

ՈՒԺԻ ԴԵՂ

— Տօքթէօր ինծի ուժի զեղ մը տուր :

Այս խնդրանքը կ'ընեն մեզի գրեթէ բոլոր այն հիւանդները որոնք կուզան Եկեղեցիին բժշկական քննութեանց: «Ուժի զեղը» անոնց համար այն մանանան է որ կ'աղէկցնէ ամէն հիւանդութիւն:

Կուզան հիւանդները մեզի ոչ թէ իրենց զգացածը ըսելու և կամ քննուելու, այլ իրենց միտքը դրածը ուզելու: Անոնք միտքերն զրած են որ «ուժի զեղը» գիրենք պիտի ազատէ:

Անոնց մէջ կան ամէն տեսակ հիւանդներ: Վերջի երեք տեսածներուս պատմութիւնը կը բաւէ համոզելու համար ձեզի թէ «ուժի զեղը» ամէնուն զեղը չէ:

Առաջինը երկայնահասակ, տժոգոյն հիւանդ մըն էր, ու իր «ուժի զեղը» կը պահանջէր:

— Ես ուժի զեղ կուզեմ: Զիս խնամող բժիշկը ստամոքսի զեղեր տուաւ: Իմ ստամոքսս աղէկ է. եւ ուժի պէտք ունիմ:

Հարցաքննութիւնը ցոյց տուաւ մեզի թէ խորժակը շատ լաւ էր. մարտոդութիւնը նմանապէս: Բայց ծարաւը չափազանց, ինչպէս նաեւ միզելու փափաքը:

Այ կասկած չունէինք, ունեցածը շաքարախտ էր. ու արդարեւ մէզը մէկ լիտրին մէջ 30-35 կրամ շաքար կը պարունակէր: Տուինք իրեն պէտք եղած պահեցողութիւնը ու զեղերը:

Երկու կամ երեք անգամ նորէն գալէն յետոյ, ալ չ'եկաւ: Բայց վերջին խօսքը եղաւ, «Տօքթէօր ինծի ուժի զեղ տուր»:

Երկրորդը ուժի զեղ կը պահանջէր իր ուռած ոտքերուն համար: Ամէն առաւօտ ոտքերը աղէկ էին, բայց երեկոյեան ուռած: Ախորժակը զէշ, մարտոդութիւնը դժուար: Քունը անհանգիստ: Գիշերը կ'արթննար երեք կամ չորս անգամ միզելու համար:

Մեր քննութիւնը ցոյց տուաւ թէ մէզին մէջ ալպիւմին ունէր: Աս ալ չ'համոզուեցաւ թէ իր ունեցածը աւելի խորունկ հիւանդութիւն մըն էր ու ոչ թէ ուժի զեղով այլ երկայն ամիսներով պահեցողութեամբ միայն կրնար աղէկնալ:

Գնաց գլուխը շարժելով ու կրկնելով «ուժի զեղ, տօքթէօր, ուժի զեղ»:

Երրորդը 14-15 տարեկան տղայ մըն էր: Մայրը կ'ընկերանար իրեն: Գլուխը կախ, մարմինը ջերմոտ, հազիւ խօսելու կարող, նստաւ մեր դիմացը: Մայրը առանց մեր հարցումին սպասելու խնդրեց այն «ուժի զեղը» որ մէկ օրէն պիտի աղէկցնէր իր տղան որ 10-12 օրէ իվեր գլխու ցաւ և թեթեւ փորհարութիւն մը ունէր

ու քիթէն արիւն կորսնցուցած էր: Տաքութիւնը առինք՝ 39°2: Պարզ քննութիւն մը ցոյց տուաւ թէ տղան Թիֆօ ունէր ու հիւանդանոց փոխադրելու համար թուղթը տուինք: Մայրը չ'համոզուեցաւ ու նորէն «ուժի դեղ» ուղեց: Պարագան ծանր էր. այդ տղան չէինք կրնար տղէտ ու հաստ գլուխ մօրը ձեռքը ձգել ու ստիպողաբար հասկցուցինք թէ անպատճառ պէտք է հիւանդանոց մտնէր: Յետոյ իմացանք թէ երկու ամսուան հիւանդութենէ վերջ, աղէկցած էր:

Տեսնանք հիմա թէ ինչ է այդ յոգնութիւնը որուն համար է որ «ուժի դեղ» կը խնդրեն մեր հիւանդները:

ՅՈԳՆՈՒԹԻՒՆԸ.— Ի՞նչ է յոգնութիւնը, ի՞նչ են անոր պատճառները ու ի՞նչպէս կարելի է անոր առաջքը առնել եւ տեղի չտալ ճշմարիտ ուժաթափութեան:

Յոգնութիւնը, զոր կը զգանք երկայն քալելէ և կամ ծանր աշխատութիւն մը ընելէ յետոյ, բնախօսական պարզ վիճակ մըն է: Երբ մեր անդամներուն միսերը աշխատին, պրկուին՝ կը յոգնին ու մենք կը զգանք այդ վիճակը ցաւերով ու ուժի պակսելով:

Աշխատող միսը կ'այրէ տրամադրութեան տակ գտնուած մարմինները, ածուխը (carbone), որոնք բնութեան մէջ կը գտնուին իւրի, շաքարի, ալիւրի մեկ խօսքով ուտելիքի ձեւին տակ: Այս այրումը յառաջ կը բերէ տեսակ մը մոխիր — մնացորդներ (déchets) որոնց գլխաւորը acide lactique⁽¹⁾ է: Ամէն անգամ որկ 'աշխատինք մեր մկաններով, կ'այրենք ուրեմն մարմիններ, որոնց մնացորդները ու acite lactique կը պակսեցնեն միսերուն պրկուելու (contraction) յատկութիւնը ու այս պակասը կը զգանք խոնջանքի ձեւին տակ:

Յոգնութիւնը, անցողական, պարզ թունաւորում մըն է: Հանգիստը միակ դեղն է, որուն միջոցին մարմնոյն թոյները դուրս կ'ելլեն ու ածուխի պաշարը կը նորոգուի ու մարմինն հաւասարակշռութիւնը կը վերահաստատուի:

Յոգնութիւնը բնախօսական երեւոյթ մըն է որուն կը հպատակին մարմինն բոլոր գործարանները ու անդամները:

Բոլոր գործարանները, ջղային դրութիւնը կրնան ուրեմն յոգնիլ չափազանց աշխատութեամբ, և կամ անկանոն գործունէութեամբ որուն surmenage. վաստակաբեկութիւն կ'ըսեն:

(1) Տեսակ մը ԹՅՈՒ, որ մաժուսին մէջ ալ կը գոյանայ եւ անոր ԹՅՈՒ համը կուտայ:

Եթէ պտորդ յոգնութիւնը բնախօսական է, չարաչար, վաստակարեկ յոգնութիւնը (sürmenage) մկաններու և կամ գործարաններու հիւանդանալուն առաջին նշանները ցոյց կուտայ: Ուրիշ կերպ բացատրելու համար, մեր մարմնէն իր կարողութիւնէն աւելի պէտք չէ պահանջենք: Անշուշտ կամքով կրնանք մեր պահանջները գործադրել, բայցկը յոգնեցնենք մեր գործարանները ու կրնանք զանոնք հիւանդացնել:

Առողջ անձ մը որ միջավայրին մէջ որ ալ գտնուի պէտք է աշխատի որովհետեւ աշխատութիւնը, շարժումը կեանքին էական ազդակն է ու շատ կարեոր:

Աշխատութիւնը, մկաններու զլխաւորաբար՝ բոլոր գործարաններու կենսական պէտքն է:

Մտնդառութիւնը, մարսողութիւնը, շնչառութիւնը, արեան շրջագալութիւնը մկաններու աշխատութեան ազդեցութեան տակ շատ աւելի ուժով կը կատարուին ու աւելի լաւ պայմաններու մէջ կը դնեն մարդու մարմինը առողջապահական տեսակէտով:

Ուրեմն յոգնութիւնը մարմնին բնական գործունէութեան հետեւանքն է, որ սակայն չափազանցութեան տանելու չէ:

Իսկ այստաբանական յոգնութիւնը, այն որ հիւանդութիւններու ընթացքին կզգանք տարբեր է: Անոր մասին պիտի խօսինք ուրիշ անգամ:

ԲԺ. Պ. ԲՕ1,Օ1,ԵԱՆ

ԼԱԼ ԹԷ ԽՆԴԱԼ

Քառասունի մօտ հայ կին մը ուժաթափութեան համար ինծի կը դիմէ եւ ուժի դեղ կը խնդրէ: Տկարութեան պատճառը հասկնալու համար կը քննեմ: Արգանդի բորբոքում ունի:

Կը բացատրեմ թէ ինչ տեսակ դարմանում պէտք է ընել բժշկուելու համար:

— Դուք ինծի միայն ուժի դեղ մը տուէք, կը պնդէ տիկինը, արգանդս դարմանուելու պէտք չունի, որովհետեւ ամուսինս մեռած է...:

Կին մը. ձեռքերու եւ թեւերու մորթը բորբոքում ունի (էզդէմա) եւ ջրաւից բշտիկներով ծածկուած է:

Կուտամ դրսէն դործածուելիք պէտք եղած դեղերը եւ կը յանձնարարեմ որ ձեռքերը բնու ջուրի չդպցնէ:

Քանի մը օր ետք կը վերադարձայ, ձեռքերը եւ թեւերը բոլորովին ուռած ու դէշ վիճակի մէջ: «Դեղ դ վնասեց, Տոբթօր, ըսաւ նեղացած շեշտով մը»: Եւ հարցումիս պատասխանելով աւելցուց. «Քան մը չըրի. միայն թէ դեղի չսկսած, վերջին լուացք մըն ալ ընեմ, ըսի եւ յետոյ դեղը քսեցի»...: