

Профилактика и гигиена нервной системы дѣтей, какъ мѣра въ борьбѣ съ ихъ заболѣваемостью и смертностью?).

Д-ра мед. А. А. СУХОВА (Москва).

Тяжела и страшна наша современность, и особенно, нашей страдающей родины. И въ этотъ день поминовенія славнаго поборника за нее, нашу бесѣду посвятимъ тому, чѣмъ въ числѣ многихъ страданій родины сворбѣла душа *Николая Ивановича Пирогова*.

Мрачное има нашей комиссiи о смертности дѣтей въ нашемъ отечествѣ, уже ясно говорить о томъ страшномъ бѣдствiи, которое въ корнѣ подрываетъ здоровье и будущее Россiи.

Смертность нашего дѣтства и отрочества быстро прогрессируетъ: падаетъ почва, рождающая дѣтство, слабѣетъ оно въ борьбѣ съ болѣзнями, губятъ его темныя силы окружающаго обществa, невѣжество среды, профанизмъ школы и семьи.

Задачи комиссiи,—Вы видѣли,—не суживаются „погребальной статистикой“, хотя и таковая имѣетъ большое научное значенiе, и составляетъ предметъ заботливаго вниманiя комиссiи. Помимо научнаго, полнаго выясненiя размѣровъ и грозности этого мрачнаго факела смерти, комиссiя широко охватить изученiе причинъ и условiй заболѣваемости дѣтскаго организма отъ колыбели до вступленiя въ жизнь, на всѣхъ

*) Докладъ въ комиссiи по борьбѣ съ дѣтской смертностью при Обществѣ русскихъ врачей въ первомъ публичномъ засѣданiи 1-го декабря 1906 года, посвященномъ памяти Н. И. Пирогова и въ засѣданiи Физико-Медицинскаго Общества при И. М. Университетѣ 26/ш 1908 г.

степеняхъ возраста,—съ періода зачатія по періодъ созрѣванія; уяснивъ пути врача человѣчества,—болѣзненность, способы прониновенія заболѣваній въ дѣтскій организмъ, союзниковъ и недруговъ,—коммиссія тѣмъ самымъ освѣтитъ обществу и пути спасенія и укрѣпленія его юнаго элемента, своего будущаго.

Коммиссія идетъ и дальше: намѣчаетъ рядъ мѣръ и способовъ немедленной, реальной борьбы за дѣтское здоровье и развитіе. Въ эту созидательную работу она зоветъ всѣ элементы, необходимые для плодотворной и активной работы на спасеніе дѣтства и юношества; въ этомъ дружномъ симбіозѣ коммиссія намѣрена союзно сплотить родителей, науку и педагогію, широко привлечь общественныя, трудовыя и просвѣтительныя организаціи, полной мѣрой дѣлать свою работу во всѣхъ слояхъ населенія: задачи, принципы и стремленія коммиссіи широки, демократичны, гласны.

Часть вышней бесѣды, которая мнѣ поручена, должна коснуться тѣхъ скорбныхъ страницъ въ задачахъ коммиссіи, которыя относятся къ болѣзненности нервной системы дѣтей и смертности отъ этого. Я долженъ рассмотреть тѣ условія и причины, которыя влекутъ за собой равноту нервной системы дѣтей, дѣлаютъ ее мѣстомъ наименьшаго сопротивленія, наибольшей побѣды болѣзнетворныхъ агентовъ.

Отсюда уже будетъ ясно та схема борьбы, которая должна гарантировать цѣлостность нервной системы дѣтей, поведетъ къ укрѣпленію и оздоровленію ея, дастъ хотя бы относительную норму здоровья. Уже изъ обыденной жизни мы знаемъ ту поразительную силу, которая присуща нервной системѣ въ строеніи и жизнедѣятельности организма. Всѣ тѣни и органы его пронизаны сѣтью нервныхъ путей и вѣтвѣтокъ, сходящихся въ болѣе и болѣе сложные центры и аппараты, все усложняющіеся въ своихъ отправленіяхъ, дающіе высшіе центры. Вырабатывается такимъ путемъ цѣлый рядъ самыхъ разнообразныхъ защитительныхъ, регуляторныхъ аппа-

ратовъ, работающихъ гармонично по законамъ автоматизма, рефлекса и волевымъ.

Всѣ они слагаются и анатомически, и функционально не сразу: въ известной послѣдовательности и соотношеніи одинъ къ другому и въ развитію и отправленію управляемыхъ ими органовъ и вообще всего организма. Такимъ образомъ, нейроанатомія и нейро-физиологія требуютъ къ себѣ вниманія и изученія со стороны всѣхъ, кто желаетъ здоровья дѣтямъ и вообще человѣку.

Въ общемъ, дѣтская нервная система въ отношеніи развитія высшихъ центровъ и нѣкоторыхъ внутреннихъ проводниковъ мозга, рождается неполнѣ законченной: организмъ продолжаетъ расти, продолжаютъ развиваться многіе органы, нервные центры и пути; еще не развилась тормозящая и регуляторная дѣятельность мозга и его центровъ. Нервная система болѣе возбудима къ физическимъ агентамъ, реагируетъ на всякое раздраженіе болѣе повышено. Высшая нервная система слагается, растетъ: растетъ черепная коробка, складываются извилины мозга, въ нихъ постепенно закладываются центры; создаются центры ловкости—мышечнаго чувства, известныхъ привычныхъ сложныхъ движеній (ходьба, писанье и т. д.), центръ рѣчи (зрительной, слуховой, двигательной словесной и др.), усложняются центры зрѣнія и другихъ органовъ чувствъ; развивается сфера воли, интеллекта, нравственное чувство. Все это, конечно, слагается въ зависимости отъ условій окружающей среды и обстановки: природы, питанія, примѣра, семьи.

