



ՀԱՐՑ ԵՒ ՊԱՏԱՍԽԱՆ



Այս խորագրին տակ պիտի հրատարակենք ընթերցողներու կողմէ կամ մեր արուեստի կիրարկումի ընթացքին՝ մեզի տրուած ընդհանուր շահեկանութիւն ներկայացնող հարցումներուն պատասխանները:

Ընթերցո՞ղ, անպատճառ հարցում մը ունիս, որ քեզ կը մըտահոգէ. անմիջապէս գրի առ եւ մեզի զրկէ:

ԶՈՒՐ ԽՄԵԼՈՒ ՄԱՍԻՆ

(Պ. Ա. Բ. — Միտիլի). — Դարձեալ կը կրկնենք որ շատ չուր խմելն վնաս չի գար, որովհետեւ բնական պայմաններու մէջ, աւելորդ կ'արտաքսուի մէջի եւ քրտինքի միջոցով: Բայց եօր մ.կը՝ սրտի, երիկամունքի կամ մարսուական զրծմաններու տկարութիւն ունի, կամ առողջ ըլլալով հանդերձ՝ աղրիցին խորովակը ըր ստամբախն մէջ կը բանայ, մանաւանդ նաշի աստեն կամ քրտնաք պահուն, կամ աղ ու պղպեղը առատ կեղակւուներով արուեստական ժարաւ և մը կը ստեղծէ, տարակոյն չկայ թէ այդ պարագային շատ չուր խմելը վնասակար կը դառնայ: Ամէն ինչ որ չափանացութեան կը տարուի, ուշ կամ կանուխ կը վնասէ: Կը տեսնէք որ մներիակ Թէլերո չկան «բուժանցիք թիւ 7ի և 11ի մէջ (էջ 182 և 256) լոյս տեսած իմ յօդւածներուն մէջ:

Բժ. Մ. Ա.

ՀԱՐՈՒԻՆԻ ԴԵՄ

(Պ. Ա. Ե. — Օպինեէ). — Ձանի որ կ'ըսէք թէ ամառաձմռու անդաշար հարցուսին ունից, ուրեմն մէր քնին մէջ ամենական վիճակ մը կայ (միջնուսէրի թերում, մաքրոյս, հոգամադաննի քընոնիկ բորբոքում եւայն): Պէտք է տեղւոյշ վրայ մասնագէտի մը ցոյց տաք:

ՄԵԶՔԻ ՑԱՆԿԸ

(Պ. Ա. Ե. — Օպինեէ). — Մէջքի ցաւի պատճառները բազմաթիւ են. · Նոյն տեղի մկաններու կամ ոսկորներու ըրմամթիզմ, երիկամունքի իիւանդութիւն, սաստիկ յոգնութիւն մասնաւորաբար կարգ մը արիեսաններու մէջ եւայն: Հետեւաբար չենց կընար ինքուէն դարձան մը յանձնաբարել:

Գ.

ԼՈԳԱՆԱՔՏԵՐՈՒ ՑԵՍԱԿԸ

(Պ. Հ. — Պերլին). — Պարզ եւ ամբողջ լոգանքներ ԱԶԴԵՑՈՒԹԻՒՆԸ ները կընան ըլլալ գաղջ, պաղ կամ տաք: Գաղջ լոգանքը (30-35օ), կընայ 15էն 20 վայրկեան տեսել, համադարսեցուցիչ է. կընայ տկարացնել ենթ երկարի կամ ենթ յանախ կընուիք: Տաք լոգանքը (35էն վեր), նախ կը գրգռէ, յետոյ կը տկարացնէ: Տաքը վայրկեաննէ աւելի տեսելու չէ: Նմանապէս պաղ (18էն վար) եւ զոյլ լոգանքը (18-25):

Պաղ եւ տաք լոգանքները բժիշկներու յանձնաբարութեամբ պէտք է առնել, որովհետեւ կընան վտանգաւոր ըլլալ կարգ մը իիւանդութիւններ ունեցողներուն, մանաւանդ տաքէց անձրուն համար:

Ամէն պարագայի տակ, կընաք գաղջ լոգանք առնել, ներեւս ալ շատ տաք կամ շատ պաղ լոգանքներ, բայց այդ մէր կազմէն կախում ունի: Անվնաս է ջորին մէջ ծեր յիշած դեղերը դնելու, բայց բոլորդին աւելորդ:

Միևս հարցումներուն ալ ինտոցիստէ պիտի պատասխաննենք:

**ՀԱՅԿԻՑԸ ՈՐԹԱՆ ԱՏԵՆԵՆ
ԿԸ ՄԱՐՍՈՒԻՆ**

Ամի՞ն ոք գիտէ թէ, հաւկիթի մարսականութիւնը կը

տարբերի իր եփուելու տեսողութեան համեմատ։ Այսաւափկ

այդ մասին բովի մը տեղեկութիւններ։ —

Հում եւ զարնուած հաւկիթը կը մարտուի 1 ժամ 20 վայրկեանէն։ Հում բայց չպարանած հաւկիթը՝ 2 ժամէն։ Տապկուած հաւկիթը՝ 2 ժամ 15 վայրկեանէն։ Թերխաշ հաւկիթը՝ 3 ժամէն։ Շատ խաջուածք (կարծքը) 3 ուկւ ժամէն։

ԽՆՉ ԸՆԵԼ ԵՐՐ ՄԵԿԸ ՄԱՐԻ

(Պ. Ա. Գ. Անիկե.Փարիզ). — Մարիլը սովորական

պատահար մըն է։ Արիւն տեսնելը, սաստիկ վախը կամ յուզումը, ցաւը, անմարտութիւնը, շատ տաքաց սենեակի մը մէջ մնաւը, կրնան մարելու պատճառ ըլլայ։

Մարդող նախի ինքովինք անհանդրաս կը գտայ։ Գունամափի կ'ըլլայ, պաղ քըտինը մը կ'իշնէ վրան, այշերը կը պդտորին, ականչները կը հնչնեն, սրունքները կը դողդանն եւ յանկարծ կ'իշնայ անկննդան, սիրոտ և շնչառութիւնը ժամանակառապէն դադրան։

Այսպիսի պարագայի մը պէտք է մարդող անմիջապէս քաց օդին հանել. քակել սձեր և կութքը սեղմող հագուստները, պառկեցնել՝ գուլը մարմիննեւ անելի ցած, որպէս զի արիւնը հնո՞ւ վերադառնայ. շիֆել թե երն ու սրունքները, քանի մը ապտակ զաքնել, պաղ շնո՞ր սրսկի երսին և խօսի հոտ մը շնչել տալ որպէս զի սիրոտ և թոքերը վերսկսին գործել։ արթննալին վերջ գաւառ մը ըմպելի (lisseuseur) տալ։

Վերսիշեալ պատճաններն յառաջ եկած թալուկը (մարմրուց) մէկ կամ քանի մը վայրկեան կը տեսէ. Եմէ նրակար տեսէ կարելի է արուեստական շնչառութիւն փորձել։ Սակայն երբ թալուկը պատահի հիւանդաւթեան մը ընթացքին (սրտի կամ երիկամունքներու եւ այլ տկարութեան հնեսեամբոյ) կամ տարեց անեներու քով (կաթուած եւն.) պէտք չէ յապաղի թժիշը կանչնու։ Ըսինք միայն որ այս պատճաններու յառաջ բերած թալուկի ընթացքին շնչառութիւններ և սրտի բարախուսները չեն դադրին. հակառակը կը պատահի պարզ թալուկի ընթացքին։

ԽԱՌՆՈՒԱՌԵՑՆԵՐՈՒՆ «Թուժանքայ ներկայ թիւին մէջ գրուած է խառնուածքներու եւ առողջապատճութեան» նոնց համապատասխանող նկարագիրներու մասին։ Բայց այդ խառնուածքներուն կը համապատասխանն նաև կարգ մը հիւանդութիւններ, զորս կարելի է կանչնել մասնաւոր առողջ քանակութեամբ։

Արինայինները նեմակայ են մասնաւորապէս սրտի հիւանդութիւններու և կաթուածի ու զգուշանան միի չափազանց գործածութենին, ոգելից ըմպելիններէ, չափազանց ծխելի և նասուկ կեանել։

Մաջանյինները նեմակայ են մասնաւորապէս լեարդի հիւանդութիւններու, մաղծաւին խանգարակամերու, աղիքներու, կարգ մը հիւանդութիւններու, թութի (մայսաւը)։ Անոնց պէտք է զգուշանան միի չափազանց գործածութենին և ոգելից ըմպելիններէ։ Պէտք է հիւեն պայիններու կանոնաւորութեան վրայ, թիչ համեմմեն կերակրութերը եւ ուտնեն առաւտ պտուղ և շրալից կանաչեղիններ։

Աւշայինները նեմակայ են կարգ մը մորմի հիւանդութիւններու և հուզաթաղանթներու (ներքին մաշկ) բորբոքումներու, մասնաւորապէս հարրուիի; Կոկորդի բորբոքումներու և ցեղագուտապէ (պրմշչիթ) որոնք յանախ կը կրկնուին և ցրոնիկ հանդամանք մը կը ստանան։ Անոնց, մասնաւորապէտ տղայոց համար, օգտակար են պաղ շորով, մանաւանդ ծովի ոգանքները, որմէ նոր ումեխն պէտք է շիփել մարմինը, ամբողջ մորթը կարմիրնելու աստիճան։ Օգտակար են նաև մկան իւղը և խօսի բաղադրութիւնները և մանաւանդ արեւը։ Ծիյ փոփոխութիւնները և խնաւառութիւնները պատճանակար են, պէտք է զանան ընակիլ չորածքը և արեւուստ տեղեր։

Խոկ ջղայիններուն գալուի, այնքան բացմազան են անոնց տեսակները և պատճանները, կարելի չէ քանի մը տողերու մէջ ամփոփել անոնց հետեւելիք առողջապահական կանոնները, մանաւանդ որ կեանքի ներկայ պայմանները կը հժմաւարացնեն այդ կանոններուն կիսումը։