

614

9-58

29 JUL 2010

Լ. Ս. ԳԻՆԶՅԱՆԻՐԳ

ԶՈՐԱԿՈԶԻԿԻ ՍԱՆԻՏԱՐԱԿԱՆ
ՀՈՒՇԱԹԵՐԹԸ

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ
КОНТРОЛЬНЫЙ
ЭКЗЕМПЛЯР

614
Գ-58

ՀԱՅԿԱԿԱՆ ԽՍՀ ԱՌԺՈՂԿՈՄՍՏԻ ՍԱՆՎՈՒՍ ԲԱԺԻՆ
ՅԵՐԵՎԱՆ 1939

19 MAR 2013

3408

614 48
9-58



6177
39

Պատ. խմբագիր՝ Մ. Բեկզեան
Թարգմ. Ա.Վ. ՇԱԹԻՐՅԱՆ

Գլխավորի Լիազոր Ե — 2245 Պատվեր № 677 Տեղամ 3000

ՀԱՅԿԱԿԱՆ ԽՍՀ ԺԿԽ-Ի ՀՐԱՏԱՐԱԿԶՈՒԹՅՈՒՆ «ԽՈՐՀՐԴԱՅԻՆ ՀԱՅԱՍՏԱՆ»-Ի ՏՊԱՐԱՆ, ՑԵՐԵՎԱՆ

1. ԿԱՐՄԻՐ ԲԱՆԱԿԻՆ ՅԵՎ ՌԱԶՄԱ-ԾՈՎԱՅԻՆ
ՆԱՎԱՏՈՐՄԻՆ ՀԱՐԿԱՎՈՐ ԵՆ ԱՌՈՂՋ ՄԱՐՏԻԿՆԵՐ:

Կարմիր բանակի յերեք առանձնահատկություններն մասին իր ճառում ընկեր Ստալինն պատգմում է՝ «...մեր Կարմիր բանակն ունի բոլոր հիմքերն աշխարհի լավագույն բանակը լինելու համար»¹⁾

Նա ուժեղ է իր մարտիկներին քաղաքական դիտակցականությամբ և քաղաքական ակտիվությամբ: Նա ամենահզորն է ու ամենամարտականը աշխարհի բոլոր բանակներից. «...Մեր Բանվորա-Գյուղացիական Կարմիր Բանակը առաջնակարգ, լավագույն տեխնիկայեն սպառազինված և հրաշալի սովորեցրած բանակ է, քան վորևե ուրիշ բանակ»²⁾

Մեր Կարմիր Բանակի դերագանց մարտական հատկությունները նշանակալի չափով կախված են նրա ամբողջ կազմի հիանալի ֆիզիկական վիճակից:

Այդպիսի բանակը պահանջում է նաև առողջ համալրում: Ընկե՛ր զորակոչիկ: Մտներով Կարմիր բանակաշինների ու կարմիր նավատորմացիների շարքերը, դու պետք է լինես առողջ, ամրակազմ ու դիմացկուն: Յերիտասարդ մարտիկներին առողջությունից և կախված մեր անպարտելի Կարմիր Բանակի ու քաջարի Ռազմա-Ծովային Նավատորմի հետագա ամրապնդումը:

1) Ի. Ստալին—Կարմիր բանակի յերեք առանձնահատկություններն մասին. Ռազմհրատ, 1938 թ.

2) Վորոշիլով—Համ Կ (բ) Կ 18-րդ համագումարում արտասանած ճառը:

2. ԶՈՐԱԿՈՉԻԿԻ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ ԲԺՇԿԱԿԱՆ ՔԸՆՆՈՒՅԱՆ ՆՈՒԹՅԱՆ ԿԱՊԱԿՑՈՒԹՅԱՄԲ

Կարմիր Բանակ և Ռազմա-Մովային Նավատորմ կանչվողներն անպայման բժշկական քննության են յենթարկվում: Զորակոչային հանձնաժողովի բժիշկներն ուշադրութեամբ քննում են յուրաքանչյուր զորակոչիկի, հետադատում են նրա սիրտը, թոքերը և մյուս ներքին օրգանները, նյարդային համակարգությունը, տեսողության ու լսողության օրգանները, վոսկորներն ու հոդերը և այլն: Զորակոչիկի Ֆիզիկական զարգացումը գնահատելու համար չափում են նրա հասակը, քաշը և կրծքի շրջագիծը: Այգպես և վորոշվում զորակոչիկի զինվորական ծառայության համար պիտանի լինելը:

Ընկե՛ր զորակոչիկ: Նախ քան բժշկական քննության գնալը, կարճ խուզիր մազերդ, լողացիր բազանիքում և փոխիր սպիտակեղենդ: Յեթե դու հիվանդացել ես և բուժվել, խնդիր բուժֆիմնարիկին, վորպեսզի նա զորակոչային հանձնաժողովին հանձնի քեզ վերաբերվող բոլոր բժշկական տեղեկանքները, քաղվածքները հիվանդության նկարագրից, դիսպանսերային մասյաններից: Ամենայն ճշտութեամբ պատասխանիր հանձնաժողովի բոլոր հարցերին: Դրանով դու կօգնես հանձնաժողովին ավելի հեշտ և ավելի արագ ճիշտ վորոշում կայացնել զինվորական ծառայության համար քո պիտանի լինելու մասին:

3. ՊԱՀՊԱՆԻՐ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆԻ ԸԱՎԱՔԱԿԱՑՄԱՆՈՒՄ ՅԵՎ ՃԱՆԱՊԱՐՀԻՆ

Խորհրդային յերիտասարդությունն իր մասնայով

աչքի յե ընկնում լավ առողջութեամբ: Մեր զորակոչիկները հակադաս մեծամասնությունը պիտանի յե զինվորական ծառայության համար:

Ընկե՛ր զորակոչիկ: Ուշադիր կերպով պահպանիր քո և ընկերներիդ առողջությունը, վորպեսզի զորամաս հասնեք այնպես առողջ ու ամրակազմ, ինչպես զորակոչի ժամանակ:

Հավաքակայանում և ճանապարհին պահպանիր հետեվյալ հիգիենիկ կանոնները՝

1. Ճանապարհի համար հազիր մաքուր, սարքին ու ամուր հազուստ: Քեզ կամ ընկերովդ վրա վռշիլ հայտաբերելու դեպքում, այդ մասին անմիջապես հայտնիր բժշկական աշխատողին: Ճանապարհին իրերդ այնպես դասավորիր, վոր չփռչոտվեն ու չկեղտոտվեն:

2. Սենյակ կամ վազոն մտնելուց առաջ լավ մաքրիր կոշիկներդ:

3. Մի թքիր հատակին, աղբ մի անիր, ծխախոտի մնացորդները մի թափթփիր, քիթդ միայն թաշկինակով մաքրիր:

4. Մի ծխիր ուրիշի կիսատ թողած ծխախոտը, մի դործածիր ուրիշի սրբիչը, ուրիշի թաշկինակը: Սրբիչը դործածիր միայն լվացվելուց հետո յերեսդ ու ձեռներդ սրբելու համար և վոչ թե ուրիշ նպատակներ՝ որինակ փոշին մաքրելու:

5. Ճշտապահորեն օգտվիր զուգարանից, մի կեղտոտացնիր նստոցն ու հատակը, զուգարան գնալուց հետո սապոնով լվա ձեռներդ:

6. Մի նստիր ու մի պառկիր կեղտոտ հատակին:

7. Մի խմիր վոդելից խմիքներ: Հարբելը մաք-

դուն միում և անդգույշ արարքները, ռազմական դադարները հրապարակելու և այլն, հաճախ և դժբախտ դեպքերի պատճառ և դառնում, նպաստում և վեներական հիվանդություններով վարակվելուն (պատահական սեռական կապեր) :

8. Ամեն որ (առավոտյան կամ ամիսը լավ և յերեկոյան) մաքրիր ատամներդ ատամի փոշով :

9. Զգուշացիր մրսերուց, քանի վոր նա նպատում և դանաղան հիվանդությունների: Ճանապարհի համար վերցրու տաք հագուստ (վերարկու, սվիտր կամ ֆուֆայկա) ու թեթեւ աղյալ, վորովհետեւ ճանապարհին կարող և ցուրտ լինել: Տաքացած վիճակում սառը խմելքներ մի խմիր :

10. Ծաղկի դեմ նախապահպանական պատվաստում անել տուր քեզ :

4. ՆԱԽԱՊԱՀՊԱՆԻՐ ՔԵԶ ՎԱՐԱԿԻՉ ԱՂԻՔԱՅԻՆ ՀԻՎԱՆԴՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻՑ

Հատուկ ուշադրություն և պահանջում իրեն վարակիչ աղիքային հիվանդություններից նախապահպանելը: Նրանց պատճառները հանդիսանում են վորովայնատիֆի, պարատիֆի, արյունալուծի (դիզենտերիայի), վարակիչ լուծերի միկրոբները: Վարակումը տեղի յե ունենում յերբ այդ միկրոբները վարակված ձեռների, սննդամթերքների և ջրի միջոցով ընկնում են բերանը, իսկ այնտեղից ստամոքսն ու աղիքները: Վարակիչ աղիքային հիվանդությունների միկրոբներն առանձնապես հաճախ կարող են դառնալ չլվացած բանջարեղենի, մրգերի ու պլ-

տուղների մակերեսին, հում (չվարակաղերծված) ջրի մեջ, հում, պատերիզացրալի չյենթարկված կաթի մեջ, զովացուցիչ խմելքների մեջ, յեթե նրանք հում (չվարակաղերծված) ջրից են պատրաստված: Աղիքային հիվանդությունների միկրոբներով կարող և վարակված լինել այդ հիվանդություններով հիվանդ կամ վերջին ժամանակներս այդ հիվանդությունները տարած, կամ ուղղակի հիվանդ մարդկանց հետ չփվածների ձեռների մաշկը: Քիչ չեն պատահում և այնպիսի մարդիկ, վորոնք իրենք չհիվանդանալով, կղանքի և մեզի հետ արտադրում են աղիքային հիվանդությունների միկրոբներ և այդպիսիք, որինալ, չլվացած ձեռների միջոցով, փոխանցում են ուրիշներին: Վարակի տարածման մեջ խոշոր նշանակություն ունեն ձանճերը, վորոնք նստում են կեղտոտությունների վրա և այնտեղից միկրոբներ են վորախաղրում իրենց մարմնով, թաթիկներով ու կնճիթով:

Ընկե՛ր զորակոչիկ: Վարակիչ աղիքային հիվանդություններից պաշտպանվելու համար պահպանիր հետեյալ կանոնները:

1. Լվա ձեռներդ սապոնով ամեն անգամ ուտելուց առաջ:

2. Խմիր միայն յեռացրած կամ ուրիշ միջոցներով վարակաղերծված ջուր (ջուրը վարակաղերծվում և, որինալ, ջրմուղային կայաններում), ջուրը լրցուր ծորակից և վոչ թե գավաթով՝ բաքից:

3. Մի խմիր հում կաթ: Ճանապարհին մասնափոր վոր վաճառողներից մի դնիր նույնիսկ յեռացրած կաթ, վորովհետեւ կարող և պատահել, վոր նրանք հում ջուր են խառնել կաթին:

4. Մի դործածիր փչացած սննդամթերքներ, խափ մրդեղեն, պտուղներ ու բանջարեղեն:

5. Հասած մրդեղենը, պտուղներն ու բանջարեղենն ուտելուց առաջ լվա յեռացրած (կամ ուրիշ փարակաղեծոված) ջրով. նախ քան այգ, լվա ձեռներդ սապոնով:

6. Մի դործածիր մեծ քանկությամբ կանաչեղեն ու մրդեղեն, վորպեսզի ստամոքսդ չխանգարվի. նույն պատճառով մի խմիր շատ ջուր, թեկուզ և միանգամայն լավորակ. ծարավդ հաղեցրու առավելապես թեյով (տաք կամ սառը):

7. Ձեռներդ յեղունդները միշտ պետք և կտըրոված լինեն, յեղունդներդ տակի կեղտը մաքրիր լվացվելու ժամանակ:

8. Մի դործածիր արեածաղիկ, քանի վոր նա վարող և կեղտոտված լինել, բացի դրանից, նա խանդարում և աղիքների աշխատանքը:

9. Եղելուն հրամանատարությունը կապահովի քեզ տաք ուտելիքով կայարանների բուֆետներում, ճաշարաններում և դորակոչիկների համար յեղած սննդակայաններում:

Ճանապարհի համար մի վերցնի շուտ փչացող մթերքներ, վորոնք կարող են միայն ցրտին պահվել — յեփած միս, կատրետ, յեփած ձուկ, յեփած յերչիկ: Ֆանկության դեպքում քեզ հետ վերցրու կոնսերվներ, ձու և պանիր: Մթերքները փաթաթիր մաքուր թղթի կամ մաքուր (լվացած ու հարթուկամ) տոպրակի մեջ: Ճանապարհին մի գնիր ծարավ առաջացնող մթերքներ — ապխտած ուտելիքներ,

ծովատառեխ, (սելյոդկա) աղը դրած փարունդ և այլն:

10. Կոնսերվի բացած տոնիր մի թողնիր մյուս օրվան, վորովհետև բացած կոնսերվաների պարունակությունը շուտ և փչանում:

11. Ուտելիքն ու ջուրը պաշտպանիր ճանճերից: Ճանճերին չհրապուրելու համար, ուտելուց հետո անմիջապես հալաքիր ուտելիքի մնացորդներն ու փշրանքները:

