

o Médico no Lar

— os nossos males e os seus remédios —



Sala A

Est. 12

Tab. 1

N.º 20

DR. PEDRO GUERDER

O Médico no Lar

~ Os nossos males e os seus remédios ~

INV.- Nº 2412



EDITORA CÍRCULO VIVA
FOMENTO DE CARVALHO



AC
MINCI
616
GUE

EDITORIAL MINERVA
31 - RUA LUZ SORIANO - 33
LISBOA

2145

Imprensa LUCAS & C.^a
Rua do Diário de Notícias, 6r — LISBOA

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	páginas 1 a 8
I — NOSOLOGIA GERAL	páginas 9 a 38
II — DESCRIÇÃO E TRATAMENTO ESPECIAL DAS DOENÇAS	páginas 39 a 173

A

Páginas

Acidentes (Primeiros socorros)	39
Acne (vulgar)	50
Aftas (estomatite aftosa)	50
Anemia-clorose	51
Anemia grave (anemia perniciosa)	53
Anginas	53
Antraz (carbúnculo, furúnculo)	54
Apoplexia	55
Artério-esclerose	56
Ascite	57
Asma. Ataques de falta de ar (Asma bronquial) . .	58

B

Bexigas (variola)	170
Blenorragia (gonorreia)	106
Bronco-pneumonia	143
Broncorreia-bronquite	59

C

Cálculos biliares-colelitiase	61
Cancro intestinal	62
Cancro mole	62
Cefalalgia (dor de cabeça)	63
Cefalalgia (sob a forma de enxaquecas)	64

Ciática	65
Cirroze hepática	65
Cistite (catarro da bexiga)	66
Cólera asiático	67
Cólera infantil	68
Comoção cerebral	69
Conjuntivite	70
Constipação	72
Convulsões (das crianças)	70
Coqueluche (tosse convulsa)	165
Coração (doenças)	80
Coreia (Dança de S. Vito)	71
Corpos estranhos no nariz	74

D

Dentes (dores)	85
Desintéria	74
Diabetis	75
Difteria	76
Doença de Addison (pele bronzeada)	78
Doença de Barlow (escorbuto infantil)	78
Doença de Basedow (bócio exoftálmico)	79

E

Eczema	86
Enfisema	87
Enjôo do mar (náuseas)	87
Enterite (catarro intestinal)	88
Envenenamentos	45
Epilepsia	89
Epistaxe (hemorragia nasal)	91
Equinococos (Distoma hepático)	91
Erisipela	92
Escarlatina	93
Escorbuto	94
Escrofulose	96
Estômago (cancro-carcinoma)	97
Estômago (catarro-gastrite)	98
Estômago (Dilatação)	99

Estômago (Úlcera gástrica)	99
Estomatites (Ulcerosa).	101

F

Faringite crônica	102
Febre de feno (asma dos ceifeiros)	103
Febre intermitente (Malária).	104
Flores brancas.	105
Fracturas	42

G

Gangrena da boca (Noma).	106
Gonorreia (Blenorragia).	106
Gota (artrite úrica).	107
Gripe (Influenza)	109

H

Hemofilia	110
Hemoglobulinúria	110
Hemorragias	43
Hemorroidal	111
Hérnia (estragulação).	113
Herpes Zoster	113
Hidrocefalia	114
Hidrotórax	115
Hipertrofia das amígdalas.	115
Histerismo	116

I

Icterícia catarral.	117
Icterícia dos recém-nascidos.	118
Incontinência nocturna da urina (Enurese).	118
Infecção purulenta (Pihoemia).	119
Inflamação do intestino delgado (Tiflíte)	121
Insónia	122

L

Laringite	122
Leucémia	124
Lombrigas (vermes)	172
Lumbago	125

	Páginas
M	
Mastite (Inflamação da glândula mamária)	125
Meningite	126
Menstruação	127
N	
Nariz (corpos estranhos)	74
Nefrite	129
Nefrolitíase	130
Neurastenia	131
O	
Obesidade	132
Oclusão intestinal (Ileo)	133
Olhos	134
Osteomalácia	134
Ouvidos (doenças)	81
P	
Paralisias	135
Paralisia agitante	135
Paralisia geral (ou Demência parálitica)	136
Paralisia infantil	137
Parotidite	138
Pele (doenças)	82
Penfigo	139
Peritonite	139
Pielite	140
Pirose	141
Pleurite-pleurisia	141
Pneumonia (bronco)	143
Pneumonia lobar	144
Prisão de ventre	145
Prurido	146
Psoríase	147
Q	
Queimaduras	45

	Páginas
R	
Raiva	148
Raquitismo	148
Reumatismo	149
Reumatismo articular	150
Reumatismo articular crónico (artrite deformante)	151
Rinite-Ozena-Polipos	152
Rins (atrofia)	153
Rim móvel	154
Roséola	155
S	
Sarampo	156
Seborreia	157
Sicose	157
Sífilis	158
Suor dos pés	159
T	
Tabes dorsal	159
Ténias (solitária)	161
Terçol (terçolho)	162
Tétano	162
Tifo abdominal	164
Tosse convulsa (Coqueluche)	165
Tuberculose pulmonar	167
U	
Unhas (doenças)	84
Urticária	168
V	
Varicela	169
Variola	170
Varizes	171
Vermes	172
Vertigens	173

MUITO IMPORTANTE

Chama-se a atenção que ao preparar qualquer remédio caseiro com plantas não se deve confundir o termo *infusão* com *decocção*, pois são preparações completamente diferentes :

Infusão. Mete-se a substância medicinal num recipiente e deita-se neste uma certa quantidade de água fervente; tapa-se, prolonga-se a infusão por um tempo mais ou menos demorado, segundo a natureza do medicamento e, por fim, cõa-se o líquido por um pano e filtra-se. A duração da infusão será pequena para as substâncias de tecidos delicados (de 15 a 20 minutos); mais demorada para as de tecido compacto. Não convém deixar as substâncias por tempo excessivo na água fervente, pois que se obteria não uma infusão, mas uma decocção ou uma digestão.

Decocção. Esta manipulação consiste em ferver a substância medicinal num líquido para lhe extrair as partes activas e solúveis. Pode ser mais ou menos prolongada. Nestes casos, diz-se que o líquido fica reduzido a dois terços, a três quartos, o que quer dizer que, pela evaporação, se perde um terço, um quarto, do líquido.

INTRODUÇÃO

Revolução na ciência médica. A ciência médica há-de sofrer uma enorme revolução. É preciso combater a rotina inveterada, graças à qual o veneno e o bisturi exerceram o seu domínio ilimitado, como se constituíssem remédios universais. A sua acção tem sido dura e injusta ; as suas ordens arbitrárias e, por vezes, draconianas. (1) Muito frequentemente, uma insignificante alteração na saúde — indisposição ou enfermidade ligeira — foi combatida com um insensato tratamento esquemático que, em vez de melhorar, poderia provocar uma doença grave. Sòmente a constituição robusta do enfêrmo pôde evitar, nalgumas ocasiões, a sua condenação à morte. Era um verdadeiro sarcasmo intitular-se médicos os que procediam dessa forma, violentando a natureza, burlando falsamente o seu código

(1) De Dracon, legislador de Atenas extraordinariamente severo.

denominado «alopatia» «medicina científica». Assim, não era de estranhar que não tivessem fim as enfermidades e misérias, com umas ligeiras tréguas de vez em quando, traduzidas numa deminuição do número de mortes.

Foi assombrosa a paciência do público. É verdade que alguns crédulos procuraram auxiliar-se uns aos outros (auto-defesa), fundando associações para a cura natural ou acolhendo-se à homeopatia, processo curativo abandonado pela alopatia.

Também houve muitos médicos que reconheceram o mal, em especial os práticos modestos que convivem diariamente, com a miséria. É claro, evidente, que é necessário muito valor para investir contra uma muralha feita de ignorância, tenacidade e orgulho profissional. A comodidade dos profissionais viu-se ameaçada. Julgavam-se suficientemente apetrechados com algumas fórmulas latinas que haviam gravado na memória, devido às quais podiam transformar as constipações e a diarreia coleriforme em sentido contrário, acalmar as tosses, acelerar ou diminuir as palpitações do coração e outros prodígios do mesmo quilate. Não obstante, sabia-se curar uma inflamação e baixar as febres, ignorando se se tratava de uma inflamação *curativa* ou de uma febre *curativa* e assim se procedeu durante dezenas de anos.

Mostravam-se incomodados quando algum profano, autodidacta de vistas claras, lançava ideas novas; sòmente sentiam desprezo por êsse e pelos seus adeptos.

Chamavam-lhes curandeiros, conquanto entre

êles se encontrassem homens como Priesnitz, Schroth, Kneipp, Hessing. Os seus ensinamentos foram cognominados de charlatanismo. As investigações iniciais de homens de ciência como o professor Semmelweiss (febre puerperal) e o professor Carlos Luiz Schleich (anestesia local) foram fortemente combatidas, durante anos, pelos seus companheiros de profissão.

Chegam, depois, médicos mais acreditados, que não seguem o mesmo caminho, de modo que se vai aproximando o crepúsculo dos ídolos, o destronamento de superstições mantidos durante tempo excessivo. Um dos médicos mais prestigiosos, o Conselheiro Secreto professor dr. Augusto Bier, de Berlim, levanta a sua voz, dizendo que o que até aí havia sido atacado, deveria fomentar-se. Com a inflamação e a febre curativas, a natureza costuma reparar os estragos causados pelas doenças agudas. Com estas, ao médico só cabe o papel de inspecção; com as doenças infecciosas, deve evitar a sua propagação. Por outro lado, tem de se converter em agudas as doenças crónicas, isto é, aquelas que se manifestam por leves sintomas de inflamação e febre ou sem êles. É uma tarefa árdua para qualquer médico, mas que se consegue efectuar.

Cada um, seu próprio médico. Está demonstrado que, nas doenças agudas, pode prescindir-se, muitas vezes, da assistência do clínico e casas há em que cada um pode ser médico de si mesmo. É necessário, apenas, não estorvar a tendência natural curativa da natureza. Querendo apoiá-la, auxiliá-la, utilizando remédios simples: remédios caseiros, ho-

meopáticos, com os quais é impossível ocasionar qualquer dano, visto que a regra fundamental, inúmeras vezes violada é: «Primeiro que tudo, não ocasionar prejuízos.»

Superstição. Na realidade, nos nossos tempos ilustrados, decaiu muito a superstição médica e tanto que a luta contra ela é, principalmente, uma guerra à rotina. Quem está doente quere que lhe dêem qualquer remédio. O avô fazia assim e assim se deve continuar a fazer visto que «os médicos e os boticários também têm direito à vida.»

Pois bem, se pensais tão caritativamente, aceitai, como agradecimento, o conselho de um médico: está bem que receitem pós e pílulas, mas tende cuidado em tomá-los, pois que também quereis viver. Os médicos que tomam remédios são verdadeiras exceções.

Quando vos sintais indispostos ou verdadeiramente doentes, principalmente se tiverdes febre, metei-vos na cama, mas sem tomar *aspirina, fênacetina, antifebrina, piramidão* ou coisas semelhantes! A febre é um sinal de doença e se, por meio de um tóxico, se consegue baixá-la artificialmente, isso não significa que se haja recuperado a saúde; o máximo que se consegue é entorpecer o processo curativo normal. Não se deve incomodar o médico para casos leves. Pode economizar-se êsse dinheiro. Já bastante grandes são as despesas que uma doença ocasiona.

Escolha do médico. Se, para tranqüilidade do espírito, desejardes receber os conselhos de um médico ou a sua assistência se tornar necessária

em doenças graves ou infecciosas, escolhei um que só ambicione ajudar a natureza. Tomai em consideração, também, ao fazeres a escolha, que a rudeza de um médico não é, as mais das vezes, senão o manto com que encobre a sua ignorância e que os títulos com que se enfeitam não costumam ter outro valor senão designar a sua antiguidade.

Profilaxia. Primeiro que tudo, é preciso ter bem presente no espírito que é mais simples prevenir as enfermidades do que curá-las; que um corpo não está tão facilmente exposto ao perigo de adoecer e que, no caso de assim suceder, vence mais rapidamente a doença que o acometeu. É assim porque a saúde do corpo é quasi sinónima da normalidade do sangue.

Sangue normal. Não há dúvida de que, se o sangue é normal, pode libertar-se de muitas enfermidades. Em todos os sítios e a tôdas as horas nos achamos expostos a perigos. Basta recordar que, nas ruas, nos carros e combóios, nos locais fechados, aspiramos os bacilos da tuberculose. Se está assegurada a irrigação dos pulmões com um sangue abundante e normal, apenas é possível a acção prejudicial dos bacilos que morram antes que consigam fixar-se. Do mesmo modo, uma mucosa gástrica abundantemente irrigada pelo sangue, acha-se preservada do auto-desgaste pelo suco gástrico e da úlcera gástrica consecutiva; de resto, estou convencido de que a conservação de uma boa composição do sangue impede o desenvolvimento das doenças cancerosas. A favor desta convicção há o facto, confirmado pela experiência, de que o cancro só aparece

nas idades avançadas, quando o vigor do sangue diminui e, com êle, a composição dos humores do organismo. Se o sangue não é normal, os inimigos do corpo humano encontram uma estrada fácil e o exército de parasitas — bacilos, cocus e espirilas — podem exercer a sua funesta actividade. Pelo contrário, quanto mais intacta se haja conservado a composição do sangue, tanto maior será a rapidez com que se vencerá uma doença eventual e tanto mais benignas são as suas conseqüências.

O sangue só se pode conservar são em virtude de uma vida regrada, racional e uma alimentação conveniente, distribuição equitativa entre o descanso e o trabalho, o exercício e o repouso, os cuidados reguladores tanto para fornecer ao corpo o material alimentício para construir e manter as células constituintes do organismo, como para expulsar os resíduos inúteis.

Duração da vida. É bem certo, bem verdade, o que Séneca disse há uns dois mil anos, ou seja que a maioria dos homens não morre, mas mata-se. *Vitam brevem non accepimus sed facimus.* «Não recebemos a nossa vida breve, mas encurtamo-la.» Os tóxicos de que nos servimos, matam lentamente; o ar corrompido, a má alimentação, a falta de cuidados corporais e do sono, o excesso de alcohol e de nicotina.

Vida racional. Os antídotos da *farmácia da vida racional* são excessivamente simples e baratos :

1.º. *Ar puro* nas habitações e nas casas onde se trabalha, por meio de uma boa ventilação, exercícios respiratórios (aspiração profunda, com a bôca fechada; expiração, com a bôca aberta).

2.º. *Alimentação simples, suficiente.* Evitar os excessos. Os alimentos não devem ser muito salgados nem condimentados, sendo prejudicial a adição abundante de vinagre. Para o adulto que não execute grandes trabalhos corporais, três (o máximo quatro) refeições são bastantes, os adolescentes e os que efectuam trabalhos pesados, precisam de cinco. Comer amiüdadas vezes é prejudicial para o individuo são; os órgãos digestivos também precisam de descansar. O que é, especialmente, prejudicial, é comer doces e bombons nos intervalos das comidas, dando origem à obesidade. Comer e beber devagar; mastigar muito bem os alimentos. Só se deve comer ou beber quando se sinta fome ou sêde. Nunca se deverá, ao comer, ter a sensação de plenitude.

A alimentação, deverá ser em geral, mixta, dando a preferência às verduras; evitar o consumo excessivo de carne.

Como bebidas, recomendam-se, além da água, o chá e o café, fracos. Há ocasiões em que as águas minerais produzem efeitos favoráveis, constituindo, só por si, verdadeiros remédios. O uso diário do alcool, mesmo que seja em pequenas quantidades, não se conjuga com uma forma de viver sã e racional. Pode consentir-se o uso moderado do tabaco, mas proibir-se-á, severamente, aos adolescentes, tanto o alcool como a nicotina.

3.º. *Cuidados corporais minuciosos.* Limpeza corporal escrupulosa. À noite, antes de ir para a cama, uma limpeza geral; pela manhã, lavagens com água fria, seguidas de fricções com alcool. Uma ou duas

vezes por semana (melhor será todos os dias) um banho com a água a 35° C..

Antes de cada refeição, lavar as mãos e limpar as unhas; depois delas, lavar a bôca; o melhor é fazê-lo meia hora mais tarde, para guardar para a digestão dos alimentos a saliva ainda existente na cavidade bucal. De manhã e, em especial, à noite, lavar os dentes com uma escôva macia, umedecida com algumas gotas de alcool rectificado; esta lavagem pode alternar-se com pós ou pastas dentífricas.

Fazem parte dos cuidados corporais a roupa interior limpa e o fato ou vestido asseado. O indivíduo são não deverá usar fatos excessivamente quentes. Parece incrível o enorme número de peças de vestuário que se sobrepõem umas às outras em cima de um só corpo!

Também é preciso cuidar da limpeza dos órgãos internos. A descarga do corpo (evacuação), efectuada com regularidade, é de grande importância para a saúde. As frutas cruas e o pão integral de trigo ou de cevada, são bons meios auxiliares dêste fim.

4.º *Trabalho e descanso.* Às vezes, é insufficiente o trabalho muscular efectuado e também pode ser excessivo, devendo evitar-se tanto os excessos de actividade como a preguiça e a inacção. O adulto deve dormir sete horas; as crianças e os adolescentes de oito a dez horas. O tempo livre que deixa o estudo e a escola deve ser empregado no descanso do corpo e do espírito, que se traduzem nos passeios e dos desportos (ciclismo, natação, remo), jogos físicos e fazer gymnástica ao ar livre, distrair-se com a música, boas leituras, idas a teatros e concertos.

Nosologia geral

Nem sempre, mesmo que se leve uma vida metódica e racional, se consegue evitar, por completo, as doenças. Em tais casos, urge restabelecer a saúde e consolidá-la. Para diagnosticar uma doença é preciso conhecer-lhe as causas, os incómodos que ocasiona, assim como os seus sintomas visíveis. Só desta forma se conseguirá estabelecer-se um plano de cura e fazer-se o quadro do curso da enfermidade.

Causas de doença. As doenças são alterações da vida normal do organismo. É muito importante conhecer as causas dessas alterações, para, em certos casos, poder evitar as enfermidades ou as recaídas. Às vezes, podem ser acordadas doenças já existentes, ao suprimir as causas.

Predisposição. Nalguns indivíduos, há uma disposição hereditária para certos males (doenças nervosas, tuberculose, gota, diabetis, obesidade). As pessoas com doenças hereditárias apresentam, freqüentemente, sinais manifestos delas na sua es-

trutura corporal, atitudes, expressão. Assim, por exemplo, a estrutura corporal dos indivíduos com predisposição para a tuberculose manifesta-se pela magreza, enfraquecimento, pescoço delgado, tórax estreito, rosto pálido com a pele fina e uma certa vermelhidão circunscrita às faces. Os predispostos a doenças nervosas, distinguem-se, em geral, pelo seu rosto expressivo, olhar vago, um tanto melancólico, falar precipitado. Os indivíduos predispostos à obesidade, asma, apoplexia, apresentam uma constituição rotunda; pescoço curto, tórax em forma de barril, rosto vermelho, bochechudo, olhos sem brilho. Nalguns casos, a doença pode ser hereditária ou congênita — é o caso da sífilis. As causas podem ser de natureza muito diversa, podendo penetrar no organismo do exterior.

Parasitas (fungos, bactérias, vermes). Sob a forma de parasitas vegetais ou animais ou dos seus germes (aftas; bactérias da supuração, gonorreia, meningite, pneumonia, tifo, cólera, tuberculose, difteria, influenza, tétano, parasitas da malária e da sífilis; vermes).

Tóxicos e corpos estranhos. Sob a forma de tóxicos químicos, vegetais, animais ou de corpos estranhos mecânicos.

Vias de entrada. As causas mórbidas podem penetrar, pela bôca, no estômago e nos intestinos ou, pelo ar aspirado, nos pulmões; ainda, através das feridas da pele e das mucosas, podem chegar às correntes sanguínea e linfática, espalhando-se, de aí, pelo organismo. Não poucas vezes, as amígdalas são uma entrada franca para os germes infecciosos (ami-

gdalite, difteria, reumatismo articular); com menos freqüência, são-no os condutos excretores e os folículos sebáceos (furunculose).

Doenças profissionais. As enfermidades adquiridas no exercício de algumas profissões podem ter uma má influência em certas doenças, como o pó das pedras nos canteiros, marmoristas e moleiros (enfermidades pulmonares), as tintas de chumbo, nos pintores (cólicas saturninas).

Clima. Também o clima e a natureza dos terrenos onde se trabalha podem ocasionar doenças (reumatismo).

Causas internas. Á-parte a predisposição e a idade, constituem causas internas as sobreexcitações morais, os desgostos, sofrimentos físicos, sustos, excesso ou falta de alimentação, trabalho excessivo ou carência de trabalho e exercício.

Há que tomar em consideração, também, que certas doenças podem originar outras (a escarlatina origina a nefrite; o reumatismo articular, as afecções valvulares).

Resfriamentos. Igualmente se cita, por último, como causadores de doenças, os resfriamentos e molhas, que costumam provocar alterações na circulação do sangue e na nutrição dos tecidos, favorecendo, assim, a actividade das bactérias que tenham penetrado no organismo.

Doenças. Nem sempre se declara a doença imediatamente à introdução dos seus germes no corpo. É necessário que, primeiro, êste absorva a matéria tóxica ou que os parasitas se desenvolvam ou multipliquem.

Duração do período de desenvolvimento (incubação). O tempo para isso necessário depende da variedade que provoca o mal e do local onde penetra. Nalgumas doenças infecciosas, êsse período de tempo é relativamente grande. Êsses períodos são os seguintes, para as doenças abaixo mencionadas :

- Cólera, 1 a 8 dias.
- Difteria, 2 a 7 dias.
- Desinteria, 3 a 8 dias.
- Erisipela, 1 a 4 dias.
- Escarlatina, 3 a 11 dias.
- Gonorreia, 1 a 4 dias.
- Influenza (gripe), 1 a 4 dias.
- Malária, 6 a 21 dias.
- Meningite epidémica, 4 a 5 dias.
- Paralisia infantil, 4 a 10 dias.
- Parotidite, 18 a 21 dias.
- Pneumonia fibrinosa, 5 a 48 horas.
- Raiva, 14 a 16 dias.
- Sarampo, 9 a 11 dias.
- Sífilis, 2 a 6 semanas.
- Tétano, 2 a 60 dias.
- Tifo, 7 a 21 dias.
- Tosse convulsa, 2 a 14 dias.
- Varicela, 12 a 17 dias.
- Varíola, 10 a 14 dias.

Doenças diversas. Após êsses períodos de tempo, apresentam-se as doenças com os seus sintomas característicos. Estas podem consistir em dores muito diversas (pulsáteis, intermitentes, contí-

nuas), dores de cabeça, no peito, ventre e membros ; comichão e formigueiro, prurido, impressão de calor e de frio, fotofobia (horror à luz), zumbido nos ouvidos, faíscas nos olhos, vertigens, tonturas, sêde ou fome caninas, prostração, inquietação, insónias, angústias, desmaios, náuseas, sufocações, uma bola na garganta, tosse convulsiva.

Cefalalgia e vertigens. As dores de cabeça podem ser unilaterais (hemicrânia), caso em que costumam terminar por vômitos : A cefalalgia contínua encontra-se na anemia e debilidade nervosa. As dores de cabeça que se manifestam, de preferência, durante a noite, são, em geral, sintoma de sífilis.

Os desmaios e vertígens podem ser sinais de anemia ou de doenças nervosas, cerebrais, medulares, de artério-esclerose, de gastralgia ou doenças dos ouvidos.

Sensibilidade. As queixas, lamentações, variam muito segundo o grau de sensibilidade e a paciência do enfêrmo, não podendo servir de bitola para medir a intensidade do mal. Não obstante, nem sempre é culpa do doente se os sintomas visíveis não se podem conjugar com as dores, pois há doenças que não provocam sintomas apreciáveis (neuralgias, nevrites). Contudo, na maioria das doenças apresenta-se uma série de sintomas característicos e reais.

Sintomas (calor do corpo, febre). A intensidade do calor do corpo reveste uma importância especial. Em todos os lares deverá haver um termómetro. Antes de o usar, deve baixar-se a coluna

de mercúrio, o que se consegue sacudindo o instrumento por meio de repetidos movimentos do pulso. Aos adultos e rapazes crescidos é costume colocar o termómetro debaixo da língua. Nas crianças, introduz-se no recto. A temperatura de um homem são, é de $36,2^{\circ}$ a $37,2^{\circ}$ C.; de manhã é um pouco mais baixa do que à noite. É possível haver, passagieramente, um ligeiro aumento de temperatura depois de um banho quente, trabalho excessivo, prolongada permanência ao sol e alimentação copiosa. O aumento persistente de temperatura é sinal certo de febre. Esta costuma apresentar oscilações durante o dia, baixando pela manhã e descendo à noite. Não passando dos 38° , qualifica-se de ligeira; regular, dos 38 aos 39° ; passando êste grau, a febre é alta ou elevada. Quando, de repente, a temperatura interior do corpo sofre um aumento considerável, produzem-se calafrios (tremores, abalos, bater dos dentes), devido à impressão de frio provocada na pele pela contracção dos vasos cutâneos. Os calafrios só costumam apresentar-se no começo de uma doença aguda; porém, podem repetir-se e anunciam, em tais casos, recaídas ou novas complicações.

O tempo que dura a febre é muito variável. A descida pode efectuar-se lentamente durante vários dias seguidos ou de repente, em poucas horas, acompanhada de suores abundantes.

Pulso. Ao mesmo tempo que o calor do corpo sobe, aumenta o número de pulsações; o seu número nos adultos, é de 60 a 80 por minuto, aumentando, nos estados febris, para 80 e mais, o que também succede após excessivos trabalhos corporais e, às

vezes, depois das refeições. Havendo febre, a cada grau centígrado de aumento de temperatura corresponde um aumento de 10 a 20 pulsações por minuto. Nos recém-nascidos, o número de pulsações baixa de 135 a 100 desde o momento em que nascem até chegarem aos cinco anos.

Respiração. Devido à febre, a respiração acelera-se. No adulto são, o número de respirações é de 16 a 20 por minuto; nas crianças, o número vai descendo, desde o nascimento até ao quinto ano de vida, de 46 a 26 respirações por minuto, correspondendo, cada respiração, a 3 a 5 pulsações. A respiração também se acelera, não motivada pela febre, devido às emoções morais e aos esforços corporais. Nos casos de sufocação, dispneia (respiração difícil) ou asma, os músculos do pescoço estão fortemente tensos e notam-se os movimentos dos lóbulos do nariz (doenças do coração e dos pulmões). Também a sufocação pode revestir a forma de ataque (asma).

Urina. Durante a febre, a quantidade de urina diminui e a sua cor torna-se mais escura. No indivíduo são, a quantidade de urina é, aproximadamente, 1.500 cm.³ por dia, dependendo muito da ingestão de líquidos. No estado normal de saúde, ela aparece clara, de cor amarelo-palha. Há sangue nas urinas quando os rins e as vias urinárias estão afectados, nas intoxicações pelo clorato de potássio, ou como sinal de enfermidade independente. A bilis retida na vesícula biliar dá, à urina na icterícia, uma cor semelhante à da cerveja preta. A diminuição da quantidade da urina também se manifesta após grandes suores e diarreias, nas doenças cardíacas

e renais, nas acumulações de serosidade nos espaços pleurais e no abdómen. Nota-se um grande aumento de urina nos casos de diabetis, cianose do fígado e quando se dá a absorção dos líquidos acumulados no corpo.

Doenças infecciosas agudas. A febre é o principal sintoma das doenças infecciosas agudas (angina, difteria, erisipela, escarlatina, intoxicações do sangue, gripe, malária, meningite, paratifóide, parotidite, pneumonia, reumatismo articular agudo, sarampo, tifo, tuberculose eruptiva aguda, endocardite aguda, varicela, varíola).

A seguir se indicam os principais sintomas destas doenças.

Ascite (hidropesia abdominal), meteorismo. A inchação do abdómen pode ser ocasionada pela aglomeração de água no interior do mesmo (ascite) ou pela dilatação dos intestinos (meteorismo), que se manifesta, neste último caso, no catarro intestinal, peritonite e oclusão intestinal.

Convulsões. As convulsões, em geral, não podem escapar à simples observação; apresentam-se na epilepsia, histeria, urémia, tétano e na ocasião do parto; podem manifestar-se nas crianças, no começo das doenças febris, nas doenças intestinais, lombrigas e durante a dentição. Em tôdas estas doenças as convulsões são acompanhadas de contracção muscular rígida; nos tétanos, as convulsões faltam. A convulsão do músculo masséter está circunscrito a poucas doenças (meningite, epilepsia, tétano); o mesmo sucede nas caimbras nas barrigas das pernas (cansaço excessivo, cólera-morbus). No-

tam-se ligeiras convulsões e tremores nos indivíduos nervosos, após agitação, nas pessoas de idade, nos alcoólicos e nos atacados da doença de Basedow; movimentos tremulares mais acentuados na paralisia agitante e, mais ainda, na córea.

Entorpecimento. O entorpecimento e embotamento dos sentidos são inerentes às doenças febris (tifo, meningite, intoxicações sanguíneas, tuberculose generalizada). A perda do conhecimento, sem febre, apresenta-se nos desmaios, comoção cerebral, ataques de apoplexia, tumores cerebrais, urémia, no coma diabético e nas doenças mentais. Havendo febre elevada e desassossêgo intenso, não é raro ser acompanhado de delírio; êste também se apresenta sem febre nas doenças mentais e em certas intoxicações (alcoólicas).

Erupções. Numa série destas doenças, apresentam-se exantemas característicos de índole diversa (erisipela, escarlatina, sarampo, tifóide, varicela, varíola). Em volta dos lábios e do nariz formam-se, às vezes, pequenas vesículas aquosas, que não tardam em secar (pneumonia, meningite epidémica). Nalgumas doenças, observam-se erupções sem calor na pele e, na sífilis ou após a ingestão de certos remédios (iodo, brometos, antipirina).

A côr da pele do indivíduo são costuma ser rosa-pálido; as faces apresentam uma coloração um pouco mais intensa, ao passo que a dos lábios deverá ser de um vermelho vivo. Nota-se uma coloração excessiva do rosto durante a febre e, passageiramente, nos estados de excitação, ira, vergonha. A palidez intensa da pele e das mucosas visíveis

(lábios, bôca, conjuntivas) costuma ser sintoma de anemia, hematose defeituosa e má constituição do sangue (perdas e doenças do sangue, tuberculose, cancro). A coloração amarela da pele é sinal de alterações hepáticas (icterícia, intoxicações pelo fósforo). A coloração bronzeadada é própria de uma doença típica das cápsulas suprarenais (doença de Addison).

A coloração rôxo-azulada, especialmente nas faces, lábios, unhas, observa-se nas alterações da circulação e da oxigenação pulmonar.

A pele sã é lisa e elástica, com a idade, murcha e torna-se rugosa.

Estagnação do sangue. A estagnação do sangue nas veias é a causa de varizes e hemorróidas.

Flexuosidades arteriais. Devido ao aumento de pressão sanguínea nas artérias, juntamente com a perda da elasticidade das paredes vasculares, formam-se dilatações sinusoidais, visíveis, particularmente, nas fontes, nos casos de artério-esclerose.

Hipertrofias ganglionares. A inchação das glândulas linfáticas pode dar lugar à formação de humores nos gânglios (escrifulose).

Paralisias. As paralisias são fáceis de determinar. Podem ser unilaterais ou bilaterais, ou somente limitadas a um membro ou grupo muscular (ataques de apoplexia, sífilis, artério-esclerose, urémia, doenças cerebrais, nervosas, medulares). A paralisia vesical ou cistoplegia e a do recto costumam ser consecutivas a alguma doença da medula espinal.

Suores. O suor aparece, muitas vezes, após es-

forços excessivos em casos de febre, de astenia (também sob a forma de suores nocturnos) e depois da ingestão de certos medicamentos (salicilatos, aspirina). A secura extrema da pele é, às vezes, consecutiva à perda de líquidos através dos rins e do intestino (atrofia dos rins, diabetis, diarreia, cólera).

Tumefacções articulares. O aumento de volume das articulações, sempre doloroso, costuma provocar febre (reumatismo articular agudo, intoxicação do sangue).

Tumefacções-Hidropesia. A inchação do tecido sub-cutâneo, de carácter hidrópico, não apresenta dor nem vermelhidão; sob a pressão do dedo, fazem-se depressões. A sua primeira aparição costuma manifestar-se na região do tornozelo, estendendo-se de aí para a perna (doenças do coração e dos rins). São, também, característicos os edemas das pálpebras e do rosto (doenças nefríticas).

Dejecções. A coloração normal, pardacenta, dos dejectos, torna-se negra quando a alimentação é, preferentemente, de carne; amarelo-clara, quando se compõe, principalmente, de leite. O vinho tinto e as bagas de sorveiro (pouco consumidas entre nós) dão-lhes uma côr verde-negro; o bismuto e o feno, tingem-nos de negro. Quando a bilis falta (icterícia) ou há uma grande proporção de gorduras (pancreatite), os dejectos adquirem uma côr de argila ou de barro. As irregularidades das evacuações intestinais têm como conseqüências a diarreia e a prisão de ventre. Esta pode ser causada pela falta de movimento, por uma alimentação em que a carne predomine, por falta de ingestão de líquidos; súbita-

mente, nos casos de apendicite, peritonite, vôlvo. Como causas da diarreia, podem citar-se as fortes emoções e angústias, os resfriamentos, os catarros gástrico e intestinal, desintéria, cólera, tifo, tuberculose intestinal e a urémia. Na desintéria, as evacuações são viscoso-sanguinolentas; na cólera, parecidas com a água de arroz; na tifóide, assemelham-se ao caldo de grão de bico. O sangue procedente do estômago ou das partes superiores do intestino dá, aos dejectos, o aspecto do pez ou de alcatrão líquido; o procedente da parte inferior do intestino (sangue hemorroidal) tem uma côr vermelho-clara.

Escarros. Segundo a espécie da expectoração, classificar-se-á a tosse como dura ou branda, sêca ou úmida. O produto expectorado em escarros procede da cavidade naso-faríngea (expectoração matinal, especialmente nos bebedores e fumadores). Os escarros produzidos pela tosse, procedem exclusivamente da laringe, bronquios ou pulmões e podem ser viscosos, vidrentos, líquidos, fleigmoniosos, purulentos, sanguinolentos ou misturados com sangue. Os que contenham sangue despertam, sempre, a suspeita de tuberculose.

O escarro côr de bolor ou ferrugem é característico da pneumonia. A coloração negra dos escarros dos habitantes das cidades é devida, principalmente, ao pó de carvão que expiram.

Faringe e amígdalas. Podem inspeccionar-se deprimindo a língua com o cabo de uma colher. Na angina e na difteria, observam-se umas placas ou simples capas acinzentadas ou amarelentas; na sífilis, pode ter lugar a formação de abcessos ou haver

a presença de ulcerações especiais. A vermelhidão, a tumefacção e as secreções são próprias de irritações causadas pelo pó, o álcool e a nicotina.

Lábios. Durante a febre, os lábios tornam-se secos e fendidos; na tifóide, tomam uma côr fuliginosa.

Língua. Nalgumas doenças, a língua pode apresentar características de certas doenças. Nos indivíduos sãos, deve ser úmida e com uma côr vermelho-vivo, sem que se apresente trémula ao sair da bôca. Nas doenças febris, a língua torna-se sêca e saburrosa; no tifo, a sua côr é vermelho-escuro com os bordos roxos; na escarlatina, apresenta um aspecto roxo e granuloso (língua de framboesa). A língua saburrosa, sem febre, é, geralmente, sintoma de catarro gástrico.

Mucosa bocal. Na mucosa bocal podem encontrar-se tumefacções, hemorragias, secreções purulentas, abscessos, produzindo um cheiro desagradável (aftas, diversas estomatites, escorbuto, sífilis, intoxicação mercurial), causadas, as mais das vezes, pelos dentes ou dentaduras descuidadas. Na intoxicação saturnina (causada pelos sais de chumbo das tintas) aparece, nas gengivas, uma ourela cinzento-escuro (ourela-saturnina). As aftas (falta de limpeza da bôca das crianças, enfermidades graves dos mesmos e dos adultos) produzem pequenos depósitos esbranquiçados na mucosa bocal.

Tosse. A tosse é um sintoma freqüente de várias doenças (laringe, brônquios e pulmões). A tosse laríngea é grossa e semelhante aos ladridos dos cães; a tosse constante e ligeira costuma ser própria da tuberculose pulmonar incipiente (invasão dos vér-

tices). Na coqueluche (tosse convulsa) há um grande número de acessos seguidos, interrompidos por inspirações largas e profundas.

Vômitos. Podem ser produzidos pelas causas mais diversas: por tóxicos (vomitivos, anestesia pelo clorofórmio), intoxicações internas ou microbianas (nefrite, urémia, cólera); irritação cerebral (meningite, tumores); do peritoneu (intestino, peritonite); dos rins (cálculos, pielites); da vesícula biliar (cálculos biliares); da bexiga urinária (cálculos vesicais); pela gravidez e, com maior freqüência, pelas irritações do estômago (úlceras, catarro, dilatação, cancro, gastralgia nervosa). Os vômitos podem ser provocados, também, pela sensação do nôjo; sob a forma de ataques periódicos, nas crises gástricas dos tabéticos (tabes); os vômitos podem ser precedidos de náuseas. Nas matérias vomitadas encontram-se, por vezes, mucosidades e biles, além de restos de alimentos mais ou menos alterados. O sangue vomitado pode ser líquido e de côr roxo-anegrado (úlceras do estômago, cianose do fígado) ou decomposto, com o aspecto de bôrras de café e mal cheiroso (cancro). Os vômitos com fezes são sintoma de obstrução intestinal.

Voz e fala. Tanto uma como a outra podem alterar-se em virtude das doenças. A voz sonante e clara do indivíduo são pode tornar-se rouca, áspera, surda; pode adquirir um timbre nasal (paralisia do véu palatino, catarro crônico) ou sobrevir uma afonia completa, derivada de doença na laringe. A linguagem atropelada, não tartamuda, é própria do enfraquecimento cerebral.

Diagnósticos. Das moléstias de que os enfêrmos se queixam e dos sintomas que, independente do que êles dizem, o médico possa encontrar, é possível deduzir a espécie, o grau e o estado da doença. Sob êste aspecto, só há a considerar os sintomas visíveis ou imediatamente perceptíveis. O médico consegue investigar os órgãos profundos, utilizando uma série de meios técnicos auxiliares (oftalmoscópio, otoscópio, rinoscópio, laringoscópio, cistoscópio, especulo uterino, sonda gástrica, raios X — roentgenoscopia e radioscopia), auscultação do coração e dos pulmões, palpação dos órgãos abdominais, a-fim-de determinar o seu tamanho e constituição e procedendo ao exame do sangue, das urinas, da expectoração ou dos líquidos e partículas de tecidos obtidas por meio da punção exploradora e outros métodos.

Com freqüência, pode reconhecer-se, à primeira vista, algumas doenças, como as já referidas de sarampo, escarlatina, varicela, assim como a gota pelo dedo polegar do pé. De-certo, são poucos os sintomas característicos de qualquer doença única (por exemplo, os escarros arroxeados e ferruginosos, na pneumonia; as manchas brancas nas roupas dos diabéticos, ocasionadas pelas gotas de urina), porém, a concordância de vários sintomas concorrentes pode confirmar o diagnóstico. A febre, as dores e inchações de determinadas articulações poderão interpretar-se, na maioria dos casos, como sendo reumatismo articular agudo; a atresia pupilar, faltando os reflexos dos tendões rotulianos ou em combinação com uma crise gástrica, como sendo enfraque-

cimento dorsal; o tumor da glândula tiroidêa, exoftalmia, aceleração do pulso, como enfermidade de Basedow.

Ao começar uma doença, é preciso, geralmente, cingir-se a um diagnóstico, tal como «doença febril aguda», «doença pulmonar», até que o decorrer dela vá desenrolando os demais sintomas característicos. Às vezes, também, julgando-se pela presença de certos sintomas, podem excluir-se outras doenças em que aqueles costumam faltar (por exemplo, a presença de vesículas labiais é oposta à febre tifóide, à pleuresia, à meningite tuberculosa) ao passo que costumam aparecer na pneumonia e na meningite epidémica.

Havendo dúvidas quanto à natureza de uma doença, e desejando conhecer a opinião de um médico, o melhor será dirigir-se a um que seja experimentado no diagnóstico e tenha bom golpe de vista clínico, os quais, infelizmente, não abundam. Pode adquirir-se a experiência, mas o golpe de vista clínico é uma qualidade inata e difícil de encontrar, mesmo com diligência e boa vontade.

Curso da doença. Segundo a maior ou menor rapidez com que as doenças evoluem, dividem-se em agudas e crônicas. Em geral, a duração de uma enfermidade aguda não ultrapassa poucos dias; contudo, podem demorar de 4 a 6 semanas, o máximo. As doenças crônicas podem derivar da repetição das mesmas causas mórbidas. As agudas costumam transformar-se em crônicas quando a constituição do doente impede uma cura rápida ou se, às lesões antigas, se juntam outras novas,

O fim das doenças depende da sua espécie, da magnitude e persistência das causas, da força de expansão do achaque e da resistência do doente. Esta, por sua vez, depende da constituição e composição do seu sangue, isto é, do seu quadro hemático.

Convalescença. O termo ideal é que o doente recupere por completo a saúde. Porém, mesmo que o mal-estar primitivo tenha desaparecido, é de costume o pleno restabelecimento ser precedido de um certo estado de debilidade e susceptibilidade a tôdas as influências nocivas externas (convalescença), que pode durar semanas e, mesmo, meses.

Recaída. Estando já curada a doença, aparentemente, pode, às vezes, reaparecer (recaída), quando as causas não foram eliminadas por completo, ou quando faltem ao doente, os meios encarregados da defesa do organismo, devido à sua debilidade ou à idade avançada.

Se a doença, em vez de acabar pela cura, se amplia e continua, pode degenerar em caquexia ou terminar pela morte.

Prognóstico. O prognóstico referente ao curso e terminação da doença, terá mais em conta, além do estado geral do enfermo, a classe e intensidade da doença. Designar-se-á como caso leve o que apresenta, de um modo moderado, os sintomas característicos e, como grave, aquele em que os sintomas se apresentem com muita violência. Há doenças que, só por si, se podem considerar benignas, porque, segundo o prova a experiência, costumam decorrer favoravelmente (gripe, sarampo, parotidite, varicela,

catarrhos ligeiros conseqüentes de resfriamentos ou faltas de dieta).

Designam-se com o nome de malignas ou virulentas, as doenças perigosas em si (variola, cólera, infecção purulenta) ou em cujo decorrer seja vulgar apresentarem-se pioras, complicações perigosas temíveis e doenças consecutivas (escarlatina, febre tifóide, reumatismo articular). As epidemias classificam-se, em geral, segundo a sua intensidade e virulência.

Se a doença fôr ligeira e forte a resistência do enfermo, o prognóstico será favorável; no caso contrário, será reservado, grave, desfavorável. O perfeito diagnóstico terá uma grande influência porque pode logo instituir-se e seguir-se o tratamento apropriado.

Tratamento. Até mesmo a natureza, num grande número de doenças perigosas, realiza curas normais, sem intervenção estranha. Sabe-se que se chegaram a fazer curas empregando diferentes remédios de efeitos completamente opostos, de onde se conclui que o doente se pode curar, não obstante receber intervenções pouco convenientes. Em tais casos, dificulta-se, logo de início, o trabalho da força defensiva, pois que tem de se dirigir contra dois inimigos, ou seja, contra a causa da enfermidade e contra o tórpe ensaio de intervir na obra da natureza. Em grande número de doenças, sobretudo nas infecciosas agudas, é preferível deixar livre expansão ao processo morboso, visto êste ser, simultaneamente, um processo curativo. Nas doenças crônicas não basta, em geral, a cura normal; é preciso que

o tratamento científico intervenha, a-fim-de se iniciar uma troca proveitosa. Em tais casos, convém mobilizar as forças defensivas, avivar as suas actividades por meio de estimulantes. É preciso, por assim dizer, transformar as doenças crónicas em agudas. O organismo tem de ser dirigido para a via conveniente com o fito de se conseguir que se auxilie a si mesmo; tem que se ajudar para que possa seguir o curso desejado. O auxilio científico a que nos referimos pode ser somente prestado por um médico sabedor e experimentado, familiarizado com o estudo e emprego dos estimulantes e que, terminada a sua tarefa, se retire modestamente, visto que, em tais casos, é à natureza que compete dizer a última palavra. Desta forma poderá conseguir-se uma cura completa na maioria dos casos. Quando não seja possível obtê-la, devido à índole da doença, da resistência insensata do enfeemo ou dos seus familiares, é preciso limitarmo-nos a manter-lhe a vida, acalmar-lhe os sofrimentos e evitar a propagação do mal. Nas doenças agudas pode-se, não obstante, atenuar certos sintomas concomitantes, mas sempre com o seguinte lema: *Sobretudo não prejudicar!*

Às vezes, os enérgicos remédios alopáticos impedem que se siga este princípio, por que actuam sobre o delicadíssimo mecanismo do organismo humano. Em conclusão: para o tratamento não se devem usar os métodos que foram excluídos senão depois de esgotados todos os outros recursos possíveis. O mais indicado é empregar, em primeiro lugar, remédios caseiros, os homeopáticos, que têm, além de outros, a grande vantagem de se possuírem

em casa onde os poder adquirir, rápidamente, sem receita e por pouco dinheiro, em qualquer farmácia.

No tratamento dos doentes têm de se observar as seguintes prescrições.

Quarto do doente. O quarto do doente passa a ser durante algum tempo, só habitado por êle. Se é de costume ser partilhado por outras pessoas ou se não corresponde a tôdas as exigências de tranquillidade, amplidão e ventilação boa, há que escolher um outro mais adequado. Do quarto devem retirar-se todos os objectos onde se possa acumular o pó, tais como os móveis estofados, livros, flores secas, tapetes e cortinas.

A temperatura deverá ser de 18 a 19° C. ou 14,4 a 15° R.. Ao proceder-se à ventilação, devem evitar-se as correntes de ar. Havendo aquecimento artificial, deve colocar-se, em cima da estufa ou dos tubos, um recipiente contendo água que, pela sua evaporação, evite uma excessiva secura do ar ambiente. É necessário que os raios solares entrem no quarto sempre, excepto quando se trate de doenças que exigem um quarto semi-obsuro (sarampo, convulsões, ataques de apoplexia).

Dietas. A alimentação deve ser adequãda a cada caso especial. É insensato atormentar um doente que tenha fastio com a oferta constante de manjares. Como um doente com febre tem pouca fome e muita sede, impõe-se uma dieta líquida : chá, água com sumo de limão e caldos chegam, durante alguns dias. As sopas mais indicadas são as de aveia, arroz, sagú, cevada, feitas com água ou leite e passa-

das por um coador ; mais tarde, caldos de galinha, pombos, vitela, extracto de carne ; também purés ou compotas de fruta.

Dos legumes, recomendam-se os espinafres (sem ovos), puré de batatas, agriões e salada temperada com limão.

Como sobremesa : compota de fruta ou geleia de uvas, sêmola, papas ralas de arroz, sagú, maizena com sumo de frutas.

Frutas : laranjas, uvas (de preferência com o sumo extraído à prensa) e compota de maçãs.

Bebidas : (à temperatura de 10° C. : 8° B.) água, água açucarada, suco de frutas, limonada, chá e café fracos, cacau ; alcool (raras vezes e somente como remédio).

Carnes (pouca) : aves (frango, pombo), carne de vitela, presunto tenro.

No geral, interdizem-se tôdas as espécies de gorduras, salsicharias, môlhos, toucinho, peixe fumado, nozes, amêndoas, especiarias, ovos cozidos e fritos, tortas.

Clisteres e irrigações. Os clisteres e irrigações são dos principais meios de cura a empregar. O melhor é utilizar um irrigador de vidro com tubo de borracha e as respectivas peças acessórias para as diversas partes do corpo.

Para os clisteres costuma usar-se 1/4 a 1/2 litro de água, à temperatura do corpo, a que se adiciona vinagre, sabão de seda ou camomila. O líquido deverá correr devagar ; para êste fim, não deve elevar-se o irrigador mais de meio metro acima do corpo. Para as irrigações da vagina, juntam-se, à água, diver-

sos medicamentos (infusão de camomila, ácido pirolenhoso, lisofórmio; uma colher, das de sopa, dos dois últimos, para um litro de água). As irrigações que haja a administrar tépidas, administram-se estando a doente na posição de decúbito dorsal.

Com o fim de conseguir a evacuação nas crianças, é costume introduzir-lhes, no anus, supositórios de sabão; é mais rápido nos efeitos um supositório de glicerina.

Cuidados com a pele. É indispensável, em tôdas as doenças, dedicar um cuidado muito especial, minucioso, à pele dos doentes. Resultam muito refrescantes as lavagens com álcool, água misturada com vinagre ou limão. Prolongando-se a enfermidade, deve proceder-se, todos os dias, a fricções com álcool na região lombar e dorsal, a-fim-de evitar as escoriações resultantes de um prolongado contacto dessas regiões com as roupas da cama. Cuidar, com regularidade, da bôca e dos dentes. (*V. Cuidados corporais*) e, o cabelo, com esmêro.

REMÉDIOS CASEIROS

Banhos. Os banhos dividem-se em gerais, se todo o corpo se molha; semi-banhos, em que o corpo fica coberto de água até metade do tronco; semi-cúpios, para os órgãos da bacia, dos braços, manilúvios e pedilúvios. O banho pode tomar-se fresco (a 20° C.), tépido (30 a 35° C.) ou quente (36 a 40° C.). Chama-se frio o banho cuja água está menos de

20° C.. A duração do banho pode ser de dois a vinte minutos; e não excederá nunca este tempo, que se considera máximo para o banho tépido. A água do banho podem juntar-se extractos de gemas de pinheiro (enxôfre) e ervas.

Após um banho demorado é necessário o repouso durante o qual se poderá favorecer e aumentar os efeitos do banho, envolvendo o corpo em panos quentes.

Banhos de ar e de sol. O ar, o sol e a luz também são remédios caseiros. Os banhos de ar e de sol podem tomar-se dentro de casa; contudo, a sua acção será menos eficaz do que se fôrem tomados ao ar livre.

Envoltórios. Os envoltórios úmidos podem aplicar-se em todo o corpo, desde o pescoço até aos pés; às vezes, só se envolve uma parte (pescoço, peito, ventre, membros). Para este fim, utiliza-se um lenço ou lençol, que se molha em água fria ou quente, conforme os casos; em seguida, escorre-se, apertando-o, e adapta-se em volta do corpo ou da parte restrita, envolvendo-o num cobertor de lã, que deverá cobrir por completo o envoltório. Ao proceder ao envolvimento das diversas partes do corpo e para reforçar o seu efeito, pode intercalar-se uma tela impermeável (tela de Billroth) entre o lenço e o cobertor. Os envoltórios mudam-se de hora a hora ou de duas em duas a quatro em quatro horas.

Dieta. Entre os remédios caseiros, um dos primeiros é uma dieta adequada às diversas doenças. Se, para o indivíduo são, uma dieta conveniente reveste grande importância, muito maior esta será



para um corpo enfêrmo e debilitado. O essencial não é que o indivíduo ingira os alimentos, mas que os digira e tolere. Nalgumas doenças, é preciso restringir ou suprimir o uso de certos alimentos e condimentos (anemia, diabetis, gota, doenças renais e cardíacas, obesidade).

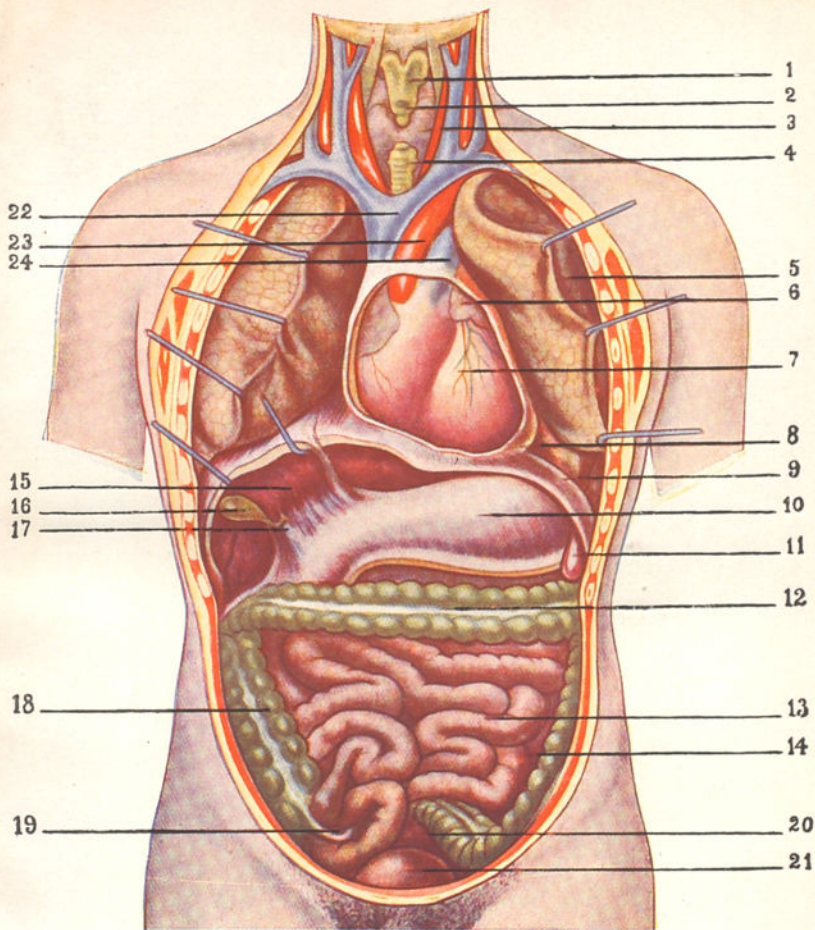
A êste respeito se darão pormenores nos capítulos respeitantes a cada doença. Exige cuidados especiais a alimentação dos doentes febris (*V. Dieta dos doentes*).

Os remédios prescritos pela homeopatia, que se aviam nas farmácias sem receita médica, assim como os caseiros, não são perigosos.

Duches. Os duches servem, em muitos casos, para estimular e fortalecer o corpo. No caso em que se não disponha de uma instalação especial para os tomar, pode utilizar-se um simples regador com crivo, com o qual se obterá um jorro grosso ou fino como a chuva, segundo o crivo adaptado.

Fricções. Obtém-se também (*V. Irritações da pele*) a irritação da pele, friccionando a mesma com líquidos espirituosos (alcool canforado, espuma de sabão, éter fórmico) e pinceladas com tintura de iodo. O processo mais prático consiste em servir-se de um palito envolto com algodão hidrôfilo, em vez de pincel; dêste modo, também é possível efectuar toques nas gengivas inflamadas (tintura de mirra). Não devem friccionar-se nunca as pernas com varizes.

O efeito benéfico das fricções não reside sòmente no remédio aplicado, mas também, em grande parte, em elas serem suaves, que, junto com a acção continuada e a batedura, fazem parte da maçagem.



ÓRGÃOS INTERNOS DO CORPO HUMANO

Os órgãos internos (as paredes torácica e abdominal, assim como o mesentério maior estão afastados; o pericárdio aparece aberto); 1. Cartilagem tiroidea; 2. Cartilagem cricóide; 3. Glândula tiroidea; 4. Traqueia; 5. Pulmões; 6. Aurícula; 7. Coração; 8. Pericárdio; 9. Diafragma; 10. Estômago; 11. Baço; 12. Colon transversal; 13. Intestino delgado; 14. Parte descendente do colon; 15. Fígado; 16. Vesícula biliar; 17. Canal biliar; 18. Parte ascendente do colon; 19. Intestino cego e apêndice vermicular; 20. Colon recto; 21. Bexiga; 22. Veia cava superior; 23. Aorta; 24. Artéria pulmonar.

Irritações da pele. As irritações cutâneas mais intensas, destinadas a servir de derivativo às dores de alguns órgãos internos, podem obter-se, perfeitamente, pela aplicação de um sinapismo de mostarda úmida, que se deixa colocado até a pele se tornar vermelha. A sensibilidade à aplicação varia com os indivíduos. Nos casos de asma, applicam-se no peito. As ventosas úmidas ou sêcas, ou as sanguesugas, que, outrora, se empregavam muito, são de aplicação dolorosa e não produzem melhor efeito.

Parches. Como parches frios, utiliza-se um pano molhado em água fria e espremido, sem o cobrir com outro de lã. Pode juntar-se à água um pouco de vinagre. Em virtude de os panos aquecerem com o calor do corpo, é preciso mudá-los com cinco a dez minutos de intervalo. Sendo necessário um frio mais intenso, mistura-se a água com gelo ou, para simplificar as coisas, applica-se uma bexiga ou um saco com gelo, na parte correspondente do corpo. Porém, a bexiga ou o saco não devem contactar com a pele directamente, devendo ficar separada desta por um pano sêco.

Para os lenitivos quentes, empregam-se panos molhados em água quente, ou infusões de ervas (macela, camomila). Algumas vezes, é preciso o calor úmido e, em tais casos, enchem-se com ervas ou areia, bôlsas e sacos que se aquecem no forno. Também são eficazes os lenitivos sob a forma de cataplasmas (farinha de linhaça).

Para utilizar o calor podem usar-se vasilhas com água fervente, tampas ou pratos aquecidos e envoltos

em panos de lã, tijolos preparados da mesma forma, aquecedores cheios de água quente, que se adaptam às formas dos membros (aquecedores de Carlsbad, para camas), almofadas eléctricas e termóforos (sacos de borracha cheios de uma substância que conserve o calor e que, antes de serem cheios, se aquecem com água fervente).

Limão. O limão é o fruto que tem usos mais variados e freqüentes. O sumo recém-espremido e muito diluído em água, constitui uma bebida refrigerante (o sumo de um limão para meio litro de água, juntando-lhe quatro colheres de açúcar). A-fim-de excitar a actividade sudorífica, nos casos de resfriamento, a limonada administra-se bem quente. Os gomos do limão (1 a 3 por dia) ou o seu suco recém-espremido, misturados na razão de 5 a 15 gramas com água açucarada, emprega-se contra o escorbuto (remédio e preservativo), a difteria e o reumatismo articular agudo; além disto, como contra-veneno nas intoxicações pelos alcalis cáusticos e nas produzidas pelo café e pelo chá. A cura pelo limão, continuada por algum tempo, dá, por vezes, bom resultado na ascite (hipertrofia do fígado, etc.) e na gota; porém, o seu exagêro pode produzir sérios prejuízos. O sumo do limão também se emprega em gargarejos nos casos de escorbuto, amigdalites, difteria (tocando as amígdalas com êle), applicando-o a úlceras e feridas de tárdia cicatrização; em fricções, para as frieiras, escoriações incipientes quando o doente está de cama durante muito tempo, contra as dores faciais, em abluções da pele suja, para lavagens da cabeça no caso de queda do cabelo,

injecções no nariz, limpo de coágulos, depois da epistaxe.

Maçagens. Empregadas com precaução, as maçagens podem facilitar a reabsorção dos derrames, nos casos de paralisia e contribuir, assim, para a supressão das dores e reaparição dos movimentos.

Remédios caseiros. Nos remédios caseiros incluo, em primeiro lugar, as matérias que se empregam, ocasionalmente, como remédios e que se encontram em tôdas as casas ou são fáceis de obter, tais como: o sal comum, a soda, vinagre, açúcar, claras de ovos, limão, leite, café, chá, alcool, sabão, azeite; além destes, os medicamentos que costumam fazer parte da farmácia doméstica, tais como: óleo de rícino, bórax, bicarbonato, macela, flor de sabugueiro, tília, hortelã-pimenta, bagas de zimbro, tisana peitoral, tintura de arnica e outros.

Outros remédios. O sal comum administra-se a pequenas colheres, nas hemoptises; a soda serve para lavar a cabeça (4 colheres, das de chá, para um litro de água); a água com vinagre, para lenitivos refrigerantes; a água açucarada, como calmante; o leite e o azeite são antídotos contra os envenenamentos cáusticos (menos os produzidos pelo fósforo e pelo verdete); os mesmos efeitos têm as claras dos ovos. O café, o chá, o alcool, são excitantes (debilidade cardíaca, desmaios); o óleo de rícino (uma colher, das de sopa, com sumo de limão) e o sulfato de magnésio (uma colher, das de sopa em um quarto de litro de água) são purgativos. O bórax serve para gargarejar (dissolve-se, num copo de água, a porção tomada na ponta de

uma colher); o bicarbonato de sódio, em pequenas doses, é um remédio eficaz contra a pirosis ou ardor do estômago (o que caiba na ponta de uma colher).

A infusão de macela alivia as dores do ventre; as de flor de sabugueiro e de tília são bons sudoríficos; as bagas de zimbro são diuréticas (em infusão); a de hortelã-pimenta, estomacal (indigestão); a do chá peitoral facilita a expectoração bronco-pulmonar. A tintura de arnica (uma colher, das de chá, para meio litro de água) emprega-se, com excelentes resultados, na cura das feridas e das contusões.

As infusões indicadas contra as diversas doenças costumam preparar-se deitando uma chávena de água fervente por cima de uma colher, das de chá, das ervas, remexendo tudo ou tapando-o durante cinco minutos. As excepções que haja a esta regra serão assinaladas especialmente para cada caso.

Entre os remédios caseiros contam-se, também, os meios de cura natural, ou sejam: a água, o sol, o ar e as maçaens.

A água usa-se como excitante da pele, para estimular, aquecer ou esfriar, sob as formas de banhos, duches, fricções ou envolvimento.

HOMEOPATIA

O dr. Samuel Hahnemann (nascido em 1755 e falecido em 1843) deu o nome de homeopatia a um método de cura por êle instituído e baseado na hi-

pótese de que, para a cura do corpo enfêrmo se deveriam empregar, em doses *pequenas* os mesmos remédios que, ministrados em *grandes* doses, provocam sintomas mórbidos análogos no corpo são.

A homeopatia tem sido sempre o alvo dos mais rudes ataques por parte dos médicos que se dão por sábios. Na actualidade, não pode negar-se que, com o tratamento homeopático, se alcançam verdadeiros êxitos, como o afirma terminante o conselheiro-secreto, professor dr. Bier, um dos prestigiosos da medicina oficial. A homeopatia não emprega as substâncias medicinais no seu estado primitivo, nem em doses altas, mas sim dissolvidas em alcool etílico ou finamente pulverizadas juntamente com lactose a-fim-de que assim diluídas, obtenham a devida eficácia. Os medicamentos assim obtidos denominam-se potências medicinais; preparam-se sob as formas líquidas ou de pó, pequenos comprimidos (pílulas) e pastilhas. Segundo o seu grau de diluição, o nome do medicamento é acompanhado da designação D_1 , D_2 , D_3 , etc. (com menor freqüência, C_1 , C_2 , C_3 , etc.) significando diluições décimais ou centésimais; desta forma se distinguem as potências em baixas, médias e altas.

É de aconselhar não baixar a 4 a potência decimal; desta forma, podem aviar-se, nas farmácias, todos os remédios homeopáticos sem receita médica; são fórmulas mais baixas as diluições D_5 e D_2 .

Nos casos crônicos, de curso lento, estão indicadas as diluições mais altas.

As potências medicinais mais aconselháveis são as líquidas e, principalmente, as pastilhas; as pres-

crições na forma de pó, que se enunciam : «quanto caiba na ponta de uma lâmina de canivete», ou «do tamanho de um feijão, de um grão de bico, de uma lentilha», são pouco precisas e difíceis de controlar.

Quanto aos medicamentos líquidos, toma-se o número de gotas prescrito, numa colher, das de sopa, de água. As pastilhas depõem-se, de preferência, sobre a língua, onde se dissolvem rapidamente. Desta maneira, o remédio é absorvido pela mucosa bucal e chega, directamente, às vias sanguínea e linfática.

Nas doenças agudas de marcha rápida, costuma-se ministrar uma dose de 2 a 3 em 2 a 3 horas ; nas enfermidades crónicas, 1 a 2 vezes ao dia (em jejum e antes de ir para a cama) ; o número dos remédios homeopáticos é extraordinariamente grande. Nesta obra só se citarão os mais importantes e activos.

Descrição e tratamento especial das doenças

PRIMEIROS SOCORROS EM CASOS DE ACIDENTES

Nos casos repentinos, tem de se recorrer, em primeiro lugar, a meios simples, que se tenham facilmente à mão. Em tais casos, é preciso proceder rápida e convenientemente; a presença de espírito é um dos melhores remédios caseiros.

ACIDENTES CAUSADOS PELA ELECTRICIDADE. Pelas acções dos raios, o uso do telefone durante as tempestades, ou o contacto com uma corrente de alta tensão, podem provocar síncope, convulsões ou estados apopléticos. Se continuar a comunicação com os fios eléctricos, deve interromper-se a corrente; os fios condutores devem separar-se utilizando objectos sêcos, não metálicos (madeira, panos, cordas). Quem prestar auxílio ao sinistrado deverá, sendo possível, calçar botas ou

sapatos com solas de borracha ou, pelo menos, colocar-se sobre local sêco, não metálico (madeira, panos, artigos de vestuário); as mãos revestem-se com luvas de borracha, panos sêcos, puxadores elásticos. Primeiro do que tudo, tentar-se-á levantar o desgraçado a-fim-de interromper a circulação da corrente, tentando só tocar no seu vestuário. Para o reanimar, procede-se à respiração artificial e faz-se-lhe ingerir café; como calmante, espalhar terra úmida sobre os pontos doridos.

AFOGAMENTOS. Colocar o sinistrado com a cabeça bem baixa; limpar-lhe a bôca, o nariz e a faringe da areia, lodo e restos de plantas aquáticas que tenha aderentes. Fazer rolar-lhe o corpo de um lado para o outro; friccionar e limpar-lhe a pele; bater-lhe, em golpes sucessivos, com panos molhados. Respiração artificial (apertar a caixa torácica na sua parte inferior, com as mãos colocadas horizontalmente e retirando-as rapidamente, seguindo o ritmo da respiração natural (quinze a dezóito vezes por minuto).

ASFIXIA. Pelo óxido de carbono, gás iluminante, grisu, ácido carbónico.

Arejar os aposentos e aliviar de todo o pêsos os asfixiados. Quem lhes prestar auxílio deverá tapar a bôca e o nariz com um pano saturado de vinagre ou água de cal, antes de entrar no compartimento. Tratando-se do gás iluminante, é perigoso, evidentemente, utilizar fósforos, candeeiros não eléctricos, lâmpadas ou lamparinas.

Abrir ou rasgar os artigos do vestuário; reanimar o sinistrado por meio da ingestão de café, gotas

de éter (licor de Hoffman); fazer-lhe aspirar sais voláteis; aspergi-lo com água e dar-lhe pancadas sucessivas com panos molhados; respiração artificial.

Havendo perigo de asfixia por ter absorvido um corpo estranho, extrai-lo da laringe. Quando os embriagados ou os que tenham desmaiado, vomitem, previne-se o perigo da asfixia, inclinando-lhes a cabeça e metendo, entre as filas dos dentes, um pano atado com um nó.

ATAQUE DE PARALISIA. Perda dos sentidos; com freqüência, perda da fala, paralisia dos músculos da cara do lado atacado e dos membros do lado oposto. Permanência no leito; quietação; cabeça numa posição um pouco elevada; saco com gelo na parte da cabeça do lado doente.

CHOQUE. Nas grandes lesões e graves comocões do tronco; fracas pulsações do coração; pele fria e pálida, quási sempre, persistência dos sentidos; considerável deminuição de sensibilidade em todo o corpo. Café, vinho; cheirar sais voláteis ou etéreos; friccionar e bater as palmas das mãos e as plantas dos pés.

COMOÇÃO CEREBRAL. Perda dos sentidos, devida a uma queda ou pancada. Vômitos; pulso irregular, fraco. Repouso; afastar tôda a espécie de ruídos; saco com gelo na cabeça.

CONTUSÕES. Posição elevada do corpo, conservando quieta a parte ofendida. Panos frios, mudados com freqüência (de cinco a cinco ou dez a dez minutos).

CONVULSÕES. Posição favorável, a-fim-de que

não se possam produzir lesões ocasionadas pelas sacudidas e movimentos violentos. Afrouxar os artigos do vestuário; abster-se de fazer ingerir bebidas ou remédios.

DERRAMAMENTOS. Veja-se : deslocações e luxações.

DESLOCAÇÕES. Distorsão e desprendimento parcial das ligações articulares; tumefacção causada por derrame sanguíneo; dores; movimentos reduzidos ou nulos. Descanso; decúbito elevado; panos frios ou saco com gelo :

DIFICULDADE EM RESPIRAR. (Dispneia). Decúbito elevado da parte alta do corpo; desmanchar ou tirar, depressa, tudo o que aperte (colarinho, cinto, espartilho); sinapismos de mostarda, umedecidos, sôbre o peito e as pernas; manilúvios e pedilúvios quentes, juntando-lhes, na água, algumas colheres de sal comum.

ENFORCAMENTO E ESTRANGULAÇÃO. Tirar tudo quanto ligue, aperte o pescoço. Respiração artificial; aspergir o rosto com água fria; dar a cheirar amoníaco; friccionar e bater nas pernas e plantas dos pés.

FERIDAS. (V. *Hemorragias*).

FRACTURAS. Curvatura e retracção dos membros fracturados; mobilidade anormal no sítio da fractura; dor e incapacidade de os usar, crepitação ao roçar as extremidades do osso fracturado ao efectuar movimentos passivos.

Ter cuidado em que as extremidades ponteagudas das fracturas não perfurem a pele : cortar o vestuário e calçado. Posição adequada e apoiar os mem-

bro fraturados sôbre uma base sôlida ou por meio de sustentáculos, amparos (cartão, madeira, caixas de fôlha de Flandres, fios de arame, caixas de clarutos, réguas, cabos de escôvas, colheres de pau, paus, guarda-chuvas, ramos de árvores). As bases assim como as tabuínhas deverão ser revestidas de algodão em rama, palha, musgo, panos, peças de roupa. Não havendo ataduras, os amparos ligam-se com panos, toalhas ou tiras de um lençol.

HEMORRAGIAS. Não tocar nas feridas com os dedos. Manter sem movimento, quieto, e elevado o membro que sangra. Comprimir, sôbre a ferida, um parche de gaze, algodão hidrófilo ou fios limpos, que se prendem com uma atadura ou um pano. Tratando-se de uma hemorragia importante (procedente de uma artéria), é preciso ligar fortemente o membro por cima do local onde sangra, com uma atadura ou um pano. Até à ocasião de se fazer a atadura, pode apertar-se a artéria que sangra, contra um ôsso, no espaço existente entre a ferida e o coração. Nas hemorragias do pescoço, deverá apertar-se a veia jugular contra a coluna vertebral; nas hemorragias da região axilar, apertar a artéria do mesmo nome contra os ossos da axila; nas hemorragias dos braços, a artéria braquial ou humeral contra o húmero (no sítio em que as mangas estão cozidas); nas pernas, a artéria crural ou femoral, no sítio da costura interior das calças, contra o fêmur. A atadura não poderá estar apertada por espaço de tempo superior a duas horas. Quanto aos órgãos internos, referir-nos-emos às hemorragias do nariz, ouvidos, pulmões, estômago e intestino.

Nos casos de *epistaxe*, deverá colocar-se a cabeça elevada e aplicar parches frios sôbre a frente e a raiz do nariz; no lado que sangra, introduzir-se um bocado de algodão em rama e apertam-se os lóbulos nasais com os dedos polegar e indicador. Proibir-se-á que sopre com fôrça.

As *hemorragias dos ouvidos* quási nunca tem importância só por si; porém, podem indicar haver alguma lesão grave no crânio.

Nas *hemorragias dos pulmões*, (hemoptise; sangue de côr vermelho claro, espumoso, evacuado com a tosse), é preciso colocar o corpo numa posição bastante elevada; o doente deverá conservar-se em repouso absoluto e sem falar. Coloca-se um parche frio no peito.

Hemorragias do estômago (gastrorragias): sangue escuro ou vermelho evacuado com os vômitos). Exigem o decúbito horizontal e repouso absoluto. Parches frios ou um saco com gelo na região gástrica. Fica proibida, terminantemente, a menor ingestão de comida ou bebida.

Nas *hemorragias do intestino* (enterorragias), aplicar parches frios sôbre o abdômen; repouso absoluto.

LUXAÇÕES. Ruptura da cápsula articular, deslocamento das terminações articulares. Mobilidade diminuída (ao contrário da mobilidade aumentada nas fracturas ósseas).

Não se deve tentar pôr as partes deslocadas nos seus lugares, o que só deverá ser feito pelo médico. Amparar a articulação por meio de ataduras ou panos.

QUEIMADURAS. Segundo a intensidade do agente causador, manifesta-se vermelhidão da pele, a formação de vesículas, ulcerações. Nas queimaduras extensas, existe uma sêde violenta (café ou chá, quentes). Se o indivíduo está envolvido pelas chamas, deverá cobrir-se com cobertores grossos, peças de roupa, tapetes, fortemente apertados que, depois, se aspergirão com água. Nas queimaduras com líquidos ferventes ou vapores, lixívias ou ácidos, aspergi-las, imediatamente, com água fria. Pôr a descoberto, com muito cuidado, as partes queimadas cortando as peças de roupa que as cobrem. As grandes vesículas muito cheias podem perfurar-se, sem se tocar na pele, com uma agulha prèviamente passada pela chama. Polvilham-se com farinha as partes queimadas, colocando-lhes por cima musselina sêca, que se segura com ataduras ou lenços finos.

SÍNCOPES (desmaios) perda dos sentidos, rosto pálido, imobilidade. Posição dorsal, com a cabeça baixa; tirar o colarinho e o vestuário. Aspergir a cara com água fria; esfregar as fontes com água, vinagre, alcool; dar a cheirar amoníaco, éter. Mais tarde, vinho, conhaque, café, licor de Hoffman (20 gotas numa colher, das de sopa, de água).

ENVENENAMENTOS

Nos envenenamentos, é necessária uma intervenção rápida. É indispensável desalojar do orga-

nismo a maior quantidade possível do veneno. O próprio organismo costuma auxiliar-se por meio dos vômitos. Estes podem, além disso, ser provocados cocegando a faringe com uma pena de ave. Pela ingestão de grandes quantidades de água quente, mucilagem, chá, café ou leite quente, procura-se diluir o veneno e expulsá-lo. Aos líquidos podem juntar-se os antídotos correspondentes. O médico, chamado para assistir ao doente, acabará de extrair os restos do tóxico ainda existentes no estômago, procedendo à lavagem dêste com uma sonda gástrica.

Assinalaremos que, em geral, tratando-se de intoxicações pelos ácidos (ácido sulfúrico, ácido clorídrico, ácido nítrico e crômico) ministram-se, como contra-venenos, remédios alcalinos (soda, potassa, magnésia, cal, cré preparada); nos envenenamentos por lixívias (solução forte de potássio e de sódio, cal cáustica, amoníaco), ministram-se remédios ácidos (vinagre ou sumo de limão); existindo ulcerações ou queimaduras, emprega-se azeite, clara de ovo ou leite.

Nas intoxicações pelo fósforo e pelo verdete, tem de se usar remédios que não sejam óleos ou gorduras de qualquer espécie. Dão-se as seguintes indicações para os casos especiais :

VENENOS E SINTOMAS DE ENVENENAMENTO

Ácidos (clorídrico, nítrico, sulfúrico). Queimaduras nos lábios e bôca; dores violentas; sangue nos vômitos, dejectos e urinas.

TRATAMENTO

Todos os remédios alcalinos; bicarbonato sódico, magnésia calcinada, cré preparada em suspensão; água de sabão, leite. Sopas mucilaginosas e pedaços de gelo.

Ácido cianídrico (prússico) e cianeto de potássio. Actua rapidamente; vertigens, perda dos sentidos, convulsões, paralisia, coloração azulada. O hálito tem o cheiro das amêndoas amargas.

Ácido fénico. Queimaduras, vômitos, dores no ventre. Urinas de côr verde-negra.

Ácido oxálico. Ardor na bôca e na faringe; vômitos, convulsões, dificuldade-de respirar; com freqüência, sangue na urina.

Alcalis (amoníaco, cal cáustica, solução de potassa). Queimaduras na bôca e faringe; vômitos de sangue; dores no ventre, diarreia.

Alcool. Embriaguez; cheiro a alcool; perda da sensibilidade; vômitos.

Anilina (nitrobenzol). Náuseas, vertigens; coloração azul, convulsões, perda dos sentidos.

Arsénico (papel das mûscas, pó para matar ratos, verde de Schweinfurt). Vômitos; dores no ventre, dejecções parecidas com a água de arroz, espasmos, convulsões.

Atropina (beladona em gotas para os olhos). Sêde intensa; dificuldade de engulir; náuseas, vômitos; pupilas dilatadas e imóveis; pele sêca; aceleração do pulso; delírio.

Beladona. (V. *Atropina*).

Provocar o vômito; duches frios; respiração artificial (por meio de pressão sôbre o tórax); café puro e forte em jejum.

Clara de ôvo; sulfato de magnésia (colheres, das de chá, em água); água de cal (1 parte de cal apagada para 4 de água).

Água de cal; cré preparada diluída em água; magnésia calcinada.

Vinagre, sumo de limão; leite, nata, azeite.

Parches frios na cabeça; duches; café forte, 10 a 20 gotas de amoníaco, em água.

Duches; sulfato de sódio; café, chá; mistura de 50 gramas de conhaque com 50 de água.

Leite; claras de ovos batidas, magnésia calcinada adicionada a ferro; ir buscar o contraveneno à farmácia.

Duches frios; administrar água com sumo de limão; café e chá muito fortes.

Carvão (fugas de gás, ácido carbônico, fogareiros, ácido carbônico dos poços e adegas, grisu das minas). Angústia, vertigens, náuseas, perda dos sentidos, síncope; asfixia (morte aparente).

Carne avariada (enchidos, peixe, queijo, caça). Colerina, cefalalgia; vertigens, alterações na vista.

Chumbo. Dores no estômago e intestinos; vômitos; obstrução do ventre.

Cicuta. Dores no ventre, vômitos, diarreia, convulsões e paralisia.

Clorato de potássio (solução para gargarejos). Dores no estômago, vômitos; diarreia; urinas escassas.

Clorofórmio. Perda dos sentidos absoluta; cheiro especial a maçãs.

Cobre. (V. *Verdete*).

Cocaína (em gotas, para os olhos). Desmaio; pupilas dilatadas; insensibilidade da córnea; vômitos.

Cozumelos (amanita mosqueado, agárico). Dores de cabeça; salivação; vômitos, diarreia; excitação, convulsões, paralisia.

Estricnina (usada para envenenar ratos). Tétano; cianose, dispneia; pavor; afundamento da cabeça na almofada.

(V. *Asfixia*).

Alcool, café forte, chá forte.

Provocar os vômitos; sulfato de magnésia, às colheres de chá; leite, clara de ovo, cozimento de aveia.

Tanino (quanto caiba na ponta de uma colher, dissolvido em água, muitas vezes) café forte.

Café, chá; não tomar bebidas ácidas nem carbônicas.

Ar fresco; desapertar a roupa; aspergir o rosto com água; estirar a língua por meio de tracções repetidas; respiração artificial.

Duchês; beber em abundância, água com sumo de limão. Café forte, chá forte.

Purgante (óleo de ricino); tanino (o que caiba na ponta de uma colher, num cálice de água, repetidas vezes).

Estimular o vômito. Tanino (o que caiba na ponta de uma colher, num cálice de água, com freqüência); repouso absoluto; quarto às escuras.

Fósforo (palitos fosfóricos de cera). Dores no estômago; vômitos de matérias que luzem na escuridão e cheiram a fósforo; mais tarde, icterícia. Hemorragias do nariz, estômago, intestinos, rins e pele.

Gás. (V. *Carvão*).

Mercúrio. Úlceras na língua e faringe; dores no ventre, vômitos, diarreia, retenção da urina.

Mordedura de cão. Mandar analisar o cão por um veterinário.

Morfina. Letargo, perda dos sentidos e da sensibilidade; pupilas muito pequenas; pulso fraco e lento.

Nicotina (contida no tabaco). Vertigens, pupilas pequenas, alteração da vista, opressão, delírio.

Noz vômica. (V. *Estricnina*).

Oxalatos. (V. *Ácido oxálico*).

Picadas de insectos. Dor, inchação.

Sublimado. (V. *Mercúrio*).

Veneno das serpentes. Dor, inchação. Nas formas graves: angústia, síncope, delírio, pulso fraco, muito grave se são venenosas.

Verdete. Vômitos, dores no ventre, diarreia, convulsões, dispneia.

Não dar leite, nem gorduras, nem azeite. Apenas 20 a 30 gotas de óleo de terebentina, num cozimento de aveia, várias vezes repetido, com intervalos de meia hora; como bebida, magnésia ou cré preparada com água.

Leite, claras de ovos batidas; ovos diluídos em leite.

Deixar sangrar a ferida o mais possível. Havendo suspeita de raiva, tratamento médico. (Vacinação anti-rábica).

Provocar o vômito; duches frios; café forte, chá, vinho tinto, sinapismos no peito e nas pernas.

Café ou chá, muito fortes.

Parches de água fria ou água de cal; toques com amoníaco; elevar o sítio da picada.

Ligar fortemente o membro por cima da ferida (ataduras, panos); deixar sangrar e extrair mais sangue por meio de uma ventosa. Parches frios; conhaque, aguardente, licor, vinho.

Claras de ovos; leite desnatado, açúcar, magnésia calcinada. Não dar azeite, nem gorduras, nem vinagre.

DOENÇAS ESPECIAIS

ACNE (vulgar)

Existência de pápulas e pústulas devidas à obstrução das glândulas sebáceas. O tampão sebáceo reconhece-se pela sua pequena cabeça prêta. Os seus locais predilectos são: a cara, o peito, as espáduas, sobretudo na época da puberdade.

Tratamento. Deve cuidar-se de regularizar as digestões e prestar uma atenção especial ao *estado do sangue*. Devem evitar-se os alimentos gordos.

Remédios caseiros. Lavagens com água tépida; sabão sulfurado, sabão de Obermeier (deixar a espuma aplicada durante pouco tempo); fricções com uma mistura de álcool comum com de rosmaninho (três para um) e, também, com uma decocção de centáurea. Internamente, infusão de amor-perfeito; havendo prisão de ventre, tomar, pela manhã e em jejum, um copo de água mineral salina.

Homeopatia. Sulfur. D. 15, uma pastilha três vezes ao dia; Sepia D. 6, uma pastilha três vezes ao dia.

AFTAS (Estomatite aftosa)

Pequenas manchas redondas de côr acinzentada ou amarelenta, rodeadas de um círculo vermelho, estreito, que se apresentam na bôca e língua ou na mucosa dos lábios e maxilas. Qualquer manipulação sôbre elas produz hemorragias. Por outro lado, existem sintomas de uma inflamação, quási sempre ligeira, da bôca, dores e salivação. A doença costuma apresentar-se nas crianças, na época da primeira dentição. Nestas, admite-se como causa, a provável

infecção pelo leite de vacas doentes. A doença é fácil de diagnosticar e o seu curso é favorável. Nalguns adultos, há predisposição para a repetição da doença.

Tratamento. Alimentos líquidos, leves, suaves (leite, sopas, ovos cozidos, côdeas de pão molhadas, caldos de arroz ou sêmola.

Remédios caseiros. BorrAGEM (a que caiba na ponta de uma colher em 2,5 decilitros de água, para bochechar; antes e após as refeições, uma infusão de folhas de salva (10 gramas para uma chávena de água) que se destina a limpar a bôca; com êste fim também se recomenda o sumo diluído de bagas de sôrva.

Homeopatia. Bórax D. 3, uma pastilha de duas em duas ou de três em três horas.

ANEMIA-CLOROSE

Causas. Defeituosa actividade dos órgãos homopoiéticos; com freqüência, predisposição hereditária. Alimentação pouco adequada; falta de exercício ao ar livre; trabalho anti-higiênico nas fábricas; habitações sem hygiene (dormitórios); predomina no sexo feminino e na época da puberdade. Excesso de trabalho intelectual e corporal (colégios internos, professoras, costureiras, operárias de fábricas).

Manifestações. Cansaço, dores na cabeça e espáduas, dispneia, palpitações, pestanejamento, zumbido dos ouvidos, doenças gástricas, bocejos freqüentes, vertigens, epistaxis.

Sintomas. Rosto amarelo-pálido (côr de cera) ou verdoso, nos casos graves. Mucosas (lábios, conjuntivas) descòradas. Como contrapartida, às vezes a

gordura é muito pronunciada; o estômago costuma ser muito sensível à pressão; quási sempre existe prisão de ventre; às vezes, um leve edema nos tornozelos. Menstruação escassa ou, mais vulgarmente, muito abundante e dolorosa; sangue-pálido, fluxo branco (flores brancas); a matéria corante do sangue (glóbulos vermelhos) é menos de metade da normal.

Diagnóstico. Quási sempre fácil. Da análise do sangue, pode excluir-se a forma grave progressiva da anemia (anemia perniciosa) e a leucémia (sangue branco) tão perigosa como a anterior.

Prognóstico. Favorável se se observa um tratamento adequado. *Descuidando a afecção, prejudicam-se todos os órgãos e criam-se condições prévias para as mais diversas doenças* (úlcera gástrica, tísica pulmonar, doenças nervosas).

Tratamento. Em virtude da grande importância que tem o estado do sangue para o organismo em geral, é conveniente ouvir a opinião de um médico especialista em doenças do sangue.

Alimentação nutritiva fácilmente digerível; cura de leite; evitar o excesso de trabalho; cura de repouso ao ar livre; prescindir de passeios longos; mudança de ares; permanecer nas montanhas.

Remédios caseiros. Infusão de *vermouth* (10 gramas por chávena), tomando uma colher, das de sopa, de duas em duas horas; tintura de genciana (uma parte de raiz de genciana para cinco de alcool rectificado, que se deixa repousar durante uma semana, se sacode repetidas vezes e se filtra, por fim, através um pano); três vezes ao dia, 10 gotas antes das refeições.

Homeopatia. Calcárea carbónica D. 15, uma pastilha três vezes dia; quina D. 3, uma pastilha duas vezes ao dia; pulsatilha D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia.

ANEMIA GRAVE (anemia perniciosa)

Causa. Com freqüência, obscuras; grandes perdas de sangue, gravidez, doenças infecciosas anteriores (sífilis, malária, desintéria); parasitas intestinais.

Manifestações. Ao princípio, as da anemia; mais tarde, extrema debilidade, desmaios.

Sintomas. Palidez de cera; indiferença; dispneia, pulso muito acelerado; pêsso no estômago, às vezes, diarreia. O número dos glóbulos do sangue diminui extraordinariamente e a sua forma altera-se.

Diagnóstico. Análise rigorosa do sangue, feita por um médico.

Prognóstico. Curso quási sempre desfavorável; alternativas de melhoras e recaídas.

Tratamento. Deve recorrer-se a um médico especializado em doenças do sangue. Limpar o tubo digestivo de parasitas; alimentação nutritiva, muitas gemas de ovos.

Remédios caseiros { Os mesmos que para a anemia.
Homeopatia

ANGINAS

Causas. É uma das doenças mais vulgares até aos trinta e cinco anos passando, depois, a ser mais rara. Na maior parte dos casos, é devida a contágio; também cooperam com êste os resfriamentos e os pés molhados.

Manifestações. Dor de cabeça; falta de apetite, dificuldade de engulir; às vezes, a sensação de se achar gravemente doente, com fraqueza muscular.

Sintomas. Amígdalas e palatino moles, parede faríngea posterior avermelhada e inchada. Podem observar-se, nas amígdalas, manchas amarelo-esbranquiçadas ou, com menor freqüência, pontos ulcerados. Hipertrofia das glândulas cervicais; às vezes, vesículas nos lábios. Febre amiúde, muito elevada (39 a 40°). Nalguns casos, forma-se um abcesso purulento numa das amígdalas (raras vezes em ambas).

Diagnóstico. Às vezes, é difícil distingui-la da difteria (exame microscópico do raspado da amígdala); o começar rapidamente com febre alta é sinal mais favorável à angina simples.

Prognóstico. A duração costuma ser de poucos dias, raramente passando a mais de uma semana. Há casos em que se apresenta uma nefrite consecutiva (exame da urina, mesmo nos casos aparentemente ligeiros).

Tratamento. Nos casos duvidosos, deve chamar-se o médico. O doente deve conservar-se na cama. Alimentação líquida, leve.

Remédios caseiros. Compressas de Priessnitz; pequenos bocados de gelo; gargarejos com água de bórax (a quantidade que cabe na ponta de uma colher para um copo de água); infusão de salva (uma colher, das de sopa, por cada chávena); infusão de violetas (uma colher, das de chá, por chávena).

Homeopatia. Acónitum D. 5, uma pastilha de três em três horas; beladona D. 5, uma pastilha de três em três horas.

A N T R A Z (carbúnculo, furúnculo)

Formação de tumores duros muito dolorosos dos quais, depois de abertos, sai pús sanioso. Amiúde, febre. O antraz compõe-se de numerosos furún-

culos e, por isso, é mais doloroso e perigoso que estes. Existindo a propensão para a formação de furúnculos, pode suspeitar-se a existência de diabetes. Extremamente grave é o *carbúnculo* (pústula maligna) provocado pelo contágio com bacilos antracis a que exige sempre, o tratamento médico.

Tratamento. Cuidar da evacuação diária. Tratamento operatório, só em casos excepcionais.

Remédios caseiros. Ao princípio, pincelar com tintura de iodo, cobri-lo com fôlhas frescas de tussilagem (fárfara, unha de cavalo), que se hão-de prensar um pouco até que o seu suco saia, a que se juntam pequenas almofadas cheias de farinha de linhaça quente; mais tarde, parches com argila acética ou sub-acetato de chumbo (uma pequena colher para um copo de água). Interiormente, levedura de cerveja (uma colher, das de chá, três vezes ao dia); água mineral salina (Carabaña); um copo pequeno, pela manhã, em jejum.

Homeopatia. De efeito excelente (principalmente para evitar que o tumor se estenda), sulfureto iodado D. 6, uma pastilha três vezes ao dia, meia hora antes das refeições; arnica D. 3, uma pastilha de duas em duas horas.

APOPLEXIA

Costuma só aparecer numa idade avançada e, as mais das vezes, é seguida de paralisia de uma parte do corpo. Sobrevém depois da repentina perda dos sentidos; a paralisia subsequente afecta a parte inferior da cara, braço, perna e, às vezes, a fala (na hemiplegia direita).

Tratamento. Decúbito com o busto elevado; afrouxar tôdas as peças do vestuário; quietação absoluta. Chamar o médico. Procurar que o enfêrmo evacue e urine.

Remédios caseiros. Saco com gelo sôbre a parte da cabeça oposta ao membro atacado; aquecedor nos pés.

Homeopatia. Arnica D. 15, uma pastilha três vezes ao dia; cocculus D. 15, uma pastilha três vezes ao dia; cuprum acéticum D. 15, uma pastilha três vezes ao dia.

ARTÉRIO-ESCLEROSE

Causas. Desgaste das artérias por alterações orgânicas; como consequência, modificações causadas pela idade, considerada como doença propriamente dita, só aparece em idades menores (antes dos 45 anos). É mais freqüente no homem que na mulher. Influem na sua gênese o trabalho corporal contínuo ou pesado, o trabalho intelectual excessivo, sofrimentos morais, alimentação super-abundante, alcoolismo crônico, fumar em excesso; além disto, a gota, nefrite crônica, intoxicação saturnina e crônica, diabetes, sífilis.

Manifestações. Vagos ao princípio, aumentando lentamente, em intensidade e freqüência. Dores de cabeça, vertigens, ruídos nos ouvidos, sonolência, perda de memória, opressão, angústia, sufocação, dores nos membros, coxear passageiro.

Sintomas. Flexuosidade das artérias visíveis e sensíveis ao tacto nas fontes e (muito importante) nos braços. Pulso rijo e tenso, lento, por vezes tardio e irregular. Mãos e pés frios; nos casos adiantados, pontos gangrenosos.

Diagnóstico. Difícil e inseguro nos períodos iniciais, por se confundirem, os primeiros sintomas, com as dores nervosas e reumatismo.

Prognóstico. Doença lenta, crônica, às vezes es-

tacionária; observando-se um regime conveniente, pode durar anos e dezenas de anos, com incómodos variáveis. Porém, existe sempre a possibilidade de, repentinamente, se apresentarem complicações graves (rotura de vasos, paralisia).

Tratamento. Tem de ser, essencialmente, higiênico-dietético. Evitar, o mais possível, as causas prejudiciais citadas. Proibido o café; de preferência, alimentação vegetal; procurar que as evacuações sejam fáceis (um copo de água mineral, em jejum). O sôro de leite, tomado com regularidade, dá bons resultados.

Remédios caseiros. Havendo dificuldade de respirar, sinapismos de mostarda no peito e nas pernas; pedilúvios e manilúvios quentes com a adição de um punhado de sal comum. Infusão de valeriana (10 gramas de raiz de valeriana para uma chávena de água); toma-se uma colher, das de sopa, de duas em duas horas.

Homeopatia. Barita carbónica D. 6, uma pastilha de manhã e outra à noite; havendo sonolência, crocuss D. 3, uma pastilha, pela manhã.

ASCITE

Causas. Afecções do pulmão, coração, fígado e rins, etc.

Manifestações. Pressão e tensão abdominais; asma, digestões difíceis.

Sintomas. Ventre inchado; pele do abdómen esticada; umbigo saliente; inchação peritoneal; secreção da urina diminuída. O líquido contido no ventre produz um som nítido ao percutir, som que varia com a posição do enfêrmo.

Diagnóstico. Não é fácil emquanto é pouco o de-

pósito do líquido. Os grandes quistos do ovário podem provocar sintomas parecidos.

Prognóstico. Depende, por completo, da afecção fundamental. Ao extraír-se o líquido, êste pode acumular-se de novo, com rapidez.

Tratamento. Para determinar a afecção fundamental, é preciso que um médico se pronuncie. As vezes, impõe-se a evacuação do líquido (punção) feita pelo médico; é preciso limitar a ingestão de líquidos.

Remédios caseiros. Infusão de bagas de zimbro (uma colher, das de sopa, para duas chávenas); pela manhã e à noite beber, devagar, uma chávena.

Homeopatia. Arsénicum D. 6; uma pastilha duas vezes ao dia.

ASMA Ataques falta de ar (Asma bronquial)

Causa. Muitas vezes, as afecções do nariz (edema da mucosa, polipos, catarro crónico); aspiração do pó de lã e do pó de farinha; ataques graves de sarampo ou de tosse convulsa, na meninice; dilatação pulmonar (por predisposição, lesões); resfriamentos.

Manifestações. Ataques de sufocação que costumam vir antes da meia-noite; angústia e opressão; sensação dolorosa no peito, aumentando até que falta o ar; sensação de opressão, sufocação.

Sintomas. Cara angustiosa; tez pálida, azulada, às vezes, suores frios. Respiração trabalhosa acompanhada de um ruído sibilante, mesmo apercebido de longe. Tensão dos músculos cervicais e abdominais; até ao fim do ataque, os ruídos tornam-se mais profundos e roucos. A tosse e a espectoração podem

faltar nos ataques de curta duração. Com freqüência, até ao fim do ataque, pouca expectoração e viscosa. Temperatura, às vezes, um tanto aumentada (até 38,5° C.).

Diagnóstico. Fácil. Pode confundir-se com a dispneia cardíaca e o espasmo da glote.

Prognóstico. Depende da possibilidade de evitar as alterações e instituir um tratamento do nariz. A duração dos ataques oscila entre umas horas e vários dias. Às vezes, suspendem-se por vezes e, mesmo, anos.

Tratamento. Nos casos graves, injeções dadas por um médico.

Remédios caseiros. Ao começar o ataque, sinapismos de mostarda no peito e nas pernas; pedilúvios e manilúvios quentes; ar fresco; queimar papéis nitrosos anti-asmáticos; fumar cigarros de estramónio.

Homeopatia. Phosphor D. 6, uma pastilha de duas em duas horas; Arsénic. Iodat. D. 6, uma pastilha de duas em duas horas.

ATROFIA DOS RINS (V. *Rins*)

BRONCORREIA-BRONQUITE

Causas. Resfriamento, fumo, pó, gases (operários de fábricas, moleiros). Aparece, com freqüência, ao decorrer de outras doenças (sarampo, tosse convulsa, influenza), junto com a laringite.

Manifestações. Sensação de ardor debaixo do externo; tosse, às vezes, dores no peito e pontadas nas costas, em consequência dos acessos fortes de tosse.

Sintomas. Tosse; expectoração escassa e viscosa ao princípio, mais tarde, abundante e espessa. Pouca temperatura; a febre, durante a noite, sobe a mais de 39°, quasi que apenas nas crianças. O estado das alterações dos ruídos respiratórios são da competência do médico.

Diagnóstico. As broncorreias unilaterais ou que aparecem num ponto circunscrito especial («catarro do vértice do pulmão»), assim como o aspecto sanguinolento da expectoração, levam a suspeitar da tuberculose.

Prognóstico. A duração do catarro agudo oscila entre uns dias até semanas, segundo a gravidade da doença. Se não se segue um método de vida adequado, pode transformar-se em crónica. Apenas nas crianças e nos indivíduos de idade avançada resulta perigosa a inflamação bronquial, por a doença se estender a ramificações bronquiais mais finas.

Tratamento. Não sair do leito, se houver febre. Renovar o ar; não tomar bebidas frias, nem falar muito.

Remédios caseiros. Parches úmidos no peito e espáduas, mudando-os cada três ou quatro horas, segundo a intensidade da febre. Bebidas quentes (água com limão, leite quente com açúcar, ou água de Ems); infusão de flor de sabugueiro (uma colher, das de chá, para duas chávenas); macela (uma colher, das de chá, por chávena); tília, malva, flores cordiais, as duas últimas misturadas. Para as crianças, banho tépido com duche fresco, envoltório úmido; aplicar panos umedecidos numa infusão de macela.

Homœopatia. Acónitum D. 4, uma pastilha cada três horas; Nux vómica D. 4, uma pastilha três vezes ao dia; Sênega D. 15, uma pastilha três vezes ao dia; Pulsatila D. 4, uma pastilha três vezes ao dia.

CÁLCULOS BILIARES-COLELITIASE

Causas. Quási sempre, depois dos 40 anos ; mas, mais freqüentes na mulher. Vida sedentária, espartilhos. Os ataques são provocados, geralmente, pela falta de regime (comidas gordas, bebidas frias) ou sobreexcitação.

Manifestações. Os cálculos biliares podem existir sem causar incómodos ou com leves alterações (estômago). Ao aparecer o ataque, dor súbita, violentíssima, na parte superior direita do ventre, com irradiação para a espádua e o ombro.

Sintomas. Calafrios freqüentes ; vômitos, prisão de ventre, tensão do abdómen, região hepática sensível à pressão. Estado geral muitas vezes alterado. Febre crescente até 40°. Após o ataque, costuma ficar uma coloração amarela na pele e mucosas ; às vezes, um prurido intenso.

Diagnóstico. Pode confundir-se com as cólicas provocadas por cálculos do estômago, intestinos, rins.

Prognóstico. A duração do ataque varia ; na maioria dos casos, cura com ou sem a expulsão dos cálculos, na cavidade abdominal ou no intestino.

Tratamento. Nos casos graves, injeções dadas por um médico.

Remédios caseiros. Parches quentes na região hepática. Nas dores persistentes, pode dar bom resultado um banho muito quente, prolongado. Para prevenir as recaídas, tomar, durante quatro semanas, todos os dias, em jejum, uma colher, das de chá, de sais de Carlsbad

dissolvidos num copo de água tépida. Como remédio profilático recomenda-se também a infusão de cascas de trigo pisado e cozido (uma colher, das de sopa, para chávena e meia, fervida durante meia hora), tomar uma colher, das de sopa, cada duas ou três horas.

Homeopatia. Byronia D. 15, uma pastilha de duas em duas horas; beladona D. 4, uma pastilha de duas em duas horas.

CANCRO INTESTINAL

Costuma só aparecer na idade avançada; às vezes, também, em indivíduos jovens; assenta, de preferência, na parte inferior do intestino (recto). Pode passar despercebido durante muito tempo, só se tornando notado pela formação de polipos e massas hemorroidais no anus, ou por hemorragias. Nestes casos, é preciso o reconhecimento do facultativo; o seu tratamento incumbe ao cirurgião.

CANCRO MOLE

Tem êste nome uma ulceração com os bordos moles, situada nas partes sexuais e provocada por contágio, que aparece 2 a 4 dias após a infecção, mas que se cura depressa se fôr convenientemente tratada.

Às vezes, as glândulas linfáticas próximas estão algum tanto mais inchadas, formando-se abcessos. É sumamente importante saber distingui-lo do cancro sifilítico ou cancro duro. É preciso ter presente a possibilidade do contágio simultâneo do cancro mole e do sifilítico.

Tratamento. Para assegurar o diagnóstico, é

conveniente consultar um médico especializado em doenças venéreas. Evitar todo o trabalho corporal pesado, assim como os exercícios desportivos.

Remédios caseiros. Lavar a úlcera com uma solução bórica ou infusão de camomila; polvilhar em seguida, cuidadosamente, com pós de airol.

Homeopatia. Mercuriars solubilis D. 6, uma pastilha três vezes ao dia.

CEFALALGIA (Dor de cabeça)

Acompanha as afecções cerebrais (meningite, tumor cerebral), as doenças infecciosas (tifóide, influenza), intoxicações (alcool, nicotina, chumbo), e é sintoma de outras muitas enfermidades (anemia, afecções dos rins, alterações cardíacas, prisão de ventre), assim como as alterações da vista (presbiopia). Existe, ainda, uma outra cefalalgia independente, que se apresenta sob a forma de ataque (tal como a enxaqueca). Ao estudar estas doenças, deverão excluir-se as restantes causas (também o reumatismo e a sífilis).

Tratamento. Cuidados especiais; evitar o trabalho intelectual excessivo; mover-se ao ar livre. Cuidar das regulares evacuações e usar uma alimentação adequada.

Remédios caseiros. Parches frios na testa e cabeça, às vezes com infusão de violetas (viola odorata, violeta de Março). Os pedilúvios quentes têm uma influência favorável na cura. Infusão de hipericão, alfazema, tomilho, óleo de hortelã-pimenta (10 a 15 gotas num torrão de açúcar ou em meio copo de água).

Homeopatia. Beladona D. 4, uma pastilha de três em três horas; Nux vom. D. 4, uma pastilha de três em três horas; Ignatia D. 4, uma pastilha de três em três horas.

CEFALALGIA (sob a forma de enxaquecas)

Causas. Muitas vezes, afecções nervosas hereditárias. São momentos causais da gênese desta doença, assim como de cada ataque: o excesso de trabalho corporal e intelectual, agitação, transtornos digestivos, bebidas alcoólicas.

Manifestações. Ataques de cefalalgia (quási sempre em metade do crânio); com náuseas e vômitos; incapacidade para o trabalho; sensibilidade ao ar e aos ruídos. Ao começar o ataque, pestanejamentos, zumbido nos ouvidos, vertígens.

Sintomas. A pele do crânio muito sensível, quási sempre quente e vermelha, com estreitamento das pupilas; raras vezes, fresca e pálida, com as pupilas dilatadas. Dores acentuadas na parte esquerda da cabeça, às vezes, mudando-se ou afectando-a tôda. Ao terminar o ataque, vômitos abundantes e abundante secreção de urina.

Diagnóstico. Existindo vômitos com as dores de cabeça, poderá suspeitar-se de intoxicações (nephrite, urémia); devem excluir-se as doenças cerebrais orgânicas (tumores, enfraquecimento).

Prognóstico. Duração do ataque, desde poucas horas até um dia, raras vezes mais tempo. Nos intervalos dos ataques, bem-estar corporal, sem qualquer dor. Nas idades mais avançadas, a afecção costuma aparecer espontâneamente.

Tratamento. Repouso absoluto durante o ataque.

Remédios caseiros. Atar, fortemente, um pano úmido, na testa e fontes; dá bons resultados um banho quente aos pés, assim como a ingestão de café puro; infusão de valeriana, alfazema (1 colher, das de café, por chávena).

Homeopatia. Coffea D. 3, uma pastilha de duas em duas horas.

CIÁTICA

É uma inflamação dos nervos do mesmo nome, provocada, quasi sempre, por resfriamentos, umidade, fadiga excessiva ou, também, por compressão (embaraço) ou uma consequência de diabetis ou sífilis. As dores partem da região ciática (nádegas), seguem até à curva, chegando, muitas vezes, a atingir o tornozelo externo.

Tratamento. Como é uma afecção dolorosa, impõe-se o descanso no leito. A perna doente deve manter-se ligeiramente dobrada (colocar almofadas debaixo da curva).

Remédios caseiros. Calor sêco que se obtém por meio de uma pequena almofada com areia quente, pratos quentes, tejos aquecidos, garrafas cheias de água quente. Provocar o suor mediante a ingestão de uma limonada quente, infusão de flores de sabugueiro ou de tília. As fricções não costumam ser bem suportadas nos casos recentes. As vezes, dá bom resultado a administração interna do remédio de Durand, que consiste em essência de terebentina purificada e éter (5 gramas de cada), tomando, três vezes ao dia, dez gotas da mistura, numa colher, das de sopa, de leite.

Homeopatia. Rhus toxic. D. 6, uma pastilha de três em três horas; Iris versicolor D. 4, uma pastilha de três em três horas.

CIRROSE HEPÁTICA

Causas. Quasi sempre, abuso do alcool; com menos frequência, malária, sífilis. Ataca, de preferência, o homem.

Manifestações. Ao princípio, escarros; náuseas, falta de apetite, lassidão e pouco ânimo para o trabalho.

Sintomas. Coloração acinzentada, sem chegar ao amarelo; língua suja; fígado sensível à pressão. Mais tarde, inchação do ventre devida à acumulação de água; inchação das pernas; urinas escassas. Às vezes, vômitos de sangue e evacuações intestinais sanguinolentas.

Diagnóstico. Não é fácil, ao princípio; na maioria dos casos, só se pode estabelecer pela ulterior evolução.

Prognóstico. Desfavorável. Duração da enfermidade, de um a três anos. Às vezes, complica-se com uma peritonite tuberculosa.

Tratamento. Alimentação ligeira, evitando alimentos gordos e condimentos, assim como as bebidas alcoólicas.

Remédios caseiros. Todos os dias, meia colher, das de café, de sais de Carlsbad, num copo de água tépida, infusão de cascas de trigo pisado e cozido (uma colher, das de chá, por chávena, fervendo durante meia hora), dente de leão (uma chávena duas vezes por semana, de manhã e à noite).

Homeopatia. Lycopodium D. 15, uma pastilha por dia.

CISTITE (Catarro da bexiga)

Causas. Resfriamento, blenorragia uretral, cálculos vesicais, paralisia da bexiga (afecções da medula), doenças infecciosas (tifo, difteria); intoxicações (cantáridas); irritações (cerveja nova); evacuação artificial da bexiga feita com sondas infectadas.

Manifestações. Dores na região vesical, vontade freqüente de urinar, micção dolorosa.

Sintomas. Às vezes, calafrios e febre; região vesical sensível à pressão; urinas turvas com um depósito branco abundante; a reacção deve ser fracamente ácida (o papel de tornezol azul tingem-se de vermelho); na paralisia vesical e, depois de uma infecção pela sonda, a reacção é alcalina (o papel de tornezol torna-se azul).

Diagnóstico. Deduz-se, com facilidade, dos sintomas e incómodos.

Prognóstico. Observando as devidas precauções e desaparecendo a causa ocasional, o curso da doença será favorável; duração de poucos dias a umas semanas; não sucedendo assim, passará à forma crónica.

Tratamento. Conservar-se no leito; procurar tornar fáceis as evacuações; alimentação leve (dieta láctea).

Remédios caseiros. Parches de Priessnitz ou secos, quentes; infusão de uva ursina, *gaiuba*, (duas pequenas colheres em três chávenas de água), deixar ferver até ficar reduzida a duas chávenas; tomar uma pela manhã e, a outra, à noite.

Homeopatia. Beladonna D. 4, uma pastilha três vezes ao dia; no catarro crónico, Hepar-Sulf. D. 6, uma pastilha pela manhã.

CÓLERA ASIÁTICO

Causas. Doença infecciosa grave, com bacilos «vírgula» que se encontram nos dejectos dos doentes de cólera. A enfermidade manifesta-se de um a três dias depois da infecção.

Manifestações. Vômitos e diarreia; debilidade; caimbras nas pernas; opressão. As evacuações costumam não ser dolorosas. Perda de apetite e sêde extraordinária.

Sintomas. As primeiras dejecções, feculentas, transformam-se, de-pressa, em aquôsas, inodoras, semelhantes à água de arroz. Estado grave; debilidade cardíaca; pulso acelerado, apenas perceptível; mãos e pés frios e de côr azulada. Tudo quanto o doente ingere é imediatamente vomitado; o ventre está afundado, suprimida a secreção urinária; a voz torna-se rouca; a língua saburrosa, sêca.

Prognóstico. Reservado. A morte tem forma diversa em cada uma das epidemias. Nos ataques aparentemente leves ao princípio, podem suceder-se, logo, os estados mais graves.

Tratamento. Tomar as cautelas necessárias com o perigo que oferece a doença e a infecção. Isolamento. Aquecedor na cama; caldos de aveia, caldos simples, biscoitos.

Remédios caseiros. Parches de Priessnitz ou almofadas quentes no ventre, chá com conhaque ou vinho tinto; dar bocados de gelo nas náuseas e vômitos violentos. E' conveniente juntar à sopa de três a seis gotas de ácido clorídrico diluído, três vezes ao dia.

Homeopatia. Arsenicum D. 4, uma pastilha de duas em duas horas; Veratrum D. 4, uma pastilha de duas em duas horas.

CÓLERA INFANTIL

Causas. Costuma apresentar-se com carácter epidémico, na estação estival. Estão muito expostos, principalmente, as crianças nos dois primeiros

anos de vida. Provavelmente, é infecciosa. Ainda não se conhece o bacilo que a produz.

Manifestações. Diarreia violenta e vômitos, que aparecem repentinamente.

Sintomas. Evacuação de massas líquidas, ao princípio escuras, mais tarde incolores (como a água de arroz). Diminuição da secreção urinária; às vezes, caimbras. Rápida perda das forças; pulso fraco, resfriamento da pele, coloração azulada, perda dos sentidos; às vezes, convulsões.

Diagnóstico. Não é difícil. A diferença entre o cólera infantil e asiático estabelecer-se-á pelo exame das evacuações que, no primeiro caso, não conterão o bacilo vírgula.

Prognóstico. Não deixa de ser perigoso nas crianças; os adultos fortes restabelecem-se depressa.

Tratamento. Chamar o médico, sobretudo se se tratar de crianças. Suspender imediatamente o leite; aquecedor na cama. Água com clara de ovo batida (bater uma clara de ovo num quarto de litro de água fervida e fria; juntar uns grãos de sal).

Remédios caseiros. Chá com um pouco de conhaque ou vinho tinto (bastam umas gotas até uma colher, das de café, por chávena); cozimento de aveia; parches de Priessnitz ou panos quentes no ventre.

Homeopatia. Ipeca D. 4, uma pastilha de três em três horas; Veratrum D. 4, uma pastilha de três em três horas.

COMOÇÃO CEREBRAL

Costuma ser provocada por um acidente violento (queda, choque, pancada na cabeça). Existe entorpecimento dos membros, perda dos sentido

vertigens, dores de cabeça, náuseas, vômitos. Estes incômodos costumam durar pouco tempo; contudo, podem durar dias e até semanas; a cura é, em geral, completa.

Tratamento. V. também: Primeiros socorros em casos de acidentes (comoção cerebral).

CONJUNTIVITE

Produzida por resfriamento, irritação devida ao fumo ou pó; pode ser consecutiva a doenças do nariz; concomitante com o sarampo, sintoma de escrófula. Os doentes queixam-se de ardor e pontadas, assim como da impressão de terem areia nos olhos. A conjuntiva está vermelha e inchada; as pálpebras costumam aparecer pegadas pela manhã.

Remédios caseiros. Os olhos deverão ser lavados, bastas vezes, com água bórica ou uma infusão de macela; também se recomenda um colírio simples. À noite, untar as pálpebras, ligeiramente, com pomada bórica. Obtêm-se resultados muito satisfatórios com a infusão de eufrásia para lavagens e parches.

Homeopatia. Eufrásia D. 3, uma pastilha três vezes ao dia.

CONSTIPAÇÃO (V. *Coriza - Influenza*)

CONVULSÕES (das crianças)

Aparecem com freqüência no princípio de uma doença febril aguda (pneumonia, escarlatina, sarampo), e, além disso, ao começar a paralisia infantil. As crianças atacadas de raquitismo têm tendência às convulsões; basta, para as provocar nê-

les, qualquer dificuldade digestiva, as lombrigas ou a denteição.

As crianças devem permanecer num quarto fresco, sossegado, com a luz atenuada.

Remédios caseiros. Parches frios na cabeça; lavagens com água misturada com vinagre; provocar as dejectões por meio de supositórios de sabão ou enemas com água saponada.

Homeopatia. Havendo febre, Aconitum D. 15, uma pastilha de duas em duas horas; beladona D. 15, uma pastilha de três em três horas; chamomilla D. 4, uma pastilha de três em três horas.

COREIA (Dança de S. Vito)

Causas. Freqüente nas crianças entre os 5 e os 15 anos, principalmente do sexo feminino; também nas mulheres grávidas (entre o terceiro e o quinto mês) e consecutivo a um reumatismo articular. As excitações psíquicas e os sustos podem favorecer a aparição da enfermidade; a ansiedade de imitação pode provocar movimentos semelhantes aos da coreia (ou choréa) nos filhos que rodeiam a doente.

Manifestações. Mau humor, irritabilidade, inquietação.

Sintomas. Movimentos involuntários irregulares, espasmódicos, de arremêço, que aumentam com a excitação e cessam quando o indivíduo dorme; quási sempre, todo o corpo nêles participa, incluindo os músculos faciais; às vezes, acha-se afectada, de preferência, uma parte do corpo (sobretudo a esquerda). Não há febre. A violência dos movimentos é muito variável; podem chegar a ser tão

intensos que o corpo se mantém em agitação contínua.

Diagnóstico. Á primeira vista, nos casos já estabelecidos. Ao princípio, as crianças são castigadas injustamente por escreverem mal ou se moverem constantemente nos seus lugares.

Prognóstico. O curso da doença costuma ser muito longo (uma semana e meses); as recaídas são freqüentes. A terminação é quasi sempre favorável. Como explicações, observam-se afecções articulares e valvulares.

Tratamento. Deixar de ir à escola e aplicar o maior isolamento possível. Posição em decúbito horizontal, se a agitação é violenta. Alimentos de fácil digestão, de preferência verduras e frutas; evitar os condimentos.

Remédios caseiros. Banhos tépidos; fricções com aguardente ou vinagre e água em partes iguais; infusão de valeriana (duas colheres, das de café, por chávena); uma colher de sopa de duas em duas horas.

Homeopatia. Beladona D. 15, uma pastilha três vezes ao dia; chamomilla D. 15, uma pastilha três vezes ao dia.

CORIZA OU CONSTIPAÇÃO

Causas. Inflamação da mucosa nasal, em geral, de ordem infecciosa e contagiosa; apresenta-se após um resfriamento ou molhadela e, às vezes, devido ao uso interno do iodo, em altas doses.

Manifestações. Ardor e prurido na garganta (por participar da cavidade nasofaríngea) sensação de peso na cabeça; respiração nasal dificultada; diminuição do olfacto,

Sintomas. Espirros, grande secreção da mucosa nasal (aquôsa, purulenta); obstrução das fossas nasais; voz analazada; irritação da pele das narinas e do lábio superior. Nas crianças pequenas, ainda de mama, podem aparecer a falta de ar e ataques de sufocação, em consequência da obstrução do nariz. O estado geral altera-se, muitas vezes, devido à constipação; há febre, principalmente quando a afecção se propaga às cavidades acessórias do nariz (frontais, maxilar, etmoidal e esfenoidal).

Diagnóstico. Fácil; tratando-se de crianças, pode pensar-se, ao princípio, no sarampo ou numa tosse convulsa incipiente.

Prognóstico. O curso da doença costuma ser favorável; faltando os cuidados necessários, pode surgir uma otite média. A coriza é, algumas vezes a causa ocasional para o aparecimento da erisipela.

Tratamento. Conservar-se na cama quando haja febre e dores de cabeça violentas.

Remédios caseiros. No comêço da constipação, beber um copo de água com uma gota de tintura de iodo (indicação do prof. Bier). Suar, com a ingestão de leite e limonada quente e infusão de flor de sabugueiro (uma colher, das de café, para duas chávenas), macela (uma colher, das mesmas, por chávena), tília, malva, verbasco, as duas últimas misturadas, se se preferir. A pomada de ricino (com que se untar as narinas) e o pó de rinofórmio, tomados como o rapé, são úteis. Estes dois remédios vendem-se em qualquer farmácia.

Homeopatia. Aconitum D. 4, uma pastilha de três em três horas, no caso de haver febre; bryonia D. 4, uma pastilha de duas em duas horas; pulsatila D. 4, uma pastilha de três em três horas,

CORPOS ESTRANHOS NO NARIZ

Quási unicamente nas crianças pequenas. Em muitos casos, consegue-se a expulsão, tapando o buraco e obrigando a criança a assoar-se. Não se conseguindo, é preciso chamar-se o médico, como se se tratar de corpos estranhos no ouvido, que são muito difíceis de extrair.

DESINTERIA

Causas. Contágio por água potável infectada ou pelas dejeções dos doentes de desintéria; também contribuem para ela os resfriamentos e faltas de regime alimentar.

Manifestações. Dores de ventre; inflamação rectal violenta, falta de apetite, estado geral precário.

Sintomas. Diarreia aumentando rapidamente; evacuações numerosas (10 a 20 até 60, em 24 horas) de um líquido gelatinoso ou gelatinoso-sanguinolento, por vezes escasso. Língua sêca, embaciada; às vezes, vômitos e micção imperiosa; a abertura anal costuma estar inflamada; quási sempre há febre, não muito alta.

Diagnóstico. Não é difícil, dado o aspecto das dejeções.

Prognóstico. Mesmo quando o curso da doença fôr favorável, fica-se, por largo tempo, em debilidade extrema. A doença pode passar ao estado crónico. Tem como complicações, muito raras, as doenças articulares e a perfuração do intestino até à cavidade abdominal.

Tratamento. Em virtude de o perigo que a doença oferece e do seu carácter contagioso, deve recorrer-se ao médico. Isolamento do enfermo; desinfecção das roupas, dejectos e retretes. Alimentação líquida; caldos de aveia.

Remédios caseiros. Durante alguns dias seguidos, uma colher, das de sopa, de óleo de rícino; chá, vinho tinto, conhaque. Após cada evacuação, proceder a uma limpeza cuidadosa do anus e partes próximas; untar as mesmas com pomada bórica ou cobri-las com pó de vasenol. Infusão de cascas de azinheiro (duas colheres, das de café, por chávena).

Homeopatia. Merc. Corros. D. 6, uma pastilha de três em três horas; arsen. D. 6, uma pastilha de três em três horas.

DIABETIS

Causa. Doença do metabolismo, favorecida pela hereditariedade, alimentação excessiva e pouco adequada, desgostos, sobreexcitações; a gota, a obesidade, a artério-esclerose costumam ser incómodos concomitantes.

Manifestações. Enfraquecimento, cansaço rápido, aumento de sede.

Sintomas. Fazem suspeitar a diabetes: a furunculose, as cáries dentárias, dores nervosas pertinazes (especialmente nos nervos ciáticos dos dois lados), prurido nos órgãos genitais femininos, opacidade do cristalino, cicatrização tardia das feridas.

Diagnóstico. Faz-se pela análise das urinas. A urina diabética, ao secar, deixa manchas esbranquiçadas na roupa. Também existem glicosúrias passageiras, devidas à falta de regime, comoções cerebrais ou ataques epilépticos.

Prognóstico. A doença pode durar, com flutuações, durante anos e dezenas de anos. É desfavorável a sua aparição na idade juvenil; de mau sintoma se sobrevém perda dos sentidos com temperaturas muito baixas, pulso fraco e cheiro a maçã ou a clorofórmio, no ar expirado. Às vezes, a diabetis complica-se com a tuberculose pulmonar.

Tratamento. Tem de consistir em regular devidamente a alimentação. Proibir-se-ão, desde o principio, o açúcar e os alimentos açucarados, podendo usar-se a sacarina como sucedâneo do açúcar. Nos casos mais graves, deverá proibir-se, também, o consumo de arroz, sêmola, sagú, massas alimentícias, batatas, raízes e tubérculos, grão de bico, castanhas e alimentos feculentos e farináceos; proibir-se-ão, por completo, a cerveja, vinhos doces, licores, champanhe. Pode permitir-se o consumo, em quantidade moderada, do pão escuro, integral; para os diabéticos encontra-se à venda um pão especial.

Remédios caseiros. Sais de Carlsbad (uma colher, das de café, num copo de água tépida, para beber aos sorvos), em jejum. Cuidados com a pele, por meio de banhos e fricções com alcool e, a bôca, com água de bórax (o que caiba na ponta de uma colher, das de chá, para um copo de água) e infusão de salsa.

Homeopatia. *Syzygium jambolanum* D. 4, uma pastilha três vezes ao dia.

DIFTERIA

Causas. Doença infecciosa aguda, de preferência na idade infantil. Contágio por intermédio dos

bacilos de difteria; manifesta-se exteriormente de 2 a 5 dias depois da infecção.

Manifestações. Mal-estar, inquietação; as crianças mais crescidas queixam-se de dores na cabeça e na garganta; dores ao mastigar.

Sintomas. Febre, geralmente, não muito alta (ao contrário do que se observa na angina habitual). Notam-se, sobre a mucosa avermelhada do palatino e das amígdalas, placas brancas ou acinzentadas que podem tomar uma côr má e exalar um cheiro fétido. Tumefacção dos gânglios linfáticos do pescoço. Estado geral bastante grave. Propagação da doença à faringe, nariz (fluxo purulento-sanguíneo, ou só purulento), laringe (rouquidão, tosse crupal, inspiração dificultosa, com tiragem).

Manifestações. Nas crianças, ao notar-se febre e mal-estar geral, deve examinar-se, logo, a garganta. Às vezes, é difícil distinguir a difteria da angina vulgar (exame bacteriológico).

Prognóstico. Sempre grave. As suas complicações são a pneumonia, nefrite, otite média; debilidade cardíaca. Como doenças consecutivas, observam-se paralisias passageiras do palatino mole (deglutição difícil com saída de líquidos pelo nariz) e dos músculos dos olhos.

Tratamento. Em virtude do perigo que a doença oferece e da sua fácil propagação, deve consultar-se imediatamente o médico. Isolamento absoluto. Alimentação apropriada, com leite, suco de carne, ovos, sopas, papas de arroz, sêmola, sagú.

Remédios caseiros. Parches de Priessnitz ou de gelo no pescoço; limpeza da cavidade bucal e gargarejos

com água oxigenada (uma colher, das de chá, para meio copo de água). Beber, abundantemente, água com sumo de limão; êste pode servir para gargarejar.

Homeopatia. Mercur. Cyanat D. 4, uma pastilha de duas em duas horas.

DOENÇA DE ADDISON (pele bronzeada)

Trata-se de uma doença não muito vulgar, caracterizada pela côr bronzeada da pele e devida, quási sempre, a uma afecção das cápsulas supra-renais. No princípio, existe debilidade e transtornos digestivos; mais tarde, febre crescente e perda das forças.

O seu *tratamento* deverá ser confiado ao médico. Alimentação substanciosa.

Remédios caseiros. Para excitar o apetite, tintura de quina composta (dez gotas, três vezes ao dia, numa colher, das de sopa, de água, antes das refeições).

Homeopatia. Arsenicum yodatatum D. 6, uma pastilha três vezes ao dia.

DOENÇA DE BARLOW (escorbuto infantil)

Designa-se com êste nome uma doença semelhante ao escorbuto, que costuma atacar as crianças raquíticas, na idade dos seis meses a ano e meio. Apresentam-se tumefacções, extremamente dolorosas, nos ossos das pernas, com menor freqüência nas costelas, no maxilar inferior e no crânio, acompanhadas de ligeiro aumento de temperatura e, também, sem febre. As inchações são consecutivas a extravasões sanguíneas profundas. As gengivas estão inchadas e sangram com facilidade. As articulações não são atacadas. O curso da doença

costuma ser longo, mas satisfatório se o tratamento fôr apropriado.

Tratamento. Leite fresco (não esterilizado), verduras (muitas raízes), puré de maçãs, sumo de laranjas.

Remédios caseiros. Banhos tépidos com água de cascas de azinheiro.

Homeopatia. Calcar. Carbón. D. 15, uma pastilha duas vezes por dia.

DOENÇA DE BASEDOW (bocio exoftalmico)

Causas. Muitas vezes, predisposição hereditária. Impressões morais (sofrimentos físicos, sustos, desgostos); comoções corporais (quedas). As mulheres anémicas e nervosas adoecem com mais facilidade do que os homens, principalmente na idade média da vida.

Manifestações. Inquietação interna, excitabilidade, fadiga, sono agitado, palpitações, sensação de calor e ligeiros suores.

Sintomas. Os principais sintomas são os seguintes: aceleração do pulso (100 a 160 pulsações por minuto); inchaço das glândulas tirodeias (bócio); projecção dos glóbulos oculares (exoftalmos). Além destes, enfraquecimento, tremores, irritabilidade nervosa geral; às vezes, ligeiro aumento de temperatura (até 38°).

Diagnóstico. Não é difícil, se existirem os três sintomas principais. Algumas vezes, falta um deles ou é pouco pronunciado.

Prognóstico. O curso da doença costuma ser crónico, prolongando-se durante anos e dezenas de

anos, embora haja casos em que o desenvolvimento dos sintomas é rápido. Observam-se grandes oscilações na sua marcha, com a sua suspensão, desaparecimento dos sintomas e reaparição ao fim de alguns anos.

Tratamento. Tranqüilidade; alimento não excitante; proibido o café, chá, bebidas alcoólicas, o tabaco.

Remédios caseiros. Banhos tépidos, na água dos quais se junta resina de pinheiro.

Homeopatia. Spongia D. 3, uma pastilha duas vezes ao dia; Iod. D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia.

DOENÇAS DO CORAÇÃO

Causas. Doenças agudas, especialmente o reumatismo articular; com menos freqüência, a influenza, difteria, escarlatina, tifóide; excesso de trabalho corporal (desportos!); sobreexcitações físicas, excessos sexuais; abuso do álcool e do tabaco; alimentação excessiva; deficiente hematose.

Manifestações. Fadiga, sufocação, palpitações, cefalalgia, vertigens. Ao princípio, o doente só se queixa de pêso no estômago, sensação de plenitude, regorgitação, falta de apetite.

Sintomas. Muitas vezes, palidez do rosto, em grau mais avançado, côr azulada na cara e nos lábios; às vezes, epistaxe e secreção mucosa traqueal. Com a diminuição da energia cardíaca, apresenta-se a anasarca, ou edema generalizado que, desde a região maleolar, vai subindo a todo o corpo, diminuição da quantidade de urina. O pulso é, quási

sempre, acelerado, fraco e irregular; nalgumas afecções cardíacas, o pulso é rijo e lento.

Diagnóstico. O exame do médico estabelecerá a distinção entre as diversas afecções cardíacas (defeitos das válvulas, do miocardio, dilatação do coração — cardioctasia — coração adiposo, nevrose cardíaca, afecções do pericárdio, dilatação da aorta).

Prognóstico. Estabelecer-se-á segundo a espécie de afecção e o estado do enfêrmo. Levando uma vida adequada, os cardíacos podem chegar a uma idade avançada.

Tratamento. Evitar tôda a espécie de fadiga; moderação na comida e bebida; proibição do alcool e tabaco e, em geral, também do café; procurar regularizar as evacuações.

Remédios caseiros. Ao começarem as desordens cardíacas, repouso no leito. Se a actividade cardíaca fôr exagerada, parches frios ou um saco de gelo sôbre o coração. Havendo forte dispneia, manilúvios e pedilúvios quentes; aplicação de sinapismos no peito. Se a debilidade cardíaca ameaçar, administrar café e vinho; como remédio, a tintura etérea de valeriana (dez a quinze gotas, numa colher, das de sopa, de água, repetidas vezes.

Homeopatia. Aurum D. 6, uma pastilha três vezes ao dia. Com debilidade cardíaca: chinin, arsénicum D. 4, uma pastilha de duas em duas horas.

DOENÇAS DOS OUVIDOS

Exigem, na maioria dos casos, um tratamento feito por médico especialista. Também é preferível que o médico extraia os corpos estranhos do conduto auditivo exterior, antes que, actuando; indevidamente, com pinças ou qualquer outro objecto,

êles sejam empurrados ainda mais para dentro, o que poderá dar origem a outras lesões. Os tampões de cerúmen endurecidos amolecem-se instilando no ouvido algumas gotas de azeite de oliveira, tépido, e injectando-lhe no dia seguinte, cuidadosamente, água quente, por meio de uma seringa. É ao médico que se deve encarregar êste trabalho. As dores nos ouvidos podem aliviar-se com umas gotas de infusão de camomila quente. Havendo supuração, pode limpar-se cuidadosamente o conduto auditivo com um pouco de algodão em rama enrolado a um palito e introduzindo êste delicadamente. Quando o conduto estiver completamente sêco, insuffla-se nêle um pouco de ácido bórico finamente pulverizado.

Remédios caseiros. Dá bons resultados o óleo de hortelã-pimenta, na dose de dez a quinze gotas deitadas sobre um torrão de açúcar, ou em meio copo de água.

Homeopatia. Contra as dores, beladona D. 4, uma pastilha de três em três horas; existindo fluxão, pulsatila D. 4, uma pastilha três vezes ao dia.

DOENÇAS DA PELE

Têm origem não só em influências estranhas, mas são, com freqüência, a exteriorização de trans-tornos no intercâmbio orgânico e as más condições do sangue.

O tratamento deve dirigir-se, principalmente, no sentido de combater as causas. Além dos pulmões, rins e intestinos, a pele é um órgão importante de secreção e é preciso facilitar esta actividade especial por meio de sérios cuidados. As afecções mais importantes de que a pele é susceptível são : o acne,

eczema, herpes à roda da cintura (zoster), psoríase, seborreia, urticária.

Às vezes, apresenta-se um prurido incómodo, sem qualquer alteração visível no aspecto da pele. A descrição destas doenças fez-se e ir-se-á fazendo nos respectivos lugares, atendendo-se à sua ordem alfabética.

O *lupus* (herpes corrosivo, tuberculose da pele) é uma doença cutânea maligna, que se deverá confiar, o mais cedo possível, aos cuidados de um médico. O seu descuido pode dar lugar a horrorosas destruições dos tecidos superficiais e profundos.

As *escoriações* (assaduras) nas crianças de mama evitam-se mudando os panos úmidos e sujos e polvilhando as regiões das nádegas e das virilhas com pó de talco ou de vazenol. Os adultos e, em especial, os obesos, costumam escoriar-se nas pregas da pele, especialmente nas virilhas, devido ao atrito resultante dos diversos movimentos. Os locais mais atacados deverão untar-se com uma boa pomada secante (electróbio).

As *verrugas* desfeiam extraordinariamente a pele. As verrugas pedunculadas podem ser extraídas atando-as com um fio de seda e cortando-as com uma tesoura, a qual, como o fio de seda, deverão ter sido passados, previamente, por água a ferver. As verrugas planas, sem pedúnculo, extirpam-se por meio de toques, muito circunscritos, com ácido azótico ou nitrato de prata.

A *Homeopatia* prescreve, tomar Thuya D. 30, uma pastilha duas vezes ao dia.

Também desfiguram a pele os *quistos* (lobinhos),

formados de gordura. Instalam-se, de preferência, na cabeça, sendo mais conveniente serem extraídos por um cirurgião. A *Homeopatia* recomenda Calcar. Carbon D. 15, uma pastilha por dia.

Os *calos* são lesões cutâneas extremamente dolorosas, originadas pela pressão ou atrito do calçado mal ajustado. Modificam-se com o emprêgo de uns anéis especiais para calos em cujo centro estes ficam colocados, escapando à pressão. Curam-se, também, pincelando as partes duras com colódio salicilado, a dez por cento. As recaídas evitam-se usando calçado à medida do pé.

DOENÇAS DAS UNHAS

As unhas constituem um apêndice da pele, que serve para a protecção da mesma, nas extremidades digitais tanto da mão como do pé.

As *unhas encravadas* (unheiros) são uma consequência da fôrma do calçado demasiadamente estreito ou, também, de se cortarem as unhas incorrectamente. Ao cortá-las, não devem arredondar-se e, especialmente, as dos dedos polegares dos pés, impedindo, por êste modo, o seu encurvamento e a sua introdução na pele. Havendo inflamação, recomendam-se os banhos saponosos e parches com argila ácida (uma colher, das de café, para cada copo de água). Muitas vezes, é precisa a intervenção de um cirurgião. As recaídas evitam-se suprimindo as causas indicadas.

Em correlação muito íntima com as unhas, especialmente as das mãos, acha-se o chamado *pane-*

rício. A extensão da inflamação pode dar lugar a um grande incómodo, não isento de perigos, e que requiere a intervenção do médico. Observam-se, em especial, nos dedos polegar e mínimo, devido à estrutura anatómica das suas veias tendinosas. Qualquer lesão da falangê terminal dos dedos, por insignificante que seja, deve desinfectar-se cuidadosamente e atar-se, como medida preventiva. Nos casos de supuração, empregar banhos de sabão electróbio, de meia hora cada um, várias vezes ao dia, e parches de argila ácida.

A *Homeopatia* administra, interiormente, Hepar D. 6, uma pastilha três vezes ao dia.

DORES DE DENTES

Causas. Podem ter origem nos resfriamentos mas, na maioria dos casos, são devidas às cáries.

Sintomas. As dores podem chegar a ser insuportáveis, sobretudo quando, por causa da inflamação, se produz uma supuração na raiz do dente (inflamação do periostio). Neste caso, os dentes afrouxam, tornando-se dolorosa e difícil a mastigação.

Como medida profilática, aconselha-se um cuidado constante com a bôca. Assim, podem evitar-se muitas dores e prevenir-se qualquer perturbação digestiva. Recomenda-se o exame da bôca, periódicamente, por um médico-dentista.

Tratamento. Impõe-se a ida imediata ao dentista (mesmo quando já as maxilas estiverem inchadas!); êle decidirá se pode salvar os dentes. Alimentação líquida ou papas.

Remédios caseiros. Duches com infusão de camomila tépidos; parches na maxila, com argila acética (uma colher, das de café, para um copo de água).

Homeopatia. Chamomilla D. 5, uma pastilha de três em três horas (sobretudo nos casos em que a dor seja devida a resfriamento); beladona D. 6, uma pastilha de três em três horas.

ECZEMA

Causas. Facilitado por irritações químicas e mecânicas, devidas a diversas profissões. Porém, a verdadeira causa encontra-se no mau estado do sangue, alimentação defeituosa, alterações gástricas e intestinais, especialmente infantis, escrófulas, raquitismo, tuberculose, diabetis.

Manifestações. Prurido intenso nos pontos atacados.

Sintomas. Notam-se, sobre a pele irritada, empôlas que podem transformar-se em vesículas ou pústulas. Ao rebentar das vesículas ou pústulas, forma-se o eczema; quando secam, dão lugar à formação de crôstas.

Diagnóstico. Nem sempre é fácil; podem confundir-se com a herpes e, às vezes, com a tinha.

Prognóstico. O eczema agudo costuma curar-se depressa; porém, se as causas persistirem tende a tornar-se crônico.

Tratamento. Suprimir as causas internas e as predisponentes externas. A pele doente deve resguardar-se, o mais possível, do contacto com a água.

Remédios caseiros. Polvilhar o local da lesão com pó de arroz, talco ou vazenol. As crostas devem amolecer-se com azeite tépido e cobrir logo o sítio que se pôs a descoberto, com pomada bórica ou pasta de Lassar,

que se aplica com um pano de linho. Como loções, utilizar infusões de camomila. Interiormente, infusão de giesta (uma colher, das de café, para um copo de água). Contra a tinha, parece dar bom resultado a pomada de populeão (uma parte de flores de álamo negro, recentemente trituradas, com duas partes de gordura de veado, misturado, fervido e passado por um coador).

Homeopatia. Sulfur. D. 15, uma pastilha três vezes ao dia; arsen. D. 6, uma pastilha três vezes ao dia.

ENFISEMA

Causado, freqüentemente, por certa predisposição, tem lugar, às vezes, como consequência de grandes catarros bronquiais, tosse convulsa, fadiga excessiva e repetida dos pulmões (cantores, oradores, músicos de instrumentos de sôpro). Os enfermos apresentam um tórax dilatado, «em forma de tonel»; há freqüente obstrucção dos brônquios devida a secreção, asma, falta de ar; a expiração é difícil. Devem evitar-se os resfriamentos, respirar ar puro, isento de pó e cuidar da evacuação intestinal.

Remédios caseiros. Deita-se várias vezes ao dia uma colher, das de café, de essência de terebentina sôbre uma esponja, que se ata ao pescoço do doente com uma cinta, de forma que êle aspire constantemente os vapores da terebentina. Durante o bom tempo, vida ao ar livre e banhos de sol; não o havendo, banhos de ar puro, em casa.

Homeopatia. Kal. carbón. D. 5, uma pastilha três vezes ao dia; ipecacuanha D. 4, uma pastilha três vezes ao dia.

ENJÔO DO MAR (Náuseas)

É um muito desagradável companheiro para muitos que têm de viajar por mar. Manifesta-se por dores de cabeça, vertigens, náuseas e vômitos. A sua

intensidade é muito diversa; há pessoas que nunca enjoam, por muito agitado que esteja o mar. Como medida preventiva, permanecer na coberta, no centro do barco, sendo possível, e evitar encher muito o estômago.

Tratamento. Os remédios só se devem empregar como preventivos.

Remédios caseiros. Levar uma faixa apertada em volta do estômago; cheirar sais etereos ou ingleses; pastilhas de hortelã-pimenta; gotas de Hoffman, dez gotas de duas em duas horas num torrão de açúcar; validol (muito caro).

Homeopatia. Petroleum D. 3, uma pastilha de duas em duas horas; nux. vom. D. 4, uma pastilha de duas em duas horas.

ENTERITE (catarro intestinal)

Causas. Falta de regime alimentar (alimentos impróprios, avariados e bebidas frias); alimentação defeituosa nas crianças, resfriamento, sintoma concomitante na tifóide, desintéria, envenenamentos (sublimado, arsénico); uso excessivo de purgantes.

Manifestações. Dores no ventre, ruídos intestinais, diarreia. Prostração após numerosas dejecções. Se o estômago se achar também affectado, há gastralgia, falta de appetite, vômitos.

Sintomas. Dejecções moles ou aguadas, muitas vezes misturadas com mucosidades. Se o duódono também está affectado, apresentam uma còr amarela. Às vezes, febre moderada, de 38 a 39°.

Prognóstico. Favorável; reservado sòmente nas crianças e indivíduos debilitados e idosos; não se observando os cuidados necessários, a doença pas-

sará ao estado crónico; sob esta forma, podem alternar-se a diarreia e a prisão de ventre.

Diagnóstico. Nas crianças, há que pensar nas suas formas graves de colerina ou cólera infantil.

Tratamento. Se a doença apresenta um carácter grave, o paciente deve conservar-se no leito. Nas crianças, é preciso suprimir o leite, substituindo-o por água com claras de ovos (uma clara de ovo batida, num quarto de litro de água fervida) caldos de aveia, sêmola, sagú. Parches de Priessnitz ou panos quentes sôbre o ventre. Chá, vinho tinto quente açucarado.

Remédios caseiros. Ao principio, costuma estar indicada a administração de uma colher, das de sopa, de óleo de ricino, a-fim-de suprimir as matérias nocivas. Não devem empregar-se as gotas contra a cólera, tão usadas. Infusão de 10 gramas, por chávena, de raiz de valeriana, raiz de azinheira, fôlhas de morangueiro, vermute; uma colher, das de sopa, da infusão da mistura de hora a hora. Também dão bons resultados as bagas de sorva sêcas, das quais se podem mascar e tomar algumas.

Homeopatia. Cuprum arsen. D. 4, uma pastilha de duas em duas horas; para as crianças, chamomilla D. 3, líquida, uma a três gotas de duas em duas horas numa colher, das de café, de água.

EPILEPSIA

Causas. As causas principais são: predisposição hereditária, por herança nervosa geral da família, lesões no crânio à nascença, pancadas e quedas, sustos e excitações.

Manifestações. Ao começar o ataque, grande inquietação, excitação, vertigens.

Sintomas. Perda dos sentidos, seguida de um ataque de convulsões gerais. Alguns ataques só têm lugar de dia, outros, à noite (formas diurna e nocturna). Ao cair, produzem-se, com freqüência, lesões características, tais como mordeduras da língua.

O tom do rosto, pálido ao princípio, torna-se azulado; cara inchada. Depois do ataque, o doente costuma ficar num sono profundo, que pode durar algumas horas. Ao recuperar o conhecimento, não se recorda do que succedeu durante o ataque, nem dos factos que precederam imediatamente o mesmo.

Diagnóstico. Quási sempre, é difícil distinguir os ataques epilépticos dos histéricos. Nestes últimos, são raríssimas as mordeduras da língua e as lesões produzidas pela queda; tampouco costumam terminar pelo sono, mas por ataques de riso e pranto. Nos ataques epilépticos, as pupilas estão dilatadas e não reagem.

Prognóstico. Só por si, só em raras ocasiões o ataque epiléptico é perigoso; a forma nocturna é a mais ligeira.

Tratamento. Evitar os excessos de trabalho corporal e mental; proíbem-se o alcohol, o café, o chá e os condimentos; moderação na comida e na bebida; alimentação essencialmente vegetal.

Remédios caseiros. Infusão de valeriana (dez grammas de raiz por chávena de água), uma colher, das de sopa, de duas em duas horas; tôdas as noites, uma chávena, bem quente, de chá de tília, tomada na cama.

Homeopatia. Cuprum D. 3, uma pastilha diária; Ignatia D. 4, uma pastilha por dia; beladona D. 15, uma pastilha por dia.

EPISTAXE (Hemorragia nasal)

É, em geral, sintoma de outras doenças (afecção cardíaca, atrofia dos rins, influenza). Às vezes, encontra-se no nariz (particularmente na parte anterior, em frente do septo nasal), uma pequena úlcera, que causa a hemorragia. Alguns indivíduos têm, habitualmente, predisposição para freqüentes epistaxes, em seguida a grandes fadigas corporais, arrebatamentos, ou, ainda, sem causa apreciável.

Tratamento. V. *Hemorragia* (primeira assistência em casos de acidentes).

Remédios caseiros. Parches frios na nuca; tapar as narinas com algodão em que se pôs cloreto félico amoniacal ou umedecido com uma solução de alumina (um para quinze de água). Sorver pós de casca de azinhreira ou de consolda maior.

Homeopatia. Arnica D. 3, uma pastilha de hora a hora; hamamelis D. 3, uma pastilha de hora a hora.

EQUINOCOCOS (Distoma hepático)

Pode desenvolver-se no estômago humano, derivado dos ovos de uma ténia que vive no intestino dos cães e que penetrou no estômago do homem. O equinococos pode emigrar para todos os órgãos; porém, costuma fixar-se, de preferência, no fígado. Neste órgão, provoca dores e tensão dando lugar o seu desenvolvimento ulterior à formação de vesículas, podendo originar sintomas ameaçadores.

Tratamento. O seu tratamento pertence ao cirurgião, em virtude de os remédios internos serem ineficazes.

ERISÍPELA

Causas. Infecção de uma ferida em geral insignificante, tal como uma pequena greta no nariz. Tendência a que a enfermidade se repita.

Manifestações. Sensação de dor e tensão na pele; mal-estar geral, falta de apetite, dores de cabeça.

Sintomas. Poucas horas ou dias depois da infecção, calafrios com febre alta, irregular (chega a atingir 41° C.). Com freqüência, vômitos. Avermelhamento e tumefacção da pele, que se estende, rapidamente, nos dias seguintes. Nos pontos atacados formam-se, às vezes, ampolas e, mais raramente, abcessos. Inquietação, excitação, insónias. Nos casos graves, entorpecimento e delírio. A erisipela pode aparecer em tôdas as partes do corpo; mais amiúde na cara e na cabeça.

Diagnóstico. Em geral, é fácil de formular; apenas se pode confundir com algumas doenças da pele (urticária, lichen).

Prognóstico. As erisipelas duram poucos dias; na maioria dos casos e em média, de uma a uma e meia semanas. Nas pessoas que bebem muito vinho, é frequente o delírio; existem outras complicações, como o catarro bronquial, pneumonia, tumefacção articular (muito rara) e meningite.

Tratamento. Conservar-se na cama; manter o ventre livre.

Remédios caseiros. Pincelar com ictiol não diluído, untar com vaselina ou azeite. Não devem aplicar-se parches frios nem sacos com gelo em volta dos pontos

atacados. Interiormente, ácido clorídrico diluído, três gotas, três vezes ao dia, num cálice de água.

Homeopatia. Aconitum D. 4, uma pastilha de três em três horas; beladona D. 4, uma pastilha de três em três horas; rhus. tox. D. 4, uma pastilha de três em três horas.

ESCARLATINA

Causas. Infecciosa em alto grau. Ainda não é bem conhecido o bacilo que a provoca. Em geral, a doença imuniza o indivíduo para o futuro.

Manifestações. Dores de cabeça e garganta; dificuldade em deglutir.

Sintomas. Principia, rapidamente, depois do contágio, com calafrios, febre alta (39,5 a 40°); vômitos, inquietação e entorpecimento; nas crianças pequenas, às vezes, com convulsões; as paredes da faringe estão vermelhas, como as amígdalas, nas quais se observa um depósito esbranquiçado, de côr desagradável. As amígdalas e os gânglios cervicais estão algum tanto tumefactos; segue-se a erupção de pequenas manchas de côr vermelho-escarlate, em geral no pescoço e peito, ficando, quási sempre, indemne a bôca e o queixo. Ao princípio, a língua está muito saburrosa, apresentando-se, a partir do quarto ou quinto dia, com uma côr vermelho-rôxo e eminências papilares (língua framboesa). A erupção vai baixando ao fim de três ou quatro dias, generalizando-se a todo o corpo. A temperatura desce, lentamente, desde o segundo ou terceiro dia até ao sétimo ou nono; logo a seguir, a descamação da pele, em farrapos.

Diagnóstico. É fácil, nos casos acentuados. Tam-

bém se apresentam erupções parecidas com as da escarlatina, após a ingestão de alguns medicamentos (quinina, antipirina) assim como também dos carraguejos.

Prognóstico. Deve estabelecer-se com uma certa reserva. As complicações são numerosas: afecção gangrenosa das amígdalas, com grande inchaço (às vezes, supuração) dos gânglios linfáticos cervicais e, também, infecção purulenta geral; otite média; reumatismo articular (menos freqüente). A doença consecutiva mais comum é a nefrite (fazer sempre a análise da urina — albumina).

Tratamento. É indispensável a assistência médica; isolar o doente; conservar-se na cama durante quatro semanas, na maioria dos casos. Arejar bem a habitação, mantendo uma temperatura de cerca de 18° C.. Dieta vegetal e láctea. Nada de carne nem de condimentos.

Remédios caseiros. Gargarejar com água de bórax (o que couber nas duas pontas de uma colher para uma chávena). Infusão de erva de S. João. Havendo dores nos ouvidos, instilar óleo de camomila; nas dores violentas do pescoço, parches de Priessnitz na região; insuflar açúcar em pó nas amígdalas. Fricções rápidas por todo o corpo uma ou duas vezes no dia com essência de eucalipto.

Homeopatia. Aconitum D. 4, uma pastilha de três em três horas; beladona D. 4, uma pastilha três vezes ao dia, ao começar a erupção.

ESCORBUTO

Causa. Doença contagiosa favorecida por uma alimentação exclusiva e defeituosa, vivendo anti-

-higiênicamente (barcos à vela, estabelecimentos penitenciários).

Manifestações. Debilidade, pêsso e opressão no peito; palpitações; dores, mais acentuadas nas pernas e na região sagrada.

Sintomas. Extravazação do sangue na pele e nas partes moles, especialmente superior e inferior das mucosas. As gengivas apresentam uma côr azulada, estão inchadas e sangram fàcilmente. Mau cheiro da bôca, tendência à epistaxe, hematúria, extravazação do sangue na pleura; raras vezes aumento de temperatura.

Diagnóstico. Se faltarem as alterações das gengivas, pode confundir-se com a púrpura hemorrágica, doença diferente (extravazações hemorrágicas em diversas partes do corpo, conjugadas, muitas vezes, com lesões reumáticas).

Prognóstico. Costuma ser favorável desde que se modifique a alimentação e o meio ambiente do enfêrmo. Não obstante, dura algumas semanas, com tendências à recaída. Como complicações, apresentam-se a pneumonia, a pericardite, afecções articulares.

Tratamento. Alimentação variada, dando-se a preferência às verduras frescas (espinafres, couve-flor, agriões, alface, tubérculos) e à fruta (limão, laranja). Se as hemorragias são importantes, está indicado o descanso no leito, de igual modo que na púrpura.

Remédios caseiros. Banhos tépidos; tocar as gengivas com tintura de mirra. Sumo de agriões (uma colher, das de sopa, três vezes ao dia) e de vermute (trinta go-

tas três vezes ao dia); infusão de berberin e arruda; para enxaguar a bôca recomenda-se a infusão de salva.

Homeopatia. Mercur., solubilis D. 4, uma pastilha três vezes ao dia.

ESCROFULOSE

Causas. É uma forma peculiar da tuberculose infantil; influem na sua produção a alimentação, o ambiente anti-higiênico e a falta de cuidado.

Manifestações. Dores, segundo os órgãos afectados; fotofobia.

Sintomas. Palidez, debilidade, cara inchada com os lábios grossos salientes ou partes delicadas pouco pronunciadas. Tumefacção dos gânglios, especialmente no pescoço e na nuca que termina, algumas vezes, por supuração. Tendências para o catarro nasal (rinite), conjuntivite e otite médias; eczemas crónicos (cara, cabeça, extremidades). Afecções dos ossos e articulações (periostite, afecções vertebraes — mal de Pott), inflamação das articulações, em geral, dos membros inferiores.

Diagnóstico. Fácil de formular em face dos sintomas.

Prognóstico. Favorável nos casos ligeiros; existe o perigo da extensão da afecção tuberculosa, especialmente nas meninges (meningite tuberculosa).

Tratamento. Alimentação substanciosa; verduras e fruta; dormitório espaçoso e banhado pelo sol; permanência ao ar livre; cuidados corporais.

Remédios caseiros. Banhos de água salina (adição de 450 a 2.250 gramas de sais de Stassfurt, segundo as idades), ou banhos de lírio amarelo (adição de uma infusão quente de 450 a 900 gramas de raiz de lírio).

Friccionar com sabão gordo, negro, de dois em dois dias (dissolve-se uma colher, das de sopa, dêste sabão em pouca água quente, friccionando com êle durante uns dez minutos o peito, as espáduas, braços e pernas). Também actua com bons resultados as fricções com alcool francês. Durante os meses de inverno (meses com *R*) óleo de fígado de bacalhau (uma colher, das de sopa ou de chá, duas vezes ao dia); o óleo escuro é mais eficaz do que o clarificado. Infusão de agriões, cascas de azinheiro, amores-perfeitos, fôlhas de nogueira (meia colher, das de chá, por chávena); vermute (duas colheres, das de café, por chávena, ministrando umas colherzitas de três em três horas); café de bolotas (uma colher, das de sopa, por chávena de água fervente, deixando-as em maceração durante meia hora.

Homeopatia. Calcar. carbón. D. 15, uma pastilha cada dia; mercur. solub. D. 15, uma pastilha em cada dia; sulfur. D. 15; uma pastilha por dia.

ESTOMAGO (Cancro — Carcinoma)

Afecção sumamente grave que costuma aparecer depois dos quarenta anos; na sua fase inicial é difícil estabelecer o diagnóstico, mesmo por médicos experimentados. Enfraquecimento, má côr, moléstias gástricas, tumefacção dos gânglios linfáticos por cima da clavícula esquerda, são sintomas que devem despertar suspeitas; são característicos os vômitos semelhantes a bôrras de café.

Tratamento. Na fase inicial, está indicado o tratamento cirúrgico. Alimentos de fácil digestão, com a consistência de papas. Cuidar em que as evacuações sejam regulares; laxativos simples.

Remédios caseiros. Havendo dores, parches de Priessnitz ou cataplasmas quentes. Acido clorídrico diluído, três vezes ao dia, cinco gotas em meio cálice de água depois das refeições; infusão de aspergilo.

Homeopatia. Beladona D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia.

ESTOMAGO (Catarro — Gastrite)

Causas. Faltas de regime ; comer ou beber em excesso ou, também, demasiadamente quente, demasiadamente frio ; abuso do alcool e do tabaco ; alimentos avariados ; matérias tóxicas.

Manifestações. Perda do apetite, náuseas, dores de cabeça, sensação de vertigem.

Sintomas. Língua saburrosa, vômitos frequentes ; região gástrica sensível à pressão ; prisão de ventre frequente, seguida de diarreia ; mau hálito. Temperatura às vezes febril.

Diagnóstico. Fácil ; contudo, o catarro gástrico pode ser, também, um sintoma de muitas outras doenças.

Prognóstico. Grave somente nas crianças pequenas e pessoas de idade debilitadas ; continuando as causas mórbidas, a doença torna-se crónica.

Tratamento. Alimentação líquida, escassa (cozimento de aveia, chá) ; nem café, nem leite. Se o doente se sente oprimido, cama.

Remédios caseiros. Parches de Priessnitz. Ácido clorídrico diluído, três gotas em meio cálice de água, três vezes ao dia ; havendo arrotos ácidos, três vezes ao dia a quantidade de magnésia calcinada que caiba na ponta de uma colher ; dez a quinze gotas de valeriana numa colher, das de sopa, de água ; infusão de camomila (uma colher, das de sopa, por chávena), funcho (duas colheres, das de sopa, por chávena).

Homeopatia. Ipeca D. 4, uma pastilha três vezes ao dia ; havendo dores, brionia D. 4, uma pastilha três vezes ao dia ; na forma crónica, nux. vom. D. 4, uma pastilha por dia.

ESTOMAGO (Dilatação)

Causas. Produzida pela excessiva carga do estômago com alimentos sólidos e líquidos ou por se ter apertado o orifício inferior do estômago (cicatrizes, cancro, aderências do piloro).

Manifestações. Sensação de estiramento; muitas vezes, sede violenta, pouca disposição para o trabalho, mau-humor.

Sintomas. Língua saburrosa; ruído de chapinhar ao mover a região gástrica; de vez em quando, vômitos abundantes, seguidos de tranqüilidade durante algum tempo.

Diagnóstico. Fácil, nos casos pronunciados.

Prognóstico. Estabelecer-se-á, segundo as causas.

Tratamento. Poucos líquidos, alimentação moderada e regulada.

Remédios caseiros. Todos os dias, uma colher, das de café, de sais de Carlsbad, num copo de água; tintura de vermute (uma parte de vermute para cinco partes de alcool, deixar uma semana e, depois, filtrar), tomar dez gotas numa colher, das de sopa, de água, três vezes ao dia.

Homeopatia. China D. 3, uma pastilha três vezes ao dia.

ESTOMAGO (Úlcera gástrica)

Causas. Aparece, com maior freqüência, entre os dezasseis e trinta anos e no sexo feminino; a anemia e o aumento considerável de ácidos no suco gástrico, favorecem a doença.

Manifestações. Podem faltar completamente; porém, quasi sempre, há dores na região gástrica, que irradiam até às espáduas, de meia a uma hora após as refeições.

Sintomas. Língua quasi sempre limpa; muitas vezes, dores, à pressão, num ponto circunscrito do estômago; às vezes, também, estando em decúbito dorsal, pressão dolorosa sobre a apófise de uma vértebra dorsal. Com freqüência, existem pirose e vômitos (principalmente de sangue não espumoso, com uma coloração escura). Amiúde, dejectões irregulares, de côr negra, depois das hemorragias.

Diagnóstico. Nem sempre é fácil. Ao aparecer um vômito de sangue pode julgar tratar-se, também, de sangue ingerido em conseqüências de hemorragias do nariz ou dos pulmões. Contra o cancro do estômago depõe, principalmente, a idade juvenil e o aumento do conteúdo de ácido clorídrico no estômago.

Prognóstico. A maior parte das úlceras terminam pela cura; porém, não são raras as recaídas. A cicatriz que se forma pode provocar uma alteração na forma do estômago (forma de relógio de areia, apêto do piloro); por outro lado, pode ser uma das causas de uma produção cancerosa mais tardia. Os principais perigos que oferece a úlcera gástrica são as hemorragias abundantes e a perfuração da cavidade abdominal.

Tratamento. Alimentação ligeira, líquida (leite, caldos); proibidos, especialmente, o café, o pão escuro, legumes, fruta crua. Nos vômitos de sangue, decúbito dorsal e ingerir bocados de gelo e chá frio.

Remédios caseiros. Parches de Priessnitz ou de linhaça. Na hemorragia, saquinhos de gelo na região gástrica. Diariamente, meia colher, das de café, de sais de Carlsbad por copo de água; tintura de arnica (uma parte de flor de arnica para dez partes de álcool), vinte gotas para uma chávena de água, tomando uma colher, das de sopa, de duas em duas horas; infusão de aspergilo, uma colher, também das de sopa, de duas em duas horas. Nos casos de hemorragia, infusão de cascas de azinheiro, de bôlsa de pastor (uma colher, das de café, por chávena; para tomar uma colher, do mesmo tamanho, de meia em meia hora).

Homeopatia. Beladona D. 4, uma pastilha três vezes ao dia; havendo hemorragia, hamamelis D. 4, uma pastilha três vezes ao dia.

ESTOMATITES (Ulcerosa)

Causas. Muitas vezes, falta de limpeza da bôca (dentadura suja, sarro dentário); outras, contágio; intoxicações pelo mercúrio ou pelo bismuto.

Manifestações. Ardor na bôca, gôsto a pôdre, dificuldade em ingerir os alimentos.

Sintomas. A mucosa da cavidade bucal está rôxa; as gengivas tumefactas, frouxas, sangrando com facilidade. Nos casos graves, produzem-se úlceras de mau aspecto; a língua, saburrosa está, às vezes, inflamada e inchada; salivação abundante, hálito fétido; com freqüência, febre bastante elevada; gânglios cervicais tumefactos; dentes frouxos. A inflamação do fundo da cavidade bucal constitui uma enfermidade especial denominada doença ou angina de Ludwig.

Diagnóstico. Não é difícil; é preciso diferenciá-la do escorbuto e da sífilis.

Prognóstico. Quási sempre favorável dentro de pouco tempo, excepto nos casos graves. A angina

de Ludwig pode dar lugar a sintomas graves, que requerem uma intervenção cirúrgica.

Tratamento. Alimentos líquidos suaves (leite, caldos, ovos).

Remédios caseiros. Bochechar com uma solução de borato de sódio (a quantidade que caiba na ponta de uma colher, das de chá, dissolvida em um copo de água), infusão de salva, sumo de bagas de sorva, água dentífrica (electróbio). Pincelar as gengivas com tintura de mirra.

Homeopatia. Nitric ácidum D. 6, uma pastilha de três em três horas; borax D. 4, uma pastilha de três em três horas.

FARINGITE CRÔNICA

Causa. Irritação constante da mucosa pelo álcool, tabaco, pó, fumo. É freqüente nos indivíduos que sofrem de suores nos pés.

Manifestações. Sensação incômoda de cócegas e secura na garganta.

Sintomas. A mucosa faríngea está engrossada, arroxeadada e granulosa, tumefacta, ou adelgada nos casos adiantados, sêca e reluzente. No primeiro destes casos há, muitas vezes, secreção de uma mucosidade viscosa, expectoração com fôrça, a modo de gargarejo e que, nos bebedores inveterados, pode produzir obstrução e vômitos matutinos.

Diagnóstico. Fácil ao examinar a faringe.

Prognóstico. Continuando a exercer a sua acção as causas nocivas, não é possível conseguir uma cura duradoira.

Tratamento. Abstenção de alimentos fortemente condimentados; proibidos o álcool e o tabaco.

Remédios caseiros. Contra o suor dos pés polvilhar as meias de lã com pós salicílicos; tomar com regularidade pedilúvios tépidos, seguidos de fricções com álcool. Pela manhã e à noite tomar um copo de água quente com um pouco de sais de Ems. Tôdas as manhãs se deitará, alternativamente, no interior das fossas nasais, umas gotas de solução de sal comum (a quantidade que caiba na ponta de uma colher, num copo de água); sem os engulir, gargarejar com suco diluído de bagas de sorva; infusão de malvas e salva.

Homeopatia. Rhus. tox. D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia (suor dos pés); drosera D. 15, uma pastilha duas vezes ao dia; spongia D. 15, uma pastilha duas vezes ao dia.

FEBRE DE FENO (Asma dos ceifeiros)

Causa. Produzida pelo pólen das ervas, espalhado pelo ar. Têm tendência para esta doença especialmente os indivíduos de meia idade.

Manifestações. Sensação de ardor no nariz; espirros fortes e continuados; secreção das lágrimas, fotofobia, alterações no estado geral (cefalalgia, inaptidão para o trabalho); ataques de asma, em especial durante a noite.

Sintomas. A mucosa nasal e a conjuntiva estão arroxeadas; as pálpebras inchadas; catarro da laringe e da traqueia; na maior parte dos casos, pequeno aumento de temperatura.

Diagnóstico. Fácil de estabelecer.

Prognóstico. Ao terminar a efflorescência (de Abril até Junho) desaparecem os sintomas da doença. Costumam ser raras as alterações graves que ela provoca.

Tratamento. São muito poucos, de entre os muitos remédios recomendados, os que têm produzido

resultado. Os indivíduos predispostos à febre dos fenos devem evitar a permanência, na proximidade dos campos, na época da efflorescência.

Remédios caseiros. Cal, sob a forma farmacêutica, misturada com os alimentos (quanto caiba na ponta de uma colher) três vezes ao dia; começar o tratamento bastante tempo antes da época da floração.

Homeopatia. Aconitum D. 4, alternando com beladonna D. 4, uma pastilha de quatro em quatro horas.

FEBRE INTERMITENTE (Malária)

Causa. Parasitas que vão para o sangue por meio das picadas dos mosquitos, nas regiões palustres.

Manifestações. Sensação de se encontrar gravemente doente; dores de cabeça, nuca e membros.

Sintomas. De uma a três semanas depois do contágio começa, rapidamente, com grandes calafrios e subida rápida da temperatura até 40 a 41,5° (esta fase do frio dura de uma a duas horas). A temperatura continua a ser aproximadamente a mesma (fase do calor, de três a quatro horas) para logo ir diminuindo com suores intensos (fase do suor). Estes ataques podem manifestar-se todos os dias ou só de três em três (terçã), quatro em quatro (quartãs) ou cinco em cinco. Tumefacção considerável do baço; com freqüência, vesículas nos lábios.

Diagnóstico. É positivo quando se comprova ao microscópio a existência dos parasitas no sangue. Ao princípio, pode confundir-se com os calafrios provenientes de intoxicações do sangue.

Prognóstico. A enfermidade tem tendências para

recaídas. São doenças consecutivas: a debilidade geral, a anemia, as afecções gástricas e intestinais, hepáticas e esplênicas.

Tratamento. É necessária a assistência médica. O doente deve conservar-se na cama; na fase do frio, abrigo conveniente no leito; na do calor, abrigo ligeiro.

Remédios caseiros. Infusão de cascas de álamo branco ou de azinheiro (duas colheres, das de café, de cada por chávena); raiz de lírio amarelo (uma colher, das de café, por chávena), fôlhas de sorva, losna, vermute.

Homeopatia. China D. 4, uma pastilha de três em três horas; ipeca D. 4, uma pastilha de três em três horas.

FLORES BRANCAS

Tem êste nome tôda e qualquer secreção, não sanguinolenta, dos órgãos sexuais femininos. A secreção pode ser esbranquiçada, amarelenta ou esverdeada e provocar ardor ou escoriações nos órgãos genitais. Na maioria dos casos, existem afecções na vagina ou na matriz, com menos freqüência, nos ovários e trompas. Como causas podem considerar-se a anemia e escrófulas, resfriamentos e molhadelas, coisas pouco convenientes durante a menstruação, depois de ter dado à luz ou ter abortado.

Tratamento. Ter em consideração a afecção casual: exige a inspecção médica.

Remédios caseiros. Infusão de urtigas brancas (uma colher, das de café, para duas chávenas; tomar uma pela manhã e a outra à noite). Lavagens com água de cozimento de cascas de azinheiro (duas colheres, das de sopa, para um litro de água); alúmen (uma colher, das

de sopa, para um litro de água); ácido pirolenhoso (uma colher, das de sopa, para um litro de água).

Homeopatia. Nitric ácidum D. 6, uma pastilha três vezes ao dia; China D. 4, uma pastilha duas vezes no dia; pulsatilla D. 4, uma pastilha duas vezes por dia.

GANGRENA DA BOCA (Noma)

Destrução gangrenosa das maxilas, com inchação das partes vizinhas e dos gânglios do maxilar inferior. É uma doença que raras vezes se apresenta e, em geral, nas crianças magras, depois de uma doença infecciosa (sarampo, escarlatina, tifóide). Costuma terminar, fatalmente, por complicação pneumónica e intoxicação do sangue.

Tratamento. É indispensável a assistência médica, para destruir, precocemente, o foco gangrenoso. Alimentação muito nutritiva.

Remédios caseiros. Água boratada (o dôbro de bórax do que cabe na ponta de uma colher para um copo de água ou chá de salva, para bochechar); pincelar a mucosa com tintura de mirra.

Homeopatia. Mercur. solub. D. 6, uma pastilha duas vezes por dia.

GONORREIA (Blenorragia)

É uma doença sexual contagiosa. Começa dois ou três dias depois da infecção por ardor na uretra, que vai aumentando até produzir dor, principalmente durante a micção. Inflamação da mucosa da uretra, com secreção de um fluxo escasso ao principio, mas abundante depois. Com um tratamento apropriado, pode conseguir-se a cura nalgumas sema-

nas; de outro modo, chega a tornar-se crônico. A gonorreia não é, como muitos julgam, uma doença sem importância. As suas complicações são: extensão do processo inflamatório à próstata, bexiga, pelve, aos úteres e rins, na mulher, estende-se à matriz, trompas e ovários, chegando a ser a causa mais freqüente das enfermidades da mulher. A infecção da conjuntiva pelo pús pode acarretar graves doenças dos olhos, chegando à perda da vista. Como incômodos consecutivos da gonorreia, podem mencionar-se os apertos uretrais e doenças pseudo-reumáticas, nalgumas articulações.

Tratamento. É de aconselhar ir consultar um médico, imediatamente; descanso e alimentação não irritante; proibidos o álcool, o café, as bebidas gasosas; pode permitir-se o vinho tinto em quantidade moderada, não a cerveja.

Remédios caseiros. Uso de suspensórios testiculares, no homem. Ingestão abundante de infuso de tília, óleo de sândalo (seis gotas em leite de três em três horas). Havendo cistite, decocção de fôlhas de uva ursina (duas colheres, das de café, para três chávenas de água, deixando-as reduzir a duas, pela fervura) tomar uma chávena pela manhã e outra à noite.

Homeopatia. Cannabis D. 3, uma pastilha de duas em duas horas; havendo cistite: cantharis D. 15, uma pastilha tomadas três vezes no dia.

GOTA (Artrite úrica)

Causa. Herança; com freqüência, vida excessivamente regalada e alcoolismo; intoxicação pelo chumbo (pintores, tipógrafos e tôdas as pessoas que trabalham com chumbo). Está sumamente relacio-

nada com a obesidade, diabetis, artério-esclerose, atrofia dos rins.

Manifestações. Muitas vezes, fracas dores nos músculos e articulações; ao iniciar-se o ataque de gota, violentas dores repentinas nas articulações atacadas.

Sintomas. Nos ataques de gota, as articulações (com maior freqüência, a da falange do dedo médio do pé ou a articulação do joelho) estão inchadas; a pele que as reveste está rôxa, tensa. Febre moderada (38,5 a 39°). Na forma crônica, as articulações atacadas estão inchadas e rígidas. Encontram-se nódulos uráticos (tumores-tôfos) preferentemente no pavilhão da orelha, no tecido mole do cotovelo, dos joelhos e dos dedos.

Diagnóstico. É, em geral, fácil, reconhecendo o aspecto físico e as alterações articulares.

Prognóstico. Favorável, tratando-se de ataques isolados. O desleixo da doença leva ao perigo de uma doença consecutiva dos rins.

Tratamento. Conservar-se deitado durante os ataques; dieta rigorosa; proibido o alcool e os alimentos doces e ácidos. Como medida preventiva, depois do ataque, alimentação de preferência vegetal, especialmente verduras frescas, salada temperada com limão e frutas. Bastante movimento corporal.

Remédios caseiros. Parches de Priessnitz sôbre as articulações atacadas. Como medida preventiva, depois do ataque, tomar, diàriamente, uma garrafa de água mineral alcalina. Apesar disto, é útil o emprêgo prudente da cura pelo limão (o sumo prensado ou espremido de um limão diluído num pouco de água, três vezes ao dia).

Infusão de fôlhas de álamo branco, fôlhas de morangueiro, hipericão, erva de S. João.

Homeopatia. Durante o ataque: aconit. D. 4, uma pastilha de três em três horas; colchic. D. 4, uma pastilha de três em três horas.

GRIPE (Influenza)

Causas. Infecção pelos bacilos da influenza; nalgumas épocas, apresenta-se sob a forma epidémica. Favorecem a doença os resfriamentos e as molhadelas.

Manifestações. Extraordinária lassidão; dores na cabeça, membros, espáduas e região lombar; dores compressivas nos olhos, sobretudo ao efectuar movimentos rápidos.

Sintomas. Aparece, de-repente, uma sensação de frio e febre (até 40,5°), resfriado, rouquidão, tosse (forma catarral da gripe). Com menor frequência, aparecem vômitos, diarreia, dores no ventre (gripe gástrica ou intestinal), ou dores violentíssimas na cabeça, espáduas, membros, juntas a uma grande inquietação (forma nervosa). Nos casos mais graves, entorpecimento, delírio, letargo, sintomas de paralisia (gripe cerebral). Em tôdas as suas formas tendências características para as hemorragias (nasais, uterinas, intestinais).

Diagnóstico. Não é difícil formulá-lo, nos casos típicos da enfermidade; aparição rápida dos sintomas (ao contrário do que sucede na tifóide).

Prognóstico. Nos casos ligeiros, curso favorável, com o restabelecimento em menos de uma semana; nos casos mais graves, a doença prolongar-

-se-á até semana e meia. Como contra partida, a convalescença é muito demorada e, muitas vezes, fica uma certa debilidade cardíaca, como afecção secundária. Apresenta, como complicações, a otíte média e (especialmente nos indivíduos velhos e debilitados) a pneumonia com pleuresia. A gripe cerebral é, sempre, muito perigosa.

Tratamento. Conservar-se de cama, manter o quarto um tanto escuro, dieta líquida.

Remédios caseiros. Provocar o suor bebendo limonada quente ou infusão de tilia (uma colher, das de chá, para duas chávenas), camomila (uma colher, das de sopa, por chávena), sabugueiro, malva, verbasco, flores cor-de-rosa.

Homeopatia. Aconit. D. 4, uma pastilha de três em três horas; pulsatilla D. 4, uma pastilha de três em três horas; rhus. toxic. D. 4, uma pastilha cada três horas.

HEMOFILIA

Tendência innata e considerável para hemorragias intensas. Lesões ou intervenções cirúrgicas insignificantes (extrações dentárias) podem ocasionar temíveis perdas de sangue. Esta tendência parece diminuir nas idades avançadas. Como medida preventiva, devem evitar-se, o mais possível, as lesões e as intervenções cirúrgicas.

Tratamento. Ao manifestar-se a hemorragia, (V. *Hemorragias*).

HEMOGLUBINÚRIA

Pode encontrar-se sangue nas urinas, nas doenças da uretra, bexiga, útero e rins. Também se pode

encontrar quando se dê uma perda importante de glóbulos vermelhos como, por exemplo, nas intoxicações pelo clorato de potássio, escarlatina, tifo e malária. A expulsão do sangue, sob a forma de ataque, também se apresenta como enfermidade independente. Neste caso (e, geralmente, depois de resfriamentos ou de excesso de trabalho), o doente, preso de mal-estar e de calafrios, expulsa uma urina de côr pardo-arroxeadada e até negra. Muitas vezes, há inchação do baço e do fígado. Parece que se acham sujeitos a esta espécie de ataques os indivíduos que sofreram de sífilis. Os ataques costumam ser de curta duração e podem repetir-se durante muitos anos. É doença pouco comum.

Tratamento. Para averiguar a procedência do sangue é preciso solicitar a assistência de um médico. Conservar-se na cama; beber abundantemente.

Remédios caseiros. Infusão de verónica (dez gramas por chávena), decocção de uva ursina (duas colheres, das de café, para três chávenas de água reduzindo-as, pela fervura, a duas). Tomar uma chávena pela manhã e à noite.

Homeopatia. Cannabis D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia; beladona D. 15, uma pastilha duas vezes ao dia.

HEMORROIDAL

Causa. Congestões do plexo-venoso do anus e do recto, devido a alterações locais ou gerais da circulação sanguínea; gravidez, tendência a prisões de ventre, úlceras rectais, cancro, doenças pulmonares, cardíacas e hepáticas. Também para êle contribuem a vida sedentária e as profissões que forcem a estar permanentemente de pé. Apresentam-se, com

maior freqüência, nos indivíduos de idade avançada.

Manifestações. Prurido e ardor no anus; secreção de mucosidades, hemorragias; dores violentas quando há inflamação e estrangulação do anus pelo músculo esfíncter.

Sintomas. Nódulos de cor azulada e do tamanho de um grão de bico até ao de uma noz no anus (hemorroidas externas), ou dentro da ampola rectal (hemorroidas internas); o seu tamanho é variável segundo o estado de plenitude das veias dilatadas.

Diagnóstico. Fácil; porém, é importante vigiar as enfermidades causadoras da doença; impõe-se um exame minucioso do recto, temendo a existência do cancro.

Prognóstico. Depende da causa; favorável nas congestões sem complicações.

Tratamento. Provocar a evacuação diária; lavar o anus depois de cada uma destas; recolher à cama se houver inflamação. Proibidos o café, o chá, a cerveja, o vinho e alimentos condimentados; o regime vegetal é muito recomendado.

Remédios caseiros. Banhos de assento; aplicação de gelo no caso de haver inflamação. Tomar pela manhã e à noite uma colher, das de sopa, de parafina líquida, da farmácia, ou, à noite, uma das mesmas colheres de pós purgativos. Também se pode aconselhar decocções de folhas de urtigas, de cascas de trigo quebrado e moído (ferver durante meia hora) e dente de leão. Existindo inflamação hemorroidal, pomada bórica ou de populeão (uma parte de rebentos de álamo fervidos com duas de gordura de veado e passados por um pano ralo).

Homeopatia. Sulfur. D. 15, uma pastilha pela manhã e, ao mesmo tempo, nux. vómica D. 15, uma pastilha tomada uma hora antes das refeições; hypiricum D. 3, uma pastilha duas vezes ao dia.

HÉRNIA (Estrangulação)

No decorrer de poucas horas dá lugar a sintomas graves. Por êste motivo, é necessário chamar o médico no caso em que não seja fácil reduzir a hérnia.

Remédios caseiros. Elevar as nádegas em decúbito dorsal, com o auxílio de almofadas; parches frios.

Homeopatia. Nux. vom. D. 4, uma pastilha de três em três horas, alternando com aurum D. 6, uma pastilha cada três horas.

HERPES ZOSTER

Apresenta-se sob a forma de vesículas que seguem o trajecto de um nervo, dispondo-se em grupos, quási sempre semi-circulares, à roda do peito, na região dos nervos intercostais. Antes de aparecerem as vesículas, emquanto dura a erupção e, também depois de esta ter desaparecido, costuma haver dores violentas que impedem o sono; observa-se alguma elevação de temperatura. A doença não é contagiosa, nem tem qualquer relação com a erisipela.

Tratamento. Conservar-se na cama, se houver febre e dores violentas.

Remédios caseiros. Limonada quente; infuso de flores de sabugueiro. Para acalmar, infusão de fôlhas de cidreira (uma colher, das de chá, por chávena de água). Cobrir as vesículas com pó de arroz, trigo, vazenol ou, também, com gaze em que se applicou pomada bórica.

Homeopatia. Aconit. D. 15, uma pastilha cada três horas, alternando com opium D. 6, uma pastilha cada três horas; gelsemium D. 4, uma pastilha cada três horas.

HIDROCEFALIA

Denomina-se assim o aumento crescente da cabeça nas primeiras semanas ou meses de vida, devido à acumulação de líquidos nas cavidades do cérebro. A circunferência da cabeça, pode chegar, no primeiro ano de vida, a atingir 60 a 80 centímetros e mais (a circunferência normal, num recém-nascido é de 39 a 40; com um ano, 45; e, aos doze anos, 50 centímetros). Nalguns casos, a hidrocefalia pode já existir no feto e constituir um obstáculo para o parto. As fontes e suturas estão muito abertas, a cara fica reduzida, os olhos costumam estar dirigidos para baixo. Estas criaturas ficam atrasadas no seu desenvolvimento intelectual, com propensão a espasmos da glote e convulsões gerais. O fim da doença costuma ser fatal; poucas são as crianças que chegam ao quinto ou sexto ano de vida.

Tratamento. Deve consultar-se imediatamente o médico; mais ainda no caso de evacuação eventual do líquido.

Remédios caseiros. Banhos a cuja água se adicionam sal de Stassfurt (450 a 1.350 gramas, segundo a idade do doente). Durante três a quatro dias, fricções na região mais alta da cabeça com um pouco de pomada cinzenta, do tamanho de um grão de bico. Obtém-se uma excitação ainda mais intensa com a fricção dada com pomada de tártaro hemético (quantidade do tamanho de um grão). Pode repetir-se a fricção depois de curada a inflamação cutânea que foi produzida pela pomada.

Homeopatia. Circ. cyanat. D. 15, uma pastilha duas vezes ao dia.

HIDROTÓRAX

É constituído por uma acumulação de líquido na cavidade da pleura, sem processo inflamatório, diferenciando-se destes por não haver derrame pleurético, como sucede com o último. O primeiro apresenta-se como um sintoma parcial da hidropisia generalizada em especial quando o coração e os rins estão enfermos. As manifestações consistem em tosse, diarreia, angústia, dores no peito.

Tratamento. Instituir-se-á segundo a manifestação casual.

Remédios caseiros. Infusos diuréticos (espécies diuréticas), uma colher, das de sopa, para duas chávenas, uma de manhã e outra à noite; infusão de fôlhas de álamo branco, água Wernaz (Bruckenu), um copo grande, cheio, três vezes ao dia.

Homeopatia. Arsénicum D. 6, uma pastilha duas vezes ao dia, alternando com china D. 3, uma pastilha duas vezes ao dia.

HIPERTROFIA DAS AMÍGDALAS

Encontra-se, principalmente, nas crianças escrofulosas e linfáticas. Nestes casos, estão muitíssimo inchadas não só as amígdalas do palatino, como a amígdala faríngea que se acha na cavidade nasofaríngea e que, por isso, não é directamente visível. A palavra adquire um tipo fanhoso; as crianças dormem com a bôca aberta, roncando.

Tratamento. A redução, pelo tratamento operativo, só se deve efectuar em casos excepcionais.

O tratamento curativo deve ser dirigido contra a escrófula (v. *Escrófulas*); alimentação adequada, cuidados com a pele e vida activa ao ar livre e ao sol.

Remédios caseiros. Banhos a cuja água se adicionou sal de Stassfurt (1.350 a 2.250 gramas); fricções com alcohol; gargarejos com infusões de malva ou violetas.

Homeopatia. Lachesis C. 5, uma pastilha por dia.

HISTERISMO

Causas. Doença hereditária (famílias nervosas), educação incorreta, transtornos da vida sexual, trabalho intelectual excessivo. Mais freqüente na idade juvenil e madura.

Manifestações. Geralmente, os incómodos que acusam as enfermas são pouco comparados com os que hão-de sofrer as pessoas que as rodeiam. Irritabilidade, descontentamento, caprichos, queixas de tôda a espécie de transtornos e dores; sensação de uma bola que lhes sobe e desce pela garganta. Nos casos graves: impossibilidade de andar e de falar; convulsões, paralisia.

Sintomas. Falta de sensibilidade em todo um lado do corpo (preferentemente, o esquerdo) e das mucosas; hiperestesia em certos pontos da pele; sensações anormais nos intestinos. Paralisia de uma ou ambas as partes do corpo ou de um só membro. Impossibilidade de andar e de estar de pé, estando intacta a mobilidade e a fôrça das pernas, quando o corpo está deitado. Convulsões ou paralisia de um músculo isolado, ou de todo um grupo muscular. Ataques de riso, pranto e bocejos.

Diagnóstico. Fácil em muitos casos e sumamente difícil noutros. Mediante um exame minucioso, podem excluir-se doenças mais graves, devidas a lesões anatómicas. Por vezes, os ataques assemelham-se aos da epilepsia, porém, no histerismo, faltam as lesões (mordeduras da língua), as pupilas conservam a sua reacção no histerismo.

Prognóstico. Em geral, é favorável, se se seguir um tratamento adequado.

Tratamento. Vigorizar o estado geral orgânico por meio de uma alimentação apropriada, sendo preferíveis o leite e os vegetais. Permanência demorada, no campo ou na montanha.

Remédios caseiros. Infusão de valeriana, melissa, arruda, erva de S. João, chicória, asperilha.

Homeopatia. Coffea D. 3, uma pastilha duas vezes ao dia.

ICTERÍCIA CATARRAL

Causas. Falta de regime; resfriamentos; desgostos graves.

Manifestações. Perda do apetite. Náuseas; cardialgia; arrotos, prisão de ventre (ao princípio, às vezes, diarreia); cefalalgia; completa inaptidão para o trabalho.

Sintomas. Coloração amarela da pele e de tôdas as mucosas visíveis, muito pronunciada no palatino duro e na conjuntiva ocular; urinas côr de cerveja escura ou acajú; dejeções argilosas; fígado sensível à pressão; pulso retardado 64-50 por minuto); prurido.

Diagnóstico. Existem sintomas parecidos na intoxicação aguda pelo fósforo. É preciso eliminar os cálculos biliares.

Prognóstico. Cura no espaço de tempo de dias a quatro semanas, na maioria dos casos.

Tratamento. Alimentação leve, pobre em gorduras; proibido o leite.

Remédios caseiros. Parches de Priessnitz; banhos quentes. Pela manhã, em jejum, uma colher, das de café, de sal de Carlsbad, artificial, num copo de água quente. Três vezes ao dia, antes das refeições, dez gotas de tintura aquosa de ruibarbo; infusão de folhas de urtigas, bôlsa de S. João, dente de leão, centáurea, aspérula.

Homeopatia. Podophyllum D. 3, uma pastilha três vezes ao dia; mercur. sol. D. 6, uma pastilha três vezes ao dia.

ICTERÍCIA DOS RECÉM-NASCIDOS

Coloração amarela que se apresenta na pele e mucosas dos recém-nascidos, do segundo ao quarto dia de vida, mas que, porém, não oferece qualquer importância e desaparece de per si, ao fim de 8 a 10 dias, sem que seja preciso tratamento.

INCONTINÊNCIA NOCTURNA DA URINA (Enurese)

Causas. Debilidade do esfíncter do colo da bexiga; estreiteza do prepúcio; predisposição nervosa; vermes, resfriamento. Costuma atacar os rapazes até aos catorze anos.

Manifestações. Micção involuntária durante o sono; às vezes, também, durante o dia; debilidade da bexiga (vontade freqüente de urinar).

Sintomas. Às vezes, albumina e açúcar na urina; inflamação das partes sexuais; preguiça intestinal, com acumulação de escrementos grossos, endurecidos; cálculos da bexiga. Com freqüência, não existem quaisquer sintomas especiais.

Diagnóstico. Depreende-se da observação.

Prognóstico. Costuma ser uma doença prolongada; na maioria dos casos, pode haver melhora e cura.

Tratamento. Deve eliminar-se o apêrto do prepúcio, por meio de uma operação ou da inflamação das partes sexuais (parches com infusão de cochonilha). Não tomar nenhuma bebida durante a noite; nem, em geral, alimentos muito condimentados ou salgados.

Remédios caseiros. Devem ser elevados os pés da parte debaixo da cama; de manhã e de tarde, meia chávena de infusão de erva de S. João (duas colheres, das de café, por chávena) ou de milfurada.

Homeopatia. Plântago mayor D. 3, uma pastilha duas vezes por dia; viburnum opulus D. 3, uma pastilha duas vezes por dia.

INFECÇÃO PURULENTA (Pihomia)

Causas. Introdução de bacilos (cocos virulentos) no sangue. Estes podem chegar à corrente sanguínea através de feridas ou pequenas lesões ou pelo carbúnculo, úlceras, abcessos. A infecção também pode nascer do nariz, ouvido médio e, consecutivamente, a inflamação da garganta (escarlatina, difteria), é muito perigosa a *febre puerperal*, afecção que

frequentemente aparece em seguida aos partos ou abortos.

Manifestações. Sensação de se achar gravemente enfermo. Dores de cabeça, da região lombar, musculares, ossos e articulações.

Sintomas. Comêço rápido com febre e calafrios. Os vasos linfáticos próximos do ponto de entrada da infecção estão vermelhos e visíveis como estrias arroxeadas (linfangite); os gânglios linfáticos atacados estão inchados e dolorosos à pressão (adenite); os sintomas são variáveis segundo a localização do tóxico nos diferentes órgãos. Muitas vezes, são atacadas as articulações e a medula dos ossos (*osteomielite aguda*).

Diagnóstico. Nem sempre é fácil formulá-lo, em virtude da grande variedade que o quadro clínico apresenta; é de extraordinária importância a análise do sangue.

Prognóstico. Sempre grave; depende da intensidade da infecção e dos meios de defesa orgânicos de que o corpo dispõe.

Tratamento. Em vista da gravidade e da incerteza do diagnóstico, é preciso recorrer prontamente ao médico. Os vasos e gânglios linfáticos inflamados devem ser tratados com parches de argila ácida (uma colher, das de chá, para um copo de água).

Remédios caseiros. Cozimento de cascas de trigo pisado (duas colheres, das de café, para duas chávenas de água; deixar ferver durante meia hora); tomar uma colher, das de sopa, de duas em duas horas.

Homeopatia. Acónitum D. 4, uma pastilha de duas em duas horas.

INFLAMAÇÃO DO INTESTINO DELGADO

Causas. Acumulação de matérias fecais no intestino delgado e outros corpos estranhos (principalmente caroços de frutas) no apêndice vermicular.

Manifestações. Quási sempre, dores repentinas no lado direito da parte inferior do abdómen; às vezes, vômitos; quási sempre, prisão de ventre; dificuldade na evacuação da urina.

Sintomas. Febre; região do intestino delgado sensível à pressão; tensão das paredes abdominais. Se a evolução da doença continuar, desenvolve-se um tumor doloroso no intestino delgado, com tumefacção do ventre.

Diagnóstico. Na mulher é, às vezes, difícil distingui-la da inflamação do ovário direito. Também se pode suspeitar um ataque doloroso agudo de colelitíase ou nefrolitíase.

Prognóstico. Em geral, cura no espaço de uma a três semanas. Há, sempre, a temer a consecutiva ruptura, seguida de uma peritonite generalizada (grave). Repetição freqüente em épocas posteriores.

Tratamento. Em vista da gravidade da doença, é preciso chamar um médico. Alimentação líquida (leite, cozimento de aveia, chá). Quando a inflamação aumentar, decúbito dorsal; comer pedaços de gelo; tomar o chá em pequenas quantidades (às colheres).

Remédios caseiros. Nos casos leves, envoltórios de Priesnitz; nos casos graves, saco de gelo. Nos casos muito recentes, uma colher, das de sopa, de óleo de ricino; mais tarde, evitar os purgantes.

Homeopatia. Aconit. D. 4, uma pastilha de três em três horas.

INSÓNIA

Pode ser provocada por dores, febre, falta de movimento, circulação defeituosa, estômago cheio, uso de excitantes (café, chá), sobreexcitações, trabalho intelectual excessivo. Há uma outra espécie de insónia, a nervosa, cuja causa se deve procurar na debilidade nervosa ou em uma doença mental.

Tratamento. Instituir-se-á segundo a causa. A insónia nervosa combate-se com o movimento activo ao ar livre, alimentação apropriada, dando a preferência ao regime vegetal, supressão do café e do chá. Quarto de cama amplo, bem arejado e afastado de ruídos.

Remédios caseiros. Á noite, um banho tépido; envoltório úmido das extremidades inferiores até às barrigas das pernas; beber, antes de adormecer, um copo de água tépida açucarada. Um meio inofensivo e excelente é o uso dos comprimidos de Foligan (de fôlhas de laranjeira que se vendem nas farmácias) um ou dois para um copo de água quente a que se adiciona açúcar.

Homeopatia. Coffea D. 15, uma pastilha de quatro em quatro horas, da parte da tarde.

LARINGITE

Causas. Resfriamentos, respiração de fumo e de gases perniciosos; excessos na emissão de voz ou canto, gritos. Muitas vezes, aparece com o catarro bronquial.

Manifestações. Ardor, picadas e secura da garganta; dor muito pequena.

Sintomas. Rouquidão, voz apagada até chegar à

afonia; tosse (áspera, rouca, semelhante aos ladridos). No catarro agudo, costuma haver um pouco de febre. Nas crianças, pode dar lugar, a laringite aguda a uma intensa dispneia (pseudo-crup), que só costuma aparecer durante a noite, com tosse crupal, canina, e inspiração prolongada, sibilante. As crianças estão inquietas e angustiadas; os ataques podem repetir-se várias noites seguidas, sem se acharem sintomas na laringe (ao contrário do que se passa na difteria).

Diagnóstico. A laringite aguda pode existir como sintoma de outra enfermidade (influenza, sarampo). No pseudo-crup, poderia confundir-se com a difteria (placas diftéricas na faringe); a laringite crónica com proliferações, deve diferenciar-se da tuberculose e da sífilis.

Prognóstico. O tempo de duração habitual da laringite aguda é de poucos dias; nos casos mais graves, de uma ou mais semanas. O descuido com a doença favorece a produção da forma crónica. O pseudo-crup infantil costuma ter uma marcha favorável, a-pesar dos sintomas aparentemente ameaçadores.

Tratamento. Ordenar silêncio, proibição de fumar e de tomar bebidas frias. Havendo febre e rouquidão, é preciso ir para o leito.

Remédios caseiros. Parches de Priessnitz, bebidas quentes (leite com açúcar, leite com água de Ems ou outra bebida alcalina), limonada quente; infusão de sabugueiro (uma colher, das de chá, para duas chávenas), camomila (uma colher, das mesmas, por chávena) tília, malva, flores cordiais.

Homeopatia. Spongia D. 4, uma pastilha de três em três horas; yodum D. 4, uma pastilha de três em três

horas. Quando o catarro abrande: Hepar D. 4, uma pastilha de três em três horas; nas crianças: ipeca D. 4, uma pastilha de três em três horas.

LEUCÉMIA

Causas. Aumento dos glóbulos brancos do sangue, quasi sempre por uma causa desconhecida, às vezes devido à malária, sífilis, tifoide, influenza, lesões do baço e da medula óssea.

Manifestações. Debilidade e prostração crescentes; às vezes, hemorragias (nariz, gengivas), dores de cabeça, zumbido nos ouvidos, desmaios.

Sintomas. Amiúde, profunda palidez; tumefacção grande do baço (sensível à pressão) e das glândulas linfáticas (pescoço, axilas, virilhas). A participação da medula óssea dá-se a conhecer pela sensibilidade à pressão dos ossos (principalmente do externo). Nos casos adiantados, pode apresentar-se aumento de temperatura até 39,5 ou 40° C., quasi sempre precedido de calafrios. Por várias vezes, alterações na vista, menos frequentes nos ouvidos.

Diagnóstico. Faz-se pelo exame microscópico do sangue. Este, permitirá, também, a diferenciação entre esta doença e outra parecida, mas de curso mais benigno (doenças de Hodgkin, pseudo-leucémia).

Tratamento. Deve ser confiado a um médico especializado em doenças do sangue. Alimentação nutritiva, com preferência de verduras e frutas. Viver em climas de altitude.

Remédios caseiros. Tintura de quina composta dez a quinze gotas, três vezes ao dia, antes das refeições. Vinho de quina (introduzir 15 gramas de cascas de quina numa garrafa de vinho tinto, agitando diariamente), tomar uma colher, das de sopa, três vezes ao dia.

Homeopatia. China D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia.

LUMBAGO

É o reumatismo dos músculos dorso-lombares profundos, que se apresenta depois de molhadelas e resfriamentos, podendo chegar a ocasionar uma dor excessiva.

Tratamento. Estar de cama, se os incómodos são intensos.

Remédios caseiros. Calor sêco obtido por meio de sacos de areia quente, pratos ou tijolos quentes, garrafas cheias de água fervente envolvidas num pano; provocar o suor bebendo uma limonada quente, infusão de sabugueiro, tília ou camomila, fricções com álcool canforado, terebentina ou Opodeloch, aplicar um emplastro.

Homeopatia. Nux. vom. D. 4, uma pastilha de três em três horas; tartar. emet. D. 6, uma pastilha cada três horas; rhus. toxic. D. 4, uma pastilha de três em três horas.

MASTITE (Inflamação da glândula mamária)

Apresenta-se nas mulheres que criam, com inflamação e tumefacção dolorosa da glândula mamária, que, ao vir a supuração, pode provocar uma febre muita intensa. Ao intensificar-se a dor, é preciso consultar o médico. Esta enfermidade pode evitar-se se, durante a gravidez, se fortalecerem os bicos dos peitos, banhando-os com água de arnica

(uma colher, das de chá, de tintura de arnica para um copo de água), e observando uma limpeza escrupulosa.

Remédios caseiros. Ao aparecer a inflamação tem-se de elevar os peitos por meio de uma ligadura e aplicar parches de água com arnica ou vinagre (uma colher, das de chá, para uma chávena de água).

Homeopatia. Arnica D. 3, uma pastilha três vezes ao dia; beladonna D. 4, uma pastilha três vezes ao dia.

MENINGITE

Causas. Otite média, supurada; lesões cranianas; tuberculose (especialmente nas crianças). Também se apresenta sob a forma epidémica (meningo-encefalite epidémica), com rigidez da nuca e herpes labial característico.

Manifestações. Mal-estar, dor de cabeça, perda do apetite, inquietação.

Sintomas. Febre irregular (38° a 40,5°); às vezes, vômitos. Durante o sono: desassossêgo, gritos, ranger dos dentes; espasmos, convulsões, rigidez da nuca; pulso irregular, fraco; dilatação pupilar muitas vezes desigual; às vezes, paralisia das duas pálpebras ou de uma só; ventre duro, tenso, obstrução pertinaz.

Diagnóstico. Quási sempre difícil; pode confundir-se com um tipo incipiente e, também, com a intoxicação urémica; tratando-se de crianças, com graves perturbações gástricas.

Prognóstico. Muito grave. Se o doente se salva (sobretudo na forma epidémica) ficam sempre: a paralisia, ataques epilépticos, idiotismo.

Tratamento. É indispensável a assistência médica.

Remédios caseiros. Saco de gelo na cabeça e na nuca; sanguessugas detrás de ambas as orelhas.

Homeopatia. Aconit. D. 4, uma pastilha de duas em duas horas, alternando com beladona D. 6, uma pastilha de duas em duas horas.

MENSTRUACÃO (Irregularidades)

As irregularidades da menstruação compreendem: a supressão da regra, regras dolorosas e regras excessivas.

SUPRESSÃO DA MENSTRUACÃO (amenorreia). Pode ser provocada por retardamento do desenvolvimento, doenças gerais (anemia, tuberculose, doença de Basedow), emoções morais violentas. A supressão pode confundir-se, ainda que raras vezes, com a oclusão congénita da vagina ou da matriz (ainda mais rara) opondo-se ao corrimento do sangue para o exterior.

Tratamento. Depende da causa originária, reque-rendo o exame médico; suspeitando-se de gravidez, deve desistir-se, logo, de qualquer tratamento.

Remédios caseiros. Pedilúvios quentes com adição de sal comum (dois grandes punhados) ou mostarda (um punhado grande). Decocção de marroio branco misturado com dente de leão (ferver durante dez minutos), verbena, raiz de lírio amarelo (meia chávena de manhã e à noite), maravilha bastarda (duas vezes a quantidade que cabe na ponta de uma colher, das de chá, para uma chávena), rosmaninho (a mesma quantidade, preparada do mesmo modo); tomar uma colher, das de sopa, de duas em duas horas.

Homeopatia. Pulsatilla D. 4, uma pastilha três vezes ao dia.

MENSTRUACÃO DOLOROSA (dismenorreia). Dores violentas, como se fôsem cólicas, antes ou durante a menstruação. As principais causas costumam ser desvios uterinos, inflamações da matriz, trompas e ovários; também a estreiteza do colo ou do orifício do útero. As mais das vezes, é impossível descobrir qualquer causa anatômica.

Tratamento. Depende da causa primária, exigindo a intervenção do médico. Se há dores violentas, conservar-se na cama; cuidar da evacuação intestinal diária.

Remédios caseiros. Parches quentes de água simples ou de uma infusão de camomila no ventre; infusão de erva de S. João, tomilho, vermute (duas colheres, das de café, por chávena; tomar às colheres).

Homeopatia. Beladonna D. 6, uma pastilha de três em três horas; cocculus D. 4, uma pastilha de três em três horas.

REGRAS EXCESSIVAS (metrorragia). Apresenta-se como uma consequência de inflamações, desvios, tumores, cólicas, irritação dos órgãos sexuais, alterações do sangue em certas enfermidades (influenza, tifóide, sarampo, escarlatina); ao aproximar-se a menopausa.

Tratamento. Depende da causa originária; é necessário o exame médico. Deve ter-se em consideração uma possibilidade de aborto.

Remédios caseiros. Infusão de cascas de azinheiro, erva sempre-noiva (uma colher, das de sopa, de hora a hora), erva de S. João (duas colheres, das de sopa, de três em três horas).

Homeopatia. Nux. vom. D. 6, uma pastilha, de três em três horas.

NEFRITE

Costuma ser consecutiva a doenças infecciosas (escarlatina, difteria, anginas), ou provocada por resfriamentos, molhadelas, intoxicações (ácido sulfúrico, clorídrico, azótico; arsénico, fósforo, chumbo, mercúrio); ou, durante a gravidez.

Manifestações. Poucas, ao princípio; não obstante, há casos em que o paciente se queixa, desde a aparição, de uma sensação intensa de mal-estar, cefalalgia, dores na região renal, perda do apetite, náuseas, pêso no estômago.

Sintomas. Às vezes, rosto entumescido, inchação das pálpebras, tornozelos, pernas. Nos casos graves, acumulação de líquido nas cavidades torácica e abdominal. Às vezes, epistaxe, vômitos. Ao princípio, a urina está muito diminuída, turva, de uma côr pardo arroxeadada (examinar a urina). Febre, pouca e irregular. Havendo retenção das urinas, aparecem, freqüentemente, convulsões (algumas vezes com aumento de temperatura até 41 ou 42° C.) e perda dos sentidos (intoxicação, urémia, etc.).

Diagnóstico. Só é positivo em resultado da análise da urina.

Prognóstico. Exige uma extrema prudência, em virtude de a nefrite se poder converter em crônica; para mais, deve prever-se, sempre, a terrível complicação da urémia.

Tratamento. Deve consultar-se o médico. Ficar na cama; calor; alimentos leves (leite, sêmola, arroz, sagú; caldos de farinhas, pão, puré de batatas).

Remédios caseiros. Bebidas quentes, decocção de uva ursina (duas colheres, das de chá, para três chávenas, deixando ferver até que fiquem reduzidas a duas; uma chávena pela manhã e outra à noite; abrunheiro, verbena, giesta, roseira brava (uma colher, das de sopa, por chávena), erva de S. João. A partir da segunda semana, o doente poderá beber um pouco de água de Vidago.

Homeopatia. Arsén. D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia; phosphor. D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia; hepar. sul. D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia.

NEFROLITIASE

Causas. Mal-estar próprio da idade madura, com maior freqüência no homem; predisposição hereditária, favorecida pela exagerada ingestão de carne; muitas vezes, em combinação com a gota, artério-esclerose, diabetis.

Manifestações. Dores repentinas, quasi sempre, violentíssimas, no rim atacado, ao comprido do uretere até à bexiga, com irradiação até à uretra, os testículos e as virilhas.

Sintomas. Enfado; com freqüência, náuseas, vômitos; quasi sempre, prisão de ventre; abdômen ligeiramente inchado, pulso acelerado; às vezes, grandes suores e síncope. Micção escassa, apesar-de existir grande inflamação intestinal. A urina expelida, após o ataque, contém, por vezes, sangue.

Diagnóstico. Não é fácil distinguir a nefrite da cólera intestinal e da cólica biliar. Os cálculos renais podem ser reconhecidos por meio da radiografia.

Prognóstico. Os ataques podem durar desde algumas horas até vários dias. Costumam repetir-se

sempre que persiste a tendência para a formação de cálculos; não obstante, a cura é possível. Há probabilidade de uma pielite em virtude dos cálculos.

Tratamento. Nos casos graves, injeções calmantes, dadas pelo médico. Como medidas preventivas: alimentação vegetal, abstenção de álcool e de condimentos.

Remédios caseiros. Parches quentes, bebidas quentes, infusão de pimpinela (duas colheres, das de chá, da sua raiz, para uma chávena; tomar uma colher, das de sopa, de hora a hora); fôlhas de morangueiro.

Homeopatia. Arsén. D. 4, uma pastilha de três em três horas; beladona D. 4, uma pastilha cada três horas.

NEURASTENIA

Causas. Predisposição hereditária; trabalho intelectual excessivo; sobreexcitações e preocupações morais; excessos sexuais.

Manifestações. Debilidade irritável (aumento de excitabilidade, diminuição da aptidão para o trabalho); cansaço fácil; incapacidade de tomar uma resolução; pressão cerebral; sensação de vertigens; insónias, palpitações; perturbações digestivas; estados de preocupação, opressão, angústia (medo de atravessar grandes ruas, etc.).

Sintomas. São de pouca importância, comparados com as perturbações multiplices que a doença acarreta. Tremor das mãos, aumento da actividade cardíaca; aumento dos reflexos do tendão do tornozelo; aumento da secreção de suor.

Diagnóstico. A doença nunca oferece um verdadeiro perigo; mediante um método de vida adequado

pode melhorar a aptidão para o trabalho; numa idade um pouco avançada, as manifestações podem desaparecer.

Tratamento. Descanso e trabalho nas justas proporções; sono suficiente (adultos: sete a oito horas; crianças: oito a dez horas) e exercícios apropriados. Alimentos ligeiros de fácil digestão, preferentemente vegetais; deve limitar-se ou renunciar-se do consumo de café, chá, tabaco e, especialmente, do álcool.

Remédios caseiros. Fricções com água fria e álcool; banhos (em especial, semi-banhos) a cuja água se adiciona extracto de gemas de pinheiro; proibidos os duches na cabeça; infusão de valeriana, genciana, alfazema.

Homeopatia. Cinc. valer. D. 4, uma pastilha três vezes ao dia; coffea D. 4, uma pastilha três vezes ao dia; nux. vom. D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia.

OBESIDADE

Causas. É hereditária nalgumas famílias e desenvolve-se com uma alimentação excessiva, abuso da cerveja, actividade muscular insuficiente. A obesidade costuma estar relacionada com a gota, diabetes, esclerose do rim, artério-esclerose.

Manifestações. Ao princípio, pouca aptidão para o trabalho; mais tarde, dificuldade de respirar, tendência para os resfriamentos, suores, palpitações.

Sintomas. Acumulação excessiva de gordura não somente nos pontos onde ela existe normalmente, como também nos sítios onde não deve existir como, por exemplo, entre os eixos musculares (adipose). O rosto costuma ser grosso e grande, os olhos parecem mais pequenos, com grande acumu-

lação de gordura por baixo do maxilar inferior, grande desenvolvimento dos peitos, ventre pendurado.

Diagnóstico. Formula-se, logo à primeira vista, pelo volume do corpo.

Prognóstico. Favorável, se a obesidade é moderada e grande a perseverança no tratamento. Os casos mais adiantados podem provocar doenças concomitantes graves, especialmente no coração e no fígado.

Tratamento. Moderação no comer e no beber; evitar o álcool; trabalho muscular orgânico.

Remédios caseiros. Tomar pela manhã, em jejum, um copo de água de Carlsbad, tépida ou, então, meia colher, das de chá, de sal de Carlsbad num copo de água morna. Também é aconselhável qualquer outra água purgativa (Rubinat, Carabaña), um pequeno copo, em jejum.

Homeopatia. Carbo. veg. D. 3, uma pastilha depois das refeições; lycopodium D. 15, uma pastilha depois das refeições.

OCLUSÃO INTESTINAL (Ileo)

É uma doença muito grave, que exige a imediata assistência médica. As causas mais freqüentes são: estrangulamento das ansas intestinais no orifício do saco herniário ou pelo epiplon, estrangulamento por uma compressão ou tumores, invaginação intestinal ou vôlvo. Os sintomas consistem em violentas dores abdominais, vômitos, prisão de ventre absoluta e supressão de ventosidades.

Remédios caseiros. Proibição do uso de purgantes; pedacitos de gelo; chá bebido aos sorvos. Clísteres de água ou azeite por meio de uma sonda intestinal, sendo colo-

cado o doente sôbre os tornozelos e os cotovelos; parches quentes no ventre, com água ou, melhor, com uma infusão de camomila.

Homeopatia. Opium. D. 6, uma pastilha de três em três horas.

OLHOS (lesões)

Por serem extremamente perigosas requerem o tratamento médico. Às vezes, podem tirar-se, com facilidade, os corpos estranhos do fundo do saco da conjuntiva, com um pouco de algodão hidrófilo umedecido. Se um olho foi atingido por cal, podem deitar-se-lhe gotas de uma solução concentrada de açúcar. Como parches, estão indicados os de água bórica ou arnica (uma colher, das de chá, de tintura de arnica, para um copo de água).

Arnica D. 3, uma pastilha, de três em três horas, internamente.

OSTEOMALÁCIA

Ao contrário do raquitismo, só se apresenta nos adultos, de preferência na mulher, durante a gravidez. A doença desenvolve-se com dores surdas nos ossos, seguindo-se o amolecimento e o encurvamento dos mesmos, produzindo a torsão das extremidades, da coluna vertebral, da pelvis e da caixa torácica. O seu curso é crônico e termina com a morte, tendo alternativas de pioras e melhoras. Há, também, formas mais leves de osteomalácia, que só se manifestam por dores nos quadris e na região lombar e sem se produzir o encurvamento dos ossos.

Tratamento. Alimentação nutritiva, dando-se a preferência aos legumes, ovos, frutas, saladas, bom pão; vida ao ar livre, cuidados com a pele, banhos de ar e de sol.

Remédios caseiros. Cal, sob a forma de pó de calzan (tomada três vezes ao dia nas quantidades que caibam na ponta de uma colher, às refeições); óleo de fígado de bacalhau fosfatado; café de bolotas (uma colher, das de sopa, por chávena de água fervente, deixando de infusão durante meia hora).

Homeopatia. Calcar. carbón. D. 15, uma pastilha três vezes ao dia; sílicea D. 15, uma pastilha três vezes ao dia.

PARALISIAS

Constituídas pela supressão da mobilidade dos músculos. Exigem, sempre, um minucioso estudo clínico, a-fim-de lhes determinar as causas, do qual depende o estabelecimento de um plano curativo.

Remédios caseiros. Fricções com aguardente, álcool canforado, fórmico ou com mostarda; tintura de arnica. Para a lavagem das partes paralisadas usa-se um preparado que se faz misturando uma parte de tintura de arnica com duas partes de álcool fórmico, juntando-lhe, por cada colher, das de sopa, dois decilitros e meio de água tépida. Tratando-se de paralisia reumatismal, tratamento curativo pelo suor, por meio de infusões de flor de sabugueiro, tília e limonadas quentes.

Homeopatia. Arnica D. 15, uma pastilha três vezes ao dia; cocculus D. 15, uma pastilha três vezes ao dia; cuprum acet. D. 15, uma pastilha três vezes ao dia.

PARALISIA GERAL (ou Demência Paralítica)

É uma doença cerebral em que muitos sintomas são de natureza puramente física. Na maioria dos

casos, pode comprovar-se uma infecção sifilítica anterior. A doença costuma iniciar-se com manifestações gerais: cefalalgia, vertigens, insónias, alterações do carácter e do procedimento, perda de energia e de concentração (êrros de cálculo, esquêcimentos), irritabilidade. Mais tarde, o doente fala com muitas dificuldades, a sua escrita torna-se insegura e com êrros. As pupilas não reagem à luz e tornam-se desiguais. Os reflexos tendinosos, exagerados ao princípio, anulam-se mais tarde. Ulteriormente, decadência física e intelectual progressiva; falta de memória, delírio das grandezas, perda da inteligência; ataques convulsivos e paralisia; marcha vacilante, perturbações vesicais e rectais. A duração da doença costuma ser de dois a três anos.

Tratamento. Evitar todos os esforços fisico-intelectuais e tóda a excitação. Quanto ao internamento numa casa de saúde, pedir conselho ao médico. Últimamente, pratica-se a inoculação malária para modificar, para melhor, esta enfermidade incurável. Consulte-se, também o médico, quanto a êste assunto.

Remédios caseiros. Actuam como calmantes os banhos tépidos com fricções mais frescas; com o mesmo fim, infusões de alfazema.

Homeopatia. Contra os estados de excitação, *beladonna* D. 15, uma pastilha duas vezes por dia.

PARALISIA AGITANTE

É uma enfermidade que, sem causas conhecidas, se costuma desenvolver depois dos quarenta anos de idade e é caracterizada por tremores conjugados

com a rigidez e o encurtamento de certos músculos. O tremor começa pelas mãos, em geral do lado esquerdo, e pode estender-se a todo o corpo. O polegar e os dedos semi-fechados executam movimentos semelhantes ao da trituração de alguma coisa entre os dedos (manipulação de pílulas). Em consequência da rigidez dos músculos produz-se uma atitude especial, inclinando-se o doente até à frente dos tornozelos dobrados e os braços suspensos. O curso da doença pode prolongar-se por muitos anos, com suspensões aparentes.

Tratamento. Afastar tôdas as excitações; minuciosos e esmerados cuidados corporais.

Remédios caseiros. Podem empregar-se, como meios de alívio, banhos tépidos, fricções com alcool ou com água e vinagre (vinagre e água em partes iguais); fricção ligeira dos músculos. Infusão de valeriana (duas colheres, das de café, por chávena), tomar uma colher, das de sopa, de duas em duas horas.

Homeopatia. Cuprum acétic. D. 15, uma pastilha duas vezes por dia.

PARALISIA INFANTIL

É, com freqüência, uma enfermidade grave, pelas suas conseqüências. A criança, gosando de perfeita saúde (quási sempre, entre os dois e cinco anos), adocece repentinamente, com febre alta, entorpecimento, vômitos e convulsões. Ao desaparecerem estes sintomas, fica a paralisia dos membros, que requiere um longo tratamento médico. Durante o ataque agudo, coloque-se a criança numa casa fresca, sossegada. Precisa da assistência médica.

Remédios caseiros. Parches frescos na cabeça; loções com água avinagrada; ter muito cuidado em que as evacuações sejam regulares; sendo preciso, por meio de supositórios de sabão ou clisteres com água saponada.

Homeopatia. Havendo febre, aconitum D. 15, uma pastilha de duas em duas horas; beladona D. 15, uma pastilha de três em três horas.

PAROTIDITE

Doença que se apresenta, em geral sob a forma epidémica; dezóito a vinte e um dias após o contágio, aparece, num dos lados do rosto, uma tumefacção da glândula parótida, que deforma a cara e que, passado algum tempo, pode atacar do lado oposto. As manifestações costumam ser poucas e o aumento de temperatura é moderado. No sexo masculino, complica-se, às vezes, com a inflamação dos testículos.

A duração da doença é de uma semana a semana e meia; o curso é, geralmente, favorável. Não obstante, não o é quando a doença aparece como uma complicação no decurso de outra infecção grave (erisipela, escarlatina, tifóide), chegando à supuração.

Tratamento. Permanecer em casa; havendo febre, recolher ao leito.

Remédios caseiros. A extensão da maxila pode aliviar-se com pomada bórica; os testículos doentes devem colocar-se em posição elevada (suspensórios especiais para este fim).

Homeopatia. Mercur. solub. D. 6, alternando com sulfur. D. 4, uma pastilha de três em três horas.

PENFIGO

Vesículas do tamanho de um grão de bico até ao de uma noz, com conteúdo aquoso, que se apresentam em todo o corpo, quer isoladas, quer agrupadas em vários locais.

Com frequência, há febre; prurido moderado. Na maioria dos casos, são atacadas as crianças nas primeiras semanas de vida e as pessoas débeis. Apresentando-se nas palmas das mãos e nas plantas dos pés, pode supor-se serem, as manifestações causadas pela sífilis. O penfigo pode ser de longa duração, por se manifestar com repetidas recaídas. Não apresenta gravidade nos casos em que não alastre muito.

O *tratamento* deve ser dirigido no sentido de melhorar a resistência do corpo e o estado do sangue.

Remédios caseiros. Polvilhar a pele com farinha de trigo, fécula de arroz ou vazanol. Também aliviam muito as aplicações de tiras de pano untadas com pomada bórica. Se a erupção é muito extensa, banhos tépidos com água a que se adicionou sêneas.

Homeopatia. Arsén. D. 6, uma pastilha três vezes em cada dia.

PERITONITE

Causas. Lesões do ventre; muito frequentemente, devida à ruptura de uma úlcera gástrica ou intestinal, ou pela erupção de uma supuração do intestino delgado, dos órgãos sexuais femininos, dos condutos biliares (mais raramente) e da pleura.

Manifestações. Violentas dores no ventre ; manchas ; soluços, vômitos verdes ; sêde ardente.

Sintomas. Ventre tumefacto, doloroso à pressão ; aspecto decaído, pulso fraco, acelerado ; temperatura que pode atingir os 40° ; no final, temperaturas baixas ; micção escassa, por vezes dolorosa.

Diagnóstico. Nem sempre é fácil formulá-lo, ao princípio. Deve excluir-se a oclusão intestinal, a colelitíase e a cólica intestinal.

Prognóstico. Extremamente grave. Na maioria dos casos, pulso rápido desfavorável.

Tratamento. Necessita da assistência médica. Conservar-se no leito, em decúbito dorsal.

Remédios caseiros. Parches de Priessnitz ou saco de gelo, ingerir bocados pequenos de gelo ; leite gelado. Infusão de arnica (uma colher, das de chá, de flor de arnica para uma chávena ; escaldar com água a ferver e deixar repousar por cinco minutos), tomar uma colher, das de chá, de duas em duas horas.

Homeopatia. Aconitum D. 4, uma pastilha de hora a hora, alternando com beladona D. 4, uma pastilha de hora a hora.

PIELITE

Raras vezes constitui uma doença primitiva, sendo provocada por cálculos nefríticos ou pela inflamação ascendente desde a uretra e a bexiga. Uma análise minuciosa da urina pode dar a conhecer a comparticipação de cada um destes órgãos (rins, bexiga). Com freqüência, há febre irregular e calafrios. O decorrer e o termo da doença dependem da causa primitiva. É preciso ter presente que a tuber-

culose crónica do rim costuma decorrer ao mesmo tempo que uma pielite.

Tratamento. Aconselha-se a assistência clínica. Bebidas abundantes; dieta láctea; evitem-se os alimentos condimentados, irritantes, assim como o álcool. Os banhos quentes constituem um alívio, habitualmente. (V. *Nefrite* e *Nefrolitíase*).

PIROSE

É uma sensação de ardor que, desde a região pilórica, sobe à garganta, originada em consequência do aumento do ácido clorídrico, ou da fermentação gástrica do conteúdo estomacal.

Remédios caseiros. Magnésia calcinada ou bicarbonato de sódio (a quantidade que caiba na ponta de uma colher pequena) depois das refeições; pó de carvão de álamo; infusão de centáurea.

Homeopatia. Nux. vom. D. 4, uma pastilha três vezes ao dia; calc. carbónica D. 15, uma pastilha três vezes ao dia; carbón. vegetábilis D. 6, uma pastilha de três em três horas.

PLEURITE-PLEURISIA

Causas. Resfriamentos (forma reumática, com ou sem reumatismo articular); na maioria dos casos, tuberculose pulmonar (forma tuberculose). Aparece, também, com a pneumonia e, menos frequentemente, com a pericardite ou a peritonite.

Manifestações. Dores no peito; tosse, sufocação; muitas vezes, somente perda de apetite, prostração, cefalalgia.

Sintomas. Ao respirar, depressão da parte enferma do peito. A localização da doença e a existência de supuração, podem ser comprovadas pelo exame médico (percussão e auscultação), assim como a espécie da supuração (serosa, purulenta, sanguínea); nas supurações grandes, acham-se acumuladas no lado correspondente do tórax. Quando a doença apresenta maior gravidade, é costume a temperatura aumentar; a febre é irregular, raras vezes elevada; febre alta, com calafrios é sinal de supuração purulenta. A quantidade de urina encontra-se muito reduzida, nas grandes supurações.

Diagnóstico. Tratando-se de pleurisia sêca, é possível confundi-la, ao princípio, com o reumatismo dos músculos torácicos ou com a inflamação dos nervos intercostais.

Prognóstico. Depende, principalmente, da causa primária; a pleurisia é, muitas vezes, o primeiro sintoma de uma tuberculose pulmonar. A duração da doença depende da presença de supuração; as supurações purulentas e sanguíneas são, muito especial, motivo de um prognóstico reservado.

Tratamento. Conservar-se no leito.

Remédios caseiros. Parches de Priessnitz; para provocar os suores, infusão de bagas de sabugueiro (uma colher, das de chá, para duas chávenas); camomila (uma colher, das de café, por chávena), malvas, tília, flores cordiais. Dá muito bom resultado, principalmente se existirem suspeitas de supuração, a infusão de bagas de zimbro (uma colher, das de sopa, para duas chávenas).

Homeopatia. Aconitum D. 4, uma pastilha de duas em duas horas; bryonia D. 4, uma pastilha de três em três horas.

PNEUMONIA (*Bronco*)

Causas. Quási sempre, aparece no decorrer do sarampo, tosse convulsa, influenza, tifo e catarros graves das vias respiratórias, principalmente nas crianças, indivíduos de idade avançada e doentes debilitados.

Manifestações. Enfraquecimentos, sufocações, dores no peito.

Sintomas. Febre oscilando entre 38,5° e 39,5°, às vezes mais elevada; quási nunca com calafrios iniciais; aceleração da respiração; espectoração muco-purulenta ao tossir (não nas crianças).

Diagnóstico. Ao domínio do médico pertence a auscultação, com o fim de determinar a espécie e extensão da doença.

Prognóstico. É grave, principalmente nas crianças debilitadas e pessoas idosas. Pode apresentar-se, como complicação, uma supuração pleurítica; nas crianças com tendência hereditária, a doença pode converter-se em tuberculose.

Tratamento. Nos casos graves, é preciso reclamar a assistência do médico, alimentação líquida, nutritiva; pode permitir-se o vinho, mas em pequenas quantidades.

Remédios caseiros. Envolvimentos úmidos no peito e nas espáduas; banhos tépidos com chuveiro de água fresca (pode adicionar-se ao banho dois punhados de farinha de mostarda, colocados dentro de um saquinho de algodão). Limonada quente, infusão de flores de sabugueiro (uma colher, das de chá, para duas chávenas); camomila (uma colher, das de café, por chávena), tília, malvas, flores cordiais.

Homeopatia. Aconitum D. 4, uma pastilha de três em três horas; phosphor. D. 15, uma pastilha de três em três horas; bryónia D. 4, uma pastilha de três em três horas.

PNEUMONIA LOBAR

Causas. Doença infecciosa aguda, favorecida pelos resfriamentos; pode apresentar-se em qualquer idade da vida; nalguns indivíduos, tende à repetição.

Manifestações. Cefalalgia; sensação de se estar profundamente enfermo; às vezes, ao princípio vômitos; mais tarde, dores agudas nas costas, tosse, sufocação.

Sintomas. Inicia-se, de repente, com calafrios (nas crianças, também com convulsões) e febre alta (40 e 41°). Entre o sétimo e o duodécimo dia (raras vezes antes ou depois) tem lugar uma rápida descida da temperatura, acompanhada de suores profusos. É raro a descida efectuar-se lentamente. No segundo ou terceiro dia, é costume apresentar-se uma erupção das vesículas dos lábios. Respiração acelerada (30 ou 50 respirações e mais, por minuto); movimentação difícil da parte torácica doente. Coloração azulada do rosto, movimento das narinas, ao respirar. Espectoração viscosa, sanguinolenta (côr de ferrugem); ños bebedores, é freqüente o delírio.

Diagnóstico. É fácil, geralmente, em virtude do seu comêço repentino; dos escarros sanguinolentos e da erupção nos lábios.

Prognóstico. Em geral, favorável. Influi nêle o estado do coração, sendo perigosa nos bebedores.

Como complicações possíveis: a pleurisia, a pericardite e (raras vezes), a meningite.

Tratamento. É indispensável a intervenção de um médico. Alimentação líquida; aos alcoólicos, pode dar-se vinho, alcool ou conhaque.

Remédios caseiros. Envolvimentos úmidos no peito e espáduas; havendo cefalalgia forte, saco de gelo na cabeça. Aplicar, na parte enfêrma do pulmão, de seis a oito sanguessugas. Infusão de flor de arnica (uma colher, das de café, para duas chávenas), erva beneditina (uma colher, das de café, por chávena).

Homeopatia. Aconitum D. 4, um comprimido de três em três horas; yod D. 4, uma pastilha de três em três horas; kal. yodat. D. 4, um comprimido cada três horas.

PRISÃO DE VENTRE

É devida, quási sempre, a irregularidades higiênicas (falta de exercício, alimentação irregular e pouco adequãda, desregra nas horas das dejecções). Com freqüência, existe a anemia, doenças nervosas, gástricas, intestinais, especialmente no sexo feminino, em muitos casos, é pertinaz.

Tratamento. Alimentação variada, preferindo-se os vegetais e frutas; aumentar a ingestão de líquidos. Recomenda-se o pão integral, o pão de mistura, pão de Graham, pão de munição, mel, massa de amêndoas e nozes. Passeios diários; procurar evacuar todos os dias e à mesma hora.

Remédios caseiros. Pela manhã, em jejum, um copo de água fria tomada aos sorvos ou um pequeno copo de água salina purgativa; laxativo: até meio litro, tépida ou fria, da água, água de sabão de sêda, azeite; clisteres curtos de 3 a 4 gramas de glicerina com uma pequena seringa curva, ou a introdução no anus de su-

positórios de glicerina ou de sabão de sêda. Sumo de ameixas, puré de maçãs, sumo de laranja, mascar pão de maná (purgante vegetal), costumam actuar favoravelmente. Na prisão de ventre pertinaz, sais purgativos (uma colher, das de chá, de manhã e à noite, para as crianças, quanto caiba na ponta de uma colher); também, para as crianças, xarope de purgante vegetal (às pequenas colheres); para os adultos, chá de fôlhas de sene (uma a duas colheres, das de chá, por chávena, podendo adicionar-se-lhe uma decocção de funcho ou cominhos); cascas de laranja (duas colheres, das de café, para chávena e meia, deixando ferver o tempo preciso para ficar reduzido a uma chávena). Deixar, durante a noite, à cabeceira da cama, uma colher, das de sopa, de linhaça em água e tomá-la em jejum. Um meio excelente para a regularização das dejecções é a parafina líquida (uma ou duas colheres, das de sopa, por dia). Sabugueiro: a casca, dose 30 gramas em decocção; as flores sêcas, dose 20 gramas em decocção ou a casca torrada e reduzida a pó (uma colher, das de chá, a cada refeição). Amendoeira: as fôlhas, dose 30 gramas em decocção, ou óleo das amêndoas doces 15 a 30 gramas. Amieiro negro: a casca apanhada na floração e empregada passado um ano, dose 40 gramas em decocção ou 50 gramas em infusão. Pessegueiro: as flores sêcas e as fôlhas, dose 20 gramas em infusão. Bel-droegas: as fôlhas e os talos tenros, dose 20 gramas em decocção. Verbasco: as fôlhas, dose 10 gramas em decocção. Abrunheiro: as fôlhas ou as flores sêcas, dose 20 gramas em decocção. Trevo cerveiro: raízes, dose 20 gramas em decocção. Oliveira: fôlhas, dose 20 gramas em infusão ou o azeite na dose de uma colher, das de sopa, todos os dias ao deitar. Contra os gases intestinais, recomendam-se os comprimidos de carvão açucarado.

Homeopatia. Beladonna D. 4, um comprimido de três em três horas; nux. vómica D. 15, uma pastilha três vezes ao dia; bryónia (também para crianças) D. 15, um comprimido de uma a três vezes por dia.

PRURIDO

É um sintoma concomitante de várias enfermidades da pele (herpes, urticária), assim como de

doenças internas (icterícia, diabetis), podendo, também, apresentar-se como doença na aparência independente. É extremamente incómodo o prurido nos indivíduos idosos ou nervosos, durante a noite; pode atacar o corpo todo ou só algumas das suas partes (na mulher, de preferência, as partes sexuais externas). Depende da causa primária; no prurido, o essencial é vigiar o estado da circulação do sangue e evitar a sensação dolorosa.

Remédios caseiros. Polvilhar com pó de arroz, farinha de trigo ou vazenol; loções da pele com água de limão ou de vinagre. Alcool mentolado a três por cento, ou alcool timolado, a um por cento; lavagens com sabão de alcatrão sulfurado; internamente, infusão de melissa.

Homeopatia. Sulfur. D. 15, um comprimido três vezes ao dia; rus. toxic. D. 6, um comprimido três vezes ao dia.

PSORIASSE

Hereditário, quasi sempre, e não contagioso; é caracterizada por manchas de côr roxa escura, que podem chegar a estender-se, cobertas por escamas branco-prateadas. Assenta, de preferência, no couro cabeludo, na parte correspondente à extensão, nos membros e, especialmente, nas regiões dos tornozelos e cotovelos. Aparecendo nas palmas das mãos e plantas dos pés, deve suspeitar-se de sífilis (consultar o médico). O prurido é muito escasso.

O *tratamento* é longo por se apresentar com frequentes recaídas; além disso tem de se atender a melhorar o sangue, actuando, também, sobre a pele.

Remédios caseiros. Bater a pele dentro de um banho de sabão. Toques com alcatrão (não numa extensão

grande de cada uma das vezes); óleo de zimbro ou de álamo. Para a cabeça, é preferível empregar a pomada de precipitado branco. Os banhos de sol actuam muito favoravelmente.

Homeopatia. Arsénicum D. 6, um comprimido duas vezes ao dia sulfur. D. 15, um comprimido três vezes ao dia.

RAIVA

É uma doença extremamente perigosa, provocada pela mordedura de animais raivosos (cães, raras vezes gatos e outros animais domésticos e nocivos). O animal em questão deverá ser sujeito ao exame do veterinário quando tenha mordido, sobretudo nas épocas mais propícias à raiva. Havendo suspeitas ou a confirmação da existência da enfermidade, os pacientes mordidos deverão ser submetidos ao tratamento anti-rábico, feito por um médico.

RAQUITISMO

Causas. Alimentação artificial nas crianças pequenas; predisposição hereditária; existe, quasi sempre, no primeiro e segundo ano da vida.

Manifestações. As crianças estão mal humoradas, sem desejo de estarem em pé, de andarem nem de estarem sentadas.

Sintomas. Cabeça extraordinariamente grande, com a testa muito abaulada; as fontanelas continuam abertas durante bastante tempo; hipertrofia das terminações articulares do ante-braço e perna; inchação da articulação osteo-cartilaginosa das costelas (rosário raquítico); externo em forma de quilha

de barco; ventre muito volumoso. Erupção tardia e irregular dos dentes. Se a criança caminha, sobrevêm deformações da coluna vertebral, das pernas, em forma de O e de X, aplanamento da bacia. Existe uma hipersecreção sudorífera, especialmente acentuada na cabeça (occiput); tendência para as convulsões e espasmos da glote.

Diagnóstico. Fácil, quasi sempre, deve excluir-se o hidrocéfalo. Em geral, favorável se se prestarem os devidos cuidados. Não obstante, nas crianças raquíticas, costumam revestir maior gravidade as enfermidades que sobrevêm (bronquite, pneumonia, tosse convulsa, sarampo).

Tratamento. Ar puro, sol, cuidados higiênicos, alimentação adequada (administração rápida de verdura e sumo de frutas).

Remédios caseiros. Todos os dias, um banho tépido, a cuja água se adiciona, em dias alternados, 450 gramas de sal de Stassfurt. Nos meses de inverno (meses com *r*, de Setembro a Abril) óleo de fígado de bacalhau fosfatado (uma a duas colheres, das de chá, por dia); infusão de café de bolotas (escaldar, com uma chávena de água a ferver, uma colher, das de sopa, das mesmas e deixar em repouso durante meia hora); tomar uma chávena pela manhã e outra à noite.

Homeopatia. Calcárea carbónica, diluição D. 5, de uma a três gotas cada dia, numa colher, das de chá, de água; sulfur. D. 15, líquido, de uma a duas gotas por dia, numa colher, das de chá, de água.

REUMATISMO

Sob esta denominação incorrecta, agrupa-se uma série de doenças dolorosas, que é necessário differenciar. Primeiro que tudo, é preciso constatar que

existem, efectivamente, casos de dores agudas, dilacerantes, intermitentes, verrumantes, que vão de um ponto a outro e que devem atribuir-se a uma doença reumática-inflamatória muscular ou nervosa ou originadas por resfriamentos ou molhadelas.

Remédios caseiros. Tratando-se de casos recentes o tratamento consiste em provocar o suor por meio da ingestão de uma limonada quente, infusão de flores de sabugueiro ou de tília. O calor também poderá ser provocado com sacos contendo areia quente, pratos ou tejos quentes, garrafas bem envoltas em panos de lã, cheias de água a ferver. Tratando-se de reumatismo muscular aconselham-se as fricções com alcool fórmico, óleo canforado, essência de terebentina, tintura de arnica. No reumatismo nervoso, cujas dores costumam estar limitadas ao trajecto dos nervos, evitem-se as maçagens fortes, contentando-se com uma ligeira fricção feita com óleo de meimendo.

Homeopatia. Rhus. tóxicodendrón D. 4, um comprimido de três em três horas; bryonia D. 4, um comprimido de três em três horas.

REUMATISMO ARTICULAR

Causa. Aparece, quasi sempre, em indivíduos jovens. Resfriamento; permanência na umidade; quasi sempre precedido de uma angina ligeira.

Manifestações. Ardor e dor nas regiões atacadas.

Sintomas. Inchação e inflamação das articulações atacadas, variando o seu número e série. Febre algum tanto elevada (até 39,5°); o seu aumento corresponde à aparição de novas localizações articulares. Com frequência, complica com o coração (valvulite, pericardite, e a pleura (pleuresia com derrame).

Diagnóstico. Ao principio, nem sempre é fácil distinguir o reumatismo articular da gota, do reu-

matismo blenorragico (no qual costuma estar atacada, unicamente, uma das articulações do tornozelo, etc.) e das doenças articulares consecutivas à intoxicação do sangue.

Prognóstico. A duração é muito variável (desde uns dias até semanas e meses). A doença costuma acabar de per si, curando-se, mas há tendências para a recaída. Como doenças consecutivas, observam-se lesões cardíacas, coreia. Também se pode transformar em reumatismo articular crônico.

Tratamento. Permanecer deitado na cama, manter imóveis e envolvidas em algodão as articulações atacadas; alimentação ligeira, vegetal; assistência médica.

Remédios caseiros. Um copo de limonada quente três vezes ao dia (espremer um limão num copo de água quente com açúcar). Igualmente, infusão de tília bem quente (uma colher, das de chá, por chávena); tomar uma chávena três vezes ao dia.

Homeopatia. Aconitum D. 4, um comprimido de três em três horas; bryonia D. 4, um comprimido de três em três horas.

REUMATISMO ARTICULAR CRÔNICO

(Artrite deformante)

Causas. Quási sempre, na idade mais avançada. Continuação de um reumatismo articular agudo ou qualquer outra doença independente. Frequentes resfriamentos, molhadelas (nas lavadeiras), viver e trabalhar em lugares úmidos.

Manifestações. Ao princípio, poucas dores e rigidez dos movimentos.

Sintomas. As articulações costumam achar-se tumefactas e engrossadas; ao movê-las, produzem-se estalidos e crepitação. Posteriormente, deformações (especialmente nas mãos, quadris e tornozelos).

Diagnóstico. Devem excluir-se as doenças articulares tuberculosas e sifilíticas.

Prognóstico. Curso longo, durante muitíssimos anos; com um tratamento adequado, interrupções e melhoras.

Remédios caseiros. Banhos de areia quente; envoltórios de lama (lodo); infusão de sôrva (20 gramas para uma chávena), tomar uma chávena, aos sorvos, três vezes ao dia e continuar durante bastante tempo; infusão de erva de S. João (10 gramas por chávena), meia chávena três vezes ao dia. Fricções com óleo canforado (dissolver uma parte de cânfora em nove partes de azeite de oliveira), tintura de arnica (uma parte de flores de arnica para dez de álcool deixando a macerar, a solução, durante uma semana).

Homeopatia. Rhus. toxic. D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia; ledum D. 6, uma pastilha duas vezes ao dia.

RINITE — OZENA — POLIPOS

Com o nome de rinite designa-se um catarro crónico do nariz que, às vezes, se desenvolve na escrofulose e anemia, com freqüência depois de repetidos resfriamentos agudos ou em conseqüência da deformação interna do nariz (desvio do tabique nasal). Podem chegar a formar-se eminências da mucosa e verdadeiros polipos (polipos nasais). Estes podem dar lugar a sufocações, voz fanhosa ou nasal, tendências para epistaxes, dureza de ouvido (se atacar a trompa de Eustáquio); para mais, a cefalalgias,

enxaquecas e ataques de asma. Noutros casos, observa-se a atrofia da mucosa nasal a tal ponto que a cavidade nasal fica anormalmente dilatada. Ao parar a secreção, esta, secando, forma crostas de uma cor amarelo-esverdeado, que exalam um cheiro insuportável para as pessoas que rodeiam o doente (Ozena).

Tratamento. Costuma ser muito demorado.

Remédios caseiros. Desprendem-se as crostas muito cuidadosamente por meio de azeite ou pomada bórica. Insuflações, no nariz, de ácido bórico em pó. Durante a noite, alternadamente, algodão impregnado de pomada bórica, em cada uma das narinas. Pela manhã, introduzir, nas fossas nasais, com uma pequena colher, água salgada (duas vezes a quantidade de sal comum que caiba na ponta de uma colher, dissolvido em meio copo de água); infusão de camomila (evitar beber). Friccionar o nariz com pomada de mangerona verdadeira (4 a 6 gramas de mangerona misturadas, num almofariz, com 30 gramas de manteiga de vaca sem sal, fresca, até ficar com a consistência da pomada).

Homeopatia. Nux. vómica D. 4, um comprimido duas vezes ao dia; hepar. sulfur. D. 4, um comprimido duas vezes ao dia.

RINS (Atrofia)

Causas. Desenvolve-se em consequência de uma nefrite crônica ou, primitivamente, devido a influências nocivas (intoxicação pelo chumbo, abuso do álcool, sífilis, malária, artério-esclerose).

Manifestações. Podem faltar durante alguns anos. As vezes, dores de cabeça, cintilação dos olhos, alterações da visão, sensação de vertigem, dificuldade de respirar, palpitações, tendência para a epistaxe.

Sintomas. Ao princípio, aumento da quantidade de urina (dois a quatro litros durante o dia), de uma

côr amarelo-pálido; muito mais tarde, escassa e de côr escura; também se pode apresentar edema nos tornozelos, nas pálpebras e no prepúcio. O pulso costuma ser duro e tenso.

Diagnóstico. Só é possível fazer-se o diagnóstico em face do resultado da análise da urina.

Prognóstico. A doença pode durar muitos anos, com alternativas; o curso é desfavorável e há, sempre, a temer a grande complicação da urémia (convulsões, perda dos sentidos).

Tratamento. Exclusão absoluta de todos os alimentos irritantes, condimentados; escasso consumo de sal; por outro lado, a alimentação pode ser mixta. Proibir-se-ão os excessos corporais, o álcool e o café.

Remédios caseiros. Banhos quentes, dados freqüentemente; fricções de álcool em todo o corpo; infusão de verónica (duas colheres, das de café, por chávena) tomando uma chávena de manhã e outra à noite. Como bebida, recomendam-se as águas alcalinas.

Homeopatia. Hepar. sulf. D. 15, um comprimido por dia.

RIM MÓVEL

Mobilidade e deslocação anormal do rim, o que só costuma suceder do lado direito. As suas causas são as seguintes: relaxação das paredes abdominais; perda rápida do tecido adiposo, artigos de vestuário que comprimem o organismo (espartilhos, cintos). Êste estado pode provocar diversos incómodos (dores nas espáduas, com extensão ao ventre, palpitações, náuseas, vômitos). Nalguns casos (raros) apresentam-se sintomas mais graves (dores violentas semelhantes a cólicas, calafrios, síncope), que

costumam vir conjugados com uma diminuição da quantidade de urina. Únicamente um minucioso exame geral e local poderá determinar se as manifestações existentes procedem, na realidade, de um rim móvel ou se intervém outras causas.

Tratamento. Vestuário adequão; faixa ventral elástica. Alimentação nutritiva para contrabalançar o enfraquecimento, quando exista.

Remédios caseiros. Contra as dores, decocção de anis e funcho (em partes iguais), valeriana, camomila, cominhos (quanto caiba na ponta de uma colher, por chávena), tomilho.

Homeopatia. Beladonna D. 15, um comprimido tomado duas vezes ao dia; chamomilla D. 4, um comprimido duas vezes ao dia.

ROSÉOLA

É uma doença contagiosa, parecida com o sarampo, mas que não tem, porém, conexão com êste, nem valor preservativo. Duas ou três semanas depois do contágio, aparece uma erupção semelhante à do sarampo, acompanhada de febre ligeira. Os sintomas catarrais (nariz, faringe, conjuntivas) faltam ou são muito pouco importantes. Não se produz uma descamação visível; às vezes, é difícil distingui-la dos casos leves de sarampo. A doença não costuma durar mais de um ou dois dias e o seu curso é satisfatório.

Tratamento. Recolher ao leito durante alguns dias; é desnecessário qualquer tratamento.

Homeopatia. Acon. D. 15, um comprimido três vezes ao dia; pulsatilla D. 15, um comprimido três vezes ao dia.

SARAMPO

Causas. Bacilo ainda desconhecido; invasão epidémica; fortemente contagioso; tempo de incubação, até catorze dias; raras vezes se repete.

Manifestações. Fotofobia; desassossêgo; dores de cabeça; perda do apetite.

Sintomas. Febre (39 a 40° C.); resfriamento, conjuntivite; rouquidão, tosse. Ao fim de três a quatro dias, apresentam-se manchas vermelhas, de várias formas e tamanhos, primeiramente na mucosa do palatino. Depois da erupção se manifestar, é costume a febre descer e as manchas irem desaparecendo lentamente, seguindo-se logo a descamação farelenta da pele.

Diagnóstico. Formula-se, ao princípio, sobretudo pelas manchas na bôca. Apresentam-se erupções semelhantes nas roséolas, escarlatina e, também, devido ou uso de certos medicamentos (antipirina).

Prognóstico. Em geral, é favorável. Como complicações, observam-se a otite média e a pneumonia, fortes diarreias (às vezes, sanguinolentas); raras vezes, doenças graves nos olhos. Nas crianças fracas, costuma coincidir com a tuberculose e existir propensão para a tosse convulsa.

Tratamento. Permanecer na cama; conservar o quarto algum tanto na obscuridade; no entanto não demasiado fresco (20° C.); ar puro; dieta de febre (leite, caldos).

Remédios caseiros. Limpar os olhos com água boratada ou uma infusão de camomila e, a cavidade bucal, com

água boratada (borato de sódio, quanto caiba na ponta de uma colher, para um copo de água). De manhã e à noite, uma chávena de infusão de erva de S. João ou amor-perfeito. Contra as dores nos ouvidos, introduzir-lhes algumas gotas de óleo gomenolado.

Homeopatia. Aconitum D. 4, um comprimido de três em três horas; pulsatilla D. 4, um comprimido de três em três horas.

SEBORREIA

Produz-se em resultado da excessiva secreção das glândulas sebáceas; precede, muitas vezes, a calvície prematura. Cuidados higiénicos com a cabeça e com o cabelo e levar, sempre, a cabeça ligeiramente coberta, podem servir de medidas preventivas.

Remédios caseiros. Loções na cabeça com uma solução alcoólica saponosa de Hebra (farmácia), de quinze em quinze dias; a-pesar disso, lavagens com água tépida a que se adicionam duas colheres, das de chá, de bórax ou de um cozimento de camomila. Dá excelentes resultados a água de urtigas (uma parte de urtigas e três de álcool deixadas em maceração, ao sol, durante quinze dias, filtrando em seguida; três colheres, das de sopa, para dois decilitros e meio de água) e cozimento de raiz de bardana. Se o coiro cabeludo está sêco, untá-lo com um pouco de óleo de rícino, de arnica ou de raiz de bardana.

Homeopatia. Sulfur. D. 15, um comprimido três vezes ao dia; staphisiagra D. 6, um comprimido três vezes ao dia.

SICOSE

Pode contagiarse nas barbearias, apresentando o aspecto de pápulas e vesículas, que estão atravessadas por um pêlo de barba, ocasionadas por uma

inflamação das glândulas sebáceas. Existe, também, uma forma não contagiosa.

Tratamento. Costuma ser muito demorado. Deve rapar-se a barba completamente; o melhor, é arrançar os pêlos.

Remédios caseiros. As crostas amolecem-se com azeite quente. Loções com água sulfurada de Kummerfeld (farmácia); com sabão de breu e enxôfre ou de ictiol, deixando secar a espuma durante a noite. Durante esta, aplicam-se panos umedecidos com a água do cozimento de tormentilha (*sete em rama*).

Homeopatia. Causticum D. 6, um comprimido três vezes ao dia; arsen. D. 6, um comprimido três vezes ao dia.

SÍFILIS

Pode ser herdada ou provocada por contágio. É uma doença devastadora, de curso crónico, que chega a infectar todo o organismo. Duas ou três semanas depois da infecção (contacto sexual, beijos, utensílios de comer ou beber) forma-se, no ponto da entrada do parasita, uma papulazita dura, que pode transformar-se em úlcera (cancro duro). Desde esta ocasião, e depois de ter ocasionado a hipertrofia dos gânglios linfáticos próximos, o agente penetra na corrente sanguínea e provoca estragos muito variados. Em primeiro lugar, são atacadas a pele e as mucosas (erupções sem picadas, úlceras, abscessos); em seguida, passa aos órgãos internos. São muito importantes as destruições que causa nos ossos e as lesões do sistema nervoso.

Tratamento. É indispensável o tratamento médico. Deve renunciar-se, o mais possível, ao alcohol

e ao tabaco. Têm enorme importância os cuidados a dispensar à bôca e aos dentes.

Remédios caseiros. Infusão de sálvia, para bochechar; higiene dos dentes. Cozimento de salsaparrilha de Zittmann (da farmácia), beber uma chávena, quente pela manhã e fria à noite. O cozimento fraco de salsaparrilha é de concentração média; podem alternar-se os dois específicos, tomando, de manhã, o mais forte e, à noite, o mais fraco. Também se recomenda a infusão de fôlhas de bardana.

Homeopatia. Mercur. corros. D. 6, um comprimido três vezes ao dia; mais tarde, kal. yodat. D. 4, um comprimido três vezes ao dia.

SUOR DOS PÉS

Secreção excessiva do suor nos pés; incómodo, principalmente no verão; muitas vezes conjuga-se com o pé plano. Pode ser causado pelo desenvolvimento de uma faringite crónica.

Tratamento. Limpeza escrupulosa dos pés. Havendo pé plano, deverão usar-se palmilhas dentro do calçado; usar meias de lã. Não permanecer parado nas ruas, mover os pés.

Remédios caseiros. Aplicar, com regularidade, pedilúvios seguidos de fricções com álcool; pedilúvios com um cozimento de cascas de azinheiro; polvilhar o interior das meias com pós salicíficos.

Homeopatia. Rhus. toxicod. D. 4, um comprimido duas vezes ao dia.

TABES DORSAL

Causa. Doença sifilítica a actuar.

Manifestações. Dores coriscantes nas pernas; sensação dolorosa como se um cinturão estivesse

apertando o tronco; formigueiro e falta de tacto nas pontas dos dedos.

Síntomas. Desaparição dos reflexos tendinosos poplíteos; paralisia pupilar ao receber a luz, ao passo que persiste o movimento ao adaptar-se o olho à visão. As pupilas são, com freqüência, desiguais; mais tarde, estão, quasi sempre, estrangidas, estreitadas. Perturbações vesiculares (micção difficil, retenção, estrangulação). Insegurança na marcha; passos lentos, lançando as extremidades inferiores; ao parar, com os olhos fechados, o doente cambaleia; perturbações na vista até chegar à cegueira completa; inchação de algumas articulações (tornozelo, ombro). Ataques de dores gastro-intestinais, violentas, com vômitos (crise gástrica).

Diagnóstico. Positivo, se existir a redução pupilar reflexa, a abolição dos reflexos tendinosos rotulianos, junto com dores fulgurantes. Os ataques pertinazes de dores reumáticas, devem, sempre, despertar suspeitas.

Prognóstico. A enfermidade pode prolongar-se por muitos anos, sendo possível a suspensão temporária e, até mesmo, a melhora das manifestações; o perigo mais premente está nas conseqüências da doença vesical.

Tratamento. Evitar todo o excesso de trabalho corporal e intelectual; alimentação ligeira não irritante, dando preferênciam às verduras.

Remédios caseiros. Banhos tépidos; havendo dores nervosas, envoltimentos úmidos.

Homeopatia. Nux. vom. D. 4, um comprimido duas vezes ao dia; rhus. tox. D. 4, um comprimido duas vezes ao dia.

TÊNIAS (Solitária)

Ocasionadas por parasitas que chegam ao tubo digestivo por intermédio da ingestão de carne de porco (ténia solium), carne de vaca (ténia saginata); carne de peixes (bothriocephalus latus), crua ou insuficientemente preparada. As duas primeiras costumam provocar poucos incómodos nos adultos (inquietação nervosa, perda de apetite, ou fome voraz, náuseas, dores no ventre); nas crianças provocam, às vezes, espasmos e convulsões; a dos peixes costuma produzir anemias graves. A presença das ténias confirma-se pela expulsão de aneis, ou pela comprovação dos ovos nos dejectos. A ingestão de saladas e cebola pode provocar a expulsão dos anéis das ténias.

Tratamento. Só se deve empreender o tratamento no caso de serem expelidos aneis; porém, não se deve começar nos casos de haver febre, gravidez ou menstruação. No dia anterior àquele em que se deva tomar o remédio, o enfermo fará bem em nada mais comer do que caldos de aveia. No dia do tratamento pela manhã, cedo e em jejum, tomar uma chávena de café puro, adoçado e, meia hora depois, o remédio. Passadas duas horas deve-se tomar um purgante. Durante o período do tratamento, aconselha-se a conservar-se no leito e só tomar caldos.

Remédios caseiros. 1. — Extracto de raiz de feto macho, 6 a 8 gramas, em café quente; também se encontra nas

farmácias com o nome de remédio tenífugo de Helfenberg. Se estiver preparado há muito tempo, o extracto perde a sua eficácia.

2. — 4 a 6 gramas de noz de areca (betel) pulverizada, misturada com leite ou café quente.

3. — 50 gramas de pevides frescas de abóbora (cabaça) italiana, trituradas com açúcar e fervidas com leite (as pevides da abóbora menina não dão tão bons resultados).

4. — A parte comestível do côco.

Para as crianças estão indicadas as pastilhas ou comprimidos de flores de kouso, de uma grama cada, das quais se deverão tomar de oito a dez uo espaço de uma hora, misturadas com leite só, ou café com leite.

Homeopatia. Recomenda-se cupr. oxyd. nitr. D. 4, uma pitada de três em três horas.

TERÇOL (Terçolho)

Costuma provocar grande inchação e inflamação das pálpebras.

O *tratamento* consiste em aplicar parches com água bórica, uma infusão quente de camomila ou folhas de eufrásia.

A *homeopatia* prescreve, internamente, pulsatilla D. 4, um comprimido, três vezes ao dia.

TÉTANO

Causas. A mais freqüente é a infecção de uma ferida por terra ou excrementos; é uma doença relativamente rara e mais freqüente nos homens. Após a infecção, podem decorrer dias e semanas antes que a doença se manifeste.

Manifestações. Ao princípio, tensão e rigidez dos

músculos do rosto, maxilar inferior e nuca; em seguida, dos músculos ventrais e dorsais.

Sintomas. Caimbras dos músculos acima mencionados; sensação de dureza lenhosa; rigidez do rosto; dificuldade em respirar. As caimbras agravam-se, repentinamente, ao menor ruído ou estremecimento do corpo. Conservação da faculdade de sentir; a temperatura costuma ser pouco elevada, subindo extraordinariamente (43° e mais) pouco antes da morte.

Diagnóstico. Costuma ser fácil formulá-lo em face dos sintomas espasmódicos característicos; poderão ser produzidos sintomas semelhantes devido a estados de histerismo e intoxicação pela estricnina.

Prognóstico. Nos casos ligeiros, não é desfavorável; nos casos graves, pode haver esperanças no caso de o doente conseguir resistir ao mal na primeira semana.

Tratamento. É indispensável a assistência médica; deve conservar-se o doente afastado de todos os ruídos e correntes de ar. Muitas vezes, é preciso introduzir-lhe os alimentos pelo nariz ou pelos intervalos dos dentes, utilizando uma sonda ou recorrendo aos clisteres alimentícios (sôro fisiológico, etc.).

Remédios caseiros. Podem prodigalizar algum alívio os banhos quentes, de alguma duração, com um cozimento de ançarinha (planta da espécie da cicuta), também aplicável em clisteres.

Homeopatia. Beladonna D. 6, uma pastilha de três em três horas; cinc. cyanat. D. 6, uma pastilha três vezes ao dia.

TIFO ABDOMINAL

Causas. Infecção pelo bacilo tífico (água, alimentos ou vasilhas contaminadas); de preferência nos indivíduos jovens, robustos, entre os quinze e trinta anos. Parecem ser condições predisponentes as excitações intensas e as faltas de regime.

Manifestações. Antes de a doença se declarar, existe falta de apetite, prostração, violentas dores de cabeça, sono inquieto.

Sintomas. De dez a vinte dias após a infecção, apresenta-se febre que, em quatro a cinco dias, sobe, lentamente, até 40° (sem calafrios ou erupções de vesículas no lábio). Tumefacção do baço, prisão de ventre; mais tarde, diarreia da côr do «puré de grão», bronquite, entorpecimento, delírio. Entre o sexto e o décimo dia, erupção de manchas côr de rosa pálido, ligeiramente aumentados na pele do ventre e das espáduas. A partir da terceira semana, a febre é menos regular, com descida na parte da manhã e, a partir da quarta semana, começa a descida lenta.

Diagnóstico. Difícil, quási sempre, na primeira semana; pode confundir-se com a influenza grave, a tuberculose generalizada, a meningite. As análises da urina e do sangue mostrarão de que doença se trata.

Prognóstico. O diagnóstico deve estabelecer-se, sempre, sob reservas. Podem surgir complicações graves por hemorragias intestinais com perfuração na cavidade abdominal; são desfavoráveis: a idade avançada, a obesidade, as afecções cardíacas; tem

como complicações, também, a pneumonia e as chagas dolorosas da pele.

Tratamento. É necessária a assistência médica; isolamento do enfermo; desinfecção das roupas de cama e pessoais e das dejectões, cobrir ligeiramente o doente; a temperatura da habitação não deve ultrapassar 18° C.. Alimentação líquida (leite, caldos de carne, aveia, ovos, cacau, chá); o leite pode misturar-se com água de sal.

Remédios caseiros. Lavagens frias, diárias; fricções na região sacro-lombar com álcool; limpeza da bôca com uma infusão de sálvia ou água boratada (a quantidade que caiba na ponta de uma colher, para um copo de água). Nos casos de entorpecimento e febre elevada, saco com gelo na cabeça; banhos a 25° C., deixando-os esfriar até 20° C., durante quinze minutos, com efusões frias, de vez em quando. Internamente, infusão de erva de S. João, sálvia, hipericão ou ervilhaca e bagas de zimbro em partes iguais.

Homeopatia. Aconitum D. 4, uma pastilha de três em três horas; rhus. tox. D. 4, uma pastilha três vezes ao dia.

TOSSE CONVULSA (Coqueluche)

Causas. Contágio; às vezes, sob a forma epidémica; quasi sempre, nas crianças com menos de seis anos de idade. Não é costume a doença repetir-se.

Manifestações. Poucas, durante o período sem ataques; pouco antes destes começarem, inquietação e angústia.

Sintomas. Ao princípio, constipação e tosse não característica (período catarral, uma a duas semanas); em seguida, ataques de tosse convulsa, com inspiração longa, sibilante (período convulsivo, que dura de duas semanas a vários meses). Com frequên-

cia, inchação das pálpebras, hemorragias na conjuntiva ocular; epistaxe; vômitos; micção e evacuações involuntárias. Rosto entumescido, com uma coloração azulada. Muitas vezes, forma-se uma pequena úlcera no freio da língua. Ao diminuírem os ataques aumenta a secreção mucosa (período de declínio). A febre só costuma aparecer no período catarral; mais tarde, ao anoitecer, não excedendo a temperatura de 38 a 38,5°.

Diagnóstico. Com segurança, só se pode formular no período convulsivo; os ataques podem, também, ser provocados pela compressão da laringe.

Prognóstico. Favorável quando se trata de crianças que estavam sãs e robustas. Como complicações podem observar-se a pneumonia, que se anuncia pelo aumento de febre e pelo enfisema. Depois de curada a tosse convulsa fica, às vezes, um catarro bronquial crônico e uma tendência maior para contrair o sarampo e a tuberculose.

Tratamento. Ar livre; se não há febre e o tempo está bom, permanência ao ar livre.

Remédios caseiros. Pendurar, na habitação, panos úmidos empapados numa infusão ligeira de camomila. À noite, um banho tépido a cuja água se juntou um punhado de camomila, metida numa bolsa de pano. Decocção de verbena, tomilho (15 gramas por chávena, deixando ferver por dez minutos e adicionando-lhe mel) tomar de hora a hora uma colher, das de sopa; violetas (uma colher, das de café, por chávena, adicionando-lhe mel) tomar uma colher, das de sopa, de hora a hora.

Homeopatia. Beladona D. 4, uma pastilha de três em três horas; droséra D. 3, uma pastilha de três em três horas; ipeca D. 4, uma pastilha de três em três horas; veratrum album D. 4, uma pastilha de três em três horas. Podem trocar-se entre si, de vez em quando, estes medicamentos.

TUBERCULOSE PULMONAR

É uma doença muito vulgar.

Causas. Infecção produzida pelo bacilo da tuberculose, favorecido por uma predisposição hereditária, escrofulose anterior, alimentação insuficiente, casas de habitação insalubres, desgostos e privações; aspiração de poeiras, resfriamentos.

Manifestações. Poucas, ao princípio. Tosse sêca, suores nocturnos, cansaço; pontadas no peito. Se a laringe estiver atacada (tuberculose laríngea) rouquidão e dificuldade em deglutir; se o intestino está infectado (tuberculose intestinal), diarreias.

Sintomas. Os doentes costumam estar pálidos, com um círculo roxo nas maçãs do rosto, fracas, com desnutrição muscular; tórax achatado. Em muitos casos, febre irregular. Espectoração escassa, ao princípio; mais tarde, mucosa purulenta, misturada, amiúde, com sangue; às vezes, chegam a expectorar maiores quantidades de sangue (hemoptises). Desenvolvendo-se a doença, o enfraquecimento aumenta a ponto de chegar a um grau extraordinário.

Diagnóstico. Havendo a suspeita de uma tuberculose incipiente (invasão do vértice do pulmão), deve reclamar-se, imediatamente, o exame médico. Quando a doença se dá a conhecer exteriormente, pelo aspecto do doente, costuma já ser tarde para se conseguir a sua cura.

Prognóstico. A tuberculose só é curável no seu período inicial. Cada caso evoluciona de uma maneira

diferente; às vezes, a enfermidade persiste, com intermitências, durante longos anos; noutros casos termina pela morte dentro de poucas semanas ou poucos meses (tísica galopante). A febre é mau sinal, visto que anuncia o avanço do processo mórbido.

Tratamento. O tísico necessita de quietação, ar puro e boa alimentação. O leite é um excelente alimento; também se permitirá a cerveja e o vinho (com gemas de ovos batidas) em quantidades moderadas. Havendo febre, recolher ao leito.

Remédios caseiros. Óleo de fígado de bacalhau durante a estação fria (uma colher, das de sopa, duas vezes ao dia); extracto de malte (uma colher, das de chá, três vezes ao dia); se a tosse aumenta, envoltórios de Priesnitz, beber leite quente com água de Ems em partes iguais. Contra os suores nocturnos tomar, durante a noite, um copo de leite com uma ou duas colheres, das de chá, de conhaque, uma chávena de infusão de sálvia, fricções com alcohol, loções com água avinagrada (uma parte de água para três de vinagre). Depois da hemoptise, repouso absoluto, ingerir pequenos pedaços de gelo, uma pequena colher de sal comum; atar com um pano forte a parte superior do braço e do músculo. São remédios muito apreciados nas afecções pulmonares a infusão de alforja (uma colher, das de café, por chávena) e o cozimento de líquen da Islândia, com a adição de açúcar candi (20 gramas de líquen para três quartos de litro de água, deixar ferver pelo espaço de uma a duas horas e juntar, depois, sumo de laranja).

Homeopatia. Arsen. yodat. D. 6, uma pastilha três vezes ao dia; pulsatilla D. 4, uma pastilha três vezes ao dia; drosera D. 3, uma pastilha três vezes ao dia.

URTICÁRIA

Aparição de pápulas, de diversos tamanhos, acompanhada de um prurido violento e, às vezes, de febre. De resto, as irritações exteriores (urtigas, pica-

das de insectos) consideram-se como as causas principais das perturbações na digestão e na mensuração. Há pessoas que sofrem de urticária depois de terem comido certos alimentos e frutas (caranquejos, lagostas, morangos, framboesas, groselhas) ou certos medicamentos ingeridos (quinina, morfina).

Tratamento. Cuidar de regularizar as evacuações intestinais, diárias.

Remédios caseiros. Polvilhar com farinha de trigo, pó de arroz ou vazenol; lavagens com água de sabão ou avinagrada, álcool mentolado a três por cento ou timolado a um por cento. Como remédio interno, costuma dar bom resultado a infusão de valeriana.

Homeopatia. Rhus. tox. D. 4, uma pastilha de três em três horas; apis D. 4, uma pastilha três vezes ao dia; citus canadense D. 4, uma pastilha três vezes ao dia.

VARICELA

Causas. Contágio; enfermidade ligeira da infância; rara nos adultos.

Manifestações. Escassas; leves dores ao comer, se existirem vesículas no palatino.

Sintomas. Começa de treze a dezassete dias depois do contágio; febre, pouca; aparição de um número variável de vesículas, do tamanho de uma lentilha, rodeadas de um círculo vermelho. O conteúdo aquoso das vesículas turva-se e, ao secar, forma-se uma crôsta que cai sem deixar cicatriz. Estas vesículas podem aparecer em tôdas as partes do corpo; isoladamente, na cabeça e nas mucosas do palatino e da bôca; a erupção é maior no tronco e na cara do que nos braços e pernas.

Diagnóstico. Não apresenta qualquer dificuldade.

Prognóstico. Com freqüência, apresentam-se recidivas, de modo que a doença pode prolongar-se por uma ou duas semanas. Evolução favorável; excepcionalmente, pode dar lugar à nefrite.

Tratamento. Permanência em casa; havendo febre, recolher à cama. Nas crianças muito sensíveis, podem polvilhar-se as vesículas com pó de arroz ou amido. Não é necessário o uso de medicamentos.

VARIÓLA (Bexigas)

Causas. Doença infecciosa das mais temíveis. Não se lhe conhece qualquer agente de causa. Contágio pelo pús e pelas crôstas das pústulas; também pelo ar, na proximidade do doente. A doença começa quinze dias depois do contágio.

Manifestações. Calafrios, febre; cefalalgia; dores na região lombar; estado geral péssimo; perda do apetite.

Sintomas. Com freqüência, perda dos sentidos; delírio, febre alta (40°) descendo no terceiro ou quarto dia, para reaparecer no período da supuração. Erupção (primeiro na cara e na cabeça) de pequenas manchas de uma côr vermelha escuro, que logo se transformam em pápulas e, finalmente, em vesículas. O conteúdo das vesículas, claro ao princípio, turva-se e produzem-se as pústulas, com uma pequena depressão central. As pústulas secam logo, dando lugar à formação de crôstas sêcas acompanhadas de um prurido violento. Após a queda das crôstas, ficam as bem conhecidas cicatrizes variolosas (bexigas).

Diagnóstico. Sempre grave, principalmente porque, não poucas vezes, a doença se complica com pneumonia, pleurisia, nefrite, otite, meningite e, ainda algumas vezes, com alguma doença do coração. A percentagem da mortalidade causada pela varíola é de quinze a trinta por cem. Os sobreviventes conservam, para sempre, as cicatrizes características.

Tratamento. A prática da vacinação respectiva, feita em tempo oportuno, suprime o perigo do contágio. Em virtude da gravidade da infecção e do perigo do contágio, deve solicitar-se, imediatamente, a assistência médica. Vacinação obrigatória dos indivíduos sãos; severo e rigoroso isolamento; alimentação líquida (leite, caldos, papas, ovos).

Remédios caseiros. Bochechar com uma infusão de sálvia (uma colher, das de café, por chávena). Quando as pústulas estão muito cheias cobrem-se com compressas de gelo ou com pinceladas de glicerina pura diluída com duas partes de água.

Homeopatia. Vaccinium D. 5, uma pastilha de quatro em quatro horas; mercur. solub. D. 6, uma pastilha três vezes ao dia.

VARIZES

São dilatações das veias, observando-se, com maior freqüência, nas pernas. Encontram-se, principalmente, nas mulheres que tiveram muitos partos. As varizes, ao romperem-se, podem dar lugar a hemorragias, inflamação e à produção de úlceras das pernas.

Tratamento. Não usar ligas apertadas. As maças não estão indicadas.

Remédios caseiros. Ligar a perna com uma atadura elástica, larga, começando pelo tornozelo (a perna deve estar colocada numa posição alta, enquanto se faz a ligação); em caso de hemorragia, veja-se: *Acidentes*.

Homeopatia. *Cardus marianus* D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia; *hamamelis* D. 4, uma pastilha duas vezes ao dia.

VERMES

1. OXIUROS. Estão enormemente espalhados e encontram-se, com freqüência, nas grandes massas dos tecidos orgânicos, de preferência no intestino grosso. São pequenos parasitas brancos, filiformes, de quatro a doze milímetros de largura, que podem causar violento prurido e inquietação nervosa; há ocasiões em que emigram para os órgãos sexuais femininos.

Remédios caseiros. Decocção de trigo pisado (duas colheres, das de café, para dois decilitros e meio de água, deixando ferver durante meia hora, para tomar uma colher, das mesmas, de duas em duas horas). Em dias alternados, uma pequena colher de sais purgativos; clister com alho (um ou dois dentes pisados, fervidos em dois decilitros e meio de água); cozimento de raiz de valeriana (três colheres, das de chá, para dois decilitros e meio de água); vinagre (uma parte de vinagre para seis de água); água de sabão. Contra o prurido podem untar-se as partes próximas do anus com pomada cinzenta.

Homeopatia. *Cina* D. 2, uma pastilha três vezes ao dia.

2. ASCÁRIDES. Lombrigas semelhantes na forma às minhocas; 25 a 35 milímetros de largura; podem provocar comichão no nariz, doenças gástricas e intestinais; nas crianças, até espasmos e convulsões. Os ascárides vivem no intestino delgado, podendo, contudo, emigrar para o estômago, de onde são ex-

pulsos pelo vômito. No caso de suspeita, quando se expulsam vermes pelo intestino, é preciso fazer um exame microscópico aos excrementos, onde se encontram os seus ovos.

Remédios caseiros. Pasta vermífuga (0,025), dê-se um pedaço duas ou três vezes ao dia; ao fim de três dias, de uma a três colheres, das de chá, de sais purgativos. Infusão de vermute (duas colheres, das de café, por chávena, para tomar uma colher do mesmo tamanho de duas em duas horas). Oleo de tanaceto, de uma a oito gotas sôbre um torrão de açúcar.

Homeopatia. Cina D. 2, uma pastilha três vezes ao dia, alternando com valeriana D. 3, uma pastilha três vezes ao dia.

VERTIGENS

Observam-se nas mais diversas doenças: anemia e neurastenia, afecções do coração, rins, estômago, intestinos (ténia), nas enfermidades do nariz (pólipos), do ouvido, dos músculos oculares (visão dupla) e do cérebro (tumores, enfraquecimento). Deverá, sempre, investigar-se, cuidada e minuciosamente, a causa.

Tratamento. Depende da afecção primária.

Remédios caseiros. Infusão de valeriana, vermute, verônica, ou as três juntas; além disto, infusão de alfazema ou de erva de S. Paulo.

Homeopatia. Beladona D. 4, uma pastilha três vezes ao dia; nux. vom. D. 4, uma pastilha três vezes ao dia; pulsatilla D. 4, uma pastilha três vezes ao dia.





RÓ
MU
LO



CENTRO CIÊNCIA VIVA
UNIVERSIDADE COIMBRA

1329679807

RECEITUÁRIO DOMÉSTICO

É uma inesgotável fonte de conhecimentos úteis e necessários à vida, que se recomenda a tôdas as donas de casa, lavradores, industriais, comerciantes, artistas, operários e todos aquêles que desejem enriquecer o espírito.

Coordenação de

J. R. HESPANHA e L. DIAS

Obra no formato 14 × 19 com 1.260 págs. (3.000.000 de letras de corpo 8) — 150 gravuras elucidativas
Pêso do volume, 1.150 grs.

ENCADERNADO
EM LONA 35\$00

PEDIDOS À

EDITORIAL MINERVA
31, RUA LUZ SORIANO, 33 — LISBOA