

# CONTRA EL MAREIG



Una de les molèsties més mortificants i alhora més difícils de corregir o evitar és sense cap dubte el mareig. Particularment viatjant en vaixell es presenta amb molta freqüència, essent tan molestos un viatge en aquestes condicions, que moltes persones prefereixen desistir del viatge per mar, abans de passar-la sotmeses continuament baix l'acció del mareig.

Tenint en compte la importància i la generalització d'aquest inconvenient, no per la seva gravetat, i sí per les molèsties que representa, creiem interessant oferir aquest article, tota vegada que sembla que a la fi, s'ha trobat el tractament per combatre'l, no solament guarint-la, sinó el que representa encara més important, prevenir el mareig.

Cercant la manera de solucionar una situació tan enutjosa i moltes vegades fatal, s'ha parlat moltíssim i s'ha escrit encara més, sobre aquesta incomoditat, però inútilment. Es per això que tenim el gust de presentar als nostres lectors —pel cas que ho necessitin— una novetat en aquesta qüestió.

**¿Es possible corregir, prevenir o evitar els efectes del mareig?** Sortosament quasi podem respondre afirmativament, gràcies a la tenacitat dels metges que estudien el problema que ens ocupa.

Abans que tot hem de mencionar el nom del metge francès doctor Cazamian, qui des de fa vint anys es preocupa de la qüestió, així com el del doctor L. Collin, també interessat a resoldre el difícil problema, i experimentant sobre si mateix el resultat de tots els mètodes existents, sense trobar-ne cap que solucionés el seu mal estar i com que forçosament havia de treballar sempre en vaixells i sofria continuament els efectes del mareig, hagué de cercar per ell mateix el remei que havia de conservar-li el benestar.

Així és que el doctor Collin, tenint en compte la concepció fisiològica del doctor Cazamian, qui va poder demostrar que el mareig no és produït per altra cosa sinó per una perturbació d'origen nerviós, que pren peu en el gran simpàtic, que com ja se sap regula de tan a prop el funcionament de les glàndules de secreció interna, alterant el seu joc normal, va pensar que tota vegada que els medicaments exerceixen acció directa i definida sobre aquest sistema nerviós, havien de desenrotllar un poder especial. I a tot això el doctor Collin va agregar-hi, a més, l'aplicació d'embenadures compressives sobre l'abdomen dels pacients.

Nosaltres ens limitarem solament a concretar el mitjà que s'ha d'emprar, ja que únicament podem donar dades pràctiques i, per tant, no ha d'interessar que ens detinguem sobre explicacions de com es produeix, i per quines vies es fa la influència del corrent nerviós, quines són les glàndules compromeses i quins senyals hi ha per a descobrir-ho.

**¿Quins són, llavors, els mitjans que hem d'emprar per a prevenir o evitar i per a guarir el mareig?**

Hem de començar dient primerament que és necessari una recepta de metge, ja que el tractament és delicat i sols pot aplicar-lo un facultatiu, tota vegada que es tracta de manejar l'atropina, substància que sols un professional pot usar convenientment; a més que tampoc es despatxa sense recepta.

Així, doncs, quan es tracta de curar a una persona ja marejada, és precís aplicar una injecció d'atropina subcutània en la dosi d'un mil·ligram; aquesta quantitat es pot repetir si la primera no dona suficient resultat.

Altres autors donen l'atropina per via bucal.

Hem d'aconsellar que per a servir-se d'aquest tractament, és millor emprar-lo quan s'està predisposat al mareig, doncs encara que una vegada declarat, també s'obté òptims resultats, no cal dir que si es pot evitar que es declari obertament, sempre és molt més interessant.

Segons el descobridor d'aquest mètode, els novells viatjants, i tots els predisposats al mareig, seguint aquest tractament, ja poden desafiar al mar.

Es recomana amb molt d'entusiasme l'aplicació d'una faixa elàstica ben apretada que abarqui tòrax i abdomen; també la respiració rítmica sobre coberta, gimnàstica sueca, dieta lleugera de suc de fruites (això al començament del viatge); begudes refrescants, però no alcohòliques.

Sota aquestes indicacions, ja poden fins els més porucs, emprendre un viatge per mar o riu.

Ara toca a cada interessat comprovar les nostres dades.