

Ելնելով այս հաւատքից, մենք պէտք է ընդունենք, որ պալարախտի դէմ պայքարի համար մեծ նշանակութիւն ունի մայրը — ապա ուրիմն մեր ամբողջ ուշադրութիւնը պէտք է դարձնենք ծնողի վրայ, որովհետեւ միայն առողջ կանայք են ծնում առողջ երեխաներ:

Ահա այստեղ է, որ նշանակութիւն ունի աղջիկների դաստիարակութիւնն ընդհանրապէս և նրանց ֆիզիքական դաստիարակութիւնը մասնաւորապէս:

Այս խնդրին մէջ կարեւոր տեղ է գրաւում և աղջիկների կրկնակի հետազոտութիւնները, որպէս զի ժամանակին արտաբերուն պալարախտով բռնւածներին. այդ տեսակ անձանց ենթարկել տիսպանսէրի (բուժարան) հսկողութեանը, որ ժամանակին բնախեղդ անւի հիւանդութիւնը. մեկուսացնել այն անձանց որոնց հիւանդութիւնը դործոն ընթացք ունի, զնել նրանց սոցիալական այնպիսի պայմանների մէջ, որ նրանց հիւանդութիւնը կանգ առնի և չզարգանա, հակել, որ հիւանդները չամուսնանան եւ հիւանդ ժառանգներ չծնին:

Պալարախտի դէմ պայքարելիս պէտք է միշտ նկատի ունենալ ժառանգականութիւնը և ուղղել ուշադրութիւնը դէպի այդ կողմը, ձեռնարկելով միջոցներ փրկելու հիւանդութեան ճիրաններից ժառանգներին և այդպիսով կասեցնել պալարախտի տարածումը:

Ե Ր Ե Լ Ա Ն

ԲԺ. Ա. ՄԵՆԻՔԵԱՆ

Առողջապահութեան Ժողովրդական կոմիտեի ատի
Սանիտարական Լուսաւորութեան Ենթարմնի Վարիչ

Ն Ա Ր Ի Ն Զ Ի Մ Ա Ս Ի Ն

ԷՋ ՄԸ ԱՄԻՐՏՈՎԼԱԹԻ «ԱՆԳԻՏԱՅ ԱՆՊԷՏ» ԳՐԻՆ (1478-1482)*

Լաւն այն է որ դունն խիստ զեղին լինի և կեղեն տաք և չոր է, և նուրբ. զհով քամեստանն (յօղացու) հանէ. և հոտն ի յըղեղն ելանէ. և զմաւրութն (մօրութ) շուտ բերէ, յորժամ զկեղեն յերեսն աւծես (օծես). և ձէթն աւդալ (օգտէ) ըռահային (դող), և ակոյային հով ցաւերուն. և թէ թթուն՝ որ միս է՝ աւդալ տաք խաֆաղանին (սրտի բարախում). և իր թթու ջուրն զսաֆրան կտրէ. և զփախելն այլ. և զստամոքան կու լուանայ, և կերակուր ուտել կուտայ, զճիճին և զաւծն (օձ) կու հանէ, և ոսկրացաւին աւդալ և կեղեխն ձէթն աւդալ իր խէժովն. զհերքունն (ցատկոտութ, *impetigo*) տանի. և ի կտէն կէս մթխալ (տուր). բայց ջղերուն և կրծոցն զեն կառնէ. զիր չարութիւնն տանի մեղրն և ամպրաւն (արմաւ): Եւ իր փոխանն թուրինջն է: Ասէ Պա, թէ իր կեղեն տաք Բ տարածան, և իր թթու ջուրն հով

(*) «Անգիտաց Անպէտ» կամ «Բառարան բժշկական Նիւնոց» գրուած 1478-1482 Ամիրնովլամ Ամասիացիի կողմէ: Շրատ. Կ. Յ. Բասմաշեանի, Վիէննա, 1927:

և չոր է յառաջի տարածան. և ինքն քան զթուրինճն նուրբ է. և նման է իր. և իր ծառն յայտնի է. և իր ուժն Բ բնութիւնն խառնուած է, որ մէկ մէկի հակառակ է. և իր դեղին կեղևն տաք և նուրբ է, և իր թթուութիւնն հով և չոր է Գ տարածան. և հունտն և տակն տաք և չոր է թէ զիր դալար կեղևն Գ շաքաթ ի հո. (հոռոմ) ձէթն թրջես և յարեւն դնես, իր ուժն եւ ազատութիւնն որպէս նարդինին ձէթն է. և թէ Բ մթխալ յիրմէն խմեն՝ ազտէ կարճահարին (կարիճէն խայթուողին) և ամենայն դազանահարին, որ իր բնութիւնն հով լինի. և իր թթուն որ խմեն անաւթուց՝ զլերդն վատուցնէ, և հով ստամոքին զին կ'առնէ, և տաք բնութեան լաւ է. և թէ ի հալաւն սեւ իրք թաթխի՝ տանի. և թէ յինքն քար թրջես՝ հալէ. և թէ իր մազմզուկէն լոսեո (տրորել) եւ ի գինով խմես շատ ազտէ ամենայն մահացու դեղոց (թոյն), Աստուծով, ամէն:

Էջ ՄԸ ՆՈՐ ՀՐԱՏԱՐԱԿՈՒԱԾ ԳԻՐՔԷ ՄԸ (1926)

«... Նարինջը երկար ատեն մնաց իրեւ հազուագիւտ և տենչալի պտուղ մը, զոր շատ քիչեր կրնային վայելել, այնքան սուղ էր անոր գինը: Մեծահարուստներու սեղանին վրայ միայն կ'երեւէր ուրիշ պտուղներու հետ, սակայն իրեւ զարդ. հրաւիրեալները ուտել չէին համարձակել: Դեռ 100 տարի առաջ, նարինջ մը նուիրելը, առատաձեռնութիւն կը նկատուէր:

«Նարինջը՝ լիմօնի առաւելութիւնները ունի. մսուտ մասը կը պարունակէ մեծ քանակութեամբ վիթամին, այսինքն այնպիսի նիւթեր որոնք աճումին կը նպաստեն: Երեխաներուն օրական 2-3 սուրճի դգալ նարինջի հիւթ տալու է, մանաւանդ անոնց որոնք պահածոյ կաթերով կը սնուցանուին: Այդ հիւթը օգտակար է նաեւ հիւանդներուն, ապաքինողներուն, ծերերուն եւ գէշ սնունդ առնողներուն կամ չորցած ու պահածոյ ուտելիքներով սնանողներուն:

Նարինջի մսուտ մասի անուշեղէնը (gelée, marmelade), շատ համեղ, նուրբ և դիւրամարս ուտելիք մըն է որ կը յարմարի ստամոքսի, լեարդի և աղիքներու հիւանդութիւններէ տառապող անձերու:

Նարինջին կեղևը զանազան հոտաւէտ նիւթեր կը պարունակէ: Անոր անուշը՝ թէեւ քիչ մը դժուարամարս, բայց ախորժակ կը բանայ: Աւելի ախորժարեր է ալքօլի մէջ պահուած թրունջի կեղևը:

Պնդութեան դէմ ալ օգտակար է նարինջի կեղևը: Պէտք է զայն կէս ժամ եռացնել ջուրի մէջ. թափել այդ առաջին ջուրը որ շատ լեղի է. երկրորդ անգամ կէս ժամ եռացնել շաքար ջուրի մէջ. հանել, և պնակի մը վրայ դնել մինչեւ որ չորնայ: Մէկ նարինջի կեղևը լաւ լուծողական է և միեւնոյն ատեն մաղձը կը քակէ (cholagogue):

Նարինջի տերեւին խաշածոն (infusion) օգտակար է ստամոքսի խանդարումէ տառապողներուն, մանաւանդ ջղայիններուն: Ծաղկել-ջուրն ալ հանդարտեցուցիչ յատկութիւն ունի...»