

904

905

906

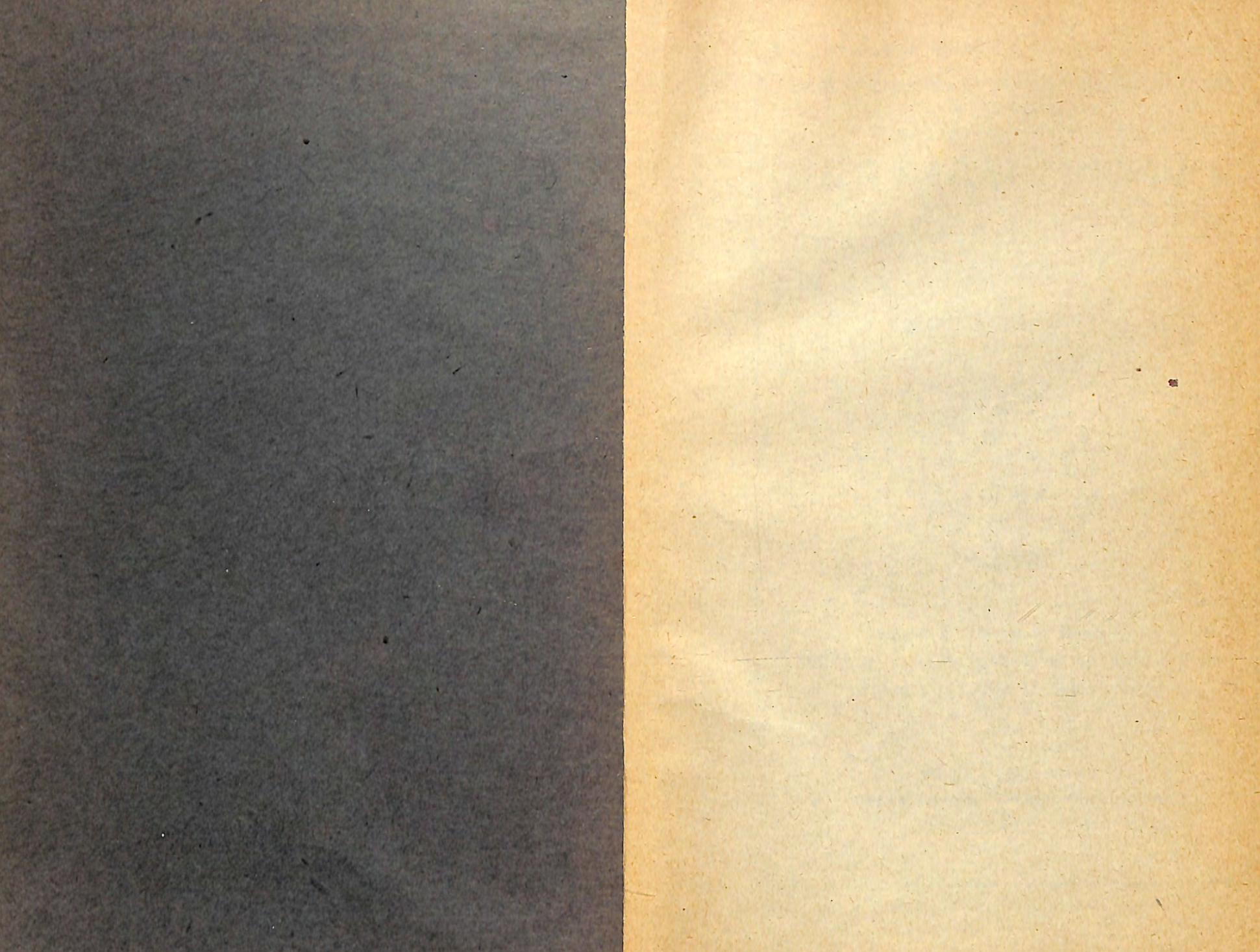
907

908

613

W-72

2010



1-507

ԱՐՏԻ ՀԻՒՍՆԴՈՒԹԻՒՆ

ԵՒ

ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ

ՔՍԱՆՀՆԳԱՄԵԱՅ ԵՆԹԱԿԱՅԻ ՄԸ

ԱՆՁՆԱԿԱՆ ՓՈՐՁԱՌՈՒԹԵՆԷՆ

ՆԿԱՐԱԳՐՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

Յանախ հիւանդութիւնները բնութեան ան-
յեղի օրինաց դեմ մեղանչումներ են:

ԳՐԵՑ

ԿՂԵՄԷՍ Մ. ՏԱՏՐԵԱՆ



Կ. ՊՈԼԻՍ

Տպագր. ՕՍՄ. ԳՈՐԾԱԿՑԱԿԱՆ ԸՆԿԵՐՈՒԹԵԱՆ

Պապր Ալի, Էպուսուուս Ճասէսի Թիւ 27

1912

616-12

կր ՍՐՏԻ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆ

ԵՒ

ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ

ՔԱՆԿԱՎՈՐՈՒՄ ԵՆԹԱԿԱՅԻ ՄԸ

ԱՆՁՆԱԿԱՆ ՓՈՐՁԱՌՈՒԹԵՆԷՆ

ՆԿԱՐԱԳՐՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

Յանախ սիւսանդուքիւնները բնութեան ան-
յեղի օրինաց դեմ մեղանշումներ են:

ԳՐԵՑ

ԿՂԵՄԷՍ Մ. ՏԱՏՐԵԱՆ



Կ. ՊՈԼԻՍ

Տպագր. ՕՍՄ. ԳՈՐԾԱԿՑԱԿԱՆ ԸՆԿԵՐՈՒԹԵԱՆ

1912

16132

Ձեռագիր-ի

Վրասի կղերի Գօշ-Նիան

Խմբագրատեղ

«Ժամանակ» ժողովրդային Հայաստանի

Հեղինակներ

1911 թվական

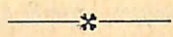
Կ. Կոնստ

Կղերի մ. Կոնստանտին

Ամեն իրաւունք հեղինակին

2201-52

Յ Ա Ռ Ա Ջ Ա Ք Ա Ն



Բնութիւնը թե պատճառ է,
եւ թե արգասիւսող:

Բժշկութիւնը՝ բնութեան ծնած է, եւ անոր կը պատշի իր մեծամեծ յաջողութիւնները: Բնութիւնը՝ մեծ ուսուցիչն է բժշկութեան: Ուր որ բժշկութիւնը անկարող կը հոշակուի, հոն երբեմն բնութիւնը հրաշալիքներ կը գործէ: Բժշկութիւնը կը սխալի շատ անգամ, բայց ո՛չ բնութիւնը:

Ես իմ բուժումս կամ գէթ բարւոճումս կը պատշիմ մաւաւանդ բնութեան ներգործութեան, քան՝ բժշկութեան. մեծագոյն օգուտը կը քաղեմ բնութեան ըմբոստանած անձանձիւ բարիքներէն (օդէն եւ ջուրէն) քան բժիշկներու սուղ դեղերէն: Մեծն Նափոյեան կ'ըսէ «Մենք ապրելու համար շինուած մեքենայ ենք: Ապրելու սկզբունքին հակառակ մի՛ գործէք: Անոր հետ մի՛ իյնա՛ք: Անիկա թող տուէ՛ք որ ազատենք պատշապանք ինքզինք: Անիկա ձեր դեղերէն աւելի լաւագոյն գործ կը տեսնէ»:

Միջազգային վիճակագրութեամբ այսօր հաստատուած մեծ իրողութիւն մըն է թէ, հիւանդութեանց մեջ արժի հիւանդութիւնը օրէ օր վիթխարի քանակով կ'աճուի, եւ որուն բոլոր գրիւխաւոր շարժառիթները ի հանդէս բերուած են գրեթէ ներկայ գրեթէ մեջ, մասնաւորապէս երկրորդ մասին Ա.ին գլխուն մեջ, բժշկական հանդէսներու եւ մասնագէտ բժիշկներու յայտարարութեանց առաջնորդութեամբ:

Ժողովրդական իրական առած մը կայ. «Փորձառուն է բժիշկը». ամեն գիտութեանց հիմն ու բանալին է փորձառութիւնն ու գործնականութիւնը: Յաւակնութիւն թող չի համարուի, երբ արձակ համարձակ յայտարարել թէ, քան եւ հինգ երկար տարիներէ ի վեր արժի հիւանդութեամբ տառապելով,

սուայելով ստացած անձնական փորձառութիւնս ու խորագիւն պրպտումներս քելարութիւն մը եղաւ եւ ձեռնհասութեան համարձակութիւն մը տուաւ ինձ այս գրօյլը պատշաճելու իմ դժբաղդ վիճակայիցներուս օգտին համար . որուն մեջ կը յանձնարարեմ 25 ամեայ փորձառութեանս արդեանց նախախալիք :

Մասնագիտական գրօյլս սաղտուկ չը պատճառելու համար համեմուած է հետաքրքրաւոր մանրադէպերով . նշանաւոր ասացուածներով, խրատականներով եւ հրահանգներով : Արդէն սրտի հիւանդութեան համար աւելի խրատ եւ յանձնարարութիւն պէտք է, քան դեղային դարման . եւ որովհետեւ . սրտի հիւանդութիւնը իբր անբուժելի ախտ ծանօթ է, զայն չի հրաւիրելու կամ անկէ զգուշանալու համար կարծիք ամեն բան լսել, գիտնալ եւ ըստ այնմ շարժիլ : Հետեւաբար . ամեն գլխէն ետք դրած եմ հասրնիւր առողջապահական բարոյախօսութիւններ, որոնք կը սիրեմ հաւատալ քէ, նախազգուշութիւններ ձեռք առնել փափափողներուն համար բարեբար քելարութիւններ պիտի ըլլան : Ո՞չ ապա՞հէն բազում հիւանդութիւններ անխօսեմութեան եւ անզգուշութեան հետեւանքներ են, ու նաեւ մեղանշումներ բնական եւ բարոյական օրինաց հանդէպ :

Գրօյլիս վերջին գլուխը հիւանդութեանս ժամանակամիջոցին իմ յանախ գործածած դեղերուս մէկ հակիրճ բայց խիստ ուշագրաւ յիշատակութիւնն է :

Բժիշկներուն համար չէ մեր գրօյլը . անոնցմէ ոմանք քերէս նուազ կամ առաւել կրնան օգտուիլ փորձառական տեղեկութիւններէս, ան տարբեր խնդիր . բայց երբ ես յաջողիմ տարաբաղդ վիճակայիցներուս համար ներկայիւս օգտակար ծառայութիւն մը մատուցանել, ու զանոնք խրատուսել եւ մանաւանդ ներշնչել անոնց քէ, վախճալու չեն սրտի հիւանդութիւններէ, որոնք միշտ վստահաւոր չեն կրնար ըլլալ իրենց զուտատելի երեւոյթներովը . նոյն իսկ քրօնիկ ալ եղած ըլլան, եւ երբ անոնք պատմութիւններէս եւ յանձնարարութիւններէս իսկապէս օգտուին, արդէն պատկուած պիտի ըլլան յոյսերս : Այս նպատակիս առաջին անգամ ոյժ տուողը եւ զիս խրատու-

սողն եւ վաղեմի Յոյն բարեկամ բժիշկ Տօֆ . Զօպան օղուն :

Անոնք շնորհակալութեանս առհաւատաշէտայն կը մատուցանեմ վաղեմի մասնագէտ ու նշանաւոր բարեկամ բժիշկ Ազնուաշուք Տօֆ . Փեքրաք էֆէնի Չիլիկիլիբեանի, որ ամենէն սուտ սիրայօժար գրօյլս անգամ մը աչք անցրելու բարեհանութիւնն ունեցաւ իմ առաջարկիս վրայ : Շատ գոհ մնացի իր ներհուն քելարութիւններէն եւ դիտողութիւններէն :

Տօֆ . Տիգրան Սիւնի եւ Տօֆ . Ա . Կազազեան էֆէնիներ եւս չի զլացան իրենց բարեկամական աջակցութիւնը նուիրել այս գործին :

Հմուտ բժիշկ Վ . Թորգոմեան էֆէնիսն սոյն ախտին վրայ իմ շարք մը հարցումներուս արժանավայելօրէն պատասխանելով մեծապէս գոհ ձգեց զիս : Փրօֆ . Տօֆ . Պազիլը իր լուսագոյն տիպանօսիքն ընելով՝ երբ վերահասու եղաւ սոյն ախտին վրայ ունեցած իմ ալ ինքնագիտակցութեանս, երկիս համար սրտապնդեց զիս : Երախտագիտութեան զգացում մը ունիմ սրտիս մեջ միշտ վառ, յանձին գլխաւոր բժիշկիս Տիգրան էֆ . Թապիպեանի, որուն մէկ ախտաբանական տեսութիւնն ալ պիտի գտնեմ զիրիս մեջ : Շնորհակալութեան բաժին մ'ալ, Տիգրան Տօֆ . Յ . Պեքարեանի եւ Պ . Վարժապետեանի . առաջինը՝ զիս լուսագոյն տիպանօսիկէ մը անցրելէ եւ գրօյլս ալ քրդաբանելէ ետք ինքնաբերաբար գրեց զնահասական մը, որ ինձ համար անակնկալ մըն էր . երկրորդը սիրայօժար օժանդակ հանդիսացաւ ինձի նախնական սրբաբարութեան գործին մեջ, իր այնքան ազնիւ բարեացակամութեամբ, որուն հետ վերջին անգամ ձեռագիրը միասին կարդացեր էիմ, նոյնպէս ուղղեց նամակ մը ինձ : Յիշեալ երկու բժիշկներուն գրութիւնները՝ ինչպէս նաեւ ազնիւ բարեկամի մը սիրուն նամակը յարմար դասեցի կցել իմ նախաբանիս . իբր նպատակալարմար յառաջաբաններ :

Ամենայն հանութեամբ պատրաստ եմ շուտով Թրեքենի վերածել սոյն ձեռնարկս, երբ մի բարեսէր ոք յօգուտ քրտաբարբառներու բարեհանի յանձն առնել սպագրական ծախքը բովանդակ :

Տիար Կ. Տասրեան

Մենք բժիշկներս քիչ ևր սարքեր հայեցակեանով պիտի ուզե-
ինք գրեղ սոյն նիւթին վրայ, սեւայ որ դուք գայն ոռնանդիկ
նձով ու ճարպիկ դարձուածով հաւակ ժողովրդականացուցեր
եք. ասիկայ ձեր ինքնուրոյն մեծագոյնընդունեալն է, որով հեռախոս-
չարժ ու դիւրանասցեղի կ'ընծայեք անեկն դասակարգի մարդոց:
Կը յուսան՝ զիրից շատերու կողմանէ հաճոյնով պիտի կարդաց-
ուի: Ինչպէս սեւայ ջուզեցի բազմաւեայ եւրպակայից փորձա-
նական ընթրնումներուն դպցից, գործին զիտական մասին վե-
րաբերող կէտերուն մէջ ալ: այսու հանդերձ, արտի հիւանդու-
բեանը վրայ Ձեր գրի առած սոյն ընդարձակ ուսումնասիրու-
թիւնը՝ ինչպէս ժողովրդային առողջապահական, նոյնպէս քիչ
չաւ գիտական սեւակեանով ալ ունի շօշափելի ու գնահատելի կող-
մեր, ըստ յայտնած էք, ուստի արժանի էք շնորհաւորութեան:

Մտի կտակից կոչին հաւար ալ... եւ պատասխան եւ կտա-
կակատար հանդիսանալ իբր բժիշկի, պայմանաւ որ երբ ձեզմէ
առաջ ջանցնել անդրջիրխեան աշխարհ:

Առողջութեանը եւ յայտնութեանը հաւար ընդունեցեք
արագին բարեկամութիւններս,

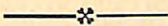
Մնաւ բարեկամական անկեղծ յարգանաց հաւաստեօք

Ձերդ,

ՏՕՔԹ. Պ. Ե. ՎԱՐԺԱՊԷՏԵԱՆ

Կ. ՊՈԼԻՍ
ԵՔԵՐԻ ԿԻՐԱՍ

ԲԺՇԿԱԿԱՆ ՅԱՌԱՋԱԲԱՆՆԵՐ



Մտի խաբարունը այլ եւ այլ անձերու կողմէ մասնաւոր
ուշադրութեան եւ ուսումնասիրութեան առարկայ դարձած է
այսօր: Մեր բարեկամ Տիար Կ. Տասրեան, իր զիրքին մէջ ձեռ-
նարկած է, ո՛չ թէ այս հիւանդութեան ընդհանուր ուսումնա-
սիրութիւնն ընէր բժշկականօրէն, իր յարակից բազմազան մասե-
րով, այլ արտի հիւանդագին մասնաւոր մէկ վիճակը յուսաբա-
նէր եւ խորապէս ուսումնասիրէր արտի եղծունը, որոյ ինք եւ-
րակայ է երկար սարիներէ ի վեր: Այս փոքրիկ հաստը հրաս-
րակելով իր նպատակն է վշտաբեկ մարդկութիւնը պիտիւնէր եւ իր
նմաններուն օգտակար ըլլայ:

Հեղինակը իր զիրքին մէջ պարզած է հասարակական ըն-
թրնումով, ինչ որ այս ախտի մասին պէտք է զիտնալ. ախտին
պատճառը, նկարագրութիւնը, շրջանը, հետեւութիւնը, ախտա-
զընկերութիւնը, ախտանշանները, դարմանումը, դեղորսք, բնա-
խօսական ազդեցութիւնը, քանակն ու գործածման եղանակը:

Տիար Կոլիս Տասրեան մեր ջերմագին շնորհաւորութեանց,
մասնաւոր մեր շնորհակալութեանց արժանի է, եւ այս 200
էջերէ բաղկացեալ փոքրիկ հաստը, որ կը համարուի արտի
այլ եւ այլ խանգարումէ յառաջ եկած ախտերը, իր արժանաւոր
յայտնութիւնը պիտի ունենայ, ինչու որ չէ թէ միայն օգտակար է
արտի հիւանդութեան ստուապողներուն, այլ նոյնպէս եւ անոր
կը շահագրգռէ պատուարժան հասարակութիւնը:

Կ. ՊՈԼԻՍ
ԲԵՐԱ

ՏՕՔԹ. Յ. ՊԷՔԵԱՐ



«Ծնիլը՝ պայտարիլ է,
ապրիլը՝ յաղթանակ»:

Անգուգական բարեկամ.

Կեանքիս մէջ չեմ յիշեր երբեք անցուցած ըլլալ ա՛յնքան հաճեցի և երջանիկ գիշեր մը, բայց ի այն հիւրընկալուած վերջին գիշերէս, երբ առիթը ունեցանք ամիս մը առաջ Պոլիս ձեր տանը մէջ միասին կարգալու սրտի հիւանդութեան վրայ գրած ձեռագիր գրքոյկդ, ծայրէ ի ծայր:

Գտայ թէ երկդ՝ իր ամբողջութեամբ համակ բուռն զգացումով, խանդավառ և զգայուն ոգիով ու նաև անսեթեթ, յստակ և դիւրըմբռնելի ոճով խմբագրուած նկարագրութիւն մըն էր: Տխրալից էին այլ և այլ ժամանակներու մէջ ունեցած դաւերուդ պատմութիւնները, որոնք խորապէս յուզեցին և թախծութեամբ համակեցին զիս, որոնց ազդեցութեանց ներքեւն եմ դեռ: Անկէ ի վեր միշտ կը խորհիմ թէ, մարդկային կեանքը ո՛րքան դժուար է ո՛րքան յարափոփոխ ելևէջներով ու թոյն-դաշոյնական իրադարձութիւններով առլի և անստոյգ է: Արդարև «ծնիլը՝ պայքարիլ է...»:

Երբ այն պահուն երկուքս ալ յուզուած էինք, ալ տրամադիր չէի գրքոյկիդ մասին գաղափարս յայտնելու, թէև կռահեցի թէ, կ'ուզէիր ինձմէ բան մը լսել: Հիմակ, պատեհ առիթով մը ասկէ կը գրեմ:

Առաջին օրէն հիւանդութեանդ տարբեր դրուագները այնպիսի իրական գոյներով կը պատկերացնես որ, ուշիմ ընթերցող մը կրնայ դիւրաւ ըմբռնել և եզրակացնել թէ, սրտի հիւանդութիւնները յաճախ ի՛նչէն և ի՛նչպէս կրնան առաջ գալ, և մենք կեանքին հանդէպ ո՛րքան զգուշաւոր ըլլալու ենք:

Արդարև չկայ տիեզերքին մէջ աւելի թանկագին բան, քան՝ կեանքը և առողջութիւնը մարդուն, կ'արժէ ո՛րքան որ հոգ տարուի անոր: Գնահատելի և անծառայելի շնորհաւո-

րելի չե՞ն այն ամէն գրութիւններ, յօդուածներ և գիրքեր, որոնք առողջապահութեան կարևորագոյն հարցին շուրջ կը դառնան, ըլլան անոնք այլազան ակտերու վրայ ընդհանուր կամ մասնաւոր տեսութիւններ: Թերևս ոմանք, — հեշտախնդիր մարդիկ — պիտի չուզեն հիւանդութեան մը վրայ գրուած այսքան տխրալից պատկերացումներով գիրք մը կարդալ. բայց ես ասիկա գերադաս կը համարեմ այն տեսակ զուարճալի և սիրային վէպերէն, կամ արկածալից կեղծ ու պատիր պատմութիւններէն, որոնք ոչ միայն բարոյացուցիչ ու դաստիարակիչ հանգամանք մը չունին և օգուտ մը չեն ընձեռեր մարդուն, այլ փաստակար են իսկ. այդօրինակ շինծու վէպեր կարգալու տենչանքը՝ վերջը կրնայ պատճառել մեծ տանջանք:

Գուրք ձեր յառաջարանին մէջ յայտնած էիք թէ՛ վիճակալիցներդ միայն կրնան օգտուել գրքոյկէդ, պահ մը կը խորհիմ թէ, ճիշդ է այս կերպ սահմանափակում մը. որովհետև.

(1) Գրքոյկիդ մէջ կան այնքան առողջապահական թարմ և հրահանգիչ բացատրութիւններ, բարոյական ընտիր պատուէրներ, և առողջ սկզբունքներ որ, մանաւանդ քաջող մէկը հոն պիտի դտնէ իրեն անհրաժեշտօրին օգտակար էական գիտելիքներ: Ուստի, երկդ հիւանդներէն աւելի քաջառողջներուն համար նպաստաւոր է:

(2) Ըստ իս, առողջապահութեան աւագ կարևորութիւնն չէտող ու մանաւանդ մասնադիտական ակտերու վրայ ճառող այսօրինակ օգտակար գիրքեր՝ աւելի պէտք է որ քաջառողջներուն ուղղուած ըլլան կամ անոնց ձեռքը գտնուին. որպէս զի, առողջապահական օրէնքները քաջ ուսումնասիրելով ու պէսպէս հիւանդութիւններէն ու ցաւերէն օրինակ առնելով զգուշաւոր ըլլան իրենց կեանքի դժուարին ընթացքին մէջ, չե՞ մի որ «արգելումը բուժումէն աղէկ է», հիւանդը արգէն հիւանդ է, թերևս անոնցմէ ոմանք այնպիսի ցաւալի վիճակի կամ վախճանի մը հասած են որ, կը տարակուսիմ թէ, չեն կրնար օգտուել այսպիսի արդիւնաշատ յանձնարարութիւններէն, այնքան՝ որքան պիտի

օգտուէին քաջառողջներ : Բան մը կայ սակայն , զիտեցի թէ , բազմամեայ ենթակայիդ մէկ ազնիւ փափաքն է , ասով մեծապէս խրախուսել և գօտեպնդել վիճակակիցներդ , որպէս զի . երբ իրենք զիրենք իրաւամբ ենթակայ տեսնեն՝ չվախնան , ասիկա յոյժ գովելի նպատակ :

Ձեր գրքոյլը եզական է իր մասնագիտական յատկութեամբը , և յոյժ ուշագրաւ 25 ամեայ ենթակայիդ կողմանէ փորձառական ուսումնասիրութեամբ գրուած ըլլալուն համար : Մեր մէջ չեմ յիշեր սրտի հիւանդութեան վրայ ճառող ուրոյն աշխատասիրութիւն մը , թողքախտի վրայ գրուած գործեր շատ կան , թէև սրտի հիւանդութեամբ տառապողները բազմաթիւ քիչ են . դարձեալ կարծեմ մասնաւոր և բաւականաչափ բաներ գրուած չեն անոր նկատմամբ : Յաւալի բայց ակնյայտնի իրողութիւն մըն է թէ , այս հիւանդութեամբ մեռնողներ շատ եղան վերջերս ի Պոլիս , ինչպէս դուք ալ անոնցմէ մէկ քանիններուն անունները նշանակած էիք ձեր գիրքին մէջ . ո՞րչափի կը հասնի արդեօք անով տառապողներուն թիւը , որ չենք գիտեր : Հետեւաբար , կ'արժէ որքան որ ուշագրութիւն դարձուի քու այս երկիդ , գիտնալու այս հիւանդութեան շարժառիթները , և խոյս տալու անոր արհաւիրացի նետեանքներէն :

Ձեր գիրքին բնաբանին հակադրած չեմ ըլլար երբ ըսեմ թէ , հիւանդութիւններ ալ կան կամքէն անկախ «յաճախ բնութեան օրինաց դէմ մեղանշուցներ» չեն , որոնցմով Նախահամոզը հրաշալիքներ ի հանդէս բերել կ'օգէ , «Ամէն բան բարիի գործակից կըլլայ անոնց որ զԱստուած կը սիրեն» : Արդարև , կը ցաւիմ անցուցած տառապագին կեանքիդ համար , բայց կը խորհիմ թէ , այդ տառապանքներն են որ այսքան արդիւնալից երկ մը պատրաստելու մղեցին քեզ . որովհետև , աշխարհի մէջ հանգիստ գեանի վրայ եղողներէն քիչեր պիտի ուղէին զբաղիլ այսօրինակ յոգնալատտակ գործերով : Վատառողջներն ալ մեծամեծ գործեր են տեսած աշխարհի վրայ : Կաղիկն հիւանդկախ էր : Փաւսիլ 18 տարեկանէն ետք առողջութեան երես չէ տեսած : Փօլի բանաստեղծը

վատառողջ էր ու միանգամայն կուգ : Ծովակալ Նեշըն կադ էր : Օրեկեմ Բրեկսի Ուիլչերմ՝ շնչարգելութեամբ անցուց իր բոլոր կեանքը : Բաջաքարոզ Հօլ՝ տառապագին կեանք մը բոլորած է : Բանաստեղծ Միչօսն կոյր էր . նոյնպէս Հօլմերոս կոյր : Պողոս առաքեալ վատառողջ էր կազմով , և աչքով : Մեզի ժամանակակից նշանաւոր հեղինակ հայազգի պատուելի Դարթես Կեզիւրեան , և նշանաւոր լեզուագէտ Ամերիկացի Տօթ , Բիկզ՝ աչազուրկ : Հրաչագործութիւնները յաճախ ծնունդ կ'առնեն , զրկանքներէ , նեղութիւններէ և դժուարութիւններէ : Ձեր կեանքը դառնարմատ ծառ մըն է , որուն վրայէն ուրիշներ քաղցրահամ պտուղներ կը քաղեն : Կը խորհիմ թէ , ձեր գիրքը կարգացողները , կամ իրենց մօտ ունեցողները այլեւս առողջութեան շատուած էսֆիւլալիտսինգոներ մատուցանելու հարկը պիտի չզգան . որովհետև , առողջապահութեան գազանեաց պիտի թափանցեն :

Կը դարմանամ թէ , ինչպէս ձեր հիւանդագին վիճակովը ու մանաւանդ ձեր երկար տառապանքներուն մէջ ժամանակ կը գտնէք այսքան օգտակար երկասիրութիւններ պատրաստելու : Դժուարալոյժ խնդիր : Որովհետև , ասիկա ձեր առաջին հեղինակութիւնը չէ , բայց . ըստ իս , ասիկա պէտք է ընդունիլ ձեր միւս աշխատասիրութեանց գլուխ գործոցը : Ինչ աննկուն կամք , և ինչ յամառ աշխատանք :

Գերազնիւ բարեկամ , ի սրտանց կը վշտակցիմ ձեզի , և ջերմապէս կը շնորհաւորեմ : Ձեզի համար սրտագին կը մաղթեմ կատարեալ առողջութիւն և անդորրութիւն , այլոց համար օգտակարութիւն , գիրքիդ համար ալ երբ հրատարակես յաջողութիւն :

Միշտ անկեղծ
Քոյլ Յովն . Յ . Անկմեան



ՆԻԹԵՐՈՒ ԲԱԺԱՆՄԱՆՅ՝ ՅԱՆԿԸ

Մ Ա Ս Ն Ա Ռ Ա Ջ Ի Ն

Ննքակայի մը պատմութիւնները:

ԳՂՈՒԽ Ա.

Սկզբնաւորութիւն արտի հիւանդութեան ,
ինչէն եւ ե՞րբ առաջ գալը:

ԳՂՈՒԽ Բ.

Դեպ ի Պոլիս:

Տեղափոխութիւն եւ օղափոխութիւն:

ԳՂՈՒԽ Գ.

Յաւիստ պատմութիւնը:

Արտի հիւանդութիւն մը որ ցաւ ունի:

Մ Ա Ս Ն Ե Ր Կ Ր Ո Ր Գ

Արտի հիւանդութեան պատճառը եւ դարմանումը:

ԳՂՈՒԽ Ա.

Որո՞նք ենքակայ կ'ըլլան , ինչէն յառաջ կուգան արտի
հիւանդութիւնները:

ԳՂՈՒԽ Բ.

Ո՞ր բաները վնասակար են արտի հիւանդութեան:

Ննքակայ մը ի՞նչ բաներէն պէտք է զգուշանայ:

ԳՂՈՒԽ Գ.

Բնական եւ առողջապահական միջոցներու կիրառութիւնը:

Օդ , ջուր , կերակուր , հագուստ :

ԳՂՈՒԽ Դ.

Արտի հիւանդութեան դեղերուն վրայ ծանօթութիւններ:

Իմ գործածած դեղերս:



ԿՂԵՄԷՍ Մ. ՏԱՏՐԵԱՆ

25 ԱՄԵԱՅ ԵՆԹԱԿԱՅ

Արժի հիւանդութեան

ՄԱՍՆ ԱՌԱՋԻՆ

ԵՆԹԱԿԱՅԻ ՄԸ ՊԱՏՄՈՒԹԻՒՆՆԵՐԸ

ԳԼՈՒԽ Ա.

ՍԿՋԲՆԱԻՈՐՈՒԹԻՒՆ ԻՄ ՍՐՏԻ ՀԻՒԱՆԳՈՒԹԵԱՆՍ

ԻՆՉԷ՞Ն ԵՒ Ե՞ՐԲ ՅԱՌԱՋ ԳԱԼԸ

Լալով կը ծնինք, սառապելով կ'ապրինք, հառաչելով կը մեռնինք: Մեր օրերը յառաջընթաց փայլերն են կեանքի վերջակէտին:

ԴժԲԱՂԴԱԲԱՐ շատ կանուխէն ինկայ այս շարատանջ հիւանդութեան անագորոյն ճիրաններուն մէջ: Դեռ հազիւ կ'ողջունէի երիտասարդութեան առաջին դարունները, և ահա անոր դեռափթիթ ծաղիկները թօշնիլ, թառամիլ սկսան շուտափոյթ. մռայլամած դաժան ամպեր եկա՛ն իրենց սևաքօղ վարագոյրովը քօղածածկել իմ առողջական երջանկութեանս պայծառ երկնակամարը: Ի՞նչու այսպէս ակամայ տխուր սկսայ պատմութիւնս, չէի ուզեր գրիչս այս կերպ շարժել: Ան ալ փոյթ չէ, որովհետև, ընթերցողներս գիտեն թէ, վերջապէս ենթարկուող մըն է որ կը հիւսէ այս մեղամաղձիկ սողերը: Շարունակենք:

Լուսահոգի հայրս, միջակ դասակարգէն պարզ արհեստաւոր մըն էր. 35-40 տարի առաջ երկու անգամ Պոլիս գալով՝ ժամանակ մը Ազգային հիւանդանոցին մէջ պաշտօնավարած ու այն ատեն ուսման աւագ կարեւորութիւնն ըմբռնած էր, այնուհետեւ իր միակ տենչը՝ իր զաւակներուն լաւագոյն կրթութիւն մը ջամբել եղած է, որուն համար ջանք և դրամ չէր խնայած:

Չորս եղբայր և երկու քոյր ենք: Ես երկրորդն եմ: Ի մանկութենէ կը յաճախէինք վարժարան: Տասն և մէկ հասակին մէջ իսկ կարգալու մարմաջէն բռնուելով, բուն եռանդ մը սկսաւ արծարծիլ իմ մէջս: Մեր տան գեանաշարկին վրայ կիսախաւար ու անարե սենեակ մը ունէինք, այդ անշուք սենեակը առանձնանալով օրն ի բուն, գիշերն ի բուն դաս կը սերտէի, գիշերներ լուսցուցած էի հոն, առանց վայրկեան մը իսկ աչքերս գոցած ըլլալու, թէ՛ աշխատելու և թէ՛ գրեթէ ամէն բանի մէջ քիչ մը յանդուգն էի, կ'ուզէի որ սկսած գործս գլուխ հանէի յամառաբար, առանց նկատի առնելու հասակ և կարողութիւնս: Տասն և երկու տարեկան էի երբ տաղաչափութեան սկսայ, ճգնելով տքնելով ոտանաւոր կը գրէի, և այսպէս բանաստեղծութեան հովեր ալ կ'առնէի շատ կանուխէն, ո՛վ գիտէ թերևս այդ ընդունակութեամբ ծնած էի, երկու անդրանիկ ոտանաւորներս «Բուրաստան Մանկանց» ու «Բիւրակն»ի մէջ հրատարակուեցան: Անդիտակից ինքնախորտակումիս, աններկի չափազանցութիւններ կ'ընէի, և այս պարագան՝ եթէ ոչ հիմնական պատճառը՝ գէթ յառաջարանը ու նախաշաւիղը կրնար ըլլալ սրտի հիւանդութեանս: Չմոռնամ սակայն նախ և առաջ յայտարարելու թէ, հիւանդութիւնս ժառանգական չէր, որովհետեւ միւս եղբայրներս և քոյրերս շատ քաջառողջ են, ու ամէնքն ալ ամուսնացած ու թօմպուլիկ զաւակներու տէր եղած: Եթէ հայրս ունեցած ըլլար այսպիսի հիւանդութիւն մը, բնականաբար վերջէն ծնող տղաքները անով պիտի վարակուէին, մինչդեռ նշոյն անգամ չկայ անոնց վրայ, հետեւաբար իմն ժառանգական չէ, ստացական է, կամ լաւ ևս

ինքնաստեղծական: Հայրս և մայրս արեւաշարի հիւանդութեամբ մեռան:

Երբ տասն և եօթը տարեկան էի, տեղային բարձրագոյն վարժարանէ մը շրջանաւարտ եղայ ծննդավայրիս մէջ: Օգնական դասատուութիւն ըրի մօտաւորապէս երկու տարի: Այս ժամանակամիջոցին էր որ իսկ և իսկ հիւանդութեան մը գոյութիւնը սկսաւ ծայր տալ: Գիշերները անկողին մտած ատեններս բազուկներուս մէջ պզտիկ ցաւ մը կ'զգայի, կարծես թեւերս ջախջախուած էին, անգոր կը մնային, և ասիկա բարեբաղբար մէկ քանի վայրկեան միայն կը տւէր, աղէկ մը վերմակին կը փաթթուէի, կը տաքնայի կը քրտնէի և կ'անցնէր, ա՜հ ասիկա տխուր սկզբնաւորութիւն մը եղաւ իմ ապագայ անողոք հիւանդութեանս: Յօղացա՛ւ մըն էր ասիկա, թէ՛ մկանացաւ կամ ջղային տկարութիւն չէի կրնար գանազանել: Ի՛նչ մեղքս պահեմ, այդպիսի անկարելոր ցաւի մը հանդէպ անկոյթ գտնուեցայ, չգիտցայ թէ պզտիկ զանցաւորութիւններ շատ անգամ մարդը կ'առաջնորդեն արհաւիրո՞ւմանցու օխտերու:

Տասն և ինը տարեկանիս մէջ դասատուութեան պաշտօնով Սուրբուրու խրկուեցայ, առաջին անգամն էր որ պանդխտութեան կ'ելլէի: Գործս ծանր էր, 70 երկսեռ աշակերտներ կային իմ հսկողութեանս տակ: Չարմանալի զուգադիպութեամբ հոն տարբեր վարժարանի մը մէջ դասախօսելու եկած էր հայրենակից ուրիշ երիտասարդ * մըն ալ, համակրելի ուսուցիչ մը: Եւ ա՜հ լաւագոյն արդիւնքներ առաջ բերելու մասին մրցում մը ծայր տուաւ մեր մէջը,

* Այս երիտասարդն էր ողբացեալ Ալիքսան էֆ. Բիւրքճեան, ինձմէ քիչ յետոյ հայրենիքէն Պոլիս եկած էր դարմանուելու համար, կանխաձառ մաճուամբ կնքեց իր մահկանացուն Ազգային հիւանդանոցին մէջ, և որուն յիշատակին ներքողական մը հիւսած եմ անդրանիկ երկիս մէջ, (տես Գրաստէն հիստէ, էջ 74):

բարի նախանձով մը սակայն, երկուքս ալ հոգեպինդ փարած էինք մեր գործերուն, բայց մրցակիցս աւելի շունչ կը սպառէր, և օրէ օր կը հիւժէր, կը հասնէր: Աւա՛ղ, մեր այս ծայրայեղութեան վախճանը պիտի ըլլար, ինծի համար ապագայ տւական տաժանելի ւրսի հիւանդութիւն մը, և անոր համար քոֆալսի անմիջական մահացու հարուած մը:

Զմեռ էր: Զափազանց ցուրտ կ'ընէր, շատ խոշոր սենեակ մը ունէի տրամադրութեանս տակ, թէև վառարան կը վառէի երբեմն, սակայն կամ բոլորովին կը բացուէի պառկած ատենս, և կամ գիշերը ընթերցմամբ պարապելով քնացած կը գտնուէի անկողինիս վրայ մինչև առաւօտ. և ասիկա դժբաղդաբար քանիցս կրկնուած էր, որուն հետևանքով բազուկներուս ցաւը օրէ օր ա՛նուլի համեմատութիւններ կ'առնէր, ատեն ատեն կ'ուզար և կ'անցնէր, տարօրինակ ցաւ մըն էր ասի, միշտ գիշերները՝ մանաւանդ անկողին մտած ատենս երևան կ'եղնէր, ցերեկը աներևոյթ կ'ըլլար, թէև գործիս արգելք չէր, սակայն մտատանջը պատած էր զիս: Ինծի յանձնարարուած ալքօլիկ նիւթերով թեւերս մէկ քանի անգամ դուրսէն լաւ մը շփեցի, բայց անօգուտ: Այն ատեն դիմեցի Ամերիկացի նշանաւոր բժիշկ Տօքթ. Տատին, որ պատահաբար անկէ կ'անցնէր. տիաքնօտիկ ըրաւ զիս, ու պատրաստուեցաւ զեղագիր մը գրելու, յետոյ յանկարծ միտքը փոխեց, և ըսաւ. «դեղի պէտքութիւն չունիս այնքան, անկարևոր բան մը կ'երևայ, առ այժմ բաւական է պաղ ջուրով լոգանք մը ընել ամէն գիշեր»: Շարունակեցի լոգանքը ժամանակ մը, բայց ի գուր, շատ քիչ օգուտ կը քաղէի:

Մեծ արձակուրդի ժամանակ հրաժարեցայ պաշտօնէս, կարծելով թէ յիշեալ քաղաքին օդն ու ջուրը չէր նպաստեր առողջութեանս, արգարև, օդը ո՛չ այնքան գէշ, բայց ջուրը շատ ծանր, կրային և անպիտան էր չվարժուող մէկուն համար անտանելի բան մըն էր, յաճախ կ'ստիպուէի քաղաքէն դուրս հեռաւոր աղբիւրէ մը (քէօր փունարէ) ընտիր ջուր հայթայթել: Վերջապէս մեկնելով անկից այս անգամ գացի Ագ-Տաղ Մատենի կողմը Իւրեհն գիւղը, որ իր դիրքին

բարձրութեամբ, օդին և ջուրին մաքրութեամբ նշարաւոր կը հանդիսանար: Գործս հոն շատ թեթեւ էր, բայց ի՛նչ օգուտ գիշերները ցաւս կը շարունակէր և ես անհանդուրժելի վիճակի մը դատապարտուած էի. այս անգամ թեացաւ երէս զատ կուրծքիս ու նաև սրտիս մէջ մեծ անձկութիւն մըն ալ կ'աւելնար, և ան ալ իր կարգին սրտիս զարկը կը սաստկացնէր: Նոր սկսած ատեն 4—5 վայրկեան տևողութիւն ունեցող ցաւս՝ հիմա 10—15 վայրկեանի բարձրացած էր. երբ քիչ մը վազէի կամ ծանր բան մը վերցնէի, յանկարծ կը նեղուէի, չնչսպառ կ'ըլլայի և սիրտս սաստիկ կը տրոփէր:

Զմեռ մըն ալ յաջորդեց: Երբ տեսայ թէ ցաւս կը սաստկանար, ուղղակի շունչս կեսարիա վերոյիշեալ Տօքթօր Տատին քով առի: Իր տանը մէջ Թալաս հիւրընկալուեցանք գիշեր մը, ուրիշ պաշտօնակցի մը հետ: Պատմեցի ցաւս և սրտիս վիճակը պէտք եղածին պէս. ուշադրութեամբ քննեց սիրտս և գործիքը մէկդի առնելով համակիր բայց համակ տխուր վերաբերումով մը «Պա՛յ» եանքիական ձայն մը ձգեց: «Ի՛նչ կայ Տօքթօր» ըսի, «Ի՛նչ բանէ՛ որ կը վախնայի անիկա» պատասխանեց մտածումով մը և յետոյ յարեց «Հիմա կ'ըմբռնեմ թէ, այդ բազուկներուդ ցաւը լանջքիդ տակ ծանր ախտի մը սկզբնաւորութեան նախաշաւիղն էր, այն ատեն ալ այս բանը վայրկենապէս անցաւ մտքէս, բայց երբեք չի կարծեցի թէ այսքան շուտ ցաւալի վախճանի մը պիտի յանգի» (Արդարև բժիշկը այն ատեն ծանօթներէս մէկուն դիտել տուած էր թէ այսպիսի վտանգ մը կրնար յառաջ գալ):

- Ուրեմն ինչո՞ւ Սուեդուրլու դեղ չի տուիք երբ առաջին անգամ քննեցիք զիս:
- Զարմանալի բան, ես այն ատեն դեղ չի գրեցի՞:
- Ո՛չ երբեք:
- Շատ կը ցաւիմ:
- Եւ ես աւելի, ալ չ'անցնիր այս ցաւը ու բարախուժը: Այս հարցումիս վրայ բժիշկը պահ մը վարանեցաւ, և ապա «Թէև սիրտդ առաջուան պէս չի շտկուիր, բայց կրնայ դարմանուիլ և կրնաս ընդերկար ապրիլ, մի՛ վախնար» ըսաւ: Ի՛նչ ծանրակշիռ ու շարաշուք եզրակացութիւն:

2701-17

Այլ չի կրցի պատասխանել, խորապէս յուզուած էի, վայրկեան մը խոր լուռութիւն տիրեց մեր միջև: Պաշտօնակիցս (Աւագ էֆ. Գոյսէրեան) որ հոն ներկայ էր, ան ալ քամուած մնաց: Բժիշկը մեծապէս սխալած էր, ժամանակին դեղ չի գրելուն համար: Սխալ մը որ, ծանրակշիռ ըլլալէն զատ անդարմանելի էր այլևս. և ինծի համար շատ սուղի նստած էր. բժիշկը իր զանցառութեան վրայ խորախորհուրդ մտմտալով կը ցաւէր. ես ալ յաւէտ իմ յուսահատական վիճակիս վրայ ներքուստ ողբալով գերմարդկային ճիգեր կ'ընէի արցունքս զսպելու և կ'ուզէի ժամ առաջ առանձնանալ, աչքիս յորդառատ կայլակները ազատօրէն դուրս թափելու համար: Դեղագիր մը գրեց. «բուսր սիժիթալ», 30 դեղահատ: «Կրնաս այս դեղը ի պահանջել հարկին կրկնել» ըսաւ: Իր հրահանգին համեմատ գործադրեցի. արդարև գործադրութեանս պահուն: Ո՛չ ցաւ կ'զգայի և ոչ արագ բարախում: Բայց ի՛նչ օգուտ, դեղը ընդհատելէս վերջ դարձեալ սկսաւ բազուկներուս ցաւը, կուրծքիս տկարութիւնը և սրտիս սաստիկ զարկը. կրնաք երևակայել թէ ան ատեն յուսահատութիւնս ո՛րքան մեծ եղաւ:

Այլ եւս լքեցի գործն ալ, այդ գիւղն ալ, և փութացի գալ օր առաջ գերդաստանիս մօտ կանոնաւորապէս դարմանուելու համար: Վիճակիս յուսահատական ըլլալը ըմբռնելով ալ չափազանց չէի աշխատէր, որովհետև հիւանդութիւնս հետզհետէ տխուր երեւոյթներ կը պարզէր: Գիշերները անկողինիս մէջ երբ երեսի վրայ ինկած կը տառապէի, սկսաւ թանձր արիւն մըն ալ պոսթկալ քիթէս, բարեբազաբար ցաւին դադրելովը ան ալ կը դադրէր վայրկենապէս. յաճախադիպութիւնը սակայն՝ սոսկում կը պատճառէր ինձ: Եղաւ ժամանակ մը որ, ալ նեղութեանս սաստկութենէն անկարելի կը դառնար ինձ երեսի վրայ ինկած ու գոցուած դիրքով պառկելը, բնութիւնը գոգցես կ'ազդարարէր ինձ, անմիջապէս փոխել այդ դրութիւնը՝ հակառակ դրութեան մը, այսինքն, դառնալով կռնակիս վրայ պառկելու էի, արձակ համարձակ՝ պէտք էր զովութիւն ստանայի և ազատօրէն մաքուր օդ

ներշնչէի: Այդպէս ալ ըրի, ոչ թէ միայն արիւնը իսպառ դադրեցաւ, հապան այդ կերպով ու դիրքով շուտով կ'անհետանար անձկութիւնս և կը հանգչէի: (Յորմէ հետէ անցան 22 տարիներ, ալ չի տեսայ քիթէս կաթիլ մը արիւն հոսիլը:)

Չմեռ մը եւս յաջորդեց: Հիւանդութեանս երրորդ տարին էր: Յետին աստիճան զգուշութիւնով, առողջապահական օրէնքները յարգելով, նաև պէտք եղած ատեն դեղ առնելով յաջողեցայ ողջունել նոր դարուն մըն ալ, բայց, առողջական վիճակս գոհացուցիչ ըլլալէ շատ հեռի էր, շատ տկար էի, տմոյն և տժգոյն:

Ապրիլին, դարձեալ փութացի Կեսարիա, թէ օդափութութիւն մը ընելու և թէ անգամ մըն ալ ինքզինքս Տօքթ. Տատին քննել տալու համար: Հոն Ամերիկեան ակադարդ և ականաւոր միսիոնարի մը տունը բարեղէպ զուգադիպութեամբ ներկայ գտայ երեք նշանաւոր բժիշկներ միանգամայն, Տեարք, Տօքթ. Տատ, Տօքթ. Գարեգին Սիւնի (Սերաստացի) և Տօքթ. Տիգրան Թապիպեան, այս վերջինը նոր վերադարձեր էր Ամերիկայէն բժշկական նորագոյն մեթոտներուն քաջատեղեակ՝ գիտական բարձր և նորագոյն առաւելութիւններով օժտուած: Ուշի ուշով քննեցին զիս, հարցումներ ուղղեցին, պատուէրներ սուլին, իրենց միջև գաղափարներ փոխանակուեցան, և յետոյ գրեցին երեք հատ դեղագիր, դեղերն էին, Տիժիթալ, Գաճեիկ, Գօնվալարիա (Տե՛ս դեղերու յիշատակութեան մէջ): Ըստ հրահանգի մին կամ միւսը պիտի գործածէի ատեն ատեն: Հետաքրքիր էի լսել արդեօք ի՛նչ ըսած էին բժիշկները ինձ նկատմամբ, և ի՛նչ պիտի ըլլար վիճակս, վախճանս: Բարեկամներ իրողութիւնէր բժիշկներէն հասկցած էին, ես ալ կերպով մը խլեցի իրենց բերնէն, վիճակս բացարձակապէս յուսահատական ըլլալով յաջորդ ձրմբան մէջ վտանգ մը անխուսափելի էր, երեք բժիշկներուն անդառնալի վկայութիւնն ասանկ էր, յետոյ ուրիշներէն ալ իմացայ թէ, վախճանս մօտալուտ է: Բժիշկներէն կանխաւացուած այդ չարագուշակ օրերը վերջապէս սկսան համալր տակաւ: Եօզղատ էի: Դառն յուսահատութեան նոպայով մը

անկողին ինկայ : Սաստիկ տեսակէն ինձիօքննա մը զիս բռնեց զգետնեց : Հագիւ թէ ան անցած կամ մեղմացած էր , վրայ հասաւ տեւական չարատանջ յօղացաւութիւն մը , ու նաեւ երիկամունքի տագնապ մը , ասոնց ամէնքն ալ արդէն գուշակած էին վերոյիշեալ բժիշկները , կացութիւնս հետզհետէ ծանրացաւ : Մահու չափ հիւանդ էի : Հիմա զիս ամէնօրեայ այցելութեամբ կանոնաւորապէս կը դարմանէր մեր քաղաքին բժիշկը Տօքթ . Օհան էֆ . Շիրինեան (Նախկին տնօրէն Ա.զգ . Հիւանդանոցի) հիւանդապահուելի դերն ալ կը կատարէր հօրեղբօրս կինը , սա Մարգուանի Ամերիկեան աղջկանց վարժարանին յաջող շրջանաւարտուհիներէն ըլլալով՝ գիտակից աշխատութեամբ անձնուիրաբար և հաւատարմաբար կը ծառայէր : (Այս անթերի և բոլորանուէր հոգատարութեամբ հօրեղբայրս և կինը յաւէտ երախտապարտ թողուցած են զիս , այն ատեն հայր և մայր կորսնցուցած էի) : Այսքան խնամք դեղ ու դարման տարուելով հանդերձ , բարերար ազդեցութիւն կամ դէպ ի լաւ տարբերութիւն չէր նշմարուէր , պահ մը կարծուեցաւ թէ , ապաքինման նշոյլն անգամ չի մնաց , յօղացաւութիւն , երիկամունքներու տագնապ և սրտի տկարութիւն իրենց գագաթնակէտին հասած էին , ոտքերս և ձեռքերս հետզհետէ կ'ուռնային : Կարելի չէր անկողինիս մէջ մազապուր շարժիլ , բովանդակ մարմինս կսկծագին ցաւերու մէջ էր . երբ մէկ կողմ քիչիկ մը դառնալ ուզէի , սաւանով մէկտեղ կը դարձնէին : Մնարիս վերեւ համակիր այցելուներու բազմութիւն մը կար , անոնք բաներ մը կը մըթմըթային ինձի , բայց , ես կարողութիւն չունէի պատասխանելու : Այցելուներս ալ ակամայ լուռ ու մուռնջ կը կենային : Աղէկնալէս ետք իմացայ թէ , բժիշկը մեր ընտանեաց անդամներուն «Ալ յոյս չկայ» ըսած էր , ասոր տարածայնութենէն այցելուներ կը փութային իմ մօտ , աղէկ սովորութիւն չէ ասիկա մեր մէջ , և թէ հակառակ՝ կենցաղազիտութեան , ողջմտութեան և ընկերային պարտականութեան , մեղի ծանօթ մէկ հիւանդին ծանր ըլլալը լսելէ վերջ կը հաճինք այցելութեան երթալ , մինչ Եւրոպացիք հիւանդին քով

ամէնեւին մարդ չեն թողուր ծանր եղած միջոցին , մենք որչափ եկող ըլլայ ամէնքն ալ կը ժողուենք հիւանդին կամ մահամերձին գլուխը , շատ կայ այս անպատեհութիւնը միջին դասակարգի ժողովրդեան մէջ : Գառնանք մեր պատմութեան :

Ապաքինումս՝ Բնութեան Գերագոյն Հեղինակին վերագրեմ միայն , եթէ ոչ զիս անձնուէր դարմանողներուն ալ , սաչափը գիտեմ որ , երբեմնի տառապած ցաւատանջ մորմոքներս մեղմացան , գարնան պայծառ և գեղեցիկ օդերու յաջորդութեամբ և օժանդակութեամբ կազդուրուեցայ , ամբողջ չարս անկողնոյ ծառայելէ վերջ սակայն , բայց ազատեցայ ոչ թէ սրտի՝ այլ ընդմիջող հիւանդութիւններէս , սիրտս միայն բարեփոխմ մը կրած էր , ուրիշ պատճառներով դարձեալ գրգռուելու հակամէտ : Ալ բաւական կազդուրուած կրնայի քիչ շատ աշխատութեան վերակսիլ :

Երբ բժիշկները երբեմն այս կամ այն հիւանդին նկատմամբ կը փութան իրենց վերջին վճիռն արձակել , բնական է որ Բնութիւնը կը ծիծաղի , հեզնանք ու հերքում մը ունի անոնց այս տարտամ և հապճեպ որոշմանը հանդէպ : Ամէնէն երեւելի բժիշկներն ալ , շատ անգամ սխալած են այսպէս : (Եօթը տարի առաջ Հայ ընտանիք մը վերադարձած էր Լօս-տօնէն Պոլիս , ինձ պատմեց թէ , Անգլիացի նշանաւոր բժիշկ մը բացայայտօրէն կանխած էր իր մօտալուտ մահը . բայց ինք բոլորովին աղէկնալով հինգ տարի ետքը պատահմամբ հանդիպած է այդ բժիշկին ու իր դանգատալից դիտողութիւնը յայտնած , Տօքթօրը ապահար կը մնայ , միեւնոյն ժամանակ տիկնոջ անունը , մականունը , իր հիւանդութեան տեսակն և յարակից պարագաները կը փութայ նշանակել իր բժշկական մասնաւոր նօթատետրին մէջ , սա՛ հեղինակ բժիշկ մըն էր , այս անակնկալն ալ պիտի գետեղէր իր գիրքին մէկ անկիւնը յաջորդ տպագրութեան մէջ :)

Անկէ ետք բոլորեցան լման երկու տարիներ , թէեւ դարձեալ ունեցայ անհանգստութեան ժամեր , բայց երկար ատեն անկողնոյ ծառայել չկար , ալ հիւանդութեան հետ եղբայրու-

Թեամբ անբաժան կ'ապրէինք, մինչ նոր սկսած ատեն մե-
լամաղձիկ վշտի կեանքը կը հեծէի, ամէն ժամ մահը առջեւ,
բժիշկներէն ոմանք կը վստահացնէին ըսելով «ալ այս վիճա-
կին մէջ կրնաս ընդ երկար ապրիլ»։ (compensation գոմարան-
ապիօն ըսուած վիճակին հասած էի) բայց ես հաւատ չէի ընծայէր,
կը կարծէի թէ, սոսկ զիս մխիթարելու և հիւանդութեանս
մահաբեր ըլլալը ծածկելու համար այդպէս կը զրուցէին։ (22
երկար տարիներու հոլովումէն վերջ միայն կ'ըմբռնեմ թէ
իրողութիւն էր բժիշկներուն յայտարարութիւնը, կրնամ ապ-
րիլ, միայն թէ, անցուցած օրերս եղան մարմնական կսկիծ-
ներու և հոգեկան փոթորիկներու սողանցութիւն մը, և շատ
տուղի նստեցաւ այս կեանքը չարաշուք բազդին կամ ախտին,
անխնայ լախտին պատճառած մահառիթ ցաւերովը, այս մըր-
մունջս արտունջ չէ սակայն, կը համակերպիմ ճակատա ըրիս և
կը խոնարհիմ նախախնամողին կամքին առջեւ)։

Հիմակ հիւանդութիւնս ընդհանուր հանգամանք մը ըս-
տացած էր, սիրտս շարունակ ուժգին կը արփէր, և թեւե-
րուս ցաւերն ալ ատեն ատեն մէջտեղ կ'ելնէին, ատկէ զատ
կուրծքիս մէջ աւելի անձկութիւն կ'զգայի, բաց ի գիշերնե-
րէն ցերեկներն ալ ցաւ ունէի, թէեւ գիշերները եղածին չափ
սաստիկ չէր։ Այս անգամ զիս դարմանողն էր Տօքթ. Տիգ-
րան էֆ. Հէքիմեան Սիւնի, սա՛ Ամերիկայէն նոր եկած ըլ-
լալով (Յօզղատ) իր ճարտարութեամբն ու հեղահամրոյր բը-
նաւորութեամբը ամէն դատակարգէն ալ հաւասարապէս սիր-
ուած էր։ Ծատ կը համակրէր ու կը կարեկցէր ինծի, իր
տունէն չէի հեռանար։ Օր մը հաճելի անախկալ մը ըրաւ,
գիշեր մը իր տունը հրաւիրած էր 6 բժիշկներ. Տօքթ. Օհան
Շիրինեան, Տօքթ. Իսմայիլ էֆ. (տեղացի) Տօքթ. Գօնսթան-
թիւն էֆ. երկու ուրիշ զինուորական կամ թաղապետական
բժիշկներ և ինք) ուղեց որ ես ալ ներկայ ըլլամ այդ պատեհ
առիթէն օգտուելու համար։ Ընթրիքէն ետք ի'նչ ընէր որ
իր հիւրերը հաճելի ժամանց մը ընէին, յարմար վայրկեանին
զիս ներս կանչեց, և հիւրերուն դառնալով «Ահա ձեզի ա-
ռողջ երեւոյթով հիւանդ երիտասարդ մը, հաճեցէք քննել և

ըսել թէ ի'նչ ունի ան»։ Տօքթ. Օհան էֆ. ն ալ այս առաւ
ջարկին ոյժ տալու համար պատկառանքով մը. «Արդարեւ-
ճիշդ գօնախլթայի արժանի մէկը» ըսաւ, Տօքթ. Իսմայիլ է-
ֆէնտին (*), որ գիտէր հիւանդութիւնս, կուսելով Տօքթ.
Տիգրան էֆէնտիի միտքը որ լաւ գօնախլթայէ մը անցընել տա
էր, իրեն դառնալով յարեց «Քանի՛ կը տեսնէի երիտասարդց
մեր շուրջ ճիշդ միեւնոյն առաջարկը ես պիտի ընէի, բայց
դուք աչալուրջ գտնուեցաք»։

Այս խօսքերը միւս բժիշկներուն ուշը գրաւեց, պիշ
պիշ երեսս կը նայէին հետաքրքրութեամբ և կ'ուզէին ժամ
առաջ քննութեան ենթարկել զիս. իմ ուզածս ալ աս էր,
հեմ զիյարէք հեմ քիճարէք, առանց կուտի վեց բժիշկներ
Տիակնօսքի՛ պիտի ընէին։ Սկսան գործի, ա՛լ բողորովին ա-
նոնց արամադրութեան ներքեւ էի. աջ ու անհակ կը պար-
տէի, մէկիկ մէկիկ կը քննէին զիս, մանրագնին քննութեան
բովէն անցընելէ վերջ կարծիքներ փոխանակեցին իրենց մէջ,
հիւանդութեան տեսակին և սկզբնապատճառին նկատմամբ,
և ապա զանազան հարցումներ ուղղուեցան ինծի, գիտնալու
համար թէ ի'նչէն յառաջ եկած էր ան. ես ալ գիտցածներս
ըսի։ Հուսկ յետոյ պարտ ու պատշաճ հրահանգները տալով,
հարկ եղած դեղերու կարգադրութիւնն ալ Տօքթ. Տիգրան
էֆ. Սիւնիին յանձնարարեցին։

Սոյն յիշատակելի դէպքէն գրեթէ տարի մը ետքը,
Տօքթ. Տիգրան էֆ. Սիւնի զիս կրկին իր տունը կը կանչէր,
պատեհութիւն մըն ալ ձեռքէ չհանելու համար, այս անգամ
ալ, հիւրասէր բժիշկին — որ ամէն առիթով սոսանջականու-
թիւն կը շուայէր իր ծանօթներուն — երեք նշանաւոր անձ-
նաւորութիւններ Յօզղատէն անցնելու ժամանակ հիւր եղած
էին. Փրօֆ. Ա. Պէդճեան՝ Այնթապի Գօլէճին կիսադարեան
բազմարդիւն ուսուցչապետը ու հռչակաւոր քնազէտը, Փրօֆ.
Ս. Լեւոնեան (Ատանայի դէպքին զոհերէն) և Այնթապի հի-

(*) Այս բժիշկն ալ սրտի հիւանդութիւն ունէր, օր մը
բազնիքի մէջ լուացուած ատեն յանկարծամահ եղաւ։

ւանդանոցին բժիշկը Տօքթ . Հապիպ Նազարեան : Այս վերջինը , Տօքթ . Տիգրան էֆ . ի առաջարկին վրայ բարեհաճեցաւ զիս տիակնօսութիւք մը ընել ուչի ուչով , ու յետոյ երբ պահ մը սենեակէն դուրս ելայ . Տօքթ . Սիւնիին դառնալով . «ես կը զարմանամ ասանկ հիւանդութեամբ մը այսքան ապրելուն , մինչ այս երիտասարդը բոլորովին անտեղեակ իր ծանրակշիռ վիճակին , դեռ երկար ապրելու վերաբերուժով հարցումներ կ'ուղղէ ինձ» : Դրան ետեւէն ամբողջութեամբ լսեցի այս չարագուշակ խօսքերը , որոնք յանկարծակիի բերին ու դաշունահար ըրին զիս : Շատ յուսահատեցայ այն ատեններ : (Յորմէ հետէ 19 տարիներ անցան դեռ կ'ապրիմ , ականջը խօսի Տօքթ . Հապիպ էֆ . ին եթէ սակայն ողջ է ինք : Կը յուսամ թէ երկարամտայ փորձառութեամբ Հապիպը լաւ Թապիպ եղած է ցարդ) :

Ձ Ե Ր Մ Ո Ւ Ն Ե Ր Ք Ա Լ Ս

ԲԱՐԱՐԱՐ ԱԶԴԵՑՈՒՅԻՒՆԸ

Նոյն ամսուան եղանակին մեր ազգականներէն ումանք Պուլամաճըր անուն մօտակայ ջերմուկ մը երթալու կը պատրաստուէին . ես ալ ընկերացայ իրենց , թէեւ Տօքթ . Տատ կանխապէս թոյլատրած չէր , առաքելով թէ նպաստաւոր չէ ինձ համար : Հետեւաբար ես ալ օգտփոխութիւն մը ընելու միտքով գացի : Վրաններու տակ կը բնակէինք : Հոն գրտնուողները օրը 2—3 անգամ տաք աւազանը մանելով կուշտ ու կուռ կը վայելէին այդ բնական բաղնիքին բոլոր հեշտալուր հաճոյքները , իսկ այս մահկանացուն հանդիսատես կ'ըլլար միայն հեռուէն . քանի մը օր վերջը սակայն ալ համբերութիւնս հատաւ , փորձ մը կատարելու զօրաւոր փափաք մը արթնցաւ իմ մէջս , և այդ փափաքը բարեկամներուս ստիպումին հետ միանալով վերջապէս միսրճուեցայ տաք ջուրին մէջ . քառօրդ ժամ մը կեցայ . թէեւ տաքութեան սաստկութենէն սիրտս քիչ մը ուժգին կը տրոփէր , բայց միւս կողմէն բովանդակ մարմնոյս մէջ հեշտանք և հան-

գստութիւն մը կ'զգայի , մեծ տարբերութիւնն ու փրկարար ազդեցութիւնը սակայն գիշերը երեւան եկաւ , ըստ առաջնոյն ա'լ չէի նեղուէր , և թէ այլ եւս երկոյնները ախորժակով ու հանգարտ սրտով կերակուր կ'ուտէի . մինչդեռ առաջ կերածս զիս կ'ուտէր , հիմակ այդ անպատեհութիւնն ալ անհետացած էր բարեբաղդարար : Ասոր վրայ համարձակեցայ օրը երկու անգամ աւազան մանել և թէ այդ հանքային տաք ջուրէն քիչ մը խմելով փորձ մը կատարելու մտադրութիւն մըն ալ ունեցայ . կուլ տուի , բայց շատ դժուարաւ վար գնաց , որովհետեւ իր տարօրինակ բաղադրութեան պատճառաւ անտանելի համ ու հոտ մը ունէր . կրկին յամառեցայ խմել . ո'չ միայն կը խմէի , այլ անով չգիտեմ ուրկէ միտքս ինկաւ կերակուր ալ եփել կուտայի . զարմանքս որքան մեծ եղաւ , երբ գտայ թէ , կերակուրները , մասնաւորապէս բլլաւը շատ համով կ'ըլլային , հարկ չկայ ըսել թէ ալ ամէն ատեն անով կերակուր կ'եփէինք , և ուրիշներ ալ հետեւեցան մեր օրինակին , հաստատելով թէ շատ գոհ էին այս անակընկալ փորձէն և թէ կարծես այդ հանքային բաղադրութիւնը կերակուրները ալ աւելի համեղ դարձնելու մասնաւոր բայց անհասկնալի յատկութիւն և առաւելութիւն մը կը պարփակէր իր մէջը :

Միեւնոյն ժամանակ հակադրութիւն մըն ալ ի գործ կը դնէի ես : Քառօրդ ժամ հեռուն ձորին մէջէն կարկայիւն գետակ մը կը հոսէր տեղ տեղ խորունկ լճակներ գոյացնելով . ամէն կէս օրին ուրիշ ընկերներու հետ կ'երթայի այդ պաղ ու ջինջ ջուրին մէջ ալ լողանք մը կատարել մեծ հաճոյքով , մասնաւոր լողալու մարմաջով , կարծես հոնկէ ալ ուրիշ կայտառութիւն մը կ'ստանայի . այսպէս պաղ և տաք ջուրին մէջ ինքնաբերաբար ու անգիտակցաբար փոխն ի փոխ կատարած ինքնաջրաբուժութիւնս մէկ խօսքով վերակենդանացուց ու կազդուրեց զիս , ուսերուս և բազուկներուս յօդուածացաւը ու կուրծքիս երբեմնի անձկութիւնը անհետացած էր գրեթէ : Այս անակնկալ ու պատահական ֆիզիքական բարելոջումն ու բարեւոքումը չգիտեմ աւելի օգա-

փոխութեան վերագրեմ, թէ սոսկ ջերմուկի ու լողանքներուս բարերար ազդեցութեան. վերջապէս զգալի առողջութիւն և առողջութիւն մը ձեռք ձգելով քաղաք վերադարձայ: Այն տարի յիշեալ ջերմուկը գացողներուն ամէնքն ալ վերադառնալէն շարժած մը վերջը սաստիկ ջերմով տառապեցան, միայն ես էի անոնց մէջ, նրա՛շք, բացառութիւն կաղձողը. ճոն կրկին անգամ կը նշմարէի բնութեան սխրանքն ու քմայքը. ասոր պատճառն ու բացատրութիւնը ուզեցի իմանալ Տօքթ. Տատէն, պատասխանեց, «Արդէն գոյութիւն ունեցող հիւանդութիւն մը, երբեմն բացասական. դեր կը կատարէ, արամադիր չլլալով ուրիշ մըն ալ հիւրընկալելու, և թէ բնութիւնն է մեծ վարպետը, և այս բարերար դէպքն ալ անոր ոչ հաղուադէպ քմահաճոյքներէն մին է»: Բժիշկին զարմանքը մեծ եղաւ իմանալով թէ մեծապէս օգտուած էի ջերմուկ երթալէն, բայց անիկա հիւանդութեանս տարբեր փուլերուն և երեւոյթներուն և յօդացառութեանս վերագրեց այս բարևոք և զգալի տարբերութիւնը: Ալ հանգիստ էի ժամանակ մը(*): Յաջորդ տարին դարձեալ գացի բայց այս անգամ «Թէրզիլի» ջերմուկը. սա մերձակայ գիւղէ մը առած էր այս անունը, հանդիպակաց բլուրներու միջեւ անհրապոյր դիրք մը ունէր, գիշերները բիւրաւոր մտղուկներ կը վրխտային մեր շուրջը իրենց յաւերժանուազ վզվզուքի ձրի ե-

() Մեր ընթերցողներուն պէտք է մի անգամ ընդ միշտ սա կէտը հասկնանք թէ, սրտի հիւանդութեան ենթակայ մը այս կամ այն առողջապահական միջոցներուն շնորհիւ կրնայ մեծապէս բարւոքիլ, և ժամանակ մը հանգիստ ապրիլ, բայց ասկէ չի հետեցուիր որ հիւանդութիւնը անհետացած կամ բուժուած է իսպառ. ժամանակի տեւողութեան մէջ ամէնադոյզն պատճառներով հիւանդութիւնը կը գրգռուի նորէն: Մեր պատմութեան հետեւողները յառաջիկային պիտի տեսնեն թէ քանիցս մահամերձ վիճակներու հասած, կրկին առողջացած, կրկին կազդուրուած եմ, բայց երբեք հիմանց բուժուած: Սրտի հիւանդութիւնը անբուժելի է:

դանակներովը. թէեւ ճոն խրճիթի մը խցիկը ապաստանած էինք, սակայն այս ինքնակոչ անպիտան հիւրերը գիշեր եղածին պէս գունդագունդ կը խուժէին մեր վրայ, և ժամ մը իսկ հանգիստ քնանալ թող չէին տար. հետզհետէ անտանելի դարձաւ անոնց ներկայութիւնը. այս յամառ չարածիները վանելու մասին ի գործ դրուած բոլոր հնարքները է դերեւ ելան: Մէկ քանի օրէն մեկնեցանք անկէ, գրեթէ ոչինչ օգտուած ըլլալով:

Ջերմուկները ո՛րքան օգտակար կրնան հանդիսանալ, ասիկա հիւանդութեանց տեսակովն ու փորձովը միայն կարելի է հաստատել: Երբ հիւանդութիւնը յօդասալի (կուրթ), յօդաւազալի ու մկանացալի հետեւանք է, բժիշկներու յայտարարութեան համաձայն կրնայ նպաստաւոր ըլլալ, ինչպէս ինձի եղաւ: Անով որ ջերմուկներ երբալու դիւրութիւն չունին. բայց միեւնոյն ասեմ սաք շուրի լոգանքի պէտք կայ, կրնան յաճախ բողբոխ երթալ, քրտական բաղնիք բռնիկ հիւանդութեանց, մանաւանդ մկանային յօդացառութիւններուն համար մեծ ծառայութիւն կը մատուցանէ կ'ըսեն Անգլիացիք: Դժբաղդաբար մեզմէ շատեր չեն գնահատեր կամ չեն գիտեր մեր բաղնիքներու առաւելութիւնները, մինչդեռ Եւրոպացիք, որ մեր դուրսեամբ բաղնիք չունին, անոր ախար կը քաշեն, ու երբ գտնեն, պատրաստ են մեր վնասած դրամին մէկ քանի պատիկը վնասելով անոր օգտակարութիւնները ըմբոսխանելու: Աժան բաղնիք առաս շուր գնա ողողուէ անոր մեջ, անա ամենեւն ազդեցիկ դեղ եւ միջոց, երբ կ'ըմբոսենք անոր յարգը: Մեր բաղնիքները աղիւս դասակարգին համար ջրաբուժական լաւագոյն հիւանդանոցներ են, դիւրամասշտի պայմաններով:

ԲԱՐՈՅԱԿԱՆ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ



Խալզ իշինտէ մէօթէպէր պիր նէանէ եօգ տէվլէթ կիպի,
Օլմայա տէվլէթ ճիհանտէ պիր նէֆէս սըհէթ կիպի:
(Գանունի Սուրբան Սիւրհյանս)

Այսինքն

Հարստութեան պէս պատուական բան չկայ մարդոց մէջ,
և սակայն, առողջութիւնը այնքան թանկագին է որ, անոր
մէկ շունչն անգամ տիեզերքին հարստութիւնը կ'արժէ:

— Առողջութիւն՝ մայր երջանկութեանց:

— Առողջութիւնը հարստութիւն է:

— Սկզբնական արթնամտութիւնը միշտ աւելի կ'արժէ,
քան վերջին մտահոգութիւնները:

— Մեծ խոհմութիւն էտեսնել բանին սկիզբէն անոր
վախճանը:

— Բարոյական օրէնքը՝ առողջութեան հիմն է:

— Առողջութեան առաջին պայմանը՝ մաքրութիւնն է:

— Առողջութիւնը՝ մեծ գանձ մ'է, մաքրութիւնը՝ հիւանդ
ութեանց դէմ պահպանողական զօրութիւն:

— Մարմնական երջանկութիւնը՝ առողջութենէ կախում
ունի, հոգեկանը՝ իմաստութենէ:

— Ֆիզիզական գիտութիւնը՝ մարմինը կը բուժէ, բարոյա-
կանն ալ հոգին:

— Առողջութիւնը՝ մարմինը կը զօրէ, գիտութիւնը միտքն
և հոգին:

— Աւելի դիւրին է հարիւր անձեր հիւանդութենէ զերծ
պահել, քան մէկ հիւանդ բուժել:

— Գիտունին և տգէտին միջեւ տարբերութիւնը այնչափ է,
որչափ առողջին և հիւանդին:

— Մտքի առողջութիւնը պահելու համար նախ մարմնոյ ա-
ռողջութեան հետամուտ ըլլալու է:

— Առողջութիւն, հոգեոյ կորովութիւն և սրտի խաղաղու-
թիւն աշխատութեան նախախայրիքն են:

— Այն որ կատարեալ առողջութեան կը տիրէ, գործու-
նէութեան և բարոյական ոյժի զէնիթին ալ հասած կ'ըլլայ:
(Կէտտօն)

— Մեծ մարդոց յաջողութիւնները՝ ո՛չ միայն արդիւնք են
իրենց իմաստութեան, այլ նաեւ իրենց առողջութեան:
(Փրօֆ. Հըբսլէյ)

— Մարդ երբ գիտակից է իր հիւանդագին վիճակին, կիսովին
առողջացած կամ մեռած կը համարուի:

— Անգին է մարդուն շրջիւն առողջ արիւնը իր երակնե-
րուն մէջ, քան՝ փայլուն ոսկիներ իր դրամարկղին մէջ:

— Դրամին յարգը գիտցողէն աւելի՝ առողջութեան յարգը
գիտցողը երանելի է:

— Սրտի մաքրութիւնը՝ երիտասարդութեան պարտէզին ա-
մէնէն գեղեցիկ ծաղիկն է:

— Հիւանդութիւնը տգեղութիւն է, առողջութիւնը՝ գե-
ղեցկութիւն:

— Վատառողջը կը նմանի թի չունեցող մակոյկով խո-
բունկները բացուող մակուկավարի:

— Կեանքը ուղեւորութիւն մըն է, երբ կը ծնինք՝ կը մեկ-
նինք, երբ կ'ապրինք կը քալենք, երբ մեռնինք կը հաս-
նինք:



ԳԼՊ Ի ՊՈԼԻՍ

ՏԵՂԱՓՈԽՈՒԹԻՒՆ ԵՒ ՕԴԱՓՈԽՈՒԹԻՒՆ

ԳԼՈՒԽ Բ.

«Դուն պահե առողջութիւնդ,
եւ ան պիտի պահե քեզ:»

«Առողջութիւնը պարկեցու-
քեան վկայագիրն է:»

Օր մը, Պոլսեցի տիկին Յ. Նազաշեան, ողբացեալ ուսուցիչ Յովհաննէս էֆ. Նազաշեանի այրին՝ բարի թելադրութիւն մը ըբաւ ինձ ի ներկայութեան Տօքթ. Տիգրան էֆ. Հէքիմեանի, ի մասին երկար օղբոխութեան մը ձեռնարկելու և թէ միանգամայն Պոլիս գալով Բրուսիոյ հիւանդանոցին մէջ կանոնաւորապէս դարմանուելու: Այս առաջարկը հաճելի թուեցաւ ինծի, Տօքթ. Տիգրան էֆ. ն ալ ըստ ամենայնի հաճ և հաւան գտնուեցաւ: Ծամբայ ելայ հայրենիքէս, 1894 տարուան գարնան: Անմահն Ժիրայրին կախուելէն երեք շաբաթ վերջը: Պոլիս գալու համար քիչ մը ճամբաս երկարելով, հոս ու հոն յապաղելով ուրախ, զուարթ ճամբորդութիւն մը կատարեցի: Հիմակ Պոլիսն եմ: Հիւանդութեանս Երգ տարին էր:

Ականաւոր անձնաւորութեան մը գրաւոր յանձնարարութեամբը Բրուսիոյ հիւանդանոցին բժշկապետ Մորթմանին

ներկայացայ, քննեց զիս, հարեւանցի կերպով սակայն, որպէս թէ պատահաբար հիւանդանոցէն ներս մանող մէկն ըլլայի: Մինչդեռ հեռաւոր քաղաքէ մը (Յօզղատ) գալով շատ բան կ'ակնկալէի իրմէն, յոյս ունէի թէ մէկ անգամէն լոյս պիտի տեսնեմ. մէկ դեղագործը իսպառ պիտի կ'ազդուրուիմ, այսօրինակ մտածումներով օրօրուն երկար ճամբորդութեան մը բոլոր դժուարութիւններն յանձն առած եկած էի: Բժիշկը պէտք չի տեսաւ որ հիւանդանոց պտուկիմ, թերեւս անկուտի ըլլալս կռահած էր. այլ միայն շատացաւ դեղագործ մը: Որքան յուսավրէպ եղայ, ի՛նչ կը յուսայի ի՛նչ գտայ: Նշանակուած դեղն ալ Բուսր Տիմիրալ էր, արդէն յաճախ գործածածս և թէ այն ատեն պէտքութիւն չունէի ատոր. հետեւաբար, մէկդի նետեցի դեղագիրը յաւէտ անգործածութեան դատապարտելով:

Գարձեալ վերոյիշեալ անձնաւորութեան մասնաւոր և գրաւոր յանձնարարութեամբը՝ այս անգամ Տիար Տոքթ. Գ. Տօպրաշեանին դիմեցի, Գուժ Գափուի մէջ իր տրամադրութեան ներքեւ գտնուող Անգլիական բարեսիրական ու բարեկամական հաստատութեան հիւանդարանին մէջ դարմանուելու համար: Սիրով հիւրընկալուեցայ: Ամիս մը կանոնաւորապէս դարմանուելով օգտուեցայ և մեծապէս գո՞ն մնացի Անգլուէի հիւանդապահներուն համակ համակրալից ու շնորհալի վերաբերումներէն և լիակատար հոգատարութիւններէն: Հոն շատ հանգիստ էի և ուրախ, որովհետեւ, չուրջս ամէն բան մաքուր և գեղեցիկ, ամէն բան մխիթարիչ և առինքնող էր: Գո՞ն և երախտագէտ սրտով մեկնեցայ բաւական կազդուրուած և ուժովցած ըլլալով: Ալ կրնայի թեթեւ և ազատ գործերով զբաղիլ: Այսպէս բոլորեցան բովանդակ երեք տարիներ, այլեւս Պոլիս հաստատուած էի. ատեն ատեն ճարտար և մասնագէտ բժիշկի մը դիմելու առիթը ձեռքէ չէի հաներ: Պոլսոյ կլիման ալ նպաստած էր: Կանխապէս հիւանդագին վիճակէս տեղեակ եղողները, հիմա ուրախութեամբ կը լսուէին առողջական ներկայ զգալի երեւոյթիս և նշանակալից տարբերութեանը վրայ: Մանաւանդ Տօքթ. Տատ, որ

վերջին անգամ Պոլսոյ մէջ բարեհաճած էր զիս քննել, վիճակս բաղդատաբար գոհացուցիչ գտած ըլլալը կը հաստատէր. կրկին անգամ յիշեցուց ինծի որ, Եօզղատի բարձր դիրքն (ծովէն 4000 ոտք բարձր) միգամած, խոնաւ ու ջրբտաշունչ կլիման ու երկարատեւ ձմեռը նպաստաւոր չէր. արդէն ինք հոն այդ կլիմային բնական հետեւանքով ոչ նուազ սրտի հիւանդութիւն ունեցողներու հանդիպած էր: Եօզղատի օդը թէեւ ցուրտ բայց շատ առողջարար, է տեղացիք ընդհանրապէս առողջ և կարմրադէմ են: Ինչպէս շատ մը քաղաքներ յատկանշական մէյմէկ պզտիկ ախտեր ունին, Եօզղատն ալ իր հարբուխն ունի, հոն նոր գացողի մը անպատճառ այցելութիւն տալու համար, մանաւանդ ցուրտ եղանակներուն: Եթէ հոն մնացած ըլլայի, կը կարծեմ թէ շատոնց ճամբան բռնած էի, քանի որ պիտի ունէի:

ԴԵՊ Ի ԵԳԻՊՏՈՍ

ՕԴԱՓՈՒՈՒԹԻԻՆ ԾՈՎԱՅԻՆ ԵՒ ՅԱՄԱԲԱՅԻՆ

Հիւանդութեանս սկիզբէն ի վեր Բժիշկներէն ոմանք խորհուրդ կուտային թէ. տաք կլիմաներ աւելի օգտակար կրնան ըլլալ, և կը թելադրէին որ, գէթ անգամ մը Եգիպտոս երթամ: Առիթը ներկայանալուն պէս ճամբայ եղայ Աւստրիական շոգեհաւով մը, որ Սուրբոյ եղերքը քերելով Եգիպտոս կ'երթար: Կ. Պոլսոյ՝ պանֆայի դէպքը զիս Եգիպտոս քչեց: Ծովային հաճելի ճամբորդութեամբ մը 11 օրէն ժամանեցանք Աղեքսանդրիա, Եգիպտական երկրորդ մայրաքաղաքը: Հոն մօտաւորապէս երկու տարի կեցայ, առաջները

բաւական հանգիստ էի, բայց ետքը առողջութիւնս սկսաւ խաթարուիլ տիրող խոնաւութեան պատճառաւ. զարմանալի էր, ամառ գիշերները պայծառ ու անամպ երկինքին տակ գետինը անձրեւոտ օրուան պէս կը թրջէր, մաղուող գիշերային ցողէն. չապկը՝ թափանցող խոնաւութենէն մարմինին կը փակչէր, մարդ անկողինին մէջ գիշերն ի բուն փակչուն քրտինքով մը կ'ողողուէր. հետեւանքը ինծի համար այն եղաւ որ, արդէն ունեցած յօդացաւս գրգռուելէն զատ սրտիս վիճակն ալ չափազանց խախտեցաւ: Տօքթ. Մ. Ժամկոչեան էֆէնտիին բարեհաճ յանձնարարութեամբը իր յաճախած մէկ հիւանդանոցը փոխադրուելով քիչ օրէն բաւական կազդուրուեցայ: Ալ չուզելով Աղեքսանդրիա մնալ, դէպ ի ներս Գահիրէի ճամբան ձեռք առի: Հոս ոչ ձմեռ կար և ոչ խոնաւութիւն, երկինքը միշտ կապոյտ ևւ ջինջ էր. օդն ալ ոչ նուազ առողջ և կենսապարար: Բայց, հոս ալ ուրիշ անպատեհութիւն մը հանգիստս վրդովել կ'սպառնար: Ամառները սարսափելի տաք կ'ընէր. այդ տօթագին օրերուն մէջ, մահու աստիճան կը նեղուէի, զովագին վայրեր փնտռելու համար ի զուր կը դեգերէի հոս, հոն: Աղեքսանդրիոյ չափազանց խոնաւութիւնը ջղային կամ յօդային տկարութեան տագնապս կը կրկնապատկէր: Գահիրէի անտանելի տաքն ալ չնշառութիւնս դժուարացնելով, սրտի տկարութիւնս կը գրգռէր: Բարեբաղդաբար միօրինակ չէր օդը, երեկոյան գէմ, կարծես այդ կէս օրուան հեղձուցիչ տօթին հետքը վտարելու համար զով հով մը կը փչէր, այնպէս կը մակարերեմ թէ, արշալոյսի և և վերջալոյսի պահուն տիրող այդ կենսասփիւռ զովութիւնը հնադարեան Նեղոս գետին մէկ շնորհն է:

Նեղոսը՝ ու Եգիպտոսին կեանքն է, Գահիրէի արեւմտեան եզերք գերեղով կ'անցնի, ունի իր բազմազան ճիւղերն՝ հաւնայն Եգիպտոսը ոռոգելու եւ կենսաւորելու համար. մեկ ճիւղն ալ Աղեքսանդրիոյ մեջէն կ'անցնի եւ կը թափի Միջերկրական ծովը, Փարոսի դիմ: (Նեղոսի վրայ արձակ բաւաստեղծութիւնս տես Վրաստէն հիստէ կջ 22):

Գահիրէի բոլոր տունները քար ու կիր էին, որոնց մէջ

քնակելու պարտաւորուած էինք մենք ալ : Եւ այս անգամ յօդացաւս գրգռողը մէյ մը այդ քարաչէն տուները եղած էին , մէյ մըն ալ գիշերները բաց պառկելու ստիպողականութիւնը , որովհետեւ տաքին սաստկութենէն ո՛չ կրնայի պատուհանները գոցել , և ոչ վրաս վերմակ առնել : Սաստիկ մէջքի ցաւով մը անկողին ինկայ : Անմիջապէս տեղային արարական հիւանդանոց մը փոխադրեցին զիս . ուր սակայն հազիւ 16 ժամ կրցայ կենալ , մէկ խօսքով , իր անտանելի պարագաներովը բանաւոր էակներուն յարմար միջավայր մը ըլլալէն շատ նեռու էր , ես չէի կրնար համակերպիլ : Հետեւեալ օրը բարեկամներ եկան զիս տարին մահամերձ վիճակի մէջ : Հիմակ կը դարմանուէի իմ սենեակիս մէջ առանձինն՝ ինձ համակողներուն օժանդակութեամբ : Այս անգամ զիս դարմանողը երիտասարդ բժիշկ մըն էր , Տօքթ . Տիար Ն . Քէչէճեան , որ նոր վերադարձած էր Ամերիկայէն , ուր համալսարանի մը մէջ արհեստին բաղմակողմանի գաղտնիքները քաջ ուսումնասիրած ու բժշկական նոր մեթոտներու կիրառութեամբ օժտուած ըլլալով : Անձնուիրաբար յանձնառու եղաւ զիս դարմանել , մինչեւ ցվերջ ձրի : Եունչ առնելու իսկ չի թոյլատրող մէջքի սաստիկ ցաւս հետդնետէ անցաւ դարմանումի նորօրինակ եղանակով մը , բժիշկս յաջորդարար տաք լափա եւ սառ կապել տուաւ մէջքս . մէկը դնելու և միւսը վերցրնելու պայմանաւ : Քանի մը օր ետք սակայն , թեւերուս ու ծունկերուս մէջ ցաւեր առաջ եկան , օր մը մէկ ծունկս , յաջորդ օրը միւսը կը ցաւէր : Դարձեալ յօդացաւ : Բժիշկս յաճախ տաք ջուրով լոգանք կը յանձնարարէր , պաղ շառնելու պայմանաւ , թէեւ շարունակ դեղ ալ կը գրէր , բայց կը դիտէի թէ , ջրարուժութեան աւելի ոյժ կուտար , անպիտան և յամառ յօդացաւս , սակայն , դիւրաւ օձիքս ձգելու միտք չունէր : Սիրտս , յետին ծայր տկարացած էր : Աւելին կայ : Սկսայ երիկամունքի հիւանդութեամբ ալ տառապիլ ու շարչարուիլ : Յօգի , սրտի և երիկամունքի այս շարատանջ երբեակ հիւանդութիւնն միեւնոյն ատեն միասին բուժելու աշխատիլը արդարեւ դիւրին բան չէր , ամէն բժիշկի գործ չէր , բը-

ժիշկս սակայն , քաջ և հաւատարիմ՝ երբեք չէր ընկրկէր , բաւական է որ ախտը իսկապէս ճանչցած էր ան իր արուեստին բովանդակ գիտակցութիւնն ունէր , կը վստահէի իրեն : Ոգի ի բռին կ'աշխատէր : Անրնգհատ ամէն օր այցելելով ներկայ վիճակիս համեմատ՝ անարիս մօտ գտնուող զանազան դեղերուն մին կամ միւսը առնել կը յանձնարարէր : Երբ ալ խիստ ծանրանալով , յուսահատական դարձած էր վիճակս , կը փութար այցելել օրը երկու , նոյն իսկ երեք անգամ , հակառակ ամենազգի շոյլ միջոցներու գործադրութեան , դէպ ի անկում , դէպ ի գերեզման կը դիմէի ես : Օր մը բըժիշկս՝ զօսիլլաքայի համար ուրիշ բժիշկի մը ներկայութիւնը անհրաժեշտ կը տեսնէր , այն ինչ նշան էր թէ , վիճակս իրեն մտահոգութիւն կը պատճառէր , վերջապէս այդ վտանգաւոր վայրկեաններն ալ տակաւ սկսան հեռանալ և նորէն կեանքի ախտը մայրամուտի նուազումներէն անդրադարձայ արշալոյսի բոսորափայլ շառալներուն . Աստուծոյ ողորմութեամբ և բըժիշկիս բոլորանուէր աշխատութեամբը երեք ամիսէն ապաքինեցայ : (Տիար Տօքթ . Ն . Քէչէճեան իր այս գովելի բարեսիրութեամբն ու ցոյց տուած բարձագակաւորութեամբը զիս յառեւ երախտապարս կը բողոք) Այլեւս չուզելով Եգիպտոս կենալ , որոշեցի նորէն Պոլիս վերադառնալ :

Բժիշկներուն կողմանէ ի վաղուց յանձնարարուած էր ինձ երբեմն պաղ ջուրով լոգանք կատարել , և կ'ընէի առաջները ուր որ ծով չկար , գոհացուցիչ արդիւնքն ալ տեսեր էի քիչ շատ : Այս անգամ Աղեքսանդրիա ժամանելու պէս առաջին փափաքս եղաւ ծովային լոգանք մը ընել , փորձը յաջող գտայ . հետեւաբար յապաղեցայ երեք ամիսի չափ , ջուրին ճիշտ տաքցած ատենները , այսինքն կէս օրուան մօտ կամ կէսօրէն ետք ծով կը մտնայի , այս լոգանքներուն շնորհիւ , մարտողականս դիւրացած , սխորժակս շատ բացուած էր , մանաւանդ գիշերները հանգիստ կը քնանայի , ու կը զգայի մարմնոյս մէջ տիրող հանգստութեան մը նշանակալից տարբերութիւնը :

Ծովային լոգանքը Պոլիս ալ փորձեցի , բիչ անգամ անպար-

սաւոր եղաւ, չէի կրնար դիմանալ ջուրին պստղութեան, սրտ-
նազս եւ եղբայրս մեկ կ'ըլլար, նոյն իսկ անգամ մը ջուրեկն եղ-
նալէս ետք՝ հարբուխ իցաւ կուրծքս. զոր հագիւ կրցայ երեք
ամիսեկ վսարել, այն ասեկ ընթանեցի թե, աստիճանաբար սաք
եղածն է ինձ հաւնար օգտակարը: Քանի մը անգամներ, աչ
տեսայ թե անժիւն* կուգար, անմիջապէս ջուրեկն կ'եղայի եւ մըջ-
սասպարտուս դեղին գօրութեանք միայն ինկզիմս կրնայի գտնել:

Պալ կամ տաք ջուրի լոգանքի դրութիւնը այն է ջրա-
բուժութիւնը՝ այսօր ընդհանրացած է Եւրոպայի մէջ, և ան-
կէ առաջ եկած հրաշալի օգուտները ակներեւ են ամենուրեք.
Վերջերս Պոլիս ալ հաստատուած է այդօրինակ ջրաբուժու-
թիւն կիրառելու դարմանատուն մը: Սոյն պարզ դրութիւնը
կրնայ նպաստաւոր ըլլալ ամէն անհատի համար եւս, սա-
կայն և այնպէս, փորձը կամ բժիշկը միայն կրնայ զանազանել
և երեւան բերել թէ, անկէ ո՛րքան կրնան օգտուիլ ամէն
տեսակ սրտի, յօդացաւի կամ յօդատապի, ժանտատենդի ե-
րիկամունքի և ջղային հիւանդութեամբ տառապողները:
Զբարութեան ազդեցութիւնը կախեալ է, մասամբ ջու-
րին քիմիական բաղադրութենէն, ջերմութեան աստիճանէն,
միջավայրին կատարեալ փոփոխութենէն ու նաեւ հոգեբէ ու
մտատանջութիւններէ զերծ ըլլալէն:



* Սրտի հիւանդութիւն ունեցողները շատ պաղ ջուրի մէջ
խորասուզուելու չեն կր գոցուին, (անժիւնով) և կրնան յան-
կարծամահ ըլլալ:

Վ Ե Ր Ա Դ Ա Ր Ձ

Երբակայմ Ռուսական լայնանիստ շոգենաւով մը՝ որ Ձար
անունով մկրտուած էր, ճամբայ ելանք: Զմիւռնիոյ մօտ
տասը օր քարանքիկայի համար շոգենաւին մէջ բանտարկուե-
ցանք մնացինք, բայց ինծի համար բարեղիպութիւն մըն էր
այս բանտարկութիւնը. որովհետեւ ծովին վրայ մաքուր օդ
կը ծծէի առատ, առատ և լիաթոք: Հիմակ կրկին Պոլիսն
եմ: Բնակութեան համար բացօդեայ և օդասուն վայրեր ու
տախտակաչէն տուներ ընտրեցի. ըստ բաւականին կազդուր-
ուած թեթեւ ու ազատ գործով մըն ալ զբաղելու արժանաւոր
էի: Գործս առ հասարակ ռաքի վրայ ըլլալով օրն ի բուն կը
պտըտէի, կը զարմանայի թէ, անհանգստութիւն չէի զգար
այն ատեն, միայն երեկոները շատ պարտասած տուն կը վե-
րադառնայի. կ'իշխայի, կը քնանայի: Հիւանդութեանս 12րդ
տարին էր:

Այսպէս սահեցան գացին 3—4 տարիներ եւս: Յիշեալ
ժամանակամիջոցին մէջ առաջին տարիները առողջ մարդու
մը երեւոյթն ու չարժեմն ունէի, այնպէս որ շատեր չէին
գիտեր թէ, ես սրտի հիւանդութեամբ տառապող մէկն ըլ-
լայի: (Երեւոքսպէս առողջ կարծուած որչափ մարդիկ կան մեր
ջուրջ, որ աւերուը կը կենայ քաբուն իրենց ֆիզիքական ներ-
քին աշխարհին մեջ, գեղնի սակ պառկող աւերակ քաղաքներու
պէս: Զօրաւոր կարծուած քաղաք տեսնուած կարգ մը բարե-
կամներ արտի հիւանդութեանք կը մեռնին): Ամէնէն ետք սա-
կայն սկսաւ հասնիլ տակաւ դարձեալ դժբախտութեան ժա-
մեր, տաքնապալից վայրկեաններ: Թերեւս պիտի հարցուի
թէ, ինչո՞ւ պատճառ կը արուէր առողջութեանս այսպէս
չուտով խանգարուելուն, պարզ է ասոր պատասխանը, ես
բարեկեցիկ վիճակի տէր մէկը չէի, հակառակ բժիշկներուն
խստիւ պատուէրներուն՝ ստիպուած էի օրապահիկս հայթայթե-
լու համար շարունակ աշխատիլ, ու քիչ մը ծայրայեղութեան

կ'երթայի, թէեւ ատկէ կը վնասուէի, բայց և այնպէս, ասոր նետեւանքով եղած վնասը իբր մեղանշուած չէի կրնար ընդունիլ. արդէն շահուս մէկ կարեւոր մասը դեղերուս կը յատկացուէր, մեծ քանակութեամբ դեղ կ'սպառէի, ինչպէս հիմա ալ կ'սպառեմ: Դիւրին էր յաճախ ձրի բժիշկ գտնել, բայց ոչ ձրի դեղ:

ՅԵՐԵԿՈՒԱՆ ՄԱՀԱՌԻԹ ՆՈՊԱՅ ՄԸ

Վիճակիս անտանելիութեանը պատճառաւ դարձեալ աղէկ մեկնութիւն չէի տար հիւանդութեանս: Մտատանջութեան մէջ էի, որովհետեւ, գիշերային տաղնապներս և զարհուրանքներս յաճախագէպ էին, օրլստօրէական զգալի անկում մը կը նշմարէի, յուսահատութիւնը ընդփոյթ կը շրջապատէր զիս, քաջ գիտէի թէ, սրտի հիւանդութիւնը կատակ չի վերցնէր: Այլ եւս դեղերը անբաժան էին քովէս, զգուշութիւն, դեղ ու դարման ծայրագոյն աստիճանին հասած էին: Ո՛րք, առաջ այսքան զգուշաւոր ըլլայի, հիմա պաշտիկ պատճառով մը ցերեկներն ալ տաժանելի ցաւեր կը յարձակէին վրաս, ըստ իս, ասիկա աղէկ նշան մը չէր ամենեւին: Չերկնցնեմ:

Չմեռուան մօտ օր մը, կէս օրուան ճաշէս ետք երբ կէտիք փաշայի զառիվերէն կ'ելլայի, ճամբան սկսայ նեղուելի, անմիջապէս կանգ առի, և պատրաստ դեղերէս մին (Nitrite Daml) գործածեցի հոտուրտալու դրութեամբ, շատ քիչ ազդեց սակայն, նորէն քալեցի ինքզինքս ապահով տեղ մը ձգելու համար, հազիւ 15—20 քայլ առած էի, դարձեալ յարձակեցաւ ցաւը, այս անգամ աւելի սաստիկ, կրկին և կրկին հոտուրտացի դեղս զօրաւոր կերպով, բայց ի դուր, թէ ցաւիս սաստկութենէն և թէ դեղին շատ վարժուած ըլլալուս համար այլեւս չէր զօրէր, աւա՛ղ, երբեմնի հրաշալի հեղուկը այդ վճռական վայրկեանին կը հրաժարէր իր ազդե-

ցութենէն, խորապէս յուսահատեցնելով ու ֆիզիքական սարսուզին ցաւիս վրայ հոգեկան դառնակակիծ խռովք և յուզում մըն ալ բարդելով: Կարծեցի թէ ալ մահուան գարիթափին եզրը հասած եմ, փողոցին մէջտեղը չիյնալու համար պատին մօտ փութացի: Անդիմադրելի ցաւիս ու անձկութեանս սաստկութենէն սիրաս անօրինակ կերպով ուժգին կը սրտփէր, կարծես լանջքիս տակ թրթուռն թիթեռնիկ մը գտնուած ըլլար. շնչերակներս ու շնչափողերս կը զոցուէին ու հեղձամահ ընելու կ'սպառնային. բոլոր ցաւս կուրծքիս մէջ կեդրոնացած էր, որուն հետեւանքով ծունկերս ալ սաստիկ կը դողային. մահուան ցուրտ կայլակներու հեղեղատ մը կը հոսէր տաք ճակատիս վրայէն այդ ցուրտ եղանակին, ի մի բան, կեսնքի և մահուան մէջ կը տատանէի, և հաւատացէք, մա՛ր գէթ այն վայրկեանին շատ քաղցր կը բուրէր ինծի, ան՝ հանդարտութիւն պիտի պարգևէր միանգամ առ միշտ ազատելով զիս այդ յանկարծական նոպային անագորոյն և մահասարսուռ յարձակումներէն, բայց, կը յամենար անս: Ձիս ստոյգ մահուանէ ազատելու համար վայրկեանապէս ձեռք մը երկնցաւ ինծի, կը սիրեմ հաւատալ, ան՝ Նախախնամութեան ձեռքն էր, դէմս ելաւ յանկարծ բարեկամ մը, Միհրան էֆ. Յովհաննէսեան, (ուսուցիչ բանաստեղծ), իր տունէն դուրս ելած էր մերձակայ տուն մը հանդիպելու համար, (ըստիս իր տունէն դուրս հանող մը կար զիս ազատելու համար) քովս փութալով, «ի՛նչ կ'ըլլաս» հարցուց. «չատ գէշ եմ, կը մեռնիմ կոր» պատասխանեցի, արդէն գիտեր հիւանդութիւնս և կռահելով ներկայ տառապայման ճգնաժամս ուզեց որ թեւը մտնեմ, ու փութաց մօտակայ դեղարան մը առաջնորդել զիս, ըսի թէ, անօգուտ է դեղարան երթալ, ունիմ քովս զօրաւոր դեղեր բայց չեն զօրէր, կ'աղաչեմ բրժիշկ մը... ներարկում մը... հազիւ կարտասանէի այս խօսքերը, թեւը առած զիս կը քաշէր կը տանէր էն մօտ բժիշկի մը տունը: Պիտի կրնայի՞ մինչև բժիշկին տունը հասնիլ, եթէ բժիշկը տունը չի գտնուի ի՛նչ պիտի ըլլար վիճակս, ինչօ՞ւր փողոցին մէջ յանկարծամահ իյնայի» ասոնք ալ կայծակի ա-

բազուկեամբ մտքէս կ'անցնէին, և ա՛նա ինքզինքս Տօքթ. Կ. Վարդանեանի տան առջև գտայ, ոտքի վրայ կայնելու թափ չմնաց սակայն, ընկերս, լաւ ևս է աղատարարս՝ շտապելով դէպի դուռ աւետեց ինձ թէ, տունն է բժիշկը, երկար շունչ մը առի: Հիմակ քննութեան սենեակն ենք. սօքթօրը սիրտս և կուրծքս մտիկ ընելէ ետք՝ անմիջապէս ընկերիս հետ առանձնացաւ պահ մը, որ ատեն ես սենեակին մէջ առանձինն բազմոցին վրայ ինկած կը դալարուէի: Բժիշկը այլայլմէ եղած զիս բերով բարեկամին ըսած էր թէ, մահամերձ մարդ մը ինչո՞ւ իր յարկին տակ առաջնորդած էր, այդ պարագային ինչ կրնար ընել ինք, յոյս չկար, հեղձամահ ըլլալու մօտ էր: Ներս եկան, ընկերս յուսահատական վերաբերումով մը, բայց, յետին աստիճան զգուշութեամբ և կարեկցութեամբ կիմացնէր ինձի վտանգաւոր կացութիւնս, նոյն իսկ մօրՖինով ներարկուն մը ընելու անպատեհութիւններուն հետ մէկտեղ, բայց ես գիտնալով թէ, ուրիշ ճար չկար, թախանձողին կը պաղատէի սօքթօրին ներարկումի մը համար: Իմ եւ ընկերոջս թախանձանքներուն վրայ՝ վերջապէս հաւանեցաւ, բարեբաղդաբար ներարկեց: Աչքս հոն պատի խոշոր ժամացոյցին սեւեռած անթարթ կը դիտէի, դեղին փրկարար դերր երևան գալու համար գէթ, պէտք էր տասը վայրկեան անցնէր, սակայն ինձի այնպէս կը թուէր թէ վայրկեանները չէին սահէր, կեանքին մեջ վայրկեաններ կան, որոնց շուսափոյթ վազփին հա՛մար մարդ կ'աւաղէ, կան մահաբոյր վայրկեաններ ալ, որոնք իրենց դանդաղութեամբ մաքդկային հոգին կը ննջեն կ'ուզէինք որ անոնք աւճուի թռիչքը ունենային:

Քաւորդ ժամ վերջը ամէն ցաւ ու խռովք գրեթէ աննետացած էր, բժիշկը ամբողջ ժամ մըն ալ վար դբաւ զիս, հսկելով քովս ընկերիս հետ մէկտեղ, որպէս զի կատարեալ հանդարտութիւն ստանամ: Այն ատեն բժիշկը իր փորձառութենէն յիշատակութիւններ վեր առաւ, ըսաւ թէ ներարկումէ չէր խուսափէր, այլ կը յիշէր թէ, ճիշդ այս վիճակին մէջ ստուսպող երկու հիւանդներու մահուան հանդիսատես եղած էր ժամանակին, նոյն իսկ անոնցմէ մին ներարկումէն անմի-

ջապէս վերջ հոգին փչած էր, ասիկա այնպիսի վճռական վայրկեան մըն է որ քիչեր կը պրծին բժշկական ամենաաղդեցիկ դարմաններու շնորհիւ:»

Յետոյ Միհրան էֆէնտին բարեհաճեցաւ անմիջապէս կառք մըն ալ հայթայթել, անով տունս իջայ:

Խնդճ Տօքթօր:

Ինք որ ինձի համար այնքան ծանր մտահոգութեան և իրարանցումի մատուցած էր, մեռաւ ինձմէ տարիներ առաջ, չի յիշեց այն նշանաւոր առածը թէ, «խասթալար պաւրնսա Կօլիլէր Եաքար:»

Տօքթօրին այս դէպքը ուրիշ ոչ նուազ ուշագրաւ ու զուարճալի դէպք մըն ալ միտքս բերաւ այս պահուս, ներեցէք որ ընդմիջաբար պատմեմ:

Յօգդատ գտնուած ատենս (1890) առաջին ծանր հիւանդութեանս պահուն, (էջ 20)ի մէջ այլոց, իմ մօտ հիւանդտեսի եկած էր Յովսէփ Գրքմըզեան անուն պապական Գերբարդելի վարդապետ մը, սա նշանաւոր էր կրօնական բազմակողմանի հմտութեամբն և լեզուագիտութեամբը, որուն համարումն և բարեկամութիւնը շահած էի: Նոյն ժամուն պատահաբար այցելութեան կուգար բողոքական Վերապատուելի մըն ալ, ծանօթ Եղիա Խարտըմեան անունով: Աս ալ չըջակայ հայ գիւղախումբերու պատուելին էր, որուն հետ ծանօթացած էի քաղաք երթեւեկութեանց պահներուն, անկողնոյ ծառայելս իմանալով քովս փութացած էր: Երկու հոգեւոր պաշտօնեաներ, թէև դաւանանքով իրարմէ փարսախներով հեռու, հիւանդի մը պատճառաւ իրարու հետ ծանօթացան, բարեկամութիւն մշակեցին և սիրալիր տեսակցութիւն մը ունեցան, հուսկ յետոյ հասցէիս շատ մը մխիթարական յորդորներ կարդալէ ետք վարդապետը ոտք ելլելով պահպանիչ մը կարդաց վրաս և սրտաբուղիս աղօթքով մը ապաքինում մաղթեց: Յետոյ կարգը եկաւ պատուելիին, որպէս զի ան ալ վարդապետէն ետ չի մնայ, Աւետարանէն յարմար հատուած մը կարդալէ վերջ բազկատարած աղօթքի կայնեցաւ, իր խօսած պարզ աղօթքը — ինչպէս արդէն ինք ալ պարզ և միամիտ — ինձի համար յիշատակելի կէտեր կը պարունակէին, պատուելին կ'ը-

սէր «ո՛վ սէ՛ր, այս երիտասարդին վիճակը, շատ ծանր է, թերեւս յուսահատական, ինչպէս բժիշկներ կը վկայեն, բայց դուն բժիշկներուն բժիշկն ես, մեռելներն ալ կ'ողջնցնես, այսո՛ւ ամենայնիւ եթէ քու կամքդ է որ զանի յաւիտենականութեան առնես, այնպէս թող ըլլայ. չէ՞ մի որ անդենական կեանքը ստղենականէն աղէկ է, փոխանակ այս ցաւերը, տառապանքները կրելու, որ դժուար է կրել, որ առաջ ժամ առաջ արքայութեանդ մէջ թող ըլլայ, ուստի այս երիտասարդը քեզի կը յանձնենք...» Իմացէք որ հիւանդ մը այս խօսքերը բառ առ բառ կը լսէր, կը խորհէի թէ երանելի պատուելին զիս ժամ առաջ անդին խրկել կ'ուզէր, առանց մտաբերելու թէ ինք ինձմէ շատ առաջ անդին պիտի երթար, եթէ ուրախալի պարագայ մը կար, սա էր, գէթ պատուելին անարժանս արքայութեան արժանի կը տեսնէր: Երկու ամիս ետք պատուելին զիս կազդուրուած տեսնելով լսաւ, «եթէ դուն այն ատեն չի մեռար, ալ չես մեռնիր, որովհետեւ ես քեզի համար աղօթեցի դարձեալ չի մեռար, ալ մի՛ վախնար»:

Խեղճ հոգեւորականներ, երկուքն ալ մեռան շատ տարիներ առաջ, վարդապետը զո՞ն գնաց Եօղլատի ծանօթ հեղեղին ժամանակ, 21 տարի առաջ. իսկ պատուելին ալ 17 տարի առաջուան գօլէրայի համաճարակին ժամանակ մեռաւ. խեղճերը չի վերջիչեցին ժողովրդական այն առածը թէ «եսթան էօլմէզ, եէթէն էօլլուր»:

ՔԱՌԱՍՆՈՐԵԱՅ ԿԵԱՆՔՍ ՇԻԱՆԴԱՆՈՑԻՆ ՄԷՉ

Վերոյիշեալ դէպքէն երեք օր վերջ՝ Եէտի Գուլէի Ազգային Հիւանդանոցը առի շունչս, կանոնաւոր դարձանում մը ստանալու յուսովն ու բաղձանքով: Բժիշկները տիակնօսութիւք ընելով զիս, սահմակեցան սրտիս սաստիկ բարբախման և տարօրինակ աճմանը հանդէպ, ականջով մտիկ ընել հարկ չէր, ակնարկ մը սոսկ բաւական էր տեսնելու և ըմբռնելու սրտիս յուզեալ և չփօթեալ վիճակը: Դիտեցի որ բժիշկները ա-

կանջնին հեռո՞հեռէ ետ ետ քաշելով կը ջանային մարմնէս հեռու լսել սրտիս ուժգին և անկանոն թիւք—թաքները, հասկընալու համար թէ, ո՛րչափ հեռուէն կարելի է լսել ըլլալ այս ուժգին զարկին բամբիւնները, որովհետեւ սիրտս՝ արաստովոր բարախման հետեւանօք կուժը, կուժը կը թնդար և ես այդ ձայնը աւելի որոշ կիմանայի ուղեղիս մէջէն: Բայց իմ ուշս գրաւողը այդ տարօրինակ արօրումը չէր, հապա անոր բոլորովին մէկ նոր ցաւալի հետեւանքը, 8—10 օրէն ի վեր առաջ եկած մեծ անձկութիւն մը, շնչերակներուս մէջ, նորօրինակ երեւոյթ մը, որ իր կարգին չարաչար կը նեղէր ու կը չարչրկէր զիս: Վերոյիշեալ փողոցի դէպքին պատճառ տուողը աս էր անտարակոյս. բժիշկներուն ուշադրութիւնը գրաւող կէտն ալ՝ կ'երեւի թէ այս ըլլալով, փութացին զրեւ գլխուս վերեւի արձանագրութեան տախտակին վրայ, ներկայ վիճակ. Անձկութիւն մայր ընչեքակի եւ գեքանումն սրտիւլաւ, թէպէտեւ ըստ իմ կարծեաց պէտք էր առաջնութիւնը տալ սրտին, որովհետեւ շնչերակիս անձկութիւնը՝ պարզապէս սրտիս խանդարման կամ սաստիկ բարբախման հետեւանքն էր, ասոր ալ պատճառ տուողը այն օրերուն յաճախադէպ յուզմունքներս էին: Եւ սակայն չկրցի մեկնել, երբ մէկ քանի օր ետք տեսայ թէ ախտանունիս առջեւ ալ կը դրոշմէին միեւնոյն անունը, որ ճշդիւ մկրտուած չի թուեցաւ ինձի. քանի որ եղածը հին յօդացաւային կամ Չղային ակարութեան հետեւանք մըն էր: Արդիւնքը դրուեցաւ բուն պատճառին տեղպահ մը փորձուեցայ կռահելու թէ, արդեօք ախտաճանաչութիւնը թէրի՞ է, որովհետեւ, հիւանդութեանս բուն սկզբնապատճառը չի փնտուեցաւ, չի հասկուեցաւ, որուն հետեւանքը եղաւ շեղում մը ի մասին անզօր և անձիւղ դեղեր նշանակելու, որոնք՝ պէ՞տք է ըսել թէ, չէին համապատասխանէր ներկայ վիճակիս և զիս հանդարտեցնելէ շատ հեռի կը դանուէին. իրենք ալ կը զարմանային վիճակիս զգալի բարեփոխում մը չի կրելուն վրայ: Ուշադրութեամբ կը հետեւէի տախտակիս վրայի դեղային առօրեայ արձանագրութեանց, զիտնալով մէկտեղ որ հոգ նշանակուածները բուն իմ դեղերս

չէին, դարձեալ չէի համարձակէր անմիջապէս դիտողութիւն ընելու. բայց ուրիշ բան մը կ'ընէի, դոր պիտի պատմեմ ձեզի, եթէ ներողամիտ ըլլաք անվերապահ համարձակութեանս համար: Ինձմէ երկու մահճակալ անդին աչքի տկարութիւնն ունեցող Իւսկիւտարցի հիւանդի մը քով (արհեստով դերձակ ընկի կարինցի) — որուն անունը հարկ չէ յիշել — դեղի կապոյտ չի մը տեսայ. կռահեցի թէ ատոր պարունակութիւնը բուն իմ դեղս է, այդ չիշը Իօսիւր պէտք է պարունակէ, գացի իր տախտակին վրայ ակնարկ մը նետեցի. ճիշդ էր կռահածս, կարդացի որ օրական 2 կրամ Իօսիւր յատկացուած էր անոր, խնդրեցի հիւանդէն, արդեօք կը հաճի՞ իր դեղէն քիչ մը ինձ տալ, ամենայն շնորհակալութեամբ հաւանեցաւ, յարելով միանգամայն թէ արդէն ինքն ալ դժուարութեամբ կը խմէ: Գործս եղաւ, իմ ուզածս ալ աս էր. առի լեցունկէկ գաւաթ մը խմեցի. այն գիշեր հանգիստ և անվրդով քուն մը քաշեցի, յաջորդ մէկ քանի օրերուն ալ համաձայնեցանք իր դեղը միասին խմելու, հաշուել-յարդարութեան ճամբայ մը գտնելով մեր միջև: Բժշկապետին այցելութեան օրը ամենայն անկեղծութեամբ և ակնաճանօք յիշեցուցի իրեն թէ, տրուած դեղերը անզօր կը մնան, եթէ կարելի է հաճի ինձի Իօսիւր քր Բօքսախլում տալ, բժիշկը բարեբաղդաբար առանց դժկամակելու հաւանեցաւ և վայրկեան մը պիշ պիշ երեսս նայելէ վերջ «այո, այդ դեղն ալ կը տրուի քեզի» ըսելն ու նշանակելը մէկ եզաւ. (բաղնիքէն ներս երբ ամէն մարդ մերկ է, պէ՛տք է կարծել թէ, ամէնքն ալ հաւասար են իրարու) «Ո՛ր ունեցի ականջս լսելոյ լուրից է:» Այլ անկէ ետք մինչև վերջը, սոյն դեղը լազրաք քր սքոնսիլ-յումով միասին անընդհատ կը տրուէր ինձի. նոյնպէս Թեօպ-րումինն ալ: Միւս ընկերս որուն հետ իր դեղին համար աղբարիկցած էինք և որ այնքան գոհ չէր դեղը սպառելուս համար այս կերպով օձիքը ազատեց ինձմէ: Չորս օր շարունակ Թեքիւր Տիփիթալ տուած էին, որ այդ ատեններ ինձի համար երբեք ներելի չէր ատոր կիւարութիւնը ըստ բժիշկներու կանխագոյն յայտարարութեան, դիտողութեանս վրայ

մնայուն բժիշկը որ լուրջ և համակրելի անձնաւորութիւն մըն էր, իրաւունք տուաւ ինձի, և գանց բրաւ վերջնականապէս: Թէև քառասուն օր պառկեցայ հիւանդանոց, բայց զգալի սարբերութիւն մը չի կրցայ ձեռք բերել: Սակայն և այնպէս պէտք է խոստովանիլ թէ, այնքան զրգուած վիճակին մէջ քրօնիկ սրտի հիւանդութիւն մը դարմանելը դիւրին գործ չէր, ձմեռ ատեն: Շատեր սաստիկ գրիգի մը պահուն կը դիմեն բժիշկին, կամ, իրենք զիրենք հիւանդանոցներ կը նետեն, որպէս թէ հիւանդանոցներու բժիշկները հոգինք տուած ըլլային մարդոց: Միամիտներ...: Ընդհակառակը տեղի կ'ունենայ յաճախ...: Անոնք հոգի չեն տար, այլ... «Խնասն տինլէյէ տինլէյէ հաքիմ օլուր, էօլաւրէ էօլաւրէ հէքիմ օլուր:»

ՎԵՐՁԻՆ ՇԻԱՆԴՈՒԹԻՒՆՍ

ՆՈՐԵՐԵՒՈՅԹ ՏԱԳՆԱՊ ՄԸ (Զբոզողութիւն)

«Մեկ տրամ կանխազգուտութիւնը մեկ օրս դարման կարժէ:»

Երկու տարի առաջ, (հիւանդութեանս 20րդ տարին), երբ նոր ձմեռ մը կ'ողջունէի, անկողին ինկայ ջրզողութեամբ Ս.յս անդամ հիւանդութեանս կեդրոնն էր երկամուսնեքս սա՛ սրտի տկարութեանս անբաժան ընկերն է: Պատմեմ թէ ի՞նչպէս բռնուեցայ ջրզողութեան: Ոտքի վրայ, շրջագայած ատեն աջ ոտքիս մասներուն վրայ անհանգստութիւն մը կ'ըզգայի, փութամատոք քիչ մը աւելի կը ցաւէր, կարծեցի թէ կոշիկներս կը սխմեն, կարեւորութիւն չի տուի: Բայց, երբ անհանգստութիւնս շատցաւ, մէյ մը ոտքերս ուշադրու-

Թեամբ քննեցի, ժիւմանցած գտայ զանոնք, նոյն բանը կը գիտէի ձեռքերուս վրայ ալ, պահ մը խնդացի այս հապճեպ գիրութեանս վրայ, և տանը մէջ մեր պարագաներուն ուրախութեամբ կ'աւետէի այս վիճակ, և անոնք ալ կը հաստատէին. քանի մը օր ետքը սակայն, տխուր իրականութիւնը պարզուիլ սկսաւ: Ստամոքս գէշ կերպով աւրուեցաւ, ախորժակս բոլորովին գոցուած էր, յանկարծ սթափեցայ, գիտէի թէ, ջրգողութիւնը այսպէս կ'սկսի, թէև անկէ առաջ ասանկ բան պատահած չէր. ջրգողութիւնը՝ իբր շիրութիւն ըմբռնելով ինքնախարէութեան զո՞հ դացած ըլլալս հասկցայ, բայց շատ ուշ, անկողին ինկայ ուռեցած վիճակի մէջ: Ուրիշ տեղերն՝ մասնակի կերպով միայն կ'ուռէնայի, բայց այս անգամ գրեթէ ամբողջ մարմինս, սրունքներս, ոտքերս, երեսներս, ձեռքերս ու մանաւանդ մէջքս ուռեցած էին, սրբանիս և մէջքիս միջև եղած ուռէցքը՝ ուղտի կռակին ցցունկին կը նմանէր, մէկ խօսքով, ներսէն, դուրսէն ուռեցած էի: Պատճառն ալ ըսեմ, որովհետև առանց պատճառի արդիւնք չկայ աշխարհի մէջ: Հակառակ սովորութեանս, մէկ քանի անգամներ իրկուունները քիչ մը ուշ տուն վերադարձայ, ճամբան նեղուեցայ, և նեղութեանս սաստկութենէն չափազանց քրտնեցայ, այդ քրտինքով ողողուած պահուն, փողօցին մէջ սաստիկ ցուրտ առած էի, և արդէն ձմեռ էր: Երկամներուս կանոնաւոր գործունէութիւնը խաթարուած ըլլալով, խմած ջուրերս, կամ ուրիշ խօսքով մէզս՝ տարածուած էր բովանդակ մարմնոյս մէջ, այս էր ջրգողութիւն ըսուածը: Տեղ տեղ լճացած, կամ թուժի վերածուած այս ջուրի բուրգերը իրենց շեղած ճամբէն ետ դարձնելով բնական շաւղին մէջ դնելու համար բժշկական մեծ հմտութիւն պէտք էր: Այս անգամ ալ զիս կը դարմանէին երկու բարեկամ բժիշկներ, Տօքթ. Տիգրան Թապիպեան և Տօքթ. Տիգրան Հէքիմեան Սիւնի: Հիւանդութեանս այս նոր երեւոյթին հանդէպ ծայր աստիճան մտահոգ՝ բժիշկներուն կ'ըսէի թէ, գուցէ այս անգամ առած ըլլամ անդրաշխարհային տոմսակս, բայց Տօքթ. Թապիպեան էֆէնտին կը վստահեցնէր զիս

ըսելով «Տակաւին այդ անխուսափելի տոմսակը առնելու շատ ժամանակ կայ», և զիս բուժելու համար բժշկական ամէն ջանք ի գործ կը դնէր, անհրաժեշտ դեղերու կարգադրութեամբ: Արդարեւ վիճակս ծանրակշիռ էր, բայց ես հանդարտ էի, որովհետև գիտէի թէ, ո՞րպիսի բժիշկի մը ձեռքին տակն եմ, մեծ հաւատք ունէի մասնագէտ բժիշկիս անվիճելի հմտութեանը և ճարտարութեանը վրայ, ինչպէս հաւատք ունիմ Աստուծոյ ողորմութեանը վրայ: Սակայն, ապաքինումս յամբոյժաց կ'երթար, յամառ հիւանդութիւն մըն էր: Ուռէցքներս ցերեկները կը նուազէին զգալի կերպով, բայց երբ գիշեր յաշորդէր, դարձեալ կ'ուռէնայի, դարձեալ միեւնոյն ակոյն ենք, թերեւս քիչ մըն ալ ետ դացած. բժիշկներս սակայն, ամենաազդեցիկ տիպիքիքիք դեղերու կիրառումով խիզախօրէն կը մաքաւէին ակոյն դէմ: Անոնց անխոնջ ջանքին շնորհիւ ուռէցքներս սկսան իջնալ, երկկամներս կանոնաւորուեցան: Պէտքը կը տեսնեմ շեշտելու թէ, պայծառ օգը միշտ օժանդակ կ'ըլլար բժիշկներուն. ամէն անգամ որ կենսունակ արեւը հորիզոնէն վեր կը լարձրանար անամպ երկինքին վրայ իր փաղփուն համասփիւռ ճաճանչներով, ամէնէն առաջ ես կենդանութիւն կ'ստանայի: Վերջապէս ազատեցայ. երախտապարտ մնալով երկինքէն ու երկրէն եղած օգնականութիւններուն. «Պու տէ՛ֆասաա քէֆի՛նի երբժարդ»:

ԲԱՐՈՅԱԿԱՆ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ

Մեր կեանքը խաչապատում մըն է,
 Կը ծնինք՝ գլուխնիս խաչ,
 Կ'ամուսնանանք՝ գլուխնիս խաչ,
 Կը մեռնինք՝ գլուխնիս խաչ,
 Խա՛չ... խա՛չ... խա՛չ...:

(Տիկ. Մարիամ Քիւրճեան)

—Կեանքը հակապատկերաց շարք մ'է, գեղեցկարոյր ծաղկան մօտ՝ որ դէպի երկինք կը նայի, կը տեսնես ուրիշ մը որ դաշկահար և գլխիկոր գետինը կը ծռի, կը տեսնես մերձ ժպտին՝ արտասուք, մերձ կենաց՝ մահը:

(Մըբուհի Տիւսաբ)

—Ոչի՛նչ պիտի արժէր կեանքը՝ առանց վշտի և ցաւի:

—Սիրտը՝ լեզու չունի, բայց միայն արցունք:

—Մարդուս սիրտը ստեղծուած է Աստուծոյ համար և այս է պատճառը որ սիրտը անհանգիստ է միշտ և չի հանդարտիր երբեք, մինչև որ չի հանգստանայ Աստուծոյ մէջ:

—Կեանքը շատ կարճ կ'ըլլար, եթէ յոյսը դայն չերկարեր:

—Քաջը կը ճանչցուի պատերազմին, իմաստունը՝ բարկութեան, իսկ բարեկամը նեղութեան մէջ:

—Երջանիկ ըլլալու էական պայմաններն են, առողջ մարմին, գո՞ և մաքուր սիրտ, անվրդով և ազատ միտք և խաղաղ խիղճ:

—Աղէտները՝ մարդուն աւելի օգտակար են, քան յաջողութիւնները, առաջինով կ'զգաստանանք, վերջինով կը մոլորինք:

—Առանց առողջութեան՝ կենաց մէջ ո՛չ մի բան նշանակութիւն և արժէք ունի, և առողջ ըլլալու համար անհրաժեշտ է բարոյական վարժութիւն և ո՛չ թէ վարդապետութիւն:

—Քարկութիւնը՝ արիութեան յետանն է. երկիւղը՝ խոհեմութեան խորհրդականը, ցաւը բարեխառնութեան ուսուցիչը:

—Ապրինք այնպիսի կեանք մը, որ երբ մէկ կողմանէ տկարանան մեր մարմինք, միւս կողմանէ թող զօրանան մեր հոգիք:

—Կեանքը շատ անոյշ և համով է ամէն անոնց համար, որոնք չունին խղճի խայթ, սրտի տենդ և մտքի մոլորում:

—Մարմինը պարտէզ մ'է, կամքը՝ պարտիզպան:

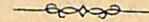
—Ճշմարտութեան սիրոյն՝ մարդ պէտք է երբեմն վտանգէ առողջութիւնը, փառքը, հանգիստը նաեւ կեանքը:

ՅԱԻՍ ՊԱՏՄՈՒԹԻՒՆԸ



ԳԼՈՒԽ Գ.

ՄՐՏԻ ՀԻՒԱՆԳՈՒԹԻՒՆ ՄԸ ՈՐ ՅԱԻ ՈՒՆԻ



«Յաւի մեջ համբերութիւնը մեծ դիւցազնութիւն է»:

Հիւանդութեանս վրայ տարբեր ժամանակներու մէջ շատ մը բժիշկներու կողմանէ զանազան հարցումներ ուղղուած են ինձ. հետագայն՝ յիշեալ հարցումներուն տուած պատասխաններուս ամփոփոյքն է: Այս գլխուն մէջ իմ նպատակս է ցոյց տալ թէ, սրտի հիւանդութիւն ունեցող մը ի՛նչ տեսակ ցաւ կ'զգայ, և ո՛ր է ընդհանրապէս ցաւին կեդրոնը, եթէ սակայն ցաւ ունի. որովհետեւ ամէն ենթական շարունակ ցաւ չունենար ախտին բնութեանն ու զանազանութեանը պատճառաւ:

Իժիշկը. — Տարօրինակ քարտիւք մըն է քուկինդ, դուն ի՛նչ կ'ըսես քեզ նկատմամբ, կամ ուրիշներ ի՛նչ լսած են:

— Ինձի ալ տարօրինակ կը թուի, ուրիշ քարտիւք ունեցողներու հանդիպած եմ, ոմանց կեանքը շատ կարճ եղած է, անոնք կ'ըսէին թէ, ինձի պէս սաստիկ ցաւեր, բարախումներ չունէին բնաւ: Ինձ համար էն կարեւոր էն ուշագրաւ կէտը երբեմնի զգացած ցաւերս են: Անտանելի և

կսկծագին ցաւեր, որոնց ազդեցութեան տակ շատ անգամ վախցած եմ թէ յանկարծամահ պիտի իյնամ. այդ կերպով մահացողներու օրինակներն ալ հազուադիւս չէին աչքիս առջեւ :

Բ. — Ի՞նչ տեսակ ցաւ է սակայն ըսածդ, ի՞նչ կ'ըլլաս, ի՞նչ կ'զգաս, կրնա՞ս բացատրել :

— Համակ էութիւնս ցնցող ընդհանուր ներքին անձկութիւն մը լանջփիս օսկ, որ հետզհետէ ցաւի կը վերածուի, այդ ընկճող անձկութիւնը բառ մը իսկ արտասանելու առիթ չի տար, կը նեղուիմ անուշիօրէն, արդէն այդ պահուն ոչ խօսիլ կ'ուզեմ և ոչ լսել, ամէն բան նեղութիւն կը պատճառէ ինձի, առանձնանալ կ'ուզեմ բացօդեայ վայր մը, որպէս զի ազատօրէն թարմ օդ ծծեմ ու բացուիմ :

Բ. — Ըսածներէդ որոշ բան մը չի հասկցայ, ըսէ ինձի թէ, ցաւդ ի՞նչպէս կուզայ :

— Ունեցածս կարծեմ սրտի մկանային, ջգային ու երակային ցաւ մըն է, որ ներքին շնչերակային հեղձուցիչ անձկութեամբ և սրանեղութեամբ կ'սկսի : Ունիմ կանխազեկոյց նշաններ ալ, որոնք երբեմն մտաւրեւս վտանգը կը մատնանշեն. սկանջներս կը կարմրին ու կը վառին, ոտքերուս և ձեռքերուս մէջ տաքութիւն մը կը չըջարեմ, ձեռքերուս պզտիկ մատներուն առաջին հատուածները կ'առնալին, և երբեմն ալ աջ ձեռքիս ճկոյթը և աջ ոտքիս բութամատը ընդհատ ընդհատ կը ցաւի, հիւանդութիւնը կ'զգեստէ զիս, թէ որ սաստիկ մէջքի ցաւ ունենամ, կամ սաստիկ դողեր յաջորդեն ու ընդհանուր ջախջախում մը ափրէ թեւերուս և ծունկերուս մէջ, ինֆլուէնձայի հանդոյն :

Բ. — Երկու բան կը յիշես, անձկութիւն և ցաւ, պէտք է պանազանես, ցաւդ ո՞ր է, մարմնոյդ ո՞ր մասին մէջ, կրնա՞ս տեղը ցոյց տալ ինձ որոշ և մեկին :

— Յաւս ներքին տագնապ մըն է. ո՛ր և է յուզում, ո՛ր և է հակառողջական բան կրնայ անհնարին անձկութիւն և ցաւ առաջ բերել, սրտիս ու կուրծքիս մէջ : Առաջները երբ այս

բիզը սաստկացած չէր հիմակուան պէս, ցաւին տեղերը չէր զանազանէր, բայց այժմ կրնամ որոշ ցոյց տալ. ցաւին բուն կեդրոնն է կուրծքս ու ձախ ստինքիս վրան : Կարծեմ քիզը երակներէն ու սրտի շրջակայ ջիղերէն ծնունդ կ'առնէ, հիմա, վերջին ատեններս զգացած սաստիկ ցաւս, ալ գազանիք մը չէ թէ պարզապէս անժից սր բօսքրինի վերածուած է. ստիկա հաստատուած իրողութիւն մըն է բժշկականօրէն եւս : Երբ սիրտս շատ տկար ըլլայ, կամ գրգռուած, ցաւը յաճախ սրտիս կողմէն կ'սկսի և կ'անցնի միշտ ձախ բազուկիս, դաշն անշարժութեան մատնելով. յետոյ երբ ցաւը անցնի, կրկին կը վերակենդանանայ : Երբ տագնապ սաստիկ և տեսական ըլլայ, կամ շուտնեղօրէն իրարու յաջորդէ, և երբ գիշերները պատահի, կը ցաւին և կ'ուռենան, ձեռքերս, մանուսանդ աջը, որ դժուար կ'ըլլայ գոցել, նոյնպէս կ'ուռենան քիչ շատ աչքերս, երեսներս ու ոտքերս, առժամեայ կերպով սակայն, առտուն ուռեցած կը գտնեմ, կէս օրէ ետք կ'իջնան : Բայց երբ ցերեկները ախտ ունենամ, ցաւեր ստաջ կուզան ու տերուս, կանակիս գլխուս և մէջքիս մէջ, աջակողմեան պարանոցիս վրայի մեծ երակն ալ կը ցաւի, և ձեռքիս վրայի մեծ երակները կը ցաւին և կ'ուռին ախտի տեսողութեան միջոցին մէջ միայն. մանուսանդ կուրծքս և շնչափողերս կը գոցուին, այնպէս որ շնչարգելութիւնը հեղձամահ ընելու աստիճանին կը հասնէ : Թէեւ առաջներն ալ ունէի այս նեղութիւնները, բայց ոչ այսքան սաստիկ և յաճախակի, հետեւաբար, իմ կարծիքովս հիւանդութիւնը քրօնիկ դարձած ըլլալուն համար է որ, սկսած է անտանելի սոսժանքներ պարզել, ասիկա բնական կը գտնեմ ախտին անբուժելի հանգամանքին պատճառաւ : Երբեմն, հազուադէպօրէն քունի մէջ շնչառութիւնս կը կտրի բոպէի մը չափ, շնչանդձ ըլլալու տագնապով մը կ'արթննամ և կ'ազատիմ, շատ լաւ կը յիշեմ թէ, այդպիսի լրան մը հօրս ալ կը պատահէր երբեմն քունի մէջ, ընդոտ կը ցատկէր, ու մայրս անոր ջուր կը հասցնէր :

Բ. — Յաւու երբ կը յարձակի և ո՞րչափ կը տեսէ :

— Յաւը կամ նոպան՝ առաջները առհասարակ գիշերները

կուգար յանկարծ, ու է տկարութեան կամ հիւանդութեան և կամ սաստիկ յուզման պարագային կը պատահէր ցերեկներն ալ, բայց հիմա գիշեր ցերեկ խիտ առ խիտ կը յաջորդէ ամենապզտիկ չարժառիթով մը: Երբ ցերեկը անձկութիւն ունենամ, նշան է թէ, գիշերը ալ աւելի կրնայ սաստկանալ պզտիկ պատճառով մը: Սաստիկ ցաւի պահուն ոչ միայն ձեռքերս յոյժ կը պաղին այլ արիւնս ալ կ'սկսի քաշուել կամ ցամքիլ: ունիմ ասոր մէկ քանի տխուր օրինակները, ինչպէս յիշատակուեցան գրքոյկիս նախընթաց էջերուն մէջ: Գիշերներն ալ ընդհանրապէս քնանալէս առաջ կը յարձակի ցաւը ու կը խանգարէ քունս, երբեմն քունը հանդարտութիւն մը կը պարգևէ, երբեմն ալ ընդհակառակը ցաւը կը յարձակի խորաքուն եղած ասեմս, քունի ցաւս ընդոտ կ'արթնցնէ զիս, որուն պատճառ եղած էր մղձաւանջ* մը կամ խռովեցուցիչ այլանդակ երազներ, ասոնք ալ յառաջ եկած էին, կամ զլիաւորաբար ստամոքսի ծանրաբեռնեալ վիճակէն և կամ ջղային յուզումէն ու գրգռումներէն: Երբ այսպէս քունի մէջ կը նեղուիմ, բացայայտ նշան մըն է թէ, նուպան շատ սաստիկ և միանգամայն տեւական պիտի ըլլայ, նոյն ատեն բերանս սաստիկ կը չորնայ, լեզուս փայտ կը կարի, երբեմն առաւօտեան դէմ ալ ձեփ ձերմակ թանձր հիւթ մը կը կապէ լեզուս: Քունիս մէջ եկած աքսէն յանկարծակի կը բերէ զիս, սիրտս ալ անօրինակ գործունէութեան մղելով: Գիշեր եղաւ որ, այս սարսուսադեցիկ նուպան՝ տասն անգամ յարձակեցաւ, ցաւը կը մեղմանար՝ ճարահատ կ'իյնայի կը քնանայի, կը սաստկանար՝ սարսափահար կ'արթննայի, երբեմն բարեբախտաբար քիչ կը տեւէ, մէկ քանի վայրկեան, երբեմն ալ մէկ քանի ժամ, նոյն իսկ մինչեւ առաւօտ: Երանելի են անոնք, որոնք այսօրինակ տառապանքներէ զերծ ապրելով՝

* Մղձաւանջը (քեպպուս) զարա գուրա, որ երբեմն մահացու է կը կարծուի թէ յառաջ կուգայ ընդհանրապէս բերանը բաց քնանալէն կռնակի վրայ:

թերեւս գեանախշտի կը պառկին ու խորաքուն կը խորդան:

Բ. — Դուք աւելի երանելի էք, որովհետեւ, դժգոհութիւն չունիք ձեր այս վիճակին մէջ և կը համբերէք զիւրապնաբար: Ընդունեցէք սա ճշմարտութիւնը որ, «ցաւի մէջ համբերութիւն՝ մեծ քաջութիւն է»:

— Արդարեւ, այսքան երկար ժամանակ այս տաժանելի ախտին անագորոյն լախտին կուրծք տալ դժուար պիտի ըլլար եթէ չունենայի այն հաստատ համոզումը ու այն մտլութարութիւնը թէ, ասոնք չուտով պիտի անցնին, և ես հանդերձեալ կեանքի սիրոյն՝ համբերել կը պարտիմ, այս հաւատքը մեծ յուսադրութիւն մը ըլլալով կը գօտեպնդէր զիս:

Բ. — Դուք կը հաւատամք հանդերձեալ կեանքին, ու կը դաւանիք թէ Աստուած մը կայ, ձեզի պէս խմրագրէ մը սնուպտելի էր այդօրինակ համոզում:

— Ի՞նչ, ամէն գրիչ չարժողներն ալ կը կարծէք թէ անհաւատ կ'ըլլան. կայ անանցանելի կեանք մը անդենականին մէջ, ես հոգեով, մարմնով կը հաւատամ ասոր, ինծի համար աւելի գեւորն է իմ գոյութիւնս ուրանալ, քան Աստուծոյ գոյութիւնը. Մարդկային սրտին անդուստ փափաքն է հասնիլ կասարելութեան և գտնել անխառն երջանկութիւն, ինչ որ հոս չիկայ, եթէ ոչ, այսքան դժուարին ու տառապալին կեանքին պիտի չուզէի հանդուրժել, ու համակերպիլ, եթէ գիտնամ թէ, արդարեւ չիկայ յուսանականութիւն կամ անմահութիւն ու հանդերձեալ վարձատրութիւն, այս վայրկեանէս իսկ վերջ պիտի տայի իմ կեանքին, այսպիսի կեանք մը չպիտի արժէր ապրիլ, բայց հիմա կ'արժէ, և բուն գաղտնիքը հոս է որ, այս նեղութիւններուն և տառապանքներուն անարտունջ տակալը, Աստուածային կամքին առջեւ խոնարհիլը ու բարեօք կենցաղով այս անցաւոր կեանքին վախճանին սպասելը՝ սպառնայ մշտնջենական երջանկութիւնը պիտի ապահովէ, և հաճեցէք ինծի ըսել թէ, այսպէս հաւատալը ինծի կամ այլոց ի՞նչ վնաս ունի:

Բ. — Վնաս չունի, բայց կը վախճամ թէ, ի դերեւ ել-

լէ ձեր բոլոր տկնակալութիւնները . թէեւ այդօրինակ հաւատարիք մը պատուաբեր է ու թէրեւս օգտակար ինչ ինչ առողջապահական նկատումներով :

— Եթէ բժիշկներուդ ըսածին մնար ցարդ սկորներս ալ փտտած պիտի ըլլային գերեզմանին մէջ , անոնք հրեանդութեանս ծանրակշիռ վայրկեաններուն բոլորովին յոյսերնին կտրելով ձեռք քաշած և կարծիք յայտնած էին որ այլեւս մահը անխուսափելի է , ճիշդ այն ատեն Նախախնամութիւնը միջամտած է , և կը հաւատամ թէ , աստուածային օժանդակութեամբ բուժուած եմ :

Բ . — Ատիկա ձեր միամիտ կարծիքն է , դուք երեւակայութիւնները իրականութեան տեղ կ'առնէք , բայց և այնպէս , ձեր խորհրդակերպին ո՛չ ոք կրնայ բան մը ըսել , և ձեր Աստուածը ո՛չ մէկը կրնայ ձեր ձեռքէն յափշտակել . ի՛նչին կ'ուզէք հաւատացէք , ես ալ կը հաւատամ տիեզերքին կամ բնութեան մէջ վերին զօրութեան մը գոյութեան , բայց չեմ կրնար ըմբռնել թէ ի՛նչ է ատոր էութիւնը : Սակայն հիմա ձգենք այդ* բնագանցական բաները , ըսէ ինծի թէ , միշտ այսպէս ախտ ունի՞ս , սաստիկութեան պարագային ի՛նչ կ'ընես , ի՛նչ միջոց կը գործածես :

— Ծարունակ ցաւ չունիմ , երբ տեղի չի տրուի կրնամ հանդարտ ժամանակներ անցընել , ծայր սաստիճան զգուշութեամբ կ'ապրիմ : Հիւանդութեանս երկար ժամանակամիջոցին մէջ բնութիւնը ինծի ձրի միջոցներ ըմբռնեալ է : Յաւիտ յարձակման պահուն աթոռի կամ բազմոցի վրայ և կամ բարձր տեղ մը նստելով ոտքերս վար կը կախեմ , չիփ չիտակ կայնելով կուրծքս կ'ընդարձակեմ , ու նաեւ երկու բազուկներս դէպ ի վեր կը վերցընեմ և այս դիրքին մէջ երկար ու առատ շունչ առնելու կ'աշխատիմ , զով տեղ մը և կամ բաց պատուհանին առջեւ երբ ամառ է : Այսօրինակ դրութիւնը մեծապէս կը նպաստէ և շատ անգամ առանց դեղի անձկութիւնն ու ցաւը կը փարատի , մաքուր օքսիճէնը դեղի տեղ կ'անցնի : Գիշերը պառկած ատենս բարձս շատ բարձր պիտի ըլլայ , գրեթէ անկողինին մէջ նստած դիրք մը պէտք է առնեմ , այդ դրութեամբ ալ հանգիստ կը ներշնչեմ և սիրտս իր բնական վիճակին մէջ կը պահուի : Միշտ կռնակի վրայ կը պառկիմ , թէեւ գիտեմ թէ անհրաժեշտ է աջակողմ պառկիլ , երեսի վրայ , աջիս և ձախիս չեմ կրնար , երբ կը փորձեմ պառկիլ շատ կը նեղուիմ , սիրտս կը սխմուի , բայց բաւական քնանալէս ետք կրնամ երբեմն աջիս դառնալ : Զախիս , այսինքն սիրտիս կողմը բնաւ չեմ կրնար դառնալ : Բայց երբ գիշերային տագնապներս սաստկանալով ի գործ դրուած բնական միջոցները անդօր մնան , այն ատեն ձեռք կը դնեմ դեղերուն , երբ տեսնեմ թէ , ցաւս հետզհետէ աճելի նամբ մատու թիւններ կ'առնէ , ես ալ կ'սկսիմ փոխն ի փոխ դեղ առնել , ըստ կանխագոյն անօրէնութեան բժիշկներուն , երկար ժամանակ այսպէս անցաւ վիճակս , երբ դեռ չէի գտած այժմու ազդեցիկ դեղերն ու միջոցները :

Բ .

— Սիրտդ միշտ այսպէս սաստիկ կը տրոփէ՞ :
— Ո՛չ , ամէն ատեն այսպէս չէ , երբեմն շատ կը հանդարտի , բայց հանդարտ վիճակիս մէջ իսկ անկանոն զարկեր անպակաս են , սրտիս և կուրծքիս մէջ , որոնց յաճախադիպութեանը պարագային կը ցնցուիմ , երբեմն նոյն իսկ աչքերս կը մթննան , մտրելիք կուղայ , անմիջական մաքուր չնշառութեան ջանք մը սակայն կը կանոնաւորէ սրտիս այդ անսովոր զարկերը : Ես ցաւէն կը ստուկամ և ո՛չ բարախումէն , շատ հեղ անկանոն բարախումները անվիաս կանչին . Յաւը ծայր տալուն պէս բարախումը կը սաստկանայ միօրինակ կերպով , դադրելուն պէս կը մեղմանայ , կ'ըմբռնեմ թէ , բացարձակապէս ցաւն է բարախումի արագութիւն և տարօրինակութիւն պատճառօրը , հետեւաբար , հիւանդութեան կեդրոնը պէտք է փնտռել ցաւի շրջանակներուն մէջ : Փորձով գտայ թէ , հիւանդութեան բունին համար տրուած դեղերը ու գործածուած միջոցները բարախումը ինքնին մեղմացուցած են :

*Ընթերցողները թող ներեն այս միջանկեալ խօսակցութիւնը հոս բերելու համար :

Բ. — Բժիշկները ինչ ըսին, հիւանդութիւնդ ճանչցան:

— Կարծեմ թէ ներկայ վիճակիս բուն սկզբնապատճառը շատեր չի կրցին բժարել, եթէ հիւանդութեանս տեսակը և ինչէն առաջ եկած ըլլալը լաւ ճանչցած ըլլային, անոնցմէ ումանց կողմանէ սխալ դեղերու անօրինութիւններ չի պիտի ըլլային բնականաբար, բայց ոմանք, հիւանդութեանս ներկայ բնութիւնը ճանչցած պիտի ըլլան հաւանօրէն: Առաջին ակնարկով բժիշկներուն ուշք գրաւողը սրտիս սաստիկ բարախուճն էր: Ոմանք բուն հիւանդութիւնը սրտիդ մէջն է, ըսին, ոմանք կափարիչներուն վրայ է ըսին, ոմանք ալ խաթարուժը դրին սրտիս երակներուն ու ջիղերուն մէջ, որ կարծեմ քիչ մը մօտեցան, ուրիշներ՝ բուն սրտի հիւանդութիւն չէ այս ըսին: Ակամայ համոզումս այն եղաւ թէ, բժիշկները ակտաճանաչութեանս մէջ միշտ թերացում մը ունէին: Շատեր չէին շահագրգռուէր:

Բ. — Դուն հիւանդութիւնդ ինչէն առաջ եկած կը կարծես, ստոյգ բան մը գիտե՞ս, ու կրնա՞ս բուն պատճառը յայտնել:

— Ի պատանեկութենէ երկարատեւ յոգնութիւններ ու չարխուռութիւններ, ասոնք են կարծեմ նախնական շարժառիթները, և ապա ցրտառութիւն, որուն յաջորդեց բազուկներուս մէջ սաստիկ ցաւ մը, հիմա կ'ըմբռնեմ թէ, շատ հաւանական է որ այդ նախնական ցաւը մկանացաւ կամ յոդացաւ ըլլայ. (Rumatisme Musculaires ou Articulaires), ան ալ իր յաճախականութեանն ու սաստկութեանը պարագային ճնշուած գործեց սրտիս կամ անոր ջիղերուն ու երակներուն վրայ, իմ գիտցածովս աճա այս կերպով ծնունդ առաւ սրտի խանգարումս, բայց բուն հիւանդութեան կեդրոնը սիրտս չէր, Բժիշկներուն մեծագոյն մասը պարզ բիւմաքիզէն մնացած է կարծեցին, բայց անկէ առաջ ակտաբոյն դրած էր արդէն նախ կուրծքիս և ապա սրտիս մէջ, արդարեւ ժամանակին լաւ չի դարձանուած յոդացաւութիւն մը, որով տառապեցայ յառաջագոյն, թերեւս սաստկացուցած ըլլայ հիւանդութիւնը, սակայն և այնպէս, գիտեմ թէ, անկէ առաջ ուրիշ պատճառներ գոյութիւն ունէին: 6—7 տարեկան եղած

ատենս շարունակական ջերմ ունեցած եմ, և անկէ ետք որքան որ կը յիշեմ միշտ քիթիս մէկը գոց կ'ըլլար, այսինքն, հարբուխի ենթակայութիւն ունէի, և ստիպուած էի շարունակ բերնէ շնչել, չի գիտեմ թէ, ի սոյայ տիոց ունեցած ջերմս և բերնէ շնչառութիւնս որքան վնասած կրնայ ըլլալ կուրծքս: (Մարդիկ բերնէ շնչելու համար ստեղծուած չեն, այլ քիթէ): Ներուի ինձ ըսել նաև թէ, շատ քիչ բժիշկներ հոգեկան մելամաղձոտ վիճակի դրութիւնն նկատողութեան կ'առնեն, իմ խոնարհ կարծիքովս հիւանդութեանս մէկ էական մասը կը կազմէ ան: Հիւանդութիւնս ուրիշ աստեր չուտով հիւրընկալելու բնոյթն ունի: Սրդէն սկիզբէն ի վեր երիկամունքի աագնաց ալ ունիմ, բնասպիտ (albumin) շատ կը գոյանայ: Հալ, հարբուխ, ինֆլուէնճա չուտով այցելութիւն կուտան ինձի, մինչեւ որ ասոնք վանէմ, շատ կը նեղուիմ: Յաճախ բիւմաքիզէն ալ կը պակսիմ: Յեղյեղուկ ու խստաշունչ օդերուն կամ ձմեռը էն առաջ ես կը հիւանդանամ, ընդհանրապէս օդերուն ցրտացած ատենը կը գրգռուի հիւանդութիւնս և ձմեռը կը սաստկանայ:

Բ. — Հիմա ինչ վերաբերում ունիս հիւանդութեանդ նկատմամբ, ինքզինքդ ինչպէս կը գտնես:

— Հիմա աղէկ մեկնութիւն չեմ տար հիւանդութեանս, կը գտնեմ թէ հետզհետէ անտանելի կը դառնայ կացութիւնս, շատ զգուշութիւն ձեռք առնելու հարկադրուած եմ: Նաեւ յաճախ դեղ առնելու ստիպողականութիւն առաջ եկած է: Ո՛ր և է հանգիստ մէկ վայրկեանիս չեմ կրնար վստահիլ, այսու հանդերձ նպաստաւոր պարագաներու շուրջ առկալին յոյս ունիմ ապրելու: Հիւանդութեանս վրայ առաջուան պէս չեմ մտմտար, ու մեռնելէն չեմ վախնար. («էօլիւմ էօլիւմ օլտուգճա խորլամայա՞ պօրճում նէ:»)

Բ. — Քանի՞ տարեկան էք:

— Հաղիւ 40 գարուններ ողջունած եմ:

Բ. — Ամենուցա՞մ էք:

— Ոչ: Սակայն բժիշկներէ ոմանք «թէ որ կանուխէն հիւանդութեանդ առաջին երեւումին ամուսնացած ըլլայիր.

այս տխուր վախճանին չի պիտի հասնէիր, երիտասարդական տարիքին մէջ եղած ամուսնութիւնը նպաստաւոր դեր պիտի խաղար» ըսին. թերեւս իրաւունք ունէին. բայց ես այն ատեն թէ պզտիկ էի և թէ հիւանդութիւն մը իսկ և իսկ ծայր տուած ըլլալուն համար չէի համարձակէր, յետոյ հիւանդութեանս պարզած տարբեր փուլերուն հետեւանօք բժիշկները յարեցին թէ, այլ եւս պէտք չէ ամուսնանամ, և ես տեսնելով թէ, ստուգիւ պարագաները տակաւ աննպաստ կը դառնան շուրջս, այդ կէտին վրայ՝ ուշադրութիւն չդարձուցի այլեւս: Ամէն բժիշկ զիս փակնօսութիւք ընելէ ետք կը զարմանար թէ, այս վիճակով ի՞նչպէս կարող եղած եմ ցարգ ապրելու, կատակի համար կ'ըսէին ինծի. արդեօք դո՞ւ ալ անմահական իքսիւր կամ էլզախիւրն տիրացած ես. (սոյն առասպելային դեղը կը հաւաստուի թէ. կ'երիտասարդացնէ ու կը յաւերժացնէ կեանքը, համայնարոյժ դերով մը օժտուած ըլլալով. (որուն հրաշալի բուժումին վրայ թէ որ ճօն տեղեկութիւն ստանալ կը փոփաքիք, Բժիշկ անուն ամսաթերթին 4րդ թիւը փնտռեցէք):

ԲԱՐՈՅԱԿԱՆ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ

Ձահիրի հայկնէ պարզպտա՝ ֆասլ էթմէ պիր ֆէրաի,
Զիւն վար արր հէրքէսինատէ՝ քէնտինէ կէօրէ պիր տէրաի:
(Զիյա փաշա)

Այսինքն,

Դրսերեւոյթէն մի՛ բամբասեր դու, ո՛չ սք:

Ինչ որ, չես գիտեր ի՛նչ վիշտ ունի ու ի՛նչ հոգ:

— Առանց առողջութեան՝ վարդը կը փոփոխէ՝ փուշի, լոյսը՝ խաւարի, երգը՝ հառաչանքի, քունը՝ անըջանքի, կեանքը՝ տառապանքի:

— Մեղուն մեղր կ'արտադրէ, բայց խայթոց ունի, վար-

դը անուշաբոյր է, փուշեր ունի, մարդը կը ժպտի, ցաւ և արցունք ունի:

— Երբ ցաւ և վիշտ կայ գլխուդ մէջ, ի՛նչ հաճոյք կը զգաս վրան դրուած մարգարտայե՞ն պսակէն:

— Ուրիշին ցաւերը երբ կը զննես, քուկինդ աւելի թեթեւ պիտի գտնես:

— Օրօրոց և գերեզման, քով քովիութեամբ կը վերջանան:

— Մահէն այն ատեն կը սոսկայի, երբ ամէնքը անմահ ըլլային ու ես միայն մահկանացու:

Ինչ ինչ հանճարներ հիւղին այն քառասային սեմին վրայ խամբեցան: Հասարակաց գերեզմաններուն մէջ հողակոյտներ կան, որոնք հրաբուխներ պիտի ըլլային. բայց կայծը սրտի թանձր խաւարին մէջ առանց երբեք հրահրելու թաղուած է... հանճարը վիհին մէջ գանկ մը եղաւ առանց մարդկութեան եթերին՝ մէջ գիսաւոր մը ըլլալու:

(Պ. Դուրեան)

— Աշխարհիս քաղցրութեանը հետ՝ Աստուած իմաստութեամբ խառնած է առողջացուցիչ դառնութիւններ:

— Մի՛ խօսիք ձեր առողջութեանը վրայ հիւանդին առջև. Ե՛՛չ ալ ձեր երջանկութեան վրայ թշուառին առջև:



ՄԱՍՆ ԵՐԿՐՈՐԴ ՊԱՏՃԱՌ ԵՒ ԴԱՐՄԱՆՈՒՄ

Գ Լ ՈՒ Խ Ա.

