.

- *Moramo razlikovati tri vrste bolesnika, koji su jednako topli kao i zdravi, oni kojima je tielo premalo toplo i napokon onakove koji imaju suviše topline.*

Detaljno, shematskim prikazima je obrađena svakodnevna manipulacija bolesnikom kod presvačenja, premještanja i prenošenja.

Obrađuje prehranu općenito, s posebnim osvrtom na potrebe bolesničke dijetetske prehrane.

Ističe čistu, svježu vodu kao osnovnu potrebu:

- *„Svi bolesnici, imali oni groznice ili ne, slobodno čiste, frižke vode piti smiju. Ne mučite dakle one nevoljnike, uzkračujući jim, što i kao nam je*

Bog dao, već dajte im, neka piju frižke vode, neka si njome gase žedju, ne bojete se, škoditi im neće!

Posebno poglavlje je o lijekovima „*Kako se davaju liekovi*“. Opisani su svi oblici tada primjenjivanih lijekova. Za unutarnju primjenu: *liekovi za napitak (medicine), sokovi, pekmezi, prašci, šumavi ili Seidlitzovi prašci, pillule, tej (teh), obrak (naliev), uvarak, mliečnica i ulja i masti (riblje, ricinusovo)*. Za vanjsku primjenu: *tekućine za štrcanje u nos i uši, klištir (da se zatvoren bolestnik otvori ili lijavica obustavi), oblozi (mrzli, Prsnitzevi, toli suhi, topli vlažni, i oblozi s kašom), gorušičina kaša, papir i vinovica, prištilo (vizikator), pijavice, melem (flašte, obliž), mazanje itrvenje različitih masti, kupelji (mrzla, sudena, mlaka, topla, vrela, parna, i sa specijalnim dodacima - trice, trine, sumpor, željezo, orahovo lišće)*. Priprema i primjena ovih postupaka je detaljno opisana, s naznakama mogućih pogrešaka („*ako mažeš masti od živog srebra, skidaj prstenje, jer će ti pobieliti, pa navuci rukavicu, inače ćeš i sebi živnu mast u ruku utirati*“).

U poglavlju *O raskužbi (desinfekciji)* napisane su detaljne upute o dezinfekciji prostora, pokućstva, posteljine, odjeće, izlučevina bolesnika, specifičnog postupanja kod pojedinih zaraznih bolesti, te postupanje s leševima. Sredstva za raskuživanje su: *zrak, vatra, toplina, suha zemlja, pepeo i drveni ugalj, živo ili žeženo vapno (kreč), ljuti lug (lužina, pepljika, lugšija), solično vapno (vapneno bjelilo, nakiselo vapno, Chlorkalk), zelena galica (Eisen-Vitriol), solični cinak (Chlorzink), karbolna kiselina*.

- „*Imade još i drugih raskužila, kao što je salicilna kiselina, sumporna kiselina, mangansko perkisni kali (kali hypermanganicum) itd., ali se manje rabe, jer su mnoga od njih preskupa.*“

Završava s *Dodatkom* kojeg je napisao *Cvj. Rubetić – Kako se je bolestniku skrbiti za dušu, Rieč bolestnu kršćaninu i Rieč ukućanima bolestnikovim*.

5.1.2.5 Dr. Antun Lobmayer – Kućni liječnik (izdavač „St. Kugli“, 1899. godine, u Zagrebu)

U predgovoru ovom djelu (slika 5.7) autor navodi da je prvo ovakve vrste i namjene u hrvatskoj književnosti. Namjera mu je bila napisati savjetnik koji će biti pri

rući u slučaju nenadane nesreće ili kao pomoć pri zbrinjavanju manjih zdravstvenih neprilika. Odabrao je *leksikalni* raspored gradiva zbog lakšeg snalaženja.

U savjetniku je obrađena široka paleta tema: anatomske i fiziološke opise pojedinih



Slika 5.7 A. Lobmayer - Kućni liječnik (1899.)

organa i organskih sustava (slika 5.8), opisi bolesti i simptoma s jasnim uputama što činiti u kojoj prigodi, opisane su mnoge ljekovite biljke i pripravci kojima se narod služio, a bile su dio oficijelne medicine. U svakoj prigodi naglašava potrebu održavanja higijene tijela i kućanstva. Stil pisanja je posebno dojmljiv, čitajući savjetnik dobiva se osjećaj prisnosti, sigurnosti i potpunog povjerenja kao da ga je napisala dobro poznata, draga osoba iz susjedstva. Veliki broj jasno navedenih činjenica sugeriraju široko znanje i iskustvo pisca. Nema spekulacija niti previše visoko znanstvenih tema i izraza koje bi zbunjivale laike.

Detaljno opisuje građu i funkciju kože.

Naglašava čišćenje, pranje, kupanje i njegu

kože kao preduvjet općeg zdravlja. No upućuje čitatelje i da ne nasjedaju na reklame za različita čarobna sredstva za uljepšavanje i naziva ih *vabinovcima*.

Kupelji i oblozi su bili vrlo često primjenjivani postupci u liječenju različitih



Slika 5.8 Višeslojni shematski prikazi anatomije tijela čovjeka iz knjige A. Lobmayer - Kućni liječnik (1899.)

bolesti, o tome svjedoče i navodi u ovom savjetniku za laike. Kupelji mogu biti hladne, mlake, tople, vruće, morske, blatne, zračne, sumporne, sjedeće, ležeće, kupelji nogu, kupelji pod slapom (tuš). Oblozi, slično kao i kupelji, razlikuju se po toplini i sadržaju nekog dodatka, primjerice pijeska, brašna, soli i kakve kaše od

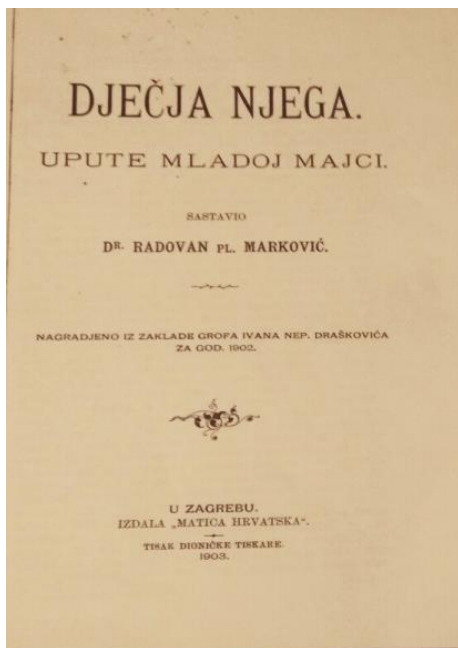
ljekovitog bilja. Vrlo često je u ono doba bio primjenjivan Priesnitzov oblog, hladan oblog koji se dobro zamota suhom krpom i ostavlja da se polako grije (vlažno-topli oblog).

Zanimljiv je njegov prijedlog za sastavljanje nužne kućne ljekarne, sadržaj upućuje na tadašnje lijekove i liječenje najčešćih tegoba.

- „*Jaki liekovi: nišadorovica, Hoffmanove kapi i etirova vinovica; Osvježavajuće vodice; Liekovi za ublažiti grčeve i bol: Opiumtinktur – Driemkova tinktura i Dowerov prašak; Liekovi za želudac: tinktura od ruveda (Rhabarar), šumanov prašak i Seidlitzov prašak; Čistila: ricinovo ulje, Karlsbadsa sol, pržene magnezije, Senžermenski čaj; Njekoliko vrsti čaja: titrica, metvica, narančin cviet, odoljen; Liekove koji na znojenje potiču: bazgin i lipov cviet; liekove s kojima se proljev ustavlja: već pomenuti Dower prašak, driemkova tinktura i tanin; Blijuvala, povračala: prašci sa sumporo-kiselim bakrom; Obavezno je imati i sljezova čaja, dvojno-ugljeno-kiseli-natron (Bicarbonas sodae), jodne tinkture, Cold cream, gorušičin papir ili brašno, priljepiv melem i englezko ljepilo, 2% karbolne raztopine, štrcaljku, komprese od gaze i toplomjer.*“

Za svaki lijek navodi i način upotrebe te doze za djecu i odrasle.

5.1.2.6 Dr. Radovan pl. Marković - Dječja njega – upute mladoj majci (izdavač Matica Hrvatska, 1903. godine, u Zagrebu)



Slika 5.9 Naslovnica knjige Dječja njega

Autor potanko opisuje njegu novorođenčeta (slika 5.9 prikazuje naslovnicu knjige). Sva anatomski i fiziološki svojstva opisana su laički jasno i razumljivo. Opisuje posebno njegu pupka, kupanje i previjanje djeteta. Navodi sve greške koje majka ili njegovateljica može učiniti, te pogrešne postupke koji su ukorijenjeni u narodu. Sistematično obrađuje i sve dječje bolesti, te daje savjete za samopomoć, ali i kada svakako potrežiti liječničku pomoć.

- „*Ojedine: koristno je pranje jednopostotnom borovom raztopinom, ili kupelji u kojima se daje uvarak ječmenih posija; dijete treba češće da leži*

bez nepromočive podloge; poslije svakog pranja kožu treba dobro osušiti, naprašiti kojim praškom (dermatolom). Ako ranjavi dijelovi nebreknu ili otvrdnu ili izbiju mjehurići ili nastanu čirevi svakako pitati sviet u liečnika.“

- *„Prhutavost i krstavost vlasišta treba prevenirati tako da se par sati prije kupanja namaže glavica uljem i zamota, a tijekom kupanja i brisanja treba trljati i skidati ljuske.“*
- *Perutac treba liječiti liječnik, jer inače „koža poslie dugotrajne bolesti ostane odebljala, otvrdnjela, opora i razpucana.“*

5.1.2.7 Prof. dr. M. Jovanović Batut : Nadrilekari – kako varaju, globe i zatiru narod, neobaveštenom i lakovernom svetu za pouku, od prof. dr. M. Jovanovića Batuta (izdavač „Štamparija i litografija Save Radenikovića i brata“, 1923. godine, u Beogradu)

Knjiga je pripadala Učiteljskoj knjižnici trgovačke akademije u Osijeku.

Pisac kritički progovara o različitim oblicima nadriliječništva u obliku kratkih eseja i anegdotalnih priča.

U nekima se spominju i pojedini iscjeljitelji, najčešće nadimkom po kojem su bili tada poznati: Ciganka Duza, lekar za trbuh - Čika Brna, Triša Lala Berberin (on je brijač u čijoj se brijačnici skuplja veliki broj mušterija, skupio je puno informacija s putovanja po Pešti i Beču, pa se razumije u liječenje, raspolaže zavidnom kolekcijom medicinskih instrumenta, spominje i pribor za puštanje krvi, a u posebnoj prostoriji ima skladište najrazličitijih čudotvornih pripravaka koje prodaje. Muškarci radije traže savjet od njega, jer ih razumije i u njega imaju povjerenja. Ako odu liječniku svi će odmah znati da su bolesni. Navodi i ostale nadriliječnike: hođa Salih, Jovan vidar, Ašik Smilja (u mladosti je bila prostitutka, a kasnije poznata po liječenju spolnih bolesti, znala je mnogo bilja, „bilja od omilja“ i“ trave od omraze“, načine za pobačaj, kontracepciju, začeeće, pomagala kod poroda, te davala sredstva za liječenje male djece); Doktor Stojan, bio je brijač i tek se sudski dokazalo da nema doktorske diplome.

Komentira i domaće - kućne ljekaruše, u kojima recepti za ljekarije „imaju znanstvenu osnovu“: recept od starog čuvenog liječnika, recept od profesora ili im je dokaz kvalitete to što su ih upotrebljavali imućni i časni ljudi (koji su mogli birati način liječenja): “banski lijekovi”; osvrće se i na imenovanje lijekova, ime se povezuje s bolesti ili bolesnim organom ne sa sastavom: “lijek od grčeva“, „vodica za oči“, “praškovi od groznice“

- *„Mahnit baje, a glup pristaje - poznavao sam ljude visokog položaja, veoma načitane dame, generale i istaknute političare koji su radije slušali savete kakve neznalice i varalice nego saveta lekara, kog su sami izabrali“ - prof. Muri.*

Komentira „prirodno liječenje i prirodne liječnike“

- *„To su nezavršeni liječnici, tj. oni koji su imali sklonosti to postati, ali nisu uspjeli ili su završili medicinsku naobrazbu, ali nisu bili sposobni konkurirati ostalim kolegama, a imaju prirodoslovne sklonosti pa svoje metode nazivaju prirodnima za razliku oda lijekova kupljenim u apoteci i metoda koje se provode u bolnicama.“*

Osvrće se i na naročitu „Školu za prirodno liječenje“ u Berlinu i navodi svjedočanstvo jedne učenice, koja je razočarana razinom znanja i stručnosti koju je tamo dobila, a školovanje jako puno platila, što je shvatila tek kada se susrela s pravim zdravstvenim problemima, naročito žena (vjerojatno se radi o problemima pri porođaju).

Navodi uvijek u sklopu neke anegdote veliki broj potpuno nedjelotvornih pripravaka koji su vrlo komercijalni: „Suze Majke Božje, Vodica za ćelave, čudotvorne pilule, Lekoviti prut, „čuva od zaraze“, lek od zubobolje; lek protiv plača.“

Često navodi poslovice i mudre izreke, te uobičajene narodne izraze.

- *„I meni je to pomoglo.“*
- *“Što liječi kovača, satire krojača – njemačka poslovice*
- *“Kad treba doktora traži popa, a kad treba popa traži doktora“*
- *“Kad se baje u oči se gleda“ - narodna poslovice*

Navodi na njemačkom jeziku uz prijevod

- *“Ja sam lekar za zdave ljude, Bog neka pomogne bolesnicima, moj veliki šešir jedva hvata misli, moje celo odelo pokazuje veštinu, kojom ja vladam, a što mokraćna krije to pronađe moj dugi nos“ - srednjovekovni lekarski šarlatan*
- *“Kome baj, tome vaj,...Bajalici na kravaj.“ - narodna poslovice*
- *„Moderno nadrilekarstvo cilja najviše na naš novčanik“ – Dr. J. Kohinger*

Spomnje brojne psihosomatske bolesnike, koji su bili vrlo isplative mušterije nadriliječnika;

Navodi i slučajeve kada su bolesnici umrli ubrzo nakon uzimanja „nadrilijeka“.

- *„Gvozden Antić ovog je leta 1923. umro, a bolovao je od neke teške bolesti i njegov otac je platio nekom Milisavu Jovanoviću iz Militovica da mu sina izliječi za 16 dinara, smiješao je rakiju i olovni gleđ i još koješta... sin ubrzo umro, a on nije svoj zločin prizno ni novce vratio;“*

Opisuje i istjerivanje „vlasca“ iz upaljene kronične rane, no kazivač navodi da bi ostao bez noge, da nije operiran;

O puštanju krvi:

- *„Od sto puštanja krvi pedeset je nekorisno, četrdeset škodljivo, deset korisno, a jedno potrebno“ - P. Mantegaca*

Cijelo poglavlje je posvećeno šarlatanskim oglasima.

- *„Svaka luda, nađe još veću ludu koja će joj se diviti“ - Fridrih II;*

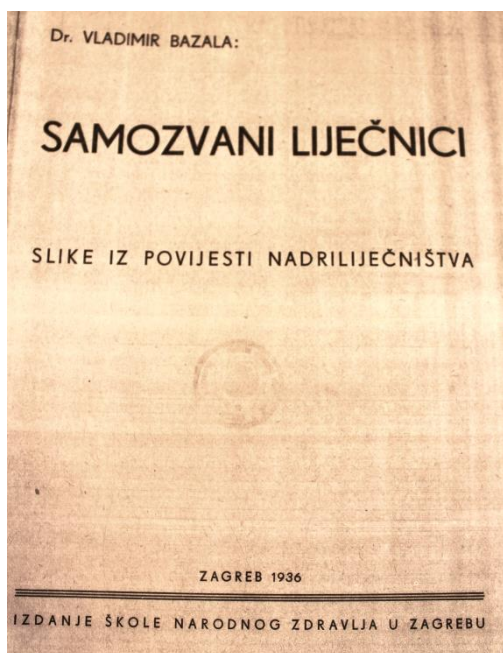
U zadnjem poglavlju navodi izvješća suda nakon suđenja pojedinim nadriliječnicima.

5.1.2.8 Dr. Vladimir Bazala – Samozvani liječnici – slike iz povijesti nadriliječništva (izdavač „Škola narodnog zdravlja“, 1936. godine, u Zagrebu)

Dr. Bazala u predgovoru navodi da se služio knjigom „Nadrilekari“ i savjetima starijeg kolege Prof. dr. M. Jovanovića Batuta čiji je rad bio osnova za upoznavanje ovog područja.

Definira nadriječnike:

- „To su pojedinci koji svoje znanje nisu stekli u školi, u određenim medicinskim ustanovama i utvrdili ga na nučnim osnovama, nego su



Slika 5.10 Naslovnica knjige Samozvani liječnici

slučajno, na osnovu narodnih običaja i tradicije ili vlastitim zanimanjem došli do nekih medicinskih nazora i metoda liječenja, te se pročuli kao liječnici ili se sami takovim proglasili. To mogu biti pojedinci bez ikakve struke i kvalifikacije, zatim osobe koje imaju zakonski priznati zanat, koji može biti i medicinski, ali oni prekoračuju granice ove dozvole. Ovamo spadaju i nedoučeni medicinari, koji su nauku napustili ili još nisu nauku dovršili ili su prešli u drugo zvanje, ali od vremena do vremena ipak „liječe“. Treća vrsta su oni koji osobno ne liječe, ali neovlašteno pripremaju, uvoze ili drukčije nabavljaju, prodaju, reklamiraju i u javnosti

preporučuju sredstva za liječenje i njegu tijela i zdravlja općenito.“

Razlikuje nadriječenje „na malo“ („To čine ljudi koji bez zle namjere ili koristoljublja daju savjete prijateljima i znancima, jer misle da znaju i umiju liječiti neke poteškoće i bolesti“), i nadriječenje „na veliko“ kojeg prakticiraju pravi nadriječnici, koji uvijek imaju materijalnu dobit kao prvi motiv. Oni obično prakticiraju tajnu ili osobitu metodu, koja je često proistekla iz znanstvene medicine, ali je napuštena zbog nedjelotvornosti ili štetnog djelovanja.

Bazala ustvrđuje da što je narod primitivniji i na nižem stupnju kulture, to je veća mogućnost da nadriječnici šire svoje djelovanje.

Jasno navodi zakonske odredbe u tadašnjoj Jugoslaviji i uspoređuje ih sa zakonima u drugim zemljama.

- „Naš krivični zakonik je vrlo strog i u čl. 262. glasi:
„Tko ne imajući stručne spreme liječi bolesnike u vidu zanata ili za nagradu kaznit će se zatvorom do 5 godina.

Tko se bespravno izdaje za liječnika ili liječi bolesnike kaznit će se strogim zatvorom i novčanom globom.

Ako se od toga liječenja bolest toliko pogoršala, da život dođe u opasnost ili bolesnik umre, učinilac će se kazniti robijom do 10 godina.““

U knjizi (slika 5.10) su navedeni imenom i prezimenom svi tadašnji najpopularniji praktičari nadrilječništva i različite metode liječenja. Neke od tih metoda su i danas popularne u neoficijelnoj medicini, primjerice, fitoterapija po Sadiku Sadikoviću, razne dijetske sheme, liječenje zrakom i suncem, hidroterapija, magnetizam. Navodi i akupunturu, koju smatra originalnom i ne posve bezvrijednom, ali u „nepozvanoj ruci“ opasnom metodom liječenja.

Bazala smatra da se akademska medicinska struka mora više pozabaviti s dokazivanjem ili osporavanjem metoda koje se upotrebljavju u narodnoj medicini.

- *„Nesumljivo su liječnički stalež i medicinski fakulteti pozvani da pitanja narodne i prirodne medicine razbistre.“*

5.1.2.9 Dr. Fran S. Gudrum Oriovčanin – Njega zubi (izdavač Antun Scholz, 1906. godine, u Zagrebu)

U ovoj se knjizi na 92 stranice liječnik obraća puku i daje upute o njezi zuba. Naprije opisuje anatomiju i fiziologiju usta i dijelova usne šupljine s pojedinostima koje se tiču zuba.

Činjenicama se suprotstavlja predrasudama. Ističe zapažanja dr. Mullera (dr. Adolf Muller “Hygiena usta“) da sapuni ni u kojem slučaju nisu pogodni za njegu usne šupljine, jer *„posve je nemoguće imati neutralni sapun u rastopini, jer se rastavlja u štetne sastojine slobodna lužina i štetna sol.“*

Opisuje „čaćkala“, koja su se u to vrijeme pravila od gusjeg pera, roga ili kosti, a najčešće od zašiljenog drveta koje se krtilo i često zaostajalo između zuba. Opisuje kako higijenski držati „čaćkala“ u dezinfekcijskim otopinama jer su se višekratno koristila, a nerijetko i više ljudi isto, kao npr. u gostionicama. Propagira čišćenje zuba tankim vrpčama koje su higijenskije i njima se ne ozljeđuju desni kao oštrim „čaćkalima“. Opisuje mehaničko čišćenje „keficama“ i ispiranje vodom kao

najznačaniju mjeru u higijeni usne šupljine. Kritički se osvrće na sva tada uobičajena sredstva za pranje i čišćenje zuba: sapun, alkohol, lug, trijeslovine, hipermangan, vodikov *prekis*, borax, plavac (prah Bimsstein), ugljen lipovog drveta i pepeo od duhana. Navodi sastave prašaka za zube koji su se tada kupovali u ljekarnama, te preporuča sredstva od krede i magnezija, jer dobro čiste, a ne uništavaju caklinu zuba, niti uzrokuju „*kronični ožeg zuberine*“.

Kao najbolje sredstvo za ispiranje i pranje usne šupljine ističe „*fiziološku rastopinu soli i slabu rastopinu natrijeva hidrogenkarbonata*“. Ističe da treba iskuhavati i dezinficirati „*kefice*“ 5% karbolom ili 0,1% sublimatom, jer se samo tako mogu uništiti „*bolorodne klice*“.

Za sve savjete i liječenje treba se obrati „*liječniku zubi*“, jer ako tako ne učinimo „*sjegurno će nam propasti svaki zub što se počeo kvariti. A zubi nam trebaju!*“

5.1.2.10 Dr. med. Anastasije Puljo – Nega zuba (izdavač „Izdavačke knjižare Dimitrije“, 1923. godine, u Zemunu)

Savjetuje da se s higijenom usne šupljine počinje od rođenja, tako majka treba usta dojenčeta brisati sterilnom suhom vatom namočenom u prokuhanu, ohlađenu vodu, iskuhavati dude (*dunjake, cucle*), i ne davati krpice sa šećerom. Od treće godine života treba učiti dijete upotjebljavati četkicu za zube. Navodi da je izvrsno sredstvo za čišćenje zuba i svileni konac provučen kroz vosak.

Naglašva da je najvažnije čišćenje zuba uveče i ispiranje ostataka hrane.

Opisuje kako djeluju najvažnija sredstva za ispiranje usta: „*formalin 1 deo na 200 delova vode, salicilna kis 1:200, sublimat 1:3500, 1:2500*“, to ilustrira podacima o broju bakterija u pljuvački „*5 minuta nakon pranja i sat nakon*“ pranja zuba.

Ističe važnost mehaničkog čišćenja:

- „*alkohol i vodice za usta ne dezinficiraju nego daju ugodan osjećaj zato silnoj reklami koja prati poneku vodicu za usta, ne treba, slepo verovati...*“

Važno je djecu učiti grgljanje, jer ono spada u osnovne vještine održavanja osobne higijene .

„Čačkalo“ se može napraviti od drveta, gusjeg pera, roga ili kosti, ali najbolje je od gusjeg pera i treba ga držati u raskužnom sredstvu;

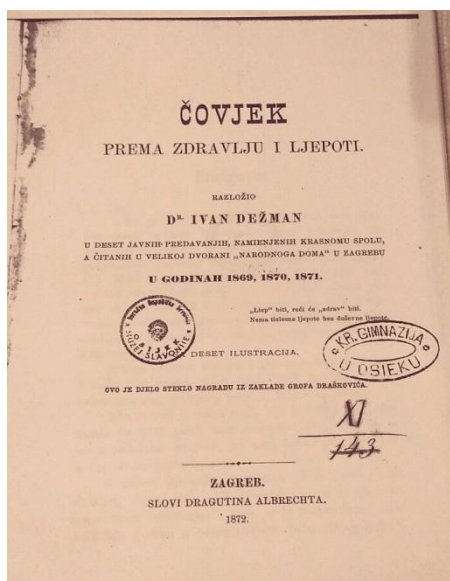
Ističe praktičnost i korist od upotrebe tankih trakica od tkanine za čišćenje prostora između zuba.

Navodi savjet autoriteta iz ovog područja, dr. Adolfa Mullera, da sva sredstva za čišćenje zuba treba raskužiti, a „kefice su bolje od trljanja kažiprstom i krpicom.“

Navodi štetno djelovanje samljevenog plavog kamena (Bimsstein), drvenog ugljena, pepela od cigara, ili lule, jer oštećuju caklinu, preporučuje različite praške za zube, koji se sastoje od krede, magnezija, ili fino stucane lupine.

5.1.2.11 Dr. Ivan Dežman – Čovjek prema zdravlju i ljepoti (izdavač Dragutin Albrecht, 1872. godine, u Zagrebu)

Ovo djelo (slika 5.11) posvećeno *Hrvatskim Krasoticam* je veličanstven primjer zdravstvenog prosvjećivanja uz upotrebu ljepote kao pokretačkog motiva za



Slika 5.11 Naslovnica knjige Čovjek prema zdravlju i ljepoti

unapređenje zdravlja. Knjiga objedinjuje deset javnih predavanja koja su održana tijekom 1869., 1870. i 1871. godine u Narodnom domu u Zagrebu. Publiku je činilo građanstvo, dakle bogatiji sloj pučanstva koji si je mogao priuštiti tada skupe pripravke za higijenu, njegu i liječenje. Moda je i tada bila ključna pri izboru sredstava za unapređenje zdravlja. Modni diktat je bio imperativ usprkos mogućeg zdravstvenog rizika. Naslovi, teme predavanja su bili: *Čovječje oči, njihova ljepota i njihovo osiguranje; O ljepoti i njegovanju čovječje kože; O ljepoti i njegovanju kose; O ljepoti i njegovanju čovječjega tiela; O odielu i modi prema ljepoti i zdravlju; O ljepoti i njegovanju duha; O jelu i pilu prema ljepoti i zdravlju; Ustroji disanja prema ljepoti i zdravlju; O srcu i njegovoj čustvenosti, te O uhu i sluhu;*

U svakom predavanju iznosi osnovne anatomske i fiziološke pojmove, te ih vješto uklapa u filozofske i etičke rasprave. Usputno navodi modne smjernice i neke

običaje tog vremena uspoređujući ih s nekim primitivnim folklorističkim običajima, primjerice „ličila i nabockavanje ili tetoviranje kože.“

- „Odvraćajuć vas, milostive gospodje od ličenja, neću tim reći da ne njeguje kože i teinta njezinoga, pače mi smo dužni njegovati kožu i to radi zdravlja, radi društva i radi ljepote. Zdravlje bez njegovanja kože nije moguće. Treba, dakle sva liepa svojstva kože čim bolje njegovati, a ta liepa svojstva jesu: čistoća, nevonjanje, bjeloća, mehkoća, gladkost i prozirnost, životna i zdrava boja i napokon čistoća od pjega i ospia. Ta svojstva uzdržavat, ili usavršavati budi vaša najpreča briga, al ne umjetnimi srestvi prikrivati pojedine mane lica...“

Dr. Dežman daje vrlo praktične upute o zaštiti od sunca, vjetra, hladnoće, o njezi kože, tada popularnom, *Cold creamom*. Preporuča i najbolji sastav praška za zube:

- „Fino oprášena lipova ugljena 1 i ½ uncije, crven kinove kore 1 i ½ drachme, myrhe 1 drachmu, perunike (*Iriswurzel*) 1 drachmu i 8 kapi ulja od grozdike (*Nelkenoel*).“

Zanimljivo je upozorenje u predavanju o odjeći koje se odnosi na štetnost boja kojima su obojene *moderne tkanine*:

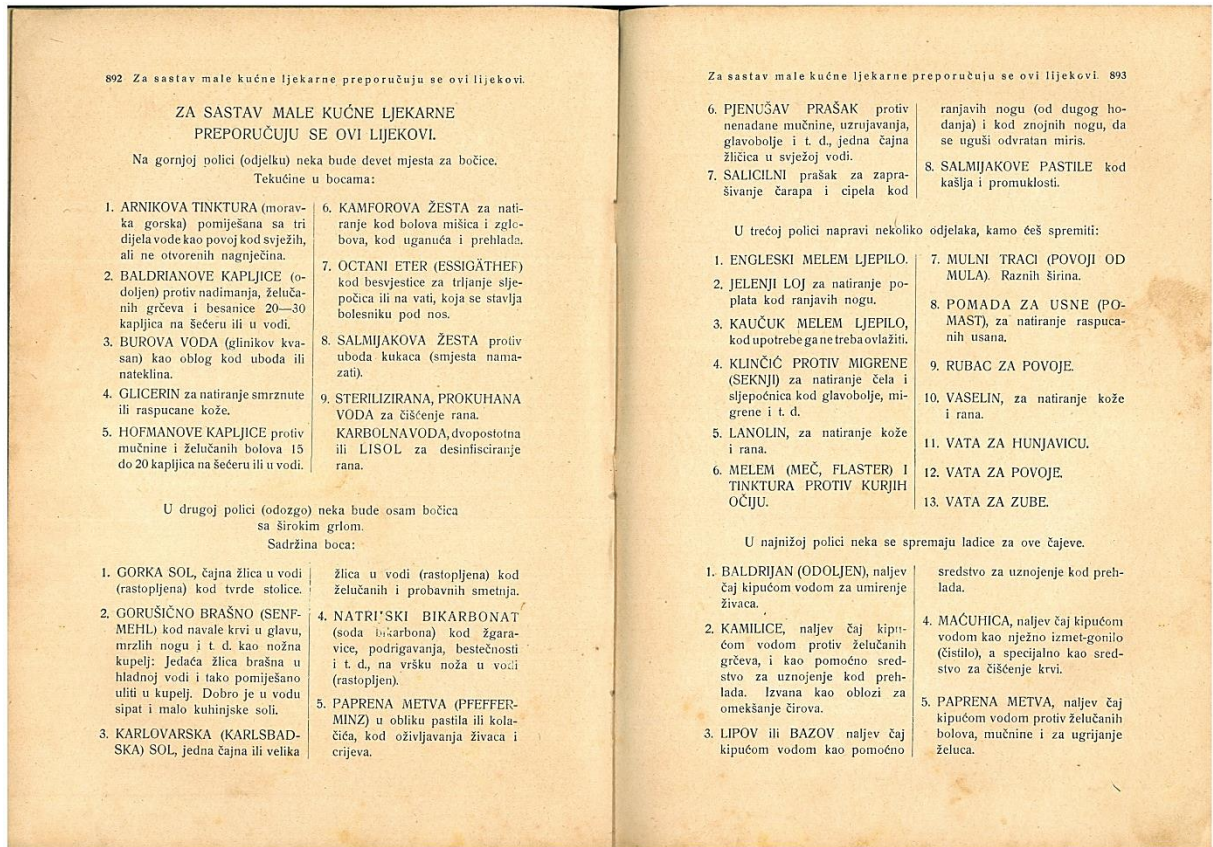
- „Ima odiela za gospodje, koja su otrovi, imenito arsenikom, zeleno ili bielo omašćena npr. *tarlatan*, te su ona često uzrok kroničkim il drugim naglim bolestim.“

Autor navodi da je i sam iznenađen interesom i popularnošću koja su izazvala njegova izlaganja. Očekivao da će kritički ton odvratiti *milostive gospodje* no naprotiv ovo je djelo steklo nagradu iz Zaklade grofa Draškovića

5.1.2.12 Jenny Springer – Liječnica u kući, hrvatsko izdanje, prijevod i urednik dr. S. Siročić, 1926. godine, u Zagrebu)

Dr. Jenni Springer bila je znamenita njemačka liječnica (1860. - 1917.) koja se borila za unapređenje ženskog zdravlja, ženskih prava u društvu općenito, te protiv predrasuda svih vrsta.

Ova knjiga, kao što navodi nakladnik za drugo njemačko izdanje 1925. godine, apsolutni je rekorder među knjigama zdravstvenog prosvjećivanja. Prvo izdanje prodano je u više od 400 000 primjeraka, što je u ono doba bila vrtoglava brojka. I u našem prijevodu bila je očito vrlo popularna, jer se i danas primjerci knjige relativno lako mogu naći u antikvarijatima.



Slika 5.12 Izvadak iz knjige Lječnica u kući, poglavlje Kućna ljekarna (str. 892. i 893.)

Knjiga je zapravo svojevrsna enciklopedija. Tiskana je u 2 toma i ima 1077 stranica. Autorica navodi da je njena dužnost bila obratiti se ženama kao nositeljicama očuvanja života i zdravlja čovječanstva.

- „Nijesam napisala nikakvu „doktrošku „ knjigu, nego me praksa poučila da je ženam potrebna pouka o higijenskoj medicini.“

Istiće važnost socijalne strane liječničkog djelovanja i zaštite puka od djelovanja nadriliječnika.

- „Knjiga nije zato napisana, da možda nadoknadi liječnika i da laika navede na samostalno lijećenje. Baš protivno, ona treba laika da navodi na razumnu suradnju s liječnikom, jer će liječnikov rad biti samo onda od koristi, ako će ga ljudi razumjeti i točno vršiti njegove odredbe.“

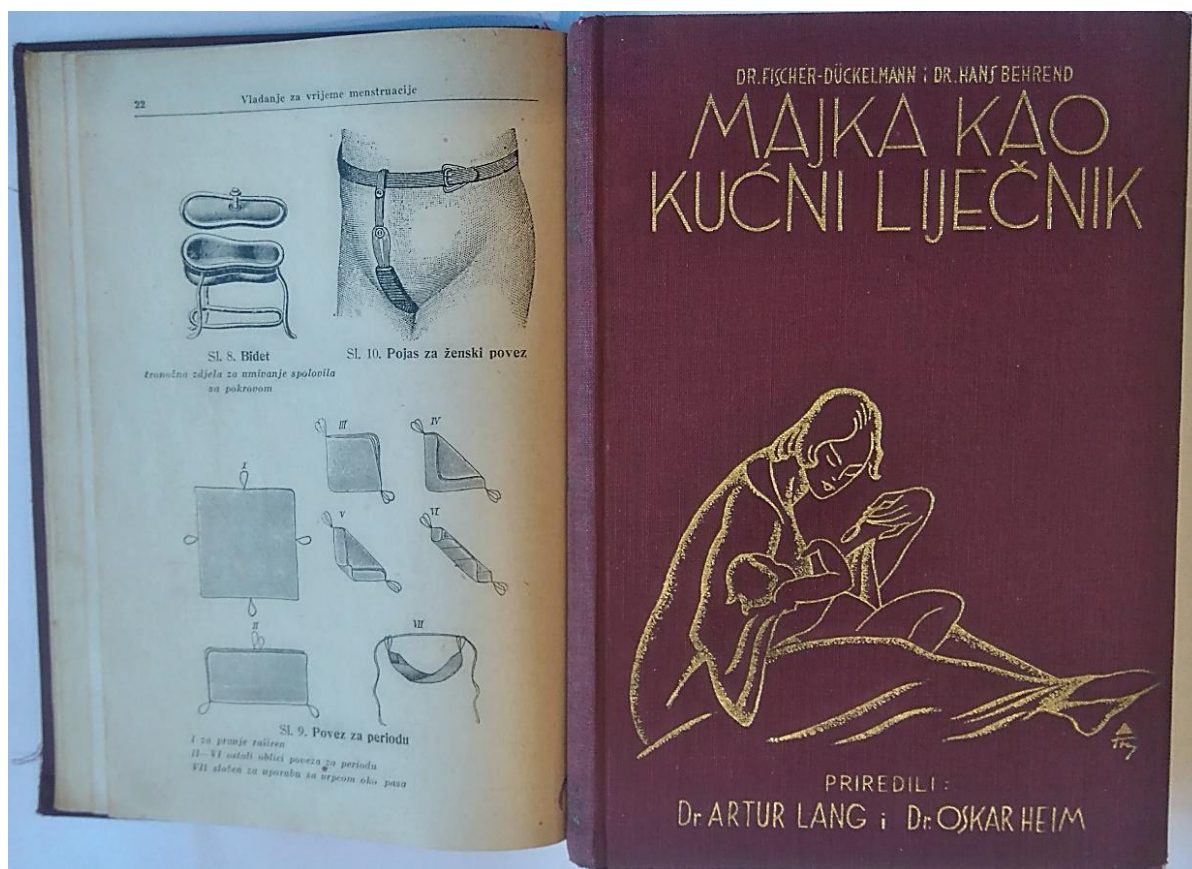
Proučavajući ovu knjigu svaki današnji liječnik mora osjetiti ogromno poštovanje i divljenje prema kolegici, koja je prije gotovo stoljeća imala ovako široko znanje i istovremeno uspjela vrlo stručne, specijalističke teme iz svih medicinskih područja pretočiti u opće edukativno štivo.

Narodna medicina je prezentirana u više poglavlja, a također opisuje i pučko ljekarstvo, te upotrebu ljekovitog bilja u pučkoj medicini. Ljekovito bilje i njegova upotreba navedena je i po tada važećoj farmakopeji.

Za ilustraciju sam izabrala izvadak iz poglavlja *Kućna Ljekarna*, str. 892. i 893. (Slika 5.12)

5.1.2.13 Dr. med. Fisher-Dueckelmann Ana i dr. Hans Behrend – *Majka kao kućni liječnik* (priređili pri. dr. Arthur Lang i dr. med. Oskar Heim, izdavač Jutriša i Sedmak, tiskara Merkantile, 1931. godine, u Zagrebu)

Ovaj opširni priručnik (slika 5.13) na više od 1000 stranica u tri knjige donosi informacije i savjete koji se odnose na cjelokupni život žene.



Slika 5.13 Naslovnica knjige *Majka kao kućni liječnik* i ilustracija pojasa za ženski povez iz navedene knjige

To je zapravo *enciklopedija za žene*. Stil je popularan, ali informacije i prezentirana građa nadmašuju popularni nivo. Obzirom na vrijeme tiskanja možemo pretpostaviti da je bila namijenjena gradskim djevojkama i ženama, samo rijetke seoske žene mogle su je posjedovati. U knjigama su obrađeni: anatomija i razvoj ljudskog tijela s posebnim naglaskom na spolni „ustroj“, i spolni život, majčinstvo, njega tijela (slika 5.13 prikazuje ženski povez), njegovanje ljepote, higijena stanovanja, prehrana, nauka o zdravlju, kućna njega bolesnika, naše ljekovito bilje. Pomno su popisani i dane precizne recepture i upute za pripremanje prokušanih kućnih lijekova.

Pomalo začuđuje smjelost u navođenju i iscrpnom opisivanju mogućnosti kontracepcije (pesar, vaginalne tablete s bornom kiselinom i hinosalom, irigatori i vaginalno ispiranje razrijeđenom otopinom borne i octene kiseline te kondomi, odnosno prezervativi od ribljeg mjehura).

Autori upozoravaju na brojne štetne sastojke koji se nalaze u „*ličilima*“ i drugoj dekorativnoj kozmetici i sredstvima za njegu zuba.

5.1.2.14 Dr. Zlatko Sremac i dr. Nikola Nikolić – Hrvatsko selo i medicina (izdavač Zavod za proučavanje seljačkog i narodnog gospodarstva Gospodarske sloge, 1941. godine, u Zagrebu)

Ovo djelo, kako ga sami autori nazivaju zdravstveno - politička rasprava je neprocjenjiv dokument o zdravstvenoj zaštiti na području tadašnje Banovine Hrvatske. Obiluje i statističkim podacima koji su temelj razumijevanja stvarnog zdravstvenog i socijalnog stanja sela u vrijeme neposredno prije II svjetskog rata.

Pod pokroviteljstvom Hrvatskog seljačkog pokreta i udruženja Gospodarska sloga, osnovan je i Zdravstveni ogranak. Organizatori su 1939. godine predložili da se u svakom mjesnom povjereništvu Gospodarske sloge izabere jedan zdravstveni povjerenik ili povjerenica, te ih je ubrzo bilo preko 400 u svim krajevima Banovine. Oni su sudjelovali u svojevrsnoj anketi o najvažnijim zdravstvenim potrebama našeg sela. Povjerenik je imao zadatak da na sastancima „*pretrese*“ ova pitanja i pošalje odgovor:

1. *Imate li liječnika u selu? Ako nemate, kako je daleko do najbližeg liječnika?*
2. *Da li liječnik dolazi u selo u određene dane ili dolazi samo kada ga zovete?*
3. *Kako pozivate liječnika? (Telefonom). Kakovim prevoznim sredstvima dolazi i kako dugo treba dok dođe u vaše selo?*

4. *Koliko liječnika ima u vašoj općini? Koliko u vašem kotaru?*
5. *Ide li kod vas svaki bolesnik liječniku? Ako ne, zašto ne?*
6. *Da li ste zadovoljni sa vašim liječnicima? Ako ne, zašto ne?*
7. *Koliko plaćate liječnika kad idete k njemu, a koliko kad liječnik dođe vama u selo?*
8. *Imate li apoteku u svom selu, ako ne, kako je daleko do najbliže apoteke?*
9. *Ima li babice u selu, ako nema, kako je daleko do najbliže?*
10. *Kako je daleko do najbliže bolnice?*
11. *Kako se prenosi bolesnik liječniku ili u bolnicu? Kolima, vlakom ili autom?*
12. *Koje koristi imade vaše selo od domova narodnog zdravlja?*
13. *Da li tko drži zdravstvena predavanja u vašem selu?*
14. *Što bi sve po vašem mišljenju trebalo učiniti, da se zdravstvo u vašem selu podigne?*
15. *Što bi bilo po vašem mišljenju najpotrebnije da se odmah učini?*

Odgovori na ova pitanja, komentari i rasprava liječnika učinili su ovu knjigu svojevrsnom početnicom socijalne medicine u nas.

U nastavku su prikazani najzanimljiviji odgovori i zaključci, te sheme kojima se prikazuje stvarni broj i raspoređenost zdravstvenih ustanova i djelatnika u tadašnjoj Banovini Hrvatskoj.

- *„Najbolji medicinski stručnjaci, profesori sveučilišta, kliničari, baveći se privatnom praksom, služe uglavnom za čuvanje zdravlja upravo onih slojeva koji su ekonomski potpuno osigurani, pa umjesto da svoje znanje i veliku stručnu spremu stave u službu čitavog naroda, oni liječe i služe samo jednom malom sloju ekonomski povlaštenih ljudi.“*

Ni tada mladi liječnici nisu željeli ići na selo usprkos relativno dobroj početničkoj plaći uz mogućnost privatne prakse, jer su bili svjesni da bez iskustva i uz nedostatak materijalnih pomagala i pomoćnika nisu u stanju preuzeti odgovornost za sve zdravstvene strahote sela.

- *„On treba, što se kaže, da ordinira na ledini, da vadi placentu u prašnjavoj seljačkoj sobi, da pregledava otvorenu tuberkulozu i malu djecu u toj istoj sobi itd. Zar je to medicina? „Ne mogu da idem gospodo!, odbija mladi*

liječnik da ide na selo. "Radije skapavam od gladi ovdje, dok se prilike u selu i za seljake i za mene ne promijene na bolje".

U to je vrijeme u gradovima živjelo ukupno oko 500 000 stanovnika, a na taj broj je bilo oko 1700 liječnika, a na oko 4 milijuna seoskog stanovništva bilo je svega 300 liječnika.

Navode se osvrći Antuna Radića u časopisu *Dom* 1902. u kojima je kritizirao liječnike koji se pretvaraju u obrtnički ceh i sve im je više do profita nego li do stvarnog pomaganja bolesnima, a zatim 1913. kada se osvrće na lošu organizaciju zdravstvene službe u ruralnim dijelovima.

- *„Selo traži novi tip liječnika i većinom osuđuje današnjeg liječnika.“*
- *„Zakonom o zdravstvenim općinama od 27. veljače 1930. određene su dužnosti općinskog liječnika u samostalnoj i udruženoj zdravstvenoj općini. U 14. paragrafu između ostalih dužnosti spominju se i ove:*
 - 1. da besplatno liječi siromašno stanovništvo,*
 - 2. da narod zdravstveno prosvjeđuje,*
 - 3. da se stara o unapređenju zdravlja dojenčadi, male i školske djece,*
 - 4. se stara o unapređenju higijene na području svoje zdravstvene općine,*
 - 5. da podnosi prijedloge o asanaciji i da sam sudjeluje pri tim radovima,*
 - 6. da sprečava i suzbija zarazne bolesti,*
 - 7. da periodično obilazi svoje područje, održava u pojedinim mjestima ambulatorije, proučava prilike života stanovništva, stanovanja i podnosi o tome potrebne prijedloge.“*

Iz rezultata ankete bilo je razvidno da se ovaj zakon jako slabo poštuje, te je iz samo 35 od 1000 sela stigao pozitivan odgovor na pitanje o redovitosti liječničkih aktivnosti.

Prema svjedočenju seljaka sve su usluge plaćali, prema njihovom mišljenju dalako preskupo, jer se u cijenu uvijek zaračunavao i trošak prijevoza.

Liječnički honorari su bili zakonom propisani (*oznanom Ministarstva narodnog zdravlja od 6. srpnja 1926.*) u vidu minimalnih taksa, a naknade za dolazak u stan bolesnika bile su određene prema razredima u odnosu na udaljenost. Sirotinju i svoje

prijatelje i rodbinu je liječnik mogao liječiti besplatno prema svoj volji i uviđavnosti. Dopušta se i poseban popust od 50% za državne činovnike, umirovljenike i njihove obitelji.

Seljaci su tražili besplatno liječenje u cijelosti, dostupnost i kvalitetu zdravstvenih usluga. Žalili su se i na loš karakter liječnika i to navodili kao uzrok zbog kojeg ne idu liječniku. Smatrali su i da prepisuju preskupe lijekove. Poseban problem su bile *apoteke*, jer ih je bilo premalo u ruralnim dijelovima, a osim toga lijekovi su bili preskupi, stoga gotovo potpuno nedostupni. Navode primjer, kada nakon liječničkog pregleda u selu, netko mora u grad koji udaljen 30 km po lijek. Uz napomenu da je jedino prijevozno sredstvo bila konjska zaprega. Pojedini liječnici su imali automobile, no tada su i svoj dolazak skuplje naplaćivali.

U to se vrijeme osniva i higijenska služba u Hrvatskoj, koja je imala preventivnu i kurativnu ulogu. Bilo je 2 higijenska zavoda, u Zagrebu i u Splitu, te 12 Domova zdravlja i 53 zdravstvene stanice, te više antimalaričnih, antiveneričnih, antituberkuloznih i antitrahomskih ambulanti i dispanzera.

- *„Čitava se služba razvijala elementarnom snagom, eksperimentalno i empirički, bez naročitog plana. Na čelu tog pokreta, bio je najdinamičnija ličnost našeg zdravstva Štampar, koji je uspio povezati uz svoju ličnost mnoge ljude i dati im poleta za rad u narodu.“*

Liječnici koji su radili u higijenskoj službi nisu se smjeli baviti privatnom praksom. To su većinom bili mladi liječnici, idealisti, mnogi su i umrli *„zarazivši se u poslu i stradavši u automobilskoj nezgodi.“*

Taj je pokret nailazio na mnogo otpora od strane tada etabliranih liječnika, a naročito od državne birokracije.

- *„Za propadanje higijenske službe kriva je početna koncepcija*
 - 1. da se može socijalizirati medicina u kapitalističkom društvu;*
 - 2. da se to može provesti pokretom nekolicine intelektualaca, a bez povezivanja uz politički pokret naroda.“*

Autori ističu potrebu jačeg povezivanja hrvatskog seljačkog pokreta i higijenske službe, kako bi joj se povratila svježina i njezina osnovna zadaća, koja se odnosi na

ozdravljenje našeg sela. Navode pozitivne odgovore iz ankete (koji se odnose na rad domova zdravlja), ali seljaci smatraju da nisu dovoljno informirani o djelatnostima koje se obavljaju u tim ustanovama i da ih je premalo.

Poseban problem je nedostatak stomatologa.

Hrvatsko selo traži korjenite socijalno ekonomske reforme i povezuje ih s podizanjem zdravstvenog standarda. Traži se zdrava pitka voda, pomoć u podizanju sanitarne kulture, regulaciju i higijensku kontrolu rada na selu. Traži se poboljšanje komunalne infrastrukture, izgradnja cesta, telefonske komunikacije s gradom, saniranje groblja.

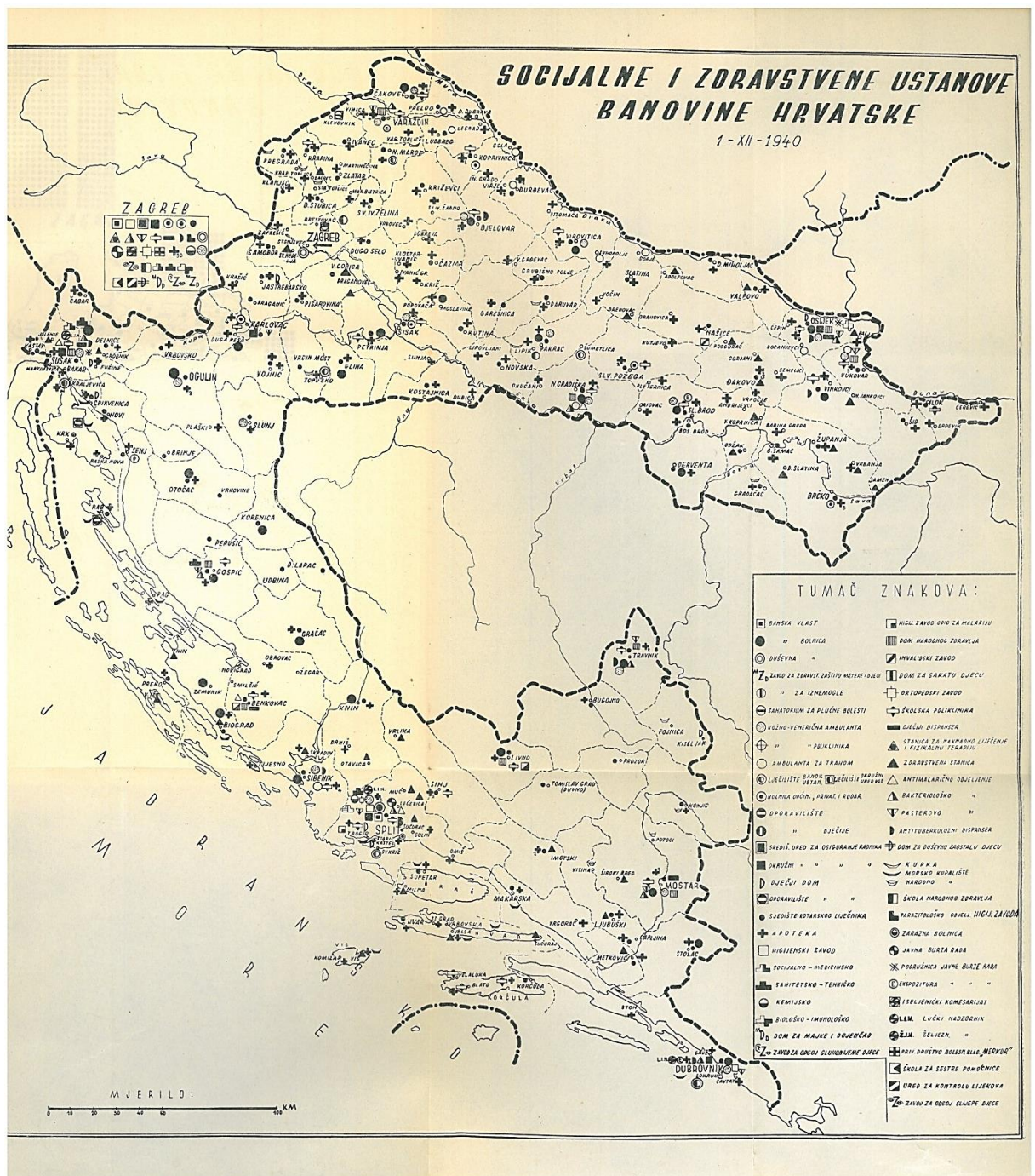
Seljaci žele da se više radi na suzbijanju alkoholizma. Zanimljiv je i stav o eugeničnim mjerama

- *„Potrebno je da se sprječavaju ženidbe odnosno udaje nesposobnima“ (Glas jednog hrvatskog sela)*

Autori komentiraju da je *„hrvatski seljak dirnuo u jedno od najosjetljivij pitanja biologije, medicine i sociologije, u jedno neriješeno pitanje, koje se nalazi na tromeđi tih disciplina. Iako nam je ideal da čovjek bude fizički zdrav, jak i lijep, ipak mislimo da je glavno: “mens sana in corpore sano” - zdrav duh u zdravom tijelu.“* Navode i primjere izvrsnih pojedinaca koji su svojim duševnim sposobnostima nadišli tjelesne nedostake, te smatraju da se *„nikakova „antropotehnika“ ne može primjeniti za ljude.“*

- *„Ideal se fizičkog blagostanja i duševnog optimizma i sreće može postići samo na liniji: podizanja velike materijalne civilizacije, zdravstvene zaštite tijela i zdravstvene zaštite psihe kod najvećeg dijela naroda. To je naš političko - zdravstveni ideal, koji trebamo imati svi skupa pred očima i kojega trebamo što prije ostvariti u sudrugarstvu, kooperaciji, koordinaciji, te optimizmu i idealizmu. Za takovu je suradnju cijeli liječnički stalež, kojega je zarobio i ponizio današnji društveni poredak, a koji to vidi kao prvi iz redova intelektualaca i otvoreno traži da se oslobodi i da svoj seljački narod povede u novi, zdravi i sretni život.“*

Za ilustraciju je izdvojen shematski prikaz zdravstvenih i socijalnih ustanova u Banovini Hrvatskoj iz prosinca 1940. godine (Slika 5.14).



Slika 5.14 Socijalne i zdravstvene ustanove Banovine Hrvatske

5.1.2.15 Dr. Nada Kovačević, dr. Ernst Majerhofer, Rudolf Herceg – Majke za zdravlje djece (Mala knjižnica seljačke sloge, izdavač Seljačka sloga, 1941. godine, u Zagrebu)

Potkraj 1930-ih pojavila se inicijativa usmjerena poboljšanju zdravstvenih prilika na hrvatskom selu između dvaju svjetskih ratova. Zdravstvene su prilike općenito ocjenjivane gotovo katastrofalnim, broj liječnika daleko premalenim, a cijene

zdravstvene skrbi previsokima za siromašno selo. Posebno je neugodan bio problem iznimno visoke smrtnosti dojenčadi. Prema statističkim podacima Hrvatska je ulazila u društvo zemalja s najvećom smrtnošću djece u Europi. Sredinom 1939. pokrenuta je kampanja zdravstvenog prosvjećivanja u tijesnoj suradnji tadašnjih istaknutih medicinskih stručnjaka i tada najjače prosvjetno-kulturne organizacije u Hrvatskoj - Seljačke sloge. Akciju je potaknuo i vodio ugledni stručnjak dr. Ernst Mayerhofer, koji je 1923. godine utemeljio Kliniku za dječje bolesti Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu, te je bio i prvi profesor pedijatrije na tom fakultetu. Bio je predstavnik tzv. unitarističke pedijatrije koja je ujedinjavala klinički i preventivni rad, dakle smatrala je socijalno medicinsku komponentu svojim integralnim dijelom. Zaštita majke i djeteta postala je posebnom temom (odjelom) na „*prosvjetnim saborima*“, središnjim okupljanjima članova, koje je 1939. i 1940. godine organizirala Seljačka sloga. Brošura *Majke za zdravlje djece* objavljena je u Maloj knjižnici 1941. godine, a mogla se nabaviti za simboličnu cijenu (od 1 dinara). Nepismenost je bila prepreka u širenju novih znanja, no istovremeno su se provodile i akcije opismenjavanja, a bila su popularna i zajednička čitanja.

Dr. Ernest Mayerhofer i dr. P. Preradović su u knjižici jasno i jednostavno opisali poželjno pozitivno zdravstveno ponašanje, loše običaje i izvjestili o boravku seljakinja u Klinici za dječje bolesti. Zanimljivo je da su u praktični dio rada sa ženama na selu uključili mladu liječnicu Nadu Kovačević, jer su znali da će tako imati bolju suradnju. Žene nisu željele knjiške savjete, nego praktične aktivnosti i dolazile su (Seljačka sloga je plaćala troškove) u Kliniku i tamo promatrale i sudjelovale u procesu njege i liječenja male djece. Ovakav revolucionaran oblik preventivnih mjera s aktivnim sudjelovanjem obiju strana u prosvjetiteljskom procesu jest ona prepoznatljiva *štamparovska medicina*, koju smo baštinili, ali je i pomalo zanemarili (25).

5.1.2.16 Vasa Pelagić – Pelagićev narodni učitelj (izdavač Izdavačko preduzeće Sloboda, 1974. godine, u Beogradu; prvo izdanje 1898. godine – Knjiga za narod ili stvarni domaći učitelj)

U pravoslavnim kućanstvima je bila često prisutna knjiga *Pelagićev narodni učitelj*. Veliki srpski prosvjetitelj Vasa Pelagić je napisao ovu opsežnu knjigu koja je bila savjetnik za sve sfere obiteljskog života i šire društvene zajednice. Prvo izdanje datira iz 1898. godine. U predgovoru navodi da su zdravstveni savjeti preuzeti ne

samo od srpskog naroda, nego i od svih ostalih naroda: Hrvata, Bugara, Nijemaca, Rusa, Čeha, Arapa, itd., a pronašao ih je u tada dostupnoj literaturi, knjigama i različitim žurnalima ili ih je čuo od putnika i medicinskih stručnjaka koji su doputovali iz tih zemalja.

Zanimljivo je da veliki broj zdravstvenih savjeta i receptura za liječenje na dašnjim portalima narodne medicine potječe baš iz ove knjige.

Primjerice, za liječenje svraba navodi brojne savjete.

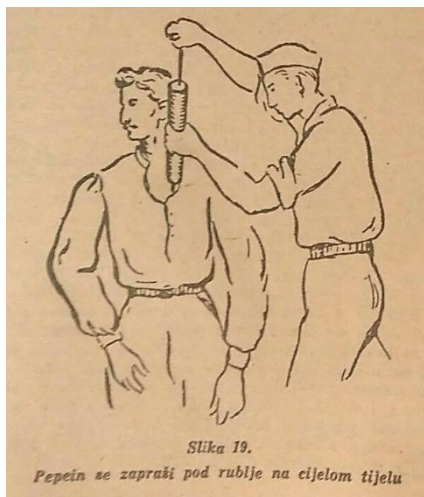
- *„Mazati oboljela mjesta, ali čitavo tijelo osim glave:*
 - a) *petroleom*
 - b) *skuhati korijena trave štavlja u mlijeku i time se mazati*
 - c) *“po oke“ lišća od jorgovana skuhati u pola litre vina i toliko octa, dodati pet grama žutog i bijelog sičana, sve skuhati i time mazati 1 x dnevno*
 - d) *1 kg graha dugo kuhati u 3 l vode i kad se raskaši tom masom mazati oboljela mjesta*
 - e) *kuhati listove duhana i tom otopinom odmah mazati kožu, a preostalu otopinu iznijeti iz prostorije jer „udara u glavu“.*

Za posebno uporan svrab savjetuje mazanje pripravkom katrana i svinjske masti, koji se treba višekratno nanositi na bolna i „krastava“ mjesta dva puta dnevno 10 - 15 dana, bez pranja tako da se napravi kora, a potom oprati više puta čajem od koprive.

Daje i recepturu za pripravke sa sumporom: 10 % sumporni prašak u svinjskoj masti, i za sumpornu vodu koja se priprema u većoj količini (mora se kuhati vani, jer jako smrdi). 5 l vode se kuha sa 1 kg živog vapna, dodaje se 2 kg sumpora, te polako još 15 l vode. Kuha se dugo dok se otopina ne reducira na 13 l. Kada se ohladi, odlije se od taloga u boce i time se može liječiti 80 ljudi; za djecu treba duplo razrijediti. Savjetuje i uzimanje napitaka od hajdučke trave, korijena bijelog sljeza i korijena pirike. Donosi i upute o postupku čišćenja i važnosti iskuhavanja odjeće, te opisuje svrab kao infektivnu i spolnu bolest. Ističe važnost liječenja cijele obitelji.

5.1.2.17 Narodna čitanka o zdravlju (izdavač Škola narodnog zdravlja, 1933.godine, u Zagrebu)

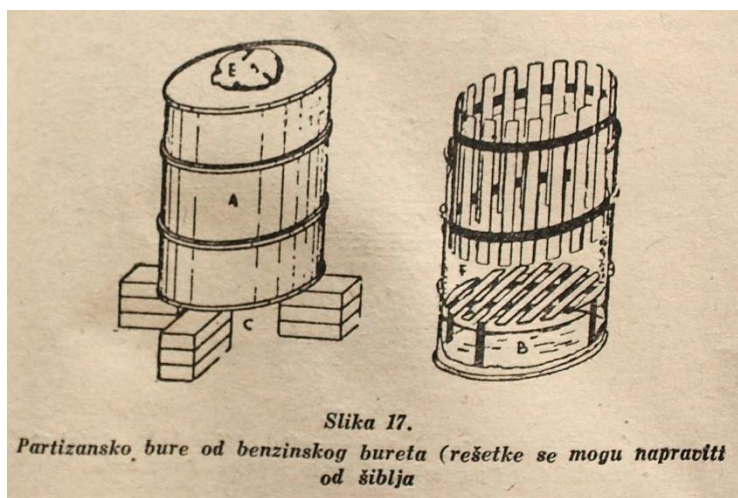
Knjiga je bila u vlasništvu knjižnice Državne građanske škole u Podravskoj Slatini. Škola narodnog zdravlja Zagreb izdaje ovu knjigu u svrhu zdravstvenog



Slika 5.15 Dezinfekcija pepeinom

prosvjeđivanja našeg sela. Konceptijski i sadržajno ovo je udžbenik zdravstvenog odgoja, koji bi mogao biti i danas uzorno obrazovno štivo. Zanimljivo i jasno su predstavljene tadašnje znanstvene činjenice o uzročnicima bolesti i ulozi higijene u sprečavanju bolesti. Zarazne bolesti su podijeljene prema načinu ulaska uzročnika u organizam. Dane su iscrpne upute za njegu bolesnika, odgoj i njegu djeteta te svakodnevnu higijenu. Ilustracije su afirmativne, a na svakoj su stranici izdvojene i narodne izreke i poslovice u svezi zdravlja.

U odjeljku o ušljivosti, naglašena je povezanost ušiju i tifusa pjegavca. Opisuju se postupci dezinfekcije i dezinfekcije odjeće (slika 5.15), te se opisuje aparat dezinfektor i moguća improvizacija: veliko bure s probušenim dnom koje se stavlja na kotao za parenje rublja, kasnije je tijekom II svjetskog rata bilo poznato kao „partizansko bure“ (slika 5.16).



Slika 5.16 „Partizansko bure“

Dr. Berislav Borčić objašnjava razvojni put uši s kojom mora biti uskađeno i liječenje: mazanje vlasišta petrolejom u trajanju 6-12 sati, potom se treba prati vrućom vodom s lukšijom (voda u kojoj se kuhao pepeo), postupak se ponavlja za 5 dana. Pubične uši se uništavaju mješavinom petroleja i maslinovog ulja. Iscrpno opisuje kako uništiti prtene uši iz odjeće, a da se tkanina ne uništi. Primjerice, vunene odjevne predmete stavljati u krušnu peć kada je u njoj temperatura oko 70 stupnjeva, a to se

provjerava papirom koji ne smije požutiti, jer tada je još prevruće i vuna bi se mogla uništiti. Ostalu odjeću treba prokuhavati u vrućem lugu najmanje 15 minuta. Odjeću koja se ne može prati treba složiti u drveni sanduk i ostaviti na hladnoći 20 dana i za to vrijeme uši i gnjide će uginuti.

Na isti način dr. Josip Rasuhin opisuje svrab i biološki ciklus svrabljivca. Nalaže liječenje svih koji su bili u bliskom kontaktu s oboljelim: 3 dana mazanje perubalzamom ili jeftinijim pripravkom od sumpora (50 g sumpornog praška, 25 g. kalijevog karbonata se umiješa u 300 gr svinjske masti).

5.1.2.18 Priručnik za zdravstveni odgoj seoske ženske omladine (izdavač Uprava za vanarmijsko vojno vaspitanje, Narodna štamparija Rijeka, 1952. godine, u Rijeci)

Ovaj priručnik napisan je vrlo praktično, jednostavnim jezikom tako da je sigurno mogao ispuniti osnovnu svrhu, a to je zdravstveno prosvječivanje seoskog stanovništva. Preporuke se odnose na sve sfere života, od rođenja do smrti. Navode se i loše navike, s jasnom preporukom što činiti, a što ne činiti. Navedeni su i detaljni savjeti za toaletu nakon velike nužde i tijekom menstruacije.

- *„U gradu se obično kupuju gotovi mjesečni podvesci ili ulošci od bijele tanke tkanine (gaze) u kojoj ima pamuka. Neke kupljene podveske se mogu oprati, a neke ne mogu, pa je najbolje da se spale. Povesku si može i svaka sama napraviti od meke, bijele i oprane i dobro prokuhane krpe. Ta se krpa vrpčama (pantljikama) veže za pojas koji se nosi iznad bedara. Čim se podveska napuni krvlju mora se izmijeniti.
Prije nego počnemo mijenjati podvesku operemo dobro ruke. Skinemo krvavu podvesku i operemo mlakom vodom i blagim sapunom spolovilo i bedra oko spolovila. Čista žena će imati za taj posao u kući mali umivaonik, koji će sama spremati, čistiti i držati samo za taj posao. Taj umivaonik mora biti stalno čist i da se pere vodom i sodom. Krvave krpe se mogu ponovo koristiti. Krvava krpa treba dugo da stoji u hladnoj vodi, jer samo hladna voda topi krv, a zatim se krpe peru, kuhaju i peglaju i ovako peglane spreme.“*
- *„Kod vršenja nužde mora se čmar obrisati papirom ili komušinom, tako da se vuče od spolovila prema čmaru, a ne od čmara k spolovilu.“*

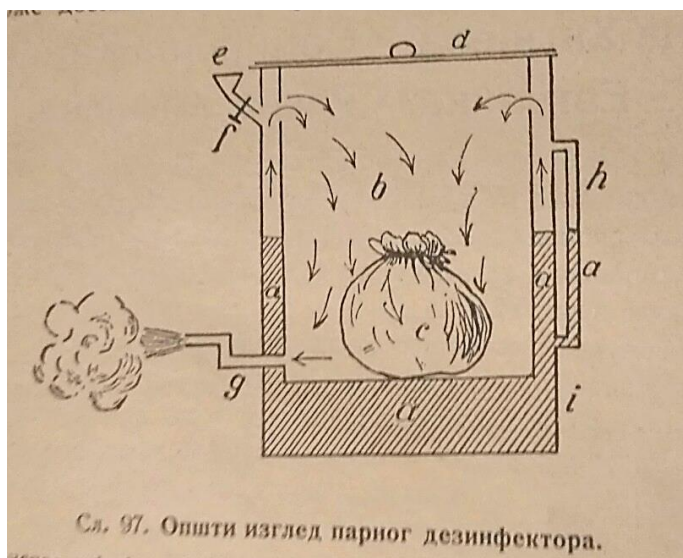
Na ovakav iscrpan i nedvosmislen način napisane su upute kojih se treba držati tijekom trudnoće, pri porodu, njezi novorođenčeta i djeteta.

Zahod je istaknut kao najvažnija odrednica u borbi protiv bolesti. Ilustracijama se prikazuju loši i dobri zahodi. Poruka cijele knjige jest da je higijena temelj zdravlja, a za higijenu u svakodnevnom životu nije potrebno puno novaca nego volja i odgovornost prema sebi i drugima.

5.1.2.19 Higijena za srednje i stručne škole i za samoobrazovanje, peto izdanje dopunjeno seksualnom i vojnom higijenom (ćirilica) (izdano 1921. godine, u Beogradu)

Važnost higijene za vojnu strategiju je bila iznimna. U ovom udžbeniku se ističu statistički podaci o gubicima ljudskih života kao posljedice izravnih ratnih djelovanja u usporedbi sa onima koje su prouzročile različite bolesti. Bolesti se ne mogu podijeliti na vojne i civilne, pa stoga ne čudi briga za zdravstveno - higijensko prosvjećivanje čitvog naroda, a naročito seoskog. Iz seoskog puka dolazi najveći broj vojnika, a tijekom ratnih pohoda vojska dolazi u bliski kontakt sa seljacima pa su tako obostrano prisutni veći rizici za širenje zaraznih bolesti.

U ovom udžbeniku je obrađena osobna higijena s kratkom anatomijom i fiziologijom čovjeka, utjecaj zraka, vode i prehrane na zdravlje, zdravo stanovanje, osnovni pojmovi iz školske higijene, zarazne bolesti i njihovo sprječavanje, javna higijena, socijalna higijena, eugenika, rasna higijena. Vrlo praktično je prezentirana prva pomoć. Posebno je izdvojena vojna higijena i osnovni pojmovi iz seksualne higijene.



Slika 5.17 Improvizacija aparata za dezinfekciju

ETNOLOŠKE MONOGRAFIJE

5.1.2.20 Josip Lovretić – Otok (Građa pretisak iz *Zbornika za narodni život i običaje južnih Slavena*, JAZU Zagreb, Knjiga II. - 1897., III. - 1898., IV. - 1899., VII. - 1902., XXI. - 1916. i XXIII. - 1918. godine; pretisak - Vinkovci 1990. godine, tisk TIZ Zrinski, Čakovec)

Svećenik Josip Lovretić (1865. – 1948.), rođen je u Komletincima, a živio u Privlaci, Otoku spada u samouke etnografske djelatnike, no njegov doprinos je zadužio hrvatsku etnološku znanost. Njegovo djelo *Otok*, naziva se Lovretićevom monografijom i predstavlja temeljnu etnološku građu i nezaobilazni je dokument u obrađivanju bilo koje teme iz života ljudi s područja Slavonije.

Higijensko-zdravstvene teme provlače se kroz više poglavlja, te dobivamo jasnu sliku o načinu života ondašnjih Slavonaca.

- *Bile*

„Okolo Otoka raste ovog bila toliko puno da se lako vidi: dikica, kopriva, abda (sitna baza), češlugovina, tatula, čičak (repuv), gavez, sliz, gorčak mali, žabnak, gujina parika, majkina dušica, vodenika, konogriz, papuškovina, kukol (ukraj niva), gorušica, čičak (kojim se vuna farba), štaval, purjar i mličika.

Za lik se bere: žabanak, gospina travica, trputac, sičena travica, kunica, ostruga, repuv, zambak.

Za farbane vune bere se: srpac, broć, zanovet, čičak, iova, žestilova(kora), crveni luk (luske).“

- *Jakost i zdravle*

„Ludi su ko i drugdi jaki kako koji. Baš suviše jaki ludi nema. Svi su mršunavi, tanki u driku, tancurasti. Dok su mlađi odaju komice, kad ostare, pogure se.

Otočanke malo rađaju ko i gospoje. Ne znam, truju li (ili troše), al sva je prilika, dok i one ko i gospoje najviše otrane po dvoje, troje. Svoje likove za to znadu, ali taje, a čule su i od gospoja gospodskih likova.

Umiru u svakoj dobi po malo. Mnogo dice pomre i do godine, a kad navali poššlica, zaokupi tamaniti i do desete godine. Dice umire u Otoku jako mlogo. Stari ludi ima malo. Priko osamdeset i pet malo koji prikorači. Ko umre u šezdesetpetoj i sedamdesetnoj godini, vele mu: dosta se je našivio.“

U poglavlju *Bolesti* Lovretić vrlo živopisno opisuje različita oboljenja navodi njihove uzroke, a u poglavlju *Lijekovi* donosi načine liječenja:

- *„Naboj bude na peti, ka se peta natrudi pa oteče. To su strašni bolovi, a mora se čekat da se nagnoji, pa onda prosiku i liče. Liječe mješavinom po 9 vršaka koprive i crne metle sa gusjim đubretom, brašnom i starim salom, zamota se u čičkov list i zapeče u vrućem pepelu i poslije se time zavija peta. Čirevi budu po tilu. Pocrveni misto pa se napne i nabire. Ako je misto veliko ko škuda i veće, pa se počne nabirati strš možda mani od krajcare, to je onda čir kokošar. Ako se čir ne nabire, nego se napne i pocrveni, zovu ga čir potkožnik. Ali obadva čira oblažu čim, da se naber i prokine. Čirevi dolaze sami od sebe. A kažu, da dobiju čireve oni, koji na kokošji badnak lupaju orase i koji se na kokošji badnak tuku. Kokošji badnak je dan prije badnjaka. Prišt je bolest na koži na tilu, bude na kapku na oku, a bude i na samom oku mali prištić, pa u uvu, na licu, na zubnom mesu i na jeziku. To se podigne kožica, ko kad se opuriš, a bude pod kožicom vodica. Kad prišt pukne i procuri, zaraste i ranica. Mozulak je malen ko prištić, samo tvrdi od prišta i na vrški malo zagnojen. To kažu da je jedrina. Najviše bude po licu. Sušak je veći od mozulice i boli, al je gledat ko mozulica. Čir je još veći od suška. On boli jako i dok se zarumeni, pa dolk se nabire, a i kad se prokine, dok se strš ne istiska. Micina je još gorja od čira. Bude kad ko mala pesnica debela. Napne se za uvom, pod grlom, pod pazuom, pod kolinom i to liče, pa zavijaju, dok se ne prokine, a onda liče da zaraste. Ko micinu ima, i taj dosta trpi.“*

Čirevi se liječe brojnim lijekovima: crveni luk, barut, list od bukvice, „čirovom travom (raste metar visoko, a cvate sitno žuto), plavetnakom, listom ludinaka“, prahom iz lule, ugrijanom starom slaninom, umaču ga u vrelu vodu, skuhanom kašom od lanena sjemena i mlijeka, suhom šljivom iz rakije, listom „žabnika“ navlaženog slinom, ljiljanovim listom, gospinom travom i petoprstom. Prave i „flaseter od čista voska, kozjeg loja, zejtina, masti i jednog jajceta“. „Stršci“ se izvlače koncem, svilom ili vunanim vlaknom.

Čireve „kokošare“ oblažu kokošjim izmetom ili ugrijanom vodom koja se jednu noć prenočila ispod drveta na kojem spavaju kokoši.

- *„Šulevi*

Kažu da to jako boli, pa bili šulevi u nosu, ustima, pod pazuom, il di drugdi na tilu. Nit se to može odat, nit sidit, nit ležat, nit mirovat, nit pravo odanit. Kažu da se to napne iz kože, nit ko čir, nit ko prišt, već ništa krvavo, pa žeže i pali, dok ne pukne il se ne osuši. Šuleva ima devet vrsti: mužjak, ženka, suvi, krvavi, balavi, glavni, kalotinar (pokazuje se na čoviku na zadni vrata), vodeni i trupni. Šulevi se kreću iz tila, kad trava iz zemle. Svaki šul draži na kašal, pa se zato jedu svi likovi, koji su od kašla. Zato jedu ježevu mast na kruvu.“

Opisuje razičite lijekove, neki se zavežu svilom i odrežu, neke pare da se „natrag u tilo potiraju“, neki se liječe „plavetnakom, gospojinskim jajcem (jajce skupleno izmed velike i male Gospe) i šulivom travom“. Neki se ne smiju liječiti, jer ako se zaliječe bolesnik umre.

„Jarac na oku“ - to je ono što danas nazivamo ječemenac i dobije se kad „nešt jedeš“, a pogleđa te trudna žena ko da želi zalogaj.

- *„Ivanski kresovi to je bolest kad se kom potprišti lice, ko užgano. To i pali i jako boli, a priđe i u oči i u nos i oko usta pa boli ma šta radio.“*
- *„Žvale se dobiju kad se iza žvalavog napiješ vode. Mažu čistim plavetnakom i rosom sa pengera.“*
- *„Pogačina to je bolest kad se ozlidi meso oko zubi, pa boli. Liče pogančevom travom, beru je suše i puše ko duvan.“*
- *„Raspršinaci to je bolest kad se na ruki izjeda izmed prsta, pa se i rane otvaraju. Zaviju kusom od štavla, mlika i brašna, prave i kusu od petoprste i kunice; mažu ugrijanom slaninom, grijū vosak i time oblažu;“*
- *„Mačja dlaka bude na ruki na prstima oko nokta. Nažule se, zadre se i ozlidi. Sažvače se kruva i odreže dlake od mačke i time obleže; umače se prst u vrelu vodu.“*
- *„Zanoktice dobije onaj, koji pere ruke pa otresa, misto da otriše.“*
- *„Nazebine budu na prstima na nogi i ruki, kad prsti promrznu, otiču i ukoče se.“*

- „Vlasovi budu kad se di na tilu ran otruje pa se čisto meso uzduž cipa i kala. Kuvaju odoraova pepela, umaču ćubar u taj lug i nim ranu taru.“
- „Strup je ko vlasovi, bude na nogi, samo e tu meso ne cipa nego pocrveni i trune. Mažu katranom; pare vrućom slanom vodom; posole pa dau magarcu da liže.“
- „Trudovi, to bude ako otruješ ranu ili čir ili prišt ili mačju dlaku, pa e ozlidi.“
- „Divle meso kad se rana otruje, pa na rani izraste crveno meso.“
- „Crnac, rak i živina, to je sve isto. To ništo toči čovika, a lika nema. Najprije se pokaže crven, a onda udari svrab i jede se na čoviku živo meso. Zato je velika ženska kletva: Živian te rastočila“
- „Svrab se dobije kad natrapaš na pasji sugreb. Onda zasvrbe ruke i noge, pa se ubiješ grecajuć, ane možeš pomoći.“
- „Šuga prelazi sa bolesna na zdrava, a dobiješ ako se kupaš u šugavoj zelenoj vodi.“
- „Sugreb se dobije kad natrapaš na pasji sugreb, di je mačka ili pas papcima zagrebo. Sugreb je svrab ko i šuga, bude ga ponajviše na ruki izmed prsta.“
- „Svrab, šuga i sugreb se liječi: pranjem u vodi u kojoj se kuhao duhan, orahovo lišće, orahovim lugom, mazanjem masti sa sumporom, katranom ili plavetnakom.“
- „Bradavice rastu na čoviki ni sam ne zna otkuda. Liče se glivan buništu. Do sunca ishoda se čelade glivam natare, a za nedilu dan nema bradavica, ko da si ji rukom smanio, a ne znaš ni kad i je nestalo, ni kuda su nevidom ošle.“
- „Kad ko boluje nepoštenom bolom, kažu mu, da se je ogadio. Ne znam je li ko u otoku tako bolestan jer se to taji. A opet dale su od varoši, pa valda i zato mane za to znadu.“
- „Lišaj se maže lišajevom travom ili kad gori sirovo drvo, pa ide pina pa se kupi ta pina i time maže.“
- „Ako je dite debelo i jedro, pa se razjede u sastavcima posipaju ga prosijanim praom s puta, crvotočinom, peplom iz vanske peći i prženim brašnom.“

Vrlo su opširno i precizno opisana „vjerovana, bajana, uroci i gatana“.

Među zanimanjima kojim se ljudi bave navodi i slijedeće:

- *„Žene, koje znadu ličiti: liče rane od crva, micine, žabu i druge rane. Živinu teško liče, al u početku liče. Za te se žene znade u niovom selu i u okolici. Ko nastrada, dojde k njoj, a ona kaže šta zna. Napravi mu travu ili flaster, pa mu reče kako će zavijati, kako će ranu prati i kakog jela ne smije jesti. Posebnog imena nemaju, jer niti su kartaruše, ni vračare, ni vištice. Za likove se malo plaća.“ Ako ti pomogne daćeš mi što je pravo; ako ti ne pomogne, nek bude Bogu na falu i slavu. Ako lik zbilja pomogne, plati joj se četiri ili pet seksera.“*

5.1.2.21 Dobroslav Bono Nedić i Petar Draganović – Toliški kraj koncem 19. i početkom 20. stoljeća – Zbornik za narodni život i običaje, knjiga 57 (pretisak HAZU, 2014. godina, u Zagrebu)

U ovom sveobuhvatnom i iscrpnom etnološkom radu prikazan je život ljudi u Bosanskoj Posavini. Ističe se da u toliškom kraju žive uglavnom rimokatolici koji se doživljavaju istim narodom s katolicima banske Hrvatske, Slavonije, Dalmacije te Bosne i Hercegovine i žive u skladnom suživotu s brojnim etničkim skupinama: Srbima pravoslavcima, Bošnjacima muslimanima, raznim skupinama Roma, luniterima, kalvinima, te povremenim prolascima Turaka, Albanaca, Židova, Nijemaca, Mađara, Talijana...

Potanko su opisani postupci pranja rublja, održavanja kućanstva i higijene tijela.

- *„Malu posve djecu kupaju u jutro i prid večer. Odraslija kupaju se ljeti češće, a zimi samo umivaju se, peru noge i ruke. Odrasli kupaju se u Savi i po barma, ali nikad zajedno muški i ženske. Odrasle ženske i odrasli muški nikada goli ne kupaju se. Muški u gaćama, ženske u rubini kupaju se. U čisto odilo presvlače se redovito u nedilju i druge svetkovine, a prisvlače se ako su okisli ili se oblatili izvan svetaca. Žene se češljaju, osobito mlađe svaki dan, a muškarci jedva od nedilje do nedilje. Kod umivanja samo mlađarija, a osobito djevojke sapunom se peru, muškarci to ne rade. Ženu gologlavu nije ni u noći vidjeti, osobito to se od muškaracah krije.“*

Na nogama su nosili „*obojke*“, trakaste krpe koje se motaju po potkoljenicama i naročito pričvršćuju „*kaišićima*“, potom se obuvaju opanci ili čizme.

Spava se već prema brojnosti članova obitelji ili zadruge u odvojenim sobama ili u kućarima. U slučaju da spavaju u zajedničkim posteljama, žena do sebe postavlja žensku djecu, a muž mušku.

U poglavljima o bolesti i liječenju navode da u tom kraju nema liječnika niti ljekarnika, no u slučaju prijekne potrebe odlazi se liječnicima u Vinkovce, a inače se bolesni obraćaju vidarima i svećenicima, a liječenje je bilo zajedništvo triju elemenata: različitih lijekova, standardnih katoličkih molitvi i praznovjerja. No ta domaća praznovjerja puk ne smatra pravim bajanjem, što prakticiraju samo „*vlainje*“;

- *„Šuga ili svrab se dobije vatajuć ribu i kiseleć lan po bara. Spočetka su to sitni crljeni prištići, a s'rbe strašno da bi čoek odadro kožu sa sebe. Od deranja noktima skrasti se šuga. Najviše se te kraste pojavljuju na debelu mesu, u račava, ispod koljena, na lakata i svud na prigiba. Od velike boli šugav čoek gekad ne more na stocu da sjedi, a 'oda ko razlomit jer se uračava navrigjuje. Ta gadna bolest vrlo lako prilazi s jednog na drugog, a dosta je samo da zdrav čoek sjedne na vruć stolac na kojem je šugavac sjedio. Dešavalo se da se od jednog šugavog insana po čitava kuća svita ošugala. Prije se svit više šugo dok je bilo bara, a sad se za nju slabo čuje.“*
- *Sugreb se dobije ako nagaziš na putu na pseći sugreb, tj. na mjesto ge su ćukovi pandžama izgrecale. Ako ugledaš sugreb pa ga obigješ i pljuneš na njega, a ne staneš nogom na njega, onda se ne boj da će ti štogod nauditi. Sugreb se izaspe ko sitni crveni prištići po svom tilu i svlo s'rbi. Opasniji od pasjeg je kurjači sugreb.“*

Liječenje:

- *„Ako 'oćeš da si siguran proti barskoj šugi kad kiseliš lan ili 'vataš ribu, a ti natari noge dobro mokrešom i abadovinom.“*
- *„Proti suvoj šugi dobro je natrgati grančica i vršika od boce, to užgat, zamišat pepeo sa starom slaninom i time više puta šuge pomazat.“*
- *„Uzmi žive pa u nju saspi dobro stucana sumpora. Tomu primišaj stare slanine i korice od pasje liske. Time namaži dobro po tilu ge ima šuge i upeci kraj vatre. Osim toga, dobro je uzeti ovnike pa je pod pekom ispeć u rakiji i time šugava insana mazat.“*

- „Naberi vršćica jasjenovi' grančica i boce pa to zajedno sažgi. Uzmi pepo od toga i pomišaj sa starom slaninom i time neka se bolesnik maže.“
- „Iza mazanja kad već progju tri dana, onda je mast već dobro izgrizla šugu pa se onda koža dobro sapere u lugu (lukšiji).“

5.1.3. KALENDARI



Slika 5.18 Narodni i gospodarski kalendar (1913., 1937. i 1942.)

Narodni kalendar (slika 5.18) su godišnje publikacije koje su bile osobito popularno štivo u 19. stoljeću i prvoj polovini 20 stoljeća. Prvi kalendar na tlu Slavonije pojavljuju se 1778. godine. To su godišnjaci u kojima se u prvom dijelu uvijek na lijevoj stranici nalazi kalendar po mjesecima i nadnevcima, sa crkvenim i narodnim imendanima te mjesečevim mjenama, a desna stranica je bila predviđena za bilješke. Imali su oko 200 - 250 stranica A5 formata. Sadržaj je bio mozaičan sa novostima i zanimljivostima iz svih sfera života. Posebno je naglašena savjetodavna, prosvjetiteljska uloga ove publikacije, jer obiluje gospodarskim i zdravstvenim savjetima. Omiljen oblik je tkz. poučna priča, kada se kroz uobičajenu životnu situaciju, često uz malo humora, obradi neki problem, a sretnim ili nesretnim završetkom priče sugerira se određeni, poželjni oblik ponašanja.

Narodni kalendar je bio prisutan u kući cijele godine, u njega su se zapisivali važni događaji: rođenja, smrti, okoti životnja, dugovi, a netko je pratio i meterološke podatke. Dakle, možemo predpostaviti da su pročitani od prve do posljedne stranice,

a obzirom da su sačuvani kao dio svojevrzne pučke obiteljske biblioteke vjerovatno su se pojedinim člancima i savjetima opetovano vraćali.

Sa zdravstvenog aspekta su najzanimljiviji članci koji su imali izrazito prosvjetiteljsku ulogu i njima se pokušavalo utjecati na higijenske i zdravstvene navike širokog sloja pučanstva, do kojeg se inače nije moglo lako doprijeti. Prije II. svjetskog rata radio prijemnici su bili rijetki i vrlo skupi, pa su ih posjedovali samo bogati ljudi, uglavnom u gradovima. Savjeti o unapređenju zdravlja i liječenju su se širili usmenom predajom, tako da možemo sagledati važnost ovakve publikacije u seoskom, ali i gradskom životu tadašnjih stanovnika ove regije.

Reklame su bile vrlo važan, komercijalni dio svakog izdanja. One kojima su se reklamirali pojedini kozmetološki i ljekoviti pripravci, ljekarne, liječnici i lječilišta daju dragocjene podatke o zdravstvenim potrebama i načinu liječenja. Komercijalna ponuda medicinskih usluga i lijekova je odgovarala tadašnjoj potražnji.

Najpopularniji je, u ovoj regiji bio *Narodni kalendar Čiče Grge Grgina* (slika 5.19) koji je tiskan u Osijeku.



Slika 5.19 Naslovnice narodnih kalendara Čiče Grge Grgina (1935., 1938. i 1939.)

Danica je bila kalendar i ljetopis Hrvatskog književnog društva sv. Jeronima (tiskao Nadbiskupska tiskara u Zagrebu), a bila je popularna više kod gradskih stanovnika (gospodarski i poljoprivredni savjeti su bili potrebni kako u selu tako i u gradu, jer su se domaće životinje uzgajale i u samom središtu Osijeka do 50-tih godina

prošlog stoljeća). Naslovnice dvaju izdanja kalendara *Danica* prikazane su na slici 5.20.



Slika 5.20 Kalendar i ljetopis *Danica* – naslovnice izdanja 1934. i 1938.)

Kalendari su tiskani i na jezicima manjina.

Christlicher Volks Kalender bio je namijenjen stanovništvu šireg osječkog područja njemačke nacionalnosti i katoličke vjeroispovjesti. Naslovnice tog kalendara iz 1837., 1907. i 1934. godine prikazuje slika 5.21.



Slika 5.21 Naslovnice kalendara namijenjenih njemačkom stanovništvu

U Osijeku su također tiskani i kalendari namijenjeni stanovništvu srpske i mađarske nacionalnosti. Slika 5.22 prikazuje naslovnice tri izdanja kalendara, iz 1923. i 1924. godine, namjenjenih stanovništvu mađarske nacionalnosti, a slika 5.23 naslovnice tri izdanja kalendara iz 1930., 1935. i 1939. godine (tiskanih ćirilicnim pismom), namjenjenih stanovništvu srpske nacionalnosti. Nerijetko su kalendari, osim prikaza katoličkih, uključivali i prikaze pravoslavnih (slika 5.25), židovskih i muslimanskih svetkovina i blagdana (slika 5.26).



Slika 5.22 Naslovnice kalendara namijenjenih mađarskom stanovništvu



Slika 5.23 Naslovnice kalendara namijenjenih srpskom stanovništvu

		Sunce		Zvij.	Mjesec		
		izl.	zati.	znak	izl.	zati.	
1	P	728	16 8	♌	2119	1054	18
2	S	730	16 8	♌	2232	1129	19
3	N	731	16 8	♌	2345	12 120	20
4	P	733	16 8	♌	—	1232	21
5	U	734	16 7	♌	058	13 122	22
6	S	735	16 7	♌	212	1331	23
7	Č	736	16 7	♌	326	14 324	24
8	P	737	16 7	♌	437	1440	25
9	S	738	16 7	♌	545	1522	26
12	N	739	16 6	♌	648	16 927	27
11	P	740	16 6	♌	745	17 228	28
12	U	741	16 6	♌	836	1759	29
13	S	742	16 6	♌	919	1859	30
14	Č	743	16 6	♌	955	20 0 1	1
15	P	744	16 6	♌	1025	21 1 2	2
16	S	745	16 7	♌	1052	22 2 3	3
17	N	745	16 7	♌	1117	23 2 4	4
18	P	746	16 7	♌	1142	—	5
19	U	747	16 8	♌	12 6	0 3 6	6
20	S	747	16 8	♌	1231	1 5 7	7
21	Č	748	16 8	♌	1259	2 7 8	8
22	P	749	16 9	♌	1330	3 10 9	9
23	S	749	16 9	♌	14 6	4 14 10	10
24	N	750	16 10	♌	1449	5 18 11	11
25	P	750	16 10	♌	1541	6 20 12	12
26	U	750	16 11	♌	1643	7 17 13	13
27	S	750	16 12	♌	1751	8 8 14	14
28	Č	751	16 13	♌	19 3	8 52 15	15
29	P	751	16 13	♌	2018	9 20 16	16
30	S	751	16 14	♌	2133	10 4 17	17
31	N	751	16 15	♌	2249	10 8 18	18

Mjesečeve mijene
 ☾ trećak dne 3. u 9 s. 40 m. naveče. ☽ prvak dne 18. u 10 s. 4 m. naveče.
 ☼ mlad. dne 10. u 10 s. 45 m. naveče. ☿ uštap dne 26. u 12 s. 30 m. o pod.

Slika 5.24 Prikaz katoličkih i pravoslavnih blagdana i svetkovina

Židovski kalendar

za godinu 5699.—5700.

Godina 5699. počela je 26. rujna 1938. te je prosta godina sa 353 dana i svršava 13. rujna 1939.

Siječanj: 1. Post podsijedanja Jerusolima. 21. Prvi Šebat.

Veljača: 4. Svetkovina drveća. 20. Prvi Adar. 26. Rođenje i smrt Mojsijeva.

Ožujak: 2. Post Estera. 5. Purim. 6. Sušan-Purim. 21. Prvi Nisan.

Travanj: 3. U oči Pesaha. 4. Prvi dan sv. Pesaha. 5. Drugi dan sv. Pesaha. 10. Sedmi dan sv. Pesaha. 11. Osmi dan sv. Pesaha. 20. Prvi Iljar.

Svibanj: 7. Učenička svetkovina. 19. Prvi Sivan. 23. U oči tjeđne svetkovine. 24. Prvi dan tjeđne svetkovine. 25. Drugi dan tjeđne svetkovine.

Lipanj: 18. Prvi Thamus.

Srpanj: 4. Post osvojenja hrama. 17. Prvi Ab. 25. Post razorenja hrama. 31. Dan radosti.

Kolovoz: 16. Prvi Elul.

Rujan: 10. Selihot. 13. Predvečerje Nove godine 5700, koja počinje u četvrtak 14. rujna 1939. te je prijestupna godina sa 385 dana. — 14. Prvi Tišri. Prvi dan Nove godine. 15. Drugi dan Nove godine. 17. Post Gedaljah. 22. U oči svetk. pomirbe. 23. Dan pomirenja (Jom Kipur). 27. U oči svetk. sjenica. 28. Prvi dan svetk. sjenica. 29. Drugi dan svetk. sjenica.

Listopad: 4. Svetkovina palmi. 5. Konac svetk. sjenica. 6. Radost zdravlja. 14. Prvi Marhešvan.

Studenj: 13. Prvi Kislev.

Prosinac: 6. Palenje svijetla. 4. Posveta hrama. 13. Prvi Tebet. 14. Konac posvete hrama. 22. Post podsijedanja Jerusolima.

Muslimanski kalendar

za godinu 1357.—1358.

Godina 1357. počela je 3. ožujka 1938. te je prestupna godina sa 355 dana i završava 20. veljače 1939.

Siječanj: 22. Prvi Dzilhedge. 31. Mali Bajram.

Veljača: 21. Prvi Moharem. Nova godina prosta je sa 354 dana.

Ožujak: 23. Prvi Safar.

Travanj: 21. Prvi Rebijul avel.

Svibanj: 1. Sveta noć. 2. Rođenje Muhameda. 21. Prvi Rebijul Arher.

33

Lipanj: 19. Prvi Džemizijul-el-avel. 26. Rođenje Alije.

Srpanj: 3. Alijeva smrt. 8. Osvojenje Carigrada. 19. Prvi Džemizijul-el-arher.

Kolovoz: 17. Prvi Redžep. 20. Noć tajnosti.

Rujan: 13. Muhamed postaje prorokom. 14. Noć odlaza na nebo. 16. Prvi Šaban.

Listopad: 1. Meka se proglašuje Kaabom. 15. Prvi Ramazan. 18. Koran postaje zakon svijeta. 21. Thora silazi s neba.

Studenj: 1. Objava Isusova evanđelja. 10. Noć svemoći. 14. Prvi Seval.

Prosinac: 13. Prvi Džilkađe.



U prisutnosti grčkoga kralja otkriven je na Marsovom polju u Ateni spomenik kralju Konstantinu, ocu kralja Gjure II.

Slika 5.25 Prikaz židovskih i muslimanskih blagdana i svetkovina

Kako sam postala lijepom!

„Ja sam bila ružna“ — tako je pripovijedala mlada dama, čija se slika ovjese vidi. Pošto sam besprijekorno pokušala, razna sredstva te već ubrzo bilaz običajno, sredstva djevojačije i nije dugo potrajalo, pa sam mogla naučiti, koja sam od njih prava, povesti pred oči. Drogarijama, koje su pak, kao što je poznato, mogu samsi najpogodnije, ali i najsigurnije, pa sam mogla naučiti, koja sam od njih prava, povesti pred oči. Drogarijama, koje su pak, kao što je poznato, mogu samsi najpogodnije, ali i najsigurnije, pa sam mogla naučiti, koja sam od njih prava, povesti pred oči. Drogarijama, koje su pak, kao što je poznato, mogu samsi najpogodnije, ali i najsigurnije, pa sam mogla naučiti, koja sam od njih prava, povesti pred oči.



KOJI PATE NA GRUDIMA, PILULE ZA ČIŠĆENJE

Koji pija krv, Mlijekovi, Siročakovi, Sudičavi, Koji pate na plućima, Slatkovi, Siročakovi, Sudičavi.

Ne treba da očekivaju, niti se povremeno obuze da upotrijebe sv. Marije Lugol. Kroz sv. Marije Lugol, koji je najsigurniji i najpogodniji, pa sam mogla naučiti, koja sam od njih prava, povesti pred oči. Drogarijama, koje su pak, kao što je poznato, mogu samsi najpogodnije, ali i najsigurnije, pa sam mogla naučiti, koja sam od njih prava, povesti pred oči.



Slika 5.26 Reklama za sapun i puder, te ljekoviti sirup i pilule za čišćenje (Gospodarski kalendar, 1913.)

Datumi u kalendaru više nisu povezani s crkvenom godinom nego se naglašavaju događaji povezani sa narodno-oslobodilačkom borbom i socijalizmom (zamjetana nagla promjena 1948. - 1949.). Sadržaj članaka je ozbiljniji, veličaju se naponi i uspjesi različitih socijalističkih udruga i akcija, nema članaka posvećenih luksuznim novotarijama sa zapada. Nema niti naznaka moralnih vrijednosti kršćanskog odgoja i načina života.

Reklamiraju se strojevi i roba široke potrošnje, bez ikakvih luksuznih proizvoda. Nema reklama za kozmetiku i pomoćna ljekovita sredstva, no kasnije u brojevima iz 50-ih godina se ponovno pojavljuju, ali reklamiraju se uglavnom proizvodi domaćih

Znojenje ispod pazuha odstranjuje se na ovaj način: Najprije dobro oprati, zatim namazati sa čistim spiritom. Nakon 2 minute oprati sapunicom i zatim čistom vodom. Konačno poskropiti sa sličilnim puderom — Isto tako dobro sredstvo je mješavina 6 gr. Formaldehda (35%), 58 gr. čistog špirita i 36 gr. dest. vode. Ovu se rastopinu ne smije upotrebiti gdje ima otvorenih rana.

Čuvati četkice za zube. Četkice za zube treba poslije uporabe ispirati najprije toplom vodom, zatim hladnom vodom i onda obješiti na zrak da se suši. Topla voda sterilizira četkicu. Ako četkica s vremenom postaje premešana, dobro je ako ju se dobro ispiru u vodi u kojoj se rastopi toliko aluena (stipsa) koliko voda može da primi. Kad se osuši onda se ispiru u hladnoj vodi nekoliko puta.

Čišćenje nokata. Nokte, koji od rada ili iz drugog kojeg razloga izgube svježuboj, treba neko vrijeme kupati u toploj vodi, u koju se rastopi sok od jednog limuna. Najbolje je to činiti prije spavanja. Krhke se nokte kupa svaki dan nekoliko minuta u toplom slatkom ulju.

Za uljepšavanje lica. Pomiješaj jednu žlicu fine soli u dvije žlice običnog ili kičelog mlijeka tako dugo dok ne dobiješ gustu pastu. Sa tom pastom namaže se lice prije spavanja i pusti da se lice osuši. Mazanje treba preduzeti prilično jako i u ovalnim potezima. Ostavi do jutra, operi toplom vodom i zatim namaži lice kojom dobrom kozmetičnom kremom.



Slika 5.28 Savjeti o osobnoj higijeni (Seljački kalendar, 1940.)

Poslije II. svjetskog rata su kalendari nastavili izlaziti, ali se promijenio prosvjetiteljski cilj. Zamjetan je isti organizacijski stil publikacije, tako redovnim čiteljima djeluje gotovo isto, ali sadržaj je

GRIJESKE U LIJEČENJU SVRABA

Svrab nije teško prepoznati, a nije ga teško ni izliječiti, sve i bez lijekova, ali se pri tom često čine uvijek iste griješke, koje umanjuju ili ukidaju vrijednost inače dobrih mjera liječenja i suzbijanja.

Poznato je, da se svi od svraba oboljeli jednog domaćinstva moraju istodobno liječiti, a poznato je i to, da svrab prelazi gotovo isključivo putem ležaja. Zato je potrebno, da se zajedno s bolesnicima liječe i oni članovi domaćinstva, koji još nijesu vidljivo oboljeli, ali su po svom ležaju bili u velikoj mjeri izloženi toj bolesti. Tako se na pr. mora liječiti — bez vidnih znakova — bračna drugarica, ako joj je drug obolio, ili sva djeca, koja spavaju na jednom ležaju, ako je jedno dijete oboljelo. Često se tako ne postupi, a to je prva griješka u liječenju svraba.

Druga je u tome, da svako domaćinstvo priprema mast na svoju ruku, onako od oka, a ne misli se na to, da će odviše jaka mast izazvati upalu kože, a onda svrbi i danju i noću, i to po djelom liječi, a ako je mast odviše slaba, ne će biti uspjeha. Nadajše, ako mast nije pravilno pripremljena, t. j. ako nije jednolična, opet će koži naškoditi. Slučajno je dosta teško sumpor jednolično razbiti u masti. Dat ćemo uputu, kako valja postupiti:

Ako u selu ima mnogo svraba, bila bi velika danguba kad bi svaki bolesnik lično odlazio u ambulantu, pa zato neka zdravstvena sekcija Narodne fronte popiše za koliko osoba treba lijekova pa će liječnik zdravstvene stanice izdati recepte, a ljekarnik lijek. Tako će i sam lijek biti jeftiniji, pa postupati u tom smislu znači štedjeti u novcu i vremenu.

Pri popisavanju treba sve osobe za liječenje svraba razvrstati u tri skupine, i to prvo djecu do navršene 3. godine, drugo djecu od toga doba do navršene 12., odnosno 15. godine i treće odrasle. U dobi od 13. do 15. godine treba nježniju djecu uvrstiti u srednju skupinu, a jaču u skupinu odraslih.

Mala će djeca dobiti za liječenje t. zv. Fleminksovu otopinu — 2 del po djetetu, koju treba razdijeliti na tri kupke u tri izastopna dana, starija će djeca dobiti po 5 dkg dječje masti protiv svraba, a odrasli po 10 dkg masti za liječenje svraba odraslih osoba. Liječiti bilo kojom masti, a ne uzimati u obzir dob bolesnika jeste treća griješka u liječenju svraba.

Četvrta i najvažnija je u tome, da se bolesnik okupa uvijek dan iza posljednjeg mazanja. Da bi takav redoslijed liječenja upoznao kao griješku, treba ponoviti poznatu činjenicu, da voda i sapun škode, ako je na koži neki lišaj, ako je koža podražena. A što biva, ako se tri večeri za redom mažeš sumporovom masti? Koža će biti kao opaljena, dolazi do manje upale, koja bi ostala nezapažena, kada se bolesnik ne bi dan iza posljednjega mazanja sapunao i kupao. Pod utjecajem toga inače korisnoga, ali u ovom času neumjесnoga rada dolazi do pojačanja upale, nadražaj kože postaje vidljiv i osjetljiv, bolesnika svrbi i danju i noću, a velike površine kože su crvene, upaljene. U pravilu je teže izliječiti tu upalu nego li sam svrab.

UPUTE ZA LIJEČENJE SVRABA (za odrasle)

Tri večeri za redom namaži s propisanim masti cijelo tijelo — izuzev glave, vrata, leđa i tabana. Kriza (krsta) treba mazati. U te tri večeri potroši svu mast.

Četvrti dan ujutro promijeni rublje na sebi, i na krevet, ali se ne smije kupati! Ako se ubrzo nakon završetka mazanja kupuš, upalit će se koža, pa će još više svrbjeti nego prije liječenja!

Okupaj se tek osmi dan iza posljednjega mazanja, ponovo promijeni rublje i time je liječenje završeno.

To je propis za odrasle, a kod djece srednje skupine do navršene 4.-5. godine treba mazati i leđa i dlanove i tabane — izostaviti dakle samo glavu i vrat.

Peta je griješka, da se liječenje pojedinca bolesnika produžuje, t. j. on se uvijek ponovo maže, ako liječenje nije od prve uspjelo. Ni to ne valja, jer se time izaziva sve jača i jača upala kože. Treba znati, u kojim se slučajevima bolesnik mora uputiti u ambulantu.

1. ako nije sigurno, da se radi o svrabu — a može se reći, da jest sigurno, ako se najprije na jednom ukudanu pojave na mjestima tabana, na kojima je koža tanka i mekana svijetlo crveni prštići, koji se postepeno šire na ostala mjesta tanke i mekane kože, nadajše ako bolest prelazi i na ostale ukudane, i ako najviše svrbi pri lijeganju.
2. ako bolest nije od prve izliječena,
3. ako se koža pod utjecajem liječenja upalila, pa svrbi i danju i noću,
4. ako na koži ima čireva, krasa i gnojnih mjehurića.

Od svih je griješaka najčešća i najneugodnija, što bolesnik ne dočeka, dok mu produ osam dana od posljednjega mazanja do kupanja.

Dr. Oskar Givnsberger

Slika 5.27 Liječenje svraba (Slavonski narodni kalendar, 1948.)

proizvođača, no zdravstveni savjeti su jednako stručni i usmjereni ka zdravstvenom prosvjećivanju pučanstva (slike 5.27 – 5.37)

Stara Salvator Ijekarna

Osijek I., Trg Kralja Petra

PREPORUČA ZA TRGOVCE PREPRODAVAOCE:

Srijemsku pomadu, u ukusnim emajliranim kutijama, jako parfimiranu. Cijena za 12 komada Din 12.—. Prodajna cijena Din 3.— po komadu.

Srijemsku pomadu manje kutije. Cijena za 12 komada Din 8.—. Prodajna cijena Din 2.— po komadu.

Puder u ukusnim i lijepim kutijama, u svim bojama, fino parfimiran. Cijena za 12 kutija Din 15.—. Prodajna cijena Din 3.— po komadu.

Puder u kesici u svim bojama 12 komada Din 8.—. Prodajna cijena Din 2.—.

Rumenilo, 12 paketića Din 5.—. Prodajna cijena Din 1.— po paketiću.

Milic pomada, mali lončići, 12 komada Din 60.—. Prodaje se po Din 8.— lončić.

Milic pomada, veliki lončići 12 lončića Din 105.—. Prodajna cijena Din 12.— po lončiću.

Creme Salvator (Suha pomada) 12 lončića Din 60.—. Prodajna cijena Din 10.—.

Mirisno ulje za kosu, crno ili žuto, 12 boca Din 24.—. Prodaje se po Din 3.— do Din 4.— bočicu.

Glycerin, 12 bočica Din 24.—. Prodaja Din 3.— do 4.— po bočici.

Kapljice razne, Hoffmann, Cimet, želučane i t. d. 12 bočica Din 36.—. Prodaja Din 5.— bočica.

Mast za uši, 12 malih škatulja Din 6.—; 12 većih Din 12.—.

Bengalsku vatru, bez dima i smrada (upotreba i u sobi moguća) 10 deka Din 12.—, 1 kg Din 100.—.

Kefalin tablete, protiv glavobolje, migrene, zubobolje, reumatičnih boli, gripe i prehlade. Kutija Din 10.—.

Svi ostali artikli, koji ovdje nisu navedeni, mogu se u »Staroj Salvator Ijekarni« dobiti najjeftinije.

Narudžbe se šalju samo pouzecom. Za poštarinu računa se samo faktični izdatak. Adresa za narudžbe:

Stara Salvator Ijekarna, Osijek I.
Trg Kralja Petra

Stara Salvator Ijekarna

Osijek I., Trg Kralja Petra

preporučuje kroz dugi niz godina prokušana kućna sredstva:

Švedske kapljice, otstranjuju nadutost, vrtlogavicu i žgaravicu, ublažuju boli kod zlatne žile. Cijena bočici Din 15.—.

Mast za rane, zacjeljuje svaku pa i najstariju ranu za najkraće vrijeme. Cijena kutiji sa uputom Din 20.—.

Željezovito Kina-vino, osobito dobro sredstvo za djevojke u razviku. Doprinaša mnogo razviku tijela. Cijena boci Din 35.—.

Mast za djecu (Kindersalbe), zacjeljuje u najkraćem vremenu svaku krastu, ojedinu i osip kod djece i odraslih. Cijena škatulji Din 10.—.

Prašak za posipanje (Kinderpuder). Cijena škatulji Din 5.—.

Sapun za djecu (Kindersapfe), specijalni sapun za nježnu kožu djece. Cijena komadu Din 6.—.

Riblje ulje, osobito sredstvo za djecu koja su blijeda, krležava, skrofulozna i slabo razvijena. Cijena boci Din 20.—.

Kapljice razne Hoffmann, Cimetne želučane i t. d. Bočica Din 5.—.

Ulje za uho i sluh. Cijena bočici Din 10.—.

Kapi protiv zubobolje. Cijena bočici Din 6.—.

Balsam za kurje oči. Cijena bočici Din 10.—.

Regenerator-boju za kosu, daje kosi u najkraćem vremenu prvobitnu boju i sjaj. Cijena boci Din 15.—.

Prah za marvu, podržava konje, krave, svinje, ovce i kože zdrave, regulira im volju za hranu i probavu. Cijena omotu Din 10.—.

Esenciju za marvu, čuva marvu od bolesti i domaću perad od zarazne bolesti kolere i t. d. Cijena boci Din 10.—.

Februurn aparat, otstranjuje znojenje nogu za 4—5 dana. Cijena sa poštarinom Din 60.—.

Salvator čaj za mršavljenje, čisti krv, regulira probavu, uređuje menstruaciju, rastvara žučne kamence. Kutija Din 14.—.

Kefalin tablete, protiv glavobolje, migrene, zubobolje, reumatičnih boli, gripe i prehlade. Kutija Din 14.—, 2 komada Dni 1,50.

Svi ostali artikli, koji ovdje nisu navedeni, mogu se u »Staroj Salvator Ijekarni« dobiti najjeftinije.

Narudžbe se šalju samo pouzecom. Za poštarinu računa se samo faktični izdatak. Adresa za narudžbe:


Stara Salvator Ijekarna, Osijek I.
Trg Kralja Petra

Slika 5.29 Ponuda preparata Stare Salvator Ijekarne (Narodni kalendar, 1937.)

SANATORIJ

dra Batorya i
dra Weissmanna

Osijek I., Radićeva ulica broj 23



Sanatorijska zgrada okružena je bujnim zelenilom velikog perivoja, koji daje rekonescentu mogućnost, da se opet osveži. Park svojim raznim drvećem i stabilna izgleda poput šumice. Lijepo tratište namijenjeno su za odmor, u koju svrhu služe stolci za ležanje i klupе. U perivoju ima lijepih nasada i vodostoka.

Slika 5.31 Reklama za sanatorij u Osijeku

Tražite svuda

Helio

higijenski toaletni
papir.

Slika 5.32 Reklama za toaletni papir

STARA APOTEKA „SV. STJEPANU“

OSNOVANA 1817. G. OSIJEK III. JELAČIĆEV TRG 12

Proizvodi u vlastitom laboratoriju mnoge, kroz dugogodišnje iskustvo lijekove i specijalitete naročito:

Sulfacal sirup protiv kašlja i boli u prsima.

China vino za jačanje, apetit i protiv slabokrvnosti.

Haarkanjski liniment protiv reume, išijasa i gihta.

Hebra mast pomaže osobito kod svih vrst rana, čireva i gnojnih upala.

Stefanin capsule protiv gripe, reumatizma prehlade i ženskih tegoba.

Antegrin i Antikugin za suzbijanje i liječenje bolesti domaćih životinja (svinje i perad) jesu najbolje prokušani lijekovi. Na zahtjev šalje se popis svih ostalih prokušanih specijaliteta za razne druge bolesti.

Poštom se otprema dva puta dnevno.

Slika 5.30 Reklama za Staru apoteku "Sv. Stjepan"

Kad god želiš pomoć sebi, »BILJNU ROSU« upotrebi!

Hiljade i hiljade ljekovitih biljaka sa cvjetnih livada, dubokih šuma i visokih planina daju svoju čarobnu moć i čudotvornu snagu čuvenom kućnom sredstvu

„BILJNA ROSA“

blagodat prirode za sve i svakoga!

Svaka kap vrijedi zlata!

Kod **glavobolje**, umornosti i klonulosti natrijaju se sljepoćice i čelo sa 3 kapi. — Kod **šunjavice** i zatvorenog nosa po jedna kap u nosne šupljine. — Kod **promuklosti, kašlja**, katar 3 se kapi izliju u tanjur vruće vode i duboko udiše para kroz usta i nos. — Kod **poškarenog želuca**, bolova u želucu, podrigivanja i grčeva, uzmu se 3 kapi na šećeru. — Kod **zubobolje** treba bolna mjesta dobro natrijati. — Kod **reume**, gihta, probadanja, bolova u križima, irganja udova, dobro tri-nije brzo utišava bolove. — 3 kapi u čaši vode daju izvrsnu osvježujuću **vodu za ispijanje** usta i grla.

„BILJNE ROSE“ samo jedne ima, Čuvajte se zato patvorina!

Prava „BILJNA ROSA“ dobiva se u svim apotekama i boljim trgovačkim radnjama uz **originalnu cijenu**. Ako ne, pišite direktno na našu adresu:

100-godišnja Apoteka - Bač (Dunavska banovina) i mi ćemo Vam odmah poslati po želji 4 bočice ili 8 bočica „BILJNE ROSE“ uz **originalnu cijenu**. Poštarinu ne zaračunavamo. Ona ide na naš teret. Reg. 1610/38



Zaštitni znak!

205

Slika 5.37 Reklama za preparat od ljekovitog bilja

Već preko **30** godina

cijeli svijet

kod

REUMATIČNIH BOLI

Kostobolje - Probadanja
Zubobolje - Glavobolje
Išiasa

najvećim uspjehom upotrebljava za **MASAŽU**

ALGA

„ALGA“ dobiva se u apotekama, drogerijama, trgovinama 1 boca Din 14.—
Poštom šalje Laboratorij ALGA - SUŠAK

Snižene cijene:

4 boca ALGA	Din 68.—	14 boca ALGA	Din 180.—
8 boca ALGA	Din 115.—	25 boca ALGA	Din 285.—
50 boca ALGA	Din 520.—		



Slika 5.36 Reklama za preparat za masažu

Biti i ostati lijepa i mlada

dopadljiva i zavodljiva možete i vi, ako posjetite našu odlikovanu parfimeriju i kozmetiku, u kojoj ćete naći sve najbolje svjetske specijalitete za uljepšavanje. Dajemo besplatno sve stručne savjete.

Protiv pjega preporučujemo RIVOLI specijalnu pomadu, po uputi za 8 dana nema pjega, stoji Din 20.—. Protiv proširenih pora uzmete mlijeko od krastavaca Din 30.—. Protiv bubuljica, crnih piknjica i drugih nedostataka, za uljepšavanje i ispod pudera, uzmite RIVOLI LOTION stoji Din 20.— i 30.—. — Za uljepšavanje uzmete samo najfiniji puder RIVOLI, koji u sebi nema ni truna žive, kutija Din 10.—, 15.—, 20.—, a kesice Din 5.— i 10.—.

GOSPODO!

uzmite samo najbolje RIVOLI britvice, koje briju 10 puta. Najbolje kolonjske vode u svim mirisima, 100 grama Din 4.—, 6.—, 12.—. — Obito preporučujemo parfum TRAIN BLEU — RIVOLI 80 — LILAS — CHYPRE — INCOGNITO. — Poštom razšilje:

Francuski Magazin - Osijek 1.
Kapucinska ulica broj 15 Palača Gradske štedionice



Slika 5.34 Reklama za proizvode za pomlađivanje i uljepšavanje

ŠAGI PRAŠCI **SVRABIN**

kod prehlade, gripe, reume protiv svraba, šuge i kožnih bolesti

protiv glavobolje liječi brzo i jednostavno

kutija Din 14.— bočica Din 20.—

LJEKARNA RAIZNER
Donji Miholjac

Slika 5.35 Reklama za preparate protiv učestalih oboljenja

GRČNE ŽILE - DEBELE ŽILE NA NOGAMA

Debele žile na nogama, početkom oko gležnjeva, a uslijed toga teško i zamorno hodanje, rane na nogama koje se same otvaraju znakovi su grčnih žila. Sve ove tegobe **otstranjuju Vam** original. francuske **GUMENE ČARAPE**

Trajnost im je barem 5 godina, tanke su i nevidljive pod čarapama, a mogu se prati kao obične svilene čarape.

Stalna prodaja svih vrsta pojasa Dr. Barrere-a i gum. čarapa

LJEKARNA „SPASITELJU“ Mr. Leo Šinberger VINKOVCI - Preko puta srpsko-pravoslavne crkve. Telefon 120

Obratili se pismeno ili lično na gornju adresu, gdje se vrše **besplatne probe** i dobivate sva stručna obaveštenja i savjete.

Slika 5.33 Reklama za kompresivne čarape

5.1.4. ČASOPISI

Novine i časopisi su između dva rata bili namijenjeni uglavnom gradskom stanovništvu. Časopisi su u to doba, na našim prostorima, bili rijetki zbog velikih troškova tiskanja i teškoća u distribuciji. Većinom su bili mozaičnog sadržaja, teme su dokumentirale ekonomsko, političko i znanstveno-umjetničko stanje u društvu (27). Uvođenjem tema o modi, kućanstvu, zabavi i zdravlju nastojali su pridobiti pažnju žena, no to su bili samo podlisci ili maleni dijelovi tiskovina, koje su ipak bile namijenjene muškaracima. Primjer takvog hrvatskog časopisa je časopis *Obitelj*, izdavalo ga je Hrvatsko književno društvo sv. Jeronima u Zagrebu, od 1929. do 1938. godine kao tjednik, potom do 1941. godine kao polutjednik, a 31.12.1941. godine prestaje izlaziti (28).

Ženski časopisi označili su prekretnicu u novinarstvu, jer su time žene dobile mogućnost pisanja i obrade tema koje su pokrivala cjelokupni život, ali iz ženskog kuta gledanja (27). Reklame za kozmetičke, higijenske i ljekovite proizvode su bile bitan i neizostavni dio svakog ženskog časopisa. Upravo te reklame nam danas daju značajne informacije o tadašnjim potrebama i navikama. Zdravstveni savjeti u tim publikacijama pružaju uvid u tadašnje shvaćanje pojedinih bolesti i zdravstvenih tegoba, te spektar mogućnosti za samopomoć i samoliječenje. Hrvatske ženske časopise utemeljila je Marija Jurić Zagorka i bila im prva urednica. To su bile ženska revija - *Ženski list* (mjesečnik, izlazio je od 1926. do 1938. godine), te časopis za ženu i dom - *Hrvatica* (mjesečnik, izlazio je od 1939. do 1941. godine) (slika 5.38).



Slika 5.38 Naslovnice časopisa *Ženski list* i *Hrvatica*

Primjeri savjeta i reklama iz časopisa *Obitelj* (slike 5.39 i 5.42):

Fiedlerovo patentirano sredstvo za
pospješeno rasta kose
GAMMA

je ujedno najbolje sredstvo proti ispadanju
kose, peruti, i moljčavosti kose. Daje
životnu sposobnost zakržljalim korenima
kose i odgaja papirne kose za jaku kosu.
Uporaba je jednostavna, te se već nakon
prvog pokusa pokazuje kao prijeko po-
trebna. Liječnički iskušana i preporučena.
Dobiva se u svakoj apoteki i drogeriji.
Ako tamo ne dobijete, obratite se na jedino
generalno zastupstvo za kraljevinu S.H.S.:
Drogerija »Nada«, Kolar i Gabrić,
Subotica, telefon br. 637.

Slika 5.39 Reklama za sredstvo za
pospješeno rasta kose

„Otrovni sapuni koje žene upotrebljavaju zbog
ljepote su uzrok opadanja kose“ (br.12., lipanj 1933.)

**Čelavost, ispadanje
kose**



najveća je nesreća za
mlado i staro. U 24 sa-
ta sprečiti ćemo zauvi-
jek ispadanje kose, a
odstraniti ćemo svu per-
rut, svrbež, krastice i
nečistoće sa »Esparcel-
te«. — Kosa će ozdra-
viti, porasti opet u bujnim
pramenovima. Za uspjeh
jamčimo. Garnitura Din 60.—.
CENTIFOLIJA, parfumerija, Zagreb, Jurišićeva ul. 8.
Tražite besplatno ilustrovane cjenike.
Reg. pod br. 1528 od 31. X. 1935.

Slika 5.41 Reklama za preparat protiv ispadanja kose
(Ženski list, 1936.)

Uzmi uvijek najbolje!
Ne polazi na ljetovanje bez idealnog sredstva
protiv sunčanih opekline.



Adriatic tan creme
daje tijelu krasnu i zdravu brončanu put.
Dobiva se svagdje!
Proizvadjia
ELIXOL LABORATORIJ
ANGLO-JUGOSLAVENSKO PETROLEJSKO D. D.
Zagreb — Beograd — Sarajevo

Slika 5.42 Reklama za preparat protiv
opeklina (Ženski list, 1933.)



ZA 3—5 DANA
bit će s »Ingold-om« bez rezanja ili izjedanja
odstranjene bez traga

BRADAVICE

madeži itd. na licu i na tijelu, nadalje sve
na koži izbočene znamenke sa ili bez dlaka,
tako da kasnije ni sami ne ćete znati gdje
su se ove znamenke prije nalazile. Garancija
za uspjeh i neškodljivost. Din 75.—. Šalje se
pouzećem ili uz doznaku unapred.
Z. SCHRÖDER-SCHENKE, WIEN 1/8.
Wollzeile Nr. 15

Slika 5.40 Reklama za preparat protiv bradavica
„Na kurje oko ili bradavicu dobro je stavljati
crveni luk koji je stajao u vinskom sirćetu 3 do
4 sata, prereži luk i stavi na bradavicu.“

„Na opeklina stavlja bjelance.“ (br. 36., rujna
1933.)

„Nabranost i uvelost lica se sprečava po Kneipu: pariti lice uvarkom od žalfije i stolisnika; uvarak se pravi od 1 dio bilja i 3 dijela vode, namazati par kapi limunovog soka.“ (br. 37., rujan 1933.)

„Savjeti o njezi dojenčeta: dijete treba prati laganim dječjim sapunom, tjemenu se maže mašćom ili uljem, mlade majke neka se ne obaziru na savjete praznovjernih baki da to ne treba masirati, jer tim ljuskama, „zli sokovi“ izlaze iz tijela.“

„Protiv nazeba nogu: 500 gr. glicerina, 300 gr. vode, 150 gr. tutkala, ugrije se, ta se smjesa pjeni, nastane mast kojom se mažu čarape ili obojci da ostanu meki i gibljivi; cipele maži lanenim uljem, a vršak ricinusom pa će biti nepromočive.“ (br. 52., prosinac 1933.)

„Mast za kurje oči: kupi u ljekarni diachylona, dodaj tome 10 kapi terpentina i 20 kapi čistog stolnog ulja.“ (br. 44., studeni 1935.)

„Čisti usta dojenčeta gazom namočenom 5% bornom vodom.“ (br. 8., veljača 1936.)

Slika 5.44 Reklama za kremu za lice (Ženski list, 1936.)

izazvati upalu, crvene pjegice, ljuštenje kože, kidanje kose, jer sva ta sredstva sadrže svakosvrzne otrove koji štetno djeluju na kožu i sluznice.“ (br.15., travanj 1939.)

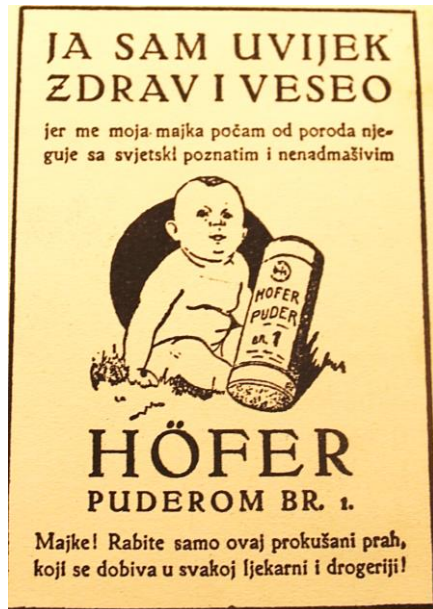
„Rak rana se liječi izmrvljenim korijenom nevena, koji se pomiješa sa dobrim medom.

Slika 5.43 Reklama za dječji sapun (Ženski list, 1940.)

„Bolest modernih dama je pretjerana upotreba kozmetičkih sredstava, što dovodi do različitih kožnih bolesti. Sredstva za poljepšavanje kao što su puder, pomada za lice, ruž za usta, boje za kosu i obrve, mogu

Detergent za rublje: paprat ili divlji kesten umjesto sapuna, osuši se lišće od paprati, spali se, pepeo se miješa sa vodom prave grude i suše; oljušti divlji kesten, skuhaj i u toj vodi peri rublje.“ (br. 21., lipanj 1939.)

Primjeri savjeta i reklama iz časopisa *Ženski list* (slike 5.40, 5.41, te 5.43 – 5.70):



Slika 5.45 Reklama za dječji puder

„Dojenče se poslije kupanja treba nježno brisati, ne trljati, nego tupkati suhim ugrijanim ručnikom i paziti da dječja koža ne ostane poluvlažna.“

„U trudnoći se normalno pojavljuju strije, plavocrvene pruge na

trbuhu, nastaju uslijed jakog rastezanja krvnih sudova, a poslije poroda pobijele. I smeđe pjege na licu i vratu nestaju nakon poroda.“



Slika 5.46 Reklama za preparat za intimnu njegu (*Ženski list*, 1939.)

„Na ječemenac treba stavljati 2% bornu vodu i vrući oblog od titrice.“ (br. 4., travanj 1937.)

„Kosu treba prati svakih 14 dana, a samo ako je jako masna svakih 8 dana. Vodi za pranje dodaje se „shampoo“ ili dječji ili obični sapun; suši se polako, nikako ne na propuhu; običaj da se dodaje soda, čini kosu sivom i bez sjaja, ali može se dodati sode bikarbone, koja daje sjaj. Kosa se 2 puta trlja sa šamponom ili vodom sa sapunom i potom jedan puta ispire. Masnu kosu nije dobro prečesto prati, dobra je upotreba preparata

PERUT SVRBEŽ ISPADANJE LOMLJIVOST

kose priječi uspješno
BIOLOŠKA KURA
za kosu renomirane kuće Schröder-Schenke. Odlično regenerira kosu i u težim slučajevima. Garnitura od 4 preparata Din 100.—. Čuvajte zarana kosu i nježite je dnevno sa čuvenim losionima

Schröder-Schenke:
za suhu kosu Balsam I. . . Din 30.—
za masnu kosu Balsam II. . . 35.—
za blond kosu Goldregen . . . 40.—

... koji ujedno čuva plavu kosu da ne potamni. Dobiva se kod parf. »OMNIA« odio R/8, Zagreb, Gundulićeva ulica br. 8, I. kat.
Šaljemo i poštom uz naplatu porta.
Tražite besplatno ilustrovani katalog!

Slika 5.47 Reklama za losione za kosu

„Henne“, koji ima sposobnost da upija mast iz kose.“

„Na mjesto uboda raznih insekata dobro je mazati ulje od karanfila.“

„Za znojne ruke: čaj od hrastove kore, 1 žlica usitnjene kore se kuha u 1l vode, ruke se kupaju 15 minuta, potom posipati Salicilnim praškom; ruke se mogu kupati i u vodi sa par kapi lizoforma.“



Slika 5.48 Reklama za znojnice. Znojnice su dodaci („accessories“) koji se stavljaju na rukave ispod pazuha, da se odjevni predmeti od skupocjenih tkanina ne moraju često prati.

PREKOMJERNO ZNOJENJE
koje Vam bezuvjetno ogorčava život u ljetnoj sparini možete brzo i pouzdano odstraniti s priznatim sredstvom.

NON-ODOR

Jednostavna upotreba, trajan uspjeh.
Upotrebljava se kod prekomjernog znojenja, naročito pazuha, ruku, nogu itd. Ivolite tražiti u apotekama, drogerijama, parfumerijama izrijeckom

NON-ODOR tekućinu protiv znojenja.
PARACELSDS K. D. ZAGREB 3.

Slika 5.49 Reklama za tekućinu protiv znojenja

„Za masnu kožu: umivati se vrućom vodom i sapunom, ili u vodu dodati malo octene kiseline, ili limunske kiseline, ili salicilne ili taninove kiseline.“

ZNOJENJE NOGU

Znojne noge veoma su neugodne ne samo iz higijenskih, nego i iz estetskih razloga. Često su pretijesne cipele krive da se noge prekomjerno znoje. Uslijed spriječenog isparivanja znoja često još ispuca i gornji dio cipela, što samo još pogoršava cijelu stvar. Izvrsno sredstvo je dnevno pranje nogu. Djelovanje je još bolje, ako se vodi doda malo amonijaka, octene kiseline od rastopine gline i rastopine formalina. Dnevno također treba mijenjati čarape i cipele, inače je uspjeh sumnjiv. Znoje li se noge osobito među prsti, treba namazati dotična mjesta i raskužiti ih komadićem vate, koju smo umočili u salicilnu kiselinu. Osim toga su za takve noge izvrsne kupke u vodi, u kojoj se kuhalo brezino ili hrastovo lišće. Nemamo li toga, dobro je u vodi kuhati hren.

Slika 5.50 Savjeti o njezi nogu koje se pretjerano znoje (Ženski list, 1939.)

„Da bi koža lica bila lijepa treba se prati u veoma hladnoj vodi, mazati kremu za dan i noć, a samo povremeno stavljati i malo praška za lice.“ (br. 9., rujun 1937.)



NJENA PLAVA KOSA

*tako me je sputala,
da sam se s njom oženio*

To zvuči vrlo romantično; ali kako često sreća zaista dolazi k blondinkama, koje umiju, da održavaju svojoj plavoj kosi njen divan svijetli zlatan sjaj. Fina struktura prirodno plave kose zahtjeva svakako naročitu njegu. Upotrebite stoga „Roberts Nurblood“, specijalan šam-poo za blondinke, koji ne samo da sprječava da kosa potamni, nego i onoj plavoj kosi, koja je već potamnila ili postala bezbojnom, vraća njen prvobitan zlatan sjaj. „Nurblood“ ne sadrži nikakvih sredstava za bojadisanje, niti Henne, te je bez sode i bez ostalih štetnih sastavina. Već prvi pokusi pokazuju zapanjujuće djelovanje. Kosa postaje mirisava i nježna kao svila. Milijuni američkih i evropskih blondinki upotrebljavaju „Nurblood“ s najvećim uspjehom. Dobiva se svuda. Upotrebite „Roberts Nurblood“ još danas. Generalno zastupstvo za Jugoslaviju: Parfumerija Nobilior, Zagreb, Ilica 34.

Slika 5.51 Reklama za šampon za plavu kosu (Ženski list, 1933.)

tinkture i formalin špiritom. Nokti trebaju biti kratki i ovalni, ne mazati ih crvenim bojama, nego samo svjetlo ružičastim.“ (br. 4, travanj 1939.)

„Što treba sadržavati kućna ljekarna: jodna tinktura, aspirin, alkohol, glicerin za njegu kože (naročito štiti od hladnoće), vaselin

Pocrniti bez opeklina moguće je samo redovitim mazanjem tijela, prije i za vrijeme sunčanja, sa već 12 godina nenadmašivom sredstvom

„ORAHOL“

jedino pravo orahovo ulje „Rave“. Koža tijela postaje bakreno smeđa, zdrava i jedra. Tražite zato svuda izričito „Orahol Rave“.

Slika 5.52 Reklama za ulje za sunčanje

sredstvo za njegu zubi, kapljice protiv grčeva i kapljice za umirenje živaca.“

protiv lakših rana i ogrebotina, zavoj od gaze, pamučna vata, ljekovito bilje: lipa, bazga, sljez, i žalfija

kamilica,

„Plavu kosu dobro je njegovati žumanjkom, ispirati čajem od kamilice, a crnu i sve ostale čajem od korjena koprive.“

„Oči postaju ljepše ako se što duže gleda u zelenilo i peru bistrom vodom.,“ (br. 3, ožujak 1939.)

„Prištići su povezani sa probavom i treba se prati lice alkoholom i sumpornim sapunom.“

„Njega ruku: za crvene ruke: vruća otopina alauna, potom se operu, osuše i namažu limunom i namaste; za hrapave ruke: zakuhati šaku zobnih pahuljica; popucale ruke: natrljati zobnim brašnom i potom namazati glicerinom i maslacem; za vlažne ruke: prati sapunom sa par kapi benzoa

TAJNA PRAVE LJEPOTE

je ljupki uvijek svježiji, čisti i bez ijednog nabora baršunasto glatki ten. Hoćete li biti lijepi, mladi i zamamni Vi morate upotrebiti glasovitu

ENGLESKU LANOLINSKU KREMU

Tajna ove čudnovate kreme sastoji se u njenom kozmetičkom djelovanju, jer tijekom noći odstranjuje svu staru i naboranu kožu lica. Ten postaje opet gladak, čist i pun mladenačke svježine.

Milijuni američkih i engleskih dama imaju zahvaliti ljepotu svog lica do u kasnu starost samo Engleskoj masnoj noćnoj lanolinskoj kremi. Cijena Din 12.—. GOLD POWDER bez žive čuva i štiti lice od svakog nevremena, te odgovara i najosjetljivijem tenu. Puder per excellence. Kutija Din 10.—. CENTIFOLIJA, parfumerija, Zagreb, Jurišićeva ul. 8. Tražite besplatno ilustrovane cjenike!

Reg. pod br. 1528 od 31. X. 1935.

Slika 5.53 Reklama za kremu za lice (Ženski list, 1936.)

„Sunca se treba čuvati jer uzrokuje pjega. Odstranjenje sunčanih pjega je teško, probati sa mješavinom perhidrola i glicerola (jednaki dijelovi) u koju dodati 8 puta toliko vode destilirane.“

„Svijet“

NE KVARITE SI LICE

kojekakvim sredstvima, rabite Creme de Lilas pri-
znatu i prokušanu za njegu lica i kože.

CREME DE LILAS

odstranjuje već nakon kratke uporabe sunčane i
jetrene pjege, te podaje nježnu i svježju put. — Je-
dino prava i nepatvorena iz ljekarne »Crvenom
križu« L. Gayer, Zagreb, Ilica 79, nasuprot Pejače-
vićevog trga.

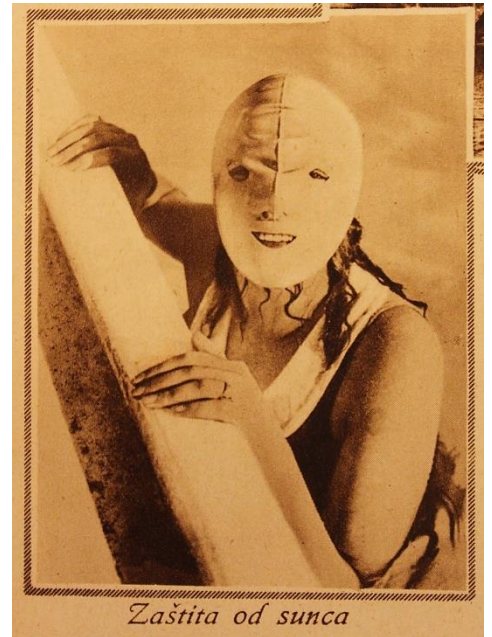


**KRAJČOVIĆEVA
Novo
Vukovarska
pomada**

Djeluje sigurno i brzo protiv sunčanih i jetrenih pje-
ga, te svih ostalih nečistoća
lica i kože, tako da i starije
osobe dobiju lijep i mlade-
nački izgled. Čuvaj se pa-
tvorina! Poštom šalje!

Apoteka M. KRAJČOVIĆ, VUKOVAR.
Dobije se svagdje.

Slika 5.55 Reklama za kremu protiv sunčanih pjega i nečistoća lica



Slika 5.54 Zaštita od sunca (Ženski list, 1933.)

„Lišaj nastaje kada se mokrim licem ide na studen i liječi se 1% salicilnim špiritom.“

„Najvažniji kozmetološki savjet: što više čišćenja i njege, bez šminkanja. Bojanje obrva i trepavica je štetno, pristojnoj ženi dolikuje što manje crvenila za usne i obraze.“

„Njega ruku: pranje u vodi sa sodom bikarbonom (u 1 l vode 4 žlice sode bikarbone) i mazati sa lanolinom. Dobro je prati ruke u vodi sa posijama.“


„Snježno bijeli zubi se dobiju trljanjem s orahovim lišćem.“ (Br. 4., travanj 1941.)



Slika 5.56 Reklama za vodicu za ispiranje usne šupljine (Ženski list 1939.)

SUPER

Lysoform



DODIR. MINISTARSTVA SOC. POL. I NAR. ZDRAVLJA B. 13937-38

Superlysoform je pouzdano sredstvo za dezinfekciju! Kod Vaše intimne toalete Superlysoform Vam je najbolji prijatelj, koji će Vam spriječiti bezbroj neprijatnih pojava. UPIJA NAJBRŽE svaki ZADAH. Osvježuje i lijepo miriše. Zahtijevajte original Superlysoform u svim ljekarnama, drogerijama i parfumerijama.

Slika 5.57 Reklama za vodicu za intimnu njegu

Primjeri savjeta i reklama iz časopisa *Hrvatica*:

„Za njegu kože ruku dobra je krema sa glicerinom i ružinom vodom bez žive.“



Mlada i lijepa

ostati, to je zadaća svake moderne žene

KREMA VIOLETTA

pomladit će Vam lice u 3 dana, jer je savremeno najusavršeniji biološki produkt moderne kozmetike i medicine.

Krema Violette masna za noć odstranjuje sve nabore, nečistoću i ostarjelost već u 3 dana te pomladjuje lice za 10 godina.

Krema Violette suha za dan daje odmah vanredno mladenački ljupki i baršunasto bijeli ten. Čuva lice od svakog nevremena, hladnoće, vjetra ili sunca. Najpouzdanija krema za svaki puder, jer ga trajno drži na licu. Cijena Din 12.—.

PARFUMERIJA CENTIFOLIJA
Zagreb, Jurišićeva ul. 3.
Tražite besplatne ilustrovane cjenike!
Reg. pod br. 1528 od 31. X. 1935.

Slika 5.58 Reklama za kreme za lice (Ženski list, 1936.)

„Da zubi budu bijeli: trljaj sa stipsom, potom isperi sa vodom s medom, i čajem od žalfije.“ (Br.12, prosinac 1939.)



Ona ne sluti opasnost!

Zar Vi još uvijek nista ne poduzimate protiv opasnog zubnog kamena? Ne čekajte dok Vam se zubi rasklimaju! Upotrebite odmah Sargov Kalodont. Sargov Kalodont je u našoj zemlji jedina pasta za zube, koja sadrži znanstveno priznati sulfocin-oleat. On postepeno odstranjuje zubni kamenac i sprečava njegovo ponovno stvaranje.

Kalodont vodu za usta osvježuje i desinficira

SARGOV

KALODONT Protiv zubnog kamena

Slika 5.59 Reklama za pastu za zube medom, i (Ženski list 1939.)

„Masnu kožu treba mazati bjelanjkom ili mlijekom od krastavaca.“ (Br. 1, siječanj 1940.)



ČIST TEINT

postizavate ubrzo pomoću glasovite biološke »KURE LJUSTENJA«. Neprijetljivo za okolinu obnavljate kožu i odstranjujete temeljito i zauvijek prštiće, sujedice, mrlje, rupičastu, oporu, masnosajnu, uvenuću kožu i znakove starenja. Uspjeh i neškodljivost zajamčena! Garnitura Din 120.—. **PROŠIRENE PORE** i masnoću lica odstranjuje bademovo mlijeko »ASLAMI«. Izdašna boca Din 50.—. Odlično mlijeko i za čišćenje skidanje šminke i osvježenje. — **ZA ISHRANU KOŽE** samo **PASTA REGIS!** Od davnine poznata kao doista nenadmašiva protiv sitnih nabora i za uspješno njegovanje i pomladjivanje kože. Tube po Din 40.— i 18.—. **ZAHTEVAJTE IZRICITO** kozmetičke specijalitete **SCHRÖDER-SCHENKE** u svim najboljim parfimerijama i drogerijama! Gdje ih još nema, razašilje izravno parfimerija »OMNIA«. Odio R/2. Zagreb, Gundulićeva ul. 8. Poštarina kod plateža unaprijed Din 7.—; pouzede Din 14.—.

Tražite besplatno veliki ilustrovani katalog!

„Lice se čisti, ako je masno četkanjem sa sapunom, a suho, mazanjem pamukom sa kremom.“

Slika 5.60 Reklama za kreme za nečistu kožu



Za Vašu ljepotu

PREPARATI

FORVIL • PARIS
ZNAČE USPJEH

Na svijetu više milijuna žena upotrebljavaju FORVIL preparate sa zadovoljstvom, te se dive kolosalnom djelovanju.

CRÈME FORVIL
POUDER FORVIL puder ljepote „5 Fleurs“
ROUGE FORVIL za lice u naravnim bojama
EAU DE COLOGNE FORVIL „5 Fleurs“
PARFUM FORVIL „5 Fleurs“


5 fleurs

FORVIL
PARFUM - POUDRE - ROUGE

Zastupstvo za Jugoslaviju: **JOSIP HEGEDÜS** ZAGREB, Draškovićeva ulica 12
Ovi preparati dobivaju se u svim boljim stručnim trgovinama. — Tražite besplatne uzorke.

Slika 5.61 Reklama za dekorativnu kozmetiku (Ženski list, 1939.)

„Čupanje obrva šteti živcima, a šminkanje i bojadisanje je izrazito štetno.“ (Br. 12., prosinac 1940.)



Vide se i najmanje dlačice


na mjestima, gdje su suviše. U kretanjama kod sporta, na obali, kod plesa, u prirodi ima na hiljade slučajeva, u kojima ih se može opaziti. Nastojte se riješiti iz te neugodne situacije, uporabom Dulmin kreme.

DULMIN krema brzo i bezbolno djeluje te odstranjuje nepoćudne dlake već 3—5 časaka nakon što su bile namazane istom.

Krema je bijela, meka i priljubljiva poput Cold kreme, je gotovo bez mirisa, te se ne suši. Češćom uporabom sprječuje DULMIN porast dlaka, te je uslijed toga sadašnje najpouzdanije i najugodnije sredstvo za odstranjivanje dlaka.

Dobiva se svagdje!

Dr. M. ALBERSHEIM
Frankfurt a. M.,
Paris, London.



DULMIN

Krema za odstranjivanje dlaka

Skladište za Jugoslaviju:
Jugofarmacija d. d., Zagreb, Odio kozmetika.

Slika 5.65 Reklama za kremu za odstranjivanje dlačica (Ženski list, 1936.)



Bojadisanje kose

Sijede kose zaista su najveći neprijatelj mladenačkom izgledu svakog pojedinca. »Exselsior-Henne« bojadiše kosu u svim nijansama, počam od svijetle do najtamnije boje. Samo bojadisanje veoma je lagano, ne maže ruke, glavu niti rublje, a nije škodljivo za kosu.

Cijena kutiji Din 39.—. Dobije se u svakoj ljekarni, drogeriji i parfumeriji.

Parfumerija »CENTIFOLIA«, Zagreb, Jurišićeva ul. 8.

Tražite besplatne ilustrovane cjenikel

Slika 5.62 Reklama za boje za kosu (Ženski list, 1936.)

ŽENSKI LIST

Gavrančić



Najmanja nemarnost
može ženu lišiti njene dražesti. Glatka i nježna koža ponos je svake žene!

Eau DIXOR

⟨Tekućina za odstranjivanje dlačica⟩

odstranjuje suviše dlačice za jednu minutu. Taj je odličan i jedinstven preparat svoje vrste rijetka i bistra tekućina, koja oduzima i najjačim dlačicama životnu sposobnost i potpuno ih uništava. Upotreba je vrlo jednostavna i čista, a pri tom se malo troši. Bez Eau Dixor-a nema moderne dame! Prodajna cijena Din 40.—.

Société des Produits
»DIXOR«
PARIS

Depot:
COSMOCHEMIA
ZAGREB
Smičičkfasova ulica 23



Slika 5.64 Reklama za tekućinu za odstranjivanje dlačica (Ženski list, 1936.)



Nepoćudne dlake

S mojim »Rapidenth-om« odstranjujete sa korjenom odmah sve nepoželjne dlake na licu i na tijelu. Nikakvo draženje puti. Garancija za uspjeh i neškodljivost. Papile, koje stvaraju dlaku potpuno će izumrijeti, tako da se u buduće dlake više ne pojave. Mnogo bolji od elektrolize. Nikakav prah, nikakva krema, nikakav sapun itd. Po liječniku je preporučan »Rapidenth« kao najugodnije sredstvo za odstranjivanje dlaka. Din 75.—. »Partout« za ruke i noge Din 100.—.

Salje se pouzacećem ili uz doznaku novca unapred.

Z. SCHRÖDER-SCHENKE, WIEN 1/8.
Wollzeile Nr. 15

Slika 5.63 Reklama za preparat za uklanjanje dlačica (Ženski list, 1933.)

„Borna kiselina je dobra za prištiće i bubuljice.“



Slika 5.67 Reklama za kremu za nečistu kožu (Ženski list, 1940.)

„Prati glavu treba svaka 4 tjedna. Kosu valja masirati maslinovim uljem, ili mješavinom maslinovog ulja jajeta i limuna.“ (Br. 1, siječanj 1941.)



Slika 5.69 Reklama za tablete za mršavljenje (Ženski list, 1934.)

„Za masnu kožu lica: maska od raženog brašna i par kapi lanenog ulja, drži se na licu 1 sat.“

„Za svakodnevnu kozmetiku i njegu, na oči stavljati pamuk namočen u čaj od kamilice ili borovu vodu ili ružinu vodu.“



Slika 5.66 Reklama za kremu za nečistu kožu (Ženski list, 1931.)



Slika 5.68 Reklama za mlijeko za ljepotu grudi



Slika 5.70 Reklama za preparat za masažu

5.2. KAZIVAČI

1) **MILAN J.** rođen je 1926. godine, živi u Kutjevu. Njegove bake i djedovi, koji su doselili iz Ernestinova i Kule, njemačkog su porijekla. U razgovoru sudjeluje i njegova 82-godišnja supruga Vera J., rodom iz Kovina kod Pančeva.

Odjeća se prala domaćim sapunom, a kasnije *Radionom*. Domaći sapun se pravio od masnih, neupotrebljenih dijelova životinje nakon svinjokolje koji su se kuhali s *lauštajnom*. Sapun se kuhao jednom godišnje i trajao je cijelu godinu, mogao je trajati godinama. Rublje se pralo i *lukšijom* koja se dobivala kuhanjem pepela i vode. Laneno i konopljino platno izbjeljivalo se dodavanjem plavila ili se dugo namakalo u tekućoj vodi, potoku ili rijeci. Navodi da su imali izgrađeni zahod u dvorištu, a stražnjicu su nakon velike nužde brisali lišćem. Spavali su na *slamaricama* i *šuškama*. Smatra da su šuške (suha ovojnica klipa kukuruza) bolje, jer se sporije pretvaraju u prašinu i *ne ugvalaju se*, a zimi se sadržaj slamarica mijenjao dva do tri puta. Djeca su spavala na malim *slamaricama*, ali slama ili šuška se često mijenjala. Oko 1950. ili 1955. godine već je bilo gumiranog platna koje se stavljalo u dječje kolijevke.

Mala djeca kupala su se svakodnevno te se i nisu se mazala nikakvim sredstvima osim u slučaju *ojedina*. Tada su koristili masti za djecu iz *apoteke*.

Gospodin Milan je tijekom II. svjetskog rata nakon ranjavanja liječen u partizanskoj bolnici na Papuku. Pokazao je ožiljke i *još ima gelere* u rukama i nogama. Opisuje *partizansko bure* za iskuhavanje odjeće i zavoja, sjeća se ušljivosti („*svi smo bili ušljivi*“) i velikog broja oboljelih od tifusa. Partizanska je bolnica bila smještena uz potok, koji je bio izvor tekuće vode za bolnicu i postojali su improvizirani tuševi od podignute buradi. Gaza je bila dostupna, „nabavljali“ su je, navodi, partizanski simpatizeri i aktivisti po bolnicama, a lijekove „kako-kada“.

Rane su se ispirale rakijom i čajem od kamilice. Navodi da su u djetinjstvu manje rane obično „popišali“ (svojom mokraćom). Pili su se čajevi od kamilice, lipe i lišća kupine.

Jod je rijetko tko imao. Gospodin Milan navodi događaj iz djetinjstva kada je „skrivio“ ozljedu bake kosom, tada je trčao preko cijelog Kutjeva do kovača za kojeg je znao da ima joda (kovač se često ozljedio pa je imao u kući jod).

Nadalje, gospodin Milan opisuje kako se na čireve stavljala svinjska mast, koja se prekrila komadićem krpe i korom kruha „*to bi izvuklo gnoj*“.

Osobnim iskustvim našao je lijek za hemeroide – med od hrasta. Prisjeća se da je neki trgovac otkupljivao *šišku* od koje se pravilo sredstvo za štavljenje kože, a obzirom da je pčelar, imao je i meda od *šiške*, te ga je mazao na hemeroide i tegobe krvarećih hemeroida su vrlo brzo prestale i nisu se više vraćale. *Šiška* je žir u kojem parazitira ličinka osice i tada izgleda kao da se žir rascvjeta, te luči sok kojeg skupljaju pčele. Na taj način nastaje poseban med od hrasta, koji ima najviše tanina od svih medova, kestenov je med također bogat taninom, no mnogo manje od hrastovog.

U slučaju bolova u zglobovima, trbuhu ili prsima, uvijek se na oboljelo mjesto umasirala svinjska mast. Uši i gnjide iz kose su se odstranjivale svinjskom masti i petrolejem.

2) MARIJA U. rođena je 1921. godine u Šodlovcima, a nakon udaje živi u Beketincima. Tijekom cijelog života, pa i danas, nema tekuće vode, već samo bunar i vanjski zahod. Navodi kako se stražnjica brisala „*čim se stigla*“, šuškom, kucenom, liščem, i to najbolje od bundeve, kukute, čokotinom, a kasnije novinskim papirom. Tijekom menstruacije u *binde* su se stavljale krpe, koje su se prale i iskuhavale, te sušile na skrovitim mjestima, „*da se baš ne vide*“.

Najbliži liječnik bio je u Gorjanima (oko 15 km udaljenosti) i njemu se dolazilo ili odlazilo po njega konjskom zapregom samo u slučaju teške bolesti ili kakve teške ozljede. Potom se išlo u Đakovo, no to su si mogli priuštiti samo bogatiji.

Domaći sapun kuhao se od *sode i sala*.

Rađalo se u vlastitoj kući, uz pomoć seoskih babica. Bebe su se kupale svakodnevno, u običnoj vodi, bez sapuna i bilo kakvih drugih dodataka. *Tjemenica* se namakala uljem i išćešljavala koštanim češljem. Dječja guza mazala se samo u slučaju crvenila. Prisjeća se da se obavezno djecu cijepili protiv velikih boginja.

Različite ranice u ustima, ječmenac na očima i slično ispiralo se čajem od titrice, a kada je tko imao veće ranice išao je kod babe vračare. Ona je uz zalaz sunca umočila vreteno u kutiju sa suhom kravljom belegom, nešto je molila i prekrižila se, te tako naredna tri dana. Ukoliko ranica nije prošla i proširila se, reklo se da se „*žaba oprasila*“ i pokušavalo se zacijeliti ranicu ispiranjem rakijom i čajem od titrice. Protiv proljeva kuhao se čaj od lista gunje i konjskog kiseljaka.

Što se tiče hrane, navodi da se rijetko jeo pšenični kruh. Uglavnom se jeo ječmeni sa raži te ponekad žganci. Vreća žita je bila nadnica za košenje jutra žita u

žetvi. Pravila je ulje od *odrimndla* (turica, rebičkova trava), namakanjem biljke u obično ulje. Za stomak je uvijek imala rakije s namočenim ružmarinom.

Za ispucane usnice i *žvale* potrebljavala se svinjska mast, mladi kajmak i putar, a stalno se govorilo djeci da se brišu maramicama ili krpicama (da ne budu slinava). Spavalo se na slamaricama i šušcima (na slamaricu se legne, a šuškom pokrije, a samo bogatiji su imali perine). Zubi su se trljali pepelom da budu bijeli. Djevojke su se rumenile crvenim krep papirom. Cvijet od koprive se kuhao u vodi i time se prala kosa.

Deblji ljudi su bili ljepši. Muškarci (koji su držali do sebe) su morali biti izbrijani. Žene se nisu nikad brijale (pa ni kada su kao stare imale brkove).

Rane da se ne ugnoje su se isprale rakijom, a stavljala se i mast sa malo crvene sitne paprike i malo soli. Kada je bolilo uho nacijedilo se par kapi iz lista čuvarkuće. Kada je curila krv iz nosa stavila se hladna krpa oko vrata. Kod upale grla stavljala se topla krpa oko vrata. Kod hemeroida ili krvarenja iz debelog crijeva ispiralo se zadnje crijevo otopinom plavog kamena (modre galice).

