

dad muy común en los niños, se cura con buen éxito por medio de la misma práctica.

1156

Sábanas y vendajes mojados.

Las aplicaciones frías llenan dos objetos diametralmente opuestos: el primero para calmar, y el segundo para estimular. Los vendajes que refrescan se usan en la inflamación, congelación de la sangre, dolores de cabeza, etc.: á éstos siempre se les agregan los baños de asiento. Para este objeto, el lienzo, después de mojado en agua fría, se pone en varios dobleces y se aplica sobre las partes afectadas, donde se debe dejar hasta que empiece á calentarse, y entonces se renueva hasta conseguir la curación de la causa por que se había aplicado.

Los baños de asiento deben acompañar á estos vendajes, porque evitan el aumento de calor en la cabeza y son muy eficaces para aliviar las inflamaciones causadas por fracturas ú otras heridas. Los vendajes estimulantes son importantes en sumo grado, varían en algunos casos de los primeros. Un pedazo de lienzo ó parte de una toalla, después de mojarla en agua fría, se debe torcer bien, y herméticamente aplicada á la parte afectada que no puede penetrar el aire exterior: esto se efectúa con otro vendaje per-

fectamente seco aplicado sobre el primero, y por estos medios se retiene toda humedad ó se reconcentra en la parte enferma. Esto produce el calor, que no se puede conseguir de ninguna otra manera. Este calor húmedo tiene propiedades estimulantes y disolventes, excita la traspiración, con cuyo medio se extrae gran cantidad de humores viciosos. Estos vendajes se renuevan cuando están secos, menos por la noche, que se permite los tengan puestos sin tocarlos. Los vendajes fríos se aplican en varias partes del cuerpo, y son tan importantes, que todas las personas que observan este método, están acostumbradas al uso de ellos y se los aplican de una infinidad de modos. Los que están afectados del pecho ó de la garganta, usan un liado por el cuello y otro en el pecho por la noche: los que tienen endeblez ó inflamados los ojos, usan uno detrás de la cabeza y cuello por la noche: los que son débiles en la digestión ó de otra manera están debilitados, usan uno en la cintura todo el día, mientras los que padecen de gota y reumatismo tienen sus pies y piernas encajonados en ellos por la noche.

Los vendajes mojados se aplican invariablemente á todas las heridas, contusiones y generalmente á las partes dañadas, como también á cualquiera otra que sienta dolor: sus virtudes mitigables son casi increíbles. El vendaje para la cintura se compone de

una toalla de tres varas ó poco más de largo y de media ó un pie de ancho: las dos terceras partes mojadas y la otra se deja seca. La parte mojada se lía en el vientre y se cubre con la seca, poniéndole cintas ó cordones para que pueda sujetarse. La propiedad de este fomento es la de aumentar el calor del estómago, y por este medio ayudar la digestión, de la cual resulta la formación de mejores sustancias: cura la congestión intestinal, el constipado, la relajación, y pacifica el cólico ó dolores de tripas. No hay ninguna enfermedad crónica local que no requiera la aplicación de estos fomentos: entre ellas se pueden especialmente enumerar, la gota, el reumatismo, el aumento de volumen de los huesos, la artritis, las apostemas (con úlceras ó sin ellas) y las inflamaciones crónicas.

Los males externos y las terminaciones purulentas de la cara, son tratados del mismo modo. Así como los chaneros, las caries y las úlceras sifilíticas: calman el dolor. Estos vendajes no solamente protegen las partes dañadas del contacto con el aire, sino también promueven la expulsión de los malos humores; porque se impregnan en el lienzo.

¿Necesitaré repetir otra vez cuál es la práctica para la cura de las fiebres y enfermedades cutáneas, como los empeines, las viruelas, el sarampión y la escarlatina? Nadie debe sorprenderse al saber que los en-

fermos son envueltos en una sábana mojada: es cosa muy cierta que este fomento tranquiliza á los pacientes, facilita las erupciones y promueve, en casos de fiebre, la más benéfica traspiración. Para practicarlo, se extiende en la cama un cobertor, y sobre él una sábana mojada, estando ésta bien exprimida, en ella se envuelve al enfermo, con excepción de la cara. El cobertor con la sábana se lía bien apretada al rededor del cuerpo. Se deben echar encima otros cobertores, frazadas ó mantas, cubriendo bien el cuerpo para producir un calor inmediato. Para quitar la calentura más pronto, se debe cambiar la sábana cada media hora. Se puede en casos desesperados, hacer esto cincuenta veces en veinticuatro horas: continuando así nunca deja de tener buen éxito. Cuando la calentura está baja, el enfermo reposa un poco en la última sábana, para promover la traspiración: entonces se mete en el medio baño, no muy caliente, pero quitada la frialdad (como 60 grados de Fahrenheit) por espacio de quince minutos: debe ser frotado por dos personas, y de cuando en cuando echar agua del mismo baño por la cabeza y espaldas del enfermo. Cuando la calentura empieza por temblores, el baño debe ser de cuatro horas, hasta que el cuerpo entre todo en calor: cuando no hay facilidad de bañarse, se echará sobre el enfermo una sábana bien mojada, y se debe

frotar por espacio de cinco minutos. Solamente al principio es cuando los vendajes y las sábanas son incómodas, porque al instante se calientan.

Son tales los provechosos efectos de estar tendido por media hora en una sábana mojada, y entonces entrar en un baño, que no vacilamos en decir, que cualquiera que en ello viese un suicidio, se reiría de haber tenido esta idea después de ver los resultados. A los enfermos débiles se les sujeta á este método frecuentemente dos veces al día, y es recurso para dar á los niños un inmediato alivio, cuando no pueden sosegar ni dormir. Los vendajes se ponen juntos algunas veces en uno, y otras en varios miembros del cuerpo al mismo tiempo, y generalmente de noche, aunque habiendo dolor en cualquiera parte, se pueden usar también de día.

1157

Abluciones.

Entre los diferentes modos de aplicar el agua, ocupa su lugar el que se hace en *abluciones*; ya por medio de un chorro ó de golpe, que Claridge llama ducha, y es aquel que se hace derramando agua sobre una ó más partes del cuerpo, y en las abluciones sobre la cabeza, recibiendo en ésta el golpe con las manos juntas, enlazando los dedos

sobre ella; de modo, que derramándose el agua bañe todo el cuerpo; y entretanto, le van frotando primeramente el cuerpo en general con las manos, y después las partes afectadas con más especialidad: esto se hace con los enfermos que están sujetos á irritaciones calenturientas. Cuando la debilidad del enfermo no permite esta frotación, se aplica una sábana mojada, sobre la cual es más fácil usar de las frotaciones: este último procedimiento se debe preferir al baño, cuando hay duda de que pueda el enfermo sobrellevar la inmersión en el agua; esto muy especialmente es provechoso á los párvulos.

No podemos recomendar muchas abluciones á las personas que desean curarse á sí mismas: sólo se les aconseja que las hagan principalmente al levantarse por la mañana, y por la noche antes de metérse en la cama. En las dolencias de poca entidad, en su principio, en la irritabilidad nerviosa, ó en la flojedad del cutis, las abluciones acompañadas de agua fría, bebida con abundancia, muchas veces son suficientes para restablecer la salud. Estas abluciones deben ejecutarse por la mañana (con preferencia á la tarde) al salir de la cama, antes que se enfríe el cuerpo, y después debe el enfermo hacer ejercicio al aire libre. En cuanto á hacer uso de las sábanas mojadas, como abluciones, la persona afectada se pone en pie en su habitación, y el criado la envuelve el cuerpo y

la cabeza; entonces se le debe frotar sobre la sábana por espacio de cinco minutos, y después se le debe mudar la sábana mojada, cubriéndola con una que esté bien seca.

1158

Baño general.

Siempre que el cuerpo se mete en una tina ú otro local semejante donde haya agua que lo cubra hasta el pescuezo, se llama baño general; y regularmente se usa después del sudor, de sábana ó frazada, que si dista mucho de la cama y se anda de prisa, habrá necesidad de reposar un poco para tranquilizar los pulmones; y en seguida mojarse la cabeza y pecho, para evitar que suba la sangre á estas regiones, y metiéndose con prontitud al agua.

Durante el baño se debe sumergir la cabeza varias veces. Es menester tener gran cuidado de no exponer el cuerpo al contacto del aire al quitarse la sábana después de sudar y entrar en el baño: lo mejor es meterse en el agua cubierto.

