



Գ. ՏԱՐԻ

ԹԻԻ 36

ՅՈՒՆԻՍ 1299

ՁՈՐՐՈՐԴ ՏԱՐՈՒԱՆ ՍԵՄԻՆ

ԲՈՒԺԱՆՔԻ երեք տարեկան եղաւ Յուլիսին կը մտնէ չորսին մէջ։ Մեր մէջ այնքան դժուար է թերթ մը ապրեցնել ու զարգացնել, որքան երախայ մը մեծցնել։ Ատիկա գիտնալով, ամէն ջանք թափեցինք ԲՈՒԺԱՆՔԻ զերծ պահելու համար հայ թերթերուն սովորական... տկարութիւններէն, հիւանդութիւններէն և մահերէն։ Յաջողեցանք։ Միշտ առողջ, ԲՈՒԺԱՆՔԻ ապրեցաւ երեք տարի կանոնաւորաբար ու կը ներկայանայ յառաջիկայ չորրորդ տարուան համար միշտ աշխոյժ, միշտ անձնուէր, շարունակելու համար իր սկսած գործը։

Համեստ է, բայց կենսական իր մինչև այժմ կատարած աշխատանքը։

Համոզուած ըլլալով որ ամէն բանէ առաջ պէտք է առողջ պահել մեր ժողովուրդը, ան անդադար հետապնդեց իր հիմնական առաջադրութիւնը, ժողովուրդին առողջապահական դաստիարակութիւնը։ Այս նպատակով, ան միշտ կազուած մնաց ժողովուրդին Ան նուազ տեղ տուաւ մասնագիտական բարդ յօդուածներու, ժողովուրդին խօսեցաւ առողջապահութեան ամէնէն կարևոր հարցերուն, ինչպէս նաև առօրեայ հիւանդութիւններուն մասին, որովհետեւ նախ թէ ի՞նչ պէտք է ընել առողջ ապրելու համար և յետոյ՝ թէ ի՞նչ պէտք է ընել երբ սկսած է հիւանդութիւնը. և այս՝ ոչ թէ դեղեր յանձնարարելով, այլ իւրաքանչիւր պարագային համար ցոյց տալով ուղիղ ու կարճ ճամբան։ Ան ջանաց որ իր բաղմամբ յօդուածները ըլլան դիւրահասկնալի, այլազան, գործնական և հետաքրքրական։ Իսկ իր հարցարանի բաժինով և ըրած թելադրութիւններով օգտակար դարձաւ շատերուն։ Բաղմամբ շնորհակալական և գնահատական նամակներէ այդ կ'եզրակացնենք։

Իր ԼՂերէն գուրս, ԲՈՒԺԱՆՔ առողջապահական քարոզչութիւն— փրօփականտ — կատարեց նաև գրքոյկներով և թուղթիկներով:

Ան հրատարակեց 10000 օրինակ Մայրերուն ուղղուած մանկատանական թելադրութիւններ, որպէսզի երախաները չմեռնին: 1000 օրինակ Մի սպաննէք կամ վիժեցումին վտանգները, զանոնք ծանօթացնելու համար հայ կիներուն: 1000 օրինակ Սեռային կեանքը եւ իր վտանգները, զգուշացնելու համար նորահաս սերունդը. (այս գրքոյկը վերջերս կրկին հրատարակուեցաւ, ԲՈՒԺԱՆՔի արտօնութեամբ, Նպաստամատոյցի Պէյրութի Մասնաճիւղին կողմէ): 100,000 օրինակ հակալիներական զանազան թուղթիկներ, զորս ինք հայացուց և իր գիմումներով հրատարակել տուաւ Յրանսայի Առողջ. Նախարարութեան մասնաւոր պաշտօնատան: Բոլոր այս հրատարակութիւնները ձրի ղրկուեցան ԲՈՒԺԱՆՔի հետ, կամ առանձին բաժնուեցան ժողովուրդին, մասնաւորաբար որբերուն, թէ Յրանսայի և թէ ուրիշ գաղութներու մէջ (Սուրիա, Յունաստան, Ռումանիա, Լայն):

Ասկէ զատ, ԲՈՒԺԱՆՔ կապ պահեց և. Հայաստանի Առողջկոմին հետ և ծանօթացուց անոր կատարած բժշկա-առողջապահական աշխատանքը եւ հրատարակութիւնները:

Նկատելով որ չի բաւեր միայն քարոզել, այլ անհրաժեշտ է նաև գործել, ԲՈՒԺԱՆՔ հրադարակ դրաւ ահաւոր չարիքի մը՝ Թոքախտին դէմ զիտական տուեալներով և փոխադարձ օգնութեան սկզբունքին վրայ հիմնուած կազմակերպութեամբ մը պայքարելու կենսական և ստիպողական անհրաժեշտութիւնը: Այդ ուղղութեամբ և իր լայն մասնակցութեամբ վերջերս մշակուեցաւ մանրամասն ծրագիր մը, որուն իրագործումը այժմ լրջօրէն կը հետապնդէ ազգ. զանազան մարմիններէ կազմուած նախաձեռնող յանձնախումբ մը, որուն կ'անդամակցի նաև ԲՈՒԺԱՆՔ:

Ասկէ զատ ԲՈՒԺԱՆՔ մտահոգուեցաւ օդէ և արեւէ զուրկ տկարակազմ հայ մանուկներու առողջական վիճակով: Ան համաձայնեցաւ Ֆրանսական մանկապաշտպան ընկերակցութեան մը հետ և Փարիզի Տիկնանց Միութեան Կ. Պաչի օժանդակութեամբ, այս տարի օգոստոսի թեան պիտի ղրկէ 10է աւելի Փարիզարնակ կարօտ 6—12 տարեկան մանուկներ, որոնք արձանագրուած են արդէն: Այս գործը այնքան կենսական է, որ ԲՈՒԺԱՆՔ պիտի հետապնդէ անոր լայն հիմերու վրայ կազմակերպումը:

Այս գործնական աշխատանքները թէև կատարուած են Յրանսայի մէջ, բայց ձեռներէց և սրտցաւ անձեր կրնան իրագործել զանոնք ուրիշ գաղութներու մէջ ալ:

Յառաջիկային, ԲՈՒԺԱՆՔ պիտի շարունակէ տեսական և գործնական այս ժողովրդանուէր աշխատանքը, շնորհիւ իր շուրջ համախմբուած անձնուէր աշխատակիցներուն, ինչպէս նաև զինք քաջալերող բազմաթիւ բարեկամներու:

Գործնական գետնի վրայ ան պիտի հետապնդէ մասնաւորաբար թոքախտի դէմ պայքարի և մանուկներու պաշտպանութեան գործը և իր լայն աշակցութիւնը պիտի բերէ այդ ուղղութեամբ աշխատող մարմիններուն:

Միւս կողմէ, ան պիտի շարունակէ բժշկական և առողջապահական դաստիարակչական փրոփականտը, իր էջերուն մէջ և թուցիկներով: Յառաջիկայ տարեշրջանին, մեր բոլոր աշխատակիցները ալ աւելի ճոխ, շահեկան և օգտակար պիտի դարձնեն ԲՈՒԺԱՆՔի պարունակութիւնը, այլազան յօդուածներով: Յիշենք քանի մը հատը ՏՔԹ. Քօլօլեան առողջապահական գործնական թելադրութիւնների պիտի ընէ կարգ մը (սրտի, լեարդի, երիկամունքի, եայլն) քրոնիկ հիւանդութիւններէ տառապողներուն ՏՔԹ.ներ Լ. Գրիգորեան և Շ. Այվազեան Մարդ մը շինենք խորագրին տակ, պիտի ջանան հաճելի ձեւով մը ծանօթացնել մարդկային մարմինը և անոր բնախօսութիւնը: ՏՔԹ. Մինասեան պիտի գրէ քիւ անտաքանութեան եւ առողջապահութեան մասին: Կ. Յ. Բասմաջեան պիտի շարունակէ սորվեցնել հիւանդ խնամելու արուեստը: ՏՔԹ. Աբէլեան պիտի ծանօթացնէ կինը կազմախօսական, բնախօսական և ախտաբանական տեսակէտներէն: ՏՔԹ. Մեզպուրեան պիտի շարունակէ մայրերուն տալ իր այնքան օգտակար խորհուրդները, երախաները առողջ մեծցնելու համար: ՏՔԹ. Ե. Խաթանասեան պիտի գրէ քանի մը հիւանդութիւններու մասին գոյութիւն ունեցող թիւրիմացութիւններու դէմ, լուսաբանելով զանոնք: ՏՔԹ. Բ. Ոսկի պիտի ծանօթացնէ ամուսնութեան արգելք եղող հիւանդութիւնները: ՏՔԹ. Ե. Գրգոյեան պիտի գրէ զանազան ախտաբանական վիճակներու մէջ անհրաժեշտ սննդաւպահութեանց (ըէժիս) մասին: Փայլակ Սանասար, նորագոյն տուեալներու վրայ հիմնուելով, պիտի ջանայ լուսաբանել ժառանգականութեան եւ սեւերու ուղղման օրէնքները: Պիտի շարունակենք հրատարակել՝ երջանկութեան ուղին գտնելու համար ՏՔԹ. Փոշէի տուած օգտակար խորհուրդները, Միւլլըրի Մարգական եղանակին երկրորդ մասը, Հալցարանի բաժինը, որուն վրայ պիտի աւելնայ գործնական թելադրութիւններու բաժին մը, եայլն:

Այս ծրագրին համար շատ նեղ կուգայ ԲՈՒԺԱՆՔի ծաւալը: Ուստի, տեղի տալով շատերու փափուքին և ստիպումներուն, յառաջիկայ Յուլիսէն սկսեալ ԲՈՒԺԱՆՔ լոյս պիտի տեսնէ 32 և երբեմն 40 էջով (տարեկան 288ի տեղ՝ 400 էջ, որ պիտի բարձրացնենք 432ի, եթէ բաժանորդներու թիւը թոյլ տայ):

Որպէսզի ընթերցողները ամիսներով չսպասեն այս կամ այն նիւթին շարունակութեան և վերջին, յաւելեալ 8 կամ 16 էջը նուիրուած պիտի ըլլան երկարաշունչ նիւթերու և պիտի կազմեն թերթին մէջ ներփակեալ անշատ պրակներ, զորս փափաքողները պիտի կրնան վերածել մէկ կամ աւելի գրքոյկներու: Առաջին պրակները պիտի պարունակեն Մարդ մը շինենք պատկերազարդ յօդուածաշարքը:

Հասկնալի է, որ էջերու այս զգալի յաւելումը կը ստիպէ փոխել, նուազ համեմատութեամբ, բաժանորդագրութեան պայմանները, և ընթերցողն կը պահանջէ քիչ մը աւելի, բայց բազդատարար չնչին նիւթական զոհողութիւն մը:

Ենորակալութիւն յայտնելով բոլոր աշխատակիցներուն ինչպէս նաև Փարիզի Հայ Կ. Խաչին և մեր բարեկամներուն, որոնք իրենց ջանքերով կամ նուէրներով տարածեցին ԲՈՒԺԱՆՔը, յուսով ենք որ հետզհետէ անոր շուրջ պիտի խմբուին և աջակցին բոլոր անոնք, որոնք մեզի պէս համոզուած են թէ հիմնական և կենսական պարտականութիւն է նախ առողջ պահել այս ժողովուրդը:

ԽՄԲ.

ԵՐԱՒԱՆ ՈՒ ԱՐԵՒԻ ԼՈԳԱՆՔԸ

Առաջին բոյսը, առաջին կենդանին ու առաջին մարդը աճած ու մեծցած են արևի լոգանքով: Արևաբուժութիւնը հնագրեան դարմանումի միջոց մը եղած է՝ մեր նախահայրերուն խիստ ծանօթ:

18րդ դարու վերջերը սակայն արևի լոգանքով ախտադարմանումը գիտական ապահով մեթոտ մը ներկայացաւ, զօրացնելու և կազդուրելու նպատակաւ մանկութիւնը՝ առողջ կամ տկարակազմ:

Արևի լոգանքը, ինչպէս ամէն տեղ, ունի ներկայիս իր պահանջները, չափաւորեանք, դարմանումի որոշ տեւողութիւնը, Տարիքի, կազմուածքի, անհատական տրամադրութեանց ու խառնուածքի համաձայն ունի իր պատեհութիւններն ու անպատեհութիւնները:

Ուրեմն երախան արևի լոգանքի ենթարկելէ առաջ, զայն բժշկական խղճամիտ քննութեան ենթարկէ՝ Թոքերը, սիրտը, ջղային գրութիւնը քննել, մէզը տարրալուծեց տո՛ւր: Մարմինը կշռէ՝, ջերմաստիճանը ա՛ռ ու հակակշռէ:

Ծննդեան թուականէն մինչև 18րդ ամիսը երախան, չարունակական արևի ճառագայթներու տակ մի՛ թողուր: Տասնեութեորդ ամիսէն ետք կարելի է մանկիկը զգուշութեամբ կարճատև արեւային լոգանքի ենթարկել: Երկու տարեկանէն սկսեալ մանուկները արեւի լոգանքէ կրնան օգտուիլ:

Ուր որ արևի ճառագայթներն ու լուսառատ ճաճանչները ուղղակի կ'իջնեն, այնտեղ լոգանքը կարելի և յանձնարարելի է: Այսպէս պէտք է օգտուիլ արեգդէմ սենեակի, պատշգամի, պարտէզի մը անկիւնէն հիւրընկալուած կենսատու ճառագայթներէն: Նախընտրելի են անշուշտ ծովափնեայ աւազուտքը, լեռնաբարձունքի կողերն ու գագաթները, 1000—1300 մետր բարձրութիւնները, ուր օդը մեղմ, չոր և բնութիւնը՝ հանգարտ, անազմուկ և աւանց փոշիի է:

Զմիռուան եղանակին արևաբուժութեան լուսագոյն ժամերն են՝