ஆரோக்கிய தீபிகை

11 8-7

, 1934

L:5-21;N24
N34.11.8-7
209232

ஆரோக்கிய பத்திரிகை

ஆரோக்கிய மார்க்கங்களைப் போதிக்கும் பத்திரிகை
[illegible] டாக்டர் யு. ராமராவ், யு. கிருஷ்ணராவ், எல். எம். பி. எஸ்.

439
OFFICE ... 25 SEP 1934 ... MADRAS

காலிபோர்னியா வாஸியாகிய ஜாலி மேரி.

..து தேக ...டை 640 பவுண்டு. இவள் வயதானவளுமல்ல. தினே தினே தன்னைத் தான் யெ... ன வயதுடையவளாகவே கருதுகிறாள்.—இது அவளே சொல்வது.

[விலை அணு 2]

சாஸ்திரமும் அனுபவமும் ஒருங்கே சொல்லுகின்றன !

இத்தேசத்தில் எல்லோருக்கும் தெரிந்ததும், யாவரும் கையாளுகிறதுமான வேப்பங்குச்சியின் உயர்ந்த விஷமாற்றும் குணங்களையும், விஷங்கொல்லிக் குணங்களையும், ருசிகரமான குணங்களையும் ஒன்றுகூட்டி

தற்கால உபயோகத்திற்காக

சாஸ்திர முறைப்படி தயாரிக்கப்பட்ட

வேப்பம் பற்பசை.

(கல்கெமிகோ)

வேம்பிலுள்ள முக்கிய வஸ்துக்களும், தந்த சுகாதாரத்திற்குத் தேவையான வஸ்துக்களும் இதில் அடங்கியுள்ளன.

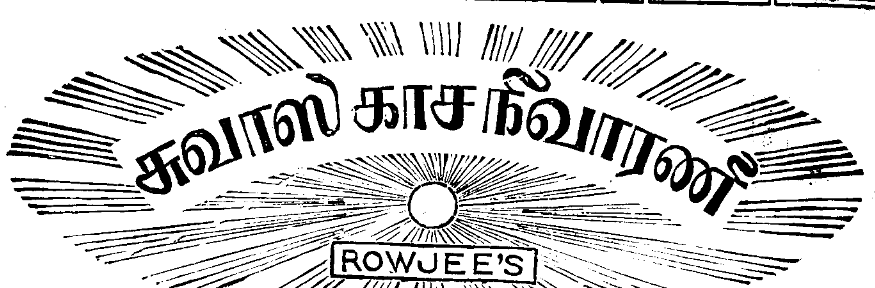
பற்களைச் சுத்தமாயும், வாயை ருசியாயும், சுவாஸத்தை மணமுள்ளதாயும் வைத்திருக்கக்கூடியது.

கல்கத்தா கெமிகல் கம்பெனி, லிமிடெட்,

பாலிகஞ்ச், கல்கத்தா.

(மார்கோ ஸோப் தயாரிப்பவர்கள்)

ஏஜண்டுகள் :—ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ், தபாற் பெட்டி 166, மதராஸ்.



ASTHMA SPECIFIC

ராவுஜீயின் பரம ஔஷதம்.

உபயோகித்ததும் குணம் தெரியக்கூடியது.

சுவாஸ காச நோயினால் பீடிக்கப்பட்டிருப்பவர்களுடைய உபாதையானது இந்த ஔஷதத்தை உபயோகித்த உத்தர க்ஷணத்திலேயே குறைய ஆரம்பிக்கிறதென்று அனுபவத்தில் தெரிந்திருக்கிறது. ஒரு தடவை ஔஷதத்தை உபயோகித்ததும் பிணியாளியின் சொல்லொணாத் துன்பமும், தூக்கமின்மையும் இதர உபாதைகளும் சூரியனைக் கண்ட பனிபோல் மறைந்துவிடுகின்றன. இந்த ஔஷதத்தின் பக்குவ முறையைப் புட்டியின் மீதே நாம் குறிப்பிட்டிருப்பதால் எல்லா வைத்தியர்களும் இதைச் சிபார்சு செய்கிறார்கள்.

புட்டி 1-க்கு விலை ரூ. 2—8—0.

ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ் : **323**, தம்புசெட்டித் தெரு, சென்னை.

பொருளடக்கம்.

		பக்கம்.
சென்னைச் சேரிகள்	...	153
வியாதியைத் தகித்தல்—எட்வர்ட் பொடால்ஸ்கி, எம்.டி., ப்ரூக்லின், நியூயார்க்	...	156
இந்தியாவில் பாற்கட்டி (சாறு) கட்டியாதும் விதம்—புரொபஸர் என். வி. பட்டாசாரியா, எம்.ஏ., எஸ்.வி. சென், எம்.எஸ்.வி., பிஸியாலெஜி டிபார்டுமெண்டு, பிரஸிடென்ஸி காலேஜ், கல்கத்தா	...	161
வீடும் ஆரோக்கியமும்—மிஸ்டர் இக்பல் நாராயண மேடா, பி.ஏ., ஸி.இ., முனிஸிபல் இன்ஜினீர், முல்தான் ஸிடி	...	163
கண் நோய்களைத் தடுத்தல்—டாக்டர் டி. பி. சுந்தரம், அடையார்	...	166
சூரியனைத் தொழுவோர்—ஜேம்ஸ் ஸ்டான்லி	...	168
தாய்மார்களுக்குச் சுவல்பமான சம்பாஷணைகள், குழந்தையின் தூக்கம்	...	170

டூரிங் ஏஜண்டு: டி. என். கே. ஸாமி ராவ்.

பணத்தை

மீற்றும்படியான

சந்தர்ப்பங்கள்.

இந்தப்
பத்திரிகைக்கு
சந்தாதாரராகச்சேர்ந்து
பணத்தை முன் பணமாகச்
செலுத்துவோர்க்கு, ஆரம்பத்தில்
பின்வரும் பக்கங்களில் சொல்லப்பட்ட
மிக உபயோகமான சாமான்களை
பாக்கிங், தபாற் செலவின்றி அனுப்பப்
படும். வி. பி. மூலமாக அனுப்
பும்படி ஆர்டர் செய்தால்
ஒத்துக்கொள்ளப்
படமாட்
டாது.

ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ், **323**, தம்புசெட்டித் தெரு, சென்னை.

209232 சென்னை-600 033

நீரழிவுக்காரர்கள் ஏக்கமுற வேண்டியதில்லை.

GUARANTEED CURE
PANDIT
SWAMI S. SRINIVASA IYENGAR'S
(OF KRISHNAPURAM, TINNEVELLY)

MAYURA KAYA KARPAM FOR DIABETES

பிரஸித்தி பெற்ற வைத்தியரின் கியாதி வாய்ந்த நிவாரணி இதோ இருக்கிறது.

10 நாட்களுக்கு 20-வேளை மருந்து விலை ரூபா 15-8-0 தான். தபால்செலவு இல்லை.

SKANDASRAMAM
P O Box No 759 Egmore Madras

சென்ற 20 வருஷங்களில் ஆயிரக்கணக்கானவர்களைக் குணப்படுத்தியிருக்கிறது. சிறந்ததென நிரூபணமானது. பிரபல டாக்டர்களாலும், ஹைகோர்ட் ஜட்ஜ்களாலும், மந்திரிகளாலும் புகழப்படுவது.

மிதந்தசெலவில் தயாரிக்கப்படும் இந்நிவாரணி இப்பொழுது சாமான்யருக்கும் கிடைக்கிறது.

இப்பண்டிதர், மூத்திர வியாதிகள், கொடிய நரம்புத்தளர்ச்சி, இரத்தம் கெட்டுப்போதல், மேக வியாதிகள் முதலிய சிக்கலான வியாதிகளுக்குத் தாமே நேராகச் சிகிச்சை செய்ய ஏற்றுக்கொள்ளுகிறார். கட்டணம் முதலிய விவரங்கள் நோயைப் பரீக்ஷித்துப் பார்த்த பிறகு தீர்மானம் செய்யப்படும்.

10 நாள் உபயோகத்தில் அற்புதமான பலன் தெரியவரும். குறைந்தது 3 மாதங்களுக்காவது மருந்து சாப்பிடவேண்டும் விவரங்கடங்கிய இலவச புத்தகத்துக்கெழுதவும்.

"ஸ்கந்தாசிரமம்"

தபால் பெட்டி நெ. 759 : : எழும்பூர், மதராஸ்.

ஆரோக்கியப் படத்திரட்டு. : : :

சரீராரோக்கிய சம்பந்தமான விசித்திரப்படங்கள் பல இதில் அடங்கியுள்ளன. காற்று, ஜலம், ஆகாரம், குழந்தைப் பருவம், தாய்ப்பருவம், தூசு, வியாதி, பிரதம சிகிச்சை, சரீரப் பயிற்சி, ரோக சிகிச்சை முதலியவைகளைப்பற்றிய விஷயங்களை உள்ளங்கை நெல்லிக்கனிபோல் திருஷ்டி பூர்வமாகவே ஒவ்வொரு புருஷனும், ஸ்திரீயும், மாணவன் மாணவியும் கண்டறிந்து, நீண்ட ஆயுளும் ஆரோக்கியமும் அடைந்து ஆனந்தப்படக்கூடியது. ஒவ்வொரு வீட்டிலும், பாடசாலையிலும், புத்தக சாலையிலும் பொதுப் புத்தக சாலையிலும் வைக்கத்தகுந்தது. தேகம் வியாதியால் மெலிந்து மனம் நொந்து கிடக்கும் சமயத்தில் நல்ல துணைக்கும் சிநேகிதனுக்கும் ஒப்பாக இருக்கக்கூடியது. எவனொருவன் திடகாத்திர சரீரத்துடன் ஆரோக்கியமும் தீர்க்காயுளும் அடைய விரும்புவானோ, அவனுக்குக் கிளர்ச்சியையும் உற்சாகத்தையும் உபதேசத்தையும் தரக்கூடியது. இது பெருமைக்கு வாங்கி வைக்கவேண்டிய புத்தகமன்று. இது ஒவ்வொரு வீட்டிலும், சங்கத்திலும், கிளப்பிலும், பாடசாலையிலும், புத்தக சாலையிலும் அத்தியாவசியமாக இருக்கவேண்டிய புத்தகம்.

முதல் தொகுதி சீக்கிரம் செலவாகி விட்டபடியால், அநேகர் ஏமாந்து போனார்கள். இன்றே ஆர்டர் செய்யுங்கள். விலை ரூ. 1 முன் பணமாக அனுப்பவேண்டியது. ஆரோக்கிய தீபிகையின் சந்தாதாரர்களுக்கு அணா 12. முன் பணம் அனுப்பிப் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டியது.

உடனே அடியில் கண்ட விலாசத்திற்கு எழுதிக்கொள்ளவும்.

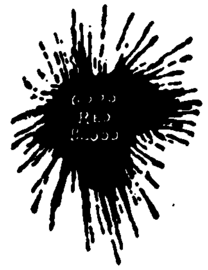
— மானேஜர், —

"ஆரோக்கிய தீபிகை" : : 323, தம்பு செட்டித் தெரு, சென்னை.

இன்னும் நமது சரீர அமைப்புக்களை அறியவில்லையா?

நமது நன்னாரி வேர் ஷர்ப்பத்து

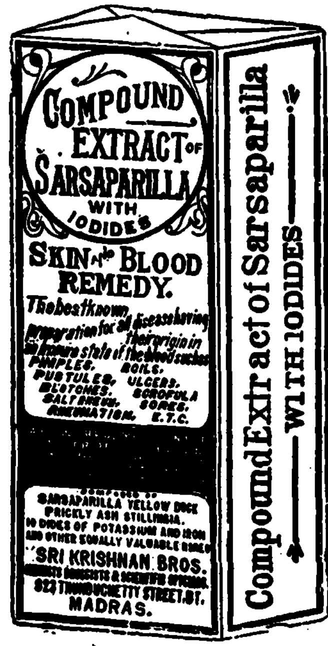
இரத்தத்திலுள்ள அசுத்தத்தைப் போக்குவதற்கு கைகண்ட மருந்து.



பல அருமையான சரக்குகள் சேர்த்து பக்குவமாகத் தயார் செய்யப்பட்டது.

சரீரத்திலுள்ள ரத்தம் அசுத்தப்பட்டு, சிரங்புகள், புண்கள் முதலியன கண்டால், அவைகளைப் போக்குவதற்கு ஒரு ஔஷதம் வேண்டாமா?

நன்னாரி வேர் ஷர்ப்பத்தானது இதற்கு ஏற்ற ஔஷதமென எல்லா தேசங்களாலும் ஒப்புக் கொள்ளப்பட்டிருக்கிறது. வெகு காலமாகவே இது உபயோகிக்கப்பட்டுவருவதை விட இதற்கு வேறு அத்தாக்ஷியும் வேண்டுமோ? நன்றாகப் பக்குவம் செய்த ஷர்ப்பத்தானது மிகுந்த சக்தியுடையதாக இருக்கும். ஆனால், தயாரிப்பதில் அதிக ஜாக்கிரதை வேண்டும்.



உயர்ந்த நன்னாரி வேரில் இருந்து நமது ஷர்ப்பத்து தயாரிக்கப்பட்டு இருக்கிறது. வேறு பல உயர்ந்த சரக்குகளும் இதில் சேர்க்கப்பட்டிருக்கின்றன. பல வைத்திய நிபுணர்களும் நமது ஷர்ப்பத்தை ஒப்புக்கொண்டிருக்கிறார்கள்.

50-வேளை சாப்பிடக்கூடிய ஷர்ப்பத்து அடங்கிய புட்டி 1-க்கு ரூ. 2-8-0.

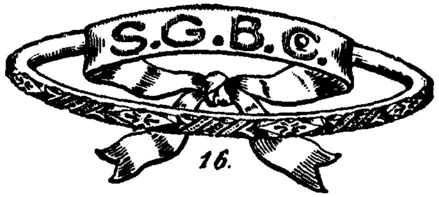
— ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ் —

323, தம்பு செட்டித் தெரு : : : சென்னை.

சாஸ்திர விதிப்படி செய்யப்படும்

பொன் நகைகள்.

உயர்தர நியாயஸ்தல ஜட்ஜுகள்,
சர்க்கார் மந்திரிகள், இன்னும் இதர
பிரசித்திபெற்ற பொதுஜன நன்மைக்காக
உழைப்போர் ஆகிய யாவராலும்
உயர்ந்ததென்று கொண்டாடப்பெற்றது.



முழு காட்லாக்தும் இனும்.
தி ஸயன்டிபிக் கோல்டு பாண்கில்ஸ்
கம்பெனி, லிமிடெட்
தலைமை ஆபீஸ்—43, பயிராகி மடம் தெரு.
கிளை 104, சைனு பஜார் ரோட்.
தபாற் பெட்டி நெ. 203 : மதராஸ்.

விசேஷ அறிக்கை.

டாக்டர் பி. எஸ். பொம்மய்யா, மூளை நரம்புகள் (அதாவது) வாயைக் கட்டிவிடும் பாரிசவாயு உள்பட, காக்காய் வலி, நரம்புக் கோளாறினால் ஏற்படும் நோய்கள் முதலிய யாவற்றையும் வெற்றியுடன் குணப்படுத்துகிறார். அவரது ஆராய்ச்சிகளைப் பிரபல அமெரிக்க வைத்தியர்கள் பலரும் அங்கீகரித்திருக்கிறார்கள். மிகக் கடுமையான நோய்களும் அவரது முறையில் சிகிச்சை பெறுகின்றன. பூரா விவரங்களுக்கும் டாக்டர் பி. எஸ். பொம்மய்யாவை கன்ஸல்ட் செய்யுங்கள். நெ. 125, பிராட்வே, மதராஸ். காலை 7 மணியிலிருந்து 9 மணி வரையில்.

குறைந்த விலை! எல்லாருடைய அளவிற்கும் கிடைக்கும். குறைந்த விலை!!

குடற் பிதுங்கியவர்களுக்கு டிரஸஸ். (TRUSSES)

SINGLE TRUSSES.

வல்கனயிட்; திருப்பக்கூடியது; லேசானது; உறப்புள்ளது;
தண்ணீர் பட்டாலும் கெடாதது. ரூ. 10—0—0.
தோலினால் செய்தது; திருப்ப முடியாதது. ரூ. 6—0—0.

DOUBLE TRUSSES.

தோலினால் செய்யப்பட்டது ரூ. 12—0—0. வல்கனயிட் ரூ. 20—0—0.

ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ் : : 323, தம்பு செட்டித் தெரு, மதராஸ்.

தொகுதி 11, பகுதி 8] [ஆகஸ்டு, 1934.

ஆரோக்கியதீபிகை

ஆரோக்கிய மார்க்கங்களைப் போதிக்கும் பத்திரிகை.

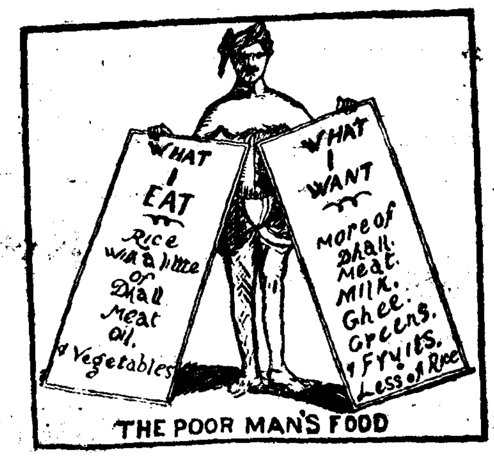
ஆசிரியர்: டாக்டர், யூ. ராமராவ், யூ. கிருஷ்ணராவ், எம்.பி.பி.எஸ்.

பத்திரிகாலயம்: 323, தம்புசெட்டித் தெரு, சென்னை.

வருடச் சந்தா உள்நாடு ரூ. 1-8-0. வெளிநாடு ரூ. 2-0-0. தனிப்பிரதி விலை அணு 2.

சென்னைச் சேரிகள்.

பூலோகத்தில் சேரிப்பிரச்சனை இல்லாத தேசம் கிடையவே கிடையாது. நமது இந்தியாவிலும் இந்தப் பிரச்சனை உண்டு. சேரிகள் நாகரீகத்திற்கும் மானிடவர்க்கத்திற்கும் அவமானத்தைத் தாக்கூடியன. இதைக் கண்டறிந்து, தற்காலத்திய இராஜாங்கத்தார் ஒருவருக்கு ஒருவர் போட்டி போட்டுக்கொண்டு சேரிகளைச் சீர் திருத்துவதிலும், சேரியில் வசிப்போர்களுக்குச் சுகமளிப்பதிலும் தக்க ஏற்பாடுகள் செய்துவருகின்றனர். ருஷியா, ஜர்மனி, இத்தாலியா, க்ரேட் பிரடன் முதலிய நாடுகளில் தொழிலாளிகள் தங்கள் சுதந்திரங்களை வற்புறுத்தி, தங்கள் தேசங்களின் ராஜ்ய பரிபாலனத்தில் ஈடுபட்டு வருவதால், இம்முயற்சி அத்தேசங்களில் இன்னும் அதிகமாக இருந்து கொண்டு வருகின்றது. நமது தேசத்திலோ தொழிலாளிகள் பேச சுவாதீனமில்லை. சீர்கேடான நிலையில் இருக்கின்றனர். ராஜீய விஷயத்தில் அதிகாரம் கிடையாது. மேலும், பண நெருக்கடியாலும், மத சம்பந்தமான இயக்கங்களாலும் இப்பிரச்சனை, ஒரு சிக்கலான பிரச்சனையாகி விட்டது. ஆனதுபற்றி, நமது தேசத்தில் இச்சேரி பிரச்சனை என்றும் தீராப்பிரச்சனையாயிருப்பதில் ஆச்சரியம் ஒன்றுமில்லை.

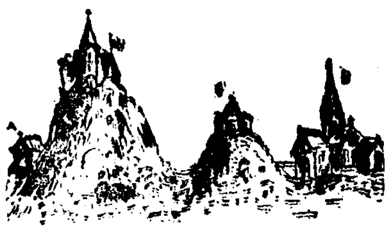


ஏழைகளின் ஆகாரம்.

நான் சாப்பிடுவது—அதிகமாய் அரிசிசாதமும், பருப்பு, மாமிசம், எண்ணெய், காய் கறிகள் குறைவாகவும்.

எனக்குத் தேவை—அதிகமாய் பருப்பு, மாமிசம், பால், நெய், கீரை வகையறுக்கள், பழவகைகளும், அரிசி சாதம் குறைவாகவும் வேண்டும்.

இப்போது சென்னைநகரிலுள்ள சேரிகளைப்பற்றிக் கவனிக்கும்போது இச்சேரி வாசிகள் மூன்று வகையினர் என்று ஏற்படுகிறது. அவையாவன: (1) இருப்புப்பாதைகள், மில்லுகள், இயந்திரசாலைகள், தொழிற்சாலைகள், பொது ஆபீசுகள் இவைகளில் வேலைசெய்யும் தொழிலாளிகள். (2) சென்னையிலும் சுற்றுப் புறங்களிலுமுள்ள பள்ளத் தரைகளில் தனிமையான இடங்களில் குடிசைகள் கட்டிக்கொண்டு வசிக்கும் ஆதிதிராவிடர் முதலியோர். (3) வசிக்க வீடுகளாவது குடிசைகளாவதின்றி சாலை ஓரங்களில் குடியிருந்து வரும் பிச்சைக்காரர்கள். தொழிலாளிகளின் வீடுகளைப்பற்றிக் கவனிக்கையில், அவை அவரவர் எஜமான்



A = BAD SITE B = GOOD SITE
C = GOOD SITE D = FAIR SITE

A. கெட்ட இடம். B. நல்ல இடம்.
C. நல்ல இடம். D. பரியாயமான இடம்.

களின் பொறுப்பென்றே நாம் கருதுகிறோம். சில மில்லுகளும், குப்பைக்காரர் கோட்டிகள் இவர்களுக்கு விடுதிகள் கட்டிக்கொடுத்திருக்கும் மதராஸ் கார்பொரேஷனரும் தவிர்த்து, மற்றையோர் தம் வேலைக்காரர்களைக் கவனியாமல் விட்டு விட்டனர். அவர்கள் சுகாதாரமற்ற இடங்களிலும் ஜனநெருக்கடியான வீடுகளிலும் வசித்து, அதனால் அவர்கள் ஆரோக்கியம் குன்றி, அவர்கள் வேலைத்திட்டம் குறைந்து, கடைசியில் இருகிறத்தாரும் கஷ்டப்படும்படி நேரிடுகிறது. ஆனதுபற்றி, தொழிலாளிகளின் எஜமானர்கள் தங்கள் வேலைக்காரர்களுக்குத் தக்க சுகாதாரமுள்ள விடுதிகளை அமர்த்திக்கொடுத்து, அவர்கள் கூலியின் விகிதாசாரப்படி குடிக்கூலி வசூல் செய்து கொள்ளவேண்டும். இது விஷயமாக, ஒரு எச்சரிக்கை செய்யவேண்டியிருக்கிறது. அதாவது, இங்கிலாந்து செய்த தவற்றை இங்குசெய்யாமற்காக்கவேண்டியதேயாம். இங்கிலாந்து தேசத்தில், ஒரு தொழிலாளியின் வருமானத்தின் அதிக பாகத்தைக் குடிக்கூலியே விழுங்கி விடுகிறது. அதனால் அவர்கள் ஜீவனத்திற்கு வருமானம் போதுமானதாக இருக்கிறதில்லை. அங்கே தொழிலாளிகள் முன்னே ஜனநெருக்கடியான வீடுகளில் வசித்ததால் நுரையீரற் கோளாறுகளினால் வருந்தினர். இப்போது ஆகாரக்குறைவினால் வருந்துகின்றனர்.

இங்கிலாந்தின் சேரிப் பிரச்சனையைப் பற்றி, மெடிகல் ஓல்டு என்னும் பத்திரிகையில் பின்வருமாறு சொல்லப்பட்டிருக்கிறது:—"மிஸ்டர் ஹாரி ப்ாக்னிஸ் என்பவர், தாம் எழுதிய 'சேரிப்பிரச்சனையைக் குறித்து என்னசொல்லுகிறுரென்றால், ஏழையின் வயிற்றில் அடித்து, பணக்காரன் மாடமாளிகைகள் கட்டிக்கொண்டு சுகமாக வாழ்கிறுன்'. மேலும், அவர் சொன்னதாவது: ஒரு தொழிலாளியின் குடும்பத்திற்கு குறைந்த பக்ஷம் வேண்டிய இடம், ஒரு வசிக்கும் அறை, மூன்று படுக்கையறைகள், பாத்திர அறை, இறைச்சி வைக்கும் அறை, கரி வைக்கும் அறை, ஸ்நான அறை, கக்கூஸ் ஆகிய இவைகளே. இது குறைந்தபடியாயிருந்தால் அநேக தொழிலாளர்களின் மனைவிகள் இவற்றை அதிகப்படி என்றே நினைப்பார்கள். ஏனெனில், ஒரு சுகாதார இலாகா அதிகாரி சொன்னபடி வாஸ்தவத்தில் ஒரு ஏழைக்கு நல்ல வீடு கிடைப்பது துர்லபம். பணக்காரர்கள் வீடுகட்டிக் குடிக்கூலிக்கு விடுவதாயிருந்தால் அவர்கள் வரும்படியைப் பார்ப்பார்களேயொழிய, சௌகரியத்தைப் பாரார்கள். ஏழைகளுக்குச் சௌகரியமான வீடு கிடைப்பதாயிருந்தால் அவர்கள் குடிக்கூலியில் மிச்ச பாகம் வரிசெலுத்துவோர் கொடுக்கவேண்டியதாயிருக்கும்.

இது விஷயமாக, ஸ்டாக்டன் ஆன்டீஸ் மெடிகல் ஆபீஸர் ஆப் ஹெல்த் டாக்டர்

மெக்கானிகல் சொல்வது இங்கு கவனிக்கத்தக்கது. அதாவது, தொழிலாளிகள் நூதன வீடுகளில் குடிபுகுவதால் எதிர்பாராத சம்பவங்கள் நேரிடக்கூடும் என்பதாம். அந்த ஊரில் சேரிகளைச் செப்பனிடும்போது முனிஸிபாலிடியார் கட்டிய புது வீடுகளில் குடிபுகுந்தோரின் மரண விகிதம் அதிகமாயிருந்ததென்றும், சேரிகளிலேயே தங்கிவிட்டவர்களின் மரண விகிதம் அதிகக் கம்மியாக இருந்ததென்றும் அவர் ஆராய்ச்சிகளினால் தெரியவந்தது. இதன் காரணம் இன்னதென்று விசாரணை செய்ததில், நூதனமாய்க் குடிபுகுந்தோரின் கஷ்டத்திற்கு ஆகாரக் குறைவே காரணமென்று ஏற்பட்டது. முன்னம் ஆகாரத்திற்காகச் செலவழித்த பணத்தை நூதனமான சுகாதாரமுள்ள வீடுகளுக்குக் குடிக்கூலியாகக் கொடுப்பதில் செலவழித்தனர் என்று அவர் ருஜூப்படுத்தினார். இது விஷயமாக, பிரதான மந்திரியாகவிருந்த சாலிஸ்பரி பிரபுசொன்னதாவது: "சேரிகளை ஒழித்து அதனால் ஜனங்கள் நன்மை அடைவார்கள் என்று எண்ணுகையில், இம்மாதிரி கஷ்டம் ஏற்பட்டால், இந்த வீட்டுப் பிரச்சனை ராஜாங்கத்தாக்கு மிக்கக் கடினமான பிரச்சனையாகும்" என்பதாம்.

ஆதிதிராவிடர் முதலியோர் வசிக்கும் குடிசைகள் விஷயத்தில் நேரிடும் சங்கடமெல்லாம் நிலத்தின் சொந்தக்காரர்களினால் உண்டாவதேயாம். அவர்களது பேராசையும், கடினமான மனதும், உபேக்ஷையுமே குடித்தனக்காரர்களின் கஷ்டத்திற்குக்காரணமாகவிருக்கின்றன. சுகாதார முறைகளை வற்புறுத்த இப்போதுள்ள சட்டதிட்டத்தில் கார்பொரேஷனருக்கு அதிகாரமில்லை. இந்தக் குடிசைகள் கட்டியுள்ளநிலங்களை கார்பொரேஷனர் தமக்குச் சொந்தமாக்கிக் கொண்டு, அந்தப் பள்ளங்களை நிரப்பி மேடாக்கி, பாதைகளையும் சாக்கடைக் கால்களையும் கட்டி, ஜலாதாரம், விளக்குகள் ஏற்படுத்தி, அஸ்திவாரம் எழுப்பி விட வேண்டியது. அதன்மேல் அவர்கள் மேற்கூரை போட்டுக்கொள்ள வேண்டியது. [illegible] வீடுகளைக்காட்டிலும் [illegible] டே[illegible] வீடுகள் சிரேஷ்டம். அதனால் தீ [illegible]பத்து நேரிடாது. வருஷவாரி அநே[illegible] கங்[illegible]இக்குடிசைகள் தீயால் பற்றி எரியும் [illegible] நாம் பார்க்கிறோம். இது சாதாரண[illegible]ய் [illegible] லா மூடாத கி[illegible] [illegible]லோ உண்டாகிறது. ஒவ்வொரு வீட்டின் மத்தியில் முற்றம் அவசியம் வேண்டும். அதில்லாவிடில், காற்றும் வெளிச்சமும் இல்லாமல் தடைபட்டு அதனால் குடித்தனக்காரர்களின் ஆரோக்கியத்திற்கு இடைஞ்சல் உண்டாகும். ஒரு தட்டோடு வீடு எல்லாம் சேர்ந்து ரூ. 500-க்கு அதிகப்படாமல் இருக்கவேண்டும். ஒரு வீட்டில் இரண்டு குடித்தனங்கள் இருக்கலாம். ஒவ்வொரு குடித்தனக்காரரும் மாதம் 1-க்கு ரூ. 1-4-0 குடிக்கூலி கொடுக்கும் பக்ஷத்தில் அரைவட்டி கிட்டும். கார்பொரேஷனரோ, இதர கம்பெனியாரோ இம்மாதிரி வீடுகளைக் கட்டிக் குடிக்கூலிக்கு விட்டால் லாபகரமாக இருக்கும். தவிர, சென்னையில் கோடைகாலத்தில் நிற்க நிலையில்லாத ஜனங்கள் ஜீவனத்திற்காக வருவதுண்டு. ஒரு மழை பொழிந்தவுடனே அவரவர் தமதூர்களுக்கு திரும்பப் போய்விடுவார்கள். இவர்களுக்குக் குடியிருக்க வீடுகள் கிடையாது. அவர்கள் தினம் இரவில் கொத்தவால் சாவடி முதலிய மார்க்கெட்டுகளில் தங்கள் தொழில் முடிந்தவுடனே படுத்துறங்குவது வழக்கம். மார்க்கெட் சொந்தக்காரர் இவர்களுக்கு படுக்க கூரைகள் கட்டி, தண்ணீர் குழாய், கக்கூசுகள் முதலியன வைத்து, அவர்களுக்குத் தக்க சௌகரியங்களை ஏற்பாடு செய்யவேண்டும். இவர்கள் சாலைகளில் சமையல் செய்யவோ, உண்ணவோ, உறங்கவோ செய்யவொட்டாமல் தடுக்கவேண்டும். அதனால் தொத்துவியாதிகள் அவர்களைப் பீடித்து நகரமுழுதிலும் பரவுவதற்கு ஹேதுவாயிருக்கும்.

கடைசியாக, பிச்சைக்காரர்கள் பிரச்சனையைக் கவனிப்போம். மேனாடுகளில் இப்பிரச்சனை ஒருவிதமாய் தீர்ந்து

விட்டது. நமது தேசத்திலோ, இளகிய மனதும், தெய்வ பயமும் ஜனங்களை ஆண்டு வருவதால், இப்பிரச்சனை சீக்கிரத்தில் முடிவுக்கு வருவது துர்லபம். பிச்சைக்காரர்கள் மூன்று வகையினர். முதலாவது, வலுவுள்ள பிச்சைக்காரன். இவன் ஊர் ஊராய்த் திரிபவன். ஜனங்களை மிரட்டி உருட்டி பிச்சை வாங்குபவன். இவன் எடுக்கும் பிச்சைக்கு அதிகாரப் பிச்சை என்று சொல்வதுண்டு. இப்பிச்சைக்காரர்களை ஒழிக்கச்சட்டம் கிடையாது. இவர்கள் பொதுஜனங்களுக்கு ஹிம்ஸையைப் புரிபவர்களாதலால் இவர்களை ஒழிக்கவேண்டும். இவர்களுக்கு ஒரு சிறு தொழிற்சாலை ஏற்படுத்தி, அங்கே வேலைசெய்யும்படி திட்டம் செய்தால் அதனால் லாபமுண்டு. அடுத்தபடி, கிழவர்களும், கூன், குருடு, முடம், நொண்டி முதலியோருமாவர். இவர்கள் விஷயத்தில் பொது ஜனங்கள் மனமிரங்கி உதவிபுரிதல் வேண்டும். கார்பொரேஷனார் இவர்களுக்கென்று விடுதிகள் கட்டி, அங்கே சாப்பாடு போட்டு காப்பாற்ற வேண்டும். ஆனால், அவர்கள் அடியோடு கதியற்றவர்களாயிருக்கவேண்டும். இவர்கள் பட்டினி கிடந்து சாலை ஓரங்களில் சாகும்படி விடக்கூடாது. கடைசியில் நோயாளிப்பிச்சைக்காரர்களென்னும் ஒரு திறத்தார் உண்டு. இவர்கள் முக்கியமாய் குஷ்டம் முதலிய நீடித்த ரோகங்களினாலும், புண்கள் காயங்கள் முதலியவற்றாலும் வருந்துவோராவர். இவர்களை குஷ்ட ரோக ஆஸ்பத்திரிகளுக்காவது ஏழை விடுதிகளுக்காவது அனுப்பிவிட வேண்டும். இப்போது இவர்கள் சாலை ஓரங்களிலும், டிராம், பஸ் முதலியன நிற்கும் இடங்களிலும் நின்றுகொண்டு வழிப்போக்கர்களுக்கு இடைஞ்சல் செய்து, அவர்கள் ஆரோக்கியத்திற்கும், பிராணன்களுக்குமே ஆபத்தை விளைவிக்கின்றனர். சென்னையிலுள்ள ஏழை விடுதிகளை சால்வேஷன் ஆர்மியார் கையில் ஒப்புவிக்கப் போகிறதாக ஒரு வதந்தி உண்டாயிருக்கிறது. இந்த சால்வேஷன் ஆர்மியார், திருட்டுஜாதியாரை மேற்பார்வை செய்தும், அவர்களை நல்ல வழியில் திருப்பியும், குஷ்டரோகக்காரர்களுக்கு சிஷ்ருஷை செய்தும், சாதாரணமாய் அநேக விஷயங்களில் ஏழைகளைக்காப்பாற்றியும், இவ்வித நற்றொழிலில் ஈடுபட்டிருப்பதற்காக அவர்களை வெகுவாக மெச்சுகிறோம். ஆகிலும், இந்த ஏழைப்பிச்சைக்காரர்களுக்கு மதபங்கம் நேரிடாதபடி செய்யவேண்டியது அவசியம். ஆனதுபற்றி, முன்போலவே கார்பொரேஷனார் இந்த ஏழை விடுதிகளை மேற்பார்வை செய்வது உசிதம் என்று தோன்றுகிறது. அன்னிய மதஸ்தாகள் கையில் இவர்களை ஒப்புவிக்கக்கூடாது. சென்னை சட்ட சபையில் இப்போது கொண்டுவரப்பட்டிருக்கும் பிச்சைக்காரர்களைப்பற்றிய மசோதாவானது சட்டமாகி, சென்னையில் பிச்சைக்காரர் தொந்தரை கூடிய சீக்கிரத்தில் ஒழியுமென்று நாம் நம்புகிறோம்.

வியாதியைத் தகித்தல்

எட்வர்ட் பொடால்ஸ்கி, எம்.டி.,
ப்ருக்லின், நியூயார்க்.

வைத்திய சாஸ்திரத்தின் தந்தையாகிய ஹிபோகிரேடிஸ் என்பவர், ஆச்சரியமானதும் அசாதாரணமானதுமான விஷயங்களை எப்போதும் கவனித்துக்கொண்டு வருவார். அவர் கண்டறிந்த விஷயங்களில் அதிக மனக்கலக்கத்தை உண்டு பண்ணக்கூடியது ஒன்றுண்டு. அதாவது, பைத்தியம் பிடித்த ஒரு மனிதனுக்கு தொத்து வியாதி கண்டு மும்மரமான ஜுரம் அடித்தால், அந்த ஜுரத்தின் பலனாக பைத்தியம் நீங்கிப்போகும் என்பதே. காக்காய் வலி கண்டவர்களுக்கு க்வார்டன் மலேரியா ஜுரம் அடித்தவுடனே, காக்காய் வலி சொஸ்தமானதைப் பார்த்து, இப்புராதன கிரேக்கு டாக்டருக்கு இவ்விஷயத்தில் ஊக்கம் ஏற்பட்டது. அந்த ஜுரமானது, அவர்களுடைய புத்திகடமாட்டத்தைப்போக்கி, அறிவை உண்டாக்கிற்று. இதற்கு 500 வருஷங்களுக்குப் பிறகு, ரோமாபுரி வைத்தியர்களில் பிரசித்திபெற்ற காலன் என்பவர், இதேமாதிரியான மாறுதலைக் கண்டறிந்தார். மும்மரமான ஜுரம் அடித்தால், அது மனதை எரித்துப் புத்தியைச் சுவாதீனத்திற்குக் கொண்டுவந்தது போலும்.

பின் நூற்றாண்டுகளில், மற்ற டாக்டர்களுடைய மனதிலும் இது விஷயம் பதிந்தது. மத்தியகாலத்தில் உலாந்தில் பிரசித்திபெற்ற வைத்தியாகிய போயர் ஹேவ் என்பவர், தடமாட்டமடைந்த புத்தி, ஜுரத்தினால் ஸ்வாதீனம் அடைந்ததென்று எழுதியிருக்கிறார். இங்கிலீஷ் வைத்தியர்களில் பிரபலமான ஸிடின் ஹாம் என்பவரும் இதே தீர்மானத்திற்கு வந்தனர். அதே காலத்தில், ப்ரான்ஸ் தேசத்தில் பைத்தியக்கார ஆஸ்பத்திரியில் வாந்தி பேதி வலைபோட்டு வாரிக்கொண்டிருந்தது. அதில் நூற்றுக்கணக்கான நபர்கள் மடிந்தனர். தப்பிப்பிழைத்தவர்கள் புத்தி சுவாதீனமடைந்து சொஸ்தப்பட்டனர்.

காலம் செல்லச் செல்ல, ஜுரத்திற்கும் மூளைக்கும் உள்ள சம்பந்தா சம்பந்தத்தைக் கண்டுபிடிப்பதில் அக்கரை அதிகமாயிற்று. **1864**-ம் வருஷத்தில் மலேரியாவினால் பைத்தியம் குணமாகிறதென்று கண்டுபிடித்தனர். தவிர, கிரந்திப்புண் வியாதியால் உண்டாகும் ஒருவித மனோவியாதியாகிய டிமென்ஷியா பொலிடிகா அல்லது பெரேஸிஸ் என்பது ஆச்சரியப்படும்படி சொஸ்தமாய் விடுகிறதென்று கண்டறிந்தார். 1848ஸு டாக்டர் காஸ்டர் என்பவர், ஜுரத்தினால் மனோவியாதி தீருகிறதென்னும் ஒரு வியாஸதை எழுதினார். 1874-ம் வருஷத்தில் ருஷியா தேசத்துவைத்தியராகிய டாக்டர் ராஸன்ப்ளும் என்பவர், பைத்தியம் பிடித்த 4 கேசுகளில் ஜுரத்தினால் உண்டாகும் பலனை ஆராய்ச்சி செய்தனர்.

1883-ம் வருஷத்தில் டாக்டர் வாக்னர் ஜௌரெக் என்பவர் பைத்தியம் பிடித்த ஒரு ஸ்திரீக்கு சிகிச்சை செய்துகொண்டிருந்தார். அந்த சமயத்தில் அவளுக்கு டைபாய்டு ஜுரம் கண்டது. அவள் சாகும் தருவாயில் இருந்தனள். ஜுரம் உள்ளேயே எரித்துக்கொண்டிருந்தது. அநேக விசை, அவளுக்கு இழுப்பும் வந்தது. கடைசியாக, அவள் மயக்கமடைந்து ஸ்மரணையற்றுப் படுத்துக்கொண்டிருந்தாள். அநேகமணி காலம் இறந்தவள்போலவே காணப்பட்டாள்.

அந்த ஜுரமானது அவள் முகத்தைக் கொளுத்திவிட்டது; அவள் தொண்டையை வறட்சி செய்துவிட்டது. ஜுரம் விட்டதும், சுகம் ஏற்பட்டது. அவள் மூளையிலுள்ள வியாதியை அந்த ஜுரம் போக்கிவிட்டது. இந்த மாறுதலானது டாக்டர் வாக்னர் ஜௌரெக் மனதில் செவ்வையாய்ப் பதிந்துவிட்டது. இதற்குப்பின் ஜுரம், பைத்தியத்தை எவ்வாறு கொளுத்தியது என்பதைக் கண்டறிவது தவிர வேறு ஒரு தொழிலும் அவருக்குக் கிடையாது.

டாக்டர் வாக்னர் ஜௌரெக்குக்குச் சந்தர்ப்பங்கள் வாய்த்தன. சிறிதுகாலத்திற்கெல்லாம் அவர் பைத்தியக்கார ஆஸ்பத்திரியின் வார்டில் சுற்றிக்கொண்டு வந்தார். அங்கே 9 பிள்ளைகள் பெற்ற ஒரு ஸ்திரீக்கு பைத்தியம் பிடித்திருந்தது. பூலோகத்தில் அவள் நரகவேதனையை அனுபவித்து வந்தனள் என்றே சொல்ல வேண்டும். அவளது தற்கால நிலையை யோசிக்கின், அவளுக்கு வைத்திய முறைப்படி சிகிச்சை செய்யவேண்டுமேயொழிய, அவளுடைய மனோ நிலைக்கு சிகிச்சை அவசியமில்லாதிருந்தது. அவளுக்குக் கடைசியாக எரிசிபலிஸ் என்னும் வியாதி கண்டது. இது ஜுரம் சம்பந்தப்பட்ட ஒரு வியாதி. அவள் முகம் சிவந்து போயிருந்தது. இந்த வியாதி ஆரம்பத்தில் சர்மத்தை எதிர்க்கக்கூடியது. அவள் தேகம் முழுதிலும் நோய்; ஜுரம் இருந்தது. இங்கே ஜுரமும் பைத்தியமும் கலந்திருந்தது. இதைக் கவனிக்கவேண்

A

டிய தவசியம். ஜுரமும் பைத்தியமும் கலந்த கேஸுகளைத்தான் டாக்டர் வாக்னர் ஜௌரெக் தேடிப்பிடிக்கிறது வழக்கம். உடனே இந்த நோயாளியைத் தன் பார்வையில்வைத்துக்கொண்டார். அவளை வெகு ஜாக்கிரதையாய்க் கவனித்துக் கொண்டுவந்தார். அவள் தேகம் சொஸ்தமானவுடனே, அவள் மனதும் சொஸ்தமடைந்தது. டாக்டர் வாக்னர் ஜௌரெக்கின் சந்தோஷத்திற்கு அளவில்லை. ஜுரத்தைக்கொண்டு பைத்தியத்தைச் சுட்டெரிக்கலாம் என்று அவருக்கு இப்போது தெளிவாய் ஏற்பட்டது.

4 வருஷ காலம், பைத்தியம் பிடித்த கேஸு ஒவ்வொன்றையும் பரிசோதித்துப் பார்த்து, ஜுரத்தினால் அதற்கு என்ன அனுகூலம் என்பதைக் கண்டறிந்து வந்தார். ஜுரம் கண்டாலோ, அது பைத்தியத்திற்கு அனுகூலம் என்று அவருக்குத் திடப்பட்டது. இவருடைய ஸ்நேகிதர் ஒருவர் டாக்டர் லட்விக் மேயர் என்பவருக்கு கிரந்திப்புண்ணால் உண்டாகும் பைத்தியத்தில் அதிக நோக்கம் உண்டு. அவர் ஆண்டிமொனி கலந்த ஒரு மருந்து தாமே தயாரித்து, அதை நோயாளியின் தலையில் அழுத்தமாய்த் தேய்ப்பதுண்டு. இந்த ஆண்டிமொனி மண்டையோட்டின்மூலமாய் மூளைக்குள் இறங்கக்கூடும் என்று அவர் நம்பினார். ஆனால், அதை அழுத்தமாய்த் தோல் உழன்று போகும்படி தேய்க்கவேண்டும். டாக்டர் மேயர் தன் பலம் கொண்ட மட்டும் தேய்த்தார். அநேக கேஸுகள் தொத்து சம்பந்தப்பட்டு, அந்த நபர்களுக்கு ஜுரம் கண்டது. தொத்து சம்பந்தம் அதிகமாகவிருந்ததால் ஜுரம் மும்முரமாய்க் கண்டது. ஜுரம் கண்டவர்களுக்கெல்லாம் புத்தி தெளிவாய் விட்டது. டாக்டர் மேயர் சந்தோஷமடைந்தார். இதுவே பைத்தியத்திற்கு சரியானசிகிச்சை என்று தெரிந்துகொண்டார். அதைச் சரியானபடி உபயோகிக்க அவருக்குத்தான் தெரியும். தொத்து சம்பந்தத்தினால் ஜுரம் வந்து அதனால் பைத்தியம் பறந்துபோய்விட்டது.

1887-ம் ஆண்டில் டாக்டர் வாக்னர் ஜௌரெக் என்பவர், பைத்தியத்தைப் போக்குவதற்கு ஜுரம்தான் சரியான சிகிச்சையென்று கண்டுகொண்டார். முக்கியமாய், கிரந்திப்புண் வியாதியினால் உண்டான பைத்தியத்திற்கு இது எடுத்தது. எரிஸிபலிஸ் வந்தவர்களுக்கு புத்தி சுவாதீனம் வந்தது. அவர் பைத்தியக்காரர்களுக்கு எரிசிபாலிஸ் விஷக்கிருமிகளை இஞ்செக்ஷன் செய்தார். ஜுரம் கொஞ்சம் வந்தது. அது பைத்தியத்தைப் போக்குவதற்கு அவ்வளவு போதுமானதன்று. இதற்குச் சரியான ஜுரம் மலேரியா ஒன்றுதான். ஆனால், அந்தக்காலத்தில் மலேரியா என்றால் பீதி. அது ஒரு அபாயகரமான வியாதி என்றும் அதை இஞ்செக்ஷன் செய்தால் ஆபத்துக்கிடமென்றும் டாக்டர்கள் கருதினர். டாக்டர் வாக்னர் ஜௌரெக் மலேரியாவை நோயாளிக்கு உற்பத்திசெய்யத் தயாராயிருந்தபோதிலும், அவருடைய கோஷ்டியில் சேர்ந்த டாக்டர்கள் அதற்குச் சம்மதிக்கவில்லை.

1890-ம் வருஷத்திலும் கூட, டாக்டர் வாக்னர் ஜௌரெக்குக்கு இதிலுள்ள அக்கரை தீரவில்லை. தான் செய்ய வேண்டிய முயற்சிகள் யாவும் பூரணமாகச் செய்யவில்லை என்று அவர் கருதினார். எல்லாவித கிருமிகளையும் இன்ஜெக்ஷன் செய்து பார்த்தார். ஒன்றும் திருப்திகரமாயில்லை. 1890-ம் வருஷத்தில் டாக்டர் கச் என்பவர் காசநோய்க் கிருமிகளைக் கண்டுபிடித்தார். இதனால் தனக்கு ஜெயம் வரலாம் என்று நினைத்தார். டுபர்குலினை பைத்தியக்காரர்களுக்கு ஜுரம் வருவதற்காக இன்ஜெக்ஷன் செய்யப்பட்டது. மலேரியா கிருமிகள் கூடாதென்று தடுக்கப்பட்ட பிறகு, காசநோய்க் கிருமிகளை உபயோகிக்கப்பட்டது. 10-வருஷ காலம் காசநோய்க் கிருமிகளை உபயோகித்தார். அது திருப்திகரமாயில்லை. ஜுரம் வலுவாயிராததனால் அது பிரயோஜனப்படவில்லை.

30 வருஷ காலங்களாக டாக்டர் வாக்னர் ஜௌரெக் என்பவர், எல்லாவித

ஜுரங்களைக்கொண்டும் பரீக்ஷித்துப் பார்த்தார். ஆனால், மலேரியா ஜுரத்தைப் பரீக்ஷித்துப் பார்ப்பதற்கு 30 வருஷகாலமாக சந்தர்ப்பம் வரவில்லையே என்று வருத்தப்பட்டார். ஆனால், 1917௵ ஜூன் மாதம் ஒரு சரியான சந்தர்ப்பம் வாய்த்தது. குண்டுபட்ட ஒரு ராணுவ வீரனுக்கு மலேரியா கண்டு தன்னிடம் சிகிச்சைக்கு வந்தார். அதேசமயத்தில் ஒரு நடனம் செய்வோனும், சக்கிலியனும் கிரந்திப்புண் நோயால் பைத்தியம் பிடித்து கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருந்தனர். இவ்விரண்டும் கொழுத்த 'பெரெஸிஸ்' கேஸுகள். இம்மூன்று கேஸுகளும் இவருடைய சொந்த கேஸுகள். இவற்றில் தாமே பொறுப்பு எடுத்துக்கொள்ளலாமென்று தீர்மானித்தார். 30 வருஷ காலம் காத்திருந்து இப்போது வந்த சந்தர்ப்பத்தை கைநழுவவிடுவது சரியல்ல என்று தோன்றிற்று. இதனால் என்ன ஆபத்து நேர்ந்தாலும் நேரட்டும். இதை இப்போது பரீக்ஷித்துப் பார்க்கவேண்டுமென்று தீர்மானித்தார்.

ஹிருதயம் படபடவென்று துடிக்க மிகுந்த பயத்துடனே மலேரியாவால் வருந்தும் ராணுவ வீரனிடத்திலிருந்து விஷக்கிருமி நிறைந்த கொஞ்சம் இரத்தத்தை எடுத்து, நடனக்காரன் புஜத்தில் கொஞ்சமும், சக்கிலியின்புஜத்தில் கொஞ்சமும் குத்தி ஏற்றிவிட்டார். சில மணி காலங்களுக்கெல்லாம் இவர்கள் இருவருக்கும் மலேரியா ஜுரம் வந்துவிட்டது. அவர்களுக்கு இந்தஜுரம் எப்படிவந்தது? யார் அஜாக்கிரதையாலோ தெரியாது. அதைப்பற்றி என்ன? ஜுரம் வந்துவிட்டது என்று மற்றவர்களுக்குப் போக்குச் சொல்லிவிட்டார். இவருடைய கீழ் உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு இவர் நடத்தை விநோதமாயிருந்தது. மலேரியா பிணியாளர்க்கு கொயினகூட கொடுக்க விடுகிறதில்லை. ஜுரம் அடிக்கட்டும். அவர்கள் பைத்தியம் அதனால் நீங்கிப்போனாலும் போகலாம் என்று சொல்லிவிட்டார். டாக்டர் மேல் அதிகாரி. அவருக்குக் குறுக்குச் சொல்வார் ஒருவருமில்லை.

இந்தப் பைத்தியக்காரர்கள் இருவருக்கும் மலேரியா ஜுரம் எரிகாய்ச்சலாய் எரித்துவிட்டது. நெருப்பு எரிகிறமாதிரி எரிந்தது. ஆனால், அது குணம் செய்யும் நெருப்பு. கொஞ்சநாளைக்கெல்லாம் ஜுரம் விட்டது. அவர்களுடைய பைத்தியமும் ஒழிந்தது. இனிமேல் இவருக்குப் பயமில்லை. மலேரியா ஜுரம் பைத்தியத்திற்குத் தரு என்று கண்டுகொண்டார். அநேக கேஸுகளை இம்மாதிரி சொஸ்தம் செய்தார். அவற்றை வைத்தியப் பத்திரிகைகளில் பிரசுரம் செய்தார். இது பூலோகமெங்கும் பரவியது.

உடனே அநேக டாக்டர்கள் கிரந்திப்புண் வியாதியால் உண்டாகும் பைத்தியத்திற்கு மலேரியா ஜுரத்தை உற்பத்தி செய்து அதைச் சொஸ்தப்படுத்தினர். நல்ல பலன்கள் உண்டாயின. டாக்டர் வாக்னர் ஜௌரெக் என்பவர்தாம் முதல் முதல் அனலைக்கொண்டு பைத்தியத்தைச் சொஸ்தம் செய்தவர். இவரைப் பின்தொடர்ந்தவர்கள் டாக்டர் ஜெஸ்டர்மென், கிரல், வாவின்கல் முதலியோர்.

டாக்டர் வாக்னர் ஜௌரெக் முதலில் வழிகாட்டியவர். மற்றவர்கள் இம்முறையை அனுசரித்து, அதன்மேல் விருத்தியும் செய்தனர். 1926-ம் வருஷத்தில் பாஸ்டன் பைத்தியக்கார ஆஸ்பத்திரியில், டாக்டர் ஸாலமோனும், அவருடன் சேர்ந்தவர்களும், டாக்டர்கள் பெர்க், நீலர், க்ளே இவர்களும் அநேக கிரந்திப்புண் பைத்தியத்தை எலிக்கடி ஜுரத்தைக்கொண்டு பரீக்ஷித்துப் பார்த்தனர். இது மலேரியாவைப்போலவே நல்ல பலனைக் கொடுத்தது. உடனே மற்ற டாக்டர்களும் இம்மாதிரி செய்ய ஆரம்பித்தனர். ஒரு வருஷத்திற்குப் பிறகு டாக்டர்கள் குண்டி, ஹால், கொர்டி என்பவர்கள் டைபாய்டு வாக்ஸைனை நோயாளியின் இரத்தத்தில் குத்தி ஏற்றினர். இது டாக்டர் ஒலியாரி என்பவருக்குச் சிரேஷ்டமென்று பட்டதால், அவர் அநேக கேஸுகளில் டைபாய்டு வாக்ஸைனை உபயோகித்தனர். இந்த ஜுரத்தினால் தேக வலுவு அதிகமாகக்

குன்றவில்லை. ஆகிலும், இதன் பலன் நாட்பட்டுத் தெரிந்தது.

சொஸ்தப்படுத்தும் ஜ்வரத்தில் ஏற்பட்டிருக்கும் அக்கறை இப்போது சர்வ சாதாரணமாயிற்று. மற்ற வைத்தியர்கள் வெவ்வேறு விஷக்கிருமிகளைப் பரீக்ஷித்துப் பார்த்தனர். டைபாய்டு, மறுக்களிக்கும் ஜ்வரம், விஷக்கிருமிகள் கலப்பால் உண்டாகும் ஜ்வரம், இவைகளைக்கொண்டு பரீக்ஷிக்கப்பட்டன. கிரந்திப்புண் கிருமியால் உண்டாகும் பைத்தியத்திற்கு ஜ்வரம்தான் மருந்து என்பதற்கு யாதொரு சந்தேகமும் இல்லை. இப்படியிருக்க, இன்னுஞ்சில வைத்தியர்கள் நூதன முறையில் ஜ்வரத்தை உற்பத்திசெய்யப் பிரயத்தனப்பட்டனர். அநேக வருஷ காலங்களுக்குமுன் பிரென்சு பிஸிஸிஸ்டாகிய டி. ஆர். ஸின்வால் என்பவர், ஹை ப்ரீக்வின்ஸி அன்டாம்ப்ட் எலக்டிரிக் கரெண்டுகளை உபயோகித்து, தேகத்தின் உஷ்ணாக்கிரத்தை அதிகப்படுத்தினார். இப்போது எலெக்டிரிக் அறிவு அதிகமாய் முன்னேற்றத்திற்கு வந்திருப்பதுபற்றி, டாக்டர்கள் செயற்கையால் ஜ்வரம் உற்பத்தி செய்வதற்கு எலெக்டிரிக் உபாயங்களைக் கண்டுபிடிக்க ஆரம்பித்தனர். 1930௵ டாக்டர் கிங்கும், 1931௵த்தில் டாக்டர்நேமென்னும் இதில் அதிக சிரத்தை எடுத்துக்கொண்டனர். அநேக எலெக்ட்ரோட்டுகளை உபயோகப்படுத்தி, நோயாளிக்கு இன்ஸுலேடிங் ப்ளான்கெட்டுகளைப் போர்த்து, உஷ்ணம் போகவொட்டாமல் தடுத்து, அதனால் ஜ்வரத்தை விளைவித்தனர். இந்த ஜ்வரம் வெகுநேரமிருந்தது.

பிஸிஸிஸ்டுகள், ரேடியோ வேவுகளைப் பரீக்ஷிக்கும்போது, ஷார்டு வேவுகளினால் ஜ்வரம் உண்டாக்கலாம் என்று கண்டுபிடித்தனர். 1928-ம் வருஷத்தில் ஹாஸ்மர் என்பவர் இந்த வேவுகளினால் பிராணிவர்க்கங்கள் புற்பூண்டுகள் இவைகளின் உஷ்ணாக்கிரத்தையும் அதிகப்படுத்தலாம் என்று நிரூபித்தார். ரேடியோ வேவுகள் உபயோகப்படுத்துவது சுலபம். பழைய எலெக்ரோட்டுகள், பிளான்கெட்டுகள் இவைகளால் பலன் இருந்தபோதிலும் அவ்வளவு சிறந்தவையல்ல.

இந்த குணப்படுத்தும் ஜ்வரத்தை உற்பத்தி செய்ய ஷார்டு வேவுகள் கண்டுபிடிப்பதில் ஒருவருக்கு மட்டும் மிகுந்த சிரத்தை இருந்தது. அவர் பெயர் டாக்டர் வில்லிஸ் ஆர். விட்னி என்பவர். இவர் ஜெனரல் எலக்டிரிக் கம்பெனியில் ரிஸர்சு டைரெக்டர். இவர் ரெடியோ தர்ம் என்னும் ஒரு கருவியைக்கண்டுபிடித்தார். இது ஜ்வரத்தை உண்டாக்கினதோடு இதை உபயோகிப்பதும் வெகு சுலபம். ஷார்டு வேவுடன் உள்ள இரண்டுப்ளேட்டுகள் மத்தியில் நோயாளியை வைத்து, வேண்டிய உஷ்ணாக்கிரம் வந்தவுடன், ஒரு படுக்கைக்குக் கொண்டுபோய் படுக்க வைக்கப்படும். அந்தப் படுக்கை கார்பின் பிலமெண்டு விளக்குகளால் உஷ்ணமாக்கப்பட்ட கவரினால் மூடப்பட்டிருக்கும். வேண்டிய உஷ்ணாக்கிரம் வருவதற்கு அதிக உஷ்ணங்கூட அவசியமில்லை.

செயற்கை ஜ்வரத்தை உண்டாக்கும் விட்னி இயந்திரத்தில் முதல் முதல் சிரத்தை எடுத்துக்கொண்டவர் ஸி. எம். கார்பெண்டர் என்பவரே. கொலம்பியா மெடிகல்செண்டிரில்ஸிகியாட்ரிக் இன்ஸ்டிடியூட்டிற்கு இந்தப் புது இயந்திரம் வருகிறதென்னும் செய்தியை வெளியாக்கினார். அவர் மூலமாய் டாக்டர் ஸிலெண்டு ஹின்ஸி என்பவருக்கு இதில் சிரத்தை உண்டாயிற்று. டாக்டர் ஹின்ஸி என்பவர்தாம் இதை அதிகமாய்ப்பரீக்ஷித்துப் பார்த்தவர். அவருக்கு நல்ல பலன் கிடைத்ததுபற்றி, அநேக டாக்டர்கள் இந்த இயந்திரத்தைக் கையாள ஆரம்பித்தனர்.

ரேடியோ தர்மின் பிரயோஜனங்கள் நன்றாய்ப் புலப்பட்டன. இந்த இயந்திரத்தைக்கொண்டு, டாக்டர் எவ்வளவு நேரம் வேண்டுமென்றாலும், ஜ்வரத்தை உண்டாக்கி அதே நிலையில் இருக்கச் செய்யலாம். உஷ்ணாக்கிரத்தை மாற்றவும் இதனால் முடியும். ஆனால், விஷக்கிருமியால் உண்டாகும் ஜ்வரத்தினால் அதை மாற்ற முடியாது. மலேரியாவாவது, எலிக்கடி ஜ்வரமாவது உற்பத்தியானபோது நோயாளி பட்ட கஷ்டம் இதில் இல்லை. பலனும் திருப்திகரமாயிருந்தது.

முன் காலத்திய வைத்தியர்கள் அனுபோகத்தினால் கண்டுபிடித்ததிலிருந்து டாக்டர் வாக்னர் ஜ்வரெக் என்பவர், பைத்தியத்திற்கு ஜ்வரம்தான் ஏற்ற மருந்து என்று தெளிந்துகொண்டார். அவர் செய்த ஆராய்ச்சிகளில் ஒவ்வொரு தகுதியிலும் முட்டுக்கட்டை ஏற்பட்டது. ஆகிலும், 30 வருடங்கள் கழித்து, அவர் அதை சாஸ்திரோக்தமாய் நிரூபித்துக் காண்பித்தார். 1917-ம் வருஷம் முதல் அநேக வைத்தியர்களும், சாஸ்திரிகளும் இந்தப் பிரச்சனையைத் தீர்க்க முயன்று கடைசியாக ரேடியோ தர்ம் கண்டுபிடித்த பிறகு இது முடிவாயிற்று. இந்த ரேடியோ தர்மினால் ஜ்வரத்தை உண்டாக்கும் முறை விருத்தியடைந்தது. நவீன வைத்திய சாஸ்திரத்திற்கு இது பெருத்த சேர்க்கையாகும்.

இந்தியாவில் பாற்கட்டி (சானா) கட்டியாகும் விதம்

புரொபஸர் என்.-ஸி. பட்டாசாரியா, எம்.எ., எஸ்.ஸி. சென். எம்.எஸ்.ஸி.,
பிஸியாலெஜி டிபார்டுமெண்டு, பிரஸிடென்ஸி காலேஜ், கல்கத்தா.

இந்தியர்கள் ரென்னெட் என்னும் வஸ்துவிலிருந்து தயாரிக்கப்பட்ட பாற்கட்டியை உபயோகப்படுத்துவதில்லை. ரென்னெட் என்பது பசுங்கன்றின் இரைப்பையிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட ஒரு காடி. இந்தியர்கள் பாற்கட்டி செய்யும் விதம்: உஷ்ணமான பாலில், முன்னாள் பாற்கட்டியிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட மோரைப் பொரைக்குத்துவதேயாம். இந்த மோருக்குப் பீஜா-அதாவது விதை என்றர்த்தம். கொஞ்சநேரத்திற்கெல்லாம் தயிர் பிரிந்து போகிறது; அதாவது, கரையும்படியான கேஸிநோஜன் என்பது கரைபடாத கேஸீன் ஆக மாறி, அதில் கொழுப்புத் துண்டுகள்யாவும் சிக்கிக்கொண்டிருக்கும். இந்த மோரை மஸ்லின் துண்டுத்துணியால் வடிக்கட்டி பிரித்தெடுக்கப்படும். இதுதான் பாற்கட்டி. விற்பனைக்கோ, வெளியூர்களுக்கு அனுப்புவதற்கோ இப்போது லாயக்காக இருக்கும்.

வங்காளத்தில் முக்கியமாய் கல்கத்தாவில், இந்த சானாவுக்கு டிமாண்டு அதிகம். இதை அநேகவிதமான தித்திப்புப் பலகாரங்கள் செய்வதற்கு உபயோகப்படுத்தப்படுகிறது. இதை எல்லோரும் வாங்கிப் புசிப்பார்கள். இந்தத் தித்திப்புப் பலகாரங்கள் இல்லாத விருந்து கிடையவே கிடையாது.

சானாவின் முக்கிய உபயோகங்கள்.

(1) நூதனமான தயிரை அப்படியே சர்க்கரை கலந்தோ கலக்காமலோ சாப்பிடுவது.

(2) சானாவை தடித்த பாலுடன் கலந்தோ, அல்லது கொதிக்க வைத்தோ செய்து அதற்குச் சர்க்கரை சேர்க்கிறது. இதற்குச் சானார் பாயஸம் என்று பெயர்.

(3) சானாவின் முக்கிய உபயோகம், சான்டெஷ் என்னும் பலகாரம் செய்வதே. இது வங்காளத்தில் உயர்ந்த தித்திப்புப் பலகாரம். இது செய்யும் விதம்: அப்போதுதான் தயாரித்த சானாவுடன் சர்க்கரை சேர்க்கிறது. கால் பாகம் சானாவுக்கு வீசம் பாகம் சர்க்கரை. சர்க்கரை எவ்வளவுக்கெவ்வளவு கம்மியோ, அவ்வளவுக்கவ்வளவு சாண்டொஷ் ருசியாயிருக்கும். ஜலமும் சர்க்கரையும் ஒரு பாண்டத்தில் போட்டுக் காய்ச்சி பாகு ஆகச் செய்கிறது. பிறகு ஒரு மரத்தினால் செய்த மத்தை எடுத்துக்கொண்டு, இந்தப் பாகையும் சானாவையும் நன்றாய்க் கலக்கி கெட்டியாகும்படிச்

செய்கிறது. இதில் ஜலம் அதிகமாகவும் கூடாது; கம்மியாகவும் கூடாது. ஸான்டெஷ் செய்வதில் பேர்பெற்றவன், உஷ்ணமாயிருக்கும் அந்த ஸான்டெஷை கைப்பெருவிரலுக்கும், முன் விரலுக்கும் மத்தியில் கொஞ்சம் எடுத்துக்கொண்டு விரல்களை நீக்கிக்கொண்டு, ஒரு நூல்மாதிரி வந்து உடைகிற வரைக்கும் இழுப்பான். நூலின் நிகளம், அதிலுள்ள ஜலத்தின் அளவைக் குறிக்கும். பிறகு, அதை அடுப்பைவிட்டுயிறக்கி ஆறவைத்து, கையினாலோ, வேறு இயந்திரத்தினாலோ வேண்டிய உருவங்களாகப் பிடித்து, விற்பனைக்குக் கொண்டுவருவார்கள். ஸான்டெஷின் மற்றோர் வகையில், இந்தப்பாகு குளிர்ந்தவுடனே, அதை மறுபடியும் மிருதுவாகத் தேய்த்துமொத்தையாக்குவார்கள். ஸான்டெஷின் விலை அதிகமாயிருந்தபோதிலும் கூட அது மிக போஷணைகுணமுள்ளது. சுலுவில் ஜீரணமாகக்கூடிய வஸ்து. இதில் கேஸீன், கொழுப்பு, சர்க்கரை இவைதாம் இருக்கின்றன. உயர்ந்த ஸான்டெஷில், கேஸீனானது மிருதுவாயும் பார்வைக்குத் தென்படாததாயும் இருக்கும். மட்ட ஸான்டெஷில் கேஸின் துண்டுகள் கனமாயும், பெரிதாயும், ஜீரணமாவது கடினமாயும் இருக்கும்.

(4) ரஸகோல்லா — சானாவில் இருந்து தயாரிக்கப்படும் அடுத்த முக்கியமான தின்பண்டம் ரஸகொல்லாவாகும். இதற்கும் நூதனமான சானாவேண்டும். சில பேர்போன மிட்டாய்க் கடைகளில், பாலிலிருந்தே நூதனமாய்ச் சானா செய்வதுண்டு. அந்த சானாவை ஒரு துணிப்பையில் கொட்டி அதைப் பிழிந்து, அதிலுள்ள ஜலத்தைக் கூடுமான அளவு எடுத்துவிட வேண்டியது. அந்தக் கெட்டியான சானாவை ஒரு மொத்தையாக்கி, அதிலிருந்து கோலிகுண்டளவு சிறுஉருண்டைகளாகச் செய்கிறது. அடுப்பில் ஒரு பாண்டத்தைவைத்து, எல்லா உருண்டைகளும் பிடிக்கும்படியாகப் பாகு காய்ச்சுகிறது. இதில் இந்த உருண்டைகளைப் போட்டு, கொஞ்சநேரம் கொதிக்க வைக்கிறது. பிறகு அதை ஒருபக்கம் எடுத்து வைத்து விடுகிறது. 4 மணி முதல் 12 மணி வரைக்கும் அப்படியே வைத்திருந்து பின்னர் விற்கலாம்.

(5) பண்டோவா—இது அடுத்தபடி முக்கியமானமிட்டாய். கெட்டியானசானாவை எடுத்து, வீசம் பாகம் முதல் கால் பாகம் வரை கோதுமை மாவைக் கலக்கிறது. (உயர்ந்த பண்டங்களில் மாவு கம்மியாயிருக்கும்). இதை ஒரு மொத்தையாகச் செய்கிறது. இந்த மொத்தையின் சந்துகளில் காற்றுப் புகும்படி கையினால் நன்றாய் அதைக் கலக்கிறது. பிறகு, இதை விதம் விதமான உருண்டைகளாக்கி, கொதிக்கும் நெய்யில்விட்டு வறுக்கிறது. இந்த உண்டைகள் பழுப்பு வர்ணமானவுடன், அதை எடுத்து முன்னமே தயாரிக்கப்பட்டிருக்கும் சூடான பாகில் விடுகிறது. வறுக்கும்போது அதிலுள்ள காற்றுக் குமிழிகளெல்லாம் விரிந்து, அந்த உருண்டைக்குள் சந்து உண்டாக்கிவிடும். அப்போது அந்த உண்டைகள் உப்பி பெரிதாகும். இந்தஉண்டைகள் முழுதிலும் பாகு கலந்திருக்கிறதா என்று பார்க்கவேண்டும். இவை யாவும் ஆறினவுடனே உருண்டைகளின்உள்ளே இருக்கும் காற்றுக்குமிழிகள் சுருங்கி, வாகுவம் உண்டாகிறது. அதில் பாகு செல்லுகிறது. சிலமணி நேரங்கள் பொறுத்து இதை உபயோகிக்கலாம்.

(6) சானார் முர்கி—மட்டமான கனத்த சானாவை சிறு க்யூபுகளாக கெட்டிபாகில் கொதிக்க வைக்கிறது. இவை கடினமானவை. இவை வெகுநாளைக்கு இருக்கும்.

(7) இந்த ப்ரோடீன் ஆகாரங்களை அநேகவிதங்களாகக்கெட்டிப்படுத்தலாம். வயதிற்குத் தக்கபடி மீனும், மாமிசமும் கெட்டியாகும். சிறு பிராணிகளின் மாமிசம் சமைத்தால் மிருதுவாயிருக்கும். கிழப்பிராணிகளின் மாமிசம் உறப்பாயிருக்கும். இவை மிருதுவாயிருப்பதும் கெட்டியாயிருப்பதும்அநேகவிதசமைத்த ப்ரோடீன்களின் பி. எச். குணங்களோ, அல்லது எதன் மத்தியில் சமைக்கப்படு

கின்றனவோ அவைகளையோ பொருந்தியது. அனுபவமுள்ள சமையற்காரர்களுக்குத்தான் இவைகளை மிருதுவாயும் ருசியாயும் இருக்கும்படிச் செய்யத் தெரியும். இந்த மாறுதல்களை அறிந்துகொள்ளும்பொருட்டு, நாங்கள் பால் தோய்வதற்கு ஹைட்ரோஜன் அயான் கான்ஸென்ட்ரேஷனைக் குறிக்கத் தீர்மானித்தோம். முதல் முதல் பாலின் ஹைட்ராஜன் கான்ஸென்ட்ரேஷனை எலெக்டிரிக் உபாயத்தினால் தீர்மானித்தோம். இதற்கு கேம்பிரிட்ஜ் போர்டபல் பொடென்ஷன் மீடர் உபயோகப்படுத்தப்பட்டது. அநேகவித ஜலத்தை விட்டுக் கலக்கப்பட்ட திராவகங்களை அநேகவித பால்களுக்கு உபயோகித்தோம். அவைகளைக் கொதிக்கும் அளவுக்குக் கொண்டுவந்து ஆறவைத்து பி.எச். எடுத்தோம். அதிலிருந்து வந்த தயிரின் உறத்தை ஒத்துப்பார்த்தோம். பசும்பாலின் பி. எச். அளவு 6.7 ஆக இருந்தது. 6.4 பி.எச். அளவில் தயிர் மிருதுவாயிருந்தது, பி.எச் 6.1 முதல் 6.2 வரை தயிர் கடித்திருந்தது. பி.எச். 5.5 இல் மறுபடியும் தயிர் மிருதுவாயிருந்தது. கீழ் சொல்லிய அட்டவணை இம்மாறுதல்களை விவரமாய்க் குறிக்கும்.

பி. எச். அளவு.	பால் அல்லது தயிரின் நிலைமை.
6.7	பசும்பால் மாறுதலடைய ஆரம்பிக்கிறது
4.6	கேஷீனின் ஐஸோ இலக்டிரிக் பாய்ண்டு-கேஷீன் அதிகமாய்ப்பிரியும் இடம்
6.4,6.6	தயிர் மிருதுவாயிருந்தது
8.4	தயிர் அதிக மிருதுவாயிருக்கிறது
10.1	தயிர் கரைந்து பழுப்பு வர்ணமாக மாறுகிறது
6.1,6.2	தயிர் அதிக கட்டியாக மாறுகிறது
5.5	தயிர் இளக ஆரம்பிக்கிறது. மேபி-ப்ரோடீன் உண்டாவது இதற்குக் காரணமாக இருக்கலாம்.

வீடும் ஆரோக்கியமும்

மிஸ்டர் இக்பல் நாராயண் மேடா, பி.எ., ஸி.இ.,

முனிஸிபல் இன்ஜினீர், முல்தான் ஸிடி.

நமது பஞ்சாப் பட்டணங்களில் குடியிருப்பு வீடுகளின் நிலைமையைக் கவனித்துப் பார்க்கும்போது அது திருப்திகரமானதல்லவென்றே சொல்லவேண்டும். அங்கே ஒருபக்கம் மலேரியா குடிகொண்டிருக்கிறது. சேரிகளும் அசுத்தமான இடங்களும் ஒரு பக்கம்; கொசுக்கள் நிறைந்த தெருக்களும் கடைத்தெருவுகளும், காற்றோட்டமில்லாததும், அந்த மற்றதுமான நெருக்கடியான வீடுகளும் ஒருபக்கம். இடிந்த அவலக்ஷணமான வீடுகள் ஒருபக்கம். இருட்டானதும், சூரிய வெளிச்சமே பாராததுமான அறைகளுள்ள வீடுகள் ஒருபக்கம். அத்து கடந்துவரும் கொடுகளும் கூரைகளும், இடிந்த தரைகளும் உள்ள வீடுகள் ஒரு பக்கம். மலம் நிறைந்து நாறும் சாக்கடைகளும், பொதுவாய் அவலக்ஷணமும், தூசும், படுகுழிகளும் இந்நகரங்களில் எங்கும் காணலாம். விசனகரமான சுகாதாரமற்ற இந்நிலைமையால் ஜனங்களின் ஆரோக்கியம் குன்றிப்போகிறது. ஆனதுபற்றியே, இவர்களுக்குப் பிறக்கும் சந்ததிகள் குள்ளமாயும், பெண்பிள்ளைகள் பலஹீனர்களாயும் இருப்பதுடன் காசநோய், இன்புளுயன்ஜா, வயிற்றுப்போக்கு முதலிய குடற்கோளாறுகள் அதிகப்பட்டு வருகின்றன. மேலும்,சாலைகளில் தூசு அதிகமாயிருப்பதால், ட்ராகோமா, கஞ்சன்க்டைவைடிஸ் முதலிய

கண் கோளாறுகளும் உண்டாகின்றன. இவைதாம் தற்காலத்திய பஞ்சாப் பட்டணங்களின் நிலைமை. பட்டணங்கள் விருத்தி ஆக ஆக இந்நிலைமை விருத்தியாய்க்கொண்டு வருகிறது. சிறிய பட்டணங்களாயிருந்தாலும், பெரிய நகரங்களாயிருந்தாலும் நிலைமை ஒன்றே. பட்டணங்கள் அதிகமாக உற்பத்தியாகிற வரையில், இத்தீமைகள் இருந்துகொண்டேயிருக்கும். இதை நிறுத்தி, ஜனங்களை கிராமாந்தரங்களுக்குத் திரும்பிப்போகும்படியான பிரசாரம் நடத்தவேண்டும்.

நாட்டுப்புரத்தின் வீடுகளைச் சுத்தஞ்செய்து மெழுகி கோலமிடுதல்.

"நாட்டுப்புரங்களை பகவான் சிருஷ்டித்தார் என்றும், மனிதர்கள் பட்டணங்களைச் சிருஷ்டித்தார்' என்றும் ஒரு வசனம் உண்டு. இது வாஸ்தவமே. பட்டணங்கள் அசுத்தமாயும், நல்ல காற்றும் சூரியவெளிச்சமும் இல்லாமலும் இருக்க, நாட்டுப்புரங்களில் பகவானுடைய ஆசீர்வாதங்கள் பூரணமாயிருக்கின்றன. நாட்டுப்புரங்களைக் குறித்து நாம் எவ்வளவு சிலாகித்துச்சொன்னபோதிலும், பூலோக முழுதிலும் பட்டணங்கள் மேலும் மேலும் உற்பத்தியாவது நிற்கவில்லை. பட்டணங்களில் கைத்தொழில் அபிவிருத்தியாவதே இதற்குக் காரணம் என்று 1931-ம் வருஷத்திய சென்ஸஸ் ரிபோர்ட்டில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. ஆனால், அந்நிய நாடுகளின் புள்ளி விவரங்களோடு ஒத்திட்டுப்பார்த்தால் இவை இங்குமிகக் கம்மியென்றே சொல்லவேண்டும். நெதர்லெண்டில் 100-க்கு 48.6 பட்டணங்கள், ப்ரான்ஸில் 100-க்கு 49, கனடாவில் 100-க்கு 53.7, அமெரிக்காவில் 56.2, இங்கிலாந்து வெல்ஸில் 100-க்கு 80. இந்த தேசங்களில் குடியிருப்பு வீடுகளின் பிரச்சனை அதிக தீவிரமானதாகயிருக்குமென்றே சொல்ல வேண்டும். அங்கே இப்பிரச்சனையை சாஸ்திரோக்தமாக ஆராய்ச்சிசெய்யப்படுகிறது. அந்த தேசங்களின் சரித்திரங்களையும் சமாசாரப் பத்திரிகைகளையும் வாசித்துப்பார்த்தால், இப்போது அந்த தேசத்தார், சேரியை ஒழிப்பதிலும், தோட்டமுள்ள நகரங்களைக் கட்டுவதிலும், தோட்டங்கள் உள்ள சுற்றுப்புற ஊர்களை ஏற்பாடு செய்வதிலும், பார்க்குகள் ஏற்படுத்துவதிலும், பட்டணங்களை விருத்தி செய்வதிலும், வீட்டுப் பிரச்சனைகளைத் தீர்ப்பதிலும் ஆக இவ்வழிகளில் ஈடுபட்டிருக்கிறார்கள். கிரமமாய்க் கூட்டங்கள் கூடி, நிபுணர்களால் இதுவிஷயமாக வியாஸங்கள் படிக்கப்படுகின்றன. சமாசாரப் பத்திரிகைகளிலும், ஸினிமாக்களிலும் நடன சாலைகளிலும் இதைப்பற்றி பிரசாரம் நடத்துகிறார்கள். காக்ஷிகளை ஏற்படுத்தி, அதன் மூலமாய் ஜனங்களுக்குப் போதிக்கிறார்கள்.

சென்ற ஐம்பது வருஷகாலங்களாக ஜனசமூக விஷயத்தில் வைத்தியர்கள் அநேக புத்தகங்களையும் துண்டுப்பத்திரிகைகளையும் பிரசுரஞ் செய்திருக்கிறார்கள். தவிர, சாஸ்திர ஆராய்ச்சியும் நடந்துகொண்டு வருகிறது. ஒவ்வொரு ஆராய்ச்சியில் உண்மை வெளியானவுடனே அதை அமுலுக்குக் கொண்டுவரப்படுகிறது.

என்ஜினீயர் இலாகாவிற்கு உட்பட்டதும் வைத்கய இலாகாவிற்கு உட்பட்டதுமான வீட்டுப்பிரச்சனையைக் கவனிக்க வேண்டியது அவசியம்.

ஒவ்வொருவருடைய ஜீவியகாலத்தின் வெகுபாகம் வீட்டிற்குள்ளேதான் நடந்தேறி வருகிறது. ஆனதுபற்றி, ஜனசமூகத்திற்கு வீடுதான் முக்கியமான அம்சம். அதைப் பாதுகாக்கவேண்டியது அவசியம். காசநோய் விஷக்கிருமியைக் கண்டுபிடித்தவராகிய கச் என்பவர் காசநோயை 'வீட்டு நோய்' என்னலாம் என்று சொல்லியிருக்கிறார். வீட்டின் நிலைமையை விருத்தி செய்யவேண்டுமானால், அதற்குச் சாக்கடை, போதுமான இடம், சூரிய வெளிச்சம் இவைகளைக் கவனிக்கவேண்டும். உபயோகமற்ற வீட்டிற்கு இன்ஜினீர் ப்ளான் அனுப்பினால், அவரே ஜனசமூகத்திற்கு முக்கிய வைரியாவார்.

வீட்டின் ப்ளானுக்கு இன்ஜினீயர்தாம் ஜவாப்தாரி. அவரது கடமை முடிந்தவுடன் டாக்டர் கடமை ஆரம்பிக்கிறது. இங்கே, டாக்டர் அதாவது வைத்தியர் தாம் தம்முடைய தொழிலின் பெருமையை விளக்கிக் காட்ட வேண்டும். முனிஸிபல் அரசாங்கத்தில் டாக்டரும் இன்ஜினீரும் ஒன்றுகூடி, முக்கியமான சில கடமைகளைச் செலுத்தவேண்டும். நகரபரிபாலனத்திற்கு அவர்கள் இருவரும் முக்கியமானவர்கள். ராஜாங்கத்திற்கு, ஆரோக்கியத்தினால் உண்டாகும் லாபம் அவர்களுக்கு நன்றாய்த் தெரிந்திருக்க வேண்டும். பொதுநன்மைக்காக உழைக்க வேண்டியவர்கள் இவர்கள். இவர்கள் ஒற்றுமைத்து பொதுஜனங்களின் க்ஷேமம், ஆரோக்கியம், நன்னடத்தை இவைகளை அபிவிருத்தி செய்யவேண்டும். இன்ஜினீயர் வேலை தடைமுறையில் சம்பந்தப்பட்டது. டாக்டர் தொழிலோ, சொஸ்தம் செய்யும் தொழில். இருவருடைய நோக்கங்களும் ஒன்றே. அதாவது, ஜனங்களுக்கு வரும் வியாதியைத் தடுத்தோ, ஒழித்தோ அவர்களுக்கு நோயை எதிர்க்கும் சக்தியை உண்டுபண்ணி சுகத்தை அளிப்பதேயாம்.

கெடுதலான வீடு எவ்வாறிருக்குமென்றால், (a) வெளிச்சம் கம்மியாயிருக்கும்; (b) காற்றோட்டம் இல்லாமலிருக்கும்; (c) ஈரமாயிருக்கும்; (d) சாக்கடை பூரணமாயிராது; (e) தீக்கு இரையாகக்கூடியதாயிருக்கும்; (f) ரிபேர் வேண்டியதாயிருக்கும்; (g) பூச்சிகள் நிறைந்தனவாயிருக்கும்; (h) நோய் பிடுங்கித் தின்பதாயிருக்கும்; (i) தண்ணீர் போதுமானதாயிராமலும், ஸ்நானம் முதலியன செய்வதற்கு வசதிகள் இராமலும் இருக்கும்; (j) சுகக் குறைவுள்ள குடித்தனங்கள் இருக்கும்.

இத்தகைய வீடுகள் நன்னடத்தை, தேகாரோக்கியம் முதலியவற்றிற்குக்கெடுதல் உண்டுபண்ணும். அதனால் (a) தொழிலிற்குப் பிரதிகூலம்; (b) மயக்கம்; (c) அடிமைத்தனம்; (d) ஏழ்மைத்தனம்; (e) நோய்; (f) மரணம்; (g) சிறுவர் கெட்ட நடத்தை நடத்தல்; (h) இழிவான நகர ஆளுகை; (i) பாவச் செயல்களும் குற்றமும்; (j) குலநாசனம் முதலிய கெட்ட பலன்கள் உண்டாகும்.

கெட்ட வீடுகளைச் சீர்திருத்துவது மூன்று வழிகளில் நடத்தப்படவேண்டும்.

முதலாவது—ஒவ்வொரு வீட்டிலும் குடியிருக்க தக்க இடம் வேண்டும்.

இரண்டாவது—குடியிருப்புக்குத் தகாத வீடுகளை இடித்துவிட வேண்டும்; அல்லது விருத்தி செய்யவேண்டும்.

மூன்ருவது—பழைய வீடுகளையும், புதிய வீடுகளையும் அப்போதைக்கப்போது ரிபேர் செய்து சுகாதார நிலைமையில் வைத்திருக்கவேண்டும்.

ஒரு இன்ஜினீயருடைய முக்கிய நோக்கம் ஆரோக்கியமான வீடுகளைக் கட்டிக்கொடுப்பதும், கெடுதலான வீடுகளின் பலன்களை ஒழிப்பதுமேயாம். இன்ஜினீயர்கள் ஆரோக்கியமான வாழ்விற்கு ஏற்பாடு செய்ய, டாக்டர்கள் ஜனங்களை ஆரோக்கியமான வாழ்வு வாழும்படித் தூண்டுதல் செய்யவேண்டும்.

கெடுதலான வீடுகளின் பலன்களை எடுத்துச் சொல்லவேண்டுமானால், ஹார்வர்டு சர்வகலாசாலையைச் சேர்ந்த டாக்டர் ஜேம்ஸ்போர்டு ஏன்பவர் எழுதியதை

எடுத்துரைப்பது தவிர, வேறுவிதமாகச் சொல்ல முடியாது.

"வீட்டின் நிலைமையுடன் சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள் மூன்று வகைப்படும். அதாவது, (1) ட்ரௌமாடிக் (அதாவது நொண்டுதல், காயம்படுதல், எரிதல், நசுங்குதல் முதலியன). (2) விஷக்கிருமிகளால் நேரிடுவது (அதாவது, அணுதிருஷ்டிக் கண்ணாடியில் காணக்கூடிய கோலனில்லாத செடிகளினால் கொண்டுபோய் பரவச் செய்யக்கூடியது). (3) ரஸாயன சம்பந்தமானது (ஜீவனில்லாத வஸ்துக்களின் விஷங்கள்). (4) நரம்பு சம்பந்தமானது அல்லது மனோசம்பந்தமானது. இவற்றுள் விஷக்கிருமிகளாலுண்டாகும் வியாதிகள் தாம் அதிகம். இவை நுரையீரல் குடல் இவற்றைத் தாக்கக்கூடியவை. ட்ரௌமாடிக் தொகுதியும் கவனிக்கத்தக்கதே. விஷக்கிருமிகள், ரஸாயனம் ஆகிய இரண்டும் ஏறக்குறைய முக்கியமானவைகளே. மனோதகுதி அளவிடமுடியாது. தற்காலத்தில் அதற்கு அளவே கிடையாது. இது எல்லாவற்றைக் காட்டிலும் முக்கியமானது".

வீட்டின் நிலைமைகள் தாம் வியாதிக்குக் காரணம் என்று நான் சொல்லவரவில்லை. தேகக்கூறும் கவனிக்கவேண்டும் அது பரம்பரையை ஒட்டியும் இருக்கலாம் அல்லது சம்பாதித்துக்கொண்டதாகவுமிருக்கலாம். இருந்தாலும், எல்லா வகைகளும் ஒன்று கூடினால் தேகாரோக்கியம் குன்றி, அநேகவிதமான வியாதிகள் சம்பவிப்பதற்கு ஹேது உண்டு. வீட்டின் நிலைமைகளை விருத்திசெய்யும் பக்ஷத்தில் தடுக்கக்கூடிய வியாதிகள் தடைபட்டு ஜனங்களின் வாழ்நாள், முக்கியமாய் ஸ்வல்ப வரும்படி உள்ளவர்களின் வாழ்நாள், சுகமாயும், அனுபவிக்கத்தக்கதாயும் சந்தோஷகரமாயும் இருக்கும்.

கண் நோய்களைத் தடுத்தல்

டாக்டர் டி. பி. சுந்தரம்,

அடையார்.

மானிடர்களின் கண்ணானது, கீழ்ப் பிராணிகளின் பார்வையிலிருந்து கோடிக் கணக்கான வருஷங்களுக்குப்பின் தோன்றிய உறுப்பு என்னலாம். இன்னும் இந்தக் கண்ணுக்கு சம்பூர்ணமான பார்வை ஏற்படவில்லை. இது வருவதற்கு இன்னும் வெகுகாலம் செல்லும். புத்தி கூர்மையை அடையவேண்டுமானால் பார்வை நன்றாயிருக்கவேண்டும். ஆனது பற்றி, கண்ணை அலக்ஷியம் செய்தால் புத்தி குறையும்.

நாம் முன் எழுதிய *"கண்களின் பாதுகாப்பு" என்னும் வியாஸத்தில் கண் நோய்களுக்கு உடனே சிகிச்சை செய்ய வேண்டிய அவசியத்தை வற்புறுத்திச் சொன்னோம். இவ்வியாஸத்தில் கண் நோய் வரவொட்டாமல் தடுப்பதற்கான விஷயங்களைச் சொல்வோம். கண் ஆரோக்கியமாயிருக்க வேண்டுமானால், தேகம் ஆரோக்கியமாகவிருக்கவேண்டும். தேகத்தில் நோய் இருந்தால், அது கண்களையும் தாக்கும். இது சில சமயங்களில் நமக்கு பிரத்தியக்ஷமாய்த்தெரியும்; சில சமயங்களில் தெரியாது. சாமான்ய மனிதர்கள் இதைக் கண்டறியமுடியாது. ஆனதுபற்றியே, அவர்கள் கண்களைத் தேகத்திற்குப் புறம்பான உறுப்புக்கள் என்றும், அவற்றிற்கும் தேகத்தின் இதர உறுப்புக்களுக்கும் யாதொருசம்பந்தமும் இல்லை என்றும் நினைக்கிறார்கள். இந்த அறியாமையை முன்னம் விலக்க முயல வேண்டும்.

* 1932ஆ பிப்ரவரி மாதத்திய ஆரோக்கிய தீபிகை இதழைப் பார்க்கவும்.

எச்சரிக்கையுள்ள ஒரு வைத்தியர், கண்கள் தேகத்தைப் பொருந்தியனவெனத் தெரிந்துகொண்டு, தம் நோயாளிகளுக்கு நோய் கண்டிருக்கும்போதும், நோயிலிருந்து தேறி வரும்போதும், கண்களுக்கு அதிக நெருக்கடியை உண்டாக்கக்கூடாதென்று புத்திமதி சொல்வது வழக்கம். தேகத்தில் காணும் சில நோய்களுக்கு, முக்கியமாய் ஸ்திரீ ஜாட்டியத்தில் சம்பந்தப்பட்ட நோய்களுக்கு, சிகிச்சை செய்வதில் அசிரத்தையாயிருக்க, அநேகருடைய கண்கள் கெட்டுக் குருடாய்ப் போகின்றன. பார்வைக் குறைவுக்கு ஜவாப்தாரியான மற்ற நோய்கள் யாவையெனில், மூத்திர வியாதிகள், காசநோய், தீவிரமான தொத்து வியாதிகள் (முக்கியமாய் பெரியம்மை), ஜீவஸத்துப் பொருள்கள், கோளங்கள் இவைகள் சம்பந்தமான குறைகள் (கரெடமெலேஷியா), சொத்தை பிடித்த பற்கள், பெருத்த டான்ஸில்கள், மலத்தினால் உண்டாகும் வியாதி, இரத்தச் சுழற்சியின் கோளாறுகள் (இரத்தமின்மை, அதிக இரத்த அமுக்குதல் முதலியன), சில பரம்பரையாய்க் குருடாகப்போகும் வியாதிகள். பாதிக்குருடுக்கும் சிலகாரணங்கள் உண்டு. அவை பார்வையின் தவறுதல்கள், மதுபானம், கஞ்சா முதலிய மயக்க வஸ்துக்களை அதிகமாக உபயோகித்தல், காயங்களும், புண்களும், காற்றோட்டமில்லாத இருட்டறைகளில் வசித்தல், தேகசுகாதாரக்குறைவு, அசௌக்கியமான சுற்றுப்புறங்களில் வசித்தல் முதலியன. இவையாவும், தடைமுறைகளாலும், தக்ஷணமே சிகிச்சை செய்வதாலும் நீங்கும்.

சில நாட்களுக்கு முன், நமது ராஜதானியைச் சேர்ந்த பிரபலமான கண் வைத்தியர் ஒருவர், 'குழந்தைகள், வயது முதிர்ந்தோர் இவர்களின் குருட்டுத்தனம்' என்பதைப்பற்றி சில பிரசங்கங்கள் செய்தார். மும்மரமாய் விடாமல் போஷணை செய்வதிலும், அடிக்கடி குழந்தைகளைப் பரீக்ஷித்துப் பார்ப்பதினாலும் இந்தக் குருட்டுத்தனம் வரவொட்டாமல் தடை செய்யலாம் என்று அவர் அப்போது வற்புறுத்திப் பேசினார். கரொடொமெலேஷியா என்னும் வியாதியானது போஷணைக்குறைவினாலும் அசௌக்கியமான சுற்றுப்புறங்களினாலும் நேரிடும் வியாதி என்றும், ட்ரகோமா என்னும் வியாதியானது ஜனநெருக்கடியானதும், இருட்டானதும், சுகாதாரமற்றதும், காற்றோட்டமில்லாததுமானவிடங்களில்வசிக்கும் நபர்களுக்கு வரக்கூடிய வியாதி என்றும்சொன்னார். மேலும், அப்போதுதான் பிறந்த சிசுக்களுக்கு வரும் ஆப்தல்மியா என்னும் வியாதிக்கு 100-க்கு ஒன்று வலுவுள்ள ஸில்வர் நைட்ரேட் திராவகத்தைக் கண்ணில் போட்டால் அது தீருமென்றும், பெரியம்மையால் வரும் கார்னியா புண்களுக்கு அம்மை குத்திக்கொண்டால் அது நேரிடாதென்றும், கிரந்திப்புண் நோய்களுக்குத் தக்க சிகிச்சைசெய்தால் அது தீருமென்றும், நாட்டு வைத்தியர் கண்களில் அழற்சிகொடுக்கும்படியான மருந்துகளை உபயோகப்படுத்தாமல் தடுக்கவேண்டுமென்றும், பரம்பரையாய் வரும் குருட்டுத்தனத்திற்கு பிள்ளைப்பேறு வரவொட்டாமல் தடுக்கும் உபாயத்தைச் செய்யவேண்டும் என்றும் சொன்னார். இவைதாம் இம்முக்கியமான பிரச்னையைத் தீர்ப்பதற்கு ஏற்ற உபாயங்கள். பொதுஜனங்கள் இவைகளை அனுசரித்து நீடூழிகாலம் க்ஷேமமாய் வாழவேண்டியது அவர்களுடைய பொறுப்பாகும்.

சூரியனைத் தொழுவோர்

ஜேம்ஸ் ஸ்டான்லி.

இங்கிலாந்தில் 3000 வருடங்களுக்கு முன்சூரியனைத்தொழுதுவந்தார்கள். பின்னர்வந்த அறிவாளர்கள் சூரியனைத்தொழுவது, ஒருவித விக்கிரக ஆராதனையென்று அதைக் கண்டித்தனர். அவர்க்குப்பின் வந்த அறிவாளர் அநேகர் அவரவர்களுடைய கொள்கைகளை எடுத்துரைத்தனர். கடைசியாக, இந்த இருபதாம் நூற்றாண்டில், தீர்க்க ஆரோக்கியம் வேண்டுமென்றால், தினம் பீபஸ் என்னும் தெய்வத்தை நாம் தொழவேண்டுமென்று சொல்லுகிறார்கள்.

தற்காலத்திய அறிவாளர் சொல்வது சரியே. ஆகிலும், 100 க்கு 99 நபர்கள் வருஷத்தில் இரண்டு வாரங்கள் இம்மாதிரி செய்கிறார்கள். தினம் 10 மணிகாலம் சூரிய ஸ்நானம் செய்தபோதிலும்கூட, நல்ல பலன் கிடைக்கிறதில்லை. ஏனெனில், தோல் உரிந்துபோவது ஒருபக்கமிருக்க, களைப்பு அதிகமாய் ஏற்பட்டு, எழுந்து நடக்கக்கூட சக்தி இல்லாமல் போய் விடுகிறது.

சூரிய ஸ்நானம், மருந்து சாப்பிடுவதை ஒருவாறாய் ஒப்பிடலாம். ஒரு வருஷத்திற்கு தினம் ஒரு டோஸ் டானிக் மருந்து சாப்பிடவேண்டுமென்று டாக்டர் சொல்லுகிறார் என்று வைத்துக்கொள்வோம். (அம்மாதிரி சொல்வாரென்று நான் சொல்ல வரவில்லை). அப்படி ஒருக்கால் சொன்னால், முதல் 50 வாரங்களில் மருந்தே சாப்பிடாமல் சும்மாவிருந்துவிட்டு, கடைசி வாரங்களில் 365 டோஸ்களும் சேர்த்து எடுத்துக்கொண்டால் அது புத்திஹீனமல்லவா? அதேமாதிரிதான் இந்த சூரிய ஸ்நானமும்.

தற்காலத்திய சூரிய ஸ்நானத்தினால் ஏதாகிலும்பிரயோஜனமுண்டா? அல்லது அதுவும் ஒரு மூடத்தனமான நம்பிக்கையா? என்று சிலர் சந்தேகிக்கலாம். அது மூடத்தனமான நம்பிக்கை அன்று என்று உறுதியாய்ச் சொல்லுவோம்.

வெளிச்சம் இராவிடில் உயிர் நிலைத்திராது என்று நாகரீக ஜனங்கள் ஒத்துக்கொண்டிருக்கிறார்கள். ஒரு செடியை முளைக்க வைப்பதாயிருந்தால் வீட்டில் சூரிய கிரணம் அதிகமாக எங்கே இருக்கிறதோ, அங்கேதான் அதை வைக்கப்படுகிறது என்பது யாவருக்கும் தெரிந்த விஷயம். ஆனால், சில வருஷ காலங்களாக நல்ல ஆரோக்கியத்தைக் கொடுப்பதற்குச் சூரியன் அவசியம் என்பதை வைத்தியர்களும் சாஸ்திரிகளும் கண்டறிந்திருக்கின்றனர். இயற்கை வைத்தியர்களுக்கு மட்டும் 50 வருஷ காலமாகத் தெரியும்.

குளிர்காலம் முடிந்தவுடனே உனக்கு எவ்வளவு அசௌகரியமாயிருக்கிறதென்பதை நீயே கவனித்திருப்பாய். வசந்த காலம் ஆரம்பித்ததும், ஜன்னல் கதவுகளையெல்லாம் திறந்துபோட்டு, குளிர்காலத்துச்சட்டையைக் கழற்றி எரிந்து, சென்ற ஆகஸ்டு மாதத்தில் இரண்டு வருஷத்துக் குழந்தையைப்போல் விளையாடிய காலம் எப்போது திரும்பி வரப்போகிறதென்று ஆவலோடு எதிர்பார்த்திருப்பாய். முன் இருந்த அசௌகரியத்திற்குக் காரணம் குளிர் காலமும், காற்றோட்டமில்லாத வீடுகளும், நீடித்த இரவும்.

ஆனால், குளிர்காற்று இதற்குக் காரணமாயிருந்தால் நமது தேசத்தைக்காட்டிலும் அதிக குளிரான தேசமாகிய கனடாவின் ஆரோக்கிய நிலை எவ்வாறிருக்கும். அங்கே குளிர்காலத்தில் பாரமீடர் பூச்சியத்தின் கீழ் 40 டிக்ரீக்குக் குறைந்திருக்கும். அப்படியிருந்தும், நம்மைவிட அந்த தேசத்தார் குளிர்காலத்தில் அதிக தெம்புடன் இருக்கிறார்கள். ஆனதுபற்றி குளிர் ஒரு காரணமாகாது.

காற்றோட்டமில்லாத வீடுகளும், நீடித்த இரவுகளும் இந்த அசௌகரியத்திற்கு ஒரு சமயம் காரணமாகவிருக்கலாம். ஆகிலும், வஸ்தாதியானவன் எப்போதும் வெளிக்காற்றிலேயே இருந்து

கொண்டு அங்கேயே படுத்துறங்கினாலும்கூட, அவனுக்கும் ஒருவிதமான அசௌகரியம் ஏற்படுகிறதே அது எதனால்?

வாஸ்தவத்தில், அது சூரிய வெளிச்சம் இல்லாமையினால் என்றே சொல்லவேண்டும். நமது வீடுகளும், ஆபீசுகளும், விளையாடுமிடங்களும் ஆரோக்கியத்தைத் தாத்தருந்த வெளிச்ச விஷயமாகப் பார்க்கப்போனால், இருட்டில் இருக்கின்றனவென்றே சொல்லவேண்டும். குளிர்காலத்தில், பகலில் நகரத்திலுள்ள சிங்காரத்தோட்டத்தில் நடந்து போகும்போதுங்கூட, இருட்டில் நடந்து போவதாகவே எண்ணவேண்டும். அப்போதுள்ள சிறிது வெளிச்சத்தையுங்கூட மில்லுகளிலிருந்து கிளம்பும் புகை மறைத்துக்கொள்ளுகிறது. யோசித்துப் பார்த்தால் இங்கிலாந்தானது அக்டோபர் முதல் மார்ச்சு வரையில் சூரிய வெளிச்சமே இல்லாத தேசமாகும். கானடாவிலோ வருஷ முழுதிலும் சூரிய வெளிச்சம் உண்டு. ஆனதுபற்றி, அவர்களுக்கு சூரிய வெளிச்சம் எப்போதும் இருப்பதால், அவர்களுக்கு தேகத்தில் வலுவு எப்போதும் இருக்கிறது.

செயற்கை சூரிய ஸ்நான சிகிச்சை செய்துகொள்ள அநேகருக்கு சந்தர்ப்பப்படாது என்று வைத்துக்கொண்டால், இந்த சூரிய வெளிச்சம் இல்லாமையை எந்தவிதமாய்த் தவிர்க்கலாம் என்று ஒரு கேள்வி பிறக்கிறது. அப்படி வழி ஏதாகிலும் இருந்தால் அதனால் லாபம் ஏதாகிலும் உண்டா?

பின்னால் கேட்ட கேள்விக்கு முதலில் உத்தரம் சொல்வோம். அதாவது லாபம் உண்டு. சூரிய ஸ்நானத்தினால் குணம் உண்டு. இத்தாலியா தேசத்திய பழமொழி ஒன்றில் என்ன சொல்லியிருக்கிறதென்றால், "நீரில் ஸ்நானம் செய்வது நல்லது; காற்றில் செய்வது அதைவிட நல்லது; ஆனால், சூரிய வெளிச்சத்தில் ஸ்நானம் செய்வது எல்லாவற்றையும்விட அதிக நல்லது". நீர் எப்போதாகிலும் தேகத்தில் சுறுசுறுப்புண்டாவதைக் கவனித்திருக்கிறீரா? உமது விடுமுறை நாட்களில் அதைக் கவனித்திருக்கலாம். அது தான் உடை, வழக்கம், காலம் முதலிய கட்டுப்பாடுகளுக்கு உட்படாத காலம். முன்னே வண்டியைப் பிடிக்க ஓடுவதை விட்டு, மெள்ள நடந்துசென்றாலும் வண்டி உன்னை விட்டு விட்டுப் போகாது என்று நினைக்கும் காலம். அதாவது, சரியான அளவு சூரிய வெளிச்சத்திற்கு உட்பட்டிருந்தால் அவ்வளவு சுறுசுறுப்பு உனக்கு உண்டாகும்.

சூரிய வெளிச்சத்தை ஸ்டோர் செய்வதெப்படி?

சூரிய ஸ்நானம் சரியாய் செய்தவனுக்குச் சர்மம் நிஷ்களங்கமாயிருக்கும். அதில் யாதொரு அக்கு அழுக்குகளாவது வெடிகளாவது இராது. மெல்லிய நீந்தும் உடுப்பு போட்டுக் கொண்டிருந்தபோதிலுங்கூட, பூரண உடை உடுத்தமாதிரி இருக்கும். வெள்ளைத்தோலைப் போட்டுக் கொண்டிருக்கிறவன் இரட்டைத்தனை உடை தரித்தபோதிலும், பீச் இன்ஸ்பெக்டர் அவனைப் பார்த்து எச்சரிகை செய்யும் படியாயிருக்கும்.

சூரிய வெளிச்சக்குறைவைத் தடுக்கும் வழி கோடைகாலத்தில் அதை ஸ்டோர் செய்து வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். கோடைகால முடிவுற்குள் எவனுடைய தேகம் மஹாகனி மரத்தின் நிறத்தைப் போல் ஆகிறதோ, அவன் வரும் வஸந்த காலம் வரையில் தேகத்திலுள்ள சூரிய வெளிச்சத்தை இழக்கமுடியாது. ஆனால், எவனொருவன் ஆகஸ்டு மாத வெய்யலில் ஒருவாரம் ஹைக் விளையாடி அவன் மூக்கு சிவந்துபோயிருக்கிறதோ, அவனுக்கு உற்சாகம் என்பதே இராது.

ஆனதுபற்றி, இவ்வருஷம் விடுமுறையில் வெளியே போகும்போது, வேண்டிய அளவு சூரிய ஸ்நானம் செய். அதாவது, அந்த சீதோஷ்ண ஸ்திதிக்கு உன் தேகம் ஒத்துக்கொண்ட பிறகு இதைச் செய்யவேண்டும்.

சூரிய ஸ்நானம் செய்யும் விதம்.

இதை மெதுவாய்ச் செய்யவேண்டும் என்று எழுதியிருப்பதைப் படித்திருப்பீர்

கள். முதனாள் 4 நிமிஷம், இரண்டாம் நாள் 6 நிமிஷம், மூன்றாம் நாள் 8 நிமிஷம் இம்மாதிரி செய்துகொண்டே வரவேண்டும். இம்மாதிரி செய்துகொண்டு வந்தால் உனது விடுமுறை முடிந்ததும், இன்னும் கடியாரத்தைப் பார்த்துக் கொண்டே இருக்கும்படியாயிருக்கும். முதலில் சூரிய ஸ்நானத்தை அதிகமாகச் செய்யாமல் இருக்கும்பொருட்டு, விடுமுறைக்கு வெளியே புறப்படுவதற்கு முன்னமே அந்த சீதோஷ்ண ஸ்திதிக்குத் தன் தேகத்தை ஒத்திருக்கும்படிச் செய்து கொள்ளவேண்டும். அதற்காக வாரமுடிவில் சூரிய ஸ்நானம் செய்யப் போக வேண்டும். கோடைகாலம் ஆரம்பத்திலே சூரியன் அவ்வளவு மும்மரமாய் இராத போது ஆரம்பித்தால் கடியாரத்தை வைத்துக்கொண்டு மணி பார்க்கவேண்டிய அவசியமில்லை.

பிறகு, விடுமுறை நாளும்போது வெய்யலினால் கொளுத்தப்பட்டு தோல் உரிந்து போகும் என்கிற பயமுமில்லை.

சூரிய ஸ்நானம் செய்யும்போது முதலில் உற்சாகம் உண்டாகிறது; பிறகு தேகம் உஷ்ணமாய் விடுகிறது. இன்னும் அதிக நேரம் ஸ்நானம் செய்தால், நகர முடியாமல் ஓய்ச்சல் உண்டாகிறது. இக்கடைசி தகுதியால், உனக்கு நன்மை இராது; தீங்கே விளையும். ஆனதுபற்றி, தேகம் உஷ்ணமாகும்போதே சூரிய ஸ்நானத்தை நிறுத்தி விடவேண்டும்.

மேற்சொல்லியபடி சூரிய ஸ்நானம் செய்யும் பக்ஷத்தில், உனது தேகம் அதிசுந்தரமானதா யிருந்தபோதிலும் கூட, ஹாவாய் ஊரில் வசிக்கும் மனிதனுடைய தேகம்போல் ஆகிவிடும். குளிர் என்பதை உணரவேமாட்டாய். குளிர்காலம் வந்ததும், உன்னைச் சுற்றிலுமுள்ள ஆரோக்கியமற்ற வெள்ளைச் சர்மமுள்ள ஜனங்களைப் பார்த்து, நீ சூரியனைத் தொழுத நாளுக்கு வந்தனமளிப்பாய்.— ஹெல்த் பர் ஆல்.

தாய்மார்களுக்குச் சுவல்பமான சம்பாஷணைகள்

குழந்தையின் தூக்கம்.

அப்போதுதான் பிறந்த ஒரு சிசுவானது எறக்குறைய இரவும் பகலும், தூங்கிக் கொண்டேயிருக்கும். உணவு, ஸ்நானம் இந்த சமயங்களில்தான் விழித்துக்கொள்ளும். ஒரு வருஷக் குழந்தை 24 மணி நேரங்களில் 15-16 மணிகள் தூங்கும். குழந்தை சுகமாகவும் ஆரோக்கியமாகவும் வளருவதற்கு முதலில் தூக்கம் அவசியம் வேண்டும். நல்ல போதுமான ஆகாரம் எவ்வளவு முக்கியமோ, அவ்வளவு தூக்கமும் முக்கியமானது. குழந்தைக்கு ஆகாரக்குறைவு ஏற்பட்டால் அதன் குறிகள் தாய்க்குத் தெரியவரும். குழந்தை இளைத்துப்போய், சிடு சிடுவென்று அழும்; எடை குறையும். ஆனால், தூக்கக்குறைவினால் உண்டாகும் குறிகள் இன்னவையென்று தாய்மார்களுக்குத் தெரியாது. இது அவர்களுக்குத் தெரியவேண்டிய தவசியம். இல்லாவிடில், ஏற்கனவே, குழந்தைக்குப் போதுமான ஆகாரம் இருக்க அதை மாற்ற வேண்டி வரும். அல்லது அதிக ஆகாரம் போட்டவேண்டி வரும். அதனால் அதற்கு அசௌகரியம் ஏற்பட்டு, முன்னைவிட தூக்கம் கம்மியாய்ப் போய்விடும்.

குழந்தைக்கு பழக்கங்கள் எவ்வளவு ஜடுதியில் உண்டாகும் என்பது உனக்குத் தெரியும். தினம் ஆகாரத்திற்கிடையில் கிரமமாய்த் தூங்கச்செய்ய வேண்டியது அவசியம் என்றும் தெரியும். இந்த சம்பாஷணையில், குழந்தையின் தூக்கத்தைக் கெடுக்கும் அம்சங்கள் இன்னவையென்பதை எடுத்துரைப்போம்.

முதல் முதல், ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் தனியாக ஒரு கட்டில் வேண்டும். இது தாய்க்கும் நல்லது. எனெனில், தாய் குழந்தையைத் தன் படுக்கையில் விட்டுக்கொண்டு படுத்துக்கொண்டால், அதற்குத் தூக்கம் கலைந்துபோய்விடுமோ என்று பயப்பட்டு, தான் இந்தப் பக்கம் அந்தப் பக்கம் அசையப் பயப்படுவாள். குழந்தைக்கு ஏதாகிலும் கெடுதல்வருமோ என்று பயப்பட்டு, தான் சரியாய்த் தூங்கமாட்டாள். அதனால் அவள் தூக்கம் கெட்டு மறுநாள் எழுந்திருக்கும் போது ஓய்ந்திருப்பாள். தாய் ஓய்ச்சலாயிருந்து உடைகளை எடுத்துவிட்டால், குழந்தைக்குக் குளிர் எடுக்கும்.

உஷ்ணமான காற்றைக் குழந்தை உட்கொள்ளவேண்டி வரும். நல்ல குளிர்ந்த காற்று இராததால், குழந்தைச் செவ்வையாய் வளராது. மற்றொரு முக்கியமான விஷயம் யாதெனில், குழந்தை அருகில் படுத்திருக்கும்போது அதற்கு ஆகாரம் கொடுக்க வேண்டுமென்கிற ஒரு ஆசை உண்டாகும். இரவில் எழுந்து அழும்போதெல்லாம் அதற்கு முலை கொடுத்து சமாதானம் செய்யவேண்டி வரும். இதனால் குழந்தைக்கு ஒரு கெட்ட பழக்கம் உண்டாகிறது. அது கற்றுக்கொள்ளும் மற்றொரு கெட்ட பழக்கம் யாதெனில், தாய் அருகில் சௌக்கியமாய்ப் படுத்து உறங்குவதாக எண்ணுவதால், அதற்கு வயது வந்தபிறகுங்கூட, தாய் அருகிலில்லாமல் சீக்கிரம் படுத்துத் திருப்தியாய் உறங்கக்கூடாது. ஆரம்பமுதற்கொண்டே குழந்தைக்குத் தனிமையாக ஒரு கட்டில் கொடுத்துவிட்டால் சிஷ்ருஷணை அதிகம் வேண்டியதில்லை. தாய்க்கும் தொந்தரவு இல்லை. குழந்தையைப் பிரித்து வைப்பதால் அதற்குத் தீங்கு உண்டாகுமென்று சிலதாய்மார்கள் நினைக்கிறார்கள். படுக்கை வெப்பமாயும், சௌகரியமாயுமிருந்தால் ஒரு பயமுமில்லை. குழந்தையின் படுக்கையைத் தயாரிப்பதெவ்விதம் என்பதை இங்கு எடுத்துரைப்போம்.

தொட்டிலோ, கட்டிலோ அதிக விலையுயர்ந்ததாக இருக்கவேண்டிய அவசியமில்லை. பரம ஏழைகள்கூட ஒன்று வாங்கிப் போட்டுக்கொள்ளலாம். அதனால் சுகமுண்டு. அதிக மலிவான தொட்டில் கடைகளில் இப்போதுவிற்கப்படும் சாதாரணமான தொங்கும் வலைத்தொட்டில். கோடைகாலத்தில் அது குளிர்ச்சியாயிருக்கும். ஒரு சிறிய வீட்டில் அதற்குக் கொஞ்சம் இடம் போதும். மற்ற மலிவான தொட்டில்கள் கூடைபோல் செய்யப்பட்டதும், மரத்தினால் செய்யப்பட்டதுமாம். இவையும் திருப்திகரமானவைகளே. எந்தவிதமான படுக்கையாக இருந்தபோதிலும், அது தரைக்கு மேலே இருக்கவேண்டும். அதனால் அதற்கு விபத்துக்கள் இரா. குளிர்காற்று வீசாது; எலி முதலிய பிராணிகளின் உபத்திரவம் இராது; இதை ஒரு பெஞ்சு அல்லது நாற்காலி இவற்றின்பேரிலாவது வைக்கலாம்; அல்லது மேற்கூரையிலிருந்து தொங்கவிடவாவது செய்யலாம். தொட்டிலை ஆட்டுவது பிசகு. எனெனில், பின்னிட்டு ஆட்டினாலொழிய குழந்தை தூங்காது.

ஒரு கட்டிலை வாங்கும்போது, அடிப்பாகம் உறுதியாக இருக்கிறதா என்று பார்த்து வாங்கவேண்டும். கயிறு உறப்பாய் இருக்கவேண்டும்; தொங்கும் வலைத்தொட்டிலுக்கும் அடி கனமாயிருக்க வேண்டும். கான்வாஸினால் செய்த ஹாமக் தொட்டில் உபயோகிக்கும் பக்ஷத்தில், பக்கங்களை ஒரு மரத்துண்டைகொண்டோ அல்லது வேறு எந்த வஸ்துக்களைக் கொண்டோ பிரித்துவைக்க வேண்டும். இல்லாவிடில் குழந்தைக்கு நல்ல காற்றிராது. அதனால் கோடை காலத்தில் வேர்க்குரு முதலியவற்றால் வருந்தும். மேலும், தன் கைகால்களை அசைக்கக் கற்றுக்கொள்ளாது.

குழந்தைக்குப் படுக்கை தயார் பண்ணுகையில், அடியில் ஒரு மெத்தையைப் போடவேண்டும். அதன்மேல் ஒரு மாகின்டாஷ் (மெழுச்குச் சீலை) துண்டு போட வேண்டும். அதனால் மெத்தை மூத்திரம் முதலியவற்றால் நனைந்து அழுக்காகாமல் இருக்கும். அதன்மேல் ஒரு பழைய ப்ளான்கெட் அல்லது துவாலையைப் பரப்பவேண்டும். கடைசியில், மேலேஒரு துப்பட்டியைப்போட்டு அதை

209232

நாலாபக்கத்திலும் சொருகிவைக்கவேண்டும். துப்பட்டியையும் ப்ளான்கெட்டையும் அப்போதைக்கப்போது மாற்றி தோய்க்கவேண்டும்.

இரவில் குழந்தையின்மேல் ஒரு போர்வையைப் போர்க்கவேண்டிய தவசியம். குளிர்ந்த இரவுகளில், இறகு மெத்தை நல்லது. ஏனெனில், அது உஷ்ணமாயுமிருக்கும்; லேசாயுமிருக்கும். ஆனால், விலை அதிகம். ஆனதுபற்றி, இடம்விட்டு பின்னப்பட்ட சால்வையோ, கம்பளியோ மெத்தையின் கீழேபோட்டு, அந்த ஓரங்களை குழந்தையின்மேல் போர்த்துவிடவேண்டியது. அப்போது குளிர் காற்று மேலே வீசாது. பஞ்சுக்குவில்டுகள் பளுவாயிருக்கும்; உஷ்ணமும் மட்டாயிருக்கும். ஆனதுபற்றி, அவை அவ்வளவு திருப்திகரமானவையல்ல.

குளிர் அதிகமாயிருக்கும்போதாவது, அல்லது குழந்தை பலஹீனமாயிருக்கும்போதாவது வெந்நீர் புட்டிகள் அல்லது உஷ்ணமான மணல் அல்லது உப்புப்பைகளைக் கட்டிலில் வைத்து, உஷ்ணம் மாறாமல் இருக்கும்படிச் செய்யவேண்டியது. வெந்நீர் புட்டியை மூடாமல் வைக்கக்கூடாது. குழந்தை எட்டிப்பிடிக்கும்படியான இடத்திலும் வைக்கக்கூடாது. அப்படிச்செய்தால், தீயால் அதற்கு அபாயம் உண்டாகும்.

கொசுக்கள், ஈக்கள் முதலியன அதிகமாயிருக்கும் இடங்களில் கொசுவலை அவசியம் வேண்டும். அது காற்று தாராளமாய் வீசுவதைத் தடுப்பதால், காற்றோட்டமுள்ள இடத்தில் கட்டிலை வைக்கவேண்டும். இல்லாவிடில், குழந்தைக்கு நல்ல காற்று வாராது. அதனால் அது நன்றாய்த் தூங்காது. அதுகாரணம்பற்றியே, குழந்தையின் முகத்தையும் துணியால் மூடிவைக்கக்கூடாது.

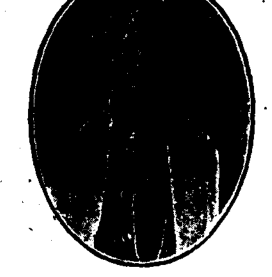
நல்ல தூக்கம் இல்லாத குழந்தைகள் எவையெனில், ஜீரணக் கோளாறுள்ளதும், அளவுக்குமிஞ்சிய ஆகாரம், ஒழுங்கு தப்பிய ஆகாரம், அல்லது இரவில் ஆகாரம் கொடுக்கப்படும்குழந்தைகளுமே. இதனால் இரைப்பைக்கு ஓய்வு இராமல் குழந்தையின் தூக்கத்திற்குப் பங்கமுண்டாகிறது. அவன் விழித்துக்கொண்டு அழுகிறான்; மறுபடியும் ஆகாரம் போடப்படுகிறது. இதனால், அவன் வளர்ச்சியும் எடையும் திருப்திகரமாக இராது.

குழந்தைக்கு ஜலதோஷம் பிடித்தால் அது நன்றாய்த் தூங்காதென்று அநேக தாய்மார்களுக்குத் தெரியும். அவனுடைய நாசி அடைத்துக்கொள்ளும்; அவன் மூச்சுவிட முடியாது. அவன் அடிக்கடி எழுந்து அழுவான். ஏன்? போதுமான நல்ல காற்று இராததாலே. இதன் காரணம் நன்றாய் விளங்குகிறது. இதைத் தெரிந்துகொண்டால், குழந்தையின் முகம் மூடப்பட்டிருந்தாலும், தாய் தந்தையர் குழந்தையுடன்கூடப் படுத்துத் தூங்கினாலும், ஏன் குழந்தைக்குச் சரியான தூக்கம் வருகிறதில்லை என்பதைச் சுலபமாய்த் தெரிந்துகொள்ளலாம். இவ்விரண்டிற்கும் காரணம் சுத்த காற்று இல்லாமையே. அதன் பலன் இரண்டிலும் நித்திரை பங்கம்.

அறைத்துணி மூத்திரத்தினால் நனைந்துபோனாலும், குழந்தை ஒரு பக்கமாக படுத்துறங்கினாலும் அதற்கு அசௌகரியம் ஏற்படும். அப்போது குழந்தை விழித்துக்கொண்டு அழும். உடனே அறைத்துணியையாவது, நிலையையாவது மாற்றவேண்டும்; அல்லது தாகமாயிருந்தால் குடிக்கக் கொஞ்சம் ஜலம் கொடுக்கவேண்டும். இவைதாம் அதற்குச் சமாதான வழி. இவ்விஷயங்களைத் தாய்மார்கள் கவனிக்கவேண்டியது மிக அவசியம்.

இந்த சம்பாஷணை வெகு விரிவாய்ச் சென்றுவிட்டதால், மற்றொரு சமயம் குழந்தைகள் பகலில் தூங்குவதைப்பற்றியும், வயது முதிர்ந்த குழந்தைகளின் தூக்கத்தைப்பற்றியும் சொல்லுவோம். இப்போது நீங்கள் ஞாபகத்தில் வைத்துக் கொள்ளவேண்டுவது யாதெனில், உங்கள் குழந்தைகள் நன்றாய்த் தூங்கவேண்டுமானால் அதற்கு நீங்களே வேண்டிய ஒத்தாசை செய்யக்கூடும் என்பதாம்.—தி ரெட் கிராஸ்.

ட்ரேட் மார்க்



ரீஜிஸ்தர் செய்யப்பட்டது.

டாக்டர் ஜம்மி

வெங்கட்ரமணய்யா

அவர்களுடைய

கல்லீரல் மண்ணீரல்

பெருக்கத்திற்கு

அநுகுணமான மருந்துகள்.

ஒருபோதும் தவறாததும், நற்பலனைக் கொடுக்கக்கூடியதுமான மருந்து இது ஒன்றே. மற்ற மருந்துகளைக் காட்டிலும் சிறந்ததென்று கொண்டாடப்பெற்றது. குழந்தைகளுக்குக் காணும் பால் கட்டிக்கு எடுத்ததென்று பிரசித்திபெற்ற வைத்தியர்களால் சிபார்சு செய்யப்படுகிறது.

மஞ்சட்காமாலை, பெரிடோனியத்தில் நீர் தங்கியிருத்தல், வீக்கம் இன்னும் இதர சிக்கலான வியாதிகள் இருந்தால், அதற்குப் பிரத்தியேகமான சிகிச்சை.

நோயை சொஸ்தப்படுத்துவதற்கும், வரவொட்டாமல் தடுப்பதற்கும் இது உதவுகிறது.

மற்ற விவரங்கள் யாவும்

8, சாலைத் தெரு, மைலாப்பூர் விலாசத்திற்கு எழுதினால் கிடைக்கும்.

ஸ்டாக்கிஸ்ட்ஸ்:—ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ், 323, தம்பு செட்டி தெரு, மதராஸ்.

சஸ்திர சிகிச்சைக்கு அவசியமில்லை

அல்வஸரைன் (ரெஜிஸ்டர்ட்.)

லிவில் சர்ஜன் டாக்டர் எ. என். ஸென், எம். பி. எழுதுவதாவது: ஆழமான சஸ்திரணங்களையும் கட்டு இல்லாமல் வெகு சீக்கிரத்தில் குணப்படுத்தி விடுகிறது. விஷசம்பந்தம் ஏற்பட்டு விடுமென்ற பயத்திற்கு இடமில்லை.

கண் கோளாறுகள்.

நமது தேங்காய் மார்க்கு தாமரைத் தேனானது கண்களில் ஏற்படும் எல்லாக் கோளாறுகளையும் சஸ்திர சிகிச்சையின்றி குணப்படுத்தி விடுகிறது. இயற்கை ஔஷதம். டிராம் 1-க்கு ரூ. 2-8-0. 2 டிராம் ரூ. 4. தபாற் செலவு வேறு. பெங்கால் கண்டியிலிருக்கும் நியூ பார்முலா கம்பெனிக்காவது, ஏஜெண்டுகளான தாதா கம்பெனி 52, நயினியப்ப நாய்க்கன் தெரு சென்னை; கெம்ப் அண்டு கம்பெனி கெமிஸ்டுகள், பம்பாய்; ஜே. தீரத் அண்டு கம்பெனி கெமிஸ்டுகள், கராச்சி இவர்களுக்காவது வியாங்களுக்கு எழுதுங்கள். தபால் சார்ஜ் பிரத்யேகம்.

Ask free particulars from :

NEW FORMULA Co., Kandi, BENGAL

Agents: Sri Krishnan Bros., P. O. Box 166 Madras, Dadha & Co., 52, Nayniappa Naick St., Madras.

Degrees! Books! Medicine!

H.L.M.S., H.M.B., H.M.D., Vaidya-raj, etc, Homoeo. Ayur-Unani Degrees by regular and postal training examination. Homoeo Materiamedica Rs. 5/. Homoeo Practice of Medicine Rs. 4/. Physiology Rs. 5/. Independent bread. Free prospectus.

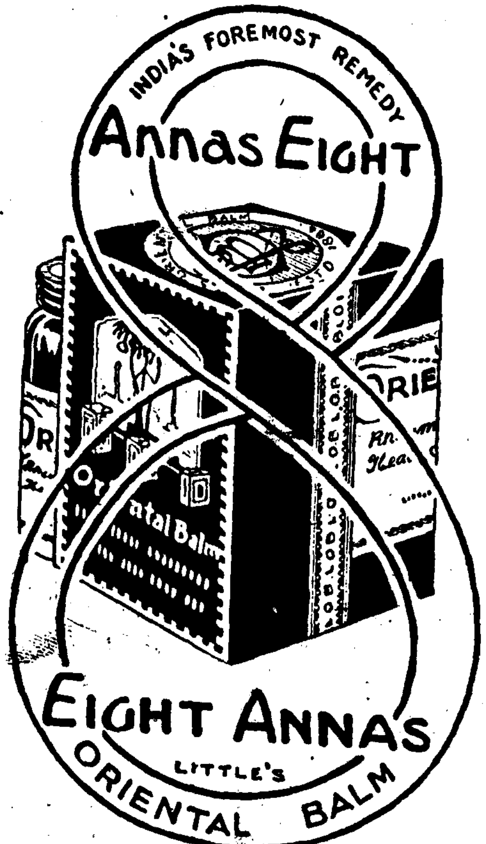
Dr. Chattbar Homœopathic Institute,
(Regd.)
P.O. MAHUVA, *Kathiawar. Dt.*

ஜோதிஷம்

ஒரு வருஷம் மாதவாரி பலன் எழுத ரூ. 2. ஐந்து வருஷங்களுக்கு மாதவாரி ரூ. 7-8-0. ஒரு வருஷம் வாராந்திரபலன் எழுத ரூ. 10. எல்லா கிரஹசார தோஷங்களும் நீங்கி, அதிருஷ்ட பலனைத் தரக்கூடிய ஜயலக்ஷ்மிகரணி தாயத்து ரூ. 2. ஆரூடம் எதிர்கால சம்பந்தமான 5 கேள்விகளுக்கு பதில் எழுத ரூ. 1. வி. பி. செலவு ரூ. 0-4-0. ஜன்னகால விவரம் அல்லது கடிதம் எழுதும்போதுள்ள நேரம் சுமார் வயது குறிப்பிட்டு எழுதவும். மற்றும் விவரமறிய எழுதினால் கேடலாக் இனாம்.

ஹனுமான் ஜோதிஷ ஆபீஸ்,
திருத்தணி, S. இந்தியா.

லிட்டில்ஸ் ஓரியண்டல் பாம்
என்னும் தைலம்.



முன்னிருந்த அளவே
இப்போது எட்டணு!

இரண்டாம் விளம்பரம்

"எந்தெந்த நகரங்கள், பட்டணங்கள், ஜில்லாக்கள் இவைகளில் ஆக்ட்ராய் அல்லது இதர அங்கீகரிக்கப்பட்ட கட்டணங்கள் இல்லேயோ, அந்தந்த இடங்களிலெல்லாம் ஜனங்களுக்கு 'லிட்டில்ஸ் ஓரியண்டல் பாம்' முன்னிருந்த அளவே இப்போது சில்லரையில் 8 அணுவுக்கு விற்கப்படுகிறது".

லிட்டில்ஸ் ஓரியண்டல் பாம் அண்டு
பார்மகியூடிகல்ஸ், லிமிடெட்,
15, ஆர்மீனியன் தெரு, சென்னே.

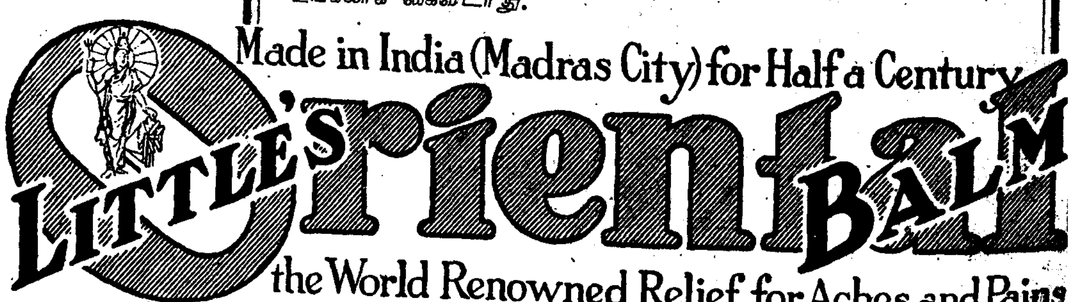
52 வருஷங்களாக
ஒரே மாதிரியான முறை.

லிட்டில்ஸ் ஓரியண்டல் பாம் என்னும் தைலத்தை உபயோகிக்கும் எண்ணிறந்த ஜனங்களுக்கு இந்தக் குறைந்த விலை ஒரு நல் வரமும் நன்கொடையுமாகும். பணக்கஷ்டமுள்ள இக்காலத்தில் இது மிகவும் கொண்டாடத்தக்கது. 52 வருஷ காலங்களாக லிட்டில்ஸ் ஓரியண்டல் பாமின் முன்னிருந்த அளவு ஒரு ரூபாய்க்கு விற்கப்பட்டு வந்தது. பூலோக முழுதிலும் இதற்கு ஏற்பட்டுள்ள நல்ல பேரே படிப்படியாய் இப்போது சில்லரையில் 8 அணுவிற்கு விற்பதற்கு ஹேதுவாயிருக்கிறது. ஆகிலும், பிரசித்திபெற்ற இதன் முறை மட்டும் மாறவில்லை. "L. O. B." 8 அணு அளவு புட்டியையே கேளுங்கள், எல்லா வியாபாரிகளிடமும் ஸ்டோர்களிலும் கிடைக்கும்.

லிட்டில்ஸ்
ஓரியண்டல்
ஸோப்பையும்
பரீக்ஷித்துப்
பாருங்கள்.
சர்மத்திற்கு
வெல்வெட்போல்
மிருதுவாயிருக்கும்
டஜன் 1-க்கு ரூ. 1-6-0.

L. O. B. என்றால் அத்தாக்ஷி—அதாவது நீடித்த அத்தாக்ஷி

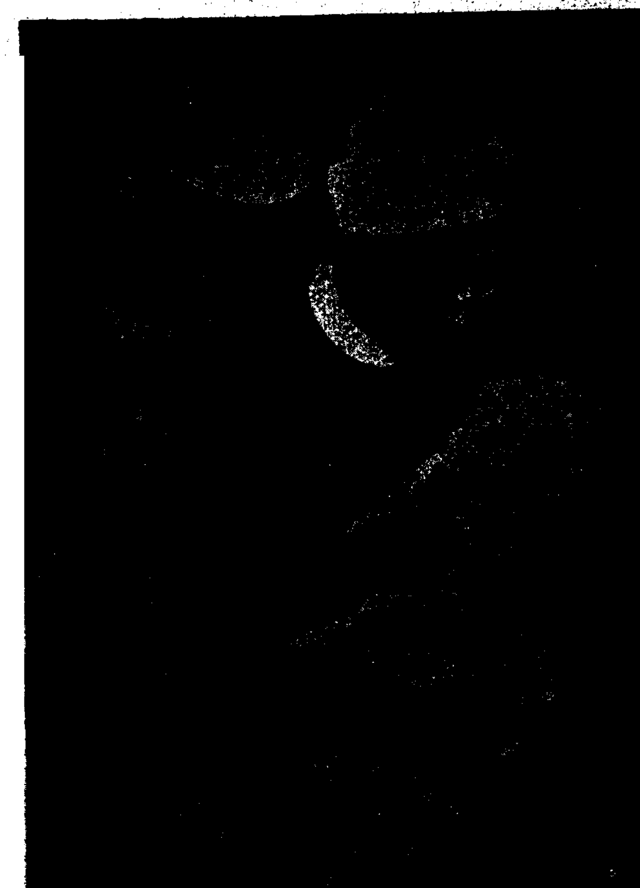
வாதரோகம், பூட்டுகளில் வீக்கம், இடுப்புவலி, ஸ்கியாடிகா என்னும் நரம்புவலி, முதுகுவலி, ஒற்றைத்தலைவலி, தலைவலிகள், காதுவலி, பல் வலி, சுளுக்குகள், காயங்கள், திமிர், சதையில் நோய் ஆகிய இவைகள் பூரணமாய் சொஸ்தமாவதற்கு "லிட்டில்ஸ் ஓரியண்டல் பாம்" என்னும் தைலத்தை உபயோகித்து வெகுகாலமாகப் பரீக்ஷித்து பலன் தந்த இந்த மருந்தானது ஒருபோதும் உங்களைக் கைவிடாது.



Printed at the 'ANTISEPTIC PRESS' and Published by the Proprietor U. KRISHNA RAU, Madras.

ஆரோக்கிய தீபிகை

ஆரோக்கிய மார்க்கங்களை போதிக்கும் பத்திரிகை



அருக்கோமலேட்டன்—10 நாள் குழந்தை.

இது பிரிட்டனின் மிகச் சிறிய குழந்தை. இதன் எடை 1½ பவுண்டு.

... நாட்டன் அவைக்கும், துரைஸானிக்கும் பிறந்த ஒரே குழந்தை. ...

... பேறு பிள்ளை, அதாவது, இங்கு எடுத்து ... ஆகாரம் ஊட்டுவதை மேலே காண்பிக்கப்படுகிறது.

[விலை அணு 2]

சாஸ்திரமும் அனுபவமும் ஒருங்கே சொல்லுகின்றன !

இத்தேசத்தில் எல்லோருக்கும் தெரிந்ததும், யாவரும் கையாளுகிறதுமான வேப்பங்குச்சியின் உயர்ந்த விஷமாற்றும் குணங்களையும், விஷங்கொல்லிக் குணங்களையும், ருசிகரமான குணங்களையும் ஒன்றுகூட்டி

தற்கால உபயோகத்திற்காக

சாஸ்திர முறைப்படி தயாரிக்கப்பட்ட

வேப்பம் பற்பசை.

(கல்கெமிகோ)

வேம்பிலுள்ள முக்கிய வஸ்துக்களும், தந்த சுகாதாரத்திற்குத் தேவையான வஸ்துக்களும் இதில் அடங்கியுள்ளன.

பற்களைச் சுத்தமாயும், வாயை நசியாயும், சுவாஸத்தை மணமுள்ளதாயும் வைத்திருக்கக்கூடியது.

கல்கத்தா கெமிகல் கம்பெனி, லிமிடெட்,

பாலிகஞ்ச், கல்கத்தா.

(மார்கோ ஸோப் தயாரிப்பவர்கள்)

ஏஜண்டுகள் :—ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ், தபாற் பெட்டி 166, மதராஸ்.

சுவாஸ காச நிவாரணி

ROWJEE'S

ASTHMA SPECIFIC

ராவுஜீயின் பரம ஔஷதம்.

உபயோகித்ததும் குணம் தெரியக்கூடியது.

சுவாஸ காச நோயினால் பீடிக்கப்பட்டிருப்பவர்களுடைய உபாதையானது இந்த ஔஷதத்தை உபயோகித்த உத்தர க்ஷணத்திலேயே குறைய ஆரம்பிக்கிறதென்று அனுபவத்தில் தெரிந்திருக்கிறது. ஒரு தடவை ஔஷதத்தை உபயோகித்ததும் பிணியாளியின் சொல்லொணாத் துன்பமும், தூக்கமின்மையும் இதர உபாதைகளும் சூரியனைக் கண்ட பனிபோல் மறைந்துவிடுகின்றன. இந்த ஔஷதத்தின் பக்குவ முறையைப் புட்டியின் மீதே நாம் குறிப்பிட்டிருப்பதால் எல்லா வைத்தியர்களும் இதைச் சிபார்சு செய்கிறார்கள். புட்டி 1-க்கு விலை ரூ. 2—8—0.

ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ் : **323**, தம்புசெட்டித் தெரு, சென்னை.

பொருளடக்கம்.

	பக்கம்.
சோதனைக்குழாயிலிருந்து ஜனித்த குழந்தைகள் ...	173
தின்னும் விஷக்கிருமியும், அதற்கு ஆயிரம் பரிகாரங்களும்—எட்வர்ட் பொடால்ஸ்கி, எம்.டி., ப்ரூக்லின், நியூயார்க் ...	176
ஜர்மனி, நீந்தும் ஸ்நான கட்டங்களுள்ள ஒரு தேசம் ...	182
பல் ப்ரஷ், பற்பசை இவற்றைக்குறித்து—டி. ஏ. ஆர். அவுப்ரான்க், எம்.ஆர்.வி.எஸ்., எல்.ஆர்.வி.பி., எல்.டி., எல்.ஆர்.வி.எஸ். ...	185
குழாயில் குழந்தைகள் ஜனிப்பதை இனிக் காணலாம்—வி. எப். டைட், ... பிரவிடெண்டு, மின்னெஸோடா, இயூஜினிக்ஸ் ஸொஸைட்டி. ...	188
சர்மத்தின் தன்னைத்தானே சுத்திகரித்துக்கொள்ளும் சக்தி ...	189
ஆறு குழந்தைகளைப்பெற்ற ஒரு மெலிந்த தாய், ஐந்து குழந்தைகளை ஒரே சமயத்தில் பெற்றனள் ...	190
ஆரோக்கியத் துண்டுத் துணுக்குகள் ...	191

21 NOV 1934 MADRAS

டூரிங் ஏஜண்டு: டி. என். கே. ஸாமி ராவ்.

பணத்தை மீற்றும்படியான சந்தர்ப்பங்கள்.

இந்தப் பத்திரிகைக்கு சந்தாதாரராகச்சேர்ந்து பணத்தை முன் பணமாகச் செலுத்துவோர்க்கு, ஆரம்பத்தில் பின்வரும் பக்கங்களில் சொல்லப்பட்ட

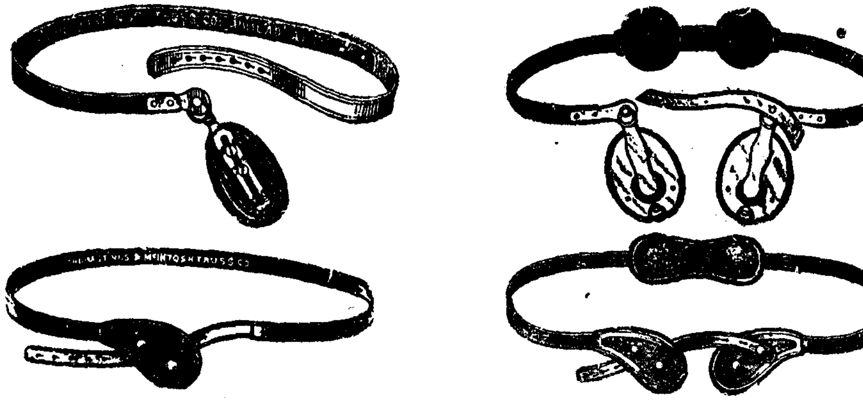
மிக உபயோகமான சாமான்களை

பாக்கிங், தபாற் செலவின்றி அனுப்பப்படும். வி. பி. மூலமாக அனுப்பும்படி ஆர்டர் செய்தால் ஒத்துக்கொள்ளப்படமாட்டாது.

ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ், **323**, தம்புசெட்டித் தெரு, சென்னை.

குறைந்த விலை! எல்லாருடைய அளவிற்கும் கிடைக்கும். குறைந்த விலை!!

குடற் பிதுங்கியவர்களுக்கு டிரஸஸ். (TRUSSES)



SINGLE TRUSSES.

வல்கனயிட்; திருப்பக்கூடியது; லேசானது; உறப்புள்ளது; தண்ணீர் பட்டாலும் கெடாதது. ரூ. 10—0—0.

தோலினல் செய்தது; திருப்ப முடியாதது. ரூ. 6—0—0.

DOUBLE TRUSSES.

தோலினல் செய்யப்பட்டது ரூ. 12—0—0. வல்கனயிட் ரூ. 20—0—0.

ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ் : : **323**, தம்பு செட்டித் தெரு, மதராஸ்.

ஆரோக்கியப் படத்திரட்டு. : : :

சரீராரோக்கிய சம்பந்தமான விசித்திரப்படங்கள் பல இதில் அடங்கியுள்ளன. காற்று, ஜலம், ஆகாரம், குழந்தைப் பருவம், தாய்ப்பருவம், தூசு, வியாதி, பிரதம சிகித்சை, சரீரப் பயிற்சி, ரோக சிகித்சை முதலியவைகளைப்பற்றிய விஷயங்களை உள்ளங்கை நெல்லிக்கனிபோல் திருஷ்டி பூர்வமாகவே ஒவ்வொரு புருஷனும், ஸ்திரீயும், மாணவன் மாணவியும் கண்டறிந்து, நீண்ட ஆயுளும் ஆரோக்கியமும் அடைந்து ஆனந்தப்படக்கூடியது. ஒவ்வொரு வீட்டிலும், பாடசாலையிலும், புத்தக சாலையிலும் பொதுப் புத்தக சாலையிலும் வைக்கத்தகுந்தது. தேகம் வியாதியால் மெலிந்து மனம் நொந்து கிடக்கும் சமயத்தில் நல்ல துணைக்கும் சிநேகிதனுக்கும் ஒப்பாக இருக்கக்கூடியது. எவனொருவன் திடகாத்திர சரீரத்துடன் ஆரோக்கியமும் தீர்க்காயுளும் அடைய விரும்புவானே, அவனுக்குக் கிளர்ச்சியையும் உற்சாகத்தையும் உபதேசத்தையும் தரக்கூடியது. இது பெருமைக்கு வாங்கி வைக்கவேண்டிய புத்தகமன்று. இது ஒவ்வொரு வீட்டிலும், சங்கத்திலும், கிளப்பிலும், பாடசாலையிலும், புத்தக சாலையிலும் அத்தியாவசியமாக இருக்கவேண்டிய புத்தகம்.

முதல் தொகுதி சீக்கிரம் செலவாகி விட்டபடியால், அநேகர் ஏமாந்து போனார்கள். இன்றே ஆர்டர் செய்யுங்கள். விலை ரூ. 1 முன் பணமாக அனுப்பவேண்டியது. ஆரோக்கிய தீபிகையின் சந்தாதாரர்களுக்கு அணா 12. முன் பணம் அனுப்பிப் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டியது.

உடனே அடியில் கண்ட விலாசத்திற்கு எழுதிக்கொள்ளவும்.

— மானேஜர், —

"ஆரோக்கிய தீபிகை" : : 323, தம்பு செட்டித் தெரு, சென்னை.

இன்னும் நமது சரீர அமைப்புக்களை அறியவில்லையா ?

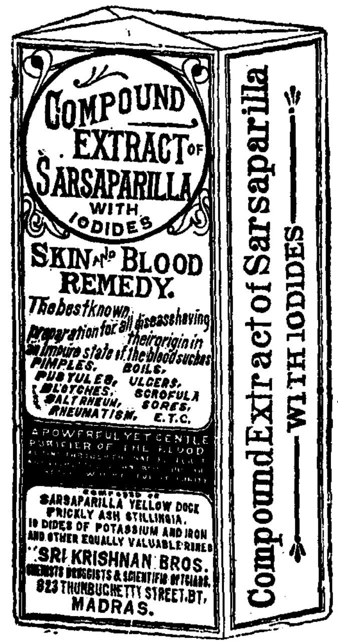
நமது நன்னாரி வேர் ஷர்ப்பத்து

இரத்தத்திலுள்ள அசுத்தத்தைப் போக்குவதற்கு கைகண்ட மருந்து.

பல அருமையான சரக்குகள் சேர்த்து பக்குவமாகத் தயார் செய்யப்பட்டது.

சரீரத்திலுள்ள ரத்தம் அசுத்தப்பட்டு, சினப்புகள், புண்கள் முதலியன கண்டால், அவைகளைப் போக்குவதற்கு ஒரு ஒளஷதம் வேண்டாமா?

நன்னாரி வேர் ஷர்ப்பத்தானது இதற்கு ஏற்ற ஒளஷதமென எல்லா தேசங்களாலும் ஒப்புக் கொள்ளப்பட்டிருக்கிறது. வெகு காலமாகவே இது உபயோகிக்கப்பட்டுவருவதைவிட இதற்கு வேறு அத்தாக்ஷியும் வேண்டுமோ? நன்றாகப் பக்குவம் செய்த ஷர்ப்பத்தானது மிகுந்த சக்தியுடையதாக இருக்கும். ஆனால், தயாரிப்பதில் அதிக ஜாக்கிரதை வேண்டும்.



உயர்ந்த நன்னாரி வேரில் இருந்து நமது ஷர்ப்பத்து தயாரிக்கப்பட்டு இருக்கிறது. வேறு பல உயர்ந்த சரக்குகளும் இதில் சேர்க்கப்பட்டிருக்கின்றன. பல வைத்திய நிபுணர்களும் நமது ஷர்ப்பத்தை ஒப்புக்கொண்டிருக்கிறார்கள்.

50-வேளை சாப்பிடக்கூடிய ஷர்ப்பத்து அடங்கிய புட்டி 1-க்கு ரூ. 2-8-0.

— ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ் —

323, தம்பு செட்டித் தெரு : : : சென்னை.

சாஸ்திர விதிப்படி செய்யப்படும்

பொன் நகைகள்.

உயர்தர நியாயஸ்தல ஜட்ஜுகள், சர்க்கார் மந்திரிகள், இன்னும் இதர பிரசித்திபெற்ற பொதுஜன நன்மைக்காக உழைப்போர் ஆகிய யாவராலும் உயர்ந்ததென்று கொண்டாடப்பெற்றது.

முழு காட்லாக்தும் இனும்.

தி ஸயன்டிபிக் கோல்டு பான்கில்ஸ் கம்பெனி, லிமிடெட்

தலைமை ஆபீஸ்—43, பயிராகி மடம் தெரு.
கிளை 104, சைனு பஜார் ரோட்.
தபாற் பெட்டி நெ. 203 : மதராஸ்.

விசேஷ அறிக்கை.

டாக்டர் பி. எஸ். பொம்மய்யா, மூளை நரம்புகள் (அதாவது) வாயைக் கட்டிவிடும் பாரிசவாயு உள்பட, காக்காய் வலி, நரம்புக் கோளாறினால் ஏற்படும் நோய்கள் முதலிய யாவற்றையும் வெற்றியுடன் குணப்படுத்துகிறார். அவரது ஆராய்ச்சிகளைப் பிரபல அமெரிக்க வைத்தியர்கள் பலரும் அங்கீகரித்திருக்கிறார்கள். மிகக் கடுமையான நோய்களும் அவரது முறையில் சிகிச்சை பெறுகின்றன. பூரா விவரங்களுக்கும் டாக்டர் பி. எஸ். பொம்மய்யாவை கன்ஸல்ட் செய்யுங்கள். நெ. 125, பிராட்வே, மதராஸ். காலை 7 மணியிலிருந்து 9 மணி வரையில்.

நல்ல பற்கள்

நல்ல ஆரோக்கியத்தை
நிச்சயமாய்த் தரத்தகுந்தன.

விஷ சம்பந்தமற்றதும், வலுவு கொடுக்கக்கூடியதுமான நமது பற்பொடியை உபயோகித்தால் பற்கள் நன்றாயிருக்கும்.

1 டின் விலை அ. **12**. 3 டின் விலை ரூ. **2**.
பல் பிரஷ் விலை ரூ. **1**.

சுத்தமான யுக்கிளிப்டஸ் ஆயில்
(Pure Eucalyptus Oil)

கீல் வாயு, சுளுக்கு, இருமல், தொண்டைக்கட்டு, தலைவலி, சீதளம் முதலிய நோய்களுக்குச் சிறந்த ஔஷதம்.

புட்டி 1-க்கு விலை அணு 4.

ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ்,
தபாற்பெட்டி : : 166, மதராஸ்.

ஸ்ரீ தன்வந்தரயே நமஹ.

தண்டரை வைத்தியசாலை

வாத ரோக சஞ்சீவி

தென்னிந்தியாவில் சுமார் 500 வருடங்களுக்கு முன் எங்கும் கியாதிவாய்ந்த இந்த வைத்தியசாலையானது வாத சம்பந்தமான ரோகங்களுக்கும், மேக ரோகங்களுக்கும் சிகிச்சைசெய்து, அனுபவமும் பிரசித்தியும் அடைந்திருக்கிறது. ஆதலால், இதைக் கண்ணுறும் நண்பர்கள் ஒருமுறை எமது மருந்தை உபயோகித்துப் பார்க்கவும்.

இந்த வைத்தியசாலையின் பிராஞ்சுகளாகிய மயிலாப்பூர், காஞ்சீபுரம், உத்திரன்மேரூர், திருவள்ளூர் முதலிய இடங்களிலும் எங்கள் மருந்து கிடைக்கும்.

த. கு. வை. பக்தர்,
5, பொன்னம்பல வாத்தியார் தெரு,
மயிலாப்பூர்.

பிராஞ்சு ஆபீஸ் :—
த. கு. செ. பக்தர்,
125, நைனியப்ப நாய்க்கன் தெரு,
பார்க் டவுன், மதராஸ்.

தொகுதி 11, பகுதி 9] [செப்டம்பர், 1934.

ஆரோக்கியதீபிகை

ஆரோக்கிய மார்க்கங்களைப் போதிக்கும் பத்திரிகை

ஆரோக்கிய மார்க்கங்களைப் போதிக்கும் பத்திரிகை.

ஆசிரியர்: டாக்டர், யூ. ராமராவ், யூ. கிருஷ்ணராவ், எம்.பி.பி.எஸ்.

பத்திரிகாலயம் : 323, தம்புசெட்டித் தெரு, சென்னை.

வருடச் சந்தா உள்நாடு ரூ. 1-8-0. வெளிநாடு ரூ. 2-0-0. தனிப்பிரதி விலை அணு 2.

சோதனைக்குழாயிலிருந்து ஜனித்த குழந்தைகள்.

"மெடிகல் ஹெரல்டு" என்னும் பத்திரிகையில் சில நாட்களுக்கு முன், மின்னஸோடா இயூஜினிக்ஸ் சங்கத்தாரின் அக்கிராஸனாதிபதியாகிய டாக்டர் ஸி. எப். டைட் என்பவரால் எழுதப்பட்டிருந்த "சோதனைக் குழாய் மூலமாய்க் குழந்தைகள் பிறப்பதை இனிக் காணலாம்" என்னும் தலை அங்கம் பூண்ட ஒரு விந்தையானதும், போதனைப் புகட்டக் கூடியதுமான வியாஸத்தை இவ்விதழின் மற்றோர்புறத்தில் பிரசுரித்திருக்கின்றோம். இதுவே இம்மாதத்திய நமது ஆசிரியர் கூற்றுக்கு ஆதரவாயிருக்கிறது. அதில் அந்த டாக்டர் சொல்வதாவது:— "இது, (அதாவது, செயற்கையில் பெரும் பிள்ளைப்பேறானது) இயற்கைக்கு விரோதமான விஷயமன்று. முன் காலத்தில் கால் நடையாகவும், குதிரை மேல் சவாரி செய்தும் ஜனங்கள் போக்குவரவுசெய்வதைவிட்டு இப்போது ஆகாய மூலமாய்ப் பறப்பது எவ்வாறு சகஜமோ, அவ்வாறே இதையும் சகஜமென்றேநினைக்க வேண்டும் என்பதாம். தற்காலத்தில் நடுநடுங்கும்படியான விஷயங்கள் அநேகம் பூலோகத்தில் சாஸ்திர முயற்சியால் கண்டுபிடிக்கப்பட்டு இருக்கின்றன என்பது வாஸ்தவமே. ஆனால், ஆகாயவிமானங்களுக்கும் சோதனைக்குழாய்கள் மூலமாய் பிறக்கும் பிள்ளைகளுக்கும் உவமைகூறுதல் கூடா

சோதனைக்குழாயில் பிறந்த இரட்டைக்குழந்தைகள். அநேக வருஷ காலமாக பிள்ளையில்லாமல் வருந்திய நியூயார்க் அம்மணி ஒருவள் செயற்கையால் சூலுண்டாக்கப்பட்டு இக்குழந்தைகளைப்பெற்றுச் சந்தோஷமடைந்தனள்.

தென்று நினைக்கிறோம். ஆகாய விமானங்களினால் அபாயங்கள் எவ்வளவு நேர்ந்த போதிலும் அது மானிடர்க்கு சுகத்தையும் சௌகரியத்தையு மளிக்கக்கூடியன. ஆனால், செயற்கைமுறையில் குழாயிலுற்பத்தியாகும் குழந்தைகளோ, மானிடரின் மனதைத் துர்மார்க்க வழியில் செலுத்தி நன்னடக்கையையும், நாணத்தையும் விட்டொழிக்கும்படிச் செய்யுமென்பதில் ஐயமில்லை. மக்கட்பேறில்லையே என்று வருத்தமுறும் மலடிகளுக்கு இது திருப்திகரமாய்த் தோன்றும். ஆனால், இளம் சதி புருஷர்கள் அநேகருக்கு இது கெடுதலான விஷயமென்றே கருதவேண்டும். இனி, அவர்கள் இயற்கைக்கு மாறான குழந்தைகளைப் பெறுவதற்கே ஆசைப்படுவார்கள். அவர்களிடம் தயையும் புத்திர வாஞ்சையும் அற்றுப்போகும். கொஞ்சநாளைக்கு முன் அமெரிக்காவில் சோதனைக்குழாயிலிருந்து இரண்டு குழந்தைகள் ஜனித்தன. இதைக்குறித்து, பாரிஸ் பாகல்டி ஆப் மெடிஸனைச்சேர்ந்த பிரஸவ இலாகா தலைவராகிய ப்ரொபஸர் ஜீயன் லூயீ பாரீ என்பவர், "ராஜஸ்தான்" பத்திரிகையில் பின்வருமாறு சொல்லியிருக்கிறார்:—"இம்மாதிரி சோதனைக் குழாய்க் குழந்தைகள் அநேக நூற்றாண்டுகளுக்குமுன் பாம்பியன் தெருக்களில் விளையாடிக் கொண்டிருந்தன. ரோமர்களுக்கு சோதனைக்குழாய்க் குழந்தைகளின் விஷயத்தைக்குறித்துக் கொஞ்சம் தெரியும். இப்போது ப்ரென்சு டாக்டர்கள் உபயோகிக்கும் கருவிகளைப்போல் சில கருவிகள் பாம்பி அழிந்துபோன பிறகு அங்கே கண்டுபிடிக்கப்பட்டன. ஐரோப்பாவில் சென்ற ஐம்பது வருஷங்களாக செயற்கை முறையால் சூலுண்டாக்கும் விஷயம் பேர்பெற்ற பிரஸவ ஆஸ்பத்திரி டாக்டர்களுக்குத் தெரியும்...... ப்ரான்ஸ் தேசத்தில் விவாகமான ஸ்திரீகளுக்குத்தான் செயற்கை முறையால் கர்ப்பம் உண்டுபண்ணுவது வழக்கம்.... ஆனால், நான் அமெரிக்காவிற்கு அநேக தடவைகளில் சென்றபோது, அங்குள்ள ஜனங்களின் நடத்தையைக் கண்டறிந்ததில், அங்குள்ள மாது, தனக்குச் சுயேச்சை வேண்டுமென்கிற அவாவினாலும், தனக்கே சொந்தமான ஒரு குழந்தை வேண்டுமென்கிற ஒரு எண்ணத்தினாலும், தகப்பனின் ஹிம்ஸை இல்லாமலே இம்முறைக்கு உட்படத் தீர்மானிக்கக்கூடும்......இம்மாதிரி செயற்கை முறையால் உற்பத்தியாகும் குழந்தைகள் ப்ரான்ஸ் தேசத்தில் அரிதென்றே சொல்லவேண்டும்...எனக்குத் தெரிந்த வரையில் ஒரு பெண்மணி இம்முறைப்படி ஒரு குழந்தையைப் பெற்றுக்கொண்டனள். தகப்பன் இன்னாரென்று தெரியாது. இவள் கணவனுக்கு ஆண்மைத்தனம் இல்லை. ஆனதுபற்றி, தன் மனைவிக்கு மக்கட்பேற்றால் சுகமுண்டாகும்பொருட்டு இம்முறைக்கு இவன் சம்மதித்தனன். குழந்தையில்லாத மலடிகளுக்குக் குழந்தைகளை அளிப்பதற்கும், கணவன் அக்குழந்தைகளுக்குத் தகப்பனாயிருந்து போஷிப்பதற்குமே இம்முறை உபயோகமாகக்கூடியது". ஜனங்கள் தங்கள் ஆரோக்கியத்தைப் பாதுகாக்கும் பொருட்டு இயற்கை முறையில் வாழும்படி அவர்களுக்குப் போதிக்கப்பட்டு வருகிறது. அப்படியிருக்க, வம்சவிருத்தி அடைவதற்காக ஜனங்களை துர்மார்க்க வழியில் புகும்படிச்செய்வது விந்தையே! சாஸ்திரத்தினால் பிசகொன்றும் இல்லை. சாஸ்திர மூலமாய்க் கண்டுபிடிக்கப்பட்ட விஷ வாயுக்கள் முதலியன சென்ற மகாயுத்தத்தில் எத்தனைபேர்களை மடியடித்தன. எப்படி சாஸ்திரம் இவ்விஷயத்தில் துர்விநியோகப் படுத்தப்பட்டதோ, அப்படியே இந்த நூதன முறையும் துர்விநியோகப்படுத்தப்படும். ஆனதுபற்றி, இதன் மூலமாய் துர்நடத்தை மேலும் மேலும் ஓங்காமல் இருக்கும்பொருட்டு, இம்முறையை அனுசரணைக்குக் கொண்டு வாராமல் ஒழிப்பது சாஸ்திரிகளின் கடமையாகும்.

இது விஷயமாக, புராதன இந்து இந்தியாவில் நடந்த சில சம்பவங்களை இங்கு எடுத்துரைப்பது அசந்தர்ப்பம் ஆகாது. அக்காலத்தில் சிலகுழந்தைகள் அயோனி சம்பந்தராய் ஆண் பெண் கலப்பின்றி மனோசக்தியால் பிறந்ததாகக் கேள்வியுற்

இத்துடன் இரண்டு பிஸினஸ் ரிப்லை போஸ்டு கார்டுகள் வைத்திருக்கிறோம். நாம் வியாபாரம் செய்யும் மருந்துச் சரக்குகள், ரஸாயன சாமான்கள், உரிமை மருந்துகள், சஸ்திர சிகிச்சைக்குரிய ஆயுதங்கள், ரணத்திற்குக் கட்டும் கட்டுகள், சோப் முதலிய சாமான்கள், போஷணைக்குரிய வஸ்துக்கள், ரோயாளி படுத்திருக்கும் அறைக்கு வேண்டிய சாமான்கள் முதலியன வேண்டியதாயிருந்தால், நமது பாசகர்கள் நம்மிடத்திலிருந்து ஆர்டர் செய்வதற்கு இவை சௌகரியமானவை. இந்த கார்டுகளுக்கு ஸ்டாம்பு ஒட்டவேண்டிய அவசியமில்லை. இந்த கார்டு எமக்கு வந்து சேர்ந்ததும், அதற்குள்ள தபால் கட்டணம் நாமே இங்கு செலுத்திவிடுவோம்.

ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ். கெமிஸ்ட்ஸ் அண்டு ஆப்டிஷியன்ஸ்,
(1899ஹூ த்தில் ஸ்தாபிக்கப்பட்டது) 323, தம்பு செட்டித் தெரு, சென்னை.

No postage Stamp necessary if posted in India, Burma or Ceylon.

BUSINESS REPLY CARD.
PERMIT NO. 5. OF 2-2-32.

Postage will be paid by Addressee.

எழுதும் இடம்.

To

Sri Krishnan Bros.,
Chemists & Opticians,
323, Thambu Chetty St.,
G. T., MADRAS.

ஊர் ______________ தேதி ______________

ஐயா,

இடிக்கண்ட சாமான்களை வி. பி. மூலமாக / ரயில் வி. பி. மூலமாக இடிக்காணும் விலாசத்திற்கு தயவுசெய்து அனுப்பக்கோருகிறேன்.

....

....

....

....

....

....

கையொப்பம் ....

விலாசத்தைத் தெளிவாய் எழுதவும்.
பெயர் ....
உத்தியோகம் ....
விலாசம் ....

இத்துடன் இரண்டு பிஸினஸ் ரிப்ளை போஸ்டு கார்டுகள் வைத்திருக்கிறோம். நாம் வியாபாரம் செய்யும் மருந்துச் சரக்குகள் ரஸாயன சாமான்கள், உரிமை மருந்துகள், சஸ்திர சிகிச்சைக்குரிய ஆயுதங்கள், ரணத்திற்குக் கட்டும் கட்டுகள், சோப் முதலிய சாமான்கள் போஷணைக்குரிய வஸ்துக்கள், நோயாளி படுத்திருக்கும் அறைக்கு வேண்டிய சாமான்கள் முதலியன வேண்டியதாயிருந்தால், நமது வாசகர்கள் நம்மிடத்திலிருந்து ஆர்டர் செய்வதற்கு இவை சௌகரியமானவை. இந்த கார்டுகளுக்கு ஸ்டாம்பு ஒட்டவேண்டிய அவசியமில்லை. இந்த கார்டு எமக்கு வந்து சேர்ந்ததும், அதற்குள்ள தபால் கட்டணம் நாமே இங்கு செலுத்திவிடுவோம்.

ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ். கெமிஸ்ட்ஸ் அண்டு ஆப்டீஷியன்ஸ்,
(1899ஹூ த்தில் ஸ்தாபிக்கப்பட்டது) 323, தம்பு செட்டித் தெரு, சென்னை.

ஊர் .... தேதி ....

ஐயா,

கீழ்கண்ட சாமான்களை வி. பி. மூலமாக / ரயில் வி. பி. மூலமாக கீழ்காணும் விலாசத்திற்கு தயவுசெய்து அனுப்பக்கோருகிறேன்.

....
....
....
....
....
....

கையொப்பம் ....

விலாசத்தைத் தெளிவாய் எழுதவும்.
பெயர் ....
உத்தியோகம் ....
விலாசம் ....

No postage Stamp necessary if posted in India, Burma or Ceylon.

BUSINESS REPLY CARD.
PERMIT No. 5. OF 2-2-32.

Postage will be paid by Addressee.

எழுதும் இடம்.

To
Sri Krishnan Bros.,
Chemists & Opticians,
323, Thambu Chetty St.,
G. T., MADRAS.

றிருக்கிறோம். குசனின் பிறப்பு அதற்கேற்ற ஓர் உதாரணமாகும். ஸ்ரீராமரால் காட்டிற்கு ஓட்டப்பட்ட ஸீதாதேவியானவள் வால்மீகருடைய ஆசிரமத்தில் தங்கியிருந்தபோது, ஒருநாள் ஜலம் கொண்டுவர ஆற்றுக்குப் போகையில் அவள் தன் குழந்தையாகிய லவனையும் எடுத்துக்கொண்டு போயினள். அச்சமயத்தில் வால்மீக முனிவர் நிஷ்டை கலைந்து தொட்டிலில் குழந்தை இல்லாமலிருப்பதைக்கண்டு, ஏதோ ஒரு துஷ்ட மிருகம் அதைக்கொண்டுபோய் விழுங்கி விட்டிருக்கலாம் என்று நினைத்து உடனே ஒரு தர்ப்பையை எடுத்துத் தனது மானஸ சக்தியால் லவனைப்போலவே ஒரு குழந்தையை உற்பத்தி செய்து தொட்டிலில் படுக்க வைத்தனர். ஸீதாதேவியானவள் திரும்பிவந்ததும், தொட்டிலில் மற்றோர் குழந்தை படுத்திருப்பதைக்கண்டு ஆச்சரியமுற்று, முனிவரை வினவ, அவர் நடந்த விருத்தாந்தங்களைச் சொல்லி, 'இக்குழந்தையையும் உனது குழந்தையாகவே வைத்துக்கொள்' என்று ஆஞ்ஞாபித்தார். அக்குழந்தைக்குக் குச சம்பந்தத்தினால் உண்டானதால் குசன் என்னும் நாமதேயம் உண்டாயிற்று. இது மானஸ சக்தியின் பெருமையை விளக்கிக் காட்டுகிறது. அந்த ஹிதிகாஸ காலத்தில், செயற்கைக் குழந்தை பிறந்ததற்கு மஹாபாரதத்தில் ஓர் உதாரணம் காணலாம். கௌரவர்களுக்கும் பாண்டவர்களுக்கும் வில்லாசிரியாயிருந்த துரோணாசாரியாரானவர் கும்பத்தில் பிறந்தவர். பரத்துவாஜருடைய விந்துவும், மேனகையின் அண்டமும் கலந்து கும்பத்தில் விடப்பட்டு அதிலிருந்து துரோணர் ஜனித்ததாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. வில்லிபுத்தூர் ஆழ்வார் எழுதிய மகாபாரதத்தில் துரோண ஜனனத்தைக் குறித்து இவ்வாறு வரையப்பட்டிருக்கிறது:—

"பரத நாத வேத பரத்துவாஜன் என்பான்
விரத வேள்வி தன்னின் மேனகையா லான
சுரத தாதுவீழ்ந்த துரோண கும்பந்தன்னில்
வரத னொருவன் வந்தான் வசிஷ்டமுனியை
[யொப்பான்".

இவ்விதம் கும்பத்திலிருந்து உற்பவமான குழந்தை மகா மேதாவி. இவர் அறிவுள்ள பெற்றோர்க்குப்பிறந்த பிள்ளை. இவரும் சோதனைக்குழாய் குழந்தைப் போலவே பிறந்தவர். இம்மாதிரி ஒரு குழந்தை கும்பத்தினின்றும் ஜனித்ததென்றால், "சீ! இது சுத்தப்பொய்; ஒரு கட்டுக்கதை" என்று நம்பிக்கையற்றவர் அநேகர் சொல்லியிருக்கலாம். ஆனால், இப்போது சாஸ்திரமுறைப்படி ஒரு குழாயிலிருந்து குழந்தை உற்பத்தியானதைப் பார்க்கிறோம்; அதைப் பொய் என்று சொல்வதற்குஹேதுவில்லை. நமது பண்டைக்காலத்து ரிஷிகளுக்கு மானஸ சக்தியாலும், ரஸாயன முறையினாலும் குழந்தைகளை உற்பத்திசெய்யத் தெரியும் என்று இப்போது ஸ்பஷ்டமாய் ஏற்படுகிறது. பின் சொல்லிய முறையை நவீன சாஸ்திரம் திரும்பவும் கண்டுபிடித்திருக்கிறது. முன் சொன்ன முறையோ, பகவத் ஏத்தனம். ஏனெனில், கேவலம் பொருட்பேய் பிடித்த இப்பூவுலகில், அவ்வளவு அபார மானஸ சக்தியையுடைய மகான்கள் கிடைப்பதரிது.

தின்னும் விஷக்கிருமியும், அதற்கு ஆயிரம் பரிகாரங்களும்.

எட்வர்ட் போடால்ஸ்கி, எம்.டி.,
ப்ரூக்லின், நியூயார்க்.

காசநோய்க்கு "பெரிய வெள்ளைக் கொள்ளை நோய்" என்று பெயர். அதற்குத் தீரா நோய் என்று சொன்னால் மிகப் பொருந்தும். எக்காலத்தில் மனிதர்களின் சதையையும் எலும்பையும் தின்னும் இந்த விஷக்கிருமியானது ஏற்பட்டது என்பது தெரியவராது. ஆனால், புராதன எலும்புகளை ஆராய்ச்சி செய்து பார்த்ததில், இந்தக் காசநோயானது பழைய காலத்து எகிப்து தேசத்தாரிடம் சர்வ சாதாரணமாக இருந்ததாகத் தெரியவருகிறது. இதை நிரூபிக்க லண்டன் ராயல் காலேஜ் ஆப் சர்ஜன்ஸ் மியூஸியத்தில் அநேக பவுண்டு எடையுள்ள எலும்புகள் இன்னும் வைக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

இந்தத் தின்னும் விஷக்கிருமியானது, (இது மானிட தேகத்தில் உள்ள சதை முழுதையும் தாக்கித் தின்னக்கூடிய கிருமி. அதனால் இப்பெயர் இதற்கு வாய்ந்தது), நாகரீகம் என்னும் நாடகத்தில் முக்கிய நடிகர். அநேக மகான்கள் இதற்கு இரையானார்கள். தேவகீதத்தில் பிரசித்திபெற்றவரான சோபின் என்பவர் உயிரை வாங்கிற்று. கீட்ஸ் என்னும் பெருத்த பாடகரை இது மடியடித்தது. தத்துவ சாஸ்திரியாகிய ஸ்பினோஜா என்பவரின் மூளையை வேலைசெய்ய வொட்டாமல் கொன்றது. ஹிட்லர், ஸ்டீவன்ஸன், சேவாக் முதலிய கிரந்த கர்த்தாக்களை அற்ப ஆயுள் உள்ளவர்களாகச்செய்தது. பூலோகத்தில் பொதுவில் யுத்தத்தில் மாண்ட ஜனங்களைக் காட்டிலும் அதிகமாய் மாளச்செய்தது. ஒவ்வொரு கல்லறையின்பேரிலும் இதன் பெயர் எழுதப்பட்டிருக்கிறது.

வைத்தியர்களில் முதல்வரான ஹிப்போகிராடிஸ் என்பவருக்கு, வைத்தியத் தொழில் ஆரம்பத்திலேயே இந்நோயைக் குறித்துத் தெரியும். மனிதனுடைய தேகத்தை வெளேரெனச்செய்து, அவன் எலும்புகளை மிருதுவாக்கி, ஆயுள் வரையிலும் காசநோய்க்காரர்களை இருமிக் கொண்டிருக்கச் செய்யும் வியாதி இது. அவர் மனோதிடத்துடன் சொன்னதாவது:—இது அபாயகரமான ஒருகொடிய வியாதி. அநேகரைச் சாகடிப்பது காசநோய்தான்" புராதனகாலத்தில்வைத்திய சாஸ்திரிகளில் பேர்போனவரான அரிடேயிஸ்என்பவர், இந்தவியாதியைக்குறித்து விசேஷமாக எழுதியிருக்கிறார். காலன் என்பவர் 'காசநோய் தொத்து வியாதியில் ஒன்றாகும்' என்று எச்சரிக்கை செய்திருக்கிறார்.

பதினேழாம் நூற்றாண்டில் இந்தக் காசநோயைக்குறித்து, டாக்டர்கள் இன்னும் அதிகமாகக் கற்க ஆரம்பித்தனர். ப்ரான்ஸிஸ் கஸ் ஸில்வியஸ் என்பவர், இந்த விஷக்கிருமியானது அநேக இடங்களில் (டுபர்கல்) வீக்கம் உண்டாக்கி, பின்னர் உடைந்துபோகும்படிச் செய்கிறதென்று கண்டுபிடித்தார். அதனால் இந்த வியாதிக்கு 'டுபர்குலோஸிஸ்' என்னும் பெயர் உண்டாயிற்று. ஆதிகாலத்திய இங்கிலீஷ் டாக்டர்களில் ஒருவராகிய ஸிடின்ஹாம் என்பவர், இந்த வியாதிக்கு மருந்து ஒன்றுமில்லை என்று கண்டுபிடித்து, வெளிக்காற்றில் சவாரி செய்வதனால் இந்த வியாதி குணமாகும் என்று சிபார்சு செய்தார்.

இந்த வெளிக்காற்றுச் சிகிச்சை முதல் முதல் ஆரம்பித்தவர் ஸிடின்ஹாம்தான். இரண்டு நூற்றாண்டுகளுக்குப் பின்னர், இங்கிலாந்தில், மார்விக்ஷயரைச்சேர்ந்த ஜார்ஜ் போடிஸ்டன் என்பவர், ஒரு ஆரோக்கிய வாசத்தைக் கட்டி, அதில் காசநோய்க்காரர்களுக்கு சிகிச்சைசெய்ய

ஆரம்பித்தார். அவர் தம் நோயாளிகளுக்கு இராப்பகலும் நல்ல காற்றே கொடுத்து வந்தார். காற்று தவிர, வேறு ஒன்றும் கொடுக்கவில்லை. அதனால் நல்ல பலன் கிடைத்தது. அதை ஒரு வியாஸரூபமாக எழுதி வெளியிட்டார். "காற்று, வெய்யில், மழை, இவை ஒன்றும் சட்டை செய்யாமல் வெளிக்காற்றிலேயே வசித்து, வெளிக்காற்றையே சுவாஸித்து வந்தால், அதுவே இந்தக்காசநோயைமுன்னேறவொட்டாமல் தடுப்பதற்கு ஏற்ற மார்க்கம்" என்று அவர் சொன்னார். மருந்துச்சாக்கில் நம்பிக்கையுள்ள வைத்தியர்களுக்கு இது பித்தென்று தோன்றிற்று. அவர்கள் இந்த ஆரோக்கிய வாசத்தைக் கைப்பற்றி, அங்குள்ள நோயாளிகளையெல்லாம் துரத்திவிட்டு, அதை ஒரு பைத்தியக்கார ஆஸ்பத்திரியாக மாற்றிவிட்டனர்.

பின் இருபது வருட காலங்களாக டாக்டர்கள் இங்கிலாந்தில் வெளிக்காற்றுச் சிகிச்சையைத் தைரியமாய் முன்வந்து ஆதரிப்போர் ஒருவருமில்லை. தௌர்ப்பாக்கியரான போடிஸ்டன் கதி அவர்களுக்கு நன்றாய்த் தெரியும். பிறகு, பெல்டாஸ்டில், ஹென்ரி மெக்கார்மாக் என்பவர், வெளிக்காற்றுச் சிகிச்சையைக் குறித்து வாதிக்க ஆரம்பித்தார். அதைப் போலவே பென்ஜமின் வார்டு ரிச்சர்ட்ஸனும் சொல்ல ஆரம்பித்தார். ஜர்மனியில் ஹெர்மென் ப்ரெம்மெர் என்பவர், காசநோய்க்கு ஆரோக்கிய வாஸச் சிகிச்சையை ஆரம்பித்தனர். ஹம்போல்டு, ஸ்டோன்லீன் இவர்களும் இதில் சிரத்தை எடுத்துக்கொண்டு அவர்களுடைய ஆதரவின்பேரில் ஸைலீஷியா மலைகளில் ஆரோக்கிய வாஸம் ஒன்றை ஸ்தாபித்தனர். இது இன்னும் இருந்து வருகிறது. இவருடைய சிஷ்யராகிய பிடர் பெட்வீலர் என்பவர் சாய்ந்து படுத்துக் கொள்ளும் நாற்காலியைக் கண்டுபிடித்தார். க்ஷயரோகிகள் இதை வெகுவாக மெச்சுகிறார்கள்.

ப்ரெம்மரின் வேலை கொஞ்சகாலத்திற்கெல்லாம் பூலோக முழுதும் பரவியது.

இந்த தேசத்தில் எட்வர்ட் லிவிங்ஸ்டன் டார்டியூ என்பவர் இத்தொழிலை உற்சாகத்துடன் மேற்போட்டுக்கொண்டார்.

இந்த ட்ருடோவின் வாழ்நாளில் இத்தின்னும் விஷக்கிருமியானது மிக்கக் கேட்டை விளைவித்தது. அவருடைய ஆப்த சகோதரரைக் கொன்றது. இந்தக் காசநோயின் முடியாத பிரச்சனையைத் தீர்க்கத்தான் டாக்டர் ஆகவேண்டும் என்றுதீர்மானித்தார். அவர் டாக்டரான சில வருஷ காலங்களுக்குப்பின்னர், அவரையே இந்நோய் தாக்க ஆரம்பித்தது. அவர் காட்டிலே போய் இறப்பதற்காக அங்கு சென்றார். அங்கே மெத்தையின் மேலுள்ள தன் அறைக்குத் தூக்கிக் கொண்டுபோன ஆண்டிரியன்டாக் நாட்டான் அவரைப் பார்த்து, "டாக்டர்! நீங்கள் ஒரு ஆட்டுக்குட்டியின் உலர்ந்த தோல் அளவு கனங்கூட இல்லையே!" என்று சொன்னான். குளிர் காலம் வந்ததும், தெற்கேபோய் வசிக்கும்படி அநேகர் புத்திகூறினார். ஆனால், அந்தக்காட்டிலுள்ள குணப்படுத்தும் காற்றில் அவருக்கு நல்ல நம்பிக்கையுண்டு, அவர் ஆண்டிரன்டாக்ஸிலேயே இருந்து உயிர் பிழைத்தனர். ஐக்கிய நாடுகளின் கிழண்டை பாகத்தில் ஆண்டிரன்டாக்ஸை ஆரோக்கிய வாஸமாக மேன்மையடையச் செய்தவர் அவரே. அவர்தாம் அங்கே ஆரோக்கிய வாசத்தை ஸ்தாபனம் செய்தவர். இந்தக் கொல்லும் விஷக்கிருமியின் வழிகளைக் கண்டுபிடிப்பதற்கு ஒரு ஆராய்ச்சிசாலையும் ஸ்தாபனம் செய்தனர். அவர் வாழ்நாள் முழுதும், காசநோயே அவரையும் அவரைச் சேர்ந்தவர்களையும் பிடித்து ஆட்டிக்கொண்டிருந்தது. அவருடைய குமாரத்தி சாட்டி என்பவளைக் கொன்றது. கடைசியில் அவரும் அதற்கிரையானார்.

இப்போது ஆரோக்கியவாஸச் சிகிச்சைதான் காசநோய்க்கு எடுத்ததாகக் கண்டறியப்பட்டது. பூலோகத்தில் எல்லா தேசங்களிலும் ஆரோக்கிய வாஸச் சிகிச்சைக்காக ஸ்தாபனம் ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றன. மேலும் மேலும், நூதன·

மான வாசஸ்தலங்கள் கட்டப்பட்டுக் கொண்டிருக்கையில், அநேக சாஸ்திர நிபுணர்கள் இதைக்குறித்து, மேலும் மேலும் ஆராய்ச்சிசெய்ய ஆரம்பித்தனர். இதனால் புதிய விஷயங்கள் வெளிக்கிளம்பின. இந்த வியாதியால் இறந்த லென்னெக் என்பவர், குழாய் ஒன்று கண்டுபிடித்தார். அதனால் நுரையீரல்களில் இருந்து வரும் சப்தங்களை நூறுமடங்கு அதிகமாய் பெருக்கிக் காண்பித்தது. இந்த நோய் எதிர்த்துத் தாக்கும் உறுப்புக்களில் என்னென்ன நுட்பமான மாறுதல்கள் ஏற்பட்டிருக்கின்றனவோ, அவற்றையெல்லாம் பெயிலி என்பவர் குறிக்க ஆரம்பித்தனர். இந்தக் காசநோயானது நுரையீரல்களின் சிகரத்தில் எப்போதும் ஆரம்பிக்கிறதென்று லூயீ என்பவர் வைத்தியர்களுக்குத் தெரியப்படுத்தினர்.

இந்த நோய்க்குக் காரணமான விஷக்கிருமியைத் தெரிந்து கண்டுபிடித்து, அதனால் பிரக்யாதி பெற்றவர் கச் என்பவராதும். இந்த கச் என்பவர் இதற்கு ஒரு பரிகாரமும் கண்டுபிடித்ததாக விளம்பரம் செய்தார். செத்துப்போன இந்த விஷக்கிருமிகளிலிருந்து ஒரு மருந்து தயார் செய்தார். அநேகர் இதன்மேல் நம்பிக்கை வைத்திருந்தனர். ஆனால், அது பொய்யாய் விட்டது. அதைக் கண்டுபிடித்த டுபர்குலினின் என்னும் மருந்தால் ஒரு பிரயோஜனமும் இல்லை.

மற்ற டாக்டர்கள் தம் தம் பரிகாரங்களைப்பற்றிப் புகழ்ந்து பேச ஆரம்பித்தனர். "என்னுடைய இக்தியாலுக்கு முன்னே காசநோய் பறக்கும்" என்று மாரிட்ஜ் கோஹன் என்பவர் சொன்னார். "கிரயஸோட்தான் சரியான பரிகாரம்" என்று ரிச்சின்பர்க் திடமாய்ச் சொல்ல ஆரம்பித்தார்.

சர்ச்கில் என்பவர், இம்மருந்துகளில் நம்பிக்கையற்றவராய் "என்னுடைய ஐடோபாரம் மாத்திரைகளைக் காட்டிலும் மேற்பட்டது ஒன்றுமில்லை" என்று சொன்னார். "க்ஷயரோகத்தைச் சொஸ்தப்படுத்துவதற்கு ஸினமிக் திராவகம் இஞ்செக்ஷன் செய்வதே சரியான முறை" என்று லாண்டார் உறுதி கூறினார். "நோயாளியின் இரத்தத்தில் பார்மலின் இஞ்செக்ட் செய்வது நல்லதுதான்". "அதைவிட, பையக்கோனின்தான் காசநோயைக் கொல்லக்கூடிய சரியான மருந்து" என்று ஹின்மான் நம்பினார். "தயகால்தான் இதற்கேற்ற மருந்து" என்று பஸானு என்பவர் மெடிகல் ஜர்னல்களில் எழுதினார். "பூலோகத்தில் இதற்குக் கழுதைப்பாலை விட, சிரேஷ்டமானதொன்றுமில்லை" என்று விகரெட் சொல்ல ஆரம்பித்தார். "பாஸ்பாரிக் திராவகத்திற்கு முன் ஒன்றும் நிற்காது" என்று பெர்ஹீம் கத்தினார். "லாக்டிக் திராவகம் இதற்குத் தக்க மருந்து" என்று க்ரௌஸ் என்பவர் சொன்னார். "பொடாஷியம் கான்தரிபேட் என்னும் மருந்தைத் தள்ளிவிடாதீர்கள்; அதுதான் சிறந்த ஔஷதம்" என்று லிபரீக் சொன்னார். "காசநோய்க் கிருமிகளைக் கொல்லக்கூடியது டிங்க்டர் ஆப் ஐயோடைனேயாகும்" என்று காத்ஹில் சொன்னார். "இவற்றையெல்லாம் தள்ளு, கயோகல் காகடிலெட்தான் இதற்கெடுத்தது" என்று பார்பரி சொன்னார்.

இவர்கள் சொன்னதெல்லாம் பிசகு. மேற்சொல்லிய மருந்துகளில் ஒன்றும் பிரயோஜனப்படவில்லை. இவர்களுக்குப் பிறகு இன்னும் சிலர் காசநோய்க்கு மருந்துகள் தயார் செய்தனர். ப்ருட்மென் என்பவர் டர்டில் என்னும் ஜந்துவிலிருந்து ஒரு ஸீரம் கண்டுபிடித்தார். அது உபயோகமில்லை. டாக்டர் லவன்பர்க், கர்ப்பூரத்தைலம் உபயோகப்படுத்தினர். அது அவ்வளவு குணமாயில்லை. கால்ஸியம் க்ளோரைடை அநேகர் சிபார்சு செய்தனர். முக்கியமாய் இரத்த ஒழுக்கைநிறுத்த இது உபயோகமுள்ளதெனக் கருதினர். அதுவும் நல்ல பலன் கொடுக்கவில்லை. கடைசியாய், இதற்கு உபயோகமான மருந்து ஒன்றுமில்லையென்றே சொல்லலாம்.

சில வருஷகாலங்களுக்கு முன், இந்த நோயின்சிகிச்சையைப்பற்றி, சில விநோதமான ஆராய்ச்சிகள் செய்யப்பட்டன.

இன்ஸுலின் என்னும் மருந்து சில காசநோய்க்காரர்களுக்குஉபயோகமாயிருக்குமென்று டாக்டர் பாடரிக் எம். ஹாஸன் என்பவர் கண்டுபிடித்தார். அது நேராக வியாதியைச் சொஸ்தப்படுத்தாவிட்டாலும், நோயாளிக்குப் பசியை உண்டுபண்ணி, அதனால் அவனுக்குப் பலமும் எடையும் விருத்தியாகுமென்று அவர் கருதினர். அது ஒரு டானிக் மருந்து போல் வேலை செய்யும். சாந்தமான கேஸுகளில் இதனால் கொஞ்சம் குணமுண்டு. இது தேகத்திற்கு வலுவைக் கொடுக்கும் மருந்தேயொழிய வேறல்ல.

காசநோய் வராவொட்டாமல் தடுப்பதற்கு வேண்டிய வசதிகள் தேடப்பட்டன. தடைமுறைதான் சரியான முறை. டாக்டர் ஆல்பர்ட் கால்மெட் என்பவர் இதில் கீர்த்தி பெற்றனர். அவரும் கோரின் என்பவரும் சேர்ந்து, கால்மெட்-கோரீன் (பி. ஸி. ஜி.) என்னும் மருந்தைத் தயாரித்தனர். சிசுமரணவிகிதம் 100-க்கு 15.9 ஆக இருந்தது, 100-க்கு 3.4 ஆக இறங்கினது இந்த மருந்தால்தான் என்று அவர் கண்டுபிடித்தார். இந்த மருந்தைக் கொண்டு அம்மை குத்தினதில் நியூயார்க்கில் மரணவிகிதம் 100-க்கு 8.6 ஆகவிருந்தது, 100-க்கு 1.1 ஆக இறங்கியதென்று அவர் சிஷ்யர் டாக்டர் டப்ளியூ. எச். யார்க் என்பவர் கண்டுபிடித்தார்.

காசநோயை எதிர்க்க வேண்டுமானால், டூபர்கில் விஷக்கிருமிகளை லிம்பாடிக் தொகுதியில் விட்டு அதனால் ஜெந்துக்களிடம் காசநோயை உண்டுபண்ணவேண்டும் என்று அவரது நம்பிக்கை. இந்த பி. ஸி. ஜி. வாக்ஸைன் 1908-ம் வருஷத்தில் ஒரு பசுவினிடத்திலிருந்து எடுக்கப்பட்டது. அதுமுதல் மாட்டின் பித்தநீரிலிருந்து இது உண்டாக்கப்பட்டது. 13 வருடங்களுக்குப் பின்னர் இதன் கடுமை ஒழிந்து வியாதியைச் சொஸ்தம் செய்யும்படியான குணம் அதற்கு ஏற்பட்டது. 1924-ம் வருஷம் முதல் 1930-ம் வருஷம் வரையில் ப்ரான்ஸ் தேசத்தில் 210,000 குழந்தைகளுக்கு காசநோய் அம்மைக் குத்தப்பட்டது. இதனால் மரண விகிதம் மிகவும் குறைந்து போய்விட்டது. காசநோயை எதிர்த்துப் போராடுபவர்களில் டாக்டர் கால்மெட் பிரசித்தி பெற்றவர்.

மருந்துச் சரக்குகளைத் தவிர, டாக்டர்கள் மற்ற ஆயுதங்களைக் கொண்டும் காச நோயைத் தாக்க ஆரம்பித்தனர். அவை யாவன: பிராணவாயு, சூரிய ஸ்நானம், ரண சிகிச்சை. 1911-ம் ஆண்டில் டாக்டர்களாகிய மூர், வில்லியம்ஸ் இவர்கள், 100-க்கு 80 விகிதத்திற்குமேல் பிராணவாயு தங்கியுள்ள இடத்தில் காசநோய் தலையெடுக்கிறதில்லையென்றும், ஒரு மாதத்திற்கு அந்தச் சுற்றுப்புறத்தில் ஒருவர் வசித்தால், விஷக்கிருமிகள் இறந்துவிடும் என்றும்கண்டுபிடித்தனர். 1915-ம் ஆண்டில் காசநோயால் வருந்தும் கினிப்பன்றிகளை பிராணவாயு, ஓஜோன் இவை நிரம்பிய இடத்தில் விட்டு வைத்ததில் அவைகள் சொஸ்தமடைந்தனவென்றும் டாக்டர் மட் என்பவர் கண்டுபிடித்தனர். இதற்குப் பத்து வருடங்களுக்குப் பின்னர், முழங்காலில் காசநோய் கண்ட ஒருவருக்கு பிராணவாயு இன்செக்ட் செய்ததில் அதில் குணமிருந்ததாகக் கண்டுபிடித்தார். மற்ற டாக்டர்களும் இது உண்மை என்று சொன்னார்கள்.

1926-ம் ஆண்டில் டாக்டர் பாரக் என்பவர், மனிதன் பசு இவைகளிலுள்ள காசநோய் விஷக்கிருமிகளை முயல்களுக்கு இன்செக்ஷன் செய்ததில், அவை இறந்துவிட்டன. அதன்மேல் அவர் $7\frac{1}{2}$ மாதகாலம் 100-க்கு 60 விகிதமுள்ள ஆக்ஸிஜனை முகரும்படிச் செய்து, அதன் பலனைக் கண்டுபிடித்தனர். இந்த முயல்கள் இந்த பிராணவாயு சிகிச்சை செய்யாத முயல்களைக்காட்டிலும் இரண்டு மூன்று மாதங்கள் அதிகம் ஜீவித்திருந்தன.

இதனால் தைரியம் பிறந்து, டாக்டர் பராச் என்பவர், காசநோய்ப்பட்ட மனிதர்களை பிராணவாயுவைக்கொண்டு சிகிச்சைசெய்ய ஆரம்பித்தனர். விசேஷமாகக் குணமாகாவிடினும், நோயாளிக்கு அதனால் சௌகரியம் ஏற்பட்டது. அதுமுதல்

பிராணவாயு சிகிச்சாமுறைகளில் ஒன்ருக விருந்தது.

1904-ம் வருஷம் டாக்டர் மால்கெட் என்பவர், காசநோய்க்கு சூரியவெளிச்சத்தின் உதவியைத் தேடினர். தினம் 20 நிமிஷம் மார்பின்மேல் சூரியவெளிச்சம் படும்படி ஏற்பாடுசெய்தனர். இதற்கு ஒரு வருஷத்திற்கு முன்னமே, டாக்டர் ரோலியர் என்பவர், சூரியமுறை ஆஸ்பத்திரி ஒன்றை ஸ்விட்ஜர்லாண்டைச் சேர்ந்த லேசின் என்னுமிடத்தில் ஸ்தாபனம் செய்தனர். இவர்தாம் சூரியஸ்நான வைத்தியத்தில் பிரசித்தி பெற்றவர். எலும்புகள், பூட்டுகள் இவைகளில் வரும் காசநோய்க்கு இந்த சிகிச்சை செய்யப்பட்டது. சூரியன் எங்கும் வியாபித்திருப்பதாலும், இந்த சிகிச்சா முறையில் ஆடம்பரம் ஒன்றுமில்லாததாலும், டாக்டர்களுக்கு இதன்மேல் அவ்வளவு பிடிப்பில்லை. மருந்துச்சரக்குகளைக் குறித்து விளம்பரம் அதிகம் செய்வதால், அவைகளின்மேல் அவர்களுக்கு நம்பிக்கை அதிகம் இருந்தது. ஆனல், காலம் செலச் செல்ல, சிலவித காசநோய்களுக்குச் சூரிய சிகிச்சை ஏற்றதென்று தீர்மானிக்கப்பட்டது. காசநோய்க்கு இந்த ராலியர் முறை மிக சிரேஷ்டமானது. எங்கெங்கே காசநோய்க்குச் சிகிச்சை செய்யப்படுகிறதோ, அங்கங்கே சூரிய சிகிச்சைக்காக கட்டடங்கள் கட்டப்பட்டிருக்கும்.

குழந்தைகளே! நீங்கள் தினம் சூரிய வெளிச்சத்தில் போய் விளையாடுங்கள். சூரிய வெளிச்சம் காசநோயைச் சொஸ்தம் செய்வதுமன்றி, அதை வரவொட்டாமல் தடுக்கவும் செய்யும்.

இந்த சூரிய சிகிச்சாமுறை மிகவும் சுலபமானது. நோயாளியைப் படிப்படியாய் வெளிக்காற்றில் வசிக்க பழக்கம் செய்யப்படுகிறது. இம்மாதிரி பழக்கமானவுடனே திறந்த மண்டபத்தில் தினம் ஒன்று அல்லது இரண்டு மணி காலம் அவனை வைக்கப்படுகிறது.

வரவர காலவளவு அதிகமாக்கி, ஏறக்குறைய 24 மணி காலம் வெய்யலிலேயே நோயாளியை இருக்கும்படிச் செய்யப்படுகிறது. இந்த காலத்தில், அவருக்கு முழு உடை, உடுத்தப்படுகிறது; அல்லது அவருஸ்டய படுக்கையின்மேல் துப்பட்டி பரப்பப்படுகிறது. ஆனல், நோயாளி எப்போதும் சூரியகிரணங்களுக்கு நேராக இருக்கிறதில்லை. இம்மாதிரி வெளிக்காற்றில் இவர் வாஸம் செய்கையில் இவரை அப்போதைக்கப்போது பரீக்ஷிக்கப்படுகிறது. அதற்குப்பிறகுதான் இவர் சூரியஸ்நானத்திற்கு லாயக்கு.

சூரிய ஸ்நானமானது, சாப்பாட்டிற்கு அரைமணிமுன்னரும்,சாப்பிட்ட இரண்டு மணி நேரத்திற்குப் பின்னரும் கொடுக்கப்படும். இது, தரையிலோ, மெத்தையிலோ, படுக்கையிலோ சாய்ந்து படுத்துக்கொண்டு எடுத்துக் கொள்ளப்படுகிறது. ஆறு நாட்கள் வரையிலும் சூரிய வெளிச்சத்திற்குத்தேகத்தை உட்படுத்தி.. தேகமாத்தியந்தமும் சூரிய வெளிச்சம் படும்படி செய்யப்படுகிறது. தலைக்கு ஒரு குல்லாயைப் போட்டுக்கொண்டோ, அல்லது குடையைப் பிடித்துக்கொண்டோ, அல்லது படுக்கையின் தலைமாட்டில் ஒரு திரையைப்போட்டுக்கொண்டோ அதைப் பாதுகாக்கப்படுகிறது. கண்களுக்கு வர்ணக் கண்ணாடிகளைப் போட்டுக்கொண்டு அவைகளைப் பாதுகாக்கப்படுகின்றன.

சூரியனின் விசித்திரமான கிரணங்கள், அவற்றுடன் சம்பந்தப்பட்ட எல்லா பாகங்களையும் சொஸ்தம் செய்கின்றன. ஒடிந்துபோன எலும்புகளை அது சரிப்படுத்துகிறது. சீழ்பிடித்த புண்கள் ரணங்கள் இவைகளை உலர்த்தி, புது சர்மம் வளரும்படிச் செய்கிறது. வீக்கங்களை அமுங்கச் செய்கிறது; நோயை மட்டுப்படுத்துகிறது; நோய்ப்பட்ட பூட்டுகளை அசையச்செய்கிறது; உஷ்ணக்கிரத்தைக் குறைக்கிறது; வெயர்வையைக் கம்மிப்படுத்துகிறது; இருமலைக் குறையும்படிச் செய்கிறது; காசநோய்க்கு இயற்கை மருந்துகளில் சூரியன்தான் சிரேஷ்டமானது.

சூரிய சிகிச்சையுடன் இவ்வியாதியைத் தடுக்க சஸ்திர சிகிச்சை முக்கியமானது. 1882-ம் வருஷத்திலேயே, நோய்ப்பட்ட நுரையீரல்களை அமைதியாக வைப்பதினுல் காசநோய்க்கு அனுகூலம் உண்டென்று டாக்டர்கள் கண்டறிந்தனர். இந்த வியாதி சொஸ்தமாவதாயிருந்தால் அது சஸ்திரசிகிச்சையினுல்தான் சொஸ்தமாகக்கூடும்' என்று இங்கிலாந்தைச் சேர்ந்த லிவர்பூல் டாக்டராகிய ஜேம்ஸ் கார்ஸன் என்பவர் சொன்னர். காற்றைச் சுற்றுப்பக்கத்திலுள்ள சந்தில் விட்டுவிட்டு ஒரு நுரையீரலை அடியோடே சுருங்கச்செய்து விடலாம் என்று பிராணிகளின்மேல் ஆராய்ச்சிசெய்து நிரூபித்துக் காண்பித்தார். இந்த முறையையே பல்மனெரி காசநோயிலும் அனுசரிக்கலாம் என்று சொன்னர். அந்த நுரையீரலை ஒழித்து, அதற்கு ஓய்வு கொடுக்க வேண்டியதென்றும், அதனுல் அந்த வியாதி தடைபட்டு, நோயாளிக்கு ஆயுள் விருத்தியாகுமென்றும் அவரது நம்பிக்கை.

15 வருஷங்களுக்குப் பின்னர் டாக்டர் கார்ஸன் என்பவர் தமது கொள்கையைத் தெரிவித்தார். டாக்டர் வில்லியம் ஸ்டோக்ஸ் என்பவர், இயற்கையிலேயே நோய்ப்பட்ட நுரையீரலானது தானகச் சுருங்கிவிடும் என்று சொன்னர். இதற்கு 'ஸ்பான்டேனியஸ் நியூமோதோராக்ஸ்' என்று பெயர். நுரையீரல் சுருங்கிப்போய் வேலைசெய்யாமல் அமைதியாய் இருக்கும்போது நோயாளிக்கு அதிக சௌகரியம் ஏற்படுகிறது. எவ்வளவு நிரூபித்துக் காட்டினபோதிலும், டாக்டர்களுக்கு இதில் முழு நம்பிக்கை இன்னும் வரவில்லை. 1894-ம் வருஷத்தில் பாவியாவிலுள்ள போர்லானினியும், நான்கு வருஷங்களுக்குப் பின்னர் நமது தேசத்தில் ஜே. பி. மர்பியும் தங்களுடைய அனுபவங்களை எடுத்துச்சொன்ன பிறகு, பூலோக முழுதிலும் டாக்டர்கள் இம்முறையைக் கையாள ஆரம்பித்தனர்.

காலக்கிரமத்தில் காசநோய்க்கிருமிகள் நிறைந்தநுரையீரல்களுக்கு ஓய்வுகொடுக்க மூன்றுமுறைகள் கண்டுபிடிக்கப்பட்டன. அவையாவன: (1) ஆர்டிபிஷியல் நியூமோதோராக்ஸ், (2) ப்ரீனிக் பாராலிஸிஸ், (3) எக்ஸ்ட்ரா ப்ளியூரல் தோரகோப்ளாஸ்டி. ஆர்டிபிஷியல் நியூமோதோராக்ஸ் என்பது எல்லாவற்றைக்காட்டிலும் சுலபமானது. அதுதான் சிரேஷ்டமானமுறை. அதனுல் நல்ல குணம் உண்டு. ஆபத்தும் கம்மி.

ஆர்டிபிஷியல் நியூமோதோராக்ஸ் என்பது நுரையீரலைச் சுற்றியுள்ள ப்ளியூரா என்னும் சந்தில் காற்றைப் புகும்படிச் செய்து அந்த நுரையீரலை சுருங்கச்செய்கிறது. நூதனமாய் விட்ட காற்றினுல் அமுக்குதல் அதிகமாகி நொய்ப்பட்ட நுரையீரலானது மேற்பக்கம் மடிந்து போகிறது. வியாபித்து தீவிரமாய்த் தின்றுகொண்டு வரும் காசநோயில், இது பிராணனைக் காப்பாற்றக்கூடியது. இந்த முறையையாவது, இன்னும் மற்ற எந்த முறைகளையாவது கேஸ் ஆரம்பத்தில் அனுசரிக்கக்கூடாது. வியாதி முற்றிப்போன கேஸுகளில் மற்ற சிகிச்சா முறைகள் பிரயோஜனமில்லையென்று கண்டறிந்த பிறகுதான் இம்முறையை உபயோகிக்க வேண்டும்.

நியூமோதோராக்ஸ் ஆபரேஷன் செய்த பிறகு, நோய்ப்பட்ட நுரையீரலானது ஓய்வடைகிறது. நோயாளியின் நிலைமையில் குணம் ஏற்படுகிறது. இருமல் மட்

டுப்படுகிறது, ஜுரம் குறைகிறது, இரத்தம் கக்குதலும் கோழைவருதலும் நின்று போகின்றன. பசி எடுத்து, நோயாளியின் எடை அதிகமாகிறது.

அதிகமாய் முற்றிப்போன கேஸுகளில் சாதாரணமான நியூமோதோராக்ஸ் செய்ய முடியாது. ஏனெனில், உறுத்தும் ஒட்டிக்கொள்ளும்படியானதுமான கட்டுகள் உண்டாகி, அதனால் காற்று உள்ளே விடும்போது நுரையீரல் சுருங்கமுடியாது. இன்னும் ஏராளமான ஆபரேஷன் செய்ய வேண்டியிருக்கிறது. இதற்கு எக்ஸ்டா ப்ளியூரல் தோராகோப்ளாஸ்டி என்று பெயர். இதில் மார்பைத்திறந்து, அநேகவிலா வெலும்புகளை அப்புறப்படுத்தி, ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும் கட்டுக்களைச் சிதைத்து எடுக்கவேண்டும். அதன்பிறகு நோய்ப்பட்ட அந்த நுரையீரலானது சுருங்கி, மேற்சொல்லியபடி அனுகூலம் உண்டாகும்.

ஆபரேஷன்களில்கடைசியானதும் அதிகமாய் உபயோகப்படுத்தப்படாதிருப்பதானதும் யாதெனில், பிரோனெக்டோமி என்பதாம். இது பிரினிக் என்னும் நீண்ட நரம்பை வெட்டி எடுத்து, அதைத் தன் தொழிலைச் செய்யவொட்டாமல் தடுப்பதேயாம். இந்த ப்ரீனிக் நரம்பானது, சுவாஸத்தில் சம்பந்தப்பட்ட சதைகளுள் மிகப் பெரியதும், மிக வலியதுமான டயபிராம் என்னும் சதையை அடக்கியாளும் நரம்பு. இந்த ப்ரீனிக் நரம்பு போய்விட்டால் டயபிராமும் பலஹீனப்பட்டு தன் தொழிலைச் செய்ய முடியாமல் போய்விடுகிறது. அது மேலுக்கு கிளம்பி, நோய்ப்பட்ட நுரையீரலை சுருங்கச் செய்கிறது. இதற்கும் மற்ற ஆபரேஷன்களுக்கும் உள்ள வித்தியாஸம் யாதெனில், ப்ரீனெக்டோமி ஆபரேஷனது காயமானது. அப்போது அந்த நுரையீரலுக்கு வேலையே கிடையாது. தீராத கேஸுகளில் இது முக்கியமான ஆபரேஷன். இதனால் நோயாளி பிழைப்பான்.

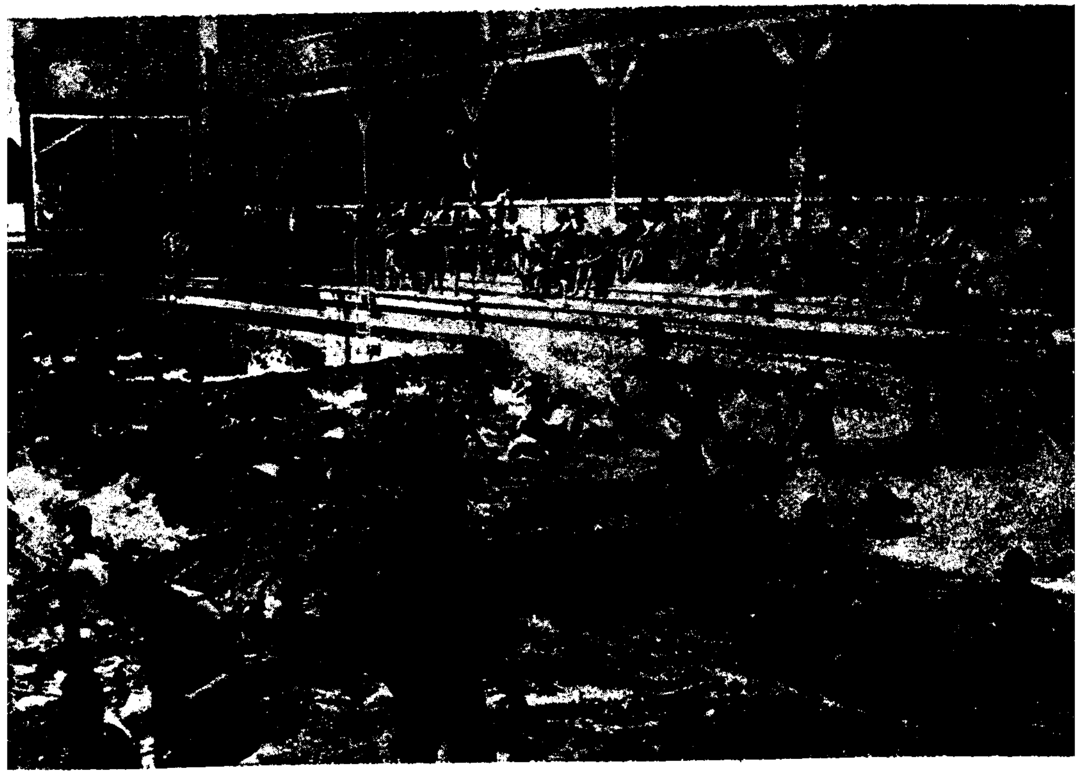
ஆனால், ஆபரேஷன்மட்டும் போதாது. சூரிய ஸ்நானமும் வேண்டியது. நல்ல போஷணையுள்ள உணவும் தேவை. ஆரோக்கியமான பழக்கங்கள் வேண்டும். காசநோய் சொஸ்தமாவதாயிருந்தாலும் எந்த வியாதி சொஸ்தமாக வேண்டியதாயிருந்தாலும் இவை அவசியம் வேண்டும்.

இந்த 'வெள்ளைக் கொள்ளைநோயை'ச் சொஸ்தப்படுத்த பூலோகத்தில் இன்னும் மருந்துகள் தேடிக்கொண்டிருக்கிறார்கள். எப்போதோ ஒருசமயம், ஒரு டாக்டர் ஒரு வீரமோ, மருந்துச்சரக்கோ கண்டுபிடித்துவிட்டு, கொஞ்சகாலம் பிரக்யாதி பெறுகிறார். ஆனால், கடைசியில் அவை பிரயோஜனமில்லாமல் போய்விடுகின்றன. அநேக வருடகாலங்களாக டாக்டர்கள் அநேக மருந்துகளை வெளியிடுகிறார்கள். ஆனால், ஒரு மருந்தும் உபயோகப்படுகிறதில்லை. சூரியன், சுத்த காற்று, நல்ல ஆகாரம், முற்றின கேஸுகளில் சஸ்திர சிகிச்சை இவைதாம் தற்காலத்தில் காசநோயை எதிர்க்கக்கூடிய முறைகள். எதிர்காலத்தில், தக்க முறைகள் ஏதாகிலும் கிடைக்கலாம்.

ஜர்மனி, நீந்தும் ஸ்நான கட்டடங்களுள்ள ஒரு தேசம்.

“ஜர்மனியானது, ஒரு விநோதமான தேசம். ஆனால், அந்நாட்டைக்குறித்து அதி அற்புதமான விஷயம் ஒன்று என் மனதில் பட்டது. அதாவது, அந்த தேசத்தில் எந்தப் பக்கம் போனாலும், நீ எப்போதும் ஸ்நானஞ்செய்து நீந்தலாம்” என்று சென்ற கோடைகாலத்தில் ஜர்மனி மூலமாய்ப் பிரயாணம்செய்த இங்கிலீஷ் பிரயாணி ஒருவர் கொஞ்சநாளைக்கு முன் சொன்னார். அயல்நாட்டிலிருந்து

ஜர்மனியைக் காணவந்த மற்றொருவர், ப்ளாக் பாரஸ்டு என்னும் காட்டில் ஹோலண்டல் ரயில்வே மார்க்கமாய்ப் பிரயாணம் செய்கையில், டிடிஸி என்னும் ஜங்க்ஷனில், டிரீஸீன் ரெயில்வேக்கு மாறும்போது கொஞ்சநேரம் தங்கியிருக்கவேண்டிய சமயத்தில், தன்னுடன் பிரயாணம் செய்த ஒருவர், அருகிலுள்ள டிடி ஏரியில் ஜடுதியில் சென்று ஸ்நானம் செய்து வந்ததைப் பார்த்து ஆச்சரியப்பட்டார். மேற்சொல்லிய இங்கிலீஷ்காரர் சொல்லியபடி இது ஜர்மனியின் விசேஷம்.



பர்லினின் நீந்தும் ஸ்நான கட்டடங்களில் இது ஒன்று. இதில் செயற்கை அலைகள் இருக்கின்றன.

கோடைகாலத்து வெய்யலில் பொருட்காக்ஷி சாலைகளுக்கும் அரண்மனைகளுக்கும்சென்று காக்ஷிகள் கண்டுவந்த பின்னராவது, அல்லது வெகுதூரம் மோடார் பிரயாணம் செய்தபின்னராவது, அல்லது மலைகளிலும் பள்ளத்தாக்குகளிலும் உல்லாசமாய் நடந்து களைப்படைந்த பிறகாவது ஒருவன் தன் ஸ்நான உடையைத் தரித்து, குளிர்ச்சியான நீரில் நீந்தி விளையாடி களைத்துப்போன கைகால்களுக்குப் புத்துயிர் கொடுக்கும்போதுதான் தன்னுடைய பிரயாணத்தினால் உண்டாகும் ஆனந்தத்தையும், குணத்தையும் அனுபவிக்கக்கூடும்.

ஜர்மனியில் எங்கு நினைத்தாலும் ஸ்நானம் செய்யலாம். இது வாஸ்தவம். அத்தேசத்தின் வடபாகத்தில் மட்டும் ஹாம்பர்க், கீல், லியூபெக், ஸ்ட்ரால்ஸண்ட், ஸ்டெட்டின், டான்ஜிக், கானிக்ஸ்பர்க் இவைகளின் இடையிலுள்ள மாகாணங்களில் 3000 ஏரிகளுக்குக் குறையாமல் இருக்கின்றன. செலவின்றி, ரம்மியமாய் ஸ்நானம் செய்ய அவைத் தூண்டுகின்றன. அதே பிரதேசத்தில், பால்டிக்

சமுத்திரக்கரை ஓரத்தில் சுமார் 1000 கிலோமீடர் அதாவது, 630 மைல்கள் விஸ்தீரணமுள்ள இடத்தில், ஒப்பற்ற ஸ்நான கட்டடங்கள் அநேகமிருக்கின்றன. எம்டனுக்கு மேற்கே, ப்ரெமன், கக்ஸ்ஹெவன் வழியாக டென்மார்கு எல்லைப்புறம் வரையில் பர்லின் நகரத்திற்கு அருகாமையில் உள்ள காடுகளில் நூற்றுக்கணக்கான நேர்த்தியான ஏரிகள் இருக்கின்றன. அவற்றில் இலவசமாய் எவரும் ஸ்நானம் செய்யலாம். அங்கங்கே அநேக ஸ்நான கட்டடங்களும் ஸ்தாபிக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் வான்ஸியிலும், ரான்ஸ்டார்விலுள்ள முக்கல்ஸியிலுமுள்ளவை மிகப் பெரியவை. கோடைகாலத்தில் உஷ்ணம் தாங்கமுடியாதிருக்கையில் சுமார் 80,000 ஜனங்கள் இங்கு வந்து ஸ்நானம் செய்கிறார்கள்.

ஏரிகள் இல்லாத இடங்களில் பெரு நதிகளும், சிறு நதிகளும் அநேகம் இருக்கின்றன. இவைகளில் திருப்திகரமாய் ஸ்நானம்செய்ய வசதிகள் உண்டு. ரயின், வீஸர், டான்யூப், மெயின் இந்நதிகளின் கரையோரங்களிலுள்ள பழையபட்டணங்களில் இருக்கும் ஸ்நானகட்டடங்கள் மேம்பட்டவை. நிலந்தோற்றமும் அற்புதமாயுமுள்ள அநேக பள்ளத்தாக்குகளில் தங்கு நீர் உள்ள ஏரிகள் இருக்கின்றன. இவைகளிலும் ஸ்நான கட்டடங்கள் உண்டு. காஸெலுக்கு அருகாமையிலுள்ள ஈடர் பள்ளத்தாக்கின் அணைக்கட்டில் 200 மிலியன் க்யூபிக் மீடர் கொள்ளும்படியான ஒரு நீர்த்தொட்டி இருக்கிறது. ப்ளீலாக் பள்ளத்தாக்கு அணைக்கட்டு அதைவிட அதிகம். அதில் 215 மிலியன் க்யூபிக் மீடர் ஜலம் பிடிக்கும், ஜலத்தின் விஸ்தீரணமோ 28 கிலோமீடர். நீளம் 2 கிலோ மீடர் அகலம். அதாவது, $17 \times 1\frac{1}{4}$ மைல்கள்.

ரம்மியமான ஸ்நான கட்டடங்கள், ஆலிப்ஸ் மலையடிவாரத்தில் அதாவது, ஜர்மனியின் தென்பாரிசத்திலுள்ள பிரதேசங்களில் இருக்கின்றன. இதில் முதன்மையானது பொடன்ஸியும், அத்துடன் சேர்ந்த பழைய பட்டணங்களாகிய கான்ஸ்டென்ஸ், மீர்ஸ்பர்க், ஜப்பிலீன் நகரமாகிய ப்ரிட்ரிச்ஷேலன், தீவு நகரமாகிய லிண்டென் முதலியன. இவை யாவும் பார்க்கத்தக்கவை. இதைப்போல் பிரசித்திபெற்ற ஸ்நான கட்டடங்கள், மேலண்டை பவேரியாவிலுள்ள ஏரிகள். மியூனிச்சுக்கு அருகாமையில் உள்ள ஸ்டார்ன்பர்ஜர், ஆம்ரஸி இவைகளும், பர்ச்டெஸ்கேடன் அருகாமையிலுள்ள காணிக்கையும், கொச்சல் வால்ஸென், டெகான் ஏரிகளும், பாட்டால்ஜுக்கு அருகாமையிலுள்ள நேர்த்தியான சயம்ஸியும், ஓபிரமெர்கோவுக்கு அருகிலுள்ள ஸ்டாபில்ஸியும் இதில் சேர்ந்தவை. பின் சொல்லியது மிகவும் வெப்பமானது.

மேற்சொல்லிய ஸ்நான கட்டடங்களில், நீந்துதலுக்குமட்டும் வசதிகள் உண்டென்று நினைக்கவேண்டாம், அங்கே பசும்புற்றரைகளும், மணற்கரையோரங்களுமிருப்பதால், இவை காற்று வாங்குவதற்கும் சூரிய ஸ்நானம் செய்வதற்கும் கூட லாயக்கானவை. இவைகளுக்கு அருகாமையில் நல்ல ஹோட்டல்களும், சத்திரங்களும் இருக்கின்றன. கோடைகாலத்தில் திரளான ஜனங்கள் ஸ்நானத்திற்கு வருவார்கள். ஜர்மனியில் மற்றோர் விசேஷம் யாதெனில், மருந்துக் குணமுள்ள நீர்கள் இருக்கின்றன. இவற்றுடன் நீந்துவதற்கு பிரத்தியேகமாய்கட்டடங்கள் ஏற்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றன. ப்ளாக் பாரஸ்டிற்குத் தெற்கே பாடன் வீலரில் வெளிக்காற்றில் நீந்தும்படியான மருந்துக்குணமுள்ள ஸ்நானகட்டடங்கள் இருக்கின்றன. இந்த ஜலத்தின் உஷ்ணக்கிரம் 26°. நெண்டார்ப், ஸ்டாஸ்பர்டு இவைகளிலும் ஜர்னரோட்டைச்சேர்ந்த ஹார்ஜ் டவுனிலுள்ள ஓடோ ஸ்நானமும், இதைப்போன்றவை இன்னும் அநேகமும் இருக்கின்றன.

இந்த நீந்தும் ஸ்நான கட்டடங்களில் அநேக மண்டபங்கள் இருக்கின்றன. வெளிக்காற்றில் ஸ்நானம் பண்ணுதபடி மழைக்காலத்தில்கூட இவை உபயோகமானவை. பெரிய பட்டணம் ஒவ்வொன்றிலும் இம்மாதிரி மண்டபங்கள் கட்டப்

பட்டிருக்கின்றன. இதில் பேர்போனவை கார்டென்ஸ்ட்ரெஸ்ஸிலுள்ள நீந்தும் கட்டடங்கள். பர்லினில் ஸ்நானத்தொட்டி 60 மீடர் நீளமும், 22 மீடர் அகலமுமுள்ளது. அதாவது, (200 × 70 அடி) ஐரோப்பாவில் இது மிகப் பெரியது. இதுதவிர, பர்லினில் லீச்டன்பர்க் நீந்தும் கட்டடம் ஒன்றிருக்கிறது. வெந்நீர் ஸ்நானம் செய்யும்படியான இடங்களில் இது ஒன்று. வடசமுத்திரத்தில் நாட்டர்னீயில் சமுத்திர ஜலம் ஸ்நானம் வீட்டிற்குள்ளே செய்யும்படியான ஏற்பாடுண்டு. அங்கே செயற்கையால் அலைகளும் உண்டுபண்ணப்பட்டிருக்கின்றன. வெளிக்காற்றில் சமுத்திர ஸ்நானம் செய்யக்கூடாதென்று டாக்டர்களால் கட்டளையிடப்பட்டிருந்தால், அவர்களுக்கு இந்தஸ்நானம்சிபார்சு செய்யப்படுகிறது. பர்லினில் நீந்தும் கட்டடம் ஒன்றுண்டு. அதில் செயற்கை அலைகள் இருக்கின்றன. இதை இன்னும் பெரிதாக்கி தற்கால உபயோகத்திற்குத் தக்கபடி ஏற்பாடுசெய்யப்பட்டிருக்கிறது.

இந்த ஸ்நான கட்டடங்களிலெல்லாம் உடை உடுக்கவும், உடையைக் களையவும் வேண்டியதற்கு அறைகளும், வாயு ஸ்நானம், சூரிய ஸ்நானம் செய்வதற்கு நிலங்களும், விளையாடுவதற்கும் வியாயாமம் செய்வதற்கும் வேண்டிய வசதிகளும் அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. இதற்குச் சுவல்பமான கட்டணம் செலுத்தவேண்டும். ஏகாங்கியாய் ஸ்நானம் செய்ய வேண்டுமென்றால், தனிமையான காட்டிலுள்ள ஒரு ஏரியிலோ, நதியிலோ, சிறு நதியிலோ இலவசமாய் ஸ்நானம் செய்ய இடம் கொடுக்கப்படும். இது விஷயத்திலும், ஜர்மனியில் வசதிகள் அநேகம் உண்டு. "ஜர்மனியில் எங்கேபோனாலும் ஸ்நானம் செய்து நீந்தலாம்" என்று ஒரு இங்கிலீஷ்காரர் மேலே சொன்னாரே அது வாஸ்தவமே.

பல் ப்ரஷ், பற்பசை இவற்றைக்குறித்து

டி. எ. ஆர். அவுப்ரான்க், எம்.ஆர்.ஸி.எஸ்., எல்.ஆர்.ஸி.பி., எல்.டி., எல்.ஆர்.ஸி.எஸ்.

"வாய் சுகாதாரத்தினாலே நோய்க்கிருமிகள் அழிந்தால்
தொத்து வியாதியால் பீடிக்கப்படும் அபாயம் வெகுவாய்க்
குறையும்".

விஷக்கிருமிகள் வளர்ந்து விருத்தியடைவதற்குச் சரியான இடம் வாய். அதில் வளர்ச்சிக்கு வேண்டிய வஸ்துக்கள் யாவும் இருக்கின்றன. அவையாவன: வெப்பம், ஈரம், காற்று, ஆகாரம். மேலும் வாயில் நமக்கெட்டாத மூலை முடுக்குகள் அநேகம் இருக்கின்றன. இங்கே இச்சிறு பிராணிகள் வளர்ந்து குடியேற்றங்களை உண்டாக்கிக்கொள்கின்றன. மெதுவாய் தேகத்தின் எதிர்க்கும் சக்தி அதிகமாயிருக்கும் வரையில், இந்த விஷக்கிருமிகள் பதுங்கிக்கிடக்கின்றன. தேகத்தில் அசக்திஏற்பட்டதும், உடனே அவை விருத்தியாகி வியாதியை உண்டாக்குகின்றன. ஆனதுபற்றி, வாயிலுள்ள விஷக்கிருமிகளை எதிர்த்துக் கொன்றுவிட்டால் கொடுமையான வியாதி அணுகாது என்னலாம்.

வாய் சுத்தத்திற்குவேண்டிய சாமான்கள் சிலவே. அவை சுவல்பமானவை. ஒரு நல்ல பல் ப்ரஷ், நம்பத்தக்க பற்பசை அல்லது பொடி, எப்போதாகிலும் உபயோகப்படுத்த ஒரு பல் குத்தி அல்லது பட்டுநார் இவைகள்தாம் தேவை. வாய், சுகாதாரமுள்ளதாயிருந்தால், அதை அலம்பவேண்டிய அவசியமில்லை. விசேஷமாய் நோய்ப்பட்ட நிலைமையில்தான் இதைச் செய்வது வழக்கம். மேற்சொல்லிய ஒவ்வொரு வஸ்துவைக் குறித்தும் சில விஷயங்களை இங்கு சொல்லுவோம்.

பல் ப்ரஷைத் தேர்ந்தெடுப்பது.—முதலாவது பல் ப்ரஷ். இது ஒரு உத்கிருஷ்டமான வஸ்து என்று சொல்ல முடியாது, ஏனெனில், இதைச் சுத்தம் செய்வது கஷ்டம். 10 நிமிஷம் அதைக் கொதிக்க வைப்பதுதான் அதற்குச் சரியான சுத்தம். அநேக ப்ரஷுகள் அதனால் சீக்கிரத்தில் கெட்டுப்போகின்றன. கீழ்ப்பிரதேசங்களில் ஜனங்கள் அப்போது வெட்டின பற்குச்சியை உபயோகிக்கிறார்கள். ஒருதரம் உபயோகப்படுத்தியதை மறுதரம் உபயோகப்படுத்துகிறதில்லை. இது ஒரு சுகாதாரமான முறை என்பதில் சந்தேகமில்லை. ஆனால், ஈறு, பற்கள் இவற்றைத் தேய்ப்பதற்கு பல் ப்ரஷை உபயோகிப்பது ஜனங்களுக்குச் சௌகரியமாக இருக்கிறது. இதைவிட மேலானது கண்டுபிடிக்கப்படும் வரையில் அதை உபயோகித்துத்தான் ஆகவேண்டியிருக்கிறது.

பல் ப்ரஷுக்கு நடுத்தரமான வலுவுள்ள நல்ல ரோமம் வேண்டும். மிகவும் மிருதுவாயிருப்பதை உபயோகிப்பது சகஜமாயிருக்கிறது. இது பிசகு. இதனால் பற்கள் செவ்வையாய்ச் சுத்தமாவதில்லை. மயிர்கள் மிகவும் நெருக்கடியாய் இருக்கக்கூடாது. அதனால் பற்கள் இடையில் புகுவது கஷ்டமாய் விடுகிறது. மேலும், பற்களைப்போலவே மயிர்களும் வளைவாக கட்டப்பட்டிருக்க வேண்டும். முனைகளில் மயிர்களை ஒரு கோண வடிவமாக வைத்துக் கட்டுவதில் அனுகூலம் உண்டு. மற்றதைவிட அவை கொஞ்சம் முன்னுக்கு வந்திருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் பற்கள் பின்புறம் சுத்தமாகும்.

ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு பல் ப்ரஷ் வேண்டுமென்று சொல்லவேண்டியது அனாவசியம். மற்ற நபர்களின் ப்ரஷை உபயோகிக்கக்கூடாது. இம்மாதிரி உபயோகமாகிறதென்று நமக்குத் தெரிந்திருக்கிறபடியால் அதைக்குறித்து நாம் இங்கு வற்புறுத்தி எழுதவேண்டியிருக்கிறது.

பொடியா? பசையா?—இரண்டாவது நல்ல நம்பத்தகுந்த பொடி அல்லது பசை முக்கியமானது. இப்போது அநேகவிதமான வஸ்துக்கள் கடைகளில் விற்கப்படுகின்றன. எதை வாங்குகிறதென்று தீர்மானிப்பது கஷ்டமாக இருக்கிறது, சில சொன்னபடி நடக்கிறதில்லை. மற்றும் சிலவற்றால் பற்களின் எனாமல் தேய்ந்தும் வாயின் மெல்லிய சளி ஜவ்வுகள் ரணப்பட்டும் போகின்றன. பொதுவாய்ச் சொல்லுமிடத்து, கார்பாலிக் திராவகம், ஸாலிஸிலிக் திராவகம், க்ளோரேட் ஆப் பொடாஷ் முதலிய வஸ்துக்கள் அடங்கிய பொடியோ, பசையோ கூடா. கார்பாலிக் திராவகம் விஷங்கொல்லி மருந்துதான். ஆனாலும், வாயிலுள்ள மெல்லிய உறுப்புக்களுக்கு அது ஏற்றதல்ல.

ஸாலிஸிலிக் திராவகமானது பற்களின் எனாமலைத் தாக்குவதால் அதை உபயோகிக்கக்கூடாது. க்ளோரேட் ஆப் பொடாஷானது, தேகத்தின் சிகப்பு இரத்த ஸெல்லுகளைத் தாக்குகின்றன. வாயில் உபயோகிப்பதற்கு லாயக்கான நல்ல விஷங்கொல்லி மருந்துகள் யாவையெனில், ஸினமன் எண்ணெய், இயூகலிப்டிஸ், விண்டர் க்ரீன் எண்ணெய் முதலியன. இவற்றுள் ஸினமன் எண்ணெய் மிகவும் உபயோகமுள்ளது.

அநேக பற்பொடிகளுக்கு ஆதாரம் கால்ஸியம் கார்பொனேட் ஆகும். இதில் மூன்று பாகமும், மெக்னீஷியம் கார்பொனெட் ஒரு பாகமும் சேர்த்து, வேண்டுமென்றால் பெப்பர்மிண்ட் எண்ணெய் சில துளிகள் விட்டுக் கலந்து உபயோகித்தால் நல்லது. சுத்தமான ஸோப்பும் கொஞ்சம் சாக்ரைனும் கலந்து உபயோகிக்கலாம். இது முக்கியமாய் குழந்தைகளுக்கு நல்லது.

இம்மாதிரியான பற்பொடிகள், பற்களைச் சுத்தப்படுத்தினாலும் கூட கிருமிகளை எதிர்த்து, பற்கோளாறுகளை ஒழிக்கிறதில்லை. இதற்காகவே பற்பசையை உபயோகிப்பது நலம். மார்க்கெட்டில் நல்ல பசைகள் அகப்படுகின்றன. கிப்ஸ், காலினாஸ், யூதிமால் முதலியன சிரேஷ்டமானவை. இவை பற்களைச் சுத்தம் செய்வதுடன் இவற்றுள் முக்கியமான

எண்ணெய்களிருப்பதால் விஷங்கொல்லியாகவும் இருக்கின்றன.

மேற்சொல்லியவைகளைத் தவிர, பற்குத்தி அவசியம் வேண்டும். பட்டுநூலானது பல் ப்ரஷ் நுழையமுடியாத பல் இடுக்குகளில் உள்ள ஆகாரத்துண்டுகளை எடுத்துவிட உபயோகமாகவிருக்கும். பல் குத்தி, நல்ல குயில்பேனாவாயிருந்தால் நல்லது. உலோக வஸ்துக்களால் செய்யப்பட்டது ஒன்றும் கூடாது. குண்டூசிகளைப் போன்றவைகளை பற்களின்மேலாவது ஈறின்மேலாவது உபயோகிக்கக்கூடாது. பட்டுநூல் இதற்கு அதிக உபயோகமானது. அதை அப்போதைக்கப்போது 1000-ல் 1 வலுவுள்ள பர்க்ளோரைட் ஆப் மர்க்குரியிலாவது அல்லது ஆல்கஹாலிலாவது தோய்த்துச் சுத்தம் செய்யவேண்டும்.

வாய் சுத்தம்.—தினம் காலை மாலை இரண்டு வேளைகளிலும் வாயைச் சுத்தம் செய்ய வேண்டியது. சாயங்கால வேளை முக்கியமானது. ஏனெனில், இரவில் எச்சில் அதிகமாய்ச் சுரக்காது. ஆனது பற்றி, ஆஸிட்டுகள் சுலபத்தில் போகா.

வாய் சுத்தத்தைச் செய்வது எவ்வாறெனில், பற்பசையைக் கொஞ்சம் எடுத்துக்கொண்டு, அதை ப்ரஷின்மேல் பேர்பாதிக்கோ மூன்றில் ஒரு பங்குக்கோ வரும்படி குழாயின் அடியிலிருந்து அமுக்கி அதன்மேல் விடவேண்டியது. பற்களையும் ஈறுகளையும் பிறகு முறைப்பாய் தேய்க்க வேண்டும். மேலுக்கும் கீழுக்குமாகத் தேய்த்து, வட்டவடிவமாய்க் கொண்டு வந்து பற்களின் இடைகளில் நன்றாய்ப் படும்படி தேய்க்கவேண்டும். பற்களின் மேல்பாக மட்டுமன்றி, அடிப்பாகமும் நன்றாய்ப் படும்படி தேய்க்கவேண்டும். முக்கியமாய்க் கடிக்கிற இடங்களைச் சுத்தம் செய்யவேண்டும். இங்குதான் பற்கள் அழுகிப்போகின்றன, நாக்கையும், வாயின் மேற்கூரையையும் நன்றாய் ப்ரஷ் பண்ணவேண்டும். ஈறுகளை விரல்களின் நுனிகளால் மெதுவாய்த்துடைக்கவேண்டும். பயோரியா இருந்தால், ஒவ்வொரு பல்லின்மேலுள்ள ஈறைப் பெருவிரலுக்கும் விரலுக்கும் மத்தியில் பல்லின் பக்கமாக அமுக்கவேண்டும். அதாவது, மேல் தாடையில் கீழ்ப்புறமாயும், கீழ்த் தாடையில் மேற்புறமாகவும் அமுக்க வேண்டும். தினம் பற்பசையைக்கொண்டு ஈறுகளைத் தேய்த்துக்கொண்டே வந்தால் பயோரியா வாராது. காரையும் கட்டாது.

பற்களையும் ஈரையும் இம்மாதிரி சில நிமிஷநேரம் தேய்த்தான பிறகு, வாயில் கொஞ்சம் ஜலம் விட்டு, பற்களின் இடையில் புகும்படிச் செய்து நன்றாய் அலம்ப வேண்டும். இந்த சமயத்தில் வாயை நன்றாய்க் கொப்புளித்தால் நல்லது. பிறகு வாயைச் சுத்த ஜலத்தைக்கொண்டு சுத்தம் செய்யவேண்டும்.

வாய் சுத்தம் பூர்த்தியாவதற்கு பட்டு நூலை எடுத்து, பற்களின் இடையில் விட வேண்டியது. இதனால் ஆகாரத்துண்டுகள் பற்களிடையிலிருந்து வெளியேவந்துவிடும். இந்த இடத்தில்தான் பற்கள் சொத்தைப் பிடிக்க ஆரம்பிக்கும்.—குட் ஹெல்த், (லண்டன்).

குழாயில் குழந்தைகள் ஜனிப்பதை இனிக் காணலாம்

ஸி. எப். டைட், எம்.டி.,
பிரஸிடெண்டு, மின்னெஸோடா, இயூஜினிக்ஸ் ஸொஸைட்டி.

எம்ப்ரயாலஜி சாஸ்திர நிபுணர்களுக்கு இனி அண்டத்திலிருந்து குழந்தைகளைத் தாய்களின் தேகத்தை விட்டு வெளியே பிறக்கும்படிச் செய்வது சாத்தியமாகலாம். பழைய காலத்தில் கால் நடையாகவும் குதிரைமேலும் பிரயாணம் செய்துகொண்டிருந்ததற்கும், இப்போது ஆகாய விமானத்தில் பறப்பதற்கும் எவ்வாறு இயற்கை முறையினின்றும் ஒரு வித்தியாஸமும் இல்லையோ, அதே மாதிரியாக தாய்க் கர்ப்பத்திலிருந்து பிறப்பதற்கும், வெளியே பிறப்பதற்கும் இயற்கை முறையில் அதிக வித்தியாஸமிராது.

ஒரு அண்டத்தை மனிதனால் செய்யப்பட்ட ஒரு கருப்பையில்போட்டு, அதைச் சூலாக்கினால், அதில் குழந்தைவளரும் என்பதில் ஐயமில்லை. ஆனால், தாயின்கருப்பையில் இயற்கையில் என்னென்ன வசதிகள் உண்டோ, அவை யாவும் இருக்கவேண்டும். அந்த வசதிகளாவன: ஒரே மாதிரியான உஷ்ணக்கிரம் அதாவது, 98.6 டிக்ரீ, பிராணவாயு உள்ள ஒரு ஜல பதார்த்தம்; குழந்தையின் ஸெல்லுகளைப் போஷிப்பதற்கு வேண்டிய போஷணைத் திரவியங்கள் ஆகிய இவைகளே. மேற்சொல்லிய இந்த ஜல பதார்த்தமானது தேகத்தில் சுழன்று வரும்போது, அந்த ஸெல்லுகளிலுள்ள கழிவிடை பதார்த்தங்களை எடுத்துக்கொண்டுபோய் அப்புறப்படுத்துகின்றன. இதேமாதிரி, ஒரு கோழிக் குஞ்சின் இருதயத்திலுள்ள ஸெல்லுகளின் தொகுதியை ஒரு பாண்டத்தில் வைத்து, அதை உயிரோடிருக்கும்படிச் செய்ததில், 20 வருட காலமாக அவை வளர்ந்து வருகின்றன.

இயற்கை முறையில் ஒரு குழந்தை வளரவேண்டியிருந்தால், ப்ளெஸெண்டா என்னும் உறுப்புவேண்டும். இது சுழன்று வரும் ஜலபதார்த்த (அதாவது, தாயின் இரத்த)த்திலுள்ள போஷணைத் திரவியங்களை ஸெல்லுகளுக்குக் கொடுக்கவும் அதிலுள்ள கழிவிடைகளை வெளித்தள்ளவும் உதவுகிறது. சூலுண்டாக்கப்பட்ட ஒரு அண்டத்தின் முக்கிய தொழில் யாதெனில், அந்த அண்டம் எங்கே இருந்தபோதிலும், அங்கே ஒரு ப்ளெஸெண்டாவை உண்டுபண்ணும் திறமை பெற்றிருப்பதே. அது கருப்பையில் இருந்தாலும் சரி, பலோபியன் டியூபில் இருந்தாலும்சரி, அல்லது சில சமயங்களில் நேரிடுமாப்போல் அடிவயிற்றில் வேறு எந்த உறுப்பில் இருந்தாலும் சரி, இந்த சக்தி இதற்கு உண்டு.

செயற்கைக் கருப்பையினுள்ளே வைக்கப்பட்ட ஒரு அண்டத்திற்கு, அது எந்த வஸ்துவுடன் சம்பந்தப்படுகிறதோ அந்த வஸ்துமூலமாய் அது ப்ளெஸெண்டாவை உண்டுபண்ணிக் கொள்ளுகிறது. இதற்காக ஒரு கடற்பஞ்சோ, காஜ் அட்டையோ இந்த செயற்கைக் கருப்பையினுள் வைத்து, ஜலபதார்த்தம் அதில் சுற்றிவர, நிஜமான கருப்பையில் இருப்பதுபோல் ஏற்பாடு செய்தால், அங்கே ப்ளெஸெண்டா ஏற்பட்டு, அண்டம் வளர்ந்து அதன் காலவளவு ஆனவுடன் குழந்தை பிறக்கும். பிறகு அதற்கு முலைப்பாலோ புட்டிப்பாலோ ஊட்டி வளர்க்கலாம்.

கருப்பையை விட்டு, வெளியே இம்மாதிரி குட்டிகள் ஜனிப்பதை கீழ்ப்பிராணிகளிடம் பரீக்ஷித்துப் பார்த்து ஜெயமாகும் பக்ஷத்தில், மனிதர்களிடமும் இப்பரீக்ஷையைச் செய்யலாம். இதன் பலன் என்னவெனில், சஸ்திர சிகிச்சையினால் மனோபலம் பொருந்திய ஒரு ஸ்திரீயினுடைய அண்டப்பையை வெளியே எடுத்து, அப்போதைக்கப்போது அதிலிருந்து உண்டாகும் அண்டத்தை நல்ல புத்திசாலித்

தனமுள்ள ஒரு புருஷனுடைய விந்துவைக்கொண்டு சூலாக்கி, மேற்சொல்லிய முறைப்படி பரீக்ஷித்துப் பார்த்தால், 30 வருஷ காலம் அதிலிருந்து புத்திசாலித்தனமுள்ள குழந்தைகள் பிறக்கும்.

இம்முறையினால், தற்காலத்தில் உபயோகமற்ற பிள்ளைகள் பிறந்து, வம்சத்தை நாசம் செய்வதை ஒழித்து, சிரேஷ்டமான புத்திரர்கள் உற்பத்தியாகலாம்.—தி மெடிகல் ஒரல்டு.

சர்மத்தின் தன்னைத்தானே சுத்திகரித்துக் கொள்ளும் சக்தி.

சர்மத்தின் உடையாத பக்கத்தின் மேல் தடவினால் விஷக்கிருமிகள் சீக்கிரம் இறந்துபோகும். 10 நிமிஷம் முதல் 30 நிமிஷம் வரையில், 100-க்கு 90 அல்லது 100 விகிதம் கூட, விஷக்கிருமிகள் குறைந்து போகுமென்று ஆர்னால்டு என்பவர், (1930-ம் வருஷத்தில்) நிரூபித்துக் காண்பித்தார். சர்மத்தின் நிலைமையினாலும் குறைவில் மாறுதல் இருந்தது என்று காண்பித்தார். அதாவது, சுத்தமான சர்மத்தில் சீக்கிரம் குறையும்; அழுக்கான சர்மத்தில் கம்மியாகக் குறையும்.

இந்த சர்மத்திற்கு விஷங்கொல்லிதனம் உண்டா? என்பதைப்பற்றி டாக்டர்கள் ப்ரயின், மால்மென் இவர்கள் மிசிகன் ஸ்டேட் காலேஜில் ஆராய்ச்சிகள் செய்தனர். பின்னங்கையைக்கொண்டு பரீக்ஷை செய்யப்பட்டது. அதேசமயத்தில் விஷக்கிருமிகளை க்ளாஸ், இன்னும் இதர வஸ்துக்களின் மேலும் தடவி, கையின் உஷ்ணக்கிரத்தை ஒத்திருக்கும்படி வைக்கப்பட்டது. இந்த விஷங்கொல்லிக் குணம், விஷக்கிருமிகள் உலர்ந்துபோவதனால் உண்டாவதா என்று தெரிந்து கொள்ளும்பொருட்டு இம்மாதிரி செய்யப்பட்டது. இது உலர்வதனால் விஷக்கிருமிகள் இறந்துபோனபோதிலும் ஜீவியமாயுள்ள சர்மத்திற்கே விஷங்கொல்லிக்குணம் உண்டென்று தீர்மானிக்கப்பட்டது.

ஜலத்தில் அல்ட்ரா வயலெட் கிரணங்களை விட்டால் அதற்குச் சிலமணி காலம் விஷங்கொல்லிக்குணம் உண்டாகிறதென வாகர், ப்ரையர் ஆகிய இவர்கள் முன்னமே நிரூபித்துக் காட்டியிருக்கின்றனர். இதேமாதிரி விஷங்கொல்லிக்குணம் சர்மத்தில் உண்டாகுமாவென்று கண்டுபிடிக்க முயற்சி எடுத்துக்கொள்ளப்பட்டது. தன்னைத்தானே சுத்திகரித்துக் கொள்ளும் சக்திக்கு பரீக்ஷித்துப் பார்த்ததும், மூன்று நபர்களுடைய கைகளை அல்ட்ரா வயலெட் கிரணத்தினால் ஒரு நிமிஷநேரம் சுடப்பட்டது. ஐந்து நிமிஷம் ஆனதும், விஷங்கொல்லிக் குணத்திற்காகப் பரீக்ஷிக்கப்பட்டது. அல்ட்ரா வயலெட் வெளிச்சம் காண்பித்ததற்கு முன்னே 100-க்கு 85 விகிதம் விஷக்கிருமிகள் 10 நிமிஷங்களில் மாண்டன. அந்த வெளிச்சம் காண்பித்த பிறகு 10 நிமிஷங்களுக்குள் இறந்துவிட்டன.

இந்த அல்ட்ரா வயலெட் வெளிச்சத்தின் சக்தி, காட்டின இடத்தில் மட்டும் இருக்குமா? அல்லது தேக முழுதிலும் பரவி இருக்குமா என்று கண்டுபிடிப்பதற்காக பின்னும் பரீக்ஷை செய்யப்பட்டது. ஒரு கைக்கு வெளிச்சம் காண்பித்து, மற்றோர் கைக்குக் காட்டாமல் அதைப் பாதுகாக்கப்பட்டது. காட்டாமல் விடப்பட்ட கைக்கு இந்த சக்தி உண்டாயிற்று. ஆனால், காட்டப்பட்ட கை அவ்வளவு இல்லை.

சூரிய வெளிச்சத்தின் சக்தியை பின்னர் பரீக்ஷிக்கப்பட்டது. கையை 15 நிமிஷ காலம் சூரிய வெளிச்சத்தில் காட்டப்பட்டது. அதன் பலன் அல்ட்ரா வயலெட் வெளிச்சத்தின் பலனைப்போலவே இருந்தது.—குட் ஹெல்த், (அமெரிக்கா).

ஆறு குழந்தைகளைப்பெற்ற ஒரு மெலிந்த தாய் ஐந்து குழந்தைகளை ஒரே சமயத்தில் பெற்றனள்.

பின் சொல்லிய விஷயங்களை மேயீ 28உ நியூயார்க் டைம்ஸிலிருந்து எடுத்தெழுதுகிறோம் :—

மிஸர்ஸ் ஒலிவா டயனேக்குஇங்கிருந்து இரண்டு மைல் தூரத்திற்கப்பாலுள்ள தனது பண்ணையில் இன்று ஒரே சமயத்தில் ஐந்து ஸ்திரீப்பிரஜைகள் பிறந்தன.

கானடாவில் ஒண்டோரியாவைச் சேர்ந்த காலண்டர் என்னும் ஊரில் மிஸர்ஸ் ஒலிவா டியோனி என்னும் மாது ஒரே சமயத்தில் பெற்ற ஐந்து குழந்தைகள்.

அதில் பெரியதின் எடை 3 பவுண்டு 4 அவுன்ஸ், சிறியதின் எடை ஒருபவுண்டு கம்மி.

இருபத்திநான்கு வயதுள்ள இத்தாயும் குழந்தைகளும் க்ஷேமமாயிருப்பதாகப் பார்த்தவர்கள் சொன்னார்கள். இக்குழந்தைகளின் தந்தையோ, தாயைவிட எழு வயது மூத்தவன்.

இந்தக்குடும்பத்தில் ஏற்கனவே 5 குழந்தைகள் இருக்கின்றன. மூத்தது 7 வயது. எர்னெஸ்டு என்று பெயர். ஒரு குழந்தை இறந்துபோய் விட்டது. இவர்களுக்கு 1925ஹு செப்டம்பர்மீ விவாகம்.

உனக்கு இதனால் நல்ல கௌரவம் அல்லவா? என்று தகப்பனைக் கேள்வி கேட்கப்பட்டது. என்னைப்போல மனிதனைத்தான் சிறையில் வைக்கவேண்டியதவசியம் என்று அவர் பதிலளித்தாராம்.

இக்குழந்தைகளின் தகப்பனுக்குச் சந்தோஷம் ஒருபக்கம். "குடும்பம் எதிர்பாராத வண்ணம் இவ்வளவு பெருத்துப் போய்விட்டதே, என்ன செய்கிறது" என்

கிற பணக்கவலை ஒரு பக்கம். "என்னால் எவ்வளவு முடியுமோ, அவ்வளவு செய்கிறேன். ஆனால், அதிகமாகக் கஷ்டப்பட்டு உழைக்க முடியாது" என்கிறார். அவர் 5 அடி 8 அங்குலம் உயரமும், 130 பவுண்டு எடையுந்தான் இருக்கிறார். அவர் மனைவியோ கொஞ்சம் சின்னவள்.

இந்தக் குழந்தைகளில் ஒன்றுகூட இன்னும் பள்ளிக்கூடம் போகவில்லை. ஆனால், பெற்றோர் அவைகளுக்கு வீட்டிலேயே பாடம் கற்பித்துக் கொடுக்கிறார்கள்.

மெஸர்ஸ் பென் லெபில் என்பவள் பிரசவத்தின்போது அருகிலிருந்து மருத்துவம் பார்த்தாள். இந்த ஐந்து குழந்தைகளும் காலை 4-30 முதல் 5-க்குள் பிறந்தன. டாக்டர் வருவதற்குள் மூன்று குழந்தைகள் பிறந்துவிட்டன என்று அவள் சொன்னாள்.

கனெடியின் மெடிகல் அஸோஸியேஷன் செக்ரடெரியாகிய டாக்டர் எப்.ஸி. ரவுட்லி என்பவர், தனக்குத் தெரிந்த மட்டும், கனடாவில் 5 குழந்தைகள் பிறந்ததில் இதுதான் முதல் என்று சொன்னார்.

ஒரே தடவையில் ஐந்து குழந்தைகள் பிறப்பது வைத்திய சாஸ்திரப்படி அரிது. சென்ற 500 வருடங்களாக இம்மாதிரி 30 கேஸ்கள்தாம் பதிவாய் இருக்கின்றன என்று வைத்திய சரித்திரக்காரர்கள் சொல்லுகிறார்கள்.

அமெரிக்கன் மெடிகல் அஸோஸியேஷன் ஜர்னல் எடிடராகிய டாக்டர் மாரிஸ் பீஷ்பின் என்பவர் சொல்லுவதாவது: இதுவரையில் பதிவுசெய்யப்பட்ட கேஸ்களில் 50 நிமிஷங்களுக்குமேல் பிழைத்திருந்ததவை ஒன்றுகூட இல்லை. இப்போது மெஸர்ஸ் ஒலிவியா டயனேக்குப் பிறந்த குழந்தைகள் ஒருமணி காலத்திற்குமேற்பட்டுப் பிழைத்திருந்தால், அது அபூருபமான விஷயம். மிகவும் பாராட்டத்தக்கது. 6 குழந்தைகள் பிறந்தது, மொத்தம் இதுவரையில் ஆறே கேஸ்கள் என்று சொல்லி முடித்தார்.—பர்த கன்ட்ரோல் நியூஸ்.

ஆரோக்கியத் துண்டுத் துணுக்குகள்.

அரிசி எண்ணெயின் வியாபார உபயோகம்.—அரிசியிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட எண்ணெயை காட்மீன் எண்ணெய்க்குப் பதிலாக உபயோகிப்பதைக் குறித்தும், அதிலிருந்து சாக வெண்ணெய் தயாரிப்பதைப்பற்றியும் கீழே குறிப்பிடப்பட்டிருக்கின்றன.

அரிசி எண்ணெயில் கொழுப்பு கரையக்கூடிய ஜீவஸத்துப் பொருள்களாகிய ஏ. இ. இவைகள் இருக்கின்றன. அதைச் சூரியவெளிச்சத்திற்குக் காட்டினவுடனே அதில் டி. ஜீவஸத்துப்பொருளும் விருத்தியாகிறது. போதுமான சூரிய வெளிச்சம் காண்பித்து, காட்மீன் எண்ணெயிலுள்ள அளவு அரிசி எண்ணெயில் டி. ஜீவஸத்துப்பொருள் இருக்கும்படிச்செய்யின், இந்த அரிசி எண்ணெயானது முக்கிய போஷணைப்பொருளாகும். அரிசி எண்ணெய் சாந்தமானது. கொஞ்சம் கொழுப்பு ருசியுள்ளது. இது விஷயமாய்ப் பார்க்கப்போனால், மீன் எண்ணெயைக் காட்டிலும் இது திருப்திகரமாய் எடுத்துக்கொள்ளக்கூடியது.

ஐக்கிய நாடுகளில், சாக எண்ணெய்களை, முக்கியமாய் தேங்கா எண்ணெயை, மார்க்ரைன் செய்வதற்கு அதிகமாய் உபயோகப்படுத்துகிறார்கள். ஸ்னேட்கிராஸ் சொல்லுகிறதாவது:—யுத்தத்திற்குப்பிறகு இந்நாட்டில் சாகக்கொழுப்புக்கள் முக்கியமாய்தேங்காயெண்ணெய், அதிகமாய் உபயோகப்படுத்தப்படுகிறது. இப்போதுமார்க்ரெயினில்ஜந்துக்கொழுப்புக்கள், சாகக்கொழுப்புக்கள், இவைகள் முன்னிருந்த விகிதாசாரம் தலைகீழாய் மாறிவிட்டது. இப்போது 100-க்கு 60 சாகக்கொழுப்புகளும், மிச்சம் 40 ஜந்துக்

இ 09232

கொழுப்புகளுமாக இருக்கின்றன. தேங்காய் எண்ணெய்தான் முக்கியமாய்க் ...கட்... 1925-...-ல் எல்லா ஐந்து... காட்டிலும் அதிகமாக தேங்காய் எண்ணெய்தான் உபயோகப்படுத்தப்பட்டது.

அநேக வருஷகாலங்களாக ஆலிவ எண்ணெய், பன்றி நெய் முதலியவைகளைக் காட்டிலும் தேங்காயெண்ணெயையே அதிகமாக உபயோகப்படுத்தப்படுகிறது.

தேங்காயெண்ணெயில் கொழுப்பு கரையக்கூடிய ஏ. இ. ஜீவஸத்துப்பொருள்கள் இல்லை. அரிசி எண்ணெயில் ஏ. இ. ஜீவஸத்துப் பொருள்கள் இருப்பதால், மார்க்ரெயின் தயாரிப்பதற்கு இது முக்கியமான வஸ்துவாகும். ஏனெனில், தேங்காயெண்ணெயில் இல்லாத ஜீவஸத்துப் பொருள்களை இது சப்ளை செய்யும். தேங்காயெண்ணெயும் அரிசி எண்ணெயும் கலந்து செய்த மார்க்ரெயின் சாதாரண வெண்ணெய்போலவே இருக்கும். தேங்காயெண்ணெயில் மட்டும் செய்தது இம்மாதிரி இராது.

அரிசி எண்ணெய் உண்டாக்கும் விதம் யாதெனில், தீட்டின தவிட்டைக்கொண்டாவது அல்லது வேகவைத்த தவிட்டைக் கொண்டாவது செய்வதேயாம். சூடான தேங்காயெண்ணெயும் தவிடும் சேர்த்து அரிசி எண்ணெய் இறக்கலாம். அல்லது தவிடும் தேங்காய்க் கொப்புரை புண்ணாக்கும் கலந்து செக்காடி இறக்கலாம்; அல்லது தனிமையாகவே தவிட்டைச் செக்காடியே இறக்கலாம்.—ஸயன்டிபிக் இந்தியன்.

* * *

ஜலத்திலிருந்து சர்க்கரை எடுப்பது.—லிவர்பூல் சர்வ கலாசாலையைச் சேர்ந்த ப்ரொபெஸர் இ. ஸி. ஸி. பெய்லி என்பவர், சில செடிகள் தரையிலிருந்து ஜலத்தை உறிஞ்சுக்கொண்டு, அதைச் சர்க்கரையாக மாற்றும் இரகசியத்தைக் கண்டறிந்திருக்கிறார். இந்த முறையைக் கொண்டே, அவர் ஜலத்திலிருந்து கொஞ்சம் சர்க்கரைத் தயாரித்திருக்கிறார்.—இந்தியன் நியூஸ்.

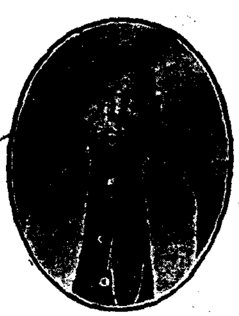
* * *

தொண்டையை எடுத்து விடுதல்.—பத்து வருஷங்களுக்கு முன்னே சிகாகோவிலுள்ள ஜான் டி. பயர்ஸ் என்பவரின் தொண்டையை சஸ்திர சிகிச்சை செய்து எடுத்துவிடப்பட்டது. அவர் இனிப் பேசமுடியாது என்று டாக்டர் சொன்னார். ஆனால், அவர் தமது இரைப்பையின் சதைகளின் உதவியைக் கொண்டு க-கா முதலிய சப்தங்கள் செய்து தமது எண்ணத்தைத் தெரிவிக்க ஆரம்பித்தனர். இந்த சைகை அவர் மனைவிக்குமட்டும் தெரியும். இப்போது அவர் நன்றாய்ப் பேசுகிறார். சாமான்களை விற்று ஜீவனமும் செய்து வருகிறார். மனோபலத்தின் பெருமை இதில் நன்றாய் விளங்குகிறது.—தி ஸண்டே க்ரானிகல்.

* * *

உப்பின் விஷக் குணம்.—ஜலம் விட்டுக் கரைத்த உப்பில் விஷக்குணங்கள் உண்டென்று ஓக்லஹாமா விவசாய காலேஜில் தற்போது செய்த ஒரு ஆராய்ச்சியினால் ஏற்படுகிறது. இதுவரையில் உப்பு தீங்கற்றதென்று கருதப்பட்டு வந்தது. உப்பின் 'நார்மல் ஸொலுயூஷன்' என்று டாக்டர்கள் உபயோகிக்கிறார்களே அதில் 100 பங்கு ஜலத்தில், 9 பங்கு உப்புதான் இருக்கிறது. அதனால் ஒரு தோஷமுமில்லை என்று வெகுபேர் கூறியிருக்கிறார்கள். சிலர் தினம் மலபாதைக்குப் போவதற்கு ஒரு குவார்டு உப்பு நீரைச் சாப்பிடும்படி சிபார்சு செய்திருக்கிறார்கள். 100-க்கு $1\frac{1}{2}$ வலுவுள்ள உப்பு நீரால் எலிக்குஞ்சுகள் இறந்துவிட்டன என்றும், அவற்றின் குடல்கள் எல்லாம் வெந்து போயினவென்றும் மேற்சொல்லிய ஆராய்ச்சியினால் ஏற்பட்டது. எவ்வளவு ஜலம் சேர்த்துக் கரைத்தபோதிலும், அது தேகத்திற்குக் கெடுதல் என்றே சொல்ல வேண்டும்.—குட் ஹெல்த், (அமெரிக்கா).

டிரேட் மார்க்



ரிஜிஸ்தர் செய்யப்பட்டது.

டாக்டர் ஜம்மி

வெங்கட்ரமணய்யா

அவர்களுடைய

கல்லீரல் மண்ணீரல் பெருக்கத்திற்கு

அநுகுணமான மருந்துகள்.

ஒருபோதும் தவறாததும், நற்பலனைக் கொடுக்கக்கூடியதுமான மருந்து இது ஒன்றே. மற்ற மருந்துகளைக் காட்டிலும் சிறந்ததென்று கொண்டாடப்பெற்றது. குழந்தைகளுக்குக் காணும் பால் கட்டிக்கு எடுத்ததென்று பிரசித்திபெற்ற வைத்தியர்களால் சிபார்சு செய்யப்படுகிறது.

மஞ்சட்காமாலை, பெரிடோனியத்தில் நீர் தங்கியிருத்தல், வீக்கம் இன்னும் இதர சிக்கலான வியாதிகள் இருந்தால், அதற்குப் பிரத்தியேகமான சிகிச்சை.

நோயை சொஸ்தப்படுத்துவதற்கும், வராவொட்டாமல் தடுப்பதற்கும் இது உதவுகிறது.

மற்ற விவரங்கள் யாவும்

8, சாலைத் தெரு, மைலாப்பூர் விலாசத்திற்கு எழுதினால் கிடைக்கும்.

ஸ்டாக்கிஸ்ட்ஸ் :—ஸ்ரீ கிருஷ்ணன் பிரதர்ஸ், 323, தம்பு செட்டி தெரு, மதராஸ்.

சஸ்திர சிகிச்சைக்கு அவசியமில்லை

அல்ஸரைன் (ரெஜிஸ்டர்ட்.)

லிவில் சர்ஜன் டாக்டர் எ. என். ஸென், எம். பி. எழுதுவதாவது : ஆழமான சஸ்திரரணங்களையும் கட்டு இல்லாமல் வெகு சீக்கிரத்தில் குணப்படுத்தி விடுகிறது. விஷசம்பந்தம் ஏற்பட்டு விடுமென்ற பயத்திற்கு இடமில்லை.

கண் கோளாறுகள்.

நமது தேங்காய் மார்க்கு தாமரைத் தேனானது கண்களில் ஏற்படும் எல்லாக் கோளாறுகளையும் சஸ்திர சிகிச்சையின்றி குணப்படுத்தி விடுகிறது. இயற்கை ஔஷதம். டிராம் 1-க்கு ரூ. 2-8-0. 2 டிராம் ரூ. 4. தபாற் செலவு வேறு. பெங்கால் கண்டியிலிருக்கும் நியூ பார்முலா கம்பெனிக்காவது, ஏஜெண்டுகளான தாதா கம்பெனி 52, நயினியப்ப நாய்க்கன் தெரு சென்னை; கெம்ப் அண்டு கம்பெனி கெமிஸ்டுகள், பம்பாய்; ஜே. தீரத் அண்டு கம்பெனி கெமிஸ்டுகள், கராச்சி இவர்களுக்காவது விபரங்களுக்கு எழுதுங்கள். தபால் சார்ஜ் பிரத்யேகம்.

Ask free particulars from :

NEW FORMULA Co., Kandi, BENGAL

Agents : Sri Krishnan Bros., P. O. Box 166 Madras, Dadha & Co., 52, Nayniappa Naick St., Madras.

Degrees! Books! Medicine!

H.L.M.S., H.M.B., H.M.D., Vaidyaraj, etc, Homoeo. Ayur-Unani Degrees by regular and postal training examination. Homoeo Materiamedica Rs. 5/. Homoeo Practice of Medicine Rs. 4/. Physiology Rs. 5/. Independent bread. Free prospectus.

Dr. Chattbar Homœopathic Institute, (Regd.)

P.O. MAHUVA, *Kathiawar. Dt.*

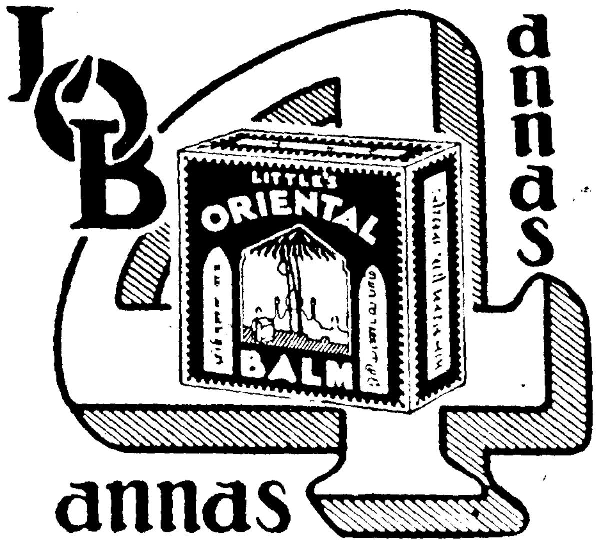
ஜோதிஷம்

ஒரு வருஷம் மாதவாரி பலன் எழுத ரூ. 2. ஐந்து வருஷங்களுக்கு மாதவாரி ரூ. 7-8-0. ஒரு வருஷம் வாராந்திரபலன் எழுத ரூ. 10. எல்லா கிரஹசார தோஷங்களும் நீங்கி, அதிருஷ்ட பலனைத் தரக்கூடிய ஜயவசீகரணி தாயத்து ரூ. 2. ஆரூடம் எதிர்கால சம்பந்தமான 5 கேள்விகளுக்கு பதில் எழுத ரூ. 1. வி. பி. செலவு ரூ. 0-4-0. ஜனனகால விவரம் அல்லது கடிதம் எழுதும்போதுள்ள நேரம் சுமார் வயது குறிப்பிட்டு எழுதவும். மற்றும் விவரமறிய எழுதினால் கேடலாக் இனாம்.

ஹனுமான் ஜோதிஷ ஆபீஸ்,

திருத்தணி, S. இந்தியா.

லிட்டில்ஸ் ஓரியண்டல் பாம்
என்னும் தைலம்.



இந்தியாவின்
முதல்தரமான
மருந்து.

மூன்றும் விளம்பரம்

"லிட்டில்ஸ் ஓரியண்டல் பாம்" ஒவ்வொருவருடைய சக்திக்கும் வருமானத்திற்கும் எட்டும்பொருட்டு, ஜனங்களால் கொண்டாடப்பெற்ற இந்த 'நாலணு புட்டி' நூதனமாகத் தயாரிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

மூன்றுவித
அளவுபுட்டிகள்
ரூபாய் ஒன்று
அணு எட்டு
அணு நான்கு

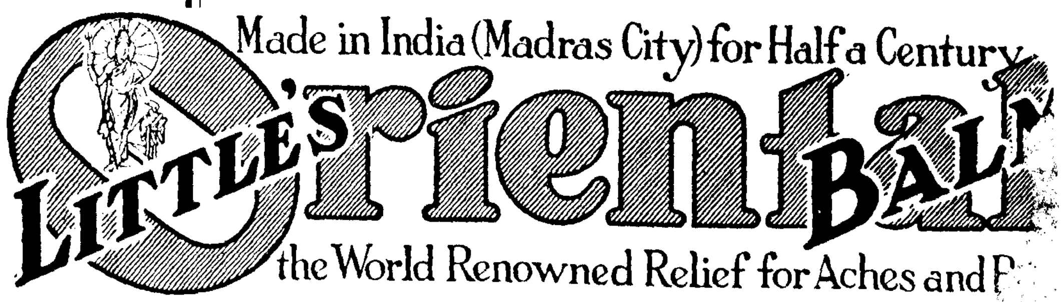
நீர் இப்போது நாலணு செலவழித்தால், எப்போதும் தவறாததும், 50 வருஷ காலமாகப் பிரசித்திபெற்ற மாறாத முறையைக்கொண்டு தயார் செய்யப்பட்டதுமான அதே "**L. O. B.**" உமக்குக் கிடைக்கும். மேலும், முன் இருந்த விலையைக்காட்டிலும் நாலில் ஒரு பங்கு விலைக்கு வாங்குகிறீர். 4 அணு அளவுபுட்டியை உமது வியாபாரிகளைக்கேட்டு வாங்கிக்கொள்ளுங்கள்.

ஆக்ட்ராய் அல்லது இதா அங்கீகரிக்கப்பட்ட கட்டணங்கள் இல்லாத ஜில்லாக்களில் எல்லாம் இதே விலைந்த விற்கப்படும்.

வாதரோகம், இடுப்புவலி, ஸ்கியாடிகா என்னும் நரம்புவலி, பூட்டுகளில் வீக்கம், முதுகுவலி, ஒற்றைத்தலைவலி, தலைவலிகள், காதுவலி, பல்வலி, சுளுக்குகள், காயங்கள், ஜிமிர், சதையில் நோய் ஆகிய இவைகள் பூரணமாய்ச் சொஸ்தமாவதற்கு "லிட்டில்ஸ் ஓரியண்டல் பாம்" என்னும் தைலத்தை உபயோகித்தால், வெகுகாலமாகப் பரீக்ஷித்துப் பலன் தந்த இந்த மருந்தானது ஒருபோதும் உங்களைக் கைவிடாது.

(தபால்
பெட்டி 67)
மதராஸ்.

L. O. B.யின் ஒவ்வொரு பாக்கிங்கிலும் (13 பாஷைகளில்) உபயோகிக்க வேண்டிய முறைகளைப் பூரணமாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன.



லிட்டில்ஸ் ஓரியண்டல் ஸோப்பையும் பரீக்ஷித்துப்பாருங்கள். சர்மத்திற்கு வெல்வட்போல் மிருதுவாயிருக்கும். டஜன் 1-க்கு ரூ. 1-4-0.

Printed at the 'ANTISEPTIC PRESS' and Published by the Proprietor U. KRISHNA RAU, Madras.