СӘКИДЕ ИБО
Доцент

ШИРӘТЕ ДОХТЬР



„Հայաստան"

05 MAY 2007

Мала санитариейə-ронкае, йа Министьрйа Сарлəм-
хwəйкьрьнейə республика Ермəнистанейə Советиейə
Сосиалистие.

СƏЬ'ИДЕ ИБО,
досент

ШИРƏТЕ ДОХТЬР

НƏШИРƏТА «ЬАЙАСТАН»
ЕРЕВАН, 1968

Чәнд къгебед дохтърие бь змане кӧрди салед 30-и нәшьр бунә. Әw жь змане әрмәни hатнә тәрщьмәкьрьнә.

Әва къгеба әwльнә, кӧ бь дәсти ӧлмдаре кӧрд бь змане де hатйә ньвисаре. Змане къгебе фәрьһә, hәр ширәтәк тӧ дьбежи сәрhатикә, ләма жи бь hәwaскар те хwәндьне.

Әмә гӧманьн, кӧ къгебе нава щьмаәта мәда баш бе қәбулкьрьне.

11-15069Р
(152-68)

Санде Ибо (Ибоян)
Советы врача
(на курдском яз.)
Издательство „Айастан"
Ереван, 1968

Սահիզե Իբո (Իբոյան)
Բժշկի խորհուրդները
(քրդերեն)
Հայաստան» հրատարակչություն
Երևան, 1968

ДӘРhӘQA QANУНЕД hИГИЕНАЕ

Дьбежьн «бәрхе че бәркозеда чейә». Хәбәрнә hеләнә. Әwе йәке әм дькарьн дәрhәqa организма мерьвда жи бежьн. Әгәр әм дьхwазьн сагләмйа мә сәррастбә, hәма зартиеда готи әм дәрhәqa we йәкеда бьфькьрьн.

Шәркарийа бона сагләмие сәр чәнд чьқла тәрәвәдьбә. Йәк жи жь wан раст қәдандьна қануне hигиенаейә.

Хәбәра «hигиена» хwәбәр иди гәлә тьшт мәра дьбежә. Hӧрӧма хwәде тәмьзйаера готнә hигиен: hәма жь wьра жи чьқьләки ӧлме дохтрие пешда hатйә, жера дьбежьн hигиена. Әв ӧлма жи дь hьндава хwәда тәрәвәдьбә сәр чәнд тара: hигиена томәри, йа хәбате, харьне, мәктәбе, рабун-руньштандьне, зара у зьлама. Hәр йәк жь ван сьрйа хwәда қӧльхи фькрәке дькьн, ле нета тәмамайә сәрә-әw хwәйкьрьна сагләмийа организмә.

Hәма зартиеда дәстпекьри готи қануне hәр мәрьвәкийә hигиенае бенә қәдандьне.

Wəхта зар'а бьч'ук т'əзə те дьнйа р'оньк əw дьhа зə'ф ҥəwща ван qанунайə.

Гəло чьма?

Ч'əрме зар'а гəлəки тəнькə, луле хуне жи навда п'ьр'ьн, wəхта зар'е wə'дəда вəнакьн, щие we т'əмьзнакьн, ч'əрме we дьҥəр'ьшə у бь əwи т'əhəри дəрге организма wана ль бəр нəхwəшие вəдьбə. Микробед кӧ нава п'ач'ька, ль сəр ч'ерм həнə wи щие ҥəр'ьшир'а дьк'əвнə hӧндӧр'е ч'ерм, жь wьр жи хунер'а т'əмамийа орган-система дьгəр'ьн у нəхwəшие пешда тиньн.

Дəрhəqа хwəйкьрьна зар'ед саг'лəм у нəхwəш əзе паше wəр'а бежьм, ле əм нhа вəгəр'нə сəр qанунед hигиенае həр мəрьвəки.

Həма əм дəсте хwə hьлдьн. Мəрьв wəхта дəсте хwə дьнhер'ə wи т'ьре əwə т'əмьзьн. Ле əгəр əм бь микроскопе бьнhер'ьн, ль сəр дəсте мə бь милиона микроб həнə. Жь wана hьнəк е нəхwəшиенə, hьнəк жи е безьрарьн. Əвед пашьн нава qӧр'нада hини мə бунə, мəр'а бунə п'игар, həла щарна жи к'аре дьднə мə. Мəсəлə, hӧндӧр'е р'увие мəда микробəк дьжи, жер'а дьбежьн микроба р'увйайə т'омəри. Əw р'увие qальнда дьжи. Зьраре надə мə. Həла, əгəр дьхwазьн заньбьн, к'аре дьдə мə. Бь к'омəкдарйа we организма мəда hьнəк витамин дьхӧльqьн. Витамин жи бона бьнйат'а ə'мьр р'олəкə мəзьн дьлизьн. Wəхте əw кем дьбьн щур'ə-щур'ə нəхwəши дькарьн пешда бен.

Р'астə, əв микробə бе зьрарə, ле wəхта тəйахдайна мерьв дьк'əвə, əw мəр'а хайинтие дькə, нəхwəшийа пешда тинə.

Wə дит, əwe бəре к'ар дьда мə, ле hивйа

qəзйаке бу, wəки бе сəре мə, чаwа дьбежьн, wəки əw жи р'абə «qəйлноке хwə бьqəлинə».

Əв мəсəла мьн бона we йəке ани, wəки əм заньбьн микробе, кӧ сəр дəсте мə həнə дькарьн зйане бьднə мə. Бона ве йəке жи готи əм дəсте хwə бь сапуне р'ьнд бьшон, əw жи р'оже чəнд щара, илаhи, wəхта мəрьв дьчə дəставе.

Дəрhəqа нəйнука. Hьнəк нəйнуке хwə дьhельн. Wан чаха qьр'ещ бьн wанда т'оп дьбə, wьра, бефьтйа, микроб жи həнə. Демəк, нəйнуке хwə жекьн. Бирнəкьн, р'уйе wанда жи нəхwəши дькарə пешда бе.

Сьвə-сьвə, wəхта мəрьв сəрч'ə'ве хwə дьшо, бина мəрьва вəдьбə. Ле бь we йəке əм ч'əрме хwə жи т'əмьз дькьн. Р'оже у шəв, wəхта мəрьв р'адьзе, гьле безə кӧ нав ч'əрмда həнə, гəлə бəз бəрдьдьн, əw сəр ч'ə'ве мə сьвах дькьн. Сəр ч'əрме мə жи qӧлке бьч'ук həнə, кӧ т'əви нəфəскьшандьне дьбьн. Демəк, əw жи тенə гьртьне. Wəхта мəрьв сəрч'ə'ве хwə нашо ч'əрме мəрьва ҥьшк дьбə, дьтəрькə. Гəлəки п'ак дьбə, wəки бəри р'азане жи həркəс сəрч'ə'ве хwə бьшо. Бь əве йəке əwe к'арəкə мəзьн бьдə хwə.

Əз wəхте бьч'укбум дьчумə бəр бəрха. Дйа мьн мьнр'а дьгот: «лао, горəнга хwə важекə, сəр, ч'ə'ве хwə жи нəшо бəлки бəрхкьнге мə к'ок дьбьн». Мьн ӧса жи дькьр. Мьн wəхта həвале хwə дьне дьнhер'и wан жи р'аст мина мьн дькьр Qəй тə дьгот əм həвр'а дьк'əтнə hӧщəте чька к'и дəрəнг сəрч'ə'ве хwə дьшо. Р'о дьбӧhьрин, qьлер ль сəрч'ə'ве мə дьбу бастеq. Дə,

сәре ҷие жи әйнә тӧнәбу мә хwә теда бьнһерйа. Шарәке мьн нәйнка хушка хwә жь бәрпьшта we дәрхьст хwә теда ньһерӏи. Һәр дьране мьнә qәрqаш дьһатнә хане. Мьн хwә нас нәкьр. Сәрҷәве мьн тәрьки бун, хуна гәвәз щи-щина терӏа дабу дәр. Мьн иди сәбьр нәкьр, qальбе сапуне ль сәр диwаре һешйе һьлда, бәрбь бәләкие львйам, мьн сәрҷәве хwә бь готна wә шуштьн. Wәхте дйа мьн әз дитьм, гот:

— Пи, лао, тә чьма сәрҷәве хwә шуштьн, ләма qьрane бәрхкьнге мә кок набьн, әва се салә тӧ дьчи бәр бәрха тъме жи пашйа һәвалада дьльщьми. Боріце стуйе мьнбә, әз тә саләкә дьне иди нәшинмә бәр бәрха.

Әз нһа wәрӏа дьбежьм сәрҷәв нәшуштьн дьжмьна сагләмийа мәйә. Тъме сәрҷәве хwә бьшон. Бьра һунә саг у сьламәтбьн.

Хенщи we жи, кәта нһа һе нькарьм сәр кьсә-кьсакәвьм кане сәрҷәв нәшуштьн бь чь тәһәри кӧкӧми сәр кокбуна бәрха дькә.

Хӧләсә, әw нә тьштәки рӏастә. Әw жь әмре бәре те. Әw зьрарә бона мә. Мәрьв жи пешбәри тьште зьрардар тъме дькә шәр.

Шкәвта дәве мәда гәлә микроб дьжин. Вьра мәщалнә бь готьна wә һәнә бона микроба. Дәве мәрьва бона wана кодка жажәрунейә. Ль сәр дьране мә жи кәвьр бәрә-бәрә рудьнен, әw зәнг дьгрьн. Шуштьна дьранә һәрӏожә сьве у эваре карәкә мәзьн дьдә мә. Һьм шкәвта дәве мә тәмьз дьбә, һьм дьране мә у йа лапә фәрз әwә, кӧ әм бь we йәке бәр эпӏещә нәхwәшиед дьрана

дькьнә шәр. Дьране кейә сагләм һәнә әwи бәхтәwарә. Wәхта дьран хьравбун тӧ зер, тӧ зив, пола у сә дәф бәрга дьране мәйә әсли нагрьн.

Дьране ке хьравьн әw бь нәхwәшие дьл жи дькарьн бькәвьн. Ӧлмдарәки готйә «Дьране хьравбуйи дәрәщәкә we пепәлинга әwльнә, йа кӧ бәрбь дьл дьчә у нәхwәшие пешда тинә».

Әв хәбәрана али мә дькьн, wәки әм тъме дьране хwә бьшон, мьqати тәмьзайа шкәвта дәве хwәвьн.

Ҷәве мә органәкә дәлалә назькә. Әw мина шушанә, шушә жи wәхта шкәст, иди әйб ле дьминә. Wәрьн әм ронайа ҷәве хwә хwәйкьн. Ҷәве ке һесьр дькьн, кәри дьгрьн, бьра һәрә сәр дохтр, һәр әw дькарә раст wәрӏа бежә, кане бь чь тәһәри бәр wан кемасйа бькнә шәр. Нава щмаәта мәда мьн дәгмә мәрьв дитьнә, кӧ бәрҷәвка дьдьнә бәр ҷәве хwә.

Гәло чьма ӧсанә? Дьбә ронайа ҷәве тәмама тӏамә, кемасие we тӧнәнә?

На. Хер. Гәлә мәрьв һәнә, кӧ дур набиньн, шәвкорьн, ле бәрҷәвка хwәрӏа пәйда накьн. Әв йәк, бь тәгмина мьн, жь we йәке пешда те, кӧ һьнәк шәрм дькьн бәрҷәвка бьднә бәр ҷәве хwә. Әв тьштәки нәтейә. Бьра һәр кәс бир нәкә, әгәр кемасие ронайа ҷәве wи һәнә, бәрҷәвк һәр комәке дькарә бьдә wан. Ед кӧ әве йәке нәсаб һьлнадьн зьраре дьгһиннә хwә.

Әз щарәке лексйа професорәки нәхwәшие ҷәвада ль Москвае руньштбум. Мерьк хwәш дьхwәнд. Щарәке әз сәр мьле хwә вәгәрйам чь

бьвиньм,—пае хwəндкарайи пъре бəрчəвк данə бəр чəве хwə. Wəхте ортəдəрсе əз незики професор бум, мьн же пърси:—Бьбахшиньн, хwəндкаре wə чьма əwqac бь бəрчəвкьн? Бawар бькə ронайа чəве wанə сьстə, əре?

— Ле хwə бəрчəвка сəва хəмле наднə бəр чəве хwə,—əw бəшьри у жь мьн wа пърси:

— Ле бал wə чawанə? Бəрчəвкə кемьн, əре?—Мьн гот, wəки хwəндкаре мə тəк-тəкана бəрчəвка дьдьнə бəр чəве хwə.

— Wəки öсанə,—əwи гот,—дохтре чəва ль бал wə пак нахəбьтьн. Əw щмаəте нькарьн бьднə бawаркьрьне кане кара бəрчəвка чьqаси мəзьнə. Дохтре чəва данə къвше, wəки кемасиед ронайа чəва нəму wəлатада жи ньнə. Бал wə жи, əзи бawарьм, əсə ньнə.

Əз вəгəрйамə Ереване. Бəхтра wан рожа кафедра института мəйə нəхwəшие чəва хwəндкаре мə дьнньерин. Р'уки кəт, кö кемасие дитьне бал мə жи дəвдəви е Москваенə.

Хöлəсə, ньвално, бирнəкьн, бона qəнщкьрьна ронайа чəве wə бəрчəвк wəра пигарнə мəзьньн.

Əз wəхта нəниеда дохтр бум, колхозванəк ньтə бал мьн у дьгазьни, кö льнге wи awqаси хwидьдьн мəфəра wи бьринə, паизбə, звьстанбə, нəсав йəкə.

Гəлə мəрьв газьне öса дькьн. Льнге тəмама жи хwидьдьн, ле е ньнəка awqаси кемьн, кö əw тедəрнахьн. Готи льнге хwə тьме бьшон. Ава формалинейə 2%-е у тоза кълсе лехьн.

Паше жи соле фьрə тенə пе хwə, льнге хwə qəwин гьренədьн, qəпəщə нəкьн.

Тəмьзбуна дор у бəре мə карəкə ньлə дьгньнə сагламйа организме.

Мале хwə тəмьз хwəйкьн, пəнщəра роже чəнд щара вəкьн, ле бьньре у ньвине бьра тьме вəкьрибьн. Бьхəбьтьн, wəки мале wə бинфьрə бьн.

Əз wəхте дьчьмə гöнда нəта ннa жи дьбиньм, кö ньнə qануне ньгиенаейə рабун-руньштандьне тенə тəрьбандьне.

Шькьр тəмам жи ннa хwəра мале тəзə чедькьн, йане жи иди чекьрьнə. Ле кəмасие wанə пърьн. Мəсəлə, гома нəйwин бəр дери чедькьн, басме пеш малева родькьн, тəпка дор у бəре мале дькöтьн, кəрма, qəлаха сəргина незик щьдьдьн. Ло, ньла щарана жи дəре гоме ньндöре малданə. Человке малда гьредьдьн у гəлə тьштед дьн.

Əв кьрана, бефьтйа, жь əдəте бəре тен. Тен у зьраре дьднə сагламйа мə.

Бəре əwльн нəйwанəт дькарə бьвə сəркайа гəлə нəхwəшийа (бруселйоз, туберкулйоз, кöла Сибире, дəбах, эхинококк, финоз, ботулизм у ед дьне) бона əисанəт.

Хенщи ве йəке, бин у бöхса нəйwанəт, йа пейн, сəргина əw мала тəзəчекьрийə шуштимушти бəтрəнг дькьн.

Ле мəнед ньвине? Мəне ньвине жи басмə, гом, тəпьк, пəйн дьбьнə wəргənə ньлə бона

меша. Р'аст дьбэ, wэки эз бежьм эw дьбьнэ мешханэ.

А лэма жи wэхта мале тэзэ чедькьн бэре бьфькьрьн, кане гоме кӧбэ, дэвэдур, басмэ, тэпьк кедэребьн.

Паше дэрhэqа ньвинада. Мьнр'а гьликьрьнэ, wэки бэре нава кӧрдада hэр мэрьве дэwлэти ль сэр дошэка р'азанэ. Э, дэwлэти жи, hун заньн, зэ'ф нинбунэ. П'ае щмаэ'тейи п'ьр'е сэр кӧлава р'азанэ, ле дьбежьн льнефе тэмама жи hэбунэ.

Нэ дэрэwэ, нэ жи дьзйанэ, нhа ньвине тэва жи hэнэ. Ле кор'фэлаqиер'а вьра жи кемаси hэнэ.

Нhа п'айе we мале гэлэки дьдьн р'уйе дошэке ке т'уклинэ, qэдифэнэ, р'уйе орхане ке qӧт'ни, qэнawьзьн. Ле dhа п'ак дьбу, wэки р'уйе дошэка эштьрхан буйа, р'уйе орхана чит ластик у ластик т'эк малда сьпич'ал жи hэбуна. Лазьмэ мэрьв qэдре мала ӧса dhа гэлэки бьгрэ.

Чьма?

Qэнэwьз у qӧт'ни, т'укли у qэдифэ кӧ давежнэ р'уйе ньвина йан сорьн, йане жи кэск... Эw qьр'ещ дьгрьн. Дэ, р'энге wани ӧсанэ qьр'ещ нае хане. Мале мэ жи т'ьме ль бэр мевана вэкьринэ. Щурэ-щурэ мэрьв тен wан ньвинада р'адьзен. Э, ки занэ, нав wанда нэхwэш жи дьбэ hэбьн. Hэма эм бежьн нэхwэш т'ӧнэбьн жи, чьqаси р'астэ, wэки мэрьве башqэ-башqэ нав ньвинада р'адьзен.

Ньлбэт, п'ак дьбу, wэки ду hэр меванэкир'а

р'уйе ньвина бьшьqьтандана, бьшуштана. Ле wэрьн, эм кӧма дайньн, пьрса же бькьн, ки жь мэ ӧса дькэ? Ло, qэт кэс жи. Р'уйе ньвина сале wэки щарэке жи дьшон, кэванйа мале п'айе xwэ дьдэ. Ахьр нэ гӧне кэванйейэ жи. Чэтьнэ эз бежьм нэфтеки щарэке руньвина бьшо.

Ле wэки спич'албуна? А wан чаха we башбуйа. Бэре эwльн, qьр'еще зу бьhата хане, паше жи шуштьна спич'ала чьйэ? Сьhалэ.

Спич'ал р'эwше дьднэ мале, бина мале фьрэ дькьн. Р'энге сьпи т'ьме жи ль мэрьва xwэш те.

Hэла бь ве йэкева жи пьрс руки накэвэ. Готи ньвине нэфэре мале башqэбьн, wэки эw т'эв нэв р'анэзен. Ле мале гэлэкада эм чь дьбиньн: 3 - 4 хушк у бьра дьк'эвнэ нава щики, эw эwqаси hэв дьднэ бэр пьнина нэта жь ильк дьбарьн.

Щурэ кӧрме зар'а hэйэ, жер'а дьбежьн кӧрме бощи. Эw hӧндӧре рувие qальнда дьдэбьрэ. Чахе зар' шэве р'адьзен тамаре wана сьст дьбьн. Эw кӧрм жь рувиа дэрте дора т'абуте дьгэрэ. Зар' xwэ дьхӧринэ, дэсте wи heke wи кӧрми т'оп дькьн, паше эw дэсте xwэ дьбэ дэве xwэ, йане жи е хушк у бьре xwэ у бь wи тэhэри т'эмам жи дькарьн нэхwэш бькэвьн.

П'ежгире hэр нэфэрэкэ мале жи готи башqэбьн. Бьрэ нэхwэши дькарьн бь комэкдарйа п'ежгира жь нэхwэша дэрбази сагламабьн.

Хэзала 5 сали бь дифтерйае нэхwэш бу. Дохтр т'эглиф кьрьн. Эw hатэ сэр нэхwэше.

Wи пер'а-пер'а диагноз дани, нəхwəш щигӧhасти нəхwəшханекьр. Həма we эваре дохтр гӧнди данə həв, wанр'а дəрhəqа дифтериае шьровəкьр. Əwи гəлə тьшт готьн. Ани бира гӧндйа, wəки п'ежгир, титьк, дəстмал жи дькарьн нəхwəшие дəрбази зар'а саг'лəм бькьн.

Хатйа Дилбəрə навсəр, кӧ дəрhəqа ве йəкеда бьhист, к'ӧлфəте дор у бəре хwəр'а кьрə п'ьсə-п'ьс. Дохтр пер'а-пер'а сəр ньсə-ньса к'əт у пьрси:

— Хатйа Дилбəр, чь буйə?

— Qəт лао, ле аqьле мьн набьр'ə... Əз дəрhəqа п'ежгиреда дьбежьм... Əw к'ӧ, нəхwəши к'ӧ?

Дохтр зар'əк шанд чун п'ежгира Хəзале анин. Р'ожтьра дьне жь стансиа нəниейə санитарие-эпидемиологие щаб hат, кӧ сəр п'ежгире микробе дифтериае həбунə. Хатйа Дилбəр жи иди дохтрр'а qайил бу.

Хенщи дифтерйае, грип, трахома, нəхwəшиед р'увйа (тиф, паратиф, дизентерйа), е кӧрма у гəлəке дьне жи дькарьн жь сəр п'ежгире бьгhижнə мəрьве саг'лəм. Мог'дарəки шунда микробе wан нəхwəшйа организмеда жь həвдӧ зедə дьбьн у бал wан нəхwəшие пешда тиньн.

Əв йəка жи мьн сəр хатре we йəке wəр'а гот, wəки hун бона həр нəфəрəки мале п'ежгире дардакьн, илаhи wан чаха, wəхта ль дор у бəре wəда нəхwəшие гӧр'ə жь həвдӧhьлдане həнə.

Д ə р h ə q а ф ə р а q а д а.

Бəре мале мəда гьрар чедькьрьн, лəганəк дадьгьртьн дьданə бəр зар'а у дьготьн:

— Зар'но, wə у гьраре малə хwəш, бьхӧн!

Зар'а həрəке кəвч'йе хwə hьлдьда у р'асəри гьраре дьhатьн. Ле щарна жи кəвч'йа т'ере нəдькьр. Wан чаха дори həвдӧ дькьрьн. Дӧ-се мəрьва бь кəвч'ики дор-дор гьрар дьхарьн.

Э, əв бу? Э, qанунед hигиенае иди к'ӧ ман?

Бьра фəраqа həр зар'əкə wə, стəгана we, кəвч'ие we həбə, əз диса дьбежьм, əв йəк гəлəки фəрзə, wəхта зар'əкə wə нəхwəшə. Ле əз бежьм wəхта малда туберкулйоз, трахома (нəхwəшйа ч'ə'ванə) həнə, фəраqе wан готи лап башqə хwəйкьн. Həр щарəке wəхта нəхwəш wана дьдə хəбате гəрəке əw р'ьнд бенə шуштьне, к'əландьне.

Гəрəке дəрhəqа ньмамеда жи бир нəкьн. Wəки hун нəфтеки щарəке-дӧда həр'нə ньмаме, п'акə. Ле wəки малда ньмам həйə, həрр'о жи ав зьраре надə мəрьва. Авхwəкьрьн wан чаха р'ьнд дьгhижə мəрəма хwə, əгəр ду wер'а к'ьнще хwə дьгӧhезьн.

Дьнhер'ьн, qанунед hигиенае т'əмам həвр'а гьредайинə. Т'ӧщар набə йəке бьqəдиньн, ле йа дьне нивщи бьhельн.

Qанунед hигиена хəбате али мə дькьн, wəки əм просесе хəбата хwə у беqəзйабуне р'ьнд бьднə т'əшкилкьрьне. Фə'мдарийə, wəхта щие п'еше тə qьлерə, т'əхвəгəр'йайə əw к'аре нькарə бьдə саг'лəмие. Хəбат бона wан просесе ə'мьр-биологие, ед кӧ организма мəда пешда дьчьн, фəрзə. Мəрьвед кӧ дьхəбьтьн, дhа qəwатьн, сəрхwəнə, мə'де wан р'ьндə, кем нəхwəш дьк'əвьн. Wəки ӧса-

нә, бона we жи готи мәщале һигиенаейә рһнд бьднә сазкьрьне. Бьра һәwa wьра тәмьзбә, ронайи пърбә, щийи фьрәбә, щар-щарана пәнщәра вәкьн, гимнастикаева мьжулбьн, режима хәбате, рәнәтбуне у харьне рһнд бьднә тәшкилкьрьне. Әв қануна, бефьтйа, комәкәкә мәзьн дькарьн бьднә чаwa бльндкьрьна дәрдайна хәбате, өса жи сагләмихwәйкьрьна хәбатчийа.

Һигиена зара, зьлама у йа мәктәбе wан қанунава мьжул дьбә, ед кө лазьмьн бона раст тәрбийтәдари у сагләмбуна wана.

Wәлате мәда гәлә идаред зара һәнә (дәргушханә, бахче зара, мала зара, мәктәб у ед дьне). Бь сайа wан дайик сәрфьнйаз дьчә пеше хwә. Ле wәки де жи рәнәт бьхәбьтә, бемьнәтбә, wан идарада готи мәщалед рһнд бенә сазкьрьне. Бь wи нәсави, wәки пешдачуйн у тәрбәтдарйа заре жь йа мале данәхwә.

Идаред зара бона сагләмие һьм башьн, һьм жи хьраб. Башьн бона we йәке, кө тәрбәтдарйа wана бь колективи те тәшкилкьрьне. Зар һәма сәре сәрда һини хәбата томәри дьбә. Щарна заре кө мәде wана төнә дьчьнә идаред зара, тә һәw ньһери мәде wан вәдьбә, рһнд дьхөн. Чьмкө әw чәв зared дьне дькәвьн. Wан идарада нәму мәщал тенә әфрандьне, wәки тьфал бь һәрәкәт қөльхи хwә бькә. Мәсәлә, әw бь хwә кьнще хwә wәрдьгрә, сәрчәве хwә дьшо, харна хwә дьхwә, дордартие дькә, фәраqа дьдә һәв у гәлә тьштед дьне. Әв йәк мәщаләкә һелә-

йә бона тәрбәтдарйа зарайә хәбате. Әw режиме хwәра пек тиньн.

Леньһерандьне өлмдара данә кьвше, кө заред кө дьчьнә ван идара нәхwәшйа дһа сьһал дәрбаз дькьн.

Щарәке йәк дьчә бал физиологе советиейи әйан Л. А. Орбели у дьбежеда әз нәвйе хwә бьшинмә бахче зара йане на? Өлмдар дьбежә әсә бьшинә. Әw дьбежә нә әз дьтьрсьм, wәкн көрьк нәхwәшкәвә?

Л. А. Орбели ве мәсәла һане тинә. «Мьн щерьбандьнәкә wa кьрийә. Дө дәстә кewришк һьлданә. Кewришке дәстәке һөндөре қәфәсәкеда тәвайи харьнә у тәвайи манә, тәвайи листьнә. Ле ед дәста дьне башqә-башqә һатьнә щиwаркьрьне, әw уймиши һәв жи нәбунә, харна wан жи жь һәвдө щөда буйә. Паше микробе нәхwәшйа бәри организме һәрдө дәста жи данә. Дәста кө тәвайи майә нәхwәш кәтйә, ле нәхwәши бал wан сьһал бьһөрийә. Ле ед дьне тәлә, бәртәраф нәхwәш бунә. Чьмкө кewришке кө тәвайи манә уймиши һәв бунә, һәвра листьнә, банзданә, чунә һатьнә, микробе кө организме wанда һәбунә дәрбази һәвбунә. Демәк, организма wан щербандьн дәст анийә, қал буйә, ләма жи нәхwәши сьһал дабьрандьнә.

Ле дәста дьне хwәра харьнә, қәфәса хwәда разанә, нәлистьнә, нәбәзинә, қалнәбунә. Фәмдарийә, нәхwәши бал wана чәтьн дәрбаз буйә.»

Ләма жи Орбели ширәт дайә wи мерки, wәки әw әсә нәвйе хwә бьвә бахче зара.

Кемасиед идаред зарә жи һәнә. Wәхта тъфал тәзә дьчьнә wьра әw дьгрин, мә'де wана те гьртьне, бира мале, хушк у бьре хwә дькьн. Әв йәк, ьлбәт, көкөми сәр хәйсәте зарә дькә, тәйахдайна wан дехә, әw жар дьбьн. Ле бәхтра, әв йәк гәләки накшинә. Зар зутьрәке һини бахче хwә дьбә, һәвалара дьлизә. Мела we өса дьчә сәр бахчә, кө шәве дө-се щара дьпьрсә «һәла һе сьвә рон нәбуйә, wәки мьн бьвнә бахчә».

Кемасийа дьне әwә, wәки зар зу-зу нәхwәш дькәвьн. Зарәд кө дьчьнә дәргушхане, паше жи бахче зара, нәта 4—5 салйа хwә нәхwәшиед зарайә гөрә жь һәвдөһьлдане (сорьк, көхка шин, хәнәqутк, хөрйе аве, кутеш, паротит) дадьбьриньн. Нәйнәсйа we жи әwә, кө идаред зарада мәщале рьнд һәнә бона бәлакьрьна нәхwәшйа. Растә, тъфал вьра зу нәхwәш дькәвьн, ле, иди чawa мьн гот, нәхwәшие wанә сьһальн.

Идаред зарада готи мәщалед һигиенаейә һана бьqәдиньн: — пежгир, фәраq, ньвина башqә, отаха бинфьрә, ронайи, гәрм, гәра ль нав һәwа тәмьз, хwәйкьрьна харьне жь qьлербуне. Тәрбйәтдаред башqә бона һәр комәке.

Wәхта зарәк нәхwәш дькәвә, готи жь зарәд дьне бе башqәкьрьне. Әwe дьшиннә мал, әw awqaси wьр дьминә нәта дохтр изна we нәдә. Зарәд кө уймиши we бунә, готи бьн контрола дохтриедабьн. Wәки нишане нәхwәшие ль бал wан һатнә кьвше, гәрәке әw жи бенә башqәкьрьне.

Гәләки фәрзә, wәки wьра меш төнәбьн.

II-15069/2

Дәвәдур, канйа аве баш бенә чекьрьне у хwәйкьрьне. Wәки әв мәщалана тәмам рast бенә qәдандьне сагләмийа зарае qәwинбә. Әме wан чаха сьлсьләтәкә һелә бьшиннә мәктәбе.

Мәктәбеда жи qануне һигиенае тенә qәдандьне.

Әгәр идаред зарайә дьне рькне сагләмие данинә, мәктәб диwер сәр wи рькни щьдьдә. Рькни чьqаси qәwинбә, диwаре awqаси мәнкәмбә. Ле wәки рькни сьстә, диwар жи әсә we qәлсбә.

Qанунед һигиенае ль мәктәбада әве һаньн:

Дәрсханә бьра фьрәбә, ронайи, пәнщәрә мәзьн, щарана бенә вәкьрьн. Тәхте ньвисаре готи зәф незик нинбә.

Борще һәр дәрсдарәкийә дина хwә бьдә зара, wәки рast рунен, wәхте ньвисаре йане хwәндьне зәф qуз нәбьн.

Wәхта зар рast рунанен мәзмәзке пьшта wан хар дьбә. Щарна мәрьв хул дьминә, щарна жи мәзмәзк бәрбь һөндөр йане жи келәка дьдәwьхә. Чь щурәйи жи хар бьбә зьрарә әрһәдәйә.

Мьн нава әви сәрида wәра дәрһәqа қанунед һигиенаеда хәбәрда. Әзи гөманьм, һуне wана рьнд бьqәдиньн, бь we йәкева һуне һьм комәке бьднә мә дохтра, һьм жи сагләмйа хwә мәнкәм бькьн.

ХАРЬН У САГ'ЛӘМИ ПИГАРЕ ҺӘВЬН

Ә'мре мә тәһәрәки пәвгӧһастьна қьнйатайә, илаһи йа спичәка. П'әвгӧһастьна қнйата жи организме мәда бь сайа харьне пешда дьчә. Т'әви харьне бәз, шәкьр, спичәк, xwe, ав, витамин дәрбази щие харьне дьбьн.

Хәләqа просеса мәкандьнейә ә'wльн шкәвта дәве мәйә, жь вьра дәстпекьри нәта рувиед qальн чь кӧ әм дьхӧн һур дьбә, те мәкандьне, дькәвә нава хуне. Хун wан qнйата дьбә у дьгһинә орган системе мә. Wәки ӧсанә, харьн у мәкандьн гәләки фәрзьн бона ә'мре мә. Әw пигаре сагләмйа мәнә.

Wәхта р'ежима харна мә те т'әрбандьне, сагләмйа мә жи, ә'сәйи, wи т'әһәри наминә, чаwa кӧ бәре бу. Чахе харьн кем дьбә, организмеда хәлайи пешда те, әw жар дьбә.

Фашистед германә зӧльмк'ар салед шәр'е кәмдьнйаейи дӧда гәлә дил бьрчи дьһьштьн. Паше жи пе дькәнйан.

Нава литератураеда тьштәки wa ә'йанә. Лагерәкә фашистада гәлә дил һәбунә, ле йәки жь wан гьшка жартьр буйә. Һәрр'о жьна офисерәки те дина xwә дьдә wи, пашда вәдьгәр'ә дьчә мала xwә. Әw мерьк дькәвә нава дӧдьлйа у дьфькьрә: «Щаньм, әве чь жь р'ӧве мьнә, дәрде мьн нә бәси мьнә, әw жи xwә дьхәмьлинә, леве xwә сор дькә, те вьра ль мьн дьнһер'ә дьчә. Ль мьн дькәнә, дьнйае иди, ләма дьбежьн «зьке бьрчи һашә е т'ер т'ӧнә». Ду we йәкер'а әw жьньк һәрр'о те у дьчә, дина xwә дьдә мерьк, qәй те бежи дьбә машqе wи. Щар'ке жи диле бәләнгаз wa дьфькьрә: «qьсми жьнә, к'е занә дьбә дьле we кәтбә мьн». Ле паше xwә дьнһер'ә, кале xwә, дәст у льнге xwәйә зьравьк, т'ьли, печйе xwәйә бәтр'әнгә qьмьли, нәзьнгәкә кур р'адьһелә.

Сьбәке wәхта дила дәрдьхнә дәрва, кӧ бьжмьрьн, жьна офисер жи те wьра, әw qәр'әwьлар'а дьбежә, кӧ бь ә'мре qӧмандаре сәрә әз готи фьлан дили бьбьм, дәрдьхә к'ахәзе жи нишани wан дьдә. Э, дәве qәр'әwьла кәтйә ә'мре мәзьне xwә нәqәдиньн? Әw гази wи мерке бәләнгаз дькьн, т'әслими жьньке дькьн.

Мерьк дьфькьрә «йа р'әби, әве жь мьн хер'ә, кӧла мьн нә бәси мьнә?»

Жьньк wан чаха дәре автое вәдькә у дил т'әглифи һӧндӧр' дькә. Әw бәләнгази, жь xwә, жь к'ьнще xwәйә гьнщьр'оки шәрм дькә, ле чь бькә, автое сйар дьбә. Лә'зәке шунда авто ль бәр кочк у сәрәке дьсәкьнә. Чь кочк у сәра! Мәрьв нә бьxwә, нә бьдә, һәр ль we бьнһер'ә. К'ӧлфәт дил бь т'әһәрәки һьлдькьшинә qате дӧда, дьдә руньштандьне, гази һәрдӧ зар'е xwәйә кӧр'ин дькә.

Ле дил дьфькьрә «йа р'әбе мьн, дьвә әв мәрьва мьнбә, жь бира мьн чувә?»

Зар' тенә һӧндӧр'. Wәхта әw дил дьбиньн тьр'сана дьбә qир'ина wан, xwә давежнә п'есира дйа xwә. Де wана дьдә аштькьрьне у дьбежә:

— Wə ижар дит, əз дьбежьм лао, нан бьхӧн, харьне бьхӧн, һун нахӧн, һун тъме дьбежьн мəде мə начеда. Дə, гӧне wə стуйе wəвə, кефа wəйə, нəхӧн. Һун жи we текəвнə рожа ви. Əви мерки жи готйə мəде мьн начеда, wə дит кəтйə чь налəки...

Дьбə нəлина дил... Ле зар qрар дькьн вьра wада бьхӧн. Бəле, бьрчибун мəрьва ильк дьбаринə, тамаре wана дьмашьн, һəстуйе wанə рəqə-рут тəне дьминьн. Чьмкӧ wəхта мəрьв бьрчи дьминə дəстпе дькə жь гоште щане xwə дьжи, əw тамаре xwə дьманинə. Паше жи дьwəрьмə у дьмрə. Салед шəре wəтəние руйе блокадаеда бажаре Ленинградеда гəлə мəрьв кəтнə we роже. Дəрбе əскəред советие дьжмьн жь дора бажер рaqəтандьн, əмре гəлə бажарванед мə жи жь бьн qəзйае дəркəт.

Гəлə щар һəр бь харьне тəне гəлə нəхwəши тенə qəнщкьрьне. Һьлбəт, əгəр əw харьн раст у wəдəда те тəшкилкьрьне.

Харьн готи бь тəwашбə. Нава weда спичəк, бəз, шəкьр, xwe у витамин ангори xwəстьне организм һəбьн.

Спичəк нава гошт, мəсйа, щир, лорька, пəнер, һека, лобиада һənə. Дӧ щурə спичəк һənə—ед кəйwанəт у ед һешнайе.

Бь бəз рун, бьзьр, тохавк, гошт, мəси дəwлəмəндьн. Ле шəкьр зəф нава һьнгьвда, ненда, консервада һəйə.

Хенщи ве йəке, һьнəк һасьл кəжандьна рувйа qəwин дькьн, наһельн мəрьв qəwс бьбə, жь

wаньн qатъх, рун, харна сар, пънщар, феки, нане гарьс.

Щурəки һасьлайи дьне рувйа дһа дьдə сьсткьрьне. Мəсəлə wəхта навеше руви зу-зу дьнəжьн, готи харна ӧса бьднə нəхwəш, кӧ кəжандьна рувйа əглə бькə. Жь харна ӧсанə кисел, qəйси, ава qəйсйа, һӧрме, шилан, шəрава сор, qалке ньнаре.

Демək, wəхта һəр нəхwəшике тəне харна щурəки лазьмə, кӧ бьднə нəхwəш.

Wəки хəбата система мəнандьне бь кəмди xwə у нормал пешда һəрə лазьмə режима харьне бона һəр мəрьвəки бьднə сазкьрьне. Бь сайа əwe режиме, wəхта мəрьв тъме wəдəки дьxwə, рефлекс бал мə пешда те у һəррож ви wəдəйида шира харьне дьхӧльqə, мəде мəрьва вəдьбə, харьн жи рънд те мəнандьне.

Мəрьве гьһишти рое 3—4 щара нен дьхӧн (йане 3—4 сəнəта щарəке). Щарəкева изьн тӧнə мəрьв гəлəки бьxwə. Илаһи, шиве готи һьндьки бьхӧн. Ке зəф хар, шəв нькарə разе, келəк-келəк wəлдьгəрə.

Əгəр харна роже 100 сəлəфə, 25—30 сəлəфи готи тəште бьхӧн, 45 - 50-и-фьравине, е майин жи шиве.

Мəрве хӧрт готи зу-зу, ле һьндьк һьндьк бьхӧн. xwə жь харна qəлəw, чəша, нен, ичке xwəйкьн.

Бир нəкьн «Щуйина рънд ниве мəнандьнейə» (И. П. Павлов). Wəки ӧсанə, харьне бь кəмди xwə, рънд бьщун, паше даqӧрчиньн. Вь-

ра, бawар бькэ, hун сэр кьсэ-кьса дькэвьн, кӧ бона щуйна рьнд жи дьране баш лазьмьн. Әw жи мэра дьбежэ, wэки эм дьране хwэ рьнд хwэйкьн. Qэдре wана рьнд заньбьн.

Р'ола харьне дha гэлэки фэрзэ wэхта органед мэйэ система мэкандьне (щие харьне, руви, щэгэр) нэхwэшьн. Wан чаха hэр кэс готи «льнге хwэ wэкэ льнефа хwэ дьрежкэ». Дьхwэзьм бежьм, дохтр чawа дьбежэ, гэрэке ӧса жи бькьн.

Wэхте эw органэ нэхwэшьн бэтане wана hэwa hьлдьдьн. Шира мэкандьне кем дьхӧльqэ, рувн зу-зу дьнэжьн, мэ'де мерьв ль hэв дькэвэ, вадьрэшэ, нава wи дьчэ. Харьна hэрро дькарэ кале нэхwэш дha хьрав бькэ.

Wан чаха дохтр нэхwэш бьрчи дьhелэ. Әw э'сэ дькэвэ ньвине у рожа э'wльн hэр 5-6 стэган чайе вадьхwэ. Р'энге чайе чьqаси qэwинбэ, awqаси башэ, чьмкӧ нава чайеда qнйате дэбахкьрьне hэнэ. Әwана пешбэри hэwалhьдане дькьнэ шэр, кэжандьна рувйа сьст дькьн. Ле изьн тӧнэ нэхwэш гэлэки бьрчи бьhельн. Wэхте эw бьрчи дьминэ тэйахдайна wи дькэвэ, сьст дьбэ у нэхwэши ль бал wи дькарэ чэтьн пешда hэрэ.

А лэма жи жь рожа дӧдада дэстпекьри нэхwэш харна бь тэwаш дьхwэ, ле эw гэрэке ӧсабэ, кӧ рьнд бе мэкандьне. Шорбе, гьраре, ава qэйсйа, кьркьрке нен, ава гоште мьришка, кьфта, лорька, qатъх, ава шилана, чайе дьднэ нэхwэш.

Шэкьр у рун кем дьдьнэ нэхwэш, чьмкӧ эw кэжандьна рувийа гӧмрэк дькьн у дькарьн навэше wи бьднэ гӧмрэккьрьне. Хенщи ве йэке, руйе шекьрда hӧндӧре рувйада просесе гэнибуне qэwин дьбьн, газ гэлэки пешда тен, дьбэ qӧрэ-qӧрэ дьл-кьнаве мерьв, жь we йэке кале wи жи дькарэ хьрав бьвэ.

Hьнэки бэре мьн wэра гот, wэки мэрьв рое 3—4 щара харьне дьхwэ. Ле ки нэхwэшэ awqаси дэрэнг харьне наднеда. Әw рое 5—6 щара харна хwэ дьхwэ, ле hэр щарэке hьндьки.

Hэвално, ахьрйеда эз wэра wа дьхwазьм бежьм, wэхта, дури wэвэ, hун нэхwэш кэтьн, пера-пера hэрнэ сэр дохтр. Т'ощар хwэсэри хwэ дэстбь qэнщкьрьне нэкьн, гӧра кэкима, пира у шэ'рэза нэкьн. Бир нэкьн, hэр дохтр дькарэ ширэтнэ ӧса бьдэ wэ чь кӧ лазьмэ бона хwэйкьрьна сагламйа wэ.