Es muy ventajoso estar siempre en movimiento durante el baño y frotar con las manos la parte del cuerpo que esté dolorida. Así se estimula el cutis y se templá la sensación del frío. Los que estén afectados del

pecho deben tener moderación en el uso del baño, entrando en él por grados y no dándose los largos. En general, el tiempo que se debe estar en él debe graduarse por la frialdad del agua, y por el calor vital del que se baña; pero ninguna regla general se puede adoptar con respecto á esto. Se debe aconsejar á los enfermos que eviten la segunda sensación del frío, que es una especie de fiebre, dejando el baño antes que se sienta: por estos medios el enfermo evitará una muy poderosa reacción, causada por la grande extracción del calor. Esta precaución es indispensable en la época del tratamiento marcada por fiebre y erupciones. Entonces una reacción, producida por un uso inmoderado del baño ó chorro, obligaría al enfermo á quedarse en cama por algunos días, en vez de acelerar la cura. Las personas que traten de curarse con el método del agua fría, deben observar estrictamente sus reglas, pues en el caso de quebrantarlas, la medicina les haría más daño que provecho. No hay más que una cosa que pueden usar ó abusar de ella con impunidad, el beber mucha agua.

Al salir del baño se siente más frío del que aun se puede imaginar, y para calmar sus efectos se cubrirá al enfermo con una sábana; sobre ésta se echará una capa, y así se irá á su cuarto, donde se secará y frotará todo el cuerpo, entonces debe vestirse ligeramente, y andar para retener el calor. Ha-

ciendo esto con el calor de la chimenea ó de la cama, sería obrar en directa oposición al método. Un vaso ó dos de agua, inmediatamente después del baño, es agradable, y no se debe omitir durante el paseo.

Cuando la cura excita mucha irritación, se deben suspender los baños, pues la aumentarían: una ablución general de todo el cuerpo, y los baños de asiento, es á lo que entonces debe acudirse. El sudor se vuelve á excitar envolviendo el cuerpo en una sábana húmeda: esto, unido al baño de asiento, hará que cese la irritación.

1159

Medio baño.

El medio baño se toma en una tina más pequeña que las que comunmente se usan para baños generales, con agua templada hasta la cintura, y no se emplea sino en los casos en que el baño entero fuese demasiado para la fuerza del enfermo. Es, en efecto, menos activo que el entero, y presentando menos peligro, es frecuentemente suministrado á los que empiezan á curarse, dándoseles por una semana, como preparativo para el baño grande: cuando fuere necesario que al enfermo le aproveche como un baño entero, se le echa agua por encima, ó el asistente constante-

mente le mojará el cuerpo y la cabeza con la misma agua del baño.

Cuando estos pequeños baños se usan para que sean menos irritantes, la parte superior del cuerpo se cubre algunas veces y el baño se tapa herméticamente, de modo que no salga más que la cabeza: esto es en casos donde se necesita que el enfermo se quede en ellos por una ó dos horas: muchas veces se ordenan estos baños por cinco ó seis horas de una vez, y se repiten sucesivamente por algunos días, con el objeto de promover la irritación y producir la fiebre, esto atrae la materia morbífica al cutis en la forma de abscesos, que algunas veces supuran cantidad suficiente de materia para llenar varios vasos. Cuando esta crisis sobreviene, se suspende el baño mientras se descargan los humores, por lo cual el sistema es en extremo beneficiado.

El medio baño se toma por lo común inmediatamente después de haber estado el enfermo en la sábana mojada. Se acompaña este baño con rociadas de agua fría y fricciones. Mientras sigue sudando el enfermo, debe meterse pronto en el baño, echar fuera la cubierta, mojándose primeramente la cabeza y el pecho, y el asistente debe echarle una tina llena de agua por la cabeza, frotándose bien la cara y el cuerpo. Esta última parte del tratamiento se continúa por diez ó quince minutos, y algunas veces por más

tiempo. Cuando el enfermo sale del baño, se debe secar bien, vestirse y salir á dar un paseo por el aire fresco; pero á las personas que no tienen haberes para consultar con un médico que tenga conocimiento del método, se les aconseja que no lo hagan, porque pueden no hacerlo bien.

