

KODĖL JŪSŲ NUGARĄ SKAUDA?

Ar jums niekuomet neskaudėjo nugarą ir sprandas? Jei taip, tai jūs laimingas, nes ne daug tėra suaugusiųjų, kurie nepatirtų nugaros skausmų, kartais dažnų ir smarkių.

Kodėl nugarą skauda? Pirmia, apskaičiuota, kad mažiau nei pusės visų žmonių yra nor mali nugarą, o kiekvieno astunto asmens nugarą yra tokia nencrmai, kad jis neturėtų sunkiai dirbti, antra, daugumos asmenų raumenų sudėtis yra tokia silpna dėl nenaudojimo, kad jie nepajėgia apsaugoti nugarą nuo sužeidimų. Trečia per daug apsun kinama nugarą ir paprastai nekreipiamas dėmesys į struktūrą, kurios dėka galima tiesiai eiti.

Kai kas lygina žmogaus nugarą vaikų statytam blokų kūgiui. Bet, jei taip, tai labai nerūpestingas vaikas statė šį kūgį. Tiesa, nugarą blo kais (slanksteliai) remiasi vienas ant kito, bet jie neišlyginti ir nukelti nuo virių un hinged). Jie nevienodo didžio ir pavidalo, taip pat jie sustatyti įvairiais kampais.

Nugarą nėra tiesus kaip palapinės kartis, bet išlenktas plokščios dvigubos S pavidalu. Slankstelių kolonos kreivės taip sudarytos: Slankstelių kolona prasideda kaklo (cervical) F slanksteliais. Palaikydami galvą ir kaklą, jie šiek tiek palenkia į priekį.

Toliau seka nugaros (dorsal) 12 slankstelių krūtinėje. Palaikydami šonkaulius, jie išlenkti į užpakalį.

Ties diržo linija yra strėnų (lumbar) 5 slanksteliai, kurie išlenkti vėl į priekį ir palaiko viršutinę kūno dalį.

Vėliau dubenyje yra sakralinis kaulas (iš tikrųjų tai yra 5 slanksteliai, sulieti į pleiš tą). Jie lenkiasi užpakalin.

Pagaliau, slankstelių kolona baigiasi uodegėlės kaulu (coccyx), kurį sudaro 4 sulieti slanksteliai, išlenktas priekin. Nugarą kaulo kolona, esanti slankstelių kanale, lengvai palaikoma žiedais, prijungtais prie slankstelių. Nuo jos išsi šakoja 31 porą nervų.

Apsaugant šią gana palaidą struktūrą nuo sužeidimų yra labai svarbūs 9 raumenys, išsitiesę nuo dubens iki kiaušo kiekvienoje nugarą kaulo pusėje. Be to, beveik kiekvienas svarbesnis kūno raumuo veikia, judant nugarą kaulo dalis. Taip pat dar yra 6 išsinariną sąnariai, jungią gretimus slankstelius ir tarp jų esančius mažus lūžtančius diskus su sujungiamais (ligaments) apie sąnarius, kurie skauda, jei būna ištempti.

Dažniausiai pasitaikantys tokius nugaros skausmus, įvykstantius ne dėl rimtų nelaimingų atsitikimų ir ligų, gydytojai vadina "traumatiniais". Paprasti jie būna dėl šių priežasčių:

1. Sunkus, nuobodus, pasi

kartojantis darbas, įtemptas sujungimas.

2. Nuovargis, dirbant neįprastą darbą, kurį sukella mėgėjo (sekmadienio) sodininko įkaintinti švelnūs raumenys.

3. Bioga kūno laikysena (pozitūra). Senstant, mūsų raumenys pralaimi kovą su žemės traukos jėga. Todėl mūsų galva būna palenkta, pečiai sumukę, pilvas išsikisęs. Sąnariams išsinarinus, skauda ištempti sujungimai.

4. Mazi sužeidimai. Dažniausiai nugarą skauda, kai tuo pačiu metu pasilenkiama ir apsisukama, ištemptiant strėnas. Kiti skausmai pasitaiko, kai kūnui netekus pusiausvyros, kellamas nors ir mažas svoris ar keliant persunkų svorį. Net sprando nudegimas sau lėje gali erzinti nugaros raumenis.

5. Perilgas stovėjimas, ypač jei kūnas šiek tiek pasviręs priekin, dėl ko nuvargsta nugarą.

6. Miegojimas ant perminkšto matracio, ypač kai spyruoklės linksta į vidurį tarp galvos ir kojų, kas iškraipo nugarą kaulų.

7. Staigių temperatūros pasikeitimų patyrimas, sukellias švelnių audinių uždegimą.

Nugaros skausmai dėl kūno trūkumų, nelaimingų atsitikimų ir ligų rečiau pasitaiko negu atraumatiniai skausmai, bet daug kas gali nugarai atsitikti.

Daug mažų silpnųjų nėra vargina, kol amžius sumažina raumenų stiprumą. Dažnas toks trūkumas yra susiaurėjęs diskas ties dubens kaulo su

jungimu. Būdamas plonas, dėl naudojimo jis dar daugiau suplonėja, kol nugarą netenka spyruokliavimo. Kartais skaralinio kaulo pirmasis segmentas būna atskirai nuo sulietinio pleišto, todėl slankstelis yra silpnas. Kitais atvejais strėnų slankstelis susilieja su sakraliniu kaulu arba pasitaiko blogai sudaryti sąnariai ar nepakankamai geri raumenų prijungimai. Šiek tiek trumpesnė ar ilgesnė viena koja gali pakreipti dubenį ar nugarą kaulų. Retkarčiais pasitaiko asmenų su vienu papildomu slanksteliu arba kuriems trūksta vieno šonkaulių komplekto.

Dažniausiai rimtai nugarą sužeidžiama dėl kritimų. Kren tant, labai lengva išnarinti nugarą, sulaužyti slankstelį ar net suspausti nugarą kaulų. Taip pat tokio nelaimingo atsitikimo pasekmėje pasitaiko "išslydęs diskas". Siuo atveju viena mažyčių disko pavidalo pagalvėlių, esančių tarp slankstelių, lūžta ir patenka į slankstelių kanalą, spausdama ir žalo dāmą nervus. Dėl ligų būna dviejų rūšių nugaros skausmai — netiesioginis skausmas dėl kūno ligų ir tiesioginis dėl nugaros negalavimų.

Netiesioginis nugaros skausmas dažniausiai būna ženklų šių nesveikų organų: kepenų, plaučių, stemplės, tulžies pūslės, kasos, blužnies, prostatos ar inkstų.

Iš tiesioginių nugaros skausmų dažniausiai pasitaiko ir, galbūt, mažiausi rimti yra nedideli navikai. Jie auga nugarą kaulo kanale, užimdami vietą, reikalingą nugarą kaulo kolonai, todėl suspaudžia nervus. Juos lengva pašalinti operacijos būdu ir jie retai būna piktybinio pobūdžio. Osteoporozė (osteo—kaulų), kada kaulai būna labai trapūs, paprastai pasitaiko po mėnesinių. Reumatizmo artritis (sąnario uždegimas), osteoartritis, tuberkuliozė, osteomyelitas ir polio (nugarą kaulo pilkos masės uždegimas) yra rimtesnės nugaros ligos.

Paprasto nugaros paralyžiaus pirmosios stadijos metu, gydytojas, greičiausiai, prirašys išsėtis ant kieto matracio



Jacques Mornard, už Leo Trockio nužudymą atkaltėjęs 14 metų (iš 20) gali būti paleistas, jei prašysis. Mornard (sakoma, esąs belgas) užsidirbo pinigų gamindamas televizijos aparatus Meksikos kalėjime.

JUNGTINIŲ VALSTYBIŲ ISTORIJA

(Atkelta iš 5 psl.)

vergo, aš tai darysiu. Ir jei aš galėsiu išgelbėti uniją išlaisvin dāmas ketletą vergų, o kitus palikdamas kaip yra, aš irgi darysiu". Tas rodo Lincoln minčių paprastumą, bet kartu ir griežtumą, ir tai darė jį didžiu žmogumi.

Norint išgelbėti uniją, reikėjo žiūrėti, kad naujosios valstybės neatsiskirtų. Gi tos, kurios buvo tarp laisvųjų ir vergų valstybių, nepasisakė. Į savo kabinetą Lincolnas pasiėmė Missouri ir Marylando atstovus, kad juos labiau priirūš prie unijos.

Jo abejonė dėl Fort Sumter aiškina tu, kad jis prieš save nenorėjo nustatyti svyruojančių valstybių. "Lincolnas", sakė pietiečiai, "norėtų turėti Dievą savo puseje, bet jam reikalinga ir Kentucky".

Kas daryti? Evakuoti Fort Sumter ir šį pasitraukimą pridengti suverčiant kalnę ant jos vusios vyriausybės? Kad tai jos apsilaidimas? Tai reikėdė pripažinti pralaimėjimą. Laukti? Tai reikėdė Andersoną statyti į pavojų.

Lincolnas prieš savo kabinetą nuomone nutarė tvirtuoti siūstą maisto, bet balandžio 12 dieną konfederatai ėmėsi iniciatyvos bombarduoti ją. Kita dieną ji buvo liepsnose ir Andersonas turėjo kapituliuoti. Konfederacijos vėliavą, Stars

and Bars, pakeitė Stars and Stripes, Anderson išdidžiai išėjo su vėliava ir jo muzika grojo Yankee Doodle.

Balandžio 25 dieną Lincolnas išleido proklamaciją, saukdamas trims mėnesiams 75,000 vyrų į miliciją. Washington atmosferą buvo įtempta. Miestas buvo virginietiškas, reiskia gyventojų jausmai buvo pitiečiams ir biurose pilna priešų. Bet Fort Sumter bombardavimas aplink prezidentą sutelkė visą šiaurę. Konfederatai apšaudė unijos vėliavą. Šis įėjimas suvienijo partijas. Pierce ir Buchanan, buvę demokratų prezidentai, pasisakė už Lincolną. "Šiame kare negali būti neutralių", sakė Douglas, "tikrai patrijotai arba išdavikai".

Pietiečiai panašiai kalbėjo. Po Fort Sumter kritimo viena pietietė pasakė: "Dievas yra su mumis". Kažkas paklausė: "Kodėl?" — "Dėl to, kad jis nepakendžia jankių!"

Rytinė Virginija, Tennessee, Arkansas ir šiaurinė Carolina prisijungė prie atsiskyrėlių ir Virginijos miestas Richmond tapo Konfederacijos sostine. Negrai laukė didelių įvykių, bet pradėjo laukti ramiai. Keturiuos vergų valstybes, Delaware, Maryland, Kentucky ir Missouri, pasiliko Unijoje.

Nors unija skilo, bet buvo šiauriečių, kurie tarnavo pietiečių armijos eilėse ir pietiečių, kurie tarnavo šiauriečių armijoje. Trys Lincoln žmonos broliai perėjo į pietiečių pusę ir buvo nukauti. Generolas, kuriam Lincolnas no logiņi pavestį Unijos armijos vadovybę, Robert E. Lee, priešingai, tapo pietiečių vadu. Lee buvo kilnaus charakterio ir išlaisvino savuosius vergus. Bet jis buvo virginitis: "Aš negalėjau nutarti", rašė jis, "pakelti ranką prieš mano gim tąją valstybę". Lee nesitikėjo, kad jis bus pakviestas vadovauti prieš pietiečių armiją ir kai jam buvo pasiūlyta vadovauti Virginijos armijai, jis jautė pareigą sutikti.

Šiaurėje pirmomis dienomis entuziazmas buvo didelis. Savanoriai veržėsi, saukdami: "Į Richmond!" Bet Washingtono vyriausybė nerimavo. Nuo Virginijos atsiskyrimo Stars and Bars plevė savo kitof pusėj Potomac ir Lincolnas laukė kada kareiviai kelsis per upę. Daug Washingtono gyven tojų pabėgo.

Prezidentas, vaikščiodamas po savo biurą jaudinosi ir klausinėjo, kodėl šiauriečių armija neateina. Pagaliau ji pasirodė Baltimorėje, kuri sirdyje buvo pietiečių pusėje. Vienas Massachusetts pulkas buvo minios užpultas ir įvyko kruvina kova. Bet kiti pulkai iš Bostono ir New Yorko atvyko jūra ir balandžio 25 dieną nedidelė armija žygiavo Pennsylvanija Avenue, dainuodami John Brown's body. Sostinė buvo išgelbėta.

Kitą savaitę: CIVILINIO KARO PRADŽIA.

Stiklas sveria beveik tiek pat, kaip aluminijus.

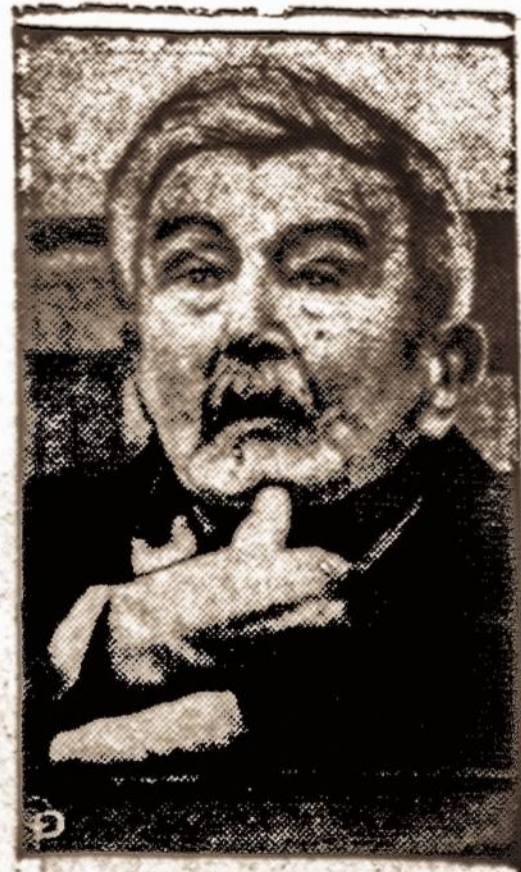
RUBBER STAMPS
CONCORD STAMP
79 Warren St. New York, N. Y.
Tel. BEckman 3-6828

A. Andriuskevičius
Lakrocininkas ir Juvelyras
Didelis brangenybių pasirinkimas.
485 Grand St.,
Brooklyn 11, N. Y.
EVergreen 4-2318

GINTARAS GRAŽIAUSIA DOVANA
Brangi atmintis kiekvienam Lietuvui. Tradicinis papuošalas visą metą.
Vieta kuri saugo mūsų brangaus krašto auksą — gintarą. Didžiausias pasirinkimas gintaro dirbinių.
AMBER GUILD, Ltd.
Virš 50 metų gintaro versle.
80-19 31th Ave., Jackson Heights, L. I., N. Y.
Tel. HA 9-8855
Lengva pasiekti auto—Northern Blvd. (25a) iki 31st Ave
IND sub. iki Roosevelt—Jackson Heights Stores
IRT sub. iki 74th St. Stoties 13 čia LaGuardia Aero
Port Bus iki 31st Ave

MĖSOS URMO PARDAVIMAS
ALBRECHT & KOELBER
197 NORTH 6th ST. BROOKLYN 11, N. Y.
EVergreen 8-6322

CASINO TEATRAS
210 East 86th St., N.Y.C. Tel.: RE 4-0257, BU 8-0561
Gruodžio mėn. 17 iki 23 d.
"ZIRKUS RENZ"
Rene Deltgen—Angelika Hauff—Paul Klinger—Fritz Odemar
ir "SIEBEN OHRFEIGEN"
Lillian Harvey—Willy Fritsch—Alfred Abel—Oskar Sima
Vokijka savaitės apžvalga.



Gaston Dominici, 77 metų praeitūzas, nužodė Sir Drumond, žmoną ir 11 metų dukterį, Dingo teismo pasmerkta mirti.

Maspeth
Lietuvių Piliiečių Klubas
Adv. S. Bredes, pirm., J. Januškaitis, vicepirm., P. Slapikas, įžd., P. Mikalauskas, sekr., A. Garnis, fin. sekr.
BARAS NARIAMS IR SVEČIAMS
Salė pramogoms
Refkalingi nauji bolininkai.
Varžytinės vyksta pirmadieniais, trečiadieniais ir ketvirtadieniais.
LIETUVIŲ PILIEČIŲ KLUBAS
P. LISIAUSKAS, Vedėjas
69-61 Grand Ave., Maspeth, N. Y.
HA 9-9866

Misiunų Degtinės Krautuvė
RAY'S LIQUOR STORE
JUOZAS IR IZABELĖ MISIŪNAI
Savininkai
Didžiausias degtinės ir vyno pasirinkimas.
Ivairiausios rūšies amerikoniški ir importuoti gėrimai.
103-55 Lefferts Blvd., Richmond Hill, N. Y.
Virginia 3-3544

TURIZMO IR APDRAUDOS BIURAS
Kellonės laivais ir lėktuvais, Ivairiausios apdraudos, Nuosavybių pirkimo ir pardavimo, Biznio knygu vedimo, Taksu (income tax) paruošimas, Pinigu persuntimo ir skolinimo, Imigracijos ir pilietybės, Notarinų dokumentų tvirtinimo, Vertimų ir ivairiausiais kitais reikalais.
KNYGYNAS—LAIKRAŠČIAI IR KNYGOS
Visais reikalais jums greitai ir maloniai patarnaus broliai
ALBINAS ir KAZYS TREČIOKAI
315 WALNUT ST. (Kamp. Adam St.) NEWARK 5, N. J.
Telefonas MARKET 2-4887

NORITE GEROS — MENISKOS
FOTOGRAFIJOS:
PORTRETO,
SEIMOS,
VAIKŲ,
Ivairių progų nuotraukų
Jums geromis sąlygomis padarys
VYTA. MAZELIS,
baiges New York Institute of Photography,
422 MENAHAN STREET, BROOKLYN, N. Y.
skambinti tel. HY 7-4677

VISAME NEW YORKE NERASITE GRAZESNIU IR PATOGESNIU SALIŲ, KAIP
GRAND PARADISE
Ką nerengtumėte — koncertą, vestuves, šokius, ar prakalbas — Grand Paradise gali tilpti nuo 25 iki 2000 dalyvių.
Reikalų Vedėjas
I. WEINSTEIN
320 GRAND ST. BROOKLYN 11, N. Y.
EVergreen 7-1123

Priilaukime Pinigus Savųjų Tarpel!
REPUBLIC WINE & LIQUOR STORE
X. STRUMSKIS, savininkas
322 Union Avenue,
BROOKLYN 11, N. Y.
Tel. EVergreen 7-2089
Vienintelė Lietuvių degtinės ir vyno krautuvė, gyvuojanti jau 17 metų.

HERBERT & BLOOMFIELD, Inc.
AUTOMOBILIAI — NAUJI — SUNKVZ ZIMIAI (TROKAI) vartoti
FINANSUOJA BANKAS Autorizuotas
TAISYMAS DALYS
Lietuvis JUOZAS E. ARBACIAUSKAS, sav.
CHARLES H. BLOOMFIELD, sav.
110 Hempstead Turnpike, Frankln. Square, L. I., N. Y.
Tel. HE 2-3800

