Dos kind, zayne entviklung, ertsiehung und krankhayten : (mit kapitlakh vegen der mutter und vegen nersing) : eyn popular visenshaftlikhes bukh far eltern und nerses / fun M.V. Feldman = The child, its rearing, development and ailments : with chapters on the mother's health and general nursing : a book for parents and nurses / by W.M. Feldman.

Contributors

Feldman, W. M. 1879-1939.
Royal College of Surgeons of England

Publication/Creation

London : A.V. Rabbinovitsch's Bukhdrukeray und Ferlag = E.W. Rabbinowicz, 1907.

Persistent URL

https://wellcomecollection.org/works/gd5xgu8z

Provider

Royal College of Surgeons

License and attribution

This material has been provided by This material has been provided by The Royal College of Surgeons of England. The original may be consulted at The Royal College of Surgeons of England. where the originals may be consulted. Conditions of use: it is possible this item is protected by copyright and/or related rights. You are free to use this item in any way that is permitted by the copyright and related rights legislation that applies to your use. For other uses you need to obtain permission from the rights-holder(s).

wellcome collection

Wellcome Collection
183 Euston Road
London NW1 2BE UK
T +44 (0)20 7611 8722
E library@wellcomecollection.org
https://wellcomecollection.org

דאס קינד

זיינע ענטוויקלונג, ערציעהונג אונד קראנקהייטען

(מיט קאפיטלאך וועגען דער מוטטער אונד וועגען נערסינג.)

איין פאפולאר וויסענשאפטליכעס בוך

פאר עלטערן אונד נערסעס.

איללוסטרירט מיט בילדער אונד פאטאגראפיעס.

פון

דאקטאר מ. וו. פעלדמאן,

לעקטשורער איבער געבורטס-הילף, קינדער-קראנקהייטען, היגיענע, נערסינג, א.ז.וו. צו דיא לאנדאן קאונטי קאונסיל.

חירורג-אקושער צוא דער קעניגליכער געזעללשאפט פיר ארעמע קינפעטארענס.

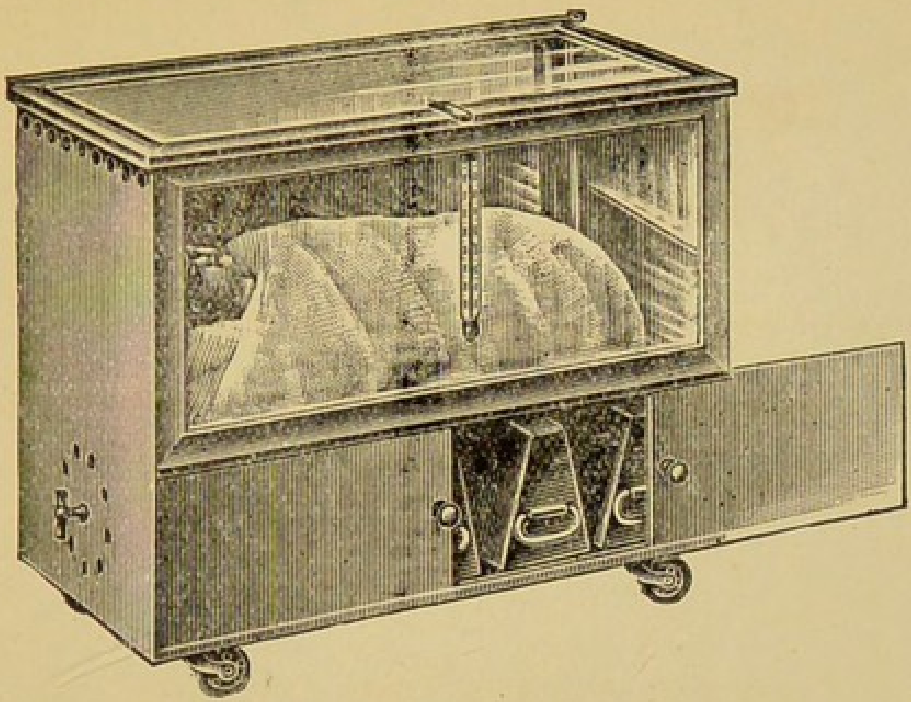
לאנדאן:

א. וו. ראבבינאוויטש'ס בוכדרוקערייא אונד פערלאג,

91, הייא סטריט, ווייטשעפעל.

1907.

[נאכדרוק פערבאטען.]



By kind permission of Messrs. Krohne & Seseman.

i. אינקובאַטאָר פֿיר אויף האָדעווען ניט אויסגעטראָגענע קינדער (זעהען זייטע 18 § 14).

---

ii. אַ צווילינג.

אויף געהאָדעוועט מיט דער באָטטעל. | אויף געהאָדעוועט מיט דער ברוסט.

(זעהען זייטע 34).

From Dr. Hutchison's "Diseases of Children". (By kind permission)

געווידמעט צוא מיינע

ליעבע עלטערן אונד שוועסטער.

חמין ושמן שסכתני אמי בילדותי,
הן עמדו לי בעת זקנתי.

(מס' חולין כ"ר ע"ב.)

דיא גוטע פפלעגע, מיינע מוטטער מיר אלס קינד געגעבען,
איזט צו נוטצען מיר געקאממען אים שפעטערדיגען לעבען.

קורצע אינהאלט׳ס טאבעללע.

פארווארט אונד מיינונגען ... ... ix—xiv

אינהאלט אנצייגער ... ... xv—xx

ערשטער קאפיטעל—איינלייטונג אונד אללגעמיינע היגיענע 1—11

צווייטער קאפיטעל—דאס קינד׳ס עססען: דער מוטטער׳ס מילך 11—18

דריטטער קאפיטעל—דאס קינד׳ס עססען ווען עס קען דער מוטטער׳ס מילך ניט קריעגען ... 18—30

פיערטער קאפיטעל—קינסטליכע פאבריצירטע שפייזען, אדער פייטענט פודס ... ... 30—33

פינפטער קאפיטעל—קינדערשע קראנקהייטען וועלכע קומען פון ניט ריכטיג עססען געבען ... 34—46

זעקסטער קאפיטעל—פארטזעצונג פאן פינפטען קאפיטעל ריקעטס אונד סקערווי (שארבאט). 47—57

זיעבטער קאפיטעל—קינדערשע קראנקהייטען וועלכע האבען ניט צו טהון מיט דעם עססען; קראנק-הייטען פון וועלכע קינדער ליידען דיא ערשטע עטלעכע טעג... ... 57—63

אכטער קאפיטעל—קראנקהייטען פון וועלכע קינדער ליידען דיא ערשטע עטליכע יאהר ... 64—74

נייענטער קאפיטעל—פערשיעדענע סבות בייא קינדער; וויא צוא פערהיטען אונד וואס צוא טאהן ביס א דאקטאר קומט ... ... 74—79

צעהנטער קאפיטעל—קינדערשע אנשטעקענדע קראנקהייטען 79—91

עלפטער קאפיטעל—דיא היגיענע אונד קראנקהייטען פון א קינד נאך דעם אנטוועהנען ביס איינינע יאהר אלט ... ... 92—110

צוועלפטער קאפיטעל—דער מוטטערס געזונד: דיא היגיענע פון א פרויא ווען זיא איזט שוואנגער 111—121

דרייצעהנטער קאפיטעל—פערשיעדענע סימפטאמען אונד קראנקהייטען פון וועלכע א פרויא ליידעט מאנכעס מאהל ווען זיא איזט שוואנגער ... ... 122—127

פיערצעהנטער קאפיטעל—דיא היגיענע פון קימפעט אונד זויגען ... ... 128—134

פינפצעהנטער קאפיטעל—איינינע פונקטען פיר נערסעס (ווארטערינס), אונד וועגען פייטענט מעדיצינס ... ... 135—154

פארוואָרט.

עס איזט דיא מאָדע צווישען שרייבער פֿון ביכער אימּמער זיך צוא פֿערענטפֿערען וואַרום זייא שיקען אַרויס איין בוך צום פובליקום. אין דיעזעם הינזיכט דענק איך עס פֿיר נעטיג „לפרוש את עצמי מן הצבור". דיא טהעמאַ, איבער וועלכער איך האב געשריעבען דיעזען בוך איזט זאָ וויכטיג דאסס קיינע פֿערטהיידיגונג איזט נעטיג. — דער גרויססער

די וויכטיגקייט פון א ריכטיגער קינדער ערציהונג.

ענגלישער פֿילאָזאָף הערבערט ספּענסער (Herbert Spencer) מאַכט דיא פֿאָלגענדע קלוגע בעמערקונג: „ווען מיר זאָהלען זעהען דאס איין סוחר פֿאַנגט אָן אַ געשעפֿט אָהנע צוא וויססען אַ „צלם" פֿיר איין „אלף" אונד אָהנע צוא פֿערשטעהן עטוואַס פֿון בוכהאַלטעריע, וואָלטען מיר איהם אָנגעקוקט פֿיר משוגע; אָדער ווען איינער זאָל זיך אונטערנעהמען צוא מאַכען איינע אָפּעראַציאָן אויף אַ פּאַציענט אָהנע צו וויסען די אַנאַטאָמיע פֿון דעם טייל קערפּער וועלכען ער דענקט אויפֿצושניידען, וואָלטען מיר באַלד אָנפֿאַנגען צוא מאַכען „אל מלא רחמים" פֿיר דען פּאַציענט. ווען אָבער מיר זעהען דאסס עלטערען נעהמען זיך אונטער אויפֿצוציהען קינדער, אָהנע צוא האָבען דיא קלענסטע אהנונג וויא מיט קינדער זיך צוא בעגעהן, אונד וויא צוא ענטוויקלען זייער קערפּערליכען אונד מאָראַלישען געזונד, קוקען מיר אָן גאַנץ גלייכגילטיג, אָהנע זיך צוא וואונדערען אויף דער חצפה פֿון דיא עלטערען, אָדער צוא אויסדריקען אונזער סימפּאַטיע מיט דיא אונשולדיגע קינדער, וועלכע פֿאַללען אַריין צוא זאָלכע אונערפֿאַהרענע עלטערען".

טאבעללע פון דיא בילדער.

---

i.	אינקובאַטאָר	אנפּאנג
ii.	צווילינג — איין קינד אויף געהאָדעוועט מיט דער ברוסט, דאס אַנדערע מיט דער באָטטעל.	פּון בוך.
1	באד טערמאָמעטער	3
2	ברוסט פּאָמפּע	12
3	ניפּעל שיעלד	13
4	וויא צוא וועגען אַ קינד	15
5	אַללענבוררים באָטטעל	24
6	שפּייז טערמאָמעטער	25
7	וויא צוא מאַססאַזשירען דען בויך	36
8	קינדערשער שפּריצער	37
9—12	פּאָטאָגראַפּיעס פּון אַ קינד וועלכע האָט געליטען פּון דאַרענעש	45
13	אַ קאָפּף פּון אַ פּילאָזאָף (ריקעטס)...	50
14	גרויססער בויך (אין ריקעטס)	51
15	סקעלעט פּון אַ געזונדען מענשען	52
16	סקעלעט פּון אַ קאַליקע וועלכער האָט געליטען פּון ריקעטס	53
17	„קרופּ" ביידעל	91
18	פּלאַן פּון דער הויט	118
19	קלינישער טערמאָמעטער	138
20	היגגינסאָנס שפּריצער	142
21	אַפּאַראַט צוא מאַכען אַ שפּייז קליסטיר	143
22	אירריגאַטאָר	144

(רוססלאַנד). דיעזע שטאַרבען פֿון זאָלכע קראַנקהייטען ווי עפּידעמישעס לאַקסירען — וועלכע קומט פֿון ניט ריכטיג עססען געבען, — לונגען אָנצינדונג פֿון וועלכע מען האָט זיך געקאָנט פֿערהיטען א. ז. וו. נאָך מעהר, פֿיעל קינדער וועלכע שטאַרבען ניט פֿון די ניט ריכטיגע ערציעהונג, וואַקסען אויף מיט אייביגע פֿעללערען צוליעב ריקעטס אָדער אַנדערע אורזאַכען, אָדער מיט שוואַכע קאָנסטיטוציעס אָדער נערוועןּ. צום ביישפּיעל, פֿיעלע אונוויסענדע מוטטערס צעהרען זייערע בייבים מיט טהעע אָדער קאָפֿפֿע, אונד מאַנכעס מאָהל זאָגאַר מיט אַלקאָהאָל, וויא צום ביישפּיעל ביער, בראַנפֿען אונד וויין, זאָגאַר טהעע אונד קאָפֿפֿע זיינען שעדליך פֿיר קליינע קינדער, אונד אַלקאָהאָל איזט ריכטיג וויא סם פֿיר זאָלכע קינ- דערס נערווען, אונד ברויכט ניעמאַלס געגעבען ווערען סיידען אַ דאָקטאָר הייסט.—

אין ריעזעם בוך האב איך גענעבען צוא פֿערשטעהן דאסס דער אונטערשיעד צווישען געבען אַ קינד ריכטיג אונד ניט ריכטיג עססען איזט זא וויא דער אונטערשיעד צווישען „וזאת הברכה" אונד דער „תוכחה". דער בעסטער ביישפּיעל וועלכען איך קען אייך געבען איזט דער פֿאָלגענדער: (זעהען אויך פֿאָטאָגראַפֿיע .ii). אין דעם יאָהר 1870—1871 ווען פּאַריז וואַר בעלעגערט פֿון דיא דייטשען, זאָגאַר עס זיינען דארט געשטאָרבען פֿון הונגער 2 מאָהל אַזוי פֿיעל ערוואַקסענע מענשען וויא געוועהנליך, פֿון דעסטוועגען וואַר דיא צאָהל פֿון טויטע קינדער נאָר אַ העלפֿט פֿון דער געוועהנליכער צאָהל! — דיא אור־זאַכע וואַר וויל צוליעב דער אַרמוט אונד נויט האָבען דיא מוטטערס ניט גע- קאָנט קויפֿען עססען פֿיר דיא קינדער אונד וואַרען דאַריבער געצוואונגען צוא זויגען זייערע בייבים.—

יעצט נעהם איך דיא געלעגענהייט צוא בעדאַנקען פֿאָלגענדע הערען אונד פֿירמעס פֿיר זייער פֿריינדליכקייט צוא לייען מיר דיא בילדער אונד פֿאָטאָגראַפֿיעס: מיינעם געעהרטען לעהרער דר. האַטשיסאָן וויא אויך דעם אַרויסגעבער פֿון זיין בוך איבער קינדערשע קראַנקהייטען הערן אַרנאָלד Dr. Hutchison & Mr. Edward Arnold פֿיר פֿאָטאָ־

אין דיעזעם בוך האָב איך אַנגעווענדעט מיינע בעסטע קרעפֿטען ניט נאָר צוא געבען אייך דיא נעטיגע וויסענשאַפֿט וועגען קינדער אונד זייערע היגיענע, זאָנדערען איך האָב אויך געפרובירט, וויא וויט עס וואַר מיר מעגליך, צוא מאַכען דיעזע וויסענשאַפֿט אינטערעסאַנט. צוא עס האָט מיר געלונגען אין דעם צווייטען הינזיכט צוא ניט — לאָז איך פֿיר אייך צוא געבען אַ מיינונג. דאסס עס האט מיר געלונגען אין דעם

גוטע מיינונגען פון קינג׳ס דאקטאר אונד אנדערע גרויססע ספעציאליסטען.

ערשטען הינזיכט וועט איהר זעהען פֿון דיא גוטע מיינונגען וועלכע איך האָב ערהאַלטען אין בריעפֿע (זעהען זייטע xiii & xiv) פֿון דיא פאָלגענדע האכווירדיגסטע לייטע: דעם קינג׳ס פיזישאן אונד דר. האטשיסאן, ספעציאליסט פֿיר קינדער קראַנקהייטען (מיינע געעהרטע לעהרער); סער לאודער בראנטאן, דער בעוואוסטער גרויססער פֿיזישאן; דר. קאלליע, הויפט אויפֿזעהער פֿון דיא לאָנדאָן קאונטי קאונסיל; דר. טאמאס, דער רעגירונגס דאָקטאָר; אונד דעם קאראנער פֿון דיעזעם געגענד. צוא דיעזע אַללע העררען דריק איך אויס מיין בעסטען דאנק.

איירע בעלאָהנונג פֿיר לעזען דיעזען בוך וועט איהר זעהען יעדע מינוט ווען איירע ליעבע קינדער וועללען אייך קוקען אין דיא אויגען אונד שמייכלען מיט דער צופֿרידענהייט וועלכע קוממט נאָר פֿון גוטען געזונד; מיינע בעלאָהנונג וועט בעשטעהן אין דעם וואסס איך וועל וויססען דאסס איך וואר דער „כח הפועל" וועלכער האָט עטוואַס געטהאָן צוא העלפֿען דיא קינדערלאַך וועלכע קאָנען זיך נאך זעלבסט ניט העלפֿען.

¼ מיליאן קינדער שטארבען אין ענגלאנד יעדען יאהר אידער זייא ווערען איין יאהר אלט.

דיא סטאַטיסטיקעס צייגען דאסס אין ענגלאַנד אונד וויילס אַליין שטאַרבען יעדען יאָהר 250 טויזענד קינדער איידער זייא ווערען איין יאָהר אַלט, דאס הייסט זאָ פֿיעל קינדער וויא עס געפֿינען זיך איינוואָהנער אין נאטטינגהאַם (ענגלאַנד) אָדער קיעוו

מיינונגען וועגען דיעזען בוך.

פון דאקטאר צום ענגלישען קעניג.

ווערטהער דר. פעלדמאַן,

איך האָב געלעזען דיא פ אָ ל ש ט ע נ ד י ג ע פראָגראַמע אונד פלאַן פון אייער בוך וועגען קינדער ערציעהונג, אונד איך בין זיכער דאסס עס וועט טהאן זעהר פיעל גוטעס דעם פובליקום פיר וועלכעס איהר האט געשריעבען. דאס געזונד פון דעם גאנצען פובליקום איזט גענצליך אבהענגיג אויף דער פראַגע פון ריכטיג צוא ערציהען קינדער, אונד אייער בוך וועט פיעל העלפען אין דיעזער העכסטענס וויכטיגער זאַבע.

פון דר. קאלליע, הויפט אויפזעהער פון דיא היגיענע קלאַססען פיר דיא לאָנדאָן קאונטי קאונסיל:

ווערטהער דר. פעלדמאַן.

איך האב דורך געקוקט דיא פ אָ ל ש ט ע נ ד י ג ע אינהאַלט׳ס טאַבעללע פון אייער בוך וועלכען איהר דענקט אַרויסצוגעבען וועגען קינדער קראַנקהייטען, אונד פון דעם קורצען טייל וועלכע איהר האָט צוא מיר געלעזען דענק איך דאסס עס וועט זיין איין אויסער אָרדענטליך נוצליכער בוך. מען ברויכט זעהר צוא האבען זאָ איין בוך וויא איהר האט געשריבען, אונד איך דענק דאסס דאס פובליקום וועט עס פיעל לעזען ווען נאר דער פרייז וועט זיין ביללינ אום זיא זאָללען קאנען ער-פאדערען צוא קויפען דעם בוך. איך האפפע איהר וועט עס אַרויסגעבען אין זשאַרגאָן; עס ברויכט צוא טהאן פיעל גוטעס.

דר. טהאמאס, (רעגירונגס דאָקטאָר) שרייבט.

אין מיינער מיינונג, וועט אייער בוך טהאן איינע אונגעהויערע טובה, דעם אידישען פובליקום.— זאָ וויט איך וויים גיעבט עס קיין בוך אין זשאַרגאָן, איבער זאָ א וויכטיגע פראַגע ווי קינדער ערציהונג א.ז.וו.

גראַפּיעס ii, 13, אונד 14; Dr. Galabin & Messrs J. & H. Churchill פּיר פּאָטאָגראַפּיע 16, The Virol Co. פּיר פּאָטאָגראַפּיעס 9, 10, 11 אונד 12, Messrs Krohne & Seseman פּיר בילד 24, מיינעם קוזין Mr. L. I. Feldman פּיר בילד 15, אונד Messrs Allen & Hanburys פּיר אללע אַנדערע צייכנונגען אויסער 7 אונד 18 וועלכע זיינען אָריגינאל געצייכענט פון דעם פּערפאַססער.

מ. וו. פּעלדמאַן,

3. Whitechapel Rd.

Aug. 1907.

בעמערקונגען: i. אללע פּונקטען אין בוך וועלכע זיינען איינ-געשלאָססען זאָ [ ] זיינען אינטערעסאַנט אבער ניט זעהר וויכטיג. צום ביישפּיעל § 2 אין קאַפּיטעל 8 א. ז. וו.

ii. אין קאַפּיטעל וועגען פּיטענט פּודס האָב איך געברויכט צוא דערמאָנען דאסס עס גיעבט 3 סאָרטען אללענבורים פּודס, נעמליך:
פּיר קינדער אונטער 3 מאָנאַט אַלט. Allenbury's food No 1.
פּיר קינדער צווישען 3 אונד 6 מאָנאַט. Allenbury's food No 2.
פּיר קינדער איבער 6 מאָנאַט אונד Allenbury's food No 3.
דאסס ווען איך דערמאָן אַללענבורים פּוד אויף זייטע 33 מיין איך פּיר יונגע קינדער. Allenbury's food No 1.

iii. איך געפּין דאסס איינינע אירטהומען, זאָגאַר גאַנץ ניט וויכ-טיגע, זיינען פּאָרט אַריינגעקראָכען אין דרוק, זאָגאַר איך אונד מיין פריינד דער אַרויסגעבער הערר ראַבבינאָוויץ — צוא וועמען איך דריק אוים מיין בעסטען דאַנק — האָבען אַכטונג געגעבען צוא פּערריכטען אללע אירטומען.

אינהאלט אנצייגער.

דיא נומערן צייגען אָן דיא זייטען פֿון בוך, סיידען איין קאַפּיטעל אָדער פאַראַגראַף (§) איזט ספּעציעל אָנגעצייגט.

א

אבגעבריהט }
אבגעברענט } 77
אבגעפאַרעט }
אבגעשיינטער אַקט 65
אבוועגען אַ קינד 14, 15
אבפֿאללען אין געוויכט 26, 43
אדענאידס=געשווילאכצען הינטערען נאז 106
אַהמע 18, 19
אַהרען 5
„ וואקס אין 106
„ ווערטאג אין 70
„ עטוואס אריינגעפֿאלען אין 75
„ ענטצינדונג אין אנשטעקענדע קראנקהייטען 85 § 8
„ ריהגען פֿון 106 § 19
אויגען 5
„ עטוואס אריינגעפֿאלען אין 76
„ ענטצינדונג 59
אויסרויכערען אַ צימער 87, 88
אויפֿהייבען אַ קינד }
אויפֿזעצען אַ קינד } 9
אויפֿשטעללען אַ קינד }
אויפֿשטעהען פֿון קינפעט 131
אונרוהיגער שלאָף 44
איבערקאכען מילך 22
איי וואַססער 149
אייז קאָמפּרעססען 146
אינקובאטאר 18, אונד בילד i אים אנפֿאַנג פֿון בוך
אַלבומען 20, 93
„ וואַססער 149
אַללענבורריס באָטעל 24
„ פֿוד 32, 33 אונד פֿאָרוואָרט xii
אלקאהאַלישע געטרענקע 152
„ „ גיפֿטיג פֿיר קינדער פֿאָרוואָרט xi
אנטוויינען, זעהען ענטוויינען
אנטיסעפּטיק 152
אנעמיא=בלוט אַרמוט 134
אנצינדונג, זעהען ענטצינדונג.
אנשטעקענדע קראנקהייטען קאפּיטעל 10 אויך זייטע 129
אַפּטייק — הויזליכער 153
אפֿען זיין—קאן ניט 7, 35—37, 60
אפֿענע פֿענסטער 86, 114, 128
אָפּעל—קאפּיטעל 7 §§ 1—4
ארום געהן אין שלאָף 105

ב

באד, אונד באדען 3—6, 102, 120
„ טערמאמעטער 3, 4
באָטעל 24, 25
באנדאזש 6
באַנדאַזשירען 153
באקטעריען=מיקראבען 79 —82
בארליי וואססער 149
בויך 6
„ אין ריקעטס 50, 51
„ מאַסאַזש 36, 124

מיין לעהרער **דר. האטשיסאן**, (פֿיזישאן צוא לאנדאן האספּי-טאל אונד צום האספּיטאל פֿיר קראַנקע קינדער, לעקטשורער איבער קינדערשע קראַנקהייטען צוא לאנדאן האספּיטאל אונד אוניווערזיטעט), דענקט „דאסס דער בוך ברויכט זיין זעהער נוצליך, אונד וועט פֿיעל געלעזען ווערען אויב עס וועט ניט קאָסטען צוא טייער".

סער לאודער בראנטאן דער בעוואוסטער פּראָפֿעססאָר האט רעקאמענדירט דעם בוך אַלס העכסטענס נעטיג, וויכטיג, גוט, אונד פֿולל, אונד דאַס עס ברויכט טאהן פֿיעל גוטעס צום אידישען פּובליקום.

דער קאראנער, (רעגיערונגס נאכפֿארשער איבער טויטע) וועמעס אַרבייט, האָפֿפֿע איך, וועט דיעזער בוך פֿערקלענערען, שרייבט.

„עס וועט זיין פֿון זייער פּראַקטישער נוצבאַרקייט, אונד ברויכט זיך פֿערקויפֿען ביללינ. איהר האט מיינע בעסטע וואונשע".

ה

האבערנע גרויפען 124
האווים ברויט 124
האניג 124
האר 4, 49, 102. זעהען פאראזיטישע קראנקהייטען 108, 109
הארליקס פוד 32
הויזליכער אפטייק 153
הויט 117—120
" קראנקהייטען 4, 109
" רויהע 68—69
הוסט 69, 70
" הייזעריגער } 90
" טרוקענער
" קלינגעדיגער
" מיט א קרייא, זעהען קאקליוש 85
הייזעריג—זעהען קרופ אונד פאלשע קרופ 85, 91
הייסע קאמפרעסען 145
היץ, זעהען טעמפעראטור 138, 139
העמאפיליא 62
העמארידען=מערידען 125, 126

וו

וואונד, וויא צוא בעהאנדלען 152
וואורשט 97
וואלל 7.
וואססער 1,
" מאכען 7, 60, 98, 125
וואפנע וואססער 21, 42
וואקס אין די אהרען 106 § 19
וואשען 3, זעהן אויך באד
וויינען 44
וויעגען 8
וויראל 44 55.
ווענעלע, זעהן פעראמבולייטאר 11, אויך גאנגוועגעלע 100
וועגען—זעהן אבוועגען 14, 15
וועהטאג: אהרען 70
" בריסט 14
" גליעדער 106
" ציין 127
" קאפף 105—106
וועלאסיפעד 101

ז

זאלצען 20, 93.
זאקען 103.
זויגען, קאפיטעל 2, 131
זוממערדיגעס לאקסירען זעהן עפי-דעמישעס לאקסירען 39
זיכער שפילקעס 61
זיססע זאבען 93
זיעצען vii 41, אויך זעהן אויפזיצען9
זעהלען פון שיך 103

ח

חוט השדרה 65
חראפען 107
חראנישע פרויען קראנקהייטען 131

ט

טאבעללע וועגען געבען איין קינד עססען 23
טהעע 125
" גיפטיג פיר קליינע קינדער, פארווארט xi
טויבקייט 106
טיפוס 80
טעמפעראטור 138, 139

בויך קרעמפען 40—42, 44
ביינער, קרומע אין ריקעטס 51, 53
בילד 16
בייסיקל=וועלאָסיפעד 107
בייסענעש 127 זעהן אויך קרעץ 109
ביער 131, 152 זעהען אויך אל-
קאהאל 152
ביף טיא 148
בלאן מאַנזש 95, 96
בלוט ארמוט 134
בלוטונג, פֿון נאָפעל 57, 58
„ „ נאז 70
„ „ צוריסענע אָדערען פֿון דיא
פּים 126 זעהען אויך 127 § 10
אונד בעמערקונג.
בלויא אין געזיכט 75, 91
בלינד 1, 5, 59
בעיועגונג 9, 99—101, 114
בעט בענעצען 98, 99
„ געוואַנד 8
„ געשווירען 147
„ פֿארהאנגעס 8
בענגערס פֿוד 33
בראנפֿען—זעהען אלקאהאל 152
ברויט קאמפרעסס 145
ברוסט פאמפע 12
בריסט, געשוואָלענע בייא קינדער 58
„ געשווירען }
„ וואונדען } 14
„ וועהטאג }
„ וועו מען זויגט 130
„ „ „ שוואנגערט 121
„ צוא סטאָפען מילך אין,
ברית מילה 61—63
ברעכען 40, 122—123
כרעס, וויא צוא איבערקעהרען דיא
אויבערשטע 76

ג

גאנגוועגעלע 100
גאַרטערס 103 § 13, 117
גייסטליכע ענטוויקלונג 110
גימנאסטיקע 101
גליץ רעדלאך 101
געדאַנק אונד שוואנגערשאפֿט 120
געהירן, זעהען מאַרך אונד מוח.
געהען 49 vii.
„ אוּרזאכען פֿון ניט קאָנען 100 § 9
געוואהנהייטען—גוטע בייא קינדער:
אָפֿען זיין רעגולאר 36
בעוועגונג 99, 100
וואשען דיא ציין 102
עססען רעגולאַר אונד לאַנג-
זאם 97 vi
שלאָפֿען אהנע פֿערוויגען 8
געוויין, דאס ערשטע 2
געלזוכט 59
גערשטען וואסער=באַרלייא
וואכער 149
געשוואלען אונטער דיא אויגען 127
געשוואלענע אדערען 126
געשוואלענע פּיס 127
געשווילאבצען הינטערען נאז=
אדענאידס 106
גרינסען—געוויקסע—געמיזע 124

ד

דארענעש 43.
דאָרשטינקייט 44
דיפטעריט 85, 87. זעהען אויך קרופּ
90, 91
דערשטיקען 8, 9, 13
דערשלונגען עטוואס 74

סיוואראטקע 27, 28

סמעטענע 20, 22, 33, 55, 93

סקארלאטינא 85, 87

סקעלעט 51, 52, 53

סקערווי 55—57

סקראָפול 4, 19

ע

ענגלישע קראנקהייט, זעהן ריקעטס

ענטוויינען 16, 17

" אונד הייסער וועטער 16, 39

ענטוויקלונג, גייסטליכע אָדער מאָ-ראלישע 110

" געהירען 48

" מוסקעלען, זעהן בעוועגונג

" נערווען 10

" קערפערליכע 110

ענטוויקלונג׳ס צייט 82

ענטצינדונג, אהרען 5

" אויגען 59

" לונגען 70, 85

ערציעהונג—פארווארט ix

עססען, קאפיטלאך 2 & 3, 92—97, 113—114

" אין פערשטאפּטען מאגען 124

פ

פאנטאנעלל 48

פאָקען שטעלרען 71, 72

פאראַזיטען 108

פארך 109

פויזען 100

פודרע פיר דאס געזיכט 119

פולס 140

פולווער פיר קינדער 3

פוס וואנע 71

פיהלענדע נערווען 65

פייטענט מעדיצינס 150, 151

" פּודס, קאפיטעל 4

פיס—ווארם 6, 103, 105

פיקעוואטע קינדער 107, 108

פלאנעללע אונד פלאנעלעט 7

פּעטקייט 20, 93

" וועניג אין פייטענט פוד 31

פּעפּטאניזירטע מילך 27

פעראַמבולייטאר 10, 11

פערענע 8, 98

פערפיקעווע, זעהן פיקעוואטע קינדער 107, 108

פערשטאפּפונג 7, 35—37, 60, 123

פערשיעדענע ווירקונגען אויף דער מוטטערס מילך 132

פראסט בלאטערן 116

פרוכט 93, 114, 124

פרישע לופט, זעהן לופט—פרישע

צ

צאהן שמערצען 127

צופאַליגע קראנקהייטען 85

צושפּאלטענער גומען אונד ליפען 60

צוקער 20

" מילך צוקער 20

צוקערקעז 93

ציבעלע 97

ציין 48, 101, 102, 114

ציין וועטאג, זעהן צאהן שמערצען 127

ציבטיגקייט פערזענליכע 117, 137

זעהן אויך ריינהייט 128.

טעמפעראטור רעגולירונג 118, 119
" פין א באד 4
" פון שפייז 25
טערמאמעטער, באד 3
" קלינישער 138
" שפייז 25
טרעהרען 49

ל

לאך פון קאפף 48
לאקטאלבומען 20, 27
לאקסירען 38—40
לופט פרישע 1, 10, 39 § 6, 54 §§ 4 & 5, 69 § 7, 73 § 15, 99 § 8, 114 §§ 4 & 5
לייז 109.
לייזע קליידער 6, 103, 104, 116, 117

מ

מאגען קראנקהייטען 35—42 זעהען אויך פערשטאפונג.
מאזלען 84, 87
מאטראץ 8
מאראלישע ענטוויקלונג 110
מארך, ענטוויקלונג פון 48 זעהען אויך מוח אונד רוקען מארך
מאסטארד באד 71
" קאמפרעסס 146
מאסס פון קאפף 47
מאססאזש פון בויך 36, 124
" לעבער 126
מוח 8, 65, 66, 67, 68
מויל 5, 13
" שמוציגער 42
מוסקעלען ענטוויקלונג—זעהען בע-וועגונג.
מילה—זעהען ברית מילה.
מילך, קאפיטלאך 2 & 3 אונד זייטע 132
" בחמה אונד מענשען מילך פערגלייכט 20, 21, 22
" הומאניזירטע 28
" פון א שטענדיגע בהמה 26
" פיבער 130
" פעפטאניזירטע 27
" קעז מילך 27.
" צוקער 20
מיענטע וואססער 41
מיקראבען 79—82, 152
" אין מילך 22 § 7
מעדיצין 89, 149, 150
מעללינס פוד 33.

נ

נאז, בלוט פון 70
" געשווילאכצען הינטערען 106
" עטוואס ארייגנעטהון אין 74
" קאטאר אין 69
נאסס מאכען דאס בעט 98, 99
נאקעטע פיס 6, 103, 105
ניערען קראנקהייט נאך סקארלאטינא 85
ניפפעל שיעלד 13
נעגעל 103
נעססלס מילך 26, 27
נעפקינס 7
נערווען 10
" סיסטעמע 65
נערס, קאפיטעל 15

ס

סאנאטאגען 44
סבות פערשיעדענע, קאפיטעל 9
סטעריליזירען 22, 39

ערשטעס קאפיטעל.

אללגעמיינע היגיענע.

1 אין ענגליש זאָגט מען איין גלייך וואָרט, דאַס „ווען מען גיבט אַכטונג אויף דיא פעננים געבען דיא פונטען אויף זיך זעלבסט אַכטונג.” דיעזען גלייך וואָרט קאַן מאַן גאנץ ריכטיג אָנווענדען אויף דעם מענשען. ווען מען זאָל ריכטיג אַכטונג געבען אויף קינדער, וואָלטען דיא זעלבען קינדער ווען זיא וואַכסען אויף פיעל וועניגער געליטען און פיעל וועניגער מיט דאָקטאָרען צו טהון געהאַט וויא יעצט. „כי האדם עץ השדה.” דער מענש איזט גלייך וויא איין בוים, ווען מאַן גיעבט גוט אַכטונג אויף דער קליינע צווייגעלע ווען זיא האַלט אין וואַקסען אונד ווען זיא איזט נאָך גענוג וויך צו בייגען זיא, דאַן וואַקסט זיא אויף זעהר איין גלייכער, שעהנער און ריעזיגער בוים. ווען אָבער מען לאָזט דעם צווייג וואַקסען אָהנע נאַך צו קוקען, דאַן וואַקסט זיא מאַנכעס מאָל אויף קרום אונד הינקערדיג, אונד פיעלייכט וואַקסט זיא אַ מאָהל גאר ניט אויף.— צום ביישפיעל פיעלע מענשען געהען ארום בלינד אויף דער וועלט אָדער אויף איין אויג אָדער אויף יידע אויגען, ווייל מען האט ניט גע־וואוסט וויא נאָך צו קוקען אויף זייערע אויגען ווען זייא זיינען געוועזֶ פיעלייכט נור איינינע וואכען אלט.— פיעלע קינדער זיינען אויפגעוואַקסען קרומע אָדער מיט פיעלע אַנדערע פעהלערען, ווייל ווען זיא זיינעז געוועזען גאנץ יונג האט דיא מוטטער ניט גע־וואוסט וויא ריכטיג זייא עססען צו געבען אונד ווייל דיא מוטער האָט זיך אימער געשראָקען דאַס קינד אין דיא פרישע לופט ארוים צו נעהמען טאָמער וועט דאָס קינד זיך חס ושלום פערקיהלען. פיע״ע קינדער ליידען פון פערשיעדענע קראַנקהייטען ווייל זייער מוטער האָט מורא וואַססער צו בעניעצען, אונד פיעלע יונגע פאַציענטען ווערען געב־

ק

קאטאר אין לונגען אדער נאז 69
קאלטענעס 4
קאמפרעססען 145, 146
קאמפארטערס 29, 30, 39, 41
קאנוואולסיעס 44, 46, 64—68
קאפף אין ריקעטס 50
" ווייטאָג 105, 106
קאקליוש 85
קארבאל, זעהן אנטיסעפטיק 152
קארסעטען 104, 116
קימפעט, זעהן קאפיטעל 14
קינדערשע זאכען, זעהן קאנוואולסיעס 44, 46, 64—68
קינסטליכע מעדיצין אונד שפייזען זעהן פייטענט מעדיצינס אונד שפייזען
קייקעד הוסט, זעהן קאקליוש.
קליידער 6, 103, 104, 116, 117
קלינישער טערמאמעטער 138
קליסטירען 141—144
קנאַפּעל 103
קנייץ—ווארם 6, 103, 105
קראכמאל 20
קראכמאל אין קינדערשע פולווער 3
" אין פייטענט פודס 32, 33
" קליסטיר 141
קרום 1, 51, 53 (בילד 16), 55
קרעמפּפּען אין בויך 40—42, 44
קרעץ 109

ר

רגילות, זעהן געוואהנהייטען.
רויהע הויט 68—69
רויהע פלייש זאפט 148
רוקען 9, 50, 104
" מארך 65
רידושעס פוד 33
ריהרענדע נערוועןבעוועגענדע = נערוועו 65
ריינהייט 128, זעטען אויך ציכטיגקייט 117, 137.
רינגווארם 109
רינען פון דיא אהרען 106 § 19
ריקעטס, קאפיטעל 6

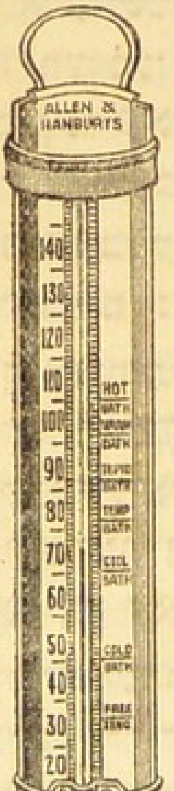
ש

שארבאָט=סקערווי 55—57
שוואמען אין מויל—שמוציגער מויל 43
שווימען 101
שווינדזוכט 80, 82
שטול-גאנג 7, 35, 115
שטומע קינדער 108
שיך 103
שלאפען 8, 97, 114
שלאף-צימער, זעהן שלאפען.
שנארכען 69
שפייז קארטעס פיר עלטערע קינדער 94, 97
שפילקעס 3, 6
שפייז קליסטיר 143

קינד קען נאַכהער פֿון דעם פֿיעל ליידען. עס איז דאַריבער נעטהיג אין זאָלכע צושטענדען ארויף שפריצען עטוואַס קאַלטעס וואַססער אויף דאָס קינד אָדער אַנווענדען אַנדערע מיטלען אום צו מאכען דאַס קינד וויינען.

4 ווען דאַס קינד האָט זיך גוט אויסגעוויינט, איזט עס זעהר נעטהיג עס גוט ארום וואשען, ווייל ווען עס ווערט געבוירען איז עס ניט גאנץ ריין, עס איזט געוועהנליך פֿערשמוצט מיט בלוט און נאָך פֿערשידענע זאכען.

אוידער איהר טהוט אוים דאס קינד צו מאַכען איין באָד, מוזט איהר זעהן, דאס איהר האט אַללעס פֿערטיג פֿיר די באד, אום איהר זאָלט ניט דאַרפֿען זוכען פֿערשיעדענע זאַכען ווען דאס קינד איז נאַקעט, זאָנסט קאָן זיך דאס קינד זעהר לייכט צוקיהלען. די זאַכען, וועלכע איהר ברויכט, זיינען די פֿאָלגענדע:—



1
טערמאָמעטער.

I. א באד. א גרויסע שיססעל איזט גענוג ווען דאס קינר איזט. נאך זעהר יונג.

II. קאסטיל זייף, אין וועלכע עס געפֿינט זיך ניט פֿיעל סאָדא.

III. ספאנדזשעס (גומקעס) אויף אַרומוואַשען דעם קערפער אונד געזיכט.

IV. האנדטיכער, אונד שטיקלעך ליינוואנד פֿיר דעם מויל צו וואַשען.

V. פולווער צו בעשיטען אין איינגע ערטער. דער בעסטער פולווער איזט גלייכע טהיילען פֿון קראכמאַל אונד באָר-זויער פולווער (Boracic acid powder).

VI. דעם קינדס קליידער מיט זיכערהייטס שפיל-קעס (סייפֿטי פינס).

VII. הייסע אונד קאלטע וואסער.

VIII. איין טערמאמעטער.

ראַכט צום דאָקטאָר ווייל דיא יונגע אונערפֿאַהרענע מוטטער האָט זיך געלאָזט איינריידען פֿון פֿיעלע פֿערשיעדענע נאַרישע פֿרויען וועלכע דענקען דאַס וויא באַלד זיא האָבען געהאַט קינדער וויסען זייא וויא קינדער צו ערציעהען אָדער וויא קינדער צו בעהאַנדלען ווען דיא אַרמע, יונגע אונשולדיגע קינדער זיינען קראַנק. מאַן קאַן געוועהנליך ניט בעשולדיגען דיא פֿרויען, זאָ וויא מאַן קאַן ניט בעשולדיגען דיא מוטטער. זיא אַללע מיינען דאַס בעסטע; זייער כונה איזט גוט, אַבער זיא האָבען ניט דיא ריכטיגע פּראַקטישע וויסענשאַפֿט צו פֿערשטעהן וואָס דאַס קינד ברויכט.

2 דער צוועק פֿון דיעזעם ביכעל איזט צו אַנצייגען יעדער יונגער מוטטער „את הדרך אשר תלך בו ואת המעשה אשר תעשה" געבען איהר צוא פֿערשטעהען ריכטיג וויא זיא זאָלל זיך בענעהען מיט איין קינד אונד וואַרום זיא זאָלל זיך זאָ בענעהען. געוועהנליך דיעזע איינינע קורצע קאַפּיטעלען זיינען ניט געשריעבען געוואָרען אום צו אויסלערנען דיא מעדיצין פֿון קינדערשע קראַנקהייטען; פֿאַרקעהרט, זייער צוועק איזט צו אַנצייגען ריכטיג ווען עס איזט נעטהיג צו רופֿען איין דאָקטאָר, וואָס צו טהון בים איין דאָקטאָר קאָממט, אונד וויא זיך אויף צו פֿיהרען אום דאַס קינד זאָלל זיין זאָ געזונד דאַס עס זאָלל זעהר זעלטען זיין איין דאָקטאָר צו ברויכען.

דאַס ערשטע געוויין—עס געהט איין העברעאישער שפּריך

וואָרט „על כרחך אתה נולד," דאַס הייסט דאַס דער מענש ווערט געבוירען געגען זיין וויללען, אונד דאַריבער פֿיללייכט ווערט ער געבוירען געוויינענדיג. צו דיעזעס איזט דיא ריכטיגע אורזאַכע פֿון דעם קינדס געוויין צו ניט, קיממערט אייך וועניג, איהר ברויכט מיין ניט וויסען דאַס ווען איין קינד קאָממט אויף דער וועלט וויינט עס (ווייל עס קוממט פֿון איין וואַרמען אין איין קאַלטען פּלאַטץ אַריין), אונד עס איזט נעטהיג דאַס עס זאָלל וויינען, ווייל דורך דאַס וויינען ווערען דעם קינדס לונגען אָנגעפֿיללט מיט לופֿט וועלכער יעדער נפֿש ברויכט נייטהיג אום צו לעבען.— ווען דאַס קינד וויינט זיך גוט ניט אויס ווען עס ווערט געבוירען, דאַן ווערען דיא לונגען ניט אָנגעפֿיללט מיט גענוג לופֿט און דאַס

אַרום געוואַשען מיט וואַססער אונד זייף, מוס מאַן עס גוט און פֿאָרזיכטיג אַרומווישען, ביז עס איזט פֿאָלקאָם טרוקען אַרום און אַרום, מיט איין ריינעם, וואַרמען אונד וויכען האַנדטוך אונד בעשיטען צווישען דיא פֿיסלעך, ארום האלז, הינטער דיא אוירען, אונד אונטער דיא אקסלען, מיט גלייכע טהיילען פון קראָכמאַל אונד באָר זויער פולווער.

6 דיא אויגען אונד דער מויל.—שעקספיר זאָגט זעהר שעהן, דאס זאָגאַר דיא זשאַבע וועלכע איזט זאָ מאוס אונד עקעלהאַפֿטיג האָט אויך איין טייערען ציערונג אין איהר קאָפף. דיא אויגען געוועהנליך זענען דיא בעסטע ציערונגען וועלכע איין בעשעפֿנים פֿערמאָגט, אונד עס איז דאַריבער דיא פּפֿליכט פֿון יעדער מוטער צו זעהען דאַסס דאָס קינדס אויגען זאָלען אימער ריין אונד געזונד געהאַלטען ווערען. מיט איין ריינער טיכעלקע אונד אַביסעל ריינעס וואסער אָ ה נ ע זייף, מוס מאַן דיא אויגען צום יעדען מאָל וואָשען דאס קינד, גוט ארום וואַשען.

7 עס איזט זעהר וויכטיג צו געדענקען דאָס בייא קינדער טרעפֿט זיך זעהר אָפֿט איינע אויגען־ענצינדונג פֿון וועלכער ווען מאן פערנאכלעסיגט, קען דאס קינד זעהר לייכט פאלקאם בלינד ווערן. דיא סמנים פֿון דיזער קראַנקהייט זיינען, דאָס דיא אויגען ווערען רויט, דיא ברעמען ווערען געשוואָלען, און עס פֿאַנגט אַן צו רינען מאַטעריע. זאָבאַלד וויא דיא מוטער אָדער נערס בעמערקט איינעם פֿון דיזע סימפּטאָמען, איזט עס העכסטענס נעטהיג מיט איין דאָקטאָר זיך בעראַטען.

8 עס איזט אויך נעטיג נאָך יעדען עסען אונד צום יעדען מאָל באָדען, דאס קינדס מויל מיט איין ריינעס טיכעלע אונד וואַרמעס וואַסער גוט אָבער פֿאָרזיכטיג אוים צו וואשען.

9 איהר זאָלט די אהרען גוט אויסוואשען אונד אויסווישען, אבער איהר זאָלט זעהן, דאס עס פֿערבלייבט ניט עטוואס וואַססער אין דיא אָהרען, זאָנסט קאן דאס קינד ליידען פֿון שווערע אהרען שמערצען אונד פֿון אָהרען קראנקהייטען, פֿון וועלכע דאס קינד קאן טויב ווערען. אום צו פֿערזיכערען, דאס עס איזט קיינע וואַססער ניט פֿערבליעבען, זאָלט איהר אַריינטהון דעם שפּיטץ פֿון אַ נאָזטיכעל אין די אָהרען: דאס וועט אַרויס ציעהען דאס נאַסקייט.

5 **וויא צו מאכען איין באד.** דיא באָד מוז זיין פֿון איין בעשטיממטע טעמפעראטור אונגעפֿעהר 90 אָדער 92 גראַד פֿאַהרענהייט. עס איז וויכטיג דאָס מען זאָל אימער דיא טעמפעראַטור מעסען מיט איין טערמאָמעטער (וועלכען מען קען קייפֿען פֿיר אונגעפֿעהר איין שילינג) און ניט מיט דער האַנד, ווייל ניט אַללע מענשען האָבען דאס זעלבע געפֿיהל צו וואַרמקייט. וואַס איינער קאַן דענקען איזט לעבליך קאַן איין צווייטער דענקען איזט הייס און איין דריטער קאַלט. דעם קערפּער ברויכט מאַן וואַשען זעהר פֿאָרזיכטיג אונד עדעל מיט א ווייכע שטיקעל לייוואַנד אָדער שוואַם ביז עס איז גאנץ ריין, און עס איזט זעהר וויכטיג אַכטונג צו געבען דאַס דעם קינד'ס קאָפּף זאָלל ניט ליעגען אים וואַססער, און דאַס ווען מען ווישט דאָס קינד ארום זאָלל דער האַנדטוך ניט שטערען דאָס קינד פֿון ציעהען דעם אַטהעם. בייא קינדער אויף דעם קאָפּף געפֿינט זיך מאַנכעס מאָל זא איין פֿעטטעס מאַטעריאַל דאַס ווען פֿגל אָדער שמוץ פֿאַללט אויף דעם קאָפּף קלעפּען זיך דיא האָר צוזאַמען אונד ווען מען זאָל דאַס אַללעס באלד ניט גוט הערום וואַשען, ווערען בייא דעם קינד כאַלטענעס. בייא נאַרישע אונוויסענדע פֿרויען איזט עס איינגערעדט, דאַס קאָלטענעס זענען מזל'דיג, און דאס ווען מען זאָל קאָלטענעס אָבשערען קען דאס קינד בלינד ווערען. פֿון וואַנען זאָ איין נאַרישקייט נעמט זיך וויים איך ניכט, נור עס איז מיין פֿעליכט אייך אָנצוזאָגען דאַס פֿיעלע שמוציגע קעפּ, פֿיעלע פערשיעדענע הויטקראנקהייטען אונ פֿיעלע האלדז געשווייערעז קאממען פֿון זעלכע קאלטענעס, אונד דאס פֿיעלע קינדער וועלכע זיינען געווארען וויא מען רופט סקראפֿולציגע האבען דיא קאלטענעס צו דאנקען פֿיר זעהר דעליקאטע קאנסטיטוציאן. אַלזאָ איזט עס זעהר נעטהיג ווען מען וואַשט דאָס קינד זעהן דאַסס דער קאָפּף ווערט זעהר ריין אויסגעוואשען פֿון דעם שמוץ אונד פֿעטקייט. אויב איהר געפֿינט איינע שווירגקייט דאַס פֿעטטעס ארום צו וואַשען, זאָללט איהר צושלאַגען דאס געלבען פֿון איין איי מיט ווארמע וואַססער, אונד מיט דעם וואַשען דען קאָפּף, און נאַכהער אבוואַשען דאָס געלבען מיט ריינע וואַרמע וואסער. אָדער מען קען בענוצען אַביסעל בוימאייל. ווען דאָס קינד איז גוט

13 דאס קינדס אונטערשטע קליידער זאללען זיין פֿון פֿלאנעללע אדער וואָל, ווייל דאס האַלט דעם קערפּער זעהר וואַרעם. איהר זאָלט אייך אבער **זעהר היטען פון פלאנעלעט**, ווייל דאס קאָן זיך זעהר **לייכט אנצינדען.** פֿיעלע קינדער ווערען פֿערברענט אויף טויזענד יעדעס יאהר, ווייל זיי טראגען פֿלאנעלעט. פּראָבירט אָנצינדען א שטיקעל פֿלאנעללע אונד א שטיקעל פֿלאנעלעט וועט איהר זעהן, דאס די פֿלאַנעללע וועט זיך באלד אויסלעשען אבער די פֿלאַנעלעט וועט זיך אינגאַנצען פֿערברענען.

14 **שטול גאנג אונד וואססער מאכען.**—יעדעס קינד איז אים אַלגעמיינעם אָפֿפֿען אונגעפֿעהר אין 12 שטונדען נאַך דעם געבוירען. **דיא ערסטע 2 אדער 3 טעג איז דער שטול גרין, אונד נאך דעם דריטען טאג ווערט עס געלב, אוז עס פערבלייבט דעם זעלבען קאליר סיידען דאס קינד ווערט ניט געזונד.** אויב דאַס קינד האָט קיין שטול דיא ערשטע 24 שטונדען איז עס נעטהיג צו פֿרעגען איין דאָקטאָר דיא אורזאַכע, ווייל אַמאָל קען זיך טרעפֿען דאַסס דאס קינד ווערט געבוירען מיט דיא הויט אויף געוואַקסען פֿון הינטען וואו עס ברויכט זיין אָפֿפֿען, און דאַן איז עס נעטהיג מאכען איין אָפּעראַציאָן. דאַס קינד האָט אם מייסטען איין שטול יעדע איינינע שטונדען, אונגעפֿעהר 4 מאָל אין טאָג, אונד עס מאַכט וואַססער נאָך מעהר אָפֿט (אונגעפֿעהר יעדע צוויי שטונדען) ווייל דאַס קינד'ס עססען בעשטעהט פֿון מילך וועלכע געוועהנליך ענטהאַלט זעהרפֿיעל וואַססער. עס איז דאַריבער נייטהיג זעהן איבערבייטען דיא נעפּקינס זעהר אָפט אונד גוט דאַס קינד הערום וואַשען, ווייל איינע פֿון דיא גרעסטע אונאנגענעמהייטען און פֿיללייכט ריזיקעס פֿיר איין קינד איזט צו לאָזען עס ליעגען נאַסס. פֿון דעם ווערט דיא הויט רויט, אונד דאַס טהוט דעם קינד זעהר וויא אונד איזט מאנכעס מאָל זעהר געפֿעהרליך. דיא נעפּקינס זאָלל מען קיינמאָל ניט וואַשען מיט סאָדע, זאָנדערן מיט זייף אונד נאַכהער מיט ריינעם וואַססער אום אַב צו וואַשען דעם זייף, ווייל ווען דאָס קליינסטע שטיקעלע זייף אָדער סאָדע פֿערבלייבט אויף דעם

10 איהר זאלט קיינמאל ניט מאַכען דעם קינד איין באד גלייך נאָך זיין עססען.

דאס קינד ברויכט האבען אַ באד איין מאל איין טאָג, אָבער דאס באדען זאלל ניט לאנג דויערן. מיט שוואכע קינדער איזט עס מאַנכעס מאל ראַטזאַם איינרייבען א ביסעל בוימאויל אין דעם קינדס גליעדער אונד קערפער נאך דער באד, דאס מאַכט זיי פיעל שטאַרקער.

11 דאס קינד'ס קליידער.—עס איזט נעטהיג דאָס דיא קליי־דער זאָללען זיין געמאַכט פון ווייכע מאַטעריאַל, וועלכע זאָלל האַלטען דאַס קינד גוט וואַרם און זאָל ניט זיין צו קאָרצעט. עס איזט אויך זעהר וויכטיג דאַס זיא זאָללען זיין אַנגעטהאן אויף דאָס קינד זעהר לויז, אום זיא זאָללען ניט פערהינדערן דעם קינד'ס אַטמונג, אונד זאָלען לאָזען דיא הענט מיט דיא פיס פרייא צו בעוועגען. איבערהייפט איזט עס זעהר וויכטיג צו זעהן דאַסס דאָס קינדס ברוסט און האלז זענען ניט פעסט ארום געוויקעלט. — אַ באנדאַזש (ביינדער) ארום בויך איז נעטהיג דיא ערשטע פאַר וואָכען אום צו אַרומבינדען דעם אָפּעל, אַבער נאַכהער איז עס גאַנץ איבריג, אויסער אין קינדער וועלכע שרייען זעהר פיעל, אום צו פערהיטען דאָס דער אָפּעל זאָל ניט אַרויס סטאַרצען. — עס איזט אַבער זעהר נעטהיג האַלטען זייער בויך אונד פיס גאַנץ וואַרם.

12 עס איז פיליכט ניט נעטהיג צו דערמאָנען אייך דאָס איהר זאָללט קיינמאָל ניט בענוטצען געוועהנליכע שפילקעס זאָנדערן סייפטי פינס, אום צו פערשפילען דאַס קינד'ס קליירער. עס איז אַבער נייטהיג אייך צו דערמאַנען דאַסס איהר וועלכע ברויכט דאַס קינד אָפט צו האַל־טען זאָלט ניעמאַלס קיינע שפילקעס אָדער נאַדלען אין אייערע באָריסעם אַרום טראגען. איבערהויפט זאָלט איהר זעהן, אַז דאס קינדס פיס אונד קניע זיינען גוט בעדעקט, וויל זאנסט קאן זיך דאס קינד זעהר לייכט פערקיהלען אונד עס קאן אויך ליידען פון מאגען קראנקהייטען.

עס איז אבער אייך וויכטיג איהר זאלט דאס קינד ניט האלטען צו וואַרעם דורך צופיעל קליידער, ווייל דאס שוואַכט א קינד אָב.

לאָזען אַליין אין ציממער מיט איין קאַטץ אָדער הונד ווייל איינינע פֿעלע
האָבען זיך געטראָפֿען דאַס איין קאַץ האָט זיך געלעגט אויף איין קינד
אונד האָט דאָס דערשטיקט. אויב עס איזט אונמעגליך זאָ זיך צו פֿילע-
ווען איזט נעטהיג צו ארום העננ׳ען דיא בעטעלע מיט איין נעץ, אָדער
איין געשטריקטען פֿאָרהאַנג וועלכען מאַן קאַן צוזאַמען ציעהען אונד פֿער-
בינדען. דיזען פֿאָרהאַנג וועט מאַן בענוצען נאַכהער ווען דאַס קינד
ווערט עלטער, עס זאָלל ניט ארויסקריעכען פֿון בעטעלע.

17 וויא ברויכט מען אויף הייבען און האלטען איין קינד.

איין קליין קינד וייס נאָך ניט וויא ריכטיג צו בענוצען דיא פֿער-
שיעדענע גליעדער פֿון זיין קערפער, אונד ווען דאַריבער צום ביישפיעל
מען הויבט אויף איין קינד אָהנע אונטער צו האַלטען דעם קאָפּף העננט
דער קאָפּף אַראָב. דאַס טאָר מען קיין מאָל ניט ערלויבען. עס איזט דא-
ריבער נעטהיג ווען מאַן וויל איין קינד פֿון בעטעלע ארויסנעהמען, גוט
אונטערשטיצען דעם קאָפּף מיט דער פֿלאַכער זייט פֿון איין האַנד,
אונד אויפֿהייבען דאַס קינד מיט דער אַנדערער האַנד. דאַס קינד מוז גע-
האַלטען ווערען גאַנץ עדעל אום ניט אַנצושטרענגען זיינע שוואַכע גלי-
דער. מאַן ברויכט ניט צו אויפֿזעצען דאַס קינד אַם וועניגסטען ביז עס
איזט 6 מאָנאַט אַלט, ווייל דער רוקען איז נאָך צו שוואַך בים דאַן
אויף צו האַלטען דאַס געוויכט פֿון דעם קערפער, צוליעב איינער עהנ-
ליכער אורזאכע, נעמליך ווייל דיא פֿיסלעך זיינען נאָך צו שוואך, טאָר
מאַן זיך ניט היילען זעהן צו דאַס קינד קען שאָהן שטעהען. אַבער זאָגאַר
עס איזט ניט ערלויבט דיזע זאַכען צו פּרובירען אויף איין קינד, פֿון דעסט-
וועגען וואלט זיין דער גרעסטער אירטהום מען זאל צובינדען דאס קינד
צו איין קישען אום עס זאלל זיך ניט קאנען אויפֿהויבען אַליין, ווי אנ-
דערע מוטטערס טהוען. די אורזאכע איזט, דאס דער רוקען ברויכט
די זעלבע בעוועגונג ווי די הענד מיט די פֿיס, אום עס זאָל זיך גוט
ענטוויקלען, אונד אַזוי ווי עס איזט נעטהיג לאָזען די הענד מיט די פֿיס
פֿריי, אַזוי איזט עס אויך נעטהיג צו לאָזען דעם רוקען פֿריי.

נעפקין, קאַן דאַס קינד קריעגען איינע הויט ענטצינדונג וועלכע איז זעהר אונאַנגענעהם.

