

સ્વામીજી
મ. પ્ર. સં. ઠાળે.

કો ગ્રંથ સમૂહ
જા. નં. ૧૨૩
ઠાળે.

//

महाराष्ट्र साहित्य परिषद



“ बालकेम गृहभूषणम् ”
म. अ. सं. ला. प्र.

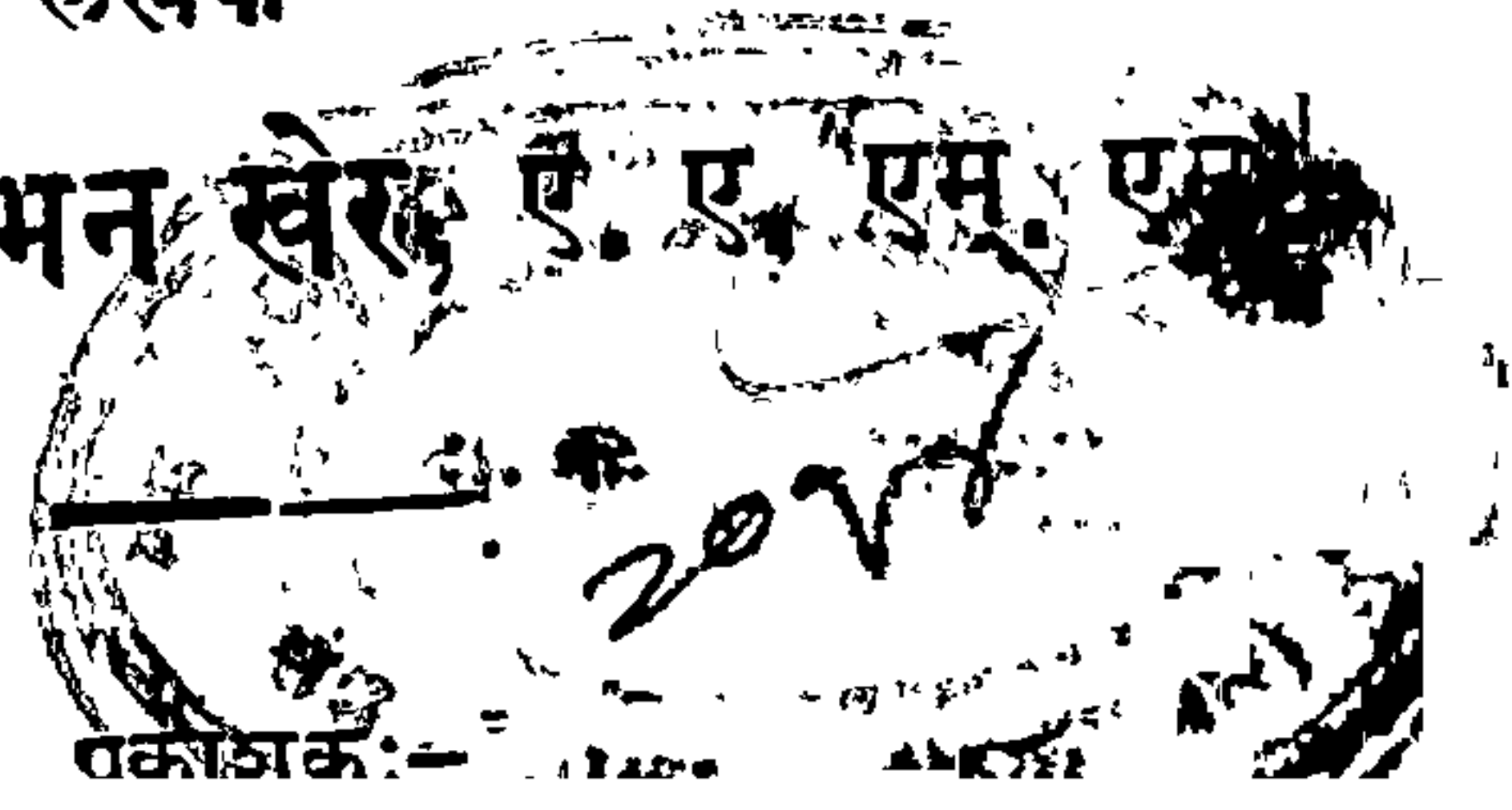
महाराष्ट्रसाहित्यपरिषदेने बक्षीस लावून संपादिलेली ग्रंथमाला.

ग्रंथ १.

बालशुश्रूषा.

लेखक-

डॉ. रामचंद्र वाभन खेर ए. ए. एम. एम.



चिटणीस, महाराष्ट्रसाहित्यपरिषद्.



जून १९२१

REFBK-0002014

किंमत १ रुपया.

काशकः—चिटणीस महाराष्ट्रसाहित्यपरिषद ८१, फणसवाडी, मुंब

मुद्रकः—अनंत आत्माराम मोरमकर,

श्री लक्ष्मी-नारायण प्रेस, ४०२, ठाकुरद्वार, मुंबई.

प्रस्तावना.



“ शरीरमाद्यंखलु धर्मसाधनम् ” या उक्तीत कविकुलगुरु.
 महाश्वदासानें शारीरिक निरोगीपणाबद्दल जें म्हटलें आहे, तें ऐहिक
 त तरी अनुभवास येतें. मानवी प्राण्याची प्रवृत्ति ऐहिक सुखा-
 आहे. हल्लींच्या युगांत पैसा हा प्रमुख मानण्याकडे जनतेची
 त्त दिसते. पण शरीर जर निरोगी नसेल तर लाखों रुपये असून
 ां त्यांचा कांहीं उपयोग नाही. शरीरसंपत्ति जर चांगली नसली,
 माणसास ज्या यातना भोगाव्या लागतात, त्या श्रीमंत व गरीब
 स सारख्याच असतात. श्रीमंतांस पैसा मुबलक असल्यामुळें यातना
 णी करण्याचीं साधनें पुष्कळ असतात. गरीबांस पैशाच्या अभावीं
 साधनें नसतात. शरीराकडे बाल्यावस्थेपासून लक्ष दिलें पाहिजे.
 अल्पावधींत सुदृढ व काटक करणें शक्य नाही. जन्मतः मूल
 र्वस्वी परावलंबी असतें. मूल सुदृढ व निरोगी राहणें हें सर्वस्वी
 माईबापांवर अवलंबून आहे. बाल्यावस्था ही पुढील आयुष्याचा पाया
 येय. बाल्यावस्थेंत मुलांच्या प्रकृतींत जीं व्यंगें राहिलेलीं असतात
 णें पुढें कितीही कष्ट केले तरी दुरुस्त होत नाहीत.

बालकांच्या मृत्युसंख्येचें प्रमाण दिवसेंदिवस वाढत आहे असें
 ठमोठ्या शहरांत आढळून आलें आहे. मुंबईंत एका वर्षाच्या आंतील
 लांचें प्रमाण सरासरी दर हजारीं ३५० पासून ४०० पर्यंत आहे.
 मृत्युसंख्येचें प्रमाण कमी करण्याकरितां Children's Welfare
 mmittee नांवाची संस्था अस्तित्वांत आली आहे. पूर्वीं बाल-
 ोपनाचा प्रश्न आजच्याइतका बिकट नव्हता. आजच्या पिढीच्या
 गील पिढींत आयांस प्रायः चांगलें दूध असे, व वरच्या दुधावर
 ें वाढविण्याचा प्रश्न तेव्हां क्वचितच येई. परंतु आजकाल तशी
 ति राहिलेली नाही. शेंकडो आयांस आज अंगावर दूध नाही अशी
 ति येऊन टपली आहे, हें सर्वांस रोजच्या अनुभवावरून दृष्टो-

त्पत्तीस येतें. अर्थात् मुलांस वरच्या दुधावर व कृत्रिम उपाय योजून वारंवार वाढविणें भाग पडतें. पण अशी स्थिति ज्या कुटुंबांत उत्पन्न होते, त्या कुटुंबांतील माणसांस कोणतें कृत्रिम दूध चांगलें व तें कसें द्यावें हें साहित नसतें. शेजारच्या लोकांनीं निरनिराळे उपाय सुचवावे, व आईबापांनीं ते करून पाहावे, मग मूल निरोगी व सुदृढ झाल्यास त्याचे नशीब ! अशी अवस्था आज बहुतेक सर्वत्र आढळते. बालसंगोपनाविषयीं इतकें अज्ञान जिकडे तिकडे पसरलें असल्यामुळें कोणते उपाय योजावे हें आईबापांस सांगणाऱ्या पुस्तकांची आवश्यकता सर्व विचारी माणसांस जाणवूं लागली आहे, व ही उणीव भरून काढण्याकरितां प्रस्तुत पुस्तक प्रसिद्ध करण्यांत येत आहे.

हें पुस्तक महाराष्ट्र-साहित्य-परिषदेनें पारितोषिक लावून मागविलें होतें; आणि त्याप्रमाणें जीं पुस्तकें लिहून आलीं त्यापैकीं प्रस्तुत पुस्तक परीक्षक-कमिटीस पसंत पडून लेखकास नेमिलेलें पारितोषिक देण्यांत आलें. अशीं पुस्तकें प्रसिद्ध होणें फार जरूर आहे. प्रत्येक कुटुंबांत या पुस्तकाची एक एक प्रत असणें फार इष्ट आहे. खेडेगांवीं जेथे डाक्टर व वैद्य यांचा अभाव असतो, त्या ठिकाणीं साधारण विकृतीस कोणते उपाय योजावे, या उद्देशानें हें पुस्तक लिहिलें आहे. बहुतेक रोगांवर सहज मिळण्यासारखीं देशी औषधें व कांहीं नेहमीं प्रचारांत व उपयोगांत येणारीं इंग्रजी औषधें, त्यांच्या गुणधर्मांसह व देण्याच्या प्रमाणासह, उपयोगांत कशीं आणावीं, याचें स्पष्टीकरण या पुस्तकांत चांगलें केलें आहे.

मानवी देह हें ईश्वरानें केलेलें यंत्र आहे. त्याची योग्य वयोमर्यादा उलटण्याच्या अगोदर जर तें बिघडत असेल तर त्याचा दोष तें यंत्र वापरणाऱ्यावर आहे, यंत्रावर किंवा यंत्र करणाऱ्यावर नाही, हें प्रत्येक मनुष्यानें लक्षांत ठेविलें पाहिजे. हल्लीं देशसुधारणेच्या अनेक चळवळी लोकप्रिय होत आहेत. पण या चळवळी ज्या माणसांच्या हितार्थ करावयाच्या तीं माणसें व त्यांचे देह सुधारण्याचे

महत्त्व मात्र अद्याप आपल्या लोकांच्या मनांत भरावें तसें भरल्याचें दिसून येत नाहीं. जोपर्यंत मनुष्याचें आरोग्य असावें तसें नाहीं, तोपर्यंत या इतर सर्व चळवळींचा कांहीं उपयोग नाहीं. मनुष्य जें जें करतो तें तें स्वतःच्या सुखाकरितां करितो. पण हीं सुखसाधनें ज्यासाठीं संपादन करावयाचीं तो मनुष्यप्राणी जर सुदृढ व निरोगी नसेल तर त्या सुखसाधनांचा कांहींही उपयोग नाहीं. आपल्या सर्व चळवळींच्या मध्यवर्ती पुढील पिढी सुधारण्याविषयींची चळवळ असली पाहिजे. पुढील पिढीच्या आंगां काटकपणा असणें हें प्रत्येक राष्ट्राच्या अस्तित्वास बरेंच कारणीभूत आहे. सर्व देशांचें भावी चरित्र पुढील पिढीच्या आरोग्यावर सर्वथा अवलंबून आहे. तेव्हां या पुस्तकांतील विषयाकडे योग्य तें लक्ष मराठी वाचकवर्ग देऊन स्वतःचा फायदा करून घेईल अशी मला आशा आहे.

ग. वि. खेर. L. M. & S.

मेडिकल इन्स्पेक्टर,

म्युनिसिपल स्कूलस.

१० जानेवारी १९२१.

चर्नीरोड, मुंबई.



प्रकाशकाचे दोन शब्द.

महाराष्ट्रसाहित्यपरिषदेने " बालशुश्रूषा " या विषयावर लेख मागविले होते, आणि त्यांत पसंत ठरेल त्या लेखास बक्षिस ठावले होते. त्याप्रमाणे सहा लेख आले. हे तपासून ठरलेले पारितोषक कोणार याचाचें हें ठरविण्याचें काम पुढील कमिटीकडे सोंपविण्यांत आलें:—

रा. व. विष्णु मोरेश्वर महाजंनि M. A.

श्री. काशीबाई कानिटकर

डा. गोपाल रामचंद्र तांबे M. A. B. SC. L. M. & S.

वैद्य. आप्पाशारत्री साठे.

रा. रा. जनार्दन विनायक ओक, M. A.

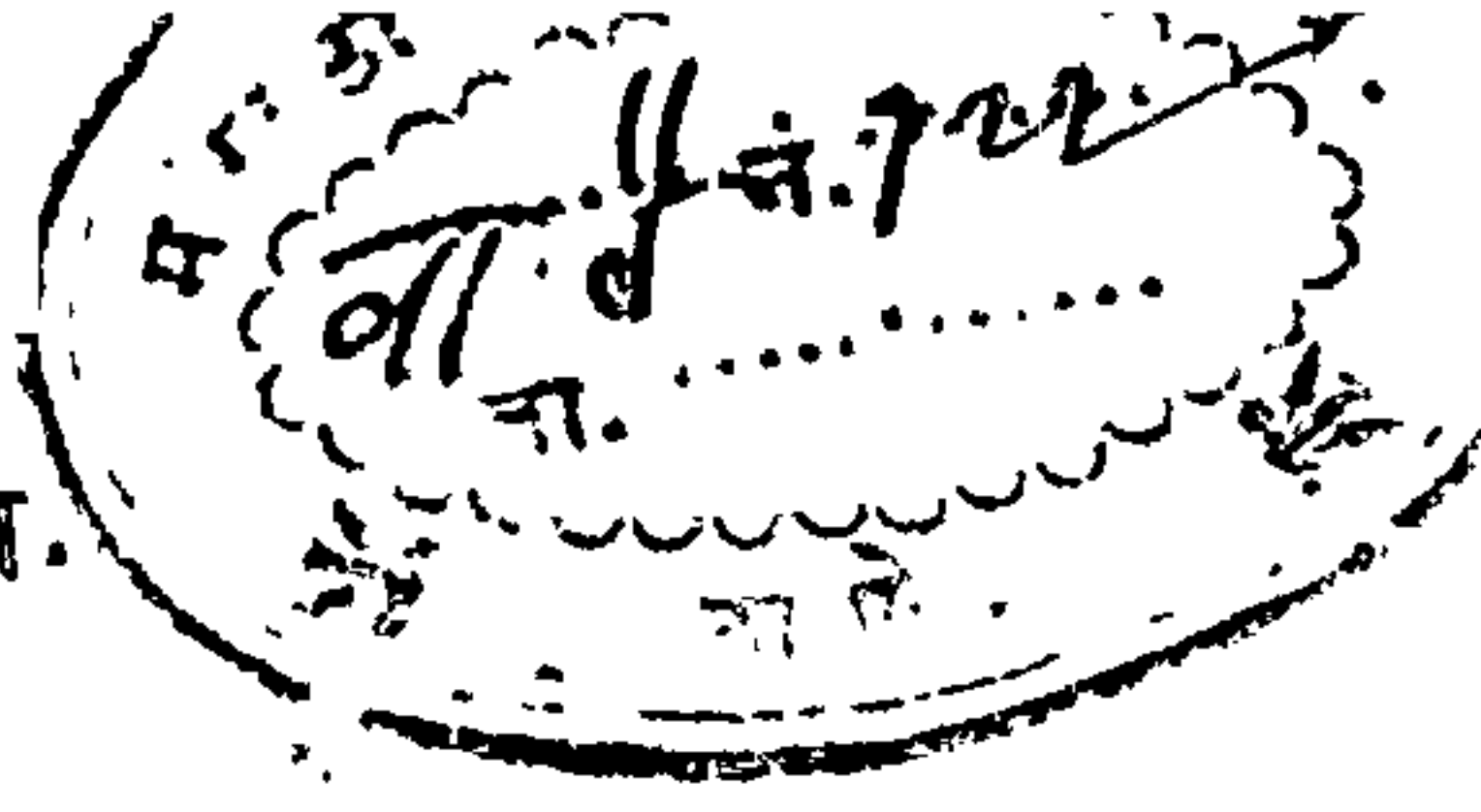
पैकी रा. ओक दुदैवानें लौकरच कालवश झाल्यामुळे तपासणीचें काम बाकी चार परीक्षकांनींच केलें, आणि गुणाधिक्यानें डा० खेर यांस बक्षीस द्यावें असें ठरलें. या ग्रंथांतील मतांविषयींची, किंवा चिकित्सा, अनुपान वगैरेच्या शुद्धतेबद्दलची जबाबदारी अर्थात् लेखकावर आहे.

या पुस्तकाचा हस्तलेख मुंबई म्युनिसिपल शाळांचे मेडिकल इन्स्पेक्टर डा. ग. वि. खेर L. M. & S. यांनीं तपासून सदर पुस्तकास प्रस्तावना-लेखही लिहून दिला, याबद्दल म. सा. परिषद् त्यांची आभारी आहे.

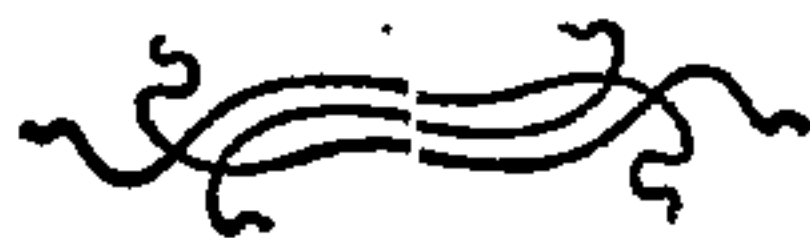
चिटणीस, म. सा. परिषद्.



अनुक्रमणिका.



			पान.
प्रकरण पहिलें.	विषयप्रवेश.	१
प्रकरण दुसरें.	गर्भधारणा.	३
प्रकरण तिसरें.	गर्भारपणांतील सामान्य विकार व त्यांवरील उपचार.	९
प्रकरण चौथें.	प्रसूति व सूतिकेचे उपचार.	१५
प्रकरण पांचवें.	बालकाचा जन्म.	२६
प्रकरण सहावें.	बालकाचें अन्न.	३३
प्रकरण सातवें.	प्रौढ बालकांचें अन्न व वस्त्रप्रावरण.	५६
प्रकरण आठवें.	दंतोद्भव.	६४
प्रकरण नववें.	देवी काढणें व टोचणें.	६७
प्रकरण दहावें.	मुलाची वाढ, ठेवण वगैरे.	६९
प्रकरण अकरावें.	बालशिक्षण.	७२
प्रकरण बारावें.	बालकाचे रोग व त्यावर सामान्य उपाय.	७४
प्रकरण तेरावें.	आकस्मिक घडणारे अपघात...	१२३
प्रकरण चौदावें.	देशी व इंग्रजी औषधें.	१३२
प्रकरण पंधरावें.	कांहीं उपयुक्त माहिती.	१४५



बालशुश्रूषा.

प्रकरण पहिलें.



विषयप्रवेश.

एकाच विषयावर अनेक पुस्तकें लिहिलेलीं वाचण्याचा प्रसंग पाश्चिमात्य देशांतील वाचकांना जसे येतात, तसे आमच्या देशांतील वाचकांना क्वचितच येत असतील, असें म्हणण्यास कांहीं हरकत नाहीं. इंग्रजी भाषेमध्ये बालशुश्रूषेवर पुस्तकें पुष्कळच आहेत. परंतु आपल्या समाजांत आपलीं स्वतःचीं मुलें, ज्यांच्या बरेवाईटपणावर आमचें स्वतःचें, आमच्या समाजाचें व आमच्या राष्ट्राचें हिताहित अवलंबून राहणार त्या मुलांना घरांतील माणसें खाण्यापिण्याला काय देतात, तें त्यांनीं कसे दिलें पाहिजे, व मुलांची व्यवस्था कशी ठेवली पाहिजे, हें जाणून घेण्याची इच्छा आमच्या लोकांना नसणें, ही केवढी मोठी चूक आहे, याचा कधीं कोणीं विचार केला आहे काय ?

मनुष्यप्राण्यांत मूल उपजल्यापासून त्याची पूर्ण वाढ होईपर्यंत तें परावलंबी असतें. कारण इतर पशुयोनीप्रमाणें मानवी संततीमध्ये उपजतबुद्धि अतिशय कमी असते. ह्यामुळें तें आपल्या मातेवर विशेष अवलंबून असतें. उदाहरणार्थ गाईचें वासरूं उपजतांच आपल्या पायांवर फिरावयास लागून स्वतःच्या पोषणाची तरतूद करूं शकतें. परंतु लहान मुलाला तें सहासात महिन्याचें झालें तरी आपल्या स्नायूंवर पूर्ण ताबा मिळवितां येत नाहीं; व

म्हणून त्याला दोन वर्षेपर्यंत आपल्या मातेवर अवलंबून राहावे लागते. हा जो भेदभाव मानवकोटि व पशूकोटि यांमध्ये दिसून येतो, त्याचे कारण मानवी प्राण्यांत बुद्धीची वाढ ही विशेष गोष्ट असल्याने तिची पूर्णता होण्यास इतका जास्त वेळ लागतो. ही बुद्धीची वाढ चांगल्या किंवा वाईट प्रकाराने होऊं देणें हें पुष्कळ अंशी आईबापांवर अवलंबून असते. व म्हणून त्यांनी लहान मुलांना योग्य वळण कसें लागेल इकडे लक्ष पुरविलें पाहिजे. परंतु साधारणपणें आपल्या पाहण्यांत असें येतें कीं बरेचसे आईबाप या बाबतींत अगदीं दुर्लक्ष करितात.

तसेंच आमच्या इकडच्या बालविवाहपद्धतीमुळे लहान मुलांना अकालीं मातृत्वपद प्राप्त होतें, व त्यामुळे त्यांचें या बाबतींतलें शिक्षण अपुरें राहतें व त्याचा परिणाम प्रजेवर होतो. यासंबंधानें डॉ. काळोखे यांचें 'अशक्तता' हें पुस्तक अवश्य वाचावें. लहान मुलांस योग्य प्रकारें खाणेंपिणें देऊन, कपडालत्ता घालून, सुशिक्षण देऊन दाढविण्याची जबाबदारी सोपी नाही. ही कामगिरी पार पाडण्यास आयाच मुलांत सुशिक्षित असाव्या लागतात. या व अशा आयांच्या अभावामुळे बालकांच्या मृत्यूचे प्रमाण पहिल्या दोन वर्षांत जास्त वाढलें आहे. हें प्रमाण नुसत्या मुंबई-पुण्यासारख्या शहरांतील जननमरणाच्या तत्त्यांकडे पाहिल्यास सहज कळून येईल.

हें एवढें भयंकर प्रमाण कमी करण्यास उत्तम उपाय म्हटला म्हणजे आमच्या स्त्रियांना मातृत्व प्राप्त होण्यापूर्वी व तें प्राप्त झाल्यानंतर त्यांनीं काय केले पाहिजे व कसें वागले पाहिजे या संबंधीं माहिती करून देणें हाच होय. व या हेतूनेच हें पुस्तक लिहिलें आहे. यांत गरोदरपणीं स्त्रियांनीं कसें वागावें, कोणता आहार ठेवावा, बाळंतपणांत त्यांचें वर्तन कसें असावें, बालकास

कोणतें अन्न घावें, तसेंच मातेच्या अभावीं वरदुधावर बालकास कसें वाढवावें, मूल दोन चार वर्षे वयांचें होईपर्यंत त्यास कसें चागवावें, व त्यास लहानसहान विकार झाले असतां घरच्याघरीं उपचार कसा व कोणत्या औषधानें करावा, इत्यादि विषयांचा समावेश केला आहे. ज्या हेतूनें हें पुस्तक लिहिलें आहे. त्याप्रमाणें वागण्याचा माझ्या भगिनींनीं अल्प जरी प्रयत्न केला तरी माझ्या श्रमाचें चीज झालें असें मी समजेन.

प्रकरण दुसरें.



गर्भधारणा.

वास्तविक रीतीनें गर्भधारणा व बालशुश्रूषा यांचा प्रत्यक्ष कांहीं संबंध नाही. कारण बालशुश्रूषेला मूल जन्मास आल्यानंतर सुरवात होते. परंतु भावी मातांना योग्य गर्भधारणा होण्यास काय केलें पाहिजे व गर्भधारणा झाल्यानंतर कसें वागावें हें समजणें अवश्य असल्यानें या विषयाचें येथें थोडक्यांत विवेचन केलें आहे.

गर्भधारणा ही स्त्रियांच्या आयुष्यांतील एक स्वाभाविक स्थिति आहे. इतकी की, तिचें खरें महत्त्वही स्त्रियांच्या लक्षांत येत नाही. आपल्या इकडे ऋतुप्राप्तीपूर्वीच बहुतेक मुलींचीं लग्नें होतात, व तेव्हांपासूनच त्यांचें बालपणचें स्वातंत्र्य नष्ट होऊन त्या तरुण स्त्रिया बनतात. बालिकेस साजेसें खेळणें, फिरावयास जाणें, व्यायाम इत्यादि आरोग्यास अति आवश्यक गोष्टी बंद होतात. एवढेंच नव्हे तर त्यांना सासरीं जीं कामें करावीं लागतात त्यांचाही यांच्या वाढीवर अनिष्टच परिणाम होतो. व बहुतेक १३।१४

वर्षाच्या वयांतच, म्हणजे ऋतुप्राप्तीचे समयासच, त्या फिकट व रोगट दिसूं लागतात; व त्यामुळे त्या गर्भधारणेसारख्या स्वाभाविक स्थितीस अपात्र होतात. इतकेंच नाही, तर त्यांच्या प्रकृतीवर दुसरेही अनिष्ट व त्रासदायक परिणाम घडतात, व वेळीच योग्य औषधोपचार झाले नाहीत तर त्यांना (Chlorosis) क्लोरोसिस नांवाचा रोग जडण्याचा संभव असतो. ह्या विकारांत रक्तातील पोषक द्रव्ये कमी होतात व पाण्याचा भाग जास्ती वाढतो व त्यामुळे मुलगी फोपशी व पांढरी फटफटीत दिसूं लागते. ऋतुप्राप्तीचा समय हा फार महत्त्वाचा काळ आहे. या वेळेपासून मुलीचें शरीर विशेष रीतीने वाढूं लागतें, व ह्या वेळेपासूनच गर्भधारणेचा संभव सुरू होतो. तरी ती गर्भधारणेस योग्य झाली असें समजतां कामा नये. कारण तिची शारीरिक पूर्ण वाढ होण्यास ऋतुप्राप्तीनंतर ७८ वर्षे तरी जावीं लागतात. आतां शास्त्रीय दृष्टीनें या गोष्टीचा विचार केला तर असें दिसून येईल कीं, मुलीच्या बालपणाचा काळ आपल्या साधारण समजुतीपेक्षां बराच जास्त असला पाहिजे. १३।१४ व्या वर्षानंतर नुसती वाढीस सुरवात होते. १७।१८ व्या वर्षापर्यंत सुद्धां कटीराच्या हाडांची पूर्ण वाढ झालेली नसते, व त्यांना प्रसूतीस योग्य असा आकार आलेला नसतो. व पुढें २०।२२ वर्षांच्या वयांत बालकास उदरांतून बाहेर येण्यास जितक्या सुलभ रीतीनें मार्ग मिळतो तितक्या सुलभ रीतीनें या वर्षांच्या अगोदर गर्भधारणा झाल्यास मिळत नाही, व अर्धवट वाढलेल्या कटीराच्या हाडांस व स्नायूंरु इजा होऊन मुलीची प्रकृति कमी अधिक प्रमाणांनें बिघडते. या बाबतींत मुख्य दोष आपल्या समाजावर येतो. तो नाहीसा करण्याकरितां प्रत्येक समजूतदार पुरुष व स्त्री यांनी प्रयत्न करावा.

गर्भधारणेचीं सामान्य चिन्हे.

गर्भधारणा झाली असतां थोडेच दिवसांनीं स्त्रीस आळस येतो, अंग जड होतें, काम करण्याची इच्छा नसते. एक महिन्याचे शेवटीं नाडींतही एक विशेष गोष्ट आढळते, ती ही कीं, त्या अवस्थेंत स्वाभाविक शारीरिक क्रियेनें—म्हणजे उठणें, बसणें, चालणें इत्यादि क्रियेनें—त्यांच्या नाडीच्या चांचल्यांत स्वाभाविक मनुष्यासारखी वाढ होत नाही. अशा स्थितींतलें नाडीचें लक्षण श्रीरावण-कृत नाडीपरीक्षेच्या पुस्तकांत दिलें आहे तें असें:—

‘ गुर्वावातवहां नाडीं गर्भेण सह लक्षयेत् । ’

याशिवाय दुसरीं चिन्हे होतात तीं अशीं:—

१. विटाळ थांबणें.—हें गरोदरपणाचें पहिल चिन्ह आहे. जी स्त्री निरोगी असून नेमानें विटाळशी होते तिची पाळी टळली तर ती गरोदर आहे असें समजण्यास हरकत नाही.

२. प्रातर्वाति—स्त्री सकाळीं निजून उठल्यावर तिला मळमळतें, कोरडी ओकारी येते, किंवा थोडीशी चांतीही होते. सामान्यपणें गर्भधारणा झाल्यानंतर दुसऱ्या महिन्याचे सुरवातीस हें लक्षण होतें.

३. दुसऱ्या महिन्यांत स्तन मोठे होतात, व त्यांच्या अप्राभोवतालचा भाग जास्त काळसर व ते पिळले असतां त्यांतून दुधासारखा पांढरा चिकट द्राव निघतो. स्तनांवरील शिरा मोठ्या व निळसर दिसूं लागतात. व ते घट्ट व गांठाळलेले लागतात. गर्भारपणाच्या पहिल्या खेपेस हें एक खात्रीलायक चिन्ह समजण्यास हरकत नाही. परंतु पुढें मात्र तें इतकें खात्रीलायक नसतें.

४ गर्भस्पंदन—चवथ्या महिन्याचे शेवटीं आईस ओटीपोटांत मूळ फिरल्याचा भास होतो. केव्हां केव्हां आतड्यांत वारा धर-

ल्यानेही असा भास होतो, पण त्याबरोबर गरोदरपणाची इतर चिन्हे नसतात.

५. पोट मोठें व घट्ट लागणें.—दुसऱ्या महिन्यापासून पोट हळू हळू वाढू लागतें. व शेवटच्या तीन महिन्यांत पोटाची कातडी ताणतें व ओठीपोटावर रुपेरी रेघा दिसू लागतात.

६. नाभी वर उचलून येणें हे लक्षण मूल फिरूं लागल्यानंतर कांहीं महिन्यांनीं होतें.

७. याशिवाय गर्भाच्या वाढीमुळे मूत्राशयावर दाब पडून अगदीं सुरवातीस व शेवटीं लष्वी वारंवार करण्याची इच्छा होते. याशिवाय मलावरोध, उरांत जळजळणें, लाळ सुटणें, भूक न लागणें, पायाला सूज येणें, वगैरे चिन्हे होतात.

वरील सर्व साधारण लक्षणांवरून गरोदरपणाची खात्री होण्यास हरकत नाहीं व अशी खात्री झाल्यावर गर्भवतीनें पुढील गोष्टींकडे विशेष लक्ष दिलें पाहिजे.

वस्त्रें.—गर्भारपणांत अंगावर हलकी व ऊबदार वस्त्रें असावीं. लुगडें फार आंवळून नेसूं नये. आपल्यामध्ये कित्येक बायकांस लुगडें फार घट्ट नेसण्याची संवय असते. त्यापासून गर्भावर भार पडून त्यास इजा होण्याची भीती असते. चोळी फार तंग नसावी. आवळ-चोळी घातल्यापामून स्तनाग्रें चपटीं होतात व त्यामुळे मुलांस पितां येत नाहीं. गर्भारपणीं सर्व कपडे अगदीं सैल असावेत. त्याचप्रमाणें पुष्कळ स्त्रियांचे पाय या अवस्थेंत सुजतात अशावेळीं प्रत्येक स्त्रीनें आपल्या पायाचे बरोबर मेजाचे रबरी मोज तयार करवून ते घालावेत म्हणजे तिला बरें वाटतें. तिनें फार वेळ उभें राहून काम करूं नये. रोज बराच वेळ निजून असावें.

व्यायाम.—गर्भारपणीं शरीरप्रकृति चांगली राहण्यासाठी

स्त्रियांनीं मोकळ्या हवेंत फिरावयास जावें. कारण रक्तशुद्धि करणारा ऑक्सिजन वायु मोकळ्या व शुद्ध हवेंत जास्त असतो. व गर्भवती स्त्रीवर आपल्या व आपल्या मुलांच्या रक्ताचें शुद्धाकरण करण्याची जबाबदारी असते. म्हणून तिनें उघड्या हवेंत जितका वेळ घालवितां येईल तितका घालवावा. दमेपर्यंत फिरूं नये. त्यामुळें गर्भपात होण्याचा संभव असतो. गर्भारपणाच शेवटचे महिन्यांत आळस जास्त येतो व फिरावयास जाण्याचा कंटाळा येतो. त्यावेळीं शक्य असल्यास उघड्या गाडीतून थोडें फिरावयास जावें. गाडी सावकाश चालवावी. तसेंच व्यायाम न केल्यास अन्नपचन बरोबर होत नाही, मलावरोध होतो, व शरीरांतील स्नायूंस योग्य व्यायाम न घडल्यामुळें बाळंतपणाचें कठीण काम करण्यास ते असमर्थ होतात. श्रीमंतांच्या बायकांचें बाळंतपण जड जाण्याचें मुख्य कारण हेंच असतें. शरीरास विशेष त्रास होईल अशीं दळणकांडणासारखीं मेहनतीचीं कामें करूं नयेत.

स्नान.—गर्भिणी स्त्रीनें रोज कोमट अगर संवय असल्यास थंड पाण्यानें स्नान करावें. टुवाल अगर स्पंज त्यानें अंग चांगलें घासून स्वच्छ करावें. स्नानास फार वेळ लावूं नये व अंग झटकन पुसून कोरडें करावें. कढत पाण्यानें स्नान करूं नये. त्यामुळें ग्लानि येण्याचा संभव असतो. कोमट किंवा थंड पाण्याच्या स्नानानें मनास उल्हास वाटतो.

मन.—मन नेहमीं शांत व आनंदी ठेवावें. मन उदास होईल अशा गोष्टी ऐकूं नयेत. किंवा पाहूं नयेत. मनोरंजन व्हावें म्हणून बोधपर कथा वाचाव्या किंवा ऐकाव्या. बोधपर पुस्तकें वाचावीत. युद्धप्रसंग किंवा दुःखपरिणामी कथा ऐकूं नयेत. मन क्षुब्ध होणाऱ्या गोष्टी पाहून व ऐकून गर्भपात होण्याचा संभव असतो, व गर्भिणीस कावीळ, अतिमूत्र अथवा अतिसार होतो.

वर्षांच्या वयांतच, म्हणजे ऋतुप्राप्तीचे समयासच, त्या फिकट व रोगट दिसू लागतात; व त्यामुळे त्या गर्भधारणेसारख्या स्वाभाविक स्थितीस अपात्र होतात. इतकेंच नाही, तर त्यांच्या प्रकृतीवर दुसरेही अनिष्ट व त्रासदायक परिणाम घडतात, व वेळीच योग्य औषधोपचार झाले नाहीत तर त्यांना (Chlorosis) क्लोरोसिस नांवाचा रोग जडण्याचा संभव असतो. ह्या विकारांत रक्तातील पोषक द्रव्ये कमी होतात व पाण्याचा भाग जास्ती वाढतो व त्यामुळे मुलगी फोपशी व पांढरी फटफटीत दिसू लागते. ऋतुप्राप्तीचा समय हा फार महत्त्वाचा काळ आहे. या वेळेपासून मुलीचे शरीर विशेष रीतीने वाढू लागते, व ह्या वेळेपासूनच गर्भधारणेचा संभव सुरू होतो. तरी ती गर्भधारणेस योग्य झाली असें समजतां काम नये. कारण तिची शारीरिक पूर्ण वाढ होण्यास ऋतुप्राप्तीनंतर ७।८ वर्षे तरी जावीं लागतात. आतां शास्त्रीय दृष्टीने या गोष्टीचा विचार केला तर असें दिसून येईल की, मुलीच्या बालपणाचा काळ आपल्या साधारण समजुतीपेक्षां बराच जास्त असला पाहिजे. १३।१४ व्या वर्षानंतर नुसती वाढीस सुरवात होते. १७।१८ व्या वर्षापर्यंत सुद्धां कटीराच्या हाडांची पूर्ण वाढ झालेली नसते, व त्यांना प्रसूतीस योग्य असा आकार आलेला नसतो. व पुढें २०।२२ वर्षांच्या वयांत बालकास उदरांतून बाहेर येण्यास जितक्या सुलभ रीतीनें मार्ग मिळतो तितक्या सुलभ रीतीनें या वर्षांच्या अगोदर गर्भधारणा झाल्यास मिळत नाही, व अर्धवट वाढलेल्या कटीराच्या हाडांस व स्नायूंस्त इजा होऊन मुलीची प्रकृति कमी अधिक प्रमाणानें बिघडते. या बाबतींत मुख्य दोष आपल्या समाजावर येतो. तो नाहीसा करण्याकरितां प्रत्येक समजूतदार पुरुष व स्त्री यांनी प्रयत्न करावा.

गर्भधारणेची सामान्य चिन्हे.

गर्भधारणा झाली असता थोडेच दिवसांनी खोस आळस येतो, अंग जड होतें, काम करण्याची इच्छा नसते. एक महिन्याचे शेवटी नाडीतही एक विशेष गोष्ट आढळते, ती ही की, त्या अवस्थेत स्वाभाविक शारीरिक क्रियेनें—म्हणजे उठणें, बसणें, चालणें इत्यादि क्रियेनें—त्यांच्या नाडीच्या चांचल्यांत स्वाभाविक मनुष्यासारखी वाढ होत नाही. अशा स्थितीतलें नाडीचें लक्षण श्रीरावणकृत नाडीपरीक्षेच्या पुस्तकांत दिलें आहे तें असें:—

‘ गुर्वीवातवहां नाडीं गर्भेण सह लक्षयेत् । ’

याशिवाय दुसरी चिन्हे होतात तीं अशीं:—

१. विटाळ थांबणें.—हें गरोदरपणाचें पहिल चिन्ह आहे. जी स्त्री निरोगी असून नेमानें विटाळशी होते तिची पाळी टळली तर ती गरोदर आहे असें समजण्यास हरकत नाही.

२. प्रातर्वाति—स्त्री सकाळीं निजून उठल्यावर तिला मळमळतें, कोरडी ओकारी येते, किंवा थोडीशी वांतीही होते. सामान्यपणें गर्भधारणा झाल्यानंतर दुसऱ्या महिन्याचे सुरवातीस हें लक्षण होतें.

३. दुसऱ्या महिन्यांत स्तन मोठे होतात, व त्यांच्या अग्राभोंवतालचा भाग जास्त काळसर व ते पिळले असता त्यांतून दुधासारखा पांढरा चिकट द्राव निघतो. स्तनांवरील शिरा मोठ्या व निळसर दिसूं लागतात. व ते घट्ट व गांठाळलेले लागतात. गर्भारपणाच्या पहिल्या खेपेस हें एक खात्रीलायक चिन्ह समजण्यास हरकत नाही. परंतु पुढें मात्र तें इतकें खात्रीलायक नसतें.

४ गर्भस्पंदन—चवथ्या महिन्याचे शेवटी आईस ओटीपोटांत मूळ फिरल्याचा भास होतो. केव्हां केव्हां आतड्यांत वारा धर—

ल्यानेही असा भास होतो, पण त्याबरोबर गरोदरपणाची इतर चिन्हे नसतात.

५. पोट मोठें व घट्ट लागणें.—दुसऱ्या महिन्यापासून पोट हळू हळू वाढू लागतें. व शेवटच्या तीन महिन्यांत पोटाची कातडी ताणतें वं ओठीपोटावर रुपेरी रेघा दिसू लागतात.

६. नाभी वर उचलून येणें हे लक्षण मूल फिरूं लागल्यानंतर कांहीं महिन्यांनीं होतें.

७. याशिवाय गर्भाच्या वाढीमुळे मूत्राशयावर दाब पडून अगदी सुरवातीस व शेवटीं लघ्वी वारंवार करण्याची इच्छा होते. याशिवाय मलावरोध, उरांत जळजळणें, लाळ सुटणें, भूक न लागणें, पायाला सूज येणें, वगैरे चिन्हे होतात.

वरील सर्व साधारण लक्षणांवरून गरोदरपणाची खात्री होण्यास हरकत नाहीं व अशी खात्री झाल्यावर गर्भवतीनें पुढील गोष्टींकडे विशेष लक्ष दिलें पाहिजे.

वस्त्रें.—गर्भारपणांत अंगावर हलकी व ऊबदार वस्त्रें असावीं. लुगडें फार आंवळून नेसूं नये. आपल्यामध्ये कित्येक बायकांस लुगडें फार घट्ट नेसण्याची संवय असते. त्यापासून गर्भावर भार पडून त्यास इजा होण्याची भीती असते. चोळी फार तंग नसावी. आवळ-चोळी घातल्यापासून स्तनाग्रें चपटीं होतात व त्यामुळे मुलांस पितां येत नाहीं. गर्भारपणीं सर्व कपडे अगदीं सैल असावेत. त्याचप्रमाणें पुष्कळ स्त्रियांचे पाय या अवस्थेंत सुजतात अशावेळीं प्रत्येक स्त्रीनें आपल्या पायाचे बरोबर मेजाचे रबरी मोज तयार करवून ते घालावेत म्हणजे तिला बरें वाटतें. तिनें फार वेळ उभें राहून काम करूं नये. रोज बराच वेळ निजून असावे.

व्यायाम.—गर्भारपणीं शरीरप्रकृति चांगली राहण्यासा ट

स्त्रियांनी मोकळ्या हवेंत फिरावयास जावें. कारण रक्तशुद्धि करणारा ऑक्सिजन वायु मोकळ्या व शुद्ध हवेंत जास्त भसतो. व गर्भवती स्त्रीवर आपल्या व आपल्या मुलांच्या रक्ताचें शुद्धाकरण करण्याची जबाबदारी असते. म्हणून तिनें उघड्या हवेंत जितका वेळ घालवितां येईल तितका घालवावा. दमेपर्यंत फिरूं नये. त्यामुळें गर्भपात होण्याचा संभव असतो. गर्भारपणाच शेवटचे महिन्यांत आळस जास्त येतो व फिरावयास जाण्याचा कंटाळा येतो. त्यावेळीं शक्य असल्यास उघड्या गाडीतून थोडें फिरावयास जावें. गाडी सावकाश चालवावी. तसेंच व्यायाम न केल्यास अन्नपचन बरोबर होत नाहीं, मलावरोध होतो, व शरीरांतील स्नायूंस योग्य व्यायाम न घडल्यामुळें बाळंतपणाचें कठीण काम करण्यास ते असमर्थ होतात. श्रीमंतांच्या बायकांचें बाळंतपण जड जाण्याचें मुख्य कारण हेंच असतें. शरीरास विशेष त्रास होईल अशीं दळणकांडणासारखीं मेहनतीचीं कामें करूं नयेत.

स्नान.—गर्भिणी स्त्रीनें रोज कोमट अगर संवय असल्यास थंड पाण्यानें स्नान करावें. टुवाल अगर स्पंज यानें अंग चांगलें घासून स्वच्छ करावें. स्नानास फार वेळ लावूं नये व अंग झटकन पुसून कोरडें करावें. कढत पाण्यानें स्नान करूं नये. त्यामुळें ग्लानि येण्याचा संभव असतो. कोमट किंवा थंड पाण्याच्या स्नानानें मनास उल्हास वाटतो.

मन.—मन नेहमीं शांत व आनंदी ठेवावें. मन उदास होईल अशा गोष्टी ऐकूं नयेत. किंवा पाहूं नयेत. मनोरंजन व्हावें म्हणून बोधपर कथा वाचाव्या किंवा ऐकाव्या. बोधपर पुस्तके वाचावीत. युद्धप्रसंग किंवा दुःखपरिणामी कथा ऐकूं नयेत. मन क्षुब्ध होणाऱ्या गोष्टी पाहून व ऐकून गर्भपात होण्याचा संभव असतो, व गर्भिणीस कावीळ, अतिमूत्र अथवा अतिसार होतो.

विश्रांति.—गर्भारपणीं स्त्रीने स्वस्थ न बसतां आपला वेळ कामकाजांत घालवावा हें जरी खरें आहे तरी पण दिवसांतून २।३ वेळ मिळून तास दीडतास तिनें विश्रांति घ्यावी. कारण गर्भाचा भार गर्भाशयाच्या खालच्या भागावर पडत असतो, तो मधून मधून हलका करणें जरूर असतें. तसेंच जिला गर्भपाताची संवय असते तिनें तर अवश्य २।२॥ तास विश्रांति घ्यावी.

आहार.—गरोदरपणीं स्त्रियांनीं प्रथमपासूनच नेमस्त जेवण्याची संवय ठेवावी. परंतु पुष्कळ लोक त्यांना दोन जिवांचें पोषण करावयाचें असतें म्हणून जास्त खाण्याचा आग्रह करतात, पण हें चांगलें नाही. सुरवातीस एक दोन महिन्यांत स्त्रीला मळमळतें व ओकारीमुळें बरें वाटत नाही, व तिची पचनशक्ति कमी होते; म्हणून तिला साधें व हलकें अन्न द्यावें. परंतु चवध्या महिन्यापासून पोटांतील अस्वस्थता नाहीशी होते व गर्भही झपाट्यानें वाढतो; तेव्हां तिला नेहमीपेक्षां भूकही जास्त लागते, म्हणून तिला साधें, पौष्टिक व पाचक अन्न द्यावें. तेलकट, मसालेदार, पक्वान्नें, लोणचीं, मद्य वगैरे पदार्थ देऊं नयेत. त्यामुळें अजीर्ण, उरांत जळजळणें वगैरे विकार होतात. शिळे, कच्चे, असे पदार्थ खाऊं नयेत. चहा कॉफीसारखीं उत्तेजक पेयें पिऊं नयेत. कढत दूध किंवा पाणी पिऊं नये. गर्भिणीला भलभलते पदार्थ खाण्याची इच्छा झाल्यास ते देऊं नयेत. उपोषण करूं नये. गर्भारपणचे अखेरचे महिन्यांत अंजीर, संत्रें, नारिंगें वगैरे फळें खाण्यास द्यावीत. कारण यावेळीं मलावरोधाचें भय असतें तें फळें खाल्ल्यानें नाहीसे होतें.

झोंप.—गर्भिणी स्त्रीनें जेथें हवा चांगली खेळती असेल अशा ठिकाणीं निजावें. नेहमीपेक्षां तिला झोंपेची जास्त जरूरी असते.

रात्रीं निजतांना जड पांघरुण वापरूं नये. हलकें व ऊबदार पांघरुण असावें. रात्रीं झोंप शांत व चांगली लायणें अवश्य असतें, म्हणून ज्या प्रकारानें झोंप येण्यास मदत होईल अशा सर्व गोष्टी कराव्यात. रात्रीं लवकर निजावें व सकाळीं लवकर उठावें. खोलींत दिवा ठेवूं नये. खोलीच्या सर्व खिडक्या उघड्या टाकून हवा खोलींत चांगली खेळेल, असें करावें, मात्र वारा जर समोरून अंगावर येत असेल तर तेवढी खिडकी बंद करावी.

प्रकरण ३ तिसरें.



गर्भारपणांतील सामान्य विकार व त्यांवर करण्याचे सुलभ उपाय.

वांति व मळमळ.--हा विकार गरोदरपणाच्या पहिल्या ३ महिन्यांत होतो.

वांति बहुतेक सकाळीं उठल्याबरोबर होते व ती औषधानें किंवा इतर उपायांनीं अगदींच थांबवितां येत नाही. तरी जर बाईस त्यामुळें फार त्रास होत असेल तर तिनें बिछान्यांतून उटण्यापूर्वीं पेलाभर कढत कॉफी प्यावी. रात्रीं फार खाऊं नये. शौचास साफ होण्याकडे लक्ष द्यावें. नाहीतर उलट्या जास्त होतात. अन्न बेतावातानें व सार्धें खावें. फार मसाले घातलेलें जड अन्न वर्ज करावें. इतकें करूनही जर उलटी थांबली नाही, व उलटी झाल्यावर बरें वाटतें असें असेल, तर अन्नाशय चांगला रिकामा व्हावा या हेतूनें सकाळींच बरेंचसें कोमट पाणी प्यावें; म्हणजे एकवार सगळें उलटून पडेल व वारंवार त्यापासून त्रास होणार नाही. अर्धें लिंबू घेऊन त्यावर थोडें सैंधव व साखर

घालून निखान्यावर चांगलें खदखद होईपर्यंत ठेवावें व नंतर चोखण्यास द्यावें, म्हणजे उलटी व मळमळ त्वरित थांबते. पित्तापासून वांति होत असली तर सूतशेखराचे दहाबारा वेढे आंबळ्याच्या मुरंब्यांतून, किंवा पावतोळा लिंबाचा रस, पावतोळा आल्याचा रस व पावतोळा डाळिंबाचा रस, ह्यांतून द्यावें. सैंधव तुपांत द्यावें. प्रवाळ व मौक्तिक आंबळ्याच्या मुरंब्यांतून दीड ते दोन गुंजा द्यावें. मसुरा भाजून त्यांचें ४ मासे पीठ तोळाभर डाळिंबाचे रसांत द्यावें. नुसती कोरडीच ओकारी असली तर कुचल्याचा अर्क, १ ते २ थेंब, तोळाभर पाण्यांतून द्यावा. व्हायनम् इपिकॅक १ थेंब पाण्यांतून द्यावें. बेलफळाचा गीर लाह्यांचे पाण्यांतून द्यावा. वाळलेल्या १ तोळा लिंबाची राख करून मधांत द्यावी. जायफळ दुधांत उगाळून पाजावें.

वरील उपचारांनीं, वांति न राहिल्यास २ गुंजा सोडा, २ गुंजा बिस्मथकार्ब, १ गुंज प्रवाळ, २ गुंजा गुळवेलीचें सत्त्व, हीं औषधें एकत्र करून दीड तोळा जिरे दोन तोळे पाण्यांत वांटून, तें पाणी गाळून, त्यांत त्या औषधाची पूड मिळवून व त्यांत वत्तासा घालून तें पाणी वांति झाल्यावर द्यावें. असें दिवसांतून ३।४ वेळां दिलें. असतां २।४ दिवसांत वांति बंद होते असें अनुभवास आलें आहे. अलीकडील शोधावरून कर्पस् ल्यूटियम् म्हणून जो स्त्रियांच्या अंडाशयांत (ऑव्हरी) पदार्थ असतो तो गर्भारपणांतील उलटी शमविण्यास फार उपयोगी पडतो असें समजलें आहे. फार जास्तच उलट्या होऊं लागल्या तर मग तो अन्नमार्गाचा विकार समजून डॉक्टरच्या सल्ल्यानें औषधोपचार करावे.

रक्तस्राव होणे—महिन्याच्या महिन्यास कांहीं स्त्रियांस गरोदरपणीं पहिले २।३ महिने योग्य वेळीं हा स्राव होतो. अशा वेळीं गर्भपात होण्याची फार भीति असते. म्हणून बाईस अगदीं स्वस्थ

निजवून ठेवावें. तिला कोणत्याही कारणास्तव उठूं देऊं नये. कोणास मधून मधून पुढेही असा खांव होतो; व अशावेळीं तो कशामुळे होतो तें डॉक्टरांकडून ठरविणें व त्यात्रर योग्य उपचार करणें अगदीं जरूरीचें असतें.

मलावष्टंभ.—गरोदरपणांत बहुतेकस्वरूप मलावरोध होत असतो. बहुतेक स्त्रियांस मलावरोध झाल्यानें कांहींच अस्वस्थता वाटत नाही. तथापि हा विकार हलके हलके वाढत जातो. पोटांत शिणका मारून कंबर दुखूं लागते. प्रसूतीचा वेळ जवळ आला असतां मलावरोध झाल्यास त्यामुळे खोट्या प्रसववेदना होऊं लागतात. या खऱ्या वेदना असाव्या असें वाटतें, परंतु कांहीं वेळपर्यंत गर्भाशयावर कांहीं कार्य न घडतां त्या चालू राहिल्या, म्हणजे त्यांचें स्वरूप स्पष्ट होतें.

उपचार.—नेहमीं मलशुद्धि साफ होण्यास खाली लिहिलेलें चूर्ण फार उत्तम आहे, ४ तोळे सोनामुखी ४ तोळे बाळहिरडे, १ तोळा गुलाबकळी, १॥ तोळा सैंधव, ३ मासे पिंपळी, ३ मासे मिरे, या सर्व औषधांचें वस्त्रगाळ चूर्ण करून तें ३ मासे ऊन पाण्याबरोबर द्यावें. किंवा सोनामुखी, बाळहिरडे, गुलाबकळी, आंवळकांठी, जेष्टमध, काळीं द्राक्षें, बाहव्याचा मगज, हीं प्रत्येक अर्धा तोळा तो घेऊन १ शेर पाण्यांत काढा करून एक चतुर्थांश राहिला म्हणजे वरचेवर थोडा थोडा घ्यावा.

नुसतें एरंडेल १—२ तोळे दुधांतून, चहांतून किंवा सुंठ बडिशेप यांचे काढ्यांतून घ्यावें.

‘एनोज् फ्रूट साल्ट’च्या औषधाची पूड एक अथवा दोन थोरले चमचे घेऊन, पेलाभर पाण्यांत घालून, तें सोडावाटर सारखें फस-फसत असतां घेऊन टाकावें.

अतिसार.—दाडिम पुटपाक १ गुंज तांदळांचे धुवणांतून घावा. आंब्याची कोय भाजून खावयास घावी. अन्न हलकें खावें. ह्या-बरोबर जर पोट दुखत असलें तर मीठ गरम करून एका गरम कापडाच्या पिशवीत घालून त्यानें पोट शेकावें, पाय ऊबदार ठेवावे, व पोटाभोंवतीं गरमपट्टा बांधून ठेवावा.

छातींत जळजळणें.—पुष्कळ वेळां गरोदर स्त्रिया छातींत जळ-जळतें अशी कुरकूर करतात, पण ह्याचें मुख्य कारण अपचन होय. लहानसें रेचक दिल्यानें व नंतर खाण्यासंबंधी योग्य निगा ठेवल्यास त्यापासून बहुतेक त्रास होत नाही.

पोटांत वारा धरणें.—गरोदर स्त्रियांस यामुळें झोंप येत नाही. याचीं कारणें दिवसा मुळीच न फिरणें व निजावयाच्या अगोदर जड अन्न खाणें. तेव्हां याला उपाय, रोगाचीं कारणेंच नाहीशी करणें हा होय व तो करणें फारसें कठीणही नाही. रात्री पुष्कळ व जड अन्न खाऊं नये व व्यायाम नियमितपणें करावा.

मूळव्याध.—हा रोग होण्याचें मुख्य कारण म्हटलें म्हणजे मोठ्या झालेल्या गर्भाशयाचा भार अशुद्ध रक्तवाहिन्यांवर पडतो व त्यामुळें त्यांत रक्त साचतें व मोड होतात. यांत जर बद्ध-कोष्ठता असली तर मात्र फारच त्रास होतो. सूज येते, मल कठीण असल्यास त्यांतून रक्तही येतें, कधीं कधीं मला-शयाचा आंतोल भाग खाली उतरून येतो. अशावेळीं शेक घावा, मळ पातळ होण्याकरितां सौम्य रेचक घावें, व मलाशयाच्या भागास मृदुपणा येण्याकरितां शंखजिज्याची पूड करून लोण्यांत खलून लावावी. मायफळ अफूच्या पाण्यांत उगाळून सुजलेल्या मोडावर लेप करावा. शौचास त्रास होऊं नये म्हणून एरंडेल घ्यावें. कधीं कधीं तर हें मोड बाळंतपण होई तोंपर्यंत कोणत्याही औष-धांस दाद देत नाहीत व मग आपोआप बरे होतात.

पाय सुजणें.—सगर्भ गर्भाशयाचा दाब आंतील मोठ्या रक्तवाहिन्यांवर पडल्यानें पायांपासून रक्त वर वाहण्यास प्रतिबंध होतो. यामुळे वाईस फिरणें वगैरे अशक्य होतें. अशा स्थितीत पायास बरोबर बसेल अशा मापाचा रबराचा मोजा तिनें पायांत घालून दिवसभर ठेवावा. व रात्री एक बँडेज हलक्या हातानें पायांभोंवतीं गुंडाळावा. तापलेल्या कौलावर सुंठ घासून जी पूड निघते ती पायास चोळावी. पाय फार दुखत असल्यास डॉक्टराचा सल्ला घ्यावा.

तोंडावरची व पायावरची सूज.—गरोदर स्त्रीस सर्व अंगास सूज येत आहे असें वाटल्यास ताबडतोब एखाद्या हुशार डॉक्टरास तिची प्रकृति दाखवावी. हात पाय सुजण्याचें दुसरें कारण म्हणजे लघ्वीमध्ये Albumen नांवाचा पदार्थ जाणें. हा रोग गरोदर स्त्रियांस जास्त प्रमाणानें होत असतो. व याचें कारण त्यांच्या मूत्रपिंडावर जास्त काम पडत असल्यामुळे त्यांना तें न झेंपणें हें होय. हा रोग झाला असतां पुष्कळ वेळां त्याचा परिणाम वाईट होतो. बाळंतपणीं अगर त्याच्या अगोदरच एक प्रकारचे आचके या रोगामुळे येत असतात. म्हणून पायास अगर तोंडास सूज आली असतां ती प्रथम ह्या रोगामुळे आहे किंवा कसें, याचा खुलासा डॉक्टरकडून करवून घ्यावा हें बरें. नाही तर पुष्कळ वेळ सूज स्वाभाविक गर्भभारामुळे आहे असें वाटूनच स्त्रिया स्वस्थ राहतात, व एकाएकी आचके सुरू होऊन रोग आपलें भयंकर रूप धारण करून वाईस ग्रासतो. सातव्या महिन्यांत व पुढें दर महिन्यांत गरोदर स्त्रीनें लघ्वीची परीक्षां करवून घ्यावी. ज्यांना सूज येण्याची संवय असेल, किंवा ज्यांच्या लघ्वीत अगोदरच्या खेपेंत (Albumen) अल्बुमेन सांपडला असेल त्यांनीं विशेषें करून लघ्वी तपासण्याची खबरदारी घ्यावी.

लाळ सुटणे.—हा विकार वांतीप्रमाणेंच पहिल्या २।३ महिन्यांत होत असतो, व त्यापासून बाईस फार त्रास होतो. लालपिंड सुजत नाहीत, परंतु ते दुखत असतात. हिरड्या सुजलेल्या नसतात, परंतु तोंडांत लाळ सांचत असते; त्यामुळे स्त्रियांस फार त्रास होतो. हा स्राव अकस्मात् नाहीसा होतो, परंतु तो चालू राहिला किंवा वाढू लागला, तर कधी कधी औषधांसही हा विकार जुमानीत नाही.

उपाय.—तुरटीच्या पाण्याच्या गुळण्या कराव्या. बाभूळ, बकुळ, आंबा किंवा जांबूळ, यांच्या अंतर-सालीच्या काढ्याच्या गुळण्या करवाव्या. मायफळांचे काढ्यांत तुरटी व काताचें चूर्ण घालून त्याच्या गुळण्या करवाव्या. एनोज् फ्रूटसॉल्टसारखें एखादें रेचक द्यावें.

आतां येथें एका गोष्टीची सूचना करावयाची आहे. ती स्तनासंबंधी होय. घट्ट चोळी वगैरे घातल्यामुळे स्तनाग्रें आंत जातात. तशीं आंत गेलेलीं असल्यास गर्भिणीनें शेवटल्या २।३ महिन्यांत रोज आपला हात स्वच्छ धुऊन दोन बोटांनीं तीं वर काढण्याचा प्रयत्न करावा व चरे पडूं नयेत म्हणून ब्रांडी अगर कोल्न वॉटर व पाणी यांच्या समभाग मिश्रणानें रोज स्तन धुऊन त्यांवर नरम कापड ठेवून द्यावें; म्हणजे त्वचा कठीण होईल, व अंगांतील वस्त्रें लागून ती घांसली जाणार नाही. अशा-रीतीनें स्तनांची काळजी घेतली असतां मुलास दूध चांगलें चोखतां येऊन त्याची उपासमार होणार नाही. त्याचप्रमाणें कात्रे वगैरे पडल्यामुळे स्तन सुजणें, पिकणें वगैरे त्रासदायक विकारही टाळतां येतील.

आपल्यामध्ये पुष्कळ लोकांची अशी समजूत आहे कीं, गरो-दर स्त्री आजारी झाली असतां तिला औषध म्हणून देतां कामा-

नये त्यामुळे, तिला कसलाही आजार झाला तरी त्यावर उपचार करण्यास हयगय होते. व त्याचा परिणाम कधी कधी असा होतो की आजार दुणावून तिच्या व गर्भाच्या जिवावर येऊन बेतते. याकरितां गर्भारपणासारख्या नाजुक स्थितीत क्षुल्लक आजाराची सुद्धां हयगय करूं नये. आजार उत्पन्न होतांच चांगल्या वैद्याकडून त्यावर इलाज करवावा.

प्रकरण चौथे.



प्रसूति व सूतिकेचे उपचार.

आपल्या स्त्रीवर्गांत शास्त्रीय ज्ञानाचा अभाव असल्याने बाळंतिणीच्या उपचारासंबंधी कित्येक उपचार वैद्यशास्त्रांतील कांहीं तत्त्वांविरुद्ध आहेत व त्यामुळे कित्येक वेळां स्त्रियांना भयंकर रोग होऊन त्या मृत्युमुखी पडतात. तसेंच पाश्चिमात्य वैद्यशास्त्रांतील सर्वच उपचार आपणास उपयोगी पडतील असे नाही. कारण आपल्यांतील कित्येक उपचार आपला देश, हवा-पाणी, आहारविहार, चालीरीती, वगैरेस अनुसरून आहेत; व त्यांपैकी कित्येक जरी पाश्चिमात्य वैद्यशास्त्राच्या उपचाराविरुद्ध भासले तरी ते अहितकारक होत नाहीत. परंतु जे कांहीं वैद्यशास्त्रांतील तत्त्वांविरुद्धच आहेत ते फार अनर्थकारक होतात. म्हणून ते कोणकोणते व त्यांपासून काय परिणाम होतात ते सांगून, नंतर सशास्त्र बाळंतपण कसे करावे, याबद्दल माहिती देण्याचे योजिले आहे.

बाळंतिणीची खोली.—आपले लोकांत अशी समजूत आहे की, बाळंतिणीस वारा व प्रकाश बिलकुल लागतां कामा नये,

म्हणून बाळंतिणीची खोली अगदी काळोखाची व निवाऱ्याची अशी पसंत केलेली असते. परंतु ही फार चूक आहे. अशा ठिकाणी बाळंतिणीस ठेविल्यास श्वासोच्छ्वासाने त्या खोलीतील हवा बिघडते. म्हणजे त्या हवेत ऑक्सिजन नामक प्राणवायूचे प्रमाण कमी होऊन कॅबॉनिक ॲसिड नांवाच्या अपायकारक वायूचे प्रमाण वाढते, व त्यामुळे बाळंतिणीची रक्तशुद्धि योग्य प्रकारे न होऊन ती फिकट, निस्तेज व अशक्त होते. तिला भूक लागत नाही. पचनक्रिया बिघडते. मलावरोध, पोटांत वायु धरणे, अतिसार, वगैरे उपद्रव तिला होतात, व त्याच कारणामुळे मूलही अशक्त व रोड होते. म्हणून बाळंतपणाकरितां जी खोली योजिली असेल, ती सुप्रकाशित व हवाशीर असावी.

बाळंतिणीची स्वच्छता-आपल्यामध्ये बाळंतिणीस दोन्ही वेळां तेल हळद लावितात; शेक व धुरी देतात; स्नान केलें तरी साबण किंवा शिकेकाई लावून तेल काढून टाकीत नाहींत. या योगाने रोमरंध्रे बुजून त्वचेचा व्यापार नीट न चालल्यामुळे नानाप्रकारचे रोग उत्पन्न होतात. तसेंच बाळंतिणीस जुने व मळकट असे कपडे वापरण्यास देतात. अलीकडे शहरांतून जरी स्वच्छतेचे मान वाढले असले तरी खेडेगांवांत हा प्रकार अजूनही दृष्टीस पडतो. परंतु ही गोष्ट आरोग्यशास्त्राच्या अगदी विरुद्ध आहे.

आतां स्त्री प्रसूत होण्यापूर्वी व प्रसूत होतांना आपल्या लोकांत तिची व्यवस्था कशी ठेवितात, याविषयी विचार करूं.

गर्भिणी स्त्रीच्या पोटांत बारीक बारीक दुखण्यास आरंभ झाला म्हणजे तिला प्रसूतिगृहांत नेऊन नारळाच्या अंगरसांत अगर दुधांत मिरपूड घालून देतात, व ती लवकर प्रसूत व्हावी म्हणून; कोणी कोणी खोलीच्या सर्व खिडक्या, जाळ्या दारे बंद करून;—

तिच्या भोंवतीं शेंगड्या पेटवून ठेवतात. तिची कंवर तेल लावून शेकतात. ही पद्धत जरी अलीकडे शहरासारख्या सुधारलेल्या ठिकाणीं फारशी दृष्टोत्पत्तीस येत नाही, तरी खेडेगांवीं बरीच पाहण्यांत येते. त्याचप्रमाणें स्त्री प्रसूत होऊं लागली कीं कारणा-शिवाय इतर बायका तिच्या खोलींत अगदीं गर्दी करून सोडतात व त्यामुळें खोलींतल हवा अगदीं बिघडून जाते, उष्ण होऊं लागतो व स्त्रीस अस्वस्थता वाटते. कोठें कोठें तिला दोन्ही हातांनीं खुंटीस किंवा बाजेच्या दोन्ही खुरांस किंवा तुळईस बांधिलेल्या दोरीस धरून उभी करतात, किंवा तिला उकिडवें बसवितात. कित्येक अज्ञान स्त्रिया प्रसववेदना होण्यापूर्वीं स्त्रीस बळेंच कुंथावयास लावितात. बळेंच कुंथावयास लावणें हें फारच अनिष्ट व अनर्थकारक आहे. त्यापासून प्रसूतीस प्रतिबंध होऊन सुटका होण्यास आयास पडतात. बळेंच कुंथलें असतां योनिमार्गाच्या पडद्यावर गर्भाचा दाब पडून तो कुजण्याचा संभव असतो. याकरितां गर्भिणीस बळेंच कुंथावयास कधींही लावूं नये. प्रसववेदना याव्या तशा न आल्या तरी हरकत नाही. योग्य वेळीं त्या येतच. तसेंच कित्येक बाया तिचें इंद्रिय ताणतात व त्यांत वरचेवर बोटें घालतात. असें केल्यानें त्यांत दाह उत्पन्न होतो; तें सुजून दुखूं लागतें; पाणमोटली अकालीं फुटते. म्हणून योनींत बोटें कधींही घालूं नयेत. प्रसूतीपूर्वीं योनीमध्ये एक चिकट स्राव होत असतो. योनीमध्ये बोट घालणाऱ्या दाईचीं बोटें अत्यंत घाणेरडीं असल्यामुळें कधीं कधीं त्यावरील जंतू, योनिस्रावांत जाऊन तेथें ते रुजतात व प्रसूतीनंतर रक्तदोष व रक्तकोप करतात. त्यामुळें पुष्कळ स्त्रिया अकालीं मरण पावतात.

त्याचप्रमाणें स्त्री लवकर प्रसूत व्हावी म्हणून कित्येक बाया तीस नाना प्रकारचीं औषधें देतात. स्त्री प्रसूत झाल्यावर थोडक्याच

काळांत वार बाहेर पडते. ती लवकर न आली तर कित्येक अडाणी बायका ती जोरानें ओढून काढतात, त्यामुळें गर्भाशय उरफाटण्याची भीति असते. गर्भाशय उरफाटला तर स्त्रीच्या जिवाला धोका पोहोचतो. असें झालें म्हणजे काळजाला वार झोंबली असें अडाणी बाया समजतात. परंतु वास्तविक पाहतां काळजाचा व वारेचा कांहीं एक संबंध नसतो. प्रसूत होतांच स्त्रीस बाजेवर उताणी निजवितात, आणि एका पिशवीत राख भरून ती पिशवी योनीवर ठेवून लंगोटी लावितात. नंतर पोटावरून फार सैल नाही असा पट्टा बांधितात. स्त्रीस डाव्या अगर उजव्या कुशीवर वळू देत नाहीत. उठून बसण्याची किंवा बाजेवरून खाली उतरण्याची मनाई करतात. तीस वारा लागू देत नाहीत. तिच्या अंगावर गरम कपडे घालितात. डोक्यास टोपडें घालून अंगावर लुगड्याची चौघडी देतात. पायांत जोडा घालावयास सांगतात. तीन दिवस शिरा खावयास देतात, व पुढें तूपभात व मिरपूड वगैरे देतात. बाभळीच्या, बोरीच्या, किंवा कळबाच्या सालीच्या काढ्यांत तुरटी, पांढरा कात, मायफळ, सुपारी यांचें चूर्ण घालून त्या पाण्यानें योनि दररोज दोन वेळां याप्रमाणें बारा दिवस व नंतर एकच वेळ धुवून टाकतात. औषधांपैकी, हिंग, कात, खोबरें, गूळ, केशर, लंवगा, एळिया, व तूप या सर्व जिनसांचें औषध करून देतात. दुसरे दिवशीं कात, हिंग देतात. दहा दिवसांचे पुढें खसखशीचे लाडू, किंवा शिरा, डिकाचे, हळीवाचे, मेथ्यांचे लाडू करून देतात.

येथपर्यंत आपल्या लोकांत बाळंतिणीचे उपचार कशा रीतीनें करतात, याविषयी सांगितलें. आतां शास्त्रीय रीतीनें बाळंतपणाची व्यवस्था कशी ठेवावी, याविषयी विचार करूं.

१. सुईण.—सुईण अगोदर ठरवून ठेवलेली असावी. ती सुशिक्षित, चांगल्या स्वभावाची, व आपल्या कामांत निष्णात पण मायाळू असावी. प्रसूतिव्यापार चालू झाल्यावर सुइणीला नेल्यास तिला लज्जा उत्पन्न होऊन वेदना होण्यास प्रतिबंध होतो, म्हणून सुइणीचा गर्भिणीशीं पूर्वीच परिचय करून देणें हितावह आहे.

२. सूतिकागृह.—बाळंतिणीची खोली मोठी व प्रशस्त असावी. तींत हवा व उजेड मुबलक असावा. खोलीच्या आसपास मल-मूत्रादिकांचा संचय नसावा. कारण त्यानें हवा बिघडून ती अशुद्ध हवा खोलींत येते. खोली नेहमीं स्वच्छ असावी. तिचे बाहेर जवळच एक मोरी असावी. बाईला लागणाऱ्या वस्तूखेरीज इतर अडगळ तींत असूं नये. खोलींत एक पलंग भगर खाट असावी. त्यावर एक मऊ गादी घालून एक स्वच्छ चादर व तिच्यावरून एक वार चौरस मेणकापडाचा तुकडा घालावा; व त्याच्यावर दुसरी चादर घालावी. एक लहानसें टेबल, त्यावर एक स्वच्छ वस्त्र टाकून सुइणीस लागणाऱ्या सर्व वस्तु ठेवावयास तें तयार करून ठेवावें. खोलींत गोड्या तेलाचा दिवा लावावा. राकेल तेल कधींही वापरूं नये. प्रसूतीस लागणाऱ्या जिनसांची यादी पुढीलप्रमाणें आहे. (१) कृतर, व नाळ बांधण्याची स्वच्छ सुतळ कर्बालीक लोशनमध्ये ठेवावी. (२) जननेंद्रिय धुण्यासाठीं कापूस व लिट लोशनमध्ये ठेवावी. (३) बाईस बाळंत झाल्यावर लागणारी वस्त्रें, बेडपॅन, (४) मुलासाठीं फ्लॅनेलचा तुकडा, (५) न्हाऊं घालण्यासाठीं परात, (६) अंगास लावण्याला हरबऱ्याचें पीठ किंवा उत्तम प्रतीचा साबण, याप्रमाणें पदार्थ ठेवावेत.

प्रसूतिसूचक चिन्हे.—प्रसूतिसमय जवळ आला म्हणजे पहिले लटकणीस आठ पंधरा दिवस व मुलें झालेल्या बाईस दोन तीन

दिवस अगोदर पोट उतरल्यासारखें वाटतें. म्हणजे पूर्ण नऊ महिन्यांत गर्भाशय जो उरोस्थीला लागलेला असतो, तो थोडासा खाली ढकलला जातो व पुढच्या बाजूस पडल्यासारखा दिसतो. या गर्भाशयाच्या खाली जाण्यामुळे गर्भ कटीरांत उतरतो, व बाईस पूर्वी श्वासोच्छ्वासास जी अडचण पडत असे, ती आतां नाहीशी होते, व तिला थोडें बरें वाटतें.

वेदना सुरू होणें हें प्रसूतीचें मुख्य लक्षण होय. कित्येक गर्भिणीस-विशेषकरून पहिलटकरणीस-खोट्या वेदना सुरू होतात. खोट्या वेदनांचा भास खऱ्या वेदनांसारखा होतो खरा; पण त्या एका जागी स्थिर नसून कधी पोटांत तर कधी छातींत अथवा बरगड्यांत असतात. कोष्ठशुद्धि बरोबर झाली नसल्यामुळे खोट्या वेदना बहुतेक उत्पन्न होतात. म्हणून एरंडेलासारखें एखादें सौम्य रेचक दिलें असतां त्या बंद होतात. त्याचप्रमाणें लघ्वी तुंबली आहे कीं काय तेंही पाहावें; तुंबली असल्यास तीही काढावी लागते. या गोष्टी आपणास लहानसहान वाटतात; पण यांत चूक झाल्यास परिणाम फार त्रासदायक होतात. अशा रीतीनें कांहीं कारण नसल्यास वेग सारखे जोरानें येत राहतात; मार्गही होत जातो व पाणमोटली पुढें पुढें येते. पण मोटली फुटेपर्यंत विशेष धोका नसतो. यावेळीं योनींतून थोडा बुळबुळीत स्राव होतो. तो धुऊन टाकूं नये; मात्र लघ्वीस अगर शौचास झालें, तर मात्र जंतुनाशक पाण्यानें धुवावें. यावेळीं सुईण बाईस फिरावयास सांगते, निजवून अगर बसवून ठेवीत नाही. कारण, यावेळीं मूल कटीरांत उतरत असतें. गर्भाशयाच्या प्रत्येक आकुंचनामुळे गर्भाशयाचें तोंड जास्त रुंद होत जातें व पाणमोटली गर्भासहित थोडी खाली ढकलली जाते. ही

सर्व क्रिया आपोआप होते. पाणमोटली फुटल्यानंतर खऱ्या कामांस सुरवात होते. आतांपर्यंत हिंडत फिरत असणारी बाई यावेळीं निजते. वेगाचें स्वरूप बदलतें, म्हणजे इतका वेळ वेगाचे दुःखामुळें ओरडणारी बाई आतां स्वाभाविकपणें कुंथूं लागते. सर्व कांहीं यथास्थित असलें तर तासांत मूल जन्मतें. पाणमोटली फुटल्यानंतर पहिलटकरणीस तीन साडेतीन तासांपेक्षां व मुलें झालेल्या बाईस एक दीड तासापेक्षां जास्त वेळ लागल्यास प्रसूतीस कांहीं तरी अडथळा आहे कीं काय, याची चौकशी सुइणीजवळ करावी; व शंका आल्यास डॉक्टरास बोलावून खात्री करवून घ्यावी हें उत्तम. यावेळच्या हयगयीमुळें पुष्कळ मुलें दगावतात, एवढेंच नव्हे तर पुष्कळ स्त्रियांच्या जिवासही धोका असतो.

प्रसूतिनंतर बाळंतिणीची व्यवस्था.—प्रसूति झाल्यानंतर जी स्थिति प्रसूतिकेस प्राप्त होते तिला सूतिकाअवस्था म्हणतात; व या अवस्थेंत बाळंतिणीची व्यवस्था चांगली राहावी या करितां कित्येक गोष्टींकडे लक्ष दिलें पाहिजे. त्या येणेंप्रमाणें—

(१) बाळंतिणीची स्थिति, (२) पथ्य, (३) औषधोपचार.

(१) बाळंतिणीची स्थिति.—प्रसूतिसमयीं झालेला रक्तस्राव व सर्व शरीरास बसलेला धोका यांपासून आलेली अशक्तता व शीण घालविण्याकरितां बाळंतिणीस विश्रांतीची फार जरूरी असते. सबब वार पडल्यावर इंद्रियें वगैरे शास्त्रोक्त रीतीनें धुवून व पोटा बांधून झाल्यावर थोडी साबूदाण्याची खीर अथवा दूध देऊन तिला बाजल्यावर स्वस्थ निजवावें. झोंप लागल्यानंतर मज्जातंतुजालास आपलें बल प्राप्त होतें. बाळंतिणीच्या नाडीकडे विशेष लक्ष द्यावें. कारण कांहीं विकार उत्पन्न

होतांच तिच्या गतींत चलविचल होते. त्या स्थितींत निजून राहणें हें बाळंतिणीस फार हितावह आहे. कारण प्रसूतीनंतर गर्भाशयादि इंद्रियें कांहीं अंशीं स्थानभ्रष्ट होतात, आणि त्यापासून रक्तस्राव होण्याची किंवा अकस्मात् मृत्यु येण्याची भीति असते. स्थानभ्रष्ट झालेला गर्भाशय निजल्यानें स्वस्थानीं आणतां येतो. सूतिकास्रावाविषयीं इतकेंच पाहिलें पाहिजे कीं, आपण ज्या घड्या ठेवितों त्या स्रावानें गार झाल्यावर ठेवूं नयेत. कारण बाह्य भागांवर शैत्याचें कार्य घडल्यानें तो स्राव अकस्मात् बंद होतो. हा स्राव प्रसूतीनंतर एक दोन आठवडे होत असतो. याचा रंग प्रथम दोन तीन दिवस तांबडा रक्तासारखा असतो. पांचव्या सहाव्या दिवशीं त्याचा रंग हिरवट होऊन शेवटीं पांढरा होतो, व नंतर बंद पडतो. ज्या स्त्रिया आपल्या मुलास पाजीत नाहींत त्यांच्यांत हा स्राव जास्त असतो. या स्रावास एक प्रकारची घाण येते. म्हणून जननेंद्रियाचा भाग स्वच्छ ठेवावा. नाहीं तर फार भयंकर परिणाम घडतात. प्रसूतीच्या गुह्य भागास इजा झाली असल्यास ब्रॅडीच्या घडीचा उपयोग करावा.

प्रसूतीनंतर सहा किंवा आठ तासांनीं लघ्वी करण्यास सूचना द्यावी. आणि ती निजल्या निजल्या होईल तितकी बरी.

प्रसूतीनंतर कोष्टाच्या स्थितीकडेस अवश्य लक्ष दिलें पाहिजे. ४८ तास पर्यंत कोष्ठशुद्धि न झालेली बरी. नंतर आपोभाप परसाकडे न झालें तर एरंडेल, किंवा सोनामुखी, बाळहिरडे, सुंठ हीं समभाग घेऊन त्यांचें चूर्ण करून तें सुमारे तीन मासे ऊन पाण्याबरोबर द्यावें. तीन चार दिवसांनंतर जर मूल दूध ओढीत नसेल तर स्तन हलके करण्यासाठीं क्षारमय रेचकें द्यावें; आणि

स्तनाभोंवतीं तेल हलक्या हातानें चोळून वर ऊन पाण्याच्या पिळ्यांनें शकलें असतां बराच फायदां होतो.

बाळंतिणीला पुष्कळ थंड वारा वाहत असेल अशा ठिकाणीं ठेवूं नये. खोलींत शुद्ध हवा मोकळेपणीं येऊं द्यावी. अंगामध्ये फ्लॅनेलची बंडी, टोपी व पायांत मोजे असावेत. बाळंतिणीच्या अंगावरील वं विछान्यावरील कपडे स्वच्छ ठेवावेत. निजून राहण्याविषयी पूर्वी सांगितलेंच आहे. चालेल तोंपर्यंत आठ किंवा नऊ दिवस पर्यंत विछान्यावरून उठूं नये, निदान तीन दिवस तर उठूं नयेच. खाण्यापिण्याच्या कुपथ्यानें जी पीडा होण्याचा संभव असतो त्यापेक्षांही लवकर उठण्यानें अधिक पीडा होते.

(२) बाळंतिणीचें पथ्य.—सूतिकावस्थेमध्ये बाळंतिणीच्या पथ्याकडे लक्ष देण्याची फारच आवश्यकता आहे. दूध चांगलें सुटेपर्यंत, व कोष्ठशुद्धि होऊन ज्वर शांत होईतोंपर्यंत, पथ्य अल्प आणि हलकें असावें. दूधभात, अथवा तांदळांची मऊ भाकर आणि दूध, रव्याची पेज, बिस्कटस् वगैरे सारखे पदार्थ पहिले ४ दिवस; व नंतर आपलें रोजचें सार्धें जेवण, म्हणजे तूपभात, बाजरीची भाकर, किंवा ज्यांना गव्हांची संवय असेल त्यांस गव्हांची पोळी, भात, वरण, तूप, तुपांतील भाज्या वगैरे देण्यास हरकत नाही. ज्यांना मांस व मद्य यांचा प्रतिबंध नाही, त्यांना कोंबड्याचा मांस-रस, व दोन तोळे द्राक्षासव (पोर्टवाईन) पाण्यांत मिश्र करून द्यावें. तेल, चिंच, दही, ताक वगैरे आंबट पदार्थ निदान बारा दिवस-पर्यंत खाऊं देऊं नयेत. तसेंच केळीं, वांगीं, कांकड्या, कलिंगड, सीताफळ, रामफळ, पेरू, फणस, लिंबू, आंबा वगैरे फळफळां-वळही खाऊं नये. कारण त्या स्थितींत रोग उत्पन्न होण्याचा संभव

असतो. त्याचप्रमाणे मेथ्यांचे लाडू, अहळिवाचे लाडू, बदामपाक, तूपखारका इत्यादि पदार्थ भक्षण करणे हे पौष्टिक गुणाच्या संबन्धाने चांगले. तथापि ते भक्षण करून लागल्यानंतर जर रोजच्या जेवणांत अंतर पडेल, म्हणजे रोजच्यापेक्षां जेवण कमी जाऊ लागेल, तर ते पदार्थ खाण्याचे बंद करावे. किंवा खाणेच आहे तर जेवते वेळेस खावेत. सत्रयीप्रमाणे वेळच्या वेळेवर दोनदां किंवा तीनदां यथेच्छ जेवण्यांत जी मौज आहे, ती मौज असले पौष्टिक पदार्थ भलत्याच वेळीं खाऊन जेवणांत व्यत्यय आणण्यांत नाही.

(३) बाळंतिणीचा औषधोपचार—बाळंतिणीला बाळंतपणांतील स्रावादिकामुळे आलेली अशक्तता जाऊन शरीरांत चांगली शक्ति यावी म्हणून कांहीं बलवर्धक बाह्योपचार व अंतरोपचार अवश्य आहेत. कारण ह्या स्थितींत थोडा जरी अशक्तपणा राहिला तरी तो भयंकर बाळंतरोगाचे बीजारोपण करितो.

बाह्योपचार—दहा दिवसांनंतर स्नानापूर्वी बाळंतिणीच्या अंगास तेल व हळद लावून सौम्यपणाने चोळावे. यापासून शरीराच्या स्नायूंस रक्ताचा पुरवठा होऊन ते चांगले धष्टपुष्ट होतात. स्नान करतांना तेल व हळद, साबण अगर शिककाई लावून काढून टाकावे. बाळंतिणीस शेक व धुरी दिल्याने अंगांतून घाम जाऊन अशक्तपणा येतो. सबब ऋतुमान पाहून त्याचा उपयोग केल्यास फायदा होण्याचा संभव आहे. बामूळ, बकूळ किंवा बोर यांच्या अंतरसालीच्या शेरभर काढ्यांत तुरटी ४ मासे, पांढरा कात ४ मासे, मायफळ २ मासे, मोचरस ४ मासे यांचे चूर्ण उकळलेल्या पाण्यांत घालून ते कोमट झाल्यावर त्याने, किंवा लायसॉल (१ ड्राम १ पाईटमध्ये), पोटॅश परमँगनेट (१ ते २ ग्रेन १ पाईटला) किंवा टिक्चर आयर्डीन् (१ ड्राम १ पाई-

टला) यांच्या लोशननें दररोज दोन वेळां याप्रमाणें दहाबारा दिवस योनि धुवावी, म्हणजे स्त्रावाला घाण येत नाही.

अंतरोपचार—बाळंत झाल्याबरोबर लवंगा व जायफळ देणें हितावह आहे. त्याचप्रमाणें हेमगर्भाची मात्रा आल्याच्या रसांतून बाळंत होताक्षणीच देतात हेंही चांगलें आहे. कोणी नुसती कस्तुरी विड्यांतून देतात, कोणी केशर देतात; कारण त्यापासून ग्लानि व वातादि विकार होत नाहींत. १ गुंज हिंग व एक भाजलेला सागरगोटा यांचें चूर्ण तूपमधांत तीन दिवस देतात. यापासून पोटांतला वायगोळा बसतो व पोटदुखणें राहातें पांढरा कात ३ मासे व बोळ सुमारे ४ मासे यांचें चूर्ण नारळाच्या अंगरसांत द्यावें. यापासून दूध येतें व रक्तस्राव कमी होतो. ७ व्या दिवसापासून १० व्या दिवसापर्यंत प्रत्येक दिवशीं २ मासे पिंपळीचें चूर्ण तुपांत व मधांत द्यावें. ज्यांना मद्याचा प्रतिबंध नाही त्यांना १० दिवस पर्यंत दररोज सकाळीं एक वेळ तोळा दोन तोळे उत्तम मद्य—जसें द्राक्षासव, ब्रांडी किंवा शेरी वैन, यांपैकी कोणतें तरी २ तोळे पाण्यांत मिळवून द्यावें. तिसऱ्या दिवसापासून १० दिवसपर्यंत दशमूळांचा काढा द्यावा. प्रतापलंकेश्वर या काढ्यांत द्यावा. दशमूळांचा काढा पित्तप्रकृतीच्या स्त्रीस देऊं नये. हा काढा घेतल्यापासून भूक चांगली लागून अन्नपचन उत्तम प्रकारें होतें, व बाळंतिणीस बाळंतपणापैकी रोग होत नाही. देवदार्यादि काढा जेव्हां सूतिकाज्वर होतो तेव्हां द्यावा. दूध येण्याकरितां व शक्ति वाढण्याकरितां डिकाचे, खसखशीचे लाडू करून देणें हितावह आहे. शतावरीच्या मुळांचा किंवा गुळवेलीच्या मुळांचा काढा करून दिला असतां दूध येतें; शोपांची खीर किंवा पोर्ट वाईन ६।७ तोळे सकाळीं संध्याकाळीं दिल्यानें

दूध घेतें. दूध घेत नसल्यास लॅक्टॅगाल, व स्टाउट एक्स्टॅक्ट ऑफ् फ्लॅसेंट्या यांपैकी कोणत्याही औषधाचा उपयोग करावा. शक्ति येण्याकरितां सोन्याचा वर्ख १ पान तूप व मध यांतून किंवा विड्यांतून २४ दिवसपर्यंत घावा. दहा बारा दिवस झाले, व कांहींशी शक्ति आली म्हणजे, केवळ बाजेवरच निजून राहूं नये; घरांत इकडे तिकडे फिरावें. अनुकूल असल्यास गाडींत बसून बाहेर हवा खाण्यासही जाण्यास विशेष हरकत नाही. तीन महिने खोलीमध्ये राहण्याची, व घराबाहेर बिलकूल न पडण्याची आपल्या लोकांत चाल आहे ती चांगली नाही. तिजपासून फार नुकसान होत आहे.

प्रकरण पांचवें.

बालकाचा जन्म.

मूल आईच्या पोटांतून बाहेर पडतांच त्यास मऊ फ्लॅनेलच्या फडक्यांत ध्यावें. मूल जन्मतांच रडलें पाहिजे. न रडल्यास त्याचें नाक, तोंड, घसा यांमधील चिकट पदार्थ प्रथम काढून, नाक तोंड साफ करून, त्यास रडविण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. मूल रडतांना प्रथम श्वास आंत घेतें. व मग रडत असतां ही क्रिया चालू राहते. तेव्हां प्रथम श्वासोच्छ्वास सुख होण्यास रडणें आवश्यक आहे. अशक्त मूल अगर गुदमरलेलें मूल रडत नाही. त्याकडे लक्ष दिलें नाही, तर तें थोड्याच वेळांत गतप्राण होतें. म्हणून गुदमरलेलें मूल जन्मले असतां त्याला कृत्रिमरीत्या श्वासोच्छ्वास करावयास लाविलें पाहिजे. हें चांगल्या रीतीने करतां यावें म्हणून प्रथम मूल वारेपासून निराळें केल पाहिजे. नंतर एका बाईनें मुलाचे पांय

घट्ट धरून ठेवावे व सुइणीनें मुलाचें डोकें खाटेच्या कडेस थोडें निराधार सोडून मग सावकाशपणें मुलाचे हात त्याच्या कोंपरा-
खालीं धरून वर डोक्याच्या वर न्यावे, व तसे एक दोन सेकंड
धरून पुनः सावकाशपणें खालीं आणून छातीच्या दोन्ही बाजूंस
दावावे. असें एक मिनिटांत अठरावीस वेळ केल्यांस मुलाचा श्वासो-
च्छ्वास सुरू होईल. कधीं कधीं श्वासोच्छ्वास सुरू होण्यास अर्धा ते
एक तासही लागतो. दुसरे पुष्कळ प्रकार आहेत, परंतु फक्त दोन
सोपेसे प्रकार येथें थोडक्यांत सांगतो. मुलास गरम पाण्यांत दोन
तीन सेकंडें छातीपर्यंत बुडवून लगेच थंड पाण्यांत बुडवावे व
पुनः थंडांतून काढून गरम पाण्यांत बुडवावे. असें सात आठ वेळ
केल्यावर अंग कोरडें करून मुलाला गरम फडक्यांत गुंडाळावे.
मुलाचें तोंड उघडून त्यावर स्वच्छ बारीक मलमलीचा तुकडा
घालून आपल्या तोंडानें फुंक मारावी. अशा एका तरी रीतीनें, मूल
सावध होण्यापलीकडच्या स्थितीस गेलें नसल्यास तें रडूं लागतें.
मुलाचे डोक्याचा भाग बाहेर येतांच त्याचे मानेसभोंवतीं
नाळेचा वेढा आहे कीं काय हें पाहावे. कारण कित्येक वेळां तो
जर कां ताबडतोब काढण्यांत आला नाहीं, तर मानेस फांस
बसून त्याची प्राण जाण्याची फार भीति असते.

नाळ कापणें.—मुलाचें नालच्छेदन करण्याची रीति आपल्या
लोकांत जी आहे ती बरी नाहीं. म्हणून येथें सांगितल्याप्रमाणें
नालाचें छेदन करावे. मूल आईचे उदरांतून बाहेर येतांच त्याचें
नालच्छेदन करूं नये. नाळ चिमटींत धरून त्यांत जोंपर्यंत
नाडीचे ठोके पडत असतात तोंपर्यंत ती कापूं नये. नाळेंतील
ठोके बंद पडण्यास अदमासें तीनपासून चार मिनिटें लागतात.
या वेळांत नाळेंतून मुलास दोन दिवस पुरेल इतकें रक्त त्याच्या

शरीरांत जातें, व त्याचा पुढें दोन दिवस बालकाच्या पोषणास उपयोग होतो. म्हणून दोन दिवस मुलास कांहीं दुसरें देण्याची जरूर लागत नाही. नाळेचे ठोके बंद पडण्याचे सुमारास, म्हणजे प्रसुतीनंतर एक दोन मिनिटांत-बालकाची नाळ मुळाकडील बाजूस बेंबीपासून दोन व तीन इंच अंतरावर दोन ठिकाणी चांगली घट्ट दोऱ्यानें आंवळून बांधावी व नंतर दोन दोऱ्यांच्या मध्ये चांगल्या धारेच्या स्वच्छ चाकूनें अथवा कातरीनें कापावी. चाकू अथवा कातरी तांबेरा आलेली असल्यास मुलांस सांसर्गिक दोष होण्याचा फार संभव असतो.

डोळ्यांची काळजी.