En casi todos los casos de fiebre, se envuelve al enfermo en un sábana mojada, que se cambia tan pronto como se caliente, y se repite lo mismo hasta que desaparezca la calentura. Como estas sábanas regularmente se calientan por la extracción de una cierta cantidad de calórico del cuerpo, precisamente sigue un gran frío: esto sucede, sobre todo, al desaparecer la fiebre; entonces es necesario meterse en el baño, y deben dos hombres frotar al enfermo todo el cuerpo hasta que estén abatidos todos los síntomas. El enfermo puede salir á pasear. Si en la noche le repitiesen las mismas calenturas, se ejecuta la misma operación y debe repetirse hasta conseguir la total cura.

1160

Baño de asiento.

Este baño se toma en una tina baja, suficiente para que pueda sentarse el enfermo sobre tres ó cuatro pulgadas de agua, como en baño de caldera, descansando los pies en

el suelo por diferentes períodos, como un cuarto, media, una hora ó más, según se crea conveniente. Esto en algunos casos se repite dos ó tres veces al día y este baño es tan importante en este método, que los enfermos á quienes no se les prescribe, son considerados como casos excepcionales. Producen el efecto de fortalecer los nervios, de sacar los humores de la cabeza, del pecho y del abdomen y aliviar el flato, y es lo de más valor, para los que han tenido una vida sedentaria.

El objeto de usar tan poca agua en este baño, el medio baño y baños de pies, es para que la reacción se efectúe más pronto. Si se usase cantidad mayor de agua, se quedaría fría durante todo el tiempo de su aplicación, y causaría acumulaciones en las regiones superiores; de modo que en este caso adquiere casi inmediatamente el calor de la sangre, y admite una pronta reacción.

Para evitar lo primero, el enfermo debe aplicarse un vendaje mojado á la cabeza, y para conseguir un sudor, según el objeto, debe frotar bien el abdomen con la mano mojada.

Cuando se ordene este baño por una hora, se debe renovar el agua cada cuarto de hora, si no se dispone otra cosa en su respectivo lugar.

1161

Baños de piernas.

Los muslos y piernas, cuando tienen úlceras, empeines, heridas ó dolores fijos de reumatismo, se deben meter en un baño, cubriendo el agua las partes afectadas. El objeto de estos baños es que sirvan de estimulantes. Se pueden tomar de una hora, y algunas veces de más tiempo; y siempre terminan en apostemas que causan una abundante supuración. También son aplicables á cualesquiera otros miembros enfermos de la misma manera.

1162

Baño de chorro.

Se entiende por baño de chorro, una porción de agua del grueso de la muñeca de un hombre, que cae de una altura en forma de cascada, desde dos ó más varas de elevación: este baño usado en todos los casos, es el más poderoso para remover los malos humores y quitarlos de la posición que tal vez hayan ocupado por muchos años; también se hace uso de ellos, en la mayor parte de las enfermedades crónicas. El chorro corrige la endeblez que el cutis haya podido contraer y lo

fortifica. Endurece el cuerpo y lo pone en estado capaz de sobrellevar todas las variaciones atmosféricas. Ejerce un poderoso movimiento en el sistema muscular y nervioso, por la reacción que produce. Es cosa muy conveniente dar un paseo antes para que el cuerpo entre en calor y esté en buen estado, para recibir el beneficio del agua por este baño. Las partes afectadas deben, por la mayor parte de tiempo, estar expuestas á la acción del chorro, aunque se debe recibir accidentalmente sobre todas las partes del cuerpo, excepto en la cabeza y cara, á menos que no esté expresamente ordenado. Los de pechos endebles, deben evitarlo en aquella parte, de otra manera la caída del agua en la parte inferior del estómago ó vientre, no es dañosa. El temperamento de esta región no puede sufrir estos medios. El alivio que se experimenta por el chorro, algunas veces en cinco minutos, es milagroso en casos artríticos y de reumatismos.

El objeto de los chorros es poner en movimiento los humores morbíficos, y no se debe continuar cuando producen fiebres excitantes y hasta que hayan cesado. La duración de los baños de chorro debe ser de tres á quince minutos; raras veces se extiende á más. El tiempo de usarlos es una hora después de almorzar.

1163

Baños de cabeza.

