

Tisztelt Szerkesztőség!

A barlanggyógyászatról

Néhány megjegyzést tennék dr. Dongó Pál írásához. A Jászvölgyi Gyógybarlangban eddig 4950 beteg vett részt klímakézelésen. Közülük 2648 bányász, 1775 hazai — más foglalkozású — és 527 külföldi volt. A KÖJÁL továbbra is minden évben elvégzi a barlangklíma- és bakteriológiai vizsgálatát.

A kezelés megkezdésekor minden betegnél torokváladék, illetve köpetvizsgálatot végzünk. A barlangkúráknak csak negatív lelet mellett vehetnek részt a betegek, ezzel is vigyázunk a barlangbaktériummentességére.

A kúra alatt és után egy évig figyeljük a betegek köhögésének, köpetürítésének, nehézlégzésének az alakulását, a gyógyszeresedés változását, a táppénzes állományban töltött időt, valamint a légzésfunkció alakulását.

Hosszú évek tapasztalatai azt mutatják, hogy a barlangklímakézelés jól szolgálja a légzőszervi betegségekben szenvedő bányászok rehabilitálását, munkaképességének a helyreállítását.

Felmeréseink alapján a háromhetes klímakézelés végére általában a betegek 57 százaléknál következett be számottevő javulás. Mintegy 62 százaléknál csökkentette a gyógyszeresedést, 61 százaléknál csökkent a köhögés, 59 százaléknál a köpetürítés és 55 százaléknál a nehézlégzés. A kúra alatt elért javulás 44 százaléknál hat-nyolc hónapig, 33 százaléknál két-három hónapig maradt fenn. 12 százaléknál csak a kúra alatt volt kimutatható. A betegek 8,5 százaléknál nem észleltünk javulást. A részben szubjektív tüneti javulás mellett a barlangkezelés hatására a hörgők görcsének, gyulladásának, a szőlőszek és a csököknek is észlelhető a csökkenése 61 százaléknál. Javult a betegek légzésfunkciója. A légzési kapacitás növekedése a betegek 15. a légzési ellenállás csökkenése 33 százaléknál mutatható ki. Mindezek hatására a barlangkezelés után a betegek 47 százaléka nem volt légzőszervi betegség miatt táppénzes állományban.

Ezenként májustól szeptemberig hat-hét háromhetes turnusban végzünk a klímakézelést. A betegek fele, kétharmada kúrásmétől beteg. Középsúlyos esetekben az évenkénti kúrásmételés nagymértékben segíti a munkaképesség fenntartását, lassítja a folyamat előrehaladását. Fiatalabb korban három-négy éven keresztül végzett klímakézelésűktől tartós eredményeket látunk.

A Szentbánya Vállalat támogatása, áldozatvállalása révén ma csoportonként hatvan fő kezelést tudjuk biztosítani. A Béke-barlang klímakézelésre kiépített tere 340 négyzetméter, 1050 köbméteres nagyságával ötven-hatvan beteg napi ötórás kezelését teszi lehetővé. További bővítéssel a beteglétszám emelhető lenne. Ez azonban egy újabb egészségügyi intézmény, szanatórium létrehozásával valósulhat meg. Jelenleg a beteglétszám növelésének gátat szab a barlang befogadóképessége. Így mint vállalati szanatórium, elsősorban a bányász dolgozók ingyenes klímakézelését szolgálja. A bányászokan kívül évente csupán hatvan-száz nem bányász beteg kerülhet a gyógybarlangba, térítés ellenében.

Dr. Adorján Barna
üzemi főorvos,
a gyógykúráztatások vezetője

Nem új törekvés az orvostudományban, hogy bizonyos betegségek gyógyításában az erős hatású, sokszor nemkívánatos mellékhatású gyógyszerek helyett — vagy azok kiegészítéseként — természetes gyógymódokat igyekezzünk alkalmazni. Hőforrások gyógyvízeinek, magaslatti vagy tengerparti gyógyhelyek levegőjének az áldásos hatása közismert.

A hörgi asztma és az asztma tüneteit utánozó idült hörgőhurut sok szenvedést okozó, nehezen befolyásolható, elhúzódó megbetegedés, gyógyszeres kezelésük ma még nem tökéletesen megoldott. Jogos tehát a betegek és orvosok közös

igénye egy mellékhatásmentes, nagy tömegek számára hozzáférhető gyógymód iránt. Ezen igényt még inkább növeli az a tény, hogy az ipar és a bányászat sok területén — a munkavédelmi feltételek folyamatos javulása ellenére — a munkahelyek levegője ártalmas a légzőszervekre. Régóta ismert, hogy egyes különleges klimatikus adottságú barlangok előnyösen befolyásolják a légzőszervi megbetegedéseket. A környező lakosság ezt néhol — például az olaszországi (toszkánai) Grotte Giustiában — már a múlt században igyekezett ki is használni. A Balaton-felvidék szarmatakorai mészkőtömegében a karszvíz több helyen alakított ki barlangrendszereket — így Tapolca városa alatt is, melyet 1902-ben fedeztek fel, s egy csónakkal is bejárható tavas részét, valamint egy (termék és folyosók rendszerét alkotó) „száraz” részét tartják fel a további évek alatt. Utóbbinak az a speciális adottsága bocsátható előre, hogy közvetlenül a városi kórház területe alatt helyezkedik el. Ez tette lehetővé, hogy a barlang „száraz” része a II. világháború idején a kórház óvóhelyéül szolgáljon, s ebben az időben született az az a konkrét, immár szakzszerűnek mondható megfigyelések, melyek szerint bizonyos légzőszervi megbetegedések az akkori, gyógyszerelátás tekintetében inszignis időkben is igen jó gyógyhatalmot mutattak a barlangban. A komoly gyakorlati és tudományos értékű külföldi, valamint a jászvölgyi „Béke” barlangban szerzett hazai tapasztalatok alapján 1969-ben indult meg Tapolcán is a lehetősegek felmérése. Bár a kísérletek a Tavasbarlangban indultak, annak intenzív idegenforgalmi kihasználtsága ésszerűvé tette azt a gondolatot, hogy a száraz, úgynevezett „Kőházbarlangot” építsék ki gyógykezelés céljaira.

A barlang levegőjének részletes analízise, klimatikus viszonyainak gondos feldolgozása olyan eredményeket mutatott, amelyek teljesen megfeleltek a nemzetközi szakirodalomban rögzített követelményeknek. 1969-től már célzott kísérletek folytak s 1973-tól — az első évek biztató eredményei láttán — az Egészségügyi Minisztérium engedélyével megkezdődhetett a rendszeres és folyamatos gyógykúráztatás. A Bakonyi Bauxitbánya Vállalat, a Magyar Alumíniumipari Tröszt, valamint a Vegyipari Dolgozók Szakszervezete nyújtott jelentős anyagi támogatást és biztosított olyan társadalmi munkát, melyek segítségével kialakulhattak a világítással, biztonsági berendezésekkel ellátott kényelmes, nagy légtérű termek, ahol jelenleg a gyógykezelés folyik.

Világszerte egyedülálló lehetőséget biztosít számunkra a barlang és a jelenlegi belgyógyászati pavilon között létesített személyfelvonó és telefonösszeköttetés, amelyek lehetővé teszik a betegek gyors — és minimális terheléssel járó — lejutását, valamint a barlangban tartózkodók közvetlen összeköttetését a külvilággal. A körülbelül negyven beteg elhelyezésére alkalmas, de bővíthető belgyógyászati pavilon a kórház rekonstrukciós terv szerint a közeljövőben teljes kapacitásával barlanggyógyászati betegek elhelyezését fogja szolgálni. A barlang gyógyászati célra felhasználható területe is lényegesen bővíthető.

Jelenleg háromhetes turnusokban egyszerre 25–30 beteg tudunk fogadni. Kik az esztétikailag is szépen kialakított, biztonságos, asztalokkal, székekkel, ágyakkal, hálókákkal felszerelt barlangtermekben naponta négy órát pihennek, illetve szakképzett gyógytornász irányításával légzőtornát végeznek. A kúrán részt vevő betegek felügyeletét, egészségügyi ellátását egy orvos, egy asszisztens és három ápolónő biztosítja. Műszer- és gyógyszerellátásunk kitűnő, szakmai továbbképzésünket az Országos Korányi TBC és Pulmonológiai Intézzel kialakult jó kapcsolat garantálja.

A tapolcai barlang levegője rendkívül tiszta, szellőzése optimálisan megoldott. Tulajdonképpen por- és csiramegterhelésmentes, s jelentős fokú öntisztulása folytán ezt a betegforgalom sem befolyásolja érdemlegesen. Fontos tényező még az állandó, s a felszíni időjárástól független hőmérséklet- és légnyomásviszonyok, valamint az igen finom aerosol formájában jelen levő, rendkívül magas relatív páratartalom, amely a benne oldott állapotban levő, biológiailag hatékony ásványi anyagokat lejutatja a legidősebb légutakig, ahol ezek simaizomgörcs-oldó, gyulladásgátló és nyákoldó hatást fejtenek ki.

1972-től 1978 tavaszáig 848 beteget kezeltünk barlangunkban. Részből hörgi asztmásokat, jórészt idült hörgőhurutosokat, kiknek túlnyomó többsége — az Alumíniumipari Tröszt és a Vegyipari Dolgozók Szakszervezete által támogatott szociális szerződésünk eredményeként — vegyipari dolgozó, alumíniumkohász, bauxitbányász. Ezen munkahelyek légzőszerveire ártalmas volta (a vegyi gőzök, gázok, por, hőingadozás következtében) közismert.

Eredményeink értékelésénél kitűnik, hogy betegeknek több mint kilencven százalékánál a kúra végére lényegesen csökkentek a panaszok és a tünetek, holott csaknem kétharmaduknál nagymértékben csökkentették — vagy teljesen el is hagytuk — az addig alkalmazott gyógyszereiket. A betegek több mint a felénél ezt a klinikai tünetek és panaszok csökkenése alapján megállapított — javulást a légzésfunkciós műszeres vizsgálatok eredményeivel is alátámasztani. Eredményeink különösen biztatók voltak gyermekek esetében s azoknál a dolgozóknál, akiknél a betegség kialakulásában fontos szerepe volt a munkahelyi levegő légtartalmának károsító hatásának. A kúra további hatása is biztató. Kibocsátott és visszaküldött kérdőíveinkben a korábban kezelt betegek arról számoltak be, hogy egy-egy kúrát követően átlagosan legalább három hónapra tartják javult állapotukat, csökkentett gyógyszerigényüket. A kérdőívek tanúsága szerint egy-egy kezelés után észrevehetően csökken a betegeknek a táppénzes napok száma.

A barlanggyógyászat jelentősége óriási — ezt saját szerény adataink is alátámasztják. Mellékhatásmentes, egyszerű, könnyen adagiolható, olcsó, nagy tömegek számára hozzáférhető kiegészítő eljárás és a gyógyszeres és műszeres kezelés mellett, mely alkalmazású — erős hatású — és mellékhatású — szerkesz adagolásának csökkentését vagy szüneteltetését is eredményezheti.

Minden problematikus betegség gyógyításában megfontolható új eljárás széles körű indokoltatást gerjeszt a kezelésként a túltelítéssel a kezelésre való hajlandóságot a barlanggyógyászat is meg fogja találni az értéket megillető helyet a gyógyításban. Ehhez az egészségügyi szervek jóindulatán kívül — véleményem szerint — széles körű állami-társadalmi összefogás is szükséges, hogy jelenlegi — elsősorban a beteghelyezés megoldatlanságából származó — nehézségeink felülkerekedve a rászorulóknak mind nagyobb tömegének nyújthassunk segítséget.

Dr. Horváth Tibor
főorvos,
a barlangterápiás részleg vezetője



Rejtvénysarok

Az itt felsorolt ötös szócsoporthoz mindegyikben van egy-egy olyan szó, amelyik valamilyen szempontból nem odaillo. Megfejtést csupán ez a tíz szó kell beküldeni.

1. Lima, Caracas, Managua, Quito, Asuncion.
2. Szóktetés a szerájból, Figaro házassága, Don Giovanni, Cosi fan tutte, Don Pasquale.
3. Zalakaros, Hajdúszoboszló, Bük, Sikonda, Harkány.
4. Roger Vadim, Alain Resnais, Juan Bardem, Jean Luc Godard, Georges Clouzot.
5. Pacsirta, fecske, cinege, harkály, pinty.
6. Steinbeck, Solohov, Kavabata, Kafka, Beckett.
7. Alfa, beta, éta, méta, tau.
8. Jenőy Kálmán, Szentirmay Rudolf, Tatrángi Dávid, Timár Mihály, Pongrácz István.
9. Epiztola, arabeszk, lektür, eklóga, esszé.
10. Uzsgorod, Donyeck, Minszk, Harkov, Lvov.

A helyes megfejtést beküldők között öt darab 300 forintos, a Szivárvány Aruház Vállalat üzleteiben beváltható vásárlási utalványt sorsolunk ki.

PÁLYÁZATI SZELVÉNY

1978. december 17.

Beküldési határidő: december 27. Cím: Laphidó Vállalat Reklámtervezési Osztály, 1073 Budapest, Lenin krt. 9–11. A címzésnél írják rá: a Magyar Nemzet pályázata. A megjelölést és a nyertesek névsorát december 28-1. csütörtöki számunkban közöljük.

— KISKARÁCSONY, NAGY-KARÁCSONY. Ismerkedés a karácsonyi népszokásokkal, bábkészítés, bábjáték, filmvetítés, agyagformázás, papírszék készítése a Néprajzi Múzeumban 1978. december 17-én, vasárnap délután 2 órától!

Karácsonyi sütés-főzés

Az ünnepekre való készülődés, sütés-főzés sok gondot okoz a háziasszonyoknak. A mit főzöl? Mit sütsz? — kérdése itt is ott is felhangzik. Szerencsémre több fiatalall kerülok össze, akik kevésbé ismerik a hagyományos, de mindig jó recepteket. Nekik mondom el. Anca a borlevesre kíváncsi, tehát az első számú recept a borleves. A bort fa-



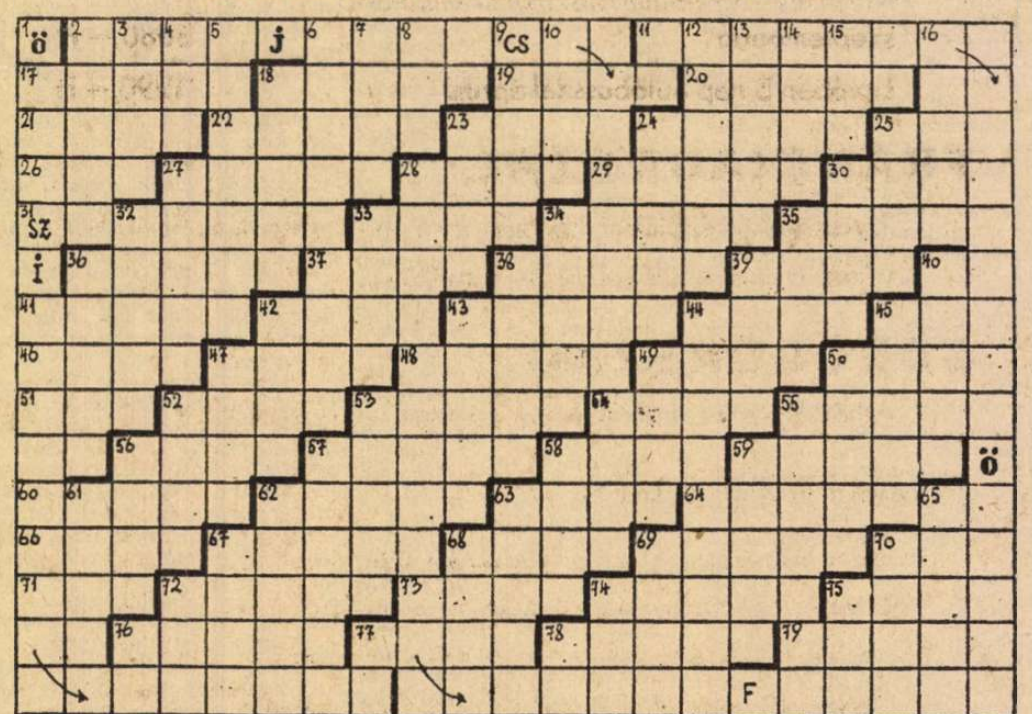
hájjal, citromhéjjal, szegfűszeggel ízesítve felforraltjuk. Amikor felforrt, hozzáadunk (két személyre számítva) két evőkanál kukorica jól eldologozott két tojássárgáját. Lassanként öntögetjük a forrásban levő borbba, miközben a habverővel állandóan verjük, amíg megszűsödik. Az ott-hon főzött kocsonya elkészítése egyszerűbb, mint gondolják: köröm, csülök és fejhúst megfőztünk, jól megmosunk és feldarabolunk. Leforrázzuk, aztán sós fokhagymás vízben apróra vágott leves-

