

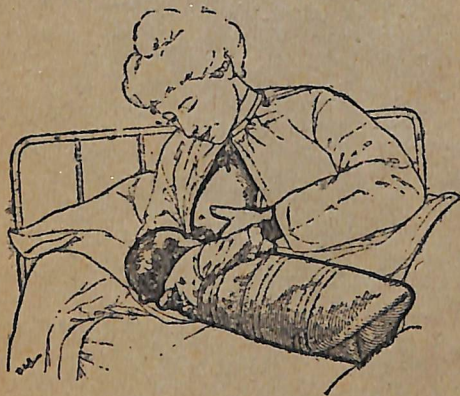
267  
4

Յ Օ Ի Թ. Օ. Կ Ո Ր Ե Կ Ե Ա Ն

Մանկախօտքոյժ

# Ե Ր Ա Խ Ա Ն

Ի Ն Չ Մ Է Ս Պ Է Տ Բ Է Մ Ե Ն Ց Ն Ե Լ



22881

Տպարան ՇԱՆՅ Դալաթիա

1913

ԳԻՆ 3 ՂՈՒՇ

*Հիւ*

*Յան  
Արթուր Օրմ... Զաւարդ  
Լեւոնյան  
Զեմ  
Պրոֆեսոր  
Բորիս Գրիգորյան*

ՏՕՏԹ. Օ. ԿՈՐԵԿՆԱՆ  
Մանկագրարայ

# Ե Ր Ա Ի Ա Ն

ԻՆՉՊԼԵՍ ՊԷՏԲ Է ՄԵԾՅՆԵԼ

*ԲԲԻԻ*



Տպարան "ՇԱՆՔ", Զակարթիա  
1913

Նաև էր Հայաստանի Պետ. Համալսարանին  
Թարուլ ԻնձէՆԱՆԷ  
Փարիզ, 1957

**Ե Ր Կ Ո Ւ Խ Օ Ս Ք**

Տուն մը, մեծ կամ փոքր, կ'ունենայ դուռ մը,  
նոյնպէս և ամէն գիրք, փոքր թէ մեծ, սովորաբար կ'ու-  
նենայ առաջաբան մը, իբրև մուտք:

Բարի սովորութիւնն ընդհանրապէս յարգելի է, որ-  
պէս բարի ծերունին:

Սովորութեան յարգանքին տուրքն ապա կ'վճարենք  
և մենք, իբրև մուտքի տոմսակազին մեր մակազրած  
ճեղու խօսքով:

Ամէն ժամանակաց ու ամէն ժողովրդոց մէջ, որքան  
կ'աւելնան բժիշկներն օր ըստ օրէ նոյնքան և կ'բազմա-  
պատկին բժշկական ու առողջաբանական հրատարակու-  
թիւնք, որոցմէ ամէն դասակարգի ընթերցողներն, ընդ-  
հանրապէս այնքան կ'օգտուին անշուշտ, որքան կ'օգ-  
տուին ապաքէն բժշկաց դեղագրերէն հիւանդներն ան-  
հատապէս:» Ու բոլոր ասոնք կ'գնահատուին, կ'քաջախի-  
ռուին ապա իրենց ընծայած հանրական ու անհատական  
օգուտներուն համեմատ:

Այս օգուտներուն արժէքն ու աստիճանն ի'նչ ալ  
ըլլան անկեղծօրէն կ'բացատրեն սա ճշմարտութիւնն, իր  
զտութեան մէջ, թէ ամէն մէկ բժիշկ իւրովսանն փա-  
փաքած է գիտցածին ու կրցածին չափ, օգտակար ըլլալ  
ընդհանրապէս թէ անհատապէս:

Այս հանրօգուտ ու ժողովրդապաշտ փափաքն ալ՝  
իր բացսիրտ ու բացօգի անկեղծութեան մէջ, ինքնին  
չքմեղ, անվերապահօրէն արժանի է ամէնուս շնորհաւոր:



Հնորճակալ ու Հնորճապարտ զգացմանց առաւելագոյն քուէին : Այս օրինակ ներչնչուեն զգացմանց գերադրապէս բացատրիչ թարգմանն հանդիսացած է Մարգարէ մը, որ, մեր մտորակին վրայ արեւուն տակ տակաւին շուք փռող երեք հարիւր միլիոն ջերմեռանդ հաւատացեալ ունի, հեզոգի այլ շատ իմաստալի շեշտով մ'աղաղակած է, ով որ ինձ գիր մը սորվեցուցած է, ցկեանս ու ցլաւեհ երախսապարտ եմ աճոր :

Ապա ճրքան աւելի երախտագէտ ըլլալու պարտական է մարդկութիւնը անոնց, որք, հեղինակ թէ հետեւակ, իրենց արարչական հանճարովի ու մշակուած տաղանդովի, յօրինած բազմահատոր ու բազմատիրոջոք գիրքերով սորվեցուցած են այնքան թանկագին գիտութիւններ, որքան հազիւ պիտի կարենային ուսուցանել աշխարհքին բոլոր դպրոցները մտքերու սպայակոյտը կամ ձերակոյտը կազմող ուսուցիչներով :

Եւ արդէն գիրք հրատարակել, դպրոց բանալ է :

Ապա՝ բոլոր այն ականաւոր ու տաղանդաւոր Հայ բժիշկներ, որք իրենց թանկագին ժամերէն խորելով նուիրած են զանոնք յօրինելու համար բժշկական կամ առողջաբանական մատեաններ, կամ այդ օրինական մատեաններու գլուխներն արժող մասնագիտական յօդուածներ հրատարակած են, պարբերաբար, Ազգային օրաթերթերու, հանդէսներու մէջ, որոց հաւաքածոն պատկառելի ու հմտալի ամբողջութիւն մը կ'կազմէ, հիմնած են այժ' այդ հայ Հիպոկրատներ գրեթէ բժշկական հայ դպրոցներ : Ասով ալ մամլոյ համալսարանին տիեզերական բեմէն հանդիսացած են նոյն ինքն իրենք գրականութեան չափ յաւերժական դասախօսներն, աւանդելու համար իրենց պատուական ու սիրական Ազգայնոց :

ակսեալ օրանէն ցգերեզման, հմտաղեղ ու ծուծաւոր դասեր, թանկարժէք գիտելիքներ, ամէնուս կեանքին աշխուշատու թեան մասին : Դասեր, գիտելիքներ, արեւուն պէս լուսարար ու բարերար, կենսապարգեւ ու յարատեւ :

Պատիւ ու փա՛ռք ապա անոնց յիշատակին և անոնց հանրանուէր ու ազգասէր գործերուն : Պատիւ ու փա՛ռք եւ ամէն անոնց, որք պիտի հետեւին իրենց նախորդաց հոյակապ ու ժողովրդապալտ տիպար օրինակին, համեմատ նոյն չափին ու աստիճանին զոր պիտի բարձրացնէ ու պիտի բարգաւաճեցնէ ապագայ զարգացումը : Բժշկական ու գիտական ամէն ճիւղերուն ու կատարելագործումներուն մէջ, մինչեւ հասնի մարդկային կեանքին Արարչահիւթն ու կենսանիւթն անսպառելի հոշակելու, ու մարդկային արեան շրջանն ալ մշտնջենական շարժման մէջ դնելու ոսկեղէն դարուն ստեղծագործ գիւտին : Մեր սոյն գրքոյն որ, իր սեւին մէջ իբր դուզնաքեայ ու փանաքի գործ, հազիւ պիտի արժէ մեր նախորդաց ու յաջորդաց բժշկական ու առողջաբանական երկասիրութեանց ծովուն մէջ նետուած անձրեւի կաթիլ մը : Թէև Ովկիանն իսկ, մի օր, կաթիլով մ'սկսած է, ինչպէս և ցամաքը ծածկող անտառներն ալ, միակ ծառէ մը : Կ'մաղթեմ որ այդ կաթիլն ըլլայ ամպէն ծովուն խորն ինկած ու ոստրէին ծոցը թագուհեաց մանսեակներուն մարգարիտն ու թագերու թանկանգին գուհարն յօրինող այն աննշան կայակը, զոր այնքան նշանաւոր հանդիսացուցած է իր արեւելեան նախշուն երեւակայութեամբը ծանօթ պարսիկ բանաստեղծ մը :

Երեխան ի՞նչպէս պէտք է մեծցնել անուն գրքոյկին նպատակն է, նորածին մանուկներուն տխեղծ, աղկաղկ, ճիւղմ ու դիւրափխուր այլ մեր աչքին բերին, մեր աչքին

լուսին պէս, գուրգուրալի, խանդաղատելի՝ կեանքը քաջառողջ ու կորովակազմ ընել: Եւ ասով այնքան, գորովագուլթ, ծնելատէր ծնողաց ոսկերքն իրենց սիրական զաւակներուն արցունքով թրջելու մխիթարանքէն չզրկել, մեր մամերն ու պապերն իրենց նորաբողոջ թոռներովն յաւէտ սփոփելու, Ազգին գոյութեան ու յորդող սերունդներուն կորովոյ կորիզն ու կուան իր սաղմին մէջ, աւելի ուռճալի, բերրի ու բազմաստեղնեան գործել, վերջապէս՝ հայրերն ու մայրերն անզաւակելու արտազուրկ դժբախտութենէն, հնար եղածին չափ, փրկել: Իցիւ թէ հասնէր, երախաներու քաջառողջութեան նուիրուած ու երախաներու չափ ալ փոքրիկն այս գրքոյկն իր կէտ նպատակին: Տա՛ր երկինք որ մենք ալ, իբրեւ նորեկ՝ մեր տարեկից հայ երիտասարդ բժշկաց հետ, մեր կարգին, երէց պաշտօնակցաց օրինակին հետեւելու ու անոնց հանրօգուտ փափաքէն ներշնչուելու եռանդէն մղուելով, յօրինած մեր սոյն գրքոյկովն արժանանայինք հանրութեան մխիթարող քաջակերուովն ու սրտապնդող չնահատումին:

Քաջակերութիւնը հանճարին սնունդն է, ըսած են:

Քաջակերութենէ զուրկ ո՛ր է է գործ լուսաւորումէ ու ոռոգումէ զուրկ դալկահար բոյսի մը կ'նմանի որ չի ծաղկած վաղաթարշամ կ'թառամի:

Նորածիններու, երախաներու հիւանդութեանց ու անոնց դարմանումին նուիրուած մեր մասնագիտական պաշտօնը պարտադրեց մեզ հրատարակել սոյն գրկոյկը, իբր՝ նախախայրի մը, իբր նախափորձ մը: Ասոր քաջալերող յաջողութիւնն ու գրկաբաց ընդունելութիւնը մեզի նոր գրգիռ պիտի ըլլայ հրատարակելու մեր մասնագիտական ճիւղին յատուկ ա՛լ աւելի ընդարձակ գիրք-

քեր, որոց պէտքը՝ նորածիններու կեանքերուն չափ՝ զգալի ու փափաքելի է:

Տղայոց կեանքին քաջառողջութեան ընծայուած գրքերն ալ՝ տղոց չափ սիրելի ու թանկագին են: Մեր գրքոյկը թէեւ դիրքով փոքր է, սակայն կ'հաւատամ թէ նշանակութեամբը մեծ է: Եթէ ամէն մայր ու զաւակի տէր ծնողք կամ պաշտպանք խնամով ու սիրով ի գործ դնեն երախաներու կեանքին նկատմամբ մեր դեղագրած, բանաձեւած առողջաբանական պատուէրներն ու հրահանգները, իրենք եւս պիտի համոզուին թէ արդարեւ սոյն զբոյլի իրենց ամէն տեսակ քաջակերումին ու գնահատումին արժանի է, իր մատուցանելիք մեծամեծ օգուտներուն համեմատ: Պէտք է որ զայն կարդան, սերտեն ու սորվին այնքան, որքան կ'սորվի քահանան՝ Աւետարանը, և դպրոցականն՝ իր դասագիրքը, զայն գոց ընելու չափ:

Մեր Երկու խօսքը կարճ կապել կ'աճապարենք: Չենք փափաքիր որ փոքր գրքի մեծ առաջաբան մը գրել: Ընթերցողը մեզ գուցէ ծաղրէ ճիշտ ինչպէս հին մեծ առակախօսը ծաղրեց Միդացիներն որ իրենց փոքր քաղաքին մեծ դուռներ շինած էին, քաղաքին տիրող լեռին բարձունքէն պոռալով. Ա՛րբ Միդացիք փակեցիք գորունս քաղաքին ձեռ, զի մի՛ քաղաքն արտաքս ելցեք»: Եւ կամ հեզնէ մեզ նման կիկերոնի՝ որ, օր մը, տեսնելով թէ իր կարճահասակ սպայ փեսան մէջքն ի վար երկայն սուր մը կախած կ'անցնէր, ըսաւ քովիններուն՝ ո՛վ կապեր է քեռայրս սուրին:

Սակայն չի մոռնանք ճշդել հոս երախայ բառը, երախայ ըսելով կ'հասկնանք դեռ չի մկրտուած նորածին մը, սակայն մենք երախայ ըսելով պէտք է որ հասկնանք

ծնած օրէն մինչև երկուքուկէս տարեկան տղան : Այս ինքն թէ մանկութեան առաջին շրջան : Երկուքուկէս տարիքէն մինչև եօթը տարեկանը կ'կոչենք մանուկ, (երկրորդ շրջան), 7էն 13—14 տարեկանը՝ պատանի, 14էն մինչև քսան տարեկանը պարմանի, 20էն 25-26 տարեկանն՝ ալ երիտասարդ :

ՏՕԲԹ. ԿՈՐԵԿԵԱՆ

Մասնագէտ բժիշկ Համգգ. Անկեղանցի  
Մանկաստանական հիւղիմ



## ԵՐԱԽԱՆ

### ԻՆՉՊԷՍ ՊԷՏՔ Է ՄԵԾՑՆԵԼ

Գ. Լ. ՈՒԽԱՆ.

Առողջապահութիւն. — Անոր բնդհանուր ու  
մասնաւոր բաժանուլի

Առողջապահութիւնը ըսելով ի՞նչ կը հասկնանք. բժշկութեան մէկ մասն է առողջաբանութիւնն որուն վախճանն է առողջութեան պահպանութիւնը, այսինքն թէ ան կը սորվեցնէ մեզի կանոնաւորել մարդուն կեանքը, ապահովելու համար անոր բոլոր պաշտօններուն կիրարկումն ու անոր բոլոր կարողութեանց կատարեալ բարգաւաճումը :

Կայ ՀԱՆՐԱՅԻՆ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ ՄԸ, որուն հոգածութեանց առարկայ են ամէն ինչ որ կ'վերաբերի հանրային առողջութեան, ինչպէս են կոյուղիներու և աղտոտութեանց մթերանոցներուն շինումն ու պահպանումը, ջուրերու բաշխումը, շուկաներու, վաճառավայր հրապարակներու, փողոցներու, թատերական սրահներու, օթեւաններու, պանդոկներու, հասարակաց շէնքերուն մաքրապահումը. աշխատանոցները ու գործարանները, վերահսկողութիւնը լուսաւորումի, սննդեղէններու, ուտեստեղէններու, ըմպելիներու, բնակա-

բաններու և ասոնց նման այլեւայլ հարկաւոր ու հան-  
րային բաներուն :

Կայ նաև ՄԱՍՆԱԻՈՐ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ մը , որ  
կ'որոշէ թէ՛ դիտողութենէն ու փորձառութենէն բղխած  
կանոններով , իր առողջութիւնը պահել ու զող մարդը , իր  
տարիքին , կազմուածքին , գտնուած միջավայրին ու վի-  
ճակին այլեւայլ պարագաներուն համեմատ , ինչ չափով  
գործածելու է զինք շրջապատող բաներն ու իրեն յատուկ  
սեփական կարողութիւնները , թէ իր պէտքերուն ու  
կարօտութեանց և թէ իր վայելքներուն ու հաճոյքնե-  
րուն համար :

Մեր այս գրքոյկին մէջ պիտի զբաղինք մասնաւոր  
առողջապահութեան մաս կազմող ճիւղերէն միովը ,  
այն է Երախային կեանքին պահպանութեան վերաբերող  
էական ու կենսական խնդիրովը :

### Գ Լ Ո Ւ Ն Բ .

#### Երախան կամ մանուկը

Որպէս զի լաւ եւս ըմբռնուի մանուկներու կենաց  
թանկագին արժէքը , անոր քաջառողջութեան պահպա-  
նումին համար ընծայուելիք կարեւորութիւնը , բաւ է  
անգամ մ'ընթեռնուլ յետագայ տողերը :

Մանկութիւնը մարդկային քաղաքակրթութեան սեր-  
նարանը , ազգաց ու ժողովրդոց անկաստանն ու մեր  
ընտանեկան ու ընկերական կեանքին գոյութեան կորիզն  
է : Մանուկէն է որ կ'բղխին ամէն անոնք որ կ'կոչուին  
հայր ու մայր , թագաւոր ու դատաւոր , կաթողիկոս  
ու Եպարքոս , վարժապետ ու վարդապետ , վաճառական

ու զիտնական , գրագէտ ու արուեստագէտ , ճարտարա-  
պետ , նաւապետ ու զօրապետ , ազատոր ու ֆապրիգա-  
դոր , փաստաբան ու կրեսիտիան , գործաւոր ու զինուոր ,  
փիլիսոփայ ու քահանայ , հողագործ ու մեքենագործ ,  
գրամատէր ու կալուածատէր , մէկ խօսքով , մարդկային  
ամէն դասակարգերուն բոլոր ներկայացուցիչներն իրենց  
մէն մի խաւերուն մէջ , ու անոնց գործունէութեան մէն  
մի ասպարէզներուն մէջ :



Մ.առողջ Երախայ մը

Ուրեմն արեւուն տակ , մարդկութեան հայրենիքին  
մէջ , ինչպէս ամէն ազգ նոյնպէս և մենք ամբողջովին

մեր գուրգուրանաց խանդաղատագոյնը և մեր հոգա-  
ծութեանց ամբողջութիւնը, մեր մանուկներուն կամ մեր  
երախաններուն քաջառողջութեան նուիրելու ենք: Պար-  
տինք, անոնց արեւշատութեան համար, չի խնայել ո՛չ մի  
զոհողութիւն, ինչ գնով ալ ըլլայ ան:

**Գ Լ ՈՒ Խ Գ**

**Երախաներն ու անոնց մահեր**

Խելամուտ ու քաջածանօթ ըլլալէ վերջ թէ՛ ի՛նչ  
լայն ու ընդարձակ ապագայ ունի երախան, թէ ի՛նչ է  
ընտանեկան ու ընկերական շրջանակաց մէջ անոր գրա-  
ւելիք դիրքն ու խաղալիք դերը, և անոր նկատմամբ  
մեր շայլելիք թանկագին գուրգուրանքն ու գգուանքը,  
բազմածախս խնամատածումներն ու հոգածութիւնները,  
անշուշտ շատ ու շատ դառն է ճիղմ հասակին մէջ անոնց  
վաղամեռիկ կորուստը:

Բժշկական վիճակագրութիւնք տխուր ճշմարտու-  
թեամբ մը հաստատած, ստուգած են թէ՛ հերոպական  
երկիրներու հետ բաղդատելով Թուրքիոյ մէջ ծնող մա-  
նուկներէն, երախաներէն (\*) հարիւրին յիսուր. 1—2 sm-  
րեկանին մէջ մեռնելու դասապարտուած են:

(\*) Եթէ մտածենք ու մեր մտքին առջեւ բերենք նաև Պոլսոյ  
մէջ պատահած ու, շամթէ շարաթ օրաթերթերու մէջ հրատա-  
րակուած մահերուն ցանկն ու ցուցակն ուր մեռնողներէն  
գրեթէ հարիւրն 25—30—35 հիւժարխտաւորներն, այսինքն  
բարակ ցաւով (վերէմ) մեռնողներն են, ըսելէ թէ Թուր-  
քիոյ բնակչութեան մեծամասնութիւնը բնաջինջ ըլլալու  
վրայ է: Կառավարութեան ու ժողովուրդին շատ խորունկ ու  
շատ խնամոտ նկատառութեանը կ'յանձնարարենք սոյն ծանրա-  
կշիռ պարագան.

Մեր երկրին համար՝ այս սահմակեցուցիչ մանկակո-  
տոր մահն ընդհանուր մարդկութիւնը պարբերաբար տաս-  
նող, ճարակող մահասփիւռ համաճարակներէն, կամ ամէն  
փոխանցիկ ու մահացու ախտերէն. ինչպէս են ֆոլերա,  
ժանցալիս ու քան ամէն բնական ու դիպուածական  
պատահաններ, օրինակի համար՝ երկրաշարժ, պատե-  
րազմ, ընկլուզումներ, աւելի աղէտալի ու կորստարեր է:

Երկրին բնակչաց փճացումը, մեր ընտանեկան ու ըն-  
կերական գոյութեան անէացումն է աս:

Այս ծանրակշիռ յայտնութիւնը, այս խելացնոր ու  
լեզուպատառ հաշիւը պէտք է մտածել ու շատ մտածել  
տայ մեր ամէնուս, սկսեալ երկրին ճակատագիրն իրենց  
ափին մէջ բռնող նախարարներէն մինչեւ յետին ընտանեաց  
տէր ու տիրուհի եղող ծնողքները:

**Երախաներու վիճակագրական մահերն  
ուրիշ երկրաց մէջ**

Իտալիոյ մէջ (1901) թուականին, մեկ օրեայ երա-  
խայէն մինչեւ 36 ամսեայ եղող երախաներէն մեռած են  
267,775, ասոնցմէ 62,363 երախաներուն մահը պատա-  
հած է ստամոքսի ու աղիքներու հիւանդութիւններէն:  
Գերմանիոյ մէջ, մեկ օրականէն մինչեւ մէկ տարե-  
կան երախաներէն, մէկ տարուան մէջ կ'մեռնին 400,000:  
Շուէտի մէջ՝ 9%  
Նորվեկիայի մէջ՝ 12%  
Գերմանիոյ մէջ, տեղ տեղ, երբեմն 20%, Պէռլինի  
մէջ ալ, մահերուն թիւը 35—40%օր կ'հասնի:

Ապա՝ պաշտօնապէս հաստատուած է թէ մահերուն



մեծամասնութիւնը կը պատահի երախայական ասորի-  
քին մէջ :

Երախացեալու այս վաղահաս մահերուն առաջին  
առնելու համար ի՞նչ ըրած են

Ամէն քաղաքակիրթ ու լուսաւորեալ Ազգաց մէջ,  
այս մանկկոտոր մահերուն առաջին առնելու համար,  
չստ մը պաշտօնական հաստատութիւններ հիմնարկուած  
են, թէ՛ կառավարութեանց, թէ՛, մարդասէր անհատներու  
թէ՛ այլեւայլ մարդասէր, բարենպատակ խմբակցութիւն-  
ներու նախաձեռնութիւնով, ուր մանրակրկիտ ու խըղ-  
ճաւիտ ինամարկութեամբ կ'ըզարմանուին հիւանդ երա-  
խաներ :

Ֆրանսայի, նամանաւանդ Գերմանիոյ մէջ, երախա-  
ներու մահերուն առաջին առնելու համար, մասնաւոր  
ընկերութիւններ կազմուած են, 1909 թուականին, Գեր-  
մանիոյ կայսրուհւոյն նախաձեռնարկ ջանքով : Ընկե-  
րութեան կեդրոնը Շառլոթէնպուրկի և ուրիշ քաղաքաց  
մէջ ալ մասնաճիւղեր ունի ՆՈՐԱԾԻՆ ՄԱՆԿԻԿՆԵՐՈՒ  
ՊԱՇՏՊԱՆ անուամբ : Անցեալ տարի ալ հոն բժշկական  
փողով մը տեղի ունեցաւ, ուր ղժբախտաբար, մեր  
երկրին մէջ, մասնագէտ բժիշկ չի գտնուելուն, չունե-  
ցանք հոն և ոչ մէկը Թուրքիոյ ներկայացուցիչ :

## ԵՐԱԽԱՆ ԻՆՉՊԷՍ ՊԷՏՔ Է ՄԵԾՅՆԵԼ

Գ Լ ՈՒ Խ Գ.

Ջամբ. (Կարնուուրիւն) եւ իր սեսակները

Երախաներու մահերուն առաջին առնելու համար,  
նախ և առաջ պէտք է գիտնալ թէ՛ երախայի մը տա-  
րիքին նայելով, ի՞նչ տեսակ մնունդներ տալու է :

Երախայի մը ամէնէն աւելի կենսական, բնական ու  
ազդու մնունդ իր մօր կաթն է, ու յետոյ արուեստա-  
կան կաթը :

Ջամբի սեսակները

Չորս տեսակ ՋԱՄԲ (կաթնտուութիւն կայ,

Ա. — Բնական ջամբ, որ երկուքի կ'ըբաժնուի մօր  
և ստնտուի ջամբ կամ դիեցուսն :

Բ. — Արուեստական ջամբ :

Գ. — Խառն ջամբ, այսինքն մօր կամ ստնտուի կաթ  
և արուեստական կաթ :

Դ. — Կենդանական ջամբ, այսինքն թէ նորածինն  
ուղղակի կենդանիներէն կ'ստանայ իր մնունդն եղող  
կաթը :

Այս չորս կերպ ջամբերէն բնականով սնանող երա-  
խաներն ամէնէն աւելի քաջառողջներն եղած են :

ԽՍՈՒՆ ՋԱՄԲՈՎ սնանող երախաներն ալ, կենդա-  
նական ու արուեստական ջամբով սնանողներէն աւելի  
առողջ կ'ըլլան :

Գալով ԱՐՈՒՆՍՍԱԿԱՆ ՋԱՄԲՈՎ սնանող երախա-  
ներուն, ասոնց մեծամասնութիւնն ոսկրախտի ենթակայ,  
վտիտ, գունատ, վատառողջ ու ամէն տեսակ հիւանդու-  
թեանց տրամադիր է :

8—10 տարեկանին մէջ մեռնող երախտներէն մեծ մասը ջամբի այս տեսակով սնանողներն են :

Ի՞նչ լուրջ պահանգներ կան մօր մը համար կաթ սալու կամ չի սալու

Դժբաղդաբար, վերջին ատեններ շատ մը զաւակածին մայրեր, իրենք զիրենք ու մէկզմէկ խաբարով, հիւանդութիւն կեղծելով չեն ուզեր ծիծ տալ իրենց նորածիններուն, ինչ որ իրենց ստողջութեանն ալ վնասակար է, քանի որ յղի մնալով զաւակ բերելու կարողութիւն ունեցող կին մը զաւակն ալ կրնայ մնուցաննել :

Ջրային հիւանդութիւնները, նիհարակազմութիւնը կամ վտխտութիւնը, դաշտանը (այս միջոցին թէև կաթին բաղադրութիւնը կ'փոխուի) ծիծ չտալու համար լուրջ պատճառներ չեն :

Սակայն սրտի ծանր հիւանդութիւնները, թոքախտը, մտային հիւանդութիւնները միայն արգելքի լուրջ պատճառներ կրնան ըլլալ :

Այս պատճառաւ երբ մայր մը հիւանդ եմ առարկելով չուզեր կաթ ջամբել իր զաւակին, պէտք է որ բժիշկի մը դիմէ :

Այն մայրեր՝ որ իրենց բնական կաթովը կ'մնուցանեն իրենց զաւակները, սա մեծ առաւելութիւնն ունին որ աւելի սէր կ'տածեն իրենց զաւակաց նկատմամբ :

Նորածիճի մը կաթ սալու մասին  
հարկաւոր գգուելիքներ

Երախայ մը ծնելէն անմիջապէս վերջ, եթէ կրնայ կաթ ծծել, հարկ է նախ ստինքէն քամել կամ կթել քիչ մը կաթ ու զայն թափել, և ապա նորածինին ծծել տալ ստինքին կաթը :

1922  
16712

Երբեմն մայրեր, նոյնիսկ դայեակներուն ալ թելադրումէն քաջալերուած, զաւակարեւութենէն մէկ օր վերջ ծիծ տալ կ'ուզեն :

Սխալ մէ աս, զոր գործելու չեն թէ՛ մայրերը թէ՛ դայեակները: Նորածին մը՝ առաջին օրէն իսկ, եթէ ի վիճակի է ծիծ ծծելու, կրնայ ծծել, և պէտք է որ ծծէ. օգտուի կաթէն :

Որովհետեւ զաւակ մը, ծնելէն մինչեւ մէկ շաբաթ, ծանրութենէն կ'կորսնցնէ: Այս պակասին առաջքն առնելու համար, առաջին օրէն իսկ երախտն ծիծ ծծելու է :

Նորածիճի մը ծիծ սալու ժուլեւունն նկատմամբ  
հարկաւոր գիտելիք

Կանոնաւոր ժուլեւուն մեզ ու որոշ ժուլեւով՝ նորածինի մը ծիծ տալը, ծնելուն առաջին օրէն իսկ, սկսելու է: Առաջին ամիսներուն մէջ՝ 2 ժամը, մէկ անգամ ծիծ տալու է: Անկանոն ժուլեւուն մէջ, թէ մայրեճի թէ արուեստական կաթ ուտող երախտները լալկան կ'ըլլան, փորի ցաւ կ'ունենան ու սուր ճիչեր կ'արձակեն :

Մանուկին ենթարկուած ցաւերուն շարժառիթէն անտեղեակ մայրերը, յաճախ դրացիներուն ալ համարտութենէն աւելի զրգռուած այնպէս կը հաւատան թէ՛ իրենց կաթը նուազ կամ անբաւական է, անմիջապէս կրկին ծիծ կուտան: Ասկէ զատ՝ դուրսէն ալ կաթ առնելու և զայն նորածինին տալու որոշում կ'տրուի: Ուրացէն առնուելիք կաթին տեղ բռնող դարմանը դրտած կ'հաւատան, չորս աչով փնտտելու կ'ելլեն լրագիրներուն չորհրդը երեսը զարգարող ծանուցումներուն մէջ :



չեմ գիտեր Եւրոպայի ո՞ր նշանաւոր երկրէն ներածուած  
ալիւրը: Որովհետեւ կ'ըսուի թէ՛ այս ինչ երախան ալ  
այդ ալիւրէն ուտելով, քաջաւորջ մեծցած է: Ու հա-  
մողուած այս ըսի ըսաւներէն, անմիջապէս կ'վճռեն  
ծնողքներն իրենց երախային, ժամանակէն առաջ, այդ  
հրատարակուած ու ծանուցուած եւ հազարումէկ բե-



Անկանոն ժուժերով և ժամանակէն առաջ ալ ալիւրեղէնի  
անդառուծեան պատճառաւ ոսկրախտի ենթակայ եղած կուրծքը  
հաւու կուրծքին պէս ցցուած, փորը ուռեցած, եւ ոտքերը  
ծռած, խոշոր գլուխ հինգ տարեկան հիւանդկախ մանուկի մը  
տիպարը կը ներկայացնէ վերեւի պատկերը:

րաններէ ձրիօրէն ներբողուած այդ ալիւրէն կերցնել ու  
անուցանել իրենց երախաները:

Այս սխալ ու տգէտ ըմբռնումներով վարակուած  
ծնողքներ զուր տեղն իրենց երախաներուն վատաւոր-  
ջութեան նոյն ինքն իրենք պատճառ կ'ըլլան:

Որովհետեւ այդ ծանուցուած ալիւրները կ'խանգա-  
րեն երախային ստամոքսն ու աղիքները, որուն հետե-  
ւանքը կ'ըլլայ երախային փորի ցաւ պատճառել, անոր  
սաստիկ ու սուր կերպով լացի ճիչեր արձակելուն, որք  
չէ թէ մօրը կաթին նուազութենէն կամ անբաւականու-  
թենէն, այլ ալիւրին վատթար ու հակառողջական ըլլա-  
լէն առաջ կուգան ընդհակառակն, ինչպէս վերն ըս-  
ուած է:

#### ԳՂՈՒՆ Ե

Երախան կուելով անոր առողջութեան աստիճանն  
հասկնալու պէտքին նկատմամբ:

Հասկնալու համար թէ նորածինի մը ծծած կաթին  
քանակութիւնն, իր կանոնական սնունդին համար, բա-  
ւական եղա՞ծ է թէ ո՛չ, ծծկեր երախան խնամօք կշե-  
լով կ'հասկցուի:

Այս մասին՝ ուշադիր ըլլալու է որ, մերկ կշռուելիք  
երախային սենեակին ջերմութիւնը 20 աստիճան ըլլայ:

Կշռելու համար մասնաւոր կշիռներ կան:

Ամէն անգամ որ ծծկեր երախան կշռելու պէտք  
զգայուի, հարկ է որ իր սովորական միեւնոյն զգեստը  
հազած, կամ բոլորովին մերկ ու անօթի ըլլայ, և միեւ-  
նոյն ատեն ալ, երախային կզկզանքը, այսինքն անոր

աղիքներուն մէջ գոյացած աղբը թափուած ըլլայ: Աւ ա-  
մէն անգամ ալ միեւնոյն ժամուն կշռելու է:

Բնական ջամբով (կաթնատուութիւն) սնող, մեծցող  
երախաները՝ Ա.Ռ.Ա.Ջ.Ի.Ն 3 Ա.Մ.Բ.Ս.Ն.Ե.Բ.ՈՒ.Ն Մ.Ն.Ջ, միջին  
հաշուով, օրական 25 կրամ:

ԵՐԿՐՈՐԴ 3 ամիսներուն մէջ, 20 կրամ

ԵՐՐՈՐԴ 3 ամիսներուն մէջ, 15 կրամ

ՉՈՐՐՈՐԴ 3 ամիսներուն մէջ, օրական՝ 8—10 կրամ  
աւելի կ'կշռեն:

Այն երախաներն որ արուեստական կաթով կ'մեծ-  
նան առաջին և երկրորդ երեք ամիսներուն մէջ, 20  
կրամ,

Երրորդ երեք ամիսներուն մէջ, 15 կրամ,

Չորրորդ երեք ամիսներուն մէջ ալ, օրական 8 կրամ  
աւելի ծանրութիւն կ'ունենան:

Այս հաշուով՝ վեց ամսուան նորածին մը, մօտաու-  
պէս 7,310 կրամ, և մեկ տարեկանն ալ՝ 9,500 կրամէն 10  
քիլօ ծանրութիւն ունենալու է,

Իսկ 2 տարեկան մը՝ 2,000 կրամ. 3 տարեկան մը՝  
1,200 կրամ. 10—11 տարեկանն ալ՝ 1,500—1,700 կրամ  
տարեկան աւելի ծանր կ'կշռեն:

Ի՞նչպէս կրնանք հասկնայ քէ մանչ կամ աղջիկ  
նորածին երախայ մը առողջ է. եւ քէ իր բուն  
ժամանակի՞ն աշխարհի եկած է

Հասկնալու համար թէ նորածին մը քաջառողջ է, և  
թէ իր բուն ժամանակին աշխարհք եկած է, ծնած պա-  
հուն՝ 3,000—3,500 կրամ ծանրութիւն ունենալու և  
հասակն ալ 50 սանթիմէրը (մատնաչափ) ըլլալու է:

Մանչերը՝ 3,250 կրամ, իսկ աղջիկները 3,150 կրամ  
կ'կշռեն: Անոնք որ 2000 կրամ կ'կշռեն չեն ապրիր,  
իսկ 2,500—3,000 կրամ կշռողներէն ոմանք կ'ապրին, ո-  
մանք չեն ապրիր ընդհանրապէս:

Առաջին շաբթուան մէջ, թէև երախան 200—225  
կրամ կ'կորսնցնէ իր ծանրութենէն, սակայն մինչև  
10րդ օրը՝ կ'վերստանայ իր կորսնցուցած ծանրու-  
թիւնը:

Երբեմն առողջ երախաներ, առանց պատճառի,  
թէպէտև ո և իցէ շաբթուան մէջ կ'կորսնցնեն իրենց  
ծանրութենէն մաս մը, սակայն յաջորդ շաբթուն կ'վե-  
րստանան իրենց կորսնցուցած ծանրութիւնը:

Այս նկատմամբ հոգ ընելու չէ:

Մանչ ու աղջիկ երախայի մը հասակը  
տարուէ տարի ո՞րքան կը մեծնայ

#### Մանչուն հասակը

Մանչ երախայ մը՝ մէկ տարուան մէջ, 20 սանթի-  
մէրը (մատնաչափ), երկու տարեկանին մէջ, 10 սան-  
թիմէրը, երեք տարեկանին մինչև եօթներորդ տարին,  
ու ասկէ վերջ թեւակոխած տարիներուն մէջ, չորսէն  
մինչև վեցական հարիւրամէրը, հասակի յաւելում, ա-  
ճում կ'ունենայ:

#### Աղջիկին հասակը

Աղջիկ երախայ մը, ծնած ատեն, 49 հարիւրամէրը,  
առաջին տարւոյն վերջ՝ 68էն 69, երրորդ տարւոյն վերջ՝  
86 սանթիմէրը, տասներորդ տարւոյն վերջ՝ 126 սան-

Թիմէղր՝ տասնեւհինգ տարւոյն վերջն ալ, 149էն 150 սանթիմէղր հասակ կ'ունենայ:

Երախային առողջութիւնը կ'հասկցուի նաեւ կուրծքին ու փորուն. Երջագիծէն

Երախայի մը բնականոն ու առողջ ըլլալը հասկնալու համար, հասակին հետ բաղդատելու է, կուրծքին շրջազգիծը:

Առողջ երախայի մը կուրծքին շրջագիծը՝ հասակին կէսէն, 6 կամ 10 սանթիմէղր աւելի ըլլալու է:

Եթէ 5 հարիւրամէղրէն պակաս ըլլայ, նորածինին վատառողջ ըլլալը կ'հասկցուի:

Փորուն շրջագիծն ալ 14 հարիւրամէղր ըլլալու է:

Կարի ակուաներ: Ակուաներն ալ երախայի մը վաստառողջ կամ քաջառողջ ըլլալը կրնան հասկցնել

Երախայի մը քաջառողջ կամ վատառողջ ըլլալն ակուաներուն հանելէն ալ կրնայ հասկցուիլ:

Ընդհանրապէս՝ Երդէն ճրդ ամ մտերուն մէջ ստորին ծնօտի երկու կտրող ակուաները, կամ հեւաններ (\*) կ'սկսին բուսնիլ:

4էն 8 շաբաթ վերջ՝ մէջտեղի վերին երկու կտրող ակուաները՝ հանելէ յետոյ քովտի ակուաները բուսնիլ կ'սկսին:

Մինչև մէկ տարեկան, այսինքն 10էն 12 ամսուան մէջ ստորին կողմնակի կտրող ակուաները կ'բուսնին:

(\*) Մեր հին մատենագիրք հեւան կոչած են այդ ակուաները:

Ասկէց վերջ, առաջին չորս աղօրիները, երկրորդ տարւոյն մեջտեղ, շնական ակուաները, նոյն տարւոյն վերջերը, և կամ Յրդ տարւոյն սկիզբն ալ, երկրորդ չորս աղօրիները հանել կ'սկսին Այս հաշուով 2 տարեկան առողջ մանուկ մը 20 ակուայ պէտք է ունենայ բերնին մէջ, 10 ակուայ վերի՝ և 10 ակուայ ալ՝ վարի ծնոտին վրայ:

Սակայն՝ ակուանանուծի այս կանոնաւորութիւնն առ հասարակ ամէն երախայի համար նոյն չէ:

Երբեմն կան երախաներ, որոնք իրենց առաջին ակուաները Յէն 9 ամիսներուն մէջ կ'հանեն, և կամ քանի մ'ակուայ հանելէն յետոյ, մինչև յաջորդ ակուաներն ալ հանելու բնական կամ սովորական ժամանակին տեւողութիւն, կամ կ'ուշանայ ակուանանումը, և կամ հատիկ հատիկ կ'հանէ զանոնք:

Այս արտասովոր առամնահանումը ցոյց կուտայ թէ այդ դասակարգի մանուկները ոսկրախտի ենթակայ են:

Ոսկրախտի, վէներախտի կամ ֆրանկախտի ու խոյլի (սըրածա) ենթակայ երախաներուն ակուաները գունատ և անոնց ծայրերը սղոցային են:

### Մնայուն ակուաները

Վեցերորդ տարւոյն վերջ, կաթի ակուաները հետզհետէ կ'թափին, ու, սսոնց տեղ, մնայուն ակուաներ կ'բուսնին: Վերջին 4 աղօրիները (սողան ակուայ) կ'բուսնին, 12 տարեկանին մէջ, իսկ ամէնէն վերջ կ'բուսնին իմաստութեան ակուայ կոչուածները, 18էն 25 տարեկանին մէջ:

## Գլխանեղ (պնկրթագ)

Գլխաճեղ (պընկտագ) երկու հատ է, մեծ ու փոքր : Երախան 12—14 ամսուան եղած ատեն, ամբողջովին կ'գոցուին այս գլխաճեղերը : Իսկ եթէ անոնք 12 ամիս առաջ գոցուին այս պարագան ցոյց կուտայ թէ, երախային աճումը պակաս զարգացում ունեցած է, անոնց աւելի ուշ գոցուին ալ օսկրախտի նշան է :

## Մարսողութիւն

Ծծկեր երախայի մը մարսողական գործարաններուն ծծումը, այսինքն ընդունած անուղիին իւրացումը կամ համայնացումը, իրենց անչափահաս մարմինին հետ բաղդատելով, չափահաս մարդոցմէն աւելի զօրաւոր է : Չափահասի մը աղիքներուն երկայնութիւնը անոր հասակին հոսկէս անգամն է, իսկ նորածինի մը աղիքներուն երկայնութիւնը՝ անոր 6 անգամը :

Այս պատճառով՝ երախաներու մարսողական գործարաններուն ծծումի գործողութիւնն աւելի շուտ կ'կատարուի :

Երախայից աղիքներուն ներքին թաղանթը նուրբ ու մկաններն ալ պէտք եղած ոյժը չունենալուն պատճառով, մարսողական գործարանները լաւ չեն բանիր, ինչ որ երախաներուն մարսողութեան արգելք կամ անկանոնութիւն պատճառելով, անոնց փորերը կ'ուռենան ու պնդութիւն կ'ունենան :

## Երախաներուն գեղձեր

Առաջին երկու ամիսներուն մէջ, մի միայն երախա-

ներու ականջին գեղցերը կ'գործեն ու փրթեալին կոշտած մարսեցնող հիւթը կ'արտադրեն, ապա միւս գեղցերը կ'սկսին գործել : Նորածինի մը ստամոքսը տանձաձեւ է, այսինքն տանձի ձեւ մ'ունի, բայց անոր մկանները բաւական ուժեղ չըլլալուն, երախաները փսխելու հակամէտ կ'ըլլան : Ստամոքսին գեղձերն առաջին օրէն փակ կ'կատարեն իրենց պաշտօնը :

## Երախաներուն շնչառութիւնը

Նորածին երախայ մը, մէկ վայրկեանի մէջ՝ 35 անգամ շունչ կ'առնէ,

Մէկ տարեկան երախան, մէկ վայրկեանի մէջ՝ 26—27 անգամ շունչ կ'առնէ,

2 Տարեկանը՝ մէկ վայրկեանի մէջ, 24—25 անգամ շունչ կ'առնէ,

6 տարեկանը՝ մէկ վայրկեանի մէջ՝ 20—22 անգամ.

10—12—15 տարեկանը՝ մէկ վայրկեանի մէջ, 18—20 անգամ, իսկ չափահաս մը՝ մէկ վայրկեանի մէջ, 16 անգամ շունչ կ'առնէ :

## Երախաներու Արեան Երջանը

Երախաներուն արեան շրջանը՝ չափահասներուն տփիւնի շրջանին հետ բաղդատելով, աւելի շուտ կ'կատարուի :

Նորածինի մը արիւնը՝ 12 երկվայրկեանի մէջ կ'կատարէ իր շրջանը :

3 տարեկան մանուկի մը արիւնը՝ 15 երկվայրկեանի

մէջ, 14 տարեկանինը՝ 18 երկվայրկենի մէջ, չափա-  
հասինը՝ 22 երկվայրկենի մէջ շրջան կ'ընէ :

### Ներառւած Բազկերակը

Նորածինի մը բազկերակը՝ մէկ վայրկենի մէջ, 136  
անգամ կ'զարնէ

1 տարեկանինը՝	118	անգամ
4           »	100	»
10           »	86	»

### Մ ի զ ու մ

Նորածինին առաջին սիզուսը ծնունդէն անմիջապէս  
վերջ կ'սկսի, 9էն 10 հարիւրամեզը խորանարդի չափ :  
Առաջին երկու օրուան մէջ՝ 100 հ. խ. անկէ վերջը՝  
300էն 500 հ. խ. օր կ'հասնի :

Արուեստական դիւցուսով մեծցող երախաներուն  
մէջին քանակն աւելի քիչ է :

### Ներառուեալ մորթը

Ծնած ատեն՝ մորթին գոյնը կարմիր և կամ մութ  
կարմիր երանգ մ'ունի, յետոյ կ'սկսի քիչ մը դեղնոտիլ :  
Այս գոյնը երկրորդ և կամ երրորդ շաբթուան մէջ  
կ'փոխուի ու տակաւ մնայուն վարդագոյն երանգ մը  
կ'ստանայ : Բոլորովին դեղին ծնած երախաներուն մե-  
ծամասնութիւնը ժամանակէն առաջ ծնածներն են :

Այս դեղնութիւնն աւելի նշմարելի է երախանե-

րուն երեսին, կուրծքին ու կունակին վրայ, իսկ անոնց-  
ձեռքին ոտքին ու աչքին վրայ քիչ կը տեսնուի :

Այս դեղնութիւնն առաջ կուգայ Վիցկէյ կոչուած  
հիւանդութենէն, սիֆիլիզային լիարդէն, և կամ մախ-  
ձային խողովակներուն գոցուելէն :

Նորածինի մը մորթին վրայ, հարպային հիւթ մը  
կ'գտնուի : Այս հիւթն աւելի առատ է ուսերուն ու յե-  
տոյքին վրայ : Բայց ճարպի գեղձ չի գտնուած տեղերը,  
ինչպէս են ձեռքին մէջերը, չի գոյանար այս ճարպային  
հիւթը : Երախայ մը եթէ շատ տաք սենեակի մը մէջ գըտ-  
նուի, և կամ տաք կերակուրներ ուտէ, կ'քրտնի : Եթէ  
քրտնելու այս պատճառները գոյութիւն չունենան, այն-  
ժամանակ երախան սուր կամ սակաւատեւ հիւան-  
դութեան մը մատնուած է, և կամ նիհար է ու կամ  
ոսկրախտի ենթակայ : Ոսկրախտի ենթակայ երախաներու  
լիարդը և փայծաղը մեծ կ'ըլլան :

### Ներառւած ջերմութիւնը

Երախան ծնելէն անմիջապէս յետոյ, առողջ երախայի  
մը յետոյքէն ջերմաչափով առնուած տաքութիւնը, դեռ  
առաջին լողանքը չըրած, 38° կամ 37°,8 աստիճան է,  
լողանքէն վերջը կը նուազի, նա մանուանդ՝ եթէ  
երախան պզտիկ, նիհար ու ժամանակէն առաջ աշխարհ  
եկած ըլլայ, ջերմութիւնը 35—35.5—36.5 աստիճանի  
կ'հասնի :

Առողջ երախայի մը ջերմութիւնը քսանըչորս ժամ  
վերջը՝ 37°.5—37° կ'ըլլայ :

Առաւօտները՝ ջերմաչափով առնուած տաքութիւնը,  
երեկոյներն առնուած տաքութենէն աւելի է, լողանքը

կ'նուագեցնէ տաքութեան աստիճանը, իսկ չարժոււմը, լայլը զայն կ'աւելցնէ :

**Յրախայից ուղեղը**

Յրախային ուղեղը՝ կազմուած քին հետ բաղդատելով՝ աւելի կ'կշռէ, 330էն 400 կրամ, այսինքն մարմնոյն հետ բաղդատելով, հարիւրին 13էն 14 համեմատութեամբ, իսկ չափահասներուն մէջ, սոյն համեմատութիւնը՝ հարիւրին 2.37 է :

Յրախային ուղեղը՝ առաջին տարւոյն վերջ, ծնած ատենուանին ծանրութեան կրկնապատիկը կ'կշռէ : Այսինքն թէ 800 կրամի կ'հասնի :

**Յրախայից բնախօսական այլեայլ երեւոյթները**  
**Յրախայից տեսողութիւնը**

Նորածին մը լոյսէն կ'խրտչի կամ կ'վախնայ : Յրախաներէն ոմանց աչքերը երեք շաբաթ վերջ լոյսին շատ կամ քիչ նայելու կ'վարժուին : Ութերորդ օրէն վերջ՝ լոյսին կ'նային համարձակ : Ծնելէն անմիջապէս վերջն իսկ երախային բիւրն իր պարտականութիւնը կ'կատարէ :

**Յրախայից խողովքիւնը**

Նորածին մը, մինչեւ երկրորդ օր, չի լսեր : 36 ժամէ վերջ, մանաւանդ 6էն 8 շաբաթ յետոյ, պղտիկ ձայնէ մը ցնցուելով գլուխը կ'գարձնէ դէպ ի ձայն եկած կողմը : Առաջին օրէն իսկ կ'զգայ, ու իր մօրն ստինքին կ'փակչի :

կ'ուլայ ալ, բայց լացի արցունքն ութերորդ օրէն կ'սկսի աչքերէն հոսիլ :

**Յրախայից առաջին շարժումները**

Յրախային առաջին շարժումները մեքենական կամ ինքնաբերական են : 2էն 3 ամսուան մէջ կ'սկսին առաջին կամաւոր շարժումները :

**Յրախաներուն Ջգացողութիւնն ու Ծարժումը**

Յրախան առաջին ամսուան մէջ՝ կ'ժպտի, կ'խնդայ, երկրորդին մէջ՝ կ'վախնայ, երրորդին մէջ՝ կ'բարկանայ, հինգերորդին մէջ՝ կ'ճանչնայ իր մայրը, վեցերորդին մէջ՝ կ'ճանչնայ ընկերակցութիւնը. իններորդին մէջ կ'նստի ու հոտ կ'առնէ, տասներորդին մէջ՝ խօսիլ ու ոտքի վրայ կենալ կ'սկսի, 12րդ ամսուան մէջ ալ՝ կը կ'քալէ ընդհանրապէս :

**Յրախաներուն ոսկրային դրութիւնը**

Յրախայի մը ոսկորները կակուղ են, ու մկաններն ալ՝ դիւրաթեք :

**Յրախաներուն փունը**

Յրախաները չափահասներէն աւելի քնանալու պէտք ունին : Առողջ նորածին մը, ծիծ չի կերած ատեն, կ'քնանայ :



Երախան ծնելէն 3—4 շաբաթ վերջ՝ կաթ չի ծծած ատեն, 15 վայրկենի չափ կրնայ արթուն մնալ :

7էն 8 շաբաթուան երախայ մը մէկ ժամ կրնայ արթուն մնալ :

10—12 ամսու եղած ատեն աւելի շատ արթուն կրնայ մնալ .

2—3 տարեկան երախաներ, գիշերները՝ 10էն 12 ժամ, իսկ ցերեկները՝ 1—2 ժամ քուն կ'ընանան :

7 Տարեկան մը՝ 10— 10,50 ժամ քնանալու է

10 » 9,50—10 » »

12 » 9 » » »

14 » 8,50 » »

Երախայ մ'երբ առողջ է, կռնակի վրայ պառկած, ձեռքերը դէպ իր վիզ տարած, աչքերը բոլորովին խփած վիճակի մը մէջ, այնպէս կ'ընանայ : Իսկ երբ անհանգիստ է ան, այս ձեւը շուտով կ'փոխուի, աչքերը կէս բաց կ'ընանայ :

Մանուկներուն քնատ մնալն եւ կամ թէ անոնց քունին փոխիլն ալ նկատաւնելիք պարագայ մ'է :

Նորածինի մը հանգիստ կերպով չի քնանալուն պատճառն յաճախ գրեթէ անոր տակը աղտոտ ըլլալէն, սրնունդի պակասութենէն և կամ փորի խիթ կամ խօստուկ (սուրցաւ) ունենալէն առաջ կուգայ : Իսկ աւելի տարիքոտներուն հանգիստ կերպով չի քնանալուն պատճառը միեւնոյնն ըլլալով հանդերձ, ջիղերու գրգռումէն վախէն, դպրոցի դասական աշխատութեանց շատութենէն և կամ տղայական հասակին դատապարտելի մուլութիւնը կազմող գիջութենէն կամ սերմնահոսութենէն ալ առաջ կուգայ :



### ՆՈՐԱԾԻՆ ԵՐԱԽԱՅԻՆ ՀԱԳՈՒՍՏԵՂԷՆԸ

Խանձարուր (գուցակ) եւ օրաց

Երախաներու յատուկ առողջաբանութեան մաս կը նշագմէ նաեւ անոնց մերկ մարմինը ծածկելիք հազուստը, որ կլիմաէ կլիմա կամ երկիրէ երկիր, կ'տարբերի, ինչպէս մարդկային ընկերութեան ծագումէն ի վեր, ու քաղաքակրթութեան կամ բժշկական գիտութեան աստիճանական զարգացումին կամ ժամանակին տիրող ըմբռնումներուն համեմատ, դարէ դար, կրած է փոփոխութիւններ, որոնց մասին հակիրճ յիշատակուումով մը կ'շատանանք : Տաք երկիրներու մէջ գրեթէ ընաւ հազուստ չեն հագցներ երախաներուն : Օրինակի համար՝ Քօնկոյի մէջ սովոր են երախաները պառկեցնել հողին վրայ, զանոնք տոկուն ու աւելի թեթեւ հողի ընելու համար, այս կերպով մանկիկներն աւելի դիւրավարժ ու աւելի շուտով ծունկի վրայ քարշ կ'ուզան : Կ'վայելեն լիուրի ազատութիւն մինչեւ այն աստիճան որ երբ երախան այլ եւս ոտքի կ'ելլէ ու քալել կ'սկսի, կ'թողուն որ ան վազվզէ ցատկուտ ամենուրեք, միայն թէ վիզէն վար կ'կախեն զանգակիկ մը որպէսզի եթէ երբէք մոլորի կամ կորուի, զանգակիկին ձայնէն հասկցուի անոր ո՛ւր կամ ո՛ր կողմ գնալը : Կան տաք երկիրներ ալ՝ ուր սեւամորթներն ու հնդիկները բամբակի թեթեւ ու կարճ կտաւի կտորով մը երախային մէջքէն մինչեւ ծունկերը կ'ծածկեն : Բարեխառն երկիրներու մէջ՝ ցուրտէն պահպանելու համար զգեստ կ'հագցնեն, և երախան այսպէս հազուեցնելու սովորոյթը գրեթէ անդրապատմական կամ նահապետական ատենէն մինչեւ մեր օրերը կ'շարունակէ : Նա մա-

նաւանդ մեր երկրին մէջ և գրեթէ մեր նման դեռ շատ երկիրներու մէջ, ուր առողջաբանական տգիտութիւնն ու նախապաշարու մը ու անոնց յատուկ աւանդական սովորապաշտումներն ալ կ'յարատեւեն դեռ, հակառակ օր քան զօր բաւական ընդարձակօրէն ծաւալող գիտական և բժշկական զարգացումներուն :

Այս վաղնջներ, հնամու սովորութեան համեմատ, երախան ծնածին պէս, կաղամբի տերեւներու չափ կտաւելիս խիտ խիտ կտորներու մէջ կ'փաթաթեն զայն, ծրար մը կազմելու պէս կ'կապկպեն խեղճ արարածները հեղցամղձուկ ընելու չափ պիրկ ու պինդ կերպով ու անկիւն մը կ'դնեն մուսիս մը յարդարելու պէս, որուն միմիայն երեսը բաց է :

Հին աշխարհին, ամէնէն աւելի ծանօթ քաղաքակիրթ ազգերէն Հելլեններն ու Հռովմայեցիներն ալ՝ այս հնաւանդ սովորութեանց համեմատ, բռնաղբօսիկ պարաւանդումներով, կտաւէ փաթոյթներով, պրկօրէն ու պնդօրէն կ'պատատէին իրենց նորածիններուն ոտքերն ու թեւերն անշարժ ու փատ կտրածի պէս, ու կ'հագուեցընէին զանոնք, թեթեւ աղէ ջուր մը մարմնոյն վրա սրկելէն ու մէկ քանի կաթիլ գինի ու մեղր անոնց կուլ տալէ վերջ : Թէ ինչու համար մօր արգանդին մէջ կայծքարէ հրացանի մը կորանարդ ձեւն ունեցող նորածինի մը դիրքն յացկարծ փոխելով այսպիսի շիփ շիտակ ու անշարժ ձեւ մը կ'ուտան անոր, կ'երեւի թէ մանուկները ոտքի վրա կենալէ առաջ՝ չորս ոտքով կենդանիի պէս (քալելու փորձէն) վախնախն թէ՛ մի գուցէ չորքտանի կենդանիներու նման միշտ այնպէս քալեն, և կամ Տարվինի կարծիքով, յիշեցնեն թէ իրենց նախահայր կապիկներու ցեղին վերադարձ մ'է այս : Սակայն ո՛րքան

զարմանալի է հարեւանյիօրէն դիտել կամ դիտել տալ հոս թէ այս տեսակ պինդ ու պիրկ պատատումներով կաշկանդուած հակառողջական նորածիններէն ելած են հին Հելլադաի ամենանշանաւոր բանաստեղծները, պերճախօսները կամ իմաստասէրները, շիքն ու դիցուհիք, չքնաղագեղ յաւերժահարսունքն ու զիւցաղունք, ինչպէս նաև հին Հռովմայ տիեզերասասան կեսարները, Դիկտատորները, Աշխարհակալներն, համբաւաւոր օրէնադիրներն ու դիւանագէտները, որք կ'զարդարեն հին ազգաց պատմական էջերն, Աշխարհքն իրենց վրայ հիացընելով :

Սակայն տակաւ առ տակաւ բժիշկներն ու իմաստասէրները ձողկելով այս մանկաչարչար հագուստն ու խանձարուրը, սկսան հին դրութեան վրայ նորին հակադռեցումը : Այնպէս որ՝ ուսնք սկսան այնպէս մը պատատել մանուկը որուն մարմինը մասնաւոր ձեւ մ'առնէր զինք սեղմող փաթութանքին ճնշելուն համեմատ : Օրինակի համար, ուսնք մասնաւոր կապուստ (պանտըլէթ) մը կ'փաթտէին գլխուն շուրջ, անոր ուղեղը շինել շտակաւելու ու զայն երկայնցնելու համար : Այս սովորութիւնն ինչ ինչ երկիրներու մէջ ոսկորի խաղտում առաջ բերելուն համար՝ ժամանակակից գիտուն բժիշկներ ու մանագէտներ ըողոքեցին այս վատթար ու դատապարտելի նորածնոյթին դէմ, որով զանկը սեղմող, տձեւող կապին տեղ սկսան գործածել գտակն ու չուպարան : Ուրիշ խորհողներ, մանուկներն աւելի կորովակաղմ ու քաջաւորջ մեծցնելու նպատակով խորհուրդ կ'ուտային հազիւ ծածկոյթ մը տալ մանուկներուն, առ ոչինչ գրելով ցուրտին վնասաբեր ներգործութիւնը, այնպէս որ նախ կտաւի կամ կերպասի կտորի մը մէջ կ'փաթտէին նորա-

Եւէր Հայաստանի Պետ. Համալսարանից  
Թարուլ ԻնձէՆԱՆԷ  
Փարիզ, 1957

ծիններն աւելի կամ նուազ կերպով մը սեղմելով անոնց մարմինները : Յետոյ ողնայարին կամ թիկունքի սրւնին ուղիղ կեցուածք մը տալու համար, իբր նեցուկ սկսան նորածինին մարմինը պատել, մինչեւ կուրծքին սպառուածքը, օղակաւոր փաթոյթով ու պատտամանքով մը կարծր ու շիտակ թելերով : Մինչեւ որ Լօք, Պիւֆօն և Ժան Ժազ Ռուօ սկսան աւելի տրամաբանօրէն ու պերճաբօսօրէն այս մանկաչարչար հագուստ ու կապուստին հակառողջական անհեթեթութիւններն ու այլանդակութիւններն հարուածել, նա մանաւանդ վերջինն իր Էմիլին մէջ հասկցուց ու երկար ատեն դադրեցուց այս մանկակաշկանդ խանձարուրի ու հագուստի դրութիւնը, որք օբառութենէ կ'ըրկէին նորածինները : Այսպէս կամայ կամայ խանձարուրն աւելի կակուղ և փափուկ յօրինուեցաւ : Այնպէս որ նորածինը կ'ընէին մաքուր նուրբ խանձարուրի մէջ, ծածկելով զայն սպունգի պէս կակուղ բանուած կտաւի ծածկոյթով մը : Նորածինին կ'հագցնէին մինչեւ պորտն հասնող շապիկ մը, կարծր խոտկուռի տեղ փափուկ ու թեթեւ ընկողմեակ մը ու խանձարարուրին վրա սփռելով բարակ քառակուսի բիքէն ծածկոյթ մը, Նախ և առաջ կ'փռեն շտկելով կտաւի ծածկոյթին ծայրերը նորածինին տարածուած իւրաքանչիւր սրունքին վրա, կ'պատտեն մանուկը, կտաւի միջին մասովը ու վերջինը բուրդէ ծածկոյթին ամբողջը կ'հաստատուին սրունքներուն ու կուրծքին բոլորտիքը, ստնտուէին կամ դայեակին զնդասեղովը : Զգուշանալու է սեղմելէ կուրծքին վերին մասն եւ բազուկներն ու արեան խողովակ երակաց խարխիւր : Նմանապէս զգուշանալու է սրունքները սեղմելէն որպէսզի կարենան անոնք ազատօրէն շարժիլ : Այս տեսակ խանձարուր մը կ'գոր-

ծածուի նորածինին առաջին երեք ամիսներուն մէջ, և նոյն իսկ կան շատեր որ այս տեսակ խանձարուրի դրութիւնը բոլորովին զանց կ'ընեն գործածելու համար Անգղիական կոչուած խանձարուրը : Անգղիական այս դրութեան համեմատ, կտաւէ պարզ ծածկոյթ մը, յետոյ սպունգանման թեթեւ, կակուղ, նօսր կտաւ մը, որուն ծայրերը կ'անցնին երախային զիստերու միջեւ, բոլոր հագուստը կ'կազմէ պղտլիկ վարտիք մը որովայնին միջին զիծէն ու զիստերուն առջեւի կողմէն վրան փակած : Ծունկերն ու սրունքներն այսպէս կ'մնան ազատ պղտլիկ գուլպայով ու բուրդէ կօշիկով մը ծածկուած : Այս միւսնոյն դրութիւնը կ'գործածեն ամերիկացիք, ըսյց երախտներուն վրին ու բազուկները մերկ են :

Առաջին պայմանը օտ է որ հագուստն ըլլալու է կակուղ, նուրբ ու ծայր աստիճան մաքուր, երախան ստէպ փոխուելու է, առատ կաթառութեամբ մնած երախան յաճախ կ'թրչոտի : Փոխուելը խոնաւութենէն զերծ կը պահէ մանուկն ու անոր յետոյքին կակուղ մասերուն մորթը լըրճեղէն կ'պահպանէ : Փոխնորդ ճերմակեղէնն ըլլալու է տաքուկ, չոր ու ամլացած (միքրոպազուրկ), վասն զի երախային այս տարիքին մէջ, մորթը չափազանց դիւրատալուրելի ու շատ զգայուն է, ու ամենափոքր վնասաբեր ներգործումէ մը կ'ազդուի ու կ'սպականի : Ակնբեր է թէ Անգլ. կոչուած խանձարուրը գերընտիր է, ասկէ զատ, տեսնելու է երախան, որքան գոհունակութեամբ ու հաճոյքով կ'տիրէ տարածուիլ, փռուիլ ու դառնալ, թաւալիլ : Բնականաբար տղուն հետ շփման, շօշափման մէջ եղող ճերմակեղէնները բարակ նրբահիւս կտաւէ ըլլալու են, անոնք բամպակեղենէ ու հաստ կտաւներէն աւելի նախադաս համարելու է :

## Օրաց կամ օրոհոց

Փամանակին կամ ծնունդին չափ հին սովորութիւն մ'է թէ ստնտուներն երախաներն որորած են, զանոնք քնացնելու կամ անոնց ճիշտ արձակելը դադարեցնելու համար, ասկէ է որ տուած են որանին ձեւը: Կէս զլանածեւ խոռոչ մը որուն խորանարդին մէջ կը տեղաւորեն մանկիկը, նման է ան կարծես կրիախի տաշտի մը կամ գետնանաւակի (գանոթի) մը ձեւով մէջը փորուած, պարպուած փայտի կտոր մը: Ռուսիոյ ինչ ինչ քաղաքներուն մէջ, նոյնպէս և մեր գաւառաց եւ նոյն իսկ Պոլսոյ մէջ անգամ, կը գործածեն իբր օրորոց (Սալլնճագ) կազմոյթի մը վրա տարածուած կտաւ մը, ձեղունէն զորս առասանով կախուած այս կազմոյթին կապուած է ճօճուն առասան մը որով կ'որորեն երախան:

Ինչո՞ւ համար կ'որորեն երախաները: Երախան բնութենէն հակամէտ է արդէն քունի. եթէ չի քնանար, պատճառն այն է որ ո՛չ փափաք ո՛չ պէտք ունի քնանալու: Որորելով հայթայթուած քունն աղէկ չէ: Այս տեսակ քնացնելը տեսակ մը թմրեցում կամ ընդարմացում է, նման անոր զոր կ'պատճառեն հաւու մը գլուխը թեւին տակ դնելէն յետոյ զայն պտուտակօրէն դարձնելով: Երախան որանին միջոցով տատանելը կամ ճօճելը որքան ալ թեթեւ ու յուշիկ ըլլայ ան, միշտ թրմրեցում կ'պատճառէ, նա մանաւանդ երբ մտածենք թէ այդ տարիքին մէջ, երախաին ուղեղը տակաւին լոյծ վիճակի մէջ գտնուելուն որքան վնասակար հետեւանքներու կրնան յանգիլ այդ տատանումներէն ծագում առնող ցնցումներ: Որորումի վարժուող երախան առանց ատոր, չկրնար քնանալ: Միջին դարէն սկսեալ՝ մանուկն

որորելով քնացնելու համար յատուկ երգեր ալ յօրինուել սկսած են, հոգեկոյղ ու սրտաշարժ եղանակներուն այլևայլ տեսակներն ամէնուս ժօրմէն մեզի ծանօթ են, ու մենք ամենքս ալ այդ անոյց ու մեղամախճոտ եղանակներով որորուած, քնացած ու մեծցած ենք:

Երախան ծննդուն պէս, որան դնելու է, սակայն զայն թէ՛ որորելու չէ, թէ՛ ալ վրան շատ թանձրիկօրէն ծածկելու չէ: Աժառը՝ զայն շղարշով մը ծածկելու է, միջատներու խայթուածքէն զերծ պահելու համար: Պէտք է երախան կապել կապկպել որանին, ինչպէս կ'ընեն հին աստեղն ի վե՛ր, որանը պէտք է որ բարձր ըլլայ ընտանի անասուններն հոն չի հասնելու աստիճան, որովհետեւ կատուէն ու շունէն խղիւղած մանուկներու օրինակներ շատ կան պատահած: Նոյնպէս խիստ շատ զգուշութիւն ընելու է որ ստնտուն երախային հետ չի պառկի, կարելի է որ քունին մէջ երախային վրա պառկելով զայն խեղդամահ ընէ: Անգղիոյ մէջ այս վտանգն արդէն նախատեսուած է և բոլոր եկեղեցիներուն մէջ իբրեւ սրբազան պարտականութիւն ու պատուէր, կը քարոզուէր սոյն օրինակ որդեսպանական պատահարներէն զգուշանալ: Անաստողներն իբրեւ անիծապարտ կը նզովուէին, ու եկեղեցական հաղորդակցութենէ արտաքսուելու պատիժին կենթարկուէին: Եւ նոյն իսկ մեր օրերուն, Անգղիոյ ու Կալէսի երկրին մէջ, միայն ամէն տարի 1600 երախաներ խեղդամահ կը մեռնին մայրերուն կողմէ քունին մէջ անոնց վրա պառկելուն հետեւանօք: Այս պատահարին գլխաւոր պատճառն է գլխովութիւնը: Եւ այս կ'պատահի ընդհանրապէս, շաբաթի, կիրակի լուսնալու կամ տօնական գիշերներու մէջ: Անգղիական Բառամէնթին 1918 թուականին քուէարկեց օրէնք մը որով ծանր պատիժ սահ-

մանած է ամէն տնտնց համար որք երախտի մը հետ պառկելով անոր խեղդամահ ըլլալուն պատճառ կ'ըլլան :

### Երախտային ուղղածից կեցուածքի մասին

Ընդհանրապէս դիտուած է որ երախտան կ'սիրէ ձեռքի վրա բռնուած զբօսնուլ կամ կենալ, իրեն համար բարեբախտութիւն մը կ'համարի, զի ճիշդ կ'արձակէ անմիջապէս որ զինք նորէն պառկեցնեն քնացնելու համար : դիտուած է նաև որ երկար ատեն քնացող երախտաները կ'դադրէին աճելէ, իմաստուն ու մասնագէտ, հմուտ բժիշկներ կ'պատուիրեն երախտան ստէպ հանել որանէն : Որովհետև շատ դժուարին է այն մայրերուն համար որք շատ կ'աշխատին ու բազմապարզ են, երկար ատեն ու յաճախ ձեռքի վրա պսոճել կամ բռնել իրենց երախտաները : խելացի մտածում մ'ունեցած են զանոնք պատէն կախուած ու գապեռնոթ կոչուած կազմուածքի մը վրա կեցնել, ճիշտ ձեռքի վրա կեցնելու պէս, մանկանց հիւանդանոցներու մէջ ալ՝ դարմանուհիք իրենց բազմազբաղութեանց պատճառաւ կ'գործածեն գապեռնոթներու երախտան ուղիղ կեցուածքով մը կ'մնայ : Այս կերպ այսինքն ձեռքի վրա մեծցող երախտաները, որանի մէջ մեծցող երախտաներէն աւելի աղէկ աճած են, որպէս կ'հաստատեն վիճակագրական դիտողութիւնք, դիտուած է նաև որ որանի մէջ շատ քնացող տղայք ականջի ջիղերու մասին թերութիւն, ակարութիւն ունեցած են իսկ ձեռքի վրա ուղիղ բռնուածք կամ կեցուածք ունեցող երախտաներու լսողական բոլոր գործարաններն ամբողջ եղած են, դիագնոստիկան գործողութիւններ հաստատած են այս դիտողութեան ճշմարտութիւնը : Բժշկագիտական

այս դիտողութեան համար է որ օրը, քանի մը ժամ երախտան ձեռքի վրա բռնել կեցնելը կ'պատուիրեն բըժիշկները :

### Երախտային խաղալիք

Երախտաներն ալ կ'ունենան իրենց տարիքին համեմատ խաղալիքներ, կարի ուշադիր ըլլալու է որ այդ խաղալիքները գունաւոր չըլլան : Մանուկներուն նորաիթիթ միտքը զրգռող ու հետաքրքիր աչքերուն թէև հաճոյք կ'պատճառեն գոյները, նա մանաւանդ անոնց պէսպիսութիւնը, որ բնութեան մէկ հիմնական օրէնքն է, սակայն արուեստական այդ գոյներն իրենց բաղադրութեան մէջ կ'պարունակեն յաճախ թունաւոր տարրեր որոնք մանուկներուն մահառիթ ըլլալու չափ աղէտաբեր ու վնասակար են : Մանուկ (փէտի, փէտեան) յունարէն խաղ բսել է, և իրօք մանուկն արդէն ինքնին խաղ ու խաղալիք մ'է, ուրի գառնուկի, թռչնոց ձագուկներու նման, ճչել, ճըչվուտել, վազել վազվուտել, ցատկել, ցատկուտել, մէկ խօքով խաղալ, խաղալիքի պէս զբօսնուլ, բաց օդի մէջ, արեւու լողանք ընել, լոյս գոյն, ձայն, երգ, աղաղակ, ծիծաղ, տեսարան, զբօսանք, կ'սիրեն : Սակայն մայրերն ու ստնտուներ գգուշանալու են առողջապահական կանոնաց հակառակ պայմաններու մէջ չի դնել իրենց մանուկները որք մտածելէ աւելի զգալ ու յուզուիլ դիտեն :

Ապա տղայոց խաղն ու խաղալիքներն ալ առողջապահական ըլլալով հանդերձ ըլլալու են նաև բարոյական, երախտաներն սունին անձուկ ու հեղձամղձուկ մթնոլորտէն դուրս առողջ օդ առնելու պէտք ունի ամառ եղա-

նակին ծնելէն մէկ շաբաթ յետոյ, իսկ ձմեռ ատեն՝ 15 օր վերջ, օգեիրու բարեխառնութեան համեմատ լաւ մը հազ-  
ւեցնելով երախաները դուրս հանելու է:

### Գ Լ Ո Ւ Խ Զ

Երախաներուն հանած ձայներն եւ ունեցած  
այլ եւ այլ լացերուն պատճառները

Երախային սառջին ձայնը լացի ձիչ մ'է, երբ ան  
կուլայ, փնտուել պէտք է անոր լացին պատճառը: Ամէն  
լաց անհանգստութեան նշան է:

Եթէ երախան իրօք հիւանդ է, անոր ձայնը տկար  
կ'ըլլայ: Սրտանեղանքի մը պահուն փոքր կամ ոչինչ բան  
մը անոր լացը գրգռելու առիթ կ'ընծայէ, և ո՛ր է է բա-  
նով իր ձայնը չի կտրեր: Լալու առողջ տեսակ մը կայ,  
որուն մէջ երախան զօրաւոր և երկայն շունչ մը կ'առնէ,  
և այս կերպով անոր թոքերը կ'ուժովնան ու ցուրտէն  
չեն ազդուիր:

### Անօրութեան լաց

Երախան ծիծ կամ կաթ ուտելէն վերջ՝ նորէն կու-  
լայ: Այս լացը հետզհետէ աւելի կը սաստկանայ, ու ա-  
ւելի փութկոտ ճիչեր հանել կուտայ: Երախան իր մատ-  
ները կ'կրծէ, և իր շրթունքներն այս ու այն կողմ կը  
շարժէ:

Երախաին բնական, սովորական ու խիբի լացերը

Երախան երբեմն լալէն կ'կարմրի ու երկար շունչ  
մը կ'առնէ, անոր բնական լացն է աս:

Երբեմն ան ուժով կուլայ, սակայն կամ իրեն հա-  
ճելի բան մը տալով, կամ անոր յետոյքը թեթեւ ու  
թոյլ կերպով, զայն փայփայելու պէս՝ քիչ մը ծեծելով,  
կամ ձեռքի վրա մեղմօրէն ու զգուշօրէն խաղցնելով,  
կարելի է անոր լալը դադարեցնել: Սովորական լացն  
է աս:

Երախան երբեմն իր սրունքները փորուն վրա քա-  
շելով, ատեն ատեն կուլայ: Երբեմն չի տեսած մէկ բանը  
տեսնելուն համար, երբեմն ալ ձեռքերն ու ոտքերը  
կապուած, քունն եկած ըլլալուն համար կուլայ: Այս  
պատճառաւ մայրերը պէտք չէ որ միշտ հոգ ընեն, մը-  
տածելով թէ իրենց գաւակն անօթի ըլլալուն համար է  
որ կուլայ, այլ ջանալու, հետամուտ ըլլալու են գիտ-  
նալու համար լացին տեսակներն իրարմէ զանազանել, և  
քստ այնմ շարժիլ ու վարուիլ:

### Գ Լ Ո Ւ Խ Է

Դ Ի Կ Գ Ն Ա մ կամ զ ա մ բ

Երախային ծիծ կամ կար սալու յարմար ժամերն  
ու ժուները, եւ առ այս հարկաւոր գիտե-  
լիքներն ու պարտիք, հասեմաս երախային  
օր քան զօր անուլին:

Նորածին մը՝ առաջին ամսուան առաջին օրը՝ 2—3  
անգամ, 4—10 վայրկեան տեւողութեամբ, ծիծ ծծելու  
և կամ 10 րոպեան կրամ կաթ ուտելու է:

Երկրորդ օրէն սկսեալ, առաջին ամսուն, ամէն օր,  
24 ժամուան մէջ, 8 անգամ ծիծ ծծելու է, այսինքն

երկու ժամը՝ ժոււ մը: Ամէն մէկ անգամուն, 15—20 վայրկեան տեւելու է ծծուձը:

Մայրը կամ կաթնտուն, ամէն անգամ որ ծիծ պիտի տայ, ստինքները միշտ փոխելու է, այսինքն թէ՛ երբ առաջին անգամ աջ ստինքով տուած է երախախն, միւս անգամուն՝ ձախ ստինքովը ծիծ տալու է, շարունակ այսպէս ու փոխադարձաբար: Եւ որպէս զի մայր մը կամ ստնտու մը ստինքի հիւանդութիւն չունենայ, ամէն ձեռ տալէ վերջ, ալքոլի ու եռացած ջուրի կէս առ կէս բաղադրութեան մը մէջ թաթղած բամբակի կտորով մը սրբելու է ծիծերը:

Աթոռի մը վրա նստած ծիծ տալն աւելի յարմարագոյն ու աւելի առողջապահական է: Ոտքի վրա, կամ քունի մէջ ծիծ տալը շատ անգամ մնասակար հետեւանքներ կ'ունենայ: Գիշերներն անպատճառ գոնէ 5—6 ժամ ո՛չ ծիծ և ոչ ալ ո՛ր և է կաթ տալու չէ՛: Զգելու է որ նորածինին ստամոքսը յոգնութիւն առնէ, և թէ հանգիստ քուն քնանայ: Առաջին ամիսը՝ ամէն մէկ անգամուն՝ հինգերորդ օրէն սկսեալ, 75-80 կրամ, երկրորդ ամիսը, կաթ տալու ժոււը վեցի իջեցնելով, 3 ժամը անգամ մը 125—150ական կրամ:

Երրորդ ամիսը՝ կրկին վեց ժոււ, 3 ժամը՝ անգամ մը 150ական կրամ, չորրորդ ամիսը 3 ժամը անգամ մը, վեց ժոււ 160ական կրամ, հինգերորդ՝ և անկէց վերջի ամիսներն ալ՝ ժոււին քանակը վեց կամ յիսուկ իջեցնելով՝ 160էն 200ական կրամ կաթ ծծելը բժշկականօրէն ստուգուած իրողութիւն մ'է:

Արուեստական կաթն ալ միեւնոյն քանակութեամբ, ու ժոււովը տալու է: (Միայն թէ առաջին ամսուան առաջին հինգ օրերուն մէջ կաթին քանակութիւնը քիչցնելով ժոււերուն թիւը աւելցնելու է):

Ծիծ տալու պայմանաժամէն դուրս՝ շատ լացող երախաներու կաթի տեղ, երբեմն շաքարախառն ջուր տալով խաբելու է: Յղի մայր մը և կամ կաթնտու մը, իր յղութեան առաջին ամիսներուն մէջ միայն կրնայ կաթ տալ:



Ծիծ տալու անկարող մայրերն ու վարձկան սննուները:

Մայրերուն մէկ մասը՝ իրենց հիւանդութեանցը պատճառով, բժիշկի մը կողմէ ծիծ տալը կ'արգելուի: Կան նաև ինքնարգել մայրեր, որոնք չքաւորութեան ու աղքատութեան պատճառով՝ գրեթէ չոր ու ցամաք հացի մը փոխարէն, կամ լոկ իրենց օրապահիկը ճարելու պատճառով, տունէն ու զաւակէն բաժնուած՝ դուրսը աշխատելու ստիպուած, արուեստական կաթով մեծցնելու համար, իրենց զաւակները ուրիշի մը կը յանձնեն, և կամ հարուստ զաւակներու կ'ծախեն իրենց հարազատ զաւակաց բերնէն կտրած կամ գողցած կաթը:

Սյուպիոի աղքատ մայրերու զաւակները հարուստ ընտանիքներու զաւակներուն զոհն ըլլալուն, մեծ մասով կ'մեռնին, և կամ թէ վատառողջ կեանք մը կ'ունենան:

Բժիշկներու կողմէ կաթ տալն արգիլուած հիւանդութիւններու վրա, երկար բարակ չի պիտի խօսիմ, որովհետեւ լոկ բժիշկներու վերաբերեալ հարց մ'է սա:

Մեր պատուարժան արուեստակիցներն արդէն մեր թելադրանքին կարօտ չեն թէ որպիսի կարեւոր պատճառէ հարկադրուած միայն արգիլելու են մայրերն իրենց զաւակաց կաթ տալու նուիրական ու բնական պարտականութենէն:

Արուեստական կաթ տալու մասին հրահանգներ

Ու պ ա տ ու ե Ր Գ Ն Ե Ր

Մօրը կաթէն զուրկ երախտի մը արուեստական կաթ տալով մեծցնելու է զայն:

Կենդանիներու կաթերէն, կովուն, այծին ու իշուն կաթն ամէնէ աւելի նախընտրելիներն են:

Որովհետեւ ամէն պարագայի մէջ ինչ պատճառով ալ ըլլայ, հարազատ մօրը կաթէն զուրկ մնալու դժբաղդութեանը մատնուած նորածիններուն կաթ տալն անհրաժեշտ ու էական պայման մ'է, այս ալ բոլոր կենդանեաց կաթերէն նախամեծարելին է կովուն կաթը:

Թէեւ իշուն կաթը մօր մը կաթին աւելի կ'մօտենայ, սակայն իշուն կաթն ամէն ատեն գտնելն ալ դժուար ըլլալուն համար ընդհանրապէս անոր տեղ կովին կաթը կ'գործածուի: Որովհետեւ կովին կաթը, ամէն ատեն, ամէն տեղ դիւրաւ ու առատօրէն կ'գտնուի:

Բաղադրութեան տեսակէտով՝ թէեւ մօրը կաթէն տարբերութիւն ունի, սակայն որոշ չափով հարիւրին 4—5 կաթնաշաքար, շաքար և ջուր աւելցնելով մօրը կաթին գրեթէ կ'հաւասարցնենք:

Կենդանական կաթն իբրեւ երախտեւոր սնունդ գործածելու մասին մասնագիտական այլ եւ այլ հրահանգներ եւ պատուերն

Գործածուելիք կաթը, նախ շատ թարմ, ու կենդանին ալ տարախոսիկ հիւանդութենէ զերծ ըլլալու է: Մեր երկրին մէջ, կենդանիներու հիւանդութիւնները նկատողութեան առնելիք շատ կարեւոր պարագայ մ'է: Պոլսոյ մէջ՝ տեղացի ու Խըրիմի անունով երկու տեսակ կաթ կ'գտնուի:

Խըրիմի կովերը, շատ կաթ տալուն պատճառով, կաթնափաճառներուն համար գերադրապէս յարգի են անշուշտ: Սակայն հոս, միանգամ ընդ միշտ, պարտք կը համարիմ ամէն դասակարգի ընթերցողացս խորին ուշադրութիւնն հրաւիրել այս մասին:

Գիտենք թէ վաճառականներն ընդհանրապէս Ռուսիաէն բերիլ կուտան այս կովերը: Սակայն սա եւս գիտնալու ենք թէ Ռուսիոյ մէջ՝ քիւպեռիլիցի Ռեախիոնը մարմնացնող, այսինքն թոքախտաւոր կովերուն արտածումն ու վաճառումը աւելի արտօնուած է, իսկ առողջ կովերունը արգիլուած: Սպա Ռուսիաէն մեզի եկած կովերուն մեծամասնութիւնը թոքախտաւոր ըլլալուն համար, տեղական կովերուն կաթն, ըստ իս, յարգի է, նա մանաւանդ գաւառաց մէջ տեղական կենդանեաց կաթերն ամէնէ աւելի քաջատողական են:



թէ և հոն հազուադիւտ բացառութիւն կը համարուի գտնել գաւառացի կամ գիւղացի մայր մը իր զաւակն իր կաթով չի մեծցնող :

Կառավարութիւնը Սրբիմէն մեղի եկած թոքախտաւոր կովերուն ներածման կենսական պարագան նկատողութեան առնելով, քիւպիւքիլիցի Ռեաֆսիոնը Տաճկաստանի մէջ գտնուած ամբողջ կովերուն վրա փորձելու համար պէտք եղած հրամանն ու կարգադրութիւնն ըրած է, որ մօտերս գործադրութեան պիտի դրուի, և այս գործադրումը ո՞րքան անհրաժեշտ ու հրամայական է, երբ Պոլսոյ լրագրաց մէջ, պարբերաբար հրատարակուած մահերուն պաշտօնական վիճակագրութիւնք բարձրադադակ կ'գուժեն միշտ թէ, Պոլսոյ մէջ մեռնողներէն հարիւրին 30—40ը թոքախտէն վարակուողներն են, անտարակոյս կան այս թոքախտաւորներուն մէջ շատեր որոնք Սրբիմէն եկող կովերու կաթն իբրեւ սնունդ ու դարման գործածած են յաճախ :

Երկրորդ՝ նկատելիք պարագայ մ'ալ սա է որ կենդանական կաթը առնուածին պէս, առանց ատեն կորաքնցնելու անմիջապէս եռացնելն անհրաժեշտ է, երախաներուն տալիք կաթին ջերմացումը քանի մը կերպով կ'կատարուի :

Ամէնէն գլխաւորը երիւճնեղու մէջ, 108—110 աստիճան ջերմութեամբ միքրոպազուրկ (սթէրիլիզէ) եղած կաթն է, որ 2—3 օր կրնայ դիմանալ : Այս գործիքը հիւանդանոցներու, միքրոպազուրկ կաթ հայթայթող կաթնալաճառի խանութներուն և մեծ դեղարաններուն մէջ կը գտնուի : Մեր երկրին մէջ այս կերպ պատրաստուած կաթեր քիչ գտնուելուն համար, սոփոյթ անուանով ծախսուած գործիքները տուներու մէջ միեւնոյն նը-

պատակին կրնան ծառայել : Այս գործիքով կաթը 100 աստիճանի մէջ, 15—30 վայրկեան եռացնելէ վերջ՝ գործածելու է : Շատ ալ եռացնելու չէ, որպէս զի երախան ոսկորի հիւանդութեանց ենթակայ չըլլայ : Կաթը՝ պարզ բայց մաքուր ու խոշոր ամաններու մէջ եռացնելով նմանապէս կրնայ օգտակարօրէն գործածուիլ, սակայն եռացնել ըսելով փրփրել պէտք չէ հասկնալ :

Որովհետեւ կաթը 75 աստիճանի մէջ կ'սկսի փրփրիլ, նամանաւանդ որ կաթը թթուեցնող միքրոպներն ու ախտաբեր թոյները ոչնչացնելու համար 100 աստիճան ջերմութեան մէջ 20—30 վայրկեան շարունակ եռացնելու և միեւնոյն ամանին մէջ պահելու է : Պէտք եղած ժամանակ այս կաթէն քիչ մը առնելով ազէկ մը մաքրուած լառոյխ շիշէներուն մէջ լեցնելով գործածելու է : Կաթն երախային տրուած ժամանակ, 28° տաքութիւն ունենալու է, եթէ աւելնայ, այդ աւելցուքն, իբրեւ խնայողութիւն պահելու չէ, այլ միշտ թափելու է, մինչեւ որ շիշէին մէջի կաթը չի հատնի, նորածինին քովէն բաժնուելու չէ : պարպուած շիշէները օճառի ջրով և մասնաւոր պզտիկ վրձիններով լաւ մը մտքրելու, և ապա ջուր լեցուած ամանի մը մէջ եռացնելէ յետոյ, միեւնոյն ամանին մէջ պահելու է : Պէտք եղած ատեն միայն ջուրէն հանելով գործածելու է, ծծակներն (էմզիկ) ալ եռացած ջրով մաքրելու և լուծուած պօռաք քը սուփի մէջ պահելու է :

Նորածին մը իր մօր կաթը 1—1½ ժամուան մէջ կ'մարտէ թէ և, սակայն կէս ժամ ստամոքսը հանգիստ ու պարապ ձգելուէ, որպէս զի նոր տալիք կաթը կարողանայ մարտել :

Արուեստական կարճ ի՞նչպէս տալու է  
Երախախն որ օգտակար ըլլայ

Գալով արուեստական կաթին, ստամոքսը զայն 2—2½ ժամուան մէջ մարսելով, կէս ժամ ալ հանգիստ ընելու կարօտ է :

Այս կերպ մեծցող երախաներուն կաթ կ'արուելի, առաջին ամիսը 2½ ժամը անգամ մը : Յաջորդ ամիսներն ա'լ 3 ժամը անգամ մը : Սակայն մարսելու այս ժամանակամիջոցը միմիայն առողջ ստամոքսներու յատուկ է :

Անկանոն ժումերով և ժամանակէն առաջ ալիւր կերցնելով յոգնած ու մարսելու անկարող վիճակի մը մասնուած, թթուելու պատրաստ կամ ենթակայ ստամոքսերը ոչ թէ 2½ ժամէն ալ 12 ժամէն իսկ չեն կարող մարսել :

Երախաներու տարիքին համեմատ՝ պէտք եղած քանակութեամբ, օրական որոշեալ չափով կաթ ծծելին հասկընալու համար, երբեմն երբեմն կաթ տալէն առաջ և թէ վերջը, երախան կշռելու է :

Տարբերութիւնը ծծած կաթին քանակութիւնն եղած կ'ըլլայ : Եթէ տարիքին համեմատ, ծծած կաթին օրական չափը որոշեալ չափէն պակաս և անոր անհամապատասխան դայ, այն ատեն դրէն կաթ տալով պակասն ամբողջացընելու է, այսինքն թէ խառն կաթնտուութեամբ մեծցընելու է երախան :

Այս կերպ մեծցող երախաներուն՝ ամէնէն առաջ արուեստական կաթը, և յետոյ մօրը կաթը ջամբելու է, որպէս զի արուեստական կաթը աւելի շուտ և դիւրաւ մարսուելի, մօրը կաթն այս կերպով մարսողականի դերը կ'կատարէ : Այս պատճառով՝ մօր մը կաթը որչափ ալ քիչ ըլլայ դարձեալ ջամբելու է անպատճառ, վասն զի բը-

նութեան պահանջն է ան : Կենդանիներէն օրինակ ուղաս առնելու են մարդիկ, նաժանաւանդ մայրերն, ինչ վիճակ ալ ունենան իրենց կաթովը սնուցանելու, մեծցընելու են իրենց զաւակները : Արուեստական կաթերուն մէջ՝ հարիւրին 6—8 շաքար և 4—5 կրամ ալ կաթնաշաքար (լաքթոզ) և ջուր աւելցնելով, կաթին հետ միասին եռացնելով ջամբելու է երախային :

Որովհետեւ շաքարին քանակութիւնը՝ մօրը կաթին հետ բաղդատելով քիչ է, իսկ իւրի ու ընասպիտային կամ ալպիւմինական նիւթերու քանակութիւնն ալ շատ ըլլալուն, ջուր աւելցնելով մօրը կաթին հաւասարցնելէ վերջ տալու է :

Առաջին և երկրորդ շաբաթներուն մէջ՝ 3 ջուր՝ մէկ կաթ :

Չորրորդէն ութերորդ շաբաթներուն մէջ՝ 2 ջուր՝ մէկ կաթ :

8—12րդ շաբաթներուն՝ կէս առ կէս ջուր ու կաթ :  
4—6րդ ամիսներն ալ՝ 2 կաթ՝ մէկ ջուր աւելցնելէ յետոյ տալու է երախային :

Եթէ նորածինին մարսողութիւնը չի խանդարուել, և անոր կղկղանքն ալ բնական ըլլայ, այլեւս ընաւ ջուր չի խառնած՝ զուտ կաթ տալու վարժեցնելու է : Վերջերս՝ առանց ջուր խառնելու, զուտ կաթ տալու կողմնակից մասնագէտ բժիշկներ շտայած են :

Այս բժշկական հարցին նկատմամբ՝ ըսենք մեր ալ անձնական փորձառութիւնը :

60/100 եռացած ջուրին մէջ սիբրաս քր սուճի բաղադրութենէն՝ մինչեւ վեցերորդ ամսուն վերջը՝ իւրաքանչիւր շիշի մէջ մէկ մէկ ապուրի դգալ խառնելով՝ Համազգային Անկեղանոցի մանկատանի կարկաքատ-

նին մէջ՝ դարմանած երախաներէս ու մանուկներէս շատ քիչերուն կաթին մէջ ջուր խառնելով առողջ երախաներ ու մանուկներ մեծցուցած եմ: Ամէն պարագայի մէջ, ստամոքսէ ստամոքս, կազմէ կազմ տարբերութիւն ընելն ալ մտնալու չէ:



Կանոնաւոր ծոււնելով եւ բժշկական օրինաց համաձայն Արուեստական կարնսուութեամբ մեծցած  
Օրհորդ Ալիս Գալեմբարեան

Դժուարամարսութիւն տեսնուած պարագային, կաթին մէջ ջուրի տեղ, վարսակի ջուր աւելցնելով գործածելու է: Պայմանաւ սակայն որ մէկ ապուրի դգալ վարսակի ալիւրէն կէս քիլո ջուրին մէջ, կէս ժամ եռացուի: Պընդութիւն ունեցած պարագային, ապուրի համար գործածուելիք վարսակի ալիւրի ջուրէն կաթին մէջ քիչ մը խառնելով խմցնելու է երախաներուն: Երբ ազդեցութիւն չընէ, փոխանակ ուրիշ դեղեր գործածելու, պարզ

քայց քիչ մը գաղջ ջրով յետոյքը լուալու է: Եւ կամ թէ, առանց վախնալու նորածինին տարիքին համեմատ, մէկ սուրճի դգալէն մինչեւ մէկ ապուրի դգալ հինգ Կաղի գործածելը նախամեծար կ'համարիմ, որպէս անձամբ փորձած ու շատ յաջող ու օգտակար արդիւնքներ քաղած եմ:

Երախաներուն ախորժակը գոցուած ատեն, այս իւղէն գործածելով օգուտ ալ կ'տեսնուի:

Երախաներու փսխելուն առաջին առեղիք մեկ քանի պատուէրներ ու դեղագիր

Երբեմն մայրեր, ծիծ, և կամ արուեստական կաթ տալէ վերջ, կ'սկսին իրենց զաւակները խաղցնել, անկանոն ու վնասակար շարժումներու ենթարկել, այս յոռի ու դատապարտելի սովորութեամբ մեծցած նորածինները յաճախ փսխելու տրամադիր կ'ըլլան:

Յետագայ դեղագիրով կրնանք անմարսողութենէ պատճառուած փսխելներուն առաջքն առնել:

Օրը 6—7 սուրճի դգալ «վիշի»ի հանքային ջուրէն և կամ 6<sup>0</sup>/<sub>100</sub>ի սիքրաս քր սուքի բաղադրութենէն իւրաքանչիւր շիշէի մէջ, մէյ մէկ ապուրի դգալ աւելցնելու պայմանով, պատրաստուած դեղէն քանի մը օր շարունակ խմող երախաներէն գրեթէ ամբողջն ալ օգուտ տեսած են:

կաքից ջրոսումր

Ոչ միայն արուեստական կաթը այլ և մօր մը կաթն անգամ երբեմն ջրոտելու պէտքն զլալի կ'ըլլայ: Թէև հազուադիւրս պարագայ մ'է, բայց ստնտու ունեցող ծնողքներու համար կարեւորութիւն կրնայ ունենալ, որովհետև նորածինին տարիքին համեմատ ստնտուին կաթին բա-

դադրութիւնը փոփոխութեանց ենթակայ ըլլալու տեղ, եթէ ժամանակէն առաջ փոխուած ըլլայ, մարտդական գործարանները զայն մարտելու անկարող կ'ըլլան, ուստի այս պարագաներուն մէջ կաթը ջրոտելու է: Սեւ կիներու կաթը ձերմակներէն աւելի պինդ ըլլալով աւելի պէտք ունի ջրոտելու:

Սննուները ու անոնց բնորոքեան մասին պատուերներ

Ստնտուներուն գալով՝ անոնք 18էն վար և 30էն վեր տարիք ունենալու չեն: Անպատճառ թէ ստնտուն թէ նորածինը, բժշկական քննութիւնէ մը անցնելէ վերջ ստնտուն վարձելու է: Կաթն ալ շատ հին ըլլալու չէ, ստնտունն յանձնելիք նորածինին տարիքը կամ անոր բնական դաւկին հաւասար, և կամ թէ շատ քիչ պզտիկ ըլլալու է:

Ստնտուն վրայ միշտ աչալուրջ հսկողութիւն է գործ դնելու է: Շատ սննդարար կերակուրներ տալու չէ ստնտունին, որովհետեւ վերջէն կաթ տալ չուզեր:

Ստնտուն աշխատցնելու է նաև, որպէս զի աւելի առողջ ըլլայ և իր կաթն ալ սննդարար ու առողջարեք ըլլայ:

Աշխատանքն ալ տեսակ մը առողջաբանական մարմնամարզ է:

Երկրորդ անգամ զաւակ բերող ստնտուններն աւելի նախամեծար կ'համարուին: Միեւնոյն տարիքն ունեցող խառն կաթնտուութեամբ երկու երախայ միանգամայն մեծցնող, սնուցանող ստնտու մը, նորածիններուն տարիքին համեմատ, թէ ժումբէն և և թէ արուեստական կաթէն կէս առ կէս բաժնելու է:

Յաճախ նորածինը կ'ըռելու է, ստնտունին կաթը

պակասած տեսնուելուն պէս, պակասն արուեստական կաթով ամբողջացնելու է: Նորածին մը ծծեց կտրելու չէ՛, 11րդ ամիսէն առաջ, մօրը կաթէն զուրկ նորածին մը, գոնէ առաջին չորս ամիսները ստնտուով մեծցնելու է: Ստնտուն, թօքախտաւոր, վնէրախտաւոր և վերջին ծայր սակաւ արիւնոտ ըլլալու չէ:



Երախան կռելու ու լողանք բնելու մասին

Երախաները, շաբաթը անգամ մը գոնէ կ'ըռելու է: Նոր ծնած երախայ մը նախ՝ ամէն օր, ապա շաբաթը՝ 2—3 օր, 35° աստիճան ջուրի մէջ 3 վայրկեան լողանք բնելու է: Սակայն պայմանաւ որ գլուխը ջուրին մէջ չի թաթխուի. վեց ամսուան եղած ատեն՝ ջուրին տաքութիւնը 32°ի, մէկ տարեկանին ալ 28°ի իջեցնելու է: Նորածինը վրան աղտոտած ատեն, կէս մէջքէն վար գաղջ ջրով լուալը, պայծառ օդերուն ալ՝ մէկ ամ-

սական ըլլալէ վերջ՝ 2—3 անգամ լուալը առողջապահիկ է :

### Երախայից կղկղանքը

Երախայի մը առողջ կամ հիւանդոտ ըլլալը անոր կղկղանքը քննելով ալ կը հասկցուի : Ըստ Պուշոյի և Քամբրէճի ծծկեր երախայ մը առաջին ամսոյն մէջ օրական 15 կրամ կղկղանք կ'արտաքսէ : Ժամանակին աշխարհք եկած և բնականոն ծնած երախայի մը առաջին արտաքսուածը ծնելէն 6—14 ժամ վերջ տեղի կ'ունենայ :

Ծնելէն անմիջապէս յետոյ մինչեւ մէկ շաբաթ կը կղկղանքը մաղձի, աղիքներու և ստամոքսի հիւթերու խառնուածք մը ըլլալուն համար մութ թխազոյն, կամ մութ կանաչ և կամ սեւ գոյն մ'ունի, որ խմորանման կաշուն և առանց հոտի է :

2—3 ամիսներուն մէջ, վերոյիշեալ չափը 40—50 կրամի կը հասնի, որ ատեն կղկղանքը բոլորովին մաքրուած կ'ըլլայ :

Արուեստական կաթով սնանող երախաներն օրական 4—7,40 կրամ աւելի կ'արտաքսեն : Երբեմն մանուկներ տկար անդառութեամբ մեծցած ըլլալով հանդերձ, աւելի շատ կղկղանք կ'արտաքսեն : Առաջին 3 ամիսներուն մէջ օրական 3—4 անգամ կ'արտաքսեն . այսչափը առաջին տարւոյն վերջերը 2—3 անգամի և երկրորդ տարւոյն մէջ ալ, 1—2 անգամի կ'ընայ : Բնական ջամբով մեծցած երախայի մը կղկղանքը անհոտ ու հաւկիթի դեղնուցի և կամ սկեզոյն դեղին երանգ մ'ունի, որ կենալով օդէն կ'ազդուի և կանաչ գոյն մը կ'առնէ . այս պատճառով հիւանդոտ երախայի մը կղկղանքին հետ շփոթելու չէ : Որովհետեւ աղիքներու և ստամոքսի հիւանդութիւն ու-

նեցող երախաներուն կղկղանքն ալ կանաչ գոյն մը կ'ունենայ : Արուեստական կաթով սնած երախայի մը կղկղանքին գոյնը, հոտած ու եփուած հաւկիթի մը գոյնին կը նմանի և կամ մութ դեղին և կամ բաց դեղին ըլլալով, թիթև հոտ մ'ալ կ'ունենայ :

Բնական կղկղանքը կանաչ և կամ ձերմակ ըլլալու չէ :

### Երախաներուն հիւանդութեանց մասին

Երախաներուն մէջ մահը և, ախտերէն ստամոքսի և աղիքներու հիւանդութիւնները, ամառ ատեն, աւելի շատ կ'պատահին : Ներական աղետապ (էնֆէքսիոն էնթէսթինալ) և ասոր նման աղիքի ու ստամոքսի հիւանդութիւններուն մեծամասնութիւնը, ընդհանրապէս ժումերու անկանոնութիւնէն, ծծակի ու շիշերու աղտոտութիւնէն գոյացած ամոնակաքի և ասոր նման կազերուն աղիքները թունաւորելէն, ժամանակէն առաջ աղիւրներու տեղէն կ'պատճառի : Ամառ ատեն նորածին մանուկներուն մեծամասնութիւնը գրեթէ այս հիւանդութեանց գոհ կ'երթան :

Այս պատճառով, ամառուան եղսնակին մէջ, ծայր աստիճան զգուշութիւն ու արթնութիւն ի գործ դնելու է :

Ամառուան տաք օդերուն՝ ջուրին տեղ կաթին մէջ բրինձի ջուր խառնելով գործածելը երախաներու յատուկ այլ և այլ փորձարութեանց առաջին քիչ շատ կ'առնուի : Այս տեսակ հիւանդութեանց ատեն, երախաները անօթի պահելէն բնաւ վախնալու չէ, որովհետեւ այս եղանակին մէջ պատճառ շատ մը հիւանդութեանց պատճառը անկանոն ժումով ծիծ ծծելն ու շատ ուտելն է : Մինչեւ իսկ շատերու նիհարութեան պատճառը անօթութեան աւելի շատ կաթ խմելն ու խառն ի խուռն ուտելն է :

Պ. Լ. ՈՒՆ Ե

Երախաներու կանաչ փորհարուբեան մասին

Երախաներուն կամ մանուկներուն մէջ ամէնէն աւելի շատ կոտորած պատճառող մտնացու հիւանդութիւններէն մէկն է այս մանկատու, զոր կանաչ փորհարութիւն անուանած է ժողովուրդը: Սա պարզ պատճառովն որ՝ փորհար եղող հիւանդին կղկղանքը երբեմն կանաչ գոյն մը կ'առնէ:

Այս հիւանդութիւնն ընդհանրապէս աւելի շատ կը պատահի, յունիս, յուլիս, օգոստոս ամիսներուն մէջ: Այս աղէտալի հիւանդութեան ենթակայ կ'ըլլան երախաներն ու մանուկները, ծնած օրէն մինչև իրենց երկու տարեկան հասակին մէջ, և աւելի զո՞ կ'երթան այն երախաներն որոնք իրենց հարազատ մօր կաթին տեղ արուեստական կաթով կ'անանին և կամ շատ անխնամ կերպով կ'աճին ու կ'պահուին: Այս հիւանդութեան բուն ու էական պատճառն է միջրոպ մը, որ ունէ կերպով մը երախաներու բերնէն ներս սողոսկելով ստամոքսին մէջ, անկէ կ'անցնի աղիքներուն մէջ, ուր կ'արտադրէ ախտաբեր թոյն մը (թոքսին), և երախային ամբողջ կազմուածքին մէջ վարակուելով անոր մահը կը փութացնէ, եթէ ընտանեկան ու բժշկական կանխանող միջոցներով այդ մահատիթ հիւանդութեան առաջքն առնել չաճապարուի: Բժշկական վիճակագրութիւնք հաստատած են թէ այս աղէտալի ախտէն երախաները, տաք ու բարեխառն կլիմաներու տակ, կամ նոյն կլիման ունեցող երկիրներուն մէջ, որոնցմէ մէկն ալ թուրքիան կամ Ստամպուլն է, իր բարեխառն կլիմայով, այնքան

շատ կ'մեռնին որքան ծերերը կրծախտէն կամ սրտի հիւանդութիւնէն, և երիտասարդները՝ հիւժախտէն (վիբեմ):

Այս հիւանդութիւնը կոչուած է նաև մանկական ֆոլիքա, որ սովորական բուն քոլերաէն սապէս կ'տարբերի որ մինչ այս բուն համաճարակին մէջ ջերմութեան աստիճանը կ'նուազի, մանկական քոլերային մէջ՝ ջերմութեան չափը կը շատնայ: Երախաներու մէջ տեսնուած այս փորհարական հիւանդութեանց բուն պատճառը չի գիտնալով՝ ժողովուրդը կամ ծնողք առհասարակ կ'վերագրեն զայն տղուն ակուայ հոսնուլուն, ճիշտ այն ռամիկ նախապաշարուածով որ տղածգան կամ ծննդաբեր կիննքուն ունեցած յատուկ ջերմին պատճառը կ'վերագրուէր կաթին գոյանայուն, կոչելով զայն կաթի ջերմ: Գիտութիւնն անհերքելիօրէն հաստատած է որ երախաներուն ու մանուկներուն այս ցեխական ախտապ կոչուած հիւանդութիւնը ատամնահանութեան արդիւնք չէ, ո՛չ ալ ծննդաբեր կանանց ջերմը՝ կաթի արտադրութեան հետեւանք, արդէն ըսուած ու հաստատուած է թէ՛ կանաչ փորհարութեան ենթակայ կ'ըլլան մեծ մասամբ այն երախաներն որք արուեստական կաթով կ'անանին ու գէշ կերպով կ'խնամուին ու ճղճիմ: ճրզզած կազմուածք մ'ունին: Այս հիւանդութեան գլխաւոր պատճառն այն է որ միջրոպները կ'գոյանան այն կաթերուն մէջ որ կը կթուին ազոտոտ գոմերու մէջ, կ'պահուին ճեմնոտ, չեղոտ, անմաքուր կաթնամաճառոցներու մէջ, ուր կը գոյանան միջրոպները, որք կաթնամաններուն ու ձեռքերու միջոցով հետզհետէ կ'տարածուին ուր որ թափանցելու, վարակելու պատենութիւն ու դիւրութիւն գտնեն: Եւ որովհետև կաթը միջրոպներու դիւրահաղորդ ընդունարան ու անդարան մ'է, ուր անոնք կ'ա-

ճին կ'ըարգաւաճին վխտալու չափ, կաթին միջոցովն ալ կ'մտնեն ծծկեր երախային ստամոքսին մէջ, և հոն կ'սկսին իրենց մահուան աւերները գործել:

Ախտանիշ: Այս հիւանդութեան գլխաւոր ախտանշներն են, թեթեւ փսխունք, կղկղանքը կանաչ գոյն մը կ'առնէ, որուն պատճառով ժողովուրդին լեզուով կանաչ փոքհարուքիւն անուանուած է, փորտաքներուն մէջ գոյացած խիթերէն ջղայնոտելով, գրգռուելով կուլայ երախան, սուր ճիչեր կ'արձակէ, ախորժակէ կ'իյնայ, թեթեւ ջերմ կ'ուեննայ, որ գոյանալն ու անհետիլը մէկ կ'ըլլայ, որով դժուարին է անոր ախտանիշին որոշուելը: Հիւանդութեան այս շրջանին մէջն է որ ամէն ջանք ի գործ դնելու է ճարտար ու մանուկներու հիւանդութեանց մասնագէտ բժիշկներու միջոցով, այս մահառիթ ու մանկակոտոր ախտին առաջին առնել:

Գիտնալու է միանգամայն թէ քիչ անգամ կ'պատահի որ տղան յանկարծ բռնուի այս ախտով: Շատ անգամ քանի մ'օր, երբեմն մէկ երկու շաբաթ առաջ հիւանդութեան նշաններ թեթեւակի ցոյց կուտայ: Գիտնալու է անշուշտ թէ երախաներու ու մանուկներու հիւանդանոցներուն կամ պատասպարաններուն մէջ մասնագէտ բժշկաց ձեռքով ու գիտական այլ և այլ միջոցներով այս հիւանդութենէն վարակուած տղեկները կրնան այս օրինակ անհրաժեշտ ու վաղահաս մահէ մը ազատուիլ: Որովհետև անկարելի է հոն մի առ մի թուել այդ միջոցները, անոնցմէ ամէնակարեւորներէն մէկ քանին ցոյց տալ հարկ կ'համարինք,

Դարմանում ու Եախագգուելուքիւն.— Նախ և առաջ խստիւ յանձնարարելու է կաթնալմաճառին որ կաթը կթելէն առաջ, օճառի ջուրով աղէկ մը լուանայ, մաքրէ

կովին ստինքները, նամանաւանդ պտուկները, և ապա միեւնոյն խնամքով նախ եռացած ու պաղած մաքուր ջուրով կովին ստինքին վրայ կպչած օճառի միացորդները մաքրելուէ: Պատուիրելու է միանգամայն որ առաջին անգամ պտուկը սեղմելով հանած կաթը, խահուէի գաւաթի մը կամ օղիի մէկ քանի գաւաթի չափ, իրրեւ վնասակար՝ դուրս թափելու, ու անկէ վերջը կթածը առնելու է: Ջանալու է նաև որ՝ կարելի եղածին չափ, կաթը շուտով տուն հասնի: Անմիջապէս թեթեւ կրակի մը վրայ տաքցնելու է կաթը, ետալու աստիճանին մօտ, կամ պէն մառիի մէջ, կամ ավաջնոլ գործիքի մը միջոցով: Ոմանք սա նախապաշարեալ հաւատքն ու համոզումն ունին թէ՛ կաթն եռացնելով մէջ ի վնասակար միքրոպները կ'ջնջուին ու բնաւ կարեւորութիւն չեն ընծայեր ուրիշ զգուշութեանց:

Շատ սխալ է այս համոզումը, թէեւ եռացումով միքրոպները կ'ջնջուին, սակայն գիտնալու է թէ միքրոպները կ'վնասեն իրենց արտադրած սարքեր թոյներովը, և այն ախտաթոյնները զորս արտադրած են միքրոպները կաթին մէջ, եռացումէն առաջ չեն ջնջուիր ու կ'չարուանակեն դարձեալ իրենց ախտաբեր թոյներուն մահացուցիչ ու աղէտալի ազդեցութիւնը: Բացարձակ ամլացումէն վերջն է որ միքրոպներն իրենց թոյնն արտադրելէ կ'դադրին: Միքրոպները, կարելի եղածին չափ աղէկ մը ավաջնելու համար, կ'պատուիրենք որ ամէն ընտանիք կամ ծնողք, ամէն առտու որոշեալ ժամու մը, ջուրէն յաջուկ մարդ մը գոմը կամ ախոռը կամ փարախը տանի մաքուր կերպով լուացուած ու ամուր կերպով գոցուած յարմար աման մը, և կաթն այդ ամանին մէջ կթելէ յետոյ, անմիջապէս տուն փո-

խաղերով եռացնելու գործողութիւնը կատարել : Ուշադիր ըլլալու է որ կաթ կ'ըզոյն եղունգները կտրուած և ձեռքերն ալ լաւ մը մաքրուած ըլլան է : Վերջէն 50-100-150 կրամնոց պզտիկ սրուակներու կամ շիշերու մէջ պահել, անոնց բերանը աղէկ մը գոցել ու զով տեղ մը դնել : Այս շիշերէն ամէն մէկը մէկ անգամ միայն գործածելու է : Թէ որ մէջն աւելնայ, այդ աւելցուքը դուրս թափելու է, յաջորդ փումին պահելու չէ : Այս գոբուլութիւններն իրենց օգուտը կրնան ունենալ հիւանդութիւնն սկսած պահուն : Սակայն ի՞նչ ընելու է երբ հիւանդութիւնն իր բոլոր աճարկու ու աղէտալի թափովը վարակած է հէգ տղեկը կամ երախան, բնական է անշուշտ որ իսկոյն մասնագէտ բժշկին դիմուի : Բայց այս պարագային երբ բժիշկ բերել կամ գտնել անկարելի է, կ'իջարկենք յետագայ խորհուրդները : Գիտնալու է թէ փորձարութիւնը հիւանդին թշնամի չէ : Ան բնութեան մէկ ճիգն է, որով դուրս կ'վանէ այն միջրոպներն ու ակտաբեր թոյները որոնք գոյացած են հիւանդին աղիքներուն մէջ : Ապա մեծ սխալ մը գործած կ'ըլլանք եթէ աշխատինք փորձարութիւնը դադարեցնելու համար, այլ և այլ պնդացուցիչ դեղեր գործածել : Զի քոյլ փոր մանուկներէն աւելի պինճ փոր տղեկաց աղիքներուն մէջ շատ ու շուտ կ'աճին, կ'բազմանան միջրոպները հոն գտնելով իրենց սննդարար ու յարմար միջավայր մը : Անդհակառակն ջանալու ենք նոյնիսկ լուծողական դեղեր տալ, դուրս արտաքսելու համար հոն գոյացած թունաւոր և ապականած հիւթերն ու նիւթերը : Ամենէն աւելի լուծողական դեղն է, այս պարագային մէջ, հնդիկ իւզը (հինդ եադի), որ ո և է բորբոքիչ յատկութիւն չունենալէն զատ, հեշտիւ ալ կ'տրուի հիւանդ տղեկներուն :

Հիւանդութեան պահուն ի՞նչ ընելու է : Հիւանդութեան պարագային նախ և առաջ երախան առանձին սակայն օգուտ սենեակի մը մէջ դնելու է : Կրնայ տրուիլ մէկէ աւելի անգամ լուծողականներ, աւելի ազդեցիկ ու երբեմն աւելի կարեւոր ու հարկաւոր, սակայն ասոնք ալ կ'տրուին միմիայն մասնագէտ բժշկաց ձեռքով : Այս հիւանդութեան մասին տրուելիք երկրորդ խորհուրդն է, իսկոյն դադարեցնել ամէն տեսակ սնունդ, ո՛րքան ալ տկար ու նիհար ըլլայ երախան : Տալու է միմիայն թորուած, զտուած, մաքուր եռացած ու պաղեցուցած ալքոլիսառն կամ քոնեակախառն ջուր, որ լիուլի կ'գոհացնէ տղեկին անմիջական պէտքերը, կաթի տեղ զուտ ջուր կուտանք սա պարզ պատճառով որ կաթին մէջ շատ շուտ ճարակ կ'գանեն ու կ'բազմանան միջրոպները, որոնց միշտ յարմարագոյն վայրն է կաթը : Տղեկը կաթնակերութենէն դադարեցնելով հիւանդութեան միջրոպին աճումն ու բազմացումը դադարեցուցած կ'ըլլանք : Ասկէ զատ՝ տղեկին մարսողական գործարանն ալ արդէն տկարացած ըլլալով, կաթը մարսելու անկարող վիճակ մը կ'ունենայ : Այս պահեցողութիւնը (տիէթ) տեսելու է մէկ քանի օր, իսկ աւելի ծանրակշիռ ու վտանգալի պարագաներու մէջ՝ աւելի օրեր, երբ ջերմը (որ, հակառակ առատ փորձարութեան, երբեմն մինչեւ 38°—39°—40°—41° և աւելի իսկ կ'բարձրանայ երբ ջերմաչափ գործածենք), իջնէ ու մօտենայ 37°ի և կղկղանքներուն գոյնն ալ նուազ կանաչի գարնէ ու աւելի դեղինի մօտենայ, կրնանք չորս ժամեանգամ մը ջրախառն կաթ տալ, աւելի լաւ կ'ըլլայ վարձկան ստնտու մը բռնել, եթէ արուեստական կաթնառութեամբ կ'անանի, ամբողջ օրն ընդամէնը 200—300 կրամի չափ, վերը ըսուած կերպովը պատրաստուած կաթէն :



վերը ցոյց տրուած դարմանի երկու տեսակէն, այսինքն լուծողական դեղէն ու ջրային սնունդէն կամ պահեցողութենէն զատ, օգնական ուրիշ դարմաններ, օրինակի համար զայլ լուծանքներ, 32<sup>0</sup>—34<sup>0</sup> աստիճաններով, օրը 3-5 անդամի չափ: Եթէ ջերմը 39<sup>0</sup>էն վար ըլլայ, ու նամանաւանդ երբ ջրատազնապ, ջրաձգում (սրազմող) ունենայ հիւանդը: Տղեկն երբ չափազանց տկարանայ, կրնանք թէյ մը կամ խահուէ, կամ շաքարախառն ջուր և այլն ալ տալ: Զայն քիչ մը կաղդուրելու համար, և սակայն երբ վտանգը բոլորովին անհետանայ, և աղուն ջերմութիւնը քանի մ'օր շարունակէ մնալ 37<sup>0</sup>էն վար, կղկղանքն ալ սկսի դեղին գոյնն առնել, կրնանք կաթին քանակը աւելցնել, և նոյնիսկ պնդեցուցիչ թեթև դեղեր տալ, եթէ հարկ տեսնուի, յետոյ կաղդուրիչ դեղեր, ու կաթէն զատ ուրիշ սնունդներ, գլխաւորապէս՝ Ֆառին լաթէ, Ֆոսֆաթին, քապեոֆա, գեսեախնձոր:

Երախաները ծիծէ ու կարէ կտրելու մասին պատուէրներ ու հրահանգներ

Երախաներն ակուայ հանել կ'սկսին՝ վեց ամիսը լրացնելէ վերջն, այդ շրջանին է որ՝ բնութիւնն ինքնին կաթին հետ ուրիշ սնունդներ ալ առնելու հարկն զգալի կ'ընէ ընդհանրապէս՝ մէկ երկու ակուայ հանելէն վերջ: Եղանակներէն ամառուան մէջ բնաւ ծծէ կտրելու չէ երախան: Ինական կաթնատուութեամբ մեծցող երախաները, 7րդ Տրդ ամառուան մէջ, իսկ արուեստական կաթով սնանողներն ալ, 6րդ ամիսէն վերջ՝ կարող կ'ըլլան ուտել ու մարսել իրենց մօր կաթէն, և կամ արուեստական կաթէն զատ, ուրիշ ուտելիքներ, ինչպէս են ալիւրախառն սնունդներ: Սակայն ալիւրները մէկ շաբաթի,

10 օրի չափ նախ ջրով վարժեցնելէ ետք, ապա կաթով տալու է:

Սօքերորդ ամսոյ օրջանին իրենց բուն սնունդներէն զատ քիչ քանակութեամբ տալով պէտք է երախան վարժեցնել ուրիշ սնունդներ ալ ուտելու, ծիծ քալու ժուկները միեւնոյցը պահելով:

Ահա՛ մին կաթէն զատ՝ երախային ուտելիք յանձնարարելի սնունդներէն, զոր կրնայ առնել կէս օրին:

100 կրամ կաթին մէջ, մէկ անուշի դգալ գարիի և կամ բրինձի ալիւր, քիչ մ'ալ աղ աւելցնելով, աղէկ մը խառնելու, յետոյ կրակին վրայ, միշտ խառնելով, եռացնելէ վերջ, միեւնոյն վիճակին մէջ, 5 վայրկեան թողելու է: Եւ որպէս զի կաթը սաստիկ եռալէն բարձրանալով չի յորդի, ամանը գոնէ 500 կրամ ջուր պարուսնակելու չափ մեծ ու մաքուր ըլլալու է: Գարիի ալիւրը փորը քիչ մը կակուզ կ'պահէ, իսկ բրինձինը կ'պնդացնէ: Այսպէս պատրաստուած խիւսէն օրական 2էն 3 անուշի դգալ տալով երախային վարժեցնելու է, ոմանք, առաջին օրերը, թէև կ'մերժեն այս սնունդը, սակայն վերջէն տակաւ առ տակաւ անոր կ'վարժուին: Եթէ երախան չախորժի այս ուտելիքէն, հարկ չիկայ բռնի կերպով զայն կերցնելու ստիպել:

Բրինձը, աղէկ մը լուալէ, չորցնելէ և քիչ մ'ալ ձեծելէ վերջ, կրակին վրայ խորովելու և մաքուր ամանի մը մէջ վրան դոց պահելու է: Պէտք եղած ատեն այսպէս պատրաստուած ուտելիքէն մաս առ մաս կաթին հետ խառնելով կերցնելն արդէն հնաւանդ ու նահապետական սովորութիւնն մ'է, որուն առողջարար ու օգտակար ըլլալն արդի բժշկութիւնն ալ ընդունած ու հաստատած է:

ՈՒԹԵՐՈՐԴ ԱՄԻՍ, այս ամսուն մէջ՝ թափեցաքի  
և արարթի խիւսեր կրնայ տրուիլ, այս տեսակ ալիւ-  
րեղէններն եփուած ատեն կ'աճեցնեն իրենց ծաւարը :  
Այս պատճառով՝ 100 կրամ կաթին մէջ՝ կէս անուշի-  
քաղ դնելու է ալիւրէն : Օրական՝ երկու անգամ, մէկը  
ցերեկ ատեն, միւսն ալ՝ երեկոյին : կարելի է տալ, եթէ  
երախաները զանոնք մարսելու դժուարութիւն չեն քա-  
շեր, միայն թէ երեկոյին քիչ կերցնելու է, որպէս զի  
երախան մօրը ծիծը կատարելապէս պարպէ : Այս խիւսե-  
րէն ամէն անգամ տրուելէն անմիջապէս յետոյ, իբր  
մարսողական՝ երախային ծիծ տալու է :

Եթէ մօրը կաթը պակսելու ըլլայ, խիւսերէն յետոյ,  
արուեստական կաթէն 3 ապուրի դգալ այսինքն 50  
կրամի չափ տալու է : Եւ որպէս զի մօրը կաթը շու-  
տով չի պակսի, և երախան ալ իր մօր կաթն ուժով  
ծծէ ու չի ծուլանայ, արուած կաթը ծծակով տալու չէ :

ԻՆՆԵՐՈՐԴ ԱՄԻՍ, այս շրջանին մէջ՝ կաթին քա-  
նակն 125 կրամի բարձրացնելով՝ վարսակի և եգիպ-  
տացորենի ալիւրի խիւսերէն կրկին օրը երկու անգամ  
կերցնելու է : Միայն թէ այս ալիւրեղէններով պատ-  
րաստուելիք խիւսը քսան վայրկեանի չափ եփելու է,  
նոյնպէս ամէն խիւսառութենէ վերջ՝ ծիծ և կամ 50  
կրամ կաթ տալու է : Այս ալիւրները մսի ջուրի հետ ալ  
կրնայ տրուիլ : Երկրորդ և վերջնիւթեր ծիծերէն յետոյ  
ակունները վարժեցնելու համար, փոքրիկ չոր կարկան-  
դակ մը, և կամ հացի կեղեւի կտոր մը կարելի է տալ :  
Լորձունքներով թրջուած այս կտորները կոկորդը չի մնա-  
լու ու չի փոշտելու համար վերջին ծայր ուշադիր  
ըլլալու է :

Տասներորդ եւ տասներեկերորդ ամիս, Ժուժերէն

Երկրորդը կամ վերջնիւթերը պակսեցնելով՝ ժուժն հինգի  
իջեցնելու է և 11րդ ամսուան մէջ մեկն ալ պակսեցնե-  
լով չորսի վերածել : Խիւսերու թիւը նոյն պահելով՝  
միայն թէ կաթի քանակը 150 կրամի, նոյն համեմատու-  
թեամբ ալ ալիւրեղէններուն չափը բարձրացնելու է : Վե-  
րոյիշեալ ալիւրեղէններէն զատ՝ մսի ջրի հետ շա-  
ղանակի, դեղնախնձորի, ոլունի, սպիտակ լուբիաին  
ալիւրներն ալ կրնան գործածուիլ : Իսկ շագանակի ալիւ-  
րէն՝ փոխանակ մէկ զգալի, երկու անուշի դգալ կ'գոր-  
ծածուի : Ամէն խիւսէ վերջ՝ ծիծ կամ կաթ տալու է :  
Յերեկուան ժուժին՝ կրնայ տրուիլ իբրեւ աննդարար ու-  
տելիք հաւկիթին դեղնուցը շաքարափոշիին հետ լաւ մը  
խառնելով անոր հետ աւելցնելով նաև կաթ : Հաւկիթին  
դեղնուցը փորը պնդացնելու յատկութիւնն ունի, այս  
պատճառով՝ պնդութեան ենթակայ կամ ընդունակ ե-  
րախաներուն պէտք է տալ դեղնուցի տեղ՝ գետնախնձ-  
որի խիւսակ : Երախաներու յատուկ ուրիշ աննդարար  
և դիւրամարս ուտելիք մ'ալ փաւնացք այսինքն թէ  
հացը կրակի վրայ խորովելով (քրթր) կտոր կտոր ընելէ  
վերջ՝ քիչ մը ջուրի և կամ թէ միսի ջուրի մէջ, քիչ  
մ'ալ աղ աւելցնելով կ'եռացուի, ապա մաքուր սուղիչէ  
մը անցնելէ յետոյ, սուղուած ջուրը կ'տրուի, հետը շա-  
քար ալ կրնայ խառնուիլ : Այս ջուրէն երախաներուն՝  
իններորդ և ութերորդ ամիսներուն մէջ ալ կրնայ տրու-  
ուիլ :

ՏՍՍԵՒԵՐԿՐՈՐԴ ԱՄԻՍ, այս ամսուն մէջ ծիծ ու-  
տելն երկու անգամի իջեցնելու է : Առաջին 15 օրուան  
մեջ՝ վերջնիւթեր ծիծ ուտելը պակսեցնելու է, այս  
պակասման տեղ՝ 100 կրամ կաթ տալու պայմանով՝ երկ-  
րորդ 15 օրուան մէջ ալ՝ կէս օրուան ծիծ տալը պակ-

անցնելով, անոր տեղ երախային տալու է քիչ մը հաց, հակկիթ մը՝ խիւսով մէկտեղ, հացաթան (թիրիթ) մը, ոսպի սպիտակ լուբիաի, ոլոռնի խիւսակներ ալ կրնայ տրուիլ:

Տասնեւերորդ ամսուն մէջ՝ երախային ծիծ տալու ժուժը՝ մեկի իջեցնելու է, այն ալ առտուն պէտք է տալ, որովհետեւ մօրն ստինքը գիշեր ատեն կաթով լեցուած ըլլալուն հետեւանքով նեղութիւն կ'պատճառէ, օր ընդ մէջ մէյմէկ ժուժ ծիծ տալով և այսպէս քիչ քիչ ուշացնելով, առանց նեղութեան, երախան բոլորովին կրնայ ծիծէ կտրուիլ: Երախան ծիծէ կտրելէն յետոյ, բացէն տըրուած կաթին չտին ալ աստիճանաբար պահեցնելով, անոր տեղ անդեղէններ տալու է: Այս կտրելու երկրորդ շրջանին մէջ ալ միեւնոյն խնամքն ու զգուշութիւնը կ'պահանջուի:

Խիւսին և կամ կաթին հետ կրնայ տրուիլ կարկանդակ ալ:

Կարճահասութեան այս շրջանին մէջ՝ առաջին ժուժին՝ շատ թանձր չըլլալու պայմանաւ, 200 կրամ կաթով պատրաստուած խիւս մը, և անմիջապէս յետոյ 50 կրամ պարզ կաթ:

Երկրորդ ժուժին, 200 կրամ կաթ և 1էն 2 հատ չոր կարկանդակ:

Երրորդ ժուժին, ուտելիքին մէջ փոփոխութիւն մտցնելը շատ կարեւոր է, այսինքն ընտանապիտան անունդներ և ընդեղէնի ալիւրներով պատրաստուած ուտելիքներ տալու է, այս ժուժը երախային էն զլխաւոր ժուժն է:

Կարճահասութեան վերջ՝ երախային ցալիք սննդեղեկներու մասին կարեւոր պատուեքներ ու հրահանգներ:

Երախայի մը անունըը երկու կարգի կ'բաժնուի,

պնդացնող ու կակդացնող: Ընդհանրապէս՝ բուսեղէն անունդները կակուղ պահելու, իսկ կենդանականները պնդացնելու յատկութիւնն ունին: Բացառութիւններն ինչպէս ամէն բանի մէջ նոյնպէս և այս կէտին մէջ յարգելը պայման է, ինչպէս՝ օրինակի համար, բրինձը, աւուշեղէններէն ոմանք ու շոքոյան պնդացնող են:

Այս երրորդ ժուժին՝ շաքարի ու կաթի հետ խառնուած քիչ մը թարմ սպիտակ պանիր, կաթի, մսեղէնի, և հակկիթ դեղնուցի խառնուածքով պատրաստուած ապուր մը, և իրր ըմպելի՝ ասոնց հետ գաւաթ մը կաթ ալ կրնայ տրուիլ:

Չորրորդ ժուժին՝ գաւաթ մը կաթ և պիսքիւրի:

Հինգերորդ ժուժին ալ՝ 150 կրամ կաթով պատրաստուած ալիւրեղէնի խիւս մը և գաւաթ մ'ալ կաթ պէտք է տալ, եթէ երախան ծարաւութիւն զգայ ջուր խմելու վարժեցնելու է: Այս շրջանին՝ 24 ժամուան մէջ կաթին քանակը՝ 800 կրամն անցնելու չէ:

15րդէն 18րդ ԱՄԻՍ. Այս շրջանին մէջ կաթին քանակը 600 կրամի իջեցնելու է:

Առաջին ժուժին, ո և է խիւս մը, և մերթ ընդ մերթ ալ քիչ մը շոքոյա կամ կաթով սուրճ:

Երկրորդ ժուժին՝ 200 կրամ կաթ և կարկանդակ մը:

Երրորդ ժուժին՝ բուսեղէն անունդներու մէջ փոփոխութիւններ ներմուծելով, ոսպի, շագանակի, ոլոռնի, սպիտակ լուբիայի խիւսակներ, թարմ պանիր, հակկիթ մ'ամրողջ, ոչխարի լաւ մը մաքրուած ու եփուած քառորդ և կամ կէս ուղեղ, ու, իրր ըմպելի, 100էն 150 կրամ ջուր և կամ կաթ կ'տրուի, եթէ այս շրջանին երախան իր աղօրիններն հանած է, շաքարոտ և լաւ եփուած պտուղներ, ֆոմբոսոներ, մանուսնդ պնդութիւն

ունեցողներուն համար, խնձորի փոքօսոսներ, խնամօք պատրաստուած վառեակի և ձուկի կուրծքի միս ալ կրնայ տրուիլ :

Չորրորդ ժոււմին, գաւաթ մը կաթ և չոր կարկանդակ մը :

Հինգերորդ ժոււմին ալ՝ 150 կրամ կաթով խիւս մը և քիչ մ'ալ քոփոստօ տալու է :

18րդ ԱՄՍԱԿԱՆԷՆ ԵՐԿՈՒ ՏԱՐԵԿԱՆ : Այս շրջանին մէջ՝ իրբեւ կէս օրուան և երեկոյեան քաղցիք տրուած կաթը դադրեցնելու, և, անոր տեղ 100-150 կրամ պարզ մաքուր ջուր տալու է :

Առաջին ժոււմին՝ 200 կրամ պարզ կաթ, և կամ սուրճով կամ շոքոլայով կամ կաթով խառն խիւս մը :

Երկրորդ ժոււմին՝ կրկին կաթ և չոր կարկանդակ մը :

Երրորդ ժոււմին երախան վարժեցնելու համար, ձուակեղ և մսի ջուրի մէջ թաթիլուած քիչ մը հաց, պանիր, պարզ կամ կարագով խառնուած, հասուն և կակուղ հում պտուղներ, ինչպէս դեղձ, ծիրան, ելակ, խաղող, կեռաս և ասոնց նմաններ, նարինջի ջուր, քիչ քանակութեամբ շաքարեղէններ, 100էն 150 կրամի չափ ջուր ու ձեծուած (էլմէ) բանջարեղէններ :

Չորրորդ ժոււմին՝ 100-150 կրամ մսի ջուր և չոր կարկանդակ մը :

Հինգերորդ ժոււմին՝ մսի ջուրի մէջ զարնուած հաւկիթ մը քիչ մը պտուղ, հաց և 100էն 150 կրամի չափ պարզ ջուր :

2-3 օտեկան. — Երկրորդ և չորրորդ ժոււմի կաթերը դադրեցնելու է, կէսօրին՝ այսինքն թէ երրորդ և զլխաւոր ժոււմին՝ մանրէններու մէջ միշտ փոփոխութիւն մտցնելու է, միսը մանր կտորներու վերածելով : Հորթի

վզոնի միս մանուսանդ լեզուն, լաւագոյն անդեղէն մ'է : ԵՐԿՈՒԲՈՒԿԷՍ ՏԱՐԵԿԱՆԷՆ ալ՝ ոչխարի, կովի միսեր :

ԵՐՐՈՐԴ ՏԱՐԵԿԱՆԷՆ յետոյ ալ՝ ապուխտներ և որսի միսեր կ'տրուին : Այսպիսով հետզհետէ վարժեցնելու է երախան խմորեղէն ուտելիքներու, եփուած կանանչեղէններու, ինչպէս են շոմին (սպանադ), ստեպին (հալուձ), սոպ, բակլա, գետնախնձոր, բարբաթս, կանկառ : Եւ եթէ երախան պնդութիւն ունենայ՝ քիչ մը մեղր կամ խնձորի անուշ, երեկոյները՝ 250 կրամի չափ մսի ջրով կանանչեղէն ապուրներ տալու է : Ուշագիր լլլալու է որ երախան տրուած սնունդները լաւ մը ծամելէ վերջ կուլ տայ : Շատ ջուր խմցնելու և շատ ալ ցամաք հաց կերցնելու չէ : Ջուրին քանակը 100-150 կրամը անցնելու չէ : Պէտք է նաև երեկոյները՝ տակաւ առ տակաւ ծնողաց հետ սեղան նստեցնելով անոնց կերածէն ուտելու վարժեցնել :

ԵՐԵՔԷՆ ՉՈՐՍ ՏԱՐԵԿԱՆԷՆ մէջ ալ միմիայն առաւօտները կաթ տալով կաթէն ալ կտրուած կ'համարուի :

Երկաթին դերը երախաներուն ֆազառողութեանը մեջ

Երախաներու տրուած սնունդներուն մէջ մեծ կարեւորութիւն ունին անոնք որոնց մէջ աւելի շատ երկաթ կը գտնուի : Կնոջ կաթը կովու կաթէն աւելի երկաթ կը պարունակէ :

Իշու կաթին երկաթային բաղադրութիւններովն աւելի հարուստ է, այս պատճառով ալ հիւանդկախ մանկիկներու համար իրբեւ օգտակար, կաղղուրիչ ու բուժարար ջեղ կը յանձնարարուի :

Լեարդը միւս գործարաններէն աւելի երկաթ կը պարունակէ, նաև դիտնալու է որ երախային լեարդն իր սաղմնային վիճակին մէջ աւելի շատ երկաթ կը պարունակէ քան ծնելէն վերջ, առաջին ամիսներու կեանքին մէջ: Որովհետեւ յղութեան վերջին ամիսներուն մէջ սաղմն իր մօր արիւնէն պէտք եղածէն աւելի երկաթ կը մթերէ, և, ապա երախան՝ իր գոյութեան առաջին շրջանին մէջ, կը վատնէ զայն: Այսպէս միջին հաշուով Մրդէն Տրդ ամիսներուն մէջ, երախային մարմինը կ'աղքատանայ երկաթի մթերքէն:

Փորձառութեամբ դիտուած է որ՝ երկար ատեն մրայն կաթով սնանող երախաներ, և մինչեւ իսկ նորածին կենդանիներ, դալկահար, տկարակազմ ու սակաւարիւն կը մնան: Ասոր համար՝ մանուկին տարիքին, կազմուածքին ու առողջութեան համեմատ, դիւրամարս վիճակի մէջ երկաթով հարուստ սնունդներ տալու է, երկաթի պակասը լրացնելու համար:

Թոքախտաւոր, սակաւարիւն ու ֆրանքախտաւոր ծնողքներէ սերած երախաներ՝ յղութեան վերջին շրջանին մէջ, պէտք եղած չափով բաւարար երկաթ մթերելու անկարող ըլլալով աւելի տկարակազմ վիճակի մէջ աշխարհք կուգան: Ուստի շատ կանուխէն սկսելու է այս կերպ ծնած նիհար ու տկար երախաներու երկաթ պարունակող սննդեղէններ տալ:

Նոյնպէս և երկաթախառն սննդեղէններ կերցնելու է աղիքի հիւանդութեանց և ջերմի ենթակայ եղող երախաներուն, բաղդատաբար՝ աւելի երկաթ պարունակող սնունդներն են հոսմ միսի հիւր, հաւկիթի դեղնուց և ալիւրապուրններ:

Թե ի՞նչպէս պատրաստելու է հոսմ միսի հիւրը

Այս հիւթը կը պատրաստուի կովի ու ոչխարի լաւագոյն միսով, և որպէսզի միսն առատ հիւթ արտադրէ, զայն նախ քիչ մը կրակի վրայ բռնելով թեթեւ մը տաքցրնելէ վերջ՝ միս ճնշելու յատուկ մասնաւոր մեքենաներու տակ դրուելով կը ձուլուի, կը տրորի և այս կերպով՝ միսին հիւթը փոքրիկ գաւաթի մը մէջ հոսելով հոն կը հաւաքուի: Այս հիւթն իր բնական վիճակին մէջ, և կամ հետը քիչ մը շաքար խառնելով՝ օրական 5էն 6 սնուչի դգալի չափ կրնայ տրուիլ:

Հաւկիթի դեղնուցը

Հաւկիթին դեղնուցն ալ հիանալի ու առողջալի սնունդ մ'է. թէեւ կաթէն քիչ մ'աւելի ծանր ու դժուարամարս: Նախ դեղնուցին մէկ քառորդ մասը քիչ մը շաքար ջուրի հետ խառնելով՝ օրական մէկ անգամ տալու է: Այս չափին վարժեցնելով՝ եթէ երախային ստամոքսը կարողանայ լաւ մը մարսել, անկէ օրական կէս, և վերջէն ալ՝ ամբողջ դեղնուց մը կրնայ տրուիլ: Եթէ երախան դժուարամարսութեան արտանիշեր ցոյց տայ, մէկ քանի օր դադարեցնելու է դեղնուցակերութիւնը, սակայն զայն վերստին սկսելու պայմանով:

Երախան այս դեղնուցակերութեան լաւ մը վարժեցնելէ յետոյ, հացապուրին հետ ալ մէկտեղ կրնայ տրուիլ: Մէկ հաւկիթը՝ 40 կրամ իւղոտ մսի, և, 150 կրամ կովու կաթի հաւասար ոյժ ունի:

Օրական մէկէն 2 հաւկիթ ալ կրնայ տրուիլ երախային:

Այլըրապուրներ

Գարիի և վարսակի այլըրով և ցորենի թեփով պատ-  
րաստուած այլըրապուրներն ալ ոչ միայն աննդարար են  
այլ և երկաթով ալ հարուստ : Ասոնց խաշ ջուրերն ալ  
աննդարար ու երկաթախառն են : Հեղուկ վիճակի մէջ,  
իբր ըմպելի կրնայ տրուիլ, քիչ մը մեծերուն, այսինքն  
12 ամիսէն վերջ, սպապուր :

Այլըրի տեսակներ

Այլըրի տեսակներէն՝ կարեւորներն են, Փօսֆատին  
Ֆալիէս, Նէսթլէ, Ֆավիւսթ Շոսթէ, Քէրպէր, Նէվէ,  
Բիտքէ սանպօք, Գնոր, Սալէպ, Հարթէն Շթայն և ու-  
րիշ ասոնց նմաններ : Ասոնցմէ վերջինը տեսակ մը բան-  
ջարեղէններու խառնուրդ մ'ըլլալով՝ սկրախտի ենթակայ  
եղող երախաներուն կերցնելը նախամեծարելի է : Այս ա-  
լիւրներով պատրաստուած ուտեստեղէններուն տեսակը  
յաճախ փոփոխելու է :

Յանկ ու ցուցակ Մանկսիներու համեմատական  
սննդեղիկնաց

Ամէն դասակարգի ընտանեաց ու ծնողաց առձեռն ու  
առանին զիւրութիւն մ'ընծայելու նպատակով, ահա ըս-  
տորեւ կ'ներկայացնենք մանկտիներու յատուկ աննդեղէննե-  
րու աստիճանական ցանկ ու ցուցակներ, որոց համեմատ  
իւրաքանչիւր մայր կրնայ իր նիւթական կարողութեան  
համեմատ, ինքնին սնորինել իր նորածին երախային ու  
մանկիկին պատշաճ ու անոնց տարիքին համեմատական  
անուղիներն ու ուտելիքները : ԵՐԱ.ԽԱՆ ԽՆՉՊԷՍ ՊԷՏՔ  
է ՄԵՄՅՆԵԼ անուն գրքայկիս ընթացքին մէջ պատուիրած  
աշխուհիներու ցուցակէն զատ և մեր այս առանձին անըն-

դացանկերն ալ անոր համար հոս կ'զետեղենք, որպէսզի  
ունեւոր դասակարգին հետ ևս բարեկեցիկ թէ չքաւոր  
դասակարգն ալ իր նորածին երախաներն ու մանուկները  
կանոնաւոր կերպով անուցանելու կարող ու ապահով ըլլայ :

Մէկ ՈՒ ԿէՍ ՏԱՐԵԿԱՆՆԵՐՈՒ ՀԱՄԱՐ

- Առաջին ժուլ — 250 կրամ կաթ
- Երկրորդ ժուլ — 250 կրամ կաթով ալիւրներ (ամէն  
օր անոնց տեսակները փոխելով) Արարօթ . Բրինձալիւր .  
Բաթաթէս, Գետնախնձոր, Պէշէլիա . Լուբիա, Բակլա,  
Սրսու, Գարի և նմաններ :

- Երրորդ ժուլ — 150 կրամ կաթ
- Չորրորդ ժուլ — 250 կրամ կաթ
- Հինգերորդ ժուլ — 150 կրամ ապուր

Մէկ ՈՒ ԿէՍԷՆ ԵՐԿՈՒ ՏԱՐԵԿԱՆՆԵՐՈՒ ՀԱՄԱՐ

- Առաջին ժուլ — 250 կրամ կաթ և 50 կրամ հաց
- Երկրորդ ժուլ — 250 կրամ կաթ և 50 կրամ հաց
- Երրորդ ժուլ — 250 կրամ ապուր, 75 կրամ միս  
200 կրամ, ձեծուած բանջարեղէն և 50 կրամ ալ հաց :
- Չորրորդ ժուլ — 250 կրամ կաթ և 50 կրամ հաց
- Հինգերորդ ժուլ — 250 կրամ ապուր

ԵՐԿՈՒՔ ՈՒ ԿէՍԷՆ ՉՈՐՍ ՏԱՐԵԿԱՆՆԵՐՈՒ ՀԱՄԱՐ

- Ա. ժուլ — 250 կրամ կաթ և 50 կրամ հաց
- Բ. ժուլ — 50 կրամ հաց, 10 կրամ կարագիւղ,  
10 կրամ քէօֆթէ
- Գ. ժուլ — 200 կրամ ապուր, 200 կրամ բանջա-  
րեղէն, 80-90 կրամ միս, 50 կրամ հաց :

Դ. ժոււմ — 200 կրամ կաթ. 50 կրամ հաց.  
 Ե. ժոււմ — 200 կրամ ապուր, 250 կրամ բանջա-  
 րեղէն 50 կրամ հաց: Այս սարիփին մեշ, մանուկները  
 ընճանիփին ու ճնողիփն կը սեղանակցին:

Մանկասանուրիներ Եւրոպայի եւ մեր երկրին մէջ

Եւրոպայի ամենէն նշանաւոր քաղաքներու մէջ ան-  
 գամ զաւակ սնուցանելու, մեծցնելու կանոնաւոր ու  
 գիտական կերպերը կամ մեթոտները դեռ ընդհանրա-  
 ցած չեն: Ընտանեկան ու ընկերական տեսակէտով այս  
 պակասը լրացնելու համար, ամէն լուսաւորեալ ու քա-  
 ղաքակիրթ ժողովուրդներն ու կառավարութիւնները  
 մասնաւոր խնամօք ու հանրօգուտ կարգադրութեամբ,  
 հաստատած են ապագայ մայրերուն համար առանձին  
 դպրոցներ ու դասարաններ, ուր ամենէն աւելի տա-  
 ղանդաւոր փորձ ու կիրթ մասնագէտ բժիշկներ կ'ըսաս-  
 խօսեն մանկատածական ամէն մէկ ճիւղերու վրայ, որոնց  
 ամբողջն այսօր դրութեանց վերածուած եւ պաշտօնական  
 ուսմանց ու գիտութեանց կարգն անցած է: Այն-  
 պէս որ եւրոպայի օրիորդ մը՝ դեռ մայր չեղած, դըպ-  
 րոցական գրասեղանէն սկսեալ գիտէ արդէն, գրեթէ  
 մասնագէտ բժիշկի մը չափ ու դայիակներէն աւելի թէ  
 նորածին երախայ մը ու նորածին մանուկ մը ինչպէս  
 տածելու, խնամելու է գիտական ու բժշկական կամ ախ-  
 տարանական ու առողջաբանական գիտութեանց, ծա-  
 նօթութեանց ու դրութեանց օրքան զօր կատարած զար-  
 գացումներուն ու վերանորոգումներուն համեմատ:

Մենք որ, մասնաւորապէս, եւ մեր երկրին ընդհան-  
 րապէս իր մեծ փառք, պարծանք ու պատիւ կ'համարի  
 կրթուած Եւրոպայի ու ամէն զարգացած ժողովուրդնե-  
 րուն՝ լաւագոյն իմաստովն հասկցուած քաղաքակրթա-

կան առաջդիմութեանց, մէն մի հանրօգուտ ճիւղերուն,  
 առարկէզներուն եւ անոնց մասնագիտական հաստատու-  
 թեանց քայլ առ քայլ հետեւիլն եւ անոնց հատընտիօ  
 ձիրքերն ու առաւելութիւններն ընդօրինակելով իւրա-  
 ցընել, համայնացնել, անհրաժեշտօրէն պարտաւոր է նաև  
 մանկատածական սոյն մասնագիտական ճիւղն ալ մշակել ու  
 ընդհանրացնել պաշտօնապէս:

Ապա մեր երկրին աղջկանց բարձրագոյն վարժա-  
 րաններուն մէջ ալ մանկատածական մասնագիտութեանց  
 դասերու աւանդումն, այսօր առուել քան երբեք, հրա-  
 մայական պահանջ մը, տիրական պէտք մը եւ ստիպողա-  
 կան անհրաժեշտ հարկ մ'է:

Թէ կառավարութիւնն եւ թէ ժողովուրդն անպատ-  
 ճառ եւ անմիջական կերպով այս կենսական եւ ամենա-  
 հարկաւոր խնդիրը ժամ առաջ լուծել ու կարգադրել  
 պարտաւոր են: Եւրոպայի հանդէպ մեր անպարտելի ու  
 յաւէտ դատապարտելի սղիտութիւնը ցոյց տալու հա-  
 մար՝ բոււական է մեր ընթերցողաց ըսել թէ, մինչ եւ-  
 րոպական քաղաքակրթութեամբ ծաղկած երկիրներուն  
 մէջ, երախայի մը, մանուկի մը վրայ ունէ դոյզնու ջնջի  
 անհանգստութիւն մը նշմարելուն պէս, իսկոյն բժիշկի  
 կ'ըրմեն ծնողք ու ընտանիք, հոս մեր երկրին մէջ՝ մայ-  
 րաքաղաքէն սկսեալ մինչև անհանգաց յետին գիւղերն  
 ու աւաններ, ծնողքներն ընդհանրապէս իրենց տղայոց  
 հիւանդութիւնները բուժելու համար փոխանակ բժիշկնե-  
 րուն դիմելու, նախամեծար կ'համարին աւելի յաճախ  
 դիմել, ու անդասդան պտտիլ Ադամէն Եւաէն միացած  
 մամիներուն անդրաշրջեղեղեան բրածոյ հօծաններուն, պիւ-  
 յիփներուն, սալախնիներուն, իւֆիւրիփներուն: Փողոցին

գլուխը խաճուքպաճ ախտերներուն, ստիրիչներուն, Ռամէլ  
թափող պախընիներուն, և մինչև իսկ գնչուհիներուն ու  
փոխանակ բժշկական օրինաւոր դեղագիր առնելով  
դեղագործներու քով վաղելու, կ'վազեն նուսխաներ,  
հաժայիւններ կ'առնեն, իրենց հիւանդ տղայոց կուրծքէն  
կրկախին, ալամանդակուռ նշանէ մը աւելի և կամ անոնց  
ձեռքերը կ'անցնեն իրրև ախտաբոյժ հրաշալիքներ, մար-  
գարտեայ ապարանջանէ մ'աւելի հպարտ ու մածահաւատ  
պարծանքով մը: Տգիտութեամբ ծնած ու նախապաշար-  
մամբ անած ժողովրդի մը համար, արդարեւ շատ դժ-  
ուարին է քաղաքակիրթ ազգերու գիտական բմբռնում-  
ներն հասկնալի ընելը, սակայն շնորհիւ մեր արդի սահ-  
մանադրական Ռէփուին, որ կոչուած է երկիրն ի հիմանէ  
բարեկարգել և ժողովուրդն օրանէն սկսեալ դաստիա-  
րակել արդի քաղաքակիրթութեան առողջամիտ սկզբ-  
քունքներով, երկրացիներուն ազիտապաշտ ըղեղնե-  
րուն տեղ արդիական գիտապաշտ ուղեղներ զե-  
տեղելով՝ Եւրոպան Ասիոյ վրայ պատուաստելով անչուշտ  
քիչ ատենուան մէջ կ'բախտաւորի և մեր բազմաչարչար  
ու բազմադէտ երկրին տալ, եւրոպական լուսարձակ-  
ներով փայլիլ և անոր սաւառնակներուն խոյանքով թրու-  
շիլ գիտական ու քաղաքակիրթական ամէն բարձունք-  
ներն, ու մեր մանուկներուն օգտին համար ալ առող-  
ջաբանական կարեւոր ու հիմնաւոր ուսուցիչներն իր ամէ-  
նօրեայ դղրդուն ու խոստմնալից օրինագիծերէն միոյն  
մէջ փոխադրելով մխիթարել ծնողքներն ու անոնց փա-  
փախելիքները լրացնել:

Դառնալով մեր բուն նիւթին՝ մեր ազիտապաշտ  
սամկութիւնը այսպէս իր մանուկներուն հիւանդութիւն-  
ները ջառլաքաններուն ձեռքով բուժելու անհնարու-

թիւնը տեսնելով, մեհասանեորդ ժամուն ուրուբեմն կը  
ստիպուի, սապէս ըսելով, կ'զիջանի կ'բարեհաճի դիմել  
օրինաւոր բժիշկի, եթէ մասնագէտ, բժիշկ ալ կարենայ  
գտնել:

Այո՛, մասնագէտ բժիշկ կ'ըսեմ, որովհետև այսօր  
ամէն քաղաքակիրթ երկիրներու մէջ, բժիշկներն իսկ  
ընդհանրապէս իրենց հիւանդը մասնագէտ բժիշկի մը  
խնամոց ու դարմանուովն կ'յանձնարարեն:

Եւրոպականացած ամէն երկիրներու մէջ, մանկա-  
տածական այս շատ կենսական ինդիքն իրեն արժանի  
աւագ նկատառութեան առարկայ ընելով, շատ մը տե-  
ղերու նամանաւանդ աղքատիկ միջավայրերու մէջ,  
տղայոց հիւանդութիւնները, բժշկականօրէն խնամելու  
համար պետական ծախքերով բացուած են մասնաւոր  
մանկատածարաններ, դարմանատուններ, ուր չքաւոր  
ընտանիքներու զաւակունք ձրիաբար կ'խնամարկուին:  
Եթէ հիւանդ են հոն կ'դարմանուին, եթէ առողջ են, զա-  
նոնք շարունակ առողջ մեծցնելու համար տղուն տիրոջ  
պարտ ու պատշաճ պատուէրները, խրատներն ու խոր-  
հուրդները տալով մէկտեղ, յաճախակի ալ անձամբ կ'այ-  
ցելեն հիւանդին բնակարանը նոյնպէս ձրիաբար: Այս տե-  
սակ դարմանատուններու մէջ դարմանողներուն ձեռքով  
ալ ձրի կաթ և հնչուն դրամ ալ կ'բաժնուին: Հիւանդին  
բոլոր պէտքերը գոհացնելու չափ բաւարար կերպով:  
Երբեմն չքաւոր ընտանիքներ, բախտէն անժառանգեալ  
իրենց զաւակները սնուցանելու նիւթապէս բաւարար  
միջոցները չունենալուն պատճառով, իրենց զաւակները  
ուրիշի մը վարձկան խնամոց յանձնելով՝ գործարաններու  
մէջ չարքաշօրէն ու բռնադրօսօրէն աշխատելու կ'երթան:  
Անչուշտ այս տեսակ կրկնապէս դժբախտ զաւակները



արուեստական խորհրդախուճած կաթերն ու ժամանակէն առաջ ալ ալիւրեղէններ ուտելու բռնադատուած ըլլալով, կանխահաս մահով մը կը մեռնին :

Բաղաքակիրթ երկիրներու կառավարութիւններն այս ծանրակշիռ սպագաստան ու մանկակոտոր աղէտին առաջն առնելու համար աղքատիկ ընտանեաց չքաւոր մայրերուն բաւարար օրապահիկներ, ռոճիկներ յատկացնելու կ'աշխատի մանրակրկիտ ու խըղճամիտ վիճակագրութիւններ կատարելով այս օրինակ չարաբաստիկ ու աղքատիկ կիներուն ներկան ու սպագաստան բարիլաւելով զանոնք անկարօտ ու կարող վիճակի մը տիրացնելու չափ, որպէսզի այդ կիները տեւականօրէն իրենց տունը մնալով անձամբ իրենք կարենան իրենց զաւակներն իրենց ստինքներուն կաթովը սնուցանել ու մեծցնել :

Երբեմն ալ կ'պատահի որ աղքատիկ կիներ, հիւանդութեանց ենթարկուելուն հետեւանքէն ստիպեալ, ծիծի կաթին տեղ արուեստական խորհրդախուճ կաթ տալու կ'հարկադրուին կամայ թէ յակամայ :

Կառավարութիւններն այսպիսի խղճալին ալ հոգալու, գոհացնելու համար, կաթի բաժին անունով յատկապէս միջրոպագուրկ կաթ կ'րաշխեն ձրիապէս : Ամէն օր, նորածին երախաներուն ու մանուկին աղքատիկ մայրերը պարպուած շիշէներն ետ կ'տանին ու լեցուած շիշէներն իրենց հետ առնելով տուն կ'ըրերին :

Մեր երկիրն առ այժմ գործարաններու մէջ աշխատող մայրեր քիչ ունենալուն, առաջին տեսակով օգնութիւն ընելու անմիջական պէտքն այնքան ստիպողական չէ թէև, սակայն երկրորդ տեսակէտով օգնելը բացարձակապէս անհրաժեշտ է ու պարտադրական :

Մեր երկիրն սահմանադրական հետեւաբար և քաղաքակրթական վերանորոգեալ կառավարութիւնն եթէ եւրոպական աղքատախնամ ու ծնելասէր կառավարութեանց նման չքաւոր ընտանեաց զաւակաբեր մայրերուն ձրիապէս բարեյօժարի միջրոպագուրկ կաթ բաժնելու, բաշխելու աղքատախնամ առաքելութեանց գործին ձեռնարկել, մանկանց հիւանդութիւնն և անոնց երեսէն չարունակուող մանկանց մահերուն թիւն ալ 50% չի պիտի հասնի :

Կառավարութեան խորին ու անմիջական ուշադրութիւնը ստիպողաբար կ'հրաւիրենք գերազանցապէս մտամբտացնող այս կենսական ու հիմնական խնդրոյն վրայ, որովհետև, այս կերպով, ոչ միայն երկիրն ալիւրեւս քաղաւոզը ու ընտիր քաղաքացիներովն աւելի օժտուած կ'ըլլայ, այլ և կառավարութիւնն իր բանակներուն մէջ ալ կ'ունենայ, աւելի կորովի աւելի պնդակազմ ու քաջարի զինուորներ, որոնց այսօր իսկ աւելի քան ուրիշ ո և է ատեն կարօտ է ու պէտք ունի, այնքան որքան ծարաւին՝ ջուրի, որքան նօթին՝ հացի, խնդիր մահու ու կենաց, ուրկէ կախուած ունի ամբողջ երկիրն ապագան ու կեանքն համակ :



Կ Ա Ր Ե Ի Ո Ր Վ Բ Ի Պ Ա Կ Ն Ե Ր

Էջ	Տող	Սեռ	Ուղիղ
32	24	յացկարծ	յանկարծ
34	24	վերջինը	վերջնուլը
42	9	ծեծ	ծիծ
46	14	30 - 40	15 - 20
46	29	Սոքուէթ	Սոքուէթ
48	10	Ստամոք	Ստամոքս

ՄՄ Հայագիտական գրադարան



MAL020570

