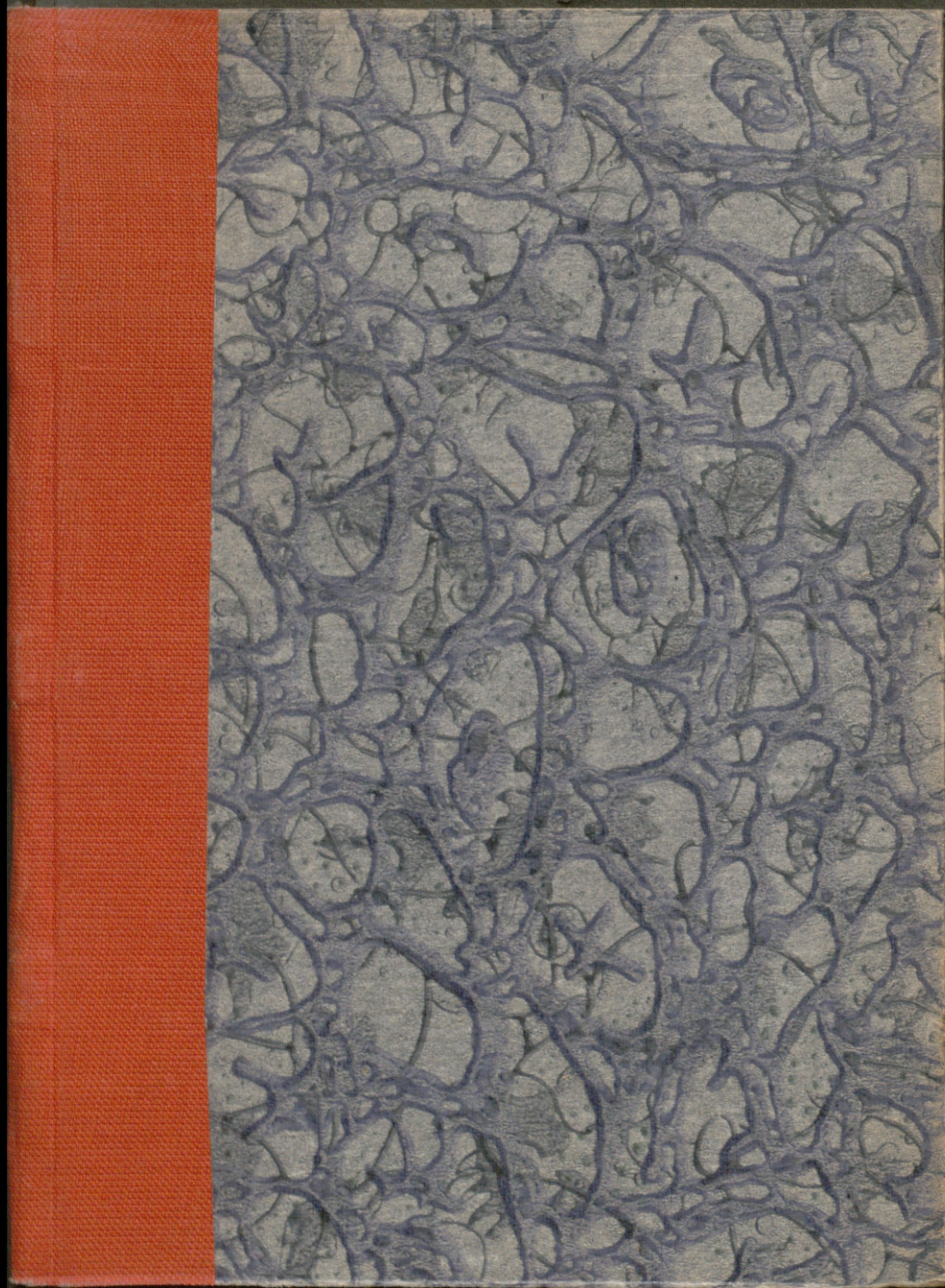
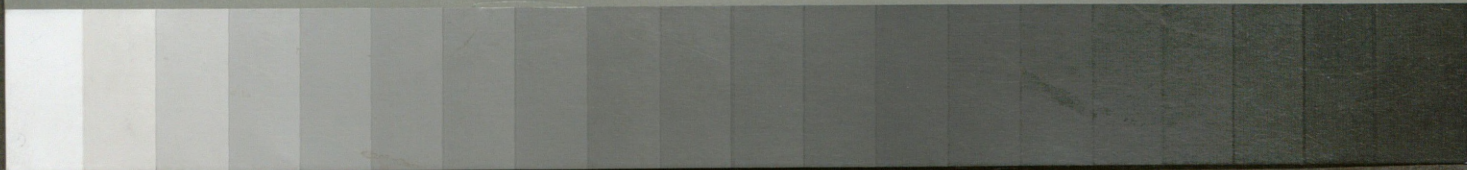




Grey Scale #13



A 1 2 3 4 5 6 M 8 9 10 11 12 13 14 15 B 17 18 19

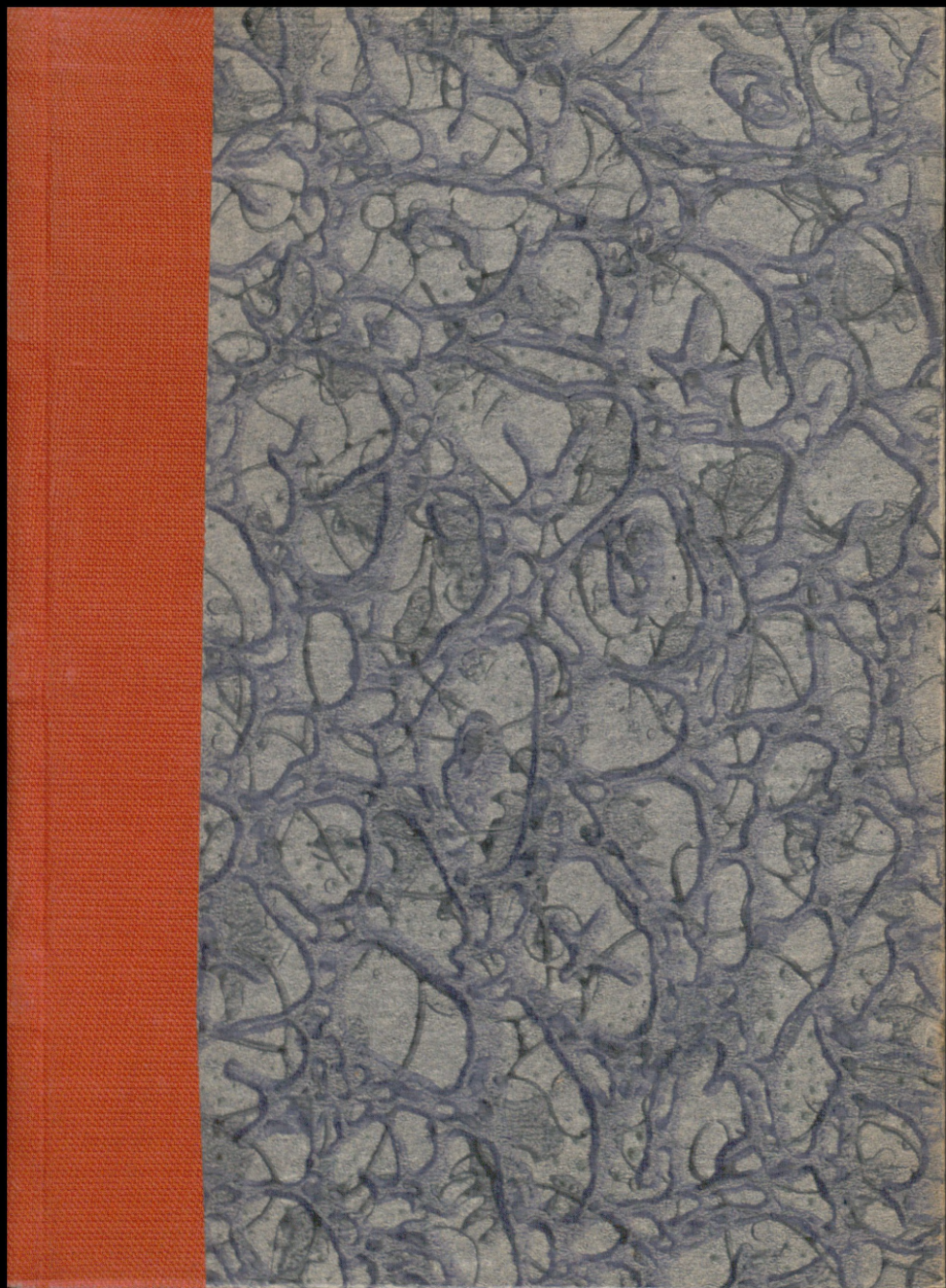


Colour Chart #13

Blue Cyan Green Yellow Red Magenta White 3/Color Black

Inches 1 2 3 4 5 6 7 8  
Centimetres 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19





Prof. Dr. AUG. HOFFMANN.

