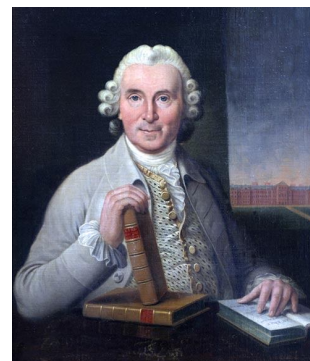


## Biografia: James Lind (1716-1794)

*James Lind był Szkockim lekarzem. Był on pionierem morskiej higieny w Armii Królewskiej. Stworzył teorię, w której twierdził, że owoce cytrusowe leczą szkorbut. Poza swoimi publikacjami na temat szkorbutu (Traktat o szkorbutcie, 1753), Lind opublikował eseje dotyczące gorączki i infekcji (1763), przypadkowych chorób Europejczyków w gorącym klimacie (1768), występujących u więźniów (1773) i o najbardziej efektywnych sposobach zachowania zdrowia przez żeglarzy (1779). Jego rady zawierały szereg ważnych i innowacyjnych pomysłów dotyczących higieny, odżywiania, ważności ognia i oddymiania w zwalczaniu infekcji i niszczeniu ubrań i pościeli w celu zabezpieczenia przed rozprzestrzenianiem się tyfusu. On napisał: „... łatwiej zapobiegać niż leczyć, w stosunku do prawie wszystkich chorób”.*



James Lind urodził się 4 października 1716 r. w Edynburgu, w Szkocji, Jego rodzicami byli Margaret (z domu Smelum) i James Lind, dobrze prosperujący kupiec. Jak każdy młody, dobrze sytuowany Brytyjczyk otrzymał dobre wykształcenie podstawowe (ukończył gimnazjum w Edynburgu) a od 1731 roku rozpoczął studia medyczne, był uczniem (praktykantem) lekarza-chirurga George Langlands. W 1739 został oficerem brytyjskiej marynarce wojennej (jako asystent chirurga), a w 1747 r. został awansowany.

Wiązało się to z rozpoczęciem służby na HMS „Salisbury”, na pokładzie którego Lind przeprowadził pierwszy w historii medycyny kontrolowany eksperyment medyczny. W warunkach wojny (tu wojna o sukcesję austriacką) wielotygodniowe rejsy powodowały masowe zachorowania marynarzy na szkorbut. James Lind podzielił chorych marynarzy na sześć grup i przydzielił każdej ściśle określona dietę zawierającą jeden ze specyfików ówczesnie uznawanych za pomocny przy szkorbutcie (cydr, witriol piwo, woda morską, pasta z czosnku i musztardy, woda Barleja oraz cytrusy). Marynarze otrzymujący owoce cytrusowe dość szybko wracali do zdrowia, po tygodniowym eksperymencie część z nich mogła wrócić do służby.

Lind opublikował swoje spostrzeżenia w roku 1753 (A treatise of the scurvy - Traktat o szkorbutcie). Niestety, praca ta została przez ówczesne środowisko medyczne zignorowana. Lind nie był odkrywcą dobroczynnego działania cytrusów, już w 1601 r. brytyjska Kompania Wschodnioindyjska; a konkretnie kpt. James Lancaster zaopatrzył swych żeglarzy w pomarańcze i cytryny, dzięki czemu załoga uniknęła

szkorbutu. W XVII w. Holendrzy zakładali sady cytrusowe wzdłuż szlaku oceanicznego dookoła Afryki oraz prowadzili eksperymenty ogrodnicze na pokładach statków. Po publikacji Lind'a wielu lekarzy na pokładach okrętów Royal Navy próbowało walczyć ze szkorbutem za pomocą soku z cytrusów, przełomem okazał się jeden bardzo długi, bo 23 - tygodniowy rejs do Indii. W 1794 roku Kapitan HMS „Suffolk”, Peter Rainier, pod naciskiem kontradmirała Alana Gardnera rozkazał wydawać każdemu marynarzowi codziennie 2/3 uncji soku cytrynowego zmieszanego z grogiem. Decyzja była zbawienną, nie był epidemii szkorbutu.

Dopiero rok po śmierci Jamesa Lind'a, w 1795 Admiralicja zdecydowała o wprowadzeniu tego środka profilaktycznego na wszystkie okręty. Dzięki temu szkorbut przestał być problemem w Royal Navy.

Niedługo po zakończeniu eksperymentu na pokładzie HMS „Salisbury” James Lind skończył służbę w marynarce i wrócił do Szkocji, gdzie rozpoczął studia na Uniwersytecie w Edynburgu, aby uzyskać stopień doktora medycyny (MD). Ze względu na jego doskonale wykształcenie i długoletnią praktykę stopień ten uzyskał jeszcze w 1748 roku. O jego wszechstronności świadczy temat pracy dyplomowej, która dotyczyła... chorób wenerycznych.

Po studiach rozpoczął praktykę medyczną w Edynburgu. Ożenił się z Isobel Dickie, miał dwóch synów – Johna i Jamesa. Obu zaszczepił swoje dwie pasje – morze i medycynę. Starszy syn, John (1751-1794) poszedł w ślady ojca, został lekarzem i w 1783 zastąpił go na stanowisku głównego lekarza szpitala Haslar. Młodszy syn, James (1752-1823), tak jak ojciec,

rozpoczął karierę w marynarce wojennej. Służył na morzu przez wiele lat, dochodząc do rangi kapitana. Dowodzony przez niego HMS "Centurion" odegrał znaczącą rolę w bitwie pod Vizagapatam w 1804, za co James Lind Jr otrzymał tytuł szlachecki.

W 1758 James Lind roku został mianowany głównym lekarzem szpitala Royal Naval Hospital Haslar w Gosport na południu Anglii. W szpitalu tym leczono m.in. chorych na tyfus. Lind wprowadził rygorystyczne wymogi higieniczne na ostatnim piętrze szpitala, chorzy marynarze byli kąpani i odwszawiani, a pościel zmieniana i dezynfekowana. Działania te doprowadziły do tego, że tyfus zniknął z tego pietra, natomiast szalał na piętrach niżej, gdzie takie środki higieny nie były wprowadzone. Te obserwacje Linda doprowadziły do wprowadzenia w Royal Navy obowiązkowego, golenia, kąpeli oraz regularnego zmieniania pościeli i odzieży. W rezultacie brytyjscy marynarze nie chorowali często na tyfus, dając brytyjskiej marynarce znaczącą przewagę nad ich głównymi przeciwnikami - Francuzami

Do szpitala Haslar trafiali marynarze z wieloma chorobami tropikalnymi. Pozwoliło to Jamesowi Lindowi na obserwację objawów i leczenie. W 1768 roku, Lind opublikował Esej na temat chorób Europejczyków w gorącym klimacie (An Essay on Diseases Incidental to Europeans in Hot Climates), który był głównym źródłem informacji na temat medycyny tropikalnej przez 50 lat.

Wszechstronność Linda wynikała z jego umiejętności obserwacji, logicznego myślenia i wiązania wielu dziedzin nauki W 1759, Lind odkrył, że woda otrzymana z pary z podgrzewanej wody

morskiej była świeża i nadawała się do picia. Zaproponował też zastosowanie energii słonecznej do destylacji wody. Niestety, ówczesne rozwiązania techniczne nie pozwalały na skuteczną destylację w użytecznej skali. Dopiero wprowadzenie nowego rodzaju kuchenek w 1810 roku pozwoliło na wdrożenie tego, z punktu widzenia żeglugi, doniosłego odkrycia. Lind przeszedł na emeryturę 1783 roku. Zmarł w Gosport w dniu 13 lipca 1794 roku.

### Literatura:

- Dunn Peter (January 1997), "James Lind (1716-94) of Edinburgh and the treatment of scurvy". *Archive of Disease in Childhood Foetal Neonatal* (United Kingdom: British Medical Journal Publishing Group).
- James Lind (1716 - 1794). British Broadcasting Corporation. January 2009. Retrieved 2009-01-17.
- Tracy, *Who's who in Nelson's Navy*. p.227, 228.

---

**Biografia: James Lind** była współredagowana przez Stephena Klassena i Catherine Froese Klassen i jest oparta na **Tle historycznym: Jedzenie, energia i praca – rozwój nauki o żywieniu** napisanym przez Andreasa Junka.

---

**Biografia: James Lind** została napisana przez Piotra Felskiego przy wsparciu Komisji Europejskiej (projekt nr 518094-LLP-1-2011-1-GR-COMENIUS-CMP) i Polskiego Stowarzyszenia Nauczycieli Przedmiotów Przyrodniczych. Publikacja odzwierciedla jedynie poglądy autorów i Komisja Europejska nie może być odpowiedzialna za jakiegokolwiek wykorzystanie oparte na informacjach w niej zawartych.