

997

998

999

613

U-35



691

ՏՕԳԹԷՕՐ Ա. Է. ՍԷԼԼ

Մայրիկին

ԱՌ ԱԶՆՈՐԴԸ

ԱԶՍ ԹԱԳՄԱՆԵԱՑ Ի ԳԱՂԴԱԿԱՆԷ

Գ. ԳԱՂՏԱՍԱՐԵԱՆ

12002

ՏԱՌԳՐՈՒԹԻՒՆ Զ. ՄԱՏԹԷՕՍԵԱՆ

1896

ԿՈՍՏԱՆԴՆՈՒՊՈԼԻՍ

Printed in Turkey

ՄԱՅՐԻԿԻՆ ԱՌԱՋՆՈՐԴԸ

ԿՐ

ՏՕԳԹԷՕՐ Ա. Է. ՍԷԼԼ

613  
Ս-35

Մայրիկին

# ԱՌԱՋՆՈՐԴԸ

ԱԶԱՏ ԹԱՐԳՄԱՆԵԱՅ Ի ԳԱՂՂԻԱԿԱՆԷ

Դ. ՊԱՂՏԱՍԱՐԵԱՆ

معارف عمومیہ نظارت جلیہ سنک ۱۲ شوال ۳۱۳ و ۱۴ مارت  
۲۱۲ تاریخلی و ۷ نومرولی رخصتنامه سیله طبع اولمشدر

ՏՈՒՐՈՒԹԻՒՆ Յ. ՄԱՏԹԵՈՍԵԱՆ

1896

ԿՈՍՏԱՆԴՆՈՒՊՈԼԻՍ

2010

16181

ՏՊԱՐԱՆ, ՎԻՄԱԳՐԱՏՈՒՆ, ԿԱԶՄԱՏՈՒՆ

ԵՒ ԹՂԹՎԱՃԱՌԱՆՈՑ

Յ. ՄԱՏԹԷՈՍԵԱՆ

27, Ֆինանսերի Եղևույթ, Կ. Պոլիս:



2063

39

ՅԱՐԳԵԼԻ ԲԱՐԵԿԱՄԻՆ

ՏՕԲԹ. ՍԵՐՈՎԲԷ ԷՖԷՆՏԻ ԳԱՎԱԼՃԵԱՆԻ

ԿԸ ՁՕՆԷ

ԹԱՐԳՄԱՆԻՉՆ

Printed in London

**ՆՐԱՆՈՒ ԽՕՍԻՔ**

Քիչ խօսքով շատ բան կը սորվեցնէ Մայրիկին Առաջնորդը :  
Մարդուն ամբողջ կեանքին մէջ՝ առողջապահական ինամքի  
եւ մարմնական հոգատարութեան ամենէն աւելի պէտք ունեցող  
ժամանակն է մանկութեան շրջանը : Նորածինին մարմինը՝ ամեն  
ժամանակէ աւելի ենթակայ ու հակամէտ է ազդուիլ ներքին եւ  
արտաքին բազմաթիւ փոփոխութիւններէ :

Ուստի , մայր մը կամ դայեակ մը պէտք է աղէկ գիտնայ այդ  
վիճակին յատուկ եղող տարրական ու գործադրելի պարզուկ կա-  
նոնները :

Անփորձ մայրիկի մը եւ անուս դայեակի մը համար անզուգա-  
կան ընկեր մը , անհամեմատելի օգնական մը պիտի ըլլայ սա  
հատորիկը . իսկ , բժիշկ եւ կամ կարող դայեակ չի գտնուած  
տեղերուն համար՝ փրկող ձեռք մը պարզապէս :

Կարծես յատկապէս հայ մայրերու համար գրուած ըլլար սա  
գրքոյկը , մեր անձնական դիտողութիւններն այնքան նման են հե-  
ղինակին շեշտած կէտերուն : Առանց վարանելու , ջերմապէս կը  
յանձնարարենք զայն բոլոր մայրերուն , որոնք իրենց պզտիկներուն  
համար աղէկ կ'ուզեն :

Տգէտ դայեակներու եւ յիմարական առասպելներու փորցան-  
քէն կրնան ազատիլ ամեն անոնք , որ ձանձրոյթը առնեն առաջ-  
նորդուիլ սա Մայրիկին Առաջնորդէն :

Մայիս 4, 1895  
Պատրիզակ

ՏՈՒԹ. ՅՈՎՍ. ՏԷՐ ՍՏԵՓԱՆԵԱՆ





## ՄԱՅՐԻԿԻՆ ԱՌԱՋՆՈՐԴԸ

Ի. Մկուռնդ

**ԸՆՏԱՆԻՔԻ** մը մէջ պատահած նշա-  
նաւոր դէպքերուն գլխաւորն է երախայի մը  
ծնունդը: Հազիւ թէ փոքրիկ էակը, սուր ճիւղով  
մը, իր աշխարհ դայն կը ծանուցանէ, և ահա  
բոլոր անեղիք, ազգականք, բարեկամք և  
դրացիք, անոր շուրջը ժողովելով դիտեն անոր  
փոքրիկ մարմինը և կողովեն դիտնալ անոր որ  
սեռին վերաբերելը: Սպա սկսին հօրը և մօրը  
չոսյլ բարեմաղթութիւններ ընել: Մայրն ալ,  
իւր հազիւ դողարած դառն ցաւերն մոռնա-  
լով, անոնց պատճառն եղող առարկան վնասու-  
եալ և զայն սիրալիր համբոյցներով ծածկելով իւր  
քովը պառկեցնէ:



Նորածինին պորտին լարն կտրուելէ և նախնական գործողութիւններ և մաքրութիւններ կատարուելէ ետև, մօրը մտաց մէջ շատ մը հարցումներ կը ծագին. ի՞նչ են երախտային պէտքերն, զայն ի՞նչպէս սնուցանել լաւ է, զանի մեծցունելու ամենալաւ կերպը ո՞րն է, որպէս զի նա առողջ, առոյգ և կայտառ մի մանուկ ըլլայ : Այս հարցմանց գոհացուցիչ պատասխան ստանալու համար մայրը դիմէ բժշկին և դայեակին խրատներուն և խորհուրդներուն : Ասոնք թէև կարեւոր և օգտակար հրահանգներ կուտան, սակայն շատերը կը մերժեն անոնց փորձառու յորդորներն, քիչ շատ ներելի և աններելի, իրաւացի և անիրաւ պատճառներով, որոց գլխաւորներն են հանգստութեան սէր, ժամանակի պակասութիւն, զբաղմանց շատութիւն, ընկերական վիճակ, եւն : Պաշտեն երախան, սակայն զանի լաւ սնուցանելու և դարմանելու համար փոքր ինչ յաւելուածական նեղութիւն, աշխատանքի և անձնուրացութեան յանձնառու ըլլալ չեն ուզեր : Անհնար է, ըսեն, ամէն բանի համակերպիլ և ամէն կանոնի հնազանդիլ, և նորէն իրենց խելքին կը հետեւին և հաճելի, դիւրին և շահաւոր սեպածնին ՚ի գործ կը դնեն ՚ի վրաս երախային : Ոմանք ալ ընդու-

նած հրահանգներն ի սկզբան կէտ առ կէտ և բժախնդրաբար ի գործ կը դնեն, բայց շուտով ճանճրանալով սկսին սովորութեանց և մեծամասնութեան հետեւիլ : Տունէ տուն շրջող պառաւ կանանց յիմարական առասպելներուն, խրատներուն և խորհուրդներուն մտիկ կ'ընեն, և այսպէս իրենց սիրեցեալ երախային առողջութիւնը և մինչեւ իսկ կեանքը զո՞հ կը բերեն : Ուստի այս գրքոյկովս, մանաւանդ դեռ ահա մայրերուն, պիտի տամք խիստ համառօտ, դիւրահասկնալի և պարզ մի ծրագիր երախային խնամատարութեան համար, որոց հետեւելով մայրերն գոնէ ազատ պիտի ըլլան խղճի խայթէ, երբ, հակառակ իրենց կէտ առ կէտ ի գործ դրած և հետեւած առողջական օրինաց և կանոնաց, երախան առողջ, կայտառ և առոյգ չ'ըլլայ :

2. Երախային առաջին շուացումը

Դայեակին գործն է նորածինը ձէթով շփել, որպէս զի մարմնոյ զանազան մասանց վրայ դանուած արգանդի ճարպերը մաքրուին : Ապա յարմար լոգարանի մը մէջ գաղջ ջրով և կակուղ սպունգով ամբողջ մարմինը լուս-

լով և փափուկ մի ղենջակով լաւ մը չորցնե-  
լով և պէտք եղած տեղերը զուտ բրինձի փոշի  
ցանելով պէտք է յառաջանայ պորտին լարին  
խնամատարութեան :

### 3. Պորտին շարք

Ծննդեան վայրկենին դայեակը երախա-  
յին պորտին լարն կը կտրէ և կը կապէ : Այժմ  
կակուղ կտաւի մը կտոր, քառակուսի ծալ-  
լելով, պորտին վրայ կը դրուի և կը կապուի,  
սա կը չորնայ քանի մ'օրէն և աւելորդ մասը  
ի վերջոյ կ'իյնայ : Այս պարզ կերպէն դուրս  
եթէ իւղեր և սպեղանիներ գործածուին գար-  
շահոտութիւն յառաջ կուգայ : Իբր կապ բաւ  
է կտաւէ, երեք մատ լայն, մի ժապաւէն, ու-  
րոյ երկու ծայրերը ետեւի կողմէն կապիչնե-  
րով միմեանց հետ միանան : Պէտք չէ գըն-  
դասեղ գործածել, աս կրնայ երախային մար-  
մինը վերաւորել : Այս կապը պէտք է բոլոր  
օրն դիտել, քանզի չէ թէ միայն կրնայ տե-  
ղէն խախտիլ, այլ երախային բնական պի-  
տոյքէն, մանաւանդ երբ նա մանչ է, թրջիլ  
և գարշահոտիլ :

Լարին մնացորդը սովորաբար 5-6 օրէն

կ'իյնայ, սակայն պորտին վրայ դեռ փոքրիկ  
վէրք մը կը մնայ որ չէ թէ միայն չորցած չէ  
այլ նաև դուցէ փոքր ինչ բորբոքեալ : Փոք-  
րիկ մի կակուղ կտաւ, քառակուսի կտրելով  
և ութ ծալք ընելով, պէտք է դրուի վէրքին  
վրայ փոքր ինչ օսլաի (աւիֆ-soln, forw) փոշի  
վրան ցանելով, և առաջուան պէս շարունա-  
կուի կապել : Այս կը բաւէ կատարելապէս  
չորցնելու պորտը : Լաւ է շարունակել այսպէս  
կապել երախային որովայնը մինչև որ սա վեց  
շաբաթուան ըլլայ, որպէսզի հարկ եղած դի-  
մադրութիւնն ընէ աղիքներուն դուրս խու-  
ժելուն, երբ երախան ճչէ և աղաղակէ : Ման-  
կանց առաջին շաբաթներուն մէջ թէև դիւ-  
րին է աղիքներուն թափիլը բուժել, սակայն  
այս նախազգուշութիւնը լաւ է ի գործ դնել :  
Հակառակ այս միջոցներուն եթէ աղիք դարձ-  
եալ դուրս ելլեն, պէտք է քժիչկին դիմել :

Պորտին լարին աւելորդ մասը կրնայ 10-  
15 օրէն իյնալ, ասոր պատճառներն են, լա-  
րին չափազանց թանձր, և երախային ժա-  
մանակէն առաջ ծնած ըլլալով շատ տկարա-  
կազմ և հիւանդոտ ըլլալը : Սակայն երբ 5-6  
օրէն աւելորդ լարը չիյնայ պէտք չէ խռովիլ :

4. Երախային արդուզարդը

Երախան ալ արդուզարդ մ'ունի որ խիստ կարեւոր է, թէև նա պարզ քանի մը կտորէ բաղկացեալ ալ ըլլայ: Ամբան հանդերձներն կը բաղկանան բարակ շապիկներէ, թանձր կտաւ բաճկոններէ, բամպակ վերմակէ, կտաւէ խանձարուրներէ, թեթեւ և փոքրիկ կուրծկալներէ և բամբակէ փոքրիկ գտակներէ: Իւրաքանչիւրի թիւը մօր մը կամքէն և կարողութենէն է կախեալ:

Խանձարուրին մէջ չափաւոր կերպով փակելու ենք երախան առանց կուրծքին վրայ ճնշում բանեցնելու. կուրծքը պէտք է ազատ թողուի որ ընդարձակի և ծաւալի: Տաք եղանակին պէտք է զգոյշ ըլլալ գլուխը չափազանց ծածկելէ. շատ մայրեր այս վատ սովորութիւնը ունին, որով ոյժերն սպառող քրտինք առաջ կուգայ, արիւնը դէպի ուղեզ կ'դիմէ և նուազում (սքազմ) յառաջ կը բերէ: Թեւերն յաւետ թոյլ, գրեթէ ազատ, պէտք է թողուին խանձարուրին մէջ և ոտուկը շատ թեթեւ կերպով փաթթուած ըլլան:

Զմբան արդուզարդն կը բաղկանայ բրդեայ

(Քանեղա) շապիկներէ, բրդեայ խանձարուրներէ, և առանց կապի կըր գտակէ մը որ երախային գլուխը դուրելով ամբան, կապով, գլխանոցը ասոր վրայէն կը դուրի և ծնոտին տակէն կը կապուի: Հարկ չէ ըսել որ երախայից հանդերձեղեններն ամէն լուացուելուն ոչ թէ միայն լաւ չորցնել պէտք է, այլ նաեւ զանոնք, դեռ չհագցուցած, կրակին ցոյց տալու է որ բոլոր խոնաւութիւնը հեռանայ անոնց մէջէն:

5. Երախային գլխուն ձեւը

Անդրանկածին երախայից մեծագոյն մասին գլխուն ձեւը, մանաւանդ երբ նախ գլուխի լոյս է եկած, աձեւ կ'ըլլայ: Ասիկա ալ իւր պատճառներն ունի: Մօրը գանկը նեղ իսկ երախային գլուխը տարօրինակ մեծ և խոշոր ըլլալով, բնականաբար սա դէպի կոնգը կ'երկարի, որպէս զի կարող ըլլայ ի լոյս դառնալ: Կրնայ նաև ծննդաբերութեան ցաւերը չափազանց երկարատեւ ըլլալ որով երախային գլուխը ատեն մը ճնշեալ կը մնայ, կուռի և աձեւ մի կերպարանք կ'առնէ: Անփորձ մայրեր կը խնդրեն որ դայիեակը արուեւտական

ճնշմամբ գլուխը վայելուչ ձեւի մը վերածէ, այս խնդիրը պէտք չէ ի գործ դնել, քանզի ոչ թէ միայն անօգուտ է այլ նաև երբեմն վտանգաւոր: Լոկ համբերութիւն. քանի մը օրէն ուռն ինքնին կ'անցնի և գլուխն իւր բնական ձեւն կ'ստանայ, քանզի գանկին ոսկորներն, որ ճնշմամբ և սեղմուելով միմեանց վրայ էին ելած, նորէն քովէ քով կուգան և կարը կարին կցուելով կը միանան: Հարկաւ այս մասին քիչ շատ բացառութիւններ կան, գլխուն ձեւակերպութիւնը պէտք է միշտ բնութեան թողուլ:

6. Նուաղեալ և ուրածիւն

Կան երախայք որ մարած, դրեթէ մեռած, աշխարհ կուգան: Ծննդեան ցաւոյ երկարատեւութիւնը, երախային անզօրութիւնը, պորտին լարին վիզին փաթթուած ըլլալը ևն. կրնան ասոր նախնական պատճառն համարուիլ:

Արդ որդեծնութիւնը կրնայ լեռը, դաշտը, ի ճանապարհի և օգնութենէ հեռի վայր մը տեղի ունենալ, ուստի ինչ ընել հարկ է նման պարագայից մէջ:

Երբ նուաղումը պորտին լարին երախային

վիզը փաթթուելէն յառաջ է եկած, նորածինին դէմքը դեղնած և կապտագոյն կ'ըլլայ: Անառն լարը պէտք է անմիջապէս քակել և վիզը ազատ արձակել: Յետոյ պահ մը թողլով որ լարը արիւնով լեցուի, պէտք է կտրել զայն, (լարը) և մատով երախային բերնի և կոկորդի լորցունքը դուրս հանել, որ ազատ շնչառութիւն սկսի: Երբ այս չ'յաջողի, պէտք է արուեստական շնչառութեան ձեռնարկել, այսպէս. — Երախային քիթը մէկ ձեռքով գոցելէ յետոյ պէտք է բերանը բանալ և նորածինին բերնին մէջ բերնով մեղմիւ շունջ փչել. ապա միւս ձեռքով երախային կուրծքը մեղմիւ ճնշելով ներշնչեալ օդը դուրս պէտք է վանել: Այսպէս կրկնելու է 5-6 վայրկեանը մի անգամ, բայց այս գործը բժիշկը ընելու է: Եթէ երախան չէ մեռեալ, կարճ կամ երկար միջոցէ մը յետոյ խոր մի շունջ առնէ և կուլ տալու նման մի ձայն կը հանէ: Ապա սրտին բաբախում վերստին սկսելով երախան հաւասար և կանոնաւոր շնչառութիւն կուսնայ, դէմքը կենդանի գոյն մը կ'ստանայ, կողեւորի և մէկ սուր ձիչ մը արձակելով երախան իւր ի կեանս վերագառնալն կ'աւետէ: Արտաքին ուրիշ միջոցներ ևս կրնան ՚ի գործ դրուիլ. զոր օրինակ, կրնանք

ամբողջ մարմինը քացախով շփել, մեղմիւ ծեծել մարմինը, վրան պաղ ջուր սրսկել և սրտին շուրջը տաքցած ջուրի շառաւիղ մը ցայտեցնել: Եթէ իրօք մեռած չէ երախան այս միջոցներով պիտի սթափի և ի կեանս վերագառնայ:

7. Տկարածին երախայ

Երախան ծնած ատեն որքան անզօր և տկարակազմ ալ ըլլայ պէտք չէ անյոյս ըլլալ. հարկ եղած հոգն ու խնամք տանելով նա օր քան զօր պիտի ուժովնայ, զօրանայ, մեծնայ և զարգանայ: Տկարածին, գրեթէ կիսամեռ, երախայք ամէն դարու մէջ տեսնուած են, որոնք ոչ թէ ապրեր են առողջ և քաջառողջ այլ նաև, երկայնակեաց իսկ են եղած: Առաջին 5-6 ամիսներուն մէջ այսպիսիներն չափազանց հոգածութեամբ խնամելու ենք, բոլոր մարմինը բամպակի մէջ փաթթելով և որբանին մէջ, բնական ջերմութիւնը պահելու և զօրացնելու համար տաք ջրոյ սրուակներ դնելով: Անոնք այնքան ուժասպառ և անզօր են որ կաթն իսկ չեն կրնար ծծելով ընդունիլ, ուստի կաթնատուն պարտի կաթը կաթիլ կաթիլ բերանը քամել:

Այս տեսակ երախայից կարգէն են եղած Վոլթէն, Վիքթօր-Հիւկօ եւն: Առաջինը, ծնած ատեն մեռեալ համարուելով, երեսի վրայ թողուեցաւ, սակայն մեծ հոգատարութեամբ խնամուելով ապրեցաւ և 84 տարեկան ըլլալէ յետոյ մեռաւ: Նոյնպէս և Վիքթօր-Հիւկօ, որ գրեթէ մեռեալ էր ծնած, բծախնդիր հոգածութեամբ դարմանուելով ապրեցաւ և մարմնով և մտքը կայտառ մարդ մը եղաւ և 80 տարեկանն անցած էր երբ մեռաւ: Այս երկուքը դոնէ թող քաջաբեր կարդան այնպիսի ճնողաց որ անզօր երախայ կ'ունենան, թող չյուսահատին այլ փոքր ինչ անձնուրացութեամբ յարատեւէն իրենց զուկին կենաց կայծը վառ պահելու:

8. Կսք ունեցող երախայ

Երբեմն ալ կը պատահին երախայք որ ծնունդէն մի քանի օր վերջը, ուռած ստինքներ կ'ունենան, սակից կաթի նման մի հեղուկ կը վազէ, կանայք կը ջանան սեղմելով դուրս հանել այս հիւթը, սակայն վնասակար է մանկանց այս գործարանին վրայ ճնշում քանեցունել. կրնայ ուռ գոյանալ և մինչև իսկ աղետաբեր բորբոքումներ յառաջ գալ:

9. Որրանը

Դեռ երախայն աշխարհ չեկած խանդակաթ, հեռատես մայրիկը անոր որրանը կը պատրաստէ և լոկ մի մօր յատուկ եղող հոգածութեամբ և սիրով իր ձեռօք ամէն անոր վերաբերեալ նիւթերը կը յարդարէ և կը կարդադրէ :

Որրանին ձեռն քիչ կարեւորութիւն ունի, նմանապէս նիւթն, որմէ սա շինուած է, կըրնայ ոսկորէ, երկաթէ կամ լոկ փայտէ ըլլալ, ինքաբանչիւր մայր ազատ է ըստ իւր կարողութեան և ճաշակի ընտրութիւն ընել : Բաւ է որ որրանը միշտ գետնէն բարձր ըլլայ, որ առողջութեան համար միշտ կարեւոր կէտ մ'է : Որրանին յատակը ձիւռ մտղէ և կամ խոտէ մի ներքնանկողին պէտք է զետեղուի ու վրան մէկ կամ աւելի բարակ բուրդէ կամ բամպակէ անկողին : Անկողինը միշտ չոր և հոտերէ զերծ պէտք է պահել : Որրանին եղերք պարտին մէջի անկողինէն աւելի բարձր ըլլալ, որպէս զի, երբ երախան ազատ շարժում ընելու հասակին հասնի, որրանէն չզլորի : Որրանին և անկողնոյ մէջտեղ մամլաթ դնելու է, քառույթի լաթ աւելի լաւ է, եթէ գտնուի :

Ասի խիտ կարեւոր է, որպէսզի երախային բնական պէտք չթափանցեն անկողնոյ : Ոմանք թաղիք (գէյէ) գործածեն փոխանակ մամլաթի ասի շատ անյարմար է քանզի երբ մեզը անոր մէջ թափանցէ դժուարին է լուալ և չորցունել, և որքան ալ ջանանք գարշահոտութիւնը իւր մէջ կը պահէ :

Որրանը պէտք է գոցել բարակ շղարչէ (թիւրպէնս) վարագոյրով մը. սա պէտք է թեթեւ և նուրբ ըլլայ, որպէս զի օդը միշտ շրջադայէ և տաք եղանակին երախան ճանճերէ և մթեղներէ ապահով պահէ : Վերմակ և ծածկոց եղանակին բարեխառնութեան համաձայնելու են : Որրանը պէտք է դրուի ծնողաց և կամ կաթնտուին մահին քովիկը, օդատուն սենեակի մը մէջ. խաւար և խոնաւ խուցերէն խալառ խորշելու է, քանզի ուր օդ չկայ անդ չկայ և կեանք : Պէտք չէ դնել զայն դրան կամ պատուհանին քով որպէսզի երախան օդի մշտատեւ հոսանքին ենթակայ չըլլայ : ասի թէ երախայից և թէ չափահասից համար հաւասարապէս փաստակար է և աղետաբեր հետեւանք կրնայ ունենալ :

10. Ձեռուցիչ

Յուրտ եղանակին օգտակար է դնել սրահին մէջ և երախայից ոտից մօտ ջեռուցիչ տաքցունող մը որպէս զի շարունակ տաքութիւն արտադրէ : Ամենալաւ ջեռուցիչն է տաք ջրոյ սրուակը, որ բրդեզինի կամ զենջակի մը մէջ փաթթելով երախային ոտից քովը կը դրուի և անոնց ոտքերը այրելու կամ խաշելու վտանգէն ազատ են : Այս սրուակին արտադրած ջերմութիւնը մեղմ և մշտատե կ'ըլլայ : Տաքցած աղիւս կամ երկաթը երբէք գործածելու չէ այս նպատակիս համար, ասով ոչ թէ միայն անհնար է ջերմութեան աստիճանը որոշել, այլ նաև խիստ ծանրակշիռ արկածներ տեղի կ'ունենան : Անկողինը բռնկելով երախան ևս կրնայ այրիլ : Քանի մայրեր այս կերպով այրած են իրենց սիրատուն երախաները որոնց ոտքերը բոլորովին ածուխ դարձած չարաչար մեռած էին :

11. Որորեղ

Երախան շարունակ որորելն վատ սովորութիւն մ'է, ոչ թէ անօգուտ է սա այլ

վնասակար և վտանգաւոր երախային համար, վնասակեցուցիչ և յոյժ յոգնեցուցիչ մօրն կամ կաթնտուին :

Երբ գիշերը երախան, առանց մի ծանօթ պատճառի, յանկարծ արթննայ և ճչէ, կրնանք որորելով վերստին քնացունել զայն, այս բացառութիւն մ'է : Սակայն սովորաբար որորելը այնպիսի ունակութիւն մ'է եղած որ երբ դադարի երախան կուլայ և անդադար կուլայ և չդադարիր մինչեւ որ որորելու գործողութիւնը վերստին սկսուի :

12. Գուն

Պէտք է կանուխէն վարժեցունել երախան որ ցորեկը երկու երեք ժամ քնանայ և երեկոյին կանուխ անկողին դրուի : Գիրկը կամ ծնկաց վրայ եղած ատեն, երբ քունը հասնի երախային վրայ, պէտք է իսկոյն որրան դրուի, որրանն է իրենց քնանալու տեղը, անոր պէտք է վարժուին, քանզի եթէ այնպէս չընեն կաթնտուին քունը և հանգիստը պիտի խանգարի : Երախայք ամէն սովորութեանց կը վարժուին, թէ բարի ըլլան անոնք թէ վատ : Թէև երախան նախ խստիւ

պիտի դիմադրէ, լայ, ճշէ և աղաղակէ, երբ որրանը դբուի, սակայն իւր հակառակորդին հաստատամտութիւնը պիտի կտարեն անոր կամք և հպատակեցնեն զանի :

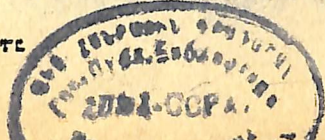
13. Երախային շացը

Միշտ պէտք է հասկնալ երախային լաւութեան պատճառը. ցա՞ւ, անօթութիւն, թացութիւն կամ աղտեղութիւն է անոր լալուն պատճառը. քանզի կան երախայք որք ի բնէ մաքրասէր են և չեն հանդուրժեր թաց կամ աղտեղի վիճակի մէջ թողուիլ : Լացին պատճառը կրնայ նաև ըլլալ մի դնդասեղ, որ երախային մարմինը կը խոցէ. շատ անգամ ալ լալու պատճառ բնաւ չկայ, կուլայ որ զինքը առնեն. խնդիրը սակայն այս է թէ լա՞ւ է կատարել անոր կամքը : Կայ նաև երախայ որ ի բնէ լալկան է, այս՛, լալը իրեն հաճոյք պատճառէ, կը սիրէ իւր ձայնը լսել, և ոչինչ կարող է զայն հանդարտեցնել քանզի կուլայ որպէսզի լայ :

14. Մայրական կար

Իւր զաւակը անձամբ և բուն իւր կաթովը անուցանող մայրը բնութեան իւր վրայ դրած պարտականութեանց ամենավեհը և ամենասուրբը կատարած կ'ըլլայ : Վարձեալ կաթնտուն անհնար է որ հարազատ մօր մը խնամաստարութեան և հոգածութեան դերը կատարէ : Ասիկա դժուարին չէ հասկնալ, քանզի հնար է որ կաթնտու մի կին, որ լոկ կարօտութենէ ստիպեալ ուրիշի մը զաւակը անուցանելու փափուկ պաշտօնը կ'ստանձնէ, մօր մը սէրը, քաղցրութիւնը և անձնուիրումը ունենայ : Երբ իւր կոչումէն դուրս որեւէ աշխատութիւն, կամ գործ, որ աւելի շահ կրնայ բերել, զինք հրապուրելու ըլլայ, նա յայնժամ յօժարութեամբ երեսի վրայ թողու իւր անօգնական սանը. բան մը, որ ոչ մի մայր հնար է որ ընէ, քանզի լոկ զուտ մայրական սէրն է որ զինք այս բնական սպաշտօնին կ'առաջնորդէ, մինչ կաթնտուն իւր և իւր ընտանեաց ապրուստը ապահովելու համար բուն իրեն սեպհական զակէն կաթն յափշտակելով զայն ուրիշի մը կը վաճառէ :

2063  
39





15. Անձամբ սնուցանելու օգուտը

Երախային համար մօր մը կաթը ամենա-  
 յարմար սնունդն է. ստուգուած է որ նա բոլոր  
 ուրիշ օտար կաթերէն նախապատիւ է թէև  
 մինչեւ իսկ անոնց հետ միենայն տարրը ունենայ  
 և յատկութիւնը ամենալաւ ալ ըլլայ: Մօր  
 կաթը, թէև ի սկզբան շատ ջրախառն և լոյծ  
 ալ ըլլայ, սակայն շուտով կը թանձրանայ, և  
 սնուցիչ ու զօրացուցիչ կ'ըլլայ, որով երա-  
 խան կը մեծնայ, կ'աճի, և կը զարգանայ:

Կ'ըսուի թէ առաջին կաթը (բօյօսքում)  
 իւր մէջ այնպիսի ազնիւ յատկութիւն կը պա-  
 րունակէ որ երախային լաւ լուծողական մը  
 կ'ըլլայ և աղիքները նախնական կզկզանքէն  
 (մեթօնիում) կը մաքրէ, ուրիշ լուծողական դե-  
 ղերու նման առանց աղիքը որևէ կերպով  
 դրդուելու:

16. Անձամբ սնուցանելու արգելներն

Թէեւ մայր մը ջերմ վափաք ունենայ  
 իւր զաւակը անձամբ սնուցանելու, սակայն  
 և այնպէս այն սուրբ պարտականութիւն կա-  
 տարել չէ ամեն մօր գործ:

Թորքախտէ վարակեալ մայր մը թէ իր  
 և թէ զաւակին շահին և օգտին համար երբէք  
 իւր զաւակը անձամբ սնուցանելու չէ, նոյն-  
 պէս երբ մայրը շատ փափուկ կազմութիւն  
 մ'ունի, տկար և անզօր է: Կը պարտաւորի  
 նաև հրաժարիլ իւր զաւակը անձամբ սնու-  
 ցանելէ երբ ստինք ուռեցքներով և բորբոք-  
 եալ պալարայից վէրքերով ծածկուած են:  
 Կան նաև կանայք որոնց ստինք լաւ կազմա-  
 կերպեալ չըլլալով տափակ են և ներս քա-  
 շուած. ուստի ամէն ջանք և փորձ ապար-  
 դիւն կ'ըլլեն, և ամէն հնար եղած միջոց և  
 արուեստական գործիներ ի զուր փորձելէ ե-  
 տեւ, մայրը կ'ստիպուի, ցաւ ի սիրտ, հրա-  
 ժարիլ իւր սիրեցեալ զաւակը անձամբ սնու-  
 ցանելու բարեբախդութենէն:

Գարձեալ կան ուրիշներ որ թէեւ լաւ  
 ձեւակերպեալ ստինքներ ունին, սակայն, ափ-  
 սոս և բիւր աւաղ, որ կամ շատ քիչ է կաթ  
 և կամ բնաւ չունին. ու այս կաթ ըսուածն  
 ալ լոկ ջրային հեղուկ մ'է: Ասոնք եւս այն  
 դժբաղդներէն են որք, հակառակ իրենց ջերմ  
 բաղձանաց, բոլորովին անկարող են սնուցա-  
 նել իրենց երախաներն: Անկարող են նաև  
 ջղային և դիւրագրգիւ կանայք անձամբ սնու-  
 ցանել, քանզի ներքին, մտային և հոգեկան

վիճակք մեծ ազդեցութիւն ունին կաթին , և ասով, զայն ծծող երախային առողջութեանը վրայ :

Կարգ մը մայրեր ալ կան որ կատարեալ առողջութիւն վայելելով և դերազանց վիճակի մէջ ապրելով հանդերձ առաջին և երկրորդ որդեծնութեան ժամանակ հազիւ կաթ կ'ունենան , մինչդեռ յաջորդ զաւակը սնուցանելու բաւական կաթ կրնան ունենալ : Բժիշկը այսպիսեաց քաջայեր կը կարդայ և կը յորդորէ առանց յուսահատելու իրենց յանձնարարեալ առողջական պարզ կանսններուն հետեւիլ , վստահ ըլլալով որ կաթը անշուշտ պիտի դայ : Ասիկա ստոյգ է , քանզի բարոյական ազդեցութիւնք և ուտեստի և ըմպելեաց կարգաւորութիւնք շուտով կաթին քանակն (յափը) և որակը (տեսակը) կը զօրացունեն , կաթը կ'առատանայ և կ'ազնուանայ և երախան առողջ ու կայտառ կ'ըլլայ :

Բոլոր այս արգելքներու հանդիպող մայրեր թող դիմեն հմուտ բժիշկի մը, յայտնեն մանրամասնօրէն իրենց զգացածներն , հետեւին կէտ առ կէտ անոր փորձառու խրատներուն և պիտի բերկրին լաւ արդիւնք ձեռք բերելով :

17. Սնուցման մեջ երախային յարուցած արգելքները

Յետին աստիճան տկարակազմ և անզօր երախայք , չկարեն ստինքը բերանին առնել և ուստի մօր մը համար անհնար կ'ըլլայ զայն սնուցանել , մանաւանդ երբ սա իր անդրանիկ զաւակն է : Այս վիճակիս մէջ պէտք է երախան յանձնել կաթնտուրի մը որ արդէն տղայք սնուցած է : Սա պարտի ի սկզբան կաթը երախային բերանը քամել , մինչեւ որ նա ա՛յն աստիճան զօրանայ , որ կարենայ ինքնին ստինքը ծծել :

Շրթունքներուն թերի կազմութիւնն ալ երբեմն կ'արգիլէ երախան , հակառակ բոլոր ճիգի , ստինքը բերնին մէջ ամփոփել և քամել , հոս ալ ուրիշ կերպով պէտք է սնուցանել երախան , որոյ վրայ յետոյ պիտի խօսինք :

Կան տղայք որ ի ծնէ դաղդղական ակտով վարակեալ են . եթէ մայրը զերծ է այդ ակտէն պէտք չէ որ վախնայ անձամբ սնուցանել երախան . քանզի փորձով տեսնուած է որ այսպիսի վարակեալ տղայք անձամբ սնուցանող մայրեր բնաւ չեն վարակուած : Սակայն

եթէ տղան կաթնտուի մը պիտի յանձնուի նոյն ախտով վարակեալ մի կին պէտք է վընտաւել և եթէ հնար չըլլայ յայնժամ սրուակով պէտք է սնուցանել: Եթէ մայր և որդի միևնոյն ախտով են վարակեալ մեծ յոյս կայ որ տղան բժշկենք մօրը դեղ տալով, մայրը պէտք է սնուցանէ անձամբ և դեղ առնէ, կաթին հետ երախան բուժիչ դեղն ալ կը ծծէ:

Ըստ երեւոյթի քաջառօղջ և լաւ ձեւակերպեալ երախաներ կան որ ատեն մը կը մերժեն ստինքը բերանին առնել: Այսպիսի պարագայից մէջ անմիջապէս յուսահատելու չէ, ասոր պատճառ մը ըլլալու է հարկաւ և ջանալու է զայն գտնել: Գուցէ մօրը ծիծը փոքր է և կամ թէ տղան հարբուխ է եղած և կամ լեզուին կապը, ինչպէս կ'ըսեն, մէկ թերութիւն ունի: Ուրիշ տղայք ալ ստինքը քանի մ'օր բերանը առնելէ ետեւ յանկարծ կը մերժեն զայն. ասոր պատճառն ալ երախայից բերանը ծածկող սպիտակ վերքերն են: Բոլոր այս արդեւքներուն դեղ և դարման կայ: Լեզուին կապն կրնայ կտրուիլ, փոքր ստինքը կրնայ մեծնալ աւելի մեծ երախայի մը կամ նորածին շան ձագի մը, զայնս ծծել տալով և կամ մասնաւոր գործիք մը գործածելով, որ ամեն դեղարան պատրաստ կը

գտնուի: Կրնայ նաեւ ստինքին ծայրին վրայ դրուիլ կառոյտի մի ծծիչ, որով երախան կը ծծէ ստինքը: Գալով սպիտակ վէրքերուն աս եւս դիւրին է բուժել բժիշկէ մը դեղ առնելով:

18. Երախայի հարբուխը

Հարբուխի պատճառաւ երախան կ'ստիպուի փոխանակ քիթով շունջ առնելու, բերնով շնջառութիւն ընել և ուստի ստինք չկրնար բերանը պահել և խեղդամահ ըլլալու ցոյցեր կ'ընէ մինչդեռ կը թիէ, (կաթ կ'ուտէ) և ուստի իւրաքանչիւր անգամ որ կաթը կուլ կու սայ կը պարտաւորի թողուլ ստինք և շունջ առնել: Ասի կը յուզէ և կը գրգռէ երախան կը ճէ և կ'աղաղակէ: Սակայն այս չէ բուրբ: Բերնէն շունջ առնելով շնջափողը կը չորնայ լեզուն ետ կը քաշուի, որով փոքր լեզուակը կը գոցուի և երբեմն կը պատահի որ երախան հեղձամուղ կ'ըլլայ. բարեբախտաբար այս տեսակ տաժանելի մահ հազուադիւս է:

Ի՞նչ պարտիմք ընել այսպիսի ծանրակշիռ պարագայից մէջ:

Պէտք է երախան բարեխառնութեան մեղմ

և չափաւոր վիճակի մէջ պահել և քիթին քսել ձէթ կամ ֆօլՏ ֆրիւժ կոչուած սպեղանին :

Քիթին խոռոչներն մաքուր պահելէ զատ սրունքներուն վրայ մանանէխով ծածկուած բամպակ դնելու է և քանի որ երախան անկարող է թիւլ պէտք է գգալով կերակրել մինչեւ բժշկուի :

19. ՊեՏֆ չե միշտ մայրը անձամբ սնուցանե

Հինգ զաւակաց մայր մը , որ իւրաքանչիւր որդեծնութենէ ետեւ կ'յղանար , չէր դադարէր առաջին վեց ամսոց մէջ սնուցանել երախան : Այսպէս ընելով ոչ իր և ոչ զաւկին առողջութիւնը վնասուած էր : Ուրիշ մի կին տեսնուած է որ հեաղհեաէ և մինչեւ ճննդաբերութեան ցաւոց սկիզբը վեց զաւակներ անձամբ սնուցած է , թէ իրեն և թէ երախային համար առանց որ և է վնաս պատճառուելու : Նման պարագայից մէջ ըստ արժանոյն շարժելու համար պէտք է նախ և առաջ յղութեան միջոցին մօրն առողջական վիճակը , մտային կացութիւնը և կաթին որպիսութիւնը քննութեան և նկատողութեան առնել . երբ գտնենք որ կաթին քանակը նուազի և որակը

կամ վիճակը փոխուի , կաթ տալէ իսկոյն դադարիլ պէտք է , եթէ ոչ երախային հիւծման պատճառ կ'ըլլայ , քանզի , յղութեան միջոցին , կաթը ոչ թէ միայն վնասակար յաակութիւն կրնայ ստանալ այլ նաև իւր մէջէն սնուցիչ տարրերն ալ կը կորսնցունէ : Նոյն ընթացքին պարտի հետեւիլ մի կին երբ կաթնատուութեան միջոցին պարբերականը սկսի : Այս կրնայ կամ չափազանց քաջառողջութեան և կամ ճիշդ սորա հակառակ , յետին անդորութեան հետեւանքն ըլլալ : Ուստի ոմանք այն կաթնտուն նախամեծար համարեն որ կանոնաւոր պարբերական ունի և այլք ճիշդ ասոր հակառակ վիճակի մէջ եղողը : Կայտառ և քաջառողջ մի կին , որ կանոնաւոր պարբերականի հետ նաև առատ կաթ ունի պէտք չէ դադարի սնուցանելէ . ընդհակառակեւ երբ նա ուժասպառ է և անզօր միեւնոյն ատեն կաթն ալ սակաւ , լոյծ և ջրային , պարտի , թէ իւր և թէ երախային օգտին համար , դադարիլ սնուցանելէ : Նոյնը պէտք է նաև ընէ երբ չունի ախորժակ , կռնակն և ստամոքսն ցաւին և ոյժէ ինկած անկար է և անզօր :

20. Սնուցման ատեն դիպուածք

Կաթնատու մի մայր կրնայ բազում արտասովոր դիպուածներու պատահիլ և շուտով, ուստի լաւ է սկիզբէն սպառազինեալ և նախապատրաստեալ ըլլալ :

Յաճախ պատահած են ստինքի ցաւեր, ուռ և կարծրութիւն : Ասի կրնայ յառաջ գալ ստինքը երկար ժամանակ երախայէն զլանալէ, կամ երախային դժուար թիւէն և կամ մէկ ստինքին վէրքէն որոյ պատճառաւ մայրը կը պարտաւորի միւս առողջ ստինքով միայն սնուցանել երախան, 'ի վերջոյ կրնայ նաեւ ցուրտը ասոր պատճառ ըլլալ և կամ ստինքին թերի և անկատար կազմուածքն, որով անհնար կ'ըլլայ երախային զայն բերանը պահել և ըստ արժանոյն քամել :

Այսպիսի վիճակի մէջ պէտք է հիւանդ ստինքը բամպակով ծածկել և միւս առողջ ստինքէն աւելի անով սնուցանել երախան : Եթէ անհնար է երախային պարպել զայն, կաթն-ձիգ (կաթ քաշող) սրուակը գործածելով կաթը պարպելու է ստինքէն : Լոկ հողէ ծխափող մ'ալ կրնայ այս գործ տեսնել,

հրանոցը (շիւշէ) անցունելու է ստինքին ծայրը և ծխափողին միւս ծայրէն ծծելու և այսպէս պարպելու է կաթը :

Ստինք կրնան նաեւ ճաթուտիլ — ինչպէս ուսմիօրէն ըսուի — նման ձեռաց, ցմբան մէջ : Անդրանկածին կանայք, որոց ստինք դեռ չեն կատարելապէս զարգացած և փափուկ մորթ ունին, ուրիշներէ առաւել այս վիճակին ենթակայ են :

Ստինք կը վիրաւորին և կը բորբոքին նաեւ երբ երախային բերանը վէրք կայ և ստինք երկար ատեն բերանին մէջ կը թողուի, ինչպէս սմանք սովոր են ընել. ստէպ ծիծ տալով ևս ստինք կը բորբոքին. բորբոքեալ ստինքի վրայ կաթը մեծ ազդեցութիւն ունի և զայն յոյժ կը դրդուէ : Ասոնք բոլոր ստինքի բորբոքում յառաջ կը բերեն, որ յառաջ երթալով մորթը կը ճեղքէ և շարաւառից վէրքեր յառաջ կը բերէ :

Այս տխուր դէպքերուն տեղի չի տալու համար մտնաւանդ ստինքներուն ծայրերը պատրաստելու է դեռ երախան չծնած, ասոր վրայ իր տեղը պիտի խօսինք, սակայն կան նախազգշութիւնք, զորոնք գործադրելով կինը կրնայ արդիւնել այս վէրքերուն և ուռեցքներուն յառաջանալը : Ասոնց մի քանին յի-

չենք : — Ամէն կաթ տալէ ետեւ պէտք է ստինք գաղջ ջրով լուալ և հոն հաւաքեալ կաթի մասունք մաքրել և հեռացնել, որք, ինչպէս ըսուեցաւ, բորբոքման սերմ կրնան ըլլալ : Յետ լուալոյ պարտի ստինք զգուշութեամբ չորցունել և զայն ծածկել կակուղ կտաւով մը, ցուրտէ, փոշիէ և շփումէ ազատ և ապահով պահելու համար, որպէսզի գրգռուելով բորբոքումը յառաջ չտանին :

21. Սնուցանելու նախապատրաստութիւնք

Իրենց զաւակը անձամբ սնուցանելու մտադիր եղող կանայք պարտին որդեծնութենէ մի քանի ամիս առաջ ստինք խնամել և պատրաստել և իրենց կոչման ու պաշտօնին յարմար վիճակի մէջ դնել. որպէս զի ճայթուածքներէ, վէրքերէ և ուռերէ ապահով ըլլան : Ստինքին ծայրին կամ գլխուն վրայ դնելու է կտոր մը լաթ բոշկէն արնօրինեալ սեղմիչ մի բաղադրութեան մէջ թաթխելով. որը մի քանի անգամ զայս կրկնելու է : Պէտք չէ նաեւ շատ սեղմիչ հանդերձ հագնիլ, որպէս զի ստինք ճնշուելով չտափակնան : Պէտք է նաեւ ստինքին գլուխը օրը մի

քանի անգամ մեղմիւ դուրս քաշել կաթնձիգ սրուակին միջոցով : Ստնք պարզ դարմաններ են սակայն աղետաբեր դէպքերու գոյացումը կը ջնջեն :

22. Կաթին ֆաւակը եւ որակը

Կըսուի թէ երբ կին մը ի յղութեան առատ ֆօշօսքում (առաջին լոյծ կաթը) ունի, նաեւ առատ կաթ պիտի ունենայ, և ուստի բժիշկներէն ոմանք կանայք երեք դասակարգի կը բաժնեն : —

1. Ստինք ճնշուելով երբ լոկ քանի մը կաթիլ լոյծ կաթ կը վազէ նշան է թէ կաթնալ թէ լոյծ և թէ նուազ պիտի ըլլայ :

2. Երբ լոյծ կաթը առատ է, թանձր և լարժուն, բայց առանց դեղնագոյն գիծերու, նշան է թէ կաթը հիւթեղ չի պիտի ըլլայ :

3. Առատ լոյծ կաթ, թանցր և դեղնագոյն գիծերով, նաև սահուն, նշան է կաթին ճոխ, առատ, հիւթեղ և սնուցիչ ըլլալուն :

Այս իբր օրէնք հաստատ բռնել հարկ չէ քանզի շատ լաւ կաթնտու կանայք կան որոնք, ի յղութեան, շատ նուազ լոյծ կաթ ունին, բայց և այնպէս, յետոյ լաւ և ճոխ

կաթ ունեցած են . ոմանք ալ ճիշտ հակա-  
ռակը կ'ըլլան :

23. Կարին գաղուսք

Որդեծնունդէն 40-60 ժամ յետոյ կաթը  
սկսի դէպի ստինք խուժել — քաշել . ոմանց  
համար 12-13 ժամ յետոյ նոյնը պատահի :

Երախան ծնելէն մի քանի ժամ յետոյ  
սովորութիւն է եղած քանի մը դգալ շաքար  
ջուր տալ անոր . ապա ստինք կը տրուի որ  
կաթին գալուստը փութացուի : Դեռ կաթը  
չհաւաքուած ստինք չտալը լաւագոյն է . քանզի  
ստինք դեռ չոր և քաշուած ըլլալով թիւն  
դժուարին կ'ըլլայ երախային համար և մայրը  
ստինքի ուռերու և վէրքերու կը մատնուի :  
Եթէ երախան անկարող է ծծել , անմիջապէս  
կաթնձիգ սրուակը դնելով կաթն պարպե-  
լու է :

Երախան սնուցանելու ժամանակին համար ,  
երբ դեռ կանոն չէ որդեգրեալ , պէտք է բնու-  
թեան օրինաց հետեւիլ այսինքն անմիջապէս  
ստինք տալու է երբ սա կաթով լեցած է և  
միեւնոյն ատեն ալ երախան ճչելով զայն  
պարպել կը փափարի :

24. Կարևոր կանուց օրակսն կեանք

Իւրաքանչիւր կաթնտուի համար գլխաւոր  
և նկատողութեան արժանի խնդիրը քաջառող-  
ջութիւնն է , ուստի պէտք է հետեւիլ առող-  
ջապահիկ օրինաց և սկզբանց : Փափուկ կաղ-  
մութեան աէր բազում կանայք , երբ ապրե-  
լու լաւ կերպ մ'որդեգրեն , պիտի տեսնեն որ  
գերազանց կաթնտուներ կը դառնան . բաւ է  
որ աննդարար կերակուրներ ուտեն , կանոնա-  
ւոր ժամերու մէջ կաթ տան և գիշերները  
անքուն չմնան : Որոշապէս կրնայ ըտուիլ թէ  
գէշ քունը գէշ կաթ կարտագրէ . այս աս-  
տիճան կարեւոր է քունը կաթնտուին համար :  
Պէտք է նաեւ մարմնոյ և մտաց չափազանց  
յոգնութենէ զգոյշ ըլլալ : Փոխանակ ի զուր  
նեղուելու և չարչարուելու , լոկ այսպիսի մի-  
ջոցներով և նախազգշութեամբ կանանց մե-  
ծագոյն մասը կարող պիտի ըլլայ դիւրաւ իր  
զաւակը անձամբ սնուցանելու մեծ հաճոյքն  
վայելի :

Կաթը կախեալ է կաթնտուին ուտեստէն  
և ուստի կաթնտուն պէտք է հրաժարի բարկ,  
կծու և թթու ուտելիքներէ և ըմպելիքներէ

որոնք կաթին ազդելով երախային ստամոքսը կը թթուեցնեն և զանի կը ակարայունեն մարսողութիւնը խանգարելով:

Ամենքս ալ գիտենք որ կովուն կաթը քիչ շատ թանձր է և իրեն յատուկ մասնաւոր հոտ մ'ունի, ասի անոնց կերած ճարակին հետեւանքն է. նոյնպէս է նաև մօրը կաթը, ուտեստէն և ըմպելիքէն է կախեալ նորահամը, հոտը, թանձրութիւնը, եւն: Ուտտի կաթնտուն պարտի չուտել խիստ հասեմեալ կերակուրներ, աղի նիւթեր, հինցած պանիրներ, ի մի բան ամէն այնպիսի ուտելիքներ որ թէ իրեն և թէ զաւկին մարսողութիւնը կը խանգարեն, և մտրթի բորբոքում յառաջ կը բերեն:

Նաև տեսնուած է մանաւանդ, որ ոգելից ըմպելիք կաթին, և ասով ալ երախային վրայ մեծ ազդեցութիւն կ'ունենան: Արդէն ոգելից ըմպելիք գործածելը ոչ թէ յիմարութիւն այլ նոյն իսկ սճիր մ'է որ մէկը իր անձին վրայ գործէ. որքան մեծ դատապարտութեան արժանի են այն կանայք որ ասով ոչ թէ միայն իրենց անձը այլ նաև մի անմեղ երախայի ամբողջ կեանքը վտանգի կենթարկեն ոգելից ըմպելիք գործածելով:

Կաթն առատացնող սննդեան նիւթեր

կան, ասոնցմէ են ամեն տեսակ ապուրներ, ընդեղէնք և թեթեւ գարեջուր: Առաջին երկուքը կաթին կարագն և չաքարը կը ճոխացունեն, իսկ վերջինը կաթը կը շատցունէ: Ուտտի այն կաթնտուներ, որոց կաթը ոչ թէ միայն սակաւ է այլ զուրկ սնուցիչ տարրերէ, պարտին այս տեսակ ուտեստներու կարեւորութիւն ընծայել:

Կաթնտուն երբ չքաւորութեան պատճառաւ չէ կարող լաւ ապրիլ, և ուտեստն անանունդ և անբաւական է, կաթը կ'սկսի իր լոյծ մասերը կորսնցունել, պակսիլ և թանձրանալ, քանզի կարագը կը շատնայ: Յայնժամ կաթնտուն նիհարնալ կ'սկսի: Ուտտի ամեն ճիգ ի գործ դնելով պէտք է ասոր դարման տանիլ: Ինչպէս. — երանի անոր որ այս վիճակին մէջ գտնուող չքաւոր կաթնտուին զօրավիգ և օգնական կ'ըլլայ անոր օգնութիւն ընելով:

Կաթնտուն պարտի եւս զգուշանալ մտային գրգռումէ, յուզմունքէ, կիրքերէ, բարկութենէ և ամեն այսպիսի ներքին տագնապներէ, որոնք կաթին, և անշուշտ նաև մանկան վրայ խիստ աննպաստ և վնասակար ազդեցութիւն կրնան ունենալ: Բարոյական ազդեցութիւնք, վախ, երկիւղ, հոգեւր, ցասումն



կը փնասեն կաթը և երախային թալկացումն (գրագւն) կը պատճառեն. կաթը կրնայ ուրիշ ծանրակշիռ հետեւանքներ ևս յառաջ բերել, թէ և կաթին մէջ աչօք տեսանելի մի փոփոխութիւն չտեսնուի իսկ :

Կաթնտուք կ'ուզեն գիտնալ թէ կրնան բաղնիք երթալ :

Ոչ թէ կրնան այլ պարտին, պայմանաւ որ բաղնիքը տաք ըլլայ և, ինչպէս կանանց վատ սովորութեան մին է եղած, բոլոր օրը բաղնիքը չանցունեն. Բաղնիքը մաքրութեան համար է. ուստի պէտք է լուացուիլ և ելլել, ոչ թէ բոլոր օրը հոն անցունել կերուխումներով, կատակներով, ոչնչաբանութեամբ և այլն: Ատոր վատ հետեւանքները ամեն կին իր վրայ պիտի տեսնէ ուչ կամ կանուխ :

Չափազանց յոգնութիւն և աշխատանք կաթին վրայ աննպաստ ազդեցութիւն ունին, ասոր հակառակը չափաւոր աշխատութիւնը, որ մարմնամարդ մ'է, խիստ օգտակար է կաթին արտադրութեանը համար: Կ'ուզենք ջերմագինս յանձնարարել կաթնտու կանանց բացօդեայ տեղեր պտոյտ ընելով մաքուր և կազդուրիչ օդը ներշնչել: Անթիւ են սորա օգուտներ ամեն մարդու, նա մանաւանդ կաթնտուին համար :

Կաթը, մարդու նախնական սնունդը, սպիտակ կապտագոյն հեղուկ մ'է. ոչ թանձր, ոչ լոյծ. քաղցրահամ և շաքարոտ: Առաջին երկու ամսոց մէջ այս շատ լոյծ և քիչ սննդարար է. հինգերորդ և վեցերորդ ամսոց մէջ նա իւր սնուցիչ բոլոր յատկութեանց տէր կ'ըլլայ: Տարրալոյծք կրնան կաթին սնուցիչ նիւթերն քննելով յայտնել անոր սննդարար կամ ոչ-սննդարար ըլլալը, սակայն անոր սնուցիչ ըլլալն ստուգելու ամենավատահանալի կերպն է երախային մեծնալն և ծանրանալն: Երբ այս երկուք տեղի գանեն յայտնի է որ կաթը սննդարար է :

Երբեմն հարկ կ'ըլլայ կաթը տարրալուծել և մանրադիտական քննութեան ենթարկել երբ նա ըստ երեւոյթին սննդարար ըլլալու ամեն նշաններն կը պարունակէ, քանի որ երախան բնաւ օգուտ չքաղեր, այլ օրքան զօր կը նիհարնայ: Այս փորձը բժիշկի գործ է և մինչեւ իսկ կաթնտուին համար օգտակար է, քանզի կը պատահի որ միւսնոյն կաթը այս ինչ երախային կը յարմարի քանի որ ու-

րիչի մը բոլորովին անյարմար է նա : Ասոր պատճառն անհնար է ուրիշ կերպով գտնել քան տարրալուծութեամբ և մանրագէտով :

26. Երախսն կրթել

Ծննունդէն 6-8 ժամ յետոյ կրնանք երախսան վարժեցունել ստիւնքին . մայրը զանի մէկ ձեռքին վրայ կառնէ և երեսը դէպի կուրծք դարձունելով ստիւնքը անոր բերանը կը դնէ , միւս ձեռքով ստիւնքն կը բռնէ և մեղմիւ ճնշելով կաթը կը հոսեցնէ . պարտի սակայն զգուշութիւն ընել որ երախայինքիթը ազատ մնայ շնչառութեան համար որ կաթը դիւրութեամբ ծծել կարենայ : Մօրն առողջութիւնը և երախային մարտողութիւնը կը կանոնաւորի , եթէ ցերեկը երկու ժամը մէկ անգամ և գիշերը միայն երկու անգամ կաթ տրուելու ըլլայ , թէ կաթին պատրաստուելու և թէ հաւաքուելու ժամանակ տրուած կ'ըլլայ և մօրն ու երախային քունն ալ խանգարում չ'կրեր :

Երախայք կան որոց կարգ կանոն սորվեցնել անհնար կը թուի . սակայն յարատեւական ջանքով պիտի յաջողինք ի վերջոյ

վարժեցունել զանոնք : Այսպէս օգտակար սովորութեանց վարժեցունելով շուտով պիտի տեսնենք որ երախսան լոկ բաղձացեալ ժամերուն պիտի արթննայ եթէ առողջութիւնը չէ խանգարեալ : Սովորական ժամէն առաջ , երբ երախսան ճշելով կ'արթննայ , պէտք չէ կաթ տարով լռեցունել այլ յաւէտ լալուն պատճառը գտնելու է , դարմանելու համար :

Որկրամիջ երախաներ կան , որ , երբ անգամ մը ստիւնքը բերաննին առնեն , այլ ևս զայն ձգել չեն ուզեր . ոմանք ալ ստիւնքն բերաննին կը քնանան և երբ հանելու ըլլանք կ'արթննան և աշխոյժիւ կը ծծեն և նորէն կը քնանան : Այսպիսեաց բերնէն ստիւնքն ազատելու լաւ կերպն է երախային քիթը մեղմիւ սեղմել , որ չկարենալով շնչել կ'ստիպուի բերանը բանալ և ստիւնք կ'ազատին բերնէն առանց ցաւի :

Ինչպէս հանդուրժելու չէ որ երախսան ստիւնքն ՚ի բերան քնանայ , նոյնպէս և թողելու չէ որ նա բազկաց մէջ , գիրկը կամ ծնկան վրայ քնանայ . այս վատ սովորութեան վախճան տրուելու է : Եթէ այսպէս վարժուի երախսան այլեւս որրանին մէջ պառկել չի պիտի ուզէ , պիտի լայ և ճչէ , և մայրն պիտի պարտաւորի գիշեր և ցերեկ զաւակը գիրկը քնա-

ցունել : Ուստի վարժեցուր երախան որրանին մէջ քնանալ :

Մօրը անկողնոյն մէջ ալ երախան գործ չ'ունի . քանզի չափահասոյց անկողնոյն հոտը երախային վնաս կը պատճառէ : Կարելի՞ է երախան վարժեցունել որ որոշեալ ժամերուն կաթ ստանայ , քանի որ կաթնտուին քով կը պառկի : Այս վատ սովորութիւնը շուտով ձգելու համար ասկէ բանաւոր պատճառ չ'կայ : Մօրն հետ մէկ անկողնոյ մէջ քնացող տղուն կեանքը մեծ վտանգի է ենթարկեալ , անգիտակցաբար կը զրաւնայ քնացող մայրը մէկ կողմէն ի միւսն . երախան տակը կ'առնէ և — կը խեղդէ — . քանիներուն այսպէս պատահած է :

27. Կարևոսու կանայք

Անձամբ , իւր ստինքով և իւր կաթովն երախան սնուցանելն բոլոր ուրիշ կերպերէն գերազանց է , սակայն ամեն մայր չէ կարող այսպէս ընել , ինչպէս արդէն ըսուածներէն յայտնի տեսնուեցաւ : Ուստի մայրը կը պարտաւորի այս պաշտօնը ուրիշ մի կնոջ յանձնել որ փոխանորդաբար սնուցանէ երախան :

Մօրը կաթէն ետեւ կաթնատու կնոջ կաթը

յարմարագոյնն է նորածինին համար , սակայն գիւրին բան չէ յարմար կաթնատու մը գտնել , շատ դժուարին է լաւագոյն ընտրութիւն ընել : Ուստի հարկ է մի քանի խրատներ ապա այս խնդրոյն նկատմամբ :

Երբ կաթնատու ընտրել հարկ ըլլայ միշտ գիւղացի կինը նախապատիւ պէտք է համարել . քաղաքացի կինը միջակ աստիճանի կաթնատու է , Կաթնատուն 18-35 տարեկան պէտք է ըլլայ , այս է լաւագոյն կաթ պատրաստելու մարդկային տարիք : Եթէ ընտրելի կաթնատուները զաւակ ունին այն նախամեծար համարելու է որոյ զաւակ 3-4 ամսուան է , որպէս զի բաւական կաթ ունենայ իւր խնամոց յանձնեալ երախան 8-9 ամիս սնուցանել :

Շահաւորն է այն որ կաթնատուն ծընողական տան մէջ առնուի . հեռուն բնակող կաթնատուի զաւակ յանձնողը իմաստուն ընթացք չի բռներ : Մայրը շարունակ ուղղակի իւր հսկողութեան տակ ունենալու է կաթնատուն և անոր խնամոց յանձնեալ զաւակը միշտ աչաց առջեւ , որպէս զի օր ըստ օրէ իւր զաւակին զարգացումը աչքերովը տեսնէ : Մայրենի տունէն հեռու գտնուող կաթնատուն մեծ վատահուրթեան չէ արժան . կրնաս վստահ ըլլալ թէ նա իր զաւակը կաթէն կտրած է ,

Թէ քու զաւկիդ լաւ հոգ կը տանի, Թէ պէտք եղած սնունդը կուտայ, ի մի բան, վատահ և ապահով ես որ նա իւր ստանձնած պարտաւորութիւնը խղճի մտօք և անթերի ի գործ կը դնէ :

Կաթնատուն ծնողաց տունէն հեռի և շատ հեռի, գիւղը, եղած ատեն դժուարին է յաճախ այցելել զնա և հսկողութիւն ընել : Նա լաւ լուրեր կը խրկէ երախային նկատմամբ, Թէև իրողութիւնը գուցէ բոլորովին սորա հակառակն եղած ըլլայ : Տղուն իսկական կացութիւնն եթէ գիտցուէր, բժիշկ պիտի խրկուէր և ժամանակին դեղ և դարման ըլլար . կաթնատուն զայս բոլորովին զանց կ'առնէ, կամ Թէ — բանը բանէ անցնելէ ետև — ինչպէս կըսենք ռամկօրէն, բժշկին լուր կը խրկէ :

Հեռուն բնակող կաթնատուն կրնայ այնքան խղճահար չըլլալ որ երբ կաթը անբաւական և անյարմար ըլլայ ծնողաց իսկոյն լուր տայ, կը շարունակէ սրուակով կերակրել երախան, ապրուստին միջոցը ձեռքէ չփախցունելու, և շահին դուռը չգոցելու համար . իրեն յանձնուած երախային առողջութիւնը վերջին խնդիր մ'է իրեն համար : Եթէ, մանուկը քաջառողջ ըլլալով, կը դիմանայ, լաւ .

ընդհակառակը եթէ սա հիւժի, հալի և մաշի, յայնժամ ծնողք անակնկալ մի նամակ կ'ստանան, որով մանկին հիւանդանալն իրենց կը ծանուցուի : Արտօրնօք և մեծ անձկութեամբ նոքա ճամբայ կ'ելլեն և կը հասնին իրենց սիրեցեալ զաւկին որբանին առջին, կամ ցաւ ի սիրտ անոր յետին աստիճան հիւանդ ըլլալն տեսնելու և կամ քիչ ատենէն անոր դագաղը պատրաստել տալու համար :

28. Կարևոր ընտրութիւն

Դիւրին գործ չէ կաթնատու ընտրել . սա խիստ փափուկ խնդիր մ'է : Դիմագծին գեղեցկութիւնը Թէեւ երկրորդական կը համարուի, սակայն տգեղ և զազրատես մի կաթնատու երախային վրայ խրտչեցուցիչ և տհաճելի ազդեցութիւն մը ձգելուն համար, ընտրելեաց ցանկէն դուրս հանելու է : Մաղին գոյնը չէ կարեւոր, քանզի խարտեաշ և թըխահեր կանանց մէջ հաւասարապէս լաւ կաթընտուներ կը գտնուին : Պէտք է որ կաթնատուն, ինչպէս արդէն ըսուեցաւ, գիւղաբնակ և 18-35 տարեկան ըլլայ, քաջառողջ և ըստ կարելոյն լաւ ակուաներ ունենայ, քանզի գէշ

ակուաները խանդարեալ մարտողութեան մը ստոյգ նշաններն են : Պէտք չէ ունենայ մորթի հիւանդութիւն, խոյլ, գաղղիական ախտ ելն. ի մի բան նա պարտի ըլլալ առողջ, առոյգ և կայտառ :

Ստինք ըլլալու են նման տանձի և ոչ շատ մեծ, ոչ ալ շատ փոքր, անոնց մակերեսին վրայ տեսնուելու են կապտագոյն երակներու գիծեր. ասոնք նշան են լաւ արեան շրջանի : Ստինքին գլուխներն ալ ոչ այնքան կարճ և ոչ ալ չափազանց երկայն ըլլան : Կաթին քանակն և որակը ստինքին ծաւալէն են կախեալ : Այն երախտայք որ տկարակազմ ըլլալով այս ինչ կաթնատուին ստինք գժուարաւ կը ծծեն, կը ճչեն և կը նիհարանան, ուրիշ կաթնատուի մը յանձնուելով կը մեծնան, կ'աճին, կը զօրանան և կը դադարին ճշելէ, քանզի թէեւ կաթնատուին կաթը այնքան առատ և գերազանց ալ չըլլայ, սակայն անոր ստինքը գիւրաւ կընան բերնին մէջ ամբօրել :

Ուստի նայելու է որ ստինք լաւ կազմակերպեալ և զարգացեալ ըլլան և կաթը ազատօրէն հոսէ, երբ վրան մեղմիւ ճնշուելու ըլլայ : Բժիշկը կարող է կաթնատուն քննած ատեն լոկ անոր նոյն պահուն ունեցած առողջական վիճակին տեղեակ ըլլալ, և ուստի

եթէ նա արդէն հիւանդութիւն ունեցած է առանց տեսանելի հետք ձգած ըլլալու, չենք կրնար բժիշկը պատասխանատու համարել, եթէ նա յետ քննութեան, առողջ է հրատարակած զկաթնատուն : Կաթնատուին կաթը պէտք է սպիտակ ըլլայ բաւական թանձր ու քաղցրահամ. պէտք է նաև ազատ վազէ, ճերմակ շառաւիղ արձակելով : Արդէն ուրիշ տղայք սնուցած եղող փորձառու կաթնատուն այլոց նախապատիւ համարելու է :

Կան կաթնատուներ որ առաջին անգամ երբ ներկայանան առատ կաթ ունին հարկաւ, քանզի 48 ժամէ ի վեր պահած են կաթը : Պէտք չէ խափուիլ : Խեղճ երախան զայս պարպելէ ետեւ ի զուր պիտի սպասէ գոնէ ասոր կէսը միշտ գտնելու : Գալով կաթնատուին բնութեան, ժամանակը անոր վրայի քօղը վար պիտի առնէ : Սակայն լաւ պէտք է միտ դնել որ երախան շատ կ'ազդուի իւր սնուցիչին լաւ կամ վատթար բնաւորութենէն. ուստի ըստ այնմ պէտք է շարժիլ : Երբ տեսնուի որ երախան կաթնատուին հոգածութեան ներքեւ չէ երջանիկ, պէտք է փոխել զայն, լաւ է 4-5 անգամ փոփոխութիւն ընել քան թէ մանկիկը թողուլ վնասաբեր հսկողութեան տակ :

Երախան նախ կը խորշի իւր ստնտուին ստինքը բերանը առնել, համբերութեամբ, սակայն, այս ընդդիմութիւն պիտի յաղթահարի. մութ տեղ մը փորձելու է զանի սնուցանել, որպէսզի տղան կաթնտուին փոփոխութիւնը չտեսնէ, մինչեւ որ լաւ մը վարժուի անոր: Պէտք է նաև միտք պահել որ կաթնտուն ծանր աշխատութեամբ ծանրաբեռնել օգտակար չէ:

Երբեմն ի հարկէ ստիպեալ կը պարտաւորինք երախան յանձնել կաթնտուի մը որ նաև բուն իր զաւակը պէտք է սնուցանէ. յայտնի է որ միշտ օտար զաւակն է զրկանք կրողը. ասի բնական է. ծածկաբար տեսակ տեսակ կերակուրներ պիտի տայ օտարին, ուրոյ վախճան պիտի ըլլայ խանդարումն մարտողութեան և անոր հետեւանքն եղող այլ և այլ հիւանդութեանց:

Կաթնտուին ամսաթոշակին նկատմամբ կ'ըսուի թէ սովորաբար 250-300 դահեկան կը տրուի. ասոր հետ նաև ըստ հարկին նուէրներ. սա ծնողաց կամքէն կախեալ է: Զատ կերակուր հարկ չէ պատրաստել անոր, սակայն կաթնտուին ուտեստին մասնաւոր խնամք տանելու է, որպէսզի կաթը առատ և սննդաւար ըլլայ. միևնոյն ատեն անոնց սովորած

ուտեստին մօտենալու է: Ստիպելու չէ կաթը ընտուն շարունակ փակեալ սենեակի մը մէջ անցունել իր ժամանակը. անհրաժեշտ է մաքուր օդ շնչել բացօդեայ տեղեր պտոյտ ընելով, որմէ թէ ինք և թէ երախան մեծ օգուտներ կը քաղեն:

29. Երախային աճումը

Ծննդեան առաջին շաբաթներուն մէջ երախան օրը 80-150 կրամ կաթ կը ծծէ, որ յետոյ մինչեւ 250 կրամի կը հասնի: Ասիկայ իր կազմութեան զօրութենէն և կաթնտուին կաթին ճոխութենէն է կախեալ: Լաւ սնուցեալ երախան միջին հաշուով օրը 25 կրամ կ'ածի առաջին վեց ամիսներուն մէջ: Շաբաթը անգամ մը երախան կ'ընելու է, դոնէ ծննդեան առաջին ամիսներուն մէջ. եթէ ծանրութիւնը նոյնը մնայ, յայտնի է թէ կաթը գէշ և անբաւական է, ուստի դարման փնտռելու է. եթէ նուազի ծանրութիւնը, նշան է թէ տղուն մէջ մէկ թաքուն հիւանդութիւն կայ, ուստի անյապաղ մի փորձառու և հմուտ բժիշկի դիմելու է:

30. Փոփոխակի սևուցումն

«Սրուակը» կ'ըսէ բժիշկ մը. «աւելի երախաներու մահուան պատճառ է եղած քան «գնտակը» չափահասներուն»: Ուրիշ բժիշկ մը կ'ըսէ. «Եթէ դիտենք թէ երախան սրուակով կերակրեն ուրիշ որ և է կերպերէն աւելի անյաջող է եղած, յայտնի է ասկէց թէ՛ նա ֆլասակար է և ուստի պէտք է թողուլ զայն»: Արդէն ըսուածներէն տեսնուեցաւ որ պարագաներ կան երբ մայր մը ոչ անձամբ կրնայ սնուցանել և ոչ ալ զաւակը կաթնատուի մը յանձնել: Ի՞նչ ընելու է մի մայր որ բոլոր օրը տունէն դուրս կը գտնուի, գաշտը կ'աշխատի, գործարան կ'երթայ, և այլն: Այսպիսին չունի ուրիշ միջոց, այլ սրուակը իրեն օգնութեան կանչել, թէ և համոզուած է որ սա ֆլասակար է: Սրուակը մինչեւ իսկ գիւղացւոյն ֆլասակար է եթէ երախան ծնած օրէն սկսեալ ըլկ անով սնուցուի: Եթէ կաթնատուութեան համար սահմանեալ ժամանակ անկարելի է որ մայրը անձամբ սնուցանէ իր զաւակը, գոնէ 2-3 ամիս թող վարէ այս պաշտօն անկէ ետեւ երախան գոնէ փոքր ինչ զարգացած ըլլալով

կարող կ'ըլլայ ուրիշ միջոցով կերակրուիլ առանց մեծ ֆլասի:

Սրուակին ֆլասակար հետեւանքն փոքր ինչ կը մեղմանայ եթէ մայրը սրուակը և ստինքը փոփոխակի գործածէ: Այս է փոփոխակի սնուցումն կոչածնիս, որ, թէ և բնական կերպէն խիստ ստորին, սակայն ուրիշ աւելի յոռեգոյն կերպերէն նախապատիւ է: Ոմանք գաւաթով և դգալով կը սնուցանեն երախան. շատ վատ սովորութիւն մ'է այս, մանաւանդ առաջին ամիսներուն մէջ, և հազարաւոր երախայք ասով կը սպաննուին. վեց կամ եօթներորդ ամսոց մէջ կրնայ այս կերպը գործածուիլ. դգալով և գաւաթով սնուցանելով ծծելու գործողութիւնը կը դադարի, լորձունք այլեւս չեն գրգռուիր, կաթը նորածինին փափուկ ստամոքսին յատակը կ'իջնէ կոշտ և անմարտելի զանգուածի մը նման: Փսխել, որովայնի ցաւեր, խիթեր, լուծմունք, փորհարութիւն և որովայնի և աղեաց այլ հիւանդութիւններ յառաջ կուգան. որով անթիւ երախաներ որրանէն ի գերեզման կը գլորին: Այսպիսի պարագայից տակ սրուակը միակ միջոցն է որոյ կրնանք և պարտաւորեալ ենք ապաստանիլ: Ուստի մի քանի հրահանգ հարկ է սրուակի բարուք գործածութեան համար:

Իրենց երախաներն սրուակով սնուցանող մայրեր մանկատածի դիրքն կառնեն իրենց գաւկին դէմ. կամ եթէ այս պաշտօն անձամբ չեն կատարեր ուրիշ մանկատածի մը կը յանձնեն իրենց զաւակը :

Մանկատածը պէտք է գիւղէն առնել, քանզի ծնողաց շրջանէն և ազդեցութենէն որքան հեռի ըլլայ այնքան շահաւոր է . նա պէտք է ըլլայ մաքուր և մաքրասէր, փորձառու, ուրիշ տղայք մեծցուցած : Եթէ կով կամ այծ մ'ալ կայ տան մէջ կամ մօտակայ մի տեղ աւելի լաւ, քանզի միշտ միւսնոյն կենդանւոյն թարմ և լաւ կաթը պիտի գտնուի պատրաստ : Մանկատածն ձեռք բերելէ ետև խորհելու է թէ որ տեսակ սրուակ գործածելու ենք. երկու տեսակ սրուակ կայ, երկայն խողովակով և առանց խողովակի լոկ բերանի յատկացեալ ծծիչով մը : Ասիկայ պէտք է որ մանկատածն մինչև վերջին կաթին քամերն ձեռաց մէջ բռնելով հսկէ երախային թիւըն. իսկ առաջինը բաւէ լեցնելով դնել երախային քովիկը և մէկ կողմ քաշուիլ : Եթէ այս տեսակ սրուակ պիտի գործածուի պարտինք ամէն գործածուելուն խողովակը զգուշութեամբ մաքրել մէջի հաւաքեալ կաթի մասնիկներէն, եթէ ոչ կը գարշահոտին և երախային ծանր

հիւանդութիւն կը պատճառեն : Հարկաւ առանց խողովակի սրուակը նախամեծար պէտք է համարուի և ասկէց ալ միշտ երկու հատ ունենալով մին ջուրին մէջ դնելու է երբ միւսն կը գործածուի :

Թէև կաթը երախայից կատարեալ սրնունդն է, մինչեւ որ սովորական հասակին ժամանեն, սակայն պէտք է գիտնալ որ ամեն կաթ միւսնոյն յատկութիւնը չունի, քանզի մօրը կաթէն քիչ կամ չատ կը տարբերի :

Էգ իշուն կաթը մօրը կաթին ամենամօտն է, իսկ կովին և այծինը, որ ամենէն աւելի կը գործածուի, թէև լաւ է բայց երախայական ստամոքսին անյարմար է մանաւանդ առաջին 4-5 ամսոց մէջ, երբ զուտ գործածուելու ըլլայ : Ուստի պէտք է կէս կաթ և կէս եռացած ջուր միտաին գործածել, վրան ալ հարկաւ քիչիկ մը շաքար աւելցնելով, և բոլորը գաղջ վիճակի մէջ մատուցանել երախային, դաշտը արածող կովն ուրիշ կովերէն նախապատիւ է : Ամբան տաք ատեն մասնաւոր զգուշութիւն ընելու է որ կտրած կաթ չտրուի երախային, ուստի եռացունելու է զայն տղուն տրուելէ առաջ : Այս նախազգուշութիւններով երախան տապահով կ'ըլլայ որովայնի խիթերէ և անմարտողութենէ :



Մրուակով կերակրուած երախայից համար ալ միեւնոյն կանոններուն հետեւելու է ինչպէս պիտի ընէինք եթէ մօրմէն սնուցուէր : Կան նաև ոմանք, մանաւանդ գիւղերուն մէջ, որ երախան ուղղակի այծին կամ ոչխարին ստինքէն կը սնուցանեն. այս կրնայ օգտակար ըլլալ, սակայն անհնար է ամէն տեղ գործադրել :

31. Ուրիշ ուսեղիվներ

Մօր կամ կաթնատուն կաթէն զատ երբ պարտինք ուրիշ յաւելուածական ուտելիք տալ երախայից. ասիկայ գիտնալ հարկ է : Այս հարցը կը ծագի մտայ մէջ մինչդեռ կը սնուցանենք երախան : Պատասխանը երախային զօրութենէն է կախեալ, սակայն ընդհանուր կերպով պիտի խօսինք :

Սովորաբար հինգերորդ կամ վեցերորդ ամիսէն սկսեալ հարկ է ազուն մի թեթեւ յաւելուածական ուտելիք տալ : Թեթեւ միտի ջուր, կաթով եփած սէմօլ (խմրիկ), կաթ ալիւր (Ճարիւն շափրէ) արօրութ, ևն. ասոնց որն որ երախային կը յարմարի, այսինքն անոր պատճառած օգուտը կը տեսնուի, զայն չարունակելու է գործածել :

Յաւելուածական կերակուրը շատ փոքր քանակութեամբ արուելու է, օրը մէկ քանի դգալ միայն, և հետզհետէ քանակը — չափը — աւելցունելու է, երախային մեծնալուն համեմատութեամբ :

Եօթներորդ ամիսէն սկսեալ ապուր և հաւկիթ (լոյծ խաշած) կրնայ արուել, զգուշ պէտք է ըլլալ, սակայն, որ յաւելուածական կերակրոց ցանկը չստուարանայ, քանզի կան ծնողք որ պարծելով կը պատմեն թէ իրենց երախայք իրենց հետ ամեն բան կ'ուտեն : Մինչև որ 18 ամսուան չըլլայ անոր ուրիշ բան տալու չէ այլ միայն կաթնեղէն, կաթնապուր, հաւկիթ և միտի ջուր : Միս և կանանչեղէն պէտք չէ տրուի. միս ծամելու տեղայ չունեցող տղան հարկաւ զայն մարտելու կարող և ընդունակ ստանալու ալ չկրնար ունենալ :

Մրուակով մեծցած 5-6 ամսուան քաջաուող երախայք կրնան այնուհետև զուտ կաթ ստանալ բայց առանց չաքարի : Այն երախան որ ստէպ կը կերակրուի և կամ իւր ստարիքին անհամեմատ և անյարմար չափով ուտելիք կ'ստանայ միշտ պիտի ունենայ սրտվայնի և աղիքներու հիւանդութիւն և զբազմ և ուկրային հիւանդութեանց ենթակայ պիտի

ըլլայ : Պիտի տեսնուի մի օր, մանաւանդ տաք եղանակին որ քաջառողջ համարած երախանիս սկսի փսխել, խիթ և փորհարութիւն ունենալ, կը նիհարանայ, մորթը կը թորչովի պառաւի դիմագիծն կտանայ, բերանը լորձուկքով լցուի, կը մնի, կը դողայ և քանի մը ժամէն մահը կատարէ իր գործը, քանի մ'օր երախան լալով պոռալով, չարաչար տանջանքներ կրելէ ետեւ : Չափաւոր կերակուր ոչ ոք մեռցուցած է, բայց որկրամուրթիւնը բիւրաւորաց գերեզմաններն է փորած, թէ մեծի թէ փոքրի :

32, Կաթէն կտրել

Ժամանակը կը հասնի և փոխանակ մօր կաթին և կամ սրուակին, կ'սկսինք երախային տալ հաստատուն կերակուր : Այս փոփոխութեամբ կաթէն կտրել կ'սկսինք. արդ պէտք է գիտնալ թէ երբ է յարմարագոյն ժամանակ տղան կաթէն կտրելու համար :

Երբ երախան քաջառողջ է և ակուսներն ըստ բաւականին բազմացած են, 8-10 հատ, և 15-18 ամսուան եղած, յայնժամ է ժամանակ զանի անվտանգ կերպով բոլորովին

զրկել թէ մօրը և թէ սրուակին կաթէն : Կան աղայք որ ուրիշներէ աւելի կանուխ պէտք կ'զգան հաստատուն կերակրոյ և ինքնին հրաժարին կաթէն և ուրիշ բաներով սնանիլ կը սկսին : Նաեւ ուրիշ պատճառներով կը պարտաւորինք կաթէն կտրելն յետաձգել կամ փութացունել. զորովնակ երբ մայրը հիւանդանայ կամ զօրութենէ ըջանի, երբ կաթը փախչի կամ փոխուի կամ երբ երախան գրգռաբարութիւն քաջէ ակուայ հանելու և հիւանդանայ և կամ քանի մ'ակուայ ի միասին բուսնիլ սկսին : Այսու ամենայնիւ շատ զգոյշ ըլլալու է խիստ տաք եղանակին, երախան կաթէն կտրել, մանաւանդ երբ փորհարութիւն ալ ունի, քանզի խիստ ծանրակշիռ հետեւանքներ կրնայ ունենալ :

Կաթէն կտրելու երկու կերպ կայ, կամ աստիճան առ աստիճան և կամ մէկէն ի մէկ :

Երբ կաթնատուն ծանր հիւանդ է և կամ կաթը յանկարծ կը քաշուի, չկայ ուրիշ միջոց, պէտք է տղան մօրը կամ կաթնատունը քովէն հեռացունել կամ կաթէն կտրել : Երախային տարիքը ինչ որ ալ ըլլայ երբ զայն կաթեն կտրել է նպատակնիս, պէտք է ծանր ծանր և աստիճան առ աստիճան յառաջ տանինք այս գործը : Մօրը համար շահաւոր է

այս և տղուն համար օգտակար : Յո քան զօր  
կաթ ապու թիւը պակսեցնելով կաթն ալ  
կամաց կամաց քաշուիլ կ'սկսի , որով սաինքի  
ուռեցք և վէրքեր յառաջ չեն գար : Ասով  
երախան ալ կը վարժուի իւր նոր ուտեստին ,  
և առողջութիւնը վտանգի չենթարկուիր :  
Կրնայ նաև սաինքին վրայ դառն մի նիւթ  
(ալօն) քսելով տղուն զլուանք պատճառել ,  
որով նա ի սկզբան սիրած առարկային վրայ  
գարչելով կը նայի և անոր իսպառ հրաժեշտ  
կուտայ : Թէեւ տղան կանուխ կաթէն կտրե-  
լով փորհարութիւն , սակորի կակղացում և  
ուրիշ հիւանդութիւն կրնայ պատահիլ , նոյն-  
պէս ալ կաթէն ոչ կտրուելով տղան կը  
տկարանայ և խոյլ կ'ունենայ , մանաւանդ  
երբ կաթնտուն հիւժեալ է :

Այս գրուած կանոններն նկատելով երբ  
երախան կաթէն կտրուելու ըլլայ , մայրը թէ  
զակիին և թէ իրեն համար վախու պատճառ  
չ'ունի . պէտք է լսկ մի քանի նախազգուշու-  
թիւն ընէ . զոր օրինակ , սոխորական ուտեստին  
մի մասն պէտք է զեղջէ , երբեմն մեղմ լու-  
ծողական մ'առնէ և սաինք բամպակի մէջ  
փաթթէ մեղմիւ ճնշելով :

Ուրիշ որ եւ է դեղ աւելորդ է և ան-  
օգուտ :

33. Երախային ակուսներն

Մեծ նշանակութիւն և կարեւորութիւն  
ունի երախային կենաց համար ակուսներուն  
երեւան ելլելն : Կ'ըսուի թէ մինչև ակուսհանի  
ժամանակ երախայք սիրուն են և գեղեցիկ .  
ապա սկսին ծաղկի նման թառամիլ : Կան  
տղայք որ առանց ծանրակշիռ միջադէպի  
դիւրաւ ակուայ կը հանեն , մինչ այլք ծանր  
հիւանդութեանց ենթակայ կ'ըլլան : Թող  
մայրերն չ'յուսահատին , քանզի ընդհանրա-  
պէս վտանգաւոր վախճան չեն ունենար եթէ  
ըստ առողջական օրինաց շարժելու ըլլան :

Ակուայ հանելու ժամանակ երախայք ջերմ  
կ'ունենան . հազ , սաստիկ տաքութիւն , և  
մարսողութեան խանդարում , այսինքն լուծում  
և փոխում , բերնի վէրքեր , յուզում , գրգ-  
ռում , անքնութիւն և երբեմն իսկ զբազմօ :  
Այլք ասոր հակառակ միշտ քնանալ կուզեն  
և թուլցած կըլլան , ակուային միտը կը կար-  
մըրի , կը քերուի , բայց ասոնք շուտ կ'անց-  
նին և ծանրակշիռ հանգամանք չեն ունենար ,  
փորհարութիւնը եթէ թեթեւ է հարկ չէ  
դեղով կեցուցնել , բայց եթէ չափազանց ըլլայ

յայնժամ հմուտ բժիշկը պէտք է դարմանէ ։ Մարմնոյ ուրիշ կողմերը , մանաւանդ երեսը արեան բորբոքման նշան եղող բիծեր կերևին . պէտք չէ յուզուիլ քանզի կանցնին ակուային տազնապին հետ ։

Բերնին վէրքերը օրը քանի մը անգամ պէտք է սրբել բժիշկէ առնուած դեղով մը ։ Ոմանք ակուայ հանող երախային ծամելու համար բան մը կուտան , ակուային երջն դիւրացնելու համար ։ Երբ ակուան մտրթէն դուրս ելլելու վրայ ըզալով շատ ցաւ կը պատճառէ թող բժիշկը ճեղքէ մտրթը . ասով փոքր ինչ արին կ'եղէ թէև , սակայն տազնապը կ'անցնի և տղան կը հանդարտի ։ Շատ հիւանդութեանց պատճառն ակուայ հանելուն տրուելով ծնողք անհոգ կ'ըլլան , ասի սխալ է . պէտք է բժիշկին դիմել , քանզի յետաձգուելով վիճակը ծանրակշիռ կրնայ ըլլալ ։

Տեսնուած է որ երբեմն երախայք ակուայ ունին երբ ծնին , այս հազուագիւտ բացառութիւն մ'է . սովորաբար առաջին 4-8 ամսոց մէջ ակուաներն երեւան կ'եղեն , և երբ երկու տարեկան ըլլան կը դադարին . ոմանք ալ աւելի ուշ կուգան ։ Երախայական ակուաներուն կատարեալ թիւը 20 է . ասոնք կաթի ակուայ կը կոչուին , քանզի մեծագոյն մասը

երախային կաթով սնացած ատեն կը բուսնին ։ Հետեւեալ ցուցակը ակուաներուն բուսնելու կարգը կը բացատրէ . —

4-7րդ	ամիսը վարի ծամելիքին առջեւի 2 ակուաներն
7-10րդ	» վերի » » »
» » »	» » հատու ակուաներն
10-13րդ	» վարի » » »
» » »	» վերի » փոքր աղացող »
» » »	» վարի » » »
13-16րդ	» վարի եւ վերի ծմիք (շան ակուայ) 4 »
16-20րդ	» » » » փոքր աղացող 4 »

Ոսկրոյ հիւանդութիւնը (ռաշխթիզմ) երբ ակուայ հանելէ առաջ պատահի կ'ուշացնէ անոնց ելլելը ։

34. Պսոռաս

Եթէ կայ բան մը որոյ մասին պէտք չէ անհոգ ըլլալ այն ալ երախան ծնելէն քիչ յետոյ պատուաստելն է ։ Սակայն պատուաստի ընդդիմացողներ ալ կան . ինչ կ'ըսեն ասոնք Լսենք ։ Պատուաստին հակառակողք կ'ըսեն թէ ասով երախային մարմնոյն վրայ այլ և այլ ախտեր և հիւանդութիւններ կը ներմուծենք , և կը բերեն օրինակներ ասկէ ու անկէ ։ Սակայն եթէ վստան և օգուտը կշռին թաթերուն մէջ դնենք սա — օգուտը — յանհունս

կը դերազանցէ զայն — վնասը — : Մենք եւս շատ օրինակներ կրնանք բերել ի նպաստ պատուաստի, սակայն բժիշկի մը փորձառութենէն լակ հետեւեալը կը քաղենք. —

Բժիշկ մը կանչուեցաւ ծաղկախոտ ունեցող մը դարմանելու. հիւանդին սենեակը կային երկու տղայք 2-3 տարեկան, մին՝ մանչ, հիւանդին որդին, միւսը՝ աղջիկ, անոր քեռորդին էր : Բժիշկը իմանալով որ այս տղայք դեռ չեն պատուաստեալ, խնդրեց որ անմիջապէս պատուաստել տան : Մանչը պատուաստուեցաւ, բայց փոքրիկ աղջկան մայրը չկրցաւ համազուիլ այս փոքրիկ գործողութեան ենթարկել իր դուստրը : Ի՞նչ պատահեցաւ : Մանչուն պատուաստան բռնելով 12 օրէն ծաղիկ հանեց, սակայն բժշկուեցաւ : Իսկ աղջիկը, մանչուն նման վարակուեցաւ հիւանդութենէն, սակայն մեռաւ, և մայրը յետին աստիճան անմխիթար մնաց բժիշկին յորդորն մերժելուն համար :

Ուրիշ բժիշկ մը կնոջ մը այցելութեան գնաց, որ վեց օր առաջ որդեծնութիւն էր ունեցած և տեսաւ որ երեսին և աջ ձեռաց վրայ ծաղիկ պղպջակներ կային և խրատեց որ զաւակը պատուաստելով ժամանակ մը իրմէ զատուի : Մայրը ընդդիմացաւ և 11 օր յետոյ

այոյ երախան ծաղկախոտէն մեռաւ և միւքանի օր յետոյ մօրեղբայրն ալ ծաղիկէն վարակուեցաւ : Այս դէպքերն կը խօսին ազգու կերպով, ուստի պէտք է ծնունդէն 15 օր կամ մէկ ամիս յետոյ պատուաստել երախան և աւելի կանուխ երբ ծաղկի համաճարակ կայ մօտերը. աղուն հասակին բնաւ նայելու չէ յայնժամ, ոչ ալ եղանակին. մեծ տարութեան ատեն պատուաստելն թէև փոքր ինչ անհանգստութիւն կը պատճառէ, սակայն միշտ երկու չարեաց փոքրագոյնն ընտրել իմաստութիւն է :

Պատուաստելէն 5-6 օր ետքը թեւերը կը կարմրին և կը բորբոքին, երբ բորբոքում չափազանց է պէտք է տղան սենեակը պահել և ամիսօնի (fora) խիւս դնել բորբոքած տեղը մինչեւ որ անցնի :

Տասնևհինգ օրէն վէրքը կ'ադեկնայ, կը չորնայ, կարծր կեղեւով մը կը ծածկուի. քանի մը լոգանք կը բաւէ որ այս ալ թափի :

35. Մորթի հիւանդութիւն

Երախայից գլուխը երբեմն մալթ դեղնագոյն խաւով մը կը ծածկուի. ոմանք զայն

բանի տեղ չեն դներ, մինչեւ անգամ մանկան գերազանց առողջութեանը հետեւանքն կը համարին, կան նաև որ մինչեւ իսկ ոչիլը մանկան համար առողջարար կը համարին և զայնս ջնջելու հոգ չեն տանիր:

Շատ սխալ է աս:

Պէտք է այս խաւերն մաքրել ամէն երեկոյ երախային գլուխը անուշ նուշի ձէթով օծելով և առաւօտուն վրձինով մը մազերուն ուղղութեամբ զայնս մաքրելով. այսպէս մաս առ մաս կը մաքրուին առանց մտրթը գրգռելու: Ուրիշ ծանրակշիռ վէրքերու համար ընտանեկան դեղեր պէտք չէ փորձել այլ իսկոյն դիմել հմուտ բժիշկի մը դարմանին:

36. Լոզանֆ

Երախային առողջութեանը վրայ մեծ ազդեցութիւն ունի լոզանքը, քանզի մաքրութիւնը անհրաժեշտ է քաջառողջութեան: Սա կը հանդարտեցնէ յուզեալ ջղային դրութիւնն դիւրագրգիռ մանկանց, և անոյշ քուն կը պարգեւէ անոնց: Տղան ամէն օր 5-6 բոպէ լուալ բարի սովորութիւն մ'է, առաւօտն է յարմարագոյն ժամանակն լոզանքի,

որպէս զի կէսօրէն ետեւ երախան քնանայ և պտոյտ ընէ: Երբ գիշերը երախային հանդիսաքուն պարգեւել կ'ուզենք, անատեն անկողին դնելէ առաջ պէտք է ընել լոզանք: Լոզանքի ջուրը 28-30 աստիճան տաքութիւն ունենալու է. երբ ջերմաչափ չ'կայ պատրաստ, պէտք է մանկատաժը ամբողջ բազուկը ջրոյ մէջ դնելով տաքութեան աստիճանը չափել և ոչ թէ միայն ձեռքին թաթովը. լոկ ձեռքը կը խափէ:

37. Մաֆրոսիւն

Ամէն անգամ որ երախան իւր բնական պէտք կատարէ պէտք է մաքրել զայն, կակուղ սպունք մը գաղջ ջրոյ մէջ թաթխելով. ջորցունելէ ետեւ լուացած մասերուն վրայ, մանաւանդ մտրթի ծալքերուն մէջ տեղ, զուտ բրինձի փոշի կամ յիֆօթօս կոչուած փոշին պէտք է ցանել, ասով բորբոքումն կ'արգիլուի: Տկարակազմ տղայք լաւ է սրբել ընկոյզի տերեւի եփած ջրով եթէ անհնար է բոլոր մարմինը այնպիսի ջրոյ մէջ լուալ: Աւելորդ է ըսել թէ ջրով սրբելէ և թէ լուանալէ յետոյ երախան լաւ չորցնելու, չոր դենջակի մը մէջ փաթթելու է որ պող չ'առնէ:

Սովորութիւն է ազայոց ներսն ալ մաք-  
րելու համար լուծիչ իւղեր և դեղեր լանցու-  
նել անոնց, առի վատ սովորութիւն մ'է, և  
ինչպէս որ չափահաս մը առանց բժիշկին  
հրամանին լուծիչ դեղ առնելու չէ, նոյնպէս  
և ալ ևս առաւել երախայից լուծողական դեղ  
արուելու չէ առանց բժիշկին հրամանին: Լաւ  
անուցանելով և մինչեւ ցարդ ըստածներուն  
հետեւելով երախան առողջ կը մնայ և սո-  
վորական լուծում կ'ունենայ: Երբ երախան  
խիթ և պնդութիւն կ'ունենայ, այն ատեն  
լուծիչ դեղ մը հարկ կ'ըլլայ:

38. Պտոյս եւ ֆալել

Պտոյտը անհրաժեշտ է երախայից ա-  
ռողջութեան համար, ուստի ըստ կարե-  
լոյն ամէն օր պէտք է պտտցունել զանոնք:  
Լաւագոյն ժամանակն է առաւօտուն և կէս  
օրէն ետեւ. բայց պէտք է ընտրել բարե-  
խառնութեան յարմարագոյն ժամը, եղա-  
նակն ու ժամանակն ի հաշիւ առնելով: Երբ  
օդը ցուրտ է հարկ չէ դուրս ելլել, իսկ օր-  
ուան խիստ տաք ատեն զով և օգտաւուն վայ-  
րերը ընտրելու է:

Պտոյտի ատեն պէտք է հեռուն երթալ  
հիւանդոտ անձերէ և հազացող ազաքներէ և  
խորշիլ անոնց ներկայութենէն: Մանկատաճք  
բնաւ չեն զգուշանար այսպիսի անձերէ, մինչև  
իսկ իրենց դիմացը ելլողին թող կուտան համ-  
բուրել իրենց խնամոց յանձնեալ երախան:  
Մանաւանդ ձմեռը պէտք է մանկատաճք  
զրկելով պարացունէ երախան կամ թէ կառ-  
քով. կառքը որքան որ ալ պատասպարեալ ըլ-  
լայ դարձեալ սղան հոն կրնայ պաղ առնել,  
մինչդեռ դիրկը տարուած ատենը մանկա-  
տաճն իւր կենդանական շերմութիւնը ման-  
կան կը հազորդէ:

Երբ երախան 10-14 ամսուան ըլլայ,  
կ'սկսի առանձին քալել, այս ժամանակէն  
առաջ անոնց քալել սորվեցունելու համար  
ջանք ընելն յոյժ վնասակար մի սովորութիւն  
է. դեռ պէտք եղած զօրութիւնը կը պակսի  
այն հասակին մէջ, և մարմինը չէ կարող  
սրունքներուն վրայ կրել: Ուստի քալել սոր-  
վեցնող կառքեր դորձածելն շատ վատ սովո-  
րութիւն է: Գորգի մը վրայ թողլով ձգելու  
է որ առանձին քալելու վարժութիւններ ընէ,  
նախ կը սողայ, և ապա աթոռները բռնելով  
կանգնելու փորձեր կ'ընէ: Կը գլորի բայց վնաս  
չկրեր և օր մը ժպտուն դէմքով և տարածեալ

Թաթիկներով և յաղթական կերպարանքով հօրը և մօրը ընդ առաջ կելլէ, որք բազուկնին տարածելով իրենց գիրկը կ'առնեն և համբոյրներ կը դրոշմեն անոր կարմիր այտերուն վրայ իբր վարձք իր մեծ յաղթութեան :

39. Ոսկորի հիւանդութիւն

Երախային անման ատեն պատահած ոսկորի հիւանդութեանց (ռաշիքիզմ) պատճառը սնունդի թերութիւնն է, որով ոսկորները տկար և անզօր կը մնան, կը տճեւանան և կը կորանան : Կրնայ ժառանգած ալ ըլլալ երախան այս ախտը, և կամ ապառոջ վատ կերակուրներէ և սնունդներէ յառաջ գալ : Տղայք կանուխ կաթէն կտրուելով և մանկական հասակին անյարմար կերակուրներ ընդունելով այն ախտին ենթակայ և յարմար կ'ըլլան : Փորձն եղած է շան ձագերուն վրայ, ասոնք իրենց ծնունդէն քիչ ետքը մայր շնիկէն զատելով կերակրուած են հացով և միսով, և երկու երեք ամիսէն ետե նիհարանալով փորհարութիւն են ունեցած, ապա ոսկերք սկսած են ծուլ, կորանալ և տճեւանալ : Նոյնը կը պատահի նաեւ երախայից :

Արուեստական սնուցմամբ այս դառն հետեւանքին տեղի կրնայ տրուիլ : Մշտաաւ լուծմունք և փորհարութիւն մ'է կսկսի . այս հիւծէ և մաշէ երախան, դէմքին մորթը կը թառամի և պառաւի մը դիմագիծը կ'ստանայ, գանկը տճև կերպարանք մը կ'առնէ, ակոսներն ուշ կը բուսնին, բոլոր ոսկորներն կը տկարանան, ծայրերը կ'ուռին և իրենք կը կորանան և կը ծռին, մարմնոյ աճումն կը դադարի և ի վերջոյ մահը վախճան կուտայ բոլորին :

Բժշկական ճարտարութիւնը կրնայ այս սարսափելի ախտին դեղ և դարման գտնել : Լուծման դէմ կը մաքառուի և եթէ երախան շատ կանուխ կաթէն կտրուած է, լաւ կաթնտուի մը կը յանձնուի որ սննդարար տարերք մուտ գտնեն հիւծեալ դրութեան մէջ : Բացօդեայ տեղեր պտոյտներ կըլլան, դաշտը, գիւղը, արեւին տակ, ծովուն եզերքը . օգտակար է նաև ծովու լողանք կամ եթէ հնար չէ աս, տան մէջ աղի ջրի լողանքներ :

Այս ախտէն վարակեալ զարգացեալ մանկանց զօրացուցիչ և սննդարար կերակուրներ պէտք է տրուիլ . քիչ մը գինի, միս, ձկան իւղ, կիր պարունակող օշարակներ, որպէս զի ոսկորներն զօրանան զիրենք կազմող հաստատուն տարրը ստանալով :



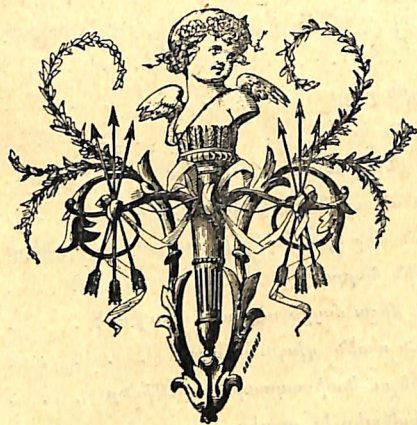
Այս ախտէն վարակեալ տղայք երբ սկսին ապաքինիլ պէտք չէ որ քալեցունենք մինչեւ որ ոսկորներն չզօրանան : Սրունք կորացած տղայք շատ անգամ կը տեսնենք . ժամանակէն առաջ քալելու փորձեր ըլլալուն համար անոնք ասանկ են եղած : Ոսկորներն մարմինը վերցունել կարող ըլլալու աստիճան պէտք են զօրանալ և ապա քիչ քիչ պտոյտ ընելու են : Կան նաև գործիքներ , ոտից և սրունքներու համար , որ պէտք կ'ըլլան ամիսներով գործածել , եթէ երախան շատ տձեւացած է : Այսպէս զգոյշ և հոգատար ըլլալով փոքր տձեւութիւնք և կորութիւնք քիչ քիչ իրենց բնական ձեւն կ'ստանան և աւելի ծանրակշիռ պարագայից մէջ ճարտար բժիշկի մը հմուտ և փորձառու դարմանին յանձնուելով կրնայ , եթէ ոչ բոլորովին , գոնէ մասամբ բուժիլ :



Յ Ա Ն Կ

	Երես
1. Ծնունդ . . . . .	1
2. Երախային առաջին լուացումը . . . . .	3
3. Պորտին լարը . . . . .	4
4. Երախային արդուզարդը . . . . .	6
5. Երախային գլխուն ձեւը . . . . .	7
6. Նուաղեալ նորածինք . . . . .	8
7. Տկարածին երախայք . . . . .	10
8. Կամ ունեցող երախայք . . . . .	11
9. Որրանը . . . . .	12
10. Զեռուցիչք . . . . .	14
11. Որորել . . . . .	14
12. Գուն . . . . .	15
13. Երախային լացը . . . . .	16
14. Մայրական կամ . . . . .	17
15. Անձամբ սնուցանելու օգուտը . . . . .	18
16. Անձամբ սնուցանելու արգելքներն . . . . .	18
17. Մնուցման մէջ երախային յարուցած արգելքները . . . . .	21
18. Երախային հարբուխը . . . . .	23
19. Պէտք չէ միշտ մայրը անձամբ սնուցանէ . . . . .	24
20. Մնուցման ատեն դիպուածք . . . . .	26
21. Մնուցանելու նախապատրաստութիւնք . . . . .	28
22. Կամին քանակը եւ որակը . . . . .	29

23.	Կաթին զալուստը . . . . .	30
24.	Կաթնտու կանանց օրական կեանքը . . . . .	31
25.	Կաթը . . . . .	35
26.	Երախան կրթել . . . . .	36
27.	Կաթնտու կանայք . . . . .	38
28.	Կաթնտուի ընտրութիւն . . . . .	41
29.	Երախային աճումը . . . . .	45
30.	Փոփոխակի սնուցումն . . . . .	46
31.	Ուրիշ ուտելիքներ . . . . .	50
32.	Կաթէն կտրել . . . . .	52
33.	Երախային ակումներն . . . . .	55
34.	Պատուաստ . . . . .	57
35.	Մորթի հիւանդութիւնք . . . . .	59
36.	Լոզանք . . . . .	60
37.	Մաքրութիւն . . . . .	61
38.	Պտոյտ եւ քալել . . . . .	62
39.	Ոսկորի հիւանդութիւն . . . . .	64



997-999

2x

2013

« Ազգային գրադարան  
  
NL0071897

« Ազգային գրադարան  
  
NL0071896

« Ազգային գրադարան  
  
NL0071895