Мьн вьра сэрсутэ wэра дэрhэqа харна мэрвед гьhиштийэ сагламу ед кӧ нэхwэшиед wана система мэкандьне hэнэ гот. Ле he чьqас-чьqас нэхwэши жи hэнэ, кӧ мьн нэготьн Харьна раст у расионал гэлэ щара кэрэкэ мэзьн дьдэ qэнщкьрьна wан, нэ кӧ дэрманед тэ'лэ, зьришк.

«ЛЬ ТЭ КЭЛАЛБЭ МИНА ШИРЕ ДЙА ТЭ»

Гэлэ щара эм hэвра wa дьбежьн. Нава we щӧмледа фькрэкэ курэ философие hэйэ. Ль рубаре дьне тӧ тьшт awqаси рьнд нае мэкандьне,

чawa шире де. Бьстанед де шир дьхӧльqиньн, спичәк, бәз у шәкьре нава wн незики ед организме мәнә. Ләма жи әw рьнд «лоши» щане мәрьва дьбә.

Нава qӧрнада организма мерьвда ферменте (ширә) ӧса һәнә, ед кӧ шире де рьнд дьмәнинь. Вьра лазьмә әм биннә бира xwә хәбәрнә дӧрә щәwaһьр, кӧ нвискаре әрмәниайи мәзьн Хачатур Абовйан нава романа xwәйә «Бьринед Әрмәнистане»-да готьнә: «Нә шәкьр, нә һьнгьв, нә жи руне ньвишки бәрга шире дайике нагрьн». Xwәш готийә! Хәбәрнә һеләнә.

Гәло чьма тьштәк бәрга шире де нагрә?

Бона әз щаба ве пьрсе бьдьм готи wәра бәре әwльн бона организма зарада кӧрт бежьм, чьмкӧ созе мьн вьра we дәрһәqa харьна зared бьчукдабә.

Организма зара бьчук гәләки назькә, башqә готи, система wанә мәкандьне һе хьшимә, бәтане we тәнькә, луле хуне теда пърън. Хенщи we йәке, мьн иди wәра готйә, шира харьне бал wан һәр дькарә шире де рьнд бьмәкинә. Мәһед һавине ширә дһа кем дьбә, ләма жи гәлә щара навәш бал wана пешда те у әmре wани бьчуки мина кӧлилкәкә бәрбәро дькә бьн әwре qәзйакә мәзьн.

Әм диса вәгәрнә сәр we пьрсе. Гәло чьма тьштәк бәрга шире де нагрә?

Шире дейи тәмьзә, нава wида микроб тӧнәнә. Бь витамина, фермента у микроэлемента дәwләмәндә.

Спичәке навда wәхта дьqәтә, кӧлиед һурьк пешда тен, әw рьнд тенә мәкандьне.

Шәкре нава шире деда рувийада кomәке дьдә, wәки микробе кardар ль һәвдӧ зedәбьн, ле зйандар нькарбьн wьра бьжин. Нава шире деда лизосим һәйә. Әw кӧкӧми сәр микроба дькә, wана qьр дькә. Зared кӧ бьстане де дьмьжьн, дһа рьнд гьврьк дьбьн, кашa wан баш пешда дьчә, зу сәре xwә дьгрьн, рудьнен, чаләпйа дьчьн, дьсәкьньн у ре дьчьн. Дьранед wана wәдәда шин дьбьн. Нәxwәшиед ӧса чawa рахит, һипотрофйа бал wан кем пешда тен. Нәxwәшйа сьһал дәрбәз дькьн.

Зared кӧ шире де нахӧн, сьстьн, дәрәнг пешда дьчьн, чичәласкинә, кемасйа хуне бал wан һәйә. Нәxwәшиед рахите, һипотрофйае бал wан пърън. Нәxwәшйа дизентериае бал ван зара чар щара дһа зәф пешда те, нә кӧ бал wана, ед бәр бьстиньн. Бь тәгмина мьн вьра иди хәбәред Абовйан у ед щмаәта мәйә, дьбежьн «Бьра мина шире дйа тә ль тә нәлалбә», иди фәмдаринә.

Wәки ӧсанә, һәвално, qәдре шире де бьзанбьн. Дайка кӧ бьстин дьдә зare, бьстане xwә тъме бь ава широгәрми дьшо. Гӧһ дьдә сәр харна xwә. Әw готи шир, чайа ширьнкьри, пәнер, мәсйа, консерва, фекйа бьxwә. Р'уйе ван харьнада бьстан рьнд тъжи дьбьн у бемьнәт гera zare дькьн. Жьнед кӧ щара әwльн зara тиньн, гәлә щара гӧһ наднә xwә, сәре бьстане wан дьqәльшьн, микроб тera дьчьн у һәwалһьл-

дана бьстана пешда тиньн. Wан чаха кӧлфәт дьгазьнә, wәки «му кәтйә бьстане мьн». Бьстане we дешьн, ньшк дьбьн, гәрма we радьбә. Әw дьръщьфинә, бәтрәнг дьбә. Тьрсана нәwерә бьстин бьдә заре.

Р'уйе һәwаһьлдана бьстанада гәлә шар кӧлфәт чьла дьбә, шире we кем дьбә, бьстане we бьчук дьбьн, бь гьликива, әw стәwр дьбә.

Әва дәрбәкә мәзьнә һьм бона заре сава, һьм жи бона де.

Гәлә щара жи бьстан һәwаһьлнадьн, ле шир диса кем дьбә. Нәйнәсйа ве йәке жи һәйә. Жьн һерс дьбә, раназе, рәһәт набә, хәбата гьран дькә. Харна хwә рьнд нахwә, руйе ванда жи шир кем дьбә.

Нава щмаәта мәда дһа хьрабә. Хәйсәтәки wани wа һәйә. Пенщ-шәш рожа ду разанера радьбьн дьгәрьн, ло һьла шӧхӧле гьран жи дькьн. Wәхте һьнәк же дьпьрсьн:

— Леле, тӧ чьма ӧса зу рабуйи, нә тӧйә зевьстанийи? – Әw щарна һәла дьхәйдә жи. Дьле хwәда жи дьбежә «ле wәки әз ранәбьм, ке ве мала мәзьн йолә бьвә, ке дew бькйе, челәка бьдошә, тәндуре дадә, нен бьпежә, һәрә бәраве? А руйе ван хәбате гьранда жи бьстане wеда шир кем дьхӧльқә. Wан чаха әw дьбежә чәве щинара ль мьн кәтьн. Р'оже әwльн бьстане мьнда awqac шир һәбу, кӧ дьръжйа, һьла бәр заре жи дьма, ле нһа, нһа қәт заре жи тер накьм... У дәстпе дькә ньфьрйа ль щинаре бәләнгаз дькә.

Wәрьн, әм раст хәбәрдьн. К'е вьра гӧнәкарә, кӧлфәта дәргуш, йане щинаред we? Мьн иди щаба we пьрсе дайә.

Һәта зарә дӧ-се мәһийә, р'ое кәфт щара бьстин дьдьнеда (йане 3 сәһәта щарәке). Шәв зар' wәкә 6 сәһәта рәһәт дьбә. Wәхта зар' бәрәбәрә мәзьн дьбә харьне бәре 3 сәһәт нива, ле паше 4 сәһәта щарәке дьдьнеда.

Жьна кӧ бьстин дьдә заре готи әсә руне, чокәкә хwә дайнә сәр йа дьн, бьстен бь т'ьлйа нишане у йа орте бьгрә, wәки фьнщке заре нәхьтьмә. Зар' wан чаха дәстпедькә дьмьжә. Щара дьне бьстане дьне дьднә заре, ӧса дор-дор дькьн нәта заре ширәвадькьн. Гәләки фәрзә, wәки зар' әсә бь режим бьхwә. Дәрһәqа кара режиме әзе паше бежьм. Зар' нава 15—20 дәqада шире кӧ лазьми weйә дьхwә.

Ле һьнә зар' һәнә нава 5 дәqада жи т'ара хwә дӧхӧн, заре ӧсар'а дьбежьн ед әщ. Әw гәләки дьмьжьн. Чawa wана жь бәр бьстин һьлдьдьн, қӧлпьк те wана, әw вадьрәшьн, шир бехәда ӧнда дьбә.

Ле дәстә зар' жи һәйә чawa бьстан дькә дәве хwә радьзен. Әw жи зар'ед т'ьральн. Щарщарана готи wана ньшйаркьн, йане на әw рьнд намьжьн, бьрчи дьминьн. Wәхте ду метьна зарера бьстинда шир дьминә, әсә гәрәке бьдошьн. Чьмкӧ бьстане вала паше дһа рьнд т'ьжи дьбә.

Нава щмаәта мәда тьштәки wа дькьн. Де бьстин давежә дәве заре у хwә жи радьзе. Зьрара ве йәке дӧбарәйә. Бәре әwльн, мьн бь

ҷәʼве хwә дитйә, wәки рʼуйе тьште ӧсада зарʼ фәтьсийә. Йа дьне жи—рʼежима харьне те тʼәрʼьбандьне; кӧ awqаси фәрзә бона зарʼа.

Тьштәки дьнейи hе бефәсал дькьн. Зарʼ чьqаси дәстпе дькә дьгри, бьстин дьднеда. Зарʼе wа hәма бьҷуктиийа хwәда hини бехәйсәтие дьбьн.

Әм чаwа заньбьн де тʼьфала хwә тʼер дькә йане на? Зарʼа кӧ тʼер дьхwә, рʼәкәт рʼадьдзе, гьврьк дьбә, кʼаша wе зедә дьбә, ҷәрме wе назькә, бәтрʼәнг нинә. Ле wәхте зарʼе тʼер нәхар, тʼьме дьгри, нәтʼәвьтийә, кʼаша wе зедә набә, бәтрʼәнгә.

Дохтр wан чаха готи бежә де кʼане чьqа шире wе кемә, wәки харна бәррʼа бьднә зарʼе.

Бона wе йәке шире ҷеләка йане бь аве, йане жи бь шорба бьрьнщ рʼон дькьн. Бәре әʼwльн, пʼарә шир hьлдьдьн, пʼарәке жи аве, йане жи шорба бьрьнщ. Паше жи чьрʼә шәкьре бьҷук, йане жи кәвҷики шәкре hур давежнә нав. Чьмкӧ wәхта шире ҷеләка рʼон дькьн шәкьр нава wида кем дьбә. Бәре wе харьне дьднә зарʼе, паше бьстане де.

Әм бежьн шире де тʼера зарʼе дькә, кәта чь wәхте готи зарʼ бьстин бьхwә?

Ду пенщ мәhиерʼа дьбә кӧ шире де пʼьрʼбә, ле әw хwәстьна организма зарʼа бьҷук надә рʼазикьрьне, чьмкӧ бона пешдачуйина зарʼе qнйатед тʼәзә лазьмьн, әw жи нава шире деда кемьн.

А ләма жи жь 5 мәhйа зарʼеда дәстпекьри харна зедә дьднә зарʼа (ҷәʼша герьс, пʼьшруке, hәрле, лорька, шира кʼәләма, гьзера, сева).

Рʼожа әʼwльн кәвҷики чайе дьднә зарʼе, әгәр

рʼожтьра дьне нава wе нәчу, дӧ кәвҷйа дьнеда у бь ви тʼәhәри бәрә-бәрә зарʼе жь шире де дьбьрʼьн. Паше дәстпе дькьн бәрә-бәрә щара дӧда зарʼе hини харна зедә дькьн. Бь ви тʼәhәри зарʼ hеди-hеди тәме хwә жь бьстин дьбьрʼә. Ле wәхта харьна зедә надьнә зарʼе әw хенщи шире де тьштәки дьне нахwә у жь дәст хwә дьчә.

Насәки мьн hәйә (әw нhа иди хwә жи дохтрә) дьбежә: «Мьн кәта кәйштсалйа хwә шире дайка хwә харйә». Щарәке, wәхта әз чумә гӧнде wана, кәтмә бьн әʼнәʼна ве йәке. Дйа wи хәбәрдана хwә бь ви тʼәhәри дәстпекьр.

— Кӧрʼьк кәта кәйштсалйа хwә awqаси сәр бьстин шәwьти бу, кӧ тьштә нәдьхар, мела wи hәр сәр шир бу. Wәхте кәвтсалйа хwәда чу мәктʼәбе wьра тʼав нәдькьр, чаwа дьбу навдәрс, дьрʼәвйа дhат, бьстане хwә дьхар, диса шунда вәдьгәрʼйа. Ле wе жи бежьм, әwи гәләки ҷиҷәласки бу, сесалйа хwәда тʼәзә пʼйа чу.

Бәле, зарʼа кӧ шире де тʼәне wәʼдәки дьреж дьхwә, рʼьнд пешда начә, кемасйа хуне бал wана пешда те. Ләма жи готи зарʼа hеди-hеди hини ширәвәкьрьне бькьн. Ле мәhе hавине готи зарʼе жь шире де нәбьрʼьн, чьмкӧ әw дькарә бь навәше нәхwәш бькʼәвә. Wәхте ве нәхwәшие жи дәрманәки hәри баш шире дейә.

Дайна харна зедә шире де бәрә-бәрә бәр ҷәʼве зарʼе кәрам дькә. Әw тәме хwә жь wи дьбьрʼә у зоре дьдә харна дьне.

Ле нава щмаәʼта мәда тьштәки wа дькьн.

Шир wәʼдәки дьреж дьдьнә заре. Тә һәw ньһеʼри роке жи qрар дькьн заре ширәвәкьн. Чь дькьн, чь накьн, зьрев йане жи бибәре ль бьстане хwә дьхьн. Зара бәләнгаз чawa бьстин дьгьрә, тәʼлайи дьдә дәве we, әw тәрка бьстин дьдә. Паше иди бьстин һьлнадә.

Әв тьштәки зьрардари нәтʼейә. Зара кө ньшкева жь шире де те бьрине нәтәвьтийә, рьнд раназе, бьрчи дьминә, тьштәки дьне нахwә, каша хwә кем дькә, тәйахдайна организма we дькәвә. А руйе ве йәкеда жи зарʼ дькарә бь нәхwәшие щурә-щурә бькәвә. Чьмкө тәйаха we жи кем буйә, нәхwәши бал we дькарә чәтьн бьбьһөрә.

Бона we йәке, wәки просесед әʼмьр биологие организма зареда раст пешда һәрьн, лазьмә хенщи шире де тьштед дьне жи бьднә тъфале. Мәсәлә, 2 мәһиеда шира пънщаре у фекйа, 3 мәһиеда доне мәʼсйа, лорька, 4 мәһиеда чәʼше, 6—7 мәһиеда шорбе, 8—9 мәһиеда зәрка һека, 9—10 мәһиеда ава гоште мьришка у dewep, 10-11 мәһиеда гоште көтайи кәланди, руне ньвишки, супе дьдьнә заре.

Демәк, бь тәʼмина мьн, wә иди те дәрхьст кане шире де чьqаси фәрзә бона wи организми, е кө һе тәрә, хьшимә, хам у нәгьһиштийә.

Кʼорфәлаqиера һьнә жьн радьзен у бьстане wанда шир тʼөнә. Әв бәдбәхтикә бь готна wә бефәсалә. Әw йәк иди qәзйае бона әʼмре заре дьдә сазкьрьне.

Э, хwә әм заре бьрчи наһельн? Wәки на, ле чь готи бьднеда?

Һьлбәт, изна мә кәси тʼөнә заре бьрчи бьһельн. Лазьмә бона заред өса шире де дәстхьн. Кʼи занә, дьбә щинара wә, жьна мәрьве wә бьстин дьдә заре һәрнә бал we, тәwәqе ле бькьн, әгәр шире we зедә һәвә же бьстиньн, бьднә тʼфале.

Нһа бажарада ль рәх нәхwәшханед зарайә мәзьн ньqьткед шире дайике тенә тәшкилкьрьне. Шире өсара дьбежьн е донорие. Кʼөлфәт тенә вьра, тәʼште у фьравина мөфтә дьхөн, шир дьдошьн дьһельн, бона we жи һәqйата хwә дьстиньн. Һун дькарьн һәрнә ве ньqьтке жи, әw дькарә кʼомәке бьдә wә.

Wәхта тьшт жь wьра жи дәрнәкәт, готи харьна бь дәста чекьри (искусственное питание) бьднә дәргуше. Әв харьн организма заре бәр чәтьнайед мәзьн дьдә сәкнандьне. Ахьр нә мьн сәресәрда гот, wәки система зарайә мәнандьнеда шира өса һәйә, кө һәр шире де дькарә бьмәнинә, э, вьра жи иди шире де тʼөнә. Демәк, лазьмә харьна өса бьднә заре, кө бь тәwаша хwәва незики шире бьстинбә. Иди чара мә те бьрине, әм бәрбь шире челәка дьчьн, ле чь бькьн, илащ тʼөнә иди?

Шире челәка ангори е жьна спичәкава, бь рунва дһа дәwләмәндә. Спичәке нав wида дһа зьвьрьн, wәхте әw дьqәтьн көлие мәзьн пешда тен, ләма жи рьнд намәкьн. Шәкре нава шире челәке рувиада мәщалнә рьнд саздькә wәки

микробед зьрардар ль һәв зедәбьн. Нава wида витамин, хӧе, микроэлемент, qнйатед хwәйкьрьне, фермент дһа кемьн. Әwана дһа кем дьбьн, wәхта әм шир дьк'әлиньн. Хwә әм шир нькарьн хавә-хав бьднә зар'е?

Әw т'ьфале, кӧ шире ч'еләка дьхӧн, дһа сьстьн, т'ьме жи ль бал wан мәрьв кемасйа хуне дькарә бьбинә. Әw дәрәнг сәре хwә дьгрьн, р'удьнен, чаләп'йа дьчьн, дьране wана дәрәнг шин дьбьн. Нәхwәшйа р'ахите, һипотрофиае (бещание) дизентериае бал т'ьфале ӧса һьм зә'ф пешда тен, һьм жи чәтьн дәрбаз дьбьн.

Бона ве йәке жи дьхәбьтьн ӧса бькьн, шире ч'еләка незики е де бькьн. Дьгрьн әwи бь аве, йане жи шорба бьрьнщ р'он дькьн, һьнә шәкьр давежнә наве, паше дьднә зар'е. Харнед ви т'әһәрир'а дьбежьн е физиологие, чьмкӧ wәхта әw р'он дьбьн һәй-һәй дьк'әвнә бьн бандур'а кӧкӧме шира мәкандьне. Әw п'ак йан хьрав тенә мәкандьне. Wан харнар'а дьбежьн е һуманизасион йане жи харьне незики шире мәрьва.

Чьqаси жи дьхwази шир р'он бьки, әw бьвә гәзо, шәкьр у һьнгьв жи диса бәрга шире де нагрә.

Зар'ед кӧ харна бь дәста чекьри дьхӧн, иди мьн гот, к'аша хwә п'ак зедә накьн. Бона ве йәке жи харна зедә жь се-чармәһиеда дьднә wан. Ангориһәвбуна спич'әка, бәз у шекьр жи нав харна wанда готи т'әһәрәки дьнебә.

Мәсәлә, бона һәр килограмәкә к'аше хwә зар'а бәр бьстин 2 грам спич'әка дьстинә. Ле

wәхта әw зар' харна бь дәста чекьри дьхwә, бона килограмәк к'аша хwә жь 4-а кәта 5 грам спич'әк дьстинә.

Нһа Т'ьфаqа Советиеда шире ионитие бәрдьдьн. Әw шире ч'еләкайә. Бь к'омәкдарйа р'еаксиае к'имиае к'ьлсе нава wида кем дькьн. Бона we йәке жи спич'әкед кӧ нава шире ч'еләкада һәнә дьqәтьн у кӧлие һур пешда тен. Кӧли жи чьqаси һурбьн, әw awqаси р'ьнд тенә мәкандьне. Хенщи шире ионитие, нһа идаред сәнайа хӧрәк щур'ә-щур'ә харьнед зар'а бәрдьдьн. К'ара wан харьна ве йәкеданә, кӧ әw консервьн, wә'дәки дьреж тенә хwәйкьрьне у хенщи we йәке жи, нава wанда микроб т'ӧнәнә. Сәр шәлбке wан харьна нвисинә, к'ане бь чь т'әһәри wана бьднә хәбате.

Ле, диса дьбежьм, qәдре шире де бьгрьн, әw харьна һәрә бьһа, һәрә хwәш у тәwашә бона зар'а.

ХWӘЙКЬРЬНА ЗАР'ЕД САГ'ЛӘМ У НӘХWӘШ МАЛДА

Зар' пашwәхтийа мәнә. Әw баһара мәхлуqәтиенә у чекьрчие дәwрана комунизменә ль wәт'әне мәда. Wәки ӧсанә, һәма жь р'ожа ә'мре зар'айә пешьнда һәр к'әс жь мә готи бь щабдари у дьлованикә мәзьнва мьqати зар'абә.

Wәхте баг'ванчи чьлпике дьнькинә әw гәләк хӧдан у һәрәк'әт хәрщ дькә, wәки жь we чьл-

3—751

пие багәки бь готьна wи дәре. Бона we йәке жи, wә тәмамава әйанә, чьлпи wәдәда те авдане, qнйаткьрьне. Бей we йәке, hьлбәт, багванчи нькарә бьгhижә мәрәма хwә.

Мьн хәбәрдана хwә бь ве мәсәла hанә бьчуква дәстпекьр, wәки мәра әйанвә, кө организма зара he тәрә, нәпьжиайә, хьшимә. Борще hәр де у бавәкийә өса бькьн, кө әw организма тәр бь нәмди хwә пешда hәрә, бьгьhижә у бьвә мәрьвәки hелә, чawa бона де у баве хwә, өса жи бона мәхлуqәтийа мә. А ләма жи әм төщар бир накьн, wәки «Бәрха че бәркозеда чейә». Демәк, әгәр әм заротиеда дәстбь хwәйкьрьн у тәрбийәтдарийа заре бькьн, әме бьгhижнә дәстаниннә мәзьн. Дьбежьн «aqьле че бәдәна сагләмданә». Зәф раст дьбежьн. Wәки өсанә, тәрбийәтдари у мьqатбуна заре сьх hәвва гьредайинә, әw пигаре hәвә мәзьньн. Wәхта йәк жь wана те тәрбандьне, гьhиштьна заре жи, әрhәдә, иди wи тәhәри нинә, чawa кө лазьмә.

Дәрәщәкә тәрбийәтдариейә лапә фәрз әw хwәйкьрьна зарайә малданә.

Бәре әwльн, дәрhәqa харна зареда. Wәхта зар тәзә те дьнйа роньк, hәма жь рожа әwльн дәстпекьри готи әw бь режим бьстин бьхwә. Се сәнәта щарәке де бьстане хwә бь ава широгәрми дьшо, паше дьдә заре. Заре кө бь режим дьхөн рьнд гьврк дьбьн, зу сәрхwәда тен, кaша wана баш зедә дьбә.

Нәхwәшие рувйа у щие харьне бал ед өса дьhа кем пешда тен.

Ле корфәләqиера гәләк дайик әве қануна фәрз дьтәрбиньн у зьрарәкә мәзьн дьгhиннә тьфала хwә.

Гәло чьма? Кәрәмкьн, әз wәра бежьм. Hәр щарәке wәхта зар дькә искә-иск йане жи дьгри, де бьстин дьдеда. Бе we йәке зар hәма бьчуктиеда hини бехәйсәтие дьбьн. Wәхта әw мәзьн дьбьн иди заньн бь чь тәhәри бьгhижнә мәрәма хwә. Wәхта де изна тьштәки наднә wан, әw дәстпе дькьн дьгрин, чьмкө заньн wәхта әw дьгрин, де хwәстьна wан дьqәдинә. Нә ахьр әw he чуктйа хwәда we йәке hин буйә. Хенщи we, заред өса бетавьн, чичәласкинә, бәр чәтьнайа тәйах надьн, рьнд гьврьк набьн. Йа дьне жи әwә, кө зар пашwәхтие qәдре wәдә ньзаньн, режима әмр у хәбате хwәра пе найньн у гәлә тьште дьне.

Йа дөда пьрса ав лекьрьнейә. Әв жи тьштәки бь готьна wә heләйә. Сәр чәрме зара, өса жи е мәзьна, qөлке гәләки бьчук hәнә, бь комәкдарийа wан пәвгөhастьна hәwe, аве те qәйдәкьрьне. Wәки wәдәки дьреж аве ль заре накьн, әw qөлькана дьхьтьмьн. Демәк, иди wәва әйанә, пәвгөhастьна qнйата те тәрбандьне.

Бawар бькә wә бьhистйә, wәхта hәwahьлдана пьшке hьнәк дайик доне бьзьна ль навмьла заре дьхьн. Әв зьрарәкә мәзьн дьгhинә сагләмйа we, чьмкө әw qөлке кө мьн wәра готьн, бь дон тенә сьвахкьрьне. Wан чаха чәрм чawa мәщала нәфәскьшандьне жь орте те hьл-

дане. Әве йәке ке бир бькә, we тъме зьраре бьгһинә зара xwә.

Чawa зарe жь мала wәльдандьне тиннә мал, готи һәрро аве лекьн. Ав гәләки готи гәрм нинбә-дәрәща 38-39 бәсьн. Wәхта хьлт, авьк, пьжьк, брин ль сәр щане зарe һәбьн. йане жи навьк не пак нәбуйә, пьрса авлекьрьне гәрәке бь комәкдарйа дохтре щи рукихьн.

Йа сьсйа дәрһәqa кьнще зараднә. Пачькә готи тәмьзбьн, нәрм, qәрчъмоке wана төнәбьн. Һәр щарәке, wәхта пачке зарe дьшон, лазьмә әсә утикьн. Бь сайа ве йәке һьм микроб qьр дьбьн, һьм жи qәрчимоке ль сәр пачька раст дьбьн.

Печәка зара жи готи зу-зу вәкьн, пачька бьгөһезьн. Зарe һьнәки вәкьри бьһельн, өса бина we дһа рьнд дәрдькәвә.

Йа чара. Созе мьн дәрһәqa гәра зараданә. Зар гәрәке тъме бьгәрьн, һәwa тәмьз көкөмәки баш ль сәр организме дьһелә, мәде wана вәдьбә, рьнд радьзен, рәнге wана ль мәрьва xwәш те. Гәләки пак дьбә, wәки зара дәрва разиньн. Ньзаньм чьма нава щмаәта мәда тьштәки wa һәйә. Дьбежьн кәта чьле зарe тәмам нәбә изьн төнә wана дәрхнә дәрва, чьмкө чәве хәлqе дькарьн ль wан кәвьн. Әв тьштәки нә растә. Жь 7—8 рожиеда иди дькарьн тьфале бьвнә дәрва, нав һәwa тәмьз. Ле готи өса бькьн, wәки әw сәрма нәкә.

Йа пенща. Вьра созе мьн дәрһәqa qалкьрьна зараданә. Дохтре щи тәмие дьдә де у бава кане чь тәһәри дәст бь qалкьрьне бькьн. Һьлбәт, зарe wан чаха qал дькьн, гава әwә сагләмә, ле wәхта әw нәхwәш дькәвә тәрка we йәке дьдьн. Чawa нәхwәш сәр xwәда һат, пера-пера диса qалкьрьне пешда дьбьн.

Гәләки пакә, wәхта зар у мәзьн сьве у эваре тәна кьрас, дәрпе 10—15 дәqa нава мале дьчьн у тен. Паше бәрә-бәрә бәдәне xwә бь пежгира шьл мьздьдьн. Роже әwльн пежгире нава ава широгәрмида шьл дькьн, паше аве бәрә-бәрә сар дькьн.

Тиренще рое жи карәкә мәзьн дьдьнә сагләмийа зара. Ле готи төщар бир нәкьн, wәхта гәләки бәр тәве бьминьн, хенщи шәwате, ро дькарә ль мерьвхә. Лама жи гәрәке бәрә-бәрә дәркәвнә бәр тәве жь 10-кәта 15 дәqa. Ле әв мәщале әз дьбежьм гәләк щара бона заред лапә бьчук һьнәки чәтьньн.

Мәсәлә, бь ава сар бәдәна зара ду 5—6 мәһйа wанра мьздьдьн.

Xwәйкьрьна заред нәхwәш дһа фәрз, дһа борщдарә. Wәки рьнд мьqати заребьн, әw зу жь нәхwәшие радьбә, зу сәр xwәда те, ле wәхта гөһ наднеда, нәхwәши гәләки дькшинә. Харна зара нәхwәш готи ронбә, витамин навда пърбьн у өсабә, wәки рьнд бе мәнандьне. Гәлә щара жи лазьмә, кө роже нәхwәшиейә әwльн зарe лап бьрчи бьһельн. Мәсәлә, нәхwәшик һәйә жера дьбежьн навәша жәрдадайине. Пе зарe дьхәбьтә у вәдьрәшә, wәки әм харьне бьднә

нəхwəш навəш у вəрəшандьн дькарьн дһа гöмрəнбьн у əмре заре тенə бьн qəзиае.

Һьнə де у бав дьбежьн wəхта зарə нəхwəшə, готи аве тöщар ле нəкьн, ав йəка жи нə растə. Нə кö тəне нə растə, ло һьла зьрардарə жи. Əм, дохтр, гəлə щара дьбежьн зара текнə нава ава гəрм. Wан чаха qöлке кö сəр черм һənə вədьбьн, тамаре хуне фьрə дьбьн, каша хуне пак дьбə. Бь сайа ве йəке жи зара нəхwəш зу qəнщ дьбə. Демək, һəвално, жь аве мəтьрсьн. Һəрнə сəр дохтр, əwe wəра бежə чька wəхте чь нəхwəшие авлекьрьн кардарə.

Зара нəхwəш жи гəлəки дəмана һəwa тəмьздьнə. Wəхта гəрма we бльндбə йане жи дəрва зəф сарбə, готи пəнщəре мале щар-щара вəкьн, wəки һəwa тəмьзбə.

Qанунед һигиенае бона заред нəхwəш дһа фəрзьн. Wəки əw qанунана рьнд нəенə qəандьне һьм нəхwəшйа заре гəлəки дькьшинə, һьм жи wəхта заро бь нəхwəшие жь һəв һьлдане кəтйə, əw дькарə бьбə сəрканйа нəхwəшйе бона дор у бəре хwə.

Гəлə қануне дьне жи һənə. Рast qəандьна ван пьрсе, кö мьн wəра готьн жи, карəкə мəзьн дькарə бьгһинə сагламийа заре.

ДИФТЕРИЙА МЬХƏНƏТƏ

Дифтерийа нəхwəшийа зарanə. Əw жь микроба пешда те, кö щара əwльн сала 1883 һатнə əйанкьрьне. Əв нəхwəши кимли гəwрйа зарада

щиwар дьбə, ле qьрьке, бевьле, гöһа, чəва у органед майинда жи те ханекьрьне.

Мьн иди wəра гот, wəки нəхwəши бь микроба пешда те. Əз нһа wəра дһа йəко-йəко бежьм, wəки əм һəвдö рьнд фəм бькьн, чька əв нəхwəши чьйə, чь зьраре дькарə бьгһинə организм, дугьрание чawa пешда тинə у бь чь тəһəри гəрəке əм пешбəри weйа бькьнə шəр.

Wəхта микроб дəрбази организме дьбə əw гəwриеда дьəwьрə, жəре бəрдьдə. Жəр зутьрəке дəрбази нава хуне дьбə у дьгһижə тəмамийа пared организме. Wəрга микробада тамаре хуне фьрə дьбьн, тонуса wана дькəвə, диwape wана жи qəлс дьбьн, парəкə хунейə рон жь тамара дəрте у бь нököме qнйатед фермептие дьqəтə, бь wи тəһəри пешда те бəтанəки бəтрəнг, ед кö алоqева, йане жи щиед майинва дьqəмьтə. Wəхте дохтр дьхwəзə əwи бəтани рakə əw чəтьн радьбə у wəхта радьбə жи хун жь бьне wи дьдə дəр.

Бой əви бəтани ölмдарəки наве нəхwəшие дани дифтерит. Дифтерийа бь змане һöрöма бəтанра дьбежьн. Һəма жь we йəке жи наве нəхwəшиа дифтерийае пешда һатйə.

Гəло wəхте дифтериае хенщи бəтин иди чь пешда те?

Иди мьн гот, кö диwаред тамаре хуне qəлс дьбьн, ləма жи парəкə хуне жи дəрте у qьрка зара дьwəрминə. Һəма дəрəща əwe wəрьмандьне жи мəра дьбежə, чька нəхwəши чьqаси чəтьнə. Мəсəлə, wəки wəрьмандьн дьгһижə ниве qьрьке

әм дьбежьн, wәки бал нәхwәш дифтерийа жә'рейә дәрәща ә'wльн hәйә у әw wәрма чьqаси алчах дьбә, әwqаси кале нәхwәш чәтьн дьбә, дәрәще dha чәтьн пешда тен. Hәв башqәкьрьна ван дәрәща гәләки фәрзә, чьмки wәхте qәнщкьрьне бона hәр дәрәщәке чапа дәрмана у щуре дәрманкьрьне жи башqәнә.

Нәхwәши бь чь гәhәри дәрбази зара сагләм дьбә?

Сәрканийа нәхwәшие йан зара бь дифтериае нәхwәшә, йане жи йа кӧ сәпә-сьламәтә, ле гәwриа wеда микробе дифтериае hәнә. Мәрьвед wара дьбежьн ед микробкеш. Wәхта микроб дәрбази организме зара сагләм дьбә (бь комәкдарийа hәwе), листькока, кьнща, дәсмала, пежгира, рамусане) жь 2—7 рожа шунда зарә hьнәки нәтәвьтийә, мә'де we те гьртьн, сәре we дешә, рәнге xwә давежә, сьст дьбә, гәwрйа we дешә, гәрма we hеди-hеди радьбә. Wәхта мәрьв гәwрие дьнhерә, рожа ә'wльн бәтанәки лапи назьки тәньк те ханекьрьне, гәwри awqаси сорбуйи нинә, рожтьра дьне бәтан иди qальм дьбә у ӧса дьбә чawa мьн wәра гот.

Хенщи эша гәwрие, бәтане wьра, жь йале органед дьнеда тьштә те ханекьрьне, йане на?

Ле чawa? Hьлбәт пешда тен. Ахьр мьн сәресәрда wәра гот, wәки жә'ра дифтериае дәрбази нава хуне дьбә. Хун жи wәва ә'йанә, ль чәму органа дьгәрә. Лема жи кәму орган зәда xwә дьгьрьн. Ле бәри кәмуйа дьл бәткал дьбә, әw зу-зу дькӧтә, гәпаса хуне блынд дьбә. 2—3

рожа шунда хәбата дьл, анәгори рожед ә'wльн, сьст дьбә. Мәжу жи гәләки бефәйдә дьбә, әw дьwәрьмә у щарна жи нәхwәш дькарә вәчьрькә.

Жә'ра дифтерийае чьqаси нава хунеда дьминә?

Пьрса wa гәләки фәрзә. Дохтр жи бона we пьрсе гәләки дӧшӧрмиш дьбьн. Нәхwәш чьqаси дәрәнг hәрә сәр дохтр, awqаси кале wи хьраб дьбә. Жә'ра дифтерийае бәре ә'wльн he нава хунеданә, wәки дәрманкьрьн зу бе гәшкилкьрьне әw зу жи те hьлдан. Ле wәки ӧса нәбә, жә'р нава органада те гьредан, hәр органәк wи wәхти дьбә кана жә'ре. Хун те парзункьрьне. Парзун жи, hун заньн, гӧрчькьн. Әз дьбежьм hун иди сәр кьсә-кьса дькәвьн, wәки гӧрчьк жи готи qәлсбьн, нә ахьр хуна кӧ те гӧрчька жә'ре жи xwә'ра тинә. Р'асти жи ӧсанә, гӧрчьк жи дькәвәнә нава гәwлаза нәхwәшие.

К'ижан щуре дифтериае dha чәтьнә?

Дифтериайа жә'рие тъме жи чәтьнә. Бәри дәwрана советие жь 100-и 10, 15 зар дьмьрьн, ле hha, шькьр п'акә, әм тьште ӧса кем дьбиньн.

Ле гәло дифтерийа к'ижан органе dha чәтьнә? Дифтерийа гәwрие у йа qьрке dha чәтьнь. Дифтерийа qьрькера щмаә'та мә зә'ф р'аст дьбежә хәнәqутк. Бawар бькә бира wә нәчуйә, wәхта hьнә де сәр зарe xwәда дьqирьн «Ле хәнәqутк навкәтана, зар'но!» Созе wан дәрhәqа ве хәнәqуткеданә.

Ле гәло хьртьк чьйә? Әw жи дифтерийайә, йане на?

Әгәр һун дьхwазьн заньбьн, хьртьк дәрәща хәнәqуткейә әwльнә. Зар дькөхьн, бемәнә, мина дика банг дьдьн, чьмкө гәwрйа заре дьwәрьмә, һәwa чәтьн дәрбази пьшка дьбә, ләма жи өса дькөхьн. Ле, һьлбәт, кәму хьртьк хәнәqутк нинь. Чьмкө, wәва бь тәгмина мьн, әйанә, wәки зар wәхтс сорька, грипе, пәрсьме жи хьртьке дькәвьн. Бь чь тәһәри жь һәвдө щөдакьн, чька хьртьк жь чьйә, әw шөхөле дохтрайә, әз жи нахwәзьм щие бадә сәре щамера бьәшиньм.

Дугьранйе дифтерийае кижаньн? Әwә чәтьньн, йане на?

Дифтерийа жи мина нәхwәшиед гөрә жь һәвһьлданейә дьне гәлә дугьрани дьһелә. Бawарийа wә ль мьн һәвә, wәки дугьрание ве нәхwәшие жь дифтерийае данахөн.

Дугьрание дифтериае пьрьн, ле жь wана зәф фәрзьн һәwaһьлдана дьл, зәдәгьртьна мәжу у гөрчька.

Дьл бь чь тәһәри һәwa һьлдьдә?

Бь кө көме жәра дифтериае дьл һәwa һьлдьдә, нава тамаре wида рәһәкә башqә пешда те, чawa щмаәт дьбежә, әw рәһа тәлә, әw нькарә пеше (функсйа) дьл бьqәдинә.

Һ әwaһьлдана дьл wәхта дифтерийае 2—3 нәфтйа шунда пешда те. Ньшкева нәхwәш бәтрәнг дьбә, кәвчка дьле wи дешә, вәдьрәшә, мәде wи те гьртьне, щәгәр у фатәрәшка wи мә-

зьн дьбьн. Әв дугьранийа qәзйакә мәзьнә бона нәхwәш.

Ле мәжу у нерв чawa дьбьн?

Әw заред, кө бь дифтерийа жәрие дькәвьн, щарна (жь 100-и 8—9 мәрьв) шьл дьбьн.

Зар нәхwәшийа дифтерийае дөщар дькьн йане на?

Заред кө дифтерийае дькәвьн иммунитете дәст тиньн у әмре хwәда иди нәхwәш накәвьн. Ле ван ахьрйа һатә избаткьрьне, wәки жь 100 заред кө бь дифтерийае кәтьнә, 2—3 дькарьн нәхwәшие дөщар бькьн. Әз we жи бир нәкьм wәра бежьм, дифтерийа щәм wан awqaси зрар нинә, әw ськал дәрбаз дьбә.

Кәрәмкьн, әз дәрһәqа qәнщкьрьна дифтериаеда жи wәра бежьм.

Дифтерийа зәф рьнд бь дәрманәки те qәнщкьрьне, әwира дьбежьн антитоксина дифтериае. Әwe бь ви тәһәри дьстиньн: бь жәра микробе дифтериае һәспа дәрзи дькьн, нава хуна wанда мqабьли әwe жәре мqабьлижәр (антитоксин) пешда те. Wәки хуна wан һәспа һьлдьн топка же башqәкьн. we бьминә шьжу, һәма әw шьжу жи дәрманә. Wәхте зар нәхwәш дькәвьн, әwe шьжуйе дьдьнә wан. Wана бь weйа дәрзи дькьн. Ле wәрьн әм биннә бира хwә әw хәбәре мьн әмәке бәре wәра готьн, кө жәра дифтериае зу органава-те гьредане. Ләма жи готи зара пера-пера дәрзикьн. Һе жәре нава хунедә, әwe бь мqабьлижәре бе гьредане. Демәк, әз жи, һун жи һатнә сәр we фькьре, wәки чawa дохтр шькбәрә дәрһәqа

дифтериае гәрәке дәрзикьрьне дәрәнги нәхә. Эпещә дәрмане дьне жи һьнә, кӧ комәке дьдьнә нәхwәша, ле чь мьн wәра гот әw жи бәсә, чьмкӧ йа лапә фәрз әwә.

Ле әм чаwа бькьн, wәки зар қәт лап бь дифтериае нәхwәш нәкәвьн, гәло wәлате мәда мәщале ӧса һәнә, кӧ we йәке биннә сери?

Ньлбәт һәнә. Нһа дәсте мәда мәшаләкә ӧса һәйә, кӧ бе нәхwәшкәтьне организма зарада иммунитете пешда тинә. Әw дәрзикьрьнә. Бона дәрзикьрьне жи әм анатоксине дьдьнә хәбате. Готи һәр де у бавәк һәртъм һәрә сәр дохтр, wәки wәдәда заре wи мqабьли нәхwәшйа бенә дәрзикьрьне. Нһа әм мqабьли дифтериае, кӧхке шин у нәхwәшийа тетанусе бь щарәке дькнә шәр, чьмкӧ нһа ваксинәкә мqабьли һәрсе нәхwәшийа һәйә.

Ле әм чаwа заньбьн, гәло заре нәхwәшкәвә, йане на?

Бона we йәке жи мәщал һәнә. Зәнда зара бь жәра дифтериае дәрзи дькьн, әгәр щие дәрзикьрьне сор бу, һьнәки wәрьми, демәк организмеда имунитет тӧнә у заре нәхwәш бькәвә.

Мьн бона дифтерийае wәра гот, әгәр әw кӧ чь мьн wәра гот жь бира wә нәчә, һуне комәкәкә мәзьн бьдьнә һьм зared хwә, һьм жи дохтра, wәки мqабьли ве нәхwәшие бькнә шәр.

ЗАРЕ ХWӘ ЖЬ СОРЬКА ХWӘЙКЬН

Сорьк нәхwәшийа зарайә жь һәвдӧһьлданейә гӧрә, ле мәрьве мәзьн жи дькарьн бь we бькәвьн, әгәр әwана зартийа хwәда бь we нәхwәшие нәкәтьнә.

Сала 1956. Данйа. Рожәкә мәһа нисанейә хwәш бу. Гәмике ләнгәре хwә һьлкьшанд, борие хьст, бәре хwә да ада Греландйае.

Сәр we гәмйе матросәки 22 сали һәбу. Кәфтеки бәре әw жь мала хwә вәгәрйа бу. Һәма рожа гәми рекәт, гәрма wи рабу, дькӧхйа, дьбеньжи. Мәде wи ль һәв дькәт, копе чәве wи жь һәвдӧ дурнәдькәтьн. Гәми гьһиштә аде. Һәр кәс чу шӧхӧле хwә. Роберт (наве матрос ӧса бу) жи пәйа бу. Дә, хорте щаһьл, рожа баһарейә хwәш. Иди бәриәвар бу, хорт бәре хwә да мәйдана листьне. Wьра бьрә қиз у хорт топ бубун, дьлистьн, шадьбун. Роберт жи хwә ӧнданәкьр. Әwи жи һа вирә, һа е һанра лист. Шәв иди зиз бубу, паше әw вәгәрйа сәр гәмйа хwә. Сьвәтьре хорти дһа тәли нәхwәш бу, ль сәр бәдәна wи хьлтнә сор дабунә дәр. Гази дохтр кьрьн. Әwи диагноза сорька лекьр.

Кәфт-нәйшт рожа шунда бьнәлйе wьра бь сорька нәхwәш кәтьн. Ӧса нава мәһәкеда жь 35 нәзар бьнәлийи тәне 96 мәрьве риспи у пир нәхwәш нәкәтьн. Әмре wан тәмама жи жь 70 сали жортьр бу.

Чь қәwьми? Чьма ӧса бу? Чьма хенщи за-

ра, мәрьве мәзьн жи нәхwәш кәтьн? К'өтаси әw 96 мәрьв чьма нәхwәш нәкәтьн?

Щаба ван пьрса комисиакә мәхсус да, кө дәwләте тәшкилкьрьбу.

Р'уки кәт, wәки ль wьр нәхwәшйа сорька 70 сали бәре һәбуйә. Ду we йәкера кәс нәкәтйә. Ләма жи wәхта Р'оберте нәхwәш һатйә wьр, әwи нәхwәши тәслими тәва кьрйә, жь зара кәта мәзьна нәхwәш кәтьнә.

Әw 96 мәрьве кө сагләм манә жи зартйа хwәда сорьк дабьрандьнә.

Әве мәсәле да кьвше, wәки сорьк тәне нәхwәшйа зара нинә, wәки мәзьн жи дькарьн we һьлдьн, чawa мә жоре гот, әгәр бьчуктиеда бь сорька нәкәтьнә.

Әве эпидемиае (бәлабуна сорька) да кьвше, wәки руйе сорькада зар ль бәр жьне гьран дьчьн, заре wана бь кемаси жь дйа хwә дьбьн. Бал заре кәта се сали, мәрьве жь 50 сали жортьр тьме жи дугьрани пешда тен. Һәма бал ед өса жи сорьк дьбә нәйнәсйа мьрьне.

Сорьк бь чь тәһәри бәла дьбьн?

Wәхта нәхwәш дькөхә, йане жи дьбеньжә, бь кәзара вирус жь организма wи дәртенә нава һәwе, әгәр заред сагләм wьра һәбьн, нәхwәшие һьлдьдьн, ле пер-пера нәхwәш накәвьн. Мөгдарәк (жь 7 кәта 21 р'ожи) дәрбаз дьбә паше нишане сорькайә сьвтә тенә кьвше.

Нишане сорька кижаньн?

Гәрма заре радьбә, дьгһижә кәта 39—40 дәрәщәйи, мәде we те гьртьне, әw дьбеньжә, дькөхә, пәрсьме дькәвә, гилез жь поз дькьшә копе тәва дьwәрьмьн, шиқал дьгрьн у нава 3—4 рожада нәхwәш әтещәйи бәләнгаз дьбә.

Бәтане дев һәwa һьлдьдә, пьзке һурьк ль wьр дәртен, гәwри сор дьбә. Р'ожа чара-пенща хьлт сәр щане заре дәртен. Дәркәтьна хьлта жи бь щарәкева нае сери.

Р'ожа әwльн әw ль дора гөһа, сәртәва, стө, қәфәса синг дәртен. Паше нава 2—3 рожада хьлт ль кәму дәра дьднә дәр.

Сорьк тәне нәхwәшйа терм нинә. Тәмамйа организма мәрьв дькәвә нава мелита we. Әw мелит щарна awqаси гөрә, кө әмре заре ль бәр қәзйакә мәзьн дьдә сәкнандьне.

Щарна wәхта зар тәзә бь сорька дькәвә, эшәкә бетәһәр зьке weда пешда те.

Эварәке әз нәхwәшханеда дордар бум. Ньшкева зәнгьл хьстьн.

— Дохтр, ща кәрәмкә wәрә пара хирургие,— йәки теледа мьнра гот.

— Ве дәме. Чәнд дәqа шунда әзи кабинета хирургдабум.

Әwи мьнра wa шьровәкьр: Зина 3 салийә, дәне сьве анинә нәхwәшхана мә, гәрма we блынд бу, сәре we дешйа. Жь дәст эша зьк нәдьнәwйа, qарә-qара we бу дьгьрйа, мә нәwербу дәсте хwә бьда зьке we. Мә, дохтра, qраркьр, wәки рувйа we кор һәwaһьлдайә, лама жи мә әw qәлашт у тьqла рувйа weйә qальнә мина көрма дәрхьст, авит. Бәре кәта бьн көкөме дәрменда бу, мәрьва тьре иди лап пак буйә, ле

жь паш ниврода диса эша зьк наҥəwə. Йа лапə фəрз жи əwə, кӧ хьлте сӧр ль сəр бəдəна qизьке данə дəр.

Əм т'əвайи чунə сəр qизьке. Əз чаwа ч'ə'в ль we к'əтьм, мьн ҥəму тьшт те дəрхьст.

— Сорькьн,—мьн гот.

— Чь дьбежи?

— Созе р'аст!

Əв щабəкə бефəсал бу бона дохтред п'ара хирургиае, чьмкӧ зар'а бь сорька нəхwəш к'əтьбу, нав зар'ед дьнеда бу, кӧ hе сорька нəк'əтьбун, ле бона нəхwəшиед дьне hатбунə вьра.

Нə гӧнəки дохтре we п'аре бу. Бəле, сорьк щарна зькэшəкə ӧса пешда тинə, кӧ шӧхӧл дьгhинə хирурга.

Гəло чьма?

Чьмкӧ хьлт бəре сəр п'əрда р'увйа пешда тен, əw эше пешда тиньн. Паше т'əзə ль сəр ч'ерм дьднə дəр.

Зар'ед кӧ бещанькьн, бь р'ахите у диат'еза эк'судатив (хьшринок) нəхwəшьн, йане жи т'əзə жь нəхwəшикə дьне р'абунə, сорька дhа чəтьн дəрбаз дькьн.

Дугьранйе сорька п'ьр'ьн. Сорьк к'аша хуне, п'əвгӧhастьна həwае п'ьшькада ӧса дьдə т'əр'бандьне, кӧ гəлə щара həwаhьлдан пешда те. Ҥена бəре зар'ед кӧ дьмьрьн, ҥимли бь həwаhьлдана п'ьшька нəхwəш дьк'əтьн. Гӧhе нəхwəш жи гəлə щара həwа hьлдьдьн. Р'уйе ве йəкеда жи дьбə гьранйа гӧhа у лалбун пешда те.

Шкəвта дəве зар'а дьбə бьрин, бат'ьвк ль wьр дьднə дəр, wəхта əw харьне дьхӧн эш пешда те, лэма жи дьтьр'сьн нахӧн, жар дьбьн, бетəйах дьбьн, жь дəсте хwə дьчьн, ильк дьбарьн.

Дугьраникə сорька лапə мьхəнəт жи həwаhьлдана мəжуйə.

Əв нəхwəшикə бь готьна wə чəтьнə. Гəлə дугьрание дьне жи həнə, ле əв жи бəсьн, wəки əм заньбьн, кӧ сорьк аwqаси жи сьhал нинə, чьqаси дьбежьн.

Гəло зар'е бəр бьстин бь ве нəхwəшие дьк'əвьн, йане на?

Зар'ед жь 3 ҥəта 6 мəhи дəгмə бь сорька нəхwəш дьк'əвьн. Ле зар'о чьqас бьч'укбə, əwqаси нəхwəши бал wи чəтьн дəрбаз дьбə. Лəма жи həркəс жь мə готи бьщə'динə, wəки зар'а wи сорька дəрəнг hьлдə. Əw йəк тьштəки чəтьн нинə.

Ле чаwа бькьн, wəки зар'о дəрəнг нəхwəш бьк'əвə?

Нава шмаə'та мəда тьштəки wа həйə: Wəхта зар'е щинара hьнəк сорька дьк'əвьн, дьбежьн: «Бьмбарəкинə, биньн əм зар'а хwə бьвнə we мале, wəки əw жи сорька сьвьк дəрбазкə».

Əв готьна тьштəки зйандарə. Чьмкӧ ҥəму зар' бь тəhəрəки сорька нак'əвьн.

Организма мəрьва фəраq нинə. Р'еаксиа həр мəрьвəки башqəйə.

Wəки əм дӧ стəгана hьлдьн, т'ьжи чайкьн, həр йəке дӧ чьр' шəкьр бавежнə нав, we мина

hәв ширьнбьн. Чьмкӧ qанунед физикае ӧсаньн. Ле wәки әм wан hәрдӧ стәгана тъжи арaq бькьн, hәрәке бьднә мәрьвәки, реаксиа wан hәрдӧе жь hәвдӧ башqәбә. Йәк дькарә шабьвә, бьвә «бәрхе хwәде», ле е дьне хwә ӧндакә, хәлqер'а бьдә хәбәра. Вьра реаксиа организм дha фәрзә нә кӧ чапа арaqе.

А ӧса жи сорьк. Hәму зар' бь тәhәрәки нәхwәш накәвьн. Нәхwәши бал hьнәка лап сьhал дьбӧhьрә, ле hьнәке дьн гьран дькәвьн, qәлс дьбьн, дькарьн бьмьрьн. Wәхта сорьк ль дор у бәре wә hәбьн, зар'ед хwә же хwәйкьн. Бир нәкьн, wәки сорьк агьрә, ле зар' барут'ә.

Зар'ед кӧ әмре хwәда щарәке ве нәхwәшие дькәвьн, паше иди иммунитете дәст тиньн у сорька накәвьн. Ле ед hе сорька нәкәтьнә, готи бенә дәрзикьрьне. Дәрманәк hәйә, жер'а дьбежьн гаммаглобулин, wәхта бь wи дәрзи дькьн, пешйа нәхwәшие те гьртьне, йане жи әw сьhал дәрбаз дьбә.

Нәхwәш готи жь мале дәрнәхьн, чьмкӧ бь we йәкева нәхwәши дькарә бәлабә.

Зар' готи текәвә ньвине, шорбе, авсире, аве qәйсйа, чайе бьднеда. Р'ое чәнд щара п'әнщәра мале вәкьн, кӧ hәwа т'әмьзбә.

Дохтре зар'а бь хwә готи бе мал, сәр заре, әwe жи we wан ду-дәрмана бьде, чь кӧ лазьмә.

Демәк, wәки әм wәдәда у р'ьнд пешбәри сорька бькнә шәр', әме к'ока wан бьqәлиньн.

К'ӦХКА ШИН ДЬЖМЬНА ЗАР'АЙӘ

Сала 1906 дӧ ӧлмдаред Белгиае—Борде у Жангу данә избаткьрьне, wәки кӧхка шин жь микроба пешда те. Пашwәхтие нәму п'аре дьниаеда ӧлмдар у дохтр hатнә сәр we фькре, кӧ р'асти жи ӧсанә.

К'ӧхка шин жи мина сорька нәхwәшйа гӧр'ә жь hәвдӧhьлданейә. Ле фьрqи жи орт'а ван hәрдӧ нәхwәшйада hәнә. Wәки зар'әкә бь сорька нәхwәш бе нава 100 зар'ед сагләм, 99 жь wана we әсә нәхwәшкәвьн, ле wәхте кӧхка шин hәр 65 зар' дькарьн нәхwәш бькәвьн.

Йа дӧда, зар'е нәта шәш мәhи бь сорька зәф дәгмә нәхwәш дькәвьн, ле кӧхка шин жь р'оже әмрә пешьнда дәстпекьри пешда те у зар'ә чьqаси кӧ бьчукә, әw'qаси зьрара нәхwәшие п'ьр'ә.

Машина к'омәкдарйа лез жь п'ара нәхwәшханейә wәльдандьне жьнькәк у дӧ зар'е weйә hәвалщеwи Зьhар у Мьhар анинә нәхwәшхана мә. Р'енәмеда ньвиси бун, wәки п'ьшкед hәрдӧ зар'а hәwа hьлданә.

Ле wәхта мьн дина хwә даеда, дайик жи бефәсал дьк'ӧхйа. Әз кәтмә ду ән'әне у ль мьн-р'а ль hәв hат эп'ещә пьрс р'укихьм. Мьн дйа жьньке т'әглифи нәхwәшханекьр у wа же пьрси:

— Qиза тә зарт'йа хwәда кӧхка шин кәтйә, йане на?

— Дохтр,—әwe гот,—мьн чар зар' мәзькьрьнә, се кӧр', qизәк. Hәрсе кӧр'е мьн жи кӧх-

ка шин кәтьн, ле әв қиза мьн нәхwәш нәкәт.

— Бәле, диса зарʼ мала wәда һәнә?

— Ле тʼөнәнә, шькьр, пенщ нәвйе мьн һәнә.

— Кәс жь wана накʼөхә?

— Ле накʼөхьн? Кәври бьқөлвә, қәт ньзаньм әw кʼөхьк жь кʼө һат, мина холоре жь нава заркьнге бәләнгаз дәрнакәвә.

Мьнва иди әйан бу, кө дйа wан һәрдө зарʼа, кө бәре нәхwәшйа кʼөхка шин һьлнәдайә, нһа нәхwәшә у әw буйә сәрканйа жь һәвдөһьлдане бона һәрдө зарʼед хwәйә һәвалщеwи.

Wәки әве фькра хwә избат бькьм, рожтьра дьне мьн гилеза гәwрйа зарʼа шандә лабораторйае. Щаб жь wьра һат, wәки бал һәрдө зарʼа жи микробе кʼөхка шин дитьнә.

Демәк, һәрдө зарʼ жи бь кʼөхка шин нәхwәшбун.

Әw бь готна wә тәʼлбун, гөһе wан дешйан, бина wана дьчькйа, дьбеньжин, вәдьрәшйан, шәве пʼаки нькарбун рʼазана. Рʼож бь рож әw тʼьфалана жь дәст хwә дьчун. Дйа wан жи нәхwәш бу, әw гөмрән дькʼөхйа, ле хәма we нинбу. Мә де у зарва щигөһәсти отʼахәкә башқә кьрьн, ду-дәрман данә wан, мәһ нивәке шунда әw сагсьламәт чунә мала хwә.

Әва мәсәла али мә дькә, wәки әм тʼөщар бир нәкьн, кө зарʼед лапә бьчук жи бь кʼөхка шин дькарьн нәхwәшкәвьн, әгәр ль дор-бәре wан инфексиа һәйә у әгәр қануне шәркарие рьнд наенә қәдандьне.

Микроба кʼөхка шин гәләки бетʼаqәтә, нава

һәwа дор у бәре мәда әw зәʼф зу ньшк дьбә. Wәки өсанә, мала нәхwәшда дезинфексиае накьн, пʼәвгөһастьна һәwе жи бәсә бона қьрʼбуна wан микроба.

Wәхта нәхwәш дькʼөхә, бь нәзара микроб бәри нава һәwе дьдә. Мәрве кө wьра һәнә бь we һәwе жи нефәса хwә дькьшиньн у микроба жи перʼа дадьқөрчиньн. Микроб ль гәwрйа мәда һәвдө зедә дьбьн, жәʼре бәрдьдьн, зутьрәке (жь 5 нәта 21 рожи) нәхwәши пешда те.

Рʼоже әʼwльн зарʼ нәтʼәвьтийә, шәве рʼаназе, дькә искә-иск, бьстин рьнд нагрә, кефа we тʼөнә, накʼәнә, набәшьрә.

Паше пʼәрсьм пешда те, гилез жь позе нәхwәше те, һеди-һеди дькʼөхә. Гәрм дәгмә рʼадьбә. Кʼөхьк бәрә-бәрә қәwин дьбә у зарʼ дьфәтьсә. Wәхта нәхwәш дькʼөхә сәрчәʼве wи шин дьбьн, чәʼве wи тʼьжи хун дьбьн, луле хунейә стөкөре дьwәрьмьн, вәдьрәшә у паше һьнәки рәһәт дьбә. Ле әв йәк зәʼф накʼьшинә, кʼөхьк зутьрәке диса дәстпе дьбә. Әw зарʼе нава чәнд рʼожада өса дьһерә, кө мәрьв we нас накә.

Wәхте кʼөхка шин гьранә, тʼьли-печи, поз, леве нәхwәш тʼьме шиньн, һәwа тʼере накә, дькә нивә-нив, мәʼде wи те гьртьне, щарна навәше дькʼәвә.

Пʼьшке мәда бь сайа һәwа тәмьз пʼәвгөһастьна һәwе пешда дьчә, хун тәмьз дьбә. А wәхте кʼөхка шин әв просеса те тәрбандьне. Wәки өсанә, просесед әʼмьр жи тенә тәрбандьне. Бона

we йəке жи нəхwəш бь wи тəhəри ильк дькəвə.

Ӧлмдарəки франсьз,—Трусо, he жь вьр 100-сали бəре готйə, wəки кӧхка шин həwahьлдана qaqəрушке у бронханə, əw организма мəда хəлайа həwe пешда тинə. Həwa жи wəхта кем бу, иди wəва əйанə, бəри гьшка мəжу у дьл qəлс дьбьн. Мəжу жи малхӧе организма мəйə, wəхте əw qəлс дьбə, организма мə дьбə мина малəкə нəфт малхӧе. Ки чawa дьхwəзə, ӧса жи дькə. Лəма жи ӧлмдаре кəвн дьготьн: «Кӧхка шин пьшькада hелуне чедькə, ле нəхwəшие дьне wьра hека дькьн».

Кӧхьк нишанəкə ве нəхwəшиейə əphəдəйə, ле əw йəк, hьлбəт, надə кьвшие, wəки органед дьне сəп у сьламəт дьминьн. Хəбата мəжу, дьл, пьшька, щəгəре, гӧрчька, гьлед мəнандьне те тəрбандьне. Нəхwəш бетəйах дьбə, сӧрəкə сьвьк жи лехə бəдиал дьбə.

Дугьрание кӧхка шин дha чəтьн у дha мьхəнəтьн, нə кӧ əw бь хwə.

Бəре əwльн, кӧхка шин пигарəкə həwahьлдана пьшькайə мəзьнə. Руйе weда жи гəлə заред бьчук дьмьрьн. Hьлбəт, əw рəqəм ви зəманида лап кембуйə, ле диса həйə. Мьн бь хwə бəр чəве хwə дитийə, чawa зара бь кӧхка шин нəхwəш фəтьсийə. Мə həwa, дəрмане щурə-щурə дае, ле бəрга тьштəки нəгьрт. Йа дӧда, дугьранйа ве нəхwəшиейə дьне жь йале гӧhада пешда те. Əw həwahьлдьдьн, дешьн, щарна кем

жь wан дькьшə, руйе ве йəкеда мəрьв дькарə жь гӧha гьран бьминə.

Щарна зара нəхwəш вадьчьрькə, əв йəк жи руйе дугьранйа мəжуданə.

Ӧлмдаре советие данə кьвше, wəки заред кӧ бь кӧхка шин дькəвьн, пашwəхтиеда рьнд гьврьк набьн, жь hевале хwə пашда дьминьн, мəктəбеда гак hин набьн. Əв йəк жи руйе we йəкеда, кӧ хəлайа həwe кӧкӧməки мəзьн сəр межу у бəре əwльн, сəр qалке мəжу дьhелə, функсиаед wийə фəрз дьтəрбинə.

Кӧхка шин дəргед организма зарe ль бəр щурə-щурə нəхwəшийа вадькə. Мəсəлə, нha мə, дохтрара, əйанə, wəки бьрусйа туберкулйозе организма мерьвда həвə, кӧхка шин we дьдə гӧркьрьне. Руйе weда жи нəхwəши дha чəтьн дəрбаз дьбə. Чьмкӧ əв нəхwəши тəйахдайна организме гəлəки алчах дькə.

Нəхwəшиед ӧса чawa дизентерйа, грип, тифа зьк, дифтерйа ду кӧхка шинра дha зəф пешда тен у дha гӧр дəрбаз дьбьн.

Демək, кӧхка шин хайинтие организма мəра дькə. Мəрьва тьре əw нəхwəшикə сьвькə. Ле əмьр у əw мəсəле, кӧ мьн wəра готьн, дəрhəqa тьштəки дьне мəра дьбежьн. Əw дьбежьн, wəки кӧхка шин нəхwəшикə мьхəнəтə, пешбəри тьште мьхəнəт жи готи бькнə шəр. Бькнə шəр... Кəта те бəр мьле мəрьва.

Шəркари чь тəhəри те тəшкилкьрьне?

Дӧ щура—бь профилактика томəри у йа спесифик (башqə). Мəрəма профилактика томəри

әw башqәкьрьна заред нәхwәшә у сазкьрьна контрола дохтриейә, сәр wан зара, ед кӧ уймиш нәхwәш бунә.

Зара нәхwәш малда ԓалдьдә, ле әгәр малда зар ԓьрьн, qәwле мале нә ԓакьн, йане жи разанханеда дьминьн, нәхwәш әсә дьшиннә нәхwәшхана инфексион. Вьра мәщале ӧса тенә сазкьрьне, кӧ ҳьм заре qәнщ бькьн, ҳьм жи ӧса бькьн, кӧ әw нәбә сәрканйа нәхwәшие бона дор у бәре хwә.

Заред кӧ уймиш нәхwәш бунә, бьн контрола дохтриеда дьминьн нәта 21 рожа. паше изна wан дьдьн, кӧ әw ҳәрнә идаред зара (дәргушханә, бахче зара, мәктәб). Ле әгәр ҳьнәк жь wана нәхwәш кәтьн, шәркарие ӧса тәшкил дькьн чәwа иди мьн wәра гот.

Готи гаммаглобулине бәри wан зарадьн, ед кӧ сьстьн, qәлсьн, бещанкьн, бь рахите, хьшриноке нәхwәшьн. Ед кӧ гаммаглобулине дьстиньн дәгмә нәхwәш дькәвьн. Wәхта нәхwәш жи кәтьн, әw нәхwәши сьҳал дәрбаз дькьн.

Шәркарйа спесифик (йа башqә) дҳа фәрзә, заре сагләм бь ваксинае дәрзи дькьн, организма wанда иммунитет пешда те у әгәр әw расти микробе кӧхка шин тен, нәхwәш накәвьн.

Кара әве ваксинае ԓьрә. Әw бь щарәкева зара жь дифтериае, кӧхка шин у столбнйаке дьдә хwәйкьрьне.

Дә, wәки созе мьн дәрҳәqа дәрзикьрьнейә, wәрьн әз wәра тьштәки дьне жи бежьм. Ҳьнә де у бав ҳәнә qайл набьн, wәки заре wана дәрзикьн. Әва нә тьштәки растә у тьме жи дькарә зьраре бьгҳинә сагләмйа заре.

Растә, рожа дәрзикьрьне гәрма тьфале радьбә, щие дәрзие дешә, мәде we ль ҳәвдькәвә, ле әw йәк зәф накьшинә. Дӧ-се рожа шунда зарә сапә-сьламәтә. Организма wеда жи иммунитет пешда те у пашwәхтие әw нәхwәш накәвә бь we нәхwәшие, пешбәри кижане ҳатйә дәрзикьрьне.

Әз we wәхте ҳе нәкиеда дьхәбьтим, хушка дохтре щарәке ҳат у мьнра шьровәкьр, кӧ де у бавәк ҳәнә наҳельн әз зара wан дәрзикьм. Рожтьра дьне әз у хушка дохтре тәвайи чунә we малке. Мьн гәлә тәми данә wан, кӧ әw бьҳельн зара wана дәрзи бькьн. Әwан qәйлйа хwә да. Ле сьвәтьре диса йа хwә кьрбунә йәк, нәҳьштбун. Wан чаха мә бь дәсте зоре хwәст заре дәрзикьн, ле wана ҳewьрзәкә ӧса бльндкьр, кӧ мәфәра мә ҳатә бьрине.

Әwe сале пайизе әз чумә Москвае кӧ ҳинбьм.

Сьвәкә звьстана Москваейә зьвьр бу. Хӧмаме руйе рое гьртьбу, бәрфе жи нәму дәр бь спичала хwә ньхамтбун. Мьн нәхwәше хwә дьнҳерин. Ҳәма we дәме хушкәкә дохтрие ҳатә ҳӧндӧре палате, мьнра гот:

— Дохтр, мәрве тә жь Әрмәнистане ҳатьнә, ҳивйа тәнә.

Мьн ләзандә сьвдәре. Мьн жь чәве хwә бawар нәкьрьн. Пешбәри мьн әw де у бав сәкьнибун, е нәдьҳьштьн әм зара wана дәрзикьн.

— Wə херə?—Мьн пьрси.

— Марина мə нəхwəшə.

Р'уйе бехəмйа де у баведа qизка бəлəнгаз дифтериае к'əтьбу, шьл бубу, нькарбу р'е бьчуйа, wəхта дьхар, фьнщке wер'а дьданə дəр.

— Wə дит, wə бь дəсте хwə ə'щевəкə чаwа ани сəре хwə, wəки wан чаха мə зар' дəрзи бькьра хwə нhа нəдьк'əтə ве р'оже, hун бунə хəниме зар'а хwə.

— Хwəли сəре мьнбə,—де гот,—т'əмам р'уйе мьнда бу.

Əз wанр'а п'əвк'əтьм у р'ожтьр'а дьне мьн зар'а wан нишани дö професоре ə'йан С. Д. Носов у Д. С. Футер да. Зар' hьлданə нəхwəшхане. Р'ожед ə'wльн мəрьва т'ьре əw бəрбь qəнщбуне дьчу, ле сьвəке, wəхта əз hатмə сəр хəвате, мьнр'а готьн Марина wəфат буйə. Параличе авитбу дьле we жи, лəма жи мьрьбу.

Дьбежьн: «Хьравбунá маləке авайа нəзар малийə». Р'аст жи дьбежьн. Чь кö hатə сəре wан де у бава готи бьвə дəрс бона т'əмама, wəки зар'е хwə wə'дəда бьднə дəрзикьрьне.

Бона qəнщкьрьна к'öхка шин həwа т'əмьз, хəбата т'əрбйəтдарйе, харьна бь т'əwаш, бльндкьрьна тəйахдана организм, хwəйкьрьна зар'а жь нəхwəшие дьн, гəр'а нава həwа т'əмьз у гəлə тьште дьн к'омəкəкə мəзьн дьднə мə.

Йа жь нəмуйа фəрзтьр əwə, wəки т'ö кəс бир нəкə, кö к'öхка шин нəхwəшикə гьранə, мьхəнəтə, лəма жи готи ль пешбəри we текнə шəр'.

ZUU... ССР

СƏРƏЩƏМ

Дəрhəqа qанунед hигиенае 3
Харьн у саг'лəми п'игаре həвьн 18
«Ль тə нəлалбə мина шире дйа тə» 23
Хwəйкьрьна зар'ед саг'лəм у нəхwəш малда . 33
Дифтерийа мьхəнəтə 38
Зар'е хwə жь сорька хwəйкьн 45
К'öхка шин дьжмьна зар'айə 51

Сәкиде Ибо (Ибойан)

Ширәте дохтьр

Р'едактор—М. Һ. ҺОВҺАННИСЙАН Э. У. БӘК'ОЕВА
Р'едакторе бәдәwәтие—М. М. БАГДАСАРЙАН
Р'едакторе техникие—В. М. ЕГАНЙАН

ВФ 06929 Т'әмбә 751 Тираж 5000

Т'әслими нәшьрхане кьрьнә 12/V с. 1967
Бона чапкьрьне һатйә qолкьрьне 14/V с. 1968
К'аґәз 84×108 1/32 Бәлге чашкьрьне 3,75
Бәлге нәширәте 2,0
Qимәт 6 кап.

Нәшьрхана № 1, йа сәрwертийа сәнайа полиграфейә сәрәкәйә комитеа Прессаейә дәwләте, рәх Совета Министред Р'еспублика Әрмәнистанейә Советнейә Сосиалистие.

ՀՀ Ազգային գրադարան
NL0797882

II
15069 FL

Қимәт 6 кап.

EZDIKI.COM