

D-r L. M. LIKT

**ZEVDEG-KISKA
SOGƏTTEZ**

1936
KOMIGIZ—KUDЬMKAR

D-r L. M. LIXT

ZEVDƏG-KISKA SOĞƏTTEZ

Vuzətis I. I. Radoştev

KOMİGİZ

1936

KUDŞMKAR

Къв3.

Zevdəg-kiska sogattez kerənə ızbt vred mijan stranais uzaliş otlrlə. Una enija sogatteşan dyr kezə əstənə uzalan sposobnost da i nə jecə vek kezə kolçənə invaliddezen. A tymbda otlrys ena sogatteşan tomən kulanın.

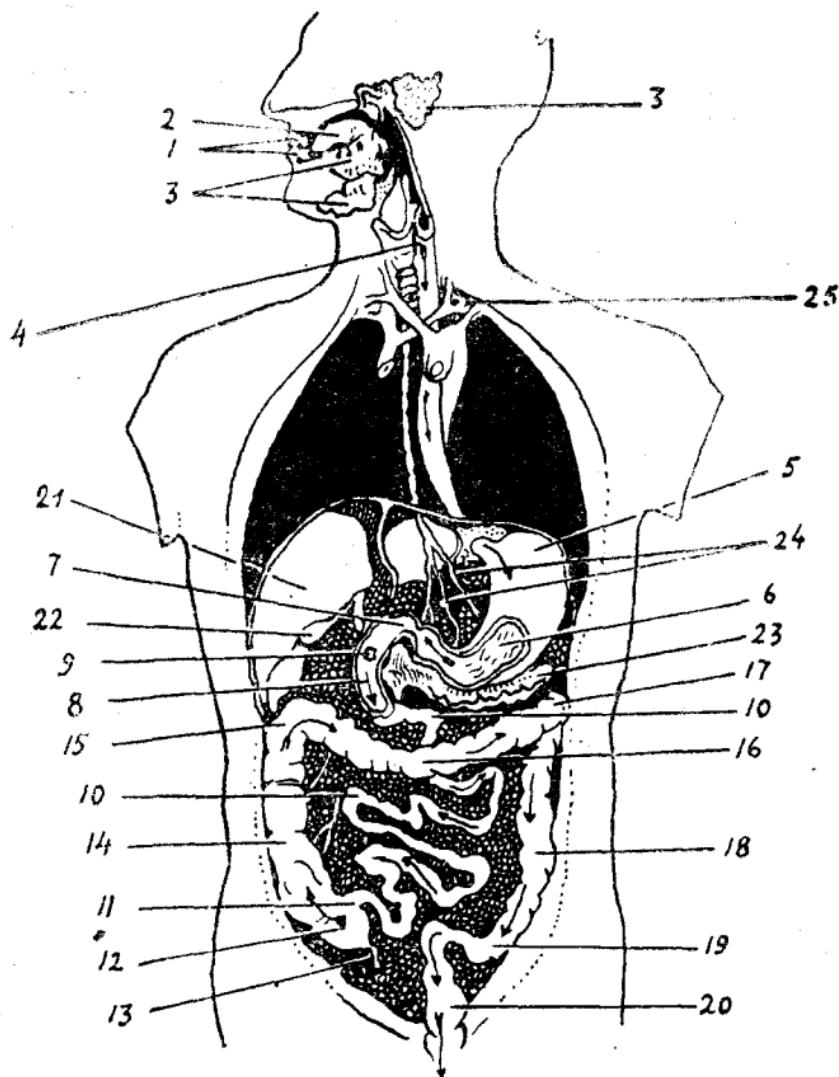
Çelad kadşan pondətçikə zevdəg-kiska sogattez dugdəvtəg bespokoitənə mortsə olikas i kolçənə pərişmətəz. Kin ez kylvə çelad myt jılış, a medunasə gozumşa zar kad kosta? Medbur, zorizaşan kad çulətik kosta, kyz suam, kylkas da nołdas goddezə, una otlir sogalənə əddən maitçana sogatən, kəda susə **zevdəg gəgrəsa jazvaən**. A səvərən nołdas god vərən nəsoça pondə niətnə assis razrusajtan izsə medopasnəj, medləg mijan **vrag—rak**.

Medvə vragə vermyń, kolə, kyz vaitənə, medperovo burzyla sijə tədimań, tədnə slyış bvdəs vyna i nevyna ladorrezsə, medvə sə şərti kütçənə pessənə sükət. Siş loə i zevdəg-

kiska sogattezən. Medvъ jecazъk sogalisə zevdəg-kiska sogattezən, to kolə puktyńь eta vylə una uз, da pyrtnь olanə una meropriyatijaez. Kolə kuznъ bura da beregitəmən xraçitńь şojan-juan produktaez da xraçitńь niјe izvodaşəmiš (eъkəmiš); ləşətńь pravilnəja uzaliş otlılış pitajtçəm aslanıム fabrika-kuxnaezyn da ovsestvennəj stolovəjjezyn; pessynь kuriتəmkət da vina juəmkət, çintńь da vıdsən likvidirujtńь una zaraznəj sogattez, kъz suam: małarija, tuberkuloz (çaxotka), şifilis, tiffez i s. o., kədnija aslanıь jadən mədrýra ədžətənъ zevdəg, kiskaez, mus da mədik organnez eъkətəmsə. To nija zadaçaes, kədnija sulalənъ mijan ozyн.

Uz da olan uslovijaez burmətəm pondapessəmən Sovetskəj vlaştən kerəm əddən unani, eməş-çí ызъt rezultattez una sogattezkət pessəmən. No ызъt esə sulalə uz vıdkod sogattez çintəmən də vıdsən likvidirujtəmən, etlañ i zevdəg-kiska sogattez. Etija izъn ызъt znaçenno vižə sanitarno-prosvetitelnəj uz. Vıd uzaliş mortəs kolə vooruzitńь neovxodiməj znaqnoezen zevdəg-kiska sogattezən pessəmən, etija loə, sto sijə kernъ aktivnəj pessişən etija vaznəj da otvetstvennəj zdravooxranenno front uçastokъn.

Etija kpiżkalən sija i em celijs, medvъ tədsətńь vıd mortəs zevdəg-kiska sogattezən da nıkkət pessəmən.



1. 1—Şojan-puan tuijlen sxema. 1—piñez; 2—k'b; 3—duł ne-rəddez;—4 pissevod; 5—zeyvdəg; 6—zeyvdəglən şlizistəj oboloç-ka; 7—zeyvdəgiş petanın, privratnik; 8—12-pjorstnəj kiska; 9—mus-lən da zeyvdəgutça nerədlən protokkez ətlaaşanın; 10—vəsnit kiskaez; 11—vəsnit kiskaezlən şlepəj kiskaə uşanın; 12—şlepəj kiska; 13—çerveobraznəj ofrestok; 14—vosxodassəj kiska; 15—musa ugəv; 16—popereçno-obodoçnəj kiska; 17—şelezonkaa ugəv; 18—nışxodassəj kiska; 19—sigmovidnəj kiska; 20—veşkət kiska; 21—mus; 22—səp gad; 23—zeyvdəgutça nerəd; 24—üm-fatiçeskəj protokkez; 25—moros ümfatiçeskəj protoklən krove-nosnəj rusloə uşanın.

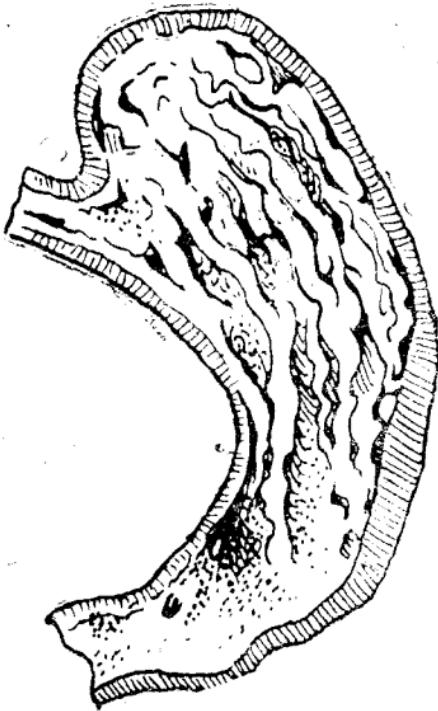
Şojan-puan organnezlən strojennə da u3.

Zevdəg-kiska trakt vaçkişə kuz kək oştaa trubka vylə. Etija trubkaıs pondətçə əmşan da konçajtçə vəris pýratən. Zevdəg-kiska trakt sulalə una otqeliş, kədnaiş vədəs kerə assis u3 (ris. 1).

Əmən şojanıs posnətçə riqnezən da kətətçə dulən. Əmə dulıs sedə trubkaokkezət dul ənerəddeziş, kədnija kujlənə əmrye kəknan ladorıñ. Dulən vadəm țılyastəm şojanıs koknita ьskəvtə oqlan. Dul loə ne toko şojan mavtanən, a esə: mukəd unapələsa (sostavnəj) çastteziş əlik çastən dulıs şojanış kraximalşə pərtə saxara. Medəddənsə etija otnoşitçə piža vessestvoez dypə. Eta medoşza obrabotka vərtyı, şojan pissevod-pyr perxta ьskəvtə zevdəgə.

Pissevod vaçkişə nevzət 25 santimetr kuza trubka vylə. Etija trubka-pyr i sedə şojanıs əmşan zevdəgə. Pissevod-pyr şojanıs munə perxta i ղekyəem izmeneñən səkət oz ov. Pissevod vərtyı pondətçə zevdəg.

Zevdəgən suşə şojan-puan trubkalən paşkylzık ladorıs, kədija kujlə pissevod koneç da 12-pjorstnəj kiska pondətçəm kolassyı. Zevdəglən ştenkaıs sulalə kuim oboloçkaiş: 1) pıreşa — slizistəj, 2) sərat — tıyeçnəj da



Ris 2. **Zevdəglən pıeşa poverxnoşt.** Şlizistəj obo-loçka əktəm da teçəm skladkaezə.

3) vevdərşa, siş suşana, şeroznəj. Şlizistəj obo-loçka siş suşə sijən, myla sija kerə şliz (nılıbg). Şlizbs koknətə ozähl şojanlış vessəmsə. Şlizistəj oboloçkaas zevdəg pıekas əktəma da teçəma skladkaezə. Viz. ris. 2); şlizistəj oboloçkaas eməş una nərədokkez, kədnija kerənəy **zevdəg sok**. Etija sokyn glavnəj sostavnəj çastłezən loənəy sołanəj kislota da eəə ətik vessestvo, kəda suşə pepşinən. Zevdəg sokşan məmdakə

puşanъ belkovej şojannez (къз suam: jaj велок, kolt belok i s. ož.). Zevdəgəs ɳetoko şojansə puə, no i vyeəma sorlalə da ɳeyzət porcijaezən petan oştə-pyr iñdətə 12-pjorstnəj kiskaə.

Zevdəglən petan oştə, mədənəz suşana privratnikovəj oştə, kadiş kadə to oşşəvlə, a to vəra ignaşşəvlə krugovəj svənən, kədija dejstvujtə zatvor moz. Kər etija zatvorəs oşşə, to mukəd puşəm-ni şojanəs munə ylvania—12-pjorstnəj kiskaə. Siş zagvub, uçitik porcijaezən zevdəg mezdişə boşəm şojanış.

Zevdəg sok vüdełajtəmən, şojan sorlaləmən, privratnik ignaşşəmən da oşşəmən—vüdəs etija zevdəg uşən juralənə kÿk ətkod ɳerv, kədnija zevdəg dýnas loktənə kÿk ladorşan. Etnija ɳervveziş ətəs suşə bluzdajussəj ɳervən, a mədəs—simpaçıceskəjən.

Privratnik məd ladorşan, zevdəg vərən pondətçə vəsnit kiseçnik. Vəsnit kiseçnikis tor, kəda kujlə zevdəg berdən, suşə dvenadcatipjorstnəj kiskaən. Etija kiskaəs kəstişəm petla moz, kədija kužanas 12-iş popereg çunqəz puktəm kuža. Sijən sija siş i suşə. 12-pjorstnəj kiskaə vəsnit trubka-pyr musiş da səp gadış sedə səp, a siş-zə i zevdəgutşa ɳerədiş sok. 12-pjorstnəj kiska siş-zə kerə assis kiseçnəj sok.

Mus—mijan organizmyən medəzət organ. Sija kerə səp, kədija əksə səp gađyn. Kər zevdəgşan şojanəs sedə 12-pjorstnəj kiskaə,

to eta kadə səp gaqıls ızmıtçə da əkşəm səpsə iñdə 12-pjorstnəj kiska prosvetə. Açıls səpəs oz pu şojansə, no sija ədətə zevdəguvtsa soklış uzsə. Səp siş-zə vijə una vıdkod mikrovez,—əddən uçitik lovja sussestvoez, kədnə pozə azzınp toko ızdətan pribor-pyr (mikroskop-pyr) i kədnə olən miyan kiskaezyn. Enija mikrovez kolasınl ղejecə eməs seeəm mikrovez, kədnija vrednəjəs miyan zdorovyo ponda.

Seşşa esə səpəs aslas səpa kislotaezən razrazajtə kiskasə, etəsan kiseçnik vıpnənzyk pondə uzavnı i etən şojan kasicasə iñdə oşlaq.

Zevdəguvtsa ղerəd kuzməsa formaa; sija kujlə bər ladoras da ղevna lazımtırzıka zevdəgşa. Zevdəguvtsa ղerədlən sokıls vıdəs pisseyvəj sokkezşa vıpnazılk. Sija ətnas toko vermə rınp belok, uglevoddez pərtnp saxarə da kiseçnikə loktəm ղeuusvojajeməj formaa zırsə pərtə glicerinə da zırnəj kislotaə.

Kolə viştavnp, sto miyan şojanıls sulalə to kyeəm sostavnəj çəştəziş: vais, belokiş (jaj, kołtzez i s. o.), zırış (sılicoçnəj vi, gos), uglevoddeziş (pyrənp krupaə, ղanə), mineralnəj sovvezis (povarennəj sov, izvesti da mədik) da vitaminneziş (seeəm vessestvoez, kədnija əddən donaəs oləm ponda, niya ovlənp vıdmassezyn, jaýn, jəlynp i s. o.).

12-pjorstnəj kiskayn pondətçəm şojan-puanıls tuncə oşlaq vəsniit kiskaezyn. **Vəsiit ki-**

seçnik kužanas ovla kvat metrəz. Kəz kiseçnikşa sija vəsnitək i sijən suşə vəsnit kiseçni-kən, no prosvetəs vəsnit kiskaezşa paşkylək. Vəsnit kiskaezlən şlızistəj oboloçkaś siş-zə kerə şlız, a ena kiskaezlən unaşa-una ղerədokkez kerənək kiseçnəj sok. Kiseçnəj sokla zevdəg-uvla sokşa aslas puan dejstvijaən slabəjzək. Mıj-zə loə şojannas şojan-puan sokkez dejstvijeşən?

Şojanla puşə da loə seceəm sostojaṇpoyp, kər sija kiseçnik-pyr verma jızpъ virə. A səvərən virlən tokla voştəm pitatelnəj produktaezsə novjətə omən organizməttəs. Kolə viştavnъ, sto kiskaezyn şojan puşikə nə dənə loktə una vir. Zevdəglən da kiskaezlən vədəs vir sosuddes tərənə virən, təjsən i şojan produktaes kiseçnikis cozzəka jızənъ. Produktaes, kədəna voştəməş kiskaezyn—belokkez, uglevoddez da təmdakə zir, puşikə, organizmış vədəs vir sosuddezas şurtəz, medpervo munənə mus-pyr. Deləls səyən, sto belokkez puşikə, ətlən poleznəj da mijanlə kolana produktaezkət sişzə sogmənə vrednəj, mukəd pýras jadovitəj veslestvoez. Ena jadovitəj produkttes mus-pyr munikə panəvtçənə i pərənə nejadovitəj veslestvoezə, kədnija səvərən çapkişşənə mukədəs kužən, mukədəs sərən. Estən musla viza əzət rol,— oz lez vrednəj veslestvoezə.

Mijə vulyuzək viştalim-ni, sto uglevoddez, şojan-puan 'sokkezşən, pərənə saxarə. Siş po-

luçitəm saxarəs siž-zə munə mus-pyr. Vižəfəm, təyj səkət loə oqlan. Viryn, kyz işççalə analiz (işşledovaqno), pyr ətməmda ovlə saxar, — litr vir vylə 1 gram saxar. Bədəs işnəj saxarəs, kədija vir tokən kiseçnikşə inđətçə musə, səbən suvtçə i puktişə zapasə. Bəd iz kərikə, kər lontişəm tujə vižə viriš saxar, mus aslas zapasiş viliş pondə tərlin virsə saxarən. Siži viryn saxarəs loə vəra səmdə-zə, ətik litr virlə ətik gram.

Kəpəmkə kəv zir suqva jılış. Kəz vəli viştaləma-nı, zirəs, kəda şojanən şuris 12-pjorst-naj kiskaə da səbərən vəsnit kiskaezə, setən zevdəguvtşa sokən jansətçə kək sostavnəj çast vylə: glicerin da zirnəj kislota vylə. Siž poluçitəm kək produktəs vsasəvajtçən kiska şenkaən da, etija şenka-pyr munik kostə, vəra ətləşənən askolasanəs i vəra arkmə zir. Kət viliş loəm zirəslən sostavnəj çasttez nija-zə, mədənəz sun, glicerin da zirnəj kislota, no sələn usvoitan forməs mədkod-nı i etaşan koknita munə oqlan. Kəz vəli viştaləm-nı, goslən uçətzək çastəs vir sosuddezət munə musə, a əzətzək çastəs sedə osobəj trubkaokkezə, kədna suşənə limfaṭiçeskəj protokkezən. Ena uçıṭik limfaṭiçeskəj protokkes ətləşənən şo əzətzəkkezə i əzətzəkkezə da, mus dənət munəmən, bədəs əktəm zirsə moros limfaṭiçeskəj protok-pyr kiştənən veşkyla virə (viž. ris. 1-25).

Bər bertam kiseçnik dənə. Bədəs nija

vesgesetvoes, kədnijə şojan-puan sokkez ez ver-
mə rişp, vəsnit kiskaeziş tırapın kizzəzə.

Kız kiseçnik, kyz rozə ażzyń 1-əj risu-
nokiş, munə veşkətşan sulgalanə da sulalə to
kßeəm otdelezis: **vosxodassəj kiska**, **popere-
çno-ovodoçnəj**, **nışxodassəj**, **sigmovidnəj**
da **veşkət**. Kız kiskaiş sija çastəs, kytən
ətlaaşə vəsnit kiseçnik, susə **şlepəj kiskaən**.
Sişkə şlepəj kiska loə kyz kiseçniklən pon-
dətçan çastən, keda vaçkişə mesək vylə, ulış
koneçşanas kədaňn munə vəsnit otrostok.
Etija otrostokbəs vaçkişə nizv gag vylə, sijən
i susə **çerveovraznəj otrostokən** (latəq şərti
sija susə **appendiks**).

Vosxodassəj kiska vižə napravlennozə uli-
şan vylə; kolçəm şojanbəs munə sÿen strelka
myççaləm şərti (viž. ris. 1). Popereçno-ovo-
doçnəj kiskabs siş susə sijən, sto sija kujlə
kypətən popereg: veşkət ladornas sija matə
şibalə mus dñə, etija kəstişəmbs susə musa
ugələn. Popereçnəj kiskalən sija mestaşs,
kytən pondətçə sylən vuzəm nışxodassəj kis-
kaə, susə şelezonoçnəj ugələn, myla sija şibalə
matə şelezonka dñə.

Şelezonoçnəj ugəv vəgən pondətçə kyz
kiseçniklən nışxodassəj çast. Sija raspolozi-
təma kypəm sulga ladorgən i, kyz myççalə
açsb nimbəs, munə vlyišan ulə. A eta şərti, i
şojanlən kolçəmməz vižən napravlennozə
sişzə vlyišan ulə.

Nisxodassəj kiska prodolzennoən loə şigmoobraznəj kiska. Sija suşə şigmoobraznəjən sijən, sto aslas çuklaşəmən vaçkişə greçeskəj naçertanlıq şərti sərpas „s“ vylə (greçeskəj alfavitin „s“ sərpası esə suşə „şigmaən“). Şigmovidnəj kiska prodolzennoən da vədəs şojan-puan trubka köncən loə veşkət kiska, kədija konçajtçə vəris proxod oştaən.

Kız zevdəg da vəsnit kiskaez, kız kiskaezlən püesa vevdərəs sişzə vevitəma şlızistəj oboloçkaən.

Kız kiskaezyn olənp unə vədkod mikrovvez, kədnə kolasınp nə jecə eməş i seəəməş, kədnə otsalənp şojan-puəmlə. Şojanlış sijə tərsə, kədijə ez vermə, nəto ez jestə rişə mijan sokkez, perevarivajtənp mikrovvez.

Nija şojanlış kolççəmsə riənp aslanınp sokkezən. Eta dyrni sogmənp unə vədkod gazzez. Enə gazzes kız kiseçniksə poldətənp da razrazajtənp, tıjşaç sija pondə bura vərnə da gazzesə vasətə vəris proxod dypə. Ətlənp gazzeskət jestənp vessənp ozlan i kolççəm şojan torres, kədnija vaçkişənp kalovəj (ətəraşan) massa vylə.

Kız kiseçnikyŋ, sə sulga ladorınp, loə valən medbərja jizəm, tıjşaç kal pondə vaçkişnp kalbasa vylə. Zagənika sija vessə şo matəzək i matəzək **vəris proxod oşta dypə**. Kər vəlis kalıb sedas veşkət kiskaə, to mortlə loə oxota ətəraşnp.

Bəriş proxod oşa gəgər eməş kık zatvor (məyeçnəj kolçoez). Ətikəs suşə — ryeşa kolçoən, a mədəs — vevdərşa kolçoən. Kər veşkət kiska tıras kalnas, sek ena zatvorres oşşənə i veşkət kiskaas əkşəm kalbs çapkişə ətərə. Məyeçnəj zatvor uzyń ɜzət rol orsə mijan vola. Kal vermas vəvńń veşkət kiskańń da okotitńń mijanəs ətəraşnə, no mijə aslanńń zəlaqño şərti vermam zmıtńń zatvorrezsə da etən vižńń kalsə veşkət kiskaas setçəz, kytçəz oz ləşav burzık kad. Zdorovəj mort lunnas ətəraşlə toko ətpryր neto kÿkiş.

Zevdəglən ostrəj katar (ostrəj gastrit).

Sə vərən, kər mijə zəpətika tədsasım zdorovəj zevdəg-kiska trakt kerəmən da sə uzən, mijanlə koknitzık loas velətnə da vezərtńń jańń vəd organlış sogəttesə.

Vylyńzık viştaləmiş mijə tədamə-nı, sto zevdəgəs ryeşanas vevtəm slizistəj (nişg) ovoloçkaən. Etija ovoloçkalən vospalənqoys suşə **zevdəg katarən**. Sija vermas lony nepraviłnəja şojəmşan: kyz suam, zerk şojəmşan (eýkşəm, sişməm, dukşaləm i siž oз.), uməl kaçestvoa produktaeşşan, şpirtnəj napitokkez (braga, sur, vina i siž oз.) una juəmşan, a siž-zə kurıt, razrazajtan şojan (xren, luk, gorçica i s. o.) una şojəmşan. Eta

дърни șлизистај овобоцкаас pondə połdnъ да къза вевтлишә ңиљгән. Въдәс krovenosnәj со- suddes тъгәпъ virәn, тьјшаң овобоцкаас loә alәj-gәrd rәma. Zevdәg ostrәj katar kosta ovlә sija-zә, тьј i nasmork дърңи, мәдңоз sunъ: пыр șлизистај овобоцка katar kosta.

Мыј ҹувстујтә mort zevdәg ostrәj ka- tarәn sogalik kosfa? Umәл ʃojan ʃojәm vәгъп, әddәn ҹоза mort pondә къунъ кънәм vlyis зъпас viшәм, pondә dundәtпъ da руқпъ podlozečka gәgәr. Sogalis pondә noras- пъ gorzәtәм da әsәм vъlә; sъvәгъп ron- dә әспү, pervo әsә ʃojәm ʃojansә, a sъvәгъп әsә toko ңиљg да sәр. Appetit әsә. Sogalislen pondә viшпъ jur i açъs loә kъз vartlәm, ne- oxota loә ҹечъпъ mestaiš.

Къз beregitпъ астә zevdәg ostrәj kata- rәn sogalәmiš? Eta ponda kola ʃojпъ sът- da, тьмда kolә — umerennәja, ʃojпъ zag- vъv, ңetermaşәmәn da ʃojansә bura kurç- çavпъ. Kolә şleđitпъ sъ şәryп, med ʃojan produktaes vәlisә рыг svezәjәs, kõnechno, әd- dәn vazno kuzпъ soxraňitпъ ʃojansә, a әd- dәnзъksә gozumәn, kәr produktaes ҹоза eъ- kәпъ. Burzъk xraňitпъ niјә kәzъt mestayп (къз suam lъm vъlъп, гуып i.s. o.). ʃojansә pižemәз sontәm ңето bura zaritәm viјә въдәs mikrovvezsә, kәdnа vermisә sъып sogтыпъ.

Къз veškәtпъ pondәtçәm-ni zevdәg ostrәj katarsә? Mijә baitim-ni, sto sogәt pon-

dətçikə mortsə pondə əsətnə. No etija əsəməs ovla əddən poleznəj, tıla vədəs şojəm eyskəm şojansə zevdəgis çapkə. Medvə zevdəgis şojansə cozzıka petkətnə,— sijə **gəvjalənə**. Eta ponda sogalişlə zevdəgə əməttis şujsəstən kuz rezinovəj trubka. Eta trubkaqs əuşə zevdəg zondən. Zondlən ətərşa koçecəs ətlaasşə voronkakət. Voronka da zond-pyr zevdəgə kiştənə sonxt pižətəm va. Voronkasə uvlaqə lezikə, vabs kołççəm şojanən kişsə bər. Siz kerənə razməd, kytçəz bər kiştəm vabs oz lo səz. Kyzı zondəs da orxtnəj mortsə, kədiya vermis-vb gəvjavnə sogalişlis zevdəgsə, avuəs, sek pozə to kycəm prostəj sposobən kernə: sogalişlə jünə stokanməd sonxt, pižətəm va, a səvərən əmə çunqəz livo bord şujəmən petkətnə əsət. Siz pozə kernə kəkiş-kuimiş. Zevdəg ostrəj katarən sogalikə appetit pyr əsə. Appetit əsəməs da şojan dənə kezətəməs loənə **zasçıtaən** vişan zevdəg pondə, tıla setənə sılxə soçcisəm. Vot tıla miğə i rekomendujtam pervəjşa kyx lunə ovnə eysgjən nəto zynvipətən. Eəktənə sogalişəs şojnə da esə şivəj verdnə katarən sogaliş çeladəsə, kyz mukəd mammez kerənə, **oz kov**. Seeəm verdəmnas pozə kernə toko vred. Sogaliş eysgjən dolzon ovnə setçəz, kycəz appetit açsəs oz lo. Appetit loəməs pondas tıççavnə, sto vospaleñno pondis çinppə nəto vədsən çulalis.

Seeəm eəbgjən oləm vərən pondıny şojuń kolə əddən ostoroznəja. Medpervo kolə şojuń toko kizər şojan da i sijə nəvnaən: niľg, səsjaləm risiş səd şlıvoçnəj viən, kizərik çaj, kişel (çajış, kəs fruktaeziş, koştəm şədjagədiş i s. o.); səvərən, sogət çulalikə, nəvnaən eta şojana sodtavlyńçoşkom ɳaňış sukarrez, viən kizərik kasaez, smijatkaə puəm koňtez. Verdəmən veşkətəməs kershə siş, medvə 7—10 lunən sogalişəs pozis-ni verdnəvə obşəj şojanən.

Sogalişlə verdəmişə əddən bura otsalə sonyt (kynəm vylas vižlyń sonyt kompres, grelkaez). Bura sogalikə mukəd pora eəktənən lunməd kujlyń olpaşın.

Xroniçeskəj zevdəg katar (xroniçeskəj gastrit).

Kəzi zevdəg ostrəj katarsə veşkətənən uməla lıbo sovsəm oz veşkətə, a siżə, kər sija ətik mortlən ovłə eəka, to səvərən ostrəj zevdəg katarəs pərə xroniçeskəj zevdəg katarə. Unazıksə eta sogətəs ovłə to myşan: una spirtnəj napitokkez juəmşan, kuritəmşan, perxta şojəmşan, şojansə uməla kurççaləmşan, çorxt, şəkyla puşan da eýkşəm şojanşan. Katar vermə lənəvə e8ə i sek, kər əmən eməş eýkşəm

piñez. Etija kosta zevdəgə ətləyin şojankət sedənə una mikrovbez, kədənaşan loə da ızdə zevdəg şlızistəj oboloçkalən xroniçeskəj vospaleşenpoys.

Burzylka-kə juaşny seeəm sogalişliş, to pozə çasto toçnəja tədnı, kərşən pondətçis sogətəs. Unazıksə sija pondətçə ostrəj katarşan, eta dýrlı sogaliş vermas toçnəja viştavny, sto sija pondis sogavny veçerinka vərəyn, kytən juystis da zakışılıstis eýkşəm şojan i s. o. Zevdəg katar sizzə vermə lənə i organızın mədik sogattezşan, kyz suam: malarija, tuberkuloz (çaxotka), şifilis da mədikkezşan.

Xroniçeskəj zevdəg katar kosta ovla nə toko pyeşa oboloçkalən vospaleşenpoys, a sija vuzə i svənnəz vylə, a mukəd kostas i vevdərşa oboloçka vylə. Mij loə zevdəgən, kyz vospaleşenpoys pavkətə sə ştenkaezliş enə kyk slojsə? Mysca sloj, kyz mijə viştalim-ni vylənzək, sorlalə şojansə da iñdə sijə ozählə 12-pjorstnəj kiskə. Pondas-kə etija tıysca slojys vişny, to sija umələzəka pondə sorlavny şojansə da zagənəzəka iñdənə sijə ozählə kiseçnikə. A etəsan tədalana, sto zevdəgən şojanys olə dýrzək koləmşa; petə, sto zevdəg katarşan loə vyalost—zagənəzəka pondə uzavnır.

Kər vospaleşenpoys vuzə zevdəg vevdərə, to nə soça sija sedə matənşa organ vylə, tıjsan mukəd pyeşa ovleny spaikaez zevdəg da səp gad kolasını, zevdəg da inus kolasını,

zəvdəg da zəvdəgutşa ɳerəd kolasıñ i s. o. Ena spajkaezşan siżże zıgşə zəvdəglən pravılınaç iżys.

Estən kolə viştavń kыpymkə kъv zəvdəg sok kislotnoşty jılış. Mijə tədamə-ni, sto zəvdəg şlızistəj oboločka výlyp eməş una zəvdəg sok keran ɳerədokkez. Zəvdəg sok sulalə pereşiniş da solanəj kislotaş. Kər vospaleṇnoys pavkətə şlızistəj oboločkasə, to sek, koqesno, pondənə vişń i ena ɳerədokkes. Uzavnə nija pondənə uməlžyka, a etaşan zəvdəg sokbəs pondə sogmənə jeeazýk, a mukəd pýras i sovsem oz sogmə. Etaşan, koqesno, uməlžyka pondə puşyń şojanbə, əddənəzəksə sylən beloka sostavnəj çäştəs. Zəvdəg-pyr, kytən avu solanəj kislota, kiseçnikə koknitzýka sedənə vrednəj mikrovvez, kədnija şojankət sedənə mijan zəvdəgə. Kər zəvdəglən kislotaş una, to etna mikrobbes kislotnəj rastvoras kulənə i oşlan munip oz vermə. A eta şərti petə, sto səma zəvdəg sokbəs loə filtri (vesatiş) tujə. Nerəddez ozə-kə kerə kislotasə, to filtriş sek əsə. Mikrovvez ponda siş-kə oşşə svobodnəj da paşkət tuj 12-pjorstnəj kiskəcə.

Xroniçeskəj zəvdəg katarən sogalişsez norashən jeeazýk, ɳezeli zəvdəg ostrəj katar kosta. Ena sogalişsez ɳelki ɳevna şojəm vəgyp kylənə tazeşt i pýkəm lczečka uvtyn, norashən siżże gorzətəm vylə (to səma, to dukşaləm), əsəm, izzoga da uməl appetit vylə.

Медең тәдні sogalışlıs sogətsə da sija veş-kətn̄y, to sylis zevdəg soksə işsleduijtən̄y. Eta ponda sogalışla şetən̄y probnəj şojan — ətik stakan çaj da uçitik ɳaɳ kusəçok. 45 minuta vərən̄ zevdəg zondən̄ kъskən̄ zevdəgşis vədəs kolççəm probnəj şojansə ətlən̄ zevdəg sokən da kerən̄y analiz, mədənəz suny — tədmälən̄y, em-ja eta sokyn pepşin da sołanəj kislota da una-ja eta kislotaıs.

Laboratoriyaın zevdəg sok işsledovanıo dyr-ni tədmälən̄y obsəj kislotnoştsə, səssə svobodnəj sołanəj kislotasə da ətlaaşana kislotasə. Kər zevdəg nərəddəz kerən̄y sołanəj kislota, to etija kislotaıs mukəd çastəs ətlaaşşə zevdəgis şojankət,— beloka şojankət; siş-zə sija vermas ətlaaşşyń ɳılıqış belokkət, jazva raspadşan belokkət; sołanəj kislotalən eta çastəs suşə ətlaaşan (svjazannəj) **sov kislotaən**. A kołççəm çastəs suşə **svobodnəj sołanəj kislotaən**.

Ləddən̄y-ka obsəj kislotnoştsə cıfraezən, to setçə ətləə pırgən̄y svobodnəj sołanəj kislota, ətlaaşana sołanəj kislota, a siş-zə i mədik kislotaez, kədnija loen̄y mukədəs voştəm şojanis, mukədəs sogmən̄y zevdəgən, kər şojan-puşanıs çulalə ɳenormalnəja (uksusnəj kislota, jəla, via i s. o.). Zdorovəj zevdəg sok şetə kislotnoştiş to kъeəm cıfraez: obsəj kislotnoş 40-şaɳ 60-əz, svobodnəj sołanəj kislota 20-şaɳ 40-əz da ətlaaşana sołanəj kislota 20-əz.

Səssə esə pırg kossən̄y, avu-ja zevdəg sc-

кып пілігес (şılığs) ызыт колічествоын. Una-kə
піліг, то рыг розә тәдпі, sto em katar.

Медъыт рол хроніческәj katarən sogalış-
шезсә veşkətikә vižə **pitanqo**. Oz tuj нылаунь
шојансә вьдса күсеккеzən; kolə bura sijə kurç-
çaunь—posnətnь, a eta ponda шојпъ kolə ңeter-
maşemən —zagvұv. Емәş-kə әтып еъкәт riң-
nez, то niјə kolə veşkətnь, ңето къскавнъ.
Ави-kə әslat riңnet, то kolə suvtətnь iskusst-
vennəj riңnez, niјa vermasə şetnъ ызыт otsət.
Kolə beregitçыпь шојпъ қорыт karçcez, имәла
рәзаşəm ңаң, a siž-zə seeəm razrazajtan шоjan,
къз suam, gorçica, gorməg, svezəj luk i s. o.
Вьдəs ena produktaes шојанә dolzonəş рuktiş-
шыпь әтиk prijom вьлә ңе әddən unaen.

Xroniçeskəj zevdəg katarəs to eteəm pros-
təj meroprijațiaeznas i veşkətcişsə. No әнəz
esə sogalişsez kolasын em lekarstvoezə veritəm.
Etъşaң vazъп-ни kolis әtkazitçыпь. Әтиk piluла-
ezən da miksturaezən estən ңем on vermy
kerпь, myla zevdəg sogattez kostə lekarstvoez
vižənъ әddən uçət rol, a әddən çastə ovlənъ i
sovsem bespoleznəjjezən.

Kolə қорыта тәдпі, sto zevdəg sogattez,
medunassə, ovlənъ ңepraviłnəj pitajtçəmşaң
(шојəmşan); sijən i veşkətşənъ niјa pitajtçəmşən
kerəm osivkaezsə veşkətəmən. Къзи zevdəg sok
analizən ażzəm ызыт ңето uçət kislotnoşт, to
vraçlən deloys әтиk sluçajjezən sijə sodtynъ, a
mədikkezən—çintnъ. Etə pozə suzətnъ speciałno

вәрjем пітаңноен; мukәd kostas estәn viзәнъ-
rol i mukәd лекарstvoezi. Boштам primer pon-
da to к्�leeom sluçaj.

Mort sogalә xroniçeskәj zevdәg katarәn.
Zevdәg sok analizәn тәdisә, sto sъlәn oвsәj
kislotnoşтs—100, a normalnәj zevdәg sokып
oвsәj kislotnoşтs овлә 40-шaн 60-әз. Se-
eem sluçaj dъrnı vraç, konesno, zapretitas,
sogalişlә şojnъ wәma borsçez, sova şojan i s. o.
myla seeem şojanşaп zevdәg soklәn kislot-
noşтs овлә esә ьзытзьk.

A kәr zevdәg katarәs овлә uçәt kislotnoş-
şan, neto sek, kәr sovsem abu sołanәj kislota,
to seeem sogalişlә şojik kosta rekomendujtçә
jupъ razvođitәm sołanәj kislota.

Esә burzьka dejstvujtә naturalnәj zevdәg
sok, kәdiжe boшtәnъ podalis. Seeem sogalişsezlә
лекарstvoeza rekomendujtçә jupъ miñerałnәj
vaez (Borzm, Esşentuki, Smirnovskәj). Ena
vaezşaп zevdәg uzaпъ pondә burzьka. Әddәn
bur rezultattez loasә, kәr eniже vaezsә jupъ ne ви-
tylkaeziş, a kurortъn veşkъta nija mestaeziş, kъşan
nija petәпъ. No kclә viştavń, sto mortlә loә
dolbъzьk ne toko miñerałnәj vaez juəmşan, a
esә sъşan, sto sija bura soçcişә, tъrmәmvi užә,
lolalә bur səstәm vozdux, pravilnәja pitajtçә;
i ne uçәt polza şetә sogalişlә vaen veşkә-
tәm.

Byd god una tъšeça raboçejjezәs da kol-
xozníkkezәs, kәdnа sogalәnъ zevdәg katarәn,

іңдәнь kurortnәj veşkətçәm vylә Essentukiә, Železnovodskә, Pjatigorskә da mәdik kurorttezә. Estәn nija olәny specialnәj leçevnicaezын—sanatorijaezын, kытәn vraççez nažluđenno utын veşkətçәn тишеç. Әni siž-zә zevdәg-kiska sogättezәn sogalissez ponda seeäm sanatorijaczsә pondisә stroitnъ matә ызыт promыšlennәj goroddezdыnә. Eta ponda вәrjişşәnъ basәk, gaza mestaez, kытәn em va da zelen.

Etija vopros jyliş una әktәm oryt şәrti pozә viştavny, sto pravilnәj da tьrmәmvi şojem veşkətәmәn, vaen veşkətәmәn, kuzәmәn soçcişәmәn, fizkulturaәn da kuzәmәn gazәtçәmәn pozә i seeäm sanatorijaezыn-veşkətçaninnezыn poluçitnъ bur rezultattez.

Sižkә praktika myççalis, sto zevdәg-kiska sogalissezlә veşkətçaninsә pozә kernъ vyd mestyn i nem ponda viзnъ denga ылә mineralnәj gruppaezә munәmlә.

Viştalәm kod sanatorijs em Rostov Don-şan kuim kilometr ыльпаын. Eta sanatorijs kъeəvtәma fruktovәj saddezәn da ызыt parkәn, keda-pyr kotәrtә basәk berega nezyt ju. Sanatorijs viлиş stroitәm kuim әtaza kerkүyn. Setәn emәs vydәs veşkətan vil ustanovkaez; verdәmьs suvtәtәma obrazcovәja. Aslas sus-çestvovaňo dyrni sanatorijs jestis-ni lezny ne әtik түшеса гавоçәjjezәs da kolxoznikkezәs, kедна sogalisә zevdәg sogättezәn. Sojuziş mәdik ызыt goroddez dolzonәs boşny primer Ros-

tov Donşań. Sek i zevdəg-kiskaezən sogalişsez loasə jeeazъk.

Къз predupreditń xroniçeskəj zevdəg katarlış jývşaləm? Къз baitcis-ni, sto eækzyka xroniçeskəj zevdəg katarən sogalənъ ostrəj katarşań. Къз tədəm-ni, ostrəj zevdəg katar ovla uməl şojanşań, zerk şojəmşań da spirtnəj napitokkez una juəmşań. Kolə beregitçynъ upotrebłajtń niјə. No kər ostrəj zevdəg katars lois-ni, to sijə bura kolə veşkətnəj, mədvy ne lezń vuzpъ xroniçeskəj zevdəg katarə, kədiјe veşkətnəj unaen şəktyzъk ni.

Xroniçeskəj zevdəg katar veşkətik kostə kolə dumajtnęne toko zevdəg veşkətəm jılış, a i mortəs jılış. Pravilnəja uz organizujtəm, askadə da kuzəmən socçisəm, tÿrməmvi da kolan kadə užəm, koknit sport da fizkulitura— vədəs eta vyeemə dejstvujtə mort vylə, celevnəja vlijajtə i zevdəg normalnəja uzałəm vylə.

Zevdəg katar vlijajtə i vədəs şojan-puan trubka sogaləm vylə. Sessa e8ə, kъzi zevdəg vişə katarən, to sija koknitzъka şetçə mədik sogattezlə, kъz suam, gegrəsa jazvalə.

Zevdəg da 12-pjorstnəj kiska jazva.

Bədəs zevdəg sogatteziş ьзыт vñimaniqo boştə zevdəg da 12-pjorstnəj kiska jazva. Etija sogət jılış tədənъ əddən-ni vazbənşań. Medož-



Ris 3. Zevdəg gəgrəsa jazva. Risunok vbras tədalə
probodnəj (pırətəm) oşa (məççaləm strelkaən).

żayəs, kədija pravilnəja gizis sə jılış da torjətis zevdəg mukəd sogəttesz kolasiş, vəli francuzskəj uçonəj Krjuvelje. Eta vəli 100 god
vərti-ni. Eta uçonəj nım şərti sogətəs suşə—
Krjuvelje sogətən.

Мыj seeəm jazva?

Zevdəg jazva uvən mijə vezərtam zevdəg
ştenkəez eıkətəm (viž. ris. 3). Eta eıkətəməs
pondətçə pıęsa vevdərşan, mədənəz suəmən, sə
şlizistəj oboloçkaşan. Pervo pondə vişnə ne-

ъзът tor, съвѣтын jazvaыs еѣкѣтѣ slizistѣj ово-
loчка vevdәrsѣ шо әddәnзъk i әddәnзъk, paškalѣ
pъelaңas, siз-zѣ i paškъtanas; eta dъrni jazvaыs
mukѣd pъrišas ъздѣ ki dolon зъпvi. Medvь bur-
zъka vezәrtпv, to zevdәg jazvasә pozә sravniтпv
kuçik въlyп jazvakѣt, myla etna kъk sogatъs
vevdәrshaңas vačkişenъ әtamәdnъs въlѣ.

Zevdәg jazva eѣkѣtѣ slizistѣj, mәdnoz
suemәn, zevdәg pъesa oboločkasә. No slizistѣj
oboločka raznъ pondatçemšaң, jazva vermas
paškavnъ zevdәg ſtenka pъekѣz i siз loknъ
vevdәriš slojѣz. Kъzi jazvaыs perъta pondas
paškavnъ pъelan, to vermas ionъ zevdәg ſten-
kalen provodenno (pъrәtәm). Seeam zevdәg
jazvaыs suşe **provodnәj** zevdәg jazvaen. No
bur sija, sto etija ovla soça, myla etija osta
dъnә vьdmә kъeem-ñenabuđ organ matiš or-
gannez kolasiš, kъz suam: mus, zevdәguvtşa
nered, sañnik da mәd., i eten ſtenkaыs ve-
regitcә pъrәtәmis.

Эnәz eeә mijе çorъta eg tәdә, myşan on-
lә zevdәg jazvaыs. Въd uçonәj mort eta so-
gatliš priçinasә ovjaşnajtә ne әtmoza. Siз,
әtikkez lъddәnъ, sto vьdsen priçinaыs zevdәg
sema sokъn, kәdija perevarivajtә zevdәg ſten-
kasә; etaşan jazvaыs i pondis suşnъ peptiçes-
kәj jazvaen, mәdnoz suemәn, perevarivanno-
şan jazvaen. Mәdikkez ovjaşnajtәnъ jazva sog-
mәmsә zevdәg ſtenka kataralnәj sostojañloen;
иъ dumajtәni şorti slizistѣj oboločka katarteg

i jazva lońń oz verim. Uçonəjjez, kədına siž objaşnajtöń zevdəg gəgrəsa jazva loemisə da razvitijesə, eəktəńń sunń etiјə sogətsə ne prosto zevdəg jazvaen, a jazvennəj zevdəg katarən, qəfo mədənəz suəmən, jazvennəj gastritən (latın şərti gastritəs loə zevdəg katar). Eta mənenqo şərti kislotnoştsə oz ors ızyt rolsə, myla ne jeea pozə nabludajtń jazvaezsə normalnəj qəfo jeeaəv sołanəj kislota dyrni i nełki sek, kər sija i nəmyndə avi. Eməş eə una dokazatelstvoe zevdəg jazva sogməm jılış. No zevdəg jazvaś ovla nałtə ne ətik toko priçinaşan. Uçonəjjez əni una uzaləńń sə vylən, medvə razresitń etə voprossə. Sek loas unaən koknitzək veşkətń etə ləg sogətsə.

Mort, kədija pondis sogavń zevdəg jazvaen, norasə, sto sylən vişə kypəm vəvlanış zıplıś, kyz bairəń—„lozečka üvtyn“. Eta vişəməs mukəd pora ovla şojtəz, a mukəd kadə ças i ças da zyn vərti şojəm vərən. Şojtəz vişəmsə miјə suam eęgjaləmən; seeəm-zə vişəm ovla i ojən—ojşa vişəm. Vişəmən seeəm neətkodys ovla sə şərti, kytən ovla zevdəg jazvaś, kyeəm zevdəg otdeley da myj ılyna sija raspolozitəma vəris osta dylşan. Səma, əddən sova da çorxt şojanşan vişəməs ızdə i ovla esə zubvitzək.

Siž-zə jazvaen sogalişsez ne soça i bura əsən. Mukəd kadə əsəm loə sek, kər jazva pondə bura vişn. Əsəm vərgən vişəməs lənə,

loə dolbıtzk. Dyr əsəməs sogalişəs bura umat-tə. Vişəmiş poləmşan jazvaən sogalişsez mukəd kadə oz şoje nəm. Kız əsəmşan, siž-zə i nəşojəmşan sogalişlən loə malokrovije da vüntəmşaləm. Nesoça əsəm ovlə virsorən. Mukəd kadə zevdəgiş virbə lezçə una; sek sogalişsez vledətən, uməzəka pondə izav-nı pylən şələmən. Mort etəsan vermə kuvnır, no bur sija, sto etija ovlə soça. Vişəmşa da əsəmşa, sogalişsezlən ovlə izzoga, gorzətəm, əsəm i s. o., mədənəz suəmən, nija-zə javlen-noes, kyeəməş ovlən i zevdəg katar kosta.

Zevdəg jazva vermə ovnır una god, a mukəd kadə i ne ətik das god. Eta ovlə sijən, sto jazva vermas myjkə dyrna kezə veşkavnır, a səvərən vəra javitçən sija-zə mestañ. Kər jazvaős veşkalə—rubcujtçə, sek sogaliş nedər kezə dugdə sogavnır i dugdə norəşnır aslas sogət vylə. Səma, çorbt şojanşan, spirtnəj napitokkez juəmşan jazva loə vilis, i sek vəra javitçə əsəm da zubylləz. Vot seeəm vişəməs, kədija mukəd kadə əslə, a səvərən vilis loə, ryr eəktə dumtə kernə sə jılış, avu-ja sija mortlən zevdəg jazva.

Kyeəm oslozqənpoez vermasə lənə zevdəg jazvaşan? Vylənzk baitcis-ni, sto zevdəg ştenkaős vermas pişən i vermas petnır una vir. Mukəd pora ovlə i siž, sto jazva rubeşəşə, no rubeçəs loas nekolana mestañ. Boştam seeəm sluçaj, kər rubeçəs kız koçsoən

къеавтә zevdəglış petan (vъxodnəj) çätsə, məd-poz suəmən, privratniksə. Etaşan privratnikovəj oştasəs bura çinə, tıjşan şojanəs zevdəgşan 12-pjorstnəj kiskaə tınnı pondə şəkylə. Şojanəs zevdəgən olə dyr, tıjşan pondə səmtmən da, sişmən. Seeəm sogalissez bura müçitcən: niya uməltcən, bura pondə vişnə kynəmən, medvərən, tıj jılış kolə viştavnə—pondən əsnə. Sijən, tıla zevdəgəs oz ver-mə şojansə iñdətnə ozählə kiseçnəkə, sija piş-çevod-pyr şojansə çapkə vər. Sə jılış, kъz veşkətnə etə oslozneñnosə, loas viştaləm ozählə.

Къз vermən tədnə, sto mortlən zevdəg jazva? Eta ponda medpervo kolə əddən ızyt vñimənqən kъvzınp mortlış noraşəmməzsə, tıla mukəd pora nı şərti pozə-nı tədnə, sto sija sogalə zevdəg jazvaən. Kъnəm peslikə pozə ażzınp əddənzək vişan mestasə, eta dyrni jazva vevdərən kъnəm şenkaəs (siş suşana „svəna zasçıtaś“) ovlə vñşətçəm kod. Vot eta mestən upazıksə i ovlə zevdəg jazvaś.

Zevdəg jazva tədəm kosta vraçcezlə ızyt otsət şetən rentgenovskəj luçcez (siş suşən pija nəmeckəj uçonəj Rentgen nim şərti, kəda oştis niyə). Rentgenovskəj luçcez-pyr pozə ażzınp, kytən raspolozitəma jazvaś da paşk-yata-ja ızdis. Eta ponda kolə, med sogalış şojis specialno sə ponda naznaçitəm kasa (bariyevəj kasa). Toko etijə kasasə şojem vətən zevdəg pondas tıdavnə jugdətəm pora.

Къз predupreditńь jazvaliś jývşaləmşəda kъz sijə askadə da praviłnəja veşkətńь? Sijən, myla zevdəg jazvaliś proisxozençosə ozə tədə, to eta şəktətə şetńь toçnəj otvetlez seeəm voprossez vylə, kъz sijə predupreditńь da veşkətńь, no şozə mijə vermam una kerny sъ ponda, medvъ ne şetńь jývń zevdəgyn ləg sogətlə.

Uçonəjjez unazъkъs ləddənəy, sto zevdəg jazvaś burazъksə razvivajtçə toko sek, kər zevdəg cıkkətəma-nı katarən. Sъ ponda, medvъ ne pondıńvъ sogavń zevdəg jazvaən, oz kov lezńvъ aştə sogavń katarən, a kъz etə kerny, výlypzyk vəli-nı viştaləm.

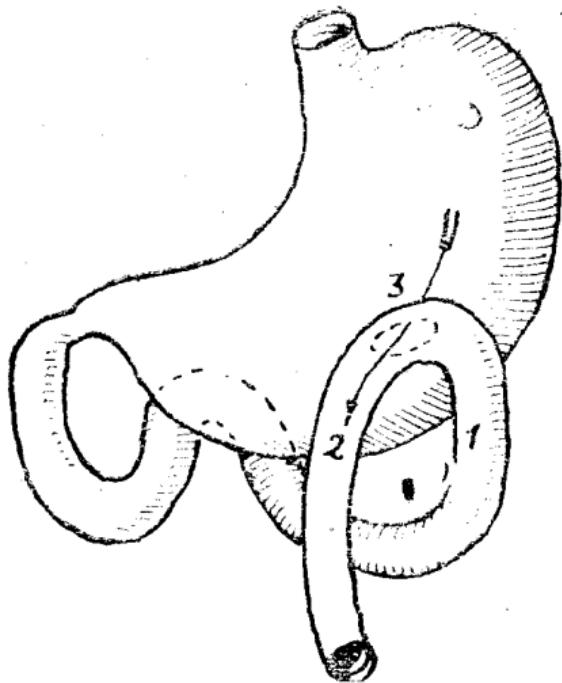
Bıyt vñimaṇo kolə obraṭitńь setçə, medvъ nezloupotrebļajtńь spirtnəj napitokkezən da kuritəmən. Nikoṭin, kəda em tabakъn, loə výna jadən zevdəg ponda. Mijan lozung: „Zdrovəj olan ponda, alkogoltəg da nikotintəg olan ponda poxodə“. Sıssə, kolə bereznəja otoñiçćıńvъ nervnəj şistema dýnə. Praviłnəja uz organizujtəm, razumnəja soçcişəm, tÿrməmvi uzəm, vaen veşkətçəm, fizkultura — výdəs ena meraes výnşətənələr qervaez, a sižkə i zevdəg.

Zevdəg jazva veşkətəm dýrnı med glavnəjys—ozzyk sijə tədmavń (opredelińvъ) da çeçzъka pondıńvъ veşkətńь. Kъzi jazvaś eÿkətis toko ryeşa, mədənəz suəmən, zevdəgis slizistəj oboloçkasə, to seeəm jazvasə kökniتا

pozə veşkətńь. Kыпът ръдънъка jazvaś rъris zevdəg ştenka rъčkə, sъnъt şeketzk ov-lə sijə veşkətńь. No nełki i seeəm sluçajjez dъrnı tijə nekər ne dolzonəş əstęńь nađeja veşkavńь. Seeəm sogalişsezsə vraçcez rъr vodtətəńь, eäktəńь kujlýń olpaşın; kыnəm vylas eäktəńь vińń sonıt priparkaez, grelka-ez, sonıt kompressez i s. o. Seeəm sogalişsezsə pervo verdəń toko kizer da kasa kod şojanən: şlızistəj sъd şlivocnəj viən, kizer kasaez, kisellez, jəv, vi, smjatka kolttez; kər zuvьtś lənşas, şojiń şetəńń unazékən da vədkođzık şojan. Veşkətçan koñecə, mədəqoz suəmən, veşkalik kosta, şetəńń-ni ɳaŋ, riəm jaj da çeri. No sovsem oz kov şetń: xren, uksus, gorməg, gorçica, zaritəm jaj, səma borsç i s. o.

Sogalişsəs kuzəmən verdəmnas pozə şetńń unazék polzasə, nezelı dona lekarstvoezen. Kujləm da pitañno—loə poçti vədəs etijə sogatsə veşkətikə. Kъzi jazvaś ne əddən şekyt, to sogalişsə pozə peslişń veşkətń na-hodu, vədlunşa uşan orətlətəg. Kъzi zevdəg sok-lən kislotnostś ьzyt, to sijə çintəń sondaen da mədik lekarstvoezen. Eta siž-zə otsalə co-zazék veşkavń zevdəg şlızistəj oboločka vъliş ranaezlə.

No eməs i seeəm ranaez, kədnija korəń operativnəj veşkətəm. Eta loə to myj: jazvasə ətləyn zevdəg çastkət, kədija eýkətəm vospa-leşnoen, vundbəstəń i zdorovoj tkań dorrezsə



Ris 4. Zevdəg-kiska souştje. Zevdəg berdə vurəm vəsnit kiskalən petlə, mədvy şojanlə privratnik əzimtikə tujis petlə. 1—zevdəg dənə şibətana vəsnit kiskalən kojeno; 2—zevdəg dəniş nüətan (otvodqassəj) vəsnit kiskalən kojeno; 3—vəsnit kiskalən zevdəgis oziş stenkakət ətlaaşan mesta (souştje). Strelkaən tıççaləma şojanlən munəm zevdəgis otvodqassəj kojenoə (2) zevdəg-kiska souştje-pyr (3).

vurənə. Kəzi sogalişlən viççistəg loas jazva provodenqo, mədnəz suəmən, zevdəg stenka-ez orasə, to sogalişlə sekzə kola kernə operasiya i jazva dorrezsə vurnə. Kəzi etə nə kernə, to sogaliş vermas kuvnə brjusina vospaleşenqoşan, kəda ovlə səşan, sto şojanlıs zevdəgsən ətlayn zevdəg sokkət da mikrovbezəkət tuncə sogməm osta-pyr. Oşzək vəli-nji viştaləm se-

еәм sluçajjez jılış, kөr rubeç ignalo zevdəg-
lış petan oştasə. Sek operacija kerik kostə
vraç-xirurg zevdəg berdə vurə vəsnit kiskaiş
petla i kerə nı̄ kolasət—zevdəg da kiska ko-
lasət—iskusstvennəj tuj (xod); vraç puktə, kъz
mijə baitam, **zevdəg-kiska souştje** (ris. 4).

Kөr zevdəgiş una petas vir, to əni seeəm
morttezlə kiştənə (perelivajtənə) vir mədik
morttezliş. Eta sposobən pozis spaşitnə una
morttez, kədənə vəlisə kulan polozeççoyn-nı̄.
Kъzi jazvaən slabəj sogalişlə kolas kərnə
operacija, to sylə siž-zə bur loas kişnə vir
mədik mortliş. Etaşan sija loas výnazъk
i koknitzъka çulətas operacijasə.

Zevdəg jazva jılış glava konçajtikə, kolə
kъnъmkə kъv viştavnə i 12-pjorstnəj kiska
jazva jılış. Kъz zevdəg, 12-pjorstnəj kiska siž-
zō əddən eäka pondə vişnə krugləj (gəgrəsa)
jazvaən; medunasə etija vişanəs ovlə 12-pjorst-
nəj kiskaiş sija otdekkət, kədija kuijlə privrat-
nik dъnъn; 12-pjorstnəj kiska mukəd çast şərti
eta kiska otdeleb ənevna paşkъtzъk i suşə
12-pjorstnəj kiska lukovicaən.

Jazvaez pondə medbur mestaən loə zev-
dəglən výxodnəj çast da 12-pjorstnəj kiska-
lən lukovica.

Ovlə i siž, sto jazvaəs aslas ətik dorən
kutçişə zevdəg výxodnəj çastən, a məd dor-
nas kutə 12-pjorstnəj kiskalış oğsə. Toçnəja
tədnə, kъeəm mestaən raspolozitəma jazvaəs,

zəvdəg vəxodnəj çəşən, privratnik vylən, nəto 12-pjorstnəj kiska pondətçəmən,—tədniy mukəd pıras ovla əddən şəkət, da esə sek, kər ki uvtən avu rentgenovskəj apparat da vraç-rentgenolog. No kolə viştavny, sto eta oz viž ızbat prakticeskəj znaçenqosə, tyla eniə jazvaezsə veşkətəməs ovla poçti ətkod. Mukəd uçonəjjez oz eəktə jansətnə zəvdəg, prevratnik, 12-pjorstnəj kiska jazvaezsə ətamədnəs kolasış. Etijə sogətsə nija ətlaalənə ətik nazvanqo uvtə, **jazvaa sogət-nim** uvtə. Eta pravihnəj esə i sijən, sto nəsoça ovlənə drug kık jazva: ətikxs—zəvdəgən, mədikxs—12-pjorstnəj kiska şlızistəj oboloçka vylən.

Vot tyla vədəs sija, tylə vəli viştaləm zəvdəg jazva preduprezdeñə da veşkətəm jılış, siş-zə vədsən otnositçə i 12-pjorstnəj kiska jazva dənə.

Zəvdəg rak.

Rak—etə umələ keran (zlokaçestvennəj) rıkkəs. Eta rıkkəslə seçəm əiməs vəli şetəma esə drevnəj kadə. Delobs səyən, sto iñkaezlən moros nerəddez vylən veşkəttəm rak aslas formaən nəvna vaçkişis juş rak vylə. Sijən etija rıkkəsəs siş i pondis suşyń, kyeem-vy mestəyin sija ez vəv. Zlokaçestvennəjən sija suşə sijən, sto on-kə pondə sijə şerjoznəja da askadə veşkətnə, to mortəs vermas kuynı.

Unazıksə zevdəg rak ovla 40-şan 60 godaezlən, no ne jecə ovla i tomzıkkezlən; kolə viştavnp, sto sija unazıksə ovla muzikkezlən nezelı iñkaezlən. Ənəz-na mijə e8ə eg vermə toçnəja tədnip, tıjşaç drug pondə vədtnip etə ləg rəkəsəs, kət vəd stranaeziş una uçı-nəjjəz izalənp sə vılyp, medvə suzətnip assi-pıss mognıssə i tədnip raklış nastoja88əj priçinəsə.

Medpervo rak rəkəsəs loə toko zevdəg vılyp. Sıvərən etija rəkəslən orətçəm torres vir tokən nuətşən matınpzék kujlan organnezə, i medpervo musə. Vəd seeəm sedəm uçı-tik torokşan musılp pondə vədtnip samostojatełnəj rak. Mukəd kadə musıls ʒik kъz svav-jaşə seeəm nəətəzda rak bugerokkezən. Kolə viştavnp, sto ne toko musıls zarazitçə enən rakovəj, kъz nijə suənp, kletkaeñas: zevdəgyp pondətçəm rakıs vermas kəzəssətnip resitəlno vəd organsə. Zevdəgyp rak rəkəsəs vermas potnp; sek rəkəsəs mestyn loas rak jazva.

Sogətsəs pondətçikə, kər rəkəsəs toko esə zevdəgyp, sogalişəs pondə əsətnip, gorzətə, sıvərən pondə əsnip, mukəd kadə virsorən; əsəm massabs mukəd pora vaçkişə kofe gussa vıle; appetit sovşem əsa. Sogalişsezəs kezətə şojan vıle viżətikə. Çastə əsəmsan da appetit əsəmşan mort uməltçə, loə malokrovije, vıntəmşalə, i vədəs enija javlennoes razvivajtçən əddən perxta, mukəd kadə kъpymkə mişecən. Sogalişəs oz poz i tədnip; sija sylə, kъz masiş.

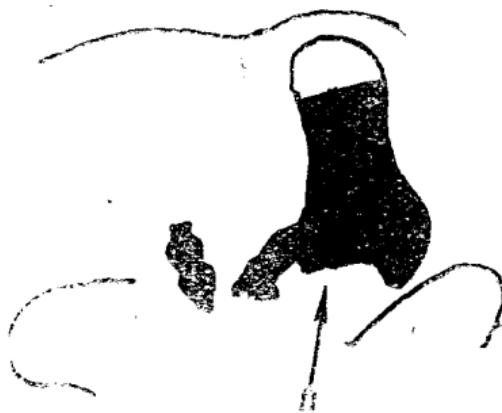
**Къз-зә тәдпү, sto mortlәn zevdәgын въд-
тә rak ръкәс?** Seeәм тәдәм мukәд kadә
ne koknит qelo, unazъksә sogət pondatçikә,
kәr ръкәсъы esa әddәn içәt. Ena sogalissezlәn
noraşәmimес ovlәпь seeәmәш-зә, kъeәmәш ov-



Ris. 5. Normalnaj
zevdәg vid rent-
genovskej luçcez-
pъr jugdәtikә. Zev-
dәg түртәм bar i-
jevәj kasaәn. Çoc-
kom kruzokәn тъс-
çаләm gәgmesta.

Оззаша зә sposовән, kәr izuçajtçis въdsәn
zevdәg şlepokъs, sogətbs opredelajtçis toko
sek, kәr vәvli seeәm kartina, kъз 6 riş. vульп.
Eta risunok vульп тъдалә, sto zevdәgis mukәd
çaştbs zъv kъз şojәma; pozә çajtnь, sto kinkә
zъv vundыstis zevdәgis jaj torok. Etijә zevdәg
ştenkaiş pustaj mestasә vraçcez suәпь „napol-
nenno defektәn“. Defektbs eta loә sъshaq, sto-

barijevəj kasabs, kər sedas zevdəgə, oz tırt səliş sijə mestasə, sijə otqelsə, kytən raspolo-
zitəma rəkəsəs. Seeəm jatnəj kartinaqs, kyz
eta risunok vülyn, ovla ızyt, bura-ni paşkaləm
rakovəj rəkəssez dırñi. Sişkə professor Berg
sposob şərti pozə əddən oz i praviłnəja opre-



Ris. 6. Rakən vişik kosta rentgen-pyr
şnímajtəm zevdəg. Strelkaənmyççaləm
rəktəm mesta—napolnenno defekt.

dejlitnə sogətsə i vyeəma sijə veşkətń. ızyt
rəkəssez mukəd kadə pozə tədńpъ kisupən. I
siž, sogalişsə vyeəma jualəmən, kynəm peslə-
mən da rentgenovskəj luçcez-pyr vizətəmən
pozə praviłnəja opredelitń zevdəgis rak sogət.

Sogət tədəm-kə, to kolççə cozaşyk kernə
operaciya i rəkəssə ʒimlavnъ.* Kynym ozzək
etə keran, sypym burzək. Glavnəjys—jestyń
ʒimlavnъ rəkəssə, kytəz sija esə ez kəzəssav
da ez zaražit aslas rak kletkaezən mədik or-
gannez.

Mukəd uçonəjjez eəktənə, kyz duimajtənə, sto mort sogalə zevdəg rakən, to kynəm şenka ʐevna vundəsnə da kiən vnimałenəja peslənə da vədsən zevdəgsə, medvə opredelitənə, avı-ja sə şenkaın çorxt rak uzəvvəz. Seeəm vundaləməs suşə **probnəj vundaləmən**. Operaciya eta avı əzət, no połzaıs səşan mukəd kadə ovla əzət. Una morttezəs etaz pozis spaştnə kuləmiş.

Ne jeeə ovlənə seəəm sluçajjez, kər sogalışsez, pondasə-kə sogavnə zevdəg katarən, aşnəs resitənə, sto pylən „vədmə rak“. Nija etasaŋ dugdənə şoju, tıjşan, koñesno, eəzə əddənəzək vəntəmşalənə da uməltçənə. Ne jeeə kerənə vred aslanəs baitəmməzən suşeddez da tədsaez.

Sijən, kyz toko zevdəg pondas vişnə, burzık loas munan-kə vraç dənə, kəda praviłnəja opredelitas sogətsə da viştalas, kyz kolə sijə veşkətnə.

Vəsnit kiskaezlən ostrij katar (ostrij ənterit).

Kyz zevdəg ostrij katar-zə vəsnit kiskaezlən ostrij katar vermə lənə to tıjşan: 1) kiseçniksə bura şojanən tırtəmşan, 2) uməl şojan, kytən eməs jada vessestvoez, şojəmşan, 3) jaddezşan, kədnə vırabatıvajtənə da vıde-

lajtənəp mikrovvez, 4) alkogolşan, nikotinşan da una mədik razdrazaqtan vessestvoeşşan. Kəpmaləm (kokkez vadəm) çintə kiseçnikliş dorjisəmsə i etən otsalə sogət jyvşaləmlə.

Vəsnit kiskaez ostrəj katar kosta ovlə siyazə, təj ovlə i zevdəg ostrəj katar dyrni. Kiseçniklən şlızistəj oboloçkaş, mədənəz suəmən, kiskaezlən pəşə poverxnoştsəs tərə virən, rıktə (otekajtə) da vevtlişə şlızən.

Vəsnit kiskaezlən ostrəj katar pondətçə kəpmətən sxvatkaezlan vaçkişana vişəmən. Sek-zə pondətçə tət; lunnas ətərasənə razmədiş i kizera, şlız sorən, kasa çuzəmən. Mukəd kadə sodə temperatura. Vəsnit kiskaezlən ostrəj katarş kəssə nedər, i eta dyrni rezkəj javlənənəs ovlənə medoşza lunnezas; 7—10 lun vərti mort vədsən veşkalə.

Kız veşkətənə vəsnit kiskaezlisi ostrəja loəm katarsə? Medpervo kolə rektənə kiseçniksə vədəs eýkəm produktaezşis, kədnəsan mortəs pondis sogavnə. A eta ponda əddən bur loas pervo-zə şetnə sogalişlə kastorovəj vi neto mədik slabiteñnəjə. Pervəj sutkias sogalişlə oz şetə nekəcəm şojan. Şetənə junə toko zirxt çaj, çaj gərd vina sorən neto şədjagəd otvar.

Şojan pondənə şetnə **kuiimat lunşan**, no kolə viştavnə, sto pervo şetənə şlızistəj, bura puəm səddez şlıvoçnəj viən, kytçə sodtənə koltiş vez şələməs; səşşa kizərik kasaez risiş neto mannəj krupais. Medoşza sogalan lun-

nezə şetənə kolan koğuşestvoəni çoçkom suxar-rez; səvvərən suxarrezsə vezənə çorxt neto zaritçəm ıraqən. Kykjatışsət lunşan şojanas sodtənə püəm çeri, püəm jaj, posnitiķika maştəm, koklet çuzəma jaj. Grubəj şojan unazıksə karççez, ogurçiez, kapusta i s. oз. netymda oz şetavlə das lun dyrna. Şojansə ızzətənə kola siş, medvə məd netəl kopeç kezas sogalışla şetnə ovşəj şojan.

Şəkъta sogalikə dəloys küssə dyrzək. Bura vişikə da eəka mətitiķə rekomendujtə kuijlynp olpaş výlni.

Vəsnit kiskaezlən xroniçeskəj katar (xroniçeskəj ənterit).

Vəsnit kiskaezlən xroniçeskəj katar unazıksə ovlə vəsnit kiskaez ostrəj katariş. Kyz kin pondis sogavnə vəsnit kiskaez ostrəj katarən da ez veşkət assis sogətsə neto veşkətis siyə uməla, to seeəm katarəs vədsən oz veşkətçə, a vuzə xroniçeskəj formaə. Oşlaqın qevna eıkəm şojan şojəmşan vilış pondə vişnə kynəm, loə mətitiqm. Eta ponda kola toko unaəv şojnə, vamnə zer uvlynp, neto toko bura təyziplə. Kyzı vəsnit kiskaezlən ostrəj katar ətik mort-lən ovlə eəka, to səvvərən sylən siş-zə loə ena kiskaezlən xroniçeskəj sogət. Eəka ovlə i siş, sto vəsnit kiseçnik pondə vişnə mədpəv sek, kər pervuiş pondə vişnə zevdəg.

Vižətäm, mŷj estən ovla. Zevdəg xroniçeskəj katar kosta, avu-kə, suam, zevdəg sokən sələnəj kislota, şojan puşə uməla, əddənizxsə beloka şojan. Seşşa, sto seeəm zevdəgən şojanıs puşə uməla, mikrobbes, kъz ozlən vaitçis-ni, vəddsən 32nən vərzəttəg seeəm zevdəg-pyr tünənə ozlən—kiseçnikə. Seeəm uməla puşəm şojan, kədaňn una ovlenən vrednəj i mukəd pora opasnəj mikrobbvez, vajətə setçəz, sto vospaßennoys zevdəgşən vuzə i vəsnit kiseçnik vylə, eta dyrni privratnikovəj zatvor oz ni lo panəvtişən (pregradaən).

Mus neto zevdəguvtsə nerəd vişəmşən siž-zə vermas lony vəsnit kiskaezlən vospaßenno. Mus səp da zevdəguvtsə nerədlən sok ətləyn loenə glavnəj sokkezən vəsnit kiskaezən şojan-puəm (perevarivajtəm) ponda. Kъzi ena sokkes jecəəş, to i şojan-puəmbs loə uməlzsək, a uməla şojan-puəm dyrni siž-zə vermas lony vəsnit kiseçniklən katar. No kolə viştavny, sto vəsnit kiskaezən ovla ne toko şojan-puəm: vəsnit kiskalən ştenkaəs, kъz toko şojanıs-puşas, kъskə sijə as ryeķas (kъz gubka va) da krovenosnəj trubkaez-pyr inđətə sijə ozlən virə. Kiska ştenka vospaßenno kosta uməla mu-nə i şojan-puəm, a siž-zə i perevarivanlıqis boştəm produktaez kъskəmbs (vsasəvajtəmbs). A sijən şojaniş una dona produktaes orqanizmən oz ispolzujtçə, a ətləyn tylkət veş çapkişşənə ətərasıkə.

Дыр къссана тъйтамшан mort въдсән въп-
тәмшалә, үмәлтә, лә malokrovije.

Kiskaez xroniçeskәj katarәn sogalişsez med-
unasә norasәnъ lunnas unaş тъйтәм вълә,
eta дырни кизәр тътәs ovlә şlız sorәn; әтлаң
тъйтәм вълас sogalişsez norasәnъ i къпәт
dundәm вълә, gazzez una petәm вълә, appetit
әзәт вълә, вънтәмшаләм вълә i s. oз. Тәдпъ
sogatsә ovlә ңешәкът: kal исследујтәм kosta аз-
әнъ риштәм шоjan torokkez.

**Къз predupreditnъ vәsnit kiskaezliş xroni-
çeskәj katar?** Medpervo kolә beregitçъпь ostrәj
katarşan da pravilnәja siјә veşkәtнъ, къзи siја lo-
is-ni, тъла въд ostrәj katar vermas ionъ kiseç-
nik xroniçeskәj vospalenqо pondәtçemәn. Seş-
şa kolә ruktyпь ызыт vñimaqно riñnez вълә.
Zdorovaj әм да zdorovaj zevdәg loәnъ zalo-
gәn zdorovaj kiseçnik ponda. Kolә bura ve-
regitçъпь имәл каçestvoa produktaez шоjәmis,
drug unaen шоjәmis, spirtnәj napitokkez ju-
miш i s. oз.

Veşkәtçәm дырни medglavnәj vñimaqno ko-
лә ruktyпь шоjәm (pitamqо) вълә. Шоjan dol-
zon ionъ sora, mәdңoz suәmәn, шоjапъп med-
vәlisә въdkod produktaez. Әtkod шоjапъs so-
galişas kidtә шоjәmis.

Шоjan dolzon ionъ ңевът, bura posnәtәm;
karç kolә upotrebвlajtпь шоjanә toko җoritәmәn;
fruktaez burzъk шоjапъ kompotәn, kışelliezәn,
fruktovaj otvarrezәn da fruktovaj sъddezezәn.

Nañ—çorъt, nevna zaritcем. Kasaez da sup-
pez bura kətətəm da bura . riem krupaeziş.
Jaj da çeri — riemən, maştəmən, a mukəd
kadə zaritəmən. Jəv burzık səmməmən, kolttez
smjatkaən, şlivocnəj vi, gortşa şvezəj riş.

Kurъt vkusəvəj vessestvoez: gorməg, gor-
çica⁸, uksus, luk, çesnəg i s. oз. ozə şetə, tъ-
la nija razdrazajtən kiseçnik. Bura uspokai-
vajtən şədjagədiş çaj neto çaj gərd vinaən.
Bъdəs napitokkezsə kolə şetavnəj jinъ
tən.

Eta sogət kosta lekarstvoezşan połzaß avu
ьzъt. Nezъt otsət şetə kurorttez vъlyп (Essen-
tuki, Borzom) mineralnəj vaezən veşkətçəm.

Çerveobraznəj otrostoklən vospaləenno (appendicit).

Vəsnit kiska vuzə kъz kiskaə. Kъz kiska-
lən pondətçəməs petilçə moz vъvlanə da suşə,
kъz vəli viştaləm-ni, şlepəj kiskaən; şlepəj kis-
ka pъdəssən pondətçə çerveobraznəj otrostok;
eta otrostokbə latın şərti suşə appendiksən, i
otrostoklən vospaləennoys—appendicitən.

Çerveobraznəj otrostokbə em prosvet. Kъ-
zi i bъdəs kiseçnikbə, sylən pъresa poverxnoş-
ťs vevtləma şlızistəj ovoloçkaən. Otrostoklən
konəcəs siž-zə şlepəj, mədənəz suəmən, sъyn

ави դեկեմբեր օշա, սիզ-կե վեճէս, միյ սեճ չե-
veobraznəj otrostok proşvetə, vermas çapkiş-
şyńь вәr toko şlepəj kiskas. No mukəd kada
şlepəj kiskais sedləńь seeəm torokkez, kədn-i-
ja вәr çapkişşenъ şəkyla i, sişkə, otrostokas
verməńь ovnъ dyrən. Otrostok prosvetyn şo-
jan ostatokkez dyr oləmşan pondəńь sijə raz-
drazajtnъ i medvərən loə vospaleṇpo. Vot etaz
i loə appendicit. Prosvetyn ažzyłěńь əmal ku-
səçokkez, posnit kovgaggez, vinograd koska-
okkez, kalovəj izzez i s. ož.

Unazıksə vospaleṇpo pondətçə srazu pol-
nəj zdrovjo kostə: kynəmtyń uvlansan veşkət
ladoręń loěńь kolikoobraznəj (vyeikalana) vi-
şəmmez; a sışan pondə vişnъ i vədəs kynə-
məs. Zubıťs dýnə ətlaaşə əsəm da температура левəm.

Çerveobraznəj otrostoklən vospaleṇpo ver-
mas veşkavınъ koknita; sek zubıťs çulalə,
əsətńь dugdə, zar ćinə normalnəjəz.

No ne pır qeləys konçajtçə seeəm vyeəema. Ovlə i siş, sto otrostokbə orşalə, dubalə ɳeto
sylən ştenkaś potə. Sek otrostok potəm
inestaəttəs mikrovbes sedəńь kynəm poloştə,
myjšan loə brusina vospaleṇpo — əddən opas-
nəj oslozneṇpo, kəda unazıksə konçajtçə ku-
ləmən. Xroniçeskəj appendicit kostə zubıťs
pristuppez periodiçeskəja povtorjajtçəńь, eta
dýrnı seeəm otrostok gəgər ovləńь spajkaez
sə gəgəriş kiska petlæzkət. Ena spajkaez xro-

niçeskəj appendicit dýrñi siž-zə vajətənъ so-galişlə una maitçəmmmez.

Büd mort, kədalən viççistəg pondis vişnъ kynəm, pondis əsətnъ, sodis temperatura (zar), dolzon vişnъ tədvılyon seçəm əddən vaznəj pravilo: ne jün slabişelnəj lekarstvoez. Eta jyllış kolə baitnъ sijən, sto mijan siž-nı velalisə: vişə-kə kynəm—to objazatəlno kolə jün slabişelnəjə. Ne soça slabişelnəjə juəməs sogalisses sçaşso ponda çulalə bura. No ne jeeəş i seçəm sluçajjez, kər slabişelnəjə juəməs uməltə sogət sostojanlıqosə i mukəd pora vajətə sogalişsə kuləməz.

Resitnъ vopros, myşan pondis vişnъ kynəm—ostrəj appendicitşan neto mədik kyeəm-kə priçinaşan,— eta dəlovs vraçlən. Sogalish dolzon kolççən'kujlynp olpaş vylən i viççisnъ vraçəs, kəda tədmalas sogətsə da viştalas, kyz sijə veşkətnъ.

Kər toçnəja tədəm, sto mijə imejtam dəlo-sə çerveobraznəj otrostok vospaşenləkət, kołççə toko ətik vyxod — çozzəka sijə çapkyn' (kern' operacija). Myla etaz kolə kern', a ne mədənəz? Myla sijə oz poz veşkətnъ, suam, kompressezən, grelkaezən, lekarstvoezən i s. ož.? Dəlovs sъyln, sto mijə vyeəma tədam, kyz pondətçə ostrəj appendicit, no mijə nəkər og vermə oşlaq viştavnъ, kyz sija konçitças. Medkoknit appendicit ətik sutkiən verimas rəpnъ medşəkylə da beznaðoznəjə. Ətik fran-

cuzskəj professor viştalis, sto ostrəj appendicit pŷr vaçkişə biçir vylə, kədija sotçə pəim uvtən: eta biçirbə vermas kusň, no sija vermas şetň i ńızı pozar, kədə nə pŷr pozə askadə kusətn̄.

Bur sija, sto mijan sogalissez unažyksə aşn̄s eěktən̄ kern̄ operacija da oxotitəmən̄ soglaşitçən̄ vraç predlozenqo vylə operacija kerəm jılış. Glavnəjbs — oz kov şormyńp̄ per-vəj lunneznas, kər operacijasə kern̄ koknitzyk da burzık. Askadə kerəm operacijas zik bezopasnəj i dugdətə vədəs niјə ožlaqşa osloznennoezsə, kədna dýnə nə soča vajətə çer-veobraznəj otrostokləni vospaləenqoys.

Kyz kiskeazlən ostrəj katar (ostrəj kolit).

Kyz kiskeaz ostrəj katar kostə ovlə sija-zə, myj ovlə zevdəg nəto vəsnit kiskeaz ostrəj katar dyrñi. Eta kostə şлизistəj oboloçkays poldə, gərdətə sosuddez virən tırgəmsaŋ da əddən kyzə vevtlişə şlızən. Vospaləenqoys vermas kyeəvtňs razu vədəs kyz kiseçniksə; eъ-kətşə kyz kiseçnikis toko ətik otđel. Siş eěk-zıka eъkətşə şlepəj da vosxodassəj kiska, şigmovidnəj veşkylkət, no mukəd poras toko ətik popereçno-ovodoçnəj ətləyn aslas kyk zagiv-kət: peçonoçnəj da şełezenoçnəj pełessezən.

Къз кисечниклөн воспалено сиң-зә сушә кољитән; кылъс eta латинскәј i овознаçайтә овodoçнәj kiska.

Къз kiskaezlөn воспалено, ɳето кољит, овлә una priçinaezşan, къз: umәl да umәla puşana şojanşan ɳето zevdәgъn da vәsnit kiskaezъn umәla sijә puәmşan; къз kiskaez proşvetә mikrovbez sedәmşan, kәdnija vrednajәs mijan zdorovjo ponda, a siñ-zә i mukәd jada vessestvoeşan, kәdnija sedәnъ mijan organizmә da vьdeļajtçәnъ къз kiskaez şлизistәj obo-ločkaen (rtut, тьсjak, svinec).

Къз kiskaezlөn ostrәja loәm katar eäktә unaiş ətәraşlъnъ, no kola viştavny, sto una ovlә i siñ, sto ətәraşik kosta ɳem oz pet, a ɳetо petas toko ətik virsora şлиз. Kiseçnikis sulga lador strәjdәm dyrni, mәdңoz suәmәn, ɳisходassәj, unazъksә veşkiet kiska vişem dyrni, mortъs ətәraşә əddәn eäka, sutkivlas 50-iş ɳetо esә i unazъkiş. Bur sija, sto seeäm ostrәja loәm katarsә pozә veşkәtnъ əddәn çoza, kъпьткә lun şärna, ne һedqыпъ-kә şekъt sluçajjez, kәr kiskaez şлизistәj oboločka vьlyп loәnъ jazvaez.

Еъкәm jaj, umәlkaçestvoa konşervaez şojemşan, pizәttәm va juәmşan, unazъksә gozumәn, bura otsalә ostrәj katar jylәmlә. Siñzә ьзыт знаçеңдо vižә kiez mişem, sәstәma posuda da рьzan vižem, kәda vьlyп şojәnъ, тьла kiez vьlyп, posuda vьlyп i s. oz. vermasә

Іонъ zdorovjo ponda vrednaj да опаснaj mikrobes. Ena mikrobes ne soča sedatçenъ ſojan produktaez vylə guttezan, kədnə vajetənъ niјe zarazitçem mestaez vylis aslanys kokokkez da bordokkez vylip.

Ostraj koſit veſkətəm̄ — ſeeam-zə, kyeam i vəsnit kiskaez ostraj katar dyrni, mədnoz suəmən, veſkətn̄ pondətçikə — slabitelnəjə ju-əm, 2—3 lun şerna — zynvieg qıeta da kypəm vylə 80n̄tə teçəm. Sibərya ſojansə nevnaen sodtən̄ ſeeam rascotən, medvə 10—12 lun bərti sogaliſſə vuzətn̄ ovsəj ſojan vylə. Bura sogalikə da eəka ətəraſikə sogaliſſə lunnid kezə kolə vodtətn̄ olpaş vylə. Ostraj koſitsə veſkətn̄ kolə əddən bura, medvə ne lezə si-jə vuzn̄ xroniçeskəj formaə, kər veſkətn̄ loə əddən-ni ſəkət.

Kyz kiskaezlən xroniçeskəj katar. (xroniçeskəj koſit).

Sogaliſlən xroniçeskəj koſit loə sek, kər sylən eəka ovlen̄ ostraj koſittez i kər niјe uməla, a neto i netymda ezə veſkətə. No kolə viſtavn̄, sto ovlen̄ i ſeeam koſittez, kədnə razvivajtçen̄ zagvuy, tədavtəg. Xroniçeskəj koſittez kostə sogaliſsez çastə noraſən̄ sə vylə, sto mukəd kadə əddən mytitən̄, a kər vəra ovla zapor, eta dyrni, kalas pır em ſlız, kədijsə pozə ažəyip prostəj ſinən; kiseç-

nikləni ena rastrojstvoes çulavļenъ sxvatka kod zuvyltezən, kədnija suşənъ kolikkezən.

Sogalislən samoçuvstviyeſ xroniçeskəj koltən sogalik kostə ղezyk seeəm uməl, kъz suam, vəsnit kiskaez xroniçeskəj vospaleṇno dyrni. Eta ovjaşnajtçə sijən, sto vəsnit kiskaes şojan-puanъn vižənъ ьzytəzъk znaçenno kъz kiskaezşa. Kъz kiseçnik loə ьzyt mesəkən, kъtən vremennəja xraṇitçənъ şojan otbrossez. Estən şojan-puanъs konçajtçə-ni. Kiseçnikis eta otqelən çulalə vər va kъskəm (vsasъvajtəm) da kalovəj massaez topətəm. Vot myla kъz kiskaez višikə vynys sogalislən dyrzъk vižşə, myla şojanъs jestis-ni puşynъ da jiznъ vəsnit kiskaezyn.

Osnovnəj veşkətəm kъz kiskaez višik kostə vəra-zə loə şojanъn, vəd torja sluçajyn vraç viştaləm şərti (vižət şojəm jyliş vəsnit kiskaez višikə). Vylənzъk baitçis-ni sъ jyliş, sto kъz kiska loə kъz-vъ mesəkən, kъtən əkşənъ kalovəj massaez. Estiş vezərtana, sto şojanъs, kədaiş loənъ una otbrossez, sogalislə vermas kernъ vred kъz kiseçnikə otbrossez şurikə da sъ-pyr munikə. Sogalissez şəryn nabludennoes myççalənъ, sto eta siž i em. Svezəj fruktaez kolasiş çorət sorttez, uł karçcez, şəd ղaŋ da uməla puəm kasaez şetənъ seeəm otxəddəz, kədnija sogalan, razdrazonnəj kъz kiseçnik-pyr munikə, vəd pora ьzədətənъ vospalitelnəj processə.

Sijən kъz' kiskaez vospaleṇnoen sogalişsez-
lo mijə sovetujtam ne şojń výbınzъk viştalım
şojańsə. Medbura kolə beregitçypъ gozumən
i to myla: zar pogoddaæ kuçikъs gerdətə sъ
dъnə vir prilivşan; no eta vevdərə vir prilivş
ovlə rъesa organneziş, a medunasə zevdəg
dъniş da kiskaez dъniş vir munəmşaŋ — ot-
livşan. Sižkə şojan-puan organnez virnas bed-
nəjşalənъ.

Virən seeəm bednəjşaləmъs zevdəgsə da
kiseçniksə výntəmşətə, çintə nylis dorjisəmsə
unaşa-una mikrovvezşan, kədna olənъ mijan
kъz kiseçnikyн. Nъ kolasыn una eməs vrednəj
mikrovvez, kədna poroj grəzitənъ mort oləm-
lə. Kъz mort ղevna toko výntəmşalas, ena
mikrovbes sek-zə pondənъ aktivnəja nuətnъ
assinъs vreditełskaj izpъsə. A setçə-zə esə
voənъ şvezəj karçcez, frukttez, mədənəz suə-
mən, saməj sija şojanъs, kədaşan una loənъ
otbrossez. Medvərgъn vydəs etاشan loənъ go-
zumşa myttez, kədna ena sogalişsezlə vajətə-
nъ una maitçəm. Vot myla gozumşa kadə ko-
lə bura beregitçypъ.

Vəsnit da kъz kiskaez vişəm jılış glavae-
zъn mijə ղevna gizim myttez jılış da zəpəti-
ka viştalim, kъz niјə veşkətnъ. Ēe etakət ko-
lə viştavny, sto una oñir sogalənъ zaporrezen,
mədənəz suəmən, soça kiseçniksə rektəmən.
Zdorovəj mort kiseçniksə rektəvlə ətryr ղeto
kъkiş lunnas, a mukəd kadə ղelki lun vərti, i

etə miğə siçzə ʃəddam normaʃnəj javlennioən. Nejeeə eməş i seeəm oṭir, kədnija kiseçnikliyə rektəvləny ətryr 3—4 i ɳelki unazık lunə. No eməş i seeəm oṭir, kədna slabişənəjə jutəg ɳeto klixmatəg oz vermə rektənpə assinəs kiseçniksə—oz vermə ətəraşnpə.

Mijə tədamə-ni, sto vədəs şojan-puan trubkaşs primitəm şojanşan pır vərə, mışaşan səyin şojanşs pır vətlə vülişan ulə, petan oşa dənə. Zevdəg-kiska trubkalən ena vərəmmes ov-lənpə kiseçnikis ɳervnəj şistema razdrazenənşan da vozbuzañqoşan.

Kolə viştavnpə, sto omən kiskaez şənkəyn em vədsə şet ɳerva spletənəoeziş. Ena spletənəoes vermənpə aşnəs—samostojałelnəja regulirujtəpə kiseçnik dvizenənəezsə. Ətləyn eta samostojałelnəja uzałəmkət, kiseçnəj spletənəoes dej-stvujtəpə esə ətləyn ɳervaezkət, kədna vəvdərşan şibətçənpə kiseçnik dənə. Ətəs ena ɳervaez kolasiş susə **şimpañiceskəjən**, mədys—**bluzdaju88əjən**. Ena ɳervaez kuza kiseçnik dənə loktənpə una razdrazenəoez, kədna to vüñşətənpə kiseçniklis dvizenənəezsə, ɳeto vəra vüñtəmşətənpə livozagmətənpə niğə.

Una naqtə kəvlisə „os mış“ jılış; vəralış-şez preşledujtəm dırñi os bura povzə i etاشan pondə mışitənpə, i omən ɬakəstə assis tujsə. Etijə mışitəmsə pozə to kyz vezərtne: vəvdərşa ɳervaez vozbuzañqoşan da razdrazenənəosan vozbuzañqoşan i ɳerva spletənəoez, kədnija

кујләп киска шенкалы, түшән i loә түтәм.

Тәздішәмса да повәзәмса vermәп дейстүйтпү i газтәмтәм да radujtçam, no mort oso-
bennoştez şerti ena javlennoezsaң әтиkkezlәn
ovlә түтәм, а мәдиккеzlәn вәра мәдңәз —
zapor.

Къзি вевдәрса bluzdajussаj да шимпатичес-
кәj ңервvez да ръеša ңервнәj система, kәdija
ovlә kiska шенкалы, изаләп askolasanыs druz-
nәja да soglasovannәja, то sek i kiseçnik
изалә normalnәja да askadә rektә şojan ot-
xoddezsә.

No оvlә i siž, sto etna ңервvez изачып
pondәпп „rezbrodәn“—әтәs vynənзъk, mәdьsl
slavәjzъka, түшән ravnoveşijeys пь kolasып
зигшә. Коңесно, seeәm soglasujtәm изашаң i
ovlәпп вѣdkod ңерpoladkaez, әтлаң i zaporrez.
Әddәni ҹасто zaporыs оvlә i mijanşaң assaңапты,
kәr mijә panәvtam kiseçnik rektәmsә sijәn,
тыла mijanlә „ңекәr“ ңето „ubornәjys ыльп“
i siž oz. I etәn kalыs, kәda suris veşkыt kis-
kae, dyrәn setçin viшшә i oz çapkişшy; kъz kal
massasә kъz kiskaеziş sulga ladorыn i veşkыt
kiskaлы siž viшlәпп ҹастә, то sъvәrъn razvivajt-
çә siž suşana privьcнәj zapor.

Zapor jylis velәtәm dyrni pozә kažавпь,
sto gorodiş otır zaporәn sogalәпп upazъk, ңe-
zelî derevnaezыn da posaddezыn olişsez. Oвja-
najtçә eta әddәni prostәja. Pervәj da kolana

uslovijaən kiseçnik normałnəj dvizeñqoez pon-da loə—ssy poloştyň týrməmvi şojan otxoddez. Ena otxoddez, kiskasə ńuzətikə, razdrazajtəny sylis ńervnəj koñecçezsə, myjsan kiseçnik pondə vərnə. Kýpym jeeazyk ena otxoddes, sýným jeeazyk razdrazenqoes, a sişkə i vərəm-mes. Derevñaeziş, posaddeziş da stañicaeziş otlrləni şojanıñ unazık ovla vədmasseziş, a gorodiş otır unazık şojəny posqətəm da bura obrabotanıñ şojan, kədija etaşan jeeazyk şetə kalovəj massaezsə.

Əddən neznəj şojan, əddən posnita obrabotajtəm şojan, kədañl jeea vədmas vesse-stvoez, siş-zə vermas vajətnə zaporrez dýnə. Enə zaporrezsə mijə suam alimentarnəjjezən, mədəqoz suəmən, kədəna ovləny ńepraviłnəj pitanlıqosan.

Zapor ovla ne toko etna priçinaezşan. Pukaləmşan da jeea vetlətəmşan, xroniçeskəj appendicitşan kiskaezyn mukəd petlæz kolasyn spajkaezşan, kiska şlenkaez rubcovəj izmenen-noezşan, kiskaez rıktəmşan i s. ož., vədəs et-nija priçinaezşan, da esə una mədikkezşan siş-zə ovləny zaporrez.

Sijən vezərtana, sto zapor veşkətnə pon-dətçəməz kolə medpervo tədny, myjsan, kÿ-eəm priçinaşan sija lois. Toko eta vərən po-żas praviłnəja sijə veşkətnə. Eäka juvlyń slabişenəjə, neto kerlyń klizmaez, kyz etijə ke-rəny mukədys, çekər oz kov, myla ena sred-

stvoes ozə veşkətə sogətsə, a poroj esə əd-dənzək kidən kiseçniksə samostojačelnəj uziş.

Vraçlən dəlo — vbd sluçaj dyrni tədny soğətlis istiñnəj priçinaezsə i sə şərti naznaçılıp rəviliñnəj veşkətəm.

No mija estən verمام şetny kypym-kə poleznəj sovet sə jılış, kyz predupreditny zapor loəmsə da kyz sijə veşkətny.

Medpervo kolə aşə velətny setçə, med vbd lun da objazatəlno ətik kadə rektibvlyny kiseçniksə. Eta dolzon lony privyçka dəloən. Medbur ətəraşlyny asyvnas, uzəm vərgyn. Se-eəm oñir ponda, kədna sogaləny privyçnəj zaporrezen, eta əloys pervo çajtçə əddən şəkttən i poroj beznadoznəjən. No zelanno da nastojçivost dyrni etə delosə pozə vajetny usrehəz.

Sessa, şojanə kolə pırtny karçcez, a kyzı pozə, to i frukttez. Karçcez da frukttez loəny **medbur şojana slabitelənəj sredstvoən**; medbura estən dejstvujtən koştəm şlivaez. Kolə viştavny, sto frukttez vylə mijan oñirəs ənəz esə vizətən, kyz roskos vylə, poroj kyz lisnəj, nekolana çeskyytor vylə; a vylissə frukttez loəny dona, kolana çastən mijan şojanyn.

Morttezlə, kədnija aslanys izyn unazıksə pukaləny, kolə vbd lun vetlyny 1—2 ças dyrna gulajtny. Eta ponda gortyn oliş oñirlə loas burzık uz vylə tuppı da uzałanşan lokny rədən, narosno vərjynly kuzzık tuj. Siżə vur polza şetə ryt-asyv kerəm fizkultura.

Berezinaj otnosenno qerniaj siistema dypa, spokojnaj olan, kuritamkət pessəm siżże şetəny ne jeea połza. Będəs enə praviloezsə pożə primeńajtń vędçuzəma zaporrez dyrni.

Lekarstvennaj otsət da mədik veşkətəm—etə vęd sluçaj dyrni suvtətə veşkətiş vraç.

Gemorroj.

Gemorroj uvtyn kolə vezərtń veşkət kiskais venaez (krovenosnaj sosuddeż) paşkaləm. Ena paşkaləmmes siż-zə suşəny **gemorroidalnaj** uzəvvezən neto **gemorroidalnaj siskaezən**. Una şojəm da juəm, una pukaləm, şəktəm, zapor kosta pičkişəm—vędəs eta vajətə gemorrioj ləəm dypa.

Kъzi siskaez abu vospalitəməş, to sogaliş nem oz čuvstvujt, neto toko bəriş proxodys ne-əddən vudə da ɔik kъz sъ vylə myjkə pъrystata. Będsən mədəqoz ovla, kər uzəvves, pъə mikrovbez sedəmşan, vospalitçəny.

Siskaez vospalenno dyrni ovla əddən zuvbt, sogaliş čuvstvujtə, sto ɔik sъ veşkət kiskayn pukalə kъeəmkə mədik təlo. Bəriş pъrət vižətikə pożə azzynpə ətikə neto kъpymkə sis-ka, kədnija ovlenpə aŋkъeşaŋ ərek ьzdaəz. Ena vospalonnaj uzəvves ovlenpə ləzkod rəmaəş da ny berdə pavkətçikə əddən zuvbtəş.

Kъz veşkətń gemorroj? Medpervo kolə dumajtń sъ jylis, medwy veşkətçypə za-

porşan. A kerpə etə pozə kъz nagvad naznaçitəm şojanən (karçcez, frukttez, səma jəla produktaez, ma), siž i miñerałnəj vaezən (Es-sentuki № 17, Batalinskəj va, Borzom). Kər siskaeziş virbə petə jecə, sek otsalənəy nedyr-pukalana kəzət vannaez da jyovəj kompressez. Gemorroidalnəj użavvez vospaleṇno kosta veşkətçənə kolə olpaş výlyo kujlikə. Bur otsat şetənə kompressez sajkətəm Bürovskaç zidkoşt-kət, kədijə vyd mort vermas boşın apṭekayn.

Kъzi gemorroidalnəj siskaez eəka vospalajtçənə, petə nyış vir da bura mortəs maitənə, sek burzık loas mezdətçənə ny dəniş operaciya kerəmən.

Zakluçenço.

Výlyozık viştaləmiş tədalənən niya bedstvija-es, kədnə vajətənən mijanlə zevdəg-kiska sogəttes. Estən viştaləmaş toko glavnəj sogəttes, no i eta loə tərməmvi-ni sə ponda, medvə vəzərtnə, kъeəm niya kerənə vred. Ətik toko rakşaŋ kulənə vyd godə ne jecə otir. Siž, kuləm morttez velətikə, kədnə kulisə Moskvayn 1923 godşaŋ 1927 godəz, əzyltezsə 16 godşaŋ ləddikə petis, sto vyd 19—20-ət kulisə zevdəg rakşan.

Otırlış seeəm əstəmmes mijanlə əddən zuvbatəs əni, kər vədmə mijan kultura, kər levə mijan xozaſtvo.

Aslas istoriçeskəj reçyn Kremlovskəj dvoyecy Gərd armija akademikkez výpusk výlyp 1935 godə maj 4 lunə jort Stalin vişalis siž: „Mijə rýrim vil periodə, me-vy viştali, seeəm periodə, kər oz tərmə otır, kadrrez, rabotnikkez, kədna kuzənə şedloavnə ətexnika da vəstənə sijə oşlan...“ Vot myla uporıb əni dolzon lənə kerəma otır výlyp, kadrrez výlyp, rabotnikkez výlyp, kədna ovlađejtisə ətexnikaən. Vot myla vaz lozungsə — „ətexnika resajtə vədəs...“ — əni kolə veznə vil lozung vylə sə jılış, sto „kadrrez resajtənə vədəs“. Etañ əni glavnəjəs“.

Vot esə ətik mesta sija-zə reçış: „kolə, na-konəc, vezərtnə, sto vədəs dona kapitallezis, kədna eməş miras, meddona da medresajussəj kapitalən loənə otır, kadrrez“.

Beregitnə enə, mijanla dona kadrrezsə una vədkod sogətteziş, a ətlañ i zevdəg-kiska sogətteziş — etə gosudarstvennəj vaznoşa ızyt zadaça.

Zevdəg-kiska sogəttez preduprezdənno ponda pamjatka.

Bura beregitə produktaez eýkşəmiş, əddən-zəksə gozumən. Xrañitə şojansə kəzətinən, ılm výlyp, a şojəm oşyp bura sijə piçətə qeto zaritə.

Va juə toko şvezəj pizətəmə.

Pessə guttezkət, tyla niya aslanıb bordokkez da lapaokkez vylən novjətənə zarazasə naç mestaezşan şojan produktaez vylə.

Bura təzəm kosta ed şoja. Soçcişə şcətməz i şojəm vərən 15—20 minuta təmdə.

Şoja ryr ətik kadə. Glavnəj şojəm, mədənəz 800—əbedajtəm, vuzətə rytmas vit ças vylə; uzəm ozyń əddən ed şoja.

Şojəm ozyń kiez mişkalə.

Şojikə dumajtə toko şojəm jılış: şojansə bura kurççalə, qetermaşəmən. Şojik kosta çapkə 1000 pəncətə gazətə nəto kniga.

Şojəm vərən əmrə e gəvjalə.

Ed şoja ne ed juə nem əddən kəzətə neto əddən 310 tə.

Bura şleditə aslanıb piñez şərən: zdorovəj piñez loənə medbur zalogən zdorovəj zevdəg-kiska trakt ponda.

Ed zloupotrebajtə spirtnəj napitokkez juəmən da tabak küritmən; etən tiğə vajətat vəskətənə nepozana vred şojan-puan organneznytlə.

Nuətə uçot aslanıb kadlə; pravihnəja janşətə uzalan da soçcişan çassez; kuzəmən—razumnəja ispolzujtə etə soçcişəmsə, kerlə fizkultura, bereditə da jommatə assinət nervaez.

Ръекъс

Къноз	3
Шоjan-puan organnezlən strojenqo da uз .	6
Zevdəglən ostrəj katar	14
Xroniqeskəj zevdəg katar	17
Zevdəg da 12-pjorstnəj kiska jazva . . .	24
Zevdəg rak	34
Vəsnit kiskaezlən ostrəj katar	38
Vəsnit kiskaezlən xroniqeskəj katar . . .	40
Çerveobraznəj otrostoklən vospaleqno .	43
Kbz kiskaezlən ostrəj katar	46
Kbz kiskaezlən xroniqeskəj katar	48
Gemorroj	55
Zakluçenqo	56
Zevdəg-kiska sogətzez preduprezdenqo ponda pamjatka	57

Редактор *Н. Спэррова*
Техредактор *С. Грибанов*
Корректор *А. Климова*

Окплит № 482. Заказ № 1123.
Тираж 2000. Сдано в набор 7/X-36 г.
Подписано к печати 31/X-36 г.
Формат бумаги 35×94¹/₁₆.
Печатных листов 3,75.
В 1 печ. листе
21600 т. з.

НКМП—РСФСР, п. Кудымкар, тип.
„Свердполиграфтреста”.

Цена 40 коп.

Д-р Л. М. Лихт

ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ
ЗАБОЛЕВАНИЯ

Перевод *И. Радостева*

На коми-пермяцком языке