



ARCHIWUM
LEGIONÓW
i N. K. N.

Nr 702

spg. 1046

SKIE.

NAJWAŻNIEJSZE
PRZEPISY
SANITARNE
DŁA LEGIONÓW.



NAKŁADEM N. K. N.

1 9 1 4

LEGIONY POLSKIE

WARSZAWA

1918

WARSZAWA

1918



DRUKARNIA NARODOWA W KRAKOWIE.

Zdrowie legionistów zależy w znacznym stopniu od stosunków zdrowotnych danej miejscowości, przez które wojsko przechodzi, lub w której się zatrzymuje na dłuższy lub krótszy pobyt. Pamiętać też należy o tem, że podczas wojny więcej ludzi ginie od chorób wewnętrznych i zakaźnych, aniżeli z otrzymanych ran.

Obowiązki miejscowych władz i organów sanitarnych.

Pierwszym obowiązkiem lekarza wojskowego, służby sanitarnej, względnie komendanta po przybyciu do jakiejś miejscowości jest poinformowanie się u władz miejscowych o stosunki zdrowotne.

Należy polecić urzędowi gminnemu, władzom miejskim względnie lekarzom miejskim, aby pilnie przestrzegali czystości i porządku; wszelkie doły kloaczne powinny być we właściwym czasie opróżnione, ścieki uliczne i podwórzowe przeczyszczane i przepłukiwane; wody stojące, gnijące usuwane, na placach i ulicach, w podwórzach i po domach panować ma wzorowy porządek. Te same władze badać powinny, czy w danej miejscowości nie ma jakich chorób zakaźnych, zwracając szczególniejszą uwagę

na czerwonkę (dyszenterję), dur brzuszny (tyfus brzuszny), cholere, dur plamisty, dur powrotny i ospę.

Domy, w których wydarzyły się przypadki tych chorób powinny być w sposób widoczny znaczone. Na bramie takiego domu powinno być przybite ogłoszenie: „w tym domu zdarzył się przypadek choroby zakaźnej“. Będzie to przestroga dla wojska, aby w takim znaczonej domu nie zakładać kwater, aby ze studni należącej do tego domu nie czerpać wody do picia, bez potrzeby koniecznej nie wchodzić do takich domów.

Kwaterny.

Nie można w jednej kwaterze umieszczać zbyt wielu ludzi; przepełnienie kwaterny musi stworzyć złe warunki zdrowotne.

W każdej kwaterze należy zaraz wyznaczyć odpowiednią liczbę ludzi obowiązanych do pilnowania i utrzymywania porządku w kwaterze i w najbliższem otoczeniu; należy do tego nadzoru użyć sanitaryusza, albo wynająć osobnych robotników.

Jeżeli w jakim pomieszczeniu załęgną się owady, należy słomę służącą do spania spalić; jeżeli są sienniki, to po spaleniu słomy, sienniki przy praniu wygotować; podłogę należy dokładnie wymyć wodą ze sodą, lub wytrzeć terpentyną.

Zbadać położenie studni, z której legionieści mają pobierać wodę. Wodę ze studni należy uważać za podejrzaną, jeżeli w bliskości studni jest gnojówka, dół kloaczny, zlew, lub jeżeli woda wskutek złego spadku lub nieszczelnej cembrzyny może się z powrotem dostać do studni. Woda mętna lub z zapachem jest podejrzaną. Podejrzaną wodę nie wolno pić i używać do mycia naczyń kuchennych, należy ją przed użyciem przegotować.

W każdej kwaterze musi być odpowiednia ilość miednic do mycia, wanien, ręczników i mydła, względnie odpowiednie kurki wodociągowe i zlewy.

Plucie na podłogę musi być surowo wzbronione.

Gdzie mieszka więcej jak 30-tu legionistów należy w takich koszarach lub w najbliższym sąsiedztwie urządzić ustępy polowe. Ustęp taki nie może być w bliskości studni. Zawartość tych ustępów należy przynajmniej 3 razy dziennie zasypywać niegaszonym wapnem lub ziemią. Najsurowiej należy zabronić oddawania kału i moczu w innych miejscach, jak w tym ustępie polowym. Ustęp polowy urządza się w następujący sposób. W odpowiednim miejscu kopie się rów dosyć głęboki, nad rowem umieszcza się w odpowiedni sposób belkę okrągłą, gładką, która służy za deskę sedesową; całość oparkania się.

Po opuszczeniu kwatery przez jeden oddział, należy pozostawić w niej ludzi, którzy doprowadzą kwaterę do porządku dla następnych oddziałów.

Kuchnie koszarowe i polowe.

Każda kompania powinna mieć 2 lub 3 kuchnie polowe.

Należy zwrócić baczność uwagę na zdrowie i czystość osób zajętych przy kuchniach koszarowych lub polowych. W kuchniach koszarowych chronić pokarmy przed owadami. Dbać o dobroć produktów spożywczych. Pokarmy zamykać w szafach, przykrywać czystym papierem lub muszlinem. Tępić muchy i inne owady. W kuchni utrzymywać należy wzorową czystość. Do mycia i płukania naczyń kuchennych można używać tylko bezwzględnie pewnej wody. Jeżeli woda nie jest dobrą należy do tego celu używać wody przegotowanej.

Każda kompania powinna mieć przynajmniej jedną dużą beczkę żelazną na kołach, z kranem w tyle i paleniskiem pod spodem, dla dostarczania gorącej wody przegotowanej.

Domy dla maruderów, lub domy wypoczynkowe.

W bliskości pola walki powinny być urządzone t. zw. domy dla maruderów. Służyć one ma-

ją dla ludzi zdrowych, ale przemęczonych, znużonych, osłabionych trudami wojny i chwilowo nie zdolnych do dalszej walki. — Ludzi do tych domów wysyła Komenda, lub lekarz wojskowy. — Legionista wysłany do takiego domu dostaje tam kwaterę, jedzenie, kąpiel, bieliznę jego pierze się i po 2 najdłużej 3-dniowym wypoczynku wraca na pole walki. — Do tych domów nie mogą być wysyłani chorzy, lub podejrzani o choroby zakaźne.

Hygiena osobista.

Czystość ciała jest konieczną dla zdrowia;

Włosy strzydz krótko, brać kąpiele ciepłe lub improwizowane łaźnie parowe przynajmniej raz na tydzień. Nogi myć codziennie przed snem. Zwracać uwagę na każde, nawet najlżejsze otarcie nóg; miejsca takie należy po kąpieli posmarować lojem salicylowym. W ten sam sposób należy postępować przy każdym otarciu skóry, n. p.: pomiędzy pośladkami, w pachwinach, pod pachą etc. Płukać usta. Myć ręce przed każdym jedzeniem.

Używając ustępu nie należy zanieczyszczać deski lub podłogi; po użyciu ustępu umyć sobie ręce.

Zabronić jedzenia owoców surowych, ogórków, a w szczególności przestrzedz przed pić zimnej wody w większych ilościach i spożywania nieświeżych pokarmów.

Każdy wstępujący do służby legionista powinien być bez wyjątku rewakcynowany, a przed wyjściem na pole walki szczepiony przeciwko cholercze.

Postępowanie przy wybuchu choroby zakaźnej w obozie lub w koszarach.

W razie wybuchu jakiej choroby zakaźnej lub w razie podejrzenia o nią, należy chorego natychmiast oddzielić od innych legionistów i przewieźć do najbliższego szpitala, pokój w koszarach odkazić, słomę spalić, rzeczy i pościel chorego odkazić. Szczególniej dokładnie odkazić ustępy, zlewy; w ustępach zdezynfekcyonować deski siedzeniowe, drzwi, klamki. Legionistów mieszkających razem z chorym, a przede wszystkim najbliższych jego sąsiadów należy mieć w obserwacji lekarskiej, a mianowicie przy ospie przez 14 dni, przy durze brzuszny 14 dni, czerwonce 7 dni, durze plamistym 14 dni, cholercze 5 dni.

Szpital zakaźny dla legionistów.

Na szpital należy wybierać domy, o ile to możliwe, osobno stojące, z salami mającymi okna na przetrzał. Przy wyborze domu zwrócić uwagę na ustępy i na studnię. Szpital należy utrzymywać we wzorowej czystości. Sale dokładnie wietrzyć, nie obawiając się przeciągów; przeciąg odstrasza muchy, dokuczają

jące chorym i przenoszące zarazki chorobotwórcze.

W każdym szpitalu należy w osobnym pokoju urządzić salę obserwacyjną, w celu umieszczenia w niej chorych z niepewnem rozpoznaniem. Jeżeli w jednym budynku mieszczą się rozmaite choroby zakaźne, to należy chorych zakaźnych w pewnym porządku ugrupować. Cholerę, czerwonkę i dur brzuszny można umieszczać w salach obok siebie położonych, należy jednak zabronić jak najsurowiej komunikowania się chorych pomiędzy sobą. Cholerą, czerwonką i dudem brzuszny zarazić się można jedynie wtedy, gdy się zarazki tych chorób wprowadzi przez usta do przewodu pokarmowego. Choroby te szerzą się przeważnie przez zetknięcie się z chorymi i wtedy przypadki tych chorób mnożą się stopniowo, jeżeli zaś źródłem jest woda lub mleko zakażone, to występują one wybuchowo; naraz zachorowuje wiele osób, te mianowicie, które używały zakażonych napoi lub pokarmów.

Osobne pomieszczenie muszą mieć chorzy na dur plamisty, dur powrotny, ospę i dżumę. W razie pomieszczenia w takim szpitalu przypadku ospy należy wszystkich bez wyjątku chorych znajdujących się w szpitalu rewakcyнировать. Dur powrotny i plamisty szerzą się za pośrednictwem wszy, pcheł i pluskiew. Dżuma szerzy się za pośrednictwem szczurów, a właściwie

pcheł żyjących na tych szczurach. Dżuma gru-
czołowa jest znacznie mniej zaraźliwą niż dżuma
płucna, która się szerzy za pośrednictwem plwo-
ciny czy to zaschniętej i rozpylonej, czy też
rozpryskiwanej w formie drobnych kropeczek
z ust chorego przy mówieniu, kaszlu, kichaniu
etc.

W szpitalu należy przez cały czas trwania
choroby przeprowadzać dezynfekcyę przy łóżku
chorego, chory bowiem człowiek jest przede-
wszystkiem źródłem, z którego zarażają się
inni ludzie. Z tego powodu należy dezynfekcyo-
nować zaraz przy łóżku chorego jego kał, mocz,
plwociny, wszelkie opłuczyny przed wylaniem
ich do ustępu, a także bieliznę chorego przed
oddaniem jej do prania.

Chorego przybyłego do szpitala należy prze-
dewszystkiem ostrzydzić, wykąpać, a następnie
przebrać w bieliznę i ubranie szpitalne, bieliznę
i ubranie chorego należy zaraz poddać dezyn-
fekcyi.

Ze szpitala nie wypuszcza się chorego, który
przebył już chorobę zakaźną tak długo, dopóki
dwukrotne badanie bakteryologiczne nie wyka-
że braku zarazków chorobotwórczych. Człowiek
bowiem, który przebył chorobę zakaźną i jest
już zdrowy może jeszcze przez pewien czas
wydzielać ze siebie zarazki danej choroby i za-
razać innych ludzi. Tak samo ludzie zdrowi ob-
cujący dłużej z chorymi zakaźnymi mogą prze-

nosić zarazki chorób innym ludziom, pozostając sami zdrowymi.

