Հայկական գիտահետազոտական հանգույց
Armenian Research & Academic Repository

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

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonComercial 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

ՄԱՏԵԱՆ ՄԱՆԿԱՆՑ

(ԲԺՇԿԱ-ԱՌՈՂՋԱՊԱՀԱԿԱՆ)

Գրեց

ԲԺ. Ա. Ս. ԱԲԷԼԵԱՆ

Պսակաւոր Արուեստից, Վարդապետ Բժշկութեան.— Նախկին Զին. Բժիշկ՝ Օսմանեան բանակին.— Նախկին Գաւառային Բժիշկ՝ Տիւրոս, Թէլ-էլ-Քէլախ եւ Ճեսր-էս-Շուղուր գաւառակներուն ի Սուրիա.— Նախկին Բժ. Պոսթընի Ռաքսպըրիի Շրջանակին.— Նախկին Օգնական Բժ.՝ Պոսթըն Տիափէնսըրիի, Այցելու Բժիշկ՝ Պոսթըն Տիափէնսըրիի մանկանց բաժնին, Անդամ Մէսաչիւսէթսի Բժշկական Միութեան.— Անդամ Ամերիկեան Բժշկական Միութեան.— եւայլն:

Ա 51438

ՊՈՍԹԸՆ

ՏՊԱԳՐ. «ՀԱՅՐԵՆԻՔ»Ի

1925

ԿԱՐԵՒՈՐ ԱԶԴԱՐԱՐՈՒԹԻՒՆ

Ամէն իրաւունք Հեղինակին վերապահուած է: Հեղինակին ձեռագիր ստորագրութիւնը չկրող օրինակներ անվաւեր են եւ օրինական հետապնդումի ենթակայ:

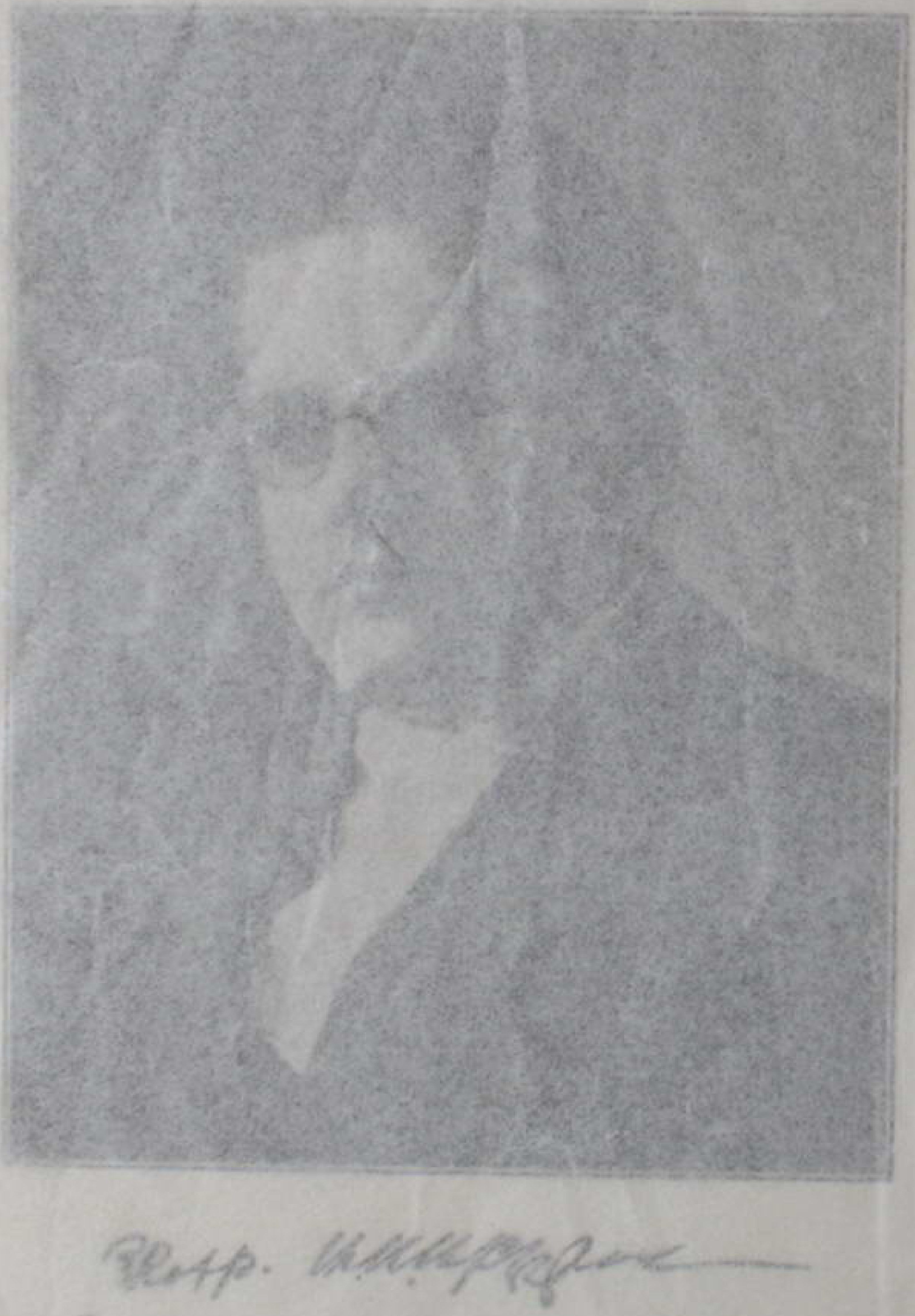
Ձօն

Հայ տպագրութեան առաջին տասնամեակին՝ կը ձօնեմ այս Երկը բազմաչարչար ազգիս անբախտ մանուկներուն, որոնք ինկան Արաբիոյ կիզուն անապատներուն եւ Հայաստանի ձիւնապատ կատարներուն վրայ՝ անթաղ եւ անշիրիմ:

Ձեր յաւիտենական յիշատակին կը նուիրեմ, սրտիս շատ մօտիկ եղող նիւթերու մասին գրուած այս աշխատանքը, վաղամեռիկ հայորդինե՛ր... որպէսզի ձեր նմաններուն աւելի բախտաւոր մայրերը՝ հետեւելով անոր, մեծցնեն իրենց կորիւնները: Ու գեղեցիկ օր մը, երբ այդ կորիւնները առիւծներու նման քաջառողջ աճին, զօրանան եւ ցեղին սուրբ վրէժէվը ներշնչուած՝ իրենց սուիններուն ծայրով ետ պիտի խլեն իրենց պապենական հայրենիքը բռնակալներու ձեռքէն: Ո՛հ այն ատեն անոնք պիտի հաւաքեն ձեր աճիւնները սարէն ձորէն, ու պիտի ամփոփեն զանոնք սուրբ մասունքի նման, հայկական պանթէոնին մէջ:

Մինչեւ այդ հանգիստ եւ անխռով՝ սպասեցէք, որովհետեւ մօտ է ցեղին յաղթանակին գերագոյն ժամը:

ՀՍՍՀ ԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ
ՖՈՒՆԴԱՄԵՆՏԱԼ ԳՐԱԴԱՐԱՆ
ԱԿԱԴԵՄԻԱՅԻ



ՅԱՌԱՋԱԲԱՆ

Մօտիկ անցեալին մէջ մեր հրատարակած երկու աշխատութիւններու՝ «Հայ Մայրերու Մենտորը»ի եւ «Հէքիրարան»ի աննախընթաց սպառումը, եւ Հայ ժողովուրդի բոլոր խաւերուն կողմէ անոնց գըտած ջերմ ընդունելութիւնը քաջալերեցին մեզ, լոյս ընծայելու այս Երրորդ Երկը, որ կը պարունակէ մեր սրտին շատ մօտիկ նիւթեր՝ առանձնապէս օգտակար՝ մեր ժողովուրդին համար:

Վստահ ենք որ այս Երրորդ Երկը, իր նախորդներէն աւելի ջերմ ընդունելութիւն պիտի գտնէ. որովհետեւ «Մատեան Մանկանց»ը — *այս մեծածախս հատորը* — իր պարունակած նիւթերու նոխութեան եւ արդիականութեան տեսակէտով անմրցելի է եւ հայ բժշկական գրականութեան մէջ եզակի տեղ մը կը գրաւէ իր տեսակով: «Մատեան Մանկանց»ը կուգայ զգալի պակաս մը լրացնելու հայ տուներէն ներս, տարածելով հոն մանուկներու առողջութեան քաղցր աւետիսը: Ուրախացէ՛ք հայ ծնողներ:

«Մատեան Մանկանց»ը կարդա՛ հայ մայր, եւ մութին ու անստգութեան քաոսին մէջ չպիտի խարխափիս: Ան՝ նորագոյն գիտութեան լոյսով պիտի լուսաւորէ քու ուղին՝ դէպի ԻՏԻԱԼ ՄԱՅՐՈՒԹԻՒՆ:

«Կինը կ'աստուածանայ երբ՝ մայր կ'ըլլայ» ըսած էինք մեր անդրանիկ Երկին առաջին էջերուն

մէջ: Ճշմարիտ է այդ ասացուածքը: Սակայն պէտք է մնալ այդ աստուածութեան վեհ բարձունքներուն վրայ, գերագոյն զոհողութեան գնով. միշտ հաւատարիմ իր կոչումին եւ դերին:

Աստուածութեան մօտեցող մայրը, գիտակից ըլլալու է իր վեհ կոչումին, առաջնորդելու համար իրեն յանձնուած էակը դէպի կատարելութի՛ւն:

Առողջ զաւակներ հասցնող հայ մայրը պարծանք մըն է իր սեռին եւ հայութեան: Առողջ զաւակներ հասցնելու համար, դաստիարակութիւն եւ գիտութիւն անհրաժեշտ է: «Մատեան Մանկանց»ը հայ մայրերուն դաստիարակը եւ առաջնորդը ըլլալու կոչուած է:

Այս պատկերազարդ եւ դիւրահասկնալի հատորը բժիշկին դերը չէ որ պիտի ժխտէ, ընդհակառակը այն աւելի հասկնալի պիտի ընէ բժշկութեան կարեւորութիւնը մանուկներու առողջութեան տեսակէտէն, եւ միաժամանակ պիտի նպաստէ որ բժիշկը իր աջակիցն ունենայ տուներէն ներս, յանձին հայ մօր:

Հետեւաբար, «Մատեան Մանկանց»ը ընտանեկան բժշկին փոխանորդն է եւ օգնականը: Հէնց այդ պատճառաւ կը յուսանք թէ մեր յարգելի պաշտօնակիցները եղբայրական գուրգուրանքով պիտի ողջունեն զայն եւ ջանք չպիտի խնայեն անոր տարածման եւ ընդհանրացման՝ անխտիր բոլոր խաւերու մէջ:

Հայ մայրերուն աւելի մատչելի եւ գործնական ընելու համար այս գործը, խուսափած ենք գիտական բարդութիւններէ եւ կնճռոտութիւններէ: Միայն ի մի հաւաքած ենք օգտակարն ու պիտանին: Անոր տուած ծանօթութիւնները ապահովաբար պի-

տի յեղաշրջեն մեր մանուկներուն համար շրայլուած հնադարեան եւ նախապաշարական հասկացողութիւններով հոգատարութիւնը:

Հայ ազգը դարերէ ի վեր այնքան անխղճօրէն կոտորակուելէ վերջը, բացառաբար պէտք ունի առողջ սերունդներ հասցնելու:

Մենք համոզուած ենք թէ «Մատեան Մանկանց»ը պիտի կրնայ իր ստանձնած դերը լիուլի կատարել, այդ նոր սերունդին արտադրման և պահպանման գործին մէջ:

Հայ մայրե՛ր, կարդացէ՛ք «Մատեան Մանկանց»ը. ուշադրութեամբ հետեւեցէ՛ք անոր տուած նոր «Լեռան Քարոզին» եւ տարածեցէք զայն ուր որ հայ մայրեր եւ մանուկներ կան:

ԲԺ. Ա. Ս. ԱԲԷԼԵԱՆ

Պոսթըն

Մահ.— Ուր որ այդ գիրքը կայ, ես հոն գոյութիւն չունիմ...:

«ՄԱՏԵԱՆ ՄԱՆԿԱՆՑ»Ի ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹԻՒՆԸ

Սիրելի Լօրայիս···:

ՄԱՆՈՒԿՆ ԱՌ ԻՐ ՄԱՅՐԸ···

Մայրի՛կ ինծի
Կաթիկ տուր,
Որ խըմեմ.
Չեմ ուզեր գինի,
Բաց ինձ դուռն՝
Օդ ծըծեմ:

Մայրիկ ինծի
Հացիկ տուր,
Որ ուտեմ.
Չեմ ուզեր *քէնտի*.
Բաղնիք տուր
Մաքուր ըլլալ
Կը փափաքիմ:

Մայրիկ ինծի
Նարնջահիւթ տուր,
Որ ըմպեմ,
Ակռայ հանեմ
Զոր հաց ծամեմ
Ջօրանամ:

Մայրիկ ինծի
Կանուխէն
Անկողին դիր,
Որ հրեշտակներ
Երկընքէն
Վրաս հսկեն:

Մայրի՛կ ինծի
Ձկան իւղ տուր,
Որ ուժովնամ.
Ինծի չ՚ըսեն
Աղջի՛ Լօրի
Ոտքերդ ծուռ են:

Մայրիկ ինծի
Ներսէն, դրսէն
Ջուր տուր, ջուր,
Որ ինձ ըսեն
Որքա՜ն ամուր
Որքա՜ն մաքուր:

Մայրի՛կ ինծի
Ո՛ւհ, տապկուած
Բաներ մի՛ տար,
Կը խոստանամ
Չըլլալ չար,
Որ օրհնէ զիս
Հայուն Աստուա՛ծ:

ԲԺ. Ա. Ս. ԱԲԷԼԵԱՆ

Յունիս 10, 1925, Պոսթըն

ԾԱՆՕԹ.— Բանաստեղծութիւն չէ. մանուկներուն զոց սորվեցնելու է վերոյիշեալ համարները:

ԾԱՆՕԹՈՒԹԻՒՆ

«Մատեան Մանկանց»ը կը բաղկանայ երկու մասերէ: Առաջին մասը կը պարունակէ յղութեան առողջաբանութեան, մանուկներու մինչեւ տասը տարեկան հոգատարութեան, դիեցումի, սնընդառութեան եւ առողջապահութեան վերաբերեալ ընդարձակ եւ պիտանի ծանօթութիւններ՝ գործնական թելադրութիւններով: Իսկ երկրորդ մասը կը պարունակէ մանկութեան շրջանին յատուկ հիւանդութիւններու մասին կարեւոր գիտելիքներ, արգելիչ միջոցներ, դարմանում եւ հիւանդապահութիւն:

Գրքին վերջը զետեղուած է խնամքով պատրաստուած ցանկը՝ նիւթերու, նկարներու եւայլն, իրենց գտնուած էջերը նշանակող թիւերով: «Մատեան Մանկանց»ը ամէն օր եւ ամէնուն կողմէ գործածուելիք գիրք մըն է, մէկ խօսքով մանուկներու առողջապահութեան բառարանն ըլլալուն պատճառաւ մեծ զոհողութեամբ յանձն առինք լաթակազմ ընծայել զայն, ընթերցող հասարակութեան:

Եթէ այս հատորին շնորհիւ տասը հայ մանուկներ միայն իրենց բնականոն առողջութիւնը վերստանան, մենք արդէն բարոյապէս վարձատրուած կ'ըլլանք:

Այս հատորին մէջ դրուած նկարներէն շատերը հանրածանօթ հեղինակներէ՝ բժիշկներ Շամպը-

կէ, Քըրլիէ եւ Կրուլիէ եւ Ամերիկեան բժշկական միութենէն, փոխ առած ենք իրենց հաւանութեամբ: Մեր գրքին պատրաստութեան առեն օգտուած ենք համբաւաւոր վարպետներու գործերէն, աւելի հեղինակաւոր ընելու համար մեր գործը:

Փափաքելի է որ Ամերիկահայ ամէն տուն ունենայ «Մատեան Մանկանց»ը: Դարձեալ փափաքելի է որ ունեւոր հայեր գնելով այս գրքէն ուղարկեն ամէն կողմ ցիրուցան, տարագիր հայ խլեակներուն: Այսպիսի նուիրատուներուն կը խոստանանք ծախքի գնով տալ, օգնելու համար իրենց գեղեցիկ ձեռնարկին:

Հայ Կարմիր խաչերը եւ Հայրենակցական Միութիւնները կրնան օգտուիլ այս պատեհութենէն:

Ընթերցողները ներողամիտ թող ըլլան մեր գրական սխալներուն, որոնք կրնան սպրդած ըլլալ այս գործին մէջ: Լեզուէն աւելի իմաստին տուած ենք մեր ոյժը:

Այս հատորը գրականէ աւելի գիտական է:

ՀԵՂԻՆԱԿ

Ա II/51438

ՄԱՍ Ա.

ՅՂՈՒԹԵԱՆ ԱՌՈՂՋԱԲԱՆՈՒԹԻՒՆ
ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ԱՌՈՂՋԱԲԱՆՈՒԹԻՒՆ.
ԵՒԱՅԼՆ:

ԳԼՈՒԽ 1

ՑՂՈՒԹԵԱՆ ԱՌՈՂՋԱԲԱՆՈՒԹԻՒՆ

Ապրող էակներու գլխաւոր նպատակներէն մին է ցեղին յարատեւումը: Կենդանի էակները՝ արու եւ էգ ստեղծուած են, եւ այս երկու տարրեր սեռերու բնական միացումովը ապահովուած է ցեղին գոյութիւնն ու ապագան: Մարդ արարածը, իբր ամենակատարեալը կենդանի էակներու, բացառութիւն չէր կրնար կազմել եւ չէ կազմած: Ուստի մարդուն նուիրական պարտականութիւնն է իր նմանը արտադրել եւ այս կերպով ապահովել իր ցեղին ապագան:

Ցեղին պահպանման նուիրական եւ սրբազան պարտականութեան մէջ թերացողներ բացայայտօրէն կը մեղանչեն մարդկութեան եւ Մայր բնութեան դէմ:

Մարդկային ընկերութիւնը համոզուած է, որ մարդկային ցեղին պահպանումին ամենավստահելի եւ արդիւնաւոր միջոցն ամուսնութիւնն է: Ամուսնութեան սուրբ խորհուրդով միայն կարելի է ստեղծել ընտանեկան յարկին գոյութիւնը: Այդ անդորր եւ խաղաղ բոյնին մէջ միայն կարելի է մարդկային ցեղին ապագան ապահովել, սերնդագործել: Սերնդագործումը արգասաւորումով կարելի կը դառնայ:

Ադամ եւ Եւայի օրէն սկսեալ սերնդագործումը եղած է մէկ կերպ եւ այդպէս ալ պիտի շարունակէ

Հ Ա Յ Ճ Է Ա
Առողջութեան Դիցուհին
(Ամեր. Բժ. Միութեան բարեհաճ հաւանութեամբ):

յաւիտեան: Գիտութիւնը կոյս սերնդագործումի չի կրնար հաւատալ, որովհետեւ այդ անկարելի է:

Արդասաւորումը իգական ձուին, առնական սերմնակենդանին հետ միացումն է, որ տեղի կ'ունենայ արգանդին եւ կամ անոր խողովակներէն մէկին մէջ:

Մայր ըլլալու կոչուած կիներ, դարերէ ի վեր մեծ գուրգուրանքի եւ յարգանքի արժանացած են: Մայր ըլլալը՝ գերագոյն եւ սրբազան պարտականութիւն նկատուած է կնոջ համար: Վայրենի ցեղերու մէջ մինչեւ այսօր նողկանքով կը վերաբերուին ամուլ կիներու նկատմամբ եւ ընդհակառակը կը յարգեն յղի կիները:

Հետեւաբար հայ մայրեր, սիրով ընդառաջ երթալու են իրենց վեհ կոչումին ծառայելու համար եւ ոչ մէկ պարագայի տակ վիժեցումի դիմելու չափ նուաստանալու չեն: Ամուսնութիւնը հաճոյքի միջոց նկատուելու չէ: Ամուսնական կեանքի հաճոյքի մասը՝ անասնական կրքի գոհացումն է միայն. պէտք է աւելի բարձրին, գեղեցիկին ձգտելու է, եւ այդ՝ արդասաւորուելով կնոջ յղանալն է:

Յղացումն ու սերնդագործութիւնը ստեղծագործութիւն է, իսկ ստեղծագործութիւնը աստուածավայել կարողութիւն: Կինե՛ր, պահեցէք դուք ձեզ աստուածութեան բարձունքներուն վրայ յղանալով: Քսաներորդ դարուն անէծքը եղող վիժեցումէն հեռու պահեցէք դուք զձեզ հայ մայրեր: Դարերէ ի վեր յանուն հայ ազատագրութեան, ինկող հերոս նահատակները ձեզի կոչ կ'ընեն իրենց կորուստով նօսրացած շարքերը խտացնելու համար: Ունկնդրեցէք անոնց կոչին եւ ձեր բոյները լեցուցէք արծուաձագերով, որոնք օր մը թեւ առ-

նելով պիտի թռչին եւ Ադլանտեանի կապոյտը պատռելով պիտի թառին Մասեաց գագաթը, նոր բոյներ շինելու եւ ձագելու համար: Դէպի գո՜րծ…

Յղի մնացող կինը անմիջապէս պէտք է որ իր բժիշկին իմացնէ եղելութիւնը, անկէ պէտք եղած առողջապահական պատուէրանքն առնելու համար: Յղութեան շրջանին՝ ենթակային առողջապահական պայմաններու համաձայն ապրելակերպը, գալիք մանուկին բնականոն առողջութեան տեսակէտէն խիստ կարեւոր է:

Ամօթխածութիւնն ու համեստութիւնը պէտք չէ որ կինը արգիլեն բժշկական խորհուրդի դիմելէ: Ընտանիքի բժիշկը լաւագոյն ընկերն է արցունքի եւ ժպիտի օրերուն:

Կանուխէն բժշկական խնամքի յանձնուիլը, ապագային տեղի ունենալիք շատ մը դժուարութիւններու եւ անախորժ միջադէպերու առաջքը կ'առնէ: Բժիշկը կը քննէ յղի կնոջ մէզը· արեան ճնշումը, կը չափէ կոնքին ոսկորները· կը քննէ մանկան դիրքը եւ ներկայանալու ձեւը եւ կուտայ օգտակար խրատներ՝ յղութիւնը դիւրացնելու եւ տանելի ընելու համար: Բժիշկը՝ իր յաճախակի քննութիւններով եւ այցելութիւններով ծննդաբերքի ճամբան յարդարած կ'ըլլայ· բան մը որ երկու կողմին համար ալ ցանկալի է:

Ընտանիքի սեփական բժիշկ չունենալու պարագային, լաւագոյն կերպն է դիմել մայրանոց-հիւանդանոցներէն մէկուն եւ հոն արձանագրուիլ: Այդպիսի հաստատութիւններ սեփական բժիշկի դերը կը կատարեն լիուլի:

Այսուհանդերձ ամէն յղի կին, յղութեան առողջաբանութեան մասին նախնական եւ տարրա-

կան ծանօթութիւններ ունենալու է: Ստորեւ կ'ամփոփենք անոնցմէ կարեւորները:

Յղութեան ամբողջ տեւողութեանը ֆիզիքական եւ հոգեկան գրգռութիւններէ զերծ ըլլալու է: Սեռային յարաբերութիւնը՝ առաջին երեք ամիսներուն եւ վերջին երկու ամսուայ ընթացքին վնասակար է, վիժեցումի եւ վաղաժամ ծննդաբերութեան պատճառ դառնալով:

Յղութեան շրջանին՝ սաստիկ գլխու ցաւ, մարսողութեան եւ տեսողութեան խանգարումներ, սաստիկ մէջքի ցաւեր, մշտատեւ փսխում, ոտքերու ուռեցք եւ յաճախամիզութիւն վտանգաւոր կացութեան մը, այսինքն թունաւորման նախնական ախտանիշերն են: Այսպիսի պարագաներու տակ արեան ճնշման ճշդումը եւ միզային քննութիւն մը կրնայ աղէտաբեր վախճանի մը առաջքն առնել:

Յղութեան շրջանին, սակաւակերութիւնը շատակերութեան չափ, եւ թերեւս քիչ մըն ալ աւելի, վնասակար է: Յղի կինը չափաւոր կերպով գոհացում տալու է իր ախորժակին եւ նախընտրելի է, որ նախապէս իր վարժուածին պէս շարունակէ կերուխումը: Միայն թէ վերջին ամիսներուն չափազանց աղի կերակուրներ եւ մսեղէն, ոմանց համար վնասակար է:

Յղի կիները իրենց վիճակին գիտակից եղած օրէն սկսեալ զգուշանալու են ծանրութիւններ վերցնելէ, լուացք ընելէ, աւլելէ եւ բարձր տեղերէ ցատկելէ: Սակայն առանձին թեթեւ գործերը կատարել խելացիութիւն է: Առօրեայ պտոյտներ եւ թեթեւ աշխատանք կատարել ծուլութենէն աւելի օգտակար է: Թուլամորթ եւ ծոյլ կիներու արգանդը պէտք եղածին պէս զօրեղ պրկումներ կատարելու

ի վիճակի չըլլար, տղաբերքի պահուն:

Յղութեան շրջանին բացօդեայ պտոյտներ, արտաքին մաքրութեան հոգատարութիւն, եւ ջղային խանգարումներէ եւ սրտնեղութիւններէ հեռու մնալ լաւագոյն ուղին է, որուն պէտք է հետեւիլ: Յղութեան շրջանին սեռային գործարաններու արտաքին մաքրութիւնը ապահովել կը բաւէ, ներարկումներ (տուշ) վնասակար են: Բացառիկ պարագաներու տակ միայն, բժշկական թելադրութեամբ կարելի է ներարկումներ կատարել:

Յղի կիներ իրենց բերնին մաքրութեան լաւ հոգ տանելու են, որովհետեւ այդ շրջանին, ակռաները փտելու ենթակայ են: Ատեն, ատեն, ընտանեկան ատամնաբոյժին կարծիքն իմանալ եւ անկէ թելադրութիւններ լսել խելացիութիւն է:

Տղաբերքէ ամիս մ'առաջ օրը մէկ երկու անգամ ստինքներուն պտուկները պօրիք էսիտի ջուրով մաքրել անհրաժեշտ է: Լուացուելէ վերջ լաւ մը չորցնելու է եւ ապա զանոնք օծելու է քիչ մը մաքուր ալքօհօլով կամ օղիով եւ կամ թէնճէյթըտ կլեսէրինով: Այս միջոցով կարելի է զանոնք կարծրացնել որպէսզի դիեցումի ատեն չճեղքուին: Եթէ ստինքներու պտուկները ի ծնէ թաղուած ըլլալով ցցուն չըլլան, յղութեան վեցերորդ ամիսէն սկսեալ օրը մի անգամ մատներով չփելով, դուրս քաշել ջանալու է, թաղուած պտուկը: Յաճախ այս գործողութեան յարատեւութեամբ կարելի կ'ըլլայ, դիեցումի ատեն շատ մը յուսախաբութիւններու եւ անհաճոյ միջադէպերու առաջն առնել:

Ստամոքսի խառնուիլը, ախորժակի պակասը, եւ փսխումը՝ յղութեան ընկերացող տաղտկալի երեւոյթներ են: Փսխումի պարագային, առաւօտուն

կանուխ անկողնէն ելլելէ առաջ գաւաթ մը թաք կաթ կամ քօքօ խմել եւ քառորդ ժամ յետոյ մեծ զգուշութեամբ եւ դանդաղօրէն հագուիլ եւ ապա պտոյտի եւ նախաճաշի ձեռնարկել օգտակար է: Հակառակ պարագային բժիշկի թելադրութիւններուն դիմելու է:

Յղի կիներ թեթեւ եւ թոյլ հագուստեղէն ունենալու են եւ հեռու կենալու են արգանդին բնականոն աճումն արգիլող սեղմիրաններու եւ ներքնազգեստներու գործածութենէն: Գիծերը վերէն վար երկարող թխագոյն հագուստներ յղութեան առթած տձեւութիւնը մասամբ կը դարմանեն: Օրէ օր աճող արգանդը աննեցուկ թողուլն ալ շիտակ չէ: Յղութեան մասնաւոր սեղմիրաններ (քօրսէթ) կարելի է գործածել մինչեւ եօթներորդ ամսուան վերջերը: Ջանալու է սեղմիրանը յարմարցնել անկողնէն ելած, որպէսզի փորոտիքի գործարանները չխճողուին իրարու վրայ:

Յղի կնոջ ննջասենեակը օդասուն ըլլալու է եւ օդափոխութիւնը ապահովուած գիշեր ատեն: Աճող սաղմը մաքուր օդին մէջ գտնուող թթուածինին պէտք ունի: Անկողինը մաքուր եւ կակուղ ըլլալու է: Շատ անգամ յղի կիներու մէջքի ցաւը անյարմար անկողիններու արդիւնք է: Քնանալու ատեն ջանալու է նոյն դիրքի վրայ երկար ատեն չմնալ, ատեն ատեն դիրքի փոփոխում կարեւոր է:

Ցած կրունկով կօշիկներ նպատակայարմար են: Պարել, ինքնաշարժով պտոյտներ կատարել, սանդուխներէն անփութօրէն վայրէջք կատարել, ծանրութիւն վերցնել եւ արգանդին վրայ ճնշում բանեցնել ներելի չէ յղի կնոջ համար:

Պնդութիւնը յղութեան անբաժան ընկերներէն

մին է։ Աճող արգանդը, բնականաբար կը ճնշէ աղիքներուն վրայ, անոնց բնականոն գործունէութիւնը խանգարելով։ Յղի կիները առատօրէն ջուր խմելով, յղութեան մասնաւոր սեղմիրան (քորսէթ) գործածելով եւ շատ պտուղներ, սեւ հաց եւ բանջարեղէն ուտելով կրնան այդ հրէշը հպատակեցնել։

Ոգելից ըմպելիներու գործածութիւն, սուրճ եւ թէյ, տապկուած, խղոտ եւ ճարպոտ ուտելիքներ, ստամոքսի խանգարում եւ թթուութիւն կը պատճառեն։ Զգուշանալու է անոնց գործածութենէն։

Յղութեան առեն յետոյքին մէջ թութքի գոյացումը կարելի է արգիլել պնդութեան հոգ տանելով եւ աղտեղութեանց արտաքսումէն յետոյ պաղ ջուրով լուացուելով։ Զօրաւոր պնդութեան առեն երբեմն գրեխ ընել (հօգնա) եւ առեն առեն ալ թեթեւ լուծողականներ, ինչպէս հանքային իւղ, եւ Մէկնիշիա առնել կարելի է։

Յղի մօր ապրելակերպը եւ միջավայրը անուղղակի կերպով կ'ազդեն ծնելիք մանուկին վրայ։ Հետեւաբար յղի կինը ջանալու է խաղաղ եւ երջանիկ ապրիլ եւ անվախօրէն պատրաստուիլ իր սրտահատորը դիմաւորելու համար։

Արտաքին երեւոյթները շատ քիչ անգամ կ'ազդեն սաղմին վրայ, եւ նոյնիսկ այդքանն ալ կասկածելի է։ Մեր մամիկներուն պատմութիւնները եւ հրէշային ծնունդները բացատրող առասպելները անհիմն են։ Եթէ այդ ճշմարտութիւն ըլլար, հովիւներուն զաւակները կոտոշաւոր ծնելու էին։

Սակայն կարգ մը հիւանդութիւններ, մտային կարողութիւն, գեղեցկութիւն եւ նկարագիր եւն.,

ժառանգականօրէն կը փոխանցուին սաղմին։ Այդ պատճառաւ ամուսնութեան պարագային պէտք չէ մոռնալ ժառանգական փոխանցումներու կարեւորութիւնը։

Ուրեմն ապագային ծնելիք սաղմին օգտին համար կինը պէտք է, որ յարմարագոյն ամուսին մը ընտրէ եւ յղի մնալէն յետոյ իր ամբողջ ուշադրութիւնը կեդրոնացնէ ծնելիք սաղմին վրայ։ Մանկան բարօրութիւնը, պէտք է որ յղի կնոջ գործունէութեան առանցքը կազմէ։

Յղութեան շրջանին՝ ոեւէ արինահոսում աննկատ եւ անխնամ մնալու չէ։ Վիժումները միշտ արինահոսութիւններով կը սկսին։ Արինահոսումի պարագային անմիջապէս անկողին երթալով բացարձակապէս անշարժ մնալ անհրաժեշտ է։

Յղութիւնը կնոջ մը համար օրհասական տառապանքի շրջանէ մը աւելի ցնծութեան եւ ուրախութեան շրջան մը ըլլալու է։ Ամուսիններ մեծ ջանք թափելու են յղի կնոջ մը կեանքը տանելի եւ հաճելի ընելու համար։ Կիները այդ շրջանին՝ ա՛լ աւելի դուրգուրանքի, ճշմարիտ եւ զոհաբերող սիրոյ եւ անուշ վերաբերմունքի կը կարօտին։ Հայ մա՛րդ, պէտք է ըմբռնես անոր կացութիւնը եւ օգնես իր վեհ գործին մէջ։ Քու պարտականութիւնդ միմիայն սերմ ցանելուն մէջ չի կայանար։ Երջանիկ բոյնին շինութիւնը նոյնքան ալ քեզմէ կախեալ է։

ԳԼՈՒԽ 2

ՆՈՐԱԾԻՆ ՄԱՆՈՒԿԸ

Ա. ԾՆՈՒՆԴԸ

Արգասաւորումէն երեսուն ինը շաբաթ վերջ, կամ մօտաւորապէս 280 օր ետք, երկունքին կը յաջորդէ ծննդաբերութիւնը: Երկունքի ցաւերուն ատեն յղի արգանդը կը պրկուի, իր պարունակած սաղմը արտաքսելու համար: Երկունքի որոշ ժամանակի մը մէջ պատահելուն գաղտնիքը կը մնայ իբր անլուծելի հարց, գիտութեան առջեւ:

Ծննդաբերութեան համար յարմարագոյն վայրը՝ հիւանդանոցն է, ուր ամէն տեսակ դիւրութիւն կայ թէ երկունքէ տառապող մօր եւ թէ մանկաբարձ բժշկին համար: Ունեւոր մայրեր կրնան մասնաւոր հիւանդանոցներ ընտրել եւ ունենալ իրենց սեփական բժիշկները: Սակայն միջակ դասակարգի պատկանող կիներ աւելի լաւ կ'ընեն եթէ հանրային հիւանդանոցներ մտնեն:

Այսուհանդերձ քիչ մը աշխատանքով, կարելի է բնակարանին որեւէ մէկ օդասուն սենեակը տղաբերքի համար յարմարցնել եւ գործածել: Մեր մայրերէն ոմանք տեղական լեզուին հմուտ չեն եւ հիւանդանոցներու կերուխումը չեն հաւնիր եւ այդ պատճառաւ կը նախընտրեն տան մէջ ընդունիլ տղաբերքի երկունքը:

Տան մէջ խնամուիլ ուզող մայրեր կանուխէն հասկցողութեան գալու են իրենց սեփական բժիշկ-

ներուն հետ եւ անհրաժեշտ պիտոյքները պատրաստելու են ժամանակին:

Ծննդաբերքի մօտեցած ժամանակին, մայրեր ուշադրութեամբ հետեւելու են մաքրութեան պայմաններուն: Այս միջոցաւ կարելի է արգիլել ծննդաբերութեան յատուկ ջերմն ու վարակումը:

Տղաբերքի ակնկալուած հաւանական թուականն է վերջին դաշտանի երեւցած օրէն դէպի յետ երեք ամիս, եւ եօթը օր: Այնպէս որ Յունուար մէկին ամսագլուխ (դաշտան) ունեցած մայրը յղի մնալու պարագային, յաջորդ Հոկտեմբեր 8-ին ակնկալելու է տղաբերքը: Երբեմն մի քանի օր կանուխ կամ ուշ կարելի է որ պատահի: Այս պատճառաւ կը յանձնարարենք հայ մայրերուն՝ որպէսզի իրենց դաշտանի արձանագրութիւնները պահեն կանոնաւորապէս թէ իրենց եւ թէ բժիշկներուն օգտակար ըլլալու համար:

Տղաբերքի հաւանական նշաններն են արգանդի կանոնաւոր պրկումներու հետեւանքով, մէջքի ցաւ, յաճախամիզութիւն, ջրախառն արեան եւ խլնքային արտադրութեան արտահոսում, իսկ անոր իսկական նշանն է արգանդի պարանոցին ընդլայնումը եւ սաղմի ներկայացող մասին վայրէջքը՝ իգափողին մէջ:

Բնական ծննդաբերութիւնը երեք շրջանի կը բաժնուի. առաջին քայլին մէջ արգանդին բերանը կը բացուի եւ մանկան ներկայացող մասը՝ ընդհանրապէս գլուխը կը սկսի վայրէջք կատարել: Երկրորդ շրջանին մէջ մանուկը կը ծնի. իսկ երրորդ շրջանին տղընկերքը կը ծնի:

Բնական ծննդաբերութեան տեւողութիւնը փոփոխական է եւ կախուած է զանազան պատճառ-

ներէ : Անբնական ծննդաբերութիւնները բժշկական միջամտութեամբ միայն կարելի կը դառնան : Առաջին ծննդաբերութիւնը բնական պատճառներով երկարատեւ է բաղդատմամբ երկրորդ եւ երրորդի : Սակայն ներկայացող մասը, ներկայանալու ձեւը, կնոջ կոնքի ոսկորներուն բնականոն աճումը, մանկան չափը, մօր ունեցած ոյժը, անքնութիւնը, մըտավախութիւնը, անպէտ տեղ ոյժի . չափազանց վատնում եւն. կարեւոր դեր կը խաղան ծննդաբերութիւնը դիւրացնելու եւ կամ յապաղեցնելու մէջ :

Տղաբերքի ատեն գործածուելիք սենեակին միջին տաքութիւնը պէտք է ըլլայ 70–75 աստիճան (Ֆարէնհայթ) : Հականեխումի եւ մաքրութեան օրէնքներուն անսաստողներ չարաչար կը տուժեն :

Տղաբերքի ատեն դրացիներու եւ կարգ մը չատախօս եւ բժիշկներու գործին խառնուող կիներու ներկայութիւնը բացարձակապէս աններելի է : Երկունքի մէջ գտնուող կնկան արգահատելու է եւ քաջալերական խօսքերով եւ մինչեւ անգամ կատակներով թեթեւցնելու է ճնշիչ մթնոլորտը :

Յղութիւնը վերջ կը գտնէ ծննդաբերութիւնով : Տղաբերքէ վերջ յոգնած եւ ուժասպառ մայրը թողելու է որ քնանայ կազդուրուելու համար : Առաջին քսանեւչորս ժամուան մէջ ան պէտք է կռնակին վըրայ պառկի եւ հանգչի : Յետոյ կրնայ կողմերուն վրայ դառնալ : Նա պարտի անկողին մնալ 9–10 օր եւ տասներորդ օրը միայն կ'արտօնուի նստիլ : 13րդ օրէն սկսեալ քալել ներելի է : Աւելի կանուխ ոտքի ելլող կիներ արգանդի ծռութենէ եւ մնայուն մէջքի ցաւէ կը տառապին :

Տղաբերքէ վերջ պատահած արգանդի ցաւերը, արգանդին մէջ սառած արեան գունդերուն ներկա-

յութենէն յառաջ կուգան : Այսպիսի ցաւերու ատեն բժիշկը կը կատարէ պէտք եղածը :

Այսպէս, արգասաւորումէ վերջ, սաղմը կ'աճի արգանդին մէջ եւ օր մըն ալ երբ կատարեալ մանուկ բնութեան կամարներէն կ'անցնի յաղթական, իր յաղթանակն աւետող սուր ճիչով մը :

Բ. ԿԱՏԱՐԵԱԼ ՄԱՆՈՒԿԸ

Սաղմը ծնելէն յետոյ կը կոչուի նորածին : Կատարելութեան հասած յղութենէ վերջ, աշխարհ եկած նորածինը՝ կատարեալ մանուկ կը կոչուի. իսկ անկէ առաջ ծնած մանուկը կ'ըլլայ կիսկատար :

Առանց միջադէպի, ժամանակին ծնող կատարեալ մանուկը կը կշռէ միջին հաշիւով 7–8 փաունտ (3–4 քիլօ). կ'ունենայ վարդագոյն մորթ, որու խորշոմներուն եւ ծալքերուն վրայ կը տեսնուի ճերմակ ճարպային նիւթ մը : Այս նիւթը մանկան մորթը կը պաշտպանէ սաղմնահեղուկին մաշեցնող ազդեցութեան դէմ : Կատարեալ մանկան մարմինը աղուամազէ (բարակ մազեր) զերծ ըլլալու է. եղունգները կտրուելու չափ երկայն, երեսները լեցուն եւ թուշիկները կլորիկ եւ վարդագոյն : Թեւերն ու ոտքերը եւ քիչ մըն ալ գլուխը շարժելու ընդունակ կ'ըլլան : Անոր հասակն է 18–20 մատնաչափ :

Անգղիացի նշանաւոր մանկաբարձ մը կը պնդէ թէ ընդհանուր պատերազմէն յետոյ ծնող մանուկները աւելի ընդունակ են գլխի շարժումներու քան նախապատերազմեան շրջանին ծնողները :

Մարդ էակը առհասարակ միածին է, սակայն բժշկական վիճակագրութիւններու համաձայն յըղութիւններու մէկ 120–րդը երկուորեակ են, 7,910–է

մին՝ երրեակ եւ 371,000–է մին քառեակ կը ծնի: Պատմութեան մէջ արձանագրուած են հարիւրի մօտ հինգեակներ եւ մէկ երկու վեցեակներ:

Բնականաբար ասոնք հազուագիւտ բացառութիւններ են եւ յաճախ առասպելական ըսի ըսաւներու արդիւնք:

Կշիռքի տեսակէտով ալ բացառութիւններ կարելի է: Հինգէն մինչեւ տասնեւերկու փաունտ կըշռող կատարեալ մանուկներու հանդիպած ենք: Կ'ըսուի թէ Նովա–Սկոշիացի հսկայ պարմանուհին քսանութը եւ երեք քառորդ փաունտ կշռող մանուկ մը ծներ է: Երանի՜ անոր...:

Գ. ԿԻՍԿԱՏԱՐ ՄԱՆՈՒԿԸ

Կիսկատար մանուկ ըսելով հրէշային ծնունդներ հասկնալու չենք: Հրէշային ծնունդներ, այսինքն մարմնոյն զանազան մասերուն բացակայութիւնը, կամ մէկէ աւելի մանուկներու ի մի ձուլուիլը, հազուագիւտ բացառութիւններ են: Այսպիսի ծնունդներ բուսական եւ անասնական աշխարհի մէջ ալ կը պատահին: Այդ հրէշային ծնունդներու գիտական բացատրութիւնը գոհացուցիչ չէ: Այսպիսի ծնունդներ դժբախտութիւններ են, որոնց երբեմն երեւումը, գիտութեան բարդութիւնը, եւ Մայր Բնութեան անհասկնալի խորհրդաւորութիւնը կ'ապացուցանեն:

Կիսկատար ծնած, այսինքն ժամանակէն առաջ ծնած մանուկը բնականաբար կատարեալ ծնած մանկան երեւան բերած յատկանիշներէն զուրկ է, անոր կշիռքը պակաս է, ուժաթափ է եւ շարժելու գրեթէ անկարող: Անոր մորթը աւելի կարմիր է եւ եղունգ–

ները նորաբոյս եղունգի նման կարճ: Կիսկատար մանկան մարմինը աղուամազով ծածկուած կ'ըլլայ: Գիտուններ այս երեւոյթէն դատելով՝ կը պնդեն թէ մեր նախնիքը մազոտ էին: Բաւական համոզիչ փաստ մըն է ասիկա: Ինչո՞ւ զարմանալ, մեր մէջ չկա՞ն Եսաւին եղբայրներէն աւելի մազոտ մարդիկ: Կիսկատար ծնած մանկան գլխին ոսկորները շատ նուր կ'ըլլան եւ գիրաւ կը ճմրթկուին թուղթի պէս, փոսեր ձեւացնելով: Բարձրաձայն ճչալու եւ ստինք առնելու կարողութիւնը կը պակսի անոր: Բնականաբար վերոյիշեալ պակասութիւնները աւելի կամ պակաս չափով կ'երեւին կիսկատարութեան ժամանակին համեմատ:

Եօթներորդ ամիսէն սկսեալ եւ յղութեան կատարելութեան շրջանէն առաջ ծնած ոեւէ մանուկ վաղաժամ կամ կիսկատար կը սեպուի: Եօթներորդ ամիսէն առաջ ծնածները պէտք է վիժում նկատել:

Մեր ժողովրդի մէջ տարածուած սխալ կարծիքի մը համաձայն իբր թէ եօթը ամսուայ մանուկները ութամսեայ մանուկներէն աւելի հաւանականութիւն ունին ապրելու: Ծիշդ հակառակն է ճշմարտութիւնը: Ութը ամսուայ ծնունդները 75[...]
հաւանականութիւն ունին ապրելու, [...] ՃՆՈՒԿ ՄԸ
[...]ուանները: [...]անդութիւններու գրէն.

Գրեթէ անհնարին է [...]տարակիչներ):
ները ապրեցնել. ա[...]
չափ լաւ եւ հմ[...]այր մը գտնելու է, անոր սնունդն
կել անոնց[...] համար: Եթէ վաղածինը ստինքները
Երկիւ[...]արողութիւն չունենայ, աւելի լաւ է որ
բայց[...]երէն կաթը քաշուի եւ ապա մանաւոր պը–
է[...]կ–կաթեցնելիքով մը մանկան բերնի խըռաքան–

ցումի փորձեր, (բան մը որ ցաւալի համեմատութիւններ առած է մեր մէջ), կոնքի ոսկորներու անբնական գաճաճութիւններ, տարափոխիկ եւ հատու հիւանդութիւններ եւ ջերմեր, եւ մանաւանդ ՑՐԱՆԿԱԽՏԸ գլխաւոր պատճառներն են վաղաժամ եւ կիսկատար ծնունդներու եւ վիժումներու:

Երկուորեակներու եւ երեակներու պարագային՝ շատ անգամ, կիսկատար ծնունդներ կը պատահին, որովհետեւ արգանդը, անոնց ներկայութեան, այնքան կը ճնշուի որ կը ստիպուի պրկումներով պարպուիլ:

Ընտանիքներու մէջ մահերու եւ ուրիշ ծանր պարագաներուն՝ յղի կիներ կարելի եղածին չափ հանդարտ մնալու են եւ ջանալու են չյուզուիլ, որովհետեւ յուզումն ու վախը վիժումի կ'առաջնորդեն:

Դ. ՎԱՂԱԾԻՆ ՄԱՆԿԱՆ ԱՆՄԻՋԱԿԱՆ ՀՈԳԱՏԱՐՈՒԹԻՒՆԸ

Վաղածին եւ կիսկատար մանուկը կատարեալ աճմունքէն շատ աւելի, գուրգուրանքի եւ խնամքի կը դիտական կարելի եղածին չափ քիչ պէտք է ձեռպխի ծնունդնու, բամպակի մէջ փաթթուելէ վերջ՝ բեմն երեւումը, դ'ռամվի մը մէջ, զոր ջանալու է Մայր Բնութեան անհամեմատ պահել: Մանաւանդ ջերկ'ապացուցանեն: անոնց մէջ դետեղել

Կիսկատար ծնած, այսինքն ժամ... էջ ձիթախիւղով ծնած մանուկը բնականաբար կատարեալ ...կով մաքուր կան երեւան բերած յատկանիշներէն զուրկ է, ...րբու- կշիռքը պակաս է, ուժաթափ է եւ շարժելու դիւ... ց) անկարող: Անոր մորթը աւելի կարմիր է եւ եղունգ-

եւ անոր ստանալիք սնունդը անպայմանօրէն մօր կաթ ըլլալու է: Վաղածին մանկան ծնունդ տուող մայր մը բնականօրէն կաթէ կը զրկուի. այդ պատ-

Ի ԾՆԷ ՖՐԱՆԿԱԽՏԱՒՈՐ ԽԱՓՇԻԿ ՄԱՆՈՒԿ ՄԸ

(Տր. Ճ. Փ. Շէմպըրկի Մորթային Հիւանդութիւններու գրքէն. Վ. Պ. Սօնտըրս, Հրատարակիչներ):

ճառաւ ստնտու մայր մը գտնելու է, անոր սնունդն ապահովելու համար: Եթէ վաղածինը ստինքները ծծելու կարողութիւն չունենայ, աւելի լաւ է որ ստինքներէն կաթը քաշուի եւ ապա մասնաւոր պըտուկ-կաթեցնելիքով մը մանկան տրուի խւրաքան-

չիր մէկուկէս ժամը կէս ունս քանակութեամբ: Հետզհետէ յաջող մարսողութեան պարագային, քանակը աւելցնել:

Կաթնատու մօր չգտնուելու պարագային, խտացուած կաթի եւ ջուրի խառնուրդ մը կարելի է տալ: Զանոնք կովու կաթի վարժեցնել շատ դըժուար է:

Մանուկը խնամելու արուեստին մէջ, որքան ալ զարգացած ըլլայ մէկը, պէտք չէ որ յանձն առնէ վաղածին մանկան մը հոգատարութիւնը, բան մը, որ իսկապէս մասնագէտ բժիշկին գործն է:

Ե. ԿԱՏԱՐԵԱԼ ՆՈՐԱԾԻՆԻՆ ԱՆՄԻՋԱԿԱՆ ԽՆԱՄՔԸ

Մանկաբարձ բժիշկները, իրենց ստացած դաստիարակութեան եւ մարզանքի համաձայն, քիչ շատ կը տարբերին իրենց թէքնիքային մէջ՝ նորածինին անմիջական հոգատարութեան տեսակէտով: Սակայն ինչ ալ եղած ըլլայ անոնց թէքնիքական տարբերութիւնները, բոլորն ալ կը համաձայնին գլխաւոր եւ էական սկզբունքներուն շուրջ:

Մանուկը ծնելուն պէս զայն անմիջապէս աջ կողմին վրայ պառկեցնելէ վերջ բերանն ու քիթը մաքրելու է մաքուր լաթերով, որպէսզի առաջին շնչառութիւններուն առեն բերնին կամ քթին մէջ գտնուող ջրային արտադրութիւնները թոքերուն մէջ ճամբայ չգտնեն: Եթէ մանուկը ծնելուն պէս չշնչէ, առանց ջղայնանալու պէտք է սպասել եւ ոտքերէն բռնելով գլխիվայր կախել, որպէսզի արեան մէջ ածխային թթուին քանակը աւելնալով՝ շնչառութեան կեդրոններուն գրգռումը տեղի ունենայ:

Երկրորդ քայլը պորտին չուանին կտրումն է: Սպասելու է որ պորտին չուանին մէջը գտնուող շնչերակները դադարին բաբախելէ եւ յետոյ 1–1½ մատնաչափ կտոր մը ձգելու պայմանաւ կապելու եւ կտրելու է զայն:

Պորտի չուանին անփութօրէն քաշքշուիլը եւ շատ կարճ կտրուիլը երբեմն պորտային աղեթափութեան պատճառ կը դառնայ: Զգուշանալու է որ կտրուած պորտը չվարակուի եւ կապը թուլնալով արիւնահոսումի պատճառ չդառնայ: Մանուկը լըւացուելէն վերջ պորտին վրայ հականեխական փոշի, պօրիք էսիտ եւ կամ տէրմաթօլ ցանելէ եւ լաւ մը չորցնելէ վերջ մաքուր փորակապով մը կապելու է եւ ջանալու է զայն միշտ չոր պահել:

Վարակումէ զերծ եւ չոր պահուած պորտի չըւանը հինգ վեց օրէն կը սեւնայ ու կը փրթի, պորտին վրայ խակ վէրք մը ձգելով: Այս վէրքն ալ մաքուր պահուելու պարագային՝ մինչեւ տասը օր բոլորովին կը սպիանայ փոսիկ մը գոյացնելով որովայնին կլորութեանը համար իբր կեդրոն: Անճարակ կերպով կտրուած եւ խնամուած պորտին սպին շատ տգեղ կ'ըլլայ եւ կը կորսնցնէ անոր արուեստագիտական գեղեցկութիւնը: Որովհետեւ կլորիկ փորին կեդրոնը գտնուող այդ փոսիկը յիրաւի գեղեցիկ է:

Առանց աւելորդ ժամավաճառութեան նորածինին մարմինը ձիթախիւղով եւ կամ վէզըլինով լաւ մը օծելէ վերջ 97–100 աստիճան (Ֆարէնհայթ) տաք ջուրով լուալու է եւ լաւ մը չորցնելէ եւ շպարելէ վերջ հագուեցնելու է: Գործածելիք օճառը եւ բըրինձափոշին (փաուտըր) մանուկներու համար մասնաւոր տեսակէն ըլլալու է: Հասարակ օճառներն ու

բրինձափոշիները նորածինին փափուկ մորթը կըր-նան բորբոքեցնել։

Նորածին մանկան հագուստեղէնին մէջ ամենակարեւորը փորակապն է, որ անպայմանօրէն լաւ տեսակ բրդեղէն ֆանէլա ըլլալու է։ Փորակապը կը պաշտպանէ մանկան ստամոքսն ու աղիքները պաղառութեան եւ անոր արդիւնք անմարսողութեան դէմ։

Շապիկը պէտք է ըլլայ թոյլ կերպով հիւսուած մետաքսի եւ բուրդի խառնուրդէ։ Մանուկը հագուեցնելէ վերջ տաքութիւն պահող բըրդեղէն ֆանէլաներու մէջ թուլօրէն փաթթելով աջ կողմին վրայ ցած բարձի վրայ պառկեցընելու է։ Ապա զայն լուսաւորուած, օդասուն, խաղաղ եւ առանձին սենեակի մը մէջ պահելու է։ Սենեակին տաքութիւնը 70–75 աստիճանէն (Ֆարէնհայթ) աւելի ըլլալու չէ։ Նորածինին արեան շըրջանին կանոնաւորման օգնած կ'ըլլանք զայն աջ կողմին վրայ պառկեցնելով։

Բժիշկը մեկնելէ առաջ արդէն հականեխած կ'ըլլայ նորածինին աչքերը 1% սիլվըր նայթրէյթի ջուրով եւ կամ 15% արժիրօլի հեղուկով։ Այս գործողութեամբ շատ մը նորածիններու կուրանալուն առաջքը կ'առնուի։ Աչքերու անմիջական հականեխումը օրէնքով, ստիպողական պահանջ մըն է, զոր պէտք է կատարել անթերի կերպով։

Յիշեցուցէք այդ պարագան ձեր բժիշկներուն կամ դայեակներուն, եթէ թերանան իրենց պարտականութեան մէջ։ Ի ծնէ կուրացած մանուկներու գոյութիւնը կարելի է բացատրել մանկաբարձին անփութութիւնով։ Աչքերու հականեխման ա՛լ աւելի պէտք է հոգ տարուի, եթէ մայրը ոեւէ ատեն

ջերմամբիզութենէ եւ կամ ճերմակահոսումէ տառապած ըլլայ։ Օրէնքը ամէն կին կասկածելի կը նկատէ։

Նորածինը փաթթելու (գունտագ) եւ մօրը քովը պառկեցնելու յոռի սովորութիւնը պէտք է որ վերջ գտնէ մեր մէջ։ Երկունքի երկարատեւ ցաւերէն վերջ ուժաթափ եղած մայր մը իր խոր քունին մէջ երբեմն կրնայ իր այդքան չարչարանքով ձեռք բերած հոգեհատորը խեղդամահ ընել, անոր վրայ պառկելով։ Գունտագ ընելը երբեք կապ չունի մանկան սրունքներու ծռութեան կամ ուղիղ մնալուն հետ։ Հայ եւ իտալացի մանուկներ, որոնք միշտ գունտագի մէջ կը պահուին այդքան ալ շատ ուղիղ սրունքներ չունին։ Սրունքներու ծռութեան մասին կը խօսինք յետոյ։ Ես վստահ եմ որ զգացումի եւ շարժումի ընդունակ երախան, եթէ լեզու ունեցած ըլլար, յաճախ պիտի անիծէր իր մայրը՝ զինքը գունտագի մէջ պահած ըլլալուն համար։ Մենք ի՞նչ իրաւունք ունինք արգանդին մէջն անգամ շարժող եւ աքացի զարնող նորածինը կաշկանդել՝ զայն տպածոյի կապոցին պէս փաթթելով։

Թուլօրէն փաթթուած նորածինը ձգելու է որ հանգստանայ ու խոր քունի մէջ մտնէ՝ խաղաղ խուցի մը մէջ եւ ոչ մէկ պարագայի տակ աչք լուսողներուն առջեւ ցուցադրուելու չէ։ «Բա ի՞նչ աղուոր պէպէկ է եղեր» ըսելու ժամանակը չէ ծնընդաբերքի յաջորդող պահը։

