

« Ե Թ Է Գ Ի Տ Ն Ա Յ Ի » ...

Աւելին կրնանք ընել:

Մեր մարմինը շատ անգամ անկարող կ'ըլլայ պաշտպանուելու դժուար թշնամիներու, օրինակ՝ միքրոպներու դէմ, ու յաճախ կը պարտուի: Ծախկախութիւն, ժանտախտ, ժանտաաւանդը (թիֆ), կեղծմաշկը (diphtherie, գուշ-պօղան) միլիոնաւոր կեանքեր խլած են:

Այսօր բժշկութիւնը դէնքեր — պատուաստներ և շիճուկներ — տուած է մեզ անոնց յարձակումներուն դիմադրելու համար: Շնորհիւ ծաղիկի պատուաստին, այժմ բժշկներն իսկ ծախկախտ (variole, չիչէք) տեսած չունին: Այդ պատուաստին նման շատ մը ուրիշներ կան, օրինակ՝ ժանտաւանդին, կեղծմաշկին, թոքախտին և սովորական քանի մը ուրիշ հիւանդութիւններու դէմ, որոնց դործածութիւնը նոյնքան դիւրին է. պարտաւոր ենք կիրարկել զանոնք, անսովորական, հազուադէպ դարձնելու համար այդ հիւանդութիւնները, որոնք ոչ միայն ֆիզիքական ու հոգեկան ցաւեր, նիւթական զոհողութիւններ կը պարտադրեն, այլ պատճառ կը դառնան անդառնալի ու անմխիթար կորուստներու: Հոս ալ մէկ կրամ կանխազգուշութիւնը անհամեմատ աւելի արժէք ունի քան մէկ քիլօ դարմանը:

Այս ամէնը կանխազգուշողական միջոցներ են, զորս պէտք է կիրարկենք մեր մէջ քնացող հիւանդը չարթնցնելու համար: Բայց կրնայ ըլլալ որ, հակառակ մեր զգուշութիւններուն, կ'արթննայ ան, երբեմն ընդոստ, յաճախ յամբարար ու կը պատճառէ անդարմանելի վնասներ:

Այսպէս՝ երախայ մը, յաճախ աղիքներու խանգարումներ կ'ունենայ, սնունդին ուշադրութիւն չէք ընել: Երբ 8-9 ամսուան ըլլայ, կը տեսնէք որ տակաւին աղւանները չեն բուսեր, քալելու ատենը կուգայ՝ չի քալեր, օր մըն ալ կը նշմարէք որ սրունքները ծուր են: Գարձեալ կարեւորութիւն չէք տար, որովհետեւ դրացիները ըսին թէ «երբ մեծնայ, ոտքերը կը շտկուին»: Ու ոչ միայն սրունքները ծուր կը մնան, այլ կոնքն ալ յաճախ նեղ կը մնայ, ու եթէ աղջիկ է, ապագային ծննդաբերութեան ատեն կրնայ կեանքն իսկ վրայ տալ:

Այս մէկը 7-8 տարեկան տղայ մըն է: Կարմրախտ (սֆարլաքիմ) ունեցաւ և աղէկցաւ: Ամէն ինչ անցած կը կարծէք ու տարիներ վերջը, յանկարծ կը տեսնէք որ կոպերը և ոտքերը ուռեր են: Ի՞նչ պատահեցաւ: Կարմրախտը երիկամունքը վնասեց և տարիներու ընթացքին երիկամունքի հիւանդութիւն յառաջացաւ, որմէ հիւանդը մինչև կեանքին վերջը պիտի տառապի:

Ահա պատանի մը: Յօդացաւեր ունի: Եթէ ցաւերը սաստիկ են, բժշկին կը դիմէք: Իսկ եթէ ոչ «հասակ կը նետէ» կ'ըսէք, լուրջ

ուշադրութիւն չէք դարձներ: Ժամանակ մը վերջ երևան կ'ելլէ որ այդ ցաւերուն հետեանքով սրտի անբուժելի հիւանդութիւն մը յառաջացեր է:

Սա երիտասարդը ստամոքսի խանգարումներէ կը տառապի: Շատ մը «փոշիներ» կամ «հապեր» կ'առնէ. անկանոն դարմանում մը կ'ընէ, սնունդի ընտրութիւն չ'ըներ և այլն: Օրին մէկը վէրք մը կը բացուի ստամոքսին մէջ, զոր բուժելու համար, ա՛յնքան ցաւ ու զրկանք պիտի կրէ:

Միւսը յիսուանոց կին մը կամ այր մըն է, առողջ երևոյթով: Օր մը յանկարծ ուշաթափ կ'իյնայ ու առանց ինքզինքին գալու 48 ժամէն կը մեռնի. կամ կ'արթնայ, մարմինին կէսը անդամալուծուած: Եւ շուրջինները դարմանքով կ'ըսեն. «Դեռ երէկ բան մը չունէր»: Մինչդեռ տարիներէ ի վեր երակները կը կարծրանային, կը պնդանային, ու օրին մէկը, արեան ճնշումին չտոկալով, պայթիւն ու կաթուած յառաջ բերին:

Ու այսպէս քանի քանի օրինակներ կարելի է շարել, շարք մը զոր դուք ալ կրնաք երկարել ձեր փորձառութեամբ: Եւ սակայն քիչ մը զգուշութիւն, մերթ ընդ մերթ կատարուած բժշկական քննութիւն մը պիտի բաւէին կանխելու:

Հիմա, ըսէք խնդրեմ, աւելի լաւ, աւելի դիւրին ու աւելի կենսական չէ՞ կրամ մը զգուշութիւն ընել, քան ենթարկուիլ այնպիսի հիւանդութիւններու, որոնց համար քիչօքնով դարման յաճախ օգուտ չունենար և որոնք կը դատապարտեն մեզ ապրելու ամենօրեայ զրկումներով, տառապանքներով և նիւթական գոհողութիւններով դառնացած կեանք մը:

Ապա ուրեմն ջանանք սորվիլ և մանաւանդ մեր գաւակներուն սորվեցնել, անոնց փոքր հասակէն, մեր մարմնին կազմը, գործունէութիւնը, զայն վարելու և լաւ վիճակի մէջ պահելու հիմնական կանոնները: Քիչ մը առողջապահութիւն, քիչ մը կանխազգուշութիւն, բժշկական պարբերական քննութիւններ և ընտանիքի բժիշկին խորհուրդները, զորս հաճոյքով պիտի կիրարկէինք եթէ սովորութիւն դարձնէինք, թոյլ պիտի տան որ ի դուր չվատնենք մեր կենսական ուժերը, չխանգարենք մեր գործարանները և խուսափելով հազարումէկ հիւանդութիւններէ և մարմնական և հոգեկան ցաւերէ, վայելենք սա անցողակի կեանքը և առիթը չունենանք հառաչելու.

« Եթէ գիտնայի՛ »...

ԲԺ. Լ. ԳՐԻԳՈՐԵԱՆ

(Վերջ)

ՊԱՏՈՒԱՍՏԵՑԵՑԻՔ ԶԵՐ ԶԱՒԱԿՆԵՐԸ

ԿԵՂԾՄԱՇԿԻՆ ԴԷՄ