Jeżeli badanie bakteriologiczne nie może być przeprowadzone, to należy chorego trzymać w odosobnieniu, przy ospie przez 6—8 tygodni, dopóki łuszczenie zupełnie nie ustąpi, przy durze brzuszny 4 tygodnie, licząc od dnia ustąpienia gorączki, przy czerwonce 5—6 tygodni, licząc od dnia zachorowania, przy cholerze 6 tygodni, przy durze plamistym 6—8 tygodni. Jeżeli wskutek szybkiego napływu chorych, szpital jest przepełniony i trzeba część rekonwalescentów wydalić, to należy ich umieścić na cały czas rekonwalescencji tj. do terminu powyżej podanego w jakim innym lokalu na ten cel przeznaczonym.

Przed wypuszczeniem chorego ze szpitala należy go okapać i przebrać w jego dawne zdezynfekcyonowane ubranie; wykąpany i przebrany chory nie powinien już wracać na salę chorych.

Dezynfekcyja.

Przy dezynfekcyi tj. niszczeniu zarazków chorobotwórczych korzystamy ze słońca, ognia, środków chemicznych i pary wodnej.

I. Większość zarazków chorobotwórczych wystawionych na bezpośrednie działanie promieni słonecznych ginie w bardzo krótkim czasie.

II. Stare, bezwartościowe zakażone kozuchy, buty, ubrania, szmaty można spalić. Plwocinę zmieszać z nadmiarem trocin i spalić na dobrym ogniu. Zakażone opatrunki zużyte należy palić.

III. Środki chemiczne:

1) mleko wapienne przyrządza się w następujący sposób: do jednej miarki sproszkowanego niegaszonego wapna dodać 4 takie same miarki wody.

2) karbol 5%; na litr wody (litr = m. w. 4 szklankom) dodaje się 50 ctm.³ karbolu płynnego. Dobrze zamieszać dopóki karbol się nie rozpuści.

3) 1% i 2% Formaldehyd; biorąc 2 łyżki stołowe (łyżka = m. w. 15 ctm.³) kupnej formaliny (Formalina = m. w. 35% roztwór formaldehydu) na litr wody otrzymamy 1% roztwór formaldehydu; biorąc 4 łyżki formaliny na litr wody otrzymamy 2% roztwór formaldehydu,

4) 2% Evol; 20 ctm.³ evolu na litr wody,

5) spirytus 60%,

6) sublimat 1‰ tj. gram sublimatu na litr wody.

Sposoby przeprowadzania dezynfekcyi.

Dół kloaczny dezynfekcyonujemy w ten sposób, że wlewamy do niego na każdy 1 m³ zawartości 10 litrów mleka wapiennego.

Zlewy i ścieki odkażamy mlekiem wapiennem.

Woda po kąpieli chorego. Na wannę wlewamy 5 litrów mleka wapiennego i zamieszawszy pozostawiamy przed wylaniem przez 2 godziny.

Bielizna. 1. Po zdjęciu bielizny z chorego wrzucamy ją do dużego garnka z wodą po dwóch godzinach gotujemy tę bieliznę w tym samym garnku.

2. Lepiej jest przetrzymać bieliznę brudną zakażoną przez dwie godziny w 2% ewolu, tak żeby cała bielizna była pod płynem, a następnie w zwykły sposób ją wyprać.

Zawartość nocników, basenów, kubłów etc. Wlać do tych naczyń drugie tyle mleka wapiennego, dobrze zmieszać i pozostawić na przeciąg 2 godzin, potem dopiero wylać do ustępu lub zlewu.

Szczotki, grzebienie. Przez 2 godziny trzymać w 2% roztworze formaldehydu.

Futra. Położyć na stole futrem do góry, czystą szczotką zamaczaną w 2% formaldehydzie, lub 1‰ sublimacie szczotkować miejsce za miejscem pod włos. Potem wystawić na słońce.

Rzeczy skórzane lub gumowe.

