

Útgefandi

Læknafélag Íslands
Læknafélag Reykjavíkur

Ritstjórn

Engilbert Sigurðsson,
ritstjóri og ábyrgðarmaður
Gerður Gröndal
Hannes Hrafnkelsson
Magnús Gottfréðsson
Sigurbergur Kárasón
Tómas Guðbjartsson
Þórdís Jóna Hrafnkeldóttir

Tölfræðilegur ráðgjafi

Thor Aspelund

Ritstjórnarfulltrúi

Védis Skarphéðinsdóttir
vedis@lis.is

Blaðamaður og

ljósmyndari

Hávar Sigurjónsson
havar@lis.is

Auglýsingastjóri og ritari

Sigdis Þóra Sigþórsdóttir
sigdis@lis.is

Umbrot

Sævar Guðbjörnsson
saevar@lis.is

Upplag

1750

Áskrift

12.400,- m. vsk.
Lausasala
1240,- m. vsk.

Prentun, bókband

og pökkun

Prenttækni ehf.
Vesturvör 11
200 Kópavogi

© Læknablaðið

Læknablaðið áskilur sér rétt til að birta og geyma efni blaðsins á rafrænu formi, svo sem á netinu. Blað þetta má eigi afrita með neinum hætti, hvorki að hluta né í heild, án leyfis.

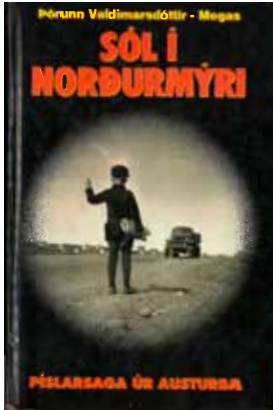
Fræðigreinar Læknablaðsins eru skráðar (höfundar, greinarheiti og útdrættir) í eftirtalda gagnagrunna: Medline (National Library of Medicine), Science Citation Index (SciSearch), Journal Citation Reports/Science Edition og Scopus.

The scientific contents of the Icelandic Medical Journal are indexed and abstracted in Medline (National Library of Medicine), Science Citation Index (SciSearch), Journal Citation Reports/Science Edition and Scopus.

ISSN: 0023-7213

Verði bæði lýsi og ljós!

En sá er háttur á að gefa börnum lýsi svo þau fái ekki innfallna maga, verði afskræmd af kröm og þurfi að fara í ljós. Lýsis-hellandi hjúkrunarkonur geta birst þegar minnst varir. Klukkulausir krakkar vita ekki hvenær á þeim er von. Hann horfir út um gluggann án þess að sjá nokkuð nema sælan blikflöt skynjunarinnar. En hann er alltaf á ómeðvituðum verði gagnvart lýsinu. Stofurnar hér í norðurálmunni eru sér og gengið þangað frá hjúkrunarstofum, tannlæknastofu og ljósabaðstofu á skýr portið. Hann vaknar við vandan draum og sér lýsiskvendin storma yfir portið með könnurnar, þær fjölmenna, þetta er heill lýsishellandi her í hjúkkubúningi á leið að hella klíju vægðarlaust í hin vondu börn. Þetta eru meintar hjúkrunarkonur sem styðja hvor aðra í erfiðu starfi. Þar kom inn önnur og hélt á lýsiskönnu. Hún kemur og þú átt að rétta upp hökuna og gapa á meðan hún hellir í þig þessu ógeði. Þetta er niðurlægning hinna varnarlausu. Lýsisbrunnurinn er svo vemmilegur að maður afber ekki þá kvöl að sjá lýsiskönnurnar sem þær dýfa daglega í brunninn, hvað þá að fá þetta ógeði ofan í sitt ofurnæma smáfuglsgin.

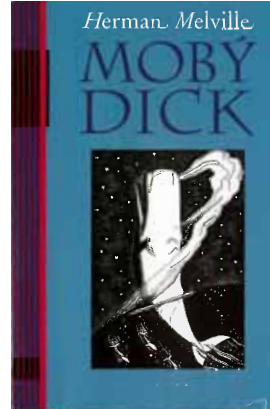


Þórunn Valdimarsdóttir, Megas. Sól í Norðurnmýri. Píslarsaga úr Austurbæ. Forlagið, Reykjavík 1990: 127.

Eftir er þá að ljúka síðasta kafla þessarar frásagnar með því að lýsa rómantísku aðferðinni, hvernig hvallýsið er látið á áurnar og því komið fyrir í lestinni þar sem stórhvelið hverfur aftur í djúpið og rennur áfram undir yfirborðinu eins og að fornu, en því miður ekki til þess að koma upp aftur að blása.

Meðan lýsið enn er volgt er það, líkt og heitur þúnsdrykkur, sett á svonefndar sextunna ámur og þótt skipið ef til vill taki dýfur og velti er þessum stóru ámu sveiflað, velt og við þær bisað og getur þá vel svo farið að þær renni ógnandi yfir sleipt dekkið eins og skriðufall uns tökum er á þeim náð og þær stöðvaðar á flóttanum. Jafnframt er barið með öllum sleggjum sem við verður komið á gjarðirnar því sérhver háseti er á þessari stundu fæddur beykir.

Þegar loks er lokið að fylla á síðasta pelann og lýsið allt kólnað er tekið ofan af stóru lúkuopunum, iður skipsins opnuð og áurnar látnar síga niður að síðasta hvilustað þeirra á hafinu. Þegar þessu er lokið er lúkuhlerunum komið aftur á sinn stað og allt er loftþétt lokað eins og skápur sem búið er að múra upp í.



Hermann Melville. Moby Dick – eða hvalurinn. Þýðing: Júlíus Havsteen/Isak Harðarson. JPV útgáfa, Reykjavík 2005: 484.

Myndin á kápu blaðsins var tekin í Austurbæjarskólanum í nóvember árið 1953, ljósmyndari: Sigurhans E. Vignir. Það tíðkaðist hérlendis að nemendum væri gefið lýsi í skólanum á árunum uppúr 1930 og fram undir 1970. Mikilvægt var að „uppáhellingin“ tæki vel enda var fátt verra en að fá lýsi í skólafötin! Samspil mataræðis og heilsufars er ótvírátt en margslungið og deildar meiningar hafa löngum verið um það hvað er heilsunni hollast. Læknar byrjuðu snemma að gagnrýna meðferð matvæla og mataræði landsmanna enda sáu þeir þess merki að víða var pottur brotinn.

Þegar konur voru kosnar í bæjarstjórn Reykjavíkur árið 1908 hófu þær að beita sér fyrir bættum aðbúnaði barna og fengu því einnig framgengt að ráðinn var læknir við barnaskólann, Guðmundur Hannesson (1866-1946). Skólalæknirinn annaðist almenna heilbrigðis skoðun og benti á leiðir til úrbóta og ef foreldrar gátu ekki brugðist við var reynt að aðstoða þá sem þess þurftu. Þegar lögbundnu skólaeftirliti var komið á árið 1916 kynntust læknar heilsufari og aðbúnaði flestra barna í sínu héraði og þau kynni urðu til þess að lögð var meiri áhersla á samfélagslegar úrbætur. Landlæknir hvatti til almennrar heilbrigðis skoðunar í skólum árið 1921 en frá því ári er kunn skýrsla Steingríms Matthíassonar (1876-1948) héraðslæknis á Akureyri um heilsufar skólabarna. Hann bar saman ýmsa bætti í heilsufari barna á Akureyri og í nærliggjandi sveitum og niðurstaða hans var að sveitabörnin væru heilbrigðari og gáfaðari. „Meiri mjólk, styttri skólatími, færri



Úr lýsisbræðslu í Reykjavík á fyrsta áratug 20. aldar. Ljósmyndari Pétur Brynjólfsson. Birt með leyfi Ljósmyndasafns Íslands í Þjóðminjasafni.

kennslustundir, meira næði, minni sollur og svo það atriði, og ekki minnst, það að sveitabörnin eru fljótt vanin á að vinna og vinna þarflega vinnu sem þroskar heila, hendur og vöðva.“ Þessi skoðun féll í góðan jarðveg meðal margra fjöðinga.

Næringarskortur og „útmánaðasveldi“ var staðreynd meðal íslenskra skólabarna. Í Reykjavík var fátækum börnum gefinn matur í skólanum og um 1930 var farið að gefa börnum mjólk að drekka og skömmu síðar einnig lýsi. Lýsi hefur fylgt þjóðinni frá upphafi og verið notað sem ljósmeti, til matar og við ýmsum kvillum. Hvernig og með hvaða hætti menn gerðu sér grein fyrir því að lýsi væri einna heppilegast til að stuðla að heilbrigði skólabarna er ekki vitað. Þekking á vítamínum og hvaða matvæli innihalda vítamín var takmörkuð en þó töldu menn sig sjá samhengi milli skorts á ákveðinni fæðu og heilsuleysis. Menn lögðu áherslu á þjóðlega innlenda framleiðslu eins og mjólk og lýsi sem innihalda A- og D-vítamín sem vissulega var skortur á. Skorturinn á C-vítamíni

var kannski öllu alvarlegri en úr honum varð ekki auðveldlega bætt nema með innflutningi matvæla, t.d. appelsína, og slíkt þótti ekki heppilegt á tímum þjóðlegs rétttrúnaðar.

Heilbrigðiseftirliti í skólum var eitt mikilvægasta framlag til heilsuverndar og síðar heilsueflingar í landinu um áratugaskeið.

Jón Ólafur Ísberg