Oko kuće je uvijek imala zasađen neven, gospinu travu, pelin; brala je i mentu, preslicu, majčinu dušicu, bagrem cvijet i pravila je čajne mješavine koje su pili kao napitak (ne samo kod bolesti). Na Ivanje ujutro, dok još sunce nije visoko, bere se bilje koje će služiti za lijek, a bilje ubrano drugim danima nije tako ljekovito. Tada se beru i zeleni orasi koji se rasijeku (s korom) i stave u rakiju, ako se ima, može se dodati i par žlica šećera i to stoji na suncu dok ne posmeđi, to je lijek za želudac i crijeva. Kod prehlade je najčešće pravila čaj od *odrimndrla* (turice), a dobar je i za osjetljivu kožu.

Prisjeća se da su neki na rane stavljali paučinu i mješavinu šrota i vode. Na bolne zglobove je stavljala korijen od gaveza nariban na trenicu. Kod visoke temperature na prsa i čelo su se stavljali oblozi od mlake vode i lista kupusa. Kod kašlja se davao čaj od bijelog sljeza (kuhala se cijela biljka).

Prisjeća se da je ponekad u kući imala kupljene kapi za srce i kapi za bolove. Nikada nije koristila nikakve kreme za njegu samo, sapuna za pranje, još i danas voli kosu više prati sapunicom nego šamponom.

Opisala je poseban događaj negdje oko 1948.-50. kada je jedno dijete u dobi od oko 8 mjeseci imalo „vlasce“, bilo je jako slabo, „kmečalo“ je i nije jelo. Pripremili su naročitu kupku od trina (ono što otpadne od sijena) iz devet štagalja. Kuhalo se 2 pregršti trina u 2 l vode, stopala djeteta su stavljali na tu paru da se pare, a poslije su i močili noge u toj vodi. Opisuje kako su kroz neoštećenu kožu izlazili vlasci (opisivala

ih je kao male, do par centimetara duge crviće, poput šarafa, koji se spiralno uvijaju i gibaju), te „vlasce“ je imalo samo jedno dijete.

3) SLAVICA D. rođena je 1941. godine. Od rođenja živi u Osijeku. Djetinjstvo je provela u najužem centru grada. Sjeća se da su živjeli u stanovima, zapravo dodijeljenim sobama sa kuhinjom, a zajednički zahodi su bili u dvorištu. Stražnjicu su brisali novinskim papirom, u trgovinama je bilo toaletnog papira, ali su ga rijetko kupovali. U dvorištu je bio svinjac i staja za konje. U tim stajama je i doktor držao svog konja, kojeg je prezaio u fijaker kad je išao u kućne posjete. Imali su i *veš kuhinju* - nusprostoriju u kojoj se iskuhavao veš u velikim loncima. Kuhao se domaći sapun od svinjske masnoće i sode, a koristio se za osobnu higijenu i za čišćenje i pranje svega u kućanstvu. Imali su tekuću vodu iz zajedničkog hidranta.

Žene su dojenčad previjali pelenama koje su žene sašile od flanela. Guzu su im samo povremno mazale, uglavnom svinjskom masti, a nekada i puderom ili masti koju su kupovale u apoteci. Liječnik je bio dostupan, dolazio je i u kućne posjete, a najčešće su ga zvali zbog bolesti djece, visoke temperature koju nisu uspjeli sniziti oblozima (plahta se namoči u vodu i umota dijete ili se alkoholom trljaju tabani i dlanovi).

Kupali su se jedan puta tjedno, a prali su se svakodnevno (ujutro umivanje, a uveče i pranje nogu i intimnih dijelova). Tijekom ljeta su se kupali u dvorištu, imali su staru kadu i tuš, koji su svi sustanari koristili (u svrhu razonode, hlađenja i pranja).

Kosu su prali saponicom, a ponekad i razmućenim jajetom. U vodu za ispiranje kose stavljala se jedna do dvije žlice octa. U doba njenog djevojaštva već je bilo različitih šampona, a sjeća se da je ispiranjem u hipermanganu kosa dobivala poseban sjaj.

Tijekom menstruacije koristila je posebno sašivene flannelske uloške, koje je pričvršćivala zihericom za gačice.

Imala je vrlo masnu i problematičnu kožu, a u pubertetu je imala vrlo izražene akne. Išla je liječniku, ali nije dobila nikakav poseban lijek. Dobila je preporuku da svakodnevno čisti lice alkoholom. Nije se stidjela izgleda, dotjerala se sa malo pudera i išla na ples bez ikakvog kompleksa. Kasnije je dobila savjet od neke starije žene da se maže svojom mokraćom, ali joj se to gadilo pa taj savjet nije poslušala.

U *apoteci* su se kupovali lijekovi, kao što su kapljice protiv bolova i temperature, kombinirani prašci i *Alga* koja se upotrebljavala za masažu. U *apoteci* se kupovao i prašak za rane i otopina za kurje oči, a bradavice su vezali čvrstim koncem.

Čajeve kao tople napitke i pomoćna ljekovita sredstva kuhali su najčešće od lipe, šipka, kamilice i bazge, a te su biljeke uglavnom sami brali.

O seksualnom životu se nije javno pričalo, a osnovne informacije su djevojke dobivale jedna od druge, a kasnije je bilo više informacija u časopisima.

4) MARIJA K. rođena je 1940. u Babinoj Gredi, sada živi u Osijeku. Govori o važnosti tradicije u Babinoj Gredi. U KUD-u čuvaju dokumentaciju, s brojnim fotografijama i bilješkama od 1909. godine. Navodi da se u selu uvijek pričalo kako je „*Marija Terezija uvela reda, moralo se jako držati do higijene i čistoće, a bome je bilo i globe i fizičke kazne*“. To je bio graničarski kraj, bio je pun vojnika, ali je i bilo liječnika.

Imali su vanjske zahode, koji su imali poseban otvor na stražnjem zidu i kroz njega se sadržaj praznio na *đubre*. Stražnjicu su brisali ljeti nekim širokim liščem, a zimi „*kumušinom i ajdamakom, komoljkom*“. Papira nisu imali, novine su rijetko kupovali, pa su ih čuvali i više puta čitali.

Za vrijeme menstruacije žene su upotrebljavale naročito složene krpe sa „*panjtljikom koja se zavezala oko pasa, gaće se nisu nosile*“.

Dječje pelene su žene šile od *isprani krila*, jer je sve platno bilo laneno i konopljino, koje je grubo dok je novo. Dječju guzu su kod previjanja mazali samo u slučaju crvenila i tada se upotrebljavala svinjska mast. Domaći sapun se koristio za pranje tijela i pralo se svakodnevno u *lavuru*, a subotom se kupalo.

- „*Ljudi nisu smrdili, iako su puno radili i znojili se.*“

Kosu su prali jedan do dva puta mjesečno sa umućenim jajetom, a ispirali kišnicom s malo octa. Frizure su djevojke pravile *brenajzlom* i *šećernom vodom*. Žene su nosile marame, a kako su starile *tute* - smotane pletenice, bile su sve manje, ali to ih nije smetalo.

Kuhali su sapun od svinjske masnoće i sode, a za pranje odjeće koristili su lug. Za štirkanje su koristili kupljenu štirku u prahu ili su je sami priređivali od brašna i krumpira. Uoči *Čiste srijede* sve posuđe se iskuhavalu sa lugom u velikom kotlu.

Spavali su na slamaricama, pokrivali su se perinama od guščjeg perja i vunenim pokrivačima koje se naziva *čepe*. To su stavljali i u dječje kolijevke *belke*, a ispod plahe su stavljali gumirano platno.

Za liječenje opekline i rana koristila se isprana svinjska mast, koja se stavljala na kupusov list i privijala na kožu. Na čireve se stavljao zgnječeni, blago popečen crveni luk. Za zaustavljenje krvarenja na ranu se stavljao list bokvice, a na mjesto uboda insekata navlažena glina. Kod vrućice su se stavljali oblozi od jabučnog sirćeta i ploške krumpira na dlanove i tabane. Ako je netko imao žgaravicu pio je čaj od pelinka ili sodu bikarbonu. Za lijep ten i protiv prištića stavljale su se maske od germe i kajmaka, žumanjka i meda ili oblozi od hiperpermangana. Ponekad su se gnojni prištići mazali plavim kamenom. Kod upale grla grgljao se i pio čaj od *ajdamaka i prženog šećera*.

U slučaju bolesti dolazile su neke starije žene koje su molile za bolesnika da ga *spasu od uroka*. Bio je poznat i Đed Mata vrač. On je imao neke posebne knjige i bio je vidovit, no nije davao lijek za bolesnika nego bi „*nješt zapiso ili reko da će bit dobro, i bilo je tako*“. Jedanput je po pomoć za bolesnika došla žena, koja je neposredno prije ukućanima rekla da ne vjeruje u njegove moći. Kad je došla do njega, on joj je ponovio što je rekla i tražio da dođe netko drugi.

5) MARIJA R. rođena je 1945. godine u Zmijavcima, a veći dio života proživjela je u Podravlju. Opisuje način života u Zmijavcima, odakle je doselila njena majka. Tamo nije bilo zahoda, nužda se obavljala ispod drveta smokve, a smokvinim listom se brisala stražnjica. Majka je uvijek u kući imala maslinovog ulja kojim je mazala kožu djece, ali to je bilo više za lijep ten, a za rane ili upale kože koristila je svinjsku mast. Kosa se prala sapunicom (otopljeni domaći sapun), ispirala dravskom vodom (bila je mekša od bunarske koju su inače koristili), kišnicom, a posebno je bila dobra snježnica (voda od otopljenog snijega, koja se procijedila kroz platno). U vodu za ispiranje dodavalo se par žlica octa. Ponekad se u vlasište, nakon brisanja, dok je još vlažno, blago umasiralo sasvim malo maslinovog ulja i nježno prstima prošlo kroz kosu. Kosa bi nakon toga bila posebno podatna i rahla, a ne masna.

Ova kazivačica navodi da i danas koristi za sebe i članove svoje obitelji brojne narodne lijekove:

- „*Za bubuljice: 1 dl mlijeka, dvije suhe šljive i tri male žlice žita skuhati, gazom nanositi ohlađenu masu na lice i držati oko sat vremena, oprati kamilicom. Liječenje traje najmanje 2-3 tjedna.*“
- „*Za grubu kožu i ekceme mazati sluzi koja se dobije prokuhavanjem ječma.*“

- *„Na tvrdu kožu na tabanima stavljati usitnjeni goveđi loj, držati preko noći prekriveno najlonom; potopiti 3 šake svježeg bršljana u otopinu vode i vinskog octa, tako namočeno lišće zamotati najlonom na tabane i držati najmanje sat vremena.“*
- *„Na zanokticu ili bolesni nokat natrljati bobice abdovine, zamotati gazom i držati preko noći, liječenje traje više tjedana.“*
- *„Za bolove u zglobovima stavljati obloge od vode sa vinskim octom u jednakom omjeru; praviti kupke u zagrijanoj vodi u kojoj se preko noći močila cijela biljka abdovine.“*
- *„Protiv suhog kašlja piti po dvije velike žlice dnevno čaja od 20 listova lovora koji se kuha s jednom čašom šećera u 2 dl vode 20 minuta.“*
- *Savjetuje da se „načini jastuk od osušene paprati i leži na njemu ako bole zglobovi, a na jastuku od ranilista u slučaju nesanice“ (platno ne smije biti nepropusno kao npr. inlet, nego pamučno)*
- *„Svinjsku mast više puta opranu u hladnoj vodi koristi za sva oštećenja kože i stavlja u nos za vrijeme prehlade.“*

6) TEREZIJA V., rođena je 1921. godine, iz Podgorja (obronci Papuka, Kutjevo). Bučno ulje je bilo osnovna masnoća u prehrani i u liječenju svega što se pojavljivalo na koži: mazala se guza beba u slučaju ojedina, perutca na glavi, manjih rana i opekline.

Opisuje rane na nogama koje su curile, od kojih je bolovao stariji svećenik, a ona ga je njegovala: ispirala je mlakom vodom potkoljenice i mazala rane bučnim uljem, navodi su bile čiste i skoro zacijelile, ali voda je često curila iz kože, to su zvali *vodena bolest*.

Koristili su često čaj od kamilice i stolisnika, kao napitak i kao lijek za sve bolesti, ako je koga što bolilo pili bi ga ili stavljali kao obloge izvana.

Imali su vanjski zahod i za brisanje poslije velike nužde su koristili svakojako lišće i poslije novinski papir. Za vrijeme menstruacije stavljale su žene između nogu krpe, prale ih na potoku i sušile za ponovnu upotrebu.

Svinjska mast se mazala protiv ušiju, jer uši „ne vole masnu kosu“. Kada je tko imao svrab, mazao se mokraćom.

Čir se liječio tako da se laneni konac omatao oko vrha, tvrdog dijela - čepa (zvali su ga *stršljen*), pa se tako vadio.

Puno je djece umiralo u prvoj godini života. Opisuje smrt djeteta u dobi od oko 3 mjeseca, imalo je rane po guzi, koža je bila sva popucana i vrlo je brzo umrlo od *frasa*.

7) ANKA K., rođena je 1921. u Jakšiću, živjela u Trenkovu, a sada živi u Velikoj.

Opisala je potanko pranje rublja i *parenje* u naročitim drvenim bačvama, koje su imale otvor pri dnu koji se štapom mogao otvarati. Priljavi veš se stavio u bačvu, a preko njega komad krpe koji se zvao *pepelja*, na nju stavljao sloj pepela („*debel kao palac*“) i po tom se polijevala topla voda, koja se preko veša cijedi do dna tj. otvora pri dnu, tu se vodu – zapravo lug ponovno zagrije i tako nekoliko puta lije preko istog pepela; veš se potom namače u toploj lukšiji najmanje pola dana, potom se pere u potoku uz pomoć daske (daska s valovitim limom) i *prakljačom*, a žene stoje u *škafu* u potoku tako da im noge budu na suhom; na kraju se komad po komad bijelog veša umakao u otopinu plavila za veš (kupovalo se u obliku tableta i otapalo u vodi), a potom se sušio i poluvlažan slagao i ravnao rukama tako da se lakše peglao.

Za štirkanje se upotrebljavao škrob od brašna ili izrendanog krumpira (brašno ili krumpir stoji u vodi i nakon otprilike sat ili dva ocijedi se voda sa otopljenim škrobom).

Prali su se svako večer, a kosu su prali svaka 3-4 tjedna sa „šamponom“ od „*friškog jajeta, kad se umuti sa malo mlake vode pjenu se ko najbolji šampon*“. Bebe i malu djecu se kupalo u drvenom koritu svaki dan. U *bešku* (kolijevku, zipku) stavljala se mala perušina, a tko je mogao kupiti imao je i gumeno platno za podplatu. Za pelene se koristilo platno od starih, ali *finijih*, ispranih plahti.

Porađale su se žene kod kuće uz pomoć seoskih babica (nju je porodila baba Janja Kožić iz Radovanaca), u poluklečećem položaju, a *parilo* se nad posudom vruće vode da se lakše porodi.

Kupovala se mast za djecu u apoteci, mazali su djecu samo ako je trebalo, tj. ako se guza zacrvenila. Tjemenjača se skidala djeci jačim trljanjem kod kupanja i brisanja.

Čaj od kamilice se često koristio kao napitak ili za razne tegobe, a čaj od žalfije kod zubobolje i uholje (ispiranje). Bosiljak se sadio oko kuće i stavljao po kući protiv miševa. Kuhali su i čaj od šipka, stolisnika i lipe, kao napitak i kao lijek („*kad se razboli proba se piti, pa kako bude*“). Sjeme od *šćavlike* se skupljalo (u vrijeme „*kad se sjeno kupilo*“) i od toga se kuhao čaj protiv proljeva za „*ljude i marvu*“.

Glavobolja se liječila čvrstim vezanjem marame oko sljepočnica, pilo se vrućeg čaja „i kada se preznoj bude bolje“.

Za lijepu kožu i kao lijek za kožu umivalo se u pjenu od svježeg mlijeka „kad se pomuze“, a isto djeluje i sirutka. Rane su se ispirale rakijom i hipermanganom.

Kada je tko imao upalu grla ili anginu povezo se topli oblog (suha krpa ugrijana na peći) oko vrata i grgljalo se čajevima ili hipermanganom i pljunilo, a dobro je bilo i polako sisati češnjak i gutati „taj sok“. Za uhololju je najbolje staviti u uho sok od lista čuvaruće. Žvale su se mazale rakijom i svinjskom masti. U *apoteci* se kupovala pomada od nevena za noć i za dan.

Kosa se udanoj ženi „ni smila vidit“, glavu se pokrivalo sa dvije marame. Ljeti kada su radile u polju, stavljale su maramu, koja je bila tako bila uštirkana da je stajala „ko šilt oko lica“. Čuvalo se od sunca da koža ne potamni.

Navodi da su mala djeca najviše umirala u proljeće od tifusa i *fraza*. Opisuje kako su državni službenici između I i II svjetskog rata obilazili sela i oboljele od tifusa izolirali u jednu kuću i „*moralo se oko kuće i zahode zalijevati krečom*“.

Bilo je i puno bolesnih od tuberkuloze. Jedna djevojčica s kojom je išla u školu (u dobi oko 10 godina), bolovala je više mjeseci, gotovo cijelu jesen i zimu, a ozdravila je (“a bila je za umrt“) jer je pila puno *rasola* od kiselog kupusa. Sjeća se kako su ljudi iz cijelog sela njenoj majci nosili *rasol*.

8) JELENA R. rođena je 1925., u Velikom Biljcu kod Čaglina, a od 1965. god. živi u Požegi.

Za mazanje dječjih guza se kupovao *kums* u ljekarni, to je bio zemljani prašak. Kada su bolile uši kupovao se *prašak za uši*. Čaj od višnjinih grančica je bio i topli napitak i lijek. Kada su koga bolili zglobovi, kod reume, bolna su se mjesta masirala svinjskom masti i zamatala lanenom krpom. Bradavice su mazali mokraćom od krmače. Kada je bolio zub, u šupljinu se stavljala sol ili šećer. Na čireve se stavljao list od *bokvice*, kupusa ili repuške (lopuha).

Zubi su se čistili ispiranjem vodom, trljali se sa soli, a grlo grgljanjem. Kosu su prali lukšijom od bukovog pepela.

Mala djeca su često umirala, najčešće u prve tri godine i ona misli da je najopasnija bolest bila hripavac.

9) KATA F. rođena je 1926. godine u Venju, a nakon udaje živi u Čaglinu.

Djeci na ojedine između nogu, a i odraslima „kad se zažigaju“ i na rane su stavljali prah iz puhare.

Kuhao se čaj od lista divlje kupine, one koja raste uz potoke i ima male plodove. Za liječenje proljeva kod ljudi i marve se koristila *kukinja*, kuhao se čaj od plodova i grančica.

Kada je koga bolila glava popio bi „kavu“ od cikorije i malo odmorio, dobra je i prava kava, ali je nisu imali jer je bila jako skupa.

Na rane su stavljali krpe s rakijom kada su je imali, a rakiju su pekli i od izrendane šećerne repe i mljevenog kukuruza (napravila bi se smjesa s vodom i dodao kvasac s malo šećera da zavri). Na rane se stavljao i prah od prženog žumanjka. Na zub kada je bolio stavljala se rakija, a u šupljinu sol.

Kada je tko bio ušljiv mazao se svojom mokraćom. Kada je kosa bila ušljiva, mazala se kosa petrolejom i isčešljavale su se uši i gnjide gustim koštanim češljom.

Sitne potrepštine i luksuzne stvari (kao što je bio mirišljavi sapun) u selo su donosili putujući trgovci, uglavnom dalmatinci.

10) MARIJA D., rođena je 1937. godine u Kršincima, a poslije udaje živjela je u Vukojevcima i u Osijeku.

Opisuje smrt svog djeteta u dobi od 2 mjeseca, sjeća se da je imalo rane po stražnjici i genitalijama, babica je savjetovala da ga pere u hipermanganu, ali bivalo je se sve gore, poslije je „*pocrnio cijeli trbuh*“, a i doktor je rekao „*da mu nema lijeka*“.

Djecu kod previjanja nisu mazali, ako nisu bila ojedena.

Rublje se pralo s *lukšijom*, a jako prljavo suđe pepelom. Sapun se kuhao jedan puta godišnje, nakon svinjokolje, od lošije masnoće (one oko crijeva). Opisuje postupak:

- „6 kg masti, 8 l vode i 1 kg „žive sode“ kuhalo se u kotlu 2 sata, sapun se podigao na površinu, pokupio se i sipao u drvene ladice, ohladio i rezao u manje kocke.“

Na rane se stavljala svinjska mast. Svinjskom masti su se masirala bolna mjesta i zglobovi. Kuhao se čaj od prženog šećera, višnjinih grančica, kamilice, cvijeta bazge, lipa i glogovog cvijeta. Bazga je najbolja za bolesti pluća, višnja kod prehlade, a lipin čaj za srce, u većoj količini može štetiti.

Ušljiva kosa se mazala petrolejom.

- „Kada je ko imo svraba išlo se doktoru i kupovala se žuta mast u apoteki.“

Na čireve se stavljao list od bokvice i crveni luk, a posebno je dobro bilo staviti *pamu* (kožicu) od guske i vrhnje.

- „*Divojka koja je imala novaca kupovala je i pomadu za lice*“ (ne zna točno kakvu, zvala se samo pomada).

Šminkalo se rumenilom od krep papira i samo je rijetko koja djevojka imala „*karmina za usta i bjelilo za lice*.“

11) OLGA D., rođena je 1936. godine u Bukovici, živi u Slatini.

Otac joj je bio obučar, tako da je odrasla u imućnijoj obitelji. Sada je umirovljena učiteljica.

Prisjeća se svog djetinjstva pa navodi kako su spavali na slamaricama u kojima se jedan puta godišnje mijenjala slama.

Imali su vanjski zahod, a poslije velike nužde se brisalo novinskim papirom (oni koji nisu imali papira brisali su se slamom). Drveni dijelovi zahoda su se ribali grubim ribačim četkama i *lukšijom* ili saponicom .

Kupali su se jedan puta tjedno, tada su i mijenjali donje rublje. Tijekom menstruacije žene su koristile posebno sašivene uloške - više puta presavijene i preštepane krpe.

Žvale su se mazale „*žutom masti iz uha*“. Manje rane su premazali svojom mokraćom. Petrolej i pripravak od žive se koristio protiv uši u kosi. Svrab su liječili svinjskom masti sa sumporom.

Jako popularan *lijek* je bila „*Alga*“ - zelena tekućina koja se kupovala u ljekarni i bila je univerzalni lijek za sve bolesti, a primjenjivala se iznutre i izvana. Sličan pripravak je bilo i „*kipon vino*“, ali on se primjenjivao više za opću slabost, anemiju i davali su ga djeci za „*pojačanje*“.

12) MATILDA T., rođena je 1951. godine, iz Bukovice.

Djetinjstvo je provela u „*zabitom i sirotinjskom selu*“, te je naučila kako se snaći i pomoći sebi i drugima s onim što je bilo pri ruci. Mnoge pripravke za čiju djelotvornost se osvjedočila svojim iskustvom koristi i danas.

Ona je porijeklom *pemica* - uobičajeni, ponekad i podrugljiv naziv za Čehe. Oni su koristili za rane *oprano mast* (mast su ispirali hladnom vodom i stavljali u malu staklenu posudu u kojoj se čuvala tijekom liječenja). Opisala je svoje iskustvo kada je

svekrvi ovakvom masti uspješno izliječila ranu od ležanja, a prethodno je bez uspjeha mazala više pripravaka iz ljekarne prema preporuci liječnika i patronažne sestre.

Često je upotrebljavala kamilicu (*bere* i običnu – pravu kamilicu i rimsku) kao čaj kod prehlade ili za obloge kod bilo kakvih vanjskih upala.

Za rane je upotrebljavala gavez – korijen se nariba i stavlja na ranu, navodi da je tako liječila i životinje. Čaj od *štavelja* koristi za ispiranje rana i kod ljudi i životinja.

Često kuha čaj od žalfije i mente kao napitak i lijek kod prehlade. Za vene i bolove u zglobovima upotrebljava se oblog od *komove* rakije u kojoj se moćio istucani divlji kesten i ružmarin ili sitno narezan bijeli luk. Kada boli zub, istruže se bijeli luk i stavi na njega.

Kada boli uho, izgnječi se sok od čuvarkuće, blago ugrije i žlicom sipa u uho. Sok od nasoljenog crvenog luka je izvrstan lijek za lošu probavu. Protiv osjećaja nemoći i slabog apetita blago se usoli smjesa sitno izrezane žalfije, koprive i luka; navodi primjer kad je tako izliječila i kozu koja je duže bila bolesna, a veterinar joj nije mogao pomoći.

Za sve upale iznutra i izvana dobar je čaj od stolisnika. Čaj od peršina je upotrebljavala za upalu mjehura (*„kad peče kod mokrenja“*). Protiv proljeva je najbolji čaj od divlje kupine.

Za naboj:

- *„Napravi se smjesa kao tijesto od brašna, germe, mladog kajmaka i vode, stavi se na gazu i time obloži bolno mjesto.“*

Kod visoke temperature se stavlja na dlanove i tabane svjež i kravlji sir. Kod glavobolje se krumpir nareže na ploške, stavi na čelu i poveže maramom. Kod gnojne angine poveže se oko vrata platnena vrećica ispunjena sa zobi ili sjemenom konoplje, treba biti što toplije, skoro vruće. Za visoki tlak (naglašava da je provjereno u praksi) treba natašte progutati jedno zrno graha *„nedozrelca“* tijekom više dana, može i tjedana, dok se tlak ne snizi.

Otkriva lijek (bajalicu) za bradavice, te navodi kako se ona na taj način *„rešila bradavica na rukama“*:

- *„Ideš putem i slučajno naiđeš na kakvu kost (ne smeš je tražit), uzmeš je i tri puta njome pređeš preko bradavice i kažeš „kako došlo, tako ošlo“ i baciš kost preko glave i ne okreći se! Bradavica brzo nestane, al nećeš znat kad je nestala, samo ćeš jedan dan vidit da je nema.“*

13) MARIJA K., rođena je 1922. godine u Čepinu, sada živi u Bizovcu, a veći dio života proživjela je na pustari Mala Branjevina i u Josipovcu

Nikada (do sada kada živi sa sinom u modernoj kući u Bizovcu) nije imala tekuću vodu. Upotrebljavala je samo domaći sapun. U laboru se pralo svaki dan, a subotom se kupalo i pralo kosu u koritu. Kosa se prala s *lugom*.

Imali su vanjski zahod („*ali nisu ga imali svi, neki su išli kojekud u zadnji dvor, svinjac, štalu*“), a poslije velike nužde se „*brisalo šuškom, kucenom, lišćem, krpom*“. Tijekom menstruacije se koristio pojas preko kojeg se presavila duža krpa koja je bila između nogu (gaće se nisu nosile). Te krpe su se prale, iskuhavale i ponovno upotrebljavale.

Porađale su se žene kod kuće (ona je rodila osmero djece, a samo jedno u bolnici – bilo je jako veliko 5 i po kila, pa su je u trudovima vozili konjskom zapregom u Osijek) uz pomoć seoske babice. Babica je vezala pupak debelim koncem, a posteljicu su zakopali u bašći („*di se ne oda*“). Žena je bila pošteđena od posla samo par dana poslije poroda.

Dijete su kupali svako večer, samo u vodi. Pelene su bile od krpa, dijete je ležalo na *strožici* (slamarici), a svakih par dana slama se morala mijenjati. *Tjemenicu* su skidali uljem, koje se mazalo par sati prije kupanja, potom su isčešljavali ljuske gustim češljem.

Mala djeca su često imala čireve. Nisu ih posebno liječili, oprali bi vodom i istiskivali. Kod visoke temperature mazali su tabane, dlanove i čelo istučenim bjelanjkom. Kod gnojne angine stavljao se topli ručnik oko vrata, vrat se stisnuo i podigao da „*mandule puknu i iscure*“.

Za sve bolesti se kuhao čaj od *ondrmentla* (brala se cijela biljaka sa korijenom i sušila). Kuhao se i čaj od titrice, lipe, cvijeta bazge i višnjinih grančica.

Na manje rane stavljala se sitna mljevena paprika (i slatka i ljuta). Na zagnojenu ranu se stavljala *bokvica*. Na *žvale* su stavljali mast iz uha. Upaljene oči su ispirali čajem od kamilice.

Cure koje su imale prišteve po licu mazale su se svojom mokraćom i prale sapunom. Žene se nikada nisu brijale, niti kada su u starosti imale brkove. Ona se nikada nije mazala kremom za njegu. Ljeti se „*čuvalo sunca koliko se moglo*“, stavljao se list *lopuha* ispod marame.

Kada su bili ušljivi kosu su zaprašivali DDT praškom i mazali su petrolejem.

Kod proljeva pili su čaj od kukuruzne svile. Na ojedine kod djece i odraslih se po ljeti stavljala sitna prašina sa *druma*. Zanoctice su jako bolile, nisu znali čime bi liječili, pa kad se već vidilo *belo*, prorezalo se škarama ili vrhom noža.

Lijekova iz apoteke u kući nisu imali, jer su bili jako siromašni. Kada je koga šta bolilo, malo se odmorio i čekao da prođe, samo za jako ozbiljne bolesti ili ozljede se išlo doktoru u Čepin ili Osijek, i to konjskom zapregom.

Rublje se pralo s *lukšijom*, a štircao se krumpirovim škrobom (izrendani krumpir se namočio vodom, nakon par sati se ocijedila voda – *štirka*).

14) KATICA I., rođena je 1940. godine, iz Andrijaševaca.

Živjela je cijeli život u selu koje je imalo doktora, ali njemu se išlo samo u velikoj potrebi, jer ga se plaćalo. Od kada pamti imali su zahod, koji se nalazio u *zadnjem dvoru*. Poslije velike nužde su se brisali „*koječime, šuškom dok je mekana, liščem, krpama i najviše sa kopatučima*“.

U jamu u koju je padao izmet su stavljali slamu, te su sve skupa povremeno izbacivali kroz poseban otvor, zatvoren daskom koja se dizala, na *đubre*. Za tu svrhu su imali naročitu alatku, načinjenu od starog vojničkog šljema pričvršćenog na motku.

Uzgajali su ovce pa su puno vune prerađivali i koristili je u izradi odjeće i posteljine. Pokrivali su se vunanim jorganima. U dječje *kolevke* stavljali su male slamarice na koje su stavljali voštano ili gumeno platno. Žene su šivale pelenice i dječju odjeću od tkanine koju su kupovale posebno za tu svrhu. Kod previjanja su djecu posipale dječjim puderom kojeg su kupovale u ljekarni.

- „*Jako smo puno koristili hipermangana, kad god je šta bilo na koži ili se grgljalo kad se upalilo grlo ili doli kad je svrbilo.*“

Sjeća se da njena baka nije mogla nositi crne vunene čarape, nego je uvijek ispod oblačila neke bijele, imala je „*kraste po nogama, ispirala je hipermanganom i mazala mašču*“. Za bolove u zglobovima stavljala se zgnječena kopriva na bolni zglob. U kući je uvijek bilo *Alge* i koristila se za sve bolesti i iznutra i izvana.

Imala je bradavice na rukama i izliječila se ovako:

- „*Kad mlad mesec izajde, stani pod njega i otresi rukama i kaži: mladi mesec idi gori, a moje bradavice doli.*“

Bradavice su bez trage nestale, za par dana, ne zna kad se točno to dogodilo, samo je primjetila da ih nema.

15) MARIJA L., rođena je 1942. godine u Prkovicima, a duže vrijeme živi u Andrijaševcima.

U Prkovce nije dolazio doktor, pa se samo u velikoj nuždi išlo zaprežnim kolima do Andrijaševaca ili u Vinkovce.

Imali su vanjski zahod, a poslije velike nužde su koristili najčešće *patrljice* (*kofure, patuče, kucne ili kocene* – navodi da je svako selo drugačije zvalo). Tijekom menstruacije koristile su naročito složene krpice od flanela, a starije žene koje nisu nosile gačice brisale su se *krilcima*, platnenom podsuknjom, koju su onda svakodnevno prale.

Rublje su prale u lugu, u buretu koje se zvalo lužnica. Lugom se pralo i jače zaprljano posuđe. Ribalo se i pijeskom, ako je nešto zagorilo.

Kosa se prala 1-2 puta mjesečno s žumanjkom, a ispirala kišnicom ili bunarskom vodom sa malo octa.

Hipermangan i *Burov oblog* koristio se jako često i za sve - od oteklina zglobova do rana i upala.

- „*Jako je velka sramota bila ko je bio žvalav, mama mi je uvek davala čistu krpicu da se brišem oko usta. Ako je neko imo žvale mazo je sa onim žutim iz uva.*“

Ako je dijete bolilo uho, stavaljalo mu se u uho par kapi njegove svježe mokraće. *Bokvicu* se stavljalalo na rane i čireve. Na čireve se još stavljalao crveni luk i „*ukislo mliko na krpicu pa privilo na čira*“.

Otac joj je bio lovac, pa su uvijek u kući imali salo od divljeg zeca, koje se stavljalalo na uboj, „*svi smo odali bosu po letu, pa se uvik nabolo ili našpranjilo na nješto*“.

Za grlobolju kuhao se čaj od kukuruznog kucena i grgljalo se i pilo. „*Polipne*“ u nosu se *parilo* čajem od preslice. Na zub kad je bolio stavljalala se rakija, poslije se ispljunila. U šupalj zub se stavljalao tamjan. Trahom se liječio oblogom od čaja stolisnika.

Da dijete spava davalo mu se čaja od makovica (čahura od ploda maka) i sjeća se jednog slučaja kada je majka dala takav čaj djetetu koje je bilo jako iscrpljeno i klonulo od bolesti i ubrzo je umrlo

- „*Ta si žena to nikada ni oprostila, a možda je umrlo od bolesti a ne od maka, al eto ni mogla znati.*“

Za proljev su kuhali čaj od cijele biljke čička. Kuhali su čaja, kao napitak i u bolesti: od šipka, lipe, cvijeta bagrema i grančica višnje. Šećara su imali, jer su „predavali repu i dobivali za nju šećera“ u šećerani.

Rakiju su pekli od šljiva, ali i od šećerne repe. Za liječenje (obloge) su najčešće koristili *komovicu*.

16) IVAN M., rođen je 1926. godine, živi u Zakorenju. Sebe i druge je uspješno liječio s nekoliko biljnih pripravaka.

Kopriva (cijela biljka s korijenom, svježa ili suha): 1/2 l vode se zakuha i stavi dvije jušne žice izmrvljene koprive i zagrijava, ali da ne kuha, 15-20 minuta. Ostavi se da prenoći. Pije se polako, kvaseći usta i grglja oko 2 dl, dva puta dnevno. Navodi da je tako izliječio peludnu alergiju, žagaravicu i ranice u ustima.

Stolisnik, pripravlja na isti način, a bere i cvijet sa desetak centimetara stabljike. Njime liječi bolesti želuca, pojačanu kiselinu i žgaravicu.

Na isti način kuha čaj od imele koju je ubrao tijekom zimskih mjeseci, a najbolja je s hrasta. Bobice su otrovne, ali su jako dobre za smrzotine na rukama. Izgnječe se i nježno utrljaju u kožu. Čaj od imele smatra lijekom za osnaživanje kod svih slabosti i bolesti.

17) KATA K., rođena je 1930. godine u Dalmaciji (Čičevci), a živi u Breziku. Njezini roditelji su u Slavoniju došli iz Dalmacije.

Sjeća se da su uvijek imali vanjski zahod. Stražnjicu su nakon nužde brisali papirom. Imali su starih novina, jer je otac redovito kupovao novine. Sadržaj zahoda su praznili na *đubre*.

Do šezdesetih godina prošlog stoljeća nisu imali tekuću vodu, a tada su počeli nabavljati hidrofore i u selima. Prali su se svako veče, a subotom su se kupali. Upotrebljavali su domaći sapun za pranje tijela, kose i rublja. Tijekom menstruacije su žene koristile *binde*, naročito sašivne pojase za koje se pričvršćivao „*uložak od preštepanih flanelskih krpa*“.

Žene su se porađale kod kuće uz pomoć seoskih babica, a to su bile iskusne i vješte žene, ali nisu bile školovane. Djecu su kupale svaki dan u čistoj vodi bez ikakvih dodataka, a previjale su ih pelenama koje su pravile od starih *ponjava*. Mazali su ih samo svinjskom masti, i to u slučaju ojedina. *Tjemenicu* su skidale tijekom kupanja, trljanjem grubljom krpom i isčešljanjem gustim češljem.

Sjeća se da su djeca umirala u ranoj dobi (do tri godine) od *frasa*. Kada su imali visoku temperaturu, i djecu i odrasle su liječili oblozima od prohladne vode s malo octa.

Pili su čajeve od kamilice, lipe, bagrema, bazge i šipka. Misli da su ljudi nekada bili puno zdraviji. Ne sjeća se da je netko u njenoj kući imao svrab, ali zna da su ga drugi liječili masti sa sumporom. Uši su imali, a u tom slučaju su vlasište mazali petrolejem i stavljali maramu preko noći, a ujutro prali kosu lugom i iščešljavali gustim češljem. Zube su prali mućkanjem vode u ustima, a poslije i *keficama*.

Na veće rane su privijali pougljenu krpicu sa svinjskom masti. Opisuje postupak:

- „*Lanena krpica se stavi na šporet dok ne pocrni, namaže se svinjskom masti i čvrsto privije na ranu, ne previja se najmanje 5 dana.*“

Opisuje i postupak vađenja cerumena iz uha:

- „Na vreteno se zamota lanana krpica i vrh stavi u uho, vanjski kraj krpice se zapali, polako gori i kad dođe do uha ugasi se. Ostavi u uhu još neko vrijeme i kad se izvadi, s unutarnjim krajem izađe i cerumen.“

18) MARGITA B., rođena je 1927. godine, iz Vardarca. Mađarica je i cijeli život živi u Baranji.

Njena obitelj je oduvijek imala vanjski zahod, bio je drveni i nalazio se u dvorištu uz *đubre*. Nakon nužde su se brisali lišćem, slamom, kumušinom, a poslije novinskim papirom. Spavali su na slamaricama, a pokrivali su se perinama.

Prali su se svakodnevno, a subotom su se kupali. Koristili su samo domaći sapun. Sada koristi šampon za kosu, ali misli da je sapun bio bolji. Nikada nije koristila kreme za njegu kože. Kada je koža na rukama bila gruba mazali su je svinjskom masti.

Navodi da ljudi nisu baš bili bolesni, a kad se tko loše osjećao, malo bi se odmorio, popio čaja od šipka, bazge, ili kamilice i ubrzo nastavio svakodnevne poslove.

Doktora nije bilo u selu, a rijetko tko je išao doktoru u Beli Manastir. Nikakvih lijekova u kući nisu imali. Kada je neka „*cura imala prišteve po licu*“ mazala se krastavcem, rakijom komovicom ili, ako je imala, limunom. Bradavice su mazali rospasom („*travom koja žuto cvate i ima crveni sok*“). Kada je koga bolilo uho liječili su čuvarkućom - nagnječili bi listić i stavili u uho. Manje rane su „*popišali*“. Na mjesta uboda insekata su stavljali metalnu žlicu ili mokru glinu.

Djevojke su sve bile lijepe i bilo je samo važno koja će se „*bolje obući*“. Muškarci „*koi su držali do sebe*“ su pazili da budu čisti i obrijani.

19) MARIJA M., rođena je 1920. godine, iz Valpova.

Kazivačica je živjela u neposrednoj blizini dvorca grofovske obitelji Norman-Pradau, te je puno njenih sjećanja iz djetinjstva povezano s utjecajima ove obitelji na život sugrađana. Opisivala je kako su se grofica i kontese brinule za siromašane i bolesne. Pomagale su i materijalno i savjetima. Kada je bilo potrebno omogućavale su i liječničku pomoć. Liječnik je bio u Valpovu, ali je bio skup, pa se rijetko, samo u najvećoj nuždi, tražila liječnička pomoć.

Imali su bunare, a tekuću vodu su imali tek kada su kupili hidrofor, sedamdesetih godina prošlog stoljeća. Zahod je bio vanjski, brisali su se poslije nužde starim krpama, papirom, ako ga je bilo, ili ljeti lišćem i kumušinom.

Prali su se svakodnevno, a kupali jedan puta tjedno, zimi rjeđe. Zube baš i nisu prali, malo su „*promuljali usta vodom ili rakijom*“, tek kasnije su kupovali četkice za zube i *kalodont*.

Kosu su prali jedan do dva puta mjesečno, sa sapunicom ili lugom. Ispirali su je kišnicom. Sapun su sami kuhali od svinjske masnoće („*one, oko creva*“) i sode. Taj je sapun bio jako dobar za pranje rublja, ali češće su ga prali lugom.

- „*U bure se složio prljavi veš, preko njega stara ponjava, na ponjavu se sipao pepeo, pa vrelo voda. U takvoj vodi je veš stajao, nekada i preko noći, pa se iskuhavao u kotlu i ispirao.*“

Spavali su na slamaricama, a pokrivali su se perinama i dekama. Za vrijeme menstruacije žene su imale binde i uloške od krpa. Djecu se kupalo svakodnevno, a nisu ih mazali kod previjanja, ako nije trebalo. Po potrebi, („*ako se guza zacrvenila*“) mazali su svinjskom masti.

- „*Deca do godine dana su puno umirala od visoke temperature i frasa.*“

Pili su puno čaja od višnjinih peteljki i sitnih grančica.

Upitana o ljekovitom bilju prvo je spomenila oleander. Napomenuto je da je to otrovna biljka, no rekla je da zna i ispričala priču koju je čula od starijih („*to su znali svi u Valpovu i okolici.*“) – tijekom I. svjetskog rata supruge su svojim muževima slale pakete na front. Kada bi neki od tih vojnika poručio da mu pošalje „*ono*“ to se odnosilo na određeni pripravak, odnosno čaj od oleandera. Oleander je otrovna biljka, to su znali. Žene bi skuhale čaj i izlile ga u pivsku bocu, tako da se mislilo da suprugu šalju pivo, a zapravo se radilo o ovoj vrlo riskantnoj tekućini. Žene nisu znale točnu koncentraciju, pa je rizik bio vrlo velik. Prema priči gospođe Marije, vojnik na frontu koji bi to popio je „*il požuteo pa došo kuć, il se nadunio i umro*“. Ona je poznavala djecu

jednog takvog nesretnika, za koju je poslije njegove smrti brigu preuzela grofovska obitelj.

Sve rane su mazali rakijom komovicom i svinjskom masti. Ne sjeća se da je imala uši ili svrab, niti da je tko imao kakvu kožnu bolest.

- „O bludobolnim se znalo, al se ni puno divanilo.“
- „Lekova u kući ni bilo, a ni ni trebalo, svi su bili zdravi.“

Nikada nije koristila kreme za njegu kože. Nekada su djevojke znale malo „nafarbat usta krep papirom.“ Sada koristi samo šampon za kosu i sapun, drugo joj, kaže, ne treba.

20) ANA S., rođena je 1920.godine, iz Petrijevacu. Preci su joj uglavnom *švapskog* porijekla, a živjela je sa svekrvom koja je doselila iz Like i od nje je puno naučila. Navodi da je svekrva bila vidovita i da su je poštovali u selu kao mudru ženu. Znala je kad će umrijeti, okupala se, obukla i pozvala djecu da se oprostite od nje i te noći je umrla. Sjeća se kako je svekrva neke nedaće i bolesti komentirala riječima: „*E moj sinko, što se s kim rodi to s njim hodi*“. Na takav je način i živjela, prihvaćala je teškoće koje nije mogla promijeniti i nikada nije kukala. Sinovi su nizmjenice, po nekoliko godina išli raditi u Ameriku.

Od nje je čula kako je život u Lici bio jako težak. Tamo nije bilo zahoda, a doktora nitko nije vidio cijelog života. Žene su se porađala same uz pomoć drugih žena. Odjeća i pokrivači (taj lički pokrivač je zvala *biljac*) su se pravili od grube vune. Nikada nije bila bolesna. Sjeća se da je savjetovala kada je koga bolio trbuh, da popije malo jake rakije u kojoj je prokuhan biber i pelin.

Nadalje opisuje svoja sjećanja i navodi da nekada ljudi nisu bili bolesni. Ponekad su djeca umrla u vrlo ranoj dobi od *frasa*, hipavca i ospica. U selu je bila ambulanta i doktor, odmah nakon rata (II. svjetskog rata), ali nije se često tražila njegova pomoć.

Većina kuća je imala vanjski zahod, koji je uglavnom bio „*u zadnjem dvoru uz đubre*“, gdje se i prazio. Zahod je bio drveni i redovito se ribao lukšijom ili sapunicom, a zidovi su se *krečili*. Stražnjica se brisala papirom, kad ga je bilo, ili kumušinom, a najčešće *kucenom*. Zahod nisu imali oni koji su bili „*jako siroti, oni su išli kud god, na đubre, štalu, svinjac*“. Žene su za vrijeme menstruacije nosile *binde*, presavijene krpe pričvršćene *panjtljikama* na pojas. Krpe su prale i ponovo koristile.

Porađale su se kod kuće, a pomagala im je babica. Bilo je i školovanih babica, ali bilo je jako dobrih i sposobnih priučenih žena. Posteljica se poslije poroda zakopala „u bašći, tam di se nije sijalo“. Pelene su pravile od starih ponjava ili flanela. Djecu su kupale svaki dan, *tjemenicu* skidale uljem i gustim češljem. Nisu mazali guze kod previjanja, ako nisu bile crvene. Odrasli su se svako veče oprali u lavoru, a jednom tjedno se kupalo u *koritu*. Imali su samo domaći sapun, kojeg su kuhali od svinjske masnoće i koža, i sode. Kosu su prali s lugom, a ispirali kišnicom, u koju su nekada dodavali malo octa. Nikada nije mazala lice kremom za njegu.

Ne sjeća se da je tko imao nekakve kožne bolesti. Kad je tko imao uši mazala se glava petrolejem ili DDT praškom. Sve rane ili ojedine su mazali *komovicom* i svinjskom masti. *Komove* obloge su stavljali i kad je bila visoka temperatura ili kad su boljeli zglobovi. Uvijek su imali ulja sa *ščaveljom*, njime je mazala ranice na koži svinja da se ne *ucrvaju*.

Kod proljeva kod ljudi ili životinja je najbolji bio čaj *od gunje lista*. *Titricu* su jako puno brali i za otkup, a iza vlastitu upotrebu. Koristili su je za sve bolesti izvana i iznutra:

- „oči ak su bile crvene, doli ak' je svrbelo, pila se ak' je kome bilo zlo“.

Djevojke su se, ako su imale prišteve po licu, mazale krastavcem, kvascem ili *komovicom*. To nije nikoga posebno smetalo. Kosu su samo nekada *brenzovele* ili namatale na krpice da budu „*velnaste, a da frizura bolje stoji mazala se pivom ili šećernom vodom*“. Kako se starilo „*cop je bio sve tanji*“, ali se nosila marama, pa to nije nikome smetalo, a „*bilo je koje su imale brkove ko muški*“.

21) VLATKA Š., rođena je 1940. godine, porijeklom iz Bosne, iz Livna, živi u Petrijevcima. Tijekom II. svjetskog rata njena majka je s više obitelji iz njenog kraja pobjegla u Slavoniju, u Bogdanovce, potom su se preselili u Višnjevac, a nakon udaje ponovno se vratila u Bosnu. Od šezdesetih godina prošlog stoljeća živi u Petrijevcima. Njen djed je radio u Belgiji, tako da su i u Bosni imali veću kuću s vanjskim zahodom, što većina nije imala.

Žene su se tamo porađale u kući uz pomoć starijih iskusnijih žena. Ona se s trećim djetetom porodila potpuno sama. Sama si je priredila sve za porođaj, zavezala je i odrezla djetetu pupkovinu i sama ga okupala.

Prisjeća se i loših običaja da se bolesnika s visokom temperaturom utopli, pa tako opisuje događaj kada je „*dečko od 16 godina skoro umro dok ga nije nekako*

odbavila 20 km udaljenom doktoru“. Ona je i tada znala da ga je trebalo hladiti oblozima, ali je bila premlada da bi se smjela suprotstaviti starim običajima.

Stari lijek za sve rane i kožne bolesti je: laneno sjeme prokuhano u *ozimačnoj vareniki* (mlijeko krave koja se nije telila godinu dana). Sjeća se i događaja kada se član obitelji teže ozlijedio, odmah se klalo janje, jer se na ranu stavljala svježa janjeća koža. Nije se skidala tjedan dana, te navodi da je rana u potpunosti zacijelila. Tako se postupalo i sa opeklinama. Na manje rane se stavljala svinjska mast s ugljenim prahom.

Bradavice je zavezala koncem, pocrnile bi i otpale.

Vjeruje u moć molitve i Božju pomoć. Posvjedočila je o čudesnom izlječenju svetom vodom svetog Ive iz Podmilača. Njezin rođak izliječio se od kožne bolesti (*„crvenilo sa prištićima na tijelu, koje nisu mogli izliječiti ni doktori u Njemačkoj“*), namazavši se tom vodom.

22) MARIJA K., rođena je 1937. godine, iz Slatine. Majka joj je bila Mađarica ,a otac Slovenac, te je tijekom djetinjstva često boravila kod bake u Mađarskoj.

Iz tog perioda sjeća se majčinih priča o očevoj bolesti – tuberkulozi, koju je dobio tijekom *vojnikanja*. Tada nije bilo lijekova pa je djed prodao kravu i poslao novce rođaku u Ameriku da mu *pribavi* penicilinski lijek za liječenje (jedna ampula lijeka je koštala koliko i krava). Nisu bili siromašni, ali ni osobito bogati, pa je njihov higijenski standard za ono doba bio bolji od uobičajenog.

Tekuću vodu i hidrofor su imali od 1956.godine. Imali su zahod u sklopu kuće, ponekad su kupovali i toaletni papir, no većinom su koristili stare novine i papir od vreća. Za pranje tijela su najviše koristili domaći sapun, a za kosu lug, to su i inače bila osnovna sredstva za čišćenje u domaćinstvu. Tijekom menstruacije su žene koristile vatu i gazu koju su kupovale u ljekarni. Gazu su prale, iskuhavale i glačale te višekratno koristile. Za dječje pelene koristile su se mekane flannelske krpe. Za njegu kože i manje ozljede su uvijek koristili svinjsku mast i rakiju. Baka Mađarica je sve liječila vrućom vodom sa različitim dodacima - sol, ocat, ljekovite biljke. Navodi da je ona izliječila oca od tuberkuloze mješavinom *rasola*, sirutke i plijesni sa pekmeza. Sjeća se da je tijekom II. svjetskog rata preboljela tifus kojeg je dobila jer ju je otac, želeći ju zaštititi od hladnoće, prekrpio *šinjelom* koji je bio pun ušiju.

Ponekad su kupovali i kreme za njegu u ljekarni. Poslije II. svjetskog rata, obzirom da je bila primjereno školovana, radila je u ljekarni desetak godina, poslije kao

nastavnica u školi. Iz vremena ljekaričkog službovanja sjeća se najprodavanijih pripravaka za vanjsku primjenu: otopine alkohola, hidrogena, joda, *Burov oblog*, borna kiselina, *gencijane violet* i vrlo često korištenog praha za spravljanje otopine hipermangana. Bilo je svega nekoliko masti i krema za njegu kože, a najviše se prodavala dječja krema i dječji sapun. Tada se često koristila sulfonamidska i penicilinska mast za liječenje. U ljekarni je bio veći izbor čajeva, no ljudi su tada većinu bilja sami ubirali. Ponekad su kupovali sljezov korijen, crni, indijski, ruski čaj i valerijanu. Sjeća se dobro prodavanog pripravka *Alga*, koji se koristio „za sve, i iznutra i izvana“, *Kina* kapi sa željezom za slabokrvnu djecu i neizbježnog ribljeg ulja za sprečavanje rahitisa.

Bradavice i kurje oči su se odstranjivale mazanjem *esencom* i privijanjem komadića slanine, a sjeća se i uspješnog liječenja premazivanjem tintom i previjanjem nepropusnim flasterom. U ljekarni su se mogle kupiti salicilne kapi za kurje oči i bradavice. Svrab su liječili sumpornim mastima, a uši su uništavali DDT praškom i petolejom. Akne su se isušivale alkoholom, rivanolom, hidrogenom i otopinom hipermangana.

Usnu šupljinu i zube su čistili ispiranjem vodom, rakijom ili nekim čajem, kamilicom ili žalfijom, a tek kasnije su kupovali zubne paste. Šamponi za kosu su se prodavali u ljekarnama oko 1960. godine, bili su u obliku praška za *blondinke* i za *crnke*, a kasnije su bili tekući, najčešće od koprive, breze, jajčani, a bilo je i ulja za njegu kose od oraha i čička.

Navodi da su većinu lijekova magistralno pripremali tako da je to bio vrlo zahtjevan posao, puno teži nego što je danas.

Žene su i nekada brijale dlačice s nogu, prepona i pazuha. Radile su to žiletima i sapunicom.

23) Mihael. M., rođen je 1929. godine u Varaždinu, sada živi u Slatini.

Živio je u vrlo skromnoj obitelji. U gradskoj sredini gdje je odrastao mogle su se kupiti sve higijenske potrepštine, kao što su toaletni papir, sredstvo za pranje zuba, sapun, ali su bile skupe. Koristio se domaći sapun, kuhan od svinjske masnoće i lužine, a umjesto *kupovnog* toaletnog papira koristio se stari papir od *bilo čega*, npr. od starih vreća ili novnski papir, a po ljetu i prikladno lišće.

Cijeli radni vijek proveo kao ing. šumarstva u papučkim šumarijama, te je dolazio u kontakt sa šumskim radnicima iz tog područja. Sjeća se da su radnici u šumi kada bi

se ozlijedili, ranu prelili rakijom, ako su je imali, ili isprali svojom mokraćom. Ponekad su na ranu stavljali prah iz gljive puhare ili brezove gube, od biljaka su koristili trputac i stolisnik.

Sjeća se da je čuo kako su stari ljudi na bradavice i kurje oči stavljali prerezanu lukovicu medvjedeg luka – *srimbuša*, i mrazovca. Opisao je i vrlo interesantan način primjene: odrezala se ploška slanine, načinila rupica, tako da je bradavica bila u tom otvoru, a na nju se stavljao komadić lukovice i sve prekrilo još jednom ploškom slanine, te se zavilo lanenom krpicom. Previjanje se ponavljalo jedan puta dnevno ili svaki drugi dan, dok se bradavica ne bi razmekšala i ogulila.

Grupni razgovor sa 4 žene iz Petrijevac:

24) JELISAVETA F., rođena je 1941. godine, u Bolmanu.

25) MARICA D., rođena je 1933. godine, u Zagorju (Macelj).

26) ANA N., rođena je 1933. godine, u Petrijevcima.

27) LATINKA Ž. rođena je 1951.godine, a do udaje je živjela u Vojvodini.

One su opisale život u mjestima odakle su doselile kao jako siromašan i oskudan, ali razlike su bile značajne. Zahoda u Zagorju nije bilo, niti se tamo kuhao sapun, a u Baranji je bilo i zahoda i sapuna. No, uglavnom su govorile o iskustvima u selu u kojem žive gotovo cijeli život.

Poslije nužde se brisalo *kumušinom*, *kucenjem* ili papirom, ako ga je bilo, rezali su upotrebljene papirante vreće.

Spavalo se na slamaricama, a slama od raži je najbolja, jer se ne *zgvala* tako brzo kao od drugih žitarica. Pokrivalo se perinama i dekama. Imali su bunare, a hidrofore su kupovali kad je tko mogao, šezdesetih i sedamdesetih godina prošlog stoljeća. Pralo se svaki dan u lavoru, a kupalo se subotom. Koristio se domaći sapun i lug. *Lukšijom* se prao veš. Nekada se zubi nisu prali, samo se malo promućkala voda ili rakija u ustima, a ponekad su se trljali ugljenom od lipe, solju ili sodom bikarbonom da budu bijeli. Nitko nije mazao kožu ako nije bilo potrebe.

Svrab su liječili sumpornom masti iz apoteke, a uši petrolejem. Svinjska mast je bila lijek za rane, upale kože ili se mazala na prsa kad je netko kašljao ili teško disao. Bolja je guščja, pačja ili zečja mast, ali svinjska je bila uvijek dostupna. Rakija *komovica* je bila omiljeno sredstvo za obloge kod temperature, bolova ili rana. Stavljala se i na zub kad bi bolio. U šupalj zub se stavljalo zrno bibera. Proljev se liječio čajem od „*gunje lista i šćavelja*“. Manje rane se *popišalo*. U Zagorju su na ranu stavljali list od šumske

ciklame, „*onom roza stranom*“. Na zagnojene rane se stavljalo malo izgnječeni list od *bokvice* i svinjska mast.

Najčešće su kuhali čaj od titrice, lipe, šipka, bazge, bagrema, a ponekad i od majčine dušice i preslice.

Lijekova u kući nisu imali, ponekad su kupovali *Algu* i upotrebljavali su je za sve bolove (par kapi na kocku šećera ili u čašu vode) i izvana, za obloge. Mjesto uboda insekata se namazalo blatom. Bradavice se mazalo kredom, privijala se kora od limuna ili naranče, a znaju i za *vračku*:

- „*Kad naiđeš na crknutu žabu namaži bradavice i baci žabu preko glave i ne okreći se.*“

Grupni razgovor sa 18 žena u Iloku

Časne sestre iz Iloka su organizirale susret s nekoliko starijih žena. Obavijestile su ih da će se razgovarati o nekadašnjem načinu života. Iznandujuće, pojavilo se 18 žena, različite dobi (od 50 do 75 godina). Porijeklom su iz Dalmacije, Bosne, Hercegovine, Zagorja i nekoliko iz Iloka. To je bio razgovor, poput „okruglog stola“. Žene su se nadopunjavale, poticale i same uočavale razlike i sličnosti obzirom na porijeklo. Mlađe su se prisjećale priča svojih baka, a starije su iznosile svoja sjećanja.

Krajeve iz kojih su doselile, opisuju kao neusporedivo siromašnije i zaostaliye u odnosu na Ilok. Tamo nitko nije imao zahod, nije se kuhao niti domaći sapun, a voda je bila teže dostupna (donosila se sa izvora i potoka). Žene su se same porađale, uz pomoć starije iskusnije žene. Poslijeporođajna pošteda od teškog fizičkog rada je vrlo kratko trajala. O tadašnjoj higijeni za vrijeme menstruacije nisu puno pričale („*nismo imale ničeg i snalazile smo se kako smo znale*“). Djecu su previjale krpama, a one koje potječu iz Bosne i Hercegovine navode da su imale tanje tkane vunene pelene i to samo 4-5 komada.

Zanimljiv je bio razgovor o ljekovitom bilju, jer su se nadopunjavale i na neki način izmjenjivale informacije i iskustva. Nesporazumi su se dešavali kada su se spominjala imena biljaka, primjerice starije žene iz Hercegovine nisu poistovjećivale *slavonski stolisnik* i *hercegovačku* hajdučku travu misleći da je to neka slična biljka, ali sigurno manje ljekovita nego ona iz krša.

Slijedi niz pripravaka koje su koristile, a neke koriste i danas:

Kosa se prala lugom, sapunicom i upjenjenim svježim jajetom. Ispirala se kišnicom i čajem od kamilice i koprive.

Upaljene oči se ispiru čajem od kamilice. Uši se od cerumena čiste tuljcima od papira ili krpice omotane oko drvenog štapića kojeg se stavi u uho i zapali vanjski kraj i ugasi se kad dođe do kože. Kada boli, u uho stavi se komadić slanine, ili nakapa sok od čuvarkuće ili iscijedi sok od malo poprženog luka. Zubi se izbjeljuju ugljenom, sodom bikarbonom, limunom i soli. Kad boli zub stavi se u šupljinu tamjan ili komadić slanine ili se na njemu drži ljuta rakija.

Kod upale grla stavlja se na vrat oblog od bjelanjka ili list kupusa sa svinjskom masti ili oblog od kuhane rajčice. Stavlja se i tanko narezana slanina.

Kod visoke temperature treba stavljati obloge od vode s octom ili *komove* rakije na tabane i dlanove, može i na prsa. Na prsa se stavlja i novinski papir namazan mašću, svinjskom ili guščjom.

Čičkova trava (sitni čičak) je dobar lijek za hemeroide. Skuha se čaj od cijele biljke i *pari* se, poslije se ne briše, treba čekati da se osuši. Isti čaj, samo ne vruć, je dobar i za rane. Na rane, naročito ako krvare stavlja se prah iz gljive puhare ili čaj od stolisnika. Na zagnojene rane stavljale su se izgnječene bobice abdovine. Zagnojeni prst se treba umakati u što topliji, skoro vruć lug (koliko se vruće može izdržati).

Za proljev i grčeve u trbuhu dobar je čaj od bokvice (cijet i list), zatim čaj od stolisnika i pelina. Protiv zatvora može se piti čaj od lista peršina. Za topli napitak često se kuhao čaj od šipka, kamilice, bazge, bagrema, lipe i višnjinih peteljaka.

Na bradavice se stavlja sok od rospasa, smokvinog lista, maslačka, mazale su se kredom, benzinom i razređivačem. Kada se nađe novčić na raskršću treba ga prisloniti na bradavice i baciti preko glave i ne okretati se, nestat će bez traga.

6. RASPRAVA

6.1. HIGIJENA I NJEGA

Higijena obuhvaća postupke usmjerene na očuvanje zdravlja i sprečavanje bolesti. Termin higijena odnosi se na veliki broj ljudskih djelatnosti od osobne razine do društvenih djelatnosti: osobna higijena, higijena stanovanja, higijena rada, školska higijena itd. U osobnu higijenu spadaju postupci održavanja čistoće pojedinih organa ili organih sustava: zubna higijena, higijena kože, kose, noktiju, intimna higijena itd.

Osobna njega je širi pojam od osobne higijene i odnosi se na održavanje dobrog i poželjnog izgleda, koje ne mora biti nužno i higijensko. Ističe se potreba tjelesne, mentalne i duhovne higijene i njihova međuovisnost.

Higijena odnosno postupci za njeno održavanje su određeni povijesnim i kulturnim okvirima. Postupci koji u jednom narodu čine poželjne aktivnosti u očuvanju zdravlja i ljepote, u drugih mogu izazivati gađenje. Načelno, ove radnje su održane u nekoj kulturi tijekom dugog povijesnog empirijskog filtriranja.

Higijena je suvremena zamjena za kult *Higije*, dražesne boginje koja je nekada bdjela nad zdravljem Atenjana. Higija je vjerojatno bila personifikacija Atene, božice razuma. Poistovjećuju je i sa zdravljem, ali ona nije imala posla s liječenjem bolesnika. Bila je čuvar zdravlja i simbolizirala je vjeru da razuman život garantira zdravlje. No ljudi, po svojoj prirodi, u slučaju neke tegobe radije se obraćaju ljudima koji liječe nego onima koji savjetuju razuman način života. Tako je prvi liječnik, Asklepije, postao božanstvo svojom slavnom kirurškom vještinom i znanjem o isjeliteljskoj moći biljaka. Higija je degradirana u njegovu pratilju, u kojoj je bila i *Panaceja*. Ona je popularnija i poželjnija od Higije, njezin kult živi i danas - svi žele i vjeruju da postoji lijek protiv svih bolesti. Mitovi o Higiji i Asklepiju simboliziraju beskrajno kolebanje između dvaju različitih pravaca u medicini, preventivni i kurativni, oni se isprepliću i nadopunjuju. Kurativna medicina je danas značajno popularnija, cjenjenija i moćnija. Preventivna medicina i higijena se temelje na društvenoj filozofiji koja mora voditi računa o ljudskom i ekonomskom aspektu kulturne sredine kojoj je namijenjena. Bolesti i nesreće su često dramatične, a zdravlje je nešto "normalno" i neprimjetno, otud srozavanje i zanemarivanje kulta Higije, a Asklepijevim uspjesima ljudski se um divi i slavi ga. Epitaf uklesan na nadgrobnom kamenu Hipokratova groba u Kosu svjedoči:

- “Ovdje počiva Hipokrates koji je pobijedio u bezbrojnim bitkama protiv bolesti služeći se Higijinim oružjem.”

Zdravstveno–prosvjetne akcije između dvaju svjetskih ratova u Hrvatskoj su pod patronatom velikana naše povijesti, dr. Radića i dr. Štampara, bile usmjerene prema unapređenju higijene sela. Osobna higijena, higijena doma i okućnice bile su na vrlo niskom nivou. Loši higijenski uvjeti su stvarali uvijete za oboljevanje i vrlo visoku smrtnost od zaraznih bolesti. Najvažnija borba je bila za izgradnju higijenskog zahoda i osiguranje čiste vode. Problemi s nehigijenskim uvjetima i lošim navikama bili su prisutni i u gradskim sredinama, no u gradskim sredinama je bilo više bogatijih i pismenijih ljudi, pa su i zdravstveno-prosvjetiteljska nastojanja bila uspješnija.

Slavonija je u to vrijeme bila napredniji dio Hrvatske, bila je materijalno najbogatija pa su očekivano i sanitarni uvjeti bili najbolji. Posebnu ulogu na opću higijenu slavonskog sela je odigrala graničarska povijest ovih krajeva. Prisutnost velikog broja vojnika imala je i mane i prednosti. Vojni stratezi su bili svjesni pogubnosti epidemija, razvijala se vojna higijena i provodile stroge higijenske i zdravstvene mjere, koje nisu obuhvaćale samo vojnike nego i okolno stanovništvo.

Zahod

Jedna od najvećih akcija djelatnika *Škole narodnog zdravlja* bila je promicanje higijenskih načela u vezi sa obavljanjem nužde i zbrinjavanjem izmeta. Dijelili su se letci i brošure, održavala predavanja, tečajevi i filmske projekcije. Pokušavalo se motivirati seosko stanovništvo na izgradnju vanjskih zahoda i time utjecati na opće zdravstveno stanje pučanstva. Loše navike nisu bile samo rezultat slabog imovinskog stanja nego i neprosvjećenosti o načinu prijenosa zaraznih bolesti. Zdravstveni djelatnici su uz pomoć djelatnika tehničkih struka savjetovali o načinu gradnje, dijelili nacрте i kompletne troškovnike izgradnje zahoda. Njihova nastojanja nisu uvijek urodila plodom i vjerojatno su bili vrlo razočarani kada seljaci izgradnju zahoda nisu shvatili kao prioritetnu i dugoročno isplativu investiciju (29).

Početkom 20. stoljeća gotovo su sva kućanstva u slavonskim selima imala zahod. Bio je sagrađen u najzabitnijem dijelu dvorišta, „a pod krovom (u kući) ga nitko nije imao“ (30).

Kazivači svjedoče o postojanju vanjskih zahoda u njihovim mjestima, a nisu ih imali samo „oni koji su bili jako siroti ili im ni bilo stalo, pa su išli kud god, na đubre, u svinjac, u štalu...“ (uobičajeni narodni izraz za obavljanje nužde je „ić' rad sebe“). Zahodi su uglavnom bile male, drvene građevine smještene u *zadnjem dvoru* bliže gnojnice. U zahodsku jamu se stavljala slama, a na stražnjoj stijenci je bio otvor kroz koji se zahodska jama čistila. Sadržaj se izbacivao na gnojnicu. Uobičajena alatka za ovaj posao je bio stari vojnički šljem pričvršćen na drvenu motku. U nekim bogatijim selima postojali su *zahodari* - ljudi čije je zanimanje bilo čišćenje zahoda. Oni su iskopali jamu dalje od kuće i u nju iznosili sadržaj zahodske jame i zatrpali ju zemljom. Domaćice su ribale i prale drvene dijelove unutrašnjosti zahoda, naročito dasku s otvorom na koju se sjedalo. Činile su to grubim ribačim četkama i *lukšijom* ili sapunicom. Više puta godišnje *krečile* su unutrašnjost zahoda. Obavezan je bio i drveni poklopac za otvor na dasci za sjedanje.

Brisanje poslije velike nužde obavljalo se različitim priručnim sredstvima. Najčešće se upotrebljavalo primjereno lišće, ono veće i glađe površine. Uobičajeno sredstvo su bile stare krpe, komušina od kukuruza (*šuška*) i središnji drvenasti dio klipa kukuruza koji preostaje nakon runjenja zrna. Istoznačnice za ovaj drvenasti dio biljke drugačije su od sela do sela, pa se tako naziva: *ajdamak, bataljuška, baturak, baturica, čokotina, čokov, kocen, kočenj, kočanj, kočanica, kočuj, kucen, kominjak, kučen, kućenica, očašak, okomina, opatuč, popečak, papučak, papučka, patuk, šematak, šuljak, švečak, takun, tekunica*.

Kazivači se nisu žalili na grubost ovog *toaletnog* sredstva, ističu „*tako je bilo, za drugo nismo znali*“.

Pranje vodom nakon velike nužde je bilo uobičajeno kod pripradnika islamske vjere, *muhamedanaca* kako su ih tada zvali, ali taj postupak na našim se područjima nije se proširio izvan ove vjerske zajednice.

Rijetka su kućanstva u kojima se papir upotrebljavao prije II. svjetskog rata. Novine su bile skupe, pa kupovale rijetko, čitale višekratno i posuđivale drugima, no na kraju su ipak završavale u zahodima.

Kazivači navode upotrebu izrezanih papirnatih vreća u kojima su bile pakirane žitarice, ali kasnije, u pedesetim godinama prošlog stoljeća. Toaletni papir se mogao

kupiti u gradskim trgovinama, pa čak i u *boljim* seoskim trgovinama, ali bio je relativno skup, pa se njegova upotreba prije II. svjetskog rata ne može opisati kao masovna.

6.1.1. Higijena tijela

Pranje i kupanje

Slavonsko stanovništvo se vodom opskrbljivalo većinom iz bunara. Izvorsku vodu i vodu iz potoka su koristili uglavnom stanovnici sela koji su im bili u neposrednoj blizini.

Osijek je početkom druge polovine 18. stoljeća prvi od svih gradova u Kraljevini Hrvatskoj i Slavoniji imao vodovod i kanalizaciju javnog karaktera. To može zahvaliti velikom broju pristiglog časničkog osoblja, smještenog u Tvrđi, naviknutog na viši životni i higijenski standard. Gradska kućanstva su u značajnom broju bila priključena na vodovodnu mrežu kasnih 20-ih godina prošlog stoljeća (31).

Hidrofori su se u bunare počeli ugrađivati 60-ih godina prošlog stoljeća i tako je tekuća voda ušla i u brojna seoska domaćinstva.

Umivanje lica i pranje ruku bio je dio jutarnje toalete. Neki kazivači navode da je žena domaćica obično polijevala vodu iz lončića u ruke onom tko se umivao, tako da je to bila improvizacija tekuće vode (ova improvizacija je vrlo značajna higijenska mjera za prevenciju širenja trahoma i vjerojatano je poticana i aktivnostima zdravstveno-prosvjetiteljskog pokreta).

Noge se pralo prije spavanja. Kupalo se jedan puta tjedno, gotovo uvijek subotom, tako da se za nedjeljnu misu na čisto tijelo oblačila čista odjeća. Koristio se domaći sapun, a samo iznimno *mirišljavi sapun* koji se kupovao u ljekarnama, trgovinama ili od putujućih trgovaca. Kupanje je obavljano u kuhinji ili u nusprostorijama u kojima je bila smještena i peć - *šporet*, na kojem se grijala voda. Kupalo se u većim drvenim ili limenim posudama - *koritima* ili u drvenim bačvama. Uvijek je bila potrebna osoba koja je pomagala i polijevala vodu za ispiranje.

Pranje i njega kose

Informacije o učestalosti pranja kose su vrlo različite, od dva puta mjesečno do jedan puta u više mjeseci. U savjetnicima se nalaze upute da bi kosu trebalo prati

barem svaka 3-4 tjedna. Kazivačice navode da se u zimskim mjesecima rijetko prala kosa, a ljeti češće. Djevojke i žene su imale dugačku kosu tako da je pranje kose bez tekuće vode bio kompliciran postupak. Za tu se svrhu čuvala kišnica (ljeti u podrumima da se ne „pokvari i ucrva“), a u zimsko doba se vrlo cijenila *snježnica*, koja se dobivala otapanjem snijega i leda, a prije upotrebe su je procijedili kroz lanenu tkaninu. Ako se ove *meke* vode nije imalo za kompletno pranje, onda se barem čuvalo za ispiranje kose. Šamponi su se nekada mogli kupiti samo u gradskim trgovinama i ljekarnama, pa se za pranje koristio domaći sapun otopljen u vodi ili se koristila *lukšija*. *Lukšija* se dobivala kuhanjem pepela od mekanog drveta u vodi. Mjere su kazivačice navodile „*poprilike, par pregršti pepela na 3-4 l vode*“. Tekućina se ostavila da se ohladi i pepeo slegne, bistri se dio odlio i čuvao u staklenim bocama i koristio poput šampona. Najčešće sredstvo za njegu kose tijekom pranja je bilo svježije kokoške jaje, koje se upjenilo i njime se natrljalo vlasište. Različiti sredstva za njegu dodavali su se u zadnju vodu za ispiranje: ocat, čaj od kamilice za svjetlu kosu, čaj od orahovog lišća za tamnu kosu, te čaj od koprive (cijele biljke ili samo korijena) i cijele biljke čička. Koristila se i vrlo razrijeđena otopina hipermangana. Ona je nakon sušenja kosi davala poseban svilenkasti sjaj i bakreni odsjaj.

Prvi šamponi za masovnu upotrebu su bili praškasti i to posebno za svjetlu ili tamnu kosu.

Čitajući reklame u tiskovinama u prvim desetljećima 20. stoljeća možemo zaključiti da je upotreba šampona za kosu bila uobičajena u gradskim sredinama, odnosno u bogatijem sloju građanstva.

Njega noktiju

Nokti se nisu posebno prali. Rezali su se škarama, ali malo je tko imao manje škarice, pa se taj postupak nije činio tako precizno kao danas. Raznim oštrim sredstvima, kao što je vrh noža, iglama za pletenje, zašiljnim drvenim štapićem i sl. čistila se prljavština ispod noktiju.

6.1.2. Higijena kućanstva

Pranje rublja

Nekadašnja odjeća i posteljina šivala se od domaćih tkanina koje su se proizvodile u seoskim domaćinstvima ili zanatskim manufakturama. To su bili potpuno prirodni materijali od lana, konoplje i vune. Pamučne tkanine su trgovačkim putevima stizale iz južnijih krajeva. S higijenskog stanovišta ovaj podatak je vrlo bitan, jer je ovakva odjeća pružala prirodnu i optimalnu zaštitu od klimatskih uvjeta, a istovremeno je dobro upijala znoj i bila prozračna. Odjeće nije bilo puno i vrlo često je bila zajednička, naročito ona svečanija, *misna*. Osnovni savjeti puku pojašnjavali su svojstva pojedinih tkanina odnosno materijala. Laneno platno hladi tijelo, jer njegove niti lako upijaju vlagu koja brzo hlapi. Vunene tkanine i vuna općenito također lako prima vlagu, ali zadržava zrak duže vremena, pa tekućina polako hlapi i koža se ne hladi tako brzo kao uz ostale materijale. Konopljina vlakna su se koristila za tkanje grubljih tkanina za plahte, slamarice i kuhinjske krpe. Isticana je higijenska prednost bijelih tkanina u odnosu na obojene, jer se vidi kada su prljave i mogu se iskuhavati s lužnatim sredstvima. Bojenje tkanina, prvenstveno ispredene vune, radilo se prirodnim bojama kao što su orahovo lišće i nedozreli orahovi plodovi (za smeđe nijanse), kora jasena (za žućkaste nijanse), bazgine bobice (za ljubičaste nijanse), korijen broća (crvena boja), kora jelovine (crna boja), no boje su se vrlo često i kupovale. Sastav tih boja korisnici nisu znali, tako da je bila opravdana sumnja da su moguće bile i štetne. Jedna kazivačica navodi da se sjeća kako njena baka nije mogla nositi crne čarape zbog svrbeža i crvenila kože na nogama, vjerojatno se radilo o kontaktnom dermatitisu. Svakodnevna odjeća bila je od prirodnih materijala, komotna i prozračna. Kazivači ne navode čestu pojavu *zažigavanja*, što je narodni izraz za bolesti koje se razvijaju na intertriginoznim mjestima, „*dešavalo se samo ponekad ljeti*“.

Nekada, u vremenima bez deterdženata i perilica, pranje rublja bio je vrlo naporan i kompliciran posao.

Za pranje se koristio *lug* ili *lukšija*. Postupak je sličan u svim selima, samo se neznatno razlikuju riječi kojima se opisuje ovaj, u cijelosti, ženski posao (muškarci su samo rijetko pomagali izvaditi vodu iz bunara ili je donijeti ako je izvor bio daleko). *Peralo* je mjesto na kojem se pere rublje. Prljavo rublje slagalo se u posebne drvene bačve (*lužnice*, *parnenice*, *parenjake*) koje imalo na dnu otvor koji se mogao zatvoriti posebnom polugicom. Na površinu složenog rublja stavljala se stara krpa (*pepelinac*, *pepeljuga*) i na nju pepeo (*lug*, *parlug*, *pepo*, *pepel*). Pepeo je morao biti od mekanog drveta, najbolje od lipe, a nikako od hrasta, oraha ili četinjača zbog većeg sadržaja

tanina. Pepeo se rijetko stavljao direktno na odjeću, jer je mogao oštetiti osjetljivije tkanine stoga se stavljao u posebno sašivenu vrećicu (*pepelužnjak, pepelnjak*). Vrela, kipuća voda polijevala se po površini i potom se posuda poklopila. Kada se voda već prohladila, ispuštala se kroz otvor pri dnu i ponovno grijala, taj se postupak ponavljao više puta (pa i do desetak puta). Kada je *parenje* bilo gotovo, rublje se pralo i ispiralo. To se obavljalo u drvenim ili limenim *koritima*, a služilo se i pomagalicama, naročito drvenom daskom s valovitom površinom – *rifljačom*, i drvenim, plosnatim batom - *prakljačom*. U selima koja su bila bliže potocima ili rijekama ovaj se posao obavljao na ovim tekućicama. Zanimljiva je improvizacija u podpapučkim selima, kada žene dok ispiru rublje stoje u potoku, ali u *škafu* da ne moče noge.

Škrobljenje se obavljalo prirodnom *štirkom*: ocijeđenom vodom u kojoj se namakao *izrendani* krumpir ili razmućeno brašno.

U trgovinama se moglo kupiti *plavilo* za bijelo rublje u obliku granulica ili u tekućem obliku, na bazi berlinskog modrila.

Domaći sapun se upotrebljavao za osobnu higijenu i za higijenu kućanstva. Za pranje rublja se naribao u vodu u kojoj se rublje iskuhavalu, obično u kotlu ili velikim loncima - *veš loncima*. Za pranje kose i kupanje se pravila sapunica, također od usitnjenog i otopljenog sapuna.

Domaći sapun se proizvodio u gotovo svakom domaćinstvu i sve domaćice imaju neki svoj poseban recept ili omjer, mada su to recepti bez preciznih mjera, to se znalo *otprilike*. Kuhao se od lošije životinjske masnoće (one oko crijeva) i masnijih neupotrebljenih dijelova nakon svinjokolje. U Slavoniji se uglavnom upotrebljavala svinjska masnoće, rjeđe loj (goveđi, ovčji, kozji). Jedna kazivačica navodi recept:

- „6 kg masnoće stavi se u 8 l vode i doda se 1 kg natrijeve lužine (*žive sode, masne sode, kaustika, lauštajna*). Kuha se više sati, najmanje dva sata, dok se sapun ne pojavi na površini. Vadi se šupljikavom žlicom ili procijedi i ulije u drvene kalupe (npr. stara ladica), kada se ohladi reže se na komade. Bolji je kada duže stoji, treba mu najmanje mjesec dana da *sazori*“.

Preostala tekućina se nije bacala nego se koristila za pranje jako prljavog *lošijeg veša, krpa*. Sapunu nisu dodavali nikakve dodatke, kao što su dijelovi biljaka ili mlijeko.

Lužinu su neki pravili i sami, od pepela, vode (*potaša*, *eng. pot-ashe* znači lonac-pepeo) i vapana. Soda, koju su kupovali je natrijev karbonat i mineralnog je porijekla, a potaša je kalijev karbonat i proizvod je izgaranja drveta i drugih biljnih dijelova. Kada se *živo vapno ugasi* dodatkom lukšije ili otopinom sode, nastaje izrazito alkalna, jetka tekućina koja pospješuje saponifikaciju masti i ulja (32).

Sapune su proizvodili i obrtnici *sapundžije*. U Arhivu požeškog muzeja nalazi se Županijsko izvješće iz 1802. godine u kojem se navodi zamolba pakračkog sapundžije da mu se zbog skupoće loja dopusti povećanje cijene sapuna. Najpoznatija osječka obrtnička radionica za proizvodnju sapuna Samuela Reintza osnovana je 1894. godine. Prvo praškasto abrazivno sredstvo za čišćenje *VIM* počelo se proizvoditi 1922. godine. Nakon II. svjetskog rata tvornica je nacionalizirana i nastavlja raditi pod imenom *Prva tvornica sapuna Osijek*. Godine 1952. počinje proizvodnja kozmetike, 1953. tvornica dobiva ime *Saponija*, a od 1956. godine proizvodi se prvi sintetski prašak za pranje bijelog i šarenog rublja - plavi *Radion*. Kvalitetan univerzalni praškasti deterdžent za pranje rublja danas sadrži više od dvadeset komponenti koje imaju točno određenu funkciju u procesu pranja rublja (33).

Rublje se ravnalo slaganjem i prešanjem nekim težim predmetom. Glačalo se teškim željeznim glačalima u koja se stavljala žeravica. Glačala se samo svečana odjeća i vidljivi dijelovi svakidašnje odjeće. Rijetko koja žena je bila svjesna higijenskoga utjecaja glačanja. Dječje pelene i tkanine koje su upotrebljavale tijekom menstruacije glačale su se uglavnom zbog omekšavanja tkanine.

Posteljno rublje se rjeđe pralo, naročito zimi. Spavalo se na slamaricama ili šušcima, čiji se sadržaj mijenjao par puta godišnje, kada se usitni. *istruni i zgvala*, a redovito poslije žetve. Rijetko tko je imao strunjače od konjske strune ili madraca *na federe*. Pokrivalo se perinama ili *jorganima* od vune ili pamuka. Pokrivači i jastuci su se zračili i osunčavali.

Pranje posuđa

Posuđe se pralo samo vrućom vodom, jer se upotrebljena voda koristila za prehranu životinja. U slučaju da je posuđe bilo jače prljavo ili je hrana zagorila, ribalo se pepelom, pijeskom ili iskuhavalu u lugu. Krpa za pranje posuđa nazivala se *perlač*.

6.1.3. Ženska higijena

Higijena žena tijekom menstruacije je bila poseban izazov. Menstruacija je spadala u teme o kojima se nije glasno i javno govorilo. Informacije su mlade djevojke dobivale *ženskim razgovorima*, od majke, starije sestre ili prijateljice. U mnogim krajevima i danas starije žene ne izgovaraju riječ menstruacija ili neku od njenih inačica. Govorilo se da žena *ima kod sebe* ili da ima *cvit*, *cvijet* ili *ružu*. U starijim udžbenicima se nalaze lekcije o anatomiji i fiziologiji spolnih organa. Ovo se gradivo učilo uglavnom u tadašnjim gimnazijama, a većina seoskih žena je završila samo osnovno školsko obrazovanje, koje je tada trajalo samo četiri godine. Poslije II. svjetskog rata povećala su se nastojanja oko prosvjećivanja i informiranja žena preko formalnih i neformalnih načina obrazovanja. Počeli su izlaziti ženski časopisi u većem broju, a to je bio način da se žene informiraju i o delikatnim temama.

U prvoj polovini 20. stoljeća žene u ruralnim krajevima većinom nisu nosile gaćice, a ako su ih i nosile same su ih šivale od raspoloživih tkanina. Inačica današnjeg higijenskog uložka zvala se *binda* i bila je to zapravo *krpa* u različitim varijantama. Osnovni problem je bio kako učvrstiti i osigurati *uložak* između nogu tijekom kretanja i rada. Kazivačice navode da su koristile starije iznošene komade rublja ili plahti, izrezale ih na pogodne dimenzije ili ako su mogle, kupile su flannelsku tkaninu i od nje krojile i šivale *uloške*. To su bili višekratno presavijeni i prošiveni pravokutni komadi, a na krajevima bi načinile naročite petlje ili su pričvrstile uzice *pantljike* koje su pak vezale oko pojasa. Neke su samo upotrijebile dužu *krpu* koju su presavile straga i sprijeda preko pojasa *učkura*. U svim ženskim časopisima su se nalazile brojne reklame za prodaju *pojasa za dame*. Kasnije se za izradu uložaka kupovala gaza. Žene koje su nosile gaćice, *uloške* su učvršćivale sprijeda sigurnosnim iglama. Svi ovakvi ulošci su bili za višekratnu upotrebu. Namakale su ih u hladnoj vodi, potom iskuhavale s lugom ili sapunom, sušile, često na skrovitijem mjestu. Pažljivo su ih glačale, zamatale u tkaninu i tako upakirani bili su spremni za slijedeći mjesec.

- *Mučno je u Posavini za ženskinje kad ima svoje vrime jer nijedna ne nosi ni ljeti ni zimi gaću, a na bili' rubina lako bi se to moglo opaziti ka' se ne bi krilo, a to bi bila velika sramota, zato se ženskinje kojekako krpama podvezuje dok ima cvit. Otkada su došle suknje u modu, od tog vremena puno je zgodnije i to sakrit. (30).*

Kazivačice su opisivale i nezgode koje su se znale dogoditi ako se mjesečnica pojavila neplanirano, npr. tijekom rada u polju ili vinogradu. U tim neprilikama dobro su došle podsuknje *krila*, jer su tada imale ulogu donjeg rublja.

Pamučna vata i *higijenske* gaćice (s nepromočivim međunožnim dijelom) predstavljaju početak modernih sredstava koja su ženama omogućila slobodniji i jednostavniji način života tijekom menstruiranja.

6.1.4. Higijena usne šupljine i zuba

Pučanstvo, naročito seosko nije bilo svjesno značenja higijene usne šupljine i uzročnog odnosa prema bolesti zuba. Zubi su se čistili i polirali zbog ljepote, a ne zbog zdravlja. Savjeti iz brojnih publikacija su usmjereni osvještavanju potrebe za oralnom higijenom kao preduvjeta općeg zdravlja. Ostatke hrane najčešće se *iščačkavalo* zašiljenim tankim drvenim štapićem ili gusjim perom. Kazivači navode da su ispirali usta ujutro i uveče, vodom, razblaženim octom ili rakijom. Povremeno su zube trljali s pepelom, sodom bikarbonom, solju, prahom od krede i ugljenom od lipova drveta. Limun je bilo također omiljeno sredstvo za izbjeljivanje zuba, ali tek kasnije, u 50-im godinama prošlog stoljeća, jer nije bio svima dostupan. Grgljanje je bilo uobičajeni način ispiranja ždrijela. Taj postupak se radio mlakom vodom ili u slučaju bolesti nekim od biljnih čajeva. Preporučljivo je bilo naučiti djecu grgljanju što ranije.

Seosko pučanstvo je rijetko imalo i upotrebljavalo četkice za zube. Sredstva za poliranje zuba su, pomoću krpice namotane na prst, trljali po zubnoj površini.

U ljekarnama se mogao kupiti prašak za zube, zubne paste i vodice za usta. Prašci i paste su sadržavali magnezijev hidroksid, etrična ulja od mirhe i mente, usitnjene ljuštore školjki, samljeveni kamen plavac *bimsstein*.

Liječnici su upozoravali na pogubno djelovanje lužina i kiselina na zubnu caklinu i oralnu sluznicu (34).

6.1.5. Higijena i njega djece

Od 1939. godine jedna od najvažnijih djelatnosti *Seljačke sloge* bila je briga za zdravlje djece. Akcija je obuhvaćala predavanja, tiskanje brošura, zajednička čitanja i praktične radionice sa seoskim ženama. Koliki je utjecaj ove akcije na usvajanje

higijenskih navika u njezi djeteta teško je procijeniti, no evidentan je pad smrtnosti dojenčadi i male djece u kasnijim godinama.

Žene su djecu većinom rađale kod kuće uz pomoć babica, a to su bile iskusne i naročito vješte žene, rijetko s formalnom naobrazbom. One su zavezale i odrezale pupkovinu prokuhanim koncem. Ostatak pupkovine i posteljicu se običavalo zakopati u *bašći di se ne oda*. Dijete se nije kupalo dok pupčani batrljak ne otpadne. Sve kazivačice navode da su dojenčad kupale svakodnevno i to samo u običnoj vodi bez dodataka, tek rijetko bi u vodu dodale malo čaja od kamilice. Tjemenicu su prevenirale malo grubljim trljanjem kod kupanja i brisanja, a ako se ipak stvorila, nekoliko sati prije kupanja dječja se glavica namazala svinjskom masti ili uljem i stavila kapica.

Pelene su šivale od starijeg posteljnog rublja jer je isprana tkanina bila mekša i nježnija. Imućnije žene su kupovale flannelske tkanine i od njih šivale pelene, siromašnije su upotrebljavale *krpe* koje su imale. Kazivačice porijeklom iz Bosne i Hercegovine navode da su obično na platnene pelene zamatale tanke vunene pelene. Pelena je bilo malo i morale su se prati svakodnevno. Djeca su spavala u kolijevkama (*zipka*), u njih se polagala mala slamarica ili šuška, a samo bogatiji su mogli kupiti gumirano platno, koje se stavljalo ispod *ponjave*. Slama i šuška (mekši dio ovojnice kukuroznog klipa) se morala često mijenjati, a ponekad se samo prosušila pored peći. Kazivačice navode da su se nekada, u tim lošim uvjetima, dječje *guze* ipak rjeđe zacrvenile i *ojele* nego danas. Zanimljivo je da su sve kazivačice izjavile da nisu preventivno mazale djecu kod previjanja. Mazale su samo kada se koža crvenila i to svinjskom mašću. Kada su djeca bila veća, u slučaju crvenila kože u pregibima, ponekad su kožu naprašili crvotočinom od drveta ili crnim prahom iz gljiva puhara.

Usnu šupljinu su djeci čistile krpicom namočenom u čistu vodu, ponekad i čajem od kamilice. Tijekom dojenja su sa malo mlijeka isprale dječje oči, a radile su to i preventivno, i u slučaju kakve upale očiju.

Noktiće su rezale škarama, rijetko su ih odgrizale u slučaju kada nisu imale manje škare.

Tek nakon II. svjetskog rata su počele češće kupovati dječji sapun, dječji puder, te dječju mast koja se, po ljekarniku ili pedijatru koji je sastavio recepturu, zvala *Pavlovićeva mast*, *Salaj mast*.

6.2. LIJEČENJE

6.2.1. Liječenje rana

Seosko se stanovništvo u slučaju najrazličitijih slučajeva ozljeđivanja moralo snaći samo. Nezgode su se često događale tijekom rada u polju ili kućanstvu. Stručna liječnička pomoć je bila nedostupna većini tadašnjeg ruralnog stanovništva. Prvu pomoć mogla je pružiti samo osoba u neposrednoj blizini. Liječniku se obraćalo rijetko i to u slučaju težih ranjavanja. Transport unesrećenih je obavljan konjskim zapregama, po vrlo lošim seoskim putevima, pa je u kišnom i zimskom periodu mogao trajati satima, a ponekad i danima. Ljeti su seljani hodali bosim, što je povećavalo mogućnost ubodnih rana. Zbog načina nastanka i prljavog okoliša, rane su bile primarno zagađene.

Rane su ispirali onim što im je tada bilo pri ruci poput vode, vina ili rakije, a prema navodima kazivača vrlo često bi se na ranu pomokrili. Rijetko su u kući imali jodni pripravak, koji je bio poznat i cijenjen kao vrlo učinkovito sredstvo za liječenje rana. Na ranu su stavljali priručna ljekovita sredstva, a iskustvo se stjecalo i prenosilo stoljećima.

Krvarenje se zaustavljalo komadićem ili prahom od gljive *brezine gube*. U istu svrhu se koristila i *krečna voda*, slana voda i voda s octom.

Kazivači navode obveznu upotrebu svinjske masti. Koristili su je kao podlogu ili samostalnu ljekovitu supstancu. Najčešće korištene biljke su bokvica i stolisnik. U ljetnom periodu su se listovi samo izgnječili i stavljali direktno na ranu, te previli pamučnom ili lanenom krpicom. U nekim kućanstvima su se pripremali ljekoviti pripravci koji mogu trajati duže vremena, pa su se mogli upotrebljavati tijekom cijele godine. Čista svinjska mast je bila osnovna podloga u koju su umiješali isjeckani nadzemni dio biljke bokvice i stolisnika, smjesa se lagano zagrijavala, da ne prokuha, te je stajala uz višekratno zagijavanje dan ili dva, a potom su je procijedili i čuvali u staklenci u obliku masti. Mast od nevena i gospine trave u ovim se krajevima počela više upotrebljavati u posljednjih tridesetak godina. Gospinu travu koristili su često u svježem obliku.

Zanimljivo je navođenje kazivača o *ispiranju masti*. Svinjsku mast su polako polijevali hladnom vodom, na gustoj cjediljci prekrivenoj gazom ili platnom. Na pitanje zašto su to radili, navode da je tako mast postala čistija i bjelija, pa time i ljekovitija. U nekim područjima se tijekom proizvodnje mast solila, pa je ispiranje vjerojatno bilo u svrhu uklanjanja soli, a običaj se širio i zadržao bez obzira na prvotni racionalni razlog.

Previjanje rane nagorenim platnom: na vrućoj ploči peći ili štednjaka držao se komadić lanene krpice dok nije pocrnio, malo se ohladio i još topao stavljao na ranu prethodno opranu vodom ili ispranu rakijom, te premazanom debelim slojem čiste svinjske masti. Rana se čvrsto povezala suhom, čistom krpom i nije se previjala nekoliko dana. Ovo je vjerojatno prvi oblik današnjih modernih obloga za rane s ugljenom.

Vrlo je impresivan i pripravak od smole smrekovog (ili drugog crnogoričnog) drveta. Smola se s uljem polako grijala uz dodavanje nastrugane zelene kore bazge, lišća od štavlja, cvijeta i lišća stolosnika. Mješavina se još topla stavljala na list repušine ili kupusa i privijala na ranu. To je bila svojevrsna okluzivna obloga s impregniranim ljekovitim sastojcima. Umjesto smole koristio se i pčelinji vosak.

Za toaletu rana vrlo cijenjena je bila otopina hipermangana, koja se često višenamjenski upotrebljavala.

Za liječenje rana upotrebljavan je i list *ranjka* (gospine trave), list repušike, tkunjev list umočen u ulje, prokuhano lišće vrbe, te list štavelja. Narodni nazivi biljaka upućuju da su te biljke od davnina korištene za liječenje rana, primjerice naziv hajdučka trava (stolisnik, *Achillea millefolium*) ili ranilist, ranjenik, ranjenika (bukvica, *Betonica off.*)

Za izvačenje ivera iz ubodne rane koristila se mast od divljeg zeca.

Za previjanje mjesta tupih udaraca, nagnječenja i kod ozljeda kostiju omiljeno sredstvo bio je gavez, a i danas se često koristi. Koristiti se može list, koji se macerira i privija na ozlijeđeni dio, ili usitnjeni korijen biljke.

Higijena i čistoća tijekom njege i liječenja manje ili veće rane bila je prepoznata kao glavna preventivna mjera od tada česte komplikacije - infekcije rane, koja je nerijetko završavala sepsom i smrću.

6.2.2. Liječenje čireva i zagnojenih rana

Zagnojene rane od ozljeda ili drugih oštećenja kože, čirevi i zanoktice, predstavljale su veliki zdravstveni problem u vrijeme kada antibiotika nije bilo, ili su bili primjenjivani samo u velikim gradskim bolnicama. Uzroci gnojenja su često povezivani s mističnim događanjima, kontaktima sa začaranim ili bolesnim životinjama iz okruženja. Brojni nazivi i opisi gnojnih procesa koje mi danas teško možemo razumjeti, razlikuju se po lokalizaciji procesa, mjestu i načinu nastanka, trajanju, vanjskom izgledu pa i prognozi.

Žaba je pojava otekline veličine muške šake, najčešće na trbuhu i nogama, dugo se gnoji i bolesnik trpi velike bolove. *Micina, nicina* je gnojenje u velikim pregibima, pazusima, vratu, preponama, opasnija je od čira, ali blaža od žabe. *Crni prišt ili crnac* je vjerojatno antraks, no moguća je neka druga piodermija s crnom - hemoragičnom nekrozom. *Brzi crnac* se ugnoji za dan, dva i najčešće bolesnik brzo umre, *lini crnac* se gnoji po tri tjedna i ako se na vrijeme počne mazati *crnačkim melemom* („smola iz kuzolića, vosak, stara slanina, čivita i baruta, umiša se i kuva, pa se stavi na plavu 'artiju, bolesniku se razbrije kolik petokruna na tjemenu, pa se tu metne jedan melem, a drugi na prišt“), može se preživjeti.

Čirevi *kokošari* nastaju sami od sebe na prstima ruku i nogu, *potkožinci ili mačja dlaka* duguljasta je, vrlo bolna nakupina gnoja na prstima, najčešće uz nokat, *poganac* označava gnojenje zubnog mesa koje se proširi na obraz i čitavu glavu, *živina* je rana u kojoj se nalazi svojevrsni crv koji se hrani krvlju i uništava čovjeka, traje godinama i oboljeli umire u strašnim mukama (vjerojatno se radilo o rak rani), *trudovi* su zagnojeni žuljevi na rukama, dok su *raspršanci* naziv za gnojenje između prstiju ruku.

Liječenje se sastojalo od grijanja različitim sredstvima koja su ubrzavala *sazrijevanje* čira: zagijani luk, češnjak, hren, kupusov list, različite mješavine zagrijanog brašna sa sapunom, barutom ili lanenim sjemenom. Nekrotični čep, *strš ili stršak*, pokušavao se odstraniti priručnim oštrim predmetima, najčešće nožem koji se prije *opalio* na vatri. Često se opisuje postupak kojim se *strš* odstranjuje tako da se okruži vunenom niti čvrto zaveže i povuče.

Cijeđenje gnoja i previjanje u ondašnjim uvjetima bilo je vrlo zahtjevno. Iskustveno se znalo da, ako se pri tome ne pazi na čistoću može doći do širenja bolesti.

„Treba paziti da se gnoj koji iz njega izlazi ne razlazi po koži jer bi od toga mogli nastati drugi čierovi.“

Preventiva: „Ko ne želi imati čierova nek ne udara nikoga pa ni djece na Badnjak, jer gegod drugog udariš 'nod češ imati čira na tilu. Njeki muškarci nose na kajišu komadić vrata tukvanjeva kolik za jedan prsten da ne imaju čierova.“

U udžbenicima i zdravstvenim savjetnicima redovito je najveći dio bio posvećen objašnjavanju uzroka zaraznih bolesti i postupcima kojima se one mogu prevenirati. Teško možemo shvatiti koliko je nekada, u vremenima bez antibiotika, bilo zahtjevno liječiti, danas banalne, piodermije. Ostale bolesti kože su bile manje važne same po sebi, puno važnija je bila moguća piodermizacija.

Danas uz veliki izbor dezinficijensa, lokalnih, peroralnih i parenteralnih antibiotskih pripravaka liječenje piodermija nije više problematično kao nekada, no samoliječenje je i dalje vrlo prošireno.

6.2.3. Liječenje opekline

Tretiranje opekline je područje velikog prijepora između suvremenih preporuka i postupaka koje se uglavnom primjenjuju u narodnoj medicini. Danas je preporuka hladiti opečeno područje tekućom vodom 20 – 30 minuta. Omiljeno i nezaobilazno narodno sredstvo je ulje koje, kada se nanese na opečenu kožu, zbog svog okluzivnog djelovanja grije i time povećava toplinsko oštećenje tkiva. No, nalaze se i primjeri hlađenja kiselim mlijekom, kiselim kupusom, blatom, hladnim kukuruznim tijestom, krečnom vodom, mješavinom octa i vode.

Zapravo se radi o pogrešnoj primjeni dobrih pripravaka u odnosu na stadij opekline. Jednako se pristupa opeklini prvog stupnja - eritemu, i težim oblicima pri kojima na koži nastaju mjehuri. Ponovno se susrećemo s prijeporima oko skidanja pokrova mjehura. Ljudi općenito ne vole vidjeti čiste rane, bolje doživljavaju rane s krastama ili u ovom slučaju osušanim mjehurom. No, obzirom da mjehur neizbježno puca i nastaje erozija koju se liječi kao ranu. Razni uljni pripravci (s gospinom travom, nevenom, kamilicom ili kaduljom, u ovim krajevima rjeđe ružmarinom), te oblaganje bjelanjkom i različitim melemima (istima kao za liječenje rana) učinkoviti su u ovoj fazi kada je poželjno prekrivanje erozije, te zaštita od isušivanja i djelovanja mikroorganizama iz okoliša.

Opekline je vrlo važno što prije zbrinjavati. Važno je i danas objašnjavati postupak hlađenja vodom, pa tek onda mazanja, jer liječenje počinje na mjestu događaja i zapravo počinje samoliječenjem. Pogrešno tumačenje primjene narodnih lijekova u slučaju opekline može biti jako štetno.

6.2.4. Liječenje uboda i ugriza

Na mjesto uboda različitih insekata stavljalo se *nešto hladno* - vlažna glina, kamen, metalna žlica, metalni novčić, različite biljke, najčešće list bokvice, štavelja, kiselice, kupusa, iscjeđeni sok od čuvaruće, voda s octom ili *krečna voda*. Koristio se i bjelanjak kojim se premazalo mjesto uboda, te oblog od čaja sljeza.

Ugriz životinja se liječio živopisnije. Po pravilu slično se liječi sličnim, na mjesto ugriza mačke stavljala se mačja dlaka ili mačji izmet, a na mjesto ugriza psa pasja dlaka ili izmet. Posebno se liječio ugriz bjesnog psa. Ljudi su bili svjesni smrtne opasnost takvog ugriza i bili su svjedoci mučnom umiranju ugrizanih od bjesnog psa. Većina postupaka uključivala je neki magijski element, u više izvora opisan je postupak *izrezivanja štenaca*: „*pod jezikom se napnu žlizde, pa koji čovik zna izrezivat štence, uzme britvu, omota je u otarak, samo da malo viri oštrica iz otarka, tim proreže štence, krv istiska, ranicu natare solju.*“

U Arhivu požeškog muzeja postoji županijsko izvješće iz 1807. godine: fizik Josip Fergić izliječio je tri bolesnika ugrizena od bijesnog psa tako da je ispirao rane razblaženim octom, potom ih dao isisati, pa ispirao kamforom rastopljenim u vinovici i posipao praškom od kantaride (španjolske mušice). O tome je Požeška županija izvijestila Vijeće u Budimu, kamo su inače upućivali takve bolesnike na liječenje

6.2.5. Liječenje bradavica

Bradavice za laike predstavljaju sve bradavičaste izrasline. Jezično riječ *bradavica* također označava sve manje okruglaste izrasline na koži. Obične, vulgarne bradavice su vrlo česte, keratotočne izrasline, virusno uzrokovane, dakle zarazne, no bezazlene. Laici i fibromatozne izrasline na peteljci, papilome, također nazivaju bradavicama, dok bradavice na tabanima i nožnim prstima često nazivaju kurjim očima. Kurje oči su konusne keratotične promjene koje nastaju na mjestu pojačanog mehaničkog pritiska i nisu zarazne. Sve ove promjene su *višak* kojeg se na neki način

treba riješiti. Bradavice se i danas pokušavaju uništavati vrlo velikim arsenalom narodnih lijekova i postupaka. Liječničku pomoć se obično traži ako samoliječenje ne bude uspješno.

Zanimljivo je da se u starim zdravstvenim savjetnicima uopće ne spominju spolne bradavice (*Condylomata accuminata*) kao zasebni entitet. Vrlo rijetko se spominju u sklopu opisa sifilisa. U proučenim etnološkim monografijama, te navodima kazivačica i kazivača se ne opisuju. Ostaje pitanje koliko su kondilomi bili prošireni u tadašnjoj populaciji.

Brojne bajalice koje su i danas popularne, vezane su uz mjesečeve mjene („*kako mjesec pada tako nek bradavica spadne*“), truljenje ili propadanje stvari, biljaka ili plodova (crveni končić, jabuka) kojim se bradavica protrlja, te se predmet, biljku ili plod potom zakopa na neko osobito mjesto. Promjenom načina života bajalice i pripadajuće postupke više nije lako, a ponekad ni moguće provesti, jer uključuju ukapanje nečega u *đubre, u zemlju ispod rine*, treba *nešto* učiniti dok je mrtvac u kući, ili, primjerice, treba naći kost na putu. Današnji stanovnik grada, pa čak i velikog dijela urbaniziranih sela, ne može u potpunosti izvesti ovakve, nekada banalne, a danas egzotične radnje.

U *Ljekaruši fra Dobroslava Božića* iz 1878. godine nalazimo savjete za liječenje bradavica:

- *“Uzmi pauka koji po zidu laze, satari ga živa i stime maži kud su bradavice ili metni na krpu i privi gdje je bradavica, izkorenićeš.”*
- *„Iztuci brabonjak ovčji, zkuhaj s medom i maži.“*
- *„Iztuci trave rosopasti i s onim sokom maži.“*
- *“Iztuci trave zebrice, oni sok pomišaj sa solju, maži.“*
- *„Uzmi od jarca džigerice, vruće privij.“*
- *„Kad konj vodu pije i zube vodom pere to jest mućka, u onom peri ruke.“*
- *„Kad zvizda leti preko brzo osuči bradavice, a nikom ne kaži.“*

U *Ljekaruši fra Bartulovića* napisane krajem 19. stoljeća stoji:

- *“Bradavice po tijelu, to su opasne, da kap napadne. Stoga ih treba dobro svilenim koncem stegnuti, dok se ne osuše i same otpadnu.“*

Plehanska ljekaruša iz 19. stoljeća savjetuje:

- „Dobro protari bradavice, dok ne pocervene, pa ih onda natopi sokom od rosopasti.“
- „Jasenova zelena derveta metni na vatru, i s onim sokom maži bradavicu.“

U etnografskim monografijama : Josip Lovretić u knjizi *Otok* navodi slijedeće postupke:

- „Uberi glivu što je na smetlištu izrasla, tom glivom mažu se bradavice do sunca.“
- „Ko ima bradavice dojde šuteć k vanjskoj peći, kad reduša izmiće pepeo, reduša ga šuteć omane vrućim omelom po bradavicama“
- „Ide u pole, pa ako na neznanoj jedinici nađe pepeluga, uzbere ji maže nima bradavice i govori „bilo, pa nije“.“

Fra Silvestar Kutleša u knjizi *Život i običaji u Imockoj Krajini* opisuje liječenje bradavica:

- “Bradavice treba tankom svilom tvrdo podvezat i same će - vele, opast. Ako ne opanu, otsici nožom jasenov prut i s jednog kraj porubi, a drugi u vatru turi. Na oni vanjski udariće suze. S ovim suzom namaži bradavice nekoliko puta, opašće, ali uz svaku suzu mora se ovo reć: *Jasenova suzice, u ime mile Divate, digni s mene ove bradavice. Treći liče bradavice s onom vodom, što se konju cide niz gubičetine, poslim pića.*“
- „Kad se kom napnu bradavice po rukam niki ji liče i čarkam i bajkam: koliko je bradavica oniko neka skupi piljaka, i metnej u prtenu kesicu i odnese na put, i reče: *Ko digne kesicu i piljke, neka i bradvice s men odnese, a na se prinese. Drugi pak ovako: Koliko je bradavica, nek dobro izbroji pri vatri, potom neka izađe na dvor, i izbroji toliko zvizda. Pogodi li svakoj zvizdi pravo ime, nestaće bradavica.*“

U časopisima i kalendarima se mogu naći savjeti za samoliječenje i jednostavni recepti koji sadrže sastojke iz okoline ili koji se mogu kupiti u ljekarnama:

- „Na kurje oko ili bradavicu stavljati crveni luk koji je stajao 3-4 sata u vinskom octu“ (časopis *Obitelj*, br. 36, od 3. rujna 1933. godine)
- „Mast za kurje oči: kupi u ljekarni *diachynola* dodaj tome 10 kapi terpentina i 20 kapi čistog stolnog ulja.“ (časopis *Obitelj*, br. 44, od 3. studenog 1935. godine)
- „Kurje oči se mogu lako skinuti smrekovom smolom.“ (časopis *Obitelj*, br. 8, od 28. veljače 1932. godine).

Neke kazivačice, kazivači, pa i brojni pacijenti ističu svjedočanstvo nestanka bradavica načinom za koji neki drugi kažu da su potpuno bezuspješni. Najčešća narodna sredstva i postupci u liječenje bradavica pregledno su prikazani na slici 6.1.

Tvari biljnog porijekla

- rosopas
- smokva
- čuvarkuća
- preslica
- bijeli luk
- crveni luk
- limun
- smola smrekova drveta
- kora naranče

Tvari životinjskog porijekla

- propolis
- slina konja ili goveda
- sluz puža
- paučina
- bjelanjak jajeta

Ljudske izlučevine

- slina
- mokraća

Tvari mineralnog porijekla

- kreda
- grafit
- pepeo (nastao sagorijevanjem određene vrste drveta ili duhana, npr. iz lule)

Mehanički , kemijski ili termički načini uništenja

- rezanje oštirim predmetima
- paljenje užarenim iglama
- premazivanje visoko koncentriranim kiselinama (octena, solna, sumporna)
- premazivanje acetonom
- premazivanje eterom
- premazivanje benzinom

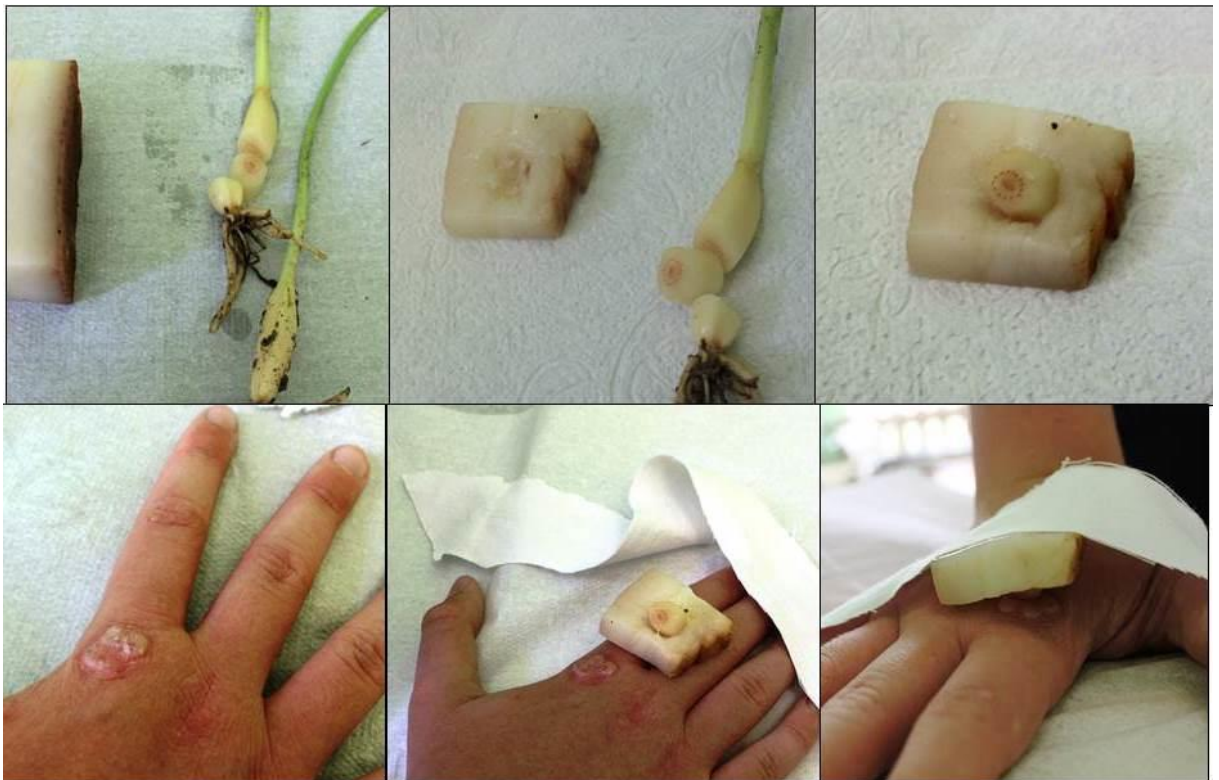
Magijski postupci, molitve i bajalice

- bajalice kao „monoterapija“ koju provodi oboljeli ili netko iz njegove okoline (ponekad oboljeli to ne smije znati)
- bajalice i molitve kao suportivna terapija uz primjenu ostalih pripravaka

Slika 6.1 Pregledni prikaz najčešće korištenih supstanci i postupaka u liječenju bradavica

Upravo nekritičko samoliječenje bradavica ili promjena koje laici prepoznaju kao bradavice (npr. bradavičasti madeži, *Naevus verrucosus*) može biti potencijalno opasno. Primjerice, aplikacija maceriranog češnjaka tijekom više sati (npr. preko noći) može izazvati intenzivna oštećenja kože, što je naročito opasno ako se ne radi o rožnatoj promjeni. Slično je i s aplikacijom koncentriranih kiselina i lužina, koje izazivaju značajna oštećenja okolne kože. No, danas uz antibiotske pripravke i sredstva za pospješene cijeljenja rana, ovakve komplikacije se lakše liječe.

Slika 7.2. prikazuje postupak liječenja bradavice na ruci korjenom divljeg luka (*srimbuša*) i slaninom. U komadiću bijelog, masnog dijela slanine potrebno je napraviti utor. Od korjena divljeg luka odreže se komad koji veličinom odgovara veličini bradavice, te ga se potom umeće u napravljeni utor u slanini. Luk sa slaninom privija se tkaninom na mjesto bradavice tako da luk naliježe na samu bradavicu. Korijen divljeg luka erozivno djeluje na bradavičastu promjenu, dok mast iz slanine sprječava oštećenje okolne, zdrave kože.



Slika 6.2 Prikaz postupka liječenja bradavice korjenom divljeg bijelog luka (*srimbuša*) i slaninom

6.2.6. Liječenje svraba i ušiju

Svrab (*scabies*, šugavost) i ušljivost (*pediculosis*) spadaju u najčešće zarazne, parazitarne dermatoze. Nekada su bile više povezane s lošijim socioekonomskim uvjetima i nižim higijenskim standardom populacije u kojoj su se pojavljivale. Povijesni su pratitelji siromaštva i migracija stanovništva.

Riječi *šugav* i *ušljiv* u hrvatskom jeziku specifično su povezane ili su praktično sinonim za *siromašan*, *prljav*, *jadan*. „*Šugavog i ušljivog treba izbjegavati.*“ Ovim lingvističkim izrazima, narodna mudrost sugerira izbjegavanje kontakta sa oboljelom osobom.

Liječenje svraba, tada provođeno perubalzamom i sumpornim pripravcima uz preporuke za trodnevno mazanje i liječenje svih ukućana, aktualno je i danas. Ovi su se pripravci zadržali do danas i njihova je učinkovitost nedvojbeno, naročito kada uzročnici postanu rezistentni na modernije pripravke.

Kazivači navode da je svrab (*šuga*, *češa*) povezan sa siromaštvom i prljavštinom. Samo se tri osobe sjećaju da su u djetinjstvu imale ovu bolest. Neki se sjećaju II. svjetskog rata, te povezuju pojavnost svraba s dolaskom i boravkom vojske (bilo koje) u selu. Jasno razlikuju svrbež i svrab (navode simptome svraba: „*to je ono kad jako svrbi noćom, a najviše između prsti i po trbuvu*“) što je kontradiktorno obzirom da većina navodi da nije imala iskustvo svraba, no za taj neizdrživi svrbež su čuli od drugih. Svi znaju da je svrab jako zarazan i da se lako mogu zaraziti oni koji žive u istom kućanstvu. Svi također znaju da se svrab liječi nekom žutom, sumpornom masti. Drugih pripravaka ili načina liječenja se ne sjećaju niti znaju.

Svi kazivači navode da su barem jednom imali uši, a neki i više puta. To nije toliko sramotno kao svrab, ali je važno „*bit što dalje od ušljivog da ne dobiješ i sam uši*“; i kažu da „*uši više vole čistu kosu*“.

Uši ne povezuju sa nekim drugim bolestima, ne znaju da mogu prenijeti druge, opasne zarazne bolesti. Kao i svrab, oni koji se sjećaju II. svjetskog rata povezuju pojavu ušljivosti s vojskom. Neki se sjećaju iskuhavanja odjeće u velikim kotlovima. Ne razlikuju prtene uši i ostale insekte koji su možda mogli biti u odjeći (buhe, stjenice) jer su mišljenja da izazivaju iste tegobe - svrbež na mjestu uboda.

Što se tiče liječenja ušljivosti, oni koji su išli u školu poslije II. Svjetskog rata sjećaju se praška kojim su im posipavali kosu u školi, svima u razredu bez obzira imali trenutno uši ili ne. U obiteljskom domu su im kosu mazali petrolejom i vezali platnenu maramu preko noći, a ujutro kosu prali u vodi s lukšijom, iščešljavali kosu gustim češljem i ponavljali postupak ukoliko je bilo živih ušiju. Majke i bake su često češljale i provjeravale kosu djeci.

Pojedine kazivačice sjećaju se da su im odrezali kosu u djetinjstvu zbog ušiju i to opisuju kao traumatično iskustvo. Gubitak duge kose, iako privremeno, bio je traumatičan jer djevojčicama i djevojkama kosa bila vrlo važan estetski i rodno identifikacijski element (*„kosa je brzo rasla, al svejedno, to nikad neću zaboravit“*).

U etnološkim monografijama mogu se naći opisi liječenja svraba. Sve što su mazali i činili moralo se obaviti kad sunce zađe ili prije nego izađe:

- Prati se tekućinom u kojoj se kuhao duhan.
- Zahvaćena mjesta mazati katranom, posipati sumporom, pa ispirati lugom.
- Umiješati u staro salo plavućac, barut i kokošji izmet i mazati se sjedeći pored vatre, ali samo dok sunce ne izađe.
- Pomiješati bjelanjak s kokošnjim, purećim, pačjim i gusjim izmetom i time mazati šuge.
- Pomiješati salo i sumpor i time se mazati.
- Kupati se u vodi tekućici.
- Prati se vodom u kojoj se kuhalo orahovo lišće ili lugom od orahova pepela.

Ovih načina liječenja kazivači i kazivačice se ne sjećaju. Danas se nude kao efikasna sredstva na portalima narodne i aletrnativne medicine. Potkradaju se i greške zbog nekritične primjene. Dobar je primjer toga upotreba petroleja za mazanje vlasišta. Stare recepture i opisi navode da se nakon mazanja glava poveže maramom, za koju se smatra da je načinjena od tekstila, dok današnji korisnici zbog zaštite posteljine upotrebljavaju najloske vrećice ili kape. To je naročito opasno jer transkutana resorpcija zbog okluzije u ovom slučaju može djelovati toksično, naročito za malo dijete.

U starijim zdravstvenim savjetnicima ušljivost i svrab opisuju se kao primarno ozbiljne bolesti. Inzistira se na higijeni zbog opasnosti od bolesti koje uši prenose. U slučaju svraba postojala je mogućnost izrazito opasne, sekundarne piodermizacije ogrebotina.

Današnji se liječnici susreću s predrasudama i odbijanjem pacijenata da prihvate informaciju o infestiranosti parazitima šugarcima ili ušima. Stigma bijede i nečistoće povezana s ovim bolestima provlači se desetljećima, pa i stoljećima.

6.2.7. Liječenje perutca i lišaja

Suhe, ljuskave promjene nazivane su *perutac* i *lišaj*, bez obzira na uzrok. Intenzivnije promjene bile su *kraste*. U ovu skupinu mogle bi se ubrojiti promjene koje danas poznajemo kao seboroički dermatitis, različiti alergijski i kontaktni dermatitisi, atopijski dermatitis, psorijaza i dermatomikoze. Dječji ekcem naziva se i *strup*. Poseban je oblik *izjedajući lišaj*, kako se vjerojatno nazivala tuberkuloza kože. Obzirom da pripravci za specifično lokalno liječenje (antibiotici, antimikotici, kortikosteroidi) nisu bili dostupni pokušavalo se svim mogućim masnim sredstvima kožu namastiti i odstraniti ljuske i kruste. Svrbež, koji je bio čest pratilac ovih bolesti, uglavnom nije shvaćen kao svrab ili šuga. To možemo zaključiti po izboru pripravaka, jer se u ovim slučajevima vrlo rijetko prakticiralo liječenje sumporom ili perubalзамom, kao što je bilo uobičajeno za svrab. Za liječenje se najviše koristila svinjska mast, potom sve druge dostupne masnoće kao što su guščja, pačja, zečja mast, goveđi, ovčji ili kozji loj, kukuruzno, repičino, maslinovo i bučno ulje. Ove masti i ulja koristile su se kao monoterapija ili kao podloga, pa su se u njih dodavale različite biljke: gospina trava - kantarion, neven, lišće oraha i ranjenika. Radile su se i kupelji od trina (ostaci od sijena) različitih žitarica, najčešće zobi, a nerjetko se mazala i sluz od ječmene kaše.

Kada su lišajevi bili vlažni kupalo se u *oparku* - čaju od hrastove kore ili orahova lišća. U ljekarni su kupovali pripravke na bazi boraksa ili hipermangana, pa su se pripremali oblozi ili kupelji.

Melemi i kreme su bili dostupni u ljekarnama, no njih je koristilo uglavnom bogatije gradsko stanovništvo.

Dermatitis u području usnih kuteva, *žvale*, nazivali su i *vrpčić*, jer su promjene asociirale na žute dijelove oko kljuna malih vrapčića. Pojava se povezivala s diranjem vrapčijih gnijezda. No, većina kazivača povezuju ovu promjenu sa slinjenjem, tj. vlaženjem oko usnica. Zato je bilo najvažnije uvijek imati suhi i čisti rupčić za brisanje oko usta. Nastale promjene su često mazali *žutim iz uha*.

6.2.8. Liječenje ojedina

Ojedine su upalne promjene kože u pregibima ili na mjestima izloženim trenju ili vlazi. Nastajale su u pelenskoj regiji dojenčadi i male djece, te u pregibima, mjestima trenja i pojačanog znojenja kod odraslih. I u ovom je slučaju svinjska mast bila nezaobilazno sredstvo. Koristili su i sve druge priručne masnoće kao što su maslo, bučno, kukuruzno ili maslinovo ulje, te kozji loj. Preventivno su zaprašivali ova područja prahom od biljke crvotočine, gljive puhare, preprženim fino mljevenim brašnom, ali i prašinom sa seoskih puteva. Oni koji su mogli kupovali su *talcum* ili dječji puder .

6.2.9. Liječenje akne

Acne, prištići u mladenačkoj dobi nekada nisu doživljavani kao veći estetski ili zdravstveni problem. To se smatralo normalnom, prirodnom pojavom tijekom odrastanja. Djevojke su se obično više trudile ublažiti upalne promjene na koži lica različitim sredstvima kao, primjerice, umivanjem u čaju kamilice, kadulje i stolisnika ili mazanjem sokom krastavaca i čuvarkuće. Mazanje kože pjenom od tek pomuženog mlijeka smatralo se vrlo učinkovitim sredstvom za uljepšavanje kože lica. Stavljala se i maska od vrhnja, meda, u mlijeku skuhanih suhих šljiva i kvasca ili kore od lipova drveta ukuhane sa lanenim sjemenom. Koristila se otopina od plavog kamena (bakreni sulfat). Mazanje alkoholom i ispiranje otopinom hipermangana bilo je uobičajeno liječenje akne i u gradskim sredinama. U časopisima za žene reklamirani su različiti pripravci za *odstrajenje prištića i svih nepravilnosti*. Većinom su to bila univerzalna sredstva za liječenje i masne i suhe kože bez navođenja sastojaka. U slučaju izraženijih gnojnih promjena postupalo se kao u liječenju čireva.

6.2.10. Liječenje zubobolje

Zubobolja je, kao jedan od najteže izdržljivih bolova, bila velik izazov u vremenu bez dostupnih analgetika i stomatologa. Edukacija i povezivanje higijene usne šupljine s nastankom karijesa nije baš bilo prošireno, naročito kod onih koji nisu prali zube. Uzrok kvarenja zuba bio je jednostavno shvaćen kao obiteljsko nasljeđe. Smatralo se da netko ima *dobre*, a netko *loše zube* od rođenja.

Usna šupljina i mjesto oko oboljelog zuba ispiralo se različitim alkoholnim sredstvima, najčešće rakijom, koja se nakon mućkanja smijela progutati, za razliku od nekih čajeva. Alkohol bi djelovao tako da se osjetilo trnjenje i *umrtvljenje* tretiranog područja, pa bi se bol smanjila. Ispiralo se i čajem od kadulje, kamilice, pelina, bršljana, petoliste, abadovine. Abadovina i bršljan su otrovne biljke, neki su to znali, neki ne, ali je bilo uobičajeno da se čaj kojim se ispirala usna šupljina ispljune.

U zubnu šupljinu stavljali su najrazličitija sredstva, što nam govori o intenzitetu tegobe i, vjerojatno, slaboj djelotvornosti: grumenčić tamjana, zrno bibera, pepel iz lule, češnjak, sol, šećer, usitnjeni kozji, goveđi ili jelenski rog, sjeme od bunike (otrovno!), med i jaki ocat, korjen koprive koji je 24 sata stajao u rakiji, korjen iđirota koji je bio namočen u vinu i potom ispečen s medom, *vodu* koja izlazi kad se peče komadić drenovog drveta. Stavljale su se i različite *nečisti*, izmet domaćih i divljih životinja.

6.2.11. Liječenje uhobolje

Liječiti uhobolju oduvijek se pokušavalo ukapavanjem različitih pripravaka, slično kao zubobolje. Prakticiralo se i grijanje različitim ugrijanim predmetima, najčešće krpama i jastučićima ispunjenim žitaricama. U uši se ukapavao sok od čuvarkuće, usitnjeni bijeli luk i čaj od kadulje.

Odstranjenje cerumena bio je uobičajen postupak uz manje modifikacije: voštani papir se savio u oblik stošca ili namašćeni komad tkanine se omotao oko vretena i stavio u zvukovod, zapalio se slobodni kraj, kada bi dogorio do kože, ugasio se i polako izvukao. Kazivači navode da se tako izvlačio i veći dio masnog sadržaja iz uha.

6.2.12. Liječenje očiju

Crvene oči su izraz kojim se i danas najjednostavnije opisuju upale različitih uzroka. Omiljeno sredstvo u narodnoj medicini koje se zadržalo i danas, čaj je od kamilice. Njime se ispiru i stavljaju se oblozi. Osim kamilice, u istu svrhu koristio se i čaj od pelina, sjemena lobode, koprive.

Uobičajeno je bilo oči malog djeteta premazivati majčinim mlijekom u slučaju da su bile *krmeljive* ili preventivno.

Danas je puno češća alergija na peludi nego nekada, ali kamilica je i dalje ostala nezamjenjivo i najčešće korišteno sredstvo u samoliječenju, pa je to jedan od primjera kako provjereno ljekovito sredstvo može kadkad i naštetiti.

U narodnoj medicini postoje i brojni lijekovi za liječenje *bione*, kako se u narodu naziva katarakta. Danas samoliječenje nije uobičajeno za ovu bolest, no nekada je liječenje bilo nedostupno, pa je sljepoća bila zajamčena. Najčešće se pokušavalo s bjelanjkom u kojeg se dodalo *tivse*, biljke rutvice, tamjana, sjemenke bosiljka, te s se smjesa privla na bolesno oko, najčešće preko noći.

6.2.13. Liječenje spolnih bolesti

Spolne bolesti u narodnoj se medicini nazivaju *sramnima* i o njima se ne govori. Za onog tko se razbolio kažu *ogadio se, zagadio se*. Spolne bolesti koje su opisane u etnografskoj građi ovih krajeva su sifilis (*frenjak*) i stidne uši (*gospodske uši*).

Nitko od kazivača nije imao spolnu bolest, niti su poznali nekog tko ju je imao. Navode priče koje su kružile po selima da su neki mladići bili zaraženi jer su bili u *kuplerajima*. Starije žene upozoravale su djevojke da izbjegavaju mladiće koje se *puno skitaju po svetu*, a naročito po *Pešti* (ozloglašenoj po *kuplerajima*).

U zdravstvenim savjetnicima potanko se objašnjavaju uzroci i simptomi spolnih bolesti, te se upozorava na nužnost stručnog liječenja. Puk nije bio svjestan uzroka i načina prenošenja, a dodatnu je zbrku stvarala raširenost endemskog sifilisa u Posavini. Bilo je prošireno uvjerenje da se sifilis prenosi samo preko zaražene žlice i drugih osobnih predmeta u kućanstvu.

Sifilis je u prvoj polovini 20. stoljeća bio veliki javnozdravstveni problem. O tome sjedoči i činjenica da je jedan od najstarijih odjela u osječkoj bolnici bio Dermatovenerološki odjel. Kao Odjel za spolne bolesti datira od osnutka bolnice, 1874. godine. Zbog velike proširenosti sifilisa i drugih spolnih bolesti taj je odjel bio jedan od najvažnijih i najvećih u bolnici. Od 1924. godine predstojnik je bio dr. Nikola Mudrovčić. Odjel je tada imao 72 bolesničke postelje. Shvaćajući veliku važnost zdravstvenog prosvjećivanja, Mudrovčić je za dvije godine održao 76 predavanja u gradu i selima. Pojavom i uvođenjem sulfonamida (1939.) i penicilina (1946.) u terapiju spolnih bolesti u osječkoj bolnici počinje trend značajnog suzbijanja gonoreje i sifilisa (35).

Prostitucija je do II. svjetskog rata bila ozakonjena. Javne kuće, *bludilišta*, bile su pod kontrolom gradskih nadležnih institucija. Zakonski akti su bili usklađeni s austrougarskim zakonodavstvom o čemu svjedoče *Pravilnik o uređenju i nadziranju prostitucije u slobodnom i kraljevskom gradu Osijeku* iz 1896. godine i *Pravilnik za bludilišta u slobodnom i kraljevskom gradu Osijeku* iz 1911. godine.

Unatoč zdravstvenom nadzoru i liječničkom pregledavanju bludnica, kako bi se suzbilo spolne bolesti, one su i dalje bile velika prijetnja. Tako se Kraljevska ugarska 28. domobranska pješačka pukovnija žalila da se samo od listopada 1915. do siječnja 1916. godine u Osijeku preko 100 vojnika zarazilo spolnim bolestima, od čega većina u bludilištima. Godinu dana poslije, vojno postajno zapovjedništvo prijavilo je doktora Antu Martinovića jer, navodno, zaražene bludnice nakon pregleda nije otpremio u bolnicu, već im je bio dopustio da ostanu u bludilištu (36).

U ljekarušama i etnografskim zapisima spominje se liječenje *frenjka*, i to uglavnom magijskim postupcima s upotrebom pseće krvi, izmeta i mesa.

6.2.14. Liječenje unutarnjih bolesti dermalnim pripravcima

Liječenje različitih simptoma (bolovi) unutarnjih bolesti je bilo uobičajeno stavljanjem ljekovitog pripravka na kožu. Tim su se postupcima mogli racionalno postići samo efekti grijanja, hlađenja ili pritiska. Minimalana je vjerojatnost specifičnog farmakološkog djelovanja biljnih ili mineralnih sastojaka transkutano na ciljni organ.

6.2.14.1 Bolesti želuca i bolovi u trbuhu

Trbuh se uvijek grijao privijanjem toplog crijepa ili platnene vrećice ispunjene žitaricama, lanenim sjemenom, a u siromašnijim kućanstvima pepelom. Kuhale su se kaše od žitarica, uglavnom ječma ili brašna, u koje se dodavao med, različite masnoće, tamjan, različite biljaka (žalfija, petoprsta, kamilica, pelin), bjelanjak, gašeno vapno, *nišedor* (aluminijev nitrat) i modra galica. Smjese su se stavljale direktno na kožu ili namazale na laneno platno ili papir (omiljen je bio plavi pak-papir ili novine), te se privijale na kožu trbuha.

6.2.14.2 Bolesti pluća i kašalj

Koristila su se ista sredstva kao i za liječenje bolova u trbuhu. Na prsa su stavljali obloge i meleme tijekom liječenja groznice, vrućice, opće slabosti i bolova oko srca.

Pripravke koje se preporučivalo piti kod kašlja, stavljalo se i izvana, na kožu prsa. Kaša od kuhanog luka, sluz od sljezovog korjena i različite masnoće (guščja mast) namazane na novinski papir primjenjivale su se kao oblozi.

U starijim monografskim djelima i ljekarušama nalazi se vrlo često izraz *dalak*, koji označava lokalizirani otok na trbuhu u području slezene. To je bio težak zdravstveni problem. Nije moguće sa sigurnošću odrediti objektivni uzrok, spominju se samo iracionalni uzroci. Liječenje je bilo kao za bolesti želuca i trbuha, no za *dalak* postoje brojne recepture s magijskim elementima. Kazivači nisu spominjali ovaj izraz. Slično je i sa izrazom *sandžija* koji označava izrazitu, gotovo nepodnošljivu bol u prsima i leđima. To je bol od koje se čovjek ne može pomaknuti. Ovu tegobu opisuju kao tešku, ali i prolaznu. Teško ju je izdržati, ali od toga se ne umire. Moglo bi se pretpostaviti da se radilo o neuralgiji međurebrenih živaca.

U starijoj literaturi nalaze se i podaci o *namještanju želuca* koje su obavljali spretniji pojedinci manualnim postupcima poput nešto grublje masaže. Potom se primjenjivalo stezanje u području pojasa različitim priručnim sredstvima, često s magijskim djelovanjem.

6.2.14.3 Vrućica

Povišena temperatura simptom je koji se pojavljuje kod mnogih zaraznih bolesti. U vremenima bez antibiotika i antipiretika doživljavana je kao sama po sebi opasna

bolest. Kazivači navode da su *visoka temperatura i fraz* bili uzroci smrti mnogobrojne djece. Iz zdravstvenih savjetnika mogu se uočiti naročita nastojanja da se promjeni predrasuda o liječenju vrućice. Utopljanje bolesnika bio je imperativ narodne medicine. Oblozi su se primjenjivali uglavnom na dlanovima, tabanima i oko čela, rjeđe i na prsima. Primjenjivani su različiti pripravci s alkoholom, vinom i rakijom, mazao se bjelanjak, privijali melemi kao za druge bolesti, a pojačavanje magijskim i egzotičnim elementima bilo je u skladu s težinom bolesti. Različite životinje i njihovi unutrašnji organi privijani su na tijelo bolesnika *da izvuku vrućinu (žabe kornjače, žabe gatalinke, jetra od govoda...)*. No ima i primjera privijanja vrbovog lišća i usitnjene vrbine kore na tijelo bolesnika što je, zbog sadržaja salicilne kiseline, moglo i lokalnom primjenom djelovati antipiretski.

Kazivači su navodili slične primjere kojima su prisustvovali, ali sa sviješću da utopljanje bolesnika u vrućici nije dobro, ali i da se je bilo teško suprotstaviti duboko ukorijenjenim običajima. Oni navode da u njihovim obiteljima nisu utopljavali bolesnike, nego su ih hladili oblozima od ustajale vode, razblaženog octa, razblaženog vina ili rakije. Trljali su dlanove i tabane alkoholom ili rakijom. Privijali su list kupusa na prsa i čelo. I u ovom slučaju je mast (guščja, pačja, zečja, svinjska) namazana na novinski papir bila omiljeno ljekovito sredstvo. Ploške krumpira privijene na dlanove i tabane smatraju se učinkovitim antipiretskim sredstvom i danas.

6.2.14.4 Grlobolja i upale krajnika

Grlobolju i otečene, gnojne krajnike liječilo se grgljanjem. Grgljanje je bio vrlo uobičajen higijensko - toaletni postupak, a znači ispirati grlo zabačene glave kao da se izgovara „gr“ zadnjepčanim i gleno artikuliranim „r“. Tim se postupkom moglo, različitim vodenim otopinama s ljekovitim biljkama (sljez, kamilica, gospina trava, kadulja, stolisnik, bokvica), alkoholom (rakija, vino) ili hipermanganom, uspješno djelovati na sluznicu grla i krajnike. Izvana se privijala vrećica s različitim sjemenjem, zrnjevljem žitarica, suhim travama ili kašama od trava i brašna uz obvezni dodatak masnoće - slanine, svinjske masti ili raspoloživih ulja. Svi su postupci bili usmjereni na grijanje, jer se time ubrzavalo *sazrijevanje* gnojnih čepova, a naročitim postupcima *podizanja, stiskanja* u području vrata ubrzavalo se odstranjenje gnojnih naslaga i čepova. Ovakve načine liječenja opisuju etnolozi u monografijama, nalaze se u svim

ljekarušama, a o njima svjedoče i kazivači, te ih smatraju djelotvornijim od današnjih modernih antibiotskih lijekova .

Postojale su vješte žene koje su znale djeci *podići nebo*, prstom su *podigle* treći krajnik i tako omogućile lakše disanje.

6.2.14.5 Glavobolja

Glavobolja se liječila čvrstim vezanjem krpe ili marame oko sljepočnica. Ispod marame se privijala kriške krumpira, krastavca ili list kupusa. Marama se ponekad prethodno namočila u razblaženi ocat, rakiju ili samo u hladnu vodu. Omiljeno je sredstvo za glavobolju je bila *Alga* - najdugovječniji univerzalni farmaceutski pripravak u Hrvatskoj, kojeg je proizvodila riječka ljekarna *Sušak*. Osim što su se *Algom* mazale sljepočnice, par kapi ove zelene tekućine nakapalo se na kocku šećera koju bi osoba koja pati od glavobolje pojela.

6.2.14.6 Kostobolja

Reuma je narodni izraz za bolove u kostima i zglobovima. Za ove je bolove opisano mnogo načina lokalnog liječenja. Pojedina su geografska područja bila poznata i po ljekovitim kupeljima, ljekovitoj vodi i blatu. U području Istočne Hrvatske to su bili Daruvar i Lipik. Naravno, ove toplice su nudile liječenje puno šireg spektra bolesti, no liječenje *reume* u toplicama se podrazumijeva i nesumljivo je uspješno za one koji si to mogu priuštiti.

Kosti i zglobovi su se uvijek grijali. Omiljena sredstva su bila ona koja na neki način iritiraju kožu i stvaraju crvenilo na području primjene. Jedno od najpoznatijih je kopriva *žara* koja se stavljala na bolni zglob. Slično je djelovao i papar, ljuta paprika, te različite masti koje su se mogle kupiti u ljekarni, uz već spomenutu *Algu*.

Od davnina je poznato, a i danas se primjenjuje, liječenje ubodima pčela. U ovom slučaju imunološko djelovanje pčelinjeg otrova je predmet brojnih znanstvenih istraživanja.

Na zglobove se privijao list kupusa, gaveza, usitnjen korjen gaveza, hrena ili koprive, čaj od koprive ili bršljana i različiti melemi vrlo sličnog sastava kao i za liječenje ostalih tegoba unutarnjih organa.

7. ZNANSTVENI KOMENTAR I OSVRT NA NAJČEŠĆE KORIŠTENE LJEKOVITE PRIPRAVAKE

7.1. LJEKOVITA SREDSTVA

Narod nije poznao aktivne sastojke pripravaka koje je koristio. Koncentracije i doziranje bili su neprecizni. Djelovanje se prosuđivalo na temelju efekta, empirijski. Pripravci se obično dijele prema izvorima od kojih potječu na biljne, mineralne i životinjske. Pojam *nečiste medicine* odnosi se na primjenu urina, slina i fecesa životinja i ljudi.

Slijedi podjela najčešće korištenih sredstva prema navodima kazivača.

Tvari biljnog podrijetla kao što su kamilica, kopriva, štavelj, bokvica, stolisnik, čičak, gavez, gospina trava, turica, rosopas, ranilist, bukvice, bazga, abadovina, čuvaruća, sljez, neven, srimbuš, vrba, orah, divlji kesten, duhan, hrastova kora, gljive - brezova guba i puhara, te smola četinjača. U svrhu liječenja korištene su i prehrambene namirnice i začini kao što su kupus, češnjak, luk, hren, biber i mljevena parika. Kao napitak pripravljali su čaj od kamilice, lipe, grančica višnje, šipka, metvice i kupine.

Najčešće korištena ulja su suncekretovo, maslinovo i bučino.

Od tvari mineralnog porijekla ponajviše se koristio pepeo, kreda, tamjan, ugljen, sol, sumpor i vapno.

Jaja (bjelanjak, žumanjak), puževa sluz, slina goveda i konja, te svinjska, guščja i zečja mast i kozji loj čine najčešće korištene tvari životinjskog podrijetla. Od ljudskih izlučevina koristila se slina i urin.

Primjećuje se da kazivači ne spominju velik broj biljaka. Uvriježeno je mišljenje da je narod poznao veliki broj ljekovitih biljaka. Na to upućuje veliki broj popularnih knjiga iz područja narodne medicine i liječenja ljekovitim biljkama koje su i danas dio kućnih biblioteka. Kazivači navode da imaju, ili su imali barem jednu od knjiga ove tematike. Napopularnije su bile knjige Aščića, Gjurskog, Sadikovića, Willforda i Životića. Iz razgovora sa starijim stanovnicima dobivaju se informacije da neku od knjiga o ljekovitom bilju imaju i danas.

Veći broj biljaka i biljnih lijekova poznavali su rijetki, vješti pojedinci, *biljari*, *travari*, *vidari*, a obični puk poznao je svega desetak trava i njima se vješto služio, te ih široko primjenjivao. U pojedinim obiteljima postojala je jedna ili dvije omiljene biljke koje su se koristile za sve, ili barem većinu, bolesti i tegobe. Najpoznatija *panaceja* je kamilica, omiljena kao čajni napitak, a koristila se izvana kao oblog kod najrazličitijih upala kože, oka ili uha, za ispiranje usta, genitalija, ali i kao ljekoviti napitak kod glavobolje, prehlade, grčeva u želucu ili za smirivanje, u slučaju duševne napetosti. Na ovaj način mnogostrukog korištenja, djelovanje biljke se puno bolje upoznalo i stjecala se sigurnost upotrebe. Može se reći da su pojedine osobe našle svoju „biljku vidaricu“. Postoji donekle sličnost s homeopatijom u kojoj se određuje jedan osnovni lijek, *remedija*, *polikrest*, koja je bazična za sva bolesna stanja određene osobe, a ostale samo nadopunjuju liječenje prema simptomima bolesti.

Znanstvena istraživanja u fitoterapiji rezultirala su stotinama tisuća radova objavljenim u recentnim časopisima, no eksperimenti su redovito izvođeni s koncentratima, tj. eteričnim uljima biljaka ili pojedinih njihovih dijelova. U narodnoj medicini ovako koncentrirani pripravci nisu se primjenjivali, tako da je teško uspoređivati rezultate ovakvih znanstvenih istraživanja i empirijske rezultate narodne prakse.

U mikrobiološkom laboratoriju Katedre za mikrobiologiju pri Medicinskom fakultetu sveučilišta J. J. Strossmayera u Osijeku pokušali smo procijeniti djelovanje kamilice (*Matricaria recurita*), gospine trave (*Hypericum perforatum*) i nevena (*Calendula officinalis*) na bakterije *Pseudomonas mirabilis* i *Staphylococcus aureus*. Dobili smo zadovoljavajuće rezultate, u smislu baktericidnog i bakteriostatskog djelovanja. Problem je nepostojanje standardizirane metode. Standardizacija biološkog biljnog materijala i njegova početna mikrobiološka zagađenost velika je zapreka u eksperimentalnom radu u kojem želimo reproducirati, procijeniti i usporediti djelovanje pripravka onakvog kakav je korišten u narodnoj medicini. Narod je biljke koristio u svježem ili osušenom obliku, pripremali su čaj, što je sinonim za dekokt i vodenu iscrpinu, ili su dijelove biljke namakali u različitim alkoholnim tekućinama (vino, rakija) i octu, te dodavali u masti i ulja. Količina je bila proizvoljna (*otprilike* žlica, žličica, šaka, prstohvat). Narodni nazivi biljaka često sugeriraju njihovo djelovanje, odnosno najčešću upotrebu.

U nastavku slijedi opis 22 najčešće korištene ljekovite biljake, njihovog djelovanja s znanstvenom podlogom istog, načine na koje se koristi u suvremenoj

narodnoj medicini, moguće neželjene pojave njihove upotrebe, te rezultate recentih znanstvenih istraživanja vezanih za biljku. Osnovni podaci o pojedinim ljekovitim biljkama navedeni su prema udžbeniku *Farmakognozija i fitoterapija* Danice Kuštrak (37), *Kompediju ljekovitog bilja* Willi Schafnera i sur.(38), te knjizi *Domaće ljekovite bilje* Katje Toplak Galle (39).

7.1.1. *Achillea millefolium* – stolisnik, hajdučka trava, sporiš kunica



Slika 7.1 *Achillea millefolium*

spazmolitski (eterična ulja, flavonoidi), antibakterijski i antifugalno (eterična ulja, laktoni i poliaciteleni) (40). Ukupno djelovanje mu je paralelno kamilici. Danas se koristi u narodnoj medicini za liječenje dermatitisa, ekcema, naročito rana koje nastaju pucanjem kože (41).

Neželjeno djelovanje je moguća fotoksičnost i pojava kontaktnog dermatisa kod osjetljivih osoba, naročito onih alergičnih na glavočike (42).

Sinonim *hajdučka trava* (slika 7.1 i 7.2) upućuje na upotrebu u narodnoj medicini gdje se koristila za cijeljenje rana i zaustavljanje krvarenja. Ime *Achillea* ova je biljka dobila po Ahileju kome je Afroditu liječila ranu, a *millefolium* u prijevodu znači tisuću listića. Prema narodnim predajama hajduci su uvijek uza se imali vrećicu s prahom suhe biljke i koristili su ga u slučaju ranjavanja. Tijekom ljetnih mjeseci ubiru se gornji dijelovi cvatućih mladica. Ljekoviti pripravci djeluju protuupalno (seskviterpenske laktoni eterična ulja - ahilin, azulen - zelenkasta boja vodene otopine),



Slika 7.2 *Achillea millefolium*

Znanstvena istraživanja su uglavnom usmjerena na procjenu i dokazivanje povoljnog učinka kod gastroenteroloških bolesti (43).

7.1.2. *Aesculus hippocastanum* – divlji kesten

Latinska riječ *aesculus* znači hrast, *esca* jelo, *castanea* kesten, a *hippos* je grčka riječ koja znači konj. U engleskoj se literaturi naziva konjski kesten, a prikazan je na slici 8.3. U narodnoj medicini koriste se sjemenke (koje sadrže escin) zajedno sa smeđom ovojnicom (koja sadrži hipokastanozid). Alkoholna se otopina koristi za masažu proširenih vena i kod bolova u nogama. Dodaje se u kupelji za noge.



Slika 7.3 *Aesculus hippocastanum*

Navedeni saponini djeluju antiedematozno, antioksidativno i povećavaju otpornost stijenke kapilara (44).

Postoje brojni komercijalni pripravci (kreme, gelovi, kapsule) sa standardiziranim sadržajem escina koji se preporučuju kod varikoznog sindroma (45), ozljeda (46), dijabetičke angiopatije (47), te u lokalnim pripravcima protiv kuperoze (48).

7.1.3. *Agrimonia eupatoria* – turica, ranjenik, kostolom, zmijina trava, džigeričnjak

Agros, znači polje, *mone* boravište, a *eupatoria* potječe od nadimka kralja Mitridata, Eupator, koji je bio vrstan botaničar. Ime biljke (prikazane na slici 7.4.) moglo bi se izvesti i iz latinskog „hepatoris“ obzirom da se upotrebljavala za bolesti jetre.

Ubire se cijela zelen u početku cvatnje (lipanj, srpanj), a sadrži eterično ulje, trijeslovine katehinskog tipa, triterpenske gorke tvari, flavonoide, kremenu kiselinu. U doba Vojne krajine bila je omiljena za liječenje ozljeda.



Slika 7.4 *Agrimonia eupatoria*

Čaj se koristi za ispiranje rana i čireva, a pripravak sa svinjskom masti za zarastanje rana i zaustavljanje krvarenja. Vodeni ekstrakti su pokazali epitelizirajuće djelovanje, a alkoholni antiviralni učinak.

U većini znanstvenih radova obrađuje se antioksidativni i antilipemički učinak, te hepatoprotektivno djelovanje (49).

7.1.4. *Allium cepae* – crveni luk

Sadrži cikloaliine (koji potječu od aminokiselina koje sadrže sumpor), adenzin, tragove prostaglandina, flavonole, te fruktozane (polisaharidi koji se razlažu na fruktozu, inulin i pektine). Suzenje očiju izaziva propantial-oksidi koji nastaju od alicina (50).

U narodnoj se medicini lokalno koristi blago prepržen, da pusti sluz, te se stavlja na zagnojene rane. Svježi sok crvenog luka (prikazanog na slici 7.5.) stavlja na mjesta uboda insekata.



Slika 7.5 *Allium cepae*

7.1.5. *Allium sativum* – češnjak

Upotreba češnjaka (slika 7.6.) za liječenje različitih bolesti ima tisućljetnu tradiciju. Opisana je u najstarijim medicinskim zapisima.

Svježi češnjaji sadrže alanin koji fermentira u alicin tipičnog mirisa na češnjak. Alicin tiosulfinat nalazi se samo u svježim pripravcima. U komercijalnim fitoterapijskim pripravcima uklonjen je neugodan miris, a zadržana su ljekovita svojstva. Nalaze se u obliku praha, uljnih macerata i želatinskih kapsula.

U narodnoj medicini češnjak se koristi u svježem obliku, najčešće nastrugan ili zdrobljen.



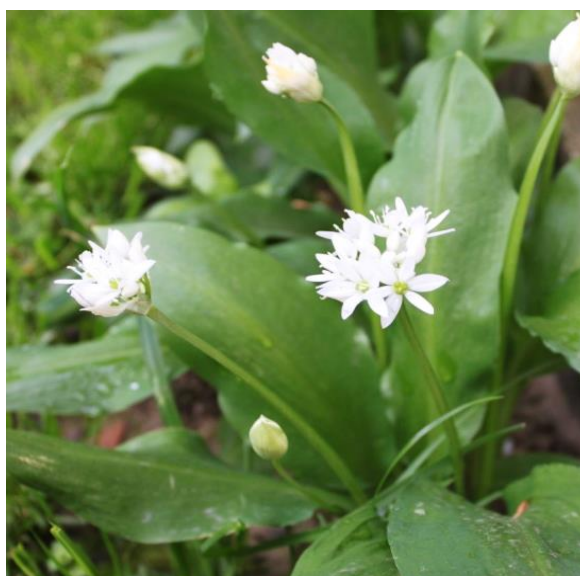
Slika 7.6 *Allium sativum*

Svježi češnjak, usitnjen ili maceriran, može izazvati snažnu kontaktnu iritaciju kože i sluznica (53).

Češnjakovo eterično ulje ima antibakterijsko, antiviralno i antifungicidno djelovanje (51). Znanstveno dokazano antimikrobno i antioksidativno djelovanje se rijeđe odnosi na lokalnu upotrebu, obzirom da su vrlo rijetki komercijalni pripravci za lokalnu upotrebu (52).

7.1.6. *Allium ursinum* – divlji luk, medvjedi luk, srijemuš

Ima isto djelovanje i miris kao češnjak. U proljeće se konzumiraju mladi listovi, a lukovice se mogu iskapati tijekom cijele godine, no one se rijetko koriste. U narodnoj medicini koristi se rijetko, kao lijek za lokalnu upotrebu (liječenje bradavica). Mladom divljem luku (slika 7.7) jako sličje vrlo otrovne biljke poput đurđice, mrazovca i čemerike, te su opisani brojni slučajevi trovanja zbog slučajne zamjene, iako ove otrovne biljke ne mirišu na bijeli luk (54).



Slika 7.7 *Allium ursinum*

Znanstveno je dokazano antimikrobno, antioksidativno, antilipemičko, kardioprotektivno i antitumorsko

djelovanje(55). Lokalno djelovanje nije istraženo. Upravo je iz tog razloga zanimljiva upotreba divljeg luka u liječenje bradavica koju navode kazivači.

7.1.7. *Althea officinalis* - bijeli sljez

Korijen bijelog sljeza sadrži mnogo sluzi (do 15 %), zatim škroba, pektina,



Slika 7.8 *Althea officinalis*

biljnih sterola, manje eteričnih ulja i aminokiselina. Iscrpina korijena se u obliku toplih obloga koristi za liječenje zagnojenih rana i čireva, te za ublažavanje svrbeža. Umirujuće djelovanje sluzi na upaljenu kožu kod različitih vrsta dermatitisa, napose atopijskog, danas se neopravdano rijetko koristi. Cvijet i nadzemni dio biljke prikazani su na slici 7.8.

Znastveno je dobro istraženo djelovanje sluzi bijelog sljeza u respiratornim i gastrointestinalnim bolestima (56), te antibakterijsko djelovanje u procesu cijeljenja rana (57). Djelovanje na kožu i bolesti kože se uglavnom opisuje u etnomedicinskim izvješćima (58).

7.1.8. *Avena sativa* - zob

Avena strametum - zobena slama i suha ovojnica sjemena koriste se kao kupelj kod različitih pruriginoznih dermatitisa, pa postoje i brojni komercijalni pripravci. Sadrži glikozide valina i indolni alkaloid gramin. Triterpensi saponini djeluju antibakterijski i antimikotski (59). Biljka zobi prikazana je na slici 7.9.



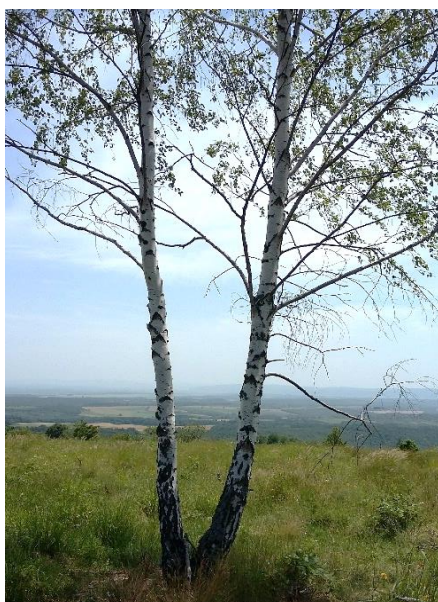
Slika 7.9 *Avena sativa*

Postoji veliki broj pripravaka medicinske kozmetike koja sadrži sastojke zobi pa je lokalno djelovanje vrlo dobro

istraženo, naročito za liječenje i njegu suhe kože, akne (60) i atopijskog dermatitisa (61).

7.1.9. *Betula pendula* – breza

Iz brezinih se pupoljaka destilira eterično ulje koje se dodaje brojnim pripravcima



Slika 7.10 *Betula pendula* (63).

i šamponima za pospješivanje rasta kose. Hlapivo ulje i brezov sok dobiva se u proljeće, bušenjem drveta. U narodnoj se medicini čaj od brezovog lišća koristi za masiranje vlasišta.

Breza šampon nekada je bio vrlo popularan, no danas kozmetološki pripravci s eteričnim uljem ili sokom breze jednostavno nisu u modi, iako istraživanja pokazuju povoljan učinak na kožu i kosu (62). Slika 8.10 prikazuje drvo breze.

Znastvena istraživanja usmjerena su i na diuretsko i uroprotektivno djelovanje brezinog soka

7.1.10. *Arctium lappa* – čičak

Korijen čička i srodnih biljaka sadrži nezasićene masne kiseline i fitosterol zbog kojih se koristi kao uljni macerat u komercijalnim pripravcima za njegu kose. U narodnoj medicini nije toliko široko primjenjivan kao u komercijalnim pripravcima.

Vrlo su popularni bili pripravci sa čičkovim uljem za njegu kose i kao sredstvo protiv opadanja kose (64). Spominju se i vrlo dobri učinci u liječenju akni (65). U „anti age“ kozmetičkim pripravcima koristi se



Slika 7.11 *Arctium lappa*

antioksidativno djelovanje lignana iz eteričnog ulja čička (66).

Veliki broj znanstvenih istraživanja je usmjeren na gastroprotektivno djelovanje (67). Biljka čička prikazana je na slici 7.11.

7.1.11. *Calendula officinalis* – neven



Slika 7.12 *Calendula officinalis*

Neven (slika 7.12) je danas nesumnjivo najpopularnija biljka za pripremu masti koja se upotrebljava za najrazličitije bolesti i njegu kože. U ovu se svrhu koriste cvjetne glavice koje se dodaju u maslinovo ulje ili svinjsku mast. Nakon višekratnog zagrijavanja smjesa se ocijedi, čuva u staklenim posudama na hladnom mjestu i koristi tijekom cijele godine. Velik je broj komercijalnih pripravaka i dostupni su u različitim oblicima (sredstva za pranje, losioni, kreme, masti). Malo je standardiziranih pripravaka pa to umanjuje mogućnost procjene i usporedbe korisnog djelovanja (68).

Glavni sastojci su eterično ulje, triterpenski glikozidi i aglikani, karotinoidi, flavonoidi i gorke tvari.

Ovo je jedna od najbolje istraženih biljaka i dokazano joj je protuvirusno, antibiotsko i fungicidno djelovanje. Iznimo je značajno angogenetsko, fibroblastično i epitelizirajuće djelovanje (69).

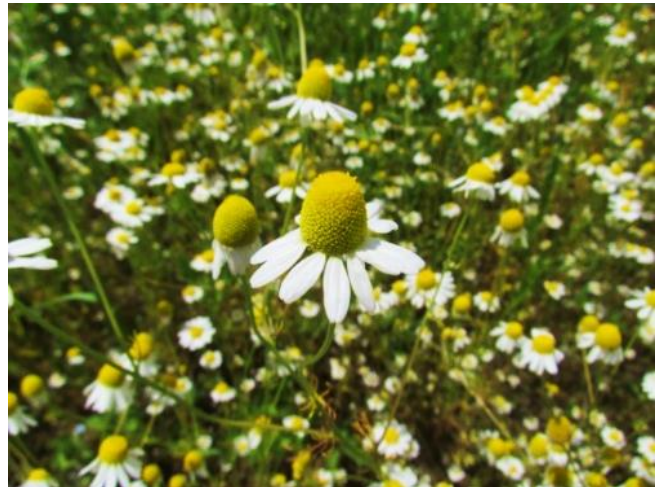
Ekstrakt nevena smanjuje oksidativni stres nakon UV zračenja reduciranjem glutaciona i modulacijom sekrecije i aktivacije metalproteinaze (70).

Ne sadrži sekviterpenske laktone kao druge biljke iz iste porodice pa su rijeđe alergijske reakcije.

7.1.12. *Chamomila recurita* – kamilica

Ova je ljekovita biljka *panacea* narodne medicine. Kamilica (slika 7.13) se koristi za široki spektar zdravstvenih tegoba i kao omiljeni napitak. Latinski naziv *matricaria* potječe od riječi majka. Kemijski sastav: kamiličin cvijet sadrži 0,3 - 1,5% eteričnog ulja (sastav je varijabilan, ovisno o podrijetlu i sorti kamilice, najveća je varijabilnost u sadržaju bisaboloida 0 - 50%).

Samo cvijet sadrži proazulene: matrikarin i matricin. Tijekom destilacije vodenom parom iz matricina nastaje plavo obojeni azulen, kamazulen (2 - 18%). Kamiličino ulje sadrži i acetilinske derivate, spiroetere 20 - 30%, te do 6% flavonoida (apigenin, luteolin, kvercetin), fenolkarbonske kiseline, kumarine, polisaharide, lipide, fitosterole, aminokiseline i mineralne spojeve. Protuupalno, antibakterijsko i fungistatsko djelovanje imaju bisabolol, kamazulen i spiroeteri (71).



Slika 7.13 *Chamomila recurita*

Komercijalni su ljekoviti pripravci u obliku tinkture, ekstrakta, medicinskih čajeva, standardiziranih ljekovitih pripravaka, pripravaka za baleoterapiju i medicinski kozmetičkih pripravaka.

Esencijalno ulje inhibira rast *Propionacterium acnes* (72). Topička primjena ekstrakta značajno ubrzava cijeljenje opekline (73). Značajno ubrzava cijeljenje u odnosu na primjenu kortikosteroida triamcinolona i clobetasola (74). Histometrijskim analizama dokazana je stimulacija stvaranja kolagena u tijeku cijeljenja rana (75). Metil ester iz kamiličinog ulja inhibira tirozinazu što omogućava povoljno terapijsko djelovanje u liječenju hiperpigmentacija. Metil ester inhibira degranulaciju mastocita (76). Dokazana je inhibicija rasta bakterija *Helicobacter pylori*, *Staphylococcus aureus*, *Pseudomonas aeruginosa* i *Mycobacterium. Tuberculosis*, te gljive *Candida albicans*. Spiroeteri inhibiraju stvaranje aflatoksina iz *Aspergillus* (77).

Ima imunoregulacijski potencijal za smanjenje simptoma atopijskog dermatitisa zbog utjecaja na Th2 staničnu aktivaciju (78).

7.1.13. *Chamomillae romanae* – rimska kamilica

U nekim europskim zemljama (Francuska, Italija, Belgija, Engleska) više se koristi srodna vrsta *Chamomillae romanae*, *Chamomilla nobile*, rimska kamilica. Koristi se kod istih tegoba kao i prava kamilica, iako se aktivne tvari izrazito razlikuju. Cvijet sadrži 0,3 - 2,5 % eteričnog ulja koje se sastoji od monoterpena i seskviterpena, estera anđelika kiseline, tiglinske kiseline, izomaslačne, metilakrilne kiseline, izobutilnog alkohola, izoamilnog alkohola, 3-metilamilni alkohola, te do 0,6% seskviterpenskikh laktona, nobileina i 3-epinobileina od kojih potječe gorki okus (*amara-aromatica*). Nobilein ima antibakterijski učinak (79). U zemljama zapadne Europe (Velika Britanija, Francuska, Belgija) gotovo je potpuno zamijenila pravu kamilicu, u SAD je najpopularniji biljni čaj, a cvijet prave kamilice nazivaju u anglosaksonskoj literaturi „German chamomille flowers“ (njemačka kamilica).

Veliko znanstveno zanimanje i istraživanje usmjereno je prema svim aspektima ljekovitog djelovanja ove biljke. U lokalnim ljekovitim i kozmetičkim pripravcima koristi se najviše sastojci eteričnog ulja (bisabolol, kamazulen) u svrhu njege oštećene kože, zarastanja rana (80), te njege suhe kože (81).

Opće je prihvaćena ljekovitost ove biljke uz koju ide uvjerenje o apsolutnoj neškodljivosti. Upravo zbog ovog, alergijske reakcije na kamilicu u smislu kontaktaktnog dermatitisa (82) i anafilaktičkog šoka (83) češće su nego kod upotrebe drugih biljaka. Najveći alergogeni potencijal ima bisobalol, stoga se prije upotrebe kod atopičara preporučuje učiniti epikutani i *atopy patch* test.

7.1.14. *Cheilidonium majus* – rosopas

Ime ove biljke potječe od grčke riječi *cheilidon* jer rosopas počinje cvasti u doba dolaska lastavica i ocvate s njihovim odlaskom. Postoji i legenda da lastavice liječe oči ptića njegovim sokom.

U narodnoj se medicini do danas održao običaj liječenja bradavica svježim sokom rosopasa. Cijela biljka, a naročito korijen sadrži narančasti sok u kojem se nalazi do 1% alkaloida. Za liječenje bradavica najvažniji je keleritrin koji djeluje

antimikotički i keratinolitički (proteolitički) (84). Nalazi se i u standardiziranim komercijalnim pripravcima za liječenje bradavica.



Slika 7.14 *Cheilidonium majus*

opisuju trovanja uslijed predoziranja. Danas se za oralnu upotrebu preporučuju isključivo standardizirani pripravci.

U novije vrijeme se sve više istražuje antitumorsko djelovanje (86).

7.1.15. *Hypericum perforatum* – gospina trava, pljuskačica, trava sv. Ivana, kantarion

Latinski *perforatum* znači izbušen, a odnosi se na sitne točkice na listovima biljke koji djeluju kao izbušeni. Pučki naziv *Ivanje cvijeće* ili *zelje* potječe od blagdana sv. Ivana (24. lipnja), kada gospina trava (slika 7.15) počinje cvjetati.

Hyperici herba sastoji se od cijelih ili rezanih osušenih svatućih vršnih dijelova biljke, sabranih u doba cvatnje, a prije zametnutih plodova (zelena boja listova, žuta cvjetova)



Slika 7.15 *Hypericum perforatum*

Najčešća je peroralna upotreba - koristi se kao antidepresiv jer aktivni sastojci inhibiraju monoamin.

Lokalno se koristi kao adjuvantna terapija kod ekcema, a lipidni macerat, zbog virostatskog djelovanja, kod herpesa i HPV infekcija (87).

Gnječenjem cvjetova dobiva se crveni sok koji sadrži: dehidrodiantrone: hipericin, pseudohipericin (0,1-0,15%), izohipericin i protohipericin; flavonoide 0,5-2%: rutin, hiperozid, kvercitrin, izokvercitrin; biflavone: biapigenin i amentoflavon; floroglucinski derivati hiperforin i adhiperforin (2 - 4%); procijanidine, ksantone, fenolkarbonske kiseline i sterole.

Za lokalnu upotrebu najvažnije je antibiotsko djelovanje hiperforina i antiviralno djelovanje hipericina (88).

Hipericin je izrazito fototoksičan. Fototoksični efekt *Hypericum* ekstrakta u kulturi humanih keratinocita usporediv je s fototoksičnim efektom 10 ng/mL psoralena (89).

U našim krajevima iznimno je popularno *kantarionovo ulje* za sunčanje. To je uljni macerat tamno crvene boje, a mazanjem tijekom insolacije dobiva se specifična bakrenasta pigmentacija, što je zapravo rezultat fototoksične reakcije.

Kantarionovo ulje je korisno za njegu kože nakon sunčanja, jer smanjuje iritaciju nakon UV zračenja (kliničko istraživanje na 16 zdravih dragovoljaca) (90).

Peroralni pripravci gospine trave najkomercijalniji su prirodni antidepresiv. Farmaceutske industrije tvrde da propisane terapijske doze standardiziranih pripravaka ne izazivaju fotosenzibilizaciju, no ima više znanstvenih radova koji dokazuju suprotno (91). Češća je fototoksična reakcija nakon laserskog tretmana kod osoba koje uzimaju pripravke gospine trave (92).

Hipericin i hiperforin inhibiraju alostimulacijski kapacitet epidermalnih stanica, usporediv s imunosupresivnim djelovanjem solarnog zračenja (kultura stanica, T limfociti) (93), a to objašnjava povoljno djelovanje kod nekih pacijenata sa solarnom alergijom.

Smanjuje kliničke simptome *Herpes simplex* (tip 1 i 2) virusne infekcije kože (94). Lokalna aplikacija djeluje antibakterijski (88) i ubrzava cijeljenje rana (95).

7.1.16. *Symphytum officinale* – gavez, crni korijen

Gavez (slika 7.16) sadrži alantoin, tanine, pirolizidinske alkaloidne i sluzi.



Slika 7.16 *Symphytum officinale*

U narodnoj medicini se koristi se kod ozljeda mišića i kostiju, te podljeva. Danas postoje i komercijalni pripravci.

Može pospješiti granulaciju (96) i stvaranje kalusa, te djelovati protuupalno (antiflogistično) (97).

Novije spoznaje upozoravaju na moguću hepatotoksičnost pri peroralnoj konzumaciji (98).

7.1.17. *Urtica dioica* – kopriva, velika kopriva, žara

Iz skupine kopriva, osim *Urtica dioica* (dvodomna) prikazane na slici 7.17, slična svojstva ima i *Urtica urens* (mala). Rjeđe se koristi *Lamium album* (bijela, mrtva kopriva). Sličnog je izgleda, ali ima različite sastojke.

Za ljekovitost koprive zaslužan je sadržaj vitamina i minerala. Biljka sadrži vitamine A, B₂, B₅, C i K, te željezo, kalcij, sumpor, natrij, kalij, magnezij, mangan i fosfor (99). Jedna je od rijetkih biljaka koje sadrže titanij. Koprivini cvjetovi sadrže glikozide kvercetina, kemferola i ramnetina (100). U biljci ima i kolina, acetilkolina, histamina i serotonina. Upravo zbog histamina uz mravlju kiselinu, na mjestu



Slika 7.17 *Urtica dioica*

kontakta sa kožom nastaje promjena koju nazivamo urtika i sinonim je za istovrsne eflorescencije koje se pojavljuju tijekom urtikarije (101). Crvenilo i iritacija kože tradicionalno se smatra ljekovitim pri pučkom liječenju artritisa.

Zeleni je dio biljke toliko bogat klorofilom da se iskorištava za dobivanje sirovog klorofila koji se koristi kao prirodna boja u prehrambenoj i kozmetološkoj industriji.

Korijen se koristi u obliku čaja ili tinktura za liječenje bolesti vlasišta i porast kose (102), a nadzemni dio biljke za bolesti bubrega, urinarnog sustava (diuretski učinak sterola) (103) i hiperplaziju prostate (104). U narodnoj medicini koristi se uglavnom cijela biljka. U kozmetici je nekada, uz brezu i kamilicu, bila najpoznatiji biljni sastojak šampona.

Danas se komercijalni pripravci koriste za snižavanje razine šećera u krvi, protiv proljeva (adstringentno djelovanje), zatim kao hemostatici, antireumatici, antianemici te hepatoprotektivi (105).

7.1.18. *Salvia officinalis* – kadulja, žalfija

Latinska riječ *salvare* znači spasiti i najbolje ilustrira tisućljetnu upotrebu ove biljke u tradiciji svih naroda koji su živjeli u područjima gdje ona uspjeva. Lišće žalfije (slika 7.18) sadrži od 1-2,5% eteričnog ulja, ovisno o geografskom porijeklu i trenutku ubiranja (nakon cvatnje, od sredine srpnja). Najvažnij sastojak je alfa i beta tujon, cineol, kamfor, borneol i bornilacetat.

Kaduljino ulje ima antiseptički i iritativni učinak na kožu i sluznice, proširuje kapilare i prokrvljuje tkivo (106). Upotrebljava se u farmaceutskoj i kozmetološkoj industriji u izradi pripravaka za njegu usne šupljine i ždrijela (107), te sapuna, šampona i detergenata.



Slika 7.18 *Salvia officinalis*

U narodnoj medicini koristi se u obliku čaja za ispiranje rana, čireva, usne šupljine i ždrijela (*grgljanje*). Zbog estrogenskog djelovanja u pučkoj je medicini poznata kao sredstvo za prekid laktacije i kod tegoba tijekom menstrualnog ciklusa, a znanstveno je provjereno djelovanje na olakšavanje klimakteričnih tegoba (108). Danas je vrlo omiljeno eterično ulje u aromaterapiji, no treba naglasiti da je čisto ulje u visokim dozama zbog sadržaja tujona vrlo toksično, a treba biti oprezan i sa konzumiranjem većih količina čaja od kadulje zbog moguće hepatotoksičnosti (109).

Vrlo zanimljivo je antihidrotsko djelovanje (poput atropina) kaduljih pripravaka, koje se pripisuje tujonu i kamforu (110).

Antimikrobno djelovanje je tako uspješno da se koristi kao prirodni konzervans (111).

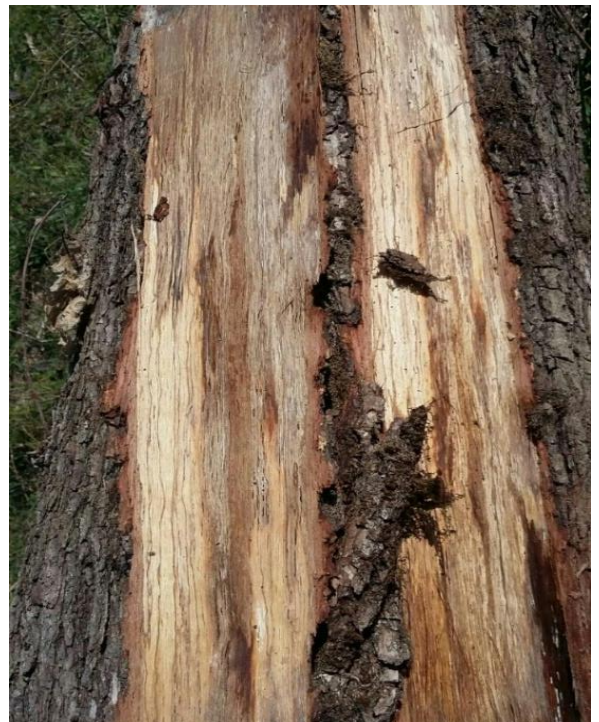
7.1.19. *Quercus ruborum* – dub, hrast lužnjak

Koristi se unutarnji dio kore s mlađih grana hrasta lužnjaka (slika 7.19), koja se skuplja samo u svibnju i lipnju. Kora je bogata trijeslovinama, taninom i taninskom kiselinom, zbog čega se tradicijski koristila za štavljenje kože.

U obliku obloga i kupelji djeluje adstrigentno. Koristi se za smirivanje iritirane kože, pojačanog znojenja šaka i stopala, za ispiranje upaljene sluznice usne šupljine i ždrijela (112).

Koristi se kao suportivna terapija limfedema (113).

Zanimljiva je upotreba hrastovih šišarki. To su izrasline na peteljka i listovima hrasta uzrokovane ličinkama ose šiškarice. Šišarke su naročito bogate taninom, te se u narodnoj medicini upotrebljavaju u obliku praha za zaustavljanje krvarenja i liječenje hemeroida.



Slika 7.19 *Quercus ruborum*

7.1.20. *Sambucus nigra* – bazga, baza

U našim krajevima je upotreba sirupa od cvijeta bazge toliko uobičajena, da se pri tome i ne pomišlja da je to zapravo ljekovita biljka. Ima snažno diuretsko i antioksidacijsko djelovanje. Tradicijski se nisu pravile prerađevine od bobica bazge, no u novije vrijeme i bobice su postale zanimljive zbog ljekovitog djelovanja flavonoida i prirodne boje koja se koristi u prehrambenoj industriji. Zelene bobice i zeleni dijelovi biljke su otrovni (83). U narodnoj medicini se često spominje upotreba zelene kore



Slika 7.20 *Sambucus ebulus*, otrovna abadovina

bazge za lokalno liječenje čireva, zagnojenih rana i bradavica. Dokazno je diaforetičko djelovanje, hepatoprotktivno djelovanje betaamirina, te antiflogističko djelovanje ursolne kiseline (115).

Slična biljna vrsta, *Sambucus ebulus*, abadovina (slika 7.20) otrovna je biljka. Opisana su trovanja crnim bobicama koje su vrlo slične bobicama crne bazge. Kazivači navode upotrebu ove biljke za liječenje zagnojenih rana i ne doživljavaju je kao opasnu biljku. Znanstvena straživanja potvrdila su antimikrobno i citostatsko djelovanje (116).

7.1.21. *Plantago* – bokvica, trputac



Slika 7.21 *Plantago Lanceolata*

Razlikuju se uskolisna bokvica - ženska (*Plantago Lanceolata*, koju prikazuje slika 7.21) i širokolisna bokvica - muška (*Plantago Major*, prikazana na slici 7.22), no u upotrebi i djelovanju se ne razlikuju.

U narodnoj je medicini trputac jedna od najčešće upotrebljivanih biljaka za liječenje rana i svih vrsta gnojnih promjena na koži, te kod uboda insekata. Za tu svrhu upotebljava se macerirani - izgnječeni list

(117). Za unutarnju upotrebu koristi se cijela biljka, u obliku čaja, u svrhu liječenja za bolesti dišnog sustava.

Za antimikrobno djelovanje je zaslužan glikozid kataptol, a trijeslovine imaju adstrigentno djelovanje (118).

Sluzi trputca značajno olakšavaju iskašljavanje, zbog čega su danas vrlo popularni farmaceutski pripravci u obliku sirupa i kapsula (119).



Slika 7.22 *Plantago Major*

7.1.22. *Rumex crispus* – štavelj, repušina

Rod *Rumex* obuhvaća veći broj vrlo sličnih vrsta. Danas se vrlo rijetko koriste



Slika 7.23 *Rumex crispus*

kao ljekovite biljke. Pobuđuju zanimanje kao samoniklo jestivo bilje. Zeleni dio biljke sadrži flavonoide i oksalnu kiselinu, sjemenke trijeslovine (120), a korijen antrakinone (121). Štavelj (slika 8.23) se nekada se u narodnoj medicini vrlo često koristio. Gotovo svi kazivači poznaju ovu biljku. List se koristio za liječenje rana, čireva i svrbeža kože, sjemenke kao uspješan lijek kod proljeva, dok sastojci iz korijena djeluju obrnuto - laksativno (122). Djelatne tvari iz korijena imaju i kontracepcijsko djelovanje, te su ga žene diljem svijeta koristile u tu svrhu (123). Opisani su i slučajevi trovanja pripravcima od štavelja (124).

Ljekovite gljive

Proizvodnja lijekova u suvremenom svijetu nezamisliva je bez tzv. nižih gljiva, osobito plijesni – od penicilina i mnogih drugih antibiotika nadalje. Nasuprot tome, ljekovitost pojedinih vrsta tzv. viših gljiva i proizvodnja različitih lijekova predmet je intenzivnog istraživanja diljem svijeta, iako u tome prednjače znanstvenici Kine i Japana. Fitoterapija je znanstveno preispitana, već odavno priznata, pa čak i opet u modi, dok je mikoterapija, shvaćena u najširem smislu kao iskustvena i znanstveno utemeljena praksa očuvanja ljudskog zdravlja, te sprečavanja nastanka i razvoja bolesti, još uvijek suočena s anonimnošću, sumnjom, strahom i nevjericom. U pozadini poznavanja i upotrebe ljekovitih svojstava pojedinih vrsta gljiva stoje tisućljetna iskustva tradicionalne medicine, tisuće egzaktnih znanstvenih istraživanja i objavljenih znanstvenih i stručnih radova, stotine patenata i registriranih lijekova (primjerice, još od sredine 80-ih godina prošlog stoljeća, u Japanu su lentinan i PSK registrirani lijekovi protiv raka i po plasmanu se nalaze među 10 najuspješnijih antitumorskih preparata na tom tržištu, s prometom od preko 400 milijuna dolara godišnje) (125).

Gljive sadrže antibiotike, ali i imunostimulanse, tvari djelotvorne protiv tumora i protiv virusa, tvari koje snižavaju kolesterol, sprječavaju začepljenje krvnih žila, reguliraju tlak, tvari koje poboljšavaju krvotok, uravnotežuju razinu šećera u krvi, reguliraju probavu i pospješuju rad dišnih organa. Također sadrže tvari s antireumatskim i antialergijskim djelovanjem, tvari koje stimuliraju ili smiruju centralni živčani sustav na neškodljiv način, tvari koje pospješuju seksualne funkcije, jačaju fizičku snagu i izdržljivost, te usporavaju starenje (126). Sve gljive, pa i ljekovite, akumuliraju teške metale iz supstrata u kojem rastu (127). Tokičnost žive, kadmija, olova nije potrebno obrazlagati, no pripravci sa živom i olovom bili su, do prije nekoliko desetljeća, dio formalne farmakopeje. U analizi lokalne upotrebe pripravaka od gljiva, postoji mogućnost da baš ovi elementi doprinose ljekovitom djelovanju, no moguće nuspojave potrebno je pomno evaluirati zbog transkutane resorpcije i lokalne toksičnosti.

Prema navodima kazivača može se reći da su i narodi u području istočne Hrvatske poznavali i upotrebljavali ljekovite gljive. Slijedi kratak opis dvije najčešće korištene vrste, načina njihove upotrebe i djelovanja, potkrepljene rezultatima recentnih istraživanja te tematike.

7.1.23. *Pyptoporus betulinus* – brezina guba

Brezina guba (slike 8.24 i 8.25) raste kao saprofit na mrtvim granama i stablima breze. Nije otrovna, ali je nejestiva zbog žilavosti i tvrdoće. Jestivi su sasvim mladi primjerci (128).

U narodnoj praksi upotrebljavala se usitnjena u prah za zaustavljanje krvarenja pri ozljedama i liječenju rana.



Slika 7.24 *Pyptoporus betulinus*

Ekstrakt brezine gube koristio se desetke godina

u Poljskoj za liječenje raka želuca, a istražuje se i dalje (129). Aktivna tvar je betulin, dvovalentni alkohol iz skupne triterpena. Ekstrakt ove gljive ima i antibiotsko djelovanje naročito na bakterije soja *Escherichia coli*, što se pripisuje poliporenovoj kiselini (130).



Slika 7.25 *Pyptoporus betulinus*

Istraživanja usmjerana na imunomodulacijsko djelovanje ovih gljiva pokazivala su obećavajuće rezultate (131), no one više ne pobuđuje takav interes,

vjerojatno zbog većeg potencijala nekih drugih vrsta.

7.1.24. *Lycoperdon caleatum* – trbušasta puhara

Gljiva je jestiva i ukusna dok je sasvim mlada, dok joj je meso na presjeku bijelo. Ono kasnije postaje tamno i pretvara se u crnu prašinstu masu koja sadrži spore. Ove spore, *prašinu od puhare*, narod je koristio kao puder za posipanje ojedina djece i odraslih. Iz ekstrakta ove gljive izolirane su aktivne supstance, a najaktivnija je klavacin, koji djeluju antibakterijski, antimikotski i antitumorski (132).



Slika 7.26 *Lycoperdon caleatum*

I liječnike u prošlosti zanimalo je aktivno metaboličko djelovanje ove gljive, naročito sa stajališta procjene doze u smislu otrovnosti ili ljekovitosti. Autor iz 1853. godine se osvrće na anestetičko djelovanje praha puhare (133).

U nastavku opisane su karakteristike, sastav, način korištenja i djelovanje svinjske masti i urine, potkrepljene rezultatima recentnih znanstvenih istraživanja.

7.1.25. *Adeps suillus* – svinjska mast

Svinjska mast je u narodnoj medicini Slavonije, Baranje i zapadnog Srijema temeljno sredstvo njege i liječenja kože. Koristila se samostalno ili su se u nju inkorporirali ljekoviti biljni i mineralni sastojci. Koristila se i kod liječenja unutarnjih organa ili bolova u zglobovima. Racionalno objašnjenje dobrobiti mazanje kože svinjskom masti kod unutarnjih tegoba moguće je jedino povećavanjem topline kože okluzivnim djelovanjem masti kao podloge.

Svinjska mast se prije upotrebe ispirala hladnom vodom (ponekad se naglašava i broj ispiranja, primjerice devet puta). Tim se postupkom odstranjivala sol i ostala onečišćenja koja su mogla djelovati nepovoljno na oštećenu kožu.

Do prije tridesetak godina bila je uobičajena ljekarnička podloga za magistralne pripravke dermatoloških lijekova. Najduže se održala kao podloga za pripravke sa salicilom koji su se koristiti kao keratinolitici.

Svinjska se mast dobiva se topljenjem svježeg, opranog i nesoljenog sala ili slanine svinje. Teško se topi u alkoholu, a lako u toplom eteru, kloroformu i ugljikovu disulfidu. Vrlo slabo prima vodu. Talište svinjske masti je 34-42 °C, što je nešto iznad temperature tijela, stoga se masni pripravci priređeni s ovom podlogom vrlo lako razmazuju. Po svom kemijskom sastavu nalikuje masti ljudske kože, pa je zato koža lako upija, zajedno s ljekovitim tvarima, ako su joj dodane (134). Lako se ispire sapunom i mlakom vodom. Loša joj je strana što lako stupa u interakciju s inkorporiranim ljekovitim tvarima i brzo se kvari. Mast je smjesa glicerinskih estera viših

masnih kiselina, te lako raspada, hidrolizira. Osim toga lako i oksidira. Oksidacijski produkti, aldehidi i ketoni (naročito akrolein) daju ovoj masti karakteristični, neugodni miris na užeglost. Užegla mast iritira kožu i može izazvati upalu. Svinjsaka mast se u magistralnim pripravcima konzervira benzojevom smolom i natrijevim sulfatom - *Adeps benzoatus* (135).

U suvremenu narodnu medicinu ponovno se vraća upotreba svinjske masti, no treba naglasiti da bi svakako trebala biti proizvedena od svinja iz ekološkog uzgoja. Naime, u masnom tkivu akumuliraju se brojni štetne ostatne tvari podrijetlom iz herbicida, pesticida ili lijekova kojima se hrane i tretiraju životinje. Osim kumulacijske toksičnosti, ovakve tvari su mogući alergeni koji se teško identificiraju.

7.1.26. Urina – urin

Urin, kao i slina, u životinjskom svijetu ima izrazito važnu, višeslojnu egzistencijalnu ulogu. Ljudska mokraća samo je ekskret, dakle tekućina kojom izbacujemo nepotrebne tvari i metabolite. Iz tog aspekta, danas je teško prihvatljiva činjenica da su je ljudi nekada koristili kao lijek.

Kazivači su navodili upotrebu isključivo vlastite mokraće, i to samo u vanjskoj primjeni. Provjeriti antiseptičku djelotvornost urina moguća je, iako teška, zadaća. Podaci o imunološkom sastavu urina, dakle o imunoglobulinima i ostalim elementima koji su dio opće nespecifične imunosti, nepotpuni su i neusuglašeni. Sadržaj nepotrebni i štetnih kemijskih tvari koje danas izlučuje suvremeni čovjek neusporediv je s vremenom prije 50, a naročito prije 100 godina.

Uloga urina u nespecifičnoj imunosti i individualne razlike u odgovoru na urogenitalne infekcije mikroorganizmima kao što su *humani papilomavirus*, gljive soja *Candida*, te bakterije soja *Escherichia coli*, *Mycoplasma* i *Chlamydia trachomatis*. *Chlamydia* je intrigantna tema, ali za sada ipak ne pobuđuje značajniji znanstveni interes.

Takvih eksperimentalnih radova nedostaje, no to je i razumljivo obzirom na sofisticiranost i visoku cijenu viroloških i imunoloških istraživanja. Naravno da je utjecaj izlučenih lijekova i ostalih aktivnih kemijskih tvari (ostatci herbicida, pesticida,

konzervansa i aditiva iz hrane) odlučujuće mjerilo po kojem se urin suvremenog čovjeka razlikuje od urina predaka. Stoga navode kazivača „ranu smo popišali“ ne treba unaprijed izvrgavati ruglu kao primitivni i prljavi običaj.

Pokušaji revitalizacije liječenja urinom događaju se naročito u okvirima ruske i njemačke alterantivnoj medicini. Upotrebljava se u liječenju vrlo široke palete simptoma i bolesti – urin se koristiti peroralno i lokalno, u obliku razrijeđenog ili ugušćenog, koncentriranog pripravka (136). Slične se recepture mogu naći i u našim starijim ljekarušama ili u svjedočanstvima kazivača, uz napomenu da kazivači inzistiraju na upotrebi vlastitog urina, uglavnom za vanjsku upotrebu, te uz pretpostavku da osoba nije teže bolesna. Urin se uzimao peroralno u sklopu mističnih pripravaka, a to bi najčešće bio urin trudnice, dojilje “koja doji muško dijete“, malog djeteta određenih osobina ili *miljenčeta*. Neka svojstva takvog urina mogu se, eventualno, objasniti povećanim izlučivanjem hormona urinom kod, primjerice, trudnice, no tadašnji korisnici ovakvih pripravaka to nisu mogli znati.

U najstarijim civilizacijama urin se uobičajeno koristio kod pranja rublja. Ljekovito djelovanje na kožu može se objasniti sadržajem uree koja omekšava i hidratizira kožu, te tako djeluje umirujuće u slučaju svrbeža i upala. Pripravci za pojačanu njegu kože s ureom danas su značajni dio medicinske kozmetološke palete.

Kritički gledano, upotreba urina danas nema opravdanja niti svrhe, a može biti i štetna. I najzdraviji pojedinci zasigurno putem urina izlučuju brojne toksične susptance topive u vodi, koje današnji čovjek od najranijeg djetinjstva konzumira u količinama koje svakako ne zaslužuju ovakvo „recikliranje“. Aktualne su rasprave o značajnom ekološkom zagađenju voda izlučenim ostatcima lijekova i drugih, potencijalno štetnih tvari iz kanalizacijskih sustava (137).

7.2. MAGIJSKI POSTUPCI U NARODNOJ MEDICINI

U narodnoj medicini ispreplića se primjena racionalnih i iracionalnih postupaka. Racionalni obuhvaćaju primjenu ljekovitog bilja, pripravaka od mineralnog, životinjskog ili ljudskog porijekla, dok su iracionalni postupci mješavina magijskih elemenata u religijskom obrascu. Magija se definira kao sposobnost djelovanja na prirodne ili natprirodne sile različitim tehnikama, obredima i čaranjima kako bi se postigli praktični životni ciljevi. Ljudi koji su vješti u izvođenju ovakvih radnji ili imaju posebne sposobnosti i znanja, u ovim se krajevima nazivaju vračevima ili vračarama. Iz razgovora s kazivačima dobiva se dojam da su vračare uvijek neke *babe vještice iz drugog sela*, a vračevi, tj. muškarci koji se bave magijom, su više vidari, iscjelitelji, čarobnjaci u pozitivnom smislu („*ded Mata vrač, on je imao neke posebne knjige i bio je vidovit, nije davao lijek za bolesnika nego bi nješt zapiso ili reko da će bit dobro, i bilo je tako*“).

Magija se elementarno dijeli na crnu i bijelu. Crna je ona koja uzrokuje bolesti i nesreće putem uroka, nagaza i vrački, a bijela je ona koja pomaže i njoj pripada liječenje i lijekovi. Različite postupke u svakodnevnom životu koji nesumljivo imaju magijsku podlogu ljudi nisu doživljavali kao čaranje, to su bili običaji. Magijski rituali, čaranja i bajalice u svakodnevnom, svima dostupnom segmentu narodne medicine uvijek su povezivani s kršćanskim molitvama ili barem spomenom Isusa Krista, Boga, Majke Božje. Time se štitilo od osjećaja krivnje ili osude drugih da se radi nešto protivno vjeri i crkvi, te da se osigura i Božja pomoć. Nitko neće reći da je koristio crnu magiju, a niti magiju općenito - to su narodni običaji, „*tako se radi u narodu, narod ima običaj reći....*“

I površnom analizom strukture narodnih ljekovitih pripravaka i postupaka možemo uočiti isprepletenost racionalnog i iracionalnog. Primjerice kod podvezivanja bradavice ili kožnog papiloma svilenim koncem - ako se postupak ispravno učini, tj. ako se baza bradavičaste promjene dovoljno čvrsto stegne baza, doći će do nekroze ili *odumiranja* promjene, ali konac mora biti crven, jer to je ono što ga čini ljekovitim i moćnim. Kupelji s dijelovima biljaka različitih žitarica, naročito zobi, imaju znanstveno dokazano povoljno djelovanje na različite vrste ekcema, no kada se skupi *trina iz devet štagalja* djelovanje je nesumljivo jače i sigurnije.

Narodno liječenje dijelovima životinja bilo je povezano s vjerovanjem u uzročnu povezanost s bolešću, pa se takva primjena može smatrati i racionalnom i iracionalnom.

Moderna fitoterapija razvijena je na znanstveno dokazanom ljekovitom djelovanju bilja, ali počeci i ideje o tome kojom bi se biljkom liječila koja bolest bile su potpuno iracionalne, dakle spadaju u magijske postupke. Biljke su se odabirale prema sličnosti sa organom ili simptomom bolesti koji se želio liječiti.

Za liječenje *žabe* (gnojni proces koji se pojavljuje svuda po tijelu i, prema opisu, odgovaraju apscesu ili flegmoni), između ostalih lokalnih priporavaka, preporuča se priviti i rasječena žaba, no obzirom da se radilo o vrlo opasnoj i teško izlječivoj bolesti ima i nešto kompliciranijih postupaka:

- „... *okružuje se sikerom ili solju cjelicom, pri tom se 'ni koji okružuje moli Boga. To je nekada najbolje umio Ban (Marijan) Antunović iz Matića.*“
- „*Ako je baš uvatila mav, iako se ne more razbit, onda se liči vako: uzmi devet trava, i to: sljeza, rogoze, kunice, lopoča, zelenog žita, metlike, troskota, petoprste i crnoglavca*“ ...slijedi komplicirani postupak pripreme melema od žitnog brašna, rakije i stare slanine (30).

Moderni svjetonazor, te današnje obvezno i dostupno znanstveno obrazovanje ne smanjuje vjerovanje i težnju suvremenog čovjeka za magičnim i čarobnim rješenjima različitih problema, naročito zdravstvenih. Magična rješenja nude se nedvosmisleno i jasno putem svih medija.

Iracionalno nije moguće izbjeći niti u današnjim medicinskim aktivnostima. Intuicija se ne može dokazati kao racionalni alat, ali nesumnjivo je uspješniji liječnik koji ju ima i zna upotrebljavati. Pacijenti koji više vjeruju liječniku, postupku ili lijeku imaju veću šansu ozdraviti od onih koji sumnjaju. Pitanje placebo predmet je brojnih istraživanja, ali postavlja se pitanje kako subjektivno jednoznačno dokazati objektivnim metodama.

U ordinacijama svakodnevno susrećemo pacijente s iscjeljujućim narukvicama, različitim amuletima i medaljama. Majke vežu dojenčadi i maloj djeci crvene konce oko zapešća. Navode da ne vjeruju u preventivnu moć, ali obzirom da ne može naškoditi, neka dijete ima i tu vrstu zaštite. Svjedoci smo da u 21. stoljeću majke više vjeruju u

crveni končić nego u cijepljenje. Liječnici su tijekom 19. i 20. stoljeća uložili ogroman trud u zdravstveno prosvijećivanje, no i sada se zdravstveni djelatnici, u nekim segmentima, susreću sa sličnim problemima i predrasudama kao i prije stotinu godina.

Naša etnološka baština je iznimno bogata *zdravstvenim* običajima preventivnog i isjeljujućeg karaktera. Običaji i naputci o radnjama na određene crkvene godove i svece dio su usmene predaje. Kako da se nepismeni puk podsjeti da nabere određene ljekovite biljke u vrijeme najpodesnije za ubiranje nego kroz običaje i poslovice? Tako su nepismene *babe vračare*, zapravo narodne isjeljiteljice, pamtile postupke i sastav ljekovitih pripravaka. Nekada je to bila primjenjena molitiva, ponekad bajalica, u kojoj su se spominjale biljke i ime sveca koji se taj dan slavi i tako označava najbolje vrijeme za ubiranje određene biljke.

Brojevi (3, 5, 7, 9, 12, 21, 40) i boje (crvena, zlatna, crna, bijela, plava) imaju i u našim običajima slično magijsko djelovanje kao i kod drugih naroda.

Bartolovo maslo - maslac koji se *izmete* 24. kolovoza, na dan sv. Bartola, ima posebno ljekovito djelovanje. Na blagdan Cvjetnice u posudu s vodom za umivanje stavlja se različito proljetno cvijeće da oči budu zdrave, a djevojačko lice lijepo. Za *bionu* (kataraktu) dobro je umivati se u vodi u kojoj se namakala ruža ubrana na dan sv. Ivana ili ružice koje su ženska djeca posipala na *Brašeno* (blagdan Tijelova). Na dan sv. Ivana bere se do podneva ivanjsko cvijeće jer je tada najljekovitije.

Kazivači opisuju postupke liječenja bradavica:

- „*Okružuju se soli cjelicom, i to tri mlade nedilje do sunca. Okružuju samo 'ni ko umije i to komu to igje za rukom, a takvog je svita malo. Dok se bradavice okružuju, moli se Bogu i kad se treći puta okruži, baci so u vodu i govori se „ Kako se so prospe, tako i njegove bradavice.*““

Proširen je običaj da se na Čistu srijedu (početak korizme) mora dobro oprati i iskuhati sve posuđe.

Petoprsta i kunica su omiljene biljke za liječenje *svake boli*, te opisan običaj da se govori:

- „*Sveti Petar bašču gradi i u bašči cviće sadi; Ko ga bere, pogodio, koga liči, lik mu bio.*“

7.3. OSVRT NA DOŽIVLJAJ TJELESNE LJEPOTE

Ljepota je subjektivna kategorija uslovljena kulturnim, povijesnim i sociološkim okvirima. Moda, koja diktira uzore ili modele ljepote, neprestano se mijenja. Za modu je vrlo bitna komunikacija između kreatora i korisnika. Nekada je to bilo puno teže. Jedini dostupni oblik komunikacije s pučanstvom bila je pisana riječ i fotografija u, tada malobrojnim, tiskovinama kao što su magazini i časopisi. Radio aparati su prije II. svjetskog rata bili vrlo malobrojni, a kinematografi i film bili su dostupni samo rijetkima, u velikim gradovima. Ove povijesno - civilizacijske odrednice vrlo su važne sa psiho - sociološkog aspekta poimanja ljepote. Naime, poimanje nečije ljepote (ili njenog manjka) utvrđuje se uspoređivanjem. Danas smo svjedoci teških psiholoških poremećaja adolescenata, naročito mladih djevojaka, zbog agresivnog medijskog nametanja neprirodnih i nedostižnih standarda ljepote. Ti standardi sve više postaju uniformni, ne poštuju rasne i konstitucijske odrednice. Nekada su se mladi uspoređivali s ljudima koje su viđali u svojoj neposrednoj okolini, a to su bili njihovi vršnjaci ili pak stariji pripadnici zajednice u kojoj su odrastali. Adolescenti su danas nemjerljivo više opterećeni nametnutim uzorima „bez pokrića“ nego što je to bilo nekada. Mlada seoska djevojka nekada nije morala toliko brinuti zbog izgleda svojih nogu ili stražnjice, jer je cijelo tijelo uvijek bilo pokriveno odjećom. Nepravilnosti kože lica, kao što su pjegice, prištići i slične promjene, mogle su se vidjeti kod više pripadnika iste dobne skupine i stoga nisu bile toliko neprihvatljive da bi bile osnova za nastanak psihološkog problema. Jednako je bilo i sa starijim ženama - bore, staračke pjege i bradavice nisu ni tada bile lijepe, ali su bile opće prihvaćene, prirodne pojave tijekom starenja. Ljepota i mladoliki izgled bili su uvijek u modi, ali su više bili „od Boga i roda“ nego rezultat skupih i napornih procedura uljepšavanja.

Način života u gradskim sredinama i među bogatijim građanstvom bitno se razlikovao od seoskog. Emancipacija žena se ogledala uglavnom u vanjskom izgledu i modi. Gradska žena nije nosila maramu na glavi, mijenjala je frizure, bojala kosu, kupala se u javnim kupatištima u kupaćem kostimu, brijala dlačice na nogama i pazusima i šminkala se. Seoska žena je slijedila samo manji dio ovih modnih smjernica, jer čak i ako si ih je mogla priuštiti, većina gradskih modnih trendova potpuno su neprimjereni za seosku sredinu i uglavnom su izazivali sablazan.

Seoske žene su se naročito štitile od sunca. Tamna koža zbog izlaganja suncu bila je znak dugotrajnog rada na polju i siromaštva. Brončani ten uz sport i rasonodu počeo se favorizirati tek u drugoj polovini 20. stoljeća, ranije se rijetko spominje u pozitivnom kontekstu. Gradske žene su se štitile šeširima i suncobranima kao neizbježnim modnim dodacima, a tijekom rekreacije na kupalištima koristile su i kreme za zaštitu od sunca (koje su zapravo bile *obične* kreme za njegu). Seoske žene su i ljeti nosile odjeću dugih rukava, a glavu su pokrivale maramom čiji rub su naročito *štirkale*, tako da je bio poput svojevrsnog oboda, *šilta*.

Ljepota muškarca uglavnom se doživljavala kroz prizmu općeg dojma snage, što je i razumljivo jer je preživljavanje bilo uvjetovano tjelesnim radom. Čistoća i urednost bili su znaci ne samo „dobrog odgoja“ nego i materijalnog statusa pojedinca i čitave obitelji.

Odjeća je tada, ma kako to paradoksalno zvučalo, imala značajniju ulogu nego danas, naročito u seoskoj sredini. Narodna nošnja, poglavito slavonska, svojim raskošnim ukrasima i dodacima (niske dukata) nedvosmisleno je omogućavala uvid u materijalni status obitelji. Odjeća je i danas vrlo bitan čimbenik u komunikaciji. Izborom odjeće određuje se pripadnost sociokulturnim skupinama. *Markirana* se odjeća kao statusni simbol često koristi kao manipulativana poruka u komunikaciji. Nekada nisu bile dostupne jeftine replike, tako da je lažna prezentacija bogatstva bila teže ostvariva.

Iz etnološke monografije iz područja Posavine:

- *“Ljepota kod muških jest, ako je muškarac srednjeg stasa, da nije previsok i tanak, jer ga zovu dugonjom i otermom, niti primalen i krupan, jer ga zovu buretom ili panjom. Kraj toga na ljepotu spada ako muškarac ima lice čisto, ni dugo, ni bućulasto. Prsa oskočita, pluća ravna, uopće tilo nit pretilo, nit mršavo. Tako isto sudi se o ljepoti djevojke i uopće ženske. I ova nije lipa ako je visoka, uz to tanka ko božičnji ražanj, a niti malena, a bućulasta i pretila ko mesar. Djevojka srednjeg stasa, umjerene debljine, lipa struka, čista divojačkog lica, crnih obrvah, crnih ili zelenih očiju, rodnihtrepavica, bila i čista djevojačkog vrata i rukuh. Što se tiče boje lica ženskog, to broje plavke međ najljepše, ali i mrkoputne budu često zanos ljepote. Kosa ili bila crna, smeđa ili zlatna, samo ako je rodna i dugačka, to se broji među najljepše.“*
- *„Koliko siromašnih djevojakah samo ljepota uda u bogate kuće.“*

Odstupanje od *normalnog* izgleda bilo je predmet izrugivanja. O tome svjedoči jezično bogatstvo narodnih izraza kojima se opisuju nepravilnosti. Primjerice: *buljav* (velikih očiju), *bućulast* (debelih obraza), *škvorav* (naboran), *kozjačiv* (ožiljkasta lica), *labrnjaš*, *gubičar*, *raljast* (velikih usnica), *bugjast* (velikog podvaljka). Tjelesna uhranjenost (mršavnost ili debljina) opisivala se slijedećim izrazima: *koštunac*, *bušljo*, *suvokrak*, *trblavac*, *buragan*, *trbloman*, *globuraš* (30).

Ovaj osvrt sugerira da je tadašnja kultura prihvaćanja tjelesnog izgleda bila surova i nemilosrdna, ali to je zaista samo površan dojam. Ondašnje dijete odrastalo je gledajući nesavršene pripadnike svoje zajednice i tako je lakše prihvaćalo svoje tjelesne nedostatke. Današnje dijete odrasta uspoređujući se s medijski nametnutom iluzijom da su svi ljudi tjelesno savršeni i standardizirni. To je izvor suvremenih frustracija ljudi svih dobnih skupina. Nametanje prirodno nedostižnih standarda i modnih normi služi proizvodnji nepostojećih zdravstvenih problema i egzistencijalnih potreba čija je svrha profit estetske industrije (138).

8. ZAKLJUČAK

Doživljaj bolesti i zdravstvenog problema osnovna je i najveća razlikovna odrednica koju uvijek treba uzimati u obzir kada se uspoređuju zdravstveni statusi, prakse i sustavi nekada i danas.

1. U prošlosti bolest se prije svega doživljavala kao narušavanje radne sposobnosti, a time ugrožavanje egzistencije pojedinca, uže i šire obitelji.
2. Higijenski postupci, uobičajeni u narodu, bili su prvi proaktivni, preventivni činitelji protiv različitih infekcija koje su u prošlosti bile osnovni uzrok smrtnosti.
3. Lijekovi, pripravci i postupci narodne medicine bili su uspješni u prevenciji i liječenju lakših bolesti kože i zdravstvenih tegoba općenito.
4. Povijesna bibliografska građa dokazuje iznimno značajan doprinos tadašnjih liječnika zdravstvenom prosvjećivanju naroda.

9. SAŽETAK

Tradicionalna medicina prema definiciji svjetske zdravstvene organizacije (WHO) obuhvaća načine na koje su različite kulture čuvale i unapređivale zdravlje, te liječile bolesti svojih pripadnika. Preporuka Svjetske zdravstvene organizacije jest da se za očuvanje zdravlja koriste sva provjerena medicinska iskustva i metode različitih civilizacija, a ne samo službene medicine Zapada.

Cilj istraživanja: Cilj rada bilo je prikupljanje što većeg broja informacija o načinu i sredstvima za održavanje higijene u svakodnevnom životu, te ljekovitih pripravaka koji su se upotrebljavali za njegu i liječenje kože, tijekom prve polovine 20 stoljeća na području istočne Hrvatske (Slavonija, Baranja i zapadni Srijem). Sekundarni cilj bilo je utvrđivanje mogućeg racionalnog djelovanja narodnih pripravaka i postupaka - pokušaj racionalnog objašnjenja svrhe oživljavanja istih u suvremnoj narodnoj medicini.

Nacrt studije: Istraživanje se sastojalo od bibliografskog i terenskog istraživanja.

Ispitanici i metode: Bibliografskim istraživanjem obuhvaćene su knjige i publikacije namijenjene prosvijećivanju puka. Terensko istraživanje učinjeno je primjenom kvalitativnih etnoloških metoda. Prikazani su rezultati polustrukturiranog intervjua odabranih 27 ispitanika – kazivača, te dvaju grupnih razgovora – jednog s 18 stanovnica Iloka i drugog s 4 stanovnice iz Petrijevacu.

Rezultati: Važno je istaknuti da ovaj rad nije rezultat istraživanja antropologa, niti povjesničara, nego liječnika praktičara, koji koristi neke od antropoloških metoda. Svojevrсна modifikacija metode i načina prikaza rezultata je bila nužna, jer temu ovog istraživanja nije bilo moguće prikazati na uobičajeni biomedicinski način. S druge pak strane, povijesni i antropološki elementi u istraživanju bili su okvir i potpora za dobivanje konkretnih informacija o ljekovitim pripravcima ili sredstvima za održavanje higijene.

Zaključak: Ovaj rad pruža uvid u zdravstveno prosvijećivanje i zdravstvenu informiranost naroda u prvoj polovini 20. stoljeća. Opisuje higijenske standarde i obrađuje najčešće primjenjivane tvari narodne medicine s naglaskom na vanjsku primjenu.

Ključne riječi: bolesti kože; higijena; narodna medicina; njega kože; tradicionalna medicina;

10. SUMMARY

Hygiene, care and treatment of skin diseases in folk medicine of Slavonia and Baranja

According to the World Health Organization (WHO) definition, traditional, folk medicine covers ways in which different cultures preserve and improve health and treat the diseases of its members. The World Health Organization's recommendation is to use all proven medical experiences and methods of different civilizations, not just the official Western medicine, to preserve health and well being.

Objectives: The aim was to collect as much information as possible about the way and means for maintaining hygiene in everyday life, and the medicinal preparations used for skin care and treatment during the first half of the 20th century in Eastern Croatia (Slavonia, Baranja and Western Srijem). The secondary goal was to determine the possible rational action of folk formulations and procedures - an attempt to rationalize the purpose of reviving them in contemporary folk medicine.

Study Design: The research consisted of bibliographic and field research.

Participants and methods: Bibliographic research included books and publications intended for educating the public. Field research has been carried out using qualitative ethnological methods. The results of the semi-structured interview of the selected 27 interviewees and two group discussions (one with 18 inhabitants of Ilok and the other with 4 residents of Petrijevci) are presented.

Results: It is important to note that this paper is not the result of research done by an anthropologist, nor a historian, but a physician practitioner's, using some of the anthropological methods. A slight modification of the methods and results presentation was necessary because the topic of this research could not be presented in the usual biomedical way. On the other hand, the historical and anthropological elements of the research were the framework and support for obtaining specific information on medicinal remedies or products for hygiene maintenance.

Conclusion: This paper provides insight into the health education and awareness of the people in the first half of the 20th century. It describes hygiene standards and the most commonly used substances in folk medicine of that time, with an emphasis external application.

Key words: folk medicine; hygiene; skin care; skin disease, traditional medicine.

11. LITERATURA

1. Nikić A. Fra Dujo Ostojčić (1863.-1938.) i njegov "Domaći liečnik- medicus domesticus." *Acta Medico-Hist Adriat.* 2010 Dec 15;8(2):267–74.
2. Graz B, Elisabetsky E, Falquet J. Beyond the myth of expensive clinical study: Assessment of traditional medicines. *J Ethnopharmacol.* 2007 Sep 25;113(3):382–6.
3. Bračni život slavonske graničarske žene u svjetlu suvremenih zapisa [Internet]. [cited 2013 Mar 11]. Available from: http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=126780
4. Bukovčan Žufika T. Narodna medicina kao predmet etnologije. *Stud Ethnol Croat.* 2004 Mar 1;14/15(1):145–69.
5. Bukovčan T. Medicina u kandžama etnologije: mala regionalna povijest transformacije tradicijske medicine u medicinsku antropologiju. *Stud Ethnol Croat.* 2010 Dec 15;22(1):215–35.
6. WHO | Traditional Medicine: Definitions [Internet]. WHO. [cited 2016 Feb 8]. Available from: <http://www.who.int/medicines/areas/traditional/definitions/en/>
7. Brenko A, Randić M. Kako se stvarala izložba "Narodna medicina." *Inform Museologica.* 2002 Dec 16;33(1-2):94–7.
8. Brenko A. Praktičari narodne medicine. *Sociol Prost.* 2009 Mar 23;42(3/4 (165/166)):309–38.
9. Dugac Ž. Kako biti čist i zdrav. Zagreb: srednja europa; 2010.
10. Pavić Ž. ZNANOST I PSEUDOZNANOST U DRUŠTVIMA POSTMODERNE. *INFORMATOLOGIA.* 2013 Jun 30;46(2):145–53.
11. Žuškin E, Pucarín Cvetković J, Kanceljak Macan B, Vitale K, Janev Holcer N, Čivljak M. UMIJEĆE LIJEČENJA: POVIJESNI PRIKAZ. *Soc Psihijatr.* 2013 Sep 15;41(3):156–63.
12. Bukovčan T. "Želim odabrati koga ću voljeti i kamo ići na liječenje" – aktivizam u istraživanju komplementarne i alternativne medicine u Hrvatskoj. *Etnološka Istraživanja.* 2008 Jan 5;(12/13):63, 77–76, 85.
13. Turza K. S one strane paradigme objašnjenja u suvremenoj medicini. Alternativna i/ili komplementarna medicina kao moguća ishodišta medicinskog »epistemološkog reza«. *Filoz Istraživanja.* 2007 Apr 2;27(1):163–9.
14. Bertoša M. Reklame u listu Naša sloga: semiotički pristup*. *Kroatologija.* 2010 Oct 27;1(1):75, 88–88, 88.

15. Dohranović S, Bosnić T, Osmanović S. ZNAČAJ I ULOGA ALTERNATIVNE MEDICINE U LIJEČENJU. *Hrana U Zdr Boles.* 2012 Sep 30;1(2):39, 39–47, 47.
16. Halmi A, Crnoja J. Kvalitativna istraživanja u društvenim znanostima i humanoj ekologiji. *Soc Ekol Časopis Za Ekološku Misao Sociol Istraživanja Okoline.* 2003 Dec 15;12(3-4):195–210.
17. Mejovšek M. Mjerenje. In: *Metode znanstvenog istraživanja.* Zagreb: Naklada Slap; 2008. p. 48–50.
18. Milas Goran. Tehnike prikupljanja podataka. In: *Istraživačke metode u psihologiji i drugim društvenim znanostima.* Zagreb: Naklada Slap; 2009.
19. Leček S. Seljačka obitelj u Hrvatskoj 1918-1960. Metoda usmene predaje povijesti (oral history). *Rad Zavoda Za Hrvat Povij.* 1997 Jan 20;29(1):249–65.
20. Gelenčir J, Gelenčir J. *ATLAS ljekovitog bilja.* Zagreb: Prosvjeta, Zagreb; 1991.
21. Kujundžić N, Gašparac P, Glibota M, Škrobonja A. Libar od likarij – ljekaruša don Petra Kaštelana iz 1776. godine. *Acta Medico-Hist Adriat.* 2008 Jun 15;6(1):15–40.
22. Zaradija-Kiš A. Rasprave i građa za povijest znanosti, 2009., knj. 9, Karlobaške ljekaruše, ur. Marko Pećina i Stella Fatović-Ferenčić, Hrvatska akademija znanosti i umjetnosti, Razred za medicinske znanosti, Zagreb, 156 str. *Nar Umjet Hrvat Časopis Za Etnologiju Folk.* 2009 Dec 28;46(2):189–90.
23. Kujundžić N, Škrobonja A, Tomić T. Plehanska ljekaruša “Zbirka lijekova sa zbirkom ljekovitih trava i uputom za pravit meleme i murćefe.” *Acta Medico-Hist Adriat.* 2006 Jun 15;4(1):37–70.
24. Kujundžić N, Glibota M, Inić S. “Mnoge različite likarie od bolesti glave”- fragment ljekaruše iz arhiva Franjevačkog samostana u Sinju. *Acta Medico-Hist Adriat.* 2011 Dec 15;9(2):225–36.
25. Leček S, Dugac Ž. Majke za zdravlje djece: zdravstveno prosvjetna kampanja Seljačke sloge (1939. - 1941.). *Časopis Za Suvremenu Povij.* 2007 Jan 4;38(3):983–1005.
26. Pelagić Vasa. *Pelagićev narodni učitelj.* Beograd: Izdavačko preduzeće “Sloboda”; 1974.
27. Razvoj modnog novinarstva od 1900. do 1940. Tedi Međunar Interdiscip *Časopis.* 2013 Jan 25;3(3):40–7.
28. Tikvica L. *HRVATSKO MODNO-ODJEVNO NAZIVLJE. JEZIČNA ANALIZA*

- MODNIH ČASOPISA OD 1918–1941. Vlatka Štimac. Hrvatska sveučilišna naklada, Zagreb 2008. Stud Lexicogr. 2008 Nov 15;2(2(3)):187–9.
29. Dugac Ž. Bolje kopati zahod nego grob: Zdravstveno prosvjeđivanje o higijeni nužnika u međuratnom razdoblju. Časopis Za Suvremenu Povij. 2012 Nov 2;44(2):343–58.
30. Dobroslav Bono Nedić i Petar Draganović. Toliški kraj koncem 19. i početkom 20. stoljeća, Zbornik za narodni život i običaje, knjiga 57. Zagreb: HAZU; 2014.
31. Vajzović N. Zlata Živaković-Kerže, Voda i grad, Povijest vodoopskrbe grada Osijek, Vodovod Osijek d. o. o., Hrvatski institut za povijest - Podružnica za povijest Slavonije, Srijema i Baranje u Slavonskom Brodu, Osijek 2007., 199 str. Ekon Ekohist Časopis Za Gospod Povij Povij Okoliša. 2009 Oct 1;5(1):258–60.
32. Grdenić D. Povijest kemije. Zagreb: Školska knjiga; 2001. 86-90.
33. Sparić P. Sredstva za pranje. Beograd: Udruženje industrije sredstava za pranje, kozmetike i eteričnih ulja Jugoslavije "SIKO" Beograd; 1994.
34. Draelos ZD. Cosmetics and skin care products. A historical perspective. Dermatol Clin. 2000 Oct;18(4):557–9.
35. Utvić V. Povijest bolničkih ustanova u Osijeku od 1874-1974. Osijek: Opća bolnica Osijek; 1974.
36. Filipović S. Reguliranje prostitucije u Osijeku na prijelazu iz 19. u 20. stoljeće: Pravilnik o uređenju i nadziranju prostitucije iz 1896. i Pravilnik za bludilišta iz 1911. Scrinia Slavon. 2014 Oct 1;14(1):141–58.
37. Kuštrak D. Farmakognozija, fitofarmacija. Zagreb: Golden Marketing - Tehnička knjiga; 2005.
38. Schfner W, Hafelfinger B, Ernst B. Ljekovito bilje kompedij. Rijeka: Leo Commerce; 1999.
39. Toplak Galle K. Domaće ljekovito bilje. Zagreb: Mozaik knjiga; 2005.
40. Ghobadian Z, Ahmadi MRH, Rezazadeh L, Hosseini E, Kokhazadeh T, Ghavam S. In Vitro Evaluation of Achillea Millefolium on the Production and Stimulation of Human Skin Fibroblast Cells (HFS-PI-16). Med Arch Sarajevo Bosnia Herzeg. 2015 Aug;69(4):212–7.
41. Pain S, Altobelli C, Boher A, Cittadini L, Favre-Mercuret M, Gaillard C, et al. Surface rejuvenating effect of Achillea millefolium extract. Int J Cosmet Sci. 2011 Dec;33(6):535–42.
42. Rücker G, Manns D, Breuer J. [Peroxides as plant constituents. 8.

- Guaianolide-peroxides from yarrow, *Achillea millefolium* L., a soluble component causing yarrow dermatitis]. *Arch Pharm (Weinheim)*. 1991 Dec;324(12):979–81.
43. Benedek B, Kopp B. *Achillea millefolium* L. s.l. revisited: recent findings confirm the traditional use. *Wien Med Wochenschr* 1946. 2007;157(13-14):312–4.
 44. Sirtori CR. Aescin: pharmacology, pharmacokinetics and therapeutic profile. *Pharmacol Res*. 2001 Sep;44(3):183–93.
 45. Morling JR, Yeoh SE, Kolbach DN. Rutosides for treatment of post-thrombotic syndrome. *Cochrane Database Syst Rev*. 2015;9:CD005625.
 46. Pabst H, Segesser B, Bulitta M, Wetzel D, Bertram S. Efficacy and tolerability of escin/diethylamine salicylate combination gels in patients with blunt injuries of the extremities. *Int J Sports Med*. 2001 Aug;22(6):430–6.
 47. Luzzi R, Feragalli B, Belcaro G, Cesarone MR, Cornelli U, Dugall M, et al. Aescin: microcirculatory activity. Effects of accessory components on clinical and microcirculatory efficacy. *Panminerva Med*. 2011 Sep;53(3 Suppl 1):51–5.
 48. Wilkinson JA, Brown AM. Horse Chestnut - *Aesculus Hippocastanum*: Potential Applications in Cosmetic Skin-care Products. *Int J Cosmet Sci*. 1999 Dec;21(6):437–47.
 49. Ivanova D, Vankova D, Nashar M. Agrimonia eupatoria tea consumption in relation to markers of inflammation, oxidative status and lipid metabolism in healthy subjects. *Arch Physiol Biochem*. 2013 Feb;119(1):32–7.
 50. Mnayer D, Fabiano-Tixier A-S, Petitcolas E, Hamieh T, Nehme N, Ferrant C, et al. Chemical composition, antibacterial and antioxidant activities of six essential oils from the Alliaceae family. *Mol Basel Switz*. 2014;19(12):20034–53.
 51. Dehghani F, Merat A, Panjehshahin MR, Handjani F. Healing effect of garlic extract on warts and corns. *Int J Dermatol*. 2005 Jul;44(7):612–5.
 52. Bahadoran P, Rokni FK, Fahami F. Investigating the therapeutic effect of vaginal cream containing garlic and thyme compared to clotrimazole cream for the treatment of mycotic vaginitis. *Iran J Nurs Midwifery Res*. 2010 Dec;15(Suppl 1):343–9.
 53. Sisson D, Balmer C. A chemical burn from a garlic poultice applied to the face to treat toothache: a case report. *Prim Dent J*. 2014 Feb;3(1):28–9.
 54. Gilotta I, Brvar M. Accidental poisoning with *Veratrum album* mistaken for wild garlic (*Allium ursinum*). *Clin Toxicol Phila Pa*. 2010 Nov;48(9):949–52.
 55. Mihaylova DS, Lante A, Tinello F, Krastanov AI. Study on the antioxidant and

antimicrobial activities of *Allium ursinum* L. pressurised-liquid extract. *Nat Prod Res.* 2014;28(22):2000–5.

56. Sadighara P, Gharibi S, Moghadam Jafari A, Jahed Khaniki G, Salari S. The antioxidant and Flavonoids contents of *Althaea officinalis* L. flowers based on their color. *Avicenna J Phytomedicine.* 2012;2(3):113–7.

57. Rezaei M, Dadgar Z, Noori-Zadeh A, Mesbah-Namin SA, Pakzad I, Davodian E. Evaluation of the antibacterial activity of the *Althaea officinalis* L. leaf extract and its wound healing potency in the rat model of excision wound creation. *Avicenna J Phytomedicine.* 2015 Apr;5(2):105–12.

58. Jarić S, Mačukanović-Jocić M, Djurdjević L, Mitrović M, Kostić O, Karadžić B, et al. An ethnobotanical survey of traditionally used plants on Suva planina mountain (south-eastern Serbia). *J Ethnopharmacol.* 2015 Sep 13;

59. Singh R, De S, Belkheir A. *Avena sativa* (Oat), a potential nutraceutical and therapeutic agent: an overview. *Crit Rev Food Sci Nutr.* 2013;53(2):126–44.

60. Fabbrocini G, Saint Aroman M. Cosmeceuticals based on Rhealba® Oat plantlet extract for the treatment of acne vulgaris. *J Eur Acad Dermatol Venereol Jeadv.* 2014 Dec;28 Suppl 6:1–6.

61. Reynertson KA, Garay M, Nebus J, Chon S, Kaur S, Mahmood K, et al. Anti-inflammatory activities of colloidal oatmeal (*Avena sativa*) contribute to the effectiveness of oats in treatment of itch associated with dry, irritated skin. *J Drugs Dermatol Jdd.* 2015 Jan;14(1):43–8.

62. Ebeling S, Naumann K, Pollok S, Wardecki T, Vidal-Y-Sy S, Nascimento JM, et al. From a traditional medicinal plant to a rational drug: understanding the clinically proven wound healing efficacy of birch bark extract. *Plos One.* 2014;9(1):e86147.

63. Rickling B, Glombitza KW. Saponins in the leaves of birch? Hemolytic dammarane triterpenoid esters of *Betula pendula*. *Planta Med.* 1993 Feb;59(1):76–9.

64. Bae S, Lim KM, Cha HJ, An I-S, Lee JP, Lee KS, et al. Arctiin blocks hydrogen peroxide-induced senescence and cell death through microRNA expression changes in human dermal papilla cells. *Biol Res.* 2014;47(1):50.

65. Miglani A, Manchanda RK. Observational study of *Arctium lappa* in the treatment of acne vulgaris. *Homeopat J Fac Homeopat.* 2014 Jul;103(3):203–7.

66. Su S, Wink M. Natural lignans from *Arctium lappa* as antiaging agents in *Caenorhabditis elegans*. *Phytochemistry.* 2015 Sep;117:340–50.

67. Dos Santos AC, Baggio CH, Freitas CS, Lepieszynski J, Mayer B,

- Twardowschy A, et al. Gastroprotective activity of the chloroform extract of the roots from *Arctium lappa* L. *J Pharm Pharmacol*. 2008 Jun;60(6):795–801.
68. Hughes RR, Scown D, Lenehan CE. Sequential injection analysis with chemiluminescence detection for rapid monitoring of commercial *Calendula officinalis* extractions. *Phytochem Anal Pca*. 2015 Nov;26(6):454–60.
69. Final report on the safety assessment of *Calendula officinalis* extract and *Calendula officinalis*. *Int J Toxicol*. 2001;20 Suppl 2:13–20.
70. Fonseca YM, Catini CD, Vicentini FTMC, Nomizo A, Gerlach RF, Fonseca MJV. Protective effect of *Calendula officinalis* extract against UVB-induced oxidative stress in skin: evaluation of reduced glutathione levels and matrix metalloproteinase secretion. *J Ethnopharmacol*. 2010 Feb 17;127(3):596–601.
71. Jamalian A, Shams-Ghahfarokhi M, Jaimand K, Pashootan N, Amani A, Razzaghi-Abyaneh M. Chemical composition and antifungal activity of *Matricaria recutita* flower essential oil against medically important dermatophytes and soil-borne pathogens. *J Mycol Médicale*. 2012 Dec;22(4):308–15.
72. Zu Y, Yu H, Liang L, Fu Y, Efferth T, Liu X, et al. Activities of ten essential oils towards *Propionibacterium acnes* and PC-3, A-549 and MCF-7 cancer cells. *Mol Basel Switz*. 2010 May;15(5):3200–10.
73. Jarrahi M. An experimental study of the effects of *Matricaria chamomilla* extract on cutaneous burn wound healing in albino rats. *Nat Prod Res*. 2008 Mar 20;22(5):422–7.
74. Martins MD, Marques MM, Bussadori SK, Martins MAT, Pavesi VCS, Mesquita-Ferrari RA, et al. Comparative analysis between *Chamomilla recutita* and corticosteroids on wound healing. An in vitro and in vivo study. *Phytother Res Ptr*. 2009 Feb;23(2):274–8.
75. Duarte C-M-E, Quirino M-R-S, Patrocínio M-C, Anbinder A-L. Effects of *Chamomilla recutita* (L.) on oral wound healing in rats. *Med Oral Patol Oral Cir Bucal*. 2011 Sep;16(6):e716–721.
76. Luo LH, Kim HJ, Nguyen DH, Lee H-B, Lee NH, Kim E-K. Depigmentation of melanocytes by (2Z,8Z)-*matricaria* acid methyl ester isolated from *Erigeron breviscapus*. *Biol Pharm Bull*. 2009 Jun;32(6):1091–4.
77. Singh O, Khanam Z, Misra N, Srivastava MK. Chamomile (*Matricaria chamomilla* L.): An overview. *Pharmacogn Rev*. 2011 Jan;5(9):82–95.
78. Lee S-H, Heo Y, Kim Y-C. Effect of German chamomile oil application on

- alleviating atopic dermatitis-like immune alterations in mice. *J Vet Sci.* 2010 Mar;11(1):35–41.
79. Zhao J, Khan SI, Wang M, Vasquez Y, Yang MH, Avula B, et al. Octulosonic acid derivatives from Roman chamomile (*Chamaemelum nobile*) with activities against inflammation and metabolic disorder. *J Nat Prod.* 2014 Mar 28;77(3):509–15.
80. Jarrahi M, Vafaei AA, Taherian AA, Miladi H, Rashidi Pour A. Evaluation of topical *Matricaria chamomilla* extract activity on linear incisional wound healing in albino rats. *Nat Prod Res.* 2010 May;24(8):697–702.
81. Lee S-H, Heo Y, Kim Y-C. Effect of German chamomile oil application on alleviating atopic dermatitis-like immune alterations in mice. *J Vet Sci.* 2010 Mar;11(1):35–41.
82. Rodríguez-Serna M, Sánchez-Motilla JM, Ramón R, Aliaga A. Allergic and systemic contact dermatitis from *Matricaria chamomilla* tea. *Contact Derm.* 1998 Oct;39(4):192–3.
83. Andres C, Chen WC, Ollert M, Mempel M, Darsow U, Ring J. Anaphylactic reaction to chamomile tea. *Allergol Int Off J Jpn Soc Allergol.* 2009 Mar;58(1):135–6.
84. Jang SI, Kim BH, Lee W-Y, An SJ, Choi HG, Jeon BH, et al. Stylopine from *Chelidonium majus* inhibits LPS-induced inflammatory mediators in RAW 264.7 cells. *Arch Pharm Res.* 2004 Sep;27(9):923–9.
85. Benedek B, Kopp B. *Achillea millefolium* L. s.l. revisited: recent findings confirm the traditional use. *Wien Med Wochenschr 1946.* 2007;157(13-14):312–4.
86. Park S-W, Kim SR, Kim Y, Lee J-H, Woo H-J, Yoon Y-K, et al. *Chelidonium majus* L. extract induces apoptosis through caspase activity via MAPK-independent NF- κ B signaling in human epidermoid carcinoma A431 cells. *Oncol Rep.* 2015 Jan;33(1):419–24.
87. Stojanović G, Đorđević A, Šmelcerović A. Do other *Hypericum* species have medical potential as St. John's wort (*Hypericum perforatum*)? *Curr Med Chem.* 2013;20(18):2273–95.
88. Saddiqe Z, Naeem I, Maimoona A. A review of the antibacterial activity of *Hypericum perforatum* L. *J Ethnopharmacol.* 2010 Oct 5;131(3):511–21.
89. Bernd A, Simon S, Ramirez Bosca A, Kippenberger S, Diaz Alperi J, Miquel J, et al. Phototoxic effects of *Hypericum* extract in cultures of human keratinocytes compared with those of psoralen. *Photochem Photobiol.* 1999 Feb;69(2):218–21.
90. Schempp CM, Lüdtkke R, Winghofer B, Simon JC. Effect of topical application

- of *Hypericum perforatum* extract (St. John's wort) on skin sensitivity to solar simulated radiation. *Photodermatol Photoimmunol Photomed*. 2000 Jun;16(3):125–8.
91. Schulz H-U, Schürer M, Bässler D, Weiser D. Investigation of the effect on photosensitivity following multiple oral dosing of two different hypericum extracts in healthy men. *Arzneimittelforschung*. 2006;56(3):212–21.
92. Cotterill JA. Severe phototoxic reaction to laser treatment in a patient taking St John's Wort. *J Cosmet Laser Ther Off Publ Eur Soc Laser Dermatol*. 2001 Sep;3(3):159–60.
93. Schempp CM, Winghofer B, Lüdtker R, Simon-Haarhaus B, Schöpf E, Simon JC. Topical application of St John's wort (*Hypericum perforatum* L.) and of its metabolite hyperforin inhibits the allostimulatory capacity of epidermal cells. *Br J Dermatol*. 2000 May;142(5):979–84.
94. Clewell A, Barnes M, Endres JR, Ahmed M, Ghambeer DKS. Efficacy and tolerability assessment of a topical formulation containing copper sulfate and *hypericum perforatum* on patients with herpes skin lesions: a comparative, randomized controlled trial. *J Drugs Dermatol Jdd*. 2012 Feb;11(2):209–15.
95. Läuchli S, Hafner J, Wehrmann C, French LE, Hunziker T. Post-surgical scalp wounds with exposed bone treated with a plant-derived wound therapeutic. *J Wound Care*. 2012 May;21(5):228, 230, 232–3.
96. Araújo LU, Reis PG, Barbosa LCO, Saúde-Guimarães DA, Grabe-Guimarães A, Mosqueira VCF, et al. In vivo wound healing effects of *Symphytum officinale* L. leaves extract in different topical formulations. *Pharm*. 2012 Apr;67(4):355–60.
97. Savić VL, Nikolić VD, Arsić IA, Stanojević LP, Najman SJ, Stojanović S, et al. Comparative Study of the Biological Activity of Allantoin and Aqueous Extract of the Comfrey Root. *Phytother Res Ptr*. 2015 Aug;29(8):1117–22.
98. Haslan H, Suhaimi FH, Das S. Herbal Supplements and Hepatotoxicity: A Short Review. *Nat Prod Commun*. 2015 Oct;10(10):1779–84.
99. Mahlangeni NT, Moodley R, Jonnalagadda SB. The distribution of macronutrients, anti-nutrients and essential elements in nettles, *Laportea peduncularis* susp. *peduncularis* (River nettle) and *Urtica dioica* (Stinging nettle). *J Environ Sci Health B*. 2016 Mar 3;51(3):160–9.
100. Modarresi-Chahardehi A, Ibrahim D, Fariza-Sulaiman S, Mousavi L. Screening antimicrobial activity of various extracts of *Urtica dioica*. *Rev Biol Trop*. 2012 Dec;60(4):1567–76.

101. Oliver F, Amon EU, Breathnach A, Francis DM, Sarathchandra P, Black AK, et al. Contact urticaria due to the common stinging nettle (*Urtica dioica*)--histological, ultrastructural and pharmacological studies. *Clin Exp Dermatol*. 1991 Jan;16(1):1–7.
102. Rastegar H, Ahmadi Ashtiani H, Aghaei M, Ehsani A, Barikbin B. Combination of herbal extracts and platelet-rich plasma induced dermal papilla cell proliferation: involvement of ERK and Akt pathways. *J Cosmet Dermatol*. 2013 Jun;12(2):116–22.
103. Tahri A, Yamani S, Legssyer A, Aziz M, Mekhfi H, Bnouham M, et al. Acute diuretic, natriuretic and hypotensive effects of a continuous perfusion of aqueous extract of *Urtica dioica* in the rat. *J Ethnopharmacol*. 2000 Nov;73(1-2):95–100.
104. Moradi HR, Erfani Majd N, Esmaeilzadeh S, Fatemi Tabatabaei SR. The histological and histometrical effects of *Urtica dioica* extract on rat's prostate hyperplasia. *Vet Res Forum Int Q J*. 2015;6(1):23–9.
105. Obertreis B, Giller K, Teucher T, Behnke B, Schmitz H. [Anti-inflammatory effect of *Urtica dioica* folia extract in comparison to caffeic malic acid]. *Arzneimittelforschung*. 1996 Jan;46(1):52–6.
106. Janicsák G, Zupkó I, Nikolovac MT, Forgo P, Vasas A, Mathé I, et al. Bioactivity-guided study of antiproliferative activities of *Salvia* extracts. *Nat Prod Commun*. 2011 May;6(5):575–9.
107. Beheshti-Rouy M, Azarsina M, Rezaie-Soufi L, Alikhani MY, Roshanaie G, Komaki S. The antibacterial effect of sage extract (*Salvia officinalis*) mouthwash against *Streptococcus mutans* in dental plaque: a randomized clinical trial. *Iran J Microbiol*. 2015 Jun;7(3):173–7.
108. Rahte S, Evans R, Eugster PJ, Marcourt L, Wolfender J-L, Kortenkamp A, et al. *Salvia officinalis* for hot flushes: towards determination of mechanism of activity and active principles. *Planta Med*. 2013 Jun;79(9):753–60.
109. Lima CF, Fernandes-Ferreira M, Pereira-Wilson C. Drinking of *Salvia officinalis* tea increases CCl₄-induced hepatotoxicity in mice. *Food Chem Toxicol Int J Publ Br Ind Biol Res Assoc*. 2007 Mar;45(3):456–64.
110. Vitková Z, Herdová P, Kodadová A, Seligová J, Grancai D, Poláková D. [Formulation of salvia-containing gels]. *Ceská Slov Farm Cas České Farm Spolecnosti Slov Farm Spolecnosti*. 2012 Aug;61(4):169–71.
111. Fournomiti M, Kimbaris A, Mantzourani I, Plessas S, Theodoridou I, Papaemmanouil V, et al. Antimicrobial activity of essential oils of cultivated oregano (*Origanum vulgare*), sage (*Salvia officinalis*), and thyme (*Thymus vulgaris*) against

- clinical isolates of *Escherichia coli*, *Klebsiella oxytoca*, and *Klebsiella pneumoniae*. *Microb Ecol Heal Dis*. 2015;26:23289.
112. Almeida IF, Valentão P, Andrade PB, Seabra RM, Pereira TM, Amaral MH, et al. Oak leaf extract as topical antioxidant: free radical scavenging and iron chelating activities and in vivo skin irritation potential. *Biofactors Oxf Engl*. 2008;33(4):267–79.
113. Belcaro G, Dugall M, Hu S, Ledda A, Ippolito E. French Oak Wood (*Quercus robur*) Extract (Robuvit) in Primary Lymphedema: A Supplement, Pilot, Registry Evaluation. *Int J Angiol Off Publ Int Coll Angiol Inc*. 2015 Mar;24(1):47–54.
114. Bratu MM, Doroftei E, Negreanu-Pirjol T, Hostina C, Porta S. Određivanje antioksidativne aktivnosti i toksičnosti ekstrakata iz ploda bazge (*Sambucus nigra*) alternativnim metodama. *Food Technol Biotechnol*. 2012 Jun 18;50(2):177–82.
115. Ebrahimzadeh MA, Rafati MR, Damchi M, Golpur M, Fathiazad F. Treatment of *Paederus* Dermatitis with *Sambucus ebulus* Lotion. *Iran J Pharm Res Ijpr*. 2014;13(3):1065–71.
116. Jiménez P, Tejero J, Cordoba-Diaz D, Quinto EJ, Garrosa M, Gayoso MJ, et al. Ebulin from dwarf elder (*Sambucus ebulus* L.): a mini-review. *Toxins (Basel)*. 2015 Mar;7(3):648–58.
117. Zubair M, Nybom H, Lindholm C, Brandner JM, Rumpunen K. Promotion of wound healing by *Plantago major* L. leaf extracts - ex-vivo experiments confirm experiences from traditional medicine. *Nat Prod Res*. 2015 Apr 22;1–3.
118. Zubair M, Ekholm A, Nybom H, Renvert S, Widen C, Rumpunen K. Effects of *Plantago major* L. leaf extracts on oral epithelial cells in a scratch assay. *J Ethnopharmacol*. 2012 Jun 14;141(3):825–30.
119. Majid Saeedi KM-S. Evaluation of binding properties of *Plantago psyllium* seed mucilage. *Acta Pharm Zagreb Croat*. 2010;60(3):339–48.
120. Yildirim A, Mavi A, Kara AA. Determination of antioxidant and antimicrobial activities of *Rumex crispus* L. extracts. *J Agric Food Chem*. 2001 Aug;49(8):4083–9.
121. Lee KH, Rhee K-H. Antimalarial activity of nepodin isolated from *Rumex crispus*. *Arch Pharm Res*. 2013 Apr;36(4):430–5.
122. Rouf ASS, Islam MS, Rahman MT. Evaluation of antidiarrhoeal activity *Rumex maritimus* root. *J Ethnopharmacol*. 2003 Feb;84(2-3):307–10.
123. Gebrie E, Makonnen E, Zerihun L, Debella A. The possible mechanisms for the antifertility action of methanolic root extract of *Rumex steudelii*. *Afr Health Sci*. 2005 Jun;5(2):119–25.

124. Reig R, Sanz P, Blanche C, Fontarnau R, Dominguez A, Corbella J. Fatal poisoning by *Rumex crispus* (curled dock): pathological findings and application of scanning electron microscopy. *Vet Hum Toxicol*. 1990 Oct;32(5):468–70.
125. Jakopovich I. New dietary supplements from medicinal mushrooms: Dr Myko San--a registration report. *Int J Med Mushrooms*. 2011;13(3):307–13.
126. Alves MJ, Ferreira ICFR, Dias J, Teixeira V, Martins A, Pintado M. A review on antifungal activity of mushroom (basidiomycetes) extracts and isolated compounds. *Curr Top Med Chem*. 2013;13(21):2648–59.
127. Romińska D, Dryżałowska A, Bielawski L, Falandysz J. [Content and accumulation of mercury in common puffball (*Lycoperdon perlatum*)]. *Rocz Państwowego Zakładu Hig*. 2008;59(3):267–72.
128. Mužic S, Božac R. *Kuhanje i ljekovitost gljiva*. Zagreb: Školska knjiga; 1997.
129. Cyranka M, Graz M, Kaczor J, Kandefer-Szerszeń M, Walczak K, Kapka-Skrzypczak L, et al. Investigation of antiproliferative effect of ether and ethanol extracts of birch polypore medicinal mushroom, *Piptoporus betulinus* (Bull.:Fr.) P. Karst. (higher Basidiomycetes) in vitro grown mycelium. *Int J Med Mushrooms*. 2011;13(6):525–33.
130. Grienke U, Zöll M, Peintner U, Rollinger JM. European medicinal polypores--a modern view on traditional uses. *J Ethnopharmacol*. 2014 Jul 3;154(3):564–83.
131. Kawecki Z, Kaczor J, Karpińska T, Sujak I, Kandefer-Szerszeń M. Studies of RNA isolated from *Piptoporus betulinus* as interferon inducer. *Arch Immunol Ther Exp (Warsz)*. 1978;26(1-6):517–22.
132. Pujol V, Seux V, Villard J. [Research of antifungal substances secreted by higher fungi in culture]. *Ann Pharm Françaises*. 1990;48(1):17–22.
133. Richardson BW. ON THE ANAESTHETIC PROPERTIES OF THE LYCOPERDON PROTEUS, OR COMMON PUFF-BALL. *Assoc Med J*. 1853 Jun 3;1(22):479–81.
134. Nachajski MJ, Piotrowska JB, Kołodziejczyk MK, Lukosek M, Zgoda MM. Surface-active agents from the group of polyoxyethylated glycerol esters of fatty acids. Part III. Surface activity and solubilizing properties of the products of oxyethylation of lard (*Adeps suillus*, F.P. VIII) in the equilibrium system in relation to lipophilic therapeutic agents (class II and III of BCS). *Acta Pol Pharm*. 2013 Jun;70(3):547–55.
135. Corubolo I. *Magistralna receptura*. Zagreb: Novinarsko izdavačko poduzeće;

1956.

136. Allmann I, Kohrs Gerlach U. Iscjeljivanje urinom. Zagreb: Charisma; 2000.

137. Puntarić D, Miškulin M, Bošnjir J. Zdravstvena ekologija. Zagreb: Medicinska naklada; 2012.

138. Maskalan A. Ljepota boli: moderne metode stvaranja lijepih besmrtnika. *Metodički Ogl.* 2012 Dec 27;19(1):77–94.

12. ŽIVOTOPIS

Osobne informacije: Ivanka Muršić

Datum i mjesto rođenja: Osijek, 9. listopada 1963.

RADNO ISKUSTVO

2017 - danas	Klinički bolnički centar Osijek Pročelnica Zavoda za dermatologiju i venerologiju
2006 - 2017	Klinički bolnički centar Osijek Odjela za dermatologiju i venerologiju, liječnik specijalist
2002 – 2006	Specijalistička dermatovenerološka ordinacija „dr. Ivanka Muršić“
1997 – 2002	Klinička bolnica Osijek Liječnik specijalist Odjela za dermatologiju i venerologiju
1997 - 2001	Medicinska škola Osijek, Predavač (vanjski suradnik), predmet Dermatologija
1993 - 1997	Klinička bolnica Osijek Odjelni liječnik, specijalizant dermatovenerologije
1989 – 1993	Dom zdravlja Slatina Liječnik u HMP i ordinaciji Opće medicine

OBRAZOVANJE I OSPOBLJAVANJE

2007 – 2017	Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku Medicinski fakultet Osijek Poslijediplomski doktorski studij Biomedicina i zdravstvo
1997	Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu specijalist dermatovenerolog
1995 - 1996	Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu Poslijediplomski specijalistički studij iz dermatovenerologije
1989	Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, doktor medicine

OSOBNJE VJEŠTINE

Materinski jezik	Hrvatski
------------------	----------

Ostali jezici	RAZUMIJEVANJE		GOVOR		PISANJE
	Slušanje	Čitanje	Govorna interakcija	Govorna produkcija	
Engleski	A2	B1	A2	A1	A1
Njemački	B1	B1	A1	A1	A1

Stupnjevi: A1/2: Temeljni korisnik - B1/B2: Samostalni korisnik - C1/C2 Iskusni korisnik
Zajednički europski referentni okvir za jezike

- Komunikacijske vještine**
- Vještine potrebne za uspješan i ugodan dijalog stečene kroz dugogodišnji rad s pacijentima, prepoznavanje i prilagodba svakom sugovorniku ovisno o dobi i razini razumijevanja medicinske terminologije.
 - Razvijene vještine asertivne komunikacije potvrđene od mnogih zadovoljnih pacijenata, uz komentare o karakterističnom prijateljskom pristupu svakoj osobi.

- Organizacijske / rukovoditeljske vještine**
- Stečeno iskustvo u planiranju i provedbi projekata. Uspješna u radu kroz uloge voditelja, ali i kao člana tima. Sudjelovala u organizaciji i provedbi regionalnih projekata vezanih uz gastronomiju i običaje, te promociju prirodnih bogatstava, planinarenja i zdravog života.
 - Kao voditeljica Zavod za dermatologiju i venerologiju rukovodi timom liječnika od 11 članova

- Poslovne vještine**
- U Alergološkoj ambulanti uvela (s dr. Nelom Šustić) novi dijagnostički postupak – atopijski patch test
 - Sudjelovala u osnivanju Dermatokirurške ambulante
 - Fokus na biopsihosocijalnom pristupu i liječenje svakog pacijenta kroz sve segmente (Tematika psihosomatike predstavljena i na liječničkim skupovima)
 - Redovno prosvjećivanje lokalnog stanovništva o važnosti njege kože i zaštite od sunca kroz gostovanja u radijskim emisijama i novinske članke

Digitalna kompetencija	SAMOPROCJENA				
	Obrada informacija	Komunikacija	Stvaranje sadržaja	Sigurnost	Rješavanje problema
	Temeljni korisnik	Iskusni korisnik	Samostalni korisnik	Samostalni korisnik	Temeljni korisnik

Stupnjevi: Temeljni korisnik - Samostalni korisnik - Iskusni korisnik
Informacijsko-komunikacijske tehnologije - tablica za samoprocjenu

- Vještine digitalne komunikacije razvijene i korištene kroz videokonferencijske sastanke Povjerenstva za žrtve seksualnog nasilja u Domovinskom ratu
- Uspješan rad u Microsoft Office paketu
- Uspješno završen tečaj izrade digitalne bibliografije i referenciranja u programu Zotero

DODATNE INFORMACIJE

Znanstveni i stručni radovi (izbor)

- Lena Kotrulja, Tina Milavić, Suzana Ožanić Bulić, Natalija Šitum, Ana Bakija Konsuo, Ivanka Muršić, Ines Birkić Belanović, Lidija Dilenardo: *Importance of educational intervention and parental knowledge on atopic dermatitis in children*; Acta clinica Croatica, Vol.55. No.1. Ožujak 2016.
- Muršić, Ivanka; Lipozenčić, Jasna. *Chronic discoid lupus erythematosus – reviews*. Acta Dermatovenerol Croat 5 (1997). 55;
- Biljan, Darko; Jukić, Zlatica; Bubalović, Davorin; Muršić, Ivanka. *Prevalence of Venereal Syphilis recorder at the Department of Dermatovenerology Osijek Clinical Hospital during the 1995-1997. period*. Acta Dermatovenerol Croat 7 (1999). 186;
- Bubalović, Davorin; Biljan, Darko; Jukić, Zlatica; Muršić, Ivanka. *Kontaktni alergijski stomatitis na stomatološke materijale*. Godišnji sastanak Hrvatskog društva za alergologiju i kliničku imunologiju. Knjiga sažetaka. Osijek: 2000. 18.;
- Jukić, Zlatica; Bubalović, Davorin; Biljan, Darko; Barišić-Druško, Vladimira; Muršić, Ivanka. *Morbus Pringle – kazuistički prikaz*. Prvi stručni sastanak.
- Ivanka Muršić, Ksenija Marijanović, Nela Šustić, Igor Kuric, Vera plužarić, Maja Tolušić Levak: *Dermatofibrosarcoma protuberans – a case report* 3 regionalni dermatovenerološki kongres, Mostar , 08. – 11.9.2016
- Ivanka Muršić, Nela Šustić, Marina Vinaj, Igor Kuric, Marina Vekić Mužević, Marija Šola: *Tretman ćelavosti i večna čežnja za kosom* 3 regionalni dermatovenerološki kongres, Mostar , 08. – 11.9.2016
- Muršić Ivanka, Grgić Mirela, Šustić Nela, Jukić Zlatica, Plužarić Vera : *Psychological approach to adolescent patiens with dismorfofobia*, 3. Hrvatski kongres psihodermatologije. Split, 4.-7. listopada 2012.
- Muršić Ivanka; Biljan Darko; Jukić Zlatica; Šola Marija; Šustić Nela; Vekić Marina. *Ljekovito bilja u dermatološkom liječenju*. 4. kongres hrvatskih dermatovenerologa s međunarodnim sudjelovanjem. Osijek, Hrvatska. 5.-8. svibnja 2011.
- Šustić Nela; Plužarić Vera; Muršić Ivanka; Jukić Zlatica; Kuric Igor. *Dermatitis artefacta: case report*. 3. Hrvatski kongres psihodermatologije. Split, 4.-7. listopada 2012
- Šustić Nela; Biljan Darko; Jukić Zlatica; Muršić Ivanka; Šola Marija; Vekić Marina. *Pemphigus vulgaris u trudnoći: prikaz slučaja*. 4. kongres hrvatskih dermatovenerologa s međunarodnim sudjelovanjem. Osijek, Hrvatska 5.-8. svibnja 2011.
- Ivanka Muršić, Nela Šustić, Marina Vinaj, Maja Tolušić Levak, Vera Plužarić: *Reklamne poruke za kozmetološke pripravke namijenjene ženama u Ženskom listu od 1935. do 1938.godine* 4 hrvatski psihodermatološki kongres s međunarodnim sudjelovanjem, Zagreb, 10.-12.06.2016.
- Ivanka Muršić, Igor Kuric, Nela Šustić, Vera plužarić, Darko Biljan: *Pyoderma ulcerosa serpiginosa, case report*. 4 hrvatski

psihodermatološki kongres s međunarodnim sudjelovanjem, Zagreb, 10.-12.06.2016

- Igor Kuric, Ivanka Muršić, Nela Šustić, Vera Plužarić, Marina Vekić Mužević, Marija Šola. Darko Biljan: *A case of syphilis manifesting with liver enzyme abnormalities and inguinal lymphadenopathy*. 5. kongres hrvatskih dermatovenerologa s međunarodnim sudjelovanjem, Zagreb, 08.-11.05.2014.
- Muršić, Božidar; Muršić, Ivanka; Vajn, Katarina; Heffer-Lauc, Marija. *Potencijal regeneracije lezija središnjega živčanog sustava u ranom postnatalnom razvoju miša*. *Neurologia Croatica*. Vol 56 suppl 1.

Članstva

- Član stručnih udruženja: Hrvatske liječničke komore, Hrvatskog liječničkog zbora, Hrvatske udruge bolničkih liječnika i Hrvatskog dermatološkog društva
- Aktivni član Gljivarskog društva Našice (pohađanje gljivarske škole, seminara, predavanja te polaganje ispita za determinatora gljiva u stupnjevima)

Ostale aktivnosti

- Ilustratorica knjiga Branke Kandić-Splavski (*Andreina školjka* 2004. i *Malene stope od sedefa* 2006.) i Adriana P. Kezele (*Anđeo pod maskom* 2003.)

13. PRILOZI

Prilog 1. - Preslika upitnika korištenog pri vođenju polustrukturiranog intervjua s ispitanicima – kazivačima

Prilog 2. – Izjava o autorstvu preslika i fotografija korištenih u disertaciji

Prilog 1. - Preslika upitnika korištenog pri vođenju polustrukturiranog intervjua s ispitanicima - kazivačima

Slijedi potpuni popis pitanja korištenih u vođenju polustrukturiranog intervjua s ispitanicima.

1. Kada ste u svom kućanstvu prvi puta imali tekuću vodu – vodovod, hidrofor?
2. Koliko je bio udaljen bunar ili drugi izvor vode?
3. Gdje je bio smješten zahod?
4. Tko je i koliko često čistio zahod?
5. Čime se obavljala toaleta nakon velike nužde?
6. Kada ste se i koliko često kupali i prali kosu?
7. Opišite postupak kupanja i pranja kose.
8. Čime ste prali kosu?
9. Jeste li koristili kupovne sapune i kako ste ih nabavljali?
10. Čime ste prali posuđe i rublje?
11. Čime ste čistili i prali podove?
12. Kako ste, i čime, održavali higijenu tijekom menstruacije?
13. Kako je izgledala njega novorođenčeta (pelene)?
14. Što se upotrebljavalo za pranje i njegu dojenčeta?
15. Kako se održavala higijena usta djece i odraslih?
16. Što ste imali u kući za slučaj ozljede djeteta?
17. Čime ste skidali tjemenicu s glave dojenčeta?
18. Koje su bile najčešće bolesti koje ste vidjeli kod svoje ili tuđe djece?
19. Čime ste mazali kožu pri previjanju male djece?
20. Kojih se bolesti kože možete sjetiti?
21. Kako ste iz kose odstranjivali uši i gnjide?
22. Kako ste prepoznavali svrab i čime ste ga liječili ili ublažavali?
23. Kako ste liječili bradavice?
24. Kako ste razlikovali kurje oči i bradavice?

25. Kako ste njegovali i liječili akne – prištiće?
26. Je li netko u vašoj obitelji ili okolini imao ljuskavicu - psorijazu ili lišaj?
27. Gdje je bila najbliža ambulanta?
28. Kada ste tražili liječničku pomoć, općenito i posebno za bolesti kože?
29. Što ste sami kupovali u ljekarni?
30. Sjećate li se nekog lošeg događaja vezanog uz upotrebu lijekova?
31. Koje ste se bolesti najviše bojali, o čemu se pričalo sa strepnjom?
32. * Je li se pričalo o spolnim bolestima i kojima?
33. * Jeste li upotrebljavali kakvu zaštitu od trudnoće ?
34. Koje ste ljekovito bilje poznavali?
35. Kako ste došli do informacija o ljekovitim biljkama?
36. Što ste, i kako, pripremali od ljekovitih biljaka?
37. Što ste uvijek imali u kući za slučaj potrebe? Navedite sadržaj „kućne ljekarne“.
38. Što ste činili u slučaju uboda insekata?
39. Čime ste previjali rane?
40. Čime ste čistili i prali rane?
41. Je li dolazilo do komplikacija, kako su izgledale (gnojenje, trovanje krvi) i što ste tada činili?
42. Što i danas činite i koristite pri liječenju manjih zdravstvenih tegoba, te preporučujete svojoj djeci i prijateljima, a odnosi se na pripravke koje ste koristili u mladosti?
43. Kako su se, i čime, žene uljepšavale?
44. Kako su se, i čime, muškarci brijali?
45. Jeste li poznavali kakav pripravak protiv starenja kože i staračkih pjega?
46. Jeste li, i od kada, imali pokrivenu kosu?
47. Kako su postupale žene u slučaju da im se kosa jako prorijedila?
48. Jesu li se žene ikada brijale ili drukčije odstranjivale dlačice na licu (brkovi, brada) ili drugim dijelovima tijela?
49. Kako je izgledala žena koja se smatrala lijepom u vrijeme vaše mladosti?

50. Kako je izgledao muškarac koji se smarao privlačnim u vrijeme vaše mladosti?

51. Kojih se pripravaka za higijenu i njegu danas ne bi mogli odreći, a nekada ih niste koristili?

* pitanja o spolnosti i kontracepciji postavljana su samo u slučaju uspostavljanja povjerljivog, prisnog odnosa s ispitanicima

Prilog 2. – Izjava o autorstvu preslika i fotografija korištenih u disertaciji

Preslike iz knjiga i časopisa korištenih u disertaciji, prikazane su uz suglasnost muzejske knjižnice Muzeja Slavonije Osijek i Zavičajnog muzeja Slatina. Korištena je i autoričina privatna zbirka povijesnih knjiga i časopisa.

Sve fotografije prikazane u disertaciji dio su autoričine privatne zbirke fotografija.