15 **דאַס קינד׳ס שלאַף ציממער** מוס זיין זעהר לופטיג אונד האָבען איין טעמפעראטור פֿון 65 גראד פֿאַהרענהייט. דאָס צימּמער מוס מאַן זעהר אָפֿט אויסלופֿטערן, אונד מאַן ברויכט צו זעהן דאַס ווען דאַס קינד ליעגט דאָרט זאָלל קיין צוג ווינד ניט זיין; דאָס קינד זאָלל איממער שלאָפֿען אין איין בעזאָנדער בעטעלע אונד ניט מיט דער מוטטער צו־זאַממען, ווייל אויסער דעם וואָס עס טרעפֿפֿט זיך אָפֿט דאַס דיא מוטטער ערשטיקט דאס קינד ניט וויללענדיג, איזט עס אין אנדערע הינזיכטען ניט געזונד פֿיר דאַס קינד. ווען דאַס קינד שלאָפֿט זאָלל אים צימּמער זיין טונקעל. ווען איין קינד עסט גוט, האָט רעגולאר שטול גאַנג, איזט ניט נאַס אונד איזט וואַ״ם ברויכט עס שלאָפֿען געשמאַק. אויב דאַס קינד ווינט זאָגאַר דיא מוטטער קען קיינע אורזאַכע געפֿינען דאַן איזט עס נעטהיג צו פֿרעגען איין דאָקטאָר. דאַס קינדס בעט ברויכט האָבען איין איינפֿאַכען מאַטראַץ, צוויא קליינע לייליכער, איין בלאַנקעט אונד איינע פוכענע פערינקע. פֿאָרהאַנגעס אויף דעם בעט זענען נור נייטהיג אום פֿערהיטען דאַס קינד פֿון איין צוג ווינד, אָבער זיא זאָללען ניט זיין גרויס גענוג אום ניט אַריין צו לאָזען פֿרישע לופֿט אין בעט. עס איזט זעהר וויכטיג איהר זאָלט וויסען, דאַס איהר טאָרט ניט איינגעוואָהנען דאַס קינד צו וויגען, ווייל ניט נור וועט דאַס קינד זאָ געוואָהנט ווערען דאַצו דאַס עס וועט ניעמאַלס איינשלאַפֿען בים מאַן וועט עס וויעגען, זאָנדערן דאַס וויעגען בעריהרט דעם בויך און שאָקעלט דעם ערלען דעלי־קאַטנעם מוח.

16 איין קליין בייבי, זאָ וויא איין פֿראנצויזישער סטודענט, האָט צוויי וויכטיגע זאַכען צו טהון, נעמליך שלאַפֿען און עססען. יעדעס קינד ברויכט נעוועהנליך שלאַפֿען בייא נאַכט, אָבער עס ברויכט אויך שלאַפֿען בייא טאָג, איבערהויפּט נאָך דעם עססען, אום דיא פֿערדעהונג פֿון דעם עססען זאָלל רעגולאַר אונד רוהיג אַנגעהען. אין צימּמער מוס זיין גאַנץ רוהיג, און מאַן מוס גוט אַכטונג געבען דאַסס מען זאָלל דאָס קינד ניט

אדער צו ליעגען אונד שלאָפֿען. דער געזעס ברויכט זיין וויך אונד בעקוועם. עס ברויכט אויך האָבען איין ביידעל צו בעשיצען די אויגען פֿון דער זונן אדער דעם גאנצען קערפער פֿון רעגען. „לצל מחרב ולמחסה ולמסתר מזרם וממטר.״ די רעדער ברויכען זיין בעדעקט מיט גומע, אום עס זאלל זיך ניט טרייסלען.

צווייטעס קאפיטעל.

דאס קינד'ס עססען. דער מוטטער'ס מילך.

---

1 איינע פון די מערקווירדיגסטע וואונדער פון דער נאטור איזט, ווי אַזוי זי גרייט צו עססען פֿיר דאָס קינד. פֿיר דאָס קינדס ענט-וויקלונג איזט עס זעהר נעטהיג, דאס עס זאָלל איממער זיין אין דער געזעלשאַפֿט פֿון דער מוטטער, אונד דעריבער האט אויך די נאטור פֿערזארגט, דאס די מוטטער זאלל אין זיך זעלבסט האבען אַ שפייזע פֿאבריק, מיט וועלכער דאָס קינד צו ערנעהרען. נאך מעהר מערק-ווירדיג איזט דער פֿאקט, דאס וואס דאס קינד ווערט עלטער אונד ברויכט פֿערשידענע סארטען פֿערבינדונגען צום עססען, בייט זיך אללעס ביי דער מוטטער, צו דער זעלבער צייט, די קאָמפאָזיציאָן פֿון איהרע מילך. עס איזט דעריבער, צום ביישפיעל, ניט גוט פֿיר איין קינד פון 6 מאָנאַט צו זויגען די מילך פון איינע אַהמע, וועלכע האט געהאַט איין קינד נור מיט איין מאנאט צוריק, אדער פֿיר איין קינד פון איין מאנאט צו זויגען ביי איינער אַהמע, ועמעס קינד איז שוין זעכס מאנאט אַלט.

2 די נאטירליכע שפייז, אלזא, פֿיר איין קינד איזט זיין מוטערס מילך. דאס ענטהאלט אללעס, וועלכעס איז נויטווענדיג צו מאכען דאָס קינד וואַכסען, אונד עס איזט זעהר לייכט פֿיר דעם קינדס

18 ווען דאס קינד ווערט איינינע וואָכען אַלט, פֿאַנגט עס אָן נעהמען איין אינטערעססע אין פֿערשיעדענע זאַכען, דאַן איזט עס זעהר נעטהיג זעהן ניט אָנצושטרענגען צופֿיעל דאָס קינדס נערווען. דיא מוטטער ברויכט אַכטונג צו געבען, אַז דאס קינד זאָל זיך ניט איבערשרעקען, עס זאָלל ניט געהאַלטען ווערען פֿון עטליכע מענשען אין איין קורצע צייט, צופֿיעל מענשען זאָללען זיך ניט שפּיעלען מיט דעם קינד אונד פּרובירען עס מאַכען לאַכען, אונד עס איזט אויך וויכטיג, אַז דאס קינד זאלל ניט זעהן קיין צו ליכטיגע ליכט און הערען צו הויכע קולות.

19 **פרישע לופט.** ווען אויף דער גאַס איזט ניכט רעגענדיג אונד ניכט צו ווינדיג, ברויכט מען דאס קינד, זאָגאַר ווען נור איינינע טעג אַלט, אַרויסנעהמען שפּאַציערען, אום עס זאלל אַריינשעפּען די גוטע, געשמאקע, פֿרישע לופֿט ווען עס שלאָפֿט. עס מאַכט ניט אויס צו עס איזט הייס אַדער קאַלט אויף דער גאַס, זאָ לאנג עס רעגענט ניט אונד עס איזט קיין ווינד ניט דאָ, מוז מען דאס קינד אַרויסנעהמען יעדען טאג. געוועהנליך ווען עס איזט קאַלט מוז מען דאס קינד האַלטען גוט ווארעם, איבערהויפּט די פֿיס. מען קאָן דעם קינד אָנטהון איין טולענעם שלייער אויף דעם געזיכט, אום צו פֿערהיטען פֿון ווינד אונד שטויב, אבער דער טול טאָר ניט זיין קיין שווערער, כדי ער זאָל ניט שטערען דעם קינדס אַטמען.

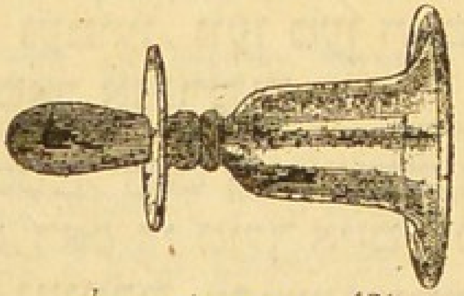
20 ווען דאס קינד איזט גאנץ יונג, דאס הייסט ביז 4 מאנאט, ברויכט מען עס אַרומטראגען אויף די הענד, איבערהויפּט ווען דער וועטער איזט קאַלט, ווייל ליגענדיג ביי דעם מוטטערס אדער נערסעס ווארעמען קערפּער, ווערט דאס קינד ווארעם געהאַלטען. ווען דאס קינד קאָן זיך שוין אויפֿזועצען, דאס הייסט, ווען עס ווערט אונגעפֿער 4 מאנאט אַלט, דאַן ברויכט מען עס אַרויסנעהמען אין איין וועגעלע.

21 **דער וועגעלע אדער פּעראמבולייטאר** ברויכט צו זיין גרויס גענוג פֿיר דעם קינד צו זיצען פֿריי, אונד זיך אומדרעהען,

4 עס איזט זעהר נעטהיג צו זעהן, דאס ניט דאס קינד אונד ניט די מוטטער זאללען אנשלאפען ווערען ביי'ם זויגען, ווייל זאנסט בלייבט דעם קינדס מויל אונד דער מוטטערס ברוסט ניט אבגעוואשען נאך דעם עססען, אונד דאס קינד קאן דעריבער קריעגען איין שמוציגעס מויל אונד די מוטטער איין געשוויר אויף דער ברוסט. נאך ערגער, שלאפענדיג קאן נאך די מוטטער דאס קינד דערשטיקען. געבענדיג זויגען ברויכט די מוטטער האלטען 2 פינגער ארום ניפפעל צווישען ברוסט אונד קינד.

5 נאך יעדען עסען מוז מען איפוואשען דעם קינדס מויל מיט א ווייכער טיכעלע איינגעטונקט אין ריינע וואססער. אונד די ברוסט מוז אויך אבגעוואשען ווערען מיט וואססער אונד איין ביסעלע ברענדי אדער אוי-דע-קאלאן. די ברענדי פערהארטעוועט די ניפפעלס אונד פערהיט זיי פון זיך צושפאלטען, אונד העריבער פון געשווירען. דען ווען די הויט פון דער ברוסט איזט ניט צושפאלטען קאן קיין געשוויר ניט ווערען.

6 ווען דאס קינד קאן די ברוסט ניט זויגען, איז עס אימער נויטיג זעהן צו געפינען די אורזאכע. צום ביישפיעל, די ניפפעל איזט פיללייכט צו קליין, דאן איזט עס נעטהיג צו בענוצען איין „ניפפעל שיעלד" ביז די

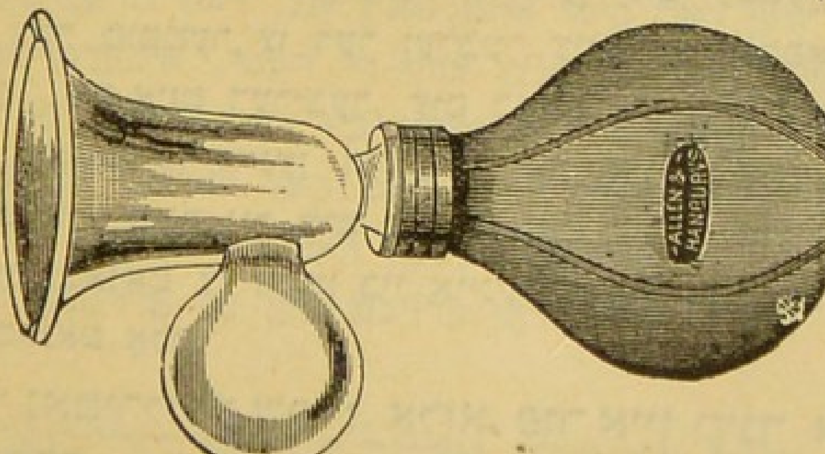


(3) ניפפעל שיעלד.

ניפפעל ציהט זיך אויס גרעסער. א מאל טרעפט זיך, אז דאס קינד נעהמט די ניפפעל ארונטער אונטער דער צונג אונד קאן דעריבער ניט זויגען. אדער א מאל וויל גלאט דאס קינד ניט אננעהמען די ברוסט, אויב אזוי, איזט עס נעטהיג אבצאפען א ביסעל מילך מיט איין ברוסט פאמפע אונד איינגעצען דעם קינדס מויל אונד דער מוטערס ברוסט מיט מילך אונד דאן געבען זויגען, אונד זא צוגעוועהנען דאס קינד צו דער ברוסט.

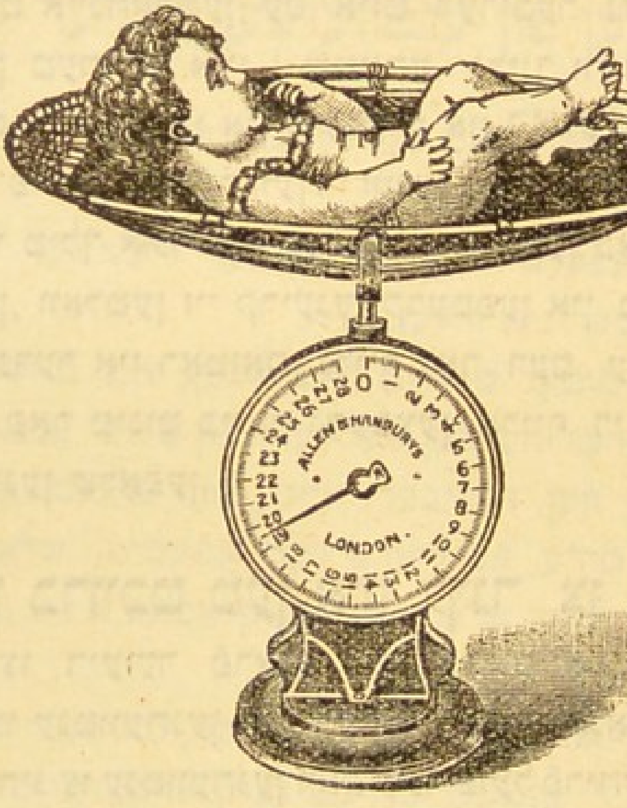
מאָגען צו פֿערדעהען. עס איזט דעריבער נויטיג פיר יעדער מוטטער זי זאלל זעלבסט זויגען דאס קינד, סיידען דאס איזט אונמעגליך פֿיר דער מוטטער, צום ביישפּיעל ווען די מוטטער ליידעט פון איין געפֿעהרליכע קראנקהייט, אדער אַנדערע אורזאַכען. עס איזט ניט נור בעססער פֿיר דאָס קינד ווען די מוטטער גיעבט עס די ברוסט, זאנדערן עס איזט אויך בעססער פיר דער מוטטער, איבערהויפּט די ערשטע 6 וואכען.

3 ווי ברויכט מען צוא געבען זויגען? אונגעפֿעהר צוועלף שטונדען נאך דעם געבוירען פֿון דעם קינד דאס הייסט, ווען ד' מוטער האט זיך עטוואס אויסגערוהט, ברויכט מען דאָס קינד צום ברוסט לייגען, אונד נאַכהער ברויכט מען דעם קינד געבען זויגען אללע 2 שטונדען, די ערשטע צוויי אדער 3 טעג ביז דיא מילך קומט גוט אן. נאך דעם דריטען טאג ברויכט מען געבען זויגען אללע 2½ שטונדע אונד נור איין מאל א נאכט. מען ברויכט געבען זויגען יעדעס מאל פון איין אַנדער ברוסט אינד דאס קינד ברויכט צו ליעגען ביי דער ברוסט ביז די ברוסט ווערט ליידיג. דאס דויערט אונגעפֿעהר איין פֿיערטעל שטונדע. אויב דאס קינד ווערט זאט איידער די ברוסט ווערט אויסגעליידיגט, איזט עס נעטהיג צו אָבציעהען די איבעריגע מילך מיט איין ברוסט פאמפע, זאנסט קאן די מוטטער קריעגען אָנצינדונג אונד נאכהער איין געשוויר פון דער ברוסט.



(2) ברוסט פאָמפּע.

אום צו וועגען איין קינד, מוז מען דאס קינד אָבוועגען מיט די זאַכען אונד נאַכהער אָבוועגען די זאַכען בעזונדער. דער אונטערשיעד צווישען די צוויי געוויכטען איזט דאס געוויכט פֿון דעם קינד.



(4) ווי צו וועגען איין קינד.

10 רעגעלען וועגען זויגען א קינד.

I. געבען רעגולאר. די ערשטע וואָך אלע 2 שטונדען.
דעם ערשטען מאנאט אללע 2½ שטונדען.
דעם 2-טען—6-טען מאנאט אללע 3 שטונדען.

II. האלט ניט דאס קינד ביי דער ברוסט לענגער ווי איין פֿיערטעל שטונדע.

III. דאס קינד אונד די מוטטער זאללען ניט איינשלאָפֿען ביים זויגען.

IV. אויסוואַשען דאס קינדס מויל אונד דער מוטטערס ברוסט נאך יעדען עססען.

V. אָבוועגען דאס קינד יעדע וואָך.

VI. ביי נאַכט געבען וואס ווייניגער.

פֿיעלע קינדער זיינען פשוט'ע נאַשערס אונד ווען נור די ברוסט

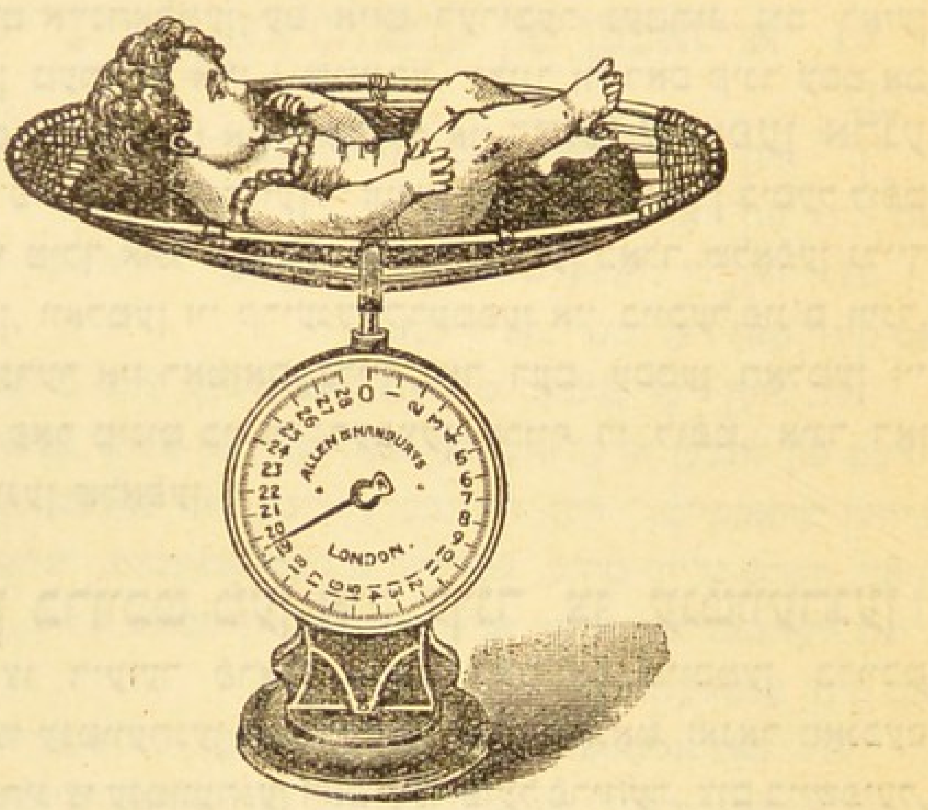
7 אין אנדערע פֿעללע קאן דאס קינד ניט זויגען, ווייל עס האט אַ געוויסע קראַנקהייט, אדער איין געוויסען פֿעהלער אין מויל אדער נאָז, עס איזט דעריבער נעטהיג זיך צו בעראטהען מיט איין דאָקטאָר, ווען נור די מוטטער קאן זעלבסט די אורזאכע פֿון דעם קינדס ניט זויגען ניט פֿינדען.

8 **וועהטאג אין דיא בריסט.** דאס קאן זיך טרעפֿען פֿון פֿערשיעדענע אורזאכען. צום ביישפיעל, עס קאן קוממען פֿון איין וואונד, אדער איין געשוויר, אָדער נור ווייל די בריסט זיינען פֿול מילך, וועלכע דאס קינד קאן ניט אינגאנצען אויסזויגען. אויב עס קומט נור פֿון פֿולקייט, איזט די ברוסט האַרט אונד דער וועהטאג איזט גרעססער ווען די ברוסט הענגט אראָב. ווען זאָלכער צופֿאַל קומט פֿאָר, איזט די ריכטיגע מיטטעל, אָבצאַפּען די מילך מיט איין פּאָמפּע אונד גוט איינבאנדאַזשירען די ברוסט, זי זאָל ניט בלייבען הענגען, אונד נעהמען איין אָבפֿיהר מיטטעל. זאָ ווי אָבער עס איזט ניכט אימּמער לייכט פֿיר די מוטטער צו וויססען צו זי ליידעט נור פֿון פֿוללע בריסט אדער פון איין געשוויר, אונד זאָ ווי פֿון פֿוללע בריסט קומט מאַנכעס מאל איין געשוויר, ווען מען בעהאַנדעלט עס ניט ריכטיג, אלזא איזט עס אימּמער נעטהיג, ווען מען האט וועהטאג אין די בריסט, איין דאקטאר אנפרעגען.

9 **ווי צו וויססען, דאס דער מוטטערס מילך איזט גוט.** די בעסטע צייגנים, דאס די מילך איזט גוט, איזט ווען דאס קינד קומט צו אים געוויכט. עס איזט דעריבער נעטהיג אבצואוועגען דאס קינד יעדע וואָך. ווען איין קינד ווערט געבוירען וועגט עס דאָס רוב 7 פֿונט. די ערשטע עטליכע טעג פֿערליערט עס אונגעפֿעהר 5 אדער 6 אָנצעס, אונד נאך דעם פֿיערטען טאג פֿאַנגט עס אָן צוצוקוממען אין געוויכט אונגעפֿעהר איין אָנץ איין טאָג.

דעם ערשטען טאָנאַט ברויכט צוקוממען וועכענטליך $\frac{1}{4}$ פֿונט.
„ צווייטען „ „ „ „ $\frac{1}{2}$ פֿונט.
„ 3-טען ביז 7-טען „ „ „ $\frac{3}{8}$ פֿונט.
„ 8-טען ביז 10-טען „ „ „ $\frac{1}{4}$ פֿונט.

אום צו וועגען איין קינד, מוז מען דאס קינד אָבוועגען מיט די זאַכען אונד נאַכהער אָבוועגען די זאַכען בעזונדער. דער אונטערשיעד צווישען די צוויי געוויכטען איזט דאס געוויכט פֿון דעם קינד.



(4) ווי צו וועגען איין קינד.

10 רעגעלען וועגען זייגען א קינד.

I. געבען רעגולאר. די ערשטע וואָך אלע 2 שטונדען.
דעם ערשטען מאנאט אללע $2\frac{1}{2}$ שטונדען.
דעם 2-טען—6-טען מאנאט אללע 3 שטונדען.

II. האַלט ניט דאס קינד ביי דער ברוסט לענגער ווי איין פֿיערטעל שטונדע.

III. דאס קינד אונד די מוטטער זאללען ניט איינשלאָפֿען ביים זויגען.

IV. אויסוואַשען דאס קינדס מויל אונד דער מוטטערס ברוסט נאך יעדען עססען.

V. אָבוועגען דאס קינד יעדע וואָך.

VI. ביי נאַכט געבען וואס ווייניגער.

פֿיעלע קינדער זיינען פשוט'ע נאַשערס אונד ווען נור די ברוסט

7 אין אנדערע פֿעללע קאן דאס קינד ניט זויגען, ווייל עס האט אַ געוויסע קראַנקהייט, אדער איין געוויסען פֿעהלער אין מויל אדער נאָז, עס איזט דעריבער נעטהיג זיך צו בעראטהען מיט איין דאָקטאָר, ווען נור די מוטטער קאן זעלבסט די אורזאכע פֿון דעם קינדס ניט זויגען ניט פֿינדען.

8 **ווערהטאג אין דיא ברוסט.** דאס קאן זיך טרעפֿען פֿון פֿערשיעדענע אורזאכען. צום ביישפיעל, עס קאן קוממען פֿון איין וואונד, אדער איין גשוויר, אָדער נור ווייל די ברוסט זיינען פֿול מילך, וועלכע דאס קינד קאן ניט אינגאנצען אויסזויגען. אויב עס קומט נור פֿון פֿולקייט, איזט די ברוסט האַרט אונד דער וועהטאג איזט גרעססער ווען די ברוסט הענגט אַראָב. ווען זאָלכער צופֿאַל קומט פֿאָר, איזט די ריכטיגע מיטטעל, אָבצאַפֿען די מילך מיט איין פּאָמפּע אונד גוט איינבאנדאַזשירען די ברוסט, זי זאָל ניט בלייבען הענגען, אונד נעהמען איין אָבפֿיהר מיטטעל. זאָ ווי אָבער עס איזט ניכט אימטער לייכט פֿיר די מוטטער צו וויססען צו זי ליידעט נור פֿון פֿוללע ברוסט אדער פון איין געשוויר, אונד זאָ ווי פֿון פֿוללע ברוסט קומט מאַנכעס מאל איין געשוויר, ווען מען בעהאַנדעלט עס ניט ריכטיג, **אלזא איזט עס אימטער נעטהיג, ווען מען האט וועהטאג אין די ברוסט, איין דאקטאר אנפרעגען.**

9 **ווי צו וויססען, דאס דער מוטטערס מילך איזט גוט. די בעסטע צייגנים, דאס די מילך איזט גוט, איזט ווען דאס קינד קומט צו אים געוויכט.** עס איזט דעריבער נעטהיג אבצוּוועגען דאס קינד יעדע וואָך. ווען איין קינד ווערט געבוירען וועגט עס דאָס רוב 7 פֿונט. די ערשטע עטליכע טעג פֿערליערט עס אונגעפֿעהר 5 אדער 6 אָנצעס, אונד נאך דעם פֿיערטען טאג פֿאַנגט עס אָן צוצוקוממען אין געוויכט אונגעפֿעהר איין אָנץ איין טאָג.

דעם ערשטען מאָנאַט ברויכט צוקוממען וועכענטליך $\frac{1}{4}$ פֿונט.
„ צווייטען „ „ „ „ $\frac{1}{2}$ פֿונט.
„ 3-טען ביז 7-טען „ „ „ $\frac{3}{8}$ פֿונט.
„ 8-טען ביז 10-טען „ „ „ $\frac{1}{4}$ פֿונט.

אונד וואָס ווייטער אפּטער, ביז אין צעהן טעג צייט הערט מען גאָר אויף געבען די ברוסט.

12 אורזאכען פון ענטוועהנען קינדער פאר דער צייט.

I. ווען די מוטטער האָט ניט גענוג מילך אונד דעריבער ווערט דאס קינד פון וואָך צו וואך מאגערער.

II. ווען די ניפּפּעלס זיינען ניט פון דער ריכטיגער פאָרמע אונד דאס קינד קאן דעריבער ניט זויגען.

III. ווען דער מוטער שאדעט דאס זויגען, צום ביישפּיעל, ווען זי ליידעט פון לונגען אדער הערצען פעהלער, פון בלוט אַרמוט אָדער פון נערווען שוואַכקייט. ווען, דעריבער, איינע פרוי פאַנגט אָן זיך פּיהלען שוואַך, ווערט גלייך מידע, פערליערט דעם אַפּעטיט, שלאָפט ניט גוט, קריגט וועהטאג אין רוקען אדער הערצען קלאַפּונג א.ז.וו., מוז זי גלייך דאס קינד ענטוועהנען.

IV. סאָציאַלע אורזאַכען. צום ביישפּיעל, גרויסע רייכטהום, אדער גרויסע אַרמוט, ווען די מוטטער ברויכט געהן אויסאַרבייטען.

V. ווען דאס קינד קאן ניט זויגען צוליעב פער שידענע אורזאַכען.

VI. ווען די מוטטער איזט שוואַנגער.

13 ווי אזוי צו סטאפּען די מילך אין די בריסט.

קיין מיטטעל אין דער וועלט אַליין וועט סטאָפּען די מילך אין איינער געזונטע פרוי, ווען נור מען וועט ניט צונעהמען דאס קינד פון דער ברוסט, אונד קיין מעדיצין אין דער וועלט אַליין וועט מאַכען מילך אין די בריסט ווען מען לעגט קיין קינד צו זיי ניט צו, אום צו זויגען. אויב אָבער מען נעהמט צו דאס קינד פון דער ברוסט פלוצלונג אונד מען צאַפּט די מילך ניט אָב, קאן די ברוסט האַרט ווערען אונד אָנפאַנגען וועהטהון, אונד פיליכט אנצינדעט ווערען. דעריבער איזט עס נעטהיג דאָס קינד לאַנגזאַם צו ענטוועהנען אונד נאָכהער אָבצאַפּען די בריסט, צולעגען צו זיי אַ גרינעם פלאַסטער (בעללא דאננא פלאַסטער Bella donna plaster) אונד זיי גוט איינבאַנדאַזשירען, אונד האַלטען דעם מאָגען לויז אָפען.

ענטהאַלט אין זיך פֿיעל מיכך וועלען זיי ניט אויפֿהערען עססען ביז זייער מאָגען ווערט זאָ פֿול, דאס זיי ברעכען גלייך אָב, ווייל דער מאָגען קאָן זאָפֿיעל מילך ניט איינהאַלטען, עס איזט דעריבער נעטהיג ניט לאָזען דאס קינד זויגען מעהר ווי איין $\frac{1}{4}$ שטונדע. גלייך ווי דאס קינד עסט אב בויכט מען עס אַריינלעגען אין וויעגעלע און לאזען שלאפען אהנע פערוויעגען. פֿיעלע קינדער ווען זיי זויגען דערשלינגען איין ביסעל לופֿט צוזאַמען מיט די מילך אונד ווען מען זאָל זיי לעגען באַלד שלאָפֿען גלייך נאָך דעם עססען, וואלטען זיי קריעגען קרעמפען אין בייכעל פֿונ׳ם ווינד. מיט אַזעלכע קינדער איז ראַטזאַם, גלייך נאָך דעם עססען האַלטען זיי גלייך אויף איין פּאָר מינוט ביז זיי גרעבצען אַרויף די לופֿט, אונד דאַן קאן מען זיי לייגען שלאָפֿען.

11 ווען ברויכט מען איין קינד צו ענטוועהנען?

די אַנטוואָרט צו דיעזער פֿראַגע איזט, דאס אַם מייסטען ברויכט מען איין קינד צו ענטוועהנען נאָך דעם 10־טען מאָנאַט, זאנאר מאַנכעס מאל איז עס נעטהיג צו ענטוועהנען דאס קינד פֿיעל פֿריהער, צום ביישפיעל, ווען דאס זויגען שאַדעט דער מוטער. פֿיעלע אָרימע פֿרויען אבער ענטוועהנען זייערע קינדער פֿיעל שפעטער צוליעב צוויי אורזאַכען: ערשטענס, ווייל זיי פֿערמאָגען ניט געבען דעם קינד עססען, אונד צווייטענס, ווייל ווען זיי זויגען איזט די מעגליכקייט צו שוואַנגער ווערען פֿיעל קלענער, אָבוואָהל עס איזט קיינע אַבסאָלוטע פֿערהיטונג. עס איזט אָבער וויכטיג צו געדענקען, דאס עס איזט ניט געזונד פיר איין קינד צו לעבען מיט דער ברוסט מעהר ווי איין יאהר, ווייל די מילך האט אין זיך קיין אַייזען אונד דעריבער ווערט דאס קינד בלוט ארם. אויך פֿערליערט די מילך די נעטהיגע פּראצענט פֿעטקייט (בוטטער) אונד דעריבער פֿאַנגט דאס קינד אָן לײדען פֿון ריקעטס (די ענגלישע קראַנקהייט). מען טאר אבער ניט ענטוועהנען איין קינד אין הייסען וועטער. — די אורזאכע דערפֿון וועלען מיר זעהן אין איין אַנדער קאַפּיטעל.

ענטוועהנען איין קינד מוז מען לאַנגזאַם. מען ברויכט אָנצופֿאַנגען געבען די באַטעל, אָנשטאָט דער ברוסט, איין אדער צוויי מאָל טעגליך,

קלאַססען מענשען, וועלכע קאָנען איינע אַהמע יאַ ערפֿאָדערען, אונד דעריבער געפֿין איך היער פֿיר נעטהיג צו בעשרייבען, וואָס מען ברויכט זיך צו ערקונדיגען וועגען איינע פֿרוי איידער מען בעשטעלט זי אַלס אַהמע.

I. **די אהמע מוז זיין אונגעפעהר דרייסיג יאהר אלט, מוז אויסזעהן פאלקאם געזונד** אונד ברויכט זיין **פריי פון שקראפול**, אָדער אַנדערע קראַנקהייטען, וועלכע איין דאָקטאָר קאָן לייכט אויסגעפֿינען.

II. זי מוז האָבען **גוט ענטוויקעלטע בריסט** אונד ריכטיגע ניפפעלס, וועלכע דאָס קינד זאָלל קאָנען אננעהמען, אונד פֿון וועלכע די מילך קומט לייכט אַרויס.

III. דער אהמעס קינד ברויכט זיין אונגעפֿעהר פֿון דעמזעלבען עלטער ווי דאָס קינד פֿיר וועלכעס מען בעשטעלט זי.

IV. **איהרע מילך מוז זיין גוט.** די בעסטע וועג אויסצוגעפֿינען דיעזעס, איזט זיך צו ערקונדיגען ווי איהר אייגענעס קינד זעהט אויס. אויב דער אַהמעס קינד לעבט, איזט עס נעטהיג אויסצוגעפֿינען צו עס ליידעט אָדער האָט געליטען פֿון הויט קראַנקהייטען אָדער קאַטאַר אין נאָז, ווייל דיעזע קראַנקהייטען צייגען זעהר אָפֿט, דאָס די מוטטער האָט פֿון געוויסע קראַנקהייטען געליטען. אויב דער אַהמעס קינד איזט טוידט, דאַן מוז מען איהרע מילך אָבציעהען מיט איינער ברוסט פּאָמפּע אונד געבען דעם דאָקטאָר ער זאָלל דאָס אונטערזוכען, צו עס ענטהאַלט גענוג פֿעטקייט. ווען מען האָט שוין אויסגעקליעבען איינע אַהמע, מוז מען זעהן, וועלכע פֿאָרטשריטטע דאָס קינד מאַכט מיט איהר, אויב נאָך צוויי אָדער דריי וואָכען קומט דאָס קינד ניט צו אין געוויכט, דאַן מוז מען די אהמע איבערבייטען.

2. ווען אָבער מען קאָן קיינע אַהמע פֿיר דעם קינד ניט בעדינגען, דאַן איזט עס נעטהיג צו צעהרען דאָס קינד מיט דער באָטעל, מיט מילך פֿון אַנדערע חיות, צום ביישפּיעל, בהמות אָדער ציעגען. אַם מייסטען בענוצט מען בהמה מילך, זוייל עס איזט פֿיעל לייכטער צו קריעגען אונד דעריבער בילליגער ווי ציעגען מילך. די אורזאַכע וואַרום עס איזט ניט

14 ניט אויסגעטראגענע קינדער. אויף אַזעלכע קינדער מוז מען גוט אַכטונגג געבען. די הויפט זאך מיט אזעלכע קינדער איזט האלטען זיי ווארם. מען ברויכט זיי איינוויקלען גלייך נאך דער געבורט מיט וואַטע אונד האַלטען זיי נעבען פֿייער. אָדער מען קאן קויפען איין אינקובאַטאָר, וועלכער בעשטעהט פֿון זאַ איין קאַסטען וואו די טעמפּעראַטור קאן זיך רעגולירען, אונד דאָרט האַלטען דאס קינד איייניגע וואָכען, אונד מען נעהמט עס פֿון דאָרט מעהר ניט ארויס נור אויף צו געבען עססען אונד באדען.

דריטעס קאפּיטעל.

דאס קינד'ס עססען, ווען עס קאן דער מוטטער'ס מילך ניט קריעגען.

1. מיר האָבען געזעהן אין דעם פֿאָריגען קאַפּיטעל, דאָס די בעסטע אונד נאַטירליכסטע שפּייז פֿיר אַ קליין קינד איזט דער מוטטערס מילך. ליידער אָבער איזט עס ניט איממער מעגליך פֿיר דאָס קינד צו קריעגען דיעזע אידעאַלע ערנעהרונג, דען, ווי מיר האָבען געזעהן, איזט עס מאַנכעס מאָל זעהר אומגעזונד פֿיר דער מוטטער צו זויגען דאָס קינד, אָדער עס געפֿינען זיך אַנדערע אורזאכען, וועלכע איך האָב בעשריעבען אין דעם פֿאָריגען קאַפּיטעל. אין דיעזען קאַפּיטעל וועלען מיר בע-טראַכטען דייטליך ווי אַנדערש מען קאָן איין קינד אויפֿברענגען, אהנע דער מוטטערס מילך. דער איינפֿאַכסטער מיטטעל איזט צו געבען דאס קינד צו איינע אַהמע. דיעזער מיטטעל איזט אָבער ניט איממער מעג-ליך, ווייל ניט אַללע קאָנען ערפֿאָדערען איינע אַהמע. עס גיעבט אָבער

געדיכטער ווי די קעז פֿון מוטטערס מילך אונד איזט דעריבער זעהר שווער פֿיר דעם קינדס מאָגען צו פֿערדעהען. דאָס קאָנט איהר לייכט זעהן אין דעם פֿאָלגענדען וועג: **נעהמט א ביסעל בהמה מילך אונד א ביסעל מוטטער'ס מילך** (אָבגעצאַפּט מיט אַ ברוסט פּאָמפּע) **אין צוויי גלעזלעך, אונד גיסט אריין אין יעדער גלעזיל א ביססעלע עססיג, דאן וועט איהר זעהן, דאס די קעז, וועלכע ווערט פערגליווערט אין די בהמה מילך איזט זעהר שווער אונד געדיכט, ווערהענד די קעז, וועלכע איזט פערגליווערט געווארען אין די פרויען מילך, איזט גאנץ דין אונד מעהליג.**

די צווייטע שווירגקייט מיט בהמה מילך פיר קינדער, איזט אויסער דעם, וואָס די בהמה קעז איזט פֿיעל שווערער פֿיר דעם קינד צו פֿערדעהען, געפֿינט זיך נאָך **אין בהמה מילך צוויי מאל אזוי פיעל קעז ווי אין מוטטערס מילך.**

5. די צווייטע שווערינגקייט קאָן מען זעהר לייכט אַוועקמאכען, ווען מען זאָלל צומישען די בהמה מילך מיט גלייכע טהיילען וואססער, דאַן וועט געוועהנליך ווערען די זעלבע פראָצענט קעז אין די צומישטע בהמה מילך ווי אין מוטטערס מילך. אום צו מאַכען אָבער, דאָס די קעז זאָלל ניט זיין צו געדיכט, מוז מען אויך בענוצען אַ ביסעל **ליים וואססער** אָדער **וואפנע וואסער** (Lime Water), דאָס וועט מאַכען די קעז פֿיהל מעהליגער ווי געוועהנליך. דאָס קאָנט איהר אייך זעהר לייכט איבערצייגען אין דעם פֿאָלגענדעם וועג: **נעהמט איין ביססעל בהמה מילך אין א גלאז אונד צומישט מיט איין גלייכען טהייל וואפנע וואססער** (Lime Water, וועלכע איהר קאַנט קויפֿען אין אַפּטייק) **אונד דאן גיעסט אריין איין ביססעל עססיג וועט איהר זעהן, דאס די קעז, וועלכע ווערט פערגליווערט איזט פיעל דינער אונד מעהליגער**

זאָ לייכט צו אויפהאָדעווען אַ קינד מיט בהמה מילך, ווי אויף דער ברוסט, איזט ווייל **בהמה מילך איזט פיעל שווערער פיר דעם קינדס מאגען צו פערדעהען ווי דער מוטטערס מילך.**

3. [אום צו פערשטעהן דעם אונטערשיעד, מוז איך מיט אייך רעדען אייניגע ווערטער וועגען שפייזען אין־אַלגעמיין.

די שפייז, וועלכע מיר עססען בעשטעהט פון 5 פערשיעדענע סאָר־טען מאַטעריאַלען, נעמליך:

I. מאַטעריאַל, וועלכע מאַכט פלייש אונד ביינער, אונד וועלכע מאַכט דעריבער איין מענשען וואַקסען, ווי צום ביישפיעל, פיש, פלייש, קעז, דאָס ווייסעל פון איין איי, אַרבעס, באָב, לינזען א.ז.וו. זאָלכע מאַ־טעריאַלען רופען זיך **אלבומענס**, ווייל זיי זיינען עהנליך צו די ווייסעל פון איין איי.

II. **פעטקייט**, ווי צום ביישפיעל, בוטטער שמאַלץ, סמעטענע, אויל, דאָס געלכען פון איין איי א.ז.וו. דיעזע מאַטעריאַלען גיעבען דעם קערפער די נעטהיגע היטץ.

III. מאַטעריאַלען, וועלכע גיעבען דעם קערפער קראַפט צו אַר־ביטען, ווי צום ביישפיעל, צוקער אונד קראָכמאַל. אַזאָלכע מאַטעריאַלען רופען זיך **קראָכמאלס.**

IV. **זאלצען.** ווי צום ביישפיעל, געוועהנליכע טיש־זאַלץ א.ז.וו.

V. **וואססער.**

מילך ענטהאַלט אין זיך די אַללע פינף מאַטעריאלען: **די אלבו־מען** פון מילך איזט די **קעז**, די פעטקייט איזט די **בוטטער** אונד די **קראכמאל** איזט די **מילך צוקער.** אין מילך געפינט זיך נאָך אַ סאָרט אַלבומען, וועלכער רופט זיך **לאקטאלבומען**, אונד וועלכער פערבלייבט אין מילך ווען מען נעהמט די קעז אַוועק, ווי צום ביישפיעל, אין סיראָוואָטקע.]

4. די שווערינקייטען מיט בהמה מילך פיר קינדער זיינען די פאָלגענדע:

ערשטענס, איז די קעז פון בהמה מילך פיעל דיקער אונד

מינוּט. דאָס וועט רייניגען די מילך אָהנע צו מאַכען עס אומגעזונד. **די וואַססער, וועלכע מען בענוצט אויף צו מישען די מילך, מוּז איבערגעקאָכט ווערען.**

עס איזט ניט נעטהיג צו סטעריליזירען די מילך יעדעס מאָל ווען איהר גיעבט דעם קינד עססען, עס איזט גאַנץ גענוג ווען איהר זאָלט סטעריליזירען די מילך אויף אַ גאַנצען טאָג, זאָלאַנג איהר האַלט עס צוּ-גערעקט אונד אין איין קאַלטען פלאַטץ, ווי צום ביישפּיעל, איבער אַייז.

8. די פֿאָלגענדע טאַבעללע וועט אייך ציינען וויפֿיעל צוּמישטע מילך אונד ווי אָפֿט איהר זאָלט דעם קינד געבען עססען:

דאָס קינד׳ס עלטער.	ווי אָפֿט ביי טאָג	ווי אָפֿט ביי נאַכט.	וויפֿיעל יעדעס מאָל (צומישטע מילך).
1 וואָך	יעדע 2 שטונדען	2 מאָל	2—3 עסען לעפֿעל
2—3 וואָכען	„ 2 „	„ 2	„ „ 3—6
„ 4—5	„ 2 „	„ 1	„ „ 5—7
„ 6—12	„ 2½ „	„ 1	„ „ 6—9
3—5 מאָנאַט	„ 3 „	„ 1	„ „ 8—10
„ 5 9	„ 3 „	„ 0	„ „ 10—14
„ 9—12	„ 3½ „	„ 0	„ „ 15—18

עס איזט גוּט אָנצופֿאַנגען מיט די מילך צוּמישט ווי רעקאָמענ-דירט אין § 6, אונד ווען דאָס קינד ווערט עלטער, געבען מעהר מילך אונד וועניגער וואַססער.

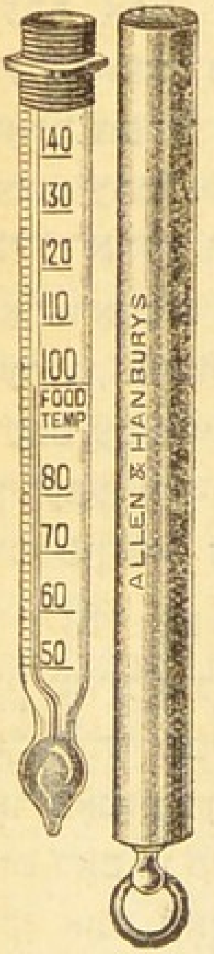
9 איינער פֿון די גרעסטע אירטומען וועלכע איין מוטטער מאַכט, איזט צוּ געבען דאס קינד עססען ווען נאָר עס וויינט. איהר ברויכט פֿערשטעהן דאָס דער מאָגען ברויכט רוּהע גלייך ווי אַללע אַנדערע אָר-גאַנען, אונד דאַריבער איזט עס נעטהיג צוּ געבען דאס קינד עססען אין געשטעלטע צייטען, ווי אין דער פֿאָריגער טאַבעללע. ווען דאס קינד וויינט צייגט עס ניט אימּמער דאָס עס איזט הונגעריג, עס גיעבט פֿיעלע אַנדערע אורזאַכען וואַרום איין קינד וויינט, צום ביישפּיעל בויך וועהטאַג

ווי ווען די מילך וואר ניט צומישט מיט וואפנע וואסער, ווי אין די ערפֿאַהרונג פֿון § 4.

6. ווען אָבער מען זאָלל צומישען מילך מיט וואַססער אָדער לייט וואַססער, דאַן וועט די צומישטע מילך האָבען צו וועניג פֿעטקייט אונד צו וועניג צוקער, אונד דעריבער מוז מען נאָך צו די צומישטע מילך צו־לעגען אַ ביסעל צוקער אונד א ביסעל סמעטענע. ווען איהר זאלט צומישען זעכס עססען לעפעל בהמה מילך מיט פיער עססען לעפעל וואססער אונד צוויי עססען לעפעל וואפנע וואססער, אונד צולעגען צו דעם צוויי טהעע לעפעלעך סמעטענע אונד צוויי טהעע לעפעלעך צו־קער, דאן וועט די צומישטע מילך ווערען זעהר עהנליך צו פרויען מילך.

7. עס גיעבט נאָך איינע שווערינקייט מיט בהמה מילך. דער מוטטערס מילך, ווען עס קומט אַריין פֿון די בריסט גלייך אין דעם קינדס מויל, איזט ריין אונד ענטהאַלט אין זיך קיין שמוטץ אָדער שעד־ליכע מיקראָבען. מיט בהמה מילך אָבער איזט עס גאַנץ אַנדערש, ווייל ערשטענס, קאָן מען ניט זיין גאַנץ זיכער, דאָס די בהמה, פֿון וועלכער די מילך קומט, איזט אַ געזונדע, צווייטענס קאָן די מילך שמוטציג ווערען ביי דעם מעלקען די בהמה, צום בייַשפּיעל, אין א שמוטציגען שטאַל, אָדער מיט שמוטציגע הענד, אָדער אין אַ שמוטציגען קעססעל א.ז.וו. אַלזאָ איידער מען גיעבט די מילך דעם קינד מוז מען זעהן רייניגען די מילך פֿון דעם שמוטץ אונד הרג'ענען די שעדליכע מיקראָבען; דאָס רופֿט זיך סטעריליזירען. דאָס קאָן מען זעהר לייכט טהון ווען מען זאָל די מילך איבערקאָכען. איבערגעקאָכטע מילך איזט אָבער ניט אַזוי געזונד, ווען מען בענוצט עס אויף אַ לאַנגע צייט, אונד דעריבער איזט דער בעסטע וועג צו סטעריליזירען די מילך ווי פֿאָלגענ־דעס: טהוט אריין א פענדיל מילך אין א גרויסע פאן וואססער, אונד מאכט די וואסער אונגעפעהר פינפצעהן

די באטטעל מוז מען האלטען פאלקאם ריין, אונד עס איזט דאַריבער בעססער צו האָבען 2 באָטטעלס, אום איינע זאָל זיך וואַשען ווען די אַנדערע ווירד געברויכט. גלייך ווי מען האָט גענוצט די באָטטעל מוז מען אַרויסנעהמען דעם סטאָפּפער, אָבטשעפען די פיפקע אונד גוט אויסוואַשען אונטער איין צאפּען וואססער. נאַכהער מוז מען זי אַריינלייגען אין אַ שיססעל פֿול מיט ריינע וואַססער אין וועלכע מען ברויכט צולאָזען אַ ביססעל סאָדא, די אורזאַכע פֿון די סאָדאַ, איזט וויל מילך ווערט שנעל זויער אין דער לופֿט אונד די סאָדאַ נעהמט צו די זויערקייט. אין די וואַססער מיט די סאָדא ברויכען זיך די בעזונדערע טהיילען פֿון דער באָטטעל גוט ווייקען ביז מען ברויכט די באָטטעל נאָך איין מאָל. אויב די באטטעל איזט ניט פאלקאם רייז, דאַן ווערען די ביסלעך פֿערבליעבענע מילך זויער, אונד דאַריבער קריעגט דאס קינד איין שמוציגען, קראנקען מויל, קרעמפּפען אין בויך אונד מאַגען קראנקהייטען. דיעזעס וועלען מיר בעהאַנדלען אין קאַפּיטעל 5 (§ 8).



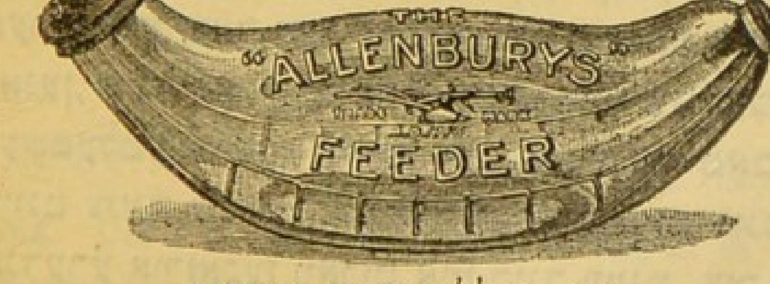
(6) שפּייז טערמאָמעטער

11 ווען מען האָט שאָהן די ריכטיגע באָטטעל אונד אויך די מילך ריכטיג צומישט, ברויכט איהר נאָך וויסען נאָך איינינע וויכטיגע קליינינקייטען. ערשטענס מוז די מילך זיין לעבליך, די זעלבע טעמפּעראַטור אינגעפֿעהר ווי דאָס קינדס קערפּער, נעמליך, 98° — 99° פֿאַהרענהייט, דאָס קאן מען אָבמעסטען מיט איין שפּייז טערמאָמעטער; און מען טאר קיין מאל ניט בענוצען די מילך וואס דאס קינד האט איבערגעלאזען פון פאריגען מאל, זאָנדערן מען מוז אימער פֿרישע מילך בענוצען. אויך ווען דאָס קינד איזט זעהר יונג ברויכט מען די באָטטעל אַוועקנעהמען אַללע פּאָר מינוט אום צו געבען דאס קינד רוהע אונד איין געלעגענהייט צו ציעהען איין טיעפֿען אַטהעם.

פֿיעלע פֿרויען בעריהמען זיך פֿיר מיך דאָסס זיא געבען אימער

אָדער קרעמפּפֿען, א. ז. וו., ווי איך האָב שוין אָנגעצייגט בעפֿאָר אונד ווי איך האָפּפֿע צו רעדען מיט אייך אין אַנדער קאַפּיטעל; אונד דאָס וואס מעהר איהר ווערט דאס קינד געבען עססען וועט איהר אַללעס ערגער מאַכען, ווי מיר וועלען שפּעטער זעהן (קאַפּיטעל 5 § 8).

10 דער וויכטיגסטע פונקט פֿון אללע איזט וועלכע סארט באטטעל איהר זאלט בענוטצען.—די באטטעל טאר ניט זיין מיט איין לאנגער גומענער טרובקע, אונד זי טאָר ניט האָבען איין סטאָפּפּער וועלכער קאָן זיך פֿערשרויפֿען אונד אָבשרויפֿען. די אורזאַכע איזט, ווייל לאַנגע גומענע טרובקעס אונד די געשרויפֿטע סטאָפּ־פּערס זיינען זעהר שווער, אונד מאַנכעס מאָל אונמעגליך, צו האַלטען פּאָלקאָם ריין. אין אַמעריקא אונד אין פֿראַנקרייך, ערלויבט די רעגירונג ניט צו פֿערקויפֿען זאָלכע באָטטעלס, ווייל דיזע באָטטעלס זיינען פֿיל־לייכט מעהר פֿעראַנטוואָרטליך פֿיר קראַנקע אָדער טוידטע קינדער וויא וועלכע איינע אנדערע אורזאַכע. די פּיפּקע מוז זיין צוגעטשעפּעט צו דער באָטטעל זעלבסט, אונד די לעכער פון דער פּיפּקע מוז זיין פון זא איין מאס דאס ווען מען זאלל איבערקעהרן די באַטעל מילך וואלט ארויסגעהן איין טראפּפּען יעדע סעקונדע. אויב די לעכעל איזט גרעססער קומט אַריין צופֿיעל מילך פֿיר איין מאָל אין דאס קינדס מויל אונד דאס קינד ברעכט עס אויס, אָדער קאָן זיך נאָך דערווערגען, אָדער קריעגען איין מאָגען קאַטאַר; אונד אויב עס איזט קלענער, ברויכט דאַס קינד סמאָקען צו פֿיעל מאָל ביז עס קריעגט די ריכטינע צאָהל מילך, אונד דערווייל סמאָקעט עס אַריין לופֿט, אונד לײדעט נאַכהער פֿון קרעמפּפֿען אין בויך צוליעב די ווינד; אויך ווערט



(5) אַללענבורים באָטעל.

דאס קינד מידע זויגענדיג בעפֿאָר עס האָט נאָך גע־האַט גענוג מילך, אונד דעריבער איזט עס אימ־מער הונגעריג און דאַרט איין. די בעסטע איזט אללענבורים באטעל

פֿעטקייט. דעריבער ברויכט מען געבען די נעסל'ס מילך (Nestlé's Milk) נאָר איין איין קורצער צייט ביז דאָס קינד איזט אוננעפֿעהר 6 מאָנאַט אַלט. דיעזע מילך ברויכט מען צו מישען מיט 6 טהייל וואַססער, אונד צו יעדער 12 עסס-לעפֿעל צומישטע מילך ברויכט מען צולייגען איין טעה-לעפֿעלע סמעטענע.

14 עס גיעבט נאָך איין קליינער פּראָצענט פֿון קינדער וועמעס מאָגען קאַן ניט פֿערדרעהען זאָגאר צומישטע נעססל'ס מילך. אַזעלכע קינדער מוז מען געבען האַלב פֿערדרעהטע מילך, אָדער ווי מען רופט עס פּעפּטאַניזירטע מילך. דאָס קריעגט מען צו קויפֿען אין אַפּטייק, אָדער מען קאָן זעלבסט מאַכען מיט זאָלכע פּולווערס וועלכע רופֿען זיך פּעפּטאָגענישע פּוידערס (Fairchild's Peptonising Powders).

15 עס גיעבט נאָך איין זעהר קליינער צאָהל קינדער וועלכע קאָנען זאָגאַר האַלב פֿערדרעהטע אדער פּעפּטאָניזירטע מילך איך ניט פֿערטראָגען, ווייל זיי קאָנען די בהמה קעז אין גאַנצען ניט פֿערדרעהען. זאָלכע קינדער מוז מען דעריבער געבען מילך פֿון וועלכע די קעז איזט אין גאַנצען אַוועקגענוממען — נעמליך סיראָוואַטקע אָדער קעז־מילך (Whey). זאָלכע מילך — זאָגאַר די קעז מיט די סמעטענע זיינען אַוועקגענומען געוואָרען — איזט פֿון דעסטוועגען נאָך אַללעס נאַהרבאַר, ווייל עס ענטהאַלט אין זיך איין אַנדער סאָרט נאַהרהאַפֿטיגען מאַטעריאַל לאַקטאַלבומען אָדער מילך־אלבומען (זעה קאַפּיטעל 3 ענדע § 3) וועלכער מאַכט פֿלייש אונד ביינער. — [אין דערפֿער אין די פּאַקטען צעהרט מען קעלבער מיט סיראָוואָטקע אונד די קעלבער וואַכסען איוף זעהר שעהן]. סיראָוואַטקע אליין אבער האט אין זיך קיינע פעטקייט, אונד דעריבער ברויכט מען נאך צולייגען איין ביסעלע סמעטענע. די קעז-מילך וועלכע מען בענוצט פֿיר קינדער טאָר מען ניט מאַכען אין דעם געוועהנליכען וועג — נעמליך, לאָזען מילך שטעהן ביז עס ווערט זויער, אונד נאַכהער אויסדריקען די סיראָוואָטקע פֿון די קעז; זאָלכע סיראָוואָטקע קאָן מען ניט צומישען מיט סמעטענע, ווייל צוליעב די זויערקייט וועט די קעז פֿון די סמעטענע

זייערע קינדער די מילך פֿון איין שטענדיגער בהמה. דאַס איזט איין אירטהום, ווייל ביי דער זעלבער בהמה בייט זיך צייטענווייס די קאָמפּאָ-זיציאָן פֿון איהרע מילך. עס איזט דעריבער פֿיעל בעססער צו בענוצען די צומישטע מילך פֿון פֿיעלע בהמות, זאָלכע מילך איזט געוועהנליך אימּמער די זעלבע.

12 אום צו וויססען צו דאָס קינד פֿערדעהט גוט דאָס עססען, מוז מען דאס קינד אָבוועגען יעדע וואָך און אַכטונג געבען אויף דעם שטוהל-גאַנג, קרעמפּפֿען א. ז. וו. ווען צום ביישפּיעל דאס קינד קומט ניט צו קיין געוויכט, אָדער עס ליידעט פֿון בויך וועהטאָג, ברעכען א. ז. וו. וואָס ברויכט איהר דאַן טהון? געוועהנליך איזט עס אימּמער ראַטהזאַם אין זאָלכען פֿעללען צו פֿרעגען איין דאָקטאָר. דער דאָקטאָר וועט אָבער זעהר אָפֿט אייך זאָגען דאס די אורזאַכע איזט ווייל די מיסטורע וועלכע איהר גיעבט דאס קינד איזט צו שטאַרק, דאס הייסט, עס ענט-האַלט צופֿיעל מילך — איבערהויפּט ווען דאָס קינד איזט זעהר יונג — אַלזאָ זעהט איהר דאַס עס איזט מעגליך דאס איין קינד זאלל איינדארען ווייל עס קריעגט צופֿיעל עססען. דאָס קלינגט פּאַראַדאָקסיש צו זיין אָבער עס איזט גאַנץ וואַהר. עס גיעבט פֿיעלע פֿעללען, אין וועלכע דאס קינד דאַרט איין פֿון וואָך צו וואָך, ווען מען גיעבט עס גלייך אויף גלייך מילך מיט וואַססער, אונד ווי נאָר מען פֿאַנגט אן געבען איין טהייל מילך מיט צוויי טהייל וואַססער, פֿאַנגט אָן דאָס קינד פֿון טאָג צו טאָג בעססער ווערען.

13 עס גיעבט אָבער קינדער וועלכע קאנען ניט פֿערדעהען זאָגאַר איין טהייל מילך מיט 2 טהייל וואַסער. וואָס ברויכט מען דאַן צו טהון? נאָך מעהר צומישען די מילך טויג ניט, אונד דעריבער מוז מען אויף איין פּאָר מאָנאַט געבען נעססל׳ס מילך. די מעלה פֿון דעם סאָרט מילך איזט דאָס די קעז אין איהר ווען עס ווערט פֿערגליווערט איזט ניט אַזוי דיק, אונד קאָן דעריבער לייכטער פֿערדעהעט ווערען. דיעזע מילך האָט אָבער אויך צוויי גרויסע חסרונות. ערשטענס האָט עס צו-פֿיעל צוקער, אונד צווייטענס ווען מען גיעבט די מילך דאס קינד צו לאַנג קאָן עס קריגען די ענגלישע קראַנקהייט ריקעטס ווייל עס האָט צו וועניג

18 רעגעלען וועגען געבען איין קינד די באטטעל.

i. גיעבט די באָטטעל רעגעלמעסיג.

ii. דאָס קינד ברויכט ניט האַלטען די באָטטעל לענגער ווי איין פיערטעל שטונדע אַמאָל.

iii. די מילך מוז זיין וואַרם, אונד פריש געמאכט פיר יעדעס מאל.

iv. די באטטעל מוז זיין פאלקאם ריין אונד די לעכעל פון דער ניפפעל מוז זיין די ריכטיגע מאָס.

v. לאָזט ניט דאָס קינד אַנשלאָפען ווערען מיט דער באָטטעל.

vi. די מילך מוז זיין צומישט אין געוויסע פראָפאָרציעס פיר פערשיעדענע קינדער.

vii. אבוועגען דאס קינד יעדע וואך.

viii. אנפאנגען מיט מילך מיט וואססער, — אויב דאס קינד פערדעהעט עס ניט, געבען נעססל׳ס מילך. — אויב דאס קינד פערדעהעט עס ניט, געבען פעפטאניזירטע מילך, — אונד אויב דאס קינד פערדעהעט דאס ניט, געבען הור־מאניזירטע מילך (סיראוואטקע מיט סמעטענע).

19 איך וויל יעצט מאַכען איינע וויכטיגע בעמערקונג, נעמליך, דאָס איהר זאלט האבען עטוואס געדולד ווען איהר ציהעט אויף איין קינד מיט איין באטטעל, אונד דאס איהר זאָלט צו שנעלל ניט בייטען פון איין זאַך אויף דער אַנדערע. איידער מען קאן זאגען דאס איין געוויסער עססען פאסט ניט דאס קינד איזט עס נויטיג צו בענוצען עס, אם וועניגסטען צוויי אדער דריי וואכען.

20 איך וועל יעצט ענדינגען דיעזען קאפיטעל מיט איינינע ווערטער וועגען דיא גומענע פיפקעס אדער קאמפארטערס (Comforters) וועלכע מען גיעבט מאַנכעס מאָל קינדער האַלטען אין מויל ווען זיי זויגען ניט. דיעזע ויינען ניט זעהר נעטהיג אונד עס איזט מעגליך אויסקומען אָהן זיי. ווען אבער מען איזט זעהר פאָרזיכטיג דאס זיי זאָללען זעהר ריין אונד ציכטיג געהאַלטען ווערען,

פֿערגליוורט ווערען. די זיססע קעז־מילך פיר קינדער ברויכט מען מאכען אין דעם פאלגענדען וועג:—

i. צומישט א האלב קווארט מילך מיט איין טעה־לע־פעלע רעננעט (Essence of Rennet) —וועלכע איהר קאָנט קריגען אין אַפּטייק—אונד ווארעמט עס אן איבער איין קליין פייער ביז עס איזט לעבליך [טעמפעראַטור, 98° פֿאַהרענהייט, וועלכע איהר קאָנט אָבמעסטען מיט אַ שפּייז טערמאָמעטער (זעה § 11)] די רעננעט פערגליוורט די קעז אהנע צו מאכען די מילך זויער. [רעננעט איזט די מאַגען זאַפֿט פֿון אַ קאַלב.]

ii. לאזט די מילך אבקיהלען אונד צוברעכט די פער־גליווערטע קעז מיט א גאפעל.

iii. זייעט דורך די מילך דורך א דינער טיכעל. די קעז בלייבט אייף דער טיכעל, אונד די דורך געזייעטע מילך איזט זיססע סיראוואטקע אדער קעז־מילך.

iv. דיעזע קעז־מילך מוז איבערגעקאכט ווערען איידער מען צומישט עס מיט סמעטענע אדער מילך, ווייל זאָנסט וועט די רעננעט פֿערגליווערען די קעז פֿון די סמעטענע אָדער מילך.

16 אַם מייסטען בענוצט מען 1 טהייל סמעטענע מיט 6 טהייל קעז מילך, אָבער מען קאָן די סיראָוואָטקע צומישען מיט פֿערשיעדענע טהיילען פֿון סמעטענע אָדער מילך אָדער ביידע צוזאַממען, ווי דער דאָקטאָר וועט הייסען, אום צו פּאַססען פֿיר קינדער פֿון פֿערשיעדענע פֿערדעהונגס-קרעפֿטע. זאָלכע צומישטע מילך רופֿט זיך הומאניזיר־טע מילך (Humanised milk) ווייל עס איזט זעהר עהנליך צו מענשען מילך.

17 עס גיעבט נאך איין זעהר קליינער פּראָצענט פֿון קינדער וועלכע קאָנען נאָך זאָגאר סיראָוואָטקע אָדער הומאַניזירטע מילך ניט פֿערדעהען. מיט זאָלכע קאָנט איהר מעהר ניט טהון, אונר עס איזט דעריבער נויטיג צו פֿרעגען איין דאָקטאָר וואָס ער קאָן טהון.

ווען מען האָט זיי אָנגעפֿאַנגען אויפֿהאָדעווען אויף איינע פֿון זאָלכע שפּייזען. דאָס זאָלכע פֿאָטאָגראַפֿיעס זיינען ניט קיין פֿאַלשע בין איך גאַנץ בערייט נאָכצוגעבען, אָבער צו די פֿאָטאָגראַפֿיעס זיינען אַ צייגניס דאָס מען זאָל זאָלכע שפּייזען בענוצען — דאָס איזט עטוואָס גאַנץ אַנ־דערש. טראָץ די אַללע רעקלאַמען, מוז איך אייך פֿערזיכערן דאָס עס גיעבט קיין קינסטליכעס שפּייז וועלכעס איזט זאָ גוט אין אַללע הינזיכטען ווי דער מוטטערס מילך אָדער זאָגאַר ווי די מילך פֿון איין בהמה. די פֿעטע קינדער וועלכע איהר זעהט אויף די פֿאָטאָגראַפֿיעס מיט וועלכע די פֿערשיעדענע פֿירמען רעקלאַמירען זייערע וואַרע, זיינען אַם מייסטען פֿעט אָדער אָנגעבלאָזען, ווייל זיי ליידען פֿון ריקעטס, וועלכע זיי האָבען געקראָגען פֿון זאָלכע שפּייזען.

2 ווארום טויגען די קינסטליכע שפּייזען ניט?

זאָגאַר ווי מיר וועלען זעהן אין איין שפּעטערדיגען פּאַראַגראַף, גיעבט עס איינינע פֿעללען וואָ דיעזע פּייטענט פֿודס זיינען יאַ נוצבאַר, אויף איין קורצער צייט, אָדער צוזאַמען מיט מילך, פֿונדעסטוועגען, ווען מען זאָל דיעזע שפּייזען בענוצען אַליין אויף איין לאַנגער צייט, זיינען זיי זעהר שעדליך. איבערהויפּט ווען די מוטטער קויפֿט זאָ איין שפּייז אָהנע צו פֿרעגען דעם דאָקטאָר צו דער שפּייז וועט פּאַססען דעם קינד אָדער ניט. ערשטענס, ענטהאַלטען זעהר פֿיעלע זאָלכע שפּייזען פֿיעל קראַכמאַל (סטאַרטש) אונד דעריבער איזט עס אונמעגליך פיר איין קינד וועניגער ווי זעכס מאנאט אלט זיי צו פערדעהען, ווייל זאָלכע קינדער קאָנען קיין קראָכמאַל ניט פֿערדעהען. צווייטענס, האָבען דיעזע אַללע קינסטליכע שפּייזען זעהר וועניג פעטקייט, און דעריבער קריגען די קינדער, וועלכע ווערען אויפֿגעהאָדעוועט מיט זאָלכע שפּייזען, די ענגלישע קראַנקהייט ריקעטס, אין וועלפע די קינדער זיינען אָנגע־בלאָזען אַבער ניט ריכטיג פֿעט. דריטענס, האַבען זיי אַללע צופֿיעל צוקער אונד דאָס מאכט מאַנכעס מאָל קאליע דאס קינדס מאגען. פיערטענס, זאָלכע שפּייזען ווען מען בענוצט אויף איין לאַנגער צייט, אָהנע צו געבען דאָס קינד עטוואָס אַנדערס, קאָנען געבען דאָס קינד די קראַנקהייט שארבאט (Scurvy) (קאַפּיטעל 6). איהר וועט דעריבער

און זאָ גלייך ווי זיי פֿאַלען אַראָב אויף דער ערד, זיי גוט אַרום וואַשען אײדער מען גיעבט זיי נאָך אַ מאָל דאס קינד, דאַן איזט קיין גרויסער אונגליק ניט ווען זיי האַלטען דאס אין מויל אונד סמאָקען. ווען אָבער זיי זיינען ניט פֿאָלקאָם ריין דאַן זיינען זיי זעהר שעדליך עבענזאָ ווי אומריינע פּיפּקעס פֿון באָטטעלס, נעמליך, עס קאָן פֿון זיי קומען פֿערשיעדענע מאָגען קראַנקהייטען אָדער שמוציגע מיילער.

פֿיערטעס קאַפּיטעל.

קינסטליכע פֿאַבריצירטע שפּייזען אדער פּיטענט פודס.

1 די מוטטער וועלכע וועט זיך לאָזען איינריידען פֿון פֿרויען, וועט זיכער, פֿריהער אָדער שפּעטער, אַם מייסטען פֿיעל פֿריהער אַלס שפּעטער, אָנפֿאַנגען צו געבען איהר קינד איינע פֿון די פֿיעל רעקלאַמירטע פּייטענט פֿודס אָדער קינסטליכע שפּייזען. די אורזאַכען זיינען ניט שווער צו געפֿינען. ערשטענס, קאָסט יעדעס קינסטליכע שפּייז שרעקליך טייער, אונד דעריבער דענקט די מוטטער, ווי אויך די פֿרויען וועלכע ריידען דער מוטער איין, דאס עס מוז זיין גוט. עס געהט איין גלייך וואָרט, דאָס וואָס עס קאָסט געלד איזט ווערט געלד, און ווי באַלד איין קינסטליכעס שפּייז קאָסט פֿיעל טייערער ווי מילך דענקען די פֿרויען דאָס מסתמא איזט עס פֿיעל בעססער ווי מילך. דאָס איזט אָבער איין גאַנץ פֿאַלשער רעכנונג ווי מיר וועללען באַלד זעהן. די צווייטע אורזאַכע וואָרום פֿרויען האָפּען זיך אָן אויף קינסטליכע שפּייזען, איזט וויל זיי זעהן רעקלאַמען מיט פֿאָטאָגראַפֿיעס פֿון קינדער וועלכע האָבען גערארט איידער מען האָט זיי געגעבען איין פּייטענט פֿוד אונד וועלכע זיינען פֿעט געוואָרען

צווייטער קלאס — זאַלכע שפּייזען וועלכע ענטהאַלטען אין זיך האַלב פערדעהעטע קראַכמאַל, צום ביישפּיעל, מעללינ׳ס פוּד (Mellin's food), אָדער בענגער׳ס פוּד (Benger's food).

דריטער קלאס — שפּייזען וועלכע ענטהאַלטען אין זיך ריינע אונפערדעהעטע קראַכמאַל. צום ביישפּיעל, רידזשעס (Ridge's).

שפּייזען פוּן 3-טען קלאַס טאָר מען ניט בענוצען פיר קינדער אונטער 6 מאָנאַט אַלט, ווייל זיי קאָנען נאָך קיין קראַכמאַל ניט פערדעהען אונד זיינען מאַנכעס מאָל נוצבאַר אום צו איינגעוואָהנען אַ קינד פוּן איבער 6 מאָנאַט צו קראַכמאַלנע שפּייזען, ווי צום ביישפּיעל ברויט, א. ז. וו.

שפּייזען פוּן צווייטען קלאַס זיינען אַ מאָהל נוצבאַר פיר קינדער וועלכע פאַנגען אָן שניידען ציינער, אונד וועלכע קאָנען פיעל מילך ניט טרינקען. אויך קאָן מען זיי בענוצען אויף דעם זעלבען צוועק ווי די 3-טע קלאַס שפּייזען.

שפּייזען פוּן ערשטען קלאַס, ווי צום ביישפּיעל אַללענבורים (Allenbury's) זיינען אַמאָל נוצבאַר פיר יונגע קינדער וועלכע קאָנען בשום אופן קיין בהמה מילך ניט פערדעהען.

רעגעלן וועגען פּייטענט פודס.

i. ווי ווייט מעגליך אויסקומען אָהנע זאָלכע שפּייזען, ווייל פוּן זיי קאָן דאָס קינד קריעגען ריקעטס אָדער סקערווי.

ii. ווען מען געפינט נעטהיג — דורך איין דאָקטאָרס אָרדערס זיי צו בענוצען, זאָל מען זיי בענוצען אויף דער קירצעסטער מעגליכער צייט.

iii. אויסצוגעפינען פוּן דאָקטאָר, אָדער אַפּטייקער, צו וועלכע קלאַס איין געוויסער רעקאָמענדירטער שפּייז בעלאַנגט, — נעמליך, צו עס ענטהאַלט קיינע קראַכמאַל, אָדער האַלב פערדעהעטע קראַכמאַל, אָדער אונפערדעהעטע קראַכמאַל.

iv. ניט צו בענוצען קיינע קראַכמאַלנע שפּייזען פיר קינדער אונטער זעכס מאָנאַט אַלט.

v. אימער צולייגען אַ ביססעלע סמעטענע צו זאָלכע שפּייזען, ווייל דיעזע אַלע פּייטענט פודס ענטהאַלטען אין זיך וועניגער פעטקייט ווי מילך.

פֿערשטעהן דאָס דעם גלייכוואָרט „וואָס עס קאָסט געלד איזט ווערטה געלד" קאָן מען ניט אַנווענדען צו זאָלכע שפּייזען. די איינע מעלה אָבער וועלכע דיעזע שפּייזען האָבען איזט דאָס זיי זיינען לייכטער פֿיר די קינדער צו פֿערדעהען אַלס בהמה מילך.

3 ווען ברויכט מען זאלכע שפּייזען בענוטצען?

i. עס גיעבט אַמאָל קינדער וועלכע קאָנען בשום אופן ניט פֿער-דעהען בהמה מילך, אָבער געוויסע פּייטענט פֿודס פֿערדעהען זיי יאָ. — איך קאָן אייך אָבער ניט אָנזאָגען צו פֿיעל דאָס איידער מען איזט זיכער דאַסס דאָס קינד קאָן קיין בהמה מילך, אין פֿערשיעדענע פֿאָרמען, ניט פֿערטראָגען מוז מען האָבען געפּרובירט יעדער פֿאָרמע פֿון זאָ איין מילך (ווי איך האָב בעשריעבען אין פֿאָריגען קאַפּיטעל) אַם ווענינגסטען צוויי אָדער דריי וואָכען.

ii. אויף איינער זעהר קורצער צייט ווען איין קינד איזט זעהר שוואַך, קאָן מען בענוצען זאָלכע שפּייזען ביז דאָס קינד ווערט אַ ביסעלע שטאַרקער אונד קאָן אָנפֿאַנגען פֿערדעהען בהמה מילך.

iii. אום אָנפֿאַנגען איינגעוואָהנען איין קינד צו קראָכמאַלנע עססען, ווען דאָס קינד איזט מעהר ווי 6 מאָנאַט אַלט.

iv. ווען מען איזט אונטערוועגנס, ווען מען קאָן קיין מילך ניט פֿיהרען.

4 וועלכע קינסטליכע שפּייזען צו בענוצען?

ווען צום ביישפּיעל צוליעב איינער פֿון די 4 אורזאַכען האָט מען זיך בעשלאָסען בענוצען זאָלכע שפּייזען ברויכט איהר וויססען וועלכע איהר זאָלט בענוצען פֿיר אייער קינד. עס גיעבט הונדערטער זאָלכע שפּייזען, אָבער אום איהר זאָלט פֿערשטעהן זייער נוצבאַרקייט, איזט עס נעטהיג צו טהיילען זיי אין דריי קלאַססען:

ערשטער קלאַס — זאָלכע שפּייזען וועלכע ענטהאַלטען אין זיך קיינע קראָכמאַל, צום ביישפּיעל אַללענבורים (Allenbury's) פֿוד, אָדער האָרליק'ס (Horlick's Malted Milk), אָדער נעססל'ס מילק, א. ז. וו.

מיר וועלען ערשטענס רעדען איניגע ווערטער וועגען קינדער וועלכע זויגען די ברוסט. — ווען זאָלכע קינדער ליידען פֿון מאָגען קראַנקהייטען, זאָגאַר מען גיעבט זיי רעגולאַר עססען אונד ניט צוא פֿיעל אָדער צו וועניג, דאַן איזט עס אַ סמן דאַס דער מוטערס מילך איזט ניט זאָ גוט ווי עס ברויכט צו זיין. אום צוא פערבעסערן דער מוטטערס מילך איזט עס נעטהיג פיר די מוטטער גוט צו עססען, גוט צו טרינקען אונד פיעל פרישע לופט האבען. ביער אדער אנדערע סארטען אלקאהאל זיינען גאַנץ איבעריג פיר זויגענדע פרויען וועלכע זיינען ניט געוואהנט צוא זאלכע געטרענקע. אויב טראָטץ דיעזע מיטלען ווערט דאָס קינד אַללעס ניט בעססער, איזט עס ראַטזאַם צו געבען דאָס קינד איניגע מאָל אין טאָג בהמה מילך.

2 ווי אזוי צו וויססען דאסס איין קינד ליידעט פון מאגען קראנקהייטען.

די סמנים פֿון זאָלכע קראַנקהייטען זיינען די פֿאָלגענדע: דאָס קינד ליידעט פֿון קרעמפּפען אין בויך, אָדער עס ברעכט, אָדער עס האָט איין שטייפען אדער איין לויזען מאגען, אונד דער שטול־גאנג איזט ניט ריכטיג, אונד עס פאנגט אן צוא דארען.

3 אום צו פֿערשטעהן דיעזע סימפטאָמען איזט עס נעטהיג צו וויססען ריכטיג וואס הייסט ריכטיגער שטול־גאנג? — דיא ערשטע 6 וואָכען ברויכט איין קינד זיין אָפֿען 3 אָדער 4 מאָל אין 24 שטונדען. פֿון 6 וואָכען ביז אַם ענדע פֿון צווייטען יאָהר ברויכט עס האָבען צוויי עפֿפֿנונגען איין טאָג. — די ערשטע דריי טעג איזט דער שטול גרין, נאכהער איזט עס געלב, אונד ווען דאָס קינד ווערט עלטער פֿאַנגט עס אָן ווערען ווי ביי איינעם גרויסען מענשען. עס ברויכט ניט זיין אין דעם שטול קיין שליים, אָדער מאַטעריע, אָדער בלוט, אָדער אונפֿערדעהעטע מילך (שטיקלעך קעז).

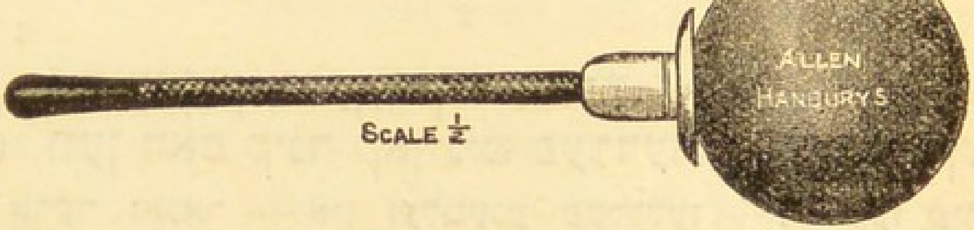
4 **איין שטייפער מאגען.** דאָס קומט מאַנכעס מאָל פֿון דעם וואָס די שפּייז וועלכע דאָס קינד קריעגט האָט ניט גענוג

פינפטעס קאַפּיטעל.

קינדערשע קראַנקהייטען וועלכע קומען פון ניט ריכטיג עססען געבען.

1 עס גיעבט איין גלייך וואָרט דאָס צו פֿערהיטען איזט בעסער ווי צו היילען, אונד דאָס איין גראַן פֿערהיטונג איזט ווערטה אַ פֿונט היילונג. אונד זאָ ווי יעדער מענש וועט צוגעבען די ריכטיגקייט פֿון דיעזעם גלייך וואָרט, אונד אויך וויל פֿיעלע קינדערשע קראַנקהייטען קומען פֿון ניט ריכטיג עססען געבען, דאַריבער האָב איך געפֿונדען פֿיר נעטהיג אין די פֿאָריגע קאַפּיטלעך מיט אייך גוט אַרים ריידען דען ריכטיגען וויססענשאַפֿטליכען אונד פּראַקטישען גוטען וועג ווי קינדער צו ערנעהרען. איהר ברויכט וויססען דאָס דער אונטערשיעד פיר דאס קינד צווישען געבען עס ריכטיג אונד ניט ריכטיג עססען, איזט זא וויא דער אונטערשיעד צווישען „וזאת הברכה" אונד די „תוכחה." (זעהן פֿאָטאָגראַפֿיע אָנפֿאַנג בוך) מען קאָן דאַריבער זאָגען דאַס דאס קינדס געזונד אונד לעבען ליעגען ביי דער מוטטער אין די הענד. אין דיעזעם קאַפּיטעל וויל איך מיט אייך בעטראַכטען ריכטיג די פֿערשיעדענע קראַנקהייטען וועלכע קוממען פֿון ניט פֿאָלגען די רעגעלן וועלכע איך האָב פֿאָרגעלייגט אין די פֿאָריגע קאַפּיטלעך, אונד ווי זיך צו בענעהן; ביז איין דאָקטאָר קוממט.

אונד לאָזען עס פֿערבלייבען אויף אייניגע שטונדען, אונד נאַכהער אַריין שפּריצען וואַרמע זאַלץ וואַססער (איין האַלבע טעה לעפֿעלע זאַלץ אויף 16 עסס לעפֿעל וואַססער). די בוים אויל מאַכט דעם שטול ווייך אונד די וואַססער צורייצט דעם אונטערשטען מאָגען אַן טרייבט דען שטול אַרויס. — דער בעסטער שפּריצער פֿיר איין קינד איזט איין גומענע קויל

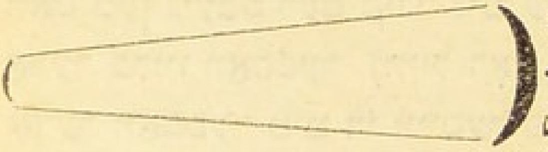


(8) גומענער שפּריצער פֿיר קינדער.

מיט איין לאַנגען גלאַטען נעזעל. די קויל ברויכט האַלטען אונגעפֿעהר 15 אָדער 16 עסס לעפֿעל וואַססער. — ווען מען שפּריצט אַריין די אויל, ברויכט מען, גלייך נאָך דעם אַריינשפּריצען, צו האַלטען פֿון הינטען מיט אַ וואַרימער פֿלאַנעללע אויף 5 מינוט, אום די אויל זאָל באַלד ניט אַרויס געהן צוריק. — ווי פֿיעל וואַססער איהר זאָלט נאַכהער אַריין שפּריצען ווענדעט זיך ווי אַלט דאָס קינד איזט. פֿיר איין קינד פֿון 6 וואָכען ברויכט מען 4 עסס לעפֿעל, אונד פֿיר איין קינד פֿון צוויי יאָהר פֿון 8 ביז 16 עסס-לעפֿעל.

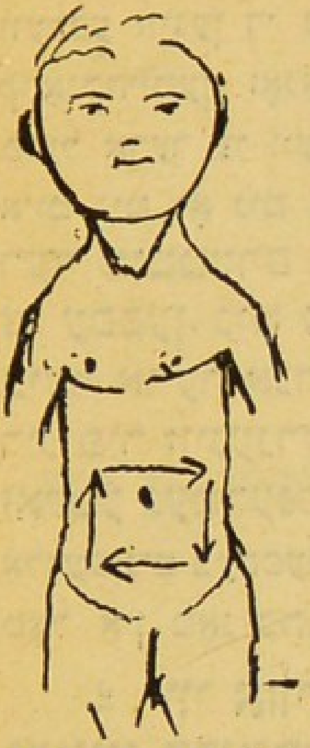
אויב איהר ווילט קאָנט איהר מאַכען אַ צעפּעלע פֿון זייף.

צו מאַכען איין צעפּעלע ברויכט מען אָבשניידען איין שטיקעל זייף צוויי צאָהל לאַנג אונד אַיינע האַלבע צאָהל דיק, אונד אַרום שאָבבען עס ביז עס האָט אַ דינעם און אַ דיקען עק, זאָ:



דעם דינעם עק ברויכט מען בעשמיערען מיט אַ ביססעל וואַזעלין עס זאָלל גרינג אַריינגעהן אונד האַלטען עס אינוועהניג ביז דאָס קינד איזט אָפֿען. איהר זאָלט קיין מאָל ניט אַריינשפּאַרען דעם צעפּעלע אונד לאָזען עס אינוועהניג, ווייל עס קאָן נאָך פֿערבלייבען שטיקלעך זייף, וועלכע וועלען דען שטומץ ניט אַרויסלאָזען. מען האָט צו מיר איין מאָל געבראַכט איין קינד וועלכעס האָט ניט געקאָנט זיין אָפֿען אייניגע טעג טראָטץ דעם

פּעטקייט אין זיך. אונד דאַריבער איזט עס נעטהיג צו געבען דעם קינד א פּאר לעפּעלעך סמעטע־נע א טאג. אויב דאָס אַליין העלפּט ניט, איזט איין גוטער מיטטעל צו רייבען (מאססאזשירען) דאס קינד׳ס בויך מיט א ביסעל בוים אויל, אָנפאנגען פֿון רעכטען זייט פֿון בויך פֿון אונטען אונד רייבען אַרויף און אַרום פֿון רעכטס אויף לינקס [דאָס איזט די וועג ווי די גערערם געהען]. דאָס ברויכט מען צו טהון צוויי מאָל אין טאָג 5 אָדער 10 מינוט יעדעס מאָל. דריטענס (אונד דאָס וויכטיגסטע) מוז מען דאָס קינד איינגעוואהנען רעגולאר געהן אויף דעם שטול, אונד איהר וועט באַלד געפֿינע דאָס זאָגאַר זעהר קליינע קינדער וועלען מיט דער צייט זיך איינגעוועהנען צו וויסען דאָס זיי ברויכען זיין אָפּען ווען מען שטעלט זיי, אונד דאָס זיי ברויכען ניט זיין אָפּען ווען מען שטעלט זיי ניט. אַיין מנהג בייא קינדער ווערט זעהר לייכט אַ דין. איהר ברויכט דאָס קינד שטעללען זיין אָפּען אונד ניט זעצען עס אין אַ שטול און לאָזען עס זיך שפּיעלען מיט צאַצקעס, ווייל די אַצקעס וועלען צו נעהמען דאָס קינדס געדאַנק פֿון וואָס מען וויל עס זאָל טהון.



(7) ווי צו מאַסאַ־זשירען דעם בויך.

איינער פֿון די ערגסטע מיטטעלן — זאָגאַר פֿיללייכט דער גרינגסטער — איזט צו געבען איין לעפּעלע ריצען אויל (Castor Oil). ווען איהר וועט זיך לאָזען אַיינרעדען געבען דעם קינד ריצען אויל וועט איהר מיט דער צייט מאַכען דאָסס דאָס קינד וועט אימטער ליידען פֿון איין האַרטען מאָגען. אויב עס איזט גאַנץ נעטהיג עטוואָס צו געבען, זאָלט איהר געבען איין לעפּעלע פֿייגען סיראָפּ (Syrup of Figs) — ווי ווייט מעגליך אָבער זאָלט איהר אויסקומען אָהנע זאָלכע מיטלען. — אויב דאָס קינד׳ס אַרויסגאַנג איזט זעהר האַרט אונד טרוקען אונד דאָס קינד מאַטערט זיך זיין אָפּען, דאַן איזט עס ראַטזאָם צו מאַכען איין קלעסטיר פֿון 2 אָדער 3 טעע לעפּעלעך בוים אויל (אָליווען אויל),

ג) די מיכך איזט ניט ריין — ווייל עס איזט ניט סטעריליזירט. די בעהאנדלונג איזט געוועהנליך צו סטעריליזירען די מיכך.

ii. עס קאַן זיין דאס דיא באטעל אדער דיא פּיפּקע (Comforter) איז שולדיג ווייל עס איז ניט גענוג ריין געהאלטען.

iii. עס קאָן מאנכעס מאָל קומען פֿון דעם וואָס מען האַלט ניט דאָס קינדס בויך אונד פֿיס גענוג וואַרם געקליידעט.

די וויכטיגסטע אורזאכען זיינען ניט געסטעריליזירטע מיכך אונד ניט קיין ריינע באטעלס, אונד דאַריבער טרעפֿט זיך איין לויזער מאָגען פֿיעל אָפֿטער ביי קינדער וועלכע ווערען אויפֿגעהאָ-דעוועט מיט דער באָטטעל.

ווען איינע פֿון די צוויי זאכען איזט די אורזאכע, איזט דאָס לאַקסירען זעהר סעריאזנא, איבערהויפּט ווען עס טרעפֿט זיך אין די הייסע מאָנאַטען — צווישען יוני און סעפּטעמבער. זאָלכעס לאַקסירען רופֿט זיך זומערדיגעס אדער עפּידעמישעס לאַקסירען (Summer, or Epidemic diarrhoea) און איזט פֿעראַנטווארטליך פֿיר א שרעקליכען גרויסען צאהל פֿון טויטע קליינע קינדער. ווען איין קינד ליידעט פֿון זאָ איין סארט לאַקסירען דאַן איזט עס זעהר זעלטען דאָסס דאס קינד בלייבט לעבען. — [דאָס איזט די אורזאַכע וואָרום מען טאָר ניט אַנטוועהנען איין קינד אין די הייסע וועטערען.]

6 איהר ווערט דאַריבער זעהן דאָס די וויכטיגסטע בעהאנדלונג פֿון זאָ איינעם צופֿאַל איזט צו פֿערהיטען דאסס דאס קינד זאלל עס ניט קריעגען, נעמליך, זעהן דאָס די מילך איזט סטעריליזירט, די באָטטעל איזט פֿאָלקאָם ריין, דאָס קינד עסט רעגולאַר, אונד דאָס קינדס בויך אונד פֿיס זיינען וואַרם געהאַלטען. אויך איזט עס נעטהיג צו זעהן דאָסס דאס קינד האָט גענוג פֿרישע לופֿט, אונד איזט פֿאָלקאָם ריין אונד ציכטיג געהאַלטען. — דער שטולגאנג פֿון זאלכע קינדער איזט זעהר אנשטעקענד, און דעריבער ברויכט מען אין זאָלכע צופֿאַלען איבערבייטען די נעפּקינס גלייך ווי זיי ווערען נאַסס, אונד מען טאָר די נעפּקינס ניט לאָזען ליעגען אין צימער.

וואָס מען האָט אָנגעווענדעט פֿיעלע פֿערשידענע מיטלען. ווען איך האָב דאָס קינד אונטערזוכט, האָב איך געפֿונען פֿערהאַרטעוועטע שטיקלעך זייף פֿון הינטען, ווען איך האָב דיעזע שטיקלעך זייף אַרויסגענומען, האָט דאָס קינד אָנגעפֿאַנגען זיין אָפּען ווי מען ברויכט.

5 לאַקסירען, אדער איין לויזער מאגען (Diarrhoea).

דאָס קאָן פֿאָרקומען ביי איין קינד צוליעב פֿערשידענע אורזאַכען, נעמליך:

i. עס קאָן קוממען פֿון די מילך, ווי צום ביישפּיעל:

א) ווען דאס קינד קאן ניט פֿערדעהען די קעז פֿון בהמה מילך, אָדער זאָגאַר — אין זעלטענע פֿעלללען -- די קעז פֿון דער מוטטערס מילך (אונד די אונפֿערדעהעטע קעז צורייצט די קישקעס, אוי מאַכט איין לויזען מאָגען). אין זא איין צופאל געפינט זיך אין דעם שטולגאנג אונפערדעהעטע שטיקלעך קעז, אונד דיא בעהאנדלונג בעשטעהט פֿון געבען דעם קינד א לעפעלע ריצעז אויל אום אויסצורייניגען דעם מאָגען פֿון די אונפֿערדעהעטע קעז, אונד רעגולירען דעם עסען, נעמליך, זעהן דאַסס דאס קינד עסט צו דער צייט אונד ניט צו פֿיעל. אויך ברויכט מען געבען דעם קינד עטוואס וואפנע וואסער מיט די מילך אום צו מאַכען די קעז מעהר פֿערדעהבאַר (זעהן קאַפּיטעל 3 § 5).

אויב דאָס אַליין איזט ניט גענוג, ברויכט מען אויפֿהערען געבען דעם קינד עססען אויף 12 אָדער 24 שטונדען, אָדער זאָגאַר לענגער, ביז דער מאָגען וועט זיך איין סטאַלירען. אין דער זעלבער צייט אָבער וואָס מען גיעבט דעם קינד ניט עסען מוז מען עס געבען צו טרינקען,— אָדער בלויז וואַססער (ווייל דאָס קינד פֿערליערט זאָ פֿיעל וואַססער), אָדער וואַססער מיט די ווייסעל פֿון איין איי, — אונד האַלטען דאָס קינד זעהר וואַרם, ווייל מיט דעם לאַקסירען פֿערליערט דאָס קינד פֿיעל וואַרמקייט פֿון קערפּער.

ב) מאַנכעס מאָל טרעפֿט זיך דאָס די מילך איזט צו פֿעט, ווען צום ביישפּיעל, מען גיעבט צו פֿיעל סמעטענע מיט די מילך. [זאָ ווי צו וועניג פֿעטקייט מאַכט אַ האַרטען מאָגען, § 4.]

די געוועהנליכע אורזאכען פון כרעמפען אין בויך:

i. אונפֿערדעהעטע קעז.

ii. איין האַרטער מאָגען — אין קינדער וועלכע זויגען די ברוסט.

iii. איין לויזער מאָגען.

vi. ניט רעגולאַר עססען געבען.

v. שמוציגע באָטעלס, אדער שמוציגע פּיפּקעס (Comforters).

ווי צו בעהאנדלען כרעמפען? ווען דאָס קינד האָט איין קרעמפּף ברויכט מען

i. צולייגען הייסע קאָמפּרעססען צום בויך, אָדער איינרייבען וואַרמע אויל.

ii. אויך איזט עס זעהר גוט מאַכען איין קלעסטיר פֿון 5 עסס־לעפֿעל הייסע וואססער — זאָ הייס ווי דאַס קינד קאָן פֿערטראָגען.

iii. געבען איין טעה־לעפֿעלע מיענטע-וואַססער (Peppermint water) אין איין עסס-לעפֿעל וואַרמעס וואַסער. די מיענטע טרייבט אַרויס די ווינד.

אויב דיעזע אַללע מיטטעלן שטיללען ניט איין, מוז מען רופֿען איין דאָקטאָר.

די וויכטיגסטע זאַך איזט אָבער ווען דער קראַמפּף איזט אַוועק, זאָ צו בעהאַנדלען דאַס קינד דאָסס עס זאל נאָך איין מאָל קיינע קרעמפּפֿען קריעגען. וואָס מען ברויכט צו טהון איזט דיעזעס:—

ווען דאס קינד זויגט די ברוסט און עס ליידעט פון קרעמפּען, איזט עס איין סמן דאָס איהר גיעבט דאָס קינד די ברוסט צו אָפֿט און ניט רעגעלמעסיג, און דאַריבער וואָס איהר ברויכט צו טהון איזט ריכטיג צו רעגולירען דאס זויגען ווי איך האָב בעשריעבען אין צוויימען קאַפּיטעל.

זעהר אָפֿט טרעפֿט זיך דאָס ווען איין קינד פֿאַנגט אָן וויינען, ווייל עס האָט איין קראַמפּף (ווייל עס האָט זיך פֿיללייכט איבע־גע־געסען) גיעבט עס די מוטער גלייך די ברוסט, — אָדער ווייל זי דענקט דאָסס דאס קינד וויינט ווייל עס איזט הונגעריג, אָדער ווייל זי ווילל גלאַט פֿערשטאָפּען דעם מויל אום עס זאָל ניט וויינען.

אויב דאס קינד ליידעט פֿון לאקסירען, זאגאר אייך דאכט זיך דאסס עס איזט ניט סעריאזנע זאלט איהר גלייך רופען איין דאקטאר.

7 **ברעכען*** ווען אַ קינד ליידעט פֿון ברעכען אַליין אָהנע פֿער־שטאפּונג אדער לאַקסירען איז עס אַם מייסטען ניט געפֿעהרליך. קינדער ברעכען זעהר אָפֿט ווען זיי עסען זיך איבער, אונד די רפואה דאַצו איזט צי געבען וועניגער עססען. — ווען דאָס קינד פֿאַנגט פלוצלונג אָן צו ברעכען איינס נאַך דאָס אַנדערע אונד האַט נאָך וואַרעמקייט אויך, און דער צונג איזט ניט ריין, דאַנן צייגט עס דאַסס דאָס קינד ליידעט פֿון איין פֿערדאָרבענעם מאָגען. געוועהנליך ברויכט מען רופֿען אַיין דאָקטאָר, אָבער די בעהאַנדלונג איזט אַם מייסטען זעהר איינפֿאַך, — מען ברויכט דאָס קינד ניט געבען עססען אויף 24 אָדער 48 שטונדען אום צו געבען דעם מאָגען עטוואָס רוהע. אָדער מען קאָן געבען דאָס קינד פֿערדעהעטע שפּייז, ווי צום ביישפּיעל, פּעפּטאָניזירטע מילך (זייטע 27). ווען מען הונגערט אַבער דאס קינד מוז מען עס האַלטען זעהר וואַרם אונד געבען גענוג געקאָכטע וואַסער צוטרינקען. ווען דאָס אַליין איזט ניט גענוג קאָן דער דאָקטאָר געפֿינען נעטהיג געבען מעדיצין, אָדער אויסצופּאָמפּען אונד אויסוואַשען דעם מאָגען. — איהר ברויכט אויך געדענקען דאָס איין היטץ קרענק פֿאַנגט זיך אָן זעהר אָפֿט מיט ברעכען, אונד דאַריבער איזט עס דאָפּפּעלט נעטהיג צו פֿרעגען איין דאָקטאָר. — ווען איין קינד האָט ניט קיין היטץ אונד ברעכט זאָגאַר יעדען טאָג, איזט עס ניט זעהר וויכטיג זאָלאַנג דאָס קינד פֿערליערט ניט אין געוויכט.

8 **קרעמפּען אין בויך*** ווען איין קינד האָט קרעמפּען אין בויך, וויינט עס, ציעהט אויף די פֿיסלעך אונד האַלט דען בויך זעהר האַרט. די קרעמפּען קוממען אַם מייסטען פֿון ווינד אין בויך, אונד דאַריבער ווען דאָס קינד גרעבסט אָב אָדער לאָזט ווינד פֿון הינטען, ווערען די קרעמפּען פֿיעל לייכטער אונד דאָס קינד הערט אויף צו וויינען.

---

* בעמערקונג: ווען איין קינד פֿאַנגט אָן פלוצלונג צו ברעכען אונד דער מאָגען ווערט פֿערשטאָפּט, אָדער עס געהט אַרויס מיט בלוט אָדער שליים, אונד ליידעט פֿון קרעמפּען אין בויך — דאַן איזט עס העכסט סעריאָזנע, אונד מען ברויכט באַלד פֿרעגען אַ דאָקטאָר.

אויסוואשען דאָס קינדס מויל מיט איין ריינער ווייכער טיכעלע איינגע-טונקט אין וואַרמע וואַססער, אונד איהר זאָלט האַלטען די באָטטעל פּאָלקאָם ריין, וואָלט דאָס קינד ניעכאַרם דאַפּאָן געליעטען. ווען דאַס קינד ליידעט יאַ דאַפּאָן, מוז מען אויסוואַשען דען מויל איינינע מאָל אין טאָג מיט רוויזען האָניג (Borax & Glycerine).

10 דארענעש, אדער אבפאללען אין געוויכט

(Wasting). דיא אורזאַכען פון זאָ איין סימפּטאָם, זיינען דיא פּאָלגענדע:

i. דאָט קינד קריעגט ניט פּיללייכט גענוג עססען, צום ביישפּיעל, ווען דער מוטטערס מילך אָדער די בהמה מילך זיינען ניט גענוג נאהר-האַפּטיג.

ii. דאָס קינד קאָן פּיללייכט ריכטיג ניט זויגען, אָדער ווייל עס ליידעט פּון איין קראַנקען מויל, צושפּאָלטענע ליפּפען, אָדער לאָך אין גוממען, אָדער אַ קראַנקען נאָז (ווייל ווען דאַס קינד זויגט ברויכט עס אַטמען דורך דען נאָז און דאַריבער ווען דער נאָז איז פּערשטאָפּט קאָן דאָס קינד ניט זויגען), אָדער ניט ריכטיגע ניפּפּעלס, אָדער פּיפּקעס. דיעזע אורזאַכען האָבען מיר שוין בעטראַכט אין איין פּאָריגען קאַפּיטעל.

iii. דאָס קינד ליידעט מיט דעם מאָגען, צום ביישפּעל, פּער-שטאָפּונג, לאַקסירען אָדער קרעמפּפען.

iv. ווען דאַס קינד ליידעט פּון איינער אָרגאַנישער קראַנקהייט, צום ביישפּיעל, סקראָפּעל, א.ז.וו.

v. דאָס קינד דארט אַ מאָל איין אָהנע וועלכע אורזאַכע. דיעזע פּאָרמע איזט זעהר שווער צו בעהאַנדלען.

vi. ניט אויסגעטראָגענע קינדער.

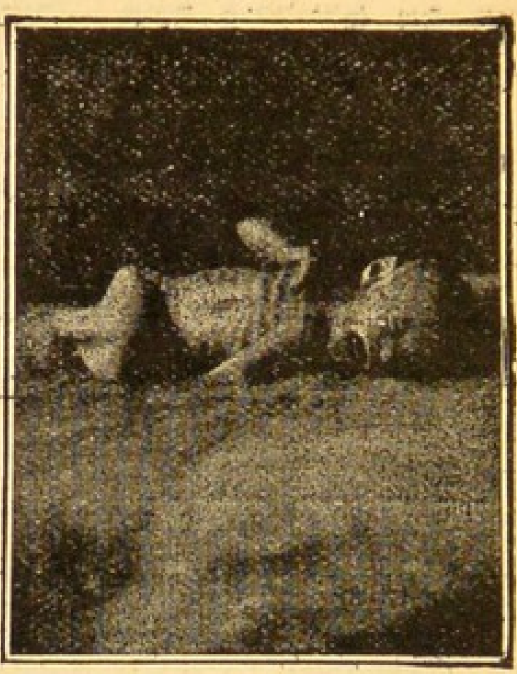
vii. קינדער פּון שכורים, אָדער פּון עלטערן וועלכע ליידען פּון פערשיעדענע קראַנקהייטען.

די בעהאַנדלונג ווענדעט זיך אויף דער אורזאַכע. אַם מייסטען, איזט די בעסטע בעהאַנדלונג פּיר זאָלכע קינדער וועלכע ווערען אויפגעהאָדעוועט מיט איין באָטטעל (אויב זיי ווערען ניט בעססער פּון נאָר רעגולירען דאָס עססען אונד ריכטיג צו

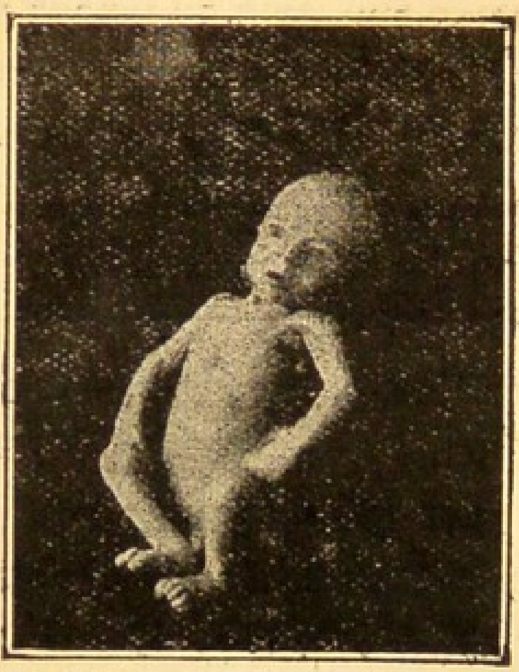
אַלזאָ מוז איך אייך אָנזאָגען, דאסס דיעזעס איזט דער גרעססטער פֿעהלער וואָס איהר קאָנט מאַכען. ווייל ווען דאָס קינד זויגט די וואַרמע מילך ווערען די קרעמפּען אויף דער צייט געשטילט — ווייל וואַרמקייט שטילט קרעמפּען, ווי מיר האָבען שוין געזעהן — אונד דאַריבער פֿאַנגט איהר אָן געבען דעם קינד די ברוסט צו אָפֿט, אונד מאַכט דאָס קינד נאָך מעהר קרעמפּפֿען. איהר מוזט דעריבער זעהן בשום אופֿן ניט געבען די ברוסט פֿאַר דער צייט איין קינד וועלכעס ליידעט פֿון קרעמפּען. ווייטער ברויכט מען זעהן דאַסס דאָס קינד ליידעט ניט פֿון פֿערשטאָפּונג אָדער לאַקסירען. אויך איזט עס מאַנכעס מאָל ראַטזאַם צו געבען דעם קינד אַ פּאָר לעפֿעלעך וואַפּנע-וואַססער (Lime water) בעפֿאָר יעדען מאָהל זויגען, ווייל עס טרעפֿט זיך אַ מאָל דאָס די ברוסט מילך ענטהאַלט אין זיך מעהר קעז ווי דאָס קינד קאָן פֿערדעהען. אויב ווען איהר האָט דאָס אַללעס געטהאָן, קריעגט נאָך אַללעס דאס קינד די קרעמפּען, דאן אויב עס פּער־ליערט אויך אין געוויכט, ברויכט מען דאָס קינד ענטוועהנען. דאָס וועט איהר אָבער געפֿינען זעהר זעלטען פֿיר נעטהיג.

די מייסטען קינדער וועלכע ליידען פֿון קרעמפּען ווערען אויף געהאָדעוועט מיט דער באָטעל, אונד אום זאָלכע קינדער צו פֿערהיטען פֿון קרעמפּען מוז מען אויך פֿאָלגען די רעגעלן וועלכע איך האָב בעשריעבען אין דעם דריטען קאַפּיטעל, דאָס הייסט רעגולאַר עססען געבען, האבעז די ריכטיגע באָטעל מיט איין ריכטיגער פּיפּקע, אונד האלטען זי פּאלקאָם ריין. אין שווערע פֿעללע מוז מען סטאָפּען מילך אויף איין קליינע צייט אונד געבען אָדער נעססלס מילך אָדער פּעפּטאָניזירטע מילך. מען מוז אויך האַלטען דאס קינדס בויך אונד פֿים וואַרם. — ווי איך האָב בעשריעבען אין ערשטען קאַפּיטעל, איזט איין בויך־באַנדאַזש ניט נעטהיג פֿיר איין געזונדעס קינד; איין קינד אָבער וועלכעס ליידעט פֿון לאַקסירען אדער קרעמפּען ברויכט טראַגען איין באַנדאַזש אום צו האַלטען דען בויך וואַרם.

9 וועגען איין שמוטציגען מויל (Thrush) האָב איך מיט אייך פֿיעל ניט צו רעדען. ווען איהר זאָלט נאָך יעדען עססען



(9) 7 וואבען אלט—געוויכט קארגע 3 פֿונט.



(10) 3 מאנאט אלט—געוויכט $5\frac{1}{2}$ פֿונט.
מען האט דאנן אנגעפאנגען געבֿען
מילך מיט וויהאָל.

(11) 5 מאנאט אלט—געוויכט 7 פֿונט.

(12) 12 מאנאט אלט—געוויכט 17 פֿונט.

פאטאגראפֿיעם פֿון איין קינד וועלכעס האט געליטען פֿון דארענעש.
ארויסגענוממען פון The Medical Times and Hospital Gazette.

מישען די מילך, ווי איך האָב בעש־יעבען אין איין פֿאָריגען קאַפּיטעל, צו דינגען איינע אַהמע. אויב איינע אַהמע איזט אונמעגליך, מוז מען געבען דעם קינד פּעפּטאָניזירטע מילך אָדער סיראָוואָטקע אונד האַל־טען דאָס קינד וואַרם.

מאַנכעס מאָל העלפֿט ניט זאָגאַר פּעפּטאָניזירטע מילך אָדער סי־ראַוואָטקע. אין זאָלכע פֿעללען האָט מען געפֿונען דאָס סאַנאַטאָגען (Sanatogen) אָדער וויראָל (Virol) העלפֿט אַמאָל יאָ. וויראָל איז איינע פֿערבינדונג פֿון געלכענס פֿון פֿרישע אייער מיט די פֿעטקייט פֿון ביינער־מאַרך. די פֿאָטאָגראַפֿיעס (12—9) זיינען אַרויסגענומען גע־וואָרען פֿון אַ מעדיצינישען זשורנאַל (The Medical Times & Hospital Gazette) אין וועלכען עס איזט בעשריעבען איין פֿאַלל פֿון איין קינד וועלכעס האָט געליטען פֿון דאַרענעש אונד קיין זאַך האָט ניט געהאָל־פֿען ביז מען האָט אָנגעפֿאַנגען צו לעגען וויראָל (Virol) צו די צומישטע מילך וועלכע דאָס קינד האָט געקראָגען.

11 **אונרוהיגער שלאָף אָדער וויינען.** דאָס קאָממט פֿון:

i. הונגער אדער צופיעל עססען.

ii. ניט רעגולאר עססען.

iii. לאקסירען אדער פערשטאפּונג.

iv. וועהטאג אין בויך אָדער אירגענד וואָ אַנדערש, צום ביי־שפּיעל, אין די אהרען, אָדער ווען איין שפּילקע שטעכט, א.ז.וו.

v. דארשטיגקייט — ווען צום ביישפּיעל מען קאָן קיין אַנדע־רע אורזאַכע ניט אויספֿינדען, איזט עס ראַטזאַם צו געבען דעם קינד איין טרונק וואַססער אָדער מילך.

vi. קאלטע פיס. אויב דאָס איזט די אורזאַכע, ברויכט מען לעגען נעבען די פֿיס איין באָטעל מיט הייסע וואַססער.

vii. ריקעטס, אָדער די ענגלישע קראַנקהייט.

12 **קאנוואולסיעס** אָדער קינדערשע זאַכען (Convulsions).

וועגען דיעזעס וועלען מיר רעדען נאָך איין מאָל אין דעם 8-טען קאַפּיטעל.

זעכסטער קאפיטעל.

קראנקהייטען װעלכע קוממען פון ניט ריכטיג עססען געבען — ריקעטס אונד סקערװי.

(Rickets and Scurvy.)

1 אום צו פערשטעהן די סמנים פון ריקעטס ברױכט איהר װיסען איניגע געװיסע פאַקטען װעגען איין קינד.

.i געװיכט. איין קינד װען עס װערט געבוירען װעגט עס אונגעפעהר 7 פונט, אונד עס ברױכט צוקומען איין אָנץ (אונגעפעהר) יעדען טאָג. װען דאָס קינד איזט 5 מאָנאַט אַלט ברױכט עס צו װעגען 14 פונט, װען 18 מאָנאַט — 21 פונט, אונד װען 6 יאָהר — 42 פונט.

.ii הויך. איין קינד װאַקסט מעהר װי אימער דעם ערשטען יאָהר. װען עס װערט געבוירען איזט עס אונגעפעהר 20 אינטשעס, װען איין יאָהר אַלט — 27 אינטשעס, װען 2 יאָהר אַלט — 32—30 אינטשעס, װען 3 יאהר אַלט — 35- 34 אינטשעס אונד פון 4-טען יאָהר אָן אונד װייטער װאַקסט צו איין קינד אונגעפעהר 2—1⅔ אינטשעס איין יאָהר.

.iii די מאָס פון קאָפּ ארום אונד ארום. װען דאָס קינד װערט געבוירען איזט די מאָס פון קאָפּ ארום אונד אַרום 13 אינטשעס,

איך דערמאָן עס היער, ווייל מאַנכעס מאָל — אונד פיללייכט אָם מייסטען — קאָממט עס פון פערשיעדענע פערדעהונג קראַנקהייטען אין קינדער וועלכע ליידען פון ריקעטס.

בעהאנדלונג :— ווען דאָס קינד האָט די קאָנוואולסיע ברויכט מען גלייך אָבשפיעלען די קליידער אום צו געבען דעם קינד די בעסטע געלעגענהייט פריי צו אַטמען, אונד אַריינלעגען אין איין וואַרמער באָד (טעמפעראַטור 100° פאַהרענהייט), אויב דאָס העלפט נים מוז מען גלייך רופען איין דאָקטאָר.

אום צו פערהיטען דאָסס דאָס קינד זאָל נאָך אַ מאָל נים האָבען איינע קאָנוואולסיע, ברויכט מען זעהן גוט רעגולירען דאָס עססען, ווייל קאָנוואולסיעס קאָממען זעהר אָפט צוזאַמען מיט קרעמפען, און קרעמפען קאָממען פון נים רעגולאַר עססען אונד פון צופיעל קראַכמאַלנע זאַכען ווי צום ביישפיעל צוקער, ברויט, א.ז.וו. [ווען קראָכמאַלנע זאַכען ווערען פערדעהעט ווערען זיי צושפאַלטען אויף זויערע זאַכען אונד גאַזען (ווינד) וועלכע גיעבען די קרעמפען.]

ריקעטס (Rickets) אונד **שארבאט** (Scurvy) זיינען נאָך צווי קראַנקהייטען וועלכע קוממען פון נים ריכטיג עססען געבען. וועגען דיעזע קראַנקהייטען אָבער מוז איך צונעהמען איין בעזונדער קאַפיטעל.

vii. דאַס קינד קאָן אָנפאַנגען האַלטען דעם קאָפּף גלייך אַם ענדע פֿון דריטען מאָנאַט אונד קאָן זיצען אַליין נאָך דעם 7-טען מאָנאַט. נאָך דעם אַכטען אָדער ניינטען מאָנאַט פֿאַנגט דאָס קינד אָן פּויזען (אַרומקריכען אויף די הענד אונד פיסס). עס פאנגט אן געהן נאָך דעם ערשטען יאָהר אונד עס פאנגט אן רעדען אויך אין דעם זעלבען עלטער.

viii. דאס קינד פאנגט אן האבען שפייאכץ צווישען פינפטען אונד זעכסטען מאנאט. אונד זאָ ווי שפייאַכץ האָט צו טהון מיט דעם פֿערדעהען פֿון קראָכמאל — עס מאַכט פֿון די קראָכמאל צוקער — דאַריבער קאָן איין קינד פֿון אונטער 6 מאָנאַט ניט פֿערדעהען קראָכמאל.

די אויגען בייטען זיך אין קאָליער — זיי ווינען זעהר אָפּט בלוי ווען דאַס קינד ווערט געבוירען — אַם ענדע פֿון צווייטען מאָנאַט, אונד פֿאַנגען אָן האָבען טרערען אין דריטען אָדער פֿירטען מאָנאַט. די האָר ווערען טונקעלער אונגעפֿעהר די זעלבע צייט.

2 די וויכטיגסטע פונקטען פיר איך צו גערענקען זיינען די פאלגענדע:

i. די לאָך אין קאָפּף (פֿאָנטאַנעלל) ווערט פֿערשוואונדען ווען דאס קינד איזט צווישען 18 מאָנאַט אונד צוויי יאָהר אַלט.

ii. דאַס קינד פֿאַנגט אָן שניידען צייהנער אים 6-טען מאָנאַט.

iii. עס פֿאַנגט אָן אַרומגעהען נאַך דעם 12-טען מאָנאַט.

יעצט זיינען מיר אים שטאַנדע צו רעדען וועגען ריקעטס.

3 ריקעטס (Rickets) אָדער די ענגלישע קראַנקהייט.

ווי קאנט איהר וויססען דאסס דאס קינד ליידעט פון ריקעטס?

די ערשטע סמנים זיינען דאַסס די קינדער ענטוויקעלן זיך זעהר לאַנגזאַם:

i. זיי הויבען אָן שניידען שפעט צייהנער.

ii. דער פאנטאנעלל (די לאָך פֿון קאָפּף) פערמאכט זיך ביי זיי שפעט.

ווען 9 מאָנאט אַלט — 17 אינטשעס, ווען איין יאָהר אַלט — 18 אינטשעס, אונד ווען 5 יאָהר אַלט — נאָר 20 אינטשעס. איהר זעהט דאַריבער דאָס דער קאָפּף וואַקסט זעהר פֿיעל, מעהר ווי אַללע מאָל, דעם ערשטען יאָהר. די אורזאַכע איזט, ווייל אין דעם ערשטען יאָהר ענטוויקעלט זיך אונד וואַקסט אַם מייסטען דער קינדערשער מאַרך.

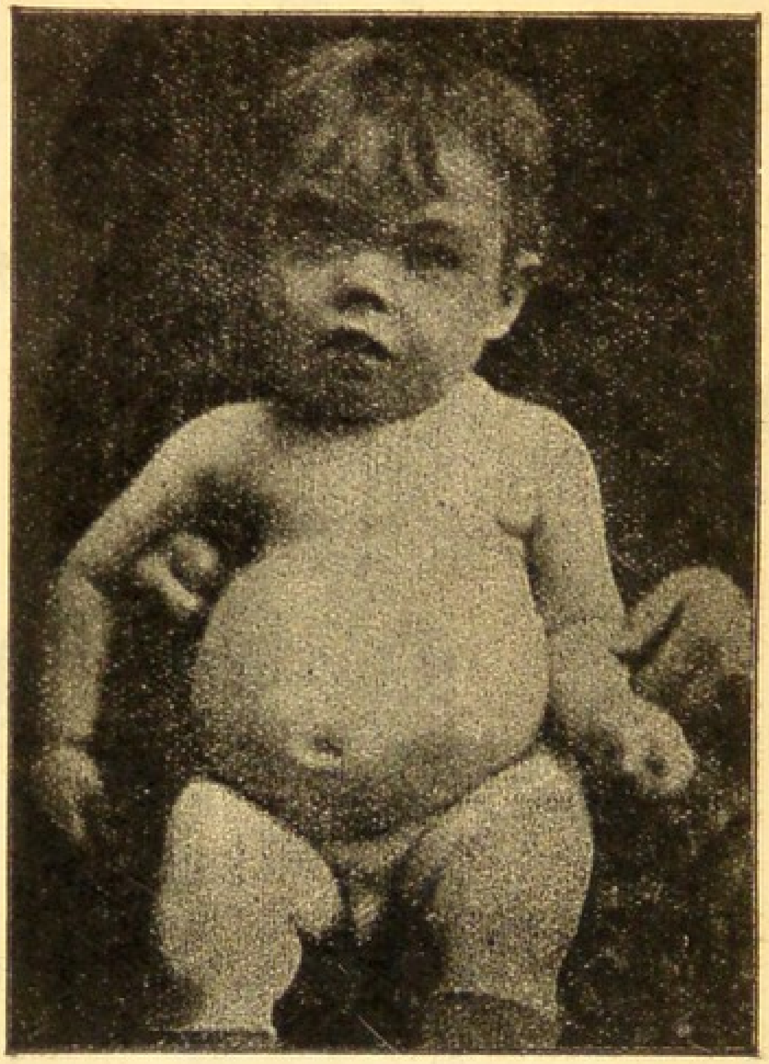
iv. **ווען וואַקסען צוזאַממען די ביינער פון קאָפּף?**

ווען איהר זאָלט פֿיהלען דען קאָפּף פֿון איין קינד, וועלכעס איזט אונטער 1 יאָהר אַלט, ווערט איהר געפֿינען דאָס פֿון אויבען אַ ביסעל הינטער דען שטערן, געפֿינט זיך איין פלאַטץ וואו די ביינער זיינען ניט צוזאַממען געוואַקסען אונד איזט דאַריבער ווייך. דיעזער פלאַטץ רופֿט זיך די לאָך אין קאָפּף אדער **פֿאָנטאַנעלל** (Anterior Fontanelle). אַ דאָקטאָר בענוצט דיעזע לאָך אין קאָפּף אין קינדער פֿיר דען זעלבען צוועק ווי דען פולס אין גרויסע מענשען, און קאָן זיך פֿון דעם זעהר פֿיעל ערקונדיגען וועגען דאָס קינדס געזונד.

די ביינער אַרום פֿאָנטאַנעלל וואַקסען צוזאַממען ווען דאָס קינד איזט אוננעפֿעהר צווישען $1\frac{1}{2}$ אונד 2 יאָהר אַלט. נאָך דעם צווייטען יאָהר ברויכט מען דאַריבער אין נאָרמאַלע קינדער קיין פֿאָנטאַנעלל פֿינדען.

v. **די צייהנער.** די ערשטע צייהנער פֿאַנגען אָן זיך שניידען אין דעם זעכסטען מאָנאַט, אונד ווען דאָס קינד איזט אונגעפֿעהר פֿון 2 ביז 3 יאָהר אַלט האָט עס שוין אַללע **מילך צייהנער.** געוועהנליך ווייסט איהר וואַהרשיינליך דאָס די מילך צייהנער פֿאַללען אַרויס ווען דאָס קינד ווערט עלטער אונד מאַכען פלאַטץ פֿיר אַנדערע — **שטענדיגע צייהנער.** דיעזע פֿאַנגען אָן צו צייגען זיך ווען דאָס קינד איזט זעכס יאָהר אַלט.

vi. דער קאָפּף ביי איינעם קינד איזט — פֿערגלייכט מיט דעם קערפּער זעהר גרויס. צום ביישפּיעל, אין איינעם גרויסען מענשען איזט דער קאָפּף אונגעפֿעהר $\frac{1}{7}$ פֿון דעם גאַנצען געוואוקס פֿון מענשען, אָבער אין איינעם קינד איזט עס אַ $\frac{1}{4}$ פֿון גאַנצען קערפּער.



From Dr. Hutchison's "Diseases of Children." (By kind permission.)

(14) גרויסער בויך—אין ריקעטס (זעהן זייטע 50)

ביינער זיינען ביי זיי וויך אונד בויגען זיך לייכט; אונד פרויען וועלכע האָבען געליטען פון ריקעטס אַלס קינדער, האָבען מאַנכעס מאל שווע-ריגקייט ווען זיי געהען צו קינד, וויל צוליעב די ריקעטס זיינען זיי שמאָל אדער קרום געבויט. איהר וועט דאַריבער זעהן דאסס אויסער דעם וואס קינדער וועלכע האבען ריקעטס ליידען זעהר פון דעם ווען זיי זיינען יונג, מאכט נאך די ריקעטס דאס דיעזע קינדער זאללען מאנכעס מאל אויפוואקסען קרום אונד הייקערדיג. די צוויי צייכנונגען 15 אונד 16 צייגען די ביינער (סקעלעט) פון איין געזונדען מענשען אונד פון איין קאַליקע וועלכער האט געליטען פון ריקעטס. איהר וועט בעמערקען דאס דער קאָפּף

iii. זיי פאנגען אן שטעהן אונד געהן שפעט.

iv. דער קאפף, איבערהויפט דער שטערן, איזט גרויס אונד איזט מעהר קוואַדראַט אַלס רונדיג (פֿאָטאָגראַפֿיע 13).

From Dr. Hutchison's "Diseases of Children." (By kind permission.)

(13) איין קאָפף פֿון אַ פֿילאָזאָף.

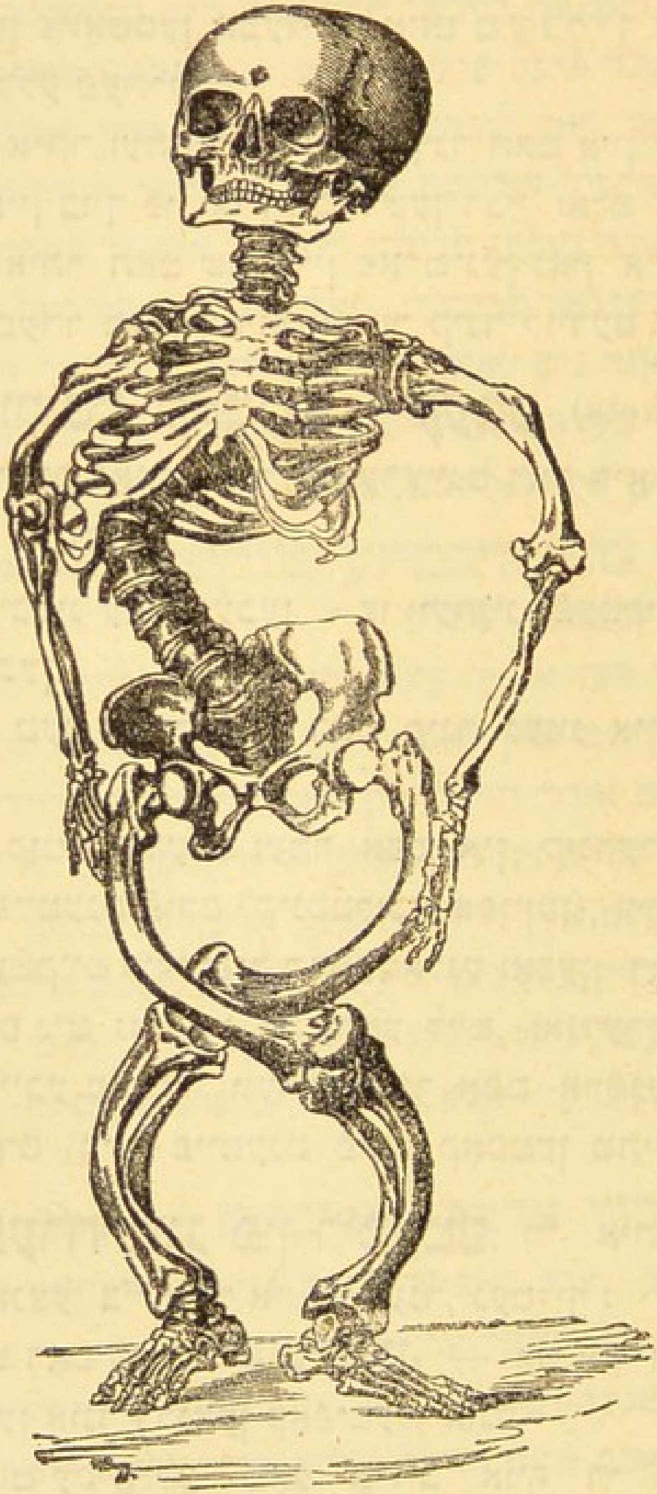
v. דער בויך איזט בײ זיי גרויס (פֿאָטאָגראַפֿיע 14).

איין אורזאַכע ווארום זיי האָבען גרויסע בייכער איזט, דאַס זאָלכע קינדער ליידען איממער פֿון קאַטאַר פֿון מאָגען אונד קישקעס, אונד דאַ־ריבער זיינען די געדערים אָנגעפּוישט מיט ווינד.

vi ווייטער ועט איהר בעמערקען דאַסס דאס קינד שוויצט פֿיעל אַרום קאָפף, אונד ווען עס שלאָפֿט וואַרפֿט עס אַראב פֿון זיך די בעטגעוואַנד מיט וועלכע עס איזט צוגעדעקט.

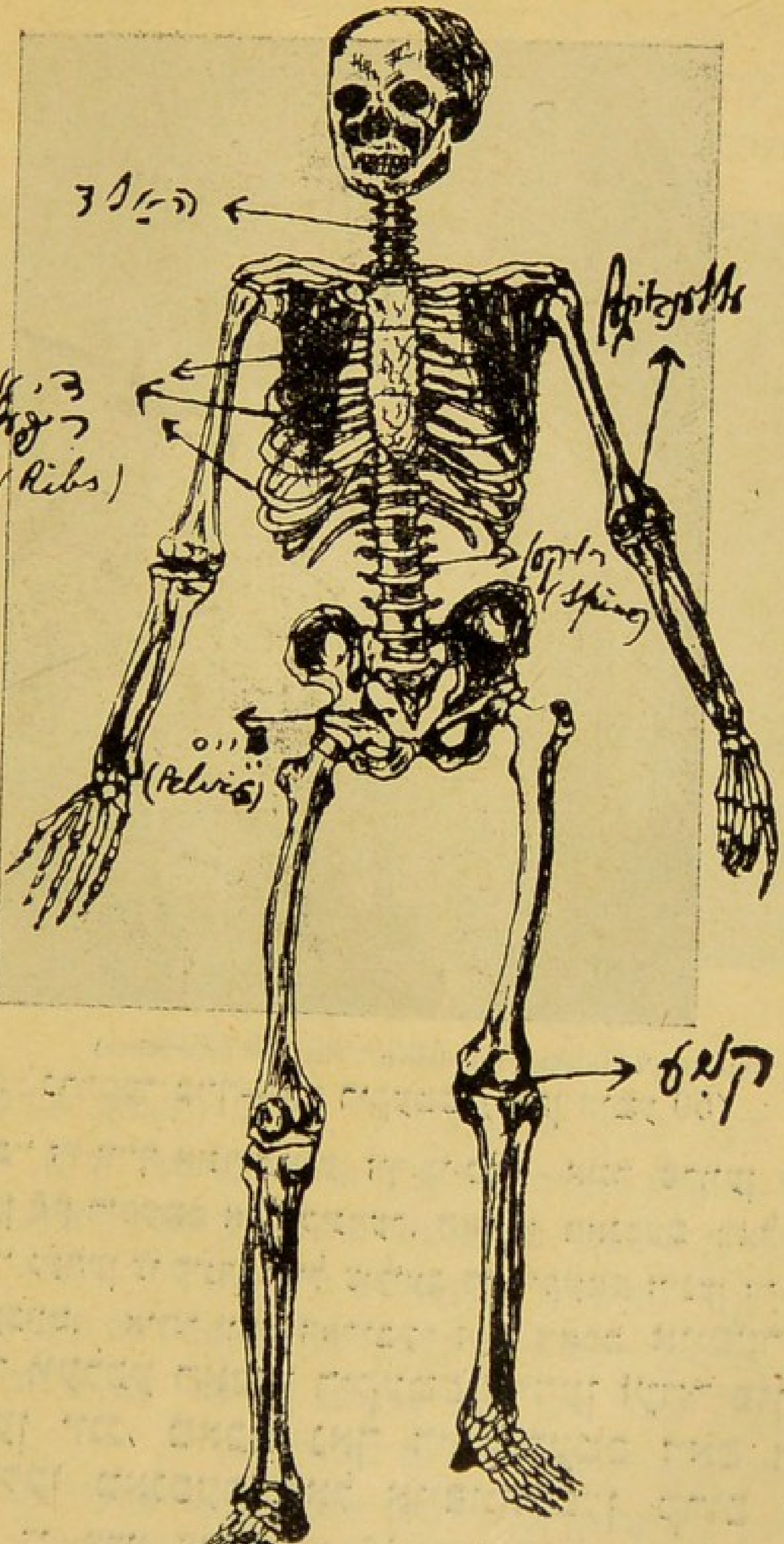
זאלכע קינדער קריעגען זעהר אפֿט קאַטאַר אדער ענטצינדונג פֿון די לונגען, מאגען אדער געדערם, — אונד קאנוואולסיעס.

ווען די קינדער וואַקסען אויף האָבען זיי אפֿט קרומע פֿיס, קרומע הענד, קרומע רוקענס (האָרבעס) אָדער אַללעס צוזאַממען, — וויל די



From Dr. Galabin's Midwifery. (By kind permission.)

(16) סקעלעט פֿון אַ קאַרליק, וועלכער
האט געליטען פֿון ריקעטס.



(15) סקעלעט פֿון אַ געזונדען מענשען.

מעהר פֿעטקייט, צום ביישפּיעל, סמעטענע אָדער פֿיש אויל, געלבענס פֿון גאַנץ פֿרישע אייער אָדער **וויראָל** (Virol), וועלכע בעשטעהט פֿון איינער פֿערבינדונג פֿון ביינער פֿעטקייט מיט געלבענס פֿון אייער, פֿיעל פֿרישע מילך אונד פֿיעל פֿרישע לופֿט. מאַנכעס מאָל וועט איהר פֿינדען דאָסס ווען זאָגאַר דאַס קינדס ביינער האָבען שוין אָנגעפֿאַנגען קרום צו ווערען, וועלען זיי זיך זעלבסט אויסגלייכען ווען איהר וועט איבערבייטען דאסס עססען אונד געבען פֿרישע לופֿט. אום צו פֿערהיטען אָבער די ביינער פֿון ווערען נאָך קרימער, טאָר מען איין זאָלכעס קינד ניט שטעלען אויף די פֿיסס אונד ניט לאָזען פֿויזען. ווען די ביינער זיינען זעהר קרום, ברויכט מען זיך בעראַטהען מיט איין דאָקטאָר, וועלכער וועט ראַטהען אָדער פֿערבינדען אין ספּלינטס, אָדער איינע אָפּעראַציאָן.

6 **נאָך צוויי וויכטיגע פּונקטען** האָב איך מיט אייך צו רעדען וועגען ריקעטס, נעמליך:

i. דאסס ווען אייער קינד ווערט זעהר לייכט פֿערקיהלט אָדער קריעגט זעהר לייכט איין קאַטאַר פֿון מאָגען אונד קישקעס, אָדער קאָנוואולסיעס, זאָלט איהר חושד זיין דאָס אייער קינד ליידעט פֿון ריקעטס.

ii. איהר זאָלט זיך ניט לאָזען איינרעדען פֿון פֿרויען דאסס ווען אייער קינד קריעגט איין לויזען מאָגען, אָדער קרעמפּען, אָדער איין קאָנוואולסיע „זאָלל קיין בייז ניט זיין, דאס קינד מאַכט ציינער, אונד עס איזט דאַריבער ניט נעטהיג צו רופֿען איין האָקטאָר." מיט זאָ איין ראַטה שיקען זיי פֿיעל קינדער אוועק אויף יענער וועלט — פֿריהער אָדער שפּעטער.

7 **סקערווי אדער שארבאט** (Scurvy). וועגען דיעזער קראַנקהייט האָב איך מיט אייך ניט פֿיעל צו רעדען, ווייל גליקליכערווייזע איזט עס פֿיעל זעלטענער אַלס ריקעטס.

דיעזע קראַנקהייט טרעפֿט זיך מעהר ביי רייכע קינדער ווי ביי אַרמע. די אורזאַכע איזט, ווייל דיעזע קראַנקהייט קומט פֿון דעם אויפֿציעהען קינדער מיט פּייטענט פֿודס אַליין, אונד ווייל די פּייטענט פֿידס זיינען טייער דאַריבער קאָנען עס רייכע לייט מעהר פֿערמאָגען צו קויפֿען ווי אַרמע. די קראַנקהייט פֿאַנגט זיך אַם מייסטען אָן ווען דאס קינד

אין דעם סקעלעט מיט ריקעטס איזט גרויס אונד די ביינער זיינען קרום. געוועהנליך ניט אַללע וועלכע האָבען געליטען פֿון ריקעטס האבען אַלע דיזע פֿעהלערן צוזאַממען, אבער עס איזט מ ע ג ל י ך דאסס זיי זאללען האבען דיזע אַללע פֿעהלערן.

אַלזא ווען איהר זעהט דאס אייער קינד האט איין שטערן פֿון איין פֿילאָזאָף אונד איין בויך פֿון איין חסידישען רבי, זאלט איהר אייך ניט בעריהמען דאס איהר האט שוין איין פֿאַרטיגען גאון אין דער משפחה, עס איזט פֿיעל מעהר מעגליך דאס אייער קינד ליידעט פֿון ריקעטס.

4 **פֿון וואסס קאממט ריקעטס** (Rickets)? יעדער דאקטאָר איזט יעצט גאַנץ זיכער איבערצייגט דאס דיא ריקעטס קוממט פֿון צוויי זאַכען, נעמליך:

i. ניט ריכטיג עסען געבען – צו וועהניג פֿעטקייט אונד צופֿיעל קראָכמאַלנע זאַכען.

ii. ווען מען האלט ניט דאס קינד גענוג אין דער פֿרישער לופֿט.

דאריבער קומט ריקעטס זעהר אפֿט אין קינדער וועלכע ווערען ערנעהרט מיט פייטענט פֿודס (קינסטליכע שפייזען), ווייל דיזע שפייזען האָבען וועניג פֿעטקייט און צופֿיל קראכמאַלנע זאַכען. דאַריבער אויך עק-זיסטירט ריקעטס ניט נור ביי די אַרמע לייט, זאנדערן אויך ביי רייכע קינדער, ווייל רייכע קינדער ווערען זעהר אָפֿט אויפֿגעהאָדעוועט מיט די פייטענט פֿודס (ווייל פייטענט פֿודס קאָסטען טהייער).

5 **די פערהיטונג פֿון ריקעטס**, ווי איהר זעהט, איזט דאַריבער אין גאנצען ביי אייך אין די הענד, נעמליך:

i. גיעבט דאַס קינד גוּט עססען, — ווי איך האָב בעשריעבען אין דעם צווייטען אונד דריטען קאַפּיטעל, אונד

ii. נעהמט עס אַללע טאָג אַרוים אויף די פֿרישע לופט, איבערהויפּט ווען די זונן שיינט.

ווען דעם קינד ליידעט שוין פֿון ריקעטס, קאָנט איהר עס אויך לייכט אויסהיילען, ווען איהר וועט עס געבען וועניגער קראָכמאַלנע זאַכען אין

עס גיעבט נאָך פערשיעדענע סימפטאָמען אין סקערווי וועלכע מוזען בעהאַנדעלט ווערען פון איין דאָקטאָר.

9 איהר וועט פֿיללייכט ניט אימטער קאָנען דערקאָנען צו איין קינד ליידעט פֿון סקערווי צו ניט, אונד דאַריבער וואָלט איך אייך גע־ראַטהען דאסס ווען איהר זעהט דאַס אייער קינד, פון 7 אָדער 8 מאָנאַט, שרייט זעהר ווען איהר ריהרט זיך אָן איהם אָן, אונד קאָן זיך ניט שטעללען אויף די פֿיסס, זאָלט איהר חושד זיין סקערווי אונד רופֿען איין דאָקטאָר.

ז׳

זיעבעטעס קאפיטעל.

קינדערשע קראנקהייטען וועלכע האבען ניט צו טהון מיט דעם עססען.

קראנקהייטען פון וועלכע קינדער ליידען דיא ערשטע עטליכע טעג.

1 **בלוטונג פון אפּעל שנור.** דאָס טרעפֿט זיך ווען דער דאָקטאָר, אָדער די העבאַמע האָט דעם אָפּעל ניט ריכטיג פֿער־בונדען, נעמליך, אָדער זיי האָבען עס פֿערבונדען צו שטאַרק אונד זאָ איבערגעריססען די אָדערען, אָדער זיי האָבען ניט שטאַרק גענוג פֿערבונדען. — אום צו סטאָפּען די בלוטיגונג, ברויכט מען דען אָפּעל נאָך איין מאָל פֿערבינדען מיט עטליכע שטיקלעך פֿאָדעם איין ½ אינטש

פֿאַנגט אָן מאכען די ערשטע ציינער, דאַס הייסט, ווען עס איזט אונגע-פֿעהר 8 אָדער 9 מאָנאַט אַלט. דאָס קינד זעהט אויס מאַנכעס מאָל זעהר בלוט אַרם, אָבער זעהר אָפֿט זעהט עס אויס פֿאָלקאָם געזונד, נאָר גלייך ווי מען ריהרט זיך צו צו די פֿיסלעך פֿאַנגט עס אָן וויינען, ווייל עס טהוט זעהר וועה. צוליעב דער זעלבער אורזאַכע קאָן זיך דאס קינד אויף די פֿיסס ניט שטעללען. אויף די פֿיסס געפֿינען זיך מאַנכעס מאָל געשווילעכצען וועלכע זיינען ווייכלעך אונד טהוען שרעקליך וועה ווען מען ריהרט זיך אָן זיי אָן. די געשווילעכצען בעשטעהען פֿון בלוט צווישען ביין אונד די פֿלייש פֿון פֿוסס. די יאסלעס זיינען רויה אונד געשוואָלען און זעהן אויס זעהר רויט — זאָ ווי בלוט ליעגט אונטער זיי. עס טרעפֿט מאַנכעס מאָל דאסס ביי דעם קינד געהט אָפֿט בלוט פֿון נאָז, אָדער דאסס דאַס קינד מאַכט וואַססער מיט בלוט.

8 איהר זעהט דאַריבער דאסס סקערווי איזט איינע קראַנקהייט אין וועלכע דאַס קינד בלוטיגט אין פֿערשיעדענע פלעצער - אין די ביינער, יאַסלעס, נאָז פענכער, א.ז.וו. — דיעזע קראַנקהייט טרעפֿט זיך ניעמאַלס אין קינדער וועלכע ווערען אויפֿגעהאָדעוועט מיט דער ברוסט, אָדער פֿרישע בהמה מילך, זאָנדערן עס קומט נאָר אין קינדער וועלכע מען האָט אויפֿגעבראַכט מיט פייטענט פֿודס.

די בעהאנדלונג — זאָ ווי מיט ריקעטס — ליעגט דאַריבער ביי אייך אין די הענד. איהר קאָנט פערהיטען דאס קינד פֿון סקערווי ווען איהר וועט עס ניט געבען פייטענט פֿודס אליין אָהנע פֿרישע מילך; אונד ווען דאָס קינד ליידעט שוין פֿון די סקערווי, מוזט איהר די ערשטע זאַך באַלד אויפֿהערען געבען די פייטענט פֿודס אונד געבען דאַס קינד פֿרישע, ניט געקאָכטע בהמה מילך. אויך ברויכט מען עס געבען די זאַפֿט פֿון פֿרישע פֿלייש [ווי צו מאַכען פֿלייש זאַפֿט וועל איך בע-שרייבען אין לעצטען קאַפיטעל], אונד איינינע טעה לעפֿעל אַ טאָג פֿון די זאַפֿט פֿון איין אָראַנדזש (אַפעלסין) אָדער פון וויינטרויבען. וויטער ברויכט איהר נאָך געבען געבאַקטע קאַרטאָפעל מיט מילך. ווען איהר וועט דאס טהון וועט איהר געפינען דאסס דאָס קינד וועט ווערען באַלד בעססער.

ניט בעססער פֿון זאָ איינער בעהאַנדלונג אין איניגע טעג, ברויכט מען רופֿען איין דאקטאר.

6 **ענטצינדונג פון די אויגען.** דאס איזט זעהר א סער-יאָזנע געשיכטע ביי קינדער אונד איזט פֿעראַנטוואָרטליך פֿיר 80 פראָ-צענט בלינדע מענשען. עס איזט דאַריבער העכסטענס נעטהיג פֿיר אייך באַלד ווי איהר בעמערקט עס, גלייך איין דאָקטאָר רופֿען. די סמנים אונד די וויכטיגקייט דאַפֿאָן האָב איך שוין בעשריעבען אין ערשטען קאַפּיטעל, נאָר ווייל עס איזט זאָ וויכטיג ניט צו פֿערלאָזען דאס, ברויך איך אייך נאָך איין מאָל אויפֿמערקזאַם מאַכען דאס פֿיעלע קינדער ווערען פֿאָלקאָם בלינד, אָדער קריעגען איין געהיערען אָנצינדונג פֿון וועלכע זיי שטארבען, ווען מען פֿערלאָזט דאס. וואַס איהר האָט צו טהון מיט דער בעהאַנדלונג פֿון דיעזער קראַנקהייט, איזט צו פֿערהיטען דאס קינדס אויגען פֿון דער שיין, אונד גוט אַרומוואַשען די מאַטעריע מיט אַ ביססעל באָר וואַססער, אונד טהון וואס דער דאָקטאָר וועט אייך הייסען.

איהר מוזט אויך פֿאָרזיכטיג זיין ניט אָנריהרען די מאַטעריע אונד גלייך נאכדעם אָנריהרען אייערע אויגען, זאָנסט קאָנט איהר זעלבסט איינע עהנליכע אויגען ענטצינדונג קריעגען. איהר מוזט דאַריבער די שטיקלעך וואַטע מיט וועלכע איהר ווישט די אויגען אַרום, גלייך פֿער-ברעננען אונד אייערע הענד גוט אַרומוואַשען מיט הייסע וואַסער, אָדער קאַרבאָל וואַססער מיט זייף.

7 **געלזוכט.** קינדער ליידען זעהר אָפֿט פֿון געלזוכט די ער-שטע עטליכע טעג. די הויט איזט געלב, דאס וואַססער איזט ברוין און פֿערפלעקט די נעפּקינס. די גרעסטע צאָהל פֿון זאָלכע פֿעללען זיינען ניט סעריאָזנע, אונד די געלזוכט ווערט פֿערשוואונדען אין עטליכע טעג (אַם מייסטען ביז דען 10-טען טאָג), אונד מען ברויכט דאַריבער דאַצו גאָר ניט טהון. ווען אָבער דאס קינדס אויגען זיינען אויך געלב, אונד דער שטולגאַנג איזט ווייס, אונד דאָס קינד זעהט אויס זעהר קראַנק, דאַן איזט די קראַנקהייט שרעקליך געפֿעהרליך אונד מען ברויכט באַלד

נעהנטער צום קערפער ווי דער ערשטער קניפעל, אונד מען ברויכט זיין פאָרזיכטיג דאסס מען פערבינט עס ניט צוא שטאַרק אונד אויך ניט צו לייז.

2 **פערפוילונג פון אפעל.** דאס טרעפט זיך זעלטען ווען דער אָפעל שנור פאַלט אַרונטער, דאָס הייסט, אונגעפעהר דען 8-טען אָדער 9-טען טאָג נאך דעם געבויירען. דער אָפעל זעהט אויס אַ ביסעל געשוואָלען אונד איזט נאַסס. ווען דיעזעס איזט געשעהן מוז מען זיך בעראַטהען מיט איין דאָקטאָר; אבער ביז דער דאָקטאָר קוממט ברויכט מען עס אַרומבינדען מיט אַ ביססעל באָר פולווער אָדער צינק זאַלבע. ווען מען בעהאַנדעלט דיעזע געשיכטע ניט ריכטיג קאָן דאס קינד קריעגען אַ רויז אויף דעם בויך.

3 **בלוטיגונג פון דעם אפעל, נאכדעם ווען דער אפעל שנור איזט שוין ארונטערגעפאללען.** אין זאָלכע פעללען מוז מען גלייך שיקען נאך איין דאָקטאָר, אָבער ביז דער דאקטאר קוממט ברויכט מען צודריקען, וואו עס בלוטיגט, מיט דעם פינגער.

4 **איין אפעל ברוך.** עס טרעפט זיך אַ מאָל דאסס די געדערם סטאַרטשען אַרויס פון אָפעל. דאס איזט זעהר אָפט קיינעמס שולד ניט, אונד עס האָט ניט צו טהון מיט דעם פערבינדען דען אָפעל שנור ווען איהר געפינט, דאסס ווען דאָס קינד וויינט ווערט דער אָפעל גרעססער, מוזט איהר אַרומבינדען דעם בויך מיט איין באַנדאַזש אונד זיך בעראַטהען מיט אַ דאקטאר.

5 **געשוואָלענע הארטע בריסט.** דאס טרעפט זיך זעהר אָפט ביי קינדער די ערשטע עטליכע טעג, אונד איזט זעהר זעל טען סעריאָזנע, סיידען איהר וועט זיך לאָזען איינרעדען פון וויבער דאס איהר ברויכט די בריסט רייבען אונד דריקען. ווען איהר וועט דיעזעס טהון, וועלען די בריסט זיכער ענטצינדעט ווערען, אונד עס וועט ווערען אין זיי געשווירען. די ריכטיגע בעהאנדלונג איזט זיי גוט אַרומוויקלען מיט שטיקלעך וואַטע, אונד לאָזען זיי צו רוהע. אויב די בריסט ווערען

סען צום מויל מיט איין דינער הייפעלע. דאַס איזט זעהר זעלטען סעריאָזנע, נור ווען דער צונג איזט זאָ צוגעוואַקסען דאסס דאָס קינד קאָן איהם ניט אַרויסשטעקען איבער די ליפען, דאַן קאָן דאס קינד ריכ־טיג ניט זויגען אונד ווען דאַס קינד ווערט ווערען עלטער ווערט עס האָבען אַ שווערינקייט צו רעדען גאַנץ שאַרף, אונד דאַריבער איזט עס נעטהיג אריינרופען איין דאָקטאָר ער זאָל די הייטעלע דורכשניידען. ווען אָבער דאס קינד קאָן אַרויסשטעקען דעם צונג איבער די ליפען, דאַן ברויכט מען גאָר ניט טהון.

12 **ברית מילה.** „די מצוה פון מילה איזט איינע פון די מצות וועלכע די אידען האָבען אָנגענוממען מיט שמחה אונד ערפיללען מיט שמחה.” אַזוי זאָגט רבי שמעון בן אליעזר אין דער גמרא שבת. איך שטיממע דאַמיט פאָלקאָם איין. אין מיינער מיינונג, איזט די מצוה פון מילה איינע פון די קליגסטע אונד בעסטע — אויב ניט ווירקליך די בעסטע — פון די תרי"ג מצות פון איין היגיעניש ען אונד מאָראַלישען שטאַנדפונקט. וואָרום דאס איזט זאָ ברויך איך היער ניט צו בעשריי־בען, נור אייך ווערט פיללייכט אינטערעסירען צו וויססען דאסס פיעלע קריסטליכע קינדער גאַנץ קליינע אָדער גאַנץ גרויסע — פאַללען מאַנכעס מאָל אַריין צו איין חירורג אין די הענד, בעשניטען צו ווערען, אום צו אויסהיילען פערשיעדענע קראַנקהייטען.* געוועהנליך פערהיט די בעשניידונג פון זאָלכע קראַנקהייטען מיט איינינע יאָהר צוריק האָט איין ענגלישער חירורג געשריעבען איין אַרטיקעל אין איין ענגלישען מעדיצינישען זשורנאַל (The Lancet) אונד אין יוני 1907 האָט נאָך איין זעהר גרויסער חירורג געשריעבען איין אַרטיקעל אין "The British Medical Journal" אין וועלכע זיי רעקאָממענדירען שטאַרק — פון איין מעדיצינישען שטאַנדפונקט — דאסס אַללע קריסטליכע קינדער זאָללען בעשניטען ווערען. צו איהר זייט רעליגיעז צו ניט האַרט מיר זעהר וועניג, איך פרעדיג יעצט ניט צו אייך ווי איין רב, זאָנדערן איך דערצעהל אייך אַלס דאָקטאָר וואָס עס איזט בעססער פיר אייער קינד. עס מאַכט מיר

---

* איך האָב מיט אַ קורצע צייט צוריק מל געוועזען איין געזונדען ענגלישען יונגע, 9 יאָהר אַלט, ווייל די עלטערן — פרומע קריסטען — האָבען עס פערלאַנגט.

רופֿען איין דאָקטאָר. אום צו זיין אָבער גאַנץ זיכער, ראַטה איך אייך צו רופֿען איין דאָקטאָר ווען נאָר איהר זעהט דאסס דאַס קינד זעהט אוים געלב.

8 **דאס קינד קאן ניט זיין אפען.** (וועגען שטייפֿען מאָגען זעהן זייטען 35—37.) אויב אַ קינד קריעגט פלוצלונג אַ פֿערשטאָפּטען מאָגען, אָדער איזט אָפֿען מיט בלוט אָדער שליים אונד פאַנגט אָן ברעכען און ליידען פֿון וועהטאג אין בויך, מוז מען גלייך רופֿען אַ דאָקטאָר.

9 **דאס קינד קאן קיין וואססער מאכען.** עס טרעפֿט זיך מאַנכעס מאָל דאַסס דאס קינד קאָן ניט לאָזען וואססער אַ לאַנגע צייט נאַך דעם געבוירען. דאס קאָן געשעהן צוליעב פֿערשיעדענע אורזאַכען. זעהר אָפֿט איזט די אורזאַכע ניט קיין סעריאזנע, צום ביישפיעל, די ניערען ווערען אַ ביססעל געשוואלען מיט בלוט אונד ווען מען מאַכט דעם קינד איין הייסע באַד, אָדער מען לעגט צו הייסע קאָמפרעססען צום בויך מאַכט דאָס קינד באַלד וואַססער (וויל די הייססע קאָמפרעססען ציעהען אָב די בלוט פֿון די ניערען צו דער הויט). ווען אָבער דיעזע מיטטעלן העלפֿען ניט, דאַן ברויכט מען באַלד רופֿען איין דאָקטאָר, וועלכער קאָן פֿילליכט הייסען באלד בעשניידען דאָס קינד (אויב עס איזט איין יונגע), אָדער וועט אנווענדען אַנדערע מיטטעלן.

10 **צושפאלטענע ליפּ (א ליפּ ווי ביי א האז) און צושפאלטענער גומען.**

מאַנכעס מאָל ווערען קינדער געבוירען מיט זאָלכע פֿעהלערען און גלייך ווי די מוטטער בעמערקט עס מוז מען זיך בעראַטען מיט איין דאָקטאָר, וויל די בעהאַנדלונג דאַפֿון בעשטעהט אין איינער אָפּעראַציאָן. איין צושפּאָלטענע ליפּ געוועהנליך דערקאָנט מען גלייך, אָבער איין צושפּאָלטענעם גומען (אדער איין לאָך אין גוממען) ברויכט מען חושד זיין, אונד דאַריבער גלייך אַריין קוקען אין מויל, ווען דאָס קינד קאַן ניט זויגען.

11 **איין צונגעוואקסענער צינגעל.** עס טרעפֿט זיך מאנכעס מאָל דאסס דער אונטע־שטער זייט פֿון צונג איזט צונעוואַק־

זאָללען ניט זיין ערלויבט צו מאַכען די אָפּעראַציאָן [זאָ ווי צום ביישפּיעל העבאַמעס (אַקושערקעס) ברויכען האָבען איין דיפּלאָם]. איך וואַר איינינע מאָל גערופֿען צו סטאָפּען די בלוט נאך איין בעשניידונג, אונד אין אַללע וואַר די אָפּעראַציאָן געמאַכט פֿון מוהלים, וועלכע האָבען קיין דאָקטאָר גערופֿען ווען עס וואָר נויטווענדיג בעפֿאָר דער בע-שניידונג. די פֿאָרזיכטיגע מוהלים רופֿען איין דאקטאר בעפֿאר דער בעשניידונג, אום צו וויססען צו דאס קינד איזט שטאַרק גענוג צו אויס-האַלטען די אָפּעראַציאָן. ווען די אָפּעראַציאָן איזט ריכטיג געמאַכט אין געזונדע קינדער, דאַן ברויכט קיין קינד דאַפֿון שטאַרבען. די אורזאַכע וואָס קינדער שטאַרבען אַמאָל יא, איזט אָדער ווייל דער מוהל, אדער דאס מעססער אָדער דאס קינד איזט ניט ריין, אדער דאָס קינד איזט ניט פֿאָלקאָם געזונד, אדער דער מוהל איזט צו געהיילט אונד ניט גענוג פֿארזיכטיג.

גע̆וועהנליך ווען מען קאַן ערפֿאָדערן דאסס איין ערפֿאַהרענער דאקטאר זאלל מאַכען די אפעראַציאן, — איזט מען גאַנץ זיכער מיט דעם קינדס געזונד, לעבען אונד וואלטהעטיגקייט.

איין זאַך וועלכע איהר ברויכט ניט ערלויבען איזט, דאסס דער מוהל זאלל מאַכען מציצה מיט דעם מויל. דאס איזט זעהר שמוטציג אונד געפֿעהרליך פֿיר דאס קינד.

וואס איהר ברויכט צו טהון דעם קינד בעפֿאר דער אפעראציאן איזט גוט אַרומוואַשען דעם אונטערשטען טייל פֿון קערפּער מיט זייף און שוואַכע קאַרבאל וואַססער אונד אַרויפֿלעגען איין קאמפּרעסס פֿון קאַר-באל וואַססער צווישען די פֿיסס. אויך ברויכט איהר זעהן דאס מען שטעלט אַוועק איין שיססעל מיט קארבאל וואַססער בעפֿאר דעם מוהל, ער זאלל גוט איינוויקען זיינע הענד מיט דעם מוהל מעססער.

ניט אויס ווען די אָפּעראַציאָן ווערט געמאַכט צו ווען דאס קינד איזט איין וואָך אַלט אָדער איין מאָנאַט, אָדער איין יאָהר אַלט, זאָגאַר איך גלויב דאסס עס איזט בעססער וואָס אינגער דאַס קינד איזט. נאָר איך מוז אייך אָבער אָנזאָגען, דאס ווען א קינד ליידעט פון די קלענ־סטע קראנקהייט מוז מען דעם ברית אבלעגען ביז עס ווערט געזונד, אונד אויב דאס קינד ליידעט פון אַ סעריאָזנע קראַנקהייט — צום ביישפּיעל, העמאפיליא (דאס הייסט איינע קראַנקהייט פון וועלכע דאס קינד פאַנגט אָן בלוטיגען פון דער קלענסטער וואונד אונד עס איזט שווער צו סטאָפּען די בלוט) — דאָן טאָר מען דאס קינד גאָר ניט בע-שניידען, וייל עס וועט זיין אונמעגליך צו פערהאַלטען די בלוט.

[דער אידישער דין איזט, דאסס ווען צוויי קינדער פון דער זעלבער מוטער שטאַרבען פון מילה, דאן טאָר מען דאס דריטע קינד ניט מל זיין, — וייל וואַהרשיינליך איזט די פאַמיליע איינע העמאָפילישע.]

מיט $2\frac{1}{2}$ יאָהר צוריק האָב איך בעשריעבען איין מערקווירדיגען פאַלל אין איין ענגלישען מעדיצינישען זשורנאַל (The British Medical Journal, Feb. 1905) פון איין קינד וועלכעם האָט געבראָכען מיט בלוט ווען עס וואַר נאָר צוויי טאָג אַלט, אונד זאָגאַר דאס קינד איזט שוין יעצט מעהר ווי $2\frac{1}{2}$ יאָהר אַלט, לאָז איך נאָך אללעס ניט בעשניידען, וייל דאס קינד איזט נאָך צו בלוט אַרם.*

ווער עס זאָלל מאַכען די אָפּעראַציאָן, צו איין דאָקטאָר צו איין מוהל, מאַכט זעהר איין קליינען אונטערשיעד — ווען נור דער מוהל פערשטעהט ריכטיג וואַרום, אונד ווי, מען ברויכט די אָפּעראַציאָן חיר־ורגיש ריין אונד פאָרזיכטיג צו מאַכען, אונד ווען ער ווייס די געפאַהרען מיט זאָלכע אָפּעראַציעס אונד ווייס ריכטיג ווען איין דאָקטאָר אַריינצור־ופען בעפאָר אונד נאָך דער בעשניידונג. עס איזט דאַריבער נעטהיג דאסס אַללע מוהלים זאָללען האָבען איין דיפּלאָם, דאָס זיי האָבען אויס-געהאַלטען איין עקזאַמען בעפאָר אַ דאָקטאָר, דאס זיי ווייסען ווי און ווען די אָפּעראַציאָן צו מאַכען, אונד דאסס די וועלכע האָבען קיין דיפּלאָם

* זינד דאס אָבענגענאַנטע איזט געשריעבען געוואָרען, האָב איך שוין ערלויבט די בעשניידונג, וועלכע האָט שטאָטגעפונדען אַ קורצע צייט צוריק (אין יוני 1907).

די נערוועז סיסטעמע פֿון אַ מענשען קאָן מען פֿערגלייכען צו אַ טעלעגראַף סיסטעמע. — זא ווי אין איינעם טעלעגראַף געפינען זיך :—

i. דראָטען אויף וועלכע מען שיקט טעלעגראַממעס פֿון איין אַנדער פלאַטץ,

ii. איין קאַנטאָר מיט טעלעגראַפֿיסטען אונד אַפּאַראַטען וועלכע ערהאַלטען אונד שיקען אַוועק טעלעגראַממעס,

iii. דראָטען אויף וועלכע מען שיקט טעלעגראַממעס אויף איין אַנדער פלאַטץ, אונד

iv. איין הויפּט טעלעגראַף-מאַסטער וועלכער זעהט דאסס די אַנדערע טעלעגראַפֿיסטען זאָלען טהון זייער אַרבייט, אזוי בעשטעהט אויך די נערוועז סיסטעמע פֿון :

i. נערוועז וועלכע טראָגען פֿערשיעדענע מיטטיילונגען פֿון פֿערשיעדענע טיילען פֿון קערפּער צום

ii. רוקען מאַרך (חוט-השדרה) — וועלכען מען קאָן פֿערגלייכען צום קאַנטאָר מיט טעלעגראַפֿיסטען,

iii. נערוועז וועלכע נעהמען צוריק אַנטוואָרטען פֿון חוט-השדרה אונד

iv. דעם געהירן (מוח) — וועלכען מען קאָן פֿערגלייכען צום הויפּט טעלעגראַף-מאַסטער.

די ערשטע סאָרט נערוועז, נעמליך, די וואָס טראָגען מיטטיילונגען צום חוט-השדרה רופֿען זיך פֿיהלענדע נערוועז; די נערוועז וועלכע נעהמען צוריק אַנטוואָרט פֿון חוט-השדרה רופֿען זיך ריהרענדע נערוועז. ווען צום ביישפּיעל מען קיצעלט די פיאַטע, דאַן טראָגט איין פֿיהלענדער נערוו איינע טעלעגראַממע צום רוקען-מאַרך אונד דער רוקען-מאַרך שיקט צוריק אַנטוואָרט איבער איין ריהרענדען נערוו דאַסס די מוסקעלען זאָללען באַלד די פֿוס אָבציהען. זאָ איין אַקט רופֿט זיך: איין אבגעשיינטער אָדער רעפלעקס אקט (Reflex Act).

עס גיעבט פֿיעלע זאָלכע אָבגעשיינטע אַקטען אין דעם מענשענס קערפּער, אונד זייער צוועק איזט צוא בעשיטצען דען קערפּער

אכטעס קאפיטעל.

קראנקהייטען פון וועלכע קינדער ליידען די ערשטע עטליכע יאהר.

קאנוואולסיעס אדער קינדערשע זאכען (Convulsions).

1 די סמנים פון א קאנוואולסיע זיינען די פאלגענדע: דאס קינד פאנגט אן ציהען אונד ציטערן מיט די הענד אונד פיס, די פינגער ווערען איינגעבויגען אין די הויפען, די אויגען ווערען פערגלאצט, דאס געזיכט ווערט בלוי אונד פון מויל געהט שוים.

2 [אום צו פערשטעהן ריכטיג די בעהאנדלונג פון זא איינעם צופאלל, מוזט איהר וויססען ריכטיג די אורזאכען דאפאן. אונד צו פערשטעהן די אורזאכען, וועל איך מיט אייך ברויכען רעדען איניגע ווערטער אין פיזיאלאגיע.

יעדער מענש ווייס דאסס ווען מען ריהרט אן איינע הייסע זאך, חאפט מען גלייך צו די האנד, גאר אהנע דענקען דאפאן — די האנד חאפט זיך זעלבסט אב. אויך ווען מען קיצעלט די פיאטעס, חאפט מען צו די פיס, גאר ניט ווילענדיג, — זאגאר שלאפענדיגערהייט. ווארום איזט דאס אזוי? — די אורזאכע איזט די פאלגעגדע:

דער רוקען מאַרך דען מאָגען ער זאָל אָנפאַנגען אַרבייטען אונד ברעכען, אונד זאָ אויסרייניגען דען מאָגען. ווען אָבער דאס קינד איז שוואַך, צום ביישפּיעל צוליעב ריקעטס, און דער געהירן איזט דאַריבער אָבגע־שוואַכט אונד האָט ניט די ריכטיגע השגחה איבער דעם חוט־השדרה, דאן טרעפּט זיך דאַסס דער רוקען־מאַרך מאַכט איין אירטהום, אונד אָנשטאָט הייסען דען מאָגען אַרויסטרייבען די שטיקעל שפּייז הייסט ער, ניט ווילענדיג, די הענד, מיט די פּיס, מיט די אויגען א ז.וו. זיי זאָללען זיך אָנפאַנגען טרייסלען,—אונד דאס קינד קריעגט איינע קאָנוואולסיע.]

3 די אורזאכען פון קאנוואולסיעס. איהר וועט דאַריבער פּערשטעהן דאַסס אום איין קינד זאָלל קריגען איינע קאָנוואולסיע מוז ערשטענס דאס קינדס געהירן זיין אָבגעשוואַכט — ווי צום ביי־שפּיעל פון ריקעטס — אונד צווייטענס, מוזען פערשידענע פיהלענדע נערוועז צורייצט ווערען, ווי צום ביישפּיעל:

i. ווען דער מאָגען ווערט ביי זאָ אַ קינד פּערדאָרבען, אָדער

ii. עס מאַכט ציינער, אָדער

iii. ווען עס פאַנגט זיך אָן אַ היטץ־קרענק אָדער געהירן אָנצינ־דונג (זאָגאַר ביי געזונדע קינדער), אָדער

iv. ווען דאס קינד ליידעט פון לאַקסירען.

עס גיעבט נאָך אורזאַכען וועלכע זיינען ניט זאָ וויכטיג פיר אייך צו וויססען. וואָס איך וויל אייך אויפמערקזאַם מאַכען איזט דאָסס 80 פראצענט פון קאנוואולסיעס בייא קינדער קוממען פון מאגען אדער געדערם קראנקהייטען.

4 וואס צו טהון ווען איין קינד קריעגט איינע קאנוואולסיע? די ערשטע זאַך איזט, אָבשפּיעלען די קליידער אום דאָס קינד זאָלל קאָנען וואָס בעסער אַטהמען, אונד מאַכען איין וואַרמע באַד (טעמפּעראטור אונגעפעהר 100°) אונד גלייך רופען איין דאָקטאָר. דער דאָקטאָר וועט אויסגעפינען די אורזאַכע אונד וועט פערשרייבען די ריכטיגע בעהאַנדלונג. צום ביישפּיעל אויב ער וועט געפינען, דאַסס עס קוממט פון מאָגען, וועט ער פּיליייכט הייסען געבען איין אָבפיהר־ אָדער

פֿון שאַדען. ווען צום בייזשפּיעל, איין שטיקעל שפּייז געהט ניט דען
ריכטיגען וועג, אונד אָנשטאָט געהן אין שפּייז-קאַנאַל (ושט) פֿאַלט עס
אַריין אין לופֿט-קאַנאַל (קנה) דאַן זאָגען אָן די פֿיהלענדע נערווען פֿון
לופֿט-קאַנאַל דעם רוקען-מאַרך, וועלכער הייסט באַלד די ריהרענדע נער-
ווען פֿון לופֿט-קאַנאַל, דאסס דער מענש זאָל אָנפֿאַנגען הוסטען אונד זאָ
אַרויסטרייבען די שטיקעל שפּייז. די זעלבע געשיכטע טרעפֿט זיך ווען
עטוואַס פֿאַלט אַריין אין אויג אונד מען פֿאַנגט אָן פינטלען מיט די
ברעמען אַרויסצוטרייבען די שטיקעל שטויב, אָדער ווען עטוואַס פֿאַלט
אַריין אין נאָז אונד מען פֿאַנגט אָן צו ניססען אום דאס אַרויסצוטרייבען;
אונד אַזוי ווייטער.

עס וועט אייך פֿיללייכט אינטערעסירען צו וויססען, דאָסס דיעזע
אָבגעשיינטע אָדער רעפֿלעקס אַקטען ווערען ניט מאָמענטאַל אויסגע-
פֿילט, ווייל עס נעהמט איינע געוויססע צייט פֿיר איין נערוו שטראָם צו
לויפֿען איבער דען נערוו (די געשווינדקייט איזט אונגעפֿעהר 100 פֿוס א
סעקונדע). ווען איין קינד האַפּט אָן איין ברענענדיגע ליכט, דויערט עס
איינע געוויססע (זעהר קליינע) צייט ביז עס דערפֿיהלט, דאסס דער
פֿייער איזט הייס, אונד עס דויערט אויך איינע געוויססע צייט ביז די
אַנטוואָרט פֿון רוקען-מאַרך קומט איבער דען ריהרענדען נערוו, הייסען
די מוסקעלען זיי זאָללען די האַנד צונעהמען. ווען צום בייזשפּיעל, איין
קינד זאָלל האָבען זאָ איינע לאַנגע האַנד, דאסס עס וואָלט קאָנען דער-
לאַנגען די הייסע זונן, וואָלט דאס קינד — אויב עס וואָלט לעבען
מתושלח׳ס יאָהרען — ווערען 253 יאָהר אַלט ביז עס וואָלט זיך דער-
וויסען דאַס די האַנד האָט זיך פֿערברענט!

מיט דער געשווינדקייט פֿון נערוו-שטראָם אָבער האָבען מיר יעצט
זעהר ווענינ צו טהון. וואָס איהר ברויכט צו וויססען, אום צו פֿערשטעהן
קינדערשע קאָנוואולסיעס איזט, דאס זאָ ווי ווען די השגחה פֿון טעלעגראַף-
מאַסטער ווערט צוגענוממען, דאַן קאָן זיך טרעפֿען אירטומען אין די
טעלעגראַממעס, אַזוי איזט אויך ווען דער געהירן (מוח) אַרבייט ניט
ווי עס דאַרף זיין, קאָן זיך טרעפֿען פֿיעלע אירטומען ביי די נערווען. צום
בייזשפּיעל, ווען אַ ג ע ז ו נ ד ע ס קינד פֿערדאַרבט דען מאָגען, דאן הייסט

ii. **צו שטאַרקע וואַססער (אורינע).** דאָס קאָן מען דערקאָנען, ווען די וואַססער איזט זעהר רויט אונד האָט איין שטאַרקען גערוך.

בעהאנדלונג. די זעלבע ווי בעפאָר, נור אָנשטאָט בעהאַנדלען דאס לאַקסירען ברויכט מען געבען דעם קינד מעהר וואַססער צו טרינקען, אָדער מען ברויכט געבען די מילך צומישט מיט מעהר וואַססער.

iii. **פון ניט גוט ארומווישען צווישען די פיססלאך** ווען מען טאַשט דאָס קינד. — עס איזט דאַריבער זעהר נעטהיג גוט דאָרט אַרומווישען אונד בעשיטען מיט קראָכמאַל פולווער.

iv. **פון ניט האלטען דאס קינד פאלקאם ריין.**

די בעהאנדלונג דאַפאָן געוועהנליך בעשטעהט אין אָפּט איבערבייטען די נעפּקינס אום ניט צו ערלויבען דאַס קינד צו ליעגען נאַס.

7 איין קאטאר אין נאז, און קאטאר אויף די לונגען.

מען קאן פערהיטען איין קינד פון זיך לייכט פערקיהלען, ווען מען זאל דאס קינד ניט צוגעוועהנען האלטען צו ווארם, ווען מען זאלל עס אללע טאג ארויסטראגען אין די פרישע לופט, אונד ווען מען זאלל עס ניט ארויסנעהמען גלייך פון א הייסען צימער אויף די קאלטע לופט.

ווען דאָס קינד האָט זיך פּערקיהלט אונד פאַנגט אָן שנאָרכען מיט דעם נאָז, מוז מען האַלטען דאס קינד וואַרם אין בעט אין דער פרישער לופט אונד בעשמירען די נאָז־לעכער מיט אַ ביססעל בוים־אויל, אָדער וואַזעלין, אָדער באָר זאַלב, אונד איינרייבען די הערצעל פאָרענט אונד הינטען מיט קאַמפאָר אויל. אויך ברויכט מען געבען דעם קינד איין לעפעלע ריצען־אויל אָדער איין אַנדער עפנונג׳ס מיטטעל, ווי צום ביישפיעל איין עפנונג פוידער.

אויב דאס קינד פאנגט אויך אן הוסטען און קריגט היטץ, איזט איין סמן דאס דער קאַטאַר האָט זיך פערשפּרייט צו די לונגען, און דאַריבער ברויכט מען זיך בעראטען מיט א דאקטאר, ווייל ערשטענס קאָן דאָס זיין איין אָנפאַנג פון מאָזלען, אָדער איין אַנדער היטץ

ברעך-מיטטעל. אויב עס קוממט פֿון די ציין, וועט ער אויפֿשניידען די יאַסלעס, אָדער ער וועט אָנווענדען פֿיעלע אַנדערע מיטטעלן. **דיא הויפּט בעהאנדלונג וועט אבער בעשטעהן פון בעהאנדלען די ריקעטס** (ווי מיר האָבען שוין גוט אָרומגערעדט אין איין פֿאָריגען קאַפּיטעל), ווייל ווי מיר האָבען געזעהן, קאָן אַם מייסטען קיינע קאָנוואולסיעס פֿאָרקומען ווען דאָס קינד איז ניט אָבגעשוואַכט פֿון ריקעטס.

5 **איזט איינע קאנוואלסיע סעריאזנע?** די אַנטוואָרט איזט — **יא!** ווייל:

ערשטענס, ווען די קאָנוואולסיעס קוממען אַם ענדע פֿון איינע שווערע קראנקהייט ווי, צום ביישפּיעל, לאַקסירען, שטאַרבט דאס קינד מאַנכעס מאָל אין דער קאָנוואולסיע.

צווייטענס, ווען זאָגאַר, ווי אַם מייסטען פֿעללען, דאס קינד שטאַרבט ניט אין קאָנוואולסיע, צום ביישפּיעל, ווען די קינדערשע זאַכען קוממען פֿון איין איבערגעשטאָפּטען מאָגען, אָדער ציין מאַכען א.ז.וו., פֿון דעסטוועגען בלייבט דאס קינד, אין אַ גרויססען פּראָצענט פֿון די פֿעללען, מיט אייביגע שוואַכע נערוועז אָדער שוואַכע געהירן.

אלזא זעהט איהר נאך איין מאל ווי וויכטיג עס איזט פיר אייך צו פערהיטען, דאסס דאס קינד זאלל ניט ליידען פון ריקעטס.

6 **רויהע הויט.** זאָ איין צושטאַנד קוממט פֿון די פֿאָלגענדע אורזאַכען:

i. **זעהר שיטערער און זויערער שטולגאנג**, צום ביישפּיעל אין לאַקסירען.

בטהאנדלונג. — מען מוז ערשטענס האַלטען די הויט פֿאָלקאָם ריין אונד טרוקען, אונד מען מוז די נעפּקינס איבערבייטען באַלד ווי זיי ווערען נאַס. די רויהע הויט ברויכט מען בעשמיערען מיט באָר זאַלב, וועלכע וועט האַלטען די הויט ריין אונד וועט אויך ניט ערלויבען די נאַסקייט צוקוממען צו דער הויט. **די הויפּט בעהאנדלונג אָבער בעשטעהט אין אויסהיילען דאס לאקסירען.** וועגען דיזעס האָבען מיר שוין גערעדט אין איין פֿאָריגען קאַפּיטעל.

בעהאנדלונג: האַלט דאָס קינד אויפֿגעזעצט (ניט ליעגענדיג) אין בעט, אונד דריקט צו דעם איבערשטען טייל נאָז צווישען די אויגען, אָדער דעם אונטערשטען טייל נאָז, דאָס הייסט, נעבען די נאָזלעכער, אויף איניגע מינוט. אויב דאָס איזט ניט גענוג, ברויכט מען פֿערשטאָ- פען דען נאָז מיט אַ שטיקעל וואַטע, אונד צולעגען גאַנץ קאַלטע וואַסער (מיט אייז) צום שטערן אָדער צום נאַקען. אַ הייסע פֿוס-וואַנע מיט אַ ביססעל זענעפֿט (מאַסטאַרד) אונד אויפֿהייבען די הענד איבער דען קאָפּ זיינעך אויך מאַנכעס מאָל נוצבאר. אויב די אללע זאכען העלפען ניט מוז מען רופען א דאקטאר.

12 **פאקען שטעללען.** עס גיעבט יעצט זעהר וועניג דאָק- טאָרען וועלכע זיינען ניט איבערצייגט דאַסס פּאָקען שטעללען פֿאַרהיט פֿון דער שרעקליכער קרענק פּאָקען, אונד איך זאָג אייך אָן, דאָסס איהר זאָלט זיך ניט לאָזען איינרעדען פֿון געוויסע מענשען דאָסס פּאָקען שטע- לען איזט שעדליך פֿיר דאָס קינד. דאָס איזט גאַנץ פֿאַלש. — עס איזט איין בעוואוסטער פֿאַקט, דאַסס עפּידעמיעס פֿון פּאָקען טרעפֿען זיך פֿיעל וועניגער זינד מען האָט אָנגעפֿאַנגען פּאָקען צו שטעללען, אונד אין דייטשלאַנד אונד פֿראַנקרייך וואו נאָך דעם געזעץ מוז מען קינדער שטע- לען נאָך איין מאָל פּאָקען ווען זיי פֿאַנגען אָן געהן אין דער שולע, עקזיסטירט כמעט גאָרניט קיין פּאָקען, אונד זאָגאַר עס מאַכט זיך זעהר זעלטען, דאָסס מענשען, וועלכע מען האָט געשטעלט פּאָקען, ליידען אויך אַ מאָל פֿון פּאָקען, פֿון דעסטוועגען ליידען זיי אימּמער פֿון איין זעהר מילדער פֿאָרמע פֿון דער קראַנקהייט. אַלזאָ זאָלט איהר וויססען דאָסס פּאָקען שטעלען איזט איינע זעהר נעטהיגע אָפּעראַציאָן. — דער ענגלי- שער געזעץ פֿערלאַנגט, דאסס איהר זאָלט אייער קינד שטעלען פּאָקען בעפֿאָר עס איזט 6 מאָנאַט אַלט, סיידען דאַס קינד איזט ניט געזונד, אָדער האָט זיך געמישט מיט קינדער וועלכע ליידען פֿון אַנשטעקענדיגע קראַנקהייטען. די אורזאַכען וואַרום מען ברויכט שטעלען פּאָקען ווען דאַס קינד איזט זאָ יונג, זיינען ערשטענס, ווייל וואָס אינגער דאַס קינד איזט ליידעט עס אַללעס וועניגער שמערצען, ווען די פּאָקען נעהמען זיך אָן; צווייטענס קאָן איין זעהר קליינעס קינד ניט רייבען די פּאָקען אונד

קרענק, אונר צוויטענס, פֿון איין פֿערנאַכלעסיגטען לונגען קאַטאַר קומט איין לונגען אָנצינדונג, אונד מאַנכעס מאָל איין געשוויר אויף די לונגען.

8 אַ וויכטיגע זאַך פֿיר אייך צו געדענקען איזט, דאס ווען אַ קינד האָט איין קאַטאַר אין נאָז קאָן דאָס ניט ריכטיג זויגען, אונד דאַריבער ווען דער קאַטאַר פֿערלענגערט זיך קאָן נאָך דאָס קינד אָנפֿאַנגען דאַרען. וועגען דיעזעס האָב איך שוין גערעדט בעפֿאָר.

9 **דאס קינד האט איין הוסט.** איין הוסט ביי קינדער איזט ניט איממער איין סמן דאסס דאָס קינד האָט איין קאַטאַר אויף די לונגען, פֿאַרקערט, עס קומט מעהר אָפֿט פֿון האַלז ווי פֿון די לונגען. צום ביישפּיעל, ווען דאַס קינד ליידעט פֿון געשוואָלענע מאַנדלען אָדער פֿון געשווילאַכצען הינטער דעם נאָז, אָדער פֿון איין צו לאַנגען הינטער־שטען צינגעל, אָדער פֿון איין קאַטאַר אין האַלז. **איין דאקטאר וועט אייך זאגען פֿון וואס דער הוסט קומט, אונד וואס צו טהאן.** וועגען קייקעל־הוסט אונד קרופּ וועלען מיר שפּעטער רעדען.

10 **וועהטאג אין דיא אהרען.** — דאָס טרעפֿט זיך גאַנץ אָפֿט ביי קינדער. ווען איין קינד האָט זאָ איין וועהטאָג שרייט עס זעהר, ריכטיג ווי ווען עס האָט וועהטאָג אין בייכעל. אום צו וויססען דאסס דיעזעס איזט די אורזאַכע פֿון קינדס וויינען אונד ניט בויך־וועהטאג, קאָנט איהר אייך ערקונדיגען פֿון דעם פֿאַקט, דאַסס אין זאָלכע פֿעללען חאפּט זיך דאַס קינד איממער מיט די הענד ביי די אָהרען, אויך איז דער שטול־גאַנג נאָרמאַל.

בעהאנדלונג: לעגט אַריין אַ שטיקעלע וואַטע אַיינגעטונקט אין וואַרמע אויל, אונד לעגט צו אַ הייסען קאָמפּרעסס צום אָהר, אונד רופֿט איין דאָקטאָר. ווי צו מאַכען איין קאָמפּרעסס וועל איך בעשרייבען שפּעטער.

11 **בלוט פֿון נאז.** דאָס טרעפֿט זיך אָפֿט ביי קינדער אָדער פֿון איין קלאַפּ (צום ביישפּיעל, ווען דאָס קינד פֿאַלט אויף דעם נאָז), אָדער פֿון אַ קליינע וואונד אָדער קראַץ אין נאָז, אָדער פֿון געשווילאַכצען אין אָדער הינטער דעם נאָז, אָדער אין אַנדערע קראַנקהייטען, צום ביי־שפּיעל, העמאָפֿיליאַ (זייטע 62) אָדער סקערווי (זייטע 55).

ווען דאס קינד ווערט אונגעפעהר 10 יאָהר אַלט נאָך איין מאָל פאָקען שטעלען.

13 **ציינער שניידען.** מיר האָבען געזעהן (זייטע 48) דאָס די מילך-ציינער שניידען זיך ביי איין קינד פון 6 מאָנאַט ביז ווען עס איזט 2 אָדער 3 יאָהר אַלט. געוועהנליך אין די 2 אָדער 2½ יאָהרען מאַכען זיך ביי קינדער פיעלע קראַנקהייטען, אונד מאַנכע פּרוּוען וועלען אייך איינרעדען, דאָס דיזע אַללע קראַנקהייטען קומען פון די ציינער. דאָס איזט איין גרויסער אירטהום. ווען דאָס קינד איזט נור איין שטאַרקעס קינד, ליידעט עס זעהר וועניג צוליעב די ציין.

14 ווי קאַן מען וויסען דאס ביי א קינד שניידעט זיך איין צאהן?

i. עס פאַנגט אָן אַם מייסטען רינען פון מויל.
ii. די יאַסלעס זיינען אַ ביססעלע געשוואָלען און הייס.
iii. דאָס קינד איזט ניט גאַנץ רוהיג, ווייל עס טהוט וועה דיא יאַסלעס.

אויב ביי דעם קינד פאַנגען זיך אָן שניידען די ערשטע ציין זעהר שפעט, צום ביישפיעל, נאָך דעם 10-טען מאָנאַט, איזט איין סמן דאסס דאָס קינד ליידעט פון ריקעטס.

15 וויא צו בעהאנדלען קינדער ווען זייא מאכען ציינער.

מען ברויכט זעהר גוט אַכטונג געבען אויף דעם עססען ווי איך האָב בעשריעבען; דאס קינד ברויכט זיין וואָס מעהרער אין דער פרישער לופט; אונד אויב דאס קינד שלאָפט ניט גוט, ברויכט מען עס מאַכען איין באד איידער עס געהט שלאָפען.

אום צו שטילען דען וועהטאג אין די יאַסלעס, ברויכט מען געבען דעם קינד אַ ביינענעס רינג צו בייסען, און אויב ווען דער צאָהן שניידט זיך איזט די יאַסלע זעהר געשוואָלען וועט דער דאָקטאָר פּי-לייכט געבען א שניט מיט אַ מעססער. אויב ביי דעם קינד רינט זעהר פיעל פון מויל ברויכט דאס קינד טראָגען א קליינעס גומענעס

צו רייצען זיי. איהר וועט פֿיליכט הערען פֿון פֿערשיעדענע מענשען דאס פֿון פּאָקען שטעלען קאָן אייער קינד אָנגעשטעקט ווערען מיט פֿער־שיעדענע קראַנקהייטען, ווי צום ביישפּיעל, שקראָפֿעל א.ז.וו. — דאָס איזט גאַנץ פֿאַלש, ווייל דער געזונד פֿערלאַנגט יעצט דאסס מען זאָלל ניט נעהמען די פּאָקען פֿון איין קינד אויף דאָס אַנדערע, זאָנדערן פֿיר יעדעס קינד פֿרישע קאַלב לימף צו בענוצען; אונד די לימף ווי עס ווערט יעצט צוגעגרייט ענטהאַלט אין זיך קיינע מיקראָבען פֿון קיינע קראַנק־הייט אויסער פֿון פּאָקען, אונד דאַריבער קאָן די לימף קיינע קראַנקהייט דעם קינד געבען; אונד ווען נור דער דאָקטאָר איזט פֿאָרזיכטיג, דאָס ער מאַכט די אָפּעראַציאָן מיט דער נעטהיגער ריינקייט, אונד איהר זייר פֿאָרזיכטיג דאסס איהר דעקט ניט אָב די פּאָקען אַליין, אָדער אַייב עס דעקט זיך יאַ אָב, גלייך בעשיטען מיט אַ ביסעל באָר פּולווער אונד צוריק צודעקען אונד פֿערבינדען, — דאַנן איזט קיין געפֿאַהר ראַבייא ניט פֿאַראָן.

אום דאָס פּאָקען שטעלען זאָלל פֿערהיטען דאַס קינד פֿון פּאָקען, איזט נעטהיג דאָס אַם ווענינגסטען צוויי פּאָקען זאָללען זיך צונעהמען, אונד זאָ ווי מען קאָן ניט זיין זיכער ווען מען מאַכט די אָפּעראַציאָן ווי פֿיעל עס ווערען זיך צונעהמען, ברויכט מען בעססער שטעלען 4 אונד ניט ווענינגער וויא 3. אויב צוויי נעהמען זיך ניט צו ברויכט מען באַלד שטעלען נאָך איין מאָל. די פּאָקען דאַרפֿען זיך האָבען גוט צוגע־נומען אין אַ וואָך נאָך דעם שטעלען.

ווען מען שטעלט אַ קינד פּאָקען 3 מאָל און עס נעהמט זיך ניט צו איזט עס איין סמן דאסס דאַס קינד ווערט פֿון פּאָקען ניט ליידען, אונד מען ברויכט דאַריבער נאָך אַ מאָל ניט שטעלען פּאָקען.

איך האָב געזאָגט דאסס ווען דאס קינד איזט קראַנק ברויכט מען די אָפּעראַציאָן אָבלעגען; ווען אָבער עס הערט זיך פּאָקען אין אייער געגענד ברויכט מען דאַס קינד פּאָקען שטעללען ווען עס איזט זאָגאַר עטוואָס קראַנק. — פּאָקען שטעלען פֿערהיטען פֿון ריכטיגע פּאָקען נאָר אויף איינגע יאָהר, און וואָס ווענינגער פּאָקען האָבען זיך צוגענומען, פֿער־היטען זיי אַללעס אויף איין קירצערער צייט. עס איזט דאַריבער בעסער

שפּאַרען, ברויכט מען געבען דעם קינד אַ שטיקעל האַרטע ברויט אונד וואַסער דערשלינגען, אום די זאַך אַראָבטרייבען אין מאָגען.—אויב דאָס אַללעס העלפֿט ניט, ברויכט מען רופֿען איין דאָקטאָר.

ווען דאס קינד דערשלינגט א שטעכעדיגע זאך, צום ביישפיעל, איין שפילקע, זאלט איהר קיין מיטטעל אליין ניט אנווענדען אונד רופען באלד איין דאקטאר. מאַנכעס מאָל אַבער טרעפֿט זיך דאָס זאָגאַר אין זאָלכע צופֿאַלען געהט נאַכהער די שפּילקע אַליין אַרויס ווען דאַס קינד איזט אָפֿען.

מיט 18 מאָנאַט צוריק האָט מען צו מיר געבראַכט איין קינד, $1\frac{1}{2}$ יאָהר אַלט, וועלכעס האָט שטאַרק געוויינט ווען עס האָט געברויכט זיין אָפֿען, אונד די מוטטער האָט מיר דערצעהלט דאָס מיט איינינע טעג פֿריהער האָט דאַס קינד דערשלונגען אַיין נאָדעל. ווען איך האָב מיין פֿינגער אַריינגעטהאָן פֿון הינטען האָב איך געפֿונען די נאָדעל שטעקענ-דיג אין דער אונטערשטער קישקע. ווען איך האָב די נאָדעל אַרויסגע-נוממען, האָט דאַס קינד אויפֿגעהערט וויינען אונד וואַר אָפֿען אָהנע וועהטאג.

אויך ווען דאס קינד ווערט בלוי אין געזיכט און פאנגט אן הוסטען שטארק, דאן איזט עס איין סמן דאס די זאך איזט אריינגעגאנגען אין לופט קאנאל אונד מען מוז דאריי-בער שנעלל רופען א דאקטאר.

3 **פערשידענע זאכען אין אהר.** אויב די זאַך איזט האַרט, צום ביישפּיעל, איין קנעפּעל, אָדער איין גלעזערנע פּאַצערקע, דאַן קאָנט איהר פּרובירען אויסשפּריצען דעם אָהר מיט וואַרמע וואַסער. אויב אבער די זאך איזט זאלכע וועלכע ווערט געשוואלען ווען עס קומט צוזאממען מיט וואססער, ווי צום ביישפיעל, איין ארבעס אדער איין באבענע א.ז.וו., דאן טארט איהר קיינע וואססער בענוצען, זאנדערן איהר מוזט גלייך רופען א דאקטאר.

מאַנכעס מאָל פֿליהט איין פֿליעג אַריין אין אָהר, אונד דאַן איזט דער בעסטער פּלאַן אַריינגיסען אין אָהר אַ ביססעלע וואַרמע אויל,

פַּאַרטוך (Bib). איהר זאלט קיין מאל ניט געבען אייער קינד די פערשיעדענע רעקלאמירטע מעדיצינען אדער פּולווערס צוּ שטיללען דעם וועהטאג פון ציין שניידען. — זיי זיינען איממער זעהר געפעהרליך, ווייל זיי ענטהאלטען אין זיך סם (גיפט).

נײנטעס קאַפּיטעל.

פערשיעדענע סבות ביי קינדער.

1 **ווען איין קינד טהוט אריין עטוואס אין נאז,** צום ביישפּיעל, איין קנעפּעל, אָדער איין שטיינדעל א.ז.וו., ברויכט מען אַם מייסטען רוּפֿען איין דאָקטאָר. ווען אָבער די אַריינגעשפּאַרטע זאַך ליעגט ניט זעהר וויים איזט עס מאַנכעס מאָל מעגליך אַרויס-טרייבען דאָס, ווען מען פֿערמאַכט די אַנדערע נאָזלעכעל אונד מען הייסט דאַס קינד שטארק בלאָזען מיט דעם נאָז.

2 **ווען דאס קינד רערשלינגט פערשיעדענע זאכען** צום ביישפּיעל, מטבעות, קנעפּלעך א.ז.וו., אויב די זאַך בלייבט שטעהן אין האַלז, קאָן מען מאַנכעס מאָל אַרויסנעהמען, ווען מען זאָל אַריין טהאָן דעם גראָבען אונד דעם ערשטען פֿינגער ווי וויים מען קאָן אין האַלז. אויב מען קאָן ניט אַרויסנעהמען, קאָן מען עס מאַנכעס מאָל אַראָבשפּאַרען מיט דעם פֿינגער טיעפֿער אין מאָגען, אונד פֿון מאגען געהט עס נאַכהער אַליין אַרויס ווען דאַס קינד איזט אָפֿען. אויב מען קאָן דאָס מיט דעם פֿינגער ניט אַרויסנעהמען אונד ניט אַראָב

האַנד אויף דער אויבערשטער ברעם ניט ווייט פֿון שטערן אונד הויבט אויף די רעכטע האַנד מיט דער ברעם. די ברעם וועט זיך דאַן איבער־קעהרען אונד אויב דאָרט געפֿינט זיך איין שטיקעל שטויב אָדער עטוואָס אַנדערש, קאָן מען עס זעהר לייכט אַראָבנעהמען מיט איין ריינער טיכעלקע. — אום צוריקצוקעהרען דען ברעם, ברויכט מען אָנגעהמען די ברעם פֿאַר די האָר אונד גאַנץ פֿאָרזיכטיג עס אַ ציעה טהאָן אַרונטער.

6 פארברענט אדער אבגעפארעט.

דאס איזט איינע פון די גרעסטע אונד ערגסטע סבות וועלכע קאנען זיך טרעפען צו א קינד, וויל ווען דער בריה אָדער ברען איזט גרויס, זאָגאַר ניט טיעף, דאַן איזט עס אַם העכסטענס געפֿעהרליך, אונד ווען עס פֿאַרנעהמט אונגעפֿעהר איין דריטעל אָדער איין העלפֿט פֿון קערפער, שטאַרבט איממער דאָס קינד דאַפֿאָן. אַלזאָ איזט מיינע ערשטע אונד וויכטיגסטע פּפֿליכט אייך צו פֿערזאָגען דאס איהר ברויכט זיין שרעקליך פארזיכטיג צו פערהיטען דאס קינד פון זא א סבה:

i. איהר ברויכט זעהן דאס אייערע אויוועגס אונד פייער פּלייסעס זאָלען זיין גוט ארומגעצאמט מיט דראַט, ווען אין זיי ברענט איין פֿייער, אום דאס קינד זאָלל צום פֿייער ניט קענען צוקוממען.

ii. איהר זאָלט קיין מאָל ניט לאָזען קיין שוועבעלעך (מעטשעס) אין זאָ איין פּלאַטץ וואו איין קינד קאָן עס דערלאַנגען, אונד געוועהנליך זאָלט איהר קיין מאָל ניט לאזען א קינד זיך שפּיעלען מיט שוועבעלעך.

iii. איהר זאָלט קיין מאָל ניט לאזען א קינד אליין אין א צימער מיט א פאראפין לאמפ אדער ליכט אויף דעם טיש, וויל עס האָט זיך מאַנכעס מאָל געטראָפֿען דאָסס דאַס קינד האָט אַראָבגעשלעפּט די טישטוך מיט דעם לאָמפּ.

iv. איהר זאָלט ניט טראגען קיינע הייסע זודיגע וואסער פארביי א קינד.

דאַמיט ווערט די פֿליעג גע'הרג'עט אונד מען קאָן דאָס דאַריבער אויס־וואַשען מיט איין שפּריצער.

אין אללע זאלכע פעללען מוזט איהר זיין פארזיכטיג, ניט פּרובירען ארויסנעהמען די זאך מיט איין הארנאדעל, ווייל איהר וועט אים מייסטען פֿעללען פֿערשפּאַרען עס נאָך טיעפֿער אונד איהר קאָנט נאָך מאַנכעס מאָל צו רייסען די הייטעל(דען באַראַבאַן) פֿון אָהר.

4 עטוואס איזט אריינגעפאללען אין אויג, צום ביישפּיעל, איין שטיקעל שטויב. די שטיקעל שטויב קאָן אַריינפֿאַללען אין 3 פֿערשיעדענע פלעצער:

i. צווישען אונטערשטען ברעם אונד אויג.

ii. צווישען אויבערשטען ברעם אונד אויג.

iii. אויף דען אויג זעלבסט.

אויב איהר זעהט דאס די שטיקעל שטויב איזט אויף דעם אויג זעלבסט, דאן מוז מען גלייך רופען א דאקטאר.

אויב די שטויב איזט צווישען אונטערשטען ברעם אונד אויג, דאַן איזט עס זעהר לייכט אַרויסצונעהמען מיט איין ריינער טיכעלקע, ווען מען ציעהט אַרונטער די ברעם מיט דעם פֿינגער.

ווען אָבער איהר קאָנט ניט זעהן די שטויב ניט אויף דען אויג און ניט צווישען דען אונטערשטען ברעם אונד אויג, דאַן איז עס געוויס צווישען אויבערשטען ברעם און אויג, אונד אום אַרויסצונעהמען, מוז מען איבערקעהרען דען אויבערשטען ברעם. דאָס איזט זעהר לייכט איבערהויפּט ביי קינדער, אונד עס איזט ראַטהזאַם דאָס יעדע מוטטער זאָלל וויססען ווי דאָס צו טהאָן.

5 ווי צו איבערקעהרען די אויבערשטע ברעם:

נעהמט אָן די האָר פֿון דער אויבערשטער ברעם מיט דעם גראָבען אונד ערשטען פֿינגער פֿון דער רעכטער האַנד אונד ציעהט דען ברעם אַרונ־טער אונד אַ ביססעל צו אייך צו. ווען איהר האַלט די ברעם אין זאָ ציעהען, לעגט אַרויף דען שפּיץ פֿון ערשטען פֿינגער פֿון דער לינקער

איהר איהם געבען אַ ביסעל בראַנפֿען. צו דער זעלבער צייט אבער מוזט איהר גלייך שיקען נאך א דאקטאר.

iii. ווען דאָס קינד האָט נאָר געקראָגען איין זעהר קליינעם ברען אָדער בריה אויף דאס געזיכט אָדער אויף די הענד, דאַן איזט עס ניט סעריאָזנא, אונד וואָס איהר ברויכט צו טהון איזט צולעגען אַ ביסעל באָר זאַלב אונד אַרומבאַנדאַזשירען מיט איין שטיקעל וואַטע, אום צו פערדע-קען עס פֿון דער לופֿט.

צעהנטעס קאפיטעל.

קינדערשע אנשטעקענדע קראנקהייטען.

1 וואס הייסט איינע אנשטעקענדע קראנקהייט?

ווען אונזערע אויגען וואָלטען זעהן טויזענד מאָל אַזוי שטאַרק ווי די אויגען וועלכע מיר האָבען יעצט, דאַן וואָלטען מיר זעהן דאס די לופֿט וועלכע מיר אַטהמען, דאָס וואַססער וועלכע מיר טרינקען, די שפייז וועלכע מיר עססען אונד די קליידער וועלכע מיר טראָגען, זיינען פֿולל מיט טויזענדער מיליאָנען קליינינקע זאַכען פֿון פֿיעלע פֿערשיעדענע פֿאָרמען. **דיעזע קליינינקע זאכען** — וועלכע מיר קאָנען מיט אונ-זערע אויגען אַליין ניט זעהן, סיידען מיר זאָללען בענוצען זאָ איין שפּאַקטיוו אָדער זעהר שטאַרקע פֿערגרעססער גלאָז (מיקראָסקאָפּ) — **זיינען לעבענדיגע בעשעפֿניססען (פלאנצען) אונד רופען זיך מיקראבען.** דיעזע מיקראָבען, זאָגאַר זיי זיינען זאָ מערקווירדיג קליין, פֿון דעסטוועגען איזט זייער אַרבייט אונגעהייער גרויס אונד וויכטיג.

v. איהר זאָלט קיין מאָל ניט לאזען א קינד שטעהן נעבען אייך ווען איהר וואשט וועש, וויל עס האָט זיך מאַנכעס מאָל גע-טראָפֿען דאס איין קינד איזט אַריינגעפֿאַלען אין דעם צובער מיט הייסע וואַסער אונד האָט זיך אָבגעפארעט אויף טויט.

vi. אייער קינדס קליידער זאָלען ניט זיין פֿון פֿלאַנעלעט (זייטע7).

7 וואס צו טהון ווען זא איינע סבה טרעפט זיך?

אויב דאָס קינד האָט זיך אָבגעפאַרעט, אָבגעברענט אָדער אָבגעבריהט, ברויכט איהר וויססען וואָס צו טהון ביז איין דאָקטאָר קומט:

i. אויב דאס קינדס קליידער פאנגען אן ברענען, ברויכט איהר געדענקען, דאַס איהר מוזט דאס קינד גלייך אוועקלעגען אויף דער ערד, ארומוויקלען מיט איין זאק אדער א טישטוך, אונד זאָ פֿערלעשען דען פֿייער. ווען דאס קינד זאָלל לויפֿען מיט די ברענענדיגע קליידער וועט זיך דער פֿייער נאָך מעהר צו פֿאָכען פֿון ווינד אונד זיך פֿערגרעסערן. אויך אויב דאָס קינד שטעהט אָדער לויפֿט אונד איהר לעגט עס באַלד ניט אַניעדער אויף דער ערד, דאַן קאָן דער פֿייער ארויפֿקריכען צום האַלז אונד קאָפּף.

ii. אויב דאס קינד האט זיך אבגעבריהט, צום ביישפיעל ווען עס איזט אריינגעפאללען אין א צובער וואססער, ברויכט איהר גלייך דאַס קינד גאַנץ פֿאָרזיכטיג אויסטאָהן. אויב איהר קאָנט די זאַכען ניט אָבשפּיעלען געשווינד, מוזט איהר זיי פֿאָרזיכטיג צושניי-דען אויף שטיקער, אונד ווען זיי זיינען צוגעקלעפּט אין פֿערשיעדענע פלעטצער, טאָרט איהר ניט אָברייסען. איהר מוזט נאַכהער אַריינלעגען דאָס קינד אין איין וואַרמער באַר מיט סאָדע אויף איניגע מינוט, דאָס וועט העלפֿען צו שטיללען דען וועהטאג, וועט מאַכען לייכטער אַראָבצו-נעהמען די שטיקלעך קליידער וועלכע זיינען צוגעקלעפּט, אונד וועט עטוואָס אָבפֿרישען אונד אָבלעבען דאָס קינד. פֿון באַר ברויכט איהר עס איינוויקלען, אין איין טרוקענער ווייכער ליילאַך אונד אַריינלעגען אין בעט. די וואונדען מוז מען בעשמיערען מיט באָר זאַלב (Boracic Ointment) אונד איינבאַנדאַזשירען מיט וואַטע. איהר מוזט דאָס קינד האַלטען גוט וואַרם, אונד אויב די הענד אונד פֿיס וייַגען קאַלט מוזט

זאָנדערן דאָס קינדס קערפּער ברויכט זיין אין זאָ איינער לאַגע דאָס די מיקראָבען זאָללען דאָרט קאָנען וואַקסען. ווען דיעזע מיקראָבען קומען אַריין אין דער סיסטעמע, צום ביישפּיעל, דורך די לונגען מיט דער לופֿט, אָדער דען מאָגען מיט דעם עססען א.ז.וו., פֿאַנגט זיך אָן אַ מלחמה צווי-שען זיי אונד דעם בלוט, אונד זאָ ווי אין יעדער מלחמה אַזוי איזט אויך אין דיעזער — „כל דאלים גבר,"—ווער עס איזט שטאַרקער נעהמט איין. אויב דאָס קינד איזט ביים בעסטען געזונד, דאַן ווערען די מיקראָבען גע'הרג'ט אונד קאָנען קיין שאָדען טהון; ויען ניט, דאַן נעהמען די מיקראָבען איין, אונד פֿאַנגען אָן זיך ענטוויקלען. פֿערמעהרען אונד אַרויסגעבען פֿון זיך פֿערשיעדענע גיפֿטען (סמים), מיט וועלכע זיי פֿער-גיפֿטען דען קערפּער.

3 [איך ווערט פֿיליכט אינטערעסירען צו וויססען, דאָסס דיעזע מיקראָבען זיינען זאָ קליין דאַסס אין איין פּלאַטץ ניט גרעססער ווי איין קוואַדראַטנעם אינטש, קאָן מען זעהר לייכט אַוועקלעגען 400 מיליאָן פֿון זאָלכע בעשעפֿניססע, דאָס הייסט, 100 מאָל אַזוי פֿיעל ווי עס געפֿינט זיך אַיינוואָהנער אין גאַנץ לאָנדאָן. זיי זיינען אויך זעהר פֿרוכטבאַר: ווען זיי פֿאַנגען אָן זיך ענטוויק-לען דאַן צוטיילט זיך יעדער מיקראָב אויף צווייען, פֿון די צוויי ווערט פֿיער, פֿון די 4 ווערט זעהר שנעלל 8, א.ז.וו., און זיי פֿערמעהרען זיך זאָ געשווינד, דאָסס פֿון איין מיקראָב קאָן אין 24 שטונדען ווערען 17 מיליאָן מיקראבען, — דאס הייסט ווי פֿיעל עס וואָלט נעהמען אַ יאהר צו צעהלען טאג אונד נאַכט אהנע זיך אָב-צורוהען!]

400,000,000

מיקראָבען

אויף זאָ אַ פּלאַטץ.

4 ווען דיעזע מיקראבען קוממען אַריין אין מענשענס קערפּער געבען זיי ניט די קראַנקהייט די אייגענע מינוט — זאָ ווי ניט באַלד ווי מען פֿערזייעט אַ פּלאַנץ פֿאַנגט די פּלאַנץ אָן וואַקסען — עס דויערט אַ געוויססע צייט ביז די מיקראבען אדער די זוימען ענט-וויקלען זיך. די צייט פֿון דעם מאמענט וואס די מיקראבען זיינען

דיעזע מיקראָבען זיינען אונזערע ברויט געבער, ווייל הויוען וועלכע מען בענוצט אין באַקען ברויט בעשטעהט פֿון זעהר פֿיעל זאָלכע בעשעפֿניסע. אָהנע זיי וואָלטען מיר ניט האָבען קיין ווײן, בראַנפֿען אָדער ביער, אונד נאָך מעהר אָהנע דיעזע אונבעדייטענדע קליינינקייטען וואָלט די ערד ניט קאָנען אַרויסגעבען די פֿערשיעדענע סאָרטען תבואות און פֿלאַנצען! זאָגאַר אָבער דיעזע מיקראָבען זיינען אין זעהר פֿיעלע הינזיכטען אונזערע בעסטע פֿריינדע, פֿון דעסטוועגען געפֿינען זיך איינינגע סאָרטען צווישען זיי וועלכע זיינען אונזערע גרעסטע שונאים אונד, ווען נור זיי האָבען אַ געלעגענהייט, גרייפֿען זיי אונז אָן מיט פֿיעלע פֿערשיעדענע סאָרטען קראַנקהייטען. זאלכע קראנקהייטען וועלכע קוממען פֿון דיעזע שעדליכע מיקראבען, רופען זיך אנשטעקענדיגע קראנקהייטען, ווייל זיי שטעקען זיך אן פֿון איין מענשען אויף דעם צווייטען. עס גיעבט פֿיעלע זאָלכע אַנשטעקענדע קראַנקהייטען, ווי צום ביישפיעל, שווינדזוכט, טיפֿוס, דיפֿטעריט, א.ז.וו., אונד יעדע זאָלכע קראַנקהייט קוממט פֿון איין בעזונדער סאָרט מיקראָב; און זאָגאַר מען האָט נאָך ניט אויסגעפֿונען די מיקראָבען וועלכע זיינען פֿעראַנטוואָרטליך פֿיר די קראַנקהייטען מאָזלען, סקאַרלאַטינאַ, קאָקליוש (קייקעל הוסט), א.ז.וו., פֿון דעסטוועגען איזט מען זיכער — צוליעב פֿערשיעדענע אורזאכען — דאָס דיעזע קראַנקהייטען קוממען אויך פֿון מיקראָבען.

2 ווען איין קינד איזט אין בעסטען געזונד קריעגט עס ניט אַזוי לייכט איינע אַנשטעקענדע קראַנקהייט, ווי ווען עס איזט, צום ביישפיעל, עטוואָס צוגעקיהלט, אָדער ליידעט פֿון איין מאָגען קאַטאַר א.ז.וו., ווייל ביי שטאַרקע קינדער האָבען די מיקראָבען ניט אַזאַ שליטה ווי ביי שוואַכע קינדער, זאָ ווי ניט אימּמער ווען מען פֿערפֿלאַנצט איין פֿלאַנץ (וואַזאָנע) וואַקסט די פֿלאַנץ אויף. אום די פֿלאַנץ זאָל וואַקסען ברויכט מען ניט נור פֿערזייען די זאַממען, זאָנדערן די ערד מוז מען אָפֿט בעגיסען אונד עס מוז זיין אין איינע געוויסע וואַרמקייט. מיט די אַנשטעקענדיגע קראַנקהייטען איזט אויך אַזוי: אום זאָ איינע קראַנקהייט זאָלל זיך ענטוויקלען ברויכט מען האָבען ניט נור די זוימען, ד.ה. די מיקראָבען

iv. עס דויערט אַ געוויסע צייט (ענטוויקלונגס צייט) ביז זיי פֿאַנגען זיך אָן צו פֿערמעהרען.]

6 געוויססע אירטהומען וועלכע מענשען מאַכען וועגען אנשטעקענדיגע קראַנקהייטען:

i. עס גיעבט מענשען וועלכע דענקען דאסס ווי באַלד פֿיעלע האָבען זיך געמישט מיט זאָלכע קראַנקע קינדער אונד האָבען די קראַנק-הייט ניט געחאַפּט, דאַריבער איזט די קראַנקהייט ניט אַנשטעקענדיג און אַללע מעגען זיך מישען. דאָס איזט איין גרויסער אירטהום, ווי איך האָב געגעבען צו פֿערשטעהן אין § 2, ווייל ניט איממער האָבען די מיקראָבען איין שליטה אויף איין מענשען.

ii. עס גיעבט נאָך מעהר מענשען וועלכע דענקען דאָס קינדער מוזען האָבען זאָלכע אַנשטעקענדע קראַנקהייטען, ווי מאָזלען, סקאַרלאַ-טינאַ אונד קאָקליוש, אונד ווען איין קינד ווערט ביי זיי קראַנק מיט זאָל-כע קראַנקהייטען ברענגען זיי גלייך אַריין די אנדערע קינדער אין דאָס זעלבע צימער, אום זיי זאָללען זיך אָנשטעקען אונד איבער׳פּטר׳ן דאָס. דאָס איזט גאַנץ פֿאַלש, ווייל ניט נאָר קאָן איין קינד אויפֿוואַקסען אונד זיך אָבלעבען זיינע גאַנצע יאָהרען אָהנע צו לידען פֿון זאָלכע קראַנק-הייטען, זאָנדערן וואָס עלטער דאָס קינד ווערט, האָט עס אַללעס וועניגער געלעגענהייט צו קריעגען דיעזע קראַנקהייטען, אונד ווען זאָגאַר זיי שטעקען זיך יאָ אָן, איזט אין זיי די קראַנקהייט פֿיעל לייכטער אונד וועניגער געפֿעהרליך ווי אין אינגערע קינדער. צום ביישפּיעל, סטאַ-טיסטיקעס צייגען, דאָס מאָזלען טרעפֿט זיך 150 מאָל אַזוי אָפֿט אין קינדער אונטער 5 יאָהר אַלט ווי אין קינדער איבער 10 יאָהר אַלט, און דאס קינדער איבער 10 יאָהר אַלט ווען זיי קריעגען מאָזלען שטאַרבען זיי ניעמאַלס דאַפֿאָן, זאָגאַר אין קינדער פֿון אונטער 5 יאָהר ווען זיי קריעגען מאָזלען שטאַרבען פֿון זיי 85 פֿון טויזענד.

עס וועט אייך אויך אינטערעססירען צו וויססען דאָס פֿון מאָזלען אונד קאָקליוש שטארבען מעהר קינדער ווי פֿון אַללע אַנדערע אָנשטע-קענדיגע קראַנקהייטען.

אַריין אין קערפּער ביז די קראַנקהייט ווייזט זיך, רופט זיך דיא ענטוויקלונגס צייט (Incubation period) פון יענער קראַנקהייט.

יעדע אַנשטעקענדע קראַנקהייט האט אַ געשטעלטע ענטוויקלונגס צייט, צום ביישפּיעל, די ענטוויקלונגס צייט פיר מאָזלען איזט אונגעפעהר 2 וואכען, פון סקאַרלאַטינאַ אדער דיפטעריט — אַ וואָך, א.ז.וו. ווען דאַריבער איין קינד האט זיך געמישט מיט אַ פּאַציענט פון סקאַרלאַטינאַ קאַן עס דויערן אַ וואָך ביז דאס קינד וועט אנפאַנגען ליידען פון דיעזער קראַנקהייט. אויב נאך אַ וואָך צייט קריעגט דאס קינד קיינע סקאַרלאַטינאַ, דאַן איזט איין סמן דאסס דאַס קינד האט זיך דעם מאל ניט אנגעשטעקט.

5 [אין מיינע לעקציעס צו אַקושערקעס אונד נערסעס, צייג איך מיט געוויסע ערפאַהרונגען, וועלכע איך קאן היער עס ניט בע־שרייבען:

ערשטענס, דאס מיקראבען עקזיסטירען;

צווייטענס, דאס עס איזט מעגליך אויסצוגעפינען ווי פיעל מיקראבען עס געפינט זיך אין אַ געוויססער מאָס לופט;

דריטענס, דאס וואו עס געפינט זיך מעהר שטויב אדער שמוץ, געפינען זיך דארט אלץ מעהר מיקראבען, צום ביי־שפּיעל, אין אַ פינגערהוט שטויב קאָנען זיך געפינען 160 מילליאָן מיקראָבען, פיעלע פון וועלכע קאנען געבען שווינדזוכט, אדער דיפ־טעריט, אדער טיפוס א.ז.וו.;

פיערטענס, דאס די מיקראָבען האבען די פאָלגענדע אייגענ־שאַפטען:

i. עס גיעבט פון זיי פערשיעדענע סארטען.

ii. זיי קאנען וואקסען אונד זיך פערמעהרען זעהר געשווינד.

iii. זיי קאנען נור וואקסען און זיך פערמעהרען אונטער געוויסע בעדינגונגען — נעמליך, אין א געוויסער ווארמקייט, אין דער פינסטער, אונד ווען זייא האבען געוויסע סארטען שפּייז.

פֿון דער צווייטער וואָך, פֿון דעסטוועגען איזט עס נאך אַנשטעקענד ביז אַם ענדע פֿון 3 וואָכען אונד מאַנכעס מאָל נאָך לענגער.

ii. **סקארלאטינא.** דאָס קינד קריעגט היטץ, אונד ברעכט אונד פֿאַנגט זיך אָן בעקלאָגען פֿון וועהטאג אין האַלז. אויף דעם 2-טען טאָג פֿאַנגט זיך אָן אויסשיטען העל-רויטע פינטעלאך אויף דאָס קינדס קערפער. די פינטעלאך פֿאַנגען אָן אַוועקגעהן דען 5־טען טאָג, ווען די הויט פאַנגט זיך אָן שיילען, אונד דאַס קינד פֿיהלט זיך געזונד אַם ענ-דע פֿון דער יואך. דאָס קינד בלייבט אָבער אַנשטעקעדיג אויף ניט וועניגער ווי 6 וואָכען.

iii. **דיפטעריט אונד קרופ.** דאס קינד פֿיהלט זיך ניט גע־זונד אונד קריעגט אַ גרינליכע הייטעל אויף די מאַנדלען.* דאָס קינד בלייבט אַנשטעקענדיג אויף אונגעפֿעהר 6 וואָכען. ווען דאָס קינד קריעגט איין טרוקענעם הייזעריגען הוסט מיט דיפֿטעריט צייגט עס דאס די הייטעל האָט זיך פֿערשפרייט אויף דער לופֿט רעהרע — דאס רופֿט זיך קרופ.

iv. **קאקליוש** (קייקעל־הוסט), דער הוסט מיט דעם קרעה איזט גוט בעוואוסט. די קראַנקהייט דויערט אונגעפֿעהר דריא מאָנאט.

8 **צופאלליגע קראנקהייטען.** איהר ברויכט וויסען דאס אין דיזע אַלע פֿעללען זיינען די קראַנקהייטען זעלבסט ניט זאָ גע-פֿעהרליך ווי די קראַנקהייטען וועלכע פֿאַללען צו. צום ביישפיעל צו מאָזלען אונד קאָקליוש פֿאַללען זעהר אָפֿט צו געפֿעהרליכע לונגען קראַנקהייטען, צו סקאַרלאַטינא קאן צופֿאַללען ניערען קראַנקהייט, אונד אין דיפֿטעריט קאן זיך די הייטעל פֿערשפרייטען פֿון די מאַנדלען אויף דער לופֿט רעהר (קרופּ) אונד מאַכען זעהר שווער אָדער פֿילייכט אונ-מעגליך פֿיר דאָס קינד צו אַטהמען. אָהרען קראַנקהייטען קאננען

° אַ גרינע הייטעל אויף די מאַנדלען טרעפֿט זיך מאַנכעס מאָל אין אַ געוועהנ-ליכער פֿערקיהלונג, אונד עס איזט זעהר אָפֿט אונמעגליך זאָגאַר פֿיר אַ דאָקטאָר צו אונטערשיידען צווישען געוועהנליכע ערקעלטונג אונד דיפֿטעריט, אָהנע די הייטעל צו אונטערזוכען פֿיר די מיקראָבען פֿון דיפֿטעריט.

iii. זאָגאַר עס איזט גאַנץ ריכטיג דאָס קינדער ליידען אָם מייסטען ניט מעהר ווי איין מאָהל פֿון דער זעלבער אַנשטעקענדער קראַנקהייט, פֿון דעסטוועגען טרעפֿט זיך אָפֿט דאָס איין קינד ליידעט מעהר ווי איין מאָל פֿון זאָ איין קראַנקהייט ווי מאָזלען. [איך האָב זעלבסט בעהאַנ-דעלט איין קינד וועלכעס האָט געליטען פֿון מאָזלען 4 מאָל אין איין יאָהר!]

vi. ביי פֿיעלע פֿרויען איזט זיך איינגערעדט, דאס ווען איין קינד האָט איינע אַנשטעקענדע קראַנקהייט — איבערהויפט מאָזלען, — טאָר מען דאס קינד ניט נעצען, אונד דאַריבער ווערט דאס קינד שרעקליך שמוציג געהאַלטען. דאס איזט איין אירטהום. ריינקייט איזט איינע פֿון די וויכטיגסטע פונקטען אין דער בעהאַנדלונג פֿון אַנשטעקענדע קראַנקהייטען (זייטע 82 § 5). געוועהנליך מוז מען זיין פֿאָרזיכטיג ווען מען וואַשט דאס קינד, עס זאלל זיך ניט פֿער-קיהלען, דאס הייסט, אין ציממער זאלל זיין וואַרם אונד די טיהרען מיט די פֿענסטער זאללען זיין פֿערמאַכט, אונד נאָך דער באַד זאלל מען דאס קינד גוט איינוויקלען אין אַ וואַרמער באַד־לייילאַך.

v. מענשען דענקען, דאסס ווען מען שטעקט זיך אָן פֿון אַ מילדע פֿאָרמע פֿון די אַנשטעקענדע קראַנקהייטען, דאַן קריעגט מען אַ לייכטע קראַנקהייט. דאס איזט ניט ריכטיג. עס איזט מעג-ליך זיך אַנשטעקען מיט זעהר שווערע מאָזלען אדער דיפֿטעריט, צום ביישפיעל, פֿון גאַנץ לייכטע פֿעללען פֿון זאָלכע קראַנקהייטען.

7 די סימפטאמען פון די געוועהנליכע אנשטע־קעדיגע קראנקהייטען:

i. מאזלען. דאס קינד קריעגט היטץ, די אויגען ווערען רויט, עס פֿאַנגט אָן רינען פֿון נאָז אונד פֿון די אויגען, אונד דאס קינד פֿאַנגט אָן פֿילייכט ניססען אדער הוסטען. אויף דעם 4-טען טאג שיטען זיך אוים טונקעל רויטע פֿלעקען אויף דעם געזיכט אונד דעם גאַנצען קערפער. די פֿלעקען פֿאַנגען אָן פֿערשוואונדען צו ווערען דען 7-טען טאָג, און זאָגאַר דאָס קינד איזט וואַהרשיינליך געזונד אָם אַנפֿאַנג

זאַכען, אונד גלייך ווי מען קוממט אַרויס פֿון ציממער מוז מען גוט די הענד אונד געזיכט מיט וואַרמע וואַססער אונד קאַרבאָל זייף אָבוואַשען, אונד אויסשווענקען דען מויל מיט קאַרבאָל וואַססער (איין טייל קאַרבאָל אין הונדערט טייל וואַססער — גוט צומישט). אַללע שמוטץ פֿון פּאַ-ציענט, צום ביישפּיעל, פֿון נאָז, מויל, שטולגאַנג אונד אורין, מוז גלייך צומישט ווערען מיט שטאַרקע קאַרבאָל וואַססער אונד פֿערברענט ווערען אָדער אויסגעגאָססען ווערען אין וואַססער קלאָזעט. אַללעס וואָס ווערט בענוצט אין דעם קראַנקען ציממער טאָר ביי קיינעם אין הויז ניט בענוצט ווערען ביז עס איזט גוט דורכגעקאָכט.

אין סקארלאטינא, ווען די הויט פֿאַנגט זיך אָן שיילען, ברויכט מען בעשמיערען דען קערפּער מיט באָר זאַלב אום די שטיקלעך הויט, וועלכע זיינען זעהר אַנשטעקענד, זאָלען זיך ניט צושפּרייטען אין דער לופֿט.

אין מאזלען, ברויכט מען פֿערהיטען דאָס קינדס אויגען פֿון אַ שטאַרקער ליכט. דאַס ציממער זאָלל אָבער ניט געהאַלטען ווערען פֿינ-סטער, ווייל ווי מיר האָבען געזעהן (§ 5) האָבען די מיקראָבען די בעסטע געלעגענהייט צו וואַקסען אין דער פֿינסטער. מען ברויכט בעניצען שטיקלעך וואַטע אויף אָבווישען דען נאָז אונד די אויגען, אונד מען ברויכט די וואַטע באַלד פֿערברענען.

אין דיפטעריט ברויכט מען אַכטונג געבען צו דאַס קינד ווערט הייזעריג, פֿאַנגט אָן אַטהמען שווער אונד אויב די ליפּפּען ווערען בלוי, אונד גלייך זאָגען דעם דאָקטאָר (זעהן זייטע 91). איהר זאָלט דאָס קינד ניט לאָזען זיך אויפֿזעצען אין בעט ביז דער דאָקטאָר וועט דאָס ערלויבען.

ווען דאָס קינד ווערט געזונד אונד ניט מעהר אַנשטעקענד ברויכט מען איהם מאַכען אַ וואַרמע וואַנע אונד גוט אַרומוואַשען מיט קאַרבאָל זייף אונד אָנטהון ריינע, פֿרישע זאַכען, וועלכע זיינען ניעמאַלס אַריינגע-קוממען אין קראַנקען ציממער. ווען דאָס קינד פֿערלאָזט דאַס ציממער מוז מען דאַס ציממער אויסרויכערן.

11. ווי צו אויסרויכערן איין ציממער: פֿערמאַכט אַללע פֿענסטער אונד טיהרען, אונד פֿערקלעפּט אַללע לעכער אונד

צופֿאַללען אין די אַללע קראַנקהייטען אין וועלכע די האַלז איז ענצינדעט, נעמליך, מאָזלען, סקאַרלאַטינאַ אונד דיפֿטעריט.

9 **בעהאנדלונג פון אנשטעקענדע קראנקהייטען.** זאָ גלייך ווי איהר זייט חושד דאס איין קינד ליידעט פֿון איינער פֿון די אָבענגענאַנטע קראַנקהייטען, ברויכט איהר גלייך דאס קינד **אבשיידען פון אנדערע קינדער** אונד רופֿען איין דאָקטאָר.

דער דאקטאר וועט זעהן צו פֿערהיטען דאַס קינד פֿון צופֿאַללענדע קראַנקהייטען, אונד וועט אויך בעהאַנדלען די פֿערשיעדענע סימפּטאָמען, אונד אָנווענדען מיטטלען אום דאס קינד זאָלל וואָס וועניגער ליידען. **אייער פליכט איזט זעהן צו פערהיטען דאסס אנדערע קינ־דער זאללען זיך ניט אנשטעקען.**

משה רבנו וואַר דער ערשטער וועלכער האָט אַנערקענט, דאס ווען איין מענש ליידעט פֿון אַ קלעפּיקער קראַנקהייט מוז ער אָבגע-שיידעט ווערען — „מחוץ למחנה" אונד דאס אַללעס וואָס געהערט צום קראַנקען איזט אַנשטעקענד [ויקרא פ' תזריע ומצורע]. די ערשטע זאַך וואס איהר האָט צו טהון — ווי איך האָב שוין בעמערקט -- איזט אָב־צושיידען אין אַ בעזונדערן צימּמער דאס קראנקע קינד פֿון אַנדערע קינדער.

10 **דאס קראנקע צימּמער** ברויכט זיין אויף דען אוי-בערשטען עטאַזש, עס ברויכט זיין גרויס אונד לופֿטיג, אונד אויף דער טיהר ברויכט הענגען איין ליילאַך איינגעטונקט אין קאַרבאָל וואַסער. עס טאָר זיך דאָרט ניט געפֿינען קיינע איבעריגע מעבעל, פֿאָרהאנגען, קאַרפּעטס אדער אַנדערע זאַכען אויף וועלכע עס קלייבט זיך פֿיעל שטויב אונד וועלכע עס איזט שווער צו רייניגען. דאס צימּמער מוז געהאלטען ווערען פֿאָלקאָם ריין אונד **איין פענסטער מוז אימּמער זיין אפען** — ביי טאָג אונד ביי נאַכט. זאָלכע צאַצקעס און ביכלאַך מעגען זיך געפֿינען אין צימּמער וועלכע מען קאַן נאַכהער פֿערברענען. וואָס וועניגער מענשען זאָלען זיך געפֿינען אין צימּמער, אונד איידער זיי קוממען אַריין ברויכען זיי אָנטהון איין גרויסען פֿאַרטוך אָדער האַנדטוך, וועלכען מען ברויכט אויסקאָכען איידער מען בענוצט עס אויף אַנדערע

גלייך ווי איהר דערוויסט אייך פֿון דאָקטאָר דאַסס דאס קינד ליי־
דעט פֿון איין אַנשטעקענדע קראַנקהייט, טאָרט איהר דאס קינד ניט
אַרומטראָגען אין גאַס אָדער אַרומפֿיהרען אין איין אָמניבוס אדער באַהן,
אָדער אין אַנדערע פלעצער וואו מענשען געפֿינען זיך, זאָנסט קאָן אייך
די רעגירונג בּעשטראָפֿען מיט 5 פֿונט.

זאָ גלייך דאַריבער ווי איין דאָקטאָר זאָגט אייך דאָס אייער קינד
ליידעט פֿון איין אַנשטעקענדיגע קראַנקהייט, מוזט איהר באַלד דאָס
קינד אַהיים נעהמען. אויב איהר גלויבט ניט דען ערשטען דאָקטאָר
טאָרט איהר ניט נעהמען דאס קינד צו איין אַנדער דאָקטאָר (ווייל ווען
די רעגירונג וועט זיך דערוויסען וועט איהר זיכער בעשטראָפֿט ווערען
פֿאַר אַרומטראָגען איין קינד מיט איין אַנשטעקענדיגער קראַנקהייט),
זאָנדערן איהר מעגט רופֿען איין אַנדער דאָקטאָר צו אייך צו הויזע.

גלייך ווי איהר דערוויסט אייך דאס אייער קינד ליידעט פֿון איין
אַנשטעקענדיגער קראַנקהייט, מוזען אַללע אַנדערע קינדער אויפֿהערען
געהן אין שוהלע, ביז דער דאָקטאָר וועט זיי ערלויבען, דאָס הייסט, ביז
די ענטוויקלונגס צייט פֿון דיעזער קראַנקהייט איזט פֿאָראיבערגעגאַנגען,
ווייל זאָנסט קאָנען נאָך די קינדער טראָגען די קראַנקהייט צו אַנדערע
קינדער.

13 איניגע פונקטען וועגען געבען מעדיצין:

i. די מעדיצין מוז מען געבען רעגולאַר זאָ ווי דער דאָקטאָר
פֿערזאָגט.

ii. ביי נאכט אָבער, אָדער ווען איין קינד שלאָפֿט זאָגאַר ביי
טאָג, זאָל מען דאָס קינד ניט אויפֿוועקען אום צו געבען מעדיצין, סיידען
דער דאָקטאָר האָט אַנדערש אָנגעזאָגט.

iii. ווען אין איין באָטטעל מעדיצין געפֿינט זיך אַ געריכטע זאַך
וועלכע זעצט זיך אַראָב ווען די באָטעל בלייבט שטעהן, ברויכט מען
די באָטעל גוט שאָקלען איידער מען גיעבט די מעדיצין.

iv. עס איזט איממער זיכערער די לעצטע דאָזע פֿון באטעל ניט
צו געבען, ווייל עס איזט מאַנכעס מאָל זעהר פֿיעל שטאַרקער ווי די
אַנדערע דאָזען, איבערהויפט ווען עס געפֿינט זיך עטוואָס אין דער

שפּאַלטען פֿון צימּמער אונד פֿון די טיהרען אונד די קוימענס. נעהמט איין פֿונט שוועבעל אין אַ פֿענדעל אונד שטעלט אַרויף איבער איין צובער וואַססער, צינדעט אָן די שוועבעל אונד געהט אַרויס אונד פֿערשליסט אונד פֿערקלעפּט די טיהר. אין 8 אָדער 9 שטונדען צייט וועט זיך די שוועבעל אינגאַנצען אויסברענען, אונד דאַן ברויכט מען עפֿענען די טיהר מיט די פֿענסטער דער רויך זאָלל אַרויסגעהן. די פּאַפּיער פֿון די ווענט ברויכט מען אַרומרייסען אונד פֿערברענען, אונד די ווענט מיט דעם באַלקען מוז מען אָדער איבערקלעפּען, אָדער איבערקאַלכען, אָדער איבערפֿאַרבען. די פּאָדלאָגע, טיהרען אונד פֿענסטער אונד די מעבעל מוז מען נאַכהער גוט אַרומוואַשען מיט קאַרבאָל וואַססער אונד די בעט־געוואַנד ברויכט מען גוט אויסקאָכען, אָדער אויספּאַרען אין טרוקענע היטץ.

12 נאָך דעם ענגלישען געזעץ, ברויכט יעדער דאָקטאָר גלייך ווי ער דערוואוסט זיך פֿון געוויסע אַנשטעקענדיגע קראַנקהייטען (סקאַרלאַטינאַ, דיפֿטעריט א.ז.וו.) אָנזאָגען די רעגירונג אונד זיי שיקען באַלד איין אינספּעקטאָר נאָכזעהן צו איז מעגליך פֿיר דאָס קינד צו בלייבען צו הויזע. אויב, צום ביישפּיעל, דאס קינד קאָן ניט האָבען איין בעזונדער צימּמער פֿיר זיך זעלבסט, אָדער עס איזט אונמעגליך צו פֿערהיטען דאָס אַנדערע מענשען זאָללען זיך ניט מישען מיט דעם קראַנקען, דאַן קאָן דער אינספּעקטאָר צווינגען דאַסס דאס קינד זאָלל צוגענוממען ווערען אין איין ספּעציעלען האָספּיטאָל פֿיר אַנשטעקענדיגע קראַנקהייטען (פֿיבער האָספּיטאָל), וועלכער געפֿינט זיך אויסערן שטאָדט — „מחוץ למחנה.״ פֿיעלע מוטטערס וויללען זעהר ניט ליידען מען זאָלל זייער קינד צונעהמען אין איין פֿיבער האָספּיטאַל; מיין פּפֿליכט איזט אָבער אייך צו פֿערזיכערן, דאס דיזעס איז פֿיעל בעסער פֿיר דאָס קינד און פֿיר אייך, ווען נור איהר זייט ניט גענוג רייך צו האָבען איין בעזונדערן גרויסען צימּמער אונד דינגען איין ספּעציעלען מענשען אַכטונג צו געבען אויף דאָס קינד אונד האָבען דען דאָקטאָר אַם וועניגסטען איין מאָל אין טאָג.

מיט זענעפּט (איין לעפּעל זענעפּט אין אַ גלאָז וואַססער), קיצלען אין האַלז מיט אַ ווייכער פּעדער פּון אַ הון אָדער אַ גאַנז, [אָדער איינעם אָדער צוויי פּולווערס פּון 10 גראַן איפּעקאַקואַנאַ (Ipecacuanha) וועלכעס איהר ברויכט איממער האָבען צו הויזע], און אַרומלעגען הייסע קאָמפּרעססען אַרום האַלז אונד געבען דעם קינד וואַרמע פּייכטע לופט צו אַטהמען. דאָס קאָן מען לייכט טהאָן מיט די פּאַרע פּון איין קעססעל מיט איין גאַנץ לאַנגען נעזעל. מען מאַכט איין ביידעל פּון ליילאַכער איבער דאָס קינדס בעט אונד מען לאָזט די דאַמפּף פּון קעססעל אַריינגעהן אין ביידעל. אויב דאס קינד ווערט ארץ בלויער אין געזיכט

(17) ווי צו געבען דעם קינד וואַרמע פּייכטע לופט

און מען זעהט דאסס דאס קינד ווענדעט אָן די לעצטע קרעפטען אַריינצוציהען אַ ביסעל לופט נור עס קאָן נעבאך ניט, אונד איין דאקטאר איזט שווער צו קריעגען, דאַן ברויכט איהר טהאָן דאָס פּאָלגענדע, אָהנע זיך צו שרעקען טאָמער וועט איהר דאָס קינד פּערקיהלען: אריינלעגען דאס קינד אין א ווארמער באד (100° פאַרענהייט) אונד אבגיעססען מיט א שיססעל קאלטע וואססער. דאָס קינד וועט אָנפּאַנגען וויינען אונד זאָ אַריינציעהען איין טיעפּען אַטהעם. ווען מען זאָל דאס טהאָן איינינע מאָל אַ טאָג, וועט דאָס קינד מאַנכעס מאָל ווערען פּיעל פּרישער, די בלויקייט וועט אַוועקגעהן פּון געזיכט אונד דאָס קינד וועט אָפּט ווערען פּשוט פּון טוידט לעבעדיג.

באַטעל וועלכעס זעצט זיך אַראָב פֿון אונטען. מיר איזט ניט לאַנג צוריק פֿאָרגעקומען איין פֿאַלל וואו איין קינד איזט נור וואָס פֿערגיפֿטעט געוואָרען אויף טוידט פֿון דער לעצטער דאָזע מעדיצין.

וואס דאס קינד זאלל עססען וועט אייך דער דאָקטאָר אָנזאָגען, אָבער איבערהויפט ווען איין קינד האָט וואַרמקייט זאָלל דאס קיין זאַך געניססען אויסער מילך.

14 **קרופּ און פאלשע קרופּ.** מיר האָבען געזעהן (זייטע 85) דאסס אין דיפֿטעריט פֿערשפרייט זיך מאַנכעס מאָל די הייטעל פֿון די מאַנדלען אויף דער לופֿט רעהר, אונד דאַס קינד פֿאַנגט אָן הייזעריג ווע־רען, הוסטען מיט איין טרוקענעם קלינגעדיגען הוסט, אונד האָט שווי־ריגקייט דעם אַטהעם צו ציעהען. דיעזעס איזט דער ריכטיגער קרופּ אונד איזט זעהר סעריאָזנא.

עס מאַכט זיך אָבער מאַנכעס מאָל דאָס איין קינד וועלכעס וואַר פֿאָלקאָם געזונד איידער עס האָט זיך געלעגט שלאָפֿען, חאַפּט זיך אויף פלוצלונג אין מיטען נאַכט מיט איין הייזעריגען קלינגעדיגען הוסט, אונד גרויסע שוויריגקייט צו ציעהען דעם אַטהעם אונד דאס קינד זעהט אוים זעהר דערשראָקען. דיעזע סימפּטאָמען דויערן אונגעפֿעהר אַ פּאָר שטונדען אונד דאַן ווערט דאס קינד צוריק איינגעשלאָפֿען. נעכסטע נאַכט פֿילייכט טרעפֿט זיך די זעלבע געשיכטע נאָך איין מאָל. זאָ איין צופֿאַלל וועלכער קוממט אָן פלוצלונג אין מיטען נאַכט, איזט אַם מייסטען ניט דער ריכטיגער קרופּ, זאָנדערן איין פֿאַלשער קרופּ, וועלכער קוממט ניט פֿון דיפֿטעריט זאָנדערן פֿון איין געוועהנליכער פֿערקיהלונג, אונד איזט ניט זעהר סעריאָזנא.

בעהאנדלונג: ווען איהר געפֿינט דאסס דאַס קינד פֿאַנגט אָן ציעהען דעם אַטהעם זעהר שווער, ברויכט איהר גלייך רופֿען אַ דאָקטאָר אונד לאָזען איהם טהון וואָס ער געפֿינט פֿיר נעטהיג (צום ביישפיעל, אין זעהר שווערע פֿעללען פֿון ריכטיגע קרופּ קאָן ער געפֿינען פֿיר נעטיג אום צו רעטען דאָס לעבען, צו מאַכען איינע אָפּעראַציאָן אויף דער האַלז — אויפֿעפֿנען די לופֿט רעהר). ביז דער דאָקטאָר קומט ברויכט איהר געבען דעם קינד איין ברעך מיטעל, צום ביישפיעל, וואַרמע וואַססער

ווען דאָס קינד האָט שוין אַ פּאָר ציין, דאָס הייסט, ווען עס איזט אונגעפֿעהר 10 מאָנאַט אַלט, דאַן קאָן שוין דאָס קינד זיכער אָנפֿאַנגען צו האָבען זאָלכע **קראַכמאלנע** שפּייזען ווי ברויט, קאַרטאָפֿעל, רייז, גרויפּען א ז.וו.

פֿיר די **אלבומען** וועלכע דאַס קינד ברויכט אין דעם עססען, קאָן מען בענוצען פֿלייש־זאַפֿט, ביף־טעה (Beef-tea), געקאָכטע פֿיש, אייער, הינער־פֿלייש, שעפּסען־פֿלייש, אונד האָבערנע גרויפּען, סעמאָלינא א.ז.וו.

אַלס **פעטקייט** קאָן מען בענוצען מילך, בוטטער, סמעטענע אונד שמאַלץ, אונד די **זאלצען** וועלכע דאַס קינד ברויכט, געפֿינען זיך אין די מילך אונד אייער.

2 קינדער האָבען אַס מייסטען זעהר ליעב זיססע זאַכען, ווי צום ביישפּיעל, צוקער, צוקערקעס, שאָקאָלאַדע א.ז.וו., דיעזע זאַכען זיינען זעהר גוט פֿיר איין קינד ווען מען גיעבט זיי ניט פֿיעל. צופֿיעל אָבער איזט אומגעזונד, ווייל עס פֿיהרט איבער דען מאָגען, אונד עלטערע קינ־דער וועלכע פֿאַנגען אָן שניידען וייערע שטענדיגע צייהן, דאָס הייסט, ווען זיי זיינען אונגעפֿעהר 6 אָדער 8 יאָהר אַלט, ליידען זעהר אָפֿט פֿון איין כראָנישען קאַטאַר פֿון דעם מאגען אונד די געדערם, וועלכער קומט פֿון עססען צופֿיעל צוקערדיגע זאַכען, אונד וועלכער איזט אַם מייסטען לייכט היילבאַר ווען מען הערט אויף געבען דעם קינד צוקערדיגע אונד אַנדערע קראָכמאַלנע עססענוואַרג.

פֿון **פרוכטען** קאָן דאָס קינד אָנפֿאַנגען עססען עפּפֿעל־קאָמפּאָט, אָדער עפּפֿעל געבאַקט אין סמעטענע, זיססע רייבאַרבערן, געשטעלטע פֿלוימען אָדער שיפּטאַלען מיט סמעטענע, אונד אַ שטיקעלע באַנאַנאַ, אַפּעלסין (אָראַנדז) און וויינטרויבען.—פֿרוכטען מיט קערענדלאך, ווי צום ביישפּיעל, אַגערעס א.ז.וו. און גרינסען, זאָלט איהר ניט געבען אייער קינד ביז עס איזט אַ פּאָר יאָהר אַלט.

דאָס קינד ברויכט עססען רעגולאַר, אונד וואָס עלטער עס ווערט ברויכט אַללעס דויערן לענגער פֿון איין מאָל עססען ביז דעם אַנדערן.

עלפטעס קאפיטעל.

די היגיענע אונד קראנקהייטען פון איין קינד נאך דעם אנטוועהנען.

1 **דאס עססען.** מיר האָבען געזעהן אין 2-טען קאפיטעל, דאָס איין קינד ברויכט אויפהערען צו זויגען די ברוסט ווען עס איז אונגעפעהר 10 אָדער 12 מאָנאַט אַלט. איך האָב אויך מיט אייך גוט אַרומגערעדט ווי מען ברויכט צעהרען איין קינד דען ערשטען יאָהר אויב עס קאָן דער מוטטערס מילך ניט קריעגען, אונד איך האָב אַייך געגעבען צו פערשטעהן, דאָסס בעפאָר דען זעכסטען מאָנאַט איזט אַם מייסטען ניט ערלויבט צו געבען איין קינד קראָכמאַלנע זאַכען, ווי צום ביישפיעל, ברויט אָדער קאַרטאָפעל א.ז.וו., ווייל ביז דען זעכסטען מאָנאַט קאָן נאָך דאָס קינד זאָלכע עססענס ניט פערדעהען, אונד דאסס ווען דאס קינד ווערט אונגעפעהר 6 אָדער 7 מאָנאַט אַלט — דאָס איזט ווען עס פאַנגט זיך אָן שניידען די ערשטע צייהן, דאַן איזט עס ערלויבט אָנפאַנגען צו געבען קראכמאַלנע זאַכען, אונד דאַסס עס איזט דאַן ערלויבט איינצוגעוועהנען דאָס קינד צו זאָלכע עססענוואַרג מיט איינע פון די פייטענט פודס וועלכע ענטהאַלטען אין זיך אָדער האַלב פערדעהטע קראָכמאַל, ווי צום ביישפיעל מעלליגס פוד (Mellin's Food), אָדער אונפערדעהטע קראָכמאַל, ווי צום ביישפיעל, רידזשעס פוד (Ridge's Food) א.ז.וו.

דריטער מאהלצייט — אונגעפֿעהר 1 אוהר:

ערשטע געריכט איינע פֿון די פֿאָלגענדע:

מילך מיט צוהריקטע געבאַקענע קארטאָפֿעל (אויב דאס קינד קען עס פערטראָגען), אָדער זופּ פֿון פֿלייש;

אָדער — דען געלבען פֿון איין לייזען פֿרישען איי, צומישט מיט שטיקלאך האַרטע ברויט;

אָדער — טרוקענע שטיקלאך ברויט מיט זופּ פֿון פֿלייש.

צווייטע געריכט:

אַ ביססעל קאַלטע געקאָכטע מילך;

אָדער — איין עסס-לעפֿעל קאַסטערד (Custard), אָדער רייז פודדינג, אָדער סעמאָלינא, אָדער בלאַן מאַנזש (Blanc-mange).

פֿיערטער מאהלצייט — אונגעפֿעהר 5 אוהר:

אַ טאַססע שיטערע קאָקאָו, אָדער מילך מיט אַ שטיקעל ברויט מיט בוטטער.

פֿינפֿטער מאהלצייט — אונגעפֿעהר 9 אוהר:

אַ גרויסע טאַססע מילך מיט אַ ביססעלע רייז אָדער טאַפּיאָקא (Tapioca).

אויב דאס קינד איזט געזונד אונד שטאַרק, קאָן מען איהם געבען אַ שטיקעלע געקאָכטע, גוט צוהאַקטע הינער-פֿלייש אום 1 אוהר ביי טאָג.

ii. דאס עססען פיר איין קינד $1\frac{1}{2}$—$2\frac{1}{2}$ יאהר אלט:

ערשטער מאהלצייט — אונגעפֿעהר 7 אוהר מאָרגענס:

אַ גרויסע טאַססע מילך מיט איין סוחאַרעק (ביסקיט) אָדער מיט אַ שטיקעלע ברויט מיט בוטטער.

צווייטער מאהלצייט — אום 9 אוהר, איינע פֿון די פֿאָלגענדע זאַכען:

אַ שיססעלע מילך מיט צוואוייקטע ברויט;

אָדער — אַ שיססעלע האָבערנע גרויפען מיט מילך אָדער מיט סמעטענע;

אָדער — אַ שטיקעל ברויט מיט בוטטער מיט אַ טאַססע קאָקאָו אָדער מיט אַ שיטערן פֿרישען איי.

3 איין זאַך וועלכע איינע מוטטער פֿערגעסט זיך זעהר אָפֿט איזט דאס איהר קינד ברויכט עטוואָס טרינקען. געוועהנליך מילך ענטהאַלט אין זיך פֿיעל וואַססער, אָבער עס איזט אויך נעטהיג צו געבען דעם קינד אַ ביססעל געקאָכטעס קאַלטעס וואַססער.

4 יעצט וועל איך אייך געבען איינע פּראָגראַמע ווי אונד וואָס צו געבען דעם קינד עססען. איך ברויך אייך אָבער נאָך איין מאָל אָנ־זאָגען דאסס איהר זאָלט אייך ניט לאָזען איינרעדען פֿון פֿרויען. די שכנה פֿון דעם נעכסטען הויז וועט אייך קוממען זאָגען דאָסס „איהרע קינדער זאָללען געזונד זיין, גלייך ווי זיי האָבען נור אָנגעפֿאַנגען אויס־שטעקען די הענדלאך, האָבען געחאַפּט אונד געגעססען אַללעס וואָס עס האָט זיך געפֿונען אויף דעם טיש, אונד דאָס חוץ זייער שאָדען אויף אייער קינד געזאָגט געוואָרען ווי שעהן זיי זיינען אָהן עין הרעה אויפֿגעוואַקסען.” אַלזאָ איהר מעגט איהר גלויבען, אָבער איהר טאָרט איהר ניט פֿאָלגען. עס טרעפֿט זיך אָפֿט דאָס אַנדערע קינדער קענען פֿערדעהען אַללעס, פֿון דעסטוועגען ברויכט איהר ניט ריזיקירען מיט אייער קינד, אונד איהר זאָלט בעססער געבען זאָלכע עססענוואַרגען וועלכע איך קאָן אייך פֿער־זיכערן זיינען געווים גוט.

.i דאס קינדס עסען ווען עס איז 1 ביז $1\frac{1}{2}$ יאהר אלט.

(ברויכט בעשטעהן אַם מייסטען פֿון מילך.)

ערשטער מאהלצייט — אונגעפֿעהר 6.30 אוהר מאָרגענס: איין קליין גלאָז אָדער טאַססע (אונגעפֿעהר 10 עסס-לעפֿעל) גע־קאָכטע מילך, הייס אָדער קאַלט, מיט איין סוחאַרעק (ביסקיט) אָדער איין שטיקעל האַרטע ברויט איינגעטונקט אין די מילך.

צווייטער מאהלצייט — אונגעפֿעהר 9 אוהר מאָרגענס,— איינע פֿון די פֿאָלגענדע זאַכען:

אַ ביססעל געקאָכטע האָבערנע גרויפּען (Oatmeal) צומישט מיט אַ טאַססע וואַרמע מילך;

אדער — אַ ביססעל מילך מיט געווייקטע ברויט;

אדער — אַ טאַססע שיטערע קאָקאָאַ מיט מילך אונד אַ שטיקעל דינע ברויט מיט בוטטער.

צווייטע געריכט, איינע פֿון די פֿאָלגענדע:
קאָמפּאָט, מילך-פּודדינג, בלאַן מאַנזש א.ז.וו.

פיערטער מאהלצייט — אום 5 אוהר:
אַ שיססעלע ברויט מיט מילך, אַ ביסעל פּרוכט, ווי צום ביישפּיעל, טרויבען זאַפֿט, אָדער געקאָכטע עפּפעל א.ז.וו.

פינפטער מאהלצייט — אום 9 אוהר:
אַ טאַססע מילך מיט איין ביסקוויט.

iv. ווען דאס קינד ווערט 4 יאָהר אַלט, קאָן מען אָנפאַנגען געבען ניט געהאַקטע פלייש, נאָר מען ברויכט זעהן דאסס דאס קינד עסט זעהר לאַנגזאַם, אונד צוקייט גוט דאס עססען אונד זאָלל עססען זאָ לאַנג ביז עס ווערט גוט זאַט. דאס קינד ברויכט איממער האָבען געשטעלטע צייטען צום עססען, אונד זאָלל ניעמאַלס עססען צווישען איין מאָהלצייט אונד דעם אַנדערען.

5 איהר זאָלט אייער קינד ניט ערלויבען עססען זאָלכע זאכען ווי סטייק מיט ציבעלעס, געזאַלצענע פלייש, וואורשט, ניס, קעז, הערינג, אונד רעטאך ביז דאס קינד איזט אונגעפעהר 5 אָדער 6 יאָהר אַלט, און זאָגאר דאַן זאָלט איהר זאָלכע זאכען ניט ערלויבען אויב דאס קינד קאָן זיי ניט פערדעהען. פרוכט קאָנט איהר ערלויבען צו ביסלאַך, נור איהר ברויכט זיין פאָרזיכטיג דאסס זיי זיינען גוט צייטיג אָבער ניט צופוילט.

איך זאָלט איהר זעהן איינגעוועהנען דאס קינד עססען לאַנגזאַם אַללע טרוקענע עססענוואַרג.

6 **דאס קינדס שלאָפען.** מיר האָבען געזעהן אין דעם ערשטען קאַפּיטעל, דאס איין קליין קינד ברויכט שלאָפען כמעט דען גאַנצען טאָג — אויסער ווען עס עססט. ווען דאס קינד ווערט אונגעפעהר 10 מאָנאַט אַלט ביז אַם ענדע פֿון דעם 2-טען אָדער 3-טען יאָהר, ברויכט דאס קינד געהן שלאָפען אום 7 אוהר אַבענדס אונד אויפשטעהן אום 7 אוהר מאָרגענס. אויב איהר דענקט דאסס דאס קינד איזט הונגעריג, ברויכט איהר עס געבען עטוואס עססען אום 9 אדער 10 אוהר. אויב דאָס קינד וועקט זיך זעלבסט ניט אויף זאָ פריה קאָנט איהר עס-

דריטער מאהלצייט — אום 1 אוהר:

ערשטע געריכט, איינע פון די פאָלגענדע:

אַ שטיקעל געקאָכטע הינער־פלייש, אָדער שעפּסען־פלייש, אדער א שטיקעל דין צוהאַקטע פיש, אדער איין געקאָכטען פרישען איי, אדער אַ גרויסע טאַססע זופּ אדער ביף־טעה מיט צודריקטע קאַרטאָפּעל אדער מיט צוברעקעלטע האַרטע ברויט.

צווייטע געריכט:

מילך פודדינג, אדער קאַסטערד (Custard), אדער בלאַן מאַנזש (Blanc-mange).

פיערטער מאהלצייט — אום 5 אוהר:

אַ גרויסע טאַססע מילך, אדער שוואַכע קאָקאָו מיט מילך מיט אַ שטיקעל ברויט מיט בוטטער.

פינפטער מאהלצייט -- אום 9 אוהר:

אַ טאַססע געקאָכטע מילך מיט אַ ביסקיט.

איהר זאָלט דעם קינד ניט געבען קיין טעה, קאַפּע, ביער, וויין אדער בראַנפען, ווי מאַנכע פרויען וועללען אייך ראַטהען. איהר זאָלט זאָלכע זאַכען נור געבען, ווען איין דאקטאר וועט אייך הייסען.

iii. דאס עססען פון איין קינד וועלכע האט שוין אלע מילך ציינער (אונגעפעהר $2\frac{1}{2}$ יאָהר אַלט):

ערשטער מאהלצייט — אום 7 אוהר מאָרגענס:

אַ גלאָז מילך, אדער איינע טאַססע קאָקאָו מיט ברויט מיט בוטער, אדער אַ ביססעל האָבערנע גרויפּען (Oatmeal) געקאָכט מיט מילך, אויך מיט אַ שטיקעל ברויט מיט בוטטער.

צווייטער מאהלצייט — אום 11 אוהר:

אַ טאַססע מילך מיט אַ ביסקיט אדער אַ שטיקעל ברויט מיט בוט־טער, אָדער איין שיטערען איי.

דריטער מאהלצייט — אום 1 אוהר:

ערשטע געריכט, איינע פון די פאָלגענדע:

צוהאַקטע רינדער־פלייש, אדער שעפּסען־פלייש, אדער געקאָכטע פיש; צוריבענע קאַרטאָפּעל.

מאַנדלען מיט געשווילאכצען הינטער דעם נאז, אדער פֿון אַ שטיין אין פענכער [אדער אין קריסטליכע יונגען, דאסס זיי ברויכען בעשניטטען (גע'מל'ט) צו ווערען]. געוועהנליך וועט דער דאקטאר היילען די פֿערשיעדענע קראַנקהייטען, אונד וועט אויך, ווען נעטהיג, אַנווענדען אַנדערע מיטטלען.

מיר איזט פֿארינעס יאהר פֿארגעקוממען איין מערקווירדיגער פֿאַלל פֿון איינער מעדכען פֿון 15 יאהר אַלט, וועלכע פֿלעגט איינינע מאל א וואך בענעצען איהר בעט. איך האב קיינע פֿון די אָבענגענאַנטע אורזאַכען אין איהר ניט געפֿונדען אונד רפואות האבען איהר אויך ניט פֿיעל געהאָלפֿען. איך האב אבער אויסגעפֿונען דאס זי האט געליטטען פֿון אַ שלעכטע ראיה, אונד ווען זי האט אַנגעפֿאַנגען צו טראגען די נעטהיגע בריללען אונד האט גענוממען מעדיצין אויף איין קורצער צייט איזט זי באַלד פֿאלקאם געזונד געווארען. [עס איזט אָבער שווער צו גלויבען דאסס די ראיה האט געהאַט עטוואַס צו טהון מיט דעם].

די מיטטלען וועלכע איהר קאנט אליין אנווענדען זיינען די פֿאַלגענדע: איהר ברויכט דעם קינד ניט געבען צו טרינקען אַ פּאָר שטונדען איידער עס געהט שלאָפֿען. איינינע מינוט איידער איהר לעגט עס שלאָפֿען ברויכט איהר עס שטעללען וואַססער מאַכען אונד אָפֿען זיין, איהר ברויכט אויספֿינדען וועלכע שטונדע ביי נאַכט דאס קינד בענעצט זיך אונד אויפֿוועקען עס אַ האַלבע שטונדע בעפֿאָר. דאס קינד ברויכט שלאָפֿען אויף איין האַרטען מאַטראַץ אונד העכער צו פֿוססען ווי צו קאָפען. מען ברויכט אויך זעהן דאַסס דאס קינד זאָל ניט שלאָפֿען אויף דעם רוקען, זאָנדערן אויף דעם זייט. דאס קאן מען לייכט אויספֿיהרען ווען מען בינדעט אַרום איין האַנדטוך אַרום דאס קינדס קערפער אונד מען מאכט איין האַרטען קניעפ פֿון הינטען. ווען דאס קינד דרעהט זיך שלאָפֿענדיג אום אויף דעם רוקען, וועט איהם דער קניעפ ניט לאָזען זאָ ליעגען אונד עס וועט זיך דאַריבער צוריק איבערדרעהען אויף דעם זייט.

8 **בעוועגונג.** יעדעס קינד ברויכט האבען בעוועגונג אין דער פֿרישער לופֿט, איבערהויפּט ווען די זונן שיינט. דאס ענטוויקעלט די מוסקעלן, מאַכט שטאַרק די נערווען אונד דאס האַרץ, גיעבט בלוט

לאָזען שלאָפֿען עטוואָס לענגער. איהר זאָלט ניעמאַלס דאס קינד אויפֿוועקען פלוצלונג, זאָנדערן זעהר לאַנגזאַם און עדעל. ביי טאָג ברויכט דאַס קינד שלאָפֿען פֿון 12 ביז אונגעפֿעהר 2 אוהר, אונד פֿילייכט אַ האַלבע שטונדע אום 4 אוהר.

ווען דאָס קינד ווערט $2\frac{1}{2}$ יאָהר אַלט ברויכט עס איך שלאָפֿען פֿון 7 אַבענדס ביז 7 מאָרגענס אונד פֿילייכט אַ שטונדע ביי טאָג.

נאָך דעם 4-טען אָדער 5-טען יאָהר פֿערלאַנגען זעהר וועניג קינ-דער צו שלאָפֿען ביי טאָג, אונד ברויכען שלאָפֿען פֿון 8 אוהר אַבענדס ביז 7 אוהר מאָרגענס.

ווען מעגליך זאָל יעדעס קינד שלאָפֿען אין איין בעזונדער בעט. דאָס שלאָף צימער אונד דאָס קינדס בעטגעוואַנד האָב איך שוין בע-שריַיבען אין ערשטען קאַפּיטעל. די אורזאַכע וואַרום דאס קינד ברויכט האָבען איין מאַטראַץ אונד ניט קיין פֿעדערנע פערענע, איזט ווייל דאָס קינד פֿאַלט אַריין אין די פֿעדערען, אונד דער קערפער קריעגט ניט גענוג לופֿט אונד ווערט צופֿיעל געוואַרמט; דאס שוואַכט איין קינד אָב.

איהר זאָלט קיין מאָל ניט פֿערבעטען דאָס קינדס בעט גלייך ווי דאָס קינד שטעהט אויף, זאָנדערן איהר זאָלט די בעטגעוואַנד גוט אויס-לופֿטערן אויף אַ שטונדע אָדער צוויי.

אַיהר זאָלט אימער אַרויסנעהמען דאַס קינד אין געשטעלטע צייַ-טען דורך די נאַכט צו מאַכען וואַסער אונד צו זיין אָפֿען, אונד זאָ ווי „הרגל נעשה טבע" וועט איהר אַזוי איינגעוועהנען דאס קינד, דאַסס עס זאָלל זעלבסט אויפֿשטעהן אָבטהאָן זאָלכע געשיכטעס, אונד וועט ניט מאַכען שמוציג די בעט.

7 נאָך דעם דריטען יאָהר ברויכט שוין איין קינד ניעמאַלס נאַסס מאַכען די בעט. אויב זאָלכע סבות טרעפֿען זיך נאָך דיעזעם עלטער זאָלט איהר דאס קינד ניעמאַלס דאַפֿיר שלאָגען. עס איזט ניט דאס קינדס שולד, זאָנדערן איהר זאָלט נעהמען דאס קינד צו איין דאָקטאָר וועלכער וועט אויספֿינדען די אורזאַכע. עס איזט מעגליך, צום בייַשפּיעל, דאַסס דאָס קינד ליידעט פֿון ווערים, אָדער פֿון גרויסע

נעטהיג, אונד מאכען מאנכעס מאל דאס קינדס פיס אדער רוקען קרום, אונד דריקען איין די ברוסט.

10 ווען דאס קינד קאן גוט געהן אונד לויפען, ברויכט איהר עס לאזען ארומלויפען, ארומשפרינגען אונד זיך שפיעלען אין דער פרישער לופט מיט אנדערע קינדער. נור איהר זאלט אכטונג געבען, דאס ווען דאס קינד איזט פערשוויצט, זאלל עס ניט טרינקען קיין קאלטעס וואסער אונד זאלל ניט זיצען אויף דער ערד ווען עס איזט קאלט אדער פייכט. איין בייסיקל (וועליסאפעד) פיר איין עלטערעס קינד איזט זעהר גוט. די הענטיל פון בייסיקל זאלל אבער זיין גענוג הויך, דאסס אייער קינד זאלל קאנען זי ען גאנץ גלייך אונד ניט איינבויגען דעם רוקען. איהר זאלט אייער קינד ניט ערלויבען זיך גליטצען אויף די הילצערנע גליטץ-רעדלאך; דאס איזט זעהר געפעהרליך. עס איזט די פפליכט פון אללע עלטערן לעהרנען זייערע קינדער שווימען. עס איז ניט נור א גוטע בעוועגונג, זאנדערן דאס קאלטע וואסער שטארקט די נערוועך, לונגען אונד הערץ. דאס קינד טאר אבער זיך ניט באדען אדער שווימען ביז 2 שטונדען נאך דעם עססען, אדער ווען עס איזט זעהר הונגעריג, אונד טאר ניט פערבלייבען אין וואססער צו לאנג. ווי נור דאס קינד פאנגט זיך אן פיהלען עטוואס קאלט מוז עס גלייך ארויסגעהן פון וואססער. יעדעס קינד ברויכט אויך אויסער די פערשיעדענע שפיעלאכצען זיך לעהרנען מאכען גימנאסטיקע, וועלכע איז די בעסטע בעוועגונג פון אללע.

11 **די ציין.** ביי קליינע קינדער ווערען די ציינער זעהר אפט פערנאכלעסיגט, ווייל מען דענקט דאסס ווי באלד זיי וועלען זיך זא ווי זא בייטען, ברויכט מען דערווייל אויף די מילך-ציינער ניט אבטונג געבען. דאס איזט אבער איין גאנץ פאלשער רעכנונג. ביי איין קליין קינד זיינען גוטע געזונדע ציין נאך פיעל וויכטיגער ווי ביי איין גרויסען מענשען. ווען דאס קינד האט צופוילטע ציין קאן עס דאס עססען ניט צו קייען, אונד ווען דאס עססען איזט ניט גוט צוקייט קאן דער מאגען ניט גוט פערדעהען, אונד דאריבער קריעגט ניט דאס קינד די נעטהיגע ערנעהרונג. אונד זא ווי דאס קינדס קערפער

אונד רויטע באַקען, אונד בעשאַפט איין גוטען אַפּעטיט. דאס קינד אבער מוז האבען בעוועגונג ניט נור פון געוויססע מוסקעלן, ווי צום ביישפּיעל, פון די הענד אונד פיס, זאָנדערן פון אַללע מוסקעלען פון דעם קערפּער איבערהויפּט דעם רוקען, ווי איך האב שוין בעשריעבען אין ערשטען קאַפּיטעל.

ווען דאס קינד פאַנגט אָן אַרומקריעכען אדער פּויזען, דאס הייסט, ווען ס׳איזט אונגעפעהר 8 אדער 10 מאנאט אלט, דאַן פערשפּאַרט מען שוין מורא האבען דאסס דאַס קינד וועט האבען צו וועניג בעוועגונג, וואס מען ברויכט זעהן איזט דאסס דאַס קינד זאל זיך ניט צופּיעל בעוועגען אונד ווערען מידע. מען ברויכט אויך זעהן דאס עס זאל ניט אויפהעבען שמוטץ פון דער ערד אונד אריינטהון אין מויל. דאס פּויזען איזט איינע זעהר גוטע בעוועגונג, אונד עס לעהרנט אויס דאס קינד צו בענוצען די פערשיעדענע מוסקעלן פון קערפּער.

איהר ברויכט אבער געדענקען, דאסס די לופט נעבען פאדלאגע איזט אימער קעלטער ווי די אויבערשטע לופט, אונד דאריבער ווען דער וועטער איזט קאַלט אונד דאס קינד איזט דעליקאַט, אדער ווען עס איזט עטוואַס צוגעקיהלט, אדער עס ליידעט מיט דעם מאגען, טאָר מען ניט ערלויבען דאס קינד אַרומקריכען אויף דער ערד, זאָנדערן אויף אַ גרויסער בעט.

9. איין קינד פאַנגט אַם מייסטען אָן געהן ווען עס איזט אונגעפעהר 1 יאהר אדער 18 מאָנאַט אַלט, אונד געהט גוט ווען עס איזט 2 יאהר אַלט. אויב דאס קינד קאָן ניט אַרומגעהן נאָך דעם 2־טען יאהר קאָן זיין דאסס עס ליידעט פון ריקעטס, אדער עס איזט פּאַראַליזירט, אדער דער מאַרך (געהירן) איזט ניט ענטוויקעלט, אדער עס האָט אַנדערע פעהלערען; אונד איהר ברויכט דאריבער אייך בעראַטען מיט אַ דאָקטאר. ווען איהר זעהט דאסס אייער קינד פאַנגט אָן פּרובירען זעלבסט צו געהן, ברויכט איהר עס עטוואַס צו העלפען, אונד אַכטונג צו געבען עס זאָלל ניט פאַללען, אָבער ווייטער ברויכט איהר עס לאָזען זיך אַליין לערנען געהן. גאַנג־וועגעלאך זיינען ניט

די נעגעל פֿון די הענד אונד פֿיס ברויכט מען האַלטען ריין אונד ניט צו לאַנג.

13. **די קליידער.** — איך האָב שוין גוט גערעדט וועגען דיעזעס אין דעם ערשטען קאַפּיטעל. איך האָב איך דאָרט געגעבען צו פֿערשטעהן, דאסס די מאָדע פֿון האַלטען דאס קינדס פֿיס אונד קניע נאַקעט איזט זעהר שעדליך. זאָלכע קינדער ליידען זעהר אָפֿט פֿון מאָגען קראַנקהייטען, אונד ווערען זעהר לייכט צוגעקיהלט. אייער קינד ברויכט צו טראָגען **לאנגע זאקען** איבער די קניע, זאָגאַר איי־ערע שכנות וועלען לאַכען פֿון אייך. איהר זאָלט ניעמאַלס בענוצען גאַרטערס (שטרומפּף־בענדער), זאָנדערן די זאָקען זאָללען זיין צוגעשפּעט מיט באקלס (ספּראָנצקעס), וועלכע הענגען אַראָב פֿון קערפּער ווי שלייקעס. די גאַרטערס, בינדען די פֿיס שטאַרק איין אונד לאָזען דאַריבער די בלוט ניט ריכטיג לויפֿען אין די פֿיס. דאָס מאַכט מאַנכעס מאָל געשוואָלענע אָדערען אונד גיעבט קאַלטע פֿיס. איידער מען טהוט אָן די זאָקען ברויכט מען זיי איבערקעהרען און זעהן עס זאָל זיך ניט געפֿינען אינעווענינג קיינע קניפּלאך.

די שיך טאָרען ניט זיין שפּיציג, זאָנדערן זעהר ברייט פֿון פֿאָרענט, אונד ברויכען זיין ניט צו לאַנג אונד ניט צו קורץ. זיי טאָרען ניט זיין זאָ געמאַכט דאסס מען זאָלל קענען בייטען די שיך פֿון איין פֿוס אויף דער צווייטער, זאָנדערן זיי ברויכען זיין רעכט אונד לינק. ווען אייער טאָכטער ווערט עלטער זאָלט איהר ניט ערלויבען **קיין הייכע קנאפּעל**, דיעזע זיינען זעהר שעדליך, אונד זיינען מאַנכעס מאָל פֿעראַנטוואָרטליך פֿיר היגער־אויגען, קרומע רוקענס אונד פֿלאַכע פֿיס. **די זעהלען פון די שיך** (פֿאָדעשוועס) זאָללען ניט זיין צו דין, ווייל דאס קינד קאָן זיך זעהר לייכט פֿערקיהלען, איבערהויפּט ווען עס איזט נאַס אויף דער גאַס.

14. וועגען די אַנדערע קליידער ברויך איך מיט אייך פֿיעל ניט צו רעדען, זאָנדערן אייך צו דערמאָנען, דאסס עס איזט פֿיעל

וואַקסט מעהר אין די ערשטע 6 יאהר ווי אין אַללע שפּעטערדיגע יאה-רען, דאַריבער ווערט איהר לייכט פֿערשטעהן, דאסס שלעכטע ציינער ביי קינדער-זיינען פֿעראַנטוואָרטליך פֿיר שוואַכע, בלוט-אַרמיגע אונד ניט ריכטיג געוואַקסענע קינדער. נאָך מעהר, ווען די מילך-ציינער פֿיילען אונד פֿאַללען אַרויס, דאַן האָבען די שטענדיגע ציין איינע זעהר גוטע געלעגענהייט אויפֿצוואַקסען קרום אונד ניט רעגולאַר. — ווען דאס קינד איזט נאָך גאַנץ קליין ברויכט מען אויסוואַשען זיינע ציין מיט אַ ריינער, נאַססער טיכעלע נאָך יעדעם עססען. ווען דאַס קינד ווערט עלטער ברויכט מען עס אויסלעהרנען אַליין בענוצען אַ ציין-בערשטעל מיט ווייכע האָר, נאָך יעדעם עססען, אונד איבערהויפּט בעפֿאָר דאַס קינד געהט שלאָפֿען, וויל די שטיקלאַך שפּייז וואָס בלייבען אין די ציינער איבער נאַכט, ווערען באַלד זויער, אונד די זויערקייט פֿיהרט איבער די פֿאַרצעליי פֿון די ציין. — צו ליעב דער זעלבער אורזאַכע זאָלט איהר ניט ערלויבען אייער קינד עססען פֿיעל זויערע זאַכען אונד אומצייטיגע פֿרוכט אונד צו הייססע אָדער צו קאַלטע זאַכען. איהר ברויכט אויך ניט ערלויבען אייער קינד צו קנאַקען נים מיט די ציין. בייסען און קייען האַרטע זאַכען ווי צום ביישפּיעל ביסקוויט, איזט זעהר געזונד פֿיר די ציין.

12 **וועגען באָדען** האָב איך פֿיעל ניט צו רעדען, אויסער דערמאָנען אייך דאס איהר ברויכט איינגעוועהנען אייער קינד האָבען איין באַד יעדען טאָג גלייך ווי עס שטעהט אויף פֿון שלאָף, אָדער אַם וועגינסטען איין מאָל אַ וואָך.

די האָר, טאָר מען ניט קעמען מיט איין געדיכטען קעמעל, וויל ניט נור רייסט עס ארויס די האָר, זאָנדערן עס צורייצט די הויט פֿון קאָפּ, אונד איזט דאַריבער מאַנכעס מאָל פֿעראַנטוואָרטליך פֿיר פֿערשיעדענע אויסשיטאַכצען. וואָס איהר ברויכט צו בענוצען איזט איין האָר באַרשט וועלכע איזט ניט צו האַרט אונד ניט צו וויך. איהר זאָלט קיין מאָל ניט בענוצען קיין פּאָמאַדע פֿיר די האָר, וויל די קינסטליכע פֿעטקייט פֿערשטאָפּט די לעכעלאַך פֿון הויט, פֿון וועלכע די נאַטירלי-כע פֿעטקייט קוממט אונד דאַריבער ווערט די האָר שוואַך אונד פֿאַלט אַרויס. (זעהן ציינונג 18 זייטע 118).

15 ווארום זיינען קאלטע פיס אין קינדער פעראנטווארטליך פיר מאגען קראנקהייטען אונד אנדערע פעלערן. דאָס איזט ניט שווער צו פֿערשטעהן. ווען די פֿיס אָדער די הענד אָדער אַנדערע טיילען פֿון קערפּער ווערען געהאַלטען קאַלט, ווערען די בלוט אָדערן פֿון יענעם טייל קערפּער פֿערקלענערט (דורך איין רעפֿלעקס אַקט) אונד לאָזען צו ווענינער בלוט אום עס זאָהל ניט פֿערלאָרען געהן צו פֿיעל היץ פֿון קערפּער. די בלוט פֿון יענעם טייל הויט געהט דאַריבער אַוועק אין פֿערשיעדענע פלעצער, אונד איינער פֿון דיעזע פלעצער איזט דער מאָגען. דער מאָגען דאַריבער קריעגט מעהר בלוט וויא ער ברויכט אונד קריעגט דאריבער איין קאַטאַר. צוליעב איינער עהנליכער אורזאַכע, נעמליך וייל מעהר בלוט געהט אַוועק צום נאָז אונד לונגען, קריעגט דאס קינד מאַנכעס מאָהל איין קאַטאַר אין דיעזע אָרגאַנען אויך. נאָך מעהר, די היץ פֿון קערפּער ווי אויך דאָס וואַקסען פֿון קערפּער קאָממעןביידע פֿון דעם עססען, אונד ווען דאריבער דאס קינד פֿערליערט צוא פֿיעל היץ פֿון קערפּער, וואַקסט דאס קינד ניט אויף זאָ הויך אגד גרויס ווי אַנדערע קינדער.

16 **ארום געהן אין שלאף.** דאַסס טרעפֿט זיך בייא ערוואַקסענע קינדער, צואליעב פֿערשיעדענע אורזאַכען וויא צום ביישפּיעל איין שווערער שפּעטיגער אונפֿערדעהבאַרער אַבענדבראָט, איין צו הייסעס צימער, אָדער דאס קינד איזט צו פֿיעל צואגעדעקט, געשווילאַכצען הינטער דעם נאָז (פֿיר וועלכע מען ברויכט איינע אָפּעראַציאָן), אָדער בייא שוואַכע קינדער ויעלכע ווערען צוא פֿיעל אָנגעשטרענגט מיט זייער לערנען אונד אויפֿגאַבען.

בעהאנדלונג. ווען איהר געפֿינט דאס קינד אַרומגעהן אין שלאף, ברויכט איהר עס גאַנץ לאנגזאַם אונד עדעל צוריק פֿיהרען אין בעט אריין אונד איהם בעקוועם אונד ניט צו וואַרם אַריין לייגען. איהר ברויכט זיין זעהר פֿאָרזיכטיג איהם ניט פלוצלונג צו איבערראַשען. איהר מוססט אייך אויך ערקונדיגען דיא אורזאַכע אונד אַוועקנעהמען זיא.

17 **קאפף וויטאג** ביי קינדער קוממט אָדער פֿון איין פֿערשטאָפּטען מאָגען, אָדער פֿון אָהרען אָדער נאָז קראַנקהייטען, אָדער פֿון

מאָל בעססער פֿיר דאַס קינד צו טראָגען 2 אדער 3 וואַרמע קלייד דער אַרום קערפּער איידער 10 ניט וואַרמע, אונד איהר זאָלט ניט ערלויבען אייערע יונגע טעכטער צו טראָגען שטייף געשנורעוועטע שטאלענע קארסעטען. זאָלכע אינסטרומענטען דריקען איין דיא אונטערשטע ריפּען אונד לונגען, אונד ערלויבען ניט ריכטיג צו אַטהמען. זיא דריקען אַרונטער דעם לעבער, מאָגען אונד די אַנדערע בויך אָרגאַנען, אונד זיינען דאַריבער פֿעראַנטוואָרטליך פֿיר פֿערשיעדענע פֿערדעהונגס אונד אַנדערע קראַנקהייטען. זי שוואַכען אָב די מוסקעלן פֿון רוקען אונד זיינען דאַריבער זעהר אָפֿט פֿעראַנטוואָרטליך פֿיר די רונדיגע קרומע שולטערן אין יונגע פֿריילינס.—איך האָב מורא דאסס מיינע בעמערקונגען וועגען די קאָרסעטען, וועללען ניט אָנגענומען ווערען פֿון דער מוטטער אַלס „קדש קדשים".—ווי אלט די מעדיצין איזט, האָבען דאָקטוירים פּראָטעסטירט נעגען זאָלכע מאָדעס, אונד עס איזט ריכטיג וויא „קול קורא במדבר". היפּאקראַט דער בעוואוסטער גריכישער דאָקטאָר, האָט נאָך מיט איבער צוויי טויזענד יאָהר צוריק געמוסרט דיא דאַמען פֿון זיין צייט וועגען זאָלכע אוננאַטירליכע מאָדעס, אָבער עס איזט ריכטיג וויא טראָגען וואַססער אין איין זיעפּע. עס געהט אַריין אין איין אָהר אונד נעהט גלייך אַרויס פֿון צווייטען. מיר לאַכען אימער פֿון דיא חינעזישע פֿרויען וואָרום זיא דריקען איין אונד צודרייען זייערע קינדערס פֿיס, אונד פֿון דעסטוועגען ערלויבען זיך דיא ציוויליזירטע פֿרויען טראָגען זאָלכע קאָרסעטען, וועלכע זיינען פֿיעל שעדליכער פֿיר דאָס געזונד ווי די באַרבאַרישע חינעזישע דאַמען שיך.

עס איזט איין מערקווירדיגער פּאַראַדאָקס, דאס זאָגאַר די קאָרסעטען מאַכען שוואַך די מוסקעלען פֿון רוקען, פֿון דעסטוועגען בלייבען נאָך אַללעס די פֿרויען איין „עם קשה עורף" אין זאָלכע הינזיכטען.—עס איזט איינע איינגערעדטע זאַך דאס אַ דיענע טאַליע, צום ביישפּיעל פֿון 18 אינטשעס, איזט זעהר שעהן. די אַרטיסטען און סקולפּטאָרען וועלען אייך אָבער זאָגען דאס, דיא סטאַטוע וועלכע איזט ביי אַלעמען אָנגענומען געוואָרען אַלס אַ טיפּ פֿון שעהנהייט (דיא סטאַטוע פֿון Venus de medici) האָט אַ טאַליע פֿון 27 אינטשעס.

אום איהר זאָלט זיין איבערצייגט וואָס פֿיר איינע גרויסע ראָליע זאָלכע געשווילאכצען שפּיעלען בייא קינדער, איזט עס ראַטהזאַם איך זאָל אייך אויסרעכענען דיא אַללע סימפּטאָמען אָדער קראַנקהייטען פֿיר וועלכע אַדענאָידס וועלכע קאממען זעהר אָפֿט צוזאַממען מיט געשוואָלענע מאַנדלען, זיינען מאַנכעס מאָהל פֿעראַנטוואָרטליך. דיעזע זיינען די פֿאָל-גענדע: ריהנען פֿון נאָז, בלוט פֿון נאָז, הוסטען, חראָפּען אין שלאָף, שווערעס אַטמען, שווערינקייט צוא שלינגען, קאנוואולסיעס, קאפּף וויי-טאָג, בעט בענעצען, טויבקייט, אַרום געהן אין שלאָף, אָפֿטע פֿערקעל-טערונג, אונד די קינדער זיינען ניט פֿלייסיג אין שוהלע, ווייל זייא דער-הערען ניט גוט וואס דער לעהרער זאָגט. ווען אייער קינד ליידעט פֿון איינע אָדער מעהר פֿון דיא אָבענגענאַנטען זאַכען, ברויכט מען זיך צוא ערקונדיגען פֿון איין דאָקטאָר צוא דאָס קינד ליידעט פֿון מאַנדלען אָדער אַדענאָידס, ווייל דורך איינע קליינע אָפּעראַציאָן קאָן דאס קינד פֿאָלקאָם אויסגעהיילט ווערען פֿון דיא אַללע פֿעהלערען.

קינדער וועלכע ליידען פון אדענאידס האלטען אפט דען מויל אפפען, ווייל זיא קאנען דורך דעם נאָז ניט אַטמען, אונד חראפען אין שלאף. דיעזע צווייא סמנים צוזאַממען צייגען כמעט וויא זיכער דאסס דאס קינד ליידעט פֿון אַדענאידס.

21 **פיקעוואטע קינדער.** דאָס פֿערפיקעוען זיך איזט ניעמאַלס איין געבוירענער פֿעללער, זאָנדערן עס קאָממט איממער פֿון איבערקריעמען אַנדערע וועלכע פֿערפיקעווען זיך. עס איזט דאריבער זעהר נעטיג זיין פֿאָרויכטיג דאס קינדער זאָהלען ניעמאַלס זיין אין דער געזעלשאַפֿט פֿון פיקעוואַטע מענשען. ווען איין קינד פֿערפיקעוועט זיך איז די בעהאנדלונג זעהר שווער, זאָגאַר מיט גרויס געדולד קאן מען דעם פֿעללער פֿאררִיכטען, ווען מען זאָהל זיך בענעהן וויא פֿאָלגענדעס:

i. איידער דאָס קינד פֿאַנגט אָן רעדען זאָהל עס אַריין ציעהען איין לאַנגען אָטעם.

ii. דאס קינד זאָהל געבען דעם גאַנצען געראַנק צום רעדען אום די מוסקעלען וועלכע האָבען צו טהאָן מיט דער אויס-שפּראַכע, זאָהלען אַרבייטען וויא עס דאַרף זיין.

וועניג פרישע לופט, אָבער אם מייסטענז קאָממט עס פון אויגען אנשטרענגונג, צוליעב איינער שלעכטער ראיה.

די בעהאנדלונג ווענדעט זיך געוועהנליך אָן דער אורזאַכע וועלכע איין דאָקטאָר קאן לייכט אויסגעפינען. מען ברויכט האַלטען דעם מאָגען ריין, געבען דעם קינד פיעל פרישע לופט אונד זיך ערקונדיגען צוא דאס קינד הערט גוט אונד זעהט גוט, אָדער שלאָפט מיט איין אָפענעם מויל, אָדער חראָפעט ווען עס שלאָפט (סמנים פון נאָז קראַנקהייט). אויב צום ביישפיעל די ראיה איזט ניט גוט — קורצזיכטיג אָדער לאַנגזיכטיג א.ז.וו. ועט דער דאָקטאָר צוקלייבען ברילען. אויב עס גיעבט אַנדערע קראַנק-הייטען וועט דער דאָקטאָר יענע קראַנקהייטען בעהאַנדלען.

18 **וויטאגען אין די גלידער.** ביא עלטערען איזט זיך איינגערעדט דאַסס זאָלכע וויטאָגען קאָממען פון דעם וואָס דאָס קינד האַלט אין וואַקסען. דאס איזט איין זעהר גרויסער אירטהום. זאָלכע וויטאָגען קאָממען זעהר אָפט פון רעוומאַטיזם, ריקעטס, סקראָפעל א.ז.וו. אונד עס איזט דאריבער זעהר געפעהרליך דאס פערנאַכלעסיגען. איהר מוזט אין זאָלכע צופאַללען אייך גלייך ערקונדיגען דיא אורזאַכע ביא איין דאָקטאָר.

19 **טויבקייט.** ווען דאָס קינד קאן ניט הערען קאממט עס אם מייסטען אָדער פון וואקס אין די אָהרען אָדער פון געשווילאַכצען הינטער דעם נאָז. — איין דאָקטאָר קאן זעהר לייכט אויספינדען דיא אורזאַכע און אויסהיילען דען פעהלער. ווען עס ריהנט ביי דעם קינד פון אהר, טאָהר מען עס ניט פערלאָזען, וויל דאס קינד קאן אויף אימער טויב ווערען, אָדער עס קאן קריעגען איין געשוויר אייף דיא געהירן (מוח). עס איזט דאריבער נעטיג אין זאָ איין פאַלל, באַלד זיך בעראַטען מיט איין דאָקטאָר.

20 **גרויסע מאנדלען אונד געשווילאבצען הינטער דעם נאז** (אַדענאָאידס Adenoids). מיר האָבען געזעהן אין די פאָ-ריגע קאַפיטלאַך דאסס פיעלע זאַכען וועלכע טרעפען זיך ביי קינדער קומען פון גרויסע מאַנדלען אָדער געשווילאַכצען הינטער דעם נאז, אונד

ii. **לייז.** דיעזע געפינען זיך אם מייסטען וואו דיא האר איזט געדיכט אונד לאנג. זייא קאממען פון קליינינקע אייערלאך וועלכע מאן רופט „ניעדעס" אדער „ניטס".

בעהאנדלונג. שערט אב דיא האר קורץ אונד וויינט דיא קאפ אין קעראסין אויל, אדער איזאל (Izal) (איין לעפעל אין איין פיינט וואסער). וואשט נאכהער גוט ארום דען קאפף, אונד בעניצט איין געדיכטען קאם יעדען טאג אויף 14 טאגע נאך איינאנד. דיא קאממען אונד בערשטע וועלכע יוערען בענוצט פיר דעם קאפף, אונד דיא היט אדער מיטצען וועלכע דאס קינד האט בענוצט מוס מאן פערברענען.

iii. **קרעטץ.** דאס קאמט אויך פון איין געוויסען פאראזיט. דיא הויט בייסט זעהר, איבער הויפט בייא נאכט, אונד פון קראצען ווערען געשווירען אונד וואונדען אויף דער הויט.

בעהאנדלונג. ווען איהר זייט זיכער דאסס דאס קינד ליידעט פון קרעץ, ברויכט איהר מאכען איין הייססע באד אונד גוט ארום וואשען אונד ארום רייבען מיט שוועפעל זייף, אונד נאך דער באד גוט איין רייבען מיט שוועפעל זאלב, אונד אריין וויקלען דאס קינד אין א ריינער לייראך וועלכע מאן האט בעפאר ניט בענוצט, אונד לייגען שלאפען אין א גאנץ ריינער בעט. דאס ברויכט מאן טאהן אם וויינגסטען 4 נעכט נאך איינאנדער, אונד יעדען פריהמארגענס אנטאהן דאס קינד ריינע וועש וועלכע מאן האט בעפאר ניט בענוצט, אונד אויך פרישע אונד ריינע אויבערשטע קליידער. דיא וועש אונד קליידער וועלכע מאן נעהמט ארונטער פון דעם קינד טאהר מען נאך איין מאהל ניט בענוצען ביס מאן האט זיא גוט אויסגעוואשען אין קאכינגע וואססער, אדער אויסגעבאקען אין טרוקענע היץ. דיעזע קראנקהייט איזט זעהר קלעפיג, אונד מאן מוס דאריבער פארזיכטיג זיין דאסס דאס קינד שלאפט ניט, אונד מישט זיך ניט מיט אנדערע, אונד דאסס דיא האנדטיכער וועלכע ווערען בענוצט פיר דאס קינד, ווערען ניט בענוצט פיר אנדערע.

iv. **רינגווארם אונד פארך.** גלייך וויא איהר בעמערקט עטוואס איין אויסשיטאכץ אויף דעם קאפף מוסט איהר אייך גלייך מיט

iii. רעדען גאַנץ לאַנגזאַם אונד אָהנע ישרעק.

עס איזט אינטערעסאַנט צו זעהן וויסען דאס פּיקעוואַטע קינדער פּערפּיקעווען זיך ניעמאַלס ווען זיא זינגען.

22 **שטומע קינדער.**—שטומקייט קאמט אם מייסטען פֿון טויבקייט, ווייל קינדער לערנען זיך רעדען נאהר פֿון הערען אנדערע מענשען רעדען. ווען דאריבער איין קינד ווערט טויב—צום ביישפּיעל:- נאך אונבעהאנדעלטע אהרען קראנקהייטען, וואקסט עס אויף אויך שטום, אונד אויב דאס קינד האט שאהן געקאנט רעדען איידער עס איזט שטום געווארען, פֿע־געסט עס מיט דער צייט וואס עס האט געקאנט.—דער מאָראַל דאריבער איזט דאס איהר זאלט ניעמאלס פֿערנאכלעססיגען רינענדיגע אהרען, וועלכע קאממען מאנכעס מאהל נאך אנשטעקענדיגע קראנקהייטען וויא סקארלאטינא א.ז.וו.

בעהאנדלונג. עס גיעבט פערשיעדענע שוהלען וואס מאן לערנט אויס זאלכע קינדער צוא שרייבען אונד עטוואס רעדען, אונד אויך פֿערשטעהען וואס אנדערע רעדען, ווען זיא בעמערקען גוט דיא בעוועגונג פֿון דעם מויל מיט דיא ליפּפּען.

23 **פאראזיטישע קראנקהייטען.** — פאראזיטען זיינען לעבענדיגע בעשעפּענעססען וועלכע לעבען אין אדער אויף דעם מענשענס קערפּער, וויא צום ביישפּיעל ווערים, לייז, א.ז.וו. אונד דיא קראנקהייטען וועלכע קאממען פֿון זייא רופֿפֿען זיך פאראזיטישע קראנקהייטען.

i. **ווערים.** אין דעם מענשענס געדערים געפּינען זיך מאנכעס מאהל פֿערשיעדענע סארטען ווערים, וויא צום ביישפּיעל רונדיגע ווערים, באנד ווערים, אונד קליינע ווערים וועלכע זעהען אויס וויא שטיקלאך דיענע צייד. מוטטערס זיינען זעהר נייגעריג מאכען ווערים פֿעראנט־ווארטליך כמעט פֿיר אללע קראנקהייטען וועלכע טרעפֿען זיך בייא עלטערע קינדער, זאָ וויא זייא מאכען ציינער פֿעראנטווארטליך פֿיר אללע קראנקהייטען בייא אינגערע קינדער. אבער מאן קאן ניעמאלס זאגען דאס איין קינד אדער זאָגאַר איין עלטערער מענש ליידעט פֿון ווערים, ביז מאן זעהט דיא ווערים מיט דיא אויגען; ווען אבער מאן איזט חושד ווערים אדער מאן זעהט זייא מוס מאן זיך בעראטען מיט איין דאקטאר.

צוועלפטער קאַפּיטעל.

דער מוטטערס געזונד. — די היגיענע פֿון אײן פֿרויא ווען זיא איזט שוואַנגער.

---

1 איך האָב מיט אייך אין פֿאָריגע קאַפּיטלאַך גערעדט ווי גוט עס איזט פֿיר דאס קינד דאס עס זאָהל זייגען דער מוטטערס מילך. איך האָב אייך געצייגט דאסס דיא געפֿעהרליכסטע קראַנקהייט ביי קינדער, דאָס הייסט עפּידעמישעם לאַקסירען, טרעפֿט זיך נאָהר ביי קינדער וועלכע ווערען אייפֿגעהאָדעוועט מיט דער באָטטעל אונד ניט מיט דער ברוסט. ליידער אָבער וויא מיר האָבען געזעהן איזט עס מאַנכעס מאָל אונמעגליך פֿיר דיא מוטטער צו געבען איהר קינד דיא ברוסט, וועיל זיא ליידעט צום ביישפּיעל פֿון בלוט אַרמוט אונד קאַן דאריבער ניט ערלויבען אוועקצוגעבען איהר קינד איהר מילך וועלכע קומט פֿון איהר בלוט. אָדער זיא ליידעט פֿון געפֿעהרליכע לונגען אָדער הערצען פֿעלערן, אָדער אַלגעמיינע שוואַכהייט. — עס גיעבט אָבער פֿיעלע פֿרויען אין וועלכע דאָס „מוטטער געפֿיעל" איזט זאָ שטאַרק, דאסס זאָגאַר ניא זיינען זעלבסט קראַנק, אונד זיא פֿיהרען דאַסס דאס זייגען שאַדעט זיא אונד מאַכט זי שוואַכער אונד קראַנקער, פֿון דעסטוועגען וויל זיא דענקען דאַסס דאס זייגען טהוט דעם קינד גוט, זיינען זייא בערייט צוא אָפּ-פֿערען זייער געזונד, אַבי נאָהר דאס קינד זאָל ניט ליידען. זאָלכע אַדעלע געפֿיהלען, זאָגאר זייא פֿערדינען געוועהנליך דיא גרעסטע סימפּאַטהי, פֿון

איין דאקטאר בעראטען, זאנסט קאן דאס קינד אויף אימטער דיא האר פערליערען, אונד קריענען געשווירען אויף דעם האלז.

———

24 אין לאטיינישען געהט איין גלייך ווארט דאס איין געזונדער גייסט געפינט זיך נאהר אין איין געזונדען קערפער ("Mens sana in corpore sano.") איך האב מיט אייך ארום גערעדעט וויא דייטליך איך האב געקאנט דיא קערפערליכע ענטוויקעלונג פון דעם קינד, אום צוא־ גרייטען עס פיר דיא נאטווענדיגע מאראלישע אדער גייסטליכע ענטוויקעלונג. אבער וויא אם בעסטען צוא ענטוויקלען דאס קינדס מאראל, בין איך ניט גענוג פעהיג אייך צוא לערנען; דאס מוס איך לאזען פיר אנדערע וועלכע זיינען יא דערצוא פעהיג. אין דיא נעכסטע איינינע קאפיטלאך, ברויך איך נאך מיט אייך מוטטערס, צוקונפטיגע מוטטערס, אונד נערסעס, צוא רעדען וועגען אייך זעלבסט—אונד נאך איינינע זאכען, וועלכע עס איזט נעטיג איהר זאהלט וויססען.

דאס הייסט דאסס ווען די עלטערן האבען זיך ניט אויפגעפיהרט וויא זיא האבען געדארפט זיך אויף פיהרען, ליידען נאכהער די קינדער; אונד פלוטארך (Plutarch) דער גרויססער גריכישער שרייבער, ווען ער בעשרייבט דאס לעבען פון איין געוויססען פרינץ ליקורגוס (Lycurgus) דערצעהלט, דאסס דיעזער פרינץ האט פערזאגט דיא פריילינס פון זיין צייט, דאסס „זיא זאהלען שטארק מאכען זייערע קערפערס מיט פער־שיעדענע בעוועגונגען וויא צום ביישפיעל לויפען, זיך ראנגלען, שיססען פיילען א. ז. וו. אום דאסס דיא קינדער וועלכע זיא וועללען נאכהער ברענגען אויף דער וועלט זאהלען זוינען דיא מילך פון איינער געזונדער מוטטער, אונד זא אויף וואקסען שעהן אונד געזונד".

3 **דאסס עססען.** איינע שוואנגערדיגע פרויא ברויכט גע־וועהנליך עססען ניט נאר פיר זיך זעלבסט זאנדערן אויך פיר דאס קינד. עס איזט דאריבער נעטיג דאסס איינע פרויא אין זאלכע צושטאנדען זאהל עססען עטוואס מעהר וויא געוועהנליך.—איהר זאלט אבער וויסען דאסס איינער פון די גרעססטע אירטהומען וועלכע איהר קאנט מאכען איזט צוא שפארען עססען אין מויל ווען איהר זייט גוט זאט. איינער האט אמאהל זעהר קלוג געזאגט דאסס פיעלע טויזענדער מענשען פאנגען אן צו גראבען זייערע אייגענע קברים מיט זייערע ציין, אונד נאפאלעאן האט גע־מאכט די ריכטיגע בעמערקונג דאסס מעהר מענשען שטארבען פון צוא פיעל עססען וויא פון צוא וועניג עססען.

רעגעלען וועגען עססען:

i. דאס עססען ברויכט בעשטעהן פון פלייש, פיש, מילך אונד אייער, אונד אללעס וואס מאן קאן צוגרייטען פון זאלכע זאכען.

ii. עססט אייך ניט איבער — גלייך וויא איהר ווערט זאט זאהלט איהר אויפהערען עססען.

iii. וויין, ביער אדער בראנפען זיינען ניט נעטיג, אבער א ביסעל מאגט איהר טרינקען — אויב איהר ווילט.

iv. עססט רעגולארנא (3 אדער 4 מאהל טעגליך) אונד לאנגזאם, אונד צוקייט גוט דאס עססען. איין גרויסער ענגלישער דאקטאר האט

דעסטוועגען ווען מאַן זאָלל זיך גוט בערעכענען וועט מען זעהען וויא נאַריש אונד אונפּראַקטיש זיא זיינען. פֿיר איינע קראַנקע מוטטער צוא זייגען איהר קליין קינד, איזט זאָ ווי פֿיר איין מענשען וועלכער קאַן ניט שווימען אַריינצושפּרינגען אין טייך צוא רעטען איינעם וועלכער קאַן יאַ עטוואָס שווימען זאָגאַר ניט זאָ גוט, אונד האָט אַ גוטע געלעגענהייט זאָ וויא זאָ זיך ניט צוא דערטרינקען; ניט נאָר וועט זיך דער צווייטער זיכער דערטרינקען זאָנדערען ער וועט נאָך דעם ערשטען מסתמא אויך מיט זיך אַרונטער שלעפּען. — ווען די מוטטער איזט קראַנק, איזט ניט נאָר זעהר געפֿעהרליך פֿיר איהר אַליין זיא זאָלל זויגען דאָס קינד זאָנדערען איהרע מילך איזט אַם מייסטען אויך זעהער שעדליך פֿיר דאָס קינד; דאָס קינד פֿאַנגט אָן דאַרען, וויינט, שלאָפֿט ניט גוט, אונד איזט אין גאַנצען וויא מאַן זאָגט „ניט מיט אַלעמען."

אין דיזען קאַפּיטעל וויל איך מיט אייך רעדען וויא די מוטטער זאָל זיך בעגעהן, זיא זאָהל יאַ זיין אים שטאַנד איהר קינד צוא זויגען, אונד דאַסס דאָס קינד זאָהל פֿון איהר מילך דיא נעטיגע גוטע ערנעהרונג ערהאַלטען. — וועגען פֿרויען וועלכע ליידען פֿון געפֿעהרליכע לונגען אָדער הערצען פֿעללערען האָב איך מיט אייך ניט צו רעדען. זאָלכע פֿרויען ברויכען ניט הייראַטען, אונד ווען זיא הייראַטען יאַ אונד האָבען קינדער טאָרען זיא בשום אופן זייערע קינדער ניט זויגען. איך ווענדע מיך יעצט אַן צוא פֿרויען וועלכע ליידען ניט פֿון זאָלכע פֿעללערען, אונד ווילל אייך געבען צו פֿערשטעהן ווי איהר זאָהלט אייך אויף פֿיהרען איהר זאָלט האָבען געזונדע אונד שטאַרקע קינדער אונד זאָהלט זיין איינע געזונדע אונד שטאַרקע מוטטער צוא זאלכע קינדער.

2 עס געהט איין גלייך וואָרט דאַסס „דער עפּפּעל פֿאַלט ניט וויט פֿון דעם בוים". ווען דער בוים איזט געזונד זיינען זיינע פֿריכטען גוט, ווען אָבער דער בוים איזט צופֿוילט דאַן זיינען די פֿרוכטען, וועלכע וואַקסען אויף איהם, ניט פֿיעל ווערט. נאָך מיט טויזענדער יאָהרען צוריק האָט מאַן געגלויבט דאסס דאָס קינדס געזונד איזט אַבהענגענד אויף די עלטערין'ס, אונד איבערהויפּט דער מוטטערס, געזונד. אין דער ביבעל געפֿינט מאַן דאסס „האבות יאכלו בוסר ושני הבנים תקהינה"

פֿענסטער אָדער צווישען איין אָפֿענעם פֿענסטער אונד איין אָפֿענעם קוימען. אין די סאַנאַטאָריום וואו מען בעהאַנדעלט מענשען מיט שווע-רע לונגען פֿעללערען (שווינדזוכט) שלאָפֿען איממער די פּאַציענטען אָדער אויף דער גאַסס, אָדער אין אַ צימער מיט אָפֿענע פֿענסטער פֿון אַללע 4 זייטען. אויב עס איזט קאַלט, קאָנט איהר מאַכען איין פֿייער אין פֿייער פלייס (קאַמינע) אָבער ניט פֿערמאַכען די פֿענסטער, דער פֿייער ווערט מאַכען וואַרם דאס צימער אונד ווערט עס אויך העלפֿען צוא ווענטילירען (אויסלופֿטערען) בעסער. איהר קאָנט אייך אויך געוועהנליך גוט צודעקען, אונד אויב די פֿיס זיינען קאַלט לייגען צוא זיא וואַרמע באָטעלס מיט וואססער. איהר זאָלט אייך ניט איינרעדען דאסס עס איזט בעססער צוא עפֿנען איין טיהר איידער איין פֿענסטער. די לופֿט וועלכע קוממט אַריין דורך איין אָפֿענע טיהר קומט געוועהנליך פֿון איין אַנדער צימער אונד ניט פֿון דער גאַס, אונד איזט דאַריבער ניט פֿריש אונד ריין גענוג. מענשען האָבען זיך איינגערעדט דאסס דיא נאַכט לופֿט איזט שעדליך. — דאַס איזט גאַנץ פֿאלש. דיא נאַכט לופֿט, אי-בערהויפט אין גרויסע שטעדט וואו עס געפֿינען זיך פֿאַבריקען איזט פֿיעל פֿרישער אונד געזונדער וויא דיא טאָג לופֿט, ווייל ווען עס איזט רוהיג אין גאַסס ביי נאַכט פֿאַלט דער גאַנצער שטויב אונד שמוץ פֿון דער לופֿט אויף דער ערד, אונד די לופֿט בלייבט דאַריבער ריין.

איהר זאָהלט אייך ניט לעגען שלאָפֿען צוא שפעט ביי נאַכט, אונד איהר זאָהלט ניט עססען קיין שווערען אַבענד בראָד, אַם וויינינגסטען 3 שטונדען איידער איהר געהט שלאָפֿען. איהר זאָהלט אָבער אויך ניט געהן הונגעריג שלאָפֿען. איין גלאָז וואַרמע מילך מיט איין ביסקוויט בעפֿאָהר דעם שלאָפֿען איזט זעהר גוט.

6 **שטולגאַנג.** איהר זאָהלט זעהן זאָ רעגולירען דעם מאָגען דאסס איהר זאָהלט זיין אָפֿען יעדען טאָג. איהר זאָהלט אָבער זיין זעהר פֿאָרזיכטיג איהר זאָהלט ניט נעהמען קיינע שטאַרקע אַבפֿיער מיטלען. — וויא צוא בעסט רעגולירען דעם מאָגען ווען איהר ליידעט פֿון פֿערשטאָ-פונג וועלען מיר רעדען שפּעטער. (קאַפּיטעל 13, § 3).

אַמאָהל פֿערזאָגט געוויססע פּאַציענטען וועלכע האָבען געליטען פֿון מאָגען פֿעללערן, זיא זאָהלען ציילען זייערע ביסענס, אונד דאסס זיא זאָהלען ציאקייען יעדען ביססען אם ווענינסטען 32 מאָהל (וויל איין מענש האַט 32 ציינער).

v. איהר זאָלט פֿיעל ניט טרינקען באַלד בעפֿאָר דעם עססען, אָדער אין מיטטען עססען, וויל דאָס וואַססער צומישט די מאָגען־זאַפֿט וועלכע צוקאָכט דאס עססען, אונד מאַכט עס שוואַכער, אונד דאריבער קאָן דאָס ניט פֿערדעהען דאס עססען. דיא ריכטיגע צייט צוא טרינקען, איזט באַלד נאָך דעם עססען, אָדער צווישען איין עססען אונד דעם אַנדערען.

vi. פֿרוכט, ראָהע אָדער געקאָכטע, אונד גרינסען (געמיזע) ויינען זעהער גוט צום מאָגען.

vii. **גיעבט גוט אכטונג אויף די ציין.** האַלט זיא פֿאָל־קאָם ריין, זי זאָהלען ניט פֿוילען, אונד ווען עס פֿעהלט אייך ציין מוססט איהר אַריישטעללען פֿאַלשע.

4 **בעוועגונג** אין דער פֿרישער לופֿט איזט זעהר נעטיג פֿיר איינע שוואַנגערדיגע פֿרויא וויא פֿיר יעדע פערזאָן. איהר זאָלט אַרוים געהן שפּאַצירען אין איין פּאַרק אַללע פֿריה־מאָרגען אונד נאָך מיטטאָג, אונד איהר זאָלט אייך אַוועקזעצען גלייך ווי איהר ווערט מיעד. — איהר זאָהלט אָבער ניט מאַכען קיינע שווערע בעוועגונג, וויא צום ביישפּיעל לויפֿען, טאַנצען, הויבען שווערע געוויכטען, מאַנגלען וועש, פֿאָהרען אויף אַ ביסיקעל א. ז. וו.

5 **שלאָפֿען.** „דאָס שלאָפֿען", האָט איינער געזאָגט „איזט דעם אָרעם־מאַנס רייכטהום". איהר ברויכט שלאָפֿען 7 אָדער 8 שטונדען. אייער שלאָף צימער זאָהל זיין גרוים אונד לופֿטיג אונד **דיא פֿענסטער זאָהלען זיין אָפֿען בייא טאָג אונד בייא נאַכט.** איהר זאָהלט אייך קיין מאָהל ניט שרעקען פֿיר איין אָפֿענעם פֿענסטער ביי נאַכט, — זאָגאַר ווינטער. פֿון פֿרישע לופֿט פֿערקילט מאן זיך ניט, ווען נאָהר מען שלאָפֿט ניט איי אַ צוג ווינד, וויא צום ביישפּיעל צווישען צוויי אָפֿענע

וועגען **שטרומפף בענדער** אָדער פאָדוויעזקעס (Garters) האָב איך ניט מעהר צו רעדען ווי איך האָב שון גערעדט אין פאָריגען קאַפּיטעל; איבערדויפּט אין שוואַנגערדיגע פרויען זיינען זיא זעהר אָפט פעראַנטוואָרטליך פיר געשוואָלענע פיס אונד געשוואָלענע אָדערען. — אייערע קליידער זאָהלען ניט זיין אַרום געבינדען אַרום קערפער זאָנדערן זיא זאָהלען זיין צוגעצעפּעט צוא דער באָדים (קאָפּטע), אונד פרויען וועלכע האָבען שאָהן געהאַט איינינגע קינדער ברויכען, ווען זיא שוואַנגערען, צו טראָגען איין בויך באַנדאַזש אום זיא זאָהלען ניט קריעגען קיין גרויסען בויך.

8 פערזענליכע ציכטיגקייט. (זעהען צייכנונג 18 זייטע 118)

דיא הויט איזט איינער פון די וויכטיגסטע אָרגאַנען פון מענשענס קערפער. דער מאָגען, לעבער אונד אנדערע אָרגאַנען זיינען פיעלייכט ניט זאָ וויכטיג ווי די הויט. מענשען קאָנען לעבען אָהנע עססען זעהר איינע לאַנגע צייט,—צום ביישפּיעל, אין דעם אונגליק וועלכער האָט זיך געטראָפען צו די קוילען-גרעבער אין פראַנקרייך פאָריגעס יאָהר, וואו הונדערטער מענשען זיינען בעגראָבען געוואָרען לעבעריגער הייט, האָט מאַן געראַטעוועט אונד אָבגעלעבט איינינגע מענשען וועלכע זיינען געוועזען בעגראָבען מעהר ווי 3 וואָכען אונטער דער ערד אָהנע עטוואָס צוא עססען. אויך קאָנען מענשען לעבען איינינגע טעג ווען דער לעבער טהוט ניט זיין אַרבייט. אַבער זאָהל דיא הויט אויפהערען אַרבייטען נאָר אויף אַ קורצע צייט, דאַן קאָן דער מענש ניט לעבען. — דער הויטס אַרבייט בעשטעהט, אין פאַבריצירען שוויס, אונד איין פעטעס מאַטעריאַל — איין אויל — וועלכעס האַלט די הויט ווייך.

[די שוויס ווערט פאַבריצירט אין קלייניצקע קאַנאַלען וועלכע זיינען $\frac{1}{4}$ אינטש לאַנג. איין גרויסער ענגלישער הויט דאָקטאָר האָט אויסגערעכענט דאסס עס געפינט זיך אונגעפעהר 7 מיללידאָן זאָלכע קאַנאַלען אין דעם מענשענס הויט. יעדער קאַנאַל האָט איינע קליינע לעכעלע וועלכע רופט זיך איינע פאָרע פון וועלכער דער שוויס געהט אַרויס, אונד די לענגע פון אַללע שוויס קאַנאַלען צוא זאַממען איזט אונגעפעהר

7 **דיא קליידער.** פֿרויען קליידען זיך אַם מייסטען זעהר אונהיגיעניש.—איהר זאָהלט דאַריבער וויססען די פֿאָלגענדע רעגעלן :—

i. אַללע טיילען פֿון אייער קערפּער אויססער דיא הענד אונד דאס געזיכט ברויכען ווערען אימער וואַרם געהאַלטען. — פֿרויען טראָגען זעהר אָפֿט פֿיעלע קליידער צו בעדעקען זייער קערפּער אונטער דער טאַליע, אָבער זייער הערץ אונד האַלז לאָזען זיא אָדער גאַנץ נאַקעט (וויא צום ביישפּיעל דעקאָלטע—אויף אַ באַלל) אָדער האַלב נאַקעט—ווען זיא טראָגען דיא דיענע בלוזעס. זיא קריעגען דאַריבער זעהר אָפֿט פֿערקילונגען אויף די לונגען אונד מאַנכעס מאָהל לונגען ענטצינדונגען אָדער נאָך ערגערע לונגען פֿעללערען. אַלזאָ זאָהלט איהר וויססען דאס איהר ברויכט ניט נאָר האָבען איין וואַרמעס הערץ פֿון דער נאַטור, זאָנדערן איהר ברויכט עס אויך מיט וואַרמע קליידער גוט וואַרם האַלטען.

ii. **אייערע קליידער ברויכען זיין לֵייז** (גערעאם), ווייל ערשטענס זיינען לייזע קליידער פֿיעל וואַרמער וויא שטייפֿע קליידער, צווייטענס, ערלויבען זיא מעהר פֿרייהייט פֿיר די מוסקעלען אונד דיא ביינער, וויא אויך פֿיר דאס בלוט לויפֿען פֿון קערפּער צום ביישפּיעל: **ענגע שיך**, זיינען זעהר אָפֿט פֿעראַנטוואָרטליך פֿיר קאַלטע פֿיס, אונד פֿראָסט בלאָטערן (Chilblains) ווייל זיא ע־לויבען ניט דיא בלוט זאָהל צוא זיי פֿריי צואקומען. אויך זיינען זיא פֿעראַנטוואָרטליך פֿיר קרומע פֿינגער, הינעראויגען א.ז.וו.—וועגען **הויכע קנאַפּעל** האָב איך שאָהן גערעדט אין פֿאָריגען קאַפּיטעל (זייטע 103) דאסס זיא זיינען זעהר שעדליך, אונד די זעלבע זאַך האָב איך צוא זאָגען נאָך איין מאָהל וועגען **ענג־געשנורעוועטע קארסעטען**. — ווי שעדליך זיא זיינען פֿיר אַללע פֿרויען זיינען זיא נאָך פֿיעל שעדליכער פֿיר שוואַנגערדינגע פֿרויען ווייל אויססער די אַנדערע פֿעללערען פֿיר וועלכע זיא זיינען פֿעראַנט־וואָרטליך, אונד פֿון וועלכע איך האָב שאָהן גערעדט אין פֿאָריגען קאַ־פּיטעל (זייטע 104), נעמליך שוואַכע אונד קרומע רוקענס, מאָגען קראַנקהייטען א.ז.וו. דריקען זי נאָך איין די ברוסט אונד מאַכען דיא ניפּפּעלס פֿלאַך.

געפֿינען זיך אין דער הויט פֿיעלע נערווען וועלכע ווי נאָהר זיא פֿיהלען דען קאַלטען וועטער, שיקען זיא גלייך איינע טעלעגראַמע צום רוקען מאַרך, אונד דורך איין רעפלעקס אַקט (זייטע 65), ווערען די פֿערשיעדענע בלוט אָדערען פֿון דער הויט פֿערקלענערט אונד לאָזען צוא וועניגער בלוט צוא דער הויט. אין זאָ איין וועג פֿערליהרט דער קערפער וועניגער היץ וויא געוועהנליך, אינד דאַריבער בלייבט דיא טעמפעראַטור ניט נידעריגער וויא געוועהן אונד דער מענש פֿערקיהלט זיך ניט. איהר וועט דאַריבער יעצט פֿערשטעהן. דאס איינע זעהר וויכטיגע אַרבייט פֿון דער הויט איזט צוא רעגולירען דיא היץ פֿון דעם קערפער.

אַלזאָ האָבען מיר געזעהן דאסס די הויט טהוט די פֿאָלגענדע זאַכען:

i. עס פֿאַבריצירט שוויים, אונד זאָ וואַרפֿט אַרויס פֿיעל שמוץ פֿון קערפער.

ii. עס פֿאַבריצירט איין פֿעטעס מאַטעריאַל וועלכע האַלט דיא הויט אונד האָר איממער וויך אונד עדעל.

iii. עס רעגולירט דיא טעמפעראַטור פֿון דעם קערפער.

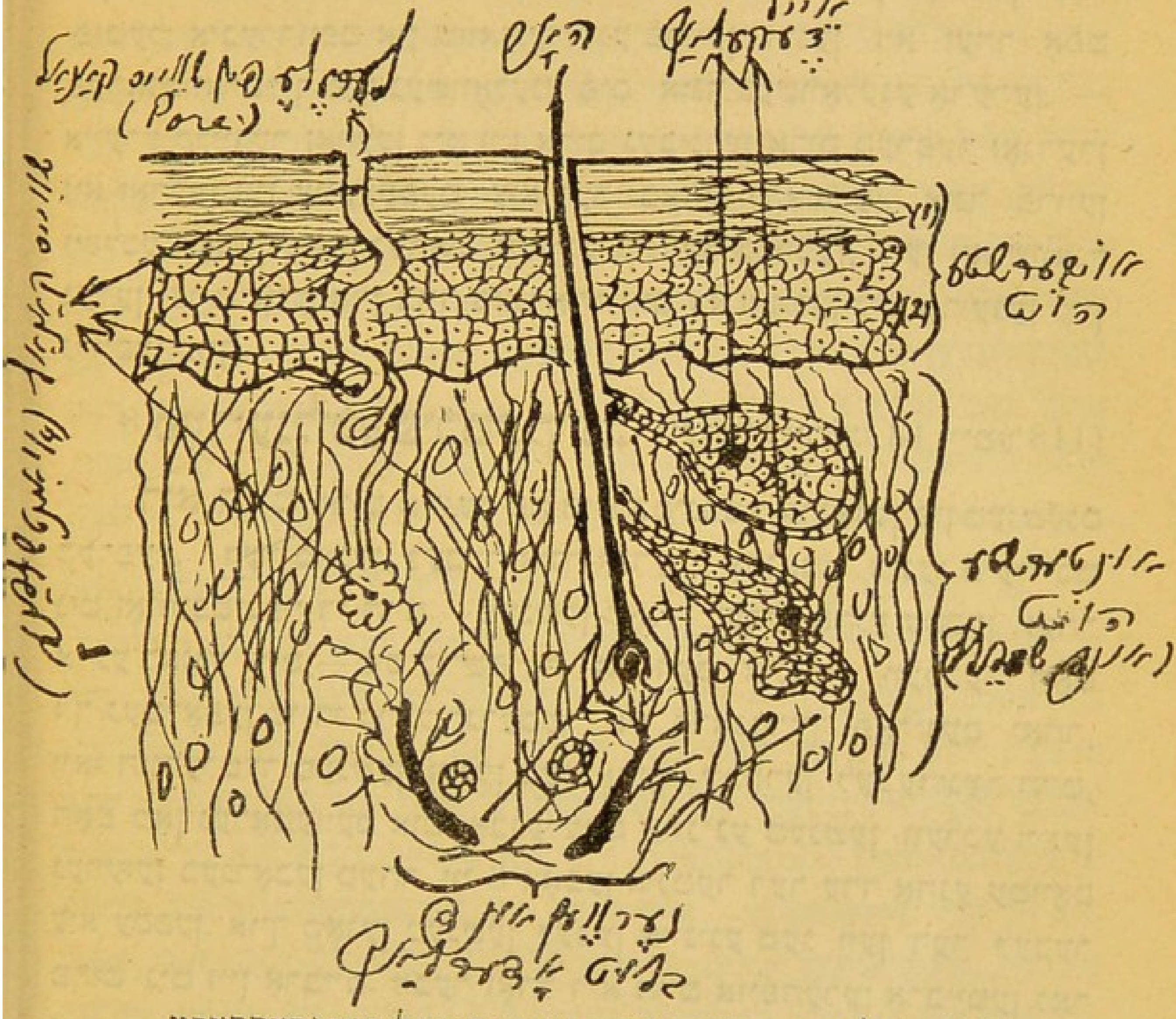
9 וואס טרעפט זיך ווען מאַן האַלט דיא הויט ניט ריין?

ערשטענס, ווערען דיא שוויים לעכעלעך אָדער פאָרען פֿערשטאָפּט מיט שמוץ, אונד דאַריבער קאָן דער שוויים צוזאַמען מיט דעם שמוץ וועלכער געפֿינט זיך אין קערפער ניט אַרויס געהן.

צווייטענס, קאַן דער פֿעטער מאַטעריאַל ניט אַרויס געהן, אונד עס ווערען פינטלאך אָדער פימפעלס אויף דעם געזיכט אונד אויף דער גאַנצער הויט. [פודרע אויף דעם געזיכט האָט די זעלבע ווירקונג, — עס פֿערשטאָפּט דיא שוויים לעכעלאַך].

דריטטענס, לאָזט ניט דער שמוץ דיא הויט נערווען צוא פֿיהלען וויא זיא ברויכען צו פיהלען, אונד דאריבער קאָן דיא היץ ניט גוט רעגולירט ווערען אין קערפער אונד ווען צום ביישפּיעל מאַן געהט אַרויס פֿון איין וואַרמען אין איין קאַלטען וועטער, ווערט דיא טעמפעראַטור פֿון קערפער פלוצלונג ניעדעריגער אונד מאַן פערקיהלט זיך.

28 ענגלישע מייל. דיעזע פֿאַקטען זיינען ניט זעהר וויכטיג אַבער זיא זיינען פֿיעלייכט אינטערעסאַנט צוא וויססען.]



(18) פלאַן פון דער הויט—זעהר פיהל פערגרעססערט.

דורך דעם שוייס געהט אַרויס פֿון דעם קערפּער דיא פֿער-שיעדענע שמוצען וועלכע געפֿינען זיך אין דער סיסטעמע. — די הויט האָט נאָך איינע וויכטיגע אַרבייט: דיא טעמפּעראַטור פֿון איין געזונדען מענשען איזט איממער אונגעפֿעהר 98° פאַהרענהייט. ווען צום ביישפּיעל מאַן געהט פלוצלונג אַרויס אין איין קאַלטען וועטער וואָלט מאַן ער-וואַרטען דאסס דעם מענשענס קערפּער זאָהל אויך ווערען קאַלט, דאָס וואָלט אָבער זיין זעהר אומגעזונד פֿיר דעם מענשען, אונד דאַריבער,

אָבער אויך פֿאָרגעקומען פֿאַללען פֿון עהנליכע שרעק וואו דאָס קינד איזט געבוירען געוואָרען אָהנע פֿעהלערן. אום אָבער צוא זיין גאַנץ זיכער, אונד ווײלע מעהרערע נערוועזע פֿרויען זיינען מאַנכעס מאָהל מפּיל פֿון שרעק, איזט פֿיעל בעססער דאסס דיא מוטטער זאָהל ניט זעהן קיינע אונאַנגענעהמע עקעלהאַפֿטיגע זאַכען, אָדער אַנדערע זאַכען וועלכע קאָנען איהר איבערשרעקען; אונד זאָהל זיך וואָס ווענינער ערגערן ווען זיא איזט שוואנגער.

12 **דיא בריסט.** איינינע וואָכען בעפֿאָהר דעם געלעגען ווערען ברויכט מען אָנפֿאַנגען אָבוואַשען די ניפּפּעלס אַללע טאָג מיט אַ ביססעלע הייסע וואַססער אָדער מיט וואַססער אונד ספּירט אונד נאַכהער בעשמירען מיט וואַזעלין. דאָס וועט פֿערהיטטען דאסס דיא ניפּפּעלס זאָהלען זיך ניט צוא שפּאַלטען ווען דאס קינד וועט אָנפֿאַנגען זויגען. איהר זאָהלט אויך זעהן דאסס דיא בריסט אונד ניפּפּעלס ווערען ניט צוגעדריקט פֿון איין ענגען קאָרסעט.

13 נאָך איין פּונקט וועלכער איזט וויכטיג פֿיר אייך איזט דיא **פֿראגע ווענן בעשטעללען איין דאקטאר צום קימפּעט.** דיא יעניגע וועלכע קאָנען ערפֿאָרדערן איין דאָקטאָר ברויכען געוויס איין דאָקטאָר בעשטעללען איינינע וואָכען בעפֿאָהר מאַן ערוואַרטעט דאָס קינד.

דיא יעניגע אָבער וועלכע ליידער קאָנען קיין דאָקטאָר ניט ערפֿאָ-דערן, קאָן מען צוא טיילען אויף 2 קלאַססען. **ערשטע קלאססע**—פֿרויען וועלכע האָבען קיינע פֿעלערן (צום ביישפּיעל האָרבען, קרומע פֿיס לונגען, הערצען אָדער בלוט פֿעלערן א.ז.וו.), דיעזע ברויכען בעשטעלען איינע ריכטיגע דיפּלאָמירטע העבאַמע, אונד ברויכען אַריין געהן צוא אַ דאָקטאָר אַ פּאָר וואָכען בעפֿאָהר דעם געלעגען ווערען, אום זיך ער-קונדיגען צו אַללעס איזט אין אָרדענונג. **צווייטע קלאססע**—פֿרויען מיט פֿעללערן, צום ביישפּיעל האָרבאַטע, קרוממע, הינקעדיגע אָדער מיט אַנדערע שווערע קראַנקהייטען; דיעזע ברויכען געהן אין איין האספּיטאל געלעגען ווערען.

———

פיערטענס, פון שמוץ קאן מאן קריגען פערשיעדענע אנדערע הויט קראנקהייטען, וויא צום ביישפיעל טשיריקעס אונד אנדערע קראנקהייטען, ווייל ווי מיר האבען געזעהן (זייטע 82), געפינען זיך אין שמוץ זעהר פיעל מיקראבען.

10 **וויא צוא האלטען די הויט ריין?** דאס בעשטעהט איינפאך אין בענוצען וואססער מיט זייף אונד נאכהער זיך גוט רייבען מיט איין האנדטוך. — דיא וואססער וואשט אוועק פערשיעדענע שמוצען אונד די זייף וואשט אוועק דעם פעטטען מאטעריאל וועלכע געפינט זיך אויף דער הויט. דער פעטטער מאטעריאל קריעגט זעהר איין שלעכטען גערוך אין דער לופט איבערהויפט אונטער די אקסלען, אונד עס איזט דאריבער נעטהיג זעהר אפט צוא וואשען יענע פלעצער. — איהר וועט דאריבער זעהן דאסס עס איזט זעהר גוט פיר יעדע פרוי, צוא זיא שוואנגערט יא צוא זיא שוואנגערט ניט, זיא זאהל האבען אפטע בעדער, (ווען מעגליך—יעדען טאג).

זיא זאל אבער ניט אנפאנגען נעהמען נייע סארטען בעדער, וויא צום ביישפיעל זעע (ים) בעדער ווען זיא שוואנגערט.

11 דיא ווירקונג פון דעם געדאנק אויף דער שוואנגערשאפט.

ווען מען זאהל לעזען אין דער ביבעל די געשיכטע פון לבן׳ס שעפסען מיט די שטעקלאך וועלכע זיינען געווען געפארבט „נקדים וברודים“, וועט מען זעהן דאסס נאך אין דער צייט פון יעקב אבינו, האט מען געגלויבט דאסס דער געדאנק האט איינע זעהר שטארקע ווירקונג אויף דאס צוקינפטיגע קינד. דיעזע מיינונג האלטען נאך פיעלע מענשען איבעריעצט אויך. צוא דאס איזט ווער צוא ניט איזט שווער צו ווערען איבערציינט. צום ביישפיעל, מיר איזט פארגעקומען איין פאלל וויא איין קינד ווער געבוירען מיט איין פליאמע (פלעק) אויף דער לינקער באק אונד דיא מוטטער ווער איבערציינגט דאסס עס איזט געקוממען ווייל ווען זיא האט געשוואנגערט האט זיא זיך דערשראקען פיר איין פייער אונד האט פון שרעק געהאפט איהר לינקע האנד צום באק. עס איזט מיר

זיך: זאָ אָפּט ביי פּרויען דאס עס איזט אנגענומען געווארען אלס איינער פון די סמנים פון שוואנגערשאפּט.

בעהאנדלונג. עססט עטוואס לייכטעס גלייך ווי איהר וועקט אייך אויף פון שלאף אונד איידער איהר געהט אראפּ פון בעט. די שפייז וועט געבען דעם מאגען עטוואס צו טאהן, אונד וועט איהם מאנכעס מאהל מאכען פערגעססען וועגען ברעכען, זא ווי צום ביישפּיעל ווען מאן געהט אין איין טעאטער אונד מאן אינטערעססירט זיך אין דער שוי שפּיעל פערגעססט מאן זיך מאנכעס מאהל פון זיין וויטאג. אויך איזט עס זעהר נעטיג צו זעהען דאסס אייער אונטערשטער מאגען איזט ניט פערשטאפּפּט (זעהען נעכסטען פּאַראַגראַף) אונד דאסס איהר זייט יעדען טאג גוט אָפּפען. אויב זאלכע בעהאנדלונג אליין העלפט ניט אונד דער סימפּטאָם ווערט זעהר אונאנגענעהם, צום ביישפּיעל ווען דאסס ברעכען קוממט ניט נאהר אם מארגענס, זאנדערן אויך צום יעדען עססען, אדער עס פערלענגערט זיך נאך דעם פירטען מאָנאַט, דאן איזט עס נעטיג זיך צו בעראטען מיט איין דאקטאר.

3 **פערשטאפּפונג, אדער הארטער מאגען.** אין העברעאיש געהט איין גלייך ווארט דאסס „חושך שבטו שונא בנו“ דאסס הייסט, ווי איין בעל עגלה (פורמאן) האט איין מאהל פערטייטשט, דאסס אפילו איין גוטער פערד ברויכט אויך אַ מאהל איין שמיץ. די זעלבע זאַך קאן מאן זאגען אויף דעם מאגען מיט די קישקעס. זי ארבייטען אַם מייסטען זעהר גוט, אבער ווען מאן נעהמט פון זיי ארונטער די גאנצע השגחה, פאנגען זי אן מאנכעס מאהל זיך צו פוילען. זי ברויכען האבען דיסציפּלינע זא ווי דאס בעסטע קינד.

ציוויליזירטע נאַציאָנען ליידען פון הארטע מאגענס מעהר ווי די ניט ציוויליזירטע, וויל וואסס מעהר די ציוויליזאציאן פערגרעססערט זיך לעבען אללס די מענשען מעהר אוננאטירליך.—די יעצטיגע מיהלען צו מאָהלען די מעהל זעהר דין, אונד שיידען אב די איננערליכע קראָכמאַלנע פערדעהבארע טייל פון דעם זאַנג פון דעם אויססערליכען זאַמדיגען אונפערדעהבארען טייל וועלכער וואלט צו רייצען עטוואס די קישקעס אונד מאכען דען מאגען אפּפען.—אויך האבען מענשען

דרייצעהנטער קאפיטעל.

פערשיעדענע סימפטאמען אונד קראנקהייטען פון וועלכע איינע פרויא ליידעט מאנכעס מאהל ווען זיא איזט שוואנגער.

---

1 עס גיעבט פיהלע פערשיעדענע קלייניגקייטען פון וועלכע איינע פרויא ליידעט ווען זיא איזט שוואנגער, אונד סיידען דיעזע קלייניג-קייטען, וויא צום ביישפיעל ניט גוטקייט אונד ברעכען אדער פערשיעדענע הויט אויסשיטאכצען ווערען זעהר אונאנגענעהם צוא ליידען, ברויכט מאן זיך פיעל ניט קיממערן וועגען זיא, אונד ווארטען מיט גערולד ביס מיט דעם געבוירען פון דעם קינד, אדער פיעל פריהער, ווערלען דיעזע אללע אונאנגענעהמהייטען אוועק געהען. דיעזע בעמערקונג קאן מאן אבער ניט אנווענדען צו זא איינע סימפטאם וויא געשוואלענע פיסס אונד געשוואלענע אויגען וועגען וועלכע מיר וועללען רעדען עטוואס שפעטער (זייטע 127). אין זאלכע צוא פאללען מוסס מאן זיך גלייך בעראטען מיט איין דאקטאר.

2 **ניט גוטקייט אונד ברעכען.** דיא גרעססטע צאהל שוואנגערדיגע פרויען ליידעט פון דיעזען סימפטאם וועלכער טרעפט זיך אם מייסטען צווישען 2-טען אונד 4-טען מאנאט, אונד איבערהויפט אין דער פריה גלייך וויא דיא פרויא שטעהעט אויף פון בעט. עס טרעפט

פיערטענס. ברויכט מאן טרינקען גענוג וואַססער.—איין זעהר גוטער מיטטעל מאנכעס מאהל דאַריבער איזט צוא טרינקען איין גלאָז וואַסער אײדער מאַן געהט שלאָפֿען אָדער באַלד וויא מאַן שטעהט אויף. ווייטער ברויכט איהר וויססען דאַסס איהר טאָרט ניט טרינקען קיין טהע נאָך איין פֿליישיקען מאָהלצייט ווייל דיא טהע פֿערהאַרטעוועט דיא פֿלייש אונד מאַכט עס שווער צוא פֿערדעהען.

אויב דיעזע אַללע זאַכען העלפֿען ניט גענוג ווען איהר האָט גע־פרובירט אונגעפֿעהר איין וואָך אָדער 2 וואָכען, זאָהלט איהר מאַכען איין קליסטיר אָדער פון וואַססער מיט זייף, אָדער פון אָליווען אויל. איהר מאָגט נעהמען איין לעפעל ריצין אויל, אָדער אַפענטא וואַססער, אָדער אַנדערע מינעראל וואַססער, אָדער איין לאַקאַרעץ פּולווער, אָבער איהר זאָלט ניעמאַלס נעהמען קיינע שטאַרקע אָבפיער מיטטלען. אויב דיעזע אללע מיטטלען העלפֿען ניט ברויכט איהר פֿרעגען איין דאָקטאָר.

4 **שווערינקייט מיט וואַססער מאַכען.** ווען איהר געפינט דאָסס איהר האָט שווערינקייט מאַכען וואַססער, אדער איהר מאַכט זעהר אָפֿט וואַססער, איבער הויפט אם ענדע פֿון 3-טען מאָנאַט, מוזט איהר איך גלייך בעראַטען מיט אַ דאָקטאָר.

5 **העמאָרידען.** (מערידען). דיעזע זיינען געשוואלענע אדערען פֿון אונטערשטען מאגען אונד טרעפֿפֿען זיך זעהר אָפֿט בייא שוואַנגער־דיגע פֿרויען. עס גיעבט 2 סאָרטען העמאָרידען—אינגערליכע אונד אויססערליכע. **דיא אינגערליכע** בלוטיגען בייא דעם אָפֿפֿען זיין אבער טהוען ניט וועה. **דיא אויססערליכע** זעהט מאַן וויא פֿלוימען בייא דעם אַרויסגאַנג. זיא בלוטיגען ניט, אָבער טהוען זעהר וועה.

דיא בעהאנדלונג. בעשטעהט, אין האלטען דען מאַגען זעהר גוט אָפפען, אונד העלפֿען דען לעבער טאהן זיין ארבייט. דאָס קאָן מאַן טאהן מיט „אַפענטאַ" וואַססער אָדער קאַרלסבאַדער זאַלץ אַללע אין דער פֿריה, אויך ווען מעגליך דאָס הייסט אין דיא ערשטע מאָנאַט ווען דער בויך איזט נאָך ניט גענוג גרויס איזט דיא פֿאָלגענדע בעוועגונג זעהר גוט:- האַלטען דיא קניע גלייך, אונד אן רירען דיא פינגער פון דיא פיס מיט

יעצט זעהר וועניג צייט זיך אבצופילעווען צוא זיין רעגולאר אפּפּען. – דריטטענס האבען דיא גרויסטע טייל מענשען זעהר וועניג בעוועגונג.— שוואנגערע־דיגע. פֿרויען אבער ליידען נאך מעהר פֿון איין הארטען מאגען ווייל דיא הויבמוטטער דריקט צוא אביססעל דיא געדערם אונד לאזט זיא ניט זיין לייכט אָפּפּען.—נאך איינע אורזאכע איזט ווייל פֿרויען טרינקען איבערהויפּט זעהר וועניג וואססער אונד דאריבער זיינען דיא קישקעס בייא זייא ניט גענוג פֿייכט צוא ארבייטען ריכטיג—זאָ וויא איין מאשין ארבייט ניט גוט ווען מאן שמירט ניט דיא רעדער.

דיא בעהאנדלונג דאריבער בעשטעהט פֿון פֿאלגענדעס.

ערשטענס. עססען זאלכע זאַכען וועלכע זיינען ניט גענצליך פֿערדעהבאר, אונד לאזען דאַריבער איבער שטיקלאך וועלכע צוא־רייצען עטוואס דיא געדערם.—זאלכע זאכען זיינען **ברוינע ברויט** אָדער האָווים ברויט (Hovis Whole Meal Bread) [אין האווים ברויט ווערט בענוצט דער גאנצער זאנג צוזאממען מיט דעם אונפֿערדעהבארען טייל] **פרוכטען** וויא צום ביישפּיעל געשטעלטע פֿלוימען, בארען, פֿייגען, ראזינקעס, וויינטרויבען, א.ז.וו.; **האבערנע גרויפּען** (Oatmeal), פֿערשיעדענע **גרינסען**, (געמיזע) וויא צום ביישפּיעל קרויט, מעהרען, טאָמאַטאָס, א.ז.וו. אויך זיינען זאלכע זאכען וויא האניג, סירופּ, דושעלי, מארמאלאד, א.ז.וו. זעהר גוט.

צווייטענס. געהט רעגולאר אין קאבינעט, צוא עס ווילט זיך אייך זיין אפּפּען צוא ניט.—איהר ברויכט אויסקלייבען א צייט ווען איהר זייט ניט פֿערנוממען מיט אנדערע זאכען, אום איהר זאהלט אייך פֿערשפּארען האַילען;—איידער מאן געהט שלאפֿען אדער גלייך וויא מאן שטייט אויף זיינען בעקוועמע שטונדען.

דריטטענס. האבען גענוג בעוועגונג.—שפּאצירען אליין איזט ניט גענוג, דאס גיבט נאהר בעוועגונג צוא דיא פֿיס, אבער ניט צום בויך. פֿערשיעדענע סארטען לייכטע גימנאַסטיקע זיינען דאריבער זעהר נעטיג. איין גוטער מיטטעל איזט צוא מאססאזשירען דען בויך זעהר לאנגזאם יעדען פֿריהמארגען, וויא איך האב בעשריעבען אין איינעם פֿאריגען קאפּיטעל (זייטע 36).

צום ביישפּיעל) אונד ארום בינדען שטאַרק מיט איין טיכעל, אַ האַנדטוך, אָדער וואָס איהר קאָנט געפֿינען.*

7 **ביישענעש.** שוואַנגערדיגע פֿרויען לײדען מאַנכעס מאָהל פֿון איין בייסענעש פֿון דעם גאַנצען קערפּער, אָבער זעהר אָפֿט פֿון איין ביסענעש אין דיא ענגע פלעצער. אין זאָלכע פֿאַללען ברויכט איהר אייך בעראַטען מיט איין דאָקטאָר וועלכער וועט אייך געבען עטוואַס צוא לייגען.

8 **צאהן שמערצען.** אין שוואַנגערדיגע פֿרויען, פֿאַנגען אָן דיא ציינער מאַנכעס מאהל צוא פֿוילען אונד שמערצען. דיא אורזאַכע גלויבט מאַן איזט ווייל ווען בייא דעם קינד אין בויך, פאַנגט זיך אָן ענטוויקלען דיא ציין אונטער דיא יאַסלעס, דאָסס הייסט אונגעפעהר אין דער זעכסטער וואָך פון שוואַנגערשאַפט, נעהמט דאָס קינד צו דיאַ קאַלך אונד ליים זאַלצען פון דער מוטטערס ציין.

בעהאנדלונג. ווען דיא ציין פֿאַנגען אָן פֿוילען מוס מאַן זיא גלייך פערפלאָמבירען, אונד ניט וואַרטען ביס נאָך דעם קימפּעט. עס איזט אויך זעהר נעטיג האַלטען דיא ציין פֿאָלקאם ריין מיט איין ווייכער צאָהן בערשטעל.

9 **געשוואָלענע פיס, אָדער געשוואָלען אונטער דיא אויגען.** זאָ איין סימפּטאָם טרעפֿט זיך אין פֿערשיעדענע קראַנקהייטען, אונד מאַנכעס מאָהל קאָן עס זיין זעהר סעריאָזנא, צום ביישפּיעל עס קאָן בעדייטען ניערען קראַנקהייט. עס איזט דאַריבער זעהר נעטיג ווען איהר בעמערקט זאָ איין צואשטאַנד אייך גלייך בעראטען מיט איין דאָקטאָר.

10 נאָך איינע זעהר וויכטיגע אורזאַכע פֿיר רופֿען איין דאָקטאָר באַלד, איזט ווען דיא פרויא פאַנגט אָן בלוטיגען....ביס אָבער דער דאָקטאָר קאָממט מוסס זיא זיך אַריין לייגען אין בעט אונד ליעגען גאַנץ רוהיג.

---

* **בעמערקונג.** דיא זעלבע בעהאַנדלונג ברויכט מאַן אנווענדען ווען עס בלוטיגט פֿון אַללע אנדערע אויסערליכע טיילען פֿון קערפּער—בייא עלטערע מענשען אָדער בייא קינדער—ביס דער דאָקטאָר קאָממט.

די פינגער פון די הענט איינינע מאָהל אין טאָג; דאסס דריקט צוא אונד מאַססאַזשירט דעם לעבער אונד העלפט אים ער זאָהל גוט טרייבען די בלוט. אויב די העמאָרידען זיינען אויססערליכע, ברויכט מאַן זיא האַלטען זעהר ריין: נאָך יעדען ארויסגאַנג זאָהל מאַן זיא אַרום וואַשען מיט איין שוואָם (ספּאַנדש) מיט וואַססער אונד קאַרבאָל זייף, אונד איהר זאָהלט ניט בענוצען קיין פּאַפּיער. איהר זאָהלט אייך ניט דריקען זיין אָפּפען; וואָסס מעהר איהר וועט אייך מאַטערן וועט אללעס די העמארידען ערגער ווערען. אייער עססען אונד אַנדערע אויף פיהרונגען זאָהלען זיין די זעלבע וויא פיר איין האַרטען מאָגען. אויב דער ווייטאג איזט זעהר גרויס ברויכט איהר פרעגען איין דאָקטאָר וועלכער וועט אייך געבען פערשיעדענע זאַלבען איין צוא רייבען. אויב די העמארידען זיינען אינגערליכע אונד בלוטיגען זאָ פיעל דאָס זיא שוואַכען אייך אב זאָגאַר איהר האָט אנגעווענדעט די בעהאַנדלונג וועלכע איך האָב בעשריעבען, מוססט איהר גלייך אייך בעראַטען מיט איין דאָקטאָר.

6 **געשוואללענע אדערן פון די פיס.** דאָסס טרעפט זיך אויך זעהר אָפט ביי שוואַנגערדיגע פרויען, צוא ליעב דער זעלבער אורזאַכע וויא העמאָרידען, נעמליך ווייל די געביר מוטטער מיט דעם קינד דריקען אויף די גרויססע אָדערען פון בויך אונד לאָזען ניט אריין די בלוט וועלכע קאָממען פון די אָדערען פון די פיס, אָדער פון אונטערשטען מאָגען.

די בעהאנדלונג. בעשטעהט אין האַלטען דען אונטערשטען מאָגען גוט אָפּפען. ווען איהר זיצט זאָהלט איהר האַלטען די פיס הויך אויף איין שטוהל, אונד איהר זאָהלט דעם גאָנצען טאָג טראַגען גומענע זאָקען. אויב די אָדערן פאַנגען אָן זעהר וועה טאָהן זאָהלט איהר אייך בעראטען מיט איין דאָקטאָר. מאַנכעס מאָהל טרעפּט זיך דאָס איין אָדער פּלאַצט אונד עס פאַנגט אָן שרעקליך בלוטיגען; אין זאָ איין צופאַלל ברויכט איהר געוואהנליך באַלד שיקען נאָך איין דאָקטאָר, אָבער ביס דער דאָקטאָר קאָממט זאָהלט איהר צוא דריקען וואָ עס בלוטיגט, מיט איין פינגער אָדער ארויף דריקען איין מטבע (איין פּענני

אונד דאַס אַללעס וואס ווערט בענוצט ארום דער פרויא איזט פאָלקאָם ריין. עס איזט ניט ערלויבט אַריין לאָזען צוא פיעל מענשען אין צימּמער פיר איין מאָהל, אָדער אין איין טאָג. עס איזט אָבער איין אירטום פין דער נערס קיינעס ניט ערלויבען אַריין געהען. ווען דיא קינבעטאָרין וויל זעהען איהרע אַ בעקאַנטע אָדער אַ פריינד מאָג מאַן איהר ערלויבען זיא צוא זעהען—ווען זיא האָט זיך גוט אויסגעשלאַפפען; עס זאָהלען אָבער ניט אריין געהען מעהר וויא 2 פערזאָן פיר איין מאָהל אונד זיא זאָהלען ניט פערבלייבען לייננער וויא 5 אָדער 10 מינוט. **מען זאלל אבער קיינעס ניט ערלויבען וועלכער האט זיך געמישט מיט איין פאציענט וואס ליידעט פון איין אנשטעקענדיגער קראנקהייט.** דיא קינדבעטאָרען ברויכט שלאָפען אייניגע שטונדען דורך דען טאָג.

3 **דאס עססען.** גלייך וויא דיא פרויא ווערט אַרום געוואַשען, אונד איידער זיא געהט שלאָפען ברויכט זיא אויסטרינקען איין גלאָז מילך מיט איין איי צואשלאָגען אין דיא מילך, אָדער איין גלאָז ביף-טיא

דיא ערשטע 2 אָדער 3 טאַגע ברויכט דאס עססען בעשטעהן פון זאָלכע לייכטע זאַכען וויא מילך, ברויט מיט בוטטער, אייער, קאָקאָא; אונד אויב דיא פרויא האָט קיינע היץ אונד פילט זיך געזונד, אונד האָט אַפעטיט דאצוא, מאָג מאַן איהר אויך געבען איין שטיקל געקאָכטע פיש, אָדער הון, אָדער שעפסען פלייש. **דעם דריטען טאג** ברויכט דיא פרויא נעהמען **איין אבפיערמיטטעל**, וויא צום ביישפיעל איין לעפעל ריצין אויל אָדער 2 טעה לעפעל לאַקאַרעץ פולווער, אָדער איין אנדער מיטטעל וועלכער איין דאָקטאָר וועט פערשרייבען.

נאָך דעם דריטען טאָג, אויב דיא פרויא פילט זיך אין אַללע הינ-זיכטען געזונד, מאָג זיא אָנפאַנגען עססען אַללעס וואָס זיא ווילל.

4 אויב דיא פרויא ליידעט פון שווערע **נאָך וועהענעססען**, וועלכע לאָזען איהר ניט שלאַפען ברויכט זיא בעטען איהר דאָקטאָר ער זאָהל איהר עטוואַס געבען צוא שטיללען דען וויטאָג.

5 **אויב דיא פרויא קאן ניט מאכען וואססער** איזט איין גוטער פלאַן זיא זאָהל זיך שטעללען אויף דיא קניא. אין פיעלע פאללען

ROYAL COLLEGE OF SURGEONS OF ENGLAND
11 JAN 08
LIBRARY

פֿיערצענטער קאַפּיטאַל.

דיא היגיענע פֿון קימפּעט אונד וויגען.

---

1 דיא היגיענע פֿון קינדבעט קאָן מאַן זאָגען בעשטעהט אין דיא פֿאָלגענדע 2 זאַכען—ריינהייט אונד רוהיגקייט.

ריינהייט. דאָס קינדבעט צימער ברויכט זיין דאָס גרעסטע, לופֿטיגסטע אונד רוהיגסטע צימער אין הויז. עס טאָהר ניט זיין לעם איין קלאָזעט, אונד עס איזט וויכטיג דאָס דיא רינעס פֿון הויז זאָהלען זיין גאַנץ, אום קיינע שמוציגע לופֿט זאָהל אריין אין צימער. דיא פֿענסטער ברויכען זיין אָפֿפֿען, אונד אום צוא פֿערהיטען דער פֿרויא פֿון איין צוג-ווינד ברויכט שטעהען איין סקרין אַרום בעט. ווינטער ברויכט זיין איין פֿייער אין צימער, דאָס וועט האַלטען דאָס צימער וואַרם אונד וועט אויך העלפֿען צוא ווענטילירען (אויסלופֿטערן). אין צימער ברויכט זיין גוט ליכטיג, אונד איהר זאָהלט דאריבער ניט אַראָפּ לאָזען דיא שטאָרען, אָדער פֿערהענגען דיא פֿענסטער מיט דיקע אָדער טונקעלע פֿאָרהאַנגען אויסער ווען דיא קימפּעטאָרען שלאָפֿט. שמוציגע וועש אָדער אַנדערע זאַכען זיינען ניט ערלויבט געהאַלטען ווערען אין צימער.

2 גלייך וויא דאָס קינד ווערט געבוירען, אונד אַללעס איזט אַוועק-געקאָממען ברויכט מאַן דיא פֿרויא גוט אַרום וואַשען אונד דיא נערם (וואַכטערין) ברויכט זעהן דאָסס דיא קינדבעטאָרען ליעגט אימער ריין,

9 **ווען ברויכט דיא קינדבעטארין אויף שטעהען פון בעט.** אויב אַללעס איזט נאָרמאַל, דיא טעמפּעראַטור אונד פּולס זיינען וויא עס ברויכט צו זיין, אונד דיא בלוט איזט געסטאָפּט, איזט ערלויבט דער פרויא אראָב געהען פון בעט **נאָך דעם 10-טען טאָג.** זיא זאָהל אָנפאַנגען מיט אַפּאָהר שטונדען איין טאָג, אונד יעדען טאָג אַרונטער געהען אויף איינע לייננערע צייט, ביס דען 14-טען טאָג פון קינדבעט, דאַן קאָן זיא דיא בעט אין גאנצען פערלאססען. **אויב אללעס איזט ניט נארמאל,** צום ביישפּיעל ווען דיא בלוט איזט נאָך ניט געסטאָפּט, אָדער דיא פרויא פיללט זיך זעהר שוואַך ווייל זיא האָט פיללייכט זעהר פיעל בלוט פערלאָרען ווען דאָס קינד איזט געבוירען געוואָרען, אָדער ווען מאן האָט דאָס קינד מיט אינסטרומענטען ארויס גענאָממען, **טאהר דיא פרוי ניט אראפּגעהען ביס אללעס איזט וויא עס ברויכט צוא זיין** אונד דיא פרויא פיעללט זיך שטאַרק גענוג. אין קיין פאַלל אָבער איזט עס ניט ערלויבט דער קינדבעטאָרען פער־לאַססען איהר בעט ב ע פ אָ ר דען 10-טען טעג. **פיעלע הראנישע פרויען קראנקהייטען קוממען פון דעם וואס דיא קינד־בעטארין איזט אויף געשטאנען פון בעט בעפאר דער צייט.**

10 **וועגען זויגען** האָב איך שאהן גערעדט אין דעם 2-טען קאַפּיטעל. איך וועלל היער ווידערהאָלען דאָסס ווען נאַהר מעגליך זאָהל דיא מוטטער געבען דעם קינד דיא ברוסט אַם ווייניגסטען דיא ערשטע 6 וואָכען. ווייל דאָס זויגען העלפּט דער הויב-מוטטער, וועלכע וואַר זאָ אויסגעצויגען דורך דיא שוואַנגערשאַפּט, זיך אום צוא קעהרען צוא דער ריכטיגער מאסס, אונד אַרויס צו טרייבען דיא פערשיעדנע זאַכען וועלכע געפינען זיך דאָרט; אונד דיא הויפּט אורזאַכען פון אַנטווינען בעפאָר דען 10 מאָנאַט זאָהלען נאָהר זיין ווען דיא מוטטער ליידעט פון אַ געפעהרליכער קראַנקהייט אָדער דאָס קינד קאָממט ניט צוא אין געוויכט. דיא אַנדערע אורזאַכען, וועלכע זיינען ניט זאָ וויכטיג, וועט איהר געפינען אין דעם 2-טען קאַפּיטעל (§12).

ווען דיא מוטטער זויגט, ברויכט זיא עססען עטוואַס מעהר וויא געוואהנליך. ביער איזט ניט נעטיג; אָבער ווען דיא פרויא פערלאַנגט עס

איזט דיעזער מיטטעל אליין גענוג. אויב דאס אליין איזט ניט גענוג, זאהל זיא זיך שטעללען אויף דיא קניע איבער דיא דאמפף פון איין שיססעל זודינגע וואססער. אויב דאס איזט אויך ניט גענוג מוסס מאן רופען איין דאקטאר וועלכער וועט זעהר לייכט אבצאפען דיא וואססער מיט איין קאטעטער.

6 **דיא בריסט** מוסס מאן האלטען פאלקאם ריין וויא איך האב שאהן בעשריבען אין איין פאריגען קאפיטעל, ווייל פון ניט קיין ריינע בריסט קאממט מאנכעס מאהל צואשפאלטענע ניפפעלס, אדער גע־שווירען אין דיא בריסט, אונד דאס קינד קאן קריעגען איין שמוציגען מויל. דיא בריסט מוססען דאריבער אבגעוואשען ווארען בעפאר אונד נאך יעדען זויגען.

7 עס איזט זעהר איין גוטער פלאן פיר דיא נערס (וועכטערין) צוא האלטען איין **רעפארט** פון דער טעמפעראטור אונד דעם פולס. אויב דיא טעמפעראטור איזט העכער וויא 99° פאהרענהייט אונד דער פולס איזט מעהר וויא 100 (נארמאלער פולס איזט 72 מאהל א מינוט), אדער דיא פרויא שלאפט ניט גוט, עססט ניט גוט, אונד רעדעט עטוואס פון וועג, אדער עס שיידערט איהר איינינגע מאהל קאלט אונד ווארם, איזט עס ראטזאם זיך צוא בעראטען מיט איין דאקטאר.

8 **מילך פיבער.** עס טרעפט זיך מאנכעס מאהל דאסס דען דריטען טאג ווען דיא מילך קאממט אן גוט אין דיא בריסט, פאנגען אן דיא בריסט עטוואס וועהטאהן, אונד דיא טעמפעראטור שטייגט עטוואס העכער וויא נארמאל, צום ביישפיעל 100° אדער זאגאר 102° פאהרענהייט—דאס רופט זיך „מילך פיבער", אונד **אויב דער פולס איזט ניט העכער וויא נארמאל** (75 אדער 80 איין מינוט) **איזט עס ניט סעריאזנא.** אויב אבער ווען דיא טעמפעראטור שטייגט העכער, איזט דער פולס אויך פיעל געשווינדער וויא 80, איזט עס נעטיג זיך צוא בעראטען מיט איין דאקטאר.

אָדער „ענמת נ̇פש״; אונד ווען צוא ליעב פֿערשיעדענע אורזאַכען קאָן זיא זיך ניט פֿערהיטען פֿון ערגערניס, זאָהל זיא ניט געבען דעם קינד זויגען גלייך וויא זיא איזט געווארען אויף גערעגט.

v. **דאס עססען אונד פאסטען.** גוט אונד גענוג עססען פֿון פֿלייש, פֿיש, מילך אונד אייער מאַכען די מילך גוט אונד געזונד. — איינע זויגעדיגע פֿרויא טאָהר ניט פֿאַסטען, ניט נאָר צוליעב איהרען אייגענעם געזונד, זאָנדערען אויך צואליעב דעם געזונד פֿון איהר קינד. [געוויססע חימיקער האָבען אנאַלייזירט דיא מילך פֿון פֿרויען וועלכע האָבען געפֿאַסט, אונד האָבען פֿערגלייכט מיט די מילך פֿון פֿרויען וועלכע האָבען ניט געפֿאַסט, אונד האָבען געפֿונען דאסס דאָס פֿאַסטען מאַכט דיא מילך אַרעם אין אלבומען אונד פֿעטקייט]

vi. **צוא אפט זויגען.** ווען די מוטטער גיעבט דעם קינד צוא אָפֿט זויגען, דאַן פֿאַנגט אָן איהר מילך ענטהאַלטען מעהר קעז וועלכעס, וויא מיר האָבען געזעהן אין דעם דריטען קאַפיטעל, איזט ניט לייכט פֿיר דאָס קינד צוא פֿערדעהען אונד דאַריבער פֿאַנגט דאַס קינד אָן ליידען פֿון פֿערדעהונגס קראַנקהייטען, וויא צום בייר־שפיעל קרעמפפען א.ז.וו. עס איזט דאַריבער נעטיג דאסס דאַם קינד זאָהל זויגען רעגעלמעסיג אין געשטעלטע צייטען, וויא איך האָב שוין בעשריעבען אין דעם דריטען קאַפיטעל.

vii. **רפואות.** פֿערשיעדענע רפואות אָדער קרייטאַכצער געהען מאַנכעס מאָהל דורך דער מוטטערס בלוט אונד קאָממען אַריין אין די מילך, אונד קאָנען דאַריבער האָבען איינע ווירקונג אויף דאַס קינד. עס איזט דאַריבער זעהר וויכטיג דאָס דיא מוטטער זאָהל קיינע מעדיצין נעהמען אָהנע צוא פֿרעגען איין דאָקטאָר.

12 וועגען **וויטאג, וואונדען אונד געשווירען אין דיא בריסט** האַב איך שוין גערעדט אין 2טען קאַפיטעל אונד איך וואָלט אייך נאָך איין מאָהל אָנזאָגען דאַסס איהר זאָהלט אייך אין זאָלכע פֿאַללען איממער מיט איין דאָקטאָר בעראַטען.

מאַג זיא טרינקען איין גלאַז ביער (סטאָוט) איין טאַג. פרישע לופט אינד בעוועגונג זיינען געוועהנליך נעטיג פיר אַ פרויא וועלכע זויגט זאָ וויא, אונד פיללייכט נאָך מעהר, וויא פיר אַנדערע פרויען.

11 דיא פערשידענע זאכען וועלכע האבען איינע ווירקונג אויף דער מוטטערס מילך.

i. **עלטער.** די בעסטע מילך, אם מיינסטען, איזט בייא פרויען פון 20 ביס 30 יאָהר אַלט.

ii. **דער מוטטערס געזונד.** וואָס בעססער איזט דער מוטטערס געזונד איזט אללעס בעססער איהר מילך. דיא מוטטער ברויכט דאריבער עססען אונד טרינקען גוט, שלאָפען גוט, אונד האָבען גענוג בעוועגונג אין דער פרישער לופט. ויען דיא מוטטער ליידעט פון היץ קריינק אָדער פון געפעהרליכע קראַנקהייטען איזט דאַריבער איהר מילך ניט גוט, אונד עס איזט ניט נאהר שעדליך פיר איהר אייגענעם געזונד זיא זאָהל זויגען דאָס קינד זאנדערן עס איזט אויך זעהר אומגעזונד פיר דאס קינד.

iii. **שוואנגערשאפט.** ווען איינע זויגעדיגע פרויא פאַנגט אָן שוואַנגערן, ברויכט מען אָנפאַנגען צוא בערעכענען צוא מען זאָהל דאַס קינד אַנטוויינען צוא ניט. אויב דאַס קינד קומט צוא אין געוויכט אונד דיא מוטטער פיהלט זיך ניט שוואַך, קאָן זיא זויגען דאַס קינד ביז דען 5טען מאָנאט פון שוואַנגערשאַפט. אַם מייסטען אָבער איזט עס זעהר שווער פיר דיא מוטטער צוא זויגען דאָס קינד זאָגאר אין דיא ערשטע מאָנאַטען, אונד עס איזט דאַריבער ראַטזאַם באַלד צוא אַנטוויינען ווען נאָהר דער וועטער איזט ניט צוא היים.

iv. **נערוועזע ווירקונגען.** ערגערנים אונד שרעק, פערהאַלטען מאַנכעס מאָהל דיא מילך פון דיא בריסט, אָדער פערענדערען דיא קאָמפּאָזיציאָן פון דיא מילך אונד דאַס קינד קאָן נאָך דעם זויגען קריעגען פערשיעדענע פערדעהונגס קראַנקהייטען וויא צום ביישפיעל קרעמפען, לאַקסירען, ברעכען א. ז. וו. עס איזט דאַריבער זעהר נעטיג דאַסס דיא פרויא וועלכע זויגט זאָהל האָבען וואס וועניגער ערגערנים

פינפצעהנטער קאפיטעל.

איינינע פונקטען פיר נערסעס (ווארטערינס), אדער דיא יעניגע וועלכע געבען אכטונג אויף קראנקע.

1 יעדעס פרויענצימער דענקט דאסס זיא איזט פעהיג אכטונג צוא געבען אויף איין קראנקעס קינד, אונד יעדע פרויא וועלכע האט געהאט קינדער דענקט דאסס זיא קאן אכטונג געבען אויף איין קינד־בעטארען. — דאס איזט אבער ניט ריכטיג. צוא זיין איין נערס ברויכט מאן זיך לערנען, זא וויא מאן ברויכט זיך לערנען צוא זיין א שניידער אדער א דאקטאר. עס איזט אבער יא ריכטיג דאסס פרויען ווייל זיא האבען איבערהויפט ווייכערע נאטורען, זיינען מעהר פעהיג צוא זיין נערסעס וויא מענער. — אין דיעזעס קאפיטעל וועלל איך רעדען וועגען איינינע פונקטען וועלכע עס ברויכט וויססען איינע מוטטער, וועלכע ברויכט אכטונג געבען אויף איהר קראנקעס קינד, אדער איינע וואבטערן (נערס) וועלכע גיעבט אכטונג אויף קינדבעטארינס אונד קראנקע אים אלגעמיינעם. אום צוא פערשפארען צוא פיעל ווערטער וועל איך וועגעןביידען (מוטטער אונד ווארטערין) רעדען אלס „נערס".

13 **בלוט ארמוט** (Anaemia). מעהרערע פֿרויען ליידען פֿון בלוט־אַרמוט ווען זיא זויגען. איבערהויפט דיא פֿרויען וועלכע האָבען געליעדען פֿון דער קראַנקהייט בעפֿאָהר, וויל דיא מילך וועלכע זיא געבען דעם קינד קוממט געוועהנליך פֿון זייער בלוט. — זאָלכע פֿרויען זעהן אויס זעהר בלאַס, זיא ווערען זעהר לייכט מידע, איבערהויפט ווען זיא געהען אויף טרעפּ, זיא קריגען ווייטאָג אין רוקען, האָבען האַרץ קלאַפּונג א. ז. וו.—אויב דיעזע סימפּטאָמען זיינען זעהר שווער, אונד ווערען ניט בעסער אונטער בעהאַנדלונג, ברויכט מען דאַס קינד אַנטוויינען.

דיא בעהאנדלונג בעשטעהט פֿון פֿיעל עססען פֿון דיא בעסטע זאַכען וויא פֿלייש, פֿיש, מילך, אייער א. ז. וו., פֿיעל פֿרישע לופֿט איבערהויפט אין דער זונן, פֿיעל בעוועגונג, האַלטען דען מאָגען אונד ציין פֿאָלקאָם ריין, אונד נעהמען אייזען פּיללען אָדער אייזען וויין.— וועגען מעדיצין איזט עס אָבער נעטיג זיך איבערגעבען צו איין דאָקטאָר אין דיא הענד.

וואַשען אונד אָנטהון איין פּאַציענט, וויא צוא געבען איין פּאַציענט עססען, וויא צוא מעסטען דיא טעמפּעראַטור, אונד וויא צוא גרייטען פֿערשיעדענע שפּייזען אונד הייל מיטלען וועלכע דער דאָקטאָר פֿערזאָגט, צום ביישפּיעל, קאמפּרעססען, פֿערשיעדענע קליסטירען א. ז. וו. אונד פֿערשיעדענע אַנדערע זאַכען. — אין דיעזען קאַפּיטעל וועל איך מיט אייך וועגען דיעזע פֿערשיעדענע פּונקטען גאַנץ קורץ רעדען.

3 דער נערס'עס פּערזענליכע ריינקייט.

זיא ברויכט טראָגען העללע ציצענע קליידער, וועלכע קאָסטען ניט טייער אונד מאַן קאָן דאַריבער אָפֿט איבערבייטען; וועלכע צואליעב זייער העללקייט קאָן מאַן גלייך בעמערקען ווען זייא ווערען עטוואָס שמוציג; אונד וועלכע מאַן קאָן לייכט אויסוואַשען. זיא ברויכען ניט זיין לאַנג אום זיך שלעפּען אויף דער ערד, ווייל ערשטענס ווערען זאָלכע קליידער באַלד שמוציג, אונד צווייטענס מאַכען זיא דיא לופֿט פֿון צימער פֿולל מיט שטויב. די אַרבעל פֿון בלוזע ברויכען ניט זיין צוגענייט צוא דער בלוזע, אום מאַן זאָהל זייא קאָנען אַרונטער נעהמען ווען מאַן ברויכט אַרום וואַשען דען פּאַציענט, אָדער זיא ברויכען זיך קאָנען פֿערקאַטשען איבער דיא עללענבויגענס. — די הענט וויא אויך איהר גאַנצער קערפּער ברויכען איממער געהאַלטען ווערען פֿאָלקאָם ריין. איהרע נעגעל ברויכען זיין קורץ געהאַלטען אום עס זאָהל זיך אונטער זייא קיין שמוץ ניט געפֿינען.

דיא נערס ברויכט קיין שמוציגע זאַכען ניט ערלויבען צוא בלייבען אין צימער.

4 דיא נערס ברויכט האַלטען איין רעפּאָרט פֿון פּאַציענט וועגען:

i, דיא טעמפּעראַטור אין דער פֿריה אונד ביי נאַכט.

ii, דעם פּולס.

iii, פֿערשיעדענע סימפּטאָמען, צום ביישפּיעל צוא דער פּאַציענט האט געהאַט ווייטאָג, אונד אין וועלכען פּלאַץ, צוא דער פּאַציענט האָט געשווידערט, אָדער געהאַט איין קאָנוואולסיע א.ז.וו.

2 וואס ברויכט איינע נערס זיין?

ערשטענס מוסס זיא זיין גוט אין דער נאַטור, אונד ברויכט צייגען איינע געוויססע צאָהל ערנסטע ליעבע צוא איהר פאַציענט. — זיא ברויכט אָבער אויך האָבען איינע שטאַרקע נאַטור. צום ביישפיעל, זיא ברויכט ניט פאַללען אין „חלשות" (אוממאַכט) ווען זיא זעהט בלוט, אָדער ווען דער דאָקטאָר מאַכט איינע אָפּעראַציאָן אויף דעם פאַציענט.

צווייטענס זאָגאַר זיא ברויכט זיין גוט, ברויכט זיא אויך האָבען שכל, אונד ניט האָבען איינע זעהר וויי֊כע נאַטור, זיא זאָהל צוא פיעל נאָכגעבען דען פאַציענט. — זאָלכע נערסעס פערנאַכלעססיגען מאַנכעס מאָהל איין פאַציענט גאַנץ ניט וויללענדיג. צום ביישפיעל, זיא לאָזען זיך איין רעדען פון פאַציענטען זיא זאָהל זייא ניט שפּאַרען עססען ווען עס ווילל זיך זיי ניט, זאָגאַר דער דאָקטאָר האָט אָנגעזאָגט דאַסס דער פאַציענט מוסס עססען אין געוויססע שטונדען. זיא ברויכט האָבען גענוג שכל, זיא זאָהל קאָנען איבעררעדען איהר פאַציענט, דאַסס אַלעס וואָס זיא טהוט איזט נעטהיג פיר דען קראַנקען אום שנעלל געזונד צוא ווערען.

דריטענס ברויכט יעדע נערס האָבען איין פרעהליכען פּנים, אום זיא זאָהל קאָנען האַלטען דען פאַציענט פרעהליך. — זיא ברויכט געוועהנליך ניט זיין שטום אָדער האַלטען איין שלאָסס אויף דעם מויל, אָבער זיא זאָהל אויך ניט אויסנוצען צום פאַציענט דיא גאַנצע 9 מאָס רייד מיט וועלכע גאָט האָט איהר געשענקט.

פיערטענס ברויכט דיא נערס וויססען דאַסס זאָגאַר זיא איזט אים אַלגעמיינעם עבענזאָ וויכטיג צום פאַציענט וויא דער דאָקטאָר, פון דעסטוועגען בעשטעהט איהרע אַרבייט, אין גאַנצען, אין ערפיעלען דעם דאָקטאָרס אָרדערס. זיא האָט קיינע רעכט צוא קריטיקירען וואָס דער דאָקטאָר האָט פערזאָגט, ווייל זיא ווייס געוועהנליך גאָר־ ניט וואָס מעדיצינישע וויסענשאַפט איזט.

פינפטענס, די נערס ברויכט איממער זיין ריין אונד ציכטיג, אונד ברויכט וויססען וויא צוא אויסבעטען איין בעט, וויא צוא אַרום

קוו׳קזילבער האָט אַרויף געשטייגט. — אויב דער פּאַציענט איזט איין קליין קינד, בעשמירט מען דעם דינעם עק מיט וואַזעלין אונד מען טהוט עס אַריין אין הינטער־לייב אונד מען לאָזט עס דאָרט ליגען פֿון ½ מינוט ביס 3 מינוט -- עס ווענדט זיך וויא גוט דער טערמאָמעטער איזט. ווען מען נעהמט עס אַרויס זעהט מען וויא הויך די קוועקזילבער האָט גע־שטייגט. - יעדעס מאָהל ווען מען לעזט דיא טעמפּעראַטור ברויכט מען עס פֿערשרייבען אום צוא צייגען דעם דאָקטאָר.

מען קאָן אויך מעסטען דיא טעמפּעראַטור אונטער דעם אַקסעל, אָבער עס איזט ניט זאָ ריכטיג. דיא נארמאלע טעמפּעראטור פֿון מענשענס קערפּער איזט אונגעפֿעהר 98⅖ פאהרענהייט. אונד איזט העכער אום 6 אוהר בייא נאַכט וויא אום 6 אוהר אין דער פֿריה. דיא טעמפּעראַטור פֿון איין פּאַציענט ברויכט מען לעזען אַם וועניגסטען 2 מאָהל טעגליך, אין דער פֿריה אונד בייא נאַכט, אָדער אָפֿטער וויא דער דאָקטאָר הייסט.

6 וואס מען קאָן וויססען פֿון דער טעמפּעראַטור.

i. אין יעדער היץ קריינק, אָדער ווען דאָס קינד אָדער דיא קינדבעטאָרין „האָט היץ" איזט דיא טעמפּעראַטור העכער וויא נאָרמאַל.

ii. אַ טעמפּעראַטור פֿיעל אונטער נאָרמאַל געפֿינט זיך אין עפּידעמישען לאַקסירען, אונד אַנדערע שווערע קראַנקהייטען ווען דער פּאַציענט איזט זעהר סעריאָזנא. צום ביישפּיעל ווען דער פּאַציענט האָט פֿערלאָרען זעהר פֿיעל בלוט, א. ז. וו.

iii. ווען דיא טעמפּעראַטור פֿאַלט פּלוצלונג אונד דער פּאַציענט פֿיעלט זיך פֿיעל בעסער אונד דער פּולס ווערט אויך וועניגער דאַן איזט עס איין זעהר גוטער סמן, עס צייגט דאָס דיא קראַנקהייט האָט גע-בראָכען, צום ביישפּיעל דער קריזיס אין איין לונגען ענטצינדונג א.ז.וו.

iv. ווען אָבער דיא טעמפּעראַטור פֿאַלט אונד דער פּולס ווערט געשווינדער, דאַן איזט עס איין זעהר שלעכטער סמן.— עס צייגט דאסס דיא סיסטעמע אונד איבערהויפּט דאס הערץ קאָן שוין זיך מעהר ניט שלאָגען מיט דער קראַנקהייט, אונד האָט זיך דאַריבער אונטערגעגעבען, אונד דיא קראַנקהייט האָט איינגענומען דיא מלחמה.

iv. שטולגאַנג אונד וואַססער מאַכען — וויא אָפְט אונד וויא פִיעל.

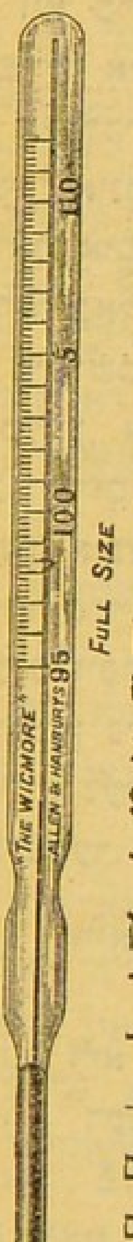
v. וויא דער פַאַציענט האָט געשלאָפֶען.

vi. וואָס, ווען, אונד וויפִיעל, דער פאַציענט האָט געגעססען.

vii. דיא שטינדען וועלכע פֶערשיעדענע מיטלען צום ביישפּיעל איין קליסטיר אָדער איין קאָמפּרעסס א. ז. וו. זיינען אַנגעווענדעט געוואָרען.

viii. וועגען אַנדערע זאַכען וועלכע דער דאָקטאָר וועט פֶערזאָגען.

5 וויא צוא מעסטען די טעמפּעראַטור.



קליִנישער טערמאָמעטער. (19)

דאַפִיר בענוצט מען איין קליִנישען טערמאָמעטער וועלכען מען קאָן קויפֶען פִיר אונגעפֶעהר 18 פענס. איין קליִנישער טערמאָמעטער בעשטעהט פֿון איין גלעזערנע טרובקע וועלכע ענטהאַלט אין זיך קוועקזילבער, אונד איזט געצייכענט מיט נומערן פֿון 95 אונד העכער. ווען די קוועקזילבער שטייט לעם איין געוויסען נומער צייגט עס איינע טעמפּעראַטור פֿון יענער צאָהל. צום ביישפּיעל, ווען דיא קוועקזילבער ענדיגט זיך לעם $100\frac{4}{5}$, צייגט עס איינע טעמפּעראַטור $100\frac{4}{5}$ א.ז.וו.

אום צוא זיך ערקונדיגען דיא טעמפּעראַטור פֿון איין פּאַציענט, וואַשט מען אַב דעם טערמאָמעטער אין קאַלטעם וואַססער אָדער באָר וואַססער אונד מען שאַקעלט אַראָב דיא קוועקזילבער ביז עס איזט אונגעפֶעהר לעם נומער 95 אָדער 96, אונד אויב דער פאַציענט איזט איין גרויסער מענש וויא צום ביישפּיעל איינע קינדבעטאָרען אָדער איין ערוואַקסענעס פֶערשטאַנדיגעס קינד, לייגט מען אַרונטער דעם רינעם עק פֿון טערמאָמעטער, אונטער דעם צונג, אונד מען הייסט דעם פּאַציענט פֶערמאַכען דעם מויל. אין אונ-געפֶעהר 3 מינוט צייט, אונד מיט בעסערע טערמאָמעטערס פִיעל וועניגער, נעהמט מען דעם טערמאָמעטער אַרויס אונד מען זעהט וויא הויך אונד לעם וועלכען נומער דיא

9 וויא צוא וואשען איין פאציענט אין בעט.

מען לייגט א י י נ ע ליילאַך א ו נ ט ע ר, אונד א י י נ ע א י ב ע ר דעם פאַציענט, נאַכהער טהוט מען דעם פאַציענט אויס אונד מען קעהרט איהם, אָדער זיא, איבער אויף א י י ן ז י י ט, אונד מען וואַשט אָב דעם אויבערשטען זייט אָהנע צוא אָבדעקען דעם פאַציענט. נאַכהער דרייט מען דעם פאַציענט איבער אויף דעם אַ נ ד ע ר ע ן זייט אונד מען וואַשט אָב דעם אַנדערען האַלבען קערפּער.

איהר ברויכט גוט אַכטונג געבען, דאָס דיא ליילאַך אויף וועלכער איין פאַציענט ליעגט איזט גאַנץ גלאַט אָהנע קנייטשען, אונד דאָס עס געפינט זיך אויף איהר ניט קיינע שטיקלאַך ברויט אָדער אַנדערע זאַכען. [זעהען וועגען בעט געשווירען, זייטע 147 i.].

10 קליסטירען.

איין קליסטיר קאָן געברויכט ווערען צוא־ליעב פערשיעדענע אורזאַכען, צום ביישפיעל:

i. צוא מאַכען אָפען דעם מאָגען.

ii. צוא פערהאַלטען איין שווערען לאַקסירען.

iii. צוא געבען דעם פאַציענט עססען ווען דאָס עססען קאָן ניט גענומען ווערען דורך דעם מויל (איין שפייז קליסטיר).

iv. צוא אַבלעבען אָדער אַבפרישען איין פאַציענט.

v. צוא שטיללען וויטאָג.

11 איין קליסטיר צום אפפען זיין

ווערט געמאַכט פון איינע פון די פאָלגענדע זאַכען (וויא דער דאָקטאָר הייסט):

i. **זייף.** מען צולאָזט זייף—אונגעפעהר 1 אָנץ אין איין פיינט (2 קוואָרט) וואַרמעס וואַססער—ביז עס ווערט גוטע מיללענעס.

ii. **ריצין אויל.** 2 עסס־לעפעל ריצין אויל, איין אָנץ זייף אונד איין קוואָרט וואַרמעס וואַססער.

iii. **קראכמאל** (סטאַרטש). 2 עסס־לעפעל קראכמאל מיט איין פיינט וואַרמעס וואַססער.

iv. **גליצערין.** אונגעפעהר איין עסס־לעפעל גליצערין אָדער אַליין, אָדער צומישט מיט גלייכע טיילען וואַרמעס וואַסער.

7 **פולס.** דען פולס קאָן מען פֿיעלען אין פֿערשיעדענע פלע-צער, אָבער דער בעקוועמסטער פלאַץ איזט דאָס האַנד-געלענק, גלייך איבער דעם ביין פֿון גראָבען פֿינגער, אונד בייא זעהר קליינע קינדער דיא לאָך פֿון קאָפּף (דער פֿאָרענשטער פאנטאנעלל—זייטע 48 *).—איין קינדס פולס איזט פֿיעל געשווינדער וויא איין גרויסען מענשענס פולס. בייא איין גרויסען מענש איזט דער פולס אונגעפֿעהר 72 יעדע מינוט, אונד בייא יונגע קינדער איזט עס 100 אונד זאָגאַר 150 יעדע מינוט (אין גאַנץ יונגע קינדער).

ביי קינדער איזט דער פולס מאַנכעס מאָהל ניט רעגולאַר.

וואס מען קאָן וויססען פון פולס.

ווען איין פּאַציענט האָט היץ איזט דער פולס געשווינדער. — ווען אין אַ היץ קריינק ווערט דער פולס געשווינדער און דיא היץ ווערט קליינער איזט עס איין זעהר שלעכטער סמן.

דער דאָקטאָר קאָן זיך ערקונדיגען נאָך פֿיעל מעהר זאַכען פֿון דער טעמפעראַטור אונד פֿון פולס.

8 **וויא אויסצובעטען אין בעט** ברויך איך אייך ניט צוא לערנען, דאסס ווייסט איהר אַללע. איך דענק אָבער פיר נעטיג אייך אָנצייגען וויא איבערבייטען איין ליילאך פון אונטער איין פּאַציענט, אהנע דעם פּאַציענט פון בעט ארויסצונעהמען:

i מען לייגט אויף אַ העלפט פֿון דער נייער ליילאַך אין איינינע פֿאַלבען אונד מען דרייט איבער דעם פּאַציענט צו איין זייט פֿון דער בעט.

ii. נאַכהער לייגט מען אויף די העלפט פֿון דער אַלטער ליילאַך, אויף וועלכער דער פּאַציענט ליעגט ניט אונד מען לייגט אַוועק דיא אויפגעלייגטע טייל פֿון דער נייער ליילאַך לעם פּאַציענט, אונד די ניט אויפ-געלייגטע טייל אויף דעם פלאַץ וואו דיא אַלטע ליילאַך איזט געלעגען.

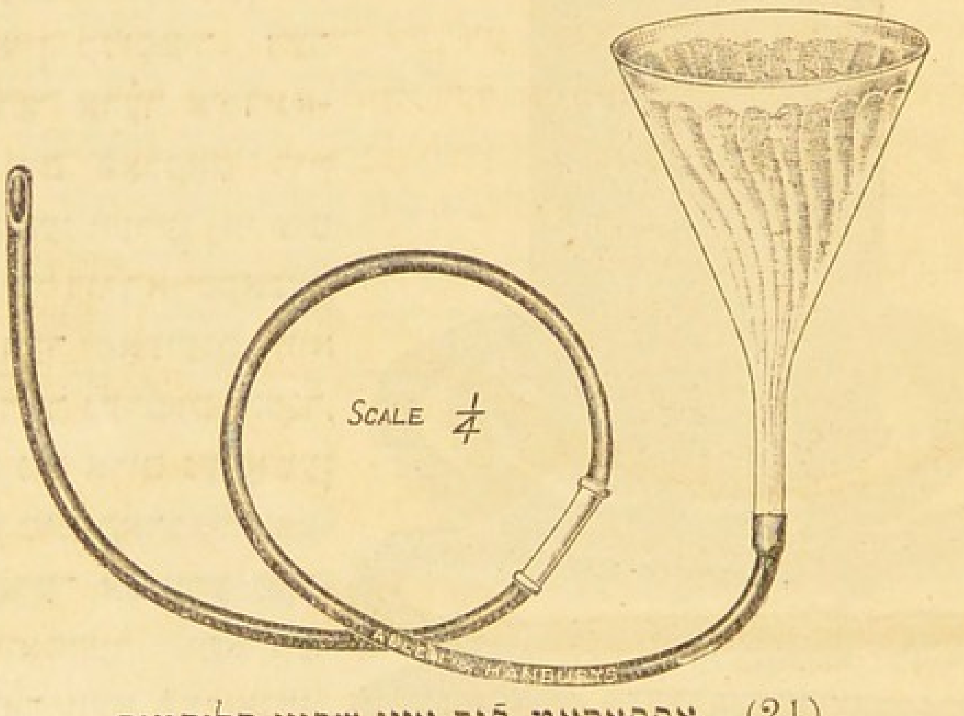
iii. נאַכהער דרייט מען איבער דעם פּאַציענט צום אַנדערען זייט, דאָס הייסט אויף דער נייער ליילאַך, מען נעהמט צו דיא אַלטע ליילאַך אונד מען ציהט אויס דיא אויפגעלייגטע העלפט פֿון דער נייער ליילאַך.

*) ווען איין פּאַציענט שלאָפט קאָן מען פֿיעלען דעם פולס אין איינעם פֿון דיא שלייפען פֿון פּארענט פֿון אָהר.

קאָן מען היגגינסאָנס שפּריצער ניט בענוצען, אונד מען געברויכט דאַ-
ריבער איין גלעזערנע לייקע מיט אַ לאַנגע גומענע טרובקע מיט איין
ביינענעם נעזעל (זאָ וויא פיר אַ שפּייז קליסטיר צייכנונג 21).

נאָך דעם בענוצען, מוס מען דעם שפּריצער דורך פּאָמפּען מיט
וואַססער אָדער שוואַכע קאַרבאָל וואַססער.— ווען אָבער מען האָט בע-
נוצט איין בוים-אויל קליסטיר, ברויכט מען דיא לייקע, טרובקע אונד
נעזעל, נוט דורך קאָכען אין וואַססער מיט זייף, אונד נאַכהער אַריין
לייגען אין ריינע וואַססער.

12 **איין שפּייז קליסטיר**, בעשטעהט פון 8 עסס-לעפּעל
פּעפּטאָניזירטע מילך (זעהן זייטע 27) אין וועלכע איזט צושלאָגען
איינע אָדער 2 אייער, מיט אַ ביססעל זאַלץ. צום קליסטיר קאָן דער
דאָקטאָר היסען צו לייגען נאָך עטוואַס וויא צום ביישפּיעל ביף טיא,
אָדער וויין אָדער בראַנפען.



(21) אַפּפּאַראַט פיר איין שפּייז קליסטיר.

וויא צו געבען איין שפּייז קליסטיר. מיט איין שטונדע
בעפאָהר מוז מען גוט אויסוואַשען דעם אונטערשטען מאָגען מיט איין
זייף קליסטיר. — אונד פיר דעם שפּייז קליסטיר בענוצט מען איין לייקע
מיט אַ גומענע טרובקע, מיט איין לאַנגען ביינענעם נעזעל (צייכנונג 21),
אָדער איין קאַטעטער. מען לאָזט דעם קליסטיר אַריין געהן גאַנץ

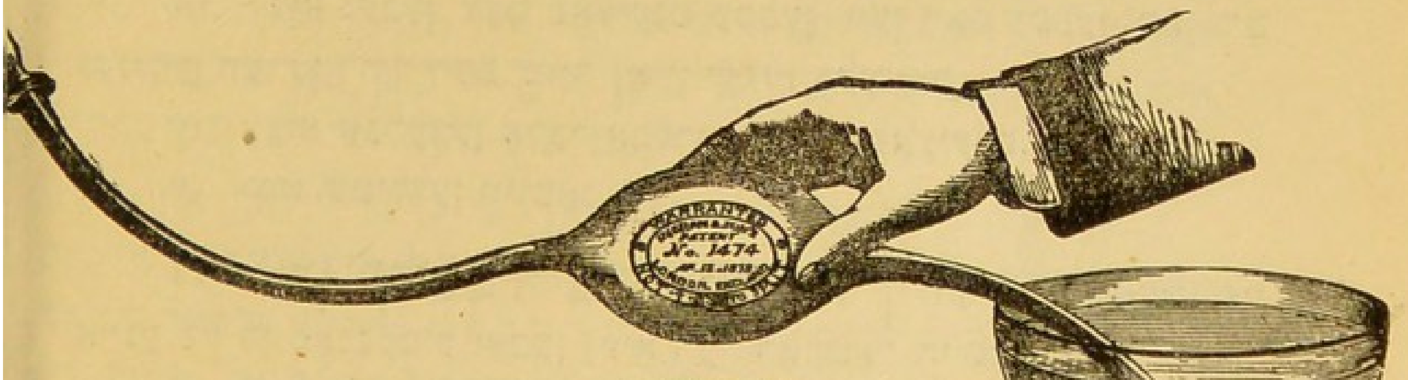
v. **טערפענטין.** איינע אָדער צווייא עסס-לעפֿעל טערפענטין מיט איין פיינט קראכמאָל קליסטיר (iii).

דיעזער קליסטיר איזט נוצבאַר, ווען דער פאַציענט האָט פֿיעל ווינד אין בויך.

vi. **בוים אויל.** — אָדער אונגעפֿעהר 1 פיינט וואַרמעס ביים אויל (אָליוועו אויל) אַליין, אָדער 8 עסס-לעפֿעל בוים אויל מיט איין פיינט זייף קליסטיר (i.) — זאָ איין קליסטיר איזט זעהר נוצליך ווען דער פאַציענט ליידעט פֿון זעהר איין שווערען הארטען מאָגען, ווייל דיא בוים אויל מאַכט ווייך דעם שמוץ (זעהען זייטע 37).

בעמערקונג: דיא מאָסס פֿון דיעזע אַללע קליסטירען איזט פֿיר גרויסע מענשען. פֿיר קינדער ברויכט מען געוועהנליך געבען וועניגער - וויא דער דאָקטאָר וועט פֿערזאָגען.

וויא צוא מאכען איין קליסטיר. מען לייגט דען פאַציענט אוף דעם לינקען זייט, (אָדער ווען דער דאָקטאָר פֿערזאָגט— אויף דעם רוקען) דעם ברעג פֿון בעט, אונד דער אונטערשטער טייל קערפער זאָל אַביססעל אַריבער היינגען איבערן בעט. אונטער דעם פאַציענט לייגט



(20) היגגינסאָן'ס שפריצער.

מען אַוועק אַ גומענע ליילאַך מיט איין האַנדטוך — נאַכהער טהוט מען אַריין דען נעזעל פֿון שפריצער (בעשמירט מיט וואַזעלין) אונד מען פּאָמפּעט דעם שפריצער גאַנץ לאַנגזאַם, ביז דער גאַנצער קליסטיר איזט אַריין געגאַנגען. דער בעסטער סאָרט שפריצער איזט היגגינסאָן'ס (Higginson's Syringe). — ווען מען גיעבט איין בוים-אויל קליסטיר

13 קאָמפּרעססען (קאטאפלאזמעס). דיזע ווערען געמאַכט פֿון זאַלכע זאַכען וועלכע קאָנען אין זיך איין האַלטען היץ, אונד נאַסקייט. צום ביישפּיעל ברויט, ליינזאַמען (לינסיד) א. ז. וו. — דיא אַללע קאָמ־פּרעססען ברויכען זיין גענוג גרויס, אונגעפֿעהר איין אינטש דיק, ברויכען צוגעליינט ווערען וויא היים דער פּאַציענט קאָן פֿערטראָגען, ברויכען ניט זיין צוא טרוקען אָדער צוא נאַס, אונד ברויכען איבערגע־ביטען ווערען גלייך וויא זיא ווערען קאַלט.

i. הייסע וואססער קאמפּרעסס, (Fomentation). מען לייגט אויף איין האַנדטוך אין צווייען אין דער ליינג, אונד מען לייגט אריין צווישען דעם אַשטיקעל פֿלאַנעללע. נאַכהער לייגט מען אַריין דען שטיקעל האַנדטוך מיט דער פֿלאַנעללע אין זודיגע וואַססער, אונד מען דרייט אויס גוט דעם האַנדטוך. דיא פֿלאַנעללע וועט זיך זאָ אויס דריקען פֿון דיא וואַססער אָהנע צוא פֿאַרברענען דיא הענד. מען לייגט נאַכהער צוא דיא טרוקענע הייסע פֿלאַנעללע אונד מען דעקט צו מיט איין שטיקעל מאַקינטאָש (סאַראַטע, דורך וועלכע וואַססער קאָן ניט דורך געהן), אונד איבער דעם לייגט מען אַרויף וואַטע אונד מען באַנ־דאַזשירט איין. דיא מאקינטאָש מיט די וואַטע וועלען איין האַלטען דיא היץ. זאַלכע קאָמפּרעססען ברויכט מען איבערבייטען יעדע ½ שטונדע, אונד איידער מען נעהמט איין קאָמפּרעסס אַרונטער ברויכט דער צוויי־טער זיין גרייט.

ii. טערפּענטין קאמפּרעס. דאַס זעלבע וויא פֿאָריגעס אייסער דאַסס מען שפּרינקעלט אַרויף אונגעפֿעהר איין עסס־לעפֿעל טע־פּענטין אויף דער הייסער שטיקעל פֿלאַנעללע.

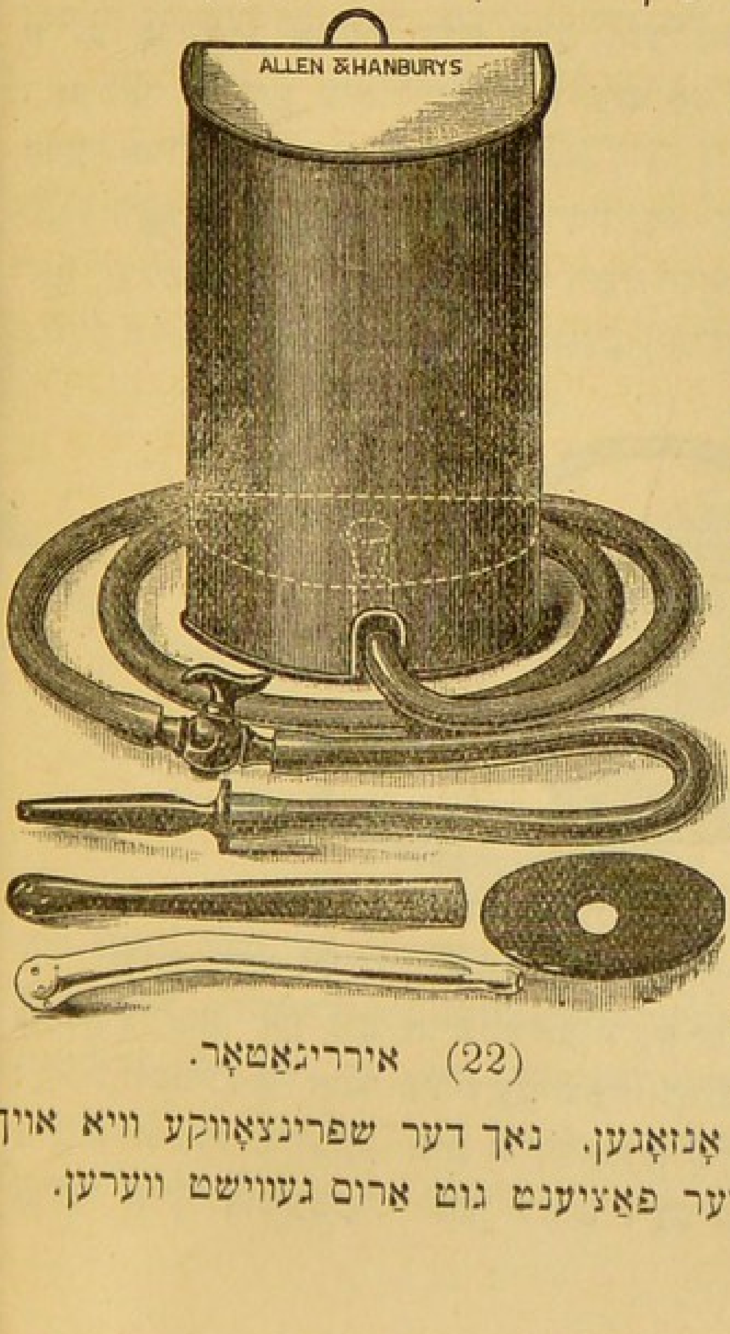
iii. ברויט קאמפּרעסס. מען צוא וויקט איין קליין זעקעל מיט אַלטע שטיקלאַך ברויט, אין זודיגע וואַססער אונד מען דריקט עס נאַכהער אויס צווישען איין אויפֿגעלעגטען האַנדטוך (זעהע i).

iv. ליינזאממען (קלייען) קאמפּרעסס (Linseed Poultice). מען טהוט אַריין לאַנגזאַם דיא ליינזאַמען (קלייען) אין אַ שיססעל קאָ־

לאַנג אַס. דיא לייקע טאָר דאַריבער ניט געהאַלטען ווערען העכער וויא 3 פּוס פון קערפּער. גלייך וויא מען האָט געגעבען דעם קליס- טיר, מוס מען צוא האַלטען פּון הינטען מיט איין האַנדטוך אויף איינינע מינוט עס זאָהל ניט אַרויסגעהן צוריק. אויב אָבער עס געהט פאָרט אַרויס, ברויכט איהר זאָגען דעם דאָקטאָר וועט ער אייך געבען עטוואַס אַריין צוא טאָהן אין קליסטיר, עס זאָהל זיך פערהאַלטען אינעווייניג. וויא צוא מאַכען דיא אַנדערע סאָרטען קליסטירען וועט אייך דער דאָקטאָר אָנזאָגען.

12 וויא צוא מאכען איין שפּרינצאווקע פיר פרויען.

דערצוא בענוצט מען אָדער אַיין היגיענסאָנס שפּריצער, אָדער בעסער איין איררינאטאר. דיא פּרויא ברויכט ליעגען אין דער זעלבער פּאָזיציאָן וויא פּיר איין קליסטיר. דער שפּריצער אָדער איררינא- טאר מוס פּאָלקאָם ריין געהאַלטען ווערען (ווי צום ביישפּיעל דורך אויסקאָכען) אונד דער פּאַציענט, וויא אויך דער נערסעס הענד, מוסען גוט אַרום געוואַשען ווערען מיט קאַרבאָל וואַס- סער אָדער אנדערע סאָר- טען וואַססער (וויא דער דאָקטאָר וועט פערזאָגען). וואָס צוא בענוצען אין דער שפּרינצאָווקע אונד וועלכע טעמפּעראַטור עס זאָל זיין, וועט אייך דער דאָקטאָר אָנזאָגען. נאָך דער שפּרינצאָווקע וויא אויך נאָך איין קליסטיר מוס דער פּאַציענט גוט אַרום געווישט ווערען.



(22) איררינאַטאָר.

14 **בעט געשווירען.** ווען איין פּאַציענט ליעגט אַ לאַנגע צייט אין בעט, צום ביישפּיעל, ווען נאָך איין שווערען קינדבעט ברויכט איינע פֿרוי מאַנכעס מאָהל ליעגען איינינע וואָכען, אָדער אין פֿיעלע אַנדערע קראַנקהייטען — טרעפֿט זיך מאַנכעס מאָהל דאַסס דיא הויט ווערט רויט אָדער ברוין אונד פֿאַנגט אָן צוא פֿוילען אויף דעם טייל קערפּער אויף וועלכען דער פּאַציענט ליעגט אַם לייננסטען. דאַס רופֿט זיך איין בעט געשוויר. איינע פֿון דיא וויכטיגסטע פֿפליכטען פֿון איינער נערס איזט צוא פֿערהיטען דעם פּאַציענט פֿון זאָ איין צופֿאַלל.

וויא צוא פערהיטען פון בעט געשווירען.

i. דיא ליילאַך אונטער דעם פּאַציענט ברויכט זיין גוט אויסגע־צויגען אויף דער בעט אום עס זאָל זיין פֿאָלקאָם גלאַט, אָהנע קניימשען, אונד עס טאָהר זיך אויף איהר ניט געפֿינען קיינע שטיקלאַך שפּייז אָדער אַנדערע ברעקלאַך.

ii. דער פּאַציענט טאָהר ניט זיין ע־לויבט ליעגען אויף איין שטעללע מעהר וויא איינינע שטונדען. דיא נערס מוסס דאַריבער פֿאָרזיכטיג איבערדרעהען זאָלכע פּאַציענטען וועלכע קאָנען זיך זעלבסט ניט איבערדרעהען, פֿון איין זייט אויף דעם אַנדערען יעדע 4 שטונדען.

iii. דער פּאַציענט מוסס אָפֿט אַרום געוואַשען ווערען אונד גוט אַרום געווישט ווערען. — **ריינקייט אונד טרוקענקייט** זיינען שרעק־ליך וויכטיג אין דיעזעם נאָך מעהר וויא אין אַללע הינזיכטען.

iv. דיא נערס קאָן אויך פֿערהאַרטעווען דעם פּאַציענטס הויט ווען זיא זאָהל יעדען מאָרגען אונד אַבענד איין רייבען דיא טיילען פֿון קערפּער אויף וועלכע דער פּאַציענט ליעגט, מיט אַ ביסעלע ספּירִיט.

v. אַ וואַססער קישען אדער א לופֿט קישען איזט אויך זעהר נוצבאַר, אונד מאַנכעס מאָהל גאַנץ נעטיג. איהר זאָהלט אָבער וויססען דאַסס אַ וואַססער אָדער לופֿט קישען אַליין וועט ניט פֿערהיטען פֿון דיא בעט געשווירען; איהר ברויכט אויך אָנווענדען דיא אַללע אַנדערע מיטלען וועלכע איך האָב בעשריעבען.

כיגע וואַססער (אונגעפֿעהר ¼ פֿונט לײנזאַמען אין אײן קוואָרט וואסער) אונד מען מישט מיט אײן לעפֿעל, ביז עס ווערט זאָ וויא קלײאיג אָדער וויא אַ געריכטע קאַשע, מען צושפּרײט נאַכהער דיא קאַשע מיט אײן מעססער אײנגעטונקט אין הײסע וואססער (אום דיא לײנזאַמען זאָהלען זיך ניט צוא קלעפּען) אויף אײן שטיקעל לײנוואַנד. — גיסט נאַכהער אַרויף אײניגע טראָפּען בוים־אויל אום דער קאָמפּרעס זאָהל זיך ניט צוא קלעפּען צום הויט. ווען מען האָט צוגעלײגט דעם קאָמפּרעס, לײגט מען אויף דעם אַרויף וואַטע מיט אַ שטיקעל מאַקינטאָש און מען פֿער־באַנדראַזשירט. — זאָ אײן קאָמפּרעסס ברויכט מען אַם מײסטען איבער־בײטען אונגעפֿעהר אַללע 2 שטונדען.

v. **א הארטשיצע** (Mustard Poultice). מען צואמישט גוט הארטשיצע (זענעפֿט) מיט מעהל אין אײן טעלער (וויא פֿיעל הארטשיצע אונד וויא פֿיעל מעהל וועט אײך דער דאָקטאָר אָנזאָגען — אבער אם מײסטען, בענוצט מען אונגעפֿעהר אײן לעפֿעל זענעפֿט מיט 4 לעפֿעל מעהל), אונד מען גיסט אַ־ויף הײסע (אָבער ניט זודיגע) וואַססער ביז עס ווערט אַ װײכע קאַשע. דיא קאַשע צושפּרײט מען, ניט צוא דיק, אויף אײן ברוינעם שטיק פּאַפּיער אָדער לײנוואַנד. אום דער קאָמפּרעסס זאָהל זיך ניט צוקלעפּען צום הויט, בעדעקט מען דעם פּלאַסטער אָדער קאָמפּרעסס מיט אַ שטיקעל מאַזלין אָדער זײדענס אײנגעטונקט אין אויל. — דעם קאָמפּרעסס ברויכט מען אַרונטער נעהמען ווען דיא הויט ווערט גוט רויט (אין אונגעפֿעהר 10 אָדער 20 מינוט).

vi. **אײז, אדער קאלטעם וואססער, קאמפּרעססז.** מען צו־מישט צושטויסענע ליאָד (אײז) מיט אַ ביססעל זאַלץ אונד מען לײגט עס אַרײן אין אײן סאַראַטענעם אָדער גומענעם זעקעלע.

אדער מען װײקט אײן, אַ באַנדראַזש אין אײז וואַססער אונד מען וויקעלט עס אַרום אויף דעם טײל קערפּער וואו מען ברויכט עס בענוצען, צום בײשפּיעל האַנד אָדער פֿוס, אונד מען האַלט עס נאַכהער אימּמער נאַס, מיט קאַלטעם וואַססער.

דריקט די פֿלייש גוט אויס דורך איין שטיקעל דיענע ליינוואנד אָדער מאַזלין. דיעזע ראָהע פֿלייש־זאַפֿט וועלכע ענטהאַלט אין זיך 5 פּראָצענט אַלבומען איזט 5 מאָהל אַזוי פֿיעל מעהר ערנעהרבאַר וויא ביף טיא, וועלכע ענטהאַלט נאָהר 1 פּראָצענט אַלבומען.

iii. איי וואססער אדער אלבומען וואססער. צואשלאָגט דען ווייסעל פֿון אַ פֿרישען ראָהען איי אין אַ האַלב פיינט קאַלטעם וואַססער. לייגט צוא אַ ביסעלע זאַלץ, אָדער צוקער, אונד דריקט עס דורך, דורך איין שטיקעל מאַזלין — דיעזעס ענטהאַלט אין זיך 1¼ פּראָצענט אַלבומען.

iv. באַרלייא וואססער אדער גערשטען וואססער. צואמישט איין טהעע לעפֿעלע גערשטען (באַרלייא) מיט איין פיינט זודינע וואַססער, קאָכט עס 5 מינוט אונד זייעט עס דורך. — דיעזעס בענוצט מען מאַנכעס מאָהל אויף צוא מישען מילך אָנשטאָט קאַלך אָדער וואַפנע וואַססער (זעהען זייטע 21 § 5).

וויא צוא מאַכען אַנדערע סאָרטען עססענוואַרגען וויא צום ביישפּיעל קאַסטערד, דזשעלי, פּודדינגס, בלאַן־מאַנזש א. ז. וו. וויים יעדע פֿרויא.

16 וועגען מעדיצין געבען, האָב איך שוין גערעדט אין איינעם פֿאָריגען קאַפּיטעל (זייטע 89). היער וויל איך אייך נאָהר אויפֿמערקזאַם מאַכען דאַסס איהר זאָהלט ניעמאַלס האַלטען אויססערליכע מעדיצין, וויא צום ביישפּיעל לינימענטס (איינרייבונגען) א.ז.וו. אין דעם זעלבען פּלאַץ וויא איננערליכע מעדיצין, אונד איהר זאָהלט איממער זעהן צוא איהר האט דיא ריכטיגע באָטטעל (פֿלעשעל) אין האַנד, וויל עס האָט זיך געטראָפֿען דאַסס נערסעס האָבען דורך איין אירטהום געגעבען דעם פּאַציענט, אָדער מאַנכעס מאָל האָט דער פּאַציענט זעלבסט גענומען, איין לינימענט (וועלכער איזט גאַנץ אָפֿט זעהר גיפֿטיג) אָנשטאָט דיא מעדיצין.

גלייך וויא איהר בעמערקט דאַסס דיא הויט ווערט רויטליך אָדער ברוין, מוסט איהר איבערדרעהען דעם פאַציענט אויף איין אַנדער זייט, אונד אנזאגען דעם דאקטאר. ביס דער דאָקטאָר קומט קאָנט איהר בעשמיערען דיא הויט מיט צינק זאַלב אָדער באָר זאַלב.

דיא הויפט זאכע מיט בעט געשווירען — זא וויא מיט אללע אנדערע וואונדען — איזט צוא האלטען זיא פאלקאם ריין.

15 וויא צוא מאכען פערשיעדענע עססענווארגען פיר קראנקע.

i. **ביף טיא.** נעהמט איין פֿונט פֿרישע מאָגערע רינדרען פֿלייש, אָהנע הויט אונד אָהן שמאַלץ, אונד צושניידט אויף קליינע שטיקלאַך. לייגט עס אַריין אין איין קריעגעל פֿון איין פיינט קאַלטעס וואַססער, לייגט צו אַ מהעע לעפֿעל זאַלץ אונד לאָזט עס שטעהן אונגעפֿעהר איין שטונדע. נאכהער נעמט אַרויס דיא שטיקלאַך פֿלייש, און טהוט זייא אַריין אין אַ צווייטען קריגעל פֿון איין פיינט קאַלטעס וואַססער, אונד שטעלט אריין דעם קריגעל אין אַ פֿענדעל קאָכיגע וואַססער אויף צוויי שטונדען. נאַכהער צומישט דיא קאַלטע פֿלייש זאַפּט פֿון דעם ערשטען קריעגעל מיט דיא הייסע זאַפּט פֿון 2-טען קריגעל. נעהמט אַרויס דיא שטיקלאַך פֿלייש אונד דריקט אַרויס פֿון זייא די זאַפּט מיט אַ הילצערנע לעפֿעל, אונד לייגט צו די זאַפּט צוא דיא פֿאָריגע זאַפּט. שטעלט עס אַוועק אויף אַ קאַלטען פלאַץ, אונד נעהמט אַרונטער דיא פֿעטקייט וועלכע עס שווימט אַרויף פֿון אויבען. דיעזע זאַפּט רופֿט זיך „ביף טיא". אום צו געבען די ביף טיא איין געשמאַק קאָן מען צוא לייגען איינִיגע נעגעלאַך (Cloves).

ii. **ראהע פלייש זאפט.** צוהאַקט איין ¼ פֿונד רינדרען פֿלייש אונד גיעסט ארויף אויף דעם אונגעפֿעהר 8 עסס-לעפֿעל קאַלטעס וואַס-סער אין אַ טעללער. דעקט צוא דיא טעללער אונד לאָזט עס שטעהן איין שטונדע אין איין קאַלטען פלאַץ. זייעט עס נאַכהער דורך אונד

איין ריידען געבען איינע געוויססע פּייטענט מעדיצין אהנע צוא פֿרעגען איין דאָקטאָר. די מעדיצין שטילט דעם הוסט אונד מאַכט דעם קינד שלאָפֿען, אָבער עס טרעפֿט זיך אָפֿט דאסס דאַס קינד וועקט זיך ניעמאַלס אויף, ווייל דיא מעדיצין וועלכע מען האָט דעם קינד געגעבען ענטהאַלט אין זיך סם.

אַלזאָ צו אייך אַלס נערסעס ווענדע איך מיך אַן צו אָנזאָגען אייך, איהר זאָהלט אייך אין קיין פֿאַלל ניט לאָזען איינרעדען, אָדער פֿון אַנדערע, אָדער פֿון פּאַציענט זעלבסט, צוא געבען אייער פּאַציענט זאָלכע פּייטענט מעדיצינס; איבערהויפּט פיר קליינע קינדער, איזט עס מאנכעס מאהל ריכטיג וויא „סם המות". — אייך קאָנט איהר פֿערשטעהן דאַסס זאָלכע פּייטענט מעדיצינס קאָנען ניט זיין זעהר ביללינג, ווייל עס קאָסטעט דיא פֿירמעס זא פֿיעל געלד זיא צוא רעקלאַמירען. מען דערצעהלט איין אַנעקדאָט דאַסס איינע געוויססע פֿירמע האָט אַמאָהל געוואָלט געבען £1000 (טויזענד פֿונד) דעם בעוואוסטען ענגלישען נאָוועליסט דיקענס (Dickens), אום ער זאָהל אַריין וואַרפֿען איין גוט וואָרט וועגען איין געוויססען סאָרט פּיללען אין איינעם פֿון זיינע ביכער אונד דאָס דיקענס האָט זיך ענטזאַגט. ווען דער גרויסער סאַטיריקער אונד וויצלער טהאַקעריי (Thackeray) האָט עס געהערט האָט ער געזאָגט דאַסס עס וואַר זעהר נאַריש פֿון דיקענסען זיך צוא ענטזאַגען פֿון דיא £1000. ע ר וואָלט געוועזן צואנעהמען דיא געלד פֿון דיא לייטע, אונד אום צוא פּטור ווערען פֿון זייא, וואָלט ער זייא נאַכהער איינגעגעבען זייערע אייגענע פּיללען מיט וועלכע ער וואָלט זייא טראַנספּאָרטירען אויף יענער וועלט!

עס גיעבט נאָך איינע אורזאַכע וואַרום דיעזע מעדיצינס זיינען שעדליך. — פֿיעלע פֿון זייא, אום צוא מאַכען זייא אַנגענעהם צוא נעהמען, ענטהאַלטען אין זיך שטאַרקע ויין אָדער בראַנפֿען אונד דראַריבער, אויסער דעם וואָס זייא קאָסטען זעהר טייער, האָבען פֿיעלע מענשען זין איינגעוואָהנט צוא שכרות פֿון זאָלכע מעדיצינען.

17 **פיטענט מעדיצינס.** איך געפין אויך פיר נעטיג צוא פערהיטען אייך פון דיא „נביאי השוא" דיא פיעל רעקלאמירטע פיטענט מעדיצינס. דיא אורזאכע ווארום זאלכע רפואות זיינען זא פאפולאר זיינען ערשטענס וויל עס ליעגט אין דעם מענשענס נאטור זיך זעלבסט צו קורירען, אונד דאריבער צום ביישפיעל ווען איינער האט געראטע געפונען דאסס איינע געוויססע פיטענט מעדיצין האט איהם געווירקט, איזט ער געוועהנליך זעהר נייגעריג צוא דערצעהלען זיינע אללע פריינדע אונד בעקאנטע וואס פיר איין מערקווירדיגער לאנד חכם ער איזט, דאסס ער האט זיך אליין געפינען איין מיטטעל פיר זיין קראנקהייט. — דיא טויזענדער מענשען אבער וועמען דיא מעדיצינען האבען ניט געהאלפען, שווייגען שטילל, אונד פון זייא הערט מען ניט. דיא צווייטע אורזאכע איזט דיא אונפערשעהמטע ליעגענס מיט וועלכע די פערשידענע פירמעס רעקלאמירען זייער ווארע. — יעדער מענש מיט א ביססעל שכל קאן פערשטעהן אליין דאסס עס קאן ניט געבען איין רפואה וועלכע זאל אויסקורירען אללע קראנקהייטען אין דער וועלט. זיא זאגען געוועהנליך צוא „הרים וגבעות" אבער זיא קאנען ניעמאלס מאהן וואס זיא זאגען צוא, אונד מאנכעס מאהל טוהען זיא פיעל שאדען.

וואללען וויר נעמען איינפאכע, אבער זעהר וויכטיגע ביישפיעלע וועלכע זיינען מיר זעלבסט פארגעקומען:

i. איין מענש פון מיטעלען עלטער קאן ניט זיין גוט אפען. — דיעזע פערשטאפונג קאן מאנכעס מאהל קוממען גאר פון איין געשווילאכץ אין דער אונטערשטער קישקע, וועלכע קיין מעדיצין אין דער וועלט אויסער איינע אפעראציאן קאן העלפען. ווען אבער דער פאציענט וועט זיך אנפאנגען זעלבסט היילען מיט פיטענט מעדיצינס וועט ער ניט נאהר קיינע הילפע קריעגען, זאנדערען ער וועט אזוי לאנג פערלאזען בים עס וועט זיין צוא שפעט פיר איין אפעראציאן.

ii. אדער צום ביישפיעל, איין קינד קריגט איין הוסט אדער קרעמפען אין בויך אונד קאן ניט שלאפען. דיא מוטטער אדער נערס לאסט זיך

20 **איין הויזליכער אפטייק.** אין יעדער הויז ברויכט זיך געפֿינען איינע פֿערשלאָסענע שאַפֿקע, אָדער פֿאָלעצע וועלכע זאָהל ענטהאַלטען זאָלכע זאַכען אונד מעדיצינען וועלכע ווערען בעניצט זעהר אָפֿט, אָדער וועלכע מען קאָן ברויכען פלוצלונג.

דיעזע זיינען דיא פֿאָלגענדע :

וואַטע, לייוואַנד, מאַקינטאָש, קלייען, זענעפֿט, וואַזעלין, אָליווען אויל (בוים אויל) פֿייגען סיראָפּ, באָר זאלץ, צינק זאלב, באָר פולווער (אום צוא מאַכען באָר וואַססער), סאַלאַמיאַק, איפעקאַקואַנהא פולווער (אין פאָראָשקעס פֿון 10 גראַן), אָדער איפעקאַקואַנהא וויין, איינינע באַנדאַזשען אונד איין באַד טערמאָמעטער. — איהר זאָהלט נ י ט האָבען ק י י נ ע שטאַרקע סם מעדיצינען אָדער סם פיללען (וויא צום ביישפיעל פֿון אָפּיום, אָדער סטריכנין). מיט איינינע מאָנאַט צוריק איזט איין קינד געשטאָרבען פֿון דעם וואס ער האָט דערשלונגען סטריכנין (Strychnine) פיללען וועלכע ער האָט געמיינט זיינען געוועזען צוקערקעס (סוויטס). — ווען איהר ווילט אויסלייגען עטוואַס געלד, קאָנט איהר נאָך האַלטען אין אייער אפטייקעל, איין בלעכענעם קעסעל מיט איין לאנגען נעזעל (Bronchitis Kettle, זייטע 91, צייכנונג 17), איין קליסטיר, איין גלעזערנעם שפריצער אונד איין לייקע, אַ לאַנגע גומענע טרובקע, אונד איין קאטעטער (וועלכע מען קאָן געברויכען אויף אוים צוא וואַשען דאָס קינדס מאָגען, אָדער צוא מאַכען איין שפייז קליסטיר, אָדער צו געבען איין קינד עססען דורך דעם נאָז), אונד איין קלינישען טערמאָמעטער (צייכנונג 19).

21 איינע ריכטיגע גוטע נערס ברויכט וויססען נאָך איינינע זאַכען, זאָ וויא צום ביישפיעל, וויא צוא שטעלען באַנקעס אונד פיאַווקעס (Leeches), ווי צוא אויסוואַשען איין קינדס אונטערשטען אונד אויבער-שטען מאָגען, וויאַ צוא געבען איין קינד עססען דורך דעם נאָז, וויא אַריין צוא שפריצען מעדיצין אונטער דער הויט, וויא צוא באַנדאַזשירען א. ז וו. אָבער דער צוועק פֿון דיעזען קאַפיטעל איזט ניט צוא מאַכען אייך פֿיר פֿאָלשטענדיגע נערסעס, זאָנדערען אויסלערנען אייך דיא

18 דאַס בריינגט מיר צוא ריידען איינִיגע ווערטער וועגען וויין, בּראַנדוויין, ביער אונד אלקאהאלישע געטרענקע אים אל־געמיינעם. — איינע נערס טאָר קיין מאָל זאָלכע געטרענקע ניט געבען צוא איין פּאַציענט אָהנע צוא פֿרעגען דעם דאָקטאָר. אין איינעם זעהר נעטיגען צופֿאַלל איידער דער דאָקטאָר קוממט, איזט פֿיעל זיכערער צוא געבען איינִיגע טראָפּען סאַלאַמיאַק (Sal Volatile) גוט צוא מִישט מִיט וואַססער אום צוא אַבמינטערען אָדער אַבפֿרישען איין פּאַציענט. — ווען איין דאָקטאָר הייסט געבען אַלקאָהאָל, ברויכט איהר אייך איממער ער־קונדיגען וועלכע פֿאָרטע אַלקאָהאָל, צום ביישפּיעל וויין, אָדער בראַנפֿען א. ז. וו. — וויא פֿיעל, אונד וויא אָפֿט. [קינדער, איבערהויפּט, טאָרען קיין אַלקאָהאָל טרינקען אָהנע אַ דאָקטאָרס אָרדערס].

19 וואס הייסט איין אנטיסעפּטיק? מיר האָבען גע־זעהען (זייטע 79) דאַס אין דער לופֿט געפֿינען זיך זאָלכע לעבענדיגע בעשעפֿניסען וועלכע רופֿען זיך מיקראָבען אונד וועלכע זיינען פֿעראַנט־וואָרטליך פֿיר פֿערשיעדענע סאָרטען קראַנקהייטען. — זאָלכע מיקראָבען ווען זייא פֿאַללען אַרויף אויף איין וואונד מאַכען זייא דאַסס דיא וואונד זאָהל זיך יאַטרען. עס גיעבט אָבער זאָלכע זאכען וועלכע קאנען דיעזע מיקראבען הרג׳ענען. זאָלכע זאַכען רופען זיך אנטי־סעפּטיקס, וויא צום ביישפּיעל קארבאָל, באָר זויער, סובלימאַט, א.ז.וו. ווען מען לייגט איבער א וואונד מוס מען דיא הענד גוט אבוואשען מיט הייסע וואססער מיט זייף אונד מיט איין אנטיסעפּטיק וויא צום ביישפּיער שוואכע קארבאל וואססער א. ז. וו. אונד מען טאָר זיך אין קיין זאַך ניט אָנריהרען, זאָגאָר ניט אָבווישען דיא הענד מיט איין האַנדטוך, איידער מען האָט גענדיגט איבערלעגען דיא וואונד. דיא וואונד אַליין מוסס אויך בעהאַנדעלט ווערען מיט אַנטיסעפּטיקס, — וויא צום ביישפּיעל קאַרבאָל וואַססער, באָר־וואַססער, באָר זאלב, יאָדאָפֿאָרם א. ז. וו., וויא דער דאָקטאָר וועט פֿערזאָגען. דיא זעלבע פארזיכטיגקייט מוס מען בעאבאכטען ווען מען בעהאנדעלט א קימפּעטארין.

OPINIONS ON THE BOOK.

From eminent authorities to whom the nature of the work was explained and a detailed English Table of Contents submitted for examination.

From the PHYSICIAN TO H.M. THE KING.

Dear Dr. Feldman,

I have read the very full Table of Contents of the book on the Rearing of Children which you propose to bring out in Yiddish. Judging from these contents, I am sure the book will be of great benefit to that part of the community to which it applies. Nothing so closely concerns the welfare of the whole community as the rearing of healthy children, and your book will help forward this most important question. With every good wish, ...

From DR. COLLIE, MEDICAL SUPERINTENDENT OF THE HYGIENE CLASSES OF THE LONDON COUNTY COUNCIL.

Dear Dr. Feldman,

With reference to the book that you suggest publishing on infant care, I have looked through the contents, and judging from the page you read to me, I am of the opinion that it will be an exceedingly useful book. There is a distinct want for such a book, and I think it would be largely read amongst the poor, provided the price charged was within their means. I hope you will publish it in Yiddish: it ought to do much good.

DR THOMAS, MEDICAL OFFICER OF HEALTH, is of opinion "that the book will be of immense benefit to the Yiddish community". As far as he is aware "there is no other book published in Yiddish which deals with so important a subject as the proper rearing of Infants, &c."

DR. HUTCHISON, PHYSICIAN & LECTURER TO LONDON HOSPITAL, &c., thinks "the book ought to be useful, and if published at a suitable price to command a considerable sale."

SIR LAUDER BRUNTON, M.D., F.R.S., &c., CONSULTING PHYSICIAN TO ST. BARTHOLOMEW'S HOSPITAL, &c. recommends it as very good, comprehensive, and supplying a great want.

THE CORONER for the Author's district (whose work, this book should help to diminish), writes to wish the venture every success, and is of opinion that this book would prove of great practical use, and ought to be published at a low price.

גאַנץ נעטיגסטע זאַכען וועלכע יעדע מוטטער ברויכט צוא וויססען אום צוא אַכטונג געבען אויף איהר קינד, אונד יעדע וואַכטערין, אום צוא אַכטונג געבען אויף איינע קינדבעטאָרען. אונד דאַריבער איזט עס ניט נעטיג פיר מיך דיעזע זאַכען צוא בעשרייבען.

---

22 יעצט קאָממע איך צום „חסל סדור". מיין איין וואונש איזט יעצט נאָהר דאַסס „כאשר זכינו לסדר אותו כן נזכה לעשותו". איך האָב געשריעבען דיעזען בוך מיט גרויססער ענטהוזיאַזמוס אונד איך פערלאַנג נאָהר פון אייך, וועלכע האָבען דען בוך דורך געלעזען, איהר זאָהלט טאָהן מיט דער זעלבער ענטהוזיאַזמוס, דאס וואסס איך האָב אייך דאָרט רעקאָמענדירט, אונד איך פערזיכער אייך דאַסס איהר וועט געוויס קיין חרטה ניט האָבען. — חדר קינדער ווערען בעלאָהנט פיר זייער פלייסיגקייט, מיט געלד וועלכע איין „מלאך" וואַרפט זיא פון הימ־מעל. אייך מוטטערס פערזיכער איך דאַסס אייע־ע בעלאָהנונג פיר דיא פלייסיגקייט מיט וועלכע איהר וועט ריכטיג אויף ציהען אייערע קינדער וועט איהר גאָר ניט קאָנען אָבשאַצען. זיא וועט בעשטעהן פון זיין איינע שטאָלצע מוטטער פון שעהנע, פרישע אונד געזונדע זיהן אונד טעכטער.

Short Table of Contents.

Preface	... ...	ix—xiv
Index	... ...	xv—xx
Chapter I.	Introductory and General Hygiene ...	1—11
Chapter II.	The Child's Food: its Mothers Milk	11—18
Chapter III.	The Child's food—when it cannot get its Mother's Milk	18—30
Chapter IV.	Patent Foods	30—33
Chapter V.	Infantile Ailments due to improper feeding	34—46
Chapter VI.	Continuation of Chapter V—Rickets and Scurvy	47—57
Chapter VII.	Children's Ailments, Independent of feeding — Ailments from which infants suffer the first few days	57—63
Chapter VIII.	Continuation of Chapter VII — Ailments from which children suffer the first few years	64—74
Chapter IX.	Various Accidents—Prevention and First Aid	74—79
Chapter X.	Infectious Diseases of Children ...	79—91
Chapter XI.	Hygiene and Disorders of a child after it has been weaned till about School Age	92—110
Chapter XII.	The Mother's Health — Hygiene of Pregnancy	111—121
Chapter XIII.	Minor and Common Disorders during Pregnancy	122—127
Chapter XIV.	Hygiene of Lying in and Lactation	128—134
Chapter XV.	Essentials of General Nursing; and Remarks on Patent Medicines ...	135—154

LIST OF ILLUSTRATIONS.

i. Baby Incubator ... . *Frontispiece.*

ii. Twins showing contrast between Feeding on the Breast and Artificial Feeding ... *Frontispiece.*

1. Bath Thermometer 3
2. Breast Pump 12
3. Nipple Shield 13
4. Baby Scales 15
5. Allenburys Feeder 24
6. Food Thermometer 25
7. Abdominal Massage 36
8. Ball Syringe... 37

9—12. Photographs of a case of Wasting and result of dietetic treatment 45

13. Photograph of Rickety Head 50
14. Photograph of Rickety Belly 51
15. Normal Skeleton 52
16. Skeleton of a Rickety Dwarf 53
17. Croup Tent with Bronchitis Kettle in position ... 91
18. Diagram of Skin 118
19. Clinical Thermometer 138
20. Higginson's Syringe 142
21. Food Enema 143
22. Irrigator 144

ROYAL COLLEGE OF ENGLAND LIBRARY

For what are all our contrivings,
    And the wisdom of our books,
When compared with your caresses,
    And the gladness of your looks?

Ye are better than all the ballads,
    That ever were sung or said;
For ye are living poems,
    And all the rest are dead.

LONGFELLOW (on Children.)

TO MY DEAR PARENTS
AND SISTERS,
I DEDICATE THIS BOOK.

THE CHILD

Tracts 1505.

(1)

ITS REARING, DEVELOPMENT AND AILMENTS

WITH CHAPTERS ON THE MOTHER'S HEALTH

AND GENERAL NURSING.

A BOOK FOR PARENTS AND NURSES.

Illustrated with Photographs and Engravings.

BY

DR. W. M. FELDMAN,

LECTURER ON MIDWIFERY, INFANT CARE, HYGIENE, NURSING, ETC.

TO THE LONDON COUNTY COUNCIL.

SURGEON TO THE ROYAL MATERNITY CHARITY.

ROYAL COLLEGE OF SURGEONS OF ENGLAND
11 JAN 08
LIBRARY

London:

E. W. RABBINOWICZ, 91, HIGH STREET, WHITECHAPEL, E.

1907.

[All Rights Reserved.]

7/3

SHOT BACKWARDS
AS WRITTEN IN
YIDDISH

Tracts 1505. (1)

THE CHILD

ITS REARING, DEVELOPMENT AND AILMENTS

WITH CHAPTERS ON THE MOTHER'S HEALTH

AND GENERAL NURSING.

A BOOK FOR PARENTS AND NURSES.

Illustrated with Photographs and Engravings.

ROYAL COLLEGE OF SURGEONS OF ENGLAND 14 JAN 08 LIBRARY

BY

DR. W. M. FELDMAN,

LECTURER ON MIDWIFERY, INFANT CARE, HYGIENE, NURSING, ETC

TO THE LONDON COUNTY COUNCIL.

SURGEON TO THE ROYAL MATERNITY CHARITY.

PRICE ONE SHILLING.

London:

E. W. RABBINOWICZ, 91, HIGH STREET, WHITECHAPEL, E

1907.

[All Rights Reserved.]

Tracts 1505.
(1)

THE CHILD

ITS REARING, DEVELOPMENT AND AILMENTS

WITH CHAPTERS ON THE MOTHER'S HEALTH

AND GENERAL NURSING.

A BOOK FOR PARENTS AND NURSES.

Illustrated with Photographs and Engravings.

BY

DR. W. M. FELDMAN,

LECTURER ON MIDWIFERY, INFANT CARE, HYGIENE, NURSING, ETC

TO THE LONDON COUNTY COUNCIL.

SURGEON TO THE ROYAL MATERNITY CHARITY.

PRICE ONE SHILLING.

London:

E. W. RABBINOWICZ, 91, HIGH STREET, WHITECHAPEL, E

1907.

[All Rights Reserved.]