ԻՆՉԷՆ ԱՌԱՋ ԿՈՒԳՍՆ ՍՐՏԻ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐԸ
ՈՐՈՂՔ ԵՆԹԱԿՍՅ ԵՆ

«Լաւագոյն է խնամել առողջու-
թիւնը, քան հիւանդութիւնը» :
«Փիլիսոփայութիւնը կ'ըսէ «կրքի
զէեզ»,
Օրեկը՝ «մաքէ զէեզ» .
Առողջապահութիւնը՝ չափաւորէ
զէեզ» :

Մասնագիտական գրութիւններ հետապնդելով, մասնա-
գէտ բժիշկներէ լսելով ու մեր համեստ փորձառութիւնն ալ
ասոնց կցելով, մեր այս ամէնէն կարեւոր գլխուն մէջ ի հան-
դէս կը բերենք ամբողջ կերպով թէ, որո՞նք այս ախտը ի-
րենց վրայ կը հրաւիրեն և որո՞նք ենթակայ են ամէն տեսակ
սրտի հիւանդութեան ու պնդերակութեան, և թէ ի՞նչ են
սոյն ախտին բուն չարժառիթները :

Իբր կարեւոր սկզբունք ընդունուածը աս է թէ, մարմ-
նական ամէն չափազանց ճիգեր և հոգեկան գերազանց յոյզեր
սրտի հիւանդութիւն առաջ կը բերեն :

Ընդհանուր առմամբ բոլոր այն չարքայ գրադումներ,
որոնք շարունակ սիրտ մտնեցնելու ու միտք յոգնեցնելու կը
նկրտին, այս ախտը կը հրաւիրեն :

Կատաղի կիրճեր, սպառիչ հոգեր, անզուսպ փափափներ,
գժբախտ սեւեր սրտի հիւանդութեան կ'առաջնորդեն մարդը :
Ակներեւ ճշմարտութիւն մըն է թէ, դիւանադիտական մար-
դիկ ենթակայ են այս հիւանդութեան : ասիկա ստուգուած
է Եւրոպական մահացուցականներու վիճակագրութիւններէն :
Մարդկային բարձր դասակարգին, գիտնականներու աշխար-
հին կը պատկանի այս հիւանդութիւնը : Ի մասնաւորի ի բնէ
սուր և յամառ միտք, զօրաւոր կիրք ու աննկուն կամք
ունեցողներ վերջ ի վերջոյ կը հրաւիրեն այս հիւանդութիւնը
իրենց վրայ : Տեսնուած է որ, մտաւոր աշխատութիւն ունե-
ցող պետական ու կրօնական մարդոց կեանքը՝ նոյն իսկ ի-
րենց խոր ծերութեան մէջ, ասով կը վերջանան, երբ կանուխէն
ուրիշ ու է անողոր խօթութիւն մը չի կարճեցնէ ու չի խլէ
անոնց կեանքը :

Միջակ ու արհեստաւոր դասակարգին մէջ դուն ուրեք
կը պատահի : Աղքատիկ դասակարգին մէջ առ հասարակ
թոքախտ կը գտնուի, իսկ բարեկեցիկ դասակարգին մէջ,
սրտի հիւանդութիւն : Առաջինին մէկ գլխաւոր պատճառն
է, աննդառութեան պակասութիւն, Երկրորդին պատճառն ալ
ճիշդ անոր ներհակն է, այսինքն, աննդառութեան ճոխութիւն
և զանազանութիւն :

Այս հիւանդութեան ենթակայ են ընդհանրապէս, բժիշկ-
ներ, փաստաբաններ, վարդապետներ կամ քարոզիչներ, ու-
սուցիչներ, խմբագիրներ, զինուորականներ, վաճառական-
ներ, կտավարական պաշտօնեաներ, պօրսայի մէջ խաղացող-
ներ, խաղամոշներ, և ամուրիներ : Մարմնական ծանր աշ-
խատութիւնով իրենց սիրտը ճնշող արհեստաւորներ ալ, ի
մէջ այլոց, բեռնակիրներ, քարակորներ վերջ ի վերջոյ սրտի
հիւանդութեան կ'ենթարկուին :

Յառաջ կուզայ մասնաւորապէս, *խոնաւութենէ, (կլի-
մայի ու բնակարանի) ցրտառութենէ, *ջղայնութենէ, *յօղացա-

ւութիւնէ, *տարապայման աշխատութենէ կամ յոգնութենէ, տեւական սաստիկ յուզումներէ և ցնցումներէ, *մտատանջութենէ, *սրանեղութենէ, թախծութենէ, խտտաբարոյութենէ, *ալքողամոլութենէ, *մորֆինամոլութենէ, տենդագին հետաքրքրութենէ ու բժախնդրութենէ, *սիրահարութենէ, *մեկամաղձոտութենէ, ծայրայեղ զգայնութենէ, բարձրաձայն յաճախակի ատենախօսութենէ, երկարատեւ քնատութենէ, գիշերաջան տաժանակիր աշխատութենէ կամ բազմապարզութենէ, անժուժկալութենէ, կնամոլութենէ, *գիծութենէ, ծայրայեղ կրօնամոլութենէ կամ աւանդամոլութենէ, անտեղիտալի յամառութենէ, *գիրութենէ, սնունդի պակասութենէ *մսակերութենէ, *չատակերութենէ, գարշահոտութենէ: (Եւ մասամբ նոցին):

Ընդհանրապէս ասոնց մէկ քանի հատին միացումով վարակուողները ու ծայրագոյն աստիճանին հասնողներն են որ սրտի հիւանդութիւն կը հրաւիրեն իրենց վրայ: Տեսնելով թէ այսքան բաներ սրտի հիւանդութիւն ու պնդերակութիւն կրնան յառաջ բերել. պիտի սոսկաք անշուշտ, իրաւունք ալ ունիք, բայց միեւնոյն ժամանակ հարկ չկայ այնքան իրարանցումի. որովհետեւ, ասոնց իւրաքանչիւրին վախճանը միեւնոյն սաստկութեամբ վտանգաւոր ու մահացու չի կրնար ըլլալ. և թէ սոյն շարժառիթներէ ո՛ր և է մէկով երբ սրտի հիւանդութիւն առաջ գայ, խանգարումները մարմնոյն ներքին գործարաններուն բոլորովին տարբեր խաւերէն կ'սկսին, և սրտին վրայ եղած վտանգաւոր ազդեցութիւններն ալ, տարբեր բաներ մը կ'ըլլան ըստ բնութեան նախնական պատճառի, ըստ տարիքի և ըստ ջղային դրութեան անկունութեան:

Երբ վերայիշեալ պատճառարանութեանց վրայ ուշի ուշով ակնարկ մը նետենք, պիտի տեսնենք որ սրտի հիւանդութիւնները երկու կերպով կը գոյանան. կամ անոնց շարժառիթները երկու դասակարգի կը բաժնուին, մէկը՝ ներքին

(*) Այս նշաններով ցոյց տրուածները՝ բուն սրտի հիւանդութեան գլխաւոր շարժառիթներն են անկասկածելիօրէն:

կամ բարոյական շարժառիթներ, որոնք աւելի մարդուն ինքնաստեղծ մտքին ու կամքին արդիւնքներն են, միւսը՝ արտաքին ու դրական ազդեցութիւնք, որոնք աւելի դուրսէն կը ներգործուին ու կը հիւրընկալուին: Օրինակ առաջինին, հոգեկան յուզում, մտատանջութիւն, սիրահարութիւն, եւայլն, երկրորդին՝ խոնաւութիւն, ալքողամոլութիւն, շատակերութիւն եւայլն:

Ըստ վերի բացատրութեան, սրտի հիւանդութիւն մը յաճախ ինչպէս կրնայ առաջ գալ, որոշ և ամփոփ բան մը յայտնելու համար կ'ըսենք.

Բարոյական ու կամեցողութեան պատճառաւ. ո՛ր և է բանի մը հանդէպ հակամիտութեան կամ զգացման բուն ու տենդագին արտայայտութիւն մը, որ մասամբ կը խանգարէ իմացականութիւն ու կամքի լուրջ և բնական ներգաշնակութիւնը, կամ իւրովեալ հոգեկան վիճակ մը, որ կը կաշկանդէ ուղեղային ու ջղային դրութեան հանդարտ գործունէութիւնը, սրտի հիւանդութիւն կրնայ առաջ բերել, երբ մահաւանդ այօրինակ կացութիւն մը իր սաստկութեան աստիճանին վրայ կամ անդաման վիճակին մէջ մնայ երկարատեւ: Գործեալ, մարդուն բնական ձիւրքը կամ զօրաւոր կիրքը խոչընդոտներու բաղխելով երբ կամքը (սիրտը) չի կրնար իր նպատակակէտին կամ իր բաղձանքին համար, որուն կը յաջորդէ խոր մտատանջութիւն և տխրութիւն, այդ պարագային ալ մտքի և սրտի խանգարումներ առաջ կուգան, որ բնէ է, մարդ կամ մտքով հիւանդ կ'ըլլայ կամ սրտով: Վիշտը՝ հոգեոյն տանջանքն է, ըսած է Տոքթ. Հուշտ: Շատ ազատ պէտք է ըլլայ այն բժիշկը, կամ շատ սխալ այն բժշկութիւնը, որ բնութեան ձայնին չանսար կամ բնութեան կոչին չի համակերպիր. պէտք է թողուլ որպէս զի բնութիւնը ինքնաբերաբար իր բարեբար ազդեցութիւնը ի գործ դնէ հիւանդի մը վրայ, (հոս երբ բնութիւն կ'ըսեմ, պէտք է ըմբռնել երկիմաստով, թէ մարդուն ներքին արամադրութիւնները և թէ արտաքին բնութեան ազդեցութիւնք): Շատ մարդիկ չի պիտի մեռնէին ապահովաբար, եթէ բժիշկները կամ ուրիշներ

սխալմամբ անոնց քնական բարի տրամադրութեանց ու ճշգրտութեանը անշուք և խուճապ և պատուարներ չի կանգնէին: Միտքս սխալ չի հասկցուի, մենք համակարծիք չենք երբեք այն բժիշկներուն, որոնք թոյլատուութիւն կը շնորհեն երիտասարդներուն, որպէս զի անոնք երբեմն չեղին բարոյական շաւղէն, յագուրդ տալու համար իրենց բնական պահանջմանց թէ հաճոյից, ներուի ինձ ըսել թէ, նուազ վնասակար է հիւանդագին վիճակով ամուսնանալ օրինաւորապէս, քան բարոյազանց ըլլալ: Ես հետաքրքիր եղած եմ հիւանդոտ երիտասարդներու հետ տեսնուելու ու անոնց հիւանդութեանց շարժառիթներն իմանալու, գտայ թէ, անոնցմէ շատերը երիտասարդական փորձութիւններու ու մեղանշումներու հետեւանքով՝ «Երիտասարդ մարդկութեան պատուհասը» եղող թոքախտով վարակուած էին, ախտ մը որ, աշխարհի մահերու մէկ չորրորդին կը հաւասարի, և գերեզմանը չէ կուլ տուած այնքան շատ ծագիկ հասակով տղայամարդ, որքան այս համաճարակով: Գէթ սրտի հիւանդութիւնը չունի այնչափ դոճեր:

Սիրտը՝ մարդկային զգացումներուն ալ թարգմանն է, կեդրոն վիշտի և խինդի: Արցունքը ուրիշ բան չէ, բայց միայն սրտին արտմութեան արտաքին արտայայտիչ մէկ նշանը: Ժպիտն ալ նոյնպէս սրտին մէջ զգացուած ուրախութեան արտաքին յայտարար մէկ նշանը: Արդարեւ, զգացումներն և գաղափարները սրտէ ծագում չեն առնիր, բայց բազմաթիւ ջիղերուն փախուկ թելերուն միջոցաւ սերտիւ լծորդուած են սրտին և երակներուն հետ: Գաղափարները կը կազապարուին ուղեղին մէջ, բայց կ'արտայայտուին սրտին միջոցաւ: Ջիղերը հեռաձայնի կամ հեռագրի թելերուն կը նմանին, որոնք կապուած ըլլալով սրտին և ուղեղին հետ, գանձնք հաղորդակցութեան մէջ կը պահեն, և երբ այս ջիղերը տկարանան ու և է ախտով, հաղորդակցութիւնները թերի կը կտտարուին կամ կ'ընդհատուին: Ամէն տեսակ ջղային սարսուժ և սարսուռ սրտին կը ներգործէ: Սիրտը ինքնին ազդող չէ, մեղմով կ'ազդուի, մենք սիրտով չենք զգար,

սիրտը մեղմով կ'զգայ, սիրտը ներգործական չէ, կրաւորական է: Սէր և խեղ, խանդ և եռանդ, ասելութիւն կամ բարկութիւն, և ամէն տեսակ յուզումներ, բորբոքումներ բազկերակի զարկերը կը կրկնապատկեն, որով սիրտը կը մղուի տենդոտ դործունէութեան մը, հետեւանքը սա կ'ըլլայ որ, այս հոգեկան և ֆիզիքական յուզման ազդակը՝ արեան երակի ջիղերուն վրայ կ'իշխէ և անոնց ներքին շրջապատը կը պրկէ, և ասիէ առաջ կուզայ երակներուն մէջ արեան ճնշուածը, այս վիճակին մէջ արիւն դուրս ժայթքեցնելու համար սիրտին ճիգերը կը շատնան ծայրայեղօրէն, և երբ հոգեկան երկարատե յոյզերու պատճառաւ երակաց մէջ արեան այս ճնշողականութիւնը յաճախաբէպ ըլլայ, երակներուն մէջ փոփոխութիւններ երեւան կուզան, անոնց խաւերը կը թանձրանան, կը կարծրանան և անցքերը կը կրանան, այս է պընդերակութիւն ըսուածը: Ըստ նորագոյն և կարողագոյն բժիշկներու յայտարարութեան «մարդու մը երկարակեցութիւնը կամ իրական ծերութիւնը իր երակներու վիճակէն կախում ունի», այսինքն, թէ որ մէկուն երակները առողջ և երիտասարդ վիճակի մէջ են, ան դեռ երիտասարդ է, հոգ չէ թէ ալեզարդ մէկը եղած ըլլայ, ընդհակառակն ալ կայ, թէ որ մէկուն երակները վաղահաս ծերութեան հասած են երիտասարդական անտեղիտալի վաւաչոտ սպառումներով, զառամած, ճթած է ան, թէ և ծաղիկ հասակի մէջ ըլլայ մեր շուրջ ֆիզիքապէս անանկացած բիրաւոր երիտասարդներ կան, որոնք ծերութեան շրջան մը կը բոլորեն, թէ և շատեր այդպէս ըլլալը չեն կուսնիր:

Սրտի հիւանդութիւնը առ հասարակ յառաջացեալ տարիքներուն մէջ երեւան կուզայ, դուն ուրեք պատանեկութեան և երիտասարդութեան շրջանին մէջ: Կ'ստացուի նաև ժառանգականութեամբ: Սրտի հիւանդութիւնը փոխանձիկ հիւանդութիւն մը չէ, միքրոպ չունի որ դուրսէն հիւրընկալուի, այլ ներսէն կը գոյանայ մարդուն ինքնահրաւէր կամքով, սրտին հետ կապ ունեցող ո՛ր և է գործարանական դրութեան խաթարուելովը: Կրնանք ըսել թէ, ասիկա կամքի և զգացումի հիւանդութիւն է:

Թէ՛ ուղեղային այլազան խանգարումներ , թէ՛ թոքախտ և թէ՛ մանաւանդ սրտի հիւանդութիւն , մանկամարդ հասակին մէջ հրաւիրելու գլխաւոր պատճառն է տարապայման աշխատութիւններով ու չարքաշութիւններով ժամանակէն առաջ մտքի և մարմնի մաշուումներ , նաև սիրահարական մոլեգին զգացումներու մշակմամբ՝ ջղային հեղանիւթերու արտատուոր(1) սպառումներ :

Կարծեմ թէ , դերահասներ սիրեմ բայր չարաչար կերպով շահագործելէն , անուղիղ և գէշ կերպով խոնարհելէն սոյն ախտէն կը բռնուին , և օրինակները ցոյց կուտան թէ , աղջիկները մանչերէն աւելի զո՛ կ'երթան անոր , քանի որ , մանչերուն չափ լիազօր ազատութիւն չեն վայելեր , այլ միայն իրենց սիրահարական տենչանաց տանջանքներուն մէջ կը տապալակին խօլօրէն : Հոս կը շեշտուի կանխադոյն բարոյական դաստիարակութեան անհրաժեշտութիւնը , ու նաև պարտականութիւնը դաստիարակներու և ծնողներու , ի մասին զգուշութիւն ընելու իրենց խնամոյց յանձնուած զաւակներուն :

Բուն սրտի հիւանդութիւնը մանաւանդ ոչ յառաջացեալ տարիքին մէջ , հետեւանք է առ հասարակ տարիներ առաջ ճնշում գործող ուրիշ չարքաշ հիւանդութեան մը գոյութեան , այս է իմ փորձառական հաստատ համոզումս . սրտի հիւանդութիւնը դիւրաւ և անմիջական կերպով չի գար , օրինակ , ցուրտէն կամ խոնաւութենէն ուղղակի սրտի հիւանդութիւն առաջ չի գար . հապա , նախ յամառ յօղացաւորութիւն մը , և հապա ասոր պատճառած նեղութեան յաճախականութենէն :

(1) Արեան կարմիր հիւլէներն են որ , թթուածին կազին հետ միանալով մարմնին կազմակերպութեան և շինութեան գործը առաջ կը մղեն , բայց , մտային ծանր աշխատանք և երբեմնի այլ և այլ բուռն տենչանք ջղային դրութեան վրայ ճնշում առաջ բերելով մարմնոյն մէջ գտնուած սոյն արեան բոլոր կարմիր հիւլէներու մէկ հինգերորդ մասը նոյնիսկ գիշերուան մը մէջ կրնան առ ոչինչ զրել :

սրտի հիւանդութիւն : Անոր շուտով սկսելը՝ շարժառիթի մը զօրեղ ազդեցութենէն կախում ունի : Երբ մէկուն վրայ սրտի հիւանդութիւն նշմարէք , ձեր ուշը անոր պատճառ տուող նախորդ հիւանդութեան վրայ թող դառնայ , և երբ այդ նախնական պատճառը գտնէք , համեմատաբար դիւրին է բուժել սիրտը :

Երբեմն կը պատահի որ , ջնջին պատճառներով սրտին մէջ սաստիկ բարբախումներ առաջ գան , ինչպէս առ հասարակ կը պատահի ջղային կանանց , ասիկա՝ սրտի հիւանդութիւն չի յատկանշէր , պարզապէս ջղային կամ փոխարեակական յօղացաւային տկարութեան հետեւանք է , որ կրնայ անհետանալ օր քան զօր մարմինը զօրանայ :

Մարմնոյն ո և է մասին մէջ տիրող ջղային անդիմադրելի ցաւեր , յօղատապ , յօղուածացաւ , մկանացաւ և այլն երբ տեւական ըլլան սրտի հիւանդութեամբ կը վերջանան :

Երիտասարդութեան բարոյազանց ըմբոստ կեանքի արդիւնք եղող վեներեական ախտերէն մին՝ ջերմամիզութիւնը (պլէնորաժի) (Blennorrhagie) անդարման վիճակին մէջ կ'անցնի Բ և Գ շրջանին ու կ'առնէ գրօնիկ հանգամանք մը , որ կը կոչուի առաւօտեան կաթիլի հիւանդութիւն . այս պարագային հիւանդութեան մանրէները արեան շրջանի մէջ մուտ կը գործեն , (goutte militaire) որուն ապագայ տխուր արդիւնքն է , տասը կամ տասն և հինգ տարիներ վերջը՝ քարախքի մաս հացու հիւանդութիւն :

Ամէն տեսակ շնչափողերու , շնչերակներու խանգարումները , fauxpneumonie հիւանդութեան հետ սերտ կապ ունին , կամ անոր հետեւանքներն են ընդհանրապէս , որովհետև , շնչարգելութիւն և պնդեակութիւն (arteriosclérose) սրտի հիւանդութիւն կը յատկանշեն :

Տեսակ տեսակ սրտի հիւանդութիւններ կան , ի մէջ այլոց անթին սր բօսքիս (angine de poitrine) ըսուածը ամէնէն վտանգաւոր տեսակն է , որ բացառաբար կը ներէ , և խիստ յաճախ կարճ միջոցին մէջ ենթական կը սպաննէ :

Ամէն սրտի հիւանդութիւններ՝ փոխարեաբար կուեր

տարբեր փուլերով կը ներկայանան . մին՝ խանդարումի շըրջանն է . որ հիւանդը կը նեղէ և բժիշկի մը ներկայութիւնը զգալի կ'ընէ . իսկ միւսը՝ բնութեան և շատ անգամ բժշկութեան շտորհիւ այդ վրդովեալ վիճակը և գործարանական խանդարումը դարմանուելով իւր հանգստութեան մէջ կը վերահաստատուի . գոբրանսսիօն (compensation) ըսուած շըրջանն է այս , որ կրնայ ենթական քաջաւորջ մէկուն պէս գոհացուցիչ վիճակի մէջ պահել , երբեմն շատ երկար տարիներ , 10—20—30, եթէ երբեք ու է անխոհեմութեան ու զեղծումի պատճառաւ կրկնակի ընդհատումներ տեղի չունենան , և կամ բոլորովին նոր մահաբեր հիւանդութիւն մը չ'ընդմիջէ , եթէ ո՛չ հիմնական ապաքինութիւն , գէթ՝ սոյն փափաքելի վիճակը յուսալու իրաւունք ունի ենթական :

Անկանոն սննդառութեան պատճառաւ երբ մարդ օրէ օր տկարանայ , սրտին մկաններն ալ կը մասնակցին այդ ընդհանուր անկումին . կը հաւաստուի թէ , անկանոն սննդառութենէ յառաջ եկող հիւանդութեանց գլխաւորն է , պնդերակութիւնը , որ յաճախազէպ է Անգլիացւոց , Հոլանտացւոց և Սքանտինավեանց մէջ , որոնք « շատ զօրաւոր կերպով կը սնանին » , այսինքն , շատ կ'ուտեն և չափազանց միս կ'ուտեն : Սրտի հիւանդութեանց մասնագէտ և նշանաւոր բժիշկ Տօքթ . Հուչառ դիտել տուած է թէ , Ֆրանսայի մէջ միս սպառման աստիճանին բարձրացման համեմատ շատցած է նաև պնդերակութիւնը : Քաղաքակրթեալ երկիրներու մէջ խոհարարութեան զարգանալուն հետեւանօք մարդիկ վարժուած են այլազան կենդանական կերակուրները չափազանց ուտելու , որով մսակերութիւնը անհամեմատօրէն աւելցած և ընդհանրացած է , որ է գլխաւոր պատճառ պնդերակութեան ըստ երեւելի բժիշկներու յայտարարութեան : Անգլիացիք հոգի կուտան փուռը դրուած « հիւթեղ պիւֆթէք » ներուն , ուժով « մսի շուր » ներուն , որոնք սակայն ճարպային գիրութիւն և պնդերակութիւն յառաջ կը բերեն :

Սրտին մէջ անհանգստութիւն առաջ կուգայ երբեմն որ պարզապէս շատակերութեան և ստամոքսային կազի արդիւնք

է : Չափազանց ուտելու ունակութիւնը և չափազանց հեղուկի ներմուծումը՝ քարեջուր եւայլն , ստամոքսի ծաւալում յառաջ կը բերէ , ստամոքսի ծանրաբեռնումի յաճախազիպութիւնը ճնշելով սրտին վրայ և գոցելով անոր ճամբան սրտի հիւանդութեան դուռ կը բանայ , հետեւաբար , շտակերութիւնն ալ նախաշաւիղ մըն է սրտի հիւանդութեան գոյացման : Օրինակները հազուադէպ չեն , բաւական է սակայն միոյն յիշատակութիւնը : Տօքթ . Յակոբ Չիլյէկեան ի կէմէյիք , իր ախորժակին տարապայման բացութեանը և ալքոլամոլութեանը կը պարտի իր սրտի հիւանդութիւնը և տարածած մահը : Ինք ալ արդէն գիտակից էր մօտալուտ աղետալի վախճանին . բժիշկը՝ ոգի ի բոլին կը բժշկէին բժիշկները . բայց ապարդիւն « բժիշկ , բժշկեայ զանձն քո » : — Բժիշկ շատակեր , — այո , ինչո՞ւ կը զարմանաք , « Զի ո՛վ է մարդ որ կեցցէ և ո՛չ մեղիցէ . . . » :

Օղին՝ սրտի հիւանդութիւն առաջ բերելու յատկութիւն ունի , որովհետև , սրտին չափազանց ուռճանալուն կը նպաստէ : Գիրութեամբ մարմնոյն ներքին գործարաններուն աշխատութիւնները կը գժուարանան : Գիրութիւնը ուրիշ բան չէ , բայց միայն ճարպին հաւաքումը մարմնին հիւսկէններուն մէջ . գրգռիչ ըմպելիներ գործածողներուն մեծագոյն մասը , ինչպէս նաև զէր անձինք , բացառաբար , սրտի հիւանդութեամբ վարակուածներ են , սակայն անոնցմէ շատեր ո՛չ գիտեն , ո՛չ կ'զգան իրենց այս ցաւալի և արգահատելի վիճակը :

Ալքոլիկ նիւթեր , սիրտը կը մղեն արագ և չարքաչ գործունէութեան , որով կը տկարանայ սիրտը : Սիրտին թիք—թաքներուն ուժգին յաջորդութիւնն և յարատեւութիւնը պատճառ կը դառնայ անոր իւղոտելուն , աճելուն և պնդանալուն , և ճարպոտ սիրտը կրնայ օր մը սրտին երակին պայթումը կամ յանկարծական դադարումը յառաջ բերել : Գինեմոլներ առհասարակ յանկարծական մահուամբ կը մեռնին , քանի որ այլազան ախտերու բոյն մըն է իրենց մարմինը : Ոգելիք՝ արեան երակները նեղցնելով արիւնը կը թունաւորեն և անոր շրջանը կը գժուարացնեն , չնչերակները կը սկարացնեն , պնդերակութիւն , կուրծքի անձկութիւն և չնչահեղձութիւն յառաջ կը

բերեն, աւելին կայ, թոքերը՝ վէրքերով և պալարներով կը լեցնեն, կը ծակծկեն, կուտեն և կը հատցնեն:

Մէկ քանի տարի առաջ Մ. Լանսդրո Բարիդի լուծակաւան Ակադեմիային առջև կարդաց յոյժ չահեկան տեղեկագիր մը պնդերակութեան և անոր դարմանման եղանակներուն վրայ, յորում կը յայտնէ պնդերակութեան մասին բոլորովին նոր տեսութիւններ, հետագայն՝ անոր մէկ ամփոփոյցն է օրաթերթէ մը քաղուած. Մ. Լանսթրո կ'ըսէ թէ, «պնդերակութիւնը ծերութեան յատուկ հիւանդութիւն մը չէ: Պնդերակութիւն կը տեսնուի 20—30, 30—40 և ամէնէն աւելի յաճախաբէս կերպով 40—50 տարեկանին և պնդերակութիւնը մահ կը պատճառէ 50—60 տարեկանին և ամէնէն աւելի մահառիթ են, երկամուռնքի, սրտի և ուղեղի պնդերակութիւնները: Մարդ 60—65էն անդին այլեւս պնդերակութիւն չունենար, և եթէ նոյն իսկ մարդ պնդերակութիւն ունեցած ըլլայ, ալ այն տարիքէն անդին պնդերակութիւնը կը կորսնցնէ իր ոյժը: Պնդերակութիւնը կեանքի միջին տարիքին մէջ յառաջ կուգայ և աւելի վտանգաւոր հետեւանք կ'ունենայ քանի մարդուն տարիքը պզտիկ ըլլայ: Պնդերակութիւն կ'ունենան ու գելլից ըմպելի գործածող և միանգամայն յօշատապ (կուրթ) ունեցողներ: Ընդհանրապէս պնդերակութեան հակամէտ կ'ըլլան, անմարսութիւն ունեցող, յիհար, սախաբալ ժուժկալութիւն ունեցող մարդիկ: Պնդերակութիւնը տարածուն հանդամանք ունի: Օրինակ, վննբախտի արդիւնք երակի հիւանդութիւնն որոշեալ տեղւոյ մը մէջ կը սահմանափակուի, մինչ պնդերակութիւնը միշտ կը տարածուի: Երակային գերածրգտումն ոչ թէ պատճառ է պնդերակութեան, այլ պարզապէս անոր արդիւնքը. պնդերակութիւնը՝ յատկանշական արտայայտութիւնն է երկու մեծ հիւանդութիւններու, յօշատապի և կապարէ թունաւորման. պնդերակութիւնն արդիւնք է ջրային դրութեան խանգարման, և հետեւաբար պնդերակութեան դարման տանելու համար, պէտք է ամէնէն առաջ դարման տանիլ ջրային անկանոնութեան»: Մ. Լանսդրո խորհուրդ կուտայ իօսիւրի և պրօմիւրի լուծաջրեր, աղի ջուրի

լոգանքներ գործածել և մարմինն ուժով մը չիել ալքոլական լուծաջրերով և ինչ ինչ պարագաներու մէջ ալ քրինիքրինի գործածուելը:

Տօքթէօրին սոյն ուսումնասիրութիւններն ու յայտարարութիւնները իմ բազմամեայ փորձառական կեանքիս հետ բաղդատելով խոնարհաբար կ'ըսեմ թէ, շատ ճիշտ կը գտնեմ, մանաւանդ սախօքերը «պնդերակութիւն կը տեսնուի 20—30 տարեկանին մէջ ալ» (ապացոյց իմ) «աւելի վտանգաւոր քանի տարիքը պզտիկ ըլլայ», «պնդերակութիւնն արդիւնք է ջրային դրութեան խանգարման» (շատ ճիշտ) «իօսիւրի և պրօմիւրի լուծաջրեր գործածել (շատ լաւ) «աղի ջրի լոգանք ընել» եւայլն: Ըստ իս, աղէկ կ'ըլլար եթէ քօպրօմիքի գործածումն ալ անմիջապէս կցած ըլլար քրինիքրինի գործածութեան. կ'ըսէ թէ ինչ ինչ պարագաներու մէջ պէտք է գործածել քրինիքրինը, ինչ է այդ պարագան. ինչո՞ւ չի յատկանշէր. հարկ էր բացորոշ յայտարարել թէ, կուրծքի կամ սրտի յանկարծական սաստիկ անձկութիւններուն ու ցաւերուն ժամանակ միայն ներելի է քրինիքրինի գործածութիւնը:

Յաճախ ստուգուած է որ, գինեմոլութենէ առաջ կուգայ նախ երկամանց հիւանդութիւն և շաքարախտ և ուրիշ շնչերակային տկարութիւններ և ապա սրտի հիւանդութիւն: Երկամուռնքի հիւանդութեան հետ կ'ընկերանայ ջրգողութիւն, ախտը առաջ կուգայ ցուրտէն և զրգուիչներ առնելէն: Երկու տեսակ է, սրնթաց և յամրնթաց. գլխաւոր ախտանիշն է սաստիկ մէջքի ցաւ, երբեմն ալ գլխու ցաւ բնասպիտին առատութենէն: Հիւանդը կ'ուռի մարմնոյ զանազան մասերովը ջրգողութեան պատճառաւ, մէջը կը նուազի, շնչառութիւնը կը դժուարանայ, սիրտը կը մղուի անեղոտ գործունէութեան, մարմնէն ու արիւնէն առատ և շարունակ բնասպիտակի հոսումը վերջապէս կը յանգի մահուան: Մէզի մէջ բնասպիտի ներկայութիւնը նշան է, թէ՛ պրայթի ախտի և թէ՛ սրտի հիւանդութեան: Երկամանց հիւանդութեան երբեմն առաջին ախտանիշն է, տեսողութեան տկարութիւնը կամ կարճատեսութիւնը, նշան երկամուռնքի անբուժելի հանգա-

մանքին : Ես շատ կարճատես եմ , և 20 տարիէ ի վեր շա-
րունակ զօրաւոր ակնոց կը գործածեմ : Մէկ խօսքով , երի-
կամունքի և լեարդի հիւանդութեանց երկարատե անբոյժ
մնալը՝ վերջ ի վերջոյ սրտի հիւանդութեան կը յանգի , և այս
վերջինին գրեթէ անբաժան ընկերն է երիկամանց հիւան-
դութիւնը :

Յետ այսօրիկ սրտի հիւանդութիւնները աւելի պիտի
շատնան , քանի որ ապրելու միջոցները հեղինակէ դժուարա-
նալով , մտմտուք և հոգեբը կաւելնան , նոյն իսկ երիտասար-
դութենէ սկսեալ , և քանի որ նորահաս մարդկութիւնը սան-
ձարձակ կը դիմէ այլազան մոլութեանց , քաղաքակրթութեան
և ազատութեան լայնարձակ քօղին տակ , արդէն այսօրինակ
մոլութեանց անձնատուր եղողներ՝ իրաւունք չունին ապրելու ,
քանի որ իրենց անպէտ գոյութիւնով ծանրութիւն պիտի ըլլան
աշխարհին և պատուհաս մարդկութեան :

Տօքթ . Թապիպեան կ'ըսէ թէ , — որուն հմտութիւնը անվի-
ճելի է — այժմ բժշկական աշխարհին ծանօթ բոլոր հիւանդու-
թիւններն առաջ ալ գային . միայն թէ , առաջները գիտու-
թիւնը յառաջացած չըլլալով չէին զանազանուէր հիւանդու-
թեանց տեսակները , մարդ մը երբ կը մեռնէր , չէր գիտցուեր
թէ ի՞նչ ախտով մեռած էր , մինչդեռ հիմա , գիտութիւնը ա-
հուաններով կրնայ մասնաւորել և որոշել այդ ախտերու տե-
սակները , հետեւաբար չկայ տարբերութիւն , հինի և նորի
մէջ : Բայց մենք բոլորովին համամիտ չենք յարգելի բժիշ-
կին սոյն յայտարարութեան , գիտենք թէ , մեր նախահայրերը
աւելի դիւրակեաց և քաջառողջ էին , որովհետեւ իրենց ծա-
նօթ չէր այժմու մոլութիւններն ու ազեղ սովորութիւնները :
Հիմա 400 տեսակ ոգելիք ըմպելի հնարուած է , մեր աղաք-
ներն իսկ հետամուտ են զանոնք գործածելու , հիմա հազար
ու մէկ տեսակ մօտաներ կան , որոնց ետեւէն կերթան մեր
դեռատի կոյսերը , առաջ գոյութիւն ունէին այս տեսակ
բաները :

Թէև գիտութիւնն ու բժշկութիւնը օր աւուր կը յառաջ-
դիմեն , մոլութիւններն ալ նոյն համեմատութեամբ , լաւ եւս

է ըսել , անոնցմէ շատ աւելի կը մշակուին և կ'ընդարձակ-
ուին , որոնք շարժառիթներ են գունատեսիլ խեթութեանց
և ախտերու :

Զիս դարմանող գլխաւոր բժիշկիս Տօքթ . Տիգրան էֆ .
Թապիպեանին տեսութիւններն են հետեւեալները : « Ինչպէս
աչքն ու ականջը իրեն յատուկ մասնաւոր հիւանդութիւններն
ունին . նմանապէս է սիրտը , որ ցարդ գլխաւորաբար 30 տեսակ
հիւանդութիւններով ծանօթ է բժշկական աշխարհին : Զոր օրի-
նակ , հիստօրիս , սրտին ներքին թաղանթին հիւանդու-
թիւնը : Փերիտիս , արտաքին թաղանթին հիւանդութիւն-
ները , որոնք 5 տեսակներով կը ներկայանան : Վալվիլ , կա-
փարիչներուն կամ սրտի դռնակներուն հիւանդութիւնները ,
որոնց թիւը կը հասնի իննի : Միօրիս , սիրտին լուսն զան-
գուածին հիւանդութիւնը , աւ ալ 5 տեսակ է : Սրտաջգերուն
հիւանդութիւնները , առնք ալ իրենց տարբեր տեսակներն ու
դրուագներն ունին : Սրտի արեան երակներուն , արթեր և
վէյններուն հիւանդութիւնները : Հասարակ ժողովուրդին
ըմբռնածին պէս չէ իրողութիւնը . սրտի հիւանդութիւն ըսե-
լով ան կը հասկնայ մէկ տեսակ ախտ , մինչդեռ բազմաթիւ
տեսակները կան , զորս մասնագէտ բժիշկները միայն կը ճանչ-
նան , կ'որոշեն և իրարմէ կը զանազանեն :

Սրտի հիւանդութեան շատ տեսակներուն մէջ , մեծ ազ-
դեցութիւն կը գործեն միքրոպները , որոնք տարբեր տարբեր
փուլերով ներկայանալով միջամուխ կ'ըլլան մարմնոյն մէջ :
Առհասարակ սրտի հիւանդութիւնները , Ռիւմատիզմէն , Գրգըլ
Հիւմիաէն , Թիֆօիսէն եւ Կարմախիսէն վերջը երեւան կու-
գան , և հոն մնայուն հետք մը կը թողուն , ոմանք այսպէս
ծայր կուտան . իսկ ուրիշ տեսակները առաջ կուգան , այնինչ
միքրոպներու միջոցաւ , որոնք ո՛ր և է յարմարութիւնով մուտ
գործած էին մարդկային արիւնին մէջ : Ամէնէն աւելի զգու-
շութիւն անհրաժեշտ է , երբ հիւանդութիւնը նոր սկսած է :
Կարելի է սրտի հիւանդութեան հանդիպիլ մարդկային ո՛ր և է
տարիքին մէջ , չիկայ խտիր . մեծեր և պզտիկներ , այրեր և
կիներ ենթակայ են ու է ժամանակ : Սրտի հիւանդութիւն

ունեցողի մը ամուսնացեալ ըլլալն ալ մեծ տարբերութիւն չընէր : Կան սրտի հիւանդութեան տեսակներ , որոնք լեռնային բարձր դիրք ունեցող գաւառներու մէջ շատ կը տեսնուին : Շատ մը բժիշկներու կողմանէ ենթականերուն համար բնակութեան իբր յարմարագոյն վայրեր կը յանձնարարուին և կը նախընտրուին դաշտային տեղերը , կ'ըզուշացնեն ծովեզրեայ վայրերէն :

Տասնեւհինգ տարիէ ի վեր սրտին վրայ սկսուած է գործողութիւն կատարել , յաջող և կատարեալ կերպով . սրտի ամէն տեսակ վէրքեր , դանակի , կապարի վէրքերը , և կամ պատահար սրտին վրայ գոյացած վէրքեր , քաջ օքհրսքօրի նշգրակին շնորհիւ գործողութեան կ'ենթարկուին և յաջողութեամբ կը պահուուին : Ինչպէս որ մարդու մը բազուկին վրայ գործողութիւն կատարուելով կարեր կը դրուի , նոյնը սրտին համար ալ կ'ընեն բժշկականօրէն : Մարմնոյն ո և է մասին վրայ գործողութիւն կատարուած ատեն , սիրտը կրնայ ըլլալ որ պահ մը կենայ . նոյն բանը երբեմն կը պատահի սրտին վրայ օքհրսպիօն եղած ատենն ալ , գիտութիւնը չի շուարիր սակայն , ուղղակի սրտին վրայ մասսաժի և ելեկտրական հոսանքի դրութիւնն կիրարկելով կեցած սիրտը նորէն շարժման և իր բնական գործունէութեան մէջ կը դնէ ըստ առաջնոյն :

Ի տէպ սրտի հիւանդութեանց դարմանումին՝ մտաւոր և ֆիզիքական աշխատութիւնները պէտք է բոլորովին դադրին ժամանակուան մը համար : Մարմնոյն մէջ հաւաքուող թոյներ կան , որոնք տարբեր ճամբաներով մեր գործարաններէն դուրս կը վտարենք , սոյն թոյներու նշանները երբ սրտի հիւանդութեան մէջ եւս նշմարուին , անհրաժեշտ դեղերու անմիջական մատակարարութեամբ հաւաքուող այդ թոյները վտարել պէտք է : Երբ սիրտը ուղղակի իր տկարացումին պատճառաւ թերի կը կատարէ իր պաշտօնը , այն ատենն ալ սիրտը զօրացնելու դեղեր պէտք է անօրինել : Եւ երբ արեան սրտին մէջ ելեւմուտքի գործողութեան պահուն խանգարումներ տեղի կ'ունենան , այս վիճակը ջանադիր ըլլալու է չափաւորել և շտկել գիտութեան պահանջած բոլոր ճարտարութիւնը ի գործ դնելով :

Իմաստուն միջոցներու կիրառութեամբ . այս վերջին կարեւոր կէտին մէջ մեծ դեր ունի , արիւն առնելու կամ չառնելու պարագան , զոր հմուտ բժիշկը միայն կրնայ որոշել պէտք եղածին պէս և ըստ այնմ շարժիլ : Գեղերու տեսակները ե՞րբ և ո՞ր պարագային հարկ է մատակարարել , որոշ բան մը չեմ կարող ըսել , որովհետեւ , փորձառու բժիշկներուն անկէ դեղերու և դարմաններու մատակարարութիւնը , հիւանդութիւններու տեսակին և հիւանդներու իրենց ներկայ վիճակին համեմատ :

Սիրտը ո՞ր է հիւանդութիւնով ալ վարակուած ըլլայ , երբ գօմբանսխլթըն , (փոխարինութիւն , հաւասարակչութիւն) վիճակին ենթարկուի , ենթական նոր վիճակով այլեւս կրնայ ընդերկար ապրիլ , պայմանաւ որ , առողջապահական օրէնքներու դէմ չանսաստէ :

Արիւնը կեանքին տեւականութեան բուն շարժառիթը հանդիսանալով , սիրտ ըսուած մեղէն հոյակապ մեքենային միջոցաւ իր շրջանը կը կատարէ մարմնոյն մէջ : Երբ սոյն շրջանը՝ կեանքին շարունակութեանը համար այնքան անհրաժեշտ եղող արիւնը կանոնաւորապէս չի կրնայ մղել մարմնոյ բոլոր մասերուն մէջ , կամ հասնի այնպիսի վիճակի մը որ այլեւս իր դերը չը կարողանայ ըստ արժանւոյն կիրարկել , դիւրաւ կ'ըմբռնուի թէ , մարմինը ի՞նչ միասնորու և տառապանքներու կ'ենթարկուի ու մարդուն առողջութիւնն ու հանգիստը որքան վեր ի վայր կը շրջի : Կարժէ որքան որ հոգ տարուի այս թանկագին զանգուածին , որպէս զի անարգել և անթերի կատարէ իր պաշտօնը , զայն քաջառողջ պահելու համար ամէն գոհողութիւն պէտք է ստանձնել , կ'արժէ մեր խորհրդածութեան առարկայ դարձնել , միշտ տեղեկութիւններ ամբարել , ուսումնասիրութիւններ կատարել ի՞նչ գինով ալ ըլլայ :

Սիրտը շատ անգամ կը հիւանդանայ կամքէն անկախ պատճառներով , չի գիտեր մարդ թէ արտը ո՞ւրկէ եկաւ ի՞նչ էր բուն շարժառիթը , և սակայն խիստ շատ անգամ հիւանդութիւնը բոյն կը դնէ բուն իսկ մարդուն գիտակցութեամբ , այն ինչ ինքնանորաւէր մտլութիւններու հետեւանքով , այլա-

զան զեղծումներ, չափազանցութիւններ, ալքոլ, ծխախոտ և կամ նմանօրինակ թոյներ, որոնք կը գործածուին հաճոյքի վայրկեաններուն մէջ: Ասոնց յիշատակութիւնն ընելով միայն ենթակաները զգուշացնել չէ միտքս, աւելին կայ, անոնք որ, այսօր կատարեալ առողջութեան արացած կը պարծենան, աւելի այսպիսիները կ'ուզէի զգուշութեան և արթնութեան հրաւիրել, որպէս զի, այսօրինակ անտերու հանդէպ գիտնան թէ ի՞նչ է իրենց նուիրական պարսականութիւնը, այս էր գլխաւոր նպատակս»:

Արտաքին նշաններ, բարեկամներէս ոմանք հետաքրքրութեամբ ինծի կը հարցնէին և կ'ուզէին իմանալ թէ, սրտի հիւանդութեան նշանները ի՞նչ կրնան ըլլալ: Նախ՝ արտաքին երեւոյթէն կարելի չէ գուշակել և մէկ ակնարկով ըսել թէ այն ինչ անձը նոյն ախտին ենթական է, որովհետև սրտի հիւանդութիւն ունեցողները ընդհանրապէս գէր և առողջ երեւոյթով են, չեն նմանիր ուրիշ ախտաւորներու, ի մէջ այլոց ծիւրական ախտին ենթականերուն, որոնք՝ վտիտ, դալկահար և տժգոյն են. օրինակ, ես որ 25 ամեայ ենթակայ մըն եմ, ո՛չ ոք կրնայ հիւանդութիւն մը վերագրել ինծի, երբ տեսնուի հետս: Սակայն և այնպէս, կան քանի մը արտաքին ու ներքին նշաններ, որոնք կը մասնեն սոյն հիւանդութիւնը: Երբ ատեն ատեն քիթէն մանաւանդ բերնէն արիւն գայ: Ծատ գէր անձինք առհասարակ այս ախտին շրջանակին կը պատկանին, նոյնպէս մարմնին ո՛ր և է մասով ժամանակ ժամանակ ուռելու ենթակայութիւն ունեցողները, որոնք ակրնյայտնի կը տեսնուին երեսներուն ու աչքերու կոպիչներուն վրան: Ենչարգելութիւն, սաստիկ բարախում և ջղայնութիւն ունեցողները, շատ հեւցողները, շատ վախցողները, շատ և շուտ բարկացողները, չափազանց ուտող և խմողները, կուրծքի և թեւի ակարութիւն ու ցաւ ունեցողները, քունի մէջ ընդոստ արթնցող, ու գժուարահնչութիւն ունեցողները. ասոնք ու վերջապէս բոլոր այն պատճառները, որ յիշատակուեցան ասկէ առաջ, իբր սրտի հիւանդութեան նշաններ պէտք է ընդունիլ:

Անցեալ քանի մը տարուան սաստիկ ձմեռուան եղանակին սրտի հիւանդութենէ մեռան ի մէջ այլոց հետեւեալ ծա-

նօթ անձնաւորութիւնք, Տեարք ողբացեալք՝ Գրիգոր Խան Շամտանճեան, Ռեթէոս Պէրպէրեան, Սարգիս Դուկասեան, Կարապետ Թէլֆէեան, Համբարձում Ալաճաճեան, Մեսրոպ Սրբազան Սուքիասեան, Յարութիւն Ալթրփարմազեան, Յովհաննէս Յակոբեան, Կարապետ Միլօշեան եւ այլն:

Գրեթէ ասոնց ամէնքն ալ յանկարծական (1) մահուամբ մեռան, ինչ որ սրտի հիւանդութեան ընական հետեւանքն է: Ասոնցմէ ոմանք շատ երկար տարիներէ ի վեր ունէին այդ հիւանդութիւնը իրենց վրայ, Կ. Թէլֆէեան էֆէնտին 30 տարուան ենթակայ մըն էր. առաջին երեքը մեռան կարճ միջոցի մը մէջ անթիւ սր փօսքրիկով, վերջինները պնդեցան թեամբ և սրտի կաթուածով:

Ազատութեան առաջին օրերուն մէջ, սրտի հիւանդութեամբ յանկարծամահ եղաւ Օսմ. Պատերազմական Նախարար Բէճէպ փաշան, որուն վիճակեցաւ պաշտօնի վրայ մնալ միայն երեք օր, մեռաւ պատերազմական պաշտօնատան մէջ, իր պաշտօնին կիրառութեան ժամանակ. իր ծանօթ ազատասիրութեամբ սիրուեցաւ հաւասարապէս բոլոր Օսմանցիներէն և իրաւամբ հռչակուեցաւ Մեծ Հայրենասէր և Ազատական:

Պիղայի Օսմ. Երեսփոխան ազատական ծանօթ գործիչ Տօքթ. Արիֆ Ըամէթ Պէյ, նոյնպէս յանկարծական մահուամբ մեռաւ Երեսփոխանական Ժողովին մէջ:

Ռոտոսթոյի Օսմ. Երեսփոխան ազատասէր Յակոբ էֆ. Պապիկեան, առաջնակարգ փաստաբան, նոյնպէս յանկարծական մահուամբ մեռաւ Ատանայէն վերադառնալէն անմիջապէս ետք, ուր գացած էր Օսմ. Երեսփոխանական Ժողովին կողմանէ ի պաշտօնէ քննելու Ատանայի զգուհի գէպըին շար-

(1) Այդ ժամը օր մը ինծի ալ կ'սպասէ, և կարծեմ թէ հեռու չէ: Եթէ մահառիթ ցաւեր ու խիթեր առաջ չգան, գէշ չէ յանկարծամահ ըլլալը, իմ բժիշկս ալ այսպէս կը մխիթարէր զիս օր մը: Յանկարծամահներէն մեծագոյն մասը ցաւ չեն ունենար:

ժառիթները, իր պաշտօնը կիրարկեց հաւատարմութեամբ և մեծ յաջողութեամբ. բայց առանց իր տեղեկագիրը կառավարութեան ներկայացնելու յանկարծամահ ինկաւ, ու անցաւ Ատանայի զոհերու շարքին մէջ:

Դեռ յիշողութեանց մէջ շատ թարմ է Ֆրանսայի Պատերազմական Նախարար Զօր. Պրէօնի մահը, որ սրտի երակի պայթումով յանկարծամահ եղաւ Բարիզի մէջ, անցեալ տարի Փետր. 23ին:

Էջմիածնի Սր. Աթոռոյն վերջին Հայրապետը, անուանեալն Երկաթեայ Պատրիարք, Տ. Տ. Մատթէոս Սրբազնագոյն Կաթողիկոս Ամենայն Հայոց, իր հաստատակամութեամբ և անբասիր կեանքով հռչակուեցաւ իբր անկեղծ ազգասէր և հայրենասէր. սա եւս վախճանեցաւ սրտի ակարութեամբ քանի մը օրուան մէջ, երբ դեռ քաջառողջ կ'երեւէր: Վեհափառը՝ իրիկուն մը զուարթ տրամադրութեամբ գնաց անկողին մտաւ, հետեւեալ առտուն իր սովորական ժամուն չէր արթննար. ուշ ատեն քովը գացին ու զայն յաւիտենական նինջի մէջ գտան: Կէս գիշերէն ետք յանկարծամահ եղած էր:

Վեհափառը սրտին յոգնածութեան հետ, այնքան մտաւոր կորով ունէր որ, ամէն օր չափազանցօրէն գրական աշխատութեամբ զբաղելու ժամանակ կը գտնէր:

Երբ այսպէս մէկը խոր ծերութեան մէջ յանկարծական մահուամբ կը մեռնի, չլսուիր թէ սրտի հիւանդութիւն ունէր, այլ մեռաւ լոկ սրտի յոգնածութենէ կամ տկարութենէ, որովհետեւ, անկէ առաջ հաստատուած չէր թէ անիկա սրտի հիւանդութեան ենթակայ մըն էր, ու անով կը տառապէր: Հիւանդութեամբ տառապողի մը վիճակը գաղտնի չի մնար, մանաւանդ երբ գրօնիկ եղած լլլայ. եթէ ոչ ամէն մարդ ալ խոր ծերութեան մէջ պիտի մեռնէր սրտի ակարացումով—եթէ ուրիշ ո՛ր և է հիւանդութիւն մը չընդմիջէ—սիրտն ալ վերջապէս կը ծերանայ անդուլ, անդադար գործելով երկար ատեն, եթէ պողպատեայ մեքենայ մըն ալ եղած լլլար ան պիտի մաշէր գարձեալ 70—80 տարուան երկար ժամանակամիջոցին մէջ:

Մանօթ ազգայիններու շարքէն վաղեմի ներհուն գրա-

գէտ ու դիւանագէտ Գրիգոր Էֆ. Ս. Օտեան սրտի հիւանդութեամբ երկարամեայ տառապող մըն էր, եղաւ Օսմ. Սահմանադրութեան հիմնադիրներէն մէկը: Կը պատմուի թէ, անողոք գրօնիկ սրտի հիւանդութիւնը զինք հասցուցած էր այնպիսի դժնդակ վիճակի մը, որ գիշերները անկարելի էր անկողին մտնել ու հանդիստ պառկել, հետեւաբար, իր ննջանեակին մէջ ստիպուած էր այլ և այլ դրութեամբ շինուած ու ցեղունէն կախուած մահճակալներ ունենալ, որոնց մէկը կամ միւսը կ'ընտրէր պառկելու, ներկայ վիճակին ստիպողականութեանը համեմատ: Դեռ քառօրդ դար առաջ կ'ապրէր: Մեռաւ Բարիզի մէջ, ուր հաստատուած էր արդէն ընդերկար տարիներ:

Հետաքրքրութեամբ հետազօտած ու դիտած եմ, և փորձառութեամբս կ'ըսեմ թէ, սրտի հիւանդութիւն ունեցողները յանկարծամահ կ'ըլլան գլխաւորաբար 4 կերպով: (1) Սրտին երակին, կամ ո՛ր և է շնչերակին յեղակարծական պայթումով: (2) Սրտի յանկարծական ու սաստիկ ու անկանոն բարախման հետեւանօք յառաջ եկած մարելիքով, կամ արեան դէպի սեղեղ խուժումով: (3) Սրտի յանկարծական սոսկալի ցաւով կամ նոսպայով, այսինքն, անժիւն քը բօաքրիւնով, որ լսել է կուրծքին կցկուժով կամ սրտի ջղային ցաւին պրկումով: (4) Եւ խիստ յաճախ արեան ուղեղային համախռնումով, այլանդակ երազներու տառապեցուցիչ մղձաւանջով, որ ենթական կը մահանայ քունի մէջ, և երբեմն ենթական կը պրծի մահաքունէն երբ արթննայ ինքնաբերաբար, և կամ ուրիշ մէկը արթնցնէ զինք, որովհետեւ, ենթական ախտին բերմունքով իր երազային սոսկումի ու տարօրինակութեանց մէջ ձայներ մը կը հանէ, կը խռկայ, կը պոսայ և չի կրնար արթննալուն համար կը փոխադրուի յաւիտենական քունի: Այս վիճակ ինծի շատ կը պատահի, և ես բարեբաղդաբար ընդօստ կ'արթննամ այդ պահուն տիրող ցաւին պատճառաւ, ցաւը պահկամ կ'ըլլայ և ազատարարի դերը կը կատարէ, բայց արթննալէս վերջն ալ տակաւին ինքզինքս մղձաւանջային զարհուրանքի մէջ կը գտնեմ, տեսակ մը մեղանգօլիկ հանդամանքով համակուած:

Պիտի թելադրէի թէ, սրտի հիւանդութիւն ունեցողները առանձին պառկելու չեն, հսկող մէկը ունենալու են իրենց սնարին մօտիկը: Վերոյիշեալ կերպերուն առաջին երկուքով կը մեռնի մարդ յանկարծ, գրեթէ առանց չարչարանքի, գէշ մահ չէ: Վերջին երկուքով կը մահանայ աննկարագրելի տառապանքներու ենթարկուած, թերեւս քանի մը ժամ քաշկրտակով: Երբեմն այսօրինակ յեղակարծ մահացողի մարմնոյն վրայ կ'ընդնշմարուին տեղ տեղ կապտագոյն արիւն և երեսիւ վրայ ճանկաւորութիւնքներ, իրր նշան քունի մէջ երկարատե չարչարման: 7—8 տարի առաջ Չուխաճի Խանի մարմնեղ հայ դոնապաններէն մին, ճիշդ այս կերպով մեռած գտնուեցաւ առաւօտուն, մինչդեռ իրիկունը բան մը չունէր, տեսեր էի զինք: Բժիշկներ հաստատեցին թէ, մարդը նախ կոնակի վրայ պառկած, մղձաւանջով մը չարչարուած և ապա երեսի վրայ դարձած և այնպէս մահացած էր: Սրտի հիւանդութեան ենթակայ մըն էր արդէն:

Սրտի հիւանդութեան ենթականերու չրջանակին մէջ եզրող գէր մարդիկ ընդհանրապէս յանկարծական մահուամբ կը մեռնին, արեան խռուումով կամ խղզումով. կանխապէս սրտացաւ չեն ունենար ջղային ենթականերու նման, և նոյն իսկ անգիտակից են իրենց վիճակին. հետեւարար, անոնք չեն նախատեսեր իրենց մահը: Յաւր՝ մահուան յուշարարն է:

Սրտի հիւանդութիւնը տեսակէտով մը՝ թոքախտի հիւանդութեան ճիշդ ու ճիշդ ներհակն է. որովհետեւ, թոքախտին միջրոպները՝ հետզհետէ թոքերը կ'ուտեն և կ'սպառեն, մինչդեռ սրտի հիւանդութեամբ՝ սիրտը փոխանակ ջլատուելու, մաշելու կամ հասնելու ընդհակառակը կը պատահի, տակաւ կ'աճի, կը պնդանայ, կը իւղոտի և կ'ուռենայ, իր բնական վիճակէն դուրս կ'ըլլայ, և ալ բնաւ առջի վիճակին չանդրադառնար:

Յոյն բարեկամ բժիշկ մը (Տօքթ. Հիբոկրատ Չօյան օղլու, որուն համակիր բարեհաճ դարմաններն վայելած եմ մէկէ աւելի անգամներ) ինձ պատմեց թէ, Աթէնքի բժշկական հաստատութեան մէջ ուսանող եղած ատեն, սրտի հիւանդութիւն ունեցող մարդ մը տեսած է, որ զինք դարմանել տա-

լու համար երեք ժամ հեռաւորութիւն ունեցող զիւղէ մը միշտ նետրոտն կ'երթեւեկէր: Բժիշկները քննելով հաստատովոր կերպով աճած ու պնդացած էր: Օր մը, զժբաղդ մարդը դարձեալ դպրոց կուգար, ինքզինք դարմանել տալու, հազիւ թէ մօտեցած էր վարժարանին, ինկաւ գետինը, անշնչացաւ: Բժիշկները ատկա պատեն ատիթ սեպելով, ներս առին դիակը, բացին սիրտը, գտան թէ մարդուն լանջքին տակ այլանդակ սիրտ մը կը հանգչէր. այնքան աճած էր որ, կովի մը սիրտին մեծութեան կը հաւասարէր, ա՛լ աւելի զօրմացան երբ տեսան թէ, սիրտը՝ սիրտ ըսուելու վիճակէն դուրս ելած էր լիովին, որովհետեւ, ոչ միայն սիրտին ներքին խաւերը, հապա նոյն իսկ վրայի թաղանթն ալ քարացած գտնուեցաւ: Սիրտը ամբողջութեամբ իր առաձգականութիւնը կորսնցուցած էր, դոնակները նեղցած ու կծկուած էին: Չարմանքի մէջ մնացին դիտելով թէ, այնքան երկար ատեն այդ համակ քարացեալ սիրտը ինչպէս իր դերը կը կատարէր և մարդը կ'ապրէր:

Այդ տարօրինակ մարդկային սիրտը, կամ ահագին միսէ կրային զանգուածը՝ ի տես և ի պահ դրուեցաւ կառավարական բժշկական թանգարանին մէջ: Նաև այս եզական դէպքը տեղեկագրուեցաւ Լօնտօնի միջազգային բժշկական համաժողովին: Ատկա շատ հաղուադէպ բան մը չէ:

Իմ սիրտիս համար ալ, կտակ մը ունիմ, որ կարծեմ հիմա տեղն է յայտնել: Եւ այս կտակը՝ կտակ չի կարծուի:

Իմ կտակը: Իմ այս կտակին՝ վկայ թող կանգնին աս երկասիրութիւնս կարդացողներուն ամէնքն ալ: Այս կտակը կ'ընեմ, թերեւս մարդկութեան ծառայութիւն մը մատուցած ըլլալու համար: Ե՛րբ և ո՛ւր ալ մեռնելու ըլլամ, զիս թաղելու եկող բարեկամներ և համակիրներ չաճապարեն թաղել, մինչև որ վրաս դիագնոսական կամ սրտադնական անդամահատութիւն չի կատարուի, կառավարական ու բարեկամ բժիշկներու կողմանէ, անոնք թող բարեհաճին սիրտս բանալով քննել, տեսնելու համար թէ քոսն և հինգ տարիէ իվեր

սրտի նիւանդութիւնն ունեցող մարդու մը սիրտին և երակ-
 նետուն վիճակը ինչպիսի է. և իմ այս գիրքին մէջ գրուածները
 բաղդատեն թէ՛ ո՛րքան ճիշդ է, կարծեմ թէ բաւական տարօ-
 րինակ մարդկային սիրտի զանգուածի մը առջև պիտի դանուին,
 քանի որ բժիշկները կը հաստատեն թէ, խիստ աճած — մեծ-
 ցած — սիրտ մը ունիմ. եթէ գտնեն արդարև այնպիսի
 սիրտ մը, որ կրնայ գիտութեան առջև լոյս մը սփռել, սիրտս
 ամբողջութեամբ դուրս հանելով՝ անջատեն մարմինէս և այն-
 պէս թող թաղեն, վտտահ ըլլան թէ, առանց սիրտի թաղուած
 ըլլալուս համար ո՛ր և է գանգատագիր չեմ զրկեր անդինակա-
 նէն: Թէ որ իմ հանուած սիրտ՝ մարդկութեան օգտաւէտ
 ծառայութիւն մը մատուցանէ, հաւատացէք հանգիստ սիրտով
 կը հանգչիմ՝ գերեզմանիս մէջ... հոգիի սիրտովս: Ի՛նչ մեղքս
 պահեմ, նիմա ալ, երբ դեռ կ'ապրիմ, պատրաստ եմ ո՛ր և է
 բժշկական Փաքիւլթէի արամադրութեան սակ զնել սիրտս,
 երբ ուզեն բանալ և հանել և երբ համաձայնիմք իրարու հետ:
 Բնականաբար այսօրինակ համաձայնութեան մը յանգելու հա-
 մար ցնծալու են գէթ 500 ոսկի, ես քիչով ալ կը գոհանամ,
 և երբ իսթերլին ալ չըլլայ դարձեալ հոգ չէ. պայմանաւ որ,
 այս դրամը վեց ամիս առաջ տրուելու է ինծի, որուն 100
 ոսկիովը՝ ուրիշ երկու երկեր ալ ունիմ *ձեռագիր, անդին չի
 չուած հրատարակել տամ: 100 ոսկին ալ պիտի յատկացնեմ
 հրատեչտի ծախսերուն. իսկ մնացեալ 300 ոսկին, իմ մահա-
 նալէս անմիջապէս ետք՝ սրտի նիւանդութեամբ տառապող
 աղքատ վիճակակիցներուս թող բաժնեն, (սխտէք որչափ
 բարեսիրտ եմ) որպէս զի խեղճները ինծի պէս երբեմն առանց
 գեղի ու դարմանի մնալու զժբաղդութեան չի հանդիպին ու
 չի տառապին:

Ո՛չ տապանաքար կ'ուզեմ, ո՛չ տապանագիր, և ո՛չ մէկ
 յիշատակարան, թող իմ հողակոյտս աննշան մնայ, բաւական
 է որ, իմ սիրտս սիրտերուն մէջ արտի յիշատակ մը թողելու
 արժանանայ:

(*) Դժբաղդաբար մեր ուրիշ շատ մը ձեռագիր հեղինա-
 կութիւնները Կ.Պոլսոյ վերջին մեծ հրդեհին ժամանակ (Յուլիս 10)
 փճացան:

ԲԱՐՈՅԱԿԱՆ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ

1. Լաւագոյն է արգիլել, քան՝ բժեկել:
2. Տարածամ մահերը՝ արապայման աշխատութեան եւ սիրոյ արգիւններ են յանախ:
3. Առողջութիւնը կը խանգարուի (1) չուտելով (2) չխմելով, (3) չաշխատելով, (4) այն երրորդութիւնը չափազանցելով:
4. Իր առողջութեան արժեք գիտող ամէն խելացի մարդ, պարտաւոր է հիւանդութիւններէ զերծ մնալու պայմանները գիտնալ:
5. Երիտասարդական վաւառոս եւ խառնագնաց կեանք՝ մարմինը խորտակելով մարդը ժամանակէն առաջ կը ծերացնէ:
6. Անեղալ կեանք՝ զանձն է իմաստունին:
7. Ամենէն բուռն գերին՝ իր կրից անձնատուր եղողն է:
8. Մարդ իր յուսի ունակութիւններովն ու կիրքերովը չմեռնիր, ալ, կ'սպաննուի:
9. Առողջութիւնը՝ կը հետեւի ժուժկալութեան, հիւանդու-
 րիւնն ալ՝ որկրամուրութեան:
10. Հեշտութիւնները կը խաբեն զմեզ, եւ՝ կը բողոն հիւ-
 անդութիւն եւ տառապանք:
11. Ողջախոն կեանք եւ անարատ վարք ունեցողներ, չա-
 փաւոր ուտողներ, կանոնաւոր աշխատողներ երկայնակեաց
 կ'ըլլան:
12. Աւելորդ փափկութիւնով՝ հիւանդութիւն առաջ կու-
 գայ, իսկ չափաւոր աշխատութիւնով՝ առողջութիւն:
13. Հոգը յանախ անպէս չարչարանք կը պատճառէ: (կայմիլթ)
14. Սեր եւ գինի ընկեր են, կը գինովցնեն մարդը:
15. Ուրախութիւնը՝ դեղ է հոգւոյն եւ մարմնոյն, *տրտու-
 րիւնը* քոյն:
16. Ժուժկալութիւն եւ աշխատութիւն մարդուն մէյմէկ
 հարստ բժիշկներն են, աշխատութիւնը՝ մարմինը՝ կը կենսոտէ,
 իսկ ժուժկալութիւնը՝ մուրթիւնները կը նահանջէ:

ՈՐ ԲԱՆԵՐԸ ՎՆԱՍԱԿԱՐ ԵՆ ՍՐՏԻ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԵԱՆ



ԳԼՈՒԽ Բ.

ԵՆԲԱԿԱՅՆ ԻՆՉ ԲԱՆԵՐԻՆ ՊԵՏԻ Է ՁԳՈՒՇԱՆԱՅ



«Շատ ախտեր կ'ազատեինք
եթե մեր կիրերը չափաւորեինք»:
«Ո՛րքան յաճախ մտորիկ իրենք
իրենցս կը դիմեն հիւանդութեան
ու մահուան ընդ առաջ»:

(Ո. Յ. ՊԵՐՊԵՐԵԱՆ)

Բարկութիւն. Ծայրայեղ բարկութիւնը կամ զայրոյթը՝
բացարձակապէս մահ կ'սպասանայ սրտի հիւանդութիւն ունե-
ցողներուն, կը ընդհատէ գործարաններու կանոնաւոր առողջ
գործողութիւնը: Ուղեղն և սիրտը՝ ամէնէն աւելի կը ներ-
գործուին. և կը պատահին բազում ծանր հետեւանքներ:
Յատու՛մը՝ վայրկենապէս ազդելով սրտին՝ զայն վեր ի վայր
կը շրջէ, հետեւաբար, այս աագնասպալից սրտին սաստիկ բա-
բախտանայ վախճանը կը յանդի երբեմն սրտի մահանրաւէր իջ-
ուածքին, կամ, արււնի յորդ և մոլեղին համախռնումին
ուղեղին մէջ, և կամ սրտի ո՛ր և է երակին պայթումին:
Յաճախ այսպէս յառաջ կուգան տարածամ մահերը:
«Պէտք չկայ յիշատակելու բարկութեան հետեւանքով պա-

տահած յանկարծական մահերու բազմաթիւ օրինակները.
պատմագրութիւնը անոնցմով լեցուն է» կ'ըսէ առողջապահիկ
գիրք մը: Ո՛չ ոք կ'ուզէ յանկարծամահ ըլլալ, ուրեմն ի՛նչ
պարագաներու մէջ ալ գտնուիք, տեղի մի՛ սաք ցատումին,
ինքնակառավարել, ինքնազսպել գիտցէք:

Գու՛մ Գարուի մէջ զեղազործ Սարգիս Միրաքեանը ձեզմէ
ոմանք կը ճանչնային թերեւս, մարմնեղ և ուժեղ մարդ մըն
էր ան, բայց սրտի հիւանդութիւն ունեցող զիւրազրգիւ մէկն
էր միանգամայն: Օր մը, իր գեղարանին մէջ ծայրայեղօրէն
բարկացաւ, կատու(ցաւ), որոտալից շա՛թեր արձակչ յա-
ճախորդի մը հասցէին, բայց ի՛նչ եղաւ հետեւանքը, նոյն հե-
տայն գեախնը փռուեց(ցաւ), անշնչացաւ, ցաւ, ցաւ...:
Բարկացողները չեն կրնար ակնկալել երկայնակեցութիւն:
Եթէ զայրոյթը նոյն իսկ յեղակարծօրէն չըսպաննէ զմարդ,
մեծ քայքայում առաջ կը բերէ սրտին խաւերուն, երակնե-
րուն ու մանաւանդ մայր երակին և շնչափողերուն մէջ:
Մէկ խօսքով, բարկութիւնը սրտի հիւանդութեան մահն է:
Կան տեսակ մը յասկոտ մարդիկ ալ, որոնք թէև համակրելի
էակներ չեն ճանչցուած, բայց, անուրանալի է թէ, խղճամիտ
և արդարաբաւ ըլլալով ի սէր ճշմարտութեան և արդարու-
թեան բարասուն սիրտ մը կը հանդի անոնց լանջքին տակ:

Տխրութիւնն եւ յուզումը եւս ոչ նուազ կը վնասեն, ա-
ստնք սրտին լռիկ լացն են, և հետեւանք ներքին հոգեկան
փոթորկայոյց խռովքին: Ամէն մէկ յուզում՝ կը հարուածէ,
ու քայլ առ քայլ կը կարճեցնէ կեանքը, երբեմն նոյն իսկ
մահաբեր: Վիճակն ու խիղճը հաւասարապէս կը յուզեն վիճա-
կակիցներս: Ակնարկ մը գառն կամ անոյշ, բաւական է ա-
նոնց սիրան ողջօյն դրդելու, աննպաստ խօսք մը կը տրտ-
մեցնէ, քաղցրիկ վերաբերումը, ուժպիտի առինքնող հրապոյթը՝
կը յուզէ զիրենք: Լացողներուն հետ չափազանց կուլան,
ինդացողներուն հետ ալ նոյնչափ կը խնդան, երկուքն ալ
վնասակար է սակայն, ո և է բանի մը հանդէպ աննդազին
հետաքրքրութիւնը, բունն ու յախուռն զգացման արտայայ-
տութիւնը և վերջապէս ծայրայեղ շահագրգռումը մահաբեր է

սրտի հիւանդութեան : Փափուկ է անոնց կայունութիւնը , մանաւանդ դժուար անոնց հետ անվճար յարաբերութիւն մշակելը . որովհետեւ , չափազանց զգայուն և մեղամաղձոտ են : Անօգուտ է , պաղարիւնութիւն , պահպանողականութիւն կամ բարեխառնութիւն ջատագովելը : Տխուր դէպքերու և պարագաներու շուրջ յանկարծակիի կուգան , կը ցնցուին , սարսափի և խարխափի կը մասնուին , մտատանջութիւն ու սրտաշուզութիւն ցոյց կուտան : Թէ՛ մեռելական հոգեցունց ակրատեսիլ հանդէս մը , և թէ՛ յանկուցիչ ու զեղեցիկ նուագածութիւն՝ անոնց բնածին մեղամաղձոտ ու թախծալից հոգիները՝ համահաւասար կը խռովեն :

Թերթերը դեռ նոր դուժեցին հռչակաւոր ջութակահար արդիւս Դաւիթ Դաւթեանի յանկարծական մահը , որ տեղի ունեցաւ Մարզուանի մէջ , շեռեւեալ պարագաներու տակ : Մայիս Տիգրիշեր շքեղ զօնսէր մը տուած էր , ուր իր անդուգական սաղանդը փայլեցուց , դիւթեց և յուզեց ներկայ հանդիսականները , բայց ինքն ալ յուզուած եր , երբ նոյն գիշեր անկողին մտաւ հանդէսը , առաւօտուն անհնչացեալ մարմինը միայն գտնուեցաւ վաղամեռիկ «Հայ հանձարին» : Դիւղննող 4 բոխկներ հաստատեցին թէ , մահը յառաջ եկած էր արեան չրջանի անմիջական խանգարման շեռեւեանքով , մարմինը կապուացած , թոքերը վնասուած և սիրտն ալ չափազանց մեծցած գտնուեցաւ : Ան սրտի հիւանդութեան ենթակայ մըն էր :

Ձոհը գեղարուեստին :

Ձոհարերու եցաւ իր հազուագիւտ տաղանդին պատճառաւ և ուրիշներուն հաճոյք պատճառելու սիրոյն համար , և անմահացաւ : Հազիւ 31 տարեկան* , կեանքի գարունին մէջ գիտաւորի մի պէս անհետացաւ , բայց թողուց լուսարձակ հետք մը իր ետեւէն :

(* Ան իր ձեռքի ջութակին 1/7ին չափ ալ կեանք չունեցաւ , (կ'ըսուի թէ իր կուսակերեան ջութակը 240 տարուան հնութիւն մըն էր) :

Տրանսպի նշանաւոր գիտնական ու Պետական Պէրթլույի մահը որ տեղի ունեցաւ դեռ քանի մը տարի առաջ , լուսագոյն օրինակ մըն է որ միաքս կուգայ , իր աիկինը մեռաւ մէկ սենեակին մէջ , որդին գնաց մահագոյժը հաղորդեց հօրը միւս սենեակին մէջ , ծերունին յանկարծակիի գալով ցնցուեցաւ , երբ չափազանց յուզմամբ պիշ պիշ կը նայէր որդւոյն երեսը , ինկաւ գետինը իոզին աւանդեց , ան գրօնիկ սրտի հիւանդութիւն ունէր . և ահա այր և կին անհնչացած էին իրարմէ քանի մը վայրկեան տարբերութեամբ : (Ի՞նչ երանելի մահ կերպով մը , ապրիլ ձոս զլուխ զլիսի . երթալ անդին՝ ձեռք ձեռքի տալով) :

Հոգեկան վիճակ ու երեւակայութիւն . հոգեկան վիճակը կ'ազդէ ֆիզիքական վիճակին վրայ : Մտքին երեւակայութիւնը նոյն իսկ ցաւ և խիթ կը ստեղծէ կամ կը ջնջէ , խօթ և ախտ կը բերէ կամ կը վանէ , այս իրողութիւնները կ'ստուգուին մանաւանդ դժբաղդութեանց , ձախորդութեանց և աղէտներու շեռեւեանքով առաջ եկած մտատանջութեամբ : Մտատանջութիւնը կը խանգարէ և՛ քուներ և՛ մարսողութիւնը , յոռի քուն և յոռի մարսողութիւն շեռգհեռէ կը քանթեն մարդկային ֆիզիքական շէնքը : Ո՛րքան իրաւամբ կ'ըսուի թէ «մէկ ունկի հոգը կը մեռնէ մարդ մը» : Եթէ մարդ առողջ եղած ատեն երեւակայական հոգերով ու մտատանջութիւններով կրնայ հիւանդանալ հասկա ս'ըքան զգոյշ լլջութիւններով կրնայ հիւանդոտ եզոզները : Մտահոգութիւնը հուշուրե են արգէն հիւանդոտ եզոզները : Մտահոգութիւնը հոգեկան գործունէութեան խանգարիչն է : Ամէն տեսակ տկարութիւն և ախտ կարելի է մտքին միջոցաւ ներմուծել ֆիզիքական կազմութեան մէջ : Հիւանդութիւններ կան , որոնք մարմնէն ծնունդ կ'առնեն , կան ալ , հոգիէն , երկուքն ալ ֆիզիքական աւերներ կը գործեն , երկուքին ալ վախճանը կ'ազդէ , մահ : Անգլիացի Տօքթ . Թըզ «զգացումները շատ աւելի է , մահ : Անգլիացի Տօքթ . Թըզ «զգացումները շատ աւելի մեծ և աւելի ստիպողական ներգործութիւն կ'ընեն , սրտին վրայ՝ ըսած է : Տօքթ . Քարփէնթըրն ալ կը յարէ» , իրական հիւանդութիւնը շատ անգամ կը յաջորդէ երեւակայական հիւանդութիւններու , անհանգիստ ընող զգացումներ :

բու տեղի տալով» : Մարդ , խորհուրդով թէ կը հիւանդանայ
 և թէ կ'առողջանայ : Հաւատքն և յոյսը՝ մեծ լոյս է մարդոց
 ամենազգի հիւանդութեանց համար : Շատ անգամ կարելի է
 իսկապէս բուժել հիւանդ մը՝ անոր երեւակայութիւնը միայն
 գործածելով , այսինքն , իր ֆիզիքական վիճակին նկատմամբ
 կազմած ու սնուցած յուր երեւակայութիւնը արմատախիլ
 ընելով իրմէն . ս'վ որ , Տեար Տօքթ . Կ . Մութաֆեանի «գոր-
 աին պատմութիւնը» լսած է . քաջ կ'ըմբռնէ մեր ըսածին
 իմաստը : Պատմինք համառօտակի , Տօքթ . Է . Մութաֆեա-
 նին գեղջական հիւանդ մը ներկայանալով կ'ըսէ , «Տօքթոր ,
 փորս մէջը գորտ ունիմ , անպիտանը չեմ գիտեր ո՛րերկէ և
 ի՞նչպէս մտաւ նոն , շարունակ կը կռկռայ և զիս անհանգիստ
 կ'ընէ գիշեր ցերեկ իր անտանելի ձայնովը , ուրիշ բժիշկներու
 զիմեցի թէև , բայց չի հաւատացին , որովհետև , չի գիտցան
 իմ աէրտս , սս քաշուելու բան չէ , կ'աղաչեմ ձար ձարակ մը ,
 ինչու որ լսեցի թէ , դուն շատ վարպետ ես , կրնաս հանել
 այս տեսակ չորքտանիններ» :

Տօքթորը սանկ լրջութեամբ մը մարդուն ստամոքսը և
 փորը քննելէ ետք , մեղանգօրիկ միամիտին կ'ըսէ , «արդարև ,
 գորտ ունիս փորիդ մէջ , և բաւական ասննէ ի վեր հոն
 մտած ըլլալուն համար թէ մեծցեր և թէ ձյներ է , երկու
 հաս ալ ձաղուկներ ունի , բայց հոգ չէ , դուն Ազգային
 հիւանդանոց գնայ , ես այնտեղուան տօքթորն եմ , քանի մը
 օր վերջը կուգամ , կը հանեմ գորտերը և կը հանգստանաս» :
 Մարդը անհաւ բերկրութեամբ հիւանդանոց կ'առնէ չունչը :
 Տօքթորին կանխազեկոյց կարգադրութեամբը , գորտ մը և
 երկու ձագեր կը հայթայթուին հիւանդապահներու միջոցաւ ,
 4 օր ետք հանգիստաւոր արարողութեամբ գործողութիւնը կը
 կատարուի , մարդուն գլուխը կը ժողվրտուին , մէկը
 գլուխը կը բռնէ , միւսը երեսը կը ծածկէ , Տօքթորն ալ մար-
 դուն բերանը կը բանայ լայնարձակ , որպէս թէ կը հանէ գոր-
 տերը ու կը նետէ ամանի մը մէջ , իր օգնականներուն ձեռքի
 ձարպիկութեամբը , և ապա գորտերը ցոյց կը արուին մար-
 դուն , և սս ուրախութենէն խենդեցած հաճիկ կայ ըսելու

թէ այդ վայրկեանէն իսկ բուժուած էր , զոն սրտով , երախ-
 տապարտ զգացողներով և անվերջանալի աղօթքներով կը
 մեկնի հիւանդանոցէն և ալ զանգատ չունենար :

Հազար անգամ ստուգուած ճշմարտութիւն մըն է թէ ,
 քաջառողջ մարդիկ իրենք զիրենք մտիկ ընելու ու իրենց երե-
 ւակայութեանը մէջ սին և անհիմն հիւանդութիւն մը սնու-
 ցանելու ախտէն բնուելով վերջ ի վերջոյ իրաւամբ հիւանդա-
 ցած ու մեռած են : Ինչ կ'ըլլամ կոր , ինչ պիտի ըլլամ . ի՞նչ
 կ'ըլլանք կոր , ի՞նչ պիտի ըլլանք , ասոնք սրտի հիւանդութեան
 քերականութեան մէջ չեն սղմիր , բայց և այնպէս , շատ
 հիւանդներուն մշտնջենի նախերգանքն է այս : Իմ ֆիզիքական
 կազմս , շատ անհաստատ է . սակայն , մահամերձ հիւանդութեանց
 պահերուն ու սրտիս կրկնմի սարսուզին նոպաներուն դի-
 մագրաւելով մա՛ր անարգելուս ու վանելուս բուն պատճառը
 եղած է իմ բարոյական կորուստ , անընկճելի կամքս , մարմինս
 տկար բայց հոգիս միշտ յօժար էր ապրելու համար :

Մարդեր կան որ , մարմնի տոկոսութեամբ կ'ապրին ,
 մարդեր ալ կան , որ հոգւոյ առողջութեամբ :

Հոգեկան լաւ արամադրութիւն և արթնութիւն մեծ դեր
 կը խաղայ ֆիզիքական կազմին վրայ :

Երիկամունքի հիւանդութեամբ վարակուած Կեսարացի
 բարեկամ մը ունէի Աղեքսանդրիոյ մէջ , Հալածեան մակա-
 նուանեալ , ամուսնացած էր , իր գործերը բաւական յաջող
 գեանի վրայ էին , բայց ի՞նչ շահ . հետզհետէ մարդուն բոլոր
 մտմտութիւնն ու մտասանջը իր հիւանդութեանը վրայ կեդրո-
 նացած էր , չէր պահեր ինձմէ , կ'ըսէր թէ գիշերները աղալի
 մը պէս յանկարձ դառնապէս կուլայ կնկանը քով , կատար-
 եալ մէլանգօրիկ մը դառցած էր , քիչ ետքը մեռաւ , խեղճը
 հոն , օտար ալ մանուրախն տակ , իր բժիշկը չնշանց թէ , մարդը
 ինքնին փութացուց իր վաղահաս մա՛ր : Բարեբաղդաբար ,
 ինքզինքս կամ իմ հիւանդութիւնս մտիկ ընելու ունակու-
 թիւնը չունիմ ես , եթէ ունենայի , շատո՛նց հրաժեշտ տուած
 պիտի ըլլայի այս աշխարհին , կեանքը և մա՛ր քիչ մը տար-
 բեր կերպով կ'ըմբռնեմ ես , առանց ցաւի կեանք մը ունե-

նալ պիտի չուզէի, ինչպէս առանց փուշի վարդ մը :
Սրտի հիւանդութիւնն ունեցողներէն շատեր մեռած են բոլորովին ուրիշ մէկ նոր հիւանդութեան ընդմիջումով : մինչ-
դեռ իրենց ուշը կեդրոնացած էր շարունակ իրենց հին հի-
ւանդութեանը վրայ :

Մտաւոր յոգնութիւնը մեծ հարուած կուտայ սրտի հի-
ւանդութեան : Միտքն և ուղեղը սրտին հետ մեծ և սերտ
կապ ունին : Սիրտը յաճախ միտքէն կ'աղղուի ու կ'առաջ-
նորդուի, հետեւաբար, մտային ո՛ր և է զբաղում և աշխա-
տանք՝ երբ չարքաշ և ծանր ըլլա՞ն կը վնասեն սրտին : Մտա-
ւոր աշխատութիւնն ունեցողները չափէն աւելի իրենց ուղեղը
յոգնեցնելու չեն, խորհելով, գրելով կամ կարգալով, ևս ա-
սոր ալ վնասները տեսած եմ մէկէ աւելի անգամներ : Ինծի
համար արգիլուած է իրիկուան ժամ 12էն ետք մտաւոր աշ-
խատութիւն և ընթերցում : Վիճակակիցներս գէթ կրնան
թերթ կամ գիրք ուրիշին կարգացնել՝ տալ և իրենք միայն
մտիկ ընել : Գիրք կամ յօդուած մը կարդալու կամ գրելու
համար գիշերն ի բուն աշխատիլ, մոռնալ կերակուրի ժամերը
ու զոնկ քունի կենսալիք վայրկեանները՝ շիտակը ներելի բան
չէ : Հնօրեայ Քունջ լրագրոց Արտօնատէր Խմբագրապետ ող-
բացեալ Համբարձում էֆ. Արաճաճեանի անակնկալ մտնը որ
տեղի ունեցաւ քանի մը տարի առաջ, հոս իբր օրինակ ար-
ժանի է յիշատակութեան : Հակառակ իր ծերութեան, օր մը,
մինչև կէս գիշեր ձուռագիր պատրաստեց իր թերթին համար,
երբ ժամը վեց հնչեց, ալ ելաւ պառկելու : գէշութիւնն մը
զգաց, մէկ քանի ժամէն յանկարծամահ եղաւ : Այդ տարի-
քով երբեք ներելի չէր իրեն գիշերատանջ կրկարատե աշխա-
տութիւնը :

Քնասութիւնը պատճառ է ջղագրութեանն ու սրտի տկա-
րութեանն : Բժիշկներէ բնախօսականօրէն կը հաւաստուի թէ,
եթէ մարդ քունէ և կերակուրէ արգիլուի երկար ատեն,
անպատճառ կը խելագարի : ըստ Անգլիական նախկին պատ-
մութեան, մահապարտները այս կերպով կը մեռնէին : Քունի
տեւողութեան մտաին քանակի հաշիւ չկայ, ու ճշգրիտ կա-

նոն չի կրնար տրուիլ, անիկա անհատին առողջական վիճա-
կէն, խառնուածքէն ու կազմութենէն կախում ունի : Ուզա-
ծիդ չափ քնացիր, քունդ մի՛ ծախեր փոխարէնը ինչ որ ալ
տան քեզի : Ես չի հանդիպեցայ առողջապահական գիրքի մը,
յորում գրուած ըլլար թէ, «մարդ պէտք չէ աւելի քնանայ»,
չափը՝ պակասին համար ցոյց կը տրուի, վնասը մասնաշեղու
համար : Գիշերային այցելութիւններէն ու խօսակցութիւննե-
րէն խալառ հրաժարիլ պէտք է : Քունը սրտին ուժ և կեն-
դանութիւն կը պարգեւէ, իսկ քնատութիւնը զայն տկարա-
ցընելու կը նկրտի : Քնատ եղած ատենս ախորժակ ալ չէի
ունենար, քանի կը քնանայի դեղի պէտքութիւն չէի զգար :
Քունը դեղ է սրտին : Ջրայինները ու մտաւոր աշխատութիւն
ունեցողները աւելի շատ պէտք ունին քնանալու : «Երբ կը
քնանանք, ըսուած է թէ, դարձեալ ի նորոյ կ'ստեղծէ մեզ
Արարիչը» : Փիլիփ Սիտնի քունը կը կոչէ «աղիսիսն հարսու-
թիւնը» : Քունը գրաւական մըն է վաղուան կեանքին գործե-
րուն կրկին անգամ սկսելու և ըստ արժանւոյն շարունակե-
լու համար, ան ամէն գիշեր կը զօրացնէ և կը պատրաստէ
մեզ : Առողջ քունն ունենալու համար անհրաժեշտ է մտքի
կատարեալ անդարձութիւն : Գիշերուան մութը՝ իբր խաւա-
րասաւան կը ծածկէ մեզ, աղղարարութիւն մըն է Արարչին
կողմանէ, պահ մը մեր առօրեայ գործերէն դադրելու համար,
որպէս զի, քունով վերակենդանութիւն ստանանք : Խաւարը
կը նպաստէ որ, մարդ իր աչքերը փակէ, քնանալու անհրա-
ժեշտ պէտքին համար, չէ՞ մի որ մարդուն աչքերը գիշերը
չեն աններ, գիշերաշրջիկ կենդանեաց կամ թռչնոց դասին
չպատկանելուն պատճառաւ :

Միտքէն ետք՝ լեզուն ալ սերտ կապակցութիւնն ունի
սրտին հետ : Լեզուն սրտին և միտքին մէջտեղ կարեւոր
դիրք մը գրաւելով՝ թարգմանի պաշտօն կը կատարէր ի հաշիւ
անոնց, ան՝ միտքին արտայայտիչն է : Անընդհատ խօսիլը ու-
րիշ բան չէ, բայց միայն անխնայ չունջ սպառել, սիրտ մա-
շեցնել : Խօսիլը աւելի կը վնասէ, քան՝ խորհիլը, որովհետեւ
աւելի ոյժ կը պահանջուի խօսելու պահուն, ուղեղն ու թու-

քերը , շնչափողերը և սրտի բուրբ յարակից գործարաններու-
թիւնք տենդոտ գործունէութիւնն ցոյց կուտան : Խօսիլը՝
մտածել ալ կը նշանակէ . մարդ մէկ կողմէն կը խօսի միւս
կողմէն կը մտածէ և փոխադարձաբար : Խօսելով միաքը կամ
ուղեղը այնքան չյօգնիր , որքան սիրտը :

Բաւական տարիներ առաջ , դպրոցական հանդէսի մը
ներկայ կը գտնուէի , ի մէջ ալլոց ես ալ մէկ քանի քաջալե-
բական խօսքեր բնելու համար ստք ելայ , ինծի մօտ բարե-
կամ բժիշկ մը նստած էր . չի թոյլադրեց , «սրտիդ տկարու-
թեանը պատճառով ներելի չէ քեզի խօսիլ» ըսաւ , կամացուկ
մը տեղս նստեցայ , խանդավառութիւնս մէջս խեղդուեցաւ ,
ալ անկէ ետք շատ չէի ատենախօսէր , բժիշկ ալ գտնուած
չըլլար , նոյն իսկ ներշնչումս ու եռանդնալից ոգեւորութիւնս
ալ՝ ծայր աստիճանին հասած ըլլար : Սրտի հիւանդութիւն
ունեցողներուն համար թոյլադրելի չէ , ատենաբանութիւնը
և քարոզախօսութիւնը . շատեր , նոյն իսկ այսօրինակ փորձե-
րու խօլ յանդգնութեամբ անշնչացած են յանկարծական մահ-
ուամբ : Սրտի հիւանդութիւն ունեցողներուն վատահոլութիւն
չըլլար , շուտով կ'աղէկնան և նորէն շուտով կ'աւրուին , այդ
պատճառաւ զգուշաւոր ըլլալու են : Տօքթ . Յակոբոս Կիրա-
կոսեան , տկնարոյժ , և Հովիտաբար գրութեան առաջին
բժիշկը մեր մէջ , օգերուն ցուրտ և յեղեղուկ եղանակին հի-
ւանդացաւ , երկու շաբաթ ետք՝ ելաւ , կը պտտէր . նորէն
պատկեցաւ , շաբաթ մը վերջը տեսայ նորէն աղէկցած ճուռ
կուգար , քանի մը օրէն՝ երրորդ բայց վերջին անգամ ըլլա-
լով անկողին ինկաւ և այս անգամ մեռաւ քանի մը օրէն :
Յիշեալ պապա բժիշկը՝ քաջ ատենախօս մըն էր , հակառակ
իր ծերութեան և կմախկացած տեսքին , սուր և առողջ ձայն
մը վերապահած էր իր հիւանդոտ լանջքին տակ , որ մերթ
ընդ մերթ կ'որոտար :

Ֆիզիքական յոգնութեան և աքնութեան վիճակակից-
ներս չեն կրնար տոկալ , ծանր աշխատութիւնը կ'զգտնէ
զանոնք : Աշխատանքի մատին պէտք չէ զանոնք ստիպել կամ
կաշկանդել , ազատ թողուելու են իրենց կրցածը միայն ընե-

լու , անոնց աշխատութիւնը բացարձակապէս կամաւոր և չա-
փաւոր պէտք է ըլլայ , որպէս զի , անհանգստութեան մէկ
պարագային անմիջապէս գործէն հեռանալու և հանգչելու
գիւրութիւնն ունենան : Իրենց արամադրութեան ներքե տյս-
պիսի սրտով հիւանդ պաշտօնեաներ ունեցողները , թէ որ
անիննայ գտնուին անոնց կացութեանը հանդէպ , անխղճու-
թիւն կ'ընեն , չըսեմ մարդասպանութիւն : Իսկ այն հիւանդ-
ներն ալ , առանց նկատողութեան առնելու իրենց հիւանդա-
զին վիճակը , ինքնաբերաբար մղուին տեւական շարքաշ աշ-
խատանքի , անձնասպանութիւն կ'ընեն , երբ յանկարծամահ
ըլլան : Իրենք ընտրելու են իրենց համար սիրելի աշխատու-
թիւն մը : Վատասողջ և կակառողջ դրաղումը կը ընկճէ
զիրենք :

Անոնց ֆիզիքական վիճակը չի ներէր . նաև , ծանր բան
մը վերցնել ու տանիլ հեռաւոր տեղ : Ես գրեթէ չեմ կրնար
3—4 օխանոց բան մը վերցնել , հպարտութեան կամ փափ-
կանկատութեան համար չէ սակայն , կը յիշեմ թէ քանիցս
արիւն քրտինքներով թաթախուն՝ մահամերձ տուն հասած
եմ , ձեռքիս առարկային ինձ առթած նեղութեանը պատճա-
ռաւ : Միջադէպ մը :

Իրիկուն մը , հազիւ թէ մութը կոխելու վրայ էր , երկու
խօշոր ձմեռուկ բռնած տուն կ'երթայի , տունը բաւական հե-
ռու էր , ծամբան հազիւ թէ կէս ըրի , սկսայ նեղուիլ , և նե-
ղութիւնը վայրկենապէս անուլի համեմատութիւններ առաւ ,
ալ տանելու կարողութիւն չմնաց . ինքզինքս չէի կրնար տա-
նիլ , ո՛ւր մնաց ձմեռուկները , չշտարեցայ սակայն , խորհե-
ցայ թէ , ձմեռուկները փողոց նետելու եմ , անկիւն մը դառ-
նալուս պէս մէյ մը չորս դին սանկ ակնարկ մը պտտցնելով
ձմեռուկները կամացուկ մը դետինը ձգեցի , և առանց ետիս
նայելու , սկսայ հապշտապ տուն վազել , որպէս թէ , նետա-
պընդող մը ըլլար զիս , եթէ երբեք դիտող մը եղաւ , չգիտեմ ,
ի՞նչ գաղափար կազմեց իմ մասին , բայց , ան ալ հոգս չէ :

Վերոյիշեալ մանրադէպէն երկու տարի վերջ ձմեռ օր մը ,
բոլորովին նոր մէկ ձեռք հագուած բռնելով տուն գացած

կազին կեանքը վրայ տալ իմաստութիւնն չէ: Ես կը բնակիմ այնպիսի վայր մը, որ ո՛չ շոգեհաւ փախցնելու վախ ունիմ և ո՛չ ալ շոգեկառք:

Մեր հիկոզ զգայաւորները՝ որոնցմով սիրտը կ'ազդուի միշտ, — մեծ և կարեւոր դերեր ունին սրտի հիւանդութեան մէջ, ծայր աստիճան ուշադրութիւն դարձնելու է անոնց, որպէս զի ո՛ր և է կերպով սրտին ցաւ չի պատճառեն. և որովհետեւ սրտի տկարութիւն ունեցող մը իր տեսածէն ու լսածէն կ'ազդուի առաւելապէս, հոն տեսողութիւնն ու լսողութիւնը նուազ սրել հարկ է:

Գէշ հոտառութիւնը շուտով ազդելով սրտին ու արիւնին կը թունաւորէ զանոնք: Բնակարանին շուրջ նախնախուս տեղեր կամ գարահոսութիւններ գտնուելու չեն. տան մէջ հիւանդը պարտի ապրիլ բոլորովին անապական մտնողորտի մը մէջ: Տան և եօթ տարի առաջ նորաչէն տուն մը կը ներկուէր իւզոտ ներկով, ուր գործիս բերմամբ հարկադրուած էր յաճախել. ներկին սասիկ հոսք սիրտիս ներգործելով թոււնաւորեց զիս, որուն բազազրութեան մէջ ինչպէս արդէն ծանօթ է, թունաւորիչ նիւթեր կան, սկսայ արիւն միզել սաստիկ խիթերով, բժշկական ազդու դարմաններով կրցայ երկու շաբաթէ՛ վտարել:

Մուխով եւ ծուխով չի սենեակներ մտնելու չեն վիճակակիցներս: Ածուխի եւ սիկարէքի հոտերը մահացու հարուածներ կուտան: Ուր որ բազմութիւն կայ, նոյն իսկ ծխողներ ալ չի գտնուին, դարձեալ օդը ապականուած է: Աւրուած լամբաբի, մանուսանդ կազի և սիկարէթի մուխերը ինձ համար անտանելի եղած են, քանիցս մարելիքներ, գլխու պոչոյաններ, աչքի խաւարումներ, կուրծքի բռնուուքներ, այսինքն, հարբուխներ ու բարբախման սաստկութիւններ պատճառելով: Երբ սենեակի մը մէջ մինչև առտու լամբարը վառուած թողուի ու աւրուած ըլլայ ան, սենեակը բուճաւոր կազերով լեցուած է արդէն. շնչառութեան միջոցաւ հոն պառկողին՝ կուրծքն ու թոքերը կը վնասուին արիւն փոխելու աստիճան, նոյն իսկ առողջ մէկն ալ ըլլայ ան. գէշ սո-

վորութիւն մըն է ասիկա տիրող, Պոլսեցոց չըսեմ տգէտ՝ միջին դասակարգին մէջ:

Հարկ չկայ շեշտելու թէ, սրտի հիւանդութեամբ վարակուողներուն ամենեւին ներելի չէ ծխախոտ գործածել: Եթէ ես ծխախոտ գործածելու սովորոյթն ունեցած ըլլայի, վստահաբար գիտեմ թէ, շատոնց գոցուած էր հաշիւս այս աշխարհէն: Վիճակակիցներս սիրային յաճախակի յարաբերութենէ ծայր աստիճան զգուշանալու են. շատեր անխոհեմաբար յանկարծամա՛ս եղած են իրենց սիրելեաց գիրկը նոյն հետայն. (կան սրտի հիւանդութեան տեսակները, որ ամուսնացած ըլլալը նոյն իսկ նպաստաւոր դեր կը խաղայ: Շատ մը երիտասարդներ սրտի հիւանդութիւններէ զերծ կը մնան երբ կանուխ ամուսնանան):

Մեծապէս զգուշանալու ուրիշ կարեւոր բան մը, փոքիոս տեղերէն հեռի փախչելն է, որովհետեւ փոշիներն ալ շնչառութեան միջոցաւ բերնէն ու քիթէն ներս խուժելով կը լեցնեն շնչափողերը ու կը հասնին մինչև թոքերը, որով դարձեալ արիւնը թունաւորուելով ենթական հեղձամա՛ս ըլլալու աստիճանին կը հասնի, ես ասկէ ալ կ'ահարեկիմ մահու չափ, որովհետեւ, մտքիս մէջ տխուր յիշատակներ կ'արթննան անոր սոսկալի նեղեանքներուն նկատմամբ:

Գիներմուխներ սրտի հիւանդութեան ուրիշ մէկ վտանգաւոր թշնամին է: Ալքոլամուխութեամբ ո՛չ թէ միայն սրտի հիւանդութիւնը անաւոր համեմատութիւններ կ'առնէ առողջութիւնը հիմէն խախտուելով, այլ նաև, շատեր գաւաթի ձեւին յանկարծամա՛ս եղած են: Ալքոլիկ բմպիլիները դժուար գրգռիչներ ըլլալով՝ հազիւ թէ ստամոքս հասնին՝ սրտին կ'ազդեն. բարբախման ուժգնութիւններ առաջ բերելով: Աւելին կայ: Անմիջական մահառիթ ցաւեր ալ կը պատճառեն, հիւանդոտ սիրտը անդազին ու մոլեգին գործունէութեան մղելով: Երբեմնի թմրութիւններէ ու սաքութիւններէ ենթական կը կարծէ թէ, օգուտ կը քաղէ, ինչպէս ես ունէի այդ իտրականքը՝ երբ քիչ մը զօնեակ առնէի: Սխալ է բոլորովին: Այդ՝ յեղակարծօրէն հասնող անբնական տաքու-

Թիւնը՝ պարզապէս հիւանդութեան նշան է. բմպելեաց ազդեցութիւնը անյնկէ վերջն է որ՝ ենթական կ'ըմբռնէ անոր պատճառած աւերումները ու կը տուժէ չարաչար: Օղիւն ամէնէն աւելի վնաս հասցնող ու հարուածողն է, սրտի հիւանդութեան: Խմանները առ հասարակ ուռելու ենթակայութիւն մը ունին, ասիկա բնական գիրութենէ տարբեր բան է սակայն, օղին՝ առաւելապէս կը նպաստէ սոյն ուռեցման, ուռոցներ կը նշմարուին ի մէջ այլոց աչքերու կողերուն, երեսներու և ձեռքերու վրայ, այդ ուռոցներուն յառաջացումն ու յաճախագիպութիւնը բմպելեաց շարունակութենէն կախում ունի: Հետեւաբար, պուտ մը օղի ներելի չէ սրտի հիւանդութիւն ունեցողներուն համար, ես կաթիլ մը նոյնիսկ չեմ խմեր, եթէ խմեմ, ինչպէս փորձեցի մէկ երկու անգամ, կամ վայրկեանապէս ուժգին բարախումով ներքին մահաբոյր տաղնապ մը կ'զգամ, և կամ մանաւանդ գիշերը անկողինիս մէջ կը շարժարուիմ անընդհատ:

Ծանօթ մը ունէի, (Ակնցի) որ ամէն իրիկուն առ նուազն 5—6 գաւաթ օղի ճնկելը իրեն սովորութիւն ըրած էր, երկար ժամանակէ ի վեր: Վատառողջ էր: Գոյնն իսկ կը մատնէր իր ալքոլամոլութեան սիրահար ըլլալը, յայտնեցի իրեն թէ, օր մը աղէկ վախճան պիտի չունենայ եթէ շարունակէ այդպէս խմել. վարակուած էր արդէն սրտի հիւանդութենէ ու թոքախտէ, թէև ինք չէր գիտեր իր այս ոլորմելի վիճակը: Դիտողութեանս վրայ մեծապէս սրբողեցաւ, խոստովանելով միանգամայն թէ, բժիշկ մըն ալ իրեն միւսնոյն վտանգը դիտել տուած էր, բայց ինք կարեւորութիւն չընծայէր: Տեսայ թէ, ուրիշներուն քով նոյն իսկ ինծի հակազդելով՝ իննդ մենդ գովասանքներ կը չափէր օղին կենդանարար ու ոգեւորիչ առաւելութիւններուն վրայ, պատրանք: Ալ բան մը չը խօսեցայ: Ծատ չանցաւ ասոր վրայ սակայն, լսեցի թէ, տօն օր մը չափազանց խմած ըլլալով հետեւեալ առտուն առատ արիւն փոխած է. անկողին ինկաւ միշտ արիւն փոխելով, թոքերը բզիկ բզիկ եղած դուրս կուգային, 15 օրուան մէջ — իր տանը մէջ իրեններուն խնամոտ դար-