12. Խմելու ջրի դավաթը լվա և ողողիր յեփջրով: Դանակը դործածելուց հետո սրբիր ու չորացրու: Ուտելու ժամանակ մթերքները դիր մաքուր թղթի կամ մաքուր անձեռոցի վրա:

13. Ամենափոքր հիվանդության դեպքում — (զլխացավ, սիրտխառնոց, գլուտոց, ցավեր վորովայնում, լուծ) բժշկական ողնության համար անմիջապես դիմիր քո եղելուն բժշկին կամ բժշկի ողնականին, իսկ յեթե դու առանձին ես գնում, ապա կայարանին (կամ նավահանգստին) կից բժշկական կայանին: Հիվանդացած ընկերոջ մասին ևս անմիջապես հայտնիր բուժաշխատողին, վորպեսզի կապես հայտնակին հայտաբերել փարակիչ հիւրելի լինի ժամանակին հայտաբերել փարակիչ հիվանդությունները և հիվանդներին առանձնացնել առողջներից:

5. ԿԱՐՈՂԱՅԻՐ ՅՈՒՅՑ ՏԱԼ ԱՌԱՋԻՆ ԲԺՇԿԱԿԱՆ ՈԳՆՈՒԹՅՈՒՆԸ ԴԺԲԱՆՏ ԴԵՊԲԵՐՈՒՄ

Ընկե՛ր դորակոչիկ: Դու դորամաս ես գնում և կարող և պատահել շատ ժամանակ լինես ճանապարհ

Հին. պատրաստ յեղիր առաջին բժշկական ողնու-
թյուն ցույց տալ քեզ կամ ընկերներիդ դժբախտ
բեկերի ժամանակ— վիրավորում, վնասվածք,
այրվածք, վնասվածք, կտորվածք և այլն: Յեթե հա-
վաքականում սանիտարական ցուցահանդես և կազ-
մակերպված, ուշադրությամբ դիտիր և լսիր նրա վե-
րաբեկյալ բացատրությունները: Ակտիվ կերպով մաս-
նակցիր բժշկներին, բուժակներին և բժշկական քույ-
րերին կողմից հավաքականում անցկացրած զրույց-
ներին: Առաջին բժշկական ողնություն ցույց տալու
վերաբերյալ զրբույց կարդա: Այդպիսի զրբույց
կարող են քեզ տալ հավաքականում, սանլուստա-
նը, ձեր բուժհիմնարկում, Կարմիր խաչի կադմա-
կերպությունում:

Յեթե դու բավականաչափ սանիտարական պատ-
րաստություն ունես, բայց դեռ ևս ՊԱՍՊ-ի «Պատ-
րաստ սանիտարական պաշտպանության» կրթքանչան
չունես, կարող ես հավաքականում տալ ՊԱՍՊ-ի
նորմաների քննությունը և կրթքանչան ստանալ:

6. ՅԵՂԻՐ ՀԱՅՐԵՆԻՔԻ ՈՐԻՆԱԿԵԼԻ, ԿՈՒԼՏՈՒ- ԲԱԿԱՆ ՊԱՇՏՊԱՆՆԵՐ

Ընկե՛ր զորակոչիկ: Այն բոլորը, ինչի մասին
տալած ե այս հուշաթերթի մեջ, դու պետք ե մի
քանի անգամ կարդաս ու հիշես: Կատարիր բոլոր
խորհուրդները, նրանք կողնեն քեզ պահպանելու քո
առողջությունը: Կարմիր Բանակը և Կարմիր Ռազ-
մա-Մովային Նավատորմն ամենակուլտուրականն են
աշխարհի բոլոր բանակներից ու նավատորմներից:

Յեղիր մեր սքանչելի սոցիալիստական հայրենիքի
պաշտպանների առաջին շարքերում:

Խորացրու քո սանիտարական պատրաստությու-
նը: Քո կուլտուրական վարքով, կարգապահու-
թյամբ ու գիտակցականությամբ արդարացրու Բան-
վորա-Գյուղացիական Կարմիր Բանակի զինվորի
բարձր կոչումը:

Հիշիր, վոր Կարմիր Բանակի առողջության ամ-
րապնդումը միաժամանակ և նրա մարտունակության
ամրապնդումն է:



Լ. Տ. ԴԻՆԶԲՈՐԴ

ՏԱՆԻՏԱՐՆԱԿԱ ՍԱՆԻՏԱՐԻ

Տան. քոսվետ. օտժել ՆարկոմզԺրաճ Մրմ. ՏՏՐ

Երևան

19

ՀՀ Ազգային գրադարան



NL0271409

3405