Պէտք չէ մոռնալ որ նորածին մանուկ մը պաղառութեան հակամէտ է. ոչ զայն քրտնեցնելու չափ տաք եւ ոչ ալ սառեցնելու չափ պաղ բռնելու է. ամէն պարագայի տակ պէտք չէ ծայրայեղու-

ՍՏԻՆՔ ՏԱԼՈՒ ՈՒՂԻՂ ԿԵՐՊԸ, ԵՐԲ ՄԱՅՐԸ ԱՆԿՈՂԻՆՆ Է
(Կրուլիի Մանկանց Դիեցումի գրքէն: Վ. Պ. Սոնտըրս Հրատարակիչներ):

Թիւններու մէջ լինալ. միջին ճամբան ապահովագոյնն է:

6–10 ժամ հանգստութենէ վերջ, նորածինը՝ ջուր խմելու եւ մօրը ստինքն առնելու պատրաստ է: Մօրը ստինքները, Էսիդ պօրիքի ջուրով լաւ մը լուացուելէ վերջ եռացած եւ պաղած ջուրով կրկին

ցօղուելու է եւ ապա մաքուր լաթով չորցնելէ վերջ՝ մանկան տրուելու է: Դիեցումէ վերջ նոյն արարողութիւնը կրկնել անհրաժեշտ է: Առաջին քսան եւ չորս ժամուայ ընթացքին, 4–5 ժամը անգամ մը, իսկ անկէ յետոյ երեք ժամը անգամ մը, ձգելու է որ երախան ծիծ առնէ: Երկու ժամը անգամ մը եռացած եւ պաղեցուած ջուրէն երկու թէյի դգալ տալու է անոր:

Նորածինին համար այս ջուրը բարերար ազդեցութիւն ունի: Առաջին օրը մանկան ծիծ առնելը մօրը արգանդին պրկուած վիճակի մէջ մնալուն կը նպաստէ: Բան մը, որ օգտակար է մօր յետ ծննդեան ցաւերուն մեղմացմանը տեսակէտով: Այս հաշւով, նորածինը՝ առաջին հերթին, կը սկսի փոխարինել մօր մը չարչարանքները եւ գոհողութիւնը:

Առաջին երկու երեք օրուան մէջ մօր ստինքներէն ծորող հեղուկը դալ կ՚անուանուի. այս հեղուկը որ լման կաթ չէ, լուծողականի դերը կը կատարէ՝ մաքրելով նորածինին աղիքները: Ուրեմն քաջալերելու է որ նորածինը այս դալէն առատօրէն ուտէ: Դիեցումի մանրամասնութիւններու մասին կը խօսինք իրենց կարգին:

Ամէն օր գաղջ ջուրով սրբելու է նորածինը եւ մինչեւ պորտին սպիացումը լոգարանին մէջ լուալու չէ: (Տես բաղնիք տալու մասին տրուած ծանօթութիւնները յառաջիկայ էջերուն մէջ):

Նորածինին չարունակ քնանալը հանգստութեան եւ առողջութեան նշան է. սակայն անոր լացը պէտք չէ միշտ վերագրել անոր անօթութեան: «Խեղճ պզտիկը անօթի է» ըսելով, լացող նորածիններուն հասարակ շաքարէ ջուր խմցնողներ, անմարսողութիւն յառաջ բերելով աւելի լացի դուռ կը

բանան։ Մենք մեր դասը անոնց անասուններէն առնելու ենք։ Անոնք ոչ շաքարով ջուր կուտան եւ ոչ ալ զուննտագ կ'ընեն եւ տեսէք ո՞րքան ուղիղ են այծեամին բարակ սրունքները եւ որքան առողջ է եւ փափկուն ձիու քուռակը։ Զգելու է որ բնութիւնը իր ընթացքն ստանայ։

Մանկան լացը շատ անգամ ցաւի, ծարաւութեան, թրջուած լաթերուն պատճառած անհանգստութեան, նոյն դիրքի մէջ կաշկանդուած կերպով մնալու եւ երբեմն ալ աչք լուսողներու հանած աղմուկին դէմ բողոք է։

Առաջին օրէն սկսեալ կանոնաւոր կերպով քընացող, կանոնաւոր ժամերով սնունդ ստացող, եւ որոշ ժամերուն մաքրուող մանուկ մը զինուորական խիստ կարգապահութեան տակ մարզուող զինուորի մը պէս քաջառողջ կը մեծնայ։

Ատեն ատեն քչիկ մը լացն ու ճուչը թոքերուն զարգացման, եւ աղիքներու օճագալար շարժումին տեսակէտով օգտակար է։ Այս հարցին մէջն ալ միջին ճամբան գտնելու է։

Առաջին տասը օրուայ ընթացքին կարելի եղածին չափ քիչ գրկելու եւ ձեռքէ ձեռք պտտցնելու է. որովհետեւ այդ ժամանակին մէջ մանկան ոսկորները եւ գործարանները կազդուրումի պէտք ունին եւ փոքրիկ անփութութիւններու պատճառաւ կը վնասուին։ Մանուկները յաճախ գրկել եւ գրկի մէջ պահել ողնաշարի ծռութիւններ կը պատճառէ։

Մեր մէջ գոյութիւն ունի նաեւ ուրիշ վնասակար սովորութիւն մը. եւ այդ՝ մամիկի մը կոշտ մատներովը նորածինին գլուխը շտկելն է։

Բնականաբար նեղ տեղէ, բռնի ուժով դուրս եկող մանկան գլուխը, կոնաձեւ երեւոյթ մը կը ստա-

նայ։ Այս կացութիւնը բնութեան պաշտպանողական միջոցն է, որու շնորհիւ ուղեղը վնասուելէ կ'ազատուի եւ ծնունդը կը դիւրանայ։ Մի քանի օրուայ ընթացքին գլուխը իր նախկին ձեւը կը ստանայ։ Արդէն ճնշումի տակ իրարու վրայ եկած գլխի ոսկորները մամիկի մը կարծր մատներովը շտկելու աշխատիլ, սարդի ոստայն մը կոշտ աւելով մաքրելու կը նմանի։

Մոռնալու չէ որ նորածին մը օրական 20–22 ժամ քունի կը կարօտի. քունը անոր թալիսմանն է։ Նորածինի մը քնատութիւնը անբնական է. պատճառը հասկնալու համար անհրաժեշտ է, բժշկական խորհրդակցութիւն մը։

Առաջին երկու երեք օրերուն եթէ մանուկը պնդութիւն ունենայ եւ ծիծ առնելու չփափաքի, լաւ է որ թէյի գդալի մը կէսին չափ հնդկախեղ (քէսթըր օյլ եւ ոչ թէ քէսթօրեա) խմէ։ Հնդկախեղը աղիքները կը մաքրէ եւ անուղղակի կերպով երախային ախորժակը կը բանայ։

Մանկան հոգատարութեան վերաբերող ուրիշ հարցերու մասին տես յետագայ էջերը։

Զ. ՆՈՐԱԾԻՆԻՆ ԲՆԱԽՕՍԱԿԱՆ ՅԱՏԿՈՒԹԻՒՆՆԵՐԸ

Նորածինը, ծնելէ առաջ եւ ծնելէ անմիջապէս վերջը՝ ցոյց կուտայ, բնախօսական երեւոյթներ եւ գործունէութիւն։ Բացատրենք կարեւորները։

(ա) Արեան Շրջանը.— Սաղմին արեան շրջանին եւ ծնունդէ վերջ տեղի ունեցած յեղաշրջումին մասին համառօտ գաղափար մ'ունենալ արժէքաւոր է մօր մը համար։

Արգանդին մէջ աճող սաղմը իր ուրոյն արեան շրջանն ունի։ Ոչ մէկ պարագայի տակ մօր արիւնը երախայի արեան հետ կը խառնուի։ Պորտի չուանին մէջ մէկ երակ եւ երկու շնչերակ կայ։ Մանկան մարմնոյն մէջ շրջան ընելով, մաքրուելու եւ շինաբար նիւթերով բեռնաւորուելու կարօտ արիւնը՝ պորտի չուանին մէջ զետեղուած երակի միջոցաւ կը ճամբորդէ դէպի տղընկերին (էշ) մէջ գտնուող խոռոչները, ուր շփում կը ստեղծէ մօր արեան հետ բարակ թաղանթներու միջոցաւ՝ առանց խառնուելու մօր արեան հետ։ Մանկան արիւնը, այդ խոռոչներուն մէջ իր պարունակած ածխային թթուն եւ աւելորդ աղերը մօր արեան մէջ գտնուող թթուածինի եւ սննդարար հիւթերու հետ փոխանակելէ վերջ, պորտի չուանին զոյգ շնչերակներուն միջոցաւ կը վերադառնայ, մանկան մարմնոյն մէջ իր շրջանը շարունակելու համար։

Ըսել է թէ արգանդի մէջ զետեղուած տղընկերը թոքերու եւ երիկամունքներու կրկնակ գործը կը կատարէ։ Այդ պատճառաւ, ծննդաբերքի ատեն եթէ որեւէ պարագայի տակ, տղընկերը արգանդէն կանուխ բաժնուի. հետեւանքը կ'ըլլայ անմիջական մահ՝ ծնող մանկան համար։ Երբեմն ալ ծննդաբերքի ատեն պորտին չուանը կերպով մը կը սղմուի կամ կը հանգուցուի, մանուկը խեղդամահ ընելով։

Արգանդէն ծնող մանուկը երբ առաջին անգամ կը ներշնչէ ու իր թոքերը օդով կը լեցուին, այն ատեն վերեւ բացատրուած արեան շրջանը կը յեղաշրջուի եւ այս անգամ աղտոտ արիւնը փոխանակ դէպի տղընկերը ճամբորդելու, կը խուժէ թոքերը հոն մաքրուելու եւ թթուածին առնելու համար։

(բ) Շնչառութիւնը.— Մանկան առաջին շնչառութիւնը, (ներշնչումն ու արտաշնչումը) տեղի կ'ունենայ ծննդաբերութենէն անմիջապէս յետոյ, երբ թոքերը կը բացուին ու նորածինը կը ճչայ։

Սաղմը արգանդին մէջ գտնուած ատեն հեղուկի մը մէջ կը ծփայ։ Այդ ատեն թոքերը գոց կ'ըլլան, այնպէս որ արգանդին հեղուկը թոքերուն խցիկները ողողելու անկարող է։ Ծնունդէ վերջ երբ տղընկերը կը սկսի զատուիլ արգանդէն, բնականաբար երախային արիւնը պէտք եղածին չափ չի մաքրուիր ու շուտով կը բեռնաւորուի ածխային թթուով։ Ածխային թթուին առատութիւնը շնչառութեան կեդրոնները կը մղէ գործունէութեան եւ այսպէս կրծքի մկաններուն եւ հովանոցաձեւ մասնաւոր մկանի մը, որ կը գտնուի որովայնին մէջ, պրկումին միջոցաւ առաջին ներշնչումը եւ ճիչով մը առաջին արտաշնչումը տեղի կ'ունենայ եւ կը շարունակէ կեանքի ամբողջ տեւողութեան շրջանին։

Շնչառութեան սկսած պահուն մանկան բերնին մէջ գտնուող թուքը կամ հեղուկը թոքերուն մէջ կրնայ ներմուծուիլ, մեծ վնաս պատճառելով։ Այդ պատճառաւ երախան ծնելուն պէս պէտք չէ յետաձգել անոր բերնին մաքրողական գործողութիւնը։

Երբեմն երախան կը յամառի շնչառութեան սկսիլ՝ հակառակ իր սրտի բաբախումներուն շարունակման։ Այսպիսի պարագաներուն պորտին չուանը ձեռքով սեղմելու է, տղընկերէն թթուածինով լեցուն արեան գալուստն արգիլելու համար եւ յետոյ մանուկը ոտքերէն բռնելով գլխիվայր կախելու է ու եթէ կրկին յամառի շնչառութեան սկսիլ, լաւագոյն միջոցն է մանկան բերանէն փչել եւ փոխն ի փոխ կրծքի սեղմումներ կատարել։ Այսպէ-

ով կարելի է ընչառութիւնը հաստատել։ Փոխն ի փոխ պաղ եւ տաք ջուրին մէջ, երախան թաթխելով ալ, կարելի է նոյն արդիւնքին հասնիլ։

Բացառաբար, այս բոլոր միջոցները, մինչեւ անգամ արուեստական միջոցներով օդ տալու փորձերը, կ'անցնին ապարդիւն եւ երախան կը մեռնի՝ ընչազուրկ։ Ասոր պատճառն է մանկան թոքերուն ընդլայնումի անկարողութիւնը, կացութիւն մը որ բժշկականօրէն «էթէլէքթըզիս» կ'անուանուի։

(գ) Տեսողութիւն․— Հաստատուած է թէ մանուկը ծնած վայրկեանին կը սկսի տեսնել։ Զօրաւոր լոյսի դէմ անոնց աչքակոպերուն փակուիլը փաստ է։ Գիտուններ կը պնդեն թէ տեսողութիւնը արգանդին մէջ կը հասուննայ, որովհետեւ գիշեր եւ ցերեկի տարբերութիւնը քիչ շատ կ'ազդէ արգանդի մթութեան եւ լուսաւորութեան։

(դ) Լսողութիւն․— Արգանդի խոռոչներուն մէջ արեան շրջանի հանած աղմուկը, մօր ընչերակներուն եւ սրտի բախումներուն ձայնը եւ որովայնի մէջ գոյացող կազերու յառաջ բերած կրկռոցը, բնականաբար մանկան լսողութեան մէքանիզմը շարժման մէջ կը դնեն եւ զայն կը մարզեն նախ քան ծնունդ։ Փորձերով հաստատուած է որ մանուկը ծնած օրէն կը լսէ, ուստի պէտք չէ անոր ներկայութեան աղմուկ հանել։

(ե) Համառութիւն․— Արգանդի հեղուկը, իր պարունակած նիւթերուն պատճառաւ, որոշ համ մը ունի։ Այդ հեղուկէն կաթիլներ, մանկան լեզուին հետ շփում ստեղծելով համառութեան մէքանիզմը կը մարզեն։ Նորածին մանուկներու վրայ կատարուած փորձեր կու գան հաստատել թէ մանուկը ծընած ատեն գիտէ արդէն քաղցրն ու լեղին։

(զ) Հոտառութիւն․— Նորածին մանուկներ, զանազան հոտերու ներկայութեան՝ քթի եւ երեսի մկաններու ծամածութիւններով կը փաստեն թէ իրենք արդէն ի ծնէ ի վիճակի են անուշաբոյր ծաղիկներ վայելելու եւայլն․։

(է) Զգացում․— Ցաւի զգացումը, թէեւ քիչ, բայց գոյութիւն ունի առաջին օրէն սկսեալ։ Մկաններու զգացումը եւ հաւասարակշռութեան զգացումները քիչ քիչ զարգացած են առաջին օրն իսկ։ Քսան եւ չորս ժամ չանցած անօթութեան եւ ծարաւի զգացումներն ալ կը սկսին զարգանալ եւ յայտնուիլ։

Վերոյիշեալ բնախօսական երեւոյթներու տեսակէտով կատարուած փորձերը կու գան հաստատել թէ ցեղը, գոյնը, կլիման եւն․ ոեւէ տարբերութիւն չունին։ Բոլոր նորածինները նոյնանման են բնախօսական երեւոյթներու տեսակէտով։

(ը) Ուրիշ երեւոյթներ․— Այս նիւթը վերջացընելէ առաջ յիշենք մի քանի բնախօսական երեւոյթներ որոնք հետզհետէ երեւան կու գան մանկան կեանքին մէջ, ժամանակի ընթացքին։

Գլուխ բարձրացնել = Երրորդ ամիսէն սկսեալ։
Գլուխ բռնել = Հինգերորդ ամիսէն վերջ։
Նստիլ = 6–8 ամիսէն։
Կայնիլ = 10–11 ամիսէն։
Ձեռքերու վրայ կռթնելով կայնիլ = 8 ամիսէն։
Քալել = 14–15 ամիսէն։ 8–9 ամսուայ մանուկներէն ոմանք, մանաւանդ մօր կաթով մեծցողներ կրնան քալել։ Բացառաբար, առողջ մանուկ մը մինչեւ քսան ամիս առանց քալելու կրնայ մընալ։
Քսուիլ = 8–9 ամիսէն։

Խնդալ (ժպտիլ) = 3-6 ամիսէն։

(բ) Յիշողութիւն.— *Մանուկներու յիշողութիւնը կարճատեւ է։ Պատահած է որ երկու տարեկան մանուկ մը մէկ շաբթուայ բացակայութենէ վերջ մոռցած է իր մայրն ու ազգականները։*

(ժ) Խօսիլ.— *Խօսելու ընդունակութիւնը ամենէն ուշ զարգացողներէն է։ 12–14 ամսուայ մանուկներ անհասկնալի բառեր կրնան թոթովել. բայց 18–24 ամսուայ ընթացքին հասկնալի բառեր արտասանելու կը սկսին։*

(ժա) Ակռաներու աճում.— *Ակռաներու աճումը բնախօսական եւ մարդակազմական երեւոյթ մըն է. սակայն ակռայ հանելու ժամանակ մանկան ենթարկուելիք հիւանդութիւններու պատճառներուն մասին կը խօսինք յետագային։ Հոս տեղին է յիշել թէ առաջին զոյգը՝ ակռաներուն, վարի ծնօտին վրայ, պէտք է երեւի վեցերորդ ամսուն վերջերը եւ ամէն մէկ երկու ամիսը անգամ մը նոր զոյգեր կ'երեւնան, մինչեւ որ երկրորդ տարուայ վերջերը մանկական ատամնաշարը, կը լրանայ, քան ակռայէ բաղկացած։*

(ժբ) Հասկցողութիւն.— *Կ'ըսուի թէ աղջիկ մանուկներ 18 ամիսէն, իսկ մանչ մանուկներ 30 ամիսէն կը զարգացնեն իրենց հասկցողութեան կարողութիւնը։ Դատողութիւնը, տրամաբանութիւնը ու զարգացած ուղեղներու յատուկ մտածելակերպը, ժամանակի ընթացքին, կրթութեան ու մտային մարզանքի միջոցաւ միայն, այն ալ տարիներ յետոյ կը զարգանան։*

Մարսողութեան, երիկամունքներու, եւ աղիքներու գործողութիւնները առաջին օրերուն իսկ կը զարգանան։

ԳԼՈՒԽ 3

ՄԱՆՈՒԿԸ

1. ԿԵԱՆՔԻ ՇՐՋԱՆՆԵՐԸ

Մարդկային կեանքը բաժնուած է շրջաններու. մանկութիւն, պատանեկութիւն, երիտասարդութիւն, չափահասութիւն եւ ծերութիւն։ Հետեւաբար ծնող մանուկը սահմանուած է աճելու եւ բոլորելու վերոյիշեալ շրջանները, օրին մէկն ալ մահով վերջ տալու համար իր գոյութեան։ Մահէն վերջը ուրիշ տեսակ կեանք մը գոյութիւն ունի թէ ոչ, հարցին պատասխանը կը պատկանի փիլիսոփաներուն, հոգեբաններուն եւ կղերականներուն։

Մանկութեան շրջանը կը սկսի ծնունդով եւ կը վերջանայ տասներկու տարեկան հասակին։ Առաջին շաբաթը նորածինին կը պատկանի։ Նորածինին առողջապահութեանը մասին խօսեցանք արդէն։ Ուրեմն շարունակենք մեր բացատրութիւնը մանկութեան շրջանին յատուկ խնդիրներու շուրջ։

2. ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՀԱՄԱՐ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀԱԿԱՆ ԳԻՏԵԼԻՔՆԵՐ

(ա) Քունը.— *Քունը ապրող էակի մը բնականոն կեանքին համար անհրաժեշտութիւն է, առանց անոր, կեանքը՝ անկարելի է։ Քունը կը կազդուրէ յոգնած մարմինը՝ հանգչեցնելով մարմինը կազմող գործարանները։*

Մարդկային հրաշագործ մեքենային բոլոր մասերը անընդհատ գործելու ընդունակ չեն, անոնք ատեն ատեն դադարի եւ հանգստի պէտք ունին. բոլորովին գործէ դադրելու անընդունակ մասերն ալ, գէթ մասամբ քիչ աշխատելու համար տեսակ մը դադարի եւ հանգստի կարօտ են: Այս հանգիստը՝ քունն է, որ ատեն ատեն մեքենային այցելելով, զայն կը կազդուրէ:

Քունը տեսակ մը թմրութիւն է որու մէջ գիտակցութիւնը կը դադրի գործելէ, միայն կեանքի անհրաժեշտ պէտքերը գոհացնող գործարաններ, ինչպէս սիրտն ու թոքերը, կը գործեն, այն ալ իրենց նուազագոյն չափովը:

Քունի իսկական պատճառները անծանօթ են. այս մասին շատ մը տեսութիւններ եւ վարկածներ կան, որոնցմէ ամէնէն հաւանականը հետեւեալն է:

Աշխատանքի եւ արթնութեան ատեն, գործարանները կ՚արտադրեն մասնաւոր նիւթեր՝ որոնք արեան մէջ որոշ չափի եւ քանակի մը հասնելով, ջղային կեդրոններուն վրայ կ՚ազդեն եւ զանոնք կը թմրեցնեն, այնպէս որ անոնք կը դադրին իրարու հետ հաղորդակցելէ. եւ այս կղզիացման արդիւնքը կ՚ըլլայ ընդհանուր թմրութիւն մը՝ որ քուն կը կոչուի: Որոշ ժամանակ մը յետոյ, երբ արիւնը մաքրուի իր թոյներէն, կեդրոնները կրկին կը սկըսին հաղորդակցիլ եւ այսպէսով արթնութիւն յառաջ կուգայ:

Մանուկներու քունն ալ վերոյիշեալ տեսութեամբ կարելի է բացատրել: Մանուկը ծնած օրէն սկսեալ կը սկսի աճիլ եւ իր գործարանները կը գործեն չափէն աւելի. այդ պատճառաւ անոնց քունը աւելի շատ կուգայ պէտք եղած հանգիստն ու

դադարը տալու համար յոգնած գործարաններուն:

Կանոնաւոր եւ երկարատեւ քունը մանուկներու առողջութեան տեսակէտով, անոնց ստանալիք սընունդին չափ կարեւոր է: Ուստի ծնողներ պարտաւոր են այդ ուղղութեամբ ուշադիր ըլլալու:

Քունի Տեւողութեան Ցուցակ

1–2 *ամսուայ մանուկներ քնանալու են օրական* 20–22 *ժամ.*

2–4 *ամսուայ մանուկներ պէտք է քնանան* 16–20 *ժամ.*

6 *ամսուայ մանուկներ պէտք է քնանան* 15–16 *ժամ:*

Մէկ տարեկանը 14 *ժամ, իսկ երկու տարեկանը* 12–13 *ժամ:*

3–6 *տարեկանը պէտք է քնանայ* 12 *ժամ.*

6–8 *տարեկանը՝* 11–12 *ժամ.*

8–10 *տարեկանը՝* 10–11 *ժամ.*

10–12 *տարեկանը՝* 10 *ժամ.*

12–16 *տարեկանը՝* 9–10 *ժամ.*

16–*էն վեր եղողները՝* 8–9 *ժամ պէտք է քնանան:*

Մանուկներուն անկողին երթալու ժամանակը երեկոյեան ժամը 6–9 *ըլլալու է՝ իրենց տարիքին համաձայն եւ առաւօտեան ժամը եօթին արթննալու են:*

Մանուկներու քնանալու ժամանակին $\frac{3}{4}$–$\frac{4}{5}$*-ը պէտք է գիշերուան հանդիպի. մնացածը կարելի է բաժնել առաւօտեան եւ յետ միջօրէի միջեւ:*

Իրիկուայ դէմ մանուկները պէտք չէ քնանան, որպէսզի գիշերը արթուն չանցնեն: Գիշերը ցերեկի, ցերեկն ալ գիշերուայ վերածելու չէ:

Մանուկները քնացնելու համար օրօրել, կամ

դրկին մէջ առնել եւ կամ թեւերու մէջ շարժել կրնան բացառիկ պարագաներու տակ ի գործ դըրուիլ. սակայն մանուկները այդ գործողութեանց վարժեցնել սխալ է. մանուկ մը ինքնիրեն քնանալու վարժութիւն ունենալու է առաջին օրէն սկսեալ: Մանկան լացը կտրելու եւ զայն քունի տանելու համար անոնց բերանը դրուած ձգախէժէ (լասթիկ) պտուկներ եւ խաղաղեցուցիչներ (փըսիփայըր) վընասակար են, պատճառ դառնալով նշագեղձատապի, քթէն խօսելու, կոկորդային եւ բերանի բորբոքումներու:

Մանուկները քնացնելու համար քնացուցիչ դեղերու գործածութիւնը, մանաւանդ ափիոնի բաղադրութիւններու գործածութիւնը կրնայ աղէտաբեր ըլլալ:

Երկար ատեն անքնութենէ տառապող մանուկը պէտք է բժշկական քննութեան ենթարկել անյապաղ:

(բ) Հագուստ.— Մանուկներու հագուստն ու կապուստը ուշադրութեան առարկայ դարձնելու է: Մանուկին մէջ երեւցող տձեւութիւններ, ծռութիւններ, կեցուածքի եւ քալուածքի անբնական վիճակներ, երբեմն չափէն աւելի լայն, կամ նեղ ու կոշտ հագուստեղէնի արդիւնք է:

Մանուկներու հագուստեղէնը թոյլ կերպով հիւսուած վատ հաղորդիչ նիւթերէ շինուած ըլլալու է: Լաւագոյն վատ հաղորդիչը, այսինքն տաքութիւնը շուտ չփոխանցողը, բրդեղէնի եւ մետաքսեղէնի խառնուրդներն են: Մինչեւ մէկ տարեկան մանկան փորակապը անպայմանօրէն բրդեղէն փանէլա ըլլալու է:

Աղտեղութեան եւ մէզի համար գործածուելիք

եռանկիւնաձեւ շորերը (տայէփըր) կակուղ եւ ջուր ծծող տեսակ կտաւեղէն ըլլալու են: Յաճախ մանուկներու յետոյքի եւ սրունքներու կարմրութիւններն ու բորբոքումները կոշտ եւ թաց շորերու գործածութեան արդիւնք են: Լասթիկէ վարտիքներու գործածութիւնը, շոգիացումը արգիլելու եւ սրունքները սեղմելու տեսակէտէն, վնասակար են, եւ կարելի եղածին չափ քիչ գործածուելու են:

Մանուկը քալել սկսելէ վերջ միայն կօշիկ հագնելու է եւ ոտքի ելլելու եւ քալելու փորձեր ըրած ատեն՝ յատակը կակուղ կօշիկներու գործածութիւնը թոյլատրելի է: Ոտքի եւ սրունքի ծռութիւն ցոյց տուող մանուկներու համար մասնաւոր կօշիկներու գործածութիւնը ներելի է եւ օգտակար:

Տան մէջ գլխանոցի պէտքը չկայ. եթէ նորածինը բոլորովին ճաղատ է եւ առանց մազի, այն ատեն բարակ գլխանոց մը ներելի է:

Ձմեռ ատեն մանկան փորն ու կուրծքը պաշտպանելու է տաքուկ հագուստներով. սակայն ամառ ատեն միայն փորը պաշտպանուելու է, մնացած տեղերը աւելի բաց եւ քիչ հագուստներով թողուլ ներելի է:

Ձմեռ ատեն շատ մը պաղառութիւններու եւ ամառուայ շատ մը փորհարութիւններու պատճառը, վերոյիշեալ կէտին պէտք եղածին չափ չհնազանդելէն յառաջ կուգայ: Ձմեռ ատեն մանուկները քրտնցնելու չափ թանձր հագուստ հագցնել աւելի վնասակար է պաղառութեան տեսակէտէն:

Աւելի տարիքոտ մանուկներու գուլպաներուն եւ ոտնամաններուն ուշադրութիւն դարձնելու է, մանաւանդ անձրեւոտ օրերուն եւ ձիւնահալին: Ամառ ատեն սրունքներուն եւ թեւերուն ու մանու-

ւանդ վզին բաց ձգուելով արեւին ազդեցութեան ենթարկուիլը, բարերար է եւ առողջարար:

Տնտեսութեան եւ խնայողութեան սիրոյն՝ նեղցած կօշիկներ եւ հագուստեղէն եւ կամ մեծցած տղաքներէն մնացած անձոռնի հագուստներ հագցընել անյարմար է եւ վերջէն աւելի մեծ ծախքի դուռ կը բանայ:

«Ջարքաշ թող վարժուի» ըսելով մանկան փորն ու կուրծքը եւ ոտքերը չպաշտպանող ծնողներ կը սխալին ի վնաս իրենց զաւակին առողջութեան:

(գ) Անկողին եւ ննջասենեակ.— Մեր հասարակ ժողովուրդին մէջ ընտանիքի իւրաքանչիւր անհատին համար, զատ զատ ննջասենեակներ ունենալ գրեթէ անկարելի է: Սակայն քիչ մը զոհողութեամբ եւ քիչ մըն ալ շիտակ դատողութիւնով կարելի է այդ դժուարութիւններուն յաղթել, յարմար կարգադրութիւններ ընելով:

Մանուկներու սենեակը բնակարանին ամենէն օդաւոր եւ ամենէն շատ արեւ տեսնող սենեակն ըլլալու է: Դժբախտաբար մեզմէ շատեր բնակարանին լաւագոյն սենեակը հիւրանոցի կը վերածեն եւ բոլորս ալ լաւ գիտենք թէ մանուկները քիչ անգամ կ'արտօնուին հիւրանոց մտնել եւ վայելել անոր մաքրութիւնը եւ մաքուր օդը: Նորածինին կարելի է արտօնել մօրը սենեակը պառկիլ, սակայն երբեք ներելի չէ որ ան մօրը ծոցը պառկի:

Ննջարանի բարեխառնութիւնը ձմեռ ատեն 60–65 աստիճանէն աւելի ըլլալու չէ. ննջարանը գործածելէ կէս ժամ առաջ պատուհանները պէտք է բացուին օդափոխութեան համար եւ ամբողջ գիշերը առանց հոսանք ստեղծելու, մաքուր օդի պաշար առնելու համար պատուհաններէն մէ-

կուն կամ աւելին վարի փեղկին տակ, վեց մատնաչափ բարձրութեամբ, երկայն տախտակ մը պէտք է զետեղել. այս պարզ միջոցով մաքուր եւ թարմ օդը երկու փեղկերուն միջեւ գոյանալիք միջոցէն դէպի առաստաղը կը հոսի, առանց հոսանք ստեղծելու եւ միաժամանակ առաջնակարգ օդափոխութիւն ապահովելով: Ամառ ատեն մէկէ աւելի պատուհաններ բանալով, ննջարանին օդափոխութիւնը ապահովել լաւագոյն միջոցն է: Ջանալու է որ ննջարանին տաքութիւնը նոյնը մնայ միշտ:

Անկողինները պատին կռթնած պէտք չէ ըլլան: Ձմեռ ատեն պատերը թէ խոնաւ կ'ըլլան եւ թէ պաղ: Կարծր անկողիններ, թեթեւ եւ կակուղ վերմակներ եւ մազէ բարձեր ամենանպատակայարմար միջոցներ են հանգստաւէտ քունի համար: Կակուղ անկողիններ, ծանր վերմակներ, փետուրէ կակուղ բարձեր եւն. թէ կանոնաւոր քունը կը խանգարեն եւ թէ մանուկներու մարմնոյն ձեւը կ'այլանդակեն:

Մանուկներու անկողինները միշտ բաց օդին դուրս հանելու է, եւ արեւին ցուցադրելու է օրական մէկ երկու ժամ:

Երկաթեայ մահճակալները, որոնք զօրաւոր ցանցեր ունին աւելի լաւ են քան թէ փայտէ կամ թոյլ զսպանակներով մահճակալները: Առաջինները հականեխուելու եւ տախտակոջիլէ (մլուկ) զերծ մնալու համար աւելի յարմար են:

Ննջասենեակը քնանալու միայն յատկացնելու է եւ զայն ցերեկ ատեն խաղարանի վերածելու չէ. Երեւակայեցէք թէ մանուկին կեանքին կէսէն աւելին ննջարանի մէջ կանցնի եւ այդ իսկ պատճառաւ պէտք է աւելի հոգ տանիլ ննջարաններու մաքրու-

թեան եւ օդասունութեան: Օդասուն սենեակի մէջ քնանալը շատ կազդուրիչ է:

(դ) Խաղ, հանգիստ եւ մարմնամարզ.— Մանկութիւնը խինդ ու ծիծաղի, խաղի եւ զբօսանքի շրջան մը պէտք է ըլլայ: Ծնողներ փոխանակ իրենց մանուկները բժիշկին տալիք լեղի դեղերով վախցընելու եւ զանոնք հրէշներու պատմութիւններով եւ դեւերու հէքիաթներով սարսափեցնելու, ջանալու են, որ մանուկները պարզ եւ անմեղ խաղալիքներով զբօսնուն, ու օգտակար խաղերով ժամանակ անցընեն:

Մանուկներ ոեւէ ատեն պէտք չէ որ քաջալերուին խաղի ժամանակը անցնելու կարդալով, գործելով եւ կամ իրենց ծնողներու կատակներուն, պոռչտուքին, բամբասանքին եւ խօսակցութեան ունկնդրելով:

Փոքրիկ մանուկներուն համար դիւրաւ հականելիք, լաթիկէ եւ կամ փայտէ խաղալիքներ ունենալու է, իսկ քիչ մը տարիքոտներուն խաղալիքները ոչ մէկ պարագային վտանգաւոր տեսակէն ըլլալու չեն: Սրածայր գործիքներու, դանակներու, պատառաքաղներու, ատրճանակներու եւ պայթուցիկներու հետ խաղացող մանուկներու ծնողները ուշ կամ կանուխ կը զղջան: Քանի՛ քանի՛ անախորժ արկածներու զոհ երթալով յաւիտեանս կոյր կամ անդամալոյծ եղողներ կան աշխարհի վրայ, խաղալիքներու անփութօրէն գործածութեան պատճառաւ:

Բացօդեայ օրերուն խաղերը դուրսը խաղցուելու են: Պէտք չէ թողուլ որ մանուկները վազելով, պոռալով եւ կոշտ խաղերով միայն անցնեն իրենց խաղի ժամանակը: Երբեմն մեծ ոյժ պահանջող խաղերուն յաջորդելու են խաղաղ եւ հանդարտ խաղեր:

Տուներու, թատրոն, հանդէս եւ խնճոյքներ այցելել՝ մանուկներու համար ոչ բաղձալի է եւ ոչ ալ օգտակար. սակայն շաբաթը մէկ անգամ մանուկներու համար պատրաստուած շարժապատկերի երթալ մանկան համար թէ դաստիարակիչ է եւ թէ օգտակար:

Ճաշէ վերջ մոռնալու չէ հանգիստը: Կէսօրուայ ճաշէն վերջ քառորդ ժամ, դպրոցէ վերջ երեք քառորդ ժամ եւ ընթրիքէ առաջ քառորդ ժամ անկողնի վրայ անփութօրէն ընկողմանելու պայմանաւ հանգչիլ շատ առողջապահական եւ օգտակար է:

Երբեմն վատուժ եւ նիհար մանուկներու կացութիւնը, սնունդի պակասէն աւելի, անոնց առանց հանգչելու չափազանց մարզանքով եւ քունի պակասով կարելի է բացատրել: Կերուխումէ առնուելիք սնունդը միմիայն մեքենան շարժելու համար գործածելու չէ. քիչ մըն ալ խնայողութիւն պէտք է կատարել:

Հասարակ խաղերէ զատ կանոնաւոր եւ Շուէտական մարմնամարզը մանկան լաւ զարգացումին համար անհրաժեշտ է: Զինուորական քալուածք, Շուէտական մարզանք (ձեռքերու, թեւերու եւ սրունքներու համաչափ շարժումներ), լողալ, թիավարութիւն, հեծելանիւ նստիլ, գնդակ խաղալ մարզանքի կարեւոր միջոցներ են: Տարիքոտ տղաներ, ատաղձագործի եւ երկաթագործի գործիքներով փորձեր կատարելու են: Այս գործիքներու միջոցաւ անոնք թէ իրենց մկանները եւ թէ ուղեղը կը զարգացնեն: Պնդութենէ տառապող մանուկներ մարզանքէ շատ կ'օգտուին: Ուշադրութիւն ընելու է որ

մարզանքի պահուն մարմնոյն բոլոր մասերը հաւասարապէս օգտուին։

Անձրեւոտ, ցուրտ ու խոնաւ օրերուն խաղի, գրօսանքի եւ մարմնամարզի համար մանուկները փոխանակ մառանը (սէլըր) իջեցնելու, աւելի լաւ է զանոնք ձեղնայարկը (էթիք) հանել։

Բնականաբար աւելի պզտիկ մանուկներ, մեծերու պէս չեն կրնար ժամանակ անցնել։ Անոնց համար բացօթեայ քունը եւ մանկակառքի մէջ նստիլ բաւական է։ Անձրեւոտ, եւ փոթորկոտ , խոնաւ ու մանաւանդ ձիւնի հալած օրերուն մանուկները դուրս հանելու չէ։ Այդպիսի օրերուն աւելի լաւ է հագուեցնել մանուկը եւ սենեակի մը պատուհանները բանալով մաքուր օդին մէջ պահել զայն։

Բացօթեայ տեղեր այցելելու ժամանակամիջոցը տարիքի համաձայն կը տարբերի։ Ձմեռը եւ վերեւ յիշուածին պէս դէշ օրերը բացառութիւն համարելով, ուրիշ եղանակներու մէջ երեք շաբթուայ մանուկը օրական քառորդ ժամ դուրս տանելու է եւ աստիճանաբար յաւելումներ ընելու է։ Այնպէս որ երկամսեայ մանուկ մը կրնայ ժամերով դուրսը մնալ եւ քնանալ։ Մեր մամիկներուն «Քառսունքը չելած 'չաղան' դուրս պէտք չէ ելլէ» կարծիքը անհիմն է։

Ամառ ատեն չափազանց տաք օրերուն աւելի լաւ է որ առաւօտուն կանուխ դուրս տարուին մանուկները եւ կէսօրուայ տաքին զով սենեակներու մէջ անցնեն իրենց ժամանակը։

Գրկի մանուկները յաճախ ազատ ձգելու է կողովի մը կամ սնտուկի մը մէջ որպէսզի իրենք զիրենք գրօսցնել սորվին։ Գիրկէ գիրկ պտտցնելէ աւելի լաւ է այս գործողութիւնը։

Մանուկներու խաղավայրը փոշիէ զերծ ըլլալու է։ Փոշին անոնց փափուկ թոքերուն մէջ բորբոքում եւ շնչափողատապ կը բերէ։ Մանկութեան շրջանին՝ շնչառութեան գործարաններուն շատ մը հիւանդութիւնները, փոշոտ վայրերու մէջ խաղալէն եւ քրտնելէն վերջ պաղելու արդիւնք է։ Փոշոտ վայրերու մէջ խաղի ատեն ստացուած վէրքերէն շատեր կը թունաւորուին ապաքինումն ուշացնելով։

«Թող վարժուի եւ չարքաշ մեծնայ» ըսելով մանուկը անսանձ թողուլ շիտակ չէ։ Ծնողներ պարտին հսկել խաղի վրայ եւ մանաւանդ խաղընկերներու վրայ։

Մանուկներու մէջ սեռային բնազդը բնածին է եւ ատեն ատեն ի յայտ կուգայ։ Շատ մը մանուկներ իրենց ընկերներէն ընդօրինակած են գիջութեան յոռի եւ վնասակար ունակութիւնը։ Հարսն ու փեսայի խաղեր, այդքան ալ շատ հրապուրիչ չեն եւ կրնան մանուկները վաղաժամօրէն չափահասութեան տանիլ։ Բան մը որ ոչ փափաքելի է եւ ոչ ալ օգտակար։

Չափաւոր ուտեստ, չափաւոր խաղ, չափաւոր հանգիստ եւ չափաւոր օդափոխութիւն ... ահա՛ մանուկներու առողջութեան քառեակ սիւները։

(Ե) Բաղնիք եւ Մաքրութիւն.— «Մաքրութիւն, արքայութիւն» կ'ըսեն մեր մամիկները։ Ահա՛ խօսքի մարգարիտ մը վերջապէս. ապրի՛ն մեր մամիկները։ Ամէն մանուկ արքայ ըլլալու կոչուած չէ, բայց ամէն մանուկ արքայավայել մաքրութեան անժխտելի իրաւունք ունի։ Ծնողներ պարտաւոր են իրենց խնամքին յանձնուած մանուկները մաքուր

եւ անաղարտ պահել: Հակառակ պարագային, ձեռքէ կը հանեն զանոնք:

Առողջ մանուկները մինչեւ երեք տարեկան ամէն օր լուացուելու են: 3–10 տարեկան մանուկներ երկու օրը անգամ մը եւ առնուազն շաբաթը երկու անգամ լոգնալու են մաքուր մնալու համար:

Առաջին տասը օրուայ մէջ նորածինը ձեռքի վրայ սպունգով սրբուելու է: Պորտին սպիացումէն յետոյ լոգարանին մէջ կրնայ լուացուիլ: Ամենէն առաջ գլուխը լուացուելու է եւ լաւ մը չորցնելէ յետոյ մարմինը կարելի է լուալ: Այս պատուէրին անսաստող մայրերու մանուկներու մօտ, հարբուխը եւ ականջներու հոսումը անպակաս են:

Լոգանքի պահուն պատուհանները գոցելով, զգուշանալու է հովի հոսանքէն: Լոգարանին մէջ վեց մատնաչափէն աւելի ջուր լեցնել արկածներու դուռ կը բանայ:

Բաղնիքին ջուրը գաղջ ըլլալու է. մինչեւ մէկ տարեկան մանուկներու բաղնիքի ջուրին տաքութիւնը 100 աստիճանէն (Ֆարէնհայթ) աւելի եւ 98 աստիճանէն պակաս ըլլալու չէ:

Սովորական բաղնիքներու նպատակը մաքրութիւն է. հետեւաբար առանց դրացիին հետ խօսքի բռնուելու եւ կամ ջօրպան տաքցնելու, շուտ մը աւարտելու է բաղնիքի գործողութիւնը: Գործածուելիք ջուրը, օճառը, սպունգը (սիլընճ), սրբիչները մաքուր ըլլալու են եւ պատրաստ: Աչքերը, քիթը, բերանն ու ականջները սրբելու, մաքրելու եւ լուալու առեն շատ փափուկ վարուելու է: Անփութօրէն լուացուած ականջ մը պալարային բորբոքում կրնայ պատճառել:

Ջերմի առեն եւ տաք օդին ալքօհօլախառն ջուրով օծումներ օգտակար եւ զովարար են: Հազի եւ հարսանիթի պարագային միայն, ալքօհօլի գործածութիւնը անյարմար է: Հարբուխի, հազի եւ հարսանիթի առեն գաղջ ջուրով օծումներ աւելի նպատակայարմար են: Խաղցնող մանուկը, փորը դրելով հանելէ վերջ գաղջ ջուրի մէջ իջեցնելու է, գլուխը պաղ ջուրով թրջուած լաթով մը փաթթելէ վերջ: Խաղցնելու տեսակը ինչ ալ եղած ըլլայ այս գործողութիւնը օգտակար է: (Տես «խաղցնել»):

Ամառուայ տաք օդերուն օրական երկու անգամ լոգանք եւ շատ տաք օրերուն մի քանի անգամ ալ սպունգով շփում էական է եւ անհրաժեշտ: Բաղնիքէ վերջ առանց ժամավաճառ ըլլալու, շուտով ցամքեցնելու է մանուկը եւ հագուեցնելէ յետոյ անկողին դնելու է:

Բաղնիքը միշտ անօթի փորով տալու է: Բաղնիքը լեցուն ստամոքսին համար վնասակար է, որովհետեւ բաղնիքի առեն արեան խուժումներն ու արտախուժումները անմարսողութիւն կրնան յառաջ բերել:

Նիհարակազմ եւ հիւանդկախ մանուկներ եւ մանաւանդ կշիռքը կորսնցնող մանուկները ամէն օր անպայմանօրէն լուալ անհրաժեշտ չէ եւ երբեմն ալ վնասակար: Այսպիսիներու համար առօրեայ կէս բաղնիք, այսինքն սպունգով սրբել, եւ երկու օրը մի անգամ լման բաղնիք բաւական է:

Գործածուելիք օճառը չէզոք հանգամանք եւ բաղադրութիւն ունենալու է: Եթէ գործածուելիք օճառին մէջ քօսթիկ սօտայի համեմատութիւնը մեծ ըլլայ, մորթային բորբոքում յառաջ կուգայ: Սօփինի փոշիով ձեռք եւ կամ աման լուացող մայրեր կը համաձայնին ինծի հետ, այս խնդրոյ շուրջ:

Մանուկներու սեռային գործարաններու մաքրութեան առանձինն ուշադրութիւն դարձնելու է։ Ցեռայքի բորբոքումի ատեն ջուրի տեղ ձիթախիւղ գործածելու է մաքրութեան համար։ Մանչերու առանդամին գլակը ետ դարձուելու է եւ հոն ամբարուող ճերմակ նիւթը լաւ մը լուալու է։ Սակայն մանուկներու սեռային գործարանները մաքրելու ատեն անպէտ ձեռնածութիւններէ զգուշանալու է, որովհետեւ այդ միջոցաւ կարելի է անոնց գիջութիւն սորվեցնել։

Երբեմն պարզ ջուրէ զատ, մասնաւոր նիւթերով բաղադրուած ջուրերով լոգանք օգտակար է եւ բժիշկներու կողմէ յանձնարարելի։

Ստորեւ կ՚ամփոփենք անոնցմէ կարեւորները։

Սօտայախառն բաղնիք.

Իւրաքանչիւր կէլլըն մը ջուրի մէջ երկու ապուրի դգալ պէյքինկ սոտա *խառնել եւ գործածել մորթային կեռքի եւ տաքի հետեւանքով մորթային բորբոքումի ատեն։*

Աղախառն բաղնիք.

Ծովու ջուրը իր պարունակած աղերուն համար օգտակար է։ Ծովու ջուրին մէջ հալեցուած աղերէն մեծ մասը մեր կերած հասարակ աղն է։ Մէկ կէլլըն ջուրի մէջ կէս ջրի գաւաթ հասարակ աղ հալեցնել եւ գործածել ջղային մանուկներու համար։

Մանանեխախառն բաղնիք (Մըսթըրտ պէթհ).

Վեց կէլլըն ջուրի մէջ մէկ ապուրի դգալ մանանեխ (մըսթըրտ փոշի) խառնել եւ այդ ջուրի մէջ մանկան մարմինը միայն (աչքերը պէտք չէ թրջըւին) թողուլ 2–3 վայրկեան. ապա լաւ մը չփելէ վերջ անկողին դնել եւ ծածկել։ Շուտով տաք քրտինք կը բերէ։ Հարբուխի եւ նշագեղձատապի ա-

տեն յոյժ օգտակար գործողութիւն մըն է այս։

Թեփի բաղնիք.

Պզտիկ պարկի մը մէջ ալիւրի թեփ դնել եւ բերանը կարել։ Այս տոպրակը նետել բաղնիքի համար տաքցուած ջուրին մէջ եւ ատեն ատեն սեղմել մինչեւ որ ջուրը կաթնագոյն վիճակ ստանայ։ Կեռքի եւ եղձեռքի ատեն զովացնող բաղնիք է։

(գ) Մանուկներու կենցաղագիտութիւնը (Էթիքէթ).— *Մեր մէջ ամենէն շատ անտեսուած պարագաներէն մին է մանուկներու վարքն ու բարքը. մէկ խօսքով անոնց կենցաղագիտութիւնը։ Եթէ մենք մեր տուներէն ներս մեր մանուկներուն բարքերուն եւ շարժուձեւերուն ուշադիր չըլլանք եւ թողունք որ անոնք փողոցին մէջ եւ հանրային դպրոցներու մէջ վարժուին կենցաղի օրէնքներուն, «վայն է եկեր» մեր գլխուն։ Դժբախտաբար Ամերիկայի հանրային դպրոցներուն մէջ եւրոպական առումով քնքոյշ շարժուձեւեր եւ շնորհալի բարքեր գոյութիւն չունին։ Զարմանքով կը յիշեմ պարագայ մը։ Չորս տարեկան դեղանի աղջնակի մը օր մը անունը հարցուցի, ի՞նչ պատասխան ստանամ, որ հաւնիք. «Շրթ ափ» եւ թթու երես մը եւ ծամածութիւններ։*

«Մանուկն ալ լուրը» կ՚ըսէ առածը։ Շիտակ է։ Մանկան մը մաքրութենէն, կոկիկ կերպով հագուելէն, անոր շարժուձեւերէն եւ մեծերու հետ վարուելու կերպէն դիւրութեամբ կարելի է անոր ծնողներու մասին գաղափար մը կազմել։

Մանուկները կանուխէն պէտք է վարժուին կենցաղագիտութեան օրէնքներուն։ Անոնք պէտք է որ սորվին շիտակ խօսիլ, փափկութեամբ եւ յարգանքով վարուիլ իրենցմէ պզտիկներուն եւ մեծերուն հետ։ Ուղիղ կեցուածք, շիտակ նայուածք,

քնքոյշ շարժուձեւեր, առանց աղմուկի եւ ջարդել թափելու զբօսնուլ, մաքուր խօսակցութիւն, սեղանի վրայ համբերատար եւ քաղաքավարի կեցուածք, հիւրերու ներկայութեան հնազանդողի ցոյց տալ եւայլն. մեծերէն աւելի պզտիկներուն սեփականութիւնն ըլլալու է. որովհետեւ մանկութեան շրջանին մէջ վերոյիշեալ կէտերուն ուշադիր մանուկը՝ չափահասութեան մէջ կամայ ակամայ պիտի շարունակէ այդպէս մնալ, որովհետեւ անոնք ունակութիւն դարձած պիտի ըլլան:

Մանուկները շատ կը սիրեն կապկել մեծերուն խօսուածքն ու վարուելակերպը, ծնողներ պարտին բարի օրինակ դառնալ իրենց պզտիկներուն համար: Պզտիկներուն առջեւ գանգատող եւ ուտելիք չհաւնող, բամբասող, հայհոյող եւ անխիղճ ծնողք մը, երբեք մտքէն թող չանցնէ քաղաքավար մանուկներ հասցնել:

«Ինչպէս մայրը՝ այնպէս աղջիկը» կ'ըսէ Ֆրանսական առածը: Ուրեմն ուշադիր ըլլալու է մանուկներու բարոյական եւ կենցաղագիտական դաստիարակութեան:

«Մամա՛ ա՛խ ինչքան ջղային եմ այսօր», ըսաւ անգամ մը չորս տարեկան մանուկ մը, իմ ներկայութեանս: Խեղճ մանուկ, ջղային մամային, ջղային ձագուկը...: Մանուկներու ներկայութեան սեռային խնդիրներու եւ հարցերու մասին չխօսելու բարի եւ առաքինի սովորութիւնը ո՞րքան գովելի էր մեր նահապետական տուներուն մէջ: Ցաւալի չէ՞ որ ներկայիս՝ 7–8 տարեկան մանուկներ, սիրահարութենէ կը ճառեն: Ծնողնե՛ր, մանկան հայելին էք, ինչ որ կը տեսնեն ձեր մէջ, նոյնը կը փորձեն ընել: Լաւ օրինակ եղէք անոնց:

Եղունգ կրծելու, բթամատ ծծելու, մատներուն ծայրովը քիթ մաքրելու եւ ականջ խառնելու սովորութիւնները մանկութեան շրջանին մէջ կը սկսին եւ տարիներու ընթացքին կը դառնան անուղղելի ունակութիւն:

Եղունգ կրծող մանուկներու եւ մատ ծծող մանուկներու մատներուն ծայրը Քուայնայնի ջուր քսել օգտակար է. անոր լեղի համը արգելք մը կ'ըլլայ այդ գործողութեանց կրկնումին դէմ: Շատ փոքր մանուկներուն թաթիկները տոպրակաձեւ ձեռնոցներու մէջ պահել լաւ արդիւնք կուտայ:

Մանուկներու մէջ բնազդօրէն երեւան եկած յոռի բարքերը ուշադրութեամբ եւ քնքշութեամբ ուղղելու ջանալու է: Բիրտ ուժով զանոնք պատժելու ջանալու չէ: Բիրտ ուժով զանոնք պատժել, անոնց յանուն սատանայի, դժոխքի եւ բժիշկի տալիք հնդկախեղին սպառնալ, գրեթէ ապարդիւն է եւ արդինաւոր ըլլալու պարագային ալ խարուսիկ եւ կարճատեւ:

Աշխատելու է մանուկներու վստահութիւնն ու մտերմութիւնը շահիլ: «Ոտքերդ կը կոտրեմ», «աչքերդ կը հանեմ» ըսելով սպառնացող ծնողներու մանուկները օր մըն ալ կ'անյայտանան տունէն երբ չափահաս կ'ըլլան:

Ընտանեկան յարկը հաճելի ըրէք ձեր մանուկներուն համար եւ անոնք հաճոյքը ուրիշ տեղ չպիտի փնտռեն: Մանուկներու սխալը շտկելու համար, ձեր թոյլ կողմը ցոյց մի տաք անոնց. աշխատեցէք զանոնք համոզել եւ խրատել: Եթէ երբեք պատժելու ստիպուած ըլլաք, ֆիզիքական պատիժներէ առաջ, բարոյական պատիժներ եւ զանոնք իրենց սի-

բելի եւ հաճելի բաներէ զրկելու փորձը կատարեցէք։

Յաճախ մանուկի մը հասկնալի ձեւով պատմըւած պատմութեան մէջէն բարոյական մը հանել եւ անով պատժել մանուկը, մեր կարծիքով շատ աւելի օգտակար է եւ ազդեցիկ։ Ֆիզիքական պատիժ տալու պարագային զգուշանալու է դէմքին վրայ ապտակելէ։ Հաստատուած է որ դէմքին վրայ զարնըւած ապտակները, մանուկին մէջ սեռային գրգռութիւն եւ գոհացում կուտան։

Ծնողնե՛ր, ձեր մանուկներու մտերմագոյն բարեկամը դուք եղէք. Թող տուէք որ անոնք գան ձեզի եւ ձեր առջեւ բանան իրենց սրտին ցաւերը։ Ձեր քննադատութիւններով մի՛ արհամարհէք մանուկները, հիւրերու ներկայութեան մի՛ կշտամբէք զանոնք։

Յաճախ հիւրերու ներկայութեան քննադատուած եւ կշտամբուած մանուկը ինքնապաշտպանութեան դիմելով, կը ջանայ փոխարինել եւ վրէժ լուծել ձեզմէ։ Ան կը մատնէ ձեր այնպիսի մէկ թերութիւնը որ ձեզ ամօթով կը ձգէ։

Հետաքրքրուեցէք ձեր մանուկներու վիճակով, քաջալերեցէք անոնց բնածին ձիրքերն ու կարողութիւնները եւ մի թողուք որ անոնք մեծնան սունկի նման անխնամ։ Հետեւեցէք մեր կրօնքի հիմնադիրին, Մեծ Հրեային՝ Յիսուսի խօսքերուն, երբ Ան կ'ըսէ. «Մանուկները ինծի թող գան եւն.»։

ԳԼՈՒԽ 4

ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՍՆՈՒՆԴՆ ՈՒ ԱՃՈՒՄԸ

1. ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ՏԵՍՈՒԹԻՒՆ

Աճումը ապրող էակներուն մէկ յատկանիշն է։ Ամէն կենդանի էակ ծնելէ վերջ կը սկսի աճիլ մինչեւ որոշ սահման մը, ուրկէ անդին անոր աճումը կանգ կ'առնէ։ Աճումի չափն ու աստիճանը մեծապէս կը տարբերին տարբեր ցեղերու եւ նոյն ցեղի մէջ տարբեր անհատներու միջեւ։ Այսպէս, Ճափոնացին եւ Անգլիացին, հակառակ անոր որ կը պատկանին մարդկային միեւնոյն ցեղին, բայց կը տարբերին իրարմէ մեծապէս, առաջինը թզուկ, իսկ երկրորդը բարձրահասակ ըլլալով։ Թէ ինչո՞ւ հսկաներու եւ Գողիաթներու դարը անցած է հարցին լուծումը մեզի չի վերաբերիր։

Մեզի համար գրեթէ անհասկնալի պատճառներ կ'արգիլեն եւ հակակշիռի տակ կը պահեն անասնական եւ բուսային աճումը։

Մանուկներու համար աճումը միայն կշիռքով ծանրանալ ըսել չէ. կշիռքի հետ ծաւալին ալ յաւելումը անհրաժեշտ է, եւ կշիռքի ու ծաւալի միջեւ հաւասարակշռութեան պահպանումով միայն կարելի է մանուկին բնականոն կեանքը ապահովել։

Բնականոն աճումի համար, պէտք են ցեղային-ժառանգական ոյժ, ընկերական մթնոլորտ, եղանակ եւ միջավայր, մարզանք եւ աշխատանք եւ գոհա-

ցուցիչ սննդառութիւն։ Ասոնցմէ ոեւէ մէկուն պակասը, կը տուժէ աճումը։

Օրինակի համար մանուկի մը որքան ալ լաւ սնունդ տաս, եթէ անիկա ի ծնէ տկարակազմ է, յիսուն ոտք բարձրութեամբ Գողիաթ մը չի կրնար ըլլալ։ Կարճահասակ ծնողքի մը զաւակը, եթէ ընտանիքի նախահայրերուն մէջ երկայնահասակ չկայ, երկայնահասակ չկրնար ըլլալ։

Հետեւաբար, եթէ ծնողներ իրենց զաւակներուն լաւ ժառանգութիւն, լաւ միջավայր եւ լաւ սննդառութիւն տան, բնականօրէն առողջ զաւակներ պիտի հասցնեն։

Առաջին երեք տարիներու ընթացքին աճումը իր առաջին թափին մէջն է, այսպէս։ Առաջին վեց ամսուայ ընթացքին մանուկը 100% կ'աճի· երկրորդ վեց ամիսը 50%, երկրորդ տարին 25%, եւ երրորդ տարին 20%։ Այս թիւերը կշիռքի յաւելումը կը ցուցնեն։ Հասակի աճումին հաշուով առաջին վեց ամիսը 21%, երկրորդ վեց ամիսը 14% եւն. է։

2· ՍՆՈՒՆԴԸ

Աճումի համար ժառանգութեան եւ միջավայրին ազդեցութիւնը ինչ ալ ըլլայ սնունդին կատարած դերը շատ կարեւոր է եւ էական։ Սնունդը բնականոն աճումը եւ անոր պահպանումը ապահովող նիւթերէ կը բաղկանայ։ Սնունդի տեսակները ինչ ձեւի մէջ ալ եղած ըլլան, անոնք կը պարունակեն գլխաւորաբար սպիտակին (փրօթին), իւղ եւ շաքար, հանքային աղեր եւ ջուր։ Այն նիւթերը, որոնք կը պարունակեն վերոյիշեալ նախանիւթերը, մեր սնունդը կը կազմեն։

Ոեւէ նիւթ որ պիտի գործածուի իբր սնունդ,

պէտք է պարունակէ սպիտակին, իւղ, շաքար, հանքային աղեր եւ ջուր։

Սպիտակինը կը գտնուի տարբեր ձեւերու տակ եւ տարբեր նիւթերու մէջ։ Մսեղէնները, ոսպը, ցորենը, ձուկը, ձաւարը, հաւու միսը, սիսեռը, կաթը, եւ հաւկիթը ճոխ են սպիտակինով։

Դարեձաւ կաթը, հաւկիթը, կարագը, սերը, ձիթաիւղը, իւղոտ պտուղները, ձիթապտուղը և ընկուզեղէնները, հարուստ են իւղային նիւթով։ Շաքարը առատ է շաքարեղէգի, կաթի, նշայի, օսլայական նիւթերու, բրինձի, մաքարօնի, ձաւարի, հացի, ալիւրի եւ փաթաթէսի մէջ։

Հանքային աղերը, երկաթի, կիրի, ֆօսֆորի, մակնէզիումի, սօտիումի եւ փօթասիումի աղերը կը գտնուին բոլոր ուտելիքներու մէջ տարբեր քանակով։ Ջուրը արդէն ամէն բանի էական մասը կը կազմէ։

Սպիտակինը մարմնոյն հիւսուածքներուն նորոգութեանը եւ շինութեանը համար կը գործածուի, իւղը իբր վառելանիւթ եւ իբր պահեստի սնունդ կը գործածուի ու ի պահ կը դրուի, իսկ շաքարը կը վառի մեր մարմինին տաքութիւն հայթայթելով· հանքային աղերը ոսկորներու եւ արեան շինութեան մէջ բաժին կ'առնեն իսկ ջուրը վերոյիշեալ գործողութիւնները դիւրացնելու կը գործածուի։

Ասոնցմէ զատ իբր սնունդ առնուող նիւթերու մէջ կան այնպիսի նախանիւթեր, որոնք իրենց ներկայութեամբը միայն աճումի կը սատարեն, առանց իրենք սնունդի յատկանիշները պարունակելու։ Ասոնք կենսանիւթերն են (վիթըմին) որոնց բացակայութեան պարագային աճումը կանգ կ'առնէ եւ կամ զգալիօրէն կը դանդաղի։

Կենսանիւթերը երեք տեսակի կը բաժնուին. չորրորդի մը գիւտն ալ պնդողներ կան: Ասոնք են կենսանիւթեր՝ Ա. Բ. Գ. և թերեւս Դ.: Ա. տեսակը առատ է սերի, հաւկիթի դեղնոցի, եւ ձկան իւղի մէջ եւ տաքութենէն չ'ազդուիր: Բ. տեսակը որ ջուրի մէջ լուծելի է կը գտնուի թթխմորի, կաթնաշաքարի, ցորենի եւ բրինձի կեղեւներու, եւ կանանչեղէններու մէջ: Այս տեսակը տաքութենէ կ'ազդուի բայց չի փճանար: Գ. տեսակը որ դարձեալ ջուրի մէջ լուծելի է, կը գտնուի պտուղներու եւ կանանչեղէններու հիւթին մէջ, ինչպէս նարինջ, լիմոն, թօմաթէս, փաթաթէս եւ հում կաթ եւայլն:

Կենսանիւթերու գիւտէն վերջ մանուկներու սննդառութեան խնդիրը բոլորովին յեղաշրջուեցաւ եւ վերջ տրուեցաւ շատ մը սննդական գաճաճութիւններու եւ ախտերու:

Հետեւաբար, գիտուններ տարբեր տարբեր ուտելիքները տարրաբանօրէն վերլուծելով մեզի համար պատրաստած են, յիշեալ ուտելիքներու շինիչ եւ ոյժ հայթայթելու յատկանիշները եւ կարողութիւնները բացատրող ցուցակներ որոնց ցուցմունքին համեմատ բժիշկները կը կանոնաւորեն մանուկներու ճաշացուցակն ու հաւասարութիւնը (ֆօրմիւլա) կամ խառնուրդը: Դարձեալ այդ ցուցակներու հաղորդած տեղեկութեանց համեմատ, կարող կ'ըլլանք տարբեր տարիքի մէջ տարբեր նիւթերու ընտրութիւնով ճաշացուցակ կազմել: Առանց ուտելիքներու մասին գիտական գաղափար մ'ունենալու, բժիշկներ անկարող պիտի ըլլային մօր կաթէ զրկուելով կենդանիի կաթին կարօտ երախայի մը խմելիք կաթին հաւասարութիւնը, այսինքն խառնուրդը պատրաստել:

Գիտական այս նորութիւններու շնորհիւ է որ ներկայիս մանուկներու մահացուցակը պակսած է եւ այդպէսով առիթ ընծայուած է շատ շատերուն վայելել աշխարհի օրհնութիւններն ու բարիքները:

Ուրեմն մեզի, հայերուս, կը մնայ քաղաքակիրթ աշխարհի քալած ճամբուն հետեւելով հասնիլ լաւագոյն կեանքի մը խաղաղ հանգրուանը:

Մանկութեան շրջանին լաւ կերակրուող մանուկը աւելի պատեհութիւն ունի ապագային յաղթանդամ կորիճ մը ըլլալու:

3. ԿՇԻՌՔՈՎ ԵՒ ՀԱՍԱԿՈՎ ԱՃՈՒՄ

Բնականոն աճումը, հասակով եւ կշիռքով ներդաշնակօրէն ընթանալու է: Այս երկու եզրերու միջեւ ներդաշնակութիւնը պէտք չէ որ խանգարուի:

Նորածինին միջին ծանրութիւնն է 7–8 փաունտ: Ընդհանրապէս նորածին աղջիկները մանչերէն քիչ մը պակաս կը կշռեն: Նորածին մանուկի մը բնականոն աճումը դիտելու համար կ'արժէ որ ամէն տուն մանուկ կշռելու կշիռք մը ունենայ: Առաջին ամիսները մանուկ մը շաբաթը նուազագոյն երկու անգամ կշռելու է: Առաջին շաբաթուայ բնական կորուստէն դատ ուրիշ առեններ եթէ մանուկ մը կշիռքէ իյնայ, այսինքն ծանրութիւնը կորսնցնէ, ըսել է թէ պէտք եղածին պէս սնունդ չի առներ եւ կամ պակասութիւն մը ունի:

Երրորդ ամիսէն սկսեալ շաբաթը մէկ անգամ եւ մէկ տարեկանէն սկսեալ ամիսը մէկ կամ երկու անգամ կշռել խելացիութիւն է:

Առաջին վեց ամսուայ ընթացքին առողջ մանուկը պէտք է շաբաթը 4–8 ունս աւելնայ: Շաբաթը չորս ունսէն պակաս, կամ երբեք չ'աւելցող մա-

ԱՂՋԻԿՆԵՐՈՒ ՑՈՒՑԱԿ
5 ՏԱՐԵԿԱՆԷՆ ՎԵՐ

Հասակ (Մատնաչափ)		5 Տարի	6 Տարի	7 Տարի	8 Տարի	9 Տարի	10 Տարի	11 Տարի	12 Տարի	13 Տարի	14 Տարի	15 Տարի	16 Տարի	17 Տարի	18 Տարի	Հասակ (Մատնաչափ)
38		33	33													38
39		34	34													39
40		36	36	36*												40
41		37	37	37*												41
42		39	39	39*												42
43		41	41	41	41*											43
44		42	42	42	42*											44
45		45	45	45	45	45*										45
46		47*	47	47	48	48*										46
47		49*	50	50	50	50	50*									47
48			52	52	52	52	53*	53*								48
49			54	54	55	55	56	56*								49
50			56*	56	57	58	59	61	62*							50
51				59	60	61	61	63	65							51
52				63*	64	64	64	65	67							52
53				66*	67	67	68	68	69	71*						53
54					69	70	70	71	71	73*						54
55					72*	74	74	74	75	77	78*					55
56						76	78	78	79	81	83*					56
57						80*	82	82	82	84	88	92*				57
58							84	86	86	88	93	96*	101*			58
59							87	90	90	92	96	100	103*	104*		59
60							91*	95	95	97	101	105	108	109	111*	60
61								99	100	101	105	108	112	113	116	61
62								104*	105	106	109	113	115	117	118	62
63									110	110	112	116	117	119	120	63
64									114*	115	117	119	120	122	123	64
65									118*	120	121	122	123	125	126	65
66										124	124	125	128	129	130	66
67										128*	130	131	133	133	135	67
68										131*	133	135	136	138	138	68
69											135*	137*	138*	140*	142*	69
70											136*	138*	140*	142*	144*	70
71											138*	140*	142*	144*	145*	71

(Ամերիկ· Զայլտ Հէլթի Ընկ· արտօնութեամբ)

նուկին սննդառութիւնը խանգարուած է, պէտք է պատճառը գտնել։ Երբեմն մանուկներ կարճ դադարներէ վերջ կը սկսին աւելնալ, ուրիշներ մշտատեւ կերպով կ՚աւելնան։

Մանուկներու կշիռքը եւ հասակը ցոյց տուող ցուցակներ կը ներկայացնենք յետագայ էջերու մէջ, որոնք թող առաջնորդի դեր կատարեն ծնողներուն։

ՄԱՆՉԵՐՈՒ ՑՈՒՑԱԿ
5 ՏԱՐԵԿԱՆԷՆ ՎԵՐ

Հասակ (Մատնաչափ)		5 Տարի	6 Տարի	7 Տարի	8 Տարի	9 Տարի	10 Տարի	11 Տարի	12 Տարի	13 Տարի	14 Տարի	15 Տարի	16 Տարի	17 Տարի	18 Տարի	19 Տարի	Հասակ (Մատնաչափ)
38		34	34*														38
39		35	35														39
40		36	36*														40
41		38	38	38*													41
42		39	39	39*	39*												42
43		41	41	41*	41*												43
44		44	44	44	44*												44
45		46	46	46	46*	46*											45
46		47*	48	48	48	48*											46
47		49*	50	50	50	50*	50*										47
48			52	53	53	53	53*										48
49			55	55	55	55	55	55*									49
50			57*	58	58	58	58	58*	58*								50
51				61	61	61	61	61	61*								51
52				63	64	64	64	64	64	64*							52
53				66*	67	67	67	67	68	68*							53
54					70	70	70	70	71	71	72*						54
55					72*	72	73	73	74	74	74*						55
56					75*	76	77	77	77	78	78	80*					56
57						79*	80	81	81	82	83	83*					57
58						83*	84	84	85	85	86	87					58
59							87	88	89	89	90	90	90				59
60							91*	92	92	93	94	95	96				60
61								95	96	97	99	100	103	106*			61
62								100*	101	102	103	104	107	111	116*		62
63								105*	106	107	108	110	113	118	123	127*	63
64									109	111	113	115	117	121	126	130*	64
65									114*	117	118	120	122	127	131	134	65
66										119	122	125	128	132	136	139	66
67										124*	128	130	134	136	139	142	67
68											134	134	137	141	143	147	68
69											137	139	143	146	149	152	69
70											143	144	145	148	151	155	70
71											148*	150	151	152	154	159	71
72												153	155	156	158	163	72
73												157*	160	162	164	167	73
74												160*	164	168	170	171	74

(Ամերիկ· Զայլտ Հէլթի Ընկ· արտօնութեամբ)

Այդ ցուցակներուն ցոյց տուածը միջին հաշիւն է։

Բնականոն աճումի համար ծանրութիւն վրայ դնել բաւական չէ. այդ ծանրութեան համապատասխան հասակի բարձրացում ալ պէտք է։ Երբեմն տեսնուած է որ խտացուած կաթերով սնուցուած մանուկներ ծանրութիւն շահած են առանց հասա–

ԾԱՆՐՈՒԹԻՒՆ ԵՒ ՀԱՍԱԿԻ ՑՈՒՑԱԿ ՄԻՆՉԵՒ 3 ՏԱՐԵԿԱՆ

ՄԱՆՉ

ՏԱՐԻՔ		ԾԱՆՐՈՒԹԻՒՆ		ՀԱՍԱԿ
ՏԱՐԻ	ԱՄԻՍ	ՓԱՈՒՆՏ	ՈՒՆՍ	ՄԱՏՆԱՉԱՓ
ԾՆՈՒՆԴ	0	7	8	20.6
	1	8	8	21.6
	2	10	6	22.5
	3	11	13	23.5
	4	13	3	24.5
	5	14	10	25.5
	6	16	0	26.5
	7	16	14	27.0
	8	17	11	27.5
	9	18	8	28.0
	10	19	5	28.5
	11	20	3	29.0
1	0	21	0	29.5
1	1	21	9	29.9
1	2	22	2	30.3
1	3	22	12	30.7
1	4	23	5	31.1
1	5	23	15	31.6
1	6	24	8	32.0
1	7	25	0	32.4
1	8	25	8	32.7
1	9	25	15	33.1
1	10	26	6	33.4
1	11	26	14	33.7
2	0	27	5	34.0
2	1	27	12	34.4
2	2	28	3	34.7
2	3	28	11	35.1
2	4	29	2	35.4
2	5	29	9	35.7
2	6	30	0	36.0
2	7	30	7	36.3
2	8	30	13	36.5
2	9	31	4	36.8
2	10	31	10	37.0
2	11	32	1	37.3
3	0	32	8	37.5

ԱՂՋԻԿ

ՏԱՐԻՔ		ԾԱՆՐՈՒԹԻՒՆ		ՀԱՍԱԿ
ՏԱՐԻ	ԱՄԻՍ	ՓԱՈՒՆՏ	ՈՒՆՍ	ՄԱՏՆԱՉԱՓ
ԾՆՈՒՆԴ	0	7	1	20.5
	1	8	1	20.9
	2	9	14	22.3
	3	11	5	23.2
	4	12	11	24.2
	5	14	2	25.1
	6	15	8	26.0
	7	16	6	26.5
	8	17	3	27.0
	9	18	0	27.5
	10	18	13	28.0
	11	19	11	28.5
1	0	20	8	29.0
1	1	21	1	29.4
1	2	21	11	29.8
1	3	22	4	30.2
1	4	22	13	30.6
1	5	23	7	31.0
1	6	24	0	31.4
1	7	24	7	31.7
1	8	24	13	32.0
1	9	25	4	32.4
1	10	25	10	32.8
1	11	26	1	33.1
2	0	26	8	33.4
2	1	26	15	33.7
2	2	27	5	34.0
2	3	27	12	34.3
2	4	28	2	34.6
2	5	28	9	35.0
2	6	29	0	35.3
2	7	29	7	35.6
2	8	29	13	35.9
2	9	30	4	36.2
2	10	30	10	36.5
2	11	31	1	36.8
3	0	31	8	37.0

(Միտ Ճանսընի Ընկ. արտօնութեամբ)

ՑՈՒՑԱԿ

Միջին բարձրութեան եւ ծանրութեան ծնունդէն մինչեւ 6 տարեկան մանուկներու

ՏԱՐԻՔ	ՄԱՆՉ		ԱՂՋԻԿ	
	Բրձրթ. Մտնչփ.	Ծնրթ. փնտ.	Բրձրթ. Մտնչփ.	Ծնրթ. փնտ.
1 ամսէն վար	21 1/8	9 1/8	20 7/8	8 5/8
1 ամիս	22 1/2	10 7/8	21 7/8	10 1/8
2 ամիս	23 5/8	12 5/8	23 1/8	11 3/4
3 ամիս	24 1/2	14 1/8	24	13
4 ամիս	25 3/8	15 3/8	24 7/8	14 1/4
5 ամիս	26 1/8	16 1/4	25 1/2	15 3/8
6 ամիս	26 3/4	17 1/2	26 1/8	16 1/4
7 ամիս	27 1/4	18 1/4	26 3/4	17 1/8
8 ամիս	27 3/4	19	27 1/4	17 3/4
9 ամիս	28 1/4	19 5/8	27 5/8	18 1/2
10 ամիս	28 5/8	20 1/4	28 1/8	19
11 ամիս	29	20 3/4	28 1/2	19 1/2
12 ամիս	29 1/2	21 3/8	28 7/8	20
13 ամիս	29 7/8	21 7/8	29 1/4	20 1/2
14 ամիս	30 1/4	22 1/4	29 3/4	21
15 ամիս	30 5/8	22 3/4	30 1/8	21 3/8
16 ամիս	31	23 1/4	30 1/2	21 7/8
17 ամիս	31 3/8	23 3/4	30 7/8	22 3/8
18 ամիս	31 3/4	24 1/8	31 1/4	22 3/4
19 ամիս	32 1/8	24 5/8	31 5/8	23 1/4
20 ամիս	32 1/2	25	31 7/8	23 5/8
21 ամիս	32 3/4	25 1/2	32 1/4	24 1/8
22 ամիս	33	25 7/8	32 1/2	24 1/2
23 ամիս	33 3/8	26 1/4	32 3/4	24 3/4
24 ամիս	33 5/8	26 5/8	33 1/8	25 1/8
25 ամիս	33 7/8	27	33 3/8	25 1/2
26 ամիս	34 1/8	27 1/4	33 5/8	25 7/8
27 ամիս	34 3/8	27 5/8	34	26 1/4
28 ամիս	34 3/4	28	34 1/4	26 3/4
29 ամիս	35	28 1/2	34 1/2	27 1/8
30 ամիս	35 1/4	28 7/8	34 7/8	27 1/2
31 ամիս	35 1/2	29 1/4	35 1/8	27 7/8
32 ամիս	35 3/4	29 1/2	35 3/8	28 1/4

33 ամիս	36	29⅞	35⅝	28½
34 ամիս	36¼	30⅛	35¾	28⅞
35 ամիս	36½	30½	36	29¼
36 ամիս	36⅝	30¾	36¼	29½
37 ամիս	36⅞	31	36½	29⅞
38 ամիս	37⅛	31⅜	36¾	30⅛
39 ամիս	37⅜	31¾	37	30½
40 ամիս	37⅝	32	37¼	30⅞
41 ամիս	37⅞	32⅜	37½	31⅛
42 ամիս	38⅛	32¾	37¾	31½
43 ամիս	38¼	33⅛	38	31¾
44 ամիս	38½	33½	38⅛	32⅛
45 ամիս	38¾	33¾	38⅜	32⅜
46 ամիս	39	34	38½	32⅝
47 ամիս	39⅛	34¼	38¾	32⅞
48 ամիս	39¼	34½	38⅞	33⅛
49 ամիս	39½	34¾	39⅛	33½
50 ամիս	39⅝	35	39¼	33¾
51 ամիս	39⅞	35¼	39½	34
52 ամիս	40	35½	39¾	34⅜
53 ամիս	40¼	35⅞	40	34⅝
54 ամիս	40½	36⅛	40¼	35
55 ամիս	40⅝	36½	40⅜	35⅜
56 ամիս	40⅞	36¾	40⅝	35⅝
57 ամիս	41⅛	37⅛	40⅞	36
58 ամիս	41¼	37½	41	36¼
59 ամիս	41½	37¾	41¼	36½
60 ամիս	41⅝	38⅛	41⅜	36⅞
61 ամիս	41¾	38⅜	41⅝	37⅛
62 ամիս	42	38⅝	41¾	37⅜
63 ամիս	42⅛	39	41⅞	37¾
64 ամիս	42⅜	39¼	42⅛	38
65 ամիս	42½	39½	42¼	38¼
66 ամիս	42¾	39⅞	42⅜	38⅝
67 ամիս	43	40¼	42⅝	39
68 ամիս	43⅛	40⅝	42⅞	39⅜
69 ամիս	43⅜	40¾	43⅛	39¾
70 ամիս	43½	41¼	43½	40⅜
71 ամիս	43⅞	41⅝	43⅝	40½

(Միտ Ճանսըն Ընկ. արտօնութեամբ)

կով բարձրանալու։ Այսուհանդերձ հասակի բարձրացումն ալ առողջութիւն ըսել չէ, հասակը, ծաւալը, կշիռքը պէտք է իրարու պակասը լրացնեն եւ ամբողջութիւն մը կազմեն։

Հասակի եւ ծանրութեան յաւելումին հետ մէկտեղ գլխուն խոշորնալը, կռնքին ընդլայնումը եւ ոսկորներուն ուժեղացումն ալ անհրաժեշտ են։ Գլխուն խոշորնալը ուղեղին աճումին նշան է։ Գըլխուն ոսկորները ծնած ատեն միացած չեն ըլլար, գանկին վրայ գտնուող կակուղ մասը չմիացած ոսկորներուն ձգած միջոցն է։

Վերոյիշեալ ցուցակները միջին հաշուով պատրաստուած են. հետեւաբար այդ թիւերէն քիչ մը աւելի կամ քիչ մը պակաս գտնուող մանուկներ պէտք չէ որ վատառողջ նկատուին։ Բայց եթէ մանուկ մը իր տարիքին համապատասխանող չափ ու կշիռքէն շատ ետ եւ կամ շատ յառաջ է գնացեր, այդ պարագային ընտանիքի բժիշկին կարծիքը պէտք է, այդ անբնական վիճակը դարմանելու համար։ Որովհետեւ չափազանց գիրութիւնն ալ տեսակ մը ախտաւոր երեւոյթ է։

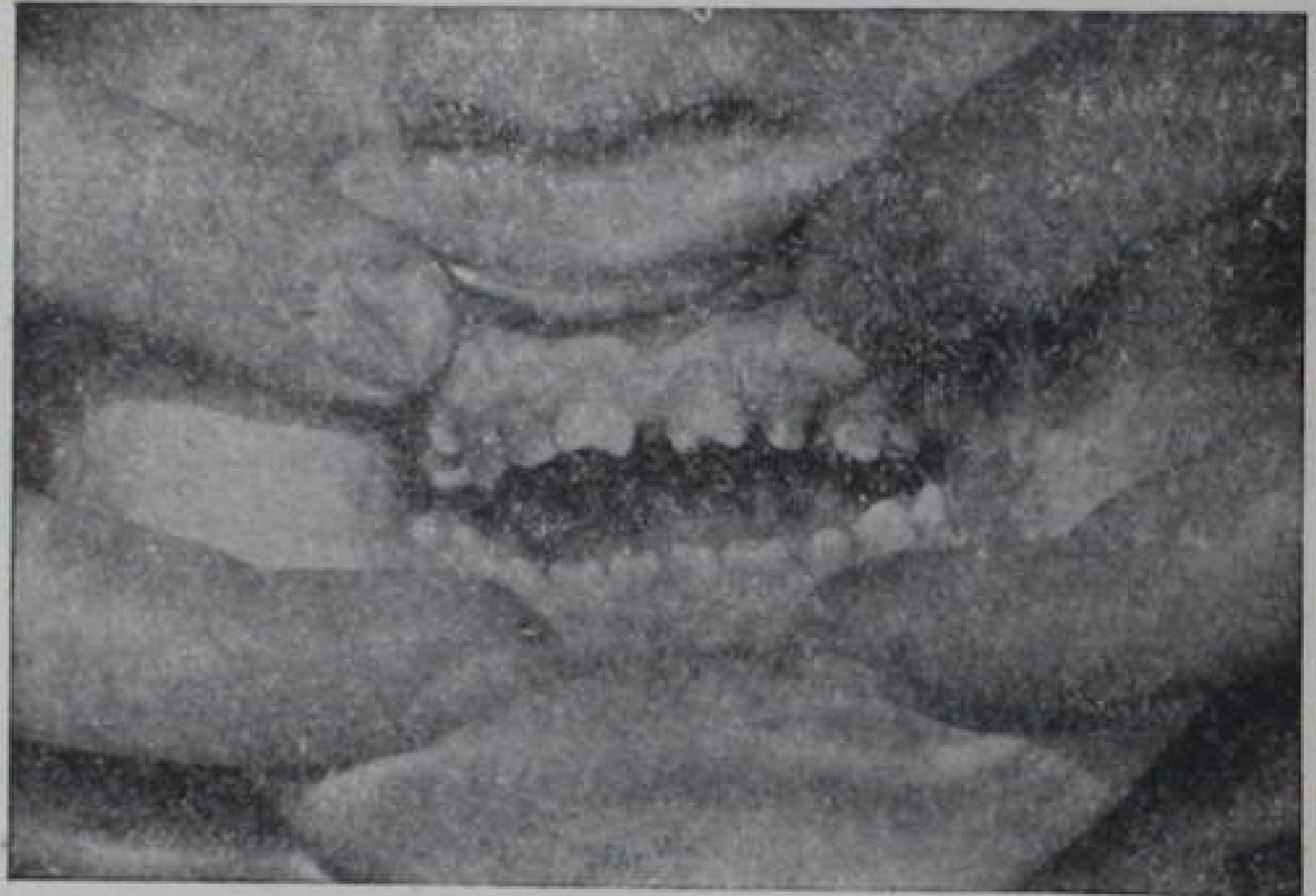
Ջանալու է որ մանուկներուն չափն ու կշիռը մշտատեւօրէն եւ ներդաշնակութեամբ աճին։

4. ԱԿՌԱՆԵՐՈՒ ԱՃՈՒՄՆ ՈՒ ԶԱՐԳԱՑՈՒՄԸ

Ակռաները երկու դասակարգի կը բաժնուին. կաթի ակռաներ եւ մնայուն ատամնաշար։ Կաթի ատամնաշարը 20 ակռայէ՝ իսկ մնայուն ատամնաշարը 32 ակռայէ կը բաղկանայ։ Կ՚ըսուի թէ հայերը 31 ակռայ կ՚ունենան եւ այս ցեղային յատկանիշ մըն է։ Չգիտեմ որքան ճշմարտութիւն կայ այս ասացուածքին մէջ։ Բայց ես ա-

ունձնալէս 31 ակռայ ունիմ, այսինքն, իմ իմաստութեան ակռաներէն մին չէ բուսած։ Կ'արժէ որ հայ ատամնաբոյժներ այս աստացուածքը ուսումնասիրեն։

Կաթի ատամնաշարին նախակարապետներն են վարի ծնօտի առջեւի զոյգ ակռաները, որոնք կը



ԺԱՌԱՆԳԱԲԱՐ ՖՐԱՆԿԱԽՏԷ ՏԱՌԱՊՈՂ ՄԱՆԿԱՆ ՄԸ ՀԸՉԻՆՍՕՆԵԱՆ ԱԿՌԱՆԵՐԸ

(Ֆ. Շէմպըրկի Մորթային Հիւանդութիւններ գրքէն. Վ. Պ. Սօնտըրս Ընկ. Հրատարակիչներ)

բուսնին 6–8 ամսուայ մէջ՝ առողջ մանուկներու մօտ։ Ակռաներու աւելի կանուխ կամ աւելի ուշ բուսնիլը առողջութեան կամ վատառողջութեան չափանիշ պէտք չէ նկատել։ Մեր ժողովրդին մէջ ընդհանրացած կարծիքի մը համաձայն իրր թէ ուշ բուսնող ակռաները աւելի տոկուն կ'ըլլան եղեր։ Ես այդպիսի բանի մը հանդիպած չեմ ոեւէ բժշկական գրքի մէջ եւ ոչ ալ գործնական կեանքի մէջ։

Ոսկրաթեքութենէ եւ սննդական գաճաճութենէ տառապող մանուկներու ակռաներու երեւումը, շատ անկանոն կ'ըլլայ։ Երեք տարեկան մանուկ մը իր կաթի ատամնաշարը լրացուցած պէտք է ըլլայ։

Մնայուն ատամնաշարը երեսուն երկու ակռաներէ կը բաղկանայ։ Վեցերորդ տարիէն կը սկսի եւ կը վերջանայ քսաներորդ տարին, երբեմն աւելի ուշ։ Կաթի ատամնաշարի ակռաները առանց արմատի կ'ըլլան։ Այս ակռաները կը թափին եւ տեղերնին կը բուսնի մնայուն ատամնաշարը։ Ակռաներու աճումին առեն մանուկներու բերանը մաքրուելու են, օրական մի քանի անգամ պօրիք էսիտի ջուրով, զոր կարելի է պատրաստել մէկ գաւաթ եռացած ջուրի մէջ մէկ թէյի դգալ պօրիք էսիտ փոշիէն հալեցնելով։ Երկրորդ տարիէն սկսեալ կակուղ վրձինով կարելի է մաքրել մանուկին ակռաները։

Կաթի ակռաները եթէ փտին պէտք չէ անխնամ թողուլ «արդէն պիտի թափին» ըսելով։ Մանուկները տարին երկու անգամ ատամնաբուժական քննութենէ պէտք է անցնին։ Փտած ակռաները պէտք է լեցուին ու դարմանուին։ Ախորժակի չգոյութենէ եւ վզի վրայի գեղձերու ուռոյցներէ տառապող մանուկներու ակռաները յաճախ փտած կ'ըլլան։ Պէտք չէ մոռնալ թէ ժամանակին դրուած կար մը վերջէն պալիք տասը կարին տեղը կը բռնէ։ Ակռաներուն լաւ հոգ տարէք։

Մանուկներու ակռաներուն մեծագոյն թշնամին քաղցրեղէնն է։ Քաղցրեղէն ուտելէ վերջ, մանուկները սովորութիւն ընելու են բերաննին լուալ ու ցօղելը, եւ հինգ տարեկանէն վար պզտիկներու անուշեղէն (քէնտի) տալու չէ։

ԳԼՈՒԽ 5

ՄԱՆԿԱՆ ԴԻԵՑՈՒՄԸ

Մանուկներու գիտական դիեցումը հսկայաքայլ յառաջդիմութիւն ըրած է վերջին քառորդ դարու ընթացքին: Մանուկին դիեցումի համար լաւագոյն միջոցն է մօր կաթը, անոր չգոյութեան եւ կամ պակասութեան պարագային միայն դիմելու է ուրիշ կաթերու գործածութեան:

Հետեւաբար նախ քննենք մօր կաթով դիեցումը եւ ապա խառն եւ կենդանիի կաթով դիեցումները իրենց կարգին՝ պատշաճ բացատրութիւններով:

1· ՄՕՐ ԿԱԹՈՎ ԴԻԵՑՈՒՄ

Ուրախալի պարագայ մըն է ժամանակակից կընոջ բացօթեայ գրօսանքի սիրահարութիւնը: Մասնագէտներ կը պնդեն թէ այժմու օրիորդները աւելի քաջառողջ են քան թէ երկոտասնեակ մը տարիներ առաջուայ օրիորդները: Հետեւաբար քաջառողջ կին մը աւելի լաւ կերպով կրնայ կատարել դիեցումի իր պարտականութիւնը:

Շատ քիչ բացառութիւններով՝ առողջ կիներուն 75–85%–ը կրնան դիեցնել իրենց երախաները, եթէ կամք ունեն եւ ուշադրութեամբ հետեւին բժշկական պատուէրներուն:

Այն մայրերը, որոնց կաթը բաւարար չէ մանուկին առօրեայ պէտքերուն գոհացում տալու հա-

մար, շարունակելով հանդերձ դիեցումը, կրնան օգտուիլ կենդանիի կաթէն:

Երիտասարդ մայրեր եթէ առաջին ծննդաբերութենէ վերջ չյաջողին իրենց անդրանիկ դիեցումին մէջ, պէտք չէ որ յուսահատին· որովհետեւ դիեցումի լաւագոյն եւ յարմարագոյն տարիքն է 24–34:

(ա) Մօր կաթը·— Մօր կաթը, թէպէտեւ կը տարբերի իր բաղադրութեանը մէջ դիեցումի տարբեր շրջաններուն՝ այսուհանդերձ, ընդհանուր առմամբ վերլուծման փորձերուն ցոյց տուածին համեմատ, բաղադրուած է հետեւեալ նիւթերէ: Մօր կաթին 87%–ը ջուր է· 3–4½%ը իւղ· 1–2% սպիտակին (փրօթին) եւ 5–7% շաքար եւ քիչ մըն ալ հանքային աղեր:

Մօր կաթով սնանող մանուկ մը եթէ բնական աճում ցոյց չտայ, ուրիշ միջոցի դիմելէ առաջ, կարեւոր է մօր կաթին տարրաբանական վերլուծումը, տարրաբանական ձեռնհաս աշխատանոցներու մէջ:

(բ) Կաթնտու մօր պատուէրներ·— Դիեցիկ մայր մը եթէ առատ կաթ չունի պէտք է հետեւեալ ուտելիքները ուտէ առատօրէն· կաթ, քօքօ, մսի ջուր, մածուն, թան, հաց, բանջարեղէն, օթմիլ, բրինձ, մաքարօն, հասունցած պտուղներ, շաքարեղէգի ջուր, կաղամբ եւ առատ ջուր: Բաց ատի իր առօրեայ ուտելիքէն դուրս չորս ջրի գաւաթ կաթ խմելու է:

Չափազանցօրէն առատ կաթ արտադրող մայրեր պակսեցնելու են իրենց խմած ջուրին քանակը, եւ փորերնին լոյծ պահելու են: Կաթնատու մայրեր զգուշանալու են տապկուած կերակուրներէ, թթու

պտուղներէ, վարունգէ, քացախէ, սոխէ եւ սխտորէ:

Կաթնատու մայրերուն ուշադրութիւնը կը հրաւիրենք հետեւեալ պատուէրներուն:

Մայր մը իր վարժուած կերուխումին հետեւելու է, առանց չափազանցութիւններու յանձնուելու: Աղիքներուն կանոնաւորապէս մաքրուելուն հոգ տանելու է: Առօրեայ 4–5 ժամ բացօդեայ զբօսանք, առանց յոգնելու՝ անհրաժեշտ է: Օրական ութ ժամ քնանալու է: Դիեցումը պէտք է կանոնաւոր ըլլայ, եւ աշխատիլ որ կանոնը չաւրուի: Մայրը պէտք չէ նեղուի ու վշտանայ ոեւէ պարագայի տակ: Պէտք է խաղաղ ու անդորր հոգեկան վիճակ ունենայ: Մայրը իր ամէն գործին մէջ ժուժկալ ըլլալու է:

Մեր մայրերէն ոմանք յամառօրէն կը շարունակեն դիեցնել իրենց մանուկները առանց ժամանակի եւ կանոնաւորութեան ուշադիր ըլլալու: Մանուկները անկանոն դիեցնելը, պարզապէս ոճիր է: Որովհետեւ անկանոն դիեցումէ շատ մը հիւանդութիւններ կրնան պատահիլ:

3–4 ժամը անգամ մը, դիեցումը կը բաւէ: Իւրաքանչիւր դիեցում քսան վայրկեանէն աւելի ըլլալու չէ: Իւրաքանչիւր դիեցումի ատեն երկու ըստինքներն ալ տրուելու են, իւրաքանչիւրը տասը վայրկեան եւ երբեք թոյլ տալու չէ որ մանուկը ծծած ատեն քնանայ:

Եթէ մօր կաթը շատ առատ է մէկ ստինքը կը բաւէ, միւս ստինքը երկրորդ դիեցումի ատեն գործածելու պայմանաւ: Ստինքները պարպուելէն յետոյ զանոնք թեթեւօրէն շփել կաթին քանակը կ'ա-

ւելցնէ. սակայն զգուշանալու է զօրաւոր շփումներէ:

Յղի մնացած մայրեր, ինչպէս նաեւ Ֆրանկախտաւոր, հիւծախտաւոր եւ շաքարախտաւոր մայրեր արգիլուելու են դիեցումէ: Այս տեսակ դժբախտ մայրերուն մանուկները խնամուելու են ստնտու դայեակներու կողմէ եւ կամ արհեստական դիեցումով:

Ստնտու դայեակը ըլլալու է առողջ եւ զերծ ոեւէ տարափոխիկ հիւանդութենէ: Ան յղի ըլլալու չէ. առոյգ եւ ճոխ կաթ ունենալու է. ստնտու դայեակին զաւակը իր դիեցնելիք մանուկին տարեկից ըլլալու է. սեռային յարաբերութենէ եւ ոգելից ըմպելիներու գործածութենէ հեռու մնալու է:

Եթէ մօր կաթը ուշանայ առաջին երեք օրուան համար 5% կաթնաշաքարի խառնուրդէ մը իւրաքանչիւր երկու ժամը անգամ մը կէս աւնս տալ ներելի է, բժիշկէն արտօնութիւն ստանալէ յետոյ: Հասարակ շաքարի առձեռն կերպով գործածութիւնը դատապարտելի է:

Դիեցումէ առաջ եւ վերջ մօր մը ստինքին պըտուկները պէտք է պօրիք էսիտ ջուրով լուացուին ու ապա չորցուին: Եթէ պտուկներու վրայ վէրք կամ ճեղքուած գոյանայ թոյլ տալու չէ որ մանուկը ուղղակի վիրաւորուած պտուկը իր բերանը առնէ: Այդ կացութեան համար մասնաւոր պտուկներ (նիփլ շիլտ) գործածելու է:

(գ) Դիեցումի քանակն ու ժամանակը.— Մինչեւ վեցերորդ ամիսը օրական (24 ժամ) եօթը անգամ դիեցում բաւական է: Հետեւեալ ժամերը յարմարագոյնն են: 6, 9, 12 Կ. Ա. 3, 6, 9, 12–2 Կ. Ե.: Երրորդ ամիսէն սկսեալ մինչեւ վեցերորդ ամսուան

վերջերը օրական վեց անգամ դիեցում բաւական է։ 6, 9, 12 Կ. Ա. 3, 6, 10 Կ. Ե.։ Եօթերորդ ամիսէն յետոյ մինչեւ մէկ տարեկան, օրական հինգ անգամ կը բաւէ. 6, 10 Կ. Ա. 2, 6, 10 Կ. Ե.։

Հոս կը ծագի գիշերուայ դիեցումներու հարցը։ Ժամը 9–10 Կ. Ե. վերջին դիեցումի առենն է։ Լաւ է որ Կ. Ե. 9–10–էն մինչեւ առտուան ժամը 6–ը մանուկը քնանայ։ Քնացող մանուկը այդ ժամանակամիջոցին արթնցնել ներելի է, եթէ նիհարակազմ է, մինչեւ երեք ամիս. կէս գիշերուայ դիեցումը ժամը 12–էն մինչեւ առաւօտեան 2–ը ըլլալու է։ Երրորդ ամիսէն սկսեալ գիշերը դիեցումի պէտքը չկայ։ Գիշերը հանգստի եւ քունի համար է. գիշեր առեն ստամոքսը հանգչելու է։

Առողջ մանուկներ եթէ ինքնաբերաբար գիշերը ժամը 10 Կ. Ե. — 6 Կ. Ա. չարթննան, երբեք արթընցուելու չեն դիեցումի համար։

Իւրաքանչիւր դիեցումի առեն մանուկին ընդունած կաթին քանակը ճշդելու համար լաւագոյն կերպն է մանուկը կշռել դիեցումէ առաջ եւ անմիջապէս վերջը, երկու կշիռքներուն միջեւ եղած տարբերութիւնը մանուկին ընդունած կաթին քանակն է։

Յաջող դիեցումի նշաններն են շաբաթական 4–8 ունս կշիռքի յաւելում, օրական երկու երեք անգամ աղտեղութեան արտաքսում, աղտեղութեան դեղնորակ գոյն եւ անոր մէջը ճերմակ կամ կանանչ գունդերու չգոյութիւն եւ դիեցումէ վերջ մանկան գոհացումը եւ քունի մտնելը։

Անյաջող դիեցումի նշաններն են, մանուկին դժգոհութիւնը, զայն կուրծքէ հեռացնելու պարագային. ծծելու առեն լաց, շուտ շուտ անօթենալ եւ

դիեցումի ժամանակը գալէ առաջ անհանգստութեան նշաններ ցոյց տալ։ Կշիռքի յաւելումի պակաս կամ ծանրութենէն կորուստ, պնդութիւն կամ փորհարութիւն, կանանչագոյն աղտեղութիւն եւ դուրս ելլելու առեն անհանգստութեան եւ զօրելու փորձեր եւայլն։

Եթէ մօր կաթին մէջ սերը առատ է, մանուկը կ'ունենայ փորհարութիւն, թթու նիւթերու փըսխուք եւ աղտեղութեան մէջ ճերմակ գնդիկներ, որոնք շորերը կ'իւղոտեն։ Եթէ ընդհակառակը մօր կաթին մէջ սերը քիչ է մանուկը կ'ունենայ պնդութիւն։ Իսկ փորի ցաւի եւ կազերու գոյացման պատճառն է սպիտակինի առատութեան հետեւանքով կիսկատար մարսողութիւն։

Մէկ շաբթուայ մանուկ մը իւրաքանչիւր դիեցումի առեն 1–1½ ունս կաթ ընդունելու է. երեք շաբաթ վերջ 1½–2 ունս. 4–8 շաբաթ յետոյ 2–3 ունս. 8–16 շաբաթ վերջ, 3–4 ունս. 16–24 շաբաթէն 4–6 ունս. 6–9 ամսուայ մանուկը ընդունելու է 6–8 ունս կաթ իւրաքանչիւր դիեցումի պահուն. 9–12 ամսուանը 8–9 ունս։ Վերոյիշեալ չափերէն աւելի կաթ ընդունող մանուկները չպիտի կրնան մարսել եւ բնականաբար պիտի փսխեն։ Եթէ այս կացութիւնը շարունակուի մանուկին ստամոքսը կ'ընդլայնի եւ մարսողութիւնը կը խանգարուի շուտով։

Այսպիսի պարագաներուն՝ դիեցումի ժամանակամիջոցը նուազեցնելու է, փոխանակ քսան վայրկեանի՝ աւելի կարճ դիեցնելու է մինչեւ որ կացութիւնը դարմանուի։

Այն կարծիքը թէ մանուկը իր պէտքէն աւելին չի ծծեր, սխալ է եւ կ'առաջնորդէ ցաւալի արդիւն–

քի: Մանուկը որկրամոլ է, ան իր չափը չգիտեր: Մայրերու կողմէ արտայայտուած «Իմ կաթս պզտիկներուս չի գար»ի պէս կարծիքներ նոյնպէս անհիմն են:

Դիեցիկ կիներ եթէ դաշտանի սկսին պէտք չէ որ դիեցումը դադրեցնեն, հակառակ անոր որ այդ շրջանին մէջ կաթ առնող մանուկը կարող է փորի խիթեր ունենալ:

Եթէ թեթեւ հիւանդութիւններ պատահին աւելի լաւ է որ մէկ երկու օրուայ համար դիեցումը դադրեցուի, պայմանաւ որ որոշեալ ժամերուն պրէսթ փըմփով ստինքները կթուին:

Երկարատեւ փոխանցիկ հիւանդութիւններու պարագային, ինչպէս ինֆլուէնձա, թայֆոյտ ֆիվըր, օձախտ, կարմրախտ եւն. աւելի լաւ է դադրեցնել դիեցումը մանկան չվնասելու համար:

Եթէ մօր կաթը շատ ճոխ է իր բովանդակութեամբ, իւրաքանչիւր դիեցումէ առաջ մանկան տարիքին համաձայն ¼–1 ունս ջուրին մէջ մէկ թէյի դգալ կիրի ջուր (լայմ վօթըր) տալ օգտակար է: Ճոխ կաթ ունեցող մայրեր պէտք է ճոխ կերուխումէ հրաժարին:

Եօթներորդ ամիսէն սկսեալ, մօրը կաթը ինչքան ալ առատ եղած ըլլայ աւելի լաւ է օրական մէկ երկու անգամ կենդանիի կաթէ խառնուրդ մը տալ եւ հետզհետէ մանուկը ստինքէ կտրելու վարժեցնել:

(դ) Մօր · ստինքներուն հոգատարութիւնը.— Մայր մը իր աղջկութեանը ժամանակէն սկսեալ պէտք է գիտնայ լաւ հոգ տանիլ իր ստինքներուն: Չափահաս աղջիկ մը իր ստինքները նեղ սեղմիրաններու եւ կրծկալներու մէջ արգելափակելու չէ: Անոնք պէտք է արձակ համարձակ աճին եւ զարգա-

նան: Ես չեմ կրցած հասկնալ թէ ինչո՞ւ ժամանակակից օրիորդները երբ իրենց հոլանի թեւերը, ողորկ սրունքները եւ ալիքներու պէս ծփծփուն գլխները ցուցադրելու հոգը կուտան իսկ անդին իրենց նուաճման ստինքները կը կաշկանդեն, իրենց կուրծքերուն տախտակի պէս տափակ ձեւ մը տալով: Արուեստագէտները կը պնդեն թէ կնոջ մը մարմինը կանոնաւոր խորտուբորտութիւններու հաւաքածոյ մը պէտք է ըլլայ կատարեալ ըլլալու համար: Ապա ուրեմն ի՞նչու անհետացնելու ջանալ բնական ցցուածքները:

Յղի մնացած մայր մը վեցերորդ ամիսէն սկսեալ աշխատելու է ստինքներուն պտուկները ցցուն պահել: Եթէ անոնք թաղուած են, պէտք է ամէն գիշեր քնանալէ առաջ զանոնք քիչ մը ձիթախիւղով շփել եւ դուրս քաշել: Ութերորդ ամիսէն սկսեալ ամէն օր մէկ անգամ ալքօհօլախառն ջուրով պտուկները լուալու եւ ապա թէննէյթըտ կլէսէրինով օծելու է: Այս գործողութիւնը դիեցումի ատեն պտուկներու ճեղքուելուն եւ վիրաւորուելուն առաջքը կ'առնէ:

Դիեցումի ատեն ստինքներու մաքրութեան ալ աւելի հոգ տանելու է. որովհետեւ վիրաւորուած ստինքներուն ուռած ցաւը կաթի քաշուելուն իսկ պատճառ կը դառնայ: Դիեցումէ առաջ եւ վերջը պտուկները լաւ մը լուացուելու եւ չորացուելու են եւ ոեւէ պզտիկ ճեղքուածք գոյանալու պարագային բժիշկին ուշադրութիւնը հրաւիրելու է:

Ստինքի կարծրացումներ եւ բորբոքումներ բժշկի առաջնորդութեամբ միայն դարմանուելու

են․ այս խնդրին մասին անփութութիւն եւ անճըշդութիւններ ստինքներու թարախային բորբոքումներու դուռ կրնան բանալ։

2․ ԽԱՌՆ ԴԻԵՑՈՒՄ

Երբեմն պարագաներու բերմամբ անկարելի կ'ըլլայ մօր կաթով միայն բաւարարութիւն տալ մանուկի առօրեայ պէտքերուն։ Այդ ժամանակ կարելի է պակասը լրացնել կենդանիի կաթէ խառնուրդով մը, պատշաճեցնելով զայն մանուկին տարիքին։ Այս գործողութեան կ'ըսուի խառն դիեցում։

Խառն դիեցումը երկու տեսակ է։ Առաջինին մէջ ամէն մայրական դիեցումէ վերջ պակասը կենդանիի կաթով լրացնել կարելի է, իսկ երկրորդ ձեւին մէջ անգամ մը մօր կաթ եւ ուրիշ անգամ կենդանիի կաթ տալ կարելի է։ Երկու տեսակներն ալ գործածական են։ Խառն դիեցումը բժշկական հսկողութեան տակ սկսիլ լաւագոյն արդիւնքը կը խոստանայ։

3․ ՄՕՐ ԿԱԹԻ ԿՏՐԵԼՈՒ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹԻՒՆԸ

Մօր մը կաթը, բացառիկ պարագաներէ զատ, մանուկի մը բոլոր պէտքերուն համար կրնայ բաւել մինչեւ եօթը ամիս։ Անկէ վերջ քիչ քիչ ուրիշ կաթեր եւ ուտելիք աւելցնելու է մանուկին տրուած սնունդին վրայ։

Մանուկը մէկ օրուան մէջ յանկարծակի կերպով մօր կաթէ կտրել անյարմար է․ աստիճանաբար եւ քիչ քիչ կտրել աւելի օգտակար է։

Տասներորդ ամիսէն յետոյ մանուկը դիեցնել ան-

խելքութիւն է, որովհետեւ այդ շրջանին մօր կաթը շատ աղքատ բաղադրութիւն մ'ունի։

Դիեցման շրջանին եթէ մանկան խմցնելիք ջուրը կաթնաշիշերու միջոցաւ տրուի, այդ պարագային կաթէ կտրուելու ատեն, մանուկը կաթնաշիշով կաթ խմելու դժուարութիւն չքաշեր։

Մանուկ մը մօր կաթէ կտրելու եւ կամ խառն դիեցումի պարագային պէտք չէ թոյլատրուի որ իր տարիքին պատշաճեցուած (ֆորմիւլան) խառնուրդը գործածէ․ որովհետեւ այդ խառնուրդը կրնայ ծանր գալ իր մարսողութեան։ Վեց ամըսւայ մանուկի մը տրուելիք կենդանիի կաթին խառնուրդը՝ երեք ամսուայ մանուկին համար յարմարցուած խառնուրդը պէտք է ըլլայ եւ կամաց կամաց փոփոխութեան ենթարկուելով իսկական խառնուրդին հասնելու է, որով մանուկը դիւրութեամբ կրնայ մարսել ընդունած կաթը։

Ամառը տաք օդերուն մանուկը մօր կաթէ կտրելով զայն կենդանիի կաթին եւ ուրիշ ուտելիքի վարժեցնել, հակառողջապահական է։ Աւելի լաւ է որ ամառ ատեն մօր դիեցումը շարունակուի։

Մանուկը կաթէ կտրելէ վերջ եթէ մայրը ըստինքի կարծրութիւններ ցոյց տայ, լաւ է որ ստինքները ամուր մը կապուին սեղմիրանով։ Մի քանի օր յետոյ ստինքները կը պզտիկնան եւ կը դադրին կաթ ծորելէ։

Մանուկը կաթէ կտրելու համար ընտանիքի բըժիշկին կարծիքն իմանալ կարեւոր է։

Մեր մէջ ընդհանրացած է յոռի սովորութիւն մը, այն է 1 տարեկանէ վեր մանուկներուն ծիծ տալու անխելքութիւնը։ Մայրերէ ոմանք յղի չմնալու յուսով կը շարունակեն դիեցումը որքան որ հնար

է։ Բայց կը սխալին իրենց կարծիքին մէջ։ Որովհետեւ կաթ տուող մայրը կրնայ դարձեալ յղի մնալ։

Ամառուայ տաք օդերը բացառութիւն համարելով 10-րդ ամիսէն սկսեալ մօր դիեցումը դադրելու է, որովհետեւ այդ ժամանակէն յետոյ մօր կաթը կորսնցուցած կ'ըլլայ իր արժէքը եւ ճոխ բովանդակութիւնը։

4․ ԱՐՀԵՍՏԱԿԱՆ ԴԻԵՑՈՒՄ

Մօր մը հիւանդութեան, մահուան եւ կամ կաթի անյարմարութեան պարագային արհեստական դիեցումի, այսինքն կենդանիի կաթով դիեցումի սկսելէ առաջ, եթէ կարելի է, ստնտու դայեակ մը ճարելու է։ Ներկայիս միայն հարուստ դասակարգին համար կարելի է ստնտու դայեակ գտնել եւ վարձատրել։ Միջակ դասակարգը եւ աղքատները ստիպուած են կովու կաթին դիմել։

Հետեւաբար արհեստական դիեցումը երկու չարեաց փոքրագոյնն է, մօր կաթէն զրկուած մանուկներուն համար, բան մը որու ճշգրիտ գործադրութիւնը բաւական դժուար է։

Արհեստական դիեցումի համար չափուած, կշռուած եւ ամէն մանուկի համար յարմարցուած ձեւեր եւ խառնուրդներու հաւասարութիւններ (ֆօրմիւլա) գոյութիւն չունին դժբախտաբար։ Արհեստական դիեցումը իր մանկութեան շրջանին մէջն է․ հետազօտութիւններով եւ փորձեր կատարելով զբաղող բժիշկ-մասնագէտներ ամէն օր նոր գիւտեր կ'ընեն եւ կը ջանան կատարելագործել արհեստական դիեցումը։ Սակայն գնա՛ հարցուր ընտանիքի բժիշկներուն եւ կաթնաշիշով իրենց զաւակները մեծցնելու դատապարտուած ծնողներուն, թէ որքան ընկճուած են անոնք այդ ծանր բեռին տակ։ Պարապ տեղ չէ ըսած առածը «Հէքիմ հէքիմ տէյիլ, պաշըրնա կէլէն հէքիմ»։

Արհեստական դիեցումի մէջ էական սկզբունքն է, մօր կաթը փոխարինել այնպիսի նիւթով մը, որ իր բովանդակութեամբը համապատասխանէ մանուկին առօրեայ պէտքերուն։

Այս պայմանը լրացնող նիւթերէն լաւագոյնն է կենդանիի կաթը․ եւ որովհետեւ կովերու կաթը աւելի դիւրաւ ձեռք կը բերուի, հետեւաբար արհեստական դիեցումի հաւասարութիւնները առհասարակ յարմարցուած են կովու կաթին։

Կովու կաթով պատրաստուելիք խառնուրդներու մասին այնքան գիտական նրբութիւններ եւ մանրամասնութիւններ կան որ անոնց մասին համառօտ գաղափար մ'անգամ տալ հատորներ գրելու կը կարօտի։ Ուստի մենք յետագայ էջերուն մէջ պիտի բաւականանանք գործնական եւ օգտակար թելադրութիւններ տալ ընթերցողներուն, մնացածը ձգելով ընտանիքի բժիշկին արդէն ծանրաբեռնուած ուսերուն։

Արհեստական դիեցումի առանցքն է, կովու կաթը՝ մօր կաթին նմանցնելու գործողութիւնը, ջուր եւ շաքար աւելցնելով անոր մէջ։

(ա) Կովու կաթը․— Արհեստական դիեցումի մէջ ամենէն շատ գործածուածը կովու կաթն է։ Կովու կաթը իր բովանդակութեամբ կը տարբերի մօր կաթէն։ Կովու կաթը, մօր կաթին հետ բաղդատելով, աւելի քիչ շաքար, հաւասար չափով իւղ եւ երկու անգամ աւելի սպիտակին կը պարունակէ եւ քիչ մըն ալ աղեր ունի աւելի։ Ուստի խառնուրդը

մօր կաթին նմանցնելու համար սպիտակինի համեմատութիւնը վերադարձնելու համար ջուր, եւ շաքար եւ սեր աւելցնելու է: Մօր կաթը ստինքներուն մէջ մանրէներու հասողութենէն դուրս կը պատրաստուի. սակայն կովու կաթը աման աման լեցուելով վարակումի ենթակայ է: Հետեւաբար աւելի վատթար է քան մօր կաթը:

Բացի այդ, որքան ալ գիտական միջոցներով բաշխուի եւ յարմարցուի կովու կաթը, որքան ալ հմտութեամբ պատրաստուին խառնուրդները, դարձեալ կովու եւ մօր կաթին մէջ ահագին տարբերութիւն կայ: Վարակուած կաթը հիւծախտի, կարմիր տենդի, կեղծ մաշկի, քօլէրայի, կոկորդատապի, նշադեղձատապի եւ ուրիշ շատ մը հիւանդութիւններու փոխանցման միջոցներէն մին է:

Մանուկներու դիեցումին համար գործածուելիք կովու կաթը 4% (քրիմ) սեր ունենալու է, եւ իր պարունակած մանրէները իւրաքանչիւր խորանարդ սանթիմէթրոյին մէջ 10,000–ը անցնելու չէ: Որովհետեւ գրեթէ անկարելի է տարրաբանօրէն մաքուր եւ զուտ կաթ գտնել: Այս պայմանները լրացնող կաթը «սըրթիֆայդ» վկայեալ կաթ կ'անուանուի եւ մանուկներու համար լաւագոյն եւ յարմարագոյն կաթն է:

Անկէ զատ մանուկներու համար ծախուող Ա. կարգի կաթերը գոհացուցիչ են: Փաստըրացած կաթերը երրորդ տեղը կը բռնեն: Նպարավաճառներու քով դոց շիշերով ծախուած կաթերը առհասարակ փաստըրացած են, այսինքն 167 աստիճան ջերմութեան (Ֆարէնհայթ) մէջ տաքցուած են երեսուն վայրկեան տեւողութեամբ եւ անմիջապէս պաղեցուած: Թէեւ շատ մը տարակարծութիւն–

ներ կան այն մասին թէ կարելի է՞ մանուկին տալ կովու կաթը՝ հում, եռացուած թէ փաստըրացումէ վերջ: Սակայն այնուամենայնիւ վկայեալ եւ փաստըրացած կաթերը ամենէն նպաստակայարմարներն են:

Ամառ ատեն, մինչեւ անգամ ձմեռը, կասկածելի կաթերը գործածուելէ առաջ պէտք է եռացուին եւ կամ կրկին փաստըրացուին:

Խառնուրդներու (ֆօրմիւլա) տեսակները շատ են, մենք հոս պիտի տանք, ներկայիս ամենէն շատ գործածուած հաւասարութիւնները միջակ մանուկներուն համար, իրենց տարիքին եւ կշիռքին յարմարցնելով զայն: Մայրեր այս խառնուրդներուն հետեւելով կրնան գաղափար մը կազմել: Սակայն արհեստական դիեցումի հարկին տակ գտնուող մայր մը, անպայմանօրէն, բժիշկի կողմէ պէտք է առաջնորդուի: Նիւթական պատճառներով անկարող մայրեր իրենց թաղերուն մէջ գտնուող առողջապահական կայաններուն այցելելու են պէտք եղած պատուիրանքն ու կաթի խառնուրդներու դեղագիր ստանալու համար:

Ցաւալի է որ Ամերիկահայ հսկայ գաղութներուն մէջ հայ կիները եւ կանացի կազմակերպութիւնները երբեք չեն հետաքրքրուած այս յոյժ կարեւոր խնդիրով: Շատ հեշտ բան է հայ մայրերուն համար մանկական կայաններ հիմնել եւ հայ բժիշկներու բարեացակամութենէն օգտուելով զանոնք կառավարել:

Բ. ԱՐՀԵՍՏԱԿԱՆ ԴԻԵՑՈՒՄԻ ՀԱՄԱՐ ԿԱՐԵՒՈՐ ՊԱՏՈՒԻՐԱՆՆԵՐ

(1) Մանուկին 24 ժամուայ գործածելիք կաթին խառնուրդը մէկ անգամէն պատրաստէ շատ մաքուր ամաններու մէջ:

(2) Դիեցումի քանակին հաւասար կաթնաշիշեր ունեցիր եւ նոյն քանակով պտուկներ (լասթիկ):

(3) Կաթնաշիշերը միշտ մաքուր պահէ եւ գործածելէն առաջ եռացուր ջուրի մէջ:

(4) Լասթիկէ պտուկները լաւ մաքրէ եւ եռացնելէ վերջ պօրիք ճախի ջուրի մէջ պահէ:

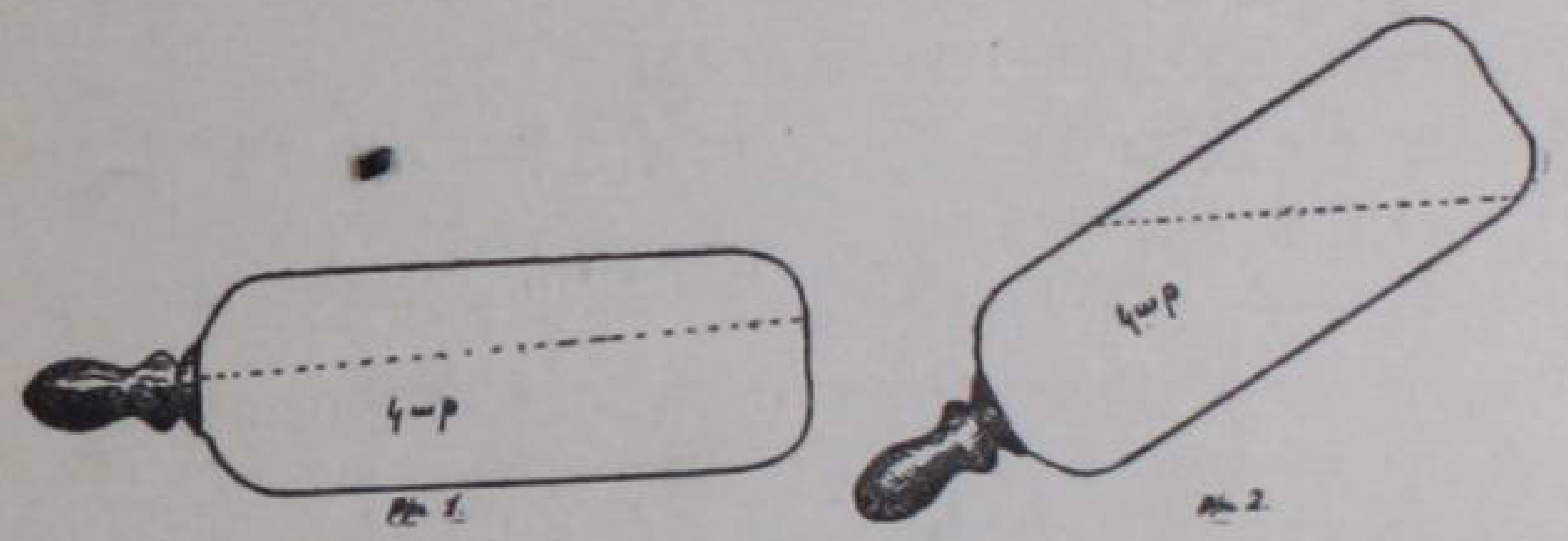
(5) 24 ժամուայ խառնուրդը զատ զատ կաթնաշիշերու մէջ լեցուր եւ անոնց բերանները մաքուր բամպակով գոցելէ վերջ սառնասնտուկին մէջ պահէ:

(6) Դիեցումէ առաջ մէկ կաթնաշիշը ա՛ռ եւ տաք ջուրին մէջ դի՛ր, մինչեւ որ անոր մէջի կաթը մարմնոյն տաքութեանը աստիճանով տաքնայ եւ ապա երախային տուր: Շատ տաք եւ շատ պաղ կաթերը ստամոքսի խիթեր կուտան: Այս ձեւով տաքցուած կաթին աստիճանն իմանալու համար ատեն ատեն մի քանի կաթիլ կաթեցնելու է թեւին ներսի կողմին վրայ եւ թեթեւ տաքութիւն մը զգացնելու չափ ըլլալու է: Ձմեռ ատեն պզտիկ մանուկներուն տրուած կաթնաշիշերը, պէտք է որ թաշկինակի մը մէջ փաթթուին կաթը պաղելէ արգիլելու համար:

(7) Գործածուած կաթնաշիշերը ատեն մը պաղ ջուրին մէջ պահելէ վերջ, օճառով եւ վրձինով լաւ մը լուալու եւ ապա պէյքինկ սօտայի ջուրով ցօղելէ վերջ եռացնելու է, կրկին գործածելէ առաջ: Այս ձեւով լուացուած կաթնաշիշերը թէ յատակ կ՚երեւին եւ թէ կը հականեխուին:

(8) Գործածուած պտուկներուն ծակերը փոքր ըլլալու են եւ անոնց մէջէն կաթը փոխանակ հոսելու կաթկթելու է միայն:

(9) Կաթնաշիշը մանուկին տալու ատեն զայն այնպէս մը ծռելու է որ մանկան բերնին հետ 60 աստիճան անկիւն մը կազմէ որպէսզի կաթնաշիշին պտուկի կողմը միշտ կաթով լեցուն մնայ: Այսպէս մանկան օդ ծծելը կ՚արգիլուի:



Թիւ 1 նկարը կաթնաշիշը բռնելու սխալ կերպն է
Թիւ 2 նկարը կաթնաշիշը բռնելու շիտակ կերպն է

(10) Փոքր մանուկներու համար գործածուելիք լասթիկէ պտուկները առանց ծակի պէտք է ըլլան եւ եւ մայրը ասեղ մը տաքցնելով պահանջուած մեծութեամբ ծակ մը բանալու է իւրաքանչիւր պտուկին վրայ: Շատ փոքր ծակերն ալ վնասակար են, մանկան շրթունքները կը յոգնեցնեն:

(11) Արհեստական դիեցումով սնած մանուկ մը 15 վայրկեանէն կամ առ առաւելն քսան րոպէէն լմնցնելու է իր կաթը:

(12) Մէկ տարեկանէ մեծ եղող մանուկներուն հա–

մար կաթնաշիշերու գործածութիւնը դադրեցընելու է: Այդ տարիքէն սկսեալ գաւաթ եւ դգալ գործածելու է:

(13) *Ամերիկայի մէջ տարեկան 234,000 մանուկներ, մէկ տարեկան չեղած կը մեռնին. այս թիւին 80%ը արհեստական կերպով դիեցուածներն են: Պատճառը՞,— ծնողներու անփութութիւնը անկանոն դիեցում, անմաքրութիւն եւ վարակուած կաթերու գործածութիւնն են.:*

(14) *Փորհարութեան եւ փսխումի պարագային դիեցումը դադրեցուր անմիջապէս եւ բժիշկին հաղորդէ այդ պարագան:*

Գ. ԿԱԹԻ ԽԱՌՆՈՒՐԴՆԵՐ — ՖՈՐՄԻՒԼԱՆԵՐ

Յետագայ խառնուրդները կորուած, չափուած եւ անփոփոխ հաւասարութիւններ չեն: Գաղափար մը տալու համար արժէքաւոր են: Բժշկին հետ խորհրդակցաբար յաւելումներ եւ պակսեցումներ կատարել կարեւոր է:

Հոս տեղին է յիշել առտնին չափերը:

Արհեստական դիեցումի դիմող մայրը պատրաստ ունենալու է, մաքուր կաթաներ, ապակիէ եւ կամ յախճապակիէ ամաններ, չափ ցոյց տուող ապակիէ ամաններ, կաթնաշիշեր, պտուկներ, սառոյցէ սնտուկ, դգալներ եւայլն:

ԱՌՏՆԻՆ ՉԱՓԵՐՈՒ ՑՈՒՑԱԿԸ

Մէկ թէյի դգալ = Մէկ տրամի.
4 թէյի դգալ = Մէկ ապուրի դգալի.
2 ապուրի դգալ = ½ ունսի.
2 ապուրի դգալ = 1 ունսի.

Մէկ ջրի գաւաթ = 8 ունսի
Երկու ջրի գաւաթ = 1 փայնթի.
Մէկ փայնթ = 32 ունսի
Երկու փայնթ = 1 քուարթի.
Չորս քուարթ = 1 կէլընի.
Մէկ հայկ. սուրճի գաւաթ = Մէկ ունսի.
Երկու թէյի դգալ = Մէկ անուշի դգալի.
Երկու անուշի դգալ = Մէկ ապուրի դգալի:

Մանուկներու կաթի խառնուրդներուն մէջ սովորական շաքար գործածելը ներելի չէ: Մասնաւոր շաքարներ կան, որոնք կաթէ կամ նշայէ պատրաստուած են: Հրապարակի վրայ գտնուողներէն լաւագոյններն են կաթնաշաքարը (միլք շուկըր) եւ Տէքսթրի Մալթօզ կոչուած շաքարները: Բաղադրութիւններու մէջ մտնող ջուրը եռացած եւ պաղեցուած պէտք է ըլլայ: Դգալը պէտք է հաւասար լեցնել եւ ոչ թէ ըլրակի մը պէս խճողել եւ միշտ ապուրի դգալ գործածել:

Հրապարակի վրայ գտնուող մանուկներու յատուկ շատ մը շաքարներ եւ ուտելիքներ ատեն ատեն գործածելի են. բայց միշտ բժշկական թելադրութեամբ:

Ստորեւ կ'ամփոփենք կարեւոր խառնուրդներ.

1. *Մինչեւ 4 օրուայ մանուկներու համար.*

Կաթ, 4 ունս. ջուր, 12 ունս. կաթնաշաքար կամ Տէքսթրի մալթօզ կէսէն մէկ դգալ (ապուրի): Այս խառնուրդէն 3 ժամը անգամ մը 1–1½ ունս տալ:

2. *Մինչեւ 8 օրուայ մանուկներու համար.*

Կաթ, 5 ունս. ջուր, 12 ունս. շաքար, 2 դգալ. 3 ժամը անգամ մը 2 ունս տալ:

3. *Մինչեւ երկու շաբթուայ մանուկներու համար.*

ՑՈՒՑԱԿ

(5)․ ՖՕՐՄԻՒԼԱՆԵՐՈՒ ՑՈՒՑԱԿ։ Մէկ ամիսէն մինչեւ 12 ամսուայ մանուկներու համար իրենց տարիքի եւ կշիռքի համաձայն խառնուրդներու ցուցակ, Տէքսթրի մալթօզ շաքարով պատրաստուելու պայմանաւ։ Տէքսթրի մալթօզ շաքարը երեք տեսակ է․ թիւ 1, 2 եւ 3․ թիւ 1–ը ամենէն գործածականն է․ թիւ 3–ը պնդութեան պարագային լաւ է։

Տարիք Ամիս	Կշիռք փաունտ	Կովու կաթ Ունցի	Եռաց. Ջուր	Ակրունի Դգալ Շաքար	Դիկ-ցումի Քանակ Ունցի	Դիեցում 24 ժամ.
1	7	10	11	3	3	7
1	8	12	12	3	4	7
1	9	14	14	4	4	7
1	10	16	12	4	4	7
2	8	12	'1	4	4	7
2	9	14	14	4	4	7
2	10	16	12	4	4	7
2	11	18	14	4	4½	7
3	10	16	12	4	4	
3	11	18	14	4	4½	7
3	12	20	15	4	5	
3	13	22	13	4	5	
4	12	20	16	4	6	
4	13	22	14	4	6	6
4	14	24	12	4	6	
5	13	22	11	3	6½	
5	14	24	11	3	7	5
5	15	26	9	3	7	
6	13	22	13	3	7	
6	14	24	11	3	7	5
6	15	26	9	3	7	
6	16	28	12	3	8	
	14	24	16	3	8	
7–8–9	15	26	14	3	8	
	16	28	10	3	8	5
	17	30	8	3	8	
	18	32	8	3	8	
	19	32	8	3	8	
	20	32	8	3	8	
10–11–	21	32	8	3	8	
	22	32	8	3	8	5
	23	32	8			
	24	32	8			

Կաթ, 7 ունս․ ջուր, 14․ շաքար 2 դգալ․ 3 ժամը անգամ մը 2½ ունս տալ։

4․ *Երեքէն մինչեւ չորս շաբթուայ մանուկներու համար․*

Կաթ, 9 ունս, ջուր 12 ունս, շաքար 2–3 դգալ․ 3 ժամը անգամ մը 3 ունս տալ։

Մինս էջին մէջ երեւցող ցուցակը Տէքսթրի–Մալթօզ շաքարով պատրաստելու է։ Իսկ առաջին ամսուայ մէջ գործածուելիք կաթերը 3–5 վայրկեան եռացուելու են։

Այս խառնուրդով դիեցուող մանուկ մը եթէ կանանչ աղտեղութիւն ունենայ եւ շատ կազ արտադրէ, շաքարը պակսեցնելու է։ Այսինքն 4–ի տեղ 2–3 դգալ եւն․։ Եթէ ճերմակ պանիրի նմանող գունտեր երեւին աղտեղութեան մէջ, կաթը պակսեցուր,

ջուրը աւելցուր, եւ եթէ փոխէ, կիրի ջուր աւելցուր: (Երբեմն քիչ մը քրիմ աւելցնել ներելի է):

Ֆօրմիւլայի մէջ խառնուելիք ջուրին տեղ կարելի է նաեւ գարիի ալիւրէ պատրաստուած ջուր խառնել: Գարիի ջուրի պատրաստութեանը մասին կը խօսինք յետագային:

Եօթներորդ ամիսէն սկսեալ օթմիլի ջուր ալ խառնել կարելի է, մանաւանդ պնդութեան առաջն առնելու համար:

Խտացուած կաթի, եւ ուրիշ «Պէյպի ֆուտ»երու ջատագովներ եւ մասնաւոր կերպերով թթուեցուած կաթերու գործածութենէն օգուտ քաղողներ շատ կան: Սակայն ներկայիս արհեստական դիեցումի համար ամենէն շատ գործածուած միջոցն է կովու կաթի, շաքարի եւ ջուրի խառնուրդները:

Արհեստական դիեցումով սնանող մանուկներուն ճամբորդութիւնը կարեւոր հարց մըն է: Երկարատեւ ճամբորդութեան ատեն տունէն պատրաստուած կաթը կրնայ տաքէն աւրուիլ եւ հիւանդութիւն յառաջ բերել:

Դիւրատար սառոյցի սնտուկներու մէջ կարելի է մանուկներու կաթը փոխադրել: Շոգենաւերու մէջ դիւրութեամբ կարելի է հետեւիլ այս պատուէրին, սակայն թրէյնով ճամբորդելու ստիպման տակ գտնուող ծնողներ պարտին իրենց ճամբորդութեան կայանները կարճ կապել եւ այսպիսով առաջը առնել աւրուած կաթի գործածութեան փորձուելու:

Դ. ԿԵՆՍԱՆԻՒԹԵՐԸ (ՎԻԹԸՄԻՆ) ԵՒ ԱՐՀԵՍՏԱԿԱՆ ԴԻԵՑՈՒՄ

Արհեստական դիեցումով պատրաստուած խառնուրդներու մէջ կենսանիւթերը (վիթըմին) փճացած կ'ըլլան, հէնց այդ պատճառաւ առատօրէն կենսանիւթ պարունակող նիւթեր, ինչպէս նարինջի հիւթ եւ ձկան իւղ՝ երրորդ ամիսէն սկսեալ տրուելու են արհեստական դիեցումով աճող մանուկներուն: Մաքուր եւ վստահելի ձկան իւղէն օրը երեք անգամ կէս թէյի դգալ եւ մէկ անգամէն մէկ թէյի դգալէն մինչեւ ամբողջ նարինջի մը հիւթ տալու է որպէսզի մանուկները հեռու պահուին ոսկրաթեքութենէ եւ սննդական անկանոնութիւններէ:

Նարինջի ջուր տալու ցուցակ

Տարիք	Նարինջի ջուր	Ջուր
2 ամիս	1 թէյի դգալ	+ 1 թէյի դգալ
3 ամիս	1 թէյի դգալ	+ 1 ապուրի դգալ
6 ամիս	2 թէյի դգալ	+ 1 ապուրի դգալ
9 ամիս	3 թէյի դգալ	+ 1½ ապուրի դգալ
12 ամիս	4 թէյի դգալ	+ 2 ապուրի դգալ

1, 2, 3 տարեկանին, օրական նարինջ մը, առանց ջուրի:

ԳԼՈՒԽ 5

ՅԱՒԵԼՈՒԱԾԱԿԱՆ ՍՆՈՒՆԴԻ ՑՈՒՑԱԿՆԵՐ

1 — 1-էն ՄԻՆՉԵՒ 3 ՏԱՐԵԿԱՆ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՍՆՈՒՆԴԸ

Նորածին մը մինչեւ վեց ամիս կաթով միայն կրնայ ապրիլ սակայն անկէ վերջ քիչ քիչ ուրիշ սննդարար նիւթերու յաւելուածական կերպով միացումը կարեւոր է եւ խիստ օգտակար:

Ասոնցմէ առաջինն է գարիի ալիւրին ջուրը, որ կրնայ փոխարինել վեցերորդ ամիսէն սկսեալ կաթին խառնուրդին տեղ տրուելիք ջուրը. այս միջոցով կարելի կ'ըլլայ քիչ մը նշայ աւելցնել մանուկի սնունդին:

Դեղարաններու մէջ ծախուող գարիի ալիւրներէն (մանուկներու համար) 2 ապուրի դգալ ա՛ռ եւ երկու դգալ պաղ ջուրով խառնէ՛, յետոյ մէկ փայնթ եռացող ջուրին մէջ խառնելէ վերջ տըպլ (զոյգ կաթսայ) պօյլըրի մէջ կէս ժամ եփէ, յետոյ քամէ, եւ դուն կ'ունենաս գարիի ջուր որ կը պարունակէ մօտաւորապէս 4% նշայ: Ութերորդ ամիսէն սկսեալ քիչ քիչ թոյլ խաշած հաւկիթ, խորոված մսի հիւթ եւ երեք ժամ եփուած օթմիլի ճէյլի տալ օգտակար է:

Խաշուած եւ լաւ մը ճզմուելէ վերջ մաղէն ան-

ցած սպանախ եւ դդում եւ ուրիշ բանջարեղէններ նոյնպէս խաշուած եւ ճզմուած, կարելի է աւելցնել 7–8 ամիսէն սկսեալ:

Ակռաներու աճումի առաջին շրջանին, մասնաւոր պիսքիթներ, հացի չոր կեղեւներ, Զուալպէք պիսքիթ եւ քրէքըրներ կարելի է տալ եւ լաւ մարսուելու պարագային շարունակել:

Ընտանիքի բժիշկը կրնայ թելադրել ուրիշ յաւելուածական ուտելիքներ որոնք կը պատրաստուին հետեւեալ կերպով.

(ա) (Պիֆ ճիւս)— մսի հիւթ.— Կարմիր միսի (սթէյք) կտորներ, իւրաքանչիւրը ընկոյզի մեծութեամբ, առ եւ դիր ամանի մէջ շատ քիչ քանակութեամբ կարագ աւելցնելով: Եփէ այս միսը տաքցուած փուռի մէջ քառորդ ժամ, ապա դուրս բեր ու ճզմելով արիւնոտ հիւթը առ եւ քիչ մը աղ աւելցուր: (Սթէյքը կրակի վրայ խորովելէ վերջն ալ քամել կարելի է:

(բ) Մսի կամ հաւու ջուր.— Փաունտ մը առանց իւղի եւ ճարպի միս կամ հաւու միս առ եւ մէկ քօրթ ջուրի մէջ երեք ժամ խաշէ, առեն առեն շոգիացած ջուրին տեղը լեցուր ջուրի յաւելումով, յետոյ քամէ, իւղը վրայէն ա՛ռ եւ քիչ մը աղ աւելցուր համ տալու համար:

(գ) Մսի միջուկ.— Կէս փաունտ կարմիր միս առ եւ եռացող ջուրին մէջ նետէ. թող քառորդ ժամ խաշի. ապա միսը սուր դանակով մը երկուքի բաժնէ եւ մասերուն միջուկը դգալով փորէ: Մսի միջուկը հացի փշուրներուն հետ լաւ կ'ուտուի:

(դ) Հաւկթի ջուր (էլպումին վօթըր).— Հաւկիթի ճերմակը մէկ փայնթ ջուրի մէջ զարկ եւ քիչ

մը աղ աւելցուր։ Փսխումի եւ փորհարութեան ատեն լաւ ուտելիք է։

(ե) Նշայի անուշ (պաստըգ մուհալլէպի)·— 1 *գդալ (ապուրի) եգիպտացորենի նշայ ա՛ռ քիչ մը կաթի հետ խառնէ եւ եռալու մօտ մէկ փայնթ կաթի մէջ կամաց կամաց խառնէ մինչեւ որ խտանայ։ Պաղելուն պէս հինգ կաթիլ* վանիլլա *կամ քիչ մը վարդի ջուր խառնէ։*

(զ) Օթմիլ ճէլլի·— 4 *ունս օթմիլ* + 1 *փայնթ ջուր· եռացուր* 3 *ժամ* տըպըլ պօյլըրի *մէջ, եւ յետոյ քամէ։ Ցորենի եւ գարիի ճէլլին ալ նոյնպէս կը շինուին՝ կորկոտ եւ գարիի հատիկներ եւ կամ գարիի ալիւր օթմիլի տեղ գործածելով։*

(է) Բրինձի ջուր·— *Գարիի ջուրին պէս կը պատրաստուի· միայն թէ գարիի ալիւրին տեղ բրինձի ալիւր պէտք է խառնել։*

(ը) Օթմիլի ջուրն *ալ գարիի ջուրի պէս կը պատրաստուի։*

(թ) Սալորի ջուր·— 1 *փաունտ չոր սալոր առ, լաւ մը լուայ, ջուրով ծածկէ եւ թող գիշեր մը մնայ· հետեւեալ առաւօտ եռացուր եւ յետոյ ճզմելով քամէ· պատրաստուած ջուրը ութ ունս ըլլալու է։*

(ժ) Հում մսի հիւթ·— *Կէս փաունտ կարմիր միս առ, լաւ մը ջարդէ, աւելցուր մէկ գաւաթ պաղ ջուր, եւ քիչ մը աղ· պահէ սառոյցի մօտ·* 10 *ժամ եւ վերջը քամէ· ստացուելիք հիւթը քիչ մը տաքցնելէ յետոյ կերցուր մանուկին։*

(ժա) *Մածունն ու թանը եւ թանապուրի ջուրը պէտք չէ մոռնալ։*

2· ՄԷԿ ՏԱՐԵԿԱՆԷՆ ՎԵՐ ԵՂՈՂ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՍՆՈՒՆԴԸ

Մեր մայրերէն շատեր կը կարծեն, թէ մանուկ մը մէկ տարեկան ըլլալուն պէս, ալ իրաւունք կը ստանայ չափահասներու հետ ուտելու։ Տեսեր եմ շատ մը հայ մայրեր, որոնք կը պարծենային թէ իրենց 1½ *տարու պզտիկը քէՖթէ եւ փիլաւ կ՚ուտէ ու կը մարսէ։ Ծիծա՞ղ է արդեօք այդ կարծիքը։ Այդ մայրերը երբեք չպիտի պարծենային եթէ բըժիշկի մը տեսած ամեւ մարմինները եւ թմբկանըման փորերը տեսած ըլլային։*

Ամէն տարիք իրեն մասնաւոր ուտելիքն ու խըմելիքը ունենալու է· քեզի համար սնունդ տուող քէՖթէն՝ երախային թունաւորման պատճառ կը դառնայ։

Հայ մայրերու դիւրութիւն տալու համար հաւաքած ենք կերակուրի ցուցակներ, տարբեր տարիքներու համար։ Վստահ ենք որ այդ ցուցակներուն հետեւող մայր մը երբեք դժգոհելու պատճառ մը պիտի չունենայ։

(ա) 12–15 ամսուայ մանուկներու համար ճաշացուցակ

Ժամը 7–ին Կ· Ա· *Կարելի է տալ* 2–3 *գդալ օթմիլի, կորկոտի, հուիթինայի կամ բրինձի ճէլլիէն քիչ մը կարագով եւ շաքարով խառնուած։ Ինչպէս նաեւ* 8 *ունս կաթ առանց շաքարի եւ հացի փըշրանք։*

Ժամը 9–ին Կ· Ա·։ *Կէս կամ մէկ նարինջի ջուրը, կամ սալորի ջուրէն* 3 *ունս։*

Ժամը 11–ին Կ· Ա·։ *Ապուրի գդալ մը մսի մի–*

ջուկ, կամ ճզմուած հաւու մսի միջուկ, ինչպէս նաեւ Թոյլ խաշած հաւկիթ եւ հացի փշրանք. փուռի մէջ եփած կամ խաշած ու ճզմուած փաթաթէս, հացի փշուրներ եւ դաւաթ մը կամ չիչ մը կաթ: Այս ճաշէն յետոյ քուն:

ժամը 2½–3 Կ. Ե.: 8 ունս մսի ջուր կամ հաւու ջուր. քիչ մը եփուած բրինձ կամ հացի փշուրներ. 8 ունս կաթ, կամ Թանապուր և կամ Թէ ուրիշ ապուրներ: Խաշուած սպանաղ, դդում եւ հավուճ, նշայի անուշ եւ հաց:

ժամը 6ին Կ. Ե.: 2–3 դգալ Փարենայէ եւ կամ բրիմով հուիթէ չինուած ճէլլիներ, հացի փշրանք եւ 8 ունս կաթ:

ժամը 10ին Կ. Ե.: Եթէ քնացած չէ եւ անօթի կը զգայ 8 ունս կաթ:

Այս տարիքին մէջ տապկուած ուտելիք, քէնտի, քէյք, Թէյ, սուրճ եւ փաթաթէս (առանց ճզմելու) վնասակար են:

(բ) 15–18 ամսուայ մանուկներու համար
ճաշացուցակ

ժամը 7½ Կ. Ա.: Նոյնը՝ նախորդ ցուցակին մէջ ժամը 7 Կ. Ա. տրուածին պէս:

ժամը 9 Կ. Ա.: Նոյնպէս, նարինջի ջուր եւ կամ սալորի ջուր:

ժամը 11 Կ. Ա.: Մսեղէն եւ հաւկիթ նախորդ ցուցակին պէս. խաշուած կամ եփուած փաթաթէս (ճզմուած), սպանաղ, էսփէրէկըս, կանանչ Փասուլեա, պիդէլիա, հավուճ, դդում եւ սէլըրի (բոլորն ալ խաշուած եւ ճզմուած): Անուշ. եփուած կամ խաշած խնձոր, սալոր, հաց եւ կարագ. կաթ պէտք չէ այս անգամ: Ճաշէ յետոյ քուն:

ժամը 2½–3 Կ. Ե.: Մսի ջուրէ կամ հաւու ջուրէ մաքարոնի կամ բրինձէ ապուր, հաց եւ մուհալլէպի եւ կաթնապուր:

ժամը 6–6½ Կ. Ե.: Ֆարենա, կամ քրիմով հուիթէ ճէլլի, եւ գաւաթ մը կաթ:

Այս տարիքին մէջ արգիլուած են ունենալու սուրճ, Թէյ, քէյք, պանանէս, ընկոյզ եւ Փըստըգ, փինըթ, չամիչ եւ քէնտի:

(գ) 18–36 ամսուայ մանուկներու ճաշացուցակ

ժամը 7·30, Կ. Ա.·— Կաթ եւ հատեղէն, օթմիլ, հաց, կարագ եւայլն:

ժամը 9 Կ. Ա.— Պտուղի ջուր:

ժամը 12–12·30 Կ.— Թոյլ խաշուած հաւկիթ, կամ մանր ջարդուած քէպապ, մսի միջուկ, փաթաթէս, ոեւէ եփուած բանջարեղէն առանց սալցայի, մուհալլէպի, կաթնապուր, մածուն, պաղպաղակ, հաց եւ կարագ: Կէսօրուայ ճաշէն յետոյ 1½ ժամ կատարեալ հանգիստ:

ժամը 4–ին Կ. Ե.— Գաւաթ մը կաթ եւ քրէքըր:

ժամը 6–6·30 Կ. Ե.— Կաթ եւ հատեղէն, բրինձէ լափա եւն. եթէ կաթ չտրուի, փոխարէնը տալու է մսի ջուր եւ ջօրպա, մաքարօն, քամուած մածուն, մեղր կամ ռուպ, հաց եւ կարագ, մուհալլէպի կամ քըսթըրտ:

Այս տարիքին՝ փայ, փագլավա, պէօրէք եւ խակ պտուղներ վնասակար են:

(դ) 3–5 տարեկան մանուկներու ճաշացուցակ

ժամը 7·30 Կ. Ա.— Նախորդ ցուցակներուն պէս, նոյն նախաճաշը. Թոյլ խաշուած հաւկիթ եւ պէյքըն, կաթ, հաց եւ կարագ:

Ժամը 12·30–ին Կ· Ե·— *Մթէյք, չափ, փիրզօլա, հաւու միս, ձուկ· միսը շատ մանր կտրուելու է: Բանջարեղէններէ ոեւէ մին, բացի լահանայէ: Ճէլաթին եւ ուրիշ փուտինկներ, կաթնապուր, մուհալլէպի, պաղպաղակ եւն·:*

Ժամը 4–ին Կ· Ե·— *Հասունցած խնձոր կեղուած, տանձ եւ խաղող, թուզ եւայլն:*

Ժամը 6ին Կ· Ե·— *Եփուած հատեղէն կամ նշայէ լափաներ, բրինձէ կամ պուլկուրէ փիլաւ (լաւ եփուած), մաքարօնի, մսի ջուրէ ապուր, կամ կաթ եւ քօքօ, քամուած մածուն, քաղցր պանիր եւն·, պանանէս, խաղող եւ ուրիշ հասունցած պտուղներ:*

(Ե) 5–7 տարեկան մանուկներու ճաշացուցակ

Նոյն նախաճաշը, ժամը 7·30–ին:

Ճաշ 12·30–ին· մսեղէն եւ բանջարեղէն եւ անուշեղէն:

Ժամը 4 Կ· Ե·— *Պտուղ միայն:*

Ժամը 6–ին Կ· Ե·— *Նոյն ընթրիքը:*

Տապկուած կերակուրներ եւ խակ պտուղներ արգիլուած են, այս շրջանին համար:

(Զ) 7–11 տարեկան մանուկներու ճաշացուցակ

Նախաճաշ, ժամը 7·30 Կ· Ա·— *Նախորդ նախաճաշին վրայ կարելի է աւելցնել չրէտըթ հաւիթ, քօրն ֆլէյքս եւայլն:*

Ճաշ, ժամը 12·30·— *Խորոված կամ խաշուած մսեղէն: Եփուած բանջարեղէն — հազար եւ սէլըրի, պտուղ եւ անուշեղէն: Եղակը արգիլուած է:*

Ընթրիք, ժամը 6–ին Կ· Ե·— *Հատեղէն· փիլաւ, տօլմա, կաթ, քօքօ, սալաղներ եւն· ծանր խմորեղէններ եւ տապկուած կերակուրներ պէտք չէ տրուին:*

Այս ցուցակներուն հետեւող մանուկ մը լաւ ախորժակ կ'ունենայ, լաւ կ'ուտէ ու կը կազդուրուի: Մանուկներուն աղաչելով եւ կամ անոնց սպառնալով աւելի ախորժակով չեն ուտեր: Պզտիկներուն ժամանակին կերակուր տալու է· քիչ մը տարիքոտները համոզելու է, թէ ուտելը լաւ բան է: Հակառակ զգուշութեան, հակառակ կանոնաւոր կերուխումի, ախորժակի պակաս ունեցողներ անպայման հիւանդութենէ մը կը տառապին: Բժիշկին պարտականութիւնն է գտնել ցաւը եւ ըստ այնմ դարմանել: Ախորժակի խանգարման մասին կը խօսինք յետագային:

ԳԼՈՒԽ 6

ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐՈՒՆ ՀՈԳԱՏԱՐՈՒԹԻՒՆԸ

ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԳԻՏԵԼԻՔ

Առողջ մանուկին սովորութիւններու, աճումի եւ սնունդի մասին խօսեցանք։ Այժմ հիւանդութեան պարագային ընդհանուր գիտելիքներ տալէ վերջ անցնինք մանկական հիւանդութիւններու քննութեան։

Մանուկներու հիւանդութիւնները առհասարակ հասու հիւանդութիւններ են եւ նկատելի ուժասպառութեան պատճառ կ՚ըլլան։ Այդ պատճառաւ, անոնց հիւանդութիւնը ինչ ալ ըլլայ, հետեւեալ խնդիրներուն՝ մեր մայրերու ուշադրութիւնը կը հրաւիրենք։

(1) Անկողին երթալ.— *Հիւանդութիւնը ինչ ալ ըլլայ հիւանդ մանուկը պէտք է անկողին երթայ եւ կարելի եղածին չափ քիչ ձեռնածուի։ Ձեռքէ ձեռք, գրկէ գիրկ ճամբորդող հիւանդ մանուկը անպէտ կերպով ուժասպառ կ՚ըլլայ։ Զարմանալի է որ տան մէջ անկողին չպառկող, լացող, պոռացող մանուկը հիւանդանոց հասնելէն երկու ժամ վերջ գառնուկի պէս հանդիստ եւ հանդարտ կ՚ըլլայ։ Տան մէջ անոր ջղայնութիւնը իր չփանալուն վերագրելու է։*

(2) Հիւանդապահութիւն.— *Հիւանդ մանուկին հոգ տանող հիւանդապահը մանկան կողմէ սիրուած եւ հանդարտ բնաւորութիւնով պարարին մէկը ըլլալու է։ Անոր ընտանիքի անդամներէն եւ կամ մօտիկ ազգականներէն մին ըլլալը յարմար է այդ տեսակէտով։ Սակայն լաւագոյն բանն է մասնաւոր հիւանդապահուհի վարձել։ Ծանր հիւանդութիւններու ատեն հիւանդ մանուկին սենեակը, այդ ընտրուած հիւանդապահուհիէն զատ մարդ մտնելու չէ, մանաւանդ փոխանցիկ հիւանդութեանց պարագային։ Յաճախ դիտեր եմ մահամերձ մանուկին սնարին քով շարուած, բոլոր ազգականները — 8–10 հոգի։*

(3) Հիւանդին հագուստեղէնը.— *Հիւանդութիւնը ո՛ր տեսակէն ալ ըլլայ, եւ եթէ սենեակին տաքութիւնը 60–68 աստիճան կարելի է պահել, պարզ ամէնօրեայ գիշերանոցէն զատ ուրիշ աւելորդ հագուստեղէն անպէտ է։ Ամառ ատեն աւելի թեթեւ հագցնելու է՝ հիւանդ մանուկը։*

(4) Սպունգով բաղնիք.— *Հիւանդին մարմինը օրը երկու անգամ, առտու իրիկուն, պէտք է սպունգով մաքրուի։ Ամառ ատեն 3–4 անգամ։*

Չկայ հիւանդութիւն մը որու ներկայութեանը սպունգով շփումի գործողութիւնը վնասակար եղած ըլլայ։ «Բա խենթ ես ի՞նչ... չօճուխը կը պաղի» ըսելով հիւանդ մանուկը ձեռքէ ձեռք պտտցնող եւ բրդէ շալիկներով փաթթող մամիկները շուտով կը համոզուին թէ քանի փաթթեն հիւանդը, այնքան շատ պաղ կ՚առնէ ան։ Մաքրութեան համար ջուրով շփումներ միշտ օգտակար են, իսկ ջերմի ներկայութեանը ատեն՝ հրաշագործ։

(5) Հիւանդին սենեակը.— Հիւանդին սենեակը բնակարանին ամենէն օդասուն եւ շատ արեւ տեսնող եւ խաղաղ սենեակը ըլլալու է: Սենեակին տաքութիւնը 60–65 եւ ոչ մէկ պարագայի տակ 70 աստիճանը անցնելու չէ: Սենեակին տաքութենէն աւելի նոյն տաքութեան միօրինակ պահպանումը կարեւոր է:

Հիւանդին սենեակին օդափոխութիւնն ալ նոյնքան կարեւոր է. ամառը բոլոր պատուհանները բացուելու են, հոսանքի պարագային արգելարաններ (սքրին) դնելով կարելի է, հոսանքին եւ հիւանդին միջեւ:

Հիւանդին սենեակին մէջ ջերմաչափի մը գոյութիւնը անհրաժեշտ է եւ չնչին ծախքով մը կ'ապահովուի:

Ձմեռ ատեն սենեակին օդափոխութիւնը կարելի է ապահովել մերթ ընդ մերթ պատուհան մը բանալով: Աւելի մեծ թիւով սենեակներ ունեցող ընտանիք մը հիւանդ մանուկին համար երկու սենեակ յատկացնելու է, մին ցերեկ ատեն գործածելու, իսկ միւսը գիշերուայ համար: Այսպէս չգործածուած սենեակը միշտ մաքուր եւ օդափոխուած կը մնայ:

(6) Ջուր խմել.— Յաճախ պատասխանած եմ հեռախօսով կարկուտի պէս տեղացող սա հարցումին. «Բժիշկ, հիւանդին ջուր տա՞նք»: Այո՛, տուէք որքա՛ն որ կրնան խմել: Չկայ հիւանդութիւն մը որուն մէջ ջուր խմելը արգիլուած ըլլայ: Միայն խմուելիք ջուրին մաքրութեանը լաւ հոգ տանելու է եւ հազի ատեն չափազանց պաղ ջուր տալու չէ:

(7) Սնունդ.— Հիւանդ մանուկին սնունդը դիւրամարս հեղուկներէ բաղկանալու է: Սաստիկ փորհարութեան եւ կարմիր տենդի եւ կեղծ մաշկի պէս

հիւանդութիւններու ատեն կաթն իսկ վնասակար է: Բրինձի ջուր եւ օթմիլի ջուր աւելի նպատակայարմար են: Կաթ ուտող մանուկին փորմիւլային կէս առ կէս ջուր խառնելու է. իսկ մօր կաթով սնած մանուկին իւրաքանչիւր դիեցումէ առաջ ջուր խմցնելու է: Հիւանդին սնունդին համար բժշկական կարգադրութիւն անհրաժեշտ է:

(8) Բժիշկ կանչելու պարագային.— Մանուկի մը հիւանդութիւնը ինչ ալ ըլլայ բժիշկ կանչուելէն առաջ յետոյքէն դրեխ ընել օգտակար է: Գրեխին (հօղնա) արդիւնքը ու հիւանդին մէզը, պէտք է պահուին բժիշկին քննութեանը համար: Եթէ հիւանդը փսխած է նոյնպէս պահելու է փսխուքը: Բժշկական խորհրդակցութենէ առաջ լուծողականներ, տունին պատուական դարմանումներ, դրացիին մանուկին համար տրուած դեղի մը գործածութիւն, «Քա մեր չօճուխն ալ այսպէս էր» ըսելով իրենց տունէն դեղ բերողներու յորդորները կրնան վնասակար ըլլալ:

Ինչո՞ւ արդեօք հասարակ մարդիկ բժիշկի դերը խաղալ կը սիրեն: Եթէ այդքան սիրահարուած են բժշկական արուեստին ինչո՞ւ բժիշկ չեն ըլլար: Այս հարցումներուն ես չեմ կրցած պատասխանել: Դուք կրնա՞ք:

Բժիշկ ընտրելու հարցն ալ կարեւոր է: Նախ դիմէ ընտանիքի բժիշկիդ: Դրացիիդ եւ բարեկամիդ յորդորներուն անսալով գիշեր ցերեկ քու ցաւերուդ համար տունդ վազող ընտանիքի բժիշկդ մի մոռնար: Նորէն միայն ան է քու մանուկիդ մտերիմը. անսա անոր յորդորներուն, կատարէ անոր պատուէրները եւ նա արդէն կ'ընէ ինչ որ պէտք է. մասնագէտի պէտքը թող ան զգացնէ:

(9) Ջերմ եւ ջերմաչափութիւն.— *Ամէն մայր ջերմաչափ գործածել սորվելու է: Քիչ մը կամեցողութիւն, քիչ մը վարժութիւն բաւական է մայրը հիւանդապահուհիի մը վերածելու համար: Օրը քանի մը անգամ ջերմաչափով հիւանդին տաքութիւնը չափելով արձանագրելու է: Եւ ոեւէ ատեն երբ տաքութիւնը 103–104-ը անցնի, անմիջապէս մայր մը դիմելու է այդ պարագան եւ մանուկին· տաքութիւնը իջեցնելու համար փոխանակ դեղարան վազելու, պէտք է աղբիւր վազէ եւ ջուր բերելով ջուրի օծումներ կատարէ՝ տաքութիւնը քիչ մը իջեցնելու համար:*

Մէկ մաս ալքոհոլ եւ երեք մաս 80 աստիճան (Ֆարէնհայթ) ջուրով շփումը ամենալաւն է: Նոյնիսկ թոքատապի, հարսանէթի եւ ուրիշ բարձր տաքութիւն ունեցող հիւանդութիւններու համար:

(10) Փոխանցիկ հիւանդութիւններու պարագային.— *Փոխանցիկ հիւանդութեան մը պարագային ընտանիքին հայրը պարտական է իմացնել կառավարութեան, եթէ բժիշկ չէ կանչած: Եթէ բժիշկը եկած է, արդէն ան կը տեղեկագրէ առողջապահութեան քարտուղարութեան, բոլոր փոխանցիկ հիւանդութիւնները: Բժիշկը այս տեղեկատուութիւնը ընելու ստիպուած է օրէնքով: Ուստի հիւանդին տէրը վստանալու չէ բժիշկին այդ վարմունքին: Կեղծ մաշկը, կապուտիկ հազը, կարմիր տենդը, հարսանէթը, դայլցաւը (մըմփս) եւն. տեղեկագրըւելիք հիւանդութիւններ են:*

Փոխանցիկ հիւանդութենէ տառապող մանուկը անմիջապէս պէտք է որ կղզիացուի եւ ընտանիքի միւս անդամները պէտք է հեռու մնան հիւանդէն:

Այցելուներու մուտքը բոլորովին արգիլուելու

է, ոեւէ հիւանդութեան պարագային:

«Երբ ըլլայ պիտի բռնուի» ըսելով իրենց փոքրիկ մանուկները հարսանէթէ եւ կամ կարմիր տենդէ տառապող հիւանդին քով տանող ծնողներ պարզապէս ոճիր կը գործեն: Շատ մը մահեր պատահած են այդ յիմարութեան պատճառաւ:

Հիւանդութեան պարագային ուրիշ կարեւոր հարց մը՝ բժշկին տուած հրահանգներուն հնազանդելու խնդիրն է: Բժիշկի օգտակարութեան չհաւատացողներ աւելի լաւ կ՚ընեն եթէ բժիշկ չկանչեն: Սակայն անգամ մը բժիշկը կանչելէ վերջ պէտք է հետեւիլ անոր պատուէրներուն: Հակառակ պարագային անօգուտ բան մը, շռայլութիւն պիտի ըլլար բժիշկ բերելը:

ՄԱՍՆ Բ․

ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐ, ԱԽՏԱՃԱՆԱՉՈՒԹԻՒՆ, ՀԻՒԱՆԴԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ ԵՒ ԱՐԳԵԼԻՉ ԴԱՐՄԱՆՈՒՄ

ՄՈՒՏՔ

Մանուկներու հիւանդութիւնները նկատելի տարբերութիւններ ունին, քանակի եւ որակի տեսակէտով, բաղդատմամբ չափահասներու յատուկ հիւանդութիւններուն:

Մենք այս բաժնին մէջ պիտի ջանանք թուել հակիրճ կերպով մանկութեան յատուկ հիւանդութիւնները, տալով անհրաժեշտ բացատրութիւններ անոնց արգելումին, խնամքին եւ դարմանումին մասին:

Տգիտութեան մէջ խարխափուելու դարը անցած է, ծնողներ պարտաւոր են հիւանդութիւններու եւ անոնց արգելումի մասին դաստիարակուիլ: Հիւանդութիւնը արգիլել աւելի օգտակար է, քան յետոյ դարմանելը: Հիւանդութիւնն արգիլելու համար զայն ճանչնալ հարկաւոր է. իսկ ախտաճանաչութիւնն ալ գիտութեան շնորհիւ միայն կարելի է: Մենք՝ ծնողները դաստիարակելու մտքով միայն հրատարակութեան կուտանք այս գործը:

Յաճախ՝ մայրեր տղաբերքի չարչարանքէն ա-

դառնալէ վերջ կը կարծեն թէ ալ ամէն ինչ վերջացած է։ Հանդիստ պիտի ընեն։ Կը սխալին սակայն այդպէս մտածողները. բուն խաղը անկէ վերջ կը սկսի, տղաբերքը առաջին վարագոյրն է կեանքի ցաւոտ թատերախաղին։

Հիւանդ մանուկներու մօտ հսկումի եւ տառապանքի գիշերները, ծննդաբերքի ցաւերը մոռցնել կուտան։

Այսուհանդերձ մայրեր հիւանդութեան պարագային՝ պէտք չէ որ ջղայնանան ու անտեղի մըտավախութեան անձնատուր ըլլան։ Պաղարիւն եւ ինքնավստահ մայր մը լաւագոյն դայեակը ու հիւանդապահուհին է։

ԳԼՈՒԽ 1

ՆՈՐԱԾԻՆԻ ՅԱՏՈՒԿ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

Ա. ԳԼԽԻ ՈՒՌԵՑՔՆԵՐ.— Մանուկին գլուխը ծնած ատեն զայն կազմող ոսկորները կը սեղմուին եւ գլխուն առաջին անգամ ներկայացող մասը կը ստանայ կոնաձեւ երեւոյթ։

Գլխուն ներկայացող մասին մորթը կ'ուռի եւ երբեմն մորթին տակը արիւն հաւաքուելով կը կապուտնայ։

«Երախային գլխուն ձեւը աւրուեր է» ըսելով ուռեցած մասերը կոշտ մատներով շտկելու չէ. լաւ մը լուալէն եւ չորցնելէն վերջ հանդիստ ձգելու է։ Ընդհանրապէս մի քանի օրուայ մէջ կը լաւնայ։

Երբեմն այս ուռեցքներու մէջ լճացած արիւնը հեղուկի կը վերածուի ու անհոգութեան պարագային թարախ կ'արտադրէ։ Այսպիսի պարագաներուն՝ բժիշկին ուշադրութիւնը հրաւիրելու է։ Բըժիշկը թարախի գոյութիւնը հաստատելէ վերջ պզտիկ գործողութիւն մը կատարելով կացութիւնը կը դարմանէ։

Մանուկներու գործիքով առնուելու պարագային երբեմն գործիքի ճնշման պատճառաւ կապուտցած ուռեցքներ եւ քերթուածքներ կրնան ըլլալ։ Պէտք չէ մտահոգուիլ այդ մասին։

Երբեմն ալ արիւնի բիծեր կը տեսնուին դըժ-

ուսարութեամբ ծնած մանուկներու աչքերուն մէջ. ասոնք ալ ժամանակի ընթացքին կ՚աներեւութանան:

Բ. ՆՈՐԱԾԻՆԻՆ ԽԵՂԴԱՄԱՀՈՒԹԻՒՆԸ.— Շատ մը պատճառներ ծնելու վրայ եղող մանուկին վրայ ազդելով զայն խեղդամահ կ՚ընեն բժիշկին եւ ընտանիքին վրայ մեծ սարսափ ձգելով:

Նորածինի մը խեղդամահ ըլլալու պարագային շատ քիչ անգամ բժիշկն է մեղաւորը: Մօր արգանդին, կոնքի ոսկորներուն եւ սեռային գործարաններու մէջ բնական անկանոնութիւններ, ծննդաբերքի չափազանց երկարատեւութիւնը, պորտի չուանին կարճութիւնը եւ մանկան վզին կամ մարմնոյն շուրջ փաթթուած ըլլալու պարագան, մանկան ներկայանալու ձեւը, ծնելէն վերջը թոքերու գործադուլը եւ ուրիշ շատ մը պատճառներ կան, որոնց շնորհիւ նորածինը կրնայ խեղդամահ ըլլալ:

Ծնած երախան եթէ ձիւնի պէս ճերմակ եւ պաղ ծնի շատ դժուար է զայն կենդանացնել: Իսկ շնչելու հակառակող մանուկ մը եթէ կապտագոյն երեւոյթ ունենայ եւ մարմինը տաքուկ ըլլայ, հաւանական է անոր կենդանացումը:

Խեղդամահ ըլլալու նշաններ ցոյց տուող երախային բերանն ու քիթը մաքրելէ վերջ գլուխն ի վար կախելու է եւ կոնակին ու դմակին ձեռքով զարնելու է: Պաղ եւ տաք ջուրի մէջ փոխն ի փոխ չփումներ եւ երբեմն մանկան քթին քիչ մը ամմօնեա հոտոտացնել օգտակար գործողութիւններ են: Երբեմն ուղղակի մանուկին բերնին մէջէն փչելով կարելի է թոքերը գործունէութեան մղել:

Խեղդամահ մանուկին վրայ աշխատելու է երկար ատեն եւ անմիջական անյաջողութեան մը պարագային յուսահատելու չէ: Ես անձամբ երկու անգամ յաջողած եմ կենդանացնել խեղդամահ եղած երկու նորածիններ երկար ատեն անոնց վրայ աշխատելով:

Գ. ՆՈՐԱԾԻՆԻՆ ՎԱՐԱԿՈՒՄԸ.— Բնականաբար այնքան չարչարանքէ վերջ (ա՛խ ինչ ըսեմ Եւային որ խաբուեցաւ օձէն) ծնող մանուկին՝ մանրէներով վարակումի դէմ, իր ունեցած դիմադրութեան պաշարը շատ քիչ է: Առաջին քանի մը օրուան մէջ անոր պաշտպանութեան հակամէտութիւնը, եւ սնունդէ զրկուիլը կրկնակ կերպով կը պակսեցնեն անոր վարակումի դէմ կռուելու պահեստի ոյժը:

Ծննդաբերութեան ատեն որքան ալ շատ հոգ տարուի մաքրութեան եւ հականեխումի գործողութեան, դարձեալ անկարելի է մանրէներու վոհմակները բոլորովին փճացնել: Ծնելու յաղթանակը աւետող մանուկը առաջին հերթին կ՚ենթարկուի բազմատեսակ մանրէներու յարձակումին, վա՜յ պարտեալին...:

Մանկան քիթն ու բերանը, աչքերը, յետոյքն ու սեռային գործարանները, եւ մանաւանդ պորտը մանրէներու յարձակման գլխաւոր կեդրոնները կը կազմեն:

Ու այսպէս մանրէները «լաւ որս մը գտանք» ըսելով միահամուռ դրոհ կուտան: Ջերմամիզութեան մանրէն որ աչքերու սիրահար է շուտով բոյն կը դնէ մանկան գեղեցիկ, պճլտուն աչքերուն մէջ: Քօքայի օրէնքը դեռ չհաստատուած՝ թոքատապի մանրէները կ՚արշաւեն շնչափողէն ներս եւ կը գետեղուին թոքերուն խցիկներուն մէջ, պատճառ դառնալով մանուկին շուտափոյթ մահուան: Թա-

բախ կազմող թունաւոր մանրէները անմիջապէս կը սկսին արածիլ պորտին վրայ եւ յաջողութեան պարագային՝ յառաջ կը բերեն փորամաշկատապ:

Վերոյիշեալ վարակումները արգիլել, աւելի դիւրին է, քան երեւան գալէ վերջ դարմանելը: Մայր մը իր յղութեան վերջին օրերուն մասնաւոր զգուշութեամբ բաղնիք առնելու է եւ օրական քանի մը անգամ բնական պէտքերը գոհացնելէ վերջ իր սեռային գործարաններուն մաքրութեան լաւ հոգ տանելու է: Ծննդաբերութեան պահուն բժիշկը, հիւանդապահուհին եւ օգնականները իրենց կարելին ընելու են մաքրութեան հոգ տանելու համար: Մանուկին լուացուելիք ջուրը, գործածուելիք օճառը, սպունգը եւ սրբիչները բոլորն ալ մաքուր եւ հականեխուած ըլլալու են:

Նորածինին աչքերուն մէջ կաթեցուելիք արծաթի բաղադրութիւնները ջերմամիզութեան վարակումին առաջքը կ'առնեն:

Դ. ՊՈՐՏԻՆ ՍՊԻԱՑՄԱՆ ՅԱՊԱՂՈՒՄԸ.— Այս կացութեան լաւ տեղեակ են մեր բազմածին մայրերը: Շատ մը տղաձգան մայրեր կը գանգատին ըսելով «մանկան պորտը չի բուժուիր. դեռ թաց է» ծննդաբերքէն շաբաթներ վերջն իսկ: Պատճա՞ռը... անհոգութիւնն է՝ մօր, հիւանդապահին, օգնականին, դայեակին եւ կամ բժշկին (ցաւալի է այս պարագան):

Հականեխումէ վերջ զգուշութեամբ կտրուած եւ կապուած պորտ մը եթէ մաքուր եւ չոր պահուի, տասը օրէն կը սպիանայ:

Եթէ սպիացումը յապաղի, պէտք է լաւ մը մաքրել վէրքը եւ յետոյ 25% արծաթի ջուրով օծելէ

վերջ ցամքեցնող փոշիներով եւ մաքուր վիրակապերով կապելու է:

Ե. ՆՈՐԱԾԻՆԻՆ ՍՏԻՆՔԱՏԱՊԸ.— Նորածիններէն ոմանց, մանչ թէ աղջիկ տարբերութիւն չ'ըներ, ստինքները (ծիծ) կը խոշորնան եւ կը կարմրին, չուտով չդարմանուելու պարագային՝ կը թարախոտին եւ ստինքը կը փճացնեն: «Ստինքին մէջ կաթ գոյացեր է» ըսելով ուռեցած ստինքները չփող մամիկներ մեծ սխալ մը կը գործեն այդ արարքով:

Ստինքներու բորբոքման ատեն լաւագոյն մ[illegible]ջոցն է, բժիշկին կարծիքն իմանալէ վերջ, 25[illegible] իքթիյոլի սպեղանիով օծել եւ կապել: Թարախ գոյանալու պարագային առանց ժամանակ կորսնցնելու բանալու է թարախոտած ստինքները, որպէսզի աւելի մեծ աւեր չգործէ:

Զ. ՆՈՐԱԾԻՆՆԵՐՈՒ ԿԱՐՄՐԱԽՏԸ

(ԼԱՔ ԾՕ)

Կարկամախտի (լաք ծօ) մանրէները կը վխտան ախոռներու եւ ժանգոտած գամերու եւ հին ու աղտոտ չորերու մէջ: Թէ ինչո՞ւ Յիսուսը, որ ախոռի մը մէջ ծնաւ, այս ախտէն չվարակուեցաւ, հարցումը կարելի է բացատրել Մարիամ Աստուածածնի մաքրութեամբ եւ Յովսէփ Նահապետին վարակման մասին ունեցած լաւ ծանօթութեամբ:

Ծնունդէն 3–9 օր վերջը մանուկը, եթէ կարկամախտի մանրէներով վարակուած է, կը սկսի ջալարումներ ունենալ. վիզն ու կռնակը աղեղի պէս կը ծռին եւ անկարելի կ'ըլլայ մանուկին բերանը բանալ: Բերանին գոցուելուն համար (լաք ծօ) անունը առած է:

Հակակարկամախտի չիճուկներու ներարկումը կրնայ նպաստաւոր արդիւնք տալ, սակայն շատ քիչ անգամ: Լաւագոյն կերպն է արգելիչ ներարկում մը տալը այդ չիճուկէն, կասկածելի միջավայրի մէջ ծնած մանուկին:

Է. ՆՈՐԱԾԻՆԻՆ ԱՉՔԵՐՈՒՆ ԹԱՐԱԽԱՅԻՆ ԲՈՐԲՈՔՈՒՄԸ.— Ծնունդէն մէկ երկու օր վերջ, մանուկին աչքերուն մէջ երեւցող թարախային բորբոքումներուն մեծագոյն տոկոսը ջերմամիզութեան հող[...]նրէներով վարակուած ըլլալն է: Ջերմամիզութենէ տառապող մայր մը երբ մանուկին ծնունդ կուտայ, բնականաբար կը վարակէ անոր աչքերը, որոնք երկու կամ երեք օր վերջը կ՚ուռենան եւ թարախոտելով շուտով կը կուրնան:

Քաղաքակիրթ կառավարութիւններուն ստիպողական օրէնքներուն համաձայն բժիշկներ պարտաւոր են բոլոր տղաձգան կիները կասկածելի նկատելով բոլոր նորածիններուն աչքերուն մէջ արծաթի բաղադրութիւններ կաթեցնել, հաւանական վարակում մը՝ իր սաղմին մէջ փճացնելու նպատակով:

Տղաբերքէ վերջ մանուկի մը աչքերուն մէջ ոեւէ անբնական փոփոխութիւն, բժիշկին ուշադրութեան յանձնուելու է, առանց ժամանակ կորսնցնելու: Այս փափուկ խնդրին մէջ ոեւէ թերացում կուրութիւն կրնայ բերել, զրկելով նորածինը՝ աշխարհի գեղեցկութիւնները վայելելու հաճոյքէն:

Ի ծնէ եւ մանկութենէ կուրացողներ այսպէս կուրացած են մեծ մասամբ:

Ը. ՆՈՐԱԾԻՆԻՆ ԴԵՂՆՈՒԹԻՒՆԸ.— Նորածիններու մօտ երեւցող դեղնութեան իսկական պատ-

ճառները բացատրող տեսութիւնները շատ ալ գոհացուցիչ եւ համոզիչ չեն: Այս դեղնութիւններէն շատեր մէկ երկու շաբաթուայ ընթացքին կ՚անհետանան: Ջուրի առատ գործածութիւնը եւ հնդկախիւղի լուծողական մը բաւական է վերջ տալու պարզ դեղնութիւններու: Բայց լեարդի անբնական երեւոյթներու, վարակումի եւ թունաւորման արդիւնք եղող դեղնութիւնները կրնան մահացու ըլլալ: Հետեւաբար դեղնութեան պարագային ապահովագոյն միջոցն է, ենթական յանձնել բժշկական խնամքի:

Թ. ԱՐԻՒՆԱՀՈՍՈՒԹԻՒՆ՝ ՆՈՐԱԾԻՆՆԵՐՈՒ ՄՕՏ.— Այլեւայլ պատճառներով, ինչպէս օրինակ, Ֆրանկախտէ վարակումի, արեան մէջ կատարուած փոփոխութիւններու եւ արկածներու բերումով նորածիններ արիւնահոսութիւն կրնան ունենալ մարմնոյն զանազան մասերէն: Երբեմն արիւնահոսութիւնը անկարելի կ՚ըլլայ կասեցնել: Որովհետեւ այդ պարագաներուն, յաճախ արեան սառելու յատկութիւնը փճացած կ՚ըլլայ: Արիւնահոսումէ տառապող մանուկներու երակներէն արիւն ներարկել եւ երբեմն ալ ծնողներու արիւնէն քիչ մը մանուկին մկաններուն մէջ ներարկել օգտակար կրնայ ըլլալ:

Ժ. ԾՆՈՒՆԴԻՆ ԱՐՁԱՆԱԳՐՈՒԹԻՒՆԸ.— Ամերիկայի մէջ նորածինին արձանագրութիւնը՝ կառավարութեան մօտ, շատ կարեւոր է եւ ոչ մի պարագայի տակ պէտք չէ որ անտեսուի: Ապագային, ամուսնութեան, քաղաքացիութեան, ժառանգի եւ ճամբորդութեան պէս պարագաներուն անհրաժեշտ է ծննդեան վկայագիր ունենալ:

Հոգատար բժիշկը օրը օրին կը տեղեկագրէ իր

հոգատարութեան տակ ծնած մանուկներու մասին: Եթէ բժիշկ կանչուած չէ, դայեակը եւ կամ ծնողքը պարտաւոր են իրենց մանուկին ծնունդը արձանագրել տալու իր ժամանակին: Թերացողները կը տուժեն:

ԺԱ. Ի ԾՆԷ ՊԱԿԱՍՈՒԹԻՒՆՆԵՐ.— Մայր բնութիւնը ընդհանրապէս կատարեալ բաներ կ'արտադրէ. սակայն բացառութիւններ միշտ կը պատահին:

Այսպէս, առեն առեն, առանց թեւի, առանց յետոյքի եւ ուրիշ պակասութիւններով ու հրէշային յաւելումներով մանուկներ կը ծնին: Չէ՞ք լսած «կէսը մարդ կէսը կենդանի» եւայլն առասպելներ: Այդ առասպելներէ ոմանք չափազանցութիւններ են, իսկ ոմանք ալ ճշմարիտ են:

Պակասութիւններով աշխարհ եկող մանուկները պէտք չէ վերագրել ծնողքին այս կամ այն մեղքին: Անոնք կրնան պատահիլ ոեւէ երկրի եւ ոեւէ ընտանիքի մէջ: Որձեւէգութիւնը, իրար փակած մարմիններ եւ վեց մատներով ծնած մանուկներ այդ կարգին կը պատկանին:

Երբեմն բժշկական միջամտութեամբ կարելի է, պակասը լրացնել եւ յաւելումը փճացնել:

ԳԼՈՒԽ 2

ԴԻԵՑԻԿ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

Թէ՛ մօր կաթով եւ թէ՛ կենդանիի կաթով դիեցուող մանուկներ, առեն առեն կ'ունենան մարսողութեան խանգարումներ եւ դիեցումի շրջանին յատուկ հիւանդութիւններ, որոնց մասին ամփոփ գաղափար մը ունենալ խիստ շահեկան է եւ պիտանի:

Այս շրջանի յատուկ անկանոնութիւններու մասին քիչ շատ գիտակից մայր մը շուտով կրնայ անոնց առաջքը առնել, իր աչալուրջ հսկողութեամբ եւ ընտանիքի բժիշկին օգնութեամբ:

«Աւելի լաւ է որ չգիտնամ ու չվախնամ» ըսող մայրեր ուշ կամ կանուխ թէ՛ կը գիտնան ու թէ՛ կը վախնան, բայց արդէն թանկագին ժամանակը կորսուած կ'ըլլայ:

Պէտք չէ մոռնալ թէ գիտութիւնը միշտ ալ տգիտութենէ աւելի լաւ է: Իրաւ որ մայրեր բժիշկ ըլլալու կոչուած չեն. սակայն անոնք մայր ըլլալով ստանձնած են մեծ ու ծանրակշիռ պատասխանատուութիւններ որոնց հանդէպ թերացումը աններելի է եւ մինչեւ անգամ պախարակելի: Անոնք օր մը պիտի ստիպուին քաւել իրենց յանցանքը ի տես իրենց հոգեհատորներուն չարչարանքներուն:

Ա. ԱՆՕԹՈՒԹԻՒՆ.— Անօթութիւնը բնախօսական երեւոյթ մըն է: Ան պէտք չէ շփոթել անբնական եւ ախտաբանական երեւոյթներու հետ: Ա-

նօթութիւնը պէտք է ճանչնալ հետեւեալ նշաններով։

Անօթի մանուկը կուլայ բարձրաձայն իր ձեռքերն ու մատները բերնին տանելով։ Բերանը մօր ստինքին կամ կաթնաշիշին չհասած ծծելու գործողութեան կը սկսի. մրմռալու ու անհանգիստ շարժուձեւերու կը սկսի, երբ կաթին հոսումը ոեւէ կերպով կ'արգիլուի կամ կը խափանուի։ Պէտք եղած սնունդն ստանալէ յետոյ կը հանդարտի եւ խոր քունի կը մտնէ, կամ թէ կը սկսի խաղալ խաղաղօրէն։

«Կշտանալ չգիտցող» մանուկներուն կարելի է քիչ մը աւելի սնունդ տալ, քան ինչ որ պիտի համապատասխանէր իրենց տարիքին։ Պայմանով որ փսխումի ու փորհարութեան նշաններ ցոյց չտան։

Բ. ՀԵԾԿԱՆՔ — (Հիքքըփ) — Հեծկանքը (հըչկըրըգ) Թոքերուն ստորեւ գտնուող հովանոցաձեւ միկանին պրկումն է՝ ակամայ կերպով։ Հեծկանքի պատճառներն են արագ ծծում, ծծելու ատեն ստամոքսի մէջ օդի հաւաքում, չափէն աւելի պաղ կամ տաք կաթով դիեցում, եւ ստամոքսի ու աղիքներու մէջ կազերու գոյացում։ Հեծկանքի ատեն քիչ մը գաղջ ջուր խմցնել եւ մանուկին գլուխը մօր ուսերուն կռթնցնելով զմակին զարնել օգտակար է։ Եթէ հեծկանքը մնայուն ըլլայ, տաք ջուրով փորի շփումներ եւ յետոյքէն գրեխ ընել յաճախ կրնան դարմանել այդ անախորժ կացութիւնը որ շատ անգամ մեծ մտատանջութիւն կը պատճառէ։

Ծանր հիւանդութիւններու ատեն մնայուն եւ մշտատեւ հեծկանքը վտանգաւոր վախճանի մը գուժկանն է։

Գ. ԽԻԹԵՐ (Փորի ցաւ) — Փորի խիթերը կազերու ներկայութեան եւ աղիքներու արտակարգ կերպով գալարումներու արդիւնք է։ Փորի խիթերու ատեն մանուկը իր ոտքերը կը պրկէ փորին վրայ եւ բարձրաձայն կը ճչայ, երբեմն ոքալով։ Որովայնը կը բքանայ եւ եթէ մատներովդ վրան զարնելու ըլլաս, թմբուկի պէս ձայն կուտայ։ Յաճախ յետոյքէն արտաքսուած օդն ու կազը վերջ կը դնեն որովայնի խիթերուն։ Քիչ մը աղ ջուրով գրեխ ընել (հոգնա), եւ կամ կլեսէրինէ շինուած փիթիլ մը յետոյքին մէջ, աղտեղութեան արտաքսումը կը յառաջացնէ եւ այդպէսով վերջ կուտայ խիթերու։ Բնականաբար որովայնի մէջ կազերու արտադրութիւնը, մարսողութեան խանգարումի արդիւնք պէտք է նկատել։ Յառաջիկայ էջերու մէջ աւելի կը ծանրանանք այդ կէտին վրայ։

Կովու կաթով սնանող մանուկներուն փորի խիթերուն պատճառն է, ժամանակէ առաջ, չափազանց դիեցում, չափէն աւելի տաք կամ պաղ կաթով։ Կաթը նօսրացնել եւ 4–5 վայրկեան եփել կը բաւէ դարմանումի համար։

Իսկ մօր կաթով դիեցուած մանուկներու խիթերը մօր կաթին շատութենէն եւ չափազանց խիղտ ըլլալէն յառաջ կուգայ։ Պէտք է հինգ վայրկեան միայն ծծցնել այդպիսի պարագաներու տակ։

Դ. ՓՍԽՈՒՄ — Փսխումը մանկական շատ մը հիւանդութիւններու հետ ընկերացող նշան մըն է։ Հոս պիտի խօսինք հասարակ փսխումի մասին։

Դիեցումէ վերջ դժուարութեամբ տեղի ունեցած փսխումի պատճառն է դիեցումի ատեն օդ կլլելը։ Դիեցումէ անմիջապէս վերջ այս ձեւ փսխումը արգիլելու լաւագոյն դարմանն է, կլլուած օդին

արտաքսմանը համար մանուկին գլուխը մօր ուսերուն կռթնցնելով մանկան դմակին կամաց մը զարնել:

Դիեցումէ վերջ կաթին մէկ մասին կամաց մը վերադարձը պէտք չէ փսխում նկատել: Զափէն աւելի ընդունուած կաթին արտաքսումն է այդ, բան մը որ օգտակար է մանուկին հանգստութեան համար:

Մանուկը անփութօրէն գրկել եւ ստամոքսին վրայ ճնշել եւ երբեմն ալ փորակապը պինդ կապել փսխում կը պատճառէ:

Փսխումը, եթէ ժամանակին չդարմանուի, ջղային մանուկները կ'առաջնորդէ որոճալու յոռի ունակութեան:

Փսխումը երբ դիեցումէ բաւական վերջ պատահի եւ թթու հոտ մ'ունենայ ըսել է թէ կաթին սերը եւ կամ շաքարը չեն մարսուած ըստ բաւականին:

Երբեմն ալ փսխումը յառաջ կուգայ ստամոքսէն աղիքները տանող ճամբուն պրկումէն եւ կամ նեղնալուն պատճառով: Ասոնց դարմանումը երբեմն վիրաբուժական գործողութեամբ միայն կարելի կը դառնայ: Կուրաղետապի, փորամաշկատապի, եւ աղիքներու հանգոյցի ատեն տեղի ունեցած փսխումները բոլորովին տարբեր հանգամանք ունին ընկերանալով ուրիշ ախտանիշերու:

Ականջներու ածումին եւ կապուտիկ հազի ատեն փսխումը՝ ջղային կեդրոններու գրգռումէն յառաջ կուգայ:

Ընդունուած կաթին եւ գործածուած խառնուրդներուն անյարմարութիւնն ալ փսխում կը պատճառեն:

Ե. ՊՆԴՈՒԹԻՒՆ ԵՒ ՓՈՐՀԱՐՈՒԹԻՒՆ.— Այս նիւթերը իրենց խիստ կարեւորութեանը պատճառաւ պիտի ուսումնասիրենք յառաջիկայ էջերուն մէջ:

Արհեստական դիեցումով սնանող մանուկները երբ փորհարութիւն ունենան աւելի մեծ ուշադրութեամբ հետեւելու է այդ կացութեան:

Զ. ՀՈՏՈՂ ՄԷԶԸ.— Երբեմն, մանուկներու մէզը սաստիկ կը հոտի իր պարունակած ամմօնեային պատճառաւ: Այսպիսի պարագաներուն կաթին մէջէն սերը (քրիմ) առնելու է:

Է. ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ԱՂՏԵՂՈՒԹԻՒՆԸ.— Դիեցիկ մանուկներու արտաքսած աղտեղութիւնը ուսումնասիրելը մեծ կարեւորութիւն ունի: Աղտեղութեան քննութենէն շատ անգամ երեւան կ'ելլէ անմարսողութեան ձեւն ու տեսակը:

Մօր կաթով սնած մանուկները միջին հաշուով օրական երկու երեք շարժում կ'ունենան: Գոյնը բաց դեղին կամ նարնջագոյն է. կակուղ է եւ միօրինակ, քիչ մը թթու, եւ հոտը սովորական է:

Կովու կաթով սնած մանուկներու աղտեղութեան գոյնը աւելի բաց է եւ տարբեր խառնուրդ ունի, հոտն ալ աւելի շատ է:

Կանանչագոյն եւ թթու հոտող աղտեղութիւնը շաքարի անմարսողութեան արդիւնք է:

Բաց թուխ, մոխրագոյն եւ ճերմակ գնդիկներ պարունակող եւ չորերը խղոտող աղտեղութիւնը նշան է թէ կաթին սերը լաւ չէ մարսուած: Պանիրի պէս խոշոր գունդեր պարունակող աղտեղութիւնը կը ցուցնէ կաթի սպիտակուցի թերի մարսողութիւնը:

Աղտեղութեան մէջ լորձի, արեան եւ թարախի

ներկայութիւնը, հիւանդութիւններու նշան է եւ այս պիսի պարագաներուն, բժիշկ կանչելը յարմարագոյն միջոցն է:

Կովու կաթով եւ մասնաւոր շաքարներով մանուկ գիրցնող մայրեր մօր կաթ ուտող մանուկին առողջութեան պէս, ոսկեգոյն առողջութիւն ակընկալելու չեն իրենց մանուկներէն:

Ը. ՍՆՆԴԱԿԱՆ ԳԱՃԱՃՈՒԹԻՒՆ.— Սննդական գաճաճութիւնը մէկ տարեկանէ վար մանուկներու աղքատ սննդառութեանը պատճառաւ աճումի դադարումը եւ մանուկին հիւծումն է: Ֆրանկախտի, հիւծախտի եւ ուրիշ հիւանդութիւններու պատճառած հիւծումները պէտք չէ որ շփոթուին այս հիւանդութեան հետ:

Սննդական գաճաճութենէ կը տառապին, առհասարակ մօր կաթէ զրկուողները եւ կենդանիի կաթին անյարմար խառնուրդը ստացող մանուկներ:

Սննդական գաճաճութիւնը լիուլի դարմանելու լաւագոյն միջոցը ստնտու դայեակի մը կաթն է: Մօր կաթին մէջն է մանուկին փրկութիւնը այսպիսի պարագաներուն: Երկար ատեն կաթնաշիշով կաթ ծծելու վարժուող մանուկը բնականօրէն դարձեալ ստինքին վարժուելու համար դժուարութիւններ կը հանէ, սակայն պէտք չէ յուսահատիլ: Ստնտու դայեակը մութ սենեակի մը մէջ պահելով, կամ զայն ծածկելէ վերջ միայն իր ստինքները ցոյց տալով. ստինքի պտուկներուն վրայ շաքար ցանելով կարելի է մանուկը կրկին վարժեցնել մօր կաթին եւ ստինքին:

Եթէ մօր կաթ գտնել անկարելի ըլլայ, երբեմն խտացած կաթէ խառնուրդներ կրնան օգտակար ըլլալ: Սննդական գաճաճութենէ տառապող մանուկներ շատ չեն կրնար դիմանալ պաղին եւ տաքին: Մաքուր օդ եւ բարեխառն կլիմայ, կարեւոր ազդակներ են, որոնք կը սատարեն անոր ապաքինումին:

Թ. ԱՆՄԱՐՍՈՂՈՒԹԵԱՆ ԱՐԴԻՒՆՔ ԾԻՒՐՈՒՄ.— Սննդական գաճաճութիւնը երկար ատեն սննդառութեան խանգարումի արդիւնքն էր: Անմարսողութեան արդիւնք՝ նիհարացումը քիչ մը տարբեր է. այս կացութիւնը եթէ շարունակէ, արդիւնքը կ'ըլլայ սննդական գաճաճութիւն: Առհասարակ կովու կաթով կերակրուող մանուկներ անմարսողութիւն եւ անոր հետեւանք, փսխում եւ փորհարութիւն կամ պնդութիւն կ'ունենան: Այս կացութիւնը եթէ երկար տեւէ, բնականօրէն ծանրութեան կորուստ եւ նիհարացում պիտի պատճառէ: Այսպիսի մանուկներ խտացած կաթի Փօրմիւլաներով եւ գարիի ջուրի խառնուրդով աւելի կը կազդուրուին:

Մէլլինս Ֆուտի խառնուրդներն ալ օգտակար գտած եմ իմ փորձառութեամբ: Խտացած կաթի եւ Մէլլինս Ֆուտի խառնուրդները պատրաստելու եղանակը միշտ բացատրուած կ'ըլլայ այդ նիւթերը պարունակող տուփերու կամ շիշերու ընկերացող պրօշիւրներուն մէջ:

Ժ. ԿՈՎՈՒ ԿԱԹԻ ԴԷՄ ԲՆԱԿԱՆ ՀԱԿԱԿՐԱՆՔ.— Երբեմն, կարգ մը մանուկներու համար կովու կաթի դիեցումը անկարելի կ'ըլլայ հակառակ բոլոր փորձերու: Նոյնիսկ մէկ երկու դգալ կաթ բաւական է, այդ կարգի մանուկներուն պատճառելու համար փսխում, ջերմ, մարմնոյ բարբոքումներ, մորթի կարմրութիւններ եւ տկարութիւններ: Բժշկական

քննութենէ մը վերջ եթէ հաստատուի թէ կովու կաթը բնականօրէն հակառակ է այս կամ այն մանկան օրկանիզմին՝ պէտք է անմիջապէս դադրեցնել կովու կաթի գործածութիւնը եւ դիմել կամ մօր կաթին եւ կամ ուրիշ ուտելիքներու, որոնց պատրաստութիւնը բժշկին կը պատկանի։

ԳԼՈՒԽ 3

ԻՒՐԱՑՈՒՄԻ ՅԱՏՈՒԿ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

Ա. ԼՆԴԱԳԱՐՈՒԹԻՒՆ (Սքըրվի—Սքօրպիւթ). — Սքըրվիի հայերէն թարգմանութիւնը, Լնդագարութիւն, թիւրիմացութեան առաջնորդող անուն մըն է, որովհետեւ այս հիւանդութեան մէջ լնդագարութիւնը, այսինքն մանուկին լինդերէն արիւնահոսութիւնը ախտանիշ մըն է եւ ոչ թէ ինքնին ախտ մը։

Սքըրվին արհեստական դիեցումով սնած մանուկներու մէջ գոյացած, իւրացումի պակասէն յառաջ եկած ընդհանուր մարմնային հիւանդութիւն մըն է, մասնաւորապէս Գ. դասակարգէ կենսանիւթի (վիթըմին) չգոյութեան պատճառաւ։ Անոր կարեւոր ախտանիշերն են, լինդերու արիւնոտիլը, մորթի տակ արիւնի խուժում եւ մուժ կապոյտ բիծերու երեւում, յօդերու ուռեցք, ոսկորներու մէջ փոփխութիւն եւ մէզի մէջ արեան երեւում։

Յօդացաւի նմանող այս հիւանդութիւնը երկար ատեն թարմ կաթէ եւ բանջարեղէններէ ու պտուղներէ զրկուող նաւաստիներուն մէջ շատ կ՚երեւի։

Լաւագոյն դարմանն է Գ. տեսակէն կենսանիւթ պարունակող նիւթերուն մատակարարութիւնը։ Ասոնք են նարինջ, լիմոն ու թօմաթէս, փաթաթէս եւ հում կաթ։

Բ. ՈՍԿՐԱԹԵՔՈՒԹԻՒՆ (Րիքէթս). — Ոսկրաթեքութիւնն ալ սխալ անուն մըն է։ Ոսկրաթեքու-

թիւնը ռիքէթսի ախտանիշերէն մին է ։ Իսկական ոսկրաթեքութիւնը մանուկին ստացած սնունդին մէջ Ա. կարգի կենսանիւթի (վիթըմին) պակասին

ՈՍԿՐԱԹԵՔՈՒԹԵՆԷ ՏԱՌԱՊՈՂ ՄԱՆՈՒԿԸ
ՆՈՅՆԸ ԴԱՐՄԱՆՈՒՄԷ ՎԵՐՋ

(Ամեր. Բժ. Միութեան հաւանութեամբ)

կամ չգոյութեան պատճառաւ յառաջ եկած ընդհանուր ոսկորներու յատուկ հիւանդութիւն մըն է որ առհասարակ գիեցիկ եւ մէկ երկու տարուայ մանուկներու յատուկ է ։ Ոսկրաթեքութիւնը, այսինքն

ՅԱՌԱՋԱՑԱԾ ՈՍԿՐԱԹԵՔՈՒԹԻՒՆ
ԿՐԾՔԻ ՓՈՓՈԽՈՒԹԻՒՆՆԵՐՈՎ

(Կրուլիի Մանկանց Դիեցումի գրքէն: Վ. Պ. Սօնտըրս, Հրատարակիչներ)

ԾԱՆՕԹ.— Մի զարմանաք, մեր մէջ շատ կան ասոր նմանները :

մանուկին ոսկորներուն ծուռը այս սոսկալի ախտին մէկ երեւոյթը, մէկ ախտանիշն է միայն:

Մեծ քաղաքներու մէջ՝ օդէ, արեւէ եւ լաւ սնունդէ զրկուած եւ արհեստական դիեցումով սնած եւ երբեմն ալ մօր կաթով սնած (երբ մօր կաթին քանակն ու որակը լաւ եւ բաւարար չէ) մանուկներ, մանաւանդ սեւամորթ եւ իտալացի մանուկներէն շատեր, կը տառապին այդ հիւանդութենէն:

Ցաւալի է որ հայ մանուկներու մէջ ալ կարեւոր տոկոս մը, (ստոյգ վիճակագրութեան կը կարօտի այս կարծիքը) կը տառապին ոսկրաթեքութենէ:

Ուրեմն ոսկորներու թեքումը կամ ծուռը զոր մեր մամիկները գուռտագ չընելու կը վերագրեն, ոսկորներու յատուկ ընդհանուր հիւանդութեան մը հետեւանքը պէտք է նկատել:

Հայերը եւ իտալացիները որոնք գուռտագ ընելու սովորութիւնը ունին դժբախտաբար, չեն կրցեր խուսափիլ այդ հիւանդութենէն:

Ոսկրաթեքութիւնը մասնաւոր կենսանիւթերու՝ կիրի աղերուն թերի եւ պակասաւոր իւրացումէն յառաջ կուգայ:

Այդ ախտէն տառապող մանուկներուն գլուխը կը քրտնի, շուտ շուտ պաղ կ'առնեն, գանկը կը խոշորնայ եւ խորանարդ ձեւ կը ստանայ եւ գագաթը քառակուսի ձեւ կ'առնէ: Կողոսկրներուն վրայ գունդեր կը կազմուին եւ կուրծքը աղաւնիի կրծքին պէս դէպ յառաջ կը ցցուի:

Մանուկին փորը շատ կը խոշորնայ ու գորտի փորի նմանութիւն կը ստանայ: Փայծաղը եւ երբեմն լեարդը (թալագ եւ գարա ճիյէր) կը խոշորնան դուրսէն զգալի ըլլալու չափ:

Սրունքներու եւ թեւերու ոսկորներուն յօդերու

կից ծայրերը կը խոշորնան տգեղ երեւոյթ մը տալով մանուկներու սրունքներուն եւ թեւերուն, այլեւ այլ դիրքերու եւ ուղղութիւններու վրայ ծռելով զանոնք:

Ոսկրաթեքութենէ տառապող մանուկները կ'ըլլան գունատ, կը տառապին պնդութենէ եւ աղիքներու մէջ կազերէ եւ ընդհանուր թուլութենէ:

Ջղային մանուկներ երբ սկսին գունատիլ, պնդութենէ տառապիլ, գլխու քրտինք ունենալ եւ կողոսկրներուն վրայ գնդիկներ ցոյց տալ, անմիջապէս բժշկական քննութենէ մը պէտք է անցնին, որպէսզի այս հիւանդութիւնը մեծ աւերներ չգործած, օր առաջ բուժուի: Որովհետեւ բուժումը կարելի է եւ արագ, մանաւանդ նախնական շրջաններուն:

Արեւ, լաւ եւ գիտական դիեցում, մաքուր, եւ բացօդեայ կեանք, ձկան իւղ եւ հաւկիթ ու թարմ կաթ, ահաւասիկ ասոնք են ոսկրաթեքութեան ճական դարմանումի գլխաւոր սկզբունքները:

Անաղարտ եւ մաքուր ձկան իւղերը, հաւկիթի դեղինը, կարագը եւ թարմ կաթը, Ա. կարգի կենսանիւթ կը պարունակեն, այդ պատճառաւ անոնց գործածութիւնը օգտակար է ոսկրաթեքութեան դարմանումին համար:

Անփութօրէն յետաձգուած եւ մեծ չափերու հասած ծռութիւնները պատշաճ կօշիկներով եւ վիրաբուժական գործողութիւններով միայն կարելի է շտկել:

Հայ մայրերուն կը թելադրենք որ դրացիներուն «Մեծնայ նէ կը շտկուի» խօսքերուն առանց ականջ կախելու, օր առաջ հետամուտ ըլլան ոսկրաթեքութեան դարմանումին:

Մոռցայ յիշել թէ ակռաներու աճման անտեղի

կերպով ուշացումը եւ անոնց անկանոն ու ծուռ ումուր կերպով աճումը ոսկրաթեքութեան կարեւոր ախտանիշերէն մին է։

Յղի կիներ պարտաւոր են առատօրէն կենսանիւթ (վիթըմին) պարունակող ուտելիքներ ուտել որպէսզի մանուկը չ՚ծնած, արգանդին մէջ աճած ատեն ոսկրաթեքութեան չենթարկուի։

Գ. ԹԹՈՒԱՅԻՆ ՀԱՆԳԱՄԱՆՔ։ (Էսիդօսիս).— Արեան հանգամանքը (րիէքշըն) չէզոք է եւ իր պարունակած կալաքարային աղերու շնորհիւ աւելի կալաքարային հանգամանքի ենթակայ. բայց երբեմն այլեւայլ պարագաներու բերումով, ինչպէս չաքարախտ, սաստիկ փորհարութիւն, փսխում, փոխանցիկ հիւանդութիւններու եւ թունաւորումներու ատեն՝ արեան կալաքարային հանգամանքը կը փոխուի։ Ենթակային շրթունքները կը կարմրին ու կը չորնան, գոյնը մոխրագոյն եւ դեղին մոմի պէս կ՚ըլլայ առանց կապուտնալու, շնչառութիւնը կ՚արագանայ եւ մէզը որ շատ քիչ է, կ՚ըլլայ չափազանց թթու։ Եթէ այս կացութիւնը ժամանակին չդարմանուի, մանուկը անշարժ կը պառկի եւ դժուարութեամբ կարելի է զայն զարթնեցնել եւ շատ անգամ մահը կուգայ տիրելու կացութեան։

Առատօրէն ջուրի եւ կալաքարային դեղերու (լաւագոյնն է պէյքինկ սոտա եւ փօթասեըմ սիթրէյթ) անմիջական գործածութիւնը կրնայ բարերար եւ փրկիչ դեր խաղալ։

Դ. ԿԱԼԱՔԱՐԱՅԻՆ ՀԱՆԳԱՄԱՆՔ (Ալքոլօսիս). — Երբեմն ալ ընդհակառակը արեան մէջ կալաքարային հանգամանքը կրնայ այնպիսի աստիճանի մը հասնիլ որ անկարելի կ՚ըլլայ մանուկը գալարում-

ներէ (թէթէնիք քընվըլժըն) ազատել։ Ալքոլօսիսի գալարումները, խառնելու (քընվըլժըն) հետ չփոթելու չէ։ Այդ նիւթի մասին կը խօսինք այլուր։

Ալքըլօսիսը վտանգաւոր չէ։ Էսիդօսիսի դարմանումի ատեն եթէ շատ գործածուած են կալաքարային խառնուրդներ, պէտք է դադրեցնել անոնց շարունակումը եւ գրեթէ վայրկենական կ՚ըլլայ բուժումը։

Ե. ՇԱՔԱՐԱԽՏԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԷՋ.— Բարեբախտաբար շաքարախտէ տառապող մանուկներու թիւը աննշան ըլլալու չափ քիչ է, որովհետեւ շաքարախտը առհասարակ յառաջացած տարիքի պատկանող հիւանդութիւն մըն է։

Մանուկներու մէջ շաքարախտի գոյութեան կարեւոր ապացոյցներն են. մանուկին չափազանց ծարաւութիւնը եւ շատ ջուր խմելու փափաքը, արտակարգ կերպով միզելը եւ առանց ակնյայտ պատճառի ծանրութիւն կորսնցնելը եւ հակառակ տաք օդին, չոր մորթ եւ յաճախ անկողին թրջելու պարագաներ։

Կասկածելի պարագաներուն, մէզի եւ արեան քննութիւնով կարելի է յաջողիլ ստոյգ ախտաճանաչումի։ Ինսուլինի գիւտը յեղաշրջելով շաքարախտի դարմանման հին մեթոտները, փրկիչի դերը կը կատարէ ներկայիս, ազատելով կորսուելու դատապարտուած շատ մը զոհեր՝ մահուան սուր ճիրաններէն։

Ինսուլինի ներարկումներով եւ շաքարազերծ ու նշայազերծ ուտելիքներով կարելի է առաջքն առնել շաքարախտի մահացու բնոյթին։

Մանուկներու համար շաքարախտը շատ վտանգաւոր է։

ԳԼՈՒԽ 4

ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԱՐՍՈՂՈՒԹԵԱՆ ԳՈՐԾԱՐԱՆՆԵՐՈՒ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐԷՆ ԿԱՐԵՒՈՐՆԵՐԸ

Ա. ԲԵՐԱՆԻ ԲՈՐԲՈՔՈՒՄ.— Մանուկներու մէջ բերնի բորբոքումը անմաքրութեան վարակման արդիւնք է: Մօր ստինքները, կաթնաշիշերը եւ անոնց պտուկները, մանուկներուն ձեռքը տրուած խաղալիկները են., եթէ աղտոտ ըլլան, բնականօրէն կը պարունակեն մանրէներ, որոնք մուտք գործելով մանուկին փափուկ բերնին մէջ, կը յառաջացնեն այլատեսակ բորբոքումներ: Լեզուին, շրթներուն եւ լինդերուն վրայ կ'երեւին կարմրորակ կամ ճերմակ բշտիկներ եւ խոցեր, որոնք սաստիկ ցաւ կը պատճառեն մանուկին: Դիեցումը կը խանգարուի եւ շուտով անմարսողութիւնը կուգայ իր բոլոր բարդութիւններով:

Երբեմն ալ անհոգ եւ առանց դարմանումի թողուած այս խոցերը թունաւոր մանրէներով կըրկին կը վարակուին եւ շուտով ամբողջ լինդերը կը փտին եւ կարգ մը պարագաներու տակ երեսը կը ծակի եւ ամբողջ մարմինը կը թունաւորուի:

Վզին վրայ խոյլերու եւ գեղձային ուռեցքներու կազմութեան մէջ մեծ բաժին ունին բերանին վէրքերը, որոնց իսկական դարմանումը կ'իյնայ բժիշկին, իսկ արգելիչ դարմանումը ծնողներուն:

Մօր ստինքը դիեցումէ առաջ եւ վերջը պէտք է

անպայմանօրէն լուացուի պօրիք էսիտի ջուրով: Կաթնաշիշերը պէտք է պաղ ջուրի մէջ թողուին դիեցումէ վերջ եւ կրկին գործածուելու պարագային պէտք է եռացուին: Պտուկները նոյնպէս պէտք է եռացուին եւ պօրիք էսիտի ջուրին մէջ պահուին ցնոր գործածութիւն:

Մանուկներու տրուած խաղալիքները եռացած ջուրին մէջ մաքրուելու յարմար տեսակէն պէտք է ըլլան:

Մանուկները շրթունքներէն համբուրելը յաճախ կրնայ բերանի հիւանդութիւններու եւ մինչեւ անգամ Ֆրանկախտի փոխանցման պատճառ դառնալ: Պէտք է հրաժարիլ մանուկներուն բերանը համբուրելու սովորութենէն, որ աններելի ոճիր է:

Բ. ԱԿՌԱՀԱՆՈՒՄԻ ԱՏԵՆ ԱՆՀԱՆԳՍՏՈՒԹԻՒՆՆԵՐ.— Մեր մէջ սովորութիւն է դարձած մանուկներուն բոլոր հիւանդութիւնները ակռահանումի վերագրել: «Բա ակռայէն է, բժիշկին ի՛նչ ընէ չաղային» ըսելով խրատ տուող մամիկներ եւ դրացիներ շատ ունինք: Իրաւ. որ ակռահանումի ատեն տաքութիւն, անմարսողութիւն, փսխում, ջըղայնոտութիւն եւ մինչեւ անգամ խաղցնել եւ լուծնոտութիւն տեղի կրնան ունենալ: Այսուհանդերձ ամէն հիւանդութիւն ակռաներու վերագրել շիտակ չէ եւ յաճախ ցաւալի արկածներու դուռ կը բանայ:

Ձգեցէք որ «Ակռայէն է» խօսքը բժիշկը ըսէ:

Ընդհանրապէս առողջ մանուկներ ակռահանումի ատեն շատ դժուարութիւն չեն քաշեր: Ակռահանումի ատեն, ուռեցած լինդերուն վրայ մաքուր լաթով մը փաթթուած մատով ճնշում բանեցնել աւելի լաւ է քան դանակով ճեղքել: Ամերիկայի մէջ

ընդհանրացած ուրիշ սովորութիւն մըն է փէրիկօրիք քսել լինդերուն վրայ ակռահանումի ատեն: Վտանգաւոր գործողութիւն մըն է այդ, որովհետեւ փէրիկօրիքը իր պարունակած ափիոնին պատճառով կրնայ վտանգաւոր ըլլալ մանուկներուն՝ թունաւորելով զանոնք ափիոնէ: Մանուկները եւ ծերերը դիմադրութեան շատ քիչ ոյժ ունին ափիոնի եւ մօրֆինի դէմ:

Ակռահանումի ատեն նարինջի եւ լեմոնի ջուր տալու է մանուկներուն, որպէսզի անոնց պարունակած կենսանիւթերը աճումը դիւրացնեն:

Մեծցած մանուկներուն ակռաները եթէ փտին, պէտք է օր առաջ ատամնաբոյժի ձեռքով մաքրուին, հակառակ պարագային կ'առաջնորդեն անմարսողութեան, բերանի եւ շունչի հոտելուն, վզի գեղձատապի եւ յօդացաւի իր բոլոր բարդութիւններով: Հաստատուած է որ յօդացաւի գլխաւոր աղբիւրներէն մին է փտած ակռան:

Ակռաները, որոնք ստամոքսի կարեւոր օգնականներն են, պէտք է լաւ խնամուին ու պահպանուին: Կ'ըսուի թէ մարդիկ ակռաներով կը փորեն իրենց գերեզմանը: Ճշմարտութիւն է այդ ասացուածքը:

Գ. ԼԵԶՈՒԻՆ ՏԵՍՔԸ ԵՒ ԱՆՈՐ ԲԺՇԿԱԿԱՆ ԿԱՐԵՒՈՐՈՒԹԻՒՆԸ.— Լեզուին ցուցադրած տեսքը, անոր գոյնը եւ վրայի անբնական երեւոյթները մեծ կարեւորութիւն ունին ախտաճանաչման տեսակէտէն: «Լեզուդ դուրս հանէ» կ'ըսեն բժիշկները, երբ հիւանդի մը կ'այցելեն, ինչո՞ւ... ցոյցի՞ համար է արդեօք, ո՛չ. բժիշկները շատ բան կարող են հասկնալ լեզուին քննութեամբը:

Կ'արժէ որ ծնողներն ալ գաղափար մը ունենան

այդ մասին: Լեզուն համառութեան եւ ծամելու ատեն ընդունուած պատառը դէս ու դէն շարժելու, խօսելու եւ հոտառութեան համար ստեղծուած գործարան մըն է որ բաղկացած է զօրաւոր մկաններէ, ջիղերէ եւ արեան երակներէ: Անոնք պատուած են բաց կարմիր խնային թաղանթով մը, որուն գոյնին տարբերութիւնը եւ խաւով պատուած ըլլալը կարեւոր է: Առողջ լեզուն գրեթէ միօրինակ գոյն, եւ թաց երեւոյթ կ'ունենայ:

Ճերմակ կամ մոխրագոյն լեզուն անմարսողութեան եւ ջերմի նշան է. ելակի պէս կարմիր լեզուն կարմիր տենդի հետ կ'ընկերանայ. կարմրորակ պզպջակներով պատուած լեզուն ջրի ծաղիկի նշան է. ծայրը կարմիր եւ դէպի կեդրոնը երթալով ճերմկող եւ լեզուին ծայրը կարմիր եռանկիւն կազմող լեզուն թայֆօյտ փիվըրի հետ կ'ընկերանայ:

Երբեմն լեզուն տեղ տեղ սկրդուած եւ խորտուբորտ երեւոյթ մը կը ստանայ. ասոր աշխարհագրական լեզու անունը կը տրուի. բան մը որ ոեւէ մտահոգութիւն պատճառելու չէ:

Դ. ՅԱՐԱՏԵՒ ՓՍԽՈՒՄԻ ՎՏԱՆԳՆԵՐԸ.— Փըսխումը հիւանդութենէ մը աւելի ախտանիշ մըն է, որ շատ մը հիւանդութիւններ կը մատնէ: «Բան մը չէ, երեք ամսուայ ըլլալուն պէս կ'անցնի» կ'ըսեն մեր փորձառու, կէս գիտուն մամիկները: Շիտա՞կ է արդեօք: Ոչ. հասարակ փսխումը կրնայ անցնիլ այո՛, բայց եթէ փսխումը հիւծախտային, ուղեղատապի, մշտատեւ պնդութեան, ստամոքսի եւ աղիքներու միջեւ գտնուող օղակին նեղութեան, կուրաղետապի, ստամոքսային բորբոքումներու եւ

կեղծմաշկի արգիլինք են, ինչպէ՞ս կրնանք ըսել «բան մը չէ կ'անցնի»։

Բժիշկին կ'իյնայ հիւանդ մանուկին փոխումը վերլուծելու դժուարին, երբեմն ալ անհնար հարցը եւ ոչ թէ անպատասխանատու փորձառուներուն, որոնց փորձառութիւնը մէկ երկու մանուկ խնամելէն անդին չ'անցնիր։

Դիեցիկ մանուկներուն փոխումը կրնայ սովորութիւն ալ ըլլալ. որոճալը եւ կաթը առնելէն վերջ, ումպ ումպ դուրս տալը կրնայ մանուկին յոխ մէկ ունակութիւնը եղած ըլլալ։ Պէտք է որ առաջ այդ տեսակ ունակութեան առաջքը առնել, քանի չէ արմատացած։

Այս ունակութեան ենթակայ մանուկներուն ընդունելիք կաթին քանակը քիչ ըլլալու է եւ դիեցումի ժամանակամիջոցը աւելի երկար այսինքն փոխանակ երեք ժամը անգամ մը դիեցնելու չորս ժամը անգամ մը բաւական է։

Ախտաւոր փոխումները կարելի է իրենց պատճառին համեմատ դարմանել։ Սակայն հոս տեղին է աւելցնել թէ քիչ մը տարիքոտ մանուկներուն փոխումը կարելի է դադրեցնել ղանանք կերակուր ուտելէ վերջ մէկ ու կէս ժամ հանդարտ նստեցնելով։ Մասնաւոր ուտելիքներու արգելումն ալ մեծ դեր կը խաղայ։ Փսխելու սովոր մանուկներ պէտք է արգիլուին ուտելէ տապկուած կերակուրներ, կուշտ կեղեւ ունեցող պտուղներ, սալորներ եւն.։

Փտած ակռաներու, ախտաւոր նշագեղձիկներու (թանսըլ) եւ ծոյլ աղիքներու դարմանումն ալ մեծ դեր կը խաղան փոխումի առաջքն առնելու մէջ։

Ե. ՍՏԱՄՈՔՍԻ ՀԱՏՈՒ ԲՈՐԲՈՔՈՒՄ.— Մանկութեան շրջանին, թունաւորումները բացառութիւն համարելով, ստամոքսի հատու բորբոքումը գրեթէ հազուադէպ է։

Մանուկներ յաճախ արկածով զօրաւոր թըթուներ, կալաքրային նիւթեր եւ թունաւոր դեղեր խմելով կրնան ստամոքսի զօրաւոր բորբոքումներ ունենալ։ Այդ պատճառաւ տանին դեղերէն այօտայնը եւ սըլֆօնէֆթէն եւ լայզօլը մանուկներուն հասողութենէն հեռու տեղ պահելու է։

Ընդունուած կերակուրներու անմարսողութենէն յառաջ եկած զօրաւոր թոյները կրնան ստամոքսը բորբոքեցնել. բարձր տաքութիւն, խիթեր, փսխում եւ կանանչագոյն ու խլնային արտադրութեամբ (պալղամ-խլինք) լեցուն աղտեղութիւն արտադրելով։ Այսպիսի պարագաներուն լաւագոյն դարմանումն է անօթութիւնը. ձգելու է որ ստամոքսը հանգչի 10–20 ժամ եւ յետոյ ընդունելու է շատ դիւրամարս նիւթեր։

Թունաւորումներու պահուն լաւագոյն եղանակը բժշկական խնամքն է ու մինչեւ բժիշկին գալը աշխատելու է մեքենական միջոցներով, մանուկին բերանը մատ մը խօթելով փսխել տալ եւ եթէ ընդունուած թոյնը թթու է պէտք է անմիջապէս կաւիճի (թէպէշիր) փոշի խմցնել, իսկ եթէ կալաքարային թոյն մըն է խմուածը (սոտա եւն.), աւելի լաւ է լիմոնի թթու խմցնել, չը մոռնալով երկու պարագային ալ, քիչ մը հաւկիթի ճերմակ եւ ձիթախիւղ տալ։ Այօտայնի թունաւորման ատեն նշա տալու է։

Եթէ ստամոքսի անմարսողութիւնը եւ բորբոքումը ժամանակին չդարմանուի, կը հիննայ ու կը դառնայ գրեթէ անբուժելի։

Ստամոքսի ուրիշ հիւանդութիւններու մասին խօսիլ աւելորդ կը համարենք։ Սակայն կ'արժէ յիշել մանուկներուն արիւն փսխելու պարագան։ Եթէ դունատ եւ վատուժ մանուկ մը սկսի արիւն փսխելու, պէտք է անմիջապէս հիւանդանոց երթայ, որովհետեւ յաճախ արեան փսխումը վտանգաւոր տեսակէն սակաւարիւնութեան (փըրնիշըս էնեմեա) նշան է։

Ստամոքսի ընդլայնում, ստամոքսի անկում եւ աղիքներու հանգոյց եւն. կրնան պատահիլ մանուկներու մէջ։ Այդպիսի պարագաներուն բժիշկն է որ պիտի ընէ իր լաւագոյնը։

Զ. ՍՏԱՄՈՔՍԻ ԽԻԹԵՐ.— Ստամոքսի եւ աղիքներու խիթերը, անոնց օձագալար շարժման չափազանցութեան արդիւնքն է։ Այս օձագալար շարժումը բնախօսական երեւոյթ մըն է, եթէ իր սահմանին ու չափին մէջ մնայ։ Որովհետեւ առանց այդ գալարումներուն մարսողութիւնը եւ աղտեղութեան արտաքսումը անկարելի պիտի ըլլար։

Ուէէ գրգռիչ նիւթ, մանաւանդ անմարսողութեան արդիւնք եղող կազերու գոյացումը պատճառ կ'ըլլայ որ ստամոքսի եւ աղիքներու մկանունքը գործի մղուին ու վիրաւորուած օձի մը նման գալարին։ Այս աւելորդ գալարումներու արդիւնքը կ'ըլլայ զօրաւոր խիթեր, ցաւեր որոնք յաճախադէպ բաներ են դիեցիկ մանուկներու առօրեայ կեանքին մէջ։

Արագ արագ կաթ ստացող եւ կարճ ժամանակամիջոցով դիեցուող զօրաւոր խառնուրդներ ընդունող մանուկներուն մէջ աւելի յաճախադէպ են աղիքներու խիթերը։ Պնդութիւնը ուրիշ կարեւոր պատճառ մըն է։

Պաղառութիւն, թաց ոտքեր, թաց շորեր, վախ, բարկութիւն եւ չափազանց գրգռում, եւ ճճիներ, փորի խիթերու ուրիշ պատճառներն են։

Մանուկ դիեցնող մօր մը հոգեկան տագնապները եւ ուտելիքի մէջ անզգուշութիւնը մանուկին վրայ ազդելով, կրնայ պատճառել որովայնի խիթեր։

Մանուկին փորը կ'ուռենայ, ոտքերը փորին վրայ պրկելով կը տքայ ու կը ճչէ շարունակ։ Ցետոյքէն կազերու արտաքսումը կրնայ ատենուայ մը համար արգիլել ճիչը։

Որովայնի խիթեր ունեցող մօր կաթով սնած մանուկներուն մայրերը հոգ տանելու են իրենց պնդութեան եթէ իրենց կաթը շատ առատ է, դիեցումէ առաջ քիչ մը ջուր տալու է, այսինքն երկու թէյի դգալէն մինչեւ մէկ երկու աւնս։ Խիթեր ունեցող մանուկին փորը քսելու է օրը մէկ երկու անգամ միլք աւ մէկնեշիա տալով։

Կովու կաթով դիեցուած մանուկներուն խիթերը կարելի է դարմանել գործածուած կաթի խառնուրդը յարմարցնելով մանուկի կարիքներուն։ Երկու դիեցումներու միջեւ եղած ժամանակամիջոցը երեք ժամի տեղ չորս ընել, բաւական օգտակար կրնայ ըլլալ։

Որովայնի սաստիկ խիթերու առեն յետոյքէն գաղջ ջուրով դրեխ (հօգնա) ընելով եւ կամ կլեսէրինէ ֆիթիլներ (սուփօզիթօրի) գործածելով աղիքները մաքրել վայրկենական հանգստութիւն կը պատճառէ։

Քիչ մը պէյքինկ սօտայի հետ մէկ կաթիլ էնէսօնի հիւթ եւ կամ անանուխի հիւթ (փէփըրմինթ)

եւ տաք ջուր խմցնել բաւական օգտակար կրնայ ըլլալ:

Հակառակ գրեխ ընելու եթէ խիթերը չ'անյայտանան ու վերջին գրեխին հետ արիւն գալու ըլլայ, լաւ է որ բժիշկը անմիջապէս կանչուի, որովհետեւ կրնայ ըլլալ որ աղիքներու հանգոյց պատահած ըլլայ:

Է. ԱՂԻՔՆԵՐՈՒ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆԸ ԿԱՐԵՒՈՐ Է ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՀԱՄԱՐ ԵՒ ԿԵԱՆՔԻ ՈՒ ՄԱՀՈՒ ԽՆԴԻՐ Է.— Ամառը իր հեղձուցիչ տաքովը եւ մանրէներ փոխադրող ճանճերովը մանուկներու մեծագոյն ոսոխն է: Ամառ ատեն փորհարութենէ մեռնող մանուկներու թիւը միլիոններու կը հասնի:

Բայց զարմանալին հոն է որ տգիտութիւնն է այդ մահերուն գլխաւոր պատճառը: Եթէ մայրեր մանուկ խնամելու արուեստին մէջ պէտք եղած կրթութիւնն ու վարժութիւնը ունեցած ըլլային, այդ մահերուն մեծ մասը կարելի էր խնայել եւ աշխարհ չէր զրկուեր ով գիտէ, ապագայի ինչպիսի մեծ հանճարներէ:

Այսօրուայ մանուկն է ապագայ մարդը. ինչո՞ւ պատեհութիւն չտալ այսօրուայ մանուկին, որպէսզի ողջ մնալով ապագային ըլլայ օգտակար աշխարհաքաղաքացի մը, իր համեստ բաժինը բերելով դէպի կատարելութիւն ձգտող մարդկային մեծ գործին:

Ամառը պզտիկ պաղառութիւն մը եւ պզտիկ անմարսողութիւն մը կը բաւեն աղիքները իրենց տկունութենէն զրկելու համար: Ինքնապաշտպանութեան ուժերէն զրկուած աղիքները դիւրու-

թեամբ կը պարտուին ամառ ատեն կաթին մէջ վխտացող մանրէներու խոյանքին առջեւ: Արդիւնքը՞ ... Մանուկներու յատուկ գօլէրա եւ տեսակ մը թունաւոր փորհարութիւն, որուն վախճանը գրեթէ միշտ մահ է:

Ծնողներ պէտք է մեծ զգուշութիւններու յանձնառու ըլլալու են այդ անիծեալ փորհարութիւնն արգիլելու համար: Ամէն տուն ունենալու է սառոյցի սնտուկներ, մաքուր կաթնաշիշեր, մաքուր եւ վստահելի կաթ եւայլն:

Փորհարութեան առաջին նշաններուն երեւումին հետ հնդկախիւղի լուծողականը անհրաժեշտ է. լուծողականէն վերջ կաթը պէտք է դադրեցուի. միայն ջուր տրուելու է, եւ բժիշկի մը հսկողութեամբ պէտք է շարունակուի դարմանումը:

Ամառ ատեն մանուկներու հագուստեղէնը պէտք է ըլլայ թեթեւ եւ քրտինք ծծելու յարմար: Ֆանէլայէ փորակապը տակէն աւելի օգտակար է: Տաք օրերուն մէկ երկու անգամ սպունգով բաղնիք հրաշալի դեր կը խաղայ մանուկները զովացնելու գործին մէջ:

Ոչ մէկ պարագային կասկածելի եւ աւրուած կաթեր տրուելու չեն մանուկին: Ամառ ատեն ապահովագոյն ճամբան է կաթին եռացումը:

Կաթի պատրաստութեան ատեն ջանալու է տեղի չտալ ոեւէ ձեւով վարակումի:

Մանուկներու փորհարութիւնն արգիլելու համար թէյի գործածութիւնը այպանելի է:

Ը. ԱՂՏԵՂՈՒԹԵԱՆ ԱՐՏԱՔՍՈՒՄԻՆ ՀԱԿԱԿԸՇԻՌԸ (ֆրնթբօլը).— Ընթերցողներուն ծանօթ է արդէն որ մանուկները անկարող են զսպելու իրենց

ապահովութեան արտաքսումը: Բնականաբար կարելի չէ խօսիլ մինչեւ վեց ամսուայ մանուկներու մասին: Բայց մասնաւոր ջանքերով կարելի է մինչեւ մէկ տարեկան մանուկները տխսախիլլինի վարժեցընել:

Իսկ երկու երեք տարեկան մանուկներուն ամէն կողմ, հասած տեղերնին աղտոտելը այպանելի է եւ մօր անհոգութեան ցայտուն ապացոյցը:

Մանուկները վեցերորդ ամիսէն սկսեալ պէտքամանի վրայ նստիլ վարժեցնել, մաքրութեան տեսակէտէն լաւագոյն միջոցն է եւ որքան կը թեթեւցնէ տան գործերով բեռնաւորուած տանտիկնոջ լուացքի գործը:

Մանուկներ իրենց բնական պէտքերուն համար կանուխէն վարժուելու են կարգապահութեան: Ես յաճախ հանդիպեր եմ 3–4 տարեկան մանուկներու, որոնք առանց ամչնալու եւ ոեւէ անհանգստութիւն զգալու, կատարած են իրենց բնական պէտքը, առանց նոյնիսկ կանուխէն նշան մը տալու:

Այս մասին ծնողներ անփոյթ գտնուելու չեն: Որովհետեւ կանուխէն կարգապահութեան չվարժուող մանուկներ վերջէն անուղղայ կ՚ըլլան:

Թ. ՊՆԴՈՒԹԻՒՆԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒՆ ՄԷՋ.— Պնդութիւնը չարիքներու աղբիւր մըն է թէ մեծերուն եւ թէ մանուկներուն համար: Մանկական շատ մը հիւանդութիւններու էական պատճառը պնդութիւնն է: Ուստի կ՚արժէ որ քիչ մը ծանրանանք այս կարեւոր խնդրին վրայ:

Մանուկներու պնդութեան երեք գլխաւոր պատճառներէն առաջինն է բնական արգելքներու գոյութիւնը. ինչպէս աղիքներու նեղութիւն, աղիքներու անկում, աղիքներու խճողում եւ ընդլայնում, յետոյքի նեղութիւն եւն. եւն.: Երկրորդ պատճառն է, կերուխումի անկանոնութիւնն ու անյարմարութիւնը: Իսկ երրորդն ալ յոռի ունակութիւններ եւ սովորութիւններ, մարզանքի պակաս եւայլն:

Բնական արգելքներու դարմանումը բժշկական եւ վիրաբուժական հարց մըն է եւ մասնագէտներուն յատուկ գործ մըն է:

Սակայն կերուխումի եւ նիստ ու կացի հակակշիռը մօր եւ ծնողներու ձեռքն է, ուստի կարեւոր է այդ մասին ծանօթութիւն ստանալ:

(1). Մօր կաթով սնած մանուկին պնդութիւնը: Այս ձեւ պնդութիւնը յաճախ յառաջ կուգայ մօր պնդութենէ տառապելէն: Դանդաղաշարժ, իր բնական պէտքերուն գոհացման մէջ անփոյթ, իր կերուխումին հոգ չտանող, օրական դաւաթներով թէյ եւ սուրճ խմող մայրերու մանուկները բնականօրէն կը տառապին պնդութենէ. ուրեմն վերոյիշեալ ձեւով, պնդութեան դարմանումին մէջ առաջին քայլն է մօր դարմանումը:

Մայրը առատօրէն ջուր խմելով, մարզանքով, բանջարեղէն եւ պտուղեղէն ուտելով եւ երբեմն ալ անվնաս լուծողականներով (որպիսին է ռուսական իւղը եւ մէկնիշիան), կրնայ ազատուիլ պնդութեան խարանող ազդեցութենէն:

Մօր կաթին մէջ սերի նուազումն ալ կարեւոր դեր կը խաղայ մանուկը պնդութեան ենթակայ ընելու մէջ: Մօր կաթին մէջ սերը շատցնելու համար մայրեր պարտաւոր են խմել ալքօլախառն, թեթեւ ըմպելիներ ինչպէս գարեջուր, գինի եւայլն: Եթէ կարելի չըլլայ մօր կաթին սերը աւելցնել, այն ա-

ան դիեցումէ առաջ պէտք է տալ կէսէն մինչեւ մէկ թէյի դգալ հասարակ քրիմ:

Միլք աւ մէկնիզիան եւ ռուսական իւղէն օրական մէկ երկու թէյի դգալի գործածութիւնը օգտակար է: Մանուկին փորին վրայ շփումներ լաւ արդիւնք կուտան: Գրեխ ընելը (հօգնա) բացառիկ պարագաներուն գործածուելու է, որովհետեւ եթէ շարունակ գործածուի, կրնայ սովորութիւն դառնալ:

(2) Կովու կաթով սնած մանուկներու պնդութիւն.— Կենդանիի կաթով սնանող մանուկներուն պնդութեան պատճառները հետեւեալներն են. խառնուրդներու անյարմարութիւն, քրիմի, ածխակինի եւ շաքարի քիչ կամ չափազանց առատութիւնը եւայլն:

Խառնուրդը յարմարցնելով եւ անոր մէջ անվնաս լուծողականներ խառնելով կարելի է մանկան այս ձեւ պնդութիւնը արգիլել: Եթէ պնդութենէ տառապող մանուկներուն աղտեղութեան մէջ ճերմակ պանիրի պէս կարծր եւ խոշոր գունդեր շատ գտնուին, պէտք է կաթը պակսեցնել եւ ջուրը աւելցնել. իսկ եթէ մանր եւ մոխրագոյն գունդերը շատնան այն ատեն պէտք է կաթին քրիմը պակսեցնել: Կաթի խառնուրդին մէջ միլք աֆ մէկնեզիա, Մէլլինս ֆուտ եւ ուրիշ մօլթ պարունակող նիւթեր խառնելով կարելի է պնդութիւնը արգիլել: Տէքսթրի մալթօս շաքարը գործածողներ նոյն շաքարին (թիւ 3) տեսակը եթէ գործածեն պնդութեան առաջքը կ՚առնեն:

Հոս ալ հարկ կը զգանք կրկնել թէ գրեխ ընելը սովորութիւն ընելու չէ: Գրեխ ընելու է հիւանդութեան եւ բացառիկ պարագաներուն միայն:

(3) Տարիքոտ մանուկներու պնդութիւնը.— Ինչպէս որ կը հասկցուի այս վերնագրէն, պնդութիւնը միայն դիեցիկներուն յատուկ բան մը չէ. երկուքէն տասը տարեկան մանուկներ նոյնքան ենթակայ են պնդութեան: Մեծցած մանուկներուն պնդութեան գլխաւոր պատճառն է անոնց մեծ մասամբ կաթ, քրէքըր, պիսքիթ եւ հաց ուտելը: Մանաւանդ երբ կաթը եռացուած է: Բանջարեղէններու պակասն ալ կարեւոր դեր կը խաղայ:

Տարիքոտ մանուկներու պնդութեան դարմանումը կը կայանայ բնական արգելքներու վերացումէն, եւ կերուխումի մասնաւոր ուշադրութիւն դարձնելու մէջ: Մանուկները այս տարիքի մէջ խաղալու եւ խնդալու տենչէն թոնուած, երբեմն կը մոռնան ուշադրութիւն դարձնելու բնութեան կանչին: Մայրեր հոգ տանելու են որ իրենց զաւակները վարժուին կանոնաւորապէս գոհացում տալու իրենց բնական պէտքերուն: Պտուղեղէն (եփած) եւ բանջարեղէն կերակուրներ մեծապէս կ՚օգնեն պնդութեան դարմանումին:

Անվնաս դեղեր, ինչպէս մէկնիզիա, ռուսական իւղ, քասկարա, կլիսերինէ ֆիթիլներ եւն. կրնան օգտակար ըլլալ: Բայց միշտ ուժը տալու է կերուխումը կանոնաւորելու եւ առատօրէն ջուր խմցնելու:

Ժ. ԱՂԵԹԱՓՈՒԹԻՒՆ.— Աղեթափութիւն (ըրփչըր) կ՚ըսուի այն կացութեան, որուն մէջ փորոտիքէն մաս մը դուրս կը ցցուի որովայնի պատերէն: Այսպէս մենք կը տեսնենք պորտի եւ աճուկներու աղեթափութիւն: Պորտի դուրս ցցուիլը կրնայ ըլլալ ի ծնէ կամ վերջէն: Մասնաւոր կապեր գործածել եւ էտհիսիվ փլէսթըր փակցնելով կարելի է դարմանել

այդ կացութիւնը (Տես նկարը): Երբ այդ պարզ միջոցները ձախողին, աւելի լաւ է վիրաբուժական

ԹԷ ԻՆՉՊԷՍ ՊԷՏՔ Է ԿԱՊԵԼ (ԷՏՀԵՍԻՎ ՓԼԷՍԹԸՐՈՎ) ՊՈՐՏԻ ԱՂԵԹԱՓՈՒԹԻՒՆԸ

(Քըրլիի եւ Կրէյվի Մանկաբանութիւն գրքէն. Վ. Պ. Սօնտըրս, Հրատարակիչներ)

միջոցներու դիմել եւ ապատիլ այդ մղձաւանջէն միանգամ ընդմիշտ:

Երկու կողմերու, այսինքն աճուկներու աղեթափութիւնը դարմանելու համար գործածելու է

մանաւոր կապեր, զգուշանալու է պնդութենէ եւ լուծէ եւ եթէ մանուկը 7–8 տարեկան է, պէտք է դիմել վիրաբուժական գործողութեան: Փոքր հասակի մէջ, այսինքն վեց տարեկանէն պակաս եղող մանուկներուն վրայ կատարուած աղեթափութեան գործողութիւնները կրնան անյաջող անցնիլ եւ ապագային սեռային տեսակէտով ալ վնասակար ըլլալ: Ուրիշ տեղերէ ալ աղեթափութիւն կարելի է:

ԺԱ. ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒՆ ԿՈՒՐԱՂԵՏԱՊԸ.— Մեր մէջ շատ մը սխալ կարծիքներ արմատ ձգած են: Այդ սխալ կարծիքներէն մին է մանուկներուն կուրաղետապի հարցը: «Քա՛ մանո՞ւկն ալ էփիէնդիսայթիս կ'ունենայ»: Այո՛ Տուտու պաճի, կ'ունենայ, ինչո՞ւ չէ, մանուկը կոյր աղիք չունի՞: Երբ անխութօրէն կը կերցնես անոր քիւֆթէն եւ թուրշին, մինչեւ անգամ պաստըրման, ալ ինչո՞ւ կը զարմանաս:

Կուրաղետապը (էփփէնտիսայթիս) մանուկներուն մէջ աւելի մահացու է եւ կուգայ կայծակի պէս արագ: Մանուկին տարիքն ալ ոեւէ կարեւորութիւն չունի: Պատահած է որ մինչեւ անգամ եօթը շաբաթուայ մանուկներ մեռած են կուրաղետապէ:

Մանուկներուն մէջ կուրաղետապի կարեւոր ախտանիշերն են փսխում, եւ փորին աջակողմին ցաւիլը: Եթէ մանուկ մը տաքութիւն ունենայ եւ պորտին աջ կողմը զգայուն ըլլայ եւ թեթեւ ճնշումի առջեւ առանց տեղի տալու կարծրանայ, եւ եթէ աջ սրունքը փորին վրայ պրկուած ըլլայ, պէտք է անմիջապէս կասկածիլ որ եղածը կուրաղետապ է:

Բժիշկը կուրաղետապի ախտաճանաչութիւնը ապահովելէ վերջ, պէտք է անմիջապէս համոզէ ըն-

տանիքը՝ ենթական գործողութեան ենթարկելու համար: Մի քանի ժամուայ ուշացում կրնայ աղիտաբեր ըլլալ: Կասկածելի պարագաներուն, բժշկական խորհրդակցութիւն եւ արեան քննութիւն կարեւոր է: Աւելի լաւ է սխալիլ, քան թէ «բան մը չէ ըսել եւ յետոյ զղջալ:

Կուրաղիքի պայթումէն յառաջ կուգայ ընդհանուր փորամաշկատապ եւ երբեմն ալ մահ:

ԺԲ. ՃՃԻՆԵՐԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԷՋ.— Դժբախտաբար մանուկներ ճճիներէն ալ զերծ (իմմիւն) չեն: Շատ մը մանուկներ բարակ որդի, սուղալճանի եւ ճճիի զերին են եղած: Գիշեր ատեն յետոյքի քերուիլը բարակ որդի նշան է, բերնին ջրոտիլը, փորի խիթեր եւ քթի խառնշտկում սուղալճանի գոյութեան հաւանական նշաններն են:

Բայց ամենավստահելի ճամբան ճճիի կտորները, բարակ որդը եւ սուղալճանը աղտեղութեան մէջ փնտռելն է: Եթէ անոնք չերեւին, կարելի է աղտեղութիւնը քննել մանրացոյցով այդ մակաբոյծներուն հաւկիթները գտնելու համար:

Դրական ախտաճանաչութեան մը պարագային դեղերով կարելի է անոնց վերջ տալ: Աղջուրով եւ կամ եռացուած ծովու ջուրով գրեխ ընել բարակ որդերու փճացումին համար նպաստաւոր արդիւնք կուտայ:

Իսկական դարմանումի համար բժիշկին դիմէ, եւ ոչ մէկ պարագայի տակ փէքրնք դեղերու մի՛ դիմեր, մեծ գումարներ ծախսելով:

Լաւ չլուացուած խոտերու եւ կանանչեղէններու գործածութիւնը սողալճանի եւ լաւ չեփած միսերու գործածութիւնը ճճիի (թէնիա) դուռ կը բանայ: Զգուշանալու է այդ բաներէն:

ԳԼՈՒԽ 5

ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՇՆՉԱՌՈՒԹԵԱՆ ԵՒ ԱՐԵԱՆ ՇՐՋԱՆԻ ԳՈՐԾԱՐԱՆՆԵՐՈՒ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐԸ

Ստորեւ կուտանք ամփոփ գաղափար մը մանուկներու շնչառութեան գործարաններու մէջ աչքի զարնող ախտերու մասին: Մեր նախորդ էջերուն մէջ մանուկին մարսողական գործարաններու կարեւորութեանը վրայ ծանրացանք: Այժմ կուգանք երկրորդ կարեւոր նիւթի մը վերլուծումին: Մանրամասնութիւնները մէկդի ձգելով յիշենք քթի բորբոքումը եւ հարբուխը, նշագեղձատապը (թանսըլլայթիս), գեղձուառոյցատապը (էդենօյդս), շնչափողատապը, թոքատապն ու կողատապը: Բացատրելէ վերջ զանոնք, ջանանք ցոյց տալ մեր մայրերուն թէ ինչպի՛սի միջոցներով կրնան արգիլել այս հիւանդութիւնները:

Բժշկութիւնը միակ արուեստն է որ արգելիչ դարմանումի հետամուտ ըլլալով, անձնապաշտութեան կը պարտադրէ ինքզինք: Այսինքն իր գոյութեան հիմքը կը փճացնէ:

Արգելիչ դարմանումի համար թափուած ազնիւ ջանքերը բժիշկներուն առաքինութիւնը կը կազմեն:

Ա. ՔԹԱՏԱՊԸ ԵՒ ՀԱՐԲՈՒԽԸ.— Հարբուխը որ մանուկներու անբաժան ընկերն է, ծանօթ է մեր ընթերցողներուն, իր բոլոր ախտանիշերովը: Ա-

սոնք են. քթի հոսումը, ընչառութեան դժուարութիւն, բերանաբաց քուն, ռնգտալ եւ քթի ներքնաթաղանդին կեղքը:

Հարբուխի նախնական պատճառը վարակում է եւ երկրորդը՝ պաղառութիւն:

Քթին ներսը պատող խլնային թաղանթը յարատեւօրէն մանրէներու յարձակումին ենթակայ է. պաղառութիւնը յիշեալ թաղանթին դիմադրութեան ոյժը կը փճացնէ եւ մանրէներու գործունէութեան ճամբան կը հարթէ:

Մանուկներու հարբուխն ալ չափահասներու հարբուխին պէս հատու եւ քրօնիկ կ'ըլլայ: Կլիման եւ մանկան հոգատարութիւնը մեծ բաժին ունին հարբուխի տարածման մէջ: Աղքատ թաղերու մէջ, իրարու քով թխմուած ընտանիքներու մօտ հարբուխը բնականօրէն աւելի մեծ համեմատութիւն կը ստանայ:

Մանուկներուն քիթը փափկօրէն սրբուելու է, օրական երկու անգամ, մաքուր իւղով (Էղպօլին) եւ հարբուխի նախօրեակին մինակը տան մէջ պահելով անոր առջեւն առնելու է: Հարբուխը վարակիչ է եւ փոխանցիկ: Ընտանիքին երէց անդամները հարբուխէ տառապելու պարագային զգուշանալու են գրկելէ պզտիկները: Հարբուխը կը փոխանցուի համբուրելով եւ մօտիկ յարաբերութիւնով: Հարբուխէ վարակուած մանուկ մը միւս մանուկներու սիրոյն պէտք է կղզիացուի առանձին սենեակի մը մէջ:

Բաբէջերմի (Հէյ Ֆիվըր) հարբուխը՝ առանձինն հիւանդութիւն մըն է եւ յառաջ կուգայ ծաղկեփոշիներէ եւ ուրիշ թունաւոր նիւթերէ:

Բ. ՆՇԱԳԵՂՁԱՏԱՊԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԷՋ (Թանսըլայթիս).— Նշագեղձիկները (Թանսըլ) թիւով երկու են, որոնք բերնի ետեւի կողմը՝ լեզուակին երկու կողմերը գտնուող խոռոչներուն մէջ զետեղուած են: Ասոնք ի բնէ թոքերուն պահապաններն են եւ յաճախ մանրէներուն հետ իրենց ունեցած պատերազմին մէջ պարտուելով, կը վարակուին ու կը սկսին լրտես պահակներու պէս վտանգաւոր ըլլալ առողջութեան համար:

Նշագեղձերու բորբոքումին կ'ըսուի նշագեղձատապ: Ան հատու եւ քրօնիկ ձեւեր ունի: Դիւրափոփոխ կլիմայ ունեցող երկիրներու մէջ ապրող եւ մանաւանդ կենդանիի կաթով մեծցուած մանուկներու մէջ ամենահասարակ հիւանդութիւնն է:

Միացեալ Նահանգներու Նիւ Ինկլընտի նահանգներուն մէջ խիստ շատ տարածուած է նշագեղձատապը որ անմարսողութեան, յօդացաւի եւ ջըղային խանգարումներու դուռ կը բանայ:

Նշագեղձատապի գլխաւոր նշաններն են ջերմ, դող, կլլելու դժուարութիւն եւ ցաւ: Նշագեղձիկները կը բորբոքին եւ աճելով ընչառութիւնն իսկ կրնան խանգարել:

Երբեմն անոնց բոլորտիքը պալար կը կազմուի թարախ արտադրելով:

Հինցած նշագեղձատապէ տառապող մանուկներու նշագեղձիկները հանուելու են վիրաբուժական գործողութեամբ: Նշագեղձիկներու մեծութեան չափը չէ որ մեզ պիտի առաջնորդէ գործողութեան, այլ անոր տեսքը, ինչ վիճակի մէջ ըլլալը, հիւանդոտ երեւոյթը եւ ախտաւորութիւնը: Այս գործողութեան մէջ վտանգներ կրնան պատահիլ:

Հատու նշագեղձատապի առեն սառոյցէ վըզնոց (այս քալըր) գործածելու է:

Մաքուր կաթով սնած եւ բացօդեայ կեանքի վարժուած մանուկներու մօտ շատ քիչ է այս հիւանդութիւնը։

Ամերիկայի մէջ քիչ մը չափազանցուած է նշագեղձահատումի գործողութիւնը որ մեր կարծիքով պէտք է կատարուի մեծ պահպանողականութեամբ։

Գ․ ԳԵՂՁՈՒՌՈՅՑԱՏԱՊ (Էտինօյտ)․— Գեղձուռոյցատապը (Էտինօյտս) այսինքն կոկորդի առաստաղին վրայ եւ քթի յետնակողմեան ծակերուն բոլորտիքը աճող աւելորդ միսերուն բորբոքումը, որոշ ախտային երեւոյթ մըն է։

Նիհար, հիւանդկախ, վատուժ եւ մանաւանդ բնակչութեամբ խճողուած թաղերու մէջ, բաց եւ մաքուր օդէ զրկուած ու կովու կաթով սնանած մանուկներու յատուկ հիւանդութիւն մըն է այս ընդհանրապէս։

Այս նոր գոյացող միսերը մանուկին շնչառութիւնը խանգարելով քունի ատեն, խորդալու եւ խռմփալու պատճառ կը դառնան։ Կանոնաւոր քունը կ'արգիլէ եւ զայն տկարացնելէ վերջ ապուշի երեւոյթ մը կուտայ անոր։

Գեղձուռոյցատապէ տառապող մանուկներ շատ շատ հարբուխ կ'ըլլան եւ իրենց ձայնին առոգանութիւնը կը խանգարուի։ Այս կացութենէն տառապողներ բերանաբաց կը շնչեն եւ թանձր խլինք կը հոսեցնեն իրենց քիթէն։ Երբեմն այս ուռոյցները կոկորդէն ականջ տանող զոյգ մը իւսթէքեան խողովակներուն անցքը խափանելով լսողութիւնն ալ կը խանգարեն։

Ձկան իւղ, մաքուր օդ, արեւ եւ վիրաբուժին դանակը վերջ կը դնեն այս կացութեան. երբեմն

մասնաւոր դեղերու գործածութեամբ ալ կարելի է անոնց փճացումը։

Դ․ ԿՈԿՈՐԴԱՏԱՊ (Ֆէրինճայթիս)․— Կոկորդատապը պէտք չէ շփոթել նշագեղձատապի, գեղձուռոյցատապի եւ խռչափողատապի հետ։ Այս հիւանդութիւնը կոկորդի բորբոքումն է որ յաճախ կ'ընկերանայ փոխանցիկ տենդերու հետ։ Հարսանէթի, կարմիր տենդի, կեղծմաշկի եւ ընդհանուր հարբուխի ատեն կոկորդի բորբոքումներ բնական են։

Հատու կոկորդատապի ատեն կլլելը, խօսիլը, երգելը եւ շնչառութիւնը կը դժուարանան։ Մի քանի անգամ կրկնուող հատու բորբոքումը կը հինանայ։ Սակայն քրոնիկ կոկորդատապերը ընդհանրապէս արդիւնք են՝ ֆրանկախտի, շատ ծխելու, փոշոտ աշխատանքներ կատարելու, շատ խօսելու եւ պոռալու, թոքախտի եւ երգելու։ Ասոնց դարմանումը բաւական դժուար է եթէ ոչ անկարելի։ Բարեբախտաբար մանուկներու մէջ այս հիւանդութիւնը հատու ձեւէն անդին չ'անցնիր։

Ե․ ԽՌՉԱՓՈՂԱՏԱՊ (Լարինճայթիս)․— Խռչափողը խօսելու, արտասանելու եւ միեւնոյն ատեն շնչառութեան գործարանն է։ Ժողովուրդը «Ադամի խնձորը անունով կը ճանչնայ խռչափողը, որուն մէջ վարպետօրէն զետեղուած են զոյգ մը հիւսուածային թելեր։

Հին կարծիքի մը համաձայն, ձայնը եւ արտասանութիւնը կարելի կ'ըլլար այս թելերու թրթռացումով։ Սակայն նոր փորձերու շնորհիւ փաստուած է որ թելերու բացակայութեան ատեն իսկ կարելի է խօսիլ եւ արտասանել։

Խուչափողատապը այս ձեւերուն եւ խուչափողին բորբոքումն է: Բորբոքումը կրնայ ըլլալ հատու, հիւծախտային, քրօնիկ եւ կեղծ մաշկային: Խուչափողատապի կարեւոր նշաններն են հաստ ու խռպոտ հազ, ձայնի մարում եւ աղմուկով շնչառութիւն:

Զոր եւ մետաղական ձայնով հազը երբեմն կեղծմաշկի նշան է: Ցրանկախտն ալ կրնայ խուչափողատապ պատճառել:

Մանուկներու մէջ ձայնի մարումով ընկերացող հարբուխները իբր կեղծմաշկ (տիֆթհէրիա) պէտք է կասկածելի նկատուին, մինչեւ որ հակառակը չ՚փաստուի: Հինցած ձայնի մարումները իբր հիւծախտի նշան պէտք է ընդունիլ մինչեւ որ հակառակը երեւան չելլէ:

Նիհար եւ ոսկրաթեքութենէ տառապողներ կրնան ունենալ, յանկարծ խուչափողի պրկում, որուն արդիւնքը կ՚ըլլայ շնչառութեան դժուարութիւն եւ կապուտնալ: Այսպիսի պարագաներուն առանց ժամանակ կորսնցնելու տաք շոգի շնչել տալու է մանուկին, արդիւնքը կ՚ըլլայ վայրկենական:

Զ. ՔԹԻ ԱՐԻՒՆԻԼԸ՝ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԷՋ.— Մանուկներու քթէն արիւնհոսութիւնը կրնայ կեղծմաշկի, դեղձուռոյցներու (էտինօյտ) ներկայութենէն եւ քթի մէջ վէրքերու գոյացումէն յառաջ գալ: Արգիլելու է մանուկը իր քթին հետ խաղալէ. վզին ետեւը սառոյց դնել օգտակար կրնայ ըլլալ քթի արիւնահոսութեան համար, եթէ արդիւնք է դեղձուռոյցներու եւ արկածի:

Սակաւարիւնութենէ տառապող մանուկներ կրնան քթի արիւնահոսումներ ունենալ յաճախ:

Դարմանումը պատճառին համեմատ կը տարբերի:

Է. ՇՆՉԱՓՈՂԱՏԱՊ (Պրօնքայթիս) եւ ԹՈՔԱՏԱՊ (Նիւմօնիա).— Մանուկներու շնչափողերը եւ թոքերը շատ փափուկ են: Պզտիկ պաղառութիւն մը, աննշան հարբուխ մը կրնայ շնչափողատապով եւ թոքատապով վերջանալ:

Մանուկներուն մէջ շնչափողատապը թոքատապէն զանազանել յաճախ դժուար է: Այնպէս որ ծնողներուն կը յանձնարարենք զգոյշ ըլլալ պաղառութեան եւ հազի առեն: Արագ, արագ հեւալով շնչառութիւն, կարուկ եւ կարճ հազ, մակերեսային շնչառութիւն, չոր տաքութիւն եւն. այս հիւանդութիւններու նշաններէն են: Կրծքին վրայ թուղթ դնելով, պզպեղ ու ձիթաիւղ քսելով անկարելի է անոնց առաջքը առնել:

Թոքատապի առեն մաքուր օդը մեծ դեր կը խաղայ դարմանումի մէջ: Ծնողներ հակառակելու չեն բժիշկներուն «պատուհանները բացէք» պատուէրներուն:

Յաճախակի կերպով շնչափողատապէ տառապող մանուկները պէտք է նկատուին հաւանական թոքախտաւորներ:

Թոքատապին կրնայ յաջորդել կողատապը եւ թարախային կողատապը որոնց ներկայութիւնը անհրաժեշտ կը դարձնէ վիրաբուժական գործողութիւն:

Մանուկներն ալ շնչահեղձութեան եւ «ազմէյի» ենթակայ են: Թոքերու այլեւայլ հիւանդութեանց մասին մեր «Հէքիմարան» գրքին մէջ աւելի ընդարձակօրէն խօսած ենք:

Ը. ՍՐՏԻ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐ (կապոյտ մանուկը).— Մանուկներու սրտի հիւանդութիւնները չափէն աւելի գիտական բացատրութիւններու կը կարօտին, մենք յիշենք միայն ի ծնէ եղած սրտի հիւանդութիւնը, որուն ներկայութեան մանկան մարմինը միշտ պաղ եւ կապոյտ կ'ըլլայ։ Սրտի կափարիչներէն մէկուն պրկումին արդիւնքն է այս։ Այս տեսակ մանուկներ շատ չեն ապրիր։ Յօդացաւի ատեն զգոյշ ըլլալու է եւ հիւանդ մանուկը օրերով անկողին պահելու է, որպէսզի սրտին չ'ազդէ յօդացաւը (ռումըթիզմ)։ Թոքատապի, կարմիր տենդի եւ կեղծմաշկին կ'ընկերանայ երբեմն սրտի հիւանդութիւն։

ԳԼՈՒԽ 6

ԳԵՂՁԵՐՈՒ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

Ա. ՓԱՅԾԱՂԻ ԽՈՇՈՐԱՑՈՒՄԸ (տալագ).— Փայծաղը որ կը գտնուի ձախ կողոսկրներուն յատակը, ստամոքսի ետեւ, արեան բջիջներու ծննդավայրն ու գերեզմանն է։ Բնականին մէջ փայծաղը արտաքին շօշափումով ձեռքի չի գար։ Եթէ շօշափուելու աստիճան մեծցած է, անպայման հիւանդութեան մը վերագրելու է այդ անբնական աճումը։

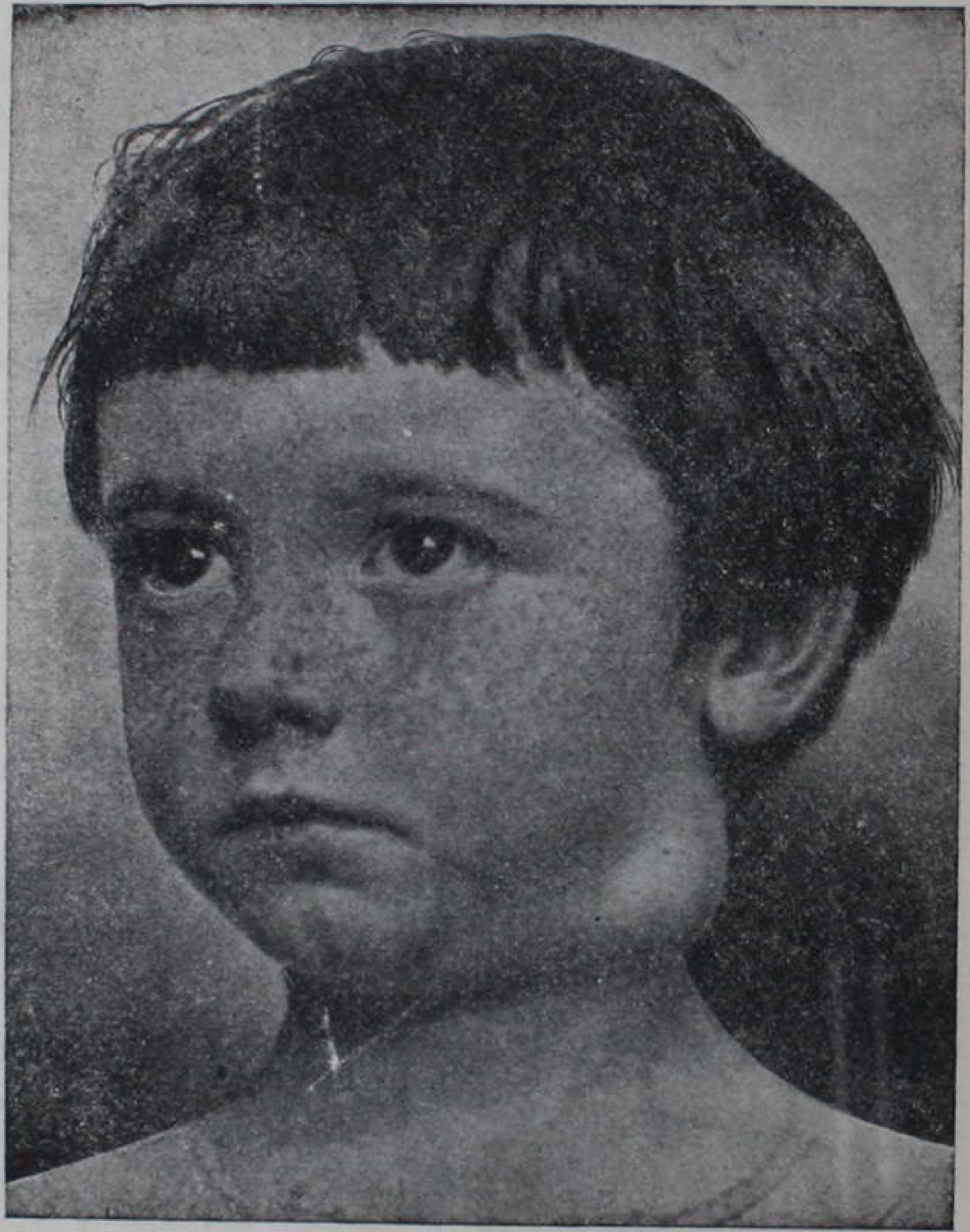
Մալարիայի, ոսկրաթեքութեան, անարիւնութեան կամ սակաւարիւնութեան, մանկական փըռանկախտի եւ ուրիշ հիւանդութիւններու ատեն փայծաղին աճումն ու խոշորացումը տեղի կրնայ ունենալ։

Մայրեր պէտք է վարժուին փայծաղը շօշափել գիտնալ, որպէսզի անոր խոշորնալը իմացնեն բըժիշկին։

Բ. ԳԵՂՁԱՏԱՊ (Կլէնտս) (Էտընայթիս).— «Գօլթուխին տակը չիպան է», «վզին վրայ խոյլեր կան», «կլէնտս ունի եղեր»ի պէս զրոյցներ չէ՞ք լսած։

Մարդկային մարմինը ջղային եւ արեան երակներու ցանցով մը պատուած է. ասոնցմէ զատ կայ նաեւ շիճուկի (լիմֆ) եւ շիճուկային գեղձերու ցանցը՝ ամէն տեղ տարածուած։

Այս գեղձիկները բնական եւ առողջ մարմնի մէջ շօշափելի չեն։ Բ[illegible] ունենան ու վարակուին, [illegible] գեղձը զգալի եւ շօշափելի է,



ՎԶԻ ԳԵՂՁԱՏԱՊ (ԿԼԷՆՏՍ)

Քըրլիի եւ Կրէյվսի Մանկաբանութիւն գրքէն: Վ. Պ. Սօն-դարակիչներ

տակը, աճուկներու վրայ, զօլթուկսին տակը եւ վը-
վրայ: Ասոնք տեսանելի գեղձեր են: Երբեմն գեղ-
ձերը կը խոշորնան թոքերու եւ աղիքներու մօտերը
դժուարաշնչութիւն, հազ եւ պնդութիւն յառաջա-
ցընելով:

Վզի գեղձերու ուռեցքը՝ փտած ակռաներու, ախտաւոր (թանսըլ) նշագեղձիկներու եւ հասու կոկորդատապերու նշան է: Կեղծ մաշկի ատեն եւ կարմիր տենդի ատեն վզի գեղձերը, մանաւանդ ծընօտոսկրին յատակը գտնուողները, կ'ուռենան եւ կը ցաւին:

Երբեմն այս գեղձերը հիւծախտաւոր կ'ըլլան, մեծ տառապանքի դուռ բանալով:

Գեղձատապը Ֆրանկախտի անբաժան ընկերն է: Սարքօմայի պէս քաղցկեղային հիւանդութիւններու ատեն ալ մանուկներու գեղձերը կ'ուռենան: Ուստի պէտք է զանազանել հասարակ գեղձատապերը վըտանգաւոր գեղձատապէն:

Գեղձատապի ատեն բժիշկին կարծիքն իմանալէ առաջ «տաք լափաներու» գործածութիւնը ներելի չէ: Սառոյցը աւելի ապահով է գեղձատապի առաջին շրջանին:

Քրոնիկ գեղձատապի լաւագոյն դարմանն է արեւ, ձկան իւղ եւ մասնաւոր ճառագայթներով դարմանում:

Թարախ կապած գեղձերը պէտք է պարպուին իրենց պարունակած թոյնէն:

Գ. ՎԱՀԱՆԱԳԵՂՁԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԷՋ.— Վահանագեղձը գետեղուած է վզին վրայ, ադամախնձորին, այսինքն խռչափողին տակը: Բնական մեծութեամբ վահանագեղձը զգալի եւ շօշափելի չէ,

բայց երբեմն խոշորնալով նշմարելի կ'ըլլայ երբ ուռեցք մը խռչափողին երկու կողմը։

Չափահասներու մէջ վահանագեղձի աւելորդ կամ նուազ արտադրութիւնն ու գործունէութիւնը

ՎԱՀԱՆԱԳԵՂՁԻ ՊԱԿԱՍ ԳՈՐԾՈՒՆԷՈՒԹԵԱՆ ՊԱՏՃԱՌԱՒ ՏԽՄԱՐ ՄԱՆՈՒԿ ՄԸ

(Ամեր. Բժ. Միութեան հաւանութեամբ)

կրնայ զանազան ախտանիշերու դուռ բանալ։ Սակայն հոս մենք միայն կը յիշենք անոր մանկան վրայ ունեցած ազդեցութիւնը։

ՆՈՅՆ ՄԱՆՈՒԿԸ

ՎԱՀԱՆԱԳԵՂՁԻ ՀԻՒԹՈՎ ԲՈՒԺՈՒԵԼԷ ՅԵՏՈՅ

(Ամեր. Բժ. Միութեան հաւանութիւնով)

Վահանագեղձը մանուկին բնականոն աճումին, անոր ակռաներուն ճերմակութեանը եւ մազերուն երեւոյթին հետ ու մանաւանդ ուշիմութեան հետ մեծ կապ ունի։

Եթէ մանուկին վահանագեղձը թերանայ իր

արտադրութեան մէջ, արդիւնքը կ'ըլլայ անոր ֆիզիքական եւ մտաւորական գաճաճութիւնը:

Այս կարգի ախտային վիճակէ տառապող մանուկներու մորթը չոր կ'ըլլայ եւ կնճիռներով լեցուն, մազերը չոր կ'ըլլան եւ անգոյն, ակռաները դեղին եւ թուխ կ'ըլլան. մանուկը բթամիտ եւ քնոտ երեւոյթ կ'ունենայ եւ ապուշի դիմագիծ: Այս տեսակ մանուկներուն վահանագեղձի հիւթ տալով կարելի է մասամբ բարուոքել անոնց վիճակը:

Ֆրանսայի մէջ գլխատուած ոճրագործներու վահանագեղձերը յաջողութեամբ պատուաստուած են բթամիտ մանուկներուն:

Վահանագեղձի չափազանց արտադրութիւնը ընդհակառակը մանուկը աւելի ուշիմ կ'ընէ, սակայն նիհարակազմ, ջղային եւ դիւրագրգիռ:

Դ. ՄԱՂԱՍԱՅԻՆ ԳԵՂՁԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԷՋ. — Մաղասային գեղձը կը գտնուի գանկին մէջ, ուղեղին յատակը՝ ոսկրային փոսի մը մէջ: Եթէ մաղասային գեղձին յետնակողմի մասը թերանայ իր պաշտօնին մէջ, մանուկը գաճաճ եւ կարճահասակ կը մնայ, այլ խօսքով անոր աճումը կը խանգարուի: Իսկ եթէ այդ գեղձին առջեւի մասը, աւելի գործունէութիւն ցոյց տայ, մանուկը կ'ըլլայ յաղթանդամ եւ իր տարեկիցներուն բաղդատմամբ հսկայ: Աշխարհի մէջ հսկաներու գոյութիւնը՝ աճման շրջանին այս գեղձին աւելի լաւ գործունէութեամբը կը բացատրուի:

Այդ գեղձին յետնակողմեան մասը ունի բոլորովին տարբեր պաշտօն: Եթէ այդ մասը թերիօրէն արտադրէ, մանուկը կ'ըլլայ քաղցրասէր, շուտով

կը գիրնայ արտակարգ կերպով եւ կ'ըլլայ թուլամորթ:

Հաստատուած է որ գէր մանուկներ որոնք անկողին թրջելու սովորութիւն ունին, մեծապէս կ'օգտուին մաղասային գեղձի հիւթերու ներարկումներէն: Ես յաջողած եմ այդ ձեւով երեք մանուկներ դարմանել:

Ե. ՅԱՐԱՎԱՀԱՆԱԳԵՂՁԸ ԵՒ ՈՒՐԻՇ ԳԵՂՁԵՐ. — Վահանագեղձին երկու կողմերը մէյ մէկ զոյգ գեղձիկներ կը գտնուին, որոնք կը կոչուին յարավահանագեղձեր, ասոնց թերի գործունէութիւնը յառաջ կը բերէ մանուկներու մէջ, ջղաձգային պըրկումներ (քընվըլժըն) թըթռանք եւ պրկախտ (թէթընի). բացի այդ կիր պարունակող աղերու խըրացումն արգիլելով կը պատճառէ նաեւ ոսկրաթեքութիւն:

Զ. ԿՈՆԱԳԵՂՁԸ, — որ նախուղեղին մէջ կը գտնուի, կարեւոր դեր կը խաղայ մանուկներու կանխահասութիւնը արգիլելու տեսակէտէն:

Մանուկները եթէ շուտով չափահաս դառնային բնականաբար պիտի փճանար ու վատասերէր մարդկային սերունդը:

Երբեմն կը պատահի որ այս գեղձը փճանայ, այդ պարագային տարիքով պզտիկ մանուկներ չափահասութեան եւ արբունքի նշաններ ցոյց կուտան:

Է. ԹԻՒՄԱԳԵՂՁԸ. — Թիւմագեղձը կրծոսկրին ետեւը, սրտին վրայ, երկու թոքերուն միջեւ եւ վահանագեղձին յատակը կը գտնուի եւ մանկութեան շրջանին յատուկ գեղձ մըն է որ արբունքի ատեն կը փճանայ: Այս գեղձին պարտականութիւնն է ֆիզիքական եւ մտային զարգացում ապահովել մա-

նուկին համար, կոնագեղձին հետ համագործակցաբար: Սակայն այդ գեղձին մշտատեւ գործունէութիւնը թէ արբունքը կ՚արգիլէ եւ թէ ենթական թուլամորթ կ՚ընէ: Մեծ թիւմագեղձ ունեցող մանուկներ երբեմն պզտիկ արկածներու եւ վիրաբուժական գործողութիւններու պարագային, թմրեցուցիչ առնելու առեն կրնան յանկարծամահ ըլլալ:

Վերոյիշեալ գեղձերը, այսինքն վահանագեղձը, յարավահանագեղձը, թիւմագեղձը, կոնագեղձը, մաղասային գեղձը, փայծաղը, լեարդը, ամորձիքները, ձուարանները, եւ մակերիկամային գեղձերը գործունէութեան մէջ, զարմանալի կերպով իրարու հետ կապակից են, մէկը միւսին լրացուցիչը, եւ օգնականը: Ներկայիս բժշկութիւնը մեծ յոյսեր կապած է ներքնահոս գեղձերու արտադրութիւններուն վրայ: Շատեր կը կարծեն թէ ներքնահոս գեղձերու մասին կատարեալ գաղափար մը կազմուած օրը՝ մարդկային ցեղի ֆիզիքական եւ մտային ազնուացումին համար նոր դարաշրջան մը պիտի բացուի, յաջողելով արտադրել ֆիզիքական եւ մտաւորական հսկաներ: Երանի այդ օրը տեսնողներուն:

ԳԼՈՒԽ 7

ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ԾՆՆԴԱՄԻԶԱԿԱՆ ԳՈՐԾԱՐԱՆՆԵՐՈՒ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

Ա. Ի՞ՆՉ ԿՐՆԱՆՔ ՍՈՐՎԻԼ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒՆ ՄԷԶԻՆ ՔՆՆՈՒԹԵԱՄԲԸ.— Նորածինը յաճախ ծնելէն անմիջապէս վերջը կը միզէ: Ոմանք մի քանի ժամ կրնան ուշացնել այդ բնական գործողութիւնը: Քիչ քիչ ջուր խմցնելով կարելի է միզումը արագացնել եթէ պէտքն զգացուի:

Կենդանիի կաթով սնած մանուկներուն մէզը աւելի առատ է քան թէ մօր կաթով դիեցուած մանուկներունը:

Մանուկներէն ոմանք կէս ժամը անգամ մը կը միզեն. իսկ ուրիշներ նոյն տարիքի մէջ երկու երեք ժամ կրնան պահել իրենց մէզը: Ընդհանրապէս մանկութեան շրջանին շուտ շուտ միզողներու միզային փամփուշտը պէտք եղածին չափ չի զարգանար: Այս տեսակ մանուկներէն շատերը անկողին թրջելու յոռի սովորութեան կ՚ենթարկուին:

Կենդանիի կաթով դիեցուած մանուկներէն շատերուն մէզը գէշ կը հոտի (ամմոնեայի պէս): Այդ հոտին պատճառը կենդանիի կաթին պարունակած աւելորդ աղերն են: Աւելի շատ ջուր տալով եւ կալաքարային աղեր խառնելով տրուած խառնուրդին մէջ, առաջքը կ՚առնուի այդ կացութեան:

Քրիմը պակսեցնել ալ օգտակար է:

Մանուկին մէզը եթէ բնական վիճակի մէջ է,

ոչ հոտ կ'ունենայ եւ ոչ ալ գոյն: Ան կ'ըլլայ բաց դեղին եւ յստակ ջուր մը՝ որու մէջ ոեւէ աղտոտութիւն չի գտնուիր:

Մէզի մէջ գտնուած հոտէն, անոր գոյնէն, պարունակած բջիջներէն, թարախէն եւ արիւնէն կարելի է ապահովել շատ մը հիւանդութիւններու ախտաճանաչումը:

Բ. ԴԺՈՒԱՐԱՄԻԶՈՒԹԻՒՆԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԷՋ.— Մանուկներու դժուարամիզութիւնը կարելի է բացատրել միզանցքի բորբոքումով, միզանցքի ելքին վիրաւորումով, աւրուած մէզի ներկայութիւնով, սեռային գործարաններու աղտոտութիւնով եւ մանչերու մէջ առնդամի գդակին նեղութիւնով եւ երկարութիւնով: Միզափամփուշտի մէջ քարն ալ կրնայ միզարգելում եւ դժուարամիզութիւն յառաջ բերել: Պէտք չէ մոռնալ նաեւ թէ մանուկներն ալ կրնան վարակուիլ ջերմամիզութիւնով եւ բնականաբար դժուարամիզութեան ենթարկուիլ: Այս կացութեան դարմանումը կը կայանայ վերոյիշեալ պատճառներուն բարձման մէջ: Թլփատութիւնը եւ առնդամի գդակին ընդլայնումը կարեւոր են դարմանումի տեսակէտէն:

Գ. ՄԻԶԱԶՍՊՈՒՄ ԵՒ ՄԻԶԱՐԳԵԼՈՒՄ.— Թունաւորումներու եւ հատու հիւանդութիւններու եւ մանաւանդ երիկամունքներու բորբոքման ատեն միզային արտադրութեան դադարումը միզազսպում կ'անուանուի. իսկ մէզին արտահանման դադարումը եւ միզափամփուշտի միզամբարումը կ'անուանուի միզարգելում: Այս երկու տարբեր անուանումները պէտք է լաւ հասկնալ: Որովհետեւ դարմանումը ատկէ կախուած է:

Սաստիկ պաղառութիւն, փորհարութիւն, փսխում եւ ջուրի պակասը երբեմն միզային զսպումի պատճառ կ'ըլլան: Միզարգելումի պատճառներն են միզանցքի նեղութիւն, միզափամփուշտի մէջ քար եւայլն:

Հատու հիւանդութիւններու ատեն միզազսպումը արգիլելու համար պէտք է առատ ջուր խմցնել եւ կռնակին վրայ տաք լաթ դնել: Միզարգելումի պահուն պէտք է բժիշկ կանչել: Բժիշկը լաթիկէ խողովակներով կ'առնէ արգելափակուած մէզը: Եւ երբեմն ալ առնդամի գդակը լայնցնելով առաջքը կ'առնէ միզարգելումի:

Դ. ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ԱՆԿՈՂԻՆ ԹՐՋԵԼՈՒ ՍՈՎՈՐՈՒԹԻՒՆԸ ԵՒ ԱՐԳԵԼՈՒՄԸ.— Անկողին թրջելու, կամ կամքէ դուրս միզելու գործողութիւնը կարելի է բաժնել ցերեկուայ եւ գիշերուայ տեսակներուն: Մինչեւ մէկ տարեկան մանուկներուն համար բնական է առանց ուզելու միզելու սովորութիւնը: Սակայն մասնաւոր վարժութեամբ գէթ ատկէ յետոյ մանուկ մը զգալու է եւ ցերեկ ատեն ինքնաբերաբար միզելու չէ: Երեք չորս տարուայ մանուկներ եթէ առանց զգալու եւ լուր տալու ցերեկ ատեն շարունակեն թրջել իրենց լաթերը, պէտք է ախտաւոր նկատուին եւ յանձնուին բժշկական խնամքի: Երեք տարեկան մանուկ մը պէտք չէ որ գիշեր ատեն անկողին թրջէ:

Գիշեր ատեն երեք տարեկանէ վեր մանուկներուն անկողին թրջելը ու երկու տարեկանէն վեր եղող մանուկներուն ցերեկ ատեն առանց լուր տալու միզելը դարմանումի կը կարօտին:

Այս կացութեան պատճառներն են, անխնամ եւ անփոյթ ծնողներ, չափէն աւելի լայն միզանցք, բը—

նականէն փոքր միզափամփուշտ, ողնաշարի անբնական երեւոյթներ, երկայն եւ նեղ արանդամի դղակ, միզանցքի բորբոքում, բարակ որդերու ներկայութիւն, պնդութիւն, միզափամփուշտի մէջ քար, միզափամփուշտի բորբոքում, չափէն աւելի թեթեւ մէզ, շատակերութիւն, մասնաւորապէս աղի, քաղցր եւ մսեղէն կերակուրներու. տաք անկողին, կռնակի վրայ շարունակ պառկիլ, կոկորդին մէջ գեղձուռոյցներու ներկայութիւն, նշագեղձատապ, շաքարախտ, եւ ջղային վիճակներ:

Ահաւասիկ ասոնք են գլխաւոր պատճառները այդ դրութեան: Այսուհանդերձ ծնողներ պէտք չէ յուսահատին: Անոնցմէ շատեր կրնան լաւանալ եթէ ծնողներ յարատեւեն իրենց խնամքը՝ բժիշկներու աջակցութեամբ:

Վերոյիշեալ պատճառներու վերլուծումն ու դարմանումը եւ դեղօրայքի գործածութիւնը ընտանիքի բժիշկին յանձնելով ստորեւ կ'ամփոփենք կարգ մը առողջապահական պատուէրներ, որոնք մեծ դեր կրնան խաղալ ապաքինումի համար:

(1). Ուտելիքի հակակշիռը.— Անկողին թրջելու դժբախտութիւնն ունեցող մանուկը պէտք է օրական երեք անգամ ուտէ, կարմիր միս եւ հաւկիթ շատ քիչ ընդունելու պայմանով: Ամենածանր ճաշերը առաւօտուն եւ կէսօրուան տրուելու են: Ընթրիքը երեկոյեան ժամը վեցէն առաջ տրուելու է եւ միշտ չոր բաներ ուտուելու են այդ պահուն: Օրինակ հաց, կարագ, կաթնապուր, Փարենա, մուհալլէպի, եւայլն:

(2). Խմելիքի հակակշիռը.— Կէսօրէ վերջ ժամը չորսին, վերջին անգամ ըլլալով մանուկը ջուր խմելու է. եւ անկէ յետոյ ոեւէ հեղուկ տանալու չէ: Եթէ շատ ծարաւ զգայ, կրնայ թէյի դգալով մէկ երկու ժամը անգամ մը բերանը թրջել:

(3). Հանգիստ.— Ժամը 4-էն (կ. ե.) յետոյ պէտք չէ թողուլ որ մանուկը ծանր աշխատանք կամ մարմնամարզ կատարէ:

(4). Քուն.— Ժամը 7-ին կ. ե. պէտք է անկողին երթայ եւ մի՛ թողուր որ կռնակին վրայ պառկի:

(5) Անկողին.— Մանուկը առանձին քնանալու է. վերմակը թեթեւ եւ անկողինը կարծր: Ննջարանին պատուհանները բաց, ամառ ատեն, իսկ ձմեռ ատեն 65 աստիճան տաքութիւն կը բաւէ:

(6) Հագուստեղէն.— Հագուստը նեղ ըլլալու չէ. ոչ շատ թանձր, ոչ ալ շատ բարակ:

(7) Արգիլուած ուտելիք.— Քէնտի, քէյք, փայ, քաղցրեղէն, աղի եւ կծու կերակուրներ, թուրշի եւ պահածոյ, սարտէլ, պաստըրմա, երշիկ, պիստակ, կաղին, թէյ, սուրճ, թանձր մսի ջուր եւ թէրպիյէլի ջօրպաներ: Միս տրուած օրը հաւկիթ պէտք չէ տալ:

(8). Զարթնում.— Ժամը 7 կ. ե. անկողին գացող մանուկը պէտք է ժամը 10·30-ին արթնցնել որպէսզի ջուր թափէ, միեւնոյնը կրկնելու է առաւօտեայ ժամը 6-ին:

(9) Միզելու կանոնաւորութիւն.— Վարժեցուր մանուկդ, որպէսզի ցերեկ ատեն կանոնաւոր ժամերուն կատարէ միզելու գործողութիւնը:

(10). Խղճմտօրէն հետեւիր բժիշկիդ յանձնարարած դեղերուն եւ ուրիշ պատուէրներուն: Ոչ մէկ պարագայի տակ փէթընթ դեղերու դրամ մի ծախսեր:

Ե. ԱՐԻՒՆԱՄԻԶՈՒԹԻՒՆ ԵՒ ԹԱՐԱԽԱՄԻԶՈՒԹԻՒՆ.— Արիւնոտ մէզի պատճառները զանազան են: Թուենք մի քանին. երիկամունքներու բորբոքումներ, ընդադարութիւն, միզափամփուշտի մէջ քարի գոյութիւն, երիկամունքներու հիւծախտ եւ միզանցքի հիւանդութիւններ: Արիւնամիզութեան ատեն անմիջապէս բժիշկի դիմէ, որպէսզի անիկա պատճառը հասկնայ:

«Քա՛, բան մը չէ. չօճուխը պաղ է առեր» ըսող դրացիներուն պատասխանդ այս թող ըլլայ — «Շնորհակալ ենք բարի դրացի. բայց մենք մեր բժիշկին աւելի կը վստահինք...»:

Մանուկներու մէջ բաւական յաճախադէպ հիւանդութիւն մըն է երիկամունքներու Թարախային բորբոքումը (փայէլայթիս) որու ախտանիշերն են սաստիկ տաքութիւն եւ մէջքի ցաւ: Միզափամփուշտային ալ կրնայ Թարախամիզութիւն պատճառել:

Զ. ՈՒՐԻՇ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐ.— Երիկամունքներու բորբոքումները եւ միզափամփուշտատապը, առաւելապէս բժշկական հարցեր են եւ հանրութեան անմատչելի: Հետեւաբար զանց կ'առնենք զանոնք:

Է. ՄԱՆՉԵՐՈՒ ՍԵՌԱՅԻՆ ԳՈՐԾԱՐԱՆՆԵՐՈՒ ՄԱՔՐՈՒԹԻՒՆԸ.— Մանչ մանուկներուն առանդամին գլուխը գոցուած կ'ըլլայ մորթէ դդակով մը: Այս մորթին տակը աղտոտութիւն կը հաւաքուի: Պէտք է ետ քաշել այդ դդակը եւ աղտոտութիւնը մաքրել երկու օրը անգամ մը: Թլփատութիւնը աւելի լաւ է եւ պէտք է հետեւիլ Մուհամմէտի եւ Մուսայի Թլփատութեան օգտակար օրինակին:

Առանդամի մաքրութեան ատեն զգուշանալու է աւելորդ ձեռնածութիւններէ, որպէսզի մանուկը դիջութեան չ'առաջնորդուի:

Երբեմն առանդամի մորթէ դդակը կ'ուռենայ բորբոքումի եւ կոշտ կերպով ձեռնածումի եւ մաքրագործումի ատեն: Խիտ պօրիքի ջուրով թրջուած լաթեր ուռեցքը կ'իջեցնեն:

Ը. ԱՄՈՐՁԻՔՆԵՐԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒՆ ՄԷՋ.— Չէ՞ք լսած այն զրոյցները թէ «Մեր չօճուխը թէք հաւկիթով է», «Մերինը հիչ հաւկիթ չունի», «Մերինին հաւկիթը փորը քաշուեր է» են:

Ամորձիքները որովայնի մէջ կը կազմուին եւ ապա կը ճամբորդեն դէպի իրենց համար պատրաստուած տոպրակը: Երբեմն կը պատահի որ մէկ հատը ներս մնայ եւ կամ կէս ճամբան մնայ: Այսպիսի պարագաներուն վեց տարեկան հասակին գործողութեամբ վերջ դնելու է այդ անբնական կացութեան

Ամորձիքներու մէջ ջուր կրնայ հաւաքուիլ: Պէտք է այդպէս ձգել զանոնք: Եթէ ջուրին քանակը մեծ ըլլայ, այն ատեն կարելի է ջուրը քաշել: Վիրաբուժական գործողութեան համար սպասելու է որ մանուկը առնուազն 5–6 տարեկան ըլլայ: Երբեմն ալ ինքնիրեն կ'անցնի:

Թ. ԱՂՋԻԿ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒՆ ՍԵՌԱՅԻՆ ԳՈՐԾԱՐԱՆՆԵՐՈՒ ՀԱՐՑԸ.— Աղջիկ մանուկներու սեռային արտաքին գործարանները կրնան վարակուիլ զանազան մանրէներով: Անոնց մաքրութեան պէտք է հոգ տարուի: Խիտ պօրիքի ջուրով լուալ կը բաւէ:

Մանուկներու աղտեղութիւնը սրբելու ատեն զգուշանալու է խզափողը վարակելէ։ Սրբիչը միշտ առջեւէն դէպի յետոյքը մէկ անգամ գործածել բաւական է։ Ու մի քանի սրբիչով լրացնելու է մաքրագործումը։

ԳԼՈՒԽ 8

ՋՂԱՅԻՆ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒՆ ՄԷՋ

Ա. ԳԼԽՈՒ ՑԱՒԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԷՋ.— Զեմ գիտեր ինչո՞ւ երբեմն ծնողներ իրենց մանուկներու գանգատներուն խուլ կը ձեւանան։ Մանուկներուն կարեւոր գանգատներէն մին է գլխու ցաւը, որ եթէ ատեն ատեն կրկնուի, պէտք է անմիջապէս քննութեան առարկայ դառնայ։ Որովհետեւ մնայուն գըլխու ցաւը կրնայ հիւծախտային ուղեղատապի առաջին նշանը ըլլալ։ Ուղեղային հիւծախտէ տառապող մանուկներու թիւը քիչ չէ դժբախտաբար։

Մանուկներու գլխու ցաւը աչքերու տկարութենէն ալ կուգայ, փոխանցիկ հիւանդութիւններու սկզբնական ախտանիշերէն մին է գլխու ցաւը։ Գըլխու ցաւի կարեւոր պատճառներն են նաեւ հետեւեալները.

Փտած ակռաներ, ախտաւոր նշագեղձիկներ, պնդութիւն, ստամոքսի եւ աղիքներու անմարսողութիւն, երիկամունքներու բորբոքում, եւ չափազանց յոգնեցուցիչ մարմնամարզ ու աշխատանք։

Մանուկները երբեմն կեղծ գլխու ցաւէ ալ կըրնան տառապիլ։ Եթէ ընտանիքի երեց անդամներէն մին գլխու ցաւէ գանգատելու սովորութիւնը ունենայ, մանուկներ զանոնք կապկելով կրնան երեսնին թթուեցնել եւ գլխու ցաւէ գանգատիլ։

Վերոյիշեալ պատճառներուն բարձումը կը նըշանակէ դարմանում:

Բ. ՎԱԽԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԷՋ.— Մարսողութեան խանգարումներէ տառապող, սակաւարիւն, ջղային եւ հիւանդկախ մանուկներ գիշեր ատեն յանկարծ արթննալով կը պոռան եւ երեւակայական հրէշներու դէմ պաշտպանուիլ կ՚ուզեն:

Ցերեկ ատեն ծնողներ իրենց չարաճճի մանուկները սաստելու եւ զանոնք իրենց կամքին հպատակեցնելու համար առասպելական հրէշներու պատմութիւններ կը հիւսեն եւ զանոնք կը վախցնեն ու կը սպառնան բժիշկին տալիք քէսթըր օյլով, ասոնց արդիւնքը այն կ՚ըլլայ բնականաբար, որ մանուկները վախկոտ կը մեծնան եւ գիշերը կը տեսնեն սոսկալի երազներ:

Մանուկները խիզախ եւ չարքաշ մեծցնելու է եւ ոչ մէկ պարագայի տակ անոնց առջեւ վախ ներշընչող պատմութիւններ եւ խօսքեր պէտք չէ ընել:

Եթէ կերուխումի հակակշիռով, մարսողութեան խանգարումները կը կանոնաւորուին, այն ատեն գիշեր ատեն վախնալով արթնցող մանուկներու դարմանումը կ՚ապահովուի:

Գ. ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒՆ ՈՒՆԱԿՈՒԹԻՒՆՆԵՐՈՒ ԵՒ ՍՈՎՈՐՈՒԹԻՒՆՆԵՐՈՒ ՀԱՐՑԸ.— Մանուկ մը խընամելու գործին մէջ առաջնորդող գաղափարն ու նպատակը ըլլալու է առողջ սերունդ պատրաստել: Այս նպատակին յարմարցուելու է մանուկին կեանքը: Սովորութիւններն ալ նոյն ուղիէն ընթանալու են: Մանուկը ծնած օրէն սկսեալ պէտք է վարժուի կարգապահութեան, ուտելու, խմելու, քնանալու,

խաղալու եւն.ի մէջ: Կարգապահ մանուկները առհասարակ զերծ կը մնան յոռի ունակութիւններէ:

Մանուկը կանուխէն պէտք է վարժեցնել ինքզինքը զբօսցնելու սովորութեան: Գիրկէ գիրկ առնըւող եւ օրօրոցի մէջ օրօրուելով մեծցող մանուկը շատ չ՚անցած տան պօռը կ՚ըլլայ: Ջղային եւ դիւրագրգիռ մանուկը անփոյթ խնամքի հետեւանքն է շատ անգամ:

Մանուկներուն յոռի ունակութիւններէն առաջին անգամ զարգացողներն են բթամատը կամ առհասարակ մատները ծծելը եւ հանգստացուցիչ պըտուկներու (նիփըլ–փըըրֆայըր) գործածութիւնն է:

Մատ ծծողներուն ձեռքերը, կտաւէ տոպրակաձեւ ձեռնոցներու մէջ պահուելու են, իսկ լասթիկ պտուկները պէտք է անմիջապէս հեռացնել: Իրաւ որ մանուկը, երբ զրկուի այդ հաճոյքէն, մի քանի օր կրնայ ջղայնոտիլ եւ լալ, սակայն ուշ կամ կանուխ կը մոռնայ ու կը համակերպի:

Մատներուն ծայրերը եւ լասթիկ պտուկները սօլֆաթօյի (քուայնայն) ջուրով օծելով կարելի է այդ ունակութեան առաջն առնել: Սօլֆաթօյի լեղի համը կ՚արգիլէ մանուկը այդ գործողութիւնը կըրկնելու: Եղունգ կրծելու ունակութիւնն ալ կարելի է այս միջոցաւ դարմանել:

Մանուկներու յոռի ունակութիւններէն ամենէն վնասակարն է գիջութիւնը կամ օնանիզմը որ կրնայ շատ կանուխէն երեւան գալ: Մանուկները իրենց սրունքները իրար քսելով եւ երբեմն ալ ձեռքով կամ գետինները քսուելով գիջութեան փորձեր կը կատարեն: Մանուկներու սեռային գործարանները անփութօրէն լուալ եւ աւելորդ ձեռնածութիւններ ը–

նել, կամ այդ վայրերու մէջ բորբոքումներու ներկայութիւնը՝ գիջութեան առաջնորդող գլխաւոր ազդակներ են։

Գիջութիւնը արգիլել ջանալու է առաջին պատեհութեամբ, հակառակ պարագային, եթէ անխընամ մնայ այդ յոռի ունակութիւնը, կրնայ շարունակել ցկեանս։ Բժիշկներ լսած են յաճախ իրական պատմութիւններ գիջութեան յարատեւման մասին չափահասներու եւ մինչեւ անգամ ծերացած անհատներու մօտ։

Ծնողներ միշտ աչալուրջ պէտք է հսկեն իրենց մանուկներու բոլոր շարժուձեւերուն եւ երբեք թոյլ տալու չեն որ յոռի ունակութիւններ ծնունդ առնեն եւ զարգանան։

Դ. «ԽԱՂՑՆԵԼ»Ը ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԷՋ (Քընվըլժըն).— «Խաղցնել»ը առժամանակեայ ուշաթափում մըն է, մկաններու պրկումներու եւ ջղաձգութեան հետ ընկերացած։

Խաղցնելը ունի շատ մը պատճառներ եւ այդ պատճառներէն մէկին կամ միւսին արդիւնքը ըլլալու համաձայն կը տարբերի նաեւ ապաքինումը։ Մեր մայրերուն աչքը վախցած է «խաղցնել»էն։ Անոնք լսած ըլլալու են «խաղցնել»է մեռած մանուկներու մասին եւ այդ պատճառաւ անոնց սիրտը դող կ'ելլէ, երբ իրենց մանուկները խաղցնեն։ Գիշերը ուշ ատեն շատ անգամ բժիշկներ կը կանչուին «խաղցընող» մանուկներուն համար։ Ուստի այս խնդրոյն շուրջ կ'արժէ մայրերուն միտքը լուսաւորել։

«Խաղցնել»ու գլխաւոր պատճառը ուղեղին գրգռութիւնն է։ Ծննդաբերքի ատեն արտակարգ ճնշումներ եւ գործիքի անփոյթ գործածութիւն եւ

ուղեղային հիւանդութիւններ կրնան նորածին մանուկներուն մէջ «խաղցնել» յառաջացնել ծննդաբերութենէ անմիջապէս վերջ՝ առաջին շաբաթներու մէջ։ Այսպիսի ջղաձգումներ յաճախ մահ կը պատճառեն։

Գանկին տեղ մը զարնուելէն, իյնալէն, եւ զօրաւոր ցնցումէ եղած ջղաձգումներ կրնան վտանգաւոր ըլլալ։

Սակայն անմարսողութեան, ոսկրաթեքութեան, ընդհանուր տկարութեան եւ փոխանցիկ հիւանդութիւններու ընկերացող «խաղցնել»ներ, այդքան վըտանգաւոր չեն։ Աղիքներու մէջ որդերու (սուղուլճան) գոյութիւնը ուրիշ պատճառ մըն է։ Ակռահանումի ատեն եղած «խաղցնել»ները ընդհանրապէս անոր ընկերացող անմարսողութեան արդիւնք են։

Ներքնահոս գեղձերու աններդաշնակ գործունէութեան իբր արդիւնք՝ յաճախ պրկումներ եւ ջըղաձգութիւններ կը պատահին։ Իմ տեսած պարագաներուն մէջ «խաղցնել»ու մեծագոյն պատճառը եղած է դժուարամարս ուտելիքներու անփութօրէն մատակարարումը։ Տասնեակ մը անգամներ խաղցընող մանուկներու աղիքներէն դրեխով հանած եմ փաթաթէսի կտորներ, ձմերուկի եւ խնձորի խոշոր կտորներ եւ մինչեւ անգամ խոշոր չամիչներ։ Մէկ երկու տարուայ մանուկներուն տրուելիք ուտելիքը պէտք է ըլլայ դիւրամարս եւ լաւ ճզմուած։

«Խաղցնել»ը ունի իր չափն ու արդիւնքը. ամէն մանուկ տեսակ մը շարժում ու պրկում ունի. ոմանք ժամերով կը խաղցնեն, ոմանք շուտով կ'ապաքինին, ոմանց աչքերը բաց եւ սեւեռած կը մնան, ոմանց մէկ կողմը միայն կը դալարի, ոմանց բերանը կը փրփրի, իսկ ուրիշներ աղմուկով կը շնչեն։

Ոեւէ խաղցնող մանուկի համար ընելիք առաջին կարգադրութիւնն է բժիշկ կանչելը, մինչեւ անոր գալը մայրերը պէտք չէ ձեռքերը ծալլած նստին եւ Աստուծոյ աղօթեն: Գործի ժամանակ է, մանուկը պէտք է 105 աստիճան (Ֆարէնհայթ) տաք ջուրի մէջ նստեցնել, պաղ ջուրով թրջուած լաթով գլուխը փաթթել եւ բաղնիքէն յետոյ գրեխ ընել (հօգնա) անհրաժեշտ է: Յետոյ տաք ջուրով թրջուած խաւլուներու մէջ փաթթելու է մանուկը եւ գլխուն վրայ սառոյցի տոպրակ դնելու է: Բժիշկը մնացածը կը կարգադրէ:

Տաք բաղնիքէն, շփումէ եւ գրեխէ վերջ մէկ երկու թէյի դգալ հնդկախեղ (Քէսթըր օյլ եւ ոչ թէ Քէսթօրիա) խմցնելու է:

Նոպան անցնելէն վերջ մանուկը երկու օր հանգիստ ընելու է եւ շատ թեթեւ կերակուր ուտելու է: Երիկամունքներու բորբոքումի արդիւնք՝ արեան թունաւորումէ յառաջ եկած «խաղցնել»ը վտանգաւոր է:

Ե. ՋՂԱՅԻՆ ԵՒ ՄԿԱՆԱՅԻՆ ԽԱՆԳԱՐՈՒՄՆԵՐ. — Մանկութեան շրջանին յիմարութիւն, խենթութիւն, քորիա, հիսթերիա եւ մէլանքօլիայի պէս հիւանդութիւններ կը պատահին. այս հիւանդութիւններու մասին ծանօթութիւն աւելորդ կը համարենք: Սակայն, ծնողներուն կը պատուիրենք, որ եթէ ոեւէ ատեն մանուկ մը յիմարական եւ արտառոց շարժուձեւերու սկսի, լաւ է որ օր առաջ բժիշկի տարուի:

ԳԼՈՒԽ 9

ՄՈՐԹԱՅԻՆ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒՆ ՄԷՋ

Մորթային հիւանդութիւնները մանուկներուն ընդհանուր հիւանդութիւններուն կէսէն աւելին կը կազմեն: Պատճառը՞... Մանուկներու մորթին փափկութիւնը եւ ծնողներուն անփութութիւնը՝ կերուխումի, հագուստ ու կապուստի եւ մաքրութեան տեսակէտով:

Մորթային հիւանդութիւններէն շատեր իրարու կը նմանին, սակայն քիչ մը վարժութիւն բաւական է ախտաճանաչումի համար: Եթէ մայր մը ի վիճակի է զգուշութեամբ դիտելու, շուտով կը դառնայ կէս բժիշկ. որովհետեւ մորթային հիւանդութիւնները տեսնելով կարելի է սորվիլ:

Մորթի հիւանդութիւններու արտայայտութիւնները առարկայական եւ ենթակայական կ'ըլլան: Կարեւորութիւն տալու չէ մանուկներու բացատրած ենթակայական նշաններուն, ինչպէս օրինակ, ցաւ, կեռք, կսկիծ եւ այրուցք եւայլն. սակայն տարբեր են առարկայական նշանները, ինչպէս, բիծեր, բշտիկներ, պղպջակներ, պալարներ, թեփոտութիւն, գոս, սկրթում, ճեղքուածք, կեղ, սպիացում են. զորոնք պէտք է ճանչնալ եւ առաջիններէն զանազանել:

Յիշենք մորթային հիւանդութիւններէն կարեւորները:

Ա. ԿԱՐՄՐԵՌՔ.— Մանուկներու կարմրեռքը ամառ ատեն տաքէն, եւ ուրիշ ոեւէ եղանակի ատեն չափազանց տաք պահելէն եւ բրդեղէն թանձր հագուստներ հագցնելէն յառաջ եկած մորթային բորբոքում մըն է: Մասնաւորապէս մորթի վրայ գտնըւող քրտինքի գեղձիկներուն բոլորտիքը մանր պըղպըջակներ կը գոյանան եւ ամբողջ մարմինը կարմիր տենդի, կամ հարսանէթի նմանելու չափ կը կարմրի: Ասոր լաւագոյն դարմանն է մաքրութիւն, յարմար հագուստ, գոլ ջուրով բաղնիք եւ մէկ կէլըն ջուրի մէջ մէկ ապուրի դգալ պէյքինկ սօտա հալեցնելով լուացում:

Բ. ԵՂԾԵՌՔ — ԳՈՒՐՏԱՇԱՆ (Տապաստ).— Եղծեռքը մանուկներու մէջ շատ կը պատահի: Ան արտադրութիւնն է՝ մէջտեղը ճերմակ եւ բոլորտիքը կարմրորակ բշտիկներուն, որոնք առ երեւոյթս առողջ կարծուած մորթին վրայ՝ յանկարծակի, քերուըտուքով կը կազմուին: Անոնք կը նմանին մժեղներու կամ մլուկներու

Մորթագրութիւնը եղծեռքի էական ախտանիշերէն մին է: Եղծեռքէ տառապող մանկան մը մորթին վրայ՝ բութ գործիքով մը կամ գրչի կոթով երբ նշաններ կամ գիրեր գծելու փորձը ըլլայ, անմիջապէս այդ գծուած նշանները մորթին վրայ յառաջ եկած բշտիկներու միջոցաւ ցցուն կերպով կ'երեւին «դապարթմա» գրերու նման: Այս վիճակին կ'ըսուի մորթագրութիւն:

Եղծեռքի պատճառները արտաքին եւ ներքին են: Ներքին պատճառներն են մարսողութեան խանգարում եւ մասնաւոր ուտելիքներու անխուժօրէն սպառում եւ անոնց հետեւանքով թու-

ԵՂԾԵՌՔ ԵՒ ՄՈՐԹԱԳՐՈՒԹԻՒՆ

Ծ. Գ. Շէմպըրկի Մորթային Հիւանդութիւններու գրքէն.
Վ. Գ. Սօնտըրս Հրատարակիչներ

նաւորման հակամիտութիւն: Այդ ուտելիքներն են խեցգետին, խեչափառ, ձկնականչ, պանիր, պահածոյ, թթու աղոխ, եղակ, վարունգ, ընկուզեղէն, օթմիլ, հաւկիթ, ձուկ, ձկնկիթ (խաւեար), սունկ, ծովու մարախ, աղած ձուկեր եւ միսեր, երշիկ, ծովախեցի, խնձոր եւ չհասունցած պտուղներ եւն.:

Դեղերէն քուայնայնը, էմէթինը, անթիփայրինը եւ մորֆինն ու ֆէնասէթինը կրնան եղծեռք արտադրել: Շիճուկներու ներարկումն ալ եղծեռք կու տայ: (Օր. կեղծմաշկի շիճուկը):

Արտաքին պատճառներն են թունաւոր, հետ շփում, ծովային լոգանքի ատեն թը. խոտերէ եւ ձկներէ թունաւորում եւայլն։

Այս պատճառներու բարձումը դարմանում է։ Ամերիկացիներուն փօյզըն այվի ըսուածն տեսակ մը եղձեռք է։

ՄԱՆԿԱՆՑ ՅԱՏՈՒԿ ՀԱՍԱՐԱԿ ԵՌՔ (ԷՔԶԷՄԱ)

Ճ. Ֆ. Շէմպըրկի Մորթային Հիւանդութիւններու գրքէն. Վ. Պ. Սօնտըրս Հրատարակիչներ

Գ. ԵՌՔ, ՄՈԼԱՔԱՐ (էքզէմա) — Մանուկներու մէջ էքզէմաճ հասարակ հիւանդութիւն մըն է եւ դարմանումի տեսակէն ամենէն յամառը։

Այս հասարակ եռքը, էքզէմաճ՝ մորթային հիւանդութիւններու պոչաւոր աստղն, Բենհեզզերուցը նկատուած իրաւացիօրէն։ Դարմանումի տեսակէտով ամենէն անդոհացուցիչն է մորթային հիւանդութեանց շարքին։

Ան կուգայ արագ՝ փոթորիկի պէս. ու երբեմն

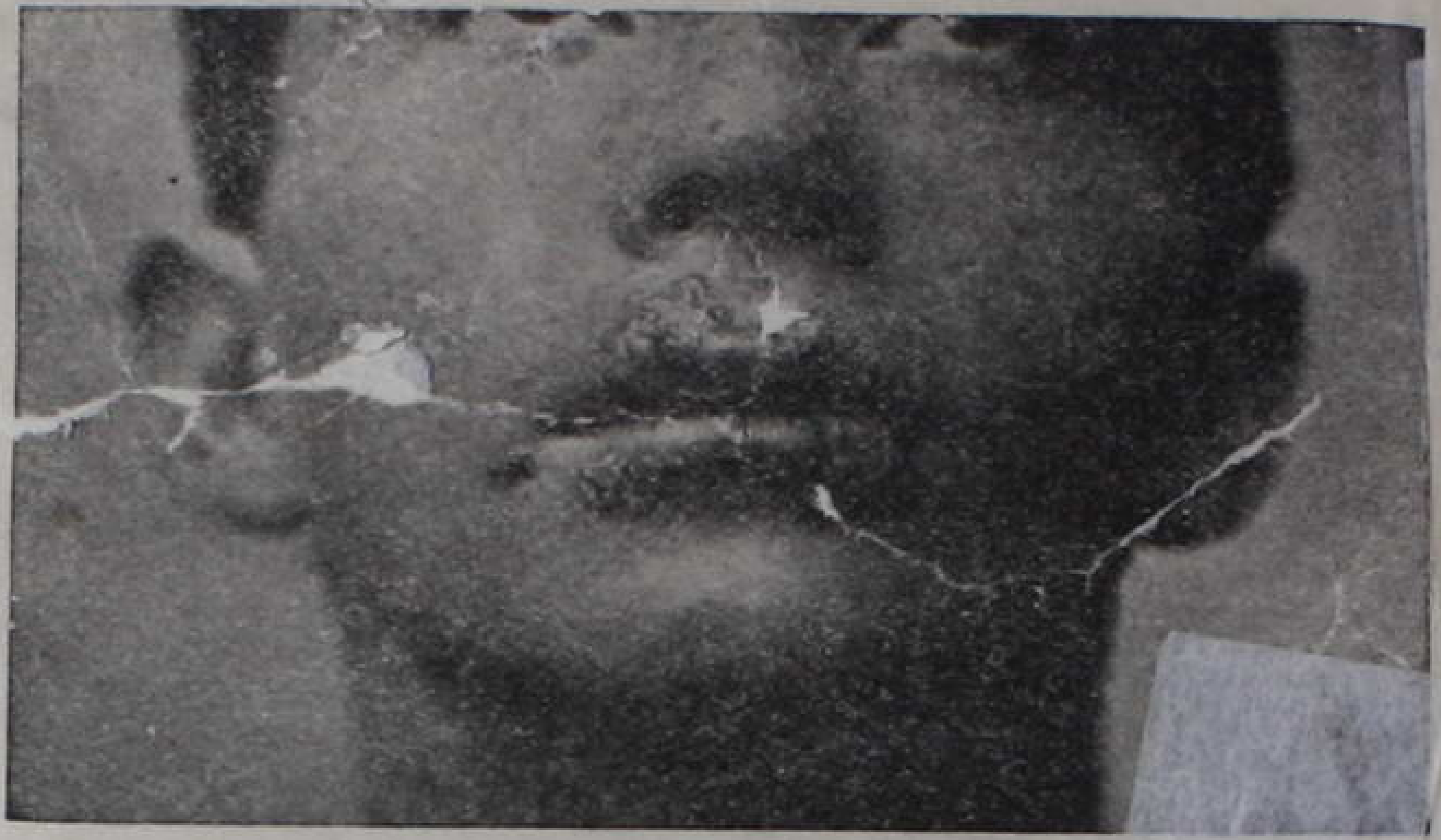
ալ հրաբուխի պէս յանկարծ երեւան կ՚ելլէ հատու ձեւ առնալով. երբեմն դանդաղօրէն կը տեղաւորուի, եւ անգամ մը որ տեղ ընէ իր ոտքին, մնայուն հիր կը դառնայ՝ քրոնիկ ձեւ առնալով։ Ուրիշ անգամ՝ կէս քրոնիկ կամ կէս հատու ձեւեր կը բռնէ, եւ երբեմն ալ բոլոր տեսակները իրարու հետ կը մրցին առաջնութեան համար։

Էքզէման, բարեբախտաբար փոխանցիկ չէ։ Անոր գոյութեան եւ զարգացումին համար հարկաւոր են արտաքին եւ ներքին գրգռիչներ մորթին համար։ Սննդական անկանոնութիւններ, պնդութիւն, ու կաթի խառնուրդներու մէջ անյարմար բաղադրութիւններ՝ մանուկներու էքզէմային յառաջացման կարեւոր պատճառներն են։

Կաթնի էքզէմա ըսուած ձեւը որ յաճախ մանուկներու երեսներուն վրայ կը գտնուի, աղիքային խանգարումներու արդիւնք է։ Եռքէ տառապող մանուկներու աղիքները լոյծ պահելու է եւ կաթի ճոխ խառնուրդներէ եւ ճոխ կերակուրներէ զգուշանալու է։

Դ. ԹԱՐԱԽՈՏ ԲՈՐԲՈՔՈՒՄՆԵՐ — Մորթային ևւէ հիւանդութեան պարագային, եթէ մաքրութեան լաւ հոգ չտարուի, բնականաբար մորթի ճեղքուածքներէն ներս կը խուժեն թարախ արտադրող մանրէներ, թարախային բորբոքում յառաջ բերելով։

Որքինը (իմփիթայկօ), պալարային մորթատապը եւ թարախոտ բշտիկները կրնան ծառայել իբր օրինակ։ Հետեւաբար մորթի ամէն տեսակի բորբոքման ատեն հեռու պահելու է մանուկը աւելորդ ձեռնածութիւններէ, աղտոտութենէ եւ վարակումէ։



ՇՐԹՆԵՐՈՒՆ ՍՈՂՆԱԽՏԸ

Տր. Ճ. Փ. Շէմպըրկի Մորթային Հիւանդութիւններու գրքէն:
Վ. Փ. Սոնտըրս, Հրատարակիչներ.

Ե. ՍՈՂՆԱԽՏԸ (ՀԸՐՓԻԶ) (Ֆօլտ սօր) — Սողնախտը՝ (քօլտ սօր) (քէնքըր սօր), բորբոքած մորթին վրայ չիճուկով լեցուն մանր պղպջակներու արտադրութիւնն է: Առաջին շրջանին կ'այրի ու կը ցաւի, հետզհետէ չիճուկը ցամքելով կը մեղմանայ, յետոյ կը չորնայ ու կը թափի. տեղը կարմիր կը մնայ մինչեւ որ տեղի ունենայ ապաքինումը:

Այս հիւանդութեան սիրելի այցելավայրերն են բերանը, քիթին ծայրը, շրթները եւ սեռային գործարանները:

Փոխանցիկ հիւանդութիւններուն՝ թոքատապի, ուղեղատապի ու մարսողութեան հետ ընկերացող հիւանդութիւն մըն է:

Մաքրութիւնը եւ վիչհէյզըլ լաւ է դարմանումի համար առաջին շրջանին. քսացումի եւ կեղեւ բըռ-

նելու պարագային պօրիք էսիտի ապեղանիով (մէյլ-հէմ) օծում լաւ է:

Զ. ՄՐՋՈՒՄՆՈՑ (թէմբէյի) եւ ԳՈՆՋՈՒԹԻՒՆ (ֆէլ) — Մորթին վրայ արտադրուող մակաբուծա-

ՁԵՌՔԻ ՄՐՋՈՒՄՆՈՑ

Ճ. Փ. Շէմպըրկի Մորթային Հիւանդութիւններու գրքէն.
Վ. Փ. Սոնտըրս, Հրատարակիչներ.

յին հիւանդութիւններէն մին է մրջումնոցը: Մորթին վրայ շրջանակաձեւ բշտիկախումբ մը կը կազմէ. այս բորբոքումը օղակաձեւ է եւ կեդրոնի մըլի.

շուրջ կը տարածուի հակառակ անոր որ կեդրոնը բուժումի նշաններ ցոյց կուտայ:

Մըջումնոցը եթէ գանկին վրայ մազերուն մէջ երեւի, հերաթափութիւն կը բերէ: Գոնջութիւնը (քէլ) ուրիշ տեսակ մակաբուծային հիւանդութիւն մըն է որ որբանոցներու ու աղքատիկ դասակարգի

ԳՈՆՋՈՒԹԻՒՆ (ՔԷԼ)

(Տր. Ճ. Ֆ. Շէմպըրկի (Ֆիլատէլֆիա) Մորթային Հիւանդութիւններու գրքէն. Ֆախի Աթլասէն. Վ. Պ. Սօնտըր Հրատարակիչներ).

պատկանող մանուկներու պատուհասն եղած է:

Մըջումնոցը եւ գոնջութիւնը փոխանցիկ հիւանդութիւններ են: Վարակուած սանտրեր, վարակուած բարձեր եւ ընտանի կենդանիներ՝ ինչպէս

շունն ու կատուն՝ մըջումնոցի տարածիչներն են:

Է. ԲՈՐ (ՈՒՅՈՒԶ) (սքէյպիզ) Տարագրութեան բովէն անցնողներ եւ օտ. բանակին մէջ ծառայողներ շատ լաւ կը ճանչնան ի՞նչ ըսել է բորը: Բորը (ույուզ) պէտք չէ շփոթել Ս. Գրքի մէջ յիշուած բորոտութեան հետ եւ ոչ ալ մեր մէջ բողոքականներու տրուած «բորոտ» ածականին հետ: Ս. Գրքի բորոտութիւնը «ճիւտամ» (լէփրըսի) ըսուած հիւանդութիւնն է. իսկ բողոքական «բորոտ»ին ինչ ըլլալը չեմ գիտեր:

Բորը փոխանցիկ եւ մակաբուծային մորթի հիւանդութիւն մըն է, որ յառաջ կուգայ ոջիլի նմանող մակաբոյծի մը մորթին մէջ տեղաւորումէն: Այս մակաբոյծին էգը մորթին մէջ թաղուելով հոն բոյն կը շինէ ու հաւկիթ կ'ածէ: Այս հաւկիթները մարմնոյն տաքութենէն գիշեր ատեն կը թխսուին եւ շատ մը մակաբոյծներու ծնունդ կուտան: Նորաթուխս մակաբոյծները կը սկսին գործի եւ շուտով կը թաղուին մորթի մէջ սաստիկ կեռք արտադրելով:

Բորի կեռքը գիշեր ատեն աւելի սաստիկ է եւ վարակուած մանուկները անքնութենէ կը տառապին: Քերուըտուքի արդիւնք՝ մորթը, մանաւանդ մատներուն մէջտեղի մորթը թարախային բշտիկներով եւ ճեղքուածքներով ու ակօսներով կը լեցուին, որոնք առանց անոր ալ յոռի կացութիւնը աւելի եւս կը վատթարացնեն:

Բորի արմատական դարմանումին համար անհրաժեշտ է ծծմբախառն (քիւքիւրթ) սպեղանիներու գործածութիւն, մաքրութիւն եւ հագուստեղէնի ու անկողինի պիտոյքներուն տաք շոգիով հականե-

խումը։ Ծծմրախառն նոր սպեղանի մը, որ վերջերս կատարելագործուեցաւ, 24 ժամուայ մէջ բորը կը բուժէ։

Ը. ՄՈՐԹԻ ՉԱՅՐՈՒՅՔ.— Դիեցիկ մանկան ենթարկուած ամենատաղտկալի հիւանդութիւնն է մորթի զայրոյթը որ յետոյքի եւ ծննդամիզական գործարաններու բոլորտիքը՝ մորթային բորբոքում մըն է։

Այս կացութեան պատճառներն են անմաքրութիւն, թրջած շորերը երկար ատեն մանկան վրայ պահել, չափազանց թթու մէզի ներկայութիւն եւ փորհարութիւն։

Մասնաւոր փոշիներու եւ մանաւանդ Զինք Օյնթմընթի գործածութիւնը օգտակար է դարմանումի համար։ Մաքրութեան եւ շորերու յաճախակի փոփոխման հոգ տանելու է։

Մանուկներու մէջ մորթի բորբոքումներու ատեն պէտք չէ մոռնալ Ֆրանկախտը որ կրնայ ժառանգականօրէն փոխանցուած ըլլալ մանուկին։

Մանուկներու մօտ այն բոլոր մորթի բորբոքումները, որոնք շաբաթէ մը աւելի կը տեւեն պէտք է բժշկական քննութեան ենթարկուին։ Ֆրանկախտի կասկած ունեցող ծնողներ աչալուրջ կերպով պէտք է հսկեն իրենց արտադրած սերունդին վրայ։

ԳԼՈՒԽ 10

ԱՉՔԻ ԵՒ ԱԿԱՆՋԻ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐԷՆ ԿԱՐԵՒՈՐՆԵՐԸ

Ա. ԱՉՔԻ ԲՈՐԲՈՔՈՒՄՆԵՐ.— Նորածինին աչքերուն հոգատարութեան մասին խօսեցանք նախորդ էջերուն մէջ, բացատրեցինք նաեւ որքան կարելի էր մանուկներու ջերմամիզութեան մանրէներով վարակումը։ Այժմ խօսինք ամառ ատեն մանուկներուն աչքերուն հատու բորբոքման մասին։

Ամառ ատեն երբ ճանճերը կը սկսին բզզալ եւ նեղել մանուկները, պէտք է շատ հոգ տանիլ մանուկներու աչքերուն մաքրութեան։ Ճանճերէն հեռու պահելու է մանուկները եւ ամէն անգամ որ բացօթեայ պտոյտ մը կատարուի, վերադարձին, կարեւոր է մանուկին աչքերը լուալ պօրիք էսիտի ջուրով։

Աչքերու կարմրելու եւ ճպռոտելու պարագային անմիջապէս դիմելու է բժիշկին։

Չափահաս մանուկները դպրոց ղրկուելէ առաջ պէտք է աչքի քննութենէ մ'անցնին, անոնց տեսողութեան չափը հասկնալու եւ կարճատեսներուն ակնոցի կարգադրութիւն ընելու համար։

Բ. ԱԿԱՆՋԻ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐ.— Մանուկներու հիւանդութիւններէն շատերը ականջատապի եւ կամ անոր բարդութիւններուն հետ կապ ունին։ Ականջատապը, ականջի թմբուկին ետեւը, միջնա-

կանջին մէջ թարախի գոյացումն է, որ արդիւնք է բորբոքման։

Թարախ արտադրող մանրէները կոկորդէն ականջը տանող իւսթէյքեան *խողովակներէն կը ճամբորդեն եւ միջնականջի մէջ «Աճեցէք բազմացէք»ի օրէնքով կ'աշխատին եւ այնպիսի աւերներ կը գործեն որ երբեմն ենթական կ'առաջնորդեն մինչեւ գերեզման։*

Թարախի արտադրմանը կ'ընկերանայ սաստիկ տաքութիւն, գլխու եւ ականջներու ցաւ։ Երբ մանուկ մը իր բարձին վրայ գլուխը կ'երերցնէ մէկ կողմէն միւսը, նշան է ականջատապի։

Միջնականջը դրսականջէն զատող բարակ թաղանդը որ «ականջի թմբուկ» կ'անուանուի, երբեմն կը պայթի ինքնիրեն կամ բժիշկին կողմէ կը բացուի ու կը սկսի ականջէն հոսիլ թարախ, օրերով, շաբաթներով եւ երբեմն տարիներով։

Այլեւայլ պարագաներու բերումով վարակումը ականջէն կ'անցնի ականջին ետեւը գտնուող ոսկորին մէջ եւ (Մէսթօյտ էպսըզ) արտադրելով, կը ստեղծէ այնպիսի կացութիւն մը, որ կարելի է բուժել միայն վիրաբուժական գործողութեամբ։

Գեղձուռոյցներու (էտինոյտ) բորբոքումն ալ յաճախ ականջատապի կ'առաջնորդէ։ Հարսանէթի, կարմիր տենդի եւ կեղծմաշկի ատեն ականջատապեր բնական բարդութիւններ են։

ԳԼՈՒԽ 11

ՏԱՐԱՓՈԽԻԿ ԿԱՄ ՓՈԽԱՆՑԻԿ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԷՋ

Մարդկային ցեղը հակառակ իր ձգտումին դէպի կատարելութիւն, հակառակ այդ ճամբուն վրայ ձեռք բերած բաւականաչափ յաջողութեան՝ տակաւին կը մնայ պաշարուած՝ հազարաւոր ոսոխներով, որոնք իր գոյութեան հիմը կ'ուզեն կործանել։

Փոխանցիկ հիւանդութիւնները իրենց բոլոր գեհենական տակթիկներով՝ ռազմավարութեամբ կը յարձակին մարդուն վրայ, իր ծնած օրէն իսկ անխնայ հարուածելով զայն միշտ իր վերելքի պահուն։

Մանուկները կրնան ամէն տեսակ փոխանցիկ հիւանդութեան ենթարկուիլ, սակայն կան այնպիսի փոխանցիկ հիւանդութիւններ, որոնք պարզապէս մանկութեան շրջանին մէջ գլուխ կը ցցեն ու ալ չեն տեսնուիր։ Մենք այս վերջին բաժանումին պիտի հետեւինք։

Ա. ՀԱՐՍԱՆԷԹ (Գըզամըգ — Միզլս).— *Մանուկներու հիւանդութիւններու թագուհին է հարսանէթը, նորհարսի պէս ամչկոտ ու կարմրուն։ Մեր մամիկներուն «հարսանէթ չհանող մարդ չըլլար» կարծիքը գրեթէ ճշմարտութիւն է։ Հարսանէթը արագօրէն փոխանցուող հիւանդութիւն մըն է։ Հարսանէթէ տառապող հիւանդի մը քով երկու վայրկեան մնալ բաւական է վարակուելու համար։*

ԼԱՒ ԶԱՐԳԱՑԱԾ ՀԱՐՍԱՆԷԹԻ ԲԻԾԵՐԸ, ՉՈՐՐՈՐԴ ՕՐԸ

(Պէտշի՛ եւ Շէմպըրլէնի գրքէն)

Մեր մէջ ընդհանրացած այն գրոյցը թէ «հարսանէթը անվտանգ հիւանդութիւն մըն է եւ բժշկական խնամքի չի կարօտիր» սխալ է եւ ցաւալի :

Հազարաւոր մայրեր, շա՛տ ուշ, մեծ փրկագին վճարելէ վերջ միայն, կ'իմանան հարսանէթի վըտանգները :

Հարսանէթը, ինքնին, շատ վտանգաւոր հիւանդութիւն մըն է եւ մահացու, սակայն մեր նախ-

նիքը, դարերէ ի վեր մաքառելով այդ հիւանդութեան դէմ, մեզի ժառանգաբար փոխանցած են դիմադրելու ատկունութիւն, եւ ճիշդ այդ պատճառաւ, հարսանէթը ակնկալուածին չափ հսկայական աւերներ չի կրնար գործել այսօր :

Տարիներ առաջ երբ հարսանէթը առաջին անգամ ըլլալով կ'այցելէր Ֆիճի կղզիները, հոն գտնուող ամբողջ ժողովուրդը վարակուեցաւ եւ անոնց 60%ը մեռան : Ասիկա անհերքելի փաստ է թէ որքան վըտանգաւոր հիւանդութիւն է եղեր հարսանէթը :

Հարսանէթի բուն վտանգը իրեն ընկերացող բարդութիւններուն մէջն է . Թոքատապ (Նիւմոնեա, կողատապ, երիկամունքներու բորբոքում, ականջներու եւ աչքի բորբոքում եւ երբեմն ալ սրտի բորբոքում : Երբեմն հիւծախտն ալ հետեւանքն է այդ հիւանդութեան՝ հարսանէթին :

Հարսանէթի առաջին նշանները, հարբուխ եւայլն, կ'երեւան վարակումէն վերջ, մէկէն մինչեւ երկու շաբաթուայ ընթացքին : Որքան ուշ երեւան ելլէ, այնքան թեթեւ կ'անցնի հիւանդութիւնը :

Հարսանէթի առաջին նշաններն են հարբուխ, աչքերու արցունքոտիլ, աչքերու կարմրութիւն, կոպերու ուռեցք եւ լոյսէ խրտչում, չոր հազ, ջըղայնոտութիւն, տաքութիւն եւ երբեմն փսխում : Չորրորդ օրը հազը եւ տաքութիւնը կը սաստկանան, եւ կարմիր բիծեր կը սկսին երեւան ելել ականջներուն, երեսներուն եւ վզին վրայ : Այս առաջին անգամ երեւցող բիծերը մանուկին լացած ատեն աւելի յստակ կ'երեւին : Մի քանի ժամէն կարմիր բիծերը կը տարածուին ամբողջ կուրծքին, որովայնին եւ սրունքներուն վրայ : Ամենէն ուշ բծաւորուող մասերը ձեռքերն ու ոտքերն են :

Բիծերուն միջեւ կարելի է նշմարել սպիտակ մորթը, սակայն երբեմն ամբողջ մարմինը կը ծածկուի կարմիր բիծերով, որոնք մորթին վրայ ըլլալէն աւելի մորթին մէջ են եւ աւելի մութ կարմիր։ Բիծերու հոլովոյթը կրնայ 3–6 օր տեւել։

Հարսանէթին տաքութիւնը երկու տեսակ ելեւէջ ունի։ Հարբուխային շրջանին մէջ տաքութիւնը 103–104–ի կը բարձրանայ ու կը մնայ այդպէս երկու երեք օր. յետոյ տաքութիւնը գրեթէ կը կորսուի եւ երբեմն բժիշկ թէ ծնողք կը խաբուին այդ բարելաւումէն՝ հետեւեալ օրն իսկ յուսախաբուելու համար։ Ես որ հինգ հարիւրի մօտ Հարսանէթ դարմանած եմ, երբեմն խաբուած եմ այդ խաղէն։ Կարմիր բիծերուն երեւնալուն հետ տաքութիւնը կրկին կը բարձրանայ, տեւելով 4–5 օր եւս եւ կամաց կամաց ու աստիճանաբար անկում կրելով։

Հարսանէթի կարմիր բիծերու երեւումէն երկու օր առաջ, երբեմն կարելի է բերնի կարմիր թաղանթին վրայ կապտորակ, ճերմակ ու չուրջը կարմիր բիծեր նշմարել։ Այս բիծերուն ներկայութիւնը Հարսանէթի բնորոշ ախտանիշն է։

Կարմիր բիծերը կը սկսին աներեւութանալ տաքութեան նուազումին հետ միասին եւ տասներորդ օրը գրեթէ անհետացած կ՚ըլլան։ Երբեմն մորթին վրայ գունաւոր բիծեր կը մնան շաբաթներով։

Տաքութեան նուազումէն մի քանի օր վերջը հազին շարունակութիւնը լաւ նշան չէ. մի քանի օր վերջը դողով սկսած տաքութիւն մը կրնայ (Նիւմօնեա) թոքատապի նշանը սեպուիլ։

Վարակման ենթարկուած մանուկները կարելի է Հարսանէթէ փրկել եթէ ենթարկուելէն 4–5 օր վերջը Հարսանէթէ բուժուած առողջ մանուկներու

արիւնէն զատուած շիճուկ ներարկուի անոնց։

Հարսանէթի մասին կարեւոր պատուէրներ։

(1) Հարսանէթի համաճարակի ատեն զգուշացի՛ր վարակուած տուներ եւ հաւաքատեղիներ այցելելու։

(2) Եթէ ընտանիքիդ մէջ Հարսանէթ պատահի, անմիջապէս ենթական կղզիացուր առանձին սենեակ մը եւ մի թողուր որ միւս մանուկները այցելեն անոր։ «Երբ ըլլայ պիտի բռնուի» ըսելով իրենց գեղեցիկ մանուկները Հարսանէթի ենթարկել պարզապէս ոճիր գործելու կը նմանի։

(3) Մէկ տարեկանէ վար մանուկները Հարսանէթի չեն դիմանար. զգուշացի՛ր զանոնք Հարսանէթի վտանգին ենթարկելէ։

(4) Մանուկներու աչքը, քիթն ու բերանը միշտ մաքուր պահէ։ Պօրիք էսիտի ջուրով լուալը կը բաւէ։

(5) Երբ Հարսանէթ ունեցնաս տանդ մէջ մինչեւ մէկ ամիս ոչ այցելու ընդունէ եւ ոչ ալ այցելութեան գնա, որպէսզի հիւանդութեան տարածման պատճառ չդառնաս։

(6) Հարսանէթի պարագային առանց բժիշկի՝ դարմանելու անխոհեմութիւնը մի՛ փորձեր. բժիշկին տալիք մի քանի տոլարները տնտեսելու մի՛ ջանար, վերջէն աւելին կը ծախսես թաղումի համար։ Գիտե՞ս որքան սուղ է թաղումը Ամերիկայի մէջ։ Մէկդի թողունք քու թանկագին սրտահատորիդ կորուստը։

(7) Եթէ բժիշկդ, Հարսանէթի պարագային, առողջապահական քարտուղարութեան տեղեկագրէ մանկանդ անունը, մի՛ նեղանար եւ մի՛ վշտանար, ան իր պարտականութիւնն է, որ կը կատարէ եւ

այդ միջոցաւ ուրիշները կը պաշտպանէ: Եթէ բըժիշկ կանչելու չես հաւատար, դուն անձամբ տեղեկագրէ կառավարութեան. այդ մասին օրէնքը կը պարտադրէ քեզ արդէն. հակառակ պարագային տուգանքի կ'ենթարկուիս:

(8) «Հարսանէթ» է ըսելով տունդ Տաճկաստանի բաղնիքներուն պէս տաք եւ առանց օդի մի՛ պահեր: Հարսանէթը ոեւէ հիւանդութենէն աւելի տաքութեան պէտք չունի: Հիւանդին սենեակին 65–70 աստիճան տաքութիւն կը բաւէ: Հիւանդին հագած գիշերանոցը հասարակ գիշերանոց թող ըլլայ եւ անկողինը թեթեւ եւ տաքուկ: Չափէն աւելի պլլըւած մանուկները կը քրտնին եւ աւելի շուտ պաղ առնելով թոքատապի կը մատնուին:

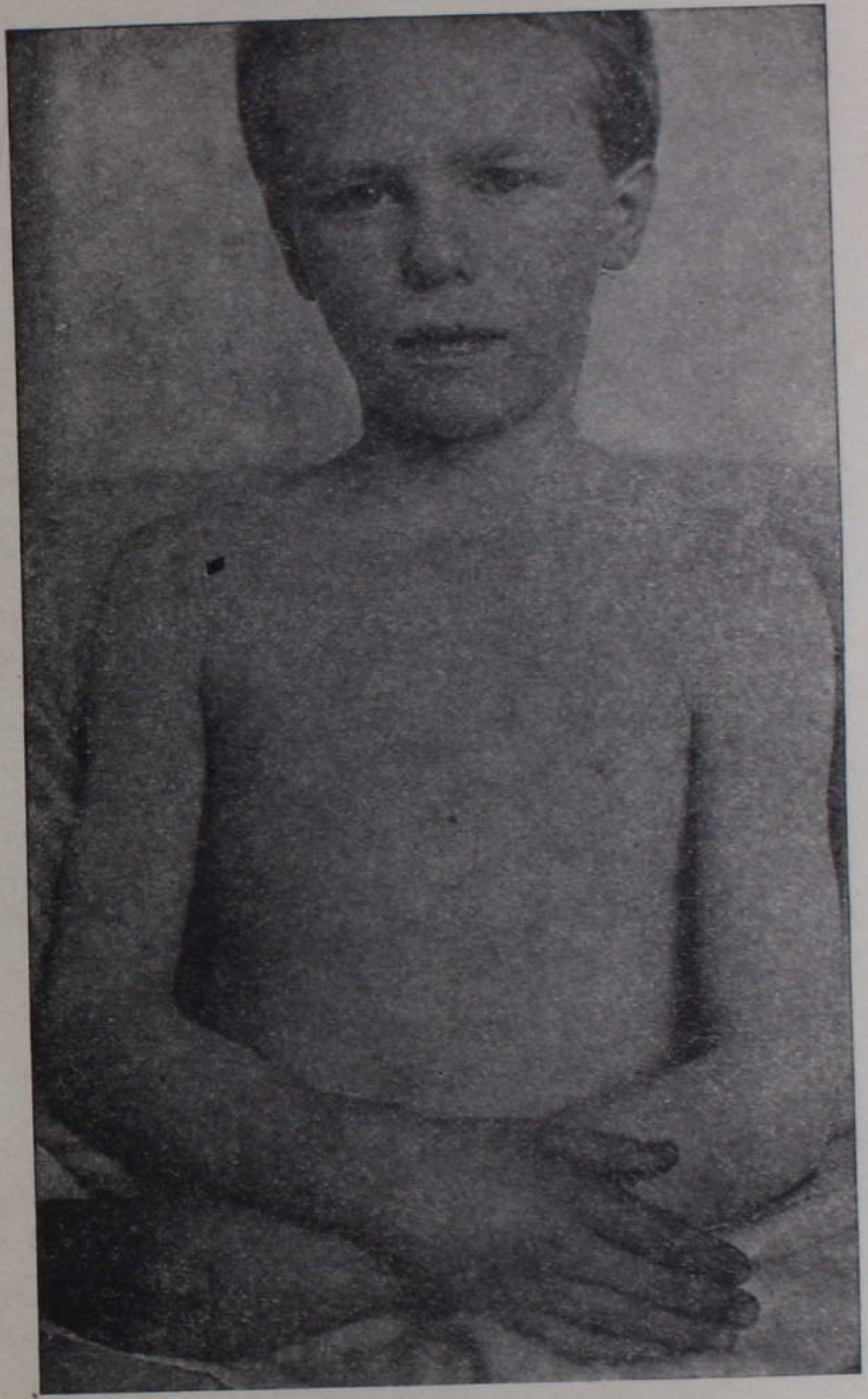
Հիւանդին սենեակին մէջ շոգիացում արտադրել հազին համար օգտակար է:

Մանուկը ջուր խմելէ մի՛ արգիլեր. տո՛ւր որքան որ կ'ուզէ, ջուրը թէ ներսէն եւ թէ դուրսէն լաւագոյն դարմանն է:

(9) Նարինջի ջուր, ռուբով ջուր (շէրպէթ), պարզ ջուր, թան, մածուն, կաթ, թեթեւ մսի ջուր եւ բանջարեղէնէ ապուրներ լաւագոյն սնունդը կը կազմեն հարսանէթի ատեն:

(10) Ենթակային մաքրութեանը եւ աղիքներու պարպումին լաւ հոգ տար. սենեակին մէջ կարելի եղածին չափ զօրաւոր լոյս ունենալէ զգուշացիր: Ելեքտրական լամբարներուն վրայ կարմիր կտաւէ տոպրակը լաւ արդիւնք կուտայ: Կարմիր լոյսը աւելի հեշտ կուգայ աչքերուն:

(11) Հիւանդին սենեակին օդափոխութեանը լաւ հոգ տար:



ԳԵՐՄԱՆԱԿԱՆ ՀԱՐՍԱՆԷԹ
ԲԱՂԴԱՏԵԼ ԲՈՒՆ ՀԱՐՍԱՆԷԹԻՆ ՀԵՏ
(Վէլշ եւ Շէմպըրկ)

(12) Ապաքինող հիւանդը տաքութեան անկումէն վերջ շաբաթ մը եւս պէտք է անկողին մնայ եւ հազին անհետացումէն առաջ պէտք չէ որ տունէն դուրս ելլէ։

(13) Ապաքինող մանուկներուն երկար ատեն ձկան իւղ խմցնել խելացիութիւն է հիւծախտի առաջքն առնելու համար։

(14) Հարսանէթի բիծերուն քերուըտուքին համար (սոտայախտն) դաղջ ջուրով օծումներ, գոհացուցիչ արդիւնք կուտան։

(15) Մէկ անգամ հարսանէթ հանողը անգամ մըն ալ չի հաներ։

Գերմանական հարսանէթը (Ճըրմըն Միզլս) հասարակ հարսանէթի հետ պէտք չէ շփոթել։ Ան բոլորովին տարբեր հիւանդութիւն մըն է եւ 3–4 օր կը տեւէ։ Անոր կարմիր բիծերը կը յաջորդեն տաքութեան եւ 24 ժամ յետոյ կը մարին առանց ոեւէ բարդութեան դուռ բանալու։ Բիծերը աւելի մանր եւ կարմիր են։

«Մեր մանուկը 2–3 անգամ հարսանէթ հանեց» կը պնդեն երբեմն մայրեր։ Սխալ է. կամ բժիշկն է մոլորած եւ կամ հիւանդին աչքը։ Մորթին վրայ երեւցող ամէն կարմրութիւն հարսանէթ չէ, ինչպէս որ ամէն փայլող մետաղ ոսկի չէ։

Բ. ԾԱՂԿԱԽՏԸ — ՍՄՈԼ ՓԱՔՍ — ՋԻՋԷՔ.— Ծաղկախտը հին դարերուն ամենէն շատ սարսափազդու հիւանդութիւնն էր. սակայն ներկայիս, շնորհիւ արգելիչ բժշկութեան հնարած պատուաստումին՝ ծաղկախտին գործունէութեան գրեթէ վերջ տրուած է քաղաքակիրթ ազգերու կեանքին մէջ։

ԾԱՂԿԱԽՏԸ ՈՉ ՊԱՏՈՒԱՍՏՈՒԱԾ ԱՂՋԿԱՆ ՄԸ ՎՐԱՅ, ՈՒԹԵՐՈՐԴ ՕՐԸ

(Շէմպըրկի Մորթային Հիւանդութիւններու գրքէն)

Սակայն ցաւալի է որ Ամերիկայի պէս զարգացած երկրի մը մէջ ծաղկախտը անպակաս է։ Պատճառը՞... ստիպողական պատուաստումին չգոյութիւնն է։

Ծաղկախտն է պատճառը շատ մը մահերու, աւերներու, դիմագծային տգեղութիւններու եւ կուրութիւններու։

Մարդ արարածին չափ հին է այս հիւանդութիւնը, պատմութիւնը կը հաստատէ այս իրողութիւնը։

Ծաղկախտը համաճարակի ձեւով կուգայ։ Անոր իսկական պատճառը եղող մանրէները տակաւին գտնուած չեն։ Վարակումէ 8–10 օր վերջը ան կը սկսի կարճատեւ դողով, բարձր տաքութեամբ, մէջքի եւ ոսկորներու սաստիկ ցաւով եւ մեծ յուզում առթելով հիւանդին։ Չորրորդ օրը մորթին վրայ, ընդհանրապէս երեսներուն եւ ձեռքերուն վրայ խորունկ եւ կարծր բոսորագոյն բշտիկներ երեւան կուգան եւ տաքութիւնը կը մեղմանայ։ Վեց օր յետոյ բշտիկները կը թարախոտին եւ տաքութիւնը կրկին կը բարձրանայ արտադրուած թարախին պատճառաւ։ Տասներորդ օրէն սկսեալ թարախոտած բշտիկները հետզհետէ կը սկսին չորնալ եւ երրորդ շաբաթէն սկսեալ կը սկսին սպիանալ։ Բոսորագոյն սպիներուն կը յաջորդեն ճերմակ փոսիկները, որոնք կը գոյանան սպիներու պոկումին պատճառով։

Ծաղկախտէ տառապող հիւանդը իր թարախոտած բշտիկներով եւ դիմագծային անկանոնութիւններով ահռելի տեսարան մը կը ներկայացնէ ամենէն անտարբերին իսկ գութը շարժելով։

Թարախոտած բշտիկները եթէ չքերուին ու լաւ խնամք ստանան, տգեղ սպիներուն քանակը կը պակսի։

Ներկայիս ծաղկախտ գոյութիւն ունի Ռոտ Այլընտ, Նիւ Հէմշըր, Փէնսիլվանիա, Իլլինօյզ եւ ուրիշ հարաւային նահանգներուն մէջ։

Ծաղկախտի ամենակտրուկ դարմանն է զայն արգիլել պատուաստումի միջոցաւ։ Ուստի կ՚արժէ որ հոս մէջբերում մ՚ընենք պատուաստումի մասին։

Պատուաստումի այսօրուան մեթոտը չգտնըւած, արեւելեան երկիրներու մէջ, մասնաւորաբար Թուրքիա, ծաղկախտի դէմ մաքառելու ուրիշ միջոց մը կը գործածուէր։ Հոն, մեր նախնիքը, բուն ծաղկախտէ տառապող անհատի մը բշտիկներէն կաթիլ մը թարախ եւ կամ քսացած բշտիկի մը քոսէն կտոր մը առնելով առողջ անհատի մը մորթին վրայ կը ծեծէին։ (Պէտք է հասկնալ ներարկելու գործողութիւնը՝ իր շատ հին ձեւին մէջ)։ Ասոր հետեւանքը կ՚ըլլար թեթեւ վարակում մը ծաղկախտի, որ այնքան ահռելի եւ մահացու չէր ըլլար։

Սակայն այս մեթոտը միշտ լաւ արդիւնք չէր տար, ունէր իր թերութիւնները, որովհետեւ յաճախ անկնկալուած թեթեւ վարակումին տեղ կուտար աւելի զօրաւոր վարակում մը, որ մոռցնել կուտար սովորական ծաղկախտը։

Բացի այդ՝ յաճախ հիւծախտի եւ ֆրանկախտի նման հիւանդութիւններ՝ անձէ անձ կը փոխանցըւէին յիշեալ միջոցով։ Այսուհանդերձ ծաղկախտի ծաւալումն արգիլելու եւ ախտադերծ մնալու միակ գործնական միջոցն էր անիկա, այնպէս որ տասնեութերորդ դարուն սկիզբը, Լէյտի Մօնթակիւ, Անգլիոյ Պոլսոյ դեսպանին տիկինը, որդեգրեց այս մեթոտը Պոլսոյ հայերէն եւ ներմուծեց Անգլիա՝ ուր գործածուեցաւ երկար ժամանակ, մինչեւ ներկայ մեթոտին գիւտն ու զարգացումը։

Պատուաստումի այժմէական գիւտին պատիւը

կը տրուի Անգլիացի Էտուըրդ Ճէններ անունով բժիշկի մը, որ իր այդ գիւտին շնորհիւ անմահացած է բժշկական պատմութեան մէջ:

Յիշեալ բժիշկը նկատեց որ կովերը ծաղկախտի նմանող ուրիշ հիւանդութեամբ մը, կովային ծաղկախտէ կը տառապէին եւ կովերու միջոցաւ նոյն հիւանդութենէ տառապող անձերը զերծ կը մընային բուն ծաղկախտէն:

Կովերու տուած ծաղկախտը թեթեւ էր եւ անվտանգ. ուստի Անգլիացի բժիշկը որոշեց գիտումնաւոր ներարկումներ ընել առողջ մարդոց՝ վարակեալ կովերու բշտիկներէն հոսող թարախով:

Տօքթ. Ճէններ ի մեծ զարմանս գտաւ որ այս ձեւով ներարկուած անձեր պզտիկ բշտիկ մը կ'ունենան եւ շուտով կ'առողջանան, անընդունակ եւ ախտազերծ մնալով բուն ծաղկախտի վարակման:

Ահա՛ այս էր ծաղկախտի դէմ յաջող պատուաստումի գիւտը՝ որուն կը պարտի ներկայ սերունդը իր գեղեցկութիւնը, ծաղկաւեր դիմագծերու անհետացումով: Աւելին կա՛յ, պատուաստումի այդ գիւտին կը պարտինք քսաներորդ դարու մէջ գտնըուած ուրիշ շիճուկներու եւ պատուաստներու գիւտը:

Ներկայիս, բնականաբար, աւելի գիտական միջոցներով կը պատրաստուի ծաղկախտի պատուաստը: Բժիշկներ անձամբ կը խնամեն այն կովերը, որոնք գիտութեան կը ծառայեն: Ամերիկեան կառավարութիւնը իր հաշւոյն կը շինէ պատուաստը եւ կը բաշխէ բժիշկներուն ձրիաբար:

Պատուաստումէ մի քանի օր վերջ, ներարկման կէտին վրայ բշտիկ մը կը կազմուի: Այս բշտիկը

շուտով կը թարախոտի եւ երկու շաբաթէն կը չորնայ սպիացումով: Այս մէկ հատիկ բշտիկին դրդումովը՝ անհատին արեան մէջ, ծաղկախտի դէմ հակաթոյն կը պատրաստուի եւ այս կերպով ծաղկախտէ վարակումի առաջքը կ'առնուի:

Մանուկները վեցերորդ ամիսէն սկսեալ պէտք է պատուաստուին եւ հինգ տարին անգամ մը կըրկին վերապատուաստուին աւելի ապահով ըլլալու համար: Պատուաստումի մէջ ոեւէ վտանգ չկայ, պայմանով որ գիտականօրէն կատարուի եւ հականեխումի հոգ տարուի:

Գ. ՋՐԻ ԾԱՂԻԿ — (Չիքըն փաքս). — Ջրի ծաղիկը (Սու Չիչէյի) գրեթէ անվտանգ հիւանդութիւն մըն է: Վարակումէ երկու երեք շաբաթ յետոյ մէկ օրուայ տաքութենէ եւ ընդհանուր անհանգըստութենէ մը վերջ մարմնոյն գոցուած մասերուն վըրայ, եւ երբեմն ալ մազերուն մէջ եւ երեսներուն վրայ, ջրով լեցուն կարմրորակ բշտիկներ կ'երեւին: Առաջին օրերուն մէջ ջուրը անձրեւի կաթիլներու պէս ջինջ է. եւ վերջը կը պղտորի ու թարախ կը կազմէ: Չորս օր վերջը ջուրը կը ծծուի եւ բշտիկները կը չորնան քոսանալով: Քոսերը կը մնան երկու երեք շաբաթ:

Եթէ այս բշտիկները քերուելով երկրորդական վարակումի չ'ենթարկուին, սպի եւ հետք չեն թողուր: Ջրի ծաղիկէ վարակուած մանուկ մը առնուազն երեք շաբաթ պէտք է որ կղզիանայ: Այս ալ կառավարութեան տեղեկագրուելիք հիւանդութիւն մըն է:

Առանց խնամքի մնացած ջրի-ծաղիկի բշտիկներ կրնան մորթին վրայ կեղեր արտադրել:

ՋՐԻ ԾԱՂԻԿ
ԶԱՆԱԶԱՆԵԼ ԲՈՒՆ ԾԱՂԿԱԽՏԷ
(Վէլշ եւ Շէմպըրկ)

Ջրի ծաղիկէ տառապող մանուկները մինչեւ բշտիկներու չորացումը լոգցնելու չէ։ Մաքրութիւնն ապահովելու համար սպունգով շփումը բաւական է։

Դ. ԿԱՐՄՐԱԽՏ — ՍՔԱՐԼԷԹ ՖԻՎԸՐ.— Կարմրախտը մանկութեան յատուկ հիւանդութիւններէն ամենավտանգաւորն է։ Ան Ամերիկայի մեծ քաղաքներուն մէջ մնայուն հանգամանք առած է։ Ատեն ատեն ալ համաճարակներու համեմատութիւն կ'առնէ։

Կարմախտի մանրէները գտնուեցան վերջերս եւ մասնաւոր չիճուկ մը, որ երբ բուժիչ պիտի գործածուի, փորձի բովէն կ'անցնի այժմ։ Տիքի փորձը կեղծ մաշկի համար Շիքի փորձին կը նմանի։ Այդ միջոցաւ կարելի կ'ըլլայ կարմրախտի ենթակայ եղողները գտնել եւ զանոնք անտարբեր ընել։

Կարմրախտը կը փոխանցուի շփումով եւ կաթի միջոցաւ։ Սակայն ան հարսանէթի պէս դիւրափոխանց չէ։

Կարմրախտը առհասարակ երկուքէն տասնեւերկու տարեկան մանուկներու թշնամին է։ Մէկ տարեկանէ վար մանուկներու մէջ հազուադէպ է։

Կարմրախտէ վարակուող եւ բուժուող անձ մը կրկին չի վարակուիր։ Վարակումէն 3–6 օր վերջը կը սկսի հիւանդութիւնը թեթեւ ջերմով, կոկորդի ցաւով եւ կարմրութիւնով, հարբուխի նշաններով եւ ելակի նմանող լեզու մը ցոյց տալով։ Շուտով տաքութիւնը կ'աւելնայ եւ մարմնոյն վրայ վերէն վար կարմիր, մանր բշտկանման կարմրութիւն մը կ'երեւի։ Կոկորդը կարմիր կտաւի պէս կարմիր է եւ սաստիկ հազ կը պատճառէ։ 4–5 օր վերջը կարմրութիւնը կ'անհետի եւ մորթը կը թեփոտի եւ երբեմն ալ կը քերթուի։

Կարմիր տենդի բարդութիւններէն կարեւորներն են ականջատապ, թոքատապ եւ երիկամունքի բորբոքում։

Կարմրախտէ տառապող հիւանդը պէտք է վեց շաբաթ կղզիացուի: Կարմրախտէ ապաքինողներ յաճախակի միզային քննութիւններու ենթարկուելու են եւ հեռու կենալու են աղի եւ մսեղէն ուտելիքներէ:

Ե. ԿԵՂԾ ՄԱՇԿ (ՏԻՖԹԷՐԻԱ).— Կեղծ մաշկը, հակաթոյնի շինուելին գիւտէն առաջ, մանուկներու վաղաժամ մահուան մեծագոյն պատճառն էր: Ներկայիս գոյութիւն ունին հակաթոյն շինուկ, եւ կեղծ մաշկի ախտաճանաչման համար մանրէաբանական դիւրութիւններ, մանաւանդ վերջերս կիրարկուող Շիք թէսթի եւ անոր հետեւանքով թոյն-հակաթոյնի ներարկումները՝ որոնց շնորհիւ մասամբ թեթեւցած է կեղծ մաշկի սարսափը եւ անոր զոհերուն խիտ շարքերը նօսրացած:

Սակայն հակառակ այս յառաջդիմութեան, ներկայիս՝ Ամերիկեան քաղաքներու մէջ անպակաս է կեղծ մաշկի ճարակը և տարեկան 25,000 մանուկներ սեւ հողին կը յանձնուին: Դժբախտաբար այս թիւին մէջ հայ մանուկներն ալ մաս ու բաժին ունին. պատճա՞ռը — հայ ծնողներու անհոգութիւնն է՝ հանդէպ կոկորդային հիւանդութիւններու «Բա՛ն չունի, չաղաւ պաղեր է» կ՚ըսեն ու կ՚անցնին, բայց երբ հիւանդութիւնը լաւ մը տեղաւորուի, շատ դժուար է զայն արմատախիլ ընել:

Երբեք չեմ կրնար մոռնալ մամիկի մը պարագան, (Ամերիկայի մէջ), որ իր փայտացած մատներով՝ միամեայ մանկիկի մը վիզը կը շփէր ու կը տրորէր, «չաղան բարձէն ինկեր է» ըսելով, երբ խեղճ երախան կեղծ մաշկի ազդեցութեան տակ, իր վերջին շունչը կը փչէր:

Կեղծ մաշկը, որ խիստ տարափոխիկ հիւանդութիւն մըն է, յառաջ կուգայ մասնաւոր մանրէներու՝ քթին, կոկորդին, նշագեղձերու եւ երբեմն ալ աչքերու եւ իգափողի թաղանթներուն վրայ աճելէն:

Վարակումը տեղի կ՚ունենայ փռնգտալու, համբուրելու, միեւնոյն ամանէն ուտելու եւ խմելու յոռի սովորութենէն, ինչպէս նաեւ կաթէ, ընտանի անասուններէ եւ վարակուած հիւանդին հետ ուղղակի շփումէ:

Շիքի մասնաւոր փորձով կարելի է կեղծ մաշկի ենթակաները գտնել եւ ժամանակին զանոնք ախտազերծ ընել մասնաւոր թոյն-հակաթոյնի ներարկումով:

Կեղծ մաշկի մանրէները իրենց ընտրած վայրին վրայ (քիթ եւ կոկորդ առհասարակ) կ՚աճին եւ հոն կաթնագոյն կամ դեղնորակ մաշկ մը յառաջ կը բերեն: Այս մաշկը, կեղծ է. այսինքն մնայուն չէ եւ մանրէներու, թարախային արտադրութիւններու եւ խլնային արտադրութեան խառնուրդն է, դիւրաւ կ՚արիւնի եւ դժուարաւ կը փրցուի:

Մանրէներու արտադրած թոյնը արեան մէջ շրջան ընելով 101–102 աստիճան տաքութիւն կուտայ: Մանուկը հակառակ տաքութեան նուազման, դեղնած եւ ինկած երեւոյթ մը կ՚ունենայ. ասոր կը յաջորդէ ընդհանուր թունաւորում, շնչահեղձութիւն, շունչի հատում, խորդալու եւ խռմբալու ձայներ, շան հաչոցի նմանող հազ, վզի վրայ գեղձերու ուռեցք, անդամալուծութիւն եւ մահ:

Կեղծ մաշկի իսկական ախտաճանաչութիւնը կը կատարուի դեղնորակ մաշկի գոյութեամբ եւ մանրէաբանական քննութեամբ: Բոլոր կասկածելի կո-

կորդատապերը մանրէաբանական քննութեան ենթարկուելու են: Մայրեր վարժուելու են կոկորդին նայելու եւ հոն անբնական ճերմակ կամ դեղին բիծերու եւ մաշկի մը գոյութիւն ճանչնալ: Քթէն հոսած թարախախառն արիւնը պէտք է քթի կեղծ մաշկ նկատուի մինչեւ որ հակառակը չփաստուի:

Կեղծ մաշկի լաւագոյն դարմանումն է անոր արգելումը ապահովել Շիք թէսթով: Իսկ հիւանդութեան պարագային մեծ չափով հակաթոյնի ներարկումներ անհրաժեշտ է ապաքինում ձեռք բերելու համար:

Կեղծ մաշկի տարածումը արգիլելու համար կաթին մաքրութիւնը եւ տուներէն ընտանի կենդանիներուն բացակայութիւնը անհրաժեշտ է: Երբեմն կարելի է գտնել անհատներ, որոնք կեղծ մաշկի մանրէները ունին, եւ զանոնք ուրիշին կը փոխանցեն, առանց իրենք բռնուելու: Այսպիսի անհատներուն կզզիացումն ու արմատական դարմանումը անհրաժեշտ է:

Զ. ԿԱՊՈՅՏ ՀԱԶԸ — (ՀՈՒՓԻՆԿ ՔԸՖ).— Կապոյտ հազը (պօղմաճա) մանկութեան շրջանին տաղտկալի եւ երկարատեւ հիւանդութիւններէն մին է: Մէկ տարեկանէ վար եղող մանուկներու համար կապուտիկ հազը բաւական վտանգաւոր է:

Ընթական վարակումէն մէկ երկու շաբաթ վերջը կը սկսի հազալ եւ հարբուխի նշաններ ցոյց տալ: Սկիզբէն հազը չոր կ'ըլլայ եւ նոպաներով կուգայ: Առաջին օրերուն թեթեւ տաքութիւն մըն ալ կուգայ եւ ընթական հազալէ վերջ կը կարմրի ու կը փսխէ:

Մէկ երկու շաբաթ վերջ տաքութիւնը կ'աներեւութանայ եւ հիւանդ մանուկը, որ առերեւոյթս առողջ կ'երեւի, կը սկսի ունենալ հազի նոպաներ, որոնք մասնաւոր հանգամանք ունին: Հազալէ վերջ երբ մանուկը կը ներշնչէ, աքաղաղի նման ձայն կը հանէ եւ կրկին կը սկսի հազալ. երեսները կը կարմրին ու կը կապուտնան, մանուկը կը քրտնի եւ կը փսխէ: Աչքերուն առջեւը ուռեցած երեւոյթ մը կ'ունենայ եւ հազի նոպաներուն մէջ կուլայ, որ աւելի շատ գիշեր ատեն կը պատահի: Հազի նոպային կը յաջորդէ ընդհանուր թմրութիւն եւ քուն: Նոպաներուն սաստկութիւնն ու քանակը մեծապէս կը տարբերին: Այս հիւանդութիւնը կրնայ վեց շաբաթէն մինչեւ վեց ամիս տեւել: Բացօդեայ կեանքը, լաւ սնունդ, ձկան իւղ եւ մասնաւոր պատուաստում լաւ արդիւնք կուտան, նպաստելով ապաքինման: Դեղերը կրնան հանգստացուցիչ դեր մը խաղալ միայն:

Կապոյտ հազը եթէ հարսանէթին ընկերանայ, թոքատապը աւելի հաւանական կը դառնայ: Կապոյտ հազն ալ տեղեկագրուելիք հիւանդութիւններէն մին է:

Է. ՖՐԱՆԿԱԽՏԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒՆ ՄԷՋ.— Մանուկ մը որ Ֆրանկախտ ունենալու դժբախտութիւնն ունի, կը վարակուի ծնունդէն վերջ եւ կամ արդէն զայն ժառանգած է իր ծնողքէն. Ֆրանկախտը ժառանգական է, հետեւաբար ծնողքէն կը փոխանցուի մանուկին: Հիւանդոտ, նիհարակազմ, եւ կամ կի– կատար ծնունդով եւ մեռած ծնած մանուկներուն մէջ փնտռելու է Ֆրանկախտը:

Նորածին մանուկի մը մարմնոյն վրայ երեւցող քուերն ու վէրքերը, պզպջակներն ու բշտիկները կասկածելի նկատուելու են, եթէ երբեք ընտանիքին մէջ Ֆրանկախտի հաւանականութիւն կայ:

Ապուշ, յիմար, անդամալոյծ, խուլ, կոյր, վատուժ եւ գաճաճ մանուկին մէջ փնտռելու է դարձեալ Փրանկախտի գոյութիւնը։

Մանկան բերնին երկու կողմը գծաւոր փոսիկներու ներկայութիւնը, ակռաներու կիսալուսնաձեւ երեւոյթը, փոսը ինկած քիթ մը, մեծ գլուխ եւ փոքր երեսը մանկական Փրանկախտի կասկածելի նշաններն են։ Ժամանակին հմտօրէն բժշկուած մանուկ մը կրնայ օգտակար քաղաքացի մ՚ըլլալ։

Ը. ՀԻՒԾԱԽՏԸ ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ՄԷՋ.— Մանուկները կրնան ոեւէ հիւանդութենէ տառապիլ։ Ընդհանրապէս շատ մը հիւանդութիւններ, նոյն ախտանիշը կը ցուցնեն, պատահին անոնք մանկան, կամ չափահասի մէջ։ Սակայն հիւծախտը այդպէս չէ։ Մանուկներու հիւծախտը քիչ մը տարբեր է։

Առհասարակ հիւծախտը մանուկներու մէջ, կ՚երեւի հիւծախտաւոր գեղձատապի, հիւծախտաւոր փորամաշկատապի, հիւծախտաւոր ոսկրատապի եւ հիւծախտաւոր ուղեղատապի ու Թոքախտի ձեւերուն մէջ։

Հիւծախտաւոր գեղձերը, կը պատահին այն մանուկներուն մօտ, որոնց համար վարակուած կովերու կաթը առանց փաստըրացնելու կամ եռացնելու կը գործածեն։ Այդ պատճառաւ լաւ եւ վստահելի կաթ ծախող ընկերութիւններուն կովերը մասնաւոր փորձերու կ՚ենթարկուին եւ հիւծախտի ենթակայ կովերը կը փճացուին։ Որովհետեւ կովերը մարդոց չափ եւ թերեւս քիչ մըն ալ աւելի, ենթակայ են կովային հիւծախտի, որ կրնայ փոխանցուիլ մարդերուն՝ վարակուած կաթի միջոցով։

Ընդհանրապէս աղքատ ընտանիքներէ սերած եւ

կասկածելի ծնողներէ ծնած մանուկներ, որոնք կասկածելի կաթերով կը սնանին՝ հիւծախտային գեղձատապ կ՚ունենան։ Վզին, աճուկներուն, արմուկին եւ մինչեւ անգամ աղիքներուն գեղձերը կրնան շուտով վարակուիլ եւ անխնամ մնալու պարագային կը թարախոտին։ Հիւծախտաւոր գեղձէ մը ելած թարախը պինդ եւ ճերմակ փշրանքի պէս կ՚ըլլայ եւ վէրքը դիւրին չի գոցուիր։ Վզին վրայ գտնուող գեղձերը կրնան արմատախիլ ըլլալ մասնաւոր գործողութիւններով։ Արեւի լոյսը, լաւ սնունդը եւ մասնաւոր ելեքտրական լապտերի մը լոյսը օգտակար են այս ձեւ հիւծախտի դարմանումին համար։

Հիւծախտաւոր փորամաշկատապը աղիքներու հիւծախտին արդիւնքն է։ Աղիքները եւ որովայնին ներսի դին պարուրող փորամաշկը եթէ հիւծախտի մանրէներով վարակուին՝ որովայնին մէջ ջուր կը հաւաքուի եւ մանուկին փորը կ՚ուռենայ։

Հիւծախտը եթէ արեան մէջ սերմանուի կրնայ ոեւէ տկար հիւսուածքի մէջ խարիսխ նետել եւ բոյն չինել։ Մանկան ոսկորները, մանաւանդ ողնաշարին ոսկորները հիւծախտի մանրէներուն ժամադրավայրն են։ Մէջքի եւ ողնաշարի անկիւնաձեւ ծռութիւնները յաճախ հիւծախտի վերագրուելու են։

Հիւծախտային ուղեղատապը սոսկալի եւ դրեթէ անբուժելի հիւանդութիւն մըն է։ Գլխացաւէ, վզի մկաններուն անշարժութենէ եւ աչքերու տկարութիւններէ գանգատող մանուկներուն լաւ հոգ տանելու է։ Այդ նշանները կրնան հիւծախտային ուղեղատապի արդիւնք ըլլալ։

Թոքախտն ալ, այսինքն Թոքերուն հիւծախտը,

կրնայ գալ մանուկը չարչարելու: Մշտատեւօրէն հարբուխ եղողներ, հինցած ընչափողատապէ տառապող, նիհարակազմ եւ հազացող մանուկներու մէջ փնտռելու է թոքախտը:

Հիւծախտի վերաբերմամբ ամենադոյզն կասկածի պահուն, մանուկը պէտք է ենթարկել թուպըրքիւլին թէսթի, այսինքն Ֆօն Փիւրքէյի փորձին: Այս փորձին դրական արդիւնքը մանկան հիւծախտաւորութեան նշանն է: Նոյն փորձը չափահասներուն համար կարեւորութիւն չունի:

Հիւծախտի ռեւէ ձեւին դարմանումը կարելի է եթէ կանուխէն ճանչցուի: Ծնողներ իրենց մանուկներուն վրայ ֆիզիքական քննութիւն կատարել տալու են առնուազն երեք ամիսը անգամ մը: Նիհարակազմ, վատուժ եւ բնական կշիռքէ պակաս եղող մանուկները, աւելի յաճախ քննութեան բովէն անցնելու են:

Թ. ԳԱՅԼՑԱՒ (ՄԸՄՓՍ).— Գայլցաւը (գապա գուլագ) փոխանցիկ հիւանդութիւն մըն է, որ ականջներուն ներքեւ գտնուող թուքի գեղձերուն բորբոքումովը եւ ուռենալովը կը յայտնուի: Մեծ քաղաքներու մէջ մնայուն հանգամանք ունի եւ ատեն ատեն իրր համաճարակ մեծ համեմատութիւններ կ'առնէ: Ընդհանրապէս մանկութեան շրջանին յատուկ հիւանդութիւն մըն է:

Թեթեւ սարսուռներով եւ տաքութիւնով կը սկըսի, ճերմակ խաւ մը լեզուն կը պատէ, շունչը կը հոտի, շուտով ականջին տակի թուքի գեղձերէն մին կամ երկուքը կ'ուռենան, բերան բանալը, ծամելը եւ կլլելը կը դժուարանայ եւ ախորժակը կը գոցուի: Շատ քիչ անգամ ուռած գեղձերը կը թարախո-

ԳԱՅԼՑԱՒ (ՄԸՄՓՍ)

(Քըրլիի եւ Կրէյվսի Մանկաբանութիւն գրքէն: Վ. Պ. Սօնտըրս Ընկ. Հրատարակիչներ)

տին. ընդհանրապէս մի քանի օրուան մէջ ուռեցքը կ'անհետի եւ հիւանդը կ'ապաքինի:

Երբեմն ամորձիքատապ եւ ստինքատապ կը բերէ գայլցաւը: Բերնի մաքրութեան հոգ տանելու է, ուռեցած գեղձերը բամպակով կապել հանգստութիւն կուտայ: Գայլ ցաւն ալ փոխանցիկ է եւ տեղեկագրուելիք հիւանդութիւններէն մին է:

կրնայ գալ մա…
հարբուխ եղողնե…
ռապող, նիհարա…
մէջ փնտռելու է թ…

Հիւծախտի վեր…
կածի պահուն, մանու…
ԻՒլին …
Այս…
տա…

ԳԼՈՒԽ 12

… ՀԱՄԱՐ ԱՌՏՆԻՆ ԴԱՐՄԱՆՈՒՄՆԵՐ

Հայ մայրերուն հետ ունեցած մօտիկ շփումս ցոյց տուած է ինծի, թէ անոնցմէ շատ շատերը անտեղեակ են, առողջապահական ամենատարրական գիտելիքներու ու առտնին դարմանումներու մասին:

Սակայն ցաւալի դժբախտութիւնը հոն է, որ շատ անգամ անոնց մեծամասնութիւնը չանդրադառնար իր այդ վիճակին, իսկ կան պատկառելի թիւ մը ներկայացնող «փորձառուներ» ալ, որոնք, ամէն բան գիտնալու իրենց յաւակնութեան մէջ, միայն չարիք կը գործեն:

Օրինակի համար տուն մը կը կանչուիս, հիւանդ մանուկի մը համար, կը կատարես խղճամիտ քննութիւն մը եւ կը թելադրես կարգ մը առտնին դարմանումներ: Սակայն մեկնելէ առաջ տանտիկինը կը մօտենայ քեզի եւ ամչկոտ ձեւերով ներողութիւն կը խնդրէ եւ կ'ուզէ որ իրեն բացատրուին այդ դարմանումները, սորվիլ ուզողին սիրով կը բացատրես ամէն ինչ, բայց անդին կան տգէտներ, որոնք կը յամառին իրենց տգիտութեան մէջ եւ չեն ուզեր սորվիլ: Այսպիսիներուն է խօսքս:

Գեղանի օրիորդ մը երբ կ'ամուսնանայ ու բնութեան անյեղլի օրէնքին յղի կը մնայ, պէտք է անմիջապէս հետաքրքրուի իր վիճակով եւ ապա-

ՅԱԿՈԲ ՅԱԿՈԲԵԱՆ

162 Holden St., Providence, R. I.

8 ԱՄՍՈՒԱՅ ԱՌՈՂՋ ՄԱՆՈՒԿ ՄԸ

19 փաունտ, ծնած ատեն՝ 6½ · մօր կաթով սնած :

գային տանելիք պատասխանատուութեանը համար պաշար հաւաքէ:

Ան պէտք է սորվի, մանուկներուն գրեխ ընելու, անոնց կաթը պատրաստելու, կաթնաշիշերը եւ պըտուկները լուալու, մանկան բաղնիք տալու, անոր տաքութիւնը չափելու եւ ի պահանջել հարկին անոր ականջը լուալու կերպերը, որպէսզի ապագային յանկարծակիի գալով չշուարի:

Դեռատի մայրը պէտք է գիտնայ տանը դեղերու գործածութեան ձեւն ու եղանակը, եւ քանակը: Ամերիկայի զարգացած ընտանիքներուն մէջ սովորութիւն է ընտանեկան դեղարան մ'ունենալ: Այս դեղարանը կը պահուի մանուկներու հասողութենէն հեռու կղպուած դարակի մը մէջ: Հոն կը գտնուին անակնկալ եւ առիթողական պարագաներու տակ գործածուելիք դեղեր: Կ'արժէ ընդօրինակել այս սովորութիւնը եւ ներմուծել հայ տուներէն ներս:

Ընտանեկան դեղերու անունները եւ չափերը:

Հնդկաիւղ (Քէսթըր Օյլ) — մինչեւ մէկ տարեկան մէկ թէյի դգալ. մինչեւ երեք տարեկան երկու թէյի դգալ եւ մինչեւ 10 տարեկան, 3–4 թէյի դգալ կարելի է տալ իբր լուծողական:

Մէկնիզիայի կաթը (Միլք աւ Մէկնիզիա)— Մէկ երկու կամ աւելի թէյի դգալներ կաթին հետ խառնելով տալ, պնդութիւնն արգիլելու համար:

Պօրիք էսիտի ջուր: Մանուկներու մաքրութեան համար գործածուելիք Պօրիք էսիտի ջուրը պատրաստել այսպէս.

Գաւաթ մը եռացած ջուրի մէջ ½–1 թէյի դգալ Պօրիք էսիտի փոշի հալեցնելով:

Մանուկներու համար փէթընթ դեղեր եւ դեղարանին մէջ ծախուած հազի համար դեղի խառնուրդներ գոհացուցիչ արդիւնք չեն տար:

Գրեխ ընել — (հօգնա): Պնդութեան, փորի ցաւի եւ աղիքներու մէջ հաւաքուած կազերու արտաքսման համար գրեխ ընել՝ լուծողական առնելու մղձաւանջէն կ'ազատէ մանուկը: Մինչեւ հինգ տարեկան մանուկներու համար տոպրակով գրեխ ընելը վնասակար է եւ անհանգստացուցիչ եւ նոյնիսկ վտանգաւոր: Այդպիսիներուն պզտիկ գրեխով (պըլպ սիրինճ) ընելու է: Հինգ տարեկանէն մինչեւ տասներկու տարեկան տղաներուն ½–1 փայնթ ջուր, առաւելագոյն չափն է գրեխի համար: Հասու ջերմերու եւ մանաւանդ խաղցնելու ատեն գրեխ ընել մեծապէս օգտակար է:

Մայրեր պէտք է իրենց չգիտցածը սորվելու ջանան, որովհետեւ չգիտնալը ամօթ չէ, չսորվիլը ամօթ է:

ԳԼՈՒԽ 13

ՄԱՆՈՒԿՆԵՐՈՒ ԿԵՆՍԱԳՐՈՒԹԻՒՆԸ

Մեր տուներուն մէջ ունէինք շատ լաւ սովորութիւն մը. այդ էր Ս. Գրքի մէջ արձանագրել մանուկներու ծննդեան թուականը: Բայց թուականը միայն արձանագրել չի բաւեր: Արձանագրութիւնները որքան կատարեալ ըլլան, այնքան արժէքաւոր կ'ըլլան ապագային: Մեզմէ շատեր իրենց տարիքը եւ ծննդեան թուականը չեն գիտեր: Ուրեմն կ'արժէ որ մեր մանուկներուն ապագայ բարօրութեանը եւ ապագային ծագելիք օրինական ձեւակերպութիւններուն սիրոյն ձեռագիր արձանագրութիւններ ունենանք:

Մատեան Մանկանց»ի յետագայ էջերը այդ նպատակին յատկացուցած ենք: Ծնողներ միայն մի քանի տողեր աւելցնելով կը լրացնեն արձանագրութիւնները:

Անուն, Կարէն

Մականուն,

Հօր անուն, Գրիգոր

Մօր անուն, Շաքրոյա.

Հասցէ,

Ծննդեան թուականը, 1960

Ծննդեան վայրը (Հիւանդանոց թէ տուն), II ծնդ. կլինիկա

Ծննդեան քաղաքը եւ նահանգը, Երևան

Մանկաբարձ բժիշկին անունը, Թոխմախ

Անոր հասցէն,

Ծննդեան ատեն կշիռքը, 3 կգ 200 գ.

Պակասութիւններ,

Մկրտութեան թուականը,

Առաջին անգամ նստելու թուականը,

Առաջին անգամ քալելու թուականը,

Առաջին անգամ քալելու թուականը,

Առաջին խօսքը, ի՞նչ էր եւ ե՞րբ,

Առաջին ակռան ե՞րբ ելաւ, Ապրիլի 16-ին 1961թ.

Միւս ակռաներուն թուականը,

Պատուաստումի (ծաղիկ) թուականը,

Ե՞րբ հարսանէք հանեց,

Ուրիշ ի՞նչ հիւանդութիւն ունեցաւ,

Շիք թէսթ եղա՞ւ եւ ե՞րբ,

Մէկ տարեկան եղած ատեն ի՞նչ կը կշռէր,

Մօ՞ր կաթով թէ կաթնաշիշով մեծցաւ, Մոր կաթ

Անուն, Շաքո
Մականուն,
Հօր անուն, [illegible]
Մօր անուն, [illegible]
Հասցէ, Հրազդանի փ. 37 բնակ. 12
Ծննդեան թուականը, 1962թ. օգոստոսի 8
Ծննդեան վայրը (Հիւանդանոց թէ տուն),
Ծննդեան քաղաքը եւ նահանգը, Երևան
Մանկաբարձ բժշկին անունը, [illegible]
Անոր հասցէն,
Ծննդեան ատեն կշիռքը, 3 կգ. 350 գ.
Պակասութիւններ,
Մկրտութեան թուականը,
Առաջին անգամ նստելու թուականը,
Առաջին անգամ քսուելու թուականը,
Առաջին անգամ քալելու թուականը,
Առաջին խօսքը, ի՞նչ էր եւ ե՞րբ,
Առաջին ակռան ե՞րբ ելաւ,
Միւս ակռաներուն թուականը,
Պատուաստումի (ծաղիկ) թուականը,
Ե՞րբ հարսանէք հանեց,
Ուրիշ ի՞նչ հիւանդութիւն ունեցաւ,
Շիք թէսք եղա՞ւ եւ ե՞րբ,
Մէկ տարեկան եղած ատեն ի՞նչ կը կշռէր,
Մօ՞ր կաթով թէ կաթնաշիշով մեծցաւ,

Անուն,
Մականուն,
Հօր անուն,
Մօր անուն,
Հասցէ,
Ծննդեան թուականը,
Ծննդեան վայրը (Հիւանդանոց թէ տուն),
Ծննդեան քաղաքը եւ նահանգը,
Մանկաբարձ բժշկին անունը,
Անոր հասցէն,
Ծննդեան ատեն կշիռքը,
Պակասութիւններ,
Մկրտութեան թուականը,
Առաջին անգամ նստելու թուականը,
Առաջին անգամ քսուելու թուականը,
Առաջին անգամ քալելու թուականը,
Առաջին խօսքը, ի՞նչ էր եւ ե՞րբ,
Առաջին ակռան ե՞րբ ելաւ,
Միւս ակռաներուն թուականը,
Պատուաստումի (ծաղիկ) թուականը,
Ե՞րբ հարսանէք հանեց,
Ուրիշ ի՞նչ հիւանդութիւն ունեցաւ,
Շիք թէսք եղա՞ւ եւ ե՞րբ,
Մէկ տարեկան եղած ատեն ի՞նչ կը կշռէր,
Մօ՞ր կաթով թէ կաթնաշիշով մեծցաւ,

Անուն,

Մականուն,

Հօր անուն,

Մօր անուն,

Հասցէ,

Ծննդեան թուականը,

Ծննդեան վայրը (Հիւանդանոց թէ տուն),

Ծննդեան քաղաքը եւ նահանգը,

Մանկաբարձ բժշկին անունը,

Անոր հասցէն,

Ծննդեան ատեն կշիռքը,

Պակասութիւններ,

Մկրտութեան թուականը,

Առաջին անգամ նստելու թուականը,

Առաջին անգամ քսուելու թուականը,

Առաջին անգամ քալելու թուականը,

Առաջին խօսքը, ի՞նչ էր եւ ե՞րբ,

Առաջին ակռան ե՞րբ ելաւ,

Միւս ակռաներուն թուականը,

Պատուաստումի (ծաղիկ) թուականը,

Ե՞րբ հապսանէթ հանեց,

Ուրիշ ի՞նչ հիւանդութիւն ունեցաւ,

Շիք բէսթ եղա՞ւ եւ ե՞րբ,

Մէկ տարեկան եղած ատեն ի՞նչ կը կշռէր,

Մօ՞ր կաթով թէ կաթնաշիշով մեծցաւ,

Անուն : ....

ՉԱՓԻ ԵՒ ԾԱՆՐՈՒԹԵԱՆ ԱՐՁԱՆԱԳՐՈՒԹԻՒՆ

Տարիք	Չափ Մտնչփ	Կշիռ Փնտ.	Տարիք	Չափ Մտնչփ	Կշիռ Փնտ.
1 օրուայ			7 տարեկան		
7 օրուայ			8 տարեկան		
14 օրուայ			9 տարեկան		
21 օրուայ			10 տարեկան		
1 ամսուայ			11 տարեկան		
2 ամսուայ			12 տարեկան		
3 ամսուայ			13 տարեկան		
4 ամսուայ			14 տարեկան		
5 ամսուայ			15 տարեկան		
6 ամսուայ			16 տարեկան		
7 ամսուայ			17 տարեկան		
8 ամսուայ			18 տարեկան		
9 ամսուայ			19 տարեկան		
10 ամսուայ			20 տարեկան		
11 ամսուայ			21 տարեկան		
12 ամսուայ			22 տարեկան		
15 ամսուայ			23 տարեկան		
20 ամսուայ			24 տարեկան		
24 ամսուայ			25 տարեկան		
30 ամսուայ			26 տարեկան		
36 ամսուայ			27 տարեկան		
4 տարեկան			28 տարեկան		
5 տարեկան			29 տարեկան		
6 տարեկան			30 տարեկան		

Անուն : ....

ՉԱՓԻ ԵՒ ԾԱՆՐՈՒԹԵԱՆ ԱՐՁԱՆԱԳՐՈՒԹԻՒՆ

Տարիք	Չափ Մտնչփ	Կշիռ Փնտ.	Տարիք	Չափ Մտնչփ	Կշիռ Փնտ.
1 օրուայ			7 տարեկան		
7 օրուայ			8 տարեկան		
14 օրուայ			9 տարեկան		
21 օրուայ			10 տարեկան		
1 ամսուայ			11 տարեկան		
2 ամսուայ			12 տարեկան		
3 ամսուայ			13 տարեկան		
4 ամսուայ			14 տարեկան		
5 ամսուայ			15 տարեկան		
6 ամսուայ			16 տարեկան		
7 ամսուայ			17 տարեկան		
8 ամսուայ			18 տարեկան		
9 ամսուայ			19 տարեկան		
10 ամսուայ			20 տարեկան		
11 ամսուայ			21 տարեկան		
12 ամսուայ			22 տարեկան		
15 ամսուայ			23 տարեկան		
20 ամսուայ			24 տարեկան		
24 ամսուայ			25 տարեկան		
30 ամսուայ			26 տարեկան		
36 ամսուայ			27 տարեկան		
4 տարեկան			28 տարեկան		
5 տարեկան			29 տարեկան		
6 տարեկան			30 տարեկան		

Անուն : ....

ՉԱՓԻ ԵՒ ԾԱՆՐՈՒԹԵԱՆ ԱՐՁԱՆԱԳՐՈՒԹԻՒՆ

Տարիք	Չափ Մտնչփ	Կշիռ Փնտ.	Տարիք	Չափ Մտնչփ	Կշիռ Փնտ.
1 օրուայ			7 տարեկան		
7 օրուայ			8 տարեկան		
14 օրուայ			9 տարեկան		
21 օրուայ			10 տարեկան		
1 ամսուայ			11 տարեկան		
2 ամսուայ			12 տարեկան		
3 ամսուայ			13 տարեկան		
4 ամսուայ			14 տարեկան		
5 ամսուայ			15 տարեկան		
6 ամսուայ			16 տարեկան		
7 ամսուայ			17 տարեկան		
8 ամսուայ			18 տարեկան		
9 ամսուայ			19 տարեկան		
10 ամսուայ			20 տարեկան		
11 ամսուայ			21 տարեկան		
12 ամսուայ			22 տարեկան		
15 ամսուայ			23 տարեկան		
20 ամսուայ			24 տարեկան		
24 ամսուայ			25 տարեկան		
30 ամսուայ			26 տարեկան		
36 ամսուայ			27 տարեկան		
4 տարեկան			28 տարեկան		
5 տարեկան			29 տարեկան		
6 տարեկան			30 տարեկան		

Անուն : ....

ՉԱՓԻ ԵՒ ԾԱՆՐՈՒԹԵԱՆ ԱՐՁԱՆԱԳՐՈՒԹԻՒՆ

Տարիք	Չափ Մտնչփ	Կշիռ Փնտ.	Տարիք	Չափ Մտնչփ	Կշիռ Փնտ.
1 օրուայ			7 տարեկան		
7 օրուայ			8 տարեկան		
14 օրուայ			9 տարեկան		
21 օրուայ			10 տարեկան		
1 ամսուայ			11 տարեկան		
2 ամսուայ			12 տարեկան		
3 ամսուայ			13 տարեկան		
4 ամսուայ			14 տարեկան		
5 ամսուայ			15 տարեկան		
6 ամսուայ			16 տարեկան		
7 ամսուայ			17 տարեկան		
8 ամսուայ			18 տարեկան		
9 ամսուայ			19 տարեկան		
10 ամսուայ			20 տարեկան		
11 ամսուայ			21 տարեկան		
12 ամսուայ			22 տարեկան		
15 ամսուայ			23 տարեկան		
20 ամսուայ			24 տարեկան		
24 ամսուայ			25 տարեկան		
30 ամսուայ			26 տարեկան		
36 ամսուայ			27 տարեկան		
4 տարեկան			28 տարեկան		
5 տարեկան			29 տարեկան		
6 տարեկան			30 տարեկան		

ԱԼԲՈՄ

Փոքրիկն ....

ԱԼԲՈՄ

Փոքրիկն ....

ԱԼԲՈՄ

Փոքրիկն ....

ԱԼԲՕՄ

Փոքրիկն ....

ՎԵՐՋԱԲԱՆ

Հա՛յ մա՛յր, վերջացաւ այս աշխատանքը, բայց քու աշխատանքը նոր սկսաւ։

Մի՛ թողուր այս գիրքը որ փոշոտի, կարդա՛ զայն միշտ։ Թող ան ըլլայ քու ընկերը, առաջնորդը՝ մենտորդ։

Մի՛ ըսեր «Զը գիտնամ ու չը վախնամ»։ Գիտութենէն մի՛ խրտչիր։ Ընդհակառակը հետեւէ՛ անոր ցոյց տուած լուսաւոր ուղիին. որովհետեւ օր մը՝ անպայմանօրէն պիտի գիտնաս եւ պիտի վախնաս, սակայն շատ ուշ պիտի ըլլայ։

Մատեան Մանկանցը ցոյց կուտայ քեզ այդ ուղին։ Հետեւիր Մատեան Մանկանցի պատուէրներուն եւ դուն արդէն լուծած պիտի ըլլաս՝ մանուկ խնամելու դժուարին խնդիրը՝ գործեան հանգոյցը։

Կարդա՛ ու կարդա՛ զայն միշտ...

ՆԻՒԹԵՐՈՒ ՑԱՆԿ

Էջ

Յառաջաբան 7
Մանուկն ու իր մայրը 7
Ծանօթութիւն 15

ՄԱՍՆ Ա·

Ցղութեան եւ Մանկութեան Առողջապահութիւն 18

ԳԼՈՒԽ 1

Ցղութեան Առողջաբանութիւն 19

ԳԼՈՒԽ 2

Նորածին Մանուկը 28
Ա·— Ծնունդը 28
Բ·— Կատարեալ Մանուկը 31
Գ·— Կիսկատար Մանուկը 32
Դ·— Վաղածին Մանկան Անմիջական Հոգատարութիւնը 34
Ե·— Կատարեալ Նորածինին Անմիջական խնամքը 36
Զ·— Նորածինին Բնախօսական Յատկութիւնները 43
(ա) Արեան Շրջանը 43
(բ) Շնչառութիւն 44

էջ
(գ) Տեսողութիւն 46
(դ) Լսողութիւն 46
(ե) Համառութիւն 47
(զ) Հոտառութիւն 47
(է) Զգացում 47
(ը) Ուրիշ Երեւոյթներ, քալել, քսուիլ եւայլն 47
(թ) Յիշողութիւն 48
(ժ) Խօսիլ 48
(ժա) Ակռաներու Աճում 48
(ժբ) Հասկցողութիւն 48

ԳԼՈՒԽ 3

Մանուկը 49
1. Կեանքի Շրջանները 49
2. Մանուկներու համար Առողջապահական Գիտելիքներ 49
(ա) Քունը 49
Քունի Ցուցակ 51
(բ) Հագուստ 52
(գ) Անկողին եւ Ննջասենեակ 54
(դ) Խաղ եւ Հանգիստ 56
(ե) Բաղնիք եւ Մաքրութիւն 59
Բաղնիքներու Տեսակներ 62
(զ) Մանուկներու կենցաղագիտութիւնը 63

ԳԼՈՒԽ 4

Մանուկներու Սնունդն ու Աճումը 67
1.— Ընդհանուր Տեսութիւն 67
2.— Սնունդը 68

էջ
3.— Կշիռքով եւ Հասակով Աճում 71
Հինգ տարեկանէն վեր եղող Մանչերու եւ Աղջիկներու չափն ու կշիռքը ցոյց տուող Ցուցակներ 72–73
Մէկ ամիսէն մինչեւ երեք տարեկան Մանչերու եւ Աղջիկներու չափն ու կշիռքը ցոյց տուող Ցուցակ 74
Ծնունդէն սկսեալ մինչեւ հինգ տարեկան մանուկներու ամիսէ ամիս հասակն ու կշիռքը ցուցնող Ցուցակներ 75
4.— Ակռաներու Աճումն ու Զարգացումը 77

ԳԼՈՒԽ 5

Մանկան Դիեցումը 80
1.— Մօր կաթով դիեցում 80
(ա) Մօր կաթը 81
(բ) Կաթնատու մօր Պատուէրներ 81
(գ) Դիեցումի քանակն ու ժամանակը . 83
(դ) Մօր Ստինքներու Հոգատարութիւնը 86
2.— Խառն Դիեցում 88
3.— Մօր կաթէ կտրելու գործողութիւնը 88
4.— Արհեստական դիեցում 90
(ա) Կովու կաթը 91
(բ) Արհեստական Դիեցումի համար Կարեւոր Պատուիրաններ 94
(գ) Կաթի խառնուրդներ (Ֆորմիւլաներ) 96
Առտնին Չափերու Ցուցակը 96
Ֆորմիւլաներու (խառնուրդ) ցուցակ մինչեւ մէկ տարեկան մանուկներու համար 98

Էջ

(դ) Կենսանիւթերը (վիթըմին) եւ արհեստական դիեցում 101
Նարինջի հիւթ տալու ցուցակ 101

ԳԼՈՒԽ 5

1·— Յաւելուածական Սնունդի ցուցակներ 1–10 տարեկան մանուկներու սնունդը եւ անոնց պատրաստութեան եղանակը 102–103
2·— 1–էն մինչեւ 11 տարեկան մանուկներու սնունդը եւ ճաշացուցակներ 105

ԳԼՈՒԽ 6

Մանուկներու Հիւանդութիւններուն Հոգատարութիւնը . . . . . .
Ընդհանուր Գիտելիք 110
1·— Անկողին երթալ 110
2·— Հիւանդին հագուստեղէնը 111
3·— Հիւանդապահութիւն 111
4·— Սպունգով բաղնիք 111
5·— Հիւանդին սենեակը 112
6·— Ջուր խմել 112
7·— Սնունդը (հիւանդին) 112
8·— Բժիշկ կանչելու պարագային . . . 113
9·— Ջերմ եւ ջերմաչափութիւն 114
10·— Փոխանցիկ հիւանդութիւններու պարագային 114

ՄԱՍՆ Բ·

Էջ

Մանուկներու Հիւանդութիւններ· Ախտաճանաչութիւն, Հիւանդապահութիւն եւ Արգելիչ Դարմանում . . . 116

ՄՈՒՏՔ

ԳԼՈՒԽ 1

Նորածինի յատուկ Հիւանդութիւններ 119
Ա·— Գլխի Ուռեցքներ 119
Բ·— Նորածինին խեղդամահութիւնը . . 120
Գ·— Նորածինին Վարակումը 121
Դ·— Պորտին Սպիացման Յապաղումը 122
Ե· Նորածինին Ստինքատապը 123
Զ·— Նորածիններու կարկամախտը . . . 123
Է·— Նորածինին աչքերուն թարախային քորքոքումը 124
Ը·— Նորածինին դեղնութիւնը 124
Թ·— Արիւնահոսութիւն՝ նորածիններու մօտ 125
Ժ·— Ծնունդին արձանագրութիւնը . . . 125
ԺԱ·— Ի ծնէ Պակասութիւններ 126

ԳԼՈՒԽ 2

Ծծկեր մանուկներու հիւանդութիւններ 127
Ա·— Անօրութիւն 127
Բ·— Հեծկանք (Հիքքըփ) 128
Գ·— Փորի խիթեր 129
Դ·— Փսխում 129
Ե·— Պնդութիւն եւ փորհարութիւն . . 131

էջ

Զ ·— Միզահոտութիւն · · · · · · · · · 131
Է ·— Մանուկներու Աղտեղութիւնը · · · 131
Ը ·— Սննդական Գաճաճութիւն · · · · 132
Թ ·— Անմարսողութեան Արդիւնք՝ Ծիւրում · · · · · · · · · · 133
Ժ ·— Կովու կաթի դէմ բնական հակակրանք 133

ԳԼՈՒԽ 3

Իւրացումի Յատուկ Հիւանդութիւններ 135
Ա ·— Լնդազարութիւն (Սքըրվի) · · · 135
Բ ·— Ոսկրաթեքութիւն (Րիքէթս) · · · 135
Գ ·— Թթուային Հանգամանք (Էսիտոսիս) 140
Դ ·— Կալուքարային Հանգամանք (Ալքալօսիս) · · · · · · · · · 140
Ե ·— Շաքարախտը Մանուկներու մէջ 144

ԳԼՈՒԽ 4

Մանուկներու Մարսողութեան Յատուկ Հիւանդութիւններ · · · · · · · · 142
Ա ·— Բերանի Բորբոքում · · · · · · · 142
Բ ·— Ակռահանումի ատեն Անհանգստութիւն · · · · · · · 143
Գ ·— Լեզուին Կարեւորութիւնը · · · · · 144
Դ ·— Յարատեւ Փսխումի Վտանգները 145
Ե ·— Ստամոքսատապ · · · · · · · 147
Զ ·— Ստամոքսի խիթեր · · · · · · · 148
Է ·— Աղիքներու Առողջապահութիւնը · · 150
Ը ·— Աղտեղութեան Արտաքսումի Հակակշիռը · · · · · · · · · · 151
Թ ·— Պնդութիւն Մանուկներու մէջ · · · 152

էջ

(1) Մօր կաթով սնանած մանուկներու մէջ 153
(2) Կովու կաթով սնանած մանուկներու մէջ 154
(3) Տարէց մանուկներու մէջ · · · · · 155
Ժ ·— Աղեթափութիւնը մանուկներու մէջ (Րըփչըր) · · · · · · · · · · 156
ԺԱ ·— Կուրաղետապը մանուկներու մօտ (Էփփէնտիսայթիս) · · · · · · · 157
ԺԲ ·— Ճճիները մանուկներու մէջ · · · 158

ԳԼՈՒԽ 5

Շնչառութեան Գործարաններու Հիւանդութիւններ Մանուկներու Մէջ 159
Ա ·— Քթատապն ու Հարբուխը · · · · 159
Բ ·— Նշագեղձատապը (Թանսըլլայթիս) 160
Գ · Գեղձուռոյցատապ (Էտինօյտս) · · · 162
Դ ·— Կոկորդատապ (Ֆէրինճայթիս) · · 163
Ե ·— Խռչափողատապ (Լէրինճայթիս) 163
Զ ·— Քթէն Արիւնահոսութիւն · · · · 164
Է ·— Շնչափողատապ (Պրօնքայթիս) · · 165
Ը ·— Սրտի Հիւանդութիւններ · · · · 166
Կապոյտ մանուկը · · · · · · · · 166

ԳԼՈՒԽ 6

Գեղձերու Հիւանդութիւններ · · · · ·167
Ա ·— Փայծաղի խոշորացումը · · · · 167
Բ ·— Գեղձատապ (Կլէնտզ) · · · · · 167
Գ ·— Վահանագեղձերը մանուկներու մէջ 169
Դ ·— Մաղասային Գեղձը մանուկներու մէջ 172
Ե ·— Յարավահանագեղձը մանուկներու մէջ · · · · · · · · · · · · 173
Զ ·— Կոնագեղձը մանուկներու մէջ · · · 173
Է ·— Թիւմագեղձը մանուկներու մէջ · · 173

էջ

ԳԼՈՒԽ 7

Մանուկներու Ծննդամիզական Գործարաններու Հիւանդութիւններ . . . 175
Ա.— Մանուկներու Մէզի Քննութիւնը . . 175
Բ.— Դժուարամիզութիւնը մանուկներու մէջ 176
Գ. Միզարգելում եւ Միզազսպում . . . 176
Դ. Մանուկներու անկողին թրջելու սովորութիւնը եւ անոր արգելումը . . . 177
Ե.— Մանուկներու Արիւնամիզութիւնը 180
Զ.— Ուրիշ Հիւանդութիւններ 180
Է.— Մանչերու Սեռային Գործարաններու Մաքրութիւնը 180
Ը.— Մանուկներու Ամորձիքները . . . 181
Թ.— Աղջիկ Մանուկներու Սեռային Գործարաններու Հարցը 181

ԳԼՈՒԽ 8

Մանուկներու Ջղային Հիւանդութիւնները 183
Ա.— Գլխու ցաւը մանուկներու մէջ . . 183
Բ.— Վախը մանուկներու մէջ 184
Գ.— Մանուկներու Ունակութիւններու եւ Սովորութիւնները Հարցը 184
Դ.— «Խաղցնել» (Քընվըլժըն) 186
Ե.— Ջղային եւ Մտային խանգարումներ 188

ԳԼՈՒԽ 9

Մանուկներու Մորթային Հիւանդութիւնները 189
Ա.— Կարմրեռք 190

էջ

Բ.— Եղնեռք (Տապատ) 190
Գ.— Եռք (Էքզէմա) 192
Դ.— Մորթի թարախոտ բորբոքում . . 193
Ե.— Սողնախտը (Հըրփիզ) 194
Զ.— Մրջումնոց (Թէմրէյի) 195
Է.— Բոր (Ույուզ) 197
Ը.— Մորթի Ջայրուցք 198

ԳԼՈՒԽ 10

Մանուկներու Աչքի եւ Ականջի Հիւանդութիւնները 199
Ա.— Աչքի բորբոքումներ 199
Բ.— Ականջի հիւանդութիւններ 200

ԳԼՈՒԽ 11

Տարափոխիկ կամ Փոխանցիկ Հիւանդութիւնները Մանուկներու մէջ . . . 201
Ա.— Հարսանէթը (Միզլս) 201
Գերմանական Հարսանէթը 207
Բ.— Ծաղկախտը (Սմօլ փաքս) 208
Գ.— Ջրի ծաղիկ (Չիքըն փաքս) 213
Դ.— Կարմրախտ (Սքարլէթ ֆիվըր) . . 215
Ե.— Կեղծ մաշկ (Տիֆթիէրիա) 216
Զ.— Կապոյտ Հազը (Հուփինկ քըֆ) . . 218
Է.— Փրանկախտը մանուկներու քով . . 219
Ը.— Հիւծախտը մանուկներու քով . . . 220
Թ.— Գայլ ցաւ (Մըմփս) 222

ԳԼՈՒԽ 12

Մանուկներու Համար Առտնին Դարմանումներ 224

Էջ
1·— Ընտանեկան Դեղեր — Անուններն ու Չափերը 226
2·— Գրելս ընել — Հոգնա 227

ԳԼՈՒԽ 13

Մանուկներու կենսագրութիւնը 228
1·— Կենսագրական գիծեր 229, 230, 231, 232
2·— Մանուկներու Չափն ու Կշիռի Արձանագրութիւնը 233, 234, 235, 236
3·— Մանուկներու Նկարները Պահելու համար Ալբոմ 237, 238, 239, 240
Վերջաբան 241
Նկարներու Ցանկը 243
Նիւթերու Ցանկը 245

ՆԿԱՐՆԵՐՈՒ ՑԱՆԿԸ

Էջ
1·— Հեղինակին նկարը 1
2·— Մահուան փախուստը «Մատեան Մանկանց»ի ներկայութենէն 11
3·— Հայնէա — Առողջութեան Դիցուհին . . 20
4·— Ի ծնէ Ֆռանկախտաւոր խափշիկ մանուկ մը 35
5·— Ստինք տալու ուղիղ կերպը, երբ մայրը անկողինն է 40
6·— Ժառանգաբար փրանկախտէ տառապող մանկան մը ակռաները 78
7·— Կաթնաշիշը շիտակ եւ սխալ բռնելու կերպերը 95
8·— Ոսկրաթեքութենէ տառապող մանուկը· Նոյնը՝ դարմանումէ վերջ 136
9·— Յառաջացած ոսկրաթեքութիւն կրծքի փոփոխութիւններով 137
10·— Թէ ինչպէս պէտք է կապել (էստեսիվ փլէսթըրով պորտի աղեթափութիւնը 156
11·— Վզի Գեղձատապ (Կլէնտս) 168
12·— Վահանագեղձի պակաս գործունէութեան պատճառաւ տխմար մանուկ մը . . 170
13·— Նոյն մանուկը վահանագեղձի հիւթով բուժուելէ յետոյ 171
14·— Եղնեռք եւ Մորթագրութիւն 191
15·— Մանուկներու յատուկ հասարակ եռք (էքզէմա) 192

Էջ
16․— Շրթներուն սողնախտը 194
17․— Ջեռքի Մրջումնոց 195
18․— Գոնջութիւն (Քէլ) 196
19․— Լաւ զարգացած Հարսանէքի բի-
ծերը, հինգերորդ օրը 202
20․— Գերմանական Հարսանէք․ բաղդատել
բուն Հարսանէքին հետ 207
21․— Ծաղկախտը ոչ պատուաստուած աղջկան
մը վրայ, ութերորդ օրը 209
22․— Ջրի ծաղիկ, զանազանել բուն ծաղկախտէ 214
23․— Գայլցաւ (Մըմփս) 223
24․— Յակոբ Յակոբեան, 8 ամսուայ առողջ
մանուկ մը 225

ՎԵՐՋ

ՀԱՆՁՆՈՒՄ ԵՆՔ ԳՐԱԴԱՐԱՆԻՆ
ՖՈՒՆՏԱՄԵՆՏԱԼ ԳՐԱԴԱՐԱՆ
ԱՆԱԴԵՄԻԱՅԻ

ՀԵՂԻՆԱԿԻՆ ԳՈՐԾԵՐԸ

1․— ՀԱՅ ՄԱՅՐԵՐՈՒ ՄԵՆՏՈՐԸ

2․— ՀԷՔԻՄԱՐԱՆ

3․— ԲԺՇԿԱԿԱՆ ԶՐՈՅՑՆԵՐ
(Անտիպ)

4․— ԿԱՐՄԻՐ ՄԱՅՐԱՊԵՏԸ
(Թարգմ․ Անտիպ)
(Վէպ)

5․— ԼՕՐԱ
Տրամ 5 Արարուած
(Անտիպ)

6․— ՔԷՍԱՊ ԵՒ ԻՐ ԳԻՒՂԵՐԸ
Լեզուա–Պատմական
(Անտիպ)

ՀԱՆՁՆՈՒՄ ԵՆՔ ԳՐԱԴԱՐԱՆԻՆ
ՖՈՒՆՏԱՄԵՆՏԱԼ ԳՐԱԴԱՐԱՆ
ԱՆԱԴԵՄ

ԳԱԱ Հիմնարար Գիտ. Գրադ.
220051438

[5n]

A II/51438