

E $\frac{61-R}{68}$ a

Andas ja millega tiisikust,
kopsu-katarri ja põletiku
arstida.

Kirjutanud Joh. Pukk.



616.995

Ar 918
Pukk

ENSV
Riiklik Avalik
Raamatukogu

✓
/a

E 11445

Rudas ja millega tiisikust, kopsu- fatarri ja põletiku arstida.

I. Kust tuleb tiisikus, kopsufatarri ja põletik.

Tiisikuse sünnitaja on, nagu teada, üks konna
sarnane piibelukas (patillus), mis söögi, joogi,
sülje, suudlemise, riiete, õhu, tolmu, putukate (kärb-
laste ja teiste), raha, paberi j.n.e. läbi haigete
küllest termete külge kantud saab, kus ta iseäranis
selles inimeses, kellel kehva kops ja nõrk terwis on,
hädad pinda siginamiseks leiab ja väga ruttu sigi-
neb, kuna aga terve kopsuga ja tubli terwisega
inimese organismus talle vastu jõuab panna ja
teda sigineda ei lasse. Sellepärast peab kehva kop-
suga ja nõrga terwisega inimene ennast tiisikuse
haigetest eemal hoidma, et ta nendega ega nende
asjadega kokku ei puutu. Aga ka tubli terwisega
inimesele võib tiisikus tulla, kui tal terwis, iseära-
nis kops rikut (miga) saab. Ja rike võib tulla
sooja või higinise ihuga külma wee, iseäranis aga
külma õlle joomisest, märjast külmetamisest, halva
õhuga (ummukses) ehk niiskes külmas korteris ela-

misest, pikaldašesi rinna haigusest (kopsu katarrist), halvast õhust, puu ja metallide tolmust wabrikutes, liiga puujutamisest (joomisest) liiderlikust (pordu) elust ja mitmest muust asjast.

On kops kudagi rifet (wiga) saanud, siis tekib temas palawik, mis, kui selle wastu rutulift abi ei saa, kas põletifuks ehk pikaldašeks palawifuks, nõndanimetatud „katarriks“ muutub, mis kopsu põletiklises olekus hoiab ja mille juures kops enam ehk vähem üles tursub (paistetab), mis ennaft selle läbi tunda annab, et hingamine raskesti läheb ja rinnus, iseäranis aqa selja sees rinna kohal ja piha luude wahel wäheldane pistja sarnane jala walu tekib ja ka kõha teeb, iseäranis siis, kui külmast õhust hälli sooja õhusse lähed ja ümber pöördult, kus juures inimene ennaft haiglase tunneb olema ja ihu õösel higitsema tükkib.

Katarri, niisama ka köpsupõletif, tekib kõige rohkem märjast külmetamisest, sooja ihuga külma joomisest ja läbi tõmbamisest, halvast õhust ja mitmesuguste metallide ja puutolmuft wabrikutes. Ja kui niisugune katarri pikemat aega edasi kestab, teeb tema kopsu apraks ja halvaks, kuhu wiimaks mädanik sisse lööb, nii et inimene wiimaks werift mäda rinnust wälja aab ja sureb, ilma et tiisikuse patfillus tema kopsusse oleks saanudgi. Aga et tiisikuse patfillusid väga rohkesti olemas on, siis saamad nad pea igasse kohta õhu, tolmu, asjade, iseäranis jalgade, raha ja putukate läbi edasi kan-

tud, nii et linnas pea võimata on ennaft nende eest ära hoida, aga selle asemel peame oma kopsu ja termise eest hoolitsema, ja siis ei pruugi meil patšillusiid nii väga kartta, kui meil kops ja termis häa on. Aga kõige suurem abinõu patšilluste eest hoidmiseks on ikka „puhtus“.

Katarriist tekkinud kopsu tiisikus on üks kõige halwematest, sest siin läheb enam vähem kõik kops korruga rikkesse, nii et kops pärast kõhiden tülidena wälja tuleb. Sellepärast peab püüdma, nii pea, kui katarx tekib, temast võimalikult rutem lahti saada ja selleks on kõige parem puhas wärsk õh ja pehmedawad wahendid, mis siin selles raamatust teises (II) jaos punktide 1—4 all üles loetud — kui need ei aita, siis tuleb õpetud arstilt nõu ja abi otšida.

Aga tiisikuse patšillus ei pefta mitte ükfi wigases kopsus, waid ka muudes nõrga inimese teha osades wõib ta omale aset leida, näituseks: kõrisõlmes, selgrooüdis, luudes, soolikates, pääajus ja muial, kui jääb weri ja organism lehw on, kuna terve weri ja tugew organism nad ära surmab. Ja nii nimetakse tiisikust tema asumise koha järel kopsu, kõrisõlme, selgrooüdi, luu, kõhu j.n.e. tiisikuseks. Aga kops on ikka kõige mõnufam asupaif tiisikuse patšillustele, kuhu nad õhu ja tolmü läbi wäga kergesti sattuwad.

Mitte ükfi inimestel, waid ka loomadel, nii ka lehmadel on tihti tiisikus, kust patšillused piima

läbi inimese ihuſe võivad saada. Sellepärast ette vaatust fidurateſt lehmadeſt teetmata piimaga.

Ka pöranda ja riiete tolm, mis tuas pöranda pühkimisel ja riiete puhastamisel tekib, on väga kargedam, ſest ſelles tolmus võivad väga kergeſti haiguste ſünnitajad patſillused olla, ja neid on ſääll tõesti olemas, mida inimene ſiſse hingab ja nii haiguse saab, ilma et iſegi teaks, kuſt haigus tuli. Sellepärast ärgu pühitagu, nimelt linnas, pörandat mitte luuaga, vaid võimalikult pürſtiga madalalt pikkamiſi tõmmates ehk tõukates ja riideid puhastadagu võimalikult väljas, iſeäranis jaapaid.

II. Kudas ja millega tiifikuſt, kopſufatarri ja põletiku arſtida.

Tiifikuſe waſtu ei ole ruttu aitawat rohtu veel leitud, vaid rohud, mis ſiamaani leitud, on ainult haiguse kergitajad ja aitavad pikkamiſi. Ka ſiin allpool tähendatud vahendid (rohud) ja abinõud aitavad ainult pikkamiſi, ſ. o. neid tuleb kauemat aega pruukida, aga naad on ſiiski kõige paremad ſeenini leitud rohtudeſt ja abinõudeſt tiifikuſe waſtu. Enne rohu ja abinõude pruukimiſt tuleb aga haigel ſelgeks teha, kas temal tõesti tiifikus on ehk tulema ſaab ja ſeda ei ole teiſite võimalik, kui ta veab ennast tohtril (õpetud arſtil) läbi katsuda laſtma, ja veel parem, kui ta ennast paaril arſtil läbi laſeb katsuda. Ja kui nüüd arſtid (tohtrid)

tõendavad, et haigel tiifikus, kas tulemas ehk juba külles on, siis peab see inimene järgmist tegema.

1. Sga päew tuleb hommikul, lõunal ja õhtul, vähemalt pool tundi enne sööki kuni kaks tee klaasi täit kofee lüpsjetud terwe lehma, weel parem, kui võimalik saada — fitse piima suutäie wiisi ära juua. Korraga klaasi täis ära juua ei ole hääd, sest piim võib kõhus kofku teeda ja nii kõhule ja seedimisele rasket teha, sellepärast suutäie wiisi tarwilik. Piim teeb rinnad pehmemaks ja rinna röga lahti, sellega vähendab kopsu katarri ja annab ühtlast ka ihule jõudu ja rammu.
2. Võetagu toorest ja magedat (soolamata) partsi ehk hani raswa, pandagu klaasi ehk weikse pudeli sisse ja paistedagu tulepaistel, kuni rasw wedelaks jaanud, nüüd kallatagu sellest peopesasse ja hõerutagu sellega haigel rind ja selg tubliste sisse, kuni rasw ihusse läinud ja ihu kuivaks jaanud ja haige mõitu sellest raswast õhtal ka üks või kaks teekujika täit sisse, aga kui tal süda toorest raswa wastu ei mõta, siis segatagu seda söögi sekka. Nõnda soojendatud toores partsi ehk hani rasw on suur kopsukatarri (palawiku) parandaja ja patstilluste wastand.

Kõriõlme ja selgrooüdi tiifikuse juures tehtagu seda sama, et kõriõlme ja selgroogu nende raswadega tubliste sisse hõerutakse. Wahel pandagu

rasmale ka aptekist ostetud terpentini või karboli mett, millele pool kaeru mett juure lisatud, selka, segatagu tubliste läbi ja võietagu sellega ka selgroogu ja kõrisõlme. Terpentini ja karboli mett ei tohi aga mitte, alati tarvitada, vaid ainult mõni kord selka. Sisse määrimiste juures peab selle pääle moatama, et ihunahk määritavas kohas täitsa terve oleks.

3. Korjatagu metsast ehk ostetagu aptekist põhja pödra või Islandi sammalt (ka palutakijaks ja robiseja heinaks nimetud), võetagu sellest peotäis, pestagu sooja, aga mitte kuumaga hästi puhtaks ja keetetagu siis toobi vee meega kaane all niikaua, kui vesi hästi ilaseks läinud. Siis kurnatagu läbi sõela ehk hõreda riide ja lisatagu saadut vedelikule natuke mett ehk suhkurt parema maitseks juure. Sellest vedelikust võetagu siis iga päev, kõige vähem kolm korda päevas, kaks kuni kolm supilusika täit korruga sisse. Selles samblas on palju toidu ollušid (aineid), sest põhja pöder elab ju temast, ja ta takistab hapuks ja halvaks mine- mast, mis sellest näeb, et kui palaval suvel temast tükkese, pääle selle, kui seda esine terve päev leotanud ja siis jälle ära kuivatanud oled, piima sisse paned, siis piim hapuks ei lähe ega tarreta. Ja tiisikuse haiguse juures on pää asi kopsu halvaks ja mädanema mine- mise eest hoida.

4. Salvei rohust, mis aptekist osta saab, tehtagu nõrka teemett, millest tiisikuse haige mõnel õhtul enne magama minekut ühe klaasi täie külmalt ära joogu. Ta on väga häa abinõu. Aga tee ei tohi mitte kõwa (kange) ega soe olla, vaid kohalt jahe, ja teda ei tohi mitte alati tarvitada, vaid ainult vahel jekka.
5. Ühtlasi tehtagu ka salvei rohust, õige kanget theemett, lastagu ära jahtuda, kastedagu sinna sisse aptekist ostetud tüff puhtaid puuwillu (watte) ja pistedagu siis see märg puuwilla tropus kas klaasist, puust ehk pilliroost toru otsa sisse ja tiisikuse haige tõmmaku siis läbi toru selle rohu õhku (jahedalt, aga mitte soojalt) mõned korrad omale sügawasti kopsu. Tropus finnitadagu aga toru otsa külgi nii, et ta läbi toru mitte kureku ei saa karata.

Sedasama tehtagu ka punkt 3-das tähendatud põdrasambla wedelikuga ja niisama ka puhastatud tõkatiga, sest tõkatil on suur omandus mada patsillusiid häwitada ja kärnu parandada.

Ka kobra lehe (takijas) ja kadaka marja wälja pigistatud sahwiti wõi wedelikku sissehingamine on häa ja seda võib ka soojalt sissehingata, niisama ka tõrwa lõhna sissehingamine. Aga terpentin ise ei ole sissehingamiseks soowitam, sest ta on küll pehwendaw, aga ühtlasi ka määndaw wahend, waid tiisikuse juures on pääasi katarri kopsus wähendada ja kopsu

mädanemise eest hoida, s. o., kopsule püüda jõudu anda, küll siis ka patsillused kaovad. Aga päältmäärimiseks siimeste põletikude vastu on aptekist ostetud terpentin, millele pool mett juure lisatud, väga häa. Terpentini ei tohi läbi toru sissehingata, ta hautab (kupatab) kopsu ära, mida ükski enam ei paranda, vaid teda võib tuas klaasi kuuma mee sisse tilgutada, kus siis tuas männi metsa õht sünnib, ehk mõni till põrandale visata, ja sedagi ainult harva teha.

6. Tiisikusehaige pruukigu ka ubalehe (Saksa keeli: Bitterklee) ja nõrka raudreia (weriheina) tee wett ja närigu kewadel noori männa (pedaja) kaswusid ja noorte mändade mähka ja neelaku nende leent natuke alla. Niisama närigu ka kadaka marju ja osjasid (kõrbe osjad — jakuline ja sooniline hein wesises heinamaas) ja neelaku ka nende leent alla, aga mitte palju.

Märkus I. Ka muidu rinna ja kurguhaiguste korral on siin ülemalpool tähendatud wahendid kasulikud ja hääd tarwitada. Rohu vastu on aga häa rohi: „Boro-mentol“, mida aptekist osta saab ja millest wahel natuke sõrme otsaga nina sõõrmesse määratakse. Sõrm peab aga hästi puhas olema.

7. Hariliku kopsu põletiku (millel rinna haiguse ja tiisikusega midagi tegemist wõi ühist ei ole)

maistu ei ole paremat abinõu, kui jaheda (aga mitte külma) mee kompressiid, ja neid tehakse järgmiselt.

Raks käterätikud pannakse tuas seisnud mee sisse liikku, nendest võetakse üks, kuna teine wette liikku jääb, püsivadakse juur weši wälja ja pannakse (mähitakse) haigel laialt ümber rinna ja selja ja mähitakse siis waha riidega (Wachstuch) ja paksu willase riidega ümbert kinni, nii et sooja peaks, ja lastakse siis tüft aega, s. o., nii kaua ümber olla, kuni tubliste soojaks on läinud. Nüüd tehakse wees olewa teise rätikuga sedasama, mis esimesegagi, kuna esimene jälle wette liikku pannakse, ja nii wahetatakse rätikuid (kompressiivid) ümawahet pidamata, kuni haige kergitust tunneb ja paranemist näha on.

Kompressiide wahetamine peab ruttu sündima, nii et haige ihu mitte jahedat ei saa ja wahet ei tohi enne pidada, kui haige ennast juba sugu parema tunneb olema, sest kui enne wahet peetakse, siis läheb põletik weel suuremaks ja asti halwemaks, sellepärast kompressiivid tehes mitte enne wahet pidada, kui juba põletikust jagu on saadut. See on kompressiide tegemise juures pããasi ja kui seda mitte ei täiteta, siis ei maksa ega tohigi ülepãã kompressa teha, sest haigus saab sellelãbi weel raskemaks.

Kompressiide tegemisega peab ka ettewaatlik olema, et ihu üleliiga ära ei jahutadaks. On haigel kõiges 38 kraadi ehk alla selle soo-

juft, siis ei tohi kombressa teha, sest kompress ei lähe siis enam tarwiliselt soojaks (kuumaks) ja nii saab haige ihu jahedat (külma) ja haigus läheb halwemaks. Parem jäägu ihusse suguperast palawikku järele, kui et ihu väga ära jahutadaiks — kül ihu ise järel jäänud palawiku pärast ära mõidab, kui suurest palawikust (põletikust) kompresside abil jagu on saadut.

Ra partsi ja hani raswaga päältmäärimine on kopsu põletiku korral väga häa abinõu. Kompresja tehtagu kohe, nii pea kui kopsu põletik pääle on hakkand ja kuumus suur on.

Ursti rohtudest on häa paar päewa, kumbgi päew üks pulber „hinini“, mis aptekist osta saab, jisse wõtta, see wähendab ihus suuresti palawikku.

Haige toit ei tohi raswane ega raste seedim olla ja kõht mitte ummuses.

Tekkis aga kopsu põletik häkiselt suure waluga, siis tuleb katsuda sooja kompressidega tema wastu minna ja alles siis, kui soojad ei aitanud, jahedatega. Soojad kompressid tehakse niisama, kui jahedadgi, ainult selle wahega, et märja käterätiku ja wahariide wahela soojad kaerad pannakse, mis käterätiku pitemat aega sooja hoiab. Kaerad ei tohi aga liiga soojad olla, waid natuke kül soojemad, kui ihu soojus.

8. Lõpuks tuleb tiifikuse haigel veel teha:

- 1) Sähedas ja puhta õhuga ruumis magada.
- 2) Wärskes õhus tihti jalutada, iseäranis selgel suwe hommikul ja sääl juures wahel sügawasti õhku sisse hingata. Pääle päewa loojamineku ei tohi aga jalutama minna, sest puud ja taimed aurawad siis paha wälja ja nii ei ole õhk puhas.
- 3) Linnas elades ikka alumise korra pääl püüda elada, ehk olgu siis, kui all wähe inimesi elab, sest et alumise korra paha õhk ülesse teise korra ruumidesse tungib, kui hoone halwasti on ehitud.
- 4) Halwa õhu ja tolmude eest hoida, sest halb õhk ja tolm on tema surm ja wärske ja tolmuta õhk tema elu.
- 5) Oma ihu wahel massaseerida wõi triifida lasta ja hommikute pehme harjaga wõi jämeda riidega ihu tubliste õeruda, niisama ka õhtul enne magama minekut.
- 6) Rõga mis rinnust tuleb, peab selle tarwis olewasse weega täidetud nõusse (anumasse) sülitatud saama ja mitte põrandale, ja rinna rõga ei tohi mitte kõhtu neelata.
- 7) Kui terwis juba kosunud, siis wäga ettewaatlik olla, et uuesti haigeks jäämist ei tuleks.

III. Mida tiifituse haige mitte ei tohi.

Tiifituse haige ei tohi mitte :

1. Laulda, hõisata ega ühtegi puhkpilli ega ka gitarret, wiulit ja sellesarnast mänguriista, mis tema käesooned wõi musfliid ära wäsitab, mängida.
2. Tantsida ega ruttu pikemat wahet jooksta, ega niisugust tööd teha, mis wäga lõõtsutama paneb, wälja armatud sügawasti hingamine.
3. Wäga raskest ega tolmust tööd teha.
4. Käsa ega jalgu külmetada, ega ka muidu ihu külmetada, päälegi weel märjalt, ehk siis, kui ihu higine on.
5. Siiderlikku (pordu) ega jooma elu elada.
6. Niiskes ja halwa õhuga tuas elada.
7. Palju istuda ega pääga töötada.
8. Külma, iseäranis sooja wõi higise ihuga, päälegi weel külma õlut juua.
9. Paberossa ega wilkat suitsjetada, pääle sigari ja piibu.
10. Wabrikutes, töökodades, kui ka kauplustes, kus õhk ummine ja halb wõi tolmune on, töötada.

IV. Ziisituse, kui ka iga teise haiguse eest hoidmiseks olgu üteldud.

1. Igaüks pesegu omad käed iga kord enne söömist puhtaks.
2. Toit (sööd) ja joogivesi, niisama ka nende nõud (anumad) saagu pöranda, kui ka iga muu tolmu, iseäranis aga kärblaste eest, väga hoietud.
3. Lastagu tuppä võimalikult rohkesti välist märsket õhku, sest puhas õhk on niisama tarvilik kui sööd ja jookgi, ja puhas õhk läheb palju rutem soojaks, kui halb õhk.

ENSV
Riiklik Avalik
Raamatukogu

Rvl. 1. -

315/ III

ST

Ao 918

Pukk, J.

Hind 75 penni.