# O WYBORZE ZAWODU.

Praca zawodowa  
a ustrój nerwowy.

PRZEŁOŻYŁ

**Dr. Zygmunt Szymanowski.**

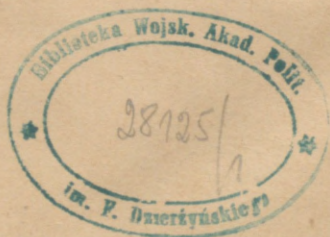


WARSZAWA

G. Centnerszwer i S-ka, Marszałkowska 143.

1904.

Дозволено Цензурою  
Вавшава, 21 Сентября 1904 года.



a więc neurastenię, czyli pobudliwe osłabienie, oraz histerję, stan nader trudny do zdefiniowania. Inne cierpienia funkcjonalne, jak padaczka i t. p., oraz choroby organiczne mniej nas obchodzą na razie, chociaż przy wyborze zawodu o nich również nie należy zapominać.

Neurastenia jest niewątpliwie najczęstszą ze wszystkich chorób nerwowych. Gdy w 1880 r. amerykańnin Beard ogłosił po raz pierwszy opis ciężkich przypadków tego cierpienia, mniemano powszechnie, że jest to choroba specjalnie amerykańska. Ale już po upływie kilku lat okazało się, że jest to jedna z najbardziej rozpowszechnionych chorób. Ostatecznie każdy człowiek jest trochę neurastenikiem. Neurastenia polega na anormalnej pobudliwości i na łatwym wyczerpywaniu się układu nerwowego. Stąd nadaną jej została nazwa „pobudliwego osłabienia“. Z objawami temi wiąże się prawie zawsze mniej lub więcej silne uczucie strachu. Choroba ta obejmuje nieskończony łańcuch stopniowań od zaledwie dostrzegalnych zaczątków, nie zasługujących niemal na nazwę choroby, aż do stanów niezmiernie ciężkiego wyczerpania. Nauka notuje niezliczone mnóstwo prób i usiłowań dla wytłomaczenia przyczyn i istoty neurastenii: obwiniano wadliwą przemianę materyi i czynność serca, znajdowano guzy w tkance łącznej podskórnej, uciskające jakoby nerwy i t. p., i t. p.; bądź co bądź nie ulega dziś żadnej kwestyi, że głównem siedliskiem choroby jest psychika. Wszystkie spostrzegane fizyczne napozór objawy dają się zawsze sprowadzić do spraw psychicznych. W każdym razie objawy te mogą mieć źródła swoje w sprawach psychicznych.

Histerja jest bardzo blisko spokrewniona z tym

zmiennym i urozmaiconym obrazem chorobowym. Można ją do pewnego stopnia określić jako nadmiernie spotęgowaną podatność do sugestyi. Wrażenia świata zewnętrznego, zarówno jak wyobrażenia wewnętrzne, ulegają niczem nie skrępowanej przemianie na sprawy fizyczne ustroju. Trochę histerykami jesteśmy podobno wszyscy. Suggestja działa ostatecznie na każdego; nawet u takich ludzi, których niepodobna uważać za chorych, spotykamy objawy przemiany spraw psychicznych na procesy fizyczne. Tylko procesy te nie wychodzą poza pewną granicę. Umiejętnie ćwiczona i stosowana siła woli nie pozwala sprawom takim rozrastać się i potęgować bez końca. Przykładów tego nie brak. Gdy widzimy, że ktoś ziewa, wówczas i my stajemy się bardzo skłonni do tego. Histeryk najczęściej nie może przewyciężyć takiego podrażnienia, zdrowemu natomiast przychodzi to z łatwością. Ostatecznie i śmiech i płacz są same przez się niejako sprawami histerycznymi. Człowiek zdrowy płacze jednak lub śmieje się tylko pod wpływem pewnego szczególnego podrażnienia; natomiast niektóre osoby nerwowo chore skłonne są do wybuchów w tym kierunku za lada najdrobniejszym powodem.

Dopiero gdy wyczerpanie i pobudliwość niepomiernie się spotęgują, gdy wrażenia psychiczne dają nieograniczone i nieproporcjonalnie silne reakcje ze strony organizmu, wtedy można mówić o chorobie. Dlatego też zarówno skłonność do podobnych stanów, jak i zawiązki ich niezmiernie są trudne do rozpoznania, albowiem granica pomiędzy zdrowiem a chorobą bardzo jest niewyraźna.

Pomiędzy dziećmi rozróżnić możemy chorobliwie nerwowe i do nerwowości skłonne. Combe i Hirt

Wszyscy lekarze twierdzą jednogłośnie, że w ciągu ostatnich kilkudziesięciu lat choroby układu nerwowego stały się nieskończenie częstsze, niż dawniej. Dawniej rozpoznawanie chorób nerwowych było wprawdzie bez porównania mniej pewne i lekarz poprzestawał zwykle na poczytaniu odnośnych chorych za oryginałów i dziwaków; nadto uwaga lekarzy nie była w tym stopniu, co dzisiaj, zwrócona na te choroby; bądź co bądź, z pewnością choroby nerwowe i umysłowe nigdy tak nie zajmowały opinii publicznej jak dzisiaj. Setki specjalnych zakładów leczniczych dla chorych nerwowych datują swoje istnienie zaledwie od połowy przeszłego wieku, a liczba pensjonarzy w szpitalach dla umysłowo chorych wzrosła zastraszająco w stosunku do przyrostu ludności. Zwiększenie się liczby chorych nie jest wprawdzie jedyną przyczyną; — leczenie zakładowe chorób umysłowych stosuje się dzisiaj bezwarunkowo w szerszych rozmiarach, niż dawniej, kiedy każda wieś i miasteczko miały swoich „głupich“\*), a jednak wzrost liczby chorych nerwowych i umysłowych jest faktem niezaprzeczoną.

Przyczyny, jakim przypisywany bywa ten stan rzeczy, są nader różnorodne. Na pierwszym miejscu

---

\*) U nas ten stan rzeczy trwa dotąd (przyp. tłum.)

zazwyczaj stawiany bywa szybki postęp kultury w ciągu ubiegłego stulecia ze wszystkimi jej dobrami i złymi stronami; nadto każde pokolenie, które się staje pas-  
twą chorób nerwowych i umysłowych, przekazuje tę klęskę w spotęgowanej mierze swemu potomstwu. Dziedziczność jest przeto drugim najważniejszym czynnikiem.

Przypuszczać należy, że wogóle odporność jednostki na wpływy szkodliwe, którym podlega jej układ nerwowy, jest cechą indywidualnie różną. Różnice te polegają często na właściwościach dziedzicznych. Śmiało powiedzieć można, że częstokroć neurastenik rodzi się tem, czem jest. Ale oprócz właściwości dziedzicznych niezbędne są dla wywołania choroby pewne swoiste wpływy szkodliwe, innymi słowy przyczyny obok usposobienia. Z drugiej strony jednak choroba nerwowa może się rozwinąć u człowieka zupełnie zdrowego, bez specjalnego usposobienia dziedzicznego, litylko pod wpływem przyczyn zewnętrznych.

Przyczyny te mogą być bardzo różnorodne. Do najważniejszych należą te, które są związane z zajęciem, z zawodem odnośnego osobnika. Choroby noszące w życiu potocznem nazwę właściwych chorób nerwowych, są to choroby wybitnie społeczne. Dzisiejsze życie zawodowe ma przeważający wpływ na powstawanie tego rodzaju stanów chorobowych w układzie nerwowym.

N Przy wyborze zawodu zazwyczaj mało na to zwracamy uwagi. Rozpatrując dobre i złe strony zawodu, pamiętamy raczej o wszystkich innych szkodliwych skutkach, niż o tych, jakie wyniknąć mogą dla układu nerwowego. Względy rozstrzygające o wy-

borze zawodu, o ile dany osobnik nie jest zależny od warunków zewnętrznych, są bardzo różne.—W pierwszej linii są niestety częstokroć brane pod uwagę względy natury czysto materialnej, a więc dochody lub karjera; w przeciwnym razie niepodobna byłoby wytłomaczyć tłoczenia się ludzi wykształconych do t. zw. zawodów wolnych, przedstawiających wprawdzie możliwość dochodów największych, ale za to bez najmniejszej pewności dojścia nawet do skromnego utrzymania. W dalszym ciągu uwzględniane bywa przy wyborze zawodu — wobec innych szans równych — zamiłowanie specjalne i upodobanie; niezmiernie rzadko jednak jest to owocem dojrzałego namysłu i dokładnej znajomości zadań; przeciwnie, aż nadto często rozstrzygają drobne szczegóły czysto zewnętrznej natury. Np. nieraz zawód leśnika obierany bywa przez zamiłowanie do myśliwstwa, chociaż polowanie stanowi tylko drobną i drugorzędną część obowiązków leśnika. Względy zdrowotne zajmują ostatnie miejsce w chwili wyboru zawodu, jeżeli się już wogóle o nich pamięta. Nieraz spotkać się można ze zdaniem, że wszystkie zawody, mniej więcej wymagające warunków podobnych, mniej więcej jednakowo wpływają na zdrowie. A jeżeli już jest mowa o zdrowiu, to pamiętamy raczej o chorobach oczu, piersi, serca, o reumatyzmie, o cierpieniach żołądka i kiszek i t. p. słowem o wszystkim, tylko nie o tem, czy układ nerwowy sprostać może wymaganiom danego fachu. Trafna ocena tej kwestyi nie należy bynajmniej do rzeczy łatwych w tych latach, kiedy zwykle zawód się obiera; na szczęście objawy wyraźnego osłabienia układu nerwowego w latach wczesnych należą do rzadkości i zwykle rozwijają się później. Zdarzają się

dzieci nerwowe, ale liczba ich jest nieznaczną w porównaniu z osobami nerwowymi w średnim i starszym wieku. Natomiast jednak wiele dzieci zdradza skłonność do nerwowości; osoba kompetentna spostrzedz może nieraz to usposobienie już we wczesnej młodości, jeszcze przed wyborem zawodu. Zwłaszcza u młodych ludzi, zagrożonych tem niebezpieczeństwem, niezbędne jest jak najdokładniejsze rozpatrzenie, jakie zawody mogą się odbić szkodliwie na układzie nerwowym i w jakim mianowicie kierunku, oraz czy zawód mający być obranym nie sprowadzi zgubnych skutków dla życia nerwowego danego osobnika.

Pierwszym i najogólniejszym warunkiem, jakiemu musi czynić zadość każdy zawód, nie mający sprowadzić szkody nerwowemu i psychicznemu życiu obierającej go osoby, jest zgodność ze skłonnościami i upodobaniami tej ostatniej. Miarodajnymi przy obiorze powinny być nie względy zewnętrzne, ale przede wszystkim wewnętrzne zadowolenie. Zapewne w zasadzie najwięcej pociągającym bywa ten zawód, do którego z natury posiadamy największe zdolności, ale i w tej mierze człowiek nieraz pada ofiarą złudzeń. Zbytne rozwijanie jednostronnego uzdolnienia może niekiedy stać się groźnem: nadmierne pobudzanie do wysiłku w pewnym wyłącznie kierunku sprowadza trwałe zakłócenie równowagi wewnętrznej i odbija się szkodliwie na życiu nerwowem. Daleko częściej jednak bywa wprost odwrotnie. W wyborze zawodu miarodajne są względy zewnętrzne i kierunek obrany od samego początku nie zaspakają pragnień i upodobań danej osoby. Poznanie przychodzi zwykle zapóźno, kiedy już wiele lat upłynęło i kiedy cofnięcie się lub rozpoczynanie nowego zawodu jest już niemo-

żliwe. Wielka szkoda, że w większej części zawodów, a zwłaszcza w tych, które wymagają studjów wyższych, na niezależność tak długo trzeba czekać. Okres przygotowawczy trwa bez mała 10 lat, po których dopiero przystąpić można do pracy samodzielnej; wtedy dopiero następuje nieraz rozdźwięk pomiędzy upodobaniem a zawodem.

Póki trwa wpływ pobudzający nauczyciela i kierownika, dopóty sztucznie nieraz podtrzymuje się zainteresowanie; skoro jednak człowiek skończony pozostawiony zostaje własnym siłom, występują dowody braku rzeczywistego, własnego zajęcia się. Praca zawodowa przestaje być przyjemnością i rzeczą samą przez się zrozumiałą, a staje się nieznośnym ciężarem. Występuje ciągła walka z samym sobą, daje się uczuć brak skoncentrowania do poważnej pracy; prędzej czy później przychodzi uczucie zwichniętej kariery, wszelką radość życia zatruwa stałe uczucie niezadowolenia; brak powodzenia, brak wszelkiego uroku w pracy, wreszcie przychodzi bankructwo wewnętrzne, którego nic nie jest w stanie wyrównać. Spotykamy nieraz w życiu natury takie, wlokące swój los z wewnętrznem niezadowoleniem i goryczą, niesprawiedliwe wobec przełożonych, niesprawiedliwe dla podwładnych, ludzi podległych coraz to innym nastrojom, którzy tylko lata rachują, ażeby mózż wreszcie porzucić znienawidzone zajęcie. Nie znajdując zadowolenia w doskonaleniu się w swym zawodzie, godzą się oni w pewnej mierze ze swym losem tylko za cenę osiągniętego zarobku, i to tylko połowicznie, gdyż w zawodach wolnych zarobek maleje szybko przy braku zainteresowania i ciągłego doskonalenia się. To niezadowolenie wewnętrzne, nie dające się usunąć

stwarza w sferze psychicznej grunt podatny do zdenewrowania.

W powstawaniu najczęstszych chorób nerwowych psychika odgrywa niewątpliwie bardzo wybitną rolę. Do niezadowolenia, związanego z ciągłym spełnianiem niemiłego zawodu, łatwo przyłączyć się może stan ciągłego strachu i obawy oraz idee hipochondryczne, a wraz z tem wybucha choroba. Nagany i kary spotykające takie osoby, nawet gdy są zasłużone—a może dlatego właśnie że są takimi—sprowadzają silne podniecenie, odbijające się niepomyślnie na układzie nerwowym. Trudności wynikające z niedostatecznego uzdolnienia przyczyniają się do powiększenia zapasów materiału palnego, aż wreszcie występują stanowcze objawy nerwowości. Tak więc przy wyborze zawodu stanowczo należy uwzględniać w pierwszej linii upodobania danej osoby, ale tylko o tyle, o ile upodobania te są rzetelne i zdrowe i o ile się nie zmieniają po dokładnem zaznajomieniu się z zadaniami przyszłego zawodu. Niestety tej właśnie znajomości brak najczęściej i nieraz trudno ją zdobyć. Najlepiej zasięgnąć rady u pracujących w danym zawodzie. Zwykle się jednak tego nie robi, i młodzieniec puszcza się na fale życia, kierowany mylnemi, a priori powziętymi poglądami.

Inne szkody wynikać mogą z oddawania się pracy zawodowej ze zbytнім zapalem, zwłaszcza dla osobnika skądinąd zdrowego, ale skłonnego do chorób nerwowych. Chorych na nerwy spotykamy również wśród osób z ustalonym stanowiskiem, którym zawód obrany daje całkowite zadowolenie. Nieokiełznana ambicja pcha nieraz takich ludzi do nieustającej pracy nad siły, każe im dążyć do celu przerastającego

miarę zdolności wrodzonych. Nie każdego udziałem może być najwyższa doskonałość. Gdzie jeden z największą łatwością pokonywa wszystkie piętrzące się trudności, zagradzające drogę do jądra prawdy, odkrywa i toruje nowe drogi i osiągając tryumfy jeden po drugim, staje szybko u szczytu doskonałości,—tam drugi męczy się w nieustającej pracy, trudzi się i walczy dzień i noc, a jednak wszystko nadaremnie: pomimo największego zainteresowania i najgorliwszej pracowitości nie przekroczy on nigdy miary przeciętnej, a jeżeli mu się to uda, to tylko za cenę zdrowia. To nieustające, a wciąż niezaspokojone pięcie się w górę zemści się prędzej czy później na układzie nerwowym. Noce początkowo nieprzespane dobrowolnie, stają się z czasem bezsennymi. Niezmordowanie w pracy przeradza się w stały niepokój, nawet po osiągnięciu celu; nieraz właśnie w chwili najgorętszej pracy występuje nagły upadek sił, a z nim niezdolność do niej na długo, jeżeli nie na zawsze. W takich razach jest rzeczą niezmiernie ważną wczesne rozpoznanie pierwszych zaczątków szkodliwego wpływu, ażeby złemu zapobiedz i pogodzić ambicję z siłami. Najbardziej godni są pożałowania ci, których bieda zmusza do pracy nad siły, chociażby nawet w umiłowanym zawodzie. Nauczyciel do późnej nocy zajęty lekcjami prywatnymi, lekarz odkradający godziny snu, aby pracować naukowo, robotnik po nocach z trudem zdobywający wykształcenie,—wszyscy oni narażają swój układ nerwowy na poważne niebezpieczeństwa. Groźba ta wisi nawet nad człowiekiem zupełnie zdrowym, tem bardziej więc narażony będzie osobnik skłonny do chorób nerwowych. Człowiek zdrowy łatwiej da sobie rady z wpływami

szkodliwemi, działającemi na układ nerwowy, niż człowiek skłonny do odnośnych cierpień. U osobnika zdrowego, nie skłonnego do chorób nerwowych, cierpienia te mają wogóle łagodniejszy i mniej długotrwały przebieg, niż u osób których układ nerwowy odznacza się mniejszą odpornością. Na tę właśnie okoliczność należy zwracać szczególniejszą uwagę przy obieraniu zawodu.

Po czem poznać można usposobienie nerwowe? Pomijamy na razie dane dziedziczne, bardzo ważne w tym razie i zawsze niemal łatwe do stwierdzenia; chodzi tu szczególnie o pewne właściwości fizyczne, a jeszcze bardziej o pewne cechy charakteru i psychiki, które nieraz spostrzedz się dają od wczesnej młodości, na które jednak przeważnie nie zwracamy uwagi, albo nie doceniamy ich znaczenia. Wogóle jedyną osobą kompetentną w tej mierze jest lekarz, zwłaszcza znający dokładnie życie dziecka, pod którego okiem dziecko rosło i rozwijało się, który zna dobrze jego upodobania i przyzwyczajenia, jego duszę i charakter. Wszak chodzi tu nietylko o rozpoznanie wyraźnych już objawów choroby nerwowej, ale i o rozróżnienie osobników mniej lub więcej zagrożonych takim cierpieniem. Najczęściej bowiem właśnie taki „zagrożony“ uważany bywa przez wszystkich za zdrowego aż do ostatniej chwili, do wybuchu choroby. Młodzieńcy tacy mają najczęściej opinię kapryśnych, niestałych, czasami roztargnionych lub bardzo pobudliwych i egzaltowanych natur; tymczasem nieraz w tych właściwościach charakteru ukrywa się za-rodek przyszłej choroby nerwowej.

Pod nazwą chorób nerwowych rozumiemy przede wszystkim funkcjonalne cierpienia tego układu,

*Ludwik Markowicz.*

O WYBORZE ZAWODU.

---

Druk. M. Lewińskiego i Syna, Ś-to Krzyska № 11.

starali się ustalić pewne ściśle określone typy dzieci nerwowych, względnie skłonnych do nerwowości. Ale typy te można uważać za już dotknięte chorobą. Przeciwwstawić im można właśnie osobniki młodociane, które dopiero zdradzają skłonność do chorób nerwowych.

Odpowiednio do charakteru wyżej wymienionych chorób nerwowych występują także pierwsze symptomy, zarówno jak i oznaki skłonności do tych chorób, przeważnie w sferze psychicznej. Wszystkie anormalnie silne odruchy w kierunku rozdrażnienia lub wyczerpania, których wogóle nie można jeszcze nazywać chorobliwymi, które jednak w dziecku takim uderzają nas przez to samo, że występują często i za lada przyczyną, są bezwarunkowo wskazówką, że ma ono skłonność do nerwowości; tak samo i dzieci z wyobraźnią zbyt żywą, albo niepomernie reagujące na ból, natury wrażliwe i słabe mogą być podejrzane o skłonność do chorób nerwowych.

Daleko gorzej rzeczy stoją, gdy występują objawy wyraźnie chorobowe, i dziecka nie można już uważać za zupełnie zdrowe nerwowo. Combe wspomina o pewnego rodzaju chorobliwej „naturze“ u dzieci. Natura taka bywa rozmaita. Rozróżnia on najpierw naturę *eretycznie pobudliwą*, rozdrażnioną. Do takich zalicza dzieci o słabej budowie, zbyt mądre na swój wiek, które duchowe siły swoje szybko zużywają, a potem przy pracy poważnej nie dosięgają nawet normalnej przeciętnej miary. Dzieci takie bywają często inteligentne, pojętne, sprytne, dowcipy ich podziwiane są przez rodzinę i znajomych, którzy robią im sławę dzieci cudownych; obdarzone są bujną wyobraźnią, dochodzącą nieraz do halucynacji. Rzadsze są u nich idee natrętne, a ważną oznaką charaktery-

styczną jest obawa ciemności i strach przed zwierzętami; straszne opowieści przerażają je niesłychanie. Sen ich jest niespokojny i pełen marzeń; czują zmorę na piersiach i wczesnie się budzą. Natury takie od najmłodszego wieku podlegają rozmaitym wpływom, są niezmiernie drażliwe, najłżejsze napomnienie wywołuje płacz, albo wybuchy gniewu; często zauważyć można kaprysy i różnego rodzaju zachcianki.

Na drugim miejscu stawia Combe natury *apatyczne* nierównie rzadsze od tamtych. Dzieci takie trudno jest czemkolwiek zaniepokoić, poruszyć. Obojętne są na wszystko, co je otacza, dziwnie mało reagują zarówno na pochwałę, jak na naganę i wszelkie wymagania. Odznaczają się niezmiernie małą siłą woli, a za to zawczasu zdradzają skłonność do nadmiernego jedzenia i picia i do męczenia zwierząt; przytem są ciche i melancholijne.

Obydwom tym typom przeciwstawia Combe natury zmienne: to są dzieci, które bezpośrednio z podniecenia wpadają w apatię. Cechą charakterystyczną tej grupy jest zmienność nastroju.

Obok objawów *duchowych* wymienia też Combe i *fizyczne*, obejmujące przeważnie układ naczyniowy, czucia, nadto odruchy i sferę ruchową. Tego rodzaju młode osobniki, skłonne do nerwowości, często dotknięte są anomaliami anatomicznymi, t. zw. oznakami zwyrodnienia. Jakkolwiek oznakom tym nie należy przyznawać rozstrzygającego znaczenia, to jednak obecność ich u dzieci rodziców nerwowych zdaje się przemawiać za dziedzicznością chorób nerwowych. Do takich oznak zwyrodnienia zaliczamy: asymetrię czaszki albo twarzy, niezwykle kształt czaszki (czaszka stożkowata); czoło pochylone wtył; zbyt wystające kości

twarzowe; szpary lub plamy na tęczówce; nadmiernie rozwinięta szczęka górna i dolna; zanadto lub zamało sklepienie podniebienie; wargę zajęcza i wileza paszcza; zalicza się tu także nieprawidłowe położenie zębów i nieprawidłowy kształt konchy usznej; brak ustosunkowania pomiędzy tułowiem a nogami, za wielkie dłonie lub stopy; nieprawidłowości w budowie członka i umiejscowieniu jąder; anormalne uwłosienie, plamy na twarzy i na ciele.

Inne oznaki fizyczne, występujące na pierwszy plan obok oznak zwyrodnienia, tyczą się przeważnie układu naczyniowego. U wielu dzieci występują zawczasu zaburzenia w unerwieniu naczyń, uderzające szczególnie dlatego, że są dziedziczne. Dzieci nerwowe często miewają zimne ręce i nogi, i to zauważono u dzieci rodziców, którzy ten sam symptomat wykazywali. U dzieci takich kolory szybko się zmieniają; twarz blednie lub czerwieni się, przez skórę przeświecają mocno napełnione naczynia krwionośne. Często zdarza się odrętwienie rąk lub nóg; skóra wtedy jest blada i zimna, a palce do pewnego stopnia znieczulone. Obok tego zdarzają się często u dzieci wysypki nerwowe wskutek wpływów naczynioruchowych; najbardziej znaną jest t. zw. pokrzywka, występująca niekiedy samorzutnie, a częściej daleko wskutek podrażnienia skóry, ukłucia owadu i t. p. Dzieci żalą się często na uderzenia do głowy, nagie gorąco, mianowicie po kawie, herbacie lub wysokoku. U dzieci z usposobieniem nerwowym zdarzają się także napady omdlenia wskutek przestrawienia, lekkich uszkodzeń, albo i bez żadnej widocznej przyczyny, skutkiem kurczowego ściągnięcia się naczyń krwionośnych mózgu. Zauważono też u nich za łada błahym powodem bicie

serca i nieprawidłowości w czynności tegoż. Trudne do rozpoznania są też zjawiska napozór czysto fizyczne w wieku dzieciennym, jak wymioty i rozwolnienie, zawroty głowy i mdłości; mogą one pochodzić z przyczyn czysto psychicznych, które wyświeśla dopiero skuteczność zastosowanej terapii. Jeszcze jest jedna anomalia bardzo częsta u dzieci nerwowych: astma. Ja sam leczyłem wiele bardzo dzieci dotkniętych tem cierpieniem; na szczęście w późniejszych latach ustępuje ono często. U młodocianych astmatyków ścisłe badanie wykazuje niemal zawsze symptomy nerwowości. Ze symptomatów żołądkowych należy jeszcze zauważyć, że dzieci nerwowe są nieraz bardzo wrażliwe na niektóre pokarmy: nie znoszą niektórych potraw, ale bynajmniej nie ciężko strawnych, a takich które im nie smakują. U dzieci tych bardzo częstym objawem jest nerwowe odbijanie i wymioty. Ja sam miałem w kuracyi chłopca, który zarówno rodzinę swoją jak i lekarzy wprost przerażał niezmiernie głośnym i długotrwałym odbijaniem. Ale najdziwniejszą w tym wypadku była okoliczność, że chłopiec bardzo często odwiedzał ciotkę swoją, dotkniętą tem samem cierpieniem. Przekonawszy się o psychicznej przyczynie choroby, wkrótce zdołałem ją usunąć.

Zarówno rozwolnienie jak zaparcie u dzieci są bardzo często natury i pochodzenia nerwowego. Rozważając w dalszym ciągu przypadłości narządów jamy brzusznej, przechodzimy z kolei do zaburzeń w czynności pęcherza. Moczzenie nocne jest w najwyższym stopniu chorobą dziecienną, a większa część dotkniętych nią dzieci jest skłonna do nerwowości. Dzieci nerwowe i w dzień łatwo puszczaają mocz ze strachu, lub podniecenia, czasami nawet kał.

Zatrzymanie moczu może też mieć przyczynę nerwową.

W sferze płciowej wielką rolę odgrywa masturbacja i przewrotność, jako oznaki usposobienia nerwowego. Pierwsza bywa często nie tylko skutkiem usposobienia nerwowego, ale przez wpływ swój osłabiający sprowadza wprost choroby nerwowe. Przewrotność jest w zasadzie chorobliwym usposobieniem już w dzieciństwie; jakkolwiek zdarzają się czucia przewrotne nawet u dzieci normalnych w czasie rozwoju płciowego, a nawet i wcześniej. Ale u dzieci normalnych występują takie skłonności chwilowo i wkrótce znikają. Podejrzaną jest dopiero skłonność przewrotna długotrwała, np. u chłopców gust do bawienia się lalką.

W sferze czuciowej pierwszą oznaką ostrzegawczą jest częsty ból głowy i migrena. Ta ostatnia zazwyczaj pojawia się przed 20 rokiem życia. U dzieci anemicznych sprowadza uczęszczanie do szkoły chroniczny ból głowy, który jest niewątpliwym dowodem osłabienia układu nerwowego. Oznaką takiejże słabości jest ból w krzyżu wskutek grania na fortepianie i wogóle dłuższego siedzenia.

Obok właściwych bólów występuje spotęgowana pobudliwość wszystkich organów zmysłów i ta jest niemal niebezpieczniejszą. Ale tu wchodzi w grę warunki psychiczne i bardzo trudno jest rozeznaczyć, czy owa wzmożona pobudliwość na hałas, światło, dotknięcie i zapachy ma przyczynę psychiczną, czy też rzeczywiście jest skutkiem nadczułości nerwów odnośnych organów.

Zaburzenia ruchowe na tle nerwowym są wogóle rzadsze; zwłaszcza porażenia następują wskutek już

wyraźnych chorób nerwowych, jakkolwiek u osobników skłonnych do nich zdarza się często osłabienie mięśniowe, lekkie omdlenie mięśni, zwłaszcza po gimnastyce lub spacerze. Zauważyć się daje również nadmierne znużenie przy wysiłku, albo uczucie bólu wskutek pracy mięśniowej. Prawdziwy paraliż występuje tylko u dzieci histerycznych i bywa powodem wielkiego przerażenia w rodzinie właśnie dlatego, że fałszywie sobie tłumaczą jego genezę. Najczęściej się to zdarza w czasie i po osłabiających bardzo chorobach gorączkowych. I tak widziałem wypadek porażenia prawej nogi po zapaleniu ucha wewnętrznego u jedenastoletniej dziewczynki; także histeryczne porażenie prawego ramienia po influenzy, nawet prawdziwe histeryczne porażenie obu nóg, początkowo uważane za paraliż rdzenia u dwuletniego dziecka po biegunce. Ale wszystkie te stany, zarówno jak i drgawki są oznaką już istniejącej w organizmie choroby nerwowej.

Z jednej strony wrodzony charakter dziecka wykazuje niekiedy usposobienie do chorób nerwowych; obok tego jednak zdarzają się dzieci, w których psychice spostrzegamy tylko oddzielne nieznaczne wskazówki, które same przez się bynajmniej choroby nie stanowią, a tylko zdradzają pewną skłonność układu nerwowego. Te drobne ślady musimy teraz rozpatrzeć bliżej, zupełnie niezależnie od całokształtu charakteru, o którym mówiliśmy wyżej.

Przedewszystkiem podkreślić należy uczucie *strachu*, które już bardzo wczesnie występuje u dzieci i to w najrozmaitszej formie. Najłżejszym stanem jest prawdopodobnie anormalna lękliwość; nieznaczne wrażenia zmysłowe wywołują wtedy gwałtowne reakcje

w sferze psychicznej i ruchowej. Dzieci takie zrywają się za lada hałasem, czasem nawet dostają drgawek. Drżą za najmniejszym niebezpieczeństwem, nie mogą ani mówić, ani ruszyć się z miejsca i reakcja ta nieraz tak się potęguje, że takie porażenie i utrata mowy trwa przez dłuższy czas; ale wtedy mamy do czynienia z wyraźną histerją.

Wyrazem lęklivosti jest bezpośrednia przemijająca reakcja; właściwy zaś strach ma znaczenie trwałe. Dzieci nadmiernie trwożliwe doznają strachu w ściśle określonych wypadkach: boją się ciemności, burzy, samotności, a gdy przypadkiem znajdą się w takim położeniu, to strach ich nie ma granic; następują spazmy, krzyki i t. p. bezcelowe wybuchy. Inny, bardzo często zdarzający się u dzieci objaw, jest strach przed dotknięciem trucizny; wskutek tego dzieci takie co chwila się myją, bojąc się dotknąć czegoś nieczystego. Boją się także zwierząt: psów albo myszy; strach taki u dzieci dochodzi nieraz do idjosynkrazji: robi im się słabo na sam widok, albo za dotknięciem tych zwierząt.

Ściśle związane z uczuciem strachu są idee natrętne, które jednak częściej spotyka się u dorosłych. Idee te wyrażają się nieraz w stan bardzo przykry. Oppenheim opisuje np. pewnego rodzaju wstręt do ubierania się: dzieci nie pozwalają się wtedy ubierać i nie znoszą na sobie żadnej odzieży.

Niemniej ważne są niektóre zaburzenia ruchowe, które pierwotnie po większej części powstają na tle psychicznem. To są krótkie drgawki, dotyczące jednej lub kilku grup mięśni, noszące z francuskiego nazwę „tic”. Te krótkie drgania twarzy, szyi a nawet rąk i nóg, zazwyczaj uważane są za złe przyzwyczajania.

jenia. Prawda, że nieraz „tic“ jest skutkiem przyzwyczajenia, ale zawsze i wyłącznie tylko u ludzi neuropatycznie usposobionych. Dzieci takie kiwają głową, mrużą oczy, pokaszują, wykonują rozmaite krótkie ruchy rękami i t. p. Po większej części są roztargnione, rozrzucone i nieprzyjemne robią wrażenie. Do złych przyzwyczajzeń zalicza się także ogryzanie paznogi, żucie włosów i t. p.; bezwarunkowo są to oznaki nerwowego usposobienia. Jeszcze trzeba wspomnieć o jednym złem przyzwyczajeniu nerwowej natury, mianowicie o jąkaniu i bełkotaniu. Terapia jąkania nas poucza, że mamy tu do czynienia z zaburzeniem przeważnie psychicznem. A najprawdopodobniej po większej części jest to skutek neuropatycznego usposobienia. O wielu bardzo neurastenikach słyszy się, że w młodości się jękali, a mowa ich zdradza to i w późniejszych latach.

Jeżeli większość tych symptomatów nie może być nazwaną wprost symptomatami chorobliwymi, a raczej znakami ostrzegawczymi, to zato inne objawy zdradzają nie tylko usposobienie, ale wprost rozwiniętą już chorobę nerwową. I tak pląsawica zdarza się najczęściej u osobników młodych i pozostawia usposobienie nerwowe; tak samo padaczka, która jest ciężką chorobą, występuje już w młodym wieku. Wybór zawodu dla epileptyków zgóry jest już niezmiernie ograniczony i to samo można powiedzieć o młodych osobnikach zwyrodniałych, t. zw. niepoprawnych dzieciach, cierpiących na „moral — insanity“. Zazwyczaj bardzo wcześnie muszą być oddane na wychowanie poprawcze i prawie zawsze pozbawione są wolnego wyboru zawodu. Możemy pominąć idjotyzm i głupowatość; są to choroby wpływające tylko ujemnie na wybór

zawodu. W końcu wspomnieć należy o dziedzicznych i młodocianych postaciach zaniku mięśniowego, o niezborności (ataxia) dziedzicznej, o chorobie Friedreich'a, o t. zw. porażeniach dzieciennych, wywołanych przez cierpienia mózgu i mlecza pacierzowego. Wszystkie te choroby wogóle nie pozwalają na wybór żadnego zawodu, a o ile występują w późniejszym wieku, zmuszają chorego do porzucenia wszelkiego zajęcia. Co najmniej ograniczają one do minimum możliwość wybrania sobie zawodu.

Z tego, co powyżej zostało powiedziane, wynika, że wiele bardzo chorób układu nerwowego, a nawet nieznaczną do nich skłonność rozpoznaną być może stosunkowo bardzo wcześnie i to stanowczo wpłynąć powinno na wybór zawodu; że zatem ostrożni rodzice, nauczyciele i lekarze baczną zwracać powinni uwagę na układ nerwowy powierzonych im dzieci i wpływu swego używać, zwłaszcza w chwili wyboru zawodu, ilekroć spostrzegą grożące niebezpieczeństwo.

Nie od rzeczy byłoby wyliczyć wszystkie poszczególne zawody i na mocy zdobytych doświadczeń orzec, które w jakim kierunku i stopniu szkodliwe są dla układu nerwowego. Niestety nie posiadamy rozległych, ani ścisłych badań w tej dziedzinie. Statystykę w tym kierunku mało dotąd uprawiano i dlatego poprzestać musimy po większej części tylko na własnym doświadczeniu.

Przedewszystkiem wyliczyć należy cały szereg rzemiosł, które sprowadzają pewne określone postaci cierpień nerwowych: są to t. zw. nerwice zawodowe, choroby, polegające przeważnie na kurczach poszczególnych grup mięśniowych, czynnych przy danem zajęciu.

Bardzo znanym przykładem takiej zawodowej nerwicy jest kurcz pisarski, polegający na tem, że w mięśniach czynnych przy pisaniu występuje spazmatyczny skurcz, uniemożliwiający dalsze ruchy dowolne, wykonywane przy pisaniu. Inna forma kurczu pisarskiego polega na drżeniu ręki—wtedy pismo staje się zupełnie nieczytelne; zdarza się także osłabienie w kształcie porażenia za pierwszym ruchem mającym pisanie na celu. Staranne badanie wykazało niemal u wszystkich, cierpiących na kurcz pisarski, usposobienie neuropatyczne. Po większej części są oni neurastenikami. Często cierpią na newralgie, migreny i inne nerwowe dolegliwości. Kurcz pisarski postrzegany był przeważnie u ludzi, których zawód wymaga długiego pisania całemi godzinami. Są to pisarze z powołania, korespondenci i urzędnicy, których czynność zawodowa przykuwa do biurka.

W podobny sposób chorują ludzie i w innych zawodach na tego rodzaju nerwice zawodowe, np. fortepianiści. Na początku choroby i tutaj ręce zdolne są do wszelkiej pracy, wyjąwszy gry na fortepianie. Telegrafisci, zwijacze cygar, skrzypkowie, fleciści równie jak szwaczki i dójki podlegają takimże kurczom, które czynią ich niezdolnymi do odnośnej zawodowej czynności. Maszyna do pisania także pochłania już ofiary. Ponieważ cały zastęp młodych ludzi i dziewcząt wyłącznie w tym kierunku się kształci, następuje u nich nadmierny wysiłek grup mięśniowych, które przestają funkcjonować. W nogach również występują kurcze zawodowe. U kowali zauważone zostały bolesne kurcze w ramieniu i w barkach; doznają go także od czasu do czasu trębacze na wargach.

Niektóre zajęcia prowadzą nawet porażenie,

np. porażenie ręki u doboszów wskutek nadmiernego wysiłku.

To są choroby, które się ograniczają do pewnych, ściśle określonych grup mięśni i nerwów; natomiast inne choroby nerwowe, przywiązane do innych zawodów, są bardziej ogólnej natury.

Przekonano się, że stykanie się z niektórymi truciznami może spowodować ciężkie zaburzenia w układzie nerwowym. Znane są choroby, wywołane chronicznym zatruciem ołowiem. Po większej części postrzegano tu porażenie pojedynczych nerwów, zwłaszcza w przedramieniu. Ale zatrucie ołowiem może też spowodować ciężkie choroby całego ustroju i cierpienia mózgowce. Zecerzy, malarze i robotnicy w fabrykach bieli ołowianej dostarczają głównego kontyngensu chorych. Jeszcze gorsze są skutki przewlekłego zatrucia rtęcią, które najczęściej spotykamy u pracujących w fabrykach luster. Często zdarza się u nich ciężkie cierpienie całego układu nerwowego, objawiające się drżeniem całego ciała i poważnymi zaburzeniami psychicznymi.

Skłonność do zawrotu głowy jest przeważnie natury psychicznej i występuje u wielu bardzo osobników nerwowych. Ci nie powinni bezwarunkowo obierać zawodu dekarza, malarza i t. p., który ze względu na chorobliwe ich usposobienie, jest dla nich niebezpieczny.

Należałoby tu pokrótce chociaż wspomnieć o znaczeniu nieszczęśliwych wypadków skutkiem zajęć zawodowych. Z chwilą ogłoszenia prawa o wypadkach i odszkodowaniu, szczególnego nabrały znaczenia cierpienia nerwowe, nieraz bardzo uporczywe, spowodowane takimi wypadkami. Przyczyną wielu cierpień

bezwarunkowo bywa pęknięcie czaszki lub uszkodzenie mózgu, ale wiele takich chorób rozwija się z przyczyn czysto psychicznych: wskutek strachu w chwili samego wypadku, albo troski o dalszą możliwość zarobkowania. Możliwy tu jeszcze dodać kłopot, połączony ze staraniem się o możliwie wysokie odszkodowanie za stosunkowo małe uszkodzenie, który fatalnie działa na pacjenta. Tylko tym kłopotem możemy sobie tłumaczyć, dlaczego się tak rozpowszechniła i rozwinęła t. zw. nerwica urazowa po wprowadzeniu w życie odnośnego prawa.

U tego rodzaju chorych dziwnie często można stwierdzić usposobienie nerwowe. Organizmy zdrowe i silne łatwiej przewyciężą i skutki nieszczęśliwego wypadku.

Obok chorób spowodowanych przez pewne określone wpływy, połączone z odnośnym zawodem, zdarzają się także — i to nierównie częściej — cierpienia, które są skutkiem szkodliwych wpływów zupełnie ogólnej natury w najrozmaitszych zawodach. Są to wyżej wymienione już obrazy chorobowe, znane pod ogólną nazwą nerwic czynnościowych, mianowicie: nerwowość ogólna, neurastenia i histerja. Neurastenia przedewszystkiem rozwija się najczęściej skutkiem zajęcia zawodowego. Jakkolwiek podstawą do niej bardzo często bywa chorobliwe usposobienie, to jednak do bujnego rozwoju choroby bezwarunkowo przyczynia się zawód, albo niestosowny sposób zachowania się odnośnie do zajęć zawodowych. Najprostszą drogą do przedstawienia sobie, jakie zawody najszkodliwiej działają na układ nerwowy, będzie ułożenie listy pewnej liczby cierpiących na choroby nerwowe, według zawodu pacjentów.

W ostatnim tysiącu neurasteników ze sfer inteligentnych, których miałem w kuracji (nie licząc dzieci poniżej lat 15) było 626 mężczyzn i 374 kobiet; a więc  $\frac{3}{5}$  mężczyzn i  $\frac{2}{5}$  kobiet.

Segregując mężczyzn podług zawodów, otrzymałem następujące cyfry. Zaczynam od zawodów wolnych: kupców samodzielnych 148; przemysłowców (fabrykantów i dyrektorów fabryk) 102; razem 250 czyli 25% cyfry ogólnej i prawie  $\frac{3}{12}$  wszystkich mężczyzn.

Prawników i wyższych urzędników naliczyłem 90, z tych 22 adwokatów, 38 urzędników administracyjnych a 30 prawników rozmaitego rodzaju. Lekarzy było 28; cyfra ta z pewnością jest o wiele za niska, gdyż lekarze na cierpienia nerwowe rzadko kiedy zasięgają rady kolegów. Leczą się sami, udają się do miejscowości leczniczych i sanatorjów, albo z poddaniem znoszą swój los. Nierównie mniej jest pracowników handlowych (38) i niższych urzędników (44), niż ludzi zajmujących stanowiska odpowiedzialne, jakkolwiek ogólna ich liczba prawdopodobnie daleko jest wyższą. Można stąd z pewnością wnosić, że odpowiedzialność, wynikająca ze stanowiska, wywiera pewien wpływ na możliwe zachorowanie u osób nerwowych. W porównaniu z temi, przedstawiają inne zawody cyfry o wiele niższe. Jedni tylko technicy — inżynierowie i architekci (28) — wyróżniają się prawdopodobnie dlatego, że stanowiska ich także należą do odpowiedzialnych.

Stan nauczycielski (12 nauczycieli szkół wyższych i 14 ludowych) jest dosyć silnie reprezentowany w stosunku do cyfry ogólnej. Zbliżone są cyfry pastorów (10) i kapitalistów (12). Oficerowie (16), ar-

tyści (14), gospodarze wiejscy i ogrodnicy także są nieliczni. Stosunkowo oficerów jest najwięcej. Wymienię jeszcze 4 aptekarzy, 5 leśników i 16 rzemieślników — ale cyfry te nie mają już żadnego znaczenia. Dziwnym zbiegiem okoliczności, znalazło się 7 zakonników pomiędzy mymi pacjentami. A więc cichy, kontemplacyjny tryb życia nie chroni zakonnika od neurastenii.

Należałoby teraz zrobić obrachunek chorych w danej okolicy, dzieląc ich na rozmaite stany i zawody. To jednak nie jest możliwe, gdyż niektórzy moi pacjenci przybywali z odległych stron, a znowu nie wszyscy chorzy w mojej okolicy leczyli się u mnie. Z drugiej strony można twierdzić, że cyfry te dają dosyć dokładny obraz zawodowców, zapadających na choroby nerwowe, gdyż wobec tak różnorodnego materiału chorobowego, istnieje wielkie prawdopodobieństwo, że i zawody procentowo sprawiedliwie są reprezentowane.

Co się tyczy 374 kobiet, to ugrupowanie ich według stanów jest niepodobieństwem, albowiem zaledwie nieznaczna ich część oddana jest właściwym zajęciom zawodowym. Zamężnych między niemi było 200; z tych 47 bezdzietnych. Jest to cyfra w każdym razie wysoka i upoważnia nas do twierdzenia, że małżeństwo bezdzietne usposabia kobiety do chorób nerwowych. Czy brak zajęcia, czy też brak szczęścia i zadowolenia jest tego przyczyną, trudno orzec. Obok mężatek jest 120 niezamężnych i 54 wdów po większej części młodych. U tych ostatnich niewątpliwie rozwinęły się zaburzenia nerwowe skutkiem utraty męża i żywiciela, a stąd tak niekorzystnie i z gruntu zmienionych warunków życia. Pierwsze zaś bezwarunko-

wo cierpiały dlatego, że życie ich było bez treści i celu. Z niezamężnych było 44 pracujących zawodowo: 16 nauczycielek, 14 pracownic handlowych i 14 artystek. Cyfry w każdym razie poważne. Szczególnie wyczerpująco działa zawód nauczycielski w wielkich miastach, gdzie szkoły, a zatem i klasy są przepełnione. Kulturze składa się tu w ofierze niejedno zdrowie i szczęście.

Do ogólnej cyfry brakuje tu jeszcze jednej kategorii, mianowicie uczących się. Naliczono 28 uczniów wyższych zakładów naukowych i 26 uczennic<sup>(1)</sup>. Razem 54 czyli 5% ogółu. Smutny to jest rezultat, że w tak młodym wieku, gdy o wyborze zawodu mowy jeszcze niema, u tak wielu osobników w latach przygotowawczych rozwija się cierpienie nerwów i robi z nich istoty prawie niezdatne do pracy.

Daleko idących wniosków z tych cyfr wyprowadzić nie będę. Niechby tylko się stały zachętą do dalszej i na większą skalę prowadzonej statystyki, która może przekona osoby powołane do rozstrzygnięcia tych materyi, że obecny system nauczania daleki jest od higienicznego ideału.

Bardzo niewielu autorów podaje dane o wypadkach neurastenii i zdenerwowania we własnej ich klienteli, złożonej z pracowników zawodowych. *Biuswanger* w monografii swojej utrzymuje, że po większej części wypadki zdenerwowania spowodowane są pracą umysłową; jako najwięcej narażone wymienia zawody: urzędników pocztowych, nauczycieli gimnazjalnych, kupców, przemysłowców, techników i wojskowych. Nerwowymi w najszerszem znaczeniu nazywa dzien-

(1) Te są objęte cyfrą 120 niezamężnych.

nikarzy, literatów, aktorów i muzyków. *Loewenfeld* również kładzie nacisk na szczególny związek, jaki zachodzi pomiędzy rodzajem zajęcia, a neurastenią. On także zauważył, że nierównie więcej choruje ludzi pracujących głową, niż rękami i że przeważnie neurastenii podlegają nie wyżsi urzędnicy, dygnitarze, dyrektorowie banków, prezesi sądów i zarządów, osoby zajmujące wysokie i dobrze uposażone stanowiska; przeciwnie, najczęściej zapadają ludzie, których zarobek jest skromny, nieraz nawet niewystarczający, na których ciąży wielka odpowiedzialność, których zawód wymaga znacznych wysiłków umysłowych, a nadto powoduje rozdrażnienie, troski i noce bezsenne. Według niego chorują na neurastenię przeważnie urzędnicy średni i niżsi zajęci przy telegrafach i kolejach żelaznych, kasjerzy i rachmistrze. W wojsku wymienia niższe stopnie. Do tej samej kategorii zalicza artystów, autorów i aktorów. Pomiedzy lekarzami, mianowicie wiejskimi, znajduje także wielu neurasteników. U kupców, przemysłowców i bankierów rozwijają się choroby nerwowe skutkiem ciągłego pośpiechu. *Beard* wspomina, że także wielu lekarzy miał w kuracyi. Zresztą i on widzi główną przyczynę chorób nerwowych w nadmiernym wysiłku umysłowym. *Kraft-Ebing* również przypisuje warunkom życiowym i zawodowym wielki wpływ etiologiczny na neurastenię. W pierwszej linii stawia te zawody, które obok wielkich wysiłków umysłowych sprządzają i wzruszenia duchowe. Za niebezpieczne uważa zawody: lekarza, inżyniera, telegrafisty, urzędnika kolejowego i pocztowego, kasjera, dysponenta, spekulanta, przedsiębiorcy i giełdźiarza, fabrykanta. Ci ostatni bowiem są pod ciągłą grozą konkurencyi i wahań

konjunktury, albo też żyją kredytem i wciąż znaczne ryzykują sumy... Dalej wymienia artystów; tych znowu powołanie naraża na bezustanne wzruszenia duchowe i umysłowe, a występując publicznie, wystawieni są więcej niż ktokolwiek na pochwały lub nagany, zawiść lub szykanowanie. Za szczególnie usposobionych do zdenerwowania uważa urzędników, których praca wymaga nieustannego wysiłku; oficerów, ludzi, którzy z powodu subordynacyi nie mogą iść za popędem własnego afektu; zdających egzamina, nauczycieli szkół średnich i ludowych. Z pomiędzy 250 neurasteników mężczyzn wylicza 14 nauczycieli, 18 oficerów, 13 inżynierów urzędników telegraficznych i kolejowych, 9 urzędników bankowych i 2 dziennikarzy. Z pomiędzy 250 osobników żeńskich neurastenicznych wylicza 2 fortepianistki, 2 śpiewaczki, 12 nauczycielek, 5 kandydatek na nauczycielki i 6 urzędniczek pocztowych. Pokazuje się że tych 500 pacjentów nie klasyfikuje podług ich zawodów, tylko niektórych wymienia, jako uderzające przykłady. Inni autorowie jak *Oppenheim*, *Strümpell*, *Nothmangel* także się w tem zgadzają, cośmy kilkakrotnie już powtórzyli, że niektóre zawody, połączone z wielkimi wysiłkami umysłowymi, z ciężką odpowiedzialnością i najczęściej z niedostatecznym zarobkiem, narażone są na szczególne niebezpieczeństwo.

Ostatecznie może każdy zawód sprowadzić chorobę nerwową, jeżeli się pracuje nadmiernie i za ciężko. Najszkodliwsze są zawody, wymagające pracy umysłowej. Przedewszystkiem przygotowanie do nich wywiera swój wpływ: 3 lata szkoły elementarnej, 9 lat gimnazjum, jeżeli nauka idzie dobrze; ale po większej części nie idzie dobrze i zamiast 12 lat, trwa 13, na-

wet 14. A potem długie oczekiwanie na jakieś pewniejsze stanowisko. Coraz wzrastająca konkurencja na wszystkich polach pracy umysłowej ma ten skutek, że tylko ten, który nadwyzwyczajnym wysiłkiem zdoła wyróżnić się i stanąć na pewnej wysokości, może się spodziewać powodzenia. „Kto nie idzie naprzód, ten się cofa“ — takie jest dziś hasło życia zawodowego; i dlatego się coraz przeciąga godziny pracy, a skraca odpoczynki; ostatecznie gdy dzień już nie starczy, zarywa się nocy i poświęca godziny snu. Jedna robota goni drugą. Wkrótce następuje bezsenność, siły się wyczerpują i występuje ciężkie cierpienie nerwowe. Najprzód poświęca się zdrowie dla zdobycia dostatków, a potem poświęca się pieniądze — niestety często bardzo napróżno — ażeby odzyskać zdrowie.

Niezmiernie jest trudno utrzymać tu miarę i ostatecznie w każdym zawodzie można być narażonym na niebezpieczeństwo przeciążenia układu nerwowego. Dlatego też nie należy zgóry stawiać sobie zbyt wysokich celów. Trzeba się przejąć tą zasadą, że powodzenie, zdobyte o koszcie zdrowia, nie przynosi żadnych korzyści. W każdym zawodzie należy się starać o wypoczynek za najlżejszym symptomatem zdenewrowania. Każda ciężka praca umysłowa wymaga bezwarunkowo dłuższego wypoczynku.

Pod tym względem znajduje się może w najlepszych warunkach zawód profesorski ze względu na dłuższe, 4 razy do roku powtarzające się wakacje, w czasie których nie potrzeba się oddawać nużącym studjom i tym sposobem można umysł utrzymać w równowadze po działalności niezmiernie wyczerpującej nerwy. Urzędnicy, korzystający z dłuższych urlopów

równie są pod tym względem szczęśliwi. Najgorsze są zawody, w których niema dłuższych przerw w pracy. Pracujący głową w t. zw. zawodach wolnych, którzyby mogli sobie na wypoczynek pozwolić, często odmawiają go sobie z obawy przed konkurencją i pracują bez przestanku aż do wyczerpania.

Ogromne znaczenie w tej mierze mogłoby mieć wychowanie; nierównie większe, niż zapobieganie chorobie. Każdy chce dzieci swoje na jak najlepszym widzieć stanowisku, a zapomina, że często osiągnąć się to daje tylko o koszcie ich zdrowia i szczęścia całego życia. Nieraz spokój nerwowy dzieci pada ofiarą wygórowanej ambicji rodziców.

W ostatnich czasach, a tem bardziej w przyszłości, coraz częściej zastanawiać się będą rodzice nietylko nad zawodem synów, ale i córek. Wiele i obszernie już o tem dysputowano, czy należy dopuścić kobiety do wszystkich zawodów, czy nie? Odpowiedzi brzmią bardzo rozmaicie, stosownie do tego czy się na kwestję tę zapatrywano ze stanowiska społecznego, etycznego, czy higienicznego. W tej chwili chodzi nam wyłącznie o to, co na to powie lekarz neuropatolog. Faktem jest, że kobiety przeciętne bardziej są skłonne do zaburzeń nerwowych, niż mężczyźni. Są wprawdzie niewiasty silne — i takich jest niemało — które zdolne są stawić czoło wszystkim burzom życia. Ale większość nie jest do tego stworzoną. Pomijając słabszy układ nerwowy, musi jeszcze kobieta, dążąca do stanowiska samodzielnego, walczyć z przesadami. Dużo jeszcze wody upłynie, zanim położenie studentki uważać będą za naturalne i uprawnione; dziewczęta zatem od samego początku będą miały do zwalczania i trudności i przykrości,

na które młody człowiek nigdy nie jest narażony. Oprócz tego jeszcze i inna okoliczność zasługuje na uwagę. Jak dotąd otwarte są dla dziewcząt tylko takie zawody, które szczególnie szkodliwy wpływ wywierają na układ nerwowy. Takim jest zawód artystyczny, nauczycielski, lekarski i kupiecki resp. biurowy. Zawód lekarski jak dotąd słabo jest reprezentowany, a więc i wpływ jego szkodliwy mało się daje uczuwać. Przeciwnie pokazało się, że zawód nauczycielski, równie jak zajęcia urzędniczek biurowych i pocztowych, przerażająco często sprowadzają choroby nerwowe. Zarządy wielkich miast o licznych szkołach z setkami nauczycielek mogą świadczyć, jak wiele z pośród tych ostatnich po krótkiej stosunkowo pracy dochodzi do wyczerpania i pada ofiarą nieuleczalnej nerwowej choroby. Nieliczne tylko wyjątki mogą pracować do 50 roku życia; większość bardzo wcześnie i zawsze prawie z powodu choroby nerwowej podaje się do emerytury. Telefonistki i kantorzystki stanowią główny kontyngens pacjentek u lekarza neuropatologa. Jakkolwiek stanowisko społeczne, które na drodze tej zdobywają owe pożałowania godne istoty, wyższe jest od tego, które im inne zawody zapewniają, to jednak ze smutkiem wyznać należy, że dzieje się to prawie zawsze o koszcie ich zdrowia i szczęścia całego życia. Naturalne powołanie kobiety jest powołanie żony i matki. Im mniejsza liczba kobiet oderwaną będzie od owego przyrodzonego trybu życia, tem skuteczniejszą będzie walka z ich upośledzeniem społecznem. Pojedyncze, najświetniejsze nawet kariery wyjątkowych kobiet nie mogą nas łudzić i w błąd wprowadzać.

W ścisłym związku z kwestją wyboru zawodu

znajduje się i druga jeszcze, mianowicie czy osoby nerwowe powinny wstępować w związki małżeńskie? Osobom ciężko chorym nerwowo powinno małżeństwo bezwarunkowo być wzbronione. Rzadko kiedy wpłynęło ono na wyleczenie neurastenika. Z drugiej strony nie można uważać za niestosowne lub szkodliwe małżeństwo osób lekko zdenerwowanych. Bez wątpienia wiele bardzo małżeństw unieszczęśliwiła, i to w wysokim stopniu, choroba nerwowa męża lub żony. Niezmiernie rzadko się trafia w takim razie zgodność charakterów; a jeszcze rzadziej bywa pytany lekarz o zdanie. W praktycznem życiu wyrażenie „nieco zdenerwowany“ może znaczyć bardzo wiele, albo nic, stosownie do tego, o co chodzi. Jeżeli idzie o to, żeby komuś zaszkodzić w jego karierze, to „nieco“ znaczy „bardzo“. Jeżeli zaś chodzi o zięcia, to się zupełnie nie zważa na to trochę zdenerwowania i gotuje się z zimną krwią nieszczęście całej rodzinie. Nieszczęśliwe pożycie małżonków, zmarnowane egzystencje, zniweczone szczęście całego życia — wszystko to nieraz jest skutkiem „nieznacznego zdenerwowania“. Źle się dzieje, gdy dwie osoby nerwowe połączą się węzłem małżeńskim — niechże się zdarzą niepowodzenia, nieszczęścia, wtedy ani jedno, ani drugie nie potrafi burzy stawić czoła; unieszczęśliwiają się do reszty, wzajemnemi skargami i narzekaniami, ostatecznie wywołują się ciężkie choroby nerwowe, które zmuszają ich do nieustannych i wciąż wzrastających ofiar pieniężnych. Jeżeli się znajdują w pomyślnych warunkach materialnych, to przynajmniej z tej strony jest spokój. Ileż to spotykamy małżeństw, z których jedna strona życie spędza w miejscach kąpielowych i sanatorjach. Ale gdy zabraknie na to środków, wtedy

wywiązuje się między niemi stosunek przykry, czasem nie do zniesienia.

Zjawiska sfery fizycznej, wynikające z małżeństwa, wywierają wpływ o wiele mniejszy, niż warunki życia duchowego. Dziwnie często się zdarza, że wszelkie dolegliwości nerwowe ustają zupełnie w czasie ciąży; nadzieja jakiejś pomyślnej odmiany w przyszłości ożywia takie natury i następuje nieraz zmiana na lepsze w życiu psychicznem. Często jednak dzieje się zupełnie przeciwnie.

U osób niezamężnych występują często lekkie zmiany psychiczne wskutek uczucia niezadowolenia z życia, jakoby zmarnowanego. Z tego powodu poświęcają się jakiemu zawodowi, ale to bynajmniej złemu nie zaradza.

Dla małżonków nerwowych niezmiernie bolesną jest nieraz myśl, że dzieci odziedziczą po nich słaby układ nerwowy. Obawa zwyrodnienia lub obciążenia nerwowego u dzieci ogromną gra rolę w chorobliwych przywidzeniach rodziców. Obawa ta ciągle jest podsyćana czytaniem popularnych, prawie zawsze powierchownych i płytkich dzieł w tej materji, a te na osoby nerwowe działają jak powolna trucizna. Trucizny chemiczne odsuwa się od publiczności, uniemożliwia się nabywanie ich, ale trucizny moralne sprzedaje się bez żadnych zastrzeżeń, co więcej, zachwala się je. A gdybyśmy obliczyli szkody, które światu przyniosły złe, ale popularne dzieła i pisma lekarskie, to przekonalibyśmy się, jak małą w porównaniu grają rolę trucizny chemiczne. W kwestji dziedziczności także możnaby się spierać. Osobnik obciążony dziedzicznie nie koniecznie ulega chorobie. Należy tylko

zawczasu stosować środki zapobiegawcze, w czem lekarz najlepszym będzie doradcą.

Zbliżamy się do końca naszych rozważań w dziedzinie dotąd prawie odłogiem leżącej. Dlatego właśnie, że nad kwestją tą tak mało się zastanawiano, niepodobna dziś jeszcze stanowczego wydać sądu o wszystkich jej szczegółach. Ale ktokolwiek umysł i pracę swoją w tym kierunku zwrócił, ten musiał przyjść do przekonania, że kwestya ta dla zdrowia przyszłych pokoleń niepoślednie ma znaczenie. Niejeden dorastający chłopiec, skłonny do neurastenii może przez stosowny, za radą lekarza dokonany wybór zawodu, uchronić się od nieszczęścia na całe życie. I na odwrót: ludzie, którzy mogliby skądinąd być pożytecznymi członkami społeczeństwa, stają się kalekami duchowymi, gdy wybierają sobie zawód bez względu na to, jaki on wpływ może wywierać na ich stan nerwowy.

Niechajże rodzice i opiekunowie pilną zwracają uwagę na stan nerwowy dzieci w chwili wyboru zawodu.

---

28125/1





281251

1