Zmyć 2% ewolem lub 2% formaldehydem lub 1‰ sublimatem i osuszyć suchą czystą ścierką.

Odkażanie rąk. Nasamprzód zanurzyć

ręce na przeciąg 2 minut w 2% formaldehydzie, 60% alkoholu lub 1‰ sublimacie, a potem dopiero umyć ręce szczotką i mydłem.

Twarz. Do dezynfekcyi twarzy używa się 1% roztworu formaldehydu.

Naczynia kuchenne. Napęlniamy je wodą, dodajemy trochę sody i gotujemy w przeciągu pół godziny.

Talerze, szklanki, widelce, łyżki etc. Gotować w wodzie po pół godziny dodawszy trochę sody.

IV. Dezynfekcyja parą.

Przy każdym pułku powinien być aparat dezynfekcyjny na kołach dla dezynfekcyi parą.

Jeżeli nie mamy przyrządów do dezynfekcyi parą, to taką dezynfekcyę możemy w następujący sposób zaimprovizować:

Szukamy jakiej izby z kuchnią, z wmurowanym kotłem, takim jaki bywa najczęściej w pralniach; jeżeli takiego wmurowanego kotła nie ma, to bierzemy duże naczynie żelazne. Następnie szukamy jakiej beczki. Usuwamy w tej beczce zupełnie jedno dno, w drugim robimy cały szereg otworów, jeden z tych otworów musi być większy, tak abyśmy mogli w nim umieścić termometr. Rzeczy, które chcemy odkazić np. poduszki, materace, kołdry, ubrania umieszczamy w tej beczce i przymocowujemy je w ten sposób do podziurkowanego dna, aby nie mogły

wypaść z beczki. Rzeczy nie należy zbyt silnie w beczce upychać. Do kotła wlewamy dużo wody, pod kotłem zapalamy ogień, a na kotle ustawiamy beczkę z rzeczami w ten sposób, żeby dolne brzegi obejmowały cały kocioł; brzegi te uszczelniamy gliną, lub mokremi szmatami i zabezpieczamy przed zapaleniem się. Z chwilą gdy woda w kotle zacznie się gotować, tworząca się para, przenikając przedmioty umieszczone w beczce, wydzielać się zacznie przez dziurki porobione w dnie beczki; termometr umieszczony w tem dnie zacznie wskazywać coraz wyższą temperaturę, wreszcie podniesie się do 100° C. Od tej chwili liczymy czas dezynfekcyi, trzymamy rzeczy w bieżącej parze 1 do 1½ godziny. Potem gasimy ogień, zdejmujemy beczkę, wyjmujemy rzeczy i przesuszamy je.

Odkazać parą nie można futer, rzeczy skórzanych, gumowych, pluszowych i klejonych.

Odkazanie izb po chorobie zakaźnej.

1. Jeżeli ściany izby są tynkowane, to zwilżamy ściany wodą, skrobiemy je i bielimy następnie mlekiem wapiennem. Podłogę zlewamy mlekiem wapiennem albo sublimatem. Używając sublimatu należy następnie dobrze wymyć podłogę, zmieniając często wodę, bo sublimat jest silną trucizną; nigdy nie używamy sublimatu do dezynfekcyi kuchni.

Przedmioty znajdujące się w pokoju, szafy, stoły, stolki, łóżka etc. wycieramy dokładnie ścierkami zamaczanymi w płynach dezynfekcyjnych lub szorujemy szczotkami zamaczanymi w tych płynach. Najwięcej uwagi zwracamy na łóżko chorego, na ściany i podłogę w bliskości łóżka. Po przeprowadzonej dezynfekcyi pokój przewietrzamy.

2. Jeżeli ściany izby są drewniane, to albo zmywamy je płynami dezynfekcyjnymi lub też bielimy mlekiem wapiennym.

Pościel i ubranie chorego odkażamy w parze. Śmiecie palimy.

Jako środków odwadnianiających można używać wapna karbolowego, torfu, lub ziemi.