

թոյններէն... Մինչդեռ՝ դժբաղդաբար աւերը շարունակելով կը շարունակէ եւ հայ երիտասարդներ վաղաժամ կը հնձուին Փարիզի կամ զաւառներու մէջ, հալելով մաշելով, անբաւական անդադուութեամբ, ապականած օդով լի անարեւ գործարաններու մէջ չափազանց յոգնածութեամբ, եւ այսպէս ալ պիտի շարունակէ՝ ցորչափ անոնց կեանքը արմատական փոփոխութիւն մը չկրէ:

Այդ փոփոխութիւնը՝ կը ներեմ ինձ ըսել, թէ շատ պարզ է եւ դիւրին, եւ կը կայանայ հետեւեալին մէջ.—

Խորհուրդ տալ միւր երիտասարդներուն՝ փախչիլ քաղաքի կեանքէն, ֆապրիքաներու ծանրածանր զբաղումներէն եւ գնալ իրենց հացը փնտռել երկրագործական առաքելոցին մէջ: Ֆրանսա՝ երկրագործութեան սիրահար այդ երկիրը շա՛տ շա՛տ պէտք ունի աշխատաւոր ձեռքերու եւ եթէ այս մտքով դիմումներ ըլլան երկրագործական նախարարութեան մօտ, մեծ յոյս ունիմ թէ մեր երիտասարդներուն համար երկրագործական զանազան ճիւղերու մէջ օգտակար զբաղումներ կարելի ըլլայ ձեռք բերել:

Հայ երիտասարդներ ազատ դաշտերու մէջ ապրելով, հողի հետ խաղալով, լաւ օդ շնչելով եւ լաւ ուտելով, ամէնէն առողջ կազմուածքը պիտի ունենան, եւ այն ատեն ո՛չ մէկ միջբրոպ պիտի կրնայ բոյն դնել անոնց թռքերուն մէջ...

Այս նպատակին պէտք է հետամուտ ըլլանք ամէնքս. ազգային իշխանութիւններ եւ բարեխնամ ընկերութիւններ կամ միութիւններ՝ այս նպատակը միշտ հետապնդելու են, եւ Հայ Բժշկական Միութիւնը այս մասին միշտ քարոզակ ըլլալով, իր դասախօսութիւնները աւելի արդիւնաւոր պիտի տեսնէ այն ատեն, եւ մեր երիտասարդներուն կեանքը արդարեւ փրկած պիտի ըլլայ...

Տօքթ, ՎԱՀՆԱՄ Զ. ԹՈՐԳՈՄԵՍՆ

ԱՌՈՂՋՈՒԹԵԱՆ ՄՇԱԿՈՒՄԸ

Իբր հիւանդ դարմանուելու համար ինծի դիմող մարդոց մեծ մասը կը տուժէ, անտեսելով առողջապահութեան տարրական կանոնները:

Տակաւին երկու օր առաջ գեղեցկադէմ ու առողջ երիտասարդ մը կը ներկայանար, շրջանաւարտ երկրորդական վարժարանէ մը: «Հիւանդ էք» կը հարցնեմ: — «Ոչինչ բան է, բայց ուղեցի ձեր կարծիքը իմանալ. անկարելոր վէրք մը...»

Կը քննեմ, սիֆիլիսէ վարակուած է:

Քառասուննոց լաւ հագուած, դիրուկ եւ լըջադեմ պարոն մը դարման կը հայցէ գիշերային անհանդստութեանը համար.— «Շնչառութիւնէ կը նեղուիմ, փորս կ'ուռի, կուրծքս կը խժայ, ուժաթափ եմ, թէեւ լաւ եւ ասորժով կ'ուտեմ...» Յետ քննութեան, շնչափողային հինցած բորբոքում, սրտի եւ ստամոքսի թեթեւ ընդլայնում, եւ գիրութիւն.— Նստուկ կեանքի, ծխամալութեան, շատակերութեան արդիւնք: Երբ կը խօսիմ իր հիւանդութեան նախապատճառներու մասին, ապշութեամբ երեսս կը նայի: Ա՛լ աւելի կ'ապշի, երբ կը յայտարարեմ թէ կորսնցուցած առողջութիւնը վերագտնելու համար մասնաւոր դեղերու պէտք չկայ: Իրեն ցոյց կուտամ առողջապահական ուղի մը:

Երրորդ մը, վերջնադրոյն նորոյթի համեմատ հագուած օրիորդ մը՝ իր մօրը հետ, որ բազմազան զգեստաւորումի մէջ այլանդակ երեւոյթ մը ունի, կը պատմէ.

— Տօքթոր, աղջիկս դաշտան չի տեսներ երեք ամիսէ ի վեր: Դեղ մը տուր որ արիւնը քաշեցնէ. ուրիշ բան չունի:

Կ'ուզեմ քննել:

— Ո՛չ, կ'ըսէ, հիւանդութիւն չունի, երբեմն կը հաղայ կամ կը մսի, ես ատոնք ցրտառութեան կուտամ:

Քննութիւնը հաղորդեց որ խեղճ աղջիկը թոքախտէ վարակուած էր, իսկ իրենք միայն դաշտանի չգոյութիւնէն մտահոգ էին... Կարելի է երկարել շարքը:

Արտաքինով ներկայանալի եւ զարգացած ո՛րքան մարդեր կան որոնք առողջութեան մասին տարրական գաղափար իսկ չունին ու տգիտութեամբ կ'իյնան հիւանդութեանց դաժան ու անողոք ճերմաներուն մէջ:

Առողջապահութեան կանոններու նոյն զանցառութիւնը աւելի շեշտուած ու իր հետեւանքներով շատ աւելի անաւոր է քաղաքակիրթ կոչուած միջավայրերու մէջ: Ներկայի մեծ քաղաքները կենդանի օրինակներ են այդ զանցառութեան: Հո՞ծ ու խառնիճաղանճ բազմութիւններով խճողուն այդ կեդրոններու օդը նեխած ու թունաւորուած է ծխանքերու եւ ուրիշ բազմազան ֆիսասակար արտահոսութիւններով, քիմիական շոգիներով ու մահաբեր փոշիներով, ուր մարդիկ կը ծուրին անզգալաբար:

Այդպիսի միջավայրերը կը զարգացնեն ամէն տեսակ ախտեր եւ այլասերումներ, որովհետեւ մարմինը կը սնանի վատառողջ օդով եւ զրգռիչ ու թունաւորիչ սնունդներով, իսկ միտքը կը խաթարուի հաճոյքներու ու մոլութիւններու խրախճանքէն...: Եւ սակայն, ոչ ոք կը տեսնէ վտանգը: Հոն մարդիկ դիմովցած են ու ընդարմացած:

Հանդէսներ, օրաթերթեր յաճախ կը խօսին առողջապահական նիւթերու մասին, դպրոցներու մէջ առողջապահութեան դասեր կը տրուին, բայց ասոնք բոլոր կը մնան ձայն բարբառոյ յանապատի, եւ Հարիւր Հի խափանուիր:

Նշանաւոր առողջաբան մը ըսած է. «Ներկայիս ազգի մը քաղաքակրթութեան աստիճանը կը չափուի իր առողջապահական կատարելագործումով»:

Պատմութիւնը մեզ կը սորվեցնէ թէ դրական փայլուն քաղաքակրթութեան մը հասած կարգ մը հին ազգեր, լաւագոյն կերպով ըմբռնած էին առողջաբանութեան դերը եւ տեսակ մը կրօնական երկիւղածութեամբ ու տօնական օրերու յատուկ խանդավառութեամբ կը կատարէին իրենց պարտաւորութիւնները:

Առողջ մարմինը կը բովանդակէ բաւականաչափ ուժ, կարեւրաւ դիմագրաւելու համար հիւանդութիւններու մեծագոյն մասին, բայց որպէսզի այդ կարելի ըլլայ, պարտինք անոր տալ որոշ խնամք, մանաւանդ յիմար քայլերով չխանգարենք անոր բարւոյ գործունէութեան բնական ընթացքը:

Քաղաքակիրթ հին ազգերը իբրեւ գաղափարական ունէին, — Առողջութեան, գիտութեան եւ իմաստութեան, ուրիշ բառով բարութեան մշակումը: Ներկայիս մարդիկ առաւելապէս կը մշակեն գիտութիւնը, պարզ հետաքրքրութիւն մը միայն ցոյց կուտան առողջութեան մասին, իսկ իմաստութիւնը՝ զբեթէ բոլորովին անտեսած են: Արդ, այս երեք բաները իրարու հետ այնքան սերտօրէն շաղկապուած են որ, առանց մէկուն միւսը կը դառնայ պակասաւոր եւ անօգուտ:

Կը հետեւի որ առողջապահական գիտութեան ուսուցումը անհրաժեշտութիւն մըն է, որովհետեւ անով կրնանք ոչ միայն մեր մարմինը երիտասարդ եւ զօրաւոր պահել, այլ, մանաւանդ, գրեթէ մանեմաթիքական ֆզքրութեամբ ազդուօրէն պատրաստուիլ հիւանդութիւններու մեծագոյն մասին դէմ:

Որպէսզի մարդիկ կարենան ապրիլ առողջապահական տուեալներու համաձայն, պէտք է ընտելանան անոր եւ յարատեւօրէն շարունակեն անոր պահանջներուն համեմատ ապրիլ եւ վերջապէս ջանան այդ ուղղութեամբ կատարելագործուիլ: Իսկ հաւաքականութիւնները իրենց ներկայացուցիչներով պարտին վերահիւ անհատներու առողջութեան, ինչպէս նաեւ անոնց բնական վայրերը աստիճանաբար վերածել առողջարար ու կենսատու բոյներու: