

М.М.-БЕЛЕГАЇ

ДОМАШНИЙ

Л	І	К	А	Р
---	---	---	---	---

Домашний Лікар.

або

ЯК ЛІЧИТИСЬ ДОМАШНИМИ ЛІКАМИ БЕЗ
ПОМОЧИ ЛІКАРЯ.

Зладив після укр., пол. і англ. підручників.

М. М. БЕЛЕГАЙ.



Канадсько-Український Бібліотечний Центр

Канадське Товариство українців України
Торонто - Канада



УКРАЇНСЬКЕ ВИДАВНИЦТВО "ГОВЕРЛЯ"
НЮ ЙОРК - ЗДА
1962

ВСТУПНЕ СЛОВО.

Серед наших укр. поселенців в Канаді відчував ся давно великий брак відповідного підручника про ліченє себе домашніми ліками. Наші люди є розкинені по розлогих канадійських прерах десятками а навіть і сотками миль далеко від шпиталю і лікаря, тому такий підручник, як отсей "Домашній Лікар", є конечний, щоб сяк-так запобічи ширеню ся пошестних недуг як також уйти туртур всяких иньших докучливих хоріб.

Сей "Домашній Лікар" є зладжений після найлучших лікарських праць на українській, польській і англійській мові. Є приступний для кожної особи а назви деяких ліків суть подані українськими буквами в англ. виговорі.

"Домашній Лікар" повинен знаходитись в кожній хаті, бо як пословиця каже: "Ніхто не знає що і коли кого чекає."

В сій книжці є поданих около 500 ріжних хоріб і по кілька средств на кожду хворобу. Ліки суть переважно домові які знаходять ся пересічно в кожній хаті.

Сей підручник гігієнічно-лікарський поручаю кождому а головно тим, що суть далеко від лікаря і аптек (другсторів).

"Здоровлє то богацтво" то шануймо його, а коли полали в недугу то сейчас лічим.

М. М. Б.

ЗАГАЛЬНІ РАДИ, ЩОБ БУТИ ЗДОРОВИМ.

Найважнійшу задачу в життю чоловіка сповняють зуби. Добрі зуби і вмiле ужитє їх, се здоровлє, попсованi зуби або невідповідне ужитє їх, се нещастє для кожного.

Один визначний лiкар сказав, що 90 процент людий йде до гробу перед часом через свої зуби, а 95 процент всяких недуг починаєсь від зубiв. Чому зуби суть так важним чинником в життю чоловіка?

Зуби кусають їду розтирають поживу і вимiшують її при помочи язика, зі слиною і власне від якости, як зуби сповняють сю так важну роботу, залежить лучше чи гiрше здоровлє чоловіка.

Коли чоловік кусає великі куски мяса чи якої-иньшої поживи; не розтирає сi куски як слiд і не вимiшує їх добре зі слиною, він нiколи не буде тiшитись гарним здоровлєм. Слабости впадуть на него як не нинi то завтра. Тому треба насамперед кусати малi куски поживи і їх старанно розтерти, а вiдтак доперва пролигати. При їдi нiколи не спiшитись, чоловік повинен знайти всегда стiльки вiльного часу, щоб мiг в вiдповідний спiсiб наїстись. Скоря їда нiколи не вийде додатно на його здоровлє, бо перше накусає великих кавалкiв і не розiт добре а по друге не вимiшає їх зі слиною. Того рода їда о силює жолудок, який не може її як слiд стравити а коли се часто лучаєсь кидаєсь сейчас якась жолудкова хвороба. Треба знати, що початки травлення їди починаєсь вже в устах, де слина розпускає деякі части поживи, змягчує їх і приготовляє жолудкови. Колиж чоловік скоро їсть і великими кусками, то пожива нiколи не є добре вимiшана слиною а тим самим не є як слiд приготована для жолудка і жолудок мусить сповняти подвійну роботу. Здоровий жолудок буде в силi робити се че рез якийсь час, але нiколи весь час. Тому не марнуйте свою слину, пльованєм по дорогах, а вимiшуйте добре нею їду, що вийде кождому на здоровлє.

Важну роль грають і здорові зуби в здоров'ю чоловіка. Розумієсь, що годі вимагати від беззубних доброго розтирання, поживи або від тих, що лише мають по пів зуба в щоді. Беззубі повинні собі вставити штучні. Люди з надпсованими зубами повинні свої зуби сейчас направити.

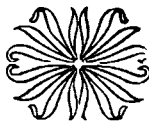
Зуби треба тримати всегда чисто, то э по кождїй іді ви полокувати бодай уста водою, коли нема вже щіточки від зубий. Чисто удержувані зуби багато значуть для здоров'я, бо вичищуєсь полишену страву, з поміж зубів, де она гнилаб а відтак дісталабись з иньшою їдою до жолудка, де легко може кинутись від сего якась хороба.

Не їсти ніколи дуже горячих страв ані надто зимних і по горячих стравах не пити дуже зимної води.

М'яса не їсти більше як два рази на день, а коли жолудок нездоровий то їду м'яса зовсім залишити. Старатись їсти як мож найбільше мішану страву а в тім як найбільше ярини а найменше м'яса.

Пити багато молока і маслянки, а головно маслянку пити коли чоловік хорує на затвердненє. Хто не має маслянки а слабий на затвердненє то нехай нащо всегда пє одну або дві склянки горячої (перекипілої) води і то кілька раз на день. Коли нема кипячої то і зимна не зашкодить також.

Чисто держати в хаті, провітрювати часто хату і чисто держати своє тіло. Чистота се також важний чинник в здоров'ю чоловіка.



ПОШЕСТНІ НЕДУГИ.

ПРИЧИНИ ПОШЕСТНИХ НЕДУГ.

Всі знаємо, що є такі недуги, котрі являють ся лиш час від часу, загніздять ся зразу в одній родині, відтак переносять ся дальше від хати до хати, захоплюють ціле село, ба і сусідні села, місточка, міста, повіти і цілий край. Се називаємо **пошесть**.

Кожний старший чоловік переживав уже більшу або меншу таку пошесть, тай мусів нераз собі думати: що то таке є, що на иншу недугу слабує чоловік тяжко нераз місяцями тай роками, а мимо того хвороба тота не розносить ся дальше, навіть на домашніх не переходить, а иншим разом прийде на здорового чоловіка відразу якась нагла хвороба та, заки люди кинуть ся шукати поратунку, а він часто вже й мене ся. А що гірше, одна біда другу веде, уже і друге лягло в хаті, ба і тре те. А прийшла чи вуйна, чи дядько довідати ся аж з другого кінця села, що діє ся, та чуємо, що і там за два-три дни хтось на ту саму недугу положив ся. Тай так від хати до хати трохи не в цілім селі лежать люди покотом. Видно, що є щось тако го, якийсь шкідник, котрий чіпає ся зовсім здорових людей тай викликує у них одну, і ту саму недугу. Щож се за такий шкідник?

Довгі літа ломили собі учені люди над тим голову, що- би знайти того шкідника, щоби виловити його, приглянути ся йому, як він виглядає тай чим він так воює? Тяжка то була робота, а прецінь по довгім часі дослідили учені, що той шкідник то живе сотворінє, рід такого маленького грибка, котро- го голім оком не видно, але котрого дуже добре можна поба чити через побільшаючі скла. Сей грибок плодить ся дуже жи во на мільйонів моліони, а є його повно коло нас.

Цікаво знати, відки ті грибки беруть ся, як вони вигля дають, та які шкоди они нам роблять?

Послушайте, коли ласка, бо се варто кожному тямущо-

му чоловікові довідати ся.

Сі малі грибки (або, як їх з учена названо бактерії, а науку про них бактериольогією), э по цілому сьвіті розміщені і э їх повно і в'воздусі і в воді і в землі. Отже ми їх і вдихуємо і пемо з водою і їмо з нашим кормом, а часом, скоро скалічимо ся, то з землі або якого предмету (патики, ножа і т. д.) зайде такий грибок прямо до нашого тіла, до крові. Они не э'усі шкідливі, а бувають нераз навіть в нашім домовім господарстві для нас пожиточні. Таж прецінь квасне тісто і дріжджі, яких ми трохи не щоднини потребуємо до заквашення тіста, то нічо иншого, лише дрібні грибки. Від них кисне також борщ, а з солодкого молока робить ся квасне. Також і при витворюваню наших звичайних напитків овочевих через діланє дрібненьких грибків кисне (ферментує) цукор і робить ся з солодкого мошчу міцне вино, яблочник, афиняк, вишняк і т. д. Се ми все що днини бачимо. Але від тих самих грибків псує ся також наш корм, ті грибки э причиною, що хліб, сир, або що иншого плісніє, мясо, овочі гниють і псують ся; таж кождий знає, що сплісній хліб, гниюче мясо не добре їсти, бо мож на від того занедужати.

Тому люди ще в старині, хоч не знали нічо про ті грибки, з досьвіду дійшли до того, що э якісь шкідники і винайшли способи, щоби проти них боронити ся, тож почали они вудити мясо в комині, щоби не псувало ся, а нині знаємо, що дим якраз нищить ті бактерії.

Спитає хто, яким способом дійшли учені до того, що такі малі грибки або бактерії э на сьвіті? Дійшли они в той спосіб, що брали пліснь, дріжджі і інші більші грибки під побільшаючі скла, а як винайдено такі сильні скла, що побільшують о 1000 і більше разів (приряд такий називає ся мікроскоп, то значить дрібновид), то можна було бачити ще і дрібніші сотворіня.

Бактерії ті э правдиві галапаси, то значить такі сотворіня, що живуть коштом других і скоро знайдуть собі відповід не гніздо або так званого господара, то дуже живо розмножують ся.

Они э подібні до глист, солітера і інших більших хробів, котрі також живуть коштом других. Ріжниця лиш в тім, що сі хроби э великі і ми їх бачимо голим оком, а бактерії э,

як сказано, дуже малесенькі.

Якже нам шкодять ті злосливі малі сотворіня?

Шкодять они нам тим, що загноздивши ся в нашім тілі, не лише сильно множать ся, але видають з себе отрую (токсину), а ся затроює нас і ми хоруємо від того.

Ми знаємо тепер, що всі пошестні недуги походять від затроєня такими бактериями, а э вони ось котрі: кір, дифтерія, шарлятина, мумс, червінка, коклюш, дур (тиф), черевний і пятнистий), віспа (звичайна і вітрова), пошестне запаленє мозково стрижевих опон, трахома, попологова горячка, холєра і чума.

К І Р .

Ніяка пошестна недуга не э так розповсюднена, як кір. Майже всі діти эї перебувають. Кір не э звичайно для житя не безпечним, тому люди привикли його легковажити. Лучають ся навіть випадки, що декотра мати положить нарочно здоро ву дитину побіч хорої, щоби, мовляв, за одним заходом усї ді ти перебули кір, тай щоби відразу збути ся цілої бідн.

Кір належить до тих недуг, при котрих на тілі виступає висипка. Крім кору э ще і другі, далеко тяжіші висипкові недуги, приміром шарлятина. Тому треба бути дуже обережним і не уважати зараз кожду висипкову недугу за кір, як то нераз буває, бо через таке легковаженє можна втратити дитину. Кір можна пізнати дуже легко, коли вже неодна дитина в селі перебула його, тай коли вже стверджено, що в селі э така пошесть. Але не так легко (особливо для людий в тім неучених пізнати сю недугу, скоро появить ся перший або другий случай. Тому треба знати, як виглядає кір і як його від других не дуг відріжнити.

Перші ознаки недуги э такі: дитина починає марудити, тратить свою веселість, не хоче їсти, більше має охоту лежати, а при тім оказує усї признаки нежиту (катару) а то: катар очий, котрі червоніють, закисають тай слезять, відтак катар носа, дитина чихає, з носа капає, а рівночасно і катар проводів віддихових, дитина дістає кашель а часом і хрипку. Разом з тим дитина дістає горячку, а стан такий треває 2—3 дни. Э то так звані звістуні недуги. Звичайно четвертого дня появляють ся перші знаки висипки. Э то маленькі прищики червоної

краски, а показують ся они зразу на чолі, на лиці і на шиї. Так може перейти оден день, а звичайно по другій ночі побачимо рано що ціле тіло дитини червоне тай прищиків таких по цілім тілі без ліку. Тоді кажемо: "кір висипав ся." Підчас того, як кір висипує ся, буває дитина найтяжше хора. Горячка зростає, дитина дуже неспокійна, кидає ся в сні, а навіть маячить. Лучають ся часом аж судороги (конвульсії). Такий стан може тревати 2—8 днів, причім змагає ся ще і катар очий, очи підпухають, дитина не може дивити ся до світла, катар носа є дальше, а часто витворює ся запаленє горла, сильний катар легких, а часом навіть долучує ся запаленє легких. Звичайно в лекших випадках уже по 3 днях горячка спадає, дитина стає веселійша, висипка блідніє, а з прищиків робить ся луска. Дитина, як кажемо "лущить ся." Таке луценє триває около 5 днів.

Якже заходити ся тепер з такими хорими дітьми? Перш усього треба нам знати, що не кожда дитина мусить мати кір, та що кір не завсіди буває легкий, бо як сказано, може часом до него причинити ся і тяжка хвороба, приміром: сильне запаленє горла, легких а часом і кишок, так, що діти на ті додаткові хвороби часом умирають. Проте дуже нерозумно силоміць усі діти до купи зводити, щоби они разом переслабували. Розумнійше очевидно є не наражати здорової дитини на слабість і відділити хорі від здорових.

Якжеж тепер заходити ся коло самих хорих?

Звичайно каже ся у нас "кір треба вигрівати". Га — скоро треба вигрівати, то кладе ся дитину на піч, прикриває ся єї чим лише можна теплим, борони Боже, щоби отворити двері або вікно, аби не перестудити кір; ще дадуть напити ся меду, бо при корі має се помагати. Тай вже ліченє скінчене. А щож виходить з такого "лічення"? Дитина і так має високу внутрішну горячку, а як єї ще на всі боки вигріває ся, то она смажить ся, як душа в пеклі. Приступу сьвіжого воздуха, чого єї найбільше треба, не має. Тож оно біднятко кашляє, хлипає троха того зіпсованого воздуха тай дусить ся. Чиж годить ся проте так робити? Таж сам здоровий розум каже, що ні.

Кір, після лікарської науки, лічить ся так: —

Навіть в найлекшій випадку муєть дитина, хочби як від того боронила ся, лежати в ліжку що найменше через час,

коли виступить висипка. В хаті має бути не дуже горячо, але і не холодно. Шо дня треба провітрити хату, а дитину прикривати легко, лише так, щоби не змерзла. Біля мусить бути чисте. Треба його часто змінити, лише не тоді, коли дитина пріє. В зимі треба то біля троха коло печи ogrіти. Вікна в хаті треба легенько прислонити, щоби сьвітло очий не разило. Скоро дитина високо горячкує, а навіть маячить, прикладати студєні обклади на голову. За їду подавати лише плинний корм, а то: молоко, росіл, легонький борщик, легку гербату, клієк з ячмінних крупів (добре розварені крупини процідити і додати до тої юшки трохи сьвіжого масла). До питя при великій спразі можна подати лімоняду з цитрини і сьвіжої води. Так поступати кілька днів, доки дитина не злущить ся і за цілий той час притримати єї в ліжку. А скоро би кашель не покидав, то тримати єї в ліжку і довше. Хиба можна випустити скорше в літі, як є гарна погода.

Як-би до того звичайного легкого перебігу долучила ся якась тяжка недуга, о котрих перше згадували ми, то щоби запобічи нещастю, треба конче порадити ся лікаря.

ДИФТЕРИЯ (ЗАДАВКА).

Недуга є одна з найчастійших і найлютіїших та забрала і забирає ще й тепер багато жертв.

Недуга є передовсім діточа, а находити она найчастійше на діти, котрі числять менше як 10 літ. Старші діти западають на ню зглядно дуже рідко.

Недуга розпочинає ся загальним ослабленєм, дитина починає марудити, з часта кладе ся. маже ся (плаче), скаржить ся на біль голови і біль горла. Головно при проковтанку стравы є болі більші так, що відживленє є утруднене. Зараз таки виступає висока горячка. Рідко коли тих початкових появ нема, або не є они так виразні, так шо тяжкі обяви недуги являють ся неначе відразу незамітно.

Перше всього належить такій дитині оглянути докладно горло. Цілий пролік є зачервонілий і напухнений, головно бічні мікдалки і горішний язичок. Дуже скоро, часом вже першо го дня, бачить ся білу поволоку. Поволока є сидить дуже твердо і не дасть ся так легко сполокати або і насильно здер

ти, як призвичайнім запаленю горла. Рівночасно виступає також пухлинина желез під щокою і за щокою долішною, так, що творять ся більші або менші гулі (оклади). При тім загальне почуванє хоробливого стану змагає ся, дитина стає дуже неспокойна, тратить зовсім охоту до їди, а часто виступає також блюванє. Горячка підносить ся. Живчик дуже приспішений.

Бувають випадки, що появи хоробові є зглядно легкі і поліпшенє наступає досить скоро. Частійше однак приступають грізнійші появи. Пухлинина і запаленє горла іде низще до гортанки, де витворюють ся так звані крупові болонки (круп) котрі викликають появи звуженя та недостачі воздуха при диханю, через що дитина в такім випадку, часто давить ся (задка).

Знаком, що запаленє перейшло на гортань є доволі виразна хрипка. Рівночасно виступає прикметний кашель подібний до гавканя собаки, котрого родичі так дуже і то цілком слушно боять ся. Кашель такий є дуже поганим знаком, бо звичайно по нїм наступають появи звуженя гортани. Віддих стає прискорений, тяжкий, мязи грудні працюють сильно, щоби розширити грудну кліть і втягнути потрібну скількість воздуха, вираз лиця дитини стає лянний, а краска шкіри бліда аж синява. Часом наступає хвилева пільга, бо кусники болони можуть бути при кашлю з гортани викинені, віддих стає свобіднійший, але звичайно витворюють ся в гортани сьвіжі болонки і появи душности знов виступають наново в своїм грізнім виді. Рідко коли наступає, без відповідного ліченя, подужанє, в той спосіб, що болонка з горла виканляє ся і не витворить ся наново. Звичайно появи душности змагають ся, віддих стає все скорійший, більше поверховний, діти тратять притомність і скоро нема ніякої помочи, в легких судорогах наступає смерть.

Розпізнати дифтерію буває нераз доволі легко, коли обяви є виразні, і коли в якій місцевості панує пошесть. Найчастійше буває, що звичайне катаральне запаленє горла, або мікдалів уважають нераз налякані родичі уже за дифтерію тим більше, як побачать в горлі білі плямки. Не треба отже всяку білу плямку уважати зараз за дифтерію. З другого боку не належить бути также занадто легкодушним, бо скоро

тих плямок є більше і є уміщені не лише по боках на мідкалках, але також на м'яких піднебіню і язичку, а при тім є висока горячка і велике ослабленє, тоді є велике підозрінє на правдиву дифтерію. Рішити справу може лише очевидно лікар, тому є обов'язком в такім випадку як найскорше впевнитися, щоби не занедбати хвороби і не взяти ся за пізно до лічення, бо способи лічення дифтерії є тепер дуже видосконалені, а хто скорше піддасть дитину такому ліченю, той може чистити більше-менше на певний успіх.

Звичайне ліченє в теперішних часах є ось яке:

Даз ся по змозі, як до віку дитини, легоньке полоканє горла, щоби утримати в нїм чистоту, найчастійше уживає ся до того 2% розчин борового квасу. (Боракс асид). Скоро дитина за мала, то чистить ся ватою горло, замоченою в тім плинні через легоньке дотулюванє. Розмазувати в горлі не вільно, бо через те зародні дифтерії переносять ся з хорих на здорові місця. Можна зробити ще і вдихуваня пари з вапняної води, проти болю голови і маячення дати зимні обклади на голову, дати на прочищенє, подавати лише плинний корм і за радою лікаря піддати дитину найпевнійшому способови лічення, до якого він сам возьметь.

ШКАРЛЯТИНА.

Одною з найчастійших пошестних недуг є шарлятина. Она належить до висипкових недуг і звичайно западають на ню діти. Лучає ся однак, що і старі люди хорують на сю недугу, голсвно ті, котрі в дїточім віці сеї недуги не перебували. Шарлятина є дуже заразлива. Тому навіть і при найбільшій увазі тяжко устережи дїтий від зараженя шарлятиною. Вистарчить не раз, щоби здорові діти лише одну хвилю близько хорих були, а вже може наступити зараженє. Зароднем сеї недуги є безперечно також таке мале сотворінє, котрого ми голим оком не видимо, а котре вчїпить ся чоловіка і спричинює відтак недугу шарлятини. Зародень той може ввійти до здорового чоловіка через вдиханє і через дотик таких предметів, котрі є коло хорих на шарлятину, (як: білє, одежа, меблі, за бавки дїточі). Лучає ся часто, що старші особи, котрі мали на году зіткнути ся близько з хорими на шарлятину, переносять

сю недугу на свої, або на чужі здорові діти, хоч самі не хворють. Досвідчить, що зародень шкарлятини є дуже відпорний, і ще по довшім часі легко ним можна заразити ся. Через те нераз дуже тяжко дійти до жерела, відки взяла ся в хаті шкарлятина, бо такий зародень міг дуже давно причепити ся до когось з домівників і аж по довгім часі викликав недугу. Певною річю є, що шкарлятина є заразлива доси доки хорий зовсім не "злущить, ся".

Склонність до зараження шкарлятиною не є однак велика, як при корі. Лучає ся отже часто, що в деякій родині одно або двоє дитий захоруж на сю недугу, а прочі остануть здорові. Найчастійше хворють діти в віці від 2—4 літ. В першім році житя шкарлятина лучає ся дуже рідко.

Недуга починає ся нагло високою горячкою, котру попереджує нераз досить сильний дрощ (морозить). Зараз таки з початку повстає, трохи що не у всіх випадках, біль горла. Є то так звана шкарлятинова ангіна (задавка). При тім виступає біль годови, безсонниця, часом навіть безпам'яті і маячення, а у малих дитий нераз і судороги (конвульсії). Зчаста та кож являє ся яко перша поява одноразове або кількаразове блюванє. Звичайно уже першого дня або на другий день починає шкіра червоніти і виступає так звана шкарлятинова висипка, з разу на шиї, грудех, лици, а відтак по цілім тілі. Висипка складає ся з початку з дуже маленьких густо засіяних червоних точок, котрі, відтак зливають ся в одноцільну, червонно закрашену висипку. Підчас висипкового стану не зменшують ся і інші появи недуги, іменно горячка та зміни в горлі. Деколи вже по кількох днях блідніє висипка, горячка починає по трохи спадати. Також починає хорий лекше проковтувати страви, що походять з поліпшення в горлі. При кінці першого тижня або з початком другого виступає в звичайних випадках цілковите подужає. Шкіра починає цілими платами зсушувати ся і лущити. Головно на руках і ногах лущенє є найвиразнійше так, що нераз діти залюбки самі віддирають з себе кусники наскірня. Однак і в найлекших случаях може сей добрий стан відразу на гірше змінити ся через повстанє запалення нирок.

Отсе є пересічний образ легкої шкарлятини. На жаль, не все она так легко перебігає. Часом, головно тоді, як по-

являть ся інші тяжкі появи, не спадає горячка так скоро, але протягає ся далеко в другий тиждень. Також і зміни в горлі бувають чераз дуже тяжкі, так, що виступають такі появи, які лучають ся при правдивій дифтерії. Дуже часто напухають не лише міддалки в горлі, але також внішні (зверхні) желези на шиї під долішною щокією і за нею, так, що витворюють ся на шиї великі гузи, котрі називаємо звичайно завалками або обкладами. Нераз ті завалки червоніють, запалюють ся, а навіть ятрять ся. Звичайно прилучує ся ще і дифтеритичне запаленє носа, а ще частійше ропне запаленє уха. Через ті появи стає ся недуга дуже тяжкою і скорше або пізнійше може наступити навіть смерть.

Побіч сих появ є ще одна дуже часта і небезпечна поява, котру найчастійше можна недоглянути, бо она є дуже скрита. Сею появою є запаленє нирок. Воно виступає звичайно при кінци другого, або з початком третього тижня, часом навіть пізнійше. Э то наче рецидив (наворот) недуги від доброго перебігу до злого, Найгірше при тім се, що ся поява не справляє недужому зразу ніяких болів ані прикростий. Тому дуже легко можна її пересліпити. Лише розбір мочи дає нам виразні і певні познаки. Проте належить при шарклятині завсігди піддавати моч до розбору лікареви, щоби він оцінив, чи небезпека запаленя нирок вже минула чи ні. Скоро таке запаленє наступить, то обявляє ся оно зараз тим, що горячка знов підносить ся, так як зразу. Найбільше і найскорше впадає в очи те, що недужий починає пухнути. Перш усього робить ся лице дуже бліде і набреніле, головно попід очи. В лекших случаях не розширяє ся та пухлинина, але в тяжких пухне і живіт, руки, ноги та і ціле тіло.

Дуже важною появою при запаленю нирок є те, що мочи стає чимраз менше так, що часом через кілька днів хорий зовсім не мочить, Моч є дуже мутна, темна а часом виразно кривава. В ній є багато білковини, знищених тілець крови і малих частинок з нирок, котрі однак можна пізнати лише при помочи розбору мочи під побільшаючими склами. Через те, що нирки не видають мочи, може наступити затроєнє хорєго своєю власною мочією, а недугу сю називаємо уремією. Затроєнє се проявляє ся тим, що недужий починає жалувати ся на сильний біль голови, млоєнє, навіть блює, а часто наступає

безпам'ять і судороги. В такому нападі може наступити смерть. Шкарлятинове запаленє нирок триває всіляко, довше або коротше, звичайно 2—4 неділі. Скоро однак не наступить подужанє, то причиною того буває, як сказано, "уремія" (закаженє власною мочію) і надмірна пухлинина живота. Живіт такий стає великий, а в середині є много вільного плину, котрий не може вийти з тіла через хорі нирки. В ямах легких, та і в мішку серцевім назбирує ся много того плину і через натиск (головно на легки і на серце) наступає нераз дуже нагло, в появах великої душности, смерть.

Найважнійшою ціхою сеї недуги є, як звісно, висипка. Знаємо однак, що подібну висипку оказують і інші недуги. Найчастійше помиляють ся родичі в тім, що уважають висипку шкарлятини за кір. Похибка така мстить ся нераз дуже на хорих дітях, бо, як знаємо, кір є лекша недуга, а шкарлятина тяжша. Тож треба бути дуже осторожним. При корі висипка цілком інакша. Висипка кору складає ся більше менше з виразистих точок, а між тими точками є звичайно здорові, незаняті місця шкіри. Натомість висипка шкарлятини є цілком одноцільна. При шкарлятині заняті місця виглядають так, як-би їх хто червоною краскою попензлював, а дрібних точок (при щиків) майже не видно. Дальша ріжниця ще така, що при корі маємо з правила сильний нежит (катар) очий і носа, чого при шкарлятині нема. При шкарлятині знов насамперед сильний біль горла, хорий не може добре проковтувати, бо горло в середині зачервоніле і запухле, а навіть з верха на шиї випає пухлинина желез.

Рівнож нераз буває, що віспи беруть за шкарлятину або і на відворот. Але треба знати, що при віспі є грубі і рідкі прищі, а між ними багато здорового місця.

Проти свербу шкіри добре є намастити її несоленою солоїнною, особливо при кінци недуги, коли шкіра суха і лущить ся.

Велику увагу треба звернути при шкарлятині на появи в горлі. В лекших случаях вистарчить полоканє боровим квасом (боракс асид) (ложочку на склянку літної води), або т. зв. "калі хльорікум" кілька зерен на склянку води. Скоро появлять ся тяжкі появи, подібні до дифтерії, то нема чого гадити ся, але треба сейчас прикликати лікаря.

Проти сильної горячки, іменно, коли діти "маячать", дає ся зимні обклади або міхур з ледом на голову.

Знаємо вже, що дуже часто долучає ся до шкарлятини запаленє нирок. Устеречи ся проти того дуже тяжко. Можна лиш стілько зробити, що не подає ся хорим на шкарлятину таких страв, котрі дражнять нирки, іменно: вина, пива, коняку, мяса і т. и. Найменше дражнить нирки молоко, проте при шкарлятині є молоко найвідповіднійшою поживою. Перекона ти ся, який стач в нирках, може лише лікар через розбір мочи. Скоро вже запаленє наступило, то треба його так лічити, як звичайне запаленє нирок. Головним способом лічення є теплі купелі, завиваня в коци (ліжники) * і через те викликуванє потів. Тому не противте ся такому ліченю, скоро лікар так зарядить. Інакше дитина може легко дістати тяжкі появи запаленя нирок і минути ся. Інші недуги при шкарлятині, як носові і ушні, лічать ся після способів уживаних при тих недугах. Треба на них звернути пильну увагу, бо чимало дітей лишать ся по шкарлятині глухими, а як ні, то тече їм роками з ушей, а се і пізнійше може бути причиною запаленя мозку і несподіваної смерти.

М У М С .

Є се недуга діточа, котра находить головно діти між 4-им а 10-им року житя, а полягає она на опухненю позащоківих ушних слинових желез. Хорі виглядають так, якби мали так звані завалки (обклади).

Появи сеї недуги є такі: зразу починають діти марудити, мають неспокійний сон і легку горячку. Малі діти ловлять ся ручками поза уха, правдоподібно відчувають там біль. Старші діти жалують ся на біль голови і на обмеженє рухів щоками. В устах і горлі не видно нічого, лише язик є сильно обложеной і з уст добуває ся неприємний сопух. Аж 3-го дня або і пізнійше, часом аж 10-го починає околиця позащоківая сильно пухнути (звичайно перше по лівім боці). Пухлинина є стає чим раз більша, шкіра на ній стає лискуча, ціле лице видає ся напучнявіле і zdeформоване. шпари очні зменшені, очі зачервенені. При однобічнім опухненю буває голова скривлена на бік, але звичайно напухає опісля і друга сторона.

Скоро пухлинина іде низше на околицю горла, стає проковтанэ утрудненэ, мова робить ся носова, а в тяжких випадках і віддих стає тяжкий.

Нераз бувають великі болі в околиці уха, діти жалують ся на великий біль голови, шум в ушах, нудности, а з уст тече безупинно слина.

Теплота тіла підносить ся зразу але скоро спадає.

Перебіг недуги є ріжний. Переважно на 7-ім дни насту пає поліпшенэ, теплота тіла спадає, пухлинина стає м'якша. Послідні появи недуги зсезають звичайно по двох неділях. Вихід з правила добрий. Рідко коли при невідповіднім поступованю лишає ся постійне затвердненэ опухлих желез, або желези переходять в ропінэ. Ще рідше лучають ся попутаня (комплікації) недуги. До тих належать запаленя м'якоті, міхура і нирок.

Розпізнати недугу доволі легко, але ніколи не завадить засягнути фахової поради.

Недуга лічить ся сама від себе, треба лише придержати строгу дієту, уста полокати дезинфекційним ліком (боракс осид), пухлинину прикрити ватою, та намастити теплою оливою.

Скоро наступить яке поважне попутанэ, як зропінэ желези (що вимагаєжконче операції), або опухненэ м'якоті, запаленэ міхура або нирок, тоді лише лікарська поміч може запобігти поважним наслідкам.

КРОВАВА ДИЗЕНТЕРИЯ (ЧЕРВІНКА АБО РІЗАЧКА).

З кінцем літа і в початку осени являє ся хвороба, при котрій хорий має великий напір на сталець і кроваві відходи. Эсе так звана "дизентерія". Ся хвороба не лучає ся лише поодиноким, але звичайно більше людий відразу на ню хорує.

Дизентерія нападає зарівно дорослих людий, як і діттих, а обяви є такі: хорому зачинає звичайно гуркотіти в животі, при чім чує він також біль і кольки в кишках. Болі ті найбільше мучать тоді, коли хорий віддає сталець. При тім чують хори великий напір на сталець, так, що деякі хори бігають майже без устанку по 20-40 разів, а навіть і до 100 разів на добу. Очевидно, що при кождім віддаваню стілеця виходить ли-

ше дуже мало, часом лише, кілька капель, а для тої дрібні зносять хорі великі муки. Різанэ в кишках буваэ часом невиносиме. Через те звуть сю недугу також "різачкою". Стілці траплять зовсім прикмету здорового калу не э вонючі, а натомість представляють рідкий плин, в котрім э багато слизи, подібної до смаркотиня, куснички якби тоненької скірки, много зернистих крупок, що виглядаэ як жаборинэ, а звичайно э також значна домішка крови. Через те звемо сю недугу також "червінкою".

Э причини так частих відходів і болів буваэ хорий дуже ослаблений, не маэ охоти до їди, часом дістаэ прикру гикавку, а навіть і блюванэ. Горячка э часом мала, часом більша, а деколи перейде хороба і без горячки. Ся недуга треваэ один до півтора тижня, а в тяжких случаях і довше. Такі хорі ослабають дуже на силах, скіра холодніэ, голос стаэ дуже слабкий і хрипливий, хорі худнуть, а зі змагаючим ся ослабленэм може наступити і смерть. Звичайно однак кінчить ся ся недуга подужанэм.

Пізнати сю недугу підчас пошести досить легко, скоро бачить ся згадані появи болю, кольки, різаня, і прикметний сій хоробі `столець.

Щож робити, аби остережи`ся від неї? Перш усього треба знати, що найбільшим розсадником сеї недуги э випорожнення (відходи хорого). Тому не можна їх виливати денебудь (на гній, до стайні, на ород і т. д.), але треба їх поливати карболевою водою або вапняним молоком і закопувати в осібній ямці. Виливати їх до спільного виходка дуже небезпечно, бо річ певна, що люди здорові уживаючи того виходка, часто заражують ся. Э огляду на се, що лекише підпадають тій хоробі ті, котрі дістануть звичайну гризь (катар кишок), треба підчас пошести дизентерії пильнувати ся самому, а головню треба доглядати дітти, щоби не переїдали ся сирими незрілими овочами і нестраними річами, від котрих звичайно дістають розвільненэ.

Хорого на` дизентерію треба сейчас положити до постелі і тримати його в теплі. Корм мусить бути лише плинний, а то: клііки, зупи йросіл, а коли хорий зносить, то і молоко. Таку диэту подаэ ся через цілий час недуги, а слабшим хорим можна подавати ще і сильнійший корм, як: яйця на мякко, бу

ліон (купує ся в ліпших корінних склепах) і червоне вино. Усьо, що хорим дає ся, повинно бути тріхи тепле, бо зимного они не зносять.

Щоби вичистити кишки від непотрібних залеглостий, треба подати зараз з початку прочищаючий лік, найліпше одну, або і більше ложок олійку рицинового. (Або кестор ойл). Досьвід учить, що ніякі ліки на стримуванє не усмиряють сеї недуги, але противно лише ліки прочищаючі роблять хорому пільгу. Проте і підчас дальшої недуги подає ся хорому як до віку 1—4 ложки на день олійку рицинового. Можна подавати ще й інші ліки, а навіть при тяжшій занедужаню се річ конечна, але тільки за радою лікаря, якого поміч в тяжшій слуचाю є конечна.

К О К Л Ю Ш .

Коклюш се недуга діточа, а обявляє ся она сильним нападним кашлем. Э се недуга заразлива і тому бувають нераз більші й менші пошести коклюшу. Зародень тої хороби містить ся в воздуху цю хорий видихує, і в харкотиню хорого. Проте діти, живючі в одній родині, або збираючі ся разом для забави або науки (в школах, захоронках), дихають взаємно на себе, цілують ся і т. д., та через те розносять дальше хоробу. Зародень коклюшу се такий малий грибок (бактерия), ко трий живє у віддихових озьявах дитини. Хто раз вже перебув сю недугу, той є уже відпорний проти неї, і другий раз на ту недугу не захорує. Найчастійше хорують на коклюш діти понизше шестого року житя.

Зразу коклюш виглядає як звичайний катаральний кашель. При тім мають катар носовий і очний та більшу або меншу горячку. Так требає 1—1½ тижня. По тім часі недуга прибирає инший вид, а іменно кашель стає дуже сильний нападомий. Напад такого кашлю виглядає ось як: Цілком спокійна дитина зачинає відразу дуже сильно і корчево кашляти і так кілька разів старає ся видобути з себе воздух і харкотинє, а по хвили втягає (вдикує) воздух назад, при чім воздух в гортані звичайно свище. Нераз по такім віддиху починає ся наново такий сильний кашель. При такім нападі діти синіють, жили на лиці набігають, а очи сильно слезять. Нераз наступа

ють кровотоки з носа, очи набігають кровю (жилка трісне). Таке може стати ся і деінде: в усі, під шкірою, в мозку і т. д. Нераз діти віддають з себе при кашлю мимохить моч і кал, а тѣ через великий утиск черевної поволоки. Такі напади кашлю виступають всіяко. Нераз 10—15 разів на добу, часом частійше навіть 50 разів і більше. Они лучать ся в день і в ночи. По скінченім нападі деякі діти бувають дуже змучені, декотрі знов приходять живо до себе. Поміж поодинокими нападами поводять ся як здорові, бавлять ся спокійно, але коли приглянути ся їм близше, видно сліди недуги. Очи у них зачервонілі, повіки підпухлі, а жили розширені і засинілі. Часто буває під язиком маленька ранка, походяча від скалічення зубами при кашлю.

При сїм кашлю буває більший або менший катар легких, котрий часом може перейти в запаленє легких. Ціла недуга триває звичайно довго. В найлекшїм випадку 3—4 тижні, а часом навіть 3—6 місяців. Напади стають чим раз рідші, а їдтак устають зовсім. †

Які наслідки може спровадити коклюш? Як сказано, чашто прилучує ся до коклюшу запаленє легких. Таке запаленє може бути дуже тяжке і треба його старанно лічити, бо оно є тяжке як звичайне запаленє. Часом виробить ся з великого кашлю і напруженя розширенє легких, а часом переходить такий коклюшевий кашель прямо в сухоти легких. Рідко бувають інші попутаня сїї недуги, іменно жолудкові (сильне катаральне розвільненє), а часом в наслідок тяжких нервових появів наступає смерть (судороги і безпам'ять).

Розпізнати коклюш на певно і відрізнити його від інших недуг легких буває зразу дуже тяжко. Пізнійше, коли по кажуть ся звісні корчеві напади кашлю. Найважнійшою річю є недопустити до того, щоби діти взаїмно від себе заражували ся. Як в якій місцевості є коклюш, то цілий воздух є заражений, тому, хто лише може, той вивозить хору дитину в таку місцевість, де коклюшу нема. Взагалі треба дбати, щоби дитина мала добрий і свіжий воздух, здоровий корм, і відповідні, як найкориснійші условини житя.

Певних ліків, щоби застановити недугу відразу, не маємо. Як сказано хвороба лічить ся сама від себе. Лиш, як хто дуже занедбує дитину, або як дитина з роду дуже слабосиль

на, може лучити ся прикрій випадок. Усякі поважнійші попу-
таня недуги (запаленэ легких і т. д.) вимагають знов осібно-
го лічення, але се без лікарської помочи э неможливе.

У дітей на бігунку з перестуди обв'язувати дітям живо-
тик флянелею і дати пити воду з добре вивареного пориджу
(вівса) Колиб бігунка у дітей не повстала з перестуди то да-
ти ложочку рициневого олэйку (кестор-ойл) і давати пити во-
ду з вивареного рижу. На животик мож прикладати рушник
замачаний в перестоялій воді. Дітям маленьким, эще коло гру-
дий не давати нічо їсти тепер лише груди, хибаб бігунка пов-
стала через злі груди, старшим дітям давати вівсяні страви
(поридж) добре зварений, рижову кашу або ячмінну.

Д У Р (ТИФ).

З давен давна знають люди таку хоробу, при котрій ді-
стаэ чоловік високу горячку, маячить, зриваэ ся, дуріэ, через
що эї назвали навіть дуром (тифом). Скоро отже хорий ока-
зуэ такі появи слабости, як щойно описано, тоді без огляду
на те, що то за недуга, говорили люди, а навіть і старі лікарі,
що хорий маэ тиф. Нині знаэмо, що повисші об'яви можуть
бути і при інших недугах, головно при заразливих.

Тиф або дур э безусловно недуга пошестна. Нераз пар-
років эї не видно, аж тут знов не знати звідки зявить ся, все
більше-менше літною порою, а переважно в осени. Розріжня-
эмо три роди тифу, а то: а) **тиф черевний** (найчастійший),
б) **тиф пятнистий** також званий **голодовий**, і в) **тиф наворот-**
ний.

А) ДУР (ТИФ) ЧЕРЕВНИЙ АБО КИШКОВИЙ.

Ся недуга походить від закажени отруэю, котра тво-
рить ся там, де гниють якісь части "органічні", то э частини
походячі з погибшого сотворіня чи з погибшої рослини. В та-
ких тілах живуть тифові бактерії, які наука уже розслїдила.

Бактеріїв тих голім оком не видно, тож легко можна їх
чи з їдою чи з напитком проковтнути. Скоро они зайдуть до
кишок, то там розмножують ся і видають з себе отрую "ток-
сину", котра затроуэ чоловіка тай викликуэ появи черевного

тифу. Сі бакцилі витворюють в кишках недужого т. зв. тифові болячки (прищі), котрі нераз зливають ся з собою і витворюють широкі болючі місця.

При секції помершого на черевний тиф можна знайти в його кишках нечислиму скількість тифових бакцилів. Они відходять з чоловіка з калом. Тому кал хорого на тиф є дуже заразливий і через невідповідне обходженє з ним найчастійше тифова пошесть розширює ся. Буває часто, що частини людського калу (або гній з інших гниючих органічних творів в котрім є тифові бакцилі) просякають і доходять під землю до жерельних жил і закажують якусь керницю, з котрої люди нюють воду. Але не лише з водою, бо і з молоком, як також і з иншим кормом можуть тоті бакцилі зайти до кишок чоловіка і заразити його.

Тиф черевний находить звичайно на особи дорослі, а в діточім віці є він рідший. Ніхто від него не є безпечний, хиба той, що вже раз його перебув. Такий чоловік вже є наче защіплений тифом, тож другий раз рідко вже коли заразить ся.

Звичайно требає така недуга около місяць. Тому ділимо перебіг слабости на чотири неділі. В першім тижни недуга що йно стає сильнішою і змагає ся. Хорі стають чимраз слабші, біль голови більший, не хочуть нічого їсти і мають велику спрагу. Горячка стає чимраз висша, шкіра висихає і є дуже горяча, так само і уста, а найгірше висихає язик і стає білий. Сон є дуже неспокійний. Так минає перший тиждень. В другім тижни, а часом ще і при кінци першого ті тяжкі появи ще більше змагають ся. Горячка доходить до небувалої висоти, чоловік тратить свідомість, маячить, зриває ся, а нераз хоче навіть утікати. Найгірше буває в ночі. При тім починає недужий троха кашляти, живіт здуває ся, а замість твердого стільця дістає тепер розвільненє. На грудех і животі виступає мала висипка маленьких блідо-червоних плямок. В третім тижни можуть долучити ся всілякі побічні недуги. Але скоро недуга має правильний перебіг, то тяжкі появи по троха уступають, недужий стає свобіднійший, зачинає по троха більше їсти, спить спокійнійше, а горячка очевидно спадає. Так переходить недужий в четвертий тиждень, т. є в так званий тиждень подужаня.

Ось як виглядає пересічний образ дуру черевного. Але

можуть зайти часом всілякі комплікації (попутаня), котрі роблять сю недугу далеко тяжшою і можуть спровадити смерть чоловіка. Перш усього можуть виступити дуже тяжкі появи у проводі кормовім, іменно в кишках. Нераз витворює ся в кишках велика сила газів (т. э вітрів), котрі не відходять і живіт здуває ся як бочілка, через що хорий тяжше дихає, чує ся дуже не своїм і терпить много. Нераз лучає ся, що боляки в кишках дуже розширяють ся та перегризаять часом десь якусь жилку, котрою переходить кров. Відходи стають тоді цілком кроваві. Поява така э дуже небезпечна, бо практика виказала, що половина таких хорих, котрі ідуть кровию, звичайно не витримує недуги, лиш умирає. А найгірше, як такий боляк в кишці перегризе її наскрізь, тоді наступає зараз острє запаленє болони черевної, а з тої хвороби ніхто не виходить. Чоловік гине тоді напевно до трох або до чотирох днів.

