

## ԽՆԱՄԵՑԷՔ ԶԵՐ ԱԿՌԱՆԵՐԸ

### Ա. ԻՆՉ Է ԱԿՌԱՆԵՐՈՒ ՓՏՏՈՒՄԸ

- 1.— Ակռաներու փտտումը հիւանդութիւն մըն է անբուժելի:
- 2.— Բոլոր հիւանդութեանց մէջ ամենէն շատ տարածուածն է:
- 3.— Ան կը սկսի և կը յառաջանայ մանկական շրջանին:
- 4.— Անոր ծագումը տեղի կրնայ ունենալ նոյնիսկ ծնանելէ առաջ:
- 5.— Անոր ցաւը զգալի կ'ըլլայ յառաջացած աստիճաններուն մէջ

### Բ. ԻՆՉՊԷՍ ՏԵՂԻ ԿՈՒՆԵՆԱՅ ՓՏԱԽՏԸ

- 1.— Սոսկ անհոգութեան երեսէն՝ կերակուրի փշրանք կը մնան բերնին խոռոչաւոր վայրերուն մէջ, մանաւանդ ակռաներուն միջեւ: .....
- 2.— Այս փշրանքները, մասնաւորապէս նիշէ և շաքար պարունակողները, շատ դիւրաւ կրնան *քացղիլ* և վնասակար թթուներու վերածուիլ մանրէներու կողմէ, որոնք թէ մեծ քանակութեամբ և թէ միշտ գոյութիւն ունին մեր բերնին մէջ: Այդ մանրէները վնասակար կը դառնան հոն՝ երբ *նպաստաւոր միջավայր* ի մը կը տիրանան անոնք մեր դիմադրական ուժին նուազումովը:
- 3.— Այդպէս կազմուած թթուները տակաւ կը հալեցնեն ակռան պաշտպանող *կիտուածի ամենակարծր խաւը*:
- 4.— Անգամ մը որ կիտուածն հալի, փոքր փոսեր կը շինուին ակռային մէջ, ուր թթուն և վնասակար մանրէները փոխադարձաբար կը փութացնեն փտախտը:
- 5.— Քաղցկումն ու փտտումը, շատ դանդաղօրէն սակայն վստահաբար կը յառաջանան դէպի ջիղ, պատնառելով հոն բորբոքում, ցաւ և արեան վարակում:
- 6.— Փտախտին այս աստիճանը յառաջխաղացումը երբեմն *բնականօրէն* կը դադրի քաղառնօք կազմի մը և գորաւոր լորձունի շնորհիւ:

### Գ. ԻՉ ԵՆ ՓՏԱԽՏԻՆ ՀԵՏԵՒԱՆՔՆԵՐԸ

- 1.— Ան.իմա.րելի ակռայի ցաւ, ջղի բորբոքում:
- 2.— Ակռաներու անգործածութիւն, թերի ծամուածք:
- 3.— Անմաքսողութիւն, ստամոքսի ցաւ, պնդութիւն կամ լուծում:
- 4.— Պակաս սննդառութիւն մանաւանդ մանկանց մէջ:
- 5.— Հիւանդութիւններ՝ բերնին մէջ, ինչպէս՝ ակռայի պալար չիպան, ջրատապ, ոսկրախտ, լնտախտ եւլն:
- 6.— Հիւանդութիւններ՝ մարմնոյն այլ մասերուն և գործարաններուն մէջ, ինչպէս՝ աչքի բորբոքումներ, ականջի ցաւեր, ստամոքսի և աղիքներու վէրք, սրտի տկարութիւն, յօդացաւ, ջղատապ, երիկամունքի հիւանդութիւն, եւլն:
- 7.— Ատամնաբուժական ծախքեր, ժամանակի կորուստ, ...:



**Դ. Ի՞ՉՊԻՆՍ ԴԱՐՄԱՆԵԼ ՓՏԱԽՏԸ**

Քանի որ փտախտը անբուժելի հիւանդութիւն մըն է, լաւագոյն է գայն արգիլել կամ դադրեցնել *Ժամանակին* հետեւեալ միջոցներով:

1.— Լաւ ժառանգականութիւն փտախտէ գերծ առողջ նախնիքներէ:

2.— Անքերի խնամք յղի մայրերու և հոգածութիւն նորածիւններու, մասնաւորապէս ասոնց ակոսանքուն կազմութեան շրջանին:

3.— Մարմինը զօրացնելու և անոր դիմադրական կարողութիւնը բարձրացնելու միջոցներ, ինչպէս՝ արև, մաքուր օդ, լոգանք, բուս, հանգիստ եւլն:

4.— Յարմար ՍՆՈՒՆԴ, կարելի եղածին չափ պարզ, սակայն ըստ բաւականին *դիեցուցիչ*, նպաստելու համար մասնաւորապէս ոսկրային դրութեան ու ակոսանքուն կազմութեան:

ա. Ուտելիքը որքան *բնական* և պարզ, նոյնքան օգտակար և արժէքաւոր, ծնօտներու անքերի կազմաւորման և ակոսանքուն բաւական մարգամք և ուժ հայթայթելուն մէջ:

բ. Կակուղ և հեղուկ կերակուրները ըստ բաւականին չեն մարգեր լինտերն ու ակոսանքը:

գ. Որևէ ուտելիք *ծամելը* զգալապէս կ'աւելցնէ անոր մարսելու և իւրացնելու արժէքը:

դ. Կարգ մը սննդեղէններու (կենսամիւթեր) չափազանց տաքցնելն ու եռացնելը կը վնասեն անոնց արժէքին:

ե. Բանջարեղէններ և թարմ պտուղներ որոնք առատ կրային աղեր և կենսամիւթեր կը պարունակեն, կը նպաստեն ակոսանքուն *անթերի* կազմութեան, կը նուազեցնեն բերանին մէջ և ակոսանքուն շուրջ հաւաքուող փշրանքները և կը պակսեցնեն անոնցմէ գոյացող թթուներն ու վնասակար մանրէները քանակով եւ որակով:

5.— Առողջապահական միջոցներ՝ ինչպէս.—

ա. Մատիտ, թուղթ, գրիչ, կամ գործիք մի խածներ:

բ. Ակոսանքով թել մի կտրեր, կտոր մի պատուեր:

գ. Քիթով շնչէ՝ և ոչ թէ բերնով:

դ. Ճաշերէ դուրս բան մի՛ ուտեր:

ե. Վրձիւնով, օճառով և աղ ջրի խաղաջով ակոսանքը և բերանը մաքրէ *ամէն օր*, առաւօտ թէ երեկոյ:

6.— Փտախտը կարելի է դադրեցնել նաև ատամնաբուժական բնութիւններով և դարմանումներով:

ա. Չափազանց փտտած, վարակուած ակոսայ և կամ *կոտրած արմատներ* մի պահեր բերնիդ մէջ: Անոնք կրնան իրենց մօտ գտնուող ուրիշ առողջ ակոսայ մը փտտեցնել և կամ օրին մէկը քեզի գլխու ցաւ և միմչև իսկ մահ պատճառել:

(Հրատ. Պէյրուի Ն.Ի.Րիլիֆի Մանկանց Բարօրութեան Բաժին ի)