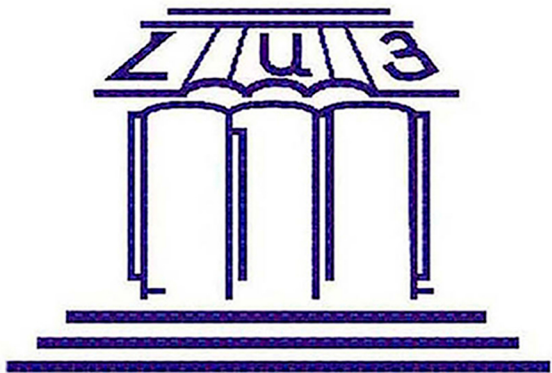




Հայկական գիտահետազոտական հանգույց
Armenian Research & Academic Repository



Սույն աշխատանքն արտոնագրված է «Մտեղծագործական համայնքներ
ոչ առևտրային իրավասություն 3.0» արտոնագրով

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial
3.0 Unported (CC BY-NC 3.0) license.

Դու կարող ես.

պատճենել և տարածել նյութը ցանկացած ձևաչափով կամ կրիչով
ձևափոխել կամ օգտագործել առկա նյութը ստեղծելու համար նորը

You are free to:

Share — copy and redistribute the material in any medium or format

Adapt — remix, transform, and build upon the material

613-95

Ժ - 22

ՏՕՔԹ. Մ. ԺԱՄԿՈԶԵԱՆ

ՄԱՆԿԱՏԱԾՈՒԹԻՒՆ

Կ Ա Մ

ՅԵՂԱՅԻՆ ԻՆՔՆԱՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹԻՒՆ

Հայ մայրե՛ր, սորվեցէ՛ք մտկաստմութիւնը,
մտնուկ մեծցնելու արուեստը, որ կ'ապրեմսով
ներ եղանակութիւնը....

ԳԻՆ, 5 ԳԶ. ՈՂԶ

1924

ՏՊԱԳՐ. Ա. ՕՏԵՊՈՆԵԱՆ

ԱՂԵՔՈՆԴԵՐԱ

20 JUL 2010

ՏՕՔԹ. Մ. ԺԱՄԿՈԶԵԱՆ

613.35

Չ-22

ՄԱՆԿԱՏԱԾՈՒԹԻՒՆ

ԿԱՄ

ՑԵՂԱՅԻՆ ԻՆՔՆԱՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹԻՒՆ



Հայ մայրե՛ր, սորվեցէ՛ք մանկաստծուքինը,
մանուկ մեծցնելու արուեստը, որ կ'ազաճովէ
ձեր երջանկու քինը...:



1921

ՏՊԱԳՐ. Ա. ՍՏԵՓԱՆԵԱՆ

ԱՂԵՔՍԱՆԳՐԻԱ

25.04.2013

3145



(24999-61)

30322-4



ՏՕԲԹ. Մ. ԴԱՄԿՈՉԵԱՆ





ՅԱՌԱԶԱԲԱՆ

Յեզի մը բոլոր ուժը եւ բոլոր իմաստութիւնն ու եր-
ջանկութիւնը ձեռք կը բերուին մանուկին ֆիզիքական
առողջութեամբ:

Եւ ազգի մը գորութիւնը կը պակսի ի հարկէ զայն
կազմող անհատներու քիւին պակսելովը:

Որքան օրօրոցներ պարապ չպիտի մնային, ու ո՛ր-
քան մայրեր դժբախտ չպիտի ըլլային, երբ անոնք գիտնա-
լին մանուկ մը մեծցնելու արուեստը:

Որքան մանուկներ կը մեռնին, մանաւանդ առաջին
սարիին մէջ, առողջապահական խնամքներուն պէտք ե-
ղած կարեւորութիւնը չտեսնելուն պատճառաւ:

Ամէն սարիքէ մեռնող 1000 հոգիի վրայ, կը մեռնին
200էն մինչեւ 500 մանուկներ, 0-1 տարեկան, այսինքն
ընդհանուր մահերու քիւին $\frac{1}{5}$ էն մինչեւ կէսը: Ման-
կական մահերու այդ քիւը շատ աւելի կրնայ պակսել
շնորհիւ մանկաստանութեան:

Մանկաստանութիւնը ուրիշ բան չէ, բայց երբ գիտա-
կան մեթոտներով մանուկները խնամելու արուեստը, զոր
պէտք է տարածել մեր ժողովուրդին ամէն խաւերուն մէջ:

Ուստի, հայ մայրեր, կարգացե՛ք սոյն զրոյկը եւ
կրկին կարգացե՛ք զայն, րե՛ ձեր եւ քե՛ մանաւանդ ձեր
բազմաշարշար ցեղին երջանկութեանը համար:

Մանկաստանութիւնը ստրկեցնելու է ո՛չ միայն դե-
ռասի մայրերուն, այլ նաեւ օրիորդներուն ու մանա-
ւանդ վարժարանի աշակերտներին:

1910ին, Բարիզ գումարուած դպրոցական առողջա-
պահութեան համաժողովը միաձայնութեամբ ընդունեց
այն իլո՞ր՝ որ կը պահանջէր մանկաստանութեան ուսու-

ցումը դեռաժի առակերտուհիներուն (12-16 տարեկան) :

ԲՐԾԹ. Բինար անասնման ուրախութեամբ դասախօսած է մանկաստանութեան վրայ, Բարիզի նախնական վարժարաններէն մէկուն մէջ, 10-14 տարեկան առակերտուհիներուն (1902-1903):

Նոյնպէս ալ ես դասախօսած եմ ամենամեծ հանդիմանի միջոցին նիւթին վրայ, Աղեփանդիոյ մեր ազգ. վարժարանին մէջ, (1917-1918) Ե. Զ. Կարգի առակերտուհիներուն՝ որոնք ամենամեծ հետաքրքրութեամբ կը հետեւեին մեր դասախօսութեանց: Փափաքելի է որ այդպիսի դասախօսութիւններ ընդհանրացան մեր վարժարաններուն մէջ ամէն տեղ:

Շահեկանութեան գուրկ չենք համարիր ակնարկ մը նետել, Աղեփանդիոյ քաղաքատեղեան վիճակագրութեան վրայ, որ ցոյց կու տայ թէ 1909ին 14,421 տեղացի մանուկներ ծնած են, որոնցմէ 4203ը մեռած են, 0-1 տարեկան: Իսկ նոյն տարւոյն մէջ 1791 օտարազգի մանուկներ ծնած են, որոնցմէ 214ը միայն մեռած են: Հետեւաբար՝ տեղացի ծնած 1000 մանուկէն 292ը մեռած են, մինչդեռ օտարազգիներէ՝ 1000ին 120 միայն: Ուրեմն տեղացի մանուկներէ 5ի դէմ կը մեռնին օտարազգի 2 մանուկներ: Այս համեմատութիւնը գրեթէ նոյնն է, նախորդ վեց տարւան վիճակագրութեանց մէջ ալ:

Ինչպէս կը տեսնուի, տարբերութիւնը շատ մեծ է: Այդ քիւլերը որոշ կերպով ցոյց կուտան թէ տեղացիները, նուազ քաղաքացիութեամբ ցեղ մը, չգիտնալով մանուկ մը մեծցնելու արուեստը, աւելի մեծ կորուստ կուտան քան օտարազգիները՝ թէեւ անոնց մէջ ալ տեղացիներ անպակաս են:

ՏՕԲԹ. Մ. ԺԱՄԿՈՉԵԱՆ

ՄԱՆԿԱՏԱԾՈՒԹԻՒՆ

Կ Ա Մ

ՅԵՂԱՅԻՆ ԻՆՔՆԱՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹԻՒՆ

Մանկատաժութիւնը՝ բոլորովին նոր գիտութիւն մը՝ առաջին մանկութեան առողջապահութիւնն է, որուն շրջանորհիւ ոչ միայն կարելի է առաջը առնել անթիւ ու անհամար մահուան դէպքերուն, որ կը պատահին մանկական աշխարհին մէջ, այլ նաեւ առողջ կ'ապահովուին ցեղին համար առողջ ու զօրաւոր անհատներ:

Փրանսա է որ առաջին անգամ ծնունդ տուաւ այս գիտութեան, որովհետեւ հոն բաւական երկար ատենէ ի վեր մաքրագծութիւնը հետզհետէ պակսելու վրայ է:

Ուստի, այդ պակասը կերպով մը լրացնելու ու փութարինելու նպատակաւ, Փրանսացիք ծնած մանուկները մեռնելէ արդիւրեւ համար մեծ ճիգեր կ'ընեն չորս 30 տարիէ ի վեր: Ազգի մը զօրութիւնը կը պակսի ի հարկէ զինքը բազկացնող անհատներուն թիւին պակսելովը:

Առողջ ու զօրաւոր սերունդ մը ունենալու համար՝ բաւական չէ միայն գիտնալ մանուկները ծնունդէն յետոյ խնամելու արուեստը, այլ հոգ տանելու է անոնց, նաեւ ծնունդէն առաջ, կնոջ յղութեան միջոցին, մինչեւ իսկ խորհելու է անոնց մասին՝ ամուսնութենէ առաջ:

Հետեւաբար մանկատաժութիւնը կը բաժնուի երեք գլխաւոր մասերու:

1. Մանկատաժութիւն՝ ամուսնութենէ առաջ.
2. Յղութեան միջոցին, և,
3. Ծնունդէն յետոյ:

1. ՄԱՆԿԱՏԱԾՈՒԹԻՒՆ ԱՄՈՒՄՆՈՒԹԵՆԷ ԱՌԱՋ

Այս մասին շատ համառօտ կերպով պիտի խօսինք, ցոյց տալով անոր ընդհանուր և մեծ գիծերը միայն:

էական կէտը զաւակներ ունենալ չէ՝ միայն, այլ պէտք է որ անոնք ծնին լաւ պայմաններու մէջ՝ առողջ ու զօրաւոր, որպէսզի երբ անոնք չափաւաս ըլլան, իրենց կարգին կարող ըլլան ծնունդ տալու առողջ սերունդի մը:

Վատառողջ ու հիւանդ ծնողաց զաւակը բնականաբար հիւանդ կ'ըլլայ, և չի կրնար իր կարգին ծնունդ տալ առողջ սերունդի մը:

Յեղին ալլատերութիւն գլխաւոր աղղակներն են՝ ալֆոլականութիւն, հիւծախտ և գաղղիակախտ ակտ:

Այդ սարսափելի երբորդութիւնն է աղղիւրը ծնունդի մէջ պատահած այնքան մեծ կորուստներուն:

Զէ՞ որ ալքոլամոլի մը զաւակը սահմանուած է խոտի պէս ապրելու, կամ տառապանքի ու հիւանդութեանց մէջ անցնելու իր կեանքը:

Գաղղիական ախտ ունեցողի մը զաւակը չէ՞ որ յաճախ վախ, վատառողջ, ապուշ ու երկրի վրայ ու է ծառայութեան անկարող, անօգուտ և դժբախտ էակ մը կ'ըլլայ:

Իսկ հիւծախտաւորի մը զաւակը կը ծնի շատ գէշ պայմաններու մէջ, կը ծնի հիւծախտի ենթակայ:

Նոյնպէս ջլախտաւորներու, մորֆինամոլներու զաւակը անտարակոյս առողջ չի կրնար ըլլալ: Ընդհանրապէս վատառողջ ծնողքներ զաւակ չեն կրնար ունենալ, որովհետեւ բեղմնաւորումի արդիւնքը չի կրնար հասունալ, և ոչինչ պատճառով վիժում կը պատահի:

Այս դժբախտութեանց առաջքը անհետ մեծապէս կը սատարէ այն գործնական միջոցը, զոր այսօր ի գործ կը դնեն հիւսիսային ամերիկացիք: Այդ միջոցը շատ պարզ է: Օրէնքը կը պարտադրէ որ՝ երկու ասպաղայ ամուսիններ իրենց առողջական վիճակը հաստատող մէջ մէկ ըժշկական վկայագիր ներկայացնեն, ամուսնութիւնէ

առաջ: Այս դրութիւնը ընդունուած է նաեւ Վաշինկթընի մէջ, 1909էն ի վեր: (*)

Աւելորդ չըլլար ըսել թէ ցեղի մը իրական արժէքը կը կախանայ, ո՛չ թէ անոր թուական առաւելութեան մէջ միայն, այլ և զայն կազմող անձերու անհատական արժանիքին մէջ: Երբ այդ թիւը կազմուած է մեծ մասամբ վտիտ, աղաղուն, հաշմանդամ և հիւանդկախ էակներէ, այն պարագային՝ լաւագոյն է որ ցեղը նուազ բաղձմամբ ըլլայ, և սակայն զայն կազմող անհատները առողջ, ուժեղ ու չարքաշ ըլլան:

2. ՄԱՆԿԱՏԱՆՈՒԹԻՒՆ ՅԶՈՒԹԱՆ ՄԻՋՈՅԻՆ

Յղութեան միջոցին մանկատաճութիւնը ուրիշ բան չէ, բայց եթէ յղի կիներու առողջապահութիւնը:

Անհրաժեշտ է ամէն յղի կնոջ համար, ընկերական որ դասակարգի ալ պատկանի, շատ անգամ ըժշկական քննութեանց ենթարկուիլ, իւր յղութեան չրջանին մէջ: Այդ քննութեանց օգուտները մէկէ աւելի են, թէ՛ կնոջ և թէ՛ սաղմին համար, որովհետեւ կիներ նախ՝ իր ինքնամեկայ չրջանը լաւ պայմաններու մէջ և յաջողութեամբ լրացնելու կարող կ'ըլլայ, գործածելով հարկ եղած ամէն նախազգուշութիւններ. և երկրորդ՝ ապահով կ'ըլլայ թէ՛ ծննդաբերութեան ժամանակ կամ յետոյ՝ որ և է կնճռոտութիւն ու բարդութիւն (complication) չպիտի պատահին:

Գալով սաղմին՝ ան ալ մեծապէս կ'օգտուի անշուշտ, լաւ կերպով զարգանալով արդանդին մէջ, երբ մայրը ճշգրտօրէն կը գործադրէ առողջապահական ամէն պայմանները, մասնաւորաբար ճիշդ ամիսէն սկսեալ հանգիստ

(*) 1904ին Էյմիլաճմայ Կարոլիկոսը ու Սինոդը ուզեցին այս օգտակար դրութիւնը մեր մէջ ալ մտցնել: Եւ այլ պատգամեցի այն ատեն այդ քեզին օգտակարութիւնը: Մեծ ուրախութեամբ կը յիշեմ քեզ սոյն օրէնքը սկսած է արդէն գործադրութեան դրովի Պոլսոյ մէջ: Փափաքեի է որ այսուհետեւ ընդհանրապէս ան, յօգուտ մեր դժբախտ ցեղին:

ընկելով և հոգ տանելով լաւ մանդաութեան, ինչպէս նաեւ զգուշանալով սաստիկ յուզումներէ, որ յաճախ պատճառ կ'ըլլան վիժումի կամ կանխահաս ծննդաբերութեան։ Այսպէսով սաղմը ծննդաբերութեան ժամանակ և յետոյ նուազ վտանգի ենթակայ կ'ըլլայ։

Այս ճշմարտութիւնները աւելի լաւ բմրոնելու համար՝ կարծեմ բուսական է ակնարկ մը նետել հետեւեալ վիճակագրութեան վրայ։

Աղեքսանդրիոյ մէջ, 1909/ին ծնած 14,421 տեղացի մանուկներէն 604ը մեռելածին եղած են։ Իսկ նոյն թուականին ծնած 1791 օտարազգի մանուկներէն 46ը միայն, այսինքն հազարին 25,6ը՝ մեռելածին։ Մինչդեռ տեղացիներուն՝ հազարին 41,8, մօտաւորապէս կրկինը։ Նոյնպէս՝ նախորդ 6 տարիներու վիճակագրութիւնը գրեթէ միշտ միեւնոյն զգալի տարբերութիւնը ցոյց կուտայ։ Ուրեմն, հարկ կ'ա՛յ ըսելու թէ սոյն տարբերութեանց պատճառը ոչ այլ ինչ է, բայց եթէ տեղացի կիներուն համեմատաբար առողջապահական կանոններուն նուազ ուշադիր ըլլալը։

Այժմ գանք բժիշկին դերին. ան պարտաւոր է.

1. Հաստատել նախ և առաջ յղութեան գոյութիւնը, յետոյ յղութեան բնականոն և արգանդային ըլլալը։ Մըքան օգտակար կ'ըլլայ, երբ յղութեան սկիզբները կը հասկցուի անկանոն յղութեան մը (grossesses extra-utérine) կամ որ և է ուրի մը գոյութիւնը, տակաւին ծանր դէպքեր առաջ չեկած։

2. Քննել մէզը ապահով ըլլալու համար թէ ալալիւմին չի պարունակեր։ Մէզը քննելու է(*) առաջին 6 ա-

(*) «Ալալիւմին»ի տեսակէտով մէզի բնութիւնը, զայն պարզ է եւ դիւրին։ Մեծադեղ դոպի մը կամ tube à essai մը մէջ, բնութիւնի մէզէն քիչ մը լեցնելով, կրակի վրայ եռացնելու է. եթէ բոլորովին անփոփոխ մնայ, ըսել է թէ բան մը չկայ։ Բայց, երբ գոյնը կը փոխուի կը պղտորի, մի քանի կաթիլ acide acétique կաթեցնելու է, եւ եթէ պղտորութիւնը չանցնիր՝ այն ասեմ «ալալիւմին»ի գոյութեան նշան է։

միաները՝ ամիսը մէկ անգամ, 7րդ ամիսէն սկսեալ՝ ամէն 15 օրը, իսկ 9րդ ամսոյ մէջ՝ ամէն 8 օրը մէկ անգամ։

Եթէ ենթական նախապէս տառապած է կարմրախտի, կեղծմակաշկի, թիֆօի նման ուէ վարակիչ հիւանդութենէ, և մասնաւորաբար երիկամունքի բորբոքումէ, այն ատեն մէզի քննութիւնը պէտք է կատարել աւելի ստէպ։

Մէզի մէջ ալալիւմին տեսնուած պարագային, նոյն իսկ շատ քիչ քանակութեամբ, կ'ընդունուի ալալիւմինէ միմիայն կաթ խմել, օրական 1,50-2 օխա և աւելի շարունակաբար 8 օր, որպէսզի ապագային Eclampsie և Urémie ըսուած ամենածանր հիւանդութիւններէ դերծ չնայ։

3. Հաստատել սաղմի ընծայումին եղանակը, ժողովրդական լեզուով, տղուն շիտակ կամ ծուռ գալը։ Բըժիշկը, տղուն ծուռ եղած պարագային, կարող է շտկել գայն, և ատով առաջը առնել ապագայ կնճռոտութեանց՝ ծննդաբերութեան ժամանակ։ Այս մասին բժշկական քննութիւն կատարել անհրաժեշտ է, անդրանկածին կնոջ մը համար՝ եօթուկէս ամիսը լրացածին պէս, իսկ բաղմածինի մը համար՝ 9րդ ամսոյ սկիզբը։ Նկատելով որ, սաղմը իր դիրքը կրնայ յաճախ փոխել, մանաւանդ բաղմածին կանանց մօտ, պէտք է գոնէ մի քանի անգամ կրկնել սոյն քննութիւնը, մինչև ծննդաբերութեան օրը, ապահով ըլլալու համար թէ ու է յօդի փոփոխութիւն մը տեղի ունեցած չէ։

4. Լուրջ քննութենէ մը անցնել արգանդին վարի մասը, կոնքին ոսկրային գօտին, ինչպէս և անոր կալուղ մասերը, հասկնալու համար ասոնց լաւ կազմութիւնը (conformation) և միեւնոյն ժամանակ հաստատուելու թէ կոնքը նեղ չէ, և թէ որ և է ուսոյց գոյութիւն չունի կոնքին մէջ կամ արգանդին վրայ։

5. Հսկել կնոջ ամէն գործարաններուն, սրտի, թոքի, եւ., մասնաւորաբար մորթի, աղիքի, լեարդի և

երկամունքին վրայ, իրենց պաշտոնին լաւ կիրարկութեան տեսակէտով:

Մէկ խօսքով հսկել յղի կնոջ ընդհանուր առողջութեան վրայ:

6. Մանրակրկիտ քննութեան մը յետոյ, ապահովել կենը որ ամէն բան կանոնաւոր է, և ապագային ունէ դժուարութիւն չպիտի պատահի — շնչուշտ՝ կիթէ իրօք տնայէս է —, և այսպէսով վերականգնել անոր բարոյականը (relever le moral), որ առ հասարակ ընկճուած կ'ըլլայ:

7. Պատրաստել տալ նախապէս, ծննդաբերութեան ժամանակ պէտք ըլլալիք ամէն բան, մանաւանդ 8—10 օխայի չափ եռացած և յետոյ պաղած ջուր, ոռոգիչ մը (irrigateur, հոգնա), հակաանխանան դեղ մը, 2 մէթր ամլայած մարմաշ (gaze stérile), ամլայած բամբակ և վազլին: Վերջապէս, սորվեցնել յղի կանանց իրենց յատուկ առողջապահութիւնը:

Յղի կնոջ մը գրեթէ բոլոր առողջապահութիւնը կը կայանայ սա հետեւեալ մեծ սկզբունքին մէջ. պէճք է զգուշանալ ամէն ճեսակ ՅՈԳՆՈՒԹԵՆԷ, որ բոլոր մարմնոյն վրայ կ'ազդէ ընդհանրապէս և արգանդին վրայ մասնաւորապէս:

Յոգնութենէ զգուշանալու է, մանաւանդ առաջին և վերջին ամիսները, ինչպէս նաև դաշտանին համապատասխան օրերը:

Սաստիկ մարզանք (շաղել, ցատքել, պարել, ձի կամ պիսիքիք նստիլ, լողալ են), կարի մեքենայով, մանաւանդ ոտքով աշխատիլ և ծանր բան վերցնել բացարձակապէս արգիւտած են: Հեռուոր ճամբորդութիւն, մինչև իսկ կառքով պտոյտ, մանաւանդ երբ փողոցները լաւ սալարկուած չեն, վնասակար են և երբեմն վիժուալի:

պանձառ կ'ըլլան: Թրամուէյով փոխադրութիւնը նախաձեռնար կը համարուի:

Չափաւոր մարզանք՝ ընդհանրապէս օգտակար են, օրինակի համար՝ առօրին քերել աշխատութիւններ կամ քալիլ՝ չյոգնելու աստիճան, թէ միտքը և թէ մարմինը կ'ըրազեցնեն և միանգամայն անորոժակ կը բանան: Իսկ նստողական կեանքը տրամադիր կ'ընէ ալպիւսիս և պընդութիւն ունենալու:

Արդէն յղի կիներ առհաստիկ պնդութեան ենթակայ են: Այդ անպատեհութիւնը մասամբ մը դարձանելու համար, մանդառութեան մէջ կարեւոր տեղ մը տալու է բանջարեղէնի և պտուղի: Չոր սալոր՝ մրգանայի (compte, foinpoupe) ձեով շատ օգտակար է: Բուսական րէժիմը ուրիշ շատ առաւելութիւններ կ'առնի, գլխաւորաբար արիւնը նուազ կը թռնաւորէ:

Ընդհանրապէս, մանդառութիւնը պէտք է ըլլայ սովորականին պէս, միայն թէ կարելի եղածին չափ քիչ միս ուտելու է և վերջին ամիսները շատ քիչ աղ դործածելու է, մանաւանդ երբ ստքերը ուռեցած են: Ասկէ դաւ, ամէն յղի կին սովորութիւն ընելու է, իր յոռութեան բոլոր շրջանին մէջ, ամէն օր 1—2 դաւաթ կաթ խմել. այդ բարի սովորութիւնը կրնայ շատ օգտակար ծառայութիւններ մատուցանել ենթակային:

Իսկ պնդութեան պարագային պէտք է դործածել, երբեմն պարզ կամ կլիսէրինով խառն դաղջ ջուր (1 լիթրի չափ) դրեխի (lavement, հոգնա) ձեւին տակ, և երբեմն բերնով առնել հետեւեալ դեղերէն մին. Magnésie calcinée (1—2 սուրճի դգալ, քիչ մը ջուրի մէջ), Rhubarbe (0,50 կրամ, 1 քաշէ), janos hunyadi (1—2 գիւնիի դաւաթ), Sulfate de soude (10—15 կրամ քիչ մը ջուրի մէջ):

Յղի կանանց հագուստը տաք և լայն ըլլալու է, այնպէս որ փորը և կուրծքը չի սեղմէ և արգելք չըլլայ:

արգանդի մեծնալուն. և աստի սեղմիրանը բողբոջվին կ'արագիլուի. ի հարկին ասոր տեղ կարելի է գործածել մանա նաւոր կերպով պատրաստուած սեղմիրան մը (corcèt de grossesse): Իսկ միայն փոքր վար կախուած սրբա գային, ինչ որ կը պատահի յաճախ բաղձածին կիներուն, գործածելու է մանաւոր պօտի մը (ceinture abdominale): Ծնվակապ գործածելու է երբեք, որովհետեւ ուս քի և սրունքի աւելի ուռնալուն պատճառ կ'ըլլայ. ի հարկին գործածելու է jarretelles ըստած կապ մը, կամ պարզապէս անդդիական գնդանդներ, որ գուլպան վարձ արքին բռնելը կուտան. Կօշիկները յայն ըլլալու են և կրունկը ցած:

Սեռային յարաբերութիւնք բացարձակապէս կ'արագիլուին այն յղի կանանց համար, որ մէկ կամ աւելի վիժումներ ունեցած են. և կթէ կ'արտօնուի միւսնե րուն համար, յանձնարարելի է մեծ զգուշութիւն ու չա փաւորութիւն, և կատարեալ ժուժկալութիւն՝ զաշտանի համապատասխանած օրերը:

Չափաւոր աստիճանի տաք ջուրով (35-36° սանթի րաւ) լուացուիլ, գոնէ 15 օրը մէկ անգամ, շատ օգտակար է, պայմանաւ որ 10-15 վայրկեանէ աւելի չի տեւէ. Իսկ պաղ ջուրով լողանք (douche) կ'արտօնուի միայն այն կանանց՝ որ վարժութիւն ունին նախապէս, մանաւորաբար ամառը՝ տաք երկիրներու մէջ:

Ծովու բաղնիքը նոյնպէս կ'արտօնուի, վարժութիւն ունեցող կիներուն, սակայն ծովը հանդարտ ըլլալու է և լողալու չեն:

Այդ լողանքի միջոցին, անշուշտ մեծ զգուշութիւն ընելու է պաղ առնելէ, որովհետեւ ցրտառութիւնը պատ ճառ կ'ըլլայ յօղացաւի, ցնցղատապի (bronchite) են., մանաւանդ երկկամներու հիւանդութեանց, որոնք ծանր հետեւանքներ կրնան յառաջ բերել թէ՛ սաղմին և թէ՛ կը նոջ համար:

Յղի կանանց համար ընդհանուր մաքրութեան օգ տակարարութիւնը անվիճելի է, ուստի այդ մասին չափա ղանց խնամք տանելու են:

Յղի կինը, մանաւորաբար իւր ծննդական գործա րաններուն արտաքին մասերը, ամէն օր առտու և իրի կուն, լուալու է օճառով և գաղջ ջուրով (երբեմն առ անց օճառի), մանաւանդ վերջին ամիսը:

Յղի կանանց ծիծերը մանաւոր խնամքի առարկայ ըլլալու են:

Եթէ պտուկները լաւ դարգացած չեն, մատերով օրը մի քանի անգամ քաշելու և չփելու է, կամ teterelle ըստած գործիքով քաշելու է:

Այս գործողութիւնները վերջին երկու շաբաթները միայն կարելի է ընել, որովհետեւ երբեմն արգանդի կըծ կում յառաջ բերելով, կանխահաս ծննդաբերութեան պատճառ կ'ըլլան:

Վերջին ամիսը, ամէն օր օճառով և տաք ջուրով լուալու է ծիծերը, և պտուկները չփելու է առտու և ի րիկուն՝ կէս առ կէս ջրախառն ալբոլի կամ օլիի և կամ գօլոնեա ջուրի մէջ թրջուած բամպակով: Այդ խնամք ներուն շնորհիւ է որ կինը, ծննդաբերութենէ յետոյ, զերծ կը մնայ պտուկներու ճեղքերէն և հետեւաբար ծի ծի պալարներէն (abcès du sein):

Վերջապէս, յղի կիները հանդարտ և կանոնաւոր կեանք մը ունենալու են, և զգուշանալու են արտառո ցութիւններէ: Այս կերպով կարելի է յղութեան վիճա կէն յառաջ գալիք կարգ մը անհանգստութիւնները ար գիլիլ, ինչպէս՝ փսխումներ, սնդուութիւն և գլխու պտոյտ ներ:

Յղի կնոջ չուրջը գտնուած մարդիկ շատ զգուշ և խոհեմ ըլլալու են. երբեք ըսելու չեն անոր թէ այսինչ տիկինը շատ դժուար ծննդաբերութիւն ունեցած է, կամ ծննդաբերութենէ ետք՝ հիւանդացած է, և կամ զաւակը մեռած է են:

3. ՄԱՆԿԱՏԱԾՈՒԹԻՒՆ ԾՆՈՒՆԴԷՆ ՅԵՏՈՅ

Մանուկը ծնել է հաճախ՝ միջին ու քսան ակաճաններ ունենալ — առաջին մանկություն — , անոր տրուելիք բոլոր խնամքներուն նպատակն է նախ՝ պահպանել զայն, այսինքն մեռնելէ արգիլել. երկրորդ՝ զարգացնել զայն ու մեծցնել առողջ:

Այդ նպատակաւ տրուած բոլոր խնամքները կը բաժնուին երեք գլխաւոր մասերու:

1. Մեր երախտները արտաքին փնտաւար ազդեցութիւններէ ղերծ պահել, այսինքն հոգ տանիլ անոնց՝ որ մաքուր ըլլան, պաղ չառնեն, շաա տաք չըլլան, ինչպէս նաեւ անկումի, հարուածներու են. չենթարկուին: Այդ առաջին մասը «Նորածինին տրուելիք խնամքներ» անունին տակ պիտի ուսումնասիրուի:

2. Սնուցանել զանոնք մէթոտով:

3. Հսկողութիւն և զանազան խնամքներ՝ առաջին մանկութեան մէջ:

Այդ երեք մասերը, համառօտ կերպով կը ծանօթացնենք մերայնոց, հետեւելով մասնաւորաբար Բրօքսի, որ Ֆրանսայի մեծ մանկատան է:

1. ՆՈՐԱԾԻՆԷՆ ՏՐՈՒՆԵԼԻՔ ԽՆԱԾՔՆԵՐ

Ա. ՄԱՔՐՈՒԹԻՒՆ. — Նորածինին պորտը՝ ջուրի մէջ եռացած դերձանով կապելէ հաճախ, մաքրելու է անոր մարմինը: Սակայն մեծ ուշադրութիւն ընելու է որ պաղ չառնէ ան, որովհետեւ ցուրտ մանուկներուն ամեւնամեծ բեւաւրն է. այս կէտը մոռնալու չէ երբեք: Ուստի նորածինը զետեղելու է տաք և կակուղ անձեռոցի մը մէջ. ձմեռն եղանակին սենեակը տաք ըլլալու է, և նորածինը՝ կրակին մօտ: Նորածինին մարմինը չփելու է՝ օճառով կամ հակիթի դեղնուցով, լաւադոյն է ամառացած վազրին կամ ձէթ գործածել: Այդ չփուլին նը-

պատակն է մանկիկին մարմնոյն վրայ դռնուած ճարպային նիւթերը հանել դիւրութեամբ:

Ուշադրութիւն ընելու է որ նորածինին աչքերուն աղտոտ բան չլալի: Եւ ճիշդ ալդ պատճառաւ, մանկիկին գլուխը երբեք լողաւանի մէջ լուալու չէ, ինչպէս կ'ընեն առհասարակ մեր դայեակները, որովհետեւ աղտոտ ջուրը և օճառը մանկիկին աչքերուն մէջ երթալով՝ աչքի հիւանդութեան և միջին իսկ կուրութեան պատճառ կ'ըլլան: Հետեւաբար մանկիկին գլուխն ու երեսը դառ դառ լուալու ու սրբելու է: Երկու ամանի մէջ եռացած ջուր և մարմաշի կտորներ ունենալու է պատրաստ, մանկիկը հագուեցնել վերջ՝ երեսն ու գլուխը մաքրելու համար: Լողանքի ջուրը նախապէս եռացած ըլլալու է և բաւական տաք, 37 սանթիքրաս: Մանկիկը երբեք ջուրին մէջ խորելու չէ, առանց հասկընալու նախապէս ջուրին շատ տաք չըլլալը. հետեւապէս մանկիկը ջուրը դնելէ առաջ՝ ձեռքը ջուրին մէջ խոթելու է անպատճառ: Լողանքի համար ո և է աման կարելի է գործածել, պայմանաւ որ մաքուր ըլլայ: Այդ ամանին երկու երրորդը միայն ջուր լեցնելու է: Լողանքը 3-4 վայրկեանէ աւելի տեւելու չէ: Անպատճառ օրը մէկ անգամ լողանք ընելու է տարի մը չարունակ, յետոյ երկու օրը մէկ անգամ, մինչեւ որ մանկիկին քսան ակաճանները բուսնին:

Եթէ երախտն չարունակաբար գիշերները չքնանար, լաւագոյն է լողանքը իրիկունները ընել: Լողանքէն յետոյ երախտն տաք և կակուղ լաթերով փաթկեալու, և մարմնոյն ամէն մասերը, մանաւանդ ծալք եղած տեղերը, լաւ մը չորցնելու է: Եւ չորցնելէ հաճախ քիչ մը փոշի, — բրինձի կամ նշալի և կամ poudre de lycopode — ցանկելով մաքրութեան գործողութիւնը վերջացնելու է: Նոր և չլուացուած շորեր երբեք գործածելու չէ, որովհետեւ մանկիկին մորթը այնքան փափուկ է որ անմիջապէս կը սկրզուի ու կը բորբոքի:



Բ. ՀԱՅՈՒՍՏ. — Ինչ որ ալ ըլլայ մանկիկին հա-
գուստը, պէտք է գիտնալ թէ անոր պաշտօնը կը կայա-
նայ մանկիկը ցուրտէ և շատ տաքէ պաշտպանելու մէջ,
ազատ թողլով զինքը կատարելապէս իր անդամները
շարժելու:

Հետեւապէս հին դրոթեամբ խանձարուրը մէկ կողմ
դնելով, մանկիկին թեւերը ազատ ձգելու է, ոտքերը և
սրունքները շատ թեթեւ կերպով կապելու է, այնպէս
որ մանկիկը կարող ըլլայ ազատօրէն շարժել զանոնք:

Մանկիկին կուրծքին վրայ գօտի կապելու չէ. նե-
րելի է միայն անոր փորին վրայ թեթեւօրէն կապել
Ֆանելայի գօտի մը: Մանկիկին քեւերը եւ վիզը երբեք
մերկ ձգելու չեն, որովհետեւ վտանգաւոր է մանուսանդ
ձմեռը:

Մանկիկին գլուխը քան մէկ երբեք ծածկելու չեն,
ամառ և ձմեռ: Միայն դուրս հանուած ժամանակը
պէտք է ծածկել:

Գ. ԱՊԱՍՏԱՆԱՐԱՆ, oronog. — Մաքրուած և հազ-
ուած մանկիկին համար պէտք է ապաստանարան մը,
անկողին սը, ինչպէս նաեւ մաքուր օդ, որ ոչ շատ տաք
և ոչ ալ շատ պաղ ըլլայ, (15—20) սանթիկրատ: Այն
բաղդազուրկ բնտանիքները՝ որ մէկ սենեակ միայն ու-
նին բնակութեան համար, զգուշանալու են այդ սենեա-
կին մէջ չորերը լուալէ, ու մանուսանդ այդ չորերը սեն-
եակին մէջ չորցնելէ: Մանկիկը միայն իր օրօրոցին կամ
իր անկողինին մէջ պառկելու է, երբեք ուրիշ տեղ:
Մանկիկը իրենց անկողնոյն մէջ քնացնելու վտանգաւոր
սովորութիւնը բոլորովին մէկ կողմ դնելու է, որովհետեւ
շատ մը դժբախտ մայրեր, քունի մէջ, պատճառ եղած
են իրենց զաւակին խեղդամահ ըլլալուն: Մանկիկը օրօ-
րեւ փնտաւար է. այդ յոռի սովորութիւնը տախախտ կը
յարգուի մեր մէջ, մանուսանդ գաւառները: Լաւագոյն
օրօրոցը ա՛յն է՝ որ չօրօրուիր:

Մանկիկին անկողինը ունենալու է երկաթէ ձողիկ
մը, որուն վրայ կը կախուի չղարչէ վարագոյր մը, որ
մօկապահի (նիպիլիֆ) դեր կը կատարէ:

Զմեռը՝ մանկիկին անկողինը աաքցնելու համար,
լաւագոյն միջոցն է տաք ջուրով լեցուն շիշեր դետելը
անկողնոյն մէջ՝ մանկիկէն քիչ մը հեռաւորութեամբ:
Այդ շիշերը լաւ փակելու և փաթթելու է որ և է լաթով.
ջուրը շատ տաք ըլլալու չէ, որպէսզի շիշը չճաթի
և ջուրը անկողնոյն մէջ չվազէ:

ՄԱՆՈՒԿՆԵՐԸ ԵՐԲԵՔ ԿՈՆԱԿԻ ՎՐԱՅ ՊԱՌԿ՝ՅՆԵ-
ԼՈՒ ՁԷ, այլ պառկեցնելու է մէկ կամ միւս կողմը,
փորն ի փոխ, որովհետեւ մանուկը քունին մէջ յաճախ
կը փախէ, և եթէ ան կոնակի վրայ պառկած է, փըս-
խունքը մոլոր երթալով պատճառ կ'ըլլայ անոր թոքա-
տապէ բռնուելուն և մինչև իսկ խեղդուելուն:

2. ՆՈՐԱԾԻՆԻՆ ՄՆՈՒՑՈՒՄԸ

Մանկիկները լաւ սնուցանելը, այսինքն՝ ճնուցանե-
լու կերպը լաւ գիտնալը՝ անհրաժեշտ ու նուիրական
պարտականութիւն մ'է: Մանկատաժութեան այս գլուխը
ամենէն կարեւորն է: Նորածինի մը համար, ս'ըն է արդ-
եօք այն սնունդը՝ որ ամէն կատարելութիւն իր մէջ կը
պարունակէ՝ այսինքն այն սնունդը՝ որ կատարեալ է և
մանկիկին ամէնէն աւելի յարմար ու պատշաճ է: Այդ
սնունդը բնականաբար մօրը կաթն է: Սակայն ամեն
մայր կաթ կ'ունենայ՝ — Այո՛, գրեթէ ամեն մայր կաթ
կ'ունենայ: Ծիչդ է որ, բացառաբար կը դառնաին կիներ՝
որ առաջին օրերը ու առաջին շաբաթները շատ քիչ կաթ
կ'ունենան: Այսպիսի մայրեր, առանց յուսահատելու,
շարունակելու են կաթ տալ իրենց զաւակներուն յա-
րատեութեամբ, և մի քանի շաբաթ ետքը՝ պիտի տես-
նեն որ մանկիկին բաւելու չափ կաթ պիտի ունենան:

Հարիւր կիներու վրայ երկու կին միայն կաթ չեն

կրնար տալ իրենց մանուկներուն, կամ ծիծի պտուղ չունենալուն և կամ արդեիչ հիւանդութիւն մը ունենալուն պատճառաւ: Այդպիսի կէներու գաւախաց անասունի կաթ կը տրուի, եթէ յարմար ամնաւ մը չգտնուի:

Հետեւաբար՝ երկու տեսակ գիեցում կը լլայ. մայրական և արուեստական:

Ա. ՄԱՅՐԱԿԱՆ ԴԵՑՈՒՄ. — Մայրական դիեցումի բնոյանութիւնը օրեկները, առաջին ամիսներուն մէջ. Մօրը կաթը ծծող նորածինի մը ուրիշ ո՛րեք սնունդ տալ չէ երբեք: Նորածին մանուկին ընդհանրապէս չաքար ջուր կամ անխոնի ջուր կուտան, մինչև որ մօրը կաթը ծծէ: Այդ սովորութիւնը ոչ միայն ունի օգուտ չունի, այլ վնասալար իսկ է, որովհետեւ մանուկին փրութեւնը պատճառ կ'ըլլայ:

Ամէն մայր կէտ առ կէտ գործադրելու է հետեւեալ օրէնքները՝ որ ամենամեծ կարեւորութիւն ունին մանուկին կեանքը պաշտպանելու համար:

Առաջին ամբար, օրը 8-9 ժամ ծիծ տալու է նորածինին. ցորեկը՝ 2-2ուկէս ժամը, իսկ գիշերը՝ 4-5 ժամը մէկ անգամ: Յրդէն մինչև 6րդ ամիսը՝ օրական 7 ժամ ծիծ տալու է, իսկ 6րդ ամիսէն յետոյ՝ օրական 6 ժամ բաւական է, 3 ժամը մէկ անգամ:

Դիեցումի տեսողութիւնը բաւորը ժամէ աւելի ըլլալու չէ: Մանուկի մը կաթ տալու համար՝ քունը խանգարելու չէ: Եթէ ցորեկը 3 ժամէ աւելի քնացած է, յաջորդ գիեցումները իրարու մօտ ըլլալու են:

Մանուկին ծիծ տալէ առաջ և ետք, ամէն անգամ ծիծին պտուղը եռացած ջուրով լուալու է, ջրարբու բամպակի (Coton hydrophile) կամ եռացած կակուղ լաթի մը միջոցաւ:

Մայրական գիեցումին նախապատուութիւն կը տրուի անշուշտ, որովհետեւ ոչ միայն կաթը կ'ստի՝ ծիծերէն ուղղակի մանուկին բերանը կը վազէ, այլ նաեւ մաքուր,

միքրոպներէ զերծ ու առքութիւնը չտախտոր կ'ըլլայ: Ամէն կին զիտնալու է թէ՛ մանուկը մայրական ծիծէն զրկելը ամենամեծ վնասներու կ'անթարկէ զայն:

Բ. ԱՐՈՒԵՄՏԱԿԱՆ ԴԵՑՈՒՄ. — Եթէ մանուկը ունի պատճառաւ մօրը կաթը չկրնար ուտել, և եթէ յարմար կաթնոտ մը չգտնուի, այն պարագային հարկ է զիմեղ արուեստական գիեցումի: Անցողակի բսնք թէ կաթնոտութիւնը պէտք է լլայ լժշկի մը միջոցաւ: Արուեստական գիեցումը սրիշ լան չէ, լայց եթէ մանուկին տալ ունի միջոցաւ անասունի մը կաթը: Պէտք է զիտնալ որ՝ կարե զաւս ունի սնունդ մանկիկի համար թՈՅՆ մըն է:

Իշու կաթը լաւագոյնն է, որովհետեւ ամենէն աւելի մայրական կաթին կը մօտենայ, սակայն քիչ կը գտնուի: Այծի կաթը յանձնարարելի չէ երբեք, որովհետեւ դժուարամարս է. ուստի նախապատուութիւն կը տրուի կովու կաթին, որ կը գտնուի ամէն տեղ առատօրէն:

Էական կէտը մաքուր կաթ ունենալն է: Կաթը, մինչև որ մեղի հասնի, չատ մը ձեռքերէ և չատ մը ամաններէ կ'անցնի. բաց աստի աւելի կամ նուազ մաքուր ջուր կը խառնեն. վերջապէս կենդանիին ստինքներէն ելլելէ ետք, մինչև որ մանկիկին բերանը հասնի, բաւական երկար ժամանակ կ'անցնի. այդ ժամանակամիջոցին՝ կաթին մէջ չատ մը մանրէներ կը գոյանան: Ու այդ մանրէները ստամոքսը և աղիքները համեմելով՝ աւոր հիւանդութեան ու մահուան իսկ պատճառ կ'ըլլան: Եթէ կաթը կթուելէ անմիջապէս ետք խմուի, աւելի զիւրամարս է:

Կաթին մէջ գտնուած միքրոպները ոչնչացնելու համար, պէտք է եռացնել զայն: Իսկ կաթը լաւ մը եռացնելու համար, մաքուր ամանի մը մէջ կիսովին լեցնելով՝ կրակի վրայ դնելու է, և երբ կաթին վրայ բարակ մաշկ մը գոյանայ, մաքուր դգալով մը այդ մաշկը վերցընել նետելու է. այն աստի կաթին եռալը կը տեսնուի,

ու այդպէս հինգ վայրկեան եռացնելու է: Եռացած կաթը, եռացած ջուրով մաքրուած գոց ամանի մը մէջ պահելու է, որպէսզի անոր մէջ փոշի և միքրոպ չերթան կրկին անգամ: Այդպէս եռացած կաթը՝ մէկ օրէ աւելի կարելի չէ պահել, որովհետեւ բոլորովին ամացած չէ ան:

Կարելի է ամացնել յատուկ կազմածի (appareil de pasteurisation de lait) մը միջոցաւ, որ կը բազկանայ մէկ կաթսայէ և 5-6 շիշերէ:

Շիշերուն մէջ բաւականաչափ — 50 կրամէն մինչև 150 կրամ, մանուկին տարիքին համեմատ — կաթ լեցընելէ ետք, կաթսային մէջ ղետեղելու է զանոնք, և կաթսան ջուրով լեցնելու է, այնպէս որ շիշերը գրեթէ կատարելապէս ջուրով ծածկուին:

Կաթսան անշուշտ կախարչովը ծածկելէ ետք, կրակի վրայ կը դրուի: Զուրը առնուածն 40 վայրկեան եռացնելու է: Պաղելէ ետք շիշերը կը հանուին և զով տեղ կը դրուին: Այս կերպով պատրաստուած կաթն ալ թէև մէկ օրէ աւելի չի կրնար պահուիլ, սակայն այդ մէթոտը լաւագոյն է, որովհետեւ շատ մը առաւելութիւններ ունի, որոնց գլխաւորը, իւրաքանչիւր շիշի մէջ գտնուած կաթին՝ ամէն չիումէ՝ զերծ՝ և մանկիկին ճիշդ մէկ ժում անունդին համար բաւական ըլլալն է:

Մանկիկին կրթութիւնը սկսելու է մինչև իսկ ծնած վայրկեանէն: Նախ՝ վարժեցնելու է զայն (3-4 օր ետք անշուշտ) երկու ժամը անգամ մը ծիծ ուտելու:

Երկրորդ՝ ցոյց տալու է անոր, որ գիշերը քունի համար յատկացուած է: Երբ երախայ մը իր օրօրոցին մէջ գիշերը կուլայ, և եթէ ապահով ենք որ անիկա լաւ ո՛ւնէ պատճառ մը չունի, այսինքն թէ՛ ոչինչ զայն կը նեղէ, ոչինչ զայն կը խայթէ, և տակը աղտոտ չէ,

(*) Այս կազմածը գրեթէ ամէն բնականիւ կրնայ հայրայթել չնչին ծախսով մը:

ձգելու է որ լայ, վերջ ի վերջոյ կը լռէ ու կը քնանայ:

Կաթը մանուկին տալու է քաւ, 37 աստիճան (սանթիկրատ): Երբ մանուկը զուտ կաթը դժուար կը մարսէ, մանաւանդ առաջին ամիսները, քիչ մը եռացած ջուր աւելցնելու է անոր մէջ: Կովու կաթին շաքարը քիչ ըլլալուն համար, մէկ լիթր կաթի համար 10 կրամ (սովորական քառակուսի մէկ կտոր) շաքար աւելցնելու է միշտ: Կաթը մանուկին կը տրուի զգալով, գաւաթով կամ ծծակով (պիպրօն), այս վերջնոյն կը տրուի նախապատուութիւնը: Ինչ որ ալ ըլլայ գործածուած առարկան, պէտք է զոյն ջուրի մէջ եռացնել, յետոյ երեք լաքով սրբելու չէ, որովհետեւ լաթը միքրոպ կը պարուհակէ:

Ծծակը կարելի եղածին չափ պարզ ըլլալու է: Երկար խողովակով ծծակը շատ վնասակար է մանուկին համար, որովհետեւ նախ զայն մաքրելը շատ դժուար է, յետոյ խողովակին մէջ միքրոպներ կը գոյանան ու կ'աճին: Ծծակով կաթ տալէ ետք՝ անմիջապէս սրուակը և պտուտակը (tétine) լաւ մը մաքրելով եռացած ջուրի մէջ եռացնելու և եռացած ջուրի մէջ պահելու է զանոնք մինչև յաջորդ գործածութիւնը:

Մանուկը կաթ խմած ատեն, մօրը ձախ թեւին վրայ և գլուխը բարձր դիրքի մէջ ըլլալու է: Մայրը մանկիկին տալու է կաթը ծանրօրէն, պուտիկ, պուտիկ: Ապակիէ ծծակը նախամեծար կը համարուի: Ծծակին պարունակած կաթը միմիայն մէկ ժումի համար ըլլալու է, և եթէ աւելնայ թափելու է աւելցածը: Իւրաքանչիւր ճաշ գոնէ 10 վայրկեան տեւելու է: Ծաշը լմնալէ ետք, մանկիկին բերանը սրբելու է:

Մուտքումի հարցը առաջին մանկութեան բոլոր տեւողութեան միջոցին, մեր լուրջ հսկողութեան ու հոգածութեան առարկայ ըլլալու է: Սակայն մեր հսկողութիւնը և ուշադրութիւնը բազմապատկուելու են մատ-

նաւոր կերպով մանուկին առաջին ամիսներն ու բաժնը, Յունիս, Յուլիս, Օգոստոս և Սեպտեմբեր ամիսներն մէջ, մանաւանդ երբ մանուկը տկար է, ու մնուցումը՝ արուեստական: Ամառը՝ մանուկներու համար սպաննող, կոտորիչ եղանակ մըն է: Տաքը որքան չատ ըլլայ, վտանգը այնքան մեծ է: Մանուկը՝ տկուր հանելու ժամանակն ալ մասնաւոր հոգածութեան առարկայ ըլլալու է:

• •

ԽԱՌՆ ՍԵՂԻՑՈՒՄ. — Երբ մայրական կաթին անբաւականութիւնը՝ կենդանիի մը կաթովը կը լրացուի, խառն անուցում կը կոչուի: Խառն անուցման պէտքը զգալի կ'ըլլայ, անուցումին սկիզբը, տեղութեան միջնոցին ու վերջաւորութեանը:

Ա. Սկիզբը՝ երբ մայր մը բաւականաչափ կաթ չունենար, կամ ծծի պտուկները չատ կարճ են, և կամ կաթը ծիծերէն դժուարաւ կ'ելլէ:

Բ. Մնուցումի շրջանին՝ երբ մայրը կը առնապի, յոգնած է, դուրսը ստիպողական աշխատութիւն ունի, կամ կաթը նուազ առատ է:

Գ. Վերջաւորութեանը՝ երբ միեւնոյն պատճառները աւելի ուշ երեան կուգան:

Անուցումին սկիզբը, մոռնալու չէ թէ որքան մանուկը կաթ ծծէ, այնքան աւելի կաթ կուգայ ծիծը: Եթէ մանուկին կովու կաթ ալ տրուի, նախապէս քիչ մը մօրը կաթը ծծելը օգտակար է. որովհետեւ մայրական կաթը մարսողական դեր կը կատարէ կենդանեաց կաթերուն համար:

• •

Կ'ամփոփենք հոս երախաներու անուցումին հիմը կազմող այն կենսական սկզբունքները, զոր ամէն մայր պարտաւոր է գոց գիտնալ ու կէտ առ կէտ գործադրել:

1. ՄՕՐԸ ԿԱԹԸ ՄԱՆՈՒԿԻՆ ԿԸ ՊԱՏԿԱՆԻ:

2. ԿԱԹԸ ՆՈՐԱՄԻՆԻՆ ՀԱՄԱՐ ԿԱՏԱՐԵԱԼ ՍԵՈՒՆԴ Է:

3. ՍՄԵՆ ԿԻՆ ԿԱԹ ՈՒՆԻ:

4. ԿԱԹԷ ԶՍՏ ՍՄԷՆ ՍԵՈՒՆԴ ԹՈՅՆ ՄԸՆ Է ԵՐԱԽԱՅԻՆ ՀԱՄԱՐ:

5. ԿԱԹԷ ԿՏՐԵԼԸ ԾԱՆՐ ԵՒ ՍԱՏԻՃԱՆԱԲԱՐ ԸԼԼԱԼՈՒ Է:

• •

ԿԱԹՆՏՈՒ ՄՕՐ ՄԸ ՍԵՈՒՆԴԸ ԵՒ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆԸ. — Կնոջ առած անունըը ահապին ազգեցութիւն ունի իր կաթի քանակին ու որակին վրայ: Կաթ տուող կնոջ անունըը առողջ, բազմազան ու բաւական չափ ըլլալու է: Անիկա կրնայ ուտել ամէն բան. սակայն սոխ, սխտոր, կաղամբ, որսի ու առւիժի միս և խեցեղէն ուտելու չէ: Խմորէղենները պատուական անուններ են, և ջուրը լաւագոյն ըմպելին է: Իսկ ուէ ոգելից ըմպելի կաթը կը թունաւորէ: Ամէն կաթնու մայր զգուշանալու է անմաքրութենէ, յոգնութենէ, սաստիկ յուզումէ և բարկութենէ: Մանուկին տակի շորը փոխելու է անմիջապէս, երբ կը հասկցուի թէ թրջած է կամ աղտոտած: Մանկիկին տակը լուալու է դաղջ ու եռացած ջուրով կակուղ լաթի կամ ջրարբու բամպակի միջոցաւ: Յետոյ աղէկ մը չորցնելու և փոշի ցանելու է մինչև յետին ծալքերը:

Առաջին ամիսներէն սկսեալ՝ պէտք է վարժեցնել մանկիկը իր պէտքերը հողալու յատուկ ամանի մը մէջ: Ամանին վրայ դնելու է անմիջապէս, երբ կը տեսնուի թէ անիկա անհանգիստ շարժումներ կ'ընէ, և ճակատին վրայ ծալքեր կը շինուին:

ՀՍԿՈՂՈՒԹԻՒՆ. Առաջին մանկութեան մէջ, զանազան խնամքներ. — Ամէն ինչ որ ուսումնասիրեցինք, ապահովաբար շատ կարեւոր է: Գիտենք այժմ թէ նորածինը ինչպէս լուալու, հագուեցնելու ու անուցանելու ենք, սակայն ասիկա բաւական չէ: Հարկ է գիտնալ

հաւ թէ՛ մեր մանկիկները լաւ կը զարգանան և ընտելանան կերպով կը մեծնան։ Ուստի պիտի ուսումնասիրենք անուցումի հսկողութիւնը և նորածիններու աճումը։

ՀՍԿՈՂՈՒԹՅԱՆ ՄՆՈՒՅՈՒՄԻ.— Այս հսկողութիւնը ամենամեծ կարեւորութիւն ունի։ Նորածինին զէմքը, ընդհանուր վիճակը, մեծնալու ու զարգանալու եղանակը ցոյց կուտան անոր բաւականաչափ կաթ ծծելը, այսինքն անոր առողջութիւնը։ Հետեւեալը ոչ թէ կաթը լուծելու է, այլ վերլուծելու է մանուկը։ Երբ մանկիկը մօրը կաթը կը ծծէ, ծծելու ու կլլելու է փոխն ի փոխ։ Այն մանուկը որ 5-6 անգամ ծծելէ ետք չի կլլեր, ըսել է թէ ծիծին մէջ քիչ կաթ կայ։ Իսկ այն՝ որ կը ծծէ ու կը կլլէ, և յետոյ՝ ետ կը դարձնէ ամէնը մէկէն, որկրամուկ է։ Եթէ մանուկը ծիծ կերած ատենը դեղնի ու քնանայ, յոգնածութեան նշան է։ Մանկիկը՝ որուն ստամոքսը դուհացած է՝ հանդարտ կը կենայ, և եթէ անմիջապէս չը քնանայ իսկ, կը մնայ օրօրոցին մէջ աչքերը բաց՝ առանց քնանալու։

Մարսողութեան լաւ ու կանոնաւոր ըլլալը կը հասկըցուի, նախ՝ կղկղանքին քանակութենէն, որակէն ու թիւէն։ յետոյ մէկին հոտէն ու գոյնէն։ Լաւ մարսող մանուկին մէկը՝ յստակ ու անգոյն կ'ըլլայ և հոտ չունենար, իսկ կղկղանքը լաւ խտացած կամ կաղապարուած և դեղնագոյն կ'ըլլայ։ Մանկիկին փորը կ'ելլէ առաջին ամիսը՝ 2-6 անգամ, յետոյ մինչև 6րդ ամիսը՝ 2-4 անգամ, և անկից ետք 1-2 անգամ միայն։ Երբ մանուկի մը փորը ատկէ աւելի կամ պակաս ելլէ, լրջօրէն հսկողութեան պէտք ունի։ Պնդութիւնը և մէկին քիչ ըլլալը՝ մանուկին քիչ սնունդ առած ըլլալը ցոյց կուտան։ Իսկ փորհարութիւնը և մէկին գունաւոր ըլլալը՝ նշաններ են թէ մանուկը չատ սնունդ կ'առնէ և գէշ կը մարսէ։ Կղկղանքին կանանչ գոյն և գէշ հոտ ունենալը ցոյց կուտան թէ մարսողութիւնը լրջօրէն խանդարուած է, և բժշկին ներ-

կայութիւնը անհրաժեշտ է, մանաւանդ ամբան եղանակին։ Արուեստական անուցումի միջոցին, կղկղանքին գոյնը երբ ճերմկի ու հաստատուն փափրներ պարունակէ, ափիւս անկատար մարսողութեան սկզբնաւորութիւն է։ Ուստի անմիջապէս անուցումի օրէնքները լրջօրէն դործադրելու է։

ՆՈՐԱԾԻՆՆԵՐՈՒ ԱՃՈՒՄԸ.— Նորածինի մը լաւ զարգանալն ու մեծնալը գիտնալու համար՝ ամէն օր մասնաւոր կշիռով մը կշռելու է։ Այդ օգտակար սովորութիւնը Եւրոպայի ու Ամերիկայի մէջ օր ըստ օրէ աւելի տարածուելու վրայ է։ Սակայն մասնաւոր կշիռ մը ունենալը ամէն մարդու համար չէ անշուշտ։ Ու յետոյ անոր դործածութենէն պէտք եղած օգուտները քաղելն ալ զիւրին գործ չէ։ Ուստի առհասարակ մանկիկին ընդհանուր վիճակն ու երեւոյթը նկատողութեան առնելու է։ Այն մանկիկը՝ որ առողջ է, կ'ունենայ սուր նայուածք, մօրթի թափանցկութիւն, զէմքի աշխուժութիւն ու զուարթութիւն, կարծր մկաններ, ուժով ձայն և պղտիկ փոր մը։ Բաց աստի մանկիկին գլուխը քննելով՝ կրնանք հասկընալ անոր առողջ կամ տկար ըլլալը։ մանուկին գլուխի ոսկորները իրարու հետ բոլորովին միացած չեն, ինչպէս կ'ըլլայ չափահաս մարդոց վրայ, այլ իրարու կը միանան թաղանթի մը միջոցաւ։ Երբ ձեռքով մանկիկին զաղաթը կը քննենք, կ'զգանք որ երկու ոսկորները իրարմէ անջատուած են թաղանթային կցուածով մը (suture membraneuse), և ետեւի կողմէն զէպի առաջ երթալով ու ճակատին մօտենալով, թաղանթէ լայն տարածութեան մը գոյութիւնը կը հաստատենք (fontanelle գաղտուն)։

Երբ մանկիկը առողջ է, թաղանթային կցուածք աւելի կամ նուազ լայն է, և զաղտունը՝ կալուղ ու թեթեւօրէն ձգտուած։ Ընդհակառակը, երբ մանուկը գէշսը-

նաւնդ կ'առնէ, թագանթային կցուածք կը նեղնայ, սակորնեբու եզերքը իրարու կը մօտենան, մինչև իսկ իրաբու վրայ կ'ըլլեն, և գաղտունը կ'իջնայ, կը խռոչնայ, այնպէս որ մատով զգալի ու աչքով տեսանելի փոս մը կը դոյանայ:

Գաղտունը ցուցամատով քննելով՝ մանուկին անողջ կամ տկար ըլլալը կը հասկցուի շատ դիւրութեամբ: Ահա ատոր համար է որ Բրօք Բինար ցուցամատը աղքատներուն կշիռը կ'անուանէ: Եթէ գաղտունը փոսացեալ վիճակ մը ունենայ, անմիջապէս բժշկին դիմելու է:

• •

Մանուկները սպախանեալ օլին մէջ կը խամբին. աւտի պէտք է զանոնք դուրս հանել և մաքուր օդ ծրծել տալ: Սակայն նախ՝ մանուկը պատուաւորաւ ըլլալու է առաջին անգամ դուրս հանելէ առաջ, ու յետոյ օդը ցուրտ ըլլալու չէ. գոնէ 10 աստիճանէն վեր ըլլալու է, և միեւնոյն ատեն, մանկիկը տաքուկ հագուստներով ծածկուած ըլլալու է: Որովհետեւ, ինչպէս առաջ ըսինք, ցուրտ մանուկներուն տմեկամեծ բեկումին է: Ինչպէս նաեւ զգուշանալու է, անձրեւէ, հալէ ու կիզիչ արեւէ:

Մանկիկները մասամբ մը պաշտպանելու համար հովի ու արեւի յոռի աղղեցութենէն, երեսին շղարշով մը ծածկելու է, իսկ խոնաւ եղանակին՝ կանուխ ներս մըտցնելու է զանոնք, արեւը մարը չմտնալ:

• •

ԱՏԱՄՆԱՀԱՆՈՒԹԻՒՆ. — Մանուկը ակոյ հանած ժամանակ տագնապ մը կ'անցնէ, այդ միջոցին աւելի ենթակայ կ'ըլլայ զանազան հիւանդութեանց, մասնաւորաբար ստամոքսի և աղիաց բորբոքումին: Անողջ և բնականոն մանուկի մը ակունքները կը բուսնին 6-8րդ ամիսը ընդհանրապէս, իսկ սկալներունը աչ կը բուսնին:

Ամէն անգամ որ մանուկը ակոյ կը հանէ, բերանէն լորձուք կը թափէ, այսինքն ջուր կը վազցնէ. երբ ծրծրքները ասիկա կը տեսնեն, իրենց ուշադրութիւնը կրկնապատկելու են ամառը՝ հետեւելով մանուկին սրնուցումի կանոններուն, իսկ ձմեռը՝ զգուշանալով ցուրտէն: Ընդհանրապէս ակունքները կը բուսնին չորսական հատ: Մանուկը իր 20 ակունքները կը լրացնէ 2-2ուկէս տարեկան եղած ատեն:

Բժիշկը, շատ քիչ անգամ և բացառիկ պարագաներու մէջ միայն, մանուկին ակունքները ձեզքելու է, որովհետեւ շատ անգամ անօգուտ և վատնաւոր է այդ պղտիկ դործողութիւնը, վարակումի դուռ բանալով: Ոսկորէ կամ փղոսկրէ ակոյաշիկի (hoche-) խաղալիքներ կը գործածուին սովորաբար, մանուկին ակոյ հանելը մասամբ մը դիւրացնելու նպատակաւ: Կաւորոյն է բնաւ չգործածել այդ խաղալիքները. բայց գործածուած պարագային՝ անպատճառ եռացած ջուրէ անցնելու է զանոնք նախապէս:

• •

ՄԱՆՈՒԿԻՆ ՇԱՐԺՈՒՄՆԵՐԸ. — Մանուկը մի քանի ամիս վերջը կ'սկսի կամաւոր շարժումներ ընել, և ձեռքին ուսի գտնուած առարկաները առնելով բերանը տանիլ: Մանուկին մօտ ազոտոտ, հառու և վատնաւոր որ և է բան ձգելու չէ: Մանուկը երբեք կրակի մօտ ձգելու չէ: Մանուկը առ հասարակ կը քայլէ 12-18րդ ամիսը, և եթէ այդ ժամանակամիջոցին մէջ չքայլէ, ըսել է թէ անիկա հիւանդ է կամ գէշ սնունդ կ'առնէ: Երբ մանուկ մը երկու տարեկանին չքայլէ, անպատճառ բժիշկի դիմելու է:

Մանուկի մը քայլը դիւրացնելու նպատակաւ ծրծրքները զանազան գործիքներ կը գործածեն, ճանիկ (chariot roulant), բոնալար (lisière) են, ասոնք ոչ միայն օգտակար չեն, այլ վնասակար:

Մանուկի մը շուտ քաշելը և շուտ ակույ հանելը անշուշտ առողջութեան նշաններ են:

ԿԱԹՆԱՀԱՏՈՒԹԻՒՆ.— Մանուկը կաթէն կտրելու համար, եթէ ներքի ըլլար միջին թուական մը որոշել, կարելի էր ըսել, մէկ տարեկանին կտրելու է: Երկրորդ տարին՝ մայրական կաթը հետզհետէ իր ուժը կը կորսնցընէ, որովհետեւ մանուկին սակորները շինելու յատուկ նիւթերը կը պակսին անոր մէջ, հետեւաբար երկար ատեն կաթ տալը գէշ բան մըն է:

Ամեն մայր զիտնալու է անպատճառ հետեւեալ երկու պայմանները.

1. Թէ յանկարծ կաթէ կտրելը վսանգաւոր է. ուստի կաթնահատութիւնը աստիճանաբար ըլլալու է:

2. Թէ նոյնպէս վսանգաւոր է գէշ ամիսները կաթէ կտրելը. գէշ ամիսներ են՝ Մայիս, Յունիս, Յուլիս, Օգոստոս և Սեպտեմբեր ամիսները:

Մանուկը կաթէն կտրելու լաւագոյն կերպը հետեւեալն է.

Մայրը՝ փոխանակ օրը 6 ժամ ծիծ տալու, 1 ժամ պակաս ծիծ կուտայ, և անոր տեղը՝ 100-150 կրամ (30-50 տրամ) կովու կաթ կուտայ իր զաւկին: Այդպէս 15 օր կը շարունակէ, ու յետոյ՝ փոխանակ օրը 5 ժամ ծիծ տալու, 4 ժամ ծիծ կուտայ, և երկու ժամ՝ կովու կաթ, նոյնպէս 15 օր շարունակաբար:

Այդ, ամեն 15 օրը, օրական 1 ժամ ծիծ պակաս և 1 ժամ կովու կաթ աւելի տալով, 3 ամսուան մէջ անողալաբար մանուկը կաթէ կտրուած կ'ըլլայ: Ամեն անգամ, և եթէ կարելի է, կովու կաթ ասլէ առաջ՝ 1-2 վայրկեան հաղիւ՝ մայր մը իր ծիծը տալու է մանուկին, կովու կաթը զիւրաւ մարտեցնելու համար:

Անշուշտ խառն անուցումով մեծցող մանուկները ալ աւելի զիւրութեամբ կաթէ կը կտրուին: Ինչներորդ ամիսը

լրացուցած մանուկին, փոխանակ կովու կաթ տալու շարունակ, կարելի է մէկ ժամ ալ 120-150 կրամ կովու կաթով և ունէ ալիւրով պատրաստուած խիւս կամ խաւիժ տալ: 1-2 ամիս վերջը, երբ տեսնուի թէ մանուկը ստամոքսի և աղիքներու կողմէն ունէ խանգարում չունի, այն ատեն 2 ժամ խաւիժ կարելի է տալ, երբեք ատկէ աւելին:

Ալիւրներուն տեսակը խիստ շատ են. օրինակի համար ցորենի, գարիի, վարսակի, բրինձի, եգիպտացորենի ալիւրներ, յետոյ արարօք, քաբիօսա, սրմուլ (իրմիկ) և թելահայս (vermicelle, շեմիիյէ): Սկսելու համար՝ արարօքը լաւագոյնն է, միայն փորհարութեան պարագային՝ բրինձի ալիւր գործածելու է 1-2 սուրճի դգալ, 120-150 կրամ կաթին մէջ:

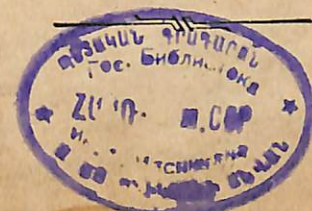
Կաթէ կտրուած մանուկ մը, մինչև որ 20 ակոսները ունենայ, երեք բան միայն կրնայ ուտել. ԿԱԹ, ՀԱՅ և ՀԱԽԻԹ:

Կաթը մանուկին անուշդին էական մասը կը կազմէ, սակայն օրական մեկ լիթրէ (300 տրամ) աւելի ըլլալու չէ երբեք: Հաց ըսելով կը հասկնանք ոչ միայն սովորական հացը, պիսօքը, պիսկիլին են, այլ նաև ընդեղինաց ալիւրները, զորս վերը յիշեցինք:

Վաճառականութեան մէջ՝ զանազան անուանելու տակ գտնուող ալիւրները յանձնարարելի չեն, որովհետեւ անոնց մէջ անմաքուրներն ալ կը գտնուին:

Գալով հաւկիթին, 12 ամսուան մանուկին՝ նախ անոր կէս դեղնուցը, յետոյ՝ աստիճանաբար օրը մէկ դեղնուցը տալու է: 2 ամիս վերջը՝ 1 հաւկիթ, ճերմկուցը խառն: 18 ամսու մանուկին օրը երկու հաւկիթ կարելի է տալ, երբեք աւելի: Հաւկիթը անպատճառ թարմ ըլլալու է. հակառակ պարագային՝ լաւագոյն է բնաւ չտալ:

Միսը, ինչպէս նաև ուրիշ ուտելիքներ, զինի և գարեջուր կ'արգիլուին բացարձակապէս:



ՀՀ Ազգային գրադարան



NL0278100

3145