

UN PROCEDIMENT SENZILL PER A FER DESAPARÉIXER EL RESTRENYIMENT

pel Dr. J. FIGUERAS PARÈS

No parlaria d'un assumpte que no correspon a la meua especialitat, si no fos que estic completament convençut de la seva gran importància.

Encara que es tracta solament d'exposar un cas clínic, aquest, per referir-se a mi mateix, té molt més valor que el que hom sol donar a qualsevol altre fet aïllat, i això és degut a les circumstàncies que concorren en ell.

La meua observació abarca els 20 anys últims de la meua vida, puix recordo perfectament que tot estudiant els primers cursos de medicina ja patia de restrenyiment, passant alguns dies sense anar a l'excusat i el mateix em succeïa durant els últims anys de l'estudi del Batxillerat; no era d'estranyar que em passés això aleshores, ja que la meua falta de coneixements sobre aquesta matèria feia que no em pogués dirigir, quedant reduït, com l'altra gent, a obrar per instint, i quan més endavant, essent ja estudiant de medicina, per millorar el meu estat consultava algun metge,—ja se sap el que generalment feien i encara molts fan—per a combatre el restrenyiment, em receptava algun purgant, que no sempre sol ser el millor de tots, contribuint això a augmentar, la majoria de vegades, l'estat que s'intentava combatre. Així és que el meu restrenyiment continuava amb alternatives de major o menor intensitat, malgrat haver-me sotmès a les prescripcions d'alguns especialistes de fama reconeguda, que aplicaren en mi un pla complet, tant en ço referent a medicaments, com en qüestió de règim alimentici, aconsellant-me demés que fes molt d'exercici.

Tampoc es modificà amb aquest pla, que jo, després d'haver vist els pocs efectes de tot ço que se m'havia recomanat, ja em feia el càrrec que era inútil tot el que es fes per a combatre aquest estat, devent-me reduir en el successiu a seguir els consells que dóna la Higiene d'anar cada dia i a la mateixa hora a l'excusat, fumant un cigarret que feia efecte per suggestió. D'aquesta manera, jo havia conseguit, des de fa ja alguns anys, anar cada dia de ventre, però això no vol dir que no continués latent el restrenyiment, demostrable fàcilment per palpació de l'última porció del còlon, on es trobaven escíbals ben manifestos. Malgrat això, amb aquestes mides d'ordre higiènic vaig conseguir, sinó fer desaparèixer aquest estat, al menys disminuir els seus símptomes d'intensitat, així com també les conseqüències del mateix.

Així em trobava 20 anys enrera i també encara fa solament uns tres o quatre mesos; preguntant-me jo mateix el perquè d'aquest estat, que solament havia vist canviar al transformar radicalment el modo de viure, i això solament succeïa al passar dos o més dies al camp, cas en què, als efectes del repòs intel·lectual, s'hi afegien els referents al canvi de règim alimentici.

Com que algun dels que m'havien vist, havien trobat en mi l'estómac lleugerament dilatat, jo tot seguit pensava que tal volta aquesta era la causa del meu restrenyiment, però l'escàs nombre de símptomes, em feia despreciar aquesta etiologia.

Tampoc ho podia atribuir a una neurosi funcional (neuras-tènia, hipocondria) ja que mancaven en mi els símptomes d'aquests estats patològics.

No m'era possible donar la culpa d'aquest estat a la vida sedentària, puix he tingut sempre especial atenció en fer molt d'exercici en forma d'una hora diària de gimnàsia amb aparells durant els últims 12 anys i en forma de canotatge els últims tres anys, essent la causa, sobre tot aquests últims de tenir la paret abdominal molt desenrotllada muscularment, de manera que tampoc ho podia atribuir a l'atonía d'aquesta paret com succeeix en altres casos.

També vaig arribar a pensar que aquest restrenyiment podia ésser degut a la disminució dels moviments peristàltics de l'intestí a causa de l'escàs nombre de residus que deixava l'alimentació principalment carnívora a què estava sotmès durant els primers anys de malaltia: per això vaig anar deixant poc a poc tots els productes d'origen animal—excepte la llet—

substituint-los pels aliments vegetals, portant aquesta substitució fins l'extrem de tornar-me de des de fa bastant temps un veritable vegetarià, règim amb el qual, si bé ha millorat al meu estat general, per la disminució tal vegada de l'auto-intoxicació que patia com a conseqüència del restrenyiment, no s'ha modificat en el més mínim el curs del mateix, motiu que em va inclinar a creure que era degut a l'excés de treball intel·lectual, i com que d'aquest no m'és possible de prescindir-ne en absolut, ja em feia càrrec que hauria de guardar tota la vida aquest restrenyiment, amb les seves alternatives de major o menor intensitat.

Quan ja no pensava ni en sa presència, ni en la possibilitat de trobar un mitjà per fer-lo desaparèixer, heu's aquí que la casualitat de trobar se una persona de la meua família patint la mateixa malaltia, va fer que portés a casa meua un pa integral, la composició del qual ja es veu a cop d'ull, essent observables les partícules de les pel·lofes dels grans de blat, que constitueixen la part activa i la més interessant per a combatre el restrenyiment. Com ja coneixia els beneficiosos efectes del mateix, així com també la gran part que pren la cel·lulosa en la constitució dels excrements, i al mateix temps en la progressió dels mateixos, al llarg del budell, no va costar-me molt decidir-me d'assajar aquest pa, per creure'l de gran utilitat per al meu estat, i gran va ésser la meua sorpresa des dels primers dies de provatura, puix vaig veure desaparèixer un estat que, com ja he dit, havia resistit a tots els tractaments. És més, des del començament de l'ús d'aquest pa, era tanta la facilitat de moure el ventre, que tot seguit vaig veure la necessitat de reduir el seu ús solament en els dos repassos principals del mig dia i de la nit.

Quan al seu gust, dec dir que un s'hi acostuma molt de pressa i àdhuc s'arriba un moment—al menys m'ha passat a mi—en què no agrada el pa.

Aquesta curació data ja de més de tres mesos i es tan completa, que l'evacuació del ventre es fa completament en estat fisiològic.

Després de tantes proves inútils, ja podeu comprendre la gran satisfacció que he experimentat en veure desaparèixer allò que tants anys feia que m'acompanyava, amb l'ús d'un mitjà tan senzill i tan a l'abast de totes les fortunes, que no he pogut resistir al desig de publicar-lo perquè no el descuidin els qui ja el sàpiguen, i perquè el sàpiguen els que encara no el

coneixien, que crec que són els menys, desitjant que tant els uns com els altres l'utilitzin en benefici, no solament dels nostres clients, sinó també de nosaltres mateixos, puix si sempre fa mal efecte que no es curi un malalt amb els mitjans que nosaltres posem en pràctica, molt més en fa quan es tracta d'una malaltia que a voltes la curen amb qualsevol cosa els intrusos.

Discussió: Dr. E. Fernàndez Pellicer.

Crec que el pa integral pot donar resultat en el restrenyiment atònic, per la irritació sobre la mucosa produint contraccions, mes sempre estarà contraindicat en el restrenyiment espasmòdic ja que tota irritació augmentarà la contractura.

Discussió: Dr. J. Wennberg.

Deu distingir-se la causa del restrenyiment que pot ésser físico, per atonia, o bé per insuficiència hepàtica.

Quant al tractament amb el pa integral, dec dir que cura el restrenyiment com també el cura l'agar, ò la cel·lulosa dels vegetals.

Discussió: Dr. F. Gallart.

Considerant que el restrenyiment és un símptoma i de molt variades causes i patogènia, no es pot atribuir efecte curatiu per a totes les formes de restrenyiment un medicament que té ben precisades les indicacions.

Rectificació: Dr. J. Figueras Parés.

El comunicant rectifica assentint amb ço dit pels que han intervingut en la discussió.