Въ зависимости отъ переданныхъ по наслѣдству зачатковъ, отъ переданнаго окружающимъ міромъ и жизнью, складывается та или другая индивидуальность, та или другая степень здоровья нервной системы и та или другая степень и мѣстности ея и болѣзненности, обуславливающихъ смертность.

Статистика, да и жизнь свидѣтельствуетъ, что въ силу своего неполнаго развитія, невыработанности и неприспособ-

ленности вообще, нервная система дѣтей сравнительно съ взрослой крайне ранима, даже при прочихъ равныхъ условіяхъ.

Заболѣваемость нервной системы дѣтей вообще велика и растетъ съ обгоняющей скоростью по отношенію къ росту вообще болѣзненности и смертности. Сравнительно съ другими органами, нервная система дѣтей болѣе чутка къ агентамъ раненія и заболѣванія, что объясняется, главнымъ образомъ, болѣе высшей специализаціей нервной системы, а потому и тратой эмбриональныхъ силъ, откуда было бы возможно возрожденіе и восстановленіе потраченнаго.

Ученіе о болѣзняхъ свидѣтельствуетъ, что въ числѣ страданій дѣтскаго возраста заболѣваемость нервной системы занимаетъ далеко не послѣднее мѣсто. И это относится не только къ наследственно-врожденнымъ болѣзнямъ, и не только къ дѣтямъ съ наследственнымъ предрасположеніемъ но и къ дѣтямъ безъ такой наследственности, къ дѣтямъ родителей съ чистымъ анамнезомъ. Какъ велика вообще нѣжность и малая жизнеспособность нервной системы дѣтей; такъ легко она ранима.

Въ дѣтскомъ возрастѣ, начиная отъ эмбриональнаго періода и дальше къ періоду созрѣванія, страдаютъ многообразно и самыя разнообразныя отдѣлы нервной системы. Сравнительно чаще, однако, центральная нервная система,—головной и спинной мозгъ съ ихъ оболочками.

Болѣзнетворные причины и процессы поражаютъ нервную систему дѣтей всѣми тѣми путями, какъ и у взрослыхъ. Но помимо того сюда присоединяется цѣлый рядъ причинъ, связанныхъ съ условіями появленія на свѣтъ, приспособленія къ нему, роста и т. д.; малая же выработанность регуляторно-защитительныхъ аппаратовъ и тормазовъ способствуетъ тому, что вредныя причины и болѣзнеродные агенты оказываются по отношенію къ дѣтской нервной системѣ особенно ядовитыми и острыми. Поэтому, помимо всевозможныхъ травма-

тических заболѣваній нервной системы (родовыхъ параличей, ушибовъ головки съ ихъ послѣдствіями, мозговыхъ грыжъ и т. д.) у дѣтей очень часты: воспалительные гнойно-острые и хроническіе процессы головного и спинного мозга и его оболочекъ, влекущіе за собой по большей части смерть, а въ лучшемъ случаѣ часто оставляющіе за собой вѣчное страданіе: падуче-припадочную болѣзнь, параличи съ недоразвитіемъ конечностей, искривленія, окоченѣлости, судорожныя и другія страданія, психическіе дефекты нерѣдко до степени глубокой умственной отсталости и идиотизма. Нерѣдки страданія периферической нервной системы: воспаленія, перерожденія, недоразвитія, связанныя съ параличами, онѣмѣlostями, судорогами. Сюда напримѣръ, относятся послѣ-дифтерійные параличи, свинцовые (наслѣдственно) и другіе, нерѣдко прогрессирующее таковыхъ пораженій до степени паралича нервовъ глотанія, гортани и дыхательныхъ влечетъ смерть отъ того, или же въ силу паралича нервовъ сердечной самодѣятельности. Нерѣдки, особенно за послѣднее время, пораженія нервной системы дѣтей съ характеромъ интоксикаціи, болѣзней отравленія алко-големъ, макомъ и лѣгварственнымъ опіемъ и т. д., переходящими иногда черезъ молоко кормящей или воровье; возможны и многія другія отравленія, нерѣдко оканчивающіяся смертью.

За послѣднія десятилѣтія довольно часты и тѣ заболѣванія нервной системы дѣтей, которыя относятся научной классификаціей въ группу неврозовъ и психическихъ заболѣваній, т. е. болѣзней безъ опредѣленнаго анатомическаго страданія.—Особенно грустно, что стали часты и тяжкія заболѣванія, которыя неизбѣжно приговариваютъ больного къ скорой смерти, физической или душевной. И всегда у дѣтей часты бывали всякія судорожныя заболѣванія, что объясняется большей возбудимостью мозга дѣтей: судороги жевательныхъ мышцъ, глотательныя при рахитѣ; эклампсія, (родимычки); пляска св. Витта (хорея), тики и т. д. Но за послѣд-

нее время нерѣдки: нейрастенія всѣхъ видовъ и фазисовъ, истерія, эпилесія въ разныхъ формахъ, и что, ужасно, рядъ психическихъ страданій: преждевременное слабоуміе, болѣзни вырожденія и даже общій прогрессивный параличъ. И много, много другихъ болѣзненныхъ нейро-психическихъ формъ начинаютъ поражать дѣтскій мозгъ, вызывая душевно-физическое калѣченіе и непосредственную смерть. Если углубиться въ лѣтопись дѣтской смертности по даннымъ литературы, больничной отчетности и другимъ, если пройти по больничнымъ учрежденіямъ, то станетъ до ужаса ясной поражающе-прогрессирующая заболѣваемость, искалѣченіе, вырожденіе нервной системы дѣтей и смертность ихъ въ зависимости отъ послѣдняго. А эта статистика и эти больничныя учрежденія фокусъ и фильтръ, въ которыхъ отражена жизнь, гдѣ осѣдаетъ изъ нея все наиболѣе тяжкое и искалѣченное; отсюда уже да и изъ повседневной жизни ясно, что и то больно въ указанномъ смыслѣ; больно и повинно въ своей болѣзни.

Приступая къ обсужденію причинъ и условій такой пре-валирующей и прогрессирующей заболѣваемости нервной системы дѣтей и смертности ихъ слѣдуетъ отмѣтить прежде всего указанныя особенности строенія и отправленія нервныхъ центровъ и системъ новорожденнаго и грудного ребенка.

Къ этому возрасту указанныя особенности начинаютъ постепенно сглаживаться. Однако, развитіе многихъ центровъ, особенно складываніе высшихъ, ихъ сочетательныхъ функций и связей, все это длится далеко даже за періодъ созрѣванія. Эти особенности указаны выше. слѣдуетъ дополнить ихъ еще тѣмъ, что и сама черепная коробка и позвоночно-костный каналъ съ заложеннымъ въ нихъ мозгомъ еще не закончены въ сформированіи, въ крѣпости; очень нѣжны, сравнительно хрупки, мѣстами (на родникахъ черепа, напримѣръ) не вполне закрыты. Лицевой скелетъ еще не законченъ ростомъ; еще окончательно не выработано, то выраженіе, та индивидуальность фizioноміи, которая зависитъ отъ размѣровъ и фор-

мы лицевых костей и тонуса мышц и отъ степени и распределенія на мышцы вліянія двигательныхъ нервовъ, передающихъ волевые импульсы—выраженіе высшихъ двигательныхъ центровъ, центровъ самосознанія, душевнаго чувства и вообще душевной жизни.

У дѣтей недостаточно развита и та система нервныхъ вѣтвей стволовъ и сплетеній, которая вѣдаетъ иннервацію сосудисто-сердечной сферы и которая также регулируетъ тепло и газообмѣнъ между организмомъ и внѣшней средой, а также распределеніе крови внутри организма, соотвѣтственно нуждамъ и заботѣ отдѣльныхъ органовъ и тканей.

Вообще весь нервный механизмъ дѣтскаго возраста работаетъ больше рефлекторной системой при относительно мало еще приспособленной регуляторно-тормозящей системѣ, весь нервный аппаратъ еще только растетъ, приспособляется, развивается въ высшихъ функціяхъ и складывается въ высшіе центры. Вотъ почему, какъ сказано, весь нервный аппаратъ дѣтей легко возбудимъ, легко утомимъ, и легко ранимъ, что и является однимъ изъ этиологическихъ моментовъ заболѣваемости дѣтей и повышаетъ ее и смертность дѣтей, сравнительно съ взрослыми, конечно, при прочихъ равныхъ условіяхъ. И съ этимъ надо считаться въ заботѣ о дѣтяхъ.

Идя дальше, видимъ, что условія зачатія и утробнаго развитія часто несутъ въ себѣ болѣзненные агенты для нервной системы зародыша. Сюда прежде всего слѣдуетъ отнести наследственность и болѣзни родителей. Наслѣдственно передаются многія формы нейро-психическихъ болѣзней (эпилепсія, многія душевныя болѣзни, общая дегенерація, мышечная сухотка, наследственная Фридрейховская атаксія, такъ называемая Томсеновская міотонія, кровоточивость и др.). Передать вкратцѣ всѣ данныя о наследственности, хотя бы только въ сферѣ нейро-психопатологіи, нельзя по обширности предмета и потому, что многое здѣсь еще спорно, многое находится еще въ періодѣ изученія.

При профилактикѣ наследственности слѣдуетъ рѣшать вопросъ врачебно-научно и, соответственно этому, врачебно-индивидуально.

Къ этиологическимъ условіямъ, исходящихъ отъ родителей слѣдуетъ причислить: значительную разность брачнаго возраста, алкоголизмъ, заразные болѣзни (сифилисъ, туберкулезъ и др.), болѣзни обмѣна (сахарная и др.) и многія формы другихъ болѣзней.

Особенно важны условія зачатія ребенка и его утробное развитіе: свадебное пьянство родителей, истощеніе ихъ, болѣзни физическія и психическія, травмы плода и т. д. все это несомнѣнно отражается на нейро-психической сферѣ ребенка и приводитъ нерѣдко въ серьезной, иногда даже смертельной болѣзни плода, новорожденнаго, грудного ребенка и дальше (эпилепсія, другія судорожныя болѣзни, нейро-психопатическое предрасположеніе, уродства и т. д.).

Такое же значеніе имѣеть и родовой актъ, послѣродовья болѣзни и интоксикаціи матери при личномъ кормленіи ребенка; ушибы головы, отравленіе ребенка спорыньей, алкоголемъ, макомъ, бардой черезъ коровье молоко и т. д.; болѣзни кишечника и другихъ органовъ на почвѣ кормленія неправильнаго количественно или качественно,—все это отражается на мозговыхъ тканяхъ (отсюда: эпилепсія, судороги, истощеніе и т. д.). Такое же значеніе имѣеть и неправильный физическій и психическій уходъ: тугое пеленаніе, омовенія, ванны неподходящей температуры (холодныя или горячія) или по ихъ продолжительности, по колебанію температуры воды или воздуха въ помѣщеніи, слишкомъ рѣзкія механическія и психическія раздраженія; органовъ чувствъ, травмы физическія (сдавленіе головки платками, повязками, паденіе изъ люльки), психическія травмы (испуги) все это нерѣдко является ближайшей, а иногда и главной причиной страданія нервной системы ребенка (тризмъ, эклампсія, эпилепсія, воспаленіе мозга и др.).

Въ возрастѣ, когда ребенокъ начинаетъ уже сознать свое „я“ и помнить себя, съ этого момента видимъ массу этиологическихъ условий заболѣваемости и травмагизма нервной системы, зависящихъ отъ неправильнаго воспитанія и развитія ребенка въ семьѣ, школѣ и отъ положенія его въ обществѣ.

Разнополюе воспитаніе ведетъ къ неправильному развитію организма мальчика и дѣвочки: невѣжество родителей, недостаточная освѣдомленность общества въ вопросахъ развитія и стрессія нервной системы дѣтей; незнакомство родителей въ дѣлѣ ухода и профилактики ребенка; всѣ ненормальныя условія соціальныя, правовыя и нравственныя отношеній въ семьѣ, школѣ и обществѣ и много много другихъ вредностей,—все это, суммируясь, ложится на нервную систему дѣтей, тормозитъ ея правильное развитіе, увлекаетъ ее въ ту или другую сторону, истощаетъ ее, повышая заболѣваемость. И къ этому нерѣдко сводится воспитаніе ребенка, здороваго при появленіи на свѣтъ. А если представить слабаго или больнаго ребенка, то такое воспитаніе особенно коверкаетъ его и рѣзко, до крайности, усиливаетъ заболѣваемость, иногда до степени неизлѣчимости.

Такимъ образомъ, воспитаніе сводится къ пренебреженію физическимъ развитіемъ, къ односторонне-умственному, къ преждевременному пробужденію тѣхъ центровъ, которые должны развиваться значительно позднѣе.

Дефекты воспитанія, вина въ этомъ отношеніи семьи, общества, а также школы,—такъ сложны, и обильны что требуютъ отдѣльныхъ бесѣдъ, которыя навѣрное, какъ и по всѣмъ вопросамъ профилактики дѣтей, будутъ осуществлены въ рядѣ лекцій комиссіи и Общества врачей. По краткости времени я не углубляюсь въ эту часть вопроса и въ его обширную литературу; но то, что этотъ вопросъ и въ литературѣ ея больше всего разработанъ невролого-психіатрами и педиатрами (Корсаковъ, Сикорскій, Рогъ, Бехтеревъ, Россолимо и др.),

добазываетъ, какъ больно и какъ тяжело эти дефекты воспитанія въ семьѣ и школѣ поражаютъ нервную систему дѣтей.

Большая категорія тяжелыхъ нейро-психозовъ, часто неизлѣчимыхъ, иногда даже смертельныхъ, вызывается дефектами школьнаго и домашняго строя: тяжелая нейрастенія, истерія, эпилепсія, хореза, преждевременное слабоуміе, самоубійство, и др. Эти дефекты дѣйствуютъ разными путями на нервную систему; задерживаютъ физическое развитіе, калѣчатъ нервную систему, травмируютъ ее остро или хронически—особенно остро и тяжело отражаются эти дефекты и, главнымъ образомъ, школьные, на періодъ полового созрѣванія;—опять большой и больной вопросъ профилактики; ему надо посвятить особую бесѣду, что и будетъ сдѣлано въ комиссіи *). Невѣжество родителей и школы въ вопросахъ половой гигиены и профилактики, особенно по отношенію къ явленіямъ въ нервной системѣ періода созрѣванія, опошленія половой жизни обществомъ и той же школой, тѣмъ борьба съ болѣзнями половой сферы, которая принимается школой и родителями (ночные дамы въ институтахъ, связываніе на ночь и др.), внезапность для подростка явленій полового (регулы, поллюціи) характера, психическая травма въ это время отъ этой неожиданности и отъ какаго нибудь даже малаго испуга, все это можетъ дать заболѣваніе нервной системы, особенно въ области половой сферы: истеро-эпилепсія, мастурбація, сосудисто-сердечные неврозы, отраженные невралгіи, душевныя болѣзни; особенно въ періодъ созрѣванія и въ періодъ регулъ легко ранимая нервная система дѣвочки и дѣвушки.

Сказанными заканчиваю обзоръ этиологическихъ моментовъ ранимости и заболѣваемости нервной системы дѣтей и подростковъ, а частью и юношества. А дальше, еще слѣдуетъ

*) См. докладъ А. А. Сухова. Засѣданіе комис. по борьбѣ съ дѣт. смерт. при Об. Русск. Врачей въ Москвѣ; засѣданій въ память Г. Н. Габричевскаго: «половой вопросъ съ точки зрѣнія гигиены и профилактики нервной системы дѣтей и юношества».

обширная область этиологических моментов заболеваемости и ранимости душевной сферы: брачный вопрос, брачная жизнь, съ ея современными тяжкими дефектами и язвами, съ ненормальностью всею нравственностью юридическаго строя, съ ея нравственно-физической антигигиеной, стоящей въ тѣсной связи съ первыми условіями, объ этомъ я надѣюсь бесѣдовать при разсмотрѣніи вопроса о половой жизни съ точки зрѣнія профилактики и гигиены нервной системы вообще *).

Гигиена и профилактика нервной системы дѣтей.

Изъ этиологіи заболеваемости нервной системы дѣтей и смертности отъ этого прежде всего вытекаетъ, что первой и главной мѣрой борьбы за жизнь и здоровье дѣтей является улучшение экономическаго строя, подъемъ культуры и гигиены всѣхъ слоевъ населенія.

Общественныя бѣдствія: напр. эпидеміи, требуютъ энергичной борьбы, даже съ точки зрѣнія моей темы. Намъ всѣмъ ясно, что инфекция и пауперизмъ подрываютъ жизнь и здоровье основныхъ классовъ населенія, даютъ почву для сильныхъ инфекцій, сбиваютъ ихъ кругомъ; физическая слабость родителей ложится тяжело на дѣтей и дальше. Особенно страдаетъ при этомъ болѣе пѣжкая и менѣе стойкая къ лишенію питанія нервная система вообще и дѣтская главнымъ образомъ. Мало того: яды, токсины, вредные ферменты, которые входятъ въ хлѣбъ (спорынья, фузоль), всасываются черезъ молоко въ нервную систему ребенка и даютъ прямо физическую интоксикацію нервной системы, ея воспаленіе или перерожденіе. Въ ряду общественныхъ мѣръ профилактики слѣдуетъ ставить въ первую очередь и широкое, всестороннее просвѣщеніе демократизацію знаній вообще и въ частности гигиено-медицинскихъ. Пироговское Общество давно уже демократизируетъ медицинское знаніе. Въ настоящее время въ виду острой потребности въ

*) I. с.

нейро-психическомъ оздоровленіи вообще и въ борьбѣ за дѣтей въ частности, слѣдуетъ особенно правильно ставить профилактику и гигиену дѣтства и отрочества, что составитъ задачу и Общества Русскихъ врачей въ лицѣ его комиссіи.

Помимо социальна общественной гигиены, необходима широкая профилактика всѣхъ видовъ труда: правильная профессиональная гигиена, нормировка труда, защита трудоспособности, охрана больныхъ профессиональными болѣзнями. Въ частности, по отношенію къ профилактикѣ дѣтской нервной системы, слѣдуетъ требовать полного уничтоженія всѣхъ видовъ и категорій заработка и профессій, отравляющихъ, непосильныхъ или инымъ образомъ губящихъ нервную систему дѣтей: ночной трудъ, ядовитыя производства, губительныя условія ремесленного обученія и труда дѣтей.

Слѣдуетъ широко и общедоступно организовать физическую гигиену и оздоровленіе вообще, а въ особенности дѣтскаго возраста: бесплатныя, общедоступныя купальни, дѣтскія игры, сады, катки, дѣтскіе санаторіи для реконвалесценто́въ, загородныя школьныя колоніи, функционирующія круглый годъ; организація общественнаго и научно-правильнаго физическаго трудового воспитанія и лѣченія дѣтей сиротъ, подкидышей, научно-правильное, оздоравлиющее лѣченіе — воспитаніе такъ называемыхъ дѣтей „преступниковъ“, $\frac{2}{3}$ вои́хъ несомнѣнные душевно-и нервно-болѣзныя и на $\frac{1}{2}$ лежатъ на совѣсти общественнаго строя и пагубнаго воспитанія.

Помимо общественной гигиены, въ цѣляхъ охраны нейро-психическаго здоровья дѣтей—столь же обязательна активная гигиена и профилактика семьи, родителей и особенно матерей. На первомъ мѣстѣ здѣсь проведеніе родителями всѣхъ сторонъ гигиены физической и особенно нейро-психической по отношенію къ себѣ лично, самовоспитаніе, взаимоуваженіе, взаимопомощь, взаимотоварищество. Все это — залогъ воспитанія тѣхъ свойствъ въ душѣ ребенка.

Родители должны думать и о физическомъ своемъ здоровьѣ: укрѣпленіе физической сферы, выбрасываніе изъ свое-

го режима всѣхъ моментовъ интоксикаціи (алкоголь, никотинъ и т. д.), всѣхъ условій излишне истощающихъ нервную систему, всяческихъ эксцессовъ, особенно половыхъ; лѣченіе своихъ заразныхъ и другихъ болѣзней, обереганіе отъ передачи ихъ своему товарищу по жизни. Ибо многое можетъ передаваться физической и нейро-психической сферѣ ребенка. Такимъ образомъ, зачатіе должно првизводиться честными по отношенію къ будущему ребенку и другъ къ другу родителями; такое зачатіе даетъ наилучшее ручательство того, что нервная система ребенка разовьется правильнымъ и здоровымъ путемъ; и не будетъ преступленія на отцѣ, давшемъ своему ребенку, напр. эпилепсію, оттого только, что зачалъ его въ состояніи опьянѣнія, оттого, что заразилъ его черезъ мать сифилисомъ и т. п. Не будетъ многихъ и многихъ несчастій въ семьѣ на почвѣ только такого простого по ясности и чистотѣ уваженія къ закону жизни и зачатія ребенка.

Заботясь и активно проводя профилактику въ своей личной жизни, родители обязаны особенно бережно относиться къ охранѣ здоровья матери съ момента зачатія ею и дальше. Всякія заболѣванія матери, особенно заразные, всякое нарушеніе рѣзкое или длительное, равновѣсія и цѣлости душевной сферы матери, всякое истощеніе ея и особенно травматизмъ физическій (ушибы живота, сотрясеніе) или психическій передается въ той или другой формѣ ребенку, его нервной системѣ; мы слышали уже: много нервныхъ и душевныхъ болѣзней дѣтей обязано этому своимъ происхожденіемъ: параличи, уродства, эпилепсія, мозговые грыжи во многихъ случаяхъ обуславливаются такимъ небреженіемъ къ здоровью матери, носящей, кормящей, воспитывающей.

Итакъ, вводите обычай проводите законъ, гласящій такъ: мать и вообще женскій организмъ бережется во время беременности, родовъ и послѣ нихъ, во время періодовъ регулы: бережется отъ рѣзкихъ нарушеній средней нормы, считается на это время, какъ-бы больной въ смыслѣ нравственно и юридически законнаго основанія для освобожденія женщины (на это время отъ

всякихъ вредныхъ работъ и вредныхъ условій вообще. Нельзя много возразить противъ высказаннаго положенія даже съ точки зрѣнія противниковъ равноправія женщинъ. И не говорю уже объ этой абсурдной но установившейся жизненной неистинѣ: можетъ быть рѣчь только о равноправіи человѣка вообще, о свободѣ души его. Но, даже съ точки зрѣнія этой неистины,—женщина во время беременности имѣетъ право на равноправіе и должна быть въ законномъ отпускѣ отъ своего труда: дѣло идетъ о правѣ двухъ о здоровьѣ будущаго человѣка, ей приходится питать и растить новаго сочлена общества. И этотъ большой и святой трудъ освобождаетъ женщину отъ другого труда, какъ и врача его высокое дѣло освобождаетъ отъ другихъ обязанностей, особенно отъ обязанности противъ которой, по духу призванія, и врачъ и материнство одинаково идутъ: оказывая участіе во внѣшнихъ и внутреннихъ войнахъ.—Профилактической мѣрой явится и забота о правильной врачебной помощи матери при родахъ, какъ и вообще правильная врачебная помощь является всюду профилактикой. Вы видѣли уже, какъ травматизируется голова, нервы конечностей при родахъ, въ случаѣ знахарской или неправильной помощи, или въ случаѣ отсутствія помощи при родахъ; опять эпилепсія, параличи, воспаленіе мозга, гноиники,—все это довольно частый результатъ травмы черепа и нервной системы ребенка при родахъ.

Вы слышали уже о мѣрахъ правильнаго кормленія ребенка и о профилактикѣ вскармливанія его, о профилактикѣ грудного и коровьяго молока. Подчеркну еще разъ важность всего этого для цѣлости и здороваго развитія нервной системы ребенка.

Перехожу въ профилактикѣ и гигиенѣ нервной системы самого ребенка непосредственно.

Въ гигиеническомъ воспитаніи его слѣдуетъ особенное вниманіе удѣлять физической сферѣ: законы правильнаго кормленія, возможная нестѣсняемость ребенка, въ смыслѣ уничтоженія повязокъ и пеленанія, и т. д. Ребенокъ развивается то, что называется мышечнымъ чувствомъ, упражняетъ

его во всѣхъ мелкихъ и крупныхъ суставахъ, прислушивается къ нимъ своими мозговыми центрами; ребенокъ развиваетъ постепенно то, что называется сложными рефlekсами, движеніями; отсюда складываются центры сложныхъ движеній (ручныхъ, ножныхъ и др.), отсюда постепенно складывается большее развитіе, а потому и преобладаніе въ дальнѣйшей жизни той или другой половины мозга (правша, лѣвша), начинаютъ вырабатываться рѣчевые центры, упражняются центры органовъ чувствъ, вступаютъ во взаимоотношенія, начинаетъ вырабатываться регуляторная, защитительная и обмѣнная роль органовъ; новорожденный и грудной ребенокъ всесторонне нащупываетъ окружающій міръ, вступаетъ всѣми чувствующими и двигательными центрами и путями, концевыми приборами во взаимодействіе съ внѣшнимъ міромъ, съ окружающимъ его, впитываетъ въ себя впечатлѣнія, вырабатывается постепенно та нервная система, которая дѣлаетъ его болѣе или менѣе стойкимъ и жизнеспособнымъ организмомъ. Поэтому, нежелательно всякое физическое стѣсненіе ребенка. Ребенокъ долженъ находиться въ умѣренно-теплой температурѣ комнаты; не подвергаться рѣзкимъ вліяніямъ колебанія температуры воздуха и воды; защищаемъ отъ рѣзкихъ свѣтовыхъ, звуковыхъ и другихъ раздраженій; грубыхъ впечатлѣній. По отношенію къ психикѣ: обереганіе ребенка отъ всякихъ тревогъ, испуговъ, окриковъ, истерическихъ и другихъ психопатическихъ проявленій; возможное обереганіе ребенка отъ искусственнаго преждевременнаго пробужденія тѣхъ центровъ, которые развиваются позднѣе.

Физическая гигиена, помимо указаннаго, должна сводиться: къ недолгимъ, теплымъ омовеніямъ, какъ средству чистоты и упражненія кожно-мышечныхъ нервныхъ механизмовъ (сосудодвигательныхъ, концевыхъ приборовъ, а черезъ нихъ и упражненія мозговыхъ центровъ); обереганіе черепа, позвоночника отъ ушибовъ. Чѣмъ дальше, тѣмъ больше надо сочетать физическую гигиену съ нервной и профилактикой: равномерное, гармоничное физическое укрѣпленіе, возможно

большее обращеніе къ природѣ, пребываніе на солнцѣ, всяческія живыя игры, легкія, интересующія ребенка физическія упражненія; развитіе ловкости, равномерной мышечной силы и обереганіе отъ исключительнаго физическаго развитія. Правильное питаніе: частое, подходящее по составу пищи разнообразное; исключеніе изъ пищевого режима: алкоголя, чая, кофе. Въ психической профилактикѣ на первое мѣсто слѣдуетъ ставить: нравственную атмосферу семьи, личный примѣръ родителей; свободное умственное развитіе ребенка путемъ знакомства съ природой, бережное индивидуализированное умственное развитіе: воспитаніе интеллекта, доброй воли и энергіи. Нравственное чувство, совѣсть ребенка воспитывается нравственностью родителей. Въ общемъ, слѣдуетъ беречь ребенка отъ чрезмѣрнаго психическаго развитія, слѣдуетъ бережно руководить имъ, надо беречь ребенка отъ рѣзкихъ душевныхъ возбужденій отъ сильныхъ эмоцій. Не забывайте, что душа ребенка должна знакомиться съ язвами и болѣзнями дѣйствительности позднѣе, когда сложатся психическіе центры, выработаются душевныя силы, воля и нравственное чувство и когда правильное сочетаніе интеллекта и послѣднихъ даетъ способность критически правильно освѣтять и разобраться въ вопросахъ жизни, въ ея горестяхъ и болѣзняхъ. Slѣдуетъ довольно долго беречь дѣтей отъ односторонняго или сильнаго раздраженія какой-нибудь сферы: чувствительной, органовъ чувствъ, двигательной. Съ этой точки зрѣнія бракуется раннее и чрезмѣрное музыкальное образованіе, односторонне-художественное, драматическое и др.; не слѣдуетъ рано приступать и къ обученію ребенка математикѣ, а начавъ, медленно и бережно дозировать ученіе; не слѣдуетъ забывать, что и вообще мозгъ, а особенно растущій, работаетъ лучше безъ затраты основныхъ силъ; частая смѣна предметовъ небольшая продолжительность ежедневныхъ занятій, прерываемыхъ отдыхомъ, хорошее питаніе правильное количественно и качественно.

И такъ, въ общемъ слѣдуетъ серьезно приступать къ

ученію не ранѣе 8—10 лѣтъ, учить вначалѣ очень немного, а дальше дозировать дневное ученіе: подрядъ не болѣе $\frac{1}{2}$ часа, всего не болѣе 3—5 часовъ въ день съ отдыхомъ для физическихъ игръ, и для питанія не менѣе часа. Не слѣдуетъ близко ко сну утомлять нервную систему умственными занятіями; нервная система дѣтей должна отдыхать раньше: 10 часовъ въ среднемъ. Не слѣдуетъ, развивать сферу фантазіи ребенка, не слѣдуетъ напитывать ее суевѣрїями и предрасудками.

Съ этой точки зрѣнія, Вы видите, воспитаніе ребенка физическое и психическое всецѣло дѣло родителей и врача; врача потому, что въ дѣлѣ воспитанія и развитія особенно сказывается основной законъ нормальной жизни и здоровья челоука,—законъ индивидуализаціи. Равномѣрное физическое и гармоничное психическое развитіе и воспитаніе ребенка возможно только тогда, когда естественные законы развитія и роста нервной системы вообще соотвѣтствуетъ особенностямъ индивидуальности ребенка; необходимо изучить, какой органъ, какая система въ немъ являются наиболѣе ослабленными, наименѣ развитыми, и соотвѣтственно этому бережно руководить развитіемъ такъ, чтобы укрѣпить наиболѣе слабыя системы, сдержатъ преждевременное развитіе сильныхъ, не дать болѣзнетворнымъ причинамъ напасть на слабое мѣсто; слѣдуетъ распространять свѣдѣнія объ особенностяхъ физической и психической организаціи, особенно среди воспитателей и учителей.

Только тогда свободное развитіе и воспитаніе ребенка будетъ истинное, т. е., научно-правильное; такое индивидуализированное воспитаніе и развитіе обезпечить душевную сферу ребенка отъ различныхъ наслоеній и вредностей, проникающихъ въ него изъ окружающаго міра. Я не говорю о тѣхъ случаяхъ, когда дѣло идетъ о болѣзни, о слабости нервной организаціи вообще, о задержкѣ развитія нѣкоторыхъ центровъ, преждевременномъ пробужденіи другихъ; здѣсь неправильное воспитаніе ребенка или предоставленіе его исключительно себѣ и своей больной организаціи прямо губить его

здоровье; научно индивидуальное воспитаніе даетъ здоровое, естественное развитіе.

Въ періодъ возрѣвія особенно необходимо это индивидуализирующее воспитаніе: здѣсь родители становятся старшими товарищами; въ это время особенно легко ранить душевную сферу. Вотъ почему въ числѣ мѣръ профилактики и гигиены нервной системы дѣтей—вопросъ о половой гигиенѣ занимаетъ большое мѣсто.

Всѣмъ намъ извѣстно, что половая жизнь и періодъ ея пробужденія, жизнѣдѣтельности,—такъ тѣсно анатомически и физиологически связаны и такъ зависимы отъ нервной системы, какъ никакіе другіе органы. Въ своемъ отпращиваніи половая жизнь, даже въ патологическихъ формахъ, есть жизнь живой нервной системы и связана съ душевной сферой; должна быть половая жизнь чистой и естественной; иначе она является однимъ изъ важныхъ этиологическихъ условій заболѣваемости нервной системы даже въ дѣтствѣ и отрочествѣ; возможно зараженіе сифилисомъ, бленорреей, истощеніе, паденіе нравственнаго чувства и т. д. И если вдуматься въ ученіе объ условіяхъ заболѣваемости, вырожденія и смертности человѣчества, то увидимъ, въ особенности по отношенію къ нервной системѣ, что большую часть болѣзней порождаютъ упомянутыя условія.

Поэтому по мѣрѣ приближенія къ періоду созрѣванія надлежитъ знакомить подростковъ съ тѣми явленіями половой жизни, съ которыми они встрѣтятся въ этомъ періодѣ, съ тѣми законами физиологическими и психологическими, которые надлежитъ вѣдать по отношенію къ половой жизни. Повятно, знакомить юношество съ этими вопросами могутъ только врачебно-подготовленные дѣятели: врачи, чрезъ врачей родители. И особенно здѣсь надо умѣть ввести въ сознаніе ту чистоту и естественность душевной силы а слѣдовательно и сексуальной, которая даетъ юношеству возможность сохранять здоровье души и тѣла. Иногда тотъ періодъ душевной тревоги, душевныхъ эмоцій, который сопровождаетъ періодъ созрѣва-

нія и часто вліяеть неблагопріятно при неподготовленности подростка, этотъ періодъ протечеть нормально. Вотъ почему, — повторяю первое условіе профилактики нервной системы дѣтей—честная, добрая нравственная атмосфера родителей, вызывающая довѣріе къ нимъ со стороны дѣтей въ разныхъ фазахъ ихъ жизни и развитія. При другихъ условіяхъ подростки и юноши открываютъ свои недоумѣнія, волненія, стыдятся ихъ, бѣгутъ къ больному душой и волей товарищу, обращаются къ шарлатанамъ, къ проституціи, мастурбации, заражаются сифилисомъ и т. д. Но и въ этихъ случаяхъ необходимо сумѣть оберечь больного отъ дальнѣйшаго: необходимо правильное лѣченіе этихъ болѣзней, предупреждающее ихъ вредныя послѣдствія для души и тѣла заболѣвшихъ; и это опять можетъ быть достигнуто при наличности просвѣщенныхъ взглядовъ родителей и при помощи врача.

Не буду вдаваться въ подробности борьбы съ мастурбацией, бленорреей, сифилисомъ, трипперомъ. Это дѣло медицины, и здѣсь родители могутъ оказывать только моральное вліяніе.

Въ числѣ этиологическихъ моментовъ паленія нейропсихического здоровья дѣтей школа въ ея современной постановкѣ занимаетъ далеко не послѣднее мѣсто. Школа съ ея дефектами организаціи и всего строя, съ ея недостаточнымъ знаніемъ условій развитія и работы дѣтской психики и нервной системы вообще даетъ большой % нейропсихическихъ заболѣваній дѣтскаго и юношескаго возраста до самоубійства включительно. И въ этомъ виновна издавна школа разныхъ типовъ и ступеней, не исключая и высшихъ.

Поэтому профилактика дѣтей требуетъ коренной реформы всего школьнаго образованія. Реформа эта сводится къ тому, какъ и профилактика дѣтей въ семьѣ и обществѣ: сочетаніе образованія съ воспитаніемъ, придаваніе послѣднему важнаго значенія; образованіе и воспитаніе должно итти по научно-правильному пути: всесторонняя индивидуализація, взаимоуваженіе воспитателя, учащагося и семьи, взаимопомощь, взаимо-

довѣріе; должно быть обращено вниманіе на физическую профилактику дѣтей.

Такая школа не будетъ сѣять нейро-психозовъ и самоубійства въ средѣ учащихся, не будетъ попирать ихъ личность, индивидуальныя особенности, не будетъ вывывать враждебную рознь между дѣтьми съ одной стороны и педагогами родителями съ другой, не будетъ подрывать вѣру дѣтей въ своихъ родителей или вообще въ семью, не поведетъ къ справедливому нарезанію на школу. Въ такой школѣ конечно, какъ и въ семьѣ, воспитаніе должно основываться на личномъ примѣрѣ воспитывающаго персонала.

Логически вытекаетъ, что профилактическая гигиена нервной системы дѣтства и юношества требуетъ оздоровленія семьи, школы и общества. Оздоровленіе это, а слѣдовательно и здоровое, возможно только активнымъ проведеніемъ въ общество всѣхъ основныхъ законовъ предупредительной медицины и гигиены. Врачебная наука всегда была не кастовая, не замкнутая въ себѣ. Она во истину демократическая и жизнедѣятельная наука. Такъ говорилъ и училъ, напр., истинный врачъ Н. И. Пироговъ, училъ и словомъ, и жизнью той истинѣ, что врачебная наука и сѣятели ея не только ищутъ научную правду, но и проводятъ ее въ жизнь и борятся за общественное здоровье, какъ и за единичную индивидуальность.

Вотъ почему, скажемъ сущностью ученія Н. И. Пирогова и его жизни,—здоровое воспитаніе нервной системы дѣтей въ семьѣ, въ школѣ и обществѣ можетъ осуществиться только коллекціоннымъ и душевнымъ единеніемъ родителей, врачебной науки и педагогики на идеѣ личнаго совершенства и примѣра и на началахъ довѣрія, любви и индивидуальнаго пониманія дѣтской психики и законовъ дѣтской нервной системы.

Остается сказать кратко о палліативной профилактикѣ и гигиенѣ невропатичныхъ и психопатичныхъ дѣтей—жертвахъ наслѣдственности, семейнаго или школьнаго травматизма; сюда относится большая группа нервно и душевно-больныхъ дѣтей: слабоумныхъ, недоразвитыхъ, дегенератовъ, припадоч-

ныхъ, истериковъ, хорейковъ, нейрастениковъ и т. д. Воспитаніе и образованіе такихъ дѣтей въ большинствѣ случаевъ сводится къ врачебному воспитанію и лѣченію. И съ этой стороны одной изъ профилактическихъ мѣръ и слѣдуетъ считать правильную постановку дѣла больничной и специальной помощи дѣтямъ. Такихъ дѣтей, особенно въ слабой степени много. Воспитаніе и образованіе ихъ сводится въ сущности къ тому же принципу, что и здоровыхъ, но болѣе облегченному и болѣе врачебно-индивидуализирующему воспитанію и укрѣпленію, сочетанію его со специальными врачебными указаніями и лѣчебными мѣрами.

Въ цѣляхъ профилактики здоровыхъ дѣтей, да и въ цѣляхъ болѣе правильнаго лѣченія больныхъ, слѣдуетъ вообще считаться съ психическою заразительностью душевныхъ и нѣкоторыхъ нервныхъ болѣзней. Однако въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ болѣзни изоляція больного—является, дѣломъ исключительно врачебной компетенціи.

Еще выводъ въ пользу цѣлесообразности и жизненности положенія, что оздоровленіе нервной системы дѣтей возможно только при симбіозѣ семьи, школы и врачебной науки. Опытъ нѣкоторыхъ больничныхъ школъ, руководимыхъ такими научно-врачебными принципами, доказалъ успѣшность этого положенія даже по отношенію къ больному ребенку. Объ этомъ же авторитетно свидѣтельствуютъ научно-жизненные выводы врача-педагога Николая Ивановича Пирогова.

Въ день поминовенія апостола истины и научной правды гуманиста, честнаго и научно общественнаго врача-педагога, нашею бесѣдою напомнимъ, что этотъ великій, неустанный поборникъ общественнаго здоровья особенно думалъ о дѣтяхъ и заботился о цѣлости и здоровьѣ ихъ нервной системы.

Надо думать, что Н. И. Пироговъ прозрѣвалъ вдаль, сознавая, что оздоровленіе дѣтства и юношества—первый шагъ къ тому, чтобы и надъ нашей родиной взошло свѣтлое солнце правды, добра и счастья.