մաններէն դժգոհ — երկու հիւանդանոց ալ փոխեց, ճար մը, ճարակ մը գտնելու իր աղետալի վիճակին համար «օղիի շիւթը ուն կը յաջողեն դեղերու շիւթը», բայց, աւա՛ղ, շատ ուշ էր, անաւոր ժամը հնչած էր այլեւս, հակառակ բժշկական շուսլ դարմաններուն՝ մէկ քանի շաբաթէն մեռաւ Բրուսիոյ Հիւանդանոցին մէջ: Այս ալ խմելու ատիւն՝ սնագորոյն լախան է:

Հիմակ, թերեւս ոմանք պիտի խորհին թէ, քանի որ օղին այսքան վնասակար է, անոր տեղ գինի կրնան խմել, ան որ բազդատաբար անվնաս բմպելի մը ըլլալով կազդուրիչ յատկութիւններով ալ օժտուած է: Բոլորովին սխալ է այս ենթադրութիւնը: Թէ՛ սրտի հիւանդութիւն ունեցողներուն փորձառական վկայութիւնը — ի մէջ այլոց իմ ալ, — և թէ՛ բժիշկներուն բացորոշ յայտարարութիւնը այս է թէ, օղիին չափ վնաս կը հասցնէ նաեւ գինին, մանաւանդ խարդախուածը: Ստուգութիւնը օրինակով:

Կ. Պոլսոյ Բումէլիի երկաթուղւոյ առաջին հիմնադիր Պարոն Հիրշ, այդ ազնուաբարոյ ու բարեսէր հանրածանօթ անձնաւորութիւնը, Ավստրիոյ չգիտեմ որ քաղաքին մէջ գիշեր մը հիւր եղած էր բարեկամի մը տունը, իրեն ի պատիւ խիստ ճոխ սեզան մը յարդարուելով՝ ծայրայեղօրէն պատուաւիրուեցաւ, ինչ կար, ամենապատուական շամբանիս մը, կուտէին ու կը խմէին, Պարոն Հիրշ մանաւանդ շամբանիսէն շատ պարպեց, թերեւս իր բարեկամներէն ետ չմնալու համար: Ընթրիքը վերջացաւ: Գիշերային խօսակցութիւններն ալ վերջ գտան, ամէն մարդ պառկելու գնաց: Պարոն Հիրշին մասնաւոր բարձրադիր ննջասենեակ մը յատկացուած էր: Գիշերուան չեմ գիտեր ո՞ր պահուն, արհաւիրալից լուռ մենութեան մէջ Պարոն Հիրշին ննջասենեակէն խորունկ ձայներ մը կը լսուէին ընդհատ, ընդհատ, անոր խորաքուն խորդալուն ձայնէրն էին ասոնք, թէ ուրիշ բան, չէր գիտցուէր, առ ի զգուշութիւն և ի կենցաղազիտութիւն ո՛չ ոք համարձակեցաւ ննջասենեակը բանալու և իրողութեան վերահասու ըլլալու: Առաւօտուն որոշեալ ժամուն՝ Պարոն Հիրշին սենեակը չէր

բացուեր, սպասեցին, բայց չատ ուչ ատեն տակաւին ձայն ձուն չի կար, ննջասենեակին դուռը ձեռք առին, զարկին կրկին ու կրկին, ներսէն ձայն չէր գար:

Ան՝ մեռած էր ներսը:

Հուսկ ուրեմն հասկցուեցաւ թէ, գիշերուան խոր մթու- թեան մէջ լսուած խուկոցի այդ անորոշ ձայները՝ մահահրա- ւէր հոգեւարքի մը վերջին յուսահատական ճիգերն էին միայն: Անպիտան չամբանեա:

Ըսել պիտի ուզէի թէ սրտի հիւանդութիւն ունեցող- ները երբ այսպէս իրենց ստամոքսը հեղուկներով կամ կերա- կուրներով չափազանց ծանրաբեռնելով անկողին մտնեն, որ- պէս թէ, հանգստանալու, այդ անկողինը իրենց համար կ'ըլ- լայ կամ տանջարան և կամ յաւիտենական գերեզման, ինքնաստեղծ յօժարութեամբ ստկայն:

Սաստիկ նոպայի պահերուն թմրութիւն առաջ բերելու համար, մէկ կամ առ առաւելն երկու գաւաթ գօնեակ առ- նելու արտօնուած էի, բայց շատոնց այլեւս չեմ գործածեր, որովհետեւ, սրտիս բարախոււմը անմիջական կերպով սաստ- կացնելէն զատ ուրիշ ո՛չ նուազ անպատեհութեանց դուռ քայած ըլլալը տեսայ: Թերեւս ներելի ըլլայ քիչ մը քարե- ջուր գործածել, կարելի եղածին չափ ընտիր տեսակէն, ան ալ անպատճառ կերակուրին հետ միասին ու չափաւոր: Ես նպատաւոր գտայ գարեջուրը, երբ առաջին անգամ սկսայ գործածել, որովհետեւ, թէ՛ մէկի առատութիւն կը պատճա- ուէր, թէ՛ ոյժ կուտար, և թէ՛ քիչ շատ թմրութիւն առաջ բերելու յատկութիւն մըն ալ ունէր կարծես: Թերեւս, ինծի նպատակուն միակ պատճառն ըլլայ երկամներու տկարու- թիւն ունենալս, և արդէն, քեօպրօմիլին հետ փոխն ի փոխ կ'առնէի, հիմա հրաժարած եմ սակայն, նոր անպատեհութիւն- ներու և ներքին նեղութիւններու դուռ բանալուն պատ- ճառաւ:

Թէ որ մէջը առատօրէն կաթ չխառնուի, քեյն եւ սուրճն ալ բնաւ երբեք օգտակար չեն, որովհետեւ, առաջինը ջիգերը տկարացնելու կը նկրտի, իսկ վերջինը գրգռելու: Գիտէ՞ք,

ինչո՞ւ սուրճին գաւաթը փոքր է, (Աֆիօն Գարա Հիսարցի- ներունը բացառութիւն սեպելով անշուշտ, անոնք քուրճիի շանագներու կը նմանին) բաղբատմամբ ջուրի, թէյի և գի- նիի գաւաթներուն հետ, սրովհետեւ չափը ան է, ըսել կ'ուզ- ուի թէ, ներելի չէ անկէ աւելի խմել և կրկնել, սուրճը թոյն է, եթէ ո՛չ, ինչո՞ւ ուրեմն կրակին վրայ այնքան կը խածղենք մինչև որ սեւնայ: Ոմանք սովորութիւն ըրած են օրը շատ թէյ խմել և կ'օգտուին ալ, նպատաւոր ըլլալուն պատճառը մէյ մը իրենց ջղային տոկունութիւնն է, մէյ մըն ալ ջուրին մէջը դրուած առատ շաքարը, որ ուրիշ բոլոր ուտե- լիքներէն աւելի մտուեղ կը պարունակէ իր մէջը:

Սաւախը ծանրաբեռնելը դժուարամարս և աննպաստ կերակուրներով, սրտի հիւանդութեան համար էն մահարեք հարուածներէն մին է: Մէկ խօսքով, թէ՛ անհանգստութիւն- ներուն յաճախականութիւնը և թէ՛ յանկարծական աագնապ- ներուն գլխաւոր պատճառը՝ անկաակածելիօրէն ասոր պէտք է վերագրուի: Գլխուս եկած ըլլալուն համար է որ այսպէս կը խօսիմ, ե՛ս գիտեմ անոր երեսէն քաջածներս:

Տուն մը վարձած էինք, հոն սենեկակից գտայ ուրիշ պնգերակութիւն ունեցող մը: Քիչ մը որկրամոլ էր այս մարդը: Յաճախ իր ստամոքսէն կը գանգատէր յանիրաւի, և զոր հանդարտեցնելու համար միշտ կը գիմէր գարպօնաթի կամ լիժօնաթի. եթէ ասոնք չի զօրէին, ալ փսխելու կը ջանար: Ամէն ատեն սասնկ էր: Գիշեր մը անյազարար կերած էր, քիչ ետք յառաջ եկած մահառիթ ցաւերն ու տառապանք- ները, ու շնչարգելութեան պատճառով յաջորդող կոկորդային վալրազ հոնգիւնները մեղմացնելու մասին նոյն իսկ ի գործ դրուած բժշկական անմիջական ազդու դարմաններն ալ իս- պառ անզօր մնացին: Հետեւեալ առտուն մեռաւ մարդը, բո- վանդակ գիշեր անուելի մղձաւանջի, ու տաժանելի հոգե- ւարքի ճրգնաժամի մը բովքէն անցնելէն ետք: «Շաւս ախոր- ժակով կերակուրիմ՝ կը յաջորդէ գեօ գիեօ մը»:

Պաղպաղակ ուտելն ալ երբեմն կը դպչի, իր սաստիկ պաղութեանը պատճառաւ: Ինծի լաւ չի գար: Սրտի հիւան-

դուրսիւն ունեցող կին մը, երեք տարի առաջ շուկայ ելած էր գնուումներ ընելու, անուշավաճառի մը խանութը բազմեցաւ իր ընկերոջը հետ պաղպաղակ և մուհարիկալի ուտելու, ակորժակով կերաւ, այս վնաս չուէր. բայց, յետոյ զնաց չիի չիտակ կարկանդակավաճառի խանութ մը եւս, հոն ալ կուշտ ու կուռ Պողաչա կերաւ, հազիւ խանութէն մեկնած էր, ինկաւ գետինը. անկէ ալ զնաց անդրաշխարհ: Անպիտան ակորժակ:

Ինչպէս սաստիկ ցուրտի, նմանապէս սաստիկ սափութեան ատեն սրտի հիւանդութիւն ունեցողները շատ կը նեղուին: Երբ սիրտը միշտ հանդարտ պահելու փափաքը կայ, զովուրթիւն փնտաւելու, զով տեղեր նստելու ու պառկելու հետամուտ ըլլալու են վիճակակիցներս, ձեր սենեակին մէջ զովուրթիւն պէտք է տիրէ ամէն ատեն, բայց զովուրթիւնը՝ սաստիկ ցուրտի ու մանաւանդ խոնաւութեան հետ մի՛ շփոթէք:

Ազեքսանդրիայէն վերադարձիս, (էջ 37) (ամառ էր) սրտիս երբեմնի սաստիկ նոպան ճամբան ծայր տուաւ, շոգենաւին բժիշկը տեսնելով թէ՛ բարախումը՝ ծայր աստիճանին հասած էր ու տաքութիւն կը տիրէր մարմնոյն մէջ, սառի կտորներով լեցուն Մուսաւպա տոպրակ մը զետեղել տուաւ ճիշդ սիրտիս վրայ ներսէն, ասիկա ինձ համար տարօրինակ դարմանումի եղանակ մըն էր, քիչ ատենէն ցաւ և նեղութիւն իսպառ փարատելով սիրտս հանդարտեցաւ, ըմբռնեցի թէ՛ գէպ ի սիրտ խուժած արիւնը այդ կերպով վտարուեցաւ: Երբ սաստիկ բարախումով կը տաքնաք ու կը նեղուիք, լաթի մը մէջ փաթթեցէք սառ կամ ձիւն, դրէք ճիշդ սրտին վրայ, կամ գէթ կրնաք պաղ ջուրին թաթխուած լաթ մը դնել, շուտ շուտ փոխելու պայմանաւ, (սիրտ ըսելով պէտք չէ իմանալ ստամոքսը, սիրտը՝ ձախ ստինքին տակ կը գտնուի):

Վիճակակիցներս, բազմիք ալ շատ երթալու չեն, ես երկու անգամ բազմիքին մէջ մարած ինկած եմ, գլխուս վրայ թափուած պաղ ջուրի տարափին շնորհիւն էր որ սթափեցայ: Թէև շատ կ'ակորժիմ բայց հիմակ ցանձառ կերպով տաքտուն կ'երթամ, պայմանաւ որ, կէս ժամէն աւելի չի կենամ

ներսը. Լօզմանին յանձնարարածին պէս կ'ընեմ, մէկ դուռնէն կը մտնեմ միւսէն դուրս կ'ելլեմ. առանձինն ալ չեմ երթար, ընկեր մը միշտ կը հսկէ քովս: Սակայն յօդացաւային սրտի տկարութեանց համար շատ օգտակար է բազմիքը, (տես էջ 27) իբր դարման կը ծառայէ: Միայն ձմեռը խիստ զգուշանալու է, քանի որ ցրտառութեան կենթակայութիւնը հաւանական է, ասոր ալ ակորժակ յիշատակները կուգան պատկերանալ մտքիս առջև: Երբ տաքտունէն կը մեկնիք, առատ պաղ լիմոնաթ կրնաք խմել, բայց թեթեւ կերակուրներ կերէք: Իմ լուսահոգի մեծ մայրս, երբ բազմիքէն դար, նշայով անուշապուր ու կրակին մէջ եփուած խնձոր միայն կ'ուտէր, և ո՛չ ուրիշ բան. միշտ այսպէս կ'ընէր: Հարիւրէն հինգ տարեկան պակաս էր երբ մեռաւ: Կեանքին մէջ գրեթէ դեղ չէր գործածած, որովհետև, իր գիացած առողջապահիկ կանոններուն յամառ հետեւող մըն էր: Ընթրիէն անմիջապէս ետք պառկիլը՝ իրեն սովորութիւն ըրած էր, ես կը դարմանայի թէ, ո՛ր և է նեղութիւն չէր զգար. մշիկ մշիկ և անուշիկ կը քնանար, իմ նախանձս գրգռելով. մինչդեռ նորահասներս, ճաշէ ետքը քնանալը՝ շատ հակառողջական կը համարինք: (Եգիպտոսի մեզ ալ կէս օրուան կերակուրէն անմիջապէս վերջ 2 ժամու չափ քնանալու ընդհանուր սովորութիւն մը կայ ամառուան օրերուն): Մեծ մայրս կանուխ կը պառկէր, բայց արեւածագէն առաջ՝ արշալոյսին հետ անկողինէն կ'ելնէր, ու նախ աղօթքի կը կայնէր, խեղճը ուրիշ բան չի գիտնալուն համար 7 անգամ Հայք մեր կ'ըսէր, աս էր իր մշտնջենի աղօթքը, չի տեսայ ու չիմացայ որ, օր մը զանցառութիւն ըրած կամ իր այս սովորութեան չեղած ըլլար: Ծայրայեղ աշխատող մը ըլլալով՝ օրն ի բուն ոստայն ալ կը գործէր, տունը տեղը կը կոկէր, պարապ կենալը մահացու մեղքերուն կարգը դասած էր, խիստ տնաշէն ու նաև սակաւագետ էր, նահապետական կեանք մը կը վարէր, հակառակ իր խիստ յառանջակալ տարիքին, աչքերը իմ աչքերէս սուր էին. որոշ կը տեսնային հեռուները, ու տակաւին երեսներուն կարմրութիւնը գետինը կը թափէր:

Քրոնցնելու չափ տաք կերակուրներն ալ աղէկ չեն սրտին ,
 ամառը պաղ , իսկ ձմեռն ալ չափաւոր տաքով պէտք է ուտել :
 Վիճակակիցներս . բազմութեան մէջ ալ մտնելու չեն ,
 տաքութեան պատճառաւ կամ ճնշման տակ կրնան հոն սար-
 սափելի նեղութիւններու ու ծանր մղձաւանջներու մատնուիլ :
 Եստ ամբարտիթ միջադէպ մը կը վերյուշեմ այս պահուն :

Քանի մը տարի առաջ , քանի մը բարեկամներու հետ
 Եէտի Գուլէ , Ալթը Մէրմէր գանուող Յունաց եկեղեցին գա-
 ցեր էինք հրաշք տեսնելու . ուր Փանախաի պատկերին առջև
 Քրիստոսադարեան հրաշքներ կը գործուէին հաշմանդամներուն
 վրայ , թերեւս Քրիստոսին ալ նախանձը գրգռելով . մենք
 գացեր էինք աւելի ռամիկ ժողովրդեան միամտութիւնն ու
 աւելորդապաշտութիւնը դիտելու . որոնք հոն գանդագունդ
 դիմած էին շրջակայ քաղաքներէն : Ինչպէս եղաւ չեմ գիտեր
 եկեղեցիին մէջ մարդկաւին զօրաւոր հոսանքէն տարուբերուե-
 լով , դէպի առաջ քշուեցայ պատկերին մօտ , դուրս ելլելու
 ճամբայ չկար : Ժողովուրդը հետզհետէ ալ աւելի կը խռնուէր ու
 կը խտանար , այնքան գէշ կերպով սխմուեցայ հրմշտուքներէն
 որ , արիւն քրտինքներով ողողուն՝ մահամերձ վիճակին մէջ
 ինկայ , մարելու և ինչալու մազապուր մնացած էր , քովի ընկերս
 կռահելով անյուշած ճգնաժամս , շուտ մը օգնութեանս փութաց ,
 անուղղակի ճամբայով մը զիս քաշքշելով դուրս հանեց , եթէ
 ազատուէմ մէկ քանի վայրկեան ալ յամենար , հեղձամահ ըլ-
 լալս բան մը չէր հոն , եւ բուն հրաշքը ես պիտի տեսնէի ան-
 դենականին մէջ : Բազմութեան մէջ ես կը նստիմ պատուանի
 մը առջև կամ դրան մօտ , ի դէպ նեղութեան դիւրաւ կծիկը
 զնելու համար :

Պնդութիւնը թերեւս ուշագրաւ չի թուի ձեզ , բայց ,
 անիկա , չի գիտեմ ուրիշ հիւանդութեանց հանդէպ ի՞նչ է ,
 սրտի հիւանդութեան մահն է : Ես շատ պնդութիւն կ'ունե-
 նամ . և կը կարծեմ թէ , սրտի հիւանդութիւն ունեցողները
 միշտ ենթակայ կ'ըլլան ասոր : Հիւանդութեանս երկարածիկ
 ժամանակամիջոցին մէջ , յաճախ զիս անուելի մղձաւանջներու
 ենթարկողը պնդութիւնն եղած է , ամէն անգամ անկողին իյ-

նալուս նախապատճառն էր ան . հիւանդութիւնս՝ անով
 կ'սկսէր , տեւական ու անտեղիտալի մէջքի ցաւով մը : Պրն-
 դութիւնը ամէն հիւանդութեան մէջ տագնապեցողցի է , բայց
 սրտի տկարութեան մէջ այդ տագնապը իր զենիթին կը հասնի ,
 ներքին նեղձուցիչ անձկութիւն առաջ բերելով : Բնական
 պէտքի վտարում մը , կամ նոյն իսկ միզում մը , յաճախ անհնա-
 րին տառապանքներէն կ'ազատէ ենթական : Լեարդի հիւանդու-
 թիւն , գլխու պտոյտ և ցաւ , դժուարամարտութիւն և թուփք
 (մայասըլ) հաճի է ըսել թէ փորի պնդութեան հետեւանքներուն
 կարգեն են : Ամէն առաւօտ կանոնաւոր կերպով աղիքներուն
 պարպուելով մաքրուիլը , առողջութիւն . հանդարտութիւն և
 երջանկութիւն է : Բնական կանոնաւոր կոչին դէմ պէտք չէ
 ընդվզիլ , հակառակ պարագային ստիպողութիւնը կ'անցնի և
 հետեւանքը կ'ըլլայ ունակական պնդութիւն : Անուշեղէններ ,
 ընդեղէններ , միրգեր , օշարակներ , ջուրով առատ մածուն և
 պարզ մաքուր ջուր ո՛չ միայն պնդութիւն չեն գոյացներ ,
 այլ , լուծողական դեր կը կատարեն միանգամայն : Լուծողա-
 կան դեղերէ պէտք է զգուշանալ , որչափ որ կարելի է . ա-
 ոողջ մարդիկ բնաւ փնտուելու չեն , բնական միջոցներու կի-
 րառութիւնը լաւագոյն է : Իսկ պնդութիւնը վտարելու հա-
 մար եթէ անպատճառ դեղի պէտք ունիք , ինկիլիզ թուզը չեմ
 յանձնարարեր , անմիջական չափազանց տկարութիւն առաջ
 բերելուն համար , լաւ չիգար սրտին . նախամեծար սեպեցէք
 Հնդկիւղը : Երբեմն բաւական կ'ըլլայ տաք օշարակ կամ տաք
 լիմոնաթ մը խմելը , աղցեցիկ է , թէ որ պառկելու ատեն
 խմուի : Զուտ տաք ջուրով գրելի (շիրինկա) անպակաս լլու-
 լու է : Հակառակ պարագային կան ուրիշ միջոցներ ու դո-
 րաւոր դեղեր . բայց պէտք է նախապէս դիմել բժիշկին
 հրահանգին :

Խոնաւութիւնը բուն իսկ սրտի հիւանդութեան գլխաւոր
 շարժառիթներէն մին է , բիւմաթիզմի հետեւանքով : Որչափ
 որ կրցած եմ խոյս տալ խոնաւութենէ , այնչափ խաղաղ վի-
 ճակի մէջ պահուած է սիրտս : Վերե թուածներուս մէջ , ինձ
 համար վնասակարագոյնը խոնաւութիւնն է , որ կը հարուածէ

զիս բովանդակ էութեամբս, թերեւս իմ հիւանդութեանս նախակարապետը կամ դրդապատճառը ըլլալուն համար: Երբ չէք ուզեր տարածամօրէն մեռնիլ, խոնաւութենէ զգուշացէք, որովհետեւ, խոնաւութիւնը՝ եթէ սրտի հիւանդութիւն ունիք՝ մահաբեր է, իսկ եթէ չունիք, այն ախտը կը հրաւիրէ ու կ'ստեղծէ: Խոնաւ օդերուն դուրս ելլելու մի՛ արտօրա՛ք: Զարմանալի է թէ, արեւին բացուելովը ես ալ կը բացուիմ, մառախլապատ ու թխպոտ օդին հետ կը տխրէի, չոր ու պայծառ եղած աստն կը հրճուէի:

Յրատուքեցեալ ալ կը սոսկամ ես, որովհետեւ, զիտեմ թէ, սուքէն մտիլը, քրտինքով պտղիլը, ճերմակեղէն չուտ չուտ չփոխելը, թեթեւակի հագնիլը, ֆանէլան հանելը, քանի՛ քանի՛ անգամներ սուղի նստած էին ինծի: Խոնաւութիւնն ու ցրտառութիւնը յօղուածացաւր ու երկկամներու տագնապը կը դրդեն, ասոնք ալ իրենց կարգին սրտի հիւանդութիւնը գրգռելու կը ձգտին: Յրտառութենէ առաջ կուգայ հարբուիլ և հազ, որ շատ նեղացուցիչ ու վտանգաւոր է սրտի հիւանդութեան մէջ, շնչարգելութիւն պատճառելով, կամ արդէն եղածը սաստկացնելով, նախազգոյշ ըլլալու է հազի չենթարկուելու, լաւագոյն է հազին բուն պատճառը դարմանել, քան՝ հազը:

Սիրելի ընթերցող, լաւանքս չեն որ կը պատմեմ, ասոնք երկարամեայ փորձառութեանս արդիւնքներն են, որոնք շատ սուղ արժամ են ինծի, և կարծեմ թէ մեծ կշիռ ունին: Դեռ շատ վնասակար իրեր կրնային յիշուիլ, բայց հարկ չեմ տեսներ, անոնցմէ շատերը արդէն յայտնի են ձեզի: Ամփոփելով կ'ըսեմ թէ, սրտի հիւանդութեան մէջ սա երեքը անմիջական մահ կ'սպառնան:

(1) Բարկութիւն (2) Ասամոխի բեռնաւորում, (3) Ալիոլիք կամ գրգռիչ բնորոշաց գործածութիւն:

Նմանապէս երեք է այս հիւանդութեան դեղթափն ու միակ դարմանը, մանաւանդ դեղ առնել չյօժարողներուն կամ ստիպողականութիւն չզգացողներուն համար:

(1) Անապական օդ, (2) Ընտիր ջուր, (3) Անարատ կաք, կամ մածուն: Որոնց վրայ պիտի խօսինք յաջորդ գլխուն մէջ:

ԲԱՐՈՅԱԿԱՆ ԱՌՈՂՋԱՄԱՆՈՒԹԻՒՆ

1. Մարդ իր կերածովը չէ որ կ'ապրի, այլ մարսածովը:
2. Աւելի մահ կը պատահի կերակուրէն, քան սովէն:
3. Աւելի շատ մարդիկ կը մեռնին չափազանց շատ ուտելէ, քան՝ չափազանց քիչ ուտելէ:
4. Բիւրաւոր մարդիկ անգիտակցաբար իրենց գերեզմանները կը փորեն իրենց ակռայներով:
5. Անբոջախոհ ընթացք՝ կեանքին ամենավնասակար թեւամիկն է:
6. Մի՛ նայիր զինքին կարմրութեանը, գաւաթին մէջ իր գոյնը ցուցունելուն ու շիտակ վազելուն, անիկա ետք օձի պէս կը խածնէ ու քարքի պէս կը խայթէ: Մի՛ ընկերանար զինեմունքուն հետ, ու իրենց մարմնը մաշողներուն հետ, վասն զի, զինեմովը եւ շուայր աղբաս կ'ըլլան:
(Սողումն իմասուն)
7. Ան որ կեր ու խումի մէջ իմասութեամբ չշարժի, թեւամիկ՝ իր փորն է:
8. Մի՛տք թեհի՛ թեհ սիւրիւսք, քիտք թեհի՛ ին սիւրիւսք: որ լսել է
(առած պարսկական)
- Քիչ ուտողին առողջութիւնը հաստատ է, շատ ուտողին՝ հաւատք:
9. Ուրիւմաղութիւնը պատճառ է ախտեր հրաւիրելու, պարսկականութեանց մէջ թերանալու, երկրպագութեանց մէջ դանդաղութիւն յառաջ բերելու:
10. Ուրիւմաղները երկու պատճառով չեն քանար, մեկը՝ որովհետեւ շատ կուտեն, միւսը՝ ուտելու բան չեն գտնէ:
11. Ապառողջ կերակուր՝ աման ըլլալուն համար գնողը, անոր եռապատիկը դեղի համար պիտի տայ:

12. Ասամոխը՝ ակուայի պաշտօն չի կրնար վարել, (շատ ծառի ըսել է) :

13. Մոլութիւնները պէտք է արմատախիլ ընել արտի մեջէն իմաստութեան սուրով :

14. Բնաւ պիտի չզոյցանք քիչ կերած ըլլալնու համար :
(կարճիլ) :

15. Մոլութեամբ զուարճացողներէն չի գտնուած մեկը որ վերջէն զոյցացած չըլլայ :

16. Գինին այնքան մարդ խղրած է, որքան ծովը չէ կրցած :

17. Նոր մոլութիւններուն առաջին առնելու միակ միջոցը, ալոց փորձառութիւններէն օգտուիլն է :

18. Կան հանելի բաներ միտքի եւ քիմքի հաշակին յարմար, բայց սսամոխը զանոնք չի մարսեր :



ԲՆԱԿԱՆ ԵՒ ԱՌՈՂՋԱՊԱՅԱԿԱՆ ՄԻՋՈՑՆԵՐՈՒ ԿԻՐԱՌՈՒԹԻՒՆԸ

Գ Լ ՈՒ Ն Գ.

ՕԳ, ՋՈՒՐ, ԿԵՐԱԿՈՒՐ, ՀԱԳՈՒՍՏ

Հիւանդագին գեղունիքն՝
 քանի՛ յօժարակամ պիտի տար իր
 բովանդակ գեղեցկութիւնը, ա-
 նողջութեան վայրկեանի մը
 փոխարէն :

Երբ առողջ եմք, այն
 ասեմ կրնանք զգալ ու վա-
 յելի կենսախայտ բնութեան
 հրապոյրները :

(Ռ. Յ. ՊԷՐՊԷՐԵՍՆ)

Երբ բնութիւնը կամ առողջապահական օրէնքները լուս-
 դոյն դեղեր կ'ըլլան շատ անգամ հիւանդներուն, այլեւս
 դեղ առնելու հարկ չմնար : Բնութիւնը ինքնին՝ բիւրազան
 կազդուրիչ յատկութիւններով օժտուած՝ առանց դեղի ալ
 կը բուժէ վատառողջները : Քիչ անգամ տեսնուած բաներ
 չեն ասոնք : Ումանք՝ միայն իրենց բնակարանը կամ բնակա-

վայրը . և կամ իրենց արհեստն ու զբաղումը փոխելով՝ առողջացած են : Պարզապէս օղբի և ջուրի փոփոխումով մահամերձ հիւանդներ վերակենդանացած , այսօրինակ պզտիկ զանազանութիւն մը անգամ յաճախ իր փրկարար դերն ունեցած է :

Եթէ կայ հիւանդութիւն մը որ , առողջապահական միջոցներով մանաւանդ կարելի ըլլայ դարմանել , անիկա՝ սրտի հիւանդութիւնն է : Դեղերէն աւելի մեծ դերեր ունին՝ կիրարկումը առողջապահիկ միջոցներու : Բժիշկներ առաջին առիթով՝ բնական ու բարոյական օրէնքներու յարգանք և հնազանդութիւն կը յանձնարարէին ինձ : Ո՛րքան իրաւամբ :

Օղբ՝ առաջին տեղը կը բռնէ , կամ լաւ եւս է , առաջին և վերջին տեղը միասնգամայն : Բնակարանը պէտք է գտնուի օդասուն վայրի մը վրայ , խոնաւութենէ , անմաքրութենէ բոլորովին զերծ : Եթէ հնար է ենթակային համար փայտաչէն տան մը վերնայարկին վրայ հիւսիւսէն ընդարձակ և բարձրաձեղուն սենեակ մը յատկացուի , որուն հանդիպակաց պատուհաններէն թող թթուածինով լեցուն օդը առատօրէն ելեւմուտք կատարէ . պէտք է թթուածին , որովհետեւ կեանքին չունչն է ան , առանց անոր բուսական և կենդանական կեանք գոյութիւն չունի : Մեր թոքերը օդ ներածելով՝ թանկագին թթուածինով արիւնը կը վերակենդանացնեն , ինչ հիւսկէնները կ'արտաքսեն և նորեր կ'արտադրեն . ի մի բան , թթուածինը՝ կենաց վառելիքն է , կեանքին բնական շարունակական այրումին համար : Ամէն բոլոր կեանքին տեւականութեան անհրաժեշտօրէն հարկ եղող են կենսալիք տարրը — օդը — ձրի տուած է մեզ Արարիչը . որպէս զի մահկանացուներս հաւատարապէս լիալիք վայելենք զայն : Ուր որ մուտք կը գտնէ օդ եւ արեւ , բժիշկը չտար ան տունին շատ բարեւ : Արեւին լոյսը և տաքութիւնը կարեւոր ազդակ մը կը նկատուի մարդկային առողջութեան պահպանման և երկարակեցութեան : Պայծառ ու ժպտուն դէմքեր , վարդագոյն գեղեցիկ այտեր , վարվուուն ծաւի աչքեր , ճարպիկ ձեռքեր , հաստատ քայլեր , ազնիւ և հեշտալուր բնաւորութիւններ ,

զուարթ և ուրախ հոգիներ՝ օղին և արեւի լոյսին լողանքին բարերար արդիւնքներն են : Ուր որ արեւ չկայ , չկայ հոն՝ գեղեցկութիւն , հրապոյր , պայծառութիւն , ուրախութիւն և երջանկութիւն :

Մեզի ժամանակակից դարերուն մէջ երկայնակեաց եզական մարդու մը ուշագրաւ մէկ յիշատակութիւնն կ'ընէ Անգլիական պատմագրութիւնը , որ ապրեցաւ անամպ երկինքին տակ , Արաբիոյ անապատներուն մէջ , 207 տարիներ :

Բժշկական հեղինակութիւն մը կ'ըսէ , «՝՛ հարուստները կամ նշանաւորները և յ՛՛ դեղեր գործածողներն են որ ծերութեան տարիքին կը ժամանեն , այլ անոնք՝ որ շատ մարմնամարդ կ'ընեն , մահուր օդ կը ծծեն և որոնց կերակուրը պարզ և չափաւոր է » : Անապական օդին վայրկենական բուժիչ օգուտն ու ազդեցութիւնը տեսած եմ ես : Քիչեր մը շատ սառապեցայ , առաւօտուն երբ պայծառ արեւը իր բոցավառ գլուխը հորիզոնէն կը ցուցադրէր , իր փառայեղ փաղփուռ ճաճանչներով լեռ ու սար ոսկեղօծելով , դուրս ելայ . բացտեսայ տեղ մը գացի , մերթ նստելով մերթ ժուռ գալով թարմ և մաքուր օդ ծծելի ազատօրէն , առատօրէն . օդ ներածելու մասնաւոր դրութիւն մըն ալ ունէի , ոտքի վրայ չիփ չիտակ կը կայնէի կուրծքս լայն բռնելով կ'սկսէի երկար երկար ներչնչել լիաթոք . նոյն գիշեր հանգիստ քուն մը վայելցցի : Այ անկէ ետք հարկ է ըսել թէ , սովորութիւն դարձաւ ինձ պայծառ օրերուն բացտեսայ վայրերու մէջ յաճախակի պտոյտը : Նոյնը կը յանձնարարեմ վիճակակիցներուս : Ենչեւու մարզանքը պատուական միջոց մըն է կուրծքը ընդարձակելու , ուղղաբերձ դիրքով ձեմելով բաց և թարմ օդին մէջ , և հոգ տանելու է որ օդին կենսատու թթուածինը ցերեկ ատեն աւելի ներչնչուի կարելի եղածին չափ առատօրէն :

Աշխարհի գեղատեսիլ և զգլխիչ վայրերը , բնութեան սխրալի և հոգեզմայլ տեսարանները վայելել ո՛րքան հրճուանք և ուրախութիւն կառթին մարդուն : Դժուար չէ այսպիսի վայրեր գտնել ամենուրեք : Ծառաստաններ , բուրաստաններ

չեն պակսիր քաղաքի կամ գիւղի մը շուրջը . գնա՛ հոն , ինքնարոյս բիւրազան պէսպիսագոյն ծաղկանց հեշտածոր թոյրն ու բոյրը վայելէ լիալիր , կամ , ելի՛ր բարձր լեռան մը գագաթը , կուշտ ու կուռ դիտէ՛ աչքիդ առջև պարզուած համայնապատկերը , նետուէ՛ և խորասոյգ թաղուէ՛ , մի՛նու լորտին անուշութեանց ու լայն հորիզոններու ընդարձակութեան մէջ , յետոյ պահ մը նստիր հինաւուր ծառի մը պատկառելի ստուերին տակ , լսէ՛ ահաւոր լուսութեան մէջ՝ բնութեան դարաւոր խորաթափանց ձայնը , մէկ կողմէն տերեւոց սոսափիւնը . զեփեւին սոյրը ու մեղմիկ փայփայանքը , ու թրուշնոց մեղանոյշ դալլալուճները . մի.ս կողմէն կենսատու առուակի մը հեզիկ կարկաչիւնը , հոն միթէ չե՞ս կ'ազգուրուիր , չե՞ս նորոգուիր , դեղը այլեւս նշանակութիւն չունի հոն , բնութեան հմայքը՝ համակ քեզի համար դեղ ու դարման , հաճոյք , զօրութիւն և կեանք է :

Օղափոխութեան նպատակով կատարուած ճամբորդութիւնները և գիւղազնացութիւնը իրենց աւագ առաւելութիւններն ունին : Սրտի հիւանդութիւն ունեցողներու համար ցուրտ եղանակները նպաստաւոր են , բայց պէտք է ցուրտէն զգուշանալ և լաւ պաշտպանուիլ , ցրտաշունչ խիստ օդի շնչառութիւնը չէ այնքան օգտակար : Անձկութեան պարագային երբեմն ներելի է բաց պատուհանին առջև մաքուր օդի շնչառութիւնը , փորձը գոհացուցիչ գտած եմ : Ամառը պատուհանները բաց կը պառկիմ ես , շատ թեթեւ ծածկոցի մը ներքև , վարժութիւն է այս , ամէն դիէն գոց սենեակին մէջ հեղձամահ ըլլալու չափ կը նեղուիմ :

Անարատ ջուրը թերեւս շատերուն ուշադրութիւնն չի գրաւէ . պարզ նիւթ մըն է և առատ ամենուրեք : Ես ալ անոր վրայ առաջները կատարեալ գազափար չունէի , չէի գիտէր թէ ան՝ հրաշքներ կրնայ գործել , սակայն , հետզհետէ փորձով հաստատապէս համոզում գոյացուցի թէ , ջուրը նախախնամային դեղ մըն է կենսատու և ազդեցիկ : Օդը և ջուրը որ , կեանքին պահպանման համար գերազանցապէս անհրաժեշտ երկու գոյականք են , թէ ձրի տրուած է մեզի և

թէ առատ : Բժշկական աշխարհին մէջ ջուրն է մեծագոյն դերը կատարողը , չէ՞ մի որ դեղերը մաքուր ջուր կը պարունակեն մեծաւ մասամբ : Փորձառութեանէս պատմեմ :

Տասն և եօթ տարի առաջ , ըստ թոյլատուութեան բժիշկին , քիչ մը ընտիր գօնեաք գնելու համար վաճառատուն մը մտայ . ամէնէն պատուական գօնեաքէն պզտիկ շիշ մը ուղեցի իբր դեղ գործածուելու համար : Խանութպանը Յոյն էր , ու բարի մարդ մի կ'երեւնար , հետաքրքրուեցաւ հիւանդութիւնս հասկնալ . ես ալ պատմեցի իրեն . զգածուեցաւ մարդը , յետոյ ցոյց տուաւ ինծի իրեն սօս քանակի խանութի մը առջև շարուած շիշերը , և ըսաւ , «առոնք Թաւ Տեղէնի ընտիր ջուրը կը պարունակեն . խմե՛՛մ էք երբեք» — ո՛չ , պատասխանեցի : «Ուրեմն , ըսաւ , նախ և առաջ անիկա փորձեցէք . կը յուսամ թէ ալ ընտիր գօնեաքի պէտքութիւն պիտի չզգաք» : Հաւատալով թէ խանութպան մը իր ապրանքը չի ծախելու համար պիտի չստեր , շնորհակալութիւն յայտնելով իրեն , գատուեցայ : Գնեցի ջուրը , տուն տարի խմեցի , Աստուած իմ , արդեօք կենաց ջուր է , դեղերը չէի գտած ա՛յնքան ազդեցիկ , ա՛յնքան օգտակար , ո՛րքան այս հրաշալի պարզ հեղուկը , դեղի պէտքութիւն չունեցայ երկարատեան . լաւ կը մարտէի , ախորժակս շատ բացուած էր , հանդիստ կը քնանայի . երկկամներու տագնապս ալ զգալապէս մեղմացած էր . առաջ յաջորդաբար երկու գաւաթ ջուր չէի կրնար խմել , հիմա առատօրէն կը խմէի , ո՛ր և է անհանդատութիւն չէի զգար : Ետ գոհ մնացի մարդուն այս բարերար թեղազրութենէն : Ալ անկէ յետոյ , անարատ ջուրին սիրահարը եղայ , հոս , հոն հետամուտ կ'ըլլայի ընտիր ջուր գտնելու , երբեմն ջուրերը խարդախուած կ'ըլլային , կը ճանչնայի ընտիր ջուրը սակայն : Անարատ և պատուական ջուրը շատ թեթեւ , վճիտ և անուշ կ'ըլլար , ամենեւին հոս և գոյն չէր ունենար , Պոլսոյ ջուրջ պատուական ջուրերու ակեր չին պակսիր , և մեր երկիրը ընտիր ջուրերով ողողուած է մէկ ծայրէն միւսը : Անարատ ջուրին մի՛ ուրիշ հրաշալիքը պատմեմ :

Օր մը , Բիւչիւի Զամրնա գացիր էինք պտոյտի : Հոն

բերելով, զորոնք քիչ անգամ կը վայելեն առատորէն կենդանական ուտեստ ուտողները»: Ֆրանքլին ալ յարեց. «բուսական կերակուրը՝ որ կը նպաստէ գաղափարներու յատկութեան և արագ ըմբռման, պէտք է որ նախապատիւ համարին մտային աշխատութիւն ունեցողները»: Բայց ուրիշ նեղինակ մ'ալ կը յարէ «չեմ ջատագովեր բուսակերութիւնը, որովհետեւ, մեզմէ և ոչ մէկը կ'ուզէ չափազանց դառնանման ըլլալ, ո՛չ ալ կը քաջալերեմ մսակերութիւնը, որովհետեւ, չենք ուզեր արիւժային մեծ մաս մը ունենալ մեր բնութեան մէջ»: Մարդս՝ ամենակեր է, թէ՛ կանանչեղէն կ'ուտէ թէ՛ մսեղէն, որով կը հասկցուի թէ, թէ՛ երկոտանիներու և թէ՛ չորքրտանիներու դասին կը պատկանի միանգամայն. մարդուն բնական կազմն ալ, անոր թէ մսակեր և թէ բուսակեր ըլլալը ցոյց կուտայ. մեր նախահայրերը, ինչպէս սրբազան պատմութիւնը կը նկարագրէ, գառնուկ, ուլ, Նորթ, թուռն, որսի միս եւ այլն կ'ուտէին. երբ դեռ չէին մշակած զանազան ընդեղէններ, բայց անուրանալի է թէ, երկարակեցութեան համար նախընտրելի են բոյս և միրգ, եթէ ո՛չ մեր նպատակը չէ ջատագովել ո՛չ բուսակերութիւնը և ո՛չ մսակերութիւնը:

Ըսուած է թէ, «եթէ մարդ կաթէն, հաւկիթէն, կարագէն, պանիրէն զատ ուրիշ ամէն կենդանական ուտելիքներէ հեռի մնայ, շատ աղէկ կրնայ ապրիլ, եթէ լաւ մարտդութիւն ունենայ»: Յուրտ կլիմաներու համար սակայն պէտք է որ անունդը քիչ մը մտախառն ըլլայ, աւելի կանաչեղէն ուտելու է քիչ մտով: Սպիտակ միս կոչուածը, ինչպէս են, որթի, գառի, խոճկորի, հաւեղէններու, ձուկի միսերը, կարմիր կոչուած միսերէն աւելի դիւրամարս են: Աղած և պահածոյ միսն ու ձուկը պէտք չէ յաճախ ու առատ ուտել: Ելակը, շոմինը, ասմաթէսը որ առատ երկաթ կը պարունակեն, անտրիւն անձերու յանձնարարուած են, ասոնք՝ հիւանդոտ լիտրըր ու մանաւանդ երիկամունքը բուժելու լաւագոյն դեղեր ճանչցուած են: Հաւկիթի գեղնուցով մէկտեղ պատրաստուած ռովինը ամենապատուական կերակուր է, սա-

կայն կարծիք ալ կայ թէ, շոմինը չ'չարդելութիւն կը պատճառէ, ես ալ քիչ մը համակարծիք եմ: Փարսքեսը կը հաւաստուի թէ, իբր դեղ կը ծառայէ «սքորփիթ» աստին դէմ: Նարինջը լաւ է պնդութեան ու արիւն մաքրելու համար, և թէ տիջուրիթիք. նոյնը կրնայ ըսուիլ նուազ և լեմոնին համար: (Եգիպտոս երբ ծանր հիւանդ էի, միշտ և առատ նուակ'ուտէի, կուտը հանելու պայմանաւ, ո՞վ գիտէ թերեւս անով ազաքինեցայ: Հաղարջ, թուզ, արմաւենի եւ խաղող թէ կերակուր և թէ դեղ՝ պատուական միրգեր են, ասոնց պարունակած շաքարը սննդարար է, թթուները արիւնը կը մաքրեն, ջրդերը կը զօրացնեն, մարսողական և աղեսաց գործարանները կը կանոնաւորեն. երբ հասուն պտուղ կ'ուտուի, այլեւս պէտք չ'մնար շաքարի և ջուրի: «Պարտէզները ամէնէն լաւ դեղարաններն են», շատ պտուղ կերէք ըսել է: Մի մունաք նաև մեղրն ու ուրը, որոնք թէ շատ անդարար են և թէ լուծողական: Շողգամը դիւրամարս և առողջարար, դեղ՝ պնդութեան: Գազարը (հավուճ) սննդարար, և հազարը (մարուլ) լաւ է իբր մաքուր ջուր և լուծողական: Սոխը վարունկէն աղէկ է, ծծումբ ալ ունի. եփուածը նախընտրելի է: Բժշկական հանդէսի մէջ կ'ըսուի թէ կարասը (քէրէվիդ) և ձուկը յողացաւէ տուապոզներուն համար դեղժափ է ու միանգամայն լաւագոյն կերակուր. մտային աշխատութիւն ունեցողները պէտք է յաճախ ձուկ ուտեն, ձուկը՝ շատ փոսփոր կը պարունակէ և թէ բնասպիտ. դիւրամարս ալ է, շատ նպաստաւոր գտած եմ, ես մսակեր ըլլալէն աւելի ձկնակեր եմ: Միս և ձուկ՝ շատկէկ բնասպիտակ կը պարունակեն և առատ բորակածին: Երիկամունքի հիւանդութիւն ունեցողները սակայն, միս և ձուկ քիչ անգամ ուտելու են, որովհետեւ, բնասպիտակին շատութիւնը և հոսումը ֆլասակար է կազմութեան, թէև ան պէտք է, մեր կերակուրին մէկ մասը կազմելով մարմնին ջրդերուն և մկաններուն պակասածին տեղը կը լեցնէ: Պէտք է գիտնալ թէ, չոր միսեր և միրգեր աւելի շատ անունդ կը պարունակեն, և թէ դիւրամարս չեն ընդհանրապէս: Զինուորական բժիշկներէն Միրալայ Տիսար Տօքթ.

Պէշեազատ (Յոյն) սրտի հիւանդութիւնն ունէր. կը հաւատա-
տեն թէ, շարունակ սև չամիչ կ'ուտէր, առաւել քան 35
տարի, իրեն համար ասիկա դարմանի միջոց մը ընտրած էր.
չամիչը արիւն կը շինէ և ոյժ կ'արտադրէ, թերեւս ասոր հա-
մար է որ կը գործածէր:

Մքանախնամեանք խնձորը կը ներկայացնեն իրրև Աստ-
ուածներու կերակուր, անկէ կուտէին առատօրէն մտքի և
մարմնի ոյժը նորոգելու համար, թէև շատ անուշ չի պա-
րունակէր, այլ, առատ փոսփոր, շատ տեղեր ընդհանուր սովո-
րութիւնն եղած է կերակուրներէ ետք խնձոր մը ուտելը,
ոմանք ալ պառկելու ժամանակ կ'ուտեն:

Թարմ հաւկիթը դիւրամարս, օգտակար և անդարար է,
ան ալ ալպիւմին կը պարունակէ, պէտք է նախընտրել դեղ-
նուցը և խաչուածը, ես սովորութիւնն ըրած եմ, կաթին հետ
խառնելով ուտել: Կաթը և մածուցը՝ անդարար և դիւրա-
մարս: Մածուցը օրհնութիւն է մեր երկրին, կենդանութիւն
մեր կեանքին, աւա՛ղ որ քիչեր կը գնահատեն:

Սմէնէն զօրաւոր և արդիւնաւոր դեղերը լաւ պատրաս-
տուած անդարար կերակուրներ են, որոնք ապահովութիւն-
ներ են միքրոսպիներուն դէմ: Ես անուշդին աւագ կարեւո-
րութիւն կ'ընծայեմ, փառք Աստուծոյ ախորժակս ալ տեղն է,
կ'ուտեմ, երկար բարակի ալ չեմ նայիր, կը մարսեմ ալ,
ստամոքսս տոկուն է: Փերմանացիներուն պէս մեծ հաւատք
ունիմ անուշդին վրայ. որովհետև, անոնց հիւանդանոցներուն
մէջ առաւելապէս անուշդին առաջնութիւն տալով՝ զանազան
ճոխ կերակուրներով ու համադամներով հիւանդները կ'ազ-
դուրել կը ջանան: Թէ՛ Ադեքսանդրիոյ մէջ, և թէ՛ հոս ակա-
նատես եղայ որ, անոնց հիւանդները օրը 5 անգամ կը ճաշեն
կուշտ ու կուռ, ճիշտ իմ փնտուածս, բայց դժբաղդարար և
ո՛չ մէկ անգամ այն տեղեր ինկած ունիմ: Անոնք որ ինծի
պէս գրօնիկ հիւանդութիւնն ու միանգամայն լաւ ախորժակ
ունին, զանազան կերակուրներ կրնան ուտել, քիչ ուտելու
պայմանաւ սակայն:

Ես խմորեղէն չեմ ճաշակեր երբեք. որ տեսակն ալ ըլ-

լայ, գիտեմ յետոյ գլխուս գալիք վտանգներն ու փորձանք-
ները: Այս կարգէն են նաև՝ ապուխտը, անուշը վրան,
պասսըր-նա, գալուսան իչերի պասսըր-նա. (վարժուող կեսա-
րացիները հաշիւի մէջ չեն անշուշտ): Չոր լուրիան, մանաւանդ
կազամը, որ չի մարսուիր շուտով, հում սոխը, սխտորը,
աղածք (թուրշի) իր բոլոր տեսակներովը, պղպեղը և կծու
եղող ամէն բան, ասոնք գրգռիչ ազդակներ են, շուտով
կ'ազդեն սրտին, թէև երբեմն կը ներուրի ասոնցմէ շատ քիչ
ուտել: Հրաժարիլ պէտք է նաև շատ իւզոտ կերակուրներէ,
կամ իւզով տապկուածներէ: Հացին ընդհանրապէս կեղեւը
կամ լաւ եփածը կ'ուտեմ ես, հայն ալ, քիչ ուտելու է,
քանի որ բնասպիտի չափազանց առատութեան կը նպաստէ:
Խողի միսը լաւ չէ, դժուարամարս, և թէ պատճառ մէկ
քանի վտանգաւոր հիւանդութիւններու, ի մէջ այլոց, պնդե-
րակութեան ըստ բժշկական գիրքի մը յայտարարութեան:
Խնդիրը՝ դժուարամարս կերակուրներէ հրաժարելով չի լինար.
սրտի հիւանդութիւնն ունեցողներուն համար, անհրաժեշտօրէն
կանոն պէտք է ըլլայ կուռ ու կուռ շուտը, նա մանաւանդ
երեկոյները, եթէ ուզուի խիստ շատ անգամ ի գուր չտառա-
պիլ, ախորժակին չափ ու սահման պէտք է դրուի. «ուտելու
համար ապրելու չէ, այլ ապրելու համար ուտելու է» ա-
ռածը մի՛ մոռնաք: Անհանգստութեան պարագային ընթերցու
չէ, աւելի լաւ է անօթի պառկիլ, քան ստամոքսը բեռնա-
ւորել չափազանցօրէն: Եթէ երբեք Ձեր ստամոքսը տանջուի
ո և է դժուարամարս կերակուրներով, խմեցէք սուրճ մը,
(հիմա տեղն է) սեքիլն մը, կամ լիմօնաթ մը, երբեմն քիչ մը
պի ֆարսլունաք sp սուս կը բաւէ, ես այսպէս ըրած եմ. թէ
որ ասոնք ալ չեն զօրեր, դիմեցէք լուծողական ու փսխե-
ցուցիչ դեղերու, բժիշկին հրամանին համեմատ սակայն: Բայց
այս անպատեհութեանց տեղի չի տրուելու ամէնէն ապահով
ճամբան, նախապէս պատճառ չի տալն է, այն է, բացարձա-
կապէս ինչ եւ դիւրամարս կերակուրներ միայն ուտել:

Մեր երկրին մէջ սովորութիւնն եղած է առտուն և իրի-
կունը կուշտ ու կուռ ուտել, իսկ կէս օրին թեթեւակի.

Երոպայի մէջ, ընդհակառակը ճոխ սեղանը կը վերապահուի կէս օրուան, անկէ անդին թեթեւ ճաշով մը կը լուսականանան: Սրտի հիւանդութեան ենթակայ մը, արեւմտեան սովորութեան պարտի հետեւիլ, թէ հանգիստ ըլլալու և թէ մահաւանդ հանգիստ քնանալու համար:

Միջազգային վիճակագրութիւնը ցոյց կուտայ թէ, գրեթէ բոլոր հարեւամեայներ ծնած ու մահ ին խոնարհագոյն վիճակի մէջ, յոյժ չափաւոր և պարզ ուտելու ու խմելու մէջ: Ստորև կը գնենք անոնց մէկ ցուցակը, անգլիական հեղինակութենէ մը քաղուած:

Փէր ապրեցաւ 150 տարի: Հէնրի Ճէնքինս՝ 169: Պօղոս Ճգնաւոր՝ 115: Սը. Անտոն՝ 105: Յակոբ Ճգնաւոր 104: Արսէնիոս (Արկադէոս կայսեր վարժապետը) 120: Բոմպօլա՝ 120: Սը. Եպիփան՝ 115: Սիսէօն՝ 112: Ատնք մեծաւ մասամբ կ'ուտէին հաց, պտուղ և կը խմէին ջուր միայն:

Եթէ ուղիւ Մաքրոպոլսցիք նշանաւոր իրենց գեղեցկութեամբը, առաւել քան 120 տարի կ'ապրէին: Հնդկաստանի վաղմի Մերկիմաստակները, որ բոլորովին պտուղներով և թարմ բանջարեղէններով կը սնանէին, կ'ապրէին առաւել քան 150—200 տարի (մեղքը բոսորին վիզը, եթէ սուտ է, շիտակը ես գոհ կ'ըլլամ ասոնց մէկ երրորդին ալ): Անապատի արար ցեղերէն ոմանք, որ բոլորովին իրենց ուղտերուն կաթովը կը սնանէին, կ'ապրէին 200 տարի, միօրինակ չոր և արեւակէզ կլիմային տակ:

Իժիլ Սըր ձէյմս Գրիթթըն Պրատն կը յայտարարէ թէ, «երկայնակեցութեան միջոցները՝ բժիշկներու ձեռնհասութենէն վեր են, մենք չենք կրնար փոխել դարուս ոգին, և ջնջել ազահութիւնը, սնափառութիւնը, ցանկութիւնը, չափազանցութիւնները: Բայց կրնանք բան մը ընել, այն է, մտանանջել մեծ վտանգներ, և յանձնարարել առողջապահական օրէնքներ»:

Հիմա մարդիկ աւելի հարստացած և շատ բաներու տիրացած են, բայց ել կայնակեաց ու երջանիկ չեն եղած. ինչո՞ւ — սրովհետև հիմա կեանքը քաղաքակրթութեան վերաբերմամբ ունի իր բազմաթիւ պահանջմանց պէսպիսութիւնները. ընտանեկան, ընկերային և միջազգային գունատեօղ յարաբերութիւնները, իր հազարաւոր երեւելիներն ու այլազան երեւոյթները, դժուարութիւններն ու դժբաղդութիւնները: Ատնք տան կը կարճեն կեանքը ժամանակէն առաջ: Այսքան կարճ կեանքն ալ, քաղաքակրթեայ երկիրներուն մէջ, շատերուն համար երկար ու անտանելի թուելով՝ կ'աճապարեն իրենց իսկ ձեռքով կրճատելու կտրել, անձնապանութեան զաղբիլի ոճիրով, գէթ անձնապանութիւնը քաղաքակրթեայ երկիրներուն կը պատկանի: Ամերիկայի մէջ տարին միջին հաշուով 10,000 մարդիկ անձնապան կ'ըլլան, չարքաշ ու գժնդակ կեանքին դժգոհութեանց տակ: Մինչդեռ հին մարդիկ կ'ապրէին անտրտունջ և երջանիկ միօրինակ կեանքով մը:

Հագուստ և կապուսան ալ մեծ դեր ունի այս հիւանդութեան մէջ: Ամառ, ձմեռ շարունակ ֆանելա հագնիրը՝ անհրաժեշտ պայման պէտք է դրուի, վարժուելէն ետք հանելը՝ նոյն իսկ ամառուան մէջ, հիւանդութիւն հրաւիրել կը նշանակէ, ի պահանջել հարկին կամ ձմեռուան եղանակին՝ կարելի է նոյն իսկ իրարու վրայ երկու հատ հագնիլ: Պէտք է իւրաքանչիւր անհատ իր կազմին համեմատ հագուի: Նաև, սրտի հիւանդութեամբ տառապողներ, սերտիւ կոճկուելու չեն: Կռնակէս և ուսերէս մտելուս համար, ձմեռը մուշտակաւոր բաժկոն հագնելու սովորութիւն ունիմ. հարբուխի կամ հազի հաւանական պատահականութեանց դէմ, կուրծքս ալ, կռնակըս ալ, կրկին ֆանելայի կամ խավուի կտորներով կը պաշտպանեմ: Ուքերէն պաղելու թերացումի մը հետեւանքով մէկ քանի անգամներ Տիզանքերիով պառկեցայ և առելի տառապանքներ ունեցայ, Ամառ ձմեռ բրգեղէն գուլպայ կը հագնիմ:

«Այազը սրճագ սագլա, պաշընը սէրին»:

Պէլինիտէ փէքճէ թութ, տիւլիւն մէ աէրին»:

Ի մի բան, վիճակակիրներս քիչ մը բացատրութիւն համարելով կ'ըսեմ թէ, կերէ՛ք զանազան համազամ կերակուրներ որչափ որ ախորժակ ունիք. մի՛ գրկէք և ո՛չ մէկ ասան ձեր անձերը: Առողջութիւնը խաթարող պատճառներէ զգուշանալով հանդերձ՝ գերի մի՛ ըլլաք առողջապահական կանոններու: Չափազանցութենէ, անխոհեմութենէ և վնասակար գրգռութիւններէ հեռի ըլլալու պայմանաւ, մարդկային արժանապատուութեան սահմանին մէջ ընթանալու և իր հեշտութիւնները լիալիր վաւելիլ՝ աւելի երջանիկ կեանք մը կ'ապահովէ մարդուս: Ո՞վ մինչև հիմա պէս պէս սննդարար կերակուրները կուշտ ու կուռ կերած ու զգջում ունեցած է, ո՞վ թեթև, անարատ ու պաղուկ ջուրերը կուրթ կուրթ խմած. գիշերն ի բուն մշիկ մշիկ և անուշիկ անուշիկ քնացած, մաքուր, վայելուչ ու շիք շիք հագուած ու վնաս տեսած է: Ես կրնամ այսօր ձեզի ցոյց ալ հարի՛րաւոր չքաւոր ընտանիքներ, որոնք ուտեստի չգոյութենէ ու խեղճութիւններէ իրենց մինի մինի զաւակներով միասին դեղնած, հիւժած,

հասած ու ընդհանուր են . թէև կը քաշկուտեն կեանք մը , բայց , ինչպիսի կեանք — մեռելային , գերեզմանային :

Գիտցէ՛ք կեանքը վայելել և անոր օրինաւոր պահանջներուն գոհացում տալ , ձեր պարագաներուն ներածին չափ . ձեր ազնիւ կիրքերը մի՛ սպաննէք , որպէս զի , ձեր մարդկութիւնը չսպաննէք : ձեր ընտանիքի ձեր փայլեցուցէք : Խորհեցէ՛ք թէ , ի նորոյ պիտի չծնիք , երկրորդ անգամ՝ պիտի չայցելէք այս մահկանացուներու աշխարհը . ու կրկին պիտի չսպրիք այս անցաւոր կեանքը . հետեւաբար ձեր կեանքին հաշիւը իտէալ մարդու մը պէս գոցեցէ՛ք : Գիտցէ՛ք յարգը , ամէն բան բրէ՛ք , վայելեցէ՛ք ճշմարիտ մարդու պէս , չափաւորութեան սահմանին մէջ . խորհուրդով շարժեցէ՛ք . խորհուրդով գործեցէ՛ք , ինչ որ մարդկային կեանքին լաւագոյն և յաւիտենական պահպանման ու երջանկութեան համար օրինաւոր ու նուիրական է :

ԲԱՐՈՅԱԿԱՆ ԱՌՈՂՋԱՊԱՆՈՒԹԻՒՆ

(Ռ . Յ . ՊԵՐՊԵՐԵԱՆԻ գործերէն քաղուած)

1. Կեանքը չի սիրողներ կան , բայց առողջութիւնը չի սիրողներ երբեք . . . :

2. Ի՞նչ բանի կը ծառայեն գանձ , նոխարիւն , գեղեցկութիւն , երբ սկար է մարմինը :

3. Առողջութիւնը ամեն վայելից հիմնական պայմանն է . . . :

4. Վասառողջութիւնը կարգիլէ զմեզ , մեր բոլոր ուժերով մեր յղացած կեանքի իսկալին դիմելէ . . . :

5. Աւստուրեան գոհունակ ժամերը , զբօսանքի զուարթ վայրկեանները , կազդուրիչ խաղաղ բունէ մը յետոյ առողջ զարթման կենսաբոյր բոպէները կորսուած բաներ են վասառողջին համար :

Հիւանդութիւնը մեզ համար ամեն բանի վրայ սխուր ֆող մը կը քարածէ , ալ արեւին լոյսը հեզմական ժպիտ մը կը թուի մեզ , ասեղապ ցողը՝ արցունք մը մեր սփոյն նակիւն վրայ կարող , գեփիւնին սուլումներուն մեջ չարագուշակ արտանայիկ վայրկեաններ կը կարծենք լսել :

Ախտահիւժ թուաւոր՝ գեղեցիկ օրերու աւետիսը բերող ծիծառնին երգին հառաչանք մը ունի պատասխան , եւ ցուրտ սարսուռ մը աւանան հովերուն որք անտառին ազագուն տերեւները կը վարեն իրենց առջեւէն . . . :

Աւանդ , այն (հիւանդագին մարդը) որ կեանքի անդիւր մը եղած եր իրեններուն , կրնայ մահուան սերմեր փոխանցել անոնց , նոյն իսկ կեանք եւ մահ ի մասին հաղորդել իրմէ ծնած . կակներու , եւ սիրելի հակասներու վրայ դրոշմուած կարողին համբոյրը՝ բունաւոր կենդանիի մը խայթուածին պէս խիթալի դառնալ :

Մեծ ծնունդներ եւ մեծ մահեր գաղտնիքն են բնութեան . (այս խօսքը կը գտնուի անմահն Տօքթ . Յ . Քեթրիպեանի խորհրդաւոր մահուան առթիւ Պերպերեանի խօսած դամբանականին մեջ) :



ՄՐՏԻ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԵԱՆ ԴԵՂԵՐՈՒՆ ՎՐԱՅ ՀԱՄԱՌՕՏ ԾԱՆՕԹՈՒԹԻՒՆՆԵՐ

Գ Լ ՈՒ Ն Դ .

ԻՄ ԳՈՐԾԱԾԱՍ ԴԵՂԵՐՈՒՆ

«Գլխաւոր դեղը՝ առողջապահիկ պատուերներու հումարիս գործադրութիւնն է»:

«Աւելի հեշտ եւ ածան է առողջութիւնը պահելու համար դեղ առնելը, քան հիւանդութիւնը առողջացնելու համար»:

Մինչև հոս գրածներէս՝ մանաւանդ բժիշկներէն ոմանք թերեւս վճռեցին թէ, առողջապահական ծանօթ միջոցներ է որ կը յանձնարարեմ սրտի հիւանդութիւն ունեցողներուն, և ո՛չ բժշկական կիրարկելի դեղեր, որոնք պատկառելի թիւ մը կը ներկայացնեն: Մի՛ աճապարէք:

Հիւանդութեանս երկարամեայ ժամանակամիջոցին մէջ, առաւել քան 80 բժիշկներ քննած կամ դարմանած են զիս, որոնց մեծագոյն մասը կը գտնուի ի Պոլիս:

Ինծի չափ բժիշկին կամ դեղին աւագ կարեւորութիւն ընծայած, չափազանց դեղ գործածած, եթէ կ'ուզէք, դեղա-

մոլ եղած քրտի հիւանդութիւն ունեցող մը պիտի չգտնէք թերեւս: Բայց, նախ այս գլխուն համար ալ հակիրճ յառաջարան մը հիւսեմ, դեղերուս յիշատակութեան չսկսած:

Սրտի հիւանդութիւնը՝ ներքին հիւանդութեանց ամէնէն փոփոկն է, ինչպէս նաև ամէնէն կարեւորը. բժիշկները չեն կրնար խիզախօրէն դպչիլ սրտին, ինչպէս կը դպչին ներքին ուրիշ գործարաններուն: Ահա սրտին կազմախօսութիւնը:

Սրտը՝ կեանքին կեդրոնն է, և արիւնը բուն կեանքը: Մեծ Հեղինակը սիրտը զետեղած ու պահած է շատ ապահով տեղ մը, լանջքին մէջ, ձախ ստինքէն քիչ մը վար. կրծոսկրներու կամ կողոսկրներու տակ: Որպէս զի, իր օրինաւոր գործունէութիւնը ապահով կատարէ ու արտաքին ազդակներէն ու սոսնձութիւններէն պահպանուի, արտաքինապէս իւրից անթափանց թաղանթով մըն ալ ծածկուած է: Սիրտը սնամէջ մկանունք մը ըլլալով թոքերուն միջև, մարմինին ձախ կողմը կեցած ու տանձի նման եղող իր սուր ծայրը դէպի վար ու քիչ մը դէպի ձախ երկնցուցած է, ու վերի լայն մասը ցրցուած է դէպի սլ, և քիչ մըն ալ ետեւ: Սիրտը՝ զիրար հաղորդակցութեան դնող վարագոյրով մը՝ երկու մասի բաժնուած է ներսէն, և անոնք ալ բացուող և գոցուող մաշկաթաղանթով մը դարձեալ երկուքի բաժնուած են. ձախակողմեան կէսը՝ կարմիր արիւն կը պարունակէ, իսկ աջակողմեան կէսը՝ սև արիւն: Մարմինէն եկող անմաքուր արիւնը՝ մասնաւոր կափարիչներու միջոցաւ վերի մասէն վարի մասին կ'անցնի, ալ ետ չի դառնալու դատապարտուելով: Սիրտին պաշտօնն է, սև արիւնը ընդունիլ աջակողմէն, յետոյ ուրիշ երակի միջոցաւ զրկել թոքերուն մէջ, որպէս զի հոն մաքրուելով, զտուելով և իր գոյնը կարմիրի փոխելով ուրիշ ձամբով մը նորէն իրեն վերադառնայ, սրտին ձախ մասին, ուրկէ սրտին պլըրկումի գորութիւնով մաքուր կարմիր արիւնը աօրջ ըստուած արեան խողովակէն կը մղուի բազմաթիւ մանր երակներուն մէջ, և որոնց միջոցաւ հաւասարութեամբ կը տարածուի մարդկային կազմին ամենայնապէս մասերուն մէջ. սոյն շրջաբերութեանց միջոցին՝ դարձեալ գոյացած սև արիւնը սիրտ

կուզայ, նորէն զտուելու և այսպէս շարունակաբար:

Սիրտը կը նմանցուի ծառի մը բունին կամ կոճղին, որուն այլեւայլ ճիւղաւորումներն են ջղային, զնդերային, երակային, շնչերակային և այլն դրութիւնք: Սիրտն և երակները արեան շրջանի գործարաններ են:

Սիրտը՝ արիւնաբաշխական հրաշակերտ մըն է, արեան ընդունարան մը, կամ լաւ եւս ջրհան մը, արիւնը մէկ կողմէն կ'առնէ և միւս կողմէն կը վանէ, և այս բոլոր գործողութիւնը, կամ արեան մարմնոյն մէջ ամբողջական շրջանի տեսողութիւնը մէկ ակնթարթի մէջ կը կատարուի, որու միջոցին սիրտը իր իւրաքանչիւր պրկումով 25 տրամ արիւն կ'առնէ ու կ'ուտայ: Եթէ կարելի ըլլար սիրտին սոյն գործառութիւնը դուրսէն դիտել, հրաշքներուն հրաշքը պիտի տեսնէինք, հիազգանչ պիտի մնայինք:

Հիւանդներ՝ որոնք երբեմն հրաշքով կատարելագոյն կ'ապաքինին, որոնցմէ ձեռք քաշած էին բժիշկներ, իրենց այդ ապաքինումը պէտք է վերագրեն սիրտին ասկունութեան ու առողջութեան: Հրաշքը սիրտով կ'ըլլայ, որովհետեւ նոյն ինքն սիրտը հրաշալիք մըն է: Քաջատու մէկու մը սիրտը՝ մարդուս հիացում ազդելու չափ գործունէութիւն մը ցոյց կուտայ: Մէկ վայրկեանի մէջ միջին հաշուով 70 անգամ կը սեղմուի և կ'ընդլայնի, մարդ արթուն ըլլայ թէ ի քուն, ան իր գործը կը շարունակէ անընդհատաբար:

Եթէ սիրտը անդամալուծուի, մարմնոյն բոլոր գործարաններուն օրինաւոր գործունէութիւնները վեր ի վայր կը շրջին: Մարմնական կազմածներ ու մասեր կան, որոնք պէտք է երբեմն դադրին գործելէ ու շարժելէ ու հանգիստ առնեն, ինչպէս գիշերը երբ կը քնանանք, մարդկային աչքը, լեզուն, ականջը, ձեռքը, ոտքը և այլն չեն գործեր. սիրտը այդպէս չէ սակայն, սիրտը մեր կամքէն անկախ կը գործէ. երբ ան կենայ, այսինքն չի գործէ, չի բարբախէ, մարդ գոյութիւն ունենալէ կը դադրի, որուն մահ անունը կուտանք: Մեանիլը ուրիշ բան չէ բայց միայն սիրտին կենալը: Սիրտին հետ միշտ սիրալիր յարաբերութիւն ունեցէք, խոհականութիւնը ձեռքէ

չի ձգէք, որ ատեն այդ յոգնիլ ու դադրիլ չի գիտցող մահ գանգուածը ձեզի առաւել քան 100 տարուան կեանք կը պարզուէ:

Առ հասարակ իւրաքանչիւր մարդուն սիրտը՝ իր բառնցքին չափ մեծութիւն ունի ըստած է հիմա իմ սիրտս սակայն, իսա բժիշկներու քննութեան և յայտարարութեան, այնքան մեծցած է որ, բառնցքիս մինչև երապատիկ մեծութեան կը հասնի:

Սիրտը՝ տոկուն գործարան մըն է, ինչպէս նաև կեանքին պահպանիչը: Մարդ՝ մինչև որ սրտէն հարուած չընդունի, դիւրաւ և շուտ չի մեռնիր. մարդու ուրիշ անդամները թող ծակուկ ծակուկ ըլլան, երբ սիրտը առողջ է, կը շարունակէ իր գործը, թող չի տար որ մահը մօտենայ. կիսամեռներ, մահամերձներ այս կերպով ազատած են յաճախ: Մարդ իր սիրտին կը պարտի իր կեանքը:

Թուրք և Ռուս վերջին պատերազմին ժամանակ՝ թիւրք զինուոր մը՝ հրացանի գնդակով 18 տեղէն վիրաւորուած գանուեցաւ, գնդակներուն մէկ մասը մարմնոյն մէջ մխուած էր, վերջէն ամէնքն ալ հանուեցան, վերքերն ալ աղէկցան, չի մեռաւ մարդը, որովհետեւ սիրտին կողմէն հարուած ընդունած չէր: Եւ սակայն, ճիշդ ասոր ներհակ՝ տխուր դէպքի մը յիշատակութիւնն ալ հոս կ'ուզեմ վեր հանել, իբր նպատակայարմար օրինակ:

Տասը տարի առաջ, կիրակի օր մը երեկոյեան դէմ՝ Եէնի Քափուի երկաթուղիի գիծին մօտիկը վայնասուն մը փրթաւ, որ կը տեսնէի մեր հանդիպակաց տունէն, վազեցի գացի, ինքզինքս անուրի ոճիրի մը առջև գտայ, երկու անմեղ զոհեր պառկած էին գետինը, երկուքն ալ հայ, իրարու դրացի և հայրենակից, մին սեղանաւոր, դեռ նոր ամուսնացած, միւսը վաճառական 5 անչափահաս զաւակներու տէր, սեղանաւորը իր տունէն գողաւազակ երիտասարդ մը բռնած՝ ուզած էր կառավարութեան դուռը առաջնորդել, գողը ընդդիմացած էր, դրացին ալ օգնութեան փութացեր է, գողը ինքզինք ազատելու համար անոնց ձեռքէն մէջքէն կը հանէ անպի-

տան դաշոյնը և կը միտէ երկուքին ալ լանջքը, դժբաղդարք երկուքն ալ հարուածը սիրտերնուն վրայէն կ'ընդունին. ինչ չար սաաթ, սեղանաւորը՝ ինկած վայրկենապէս մեռած էր. իսկ միւսը՝ 3 - 4 ժամ ետքը հոգին աւանդեց, մահասարսուռ նոպաներէն անցնելով: Երբ հարուածը այսպէս սիրտին ուղղուած ըլլայ, մահը՝ անմիջական կ'ըլլայ:

Գիտութեան օրըստօրէական յառաջդիմութեան շնորհիւ յուսալի է մօտաւորագոյն ապագայի մէջ հանդիսատես ըլլալ սրտի զանազան նշքրակային յաջող գործողութեանց ճարպիկ ձեռքերու միջոցաւ: Առ այժմ՝ սիրտը աւելի անուղղակի կերպով կը դարմանուի դեղերով, այս է պատճառ անոր դարմանման դժուարութեան: Երբեմն ալ, ներարկմամբ կարելի շուտով աղղեցութիւն ի գործ դնել սրտին, շատ անգամներ ալ սիրտը կը հանդարտի ստամոքսային, շնչերակային, ջրաշին և ուղեղային անդորրութիւն ձեռք բերելու համար, տրուած դեղերով:



ՄԱՏԱԿԱՐԱՐՈՒԹԻՒՆ ԴԵՂՈՐԷԻՑ

Գերմանացի հռչակաւոր բժիշկ մը շատ իրաւամբ ըսած է որ, «ոչ թէ դեղերուն քանակը, այլ անոնց տեսակը ու մատակարարութեան եղանակն է որ կը բուժէ հիւանդը»:

Բժիշկները կը հաւատեն թէ, ի դէպ ցաւի տրուած դեղերը թէև, վայրկենապէս ընդարմացում ու սիտիանք յառաջ կը բերեն, բայց, առժամանակեայ է անոնց բարերար աղղեցութիւնը, հիմնապէս ախտին բուժման չեն զօրեր: Այսու հանդերձ, կան վայրկեաններ, դժբաղդարք յորում դեղերը իսկ և իսկ դեղթափ մը ըլլալով ստոյգ մահուէնէ կ'ազատեն տառապեալները, առանց որոնց անհար պիտի ըլլար տոկալ մահահրաւէր խոշտանդումներուն, ես ասոր կենդանի վկան եմ: Այսպիսի հարկեցուցիչ պարագայներուն միայն ներելի է անոնց չափաւոր գործածութիւնը: Ոմանք կը

խրատէին քիչ դեղ գործածել. մինչդեռ ես ակամայօրէն դեղերուն ձեռք կը դնեմ, որոնցմէ ոմանք քաջ գիտեմ թէ իսկ և իսկ թոյներ են, սակայն և այնպէս, ունեցոյ այնպիսի տագնապալից ժամեր կամ մահաբոյր նոպաներ, որ ենթեկսիօն մը, փոսիօն գօրշիալ մը, նիթրիթ ս'ամիլ մը, մօրֆին մը, քեօպրոմին մը, քրինիթրին ու զօգաին մը, կամ պարզապէս եթէր մը, հրաշքներ գործած են:

Դժբաղդարք ոմանք անլուր նախապաշարումներէ շրջապատուած՝ դեղերու վրայ լաւ գաղափար չեն կազմած, վնասակար իրեր կը նկատեն զանոնք, ոմանք ալ գործածելու կը խրթին ու կը զզուէն: Պահ մը ընդունինք թէ, դեղերը մարդոց կեանքերը կը կարճեն, — թէև ես այդպէս չեմ ընդունիր — սակայն, յաճախ տեսնուած տխուր իրողութիւն մը չէ՞ որ, շատեր բոլորովին ի գուր տեղ կը չարչարուին ու կը մեռնին, դեղերուն կարեւորութիւն չընծայելով ու դեղ չափնելով:

Հեղինակաւոր բժիշկ մը ինծի ըսաւ թէ, «դեղօրէից ընտրութիւնն ու մատակարարութիւնը՝ պէտք է ըլլայ ախտերու տեսակին, հիւանդներու ֆիզիքական կազմին ու անոնց հոգեկան վիճակին համեմատ»: Բնականաբար ասիկա ախտաճանաչ բժիշկ մը միայն կրնայ զանազանել ու մատնանըշել, իր կատարեալ հեղինակութեամբն ու ձեռնհասութեամբը:

Երբ ի դէպ հիւանդութեան անհրաժեշտօրէն հարկ եղող ախտաճանաչութիւնը կը պակսի, կարգադրուած ու գործածուած բոլոր դեղերն ու միջոցները ի դերև են, թերևս, վնասակար իսկ:

Եթէ բժիշկ մը հետամուտ ըլլայ սրտի հիւանդութեան բուն սկզբնապատճառը ճշգրութեամբ գիտնալու և իմանալու, ալ կրնայ դիւրաւ դարմանել ենթական: Բայց երբ ան իր ուշադրութիւնը միայն հետեւանքին դարձնելով, հիւանդին ներկայ վիճակին համեմատ դեղ տալ ուզէ, առանց կարեւորութիւն ընծայելու անոր նախնական շարժառիթին, — կանուխէն ինծի եղածին պէս — տրուած դեղերը՝ թերևս չհամապատասխանելով հիւանդին կացութեանը, անզօր և անօգուտ պիտի հռչակուին:

Հիւանդութեան ի՞նչ բանէն առաջ գալը գիտնալը ճշգրիտ ու ճիշդ ուղղութիւն պիտի տայ զեղագրութեան: Այս մասին լսենք նշանաւոր բժիշկ Տօքթ. Լ. Հ. Քրէսի յայտարարութիւնը:

«Հիւանդութիւնը երբեք չգար առանց պատճառի. և բուժում կրնայ ձեռք բերուիլ՝ միայն վերցնելով պատճառը, ուստի հիւանդութիւնը դարձանելու ժամանակ անհրաժեշտօրէն կարեւոր է ստուգել նախնական պատճառները՝ այնքան շուտ որչափ կարելի է: Գեղեր մատակարարելով և կամ դեղաբանական միջոցներ գործածելով կարելի է եղանակաւորել, փոփոխել կամ բառնալ անհաճոյ ակտանիշները, բայց եթէ ախտանիշները բարձուին և ուշագրութիւն չարուի հիւանդութեան բուն պատճառներուն, հիւանդը իրապէս աղէկ ըլլար, որովհետեւ հիւանդութիւնը տակաւին կը մնայ, արդ պէտք չէ խարուիլ և սխալմամբ ախտանիշները հիւանդութեան տեղ առնել»: Մարդուն սոյն յայտարարութիւններն ու յանձնարարութիւնները աւելի կը պատշաճին տարափոխիկ հիւանդութեանց պատճառներուն համար, բայց և այնպէս, ամէն հիւանդութեանց՝ ի մէջ այլոց սրտի տկարութեանց մէջ ալ բուն սկզբնական շարժառիթները պրպակել և իմանալը նոյն փրկարար արդիւնքը պիտի տայ:

Սրտի հիւանդութիւնները շատ տարբեր դրուագներ ունին, երբեմն ենթական տարօրինակ երեւոյթներ կը պարզէ, մինչև իսկ բժիշկներուն ալ ուշը և ուրուշը գրաւելով, բայց քաջ բժիշկ մը, իր կոչումին պարտականութիւնները գիտէ:

Ամէնէն ճարտար բժիշկներ՝ ամէն ատեն սրտին համար դեղ տալու չեն արտօրար, այլ նախապատիւ կը համարին առողջապահական միջոցներու գործադրութիւնն ու բնութեան բարերար միջամտութիւնը, եթէ սակայն, հարկեցուցիչ պատճառ մը չիկայ:

Երկու տարի առաջ, Ղալաթիա Անգլիական նորակառոյց հիւանդանոցին Անգլիացի բժշկապետին զիմեցի, տեսնելու համար թէ, ան ի՞նչ պիտի ըսէր ինձի համար, և ի՞նչ դեղ պիտի անօրինէր: Քննութեան սենեակն ենք, ծանօթ Ֆրնարգ Հայ

բժիշկն ալ իրեն օգնական ունէր: Բժշկապետը կարծեց թէ, անտեղեակ եմ վիճակէս, ես ալ քիչ մը անանկ ձեւացուցի, սակայն իր տիակնոստիքը ընելէ ետք՝ ամէն բան կուտանայ ու անտարբեր կեցաւ: Յետոյ լուծութիւնը խղելով հարցուցի իրեն թէ, չի՞ հաճիր դեղ գրել, զօրաւոր «ոչ» մը արտասանեց և յետոյ անմիջապէս աւելցուց, «քանի՞ տարիէ ի վեր այսպէս էք», — մտաւորապէս քսան և երկու տարիէ ի վեր պատասխանեցի, «օ՛հ, ուրեմն դացէք ապրեցէք այնպէս՝ ինչպէս ցարդ ապրած էք», ըսաւ, ժպտելով մեկնեցայ: Չվշտացայ դեղ չի գրելուն համար, այլ, բժիշկին ճարտարութեանը ու հեռատեսութեանը վրայ մեծ հաւատք ունեցայ: Ներուի ինձ կրկին անգամ շնչտել թէ, նախ և առաջ սիրար գրգռել և հիւանդացնել սպառնացող շարժառիթներուն դէմ քաջարթուն ըլլալ պէտք է, եթէ ի սկզբան անոնց հոգ տարուի, հիւանդութիւնը տեղ պիտի չընէ սրտին մէջ, կը կարծէք թէ դիւրա՞ւ բոյն կը դնէ ախտը սրտին մէջ: Հիւանդութեան սկզբնապատճառին հոգ չի տարուելուն համար է որ ես այս վիճակին հասայ:

Ինքզինք քննել տալու լաւագոյն ժամանակն է, երբ դեռ ո՛ր և է ախտ ծայր չէ տուած:

Առաջին պատենութիւնով դարձանել տալու փութացէք ո՛ր և է ախտ որմէ յարձակում կրած էք, ըլլայ ան յօդացաւութիւն, շնչարգելութիւն, պրօնչիթ, յօդատապ, կղատապ, ջերմ, կուրծքի և թեւերու ցուեր, ջղատապ, երիկամանց հիւանդութիւն և այլն, եթէ ո՛չ վախճանը կ'ըլլայ մնայուն առժանելի սրտի հիւանդութիւն, յետոյ դահավիժօրէն անկում, տարածամօրէն մահ:

Երբ դեղեր նշանակուին ո՛ր և է հիւանդի մը վիճակին անհամապատասխան կերպով, շատ մը անպատենութիւններ առաջ կ'ուզան: Գլխու ցաւ և պտոյտ, աչքի խաւարումներ, սիրտ խառնուուքներ, ուժաթափութիւններ և դողեր սխալ զեղագրութեան արդիւնքներ են:

Գեղերու գործածութեան եղանակին ու ժամանակին

նկատմամբ՝ հետեւեալ ուշադրութեան արժանի կէտերը բժշկական գրքի մը մէջէն կը քաղենք :

(1) Հինցած ախտերուն համար ստէպ դեղ առնել պէտք է ; և երբեմն շաբաթներով ընդհատելու է , մինչև որ հարկը ստիպէ :

(2) Պէտք է գիտնալ թէ արդէն ջղային տկարութիւնները քիչ անգամ դեղերու կը կարօտին :

(3) Երբ դեղերը զօրաւոր ըլլան , ուշ առնելու է , իսկ երբ մեղմ՝ շուտ շուտ : Զօրաւոր դեղերը ցաւին համար , իսկ մեղմները բուժին համար են ընդհանրապէս :

(4) Սաստիկ ցաւերու ու նոպաներու պահուն թմրութեան համար արուած դեղերը միշտ չեն կրկնուիր , ցաւին դադարումով դեղերն ալ պէտք է դադրին , ցաւ չեղած ատեն այսօրինակ դեղերու կիրառութիւնը վնասակար է :

(5) Իսկ հիւանդութեան բուժին համար արուած դեղերը ատեն ատեն ընդհատելու պայմանաւ ի պահանջել հարկին գործածել պէտք է , որպէս զի թէ ախտը չզբաւորուի ու չի յառաջանայ , և թէ ուրիշ հիւանդութիւն շուտով չի հիւրընկալուի :

(6) Ամառը կարելի եղածին չափ քիչ դեղ գործածելու է . (արդէն օդափոխութիւնը ասոր տեղը կը լրացնէ) զով ու ցուրտ եղանակները դեղ առնելու ամէնէն յարմար ժամանակներն են , մանաւանդ գրծնիկներուն համար :

(7) Ցաւը կամ սարսազագեցիկ նոպան դադրեցնելու նպատակով միեւնոյն ժամանակ յաջորդաբար շատ տեսակ դեղեր առնելու չէ . դեղերու այլազան տեսակներն ու փոփոխութիւնները ո՛չ միայն երբեմն չեն զօրեր , այլ , ակներև վտանգ կ'սպառնան : Տապանաքարի մը վրայ սապէս քանդակուած էր .

«Աղէկ էի ալ աւելի աղէկցնել ուղեցին ,
Շատ դեղ առի և անա հոս բերին ինձի թաղեցին» :

Ընթերցողներուս և թէ մանաւանդ վիճակակիցներուս քիչ մը գաղափար տալու համար է որ , ստորև յիշատակութիւնն կ'ընեմ ինձի արուած դեղերուն , զորս գործածել չեմ յանձնարարեր երբեք ո՛ր և է սրտի հիւանդութիւն ունեցողի մը ,

առանց բժիշկին խորհուրդին , որովհետև , կրկին շեշտելու ենք թէ , դեղեր կը սրուին հիւանդութեանց տեսակին ու բնութեանը ու հիւանդներուն իրենց ներկայ վիճակին համեմատ :

ԻՄ ԳՈՐԾԱԾԾ ԵՒ ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐԱԾ ԴԵՂԵՐՍ

Տիփիքալիս (Digitale) ֆորմիւլներէ կը տեղեկանանք թէ , սրտի հիւանդութեանց մէջ հինէն ի վեր ամէնէն ծանօթ դեղն (բոյս) է ասիկա , որ ախտին բուժին կը տրուի , յոյժ ազդեցիկ , իբր զօրացուցիչ սրտի . մեծ զգուշութիւն կը պահանջուի գործածութեան պահուն : Այս դեղը հիւանդութեանս սկիզբը շատ արուեցաւ ինձի , իսկ հիմա ճարտար ու ախտաճանաչ բժիշկներ ներկայ վիճակիս մէջ կ'արգիլեն զայն :

Բժշկական հեղինակութեան մը յանձնարարութեան համեմատ՝ կը տրուի հետեւեալ պարագաներուն մէջ . եթէ հիւանդը ունենայ կամ զգայ անմիջական սրտի զարկ ու արագութիւն , բազկերակի կամ սրտի բարախման անկանոնութիւն , շնչարգելութիւն , յանկարծական նուազում , սրտի մերձակայ ցաւին հետ գլխու պտոյտ , կարճ հազ , դող , տաքութիւն , ոտքերու պաղութիւն , մէզի նուազում , արեան փոխում , մարմնական ուռուցքներ , յաճախ արթննալ ի քնոյ : Շատ անգամ նպաստաւոր է առնել Աֆոնիքի հետ փոփոխակի :

Պէտք է թարմ ըլլայ Տիփիքալը , և նախընտրութիւն տալու է տերեւներուն : Թէև բարախումը կը նուազեցնէ ու կը կանոնաւորէ , բայց երբեմն ալ քնատութիւն կը պատճառէ . և առատ կիրառութիւնը՝ խառնուուք , ջղայնութիւն ու սրտի բարախումի չափազանց նուազում առաջ կը բերէ : Մարմնոյն բարախումի չափազանց նուազում առաջ կը բերէ : Մարմնոյն մէջ կուտակուող է , 4 օր միայն կրնայ առնուիլ , յետոյ պէտք է ընդհատել . իր ազդեցութիւնն ալ օր մը վերջը երեւան կ'ելլայ : Երբ մարմնոյն մէջ մէկ կրամէն աւելի ներմուծուի , մարդ կը թունաւորուի :

Տիփիքալը՝ առաջին անգամ ինձի արուեցաւ 1889ին (տես

էջ 18) կրր ակտը նոր բոյն դրած էր սրտիս մէջ : (Այն ատեն բժիշկը (Տօքթ. Տատտ) հաւատանց թէ, «հիւանդութեան սկզբնաւորութիւնը ճշգրտու համար չորս տարի մը եւս ետ երթալ պէտք է») : Դեղին բարերար ազդեցութիւնը անմիջա- կան եղաւ : բայց երբ հարկ եղաւ ընդհատել, դարձեալ ծայր տուաւ ցաւ եւ արագ բարախում : Բնական էր ասիկա, որով- նեաւ հիմա կ'ըմբռնեմ թէ, եթէ սրտիս վրայ ճնշող ու բա- բարում առաջ բերող երեսնի թեւերուս մէջ զգացած ցա-ւերուս համար յաւաճագոյն դեղ տրուած ըլլար, աւելի պիտի օգտուէի, և գործը մինչև հոս պիտի չյանգէր, սկիզբէն ի վեր այդ ցաւը անդարման մնաց, աննշմար անցաւ :

Տիկալէնը La Digitalis փոփոխուով ըլլալիք դարմա- նութիւն մէջ կը յանձնարարուի լաւագոյն դեղ մը, (հեղուկ) փոփոխուիք ու փոխուրիթիք հանգամանքով օժտուած, իբր սրտին զօրացուցիչը և արեան շրջանին կանոնաւորիչը :

Կը հաւատուի թէ, սրտի հիւանդութեանց դարմանութիւն մէջ առաջնակարգ կը հանդիսանայ թէ՛ իր մաքուր պատրաս- տութեամբ և թէ՛ գործածութեան չափին որոշ քանակովը, որ լաւագոյն կերպով ճշգրտած է : Իր փրկարար դերը երեւան կուգայ, մանաւանդ սրտի ջիւղերուն ուժաթափութեանը հա- մար գործածուած պարագային : Տիկալէնը՝ ճգնաժամային վի- ճակին մէջ հիւանդին սև երակին մէջէն ներարկուելու առա-ւելութիւնն ալ ունի, որով 5 վայրկեանէն արեան շրջանը կ'սկսի արագանալ : Ներարկումի համար իր չափը որոշուած է մանաւոր ամիուլներով : Ի հարկին ջուրին մէջ 4—5 կաթիլ կաթեցուելով կը խմուի : Սոյն դեղը նոր սկսած եւ գործածել համակրելի բարեկամ բժիշկ Տիար Յ. Պէքեարեանի յանձնա- բարութեամբը. անոր վերագրուած առաւելութիւններու և բարերար ազդեցութիւններու մասին փորձառութենէս դեռ հաստատ բան մը չեմ կրնար ըսել :

Գօնվալլարիա մաեալիս (convallaria maialis) կամ միւկէ անուկով ծանօթ այս պատուական դեղը (ծաղիկ) մէկ երկու Ամերիկեան բժիշկներու յանձնարարութեամբը առաջները շատ քիչ անգամներ միայն գործածելով օգտակար գտայ : Ասիկա

Բուս բժիշկներուն միակ լաւագոյն դեղն է կ'ըսուի : Չգիտեմ ինչո՞ւ մեր բժիշկները շատ չեն յանձնարարեր դայն, քանի որ Ամերիկեան և Բուս բժիշկները առաջնութիւն կուտան անոր սրտի հիւանդութեանց մէջ :

Դաֆէյին (cafeine) հանրածանօթ դեղ մըն է, հիւան- դութեան սկիզբէն նեաէ շատ գործածեցի, ազդեցու- թիւնը անմիջական և զօրաւոր, ունի իր մանաւոր առաւե- լութիւնները սրտի ակարութեանց ու մանաւանդ սրտի ջղային բարախմանց մէջ : Չզային կանանց համար սա աւելի նպաստաւոր է կրակ բժշկական զիրք մը :

Ագօնիթ (Aconit) Արեւմտեան աշխարհի բժիշկներուն ա-ռաջին դեղը, թէև ընդհանուր է անոր գործածութիւնը ամե- նուրեք, ասոր կիրարկումը օգտակար հանդիսացած է ինձ : Ոմանք աւելի ասոր առաջնութիւն կուտան սրտի հիւանդու- թեանց մէջ : Հօմիօփար գրութեան առաջին և վերջին դեղն է ասիկա, գրեթէ ամէն հիւանդութեանց մէջ կիրարկելի նուազագոյն չափով, որչէս թէ ան՝ համայնաբոյժ դերով մը օժտուած ըլլար : Զօրաւոր և ազդեցիկ, բայց կ'ըսուի թէ, վտանգաւոր է յաճախակի գործածութեան մէջ, որովհետև, թունաւոր է, Բրիտտոսէն առաջ ծանօթ ամենէն ին դեղն է, իբր թոյն զօրաւորագոյն, (Սօգրատ փիլիսոփան ասով թու- նաւորեցին կ'ըսէ պատմութիւնը) : Ըստ բժշկական յանձնարա- րութեան՝ նեոեւալ պարագաներուն մէջ կը տրուի, եթէ հիւանդը ունենայ արագ և միանգամայն զօրաւոր բարախում, տաքութիւն, գիշերային տագնապ, կրից (բարկութիւն) գր- գրում, եթէ սրտին զարկերը գիշերները ցերեկներէն աւելի է, եթէ ձախ կողմ պակելով աւելի սաստկանայ բարախումը, և եթէ հիւանդութիւնը վերջապէս գրօնիկի հանգամանքը առած է :

Սթրօֆանթիս (strophantus) բուրբովին նոր դեղ մը, զոր ժամանակակից Ամերիկեան Միսիսսիպի մը գտաւ Ապրիկէի մէջ, ի Մատակասկար : Դիչ անգամ յանձնարարուած է ինձի, բայց յաճախ նպաստաւոր եղած է սրտիս արագ բարախումը նուազեցնելուն ու ցաւը ամօքելուն մէջ :

Սփարթէյնը (Sparteine) կը կանոնաւորէ սիրտին զարկը և մայր շնչերակին անկանոնութիւնը, և կ'աւելցնէ Myocarde ին զօրութիւնը: Խիստ նոյաաստաւոր:

Վեռաքրին (Veratrine) ինծի տրուեցաւ բժիշկիս կողմանէ երբ բարախուժը արագ և զօրաւոր ըլլալով՝ խռովեալ վիճակի մը մատնուած էի, հանդարտեցուցիչ է:

Glycero-phosphate de chaux, et de sodium ասոնք ալ տրուեցան ինծի. երբ սրտիս մերձեկայ երակներուն և շնչափողերուն մէջ անձկութիւններ և անկարգութիւններ կը տիրէին, կը կանոնաւորէ սրտի երակային դրութեան խանգարումները, ու կը զարմանէ պնդերակութիւնը:

Պելլասոն (Belladone) տրուեցաւ ինծի յաճախ, երբ շնչառութեան զժուարութիւնս սաստիկ էր, երբ տաքութիւն, թմրութիւն, պնդութիւն, գլխու ցաւ ու պտոյտ ու սրտի տրոփում ունէի, ազդեցիկ է: Կը կանոնաւորէ նաև սրտի անկանոն զարկերը: Կանանց սրտի տկարութեանց համար աւելի օգտաւէտ և աւելի ազդեցիկ հանդիսացած է սոյն դեղը: Զիդերու վրայ մեղմացուցիչ մասնաւոր յատկութիւն մը ունի:

Սիրտը բուժելու, կամ լաւ եւս է, հանդարտեցնելու համար անուղղակի կերպով կիրարկելի դեղերը աւելի շատ են, որոնք մասնաւորապէս սրտի հիւանդութիւնը գրգռող երկրորդական պատճառներուն դէմ կը գործածուին, ընդերկար փորձառութեամբս կրնամ հաւաստել թէ, ասոնք առաւելապէս նոյաաստաւոր և բուժիչ հանդիսացած են ինծի, և բժիշկներէն շատեր ալ նախընտրութիւնը անոնց կուտային: Ահաւասիկ անոնցմէ մէկ քանիներ:

Նուա վոմիգ (Noix vomique) (Գարգա պիւլեհն) ստամոքսի նեղութեանց և տկարութեանց համար ամենաազդեցիկ լաւագոյն դեղ մը: Ինչպէս ասկէ առաջ յիշեցինք սրտի հիւանդութիւն ունեցողները կերակուրներով և ըմպելիներով ստամոքսը ծանրաբեռնելէն կամ ո և է ստամոքսային զժուարութեանէն կամ խանգարումէն յաճախ անհանդիստ կ'ըլլան, այս դեղը այդօրինակ անպատեհութեանց առաջքը առնելու հա-

մար ալ տրուեցաւ ինծի: Սրտին զօրացուցիչն է, երբեմն լուծողական դեր ալ կը կատարէ, բայց թոյն է, պէտք է զգուշութեամբ վերաբերուիլ:

Իօսիւր սը փօրասիլումը (Iodure de potassium) դեղերու համեստ ցանկին մէջ մին է այն դեղերէն, որմէ մեծապէս օգտուած եմ, և զոր շարունակ գործածելու անհրաժեշտ հարկին մէջ գտնուած եմ մասնաւոր բժիշկիս թողտուութեամբը, երբեմն կ'ընդհատեմ: Իօսիւրը բուն սրտի հիւանդութեան դեղ չէ սակայն, այլ, անոր սկզբնապատճառին, անհաճոյ ախտանիշներուն, բունին և հիմնական բուժման համար կը տրուի: Գլխաւոր պաշտօնն է, սրտին երակները, շնչերակները և կուրծքի խողովակները մաքրել: Իօսիւրը, ջրային և ուղեղային կատարեալ անդորրութիւն կը պարգեւէ: Պնդերակութեան վրայ իր ազդեցութիւնը զօրաւոր:

Գիշերուան տառապեցուցիչ այլանդակ երազներու, զառանցանքներու և սարսափառիթ մղձաւանջներու ալ տեղի չի տար, գտայ նաև թէ, ջիղերս զօրացնելու, արիւնս գտելու, քունս կանոնաւորելու, ախորժակս բանալու, ստային և ջրային ո՛ր է յուզում փարատելու առաւելութեամբ օժտուած է: Փորձառու բժիշկներ չափաճառ մարդոց համար կը թոյլադրեն որ ժամանակ ժամանակ գործածեն, խողովակներուն մաքրութեանը համար:

Ըստ նոր բժիշկներու յայտարարութեան, Իօսիւր ար փօթասիլումը կրնայ տրուիլ երբ սրտի հիւանդութիւնը նոր սկսեր է, սակայն շարունակութիւնը կ'արգիլուի, քանի որ կը հաւաստուի թէ վերջի վերջոյ սրտի տաքնապ բերելու բնոյթն ունի, արգարե ես ալ փորձով այդպէս գտած եմ. ուստի անոր տեղ կը նախընտրեն Իօսիւր սը սօսիլումը, որ կրնայ շարունակ գործածուիլ առանց ո՛ր է անպատեհութեան:

Ես հիմա Սօսիլում կը գործածեմ. Սիֆիլիզմի մէջ (Յրդաստիճանին) սակայն, միշտ նախընտրելի է լոթասիլումը:

Իօսիւր սը Սօսիլումը (Iodure de Sodium) նուազ զօրաւոր է փօթասիլումին հետ բաղբատուելով, թէև ո՛չ նուազ օգտակար. բնականաբար հիւանդներու վիճակին համեմատ մին

կամ միւսը կը տնօրինուի . ինծի համար առաջները միշտ Բօթասիյումը կը նախընտրուէր : Ասոնց փրկարար ազդեցութեան յենդով , այնպէս կը կարծեմ թէ ; երբ սկիզբէն ի վեր յանձնարարուած ըլլար . անշուշտ հիւանդութիւնս այսքան աճելի համեմատութիւններ պիտի չառնէր : Ամէն անգամ դիմելուս Տօքթ . Բ . Չիլինկիրեան էֆէնտինին (Իօթիւրը առաջին անգամ տուողը) գիտէի թէ ամէնէն առաջ այս դեղը պիտի գրէր . առանց շատ կարեւորութիւն ընծայելու դիտողութիւններու ի մասին դեղային փոփոխութիւն մը մտայնելու : Տօքթօրը հակամէտ էր միշտ հիւանդութեան բունին տալ դեղերը : Գեղազրութիւնը շատ ճիշդ էր , որովհետեւ օխտաճանաչութիւնը կատարեալ էր , բազմաթիւ բժիշկներու մէջէն իմ հիւանդութեանս տեսակն ու բնոյթը իրապէս հասկնողներէն մին էր Տօքթ . Չիլինկիրեանը , միշտ օգտուէի իր դեղերէն :

Պրօմիւր սը Բօթասիյում (Bromure de potassium) Իօթիւր եւ պրօմիւր առաջները յաճախ միասին արուած են ինծի : Պրօմիւրը՝ տազնապալից վայրկեաններու անմըջական հանդարտութիւն յառաջ բերելու համար ծառայած է : Սաստիկ աքսէի (նոպայի) ատեն Տօքթ . Ա . Գազազեանի կարգադրութեամբ երբեմն Բօթիօն Գօրսիալի հետ միասին արուելով ինծի՝ առաւելապէս ազդեցիկ եղած է : Սոյն դասակարգէն Պրօմիւր սը Սօսիյում մին ալ կայ , բայց Բօթասիյումէն նուազ ազդեցիկ եւ զօրաւոր , ան ալ իր տեղն ու դերն ունի :

Պրօմիւր սը Սթրօնիյում (Bromure de Strontium)

Լաքթատ սը Սթրօնիյում (Lactate de Strontium) Այս դեղերը վերոյիշեալ դեղերուն հետ մէկտեղ (Բօթասիյում , Սօթիյում) արուելով շատ նպաստաւոր եղած են ինծի . մանաւանդ Լաքթատը Իօթիւրին հետ , տիյուրիթիւր հանգամանքներ ունին : Տիյուրեթիւր եւ Թեօպրօմիւր (Diuretine — Théobromine) իմ երկրորդ կարեւորագոյն դեղս է ասիկա , զոր շարունակ գործածելու ստիպողութիւն մը առաջ եկած է հիմա , քանի որ բժիշկներուն յայտարարութեանը համեմատ , իմ սրտիս անձկութիւնն ու բարբախման ուղղնութիւնը յաճախ երկվամբուս տկարութենէն ալ առաջ դալով Ալպիւմինի արտաքոյ կարգի

առատութիւն մը կը գոյանայ մէզի մէջ : Ասոր նկատմամբ սորվածս ու փորձառութեամբ գտածս հետեւեալն է , մասնաւորապէս միզելու դիւրութիւն եւ շատութիւն կը պատճառէ , երակները կ'ընդլայնէ , դալիք սաստիկ աքսէներուն առջևը կ'առնէ , շնչարգելութիւնը եւ գլխոյ ցաւը կը վարէ , սիրտին եւ թոքերուն տենդոտ եւ յախուռն գործունէութիւնը կը կանոնաւորէ : Չեմ ըմբռնէր թէ , ինձ համար անհունապէս օգտակար հանդիսացող այս դեղը ի՞նչու առաջները չի արուեցաւ :

ԹՄՐԵՑՈՒՑԻՉ ԵՒ ՍՓՈՓԻՉ ԴԵՂԵՐ

Չեր վերին ուշադրութիւնն կը հրաւիրեմ հետագայ թրմրեցուցիչ եւ ամօքիչ դեղերուն՝ Թրինիթրինի , Նիթրիք Տամիլի , էքերի , եւ Մօրֆինի վրայ :

Trinitrine-Nitro-glycerine Ասիկա՝ կուրծքիս եւ սրտիս մէջ տիրող յանկարծական սարսազդեցիկ ցաւին համար եզակի դեղ մըն է , զոր առաջին անգամ տուաւ ինձ Տօքթ . Տ . Թապիպեան . ինք ամերիկայէն բերել տուած էր Թապիօիս քրինիթրինի պատուական տեսակ մը , անկէ տալով պատուիրեց որ , միայն ւրսի կամ կուրծքի սաստիկ ցաւ եկած ատեն հատ մը առնեմ , ցաւ չեղած ատեն առնելը բացարձակապէս արգիւից : Ի դէպ ցաւի հատ մը բերանս դրի , հրաշքն ալ այսչափ կ'ըլլայ , դեղը տակաւին կուլ չի տուած , որ արդէն սկսած էր հալիլ լեզուիս վրայ , մէկ երկու ակնթարթի մէջ՝ այդ աճելի ցաւը , — որ երբեմն զիս մինչև մահուան դուռը առաջնորդած էր , — անհետացաւ . ինծի այնպէս թուեցաւ թէ , 20րդ դարուն մէջ հրաշքի մը դէմ առ դէմ կը գանեմ ինքզինքս : Այլեւս ցաւիս յատուկ հրաշագործ դեղը գանուած էր , բայց աւաղ 20 տարի ետք , արդեօք ճակատագրային սարսազդեցութիւնս էր պատճառը , որ ես երկար տարիներ շարչարուէի , թէ մարդկային անդթութիւն կամ արհեստային

անճարակութիւն , որ բժիշկները չէին մատնանշած այս դեղը աւելի կանուխ : Աշխարհի վրայ տեսակ տեսակ ցաւերով գալարուող ո՞րչափ խեղճեր կան արդեօք , որոնք անգիտակից են թէ , իրենց համար անհրաժեշտ եղող դեղը կը գտնուի ի պահ դեղամթերանոցի մը մէկ անկիւնը , կամ բնութեան ծոցին մէջ :

Թրինիքրինը բուրոյժին նոր կամ անճանօթ դեղ մը չէր , Թապիպեանէն առաջ ուրիշ բժիշկներ ալ յանձնարարած էին , բայց չէին ըսած կամ գիտցած թէ , միմիայն ցաւի ժամանակ պէտք է առնեմ , որպէնզի իր բարերար ազդեցութիւնը ցոյց տայ , հապա ըսած էին որ , առտու իրիկուն մէյմէկ հատ առնելու եմ , ըստ պատուէրի գործածած էի . բայց բնաւ օգուտ չէի տեսած : Թրինիքրինը մօրֆինի կամ լաւ եւս Նիքրիք Տամիլի հանգոյն զօրաւորագոյն ազդակ (թոյն) մըն է , խիստ զգուշութեամբ վերաբերուելու է : Ի հարկին , նախ ես քիչ քանակութեամբ կ'առնեմ , կէս մը , յետոյ երբ ցաւը չամօքի , միւս կէսն ալ կը գործածեմ : Սօլիսիօնի դրութեամբ ալ կ'առնուի , թէ կրնայ ներածուիլ և թէ ներարկուի :

Աստիճանաբար իրարմէ նուազ զօրաւոր տեսակները կան սոյն Թապիօտներուն , իմ գործածածս ամենէն զօրաւոր և ամենէն պատուական տեսակն է , դիւրնալ և դիւրահաղորդ , **Փարմ Տեյլիս**՝ ֆապրիգային արտադրութիւնն է , քառակուսի պղտիկ շիշերու մէջ 100ական հատ կը գտնուի : Պաշտոյ մէջ միակ կեդրոնատեղին է **Տրոկիսթ Ա.**՝ Նաղարեան , Պապը Ալի ճատտէսի : Կլոր շիշերու մէջ գրուած տեսակները աւելի շատ են , որոնց մէջ միայն 25 հատ **Թապիօիս** կը գտնուի , բայց ես վերև յիշածս կը գործածեմ , և ան ի հարկին կրնայ նաև ներարկուիլ , **trituré** եղած ըլլալուն համար : Այս դեղը երկու անունով կը յիշատակուի , թրինիթրին և Նիթրօ-Կլիսէրին , երկուքն ալ միեւնոյնն է : Բանապետութեան շրջանին ի մէջ այլոց այս դեղն ալ արգիլուած ըլլալուն համար , թրինիթրին յորջորջումին տակ կարելի էր ձեռք անցընել , միւս անունը ջիդերը թունթ կը հանէր , որովհետև ասիկա ուրիշ բան չէ , բայց միայն **սինամիթի** պարզ բաղադրութիւն մը :

այս յայտնութեամբ ըսել կ'ուզէի թէ , սոյն դժոխային նիւթը որ , վայրկենական կերպով ամրակուռ բերդեր պողպատեայ զրահաւորներ , պարսպապատ քաղաքներ և աշխարհներ կործանելու , մարդկային կեանքեր հնձելու կը գործածուի , միեւնոյն ժամանակ բարի և ճարտար ձեռքերու մէջ , իր նուազագոյն չափին կիրառութեամբ՝ աչքի արտասուքներ սրբելով , մահառիթ ցաւեր ամօքելով մարդկային կեանքեր փրկելու ալ կը ծառայէ , և կ'ըլլայ օրհնութիւն մարդկութեան :

Նիքրիք Տամիլը (**Nitrite d'amyle**) մասնաւորապէս սրտի հիւանդութեանց մէջ կիրարկելի . առաջները շատ գործածեցի ի դէպ անմիջական ներքին սարսուզին անձկութեան կամ ցաւի : Այս նեղուկը թաշկինակի մը վրայ մէկ — երկու կաթիլ կաթեցնելով հոտուըտալու դրութեամբ կը գործածէի , ժամանակի կորուստ չկայ , ազդեցութիւնը երկվայրկենական է , այսպէս է բնութիւնը , բաւական էր որ հոտը քիթին հասնէր : Քանիցս նոպաներուս մահահրաւէր յարձակումներուն պահուն ստոյգ մահէն պրզեց , ազատեց զիս , երբ դեռ թրինիթրինը ծանօթ չէր ինձ :

Վիճակակիցներէս **Տօքթ.** Յակոբ Զիյրէկեանը դարմանող բժիշկներ , անոր հոգեսարսուռ նոպային յաճախակի յարձակմանց դէմ յուսահատ՝ ո՛ր և է դեղ ու դարման այլեւս անօգուտ տեսած էին , հուսկ յետոյ բժիշկներէն մին փորձեց այս դեղն ալ կիրարկել , բարեբաղդաբար անմիջական եղաւ դեղին փրկագործութիւնը , **Տօքթ** որը ժամանակ մը եւս ապրեցաւ : Յայտնի է թէ , սրտի հիւանդութիւնները երբեմն այնպիսի յեղակարծ մահառիթ քրիզներ ունին , որ երբ այն վայրկեանը կարելի ըլլայ անգամ մը անցընել , ո՛ր և է միջոցով ու դարմանումով , ալ վտանգը անցած կ'ըլլայ թերեւս երկարատեւուն մը համար , եթէ ո՛չ մահը անխուսափելի է : Անգամ մը այսօրինակ սաստիկ ցաւով տառապելով հաղիւ հազ հասայ ծանօթ Սարիմ էֆ . Կարապետեանի դեղաբանը , ցաւն ալ իր զենիթին հասած էր , մաղապուր մնացած էր մահանալու , հոն առած դեղերս բացարձակապէս անզօր և անազդելցիկ կը մնային , հուսկ յետոյ , այս դեղը միտքս ինկաւ , հա-

կար արդիւնքներ արտադրած է ինձ համար, հանդարտեցուցիչ է. քիչ շատ մարսողականի ու լուծողականի դեր ալ կը կատարէ, երբեմն ասով կը շտապնամ:

Փօսիօն Phosphor ի վրայ կ'ուզէ՞ք անեք թոտ մը լսել, որպէս զի ես ալ շունչ մը առնեմ. դեղերուս յիշատակութիւնը չարունակելու համար:

Սաստիկ ջղայնոտ կնկան մը հանդիպեցայ մեր նոր վարձած տանը մէջ, երբեմնի ջղատագնապը բռնած ըլլալով՝ բազմոցին վրայ փռուած կը տապալակէր ու կը շարչրկուէր, հեղձամահ ըլլալու աստիճան, կապոյտ կապոյտ կուգար. կրնայի օգնութեանը փութալ պատրաստ դեղերովս, սակայն այդ խիստ տագնապալից վիճակը դիտելով՝ չի համարձակեց, այլ միայն թելադրեցի որ, անմիջապէս բժիշկ կանչեն: Բժիշկը եկաւ, տեսնելով թէ կինը կը շարչարուէր շնչասպառ ըլլալու երեւոյթներ պարզելով, ջանաց մասաժի դրութեամբ նախ շնչառութիւնը զիւրացնել, դեղ գրելու ժամանակը չէր, խեղճին տագնապը գէթ քիչ մը ամոքելու համար անմիջական օգնութեանը հասնելու էր: Բժիշկը իմ ծանօթս էր, զիս տեսնելուն հարցուց («էթէր ունի՞ս») ըսի իրեն թէ, ո՛չ միայն եքէր, Փօսիօն Գօրաիալեւս ունիմ պատրաստ, էքէրով ու Պրովիւրով խաւն, «շուտ անկէ բեր» ըսաւ: Սուրճի գաւաթով մը յաջորդաբար երկու հատ տուինք, կուլ տուաւ, և ահա կնկան անձկութիւնը վայրկեանապէս փարատելով նորէն աշխարհ եկաւ, յետոյ բժիշկը հանգիստ հանգիստ դեղագիրը գրեց: Տօքթօրը խօստանալով միանգամայն թէ, կինը իմ այս պատրաստ դեղիս կը պարտի իր անմիջական հանդարտութեան վերահաստատումը, դարձեալ իր առած վիզիթային կէսը ինձի չտուաւ, առաւ քալեց, մենք մնացինք բացը:

Մօրֆինը (Chlorhydrate de morphine) հանրածանօթ դեղ մըն է. ամէն տեսակ սարսուղեղեցիկ և մահառիթ ցաւերը վտարելու ու թմբեցնելու համար: Յաւոց աշխարհին մէջ եզակիան և հիանալի է ասոր դերն ու ազդեցութիւնը: Ոմանք ասիկա միշտ գործածելու ունակութիւնն ունին, պարզապէս իրենց քմահաճոյքին գոհացում տալու համար: Գինեմոլներու

պէս նուազ չեն աշխարհի մէջ մօրֆինաւօլներ եւս. ըստ խ, մեծ մեղանչում մըն է ցաւին պատկան դեղ մը՝ վաղանցիկ անասնական հաճոյքին յատկացնելը. որովհետեւ, մօրֆինը թէեւ կը զինովցնէ, բայց, ոգելից ըմպելեաց չի նմանիր, պարզապէս թոյն մըն է. մահացու և կենսաւեր: Հագուագիւտ չեն Մօրֆինով մահացողները, որոնք ընդհանրապէս Մորֆինոսի զիրկէն անզգայօրէն անգրաշխարհ կը չուեն. Ինչպէս ըսի Նիքրիթ Տամիլի նկատմամբ, խոհեմութիւն է այս դեղն ալ վերապահել. ամէնէն նեղ պարագաներուն համար միայն, միշտ բժիշկին խորհուրդով սակայն: Զիս դարմանող բժիշկները, միշտ կ'ըզգուշացնէին Մօրֆինէն: Բարեբաղդաբար շատ քիչ անգամ տրուած է ինձի, և դարձեալ տեսայ թէ, սիրտս կը սխմէր ու կը տկարացնէր, մարսողութիւնս կը դժուարացնէր, պնդութիւն և անձկութիւնս առաջ կը բերէր: Տօքթ. Տիգրան էֆ. Թապալեան՝ ստիպեալ պարագային մօրֆինը Փիրամիտօնի (Pyramidon) հետ միասին կուտար ինձի և, շատ նպաստաւոր կ'ըլլար:

Անգամ մը, հիւանդանոցին մէջ հանդիպեցայ Մօրֆինաւօլի մը, մինչև այն ատեն շատ գաղափար չուէի Մօրֆինի վրայ. այս Մօրֆինամօլը առաջին կարգի հաշուադէտ և գաղիագէտ ուսուցիչ մըն էր, Գաղիոյ մէկ համալսարանէն չըրջանաւորտ, բայց աւա՛ղ, իր այս տղեղ մոլութիւնը — որմէ անկարելի եղաւ բաժնուիլ — բոլորովին վտանգեց ու խորտակեց իր խոստմնալից աղագան, և իջեցուց զինք անբան անանոց կարգը:

Մարդը 20 տարուան պատկառելի Մօրֆինամօլ մըն էր, զարմանալին այն էր թէ, ինք հիւանդ չէր, ցաւ չունէր, բայց զայն կը գործածէր սոսկ յագուրդ տալու համար իր ունակական մոլութեան. մասնաւոր գործիքով շատ ճարպիկութեամբ ինքն իրեն կը ներարկէր, ակնատես եղայ որ, առանց ասեղը մորթին մէջէն դուրս հանելու տար սանթիկրամ մօրֆին ներարկեց յաջորդաբար, սոսկացի, բայց իրեն համար բան մը չէր այդ քանակը, վարժուած ու մոլին դարձած էր այլեւս. իր մորթին վրայ ողջ տեղ չէր մնացած ասեղի հար-

ուածներէն , բոլոր մարմինը ծակ ծակ եղած էր կուրծքէն վար մինչև ծունկը , ալ թունաւորուած էր բաւին արական առումովը , հիւանդանոց եկած էր որպէս զի բժիշկներուն քաջարթուն հսկողութեան ներքե ստիպուելի քիչ մը ներարկումներուն չափը նուազեցնել , որով շատ դժգոհ էր 24 ժամուան համար բժիշկներուն տուած 30 սանթիկրամ Մօրֆինի քանակէն , դուք երեւակայեցէք թէ , ազատ թողուած ասեն ո՛վ գրեէ որչափ կը գործածէր : Այս մարդուն նեա բարեկամ եղած էինք , որովհետե միեւնոյն սրտոն մէջ կը պառկէինք , իրարմէ ո՛չ այնքան նեառ . լեզուանի մէկն էր , Մօրֆինի բարեօք և հեշտալուր ազդեցութեանը վրայ դժայմամբ կը ձառէր , ու գնահատականներ կը շուայէր , իր այս փառարանութեան մէջ այնքան առաջ դնաց որ , ինչ մեղքս պահեմ զիս ալ հրապուրեց , և որովհետե գիշերները ես շատ կը տառապէի , ուղեց որ ինծի ալ ներարկէ , մեկ սանթիկրամ միայն , հաւանեցայ , պառկելու սովորական ժամանակին տեղի ունեցաւ ներարկումը ձախ թեւիս վրայէն , մարդը այնքան շուտ և դիւրութեամբ ներարկեց որ , գրեթէ չիմացայ ասեղին ներածումը , բժիշկներուն ներարկումը այնքան յաջող և դիւրահաղորդ չէի գտած , որչափ ասորը . գիշերը հանդիստ անցուցի , բայց ուրիշ ասեն կրկնել չտուի . այս ամէնը տեղի կունենար բժիշկներուն և հիւանդապահներուն քիթին տակ , որոնք սակայն տեղեկութիւն անգամ չունէին :

Սալիսիլաթ սր սուսը (Salicylate de soude) ինչպէս շատերուն յայտնի է , յօդացաւութեան պատկան դեղ մըն է , և յօդացաւութիւնը սրտի հիւանդութեան հետ սերտ կապակցութիւն ունի , ու ժամանակ ժամանակ ախտը գրգռելու կը ձգտի ըսինք , այդ պարագաներուն՝ ասոր մատակարարութիւնը մեծ օգուտ ընձեռած է ինծի : Յօդացաւութիւնը երբեմն յանկարծ երեւան գալով զիս կ'ընկճէ , ու կը տանջէ երբեմն կ'աներեւութանայ երկար ժամանակուան համար , վերջը դարձեալ իր գլուխը ցցելու պզտիկ շարժառիթով մը , այսպէս է անոր ընոյթը : Անգամ մը հիւանդ պառկած պահուս յանկարծական սարսափելի ըրեմաթիզմով մըն ալ բռնուեցաւ աջ

բազուկս , անշարժութեան մատնելով զայն խալառ , մէկ անգամէն առնելու պայմանով բժիշկը առաւ ինծի կրկու կրամ Սալիսիլաթ սր սուս , մեծ չափ , հետեւաբար շատ զօրաւոր , կէս վայրկեանէն ցաւը անհետանալով բազուկս նորէն վերակենդանացաւ , արդարեւ զարմանալի էր դեղին անմիջական բարերար ազդեցութիւնը : Այն ատեն հաստատ համոզում գոյացուցի թէ , ախտաճանաչ բժիշկի մը կողմանէ բուն հիւանդութեան համար ճիշդ ժամանակին տրուող ամէն դեղ իր ազդեցիկ դերն ունենալով հրաշալի արդիւնքներ կ'արտագրէ :

Պեկուաթ սր սուս (Benzoate de soude) ինչպէս Սքոնսիլումը նմանապէս ասիկա միշտ Իօսիւրին հետ միասին տրուած է ինծի ի հարկին , թէև օգտուած եմ , բայց և այնպէս , անոր օգտակարութեան սահման չեմ կրնար ստորագծել :

Պիգարպօնաթ սր սուսը (Bicarbonat de soude) ձեր ամենուն գիտցածն է , դիւրամատչելի ամէն տեսակէտով , իր դերը ոչ նուազ կարեւոր ու օգտաւէտ նոյն իսկ սրտի հիւանդութեանց մէջ ալ , զերազանցապէս մարսեցուցիչ : Երբ սովորական Իօսիւրս ընդհատեմ , կերակուրներէն ետք ասիկա կ'առնեմ , ու նաև ստամոքսիս ո՛ր և է անհանգստութեան պարագային : Ազդեցութիւնն անմիջական և զօրաւոր :

Սոլֆաթօն (Sulfate de quinine) հասարակ դեղ մըն է ամենուր ծանօթ , թէև հասարակ բայց դեղերուն կարեւորագոյնն է , եղական իր բաղմակողմանի առաւելութիւններովն ու համայնարոյժ յատկութեամբը , յաճախ գալիք անպատեհութեանց առջևը ասով կրնայ տանուիլ , եւ միշտ գործածած և օգտուած եմ ի դէպ ցրտաւութեան , քնատութեան , տկարութեան , խոնաւութեան , յօդացաւութեան տխորժակի կորուստեան , ինչպէս մանաւանդ ամէն տեսակ հարրուխի , հազի , ինֆլուէնցայի ու ջերմի նշաւակ եղած ժամանակներս : Գօլէրայի համաճարակին ատենն ալ ջերմապէս յանձնարարելի :

Էլէքսիր-Բարեկօրիկ (Elixir Paregorique) փոքի ցաւի և փորհարութեան համար լաւագոյն դեղ մը , ի պահանջել հարկին 5—20 կաթիլ ջուրով կ'առնուի , կազմին և տարիքին համեմատ . զօրաւոր և ազդեցիկ : Են մշտապատրաստ ունիմ , հա-

ւանականութեանց դէմ յանկարծակիի չի գալու համար: Ան ալ զօլէրայի համաճարակի միջոցին գործածուելու յարմար:

Գօլէրայի դէմ ազդեցիկ բաղադրութիւն մըն ալ կայ Անքիֆօլէրիփ անուն, մշտապատրաստ ունենալու համար. միակ կեղրոնատեղին կէտիկ-Փաշա Վահրամ էֆֆ. Ասատուրեան դեղարան:

Լազոքսը (Lactose) կաթով և շաքարով խառնուրդ ալիւրանման շաքարափոշի մը, ընդհանրապէս ուրիշ դեղերու էքսթրաներուն հետ կը խառնուի, ի հարկին ինծի եռացած կաթին հետ մէկտեղ արուելով շատ նոյաստաւոր եղած է, հանդարտեցուցիչ դեր մը ունի, ու նաև երբեմն չափաւոր լուծում առաջ կը բերէ ու մէզն ալ կը շատցնէ:

Միսքը (Musc) ուտելու կամ հոտուրտալու դրութեամբ կը գործածուի, բարերար օգուտներն անսած եմ, սրտի սկալութեանց մէջ ան ալ ունի իր դերն ու ազդեցութիւնը, ինչպէս նաև ուրիշ բոլոր քաղցրարոյր ծաղիկներ, վարդեր, բոյսեր, տերեւներ և այլն:

Հարկ եղած ատեն մէկէ աւելի անգամներ ճիշդ սրտիս վերև խարանադեղ (փէնիլփան եազոքսը) բանալով ու ջուր վազցնելով մեծ հանդարտութիւն ձեռք ձգած եմ, այս դրութիւնն ալ միայն Տօքթ. Բ. Չիլինկիրեան յանձնարարած է ինձ:

Ոչ նուազ օգուտը տեսայ նաև ի հարկին յօղերուն տեղ մեղմացած ammoniaqueով միասին camphre քսելով:

Տազնապալից նոպաներուն արտաքուստ գործածուելու համար յանձնարարուած gaulthier, glycerineի և teinture d'iodeի օգուտները շատ քիչ տեսած եմ:

Անգամ մը, սրտիս սաստիկ տազնապալին ժամանակ քիչ մը արիւն հանելու համար բժիշկի մը մասնաւոր հրահանգով ճիշտ արտիս վրայէն եղջիւր մը զարնուեցաւ, մասնազէտ սափրիչի մը միջոցաւ, միեւնոյն ժամանակ կռնակիս երկու կողմերուն վրայ ալ չոր շիշեր փակցուեցան, այս դրութիւններն ալ իրենց մեծ օգուտներն ընձեռեցին:

Բժիշկներուն յանձնարարութեամբը գործածեցի նաև զանազան հոնքային ջուրեր, ասոնք ալ իրենց կարգին երբեմն դեղերէն աւելի նպաստաւոր արդիւնքներ արտադրեցին ինծի: Հինցած հիւանդութիւններու համար հանքային ջուրեր՝ շատ հանգստութիւն կը պարգեւեն:

Բժիշկիս յանձնարարութեամբը մարձումի (Մասափ) դրութիւնն ալ շատ օգտակար հանդիսացաւ ինծի: Շփելու յարմարագոյն տեղերն են, ստամոքսը, երբ մանաւանդ անհանգիստ է, կռնակը, ուսերը, բազուկները, ծունկերը, ձեռքերն ու ոտքերը եւայլն:

Մասափի դրութիւնը՝ հետզհետէ կ'ընդհանրանայ, Եւրոպայի և Ամերիկայի մէջ մեծ կարեւորութիւն կ'ընծայուի, որովհետև, շատ են առաւելութիւնները: Արեան չըջանը կը բարւոքէ, մարտոզութեան գործողութեան կը նպաստէ: Զղայիններուն համար աւելի ակներև է ասոր բարերար ազդեցութիւնը: Մասափը՝ թիւմաթիլովի դարմանումին մէջ ամենաազդեցիկ դեր մը ունենալուն համար, լաւագոյն միջոց մը ճանչցուեցաւ: Ասոնք՝ Մասափի մասնազէտ վաղեմի բժիշկի մը յայտարարութիւններն են:

Սիրտը բուժելու կամ զօրացնելու լաւագոյն եղանակ մըն ալ կայ աստիճանական վարժութեամբ: Սրտի հիւանդութիւն ունեցողներուն բոլորովին գործադուլ հռչակել ու հանդարտութիւն յանձնարարել լաւ չէ, մասնաւանդ գրօնիկներուն համար: Թէև քիչ խօսիլ, քիչ քայլ կամ յոգնիլ, և թեթև բաներ վերցնել, այսինքն, վերջապէս քիչ աշխատութիւն են թակահներուն սկզբունքն է, սակայն աստիճանական վարժութիւնով և փորձով կրնան իրենց այս գործունէութիւնը հետըզհետէ կրկնապատկել և առողջ մարդու մը պէս գործել. այս կերպով սիրտը կ'ուժովնայ և իր գրօնիկի հանգամանքով իր դերը կը կատարէ ընդերկար ժամանակ, թէև եղծուած և ապառողջ: Իմ սիրտս ասոր ամենալաւագոյն օրինակն է, թէ որ ես շարունակ ազատ աշխատող մը չըլլայի, ո՛չ կրնայի այսքան ապրիլ և ո՛չ ալ այս երկս գրելու և ձեզի մատուցանելու պատեհութիւնն պիտի ունենայի: Բայց սրտի հիւանդութեան տեսակներուն համեմատ կը տարբերի այս յանձնարարութիւնը:

Երբ ուրիշ նոր հիւանդութեան միջամտութեամբ սիրտը յուզեալ վիճակի մը մասնուի ու խախտի անոր օրինաւոր գործունէութիւնը. անմիջապէս սրտի դեղերուն դիմել պէտք չէ. նոր հիւանդութեան պատճառները վերցնելու համար տրուած դեղերը արդէն սիրտն ալ կը հանդարտեցնեն:

ԱՌՐՏՍ ԿԱՄՔԻՍ ՀՊԱՏԱԿ

Աննախորհրաց դեպք մը : Սրտիս կտակէն վերջ կուզանք սրտիս գազանիքին : Վերև , սրտի կազմախօսութեան մէջ յիշուեցաւ թէ , սիրտը մարդկային կամքէն բոլորովին անկախ կը գործէ . սակայն , իմ սիրտս կաւկիս կը հպարտակի , և ես յաջողապէս կրնամ զայն հետեւեալ ձևերուն մէջ դնել :

1) Հրաման կ'ընեմ որ , սիրտս բնականէն երկու անգամ աւելի ուժգին սրտիէ , և յետոյ նորէն իջնայ : Այսինքն , իմ սրտիս սովորական զարկն է մէկ վայրկեանի մէջ 80 , կրնամ 150—160ի բարձրացնել վայրկեանապէս :

2) Աւելի զարմանալին , հրաման կ'ընեմ որ , սիրտս քանի մը երկվայրկեան բոլորովին անկանոն և ասորօրինակ բարախէ . այսինքն , գերազանցապէս արագ , այնպէս որ , մտիկ ընող բժիշկներ պիտի կարծեն թէ , սիրտս մէջն թեւեր առած կը թռչի : Կարծեմ թէ ասիկա եզակի արարք մըն է աշխարհի մէջ , և բժշկական—գիտական աշխարհին համար բոլորովին նոր երեւոյթ մը :

3) Հրաման կ'ընեմ որ , Անժիկն զքաղաքին ըսուած սրբախն ամենալուսնադաւոր ու մահաւորից ցաւը առաջ գայ , լանջքիս և սրտիս մէջ , անոր հետ միասին սուժիրներ , և վերջը Յ վայրկեանի մէջ ցաւը իսպառ դադարելով հանդարտութիւնս վերահաստատուի : Բայց ասկէ առաջուան նոպաներս սրունց նկարագրութիւնն ըրի , կամքէն անկախ պատահած են :

Որպէս զի ըսածներս դրականապէս սպասուցանեմ , բժշկական կաճառի մը , կամ , Բերայի դեղարաններուն մէկուն մէջ քանի մը երեւելի բժիշկներու ներկայութեան սրամաղիբ պիտի ըլլամ այս բաները հանդիսաւորապէս կատարելու : (Երբ գիշեր ըլլայ յաջողութիւնը աւելի կատարեալ է) :

Ասանց ցուցադրութեան ժամանակ սիրտս անուշիւրէն յուզեալ և խռովեալ վիճակի մը պիտի ենթարկուի , ու բժիշկներ սոյն ասորօրինակութեանց հանդէպ պիտի սահմակին ու պիտի զարհուրին : Իմ սիրտս ուսումնասիրութեան համար լաւագոյն նիւթ և գործիք մըն է բժշկական աշխարհին :

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹԻՒՆ

Բժիշկները թող չի վշտանան երբ բոսմ թէ , բժշկական աշխարհի դարաւոր փորձառութիւնը չէ յաջողած տակաւին շատ մը արտերու մանաւանդ ներքին հիւանդութեանց խտրութիւնն—բժրուելու ու զանոնք կատարելապէս բուժելու , պէտք եղած դեղեր ալ կը պակսին դեռ : Բժշկութիւնը՝ իրաւամբ ըսուածին պէս , տակաւին իր սողմնական շրջանին մէջ է , քայլ առ քայլ յառաջդիմելու սահմանուած : Ես այսօր ազդեցիկ դեղերուն և առողջապահիկ միջոցներուն շնորհիւ է որ ինքզինքս կը կառավարեմ : Ասոր հետ մէկտեղ անուրանալի ճշմարտութիւն մըն է թէ , աշխարհ համայն երախտագէտ է Լօզմաններու , Փասթէօրներու , Փէննէլաններու , Քլօտպէրսաններու , Քօլպէրներու , Լիսթերներու , Ռուերու , Գոխերու , Տիէօլաֆուաններու , Վիլլիաններու , Էրլիներու : Յուսալի է թէ , մարդկութիւնը հետզհետէ հանդիսատես պիտի ըլլայ բժշկական աւելի մեծ հրաշալի արդիւնքներու , ու թեւրեւս սրտի հիւանդութիւնն ալ բուժելի պիտի դառնայ : Ի՞նչ օգուտ , ես բաժին պիտի չունենամ , մինչև այն ատեն չունչս առած պիտի ըլլամ անդրաշխարհին մէջ :

Բժիշկները պզտիկ սատուածներ են .— Ինչո՞ւ թող ելաք այս սատուածայումիս հանդէպ , մէջ մի լսեցէք ըսելիքս — մարդկային կեանքը չէ մի որ Աստուած ստեղծած է «և արասցուք մարդ ի պատկերի մերում» և անոր զէկը իրեն ձեռքն է (սկեպտիկ բժիշկներ գէթ այս պարագային իրենք զիրենք սատուածապաշտ պիտի դաւանին) երբ սոյն Աստուածային ձեռակերտը խախտի ո՛ր և է ախտով , ահա բժիշկները զայն նորոգելու կը ձեռնարկեն և յաճախ կը յաջողին : Ի՞նչ վե՞ ու նուիրական արհեստ , բայց նուիրական ու Աստուածային ըլլալուն չափ ալ , իր ծանր պատասխանատուութիւնն ունի , քանի որ կեանքերու — հօգիներու — հետ է գործերնին , ահա թէ ինչո՞ւ բժիշկները խղճամիտ , ճարտար , ճշմարտասէր և հաւատացեալ ըլլալու և վերջապէս իրենց մեծ կոչումին գիտակցութիւնն ունենալու են :

Վ Ե Ր Զ Ա Ք Ա Ն

Գիրս ուշի ուշով այժե անցրնող, արագրութեան գործին մէջ աչ օժանդակ հանդիսացող, անգուզական բարեկամ բժիշկ Տօֆր. Արշակ եգ. Գազազեան յարէ շնորհասպարս կը բողոք զիս իր այս յօժարական ձեռնհռութեանքը, ինչպէս նաեւ ամէն ասեւն զիս դարմանելու մասին ցոյց տուած բարեացակամութեանքը, երկիս մասին կրած ու գրած իր հետագայ ուշագրաւ սպաւորութիւնը,— որ մեծ գրաւական ու հաւաստու մըն է գիրքիս պարունակին նկատմամբ—ամենայն շնորհակալութեանք կը փութաւ կցել իմ վերջաբանիս, իբր ակնոր մէկ զարդարուն էջը:

ԳՐՔԻՆ ԲՈՒՆ ԱՐՃԱՆԻՔԸ

Սոյն Գրքիկը ուշադրութեանք կարդայե վերջ ինկնաբերութար փայտագն ունեցայ խիստ հաւստօս կերպով սպաւորութիւնս այցնել:

Արդարեւ, մարդկային մարմնոյն կարեւորագոյն գործարաններէն արտի առողջաբանութեան մասին՝ արտի հիւանդութեան եւրպակայի մը կողմէ Հայերէն գրուածք մը խիստ հետաքրքրական եւ աննախընթաց դեպք մ'է: Եսիս նկատողութեան առնեմք թէ, քանզի հիւանդութեան եւրպակայ մը իր հիւանդութեանը անբողջ տեւողութեանը միջոցին ուշադրութեան չէ փոխալեցուցած զգացած ամէն ցաւերն ու տառապանքները, որոնց սպաւորութիւնը օր մը ամփոփելով կրցած է ժողովրդական առողջաբանութեան օգտակար դասի մը վերածել. հեղինակը ջանացած եւ մեծ ֆայտութիւնն ունեցած է իր մահաւերձի նոսրաներուն մանրակրկիտ նկարագրական ընել մեքանադանս եւ գոյտիկ ոճով մը, նաեւ հաւանելի պէտքիստութիւններով. առանց զիսական աւերորդ մանրամասնութեանց՝ արտի իր մասնաւոր հիւանդութիւնն հիմ բռնելով ընդհանուր տեսութիւն մը երեւան թերած է, մասնաւորաբար

զգուշացնելով երիտասարդ սերունդը այդ ախտին պատճառներէն, հեշտին կրկնութիւններով եւ որոշ օրինակներով ակնոց կարեւորութիւնն շեշտելով: Ինկը՝ առանց բժիշկ մը ըլլալու, բժիշկի մը չափ եւ թերեւս աւելի ջանադիր եղած է խիստ կենդանի գոյներով պատկերացնելու այն ամէն սազնապայից վիճակները որոնցմէ յաճախ ջարջարուելէ վերջ առողջաբան բժիշկի մը դերը կը ստանանէ՝ երիտասարդաց ապագայ առողջութիւնն ապահովելու եւ իր վիճակակիցներուն ցաւը մեղմելու մարդասիրական կրկին զգացումներով: (Բացառյալ եւ թէ, Օսմ. բժիշկական կաճառը՝ եւրպակայ հեղինակին իր այս բարոյք ծառայութեանը հաւար պիտի ուզէ դրականապէս ֆայտերել զինկ):

Ուստի իմ մասնաւոր շնորհաւորութիւններս եւ շնորհակալութիւններս յայցնելով իր այս յաջող երկասիրութեանը հաւար ամէն դասակարգի անհաստ ուշադրութիւնը պիտի հրաւիրեմ ակնոր վրայ՝ առողջ սիրտ մը եւ հետեւաբար երկար կեանք ունենալու հաւար:

26 Օգոստոս 1911 Տօֆր. Ա. Գ.Ս.ԶԱ.Զ

Վ. ՊՈԼԻՍ
Կէսիկ-Բաւա

Անթերի աշխատասիրութիւն մը հրատարակած ըլլալու յաւակնութիւնը չունիմ երբեք, թերեւս քննադատելի կէտեր գտնուին զիրքիս մէջ, բայց, կը սիրեմ հաւատալ, խղճամիտ բժիշկ մը ներողամտութեամբ պիտի վերաբերուի ինձ հետ. գիտնալով թէ, ենթական բժիշկ մը չէ, և թէ հիւանդագին մարդու մը գրիչին արդիւնքը այսչափ միայն կրնայ ըլլալ: Կային կէտեր, որ տարբեր կերպով գրելու էի, սակայն, չուզեցի փորձառական համոզումս խախտել, բարեկամ բժիշկներ ալ չուզեցին խորհելակերպիս դուրել, քանի որ իրենց արհեստակից չէի: Ինչպէս տեսաք, կարելի եղածին չափ աշխատած եմ զիրքս պատմական — առողջապահական սկզբունքներով ժողովրդականացնել:

Առ այժմ այսքան բաներ կրնայի գրել, բայց երբ մէկը ուզէ ընդարձակ տեղեկութիւններ առնել, կամ, բան մը հարցնել գրքոյկին մէջ յիշուած ինչ ինչ կէտերուն նկատմամբ, յօգուտ և ի սէր մարդկութեան, պատրաստ եմ իմ ուսանն նուիրելու, գիացածներս աւելի մանրամասնօրէն պարզելով:

Միրելի ընթերցող, դուն այս գրքոյկը՝ մէկ գիշերուան մէջ, թերեւս մէկ քանի ժամուան մէջ կարդացիր լմնցար, մինչդեռ ես, այս երկր երկնցի երկար երկուցի մեջ, զայն գրել կարենալու համար քանի մը տասնեակ տարուան երկար կեանք մը բոլորեցի հիւանդագին. ինչ որ յայտնեցի՝ ձեր օգտին համար՝ երկարամեայ փորձառութեանս ճշգրիտ և հաւատարիմ մէկ պատմութիւնն էր: Այս ախարն անլուր հարուածներուն և յարձակումներուն կուրծք տուի երկար տարիներ, անդրդուելիօրէն ու անվեհերաբար: Ի՞նչպէս, — ինչպէս որ արդէն պատմեցի, հոս ալ ամփոփեմ:

Նախ՝ առողջապահիկ կանոններուն նշանապահ գտնուելով: Երկրորդ՝ վերին ծայր գգուշաւոր ընթացքի մը հետեւելով: Երրորդ՝ ի հարկին վերոյիշեալ դեղերը գործածելով:

Դուք ալ ըրէք այսպէս, վստահ եղէք թէ, կեանքերնիդ ձեր կարծածին չափ կարճ պիտի չըլլայ: Մի՛ վախնաք: Հիւանդ էք, ինձմէ դաս առէք, ես չի վախնալով ախարն լախար անարգած եմ: Առողջ էք, ուրեմն բնաւ տեղի չիկայ վախնալու, վախնալը՝ անխոհեմութիւն մը պիտի ըլլայ:

Արդարեւ, ես ալ հիւանդութեանս սկիզբը՝ մեղամողձոտ գաղափարներով սողորուած էի միշտ, դառն յուսահատութիւն մը համակած էր զիս, սոսկում կար սրտիս մէջ, որովհետեւ, կը կարծէի թէ, վախճանս մօտալուտ է, հիմա ո՛րչափ պարտիմ գոհանալ որ, երկինք ինձ նորոնց այսքան երկար տարիներ, Անցեալները Տօքթ. Տատը զիս տեսնելուն յարեց, «20 տարի առաջ երբեք չէի կրնար ըսել թէ, այսօր պիտի ապրիմ:» Աւելի զարմանալին կայ: Ի՞մ ազգականներէս, դրացիներէս, հայրենակիցներէս, հեռաւոր և մօտաւոր բարեկամներէս քաջառողջ և կայտառ բազմաթիւ անձեր մեռան զացին, ու փատեցան ալ, մինչդեռ ես տակաւին կ'ապրիմ. յա-

կանէ յանուանէ կը յիշեմ զիրենք, կարծես այս պահուն՝ անոնց դէմքերը կը դիտեմ, անոնք՝ մէկիկ մէկիկ կուզան կ'արձանան տեսողութեանս առջև, զիս աւելի յուզելու համար գոգցես, կը յիշեմ թէ այդ մեռնողներէն առաւել քան 40 հոգի անկողնոյ ծառայած տտեններս անարիտ քով կեցած ո՛րչափ կը ցաւէին ու կը մեղքնային ինձի: Ապսոս:

Էօյիւմ՝ նե խասթայա պագար նե սե սաղլամա,
Էօյիւրիւմ սեյիւ գօրգուպսա սուրուպ աղլամա:

(Գրաստէտէն հիստէ)

ԲԱՐՈՅԱԿԱՆ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ

(Աստե՛ ալ՝ այս գրեցիկին հեղինակին խօսքերն են)

1. Մարմինը՝ վանդակ մ'է, հոգին՝ թռչնակ, իմաստօրէինը՝ զայն անոր մէջ պանել, պահպանելն է ընդերկար:
2. «Առողջ միտք՝ առողջ մարմինն մէջ» լաւ, սակայն, չկա՞ն առողջ մարմիններու մէջ հիւանդ միտքեր, եւ հիւանդ մարմիններու մէջ առողջ միտքեր:
3. Վասնոյ միլիոնատերեր կան՝ աղքատ են, կան ալ քաղաղջ միլիոնաւոր աղքատներ՝ հարուստ:
4. Առողջութիւնը՝ երկրային ոսկի մըն է, եւ երկնային գոհար:
5. Առողջութեան շնորհիւ կարելի է կորուած հարսութեան աւելին իսկ կրկին ձեռք բերել, բայց, յաճախ անհնարին է անագին հարսութիւններու զոհողութեամբ՝ խանգարուած առողջութիւնը վերահաստատել:
6. Աւխասիլ չուզող քաղաղջ աղքատ՝ իր հարսութիւնը գործածել չգիտցող փարբամին կը նմանի:

7. Քաջառողջը՝ սեր է անբաւ եւ անսահման դրամագրլուխի:

8. Ան որ իր դրամները պահելուն մեջ խիստ զգուշաւոր, բայց իր բանկագին առողջութեանը հանդէպ անտարբեր է, իր ձեռքի ոսկին՝ քիթեղենի հետ փոխարինող յիմարին կը նմանի:

9. Քաջառողջ ըլլալով հանդերձ անօրի բափառողը՝ կը նմանի այն խեղճ աղփասին որ, չգիտեր թէ ամէն օր իր պառկած աւերակին տակ գանձ մը կայ քափուն:

10. Առողջութիւնը նման է ոսկեհոս աղբիւրի մը, երբ մարդ հիւանդանայ, ջուրը կը նուազի, երբ մեռնի, կը ցամփի:

11. Չուրը ձրի է, բայց իրենց առողջութիւնը կամաւ խանգարող յիմարները՝ յետոյ սուղ կը գնեն զայն, վասնզի դեղերը մեծաւ մասամբ ջուր կը պարունակեն:

12. Դուք նախ նար մը գտէք բառնալու աշխարհի մոլութիւնները, եւ այն տեսն հիւանդութիւնները ինքնին կը վերնան:

13. Աղփասութիւն եւ հիւանդութիւն՝ հոմանիւ թառեր են, բժշկականօրէն:

14. Միտով աշխատողին՝ մարմինը կը սկարանայ, մարմինով աշխատողին՝ միտքը, վերջինները՝ առաջիններէն աւելի կ'ապրին:

15. Լաւ է ինչ ապրիլ՝ եւ բարի մեռնիլ, քան՝ շատ ապրիլ, գեշ մեռնիլ:

16. Մեր օրերը յառաջընթաց ֆայլերն են, կեանքի վերջակէտին:

17. Այսօր՝ մենք հողին վրայ, վաղը՝ հողը մեր վրայ:

18. Յանախ տեսնուած է որ, կծծիները յանկարծակամ մահուամբ կը մեռնին, ուրեմն՝ ազահութիւնը էն վսանգաւորն է ախտերուն:

19. Հիւանդութիւնները յանախ՝ բնութեան անյեղելի օրէնքներուն դէմ մեղանշումներ են:

20. Բնութիւնը թէ պատժող է եւ թէ արգահատող:

21. Մի՛ պատմեր ցաւդ ամենուր, թէեւ լողներ կ'ըլլան, բայց դպրւման տանողներ ո՛չ երբեք:

22. Բարեպաշտի կեանքով՝ արդարեւ կը փրկուի հոգին, եւ սակ այն, մարմինն ալ շատնց կը խորտակուի:

23. Երիտասարդական մախուր եւ անբասիր կեանքի բուրումն է որ, մարդը անսայրաք կը սանի խոր ծերութեան:

24. Ունակ կը կարծեն թէ, ոգելիք՝ միտքը կը վստմացնեն, ո՛չ կը նսեմացնեն:

25. Շատեր տխուր եւ դժգոհ են, որովհետեւ, կեանքին նշանակութիւնը՝ չեն ըմբռներ, որ է *ստուսպիլ*:

26. Կեանքեր կան, որ մահեր կը սարածեն, մահեր ալ կան, որ կեանքեր կ'արծարծեն:

27. Մեկ վայրկեանի մեջ հիւանդացող մը, կրնայ ըլլալ որ 40 տարուան մեջ չի բուժուի:

28. Մտքի մաքրութիւն, խղճի արքնութիւն, մտքի առողջութիւն պատկերներ են ամենազգի ախտերու:

29. Երիտասարդական անբասիր կեանքին մեջ քափուն, ապագայ յաջողութիւններ, հանգստութիւններ եւ երջանկութիւններ:

30. Երբ մարմինդ կորսնցուցած է իր առողջութիւնը, գէթ ջանայ որ, հոգիդ ֆաջառողջ մնայ:

31. Մինչեւ 100 տարի ապրելու իրաւունքը՝ Աստուած տուած է իւրաքանչիւր մարդուն, բայց մենք այդ իրաւունքը չարաչար գործածելով անժամանակ կը մեռնինք:

Վ Ե Ր Ձ

Էջ

Գ—ԺԱ.

13—18

19—24

24—27

30—37

38—41

41—42

42—45

45—47

49—58

60—65

65—68

68—71

Հեղինակին և բժիշկներուն յառաջարանները

Ենթակայի մը պատմութիւնները)

Սկզբնաւորութիւն սրտի հիւանդութեանս)

Չարքաչութիւններ , չտրագանցութիւններ , զեղ-)

ձուսներ)

Բժշկական զանցաւորութիւն)

Բժիշկներու գծասկզբատիւնը և վճիռը)

Առաջին ծանր հիւանդութիւնս)

Բժիշկները կը սխալին բայց ոչ բնութիւնը)

Ջերմուկի բարերար ազդեցութիւնը)

Բարոյական առողջապահութիւն(28)(47)(58)(83)(107)(122)(155)

Դէպի Պոլիս , դէպի Եգիպտոս)

Տեղափոխութիւն և օգտափոխութիւն)

Ծանր հիւանդութիւնս Եգիպտոսի մէջ)

Ծովային լողանք , վերադարձ)

Ցերեկուան մահառիթ նոպայ մը)

Երկու հոգեւորականներ)

Քառանորեայ կեանքս հիւանդանոցին մէջ)

Վերջին հիւանդութիւնս (ջրգողութիւն))

Ցաւիս պատմութիւնը)

Սրտի հիւանդութիւն մը որ ցաւ ունի)

Բժիշկներու հարցումներուն պատասխաններս)

Ինչէն առաջ կ'ուզան սրտի հիւանդութիւնները)

Որո՞նք ենթակայ են այս հիւանդութեան)

Հիւանդութեան տեսակները , անժին)

Գոմբանաստիճան ըսուած վիճակը)

Պնդերակութեան պատճառ)

Մր . Լանսթրոյի տեսութիւնը)

Երիկամներու հիւանդութիւն)

Էջ

72—76

76

77—79

79—80

80—81

81—82

84—87

87—89

90—95

96—97

97—100

100—102

102—104

104—106

109—115

Տօքթ . Տ . Թապիպեանի տեսութիւնը

Ախտանիշեր սրտի հիւանդութեան

Վերջերս սրտի հիւանդութեամբ մեռնող)

Անձնաւորութեանց յիշատակութիւնը)

Յանկարծամահները ինչպէս կը մեռնին

Սիրաբ ահռելիօրէն մեծցող մարդ մը

Իմ կտակը սրտիս համար

Սրտի հիւանդութեան վնասակար բաները)

Ենթական ի՞նչ բաներէն պէտք է զգուշանայ)

Բարկութեամբ մահացող դեղագործը)

Յուզումով մեռնող արդիւսք և Պէրլիժօն)

Հոգեկան վիճակ և երեւակայութիւն)

«Փորտին պատմութիւնը» մեղանգօլիք մարդեր)

Մտաւոր յոգնութիւն , քնատուութիւն)

Ֆիզիքական յոգնութիւն , մանրադէպեր)

Հրդեհի աշտարակին վրայ)

Ուշացող վաճառականը յանկարծամահ)

Հինգ զգայարանքներ , դարչանտուութիւնը)

Մուխ և ծուխ , աւրուած լամբար)

Թունաւոր կազեր , փոշիներ , ծխախոտ)

Գինեմոլութիւնը , մեռնող գինեմոլը)

Պր . Հիրշ գինեմոլութեամբ յանկարծամահ)

Թէյը և սուրճը վնասակար)

Ստամոքսը ծանրաբեռնել)

Շատակերը և որկրամոլութիւն յանկարծամահ)

Տաքութիւն և բազնիք վնասակար)

Նահապետական կնկան մը բարի սովորոյթը)

Տխրառիթ միջադէպ մը)

Պնդութիւն , խոնաւութիւն , ցրտաւորութիւն)

Բնական և առողջապահական միջոցներ)

Բնութեան բարերար ազդեցութիւնը)

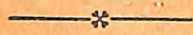
Օղին , ջուրին առաւելութիւնները)

	Էջ
Կերակուր, միսեր, միրգեր, բանջարեղէններ . . .	115—120
Հարիւրամեայներ, պարզ և չափաւոր ուսողներ) Դարուս ոգին և քաղաքակրթութիւնը)	120
Հագուստ և կապուստ	121
Սրտի հիւանդութեան դեղերը) 80 բժիշկներ քննած են զիս)	124
Սրտին կազմախօսութիւնը	125—127
18 տեղէն վիրաւորուող վիճուող մը	127
Յաւառիթ միջադէպ մը	127—128
Մատակարարութիւն դեղօրէից) Դեղերուն բարերար դերը) Սխտածանաչում, աստաղնութիւն) Ճարտար բժիշկներու դերը)	128—131
Դեղերու գործածութեան եղանակն ու ժամանակը	131—133
Իմ գործածած դեղերուս յիշատակութիւնը . . .	133—147
Դարմանումի այլ և այլ միջոցներ) Խարանադեղ, հանգային ջուրեր) Մասածի դրութիւնը)	147—148
Սիրտս կամքիս հպատակ	150
Եզրակացութիւն	151
Վերջարան) Գրքին բուն արժանիքը . (Տօքթ . Ս . Գաղաղեանէ) գրուած))	152—155
Բովանդակութիւն	158—160



55

ՀԵՂԻՆԱԿԻՆ ԳՈՐԾԵՐԸ



	Գին	
	Ղրց.	Փրչ.
Գրսսեհեն հիսսե (սպառած)	10	
Միլահազար ը ախլագիյե	6	
Դրախս շարաթարերթ (սպառած)	5	
Մանկական աղօթք մը (ոսկեզօծ ֆարթօն)		20
Սրթի հիւանդութիւն քղրակազմ	7	20
» » լարակազմ	10	
Հասրնսիր խօսքեր նշանաւորներու (հաւաքածոյ անսիպ)		
Ժողովրդական Արեւելեան առածներ (անսիպ)		



Միակ Կեդրոնատեղի
 Զոխանի Խան, քիւ 22
 Հեղինակիւն իով
 Կ. Պոլիս

Գ Ի Ն
 7 1/2 Դան.

«Ազգային գրադարան»

NL0071793

«Ազգային գրադարան»

NL0071792

«Ազգային գրադարան»

NL0071791

«Ազգային գրադարան»

NL0071790

«Ազգային գրադարան»

NL0071789

2013