Los baños de cabeza se usan para los reumatismos en la cabeza, para dolores comunes, para las inflamaciones reumáticas en los ojos, para la pérdida del olfato y del sabor. Sirven para expeler los humores morbíficos que la naturaleza generalmente evacua por las postemillas en los oídos. También sirven para evitar una fluxión en la cabeza; pero en este caso se está poco tiempo para evitar una reacción demasiado fuerte. Estos deben estar acompañados de mucho ejercicio al aire libre, por la sombra. Este baño se usa como sigue: se pone una palangana ó lebrillo en el suelo, al extremo de un felpudo ó petate: en este se debe tender el enfermo, de modo que la cabeza alcance á la vasija, para cuyo fin se pone una toalla para que descanse la cabeza. Entonces la parte del cerebro se debe meter en el agua, después un lado y luego el otro. Todo esto se termina poniéndose otra vez en la primera posición.

La duración de este baño depende de la naturaleza y extensión de la enfermedad. En las inflamaciones crónicas de los ojos, cada parte de la cabeza se debe dejar en el agua por quince minutos; el mismo tiempo para la sordera, pérdida del olor y sabor. To-

do esto ocupa una hora de tiempo, durante el cual se debe mudar el agua dos veces.

Si estos baños se continúan con perseverancia, el buen éxito es cierto. Este es generalmente anunciado por un dolor de cabeza muy violento, hasta la formación de una apostema, que concluye reventando.

Para el dolor de cabeza común, se sumerge el cerebro en el agua, de diez á quince minutos, y los lados de cinco á diez; si es obstinado, entonces se recurre á un baño de pies y otro de asiento, ambos fríos, por media hora cada uno.

1164

Baños de pies.

Los baños de pies se usan exclusivamente como un agente contrario á los dolores de las partes superiores del cuerpo. Los dolores de cabeza y de muelas, cualesquiera que sean sus causas, particularmente los que son de naturaleza violenta, inflamación de los ojos, ó fluxiones de sangre á la cabeza, se alivian casi siempre con los baños de pies. A estos cuando no basta, se agrega la aplicación de vendajes mojados, sin cubrirlos con los secos. La tina ó vasija donde se toman estos baños, no debe tener más que dos ó tres pulgadas de agua ó justamen-

te lo bastante para cubrir los pies: para el dolor de muelas, con una pulgada de agua hay suficiente, y se debe aplicar desde quince minutos hasta media hora. En casos de desguinces, se deben cubrir los pies hasta el tobillo. Cuando el agua principia á recalentarse, se debe inmediatamente cambiar.

Durante todo este tiempo se deben frotar bien los pies, sea con las manos, ó uno contra otro, para que por este medio se consiga una fuerte reacción. Se debe tener cuidado que los pies estén calientes antes de meterlos otra vez en calor. También ayuda mucho una frotación con la mano bien seca. Los baños fríos de pies son un medio seguro de evitar la tendencia de frialdad en los pies; la aplicación de agua caliente debilita el cutis, y hace probable una frialdad en los pies. Cuando están en extremo fríos, en lugar de ponerlos á calentar al fuego, sería mucho mejor producir el efecto deseado con el ejercicio.

Si se quiere alguna prueba de la reacción causada por los baños de pies, y de la virtud que tiene para preservarlos de coger frialdad, no tenemos más que tocarnos los pies una ó dos horas después de salir del baño, y los hallaremos calientes. Después de haberse fatigado mucho, un baño de pies tal como se ha descrito antes de meterse en la cama, es muy sano.

1165

Baños de ojos.

Se echa agua en el ojo, se tiene cerrado un minuto, y después de abierto, se tiene cinco minutos en un vasito echo al intento, de cristal ó de papas, cuya circunferencia es del tamaño del ojo. El baño de cabeza se usa generalmente al mismo tiempo; pero este último se repite más á menudo y en los más de los casos, cuando hay inflamaciones: se usa de fomentos aplicados detrás de la cabeza, al tiempo de meterse en cama, y otro detrás del pescuezo, durante el día. Para la endeblez de ojos, se venda la frente al acostarse.

1166

Baños de dedos.

Para los uñeros se mete el dedo en un vaso de agua, tres veces al día, quince minutos cada vez; se venda, se pone el codo en el agua dos veces al día y se lía un vendaje caliente más arriba del codo: esto producirá el efecto de extraer la inflamación de la mano.