

վերաբոյժը կորէ ու հանէ ձեր մէկ երկկամը (պէօպրէկ, reit), միւսը կը խոշորնայ մինչև որ ի վիճակի ըլլայ հատուած երկկամին պաշտօնն ալ կատարելու նոյնը՝ թոքերուն համար Ձեր կազմին իւրաքանչիւր մասը — ներքին գործարաններ, մկան, ոսկոր, ջիղ, ուղեղ — առողջանալու կարողութիւն մը ունին: Ձեր կազմը մաս առ մաս, բլիջ առ բլիջ կը փճանայ եւ կը վերաշինուի. այս վերաշինութիւնը կը ձեւաւորուի համաձայն ձեր լաւատես մտածումներուն եւ ձեր ֆիզիքական կեանքին: Կը նշանակէ թէ ձեր ֆիզիքականը շարունակ դէպի լաւը կը ձգտի. հետեւաբար կը բաւէ այդ ձգտումը զօրացնել, հետեւելով առողջապահական կանոններուն եւ անդադար զարգացնելով ձեր թոքերն ու դնդերները:

Գ) Մարդկային էակը տիեզերքի ամէնէն հրաշալի, բայց ամէնէն բարդ և փափուկ առարկան է: Շարունակ լուրջ ու մանրակրկիտ խնամք կը պահանջէ: Հետեւաբար ամէն ոք պարտաւոր է տարրական ծանօթութիւններ ունենալ մարդակազմութեան, բնախօսութեան և առողջապահութեան մասին. որովհետև ամէն չափահաս իր իսկ առողջապահը պէտք է ըլլայ:

Դ) Կան սուր եւ քրոնիկ հիւանդութիւններ: Սուր հիւանդութիւններուն համար՝ բժիշկին անմիջական և յարատև խնամքը անհրաժեշտ է: Քրոնիկ հիւանդութիւնները, անգամ մը որ ախտաճանաչուին, այսինքն ճշդուի անոնց էութիւնն և պատճառը բժիշկին կողմէ, ալ աւելի պէտք ունին առողջապահական կանոններու գործադրութեան: Որովհետև, ոեւէ հիւանդութիւն պատահական արկած մը չէ, այլ արդիւնքն է առողջապահական սխալներու երկար առեւնէ ի վեր կուտակումին: Հազուադէպ է առողջապահական սխալներ չգործել, մանաւանդ քաղաքներուն մէջ, ուր գործերը և ներկայ կեանքի պահանջները կը խանգարեն մարդկային կազմի բնականոն գործունէութիւնը: Բայց պէտք չէ թողուլ որ այդ սխալները կուտակուին, այլ անհրաժեշտ է հետզհետէ զանոնք սրբազրել և անոնց շնաստակար հետեւանքները չէղոքացնել:

ՏՔԹ. Վ. ՓՈՇԷ

## ԸՆԹԵՐՑՈՂ

ԴՈՒՆ ՈՐ ԿԸ ԱՐԻՅՄ «ԲՈՒԺԱՆՔ»ը, կը կարգաս և կ'օգուիս, ՉԵՍ ՈՒՉԵՐ ՃԻԳ ՄԸ ԸՆԵԼ, տարածելու համար քու թրխիչ, քաժանորդագրելով ծանօթնեդ, որպէսզի ուրիշներն ալ կարդան, սիրեն և օգուուին «Բուժանք»էն և զարգացնեն զայն:

ԻՄԿ ԴՈՒՆ ՈՐ ՈՒՐԻՇԻՆ «ԲՈՒԺԱՆՔ»Ը ԿԸ ԿԱՐԴԱՍ, գիտցիր որ չի բաւեր կարդալ. այլ պէտք է ունենալ եւ պահել «Բուժանք»ը, որուն մէկ խորհուրդը կրնայ քանի մը անգամ փոխարինել տուած բաժնեգրինդ:

ՈՒՐԵՄԸ ԱՆՄԻՋԱՊԷՍ ԲԱԺԱՆՈՐԴԱԳՐՈՒԷ: