



616-05

49

87

ԲԺ. Ա. ԲՈՒԴՈՒՂԵԱՆ.

1898

Գ Ե Ղ Ձ Ա Խ Տ



Ս.-ՊԵՏԵՐԲՈՒԿ
«ՊՈՒՇԿԻՆԵԱՆ» ԱՐԵՎԵՏԻՊ ՏՊԱՐԱՆ
1901

16445

Дополнено понаурю. С.-Петербургъ. 18 Сентября 1900 года.



37-2008

Типографія „Пушкинская Скоропечатня“, Лештуковъ 4.

Գ Ե Ղ Չ Ա Ն Տ

Ներկայ ժամանակում գեղձախան կամ ուրիշ բառով խլախարը (սլոնո-խո) մի այնպիսի սովորական երևոյթ է դարձել ընտանիքներում և ուսումնարաններում, որ ծնողներն ու դաստիարակները կամայ-ակամայ ստիպուած են ուշադրութիւն դարձնել նրա վրայ և լուրջ միջոցներ ձեռք առնել այդ շարիքի գէմ կռիւ մղելու համար:

Բայց ամէն մի կռուի մեջ էլ յաջողութիւն ունենալու համար կարեօր է, ի հարկէ, ամենից առաջ գիտենալ հակառակորդի իսկական ոյժը, նրա թոյլ կողմերը և վերջապէս, թէ ինչ միջոցներով ամենից հեշտ է նրա գէմ կռուել:

Ծանօթ է արդեօք մեր ժողովուրդը գեղձախաի գէմ կռուելու բոլոր պայմանների հետ:

Սյս հարցման պատասխանն ինքն ըստ ինքեան շատ պարզ է. եթէ մեր ժողովուրդը լաւ ծանօթ լինէր այդ պայմանների հետ, այն ժամանակ ան-

կասկած այդ ախտից այնպիսի ֆլասաներ չէր կրիլ, ինչ որ այժմ է կրում, երբ անհաւատար կռուի դաշտում անհաղին թուով ապուշ, ախմար, կոյր, խուլ, կաղ, անոտ, և ուրիշ պակասութիւններով անհասներ են մնում, որոնք ընտանիքի ու հասարակութեան բեռն են կազմում:

Նին ժամանակները կարծում էին, թէ խլախան Աստուած է ուղարկում ծնողների մեղքը պատժելու համար. այդ պատճառով էլ բոլորովին չէին աշխատում հասկանալու, թէ ի՞նչ բան է գեղձախտը, ի՞նչ պատճառներից է յառաջանում, ո՞չ էլ աշխատում էին այդ պատճառներն իմանալուց յետոյ՝ նրա առաջն առնել:

Սյն երջանիկ ժամանակներն եթէ թոյլ էր տրւում խլախտի դէմ որ և է միջոց գործ դնել, այն էր միայն, որ հիւանդի վրայ էին դնում իրանց ձեռները թաղաւորներն ու իշխանները, որոնք, ժողովրդի կարծիքով, Աստուածային ծագումն ունէին: Սակայն անդառնալի անցան այդպիսի հայեացքների ժամանակները:

Մեզ աւելի մօտիկ անցեալում գեղձախտով հիւանդ երեխաների ծնողներին այն միտքն էր մխիթարում, իբրև թէ այդ հիւանդութեան շնորհիւ իրանց զաւակները օժտուած են լինում մտաւոր գեղեցիկ ընդունակութիւններով:

Բժշկելը փաստակար էր համարվում, ուստի և խլախտի մի քանի արապայտութիւնները, ինչպէս օրինակ, կաշու վրայ առաջացած ցաները (սիւ) և այլն, մինչև օրս էլ մի առանձին անձեռնմխելի բան են հա-

մարվում, նոյն իսկ առանձին ուշադրութեան առարկայ, և այս առանգարար անցել է մեր ժողովրդին:

Միայն վերջին ժամանակներս բժշկների անխոնջ ջանքերով բացուեցաւ այն վարագոյրը, որ գեղձախտի առաջացման պատճառներն էր ծածկում, և ցոյց տրուեցան արգասաւոր միջոցներ այդ ախտի դէմ կռուելու համար:

Մենք կաշխատենք առանց մասնազիտական մանրամասնութիւնների մէջ մտնելու, բացատրել թէ ի՞նչ հայեացք ունին մեր ժամանակի բժիշկները, խլախտի մասին, և ցոյց կըտանք այն միջոցները, որ տալիս է մեզ ժամանակակից գիտութիւնը մարդկային մատաղ սերնդի այդ կատաղի թշնամու դէմ կռիւ մղելու համար:

Ներկայումս գեղձախտը դասոււմ են այն հիւանդութիւնների շարքը, որոնց ընդհանուր բնորոշ յատկանիշն է՝ մարդկային մարմնի բոլոր մասերի և հիւթերի բնածին թուլութիւն:

Այդ բնածին թուլութեան շնորհիւ՝ ամէն մի գրգիռ, որ խլախտաւոր հիւանդի մարմնի վրայ է ներգործում չափազանց մեծ հեաւանք է թողնում. օրինակ խանգարում է մարմնի մի որ և է մասի կանոնաւոր ընթացքը, և այդ խանգարմունքը մի անգամ յառաջանալուց յետոյ, մեծ դժուարութեամբ և երկար ժամանակի ընթացքում է միայն ուղղվում, ուրիշ խօսքով՝ քրոնիկական բնաւորութիւն է ստանում: Մարմնի այս կամ այն մասում երբ մի անգամ այս կամ այն ցաւն յառաջացաւ բաւական է արդէն մի չնչին առիթ, որ նորից սկսուի:

Գեղձախտով հիւանդների կաշին և զլիսաւորապէս զանազան աւշային զեղձերը շատ հեշտութեամբ են զրգովում և ամենաթեթեւ ու պատահական պատճառներից ուռչում:

Պարզ է, որ ամբողջ մարմնում արմատացած ցաւը կարող է հիւանդի արտաքին տեսքի, մարմնի ամբողջ կազմութեան վրայ ազդել:

Գեղձախտաւոր երեխայի կազմուածքը քնքոյշ ու տկար է լինում: մկանները սակաւ զարգացած, կաշին նուրբ ու վարդագոյն, դէմքն հոգեկան ամէն մի վրդովմունքից խսկոյն կարմրում է, քունքերի ու կոպերի կապոյտ երակներն որոշ երեւում են, աչքերն ու մազերը թուխ.—ընդհանրապէս երեխայի արտաքինը շատ դուրեկան ու գրաւիչ է:

Բնաւորութեամբ այս տեսակ երեխաներն կայտառ ու դիւրագրգիռ են լինում: Մտաւոր ընդունակութիւնները վաղ են զարթնում, ժիր են ու գործունեայ:

Սյս երեոյթներն են ցոյց տալիս գեղձախտի «ճաղկեալ» տեսակը: Բայց կայ և մի ուրիշ տեսակ՝ «թոյլ» գեղձախտ:

Գուճիլանդ բժիշկը այսպէս է նկարագրում այս տեսակ գեղձախտ ունեցող երեխայի պատկերը. «մեծ զլուխ, մանաւանդ մեծ ծոծրակի կողմը, կարծ ու հաստ վիզ, ներս ընկած քունքեր, լայն ծնօտներ, ուռած երես, մանաւանդ վերին շրթունքն ու քիթը, շէկ մազեր, սպիտակ կաշի, վարդագոյն թշեր, կապոյտ ու լայն բիբերով աչքեր, պարարտ մարմին, թոյլ մկանունքներ և ուռած փոր»:

Այս տեսակ երեխաները բնաւորութեամբ թոյլ են լինում և մտաւոր ընդունակութիւնները դանդաղ են զարգանում:

Բնականաբար միշտ, նոյն իսկ մեծ մասամբ, գեղձախտաւոր երեխաներն այնպէս չեն լինում, ինչպէս որ նկարագրեցինք:

Խլախան ընդհանրապէս հետեւեալ նշաններն է ցոյց տալիս. մարմնի և մանուական գլխի ու գէմքի վրայ զանազան տեսակ ցաներ (պուզուկ-բշտիկներ) են երևում, յաճախ ուռում են ծնօտատակի և վզի գեղձերը (խուլերը), քիթը, կոպերը, ոսկորները, յօդերը, ողները և այլ աեղերը բորբոքուած են լինում:

Մենք մանրամասն չենք նկարագրիլ, թէ ինչպէս են յառաջանում և զարգանում մարմնի մեջ այդ բոլոր խանգարմունքները, միայն կանգ կառնենք նրանցից մի քանիսի վրայ:

Առաւելապէս երեխայի գլխի մազոտ մասում կանաչ-շառատագոյն, կամ դորշ-կանաչագոյն քոսեր են երևում, որոնց ձեղքերից դուրս է հոսում տակը հաւաքուած թարախը, որ յաճախ խիտ գարշահոտ է լինում:

Այդ քոսերն երբեմն միապաղաղ կերպով ծածկում են ամբողջ գլուխը և իրանց արտաքինով բազմաձև են:

Նրանք տարբեր մեծութեան են լինում, երբեմն կոլոր, երբեմն անկանոն ձևով, երբեմն թայլաբայց երբեմն էլ մազաղաթի պէս չոր և կոշտ:

Ժամանակ առ ժամանակ մազի աճման միջո-

յին քոսի (խոյի) մի մասը կոտրվում է և մազի վրայ կախ ընկած է մնում, այդ ժամանակ կարծես թելի վրայ շարուած մարգարիտներ լինի:

Եթէ զգուշութեամբ հիւանդի գլուխը բանանք և քոսերը հեռացնենք, կրտսնենք, որ նրանց տակի կաշին բոլորովին կարմիր է և թարախով ծածկուած:

Մազերն ընդհանրապէս այգպիսի քոսերի ժամանակ իրանց փայլը կորցնում են, թուլանում, ուժից ընկնում ու թափվում:

Մազերի թափումն ըստ մեծի մասին ժամանակաւորապէս է լինում, յետոյ էլի նորից բուսնում են:

Վէրքերի կեղևները տանջելու չափ կսկծում, մրմռում են (տօթում են):

Երեխաներն ակամայից քորում են և հեաւանքը լինում է տառապանքի աւելի ևս սաստկանալը:

Գլխի կաշու այսպիսի հիւանդութիւն գեղձախտաւոր երեխաները յաճախ են ունենում և կոչվում է ջրջրուկ կամ բոր (էլէթէմ):

Բացի գլխից, նոյնը կարող է լինել և քթում, տկանջների մօտ և առհասարակ երեսին:

Պէտք է նկատել, որ երեխայի ծնողները հասարեա թէ այդ բշտիկներին, նա մանաւանդ սկզբներում, ոչ մի նշանակութիւն չեն տալիս, նրանց վրայ թեթեւ աչքով են նայում տեսլով. «է... դա ոչինչ... գեղձախտ է». և որ աւելի վատն է, համոզուած են, որ եթէ այդ ցաները բժշկեն մեծ վնաս կըհասցնեն երեխային, իբր թէ կաշուի վրայ երեցած

հիւանդութիւնը ներս կը զարնէ և վնաս կարող է տալ:

Այս բոլորը այն թիւր, սնտոտի հայեացքների մնացորդներն են, որ հին ժամանակներից ժողովուրդն ունեցել է հիւանդութիւնների բժշկութեան մասին և որն աւանդաբար սերնդից սերունդ անցնելով մինչև օրս էլ պահպանուել է ի վնաս հասարակութեան:

Կարող է պատահել և հետեւեալը, ժամանակաորտապէս բժշկելով կաշուի դուրս տուած ցաները՝ մենք դրանով դեռևս չենք բժշկել դեղձախտը, որոշ հանդամանքներում նա կարող է նորից երևան գալ և բացի արտաքին կաշուից, վնասել նոյն իսկ ներքին մասերին (օր. քթին ու ականջներին):

Հէնց այդպիսի դէպքերի ժամանակ հին փթած համոզմունքներն իրանց փառքի դադարձնակէտին են հասնում և անվերջ նախատինքներ են թափում անմեղ բժիշկների հասցէին:

Յաճախ խլախտաւոր երեխաները տուտապում են բացի կաշուի ցաներից, և հարբուխով և ականջների թարախահոսութեամբ:

Գեղձախտային հարբուխի ժամանակ քիթը կարմրում է, ուռչում և ձեռք աալիս ցաւում է, քթի ծակերից դեղին-կապտադոյն, յաճախ գարշահոտ հիւթ է հոսում, որ վերին շրթունքի վրայ մնալով յառաջ է բերում կարմրութիւն, ուռոյցք և կաշին ուտում է:

Եթէ արտաթորուած հիւթը հէնց քթի մէջ թաղանթին կպած է մնում, այն ժամանակ շնչառութիւնը սաստիկ դժուարանում է:

կաշուի այս տառապանքը յաճախ է կրկնւում, երկար է մնում և երեխային բաւականաչափ նուազեցնում է:

Գեղձախտաւոր երեխաների շատ անգամ բերնով շնչելու պատճառը հէնց այն է, որ նրանց քիթը փակուած է լինում:

Քիթի այդ փակման առաջն ստնելու և մաքուր պահելու համար՝ տղոց դեռ փոքր հասակից պէտք է սովորեցնել կանոնաւոր խնչել:

Ըստ մեծի մասին երեխաները թաշկինակ բանեցնել չգիտեն, քիթի ծակերը ծածկում ու այնպէս են աշխատում խնչել, որ ի հարկէ՝ ի զուր է անցնում:

Ուստի աւելորդ չէ որ մայրերը բացատրեն, սովորեցնեն, թէ թաշկինակը պէտք է բոյթ մատով ու ցուցամատով բռնել քիթին գնել, ազատ թողնելով քիթի ծակերը, չաղմել, և յետոյ բերանը փակելով քիթով ուժեղ արտաշնչել:

Եթէ երեխայի կոպերի լորձաթաղանթն է բորբոքուած լինում, այն ժամանակ նրա աչքերը սաստիկ ջրոտւում են, և նա լոյսին նայել չի կարողանում:

Այս ցաւով տանջուող երեխաները ցերեկը թաքցնում են դուլնները բարձի տակ, երեսները ձեռներով ծածկում, և միայն երեկոյեան դէմ՝ մթնաշաղին կարողանում են առանց կսկծի ու ցաւի աչքերը բանալ:

Երբեմն կոպերի ծայրերն էլ նոյնպէս կարմրում են. առաւօտեան երբ քնից արթնանում են, տղոց աչքերը ճպուռով ծածկուած են լինում:

Աչքերի այս ցաւն երբեմն այնպիսի վտանգ է սպառնում տեսողութեան, որ էլ կարելի չի լինում առողջացնել. նա կարող է կուրուլթիւն առաջ բերել:

Յաճախակի լինում է նաև ականջների բորբոքումն, այսինքն ականջից թարախ է վազում:

Այս հիւանդութիւնը կամաց կամաց այնքան կարող է սասականալ, որ բացի թարախից, ականջի ներքին ոսկրներն էլ դուրս կրննեն, որով ոչ միայն մարդս բոլորովն կարող է խլանալ, այլ և իւր երկրաւոր կեանքից զրկուել, որովհետև այդ ժամանակ արիւնը կարող է թարախով վարակուել, և կամ ուղեղը ծածկող թաղանթը բորբոքուել:

Գեղձախտի ժամանակ շատ անգամ ոսկորներն ևս, նա մանաւանդ ձեռների մատերինը, ցաւում են:

Մտաները թմբուկ զարկելու կոպալի ձև են ստանում. նրանց մէջ թարախ է ժողովում, որ կամ դուրս է դալիս վէրքի միջոցով, և կամ թէ աւելի ևս խորանալով՝ ոսկորներն են մաշում, և երբեմն իսկ մահ է պատճառում արիւնը վարակելով:

Ընդհանրապէս զեղձախտն աւելի բարեյաջող ընթացք է ունենում. նա հարուածում է 3-ից մինչև 15 տարեկան երեխաներին. ծծկերները համարեա թէ չեն տառապում, իսկ արբունքի հասունութեան ժամանակ այս հիւանդութեան բոլոր արտաքին նշանները կարող են կորսուել:

Բայց և այնպէս կարելի չէ ասել թէ ամէնին վերջացաւ:

Դիտուած իրողութիւն է որ խլախտաւոր մանուկներն իրանց բոլոր կեանքում՝ ակար, նուազ, ջղային և շուտ յոգնող են լինում և որ զլիաւորն է, նրանց կեանքը թօքախտով մտշուելու վտանգին է ենթարկուած լինում:

Թէ ի՞նչ է իսկապէս գեղձախտը, ի՞նչ է նրա էութիւնը, — այս խնդիրը գեւ վերջնականապէս պարզուած չէ:

Բազմաատակ փաստեր կան, որոնք ցոյց են տալիս թէ նա սերտ կապ ունի թոքախտի հետ (Կօխ), բայց այս երկու հիւանդութիւնները մի հիւանդութիւն համարել, ինչպէս շատերն են ընդունում, գեւ վաղաժամ է:

Կան հեղինակներ, որոնք կարծում են թէ գեղձախտը ժառանգական սիֆիլիս է, միայն տարիների ընթացքում փոխուած, ուրիշ կերպարանք ստացած:

Այդ կարծիքն էլ, ինչպէս երևում է, անհիմն չէ:

Պատմութիւնը հաստատում է թէ նա շատ հին ժամանակներում գոյութիւն ունէր:

Բժշկական աշխարհագրութիւնը ցոյց է տալիս, թէ այդ հիւանդութիւնն ամէն ակող եղել է, նա ընդհանուր—համատարած հիւանդութիւն է:

Սմբողջ աշխարհում գժուար թէ մի անկիւն գանուի ուր նա չլինի, նա միւկնոյն ձեռով է երևան գալիս ինչպէս խոր հիւսիսում, նոյնպէս էլ հեռաւոր հարաւում:

Կլիման ազդեցութիւն չունի նրա վերայ, թէ պէս և դիտուած է, որ փոփոխական կլիմա ունե-

ցող երկրներում՝ դեղձախտաւորներ աւելի շատ են։
բայց և այնպէս դրախտային բարեխտունութեան
մէջ էլ այս հիւանդութիւնից ոչ ոք սպահովուած չէ։

Թէ ի՞նչ է դեղձախտի պատճառը—այս խնդրի
վերաբերմամբ կատարուած լուրջ ու բազմակողմա-
նի ուսումնասիրութիւններն ու հետազոտութիւն-
ները այս կարևոր եզրակացութիւնն են առաջ բերել,
թէ սա մի այնպիսի հիւանդութիւն է, որ գլխա-
ւորապէս կախումն ունի այսպէս ասած սօցիալա-
կան պայմաններից, այսինքն այն պայմաններից,
որոնց մէջ ապրում ու զործում են խլախտաւոր տղոց
ծնողներն և իրենք տղայքը, այնպէս որ խլախտի
առաջացման պայմաններն արդէն իսկ դոյութիւն
են ունենում և նորածին երեխան անհրաժեշտ կեր-
պով տառապելու գատապարտուած է լինում։

Գեղձախտը ժառանգական հիւանդութիւն է և
այս մասին ոչ մի կասկած կարող չէ լինել։

Ժառանգական կարող է լինել երկու կերպով․
նախ ճնտղներից նոյն հիւանդութիւնն անմիջաբար
զաւակներին է անցնում, այսպէս օրինակ՝ սիֆիլի-
սոտ մօրից ծնվում է սիֆիլիսի յայտնի նշաններով
տղայ․ երրորդ՝ ժառանգական լինելը նրանով է ար-
տայայտվում, որ երեխան ի ծնէ լինում է թուլա-
մարմին, նուազ, հիւանդոտ ու զործի չբլիմացող։

Խլախտաւոր ճնտղաց զաւակը դեղձախտով հի-
ւանդանում է կամ նոյն հասակում ու նոյն ձևով,
ինչպէս հիւանդացել են իր ճնտղքը և կամ թէ ու-
րիշ կերպով ու այլ հասակում։

Ոչ միայն դեղձախտաւոր այլ և նոյն իսկ թոք-

ախտով հիւանդ ճնողները խլախտաւոր զաւակներ
են ծնում:

Տիւօ կարծում է, թէ այն երեխաներն են միշտ
խլախտ ունենում, որոնց ճնողները բարակացաւ են
ունեցել. ուրիշ խօսքով ճնողաց բարակացաւն է
խլախտի պատճառը:

Այսպէս ուրեմն գեղձախան ու բարակացաւը,
սիֆիլիսն ու ճնողաց տարէց լինելը, նրանց, մա-
նաւանդ հօր, հիւժուած լինելը, արեւակցական կա-
պը (մօտ ազգականների մէջ եղած ամուսնութիւնը),
արբեցողութիւնը—այդ բոլորը նպաստում են գեղձ-
ախտաւոր սերնդի առաջացման:

Խլախտով տղայք ըստ մեծի մասին իրանց
ճնողների զոհ են, այն ճնողների, որոնք ամուսնա-
նալու ժամանակ միմիայն իրանց սեպհական հա-
ճոյքի վրայ են մտածել⁶ և ոչ թէ իրանց արած
քայլի չարագուշակ հետեանքների մասին:

Կան հեղինակներ որոնք կարծում են, թէ
գեղձախտը ոչ թէ միայն ժառանգական կարող է
լինել, այլ և ստացական՝ կեանքի վատ պայմաննե-
րի ազդեցութեան տակ:

Մեր կարծիքով ճշմարտութեան աւելի մօտ
կը լինենք, եթէ ընդունենք թէ խլախտի առաջաց-
ման համար ժառանգական հակումն անհրաժեշտ է
և միայն այս գէպքում արտաքին աշխարհի վնաս-
ակար պարազանները գեղձախտ են առաջ բե-
րում:

Այդ պայմանները շատ և շատ են:

Խօսենք զխաւորներից մի քանիսի մասին:

Հեղինակաւոր դիտնականներից ոմանք դիտել են, որ եթէ ծծմայրը խլախտաւոր է, ծծկեր մանուկն էլ խլախտով հիւանդանում է:

Ոչ միայն խլացաւոտ կամ ընդհանրապէս հիւանդ ու անզօր ծծմայրը՝ կաթ տալով խլախտ կարող են առաջ բերել, այլ և նոյնը կրլինի, եթէ անյարմար կերակուրներ տղոց տրուին:

Գեղձախտով հիւանդանում են մինչև անգամ աւելի հասակաւոր երեխաներ, երբ ժամանակից առաջ կերակրվում են պահոց բուսական կերակուրներով օրինակ, դեանախնձորով, հաճարէ հացով (սև հաց) և այլն:

Փոքրներին ընդհանրապէս շուտով հասակաւորների կերակուր տալը և առհասարակ դժուարամարս կերակուրը, սնունդի անընտրողութիւնը, քաղցրաւենիքները, ողելից խմիչքները, — այս բոլորը շատ են օգնում խլախտի շուտ երեւոլուն:

Բացի անփորձ ու աղէտ ծնողներից ոչ սակաւ նպաստում են խլախտի զարգացման և ծանօթները, որոնք ցանկանալով երեխայի սիրտը շահել, զանազան կոնֆեաներ, շոկօլատներ և այլն են տալիս:

Վատ, երեխայի հասակին անհամապատասխան և դժուարամարս կերակուրը անկասկած մարսողութիւնն է խանգարում:

Վատ կերակուրը վատ էլ մարսվում է և հետևապէս մարմնին լաւ սնունդ չի տալիս. ապա ուրեմն մարդուս ոյժերն թուլանում են և զարմանալի չէ, եթէ այդպիսի հանդամանքներում խլախտն երեւան դայ այս կամ այն ձևով:

Հէնց այդ աեսակէտով էլ պէտք է ընդունել անհամապատասխան կերակուրների ազդեցութիւնն այն աեսակ խլախախ զարգացման վրայ, որ մի քանի հեղինակներ ուղղակի կոչում են կերակուրների ու վատ սննդեան խլախա:

Գեղձախախ երեւոյուն ոչ պակաս նպաստում է և այն բնակարանը, ուր երեխան է սպրում:

Մանաւանդ մեծ նշանակութիւն ունի սննեակի խոնաւութիւնը:

Ծառ գիտողութիւններ ցոյց են առել, որ երբ սննեակը խոնաւ չէ եղել, երեխաներն էլ առողջ են եղել, իսկ երբ խոնաւ բնակարան են փոխուել, աղայքն էլ խլախատիւ են հիւանդացել:

Սյուպէս մի գիտական ճշտութեամբ աեսել է, թէ ինչպէս 3 տարեկան մի աղջկայ խլախա մէկ ու կէս տարուայ ընթացքում զարգացել է:

Բանից դուրս է եկել, որ Հէնց այդ մէկ ու կէս տարին նրանք սպրելիս են եղել խոնաւ բնակարանում:

Անտարակոյս, բացի խոնաւութիւնից, որիչ պատճառ չի եղել և այդ հաստատուում է նրանով, որ առաջ չոր բնակարանում երեխան առողջ է եղել:

Սյս աեսակէտով աւելի վտանգաւոր է նոր շինութիւնը, մանաւանդ քարէ, որի խոնաւութեան ամենազլիսաւոր պատճառը ժամանակից առաջ սուաղելն է:

Խոնաւութեան ազդեցութիւնը խլախախ ծագման վերայ շատ պարզ ու հասկանալի է. եթէ բնակարանի պատերը չոր են, այն ժամանակ շնչելու

Համար սենեակի փչացած, անպէտք օդը կամաց
կամաց և աննկատելի կերպով դուրս կըզայ պատի
ծակոտիններից՝ տեղ տալով դրսի թարմ օդին, այ-
սինքն՝ կատարվում է մշտական հեշտ ու աննկա-
տելի օդափոխութիւն. վատ օդը դուրս է գալիս,
թարմն ու առողջարարը ներս մտնում:

Բայց երբ տան պատերը խոնաւ են լինում, այն
ժամանակ դրսի թարմ օդի հոսանքին արգելք են
լինում, և մի տեսակ պատնէշ կազմելով, թոյլ չեն
տալիս սենեակի մէջ մշտապէս թարմ օդ ունենալ.
այդպիսի հանգամանքում տան մէջ ապրողները
ստիպուած են լինում սենեակի անպէտք ապական-
ուած օդը շնչել:

Խոնաւ բնակարաններում խլախտ առաջանալու
պատճառը միմիայն վատ ու փչացած օդը չէ, կայ
և մի ուրիշ հանգամանք, այն է, որ այդպիսի բնա-
կարաններում հեշտութեամբ կարելի է մրսել:

Չոր սենեակի մէջ մեղ լաւ ենք զգում, երբ
բարեխառնութիւնը 14—15° R. աստիճան է լինում
և պատճառն այն է, որ սենեակի մէջի առարկանե-
րը, ապա ուրեմն և մարդս, հաւասարաչափ են տա-
քանում:

Այն ինչ նոր շինութեան մէջ, խոնաւ պատերի
չնորհիւ, միւլենոյն աստիճանի բարեխառնութեան ժա-
մանակ սարսուռ ենք զգում, մանաւանդ երբ պա-
տերին ենք մօտենում:

Այս դէպքում բոլոր առարկաները հաւասարա-
պէս չեն տաքանում, պատերն ու յատակը աւելի
պաղ են լինում:



Մարմնու այն մասը որ պատերին կամ յատակին աւելի մօտ է աւելի է տաքութիւն կորցնուս, քան միւս մասերը. որովհետեւ ջերմութեան մի մասը կուլ է դնում պատերի կամ յատակի խոնաութեան մէջ:

Այդ պատճառով էլ մարդու մարմնի տաքութիւնը կանոնաւոր ու հաւասարաչափ չի մնում, և հէնց այդ պատճառով էլ մարդս մրսում է, և այս հանգամանքը ինչպէս հետազօտութիւններն են ցոյց տալիս, մեծ դեր է խաղում խլախաի յառաջացման մէջ:

Հասկանալի է ուրեմն, որ խոնաւ սենեակների մէջ աւելի հեշտ է լրսել քնած ժամանակ, որովհետեւ, սովորաբար մեր ինչպէս և երեսայոց մահճակալներն ու օրորոցները պատերի մօտ ենք դնում:

Թէ որպիսի անխոհեմ բան ենք անում, այդ պարզ ցոյց է տալիս վերոյիշեալը:

Ինչ նոսաի, ինչ ձևով էլ սենեակի օդը փչացած լինի, այնու ամենայնիւ այդ օդը կրնալաստ խլախաի յառաջացմանը:

Օժանդակող հանգամանք է հանդիսանում բացի խոնաութիւնից նաև լուսոյ բացակայութիւնը (արեգակից օդը ջերմութիւն ու ոյժ է ստանում):

Սենեակում ապրողների շատութիւնը, մանկանոցի խանձարուրները, դիշերային մեղամանները և այլն այդ բոլորը օգն են ապականում և ապրողներին թունաւորում:

Մարդիկ հեշտութեամբ կարող են թունաւորուել լոկ միայն փչացած օդից:

1756 թուին մի գիշերուայ մէջ սե սյրում
փակուած 146 անգլիացի գերիններից 123 հոգի
մեռան:

Ապականուած օգը միասէս է ազգում ժողո-
վրդի բոլոր խաւերի վրայ, ճնայելով նրանց հարուստ
կամ աղքատ լինելուն:

Ուրիշ խօսքերով՝ ժողովրդի բոլոր դասակար-
գերումն էլ սակաւ են ուշք դարձնում օգի մաքրու-
թեան, և շատերն այդպէս են վարվում ոչ թէ չքա-
ւորութեան, այլ խորին ազիաութեան պատճառով:

Բազմաթիւ իրողութիւններ պարզ ցոյց են
սալիս այն ազգեցութիւնն որ օյն ունի խլախտի
առաջացման վրայ:

Սաքսոնիայի մէջ կոյրերի մի անկելանոցում
նկատել են, որ այն օրուանից երբ գեղձախտով հի-
ւանդներն աւելի յաճախ մաքուր օգի մէջ են զբօս-
ներ, խլախտաւորների թիւը նուազել հասել է 15⁰/₀-ի:

Նոյնը հաստատում են և գիշերօթիկ զպրոց-
ներն ուր աշակերաններն իրենց ժամանակի մեծա-
զոյն մասը անց են կայնում՝ ապականուած և խեղ-
զուկ սենեակների ու ննջարանների մէջ, այստեղ էլ
գեղձախտաւորների թիւը մեծ է լինում:

Այդ կողմից մանաւանդ վատ համբաւ ունին
ինստիտուտների և կուսանոցների ննջարանները:

Չնայելով, որ օրիորդաց գիշերօգիկ զպրոցների
ննջարանները իրանց կազմակերպութեամբ բոլորո-
վին նոյն և նման են տղայոց ննջարաններին, այ-
նուամենայնիւ աղջկերքն այդ միևնոյն պայմաննե-
րում աւելի յաճախ են խլախտով հիւանդանում:

քան թէ աղայք, այս դիտողութիւններն են թաղրել
են տալիս թէ աղջիկներն աւելի շուտ են հիւան-
դանում ննջարանի հետեւապէս և ամէն տեսակ փճա-
ցած օդից, քան թէ աղայք:

Այս երեւոյթն ամենայն հաւանականութեամբ
այսպէս պէտք է բացատրել, թէ օրիորդներն առ
հասարակ աւելի թոյլ ու քնքոյշ արարածներ են,
քան թէ աղայք:

Եթէ վերոյիշեալ բոլոր պայմաններն էլ միա-
սին գործեն, այն ժամանակ հասակաւորներն անգամ
կարող են գեղձախտով հիւանդանալ:

Բանաւերի խոնաւութիւնը, լուսի պակասու-
թիւնը, զիշերային պէտքերի համար դրած դոյլերն,
վատ սնունդը և մանաւանդ բանտարկուածների հո-
գու ընկճուած դրութիւնը կարող են խլախտ առաջ
բերել նոյն իսկ այն հասակաւորների մէջ, որոնք
մինչև իրանց բանտարկուելն առողջ են եղել և խլախ-
տի մի թոյլ նշան անգամ չեն ունեցել:

Մի քանի հեղինակներ գեղձախտի այս տեսա-
կը «զգաստացուցիչ տների խլախտ» են կոչում:

Այս արտաքին պայմաններն են պատճառ ներք-
նայարկների, հաւանոցների պէս փոքրիկ սենեակների
խլախտաւոր երեխաների անչտփ բազմութեանը:

Հասկանալի է նոյնպէս, թէ ինչո՞ւ զիւղերում
խլախտաւորների թիւը մեծ է:

Այնտեղ ամառ ժամանակ արեգակը, պարզ օդը,
խաղերն ու լողանալը որքան որ բարերար ազդեցու-
թիւն են գործում երեխաների առողջութեան վրայ,
նոյնքան վատ են ձմեռուայ պայմանները, օրինակ-

յաճախակի ծխոտ խրճիթները, ուր հասակաւորն ու մանուկը, խողն ու հորթը, այճն ու ոչխարը միասին են բնակւում, և որտեղ օգը միանգամայն խեղդիչ է, ճնշուած է, երեխաների առողջութիւնը մաշում են և թաքնուած խլախտը շատ պարզ նշաններով երեւան բերում:

Կեանքի այսպիսի անբարեյաջող պայմանների շնորհիւ է, որ խլախտով հիւանդների մեծամասնութիւնը, թէ՛ զիւղերում և թէ՛ քաղաքներում, չքաւոր, աղքատ ընտանիքներից է լինում:

Սյս ամէնը զիանալով թերեւս կարելի լինի կարծել, թէ խլախտը միմիայն խեղճերի ու աղքատների հիւանդութիւն է:

Բայց այսպիսի եզրակացութիւն միանգամայն միակողմանի է. զեղձախտը կարող է մեծ ծաւալ ստանալ նաև ունևորների ու հարուստների մէջ:

Դիտողութիւնը ցոյց է տալիս, թէ խլախտի նկատմամբ չքաւորութիւնն էլ, հարստութիւնն էլ միևնոյն հետեւանքներին են հասցնում:

Սյն հանգամանքը, որ չքաւորները չեն կարողանում երեխային ապրելու և զարգանալու փոքրի շատէ տանելի պայմանների մէջ դնել, նրանց անհողութիւնը դէպի երեխաները, կրթելու հնացած ու մաշուած միջոցները նամանաւանդ, հարուստ երեխաների չափազանց քնքշացումը, պատճառ են լինում երեխաների մարմնապէս հիւժուելուն և զեղձախտով հիւանդանալուն:

Որ սպահով կեանքը տակաւին զբաւական չէ, թէ խլախտ կարող է չերեւալ՝ կ'ապացուցէ մեզ այն

պարագան, որ խիստ սպաճով պայմաններումն իսկ խլախտը զարգանում է. օրինակ, ինստիտուտներում, մեծ մասամբ հարուստ օրիորդների համար հաստատուած վանական կրթարաններում, դիշերօթիկ զըպրոցներում և այլն:

Ինչպէս դիտողութիւնները հաստատեցին, մի քանի վարակիչ հիւանդութիւններ, մանուսնդ + Բէշը — կարմրուկ, կարմրախտը (սկարլապին), իսկական ծաղիկը, ժանտատենդը (տիֆ), կապոյտ հազը (կոկլիւշ) թոքերի բորբոքումն խլախտ յառաջացնելու ընդունակ են:

Այս ճանապարհով գեղձախտը երկու կերպ է առաջ գալիս:

Յիշուած հիւանդութիւնների մէկից յետոյ անմիջապէս խլախտի նշաններն են երևում, որոնք առաջ աննկատելի էին, և այսպիսով վարակիչ հիւանդութեան պատկերն են լրացնում:

Այսպէս օրինակ՝ քութէշի ժամանակ յաճախ բորբոքվում է կոպերի լորձաթաղանթը, և այդ քութէշային բորբոքումն աննկատելի կերպով անցնում է խլախտացին բորբոքման, որ քութէշի հետ միաժամանակ չի վերջանում, այլ դեռ երկար նրա վերջանալուց յետոյ էլ շարունակվում է:

Նոյնպէս և դիֆտերիաի միջոցին վղի ու ճնատատակի գեղձերի ուռոյցքը դիֆտերիաի հետ միասին չէ անցնում և աննկատելի կերպով կամոց-կամաց բորբոքում է յառաջանում, իր արդէն մեզ յայտնի բոլոր հեռեանքներով:

Այլև արագօրէն յայտնվում են և խլախտի միւս բնորոշ նշանները (ցաւ և այլն):

Մի քանի այլ գէպքում երեխան դանդաղ ու թոյլ կերպով է առողջանում յիշուած որ և է հիւանդութիւնից և առողջանալուց ամիսներ վերջը խլախտի զանազան նշաններն են երևում:

Ինչպէս բացատրենք քութէշի, կարմրախտի և այլ հիւանդութիւնների ազդեցութիւնը խլախտի առաջացման վրայ,—որ մի այդպիսի ազդեցութիւն կայ, այդ անտարակուսելի և դիտութեան մէջ ապացուցուած ու ընդունուած իրողութիւն է:

Քութէշը, զիֆաերիտը և միւս զբանց նման հիւանդութիւններն խլախտի հետ էսպէս ոչ մի կապ չունին. նրանց հետ միաժամանակ միշտ ջերմ է լինում որ և մարմնի մէջ դադանի մնացած խլախտը լոյս աշխարհ է հանում:

Ջերմն ընդհանրապէս թուլացնում է մարդկային մարմինը, նա սուելի սաստիկ է թուլացնում երեխային, մանուկանդ խլախտ ունեցողին, որ արդէն ի բնէ թոյլ է լինում:

Արդէն աեսանք, որ երեխային թուլացնող ամէն մի պարագայ կարող է խլախտ առաջացնել. հետեւապէս ջերմային հիւանդութիւններն էլ, որ խիստ թուլացնում են կարող են նոյնը կատարել:

Բացի այս յիշեալ ցաւերի ժամանակ (քութէշ և այլն) հիւանդանում են կամ մարմնի կաշին, կամ գեղձերը և կամ, վերջապէս թէ կաշին և թէ գեղձերը:

Կաշու և գեղձերի այսպիսի զրգուումները մա-

սամբ ծառայում են իբրև անմիջական պատճառ խլախտի, որովհետև, ինչպէս արդէն վերեն էլ ասել ենք, խլախտի միջոցին հէնց նոյն կաշին ու զեղձերն են գլխաւոր խանգարմունքի առարկան, նրանք են ամէնից յաճախ այդ խանգարմունքին ենթարկվում:

Նատերը խլախտի առաջացման պատճառ համարել են նաև ծաղկի պատուաստումը:

Այս կարծիքի մէջ էլ մի փոքր ճշմարտութիւն կայ:

Եթէ մի խլախտաւոր երեխայի ծաղկի պատուաստով մի ուրիշին պատուաստենք այն ժամանակ ամենայն հաւանութեամբ կարող ենք բնութենէլ թէ խլախտով անմիջապէս վարակում ենք:

Եթէ խլախտաւոր ծծմայրն իւր խլախտով վարակում է երեխային, ապա ուրեմն և խլախտաւոր երեխայից վերցրած ծաղկի պատուաստը կարող է վարակել մի ուրիշին, որին որ ծաղիկ են պատուաստում:

Բայց պէտք է նկատել, որ խլախտով անմիջական վարակուելու հարցը վիճելի է և նրա պատասխանը բացասական է, քան դրական, որովհետև խլախտով անմիջական վարակուելու դէպքեր գեոյայանի չեն:

Չնայելով այս բանին Ալբրեխտ գիանականը զգուշացնում է, որ մի երեխայից միւսին ծաղիկ չք պատուաստեն:

Մի երեխայից միւսին (ձեռից - ձեռ) ծաղիկ պատուաստելը վաղուց թողել են, որովհետև դի-

պութիւնն ապացուցել է, որ այդ տեսակ պատու-
աստման միջոցով կարելի է պատուաստել ոչ միայն
ճաղիկ, այլ և սիֆիլիս:

Աժմ ճաղիկի պատուաստը հորթերից են առ-
նում:

Այսպէս ուրեմն վարակիչ հիւանդութիւնները,
ինչպէս օրինակ, քութէշ, կարմրախա (կարմրուկ են
ասում շատ տեղեր) և այլն նոյնպէս և ճաղիկի պատ-
ուաստը ինքն ըստ ինքեան գեղձախա սուսջացնել
չեն կարող, որովհետեւ էապէս նրա հետ ոչ մի կապ
չունին, այլ միայն նորոգում են կամ, եթէ կարելի է
այսպէս ասել արթնացնում են դաղանի խլախար:

Գեղձախա սուսջացման մէջ պակաս դեր չէ խտ-
ղում նաև մարմնի ու գլխի անմաքութիւնը:

Կեղտոտ մարմինը քոր է դալիս, քորում են, և
նա շուտ բորբոքվում է. դրա հետևանքն այն է լի-
նում, որ սուսջ են դալիս զանազան ցաներ, որոնք
յետոյ խլախաի ցան են դառնում:

Նոյն հետևանքն է ունենում և երեխային չա-
փից գուրս փաթաթելը: Իրանից երեխայի մարմի-
նը քրանում է, կաշին կճեպվում ու զրգովում շատ
հեշտութեամբ էլ մրսում է:

Խլախա յառաջացնող մեր յիշած բոլոր պատ-
ճառները ինքն ըստ ինքեան ցոյց են տալիս, թէ
ինչ նախազգուշութիւն պէտք է ձեռք առնել նրա
տարածման առաջն առնելու:

Արդէն գիտենք, որ խլախար ժառանկական հի-
ւանդութիւն է: Ուստի խլախար հիմնաւորապէս
ոչնչացնելու համար նախ պահանջվում է որ խլախ-

տաւոր, սիֆիլիսիկ ու թորախտաւոր անհատներ չամուսնանան ինչպէս և մերձաւոր արեւնակցական ամուսնութիւններից խոյս տան:

Այն ինչ ներկայումս բոլորովին հակառակն ենք տեսնում:

Ամուսնանալիս աւելի մեծ ուշադրութիւն են դարձնում օժիտի, քան թէ առողջութեան վրայ:

Մեծ մասամբ առողջութեան երկրորդական նշանակութիւն են տալիս:

Յամախ պատահում է, որ շատերը հէնց որ սիֆիլիսից առողջանում են, որպէս զի ազատուն երկրորդ անգամ վարակուելու վասնպից, կամ նոյն իսկ աւելի աններելի պատճառներով իսկոյն շտապում են ամուսնանալ:

Այժմս նիւթական տեսակէտով ապահով կեանք շատ ուշ կարելի է ձեռք բերել:

Այստեղից էլ յառաջանում են անհաւասար, ուշ ամուսնութիւններ և այլն:

Այս բոլորն անկասկած վատ է ազդում հետագայ սերնդի վրայ, հետեւաբար և վնասակար է տէրութեան շահերի տեսակէտով:

Հասարակութիւնն ընդհանրապէս այդ տեսակ ամուսնութիւններին չի նայում այնպիսի զրուանքով, որին արժանի են իսկապէս նրանք:

Բայց աւելի խստապահանջ բնութիւնն է բողոքում երբ մի որ և է անհատ իւր սեպհական կրքի համար ամբողջ հասարակութեան շահերն է խախտում, և այդպիսի անհատներին պատժում է ոչ միայն նրանով, որ նրանց կեանքը փոխադարձ

տանջանք է դարձնում, այլ և նրանց որդոց վրայ
թուլութեան և այլասերման կնիք է դրոշմու:

Բժիշկները շատ անգամ են իրանց ձայնը բար-
ձրացրել ու պահանջել, որ տէրութիւնը միջամտէ
այս հարցու:

Բայց հաղիւ թէ կարելի լինի միջամտել այդ
տեսակ դործում, դա խիստ կրճնշէր հասարակու-
թեան ազատութիւնը:

Այդ պատճառով էլ աւելի ցանկալի է, որ ստի-
պողական միջոցների դիմելու փոխանակ՝ աշխատեն
համոզել հասարակութեան, որ նա ինքնակամ հեռու
կենայ այդ տեսակ ստուսնութիւններից:

Ամէնից առաջ պէտք է հողալ որ բնակարանը
չոր, սաք, լոյս ու բնվարձակ լինի:

Պէտք է խոյս տալ նոր շինուած տների ու
խոնաւ բնակարանների մէջ բնակելուց:

Եթէ յաճախ տանտէրերը մեղաւոր են, որ սա-
րուայ անձրեային ևղանակներին են աներ շինում
և այն էլ հեշտութեամբ խոնաւութիւն բնդունող
նիւթերից, որ ժամանակից առաջ են սոււաղում և
ձմեռը վառարաններ չեն վառում ու շատ շուտ վար-
ձով աալիս, միւս կողմից էլ յաճախ հէնց իրենք վար-
ձողները չոր բնակարանները խոնաւ են դարձնում:

Այդ պատահում է այն դէպքում, երբ բնակա-
րանում շատ մարդիկ են սպրում և մանաւանդ երբ
բնակարանի մէջ մեծ քանակութեամբ սպիտակեղէն
են լուսնում, մի երեւոյթ որ բոլորովին սովորական
է խեղճ ու աղքատ բնասանիքներում:

Այսպիսի պայմաններում նոյն իսկ չոր բնակա-

բանն էլ շատ շուտ ու հեշտութեամբ է խոնաւանում՝ իւր հետ բերելով խոնաւութեան բոլոր վնասակար հետեանքներն առողջութեան վերաբերմամբ:

Յաճախ նոյն իսկ հարուստ ընտանիքներում երեխաների խանձարուրքի շորերը լուսնում են հինգ տեղն ու տեղը երեխաների սենեակում:

Խլախաից խուսափելու երկրորդ կարևոր պայմանն է որքան կարելի է յաճախ մաքրել սենեակի փչացած օդը դրսի թարմ, մաքուր օդով:

Իրա համար գործ են գնում զանազան միջոցներ, որոնց մէջ ամենից պարզն ու ընդհանուր գործածականը լուսամուտների օդանցքներն են:

Բայց ճշմարտութիւնն այս է, թէև շատ տարօրինակ ճշմարտութիւն, որ մենք շատ ուշ-ուշ ենք բաց անում այդ օդանցքները:

Իսկ ուշ-ուշ ենք բաց անում, որովհետև վախենում ենք, որ օդանցքով տաքութիւնը դուրս կը գնայ և տունը կը պաղի, իսկ նորից տաքացնելու համար պէտք է վառարանները աւելի շատ վառել, աւելի շատ ծախս անել:

Բայց բանն այդ չէ. նոյն իսկ հարուստ մարդիկ շատ են սիրում տաք օդ և մոռանում են, որ փչացած օդը մարդու թոքերի համար թոյն է:

Մանաւանդ այդ աչքի է ընկնում այն բնակարաններում, ուր շատ մարդիկ են ապրում, որտեղ մարմնից բարձրացող զանազան գոլորշիները, կեղտոտ ձերմակեղէնի և ուրիշ հազուսանների հոտը շարունակ թունաւորում են օդը:

Թէ որքան քիչ ուշադրութիւն են դարձնում

աղայոց սենեակի օդի մաքրութեան վրայ՝ նոյն իսկ ունեոր ընտանիքներում, այդ ցաւով կրխոստովանի ամէն մի բժիշկ ու կողմնակի դիտող:

Նոյն իսկ հարուստ ընտանիքներում երեխայի կեղտոտ լաթերը չորացնում են հէնց երեխայի սենեակում, այդ տեղ են թողնում դիշերային մէզամանները և այլն. իսկ հետեանքն այն է լինում, որ արդէն իսկ հեռուից, դեռ ներս չմտած՝ միայն հոտից կարելի է իմանալ, թէ այդ աղայոց սենեակն է:

Սյդ պատճառով անհրաժեշտ է սենեակից հեռացնել օդն ապականող բոլոր աղբիւրները՝ կեղտոտ լաթերը, անօթները և այլն, անհրաժեշտ է օդանցքներ, լուսամուտներ բաց անել, և կամ աւելի լաւ է, թէ և թանգ, ձեռք բերել սենեակի օդը մաքրելու համար աւելի բարդ, բայց աւելի յարմար ու օգտակար միջոցներ:

Բացի այդ պէտք է աշխատել, որ բնակարանների և մանաւանդ մանկական սենեակների լուսամուտները հեռու լինեն աղբի ու կեղտոտ ջրի հորերից և ընդհանրապէս օդն ապականող ուրիշ աղբիւրներից:

Որովհետեւ գեղձախտից ազատ լինելու համար բնկարանի չորութիւնն ու տաքութիւնը կարևոր նշանակութիւն ունին, ուստի այդպիսի հիւանդների համար աւելի լաւ են փայտաշէն և ոչ քարաշէն աներ:

Փայտաշէն աներն աւելի չոր են, նրանց օդն աւելի շուտ ու հեշտ կարելի է նորոգել դրսի թարմ օդով:

Իրա պատճառն այն է, որ փայան աւելի քիչ է իւր մէջ խոնաւութիւն ընկունում, քան այն նիւթերը, որոնցից շինում են քարեայ աները, մանաւանդ սոււազի համար դործածուող կիրը:

Այդ պատճառով էլ փայտաշէն աներն աւելի դժուար են խոնաւանում:

Բայի դրանից՝ փայտաշէն աներում՝ զերանների մէջ միշտ ձեղքեր են լինում, որոնց միջոցով արտաքին օդը նշտութեամբ բնակարանն է մտնում և ապականուած օդի աեղը բռնում:

Ընդհանրապէս փորձը ցոյց է աւելի, թէ առողջութեան համար փայտաշէն աներն աւելի օգտակար են ու նպատակայարմար քան թէ քարեայ աները:

Սնցնելով այժմ այն հարցին, թէ ի՞նչպէս պէտք է պահել երեխային, որ մեր կարծիքով զեղձախտ պէտք է ունենայ, պէտք է նկատենք, որ այս մասին հոգս պէտք է քաշել նոյն իսկ մանուկի ծննդից:

Երեխայի կեանքի և կանոնաւոր զարգացման առաջին պայմանը կազմում են նրա հասակին համապատասխան սնունդը:

Իսկ նորածնի համար ամենալաւ սնունդն իր հարազատ մօր սեւհիւսկան կաթն է:

Բայց նորածնին զեռ չկերակրած՝ պէտք է լաւ քննել մօր ուժերն ու առողջութիւնը. եթէ մայրը զեղձախտ ունի կամ ընդհանրապէս թոյլ, սակաւարին և ուժասպառ է և նոյն իսկ եթէ այդ բոլորի պատճառն անյայտ է մնացել, աւելի լաւ է, որ մայրը հրաժարուի իւր զաւակին կերակրելու բաղդաւորութիւնից:

Աւելի լաւ է այդ դէպքում երեխան տալ մի որ և է փորձուած ծծմօր:

Անհրաժեշտ է, որ ծծմայրը բոլորովին առողջ լինի:

Իսկ եթէ միջոցները չեն ներում ծծմայր վարձել, պէտք է արուեստական կերպով կերակրելու միջոցների դիմել:

Ընդհանրապէս կարելի է ասել որ երեխաներին արուեստական միջոցներով կերակրելը ցանկալի բան չէ:

Գեռ այդ միջոցներին չ'դիմած՝ պէտք է խորհրդակցել փորձառու բժշկի հետ և որ ամէնից զրէխաւորն է նրա բոլոր պատուէրները ճշտութեամբ կատարել, որքան էլ նրանք չնչին ու մանր երեւան, մի խօսքով կատարել այն բոլորը, ինչ որ կը պատուիրէ բժիշկը առանց մի մտղ անդամ շեղուելու նորա պատուէրներից:

Մօր և ընդհանրապէս կնոջ կաթի տեղ բըռնում է կովի կաթը:

Քանի երեխան մեծանայ, հետզհետէ և մեծ զգուշութեամբ նորա սննդի մէջ պէտք է մտցնել բուսական սննդարար նիւթեր, ապա նոյն զգուշութեամբ և աննկատելի կերպով կարելի է երեխային կերակրել կենդանական սննդով, ինչպէս օրինակ մտով և այլն:

Այս ամէնը պէտք է անել աստիճանաբար իւր ժամանակին, առանց շտապելու և խիտ կերպով յարմարուելով երեխայի հասակին, կազմուածքին ու մարտողութեանը:

Այդ պատճառով էլ հասկանալի է, որ աւելի լաւ է այս բոլորի համար խորհրդակցել բժշկի հետ:

Նոյն իսկ աւելի հասակաւոր երեխայի սնունդը պէտք է խիստ ընարութեամբ լինի:

Մանուանդ պէտք է զգուշանալ, որ երեխան չուտով չգործածէ այն, ինչ որ գործ են ածում հասակաւորներն, պէտք է նայել որ նա չափից դուրս շատ չուտէ անուշեղէն, ոգելից խմիչքներ չգործածէ և այլն:

Այս խօսքերից յետոյ հասկանալի է արդէն, թէ ինչ արժէք ունի ծնողների հրճուանքը, թէ իրանց որդին ուտում խմում է այն ամէնը, ինչ որ իրենք, թէև մանուկը մի տարեկան հազիւ է եղել:

Այդ տեսակ ծնողները շատ չեն տարբերվում նրանցից, որոնք մուրացկանին հացի փոխարէն քար են տալիս:

Առանց մանրամասնութիւնների մէջ մտնելու կասենք որ խլախտից խուսափելու կամ խլախտը թուլացնելու համար սնունդը պէտք է կենդանական լինի (մսային, կաթնային), պէտք է որոշ չափով տրուի երեխայի մարսողութեան գործարանների կարողութեան համեմատ:

Բուսական սնունդը (հաց, կարտոֆիլ և այլն) չափազանց ծանրաբեռնում է ստամոքսը, ուստի և փնասակար է, ինչպէս և փնասակար են ալիւրից պատրաստած զանազան կարկանդակները:

Բայց ինչ տեսակ սնունդ էլ լինի պէտք է տալ որոշ չափով և որոշ ժամանակում:

Ապացուցուած է որ խլախտը զարգանալուն

նաբաստում է և այն, որ երեխաներին խիստ յաճախ են կերակրում և կամ մէկ անգամից շատ են ուտեցնում:

Կարևոր նշանակութիւն ունի և երեխաներին վարժեցնել, որ նրանք ազգականներից ու ծանօթներից զանազան անուշեղէններ չառնեն, որովհետև այս տեսակ ընծաների հետեանքն այն է լինում, որ երեխաներն ուտում են իրենց առողջութեան համար վնասակար բաներ և կամ չափից դուրս շատ, որ նոյնպէս մեծ մասամբ վնասակար է նրանց առողջութեան:

Գեղձախտաւոր երեխաների սննդառութիւնը զօրացնելու համար՝ անցեալ դարից մինչև օրս խորհուրդ են աալիս փրփրուկ կոչուած ձկան իւղը գործածել:

Ամենալաւ ձկան իւղը ստացվում է փրփրուկի լեարպից, այդ ձուկը ապրում է հիւսիսային ծովերում (սովորաբար բերում են Նորվեգիայից), նրա իւղը լինում է սպիտակ ու դեղին:

Փորձերը ցոյց տուին, որ այդ իւղը գործածելով խլիստաւոր երեխան «գոյնի է դալիս» և գերանում է:

Իսկական «ձկան իւղը» կեղծից տարբերելու ամենալաւ նշանն այն է, որ այդ իւղը բնորոշ ձկան հոտ ունի:

Երկար վէճեր են եղել թէ ի՞նչ ազդեցութիւն ունի ձկան իւղը խլիստի վրայ, և այժմ այն եզրակացութեան են հասել, թէ ձկան իւղի ներգոր-

Տուրթեան միակ պատճառը նրա սննդարար ու դիւրամարս լինելն է:

Վերջին ժամանակներս ձկան իւղի փոխանակ խորհուրդ են տալիս կարագ գործածել:

Խլախտաւոր երեխաներին ձկան իւղ են տալիս նայելով հասակին թէի կամ կերակրի զգալով օրէնը մի քանի անգամ. ամենից լաւ է նախաձաշից, ձաշից և ընթրիքից կէս ժամ յետոյ:

Ձկան իւղի անհաճոյ հոան ու համը անզգայ դարձնելու համար պէտք է ստիպել, որ երեխան փակէ իր քիթը, իսկ խմելուց յետոյ բերանն անուշացնելու համար կարելի է սալ գաղձի գնտակ (Մեաանայա լեպեօշկա):

Մի քանի երեխաներ այնպէս են վարժվում ձկան իւղի, որ իրենք, առանց որ և է ստիպման, ուտում են հացի հետ և զգալով խմում:

Բայց ընդհանրապէս երեխաներն սկզբում փախչում են խմելուց:

Կան երեխաներ, որոնց օրգանիզմն բոլորովին չի կարող ձկան իւղ ընդունել. նրանց սիրտը խառնում է, փսխում են, փորը սաստիկ ցաւում է, ու լուծում:

Սյսպիսի դէպքում պէտք կը լինի այդ օգտակար ու վաղեմի դեղից հրաժարուել, որ իւր օգտակարութեամբ արժանի է վայելած հոշակին:

Եթէ երեխան չի կարողանում խմել, այն ժամանակ ամէն օր 1—2 զգալ իւղով կարելի է նրա կռնակը, փորը, ուսերը մօտ հինգ բոպէ շփել:

Չը պէտք է ձկան իւղ տալ այն երեխաներին, որոնք «[Թոյլ ձեւի]» խլախտ ունին:

Չը պէտք է տալ նոյնպէս և ամառը:

Ձկան իւղի ներգործութիւնն երեւում է երկար ժամանակ անցնելուց յետոյ, այդ պատճառով էլ հարկաւոր է ամիսներ, նոյն իսկ տարիներ շարունակ տալ այդ իւղը:

Լաւ է չորս կամ վեց շաբաթ անցնելուց յետոյ ընդհատել մի կամ երկու շաբաթով և սպաս նորից սկսել:

Ձկան իւղի փոխարէն օգտակար է նոյնպէս մսի հիւթ, սեր և կարագ գործածել:

Աւելի լաւ է այս միջոցները մի թէի կամ կերակրի զգալի չափ խառնել սպուրի կամ կաթի հետ, և այնպէս տալ:

Մենդատութիւնից պակաս կարեւոր նշանակութիւն չունի և շնչատութիւնը, այսինքն՝ լաւ, առողջ ջարար, թարմ օդ ներշնչելը:

Ուստի հարկաւոր է, որ տղայոց սենեակները մեծ, չոր ու լոյս լինեն և լաւ օդանցքներ ունենան:

Բայց աւելի կարեւոր է, որ երեխաները կարողանան ամէն օր ման դալ բաց օդում, պարտիզում, ծառուղիներում, բակում, եթէ միայն բակը մաքուր է և այլն:

Շատ ցանկալի է, որ խլախտաւոր երեխաները ամառն անց կացնեն ամառանոցում, որքան կարելի է քաղաքից հեռու, մի այնպիսի անոց, որտեղ կարող են ազատ կեանք վարել, մաքուր օդ շնչել և ա-

զատ լինել սովորական խառնակ կեանքից ու փոշուց:

Մանաւանդ ցանկալի է որ զիշերօթիկ աշակերտները, որոնք զրեթէ շարունակ գասարանների ու ննջարանների սպականուած օգուժն են անցկացնում իրանց օրերը, հնար ունենան մաքուր օգնչելու:

Ուստի և ցանկալի է, որ ամէն մի դպրոց մաքուր և ընդարձակ բակ ունենայ, աւելի ևս լաւ պարտէզ որտեղ աշակերտները կարողանան զբաղմունքներից ազատ ժամանակն զբօսնել ու խաղալ:

Թէև խլախտաւոր երեխան թոյլ արարած է և անկասկած՝ պահանջում է աւելի մտապիւր հոգացողութիւն, բայց այդ խնամքը կանոնաւոր ուղղութիւն պէտք է ունենայ. ազիտաբար խնամելուց աւելի վատ բան կարող չէ լինել:

Այս ամէն տեղ էլ տեսնում ենք:

Խլախտաւոր երեխաներին փաթաթում են անվերջ խանձարուրներով, նրանց շատ տաք ու փափուկ են պահում:

Այն ինչ ընդհակառակն հէնց սկզբից պէտք է վարժեցնել այդ տեսակ հիւանդներին գիմնասկան լինելու:

Այս տեսակէտով անչափ օգուտ են բերում երեխաներին լուացումը, լողացումն, և վաննա ընդունել սալը:

Իրանք օգտաւէտ են երկու տեսակէտով՝ նախ՝ մարմինը միշտ մաքուր է մնում, սպա ուրեմն և խլախտով հիւանդանալու պատճառներից մինը պակասում է, և երկրորդ՝ վաննացում ջրի սաքու-

Թեան աստիճանը յարմար կերպով փոխելով՝ կարելի կը լինի երեխայի մարմինը զիմացկուն դարձնել, հեռեապէս և ազատել նրան մրսելու վտանգից:

Լաւ է սկսել տաք վաննաներից և աստիճանաբար իջնել սառը վաննայի:

Պաղ վաննան մանաւանդ մեծ օգուտ է տալիս «Թոյլ խլախախ» ժամանակ:

Բացի հասարակ վաննաներից՝ օգտակար են և աղի վաննաները, որ կարելի է պատրաստել ջրի մէջ մէկից մինչև հինգ գրուանքայ հասարակ կամ ծովային աղ լցնելով:

Վաննայի ջուրը սովորաբար պէտք է ամառը ունենայ 24—25⁰/₀ R, ապուրթիւն, իսկ ձմեռը 26—27⁰/₀:

Այդ տեսակ վաննայի մէջ երեխային պէտք է պահել 10—15 րոպէ:

Վաննա ընդունելուց յետոյ երեխային հարկաւոր է հանգստութիւն, այդ պատճառով վաննա ընդունելու ամենայարմար ժամանակը երեկոն է, քնելուց առաջ:

Խեղճ ընտանիքներում մի և նոյն ջրի մէջ կարող են մի քանի անգամ լողացնել:

Իրա համար ամեն անգամ լողացնելուց առաջ պէտք է վաննայի մէջ աւելացնել տաք ջուր և մի քիչ աղ:

Որպէս զի այդ վաննաներն օգուտ բերեն, պէտք է երկար ժամանակ շարունակել:

Կան երեխաներ, որոնց վաննան թուլացնում է, այս դէպքում, երկու երեք օրից յետոյ պէտք է

առժամանակ դադարեցնել վաննա ընդունել տալը
և ապա նորից սկսել:

Պէտք է ամէն անգամ բժշկի դիմել և խոր-
հուրդ հարցնել, թէ հարկաւոր է արդեօք երե-
խային վաննա ընդունել տալ:

Երեխային չք պէտք է չափազանց տաք հաղ-
ցնել:

Նոյնը պէտք է ասել և նորա անկողնի մասին:
Որքան կարելի է պէտք է խուսափել բնբուլի
դօշակներից և չափազանց տաք վերամակներից:

Մնհրաժեշտ է նոյնպէս, որ խլախտաւոր երե-
խաները իրենց ոյժերը զարգացնեն:

Դրա համար պէտք է պարապեն մարմնամար-
զութեամբ:

Շատ ցանկալի է, որ երեխաները դեռ մա-
նուկ հասակում սկսեն մարմնամարզութեամբ պա-
րապել, որ առանձնապէս օգտաւէտ է, եթէ բաց-
օթեայ է լինում՝ տաք եղանակին, իսկ ձմեռը՝ ընդ-
արձակ գահլիծում:

Եթէ կարելի չէ երեխաների հետ մարմնամար-
զութեամբ պարապել՝ այն ժամանակ պէտք է ամէն
կերպ նրանց մանկական բացօթեայ խաղերը խրա-
խուսել:

Որովհետև գասարանի օդը մեծ մասամբ ա-
պականուած է լինում, պարապմունքներն ոյժերի
մեծ լարումն են պահանջում, իսկ շատ անգամ
խիստ պատիժներն ճնշող ազդեցութիւն են անում
երեխայի հոգու վրայ, ուստի բնականաբար ցան-
կալի է, որ ծնողները շատ էլ չը հետևեն, որ երե-

խան իր դասարանի անպատճառ լաւ սովորողներից մէկը լինի:

Չափից դուրս մտաւոր զբաղմունքները կարող են վերջնականապէս երեխայի առողջութիւնը քանդել:

Սյգ պախճառով էլ բանիբուն ծնողները, 'ի նկատի ունենալով թէ՛ իրենց և թէ՛ երեխայի շահերը, պէտք է բաւականանան, եթէ երեխան միջակ յառաջադիմութիւն է ցոյց տալիս, և նոյն իսկ ներողամիտ լինեն, եթէ երեխան երկրորդ տարին էլ նոյն դասարանում մնայ:

Հասարակութիւնն արդէն ուշադրութիւն է դարձրել զեղծախտի վրայ, իբրև մի հիւանդութեան, որի տարածման առաջն առնելը ցանկալի է և որոշ չափով հնարաւոր է:

Սյգ նպատակով Եւրոպայի շատ երկրներում (օրինակ՝ Մնդլիայում, Փրանսիայում, Իտալիայում) աղքատ խլախաւոր երեխաների համար լեռների վրայ ու ծովերի ափին ապաստանարաններ են շինուած:

Ցանկալի է, որ մեզ մօտ էլ դրա նման մի բան հիմնէին:

Պետերբուրգում արդէն ձեռնարկել են այդ զեղեցիկ ու օգտակար հաստատութիւնը իրականացնելու:

Ընդհանրապէս ցանկալի է, որ խլախաւոր հիւանդներին ամառն լեռներ կամ ծովափ ուղարկեն, իսկ ձմեռը մի այնպիսի տեղ, որ միանման ու տաք կլիմայ ունի:

Այսպէս են օրինակ արտասահմանում Մերան, Նիցցա և մանուսանդ Կօլբերգ և այլն:

Բայց ուր էլ որ երեխային ուղարկելու լինենք չմոռանանք այնպիսի պայմաններ ստեղծել, որ երեխան միայնութիւն չզգայ և իր ընտանիքի կարօտը չը քաշէ, հակառակ դէպքում մեր բոլոր ջանքերն ապարդիւն կանցնին:

Աւելորդ ենք համարում մանրամասն խօսել թէ ինչպէս պէտք է բժշկել խլախտի առանձին արտայայտութիւնները (ցան, հարբուխ), դա արդէն բժշկի գործն է:

Վերջացնելով մեր խօսքը կրկնում ենք, թէ գեղձախտը մի մեծ չարիք է, բայց մի այնպիսի չարիք, որի առաջը կարելի է առնել. շատ բան կախուած է ճնողների, դաստիարակների և ուրիշների բարի կամքից, մանուսանդ, եթէ խլախտի դէմ կրուելը հասարակական առողջապահութեան և սրաներկայացուցիչների ամենակարեւոր խնդիրներից մէկը դառնայ, ինչպէս և բարեգործութեան միջոց՝ օրինակ ծովափնեայ տեղերում խլախտաւորների համար ձրի ապաստանարաններ հիմնել և այլն:

Թո՛ղ նախազգուշական միջոցների զիտութիւնը ծառայէ շատերի համար իբրև մաքառման միջոց՝ գեղձախտի նման մի չարիքի դէմ:



ԱՅՆ ԵՒՍ ՄԻ ՔԱՆԻ ԽՕՍՔ [ԳԵՂՉԱԽՏ]

Պետերբուրգում՝ իշարս ուրիշ համակրելի հիմնարկութեանց գոյութիւն ունի մի ընկերութիւն, որ կոչւում է «Ժողովրդի առողջութեան խնամատար ուսուցչական ընկերութիւն»:

Այդ ընկերութիւնը լաւ հասկանալով, թէ ի՞նչ մեծ ու լաւ նշանակութիւն ունի մայրաքաղաքի աղքատ գասակարդի աղայոց համար զանէ առժամանակ լաւ և առողջապահական պայմանների միջոցով, հիմնել է մանկական սանատորիաներ հետեւեալ տեղերում՝ Ստարայա Ռուսաս, Լիպեցկ, Գրուսկենիկի, հապսալ և Կեմներն:

Հիմնելով այդ սանատորիաները, առողջապահական ընկերութիւնը միջոց է տալիս կարողութիւն չունեցող ծնողաց ամառային ամիսները տալ իրանց թուլակազմ և հիւանդոտ երեխաներին չնկն վճարով (բոլորովին միջոց չունեցող մարդկանց երեխաներին պահելու փող չեն առնում) այդ սանատորիաները, որտեղ կեանքի պայմանները աւելի լաւ են, և որտեղ երեխաները ստանում են բժշկական օգնութիւն, խմում են հանքային ջրեր, վաննա են ընդունում, բնակարան և լաւ ուտելիք են ստա-

նում, օգտվում են առողջարար մաքուր օդով և կեանքի ուրիշ յարմարութիւններով:

Սանատորիաների գործը լաւ տանելու համար իւրաքանչիւր սանատորիայի զլուխ անցած է մի բժիշկի բացի բժշկից, կան խնամատար կանայք, սոււցիւններ և վարժուհիներ:

Ամենամեծ վճարը, որը նշանակուած է կարողութիւն ունեցող ճնողաց համար 75 բուբլի է երեք ամսուայ համար, որը, պէտք է ասել, չնչին վճար է, աչքի առաջ ունենալով, թէ ինչքան բան են սասնում երեխաները սանատորիաներում:

Չէ, որ այդպիսի սանատորիաներ կարող էինք և մենք էլ մեզ մօտ հիմնել: Թէ ի՞նչ մեծ դին ունին աղքատ երեխաների համար այդ աեսակ հիմնարկութիւնները, այդ բանը պարզ հասկանալու համար մի բոպէ տեղափոխուենք երեւակայութեամբ այդ հիւանդոտ երեխաների բնակութեանց տեղը, օրինակ՝ Թիֆլիսի հուլարարը կամ այդ քաղաքի ուրիշ թաղերը:

Այդ երեխաները սովորաբար ապրում են կամ զեանափոր յարկերում կամ չարդախում, այդտեղ նրանք նեղուած ապրում են չափահասաների հետ միասին:

Մեծերի հետ միասին նրանք քաշում են ոչ թէ միայն կեանքի բոլոր պատուհասները, ինչպէս են ցուրար և քաղցածութիւնը, այլև ականատես են լինում այնպիսի անցքերի, որոնցից սարսափում են մինչև անդամ հասակաւոր մարդիկ, ուր մնաց երեխաները:

Ամեն ոք լաւ է հասկանում, թէ ի՞նչպիսի օղկարող է ներշնչել երեխան, եթէ ամբողջ ընտանիքը, որը բաղկացած է հօրից, մօրից և երեխաներից, սպրում է մի այնպիսի սենեակում, որի լայնութիւնը և երկարութիւնը միայն մի քանի քայլ է և առաստաղը ցած. շատ անգամ էլ այդպիսի սղքատ ընտանիքներ իրանց սենեակի անկիւններն էլ վարձու են տալիս մարդու:

Աւելացնենք սրա վրայ և այն, որ հարբեցողութիւնը, որը պէտք է ասել մարդկութեան ամենամեծ պատուհասներից մէկն է, շատ յաճախ անտումենք զեանափոր յարկերում և չարգախններում:

Աշխարհ է դալիս այդ սղքատ ընտանիքներում երեխան, մի որ և է անկիւնում, քուրչի և ցնցոտիների վրայ, տկար և թոյլ 'ի ծնէ կրում է իւր մէջ ամենայն տեսակ հիւանդութիւնների սաղմը և արմատը:

Սյնուհետև ի՞նչ զարմանանու բան է, որ դարնան այգբան շատ երեխայ է մեռնում, ինչպէս այդ ցոյց է տալիս մեր պարբերական մամուլը: Երեխայի մարմինը այդպիսի ծանր պայմաններում, ձմեռը անցկացնելուց յետոյ, շատ հեշտ ենթարկվում է ամեն տեսակ հիւանդութիւնների, մանաւանդ որ այդ ընտանիքները ոչ բժշկական օգնութիւն են ստանում, ոչ էլ դոնէ քիչ ծանօթ են առողջապահական ամենատարրական պահանջների հետ:

Ղարս, Ախալցխա և ուրիշ տեղեր, կլիմայական պայմանները աւելի դառն են, սղքատ ժողովրդի կեանքը ձմեռը աւելի ծանր է:

Վերջին ժամանակներս նկատուած է, որ բնականներին և բոլոր անհրաժեշտ ուսելիքէններին դիր չափազանց բարձրանուած է և այս հանդամանքի պատճառով աղքատ ժողովուրդը ստիպուած է աւելի ևս նեղ ապրել, աւելի ևս վատ ուսել խմել:

Այս բոլոր հանդամանքները միասին վերին աստիճանի վատ ներդործութիւն ունին մտաաղ սերընդի վրայ:

Սոյն իսկ երեխաներն են զլիսաւորապէս հիւանդանուած ուսմանիցմով, զեղձախտով, թոքախտով, օսկրացաւով և յօղերի հիւանդութիւններով, այդ բնասնիքներից են դուրս դալիս աղքատ, անբարոյական երեխաներ, որոնցից և առաջանուած է այլասերութիւն:

Գարնանը, հէնց որ արևը տարածուած է իւր առաջին տաք ճառագայթները, մենք արդէն աշխատում ենք դուրս դալ փակուած սենեակից, հեռանալ քաղաքից, երթալ, վազել գաշտերում և հովիտներում:

Քանի որ մեզ համար այդքան ախորժելի և ցանկալի են արևի ջերմութիւնը, դարնան գալը և ամառային կեանքը, ապա ի՞նչ են զգում դարնան սկզբին այն խեղճ երեխաները, որոնց համար մաքուր օդը և լաւ սնունդը երեւակայական բարիք են:

Որ շատերը աշխատում են ամառը անցկացնել զիւղում, ամառանոցում և այլ այգուխի տեղերում, դա կամայականութիւն չէ, դա մօզա չէ, այլ օրգանիզմի պահանջն է դա:

Օրգանիզմը ձմեռուայ ընթացքում թուլանա-

լով կարիք ունի ոյժերը նորոգելու, մարմինն հարկաւոր է նոր նիւթ ձմեռուան համար ինչպէս որ ձմեռուան ցրտերին բնակարանի համար պէտք է ունենալ վառելիքի պաշար:

Ի՞նչ կրլինի այն մարմինը, որը ձմեռը ուժասպառ լինելով, չի կարողանալ ամառը նորոգել իւր ոյժերը:

Այդպիսի օրդանիզմի մէջ զանազան աեսակ հիւանդութիւններ վաղ թէ ուշ բոյն են դնում քանի որ օրդանիզմը կորցնում է իւր ոյժը և հիւանդութիւններին ընդդիմանալու կարողութիւնը:

հիւանդութիւնից բժշկելը կարեւոր է, բայց աւելի ևս մեծ նշանակութիւն կունենայ, եթէ աշխատես, որ մարմինը բոլորովին չ'ենթարկուի հիւանդութեանց:

Վերին աստիճանի մեծ նշանակութիւն ունի թուլացած մարմնի ոյժերը պահպանել, իսկ և իսկ այն ժամանակ, երբ նա (այսինքն մարմինը) իւր թուլութեան պատճառով հեշտութեամբ ենթարկվում է զանազան միկրոբների և վատ կեանքի պայմանների ազդեցութեան:

Ճիշտ պէտք է խոստովանել, ի՞նչ մեծ օգուտ են տալիս երեխաներին, նրանց համար կազմուած կոլոնիաները: Ո՞րը այդ երեխաներից կարող է դունէ մտքովն անցկացնել, որ նա ամառը պիտի անցկացնէ առողջարար աեղում:

Ժամանակ է հասկանալու և համոզելու, որ երեխաներին մեծ օգուտ են բերում սանատորիաները:

Երեխաներին ամառները սանատորիա ուղարկելու սովորութիւնը արեւմտեան Եւրոպայում շատ զարգացած է. այնտեղ և աղքատների երեխաները ընդունւում են սանատորիա, և հարուստները ուղարկում են իրանց զաւակներին յսանի սանատորիաներ. երեխայք այդտեղ առատ և լաւ սնունդ են ստանում, վազվզում են, լողում և այլն:

Գժբաղլաբար մեզ մօտ այդ վսեմ գործին ձեռնարկողները մեր հասարակութեան կողմից չեն տեսել համակրանք, այն ինչ այդ գործը արժանի է ամենախորին համակրանքի:

Հասարակութիւնը ինքը պէտք է օգնութեան ձեռք մեկնէ իրաւ երեւելի գործին. հասարակութիւնը ինքը պէտք է հասկանայ, որ աւելի լաւ է ժամանակին օգնել երեխային ռաքի կանգնելու, ամբանալու, որպէս զի երեխան կարողութիւն ունենայ աշխատելու և ապագային հասարակութեան օգտակար անդամ դառնալու, քան թէ թողնել, որ երեխան խեղճ կեանք անցկացնէ թէ իրան, թէ ուրիշին ծանրութիւն դարձած:

Մեր քաղաքային հասարակական հիմնարկութիւնները, քաղաքի կարիքները հոգալուց զատ, պարտական են տէքի առաջ ունենալ ոչ թէ միայն իւրեանց հարկավճարների պէտքերը, այլ նաև այդ հարկավճարների զաւակների պէտքերն էլ:

Եթէ քաղաքից դուրս շինուին կոլոնիաներ այն սովորող երեխաների համար, որոնք առանձին պահանջ ունին հանգստանալու և լաւ սնունդ ստանալու, այդպիսի կոլոնիաները մեծ օգուտ կը բերեն մասալ սերնդին:

Միայն առողջ երեխաները կարող են ժամանակին հասարակութեան առողջ անդամներ դառնալու. հասարակութիւնը ինքը պէտք է ցոյց տայ այդ բարի գործի մէջ իւր ինքնուրոյն գործունէութիւնը, ինքը պէտք է սկսէ այդ գործը, հազարաւոր երեխաներ 'ի վերջոյ կը յայանեն հասարակութեան իւրեանց երախտիքը:

Աշխատանք, որ մատաղ սերունդը կարողութիւն ունենայ աճելու և կազմութեան թէ՛ ֆիզիքայական, թէ՛ մտաւորական և թէ՛ բարոյական քանի որ կեանքի մէջ նա պէտք է ենթարկուի կենսական խիստ կռուին:

«Կեանքը կռիւ է», սա ընդհանուր կենսական օրէնք է, ուրեմն և մենք մարդիկս էլ ենթակայ ենք այդ օրէնքի ազդեցութեան:

Աշխարհիս վրայ ամենավսեմ և օգտակար գործը՝ երեխաների առողջապահութեան և կրթութեան գործն է, որովհետեւ մարդկութիւնը կարող է հասնել իւր կոչման, այն կատարելագործութեան, նաև երեխաների միջոցով:

Այն հասարակութիւնը որը հոգս է տանում իւր նոր սերնդի վրայ, դրանով իսկ պահպանում է և լաւացնում է ապրող սերունդը:

Հռովմի թագաւորութիւնը կործանուեցաւ պերձութեան և զէղխութեան պատճառով, այսինքն այն պատճառով, որ հասարակութիւնը հոգ չէր տանում աճող սերնդի կրթութեան վրայ:

Հասարակական բարքերի ապականութիւնը անմիջական հետեանք է ընտանիքի բարոյական անկման:

հին Յունաստանն էլ կործանուեցաւ այլ պատճառով:

Սպարսան զօրեղ էր՝ մինչև որ ժողովուրդը հողս էր տանում մասաղ սերնդի վրայ և ընկաւ այն ժամանակ, երբ երեխաների կրթութիւնը անխնամ թողնուեցաւ:

Բարեգործութեան ամենախելօք ձևը կարող է լինել մանկական ցերեկուան սպաստանարաններ, ընդունարաններ (ԳՇՄ), սանատորիաներ, ճաշարաններ հիմնելը: Այդ հիմնարկութիւնները ակներև օգուտ կը բերեն. աւելորդ է ասել, որ սրանց շարքին պէտք է համարել նոր զպրօցներ բանալը, հանրամատչելի գրքեր հրատարակելը:

Բարեգործութիւն անել ուղեցողի համար անհրաժեշտ է ճանապարհ:

Բացի եռանդից, այս գործի համար հարկաւոր է տունձին մեծ սէր դէպի երեխաները, որովհետև միայն դիտակցական սէրը կարող է մարդուս տանել այդ բարի ճանապարհով, այն ճանապարհով, որ տանում է թշուառ և որը երեխաների հոգատարութեան ծանր, բայց ազնիւ գործը:



