

**DOHÁNYZÁS  
ÉS SZESZFOGYASZTÁS  
EGÉSZSÉGÜGYI  
VONATKOZÁSAI**

ÍRTA

**Dr. ZEMPLENYI IMRE**

M. KIR. EGÉSZSÉGÜGYI TANÁCSOS  
BÁNYAFŐORVOS

ÉLET ÉS EGÉSZSÉG KIADÁS



Józan életben nyugalmas derű az öregség.

# A DOHÁNYZÁS RÓL

A mai ember élete a természetestől egyre jobban eltávolodik. A létért való küzdelem folyton nehezebb lesz, mert az emberiség szaporodik, igényei növekednek, még pedig sokkal gyorsabban, mint azok kielégítésének lehetőségei. Az atlétikai világrekordok évről-évre javuló számai világosan mutatják az iram és a teljesítmény rohamos fokozódását. Mindez, amit általában hajszolt életnek nevezünk, az idegrendszer fokozott megterhelésével jár.

Az emberiség egy része idegrendszerének lecsillapítására a természetes pihenés helyett természetellenes módszerekhez fordul, ezek a különböző kábítószeres, amelyeket részben élvezeti szereknek is mondanak. Legáltalánosabb képviselőik a szesz és dohány. Míg a szesz ősidők óta használatos, a dohányzás csupán kb. 70 évvel Amerika felfedezése után indult meg, 1560-ban, Európában, amikor a dohányt ide behozták. Addig senki sem ismerte, senki sem kívánta, hiányát sem érezte. Rohamos elterjedésében több tényező szerepelt. Ezek közül igen jelentősnek tartjuk azt, hogy első hívei előkelő emberek voltak, akiket sokan utánoztak, valamint azokat a drákói büntetéseket, melyekkel a közönséget a dohányzástól elriasztani próbálták. Ezek ugyanis a közönség érdeklődését nagyon felcsigázták, mindenki szörnyen kíváncsi volt, hogy mi a súlyos büntetések oka. A hatalom ellenségei azt tartották, azért olyan szigorúan tilos, mert nagyon jó lehet és ezt a néptől irigylik. A tilalmak tehát csak annál érdekesebbé és kívánatosabbá tették a dohányzást. De ez a helyzet ma is. A középkorai rendtartás tiltja a dohányzást, a művelt és gondos szülők szintén. Mégis az a helyzet, hogy ezek a tilalmak még azokat a fiatalokat is a dohányzás megkísérlésére bírják — dacból, virtuskodásból — akiknek ez különben eszükbe sem jutna. A tilalmak értéktelenségét tehát közel 400 év tapasztalatai bizonyítják.

Éppen ezért a dohányzás elleni küzdelemnek más módszerek után kell nyúlnia, amelyeknek lényege a dohányzás romantikájának kíméletlen eloszlatása, a tárgyi igazság tiszta tényeinek segítségével. Ezen a téren a régiek tehetetlenek voltak, mert az élettan,

vegytan, kórbonctan, állatkísérlet csak az utolsó száz évben indult fejlődésnek. Arany János a „Családi kör“ című örökbecsű költeményében még beszélhetett „gondúzó“ pipáról az orvosi tudomány mai fejlettsége mellett azonban a dohányzás kétségtelen ártalmait mindenkinek ismernie kell.

Ezeket az ártalmakat két csoportra oszthatjuk. Az elsőbe az általános jellegű füst-ártalmak tartoznak, a másodikba a különleges nikotin-ártalom. A füst egészségtelen volta közismert. A sok füstöt termelő autóst, vagy motorost a rendőr felírja, megbüntetik. Az erősen füstölő kéményű gyárakat a hatóság füstemésztő készülék felszerelésére kötelezi, a városok belterületéről kitelepíti. Minden füst köhögést, fulladást okoz, ezzel az ösztön erejével figyelmezteti az embert arra, hogy a füst ártalmas, kerülendő. Pedig az egyszerű füstökben nikotin sincsen. Mégis azt látjuk, hogy a dohányfüstöt az egészségükre kényes emberek sem kerülik, azt, bár alaptalanul, de más szemmel nézik.

## Mérgek a füstben

A füst azért látható, mert abban színes, szilárd alkotórészek vannak. Ezek is felhívják a figyelmet, hogy a füstöt kerüljük. A növényi anyagok széntartalmúak, ezekből az égés során ugyanazok a vegyületek keletkeznek, mint a gázgyártással kapcsolatban. A különbség csak az, hogy a levegő hozzájárása miatt több szén-sav, szén-gáz és oxidációs termék fejlődik. De azért a füstben oxidálatlan szénrészecskék is vannak, finom koromszemcsék. A keletkező sok kátránytermék részben kellemetlen szagú és mérgező, a szén-gáz szintelen, szagtalan és erősen mérgező. A korom a légutak nyálkahártyáját izgatja. Mindezek együtt a köhögést, fulladozást, kellemetlen szagérzést, a tüdőkapu mirigyeinek korommal való megakadását teljesen érthetővé teszik. Boncoláskor a dohányos ember tüdejét első pillanatra meg lehet ismerni, mert sötétebb a színe, a mirigyek a koromtól feketék, a kés alatt ropognak. A füstbelégzés ártalmait erősen fokozza az, hogy az emberek lakásaikban és hálószobáikban is dohányoznak, ahol a füst nem hígul fel és nem tűnik el kellő gyorsasággal. Ezek az ártalmak annál nagyobbak, minél kisebb a lakószoba, minél gyengébb annak szellőztetése, főleg pedig minél többen dohányoznak benne. Tehát ezek a bajok is elsősorban a tömeglakásokban élők, szegény embereket sújtják. Ne felejtjük el azonban azt sem, hogy ha kisebb mértékben is, de a szobalevegő dohányfüst okozta megrontása azokat is mérgezi, akik nem dohányoznak, tehát a dohány iránt fokozottabban érzékeny nőket és gyermekeket. Ezért elsősorban a gyermekszobában, másodsorban a



Asszonyrak, anyának atkos a cigarettá.

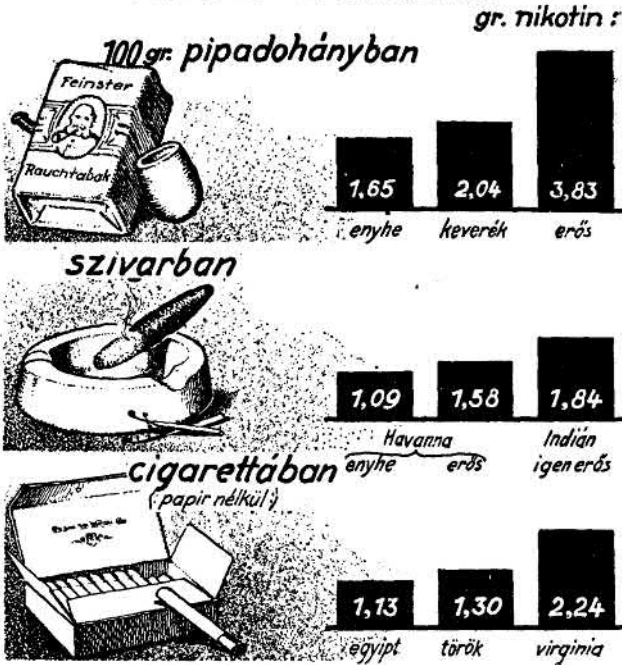
hálószobában ne tűrjük meg a dohányzást, különösen akkor, ha az ablak nem tartható nyitva. Hasonlóképpen fokozza a füst ártalmosságát ha valaki beteg. Különösen a légzőszervek bajaiban szenvedők mutatnak nagy érzékenységet a levegő megrontása iránt. Ilyenek elsősorban a tüdőbajosok, gégebetegyek, asztmások. Az ilyen betegek gyógyításának nélkülözhetetlen feltétele a tiszta, friss, szabad levegő, a dohányzás elhagyása és a füstös helyiségek gondos; kerülése. Éppen ezért jól vezetett tüdőszanatóriumokban a dohányzás a legszigorúbban tilos, de azt semmiféle kórteremben sem szabad megtűrni.

### «Gazda-nikotin»

Ami a különös nikotin ártalmakat illeti: ma már mindenki ismeri a gazda-nikotint, amelyet mint növényvédelmi szert, az állati kórokozók előlésére használnak. Ezt a dohányjövődék gyártja dohányhulladékból, annak kilúgozása útján. A nikotin olyan erős mérreg, hogy 1 gr. 25 embert meg tudna ölni. Jellemző tulajdonsága az, hogy vízben oldódik. Erre halálával szolgáltatott bizonyoságot egy dohánycsempész, aki a dohánylevél kötegeket csupasz bőrre kötözte fel és úgy vette fel ruháit. A fináncok felismerték és üldözni kezdték. A rohanásban erősen kiizzadt, a verítéke kioldotta a dohánylevelekből a nikotint. Ez a bőrén keresztül felszívódott. A csempész összeesett, elfogták, de félórán belül a felszívódó nikotin megölte. A nikotin szaga igen kellemetlen. Ez legjobban nedves bundákon, hajon érezhető, ha azokkal valaki erősen füstös helyiségben tartózkodott (kocsma, kávéház, vasúti kocsi.) Ez a közismert bagószag, amely a dohányos ember bútoraiiba, függönyeibe is beleveszi magát. Maga a nikotin színtelen, de a levegőn gyorsan oxidálódva, megbarnul. Ez látszik a dohányosok ős bajuszán, szivart, cigarettát fogó ujjain. A függönyök is (a fehérek) ezért barnulnak meg a dohányfüsttől. Ha a dohányos vagy bagózó emberek fogait megnézzük, azokon vastag, fekete, kemény fogköréteg látható, ami igen feltűnő és csúnya. A fogkőről tudni kell, hogy egyáltalában nem védi a fogat, hanem éppen ellenkezőleg, a foghús sorvadására vezet, ami a fogak időelőtti meglazulását és kihullását vonja maga után. A fogkő tehát betegség, annak leggondosabb fogorvosi eltávolítása a fogápoláshoz szorosan hozzátartozik. A dohányzás, fogkő és ínsorvadás együtt erős szájbűzt okoz, ami úgy a benne szenvedőre, mint a társas, mint a hivatali életben sok kárát látja, akkor is, ha a tőle való húzódozás, idegenkedés egyéb okát nem ismeri. Egyik alig ismert hatása a dohányzásnak az, hogy minden látható bőr-

kiütés nélkül, tartós és erős bőviszketést okoz, amely a dohányzás elhagyása nélkül semmiféle kezelésre nem javul.

## KÜLÖNBÖZŐ DOHÁNYNEMŰEK NIKOTIN TARTALMA



### Rák és a dohányzás

Mindezeknél sokkal jelentősebb azonban a nikotin okozta izgatató hatás. Ami csípő érzésben nyilvánul. Régóta ismeretes a pipások alsó ajak-rákja, amely a pipa-csutora nyomásának és a nikotin izgatató hatásának összegződésétől származik és korai műtét nélkül súlyos bajokat okoz. Ugyancsak rég ismertek a szájnyálkahártya megvastagodása által jellemzett fehér foltok, amelyek szintén a nikotin izgatató hatására keletkeztek és rákos elfajulás előfutárjai szoktak lenni. A nyelv-rák is a dohányosokon gyakori és rendszerint igen rosszindulatú lefolyású. A szájüreg rákos betegségeiben tehát a nikotin okozta izgalomnak fontos szerepe van, amit

a füstben levő különféle kátrányszármazékok még csak fokoznak. Nem szorul bővebb magyarázatra, hogy a száj rákjainak akár műtéti, akár sugaras kezelése milyen súlyos kelletmetlenségeket okoz, akár a műtétek torzító, csonkító hatását, akár a táplálkozás megzavarását, akár a röntgen-ártalmakat tekintjük is.

A nikotin rákkeltő hatása azonban nem korlátozódik a szájüregre. A nikotin ugyanis nemcsak a vízben, hanem a szájnyálban is oldódik. Bármilyen elítélendő szokás a köpködés, mégis azt kell mondani, hogy a dohányzás okozta erős nyáladás esetén a kiköpött nyállal a nikotint is részben kiköpik; aki tehát nem köpköd, a nyállal sok oldott nikotint is lenyel. A gyomorban a nikotin az izomzat görcsét a sav- és nyálkatermelés fokozódását okozza. Lássuk először a savtermelés kérdését. A rendes emésztésnek két feltétele van: a kellő savmennyiség és a rendes gyomorkiürülés. A savtermelés fokozódása a kiürülés elhúzódásával jár, a tartós savhatás a gyomor nyálkahártyáján hurutot, majd fekélyképződést okoz. Ezek a fekélyek, egyéb következményeiktől eltekintve, rákos elfajulásra hajlamosak. A fekély és rákképződés egyébként a belek egész hosszában lehetséges és elég gyakori is. A gyomor azonban a fokozott savtermelésbe előbb-utóbb belefárad és az ekkor beálló savhiány nagyfokú étvágytalanságot okoz.

A légutakat illetően a nikotin rákkeltő hatása szakkörökben ugyancsak ismeretes. Legelőször a gégerákban szenvedőkről állapították meg, hogy azok 4/5-e férfi, akiknek körében a dohányzás általánosan elterjedt. A tüdőrák élőben való megállapítása csak fejlett Röntgen-vizsgálati módszerekkel vált lehetségessé, de a dohányzás itt is fontos betegségokozó tényezőnek bizonyult.

A nikotin állatkísérletekben a gyomor és belek görcsös izomösszehúzódásainak kiváltására használatos. Emberen a hatás hasonló, annyira, hogy Röntgen-ernyő alatt a gyomor és belek görcsös összehúzódásaiból a dohányos embert fel lehet ismerni. Ezek a görcsök a nyálkahártya vér-ellátását rontják, ezzel ellenállóképességét csökkentik. Az elhúzódó gyomorkiürülés, fokozott savtermelés tehát a töményebb sav tartósabb hatásának teszi ki a gyomor és bélfalat, annak rossz vérrellátása miatt, csökkent ellenállása lévén, a gyomor-nedv önemésztő hatásának nem tud ellenállni, így keletkeznek a gyomor- és nyombélfekélyek. Világos, hogy dohányzás mellett a fekélyek nem gyógyulnak, mert a hajlamosító tényezőket a nikotin váltja ki, illetve teszi hatásossá. A fekély tartós fennállása a rákos elfajulás veszélyével jár.

A belek izomzatának görcsös összehúzódása a székrekedés görcsös fajának okozója lehet. Dohányosokon azonban inkább a hasmenéses hajlam gyakoribb, amit a gyorsult bélmozgások okoznak.

A fokozott izomműködés görcsök alakjában, fájdalmas érzést okoz, főleg akkor, ha a dohányos ember gyomrát meg is terheli.

## Szív baj és dohányzás

A görcsokozó hatás az érmozgató izomzaton is erősen mutatkozik. Ezért a dohányosok túlnyomó részben sápadtak, bőrereik nikotin okozta görcsös összehúzódása következtében. Az érgörcs a vérellátást csökkenti, rontja, ezen a vér tápláló hatását nélkülöző szövetek csak vérnyomás-fokozás útján tudnak segíteni. Az így kifejlődő magas vérnyomás az erek rugalmasságát nagy mértékben csökkenti, az érfalban meginduló elfajulás a közismert érlemeszesedés bevezetője. Pontos állatkísérletekkel, házinyulakon kimutatták, hogy nikotin-befecskendezésekkel érlemeszesedést lehet előidézni. Nem nehéz megérteni, hogy az érlemeszesedés a bőséges vérellátású agyban, szívizomzatban és vesékben milyen súlyos bajokat okoz. A vérkeringés agyi zavarai elmebeli fogyatékoságra vezetnek; agyvérzés esetén, — amit szélütés, gutaütés néven emlegetnek, — görcsök, bénulások fejlődnek ki, súlyosabb esetekben maradandó következményekkel, elnyomorodással. Más esetben a nagyobb fokú agyvérzés halálra vezet. A szív izomzatát tápláló koszorús verőerek meszesedés okozta szűkülete azon szívrohamok főoka, amelyek elsápadással, halálfélelem érzésével és nagy fájdalommal járnak, gyakran megismétlődnek, nehezen gyógyíthatók. A koszorús erek elzáródása hetekig tartó súlyos betegséget vagy azonnali halált okoz. A veseerek elmeszesedése a magas vérnyomás súlyos és rosszindulatú alakjának okozója. Mindezen bajok az ötvenes években szoktak mutatkozni és az e korban nagyon gyakori hirtelen halálesetek okai. A dohányzásnak tehát nagy szerepe van az élettartam megrövidítésében, ami késői házasság mellett arra vezet, hogy az 56—57 éves apa után ellátatlan, kiskorú árvák maradnak vissza.

Ismeretes, hogy sokan soványító hatása miatt szívják a dohányt. Ez a hatás két tényezőn alapszik. Az első az emésztőszervek károsítása, amely a táplálék felszívódását rontja, a kifejlődő idült gyomorhurut és hasmenés által. A második a pajzsmirigyre kifejtett hatás, amely az anyagcsere fokozódásában, a tápanyagok fokozott elégetésében nyilvánul. Nem nehéz megérteni, hogy ha a dohányosok étvágya megromlik, a csökkent felszívódás és fokozott anyagcsere rohamos lefogyásukat okozza, olyan nagy mértékben, hogy az önmagában is súlyos bajnak minősül.

A pajzsmirigy anyagcsere-szabályozó működése megfelelő eszközzel mérhető. Így nemcsak a nyugalmi alapanyagcsere szám-

szerű értékét lehet megállapítani, hanem az elszívott dohány nikotint irtalma által okozott anyagcsere-fokozódás is pontos számokban állapítható meg. Ezen tényeknek különösen akkor van nagy jelentőségük, ha a pajzsmirigyműködés amúgy is fokozott, az alapanyagcsere a rendesnél magasabb. Ez az eset egészséges viszonyok között fennáll a serdülés és a terhesség idején, betegség esetén pedig Basedow-kórban és minden lázas állapot alatt. E helyen kell még felemlíteni azt is, hogy a nők Basedow-kórra sokkal hajlamosabbak, mint a férfiak; a dohányzás tehát rájuk nézve általában is ártalmasabb, de főleg a pajzsmirigy betegségeiben veszélyes. Ugyanezt mondhatjuk a mindkét nembeli fiatalságról is.

A dohányzásnak a szív működésére gyakorolt káros hatásai az orvosi kutatások újabb megállapításai útján ugyancsak számszerűen és szemmel láthatóan igazolhatók. Ennek megértése céljából előre kell bocsátani azt a tényt, hogy a szív munkája során villányáram termelődik, amelynek nagysága és ingadozása megfelelő készüléken zezgugos vonallal rajzolódik ki. Ebből a vonalból, gondos elemzéssel, a szakértő következtetni tud a szívizom rendes vagy kóros működésére. Sőt a beteges állapot helyére és okára is. Így ismeretes az egészséges szívizom áramgörbéjének képe és az egyes megbetegedésekre jellemző elváltozásoké is. Pontos kísérletek ugyanazon emberen megmutatták, hogy milyen változást okoz az egészséges szívről felvett görbével szemben a második felvétel, egyetlen cigaretta elszívása után. Az eltérés a szív működés szaporábbá válásában és a görbe olyan elváltozásában mutatkozik, amit a koszorúerek megbetegedései során láthatunk. Ezzel igazolást nyert, hogy a nikotin szívizogató és a koszorús ereket szűkítő hatású, miáltal a szívizom-vérellátást rontja. Ezen hatások idősebb korban a fennálló érlelmeszesedés miatt életveszélyes bajok, vagy hirtelen halál okai lehetnek. Külön kell hangsúlyozni azt, hogy a serdülő fiatalság a nikotin hatásának sokkal kevésbé tud ellentállni, vagyis az egyetlen cigarettára bekövetkező változások az áramgörbe nagobbmértékű és hosszabb ideig tartó elváltozását hozzák létre.

### **A sportolás gyilkosa**

Ha a nikotin szív- és anyagcsere hatásait a sport szempontjából tekintjük, úgy az elmondottakból a leghatározottabban kitűnik, hogy a fokozott anyagcserét és szív munkát igénylő, nagy testi erőfeszítés, amely a sportban az eredmény elérésének alapfeltétele, a dohányzással össze nem egyeztethető. Ugyanis a hatások azonosak. Ha tehát a dohányzás testi munka nélkül is megterheli a szívet és anyagcserét, akkor a sport számára csupán kisebb erőtar-

talékot hagy, a teljesítmény tehát kisebb lesz. Viszont az ártalmak a kettős megterhelés folytán nagyobbak. Régóta tudják ezt a hozzáértő sportoktatók és ezért minden komoly tréningben a dohányzást a leghigorúbban tiltják. Erre annál nagyobb szükség van, minél



A sportember — nem dohányzik.

nagyobb szív munkát kíván az illető sportág. Különösen ártalmas a dohányzás akkor, ha a szív működés nélkül is szapora, a légzés gyors, tehát erősebb testmozgás alatt és azt követően, a szív és tüdő megnyugvása előtt.

Ami a nikotinnak az izomzatra gyakorolt hatását illeti, erre nézve tudni kell azt, hogy a működő izom bőséges vérellátást igényel. Ez ugyancsak számszerűen mérhető, a következő módon:

ha karunkat munkavégzés előtt egy vízzel töltött mérőhengerbe tesszük, abból a kar, köbtartalmának megfelelő vízmennyiséget, kiszorít. Ha megfelelő munka után karunkat újból beletesszük, az újabb vízmennyiséget fog kiszorítani. Ezt a vízmennyiséget megmérve,  $\text{cm}^3$ -ben kapjuk meg a dolgozó karban levő vértöbblet mennyiségét. A dolog egyszerűbben is megoldható, ha a dolgozó izom körfogatát hasonlítjuk össze a munkavégzés előtt és után. A fokozott vérellátás értágulás révén lehetséges. Ha tehát a nikotin érgörcsöt okoz, a vérellátás ezáltal megromlik, az izomzat munkaképessége csökken, fájdalmak jelentkeznek. Jól látható ez azokon, akiknek a láb-verőereiben vannak érgörcsök. Súlyos esetekben az illető csupán 50 lépést tud egyvégben menni, akkor a fájdalmak megállásra kényszerítik.

A fájdalmakat az idegrendszer vezeti és hozza tudomásunkra. Az idegek a nikotin mérgező hatása alatt megbetegszenek, ingerlékenységük fokozódik. A vérnyomás és értágulás-érszűkülés is az érmozgató idegrendszer szabályozó hatása alatt áll. A vérkeringés zavarai az idegbetegségeknek éppen olyan fontos okai, mint a mérgezés. Erős dohányosok tehát egyrészt általában nagyon ideges, érzékeny, türelmetlen emberek, másrészt soraikban az idegzsábák, gyulladások, elfajulások gyakoriak és a dohányzás elhagyása nélkül nem gyógyíthatók. Erre jellemző példának egy zenekari csellóművész esetét említem, aki az erős szivarozás okozta izomgyengeség, reszketés és idegfájdalmak miatt fél évig munkaképtelen volt. Ennél is súlyosabb a látóideg nikotinhatásra beálló gyulladása, mert ez gyorsan haladó látásromlást okoz. Ez a baj is csak a dohányzás teljes elhagyására indul javulásnak. De így is csak a baj elején, mert ha a látóideg gyulladás már elfajulásba ment át, a látás nem javulhat.

## Első kísérlet

A nikotinmérgezés összes jelei legjobban gyermekeken láthatók, az első dohányzási kísérlet hatására. Az ilyen gyermek súlyos betegnek látszik, arca krétafehér, reszket, feje és gyomra fáj, erősen nyálzik, hány, hasmenése van, fázik. Ezek a tünetek az értelmesebb és érzékeny gyermekekre helyes hatást gyakorolnak és őt a dohányzástól való végleges tartózkodásra bírják. Vannak spártai apák, akik dohányzáson rajtakapott gyermekeiket egyenesen rákényszerítik egy erős szivar elszívására, hogy a maguk bőrén tapasztalják a gyermekek a dohányzás ártalmait. Sajnos, a heveny nikotinmérgezés ezen jellegzetes és tanulságos alakjai elég ritkák, a legtöbb kezdő dohányos a kisebb adagokat komolyabb következt-

mények nélkül elbírja, majd lassan beáll a megszokás és az illetők ennek folyamán a dohányzást élvezetnek, sőt szükségletnek kezdik tekinteni. Így jutnak el azután az idült nikotinmérgezés szakába, amelyet a felsorolt szervi változások jellemeznek a légutakban, emésztőszervekben, szíven, ereken, idegrendszeren.

Az érzékszervek az idegrendszer különleges munkát végző tartozékai. Ezek bajai közül a nikotin okozta látásromlást már említettük. Jól ismert azonban a dohányosok szaglásának erős csökkenése, sőt teljes elvesztése, ami a szaglóidegek nikotin okozta meg-



A nikotinmérgezés jelei meglátszanak a gyermekeken.

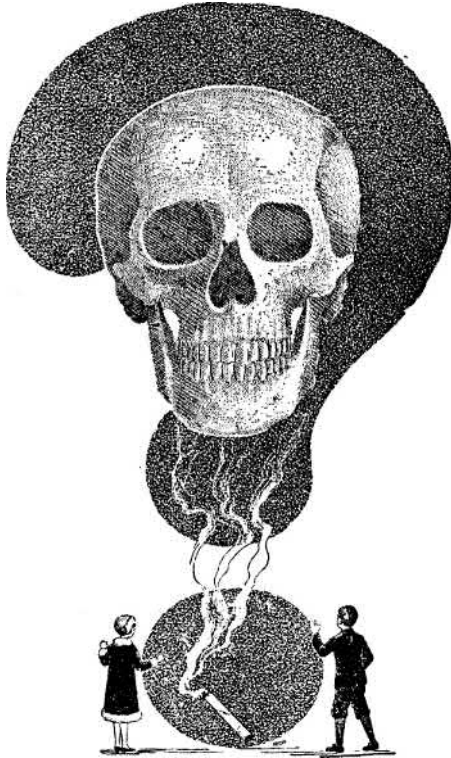
betegedésének következménye. A hallásromlás az agyi vérkeringés megromlásának, az érlelmeszesedésnek következménye. Ez is nikotin hatás, amely elsősorban a magas hangok hallásának elvesztésével jár. A kifejlődő vérkeringési zavarok ezen felül még fülzúgást és szédülést is okoznak, amelyek közül az első inkább kellemetlen, a második azonban veszélyes, mert egyensúly-vesztéssel jár. Nem szorul bővebb bizonyításra, hogy a látás, hallás, szaglás, egyensúlyérzés elvesztése, illetve még kisebbfokú csökkenése is a finomabb munkára való képességet teljesen tönkreteszi, az általános keresetképességet csökkenti, az embert fenyegető baleseti veszélyt pedig erősen fokozza. Jól tudják ezt az életbiztosító társaságok is, mert az élettartam és baleseti kockázat megítélhetése céljából külön kérdőpontban érdeklődnek az iránt, hogy a biztosítandó dohányzik-e és ha igen, mennyit fogyaszt naponta.

Még a heveny nikotinmérgezések körébe tartozik az a meglepő és nagyfontosságú észlelés is, hogy a nikotin átmegy a tejbe, így szoptató anyák dohányzása igazolt módon gyermekeik nikotinmérgezését okozta; a jelentkező fájdalmak, nyugtalanság, gyomor és bélgörcsök, hasmenés addig kínozzák a csecsemőt — minden gyógykezelés ellenére, — amíg az anya a dohányzást el nem hagyja.

A dohányzás elhagyásának kérdése is a legnagyobb figyelemre méltó. A heveny nikotinmérgezések a gyermekkorban, — mint említettük —, ritkák. A fiatalok szédüléssel és ájulással járó bajait rendszeren vérszegénységnek, nélkülözésnek és gyomorbántalmaknak tulajdonítják, azoknak nikotin okozta jellegét nem ismerik fel. A dohányzás elhagyásának kérdése a betegeskedő emberek körében rendszerint az 50 év körül szokott felmerülni. Ilyenkor az időelőtti öregedés, magas vérnyomás, szívtáji szorongás, kínzó fülzúgás, látásromlás, teljes étvágytalanság, megsüketülés, — az agyvérzés, szívbénulás, megrokkánás veszélye miatt — a dohányzás azonnali és végleges, teljes elhagyását parancsolja. Sajnos, az eredmény sem biztos már ilyenkor, mert 30—40 évi mérgezés alatt maradandó elváltozások kifejlődésére kerülhet a sor és sokszor meg kell elégedni a további rosszabbodás megállásával vagy kisebb javulásokkal.

A dohányosok általában két csoportra oszlanak. Az első inkább szokásból dohányzik, ebben, mértéket tud tartani, ártalmosságát elismeri, ha sikerül vele megértetni, hogy panaszolt bajai a dohányzás következményei, arról le is tud mondani. A második csoportba a szenvedélyes dohányosok tartoznak, akiknek a dohányzás életszükséglet, magáig pedig nem a füstölés, hanem maga a nikotin. Ezek az erős dohányosok kedvelik, a nikotin-mentesnek jelzett, valójában 40—60%-kal kevesebb nikotint tartalmazó készítményeket megvetik. Az ilyen emberek minden józan érvelés számára hozzáférhetetlenek, egészségük, keresőképességük, családjuk romlása árán is tovább dohányoznak. Akik közöttük őszinték, ezt bevallják, szenvedélyüket, gyengeségüket elismerik. Akik nem őszinték, tagadják azt, hogy bajukat a dohányzás (nikotin) okozza. Ezekben a szerencsétlen embereken csak úgy lehetett volna segíteni, ha őket annak idején a dohányzástól távoltarthattuk volna. Az említett két csoport idegzetében alapvető különbség van a nikotin-hatás tekintetében. Az első csoportnak a dohány csupán a testére hat, a másodiknak azonban a lelkére is, mégpedig igen kedvezőtlenül. Ennél egyszerű oka az, hogy a II. csoport ideges embereinek érzékenységi fokozott, ellenállóképessége csökkent, idegrendszere gyenge. Sajnos korunk életében a hajszolt életmód miatt az idegrendszer amúgy is túl van feszítve, ezért a II. csoportba tartozók aránya növekszik

a dohányzás ártalmai, elhagyásának nehézségei fokozódnak. Világos tehát, hogy ezeken a bajokon csak a dohányzás teljes mellőzése segít, mert aki nem kezd el, hiányát sem érzi.



A nevelés legfontosabb kérdése:  
a serdülő gyermeket visszatartani a cigarettától.

## Pedagógia

Ezzel eljutottunk a nevelés fontos kérdéséhez. Értelmes és gondos szülők, szakértő pedagógusok a dohányzást gyermekeiknek és növendékeiknek szigorúan tiltják, a tilalom áthágóit büntetik. Jól vezetett tanintézetekben a dohányzás ártalmait is magyarázzák, a testnevelő tanár a sportteljesítmény, az iskolaorvos az egészség, a közgazdaságtan tanára az anyagiak szempontjából. Sajnos, az eredmény jóformán semmi. Ennek oka az, hogy a példa hatása minden oktatásnál erősebb. A fiatalság a dohányzást a férfiasság

elengedhetetlen kellékének látja és a kamaszok ágaskodó önérzete a tilalom minden faja ellen lázadozik. Nők körében a divat a gondolkodás nélküli utánzó hajlam intézményes kifejezése. Az uralkodó rögeszme a férfias nő ideája, ami legkönnyebben a férfiak hibáinak átvételével fitogtatható. A dohányzás megkezdésének rendes ideje a serdülés kora, tehát, az az időszak, amikor az értelem még fejletlen, élettapasztalat, belátás, kritika nincs. Ezért ebben a korban a dohányzás ártalmainak hangoztatásával nehezen érünk el eredményt. Az a beállítás, hogy a dohányzás gyerekeknek árt, felnőtteknek nem, a fiatalok előtt is tarthatatlannak bizonyul, mert a nikotinhatásról elmondottakból a legkönnyebben megcáfolható. A dohányos szülők és tanerők részéről felállított dohányzási tilalmak a gyermekekben azt az érzést keltik, hogy ezek csupán irigység és hatalmaskodás kifejezései. A dohányzást, a nikotin rabjainak mindenütt hangoztatott nézetei alapján, az ifjúság élvezetnek tekinti, ezért azt hiszi, hogy a felnőttek tőle ezt az élvezetet irigylik. A serdülők a gyerekek minősítést sértésnek tartják és ez az a kedvezőtlen lelki beállítottság, amely a dohányzási tilalmakat eleve sikertelenségre ítéli. Az anyagi szempontokat a fiatalság jórészt azért nem méltányolja, mert a dohányt lopja vagy kapja. Ha pedig veszi, a pénzt nem keresi, hanem ugyancsak kapja. A pénz értékét csak az tudja megítélni, aki azt becsületes munkával, veritékezve és nehezen keresi. Igen sokszor a fiatalkorúak dohányzásának oka a rossz társaság, amely idősebbekből áll, akik a fiatalabbakra a gúny és fölény révén, igen nagy hatással vannak. Ezért minden szülő nevelő munkájának igen fontos része a gyermek szabad idejének felhasználására és barátaik jellemének alapos megismerésére vonatkozik. Aki ezt elmulasztja, vagy felületesen csinálja, kétségbeejtő meglepetésekben szokott részesülni félreismerett gyermeke részéről. E téren a cserkészmozgalom végez igen értékes oktató és nevelő munkát; minden szülőnek ajánlható tehát, hogy gyermeke szabad idejének eltöltését a cserkészcsapatba való beíratással oldja meg, ahol a fiatalság fegyelem és ellenőrzés alatt egészséges, takarékos, szociális és sportszerű nevelésben részesül. (Leányoknak is szükséges.)

## **Hajdan cigányasszonyok — ma hölgyek is**

Felnőttek társas összejövetelei, tánciskola, kártyaesték a fiatalság számára egészségileg és erkölcsileg egyaránt ártalmasak, az éjszakázás és dohányzás, ivás és szabadszájú társalgás miatt, ami őket koraérettekké és munkájukban hanyagokká teszi. Leányokra nézve mindezen ártalmak fokozottabban veszélyesek, mert szer-

vezetük gyengébb, önállóságuk kisebb, ballépésük következményei testileg és erkölcsileg súlyosabbak. A nők dohányzását illetően ne felejtjük el, hogy a tisztas békeidőkben csak a cigányasszonyok, utcai nők és hóbortos arisztokrata hölgyek dohányoztak, akik a polgári erkölcsön és anyai hivatáson túltették magukat. A nők körében a dohányzás a háború alatt terjedt el, amikor egyrészt hencegni lehetett azzal, ha valaki dohányhoz tudott jutni, másrészt a családi erkölcs alapjában megrendült. A nők kereső pályákra szorulása, a ferde feminista szellem miatt, a férfiak már említett utánzására vezetett. Ez a „férfias életmód“ amit a nők legényéletének mond-



Az elfogulatlan tudomány tiltó szava lesújtó a dohányzásra.

hatunk, a statisztikában is kezd már mutatkozni, mert a nők magasabb életkora a férfiakkal szemben gyorsan csökken, a korai halálozások fontos oka pedig a nikotin, amely a vérkeringés bajaiban főrészes, a rákhalandóságban szintén szerepe van. Már pedig az öregkorban ezek a legfontosabb halálokok; jelentőségük az élettartam átlagának emelkedésével egyre növekszik.

Míg az eddigiekben elsősorban a dohányzásnak az egyébként egészséges szervezetre gyakorolt hatásait kerestük és a nikotin mérgező, betegségkókozó hatásaira mutattunk rá, addig a következőkben röviden a dohányzásnak a különböző betegségekre gyakorolt hatásaival óhajtunk foglalkozni. Az elmondottakból egészen világos, hogy a füsttartalom a légzőszervek bántalmainak gyógyulását akadályozza meg, a nikotinhatás pedig a vérkeringési és idegrendszeri

bajok súlyosbodására vezet, az emésztési szervek károsítása és a rákhajlam fokozása mellett.

A dohányzás tehát minden betegségben ártalmas, annak gyógyhaj lámát és gyógy tartamát kedvezőtlenül befolyásolja. Legszembetűnőbb ez azon betegségekben, amelyek gyulladós, hurutos, ideges jellegűek. Ez pedig a betegségek igen nagy hányada. Elsősorban a tüdőbetegek azok, akiknek tiszta, por-, füst- és ködmentes levegőre van szükségük, mert a szennyezett levegő érzékeny nyálkahártyáikat ingerli és állandó köhögési ingert tart fenn. Már pedig a köhögés fárasztó izommunka. A számárhurutos gyermek valóságos izomlázat kap tőle a hasizmokban. Azonkívül a beteg szerv nyugalma minden gyógyulás fontos feltétele, a beteg tüdő is a nyugalomba helyezés útján gyógyítható legjobban. Ennek legegyszerűbb módja a köhögési inger csillapítása, amelyben a dohányzástól való teljes tartózkodás a legelső. Köztudomású dolog, hogy a tüdő- és gégebajosok gyógykezelése erdőkben, magas hegyekben, tengerparton, szigeteken, hajóutakon a legsikeresebb. Ennek oka az, hogy ezeken a helyeken a legtisztább a levegő. De csak akkor, ha azt dohányfüsttel be nem szennyezik.

Az idült garathurut a régóta dohányzók biztos ismertető jele. A termelő sok nyálka az éjszakai alvás alatt felhalmozódik, ébredéskor a beteg attól csak hosszás krákogás és fuldokló köhögés árán tud megszabadulni. Idősebb emberekről lévén szó, akik amúgy is rossz alvók, ez a zajos ébredés a kora hajnali órákban veri fel az egész házat. Ezeknek a vérnyomása koruknál és a dohányzás hatásánál fogva amúgy is magas, azt a köhögési roham még külön is nagyon emeli. Az illetők elkékülnek, szédülnek, fulladnak, kimerülnek, akárhányszor a guta kerülgeti őket, de a dohányzásról lemondani nem tudnak.

A dohány gyomorsavtermelést fokozó hatásáról már szoltunk. A savtermelés túlságos foka a fekélyképződés fontos oka, a dohányzás ezen betegségeket rohamosan súlyosbítja, gyógyulni nem engedi. Egyik orvosi lapban közöltem egy gyomorbeteg család kórtörténetét, amelyben az összes gyermekek gyomorbetegek. A fiúk életveszélyes állapotban, fekélyátfürödással kerültek műtetre, — mind a hárman, — a leányok ugyan gyomorbetegek, de fekélyt egyiken sem lehetett találni. A különbség oka hasonló élet és táplálkozási viszonyok mellett egyedül abban volt megállapítható, hogy a fiúk dohányosok, a lányok viszont nem dohányoznak.

A Basedow-kórról már szintén szoltunk. Erre a betegségre a remegés, magas alpanyagsere, hasmenés, szapora szív működés, erős lesóványodás, nagyfokú idegesség jellegzetes. Mindezek a bajok nikotin hatására is előállnak. Egyenesen lehetetlen tehát, hogy egy

Basedowos beteg dohányzás mellett javulhasson. Már pedig ma a dohányzás és a Basedow egyaránt terjed a nők között és a beteg idegzet a dohányról lemondani is alig tud.

A betegségek egy részében a szervezet bölcs védekezése folytán a betegnek nem esik jól a dohány. Ez erős dohányosokon a baj komoly voltát mutatja. Mikor jobban lesznek, akkor kezdik a dohányt újra megkívánni. Rendszeresen vezetett kórházakban nem is engedik meg a betegeknek a dohányzást, főleg közös kórtermekben. De nem szabad azt az otthon fekvő szobájában sem megengedni, sem a betegnek, sem a hozzátartozóknak. Jóérzésű látogató sem fog ott rágyújtani. Hasonlóképpen nem volna szabad a hálószobában sem dohányozni, nem is szólva a gyerekszobáról, vagy olyan helyiségről, ahol csecsemő is tartózkodik. Nálunk a vasutakon nem dohányzó kocsik vannak a III. osztályon, szakaszok az I—II. osztályon. Külföldön néhol viszont csak a dohányzó szakaszok vannak megjelölve.

Ha a dohányzás gazdasági vonatkozásait tekintjük, tény az, hogy a dohánytermelés és feldolgozás sok embernek ad kenyeret. Az is tény azonban, hogy a gazdák a dohány beváltási árának alacsonyágát kifogásolják, a trafikot szidják és drágálják, a dohánycsempészet virul, annak fékentartása sokba kerül. Azt is tudnunk kell, hogy hazánkban bizonyos dohányfajok nem teremnek és azokat külföldről, valutáért kell behoznunk. Népegészségügyi szempontból nagy jelentősége van annak a körülménynek, hogy a legolcsóbb dohányfajokban van a legtöbb nikotin, a legerősebb mérgezést tehát az a legszegényebb népréteg szenved el, mely az elemi életszükségletek terén is nélkülöz, nehéz testi munkát végez. Még súlyosabb a helyzet, ha az illetők bagóznak. A nikotin ugyanis a rágás útján, a szájnyal által kioldva a gyomorból felszívódik, még pedig füst és égés okozta veszteség nélkül. A helyzetet legjobban két háborús öncsonkító esete jellemzi. Az egyik egy rövid szivart evett meg és szívizom megbetegedése miatt 4 évig kínlódott, a másik: kettőt; ez 2 napi kínos görcsök után heveny nikotinmérgezésben meghalt. A dohánytermelés, mint tudjuk, külön, úgynevezett „dohánykapások“ foglalkozása. Ezek — nyomtató lónak nem lévén bekötve a szája — kis koruktól mértéktelenül dohányoznak, ami közismerten rossz egészségi viszonyaikat teljesen megmagyarázza.

## A legnagyobb adó

Ami a dohányzás költségeit illeti, az a fogyasztott dohány mennyiségétől és minőségétől függ. Ismertem olyan 3 tagú családot, amely naponta 200 cigarettát fogyasztott. Egy magános úr ismer-

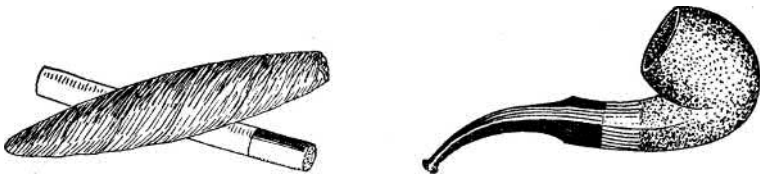
rősöm évente 500 P ára dohány fogyaszt, amely összeg sok kisgazda család egész évi keresetét meghaladja. Általában azt mondhatjuk, hogy 50 évi állandó dohányzás annyi pénzbe kerül, amennyiből az ember olyan házat-kertet vehetne, amilyen jogos igényeinek, állásának megfelel. Míg azonban a jól kereső, vagyonos ember ezt a pénzt fölöslegéből könnyen nélkülözi, addig azt a szegény elem megkoplalja és gyerekei szájától vonja el. A közgazdaság és a közegészség tehát csak hasznát látná annak, ha dohányföldeken a vetésforgónak megfelelően, egyéb kapásnövényt termelnénk és a jelenleg dohányfeldolgozásból élők más ipari munkára adnák magukat. Elsősorban a gyümölcs, kender és len termelésére, feldolgozására volna szükség, ami az egészségügy szempontjából is hasznos lenne.

A dohányzás okozta tüzesetek kártétele is igen jelentős és közgazdasági szempontból figyelemre méltó. Csak két balesetet említek a viszonyok jellemzésére. Egyik munkás benzineshordót rakott ki, a benzin rádólt. Leszárította magát, utána rágyújtott. Inge tüzet fogott és 3 hétig volt munkaképtelen, igen fájdalmas égési sebei miatt. Egy idősebb úr szélütötten feküdt az ágyban és rágyújtáskor a leeső gyufafej meggyújtotta az ágyát. Bénult lévén, felkelni nem tudott és mire segítségére siettek, összeégett. De közismert annak a főhercegnőnek az esete is, aki jegyese elől eldugott cigaretta miatt égett halálra. Falun, ahol csépléskor rengeteg a gyúlékony asztag és kazal, egyetlen eldobott cigaretta, egy egész falut tehet koldussá. Egyízben egy 4 éves fiú a kazalba csinált lukba bújt el cigarettázni; persze a nagy kazal teljesen leégett. De a szobátüzeknek is gyakori oka a dohányzás.

Mikor tehát azon a sok bajon, betegségen, baleseten, káron végigtekintünk, amit a dohányzás közvetve és közvetlenül okoz, amikor tudjuk azt, hogy még a dohánygyárakban dolgozó munkások rossz erkölceit, betegeskedését, vetélését is a dohányporból felszívódó nikotin izgató hatásának tulajdonítják, önkéntelenül is arra gondolunk, hogy miért nincs a nikotin-ellenes propagandának nagyobb eredménye? Erre csak egy magyarázat van, az hogy a nagyközönség az egészség kérdéseiben általában tájékozatlan, érdeklődése csekély, fiatal korában megfelelő oktatásban sem otthon, sem az iskolában nem részesül. A sablonos tilalmak és büntetések a láttott rossz példák miatt hatástalanok. Mire a fiatalság már elég értelmes és komoly lenne ahhoz, hogy a dohányzás kérdését helyesen tudja megítélni, addigra az már megrögzött szokásává és szenvedélyévé fajul. Ez az oka annak, hogy még a nikotin-ellenes küzdelem vezetésére hivatott orvosok körében is ritka az, aki nem dohányzik, nem is szólva a pedagógusokról, (beleértve az elemi iskolai tanító-nőket is.)

Gyors eredményre éppen ezért számítani sem lehet. Ezt jól mutatja a dohányárúk termelésének és fogyasztásának emelkedése, főleg a cigaretta fogyasztásé, amelynek a divat kedvez. Javulást csak az általános egészségügyi, közgazdasági és szociális érzék javulásától, a testi és lelki kultúra emelkedésétől várhatunk. Elsősorban a szakértő, gondos és lelkiismeretes nevelőmunka, — amelynek hiánya, de legalább is fogyatékosága a családban, az összes iskolákban, foglalkozási ágakban érezhető, — az, amelytől a viszonyok javulása, a tárgyilagos szemlélet kialakulása várható. E téren fontos szerep vár a komoly sportemberekre, hivatásos testnevelőkre, trénerre szám- ban és súlyban emelkedő seregére, sportorvosokra, cserkésztestekre. Irányításukra azonban a jól működő, szakszerű egészségügyi propa- gandát főfoglalkozásként végző orvosok hivatottak, akik a kérdés összes vonatkozásait, — a pedagógiaiakat beleértve, — jól ismerik.

Addig az marad a helyzet, hogy a súlyos nikotinártalmak el- késett felismerése és beismerése miatt idős korban kell a dohányzást végleg abbahagyni. Ez a szenvedélyes dohányosokra nézve lehe-



tetlen követelés, de a megrögzötteknek is igen keserves dolog. Számos eljárást ajánlanak a dohányzásról való leszokás megkönnyí- tésére. A legrosszabb mindenesetre a fokozatos csökkentés rend- szere, amelyről eszembe jut a mi erdészünk, aki meghagyta fiainak, hogy a kis vizslákat kurtírozzák. A fiúk nagyon sajnálták a ked- ves kis kutyákat és hogy ne fájjon nekik a dolog olyan nagyon, naponta egy centimétert vágtak le a farkukból. Nem sokat ér niko- tin-mentes árúk szívása sem, mert a teljes nikotinmentesítés a do- hányt „élvezhetetlenné“ tenné és azt a propaganda is beismeri, hogy a csökkenés legfeljebb 66%-os. A füstártalom azonban így is megvan. Főleg pedig nem állapítható meg ártalmatlan adag, mert a nikotin-érzékenység teljesen egyéni, kortól, nemtől, erőbeli álla- pottól függően, még az egészségesek között is, az egyénen belül is, ingadozó; — betegekről nem is szólva.

Bizonytalan hatásúak a füst és nikotin-szűrők, a nikotin- mentesítő befecskendezések, lápiszos szájvizek és ecsetelések, rágó

pastillák, transpulmin injectiók. Ezek vagy a nikotin mennyiségének csökkentésére vagy undorkeltésre törekszenek, csekély eredménnyel. A menthol-cigaretta, rágógumi és cukorszopogatás pedig mint figyelem-elvonó és időtöltő módszer szintén csak azokon segít, akik a szükséges lelkierő és belátás birtokában vannak. De ezek komoly baj esetén amúgy is egyszerre és végleg le tudnak a dohányzásról mondani. A helyes azonban az, ha az ember a dohányzást el sem kezdi. Akkor a felsorolt sok bajt mind megelőzte.

# A SZESZFOGYASZTÁSRÓL

Ősrégi tapasztalat, hogy a liszt, keményítő és cukor tartalmú anyagok maguktól is megerjednek, azokból szesz fejlődik. Ez azonban az élelmiszerek romlásával jár együtt, az erjedés a szesz után ecetesedésre vezet, a végén az egész anyag szénsavvá és vízzé alakul, tápértéke elvész.

Az emberi mesterkedés ezt a természetes folyamatot a szesz töményítésére és megóvására használta fel, az erjesztett szeszből lepárlás útján törvényoldatot készítettek, melyet spiritusznak, vagy alkoholnak nevezünk.

A szeszes italokat az emberek évezredek óta élvezeti cikknek tekintik, azok előállításával a borgazdaságok és a szeszgyárak foglalkoznak. A régi időkbe visszanyúló szeszfogyasztás szokássá vált, általánossá lett, már akkor, amikor a szesz vegyi szerkezetéről és élettani hatásairól, mérgező voltáról a tudomány fejletlensége miatt senkinek sem volt fogalma. A szeszes italok bevonultak a családi, társadalmi és vallási életbe, fogyasztásuk az ünnep fogalmához szorosan hozzánőtt, az emberek a szeszesitalokat hasznosaknak, gyógyhatásúaknak, sőt közszükségleti cikkeknek tekintették, azok fogyasztását már kiskorukban megszokták. A szeszt az arab nyelv alkohol-nak, az élet vizének nevezte. Latinul aqua vitae-nek, népiesen akovitának hangzik. A szép név a szesz gyógyhatását akarja kifejezni. Be is vonult a szesz a gyógyszerárakba, ahol régóta széleskörű alkalmazást nyert, a többi mérgekkel együtt.

A szesz hatásainak alapos megismerésére csak a XX. században került sor, amikor a vegyészet finom módszereit a kísérleti életben, a kórtan és méregtan vette a kezébe. Kiderült, hogy a régiek véleménye a szeszes italok hasznáról és a szesz gyógyhatásáról teljesen alaptalan volt, mert a szesz mérge, hatása annak mennyiségétől és töménységétől függ. Ma már tudjuk, hogy a szesz alacsony forrpbntja miatt erősen párolog, ezért a bőrön hűsít. A tisztá alkohol vízszívó hatású, ezért a levegőn is felhígul, a vizet a bőrtől, (a nyálkahártyáktól is elvonja, azokat tehát szárítja, ami égető, maró iérzést kelt. Zsírokat *old*, ezért behatol a sejtekbe, elsősorban a zsír-

dús idegsejtekbe. Zsíroidó, párologó és vízszívó hatása a sejtek életműködését meggátolja, ezért az élő sejteket előli. Ezen alapul fertőtlenítő hatása. Az ereken a szesz izgató hatása azok kitágulásában mutatkozik. Ezért a szeszhatás alatt a bőr kipirul, kimelegszik, vérbő lesz, a vér lehülése fokozódik. Ezért fagy meg könnyebben a részeg ember és ezért hevül fel az italtól. Az izgató hatás a szesz mennyiségének és erősségének fokozásával bénulásba megy át. Ezért, aki sok pálinkát iszik, a szív működés és légzés megbénulása miatt meghal.

## A test küzdelme

A szesz egyrészét szervezetünk szénsavvá és vízzé bontja, amely vegyfolyamat során jelentős hő fejlődik. Ez az egyéb tápanyagok megkímélésére alkalmas és elhízásra vezethet. Persze csak addig, amíg az emésztőszervek épek, a táplálkozás bőséges. Az emésztőszervek nyálkahártyáit a szesz izgatja, azokon vérbőséget okoz, ami a váladéktermelés fokozására vezet. Több lesz tehát a sav, a nyálka, az emésztőnedv, fokozódik az étvágy. De csak egy bizonyos fokig. Azon felül a nyálkahártyaizgalom károsra válik, azt hurutnak nevezzük. A hurut kezdetben savtúltengésre, fekélyképződésre vezet, később az agyonhajszolt mirigyek kimerülése után, savhiányra; sőt rákra hajlamosít. A hurut nagyobb fokai a tápanyagok felszívódását gátolják, ennek természetesen lesóványodás lesz az eredménye.

A szervezet méregtelenítése elsősorban a máj feladata. A szesz is a májsejtek bontják el szénsavra és vízre, de csak bizonyos mennyiséget. Ez egyénekenként különböző. Az el nem bontott szesz először a májat mérgezi és annak gyulladásra, később zsugorodására vezet; azután a vérbe kerül, aminek eredménye az általános mérgezés, a részegség! tünetek jelentkezése. Üres gyomorból a szesz felszívódása gyorsabb és a máj szesz-bontó képessége azzal ilyenkor nem tud lépést tartani, a részegség tehát kevesebb italtól, hamarabb beáll. Ha a szeszfogyasztás a máj szesz-bontóképességét meghaladja, a részegség rögtön beáll. A szesz kis adagainak hatása halmozódik; éppen ezért a szesz-szűrőképesség úgynevezett mértékletes embereken is csökken. Idült alkoholisták gyors és kis adagra beálló megrészegedése a májműködés nagy leromlásának következménye.

A májból elbontatlanul a vérbe kerülő szesz elsősorban a vérkeringést és idegrendszert károsítja. A szeszfogyasztás fölöslegei folyadékfogyasztással jár, ami a vérkeringést és kiválasztási szerveket, tehát a szívet, ereket és vesét terheli, azok megbetegedési

meghozza. Ezek az elváltozások elsősorban sörivókon mutatkoznak, mert ebből fogyasztják a legnagyobb mennyiséget. Igen természetes, hogy a szív és vese folyadéktúlterhelése ezen szervek teherbíróképességét csökkenti és ezzel a testi erő kifejtésre való képesség is arányosan csökken. Különösen feltűnő ez akkor, ha az ital-fogyasztás elhízásra is vezet, az ilyen ember nemcsak mozogni, hanem szuszogni is alig tud, hát még dolgozni!



A modern orvosi tudomány a részegséget, a vér alkoholtartalmának meghatározásával mérni tudja. A sok ezer pontos mérési adatból kiderül, hogy a vér alkoholtartalma és a részegség foka egymással egyenes arányban állnak, nem fontos tehát az elfogyasztott ital erősségének és mennyiségének megállapítása, de leleplez-

hetők azok is, akik a részegséget színlelik. Az agyi vérerek alkoholtartalmának emelkedésével csökken az agy rendes működése, először a legfinomabbak, azok, amelyeket a művelődéssel és neveléssel sajátított el az ember, azután az ösztönös működések, végül a vérkeringés és légzés. Rögtön csökken tehát az önfegyelem, az önbírálat, a szerénység, udvariasság, csendesség, a megfigyelő, következtető és számoló-képesség, a finomabb kezűgyesség, a pontosság, a szemérem. A következő fokon elvész az önuralom, kitörnek a romboló, állati önző ösztönök, végső fokon elvész az öntudat, megáll a légzés, majd a szív működés, és beáll a halál. Ezek a különböző elváltozások a közcsend és rendezavarások, szemérem, testi épség és idegen vagyon ellen elkövetett cselekmények, bűntények közismert okai. Már az egyszeri alkoholmérgezés is maradandó egészségi ártalmak kiindulópontja lehet, meghűlés, sérülés, fertőző megbetegedés, ennek ismétlődése és főleg rendszeressé válása azonban az ember testét-lelkét egyaránt tönkreteszi, őt züllésbe viszi, aminek a vége tüdővész, börtön, vagy elmeegógyintézet szokott lenni; a lejtőn megállni igen nehéz. A kifejlődő idült alkoholizmus súlyos jellemhiba, az anyagi egyensúly biztosítását lehetetlenné teszi, a munkaképességet igen kedvezőtlenül érinti, a betegségekkel szemben való természetes ellenállóképességet lerontja, a lelki életet sivárrá teszi és fokozódó súlyos gondokat okoz, amelyek elől az alkoholista a munkába menekül, sokszor a halálba.

A szeszfogyasztás tehát a testi és lelki ártalmak egész sorával jár, az egyént megfosztja egészségétől, erkölcsétől, anyagi és lelki egyensúlyától, munkaképességétől, szóval a tisztességes úton való boldogulás minden lehetőségétől. Nagy baj ez akkor is, ha az illető magános, független és vagyonos. Még nagyobb baj azonban akkor, ha állásban van, hivatali kötelességei vannak, családról kell gondoskodnia és csupán csekély keresetből él. Ilyenkor az alkoholizmus valósággal közveszéllyé válik, mert mindazokat fenyegeti valamilyen bajjal vagy veszedelemmel, akik az illetőre rá vannak bízva, állásából, hivatalából, vagy családi viszonyaiból kifolyólag. A részeges ember által okozott mulasztások, károk, balesetek bűncselekmények, megbetegedések végeredményben a nemzeti vagyont, a közkerécsőt, közbiztonságot és a társadalmi békét is érintik.

## **Megdöböntő változások**

A szeszkérdésről a fentiekben vázlatos általános képet adtam, amelynek egyes részleteit különböző szakemberek hivatottak kidolgozni. Az elkövetkezőkben arról a munkáról óhajtok beszámolni, amelyet Nógrád-Hont megye területén egy éven át végeztem.

Népünk életének tárgyilagos megismerésére, megfelelő eredményű előkísérlet után, a népiskolai egészségügyi dolgozatírás módszerét választottam. A közegészségügy, kiválasztott öt alaptételéről összesen 22.599 dolgozatot írtam vármegyénk lelkes és önzetlen tanítóságának segítő támogatásával. Bőségesen voltak tehát adataim a lakás, fűtés, világítás, népelelmezés, családi létszám, kereseti, egészségügyi és erkölcsi viszonyokról, amelyeket részben a tanulók, részben a tanítók szolgáltattak, részben magam tudtam a sorok közül kiolvasni. Második dolgozatunk pedig kizárólag a szeszes italok kérdésével foglalkozott. A dolgozatot decemberre tűztem ki, amikor a legnagyobb mértékben fogyasztott ital, a bor kérdése legtisztábban áll. mert az új bor már fogyasztható, a készlet nem fogyott ki és eljött a disznóölések, ünnepek, multságok ideje.

Hogy a dolgozatokból egységes képet lehessen nyerni és a lényeg azokból ki ne maradjon, a dolgozatok vázlatát megadtam, 'kérdőpontok alakjában. Ezek az *ismert* italok fajára, az italfogyasztás miéértjére, a *fogyasztott* italok fajára, mennyiségére, árára, a részegségre és annak velejáráira, valamint a dolgozatíró gyermek véleményére és kívánságára vonatkoztak. Ahelyett tehát, hogy a szeszes italok ellen mennydörögnék és az alkoholelles propaganda közismert érveit ismételném, — azokkal a nagyon tanulságos és teljesen érthető megállapításokkal foglalkozom, amelyeket a dolgozatok írói, a tanítók és a magam megfigyelései, következtetései szolgáltattak. Ezek már csak azért is figyelemreméltók, mert a gyermekek jórésze a maga ártatlanságában leplezetlenül megmondja az igazságot, nemcsak magáról, hanem felnőtt testvéreiről, szüleiről és nagyszüleiről is, ami bizony sokszor súlyos bírálatot, sőt elítélést is jelent.

Nógrád-Hont megye népe nem egységes. Nemzetiség szerint magyar, német és tót, foglalkozás szerint földműves, szőlősgazda és iparos (bányász); lakóhely szerint tanyai, falusi és városi. Dolgozataink tehát mindezen csoportok viszonyait felölelik és azokat igen élesen megvilágítják. Lássunk néhány mélységesen jellemző adatot.

Az elmaradott szegény magyar gyerek így ír: Én bort iszom reggelire, mert nincs mit ennem. A bor nekünk nem kerül pénzbe, csak az adóba, — mert terem.

A jómódú sváb szőlősgazda fia másképen: Mi a bort nem fogyasztjuk, hanem eladjuk. A bor nekünk munkába kerül. Reggelire tejeskávét iszom zsemlyével.

A zsidó korcsmáros fia viszont következőképpen: Én bort csak vallási szempontból iszom. Pénteken este édesapám megáldja a bort és akkor mindnyájan iszunk egy kortyot. A borfogyasztás nálunk csekély, havonta csupán fillérekbe kerül.

## Szőlőhegyi átok

De lássuk, mit ír a népe romlásán kesergő tanítónő: „Ebben a faluban pusztába kiáltó szó a lelkipásztor és a tanítóság örökös küzdelme az alkohol ellen. Mindenkinek terem elég bora ahhoz, hogy a karonülő gyermektől a sír szélén álló aggastyánig folyton csigert igyanak. A falu erkölcstelensége, féktelen vérmérséklete ennek tudható be. Már az újszülött terhelten jön a világra, mert édesanyja soha egy percig sem tartja vissza magát a borivástól. A gyermek rossz magaviselete és korlátoltsága is innen van. Sokszor szemtanuja voltam, mikor I—II osztályos, 6—7 éves növendékeimnek a bort unszolták szülei.“

Mit mond a főszolgabíró?: „Az egyik bortermelő magyar falu összes eladó földjeit a szomszédos falu tótjai veszik meg.“ A magyarság tehát iszik és szegényedik, a tót szerény, józan és takarékoskodik.

Az egyes faluk iskoláinak színvonala igen különböző. A szeszes italokról szóló dolgozatok adataiból és külalakjából azonban határozottan látható, hogy a legrosszabb viszonyokat a borvidék magyar iskolái, magyar tanulói mutatják. A vármegye legkitűnőbb iskolája a sváb Nagymarosé, ott rendezték az első és nagysikerű tejpropaganda akciót. A nagymarosi sváb gyümölcs- és konyhakertészetből, virágtermelésből, nyaralókból pénzel, meg tudja fizetni a, hentesárút és a péksüteményt, mert annak árát megkeresi és meg'takarítja. Faluja évről-évre fejlődik, csinosodik, pedig ott is van zsellér, napszámos és munkanélküli bőven. Ugyanakkor a magyar borvidék népe évszázados elmaradottságából nem tud kiemelkedni, falujában egészséget, tisztaságot, rendet teremteni, mert rosszul kezelt, silány borát eladni nem tudja, maga fogyasztja, az italozás a kezdeményezőképességét, vállalkozó kedvét, tőkegyűjtő erejét tönkreteszi.

Négy rossz iskolát és gyenge tehetségű, rossz erkölcsű falut találtam a megyében. Az egyikben nem lakik pap, templomot is csak nemrég építettek. Igen erős a pálinkafogyasztás, sok a tüdőbeteg, népe rossz munkás. A másokban, harmadikban, negyedikben Nova-szőlőt termelnek, papjaik kivénült, iszákos vagy összeférhetetlen emberek, akik népükkel harcban álltak, tekintélyük nem volt hivatásukat elhanyagolták.

A tanulók írásait vizsgálva, feltűnt a betűk egyenlőtlensége a sorok hullámossága, az íráshibák nagy száma, a vonalak szállásága, amit a korai alkoholmérgezés jelének gondoltam. Felfogáson helyességét dr. Endersz Frigyes kaposvári közkórházi elmeosztályo-



főorvos, egyetemi magántanár megerősítette, mert kimutatta, hogy az alkoholos elmezavarban szenvedők száma a Nova-bor termésének nagyságával és az értékesítés akadályainak arányában nő, a jellegzetes írás alkoholos ideggyulladás következménye, ami a kezelés hatására megjavul.

Borvidéken közönséges dolog az, hogy az elemista gyermek meleg bort reggelizik és járásáról felismerhető a részegség, már iskolába menet. Különösen a Nova-szőlő az, amelynek bora az idegrendszert fokozottan, jellegzetesen mérgezi. Ez a direkttermő szőlőfaj adja a szegény és lusta ember borát, mert bőtermő, kevés kezeletést és kevés védőszert kíván. Viszont silány borát jó áron nem lehet eladni és megmarad a termelő nyakán. Sokan csak saját fogyasztásra termelik. Ennél a körülménynél álljunk meg. A saját szükségletre termelt bor súlyos közgazdasági ártalom, mert a gazda földjét elvonja a közérdekű és hasznos termeléstől, a szőlő betelepítése jelentős anyagi áldozatot és sok munkát kíván, a szőlő művelése pedig leköti és elvonja a kereső munkától. Ha bő a termés, módot ad nagytömegű ital elfogyasztására. Így van adataink között olyan család, amely 9 hl. bort fogyasztott el egy évben. Az egyik cukorgyár vidékén számos családnak van szőlője és a családfő csak azért jár napszámba, hogy készpénze legyen és borát ne kelljen eladnia. A saját használatra való bortermelés mellett tehát semmiféle közgazdasági érv fel nem hozható, az egészségügyet és a közérdeket egyaránt sérti,“ főleg akkor, ha mellette a gazda hasznos munkát nem végez és nyomorog, koplal, családostól.

Megszívlelésre méltók azok a válaszok, amelyeket gyermekek arra adtak, hogy miért isznak szeszes italokat? Számos gyermek írja, hogy a bort nem szereti, de azért iszik, mert kínálják és a kínálót, vendéglátót visszautasítani nem illik. Van, aki leírja, hogy a bort szülei, vagy rokonai erőszakolták rá, sőt egyenesen beletöltötték. Van, aki kíváncsi az ital ízére, más szokásból iszik. Tudatlan család azzal áltatja a gyermeket, hogy a bor erősít, vérszegénység ellen használ. Egyesek az italt megkívánják, mások szeretik. Bármilyen legyen is az ivás megkezdésének oka, a megszokás előbbutóbb, ritka kivételtől eltekintve, beáll, az ital szükségletté válik, majd szenvedéllyé. Az okos gyermekek ezt a következőképpen fejezik ki: „Olyan az ital, hogy azt hamarosan megszeretik az emberek. Az első pohár bor a másodikat kívánja. Az embert a barátja elcsalja a kocsmába, hogy ő is odaszokjon.

## Részeg csecsemők

Sok adatunk van arra nézve, hogy a gyermekek borral kínálása egészen a csecsemőkorig nyúlik vissza, vagy legalább is kiskorban adtak neki annyi italt, hogy attól berúgott. Igazmondásra nevelt gyermekek kérdésünkre beismerik, hogy ők már voltak részegek. Leírják a részegség időpontját és tüneteit, úgy, hogy annak komolyságához és hiteléhez nem fér kétség. Számos gyermek naponta iszik szeszes italokat, többször is, a fogyasztott mennyiségek is jelentékenyebbek. Ez persze főleg a borvidéken van így, ahol a bort nem kell pénzért venni. Antialkoholista család és gyermek alig van. Az italfogyasztásnak rendszerint az anyagiak hiánya szab



Ha nem volna szeszesital, nem volna annyi nyomorúság a földön.

gátat. Éppen ezért, ha van rá alkalom, a mértéket is könnyen elveszítik (keresztelő, névnap, vagy ünnep, lakoma, búcsú).

De leírják a gyermekek felnőtt hozzátartozóik részegségét is. Ezen adatok igazi értékét és jelentőségét csak a többi dolgozatok adataiból lehet megállapítani. És ott van az alkoholizmus igazi jelentősége, a szeszfogyasztó család lakása, bútora, tisztasága, készpénzkeresete, fűtési, világítási, gyermeklétszám, táplálkozása, egészségügyi állapota, erkölcsi élete és családi békéje együttesen adja meg az alkoholizmus valódi képét, a nemzeti élet szempontjából annak gyökereibe vágó jellegét.

Lássuk ezeket a tényezőket egyenként. A gyermekek leírják a részeg ember otthonát: „portája kerítetlen, bútora kevés, töredezett. Lakásában nincs rend és tisztaság, állata sovány, gondozatlan, szerszámait nem tartja rendben. Gyermeke sovány, angol-

kóros, éheznek, fázik, ruhája rongyos, cipője nincs. Sokszor kenyere sincsen.“

Viselkedését a következőképpen jellemzik:

„Fizetését meg sem számolja, csak begyűri a zsebébe és siet a kocsmába. A kocsmá a részeg emberek tanyája. Fajtalan beszédük kihallatszik az utcára. A részeg ember nem talál haza. Az utca nem elég széles neki, mindig az árkot keresi. Botorkál, járása, mint a kötődő lóé. Úgy megy, mintha lépcsőn járna. Beesik az árokba, gödörbe, lefekszik a vízbe. Télen elalszik; megfagy. Orra vörös, szemek kicsi, véres. Hangja hamis. Más képe van. Hazaérve levetkőzni nem tud, ruhástól dől az ágyra, ruháját lehányja. Gyermekeit ki-kergeti, feleségét megveri, leveri az edényt, a bútorokat összetöri a szövőszékről a keservesen felvetett fonalat levágja, tör-zúz. Beszéde fajtalan, vastag, parázna. Énekel, ordít, majd elalszik, horkol. Másnap a feje fáj, nagyon beteg.

De a részeg ember jövőjével is tisztában vannak a gyermekek: „A részegség hóhérvő, koldusbot, sírásó. A részeg ember becsületét veszti, lop is, más rosszat is tesz. Dolgozni nem szeret, azért munkába sem szokták hívni. Ha nem volna részegség, nem volna a börtönnek annyi lakója. A részeg ember veszekszik, verekedik, bicskázik, gyilkol.

De ne gondoljuk, hogy mindezt a gyermek idegenben látta, hallotta, vagy olvasta. Egy 9 éves kislány a következőképpen ír: „Apuka egyszer részegen jött haza a kocsmából és disznóölőkéssel agyon akarta szűrni magát.“ Egy másik: „Ha apám bort lát, nem bír magával, ordít tör-^úz, ha iszik, pedig nagyon árt neki.“ Vagy: „Hiába kérem apámat, hogy ne igyon, nem hallgat rám.“

A gyermek azonban nemcsak lát, hanem ítél is. Szellemi és erkölcsi fölénye szülei fölött a legnagyobb szegénységi bizonyítvány a méltatlan szülőkre nézve, mert bizonyítja, hogy gyermekük előtt tekintélyük nincs, azt nevelni nem tudják. A család nyomora pedig a szülők iránti szeretetet is kiöli abból a gyermekből, aki a nyomor okát a szülő hibájában, részegségében, munkakerülésében látja, íme erre is példa:

„Ünnepnap este a falu hangos a részeg emberek lármájától, akik az Istent káromolják. Mikor ezt hallom, mondom magamban: Bocsásd meg nekik Uram, mert nem tudják, mit cselekesznek. Az ital árából tehenet vehetnének. Egy liter bor árából négy liter tejre telne. A bor helyett apám ruhát, cipőt, lisztet vehetne. Ha én volnék a családfő, nálunk minden másképpen lenne; nagyobb, tisztaság, különb rend volna. Az ital árát a szegények között kel-lene szétosztani. A szeszes ital árából kórházat, szanatóriumot kel-lene építeni. A józan család gazdag és boldog. A művelt emberek

nem igen isznak szeszes italokat. A kocsmá bűnbarlang. Apámat elcsalja a barátja a kocsmába, hogy ő is odaszokjon. Csak arra kérem a jó Istent, hogy atyámat leszoktatná az italról.“

Dolgozataink világosan mutatják, hogy az alkoholizmus gyökere a családban van. Látjuk a tisztos magyar anyák küzdelmét a szeszfogyasztás ellen, ami a gyermekek alábbi megjegyzéseiből tükröződik vissza: „anyuka nem ad apukának pénzt a kocsmára“, vagy: „csak szombaton ad neki 80 fillért, hogy kocsmába mehessen.“ Az a kívánság, hogy bár minden szombaton elsüllyednének az összes kocsmák, szintén a család kenyerét féltő, elkeseredett anya kijelentésére utal. Az anyák nem hiszik, hogy a férj ital nélkül kibírja, ezért a jobbjézésű családok ahhoz ragaszkodnak, hogy a férj ne járjon a kocsmába, a szükséges italt családjával, otthon fogyassza el. A táplálkozásról szóló dolgozat adataiból is ez a rendszer tűnik ki, hogy a családok vasár- és ünnepnapra szoktak hozatni, rendszerint egy liter -bort, nagy ünnepre 5—10 litert, amikor vendégre is számítanak. Ezek az adatok a mértékletességre látszanak mutatni. Jelentőségüket azonban más megvilágításba helyezi az egyik gyermek azon megjegyzése: „hogya jobb a fizetés, több bort hozatunk“, valamint az az arány, amely a szeszes italra fordított költség és a család összjövedelme között fennáll. Azt kell látnunk, hogy a családapák az otthoni italfogyasztás mellett kocsmába is járnak, a bor mellett télen pálinkát vagy rumot, nyáron sört is fogyasztanak. Városokban és ipartelepeken sűrűn szerepel a likőrfogyasztás, amit édes íze miatt ártatlan itálnak tartanak és ezért a nők és gyermekek is fogyasztják. Súlyosabban esik latba a szeszfogyasztás a sokgyermekes családok körében, amelyeknek nehéz helyzete amúgy is közismert. Sajnos, ezek között sok az alkoholos család. Általánosan rosszak a viszonyok a borvidéken, ahol a bor és törköly, gyümölcs-pálinkafogyasztás mindennapos, annak csak a készletek kifogyása szab gátat.

## A falu életszintje

A magyar paraszt takarékosága, sőt fukarsága közmondásos. Ezt jellemzi ez a szólás-mondás: „Ha a paraszt csirkét eszik: vagy a paraszt beteg, vagy a csirke.“ Valóban, a népelemezésről szóló dolgozataink kétségtelenül bizonyítják, hogy a földműves nép táplálkozása minden vonatkozásban rosszabb, mint az iparosvidék népé, a falusiak a legszükségesebb élelmiszereket, maguk és gyermekeik egészségének mérhetetlen kárára, saját szájuktól elvonva, piacra viszik és pénzzé teszik. Ez a rendszer azonban a borral szemben nem érvényesül. Arra nincs példa, hogy egy bortermelő

egész készletét odaadja és maga ne igyék, vagy hogy azok ne igyanak bort, akiknek anyagi helyzete ezt józan számvetés mellett meg nem engedí. Arra azonban bőven van adat, hogy napszámos sorsban élők is termelnek bort, kizárólag saját szükségletre. A bort tehát a valóban elsőrendű életszükségleti cikkek elé helyezik, erre akkor is jut pénz, ha a család nélkülöz, a gyerekek koplalnak, ruhájuk rongyos, cipőjük nincs. A szeszfogyasztásban még abban sem nyilvánul meg a takarékoság, hogy a bortermelő kocsmába ne járna és gyári italokat ne vásárolna. A borvidéken sem üres a kocsmá és oda nem beszélgetni járnak, azonfelül sokan isszák a rumot és konyakot, de van fogyasztója a gyógyboroknak és a likőröknek is. Mindez arra mutat, hogy a szeszfogyasztás szenvedély és annak sem az anyagi helyzet, sem a megfontolás nem szab gátat, csupán a pillanatnyi lehetőség. Jó példa erre az, hogy a konjunktúra utolsó és a szanalás első évének szeszfogyasztását összehasonlítva, Salgótarjánban az adóköteles szesz fogyasztása az 1924-es évben 25 milliárdról 8 milliárdra csökkent, annak jeleként, hogy a konjunkturális többkereset egész összegében a kocsmárosok zsebébe vándorolt. Intő példa ez a jövőre nézve, mert azzal fenyeget, hogy a munkásság kereseti viszonyainak régóta esedékes megjavulása újra a szeszfogyasztás emelkedésére fog vezetni, ahelyett, hogy az elemi életszükségletek teljesebb kielégítésére vezetne és az általános egészségügyi és normális életszínvonal emelkedését szolgálja.

Ha már az anyagiaknál tartunk, vessünk egy pillantást a családok kereseti viszonyaira és a szesz italokra fordított összegek nagyságára és arányára, 1244 adatunk átlagában a család készpénz keresetéből fejenkint és naponként 43 fillér jut. A Zöld Kereszt más rendszerű adatgyűjtése szerint pedig csupán 40 fillér. Ha a termelő által eladott bort 30 fillér literenkénti árral, a kocsmából hozott bort 50—80 fillérral számítjuk, ezek a kereseti fej átlagok súlyos jelentőséget nyernek. Még gyászosabbak a viszonyok a sokgyermekes családokban, mert adataink szerint a fejátlag a családi létszámmal arányban, következetesen esik, 9 tagú családban 23 fillér. Ez annyit jelent, hogyha egy 9 tagú család 1 liter 50 filléres bort hozat a kocsmából, úgy két tagjának aznapi minden egyéb szükséglete kielégítetlenül marad. Havi öt liter, igen szerény fogyasztás 2.50 P, költsége 11 nap egy fejre eső jövedelmét emészti fel. Van azonban; olyan adatunk is, hogy egy cigány havi 5 pengő készpénzkeresetét teljes egészében elissza, családja tehát csupán lopásból és koldulásból él. De van olyan bortermelő is, aki havi 17.— P alkalmi napszám-kereset mellett napi 4 liter bort fogyaszt el családjával, 30 fillérral számítva havi 36 pengő értékben, ami készpénzkeresetének kétszeresét is meghaladja. A szesz italokra fordított kiadások

nagyságának igazi jelentőségét tehát a készpénzkereset összege és a családtagok száma adja meg. 1683 adatunk van a családtagok számáról. Eszerint Nógrád-Hont megyében az őstermelő lakosság körében a három gyermekrendszer, iparvidéken a kétgyermek-rendszer uralkodik. Az őstermelők életszínvonala minden viszonylatban alacsonyabb. Az alkoholizmus is az őstermelőket sújtja legjobban, mert családjaik népesebbek, készpénzkeresetük kisebb, táplálkozásuk rosszabb. Ezért azt kell mondani, hogy általában a szesz italokra fordított költség a család jövedelmével fordított arányban áll, a kis jövedelemből azért köt le nagyobb hányadot, mert a fogyasztás alkalmá: az ünnep, egysége a liter, ára pedig független a vásárló igényeitől és anyagi helyzetétől. Míg tehát a mértékletes családok havi 5 liter, 2.50 P értékű fogyasztása a napszámos rétegben a 10% körül ingadozik, az altiszti rétegben 2%-ra csökken. A súlyt azonban nem a %-os arányra kell helyezni, hanem arra, hogy a napszámos a bor árát elemi életszükségeitől vonja el, az altiszt viszont szerény fölöslegét áldozhatja ugyanezen célra. Adataink ugyan részben arra mutatnak, hogy jobban kereső rétegek több és drágább italt fogyasztanak, de a kereset arányában mégis kevesebbet. Különösen vonatkozik ez a faluból kiemelkedő első nemzedékre, amely törekvő, józan, takarékos és szerény. Sajnos, egykés és gyermekét erején felül neveli, kényezteti és a saját emelkedéséhez vezeteti érényekben nem gyakoroltatja.

A szesz italokra fordított költség tehát a legnehezebb sorsban élő, sokgyermekes családokat sújtja a legerősebben, ami a család és nemzetsvédelem szempontjait egyformán kedvezőtlenül befolyásolja, mert ezen családok elemi életszükségeik kielégítése a szesz ártalmait nélkül is a legnagyobb nehézségekbe ütközik. Különösen a táplálkozás, mint legelső életszükséglet szenved a szesz-fogyasztás romboló hatása alatt. Ismeretes, hogy népélelmésünket az általános elégtelenség és egyoldalúság jellemzi. Kevesen tudják azonban azt, hogy az általános szénhidrát-túlsúly, az egyoldalú kenyér- és tésztafogyasztás a B<sub>1</sub> vitaminszükségletet erősen fokozza és elsősorban a falu asszonyai szenvednek ebben hiányt. A szesz-fogyasztás hatása e téren azonos, azért a B<sub>1</sub> vitamin elégtelensége a rosszul táplálkozó népréteg körében kétszeres. Ennek általánosan panaszolt tünetei az izomgyengeség, fáradékonyág, ami az életet ugyancsak megnehezíti és megkeseríti, mert tartós állapot jellegével bír, amin csak jobb táplálkozással lehetne segíteni, de patikaszerekkel és rövid kórházi ápolással nem. Ezt a B<sub>1</sub> vitamin elégtelenséget az ismétlődő terhességek erősen fokozzák és a lezsarolt, koravén proletárasszony típusának kialakulására vezetnek, akinek Eásult közönye vagy tehetetlen dühe a helyes gyermeknevelésre való

teljes képtelenség fontos oka. Sajnos ugyanis, de való, hogy a női lakosság jórésze is rendszeresen fogyaszt szeszes italokat, főleg a borvidékek. A viszonyokat így jellemzi egy dolgozat: „Apuka bort iszik. Anyuka meg én rumot.“ Népegészségügyi szempontból tehát azt kell megállapítanunk, hogy a rosszul táplált, nehéz testi munkát végző, fertőző hajlamoknak jobban kitett, egészségtelen környezetben élő B<sub>1</sub> vitaminhiányban szenvedő, falusi földművelő népréteg a szesz ártalmainak fokozott mértékben van kitéve. Már pedig ez a nemzetfenntartó, szapora társadalmi osztály, amelynek egészségügyi és gazdasági gondozása, nevelése, jövőnk biztosításának legelső feladata. Ezzel szemben azt a szakkörökben is elterjedt, de teljesen téves felfogást is megcáfoljuk, hogy a szesz bizonyos mértékben nem ártalmas. Ilyen mérték nincs, mert a máj szeszszontó képessége számos tényezőtől függ és még az egyéneknben sem állandóan egyforma. Az ártalmas mennyiség nagysága függ a felszívódás gyorsaságától, az emésztőszervek öröklött jellegetől, pillanatnyi teherbírásától, ami mind csupa változó folyamat. Még a legáltalánosabban ismert tény az, hogy a szeszes ital a gyermeknek árt, minél fiatalabb, annál inkább. Sajnos, a nép körében ezek az ismeretek hiányzanak és a kisgyermekes itatása, sőt bűnös tréfából való be-rúgatósa sajnálatosan elterjedt jelenség.

## Súlyos tévedések

Míg az eddigiekben a dolgozatok szesz-ellenes megnyilvánulásairól számoltunk be, addig a következőkben be kell mutatnunk az érem másik oldalát, a tudatlan szülői ház elavult, babonás, népies felfogását a szeszes italok hatásáról. Ezt egyik tanulónk tömören így foglalja össze: „A bor erősít, a sör kövérít, a pálinka soványít.“ A szesz-érdekeltségek propagandája általános és eredményes, mert a szokásra és a szenvedélyre épít. Széles gazdasági alapokon áll, a Rádió, közzgazdák, költők, írók, művészek szolgálják, célzatosan, vagy öntudatlanul.

Ezzel szemben az egészségügyi propaganda csak rövid múltra tekinthet vissza. Anyagi eszközei szerények, szervezetlen és rendszertelen. Szemben áll tehát egymással az iskola alkoholelles tanítása és a szülői ház ellentétes felfogása, rossz példája. Dolgozataink határozottan tanúságot tesznek amellet, hogy az iskola az antialkoholista propaganda főbb tételeit a gyermekekkel megtánul-tatja, de ezen ismeretek a szülői ház ellentétes tanítása és példája miatt sem tudnak megfelelő gyakorlattá elevenedni. A jelzett ellen-tétet néhány gyermek nemcsak érzi, de szóvá is teszi, amikor leírja a szeszes ital ártalmait és hozzáteszi: „de otthon mást mondanak.“

Egy másik gyermek így ír: „A szeszes ital a felnőtteknek árt, a gyermekeknek mérge.” Majd sor kerül a vélemények után a kívánságra: „Szeretnék egy liter likórt.” Mások az ital ártalmait hasonlóan leírva, egy hordó bort, vagy tele borospincét kívánnak. Sok gyermek írja, hogy azért iszik, mert jól esik. Egyikük leírja, hogy ő nem akart bort inni, de lefoglák, beléje töltötték és — jó volt. így lesz valakiből alkoholistá, aki a maga egészséges ösztöne szerint tartózkodott volna a szeszes italtól. Számos gyermek a kínálás és szoktatás hatása alatt egyenesen megköveteli az italt. Egy így ír: „Én meg vagyok elégedve az édesapám italával, de megkövetelem a magamét.” A másik: „Azt nem lehetne kibírni, hogy ne kapjak bort.” A harmadik: „Véleményem az, hogy a rum nem elég erős.” Több gyermek azt az elavult otthoni nézetet vallja, hogy zsíros ételre muszáj inni, a jó emésztés érdekében. Mások azt írják, hogy a vérszegénység ellen isszák a bort; többen orvosi receptre hivatkoznak, ami nyilván nem felel meg a valóságnak, mert aki a gyermeknek borivást rendel, az nem orvos, hanem tudatlan kuruzsló. Borvidéken a gyermekek egy része naponta iszik bort, esetleg többször, ötször is. A fogyasztott napi mennyiség a féllitert is meghaladja, a lányok alig kisebb mértékben, mint a fiúk. Ezek a mennyiségek tehát határozottan nagyok és biztosan ártalmasak, a gyermeki alkoholizmus jelentőségét bizonyítják. Sajnos, ez a kérdés a mezőgazdasági betegségi biztosítás hiánya, az iskolaorvosi kérdés rendezetlensége és a népegészségügy gyógyító orvosi rendszerének, szociális orvoslásának szervezetlensége folytán, falun még ismeretlen.

A szeszfogyasztás, aminek az elemi iskolás tanulók 95%-a rendszeresen vagy alkalmilag hódol, a részegség, amin a tanulók  $\frac{1}{3}$ -a már átesett, a felnőttek körében általános lévén, nincs kétség aziránt sem, hogy a gyermekek a jelzett vastag, fajtalan parázna beszéden és durva káromkodáson kívül egyebet is láttak és hallottak, ami a nemi életre vonatkozik, számukra izgató, erkölcsrontó és maradandó lelki bajokat okozó. A sok dolgozat határozottan mutatja, hogy a szegény ember gyermekének nincs gondtalan gyermekora, az a felnőttek munkájának, gondjainak, bajainak részese, de azok szenvedélyeinek is rabja és minden szórakozásából idő előtt részt követel. Kap is. Kétségtelen tehát, hogy az alkoholnak a nemi erkölcsre gyakorolt romboló hatása a falusi gyermek lelkét sem hagyja érintetlenül, aminek megfelelően a testi következmények sem maradnak el. Mert tudjuk, hogy a nemi betegek kétharmad része baját részeg fejjel szerezte és a nők elcsábításának bevált módja is a leitatás, ami a nemi ösztönt felkorbácsolja, az erkölcsi gátlásokat viszont elaltatja. Hogy ennek falun súlyosabb kihatásai

nincsenek, annak oka csupán a korai házasodás és a nemi bajok miatti kisebb elterjedtsége.

Az elmondottak tehát azt mutatják, hogy a gyermek már kis korában megismerkedik a szeszes italokkal, mert azt neki szülei, rokonai, vendéglátói kínálják. Esetleges idegenkedését az erőszak, a szoktatás, a társaság leküzdí, az italt először megszokja, azután megkívánja, végül nélkülözhetetlen életszükségletnek tekinti. Mindent azért, mert az ital ártalmairól sem neki, sem családjának, környezetének helyes fogalmai nincsenek, mert az iskola e tárgyú tanításait kétségbevonják és lerontani igyekeznek. Az alkoholizmus kérdésében tehát a család és iskola ellentétes álláspontot foglal el és ez az oka annak, hogy a gyermek helyes ismereteiből nem vonja le a helyes következtetéseket és megmarad a mindenképpen ártalmas szesz fogyasztása mellett. Az egészségügyi propaganda mai gyengesége mellett arra nincs remény, hogy a felnőtteket megcsontosodott előítéleteik megváltoztatására és szenvedélyeik elhagyására, komoly tanulásra bírjuk. Ezen a téren javulást csak a mainál sokkal áldozatkészebb és alaposabb családvédelmi tevékenység hozhat, a népnevelés és szociálpolitika szakszerű reformja kapcsán, gyakorlati szellemben.

## Szabad szólni?

Teljesen hibás az a felfogás, hogy az állam a szeszadóból származó bevételt nem nélkülözheti és a szeszérdelkséget, mint munkaadót és kereseti forrást közérdekből védeni tartozik. Az igazság az, amit az amerikai szesztilalom tanulságai is igazolnak, hogy a szeszfogyasztás az átlagos élettartamot csökkenti, éppen úgy, mint az egyén testi ellenállóképességét heveny és idült fertőző betegségekkel, nemi bajokkal szemben. Csökkenti a munkakedvet és munkabírást, a hasznos termelés mennyiségét és értékét, az általános életszínvonalat, az elemi életszükségletek kielégíthetőségét. Rontja a népélelmezést, a közérkölcst, a takarékos szellemet. Ezzel szemben fokozza a bűncselekmények, kihágások, vétségek számát és súlyosságát, a közlekedési és üzemi baleseteket, úgy aktív, mint passzív viszonylatban. A szeszfogyasztás révén beálló életvesztés: baleset, büntény, öngyilkosság útján pénzben nem is értékelhető. Megállapítható azonban az elhaltak után fizetett élet- és balesetbiztosítási díjak nagysága, a szeszfogyasztással összefüggésben álló betegségek után, a kórházi ápolási költségek nagysága, a beteg-táppénz összege. Hasonlóképpen tisztázható a részegséggel kapcsolatos rendőri és bírói eljárások száma, költsége, a letartóztatási intézetek fenntartási költségeiből erre az ágra eső része. Egyetlen alko-

holos elmezavarban szenvedő beteg kórházi ápolása az államnak évente több, mint 1000 P-be kerül. Ehhez még hozzászámítandó a beteg esetleges táppénze, nyomorban hagyott családjának közsegélyre szorulása, a betegség folytán kieső munkateljesítmény értéke. Az alkoholizmussal kapcsolatos egészségrombolás súlyos terheket ró a szegénybeteg ellátásra, a szegénygondozásra, a szociális biztosításra, segélyek és gyógyszerek ára révén. A részegséggel kapcsolatban szerzett nemi betegségek meddőséget okozhatnak, ami a születések számát csökkenti. Az idült alkoholizmus a nemi képesség elvesztésével jár, ami ádáz féltékenységet ébreszt a benne szenvedőben és súlyos családi botrányok oka. Az alkoholista szülők gyermekei testi és értelmi fogyatékoságokban szenvednek, ez a népesség minőségi romlását jelenti. Ilyen családokban a nyomor és züllés, az erkölcsi romlás szükségszerűen bekövetkezik, ezek sorából kerülnek ki a prostituáltak, bűnözők, szociálpazsiták, mint az állam terhei és a társadalom ellenségei. Ha ezen költségek, amelyek igen széles körben oszlanak el és pontosan sem össze nem számolhatók, sem a más tétélektől el nem választhatók, sem pénzértékben ki nem fejezhetők — csupán az államot terhelnék, akkor is többszörösen túlhaladnák a szeszadó bevételt. De sújtják azok az egyént, családot, társadalmat, szociális- és élet-baleseti biztosítást, tisztas ipart és kereskedelmet is; a nemzet számára a jelenlegi csökkenő születési arányok miatt egyre fokozódó vérvesztést jelentenek, aminek csökkentése akkor is elsőrendű közérdek, ha áldozatokkal jár és 100%-os eredményekre nem vezethet.

Ezekután röviden foglalkoznunk kell a mértékletesség kérdésével. Kimutattuk, hogy a szesz italok ártalmatlan mennyisége sem az egyén, sem a kor szerint meg nem állapítható, mert a máj méregtelenítő képessége (szesz bontás) egyéni értékű és változó, az egyén testi állapotának ingadozása szerint. Tény az is, hogy a rendszeres fogyasztás az ártalmak halmozódására vezet. A mértékletesség tehát, mint elv, helytelen. Haszna csupán a mérgező adag kisebb volta, ami későbbben jelentkező enyhébb tünetekkel jár. Ennél sokkal fontosabb az, hogy miért lesz valakiből alkoholista. Az orvosi tudomány ismeri a narkomániás ember típusát. Az ideges emberek jelentős része az élet bajai és gondjai elől kábítószerre menekül. Ezek hatása rájuk más, mint az egészséges idegzetűekre. Míg ugyanis az ép idegzetű ember az egyszer fogyasztott alkohol hatására hány, émelyeg, fejfájást kap, testi és lelki csömört érez az ital iránt, lelkiismeretfurdalással és szégyenkezéssel egybekötve, addig a beteg idegrendszer a kábulatban találja gyönyörét, a mérgező hatást könnyen viseli és szívesen vállalja, a kábulat megismétlésére erejét meghaladó lelki kényszert érez

hibája iránti belátása csekély. A különbség tehát az, hogy az ép idegzetű ember ösztönszerűen érzi, hogy a mérgezés tünetei a szesz-től való óvakodásra intik, míg a beteg idegzetű ember ezen védő ösztöne hiányzik és romlása árán is a kábulatot hajszolja.

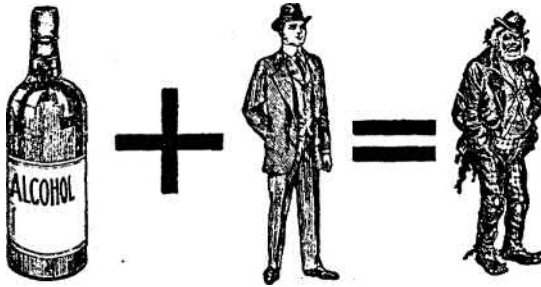
Ebből az elemi igazságból azt a végtelenül nagy horderejű gyakorlati következtetést kell levonni, hogy mértékletes csak az ép idegzetű ember maradhat, aki az italról könnyen le is tudna mondani. Viszont a beteg idegzetű ember nem tud mértékletes maradni, mert a megszokással a kábító adag emelkedik. A lejtőn tehát megállni annál kevésbé tud, mert már az italfogyasztás folyamán is csökken az egyén önuralma és beszámíthatósága, nem szólva a cimborák rábeszéléséről és a virtuskodásról. A mértékletesség tehát a súlyos alkoholizmus kifejlődésének meggátolására teljesen alkalmatlan, hibás elgondoláson alapuló elmélet, amelynek biztos eredménye a szesz italok megszokása, és ezzel szükségletté válása az ép idegzetű emberek körében. Helyes csak a szesz italoktól való teljes tartózkodás lehet, akár az egyén, akár a család, akár a nemzet, állam, társadalom, érdekét nézzük, úgy gazdasági, mint egészségügyi, szociális, kulturális és morális szempontból.

## **Antialkoholista nevelés**

Mivel az elmondottak iskolai dolgozatokon, a gyermekek őszinte és mélységes tanulságokat szolgáltató adatain alapultak, foglalkoznunk kell az antialkoholista nevelés nehéz kérdésével. A legműveletlenebb falusi őstermelő rétegtől eltekintve, ma már minden értelmes ember tudja, hogy a szesz fiatal, fejlődő gyermeki szervezetre különösen ártalmas. Tudjuk, hogy pálinkával embereri, állaton törpeséget lehet előidézni, a súlyos részegség ártalmi is közismertek, éppen csak a mértékletesség elvének helytelensége ismeretlen. Minden jóra való szülő óvja gyermekét az erősebb szesz italoktól és tiltja neki azok rendszeres, nagyobb mértékű fogyasztását. Azt hiszik, ezzel szülői kötelességüknek eleget tesznek. Pedig ha maguk (vagy csak a család egyetlen tagja is) rendszeresen isznak, a tilalom hiábavaló, mert annál a példa és a kísértés sokkal erősebb hatású. Minden taníthatóság és nevelhetőség alapja a gyermek utánzó ösztöne, ami a tiltott dolgokra is kiterjed, sőt azoknak különös vonzása van, amit a fenyegető büntetés kockázata sem tud elűzni. A gyermek, — aki szüleit szépnek, jónak, okosnak látja — őket példaképnek tekinti és nehéz neki megszabni, hogy miben utánozza őket, miben ne. Főleg a mai egykés világban a fegyelmezés, az engedelmességre nevelés igen gyenge, az utánzás szerepe tehát nő, — emberi gyarlóságunknál fogva — rossz irányban erő-

sebben. Fontos tehát, hogy a gyermek a szülői házban rendes ital-fogyasztást, részegséget ne lásson. A szülők az iskola józanságra nevelő munkáját maguk is folytassák és mélyítsék el, ahelyett, hogy azt lerontsák, — téves nézetük hangoztatásával és rossz példájukkal.

Van ugyan egy bizonyos spontán javulás is a szeszfogyasztás terén, ami azonban inkább az igények fokozódásával és az általános műveltség emelkedésével jár, mint az alkohol ártalmainak elismerésével. Világszerte fokozódik ugyanis a szeszfogyasztás, ha annak anyagi lehetősége megvan, mert terjed a szórakozási vágy, a táncszendevély és ezekkel a nők italra kapása. Hazánkban azonban a



Alkohol: a züllés egyik legbiztosabb útja.

szegény néprétegnek erre nincs pénze, hiszen kevés készpénzének százfelé volna helye, sajnos elsősorban dohányra, divatcikkekre, szépítőszerekre költi, azonban határozottan a szesz rovására. A dolgozatainkban szereplő három nemzedék közül legrószegesebbek a nagyszülők, mértékletesebbek\* a szülők és legjózanabb elveket a gyermekek vallanak. Ezt a tényt lekicsinyelni nem szabad, mert a 10—12 éves falusi gyermek csak tapasztalat dolgában áll szülei mögött, értelmileg nem. Falun 12 éves korral a művelődés befejeződik, azután népünk csak felejt, vagy rosszat tanul, mert az iskolán kívüli népművelés ott végzi a legkisebb és leggyengébb munkát, ahol arra a legnagyobb szükség volna — őstermelő kisfalvakban —, ahol minden téren (vezetők, közegészségügy, szociális gondozás) a legrosszabb viszonyok uralkodnak. Sajnos, a magyar falu megsegítésében még csak a kezdet elején tartunk, mert sem a szervezeti keretek nincsenek teljesen kiépítve, sem a rátermett vezetők nincsenek kiválasztva és kiképezve, sem a kellő anyagi alap nincs biztosítva.

## A gazdák helyzete

A szőlősgazdák helyzete az alkoholizmus kérdésével a leg-szorosabban összefügg. Részben azért, mert egyes nagynevű, de kis látókörű urak a belföldi borfogyasztás emelésével akarnak a bortermelőkön segíteni, a borfogyasztást nemzeti kötelességnek óhajtván minősíteni. Részben azért, mert a bortermelők tényleg súlyos megélhetési gondokkal küzdenek. Kifejtettük már az első bajt, azt, hogy a kormány — közegészségügyi és közgazdasági szempontokat nem tekintve —, a saját szükségletre való bortermelést adókedvezményrel támogatja. Említettük a Nova-bor különösen mérgező hatását, valamint ezen szőlőfaj terjedésének okait. E téren a kormány gazdasági érdekek védelmében, a Nova-szőlők kiirtását, vagy átoltatását tervezi, ami feltétlenül szükséges és helyes, de hosszú időt és nagy anyagi áldozatokat kíván, főleg, ha a rendelkezést saját szükségletre beállított szőlőkben is keresztülviszik, ami a közegészségügy első kívánalma. A szőlősgazdák nehéz helyzetét a tőke és szakértelem nagy fogyatékosága okozza. Bő termés esetén rosszul kezelt és nem márkázható boraikat nem tudják eladni és annak saját fogyasztása ölt káros méreteket. Szűk termés esetén a saját szükségleten felül eladásra kevés jut és abból a korszerű védőanyagokat, felszerelési tárgyakat akkor sem tudják beszerezni, ha a szőlőművelésre napszámost nem fogadnak. A bortermelés és a minőségi termelés olyan éles versenyt támaszt, amelyben a kedvezőtlen éghajlatú, rossz fekvésű, nem megfelelő talajú, rossz, vegyes fajtákat telepítő és védekezőszerekkel, munkával felszereléssel fukarkodó szőlősgazda szükségyszerűen leszorul. Ezen csak csemege-szőlő és gyümölcsstermelésre való áttérés segíthet, a minőségi bortermelés feltételeinek biztosításáig, ami hosszú időt és komoly tanulást, szervezkedést kíván. Az antialkoholista mozgalom első feladata a silány, olcsó szeszesitalok elleni küzdelem, mert az amerikai szesztilalmi tanulság szerint a drágulás maga elég arra, hogy a legszegényebb, éhező népréteg számára az alkoholfogyasztást anyagilag elérhetetlenné tegye, illetve erősen csökkentse. Sokan a gyümölcs-propagandától várják a szőlősgazdák helyzetének javulását. Erre nincs szükség, mert hazánkban minden gyümölcs vevőre talál, ha olcsó: belföldön, ha egészséges, szép és nemes, külföldön. Itt csak a termelők oktatására, támogatására és az olcsó értékesítés megszervezésére van szükség. (Fuvarköltség, megszervezés, hűtőház, aszaló, szövetkezet, hitel.)

Nyomatékosan hangsúlyozni kívánjuk, hogy az amerikai példa tanulsága szerint szesztilalomtól vagy bármily kényszerrendszabálytól jó eredmény nem várható. Az alkoholelles propagandának

csak akkor lehet sikere, ha a széles néprétegek műveltsége annyira emelkedik, hogy nemcsak belátják a szeszfogyasztás egészségügyi, gazdasági és erkölcsi ártalmait, hanem népünk elég erős lesz ennek gyakorlati következményeit is levonni. A szeszfogyasztás, a szenvedélytől eltekintve, a társas élet és a szórakozás ezideig általánosan bevett kísérője. Ha ezeket a szórakozásokat érték és tartalom szempontjából bíráljuk, azt látjuk, hogy azokban a szellem, értelem, bensőség teljesen hiányzik, vagy legalább is háttérbe szorul, csupán a testiség, szenvedély, ösztönök, külsőségek érvényesülnek. E téren javulást csak egy olyan alapvető iskolareform hozhat, amely az eddigi sorozatos, de eredménytelen kísérletek helyett a tanszemélyzet helyes nevelésével kezdődik. Addig, amíg az óvodától az egyetemig az összes oktatókat a rátermettség alapján nem választják ki, amíg kiképzésükben az egészségtan, testnevelés, józan gyakorlatiaság, szociális szellem nem érvényesül, amíg szakbeli működésük hatékony ellenőrzése és helyes irányítása meg nem valósul, amíg az irányítást minden szakmában attól testben és lélekben idegen, szakértelmet nélkülöző jogászok és bürokraták végzik, — a helyes, egészséges, magyar nemzeti világnézet anyagát sem lehet összeállítani, még kevésbé azt hirdetni és mindenkinek vérévé tenni. Pedig ez a cél és ez a nemzeti egység útja, nem pedig a jogi problémákon való évezredes nyargalás.

## Javaslatok

A szesz italok fogyasztásának kérdését tehát magyar, nemzeti, családvédelmi, közegészségügyi és közgazdasági szempontból röviden a következőkben foglalhatom össze:

Az alkohol a magyarság életét minden vonatkozásban mérgezi. Hatásának a szervezett, józan svábság, a szerény és szorgalmas tótság, az élelmes és előrelátó zsidóság fokozottabban tud ellenállni.

Az alkoholizmus a legszegényebb népréteget és a sokgyermekes családokat sújtja legerősebben, mert a szeszitalokra fordított költség a család jövedelmével fordítva arányos és ezen családokat az elemi életszükségletek kielégítésében gátolja. A szesz káros hatása ezekre azért a legnagyobb, mert táplálkozásuk egyoldalú és elégtelen, egészségi állapotuk, testi és erkölcsi ellenállóképességük emiatt kedvezőtlen.

A alkoholizmus közvetlen emberélet-veszélyeket okoz balesetek és bűntények útján, közvetetteket betegség-okozás (nemi bajok, meddőség) által. Megrövidíti az egyén élettartamát, részben közvetlenül okozott betegségek (alkoholos elmezavar, májzsugorodás, szív-

ideges vesebajok), részben a szervezet általános ellenállóképességének csökkentése útján. (Heveny és idült fertőzőbetegségek, emésztőszervi bántalmak.)

Az alkoholizmus forrása a szokás, a társadalmi kényszer, gyökere a családban van. Az alkoholizmus ártalmainak teljes félreismerését az előítélet, tudatlanság, babona és a szeszérdekeltség erős propagandája okozza.

A családok magatartása a szesz kérdésben helytelen akkor is, ha gyermekeiknek szeszes italokat adnak, akkor is, ha mértékletességet hirdetnek, akkor is, ha gyermekeiknek tiltják az ivást, de maguk rossz példával járnak elől. Súlyos kifogás alá esik az, hogy a család az iskola alkoholelles tanításait ellentétes nézetekkel és rossz példával tönkreteszi.

A mértékletesség azért is helytelen rendszer, mert aki megállja, az lemondhat az italtól, aki született alkoholista, az nem tudja betartani. Helyes csak a szeszes italoktól való teljes tartózkodás, aki ezt az elvet követi, hiányukat nem érzi.

Közgazdasági szempontból az alkohol a termelésből eredő hasznot feltétlenül sokkal túlhaladó kárt okoz azokkal a kiadásokkal, amely tétel az állami költségvetés egész területén megoszlanak: betegek gyógykezelése, (kórházi költség, gyógyszer). Szociális terhek: táppénz, baleseti járulék, segélyek. Igazságszolgáltatási és rendészeti költségek. (Letartóztatási intézetek, peres- és rendőri ügyek.) Kárt okoz azzal, hogy a közszükségleti cikkek vásárlására szolgáló összeget csökkenti, főleg az élelmezési és ruházati iparnak. Kárt okoz a munkateljesítmény mennyiségi és minőségi csökkenésével, az alkoholisták anyagi kártételeivel: lopás, rablás gyűjtögetés, rombolás.

Szociális szempontból az alkoholista anyagi bajai, bizonytalan helyzete, rossz munkája miatt állandóan elégedetlen; nyugtalan szélsőséges izgatás számára hozzáférhető, az üzem és a társadalom békéjét fenyegeti.

A szeszfogyasztás fontos akadálya a szabad-idő helyes és hasznos módon való eltöltésének, az igazi kultúra terjedésének, amire elsősorban a falu ezideig gondozatlan népének van szüksége, nemcsak az általános alapismeretek, hanem a kenyérkereső munkára vonatkozó szakismeretek terén is. A szükséges társadalmi és gazdasági szervezkedés, a kezdeményezőképeség a közös érdekek eredményes szolgálatának első követelménye és az itaiozással kapcsolatos káros időpocsékolás, zavaros fecsegés, sületlen politizálás akadályozta eddig színmagyar népünk, elmaradott falvaink fejlődését, boldogulását.

Rátérve a szeszfogyasztás elleni küzdelem korszerű és helyes

módjára, annak csupán két eszköze van: az oktatás és nevelés. Ezek egymástól el nem választhatók. Jó eredményük csak akkor lehet, ha abból minden arra illetékes tényező kiveszi a maga részét, munkáját azonban az egységes, helyes, új magyar világnézet szellemében végzi. Ennek anyagát azonban előbb meg kell állapítani és közkinccsé kell tenni. Ezt a munkát területgyarapodásunk halaszthatatlan kötelességünké teszi.

Részleteit illetően az első az oktatással és neveléssel foglalkozók kiképzésének új, tárgyilagos gyakorlati alapokra helyezése, a nemzeti, szociális, testnevelési, közegészségügyi és gazdasági szempontok egyenrangú érvényesítésével.

A helyes iskolareformot csak ebben a szellemben kiképzett, új, valódi pedagógusok valósíthatják meg, ki-ki a maga szakmájában, az óvodától az egyetemig, szakiskoláig.

Átszervezendő az egész népnevelés, az iskola után az iskolán kívüli népnevelés területén is, belevonva abba a különböző egészségügyi és gazdasági szakoktatókat. Ki kell építeni a levante-mozgalom női tagozatát és a férfitagozattal együtt a céltudatos, rendszeres népnevelés keretébe állítani, kötelező jelleggel. A népnevelés első feladata az, hogy az idő beosztására és helyes hasznosítására neveljen, a sportot, cserkészetet, természetet, tudományt, zenét, irodalmat, háziipart, népművészetet megszerettesse. Mindezt népies és nemzeti szellemben valósítsa meg.

Nincs kétség aziránt, hogy csak az általános kultúra terjedése szüntetheti meg a népiskola és a szülői ház közti ellentétet, ami nemcsak az alkoholkérdésre, de sok egyéb dologra nézve is érvényes. Hasonlóképpen csak a magasabb műveltség lesz alkalmas arra, hogy népünk az alkoholizmus különböző ártalmait és annak alacsonyrendűségét belássa. Aki népműveléssel foglalkozott, jól tudja, hogy népünkben van vágy és érzék a szebb és nemesebb iránt, csak érdeklődését kell felkelteni és bizalmát megnyerni. Aki pedig elveket hirdet, szolgáltatson azok megvalósítására példát. Ez elsősorban a falu értelmiségére vonatkozik, amelynek életét a nép aprólékosan ismeri és utánozza is. Sajnos, inkább külsőségekben. De városban is kétségtelen, hogy a divat és erkölcs felülről terjed lefelé, a példa szerepe itt is hasonló.

Hazánk bortermelő állam lévén, a szeszkerdés a szőlőtermelésre való tekintettel valóban nem oldható meg. A szőlőtermelés azonban nem szükségszerű bortermelés, a jó gazda jövedelmet akar a szőlőművelésből, nem szeszt. Számos mód ismeretes a szőlő erjedésmentes értékesítésére, ezek közül a must értékesítése a leg egyszerűbb. Ha a kormány a cél fontossága arányában áldoz a szőlőgazdálkodás korszerűvé és jövedelmezővé tételére, ennek meg

lesz az eredménye az alkoholizmus háttérbe szorítása mellett is.

Nem újság a sűrített must termelése, ami eddig csak kötött keretekben volt megengedve, meghatározott borok javítása céljából. Ez a palackozott, sűrített must patenzárral, 1.5—2 literes üvegekben feltétlenül piacképes cikk, szénsavas vízzel üdítő ital, jól propagálható, úgy egészségügyi, mint üzleti szempontból. Nem áll az az érvelés sem, hogy a must sterilizálás a tüzelőanyag drágasága miatt nem fizetődik ki. Amely bor a palackozásig terjedő kezelés költségeit elbírja, a must konzervlását és elbírná. Minden a belátáson, a jóakaraton, szervezésen és szakértelmen múlik. Konzervgyáraink kellő irányítás mellett, bizonyára megtalálnák a módját olcsó szőlőméz-mustár, mustos hurka készítésének, forgalomba hozatalának és hirdetésének, csak legyen, aki őket erre szorítsa és a szakértelem hiánya vagy egyoldalúsága által okozott maradiság, rövidlátó haszonlesés ne gátolja a magyar élet gyökerén rágódó férgek kiirtását.

Befejezésül csak azt mondhatjuk, hogy az alkoholkérdés teljes és helyes megoldása még egyetlen államnak, vagy politikai rendszernek sem sikerült. Szesztilalommal több állam próbálkozott, de kellő eredmény nélkül. Vannak művelt államok, melyekben a szeszfogyasztás jóval nagyobb, mint nálunk, de az átlagok a kérdés helyes megítélésére sem képesítenek. A szeszkérdés csak ott és akkor lesz megoldható, ha az államvezetés első uralkodó szempontja nem a pénzügyi helyzet lesz, hanem a polgárok egészségének, jó erkölcsének, munkaképességének és munkakészségének, békés együttélésének, természetes szaporodásának biztosítása. Ezekről az eszményi állapotoktól, az élettani alapon álló államvezetéstől ma még messze vagyunk. De ez lehet az egyetlen cél, amely felé mindenkor érdemes haladnunk és boldog lesz az az ország, amely ezt a legjobban megközelíti.