zöldszeggyel lassú tűznel puhára főzzük. Amikor megpuhult, ízlés szerint édes pirospaprikát szórunk bele. Még egyszer felforraltjuk, leszűrjük. A húsdarabokat mély tányérokba szétosztjuk, s hogy ne legyen zsíros, konyharuhán vagy szalvétán keresztül rászűrjük a levet. „Elegáns” a kocsonya, ögerinc formában. A formába beleszűrjük a levet és bele-rakjuk a húsdarabokat. Középre két-három keménytojást, uborka- vagy céklaszleteket helyezünk. Ha megfagott, kiborítjuk a formából és szeletelve tááljuk. A karácsonyi asztal díszé a pulyka. Talán a legfinomabb a rántott pulykamell. A pulyka mellé-húsát lefejtjük a csontól, megmosunk, vékonyan felszeleteljük, azután egy órán keresztül tejből áztatjuk. Kiszedjük, sózzuk és lisztbe, tojásba, zsemlemorzsába forgatva forró zsírban vagy olajban kirántjuk. Körítésnek burgonyapürét és alma-, aszaltszilva-kompótot adjunk. Nagybobb almákat kettévágunk, megfőzzük, tálba szedjük és minden fél alma közepébe egy-egy szem főtt aszalt szilvát helyezünk. Gesztenye „beigli”. Egy fél kiló gesztenyemasszát áttörünk, vagy húsdarálón ledarálunk. Ízlés szerint porcukrot adunk hozzá, azután összegyúrjuk öt deka vajjal. Töltelek: 10 dkg cukrot, 10 dkg olvasztott csokoládét és 10 dkg vajjal jól eldologozunk. A már elkészített gesztenyemasszába vizet konyharuhán kinyújtjuk, megtöltjük a krémmel és a konyharuha segítségével beigli formájú teker-cset formálunk belőle. Csokoládékrémmel bevonjuk és tejszínnel tááljuk.

A rajzon ajándéknak is megfelelő két kis kőteny a karácsonyi kirakatokból.

(f. b.)

KERESZTREJTVE



MAMA

Rejtvényünk vízszintes 2. és a 11. számú sorában Ladányi Mihály fenti című negyresorát idézzük.

Vízszintes (kétbetűs): AE, MN, VA, GS). 17. A táplálkozás egyik folyamata. 18. Tibeti vagy mongolai buddhista szerzetesek. 19. Vajamnek először kialakult része, központja; nevelővel. 20. Amerikai időjárásjelző mesterséges holdak egyik típusa. 21. Ajakforma. 22. Övezetek. 23. Totószelvényekről jól ismert olasz labdarúgócsapat. 24. Régi főnemesek. 25. Egyforma betűk. 26. Boróka ízű és illatú rospálinka. 27. Betegségek. 28. Lengyelország második legnagyobb városa. 29. A Tanácsköztársaság termelési népbiztosa (József, 1892–1941). 30. Párizsi divat világcé (Christian). 31. Szatizálhat adatközlő, értékelő a középértékű való értéke. 32. Virágait apró növények bárszagos, szőnyegszerű tömege. 34. Becézett női név. 35. Csatakiáltás. 36. Valamely időszak legelője. 37. Tisztítószert. 38. Amerikai színmű (Henry). Emlékeztet alakítás a Hóború és béke Pierre Bezuhoval. 39. Fővárosunk egyik része. 41. Jóbarátok, pajtások. 42. Amerikai város, a váloperesek Mekkája. 43. - bácsi; Csehov drámája. 44. Műkaucukféleség. 45. Vízet szolgáltató berendezés. 46. Szintelen, kristályos szerves sav; a vegyipar fontos alapanyaga. 47. Testetlen, anyagatlan (régi irodalmi szóval). 48. Idegen női vagy férfinev. 49. A stráta felgyűrt korlátolását célzó szovjet amerikai tárgyalások angol nevének rövidítése. 50. Pitypatály. 51. Bántalmazás. 52. Kivánczolás. 53. Közéleletű közigazgatás. 54. Becézett férfinev. 55. Rómeó szerelme. 56. Új-Zélandon élő, tyúk

nagyságú futómadár. 57. Kettévált. 58. Közseg a Bakonyban. 59. Hordójelező. 60. Búzavirágféle gyomnövény, de női név és közseg is. 62. -metélt, főtt tészta. 63. Kifund bolognai festő (Guido, 1873–1942). Dávid és Abigél c. festménye a Szépművészeti Múzeumban van. 67. Bazaltkőből készült a Tapolcai-medence északi részén. 68. Tetszetős forma, elrendezés. 69. Piperecikkek márkája. 70. Fő betű. 71. Kártya. 72. Római mitológiai az elhár elődök lelke. 73. A haza. 74. Földal-masan. 75. Nemeti kétkapozta (Kohl). 76. Maró folyadék. 77. Felső. 78. Benczúr Gyula tanítványa (Gyula). 78. A római mitológia három sorsistennője közül az egyik. 79. Darab lkerszava.

Orosz népi pengetős hangszer. 45. Egyragában, másoktól szétválasztva. 47. Tűzhányók folyékony közege. 49. Sportág. 50. Házsártos, örökösön elvakodó nő. 52. Becézett férfinev. 53. Daraesével vegyesen hulló eső. 54. Távolabbi időben következő. 56. A „Kemény vízt”. 57. Egyes állatfélék (főleg madarak) jelzője. 58. A vasút útja, névelővel. 59. Csendes-óceáni szigetország Polinéziában. 61. Bátoraság. 62. Színpadl. m. 63. Barna bőrd, csigányos. 65. Megfeszítő, valóban éricsücsök. 67. Husvagdalekkel töltött vajás tészta. 69. Főnök, vezető ember (francia szóval). 69. Finom, kecses és törékeny alak. 70. Amerikai gépkocsimárka. 72. LOM. 74. Haladó író, közeletli személynység (András, 1786–1864). 75. Csónakgerinc, id. szóval.

Valló Emli

Beküldendő a vízszintes 1. és a 11. számú sorában Ladányi Mihály fenti című negyresorát idézzük. Határidő: december 27.

December 3-1 számunk keresztrejtvényének megfejtése: A városon dermed november / alkony, már a kisiklalt / fejtünk borított list, melyből / kidöntötte az év a nyárt.

Tíz-tíz lottószelvényt nyertek: Budapestiek: Erdődy István, Gaál János, dr. Galambos Eva, Magyar Miklós, Székely Béla, Tamás Gusztáv, dr. Tóth Kálmán, Tölcsi Gábor, dr. Ujhelly Andor, Virág János.

Videkiek: Ifj. Benkő Ákos, Kun-szentmiklósi: Farkas József, Sopron: Fülöp Miklós, Debrecen: Hajdu János, Mernye: Juhász Eszter, Várad: Korász János, Győr: Orbán Ferenc, Cella: Simon János, Patnácz: Szabó István, Vác: Tóth Ilona, Abaúj-szántó.

A nyertesek a lottószelvényeket postán kapják meg.