जननेंद्रियांतून डोकें बाहेर आल्याबरोबर बालकाचे डोळे रसकापुराच्या पाण्यांत लिटचा तुकडा भिजवून (१:४००० या प्रमाणांत) त्यानें स्वच्छ पुसून काढावे; म्हणजे मातेच्या जननेंद्रियांतील कोणत्याही स्त्रावाचा परिणाम होणार नाही, कारण असें न केल्यास मुलाचे डोळ्यांस वरील विकाराची लस लागून डोळे येण्याचा संभव असतो.

बालकाचें स्नान.

नुकतेंच जन्मलेल्या मुलाचें अग एका वसामय पदार्थानें लिप्त असतें. तो पदार्थ नुसत्या पाण्यानें धुवून जाण्याजोगा नसतो. ग्लिसरीन किंवा पियर्स सारख्या साबणाचा या कामी उपयोग करावा. साबणाच्या ऐवजीं ऊन गोडें तेल, अंड्याची सफेती, आणि हरबऱ्याचें पीठ वापरलें तरी चालेल. आपल्याइकडे मुलास पायांवर उपडें निजवून न्हाऊं घालतात. मुलास पायांवर उपडें निजविल्या कारणानें त्याचा जीव कोंडण्याची भीति असते. व दुसरें अंगास लाविलेलें तेल पाण्याबरोबर धुवून त्याचे डोळ्यांत जातें,

व ते शौंवं. लागते. या पेक्षां एक टब अगर मुलगे हातावर आडवे धरतां येईल असें भमळ रुंद भांडें कोमट पाण्यानें भरून घ्यावे, व त्यांत त्या मुलास, त्याचें तोंड आणि नांक शिवाय करून सर्वांग बुडेल असें धरावे; आणि मऊ मलमलीच्या अथवा स्पंजीच्या तुकड्यानें त्याचें अंग चोळावे. याप्रमाणें त्यास दोनदां निराळें पाणी घेऊन धुवावे. नंतर बारीक मऊ वस्त्रानें त्याचें अंग पुसून कोरडें करावे. व अंगाचा ओलावा नाहीसा करण्यासाठीं व्हायोलेट पावडर अगर तांदळाची वस्त्रगाळ पूड लावावी. ती गोंड्यानें अगर कापसानें लावून साफ झाडून काढावी. संधीच्या फटींत राहिल्यास त्यापासून त्वचेचा क्षोभ होतो. मूल एक आठवड्याचें होईपर्यंत त्यास स्नान घालण्यास कोवट पाणी असावे. आणि जर ते नाजूक प्रकृतीचें असलें, तर तसाच प्रघात चालू ठेवावा. कढत पाणी घालणें फारच अप्रशस्त आहे. जर मूल सुदृढ प्रकृतीचें असलें, तर एक महिना होण्याच्या पूर्वीच, हिवाळ्याचे दिवस खेरीज करून, त्यास थंड पाण्याची सवय लावावी. अशा सवयीनें मूल सुदृढ राहतें. साधेल तोंपर्यंत नित्य स्नानास ताजें पाणी आसावे. बालकास फार वेळ धूत राहूं नये, त्यास शैत्य होतें. त्यास स्नान घालून पुसल्यावर, वस्त्रें घालण्यापूर्वी पाव अर्धा तास त्यास शेंगडी-जवळ पायांवर खेळू द्यावे. आईनें आपलें हात तापलेसे झाले ह्मणजे बालकाचे हात पाय खालून वर व वरून खालीं हलक्या हातानें थंडीच्या दिवसांत मात्र चोळावे. व त्याप्रमाणेंच पाठ आणि ऊर चोळावा. ही कृति बालकास मोठी सुखकर वाटते. मूल शोपेंतून उठतांच, किंवा त्यास घाम आला असतां त्यास स्नान घालूं नये. स्नानाच्या पाण्यांत एक चिमूटभर मीठ टाकलें असतां मुलांस शैत्य होत नाही व शरीरास बळकटी येते. थंड पाण्याच्या स्नानानंतर जर

मूल हुशारीनें खेळलें व ह्याच्या अंगास उबारा व टवटवो चढली, तर तें स्नान चालू ठेवण्यास हरकत नाही, पण मुलगे नाजूक असून स्नानानंतर जर त्याचें अंग गार पडलें व तें कांकडू लागलें तर त्यास थंड पाण्याचें स्नान मानवत नाही असें समजावें. अंगास तेल लावून न्हाऊं घालावें. व नंतर साबण वगैरे लावून तेल साफ धुवून टाकावे. बहुतेक मुलांस स्नान घातल्यानंतर तीं सुखावतात, व त्यांस शांतपणें झोंप लागते.

नाळाची व्यवस्था.—नाळ बेंबीपासून ३।४ अंगुळें ठेवून कापावी. ती अगदीं कोरडी आणि स्वच्छ ठेवावी. याकरतां जन्मल्यापासून ती पडेपर्यंत प्रत्येक स्नानानंतर तिची व्यवस्था पुढीलप्रमाणें ठेवावी. नाळ कोरडी करून बोरिक अॅसिड व स्टार्च यांचे समभाग मिश्रणाची भुकी वर शिंपडावी. नंतर पांच इंच चौरस लिट्चा तुकडा घेऊन तो एका बाजूनें मध्यापर्यंत कापून, नाळ त्याच्यामध्ये घालून नाळेसभोंवतीं तो पसरावा व नंतर त्याचे पदर नाळेसभोंवतीं पुडी बांधल्याप्रमाणें वळवावे. व त्यावरून एक पोटासभोंवतीं ३।४ इंच रुंदीची ऊबदार कापडाची पट्टी बांधून ती नाळ स्थिर ठेवावी. अशा रीतीनें नाळाची व्यवस्था ठेवल्यास ती ३ पासून ६ दिवसांत गळून पडते.

कपडे.—मुलास जे कपडे घालायचे ते अगदीं सैल, ऊबदार, हलके व मऊ असावेत. लेंकरास सहसा उघडें ठेवूं नये. उघडें ठेवल्यानें शरीरावर लौकर वाईट परिणाम घडून खोकला व पडसें उद्भवतें. मुलाचे कुल्याखालीं नेहमीं एक त्रिकोनी फडकें लंगोट्याप्रमाणें बांधावें, म्हणजे अंथरुणांतील कपडे व घेणाराच्या अंगावरील कपडे मलमूत्र विसर्जनानें घाण होणार नाहीत. मुलाचें डोक्याचें टोपडें गरम कापडाचें असूं नये. कारण त्यापासून

डोक्यास घाम येऊन, तो डोक्यांत जिरून, थंडी होण्याचा फार संभव असतो; म्हणून तें मलमलीसारख्या हलक्या कापडाचें असावें. मुलाचे पोटावरील पट्टा दोन तीन महिनेपर्यंत बांधावा, म्हणजे बेंबी वर येणार नाही. जन्मानंतर एक अहोरात्र जातांच मुलाच्या मलमूत्रशुद्धीविषयी चौकशी करण्यास विसरूं नये. मलशुद्धि चांगली झाली नसल्यास चहाचा अर्धा चमचा एरंडेल देण्यास हरकत नाही. मूत्र कोंडून पोटाखालच्या भागी फुगलें आहे असें दिसल्यास, त्या ठिकाणीं गार पाणी शिंपडल्यानें मूत्रविसर्जन होतें. जर न झालें तर ऊन पाण्यांत भिजविलेला स्पंज अथवा वस्त्राचा बोळा जननेंद्रियावर ठेवावा; अथवा त्या मुलाचें ढुंगण बुडेल इतक्या ऊन पाण्यांत त्यास पाव तास धरावें. या उपचारानेंही मूत्रविसर्जन झालें नाही तर डाक्टरचा सल्ला घ्यावा. कारण, कांहीं प्रसंगीं मूत्रद्वार व कधीं कधीं मलद्वार हीं जन्मापासूनच खुलीं नसतात; तीं शस्त्रक्रियेनें मोकळीं करतां येतात व लेंकरूं वांचतें.

झोंप.—मुलाचा बिछाना मऊ व ऊबदार असावा. लेंकरास आईनें अगर दुसऱ्यानें वरचेवर जागें करूं नये. कारण मुलाची वाढ नेहमीं झोंपेंतच होत असते. याकरितां जितकी जास्त झोंप मिळेल तितकी सुखावह होऊन शरीर वृद्धिगत होतें. मूल सुमारे एक वर्षाचें होईपर्यंत त्यास कमीत कमी अठरा एकोणिस तास झोंप लागते. पहिल्या महिन्यांत मूल स्तनपानाच्या वेळे-खेरीज जागें नसतेंच. मुलास तीव्र उजेडाच्या खोलींत निजवूं नये. मुलास रात्री जर झोंप चांगली आली नाही तर त्यास कांहीं तरी त्रिकार झाला आहे असें समजावें, व त्यावर ताबडतोब उपचार करावेत.

मुलास अफू देण्याची घातक चाल.—मुलें रडण्याचें वास्तविक कारण काय आहे हें न समजतांच मुलुंगें रडवें आहे व त्यापासून आपणास त्रास होतो, म्हणून त्यास आपले लोकांत अफू घालूं लागतात. पण ही चाल गैर व घातक आहे. यामुळें आजपर्यंत किती मुलें मृत्युमुखीं गेलीं असतील हें परमेश्वरासच माहीत. लहान अर्भकांस, त्यांस बोलतां येत नसल्यानें, त्यांस कांहीं दुःख होऊं लागलें म्हणजे रडण्यावांचून दुसरा इलाजच नसतो. हें आईस माहीत असतां त्याचें रडण्याचें कारण काय असावें हें बारकाईनें न शोधतां, त्यास अफू घालून गुंग करून ठेवणें हें फार घातक आहे, असें आईस माहीत नसतें. अफूपासून पहिल्यानें मलावष्टंभ होतो; त्यामुळें चैन पडत नाहीं, कपाळ दुखूं लागतें, पोट बिघडतें. अफू खाणारीं मुलें बहुधा माती खाणारीं होतात. तीं नेहमीं किरकिर करणारीं, त्रासिक, निस्तेज अशीं होतात. ह्या अफू खाणाऱ्या मुलास जर परसाकडचा उपद्रव झाला, तर बहुधा आयुष्य संपलें असेंच समजावें. दुष्ट संग्रहणीसारखीं लक्षणें होऊन तें मूल मरतें. अशा मुलास कोणताही सामान्य विकार झाला, तर तो विकार कोठवर वाढेल, अथवा त्यांतच त्याचा अंत होईल, किंवा तें सुधारेल, याविषयी अनुमानही करितां येत नाहीं. तसेंच अफू खाणारास औषधें चांगलीं लागूं पडत नाहींत.

स्तनपान.—मूल जन्मतांच आईच्या स्तनांत दूध येऊं लागतें. आरंभीं जें दूध उत्पन्न होतें तें कांहींसें घट्ट असून त्याच्या अर्गीं रेचक धर्म असतो. त्याच्या योगानें तें पितांच मुलास स्वल्प प्रमाणानें रेच होऊन, गर्भाविस्थेंत असतां आंतड्यांत सांचलेला काळा पदार्थ बाहेर पडतो व मूल मोकळें होतें. मूल जन्मल्यानंतर ६ ते

८ तासांनी त्याजकडून स्तनपान करवावे, तीन दिवसपर्यंत दूध येत नाही. ह्या तीन दिवसांत त्यास दाईचे, गाढवीचे अगर गाईचे दूध खाली लिहिलेल्या रीतीप्रमाणे पाजावे:—

एखाद्या स्वच्छ कल्हईच्या वाटीत दूध घालावे. नंतर त्यांत स्वच्छ कापडाची अगर कापसाची वात करून तिचे एक शेवट वाटीत घालावे व दुसरे शेवट मुलाचे तोंडांत घालावे. म्हणजे वाटीतील दूध मुलाचे तोंडांत जाते. सर्व दुधांत गाढवीचे दूध उत्तम होय. तें नुसतें देऊं नये. तें प्रथम कढवावे व त्यांत तेवढेच अधणाचें पाणी मिसळावे व तें गोड होईल इतकी त्यांत पिठीसाखर घालावी. गाढवीचे न मिळाल्यास गाईचे ताजे दूध घ्यावे, तें उकळावे, व तें एक भाग व कढत पाणी दोन भाग घालून, त्यांत साखर मिसळून तें मिश्रण मुलास द्यावे.

प्रकरण सहावे.

बालकाचे अन्न.

परमेश्वरानें आईच्या स्तनांत दूध उत्पन्न करून मुलाचे अन्नाची जी तरतूद करून ठेविली आहे, त्यावरून मुलाचे संगोपन करण्याची जबाबदारी मातेवरच आहे हें उघड दिसते. परंतु युरोपियन लोकांत मूल अंगावर पाजले तर त्यामुळे आईस भक्षता येऊन तिच्या तारुण्याला धक्का पोंचतो व तिला अकाली वार्धक्य प्राप्त होते, अशी अज्ञानमूलक समजूत असल्याने कित्येक आया आपापल्या तान्ह्यास पाजण्यास दाई ठेवतात व तिच्या कडेच मुलाची जोपासना करण्याचे काम सोपविण्यांत येते.

आमच्या समाजांत अशा तऱ्हेनें मूल वाढविण्याची चाल फारशी नाही ही फार समाधानाची गोष्ट आहे. जर स्त्री निरोगी असेल व तिला भरपूर दूध येत असेल तर तिनें नऊ महिनेपर्यंत आपलें मूल स्वतः पाजणें चांगलें. मूल जन्मल्यानंतर पहिले कांहीं दिवस तरी आईनें मुलास अंगावर पाजणें अवश्य आहे. कारण अलीकडील शोधावरून असें समजलें आहे कीं आईच्या स्तनापासून सुरवातीला जें दूध निघतें, व ज्यालां कोलस्ट्रम अशी संज्ञा आहे त्यामध्ये कांहीं अशीं विशेष द्रव्ये (Antigens) असतात कीं त्यांपासून मुलाचे रक्तांत इतरव्याधिसंरक्षक द्रव्ये (Anti-bodies) उत्पन्न होतात व त्यामुळे मुलाला बऱ्याचशा रोगांपासून अलिप्त राहण्याची शक्ति येते. दुसरें कारण असें कीं, मुलाच्या जीवनक्रमाच्या पहिल्या कांहीं आठवड्यांत त्याची पाचनशक्ति क्षुल्लक कारणावरून सुद्धां बिघडण्याचा संभव असतो, आणि म्हणून त्याला आईखेरीज इतर कृत्रिम दूध पाजिलें असतां त्याला तें पचविण्यास फार जड जातें. म्हणून आईच्या स्तनपानावर जितके दिवस मुलास ठेवितां येईल तितकें चांगलें. तिसऱ्या महिन्यानंतर इतर दुधापासून कोठा बिघडण्याचा संभव कमी प्रमाणांत असता. म्हणून पहिले तीन महिने तरी मुलाला आईचे दूधावर ठेवावें हें इष्ट आहे. तिसरें कारण, प्रसूतीनंतर अंगावर दूध पाजल्यापासून मातेचा गर्भाशय आकुंचन होण्याला मदत होते, व गर्भाशयापासून प्रसूतीनंतर जो रक्तस्राव होण्याचा संभव असतो, तो होण्याचें भय कमी होतें. तसेंच आपल्या आईचें दूध पिऊन मूल जसें बाळसें धरतें तसें दाईच्या दुधानें धरणें शक्य नाही. आतां ज्या आईला मुळीं दूधच फुटत नाही, किंवा जिचें दूध रोगिष्ठ असतें, तिनें आपलें मूल दाईच्या स्वाधीन

करावे कीं नाही हा मुळीं प्रश्नच नाही. तिनें तें मूल दाईच्या दुधावरच वाढविलें पाहिजे. वरील विवेचनावरून आईनें स्वतःचें मूल स्वतः पाजावे असें ठरते. आतां तें कोणत्या नियमानें पाजावे याविषयी थोडी माहिती देतो. ही माहिती देण्याचे अगोदर आईनें मुलास कसें प्यात्रयास घ्यावे, आपण कसें बसावे, मुलाला कसें धरावे, हे समजणें अवश्य आहे.

मूल पाजण्याची रीत.—पाजते वेळीं मूल किंचित् कलतें धरून त्याच्या शरीराचा सर्व भार आईनें आपल्या हातावर घ्यावा. उजव्या स्तनांतील दूध पाजण्याचें असेल तर त्याच्या शरीराचा भार उजव्या हातावर पडेल, व डाव्या स्तनांतील दूध पितांना डाव्या हातावर पडेल. आईनें आपली छाती जरा पुढच्या अंगास झुकती धरावी, म्हणजे स्तनाचें बोंड मुलाचे तोंडांत सहज पडते. स्तनाचें बोंड, आंगठ्याजवळचें बोट आणि मधले बोट यांनीं धरून, मुलाच्या तोंडांत घावे. स्तनाची बोंडी दाबून धरली म्हणजे मुलास वेताचें दूध मिळते. पहिल्या आठवड्यांत प्रत्येक खेपेला दोन्ही स्तनांचें दूध थोडें थोडें पाजावे. त्यानंतर आळीपाळीनें प्रत्येक वेळेला एकाच स्तनाचें दूध पाजावे. साधारणपणें प्रत्येक खेपेस १० पासून २० मिनिटे मुलास पाजावे. मूल जर निरोगी असेल तर त्याचें समाधान होईपर्यंत त्याला पिऊं घावे. स्तन तोंडांत असतांना मुलाला झोंपीं जाऊं देऊं नये. कारण स्तनाचा भार त्याच्या नाकातोंडावर पडून त्याचा जीव गुदमरण्याचा संभव असतो. मुलास पाजल्यानंतर त्याचें तोंड पुसून टाकावे. मुलास पहिल्या दिवशीं प्रत्येक ६ ते ८ तासांनीं पाजावे. दुसऱ्या दिवशीं प्रत्येक चार तासांनीं पाजावे. व तिसऱ्या दिवसापासून सकाळीं ५ वाजल्यापासून रात्री ११ वाजेपर्यंत प्रत्येक दोन

तासांनीं पहिला महिना संपेपर्यंत पाजावें. दुसऱ्या महिन्यांत प्रत्येक २॥ तासानें पाजावें. आणि पुढें पांच महिने संपेपर्यंत प्रत्येक तीन तासांनीं पाजावें. सुरवातीपासूनच पहिल्या महिन्यांत रात्रीं ११ वाजल्यापासून सकाळीं ५ वाजेपर्यंत प्रत्येक चार तासांनीं पाजावें. दुसऱ्या महिन्यांत प्रत्येक १ तासांनीं पाजावें. आणि मूल तीन महिन्यांचें झालें म्हणजे रात्रीं १ वाजल्यापासून सकाळीं ५ वाजेपर्यंत मुळींच पाजू नये. रात्रीच्या पिण्याच्या दरम्यानचें हें अंतर सात तासांपर्यंतही वाढविण्यास हरकत नाही. व ज्या मुलाची प्रकृति चांगली निरोगी असते त्याला रात्री ८ तास जरी दूध वातलें नाही तरी चालेल.

रात्री शेवटचें दूध एकदा पाजल्यावर केव्हांही ४ तासांच्या आंत पुनः पाजू नये. कारण वारंवार दूध पाजल्यानें त्याचें पचन न होऊन पोटांत वायु उत्पन्न होतो; व पोटात दुखू लागल्यामुळें मूल रडूं लागलें म्हणजे तें भुकेमुळें रडत असेल या समजुतीवर त्याला पुनः दूध पाजलें जातें. व तें दूध स्वभावतःच ऊन असल्यामुळें तेवढ्यापुरतें मुलाचें रडें थांबतें. कारण कोणत्याही गरम पेयाच्या अंगी अशा रीतीचा शूल ताःपुरता शमविण्याचा गुण असतो. परंतु वास्तविक पाहतां त्या दुधापासून गुणापेक्षां अवगुणच जास्त होतो. कारण जितकें जितकें जास्त दूध पाजलें जातें तितके तितके दुधातील पचनास कठीण असे पदार्थ (Protein) पोटांमध्ये वाढतात व त्यामुळें पचनक्रिया जास्त जास्त बिघडते. शिवाय अनियमित व वारंवार पाजल्यानें दुधाचा कस व प्रमाण यांत फरक होतो. यावर खरा उपाय म्हटला म्हणजे आईला व मुलाला दूध पाजण्याची व पिण्याची नियमितपणाची संवय लावावी. यदा-कदाचित् मूल शोषेंत असेल तर त्याला मुद्दाम तेवढ्यापुरतें जागें

करून दूध पाजावे. जर त्याला जागृत राखून दूध पाजणे कठीण जात असेल तर त्याला दूध थोडे कमी पाजावे. म्हणजे त्याला भूक लागून ते योग्य वेळेस जागे होईल. मूल योग्य वेळी जागे न होऊन पिण्याचे दरम्यानचे अंतर वाढेल तर त्याला भूक फार लागलेली असल्याने ते दूध जास्त पिते, व अशा रीतीने पोटांत दूध जास्त झाले तर ते उलटी होऊन पडते किंवा त्याला त्याचे अपचन होते.

आईच्या दुधामध्ये होणारे फरक:—आईच्या शरीरप्रकृतीवर दुधाचे गुणावगुण अवलंबून असतात. विशेषत; आई अस्पर्श असली, किंवा तिला मानसिक व्यथा किंवा फार थकवा आला असेल, तर दुधाच्या प्रमाणांत व कसांत फरक पडतो; दुधाचे प्रमाण कमी होते व दूध निःसत्व होते. दुधाचे प्रमाण कमी झाल्याने मूल स्तन जोराने चोखू लागते व दूध पुरेसे न मिळाल्याने ते एकदम स्तन सोडून रडू लागते. वारंवार दूध प्याल्याने त्याच्या पोटांत वारा धरतो, तसेच जोराने चोखतांनाही थोडासा वारा त्याचे पोटांत जातो; व या दोन्ही कारणांमुळे मुलाचे पोट जास्तच फुगते व त्यामुळे ते रडू लागते. असे झाले असता आईच्या खाण्यापिण्याची खबरदारी घ्यावी व तिला पौष्टिक अन्न खाण्यास द्यावे. विशेष थकवा आल्यामुळे जर असे झाले असल तर आईला पूर्ण विश्रांति घेण्यास सांगावे.

दूध फार जोराने येत असल्यास त्याचे घुटके घेणे मुलास कठीण जाते, व ते ओकू लागते; यासाठी, स्तनाची बोंडी थोडी दाबून धरली म्हणजे दूध बेताने येऊं लागेल. दूध कमी येत असेल तर स्तनाचा पुढील भाग थोडा दाबावा म्हणजे दूध जरा जास्त जोराने येईल. जर मुलाला एकदम दूध मानवत नाही असे आढ-

ळले तर असें होण्याचें कारण दुधामधील चर्बी व इतर घटकाव-
यव यांमधील फरक, किंवा मातेनें घेतलेल्या औषधाचा परिणाम,
यापैकी कोणतेही असूं शकेल. व तें प्रत्येक वेळेस बरोबर सम-
जण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. साधारणतः जीं औषधें दुधांतून
येण्याचा संभव असतो तीं येणेंप्रमाणें:-सॅलीसिलेट्स, बेलाडोना,
एट्रोपिन, आर्सेनिक, पोट्याश आयोडायड् व ब्रोमाईड, क्षारमय
रेचकें; अफू व मॉर्फिया, इ०.

दुधाचें प्रमाण कमी असल्यास किंवा तें त्या पोषक द्रव्यांच्या
कमतरतेमुळे निःसत्व झाल्यास मुलास दुधाचा पुरवठा अपुरा
पडतो.* याचें मुख्य निदर्शक म्हणजे मुलाचें वजन कमी होणें
किंवा न वाढणें हें होय.

दुधाचें प्रमाण मूल पिण्यापूर्वी व नंतर त्याचें वजन केले
असतां नक्की समजतें. दूध अपुरें आहे कीं कमकस आहे हें
समजण्याची अणखी एक सोपी रीत आहे. मूल कांहीं वेळ जोरानें
पिऊन स्तन मध्येंच रागानें सोडून देईल तर दूध अपुरें आहे
असें समजावें. व बराच वेळ पेंगत पेंगत व थकल्यासारखें जास्त
वेळ पिईल तर दूध पुष्कळ असून कसदार नाही असें समजावें.
या दोन्ही प्रकारची उणीव आईस योग्य पोषक खाणें देण्यानें व
एक्स्टॅक्ट ऑफ माल्ट्सारखीं पौष्टिक औषधें दिल्यानें भरून
काढतां येते.

कित्येक ठिकाणीं दूध भरपूर असून जास्त कसदार असतें, व
त्यामुळे मुलास अपचन होऊन पोटशूळ, हगवण, निद्राभंग वगैरे
विकार होतात. असें आढळल्यास मुलास कमी वेळां पाजणें

* यासंबंधी विशेष माहिती चौथ्या प्रकरणांत पाहावी.

आईच्या अन्नांत फेरफार करणें, स्तनपान करण्यापूर्वी मुलास थोडें ऊन पाणी पाजणें, वगैरे उपचारांनीं हा दोष सुधारतां येतो.

वजनांत वाढ, आहारानंतर तृप्ति, कोणत्याही पचनविकाराचा अभाव, शांत निद्रा, व स्वच्छ मलशुद्धि, हीं मुलाची वाढ समाधानकारकपणें होत असल्याचीं चिन्हे आहेत.

स्तनपान करण्याला अपवाद.—स्तनपान देणें किंवा न देणें हे केवळ दुधाच्या चांगल्या किंवा वाईटपणावरच अवलंबून नसतें. तर तें मातेच्या शारीरिक स्थितीवर बरेच अंशीं अवलंबून असतें. मातेला क्षय, गरमी, ब्राळंतरोग, इन्फ्ल्यूँझा, वगैर संसर्गजन्य विकार झाले असतां तिने आपल्या मुलांस पाजू नये. तसेंच स्तनास कात्रे किंवा स्तनांत पू झाला तर आईने आपल्या मुलास पाजू नये. तसेंच पाजण्याच्या मुदतींत स्त्री गरोदर राहिल्यास तीन महिन्यांनंतर दूध पाजणें बंद करावें. कारण स्त्रीला पाजण्याच्या योगानें गर्भपात होण्याचा संभव असतो, गर्भाचें पोषण बरोबर होत नाही, व स्तनपान करणाऱ्या मुलास रिकेट्स नांवाचा विकारही होतो.

दाई.—लेंकराचे आरोग्यास व वाढीस मातेच्या दुधाची बरोबरी करणारा दुसरा पदार्थ नाही. परंतु कित्येक वेळां असें होतें कीं, मूल जन्मास आल्याबरोबर किंवा पुढें कांहीं वेळानें आई मरण पावते. किंवा कधीं असें होतें कीं, आईस दूधच फुटत नाही. व केव्हां केव्हां दूध पुष्कळ येऊनही तें पाजण्याजोगें नसतें; कारण आई रोगी असल्यामुळे तें दूध पाजणें हितावह नसतें. अशा प्रसंगीं मुलाच्या पोषणाची तजवीज दोन प्रकारांनीं करितां येते. गाय, शेळी वगैरे जनावरांचें दूध पाजून मुलाचें संरक्षण करावयाचें ही एक पद्धत; व अंगावरील दूध पाजण्याजोगी दाई

ठेवावयाची ही दुसरी पद्धत. आपल्या लोकांत दाया ठेवण्याची रीत फारशी दृष्टोत्पत्तीस येत नसल्यामुळे, दायांचा असा निराळा वर्ग आपल्या लोकांत नाही म्हटले तरी चालेल. कारण दायांनीं पाजावे अशी आमच्या लोकांची कल्पनाच नाही. तरी पण अलीकडे दाया ठेवण्याची चाल कांहीं कांहीं श्रीमंत कुटुंबांत प्रचारांत येऊं लागली आहे. तेव्हा दाई ठेवण्याचा प्रसंग आल्यास तिची निवड कशी करावी, याविषयी माहिती असणे अवश्य आहे. दाई ठेवावयाची झाली म्हणजे मुख्यतः ती पुढील लक्षणांनीं युक्त असावी. ती सुदृढ व सतेज असून तिचे अंगीं परंपरागत रोग नसावा. तिचा स्वभाव शांत, आनंदी, व मनमिळाऊ असावा. तिचे मूल निरोगी असावे, व तिचा बालकाची जोपासना करण्याचा अनुभव असला पाहिजे. तिनें खाण्यापिण्यांत नेमस्तपणा बाळगावा. ती फार स्थूल असूं नये. कांहीं सडपातळ स्त्रिया उत्तम दाया असतात. तिचे दांत स्वच्छ असावेत. त्याला कीड किंवा त्यांत पू झालेला असूं नये. तिचे वय २५।३५ वर्षांपेक्षां जास्त नसावे. त्याचप्रमाणें तिला वंशपरंपरागत फेपरें, क्षय, उपदंश वगैरे विकारांसारखा कोणताही आजार नाही याबद्दल तिची डॉक्टरकडून परीक्षा करवून घ्यावी. दाईला तिचे मूल निदान आठ आठवड्यांचें होईपर्यंत पाजण्यास ठेवूं नये. कारण तिचे मुलास उपदंशासारखा विकार असल्यास तो त्यावेळेपर्यंत दृष्टोत्पत्तीस येत नाही. याकरितां दाईच्या मुलाची परीक्षा करणे अत्यंत जरूरीचें आहे. तसेंच दाईच्या स्तनाची परीक्षा करावी. स्तनांचीं अग्नें नीट असून त्यांवर जखम, फोड, कात्रे वगैरे कांहीं नाहीत याबद्दल खात्री करवून घ्यावी. तिला दूध किती येतें हें पाहाण्याकरितां तिच्या मुलाचें स्तनपानापूर्वीं व नंतर वजन

करावें. तसेंच दूध कसदार आहे की नाही, हें पाहण्यास तिच्या स्वतःच्या मुलाची प्रकृति तपासावी. तसेंच दाईचे दुधांत चर्बीचा भाग कोणत्या प्रमाणांत आहे हें पाहण्यास दूध एका कोणाकृति काचेच्या भांड्यांत घेऊन कांहीं वेळ ठेवावें. जर त्याच्या तळशीं घट्ट धर विशेष दिसला, अगर जमिनीवर थेंब पडला असतां पांढरा दाट डाग राहिला, तर दुधांत चर्बीचा भाग जास्त आहे असें समजावें. दाईला ताजे, पौष्टिक, व सहज पचेल असें अन्न घालावें. बहुतेक दाया गरीब स्थितीत वाढलेल्या असल्याकारणानें त्यांचे खाण्याचे बाबतीत हाल झालेले असतात, व म्हणून त्या श्रीमंताचे घरीं आल्यावर मुलाला दूध सुटावें म्हणून श्रीमंती थाटाचे तूप पोळी वगैरे-सारखें जास्त कसदार अन्न खातात व दूध पितात. त्याचे योगानें त्यांच्या दुधाचा कस वाढतो व तें मुलास पचनास फार कठीण जातें व त्यायोगानें मुलाची प्रकृति बिघडते. म्हणून दाईला साधें, हलकें व सहज पचेल असेंच अन्न द्यावें. तिला मसालेदार पदार्थ व चहासारखीं उत्तेजक पेयें देऊं नयेत. तसेंच तिला घरीं जाण्याची परवानगी देऊं नये. कारण मग तिच्या खाण्यापिण्यावर नजर ठेवतां येत नाही. दाई कितीही उत्तम असली तरी ती दाईच आहे, आई नव्हे, हें कोणीही विसरूं नये. यासाठीं दाईच्या प्रत्येक कृत्यावर आईची नजर असली पाहिजे. दिवसा रात्री, वेळीं अवेळीं, दाई काय करते तें तिच्या खोलींत जाऊन पाहवें. दाई आपलें दूध आटत आलें म्हणजे, आपली नौकरी जाईल या भीतीनें ती गोष्ट कोणास कळवीत नाही; व भुकेनें मूठ रडूं नये म्हणून चोरून मारून मुलास खावयास घालते. म्हणून आपल्यास असा संशय आल्याबरोबर दाईस कामगिरीवरून मोकळे करावें हें चांगलें. कित्येक दाया मुलांनीं रडूं नये म्हणून त्यांस अफू

देतात. अफूच्या योगानें मूल रोडावतें व त्याला भूक लागत नाही. सारांश, अशा रीतीनें फसविणाऱ्या दाईला, तिच्यावर नजर ठेवून, दृष्टोत्पत्तीस आल्याबरोबर काढून टाकावी.

मानवी दूध.—दूध हेंच केवळ मुलाचें अन्न आहे. म्हणून त्याचे घटकावयव काय काय व कोणकोणत्या प्रमाणांत असतात, व ते कमी जास्ती झाल्यांस मुलाचे शरीरावर काय परिणाम होतो, याचें ज्ञान असणें अत्यावश्यक आहे. दुधाची परीक्षा करण्याकरितां पुढें लिहिल्याप्रमाणें आईला दूध काढण्यास सांगावें. स्तनांतील संबंध दूध पिण्यास मुलास किती वेळ लागतो, याचें सर्वसाधारण प्रमाण बरेच वेळां वक्तशीर पाजून काढावें. व या वेळेच्या १/३ वेळ मुलास पिऊं देऊन नंतर लगेच १ औंस दूध ब्रेस्टपंपनें किंवा हातानें पिळून काढावें, व तें परीक्षेकरितां पाठवावें. अशा रीतीनें दूध परीक्षेकरितां न पाठविल्यास चांगलें दूधही वाईट ठरण्याचा संभव असतो.

दुधाचें विशिष्ट गुरुत्व १०३० पासून १०३२ असतें, व त्यामधील घटकावयव खालीं लिहिलेल्या प्रमाणांत असतात:—

प्रोटीड	२. ०
चर्बी	३. ५
साखर	७. ०
क्षार	०. २
पाणी .	८७. ३

प्रोटीड अथवा नायट्रोजनस द्रव्ये.—दुधामध्ये हीं द्रव्ये जर प्रमाणापेक्षां जास्त असलीं तर त्यानें अजीर्ण, पोटशूळ, अथवा मलावरोध होतो; किंवा मुलाचें वजन कमी होतें. मूत्रांत युरिक—

असिड नांवाच्या क्षाराचें प्रमाण वाडून मुलास मुतखडा किंवा मूत्रपिंडाचा शूल उत्पन्न होतो. मलाचा रंग हिरवट पिवळट होतो. नायट्रोजनस द्रव्याचें प्रमाण दुधांत कमी झालें तर मूल पांडुरोगी व अशक्त होतें, व त्यास हालचाल केल्यानें दम लागतो; त्याचे स्नायु शिथिल होऊन ते फोपसे होतात; वाढ खुंटते; आणि त्याला 'रिकेट्स' नांवाचा विकार होतो.

चर्बी.—याचे योगानें शरीराची उष्णता कायम राहते, व क्षार शरीरांत मिसळण्यास मदत होते. याचे योगानें पोटांत पाचक रस कमी उत्पन्न होतो, पोटाची चलनवलनाची क्रिया कमी होते, व नायट्रोजनस द्रव्याचें पचन होण्यास विलंब लागतो. चर्बीचें प्रमाण दुधांत जास्त झाल्यास मुलास अजीर्ण किंवा अतिसार होतो. अजीर्ण झाल्यास मुलास दूध पाजल्यानंतर अर्धा ते एक तासानें दुधाचें दही होऊन वांती होते व त्यास नासलेल्या दुधासारखा वास येतो.

अतिसार झाल्यास मलाचा रंग हिरवट, पिवळा किंवा पांढरा होतो, पोटा फुगतें, मुलाचें वजन कमी होतें, मूल दूध पिईनासें होतें, व सारखी किरकिर करतें; मलास घाण येते, मलावरोध होतो, मुलास आंकडी येऊं लागते. अशीं मुलें बहुतेक जास्त फोपशीं होतात, व त्यांचें यकृत वाढतें.

दुधांत चर्बीचें प्रमाण कमी झाल्यास दूध बरोबर पचत नाहीं, मलावरोध होतो, व मुलास रिकेट्स नांवाचा विकार होतो.

साखर.—साखरेपासून शरीरांत शक्ति व उष्णता हीं उत्पन्न होतात. मानवी दुधांत साखरेचें प्रमाण फारसें बदलत नाहीं. दुधांत साखरेचें प्रमाण जास्त झाल्यास मुलें जास्त फोपशीं होतात.

क्षार.—मानवी दुधांत बऱ्याच प्रकारचे क्षार असतात. त्यांचे योगाने मुलास भूक व तहान लागते, व पोटांत पाचक रस उत्पन्न होऊन दूध पचण्यास मदत होते.

वरचे दूध.—मुलाच्या पोषणास उपयोगी पडेल असे दूध म्हणजे आईच्या स्तनांतीलच होय. तें न मिळाल्यास व बाहेरील दुधावर मुलाचे पोषण करण्याचा प्रसंग आल्यास, वरील दुधासंबंधी, सर्व माहिती आधी करून घेतली पाहिजे. मुलाला दूध कसे घालावे, त्यांत कोणकोणते गुण पाहिजेत, तें किती व केव्हां घातलें पाहिजे, याबद्दल माहिती असणे जरूर आहे. आपल्या लोकांत आईच्या दुधावर मुलें पोसण्याचा संप्रदाय फार आहे. यासाठी आईचे दूध व आईचे दूध या दोन्हीविषयी विचार केला म्हणजे आपला कार्य भाग होणार आहे.

केसीन—लोण्यासारखा पदार्थ—साखर—क्षार—पाणी

मानवी दूध.	२.०	३.५	७.०	२	८७.३
आईचे दूध.	४.०	३.५	४.०	७	८७.८

वरील कोष्टकावरून पाहतां आईच्या दुधामध्ये आईच्या दुधापेक्षां केसीन जास्त असते व त्यामुळे तें पचनास कठीण जाते. म्हणून मुलास घालण्यास आईचे दूध खालील रीतीने तयार करावे. सुरवातीस निम्मे दूध व निम्मे पाणी याप्रमाणें मिश्रण तयार करावे. व अशा तीन औंस मिश्रणांत एक चमचाभर साय व एक सपाट चमचा साखर घालावी, व तें मिश्रण मुलास पाजावे.

केव्हांही दूध घाव्याचे तें कच्चे किंवा उकळून घावे याविषयी जरी मतभेद असला, तरी साधारणतः दूध उकळे तोपर्यंत तापवावे व लगेच विस्तवावरून काढून जितकें लवकर गार करतां येईल तितकें लवकर गार करावे हें श्रेयस्कर आहे. कारण असे केल्याने

दुधातील सत्व नाहीसें होत नाही व स्फूर्तीसारखे रोग होण्याचा संभव कमी असतो. हळू हळू व उघड्यावर दूध गार करण्यानें दुधामध्ये जंतु उद्भवण्याचा संभव असतो, तो तें एकदम गार करण्यापासून बराचसा कमी होतो.

वर सांगितल्याप्रमाणें मिश्रण तयार करून दिलें तरी मुलास तें मानवतें कीं नाही, हें पुनः पाहवें लागतेंच. वजन वाढणें हें दूध मानवल्याचें उत्तम लक्षण आहे. निरोगी मुलाचें वजन एका दिवसांत एक औंस याप्रमाणें वाढतें.

असलें दूध पाजल्यानें तें मानवल्यास मुलाचें वजन वाढून मूल गुटगुटीत दिसतें; तें न मानवल्यास त्यास पचनेंद्रियाचे विकार होऊन त्याचें वजन कमी होऊं लागतें. असें होऊं लागलें तर, जवसाचें पाणी, ओटमीलचें पाणी, चुन्याची निवळी, तांदळाचें धुवण, वगैरेसारखे पदार्थ दुधाचा पाचकपणा वाढण्यासाठीं वरील मिश्रणांत घालून मग तें मिश्रण मुलास पाजावें.

वरीलप्रमाणें मिश्रण न सोसल्यास दोन भाग पाणी व एक भाग दूध अशा मिश्रणाचा उपयोग करून पाहावा. याही मिश्रणानें दूध पचेनासें झाल्यास यापेक्षां जास्त पाणी घातलेलें दूध देण्यापासून मुलाच्या वाढीस बिलकूल फायदा होत नाही. असें झाल्यास मुलाला थोडे दिवस यंत्राचे साह्यानें केलेल्या चूर्णीकृत दुधावर (dried milk) ठवावें. अलन्बरी, व ग्लॅक्सो हीं या दुधापासून तयार केलेलीं अन्नं होत. या दोहोंतून कोणचेंही एक अन्न घावें; किंवा वरील अन्नं न देतां दुधामध्ये सोडियम सायट्रेट, व सोडा-बाय-कार्ब या दोहोंपैकीं कोणतेंही एक, एक औंस दुधांत एक ते दोन ग्रॅन याप्रमाणें घालून घावें. याचे योगानें पोटांत दुधाच्या दह्यांच्या गांठी बनत नाहीत, व तें पचण्यास हलकें जातें. ज्या मुलांच्या कोठ्यांत अम्लता वाढल्यामुळे पोटांत वायु धरतो, किंवा

ज्यांना उलटीवाटे दुधाचें दहीं होऊन पडतें त्यांना या औषधांचा जास्त उपयोग होतो. याहीपासून जर मुलास कांहीं फायदा झाल्याचें दिसलें नाहीं तर मग दूध पेप्टोनाईझ करून त्यास घालावें. ८ औंस दुधामध्ये १२ औंस पाणी घालावें आणि त्यांत फेअर-चाईल्ड्स पेप्टोजेनिक् मिल्क पाव्डर (बाटलीबरोबर असलेल्या मापानें) १ एक माप घालावी. जर पचनेंद्रियाचे विकार साधारण असतील तर तें दूध अशा रीतीने गरम करावें कीं १०।१२ मिनिटांनीं तें उकळूं लागेल. जर विकार फार तीव्र असेल तर तें मिश्रण गरम करून हाताला सहन होईल इतक्या ऊन पाण्यानें भरलेल्या दुसऱ्या भांड्यांत २० ते ३० मिनिटे ठेवावें. तदनंतर तें दुसऱ्या भांड्यांत ओतून, लवकर उकळी फुटेल इतकी उष्णता लावून, लगेच खाली उतरून तांबडतोब गार करावें. या मिश्रणांत साय किंवा साखर न घालतां तें तसेंच मुलास पाजावे. हें दूध मुलास जसजसें पचेल त्याप्रमाणें पाण्याचा भाग कमी करून दुधाचा भाग वाढवीत जावा. हें पेप्टोनाईझ केलेलें दूधही मुलास देऊन मुलाचें वजन वाढत नाहीं असें दिसल्यास मुलाला 'ग्रे पाव्-डर' देऊन पाहवी. याचे योगानें मुलांचे पचनेंद्रियाचे विकार बरे होऊन तीं लव्हा झालेलीं पाहण्यांत आलीं आहेत. कित्येक मुलांना याचे योगानें कॉडलिन्हर ऑइलप्रमाणें शक्ति येते.

वर सांगितलेले सर्व प्रकार जर निष्फळ झाले तर गाईचे दुधातील केसीन मुलास पचत नाहीं असें समजावें. आणि मग दाईचें, गाढवीचें किंवा शेळीचें दूध, अगर केसीन काढून टाकलेलें गाईचें दूध, यांपैकी कोणत्या तरी एका दुधावर मुलाचें पोषण करण्याचा प्रयत्न करावा. अशा रीतीने, मुलाची पचनशक्ति किती जरी नाजक असली तरी, दुधाचे कांहीं दांत फुटे पावेतो त्याचें पोषण

करतां येणें शक्य आहे. शेवटीं वरदूध घालण्याच्या संबधानें एक महत्त्वाचा मुद्दा सांगावयाचा, तो हा कीं, वर सांगितलेल्या कोणत्याही एका प्रकारावर योग्य मुदतीपर्यंत (२ ते ३ आठवडे) मुलास ठेवून त्यायोगानें मुलाचें वजन वाढत नाहीं अशी खात्री झाल्याशिवाय त्यामध्ये फेरबदल करूं नये. कारण ७८ दिवसांत हें समजणें शक्य नसतें.

वर सांगितलेलीं दुधाचीं मिश्रणें कोणच्या महिन्याच्या मुलास किती घावीं व केव्हां घावीं हें खालीं दिलेल्या कोष्टकावरून समजून येईल.

वरदूध पाजण्याचें कोष्टक.

वय.	एकदा पाजल्यानंतर पुनःकिती तासांनीं पाजावें.	रात्री १० ते सकाळीं ६ पर्यंत किती वेळां पाजावें.	प्रत्येक वेळीं किती पाजावें.
पहिला आठवडा.	२	२	१ ते १॥ औंस
दोन ते तीन आठवडे.	२	२	१॥ ते ३ औंस
चार ते पांच आठवडे.	२	१	२॥ ते ३॥ औंस
सहा ते बारा आठवडे.	२॥	१	३ ते ४॥ औंस
तीनपासून पांच महिने.	३	—	४ ते ५॥ औंस
पांच पासून नऊ महिने.	३	—	५॥ ते ७ औंस
नऊ ते बारा महिने.	३॥	—	७॥ ते ९ औंस

निरोगी मुलास निरनिराळ्या वयांत देण्याला उपयोगी अर्श्टि दुधाचीं मिश्रणें खालीं दिलीं आहेतः—

वयाच्या पहिल्या महिन्यांत देण्याला योग्य असें मिश्रण—

दूध	५ ड्राम
पाणी	१० ”
क्रीम (४८%)	॥ ”
साखर	॥ चमचा.

वयाच्या दुसऱ्या महिन्यांत देण्याला योग्य असें मिश्रण—

दूध	१ औंस.
क्रीम (४८%)	१ ड्राम.
साखर	१ चमचा.
पाणी	१॥ औंस.

वयाच्या तिसऱ्या महिन्यांत देण्याला योग्य असें मिश्रण—

दूध	१॥ औंस.
क्रीम (४८%)	१ ड्राम.
साखर	१ चमचा
पाणी	१॥ औंस.

वयाच्या सहाव्या महिन्यांत देण्याला योग्य असें मिश्रण—

दूध	४ औंस
क्रीम (४८%)	१ ड्राम
साखर	१॥ चमचा
पाणी	२ औंस

वयाच्या नवव्या महिन्यांत देण्याला योग्य असें मिश्रण—

दूध	६ औंस
क्रीम (४८%)	१ ड्राम
साखर	१॥ चमचा
पाणी	२ औंस

आपल्यांत बहुतेक जिन्नस अदमासानें घेण्याची चाल आहे. तशा रीतीनें हीं मिश्रणें तयार केल्यास तीं मुलास सोसणार नाहींत. म्हणून वरील मिश्रणें करतेवेळीं तीं नीट मापून केलीं असतां मुलाला मिश्रण न सोसण्याचें भय राहणार नाहीं. साखर दोन ड्राम पाणी मावेल एवढ्या मोठ्या चमचानें सपाट चमचाभर (७५ ग्रेन) घ्यावी. क्रीम थेंब मोजण्याच्या मापानें मोजून घ्यावे. क्रीम म्हणजे साय नव्हे, तर ज्यांत लोण्याचें प्रमाण अधिक असतें असें तें दूधच होय. (क्रीम तयार करण्याची कृती १५ व्या प्रकरणांत दिली आहे.)

गाढवीचें दूध.—गाईच्या दुधातील केसीनच्या घट्ट गुठळीचें पचन ज्या मुलांस होत नाहीं त्यांच्यासाठीं गाढवीचें दूध उपयोगांत आणतात. पुढें दिलेल्या दुधाच्या घटकावयवांवरून समजून येईल कीं, गाढवीच्या दुधांत केसीन थोडें असतें. व त्याचे योगानें होणारी दुधाची गुठळी मानवी दुधाचे योगानें होणाऱ्या गुठळी-प्रमाणें स्पंजासारखी बारीक असते. पण यांत लोण्याचा अंश फार कमी असल्याकारणानें मुलांस थोडे दिवस या दुधावर ठेवण्यास हरकत नाहीं. कित्येकांना या दुधानें परसाकडे होऊं लागतें. या दुधांत पाणी न मिसळतां तें तसेंच गरम करून मुलांस पाजावे. त्यांत साखर घालूं नये.

शेळीचें दूध.—शेळीचें दूध गाढवीचे दुधापेक्षां कसदार असतें. म्हणून ज्यांची पचनशक्ति चांगली असून ह्यांना गाईचें दूध मानवत नाहीं, अशा मुलांनाच हे द्यावे. शेळीचें दूध देणें झाल्यास त्याचें मिश्रण गाईच्या दुधाच्या मिश्रणाप्रमाणें तयार करून द्यावे. खाली दिलेल्या निरनिराळ्या दुधांच्या घटकावयवांच्या प्रमाणावरून हे सहज काढतां येईल.

अंगावरचें दूध—गाईचें दूध—गाढवीचें दूध—शेळीचें दूध.

१ औजस अन्न (Proteids,)	{ केसीन .६ लॅक्ट आ- ल्युमेन १.४	{ केसीन ४.० लॅ.आ.मे. ७५	{ केसीन १.८ लॅ.आ.मे. ८	{ केसीन ३.७ लॅ.आ.मे. ७
२ लोण्यासारखा अंश (Fat)	३.५	३.५	१.०	५.०
३ दुधाची साखर (Lactose)	७.०	४.०	५.५	४.७
४ क्षार (Salts)	.२	.६	.४	.७
५ पाणी (Water)	८७.३	८७.९	९१.३	८६.६

दुधाची परीक्षा—बाल्यावस्थेंत शरीराचे पोषणास दूध जसें उपयोगी पडतें त्याप्रमाणें दुसरें कोणतेंही अन्न पडत नाहीं हें मागें सांगितलेंच आहे. याकरितां उत्तम दूध कोणतें व वाईट कोणतें हें समजण्यासाठीं खालील माहितीचा उपयोग करावा. दुधाच्या अंगां जो पौष्टिक धर्म आहे तो त्यांतील सायीवर अवलंबून आहे. साय कमी असली कीं दूध निःसत्त्व होतें, व तीच भरपूर असली म्हणजे तें सत्त्वशील असतें. तेव्हां सत्त्व किंवा चरबीचा अंश काढून घेतला आहे कीं काय, हें पाहणें म्हणजेच दुधाची उत्तम परीक्षा करणें होय. बिनचूक व सशास्त्र रीतीनें परीक्षा करणें म्हणजे दुधांतील साईचें प्रमाण व विशिष्टगुरुत्व पाहणें होय. चांगल्या दुधांत १०० त ३.५ भाग साय असली पाहिजे. म्हणजे पक्क्या शेरांत ३ $\frac{१}{३}$ तोळे साय असली पाहिजे. गाईच्या दुधाचें विशिष्टगुरुत्व १०२९ असतें. दुधांतील विशिष्टगुरुत्व पाहण्याला ज्या यंत्राचा उपयोग करतात त्याला 'लॅक्टोमीटर' असें म्हणतात. एक कांचेची भाग पांडलेली नळी घ्यावी

व त्यांत दूध तीन चतुर्थांशाहून जास्त घालावें, व त्यांत यंत्र सोडावें. दुधाचें विशिष्टगुरुत्व जितकें असेल तितकाच भाग दुधांत बुडून बाकीचा वर तरंगत राहतो. या यंत्राच्या साहाय्यानें दुधाची परीक्षा अगदीं बरोबर होतेच असें नाहीं, कारण कित्येक वेळां वाईट दूध चांगल्या दुधाप्रमाणेंच उतरतें. चांगल्या दुधावर १०० भागांत ४ भाग साय असली पाहिजे, व त्याचें विशिष्टगुरुत्व १०२९ पासून १०३४ पावेतो असलें पाहिजे. १००:४ पेक्षां साईचें प्रमाण कमी व विशिष्टगुरुत्व १०२९ पेक्षां कमी असलें, म्हणजे दूध चांगलें नाहीं असें ठरविण्यास हरकत नाहीं. दुधांत साईचें प्रमाण जास्त असलें तर विशिष्टगुरुत्व कमी होतें, व दुधांत पाणी असलें तरीही विशिष्टगुरुत्व कमी होतें. दुधावरील साय काढून घेऊन, मग जर त्या दुधाचेंच विशिष्टगुरुत्व पाहिलें तर तें जास्त आहे असें नजरेस पडेल. सारांश, नुसत्या विशिष्टगुरुत्वावरून दुधाची खरी परीक्षा होत नाहीं; साईचें प्रमाण व विशिष्टगुरुत्व हीं दोन्ही पाहिलीं पाहिजेत.

स्टर्लाइझ्ड् दूध-साईचें दूध मुलास देण्याच्या योग्यतेचें तयार करतांना नुसत्या त्याच्या घटकावयवांकडे लक्ष देऊन चालावयाचें नाहीं. तर तें साईच्या दुधाप्रमाणेंच जंतुविरहित आहे किंवा नाहीं याची आपण खात्री करून घेतली पाहिजे. बालपणींच अतिसार वगैरेपासून होणारी बरीचशी मृत्युसंख्या दुधातील जंतुजन्य दोषामुळे होते यांत कांहीं संशय नाहीं. तो दोष कोणता हें जरी खात्रीलायक सांगतां येत नाहीं, तरी टाय्फाइड्, कॉलरा, स्कॉर्लेट् फीव्हर, क्षय वगैरेसारखे विकार दुधामध्यें असलेल्या जंतुजन्य दोषामुळेच उत्पन्न होतात हें निर्विवाद आहे. हे भयंकर परिणाम तीन उपायांनीं कमी करतां येणें शक्य आहे.

१ स्टर्लायझेशन (Sterlization); २ पाश्चुरायझेशन (Pasteurisation); ३ दूध उकळणें (Scalding).

स्टर्लायझेशन हा शब्द वरील तीन्ही प्रकारांना सामान्यपणें लावला जातो. परंतु ज्या कृतीच्या योगानें दूध पूर्णपणें जंतु-विरहित होतें त्या कृतीलाच हा शब्द लाविला पाहिजे.

१ स्टर्लायझेशन.—दूध नेहमींच्या पद्धतीप्रमाणें उकळलें असतां जंतुविरहित होतें; किंवा उकळत्या पाण्याच्या भांड्यांत निदान एक तासभर दुधाचें भांडें ठेविल्यानें तें स्टर्लायझ होतें.

२ पाश्चुरायझेशन (Pasteurisation). हाक्स्लेज् किंवा सॉक्सलेट्सच्या स्टर्लायझरमध्ये १५५—१६० फ्या. च्या उष्णतेवर २० मिनिटें ठेवल्यानें पाश्चुरायझेशन होतें.

३ उकळणें.—दूध जवळजवळ उकळी येईल इतकें तापवून एक-दम थंड पाण्याच्या भांड्यांत ठेवून गार केलें असतां त्यांतील जंतु निरुपद्रवी बनतात. ही रीत सर्वांत सोपी व घरीं सहज करतां येण्याजोगी आहे. दूध गार केल्यानंतर तें झांकून ठेवावें, तें उघडें ठेवूं नये. कारण त्यांत जंतु पडून तें नासण्याचा संभव असतो.

दूध पाजण्याची बाटली:—आपल्याकडे दूध बोंडल्यानें, शिंपलानें किंवा चमच्यानें पाजण्याची पद्धत आहे. परंतु जंतु-शास्त्रदृष्ट्या ही इतकी घातुक आहे कीं, केव्हां केव्हां त्यामुळें मुलास पचनेंद्रियाचे विकार होण्याचा संभव असतो. मुलाच्या खाण्यापिण्यासंबंधानें जितकी स्वच्छता राखतां येणें शक्य आहे, तितकी प्रत्येकानें राखणें अत्यावश्यक आहे. म्हणून दूध पाजण्या-करितां केलेल्या स्वतंत्र बाटलीचा उपयोग करावा. किंवा ती जेथें मिळत नसेल त्या ठिकाणीं फीडिंग् कप किंवा शारी घेऊन दूध्याच्या तोटीला रबरांचें बोंड (nipple) बसविलें म्हणजे—

वाटलीचें काम होईल. मात्र झारीची तोटी तिकिस असून सरळ असावी. तिला बांक असूं नये. दूध पाजण्याची वाटली खाली लिहिलेल्या वर्णनाप्रमाणें असावी. नाटली बोटीच्या आकाराची असून तिच्या दोन्ही टोंकांला तोंडें असावीत. एक तोंड मोठें असून दुसरें तोंड थोडेंसें लहान व निमुळतें असावें. पुढील लहान व निमुळत्या तोंडास बरोबर बसेलसें व मध्यें बारीक छिद्र असलेलें बोंड, व पाठीमागचे तोंडास (दूध भरल्यानंतर) दुसरें मोठें बुचासारखें घट्ट बसेलसें बोंड, अशीं रबराचीं दोन बोंडें असावीत.

कोनेकोपरे असलेल्या, किंवा वरच्या बाजूला स्क्रू असलेल्या, किंवा रबराच्या नळीनें निपलशीं जोडलेल्या वाटल्या, या जंतुसंवर्धक असल्यामुळें त्यांचा उपयोग करूं नये.

वाटली भरण्यापूर्वीं दोन्ही तोंडें मोकळीं ठेवून पाण्यानें स्वच्छ करावीं. नंतर स्वच्छ केलेलें बोंड पुढील टोंकास बसवावें. नंतर तयार केलेलें दूध वाटलींत भरून पाठीमागील तोंडास स्वच्छ केलेलें बुचासारखें बोंड बसवावें. वाटली देण्यापूर्वीं तिचें पुढील तोंड खालीं केलें असतां त्यांतून आपोआप एकेक थेंब दूध खालीं पडतें कीं नाहीं तें पाहून मग वाटली मुलास द्यावी. कारण जर पुढील बोंडाचे मधील छिद्र बारीक असेल तर दूध ओढण्यास मुलास श्रम पडून मूल पोट भरण्यापूर्वींच वाटली सोडून देण्याचा संभव असतो, व त्याचे पोटांतही हवा जाण्याचा संभव असतो. तसेंच पुढील निपलचें छिद्र मोठें असल्यास मुकेलेलें मूल अधाशाप्रमाणें वाटली पिऊन थोड्या वेळांतरिकामी करतें, व त्यामुळ उलटी होणें, पोटांत दुखणें, वगैरेसारखे विकार होण्याचा संभव असतो. दूध पाजल्यानंतर बोंडें काढावीत. उर—

लेलें दूध फेंकून घावें, व ब्रश घालून बाटली स्वच्छ व साफ करावी. बोंडें उलटून साफ करून तीच बाटली चिमुटभर बोरॅक्स घातलेल्या पाण्यांत बुडवून ठेवावी. रोज सकाळीं एकदां बाटली ऊन पाण्यांत उकळून काढावी. अशा रीतीनें बाटलीची निगा राखल्यास तिजपासून जंतूंपासून होणारे विकार कमी होण्याचा संभव असतो. उलटपक्षीं बाटलीची स्वच्छता न राखली तर दूध कितीही जंतुविरहित असलें तरी तें बिघडून मुलास नसते विकार होण्याचा संभव असतो.

कृत्रिम अन्न—बालसंगोपनाचा विषय नवीन निघालेल्या कृत्रिम अन्नाविषयी माहिती न देतां लिहिल्यास अपुरा राहिल, यास्तव त्याबद्दल कांहीं लिहिणें अवश्य आहे. त्याच्या उपयुक्ततेविषयी जरी पुष्कळ लोक गोडवे गातात, व तें किंबहुना दुधासही मागें सारील असें म्हणतात, तरी त्यांत अतिशयोक्तीचा भाग बराच असतो असें म्हणणें भाग आहे. जरी कांहीं मुलें सुरवातीला यां अन्नाचे योगानें बरेंच बाळसें धरितात, तरी त्यांना पुढें तेंच अन्न चालू ठेविलें असतां स्कर्व्ही व रिकेटस् होऊं शकतात. कारण वस्तुतः पाहतां बाजारांत असें कोणतेंही अन्न नाही, कीं तें गाईच्या अगर मातेच्या दुधाची जागा घेऊं शकेल. परंतु यांपैकीं कित्येक कृत्रिम अन्न कांहीं परिस्थितींत गाईच्या दुधा-ऐवजीं किंवा गाईच्या दुधांत मिसळून योग्य रीतीनें दिलीं असतां त्यापासून तात्पुरता उपयोग होतो.

मुलांना घालण्यासाठीं बाजारांत जीं अन्न (Patent foods) विकत मिळतात त्यांचे तीन वर्ग करितां येतील.

पहिला वर्ग—मानवी दुधाऐवजीं देण्याला योग्य अशीं अन्न.

या वर्गांत अॅलनबरी नंबर १ (तीन महिन्यांचे आंतील मुलास देण्यास योग्य), अॅलनबरी नंबर २ (तीनपासून सहा महिनेपर्यंत देण्यास योग्य), ग्लॅसो, हार्लिक्स माल्टेड् मिल्क, कार्निकस सोल्युबल फूड, इ. येतात.

दुसरा वर्ग—गाईच्या दुधाबरोबर मिसळून देतात तीं.यांतील पिठूळ पदार्थांचे (Starch) अगोदरच रूपांतर करून पचन-क्रियेस सुलभ केलेले असते.

या वर्गांत मेलिन्स फूड, सेव्हरी अँड् मूर्स फूड, बॅजर्स फूड, अॅलनबरी माल्टेड् फूड, वगैरे येतात.

तिसरा वर्ग—या वर्गाच्या अन्नांतील पिठूळ पदार्थांचे (स्टार्चचे) बिलकुल रूपांतर केलेले नसते. रीजिस् फूड, राबिन्सन्स पेटंट बाली, नीव्हज् फूड, हॉविस् फूड नं. २, इ. या वर्गांत येणारीं सर्व अन्नं त्याज्य होत.

पहिल्या वर्गातील अन्नं—हीं पेप्टनाईझ केलेले किंवा आळविलेले दूध यापेक्षां जास्त फायदेशीर नसतात. परंतु क्वचित् प्रसंगीं कांहीं मुलांना तीं मानवतात, म्हणून तीं कांहीं प्रसंगीं तात्पुरतीं उपयोगांत आणण्यास हरकत नाही. परंतु तीं दिल्यानें स्कव्ही होण्याचा संभव असतो. म्हणून मुसंबी अगर द्राक्षाचा रस या अन्नाबरोबर द्यावा.

दुसऱ्या वर्गातील अन्नं—हीं ७।८ महिन्यांच्या मुलास चांगलीं मानवतात. कारण त्यांना गाईचे दूध अपुरे पडते. मेलिन्स फूड अथवा हॉविस् फूड हीं या वर्गातील उत्तम अन्नं होत. परंतु हें पूर्ण लक्षांत ठेवावें कीं, यांमध्ये लोण्याचा अंश कमी असल्यामुळे तीं पुष्कळ दिवस दिल्यानें मुलांना रिकेटस् होण्याचा संभव असतो. तरी ह्यांचा उपयोग थोडे दिवस व नाइलाजास्तव करावा.

प्रकरण ७ वें.



प्रौढ बालकांचें अन्न व वस्त्रप्रावरण.

स्तनपान तोडणें—मूल ९ महिन्यांचें झालें म्हणजे तें अंगावरचें तोडावें, असा शास्त्रीय नियम आहे. स्तनपान तोडणें तें महिन्यांचे संख्येवर अवलंबून ठेवूं नये; तें दांत फुटले अगर न फुटले या परमेश्वरी कृतीवर अवलंबून ठेवावें. पहिला दांत फुटूं लागल्यावर अंगावरचें दूध थोडथोडे कमी कमी करीत जावें. नऊ दहा महिन्यांचे सुमारास बालकास एखाददुसरा दांत आलेला असतो; सबब दहा महिन्यांनंतर केव्हांही स्तनपान तोडण्यास हरकत नाही. अशक्त मुलांना १२ व्या किंवा १५ व्या महिन्यांत दांत फुटतात. परंतु असल्या गोष्टी अपवाद म्हणून समजाव्या. परंतु अशा मुलांच्या आहारांतही दांत फुटेपर्यंत बदल करूं नये. आपल्यांत कित्येक आयांना असें वाटतें कीं मूल जितकें जास्त महिने अंगावर पिईल तितकें तें जास्त सशक्त होईल. परंतु ही कल्पना अगदीं खोटी आहे. वाजवीपेक्षां जास्त दिवस स्तनपान दिल्यानें आईची व मुलाची प्रकृति बिघडते, मूल अशक्त व दुबळें होतें, व एकदां बालकाचे शरीरावर वाईट परिणाम झाल्यास पूर्व स्थिति येण्यास फार आयास पडतात. फार फार तर १२ महिनेपर्यंत मूल अंगावर प्यालें म्हणजे शिकस्त झाली. याच्यापुढें मुलाला पिऊं देणें म्हणजे केवळ रानटी प्रकार आहे असें म्हणणें भाग पडतें. वाजवीपेक्षां जास्त दिवस स्तनपान दिल्यानें दुधातील पूर्वीसारखा घट्टपणा जाऊन तें पातळ होतें. त्याचप्रमाणें आईच्या पाठीस तडस लागते, कंब

-दुखते, डोकें दुखतें, मलावरोध वगैरे विकार होतात. स्तनपान तोडण्याची सुरवात होतां होई तों उन्हाळ्यांत करूं नये, हिवाळ्यांत अगर त्या सुमारास करावी. कारण उन्हाळ्यांत स्तनपान तोडलेल्या मुलास अतिसार होऊन तें दगावण्याचा वराच संभव असतो. मुलाचें स्तनपान एकदम न तोडतां हळूहळू तोडणें हितावह आहे. सुरवातीला दिवसांतून दोन वेळां वरचें अन्न स्तनपानाएवजीं घालावें, व मुलाला वरच्या अन्नाची जसजशी संवय होत जाईल तसतसें स्तनपान देण्याचें कमी करून तीन चार आठवड्यांचे शेवटीं स्तनपान अगदीं बंद करावें.

स्तनपान तोडल्यानंतर मुलाला देण्याचें अन्न.

मलई, दूध, बार्लीवाटर, साखर, याचें मिश्रण मुलाला उत्तम तऱ्हेनें पचूं लागल्यानंतर नऊ महिन्यांच्या सुमारास त्याच्या अन्नामध्ये पिठूळ पदार्थाचा (स्टार्चचा) अंश वाढवीत जावा. त्याला बार्ली, ओटमील, कार्नफलावर, आरारूट, तांदळांचें पीठ (१ ड्राम पीठ व ३ औंस दूध) यांची लापशी देत जावी. दूध पिण्याची बाटली हळूहळू कमी देत जावी व त्याएवजीं त्याला चमच्यानें अगर पेल्यानें दूध पाजण्याची संवय लावावी. २४ तासांत २ शेरांपेक्षां जास्त दूध देऊं नये. जर मुलाला ताहान लागली तर त्याला अन्न घालण्याच्या दर्म्यान थोडेंसें पाणी देण्यास हरकत नाही. दहा महिन्यांनंतर त्याला पाव, खारीक वगैरेसारखे पदार्थ चर्वणाकरितां द्यावे. ९ पासून १२ महिन्यांपर्यंत त्याला खाली लिहिल्याप्रमाणें खाऊं घालावें:

पहिलें खाणें—(७-३० सकाळीं) दूध घातलेली—भरारूट, मेलीन्स फूड, ओटमीलचें पीठ, किंवा अँलन्बरी नं. ३, याची लापशी द्यावी.

— दुसरें खाणें—(१०-३० ते ११ सकाळीं) ऊन दूध तसेंच, किंवा त्यांत ३ चुन्याची निवळी मिसळून द्यावें.

तिसरें खाणें—(१-३० ते दुपारीं २ पर्यंत) गरम दूध, व ज्यांना चालत असेल त्यांनीं अंड्यांतील पिवळा पदार्थ दुधाबरोबर घ्यावा.

चवथें खाणें—(संध्याकाळीं ५ वाजतां) पहिल्या खाण्याप्रमाणें.

पांचवें खाणें (९ ते १० रात्रीं) गरम दूध द्यावें.

१२ महिन्यांपासून १८ महिन्यांपर्यंत मुलाला
भरवण्याच्या वेळा.

पहिलें जेवण—(७ वाजतां सकाळीं). १ एक चहाच्या लहान पेलाभर दुधांत पावाचा लहान तुकडा कुराकरून द्यावा. किंवा आरारूट, ओटमील यांची अर्धाशेर लापशी करून द्यावी.

दुसरें जेवण—(११ वाजतां सकाळीं). ओटमीलची खीर, किंवा पेलाभर गरम दूध, व पावाला थोडें लोणी लावून तो तुकडा देणें; किंवा दुधाची खीर द्यावी.

तिसरें जेवण—(१ ते १-३० दीड वाजतां दुपारीं). १ एक बटाटा भाजून तो दुधाशी द्यावा, किंवा ज्यांना चालत असेल त्यांनीं पावाचे बारीक तुकडे मांसाच्या रसांत घालून देणें. दुधांत भाकरी कुसकरून द्यावी.

चवथें जेवण—(५ वाजतां.) दूध, पाव व लोणी द्यावें.

पांचवें जेवण—(९ वाजतां रात्रीं.) गरम दूध.

१८ महिन्यांपासून तीस महिन्यांचें मूल होईपर्यंत त्याला
भरवण्याचें अन्न.

पहिलें जेवण (७-३० सकाळीं)—ओटमीलसारख्या पदार्थाची खीर एक पेलाभर द्यावी; किंवा दुधांत पाव कुसकरून द्यावा; किंवा अर्धवट शिजवलेला अंड्यांतील पिवळा बलक दुधांतून द्यावा.

दुसरें जेवण (१२.३० ते १ दुपारीं). ज्यांना मांस चालत असेल त्यांना थोडी मासळी, किंवा कोंबडीच्या पिलाचा रसा, दुधाची लापशी, थोडासा मऊ भात, किंवा तूप लावून थोडी ऊन भाकरी द्यावी.

तिसरें जेवण (४.३० ते ५ वाजतां)—दूध किंवा कोको भाकरीला लोणी लावून ती भाकरी व दूध द्यावें.

चवथें जेवण (६.३० संध्याकाळीं). गरम दूध व बिस्कटे द्यावीत.

पांचवें जेवण (रात्रीं ८ वाजतां). तांदळाची अगर साबूदाण्याची खीर. मूल २॥ वर्षांचें झाल्यानंतर मुलाला जास्त पौष्टिक पदार्थ देण्यास हरकत नाही. शाकभाजी, फळें, हरकत नसेल त्याला मांस द्यावें. फळें कच्चीं किंवा फार पिकलेलीं देऊं नयेत. मुलास जेवणाचे वेळींच पाणी द्यावें. उन्हाळ्यांत मध्यें तहान लागल्यास एकाद दुसरे वेळां पाणी देण्यास हरकत नाही.

मूल चार वर्षांचें झाल्यावर अन्नांत पुनः बदल करावा.

पहिलें जेवण—(सकाळीं ७.३०) दुधांत कुसकरलेली भाकरी किंवा तूपभाकरी.

दुसरें जेवण—(११ वाजतां) भातभाकरी, दूध; गोड ताजें दही किंवा ताक; चांगली शिजविलेली पण तिखट न घातलेली भाजी.

तिसरें जेवण (दोनप्रहरीं २ वाजतां). लोणीभाकर व प्याला-भर दूध.

चवथें जेवण (संध्याकाळीं ५ वाजतां) दूधभाकरी, लापशी किंवा चांगलीं पिकलेलीं फळें द्यावीत.

पांचवें जेवण (रात्रीं ८ वाजतां). एक पावशेर दूध. जरूर लागल्यास थोडी भाकरी द्यावी.

मूल ७ वर्षांचें झालें म्हणजे मग त्याला ४ वेळां जेवण घातलें म्हणजे चालेल. मुलाला आज तीन वेळां, उद्यां पांच वेळां असें अनियमित वेळां जेवण घालूं नये. तसेंच आपल्यामध्ये मोठ्या मंडळींत पंक्तीला घेऊन मुलाला बसण्याची चाल आहे ती चांगली नाही. चटण्या, तेलांत तळलेले पदार्थ, किंवा पक्वान्नें पचविण्या-जोगी शक्ति मुलास आलेली नसते, व हे पदार्थ मुलानें खाल्ले कीं तें आजारी पडतें. म्हणून मुलाला साधें जेवण वेळच्या वेळीं घालून आपण निराळें जेवीत जावें. असा नियम करणें भाग आहे. मुलास हातानें जेवण्याची संवय लावावी. त्यास भरवण्याची संवय वाईट आहे. आपल्या हातानें तें जेवल्यास त्यास हवें तितकेंच तें खातें.

चहा—अलीकडे आपल्यामध्ये चहा पिणें इतकें प्रचारांत आलें आहे कीं घरांत मोठीं माणसें चहा घेऊं लागलीं कीं आपल्या लहान मुलासही तो देतात. मुलाला गोड खाण्याची संवय तेव्हांच लागते. चहामध्ये टॅनिक ॲसिड नांवाचा पदार्थ असतो, व त्या योगानें अग्निमांद्य उत्पन्न होतें, व यानें मुलाची प्रकृति तेव्हांच बिघडते. चहाचे ऐवजीं मुलास आरारुटाची किंवा ओटमीलची खीर करून देत जावी. कारण त्याचे योगानें मुलाची प्रकृति चांगली राहते.

मुलांचे कपडे—पहिलीं एकदोन वर्षे हवेंत जरा फेरफार झाला कीं त्याचा परिणाम फार लौकर मुलांवर होतो. याचें कारण मुलाची श्वासोच्छ्वासक्रिया व रुधिराभिसरणक्रिया हीं फार मंद चालतात, व त्या कारणानें थोरल्या मनुष्याचे अंगांत उष्णता उत्पन्न होते तशी लहान मुलांत होत नाही. म्हणून थंड हवेचा परिणाम त्यांचे शरीरावर फार लौकर घडतो. म्हणून

शरीरांतील उष्णता कायम राहून जास्त उष्णता येण्याकरितां गरम कपड्याचा उपयोग करावा लागतो. या संबंधानें आपले लोकांत फार निष्काळजीपणा दृष्टीस पडतो. आपल्या इकडे सोंवळें ओंवळें असल्यानें सोंवळ्याचे वेळीं रेशमाचे कपडे घालावेत हें बरें. श्रावण महिन्यांत व थंडीच्या दिवसांत सकाळसंध्याकाळचे जेवणाचे वेळीं कडकडीत थंडी असो अगर मुसळधार पाऊस पडो, त्या वेळीं मूल हें बहुतेक उघडें असावयाचेंच. कारण त्याची आई सोंवळ्यांत असते. यामुळें बालकाच्या कोमल शरीरावर गारठ्याचा परिणाम होऊन तें आजारी झाल्यास कांहीं आश्चर्य नाही. यासाठीं वर सांगितल्याप्रमाणें धाबळीसारख्या मऊ कापडाचा किंवा रेशमाचा सदरा गुढग्यापर्यंत येईल असा शिवावा. नेहमीं मुलाचे अंगावरील कपड्यांची योजना ऋतुमानाप्रमाणें करावी. थंडीचे दिवसांत लोंकरीचे कपडे घालावेत. २॥ वर्षांचें मूल होईपर्यंत स्नानाचे वेळेस शिवाय इतर वेळीं त्याला उघडें राखूं नये. हिवाळ्याचे दिवसांत ऊबदार कपड्याची फार आवश्यकता असते. या वेळीं थोड्याशा खर्चाकडे पाहून कपड्याची हयगय केल्यास मुलास दुखणें आल्याशिवाय राहत नाही; व हें टाळणें आपल्या स्वाधीनचें आहे. थंडीचे दिवसांत पुष्कळ मुलें कपड्याची व्यवस्था बरोबर नसल्यानें आजारी पडून त्यांपैकीं पुष्कळ दगावतात असें पाहण्यांत येते. थोरलीं माणसें थंडी वाजल्यास कसा तरी आपला बचाव करतात. पण लहान मुलांस थंडीवाऱ्यापासून बचाव करण्याचें सामर्थ्य नसल्यानें त्यांना पडसें, खोकला वगैरे दुखणीं नेहमीं येतात. लोंकरीचा कपडा नुसता आंगांत घातल्यास त्वचेस घांसून त्या ठिकाणीं बारीक पुरळ उठतो. म्हणून प्रथम एक पातळ सदरा घालून मग त्याचेवर गरम कपडा-

वालावा. उन्हाळ्याच्या दिवसांत सैल, पातळ व हलके कपडे घालावेत. शिवाय कंबरेस एक तिकोनी फडकें बांधावें, व तें वरचेवर खराब होऊं नये म्हणून त्याचे आंत एक चौकोनी कापडाची घडी शौचाचे व मूत्राचे भागावर येईल अशी बांधावी. म्हणजे तिकोनी कापड न सोडतां तेवढीच खराब झालेली घडी बदलतां येते, व यापासून मुलासही फार त्रास होत नाही. मूल चांगलें तीन चार वर्षांचें होऊन हिंडूं फिरूं लागलें म्हणजे त्याच्या आंगावर नेहमीं कपडालत्ता घालून बाहेर खेळूं द्यावें. मुलास कपडा न घालतां हिंडण्याची संवय असते ती फार वाईट आहे, व त्याबद्दल आईबापांनीं त्यावर नजर ठेवावी. मुलास रात्रीचे कपडे निराळे करावेत. मुलाचे मानेपासून पायापर्यंत अंग झांकलेलें राहावें म्हणून अशा प्रकारचा एक झगा करावा कीं, त्या योगानें पाय उघडे राहणार नाहींत. असा झगा घातला म्हणजे शरीरास ऊब राहून, पिसवा, मच्छर, डांस, ढेंकूण यांचा फारसा त्रास होत नाही. आपल्या इकडील घरांत किती जरी स्वच्छता असली तरी हे प्राणी घरांत असतातच. व अशा प्रकारें आपण जर व्यवस्था केली नाही तर रात्रीं डांस, मच्छर मुलास चावतात, व सकाळीं बारकाईनें पाहिल्यास त्याचे अंगावर बारीक बारीक गांधी उठलेल्या आपणास दिसतात. म्हणून या कामीं सर्व अंग झांकेल अशा प्रकारचा झगा घालावा. मूल चार पांच महिन्यांचें झालें म्हणजे त्याच्या तोंडांतून लाळ पडते. यामुळें छातीवरील कपड्याचा भाग भिजतो. याकरितां एक निराळें फडकें दुहेरी कापडाचें असावें, तें गळ्याभोवतीं बांधून छातीवर सोडावें; व तें भिजलें म्हणजे सोडून दुसरें बांधावें. अंगावर ओले कपडे असतांना जर त्यावर वारा लागला तर फुफुसदाहासारखे (न्युमोनिया)

भयंकर विकार उत्पन्न होतात. मुलें हिंडूं फिरूं लागलीं कीं त्यांच्या पायांत बूट अगर जोडे घालावेत, बूट आवळ असूं नयेत. आवळ असल्यास त्याचे योगानें पायास जखम होते, व पायांचीं बोटें आवळल्यानें त्यांचे वाढीस प्रतिबंध होतो. मुलांस उघड्या पायांनीं पाण्यांत अगर ओलींत खेळूं देऊं नये, तसेंच अनवाणी चालूं देऊं नये. अनवाणी घराबाहेर चालल्यानें पायांत कांटे मोडतात, ठेंच लागते, किडामुंगी, विंचू यांसारखे प्राणी चावण्याची भीति असते. त्याचप्रमाणें प्लेग व धनुर्वात उद्भवण्यास जीं अनेक कारणें सांगितलीं आहेत त्यांपैकीं अनवाणी चालणें हें एक कारण आहे.

मूल नेहमीं उघड्या व मोकळ्या हवेंत असावें, त्याला अंधाऱ्या किंवा खिडक्या बंद केलेल्या जागेंत ठेवल्यास तें अशक्त, रोगट, व निस्तेज बनतें. त्याला वारंवार सर्दीचा विकार होतो.

मूल एक महिन्याचें झाल्यावर त्याला रोज बाहेर फिरावयाला घेऊन जावें; त्यामुळें तें आनंदित राहील, त्याला भूक चांगली लागेल व झोंपही शांत येईल.

मुलाला कडेवरून नेण्यापेक्षां हातगाडींतून नेणें चांगलें, कारण त्याला गाडींत हातपाय हालवितां येतात व त्यामुळें त्याला व्यायामही घडतो. हातगाडीस धमण असूं नये त्यामुळें बालकाला मोकळी हवा मिळणार नाही, आणि ज्या उद्देशानें मुलाला बाहेर नेतात तो उद्देश सफल होणार नाही.

मूल बसूं लागलें म्हणजे मग ढकळगाडी वापरावी. पण त्यांत मुलाला झोंप घेऊं देऊं नये.

मुलाला बाहेर घेऊन जाण्याची योग्य वेळ म्हटली म्हणजे सकाळीं ८ ते १० व सायंकाळीं ४ ते ६ पर्यंतची होय.

प्रकरण ८ वें.

दंतोद्भव.

आईला व मुलाला दोघांनाही हा दंतोद्भवाचा काल फार जाचक असतो. आणि या कालामध्ये ज्या विकृति उद्भवतात, त्या योगाने केव्हां केव्हां मुलांना इतके भयंकर विकार जडतात की, त्यांतच त्यांचा अंत होतो. या कालामध्ये मुलाच्या शरीरांत महत्त्वाचे फेरफार होत असतात. अगदी क्षुल्लक कारणानेही मुलाची तब्वेत बिघडते. व म्हणून या वेळीं मुलाच्या तब्वेतीकडे फार लक्ष पुरवणे जरूर आहे.

पहिला दांत येण्याचा काळ—बहुतेक मुलांना सातव्या अगर नवव्या महिन्यांत दांत फुटण्यास सुरवात होते. सशक्त मुलांस केव्हां केव्हां तिसऱ्या महिन्यांतही दांत येतात, आणि ज्यांची प्रकृति अशक्त आहे अशा मुलांना ११ महिन्यांपासून १२ व्या महिन्यापर्यंत पहिला दांत फुटतो. दांत बाहेर पडण्याला कांहीं फार त्रास पडत नाही. परंतु त्याबरोबर जे इतर निरनिराळे उपद्रव उत्पन्न होतात त्याकडेच जास्त लक्ष देणे भाग पडते. दांत बाहेर पडतांना साधारणतः मूल फार चिडखोर बनते, वेळच्या वेळीं अन्न खात नाही, आणि रात्रीं मुलाचे अंग थोडे तापते. अशा वेळीं मुलाला कांहीं तरी मोठा विकार होणार आहे असें अज्ञान आईला वाटते. परंतु दांत बाहेर पडला कीं वरील लक्षणें आपोआप कमी होऊन मूल पूर्वस्थितीवर येते. दोनपासून अडीच वर्षांचे आंत बहुतेक सर्व दांत येतात. हे दांत २० असतात. हे येण्याचा काल पुढें लिहिल्याप्रमाणें आहे.

२ बाजूचे कर्तक	९ व्या महिन्यांत
२ पुंढल्या बाजूच्या दाढा	१२ व्या महिन्यांत
२ सुळे दांत	१८ व्या महिन्यांत
२ पाठीमागच्या दाढा	२४ व्या महिन्यांत.

पहिल्या प्रथम खालील दांत येतात, व खालील दांत आले कीं लगेच थोड्या अवकाशानें वरील दांत येतात. दुधाचे दांत बहुत करून जोडीजोडीनें येतात. सातव्या वर्षापासून कच्चे म्हणजे दुधाचे दांत पडण्यास व पक्के दांत येण्यास सुरवात होते. अक्कलदाढा शिवाय करून बाकीचे सर्व पक्के दांत १४ पासून १६।१७ वर्षांचे आंत येतात; शेवटची अक्कलदाढ २० पासून २४ वर्षांचे आंत येते. मुलास कच्चे दांत येऊं लागले म्हणजे मुलाचे अंगावर ऊबदार कपडा ठेवून शरीर नेहमीं गरम ठेवावें. अंगांतील कपडे जितके हलके असतील तितके चांगले. खाण्यापिण्यासंबंधीं फारच दक्षता ठेविली पाहिजे. अडाणी बायका दांत येत असतांना मुलास रेच होऊं लागले तर तें चांगले समजतात, हें मात्र खोटें आहे. रेच कमी करण्याचीं औषधें देऊन, नियमित एक दोन वेळां शौचास होईल अशी तजवीज करावी. तसेंच मुळींच शौचास होत नसल्यास दिवसांतून एक दोन वेळां तरी कोठा साफ होण्याचें औषध द्यावें. याच वेळीं मुलांस रात्री चांगली झोप येत नाहीं. अशा वेळीं अफू वगैरेसारख्या मादक औषधाचा उपयोग करूं नये, किंवा दुकानांत झोप येण्याचीं पेटंट औषधें मिळतात त्यांमध्ये ही अफूसारखीं मादक औषधें असतात, म्हणून त्यांचाही उपयोग करूं नये. मुलांस दांत येतांना कांहीं लक्षणें उद्भवतात. हीं लक्षणें भयंकर नसतात, पण त्यांची उपेक्षा केल्यास त्यापासून दुःखास भोगावा लागतो. दांत येण्याचे पूर्वी थोडे आठवडे तोंडांतून लाळ

गळू लागते, डोळ्यांतून पाणी येते, तहान लागते, अतिसार खोकला व थोडासा ज्वरही येतो. जेव्हां दांत फार लवकर बाहेर पडू लागतात, तेव्हां लक्षणें फार भयंकर स्वरूप धारण करतात. त्या वेळीं आंकडी, वांती, कानांत कळा येतात, आणि अंगावर निरनिराळ्या जातीचे पुरळ उठतात. दांत येण्याचे वेळीं जी लक्षणें उद्भवतात, तीं मज्जातंतूंचा क्षोभ झाल्याकारणानें उद्भवतात. दांत येण्याचे वेळीं लाळ फार गळणें हें चांगलें लक्षण आहे. आणि ज्या मानानें लाळ फार गळते त्या मानानें दांत येण्याला त्रास कमी होतो.

ताज्या खुल्या हवेंत मुलास नेणें, रात्री गरम पाण्यानें स्नान घालणें, डोकें स्वच्छ आणि शांत ठेवणें, आणि मुलाला पुरेसें व योग्य अन्न घालणें, या साध्या गोष्टींकडे लक्ष पुरविलें म्हणजे दांत येतांना मुलांस फारसा त्रास होत नाही. मुलाला दूध पाजल्यावर जर तें आजारी पडलें तर दुधांत चुन्याची निवळी मिसळावी. बरोबर परसाकडे होतें आहे कीं नाहीं, याकडे लक्ष घावें. हिरड्यांच्या कठीणपणामुळे दांत बाहेर पडले नाहींत तर हिरड्या डॉक्टरकडून चिरून घ्याव्यात, म्हणजे दांत लवकर बाहेर पडतील. दांतांमुळे आचके येऊं लागल्यास त्यावर त्वरित इलाज करावा. कारण ह्या विकाराची जर उपेक्षा केली तर त्यामुळे पुढें फेंपरे येण्याचा संभव असतो. जेव्हां आचके येतात तेव्हां डोक्यावर थंड पाण्याची घडी ठेवावी व मुलास गरम पाण्यांत धरावें. पाण्यांतून काढल्याबरोबर मुलाला पुसून त्याला गरम पांघरुणांत निजवावें. दांत बाहेर पडल्यावर रोज मऊ दांत घांसण्याच्या त्रशानें दांत घांसावेत, व आठवड्यांतून एकदां त्यांस दंतमंजन लावावें.

प्रकरण ९ वें.



देवी काढणें व टोंचणें.

गाईच्या फोडीची लस घेऊन ती मनुष्याचे त्वचेंत दाखळ करणें या कृतीस 'देवी काढणें' असें म्हणतात. यापासून मनुष्यास देवीचा रोग पुनः होत नाही. किंवा क्वचित् झाल्यास तो फार इजा करीत नाही, व त्यापासून मनुष्याचा जीव धोक्यांतही पडत नाही. सारांश, देवी काढणें म्हणजे मनुष्याचा देवीपासून वचाव करणें होय. मूल कित्ती वयाचें झालें म्हणजे देवी टोंचाव्या, याबद्दल कांहीं नियम सांगतां येत नाही. परंतु मुलास दांत येण्याचे पूर्वी देवी टोंचणें चांगलें. कारण ६ महिन्यांनंतर दांत उद्भवण्याचा काल असतो, व त्या वेळीं जर देवी काढविल्या, तर दांतांपासून होणारे क्लेश व देवीपासून उद्भवणारे विकार या दोहोंचें संमेलन होऊन मुलास फार त्रास होतो. यासाठीं ६ महिन्यांपूर्वी देवी काढून घेणें बरें. देवीची सांथ असल्यास मूल एक महिन्याचें असलें तरी टोंचून घ्यावें. कारण अशा वेळीं अनमान केल्यास मुलाचा जीव धोक्यांत घातल्यासारखा होतो. देवी टोंचतेवेळीं मुलाची प्रकृति सुदृढ आहे अथवा अशक्त आहे, त्यास कांहीं त्वचारोग आहे कीं काय, खोंकला वगैरे येतो कीं काय, वगैरे गोष्टींचा चांगला तपास करावा, व नंतर देवीडाक्टराकडे न्यावें. वरीलप्रमाणें एखादा रोग असल्यास त्याप्रमाणें खरी हकीकत देवीडाक्टरास सांगावी, म्हणजे तो भाजारी असलेल्या मुलास सहसा टोंचणार नाही. कारण भाजारी असलेल्या मुलास देवी न टोंचण्याबद्दल त्यांस हुकूम असतो.

बाहेरगांवीं एका मुलाच्या दंडांतील लस दुसऱ्या मुलाच्या दंडांत घालतात. यापेक्षां गाईची लस घेऊन त्यानें देवी काढवून घ्याव्यात. अलीकडे मोठमोठ्या तालुक्याच्या गांवीं गाईच्या लसीचा उपयोग करतात. परगांवीं जाण्यास त्रास व खर्च पडतो हे जरी खरें असलें, तरी गाईच्या लशीपासून टोंचून घेणें चांगलें असल्यामुळे तसें करावें हे बरें.

टोंचल्यावर तिसऱ्या दिवशीं टोंचलेल्या जागीं तांबूस वर्ण दिसूं लागतो. पांचव्या दिवशीं मुलास थोडा ताप येतो. टोंचलेली जागा थोडी फुगीर दिसते, व तीत थोडासा पातळ पारदर्शक द्रव पदार्थ तयार राहातो. सहाव्या दिवशीं पीटिका अंडाकार मोत्यासारखी दिसते. त्याचा मध्यभाग दबलेला असतो. नवव्या अगर दहाव्या दिवशीं सर्व भाग फुगतो. त्या वेळीं दंड सुजतो, तो तांबडा होतो, व कढत लागतो. त्याच सुमारास त्यांत पू बनतो. दहाव्या दिवसानंतर दंडावरील सूज व फोड्यासभोवतीं असलेलें आरक्त मंडळ कमी कमी होत जातें.

दुसऱ्या मुलास देवी टोंचण्याकरितां लस घावयाची झाल्यास ती सातव्या अगर आठव्या दिवशीं, जेव्हां फोड्यांत स्वच्छ लस असते तेव्हां घेतात. पू झाल्यानंतरची लस निरुपयोगी होय. बारा दिवसानंतर फोड्या फुटतात, किंवा त्या तशाच बसण्यास सुरवात होते. चवदाव्या अगर पंधराव्या दिवशीं त्यावर खपल्या धरूं लागतात, व पुढें सात आठ दिवसांनीं खपल्या पडून जातात, व त्या ठिकाणीं एक वाटोळा व्रण पडतो. देवी काढल्यानंतर त्या ठिकाणीं मुलास खाजवूं देऊं नये; कारण त्यामुळे आंतली लस निघून जाऊन, टोंचण्याचा गुण नाहीसा होतो. देवीपासून आलेल्या वापावर कांहीं औषध

देऊं नये. पण फार जोराचा ताप आल्यास होमिओपॅथिक् अकौनाईटच्या गोळ्या ६ घेऊन त्या एक औंस पाण्यांत घालून तें पाणी प्रत्येक तासानें १ चमचाभर घावें.

देवी एकदां टोंचल्यानें देवीच्या विकारापासून संरक्षण होत नाहीं. कांहीं मनुष्यांवर देवीचे जंतुंचा परिणाम इतरांपेक्षां फार लौकर घडतो. उदाहरणार्थ, १० मनुष्यांना जर एकाच वेळीं देवी काढविल्या तर ५ वर्षांनंतर सात जणांला देवीचा आजार होत नाहीं. पण जर ह्या दहा मनुष्यांना ५ वर्षांनीं पुनः देवी टोंचल्या तर त्यापासून ९ जणें देवीच्या आजारापासून बचावतात. परंतु ५१७ वर्षांच्या अंतरानें जर तीनदां देवी काढविल्या तर दहाही जणांना पुनः केव्हांही देवीच्या आजारापासून भय नसतें. म्हणून बालकास देवी काढविल्यानंतर ८ वर्षांनीं पुनः एकदां देवी काढवाव्या, आणि दहा वर्षांनंतर तिसऱ्यांदा देवी काढल्या कीं जन्मभर देवीच्या आजारापासून मनुष्याचें संरक्षण होतें.

प्रकरण १० वे.

मुलाची वाढ, ठेवण वगैरे.

या प्रकरणांत मुलाचें शरीर व त्याचें शरीराची वाढ कशी होते याबद्दल विचार करण्याचें योजिलें आहे. लहान मुलें नेहमीं पाठीवर निजतात. कुशीवर फारशीं निजत नाहींत. कोंपरापासून हात वांकलेले असतात, मुठी सैल झांकलेल्या असतात, व अंगठा बाहेर असतो. आंकडी, किंवा ज्याला 'बालगृह' म्हणतात, ह्या प्रकारांत मुठी आंघळ झांकलेल्या असून अंगठा आंत वळलेला

असतो. याकडे आईनें लक्ष ठेवावें. लहान मुलाचें पोट उजवे बाजूस यकृत असल्यामुळे पुढें आल्यासारखें दिसतें. परंतु मुलांस कांहीं पोटांतील विकार किंवा योग्य अन्न मिळालें नाहीं तर पोट फुगीर असण्याऐवजी खोलगट होतें.

शरीराचें वजन व लांबी.

मूल उपजतांच त्याचें वजन ६।७ पौंड असतें व लांबी १८ ते २० इंच असते. पुढें मुलाची वाढ कशी होत जाते हें खालील कोष्टकावरून समजून येईल. मुलीपेक्षां मुलगा वजनानें जास्त असतो.

	उंची इंच	वजन	
		पौंड	औंस.
महिना			
पहिला	२०.५	८	५॥
दुसरा	२१	१०	४
तिसरा	२२	११	१५
चौथा	२३	१३	९॥
पांचवा	२३.५	१४	१४॥
सहावा	२४	१६	३॥
सातवा	२४.५	१७	५
आठवा	२५	१८	१०
नववा	२५.५	२०	१
दहावा	२६	२०	५॥
अकरावा	२६.५	२१	२
बारावा	२७	२२	७

पूर्ण वाढलेल्या मुलाचा कोठा १ औंस दूध मावेल इतका प्रोठा असतो, व तो खाली लिहिल्याप्रमाणें वाढतो.

पहिला आठवडा	१	औस
दुसरा ”	१॥	”
तिसरा ”	१॥॥	”
पहिला महिना	२	”
दुसरा ”	२॥	”
सहावा ”	३ ते ४	”
६ ते ९ ”	५ ते ६	”
पहिल्या वर्षाला	७॥	”

डोक्याचा आकार शरीराच्या मानानें बराच मोठा असतो, व डोक्याचीं हाडे फार मऊ व लवचिक असतात. डोक्याच्या पुढच्या बाजूस टाळू असते. टाळूवर बोट ठेविलें तर ती थडथड उडत असल्याचें भासतें. तिसऱ्या महिन्यापासून टाळू भरण्यास सुरवात होते. १॥ ते २वर्षांच्या दरम्यान ती अगदीं भरून जाते. दोन वर्षांपर्यंत टाळू भरली नाही तर मुलास कांहीं विकृति आहे असें समजावें.

तीन चार महिन्यांत मूल मान सावरतें. त्यापूर्वीं डोकें इकडे तिकडे हालवून सावरण्याचा प्रयत्न करितें. मूल चार महिन्यांत मान सावरून न लागल्यास मानसिक वाढीत कमतरता आहे असें ओळखावें. पांचव्या महिन्यांत मूल उपडे होतें. नऊ ते बारा महिन्यांत मूल बसूं लागतें. १॥ वर्षाचे सुमारास मूल चालण्याचा प्रयत्न करितें. वयाच्या दुसऱ्या वर्षी मुलास चांगले चालतां आले पाहिजे. सहा महिन्यांनंतर मुलास दांत येण्यास सुरवात होते व तिसऱ्या वर्षांत दुधाचे सारे दांत आलेले असतात. कायमचे दांत येण्यास ६ वे वर्षी सुरवात होते, व १२व्या वर्षी अक्कलदाढेशिवाय सारे दांत आलेले असतात.

पहिले दोन महिने मुलाला ३।४ वेळां पातळ परसाकडे होतें. त्याचा रंग पिवळा असतो व त्यांत मल नसतो. तदनंतर ८ महिन्यांपासून २ वर्षांपर्यंत मुलाला रोज दोन वेळां परसाकडे होतें. व त्याचा रंग साधारण तपकिरी असून त्यांत मळाचा अंश असतो. दोन वर्षांनंतर मुलाला घट्ट परसाकडे होतें.

प्रकरण ११ वें.



बालशिक्षण.

इतर प्राणिमात्रापेक्षां मनुष्याच्या मेंदूची वाढ फार सावकाश होत असते; व ती वाढ साधारणपणें पुरी होण्यास जन्मापासून ७ वर्षे लागतात. म्हणून त्यास या सात वर्षांच्या अवधीत शाळेंत घातल्यानें शिक्षणाची जबरी केल्यासारखी होऊन त्यास मानसिक व शारीरिक दुर्बलता येते. याकरितां सात वर्षांचे अगोदर मुलाचे मेंदूवर शिक्षणाचे बाबतींत कोणत्याही प्रकारचें ओझे न टाकतां तें आपल्या नैसर्गिक ग्राहक शक्तीनें व निरीक्षणानें जितकें शिक्षण आपोआप घेऊं शकेल तितकें त्यास घेऊं द्यावें. या बाबतींत इतर माणसापेक्षां मुलास त्याचे आईचाच जास्त उपयोग होण्याचा संभव असतो. कारण जन्मापासून तिचेंच त्याजपाशीं सान्निध्य असतें, व त्यामुळें त्याचें तिच्यावर अतिशय प्रेम असतें. याकरितां ती जितकें मायाळूपणानें व सुलभ रीतीनें त्याला शिकवूं शकते तसें तें दुसऱ्याच्या हातून होणें शक्य नाहीं.

यावरून लक्षांत येईल कीं बालकाच्या शिक्षणाच्या बाबतींत प्रारंभीची जबाबदारी त्याचे आईवर असते. म्हणून तें शिक्षण कशा प्रकारें द्यावें हें स्त्रियांस माहित असणें जरूर आहे.

शिक्षणाचे शारीरिक, मानसिक व नैतिक असे तीन प्रकार आहेत. या तीन्ही प्रकारचें शिक्षण प्रत्येक मनुष्यास असणें अवश्य आहे. बालकाच्या दृष्टीने पाहिलें तर पहिलीं तीन वर्षे तरी यांपैकीं कोणतेंच शिक्षण देणें त्याला शक्य नसतें. कारण त्या अवधीत त्याच्या ग्राहकशक्तीची व बुद्धीची वाढ फारच अपुरी असते. तीन वर्षांनंतर मात्र त्यास मानसिक व नैतिक शिक्षण सुलभ रीतीने देण्यास सुरवात करणें शक्य असतें.

हे शिक्षण त्यांस गोष्टीचे रूपानें व बालोद्यानशिक्षणपद्धतीने दिलें असतां कोणत्याही प्रकारचा दाब न पडतां सहज रीतीने ते ग्रहण करूं शकतें. शारीरिक शिक्षण मात्र व्यायामाचे रूपानें घावयाचें असल्यानें मूल सहासात वर्षांचें होईपर्यंत शिक्षण या दृष्टीनें तें देणें अशक्य असतें. परंतु लहानपणापासूनच त्याला खेळूं देणें, मोकळ्या हवेंत फिरूं देणें, त्यास दिवसभर हसत खेळत ठेवणें, याचे योगानें त्याचे अंगांत हळूहळू काटकपणा येईल. अशा प्रकारें त्यास मोकळेपणा देणें, पदोपदीं त्यास बागुलबोवाची भीति न दाखविणें, अशा प्रकारच्या अनेक पद्धतींनीं शारीरिक शिक्षणही सुलभ रीतीनें देतां येणें शक्य आहे.

हे सर्व प्रकार आपले लोकांपेक्षां इंग्लिश लोकांत अमलांत आणण्याची पद्धति फार चांगली आहे. त्यांच्यांत मुलास निजण्याकरतां व खेळण्याकरतां निरनिराळ्या हवाशीर जागा असून त्यांत चांगल्या लोकांच्या तसबिरी, उत्तम उत्तम चित्रें, निरनिराळ्या रंगांचीं फुलें, चित्रांचीं पुस्तकें वगैरेंनीं त्यास आणतां येईल इतकी रमणीयता आणलेली असते. व तेथें मुलास हसतां खेळतां सहज नैतिक व मानसिक ज्ञान हळू हळू देतां येतें. निरनिराळ्या पशुपक्ष्यांचीं चित्रें दाखवून सृष्टिज्ञानाची माहिती

करून द्यावी. अशा प्रकारची पद्धत आपल्याकडेही प्रत्येकानें यथाशक्ति अमलांत आणणें अत्यंत अवश्य आहे.

इतर गोष्टींबरोबर मुलास मूळापासूनच देवादिकांच्या तसबिरी दाखवून भारतादि ग्रंथांतील सोप्या सोप्या गोष्टी सांगून त्याचे मनावर ईश्वराच्या भक्तीचें माहात्म्य पूर्ण विव्रवून नैतिक शिक्षण द्यावें; व त्याचे सन्निध राहणाऱ्या प्रत्येक मनुष्यानें आपले आचरणानें त्यास पदोपदीं सदाचरणाचें धडे सहज मिळतील अशा रीतीनें वागावें. मुलाची लहानपणीं अनुकरणशक्ति फार तीव्र असल्यानें सभोवतालच्या परिस्थितीचा त्याचे मनावर व आचरणावर फार परिणाम होतो. म्हणून मुळांतच त्याला कोणत्याही वाईट गोष्टीचा गंध लागणार नाही अशा प्रकारें व्यवस्थितपणा राहिल्यास पुढें मुलें विघडण्याचा संभव अतिशय कमी राहिल.

प्रकरण १२ वें.



बालकाचे रोग व त्यांवर सामान्य उपाय.

या भागांत मूल जन्मल्यानंतर त्यास होणाऱ्या सामान्य विकारांची किंवा दुखापतीची चिकित्सा कशी करावी तें थोडक्यांत सांगतों.

नुकत्याच उपजलेल्या मुलाचे अंगीं कांहीं विशेष शारीरिक गुणधर्म असतात, व मुलांचे विकारांसंबंधी विचार करण्यापूर्वी त्यांची माहिती असणें अवश्य आहे. मूल उपजतांच त्याच्या नाडीचे ठोके फार जलद म्हणजे मिनिटास १३० पडतात, व ते दर महिन्याला थोडथोडे कमी होत जाऊन सहा महिन्यांचे शेवटीं

मिनिटास सुमारे ११० पडतात. उपजतांच मूल प्रत्येक मिनिटास ३५ ते ५० वेळां श्वासोच्छ्वास घेतें. पण पुढें लवकरच थोड्या आठवड्यांत त्याचें प्रमाण मिनिटास ३० होतें. व हें प्रमाण पहिले वर्षभर टिकतें. मुलाचें नेहमीचें टेंपरेचर ९८ ते ९९ डिग्रींचे दरम्यान असतें, व त्यामध्ये एकदीड डिग्रीचा फरक होऊं शकतो.

अपुन्या पोषणापासून येणारा ताप.

(INANITION FEVER.)

कित्येक वेळां दुसऱ्या किंवा तिसरे दिवशीं मुलास पुरतें पोषण न मिळाल्यास १०१ पासून १०३ डिग्रीपर्यंत ताप येऊं शकतो. याचें कारण आईच्या स्तनांत दुधाचा बरोबर रीतीनें प्रवाह सुरू झालेला नसतो. मूल उपजल्यानंतर एक दोन दिवसांत त्याचें वजन ६ ते ८ औंस कमी होतें. परंतु ज्या मुलांना ताप येतो त्यांचें वजन २० औंसपर्यंत कमी होतें. परंतु योग्य उपचार केले असतां मूल ताबडतोब बरें होतें.

उपचार.—केसीन काढून टाकलेलें दूध (व्हे) किंवा नुसतें पाणी मुलास दिलें असतां मुलाचा ताप जाऊन मूल बरें होतें.

उपजत शरीरपिंडाची आकारविकृति.

मानवी प्राण्यांत एका स्त्रीस एका वेळीं एकच मूल होण्याचा साधारण नियम आहे. परंतु कधीं कधीं जुळीं मुलें होतात. कित्येक मुलांस अर्धा ओंठच नसतो. पुष्कळ वेळां जीभ खालच्या ओंठाशीं डकलेली असते. केव्हां केव्हां शौचमार्गाचें द्वार अगदीं नसतें, कित्येकांचें मूत्रद्वार बंद असतें. अशीं अनेक प्रकारचीं व्यंगें असलेलीं मुलें निपजतात. त्यास शस्त्रवैद्याकडून इलाज करवावा.

श्वासरोध किंवा मृतजनि.

मूल उपजल्यावर कधीं कधीं उसासा टाकीत नाही व मेल्यासारखें

दिसतें. असें होण्यास अनेक कारणें असतात; व तीं दूर केल्यास मूल वांचतें. मूल फार अशक्त असल्यास त्यास श्वास घेण्यास जोर नसतो, म्हणून श्वासावरोध होतो. तसेंच मुलाच्या मानेसभोंवतीं नाळाचें वेष्टन झालें असतां, अथवा आईच्या कटीच्या अस्थि व मुलाचें डोकें ह्यांच्यामध्ये नाळ सांपडली असतां श्वासावरोध होतो. आईच्या उदरांतून मूल निघण्यापूर्वीं वार निघाली असतां, अथवा गर्भाशयांत मुलाचें डोकें फार वेळ राहिलें असतां, किंवा शस्त्रानें दाबल्यामुळेंही, श्वासावरोध होतो. लक्षणें.—शरीराचीं गात्रें अगदीं शिथिल राहतात. त्वचा थंड, फिकट व रक्तहीन असते. नाळामधील नाडीचें स्फुरण फार मंद चालतें. एखादे वेळेस मूल रडण्याचा यत्न करितें, परंतु पुरतेपणीं रडण्याचें सामर्थ्य नसल्यानें पुनः मेल्यासारखें दिसतें. हृदयाची क्रिया फार मंद चालते व ती अगदींच स्तब्ध राहिली तर कोणत्याही उपायानें पुनः श्वासोच्छ्वास सुरू करितां येणें शक्य नसतें.

उपाय.—‘बालकाचा जन्म’ या सदराखालीं श्वासोच्छ्वास सुरू कसा करावा हें सांगितलें आहे, त्याप्रमाणें व्यवस्था करावी.

मस्तकावरील रक्तगुल्म.

मूल उपजतांक्षणींच कधीं कधीं मुलाचे डोक्यावर सूज दिसते, हातापायांवर सूज दिसते, व चेहरा विद्रूप दिसतो. हें पाहून घरांतील माणसें घाबरतात, व सुचतील ते उपाय करूं लागतात.

चिकित्सा.—हा अगदीं क्षुल्लक विकार आहे व तो आपोआप बरा होतो. पुष्कळ वेळां होमिओपाथीच्या टिं. अर्नोकाच्या ३० पोटेंसीच्या गोळ्या दर वेळेस २ प्रमाणें दिवसांतून तीन वेळां दिल्यानें हा विकार फार लवकर बरा होतो. डोक्यावर थंड पाणी व कोलन वॉटरची पट्टी भिजवून ठेवावी.

नाभिपाक.

नाळ कापल्यावर बहुतकरून तीन चार दिवसांनी नाळाचा भाग सुकून बारीक होतो, व गळून जातो. परंतु कधी कधी असें न होतां नाभि सुजून पिकते, व पू होतो. कधी कधी वरील त्वचा जाऊन क्षत पडते.

चिकित्सा.—जखम नेहमीं कोरडी करून त्यावर बोरिक ॲसिड व स्टार्च यांचें मिश्रण घालावें. जखमेंतून पू येऊं लागला व जर तो वरील उपायांनीं बरा झाला नाही तर डॉक्टरचा सल्ला विचारावा.

कावीळ.

मूल जन्मल्यानंतर त्याला दोन तीन दिवसांनीं कावीळ होते, व ती ८।१० दिवसांपर्यंत राहते. मुलास एक लहानसा चमचाभर एरंडेल दिल्यानें ती नाहीशी होते.

स्तनाची सूज.

मूल स्त्रीजातीचें असो, किंवा पुरुषजातीचें असो, एक दोन दिवसांनीं त्याच्या दोन्ही स्तनांस सूज येते. परंतु ही सूज आपल्या आपण जाते. त्यास औषध करण्याची गरज नाही.

डोळे येणें.

कधी कधी मूल उपजल्यावर त्याच्या डोळ्याच्या पापण्या सुजलेल्या आढळतात, व त्याला जर लौकर औषधोपचार केला नाही तर मूल अंधळें होण्याचा संभव असतो. असें होण्याचें कारण मूल उपजतांना त्याच्या डोळ्यांत मातेच्या योनीतील (परमा, प्रदर वगैरेंचा) दुष्ट स्राव जाणें हें असतें.

चिकित्सा.—प्रतिबंधक उपाय—मुलाचें डोकें योनीतून बाहेर आल्याबरोबर रसकांपराच्या (१.४००० प्रमाण) पाण्यांत लिट् मिज-

चून त्यानें मुलाचे डोळे पुसून काढावे. ही डोळ्यांची लस सांसर्गिक असल्याकारणानें आईला व आईला फार जपून वागण्यास सांगावें. कारण डोळे पुसण्याचें फडकें किंवा हाताची बोटे यांचे योगानें हा विकार दुसऱ्याला ताबडतोब होण्याची भीति असते. तसेंच एका डोळ्याला विकार झाला असतां त्याच्या संसर्गानें दुसराही डोळा येण्याचें भय असतें. म्हणून आलेला डोळा पुसण्यासाठीं वापरलेल्या लिटचा तुकडा चांगल्या डोळ्याला न लागेल अशी खबरदारी घेण्यास सांगावें. तसेंच ज्या बाजूचा डोळा आला असेल त्याच बाजूवर मुलास निजवावें. म्हणजे एका डोळ्यांतील लस दुसऱ्या डोळ्यांत जाणार नाही.

बोरिक अॅसिड् पाण्यांत जितकें विरवतां येईल तितकें विरवून त्याच्या लोशननें डोळा चार वेळां दिवसांतून धुवावा, व रोज सकाळीं एकदा डोळ्याच्या पापण्या उलट्या करून त्यांवर (१ औंसांत १० ग्रेन) सिल्हर नायट्रेटच्या लोशनचा फाया फिरवावा. फाया बुबुळ्यास न लागेल अशी खबरदारी घ्यावी.

अशक्त व पुरे दिवस होण्यापूर्वी जन्मलेले मूल.

कांहीं मुलें उपजतांच कांहीं एक रोग नसतां अगदीं अशक्त व दुर्बल असतात. अपुरे दिवसांचें मूल स्वभावतःच जोमदार नसल्यामुळे त्याची उत्तम तऱ्हेनें निगा राखणें जरूर आहे. अंगांत ताकत नसल्यामुळे त्याला श्वासोच्छ्वास घेणें फार जड पडतें, व त्यामुळे त्याचीं फुफ्फुसें पूर्णपणें विकास पावत नाहीत.

चिकित्सा.—अशा मुलांच्या बाबतींत पहिली महत्त्वाची गोष्ट म्हटली म्हणजे शरीरास ऊब राखणें ही होय. आणि दुसरी महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे त्याचें योग्य रीतीनें पोषण करणें ही होय. अशा मुलांना आईला दूध उत्पन्न होईपर्यंत केसीन् काढलेले दूध

व्हे) पहिल्या दिवशीं प्रत्येक चार तासांला एक मोठा चमचा (टेबलस्पूनफुल) प्रमाणें व दुसरे दिवशीं प्रत्येक तासांस दोन मोठे चमचे द्यावेत. शिवाय मार्गे सांगितल्याप्रमाणें ६।८ तासांनीं मुलास अंगावरही पाजावें. केव्हां केव्हां मुलास स्तनांत दूध असूनही चोखण्याची शक्ति नसते. अशा वेळीं स्तन पिळून दूध काढावें, व मग तें मुलास घालावें. केव्हां केव्हां मुलाला चंमच्यांतून सुद्धां दूध गिळण्याची शक्ति नसते. अशावेळीं थेंब पाडण्याचे काचेच्या नळीनें थेंब थेंब दूध मुलाचे तोंडांत सोडावें. केव्हां केव्हां अशा स्थितींत आईच्या स्तनांतील दूधही आटतें. अशा स्थितींत केसीन काढलेलें दूध ४ मोठे चमचे, क्रीम १ चमचा, व साखर अर्धा चमचा, असें मिश्रण करून द्यावें. अशा रीतीनें दोन आठवडे व्हेवर ठेवून मुलास शक्ति आल्यावर मग मार्गे सांगितल्याप्रमाणें आईच्या दुधाच्या मिश्रणावर मुलास ठेवावें. मुलाचे अंगी उष्णता राखावी लागते, त्यासाठीं त्याला स्नान घालतांना शेंगडीजवळ ठेवून मग स्नान घालावें व तें फार जलद आटपावें. कित्येक मुलांचे बाबतींत उष्णता राखण्यास त्यांचे अंगास गोडें तेल लावून मग त्याला लोकरीच्या कपड्यांत गुंडाळून ठेवावें, मुलाच्या पाळण्यापुढें शेंगडी ठेवावी, व पाळण्यांत गरम पाण्यानें भरलेल्या बाटल्या ठेवाव्या.

मुलास होणारे पचनेंद्रियाचे विकार.

मुखपाक, तोंड येणें.

हा विकार अंगावर पिणाऱ्या मुलापेक्षां ज्या मुलांना वरच्या दुधावर वाढवितात, त्यांमध्ये जास्त प्रमाणानें पाहण्यांत येतो. त्याचप्रमाणें अयोग्य अन्न मुलास घालणें, मुलांना घाणेरडे कपडे घालणें, त्यांना गलिच्छ स्थितींत ठेवणें, यामुळेही हा विकार

होतो. तसेंच ज्या बाटळींतून मुलांना दूध पाजतात त्या बाटळ्या जर स्वच्छ ठेवल्या नाहीत, तर त्या मुलांनाही हा विकार होतो. हा विकार कित्येकदां फार त्रासदायक होतो. यास उत्तम उपाय म्हटला म्हणजे टाकणखाराची लाही करून ती मधांतून जिभेस वरचेवर लावावी; म्हणजे हा विकार बरा होतो.

उचकी.

हा अगदीं क्षुल्लक विकार आहे. परंतु केव्हां केव्हां तरुण आयांना त्यापासून धास्ती वाटते. बहुतेक मूल उघडें असतां थंडी बाधल्यानें हा विकार उद्भवतो. कित्येक वेळां खोलींत सुद्धां मुलास कपडे घालतांना किंवा काढतांना हा विकार उद्भवतो. मुलास गरम कापडांत गुंडाळावे. अथवा त्याला उचकी लागली असतांना पाजण्यास ध्यावे. म्हणजे उचकी थांबते. इतकें करूनही उचकी थांबली नाही तर चहाच्या चमच्याच्या शेंड्यावर जेवढी साखर राहिल तेवढी घेऊन ती चमचाभर पाण्यांत विरघळून तें पाणी मुलास पाजावे, म्हणजे बहुतेक उचकी थांबते.

वांती.

लहान मुलांना बहुतेक पोटाच्या विकृतीमुळे वांती होते. त्याचे दोन प्रकार आहेत: १ तीव्र, व दुसरा जीर्ण.

तीव्र प्रकार.—हा ओळखण्यास फारशी अडचण पडत नाही. मूल नुक्तेंच ओकूं लागलें आहे. अशी हकीकत सांगत आई येते. मुलाच्या जिभेवर पांढरा थर असतो, व त्याच्या तोंडास आंबूस घाण येते. कधीं कधीं मुलास तापही येतो व तहान लागते.

चिकित्सा.—याला उपाय म्हणजे मुलाला उपाशी ठेवणें हक होय. मुलाला दोन तीन दिवसांहून जरा जास्त दिवस उपाशी ठेवलें तरी त्यांना त्यापासून कांहीं अपाय होत नाही. परंतु असें

करतांना दोन गोष्टींकडे लक्ष पुरविलें पाहिजे. पहिली गोष्ट म्हणजे मुलांच्या अंगांत ऊब राखली पाहिजे. कारण साधारणतः मुलांच्या अंगापासून उष्णता लवकर नाहीशी होत असते, व त्यांना उपाशी ठेवले असतां शरीरामध्ये होणारी स्नायुजन्य उष्णता विशेष वाढून ती त्वचेवाटे निघून जाते, व त्यायोगें त्याला सर्दी होण्याचा संभव असतो. म्हणून त्यांना उपास सोसत नाही. दुसरी गोष्ट, मुबलक उकळून थंड केलेले त्यांना पाणी पिण्यास द्यावें; किंवा आईची समजूत करण्याकरितां बालींवाटर दिलें तरी चालेल. असें केले असतां औषध द्यावें न लागतां मूल बरें होईल.

याबरोबर होमिओपॅथिक सल्फर ३० च्या अर्काचे दोन थेंब व पाणी १ औंस असें मिश्रण तयार करून एक चमचा दर दोन अगर एक तासानें द्यावें; म्हणजे उलटी व ताप थांबेल.

जीर्ण प्रकार. — वांती बरेच दिवसांची असून त्या योगानें जर मुलाचें वजन कमी होत नसेल तर त्याला विशेष महत्त्व देऊं नये. मूल वाजवीपेक्षां जास्त प्याल्यास थोडेंसें जास्त झालेले दूध ओकतें. त्याबद्दल विशेष काळजी करण्याचें कारण नाही.

अतिसार.

लहान मुलांना अतिसार क्षुल्लक कारणांनीं होतो: (१) मुलांच्या कोठ्याची जंतुनाशक शक्ति फारच कमी प्रमाणांत असते. कारण मुलांच्या पोटांमध्ये हैड्रोक्लोरिक अॅसिड फारच थोड्या प्रमाणांत असतें. म्हणून अन्नावरोबर गेलेल्या जीवजंतूंना पाडण्यास अवकाश मिळून कोठ्याचा क्षोभ होतो. (२) मुलाचें मुख्य अन्न दूध हें जंतुरहित क्वचितच असतें. (३) मुलांना सर्दी लवकर बाधते व त्याचा आंतड्यावर परिणाम होऊन अतिसार होतो. तीव्र अतिसार हा जंतुमूलक असतो, व या जंतूंची उष्ण

हवेंत विशेष वाढ होते व त्यामुळें उन्हाळ्यांत हा विकार विशेष दृष्टीस पडतो. तसेंच घराजवळ उकिरडे असणें, घरांत पुष्कळ माणसें एकत्र राहणें, गटारांतील दूषित हवा घरांत शिरणें, वगैरे कारणांनींही हा विकार होण्याचा संभव असतो.

अतिसाराचे दोन प्रकार आहेत. एक तीव्र व दुसरा जीर्ण. तीव्र अतिसारांत पुनः तीन पोटभेद आहेत: १ साधा अतिसार, २ ज्वरयुक्त अतिसार, ३ वाळ्यासारखा अतिसार.

(१) साधा अतिसार.—सुरवातीस मुलाच्या पोटांत दुखूं लागतें; व पोटांत दुखूं लागलें म्हणजे मूल आपले पाय पोटावर घेतें, आणि थोडक्या वेळानें त्याला जुलाब होऊं लागतात. दिवसांतून त्याला ५-६ जुलाब होतात. सुरवातीला नेहमीं प्रमाणें मळाचा रंग पिवळा असून नंतर हिरवा व आंवयुक्त होतो, व त्यांत दुधाच्या गुठळ्या असतात. गुदद्वाराच्या सभोंवतालचा भाग तांबडा होतो. मूल किरकिर करतें, व त्याला झोंप चांगलीशी येत नाही. केव्हां केव्हां थोडा तापही येतो. पण तो थोड्याच तासांत उतरतो. अशा प्रकारचा अतिसार पचनास अयोग्य असें अन्न खाण्यानें उत्पन्न होतो, व त्याचा सर्व भाग निघून गेला म्हणजे अतिसार आपोआप बरा होतो. केव्हां केव्हां थोडें एरंडेल दिल्यानेंही आंतड्यांतील घाण निघून जाण्याला मदत होऊन मूल लवकर बरें होतें.

(२) ज्वरयुक्त अतिसार.—यामध्यें जुलाब एकदम सुरू होतात. सुरवातीस मूल ओकूं लागतें. त्याला हिरवट व आमयुक्त असा मळ पडतो, आणि नंतर पाण्याप्रमाणें किंवा काळ्या रंगाचे व दुर्गंधियुक्त असे जुलाब होऊं लागतात. दिवसांतून १०-१२ जुलाब होतात, व त्यांतच उलटीची भर पडल्यामुळें मुलाचा चेहरा

कोमेजून जातो. मुलाच्या हातापायांतील शक्ति लवकर नाहीशी होते. टाळू खोल जाते. जिभेवर सुरवातील पांढरा सांका असतो, पण पुढें लवकरच ती तांबडी लाल होते. सुरवातील थोडे दिवस ताप येतो; पण तो पुढें लवकरच बंद होतो. वांतीही थोडे दिवसांनी थांबते. परन्तु अतिसार थांबण्यास पुढें एक दोन आठवडे लागतात. कधी कधी जुलाब कमी न होतां जास्त होऊं लागल्यास पुन्हां वांती सुरू होते. ताप १०४ पर्यंत वाढतो, व मूल मृत्युमुखी पडतें.

(३) वाख्यासारखा अतिसार —हा विकार मुलांत क्वचित् होतो. बारा तासांपूर्वी निरोगी असलेले मूल एकदम मरणाच्या स्थितींत येतें, चेहरा फिकट व ओढल्यासारखा होतो, डोळे खोल जातात, टाळू आंत जाते, हातपाय थंडगार पडतात. तरी पण तोंडांत किंवा गुदद्वारांत थर्मामीटर लावल्यास १०४ ते १०५ डिग्रीपर्यंत उष्णता वाढलेली आढळते, पोट खोल जातें, व त्यावरची कातडी सुरकुतते. उलटी एकसारखी सुरू असत. एक चमचाभर देखील पाणी पोटांत ठरत नाही. सुरवातील जुलाब जे पिवळसर रंगाचे असतात, ते शेवटीं शेवटीं तांदळाच्या धुवणासारखे पांढरे व पातळ होतात. मुलाला श्वास लागतो, नाडी लागत नाही, व मूल थकत जाऊन एक दीड दिवसांतच मृत्युमुखी पडतें.

चिकित्सा.—मुलास अतिसार झाल्यास त्या ठिकाणीं गर्दी किंवा गलिच्छपणा असल्यास त्याला त्या दूषित हवेंतून काढून गांवाबाहेर स्वच्छ व मोकळ्या हवेंत न्यावें. निदान उन्हाळ्यांत तरी दूध उकळल्याशिवाय देण्यास कधीही चुकूं नये. तसेंच कित्येक भाया, वेडगळ समजुतीनें, मूल काटक व्हावें म्हणून त्यास उघडें ठेवितात, अंगांत कांहीं घालीत नाहींत, व त्यामुळे त्यास थंडी होऊन

अतिसार होण्याचा संभव असतो. म्हणून मुलाला व्यवस्थित रीतीने कपडे घालून त्यांना सर्दीची बाधा होणार नाही अशी व्यवस्था ठेवावी.

या विकारांत औषधावर विशेष भिस्त न ठेवतां मुलाला उपोषित ठेवून त्याच्या कोठ्यांतील घाण काढून टाकण्याचा प्रयत्न करावा. सौम्य प्रकारांत एक ते दोन चहाचे चमचे वयोमानाप्रमाणें एरंडेल दिल्यानें सहज काम होतें. जुलाब जास्त होतील म्हणून कित्येक आया एरंडेल देण्यास भितात. परंतु तसें भिण्याचें बिलकूल कारण नाही. कारण कोठ्यांत सांचलेला मळ बाहेर पडून कोठा स्वच्छ करण्याचे त्यामध्ये गुणधर्म आहेत इतकेंच नाही, तर त्याशिवाय हगवण थांबविण्याचेंही त्यांत सामर्थ्य आहे.

तीव्र प्रकारांत दूध बिलकूल देऊं नये. कारण दुधाच्या योगानें दुसऱ्या व तिसऱ्या प्रकारच्या हगवणींत जंतूंच्या वाढीस फारच मदत मिळून दूध विषवत् बनतें, व त्यायोगें आंतड्यांचा अधिक क्षोभ होऊन अतिसार जास्त वाढतो. पहिल्या २४ तासांत जर उलटी तीव्र असेल तर फक्त उकळून थंड केलेले पाणी प्रत्येक वेळेला एक ते दोन चमचे द्यावे. तदनंतर बालीचें पाणी, तांदळाचें धुवण, कोंबडीच्या अंड्यांतील पांढरा बलक मिळवून केलेले पाणी, यांपैकी कोणतेही चहाचे एक ते दोन चमचे द्यावे. या वरील विवेचनावरून असें स्पष्ट निदर्शनास येईल कीं, केवळ पाणीच गुण करण्यास मदत करतें. इतर पदार्थ केवळ आई-बापांची समजूत होण्याकरितां घातलेले असतात. मुलाच्या आंगची ऊब राखणें व सुबलक पाणी देणें यावर लहान मुले पुष्कळ दिवस उपास काढूं शकतात. वरील उपचार दोन तीन दिवस मुरू ठेवल्यानें हगवणीचीं लक्षणे कमी होतात. तशीं होऊ

लागलीं म्हणजे, व्हेमध्ये अंड्याचा पांढरा बलक मिळवून तें मिश्रण मुलास नेहमींसारखें शौचास होऊं लागेपर्यंत द्यावें.

सुरवातीपासूनच २० औसांत १ ड्रॉम मीठ व पाट्याश पर-
मॅग्नेट १ ग्रेन घालून केलेल्या मिश्रणापकीं दोन तीन औंस मिश्र-
णाचा दिवसांतून तीन चार वेळ एनिमा द्यावा. इतकें करूनही
जर हगवण थांबली नाही तर डाक्टराचा सल्ला घ्यावा.

बाल्यासारख्या अतिसाराचीं लक्षणें दृष्टीस पडल्यास मुलास
घरीं उपचार करण्याचे भानगडींत न पडतां एकदम डाक्टरास
दाखवावें. डाक्टर येईपर्यंत त्यास पाणी पाजावें.

जंत.

लहानपणीं बालकास जसा जंतांचा विकार होतो तसा मोठेपणीं
होत नाही. पक्वाश्याची पचनशक्ति कमी असणें, वेळीं अवेळीं
मुलास खाऊं घालणें, या योगानें, तसेंच हवेंत सर्दीं जास्त अस-
ल्यास, जंतांची उत्पत्ति फार जलद होते. मनुष्याचे पोटांत एकंदर
तीन तऱ्हेचे कृमि पाहण्यांत येतात. १ लांबडे वाटोळे, २ बारीक
सुतासारखे, ३ चापटे फितीसारखे. मांस खाणाऱ्या लोकांत चापटे
फितीसारखे जंत होतात. धान्य खाणाऱ्या लोकांत चापटे
फितीसारखे जंत केव्हांही होत नाहीत. पहिल्या दोन तऱ्हेचे जंत
विशेषकरून सर्वास होतात. हा विकार जंतांचीं अंडीं पोटांत
गेल्यानें होतो. वाईट पाणी, मांस, भाजीपाले, कुजलेलीं फळे,
दुकानांत उघडी ठेवलेली मेवामिठाई (मेवामिठाईवर धुरळा
बसतो त्यामध्ये जंतांचीं अंडीं असतात.), ह्या सर्व मार्गांनीं जंतांचीं
अंडीं आपल्या पोटांत जातात. रोगट मुलांमध्ये जंतांची वाढ
अतिशय होते. अन्न खाऊं लागल्यापासून मूल सात आठ वर्षांचें
होईपर्यंत त्यास जंतांचा उपद्रव होण्याचा फार संभव असतो.

मूल जो सांपडेल तो पदार्थ तोंडांत घालतें, चांगला वाईट कांहीं पाहात नाही, व घरची माणसेंही तिकडे फारसें लक्ष देत नाहीत. अशा रीतीनें घाण व अपक्व पदार्थ खाल्यापासून मुलांच्या पोटांत जंत उद्भवतात. मुलास फिल्टर केलेलें पाणी नेहमीं पिण्यास द्यावें, बाजारची मेवामिठाई खाण्यास देऊं नये. शिवाय न पचतील असे पदार्थ, व अस्वच्छ, घाणेरडे, शिळे पदार्थ, केव्हांही खाण्यास देऊं नयेत. कच्ची व कुजलेल्या स्थितीतील फळफळावळ मुलांच्या खाण्यांत येऊं देऊं नये.

लक्षणें.—मुलाच्या मुखचर्येच्या रंगांत फेरफार होतो. डोळ्याच्या खालीं काळसर रंगाचे अर्धवर्तुळाकार डाग दृष्टीस पडतात. मुलें रात्री दांत खातात. जिभेवर पांढरा बुरसा येतो, जिभेचे कांठ लाल दिसतात, नाकास खाज सुटते, तोंडास आंबुस घाण येते. भूक फार विचित्र असते. केव्हां केव्हां अतिशय भूक लागते, व केव्हां मुळींच भूक लागत नाही. पोट मोठें दिसतें. पोटांत वरचे-वर दुखतें, तोंडास पाणी सुटतें, केव्हां केव्हां आंवयुक्त परसाकडे होऊं लागतें. कोरडा खोकला येतो. मुलांस स्वस्थ झोप लागत नाही. तीं झोपेंत बडबडतात. केव्हां केव्हां जंतांपासून आचके येतात, व कित्येक वेळां फेंपरेंही येतें.

उपचार.—यास उत्तम औषध सॅन्टानाईन होय. तें लहान मुलास एक ग्रेन प्रमाणांत द्यावें. त्याची चव फार वाईट असल्यानें तें साखरे-बरोबर द्यावें. हें औषध रिकाम्या पोटी देऊन दुसऱ्या दिवशीं, अर्ध्या तोळ्यापासून एक दोन तोळेपर्यंत एरंडेल तेल कॉफीतून अगर गरम दुधांतून द्यावें, म्हणजे जंत पडून जातात. जंतांचें औषध दिल्यावर रात्री डोळ्यास पिवळें दिसतें, व सकाळीं पिवळी लघवी होते. असें झाल्यास घाबरण्याचें कांहीं कारण नाही. एक

दोनदां परसा कडे होऊन गेल्यावर हीं लक्षणें आपोआप कमी होतात. जंतांचें औषध देऊन सर्व जंत पडले नाहींत असें वाटल्यास पुनः एकवार जंतांचें औषध द्यावें.

पोटशूळ.

मुलामध्ये हा विकार पुढील कारणांनीं होतो: १ दुधाचें पचन बरोबर न होऊन कोठ्यांत वाढणाऱ्या आम्लतेमुळे; २ दूध पचन न होऊन कोठ्यांत दह्याच्या मोठ्या गुठळ्या झाल्यामुळे; ३ किंवा आंतड्यांत वायु धरून पोट फुगल्यास हा विकार उत्पन्न होतो.

मुलाचें पोट दुखूं लागलें म्हणजे तें रडूं लागतें; व मूल असें सारखें किंकाळूं लागलें कीं त्याचे पोटांत दुखत आहे असें समजावें. मुलाचें पोट तपासलें असतां तें हाताला घट्ट लागतें, व पोटांत आंतडीं गाठळलेलीं हातास लागतात. मूल ओरडूं लागलें कीं पाय पोटावर वेतें: कधीं कधीं मूल इतक्या जोरानें ओरडतें कीं, त्याला ओरडण्यामुळे आचके येऊं लागतात. तसेंच वायु सरला कीं मूल ओरडण्याचें थांबतें. त्यावरून तें पोटशुळामुळेच ओरडतें असें समजण्यास हरकत नाहीं.

चिकित्सा.-पोटाला गरम तेल लावून रुईचें किंवा विड्याचें पान ऊन करून त्यानें शेकावें, किंवा अळशीच्या पोटिसानें शेकावें. पोटशूळ फार तीव्र असल्यास मुलाला मस्टर्ड-ब्राथ द्यावा. सोसवेल इतकें दोन तीन औंस गरम पाणी घेऊन त्याचा एनिमा द्यावा. मुलाला पोटांत डिलवाटर, पेपरमिंटवाटर किंवा ओव्याचें पाणी गरम करून द्यावें. पोटांत पुनः शूळ होऊं नये म्हणून योग्य खबरदारी घ्यावी. जें मूल अंगावर पीत असेल त्याला अनियमितपणानें व वरचेवर पाजल्यानें त्याला पोटशूळाचा विकार होतो; त्यासाठीं मुलास वक्तशीर पाजावें. मुलास जर

दोन तासांनीं पाजीत असतील तर २॥ तासांनीं, व २॥ तासांनीं पाजीत असल्यास तीन तासांनीं पाजण्यास सांगावें. अंगावरच्या दुधांतील केसीन मुलास पचत नाही व त्यामुळे मुलास पोटशूळ होतो असें आढळल्यास मुलास प्रत्येक स्तनपानाच्या अगोदर चुन्याची निवळी एक चमचा पाजावी. किंवा एक मोठा चमचाभर गरम पाणी घेऊन त्यांत २ ग्रेन सोडा सायट्रस घालून तें पाणी अर्धें स्तनपान झाल्यावर मुलास पाजावें: मुलास मलावरोध असेल तर तो दूर करावा.

इतकें करूनही जर मुलास वरचेवर पोटशूळ होतो असें आढळलें तर त्यामुळे मुलाचें वजन कमी होत चाललें आहे कीं काय तें पाहावें; व मुलास पाजण्याचे बाबतींत नियमितपणा ठेवूनही मुलाचें वजन जर एकसारखें कमी होत चाललें तर मग मुलास अंगावरचें दूध तोडण्यास सांगावें. वरदूध पिणाऱ्या मुलामध्ये चमचा, शारी किंवा दूध पाजण्याच्या बाटल्या अस्वच्छ असणें हें पोटशूळ होण्याचें मुख्य कारण असतें. किंवा दुधाचें मिश्रण बरोबर रीतीनें तयार करण्यांत हयगय केल्यास पोटशूळ होतो. तेव्हां मुलास दूध घालण्याचा चमचा, शारी किंवा दूध पाजण्याची बाटली स्वच्छ आहे कीं नाही तें पाहावें. दूध पिण्याची बाटली स्वच्छ ठेवून व नियमित वेळीं मुलास पाजून पोटशूळ बंद झाला नाही तर मग दुधांतलें केसीन मुलास पचत नाही असें समजावें. व तसें कारण असल्यास मागे 'मुलाचें अन्न' या प्रकरणांत सांगितल्याप्रमाणें दुधांतील केसीनचें प्रमाण कमी केलेलें दुधाचें मिश्रण किंवा केसीन लवकर पचन होईल असें दुधाचें मिश्रण करून द्यावें. अंगावर पिणाऱ्या मुलांस मलावरोध होतो तसें वरचे दुधावर ठेवलेल्या मुलांत अतिसार होतो. तसा अतिसार झालेला आढळल्यास अतिसाराची चिकित्सा करावी. तसेंच मुलाचे कोठ्यांत

आम्लता जास्त वाढलेली असते म्हणून पेपरमिंट किंवा डिलवा-
टरमध्ये सोडा-वाय-कार्ब २॥ ग्रेन, स्पिरिट अमोनिया अॅरोमॅटिक्
२॥ थेंब, व ग्लिसरीन २ थेंब टाकून एक चमचाभर स्तन पाज-
वण्याचे दरम्यान द्यावे.

मलावरोध.

वरच्या दुधावर राहणाऱ्या बालकांपेक्षां अंगावर पिणाऱ्या
मुलांमध्ये मलावरोध जास्त प्रमाणांत दृष्टीस पडतो. ह्याचें कारण
बरोबर रीतीनें सांगतां येणें कठीण आहे. (१) परंतु आईच्या
दुधांत लोण्याचा अंश कमी असल्यास किंवा तें फार पातळ व
निःसत्व असल्यास मुलाला मलावरोध होतो. तसेंच वरदुधावर वाढ-
णाऱ्या मुलांत, दुधांत केसीनचें प्रमाण जास्त असल्यास, मलाव-
रोध होतो. (२) पोटावरील किंवा आंतड्याचे स्नायूंच्या स्वाभा-
विक दुर्बलतेमुळे मुलास मलावरोध होतो. (३) कित्येक मुलांस
रोज नियमित वेळीं परसाकडे जाण्याची संवय न लावल्यास मुलें
खेळाचे नादानें परसाकडे जाण्याचें टाळतात, व अंशा मुलास
खरोखरच पुढें मलावरोधाचा विकास जडतो. (४) मुलास
कठीण चुन्यासारखें व घट्ट परसाकडे होतें अशी तक्रार असल्यास
त्यावरून यकृत पॅन्क्रियस् व आंतड्यांच्या आंतील ग्रंथी (Glands)
पासून होणारा स्राव बरोबर होत नाही असें अनुमान करण्यास
हरकत नाही. (५) कित्येक मुलांत मेंदूची अपूर्ण वाढ अस-
ल्यास त्यांना मलावरोध होतो.

लक्षणें.—मुलास मलावरोधाचा विकार झाल्यास त्याचें वजन
कमी होऊं लागतें. केव्हां केव्हां मलावरोधानें मुलास दिवसांतून
बरेच वेळां थोडथोडी उलटी होते. मूल सारखें किरकिर करून
रडत असल्यास त्याला मलावरोध झाला आहे असें समजावें.

कधीं कधीं मलावरोधानें आचके येण्याचा संभव असतो. मलाव-
रोध झाला असतां मूल परसाकडचे वेळीं कुंथतें व त्यामुळें
परसाकडचे वेळीं आंग बाहेर पडतें, किंवा कधीं कधीं अंतर्गळ
होतो. मलावरोधामुळें बालकास चांगली झोंप लागत नाही व
तें अस्वस्थ असतें.

चिकित्सा.—मलावरोध दूर करण्याकरितां जे उपाय कराव-
याचे त्यासंबंधीं पहिली महत्त्वाची गोष्ट म्हटली म्हणजे उपाय
सतत कांहीं दिवस सारखे चालू ठेवणें ही होय. नेहमीं पाहण्यांत
असें येतें कीं, आई मुलाला एक दोन दिवस मलशुद्धीशिवाय जाऊं
देते. आणि एरंडेल किंवा त्याचेसारखेंच एखादें जालीम रेचक
देते. त्यामुळें तात्पुरता परिणाम होतो, व पुनः तसाच क्रम सुरू
असतो. परंतु अशा उपायांनीं मलावरोध केव्हांही दूर व्हावयाचा
नाहीं हें पक्कें लक्षांत ठेवावें. म्हणून या विकाराची चिकित्सा
जालीम रेचक औषधें देऊन केव्हांही करूं नये. आंतड्यांच्या
स्नायूला जेणेंकरून बळकटी येईल अशा तऱ्हेच्या सौम्य रेचकाचा
उपयोग करावा. आपली आपण स्वाभाविकपणें मलोसर्गाची
क्रिया होईल अशा तऱ्हेची मुलास संवय लावावी. मलावरोध
होईपर्यंत न थांबतां अंगावर पिणाऱ्या मुलास (Fluid Magnesia)
फ्ल्युईड मॅग्नेशिया चहाचा एक चमचाभर द्यावा. वरचे दुधावर
वाढणाऱ्या मुलास प्रत्येक दूध पाजण्याचे वेळेला ५ ते २० ग्रेन
सोडियम् फॉस्फेट दुधांत घालून द्यावें; किंवा एक दोन ग्रेन गंधक
दुधांत घालून दिल्यानेंही वरील काम होतें. साधारणतः अशी सम-
जूत आहे कीं मुलास कांहीं रोग झाला असतां आईनें रोगावरचें
औषध स्वतः घेऊन मुलास मग पाजिलें असतां दुधावाटे मुलाचे
शरीरावर त्याचा परिणाम होऊन मूल बरें होतें. परंतु अशा
तऱ्हेनें औषधप्रयोग करणें अयोग्य होय. त्याचप्रमाणें गुदद्वारानें

मारक औषधें देण्याचा प्रघात आहे. तोही नेहमीं उपयोगांत आणणें इष्ट नाही. कारण आंतड्यांच्या फक्त खालील भागावरच त्याचा परिणाम होतो. शिवाय त्यांमुळें गुदाचा दाह होऊन हगवण लागण्याचा संभव असतो.

नियमित व योग्य रीतीनें मलशुद्धि होण्यास जीं कांहीं साधनें आहेत त्यांत विवक्षित रीतीनें पोट चोळणें हा एक वरील विकार दूर करण्याचा उपाय आहे. मुलाचे पोटास तेलाचा हात लावून हलक्या हातानें प्रथम पोटाच्या उजव्या बाजूकडून खालून वरती फांसळीपर्यंत यावें, नंतर आडवें पोटाच्या डाव्या बाजूकडे जाऊन तेथून खाली जांघेपर्यंत चोळावें.

सौम्य उपचारांनां दाद न देणाऱ्या प्रकारांत आंतड्यांस बळकटी येईल अशीं Cascara कॅस्कारा व Aloes अलोज् सारखीं औषधें द्यावीत. सहा महिन्याच्या मुलास तीन ते पांच थेंब टि. अॅलोज्, १० ग्रेन मॅग्नेशिया सल्फ, १ थेंब टिक्चर बेलाडोना, व १ ड्राम पेपरमिट वाटर अशा तऱ्हेचें मिश्रण सकाळ-संध्याकाळ द्यावें. विकाराच्या तीव्रतेप्रमाणें वरील औषध कमी अधिक वेळ बरेच दिवस चालू ठेवावें. मुलास मलशुद्धि होऊं लागल्यानंतर औषधाचें प्रमाण हळूहळू कमी करित जावें, व पुढें अजिबात बंद करावें. मुलाला जर पांढरा व भरभरीत असा मळ होत असेल तर त्याला १ ते २ थेंब टि. पोडोफिलीन् वरील मिक्श्वरमध्ये द्यावें. मुलाला जर खड्यासारखें परसाकडे होत असेल तर गुलकं-दांतून चिमुटभर सोनामुखीची पूड व पांच ग्रेन सल्फर मिळवून रात्री निजतांना द्यावें.

सुकी.

मूल सुकत जाणें हा कांहीं स्वतंत्र विकार नसून हें मुलास होणाऱ्या कोणत्या तरी एका विकाराचें लक्षण असतें. तेव्हां तें

कोणत्या विकाराचें लक्षण आहे हें जाणणें फार महत्वाचें आहे. अंगावर पिणाऱ्या मुलांत दुधामध्ये लोण्याचा अंश कमी असणें, किंवा आईला भरपूर दूध नसणें, वरचे दुधावर वाढणाऱ्या मुलांत बहुतेक साधारणतः सतत अजीर्णाचा विकार असणें, बाटलीचे बोंडाचें छिद्र बरोबर नसल्यास मुलास पुरेसें पोषण मिळत नाही, व त्यामुळे मूल सुकत जातें. मुलास तोंडाचा विकार असल्यास दूध पितां येत नाही. मुलाला आनुवंशिक गरमी, क्षय, किंवा छातीचे आवरणांत पू झाल्यास मूल सुकत जातें.

कांहीं मुलांमध्ये या विकाराचें कांहीं कारणच आढळत नाही.

लक्षणें.—मुलाचें वजन एकसारखें कमी होत जातें. कांहीं मुलांत असें होण्याचें कारण मुळीच समजत नाही; पण मूल मात्र सारखें झिजत जातें.

चिकित्सा.—अंगावर पिणाऱ्या मुलांत हा विकार आढळल्यास मुलास अंगावर पाजण्याचें एकंदम बंद करूं नये. कारण कधीं कधीं आईच्या दुधांत दोष नसून मुलास आनुवंशिक गरमीचा किंवा हृदयाचा विकार असतो, व त्यामुळे मूल सुकतें. आईचें दूध जरी निःसत्व किंवा अपुरें आढळलें तरी मुलाला अंगावर पाजवून एक दोन वेळ वर-दूध घालावें. म्हणजे मुलाचें वजन वाढूं लागतें. वरदुधावर वाढणाऱ्या मुलांत 'मुलांचें अन्न' या प्रकरणांत सांगितलेल्या नियमांप्रमाणें मुलाला नियमित व पचेल अशा दुधाच्या मिश्रणावर ठेविल्यास पुष्कळ मुलें सुधारतात. परंतु वरील-प्रमाणें दुधाचें मिश्रण देतांना फारच सावधगिरी ठेविली पाहिजे. कारण मुलाला बरेच दिवस उपासमार पडल्यामुळे त्याला एकदम नवीन फरक सोसणार नाही. उ. ज्या मुलाला १० औंस दुधाचें मिश्रण आहे त्याला तेवढेंच पण जास्त कसदार मिश्रण द्यावें,

व तदनंतर त्याच्या वयाला योग्य इतक्या मिश्रणावर हळू हळू आणावे. कधी कधी इतके करूनही मुलाचे वजन वाढत नाही असे दिसल्यास त्याला मग दाईचे दुधावर कांहीं दिवस ठेवण्याची तरतूद करावी. या उपायाने बऱ्याच मुलांना गुण येईल. कांहींना हेही सोसत नाही असे दिसल्यास पेण्टनाईझ केलेले दूध देऊन पाहावे, व ऊबदार कपडे घालून त्यांच्या अंगांत ऊब राखावी. अशा रीतीने त्यांना एकदोन दुधाचे दांत फुटेपर्यंत नीट संभाळून वाढवावे; कारण दांत फुटले म्हणजे अशा मुलांच्या पचनक्रियेत एकदम सुधारणा होते, व त्यांना पिष्टमय अन्नही पचविण्याचे सामर्थ्य येते; व अशा रीतीने एकदम सर्व भानगड नाहीशी होते. परंतु कधी कधी हे सर्व उपाय केले तरी गुण येत नाही. व मूल सारखे झिजत चालले आहे असे आढळल्यास अशा वेळी डाक्टरकडून मूल तपासून उपचार करवावे. या विकारांत मुलास जर ताप आला तर मूल जगत नाही.

रिकेट्स.

ज्या मुलांना आपल्या आईचे दूध मिळत नाही त्या मुलामध्ये हा विकार जास्त पाहण्यांत येतो. ज्या बायका कामावर जातात त्यांना आपल्या मुलांस वेळेवर पाजणे होत नाही, व त्यामुळे मुलाला आईचे दूध न मिळाल्यामुळे व त्याचे अर्धवट पोषण झाल्यामुळे त्यांस हा विकार होण्याचा संभव असतो. तसेच पिष्टमय (स्टार्च) व पचण्यास कठीण अशा पदार्थावर पोषण झालेल्या मुलांस हा विकार होतो. पुष्कळ दिवस अंगावर पिणाऱ्या मुलांना हा विकार होतो. वाईट व कोंदट हवेत राहिल्याने शहरांतील मुलांस हा विकार होण्याचा संभव असतो. हा विकार ५।६ महिन्यांच्या आंतील मुलांस बिलकूल होत नाही.

लक्षणें.—हा विकार शरीरांतील सर्व इंद्रियांत व हाडांत हळूहळू पसरत जातो. दुखण्याच्या सुरवातीला लक्षणें फार अपुरी असतात. अतिसार, झोपेंत वेचैनपणां, व रात्री मूल अंगावर पांघरूण टिकूं देत नाहीं. गळा, मान, छाती व डोकें यांना पुष्कळ घाम येतो. मुलास हात लावल्यास तें कारणाशिवाय रडतें. पायाचे व हाताचे स्नायु शिथिल होतात, व मूल फोपसें दिसतें. बरगड्यांवर मण्यासारख्या गांठी उत्पन्न होतात. मणगट, गुडघे व घोटे मोठे होतात. मुलाची टाळू भरत नाहीं. आणि डोकें मोठें दिसतें, व हाडांना शरीराचा भार सावरतां न आल्यामुळें हाडें वाकतात, व त्यांची टोकें मोठीं होतात. मुलाचे पाठीस वाक येतो. मुलाला उशीरां दांत येतात, स्नायूंची शक्ति कमी होते. त्याला चांगलें चालतां येत नाहीं. मुलास बुद्धिमांद्य येतें. मुलाचें सर्व अंग दुखतें. पोटां मोठें दिसतें. मुलाचें अंग इतकें नाजूक होतें कीं अंगास हात लावला कीं तें मोठ्यानें रडूं लागतें. मूल विछान्यावर इकडून तिकडे डोकें हलवितें किंवा डोकें अंधरुणावर आघटतें. मुलाची प्लीहा वाढते व मुलास पांडुरोग होतो. मुलास लघवी जास्त होते, व लघवी केलेल्या जागेवर पांढरे डाग पडतात. विकार जास्त झाल्यास आंकडी येऊन मूल मरतें.

औषधोपचार.—हा रोग मुलांस होण्याचीं कारणें ध्यानांत आणिलीं असतां असें लक्षांत येईल कीं, मुलाच्या खाण्यापिण्याचा नीट बंदोबस्त केल्यास मुलाचे प्रकृतींत सुधारणा होऊं लागते. परंतु खाण्यापिण्यांत सुधारणा करण्यापूर्वीं मुलास पचनेंद्रियाचा एखादा विकार (उ. अतिसार, भूक न लागणें वगैरे) असल्यास प्रथमतो सुधारून नंतर मग त्याच्या खाण्यांत फरक करावा. खाण्यांतला पिष्टमय पदार्थ कमी करून दुधाच्या मिश्रणांतील लोण्याचा व

प्रोटीडचा अंश वाढवून दूध जास्त कसदार करावें. दुधाचें प्रमाण वाढवून त्याबरोबर कॉडलिंहर द्यावें. परंतु जर क्रीम पुष्कळ मिळत असेल तर मग कॉडलिंहर देण्याचें कारण नाही. दीड वर्षांचे मुलास १० औंस दूध मिळत असेल तर त्याला २ पाईट देऊं लागावें. अंड्यांतील पिवळा भाग मुलास दुधांत मिसळून द्यावा. कारण त्यांत लोण्याचा अंश, प्रोटीड, फास्फरस वगैरे पदार्थ असल्यानें सुरवातीपासूनच हें देऊं लागावें. अगदीं लहान मुलास त्याचे योगानें उलटी होईल; परंतु बहुतेकांना हें चांगलें मानवतें. ज्यांना मांस चालतें त्यांना कच्चे मांसाचें पाणी द्यावें. या विकारांत कॉडलिंहरशिवाय कोणत्याही औषधाचा उपयोग होत नाही. खाण्यापिण्याकडे लक्ष देणें व मुलांचा स्वच्छपणा ठेवतां येईल तितका ठेवणें, हेच या रोगाला मुख्य उपाय आहेत. मुलाला सूर्यप्रकाशाचा अभाव हें एक हा रोग होण्याचें कारण असतें. तेव्हां मुलाला सकाळ-संध्याकाळ बाहेर फिरावयास ज्यावें. अशा रीतीची व्यवस्था ठेवल्यास विकार कमी होत जाऊन मुलांत सुधारणा होऊं लागते, वाकलेलीं हाडे सरळ होऊं लागतात, व मुलास चालतां येऊं लागून सर्व बाजूनें मूल सुधरून वरें होतें. ५।६ वर्षांचे मुलांत हाडे वाकलेलीं असल्यास शस्त्रवैद्याकडून ऑपरेशनचे योगानें तीं बरीच सुधारणा होऊं शकते. पंडुरोग झाल्यास लोह, क्विनार्डिन, अर्सेनिक् वगैरेसारखीं औषधें डाक्टरचे सल्ल्यानें द्यावीत.

श्वासमार्गांचे रोग.

पडसें.

लहान मुलांस सर्दी बाधल्यानें वरचेवर पडसें येतें. अंगावर धीत असलेल्या मुलांस हा विकार झाला असतां त्याचें नाक अगदीं

गच्च होतें व मुलांस त्यामुळें श्वासोच्छ्वास नीट करितां न आल्यानें तीं फार अस्वस्थ होतात. मुतानें भिजलेल्या चड्ड्या लगेच काढून टाकाव्यात किंवा अंगांतले कपडे भिजले तर तेही लवकर बदलून दुसरे घालीत जावें. वाऱ्यावर मुलास नेऊं नये. म्हणजे एकदोन दिवसांत फारसा औषधोपचार करावा न लागतां मूल बरें होतें.

उपाय.—अगदीं लहान मुलास इपिक्याकच्या होमिओपॅथिक् गोळ्या २ प्रमाणें दिवसांतून ३ वेळां घाव्यात, म्हणजे पडसें बरें होतें.

लॅरिंजीसमस् स्टिंड्यूलस्.

हा विकार रिकेटी मुलास होतो, किंवा ज्या मुलाचे मज्जातंतु अशक्त असतात अशा मुलांना विशेषेकरून दांत येण्याचे वेळीं होतो.

लक्षणें.—या विकाराची उबळ येऊं लागली कीं मूल मान मागें टाकतें, चेहरा फिकट होतो, व मूल गुदमरल्यानें अगदीं हालचाल करीत नाही. थोडा वेळ गेल्यानंतर उच्छ्वास सोडतें, व पुन्हां आंत श्वास घेतेवेळीं एक प्रकारचा आवाज होतो. केव्हां केव्हां अशा मुलांत आंकडीचा विकार आढळतो. मुलाची प्रकृति साधारण बरी असते; परंतु खोकल्याची उबळ आली कीं मुलाला कांहीं वेळ उच्छ्वास सोडतां येत नाही, व लगेच माकड खोकल्यासारखा श्वास आंत घेतांना आवाज होतो. उबळ येऊन गेल्यावर मूल रडूं लागतें व कांहीं वेळानें शांत होतें.

उपचार.—रिकेटी किंवा ज्या मुलांस आंकडी येते अशा मुलांना हा विकार होत असल्यामुळें याचे उपचार फार काळजी-पूर्वक करावेत. आंकडी येण्याचा संभव असल्यास मुलास कॅलो-

मेल, जॅलपसारखें एखादें औषध देऊन कोष्ठशुद्धि स्वच्छ करावी. नंतर पोटॅश किंवा सोडियम् ब्रोमाइडसारखें शामक औषध घावें, गळ्याला शेक करावा, पिण्यास ऊन पाणी घावें, व त्याची सर्वसाधारण प्रकृति सुधारेल असे उपाय करावेत.

खांकल (Bronchitis).

मुलें लहानपणीं वरचेवर खोकल्यानें आजारी पडतात. याचें कारण त्यांना सर्दी लवकर बाधते; व त्यामध्ये त्यांची हेळसांड झाल्यास त्यांना एकदम न्युमोनिया होण्याची भीति असते. कित्येक मुलांना दांत येतांना हा विकार होतो. कधीं कधीं जंतांमुळें मुलांना खोकला उत्पन्न होतो, व जंत नाहींसे झाले म्हणजे तो नाहींसा होतो. अशीं मुलें बहुतेक कमजोर मज्जातंतु असलेल्या आईबापांपासून झालेलीं असतात. गोंवर, माकड-खोकला, टायफाईड, या रोगांमध्ये मुलांना हा विकार होतो.

लक्षणें.-विकाराची सुरवात एकदम होते. मुलास एकदम १०२ ते १०३ ताप येतो. नाकपुड्या उडंतात आणि घाम येतो. सुरवातीला कोरडा खोकला असतो; नंतर तो ओला होतो. मूल बेचैन होतें. कफ पडत नाहीं. हा विकार ७।८ दिवसांनीं बरा होतो.

औषधोपचार.-सुरवातीला ताप येतो. मुलास हाफ लागते. अशा वेळीं मुलाला मच्छरदाणीत निजवावें व खोकल्याकरतां किटली मिळते त्यामध्ये क्रियासोट घालून त्याची वाफ मच्छर-दाणीत सोडावी. या वाफेचा मुलास जितका उपयोग होतो तितका दुसऱ्या कोणच्याही औषधाचा होत नाहीं. ज्यांना अशी व्यवस्था ठेवतां येत नसेल त्यांनीं व्हायनम् इपिकॅक्, पोटॅश-

सायट्स्सारखीं कफन्न औषधें डाक्टरच्या सल्ल्यानें पोटांत घावीं. अळशीच्या पोटिसानें शेकावें. मुलास गरम पाणी मुबलक पिण्यास घावें. कारण त्याचे योगानें कफ पातळ होतो. जेव्हां छातींत कफ जमलेला असतो तेव्हां उलटीचें औषध पोटांत घावें. उलटीचें औषध देतांना खालील एकदोन महत्त्वाच्या मुद्द्यांकडे लक्ष दिलें पाहिजे. कफाचे योगानें मुलाचा चेहरा निळा झाला असेल तर उलटीचें औषध देऊं नये. कारण शरीरातील मज्जातंतु कमी अधिक प्रमाणानें बधिर झालेले असतात, म्हणून उलटीसारखीं औषधें दिलीं असतां त्याचा परिणाम न होऊन उलट जास्त अपाय होतो. तसेंच मूल अतिशय अशक्त झालें असतां वांतिकारक औषधें देऊं नयेत.

दमा.

हा विकार मुलांमध्ये जास्त प्रमाणांत पाहण्यांत येतो. कित्येक मुलांमध्ये खाण्यापिण्यांत थोडासा बदल झाला कीं त्यांना हा विकार होतो. अशा स्थितींत एखादें परसाकडचें औषध दिलें कीं दमा बरा होतो. हा विकार आनुवंशिक असतो. कित्येकांना सर्दी झाली कीं ताबडतोब दमा होतो. हा विकार बरेच दिवस राहिल्यास अॅम्फीझीमा नांवाचा विकार होतो. त्याचे योगानें मुलाचा जीव ज्यास्त धोक्यांत पडतो. हा विकार पूर्णपणें केव्हांही बरा होत नाही; व याच्या उबळी वरचेवर आल्यानें मुलाची वाढ खुंटण्याचा संभव असतो.

औषधोपचार.—दम्याची उबळ आली असतां श्वासकुठार एक ग्रॅन अर्धा तोळा मात्रांत घालून वरचेवर मुलाकडून बोटांनें चाटवावें, म्हणजे उबळ कमी पडते. शिंवाय टिंक्चर लोबेलिया,

बेलाडोना, वगैरे औषधें देतात. परंतु डाक्टरच्या सल्ल्याशिवाय कोणतेंही औषध वापरूं नये.

मुलाला सर्दी होऊं नये म्हणून पायांत पायमोजे घालावेत. मुलाचे अंगांत गरम कपडे असावेत. मुलास गरम पाण्यानें न्हाऊं घालून कोरडें करावें, व नंतर त्याची छाती थंड पाण्यानें स्पंज केली असतां मुलास वरचेवर सर्दी होण्याचा संभव कमी असतो.

मुलांस त्याचे प्रकृतीस मानवेल अशा हवेंत घेऊन जावें व उघड्या हवेंत मनमुराद सकाळ-संध्याकाळ खेळूं घावें, म्हणजे मुलास काटकपणा येऊन हा विकार कमी होण्याचा संभव असतो.

पोटांतलें होणें अथवा खोकला.

या विकारांत श्वासनलिकेच्या आंतील श्लेष्मल त्वचेचा दाह होतो. यास वेळेवर उपचार केला नाही तर सूज फुफ्फुसापर्यंत पसरत जाऊन न्युमोनिआ (फुफ्फुसदाह) होतो. आपल्याकडील स्त्रिया या विकारास 'पोटांतलें झालें' असें म्हणतात. फुफ्फुसांत सुजेचा प्रादुर्भाव जास्त झाला म्हणजे मुलाचें पोट सारखें उडत असतें; व त्यावरूनच या विकारास पोटांतलें झालें असें म्हणण्याचा प्रघात पडला असावा.

लक्षणें.—आरंभीं साधें पडसें होतें. पुढें तें वाढून थोडासा ज्वर येतो. श्वास जलद चालतो; नाडीची गति वाढते, व कोरडा खोकला येतो. नाकपुड्या एकसारख्या उडूं लागतात. ढांस एकसारखी लागते. पण बडका वगैरे कांहीं पडत नाही. एक दोन दिवस झाले म्हणजे कफ हळू हळू सुटूं लागतो. त्यामुळें घशांत घुरघुर आवाज होतो. मुलांस थुंकतां येत नसल्यानें तीं तो कफ गिळतात. मोठ्या श्वासनलिकेंत जोपर्यंत सूज असते तोपर्यंत

मुलास फारसा त्रास होत नाही. पण ही सूज ज्या वेळीं सूक्ष्म नलिकेपर्यंत पसरते त्या वेळीं विकाराचा जोर जास्त होऊन मुलास श्वास बरोबर घेतां येत नाही. त्यास गुंगी व झांपड जास्त असते. मधून मधून कफ उलटीवाटे पडल्यास थोडेंसें हलकें वाटतें. पण विकाराचा जोर पुनः जास्त होतो, व त्याला जर औषधानें आवरलें नाही तर श्वासोच्छ्वास घेण्यास फार त्रास पडतो, व गुदमरून किंवा हृदयाची क्रिया बंद पडून मुलास मृत्यु येतो. श्वास घेण्यास अडचण पडत असल्यानें मूल स्तनपान करीत नाही. त्यास शांत झोंप लागत नाही. त्याला तहान लागते. मूल घाईघाईनें स्तनाची बोंडी धरतें व चावून लगेच सोडतें व रडूं लागतें. ज्या वेळीं कफ बाहेर न पडतां छातींतच सांठून राहतो त्या वेळीं मूल तळमळतें, चेहरा घाब- रल्यासारखा होऊन निळसर होतो, व पोटांतील कफ वांतीनें किंवा अन्य मार्गानें पडल्याशिवाय मुलास आराम पडत नाही. विकार साधारण असल्यास मूल ८।१० दिवसांत बरें होतें. पण विकार विकोपास गेल्यास तो बरा होण्यास दोन तीन आठवडे लागतात.

उपचार.—या विकारांत मुलाची काळजीपूर्वक शुश्रूषा करणें अत्यंत महत्त्वाचें आहे. मुलाला स्वच्छ, उत्तमप्रकाशित व मुबलक हवेशीर जागेंत ठेवावें. वाऱ्याचा झोत एकदम मुलाचे अंगावर न येईल अशी व्यवस्था करावी. आपल्याकडे मुलास वारा लागेल या भीतीनें खोलीच्या सर्व खिडक्या बंद करून घेण्याची चाल आहे. ही चाल फार घाणेरडी व प्राणनाशक आहे. खोलीत कोणच्याही तऱ्हेची गडबड किंवा मूल घाबरेल असें कांहीं होऊं देऊं नये. मुलाचे अंगावर हलके व उबदार कपडे असावेत, व ते जरूरीप्रमाणें वरचेवर बदलावेत. दुधांत पाणी किंवा बार्ली- वॉटर मिसळून घावें. तहान लागली असतां मुबलक तापवून-

गार केलेलें पाणी घावें. आपल्यांत मुलास पाणी पाजलें असतां वायु होईल या भीतीनें पाणी देत नाहींत. पूण ही समजूत निराधार व चुकीची आहे. ज्वर फार असेल तर डोक्यावर कोलन-वाटरची किंवा बर्फाची पिशवी ठेवावी, व छातीला जवसाचे पोटिसानें शेक करावा. शेकते वेळीं छातीस वारा न लागेल अशी खबरदारी घ्यावी. छाती शेकून झाल्यावर छातीस गरम कपडा बांधावा. शेकानें जर मुलास त्रास होत असेल तर अँटिफॉजेस्टीन् ऊन करून तें लिटवर पसरून मुलाचे छातीवर लावावें.

हा विकार फार भयंकर असल्यानें घरीं औषधोपचार करण्याच्या भानगडींत पडूं नये. चांगल्या डाक्टरकडून औषधोपचार करावा.

हा विकार सुरू होण्याचे अगोदर कांहीं दिवस मूल झोपेंत खोकं लागतें. अशा स्थितींत फास्फरस् २०० पोटेंसचे अर्काचा १ थेंब व पाणी एक औंस असें मिश्रण करून त्याला विकाराच्या तीव्रतेप्रमाणें तासानें किंवा दोन तासानें एक ड्राम औषध घावें. म्हणजे हा विकार पुढें न वाढतां बरा होतो, असा अनुभव आहे.

देवी.

व्याख्या.—हा एक प्रकारचा विशिष्ट जातीचा स्पर्शजन्य ज्वर असतो. यांत सर्वांगावर फोड उठतात, व याची सांथ फैलावते. हा ज्वर सर्व वयांत येतो. तरी याचा जोर विशेषतः लहानपणीं अधिक असतो. गर्भातील मुलांनाही हा होतो. हा ज्वर येण्यास रोग्याच्या अंगावरील खपळी, त्याच्या भोंवतालची दूषित हवा, त्यानें वापरलेले कपडे वापरणें, त्याच्या फोडांतील लस अंगास लागणें, वगैरे पुष्कळ कारणें आहेत. त्यांपैकीं रोगी किंवा रोग्याच्यासंबंधाचे पदार्थ यांचा स्पर्श हें एक मुख्य कारण आहे.

चिन्हें.—या ज्वराचा विषार शरीरांत शिरल्यावर त्याला उबण्यास दहा बारा दिवस लागतात. तोपर्यंत रोग्याला कांहीं न होतां तो चांगला हिंडत फिरत असतो. ज्वर सुरू होतो तो मात्र एका-एकीं आणि थंडी वाजून असा येतो. डोकें अतिशय दुखूं लागून पाठींत, कमरेंत फारच दुखतें. हें अखेरचें चिन्ह फार महत्त्वाचें आहे. कारण हें या ज्वरांत नेहमीं पाहण्यांत येतें. शरीराचो उष्णता वाढून ती १०२°-१०३° किंवा १०४° डिग्रीपर्यंत जाते. याच्याच बरोबर भूक नसणें, तृष्णा, जिभेवर थर जमणें, व बद्धकोष्ठ होणें, वगैरे चिन्हें दिसूं लागतात. ज्वर सुरू झाल्यापासून तिसऱ्या दिवशीं अंगावर उगवण उठूं लागतात. परंतु कधीं कधीं उगवण उठण्याचे भगोदर वेगळ्या प्रकारचे पुरळही उठतात.

देवी उतरणें.—ज्वराच्या तिसऱ्या दिवशीं एक प्रकारचे बारीक तांबूस ठिपके दिसूं लागतात. हे प्रथम चेहरा, कपाळ व डोकें यांवर उठूं लागून, नंतर छाती, पोट, हात आणि नंतर पाय यांवर अनुक्रमानें फैलावतात. या तांबूस ठिपक्यांच्या भोंवतालच्या जागेंत दाह सुरू होतो, व त्याच्या खालची जागा घट्ट होऊन हाताला 'गोटां'प्रमाणें लागते. नंतर ज्वराच्या सहाव्या दिवशीं या तांबूस ठिपक्यांच्या मध्यभागीं पुळी उठते. ही पुळी प्रथम अगदीं स्वच्छ असून तिच्यांत रंगरहित पाणी जमतें. नंतर या पुळींतील पाणी वाढत जाऊन तिच्या मध्यभागावर खळगी पडते. या रीतीनें खळगी पडण्यास 'नाभी येणें (अम्बिलिकेशन,)' म्हणतात, व ही खळगी पडावयाच्या वेळींच पुळी ताठरून तिच्यांतिल पाणी थोडेंसें गढूळ दिसूं लागतें, व रोगाच्या आठव्या दिवशीं पुळीचा फोड होऊन त्यांत रंगू होतो. हें होत असते वेळीं पुळीच्या बाजूवरील भागांत दाह

होऊन तो तांबडा दिसू लागतो, व फोडाच्या बाजूवर तांबडें खळें दिसू लागतें. अशा वेळीं फोड अगदीं चिकटून निघाले असल्यास फोड असलेल्या शरीराचा सर्व भाग सुजून कठीण होतो, व त्यामुळें रोग्याला फारच दुःख होतें; फोडांत पू तीन दिवस राहून नंतर फोड वाळण्यास सुरवात होते, व जसजसा फोड वाळत जातो तसतशी त्यावर खपली धरते. नंतर पुढें सात दिवसांनीं खपली सुटून पडते, व तिच्या जागीं काळसर तांबूस वण दिसू लागतो. हा अखेरचा प्रकार रोगाच्या एकविसाव्या दिवशीं होतो, व मग दोन तीन आठवड्यांनंतर तांबड्या चट्ट्याच्या ठिकाणीं पांढरा खळगीचा वण राहतो. पांढरा वण झाला म्हणजे रोग्याच्या शरीरांतील स्पर्शजन्यत्व थांबतें. मुख्य प्रकार तीनः (१) साध्या देवी येणें, (२) दाट देवी येणें, (३) रक्तमय देवी येणें.

१ साध्या देवी येणें.—यांत वर सांगितलेलीं सर्व चिन्हे होतात. देवी उठू लागतांच, म्हणजे ज्वराच्या तिसऱ्या दिवशीं, शरीराची वाढलेली उष्णता कमी होते आणि डोकें कंबर वगैरें दुखणें बंद पडतें. नंतर रोगाच्या आठव्या दिवशीं फोडांत पू होण्याच्या वेळीं पुनः उष्णता अधिक वाढते. ती १०३ डिग्रीपर्यंत जाते, व नाडीचे ठोके दर मिनिटाला १००-१२० पडतात, शोप येत नाही, थोडीशी बडबड सुरू होते. हा प्रकार सात आठ दिवस राहून खपली धरतेवेळीं सर्व चिन्हांचा उपशम होतो. या वेळीं कांहीं रोग्यांचे केंस व नखें गळून पडतात.

२ दाट देवी येणें.—यांत रोगाच्या दुसऱ्याच दिवशीं पुरळ उठतो व ज्वरांतील उष्णता एकदम १०४ डिग्री होऊन देवी उठल्यावर वरीलप्रमाणें उष्णता कमी न होतां सारखी वाढलेलीच राहते. फोड अतिशय असून एकमेकांना चिकटलेले असतात.

ध्वनीन्द्रिय, नाक, तोंड, घसा यांतही फोड उठून फार त्रास होतो. रोगाच्या आठव्या दिवशी तापांत शरीराची उष्णता अधिकच वाढते, व रोगाचे दुष्ट परिणाम अधिक होऊन मृत्युसंख्या यांत अधिक अराते.

३ रक्तमय देवी.—यांत पुरळ उठल्यावर लागलीच त्यांत रक्तस्राव होतो. किंवा ज्वर सुरू होतांच ४८ तासांच्या आंत त्वचेखाली रक्तस्राव होतो, प्रथम देवी उठून त्यांत रक्त स्रवतें, किंवा फोडांत पू झाल्यावर त्यांत रक्त स्रवतें; व तोंड, कान, घसा, फुफ्फुस वगैरे इंद्रियांतील अंतर्त्वचेत रक्तस्राव होऊन रोगी बहुधा दगावतो.

यांत ज्वलित धांवरें, डोळे दुखरे होणें, डोळे अजिबात जाणें, कान फुटणें, फुफ्फुस-दाह, फ्ल्युरिसि, ब्रांकाइटिस, पाय जाणें, हात जाणें, डोळ्यांत फूल पडणें, वगैरे अनेक उपद्रव होतात.

उपचार.—रोग्याला अगदीं वेगळें ठेवून त्याचा कोणाला संपर्क न होईल अशी व्यवस्था ठेवावी. त्यामुळें रोग्याला कमी त्रास होतो, व इतर माणसांना रोग जडण्याचा संभव कमी होतो. त्याला विछान्यांत निजवून उठूं देऊं नये. तहान फार लागते, म्हणून त्याला थंड पेयें पिण्यास द्यावीं. लेमोनेड, थंडपाणी, सरबत वगैरे. परंतु हेंच पाणी एकदम न देतां घोट घोट द्यावें. असें केलें असतां तहान भागून उष्णतेचा जोर कमी भासतो. शरीराची उष्णता फार वाढल्यास कोल्ड स्पंजिंग, वेट पॅक, टेपिड बाथ, वगैरे उपचारही उष्णता कमी न झाल्यास करावे लागतात. रोग्याचें शरीर व सभोंवतालचे सर्व जिनस स्वच्छ ठेवण्याची खबरदारी ठेवावी, व त्याला हलके कपडे पांघरूं घालावे.

डोळे स्वच्छ ठेवण्याकरितां तें बोरिक लोशननें धुवून त्यांत झिंक-लोशन टाकावें व त्याचप्रमाणें तोंडावर मलमल किंवा जाळीदार

कापडाचा बुरखा घ्यावा. असें केलें असतां देवी उठलेल्या ठिकाणीं खळगी न पडून तोंडावर चट्टे पडत नाहींत. सूर्यप्रकाशापासून रोग्याचा बचाव करावा. परंतु त्याला अंधारांत ठेवूं नये, व एवढ्यासाठीं खोली तयार करून तिच्या खिडक्यांना तांबड्या कांचा लावाव्या, व खोलींत हवा विषरहित होऊं शकेल असें करावें. खपल्या धरूं लागल्यावर त्याच्याभोंवतीं खाज सुटते, म्हेंजून त्यांना व्हेंसलीन लावावें, किंवा त्यांवर कापूर घातलेलें तेल सोडावें. असें केल्यानें दुसरा एक फायदा आहे, तो असा कीं, खाजवून खपल्या निघून वाऱ्यांत वाटेल तिकडे उडून त्यामुळे रोग फैलावणें कमी होतें. ज्वराचा जोर अधिक होऊन रोग्यास ग्लानि आल्यास त्यास स्टिम्युलंट्स द्यावीत. असें केलें असतां काळजाचा जोर वाढून ताप अजिबात नाहींसा झाल्यावर व रोग्यास हुषारी वाटूं लागतांच त्याला उठूं बसूं द्यावें, व दररोज स्वच्छ आंघोळ घालावी. अशा रीतीनें त्याच्या अंगावरील खपल्या निघून सर्वांग मऊ होईपर्यंत रोग्याला दुसऱ्या लोकांत मिसळूं देऊं नये.

गोंवर.

हा एक प्रकारचा स्पर्शजन्य रोग आहे. यांत अंगावर तांबूस ठिपके निघतात व श्वासेंद्रियाच्या त्वचेचा दाह होतो.

अतिशय लहान मुलांना हा रोग क्वचित् जडतो. मोठेपणीं अगर म्हातारपणीं हा रोग न होतां मुलांतच याचा प्रादुर्भाव दिसतो. हा रोग बहुधा सांथीत येतो. अतिशय मोठ्या गांवांत तर तो वर्षभर कायम राहून एका भागावरून दुसऱ्या भागावर पसरतो. वर सांगितल्याप्रमाणें हा रोग स्पर्शजन्य असल्यामुळे याची फैलावण्याची कारणें पुष्कळशी आहेत. त्यांतून विशेषतः

रोग्याचा स्पर्श होणें, किंवा त्याच्या अंगावरील कपडे, त्याच्या खोलींतील हवा, किंवा अंगांतील लस वगैरे वस्तूंचा संसर्ग झाल्यास गोंवरें दुसऱ्याला येतें. या रोगाचा विषार अंगांत भिनण्यास दहा दिवस लागतात.

पहिल्या दिवशीं शरीराची उष्णता १०२° जवळ जाऊन सर्दी झाल्याची चिन्हे दिसूं लागतात. नंतर अग्निमांद्य होऊन मुलाला ग्लानि येऊन त्याला अगदीं बरें वाटेनासें होतें. याबरोबरच कधीं कधीं ओकारी येणें, थंडी वाजणें, डोळ्यांस पाणी येणें, नाक गळूं लागणें, व थोडासा खोकला येणें, वगैरे व्याधि सुरू होतात. तथापि पहिल्या दिवसानंतर शरीराची वाढलेली उष्णता कमी होऊन तिचा प्रादुर्भाव गोंवर अंगावर उठेपर्यंत पुनः होत नाही. वरील सर्व लक्षणें सुरू झाल्यापासून चवथ्या दिवशीं मुलाच्या शरीरावर गोंवर दिसूं लागतो. प्रथमतः गोंवर मोठ्याशा पुरळाप्रमाणें असून त्याचा रंग काळसर तांबूस असतो. हे पुरळ एकत्र असे अंगावर वेगवेगळ्या ठिकाणी उठतात. पुरळ उठल्यावर ३६ तासांच्या अवधींतच ते बहुधा बसून मावळूं लागतात. पुरळ मावळल्यावर त्या जागीं तपकिरी रंगाचे डाग राहतात. या डागांतून बारिक बारिक त्वचेचे पापुद्रे पुढें चार सहा दिवसांत निघूं लागतात. पुरळ अंगावर उठतांच शरीराची उष्णता वाढून ती १०२° डिग्री किंवा थोडीशी अधिक होतें, व तीन चार दिवस तशीच राहते. मग पुरळ मावळून त्यांतून बारीक पापुद्रे निघूं लागले म्हणजे ज्वराचा जोर कमी होऊन उष्णता ९८°-९९° पर्यंत येते. यावेळीं तोंडांत गालाच्या आंतल्या बाजूस व ताळूवर पिवळसर पांढुरके वण दिसूं लागतात. यांस कँडलिकस स्पॉट्स असें म्हणतात, व हे या रोगांतील

एक मुख्य चिन्ह समजलें जातें. ध्वनीद्रिय, दाह, खोकला (ब्रँकायटिस्), कर्णदाह, ढाळ होणें, वगैरे उपद्रव या ज्वरांत होण्याचा संभव असतो. गोंवर देवीप्रमाणें घातुक नाहीं, परंतु त्यांत ब्रँको-न्युमोनिया (पोटांतील उडणें) हा विकार झाल्यास पुष्कळ मुलें दगावतात.

गोंवर सर्वांगांवर येऊन बाहेर पडला तर सहसा मूल दगावत नाहीं. परंतु गोंवर मावळण्याच्या वेळीं फुफ्फुसांचा दाह होऊन कफ होतो. यास इंग्रजी वैद्यकांत ब्रँकोनिमोनिया म्हणतात. त्यामुळे बरीच मुलें निष्काळजीपणानें दगावतात. आईबापांची समजूत अशी असते कीं, गोंवरांत थोडा कफ झाल्यामुळे खोकला होणारच, त्यास औषध देण्याची जरूर नाहीं. या अडाणी समजूतीमुळे पुष्कळ मुलें दगावतात. निमोनियाचा खोकला फार दिवस मुलांस त्रास देतो, व कित्येक वेळां फार दिवस राहिल्यानें मूल अशक्त होतें, व त्याचें रूपांतर क्षयांत होण्याचें भय असतें. तरी निमोनियाची परीक्षा करवून योग्य वेळ उपाय करणें अवश्य आहे.

हा पुरळ व देवीचा पुरळ यांतील भेद.—गोंवराच्या पुरळा-वरून हात फिरविल्यास तो मखमलीसारखा हातास मऊ लागतो, व देवीचा पुरळ हातास घट्ट गोळीप्रमाणें लागतो.

गोंवराच्या पुरळांत पू होत नाहीं; देवीच्या पुरळांत पू होतो. देवीचा पुरळ तिसऱ्या दिवशीं उठतो. गोंवर चवथ्या दिवशीं अंगावर दिसतो.

उपचार.—गोंवर आलेल्या मुलांना अगदीं निराळ्या खोलींत एकटें ठेवून इतर मुलांना त्या खोलींत जाऊं देऊं नये. खोली साधारण उष्ण असून तिच्यांत खूप वारा खेळत असावा. परंतु तो

सोसाट्याचा नसला पाहिजे. खोकला प्रथमपासून असतो म्हणून त्यावर स्क्विब्लस, एपिक्याक् टिकचर कॅफर को. वगैरे औषधे द्यावीत. फारच जोराचा खोकला असल्यास बोरॅक्स व ग्लिसरीनचें मिश्रण घशाला लावावे. शरीराची उष्णता फारच वाढल्यास कोल्ड स्पंजिंग, बेट पॅक, वगैरे उपचार करावेत. याशिवाय जसजसे इतर उपद्रव होतील, त्याप्रमाणें निरनिराळीं औषधे द्यावीत. ज्वराचा जोर कमी होऊन शरीराची उष्णता मूळ स्थितीवर आल्यानंतर तीनचरि दिवसांनी त्याला हिंडूं फिरूं द्यावे. परंतु ज्वर आल्यापासून पूर्णपणें एक महिना पावेतो त्याला इतर मुलांत मिसळूं देऊं नये.

कांजण्या.

हा ज्वर स्पर्शजन्य असून यांत पुरळ उठतात. हा बहुधा मुलांना होतो. रोग्याचे कपडे व त्याच्या भोंवतालची हवा यांच्या योगानें हा फैलावतो, मोठ्या माणसांत हा रोग क्वचित् उद्भवतो. यांत ज्वराचा विषार अंगांत भिनण्यास पंधरा सोळा दिवस लागतात. या रोगांत प्रथमतः शरीराची उष्णता वाढते, आणि नंतर २४ तासांत म्हणजे ज्वराच्या दिवशीं अंगावर बारीक मोत्यासारखे दाणे उठतात. हे पुरळ प्रथमारंभो छातीवर दिसूं लागून मग चेहरा, पोटा, हात, पाय, वगैरे ठिकाणीं उद्भवतात.

वर सांगितलेले दाणे प्रथमतः स्वच्छ असून त्यांवर गुलाबी रंगाची छटा दिसते. नंतर त्यांचा रंग पांढुरका होतो. याचें कारण असें आहे कीं दाण्याच्या आंत जमलेलें जल गढूळ होतें. हे झाल्या-नंतर दाणे बसूं लागतात, व मग ते वाळून त्यांच्या जागीं उदी रंगाची खपली जमते. ही खपली कांहीं दिवसांनीं आपोआप गळून पडते व तिच्या जागीं एक प्रकारचा वण दिसूं लागतो. अशा प्रकारचे वण फार दिवस न टिकतां लवकर मावळतात.

शरीराची उष्णता १०२° पर्यंत वाढून ती दोन तीन दिवस कायम राहते, व ती दाणे बसल्यानंतर पूर्व स्थितीवर येते. कधीं कधीं मानेंतल्या लिफॅटिक पिंडाचा दाह होऊन मानेंत गांठी दिसू लागतात. या रोगांत मुलें क्वचित् दगावतात.

कांजण्या व देवी यांतोळ भेद.

कांजण्याचा पुरळ दुसरे दिवशीं उठतो, तो २४ तासांत पाण्याने भरतो व ताप तिसऱ्या दिवशीं नाहीसा होतो. या लक्षणांवरून तो देवीपासून ओळखतां येतो.

उपचार.—इतर स्पर्शजन्य रोगांप्रमाणें या रोगांतील मुलाला इतरांपासून अगदीं अलग ठेवावें. हलकें अन्न खाण्यास देऊन कोठा साफ राहिल असें करावें. इतर औषधें देण्याची गरज लागत नाही. मुलाला निजवूनच ठोवले पाहिजे असें नाही. तथापि त्याच्या अंगावरील खपल्या पडून जाईपावेतो त्याला इतरांत मिसळूं देऊं नये.

डांग्या खोकला.

हा स्पर्शजन्य रोग बहुतकरून लहान मुलांनाच होतो. एकदां येऊन लहानपणीं गेल्यास या रोगाची पुनस्रवृत्ति होत नाही. या रोगाची बहुधा सांथ येते, व त्याचा फैलाव होण्यास रोग्याचे कपडे किंवा त्याची धुंकी वगैरे कारण होतात. हा रोग एक ते नऊ वर्षांच्या वयांत व मुलांपेक्षां मुलींत अधिक होतो.

याचा विषार शरीरांत भिनण्यास दहा बारा दिवस लागतात. प्रथमतः श्वासनलिकेचा दाह होऊन खोकला सुरू होतो, व घसा खवखवतो. थोडथोडे नाकही वाहांत असतें. या स्थितींत रोग्याला नुसती सर्दी झाली असेल, असें साहजिक वाटतें. ही स्थिति सात आठ दिवस राहते. नंतर रोग्याला एक प्रकारचा चमत्कारिक

खोकला येतो. यांत प्रारंभीं एक दीर्घ श्वास आंत ओढला जाऊन नंतर उच्छ्वास बराच वेळ होतो. कित्येक वेळां मूल खेळत असतां खेळतां खेळतां त्याला चमत्कारिक वाटूं लागून तें आपल्या आई-कडे धांवून तिला घट्ट धरितें. नंतर एक लहानसा उच्छ्वास होतो. त्यानंतर एकामागून एक ठसके लागून अखेरीस एक दीर्घश्वास आंत ओढला जातो, व हा आंत ओढीत असतां एक चमत्कारिक आवाज निघतो. त्यास 'हूप' असें म्हणतात. यानंतर पुनः-एका मागून एक दहा बारा ठसके निघतात. मग खोकल्याबरोबर बारिकसा बडका पडून मुलाला बरें वाटतें. या स्थितींत खोकल्याचे ठसके आठ सेकंदांत दहा बारा होतात. ठसके लागून खोकल्याचे उमाळे येऊं लागले म्हणजे चेहरा काळवंडतो; डोळे वटारल्या-प्रमाणें दिसूं लागतात; मानेंतल्या शिरा फुगून ताठ होतात; जीभ लोंबूं लागून लाळ गळते. या वेळीं मुलाला कांहींच सुचत नाही, त्यामुळे तें अगदीं दीन होऊन जें हाताला लागेल त्याचा आश्रय धरूं लागतें. कांहीं जिन्नस हातीं लागल्यास तो तोंडाकडे नेऊं लागतें. अशा वेळीं थोडासा श्वास जरी आंत ओढला गेला तरी त्याला ताःपुरतें बरें वाटतें. हे ठसके दिवसांतून तीस पसतीस वेळां जास्तोत जास्ती येतात. किंवा साधारण डांग्या खोकला असल्यास दिवसांतून दहा बारा वेळ येतात. दिवसापेक्षां खोकल्याचे उमाळे रात्रीच्या वेळीं अधिक येतात. उमाळे नसते वेळीं मूल चांगलें खातें पितें, व त्याला दुसरा कांहीं उपद्रव नसल्यास तें मजेंत असतें. ताप वगैरे सहसा नसतो. खोकल्याचे ठसके सुरू होण्याचें कारण कोणत्याही प्रकारचें अस्वास्थ्य हें असतें. जसें मुलाच्या मनांत नसतांना नर्सनें त्याचे कपडे काढूं घालूं लागणें, किंवा वांती होणें, किंवा वाऱ्याच्या भपकारा तोंडावर बसणें, वगैरे. ही

ठसका लागण्याची स्थिति महिना दीडमहिना चालू असते. तथापि कधी कधी ती दोन तीन महिनेपर्यंतही लांबते. नंतर ठसके येण्याच्या वेळा व त्यांचा जोर कमी कमी होत जाऊन अखेरीला मूल बरें होतें. खोकल्याच्या उमाळ्यानें मूल कधीही दगावत नाही; परंतु ठसके लागले असतां मेंदूमध्ये रक्तस्राव होऊन किंवा अन्य उपद्रव झाल्यानें तें दगावतें.

रोगांतिल उपद्रव.—पोटांतलें होणें (ब्रॉको-न्युमोनिया), कास, मेंदूंत रक्तस्राव होणें, वगैरे. कधी कधी ठसक्याच्या जोरामुळें नाकातोंडांतून रक्तवाहिन्या फुटून रक्त वाहूं लागतें.

उपचार.—मुलालां अगदीं वेगळें ठेवावें, व रोगामुळें अति त्रास होत असल्यास त्याला विछान्यांत निजवून ठेवावें. खोलीमध्ये अंगावर वाऱ्याचा भपकारा न येईल, अशा रीतीनें मुबलक वायुप्रसरण होऊं द्यावें. नंतर त्याला कोणत्याही तऱ्हेनें त्रास होऊन खोकल्याचा ठसका न यावा अशी खबरदागी द्यावी. ठसका कमी करण्याकरितां औषधें द्यावयाचीं असतील तीं द्यावीं. अमुक औषध या विकारावर रामबाण आहे असें खात्रीनें सांगतां येत नाही. विकाराच्या आरंभीं एखादें सौम्य सारक औषध द्यावें. डांग्या खोकल्याच्या पहिल्या एकदोन आठवड्यांत शृंग्यादि चूर्ण (काकड-शिगी, अतिविष, व पिंपळी, प्रत्येकीं अदमासें २ गुंजा,) मधाबरोबर द्यावें. उबळीचा जोर कमी होण्यास खालील मिश्रण द्यावें:—

टि. बेलाडोना १० ग्रॅम.

पोट्याश ब्रोमाइड १० ग्रॅम.

बडिशेपचें पार्णी ३ औंस.

} या मिश्रणाचा एक अष्टमांश.

वळस घशांतून सुटत नसल्यास:-

व्हायनम् इपिकॅप १ द्राम

व्हायनम् अॅन्टोमनी १ द्राम

• सरबत १ द्राम

पाणी १ औंस.

या मिश्रणाचा एक अष्टमांश भाग प्रत्येक दहा दहा मिनिटांनी उलटी होईपर्यंत घावा. उलटी झाल्यावर बंद करावे.

विकार होऊन एक दोन आठवडे झाले म्हणजे नुसती तुरटी २ गुंजा दिवसांतून तीन चार वेळ घावी. या विकारास घरगुती औषधाचा फारसा उपयोग न करितां वैद्याकडून अगर डाक्टर-कडून उपचार करवावा.

फास्फेच्युरिआ (खर जाणें.)

मुलास लघवींतून खर जाते; म्हणजे लघवी सुकल्यानंतर त्या ठिकाणीं पांढरे डाग दिसतात. हा विकार शरीरांत क्षाराचा भाग (अल्कलीज्) किंवा तशा तऱ्हेचीं औषधें दिल्यास उत्पन्न होतो.

उपाय.-खाण्यापिण्यांत व्यवस्थितपणा ठेवावा. कडवणाचे पदार्थ, किंवा पिठूळ पदार्थांचें प्रमाण ज्यांत जास्त आहे असे पदार्थ, वर्ज करावे. दूध जास्त देऊं नये. मुसंबी, नारिंगी सारखीं फळे घावींत. शिवाय कोणतेंही डायल्यूट अॅसिड-उदा. हैड्रोक्लोरिक किंवा अॅसिड् फॉस्फरिक् डिल्यूट-दिल्यास विकार बरा होतो.

विछान्यांत मुतणें.

लहान मुलास रात्रीं विछान्यांत मुतण्याची संवय एकदां जडल्यास ती सहसा लवकर जात नाहीं. जीं मुलें जन्मापासून अशक्त असतात त्यांसच हा विकार फार करून जडतो. विछा-

न्यांत मुतण्याची संवय लहानपणापासून ते दहा वर्षांच्या वयापर्यंत जास्त आढळते.

हा विकार जंत, दांत येणें, रात्री निजतांना पाणी पुष्कळ पिणें, मुतखडा होणें, शारीरिक अशक्तता, वगैरे कारणांनीं मुख्यतः उद्भवतो.

-उपचार.-जर पहांटेचे वेळेस मूल अंधरुणांत मुतत असेल तर त्याला त्या वेळच्या अगोदर रोज उठवावें. मलांचें गुद व जननेंद्रियें तपासावीं. केव्हां केव्हां त्या ठिकाणीं घाण राहिल्यानें, त्याचप्रमाणें तीं स्वच्छ न ठेविल्यानें, त्या ठिकाणीं पुरळ वगैरे झाल्याचें आढळतें. तेव्हां मुलाची शरीरप्रकृति तपासून घेऊन ती सुधारण्याचा यत्न करावा. पण त्याच्या शरीरप्रकृतींतल्या दोषाबद्दल त्याला मारणें हें फार निर्दयपणाचें काम आहे. मुलाला गरम पाण्यानें कटिस्नान घालावें. एका टबमध्ये ऊन पाणी घालून त्यांत कंबर बुडोपर्यंत पाणी असावें. संध्याकाळीं ५-६ वाजण्याचे पुढें मुलाला पाणी पिण्यास देऊं नये. त्याचप्रमाणें मुलास रात्रीतून दोन तीनदां लघवी करण्यास उठवावें.

मुलास डाक्टराच्या सल्ल्यानें बेलाडोना हें औषध पोटांत द्यावें. त्यानें उपयोग होतो. जंत झाल्यानेंही हा विकार होतो. तसें असल्यास त्यावर जंतांचें औषध द्यावें.

डोळे येणें.

मुलांस लहानपणां हा विकार साधारणपणें पुष्कळ वेळां होतो. हा विकार संसर्गानें फार होतो. याशिवाय देवी, गोंवर व दुसरे स्फोटयुक्त ज्वरांतही पुष्कळ वेळां डोळे येतात.

डोळे आले म्हणजे पापण्या सुजून त्या लाल होतात. डोळ्याची आंतील त्वचाही आरक्त होते. डोळ्यांतून एक प्रकारचा

पाण्यासारखा स्राव वाहातो. कधी कधी स्राव पू-मिश्रित असतो. मुलास उजेडाकडे पाहवत नाही, डोळ्यांची आग होते, व डोळा खुपतो. सकाळचे वेळीं डोळे चिकटून राहिल्यानें ते उघडण्यास फार त्रास पडतो. मूल सारखें रडत असतें, स्तनपान करीत नाही, व त्यामुळे आईस फार त्रास होतो. मुलाचे डोळे आले कीं ताबडतोब त्यावर उपचार करावेत. मुलाचे डोळ्यांस उपचार करण्याची हयगय करणें म्हणजे मुलास आंधळे करणें होय, हें पक्कें लक्षांत ठेवावें.

उपचार.—डोळ्यांवर गाईच्या दुधाची घडी ठेवावी, व डोळ्यांत सिल्वर नायट्रेट ग्रॅन २ व वाफेचें पाणी १ औंस यांचें मिश्रण करून त्याचा एकेक थेंब दिवसांतून दोन तीन वेळां डोळ्यांत घालावा. किंवा तुरटी ६ ग्रॅन व शुद्ध पावसाचें पाणी १ औंस, सल्फेट आफ् जिंक २ ग्रॅन, गुलाब पाणी १ औंस, बोरिक ॲसिड ६ ग्रॅन, ह्यांपैकी कोणतेंही औषध रोज सकाळ संध्याकाळ दोन दोन थेंबप्रमाणें डोळ्यांत घालावें, म्हणजे डोळे बरे होतील. डोळ्यांतून पू फार निघत असल्यास मुलाचे डोळे सकाळ संध्याकाळ उन पाण्यानें चांगले धुवावे, व त्यांत वर सांगितलेले सिल्वर नायट्रेटचे सोल्युशनचे दोन दोन थेंब सोडावेत. पापण्या रात्रीं चिकटूं नयेत म्हणून डोळ्यांस तूप तेल लावावें. डोळ्यांत पू फार साचून डोळे सुजले असल्यास डोळ्यांतील स्राव वरचेवर पुसून काढावा. पू पुसून काढतांना मुलें फार रडतात. जर पू पुसून काढला नाही व डोळा धुऊन स्वच्छ राखला नाही तर डोळ्याचे काळ्या भागावर क्षत पडण्याचा संभव असतो. डोळ्यांस क्षत पडलें तर त्याला ताबडतोब डाक्टरकडून उपचार करावेत. डोळ्यांतून पू येतो त्याकरतां १ औंस हळद व २० औंस पाणी घालून त्याचा काढा करावा, व

त्या पाण्यानें डोळा शेकावा. म्हणजे त्यानें डोळ्याच्या पापणीचा सूज कमी होते व स्रावही कमी होतो.

खुपऱ्या.

यांत डोळ्याच्या पापण्यांच्या आंतील भागावर सूज असून त्यावर टांचणीच्या डोक्याएवढे बारीक दाणे येतात. हे दाणे असेच राहिले तर पुढें डोळ्यांत फूल पडतें. हा विकार स्पर्शानें दुसऱ्या मुलास जडतो.

लक्षणें.-या विकारांत मुलाचे डोळे सुजतात. डोळ्यांतून पाणी एकसारखें वाहतें, उजेडाकडे पाहावत नाहीं. डोळ्याचे आंतील तांबडा भाग लाल झालेला दिसतो, व त्यावर खुपऱ्या वाढलेल्या दृष्टीस पडतात. डोळ्यांत एकसारखी ठणक असते, व रेती बोंचल्याप्रमाणें डोळ्यांत बोंचतें. खुपऱ्यांची तीव्र स्थिति कमी झाली म्हणजे डोळ्यांतील आरक्तता कमी होते, दाह कमी होतो, पण डोळ्यांस धूर लागल्यास किंवा उजेडाकडे पाहिल्यास डोळे फार दुखतात. हा विकार लौकर बरा होत नाहीं.

उपचार.-खुपऱ्यांच्या विकारापासून डोळ्याच्या आंतील मांसल तांबूस भागाचा नाश होण्याचा फार संभव असतो. म्हणून खुपऱ्या झाल्या आहेत असें समजल्याबरोबर उपचार करण्यास सुरवात करावी. मागें सांगितलेल्या औषधांपैकीं कोणत्याही औषधाचे थेंब डोळ्यांत सोडण्यास हरकत नाहीं. अफूच्या बोंडाच्या काढ्यानें डोळे सकाळसंध्याकाळ शेकावेत. हळदीच्या काढ्यानेंही शेकल्यास बराच उपयोग होतो. सिल्वर नायट्रेट हें औषध डाक्टरच्या सल्ल्यानें वापरावें. ४-६ गुंजांवरची तांबडी साल, गुंजा दोन भौंस कढत पाण्यांत घालून, तें थंड झाल्यावर त्याचे थेंब २।३ वेळ डोळ्यांत घालावे. प्रकृति सुधारण्यास पोटांत औषध घावें.

कानात्री सूज (ओटायटिस्).

लहान मुलांत हा विकार नेहमीं पाहण्यांत येतो. या विकाराची कारणें येणेंप्रमाणें:—

१ घशाला सूज किंवा गळ्यांत गांठी झाल्यास.

२ विस्फोटक ज्वर. उ. देवी, गोंवर, न्युमोनिया, इन्फ्लुएंझा, टायफाईड वगैरे.

३ नाक पिचकारीनें धुतांना तें पाणी कानांत आलें असतां.

लक्षणें.—एकदम कान दुखूं लागतो, ताप येतो, व कधीं कधीं तो जास्त होतो. मुलाला चैन पडत नाही व तें एकसारखें कानाकडे हात नेऊन रडूं लागतें. ज्या बाजूकडे विकार असेल त्या बाजूवर त्याला निजतां येत नाही, व तें कानाला हात लावूं देत नाही. परंतु पुष्कळांस कान फारसा दुखत नाही. तीव्र प्रकारांत आंकडी येते, डोकें मागे टाकलेलें असतें, उलटी येते. जेव्हां जेव्हां तापाचें कारण उघड नसतें त्या त्यावेळीं कान तपासणें जरूर असतें. कधीं कधीं पू बाहेर दिसत नाही; पण कानाच्या पडद्याभाड पू असून त्यानें मेंदूवर फार भयंकर परिणाम झाल्याचीं चिन्हे दृष्टीस पडतात, व हीं चिन्हे पडद्याला शस्त्रप्रयोग करून पू बाहेर निघाला असतां नाहीशीं होतात.

उपाय.—कान दुखत असून त्याबरोबर ताप आला असेल तर मुलाला निजवून ठेवावें. पोटांत कॅलोमेल देऊन परसाकडे साफ होईल असें करावें. परंतु कानांत पिचकारी मारूं नये. ऊन पाणी करून त्यांत फलनेल मिजवून त्यानें कान शेकावा. व जर मेंदूवर परिणाम झाल्याचीं चिन्हे दिसूं लागलीं तर शस्त्रप्रयोग करून पू कानांतून निघाला म्हणजे कान बरा होतो.

कान फुटणें.

कानाच्या सुजेची उपेक्षा केल्यास पुढें कान वाहूं लागतो. रिकेट व पंडुरोग असणाऱ्या मुलांत हा विकार लवकर बरा होत नाही.

उपाय.—कान पिचकारीनें धुऊन स्वच्छ करावा, व नंतर कान पुसून कानांत बोरिक अॅसिड व आयडोफॉर्म समभाग एकत्रं केलेली भुकी कानांत फुंकावी.

गालफे.

हा विकार एक वर्षाच्या आंतील मुलास क्वचित् होतो. हा सांधीनें येतो. हा मुलांसच फार होतो. मोठ्या माणसास क्वचित् होतो.

लक्षणें.—प्रथम थोडासा ज्वर येतो व दुसरे दिवशीं कानाच्या खाली असणाऱ्या गांठी दुखूं लागतात, व त्या ठिकाणीं सूज दिसूं लागते. गांठी फार सुजल्यामुळें मुलास कांहीं खातां येत नाही. त्या ठणकूं लागतात. यामुळें मूल वारंवार रडूं लागतें. हा विकार चार पांच दिवसांनीं कमी होतो, व यानें शरीरास कांहीं अपाय होत नाही. सुजेवर सकाळ—संध्याकाळ ऊन पाण्याच्या पिळ्यानें शेकावें. म्हणजे वेदना व सूज कमी होते. या विकारावर टिशू रेमीडीज्मध्ये फेरमॅफॉस् व काली म्युर हीं दोन औषधें १० ग्रेन प्रमाणानें घेऊन त्याच्या ६ पुड्या कराव्या, व एकेक पुडी दर दोन तासानें ऊन पाण्यांतून घावी; म्हणजे हा विकार ताबडतोब कमी पडतो.

बालग्रह.

कारणें.—प्रसूतीस विलंब लागून मुलाच्या मस्तकावर दाब पडल्यामुळें हा विकार कधीं कधीं जन्मल्यानंतर एक दोन

दिवसांतच उद्भवतो. याशिवाय दंतोद्भव, अजीर्ण, जंत, मला-
वरोध, जुनी हगवण, एकदम दचकणें, वगैरे कारणांनीही,
आचके उद्भवतात.

पूर्व लक्षणें.—चांगल्या मुलांत पूर्व सूचक लक्षणें कांहीं न होतां
एकाएकी झटके येतात. हा विकार होण्याच्या पूर्वी मूल हाताच्या
मुठी गच्च आंवळून धरतें, अंगविक्षेप करतें, हात किंवा पां
वांकवितें. डोळ्यांतील बाहुली एकदम संकुचित किंवा विस्तृत
होते. कधीं कधीं एक बाहुली संकुचित होते व दुसरी विस्तृत
होते. किंवा दोन्ही डोळ्यांच्या बाहुल्या एकदम विस्तृत होतात
किंवा संकुचित होतात.

झटका येण्याचे वेळीं होणारीं लक्षणें.—झटका जर सौम्य
असेल तर मूल नुसतेंच तोंड विचकल्यासारखें करतें, डोळे
वटारतें; किंवा त्याच्या शरीराचा एखादाच अवयव किंवा कधीं
कधीं त्याची एकच बाजू एकसारखी थड थड उडते. तीव्र प्रकारांत
शरीराच्या सर्व अवयवांस, थोड्याबहुत प्रमाणानें झटके येतात.
मूल डोळे गरगर फिरवतें, किंवा डोळ्यांच्या पापण्या एकसारख्या
मिटतें व उघडतें. जीभ तोंडाबाहेर काढतें. तोंडाला फेंस
येतो. श्वास आंवरून धरतें, मुठी घट्ट आंवरून धरतें. मान
वांकडी होते, जीभ दांतांखाली सांपडून जखम झाल्या कारणानें
तीतून रक्त येतें. चेहरा व डोकें हीं सुरवातीस तांबडीं होतात, व
मग काळीं निळीं होतात. कधीं कधीं सर्व शरीराचा रंग काळा
निळा होतो. जसजसा झटक्याचा जोर कमी होत जातो तस-
तसें स्नायूचें आकुंचन कमी होत जाऊन अंग सैल पडूं लागतें.
नंतर शरीराची आंकडी हळूहळू कमी होत जाते. चेहऱ्याचा
रंग पूर्ववत् होतो, व मूल नंतर स्वस्थ झोंप घेतें. मुलाच्या सर्व

अंगस झोपेंत घाम येतो व झोप पुरी होऊन तें जागें झालें म्हणजे पूर्ववत् हुशार होतें.

झटका.

झटका अमुकच वेळ टिकतो असें नाहीं. रोगाच्या सौम्य व तीव्र स्वरूपाच्या मानानें तो टिकतो. तीव्र विकारांत झटका ज्याचा जोर फार तीव्र असून दिवसांतून दहा वीस वेळां सुद्धां तो येतो. कधीं कधीं झटके इतके जलद येऊं लागतात कीं मूल एका झटक्यांतून मोकळें होतें न होतें तोंच दुसरा झटका येतो. याप्रमाणें एका पाठीमागून एक असे एकसारखे झटके येऊं लागतात.

आंचक्याचा किंवा आंकडीचा विकार वंशपरंपरेनें उद्भवणाऱ्यांपैकीं एक आहे. हा एका पिढीतील सर्वच लेंकरांस होतो असें नाहीं; एखाद्या मुलासच होतो. क्वचित् प्रसंगीं जास्त मुलांसही होतो. ह्या विकारापासून लेंकरांचे फार हाल होतात व कित्येक प्रसंगीं मुलें जायबंदीही होतात. या विकारांत शरीराची उष्णता बहुतेक वाढत नाहीं. परंतु एखाद्या मुलांत जर नाडी जलद चालत असेल व शरीराची उष्णताही वाढलेली आढळेल, तर त्या मुलाच्या मेंदूच्या आच्छादनास किंवा मेंदूस सूज आश्यामुळें असें झालें आहे असें समजावें.

उपचार.—डाक्टराची मदत लवकर मिळण्यासारखी नसेल तर मुलास झटका आल्याबरोबर घाबरून न जातां घागर दीड घागर पाणी मावेल एवढें मोठें पातेलें घेऊन मुलास सोसण्याजोगें असेल तितकें कढत पाणी त्या पातेल्यांत ओतावें; व त्यामध्ये मुलाचे पायापासून गुडघे बुडतील इतकेंच पाणी घालावें जास्त घालूं नये.

मुलाचा झटका जाईपर्यंत त्यास पाण्यांत धरावे. मूल पाण्यांत असतेवेळीं त्याचे डोकीवर थंड पाण्याची घडी ठेवावी. घडी ओली राहण्यासाठीं त्यावर वरचेवर पाणी ओतीत जावे. दहापासून पंधरा मिनिटांपेक्षां जास्त वेळ मुलास पाण्यांत धरूं नये. पाण्यांतून काढल्यावर त्याचे अंग चांगलें कोरडें करून अंगांत ऊबदार कपडे घालावेत व त्यास मऊ बिछान्यावर निजवावे. पाय गरम राहण्यासाठीं पायांत पायमोजे घालावेत. आंचके वरचेवर येऊं लागल्यास हीच कृति पुन्हां अमलांत आणावी. वैद्याची मदत लवकर मिळणें शक्य नसेल अशा वेळीं ऊन पाण्यांत वसविण्यासारखा सुलभ व सुरक्षित उपाय नाही. झटक्यामध्ये कोणतेही औषध मुलास देऊं नये. उलट औषध, देण्याचा यत्न केल्यास तें पोटांत जाण्याऐवजीं श्वासनलिकेंत जाऊन मूल जास्त घाबरतें. मूल सावध झालें म्हणजे प्रथम त्यास एरंडेल तेल द्यावे, म्हणजे कोठा साफ होईल. पोटांत अपक्व अन्न असल्यास वमन द्यावे. पोटांत वायु धरला असल्यास शेपांचें पाणी चहाच्या चमचा चमचाभर देण्यास हरकत नाही. दांत हिरडीच्या कठीणपणामुळें बाहेर येत नसतील तर हिरडी चिरून घ्यावी. झटके फार लौकर लौकर येत असतील तर एक ग्रेन पोटॅश ब्रोमाइड मधांतून अगर साखरेच्या पाकांतून दिवसांतून दोन तीन वेळ द्यावे. दोन वर्षांचे मुलास २ ग्रेन द्यावे. पोटांत जंतू झाल्याची शंका आल्यास सॅन्टो-नीन् द्यावे, व दुसरे दिवशीं सकाळीं एरंडेल द्यावे; अथवा बस्ति द्यावा. वर्षांचे मुलास दोन ग्राम एरंडेल तेल व दोन औंस सावणाचें पाणी हें एकत्र करून गुदद्वारा पिचकारीनें सोडावे. मुलाचा कोठा साफ झाला म्हणजे हा विकार सहसा होत नाही.

आंचक्याच्या तडाख्यांतून मूल बरें होऊं लागलें म्हणजे त्यास बालामृतासारखी पौष्टिक औषधें द्यावीत.

दांत खाणें.

मुलें जागेपणीं दांत खातांना क्वचित् नजरेस पडतात. परंतु झोपेंत दांत खातांना नेहमीं नजरेस पडतात.

कारणें.—दुधाचे दांत पडून कायमचे दांत येतांना फार त्रास झाला असल्यास, कान वहात असल्यास, जंत झाल्यास, भांव, अजीर्ण, मलावरोध, झोपेंत भिती वाटणें, वगैरे विकार झाले असतां मुलें झोपेंत दांत खातात.

अंधरुणांत मुतणें, झोपेंत ओरडणें, घोड्यासारखें निजणें, दांत खाणें, वगैरे गोष्टी बहुधा एकत्र दिसतात. व हीं सर्व ज्या मुलामध्ये दिसतात तीं मुलें चिडखोर स्वभावाचीं बनतात.

उपाय.—वर सांगितलेल्या कारणांपैकीं जीं कारणें आढळतील त्यांला योग्य उपाय केला असतां हा विकार बरा होतो.

त्वचेचे विकार (इंडर टिगो).

लहान बालकाच्या मानेच्या त्वचेत, जांघेंत, कानाच्या पाठीमागे, न्हाऊं घालतांना, मळ वगैरे नीट पुसून काढला नाही तर त्याचे योगानें कातडीचा क्षोभ होऊन ती लाल होते. तसेंच मुलाच्या चड्ड्या मलमूत्रानें भरल्या असतां ढुंगणावर बराच वेळ राहिल्यास त्या मळाच्या योगानें ढुंगणाच्या कातडीचा क्षोभ होऊन ती लाल होते; व तिकडे दुर्लक्ष केल्यास ती सूज पायापर्यंत पसरत जाते.

उपाय.—नेहमीं जांघ, गळा, व कानाची मांगील बाजू मुलास आंघोळ घातल्यावर स्वच्छ व कोरडी राखावी. म्हणजे हा विकार मुळींच होणार नाही. हा विकार झाला असतां झिंक ऑक्सा-

इड व बोरिक अॅसिड एकत्र करून कापसानें वर लावावें. मळ-
मूत्राच्या संसर्गानें विकार असल्यास चड्ड्या वरचेवर बदलाव्यात
व स्वच्छता ठेवावी, म्हणजे हा विकार बरा होतो.

पैण किंवा इसव.

हा विकार डोकें व चेहेरा या ठिकाणीं विशेषकरून दृष्टीस
पडतो. हा विकार तोंडावर सुरू होतो, व तेथून तो डोक्यावर
पसरत जातो. हा विकार चार पांच महिन्यांच्या मुलांत जास्त
दृष्टीस पडतो.

यांतून जी लस निघते ती वाळून तिच्या पिवळ्या खपल्या
बनतात. याला फार खाज असते. या खपल्या तेलानें चांगल्या
भिजून मऊ झाल्या म्हणजे दुसऱ्या दिवशीं काढून जागा
चांगली स्वच्छ करावी. जोंपर्यंत पैणेंतून लस निघते तोंपर्यंत
मलम लावून कांहीं फायदा होत नाही.

या वेळीं लेड् लोशन, ब्लॅकवॉश, यांपैकीं कोणत्याही लोशन-
मध्ये पट्टी भिजवून ती वरती लावावी. व लस निघण्याची कमी
झाली म्हणजे मग रिसार्सिन ५ ग्रेन, सॅलिसिलिक् अॅसिड् ५ ग्रेन
व व्हॅसलीन् १ औंस, यांचें मलम करून तें लावावें. म्हणजे हा
विकार बरा होतो.

खरुज.

हा त्वचेचा रोग आहे. व हा स्पर्शानें एकापासून दुस-
ऱ्यास होतो. खरजेचे ओली व सुकी असे दोन प्रकार आहेत.
प्रथम बोटाच्या सांध्यांत पुटकळ्या येतात व त्या ठिकाणीं अतिशय
खाज सुटते, व तेथून लस जिकडे अंगास खाज उठेल तिकडे
खाजविल्यानें सर्व आंगभर पसरते. ओल्या खरजेपेक्षां कोरड्या

खरजेस खाज फार सुटते, व ती फार करून रात्री जास्त होते. हा विकार मांड्याच्या आंतील बाजू, कमर, जननेंद्रियाचे व गुदद्वाराचे भाग, व बोटांचे सांधे, यांमध्ये जास्त पाहण्यांत येतो. या रोगाचा उपद्रव फार झाला असतां सर्व अंगावर पुरळ उठतो. अस्वच्छ व गलिच्छ रीतीने राहणाऱ्या लोकांमध्ये व लहान मुलांस हा विकार जास्त प्रमाणांत होतो. या रोगाचा उपद्रव पावसाळ्यांत व थंडीच्या दिवसांत जास्त होतो. जो मनुष्य आपले कपडेलत्ते स्वच्छ राखतो त्यास, व लहान मुलांचे कपडेलत्ते स्वच्छ ठेवल्यास, त्यांस हा विकार होण्याची भीति नसते.

उपचार.—यावर गंधकासारखें रामबाण दुसरें औषध नाही. १ पैसा-भार गंधकाची पूड घेऊन ती पावशेर तेलांत मिसळावी व तें तेल ऊन करावें. नंतर मुलास गरम पाणी व सावण यानें स्वच्छ स्नान घालावें व हें तेल सर्व अंगास रगडून चोळावें. नंतर दुसरें दिवशीं सावण व गरम पाण्यानें स्नान घालून आदले दिवशीं अंगास लाविलेलें सर्व औषध चोळून काढावें.

प्रकरण १३ वें.



आकस्मिक घडणारे अपघात.

लहानपणीं अपघात कमजास्त प्रमाणानें मुलांस नेहमीं घडतात. आणि त्यावर तात्काळ उपाय करणें महत्त्वाचें असतें. आरंभीं योग्य उपाय केले नाहीत तर पुढें वाईट परिणाम होण्याचा संभव असतो. अशा वेळीं आपणास जर साधा व सुलभ उपाय माहित असला तर प्रसंगीं एखाद्याचा जीवही

वांचविल्याचें श्रेय आपल्यास मिळतें. उंचावरून कोणी मूल पडून हात पाय मोडला, किंवा शीर तुटून रक्त वाहूं लागल्यास, व जवळ तर कोणी डाक्टर नाही अशा वेळीं आपण काय करावें ? अशा प्रसंगीं दुःखाचें उपशमन करण्याकरितां ताबडतोब कोणते उपाय करावेत याबद्दल साधारण माहिती येथें सांगतो.

रक्तस्राव.

शरीराचा कोणताही भाग कापला असतां अथवा त्यास जखम झाली असतां त्यांतून रक्त वाहूं लागतें. आमच्या शरीरांतील नाड्यांतून रक्ताचा प्रवाह सदोदित वाहत चालला असून, बोटापासून डोकीपर्यंत सर्व भागांस पुरवठा झाल्यानंतर तो अशुद्ध झालेला रक्ताचा प्रवाह पुनः हृदयाकडे शिरांतून परत येतो. चाकू किंवा कोणच्याही हत्यारानें एखादी शीर किंवा नाडी कापली असतां तींतून रक्त वाहूं लागतें. व ती नाडी किंवा शीर जेवढी मोठी असेल तितकें अधिक रक्त वाहतें. एखादी मोठी धमनी किंवा नाडी तुटली असतां थांब-थांबून लाल भडक रक्ताच्या त्रिपळ्या उडत असतात. पण शिरेंतून येणारें रक्त काळसर असून तें सावकाश वाहत असतें. याप्रमाणें रक्ताचा प्रवाह नाडींतून किंवा शिरेंतून येत आहे हें ओळखतां येणें फार उपयोगाचें आहे. नाडी तुटल्यास जखमेच्या वरच्या बाजूस आंघळून बांधावें लागतें; आणि शिरेंतून रक्त येत असल्यास जखमेच्या खाली म्हणजे अवयवांच्या टोंकाकडे आंघळून बांधावें. मुलें दगडावर पडून तोंडावर किंवा डोचकीवर खोंक पडणें, भाजी चिरीत असतां विळीनें अथवा चाकूनें बोट चिरणें, वगैरे क्षुल्लुक जखमाच फार होत असतात. अशा क्षुल्लुक प्रसंगीं जखमांवर बोट ठेवून जोरानें दाबावें, म्हणजे रक्ताचा प्रवाह बंद

होतो. थंड पाण्यानें जखमेवरील रक्त व घाण धुऊन काढावी. मग स्वच्छ फडक्यानें जखम टिपून काढावी. जखमेंत वाळू, माती कुसळ, कांटा वगैरे कांहीं असल्यास तें काढून टाकावें. आणि जखम स्वच्छ होतांच थोडीशी तुरटीची पूड वर बसवावी, आणि भोंवतालीं एक स्वच्छ ओली चिंधी गुंडाळावी. यावर पाहिजे असल्यास एक लांब फडक्याची पट्टी अथवा हातरुमाल घेऊन आंवाळून बांधावा

पण जेव्हां मोठी रक्तवाहिनी तुटलेली असते आणि तिजमधून पुष्कळ रक्त वाहूं लागतें, तेव्हां अपघात झालेल्या मनुष्यास उजेड असेल अशा ठिकाणीं एकदम पाठीवर उताणें निजवावें, आणि एक दोन हातरुमाल किंवा धोतर किंवा पटका एकदम फाडून चार अथवा सहा इंच रुंदीच्या लांब चिंध्या फाडाव्या, आणि सुमारे मुंडा हात लांब आणि दीड दोन बोटें जाडीचा एक काठीचा तुकडा मिळावावा; आणि कोणास तरी पाणी आणण्यास पाठवावें. वाहत असलेलें रक्त शिरेंतून येत आहे किंवा रक्तवाहिनीतून येत आहे हें पोहावें. रक्तवाहिनीतून येत असल्यास जखमेच्या वरच्या बाजूचे अवयव दोन्ही हातांनीं जोरानें आंवाळून धरून आपले दोन्ही भांगठे एकापुढें एक ठेवून रक्तवाहिनीच्या रेषेवर जोरानें दाबावें, आणि कोणास तरी जखमेवर थंड पाणी भोतण्यास सांगावें. यायोगानें जखमेवरील गोठलेलें रक्त व केर निघून जाऊन रक्त वाहण्याचें एकदम बंद होईल. रक्त वाहण्याचें बंद होतांच एक लांब फडकें घेऊन जखमेच्या वरच्या बाजूस आंवाळून बांधावें, आणि त्या फडक्याचे कांहीं वेढे जखमेवरून घेऊन जखम झांकावी, आणि जखम झालेला पाय किंवा हात वर करून आज्ञ्यास निजवावें. पण अशा बांधण्याचे-

योगानें रक्त वाहण्याचें बंद झालें नाहीं तर वेळ व्यर्थ न दवडतां जखमेंतील ज्या भागांतून रक्ताच्या चिपळ्या निघत असतील त्या ठिकाणी आपल्या दोन आंगठ्यांच्या योगानें जोरानें दाबावें, अथवा जवळ कोणी असल्यास त्यास तसें दावण्यास सांगून आपण 'काठीचा मुरडा' म्हणून जी युक्ति आहे ती तयार करण्यास लागावें. जर एकादी मोठी रक्तवाहिनी तुटून रक्ताचा लोट चालला तर वरील किरकोळ उपाय करण्यांत वेळ न घालवितां ह्या मुरडीचा उपाय करण्यास एकदम लागावें. ही मुरड घालण्याची पद्धत पुढें लिहिल्याप्रमाणें आहे:—नाडी तुटलेल्या जाग्यापासून थोडक्याच अंतरावर वरच्या बाजूस एक लांब फडकें, पागोव्याचा तुकडा, अथवा हातरुमाल आंवळून जोरानें गुंडाळावा; आणि अवयवाभोंवतीं दोन तीन वेढे होतांच गांठ मारावी. नंतर शेवटच्या वेढ्याखालून एक मजबूत काठीचा तुकडा घालावा आणि त्याचीं दोन्ही टोंकें धरून फिरवूं लागावें, व त्या जखमेंतून रक्त येण्याचें बंद होई तोपर्यंत त्यास पीळ घालावा. आणि या पिळाच्या योगानें फडकें आवृळलें जाऊन अवयवांतील नाडीवर दाब बसतो आणि त्यांतील प्रवाह बंद होतो. नंतर ही काठी धोतरानें किंवा दुसऱ्या एका मजबूत फडक्यानें पीळ उकलूं नये म्हणून आंवळून बांधावी, आणि अवयवाखालीं काहीं टेंकण देऊन त्यास निजवावें. जखमेवर एक ओल्या फडक्याची घडी ठेवून आंवळून बांधावें, व डाक्टर जवळ असल्यास ताबडतोब बोलावूं पाठवावें अथवा आजान्यास त्याजकडे न्यावें.

शिरेंतून रक्त येत असल्यास त्या रक्ताचा रंग काळसर असून तें सावकाश येऊं लागतें. अशा प्रसंगीं अवयव उंच धरून रक्त बाह्य असलेल्या ठिकाणावर जोरानें दाबावें; किंवा जखमेच्या

खालच्या बाजूस आंवळून बांधावें, किंवा काठीनें पीळ घालावा. नंतर ओल्या फडक्याची घडी जखमेवर घालून वर एक फडकें गुंडाळावें. सारांश, साधारण जखमेंतून थोडेंसें रक्त येत असल्यास जखमेच्या जवळ अवयवास दोन्ही हातांनीं आंवळून धरून रक्त येतें त्या शेजारीं आंगठ्यानें दाबावें. नंतर जखमेवर एका फडक्याच्या घड्या करून घालून हातरुमालानें अथवा धोतराच्या किंवा प्रागोट्याच्या शेवटानें आंवळून बांधावें. आणि दाब जास्ती जोरानें बसावा म्हणून एकावर एक तीन चार घड्या बसवाव्या आणि नंतर आंवळून बांधावें.

नाकांतून रक्त वाहणें.

नाकांतून रक्त येत असल्यास डोचकें वर करावें, लोंबत टाकूं नये; आणि जखम झालेल्याचे दोन्ही हात डोकीवर उंच धरण्यास सांगावें. जितकें गार पाणी सांपडेल तितकें घेऊन त्यानें कपाळावर व नाकावर वरचेवर शिंपडावें. बर्फाचा तुकडा असल्यास नाकाच्या तळास लावून तो भाग गार करावा. ज्या नाकपुडींतून रक्त वाहत नसेल ती जोरानें बोटानें दावून बंद करावी. कांहीं तरी गार पदार्थ मानेवर लावावा. या उपायांनीं रक्त थांबलें नाहीं तर, पाण्यांत पुष्कळ तुरटी विरघळवून, तें पाणी पिचकारीच्या योगें दोन्ही नाकपुड्यांत मारावें.

भाजणें, अथवा पोळणें.

मुलें चुलीजवळ पाठ करून बसली असतां किंवा कोणाला न कळतां कांड्यांची पेटी घेऊन ती ओढीत असतां, आग लागून होरपळल्याचें पुष्कळदां पाहाण्यांत येतें. शिवाय दिवाळीमध्ये फटाकड्या उडवितांना ठिणगी अंगावर पडून अंग भाजल्यानेंच अनेक वेळां पाहण्यांत येतें. भाजल्यापासून जितका शरीराचा

भाग जास्त पोळला असेल तितका शरीरास हानिकारक होय. सशक्त मुलाच्या अंगी सहनशक्ति जास्त असल्या कारणाने त्याचे शरीरावर वाईट परिणाम घडण्यास अवकाश लागतो. पण अशक्त, कफ-प्रकृतीच्या मुलांवर फार लौकर वाईट परिणाम घडतो. अंग भाजल्यापासून अगदी आरंभी होणारे लक्षण म्हटले म्हणजे मेंदूला एका प्रकारचा धक्का बसणे होय. त्यामुळे भाजल्यानंतर मूल बेशुद्ध होते, नाडी मंद वाहते, अंगास व कपाळास घाम येतो, मूल तळमळ करीत असते, त्याचे जिवास कशापासूनही समाधान होत नाही. जिभेस कोरड पडत असल्या कारणाने मूल वरचेवर पाणी पिण्यास मागतें.

उपचार.—मूल बेशुद्ध झाले असल्यास त्याचे तोंडावर थंड पाणी मारून त्यास सावध करावे व त्रांडी, चहा, ऊन दूध, इत्यादिपैकी जो उत्तेजक पदार्थ जवळ असेल तो त्वरित द्यावा. हुंगण्यास कांदा चेंचून नाकपुड्यांजवळ धरावा. स्पिरिट अमोनिया पांच थेंबां-पासून १० थेंबां पर्यंत मुलाचे वयाचे मानाने त्यास द्यावा. डोक्यावर व तोंडावर थंड पाणी मारावे. त्रास न होईल अशा वेताने मुलाचे अंगावर मोठमोठाले फोड आले असल्यास ते फोडून त्यांतील पाणी बाहेर जाऊं द्यावे. भाजलेल्या भागास हवा लागून त्रास होऊं नये म्हणून चुन्याची निवळी व गोडे तेल समभाग घेऊन तें चांगले मिश्र झाल्यानंतर त्यांत कापूस बुचकळून त्या कापसाचा जाड थर भाजलेल्या सर्व भागावर बसवावा, व वर स्वच्छ फडके गुंडाळावे. असे न साधल्यास गव्हांचे, अथवा तांदळांचे बारीक दळलेले पीठ घेऊन जखम झालेल्या भागावर चिटकवावे. या उपायाने रोग्यास डाक्टराकडे नेईपर्यंत खाण्यापिण्याखेरीज दुसरा कोणताही उपाय करण्याची जरूरी पडणार नाही. अशा

प्रकारची जखम रोज धुण्याची गरज नाही. वर लागलेले पीठ किंवा कापूस आपोआप सुटू लागल्यास, किंवा अंगास फार वाण येऊं लागली, तर मात्र जखम धुऊन पुनः औषध लावावें लागतें. अंगाचा पुष्कळ भाग भाजला असल्यास सर्वांग एकाच वेळीं धुऊं नये. एक भाग धुऊन फडकें बांधल्यावर दुसरा भाग धुवावा. भाजलेल्या मुलास दवाखान्यांत नेण्याचें झाल्यास डोळीत घालून न्यावें; व खालीं मऊ रुवाचा बिछाना करावा. तो नसल्यास पिंजर खालीं घालून वर एक धोतर अंधरावें आणि त्यावर त्याला निजवावें. शोप येण्याकरितां अफू वगैरे मादक पदार्थ होतां होई तो देऊं नयेत. बालकाच्या अंगाच्या वरच्या कापडास आग लागून तें पेटलें असतां त्या मुलाचे अंगाभोंवतीं एखादी जाडी सत्रंजी, तरट वगैरे जड जिन्नस गुंडाळून आग विझवावी. अथवा जवळ पाणी, माती वगैरेपैकीं जें हातास लागेल तें त्याच्या अंगावर ओतावें किंवा टाकावें. आईबापांनीं घाबरून जाऊन त्याकडे पाहत बसूं नये.

शल्यें.

पुष्कळ वेळां मुलें खेळतां खेळतां नाकांत अथवा कानांत हरबरा, चिंचोका, मका वगैरे पदार्थ घालून घेतात. तो पदार्थ लवकर बाहेर निघाला नाही तर आंत वेदना होऊं लागतात व मूल रडूं लागतें. रडण्याचें कारण विचारल्यास तें नाकाकडे अगर कानाकडे बोट नेतें. कानांत कांहीं पदार्थ गेल्यास काडीनें अगर कानकोरण्यानें काढण्याच्या भानगडींत पडूं नये. कारण त्या योगानें तो पदार्थ बाहेर निघत तर नाहीच पण उलट आंत जास्त ढकलला जातो. यास सुलभ उपाय म्हणजे कानांत ऊन पाण्याची पिचकारी मारावी, म्हणजे

आंत गेलेला पदार्थ बाहेर पडतो. नाकांत कांहीं पदार्थ अडकल्यास ज्या नाकपुडींत पदार्थ अडकला असेल त्या नाकपुडींत पिचकारी न मारतां मोकळ्या नाकपुडींत मारावी. कारण ज्या नाकपुडींत शल्य अडकलें असेल त्या नाकपुडींत पिचकारी मारल्यास तो पदार्थ जास्त आंतच जातो. यासाठीं मोकळ्या नाकपुडींत पिचकारी मारावी, म्हणजे पाण्याच्या जोराबरोबर तो बाहेर येतो. पिचकारी मारतांना मुलें दंगा करतात, पण त्याकडे लक्ष देऊं नये.

घशांतील शल्य.

लहान मुलें जो पदार्थ सांपडेल तो तोंडांत घालतात, व तो घशांत अडकतो. घशांत पदार्थ अडकला म्हणजे मूल घाबरतें, त्यास ओकाऱ्या येतात, व तें डोळे फिरवतें. हें पाहून मुलाचीं जवळचीं माणसें घाबरतात. अशा वेळीं वेळ फुकट न घालवितां मुलाच्या घशांत बोट घालावें. त्या योगानें ओकारी होऊन पदार्थ पडतो. या उपायानें पदार्थ बाहेर न आल्यास मुलाचें खालीं डोकें व वर पाय करावेत, व मानेपर हळूहळू बुक्या माराव्यात, म्हणजे तो पदार्थ खालीं येतो; व मग तो बोटानें काढून घ्यावा. एखादे वेळीं मुलें चवळी, कांच, बीं वगैरे गिळतात. अशा वेळीं ओकारीचें औषध मुळींच देऊं नये. तो पदार्थ आपोआप मळावाटे बाहेर निघून जातो. तो पदार्थ आंतड्याला रुतूं नये म्हणून त्याला भात केळीं वगैरे खाऊं घालावीं, म्हणजे त्यांत तो गुरफटला जाऊन मळाबरोबर निघून जातो.

दुखापत व हातपाय मुरगळणें.

दुखापत.—मुलास चालतां चालतां पडल्यानें, किंवा डोक्याला वगैरे एखाद्या ओबडधोबड पदार्थाचा धक्का लागल्यानें तो भाग

ठेंचला जाऊन काळा निळा होतो, डोक्यास लागल्यास त्या ठिकाणीं सूज येते व त्यावर हात लावल्यास मुलें रडूं लागतात. अशा इजेला दुखापत म्हणतात.

लचकणें.—चालतां चालतां खोल जागेंत पाय पडल्यास किंवा धक्का लागून हातपाय मुरगळल्यास त्याभोंवतीं असलेल्या संधि-बंधास व स्नायूस ताण वसून त्यामध्ये जो विकार होतो त्यास लचकणें किंवा मुरगळणें म्हणतात. मुरगळलेला भाग सुजतो व त्यास वेदना होऊं लागतात. एखादे वेळीं मूल रांगतां रांगतां जिऱ्यावरून किंवा जोत्यावरून खालीं पडतें व बेशुद्ध होतें. अशा वेळीं सर्व माणसें घाबरून जातात.

उपचार.—मुलास मूर्च्छा आली असल्यास मुलास जेथें स्वच्छ हवा व उजेड असेल अशा ठिकाणीं डोकें सखल करून निजवावें. येणेंकरून त्यास स्वच्छ हवा मिळते. गळ्याभोंवतालचे व छातीभोंवतालचे कपडे सैल करावेत. एवढ्यानेंच मूल सावध होतें. पण इतकें करूनही मूल सावध न झाल्यास मुलाच्या चेहऱ्यावर व जरूर असल्यास पोटावरही थंड पाणी शिंपडावें. एवढ्यानेंही मूल सावध न झाल्यास मुलाच्या कपाळावर कोलनवाटर व पाणी यांची घडी ठेवावी. त्याचप्रमाणें मनगट, हातापायाचे तळवे, मोहरीच्या पुडीनें किंवा नुसते हातानेंच घासून त्यांस उष्णता आणावी. त्याचप्रमाणें मोहरीची पूड हाताला, पायाला व पोटावरही घासावी. इतकें करूनही अंग थंडगार पडतें आहे असें वाटल्यास अमोनियाची बाटळी हुंगवावी म्हणजे मूल ताबडतोब शुद्धीवर येईल.

तसेंच लचकलेल्या किंवा दुखापत झालेल्या भागावर थंड पाण्याचो पट्टो ठेवावी अथवा टि. अर्निका नांवाचा द्रव पदार्थ एक द्राम घेऊन सुमारे आठ औंस पाण्यांत मिसळावा व त्यांत पट्टो

भिजवून ती सुजलेल्या भागावर ठेवावी; किंवा नवसागर दोन ड्राम व कढत पाणी मिसळून या मिश्रणांत फडक्याची पट्टी भिजवून ती सूज आलेल्या भागावर ठेवावी. लचकलेला सांधा असल्यास, सकाळ-संध्याकाळ अफूच्या बोंडाच्या वाफेने शेकावा. मुलास स्वस्थ पडूद्यावे. झोप येत नसल्यास पाव ते अर्धा ग्रेन अफू वयाच्या मानाने द्यावी. लचकलेल्या जागी थंडपाण्याची पट्टी, अगर नवसागर, मद्यार्क, व कोलनवाटर यांत विद्रुत करून फडक्याची पट्टी भिजवून त्यावर ठेवावी. सकाळ-संध्याकाळ नुसत्या कढत पाण्याने लचकलेला भाग शेकावा.

प्रकरण १४ वे.

देशी व इंग्रजी औषधे.

आपल्या इकडे पूर्वीच्या वृद्ध स्त्रिया नेहमीं मुलेंबाळें आजारी पडलीं म्हणजे कांहीं तरी औषधें संग्रहास ठेवीत असत; पण ती चाल अलीकडे मोडत चालली आहे. रात्रीं-अपरात्रीं केव्हां प्रकृतीस इजा होईल याचा नेम नसतो, म्हणून प्रसंगाला उपयोगी पडतील अशीं कांहीं औषधे येथें सांगतो. आपल्या इकडे बाळंतिणीजवळ बहुतेक एक लहान झोळणा असून त्यांत सुरवारी हिरडा, बेहडा, अतिविष, नागरमोथा, इंद्रजव, वावडिंग, अक्कलकारा, मायफळ, सुंठ, पुनर्नवा, काडेचिरायित, जेष्टी मध, डिकेमाली, व सुव्हागीची लाही इतकीं औषधे ठेवण्याची पद्धत आहे.

मूल शांत व उत्तम प्रकृतींत असतां त्यास कोणतेंच औषध देऊं नये. मलबद्धता किंवा पोट फुगल्यास हिरडा जास्त उगाळावा;

जायफळ मायफळ हीं उगाळूं नयेत. खोकला जास्त झाल्यास बेह-
डेदळ भाजून उगाळावें, व जैष्ठमध उगळावी. जंत झाल्यास इंद्र-
जव व वावडिंग यांचें बारीक वस्त्रगाळ चूर्ण किंवा काढा करून
पाजावा; अक्कलकारा लहान मुलांस केव्हांच देऊं नये. ताप
असल्यास काडेकिरायत, अतिविष व डिकेमाली थोडी थोडी
उगळावी. ओकारी झाल्यास नागरमोथा जास्त उगाळावा, व एक-
यासून दोन गुंजा टांकणखाराची लाही, मध घालून चाटवावी.
शौचास जास्त पातळ व पुष्कळ वेळां होऊं लागल्यास जायफळ
व मायफळ जास्त उगाळावें. पुनर्नव्याचें मूळ हें स्वेदक, मूत्रल,
व रेचक आहे. हें ताप सूज आल्यास उगाळावें. याशिवाय
कांहीं साध्या, निरुपद्रवी व उपयुक्त औषधांची माहिती खालीं
दिली आहे,

१ एरंडेल तेल.—हें तेल रेचक म्हणून प्रसिद्ध आहे. हें
तीव्र नसल्यामुळें लहान मुलास देण्यास हरकत नाही. मुलास
अजीर्ण झालें असतां याचा जुलाब द्यावा. त्याचे योगानें न
पचन झालेलें अन्न मळावाटे निघून जातें, व मुलांचें पोट-
दुखणें बंद होतें. पोटांत कांहीं तरी पचनास कठीण असा
पदार्थ जाऊन मूल बेचैन झालें असेल, त्या वेळीं एरंडेल तेल
मुलांस देणें योग्य आहे. लहान बालकाच्या पोटावर एरंडेल
तेल चोळलें असतां मुलास जुलाब होतो. मुलाची टाळू फार
उडूं लागल्यास एरंडाचे पानावर तूप घालून टाळवेवर ठेवावें.
स्तनांत दुधाचा संचय झाल्यास स्तन सुजतात व ठणकूं लाग-
तात. त्या वेळीं एरंडाचीं पानें घेऊन त्यावर जरा तेल लावून तीं
ऊन करून दिवसांतून दोन तीन वेळां त्यानें शेकलें म्हणजे फार
जलद गुण येतो. मुलाचे डोळे आले म्हणजे त्याच्या पापण्यास

सूज येते. त्या वेळीं एरंडाचें पान थोडेंसें शेकून डोळ्यावर बांधावें, म्हणजे सूज हलकी पडेल व ठणक कमी होईल. त्याचप्रमाणें भांव झाली, म्हणजे त्यांत रक्त पडतें व पोटांत शूळ उत्पन्न होतो; त्या वेळीं थोडी सुंठ घेऊन त्याची भुकी करावी आणि एरंडाचे पानाचे रसांत वाटून त्याचा गोळा करून तो गोळा एरंडाचे पानांत गुंडाळून त्यावर मातीचा लेप देऊन ती फोपाट्यांत भाजून काढावी; नंतर बाहेर काढून वरची माती काढून टाकून आंतल्या गोळ्याचा स्वरस काढावा व तो मुलास दिवसांतून तीन वेळ पाजावा म्हणजे मुरडा बसतो, जठराग्नि प्रदीप्त होतो, व पोटांतील शूळही बंद होतो. तेल लहान मुलास एक ते दोन द्राम देण्यास हरकत नाही

२ कुटकी.—हिच्यांत सारक गुण असल्यानें अजीर्णाच्या योगानें मुलास जो ताप येतो त्यामध्ये ही फार उपयोगी आहे. मुलाला साधारणतः जो ताप येतो त्याचें मुख्य कारण पुष्कळ वेळां पोटांत कांहीं तरी अपक्व पदार्थ असतो हें आहे. त्याचप्रमाणें वेळीं अवेळीं खाऊं घातल्यानें, तसेंच मुलें कित्येक वेळां माती तोंडांत घालतात त्यामुळेही पोट अस्वस्थ होतें. अशा वेळीं लोखंडाच्या भांड्यांत कुटकी भाजून त्याचें चूर्ण करून ठेवावें, व त्याचें एक वाल चूर्ण मुलाला मधांतून चाटविलें असतां त्यास एक दोन वेळां परसाकडे होऊन पोट हलकें होतें, ताप कमी होतो, व थोड्याच वेळांत तें मूल खेळूं लागतें. एक दिवसाआड येणारा ताप, तसाच रोज येणारा ताप, यामध्येही कुटकी फार उपयोगी आहे. याचें प्रमाण-१ वाल दिवसांतून ३ वेळां असें आहे.

३ अतिविष.—हें फार उपयोगी, संग्रहास ठेवण्यालायक औषध आहे. या औषधाच्या नांवावरून हें फार विषारी औषध असावें

असें वाटते.परंतु विषारी मुळीच नाही. लसुणाच्या कळ्यांसारख्या याच्या मुळ्या असतात.याच्या पांढऱ्या व काळ्या अशा दोन जाती आहेत. पांढऱ्या जातीचे अतिविष चांगले. सफेत जातीचीं मुळे टोंकाला निमुळतीं व मध्ये जाड असतात. हीं एकपासून दोन इंच लांब असतात. हे स्वादाला तिखट असते. मुलासाठी याचे खाली सांगितल्याप्रमाणे चूर्ण करून ठेवावे. अतिविषाची कळी, नागरमोथें, काकडशिंगी, पिंपळी, यांचे समभाग चूर्ण करून बाटलींत भरून ठेवावे. लहान मुलांस कृमीपासून जे जे उपद्रव होतात त्या सर्वांवर अतिविष फार उपयोगी औषध आहे. ज्या वेळीं मुलांस दूध पचत नाही, वरचेवर उलटी व रेच होऊं लागतात, त्याचप्रमाणे कोणत्याही कारणानें मुलास ताप येऊन मूल आजारी पडते, तेव्हां हे चूर्ण द्यावे. हे वर सांगितलेले चूर्ण मुलास ताप, खोकला, उलटी वगैरे होत असतां दिलें तर त्यानें सर्व लक्षणे कमी होऊन जातात. मुलासाठीं तर हे वर सांगितलेले चूर्ण इतकें चांगलें आहे कीं त्यावरून त्यास बाळचानुर्भद्रक चूर्ण असें नांव ठेविलें आहे.हे चूर्ण मधांतून १ बाल या प्रमाणानें चाटवितात. ज्वरामध्ये तर हे फारच उपयोगी आहे. रोज येणारा, एक दिवसा आड येणारा, तसेंच सतत ज्वरांत अतिविष फार उपयोगी आहे. ताप निघून गेल्यावरही कांहीं दिवस औषध चालू ठेवावे.

४ ओंवा.—पोट फुगणें,पोटशूळ व अजीर्ण या विकारांवर ओंवा हे एक उत्तम औषध आहे. डोळे येऊन ते दुखू लागले म्हणजे ओंव्याची पुरचुंडी करून त्यानें शेक करावा. त्याचप्रमाणे वाटेल त्या कारणानें पोट फुगलें तर ओंवा, सैंधव, हिंग, व हिरडे यांचें चूर्ण करून दिलें तर पोट फुगलेलें उतरून पोटशूळ.

धांदतो. मूल झोपेंतून वरचेवर उठत असेल, व त्याला रेच व उलट्या होत असतील तर त्याला अजमोदादि गुटिका फार उपयोगी आहे. मुलाला पटकीसारखा उपद्रव झाला म्हणजे वरच्या सारखी लक्षणें होतात, त्यावेळीं या गोळ्यांचा तर फारच उपयोग होतो. ओंवा १ भाग, हिरडे १ भाग, खारीक १ भाग, केशर १ भाग, जायफळ, मोचरस, अफू अर्धाभाग, मध, दालचिनी, लवंग दोन दोन भाग यांच्या बाजरीच्या दाण्याएवढ्या गोळ्या करून ठेवाव्यात. सकाळ-संध्याकाळ एकेक गोळी घ्यावी. त्याचप्रमाणें २० औंस ओंवा ठेचून व त्यांत २ ग्यालन पाणी घेऊन त्या पाण्याची वाफ करून १ ग्यालन पाणी करून ठेवावें.

५ काकडशिंगी.—हें औषध मुलास फार उपयोगी आहे. काकडशिंगी, अतिविष व पिंपळी यांचें समभाग वस्त्रगाळ चूर्ण करून ठेवावें. मुलास ताप येऊन कफानें छाती भरूं लागली म्हणजे वरील चूर्ण १ वाल मधांतून चाटविलें असतां मुलाचा श्वास कमी पडतो. त्याचप्रमाणें त्याला उलटी होत असल्यास ती बंद होते.

६ टाकणखार.—मुलाचें तोंड आलें म्हणजे टाकणखार मधांत मिळवून वरचेवर चाटवितात.

७ तुरटी.—तुरटीचा दोन तऱ्हेनें उपयोग करतात. एक जशीच्या तशीच व दुसरी त्याची लाही करून वापरतात. लाही करण्याची कृति अशी आहे कीं भांड्यांत तुरटी घेऊन त्याला खालती उष्णता लावावी. म्हणजे फटकी शिजू लागते; शिजण्याचें बंद झालें म्हणजे ती खाली उतरावी व तिचें चूर्ण करावें. तें पांढरें शंखासारखें होतें. ही फटकी पोटांत घावयास चांगली. लहान मुलाचे डोळे आल्यास तुरटी १ गुंज व १ औंस पाणी, याप्रमाणें करून दिवसांतून ३।४ वेळ डोळ्यांत थेंब टाकावेत. व शिवाय त्या पाण्यानें

डोळे वरचेवर धुवावेत. मुलाच्या डांग्या खोकल्यावर फटकीची पूड एक ते दोन गुंजा मधांतून वरचेवर चाटवावी. या योगाने उबळीचा जोर कमी होतो, व उलटी होत असल्यास बंद होते.

७ नवसागर.—हे औषध सर्वास ठाऊक असून बाजारांत सर्व ठिकाणी मिळते. कोणत्याही ठिकाणी पू होण्याचे लक्षण असले तर त्या ठिकाणी रक्त सांचून तो भाग सुजतो. तो भाग लाल होतो व थोडा थोडा दुखतो. अशा वेळीं दोन ड्राम नवसागर अच्छेर थंड पाण्यांत टाकून त्याची घडी त्या भागावर ठेवावी. म्हणजे मग त्या भागांत पू होत नाही. बाळंतीण झाल्यावर स्तनांत दूध सांचून त्यानें स्तन कठीण होऊन दुखू लागतात. तेव्हां त्यावर वरील मिश्रणाची घडी ठेवली म्हणजे सूज कमी होईल. त्याचप्रमाणे ठेंच लागून किंवा सुरगळून जो काळेनिळेपणा येतो त्यावर वरील मिश्रणाची घडी ठेवावी. म्हणजे वेदना कमी होऊन सूज कमी होते.

८ बाळंतशोपा.—मुलांचे पोटदुखीवर व पोटफुगीवर यासारखें अप्रतिम औषधच नाही. बाळंतशोपा नुसत्या न देतां त्यांचें पाणी करून देतात. यास इंजर्जीत डिल-वाटर म्हणतात. १ तोळा शोपा व अच्छेर पाणी यांचा चांगला काढा करून गाळून, थंड करून मग तो एक ते दोन ड्राम दिवसांतून ३।४ वेळां घावा. आषाढासारख्या महिन्यांत जेव्हां दूध पचत नाही, वरचेवर पोट फुगते, तेव्हां तेव्हां उलट्या व जुलाब होतात, अशा वेळीं दिवसांतून ३।४ वेळां हा काढा दिल्यास फार चांगला उपयोग होतो.

९ वावडिंग.—वावडिंग बालकासाठीं फार उपयोगी औषध आहे. कृमिविकार, त्यामुळे होणारा पोटशूळ, अजीर्ण, उलटी होऊं लागली कीं, त्याचा काढा करून प्यावयाला देतात, किंवा

चूर्ण मधांतून चाटवितात. दोन बाल चूर्ण दुधांतून पाजितात. त्या योगाने पोट दुखणे थांबते, अन्न चांगले पचते. याचे योगाने कृमि मरतात, पण ते बाहेर पडत नाहीत. म्हणून एक दोन दिवस वावडिंग दिल्यावर मग एरंडेल तेलाचा जुलाब द्यावा. पोटफुगी झाल्यास तीही याने कमी होते.

१० मायफळ.—अतिसार आणि रक्तातिसार यांमध्ये मायफळ उपयोगी आहे. मायफळाचा काढा करून दिला म्हणजे त्या योगाने रक्त पडणे थांबते. घसा दुखू लागला म्हणजे मायफळाचे काढ्यांत तुरटी घालून त्याने गुळण्या करितात.

११ मुरडशिग—हे औषध ग्राही असल्याने मुरडा, पोट दुखणे, अतिसार या विकारांत याचा उपयोग करावा. व हे औषध निरुपद्रवी असल्याने मुलास वापरण्यास कोणचीही हरकत नाही. कानांतून पू वाहत असल्यास याची भुकी करून ती कानांत टाकतात. मुलास १ बाल प्रमाणाने द्यावे.

१२ तुळस.—तुळस सर्व हिंदुलोकांना माहित आहे. तुळशीचे पान सरदी खोकला या विकारांत फार वापरतात. मुलाच्या छातींत जेव्हां कफ फार भरलेला असतो, व जेव्हां घर्घर् असा कफ वाजतो, तेव्हां तो कफ पातळ होऊन निघून जाण्यास तुळशीचा रस मुलांस पाजतात.

१३ त्रिफळा.—हे औषध सर्वास माहित आहे. यांत हिरडा, बेहडा व आंबळकाठी हे तीन पदार्थ असतात. मुलास परसाकडे होत असल्यास एक मासाभर चूर्ण मधांतून चाटविले तर परसाकडे साफ होते.

१४ ब्राह्मी.—मुलास बालगृह किंवा आंकडी होते त्या विकारावर ब्राह्मी फार उपयोगी आहे. त्याची तीन चार पाने घेऊन

त्याचा स्वरस काढावा. व त्यांत थोडी साखर घालून तो दोन तीन वेळां दिवसांतून द्यावा. त्याचप्रमाणें परसाकडच्या वाटे रक्त पडूं लागलें तर ब्राह्मीच्या रसांत जिरें घालून देतात.

१५ अडुळसा.—याचीं झाडें सर्व ठिकाणीं आढळतात. औषधाच्या कामीं याच्या पानांचा व मुळ्यांचा उपयोग करितात. मुलांच्या कफविकारावर याचीं पानें चांगलीं गुणकारी आहेत. त्याचा पुटपाकानें रस काढावा. ओलीं पानें घेऊन तीं केळीच्या पानांत गुंडाळावीत व वरून मातीचा लेप करावा व फोपाट्यांत भाजून काढावीत. नंतर केळीचीं पानें काढून आंतील अडुळशाचीं पानें घेऊन तीं हातावर चोळून रस काढावा. हा रस अदमासे १० ते १५ थेंब, दोन गुंजा ते ४ गुंजा टाकणखार व मध ४ मासे एकत्र मिश्र करून मुलास ४।५ वेळां दिवसांतून चाटवावें. म्हणजे कफाचा नाश होतो. माकडखोकल्याची उबळ कमी होण्यास व कफ मोकळा होण्यास अडुळशाच्या मुळीचा रस काढून त्यांत १ पासून २ गुंजा तुरटीची पूड व मध मिसळून चाटवावें.

१६ माका.—मेंदूच्या विकारावर माकां फार उपयोगी आहे. कोंकणांत मुलास बालग्रह झाले असतां माक्याची खीर करून देतात व त्यानें आंकडी बंद होते. खीर करण्याची कृति येणें-प्रमाणें:—माक्याचा रस १ तोळा, सुण्ठीचा रस २ तोळे, निर्गुडीचा रस १ तोळा, अगस्त्याच्या फुलांचा रस ३ तोळे, द्रोणपुष्पीचा रस ५ तोळे, या सगळ्यांचा रस एके ठिकाणीं करून त्यांत त्या सर्वांच्या चौपट नारळाचें पाणी घालतात व उकळतात. व नंतर त्यांत थोडे तांदूळ टाकतात व त्याची खीर गूळ घालून करतात व दिवसांतून दोन वेळ देतात. यानें आंकडी बंद होते.

१७ गुंजा.--आपल्या इकडे गुंजा सर्वत्र मिळतात. गुंजांवरची तांबडी साल काढून ४-६ गुंजा दोन औंस कढत पाण्यांत टाकाव्या. नंतर थंड झाल्यावर डोळ्यांत त्याचे थेंब टाकावे. यापासून डोळ्यांची लाली व पाणी गळणें थांबतें. लहान मुलाचे खोकल्यावर पांढऱ्या गुंजेचें मूळ २ औंस, भाजीच्या भेंड्याचे लहान लहान तुकडे १ औंस व पाणी १ पाईट घालून अर्धा तास उकळावें. व गाळून घेतल्यावर त्यांत आठ औंस खडीसाखर व मध घालून सरबताइतकें घट्ट होईपर्यंत पुनः उकळावें व काचेच्या बाटलींत भरून ठेवावें. लहान मुलास खोकला झाला कीं यापैकीं एक द्रामपासून दोन द्रामपर्यंत दिवसांतून ३।४ वेळ द्यावें.

१८ बेलफळ.--आपल्यामध्ये हें झाड फार पवित्र मानलें आहे. परसाकडचें बंद होण्याकरतां तसेंच जुन्या संग्रहणीवर, याचा उपयोग होतो. हिरव्या बेलफळाचा मगज अतिसार बंद करण्याकरितां करितात. पिकलेलें बेलफळ सारक आहे, रक्तातिसारावर व इतर सर्व प्रकारच्या हगवणीवर यासारखें दुसरें औषध नाही. बेलफळांतील गीर दोन औंस घेऊन त्यांत ४ औंस पाणी मिसळावें, व त्यांत थोडी साखर घालून दिवसांतून ३।४ वेळां द्यावा. याचें प्रमाण २।४ द्राम असतें. बेलफळें नेहमीं मिळत नाहीत म्हणून त्यांतील गीर काढून वाळवून त्याची पूड करून ठेवतात. ती १० ते ३० ग्रेन गुळाबरोबर देण्यास हरकत नाही.

१९ चुन्याची निवळी.--लहान मुलांस दूध पचन न झाल्या-कारणानें तें वांतिवाटे दह्यासारखें घट्ट होऊन पडतें, अथवा नेहमीपेक्षां शौचास जास्त होतें, तेव्हां ही दुधाबरोबर मिसळून

दिली असतां फार चांगला गुण येतो. मुलाचें अंग भाजल्यास चुन्याची निवळी व गोडें तेल समभाग, घेऊन, त्याचे मिश्रणांत कापडाचे तुकडे भिजवून लावल्यास, अंगाची भाग कमी होऊन भाजलेली जागा लवकर बरी होते. यास इंग्रजींत कॅरन ऑईल म्हणतात. निवळी करावयाची झाल्यास दोन औंस चुन्याचे खडे घेऊन ते एक ग्यालन पाण्यांत टाकावे, आणि तें मिश्रण तसेंच चारा तास ठेवावे. म्हणजे न विरघळलेला चुना भांड्याच्या तळाशी बसतो, व वर स्वच्छ पाणी येतें, त्यास चुन्याची निवळी म्हणतात. ही घेऊन एका बाटलींत घालून ठेवावी. ही पुष्कळ दिवस राहिली तरी बिघडत नाही.

इंग्रजी औषधें.

१ टिंकचर कॅम्फर कम्पाउंड.—या अर्कांत कापूर, बडिशे-पेचा अर्क आणि अफू, इतकी औषधें असतात. लहान मुलास खोकला पडसें झाल्यास या औषधानें गुण येतो. मुलास ढाळ होत असले तरी सुद्धां याचा उपयोग होतो. हें मुलास २ पासून १०-१५ थेंब देण्यास हरकत नाही.

इपिक्याक्युआना वार्डन.—याचे अंगीकफ मोकळा करण्याचा धर्म आहे. इंग्रजी औषधांपेक्षां इपिक्याक्युआनाच्या ३० पोटं-सीच्या होमिओपाथिक गोळ्या घेऊन ठेवाव्यात. या गोळ्या फार उपयोगी आहेत. मुलास जेव्हां हिरव्या रंगाचें नुसतें परसाकडे होतें किंवा फेसयुक्त परसाकडे होतें, त्यावेळीं या गोळ्यांचा फार उपयोग होतो. या औषधानें पिवळ्या रंगाचें असें नेहमी-प्रमाणें परसाकडे होऊं लागतें. त्याचप्रमाणें मुलास कोणत्याही कारणानें पोटाचा क्षोभ होऊन अपचनानें दूध घातल्याबरोबर ओकून पडणें, व इतर साधारण सर्व प्रकारच्या वांतीवर यासारखें

हटकून गुण देणारें दुसरें औषध नाहीं. रोगाच्या मानाप्रमाणें तासातासाच्या अंतरानें एकेक गोळी घावी. तसेंच लहान मुलास पडसें आलें असतां दिवसांतून ३।४ वेळां यांपैकीं दोन दोन गोळ्याप्रमाणें घावें. म्हणजे त्यानें पडसें तेव्हांच थांबतें. त्याचप्रमाणें मुलास आंव झाली असतां या गोळ्या दिल्या म्हणजे त्याचे योगानें आंव थांबते. त्याचप्रमाणें नाकांतून, तोंडांतून, परसाकडच्या वाटे, कोणच्याही वाटे, रक्त पडूं लागल्यास अग्नेदर याच औषधाचा उपयोग करावा. यानें रक्तस्राव बंद होतो.

२ अँटिमनी टार्ट.-औषधाच्या होमिओपॅथिक गोळ्या ३० पोटंसीच्या आणवून संग्रहीं ठेवाव्यात. मुलाचे पोटांतील होऊन पोट उडूं लागलें म्हणजे यासारखें अप्रतिम औषध दुसरें कोणतेंही नाहीं. दोन दोन तासांच्या अंतरानें किंवा विकाराचा जोर जास्त झाल्यास तासानें ही एकेक गोळी घावी. या विकारांत मुलाचे डोळ्यांस झांपड फार असते, व मूल बरेच वेळानें थोडेंसें खोकतें. विकार वाढल्यास छाती कफानें भरते, तेव्हां सुद्धा डाक्टराच्या सल्ल्यानें या औषधांचा उपयोग तो सांगेल त्याप्रमाणें चालू ठेवल्यास छातीतील कफ मळावाटे निघून जातो व विकाराचा जोर कमी पडतो. या औषधाबरोबर होमिओपॅथिक अकोनाइट हें औषध आलटून पालटून घावें. या औषधाच्या ६ गोळ्या १ औंस पाण्यांत घालून दरवेळेस एक ड्राम. हें औषध अँटीमनी टार्टबरोबर आळीपाळीनें देतात:

३ ह्रियाय् किंवा रुबार्ब.—हें औषध अजीर्ण व अग्निमांद्य या विकारांवर चांगलें उपयोगी पडतें. कार्बोनेट् आफ् सोडा २ ग्रेन, विस्मथ सबनैट् ८ ग्रेन, रुबार्ब १२ ग्रेन, हीं एकत्र करून त्याच्या १२ पुड्या कराव्यात. दिवसांतून ३ वेळां हें औषध घावें. अग्नि-

मांघामुळें हिरव्या रंगाचें परसाकडे होऊन त्याला अंबूस वास येतो तेव्हां चिह्याय् या औषधाच्या होमिओपथिक ३० पोटंसीच्या दरवेळेस २ गोळीयाप्रमाणें दिवसांतून तीन वेळां दिल्यास त्यानें हटकून बरें वाटतें.

४ स्पिरिट् इथर नायट्रोसी.—या औषधाचे अंगीं स्वेदोत्पादक गुण आहे. लहान मुलांस ताप आला असतां खालीं लिहिल्याप्रमाणें मिश्रण करून द्यावें. स्पिरिट् इथर नायट्रोसी ६० थेंब, पोटॅश सायट्रस् २० ग्रेन, लायकर अमोनिआ अॅसिटेटिस २४० थेंब, कापराचें पाणी २४० थेंब, शुद्धोदक १॥ औंस, हीं एकत्र करून दर दोन अगर् तीन तासास एक संध्येच्या पळीभर १ पासून ४ वर्षांच्या मुलास द्यावें.

५ कोयनेल.—हे औषध हिंतापावर येतें, हें सर्वास ठाऊक आहे. या औषधाचें खालीं लिहिल्याप्रमाणें मिश्रण करून ठेवावें.

कोयनेल १० ग्रेन, ऍसिड् सल्फ्युरिक डिल्यूट १० थेंब, ग्लिसरीन अर्धा औंस. पाणी $\frac{1}{2}$ औंस, या औषधाचें मिश्रण घाम येतेवेळीं, व ताप उतरूं लागला म्हणजे, २।३ वर्षांच्या मुलास दिवसांतून तीन वेळां एक संध्येचे पळीभर द्यावें. याप्रमाणें दिलें असतां ताप येणार नाही.

६ क्लोरोडाईन्.—या औषधांत विषारी पदार्थ फार मिसळलेले असतात. म्हणून याचा उपयोग फार काळजीपूर्वक केला पाहिजे. मुलास वांति, जुलाब, पोटांत मुरडा, पोट दुखणें इ० विकारांवर देतात. लहान मुलास झोंप चांगली लागत नसल्यास एखादेवेळीं एक दोन थेंब देण्यास हरकत नाही. लहान मुलास १ पासून ५ थेंबावरती हें देऊं नये.

७ व्हायोलेट पावडर.—लहान मुलाचे जांघेंत, मानेंत केव्हां केव्हां ओलावा राहून ती जागा लाल होते. तेव्हां त्या ठिकाणी ही पूड कुंचल्यानें लावावी. म्हणजे ओलावा शोषला जातो. ही कशी लावावी हें मागें सांगितलेंच आहे.

चाक् (खडू).—या औषधाचा उपयोग मुलास अतिसार होऊं लागला असतां करतात. याचें मिश्रण खालीं सांगितल्याप्रमाणें करावें.—खडूची सुगंधी पूड १५ ग्रेन, काताचा अर्क ४० ग्रॅव, साल्व्होलेटार्ईल ४० ग्रॅव, पाणी दोन औंस, हीं एकत्र करून तीन तीन तासांनीं एक संध्येची पळी द्यावें.

९ सॅन्टोनाईन.—हें जंतावर रामबाण आहे. हें औषध रात्री निजतेवेळीं साखरेबरोबर द्यावें. व दुसरे दिवशीं एरंडेल द्यावें. एका वर्षाचे मुलास १ ग्रेन. मोठ्या माणसास ३।४ ग्रेन पेक्षा जास्त देऊं नये.

१० टिं. बेन्झाइन को.— बाहेर शरीरास कांहीं तरी दगड लाकूड लागून एखादी लहानशी जखम झाल्यास थोडासा कापूस घेऊन त्यावर टिं. बेन्झाइन को टाकावें, व नंतर तो कापूस पिळून जखम झालेल्या भागावर लावावा. म्हणजे त्याचे योगानें रक्त साफ बंद होऊन जखम लौकर बरी होते. शिवाय १ औंस टिक्चर बेन्झाइन को घेऊन त्यांत दोन ते तीन औंस सार्धें तेल घालून तें हलवून ठेवावें. व जखम झालेल्या भागावर त्या तेलांत कापड भिजवून तें नीट पिळून मग जखमेवर लावावें. या योगानें जखम लवकर बरी होते.

भाग १५ वा.



कांहीं उपयुक्त माहिती.

थर्मामिटर.—ही शारीरिक उष्णता मापण्याचें एक लहानसें कच्चेचें नळीसारखें यंत्र असतें. याचें एक टोंक बारीक असून त्यांत पारा भरलेला असतो. या टोंकातील पाण्यास उष्णता लागतांच तो उष्ण होऊन प्रसरण पावतो, व नळींतून वर चढतो. या नळीवर ९५ पासून ११० पर्यंत आंकडे घातलेले असतात. याचें कारण इतकेंच कीं, मनुष्याची शारीरिक उष्णता ९५ पेक्षां कमी किंवा ११० पेक्षां अधिक झाल्यास तो जिवंत राहूं शकणार नाही. निरोगी स्थितींत शरीराची उष्णता ९८ $\frac{1}{2}$ अंशावर किंवा थोडी कमी असते. प्रत्येक डिग्रीमध्ये अंशाचे पोटभाग दर्शविण्याकरितां एका अंशापासून पुढील अंशापर्यंत पांच रेखा दाखविलेल्या असतात. यंत्रावर ज्या ठिकाणी तिरासारखी खूण केलेली असते ती शरीराची स्वाभाविक उष्णता दर्शविते. ९९ डिग्रीपेक्षां जास्त उष्णता झाल्यास ज्वर आहे असें समजावें, व ९७ पेक्षां कमी झाल्यास त्याचें कारण काय आहे, हें शोधून पाहावें. १०० पासून १०२ डिग्रीपर्यंत उष्णता झाल्यास साधारण ज्वर म्हणतात. १०२ पासून १०५ डिग्रीपर्यंत उष्णता असल्यास जोराचा ताप म्हणतात. आणि १०५ डिग्री पलीकडे गेल्यास भयंकर ताप म्हणतात.

शरीराची उष्णता पाहणें, त्या वेळीं नळी हातांत घेऊन त्याचा पारा तीराच्या खाली म्हणजे ९६ वर येईपर्यंत झाडावा, नंतर नळीचें पारा असलेलें टोंक काखेंत देऊन तें यंत्र जितके मिनि-

टाचें असेल तितकीं मिनिटें काखेंत गच्च धरण्यास सांगावें. अशा स्थितींत ही नळी पांच मिनिटें अथवा ती जेवढ्या अवकाशाची असेल तितकीं मिनिटें ठेवावी. थर्मामिटर लावण्यापूर्वी जितक्या त्यावर डिग्रीचा पारा आणलेला असेल तितक्याच डिग्रीवर जर थर्मामिटरमधील पारा चढलेला असला तर थर्मामिटर चांगलें लागलें गेलें नाहीं असें समजावें, व पुन्हां बरोबर लावावें. काखेंत घामाच्या योगानें ओलावा आला असल्यास घाम पुसून मग थर्मामिटर लावावें. नाहीं तर उष्णता बरोबर समजणार नाहीं. उष्णता होतां होईतो दररोज नेमलेल्या वेळीं पाहावी. ती सकाळीं व संध्याकाळीं अशी दोनदां मोजली म्हणजे बस होतें.

औषधमापन.—औषधें दोन प्रकारचीं असतात. घट्ट व पातळ. पैकीं घट्ट औषधें ज्या वजनानें मोजतात त्यांस ग्रेनवेट् असें म्हणतात. याचें कोष्टक खालीं लिहिल्याप्रमाणें आहे.

६० ग्रेन	१ ड्राम.
८ ड्राम	१ औंस.
२० ग्रेन	१ स्क्रूपल.
१६ औंस	१ पौंड.

पातळ औषधें मापतांना तीं ठराविक मापाच्या भांड्यांतून मोजून घेतात. त्यांचें प्रमाण व चिन्हें खालीं दिल्याप्रमाणें आहेत

६० थेंब =	१ ड्राम ३३
८ ड्राम =	१ फ्लुइड औंस ozi
२० फ्लुइड औंस =	१ पाईट oj
८ पाईट =	१ गॅलन ci

याशिवाय कित्येक वेळां अंदाजी मापें सांगतात, तेव्हां तीं माहीत असणेंही अत्यंत अवश्य आहे. कित्येक पेटंट औषधांच्या

बाटलोवर टी स्पूनफुल, टेबल स्पूनफुल असें लिहिलेले असते. तेव्हां अशा वेळीं किती औषध द्यावे हे कळावे म्हणून साधारण अंदाजी माप खाली दिल्याप्रमाणे द्यावे.

१ टी-स्पूनफुल	=	१ फ्लुइड ड्रॅम
१ डेसर्ट-स्पूनफुल	=	२ फ्लुइड ड्रॅम
१ टेबल-स्पूनफुल	=	४ फ्लुइड ड्रॅम
१ वाइन-ग्लासफुल	=	१॥ ते २ फ्लुइड औंस
१ टी-कपफुल	=	५ फ्लुइड औंस
१ ब्रेकफास्ट कपफुल	=	८ फ्लुइड औंस
१ टंबलरफुल	=	१० ते १२ औंस

बाह्योपचार.—शरीराच्या कोणत्याही भागावर दाह होऊन दुःख होत असलेल्या जागेवर, ओळी उष्णता (ऊन पाणी, वाफ वगैरे) किंवा थंड पदार्थ लावले असतां दुःख कमी होऊन रोग्याला वर वाटते. इतकेच नव्हे, तर दाहाच्या क्रियेवर देखील त्याचा हितकारक परिणाम घडतो. दाह अति कडक असून रोगी शक्त असेल तर दाहाच्या जागेवर थंड पदार्थ लावतात. परंतु रोगी अशक्त असल्यास, दाहाच्या जागी उष्णता लावणे हितकर असून रोग्याला सुखावह होते.

शेकणे.—शरीराच्या कोणत्याही भागाचा कोरडी किंवा ओळी उष्णता लावायाची त्या क्रियेस शेकणे म्हणतात. शेक देण्याचे पुष्कळ प्रकार आहेत. पैकीं मुख्य मुख्य पुढीलप्रमाणे आहेत.

साधी वाफ देणे.—ज्या भागावर दाह होत असेल त्यावर पुरेसे लिट किंवा फ्लानेलचे बरेचसे तुकडे घेऊन एकावर एक ठेवावे. नंतर २५-१२ इंचीचा कांबळीचा तुकडा घ्यावा. हा तुकडा चांगला पसरून त्यांत वर सांगितलेले लिट, किंवा फ्लानेलचे

तुकडे एकावर एक ठेवावे. नंतर मग या सर्वांवर आधणाचें पाणी ओतून कांबळीचीं दोन्ही टोकें हातांत धरून एकमेकांच्या उलट दिशेनें पिळावीत. या रीतीनें लिन्ट किंवा फ्लानेलच्या तुकड्यांतील पाण्याचा अंश सर्व काढून टाकावा, आणि मग ते रोग्याजवळ नेऊन हळूच उकळावेत. कांबळी उकळून त्याच्यांत असणारे गरम लिन्टचे तुकडे दाह झालेल्या भागावर ठेवावेत. त्यावर जॅकोनेटचा मोठासा तुकडा टाकून मग त्या सर्वांना कापूस आणि बँडेज यांचें वेष्टन द्यावें.

बोरिकचा शेक.—वर सांगितल्याप्रमाणें लिन्ट किंवा फ्लानेलचे तुकडे उकळत्या बोरीक लोशनमध्ये बुडवून ते पिळून काढावेत व नंतर ते वर सांगितल्याप्रमाणें दाह झालेल्या भागावर बांधावेत.

टरपेनटाइनचा शेक.—साध्या उकळत्या पाण्यांत बुडवून तयार केलेलें लिन्ट पिळून काढून त्यावर चहाचे दोन चमचे टरपेनटाईन तेल शिंपडावें. किंवा वीस औंस उकळत्या पाण्यांत चहाचे दोन चमचे टरपेनटाईन तेल ओतून तें खूब ढवळावें, आणि मग वरप्रमाणें त्यांत लिन्ट बुडवून तयार करावें. या दोहोंपैकी कोणत्याही तऱ्हेनें तयार केलेलें ऊन लिन्ट जीर्ण दाहावर शेक करण्यास उपयोगांत आणतात.

बेलाडोनाचा शेक.—ग्लिसरीन आफ् बेलाडोनाचे दहा थेंब एक औंसभर पाण्यांत मिसळावे. साधा शेक करतांना जें लिन्ट तयार केलें जातें तसें तयार करून, दाहाच्या जागीं लावावयाच्या त्यावर वर सांगितलेलें ग्लिसरीन आफ् बेलाडोना लोशन शिंपडून मग तें गरम लिन्ट दाहाच्या जागीं लावावें.

पोल्टिस—अळशीचें पोल्टिस. चार औंस कुटलेली अळशी घेऊन दहा औंस उकळत्या पाण्यांत टाकावी, व ती ढवळीत

वसावे. साधारणपणें घट्ट झाल्यावर ती कॅलिकोवर पसरावी. अशा रीतीने पसरत असतां चारी बाजूंकडील थोडेंसें कापड तसेंच कोरडें राहूं द्यावे. हा कोरडा भाग पसरलेल्या अळशीवर सर्व बाजूंनीं दुमडून ध्यावा. अशा रीतीने तयार केलेलें पोल्टिस रोग्या-जवळ चटकन नेऊन दुखण्या भागावर लावावे. मग त्यावर कॅाटन वूल ठेवून त्या सर्वास बँडेजनें बांधून टाकावे.

राईचें पोल्टिस.—वर सांगितल्याप्रमाणें अळशीचें पोल्टिस तयार करून त्यांत कोमट पाण्यांत कुटलेली राई मिळवावी. राई मिळवतांना सर्व जागीं सारखी मिळवावी. प्रमाण—१६ भाग अळशीबरोबर १ भाग राई. परंतु दाह, वयोमान, व रोग्याची स्थिति, हीं लक्षांत घेऊन वरीलप्रमाणें कमी जास्त करावें.

राईच्या पानांचा शेक—राईचें पोल्टिस लावण्यापेक्षां राईचा घानें लावणें ही क्रिया अधिक स्वच्छकारक असल्याकारणानें इचा उपयोग पुष्कळ वेळां करतात. मोहरीचें पान उकळत्या पाण्यांत बुडवून तें दुसऱ्या भागावर ठेवून तें सगळें बँडेजनें बांधावे. मोहरीचें पान दुसऱ्या भागावर किती वेळ ठेवावयाचें तें वैद्यास विचारावे.

बर्फाचें पोल्टिस.—आटा किंवा जवाचें पीठ घेऊन त्यांत थोडेंसें मीठ घालावे, आणि यांबरोबर बर्फाचे बारीक तुकडे मिळवावे. हें वरील मिश्रण रबराच्या कापडांत ठेवून त्या कापडाचीं टोके क्लारोफार्मनें बंद करावी. नंतर ज्या भागावर दाह झाला असेल, त्या जागीं लिटचा बारीक तुकडा ठेवून मग त्यावर पोल्टिस ठेवावे.

बर्फाच्या पिशव्या.—या पिशव्या रबरी असून नानातऱ्हेच्या असतात. प्रत्येक पिशवीला एक लहानसें तोंड असून त्यावर स्कूचें

झांकण असतें. बर्फाचे लहान लहान तुकडे करून ते या पिशवींत टाकावे. नंतर पिशवीचें तोंड बंद करावें. शरीरावर दाह झालेल्या ठिकाणी लिन्टचा लहानसा तुकडा पसरून त्यावर वर सांगितल्याप्रमाणें तयार केलेली पिशवी ठेवावी. बर्फाच्या पिशवीकडे नेहमीं नजर ठेवावी. पिशवींतील बर्फ वितळल्यावर पिशवी तशीच राहूं देऊं नये. वितळून झालेलें पाणी काढून टाकावें, व पिशवींत पुनः बर्फाचे तुकडे पूर्ववत् भरून ती पुनः उपयोगांत आणावी. बर्फापासून पिशवींत झालेलें पाणी रोग्याच्या अंगाला लागून ठवणें धोक्याचें आहे. जोरदार ताप आल्यास शीतोपचार म्हणून ही बर्फाची पिशवी तापाच्या जोराप्रमाणें अर्धा तास किंवा अधिक डोक्यावर ठेवतात.

चुन्याची निवळी (लाइमवाटर).—दोन औंस कळीचा चुना एका स्वच्छ बाटलींत घालून त्यांत, ग्यालन स्वच्छ पाणी घालावें; व तिला गच्च बूच बसवून ती ४५ मिनिटें खूब हालवावी आणि त्यांतील सर्व चुना बाटलीच्या तळाशीं जमेपर्यंत ती तशीच ठेवावी. नंतर आंत चुन्याचा अंश न येईल अशा रीतीनें गाळून हे पाणी उपयोगांत आणावें. घाईच्या वेळीं अर्धा किंवा एक तास ठेवून उपयोगांत आणलें तरी चालेल.

बार्ली वाटर.—एक मोठा चमचाभर बार्ली घेऊन चार पांच वळां पाण्यानें धुऊन टाकावी. व मग ती शेरभर पाण्यांत घालून एक तासपर्यंत मंदाग्नीवर शिजवावी. बार्ली नरम झाली म्हणजे पाणी गाळून घ्यावें.

राईस वाटर.—दोन मोठे चमचे तांदूळ घेऊन स्वच्छ पाण्यानें धुवावे. नंतर साधारण दोन शेर पाण्यांत तीन तासपर्यंत ते

भिजत ठेवावे, व मग मंदाग्रीवर एक तासभर नरम होईतोंपर्यंत उकळावे. नंतर पाणी गाळून घ्यावे.

केसीन काढून टाकलेले गाईचे दूध करण्याची कृति याला व्हे म्हणतात. ज्या मुलाला गाईच्या दुधातील केसीन पचत नाही, त्याला याचा उपयोग करावा. हे इसेन्स ऑफ रेनेट्, शेरी वर्डिन, किंवा लिंबाचा रस, यांपैकी कोणत्याही एकाचे योगाने तयार करतां येते.

अर्धा पाईट दूध घेऊन ते थोडे कोमट करावे. त्यांत अर्धा चमचा इसेन्स ऑफ रेनेट घालावे, व घट्ट होईपर्यंत ठेवावे. नंतर ते चमच्याने मोडून एका स्वच्छ कपड्यांतून गाळून घ्यावे. या पाण्यास 'व्हे' म्हणतात. याचे मिश्रण खाली लिहिल्याप्रमाणे तयार करावे:—

व्हे—८ मोठे चमचे.

क्रीम—दोन लहान चमचे.

साखर—१ सपाट चमचा.

या प्रमाणे मिश्रण तयार करून दिल्यास ६ महिन्याचे आंतील मुलास कित्येक आठवडेपर्यंत पोषण करितां येते.

क्रीम घरी करण्याची रीत.—एक शेर दूध रुंद तोंडाच्या बाटलीत घालून तिचे तोंड बंद करून ती थंड जागेत ३ तास ठेवावी. त्याच्या सभोवती बर्फ ठेवल्यास उत्तम. म्हणजे तेवढ्या वेळांत त्या दुधातील लोण्याचा अंश वर जमा होतो. हे दूध फार न हालवतां वरचे फक्त अर्धे किंवा ३/४ काढून घ्यावे. या वरच्या दुधास क्रीम म्हणतात. या दुधांत ८ टक्के फॅट असते.

वॉर्म बाथ.-एक लांकडाचें पीप किंवा एकादें मोठें पातेलें घ्यावें. त्यांत हाताला सोसेल इतकें गरम पाणी घालावें. ज्या मुलास वॉर्म बाथ देणें असेल त्यास पिपांत बसत्रिलें असतां पाणी त्याचे मानेपर्यंत येईल इतकें असावें. एक दोन महिन्याचे मुलास पाण्यांत दोन मिनिटांहून जास्त ठेवूं नये. याहून मोठ्या मुलास वयाच्या व शक्तीच्या मानाप्रमाणें तीन पासून ८ मिनिटेपर्यंत ठेवण्यास हरकत नाही. मुलास पाण्यांतून बाहेर काढल्यावर ताबडतोब टावेलानें पुसून कोरडे करावें, व त्याचे अंगांत कपडे घालावे. पायांत मौजे घालावे. घाम यावा अशी इच्छा असल्यास त्याचे अंगावर पांघरूण घालून त्यास निजवावें. एरवीं हें करण्याची जरूरी नाही. अंगांत कपडे घालून मुलास दोन तास उघड्यावर नेऊं नये.

मुलास आंकडी आली असतां वॉर्म बाथ द्यावा. तसेंच सर्दी झाल्यास किंवा एकाएकी जुलाब होऊं लागले असतां वॉर्म बाथ दिल्यानें फायदा होतो.

मस्टर्ड फूटबाथ-मुलाचे गुडघ्यापर्यंत पाणी येईल इतकें खोल भांडें घ्यावें. ह्यांत हातास सोसवेल इतकें गरम पाणी घालावें. गरम पाण्यांत राईची भुकी घालावी. मुलाचे पाय भांड्यांत बुडवून त्याचे सभोंवती ब्लॅकेट गुडाळावें, व मुलाचे वयोमानाप्रमाणें त्याचे पाय ३ ते ८ मिनिटांपर्यंत ठेवावे. पाण्यांतून पाय काढल्यानंतर लागलेच ते पुसून कोरडे करावे, व गरम-मौजे चढवून, मुलास पांघरूण घालून विछान्यावर निजवावें.

6



REFBK-0002014

REFBK-0002014