Розпізнати з цілою певністю дур, головно в перших днях, буває нераз досить тяжко. Бо і інші недуги, котрі починають ся великою горячкою, можуть давати зразу подібний образ, як дур в початках. До таких недуг належить віспа, шкарлатина, запаленє легких, а навіть і тяжка інфлюенца. Проте, скоро бачимо, що недужий зачинає сильно горячкувати, належить усе як найскорше засягнути поради лікарської. Горячку пізнає ся по тім, що хорий має горячу шкіру, сухість в роті, велику спрагу, неспокійний сон, а часом і маячить, то значить "говорить з горячки."

При тифі черевнім э се цікаве, що в першім тижни горячка що днини що пів степеня підносить ся, она лізе, якби по драбині.

Щож треба робити, щоби помочи самому хорому і як його треба лічити? Тут треба поставити велику вагу не лише на само ліченє, але також на так звану дієту, то значить на їду, котру хоґемо подаємо.

Хорий на тиф мусить як найскорше положити ся. Бороти ся з хворобою ходячи дарма. Се лиш ослабить чоловіка і проволікає недугу. Возити недужого, хобчи і до лікаря, чи в зо́м, чи залізницею, річ шкідлива. Комната, в котрій хорий лежить, мусить бути по можности простора і добре провітрювана. Не треба бояти ся отворити вікна, бо хорий горяча не знесить. Звісно прецінь, що в літі, коли э спека, більше людей

на тиф умирає, як холодною порою. Хорий потребує мати великий спокій, проте всього гамору і стукоту треба оминати. Також і ясне світло йому прикре, тому треба прислонити вікна. Скоро недужий говорить в горячці не до річи, то не треба перечити йому, щоби його непотрібно не гнівати, бо він сам не знає, що плете. На двір з потребою не вільно хорому виходити, лиш треба підкладати під него миску. Ліжко має бути чисте, постіль зчаста змінювана, але тверда, щоби хорий не випарив ся і скорше не відлежав ся.

Відживлюванє хорого на тиф мусить бути поживне, але через високу горячку і через боляки в кишках, можна давати лише плинний корм. Парене молоко є найліпше, але на жаль хорі не хочуть його довше пити. Можна проте давати якийсь час трохи легкої кави. Крім того треба подавати легкий чай, а таким хорим, що за здоровля їм би деколи випити, треба давати конче міцного вина. Дуже треба давати добрий росіл, до котрого можна розбити одне сире яйце; клік з ячмінних крупів (видушених і проціджених з додатком масла), а на охолоду подати зимну лімоняду (сок з цитрини з водою і троха цукру), а де вода є добра і чиста, можна дати і звичайної води. Але борони Боже подати води там, де є вода непевна.

Ліків самому ніяких не подавати, хіба за виразним приписом лікаря.

Велику пільгу роблять хорому, а навіть можуть уратувати йому житє часті змиваня цілого тіла чистою водою або водою з оцтом, дальше завиваня в простирала (полотна), замочені в зимній воді, а навіть, але тільки за дозволом лікаряським, зимні купелі. Проте не маємо чого лякати ся роботи таку купіль, скоро лікар на се позволить, лиш не за довго, найдовше 10 минут.

Скоро хорий дуже маячить, треба дати йому на голову міхур з ледом або обкладати з зимної води, котрі однак треба часто зміняти, щоби не огрівали ся. Такі самі обклади давати і на живіт, головно тоді, коли хорого дуже здує.

Коли до тифу прилучить ся яхась инша недуга, о котрих ми перше згадували, то тоді треба примінити і инше ліченє відповідно до припису лікаря. Але і найліпші ради лікарські не допоможуть, скоро окруженє хорого не возьме ся само

до діла як слід, бо ніякий хорий не вимагає такої великої опіки і заходу, як хорий на тиф.

Тому ще раз звертаємо увагу, що ніхто так скоро не відлежить ся як недужий на тиф. Треба його проте пильнувати, уважати, щоби не лежав на зім'ятій постелі. Скоро лише яке місце на тілі нагнетене зачервоніє, треба його часто змивати водою з оцтом.

Кожний, хто заходить ся коло хорого, а головню має до діла з його відходами, повинен за кожним разом змивати руки милом в звичайній теплій або в карболовій воді. Такою самою карболовою водою треба зараз обляти відходи хорого (місто карболової води можна також ужити до того порошок негашеного вапна або розпущене вапно в воді, так зване вапняне молоко) і не виливати ті відходи де будь, лише до викопаної осібно ями, по можности як найдалше від керниці і зараз присипати їх землею. Так само осторожним треба бути і з білєм і всякими иншими приладами, котрі були в стичности з хорими, бо від них можна також дуже легко заразити ся. Вкінці треба подбати і про вичищенє хати по перебутій хоробі (дезинфекцію).

Б) ДУР (ТИФ) ПЯТНИСТИИ (ПЛЯМИСТИИ).

Давнійше проте звали сю слабість також "тифом воєнним", бо все являла ся она по війнах, а що она ціпає ся найбільше убогої людности, а то в часі неурожаю і на переднюку, значить ся тоді, коли є справдішний голод або принайменше хвилевий недостаток, тому називають у нас сю слабість "тиф голодовий".

Чому власне ся слабість находить найбільше бідну людність? По перше тому, що бідні люди живють глітно по тісних хатах, а через недостаток і тісноту не можна утримати чисто ти. До того бідні люди відживляють ся дуже лихо тай через се не мають опору проти такої недуги.

Чим ріжнить ся сей тиф від тифу черевного? Довгі часи не могли навіть і лікарі розріжнити тих двох недуг, бо і при одній і при другій недужі хорий показує обяви однакові, а іменно: велику горячку, неспокій, безпам'ять, маяченє (то все називаємо тифовим станом). З тої причини сї обі слабости на

зивано по просту тифом. Аж пізнійше показало ся, що се дві цілком інші недуги, і що причина їх з цілком інша. При черевнім тифі западає недужий на появи черевні, а при пятнистім тифі того нема, і той тиф не переходить так правильно в чотирих неділях, як черевний, але має перебіг багато острійший, тай дуже не однаковий. Много залежить від того яка з сила пошести. Часом гине від неї 5—10 на 100 хорих, а часом буває она така тяжка, що гине половина усіх хорих. З она безусловно більше заразлива, як тиф черевний і тяжше устеречи ся від закаженя. Бо скоро при черевнім тифі знаємо напевно, що шкідник недуги сидить в відходах хорого, то при пятнистім не лише відходи хорого, але всьо, що в його окруженю находить ся, може перенести хоробу на другого, приміром: білэ, одіж, хоч на око чиста, а навіть віддих недужого має в собі зародні хороби, котрі може здоровий вдихнути в себе і вже від того самого заразити ся. Тому усі, котрих доля призначила ходити коло таких хорих, а то: дозорці хорих, прачки біля, а навіть лікарі не годні встеречи ся від зараженя сею недугою. А щож доперва говорити про родину, котра нераз дусить ся і по десятеро в одній хаті? В такій родині, скоро та недуга загіздить ся, то не обійде ся звичайно з одним хорим, але часом ляжуть нераз і всі, що живуть в сім домі. Лучали ся такі випадки, що цілі родини повимирали на пятнистий тиф.

Якже виглядає тотя недуга? Она починає ся далеско острійше як тиф черевний і вже до кількох днів доходить до своєї висоти. Хто заразить ся тим тифом, не захорує конче відразу, а часом 8—10 днів носить він зародець тої хороби. Але як вже недуга розпічне ся, то звалить скоро і найздоровшого чоловіка. Она не іде так по степени з легонька, як черевний тиф, лише бере ся дуже остро до чоловіка. Такий хорий почуває звичайно сильній дрощ, його морозить по цілім тілі, головно хребтом, тай зараз тої самої днини підносить ся горячка висше, як при тифі черевнім. При тім болить дуже сильно голова, крижі, руки і ноги. Часом буває, що хорий блює, в голові мутить ся, бачить всілякі привиди, в ухах шумить, тратить скоро зовсім память, маячить, белендить так, що нераз люди і не догадують ся, що се тиф, лиш думають, що хорий зійшов з розуму. Коли такого хорого не припилнувати,

то може длучити ся, що він навіть заподіє собі щось злого, по вісигь ся, або в инший спосіб позбавить себе життя.

Горячка у такого хорого майже не спадає, навіть рано (при инших горячкових недугах усе рано буває ліпше).

Скіра є дуже горяча, а язик сильно обложеный і сухий. Хорий дихає важко, в носі і очах видно нежит (катар) і вже з самого початку починає троха кашляти. Появив недуги кишок нема, хиба легке вздутє живота і слабне розвільненє. Моч хорого горячкова, темна і насичена.

Вже третого а найдалше сегомо дня виступає висипка, т. є пятна або плямки, від чого сей тиф названо пятнистим або плямистим. Э то малі червоні плямки, а висипують ся они по грудех, плечах, боках, руках, ногах, а рідко коли на лиці. Плямки ті є досить дрібні, але часом бувають і більші, подібні як при корі, тому нераз, скоро така висипка виступить у молодшого, уважано зразу ту слабість за невинний кір, а тимчасом був се тяжкий пятнистий тиф. Проте треба бути дуже осторожним з кождою висипковою недугою.

По двох, трох днях підходять ті плями кровню і стають чимраз чорнійші. Рідко коли буває, щоби зразу червоні плямки не зчорніли, а ще рідше лучає ся, щоби висипка була легонька, або щоби єї зовсім не було.

В лекших виїадках уже другим тижни недуги спадає го рячка і наступає загальне поліпшенє. Горячка спадає звичайно нагло.

В тяжких случаях буває знов інакше. Появи хориби змагають ся в застрашающий спосіб. Ослабленє стає чим раз більше, хорий нічого не знає, ні про себе, ні про сьвіт, маячить ше більше і починає звичайно сильнійше кашляти, а се є знаком, що долучила ся ще і хориба легких, звичайно сильний нежит легких, а часом і запаленє. При таких сильних появах хорий не витримує звичайно хориби, але гине. Скоро наступає подужанє (котре часом проволікає ся і до 14-го, до 18-го дня, нїм горячка спаде), тоді стає хорий чимраз веселійшим, висипка по трохи никне і мало помалу приходить недужий зовсім до здоровля.

Буває нераз, що при такім сильнім тифі причіпляють ся і инші побічні а тяжкі недуги, а то: запаленє уха так, що в усі рве і тече з него нарва, запаленє желез слинних, котрі часом

тажке ятрать ся, тай запаленэ легких, або запаленэ олегочної болони, часом навіть витворить ся боляк в легких. Могуть та кож і на шкірі висипати ся боляки, а коло них ширші запаленя підскірні, а часом виступає також так звана жовтілиця, при чім хорий стає жовтий, як віск. Так само, як при тифі черевнім, може хорий легко відлежати ся, а щоби се не наступило, треба пильно про се дбати

По чім пізнаємо напевно сю недугу?

По перше виступає она далеко острійше і звичайно сильним дрощем, що при черевнім тифі не буває. Відтак гірше заморочить она чоловіка і він швидше тратить память. Висипка при черевнім тифі є дуже маленька і майже ніколи не чорніє, а при п'ятнистім тифі болять сильнійше крижі, руки і ноги, але нема знов так тяжких появ кишкових (крівавих стілців і т. д.) А вже спосіб подужаня є цілком инший, бо при черевнім тифі наступає оно пізнійше і повільнійше, а при п'ятнистім є оно скорше найдалше до 17 днів і звичайно більше в спосіб наглий через кризіс (перелом).

Сказати наперед, як скінчить ся така недуга, тяжко. Се залежить, як сказано, від сили закаженя і від опіки, яку ми дамо хорому. Тому треба дбати, щоби усі ті способи лічення, котрі ми подали при черевнім тифі і тут примінити як найточнійше.

В І С П А .

А) ВІСПА ЗВИЧАЙНА.

Заки у особи, зараженої віспою виступлять острі появи сеї недуги, перейде нераз 10.—14 днів. Звичайно мов ненадійно виступає дрощ, горячка, біль голови і сильні болі в крижах. Пізнійше почуває ся хорий дуже тяжко недужим, язик стає сухий, апетит ослабає, хорий терпить на велику безсонницю, а часом навіть долучає ся безпам'яття і маячення. Опісля, часом вже на другий день хвороби, появляє ся віспова висипка. Э то виразні міхурці, в котрих виступає часом кров і матерія (нарва).

Після того, чи висипка є сильнійша, чи слабша, чи в міхурцях являють ся більше або менше нарви та крові, розрізняє ся ріжні роди сеї недуги. Э проте найлекша віспа, де ви

ступить лише дуже мало міхурців при легкій горячці (віспа вітрова), а віспа легка, коли висипле ся міхурців більше, а горячка при тім досить мірна. Деколи знов тих міхурців висипле ся велика скількість, так, що они неначе спливають з собою і при тім а в них троха нарви і крові та значна горячка. Се а віспа правдива. В найтяжшій випадку появляє ся в тих міхурцях много нарви і крові, котра згодом темніє. А то та найстрашнійша віспа, котру також наївають чорна віспа.

Пересічно треває недуга 12—14 днів, а опісля починає висипка присихати. Міхурчики пукають, зміст їх випливає, ранка починає покривати ся струпом. По кількох днях тот струпи відпадають і рівночасно спадає і горячка. До 3—4 неділя шкіра вичищує ся, а лишаются, ся лише сильнійше закрашені місця, а в міру того, чи прищі були більші чи менші, лишаются ся також звісні плитші або глибші пятна.

Розпізнати недугу буває нераз доволі тяжко, доки не появиться ся прикмета сій недугі висипка. Але навіть як вона виступить, легко можна ще помилити ся і уважати сю недугу приміром за кір або за пятнистий тиф, бо висипки бувають нераз дуже подібні. Лише чорна віспа а так прикметна, що ні яка инша недуга не а до неї подібна. В кождім випадку підозрілої висипки повинно ся засягати лікарської поради.

Мимо найстрашнійшого лічення лише лекші случаї віспи переходять в подужанє, а так звана чорна віспа а дуже небезпечна і часто кінчить ся смертю.

Найлучшим средством проти віспи а щепленє.

Б) ВІСПА ВІТРОВА.

Крім сеї тяжкої віспи лучає ся головно у дїтій ще дуже легка форма сеї недуги, котру зовемо звичайно вітровою віспою. Вона іде або з дуже легкою або і зовсім без горячки і а тим прикметна, що на тілі висипують ся дуже грубі але дуже рідкі прищі (нераз лише кілька).

Ся недуга переходить сама без ніякого лічення, треба лише дитину притримати кілька днів в ліжку.

Цікаве се, що на сю недугу западають діти вже щеплені, здає ся, такі, котрі лише раз були щеплені, а не зістали повна левгий.

ХОЛЭРА.

Як усі тяжкі заразливі пошестні недуги, так і холэра по явяэ ся лекше і тяжше. Лекша холэра выглядаэ, як дуже тяжкий катар кишковий. Хорий віддаэ дуже часто без великих болів рідкі стілці 3—8 разів на добу. При тім чуэ ся хорий дуже немічним, не маэ охоти до їди, чуэ велику спрагу, терпить на легкі болі в яидках і маэ менше мочи, при чім правильно наступаэ блюванэ. В деяких випадках по кількох днях наступаэ поліпшенэ, а в інших випадках долучують ся по 2—3 днях тяжкі появи холэри. Часом лучають ся середно сильні випадки, котрі трывають 1—2 тижнів, але найчастійше виступаэ холэра відразу з дуже тяжкими появами.

Хорий, котрий може з разу мав лише легке розвільненэ, дстаэ відразу дрощ, велике ослабленэ і біль голови. Зараз потім появляють ся тяжкі появи жолудкові і кишкові. Розвільненэ стаэ дуже сильне. Хорий віддаэ в дуже коротких відступах стілці, котрі з разу мають вид і краску правільну, але пізнійше стають цілком інші і для холэри прикметні. Они иглядають як розварений риж, або стають подібні до жентиці; згодом стають цілком безбарвні, безводні і воднисті. Чаом домішуэ ся до них мала скількість крови.

До сего сильно розвільнення долучуэ ся рівнож часте блюванэ. Блювотини выглядають звичайно також воднисто, але краска їх залежить більше від ужитого корму. Побіч блюваня наступаэ часто у хорого сильна гикавка. Крім тих найважнійших для холэри прикметних появ, як розвільненэ і блюванэ, появляють ся ще ось які недомаганя: хорі не хотятя нічо їсти, лише чують неугасну спрагу. Язык сухий, білий, живіт втягнений і твердий. Великих болів в кишках хорі не чують. Серце сильно бэ ся, при чім хорі відчувають великий ляк. Серце згодом ослабаэ, а живчик стаэ так дуже слабый, що го ді його відчуті. Лице, руки і ноги стають зимні, майже ледоваті, а краска стаэ синява, на устах майже чорнява. Теплота тіла спадаэ. Очи западають в глүб, скіра корчить ся. Голос стаэ хрипливий і слабый (звісний так званий холэричний голос). Віддых тяжкий і поверховний. Сьвідомість і память нераз до кінця э ясні, лише видно в хорих велику нехіть і мале отупінэ, звичайно хорі спокійні, рідко коли подразнені і неспокійні.

Дуже важною прикметою сеї недуги є також дуже болючі корчі м'язів. Головно в лідках, рідше в пальцях ніг, в стегнах, раменах і руках. Корчі такі виступають без найменшої майже причини. тривають кілька хвиль перестают, але відтак знов повторяють ся.

Звичайним об'явом хвороби при тяжких випадках холэри є дуже зменшене або цілковите задержанэ мочи. Часом не віддають хорі через кілька днів ніякої мочи. Се требає нераз аж до смерти, або до дуже рідко наступаючого подужання. Від дана в малій кількості моч є дуже мутна і насичена.

За нашіток вживати переварену воду, парене солодке молоко, хоч можна і квасне, у кого оно не робить розвільнення. Горівки і вина можна випити, але не много. Найліпше пити горячу гербату з цитриною або коньяком. Коли хто дістане підчас пошести холэри гризь, то треба такого хорого положить до постелі і зараз відокремити від здорових. Треба дбати, щоби такий хорий добре вигрівав ся, на живіт поставити теплі оклади і дати добре на поти (до того дає ся гербату з липового цвітү); крім того взяти хорого на остру дієту, подавати много теплої гербати. Скоро недужий стане блювати, то дає ся малі кусники леду. Проче ліченэ належить уже до лікаря.

Саме ліченэ належить очевидно до лікарів, однак не завадить дещо і звичайним людям про способи лічення сеї недуги довідати ся. Хорих обвиває ся в теплі покривала, при чім натирає ся найчастійше теплою оливою. До питя подає ся хорому горячу гербату, сильну чорну каву, росіл, буліон (виду шений сок з мяса) і горяче вино. Теплі купелі з додатком гірчиці є також дуже добрі. Проти блювання дає ся пріковтувати куснички леду, а проти корчів в лідках уживають лікарі підскірні вприсненя (морфіни.) При послідних пошестях холэри почато також вприскувати під шкіру велику скількість розчину кухонної соли. щоби в той спосіб додати хорому много води до його крові. Звісно, що хорий на холэру неначе висушує ся і такий додаток води є нераз для него спасений.

При дальшій ліченю хорих на холэру поступає ся так, як при ліченю на кишковий катар. Подає ся їм молоко, росіл, кліїк, сухарки і т. д. Холэричний тиф лічить ся подібно, як звичайний тиф.

ЗВИЧАЙНІ НЕДУГИ.

—*—**—*—

БІЛЬ ГОЛОВИ.

Причиною болю голови може бути, тяжка пожива, яка залягла в жолудку, затвердненє, брак свіжого воздуха або надте напруженє при умисловій праці.

Насамперед треба вважати, щоб відхід на двір був ре-гурярний. Взяти на прочиченє пігулки (фрутатівс або які инь ші, які дістанете в другсторі), коли нема пігулок то пити зим ну свіжу воду, їсти квашену капусту, пити маслянку, росіл з огірків або і воду з оцтом і цукром.

Колиж столець є мягкий і частий а біль голови не устає то треба тоді пити нащо склянку або дві зимної жерельної води, ходити чи працювати по свіжім воздуху. До голови прикладати листє з капусти, терту бараболу або бураки а в літі змочувати голову зимною водою.

БІЛЬ ЗУБІВ.

Біль зубів може походити від ревматизму, зіпсутого зуба, з крови і т. д. Коли біль зубів походить від ревматизму то звичайно боить перше один зуб а відтак ціла щока. Тоді треба підкурюватись зілєм, коли нема його то назбирати коло ясел в стайні дрібне цвітцисте сіно і ним підкурюватись.

Ноги вимочувати в теплій воді до якої мішаєсь трохи соли і попелу, се робити перед спанєм. До зуба прикладати чісник зі солию, брати до уст теплу воду, коли тепла не поможе то брати зимну. Пара з горячої води також помагає. Колиж зуб порохнавий або лише пеньки стерчать, то найлучше витягнути пеньки або спорохнавий зуб заляти циментом чи сріблом.

БІЛЬ РЕБЕР.

Де боить натерати чісником. Пити легке вино з 3. ложочками насія петрушки. На крижі поставити п'явки. Смарувати бік де боить камфоровим олійком (кемфор-ойл) зробити плястер з муштарди і муки, беручи по половині муки і муштарди заробляючи водою на мягке тісто. Се тісто завину-

ти в шматок і прикладати до тіла де болить. Можна зробити і такий плястер: — 4. унц. твердої смоли, 1. унц. воску, 1. унц. саджі твердої з комина і трохи лняного олію се добре вимішати і приложити до болючого місця.

БІГУНКА АБО РОЗВІЛЬНЕНЭ.

Бігунка чи розвільненэ не всегда э шкідливе. Залежить з чого она повстала. Нагло здержувати зї не э добре, тому лишити, щоб она сама застановилась, але щоб се не тревало довго, то треба здержатись в части від їди а лише час від часу випити не дуже товстого росолу.

Колиж бігунка повстала з перестуди, тоді треба рівномірно їсти і держатись тепло — головно ноги. Пити росіл з куряти. Пити червоне французке вино з цукром, цинамоном або мушкателовою галкою (нотмег) але лише тоді, коли бігунка не э вже в стані хронічним. Добре пити воду виварену з рижом.

БОРОДАВКИ.

Перевязати добре эдвабом (силком) і так держати доки не усхне. Смарувати медом, в яким розробить ся галун або цибулю.

БІЛЬ БОКІВ.

Їсти богато ярини. Варити овес з хмільом і солию і в мішочку прикладати до боку доки не устане біль. Варити татарске зілэ в воді і пити сю юшку. Салом смарувати бік.

БЕЗСОННІСТЬ.

Безсонність повстаэ звичайно з надто напруженого ума з надмірних терчнь моральних чи фізичних із скорої женитьби у молодих людий і взагалі зі всего надмірного ужитя. Средства до усуненя безсонности э: — зимні купелі і рух чи праця аж до утоми. На ніч мочити ноги в зимній воді. Не пити горячих напоїв на ніч. Старатись перебувати на свіжійм воздуху як найбільше. Вмиванэ голови зимною водою. Коли висше подані средства не помагають то тоді їсти на вечеру дуже мало і легко прикриватись.

БЕЗСИЛЬНІСТЬ У МУЩИН.

Безсильність у мущин звичайно походить від слабовитих родичів або від надмірного віддавання ся тілесним похотям головно за молоду. Причиною буває також пересиленэ фізичне чи моральне.

Средства суть: — Житэ умірковане. Житэ сельске чи подорожуюче. Пити лише сьвіжу жерельну воду за напиток а їсти легку і стравну поживу.

До їди уживати богато муштарди, чеколяди, риби, язць моркви, хрину, цебулі, ріпи, петрушки і взагалі як найбільше ярини.

Рано купатись в зимній воді а на ніч класти зимні оклади на встидливе місце.

БОЛІ В ЖОЛУДКУ.

Коли чуэте по їді який тягар чи біль в жолудку, то се знак, що Ви зїли щось нестравного. Треба сейчас напитись води з цукром або чорної кави. Мож зїсти солоний оселедець або пролигнути 10 до 12 зерен перцю (найлучше перед їдою.)

Коли відбивають ся кваси в жолудку то добре взяти ложочку потертого деревляного угля, або угля з паленого хліба (скірки) або і з корка. Колиж кваси чи паленэ в жолудку повстаэ по їді якихнебудь потрав, то се знак, що жолудок э обезсилений тяжкими поживами. Треба їсти ярину а тяжкі страви як сир, мясо і т. д. зовсім на якийсь час залишити. Вважати, щоб не пити, по горячих стравах зимної води. Коли печенэ в жолудку э нагальне то взяти кілька ложочок цукру.

БІЛЬ В ГРУДЯХ.

Добрим средством э гербата з анижу. Видушений сік з редькви, який пити кілька ложочок що раня. Втертий хрін змішаний з горівкою брати одну ложку перед спанэм. Сьвіжовтертий хрін прикладати на груди, коли нема хрону то мож взяти муштарчу і заробити эї з мукою.

ДУШНІСТЬ.

Рум'янок вложити до мішочка і заварити в оцті а від так тепло на ніч прикладати вліжку до підшвів. Липове листя сухе зварити, перецідити і що раня і вечера пити з медом.

Не їсти дуже солодких, квасних, ані вуджених страв. Їсти много хрину. Пити відвар рути з медом що вечера.

ДИКЕ МЯСО

Дике мясо посипати синим каменем. Прикладати скробану моркву.

ГОРЯЧКА ЗВИЧАЙНА.

Пити по 6. ложок соку зі свіжої петрушки. Пульса і голу натерати лініментом або нерволіною. Коли нема лініменту чи нерволіни (яких мож дістати в другсторі) то натирати пульса чісником.

ГОРЯЧКА ЗИМНА (ФРИБРА).

Ся горячка ріжнить ся від иньших тим, що напади її повертають в певних відступах часу. Між одним нападом а другим чоловік чуєсь цілком здоровим і може сповняти свої буденні обовязки.

Средства проти сеї фрибри суть:— Горня чорної кави з румом. Мушкателева галка (нотмер) розтерта на порошок. Пити горня чорної кави з цитриновим соком. Випити жовток зі свіжого яйця, який розбити в горнятку вина. Горячий напій з хрону і пива. Мочити кору з дуба або верби в сильнім алькоголи пити нащо по келішку.

Деколи лічить сю хоробу сильний перестрах але як деколи перестрах лічить фрибру так само може її і викликати.

Коли висше подані средства не помоглиб то купити в аптиці хиніни і по одному зернови заживати 2. годині перед кождим нападом.

ЗАПАЛЕНЭ ГОРЛА У ДІТІЯ.

Запаленэ горла у дзітей э найнебезпечнэйшою хоробою якія годі скоро запобічы. Характэрычнаю ознакою запалення горла э: Біль з іколенэм, давленэм в горлі, частый кашель і цяжке віддыханэ. Прикладати пявки до шіі. При легкім спухленю горла, а властиво мігдаликів і цяжке дыханэ повстаэ з перестуди, тому треба обвивати горло змоченим рушником але викрутити його аж до суха, держати дитину в теплій хаті і полокати горло мішаниною зі шальвіі і меду або меду і цитринового соку. Ёсти медівник або солодкий хліб розмочений в горячым козячым молоці і часто ёсти його лижкою. В хронічнім запаленю де дуже цяжко логати сліну добре э полокати горло розробленим крохмалем в воді.

Діти, які часто вападають на запаленэ горла злівати часта зимною водою а шіі не обвивати хусткамі ані чым-небудь міншым, нехай оно прызвичаіть ся до змін воздуха.

КАШЛЯНЭ КРОВІЮ.

На кашель кровію помагаэ мятка варена з оцтом і сей завар пити. Коли кров при кашлі виходить в щораз більшій скількості, уложити хорога на вознак в ліжку, давати йому по ложці зимной води зі солею, на містоц приложити лід і давати кавальчыкі леду до поликуваня.

Хорій не повинен гласно гаворыты ані рухатысь, лшые тихо лажаты в ліжку докы кровавленэ зовсім не перастане.

БІЛЬ В КРЫЖАХ.

Коли болыть Вас в крыжах іжте як найменшые мяса, а як найбольше ярыны. Крыжі розгрывайте нервеліною (нервелін), оковиткою або борсуковым смальцьом або смаруйте салом з дыка.

ЛЕТАРГ АБО ПОЗІРНА СМЕРТЬ.

Насамперед, нім прыступыть ся до ратованя, треба переконатись, чы асоба дійсна мертва чы лшые позірно завмер-

ла. Бересь зеркало зі стіни (яке маэ бути холодне а не тепл значить ся, щоб не висіло десь близько печи або до сонця) кладесь його на уста і ніс лежачого. Потримати зеркало та кілька хвиль а відтак подивитись на него, чи э знаки дрібнеї кої роси чи ні. Коли нема роси то чоловік мертвий, коли суть найменші ознаки роси на зеркалі то чоловік живий лиц що він в литаргу, тому треба його сейчас ратувати. Ноги руки треба обложити теплим камінэм, цеглою чи навіть тар лями чи чимнебудь. По огрітю треба почати натирати ноги рукъ як і ціле тіло чимось шорстким, як сировим грубим полотном або і щітками. Натирати треба добре головно ноги руки і то специяльно долоні на руках а підосви в югах.

Колиб се був замерзлий чоловік, то насамперед трѣ натирати снігом добре а відтак поступати як в горі.

Кімнату, в якій анаходить ся хорий, треба поступеню огрівати чим раз лучше. Колиб хорого годі було привернут до житя мимо старанного натирания, то розтопіть ляк і скропїть ним околиці жолудка кілька разів, а тим часом далі рогривайте хорого натиранэм.

Л И Ш А І .

Лишаї мож усунути осідом э люльки, або купити мил "Катікюр" і ним змивати лице чи лише лишай. Мастити лиша олїйком э мігдалів (алмондс ойл). Відварити редькву і сею водою змивати їх. Коли течуть посипати потовченою крейдою, або змивати їх тоді легкою вапняною водою.

М Л І С Т Ь .

Найлучше винести хорого на сьвіжий воздух і тут положить його на вознак, скроплювати лице добре зимною водою. Під ніс наставити табаки або щонебудь що лоскоче носі. Коли нема нічого такого то під ніс підложити кваше огирки або э огірків росіл. Коли э під руками амоняк то його мож підложити під ніс.

Д У Ш Н І С Т Ь .

Зварити румянок в оцті і сей теплий оцет зіляти до г

ової торби і прикладати до щоднів у ніг. Зварити липове су-
ле листя і пити сю юшку з медом рано і на ніч. Не їсти дуже
олодких страв, ані надто квасних а також не їсти вудженого
тваса. Їсти скільки мож хрину. Замість звичайної води до пиття
живати воду в якій виварилось передтим татарске зілэ.

ГОРЛЯНІ ХОРОБИ.

Запаленэ горла наступаэ дуже часто у дітій і з одною
найнебезпечнійших діточих хоріб, якій годі скоро запобічи.
арактеристичними обявами сеї хороби э: — Біль і коленэ в
орлі попереджаэ звичайно легкий кашель, відтак сей кашель
частійший і при сім віддих стаэ тяжший. Дитину треба три
ати в теплій хаті давати їсти все тепле і такі самі напитки.
оду всегда давати літну коли не теплу, Коли горло по боках
пухне в середині то його обвити флянелею і полокати водою,
якій розпускаєсь трохи меду. Колиб се не помагало то до
дної склянки теплої води дати від 8 до 15 кропель "Нервелі-
і" (нервелін) яку дістанете в другсторі.

В горячім козячім молоці розмочити хліб, кейк або ме-
жник і сим годувати дитину.

Колиб запаленэ горла було тяжше або хронічне, то до
склянки теплої води дати від 15 до 25 кропель "Нервеліні" і
сею водою часто полокати горло. Діти, що часто западають
на запаленэ змивати зимною водою і потрохи призвичаюва-
ти їх до зимна. Шиї не обвивати ім дуже тепло або зовсім за
лишити всяке обвиванэ шиї, через се шия привикне до змін
юздуха і буде відпорна на запаленэ і перестуду.

ГОРЛЯНА ХРИПКА.

Хрипка звичайно наступаэ по перестудженю і коли эї
е почати сейчас лічити то она доведе до цілжовитої утрати
олосу. Хрипку можвилічити через добре обвиванэ горла, че-
ез вдихуванэ пари з кипячої води а найлучше з тої води, в
якій варить ся зілэ або дрібне пахуче сіно. Їсти ячмінну клей-
вату кашку. Пити добре солодку гербату (чай) в якій роз-
іти жовток. Пити сирі яйця, їсти родзинки. Їсти з хлібом мо-
зчко з оселедця. Живати часто пігулки зроблені з муштар-

ди і меду, найлучше заживати сі пігулки нащо. Щоби запобі-
чи болю горла так в дітей як і старших зливати часто шию
зимною водою.

ГОРЛЯНЕ КРУПНИСТЕ ЗАПАЛЕНЭ.

Запаленэ горла найчастійше являэсь у дітій деколи і
у старших. Ся'хороба э небезпечна. Починаэсь оно кашлем,
який опісля стаэ сухим, грубим, подібним до гавканя. Віддих
э утруднений а дитина стаэ неспокійною. На мiгдалках по о-
бох боках шиї видно деколи білі плямки або суть лише дуже
червоні і напухнені.

Ся хороба являэсь, нагло, тому, коли лише підозріваэсь
що се крупнистэ запаленэ, то найлучше закликати і то сейчас
доктора. Колиб було з якоісь причини не можливим дістати
доктора то дитину треба самому ратувати. Коли э пявки, то
поставити на шию дві або три, давати на шию студені сухі об-
клади (рушник змочений в зимній воді і на сухо викручений).
Дитині давати дихати пару з води а пити давати замість води
відвар з румяку.

Коли э біла материя чи плями на мiгдалках то полока-
ти горло медом і соком з цитрини або, лише витирати мiгдал-
ки медом і соком з цитрини. Робить ся так: видусивши сік з
одної цитрини дати до него ложку меду і розбити його в соці.
Відтак взяти гладкий патичок, обвинути на один кінець вати,
замачати вату в соці і ним витирати горло придержуючи язик
дитині ложкою. По витертю сю вату кинути і ужити до друго-
витирання свіжу вату і т. д.

Сік з цитрини здержить дальше пухненэ горла і убэ за-
разки хвороби хотьби се була навіть і дифтерія.

Колиб дитя при такім запаленю синіло, то скроплювати
його зимною водою і натерати груди. Час від часу дати мо-
цної кави або з водою трошки вина.

ГЛИСТИ У ДІТІЙ.

Глисти мож вигубити в той спосіб: — Коли діти більші
то давати їсти сиру квашену капусту, квашені огирки.

На пупець прикладати грінку хліба, який треба висма-

рувати розтовченим чісником. Наскробати крейди і дати пити в воді або молоці. Спалити лошпу з яєць на біло, розтерти їх завязати в шматок мочити через добу в росолі а відтак ви тиснути, сей росіл тепло давати їстї. Мочити посікану цебулю в воді через добу і сю воду давати пити дітям.

ГОМОРОЇДИ ВЕРХНІ.

Коли чоловік має довший час, затвердненэ то на відходів кишці появляють ся малі гудзки завбільшки гороху. На початок найлучшим ліком на них э купіль, а крім сего вести нормальне житэ і урегулювати свій жолудок. На урегульованэ жолудка брати пігулки "фрутатівс" три рази денно перед їдою по одній, а перед спанэм по дві. Ходити богато по свіжій воздусі, їсти мало мяса, пити сирватку або маслянку і їсти много овочів — від сего жолудок прийде до нормального стану.

Колиб гемороїди таке не зникли, то смаровати крижі козячим лозм а на гемороїди прикладати білко з яйця розбити з алуном.

Коли з гемороїдів починаэ йти кров і від нічого не хотять гоїтись то треба піти до доктора сейчас.

НА ФЛЭГМУ В ГРУДЯХ.

Дуже добрим ліком э листэ з суниць (ягід) варити в вині, відтак засолодити медом і пити по 8 ложок на ніч і рано.

ПУХЛИНА.

На пухлину помагають всякі средства прочищуючі, то э пити богато маслянки, брати пігулки фрутатівс по два перед спанэм а один перед кождою їдою. Масть зробити таку, спалити кілька вимолочених снопів бобу, щоб булэ пів гальона попелу, сей попіл заробити одним гальоном франц. вина до того додати мучку з 6 зерен бобу, які висушити і втерти. Трохи сеї маси виложити на лняний платок і прикладати до опухлих місць. Також добрим ліком э се: — Назбирати молодого полину в маю або в червни назбирати, висушити, втов-

чи і зісипати до шкіряної чи гумової торби або й фляшки наляти mocnoю горівкою а відтак закопати в кінський гній найглибше. Так нехай стоїть через 10 сонічних днів (дні по хмурні чи слотяні не рахувати. Відтак виняти і сховати а коли зайде потреба мачати флянелю чи хустку і прикладати на пухляну.

Р А Н И

Змивати часто карболевою водою, щоб рана не ятрилась. Прикладати чорний віск з улія. (Гляди 58 стр. скалічені)

Р О Ж А .

Обвивати тонким вовняним шматком, який треба змняти щодня. Житну муку змішати зі солю, легко огріти прикладати.

РОЖА РОЗЯТРЕНА.

Взяти воску жовтого за гусяче яйце, половину сего жилиці зі сосни, трошки козячого лою, лижку лняного олію (флекс ойл) заробити на масть а потім розмастити се на платок і прикладати.

СТОВЧЕНЯ.

На стовченє добре зробити таку мішанину: — Взятц по рівній часті, вина, цукру і оливи, розбійте се на тарелі. Тепер замочайте в се зложений в четверо платок і прикладайте на стовченє місце. Самим алькоголем мож також натирати. Варити пшеничну лушпу (отробу) в оцті і се прикладати.

БІЛЬ В ГРУДИИ.

Яре жито присмалити на темну краску, варити каву і часто лити. Коли є бзиновий цвіт варити його в молоді пити.

О Т Р О Э Н Э

Від чогоб отроэнэ не було, то треба старатись, як най-корше, щоб хорий вернув се. Тому треба палець захпати в орло або легко дражнити в горлі пером, яке замочить ся в ливі або в розтопленім маслі. На вертанэ добре давати теп- / воду з олійом, оливою або маслом. Давати пити багато мо-эка, яке розпускаэ дрійло, те саме роблять і сирі яйця. Коли орий э затроэний газом, то його треба вивести сейчас на сві-ий воздух, натерати оцтом і скроплювати зимною водою.

Коли затроэні грибами то давати пити зимної води сілько мож і як найчастійше. Тепер постаратись, щоб хорий :рнув а тоді дати йому напитись чорної кави.

Коли э отроэні якогось иньшого рода, приміром, як триольом, квасом сірчаним чи чим подібним, то давайте бо-то води пити з крейдою або миляної води і яких небудь-тейковатих напиктів.

Коли отроэні э лугом, то давайте пити много води з-том.

О П А Р Е Н Э.

Найскорійшим і найпожиточнійшим ліком в першій хви-лі э вода, яку треба прикладати при помочи шматок. Вода не-лише усмиряэ біль але і здержуэ спухненэ. Відтак брати роз-гертї на масу яблока чи бараболї на шматок і сим приклада-ти до опарених місць. Прикладати винний оцет зі шматками.

Сметанка з лняним олійком э добрим ліком. Олива з біл-ом з яйця змішати і так прикладати при помочи шматка до-пареного місця. Звичайне мило розроблене на шуму прикла-ати до опареного місця. Вкінці і вода добре солона э також-брим средством.

ВІДМОРОЖЕНЭ.

Нїколи не йти зі сильного морозу до сильно опаленої-імнати. Вийшовши з горячої кімнати на мороз наперед втя-айте воздух носом.

Відморожені части натерати снігом насамперед а відтак-імною водою розтирати. Щоб скоро не відморожувати паль-ї в руках чи ногах чи й цілі руки чи ноги, то перед заклада-

нєм рукавиць чи черевиків наスマруйте добре части зячим смальцом, коли нема заячого смальцю взяти гусячий.

Відморожені части по натертю снігом і водою обложи-ти розробленою глиною.

ЗАПАЛЕНЭ ОЧИЯ.

Очи будуть здорові, коли Ви їх будете часто перемивати літною водою, що зміцнить зір і зробить очи відпорнійшими на сьвітло. Колиб що впало в око, то взяти скрутити в остру трубку чистий папір, острый кінчик змочити в воді і тоді осторожно вигорнути ним те впаше в око. Так само мож зробити і з кінчиком чистої хустинки чи шматки.

Коли на оці робить ся ячмінь, то на початок приклада-ти зимну воду. Коли э вже гній, то лучше нічого не робити.

Коли сверблять Вас повіки, що звичайно дієсь по подорожі підчас бурі, перемивати око кількома кроплями тепло-го і легкого вина. В такім самім вині намочіть платок і прикла-дайте на ніч. Коли очи суть запалені і запухлі, то взяти грінку житного хліба, зіяти звичайною горілкою і так приклада-ти. На карк прикладати сьвіже волове мясо і часто його змі-няти.

М О Ч .

Коли діти молодші чи старші не можуть управільнити свій моч, то таким дітям давати їсти як найчастійше рижової каші звареної в молоці на густо. Добра також каша гречана і черниці (афини) і варені грушки.

Таким дітям давати як найменше пити. Не давати солоних і корінних страв. Пити каву також помагає.

МОЧ ЧАСТО ВІДХОДЯЧА.

Гристи мушкателову галку (нотмер), пити сьвіжі яйця на ніч. Їсти капусту сьвіжу добре зварену додавати до неї кме-ну, оливи і соли, головно їсти на сніданє.

ВИКИДИ СКИРНІ.

Коли на лиці є лишай, чи прищики, чи якінебудь скіряні викиди то найлучше купити собі мило "Катакюр" в другсторі і змивати ним лице з прищами по кілька разів на день. Коли прищики кидають ся на тілі дітей, то купити порошок "Боракс есид", розпустити його в воді і нею змивати діти по кілька раз денно, а дітям не давати м'ясних страв.

КАТАР (НЕЖИТ).

Щоб позбутись катару треба тепло вбратись, багато побити або ходити. Мож купити собі в другсторі амоняк або "каталіптус ойл" накропити хустину і втягати з хустинки до носа. Коли задалеко до другстору то взяти муштарду змішати з табакою і нюхати се. Пити цукор розпущений в воді, гербату з чим розгріваючим яг соком або чим иньшим.

Щоб не набиратись катру то треба себе заздальгить до сего приготовляти. Мами повинні свої діти від малечку при звичаювати до змін температури держачи їх більше на дворі чим в хаті. Обмивати лиця і шию зимною водою, а навіть зимну воду втягати щораня носом. Се добре робити так для дітей як і старших.

КАТАР ГРУДНИЙ.

Звичайний носовий катар може легко впасти на груди, коли його скоро не позбудесь або занедбаєсь. Такий катар є досить небезпечний бо він може привести сухоти.

Треба добре тепло держатись, їсти фіги, турецькі розірки, (султана, рейзінс) і дактелі. Пити гербату з соками чи гараком, пити клек вівсяний або ячмінний.

КАШЕЛЬ.

Напустити камфорового олійку (кемфор ойл) до кавалка флянелі і сю флянелю приложити на груди і так ходити. В вечір перед сном натерати груди добре камфоровим оїлом або норвеліною (норвелін). Спечи чісник в попелі роз

терти його і прикладати на груди. Наварити ячмінної каші з медом і по ложці час-відчасу їсти.

К О К Л Ю Ш .

Коклюш се хвороба діточа, якою заражують ся здорові діти від слабих на коклюш, тому слабу дитину треба конче тримати осібно від здорових дітей. Слабій дитині давати квасоваті страви або салати. Ливо гріте з маслом, кава жолоді. Зварити гербату з брену, пшеничної луски, враз з медом і молоком і се пити. Підшови ніг натерати соком з цебулі. Салом з чісником змішаним натерати живіт і крижі. Добре відживляти діти, тепло вбирати і висилати на двір коли гарна погода.

КАМІНЭ І ПІСОК В ЖОЛУДКУ.

Часто купайтесь в теплій воді. Їжте много суниць (ягоди «страбері») і много иньших овочів. Пійте часто сік видуше нині з моркви. Їжте редькву, Пійте гербату з насія дикої рожи, що раня 3 до 4 мігдалів зіжте. Содової води (пап) пійте одну фляшку на день.

КОЛЬКИ І ПЕЧЕНЭ.

Кольки можуть бути всіляких причин. Звичайно суть з перестуди. Коли кольки суть в боці то натерати се місце нервеліною (первелін) або лінімент-ом і то найлучше на ніч. Коли кольки суть в околиці жолудка то їсти росіл курячий, пити відвар з румянку, пити ложочку цитринового соку (лемон естракт) змішаний з відваром румянку або мігдаловим олійком (алмонд ойл). Тримати тепло обвинений жолудок. Жолудок натирати теплими флянелями.

МИМОВІЛЬНИЙ УПЛИВ МОЧИ.

Ся слабість лучаєсь головно в підростаючих дітей. Найлучшими средствами є тверда постіль, добре і тепле прикривало а також старанне призначінє дітей мочити перед самим спанєм. Деколи ся хвороба є наслідком пересилена міхура, то-

му треба зробити такий лік — взяти кулак кривавнику і кулак румянку і се наляти киплячою водою около двох кварт. Начиня добре замкнути і по одній годині часу можна вже уживати сего запару як напою, який певно поможи.

НЕДОКРОВНІСТЬ.

Лічить ся в сей спосіб: В винні ябка напхати много чистих цвьяків, гонталів, о 6-ій год. в вечір і лишити їх так на другий день о 6 год. сі цвьяки повіймати, ябка спечи і зїсти. Так робити через 4 тижні тими самими цвьяками з ябками. Притім треба много руху. Спати на твердім ліжку і часто купатись. Головки хмелю варити в вині чи пиві і теплі прикладати на черево.

НЕПЛІДНІСТЬ У ЖЕНЬЩИН.

Ся хвороба починаєсь в якійсь досї невислідженій причині. Така сама причина мабуть э і в мушчин. Средства, які можуть помочи суть: їсти поживні страви, рух уміркований. Зимні купелі. Денно пити від од ої до двох кварт молока. До купелі додавати відвар з 2 до 4 фунтів дубової кори. Легкий та нець також богато помагає.

НАГНІТКИ НА НОГАХ.

Мочити що вечера ноги в теплій воді, а особливо в теплім лузі, то э воді, в якій варив ся попіл. Носити чисті паньчохи. Не носити тісної обуви. Лекші нарости зникнуть через часті натирання. На тяжші набренїлости мож купити в другосто рі "плестер фор корис", який певно усуне їх цілком.

ПАРАЛІЖ.

Колиб яка часть тіла була спараліжована то натерати эї мішаниною з моркви і хрону, а відтак окладати теплою і солоною водою. Добре э відтак натерати милом розробленим на шуму. Коли рука чи нога э спараліжована, то добре витерати її вязанкою кропиви. Прикладати до части тіла листки

рослин, які ростуть по багноватих і моклякових полях.

П А Р Х И .

Варити руту в вині і мити сею юшкою голову, або натерати голову мішаниною з оцту, сірки і соли. Також вимочити тютюн в горілці і сим змивати голову.

ПОТРИСКАНІ ГУБИ.

Мастити на ніч молодою сметанкою, або олійком з курячих жовтків.

В І Т Р И .

Брати на перечищені пігулки (фрутатівс) або пити малянку. Їсти в міру часник.

БЛЮВАНЭ (ВРАЦАНЭ, ЗАВЕРТАНЭ).

Суть троякого рода: 1) Добровільні, коли сама при рода завертає флэгму чи kwasність. 2) В хоробі, де природа викидає нестравні части зі жолудка. 3) Коли жолудок є гак ослаблений через хоробу що не може травити.

Ліченэ: В перших двох случаях не треба вздержувати блюваня, бо жолудок очищуєсь самий і позбуваєсь природно хороби яка мала повстати. Навіть повиннось помочи природі і пити богато перевареної теплої води. В третім случаю треба вдатись сейчас до доктора.

РЕВМАТИЗМ.

Місця болючі натерати добре первеліною (нервелін) і тепло держатись. Часто держати части тіла з ревматизмом над начинєм з горячою водою, до якого кидати розпалені цегли або камінэ. Робить ся так, бересь цебер чи щотам, наливаєсь кипятку, кладесь патик напоперек начиня, на сей патик опираєсь ноги чи руки, обкриваєсь хутками чи коцями, щоб пара не уходила і так паритись, зкидаючи до цебра розпале-

ні цегли або камінэ. Болячі часті обвивати вовняними платка ми і їсти часто чісник, головню при кінці кождог місяця. Варити каву з непаленої кави і пити щораня по горнятку. Помічим э купель з муравлиск. Бересь мішок з муравлиском (там де сидять муравлі), кладесь в ванну чи цибер і наливаєсь, щоб не уходила пара. Коли пристигне лізти в воду і паритись. Добре э прикладати до болячих частий вовну підкаджену цукром або посипати эї потовченою каляфонією (що уживаєсь до смарованя сінка від скрипки).

Щоб ліченэ було хосенне треба вести нормальне житэ, не віддаватись розкішному житю. Не їсти много мяса а особливо товстого, їсти більше ярини. Повздержуватись від мучних страв. Не їсти много на ніч і ніколи не переладовувати желудку. Питэ труків треба цілком заперестати, бо алкоголь се звичайна причина ревматизму.

Найшовіиший лік на ревматизм э помаранчі. Їсти лише помаранчі більше нічо і то від двох до 6 тижнів, зідаючи денно від 20 до 30 помаранч. Лікарі з боевого фронту кажуть, що се одинокє успішне і певне лікарство на ревматизм.

С К А Ж Е Н И Н А .

Покусану особу треба добре обглянути де она покусана. Огляднини мають бути дуже старанні, щоб не пропустити найменшого скалічення на тілі. Тепер кожду рану хочби найменшу вижмити добре оцтом зі солю. Бересь лижку соли на кварту оцту. Мож вимивати також рани і острим лугом а навіть і шумою з мила. Коли тече легко кров то її не здержувати нехай йде доки сама не перестане, хибаб бігла дзюрком. Тоді рану добре перевязати і приложити зимну воду. Часто рана зовсім не кєрвавить то тоді приложити на них баньки, щоб кров стекла з них і викинула отрую скаженини.

По очищеню рани і по перестаненю кровавленя треба рану вимити потажом гризучим, то э ½ унції потажу сиплесь до дві кварті води і сим змиваєсь рани, через се рана пічне ро піти. Се мож робити 2 до 3 рази на день. Тепер мож зробити сильніишу воду даючи на дві кварті води одну унцію поташу. Від сего на рані зробить ся струп а відтак пічне ро піти. Чим довше і лучше ропить тим безпечніише.

Рану замість вимивати по́тажом мож випечи розпал ним на червоно зелізом. Питэ алькоголю здержуэ розширєся трийла. Коли э де не далеко лікар, то по першій помочи х рому, відвезти його сейчас до лікаря — се буде найбезпечній ше.

ВИКИДИ НА НОГАХ.

Мастити лойом або накапати лою з лойової свічки: н бібулу і її прикладати. Можна смарувати викиди рано наш слиною і посипати попелом з ячменю. Часто змивати карбс левою водою.

СУХОТИ.

Ознаки сухот э: — Кашель, охота до кашлю. При кашлю відходить жовтава флэгма, сіра, зелена, з ропою, часом і з кровію. Флэгма воняэ, а кинена на воду поринаэ. По їді починаєсь горячка, в околицях серця болить, утрата апетиту і нестравність. Моч густа і жовта подібна до олію а на споді осідаэ червоний пісок коли флэгма не відходить. Починаєсь б' гунка (розвільненэ), що означауэ близьку смерть, яка э звич: но легка.

Ліченэ: — Не пити горячих напоїв. Пити відвар з фігів, розинків, ячменю. Не їсти квасних, солоних і вуджених страв і таких, які суть тяжкі до травлення. Їсти телятину, голуби, кури, на мягко яйця, раки, слимаки, фіги і молочні страви (коли нема внутрішної горячки.)

На груди прикладати плястер такий: Взяти 1. ф. жовто го воску (найлучше пчільного) терпентини $\frac{1}{4}$ ф., анижового олійку 2 унц. замішати і розпустити на огню, коли вистигне вимастити папір і приложити на груди. Купелі суть помічні такі: Варити ячмінь, до него додати румянку, слизу, блющу і всякого иньшого зіля. Пити:з початку сік витиснений з редькви і замішаний з медом. Пити часто, се очищуэ кров. Пити козяче молоко варене зі шалвійов рано і в вечір. Пити сік зі земного блющу з молоком або зі сирваткою. Перебувати скільки мож в лісі а головно шашпильковім (де э сосни і смереки.) Пити звірчаний товц а головно пса. Звичайно лучше їсти в літ

іні слотні дні бо тоді виходить найбільше флэгма в зимі ри більших морозах флэгма устає але зате чути біль в груях. Тоді не пити вина ані моцної кави і уникати мяса.

КОРЧІ.

На корчі в ногах найлучше загірті рум і ним добре наерати де болить.

ДЗВОНЕНЭ І ШУМЛЕНЭ В УХАХ.

Варити полин в молоці і пару сю при помочи ліки пускати в ухо. Помагає добре і пара з кипячого оцту. Хліб ви нятий з печі розкряти, кавалок поляти моцною горівкою і через шмату прикладати до уха. Зробити затичку з редькви, змочити її в горілці і заткати нею ухо.

СВЕРБЛЕНЭ. (КОРОСТА.)

На свербленэ тіла роспустити мило остре в теплій воді і замішати до сеї води трошки сірчаного порошку і сим вими зати тіло. Також добре розробити много шуми з острого мила і сею шумою покривати боляче тіло доки верхна шкіра не злущить ся. Відтак брати теплі купелі і коли по сім не являть ся міхурці, то чоловік здоров. Коли э эще міхурці то до теплої купелі дати соли і сірчаного порошку і кілька раз скупа тись. Білэ з постелі як і сорочку поляти кипячою водою, щоб короста більше не вернулась.

ІДОВІТІ УКУШЕНЯ.

Коли вкусить ядовитий вуж то треба рану добре виссати, лиш вважати, щоб уста не були де зранені. Перевязати до бре висше місця укушення. Рану зливати зимною і соленою водою або водою з оцтом. В рану вляти трошки камфори або амоняк. Укушеному дати напитись моцної горівки.

ШКРОФУЛИ.

Жити на сьвіжім воздусі і уживати много руху. Чисто

держатись і часто купатись. Не їсти тяжко стравних річий, як також бараболь і мучних страв, як також гороху і бобу. Добра є кава з жолуді заварена з молоком. Їсти печену цибулю, гірчицю. Часто вимивати шию зимною водою.

Найлучшим є солоні купелі.

ШКОРБУТ

Натирати соком цитриновим або оцтом в якім вимочено гірчицю (муштарда). Їсти тіста спечені з меду і заправлені всяким корінєм (алспайс). Заварити яловець в вині і полокати уста. Добре їсти все квасне а найлучше сиру квашену капусту і квашені огірки.

ГОРЯЧКА.

Заварити добре гречані або ячмінні крупи, рєзтерти їх з білком з курячого яйця, прикладати на пульса у руках і ногах, змінюючи часто. Уста полокати водою в якій розпустити лось цитриновий сок і салітру. Цитриновим соком натирати пульса. Керничну воду класти під ліжку хорого. Пити сок випеченого гарбуза в попелі. Пити росіл з огірків. Коли особа сильно збудована, то змочити простирало в зимній воді і завивати ним слабого по голім тілі.

ТОВСТИХ ХОРОБА.

У товстих людий, які ведуть сидяче житє повстає хроба, яка скоро спрочиняє радість і сейчас смуток і противно. Такі люди мусять знайти собі якусь фізичну роботу а ся хроба промине. Їсти мясо з муштардою. Купатись в річній воді. Натирати кругом пупця вовняним шматком.

ФРИБРА ЗИМНА.

Ріжнить ся від иньших горячок сим, що напади її вертають ся в певнім часі а в між часі чоловік є зовсім здоровий. До литя, щоб позбутись фрибри є: горня чорної кави з румом, мушкателева галка (нотмет) рєзтерта на порошок, яку пити з водою перед нападом. Горня моцної кави зі цитриновим со-

ком. Розбити курячий жовток і виляти до пів кварта вина і се пити. Горячий напій з пива в яким виварилось добре хрін. Кору дубову або вербову вимочити в моцній горівці і сю горівку пити по келішку нащо.

ПОТОВЧЕНЭ.

На потовченэ помагаэ: скіру зі житного хліба висуштити, втерти а відтак виварити в вині і прикладати як плястер при помочи чистої шматки. Виварити руту в оліві і прикладати се при помочи вати.

ЗАВМИРАЮЧІ ЧАСТИ.

Смазувати псячим салом, козлячим дойом і медведячим салом. Утовчи корінь зі слизу і прикладати. Спарити хміль а відтак змішати зі свинячим смальцьом і прикладати.

Щ И К А В К А .

Здержати кілька рази віддих в собі а оно мене. Коли таки не минаэ і далі до кучаэ, то рано нащо випити пів склянки доброго червоного вина черэз кілька день а оно певно мине.

ФРИБРА ЗВИЧАЙНА.

Намочіть перець в зерні в чистій воді через 24 год. до неї додайте трошки полину і сю воду пийте по келішку перед кожним нападом Або витисніть сік з петрушки і заживайте сего соку по 6 ложочок перед кожним нападом.

Три головки чіснику розтерти в свинячим салом і сим натирати гребет і пульса в руках.

Б О Л Я К И .

Заварити мятку з ячмінною мукою і прикладати. В'горячим попелі розігріти добре листэ з барвінку і його прикладати а відтак обв'язати флянелею.

Варена цибуля помагаэ на скорше дозріванэ болячки.

Х У Д Н Е Н Э .

Деколи буває, що через ослабленэ жолудкá чоловік починає опадати з тіла. Треба сему сейчас запобічи, бо инакше можуть бути тяжкі наслідки.

Добрі средства э: — Їсти часто легко стравну поживу то э, росіл, куря́та і телятина, пити молоко і вино з водою. Уживати умірковано руху на свіжім воздусі. Трошки довше спати. Держати чисто тіло, то э, часто купатись і пити каву без цукру.

ХОРОБИ СКІРНІ.

Средства суть: Зимна вода, яка не лише удержує чистість але і своїм холодом э добродійним чинником удержаня скіри в здоровім і скріпляючім стані. Витирати скіру водою з розвареного рижу, до якої додати кілька кропель камфори. Прищики і иньші викиди змивати водою, до якої дати на один копик ложочку порошку "боракс асид". Виварити хрін в молоці і нею вимивати викиди. На пуканэ скіри уживати заячого смальцю або вазеліни.

Темна і брунатна цера лица прибирає гарний вигляд коли натираєсь лице соком з цитрини розпущеним в воді.

ЗАТВЕРДНЕНЭ.

На затвердненэ добрими средствами э: Чорна кава добре солодка. Вишні і виноград з раня нащо. Мід з хлібом Козяче молоко зварене з медом. Яблока взагалі. Сушені сливки. Хто хоче мати правильний жолудок нехай при звичаїть ся пити нащо склянку зимної або теплої води і зараз по сніданю йти на двір без взгляду чи хочесь чи ні. З часом жолудок при звичаїть ся йти в пору на двір.

Ті що дуже часто дістають затвердненэ нехай пють часто, хочби щодня, квасне молоко, маслянку, їдять печені яблока, капусту квашену або і солодку а також сливки. Хто має сильне затвердненэ то купити собі пігулки "фрутатівс" в друг сторі і брати їх по одній перед їдою а по дві перед спанэм. Сі пігулки суть лагідні і дуже скоро помагають.

ЗАГА .

Зага се нічо иньше як паленэ в горлі і в верхній часті жолудка. На загу добрими средствами суть: Сирі яблока, сирий горох, суницї (ягоди), цукор, варена петрушка, крейда і скїрка з помаранчі.

ЖОВТАЧКА .

Зі всіх хоріб найскорше мож пізнати жовтачку, бо очи жовтіють насамперед. На жовтачку пити нащо рано по 2 жовтки з сирих яєць. Пити сік з розтертої і сьвіжої моркви. Пити часто сік з огірків. Овочі в загалі а особливо суницї. Сок витиснений з помаранч чи цитрин. Часто купатись в теплій воді і натиратись в околицях жолудка. Пити сирватку.

КУПЕЛЬ НА НОГИ.

Коли болить Вас голова, маэте заворот голови, шумить Вам в ухах, напади душности, біль в грудях, корчі в ногах, кольки, ломанэ крижий, напрасне вдаренэ крови до голови, у женьщин довгі місячні відходи, то робїть купелі на ноги ось-так: до ванни чи якого иньшого більшого начиня дайте пів склянки кухонної соли і дві ложочки муштарди (гірчиці) а відтак ляйте кипячу воду.

Зимної води додаэсь тепер скілько треба, щоб купіль була легко лише тепла. Тепер хорий вкладаэ в ту воду ноги аж по колїна. Так держати їх через 15 минут а відтак витерти добре вовняною хусткою і вдатись на відпочинок до ліжка вже розігрітого трохи.

Гостець — глядїть ревматизм.

ОПАРЕНЭ .

Опарені части обкладайте ватою, але наперед насмаруйте опарені місця лняним оліюм. Місця спалені лугом, вітри-одем або яким иньшим острим плином обкладайте зимною дою. Коли опарено вапном то прикладайте олій.

ПОМІЧ В НАГЛИХ ВИПАДКАХ.

Яку повинні дати хорому в першій хвилі і ратувати аж доки не прибуде лікар.

Повішені або вдушені.

Насамперед відтяти шнурок зі шиї але легко, щоб тіло не впало. Від так посадить вдушену особу при отворених вікнах чи дверях але найлучше на дворі. Розіпніть все тісне убрання.

Скропіть лице і груди зимною водою, голову обложіть зимними ручниками, вичистіть перо з гуски, курки чи качки і ним дражніть в горлі. Під ніс приложіть амоняк.

Підшови у ніг натирайте добре твердими щітками, ноги і литки вовняними хустками чи шматами. Над грудьми паліть ляк і нехай він спадає на груди, лише не на одно місце.

Коли мимо сего не появить ся віддих зробіть так: По ложіть задушеного на землю гориниць, відтак переступіть його через живіт будучи зверненим до лица хорого. Зігніть сая, беріть його за руки і рівно-мірно півколом завертайте поза голову аж до землі і назад на давне місце. В той спосіб легки впроваджуєсь штучно до віддиху. Коли один чоловік руками хорого робить то другий присівши в лолові удушеного чи вто пленого натирає рівночасно груди флянелею або вовняними хустками. Так робити через пів години.

У Д У Ш Е Н І .

Винести сейчас на свіжий воздух а коли се не можливо то поотвирати двері і вікна, або що найменше винести до другої комнати.

Коли удушений знаходить ся в керниці, в ямі, каналі і т. д. то не лізьте до него доки не впустите туди горячу свічку або горячу тріску. Коли свічка згасне сейчас то не лізьте туди бо готов слідкати і Вас нещастє. Тоді робіть продув, паліть порох стрільний в ямі чи керниці, паліть солому, щоб про чистити воздух. Коли те все зробили то эще спробуйте свічкою воздух. Тоді обвжіть собі уста і ніс грубо хусткою, яку

добре з намочити в легкій вапняній воді, в поясі обв'яжіть себе довгим шнурком, щоб в разі нещастя могли вас звідти скоро витягнути.

Коли витягнуто вдушеного на свіжий воздух, положіть його горіниці на землю а голову підложіть висше. Уста і горло вимійте зимною водою і лице скропіть зимною водою також. Опісля поливайте голову водою а відтак поступайте як з повішеним.

ЗАМЕРЗНЕНІ.

Замерзеного легко підойміть і занесіть до зимної комнати або присипте легко снігом, лише не насипте до уший і носа. Коли нема снігу то змочіть простирало в зимній воді і ними обвиніть замерзлого по голім тілі десь в зимній хаті чи коморі. При розбираню вважайте і дуже осторожно розбирайте, щоб не пірвати замерзлих жил.

Коли части дещо розморозять ся тоді натерайте їх снігом або мокрими вовняними хустками. Коли завважаєте, що тепло повертає в тілі, то занесіть до зимної комнати і положіть в зимне ліжко.

Колиб віддих сейчас не спостережено то осторожно спочатку робіть руками замерзлого як при утопленім. Теплі напідки мож по трошки давати коли завважаєсь докладно поворот житя.

В сей спосіб мож привернути замерзених до житя, хотий би они були неживими і через довший час.

РАЖЕНИХ ГРОМОМ.

Закопуванєм в землю нічого не поможить ся, тому се цілком залишити.

Раженого громом не огрівати а радше лишити на свіжім воздуху. Скропити лице зимною водою і водою по ливайте голову, під ніс наставте амоняк а горло зі середини дражніть пером. Тіло натерайте вовняними хустками.

Коли поражений не приходить до свідомости то засто суйте штучний віддих то з робіть руками хорого як при вдушеню.

О Т Р О Э Н Я .

Фосфором (сірниками).

Старайтесь, щоб затроэна особа як найскорше вертала (вращала), тому дражнить зі середини в горлі пером.

По сім давати пити сирі яйця, молоко як найбільше. Не давати їсти нічо товстого.

ОСТРИМИ КВАСАМИ.

Давати пити воду з крейдою, коли нема то молоко.

ЛУГОМ.

Дати пити много води з оцтом.

РОСЛИННИМИ ТРУТИНАМИ.

(Як дикою цишнею, маковинэм, тютюном, грибами і т. д.)

Спричинити блюванэ, вертанэ, тому дражнить пером в горлі. По сім дайте напитись теплої води з маслом. Відтак дай те сильної чорної кави. Побіч кави давайте пити воду з оцтом або лімоняду (сік цитрини з водою і цукром).

Голову обкладайте зимною водою і такою її зливайте.

СКАЛІЧЕНЯ І РАНИ.

Насамперед треба здержати кров. Здержуєсь в сей спосіб, що прикладаєсь губку і досить сильно її обв'язуєсь, або палить ся полотно на попіл і його прикладаєсь в рану і обв'язуєсь, або посипуєсь рану порошком з калэфонії і обв'язуєсь, або обв'язуєсь рану полотном яке намочилось в гумі арабській (глю), або даєсь зимні оклади з води і оцту, які треба часто зміняти. Коли кров біжить сильно струєю, то треба здержати кров не на рані а повисше рани, близше серця, бо се знак, що перетялось артерію. Здержуєсь в сей спосіб, що робить ся галку з полотна в виді малої сливки і сю галку кладєсь на артерію висше рани, на сю галку кладєсь ширший пасок з полот

на і ним досить сильно обвиваєсь кругом і то так сильно, щоб кров перестала брискати, Коли мимо перевязки кров таки біжить, то се знак, що галка не натискає на артерію або она за мала.

Нім зробіть ся таку перевязку то кров здержить натискаючи пальцем на артерію зараз висше рани, кров здержуйте як най лучше можете доки не прибуде лікар.

ЩО РОБИТИ ПРИ ЗІМЛІНЮ?

Зімліне наступає тоді, коли кров не доходить в достаточній кількості до мозку.

Зімліне буває викликане перестрахом, болем і иньшими великими потрясеннями, через що мозкові клітини скоро корчаться і кров не доходить.

Зімліне може походити з великої змуки, з утрати много крови при скаліченю і т. д.

Насамперед треба постаратись, щоб кров дійшла до мозку, тому зімлілого треба положити так щоб голова була низше від тіла.

Відтак розпіяти одіж, щоби не стискала нігде. Часто вже по зімлілій приходить до свідомости. Тепер дати на п'ятись зимної води.

Ніколи зімлілого не колоти, саджати шарпати і парити чи печи як то деколи роблять.

Колиб зімліне було сильніше і мимо держання голови низше хорий не очунав, то скроплювати лице зимною водою і натерати чоло і пульса водою з оцтом.

Добре є хорому давати нюхати амоняк або мощного оцту але ніколи не ляти оцет або амоняк в ніс, бо се може спровадити смерть.

ЯК СОБІ ПОСТУПАТИ КОЛИ УКУСИТЬ ЗМІЯ АБО СКАЖЕНИЙ ПЕС.

Часто лучаєсь, що укусить змія, скажений пес або який оवाद і чоловік гине через брак відповідної помочи. В таких випадках треба обв'язати руку чи ногу по висше укушеного місця і то таке добре стягнути чимнебудь, що є під руками. Як

шнурком, хусткою чи чимнебудь.

Через сильне перев'язанє по висше рани, спричиняєсь, що кров, яка вертаєсь до серця, не може через перев'язанє дійти до свого призначєня, а тим самим і їдь яка є в крові не дістаєсь туди. Через перев'язанє, не лише, що кров з їдию не дістанєсь до серця, але що більше, ся затроєна кров починає в укушенім місци скорше впливати на верх і через се виходить і їдь. Хто має непокалічені уста може висисати кров в рані і її випльовувати. Відтак в чистій воді виполокати рану і вдатись до лікаря.

Коли добре обв'язано, то нема чого боятись закаженя крови.

ЯК ЇСТИ І ПИТИ В ЧАСІ ГОРЯЧА.

Горяча пора потребує зміни в їді а головно в питю. Як в зимі організм людський волить горячі страви, так в літі зимні або хоть холодні.

Кожду зупу горячу можна їсти на зимно додавши молока, головно зупи овочеві, які суть таньші а здорові. Варені в зупі овочі повинні бути добре виварені а відтак розтерті, щоб весь соць з них вийшов. Відтак таку зупу заправити мукою бараболянною (потейто флавер) яку дістанете в шторі, цукром і цинамоном. Така зупа, з бараболянною мукю чи навіть і рижом розтертим є в літі доброю і поживною їдою для старших, дітей, а головно слабуючих.

Маслянка і густе молоко суть здоровими і добрими напійками в горячі дні, але не пити їх лише в часі бігунки, тифусу і холєри. Тоді треба повздержатись від їди огірків і зелених овочів. Овочі їсти не сирі тоді а варені.

В літі їсти много зеленої салати зі сметаною. Коли нема сметани то розтопити солонини, вляти туди оцту, щоб закипіло і зацукривши поляти салату.

В літі робітники на полю чи в містї терплять через спрагу і старають ся заспокоїти її зимною водою. Се не розумно, бо можуть повстати тяжкі хороби. Вода поширяє і ослаблює жолудок а зимно з води остуджує утробу, через що може легко повстати запаленє легких або кишок.

Як зарадити сему? Коли не можна повздержатись від питя, то уживайте зимної гербати або кави добре осолоджене.

ної і розпущеної молоком. Колиб йому і се не помагало то їсти овочі або цитрину ссати з цукром, що певно убє спрагу.

ПО ЧИМ ПІЗНАЄСЬ СКАЖЕНОГО ПСА?

Загально думають, що скажений пес мусить точити пі-у з писка. Се э мильне. Піна тоді йому тече з писка коли э старий і зубів не має абу молодий а зуби не пристають як слід Також се неправдиве, що скажений пес біжить просто схопивши хвіст між задні ноги.

Ознаки скаженого пса э: — Він э цілий змінений, похмурий сумний, ховаєсь по кутах, щонебудь його непокоїть і го-голяб все гризти або втікає. Скажений пес в перших днях вті-має э господарства і вертає по 24 до 48 годинах, коли йому табу э. Лучить ся в дорозі.

Вн не має охоти їсти страви зате їсть радо землю, торф болом дерево і проче.

Також гавканэ э инакше як звичайно. Звичайно пес за-гавкавши витягає голос чим раз висше. Одні гавкають часто пильш мало. Сі послідні мають голос хриплий.

Любить гризти головно мертві річи, як дерево камінэ але бересь до худоби і иньших звірят а також і свого газди.

Пізнійше бігає з отвореною щокою. Скоро худне, очи стають темні а волос встає і 8 до 10 день гине.



ДОМОВІ ЛІКИ.

ДОМОВА АПТЕКА.

По фармах далеко від міста повинна знаходитись своя домова аптека, щоб в разі випадку все було під рукою а не бігати тогді по сусідах. Коли дістанете раз якесь лікарство на хворобу і оно добре то постарайтесь його більше і держіть н подібний випадок. В такім разі напишіть на лікарстві як й брати, як часто і нащо оно помічне.

По якімсь часі збирете свою власну аптеку.

ЗДОРОВЛЭ В ОВОЧАХ І ЯРИНІ.

Волоскі оріхи дають поживу нервам і мозку а також піддержують тепло.

Фіги дають поживу м'язам і тепло але шкодять печінці.

Мід э найлучшим средством для відживлення, скріплення, вичищення і загоєня майже кождої хвороби.

Цибуля се одинока певна медицина на нервовість і загальне ослабленэ. Она лічить кашель перестуду, сухоти і болі в печінках.

Дівчата повинні їсти цибулю що дня, она вичистить і вибілить церу лиця.

СИРЕ ВОЛОВЕ МЯСО Э

добрим ліком для сухітників. Посічи його дрібно, посоли поперчити до смаку, відтак вложити з посудиною в гор воду в другу посудину, щоб загілось.

Э легко стравне і поживне.

Цебуля, капуста, каліфльори і хрін мають в собі сірку.

Бараболі — поташ, фасоля — залізо, шпінак — залізо, поташ. Лікарі уважають шпінак за найлучшу ярину для людського організму.

Капуста, каліфльори і шпінак суть дуже добрі для малорозумних осіб. Помідори (томейтос) оживляють внутрішності: кріпляють їх до праці.

Шпараги ділають корисно на нирки.

Селэри на ревматизм і невральгію.

Морква збільшає кров і очищує шкіру в чоловіці. Бураки і бруква чистять кров і зміцнюють організм.

Зелена салата помагає на ослаблені нирки. Петрушка, муштарда, хрін, як взагалі зеленина з молодих бураків очищує кров, регулюють систему в організмі а при тім усувають забастоти, які спадають на чоловіка приходом весни.

ЦУКОР

Цукор є одним з найлучших средств на охолодження в жаркі дні. Розпустіть достаточну кількість цукру в склянці зимної води, щоб вода була добре солодка і випійте її поволі. Немає лучшого средства від сего.

Цукор з водою помагає на горячку і запалення а головне на напрасне зворушення і перестрахи, гнів і всякі подразнення. Тоді цукор не лише охолоджує але і усмиряє розбурхану жовч.

Цукор відчищує флегму. Се без підставне є, що многі думають, що цукор витворює чи викликає флегму. Цукор очищує жолудок і весь кормовий провід. Ужитий часто змінює жолудок і проганяє всякі жолудкові хвороби.

Цукор помагає на загу, печеню в горлі і жолудку і многі інші хвороби.

ВИННИЙ ОЦЕТ.

Винний оцет є добрим средством проти утруї, головне в їдливиими овочами і грибами. Тоді не лише пити його многі але прикладати і на живіт в околицях жолудка.

При омліню нічо скорше не допоможе як оцет, яким третераати ніс, пульса, чоло, лице, руки і ноги. Також пома-

газ часто і на горячку і біль голови, коли змачаєсь в нїм шматку і нею обвяжесь голову.

Оцет очищує воздух, тому добре з кілька рази на день скропити оцтом стіни і підлогу кімнати в якій лежить хорий. Колиб стіни з якихсь причин не мож було скроплювати, то замачати хустки в оцті і їх в кімнаті хорого розвішати. Також при кровавленню оцет з добрим средством.

МИЛО ПОПІЛ І ЛУГ.

Мило, попіл і луг суть добрими на затроєнє аршеніком але при тім треба пити і много молока. Острым милом змивати шкіру, на якій часто вискакують прищі. Лугом вимивати застарілі рани. На застудженє частий тіла з добрим попіл. Тоді бересь 3—4 кулаки попелу і з ним мішаєсь 2 кулаки кухонної соли і сею мішаниною натираєсь ті части. Така сама мішанина з водою з знаменитою купелею на нєги, коли они болять від натисненя черевіків.

МОЛОКО

Молоко з найліпшим средством в затроєнях мінеральними квасами, як сірчанним і иньшими. Тоді треба пити як найбільше молока а також прикладати його з верха на черево. Молоко з добре до відживленя ся, головно добре для слабо-розвинених дітей, коли даєсь їм пити часто на пів з водою.

СМЕТАНА, МАСЛО, ОЛИВА.

Свіжа сметана і масло суть добрим ліком до натирания на всякі болі. Найлучшим средством на опаренє з мішанина зроблена так: Взяти рівну часть сметанки оливи, а коли нема оливи то взяти лняного олію, білка з курячих яєць. Сею мастею намазати платок і прикладати його на попарені місця. На затроєня добре пити оливу або масло з теплою водою.

Добре з натирати сметанкою або оливою місця, де вкусило овадє, пчолы і то через 10 минут що найменше.

На укушеня гадьом також з добре натерати рани легко загітою оливою, коли нема лучшого средства.

ВОДА ЗИМНА І ТЕПЛА.

Вода жерельна, зимна, є найлучшим напитком. Пити її як найбільше і найчастіше. Она скріпляє стравні органи і проганяє затвердненє. Хто має часте, хронічне затвердненє, то повинен між кожною їдою випити 1—2 склянки зимної води. Також пити її нащо є дуже здорово.

Хто є нервовий повинен що рання і вечера натерати своє тіло зимною водою, через се позбудесь нервовости і приведе кров до скорого кружання.

Вода є добрим ліком на всякі хороби чи то на вні чи внутр чоловіка. Головно помагає она на горячку, запаленє, звихнення, рани, зломаня, спухнення, опареня, відмороженя, безсильність, неплідність, затвердненя, битє серця, ослабленя жолудка, трясени рук і ніг і много иньших.

Тепла вода є добрим ліком в нервових случаях, і в разі вертаня.

ЛНЯНЕ СІМЯ.

Каша з лняного сімья зварена і тепла прикладана є найлучшим средством до вигріваня. Лняне сімья чи муку зі сімья варить ся з водою чи молоком до густоти тіста а відтак розмазавши на пів цяля грубо на шматок прикладаєсь де треба.

ГІРЧИЦЯ, ХРІН І ПЕРЕЦЬ.

Гірчиця і хрін зміцняють органи травленя. Прикладані на верх лічать перестуду, ревматизм, біль голови, в дихавиці в болях жолудка і на біль в крижах. З гірчиці і хрону робить ся тісто до якого додаєсь муки. Муки даєсь більше або меньше, через се плястер буде сильнійший або легчий.

Плястер сей звичайно роблять так, що половину шмат и висмаровуєсь сею мішаниною а відтак другою половиною матки сю мішанину прикриваєсь і на тіло так прикладаєсь. Цець, коли його їсть ся від 8—10 зерен нащо денно, зміц- жолудок, привертає апетит, усмиряє вітри і здуть в жолу.

ВИНО, ГОРІВКА.

Вино є добрим зміцнюючим средством по слабости. Не лише помагає в уміренім питю але і натиранєм тіла. Вином добре розтерати всякі стовчєня, а коли нема вина то може заступити горівка, де на одну часть горівки даєсь 4 части води.

ПЕЧЕНІ ЯБЛОКА.

Печені яблєка суть добрим средством на затвердненє, коли їсть ся по одному спеченому яблєку три рази денно, то є перед кождою їдою, зимні або теплі.

Они також помагають і на иньші слабости.

ВОВНА, ЦЕРАТА.

Вовною обвивати місця де є ломанє костий, ревматизм або і перестуда.

Коли вовна не помагає то обвивати цератою.

КРОПЛІ ГОФМАНА.

Суть помічні на корчі, паралїжі, апоплектичні напади, млавість і гістерию. Флящину треба добре затикати і обвязувати, щоб не вітрила.

АЛУН.

Алун або галун всім знаний, можна в кождім коріннім склепі купити. Алун потовчений і розпущений в воді дає алунову воду. В тій воді змочувати платок і прикладати, лічить всякі рани.

Тою самою водою полокати що години рот, лічить білі горла.

БАБКА ВОДЯНА.

Листє з бабки потовчене прикладати лічить всякі ра
Зі сушених лістків бабки зварену гербату пити рано

вечір, лічить катар (смотолоку).

Корінь з бабки усушений і утертий. Тим порошком при сипати хліб і всіляку страву яку їмо, лічить скаженину або встеклину.

Б О Д Я К .

Тую рослуну всі знають добре. Цьвіт з бодяка зварити в воді і засолодити цукром. Тоді води пити що години по порції, лічить твердий столець (запір).

Листє з бодяка потовчи і сок прикладати, лічить болячки або болячки (прищі).

Б З И Н А .

Кора спідна (зелена), прикладана, лічить всі запаленя.

Листє сире, або сушене. З того 20 минут заварена гербата, трочищує кров.

Цьвіт з бзини з мукою змішати і спечи пляцок (корж) їсти теплий лічить пропасницю (фрибру).

З бзинового кореня зварена гербата лічить пухлину.

Г А Р Б У З .

Звиклий, простий гарбуз а еще лїпше диня, верхну лупи ну обїрати а мякуш потовчи і на платку прикладати, лічить болячки, чираки і всякі рани.

Г Р И С (ОТРУБИ).

З грису робить ся для людей слабовитих а особливо малокровний напій, котрий дуже виздоровляє, кров помножує і сили додає. Грис може бути житний або пшеничний. Той напій робить ся так: Одна кварта грису а 4—5 кварт води горячої, тоє добре розмішати і варити 3 чверти години. Потому тую мішанину процїдити через дуже густе сито, додати до того чистого відвару троха меду і знов варити чверть години — і вже напій готовий. Того напою уживати по квартирці хоть 2 рази на день.

ДУБ (ДЕРЕВО).

Кору з дуба, листя або жолудь варить ся з водою пів години. В тім відварі мачаєсь платок і робить ся оклади на те місце, котре треба лічити. Він лічить вола під шією, грубу шію, всякі рани, гангрену, дике мясо і біль зубів.

КРВАВНИК (КРОВНИК).

Та рослинка росте по межах попід плотами з зубчастими кучерявими довгими листочками і біленьким цвітом. Гербата з кровнику лічить плюваня кровію, біль грудей, корчі біль голови і моченя під себе.

КРОПИВА ВЕЛИКА (ЖИГАВКА).

Кропива сьвіжа і усушена ціла з корінем — і зварена яко гербата, лічить флэгму в грудях пухлину, гостець і глисти. Сок витиснений з кропивы, лічить згамованя крови.

Сьвіжою кропивою натерати, а дуже добре лічить ревматичні місця.

КАПУСТА КВАШЕНА.

Листя з капусти квашеної т. э. з крижавок прикладати, лічить болячки, сухоти (прикладати до голови і грудей,) рани, паренину.

З листя квасного капустияного зварена гербата, лічить катар (смололуку) і горячку.

КРІП І КМІН.

Зерно (насіня) кропу, і кмену, або зерно самого кропу, або зерно самого кміну заварене в солодкім молоці. Варить ся тоя 10 минут. Пити 3 рази денно, лічить кольку, корчі і біль го лови.

То саме насіня т. э. кріп, кмін а навіть і аниж зварити у

воді і процідити через платок, умивати 3 рази денно очі, лічить великий біль очей.

КРЕЙДА І МУКА З КОСТЕЙ.

Крейду утерти на порошок і того порошку пушку що дня з водою випити, або пушку того порошку з крейди сипати в страву, котру їсть ся. Она лічить ослабленэ в середині, нестравність (кому не припускає їсти), запір нужденний вигляд і блідачку,

ЛОПУХ.

Лопух кождей знає. Корінь з лопуха варити в воді і заживати, полокати або на платок прикладати, лічить, біль зубів, струпи на голові, жіночі слабости (уплави).

ЛИПОВИЙ ЦВІТ.

Цвіт з липи зриваєсь з хвостиками і з маленькими листочками, що разом держить ся купи з цвітом в місяцю липню і сушить ся, найліпше на стриху. Гербата з того цвіту пьє рано і в вечір що дня, лічить зимницю або фрибру і старий кашель як і біль грудей.

ЛНЯНЕ НАСІНЭ (ЛЕН).

Лен (насіне, зерно) зварити у воді і на платок прикладати і пити юшку, лічить вола, грубу шію і біль грудей.

МЯТКА ДИКА.

Мятка дика подібна цілком до звичайної мятки, лиш не має такого запаху як звичайна. Тую мятку зварити з цукром і пити, лічить біль черева.

Мятку усушити, утерти на порошок, зварити гербату, лічить битэ серця, нудности, вимети.

МОРКВА.

Моркву сиру їсти, лічить глисти. Сок з моркви зажива-

ти з якимбудь напитком, лічить біль грудей.

МІГДАЛЕВИЙ ОЛІЙ І ОЛИВА. (Алмонд ойл).

Купуєзь в аптиці. Заживати 3 рази денно по маленькій лижочці, лічить поверхні слабости, горячку і корчі.

Мігдалевим олієм або оливою мастити, лічить попукану шкіру. Найліпший спосіб на біль в ухах 3—4 краплі вливати до уха, і то на перемену. Одного дня до одного уха вливати, другого дня до другого уха; так поступати аж доки слабість цілком не устане.

О Г І Р О К .

Росіл (юшка) з квашених огірків пити, лічить біль черева.

Того росолу прикладати на платочку, лічить лишай.

О В Е С .

Одну літру вівса полокати 6 рази чистою водою. Потому до того виполоканого вівса наляти 2 квартї води і варити. Потому відцідити ту юшку, додати до неї 2 ложки меду і еще раз добре заварити. Того вару 2 рази денно пити по троха, лічить камінь, примножує кров і скріпляє здоровлє.

П О Л И Н .

Полин або з цілих листків, або утертий на порошок (на перед висушити добре), зварена з того гербата, пєсь рано і в вечір. Она лічить біль утроби, смід з рота, пропаєницю, жовтачку, глисти і зміцняє память.

Листє з полину намочене в спиртусї, дає так званий спиртус полинковый. Того спиртусу по трошечка пити, лічить біль черева і нудність.

П Е Т Р У Ш К А .

Листє з звичайної петрушки потовчи і прикладати, лі-

чить завалки і укушенэ пчоли.

ПАПОРОТЬ (КОЗЛИК).

Рослина та всім знана (то єсть трава подібна до смереки). Корінь з папороти усушений і втертий на порошок, зварений з водою яко гербата, лічить солітера (дуже довгий хробак, сидить в кишках і дуже ослабляє чоловіка.)

ПОДОРОЖНИЙ (СПОРИЩ).

Рослина та росте на дорогах по стежках якби мотузэ з дрібненькими листочками, стелить ся по землі. Гербату з подорожника рано і в вечір пити, лічить біль черева, жовтачку (жовтілицю) і корчі.

Подорожник запарити в кипячій воді і 2 3 рази денно прикладати намочений в тій воді платок, лічить всякі болячі місця.

Подорожник намочити в спиритусі і тим спиритусом смазуватись що дня 2 рази, лічить худавість тіла.

ПОРОШОК З УГЛЯ.

Найліпший порошок з угля липового. Троха того порошку і трошки утертого цукру всипати в зварене солодке молоко і пити 2 рази що дня, лічить біль утроби і худавість тіла.

Тим порошком 3—4 рази денно присипати, лічить всякі рани, гангрену (дику мясу).

РУМЯНОК.

Гербата з румянку пьє 2 рази денно, лічить великий біль черева, застудженэ, горячку, біль горла і корчі.

РОЗМАРИН.

Розмарин то зілэ, що з него огородники букети та вінки роблять. Гербата з розмарину пьє рано і в вечір, лічить біль черева (жолудка), біль серця і пухлину.

РУТА.

Рута то рослина подібна трохи до полину; то рослина вазонкова, має цвіт жовтий кучерявий. З рути гербата або руту намочити в спиритусі і того спиритусу 10 крапель на цукор капнути і 2 рази денно заживати, або листя рути змішати з оливою і тої мішанини кілька крапель самих заживати. Всі три способи лічать заворот голови, биття серця, біль черева і корчі (холэру).

Руту в воді заварити і над тою парою прикриту голову держати, лічить біль очей.

РИЖ.

Риж, що купуєсь в skleпах і варить ся кашу. Така каша рижова, густа лічить червінку.

Юшка з рижової каші відііджена песь 2 рази що дня яко гербата, лічить великий кашель.

РОЖА ДИКА (СВЕРБИВУЗ).

Свербивуз корч родить ягоди червоні якби малі сливочки, можна їх сушити. З тих ягід сирих або сушених зварена гербата, лічить запір мочи.

ТЕРНИНА (ТЕРЕН).

Тернина або терен (терно то єсть колючий корч з найраньшим білим цвітом). Цвіт з тернини або ягоди (як черешні чорні) варити яко гербату і пити що дня вечером. Тая гербата єсть найліпша над всі гербаты, бо прочищує і виздоровлює жолудок так, що чоловік, котрий би ту гербату що вечера пив, не підпадає жадній слабости. А хотяйби часом і захо-рував, то єго слабість не єсть тяжка і борзо зникає.

ФІЯЛКИ (КЛЕКОЦЕИ).

З зеленого або сушеного листя або з кореня фіялки варити гербату, котра лічить кашель (коклюш), сухоти, біль гор

ла, біль голови, горячку і запаленє легких.

Х Р І Н ,

Хрін утертий прикладати на болючі місця. Листє з хрину потовчене прикладати на болячі місця. Одно і друге лічить кольки.

Хрін цілий або покрайний намочити в горівці і заживати того по маленькій лижочці, лічить корчі, нудности і омліванє.

Хрін утертий змішати з медом (по половині), зложити в нове горнятко і прикрити платком аби не запорошилось і держати в мірнотеплім місци. Тої мішанини що дня натще зїсти одну ложку, лічить застарілий кашель.

Ч О С Н И К .

Чосник зварити з водою і ту воду пити 2 рази що дня по порційці, лічить глисти.

Ш А Л Ь В І Я .

У кождогь огородника, що продає всяке насінє, можна купити шальвію. Шальвію заварити у воді і прикладати платок змочений в тій воді, лічить старі рани.

Шальвія мішаєсь з полином і варить ся з того гербата, котра лічить біль горла, біль жолудка, катар (смотолоку) про пасницю, біль ясенє і біль язика.

Я Л О В Е Ц Ь

Яловець то корч, росте в горах, а родить ягоди цілком подібні до простого перцю. Люди називають ті ягоди яловцем. Дві ложки утертого ялівцю, 2 ложки утертого кропу, з того варити гербату 15 минут, пити що вечера. Тая гербата лічить твердий столець (запір) і пухлину.

Цілі зерна ялівцю їсти, 6 до 10 зерен що дня, лічить тифус, віспу, холєру і шарклатину.

Цілі зерна ялівцю їсти так: першого дня 4 зерен, друго

го 5 зерен, третього дня 6 зерен, четвертого дня 7 зерен, п'ятого дня 8 зерен, шестого дня 9 зерен, 9-го дня 12 зерен 10-го дня вже на долину 11 зерен, 11-го дня 10 зерен, 12-го дня 9 зерен і т. д. кожного дня по одному зернові менше аж до 4. А потім знова від 4 зерен все по одному зернові, що дня менше аж до 4 зерен. Так заживати через два місяці. То лічить дихавицю (задуху).

ПЛЕКАНЭ І ВИХОВУВАНЭ ДІТИИ.

Дитину повинно виховуватись скорше чим оно народить ся. Початок виховування дитини повинен починатись від того часу, коли мати його в собі лише почує. Тоді мама повинна бути всегда в веселім настрою не сваритись, не гризтись і не плакати. Настрій і успособленэ матери впливає цілковито на настрій маючого ся народити дитяти.

Робити всяку роботу, лиш не перетяжуватись, перебувати більше на сьвіжім воздуху, їсти добре поживні страви і много ходити головно в двох послідних місяцях. Не пити аль коголю ані жадних острих напитоків. Вважати, щоб не дуже товстіти бо се здержує розвій дитини, колиж товстієсь то не зменьшувати їди але зате як найбільше уживати руху, то э, працювати і ходити.

В двох послідних місяцях ходити як найбільше бо чим більше ходить ся в посліднім часі тим лекше приходить дитина.

УБРАНЯ НА ДИТИНУ МАТИ ГОТОВУ НІМ ОНО НАРОДИТЬ СЯ.

Заздалегіть нїм дитина эще народить ся, мати повинна приготувити все наперед. Пошити сорочиняга, сукенки і много пеленок.

ПРИ ПОРОДІ.

Коли починають брати болі, то се знак, що прихід дитини зближаєсь. Мати повинна ходити до послідної хвилі доки лише може. При породі мати найлучше доктора, а то тому,

що дитя деколи надходить не природно і лише доктор може помочі в тяжких випадках. Коли все гаразд то баба повитуха відбере, але коли щонебудь зле то така баба еще більше клопоту наробить. Тому ніколи не спускатись на звичайну бабу, але всегда мати при собі або екзаміновану акушерку, хотяй і она в дуже тяжкім випадку є безсильна. Коли лише мож то всегда найбезпечнійше мати доктора.

КОЛИ ДИТЯ ВЖЕ НАРОДИТЬ СЯ.

Коли дитя вже народить ся, то дитини не вільно зараз купати а то через пупець.

Пупець звичайно відпадає аж в 10 днях по народженю. Дперва тепер мож купати дитя безпечно.

Доки пупець не відпав, то дитину лише змивати мягким рушником і легко обтирати. Мож і купати але, щоб вода не досягала пупця.

ЯК КУПАТИ НОВОНАРОДЖЕНЕ ДИТЯ.

Дитину купати не скорше чим одну годину по їді. Кімната має бути тепла. Голова і лице повиннось обмивати перше і легко витерти. Відтак обмивати проче тіло піддержуючи дитя одною рукою а другою мити.

Дитину маєсь купати скоро і сейчас легонько витерти.

ЯК ГОРЯЧА МАЄ БУТИ КУПІЛЬ?

купіль має бути, в кількох перших тижнях 100 степенів горяча. Опісля по місяци зменьшувати тепло води на 98 степенів, по 6 місяцях на 95 степенів, а другого року від 85 до 90 степенів. Коли нема термометра в хаті то воду міряти не рукою а ліктем, бо рука запечена.

ЯК ЧАСТО КУПАТИ ДИТИНУ?

Дитину купаєсь що дня, хибаб було чого слабе. Купати звичайно в один і тойсамий час. Найлучше в вечір перед сном.

ПРИ КУПАНЮ ВИМИВАТИ ДОБРЕ ВСТИДЛИВІ ЧАСТИ

При кождім купаню вимивати встидливі часті водою до якої даєсь "борік есид" і то на $\frac{1}{2}$ кварта води дві ложочки сего порошку.

ВИМИВАТИ ОЧИ.

Теплою водою вимивати і очі. До $\frac{1}{2}$ кварта теплої води даєсь одну ложочку "борік есид" і сею водою при помочи лняної шматки чи вати вимиваєсь очі.

ЧИ МОЖ УЖИВАТИ МИЛА ПРИ КУПАНЮ?

Мило э добре але мусить бути легоньке, щоб скіра не посідалась. Колиб скіра червоніла то залишити всяке мило а до води додати трошки соли або робити купіль з брену.

ЯК РОБИТЬ СЯ КУПІЛЬ З БРЕНУ І СОЛИ?

Горня звичайної соли бересь на кождих 2 гальони води. Один пайнт пшеничного брену сиплесь до торбинки і се зануряєсь в воду до купаня. Опісля витиснути воду по яких 5. мінутах і втій воді купати. Колиб і се не помагало на скіру, то купати через кілька день в чистій воді.

П Е Л Е Н К И .

Коли пеленка мокра треба її сейчас зняти і кинуті в начинэ з водою в яким пересь їх. Прати при найблизшій нагоді.

Коли пеленки були лише мокрі то по висушеню мож їх еще раз уживати, але здоровше давати всегда чисті. Чисті пеленки вдержуть скіру в здоровлю.

Пеленки треба прати що дня і найменше 15 мінут їх виварювати.

УБРАНЭ НА ДИТИНУ.

На груди шити з флянелі шоротке і легко пристаюче убранэ. Животик обвивати легко флянелювим паском на 4.

цалі широким.

Пеленку складаєть кінцями на скіс, так як хустку на голу, в клин. Довшими кінцями обвиваєть дитину в станику а коротший завертаєть поміж ноги і тоді всі три кінці "сейф-пін"-ою защіпаєть.

По всім затягнути верхне убранє також з флянелі і защіпати його з переду або заду. Дитину всегда вбираєть лише на лежачо, перевертаючи з животика на плечі, як заходить по треба, щоб се убранє не спадало то робить ся шлийки і їх запинаєть через плечі.

ПЕРЕВІТРЮВАНЭ І ВИНОШЕНЭ ДИТИНИ НА ДВІР.

Коли дитина має один місяць, мож отвирати на яких 10 до 15 минут двері. Відтак поступенно отворюванє продовжати. Дитину мож держати на дворі хотьби і в зимі. Першого дня убравши тепло дитину, обвинути добре, лишаючи дїрку на уста, винести на 5 минут. По тижни виносити вже на 10. минут часу і так що тижня продовжати час. В той спосіб дитина призвичаїть ся на зимно і буде гарно розвиватись.

Коли є вітер дитини не виносити або коли є дуже зимно. Звичайно дитину виносити в ясні і погідні дни.

ВВАЖАЙТЕ, ЧИ ДИТИНА ПРИБИРАЭ ВАГУ.

Нічо красше не скаже, що дитина здорова і росте, як збільшанє ваги в дитини. Мама повинна зважити дитину як народить ся, а опісля що тижня важити і вважати чи вага прибуває. Коли вага не прибуває, то знак, що оно або слабе або корм є за слабій. Тоді добре засягнути поради в доктора. В перших тижнях дитина повинна діставати від 4 до 8 унцій більше ваги кожного тижня до 6 місяців. Опісля приріст є менший від 2 до 4 унцій.

КОЛИ ДИТИНУ ВЧИТИ ХОДИТИ?

Від 5 до 7 місяця мож починати дитину вчити ходити. В 12 місяци оно повинно йти само.

Дитина сьмієсь голосно від 3 до 4 місяця.

Держить голову в 4 місяці.

Говорити починає в рік.

В двох роках повинно говорити. Колиб не пробувало говорити хоть трохи, то вдатись до лікаря.

З У Б И .

Зуби бере дитина між 6 а 9 місяцем і то два долішні. Відтак вилазять 4 горішні, які показують ся між 8 а 12 місяцем. Два других долішних показують ся між 12 а 18 місяцем.

За один рік дитина звичайно дістає 6 зубів. За півтора року має 12, в двох роках має 16, а в двох і пів 20 зубів.

ГОДОВАНЭ ДИТИНИ.

Найлучшим молоком до годованя дитини э власної мами. Тому кожда мама повинна годувати свою дитину власними грудьми. Однак колиб мама відчувала великі і не перестаючі болі, то годувати дитину фляшкою.

З початку кожда мати має болі, коли дитина починає ссати, колиб сі болі не переставали вдатись до лікаря.

КОЛИ Э НАЙВАЖНІЙШИЙ ЧАС ГОДОВАНЯ?

Найважнійший час годованя э перших 3 до 4 місяці. Від вмілого і доброгo годованя залежить багато на дальшім розвою здоровлю дитини. В сім часі мама не повинна годувати грудьми коли має сухоти або яку иньшу хронічну недугу, або э слабосильна і годованэ її і дитині сильно шкодилоб.

ЯК ЧАСТО ДИТИНУ ГОДУВАТИ В ПЕРШИХ ДНЯХ?

Чотири або пять разів на день, в перших двох днях. Опісля почавши з третим днем давати дитині ссати що дві години в день, а два рази в ночі. Такий порядок їди тремати до 1 тижнів. Від 4 тижнів до 2 місяців давати ссати що 2½ год. в день а один раз в ночі. Від 2 до 5 місяців давати що 3 год. і раз в ночі. Від 5 до 12 місяців що 3. год. в день, а в ночі вже не давати ссати.

ЯК ДОВГО ДИТИНА МОЖЕ ССАТИ ГРУДИ?

Не довше чим 20 минут. Коли э за мало молока в одній груди то давати і другу.

ВІДЖИВЛЕНЭ МАМИ.

Підчас плеканя дитини грудьми мама повинна сама добре відживлятись.

Їсти страви легко стравні, пити багато молока, їсти яйця, зупи, ріжного, рода ярину, лише не квасні яблока, бо дитина буде хорувати. М'ясо не їсти більше чим два рази на день. Мало пити гербати або кави а не пити жадного алькоголю. Овочі мож їсти і квасні але спечені і поцукровані.

Мати повинна перебувати як найбільше на свіжім воздусі, багато ходити, головно їздити. Вести природне житє і вважати на правильний денний столець.

Не повинна нічим гризтись, ніхо не повинен її докучати. Повинна мати досить часу на відпочинок так в день як і в ночі.

Коли мама гризесь чи журить ся, тратить сейчас молоко в грудях і якість э гірша, що відбиваєсь на дитині.

ЩО ВКАЗУЭ, ЩО МОЛОКО МАМИ НЕ Э ДОБРЕ ДЛЯ ДИТИНИ.

Дитина спить дуже мало, э неспокійна, багато плаче, ча сто виходить газ з него, а деколи і вертаэ. Відхід э вовнячий, зеленковатий і рідкий.

ЩО РОБИТИ, КОЛИ МОЛОКО МАМИ Э НЕ ДОБРЕ.

Коли дитина э неспокійна через два або три тижні і не прибираэ ваги, то дитину сейчас заперестати годувати грудьми, а давати фляшку. Однак, що мами молоко э найлучше то спробувати поліпшити мамине молоко через ходженэ багато по свіжім воздусі, відпочинок і відповідну їду, омняючи все квасне.

ЩО РОБИТИ КОЛИ ДИТИНА ЧАСТО ВЕРТАЄ?

Коли се лучаєсь часто по ссаню, то се знак, що дитина пересалась. Тому дитині давати ссати коротше, або давати одні груди замість двох. Коли і се не помагає, то се знак, що молоко є за сильне. Тоді давати кілька минут перед ссанєм кілька ложочок перевареної води дитині або ячмінної води, а мама повинна їсти меньше поживних страв головно мяса. Коли еще тепер дитина вертає але прибирає на вазі, то се знак, що оно в коротці заперестане вертати.

Колиб дитина вертала і тратила на вазі то дитину відлучити.

КОЛИ ВЧИТИ ДИТИНУ СІДАТИ НА СТОЛЕЦЬ.

Коли дитина має 8 до 10 місяців можна починати вчити дитину не робити в пеленки а сідати на столець, що зменьшить мамі много праня.

В один час кілька рази денно класти дитину на столець без взгляду чи оно хоче на двір чи ні. Коли припильнуєте якийсь час то дитина в той час всегда буде робити. Їй буде здоровше а Ви будете мати меньше клопоту з пеленками і перевиванєм.

ЧИ ДОБРЕ ДИТИНУ КОЛИСАТИ?

Ні! Дитину ніколи не колишть. Се нездорово для дитини, а Вам задає много труда. Дитина неслаба, неголодна має спати сама. Ніколи не пробуйте колисати, бо раз як навчите, то не скоро відучите.

ЧИ ДОБРЕ ДИТИНІ ПЛАКАТИ?

Мала дитина повинна плакати денно найменше 15 минут. Плач помагає дитині — скорше росте.

ВІДЛУЧЕННЯ.

Відлучуєсь дитину здорову по однім році, слабше роз-

лену добре трохи довше плекати грудьми. Ніколи не відлучати дитину нараз, але поступово. З початку раз на день давати замість грудий иньшу їду.

Опісля два рази иньшу їду і т. д. а опісля відлучити від грудий зовсім.

Від фляшки відлучати в 13 місяцях.

ВОДА ДЛЯ ДИТИНИ.

Підчас плекання грудьми чи фляшкою треба давати дитині денно кілька ложичок перевареної води. Воду переварити накрити, щоб устудилась а відтак давати її пити.

ШТУЧНЕ ГОДОВАНЭ ДИТИНИ.

Найлучше молоко, що може в часті заступити молоко мами — є коровяче молоко.

Коровяче молоко не мусить бути товсте але чисте і свіже і мусить бути від здорової корови.

Сейчас по видоєнню молоко треба добре перецідити і сейчас поставити на зимне місце аж доперва по кількох годинах мож його уживати.

ЯК ПІДРОБЛЯТИ КОРОВЯЧЕ МОЛОКО ДЛЯ ДИТИНИ?

Коровяче молоко має лише половину стілько цукру в собі що мамине, тому треба додати цукру. Коровяче молоко має більше солій тому є тяжше стравне. Щоб коровяче молоко зробити о скілько мож подібне до молока матери, треба на горня молока дати 1 ложочку вапняної води (лайм ватер) яку купите в другесторі і одну ложочку молочного цукру (мілк-сю гар) але можна взяти і звичайний цукор, як далеко до другестору.

Тепер додати до сего горня перекипілої води і одержите менше більше подібне до матери молока. Се штучне зроблене коровяче молоко давати з фляшки або годувати ложочкою.

Коліб оно шкодило з початку, то додати більше води.

КОЛИ МОЖНА ДАВАТИ ДИТИНІ ДЕЩО ИНЬШОГО ІСТИ?

До п'ятих місяців треба плекати дитину молоком. Тепер мож дитині дещо давати з иньшої їди але спочатку по трошки. І так добре давати сік з помаранчі зацукрований, розтяти помаранчу на двоє одну половинку посипати цукром і ложочкою витискати сік і давати дитині. Білок легенько зважений з яйця і сік з волового' мяса. Добре худе мясо розварити і сей сік по трошки давати. В семім місяци давати бараболю потовчену добре з молоком і маслом а також мож домішувати худу юшку з волового' мяса. Волову юшку мож купити в шторі називаєсь "Бовріл" і на горня перекипілої води даєсь одну ложочку сего "боврілу"

ЩО ДАВАТИ ДИТИНІ, КОЛИ НЕМА СЬВІЖОГО КОРОВ'ЯЧОГО МОЛОКА?

Коли не мож діставати денно сьвіжого молока, то дитину мож годувати "Нестелс фуд", яке дістаните в другсторі. Як розробляєсь "Нестелс фуд" з сказано на кожній бляшаній пушці.

ФЛЯШКА І ПИПКА.

Фляшку купити в другсторі і то таку, щоб мала два отвори, щоб мож її добре вимивати. Коли нема нагоди купити або за далеко то мож ужити якунебудь малу фляшку.

Перед ужитєм треба фляшку добре виварити. Поставити фляшку в зимну воду і так з водою поставити на огонь, нехай кипить 5 минут.

Відтак відложить воду з фляшкою на бік, нехай остигне.

Пипку купити гумуву (ніпел) і добре її виварити в кипячій воді і аж по вивареню її уживати. Пипку вистарчає раз виварити, бо коли більше варить ся то она мякна і рвесь.

По кождім годованю фляшку і пипку вимити добре в теплій воді і поставити їх в зимну воду де они нехай стоять аж до другого годованя.

Фляшку і пипку чисто держати бо від сего залежить

здоровлє дитини.

Фляшку купувати таку, яка має подїлку на собі, бо після тої подїлки знаєте скілько давати дитині пити.

ЯКЕ МАЄ БУТИ МОЛОКО?

Молоко має бути тепле. Давати стілько молока до фляшки, скілько дитина має випїти. Коли дитина не випє всего то виляти його або старшій дитині дати випити. Ніколи одно і те саме молоко не давати дитині два рази.

СКІЛЬКО ДАВАТИ МОЛОКА ДИТИНІ І КОЛИ?

Від 2 до 7 день давати молоко пити що дві годині в день а один раз в ночі від 1 до 1½ унца.

Від одного до трох тижнів давати що 2 год. в день а раз в ночі від 1½ до 3 унцій.

По двох трох тижнях мож воду зменьшати по трошки а за се збільшати молоко і то не частійше як що третого дня.

Колиб при збільшаню молока дитина була неспокійна або не йшла на двир то завернутись і давати слабше молоко, то э як кілька днів в зад. Зменьшити воду не більше як половину ложочки що 3 дни.

Від 4 до 5 тижнів що 2½ год. в день, один раз в ночі від 2½ до 4 унц. Від 6 до 9 що 2½ год. в день, раз в ночі, від 3 до 5 унцій. Від 9 тижнів до 5 місяців давати що 3 год. в день і в ночі, від 4 до 6 унц. Пізнійше давати що 3 год. в день від 6 до 7½ але в ночі заперестати давати.

Кожим разом дитина не повинна ссати довше фляшку чим 20 минут. По ссаню ніколи не позволяти дитині бавитись фляшкою, лише фляшку і піпку вимити і вложити в зимну воду.

ЯКІ СУТЬ ЗНАКИ, ЩО ТРЕБА ЗМІЦНЯТИ МОЛОКО.

Дитина э невдоволена, не прибирає ваги, добре все травить, не вертає, має добрий відхід і прибирає на вазі. Ніколи не дивитись на сам апетит дитини, бо дитина звичайно хо-

че більше як її можна а через се може дитина набавитись хобби.

ЗАГАЛЬНІ РАДИ В ВИХОВАНІУ ДИТИНИ.

- 1) Не позволяти чужим особам цілювати дитину в уста.
- 2) Не приказувати дитині те робити, що знаєте наперед від чого она відмовить ся.
- 3) Коли думаєтє, що дитина має те зробити що Ви приказуєте, то не говоріть два рази.
- 4) Не учіть дитини послуху битєм а радше карою, як в куті стояти і т. д. по чім дайте її коротку науку чому она стояла в куті і загадайте щоб дитина Вам сказала, що оно се чи те більше не буде робити. Битє виробляє лише злість в дитини.
- 5) На дитину не кричіть і не злостіть ся. Тим самим тоном що звичайно говорите тим і приказуйте, бо коли дитина навчить ся слухати лише тоді як ви кричите, то будете мусіли відтак крччати всюди щоб послухало, по улиях і т. д.
- 6) Будьте лагідні для дитини а буде і оно лагідне колись і для Вас.

Добре виховаєте діти, буде дітям добре і Вам, виховаєте зле буде зле Вам і дітям.

ДОБРІ ДІТИ РОДИЧАМ ВІНЕЦЬ, А ЗЛІ ДІТИ РОДИЧАМ КОНЕЦЬ,

ЧИМ ГОДУВАТИ ДІТИ ВІД ОДНОГО РОКУ ДО ГОРИ?

В другім році давати дитині їсти 5 разів денно. На першім місци йде молоко саме, відтак всякі кашки варені на молоці, як рижова, пшенична, кукурузяна, поридж і иньші. Печені або варені яблока, сос з помаранчі зацукрований і иньші несирі неквасні овочі. З мяса нічо не давати хіба росіл легкий і сос з мяса, з бараболею. Варені на мягко яйця, біскетс розмочені в молоці а також на 18 або 19 місяць мож припікати хліб на блясі кухні, намастити його еще теплий добре маслом і давати дитині. Се помагає травденю.

ДАВАНЭ МЕДЕЦИН ДИТИНІ.

Дитина не потребуэ жадних медецин. Давайце відповідну їду в відповідний час і відповідну скількість її, то дитина ніколи не буде хорувати.

Колиб вже захорувало на жолудок то здержіть даванэ їди зовсім або в части а за се давайце богато пити теплу перекіпілу воду. Она найскорше поможе.

ДАВАНЭ МЕДЕЦИН ДИТИНІ В 16 МІСЯЦЯХ.

Коли дитина маэ около 1½ року і слабуэ на жолудок, не маэ правильного стільця, то треба давати менши їди і не так тяжку. Молоко давати розпущене на пів з водою, мясных страв зовсім на якийсь час не давати а за се давати много овоців головно печені яблока. Колиб се не помагало або задавало кому много труда, то давати покілька кропель сиропу з фіг (фігс сируп), або касагри (касагра) або і "кестер ойл." Се все дістанете в другсторі по 25 цт. Коли дитина більша то давати її пити маслянку і много бігати по сьвіжім воздусі, шо так само поможе як і медицина.

ЩО ДАВАТИ ВІД 3 ДО 10 ЛІТ?

Від 3 до 10 літ давати дитині як найбільше молока, овоців і ярини а найменше мяса. Води сьвіжої давати дитині по достатком головно в горячі дні. Риби давати дитині часто. Не давати аж до 10 року отсих мяс, шинки, солонини, кобаси, печінки, нирок, дичини і всіх сухих солених мяс і риб.

Ярину давати найлучше варену або печену, ніколи смажену.

ЗАГАЛЬНІ РАДИ ПРИ ІДІ ДИТИНИ.

- 1) Малі діти не повинні бавитись їдою.
- 2) Не повиннось їх відвертати від їди ані забавляти при їді, бо через се діти їдять більше і эле жують.
- 3) Ніколи не позволяти дитині, хотьби она була вже і старша, їсти до сита лише одну страву при їді. Дитина повин-

на їсти скільки мож найбільше мішані страви.

4) Діти не повинні їсти своїм способом при їдї, бо через се вирабляють в собі непослух. Діти научені відповідно заховуватись при їдї, дадуть ся скорше научити і в иньших і важнійших справах.

5) Дитина повинна діставати їду в однім часї.

6) Дати дитинї много часу до їди.

7) Дитину треба научити як кусати, скільки кусати і як жувати. Аж до 7 року треба дитинї все дрібнонько кряти і гмишувати.

8) Ніколи дитину не змушувати до їди коли оно не хоче в свій час. Лучше післати дитину на свіжий воздух бавитись а оно само буде просити їсти.

9) Коли дитина відказуєсь їсти часто поживні страви, як молоко, кашки, ярину і т. д. то такі річи давати дитинї всегда перше перед иньшими, яких звичайно лучше її не показувати доки не зість ті, що Ви давали.

10) Коли дитина слаба, то найлучше здержати всяку їду від 12 до 36 год. Молоко розпустити і часто давати воду пити.

11) В горячі дні давати легко стравні їди, звичайно меньше їсти а більше пити.

ЯК ЧАСТО ПОВИННА ДИТИНА ЙТИ НА ДВИР?

В першім тижни 2 до 3 рази денно, а опісля один до два рази до 4 тижнів.

По місяцеви дитина повинна йти що найменше раз на день.

ЩО РОБИТИ КОЛИ ДИТИНА ЙДЕ НЕПРАВИЛЬНО НА ДВИР?

В один і той самий час класти дитину на столець, без взгляду чи оно хоче чи нї. В короткім часї оно буде йти точно в один час.

ЩО РОБИТИ, ЩОБ ДИТИНА БУЛА ЗДОРОВОЮ?

- 1) Мама повинна годувати свою дитину грудьми.
 - 2) Годованэ маэ бути в один час, скількість молока, якість і температура не можуть дуже різнитись від попереднього годованя.
 - 3) При годованю пипкою, пляшка і пипка мають бути всегда чисті.
 - 4) Молоко коровяче для дитини радше гріти а не переварувати.
 - 5) Дитину мож відлучувати безпечно по 1 році.
 - 6) Дитину ніколи не відлучувати в часі від червня до вересня.
 - 7) Дитину не брати скорше до стола їсти разом аж по двох роках.
 - 9) Дитину треба всегда годувати і класти спати в один час. Правильність багато значить для здоровля дитини.
 - 10) Молоко коровяче для дитини маэ бути найсвіжіше
 - 11) Дитина повинна спати сама.
 - 12) Пити воду коли лише бажаэ.
 - 13) На перестудженэ як эще дуже маленьке натерайте груди гусячим смальцем, коли старше то мож камфоровою оливою (кемфор ойл)
 - 14) На затвердненэ мож давати печені яблока, маслянку, "кестор ойл", "фігс сируп" і "касагра".
 - 15) Дитину ніколи не колишіть до спаня, оно коли здорове буде спати само.
 - 16) При спаню не давайте дитині ссати пипку ані жадних шматків з цукром.
- Такі шматки і пипка, підчас спаня, наносять лише різного рода хвороби на дитину.

Д О Д А Т О К

ЯК РАТУВАТИ УТОПЛЕНОГО?

Положити утопленого лицем на діл і то низше від прочого тіла, щоб вода виплила з уст і горла. Тепер положіть утопленого на правий бік і давайте під ніс нюхати амоняк або звичайну табаку. Зимну воду поливайте на лице і груди. Коли се не приведе хорого до свідомости, то обертайте легко хорого раз лицем до землі то плечима і рівночасно стискайте його рамена раз взад то вперед, щоб витиснути воздух з легких. Коли се не помагає, то робіть руками як з повішеним. (Стор. 56). Коли почуєте віддих натерайте флянелею ноги а на живіт прикладайте гумову торбу з теплою водою, коли нема торби то фляшки з теплою водою. Класти їх також і на ноги, головно стопи.

Порплі на голові усуває вівсяний грис, зварений в оцті, а відтак мити ним голову.

Сопух з уст усуває вода, в якій розпустить ся оцет і яким мити по кожній іді. Також добре гризти корінь з татарского зіля, який вбиває неприємний запах.

Мож купити в шторі "сен-сен" і їсти по одному зерні.

На відлеженє добра вода на пів з оцтом. якою натерати боки хорому, також мож натерати і легкою горівкою. Коли від відлеженя суть вже болі, то розбити білок змішати зі зимною водою і прикладати при помочи шматки.

ЗДОРОВИЙ НАПІЙ І ЛІКАРСТВО НА ЗАТВЕРДНЕНЄ.

Назбирати ягід черниць (афини "блюбері") і зробити з них сік в той спосіб: Взяти велику фляшку на гальон або і більше (мож і щонебудь иньше, але фляшка найлучша), наси

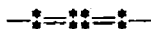
пати пів склянки цукру до фляшки на дно, тепер до тої самої фляшки сипати черницї около 1½ інча грубу верству. Тепер сипати одну склянку цукру і знов таку саму верству черницї доки не наповнить ся фляшка. Завершити цукром і шийку фляшки завязати чистим, білим і рідким полотном. Фляшку поставити десь до сонця коло вікна і в легко тепле місце. До двох місяців ягоди підуть до гори а низше них збиресь ясний сік. Сей сік зіляти і добре заткати в фляшках а до ягід в фляшці наляти води і лишити так з на місяць, по яким часі виляти сю воду і будесь мати гарний і здоровий напій в роді вина. Хто хоче мати сей напій красшим нехай змішає з першим соком.

Сам чистий, перший сік пити в літі з водою в горячі дні або і з гербатою очищує кров і розвільняє твердий столець.

СКІЛЬКО ТРЕБА ЧАСУ НА ТРАВЛЕНЭ?

Солодкі яблока травить ся в	— — — — —	1. год.	30 м.
Квасні яблока травить ся в	— — — — —	2. год.	— „
Фасоля варена травить ся в	— — — — —	2.	„ 30 „
Сьвіжа воловина, печена в	— — — — —	3.	„ — „
Сушена воловина, печена в	— — — — —	3.	„ 30 „
Сьвіжа смажена в	— — — — —	4.	„ — „
Варені бураки в	— — — — —	3.	„ 45 „
Пшеничний сьвіжий хліб в	— — — — —	3.	„ 30 „
Кукурузяний сьвіжий хліб в	— — — — —	3.	„ 15 „
Масло топлене	— — — — —	3.	„ 30 „
Капуста сира з оцтом	— — — — —	2.	„ — „
Капуста варена	— — — — —	4.	„ 30 „
Сир старий	— — — — —	3.	„ — „
Качка печена домашна	— — — — —	4.	„ 30 „
Качка печена дика	— — — — —	4.	„ 30 „
Яйця, сьвіжі, твердо зварені	— — — — —	3.	„ 30 „
Яйця, сьвіжі, мягко зварені	— — — — —	3.	„ — „
Яйця, сьвіжі, смажені	— — — — —	3.	„ 30 „
Гуска печена	— — — — —	2.	„ — „
Баранина варена	— — — — —	2.	„ 30 „
Варена воловина, печінка	— — — — —	2.	„ — „
Варене молоко	— — — — —	2.	„ — „

Сире молоко — — — — —	2.	„ 15 „
Варена петрушка — — — — —	2.	„ 30 „
Овече мясо печене — — — — —	3.	„ 15 „
Овече мясо варене — — — — —	3.	„ — „
Свинина печена — — — — —	5.	„ — „
Свинина варена — — — — —	3.	„ — „
Свинина сира — — — — —	3.	„ — „
Бараболі варені — — — — —	3.	„ 30 „
Бараболі печені — — — — —	2.	„ 30 „
Риж варений — — — — —	1.	„ — „
Саго-пудінг — — — — —	1.	„ 45 „
Семон варений — — — — —	4.	„ — „
Зупа з волового мяса — — — — —	4.	„ — „
Зупа з курки — — — — —	3.	„ — „
Індик печений — — — — —	2.	„ — „
Телятина варена — — — — —	4.	„ — „
Телятина смажена — — — — —	4.	„ 30 „



ЗАГАЛЬНІ РАДИ, ЩОБ БУТИ ЗДОРОВИМ.

УВАЖАЙТЕ НА ВОЗДУХ.

Воздух є доконче потрібний для нашого життя. Без їднї ми жити цілими днями, але без воздуха ми годні жити гледви кілька мінут. Дивлячись з тої точки погляду воздух є ажнійший для нас як їда або вода, а добре провітрюванє є ершим правилом гїгієни.

Комнати, в яких живемо і комнаты, в яких працюємо, повинні бути все добре провітрювані, перед тим заки до них увійемо і підчас того як в них находимо ся.

Найважнійшими прикметами доброї вентиляції (провірюваня) є: рух, холод і свіжість воздуха та відповідна скільість вогкості у воздуху.

Серед людей панує загально велике упередженє до воздуха, який порушаєсь. Тимчасом фактом є що легкий подув сздух є найліпшим приятелем для хорого чоловіка. Певна їч, що довготреваючий сильний протяг, на який є виставлена

лише певна частина тіла, спричинює простуду та не є пожаданий; але легкий продув який звичайно находимо в комнаті з доброю вентиляцією, є для здоровля дуже добрий.

ВОЗДУХ І ПРОСТУДА.

Помимо сего годі заперечити, що люди не привикші до вентиляції і в наслідок сего дуже вразливі на протяги, не повинні надто виставляти себе на протяги заки до них привикнуть. Але покількох днях осторожності звичайно на стільки мож привикнути до легкого продуву, що небезпека простуди значно сменчить ся; люди, що не боять ся легкого продуву скоро набувають велику відпорність проти простуди.

ВІКНА.

Найліпше провітрювати мешканя при помочи вікон. По радно є держати вікна майже все, отворені в літі і дуже часто отворені в зимі.

Рівнож порадно є все мати подвійну струю воздуха, себ то одну струю свіжого воздуха, яка би входила знадвору до комнати і другу струю зужитого, кімнатного воздуха, яка би виходила з комнати на двір. Як не мож сего зробити отворивши два протилежні вікна або вікно і двері, то до певного степеня мож се осягнути спустивши те саме вікно троха з гори і троха з долини.

ХОЛОД ВОЗДУХА.

Як мало людий знає се, що людське здоровлє вимагає, щоби воздух бул в руху, так само мало людий знає про те, що воздух, який вдихаємо повинен бути холодний. Многі люди шкодять своему здоровлю перебуваючи в горячих комнатах, особливо в зимі. Температура комнати, в якій живемо, або працюємо, не повинна переходити 70 степенів Фаренгайта, а для людий що тішать ся повним здоровлєм, температура 65 або хоч би й 60 степенів ще ліпша. Горячо пригноблює чоловіка. Воно зменчує нашу умову та фізичну справність.

ВОГКІСТЬ.

В зимі дуже часто комнатний воздух надто сухий і варта так робити, щоби він мав в собі більше вогкості. Се можна зробити держачи весь час на печі воду в широкім начиню. Треба однак завважати, що начиня повинно бути дуже широке, щоби достарчити воздухови відповідної скількості вогкості. Кажуть, що в зимовий день, середньої величини дім, потребує 10 гальонів вохкості протягом кожних 24 годин.

СВІЖІСТЬ ВОЗДУХА.

Очевидна річ, що свіжий чистий воздух є більше пожаданий від нечистого воздуха. Воздух може бути занечищений газом, димом, порохом, або заразливими бактеріями. Порох і дим звичайно ідуть в парі.

Освітленя електричне є ліпше від освітлення газового, бо не все весь газ спалює ся, але частина його улітає в воздух і затроює його.

ТЮТЮНОВИЙ ДИМ.

Дуже звичайним а рівночасно дуже шкідливим средством затроювання воздуха є тютюновий дим. Куреня в замкненій комнаті затроює воздух дуже скоро і серіозно так для сих, що курять як і для тих, що не курять.

П О Р О Х .

Про шкідливість пороху знає кожний. Звісна річ, що в тих галузях промислу, де люди змушені працювати в поросі, робітники частійше хоріють і скорше умирають, як ті, що працюють в тих галузях промислу, де нема стільки пороху.

Треба вважати, щоби в хаті не назбирувало ся пороху. Порох треба змитати не сухою мітлою, бо се значить не замітати, а розганяти порох по хаті з одного місця на друге, але треба замітати порох мітлою обвиненою в мокру шмату. Всякі куртини, фіранки і взагалі все, що придержує і заховує в собі порох, є для здоровля шкідливе і не повинно мати в хаті місця.

ЧИСТІСТЬ.

На чистість мусимо вважати в хаті, бо яка чистість таке і здоров'яз. В хаті не вільно держати курий, безрог ані иньших зьвірят, бо де зьвірята мешкають там не може мешкати чоловік.



ЗМІСТ КНИЖКИ.

	Стор.	Безсонність — — — — —	34.
Вступне Слово — — — — —	3.	Безсильність у мушин — — —	35.
Загальні ради, щоб бути здоровим — — — — —	5.	Біль в жолудку — — — — —	35.
		Біль в грудях — — — — —	35.
Пошестні Недуги.		Душність — — — — —	36.
Причини пошестних недуг	7.	Дике мясо — — — — —	36.
Кір — — — — —	9.	Горячка звичайна — — — — —	36.
Дифтерія (задавка). — — —	11.	Горячка зимна (фрибра). — — —	36.
Шкарлятина. — — — — —	13.	Запаленэ горла у дітий — — —	37.
Мумс — — — — —	17.	Кашляне кровію — — — — —	37.
Кровава дизентерія (червінка або різачка). — — —	18.	Біль в крижах — — — — —	37.
Коклюш — — — — —	20.	Летарг або позірна смерть — — —	37.
Дур (тиф) — — — — —	22.	Лишаї — — — — —	38.
А) Дур (тиф) черевний або кишковий. — — — — —	22.	Млість — — — — —	38.
Б) Дур (тиф) пятнистий (плямистий). — — — — —	26.	Душність — — — — —	38.
		Горляні хороби — — — — —	39.
		Горляна Хрипка — — — — —	39.
		Горляне крупнисте запаленэ	40.
Віспа.		Глисти у дітий — — — — —	40.
А) Віспа звичайна — — — — —	29.	Гомороїди верхні — — — — —	41.
Б) Віспа вітрова — — — — —	30.	На флэгму в грудях. — — — — —	41.
Холэра — — — — —	31.	Пухлина — — — — —	41.
		Рани — — — — —	42.
Звичайні Недуги.		Рожа — — — — —	42.
Біль голови — — — — —	33.	Рожа розятрена — — — — —	42.
Біль зубів — — — — —	33.	Стовченя — — — — —	42.
Біль ребер — — — — —	33.	Біль в грудий — — — — —	42.
Бігунка або розвільненэ.	34.	Отроэнэ — — — — —	43.
Бородавки — — — — —	34.	Опаренэ — — — — —	43.
Біль боків — — — — —	34.		

Відмороженэ	— — — — — 43.	Худненэ	— — — — — 54.
Запаленэ очий	— — — — — 44.	Хороби шкірні	— — — — — 54.
Моч	— — — — — 44.	Затвердненэ	— — — — — 54.
Моч часто відходяча	— — — — — 44.	Зага	— — — — — 55.
Викиди шкірні	— — — — — 45.	Жовтачка	— — — — — 55.
Катар (нежит)	— — — — — 45.	Купель на ноги	— — — — — 55.
Катар грудний	— — — — — 45.	Опаренэ	— — — — — 55.
Кашель	— — — — — 45.	Поміч в наглих випадках	56.
Коклюш	— — — — — 46.	Повішені або вдушені	— — — — — 56.
Камінэ і пісок в жолудку	— — — — — 46.	Удушені	— — — — — 56.
Колькі і печенэ	— — — — — 46.	Замерзнені	— — — — — 57.
Мимовільний уплив мочи	46.	Ражених громом	— — — — — 57.
Недокровність	— — — — — 47.		
Неплідність у женьцині	— — — — — 47.	Отроэня.	
Нагнітки на ногах	— — — — — 47.	Фосфором (сірниками)	— — — — — 58.
Параліж	— — — — — 47.	Острими квасами	— — — — — 58.
Пархи	— — — — — 48.	Дугом	— — — — — 58.
Потріскані губи	— — — — — 48.	Рослинними трутинами	— — — — — 58.
Вітри	— — — — — 48.	Скалічення і рани	— — — — — 58.
Блюванэ (вращанэ, завертанэ)	— — — — — 48.	Що робити при зімліну?	— — — — — 59.
Ревматизм	— — — — — 48.	Як собі поступати коли укусить змія або скажений пс	— — — — — 59.
Скаженина	— — — — — 49.	Як їсти і пити в часі горяча	60.
Викиди на ногах	— — — — — 50.	По чім пізнаєсь скаженого пса?	— — — — — 61.
Сухоти	— — — — — 50.		
Корчі	— — — — — 51.	Домові Ліки.	
Дзвоненэ і шумленэ в ухах	51.	Домова аптека	— — — — — 62.
Свербленэ (короста)	— — — — — 51.	Здоровлэ в овочах і ярині	62.
Ідовиті укушеня	— — — — — 51.	Сире волове мясо э	— — — — — 62.
Шкрофути	— — — — — 51.	Цукор	— — — — — 63.
Шкорбут	— — — — — 52.	Винний оцет	— — — — — 63.
Горячка	— — — — — 52.	Мило пспіл і дуг	— — — — — 64.
Товстих хоробах	— — — — — 52.	Молоко	— — — — — 64.
Фрибра зимна	— — — — — 52.	Сметана, масло, олива	— — — — — 64.
Потовченэ	— — — — — 53.	Вода зимна і тепла	— — — — — 65.
Завмираючі части	— — — — — 53.	Лняне сімэ	— — — — — 65.
Щикавка	— — — — — 53.	Гірчиця, хрін і перець	— — — — — 65.
Фрибра звичайна	— — — — — 53.	Вино, горівка	— — — — — 66.
Боляки	— — — — — 53.	Печені яблока	— — — — — 66.

Вовна, церата	66.	Шлеканэ і виховуванэ дитній	74.
Кроплі Гофмана	66.	Убраня на дитину мати го-	
Алун	66.	тову нім оно народить ся	74.
Бабка водина	66.	При породі	74.
Бодяк	67.	Коли дитя вже народить ся	75.
Бзіна	67.	Як купати новонароджене	
Гарбуз	67	дитя	75.
Грис (отруби)	67.	Як горяча маэ бути купіль?	75.
Дуб' (дерево)	68.	Як часто купати дитину?	75.
Крвавник (кровник)	68.	При купаню вимивати до-	
Кропива велика (жигавка)	68.	бре встидливі части	76.
Капуста квашена	68.	Вимивати очи	76.
Кріп і кмін	68.	Чи мож уживати мила при	
Крейда і мука з костей	69.	купаню?	76.
Лопух	69.	Як робить ся купіль з бре-	
Липовий цвіт	69.	ну і соли?	76.
Лняне насінэ (лен)	69.	Пеленки	76.
Мятка дика	69.	Убранэ на дитину	76.
Морква	69.	Перевітруванэ і виношенэ	
Мігдалевий олій і олива		дитини на двір	77.
(Алмонд ойл)	70.	Вважайте, чи дитина при-	
Огірок	70.	бираэ вагу	77.
Овес	70.	Коли дитину вчити ходити?	77.
Полин	70.	Зуби	78.
Петрушка	70.	Годованэ дитини	78.
Папороть (козлик)	71.	Коли э найважнійший час	
Подорожний (спориш)	71.	годованя?	78.
Порошок з угля	71.	Як часто дитину годувати	
Румянок	71.	вперших днях?	78.
Розмарин	71.	Як довго дитина може сса-	
Рута	72.	ти груди?	79.
Риж	72.	Що вказуэ, що молоко ма-	
Рожа дика (свербивуз)	72.	ми не э добре для дитини	79.
Тернина (терен)	72.	Що робити, коли молоко	
Фіялки (клекоцей)	72.	мама э недобре	79.
Хрін	73.	Що робити коли дитина	
Чосник	73.	часто вертаэ?	80.
Шальвія	73.	Коли вчити дитину сідати	
Яловець	73.	на столець	80.

- Чи добре дитину колисати? 80. ного року до гори? — — 84.
Чи добре дитині плакати? 80. Даванэ медецин дитині — 85.
Відлученэ — — — — — 80. Даванэ медецин дитині —
Вода для дитини — — — — — 81. Що давати від 3 до 10 літ? 85.
Штучне годванэ дитини — 81. Загальні ради при їді дитини 85
Як підробляти коровяче молоко для дитини? — — 81. Як часто повинна дитина йти на двір? — — — — — 86.
Коли можна давати дитині дещо иньшого їсти? — — 82. Що робити коли дитина йде неправильно на двир? 86.
Що давати дитині, коли нема сьвіжого коровячого молока? — — — — — 82. Що робити, щоб дитина була здоровою? — — — 87.
Фляшка і пипка — — — — — 82. Як ратувати утопленого? — 88.
Яке маэ бути молоко? — 83. Порплі на голові — — — — — 88.
Скільки давати молока дитині і коли? — — — — — 83. На відлеженэ — — — — — 88.
Які суть знаки, що треба зміцняти молоко — — — — — 83. Здоровий напій і лікарство на затвердненэ — — — — — 88.
Загальні ради в виховуваню дитини — — — — — 83. Скільки треба часу на травленэ? — — — — — 89.
Чим годувати діти від од- 83. Загальні ради, щоб бути здоровим — — — — — 91.

