ԳՐԱԽՕՍԱԿԱՆ

—=—

ԸՆԴԱՐՁԱԿ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆ

ԴՈԿՏ. Կ. Ե. ՓԱՇԱՅԵԱՆ-ԹԱՆԻ

Հեղինակը՝ « Առողջ միտք՝ յառողջ մարմնի » պէտք էր դնել իբր բնաբան՝ սոյն խնամքով պատրաստած գործին ճակատը։ Հրատարակութեան Նպատակը այդ է։

Ով որ չուզեր ունենալ առողջ միտք, առողջ մարմին կոչուած անզուգական հարստութիւնը, թող չգնէ կամ չկարդայ զայս. բայց կը ցանկանք որ գիտնայ թէ նոր լոյս տեսած Ընդարձակ դպրոցական առողջապահութիւնը՝ հայ գրականութեան ուսումնական մատենադարանին զարդէրէն մին է, և պատուաբեր Տօքթ. Փաշայեանի։

Զենք ուզեր ձանձրանալի ըլլալ՝ դատելով սոյն 680 էջերէ բաղկացած պատկառելի հատորին արտաքին, — տպագրութեան գեղեցկութիւնը, նիւթերու դասաւորութիւնը և մանաւանդ բառագիտական մասերը՝ (որ lascia desiderare molto), այլ, կ'ըսենք սոսկ՝ թէ հեղինակը չանացած է թրքահայոց և ռուսահայոց հասկանալի լեզու մը գործածել և յաջողած է։

Գինը 15 ֆրանք է։ Մեզ, բայց Փաշայեան իւր ծախսով բացած կամուղքա նոր տպարանին մէջ(յԱֆեքսանդրիա՝) միայն սոյն երկին համար 3600 ֆրանք ծախսած է։

Հեղինակը կը հաստատի թէ. « Մեր պատրաստած այս դպրոցական առողջապահութիւնը իր տեսակին մէջ միակ կատարեալն է »։ Չի մեղանչեր, եթէ կ'ուզէ հասկցընել՝ Հայոց մէջ։ Անշուշտ այդպէս ալ պէտք էր ըլլալ՝ քանի որ սոյն նիւթս շօշափող 14է աւելի հայ հրատարակութիւններու և 34 ֆրանսերէն հիգինակութեանց աղբիւրները դիմացն ունեցած է՝ և մեծապէս օգտուած։

Այս ալ ըսենք թէ սոյն համբերատար աշխատասիրութիւնը պէտք է առնեն գործի մ'ըլլալ՝ ուսուցիչներու, աշակերտներու և ծնողներու համար։ Գիտական և պատմական տեղեկութիւններով համեմուած ըլլալով՝ ախորժելի է յիրաւի անոր ընթերցումը։

կը թուենք եօթը գլխաւոր մասերը — Ա, դպրոցական միջավայր։ — Բ, ուսումնական միջավայր։ — Գ, անհատական առողջապահկ պայմաններ։ — Դ, դպրոցական հիանդութիւններ։ — Ե, վարակիչ հիւանդութիւններ։ — Զ, դպրոցական արկածներու և անհանգստութիւնց նախնական դարմանները։ — Է, ուսուցիչների առողջապահութիւնը։

Նմուշի համար կը դնենք նաեւ Գ. մասի պարունակած 13 գլուխներու նիւթերը։ Քուն։ Մարմնական մաքրութիւն։ Հագուստ։ Սնունդ։ Լողութիւն։ Ցեսոդութիւն։ Ատամներ և բերան։ Կակոզումն։ Այկոյականութիւն։ Մրսիլ։ Գինուբիւն։ Եղանգ կրծել և ձեռք բռնել։ Մտածում։

Այժմ կ'անցնինք առաջին երկու մասերու ծաղկափունջը նուիրել ընթերցասէրներու։

Առաջին մասի Ա. գլուխը « դպրոցական միջավայր »ի նուիրուած է։ Նոր կառուցուելիք դպրոցի

Գեղեցիկ չար պէտք է լինի և սրա համար էլ բաւական խորութեամբ հողը թաքանցիկ լինելու է, այսինքն նուրբ հողի վերեւի խաւերից թափանցելով ներքեւի խաւերը անցնի... թոքախտը մասնաւորապէս խոնաւ վայրերում աւելի շատ է պատահում...։

Շահաւէտ է « դասարաններ »ը վերնագրին հետեւող էջերը՝ որոնք մեծաւ մասամբ Բժ. Վ. Աղբրունոյ « Դպրոցական Առողջապահութիւն » թերթէն առնուած են. բազմաթիւ յատակագծեր և պատկերներ կը ցուցադրեն թէ ինչ դիրքի համեմատ և ինչպէս պէտք է բաժնել նոր դպրոցի մը դասարանները, սրահները, տեսչական սենեակը, դահլիճը, և այլն։

Պէտք ենք համոզուիլ, զգուշանալ և մանաւանդ զգուշացնել աշակերտները գիտնալով որ՝

Դպրոցական գրքերի, թերթիկների և ծածկերի վրայ

digitised by A.R.A.R.@

մինչ կարելի է պատահել զանազան վարակիչ հիւանդութիւնների միկրոբներին. Վիւրցբուրգի հեղինակաւոր բժիշկներից մին Alex. Lion մի գրքի միջին թերթիկներից իւրաքանչիւր 100 քառակուսի սանդիմէտրի վրայ 250, իսկ ծածքի վրայ 3350 սերմեր գտել է, իսկ աղտոտ հին գրքերի մէջ 2000ից 3500 սերմեր. Գրքերի միջոցով վարակիչ հիւանդութիւնների սերմերի փոխանցման խնդիրը լրջօրէն բակտէրիօլոգական քննութեան են ենթարկած. Krausz նոյնպէս փորձնականապէս զբաղուել է այդ խնդրով. Զանազան հիւանդութիւնների սերմերով մշակւած հեղուկի մէջ թղթի թերթեր թաթախելով աշխատել է որոշել այն հարկաւոր ժամանակամիջոցը, որով կորցնում են իրենց թունաւոր յատկութիւնը այդ ազդակները. Եւ գտել է, որ խոլերայի միկրոբը ամենից քիչ է դիմանում, 48 ժամւայ ընթացքում բոլորովին կորցնում է իր կենդանութիւնը. Ամենից շատ դիմացողը թոքախտի միկրոբն է, որը 103 օրից յետոյ իսկ կասկածելի է երեւացած. Դիֆտէրիայի միկրոբը իր կենդանութիւնը կորցնում է 28 օրում. Թոքատապինը 31 և ժանտատենդինը 40–50 օրում և երբեմն բացառաբար մինչեւ 95 օրում.

Այնպիսի վարակիչ հիւանդութիւններ ունեցող աշակերտաց գրքերը, անպատճառ կամ պէտք է այրել և կամ խնամքով հականեխել վերջը գործածել։

Ամենակարեւոր է գիտնալը՝ թէ աշակերտն ինչպէս պէտք է թուղթն ընտրէ և գրէ՝ որ միանգամայն թէ առողջապահական ըլլայ և թէ ալ մարզավարի։

Տօքթ. Փաշայեան «Տետրակ և գրութիւն» կոչած Է դասին մէջ՝ (էջ 81–98) լաւ համեցուցած է բարին և չարը։

Գրելու դրութիւնը գլխաւոր երեքի կը բաժնէ։ — Ա. ուղիղ գրութիւն, ուղիղ թղթի վրայ, մարմինը ուղիղ (ձօրժ Սանդի բանաձեւ)։ — Բ. ուղիղ գրութիւն, թեք թղթի վրայ, մարմինը ուղիղ։ — Գ. թեք գրութիւն, ուղիղ թղթի վրայ, մարմինը ուղիղ։

Դաստիարակ առողջապահները Ա. տեսակ գրութիւնը կը նախադասեն, որ նաեւ մանկանց բնական հակումներու կը համապատասխանէ։ Հմուտ հեղինակը ջանացած է ո՛չ միայն խօսքով, այլ նաեւ 20ի չափ նկարներով ապացուցանել թէ որքան վնասակար և հակառողջապահական են աշակերտաց համար, քամակը ծռած, այս կամ այն կողմը յեցած և կամ թղթի վրայ ինկած և գլուխը կախած ոճով գրելու սովորութիւնները։

Դաս Ը. «Օդ և օդափոխումն»։ Ո՛հ, որքան պախարակելի է ագիտութիւնը որ կը զրկէ մանուկը բացօդեայ զուարճանալէ և նոյն իսկ ուսանելէ. Օդը միակ ձրի նիւթն է որ ամէնուն ազատ ձգուած է վայելելու։ Եւ սակայն կան թաղային և գիւղական դպրոցներ որոնց վատառողջ դասարաններու մէջ կը խեղդին մանուկները, կը գոցուին դռները և պատուհանները, և տխմար վարպետը անդադար կը ծխէ, հոգ չընելով որ այս կամ այն աշակերտի սիրտը կը խառնուի, գլուխը կը դառնայ։ Ցգէտ վարպետները և վարժուհիները պէտք են գիտնալ որ երկնից օդոյ բնածխական թթուուտը

6 առ 10,000 է բարձրանում, օդը դադարում է անհրաժեշտ մաքուր յատկութիւնից և որքան ածխաթթուն աւելանում է, այնքան էլ աւելանում են նրա վնասակար հետեւանքները, թոքային հիւանդութիւններ, կազմական խանգարումներ (scrofule), աչքացաւեր, և այլն առաջ են գալիս. Բացի այդ, ապականուած օդը՝ ընդհանուր ախտային մի տրամադրութիւն, ուղեղի գործունէութեան թուլութիւն, տեսողութեան խանգարում և թմրութիւն է առաջացնում.

Դաս Թ. Նկատողութեան կ'առնու «սենեակների տաքացնելը և վառարանները»։ Կ'ըսենք թէ, այժմեան Եւրոպական դպրոցները, ցուրտ եղանակին, ընդհանրապէս կը տաքցընեն տաք օդով կամ տաք ջրով և կամ շոգիով։ Ստուգուած է որ տաք օդով ջեռուցումը վնասակար է։ Իսկ

ՏԱՔ ՋՐՈՎ տաքացնելն էլ անյարմար է, որովհետեւ մօտաւոր սենեակները աւելի են տաքանում, 18–19 աստիճան, իսկ հեռաւորները աւելի քիչ, 8—9 աստիճան. Լաւագոյն, խնայողական և ամենայարմար եղանակը շոգիով տաքացնելն է, ամբողջ տարածութեան վրայ տաքացնում է. Այս նպատակի ծառայող գործիքներից ամենալաւը Geneste et Berscher գործարանի պատրաստած Thermocycle կոչւած գործիքն է.

Հին ոճով՝ առանձին դասարաններու և սենեակներու մէջ, փայտի կամ քօքի համար շինուած վառարանները՝ հետեւեալ պայմանները պէտք է լրացնեն. —

1. վնասակար գազեր չը տարածել. — 2. ամեն կողմ հաւասարապէս տաքացնել. — 3. երեխաների գլխի վերեւի օդը տաք և ոտերի մօտ գտնուածը ցուրտ չ'անել. — 4. օդային հոսանք չը գոյացնել. — 5. այնպէս զետեղւած լինին (վառարանները) որ երեխաները չայրւին. — 6. օդը բոլորովին չը չորացնել. — 7. օդափոխութիւնը ապահովել.

Գիտնալու է նաեւ որ, Երկաթէ թափծոյ վառարանները անպատեհ են, վասն զի բնածխական թթուուկ (oxyde de carbone)

digitised by A.R.A.R.@

կը գոյացընեն՝ որը թոյն է և սաստիկ վնասակար։ Սա եթէ քիչ է՝

Առաջ է բերում սրտախառնուք, գլխացաւ, գլխապտոյտ, իսկ եթէ շատ է շնչահեղձութիւն և մահ։

Ձմեռը դասարաններու ջերմութիւնը 14° է 18° բաւական կը համարուի։

Գալով լուսաւորումի (դաս ժ. էջ 113–124)

Աչքը առատ լոյսից աւելի քիչ է յոգնում քան թէ անբաւական լոյսից. վատ և անբաւական լոյսը կարճատեսութիւն և երբեմն էլ հեռատեսութիւն է առաջացնում։

Առատ լոյսը կը նպաստէ ընդհանուր սննդառութեան, առողջութեան, զուարթութեան և հոգեկան լաւ տրամադրութեան։

ՈՒՐ ՈՐ ԼՈՅՍ ՉԻ ՄՏՆՈՒՄ, ԱՅՆ ՏԵՂ ԲԺԻՇԿ Է ՄՏՆՈՒՄ՝ ասում՝ է առածը, և այդ շատ ճիշդ է, որովհետև լոյսը մի և նոյն ժամանակ սպանում է միկրոբներին, արեան կարմիր գնդիկները շատացնում և աշխուժացնում ջղային դրութիւնը։

Խնդիր է թէ, աշակերտները ո՞ր կողմանէ լոյս պէտք են ստանալ։ Նախ և առաջ բնաւ պէտք չէ որ առջևէն լոյս ստանան վասն զի ուսանողներու աչքերը կը խտտղեցնէ արգելք կ'ըլլայ գրատախտակը և ուսուցիչը տեսնելու։ Ետևէն եկած լոյսն ալ աննպաստ է։ Իսկ վերէն եկած լոյսը թէ և լաւագոյնն է, սակայն դպրոցներու համար անյարմար և անգործադրելի է։ Կը մնայ ընտրել՝ կամ երկկողմեանի, կամ տարբերական (differentiel) և կամ միակողմանի լոյս ստանալը։

Հեղինակների մեծամասնութեան կողմից ընդունուած եղանակը միակողմանի լուսաւորութիւնն է, որը արդէն գործ է ածւում գերմանիայում, Աւստրիայում, Հունգարիայում, Շվէյցարիայում, Միացեալ Նահանգներում, և այլն, և այլն։
Միակողմանի լուսաւորութեան մէջ լոյսը ձախ կողմից պէտք է ընկնի։

Իսկ գիշերային արհեստական լուսաւորութեանց մէջ,

Ամենայարմարը և առողջապահականը էլեկտրական լուսաւորութիւնն է, տեսողութեան չէ վնասում, ոչ տաքութիւն է տալիս և ոչ էլ օդը ապականող արտադրութիւններ։

Ելեկտրական լոյսը սա առաւելութիւններն ալ ունի որ ամենաչնչին ջերմութիւն կը պատճառէ, հարուստ է՝ կենսունակ դեղին ճառագայթներով, օդը չապականեր, միշտ մի և նոյն սաստկութիւնը կը պահէ և չպլպլար։ Ելեկտրական լոյսէ յետոյ՝ քարիւղինը օդային կազէն նախադասելի է։

Հ. Ն. ՏԻՐԱՑՈՒԵԱՆ

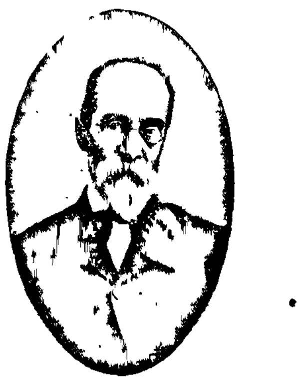
Շարայարելի

ՀԱՅԱԳԷՏ

ՈՒՍՈՒՑՉ. ԷՄԻԼԻՈՅ ՏԵԶԱՅԻ

ԸՆԴՈՒՆԱԾ ՆՈՐ ՊԱՏԻՒԸ

Հայ ընթերցողները հաճոյքով կարդացին սոյն հանդիսիս մէջ Ուսուցչ. Տեզայի բանախօսութիւնը՝ Լեւոն Զ.ի մասին, և անծանօթ չէ անոնց թէ որքան նոյնպիսի



Ուսուցչ. Էմիլիոյ Տեզա։

կարեւոր քննութիւններ ըրած է հայ անցեալին վրայ։

Հայութեան ուրախութիւն պիտի պատճառէ ուրեմն այն լուրը՝ զոր կ'ընթեռնունք Վենետկոյ օրագրին մէջ (13 Նոյեմբեր, թիւ 314)։

digitised by A.R.A.R.@