உ

கடவுள் துணை.

கருப்ப சாஸ்திரம்.

இது

மதுரைத் தமிழ்ச்சங்கப் புலவரும்,

சென்னை வேப்பேரி எஸ். பி. ஜி. ஹைஸ்கூல்

தலைமைத் தமிழ்ப்பண்டிதருமாகிய

ஸ்ரீமான் கா. நமசிவாயமுதலியாரவர்கள்

மாணாக்கரும்,

தமிழ்ப்பண்டிதரும், நேடிவ் டாக்டருமாகிய

வீ. ஏ. முனிசாமிப்பிள்ளையவர்களால்,

இயற்றப்பட்டு,

பெ. ஆதிமூலமுதலியாரவர்களால்

மதராஸ் டைமண்ட் அச்சுக்கூடத்திற்

பதிப்பிக்கப்பெற்றது.

1910.

Copy-right Registered.

விலை ரூபா 1-8-0.

Opinions.

MADRAS, *22nd April 1910.*

To

Mr. MUNISAWMI PILLAI,

Native Doctor.

DEAR SIR,

Much obliged to you for the copy of "Garba Sastra." I went though the book and found that it is a combination of both Aurvedic and English methods of the treatment of the subject. It is a book well worth keeping in every house what every woman ought to know. It is very instructive and will help a good deel in expelling much of the ignorance that prevails on the subject amongst our Hindu ladies.

I wish you every success in your attempt to spread knowledge in our Hindu Community.

Yours faithfully.

C. R. PURUSHOTHAMAN,

B.A., M.B., & C.M.,

"SHRI—NIVAS"
No. 325, Mint Street,
MADRAS, E. 9th May 1910

I am glad that Mr. V. A. Munisami Pillai Tamil Pundit and Native Doctor, took the troubl to compile. "Garba Shastrams" in spire of his no being acquainted with Allopathy and the western method of midwifery which he mainly follows. I ho the book will greatly help to dispel the ignorant idea and customs prevalent in this country among wome during pregnancy and Confinement, but I believ it is with the object of inducing the people to accep the western method of treatment that he has give a deatailed account of the same.

K. V. KRISHNASAMI NAIDU,
L.M. & S. (Natl),
Physician & Surgeo

29th April 1910.
GENERAL HOSPIT.
MADRAS.

My thanks for the copy of "Garba Shastra" were pleased to send me some time back.

I have not had time to go through your b completely, but from the cursory attention that I

given to your work it appears to me that such a book is in dispensably necessary to each and every educated male and female as the guidance for their future happy life and that the Author Mr. V. A. Munisawmy Pillay has not spared and any pains to bring out hie book in a lucid and colloquial tamil and at the same time preserving the sprit of the original as far as possible from standard works on "Midwifery" and "Sexual physiology."

Am sure that genuine effort in this diretion will be attended with complte success as the very existence of this book in tamil is to lay before the public the truth and to ekpell the utter ignorance of the human laws of fructifications of both sexes, the young and the old the rich and the poor. I have no doubt that this book "Garba Shastra" will surely find its access in the bookshelf of each and every educated Husband and wife (*i.e.,*) married couple.

Your's faithfully,

J. M. SHUNMUKASUNDARAM PILLAI,

Sub-Assistant Surgeon,

General Hospital, Madras.

MADRAS, *29th April 191*

With great pleasure I went through Mr. V. A. Munisawmy Pillai's valuable book named " Garb Shastra." It is written in easy intelligible Tamil and contains interesting and useful information on a very important subject an accurate knowledge of which is indespensable to all married people. It is calculated to go a great way in removing the lamentable ignorance of the subject that at present prevails and thereby diminishing the disasterous consequences that such igrorance entails. The author has clearly mentioned the many informities incidence to the period of gestation and endeavoured to give Aryur vedic and European treatment for the same.

I wish the book a prosperous and useful career.

A. D. ZACCHEUS, Esq., B.A., B.L.,
High Court Vakil,
No. 20, Semboodoss, Street,
Madras.

MADRAS, *20th April 191*

To

Mr. V. A. MUNUSAWMY PILLAI,
Native Doctor & Tamil Pundit.

Sir,

Many thanks for the copy of your " Gharppa Sastaram." The book besides being a family doct

and nurse is interesting and instructive Tamil Novel in easy and simple style. It should be read by every married man and women.

V. SUNDARARSI B.A.,
Technical Telegraph Master,
Central Telegraph Office, Madras.

MADRAS, *28th April 1910.*

I have much pleasure in certifying to the usefulness of the book " Garbha Sastram " by Mr. V. R. Munisawmi Pillai, Native Doctor aud Tamil pundit. Though not written in pure gramatical Tamil, it is written in lucid and good Tamil. Taking the contents of it into consideration the book, without any objection could be pronounced as very useful and inportant for every Natiue Tamil family. The author seems to have consulted books of authorlty on the snbject both in English and Sanskrit. As much I wish him every success in his sale of the book.

K. SADASIVA CHETTY, B.A.,
President,
Siva Samaja Bakta Jana Sabah.

MADRAS, *27th April 1910.*

RIPON PRESS BUILDINGS,
Thumbu Chetty Street.

Dear,

Mr. MUNISAWMI PILLAI,

I thank you for your book which I read with pleasure. It is happy sign of the times that you have blnded some of the Principles of Ayur Veda with midwifery and produced this nomial which I am sure will be much appreciated by the Reading public. It is a book which every women, rich or poor, young or old, should not only read, but study for her improvement and guidance-neadless to say the ignorance which surrounds Hindu Homes on this subject will be dispelled greatly.

Yours truly,
O. RATHANAVELU CHETTI,
Medical Practitioner.

MADRAS, *9th May 1910.*

This work, by its own name and nature, although commends itself as highly useful to those for whom it was intended, still, by the way in which the subject are arranged and explained, presents a striking and enthusiastic feature to every one who comes in contact with it.—

2. The work reflects great credit on the author Mr. Munisawmy Pillai, Native Doctor, who has supplied a long felt want, and testefies to the fact that he spared neither time nor pains in compiling this volume.

3. I can only conclude that it is a book which should find its place in every family; if not in the hands of every one.

T. RAJARATHANAM,
Medical Practitioner,
No. 2/35, Messrs: Cook & Co.,
Broadway. Madras.

29th April 1910.

I have read some of the portions of "Garba Sastram" in Tamil by Mr. V. R. Munusawmy Pillai. It is evidently written to help the Tamil knowing public who are ignorant of midwifery. As the book gives here and there the latest and reliable information on the subject, the causes of some of the common ailments of pregnant women, the best means of preventing them and such other important matters it desirus to be read by every married women. The style of the book is attractive and popular and the get up is neat.

T. VENCATTACHELL AIYAR,
Medical Practitioner.

இஃது.

தத்துவ விசாரணி - விவேசினியாதி - பத்திராதிபரும்
தமிழ்ப் பண்டிதருமாகிய, ஸ்ரீமான் - பு-முனுசாமி நாயகரவர்கள்.

அபிப்பிராயம்.

சாத்திரங்களைப் பரிபாஷையுடன் கூறுவதினும் சரித்திர ரூபமாகவும் கதா ரூபமாகவும் பிரசனோத்திர பாவமாகவும் கூறுதலே சாதாரண படிப்பாளிகட்கும் பெண்களுக்கும் மிகப் பிரயோஜனகரமாக விருக்குமென்பது யாவருக்கும் நிதரிசனம். இந்த உண்மையைக் கடைப்பிடித்தே, நமது கருப்பசாஸ்திர நூலாசிரியராகிய நேடிவ் டாக்டர் ம-ா-ா-ஸ்ரீ, வீ. ஏ. முனிசாமிபிள்ளையவர்களும் தமது நூலினைச் சதிபுருஷாள் சம்வாதக் கிரமமாய் வாசிப்போருக்குப் பிரீதி விளையுமாறும் விஷயம் நன்கு விளங்குமாறும் தேனீயானது பலமலர்களினின்றும் ரசத்தை யெடுத்து ஒரு கூட்டிற் செமித்துவைப்பதுபோல் பற்பல சுகாதார நூல்களினும் மருத்துவசாத்திரங்களினும் யூகித்தெடுத்த பிரஜானுகூலமாகிய பல அரிய பெரியவிஷயங்களைத் திருட்டிக் கருப்பசாஸ்திரம் எனப்பெயரீந்து பொதுஜனங்கட்கும் சுதேச மருத்துவச்சிகட்கும் கருப்ப ஸ்திரீகட்கும் பயன்படுமாறு தீட்டியுள்ளார். நமது சுதேசமருத்துவப்பெண்களில் அனேகருக்கு தேகதத்துவமும் தேககருவிகளின் அமைப்பும் கருப்பையுள்ளஸ்தானமும் அக்கருப்பைக்குள் கருதங்கி பரிபக்குவப்படும்விதமும் பருவபேதத்திற்குத்தக்கவாறு கருவளர்ச்சிகெகிழ்ச்சிமுதலிய இயக்கமும்தெரியாமையினாலேயே சூதிகாகிரகங்களில் அனேக அர்த்தங்கள் விளைகின்றனஎ

இந்நூல் இத்தகயோர்க்குப் பொதுகியானத்தை விளை வித்து அக்கியான இருளைப் போக்குமென்பது திண்ணம். ஆகையால், இந்நூல் வாசிக்கத் தேர்ந்த ஒவ்வொரு குடும்பஸ்திரீகள் கையிலும் அதிமுக்கியமாய் மருத்துவப் பெண்கள் வசத்திலும் இருத்தல் வேண்டும். இதனை அதிபிரயாசத்துடன் தேடியமைத்த பண்டிதர் அவர்கட்கும் இனி இதுபோலும் பிரயோஜனகரமான நூல்களை இயற்ற முயலும் மதியூகிகட்கும் குடும்பிகளாகிய நாமனைவரும் நன்றியறிதலுடன் கைலாகுகொடுக்கக்கடவோமாக.

நேடிவ் டாக்டர் ஸ்ரீமான் நாராயணசாமிப்பிள்ளை
யவர்கள் அபிப்பிராயம்.

நேடிவ் டாக்டர் ஸ்ரீமான் வீ. ஏ. முனிசாமிப் பிள்ளையவர்களியற்றிய கருப்பசாஸ்திரமென்னும் ஓர் அருமந்த நூல் வரப்பெற்றுக் கழிபேருவகை கொண்டனம். இத்தகைய நூல் ஆங்கிலபாஷையில் பற்பலவிதமாக அமைந்து கிடப்ப, நந்தம் திராவிடபாஷையில் இல்லாத பெருங்குறையை முன்னிட்டு நண்பரவர்கள் எடுத்துக்கொண்ட கஷ்டம் இத்தகைய தன்று. நம்முன்னோர்கள் செய்யுட் போங்காகவே கூறினரேயன்றி வசனகாவியத்தில் எழுதினரில்லை. கண்ணாடிபோன்று காட்டும்படி பெரியஎழுத்தில் உயர்ந்த கடிதத்தில் அச்சிட்டு, சந்தர்ப்பத்திற் கேற்றப் பிரசவப் படங்களோடும் வெளிவந்திருப்பது பலர்க்கும் பரோபகாரமே. இந்நூல் வைத்தியர்களன்றி ஒவ்வொரு குடும்பத்திலுள்ள ஆண் பெண் ஆகிய இருபாலாரும் படித்தறியவேண்டியதே பிரதானமெனினும்,முக்கியம் புதிதாக விவாகமாகும் ஸ்திரீ

புருஷர் படித்தறிந்து, இதிலுள்ள சாராம்சங்களைத் தெரிந்து கொள்ளுவார்களானால், அவர்கட்கு மிக்க நன்மைபயக்குமென்று நம்புகிறேன். நம்மிந்து பெண்களுக்குப் பிரசவம் புனர் ஜனனமா யிருப்பதால் இதனைப் படிக்கும் ஒவ்வொரு ஸ்திரீயும் சுகமே பிரசவிப்பார்களென்பதிற் றடையின்று. இதிற் கூறும் கருப்பவதிகள் சுகாதாரமும் கருப்பச்சின்னங்களும் ஒவ்வொரு ஸ்திரீயும் அவசியம் படித்தறிந்திருத்தல் முக்கிய கடமையாகும். காலமறியாது போகித்து எத்தனையோபேர் வியாதிகட்குட்பட்டுக் காலனுலகு செல்கின்றனர். அவற்றையெல்லாம் பரிகரித்து இந்நூலாசிரியர் எழுதியிருப்பது பலர்க்குச் சுகமும் ஆயுள்விர்த்தியும் அதிகரிக்கும்பொருட்டே. நண்பரவர்கள் இளந்தவயதிலேயே இலக்கண இலக்கிய உணர்வும் தமிழ் வைத்தியப் புகழ்ச்சியும் பெற்றிருப்பது பலர்க்கும் பேராச்சரியத்தை விளைவிக்கும் ஆப்தரவர்கள் இன்னும் இதுபோன்ற உலகுபகாரமான சாஸ்திரங்களை எழுதி வெளியாக்குவார்களென்று நம்புகிறேன். இந்நூல் யென்றும் நின்று நிலவுமாறு முழுமுதலை வேண்டுகிறேன். சுபம்!

தார்களென்றும், தேகதிடம் மனோபலம் சவுந்தர்யம் வீரியசக்தி முத லியவையுற்ற பிள்ளைகளைப் பெற்றார்களென்றும், அப்பிள்ளைகள் நன் னடக்கை கல்வி ஞானம் முதலியவை பொருந்தி வளர்ந்துவந்தார்க ளென்றும், சிலப்பதிகாரம், சிந்தாமணி, நைடதம், அரிச்சந்திரபுரா ணம், கம்பராமாயணம் முதலிய பண்டைக்காவியங்கள் கூறப்படித் தறிந்திருக்கின்றோம். மேலும், போகர் ஏழாயிரம், அகத்தியர் கருப்ப கோலிலக்கணம், மூலிகாசங்கலிதம், சரகம் முதலிய நூல்களில் இச் சந்தானவிருத்தி விஷயங்கள் விரித்துக் கூறப்பட் டிருத்தலானும், அறிவிற்சிறந்த நம்முன்னோர்கள் இவற்றை ஆராய்ச்சிச் செய்திருந் தார்களென்றும், மேற்கூறிய சந்தானோற்பத்தி யடைந்திருந்தார்க ளென்றும் எண்ணுவதற் கேதுவுண்டாகின்றது. அப்படியிருக்க, தற் காலத்தில் இக்கொள்கையை ய[illegible] ாமையாலும், தேகவியலைக் கவனியாமையாலும், நம்பவர்களுள் பெரும்பான்மையோர் பெறும் பிள்ளைகள் தேகதிடம், மனோபல மற்றவர்களாயும், நோயாற் பீடிக் கப்பட்டவர்களாயும், குழிக்கண் சப்பைக்கால் பெருவயிறு முதலிய அவயவ பங்கமுள்ளவர்களாயும் தோற்றப்படுகின்றார்கள். இதற்குக் காரணம் தேகவியலை ஆராயாமையும், நூலுணர்வின்மையுமேயாம்.

இவைநிற்க.

தேகத்தின் இரத்தமே சகல ஜீவாத்மாக்களுக்கும் ஜீவிக்க ஆதாரமா யிருக்கின்றது. இந்த இரத்தமானது மாமிசமாக மாறிப் பின்பு கொழுப்பாகவும், பின்பு எலும்பாகவும், பின்புபச்சையாகவும், [illegible]ப்பு விந்தாகவும் உண்டாகிறது. இவ்விதம் அவ்விரத்தம், ரச தாது, ரத்ததாது, மாமிசதாது, அஸ்திதாது, மச்சதாது, சுக்கில தாது ஆகிய சப்ததாதுக்காளாய் மாறித் தேகத்தைப் போஷிக்கின் றது. அவற்றுள் சுக்கிலமே சந்தான விருத்திக்கு முக்கியமானது. இகபரங்களுக்குச் சாதகமான இந்தத் தேகத்திற்கு மூலாதாரமாகிய சுக்கிலத்தின் சுகஸ்திதிக் கேற்றபடியே புத்திரசந்தானமு முண்டா கின்றது. மேலும், சுக்கிலத்தின் பக்குவஸ்திதியே தேகபலம் மனோ லம் ஆயுள்பலம் முதலியவற்றோடுங் கூடிய சந்தானோற்பத்திக்கும்

திடகாத்திர தேகிகளாய் நீண்டகாலம் ஜீவித்திருப்பதற்கும் ஏதுவாகும். ஆதலின் இச்சுக்கிலத்தை ஒவ்வொருவரும் சுகஸ்திதியில் வைத்திருத்தல் அவசியமெனினும் நம்மவர் அதைக் கவனிப்பதில்லை. தற்காலத்தில் இந்தியா, ஐரோப்பா, அமெரிக்கா முதலிய தேசங்களில் வசிக்கும் ஆங்கிலமக்கள் பெரும்பாலும் சுக்கில சுரோணித சம்பந்தமான விதிகளை யனுசரித்து ஒழுகுவதினால் நல்ல தேகபலம், மனோபலம், திடகாத்திரம், கல்வி, ஞானம், நன்னடக்கை முதலியன வாய்ந்த சந்ததிகளைப் பெறுவதையும், அச்சந்ததிகள் அதிகவியாதிப் பீடிப்பில்லாமலும் பாலிய மரணத்திற்குள்ளாகாமலு மிருப்பதையும் கண்ணாரக் காண்கின்றோம். இதற்கு மாறாக நம்மிந்துக்களிலோ பெரும்பாலார் காலமறியாது கலியாணஞ்செய்தும், பருவமறியாது கலப்புற்றும், கருப்பகாலத்தில் அவசியமான விதிகளைக் கவனிக்காது நடந்தும் மேற்கூறியபடி அங்கவீனமும் கோரரூபமுமுள்ள பிள்ளைகளைப் பெற்று வாளா வருந்துகின்றனர். மேலும் நம்மிந்து ஸ்திரீகள் விஷய ஆராய்ச்சியின்மையால், கருக்கொள்ளல் பிரசவித்தல் முதலிய கருமங்கள் பெண்களுக்கு இயற்கையான கருமங்களிற் சேர்ந்தனவா யிருந்தும், அவற்றைப் பெருந்துன்பத்தை விளைவிக்கக்கூடிய செய்கைகளெனக் கருதி வருந்துகின்றார்கள். சிலர், பிரசவமென்றால் நடுநடுங்கி விடுகின்றார்கள். நாகரீகமுள்ள பெண்கள் ஒவ்வொரு பிரசவத்திலும் பிழைத்தெழுந்திருப்பது மறுபிறப்பென்றும் சொல்லிக்கொள்ளுகின்றனர். அந்தோ! இஃது பெரும்பரிதாபம்! காடுகளில் வசிக்கும் குறப்பெண்களும், நாட்டுப்பெண்களும், தினந்தோறும் கூலி ஜீவனஞ்செய்து பிழைக்கும் ஏழை ஸ்திரீகளும் எத்தனையோ பிள்ளைகளைப் பெற்றுச் சவுக்கியமுற் றிருக்கவில்லையா? இவ்விதமிருக்க, மேற்கண்டபடி நாகரீக பெண்கள் மாத்திரம் பயமுறுவதற்குக் காரணம்: கருப்பகாலத்தில் அனுசரிக்கவேண்டிய விதிகளையும் தேகப் பயிற்சிகளையும் அனுஷ்டித்துச் சுகம்பெறாமல் சோம்பேறிகளா யிருந்து பிரசவகாலத்தில் துன்பத்தை யடைதலேயாம். இன்னும், பேறுகாலச் சமயத்தில் தங்களைப்போன்ற பெண்மணிகள் எவ்வளவோ பெயர் மருத்துவசாஸ்திரம் பயின்று கவர்ன்மெண்டாரால் சர்டிபி

கேட் பெற்றிருக்க, அவர்களைக் கொண்டேனும் அல்லது கவர்ன்மெண்டாராலும் இராஜா சர் இராமசாமிமுதலியார்போன்ற தருமவான்களாலும் கட்டப்பட்டிருக்கும் பிரசவ ஆஸ்பத்திரிக்குச் சென்றேனும் சுகப்பிரசவ முண்டாகும்படி செய்யாமல், அறிவின்மையால் நாட்டு மருத்துவச்சிகளிடத்தும் அம்பட்ட மருத்துவச்சிகளிடத்தும் சிக்கிக்கொண்டு வாளா இம்சைப்படுவதும் தக்க காரணமாகும். அந்தோ! இஃதென்ன மதியீனம்! அம்பட்ட ஸ்திரீகளும் நாட்டு ஸ்திரீகளும் பிரசவ சாஸ்திரக் கியானமில்லாப் பெருங்குறையால் பிரசவம் கொஞ்சம் நீடித்திருக்கின் பிரசவஸ்திரீயை முரட்டுத்தனமாய் முக்கச் செய்தும், அவளின் வயிற்றைப் பலவந்தமாய் அழுத்தியும், வேறு ஸ்திரீயைக்கொண்டு அவள்மேலேறி மிதிக்கச்செய்தும், கருப்பாசயத்துள் பிள்ளையின் அவயவம் ஏதேனுமொன்று உதயமானாலும் அல்லது குறுக்கிட்டுப்போய்விட்டாலும் அதைப் பலவந்தமாய்ப் பிடித்திழுத்துத் தாய்க்கும் சிசுவுக்கும் அபாய முண்டாக்குவதனாலேயே இவ்வித வருத்தமுந் திகிலும் நமக்குண்டாகின்றன வென்பதை நம்மிந்து உயர்தர ஸ்திரீகள் சிறிதும் உணரவில்லை. செய்ய வேண்டிய மார்க்கங்களைச் செய்தாலன்றோ பிரசவம் சாதாரணமென்பது அவர்களுக்கு விளங்கும். இவ்வாறு செய்யாமல் தாமே துன்பத்தை வருவித்துக்கொண்டு வருந்துகின்றார்கள். இவர்கள் நல்ல மருத்துவச்சிகளை யழைத்துச் சிகிச்சை செய்துகொள்வதில்லை. நல்ல சாஸ்திரப் பயிற்சியுள்ள மருத்துவப் பெண்களாயின் பிரசவம் நீடித்திருக்கின் அதற்குத்தகுந்த பிரயத்தினஞ்செய்து விரைவில் பிரசவிக்கவும், கஷ்ட பிரசவமாயின் அதற்குத்தகுந்த சிகிச்சைபுரிந்து சுகப்பிரசவமாகவும், உதயமான வுறுப்பிற்கு நிதானத்துடனுதவி செய்தும், குறுக்கிட்டிருக்கும் சிசுவைக் கருப்பையிலேயே திருப்பிச் சரியான நிலைமைக்குக் கொண்டுவந்தும், நல்ல நிலைமையோடு தாயையும் சிசுவையும் வேறாக்கிப் பேருதவி புரிவார்களன்றோ? இவ்வாறு செய்யாமல் வருந்துவது மதியீனத்திலு மதியீனமே. இவற்றோடு வேறு பெருங்குறைகளும் நம்பவர்களுள் அநேகரிடங் காணப்படுகின்றன. அவை யாவையெனில்:—காற்றடக்கமான அறையில் ஸ்திரீ

யைப் பிரசவிக்கச் செய்வதும், அவ்வறையில் கும்பல்கூடி ஸ்திரீக்கு ஆயாச முண்டாகச் செய்வதும், அந்தச்சமயம் மந்திரக்காரனை யழைத்து மந்திரம் செய்வதும், விபூதிபோடுவதுமேயாம். இவ்வித கோர கிருத்தியங்களைச் செய்வதும் மிகவும் மதியீனம். இவற்றைக் கண்ட பிரசவஸ்திரீகள் உடனே திகிலடைவதால், வியாதியுண்டாவ தற்கேதுவாகிறது. அவ்வாறு நோயுண்டானபோதும் சிறந்த டாக்டர் களை யழைத்துத் தகுந்த சிகிச்சை புரியாமல், படித்தறியாத பாமர வைத்தியனைக்கொண்டு சிகிச்சைக்குப் பதிலாய் இகழ்ச்சி யுண்டா மாறு வாயைப் புண்ணுக்குப்படியும், கலிக்கம்போட்டுக் கண்ணைக் கெடுக்கும்படியும் செய்கின்றார்கள். இதுவரை கூறிவந்த இவ்விஷ யங்க ளனைத்தும் இல்லறவாசிகளுக்கு மிகத் துக்கத்தை விளைவிக் கத்தக்கனவா யிருக்கின்றன. ஆதலின், இப்பெருங்குறை நீங்கக் கருப்பத்தைப்பற்றிப் போதிக்கும் நூல் ஒன்று தமிழில் இருப்பின் நலமாமென்பது எல்லோருக்கும் விளங்கும். இங்கிலீஷ் பாஷையில் இதைப்பற்றிப் பலநூல்க ளிருக்கின்றன. அதுபோலவே தமிழ்ப் பாஷையிலும் நம்முன்னோர்களால் திரிசொற்களமைத்துக் கருப்ப கோவிலக்கணம் முதலிய நூல்கள் கூறப்பட்டிருப்பினும், அவைக ளெல்லாம் எளிய செந்தமிழ் நடையில், வசனநூல்களாக இல்லாதிரு த்தலால் எல்லோர்க்கும் உபயோகப் படாதவையா யிருக்கின்றன. கருப்பம் பெண்பாலார்க்கே வுரித்தாகலின் அவர்களு மறிதற்கு அவை எளியநடையி லிருக்கவேண்டும். ஆகையால், அக்குறை நீங்க வும் நமது ஆரியதேசப் பெண்மணிகளெல்லாம் கருப்பவிதிகளைப்படி த்துப் பயனடையும்படியாகவும் இக் கருப்பசாஸ்திரம் என்னும் நூல் என்னால் எழுதப்பட்டது. இதில் காலமறிந்து கலியாணஞ் செய்யு முறையும், பருவமறிந்து சங்கமஞ்செய்யும் விபரமும், பாலியவிவாகத் தின் கெடுதியுணரு மார்க்கமும், தேகபலம் மனோபலம் வீரியசக்தி முதலியவுள்ள சந்ததிகளை யடையும் விதங்களும், கருப்பத்திலிரு ப்பது ஆண் பெண் ஆகிய இரண்டினுள் இன்னதென்றறியு முபாய மும், தம் மனோபாவனைப்படி ஆண் பெண் உற்பத்தியாக்கிக் கொள் ளுந் தன்மையும், ஸ்திரீபுருஷர் மலடாவதின் காரணமும், அவற்றின்

விபர முதலியனவும், கருப்பகால சுகாதார விதிகளும், அவற்றின லடையும் பயன்களும், கருப்பகாலத்தில் பெண்மணிகள் கவனித்து நடக்கும் விதங்களும், ஒவ்வொரு மாதங்களிலும் அவர்களுக் குண்டாகும் வியாதிகளும், அவற்றிற்குத் தகுந்த சிகிச்சைகளும், சுகமாகப் பிரசவிக்கும் மார்க்கங்களும், பேறுகாலத்தில் ஸ்திரீ இருக்க வேண்டிய லக்ஷணங்களும், அவ்வப்போது மருத்துவச்சி புரியும் சிகிச்சைகளும், கருத்தங்கிய ஸ்திரீ பேறுகாலத்தைத் தானே தெரிந்து கொள்ளும் இரகஸ்யங்களும், அந்தச்சமயத்தில் அவளின் மனம் வாக்குக்காயம் இருக்கவேண்டிய பரிசுத்த நிலைமையும், பிரசவித்த ஸ்திரீகளுக் குண்டாகும் சிலபல வியாதிகளும், அவற்றிற்குத் தகுந்த சிகிச்சைகளும், சில பெண்களுக்கு அறிவின்மையாலுண்டாகும் வியாதிகளும், அவற்றிற்குத் தகுந்த சிகிச்சைகளும், பிரசவித்தபின் உடம்பு சவுக்கியமடைகிற மார்க்கங்களும், பிரசவித்த குழந்தையைப் பிரசவ இல்லத்தில் ரக்ஷிக்குங் கிரமமும், அதற்குப் பாலூட்டுங் கிரமங்களும், குழந்தைகளைப் போஷிக்கும் மார்க்கங்களும், பிள்ளை நோய்கொள்ளாமல் சுகத்தோடு வளரச்செய்யும் விதிகளும், குழந்தைகள் போதனாப்பியாச விபரங்களும், அவைகளினால் அப்பிள்ளைகள் பயனடையும் விதங்களும், இன்னும் அரிய பெரிய இரகஸ்ய விஷயங்களும் மிகத் தெளிவாக எழுதப்பட்டுள்ளன. கருப்ப விஷயங்களெல்லாம் இப்புஸ்தகத்துள் வெள்ளிடைமலைபோல் விளக்கப்பெற்றிருப்பதால் இதனை வாசிக்கும் ஒவ்வொருவரும் நற்பயன் அடைவாரென்பதிற் றடையின்று. இந்தக்கருப்பசாஸ்திரம் ஆண் பெண் முதலிய எல்லோருக்கும் உரித்தெனினும், முக்கியமாய்ப் பெண்களுக்கே உரிமையாகும். ஏனெனில், கருத்தரித்தல், பிரசவித்தல் முதலிய கருமங்கள் பெண்களுக்கே வுரித்தாகலானும், அவற்றைப்பற்றிய விஷயங்களையே இது கூறுவதானுமென்க. மேலும், இப்புத்தகத்தைப் படித்த ஒவ்வொரு பெண்மணிகளும் தத்தமில்லத்தில் காணும் வியாதிகளுக்கு வைத்தியனைப்போனின்று சிகிச்சைபுரிவது மல்லாமல், கருப்பகாலத்தில் தம்போன்ற பெண்மணிகளுக் குண்டாகும் வியாதிகள் இன்னின்ன காரணங்களா லுண்டாயின என்றுணர்ந்து அவ்வவ்வற்

திற்குத் தகுந்த சிகிச்சை புரிந்து மருத்துவ சாமர்த்தியமுற்றுப் பல்லோராலும் புகழப்பெற்றுச் சிறந்த வைத்தியர்கள்போன்று விளங்குவாரென்பதி லையமின்று. இச் சாஸ்திரம் உற்ற சமயத்தி லூன்றுகோல்போ னின்றுதவிபுரியுமாதலால் நமதிந்துதேசத்து ஒவ்வொரு குடும்பத்திலு மிருக்கவேண்டுமென்பது சொல்லாமலே விளங்கும். தற்காலத்தில் கருப்பத்தைப்பற்றிப் போதிக்கும் நூல் தமிழிற் சில வெளிவந் திருப்பினும் இச்சாஸ்திரம்போல் கருத்தோற்றமும் இறுதிவரையில் தெளிவாகவும் விளக்கமாகவும் ஒவ்வொரு விஷயங்களையும் போதிக்கும் நூல் வேறின்றென்பது இதனைப் படிப்போர்க்கே நன்கு விளங்கும். இக் கருப்பசாஸ்திரம் பெண்களுக்கென்றே சாரியை சந்திவிகாரம் புணர்ச்சி திரிசொல் முதலியன இன்றி எழுதப்பட் டிருத்தலானும், சிற்சில சந்தர்ப்பத்தில் உலகவழக்கச் சொற்களை எடுத்தாண் டிருத்தலானும் தமிழிலக்கணிக ளவற்றை இலக்கணப் பிழையாகக் கருதார்களென்றே நம்புகிறேன். இதில் மனித சுபாவத் தவறுதலால் குற்றங்கள் காணப்படினும் இதனை வாசிக்கும் நண்பர்கள் அவற்றை நோக்காது குணத்தையே கைக்கொள்ளுமாறு அவர்கட்கு மிக்க வந்தனம் புரிகின்றேன். இந்நூலை எழுதுங் காலத்தில் இது சம்பந்தமாக எனக்குதவி புரிந்த எனதரிய நண்பராகிய அக்கம்மாள்பேட்டை ஸ்ரீமான் மஹாதேவசெட்டியாரவர்கள் செய்த நன்றி ஒருகாலு மறக்கற்பாற்றன்று இந்நூலை எனதிஷ்டம்போல் சிறந்த கடிதத்தி லச்சிட்டு வெளிப்படுத்தியஸ்ரீமான் ஆதிமூலமுதலியாரவர்கள் முழுமுதற் கடவுளினது திருவருட்பெற்று நீடூழி வாழ்க இந்நூல் ஒவ்வொரு குடும்பத்தும் நின்று நிலவுமாறு எல்லாம் வல்ல இறைவன் திருவருள் புரிவானாக. சுபம்! சுபம்!! சுபம்!!!

இங்ஙனம்:

வீ. ஏ. முனிசாமிப்பிள்ளை.

முகவுரை

செந்தமிழ்ச் செல்வர்காள்! இந்நூலை யெழுதியதற்குக் காரணம் அடியில் வரைந்துள்ள விஷயங்களால் தெற்றென விளங்கும்:—

அளவுகடந்த திருவருளே திருமேனியாகவுடைய கடவுளாற் சிருஷ்டிக்கப்பட்ட தாவர சங்கம முதலிய எண்ணிறந்த பொருள்களை ஆராயப்புகுந்தால், அவற்றின் அற்புத கிருத்தியங்களும் பரம்பொருளின் படைப்புத் திறமையும் நன்கு விளங்கும். இவ்விதம் எப்பொருளையும் ஆராயும் வழக்கம் நம்மவர்களுள் பெரும்பான்மையோர்க்கில்லாதது பெருங்குறையேயாம். இதற்குதாரணமாக இங்கொரு விஷயத்தைக் கூறுகின்றேன். நாம் எவ்வளவோ தடவைகளில் எலிகளைக் கண்டிருக்கின்றோம். அப்படியிருந்தும் எலிக்குக் கால்களிரண்டா நான்கா என்றொரு வினாவெழுப்புழி எத்தனையோ பெயர்கள் இத்தனையென்று சொல்ல அறியாது விழிப்பார்கள். இத்தகையோருக்குக் கடவுளின் சிருஷ்டிப்பும் அவரின்படைப்புத் திறமையும் எங்ஙனம் விளங்கும். ஆதலின் ஒவ்வொருவருக்கும் உலகவஸ்துக்களை ஆராய்ச்சிச்செய்யும் வழக்கமிருப்பது உலகவாழ்க்கைக்கு மிக்க ஆவசிகம். எனினும், அறம்பொருள் இன்பம்வீடு என்னும்புருஷார்த்த நான்கையும் அடைதற்குக் கருவியாயுள்ள சரீரத்தைப்பெற்ற ஓரிளம்பெண்ணும் ஓர் வாலிபனும் மணந்து சுகத்தைத் தருகின்ற கலவிசெய்ய அதனால்,பெண்வயிற்றில் கருத்திரண்டு உடல்,வாய்,கண்,செவி,கை,கால் முதலிய அவயவங்களுடைத்தாய் 10-திங்கள் சென்று உதிக்கும், மானுடஜனனப் பிறப்பின் விவரத்தை ஒவ்வொருவரும் ஆராய்ந்தறிந்துகொள்ளலே. எல்லாவற்றினும் மிகச்சிறந்ததாகும். இவ்வாறு உலக விஷயங்களை நன்கறிந்ததனால் நம்முது மக்கள் நீண்டகாலஞ்ஜீவித்திருந்-

உ

கடவுள் துணை.

கருப்ப சாஸ்திரத்தின்

விஷய அட்டவணை.

இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.
1	விஜயபுரி	1
2	விஜயரங்கமுதலியின் விவாகம்	3
3	இல்லறம் நடாத்தல்	6
4	ஸ்திரீபுருஷர் விவாக கிரமம்	9
5	பாலிய விவாகத்தின் கெடுதி	11
6	ஏகாந்தமினிதோ? இல்வாழ்க்கையினிதோ? ...	14
7	காம உற்பத்தி	17
8	போகத்தை அறவே நீக்கியதனுலுண்டாகுந் தீங்கு ...	19
9	அதிக போகத்தினு லுண்டாகும் கெடுதி	21
10	போகத்தின் பிரயோஜனம்	22
11	தாதுநஷ்ட முண்டாவதற்குக் காரணம்	23
12	போகஞ் செய்யத்தகுந்த நேரம்	25
13	போக காலம்	26
14	போகிக்கத் தகாதவர்கள்	27
15	போகத்தை அடிக்கடி செய்யத் தகாதவர்கள் ...	28
16	போகிக்கத்தகாத காலங்கள்	29
17	போகிக்கத்தகாத பெண்கள்	30
18	மாதவிடாய்	33
19	மாதவிடாய ஸ்திரீகள் கவனிக்கவேண்டிய விஷயம் ...	36
20	ருதுவாகாத பூப்பிலிகள்	38
21	சூதகந் தடைபடல்	39
22	சூதகந் தடைபடுவதன் காரணம்	40
23	வாதசத்து அதிகரித்த சூதகபந்தம்	,,
24	பித்தசத்து அதிகரித்த சூதகபந்தம்	41
25	சிலேத்துமசத்து அதிகரித்த சூதகபந்தம்	,,
26	சூதகஜன்னி	42
27	ஷ சிகிச்சை	,,

இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.
28	பெரும்பாடு	44
29	ஷை சிகிச்சை	,,
30	மலடு	46
31.	ஆண்மலடு ரோகம்	,,
32	பெண்மலடு ரோகம்...	47
33	கருப்பையுள் வாயுவுண்டாயிருத்தல்	50
34	,, பாசியுண்டாயிருத்தல்	,,
35	,, துர்மாமிசம் வளர்ந்திருத்தல்	,,
36	,, புழுக்களிருத்தல்	,,
37	ஜன்மமலடி	51
38	வழிமலடி	,,
39	காமமலடி	,,
40	கன்னிகாமலடி	,,
41	புருஷமலடி	52
42	சூதிகாமலடி	,,
43	மிருதமலடி	,,
44	காகமலடி	,,
45	கதலிமலடி	,,
46	கருப்பவதிகள் சுகாதாரம்:—	
	கருப்பவதிகளுக்கு நல்லகாற்று	54
47	கருப்பவதிகளின் உணவு	55
48	கருப்பவதிகள் சாப்பிடுங்கிரமம்	57
49	கருப்பவதிகளின் உடை	58
50	,, படுக்கை	59
51	,, தேகாப்பியாசம்	60
52	,, ஸ்நானம்	62
53	,, சந்தோஷம்	63
54	,, பேச்சு	64
55	,, மன ஆறுதல்	65
56	,, பயம்	68
57	,, தேவவழிபாடு	70
58	கருப்பவதிகளின் வாந்தி	73
59	,, சிகிச்சை	74
60	கருப்பவதிகளின் பசிமந்தம்	75

இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.
61	,, சிகிச்சை	75
62	கருப்பவதிகளின் ஸ்தன எரிவு	76
63	,, சிகிச்சை	,,
64	கருப்பவதிகளின் இருமல்	77
65	,, சிகிச்சை	,,
66	கருப்பவதிகளின் மார்பு துடித்தல்	78
67	,, சிகிச்சை	,,
68	கருப்பவதிகளின் மர்மஸ்தானத்திலுண்டாகும் உபத்திரவம்	79
69	,, சிகிச்சை	,,
70	கருப்பவதிகளின் நெஞ்செரிவு	80
71	,, சிகிச்சை	,,
72	கருப்பவதிகளின் மூர்ச்சை	81
73	,, சிகிச்சை	,,
74	கருப்பவதிகளின் நித்திராபங்கம்	82
75	,, சிகிச்சை	83
76	கருப்பவதிகளின் இடுப்புநோய்	,,
77	,, சிகிச்சை	,,
78	கருப்பவதிகளின் மலபந்தம்	84
79	,, சிகிச்சை	,,
80	கருப்பவதிகளின் மூலரோகம்	86
81	,, சிகிச்சை	,,
82	கருப்பவதிகளின் கால்வீக்கம்	87
83	,, சிகிச்சை	,,
84	கருப்பவதிகளின் பாண்டுரோகம்	88
85	,, சிகிச்சை	,,
86	கருப்பவதிகளின் மூத்திரக்கிரிச்சரம்	89
87	,, சிகிச்சை	,,
88	கருப்பவதிகளின் தலைவலி	90
89	,, சிகிச்சை	91
90	கருப்பவதிகளின் பேதி	92
91	,, சிகிச்சை	,,
92	கருப்பஸ்திரீகளின் உமிழ்நீர்ப் பெருக்கு	93
93	,, சிகிச்சை	94

அட்டவணை.

இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.
94	கருப்பஸ்திரீகளின் மர்மஸ்தான நமைச்சல்	94
95	,, சிகிச்சை	,,
96	கருப்பஸ்திரீகளின் வெள்ளை	95
97	,, சிகிச்சை	,,
98	கருப்பஸ்திரீகளின் ஜலதோஷம்	,,
99	,, சிகிச்சை	96
100	கருப்பஸ்திரீகளின் சுரமும் சிகிச்சையும்	,,
101	கருப்பஸ்திரீகளின் வயிற்றில் வாயு உண்டாயிருத்தல் ...	97
102	,, சிகிச்சை	,,
103	கருப்பஸ்திரீகளின் குரண்டல்வாதம்	98
104	,, சிகிச்சை	,,
105	கருப்பஸ்திரீகளின் பல்வலி	,,
106	,, சிகிச்சை	99
107	கருப்பஸ்திரீகளின் வியசனம்	100
108	கருப்பஸ்திரீகளின் மஞ்சட்காமாலை	,,
109	,, சிகிச்சை	101
110	கருப்பஸ்திரீகளின் முகவலி	,,
111	,, சிகிச்சை	,,
112	கருப்பஸ்திரீகளின் இரத்தவாந்தி	102
113	,, சிகிச்சை	,,
114	கருப்பஸ்திரீகளின் மேல்மூச்சு	,,
115	,, சிகிச்சை	103
116	கருப்ப ஸ்திரீகளின் வலிச்சந்நி	,,
117	,, சிகிச்சை	,,
118	கருப்பை இடமாறுதலினால் ஒதுங்கிப்போதல் ...	104
119	,, சிகிச்சை	,,
120	கருப்பஸ்திரீகளின் பிரசவவேதனைபோன்ற நோய் ...	105
121	,, சிகிச்சை	,,
122	கருப்பஸ்திரீகளின் கருச்சிதைவு	106
123	கருச்சிதைவு உண்டாகுங் காரணம்	,,
124	கருச்சிதைவுக்குறிகள்	107
125	,, சிகிச்சை	108
126	பிள்ளைகளின் தேகக்குறிகளும் குணங்களும் ...	110
127	ஆண் பெண் சிசு உற்பத்தி	115

தொகை.	விஷயம்.	பக்கம்.
128	கருப்பையிலிருப்பது ஆண் பெண் ஆகிய இரண்டில் இன்னதென்றறியுங் கிரமம்...	119
129	மெய்க்கருப்பமும் பொய்க்கருப்பமும்	121
130	கருப்பத்தில் சிசுமரித்திருப்பது	123
131	கருப்பச்சின்னங்கள்:—	
	1-வது குறி, தூரம் நிற்றல்	125
132	2 ,, கர்ப்பச்சலனம்	126
133	3 ,, பகவர்ணம்	,,
134	4 ,, விடியற்கால ஒக்காளிப்பு...	,,
135	5 ,, உமிழ் எச்சில் அதிகரித்தல்	127
136	6 ,, ஸ்தனங்களில் உண்டாகும் மாற்றங்கள் ...	,,
137	7 ,, சிசுவின் இருதயத்தொனி	128
138	8 ,, ...	,,
139	9 ,, ...	,,
140	10,, வயிறு வளர்வது	129.
141	கருப்பாசயம்	,,
142	கருப்போற்பத்தி	130
143	கருப்பாசயத்தில் சிசுவளருங் கிரமம்	135
144	,, ,, போஷிக்கப்படுங் கிரமம் ...	136
145	கருப்பிண்டத்தின் இரத்தச்சுழல்...	138
146	கருப்பையிலிருக்கிற பிண்டத்தின் நிலைமை... ...	139
147	மாயை	140
148	நாபிக்கொடி	141
149	பனிநீர் அல்லது உதயஜலம்	142
150	கருப்பவிர்த்தி	143
151	3-வது மாத பிண்டத்தின் நிலைமை	144
152	4 ,, ,, ,, ,, ...	,,
153	5 ,, ,, ,, ,, ...	145
154	6 ,, ,, ,, ,, ...	,,
155	7 ,, ,, ,, ,, ...	146
156	8 ,, ,, ,, ,, ...	,,
157	9 ,, ,, ,, ,, ...	,,
158	கருப்பகால அளவு	148
159	கருப்பகாலப் பிரமாணத்தின் அட்டவணை	150

இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.
160	கருப்பஸ்திரீ பேறுகாலத்தி லிருக்கவேண்டிய கிரமம் ...	155
161	பிரசவகாலத்தில் மலஜலம் தங்காமல் செய்யவேண்டிய சிகிச்சை	158
162	மேற்படி வேறுமுறை...	159
163	பிரசவ அறை	,,
164	பிரசவத்திற்குரிய படுக்கை	160
165	பிரசவவேதனை இன்னதென்பது	161
166	பிரசவம்	162
167	1-வது கிரமப்பிரசவ செய்கை	,,
168	2 ,, கஷ்டப்பிரசவ செய்கை	,,
169	3 ,, கிரமாதீதப்பிரசவ செய்கை	163
170	4 ,, விபரீதப்பிரசவ செய்கை	,,
171	உதயம்	,,
172	உதயமாகிற உறுப்பை நிதானித்துக்கொள்ளும் கிரமம்	164
173	பிரசூதவாயு விவரம்	165
174	பிரசவகால சமயங்கள்	,,
175	கிரமப்பிரசவம்	166
176	கிரமப்பிரசவநிர்வாகம் அல்லது பிள்ளைப்பேறு பார்த்தல்	170
177	ஆயுதங்களும் மருந்துகளும்	,,
178	ஆயுதங்களின் பிரயோஜனம்	,,
179	பிரசவ அந்தியவேதனை	181
180	அழுக்கு வருதல்	,,
181	கஷ்டப்பிரசவம்	182
182	மந்தப்பிரசவ வேதனை	183
183	,, சிகிச்சை	,,
184	கருப்பாசயம் விசாலமாகாதிருத்தல்	185
185	,, சிகிச்சை	,,
186	பனிக்குடத்தில் நீர் அதிகப்படுதல்	,,
187	,, சிகிச்சை	,,
188	பக்குவகாலத்திற்குமுன் பனிநீர் வெளியாகிவிடுதல் ...	,,
189	,, சிகிச்சை	186
190	கருப்பைச் சாய்வு	,,
191	,, சிகிச்சை	,,
192	மனோவியாகுலம்	,,

இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.
193	சிகிச்சை	186
194	சிரசுபுரண்டிருத்தல்	187
195	முகம் உதயம்	188
196	சிரசு கனத்திருத்தல்	,,
197	ஜலமஸ்தகம்	,,
198	இடைக்குழி குரூபம்	,,
199	முகப்பிரசவம்	190
200	பாதப்பிரசவம்	191
201	தலைகால் இல்லாத பிண்டங்கள்	193
202	கிரமாதீதப் பிரசவம், ஆசன உதயம்	,,
203	முழங்காற் பிரசவம்	195
204	கையுதயப் பிரசவம்	196
205	விபரீதப்பிரசவம்: இரட்டைப்பிள்ளைப்பேறு ...	198
206	நாபிக்கொடி பிரசவம்	199
207	நஞ்சு தங்குதல்	200
208	பிரசவித்தபின் உண்டாகும் உதிரப்பெருக்கு ...	203
209	உதிரப்பெருக்கு உண்டாகாமல் செய்யவேண்டிய ... கிரமம்	204
210	விரணஜன்னி	208
211	பிரசவித்தபின் தாய்க்குண்டாகும் சிற்சில வியாதிகள்:—	
	பிரசவ சுரம்	209
212	,, பிரசவ பைத்தியம்	210
213	,, சீதசுரம்	211
214	,, ஒற்றைத் தலைவலி	,,
215	,, கால் வீக்கம்	212
216	,, மண்குத்திநோய்	214
217	,, கருப்பாசயம் கீழுக்கிறங்கிவிடுதல்	215
218	,, கருப்பாசய தாபிதம்	216
219	,, உஷ்ணஜன்னி	,,
220	,, இரத்தக்குறை பித்தபாண்டு	217
221	,, காக்கைவலி	220
222	,, ஸ்தனக்கட்டி	,,
223	ஸ்தனக்காம்பு விரணம்	221

அட்டவணை.

இலக்கம்.	விஷயம்.	பக்கம்.
224	பிரசவித்த ஸ்திரீயை ரக்ஷிக்கும் கிரமம், பிரசவித்த ஸ்திரீயின் பத்தியம்	222
225	பிரசவ அறையில் குழந்தையைக் காப்பாற்றுங்கிரமம் ...	225
226	குழந்தைகட்குப் பால்கொடுத்தல்...	226
227	பால்கொடுப்பதனால் தாய்க்குண்டாகும் நன்மை ...	228
228	பால்கொடுக்கும் ஸ்திரீ இருக்கவேண்டிய பத்தியம் ...	229
229	பால்கொடுக்குங் காலமும் நிர்ணயமும்	230
230	பால்கொடுக்கும்போது மனநிம்மதி	231
231	குழந்தைகளுக்குப் பால்கொடுக்கத் தகாதகாலம் ...	233
232	தாதிப்பால்	234
233	பாலுண்டாவதற்குச் சிகிச்சை	235
234	அதிகப்பால் பிரவாகம்	,,
235	குழந்தைக்குப்பால் மறப்பித்தல்	236
236	பால் வறண்டுபோகச் செய்யவேண்டிய கிரமம் ...	,,
237	பாலில்லாத குழந்தைகளைக் காப்பாற்றுங்கிரமம் ...	237
238	பசுவின்பாலைத் தாய்ப்பாலாக்கும் விதம்	239
239	பிள்ளைகளின் போஜனகவனிப்பு...	241
240	,, போஜனம்	,,
241	குழந்தைகளின் நித்திரை	244
242	குழந்தைகளுக்கு ஸ்நானஞ் செய்வித்தல்	247
243	குழந்தைகளின் உடை	249
244	குழந்தைகளுக்கு நல்ல காற்று	251
245	குழந்தைகளின் சரீரப்பயிற்சி	252
246	பாலரின் விளையாட்டு	255
247	பெற்றோரின் கடமை	257
248	பாலருக்குக் கல்விபயிற்றுவித்தல்	258
249	முடிவுரை	263
250	குறிப்பு	264

விஷய அட்டவணை

முற்றிற்று.

கருப்பசாஸ்திரம்.

விஜயபுரி.

நீர்வளந்தாங்கி நிலவளமோங்கிக் கோல்வளந் தழைத்து எந்நாளும் மேகங்கள் பொழிந்து செழிப்புற்றதாய்; தேவாலயம், தபோதனர் தங்கும் மடம்முதலிய புண்ணியஸ்தலங்கள் சூழப்பெற்றதாய், அறம் பொருள் இன்பம் வீடு என்னும் நாற்பொருளைப் பயப்பிக்கத்தக்கதாய், வஞ்சம் சூது பொறாமை முதலிய துர்க்குணங்கள் இன்மையாய் விளங்கும் விஜயபுரி என்னும் இராஜ நகரத்தில் மஹா பிரபுத்துவம் பெற்றவராயிருக்கும் செல்வகேசவமுதலியாரவர்கட்கு எப்பேறிருந்தும் புத்திரப்பேறின்றி அதனால் மனதழுங்கி, நெடுநாள் வருத்தமுற்று, அந்தோ நந்தம் செல்வத்தைக்கைக்கொள்ளற்கும், நம்பெயரையெடுத்தாளற்கும், நம்கிளையைத் தாங்கற்கும் ஓர் புத்திரனிலதே; நிற்க, புத்திரனில்லார் புத்தென்னும் நரகத்துக் காளாகுவாரென்று வேத சாஸ்திரங்கள் முறையிடுகின்றதே என்று பன்னாளும் கடவுண்மாட்டு பயபக்தி விசுவாசத்தோடு அருச்சனைபுரிக்

தும், முப்பத்திரண்டறங்களை வழுவற நடாத்தியும் வருகையில், சாட்சாத் பரம்பொருளாகிய முழுமுதற் கடவுளின் றிருவருட் கிலக்காய்ச் சின்னாட்கழித்துக் காமனும் கவல்கொள்ளும் சந்திரனையும் தோற்பிக்கச் செய்யக்கூடியதாய் ஓர்புத்திரன் பிறந்தனன். துறவிக்கு வீடு கிடைத்ததைப் போன்றும், வயலுக்குமாரிகிடைத்ததைப்போன்றும், எளிமைக்குச் செல்வங் கிடைத்ததைப் போன்றும், செல்வகேசவமுதலி சொல்லிமுடியா ஆனந்தத்துளாழ்ந்து அப்புத்திரனைப்பொன்னேபோற்போற்றி வெகுகுதூகலத்தோடு வளர்த்து, சின்னாட்சென்று சாஸ்திர நியமனப்படி அப்புதல்வனுக்கு விஜயரங்கமுதலி என்னுந் திருநாமஞ்சூட்டி, பாலப்பருவங்கடந்து இளங்கைப்பருவம் போந்தவுடன் அந்நகரத்திலுள்ள ஓர் பெரிய இங்கிலீஷ் கலாசாலையில் அவனைப் படிக்கவைத்தனன். விஜயரங்கமுதலியும் சிறுபருவத்திலேயே தன் தாய்பாஷையாகிய தமிழ்ப்பாஷையிலுள்ள இலக்கண இலக்கியங்களும், ஆங்கிலபாஷையிலுள்ள தேகதத்துவசாஸ்திரம், நீதிசாஸ்திரம், வானசாஸ்திரம், பூதபௌதிகசாஸ்திரம், இரசாயனசாஸ்திரம், தாவரசாஸ்திரம், பதார்த்தசாஸ்திரம், ஹிப்னாடிசசாஸ்திரம், விவசாயசாஸ்திரம், சுகாதாரசாஸ்திரம், வைத்தியசாஸ்திரம், கருப்பசாஸ்திரமுதலிய சாஸ்திரங்களை மிகவுந் தேர்ச்சியுறப் பயின்று, அந்நகரத்தில் பரிமளித்தனன். செல்வகேசவமுதலி தன்னுடையபிள்ளையின்கல்வித்தேர்ச்சியையும், அக்கல்விக்கேற்ப அவனிடம் விளங்கிய சாத்மீக குணத்தையும், அழகின் மேம்பாட்டையும் கண்டு சந்தோஷ சாகரமாகவே யிருந்தனன். விஜயரங்கமுதலி தாய்ப்பாஷையிலும்

இங்கிலீஷ் பாஷையிலும் இவ்விதம் பிரக்கியாதி யடைந்திருப்பதைப்பற்றி அந்நகரக்குடிகள் யாவரும் அவனையே போதகனாகவும் நீதிமானாகவும் அரசனாகவும் தங்கட்கெல்லாந் தலைமையாகவும் நினைத்துப் பல்லாற்றும் புகழ்ந்து கொண்டாடுவர்.

திருக்குறள்.

"ஈன்ற பொழுதிற் பெரிதுவக்குந் தன்மகனைச்
சான்றோ னெனக்கேட்ட தாய்."

என்றபடி அவனது தாய்க்குண்டான புகழ்ச்சியும் பெருமையும் கவுரவமும் அளவிட்டுரைக்கமுடியா. பின்னர் விஜயரங்கனும் தனதுகலாசாலையைவிட்டுநின்றுவிட்டனன். அப்போதவனுக்குவயது 22 இருக்கலாம். விவாககாலம் சமீபித்துவிட்டது. தாய்தந்தையரும் விஜயரங்கனுக்கு விவாகம் செய்யவேண்டியதைப்பற்றிப் பேசலாயினர்.

விவாகம்.

விஜயரங்கமுதலிக்கு வயது 22-போந்தவுடன் விவாகஞ் செய்ய ஆரம்பிக்கலாயினர். விஜயரங்கனோ ஐயந்திரிபறக் கற்றறிந்தவன். தமிழிலும் இங்கிலீஷிலும் அதிகம் பயிற்சியுள்ளவன். மேலும் அக்கல்விக்கேற்ற ஒழுக்கமுள்ளவன். அழகிலோ மன்மதனையும் பின்னிடச்செய்பவன். இவ்வித அருமையான பிள்ளைக்குத் தகுந்தபெண் பார்த்தல்லவோ விவாகஞ் செய்யவேண்டும். கல்வியறிவில் மிகுந்த ஒருவனுக்குக்கல்வியறிவில்லாதபெண்ணை விவாகஞ்செய்து கொடுப்பதால் அக்குடும்பத்தி லுண்டாகுங் குழப்பங்களும் கலகங்களும் இவ்வளவவ்வளவன்று. இந்த உலகத்தி

விஷயமே. அப்படியே, படித்தபாவையைப் படியாத பாமரனுக்குக் கொடுத்துவிட்டால் அக்குடும்ப காரியங்கள் சீர்சிறப்போடு நிறைவேரு. இவ்வித சங்கடமெல்லாம் கற்றவனுக்குக் கல்லாதவளையும், கற்றவட்குக் கல்லாதானையும் விவாகஞ்செய்து விடுவதாலன்றே. ஆதலின், நமது விஜயரங்கத்தின் கல்விச்சமர்த்தோ அளவிட்டுரைக்க முடியா. அதனினும் அழகின்பெருக்கோ அவனைப்போல் திருஷ்டாந்தப்படுத்த வேறொன்றுமில்லை. நிற்க, செல்வச்சிறப்போ செப்பமுடியா. இத்தகைய பெருமைபெற்று விளங்கும் விஜயரங்கனுக்குப் பெண்பார்க்க விசாரித்தார்கள். அந்நகரில் படித்தபெண் கிட்டுவதோ மிகவும் அருமையாயிற்று. அதிலும் தம்போன்ற செல்வவந்தனுடைய பெண்ணாக வேண்டும். அழகிலோ விஜயரங்கனையுந் தோற்பிக்கச்செய்ய வேண்டும். குணத்திலோ, விஜயரங்கனை நிகர்த்திருக்க வேண்டும். வயதோ கலியாணஞ் செய்யத்தகுந்த பருவமாயிருத்தல்வேண்டும். மேலும், சாஸ்திரங்களில் கூறப்பட்ட நாணம், மடம், அச்சம், பயிர்ப்பு என்னும் நாற்குணங்களும் அமைந்தவளா யிருத்தல்வேண்டும். இத்தகைய பெண்ணே விஜயரங்கனுக்குத் தகுந்த பெண்ணென்று பல ஊர்களிலும் விஜயரங்கனுக்குப் பெண் விசாரித்து, கடைசியில் சித்தூரில் மிகவும் பிரபுத்துவம் பெற்றவரா யிருக்கும் அரங்கநாதமுதலியார் செல்வகுமாரத்தி கமலாம்பாள் இருக்கின்றாளென்றுகேள்வியுற்று, அப்பெண்ணின் அழகின் பெருக்கையும் ஒழுக்கத்தின் பெருமையையும் கல்வியின் திறமையையும் பற்றி அவ்வூரிலுள்ளார் புகழ்ந்து பேசுகிற கீர்த்தியையும் கேள்வியுற்று, கமலாம்பாளோ கலைமகள்

படிவம், இன்னவளே நமது விஜயரங்கனுக்குத் தகுந்த பெண்ணென்று அப்பெண்பால் அதிகவிருப்புற்று, அவளின் தந்தையாகிய அரங்கநாத முதலியை விசாரித்து நிச்சயார்த்தஞ்செய்து, திருமணத்திற்கு ஓர்சுபமுகூர்த்தம் நியமித்து, விஜயரங்கனுக்கும் கமலாம்பாளுக்கும் விவாக மஹோற்சவத்தை அதி விமரிசையாக நிறைவேற்றினர்கள். நண்பர்காள்! நமது விஜயரங்கனுக்கும் கமலாம்பாளுக்கும் நடந்தேறிய விவாகச்சிறப்பை ஆயிரம் பணமுடிகொண்ட ஆதிசேடனாலும் அளவிட்டுரைக்க முடியாதென்றால் நானொருவன் சொல்லுதற் கியலுமோ. இருதிறத்தவரும் திரண்ட செல்வவந்தர்கள். அதனினும் விஜயரங்கனே சாஸ்திர சம்பன்னன். கமலாம்பாளும் கலைமகளை யொத்தவள். இவ்விருவரின் சிறப்பே அன்று ஏகாந்தமா யிருந்தன. நிற்க.

சாமான்ய ஓர் ஏழையின் இல்லத்தில் ஏதேனும் விசேஷம் நடந்தால் ஆங்கு முழங்கப்பட்ட பேரிகைகளும் பல்லியங்களும் வேடிக்கைகளும் சொல்லி முடியாதென்றால், வரையப்படா மேம்பாடுடையவர்களில் விசேஷ காரியங்கள் வியக்கற்பாலதே. விவாகம் நிறைவேறிப் பத்துத்தினங்கள் சென்றதும் பெண்வீட்டிலிருந்து பதினொன்றாந் தினத்தில் விஜயரங்கமுதலி தனது மனைவி சகிதனாய் விஜயபுரி வந்து சேர்ந்தான். விஜயரங்கனுக்குக் கமலாம்பாள் தகுந்தபெண்ணென்று சொல்வதைப்போன்று, அந்நகரில் இளந்தென்றல் வீசி ஆசீர்போன்று சிறுமழை பொழிந்தன. விஜயபுரியிலுள்ள குடிகளும் விஜயரங்கனுக்கு இப்பெண் தகும் தகும் என்று சந்தனம் பனிநீர் கோரோசனை கஸ்தூரி ஆகிய

வாசனைத் திரவியங்களைத் திமிர்வித்தும், இலக்கியத்திற் கிலக்கண மெவ்விதச் சிறப்பைச் செய்யுமோ அதுபோல் உடற்கிலக்ஷணஞ்செய்யும் ஆடையாபரணங்களை அணிவித்தும் புகழ்ந்துகொண்டாடினர். புலவர்கள் வாழ்த்துக்கவி படித்தனர். பெரியோர்கள் ஆசிரளித்தார்கள். விஜயரங்கனோடு காலேஜில் படித்த நண்பர்கள், இங்கிலீஷில் மங்களோபசாரபத்திரம் வாசித்தார்கள். அன்று அவ்வூர் தேவேந்திரபுரியை யொத்திருந்தது.

இல்லறம் நடாத்தல்.

விஜயரங்கனும் கமலாம்பாளும் உடலு முயிரும்போலும் ஒலியுமெழுத்தும்போலும் இணங்கி, ''இல்லறமல்லது நல்லறமன்று'' என்னும் மூதுரைக்கிணங்கி, இல்லறதருமத்தைப் புகழ்ந்து இல்லறம் நடாத்தலாயினர். கமலாம்பாள் தனது நாயகனைக்காணு தொருகாரியமுஞ்செய்யாள். விஜயரங்கனும் தன்னுயகியைக்காணு தொருகாரியமுஞ் செய்யான். எக்காரியத்தையு மிருவரே செய்வர். இருவர் மனமும் ஒற்றுமையாகவே யிருக்கும். பிறர்க்கு ஒற்றுமையின் தன்மை தெரியவேண்டுமாயின் இவர்களிடம் பழகிக் கற்க வேண்டும். கமலாம்பாளும் விஜயரங்கனும் நடத்துகிற இல்லறத்திற்கும் மன ஒற்றுமைக்கும் ஒரு குறையுமின்று. இவ்விருவரின் இல்லற இன்ப இரகசியத்தைக் கண்டு வானவாசிகளும் களிப்பர். பூமிவாசிகளும் புகழ்வர். விஜயரங்கனுக்குக் கமலாம்பாள் மீதிருக்கும் பட்சம் கல்வியின்மீ தெப்படியோ அப்படியே. அதற்கேற்க, கமலாம்மாளும் எண்சாணுடம்பிற்குச் சிரசேபிரதானமென்பதுபோல் தன்கணவனையே பிரதானமாக எண்ணியிருந்தாள். இதுநிற்க,

ஓர்நாள் விஜயரங்கன் தனது நாயகி கமலாம்பாளை யழைத்து, ''பெண்ணேகமலம்! இன்றுநாமிருவரும் நமது மாளிகையின் சமீபத்துள்ள பூங்காவனத்திற்குச் சென்று உல்லாசமாக உலாவி வருவோம், வருவாய்'' என்றழைத்தனன். கமலாம்பாளும் அப்படியே ஆகட்டு மென்றாள். அன்றுமாலை 5 மணிக்கு விஜயரங்கனும் கமலாம்பாளும் ஆடை யாபரணங்களணிந்து, மெய்ம்மீது வாசனைத் திரவியங்களைத்திமிர்வித்து உல்லாசமாகவே பூங்காவனத்துட்சென்று, ஆங்குள்ள புஷ்பங்களின் அலங்காரங்களையும்; வாழை, மா, பலா முதலிய கனிகளின் விநோதங்களையும், அதனை வளர்த்து இவ்வித அலங்கார வர்ணங்களைத் தீட்டிய கடவுளின் சிருஷ்டிப்பையும் புகழ்ந்துகொண்டே அவ்வனத்திலுள்ள ஓர் பூந்தடத்தின் பக்கலில் வரும்போது, கமலாம்பாளுக்கு வெகுகாலமாயுள்ள ஓர் சந்தேகம் நினைப்புக்கு வந்தது. உடனே கணவனை வணங்கி, ''சுவாமி! ''அரிது அரிது மானிடராதலரிது'' என்று வேத சாஸ்திரங்கள் முறையிடுகின்றன. ஒரு பருவமுள்ள ஆணும் பெண்ணும்கூடி இன்பசுகத்தை அனுபவிக்குங்கால் அந்தப் பெண்ணுக்கு எவ்விதமாகக் கருப்பமுண்டாகிறது? சிலர் நெடுநாள் அனுபவித்தும் புத்திரப்பேறின்றி வருந்துகிறார்களே, அதன் காரணமென்ன? கருப்பத்தில் சிசு எவ்விதமாகப் பரிபக்குவ மடைகிறது? கருப்பத்திலுள்ள சிசுவிற்காதரவு யாது? கருப்பம் முதிர முதிர கருப்பவதிகள் பலவிதமாறுதலடைகின்றார்களே, அதன்காரணமென்னை? ஆண் சிசு, பெண்சிசு உண்டாகிற காரணமென்னை? கருப்பத்தில் சிசுமரித்திருக்கிறதென்றெவ்விதமறிந்து கொள்ள

லாம்? சிலபிள்ளைகள் பலமுற்றதாகவும் சிலபிள்ளைகள் பல க்ஷீணமாகவும் பிறக்கின்றதே, அதன் காரணமென்னை? நாயகனோடு சேர்ந்த ஒருபெண்ணுக்குக் கருப்பந் தரித்த தென்றெவ்வித மறிந்துகொள்ளலாம்? பிள்ளைபெற்ற தாய்க்குச் சிற்சில நோய்களுண்டாகின்றனவே, அதன் காரண மென்னை? கருப்பவதிகட்குச் சிற்சில ரோகங்கள் காண்கிறதே, அதன் காரணமென்னை? இவ்விதம் கருப்பத்தைப் பற்றிய சந்தேகந்தான் என்னைப் பலவிதத்தும் வாதிக்கிறது. இதனைத் தெரிந்துகொள்ள வேண்டுமென்பதே அடியாளின்நோக்கம். நமதுமுன்னோர்களாகிய முனிவர்கள் இதைப்பற்றி வைத்திய சாஸ்திரங்களில் உரைத்திருக்கினும், அப்பாகங்களெல்லாம் செய்யுள் ரூபமாகவும் பரிபாஷையாகவு மிருப்பதால், அடியாள்கொண்ட சந்தேகத்தை நிவர்த்திப்பீராக" என்று பணிவுடன் வேண்டிக் கொண்டாள்.

இதனைக்கேட்ட விஜயரங்கன் மனமென்னுந் தடத்தில் அறிவென்னு மலர்கிளம்பி, அன்பென்னு மூகையவிழ்ந்து, மணமென்னும்போதனையைவிரிக்கத் தொடங்கினன். "ஏ! எனதன்பிற்கியைந்த காதலீ! நீ கேட்டது சரியே. ஆனால், அஃது சாமான்ய கேள்வியன்று. உலகத்தில் மானிடதேகங் கொண்ட ஒவ்வொருவர்க்கும் இவ்வித சாஸ்திரவாராய்ச்சியுறுவதுமிகவுங்கடினம். இதனாலேயே "தன்னைத்தானறிந்தவனே பெரியோன்" என்று அறிவின் மிகுந்த ஞானவான்கள்கூறியுள்ளார். மனிதஉற்பத்திக்குகருவிகருப்பை. இவ்வித கருப்பத்தை யடைகிறவர் பெண்களே. இதனால் அவர்கட்கு உண்டாகும் நன்மையும் சுகமும் துக்கமும்

அளவிரா. இவ்வித விஷயங்களை ஆண்களைவிடப் பெண்களே அவசியம் அறிந்திருத்தல் வேண்டும். அவ்விதமறிந்திருந்தால் அவர்கள் காலமறிந்து புருஷனோடு நேசிக்கவும், குடும்பத்தில்ஒழுங்கோடுநடந்துகொள்ளவும், கருப்பகாலத்தில் கவனித்துநடக்கவும், அவ்வப்போ துண்டாகும் நோய்கட்குத் தாங்களே சிகிச்சை செய்துகொள்ளவும், அந்தந்த மாதத்தினளவோடு நடக்கவும், தம் மனோபிஷ்டப்படி நல்ல சந்ததிகளைப் பெற்று சந்தோஷிக்கவும், தம்போன்ற பெண்மணிகட்குக் கருப்பத்தைப்பற்றிப் போதிக்கவும் ஓர் ஏதுவாகவும் இரக்ஷணியாகவு மிருப்பதால், எமக்குத்தெரிந்த கருப்பசாஸ்திரத்தை யுனக்கு நன்மதிதிறக்க ஐயந்திரிபற உரைக்கின்றேன். நீ ஒவ்வொரு விஷயமாக வினா எழுப்பவேண்டும். அதற்கேற்ப நான் விடையளிக்க வேண்டும். அவ்வப்போதுதான் உனது புத்தியில் நன்றாகப் படிந்துமனத்தழுந்திவிடும். இல்லையேல் அதுநல்லாதவருக்குரைத்த கதைபோ லாகுமாதலால், முதல்முதல் கருப்பத்திற்குக் காரணகாரியராகவிருக்கும்ஸ்திரீபுருஷரின் விவாக நிர்ணயத்தைப்பற்றிச்சிறிதுஉரைக்கின்றேன். கேட்பாயாக.

ஸ்திரீபுருஷர் விவாக கிரமம்.

விவாகமென்பது ஸ்திரீபுருஷர் ஒருவரோடொருவர் பரஸ்பர சம்பந்தமுற்று நேசித்து வாழவும், நல்ல சந்ததிகளைப் பெறவும் ஏற்படுத்திக்கொள்ளும் உலகமறிந்த பகிரங்கமான ஓர் உடன்படிக்கையாம். இதற்கு விவாகம், மன்றல், திருமணம், வதுவை, கலியாணமென்று பலவித சிறப்புப் பெயரைவைத்து நம் முன்னோர்கள் கூறியுள்ளார். இவ்விதம் விவாகஞ்செய்யும் ஸ்திரீபுருஷரின் தேகமும் வய

தும் பலமும் நன்ருகப் பரிபக்குக மடைந்திருக்கவேண்டும். அப்போதுதான் அவர்கள் ஆயுள் விர்த்தியடைந்து வாழவும், நல்லபலமும் அழகுமுள்ள பிள்ளைகளைப்பெறவும் காரண காரியர்களா யிருப்பார்கள். ஸ்திரீ புருஷர்கள் தகுந்த பருவத்தில் ஒருவரையொருவர் நேசிக்கிற பருவ மறிந்துமணம்புரிந்துகொள்ளுவதே தகுதியானகாரியமும், குடும்பத்தில் ஒற்றுமையோடுநடக்கவும், ஓர் ஊன்றுகோல் போலிருக்கும். ஐரோபா அமெரிக்கா முதலிய கண்டவாசி கள் இவ்விதமே விவாகஞ்செய்து வருகின்றனர். சிறுவயதி லேயே குழந்தைகட்குக் கலியாணஞ் செய்துவிட்டு அழகு பார்க்கவேண்டுமென்கிற ஆசை யவர்களிடத்துக் கொஞ்ச மேனுங்கிடையா. தத்தம் பிள்ளைகள் நல்ல யௌவனபருவ முற்று, பலமுள்ளவர்களாகவும்உணர்ச்சியுள்ளவர்களாகவு மிருந்தாற்ருன் அவர்கட்கு விவாகஞ் செய்வதைப்பற்றி ஆலோசிப்பர். ஆகையால், அவர்கள் தேகபலமுள்ளவர்க ளாகவும், சரீரக்கட்டுள்ளவர்களாகவும், முகவஜீகரமுள்ள வர்களாகவும், நல்ல பலமுள்ள சந்ததிகளைப் பெறக் கூடி யவர்களாகவு மிருக்கின்ருர்கள். இவ்விதிப்படியே நம் முதுமக்கள் நடந்து பிரக்யாதி யுற்ருர்களென்று நளன், அரிச்சந்திரன், சாவித்ரி முதலிய சரிதங்களால் பெறப் படுகின்றது. இவ்விதியைக் கைநழுவவிட்டு நம்மிந்துக்கள் தற்காலத்தில் பலவித பிணிகளால் பீடிக்கப்படுகிருர்கள். ஸ்திரீ புருஷரின் சரீரம் ஆரோக்கிய முள்ளதாயும் சுக ஸ்திதியிலுள்ளதாயு மிருத்தல்வேண்டும். குஷ்டரோகம், க்ஷயம் படை முதலிய ரோகங்கள் அனுசரித்த தேகிகட்குப் பிறக்கும் பிள்ளைகள் மேற்கூறிய வியாதியஸ்தர்களா யிருப்

பார்கள். அவர்கள் வம்சாவிர்த்தியில் இவ்வித நோய்களிருந்தாலும் குழந்தைகளைப் பீடிக்குமென்று வைத்திய சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன. ஸ்திரீ புருஷரின் குணகுணங்களும் மனோதத்துவங்களும் ஒத்திருக்கவேண்டும். அருள், தயை, புண்ணியம், ஒழுக்கமுதலிய குணங்களையனுசரித் திருந்தால் அவர்கட்குப் பிறக்கும் குழந்தைகட்கும் மேற்கூறிய குணாதிசயங்க ளமைந்திருக்கும். ஸ்திரீ புருஷர்கள் பொறாமை, சூது, வஞ்சம், கோபம், பகை முதலியவைகளை அனுசரித்திருந்தா லவர்கட்குப் பிறக்கும் பிள்ளைகட்கும் மேற்கூறிய குணங்கள் பொருந்தியிருக்குமென்று கண்டுகொள்ள வேண்டுமாதலால், ஸ்திரீ புருஷர்கள் வயது, பருவம் முதலியவைகளைக் கண்டே விவாகம் நடப்பிக்கவேண்டுமென் றறிந்துகொள்ளுவாயாக."

(கமலம்) "நாதா! தாங்கள் சொல்லியது சாஸ்திர ஆராய்ச்சிக்குப் பொருந்தி யிருக்கிறதெனினும் ஓர் சந்தேகந் தோன்றுகிறது. அதாவது, இக்காலத்தில் பாலிய விவாகம் நடத்துகின்றார்களே, அதனாற் குற்றம் யாது?"

பாலிய விவாகத்தின் கெடுதி.

(விஜயரங்கன்.) "ஏ, பவழம்போன்ற பற்களையுடைய பாவாய்! பாலியவிவாகம்செய்வோர் கெடுதியுறுவரென் றிதனை லறிவிக்கின்றேன். உதாரணமாய், கப்பல் செப்பனிடுவோர் அக்கப்பல் நெடுநாள் நீரிலிருந்து உழைக்கும்பொருட்டும், இடி, காற்றுமுதலியவற்றிற்குத் தாங்கும்பொருட்டும், அதனைச் சரியானபலமுள்ள இருப்புத்துண்டுகளால் இணைத்து, ஆங்காங்கு இருப்பாணிகளை வைத்து முடுக்கிப்

பின்னர் சரியானபடி வேலைசெய்து உபயோகிப்பர். அப்படித் தின்றி அது இலேசானதாகவும் பலமற்றதாகவு மிருக்கி சிலநாளுழைத்துப் பலநாள்உபத்திரவத்திற் குள்ளாக்கும். அதுபோல், ஸ்திரீபுருஷரின் தேக வுறுப்புக்கள் செவ் விதில் வளர்ச்சியுறு முன்னரே அவர்கட்கு உணர்ச்சி கலியாண முடிந்துவிடுவதால், அதனாலுண்டான பிள்ளை யும் கேவலம்துர்ப்பலமுள்ளதாயும், தேரைபோலும் எலிக் குஞ்சுபோலும் சப்பைக்காலும் சூறும் வயிறுமாய்ப் பிறக்கிறது. சில குழந்தைகள் கருப்பத்திலேயே மரிக் கின்றது. சில கனவுகண்டு களைந்துவிடுகிறது. தப்பிப் பிறந்திருந்தாலும் அவை: இருமல், பேதி, கட்டி முதலிய உபத்திரவங்களால் இறந்துபோவதுமுண்டு. விளை யாடிக்கொண்டிருந்து காலங் கழிக்கும் கன்னியர்க்கு வேடிக்கைக் கலியாண முடிந்துவிடுவதால், தேகக்கட்டுத் தளர்ந்து, பிள்ளை பெறவேண்டியதால் இளந்தையிலேயே முதுமைப் பருவம்போ லாகின்றனர். ரஜஸ்வலையான அளவினிலேயே கன்னிகை சம்போகத்திற்குத் தகுந்தவ ளாகமாட்டாளென்றும், சமஸ்த அவயவங்களும் பூர்த்தி யாகவளர்ச்சியுற்றுச்சிறிதுகாலஞ்செல்லவேண்டுமென்றும், இதற்குள்ளே ஸ்திரீபுருஷர்களைச் சேரவிடுவதா லவர்கள் தேகக்கட்டுத் தளர்ந்து பிணிகளுக் காளாகுவாரென்றும், அவர்கட்குப் பிறக்கும் பிள்ளைகளும் சீக்கிரம் அழிந்து போகுமென்றும் வைத்திய சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன. பாலியவிவாகத்தினால் ஸ்திரீகள் சிறுவயதிலேயே கைம் பெண் நிலைமைக்கு வந்துவிடுகிறார்கள். அவர்கள் அனுப -க்கும் புக்கியப்பொருள் அவர்கட் கில்லாமையால் மரண

பரியந்தம் தீரா உபத்திரவப்படுகிறார்கள். சில பாலிய கலியாணத்தால் ஸ்திரீபுருஷருக்கு வைசூரி அம்மை முதலியவை கண்டு, கண்குருடு, முடக்கு முதலிய நோய்களினால் பீடிக்கப்பட்டு, காலமெல்லாங்கூடி யனுபவிக்கிற சுகத்திற்குப் பதிலாகக் காலனுலகஞ் செல்கின்றனர். வேதபுராண இதிகாசாதிகளில் ஸ்திரீகட்கு உசிதவயது வந்தபிறகே விவாகம் செய்யவேண்டுமென்று விதிக்கப் பட்டிருக்கிறதாயினும், பாலிய விவாகம் செய்யும்படி எங்கும் விதிக்கப்பட்டில ஆதலால், பாலிய விவாகம் பாழ் என்பது இதனால் ஸ்பஷ்டமாக விளங்குகின்றது. நிற்க, பாவையர் பரிபக்குவ மடைந்த பிறகே அவர்கட்குக் கலியாணம் செய்விக்க வேண்டுமென்று ருக் வேதத்தில் தெளிவாய்க் கூறப்பட்டிருக்கிறது. விவாகத்தின் நான்காம்தினத்தில் ஸ்திரீ புருஷ சம்பாஷணையை யுணர்த்துகின்ற வேதமந்திரத்தில் ஸ்திரீ சொல்லுவதாவது: "ஏ நாயகா! நீர் போக்கியரென்றும், தபோமகிமை யுற்றவரென்றும், சாத்மீக குணத்தரென்றும் நான் எனதுமனோசாட்சியாய்த் தெரிந்து கொண்டேனாதலால் என்னிடம்பிள்ளைபெறவேண்டிய அவாவுடைய நீர் சந்தோஷமாய் சந்தானத்தை யடைவீராக" என்றும், புருஷன் சொல்லுவதாவது: "ஏ நாயகி! நீ இச்சமயம்நாயகனிடம்கூடுவதாக விருப்பமுற்றிருக்கிறாயென்று என் மனதாரத் தெரிந்துகொண்டேன்; ஆதலால், என்னை அணைந்து சந்தானத்தைப் பெறுவாயாக" என்றும் கூறுகிறதால் ஸ்திரீ புருஷர் பருவம் நோக்கிக் கலியாணஞ்செய்வதே நன்மையும் சுகமுமானது. ஐரோபா, அமெரிக்கா முதலிய தேசங்களில் ஸ்திரீகட்குச் சகலசுதந்தரம் கொடுப்

பதுபேர்ல் நம்மிந்துதேய ஸ்திரீகட்கும் கொடுக்கவேண்டு மென்பதுஎமதபிப்பிராயமன்று.பண்டைக்காலந்தொடங்கிப் பழகிவந்த ஓர் நல்லனுசரிப்பையே கைக்கொள்ள வேண்டு மென்பது எம்முடைய நோக்கம். ஸ்திரீபுருஷர்கள் ஈடு வந்த பிற்பாடு வெகுகாலம் வரையிலும் விவாகஞ்செய்து கொள்ளாம லிருக்கும்பட்சத்தில் அவர்களுடைய தேக வுறுப்புக்கள் வைரமேறி நன்ருக விருக்கும். பின்னர் விவாகம் நடந்தேறினல் அவர்கள் புத்தியோடு கூடவே தேக வியந்திரங்களும் வளர்ச்சியுறும். குடும்பத்திலவர்கள் அந்நியோந்யமாய் நேசித்து வாழ, பரஸ்பர சம்பந்த முண் டாகுமென் றிதனுலறிவிக்கிறேன்."

(கமலம்.) "என தன்பிற்கிசைந்த அருமந்த காதலா! நீவிருரைத்த ஒவ்வொரு வாக்கியமும் வியக்கற்பாலதே. இவ்வடியாளின் நோக்கமு மஃதே. இதுகிடக்க. ஏகாந்த மினிதோ? இல்வாழ்க்கையினிதோ?"

ஏகாந்தமினிதோ? இல்வாழ்க்கையினிதோ?

(விஜயரங்கன்.) "காதலி! நீயுரைத்தகேள்வியற்பமன்று. இடும்பைக்கின்ற தாய்போன்ற குடும்பச் சேற்றிலாழ்ந்து, பெண்டு பிள்ளை மண் பொன் முதலிய அநித்தியப்பொருள் களைச் சதமென்றுன்னி, விழலுக் கிறைப்பதுபோல அவற் றிற்கே உள்ளநாளெல்லா முழைத்து, வைதீகத்தைப் பகை த்து, லௌகீக லோலனுய் வாணுளைச் சதமென்றெண்ணி வீணுளாக்கித் தினையளவாவது தெய்வ சிந்தையில்லாமல் வியர்த்தனுனேனே என்று வாடாமல். இரும்பில் பதிக்கப் பட்ட இரத்தினத்தை நிகர்க்கும் உலக வாழ்க்கையைத்

துறந்து, நீர்மேற் குமிழியென தேகத்தை நினைந்து, தங் கத்திற் பதித்த இரத்தினத்தை நிகர்க்கும் ஞானமார்க் கத்தை யடைதலே துறவறமாகும். நிற்க.

தேக சவுக்கியமிருந்தும் உண்மையாய்ப் போகத்தை நீக்கி யிருக்கிறவர்கள் அந்தந்தச் சமயத்தாரால் பூசிக்கப் படுவதுமன்றிப் பிறராலும் பூசிக்கப்படுகிறார்கள். உண் மையிலவர்க ளப்படிப் பூசிக்கப்பட வேண்டியவர்களே. ஏனெனில், இவ்விதம் போகத்தை நீக்கியிருப்பதனால், தேகசக்தி, பலம், ஆயுள்விர்த்தி, தேஜஸ், விற்பனசக்தி, தேவபக்தி, வைராக்கியம் ஆகிய யனவும், முக்கியமாய் ஞானமும் உடையவர்களா யிருக்கின்றார்கள். எல்லோ ருக்கும் அதிக பிரயோஜனமுள்ள பல கிரந்தங்களுக்கும் கர்த்தர்களா யிருக்கின்றார்கள். நம்முன்னோர்களின் சரித் திரத்தினால் தெரிகிறதாவது: இந்துக்களில் ருஷிகள், ஆங்கிலேயர்களில் பிரீஸ்ட்மார்கள், மகம்மதியர்களில் பக் கீர்கள், புத்தமதஸ்தர்களில் அகமதுருகள் முதலியவர்கள் ஆயுள் முழுவதும் அல்லது ஆயுளில் பெரும்பாகம் போகத் தைத் தவிர்த்திருக்கிறார்கள். பெரும்பாலும் இவ்வகை யார்களே தத்துவ சாஸ்திரங்கள் புராணங்கள் ஞான நூல் முதலியவைகளை யியற்றிப் பிரஜைகளை நல்வழிக் குள்ளாக்கிச் சீர்படுத்தி யிருக்கிறார்களென்பதே. இப்படித் துறவியாதல் யாவர்க்கும் எளிதன்று. உண்மையான துறவி யாய்க் காலங்கழிப்பது கடலைக் கையா தரவுகொண்டு நீந்தி கரையேறுதல் போலாம். ஆயினும், குடும்பசகிதமா யிருந் தவர்களுள்ளும் அநேகர் கல்வியறிவு, மனோபலம், தேக பலம், நுண்ணியபுத்தி, வைராக்கியம், ஞானமுதலியவைகளை

யுடையவர்களாகி, காவியங்கள் புராணங்கள் ஞானநூல்கள் முதலியவைகளை வெளிப்படுத்தி, மனித சமூகத்தை நன்மார்க்கத்திற் குள்ளாக்கி யிருக்கிறார்களெனப் பலசரித்திரங்கள் மூலமாய் நாம் அறிந்திருக்கிறோம். இதற்குத் திராவிடவேத மியற்றிய திருவள்ளுவ நாயனாரையே ஓருவமையாகக் கொள்ளலாம். சம்சார சகிதமாயுள்ள ஆங்கிலேயர்கள் அமெரிக்கர்கள் முதலியவர்கள் இன்றைக்கும் வியக்கத்தக்கதான பல இயந்திரங்களை யியற்றியும், அநேக நவீனகாரியங்களைக் கண்டுபிடித்தும் வருகின்றனர். நன்றாக ஆலோசிக்கின், இல்லறத்திலிருந் துழன்று துறவுறமேகின் அம்மார்க்கம் சீக்கிரம் கை கொடுக்குமென்றும், ஒன்று மறியாது துறவுறமேகின் பரிபக்குவ சுபாவ வுணர்ச்சி யவனைத் தடைப் படுத்துமென்றும் விளங்குகிறதால், இல்லற இன்ப ரகசியமே உயர்வென் றறியக்கடவாய்.''

(கமலம்.) ''தாங்கள் கூறியது வாஸ்தவமே ஆயினும், ஏகாங்கிகட்குத் தேகக்கட்டிருந்தும் போக சக்தியிருந்தும் பரிபக்குவ மிருந்தும் அவர்கள் போகிக்காவிடின், அவர்கட்குப் பலவித ரோகங்க ளுண்டாகுமே.''

(விஜயரங்கன்.) ''அப்படியல்லவே. அவர்களேதோகாயகற்பங்களுண்டு நெடுநாள் ஜீவித்திருக்கிறார்க ளென்றும், தேகத்தை பொருபொருளாக நினையாது சாட்சாத் பரம்பொருள்மீதே நாட்டமுற்றவரா யிருக்கிறார்களென்றும் நீ கேள்விப்பட்டிலையோ. நிற்க, சாமான்ய ஏகாங்கிகட்கே பலவிதரோகங்களுண்டாகும். திருஷ்டாந்தமாக: நெடுநாளனுபவசாலியும் வைத்தியத்திற் றேர்ந்தவருமாகிய பிரென்ச

டாக்டர் மிஸ்டர் பார்ட்லின் துரை எழுதுகிறார்: விவாக முடையவர் விவாகமின்றி ஏகாங்கியா யிருப்பவர்களைக் காட்டிலும் வெகுகாலம் ஜீவிக்க யிடமுண்டு. ஏகாங்கிகளுள் பலர் அடிக்கடி மஹாகொடிய வியாதிகளுக்குள்ளாகின்றார்கள். அவர்களுள் சிலர் தற்கொலை முதலிய துற்கிரியைகளைச் செய்வதுமுண்டு. மற்றவர்க்கிப்படிச் சம்பவிக்கிறதில்லை. ஒருவேளை சம்பவித்தபோதிலும் மிகவும் குறைந்த அளவாகவே யிருக்கும்'' என்று தன் தேசத்தின் மரண அறிக்கைக் குறிப்பின் சராசரி கணக்கையும் எடுத்துக் காண்பிக்கிறார். அதாவது: 'விவாகமானவர்களில் வருஷமொன்றிற்கு ஆயிரத்திற்கு 7, 8 - பேர்கள் விகிதமாகவும், ஏகாங்கிகளுள் 16, 19 - விகிதமாகவும் மரணமடைகின்றார்கள்'' என்பதே.

(கமலம்.) 'பல சாஸ்திரம் பயின்ற பண்டிதோத்தமா! இயற்கையில் ஒருவனுக்குக் காமம் எவ்விதம் உற்பத்தியாகின்றது?''

காமஉற்பத்தி.

(விஜயரங்கன்.) ''சந்தானசித்தியை விரும்புவோருக்கும், தேகத்தைச் சுகமே வைத்திருப்போருக்கும், போக விச்சையுள்ளோருக்கும் இஃது இன்றியமையாது வேண்டற்பாலதே. காமமென்பது, இன்பமான ஓர் வஸ்துவை இச்சிக்குந்தன்மையே. அவ்விச்சையானது முக்கியமாய்ச் சுக்கிலத்தினு லுண்டாகிறது. எங்ஙனமெனில், கூறுதும்: சுத்தமான விந்துவானது பீஜப்பிரதேசத்தில் பக்குவப்பட்டு விந்

துக்கமலங்களில் வந்து நிறைந்தால், ஆங்கதிலிருந்து ஓர் வித ஆவியெழும்பும். அப்போது அந்த இந்திரியத்தை வெளிப்படுத்த உண்டாகும் இச்சையே புணர்ச்சி இச்சையாம். புணர்ச்சியில் நாமடையவேண்டிய பெரும்பயனுவது யாதெனில், சந்தான விருத்தியும் தேக ஆரோக்கியமுமே. சந்தானவிருத்திக்காகச் சுக்கிலமானது கருப்பையில்செல்ல வேண்டுவ தவசியமா யிருப்பதால், அதற்காக ஆண்குறியானது விம்மலுறவேண்டியது முக்கியம். ஆண்குறி விம்மலாவது யாதெனின், ஆண்குறியானது நீண்டு பருமனுகிக் கெட்டிப்படும்தன்மையேயாம். அதற்கு ஆவி, ஆத்மசக்தி, இரத்தம் என்னும் மூன்று வஸ்துக்களும் ஆதாரமாயிருக்கின்றன. வெண்ணரம்புகளின் வழியாய் ஆவியும், துடிநரம்புகளின் வழியாய் ஆத்துமசத்தும், புழை நரம்புகளின் வழியாய் இரத்தமும் அதற்குள் செல்லுகின்றன. மேற்கூறிய ஆவிமுதலிய மூன்றும் ஆண்குறியில் பிரவேசித்துண்டாகும் எழுச்சியே சுபாவ எழுச்சியாம்; மற்ற காரணங்களினு லுண்டாவது அசுபாவ எழுச்சியே. ஆண்குறி விம்மும்போது அதற்குப் பருமனுகுங் குணம் ஈரல், குண்டிக்காய், இரைப்பை முதலியவைகளிலிருந்தும்; கெட்டியாகுங்குணம் இருதயத்திலிருந்தும்; எழுச்சி இன்பம் ஆகியவைகள் மூளை, முள்ளந்தண்டு, கொடி இவைகளிலிருந்தும் உண்டாகின்றன. இன்னும் மூளைக்கும் காமத்திற்கும் நெருங்கிய சம்பந்தமுண்டு. எப்படியெனில், மூளையானது சகல வுணர்ச்சிக்கும், மனம் அறிவு முதலியவைகளுக்கும், சுக்கில வுற்பத்திக்கும் ஆதாரமாயிருக்கின்றபடியால், ஒரு ஸ்திரீயையாவது அல்லதுகாமத்தை விர்த்திசெய்யத்தக்க

வைகளையாவது பார்த்தமாத்திரத்தில், கண்ணிலுள்ள பார்வை நரம்புகள் மூலமாய் மூளையறிந்து, உடனே இருதயத்திற்குத் தெரிவிக்க, அதை இருதயம் கவனித்த க்ஷணம் மூளையும் மற்ற அவயவங்களும் அதற்குடன்பட்டு ஆவி, ஆத்மசத்து, இரத்தம் முதலியவைகளை ஆண்குறியிற் செலுத்த, ஆண்குறி பருத்து உடனே காம இச்சையுண்டாகும். இப்படியே இன்பமானதொனி, சங்கீதம், புணர்ச்சியைப்பற்றிய சம்பாஷணை முதலியவைகளைக் கேட்பதனால் காதுகளிலுள்ள ஸ்ரோத்திர நரம்புகள் மூலமாகவும், இன்பமான வஸ்துக்களை மூகர்வதனால் ஆக்கிராண நரம்புகள் மூலமாகவும், அதரபான முதலிய இன்பத்தைத் தரத்தக்கவைகளைப் பருகுவதனால் இரசிணை நரம்புகள் மூலமாகவும், இன்பத்தைத் தரத்தக்க வஸ்துக்களைப் பரிசிப்பதனால் பரிச நரம்புகள் மூலமாகவும் மூளை அறிந்து முற்கூறியபடி இருதய முதலியவைகளைத் தூண்டி ஆண்குறியை விம்மச்செய்கின்றது. இவ்வித விம்மலினால் போக இச்சையும் போகசக்தியும் உண்டாகின்றன. இதனைக் கடவுள் சர்வ ஜீவான்மாக்களுக்கும் பொதுவாக அமைத்திருக்கின்றார்.''

(கமலம்.) ''சிலர்க்குச் சகல சம்பத்துகளிருந்தும் போகத்தை அறவே ஒழித்திருக்கின்றார்களே, அவர்கள் கதியென்னை?''

போகத்தை அறவே நீக்கியதனாலுண்டாகுந் தீங்கு.

(விஜயரங்கன்.) ''கமலா! நீ ஒவ்வொன்றையும் மிகவும் நுட்பமாக கேட்கின்றனை. சரீர சுபாவக்காமத்தூண்டுதலா

கிய காலங்களில் போகத்தில் விருப்பமிருந்தும் போகிக்காமல் முற்றிலும் விட்டிருப்பவர்களுக்கும், மோகாந்தத்தில் இந்திரியஸ்தானத்தைவிட்டுநழுவிய இந்திரியத்தை வெளிப்படுத்தாமல் உள்ளுக்கிழுக்கிறவர்களுக்கும், பிராணதாரமாகிய இந்திரியமே விஷத்தன்மையாக மாறி, அதன் சூடு: மூளை இருதயம் முதலிய கருவிகளில் தாக்குகிறபடியால், அப்படிப்பட்டவர்கள் மூர்ச்சை, சித்தப்பிரமை, அறிவு குன்றல், மறதி, மயக்கம், கிறுகிறுப்பு, காக்கைவலி, தேகப் பாரிப்பு, பைத்தியம், நித்திராபங்கம், அசுத்தரத்தம், அக்கினிமந்தம், பொய்ப்பசி, அரோசக முதலிய நோய்களாற் பெரும்பாலும் வருந்துவார்கள். இரத்தவிருத்தியுடையவர்களின்சரீரசுகம் நிலைபெற்றிருக்க ஸ்திரீசங்கமே பிரதானமானது. அதுவும்மிதமாயிருத்தல்வேண்டும். இப்படிப்பட்டவர்கள் காலம், தேகம் ஆகியவைகளுக்கொப்ப அனுபோகிப்பதனல், சரீரத்தின் மிச்சக்கழிவாகிய சுக்கிலம் வெளிப்படும். அப்படி வெளிப்படுவதனல் தேகம் உறுதியாகி, ஜீவாக்கினி அதிகரித்து, சரீரத்திற் கின்றியமையாத பல பிரயோஜனங்களும் உண்டாகும். திருஷ்டாந்தமாக: மஹா பண்டிதராகிய பக்ராத் என்பவரும் ஜாலிநூஸ் என்பவரும் சொல்லுகிறார்கள்: ஒருவனுக்கு விந்து அதிகமாகவிருந்தும் போகிக்காதிருந்தால்; சிரோரோகம், மந்தாக்கினிரோக முதலியவைகள் அவசிய முண்டாகும். இவ்விதமே தங்கள் மாணக்கர்களிற் சிலர் ஸ்திரீ சங்கமத்தைத் தவிர்த்தநிமித்தம் அதிக சோர்வுற்றவர்களாகி, மனக்கலக்கமுற்று, பைத்திய ரோகத்திற்குச் சமீபித்துவிட்டார்கள். அதற்குப் பரிகாரமாக உடனே

அவர்களுக்குச் சம்போகம் செய்வித்தபின் எல்லாத் துர்க்குணங்களும் நீங்கிச் சௌக்கியமடைந்து, முன்னிலும் அதிக புத்திக்கூர்மை யுடையவர்களானார்கள்" என்கிறார்கள். போகமே புத்திரப்பேற்றுக்கும் தேகவிர்த்திக்கும் பிரதானமானது."

(கமலம்.) "போகமே சந்தான விருத்திக்கும் தேகாரோக்கியத்திற்கும் காரணமென்றால், அதிக போகஞ்செய்யலாமா?"

அதிக போகத்தினாலுண்டாகும் கெடுதி.

(விஜயரங்கன்.) "ஒருவன் மிதமிஞ்சின போகஞ் செய்வானாயின், அவனது தேகத்தின் பசை குறைந்து, விடாச்சுரமென்னு மஹா ரோகத்திற் குட்பட்டு அதிசீக்கிர மழிந்துபோவான். அதிபோகத்தினா லிந்திரியம் அளவிற்கதிகமாய் வெளிப்படும். வெளிப்படவே இந்திரிய விளைவு குறைந்து, இந்திரியத்திற்குப்பதிலாக இரத்தம் வெளிப்பட ஆரம்பிக்கும். இரத்தம் வெளிப்படுவதனால் இரத்தநரம்புகள், இருதயம், ஈரல் முதலிய உறுப்புக்களின் தொழில் மாறுபட்டு, நல்லிரத்தக் குறைவுண்டாகி தேகபோஷணை குறைந்து, தேகந்தளர்ந்து முடிவில் மரணமுண்டாம். அதிபோகத்தினால் இராஜ கருவிகளாகிய தலைமூளை, இருதயம், ஈரல், குண்டிக்காய் இவைகளும்; இரைப்பை, புப்புசம், இரத்த நரம்பு, இந்திரியநரம்பு முதலியவைகளும் தம் தம் தொழிலில் ஒழுங்கீனப்பட்டு அதிக வியாதிகளுக் கிடமாகின்றன. பெரும்பாலும் சித்தப்பிரமை, நித்திரையின்மை, பஞ்சேந்திரிய உணர்ச்சிக்குறைவு, நீரிழிவு, கல்லடை

ப்பு, சதையடைப்பு, கால் கை நடுக்கல், நீரருகல், மேகம், பிரமேகம், முகவாதம், கீல்வாதம், அங்குஷ்டவாதம், இருதயரோகம், தலைசுழற்றல், மந்தாக்கினி, புத்திநஷ்டம் ஆகிய வியாதிகளுண்டாகும். மேலும், அதிகபோகஞ் செய்வோர் காமவெறிகொண்ட கசடராவர். தகாத சிற்றின்ப நேசமே அவனைக் கொல்லும். மனிதன் வேறெந்தப் பாவஞ் செய்தாலும் அப்பாவம் அவனது சரீரத்திற்குப் புறம்பாயிருக்கின்றது. ஆனால், மோகப்பாவமோ அவன் சொந்த தேகத்தை அசுத்தமாக்கிப் புத்திரசந்தானமற்று அவனைப் பங்கப்படுத்துகிறது. இதற்குத் திருஷ்டாந்தம் அவர்களுடைய தேகமே சான்று. மேகம், கட்டி, புண், படை, முடக்கு, குடைச்சல், குஷ்டம், இரணம் ஆகிய வியாதிகளால் என்றும் வருந்துவார்கள். கடைசியில் அவர்களையணுகும் பாவையருக்கும் பாலருக்கும் தொடர்ந்து அவர்களையும் வருத்தப்படுத்துகிறது."

(கமலர்.) "காலத்தை யனுசரித்தும் பருவத்தை யனுசரித்தும் நேரத்தை யனுசரித்தும் போகிப்பதனால் பிரயோஜனமென்னை?"

போகத்தின் பிரயோஜனம்.

(விஜயரங்கன்.) 'போகமானது: சம்போகம், சையோகம், சங்கிரதம், புணர்ச்சி, கலவி, சுரதம் என்னும் பல நாமம் பெறும். இது இன்னதென்று யாவருக்குந் தெரிந்தேயிருப்பதால் இங்கு விரிப்ப தவசியமின்று. ஒருவனுக்கு யாதொரு ஸ்திரீயின் ஆலிங்கனம் லீலை எண்ணம் முதலி

யனவில்லாமல் காமக்குறிகள் கண்டு புணர்ச்சிக்க இச்சை யுண்டாவதே சரீர சுபாவத்திற்குத் தகுதியான போகத் திற்குரியகாலமாம். இத்தகுந்த காலங்களில் தத்தமக்கமை ந்த நாயகிகளோடு மிதமாய்ப் போகிப்பின், தேகசுபாவத் திற்குமேல் மிச்சமாகிய விந்துக் கழிவுண்டாகும். அத ஞல் பற்பல வியாதிக ளுண்டாகா. தேகசுகம் நிலைபெறும். இன்னும் காலக்கிரமத்திற்கொத்த மிதமானபோகத்தினுல் சரீரபுஷ்டி, சரீரபலம், மனவூக்கம், ஆனந்தமுதலியவைக ளுண்டாவதோடு: கோபம், காமவிகார முதலியவைகளுந் தணியும். சூடு, குளிர்ச்சி ஆகியவைகள் சமப்பட்டுச் சீரா. கும். ஆயுள்விர்த்தி, சந்தானவிர்த்தி முதலியவைகட் கிடமாகும். புத்தித்தெளிவும் கண்ணிற்கொளியுமுண்டாகி, இரத்தரோக முதலியனவும் நீங்கும்."

(கமலம்.) "அனேகருக்குத் தாதுநஷ்ட முண்டாகின் றதே; அதன் காரணமென்னை?"

தாதுநஷ்ட முண்டாவதற்குக் காரணம்.

(விஜயரங்கன்.) "நித்திராபங்கத்தினுலும், சதா துக் கத்தினுலும், சந்தோஷத்தினுல் எந்நேரமும் லயிக்கப்பட் டிருப்பதனுலும், நெடுநாளாய்வருத்திவரும் மஹாரோகங்க ளினுலும், அதிபசியினுலும், அளவிற்குமிஞ்சிய மனோமுயற் சியினுலும், புணர்ச்சியில் மிதமிஞ்சிய இன்பத்தை யனுபவி ப்பதனுலும், வெயிலில் அதிகமாய்ச் சஞ்சாரஞ் செய்வதனு லும், சாராய முதலிய லாகிரி வஸ்துக்களைப் பானஞ்செய்வ தனுலும், யோகசாதனையில் மனத்தைஓர்வழிப்படுத்தலினு

லும், திடீரென் றுண்டாகிய அதிகவருத்தம் அல்லது சந்தோஷத்தினாலும், மேகச்சூட்டினாலும், மனம் அறிவு ஆகியவைகள் உறையும் ஸ்தானமாகிய மூளை இருதயம் ஆகியவைகளிலுள்ள ஆன்ம சக்தி குறைந்து பலவீனப்பட்டு உடனே தாதுநஷ்ட முண்டாகும். இன்னும் அளவிற்கதிகமாய்ப் புசித்தல், அபக்குவ பதார்த்தங்களை யுட்கொள்ளுதல், பதார்த்தங்களைச் செவ்வையாய் மெல்லாமல் விழுங்குதல், மதுபானஞ்செய்தல், தேகப்பிரயாசை, அதிக வாசிப்பு, அதிக யோசனை, அதிக மனக்கவலை, மூளை நுரையீரல் கருப்பை ஆகியவைகளின் வியாதி, சுரம், வாந்தி, ரத்தக்ஷயம், அளவு கடந்த ஸ்திரீ சங்கமம், அதிகநடை, வாந்திபேதி, குதிரைச்சவாரிசெய்தல், இந்திரியக்கருவிகளில் சூடதிகரித்துவிடுதல், இந்திரியக்கருவிகளில் குளிர்ச்சியதிகரித்துவிடுதல், இன்னுமனேக கிரியைகளாலும் உடனே தாதுநஷ்ட முண்டாகும். இன்னும் நெடுநாள் போகிக்காதிருப்பதனால் ஆண்குறிக்குச் சரியான உஷ்ணந் தாக்காது அதன் இரத்தவோட்டம் தடைபட, அதனால் கோசந்தளர்ந்து போகசக்தியற்றுத் தாதுநஷ்ட முண்டாகும். திருஷ்டாந்தமாக, கறவைப்பசுவிற்சிலர் பால் கறக்காமல் நிறுத்திவிட்டுப் பால் சுரப்புக்குறைய, குறைந்த அளவில் பால்கறக்கப்படுவதுபோல், நெடுநாள் போகிக்காததனால் சுக்கிலத்தின் சுரப்புக்குறைந்து போகசக்தி முதலியன அற்றுப்போகும். இப்படிப்பட்டவர்களுக்குப் புணர்ச்சியில் அருவருப்பு, சொற்பனஸ்கலிதம், கோசமெலிவு, துற்சொற்பனம், சரீர அசதி முதலியவைகள் உண்டாயிருக்கும். இக்காரணங்களினால் தாதுநஷ்ட முண்டானவர்கள்

முதலில் ஆண்குறி பீஜம் ஆகியவைகளைத் தினமும் நன்ருய்க் கழுவிச் சுத்தஞ்செய்தல், சிறிதுநாள் சிற்றின்பத்தைப் புகழ்ந்துபேசும் கதைகள் பாட்டுகள் முதலியவைகளைப்படித்தல் அல்லதுகேட்டல், மிருகம் பக்ஷி ஆகியவைகள் புணரும்போது அவைகளைப் பார்த்தல், அழகிய ஸ்திரீகளின் உருவங்கள் அல்லது படங்கள் லீலைப்படங்கள் ஆகியவைகளை அடிக்கடி பார்த்தல் இவை முதலிய கிருத்தியங்களால் தாதுவிர்த்தி போகசக்தி முதலியனவுண்டாகும். நிற்க, போகிக்கவேண்டிய காலம், நேரம் அளவு, ஸ்திரீகள் தன்மை ஆகியவைகளைப்பற்றிச் சிறி சொல்லுகின்றேன். மிக்க கவனத்துடன் கேட்பாயாக

(கமலம்.) "நல்லது சுவாமி! அப்படியே."

போகஞ் செய்யத்தகுந்த நேரம்.

"நாம் உட்கொள்ளும் எல்லா ஆகாரங்களும் பையிற்றுன் முதலில் பக்குவமடையவேண்டியது. வுணவு இரைப்பையிற்போய்ச் சேர்ந்தவுடன் தே ள்ள நரம்புகளின் பலம் ஜீரண உறுப்புக்களுக்குட் அப்போது சரீரத்திலுள்ள சதைகளின் பல ஆயாசமுண்டாகும். இதுதான் நாம் சாப்பிட்ட முண்டாவதற்குக் காரணம். சரீரத்திலுள்ள தைகள் ஆகியவைகளின் பலம் ஜீரண உறுப்ப சல்லும் காலமாகிய போஜன அந்தியத்தின் றிதுநேரம்வரையில் நாம் கடுமையாகிய சரீரமுய யற்சி முதலியன செய்யவொண்ணுது. முன்னி

சுபாவமே நரம்புகள் சதைகள் ஆகியவைகளின் பலத்தை ஜீரணக் கருவிகளுக்குச் செலுத்துகிறபடியால், அதற்கு மாறாக நாம் நடப்போமானால் ஜீரணவுறுப்புக்களுக்கு ஏதேனுங் கெடுதி நேரிடாதிராது. இதற்கே இவ்வண்ணம் நேரிடுமானால் மூளை, இருதயம், ஈரல், இரைப்பை, குண்டிக்காய், பீஜம் ஆகியவைகள் சம்பந்தப்படும் போகமுயற்சியை மேற்குறித்த காலங்களில் அநுசரிப்பதனால் புணர்ச்சிக் கருவிகட்கும், முக்கியமாய் ஜீரண வுறுப்புக்களுக்கும் ஏதேனுங் கெடுதி நேரிடாதிராதென்பதனைக் கூறவும் ண்டுமோ.

போககாலம்.

ல ஹக்கீம்கள் புணர்ச்சிகளுக்கிடையில் ஒருவருஷம் 'வண்டுமென்றும், சிலர் ஆறுமாதஞ் செல்லவேண்டு ், சிலர் ஒருமாதம் செல்லவேண்டுமென்றும், ர் தமதுநோயனுகாவிதியில் "பெண்கடமைத்திங் ரர் நாளன்றி மருவோம்" என்றும் சொல்லுகிறார் ாடிதர்களில் வேறொரு கூட்டத்தார் "அவரவர் ற்குத்தக்கபடி புணர்ச்சிக்குக் காலமுறை நிச்சயி யிருக்கிறது" என்கிறார்கள். அஃதெப்படியெ ன் குறைந்தபக்ஷம் இருபத்திரண்டு வயதிற் போகத்திற் காரம்பிக்கவேண்டியது. அப்படிக் அந்த வயதிற்கு முன் உண்டாகிய சம்போகத் நம்பாலும் அதிசீக்கிரமாய்த் தாதுநஷ்டமுண் ;தகம் கோசம் இவைகளும் சீக்கிரம் மெலிந்து .2-வது வயது தொடங்கி 33-வது வயது வரை

யினும் தன் நாயகி மனமொன்றாகி நேசித்துத் தன்மேல் அன்பு மிகுந்தவளாயிருந்தால் அவளோடு தினப்புணர்ச்சி கூடும். இவையும் தேகத்திற்கேதேனும் குற்றமுண்டாகா திருக்குமட்டுந்தான். அப்படி ஏதேனும் ஒருகுற்றங்காணப் பட்டால் உடனே அப்புணர்ச்சியைத் தவிர்க்கவேண்டியது.

ஆனால் இவர்களிப்படி விகற்பப்படினும் பெரும்பாலார் கருத்தாவது: எல்லோருடைய தேகப்பிரகிருதி யோர்வித மானதன்று; ஏனெனில், சில தேகிகள் ஓரிரவில் ஏழுமுறை சம்போகித்தும் அவர்களுக்குக் கொஞ்சமுந் துர்ப்பலமுஞ் சோர்வும் உண்டாகாதிருக்கின்றன. வேறுசிலர், ஏழுமாத ங்களாயினும் சம்போகமென்றால் தேகம் நடுங்கி மனமொடு ங்கி மயங்கித் தியங்குகிறார்கள். ஆகையினால், புணர்ச்சிக ளுக்கிடையில் வேண்டிய காலஅளவைத் தேகபலத்திற்குத் தக்கபடி நிர்ணயிக்கவேண்டியதே. சுகஸ்திதியிலுள்ள சமமாகிய தேகசக்தியுள்ளவர்கள் மூன்றுநாளைக் கோர் முறை போகிப்பதுதா னியல்பு. இதுவே அனேகபண்டிதர் களின் கருத்து.

போகிக்கத் தகாதவர்கள்.

சரீரபலம் தளர்ந்த விருத்தர்களுக்கும்; பிரமேகம், நீரிழிவு, சொட்டுமூத்திரரோகமுடையவர்களுக்கும்; மூளை, இருதயம், ஈரல், இரைப்பை, குண்டிக்காய் ஆகியவைகளி லுண்டான நாட்பட்ட ரோகங்களை யுடையவர்களுக்கும்; புச்சாவர்த்தவாதம், குன்மம், சூலை முதலிய ரோகங்களை யுடையவர்களுக்கும்; இன்னும் மற்ற ரோகங்களை யுடை

யவர்களுக்கும் போகம் ஒருபோதும் கூடாது. டாக்டர் டியூர்நெட் துரையவர்கள் மிகக்கண்டிப்பாய் வற்புறுத்திச் சொல்லுகிறதாவது: இருதயத்தைப்பற்றிய எவ்வகை வியாதியுள்ளவர்களும் முற்றிலும் பற்றறச் சம்போகத்தை நீக்கிவிடவேண்டியது" என்பதே. ஏனெனில், இக்காலங் களில் மூளை, இருதயம், இரைப்பை, குண்டிக்காய், இரத் தம், நரம்புகள் ஆகியவைகள் தம்தம் தொழில்களில் மாறுதலடைந்து, தேகசுபாவம் விகற்பப்பட்டிருக்கும். அக்காலங்களில் உண்டாகிய ஸ்திரீ சங்கையினால் அங்கத் தின் சத்துத்திரள்கள் அதிகமாய்ச் செலவழிந்து தேகந் துர்ப்பலப்பட்டுப்போம். ஆகையினால், தேகத்தில் நோய் அதிகரித்து விபரீதமாகவும் வேறுவிதநோய்கள் இலகுவா ய்ப் பற்றவும் இடமாகும். இவ்விதம் அநேக நோய்களுண் டாவதால், ஓய்வில்லாததொந்தரவாகி, சந்திரனைப்போன்ற சுந்தரமாகிய தேகம் நொந்து சிந்தனைக்கிடமாகிவிடும்.

போகத்தை அடிக்கடி செய்யத்தகாதவர்கள்.

இருதயம், நுரையீரல், இரைப்பை, குடல்கள், கண் பார்வை ஆகிய இவை துர்ப்பலப்பட்டிருப்பவர்கள்; காக் கைவலி, பைத்தியம், மூர்ச்சை, இந்திரிய ஒழுக்கு, லேப னக்குறைவு முதலிய ரோகங்களையுடையவர்கள்; அதிகக் கல்விப்பயிற்சியுடையவர்கள் முதலியவர்களுக்குப் போகத் திற்கிடையில் வேண்டிய காலஅளவானது அதிகம் வேண் டும். ஏனெனில், அடிக்கடி யுண்டாகும் போகமானது பொ துவாக யாவருக்கும் தீமையை விளைவிப்பதா யிருந்தபோ

திலும், முக்கியமாய் மேற்கூறிய ரோகங்களுடையவர்களுக்கே மிகுந்த தீங்கை விளைவிக்குமென்பது உண்மை.

போகிக்கத்தகாத காலங்கள்.

சாப்பிட்டவுடனேயும், ஜீரணமாகா திருக்கும்போதும், நித்திராப்ங்கமடைந்திருக்கும்போதும், வாந்திக்குப் பின்னும், அதிகநேரம் நித்திரையின்றி யிருந்ததின் பிறகும், தூக்கத்திலிருந்து விழித்தவுடனேயும், துக்கசாகரத்தி லமிழ்ந்திருக்கும்போதும், அதிக சரீரப்பிரயாசைக்குப் பிறகும், பேதியர்கிக்கொண்டிருக்கும்போதும், அதிக மலப்போக்கின் பிறகும், மலசலக்கட்டிலும், மிகப் பரிதாபமான செய்கையிலும், லாகிரிவஸ்துக்கள் அருந்தியிருக்கும்போதும், அதிக பசி அல்லது தாகமாயிருக்கும்போதும், தேகம் அதிக குளிர்ச்சி அல்லது உஷ்ணமாயிருக்கும் போதும், குளிர்ச்சியாகிய தைல ஸ்நானத்தின் பின்னும், அதிக உஷ்ணமாகிய நாட்டில் உஷ்ணமாகிய காலங்களிலும், சூடு வரட்சி ஆகியவைகள் அதிகரித்திருக்கிற தேகிகள் குளிர்காலங்களிலும், பகற்காலத்தில் அதிக வெய்யல் தாபமாயிருக்கும்போதும், விஷபேதி அம்மை வைசூரிமுதலிய ஓட்டுவாரொட்டி ரோகங்கள் பரவியிருக்கும்போதும்; தலையிடி, சுரம், கீல்வாதம், விப்புருதி, கட்டி, அதிகவியர்வை ஆகியன உண்டாயிருக்கும்போதும் போகிக்கலாகாது. ஏனெனில், இப்படிப்பட்ட காலங்களில் சரீரசுபாவம் பேதப்பட்டு, கருவிகளின் தொழில் மாறுதலடைந்திருப்பதால், அப்போதுண்டாகும் புணர்ச்சியினுல் தேகத்திலுள்ள சத்துக்கள் அதிகமாய்ச் செலவழிந்து,

தேகம் பலவீனப்பட்டு, பற்பல வியாதிகள் எளிதிற் பற்றவு மிடமுண்டாகும். போகத்திற்குப்பின் தலைவலிகண்டாலும், இருதயத்தில் நடுக்கம் அல்லது அதிரல் உண்டானாலும், தேகம் மஞ்சள்வர்ணமானாலும், கண்களில் வரட்சியுண்டானாலும், இவைகட்குப்பின் உண்டாகும் போகத்தினால் தேகத்திற்கு வதேனும் கெடுதிநேரிடு மென்பதற்கு இவை அறிகுறியானபடியால், உடனே போகத்தை நிறுத்திவைக்க வேண்டியது.

போகிக்கத்தகாத பெண்கள்.

சூதகத்தினாலும் பிரசவத்தினாலும் இரத்த சிராவகமாகி இருக்கிறகாலங்களில் போகிப்பதனால் அந்தக் கெட்ட உதிரத்தின் உஷ்ணம் மூளை இருதயம் ஆகிய ராஜகருவிகளில் தாக்குகிறபடியால் பெரும்பான்மையும் மதிமயக்கம், அறிவுகுன்றல், பைத்தியம், மூர்ச்சை முதலிய ரோகங்களுண்டாகும். சிற்சில சமயம் எம்மருந்தினாலும் தீராத மேக வியாதிகளு முண்டாகும். சூதகத்தினால் வெளிப்பட்ட கெட்ட இரத்தமானது நல்ல பசுமையாகிய புற்பூண்டு செடி கொடி ஆகியவற்றின்மேற் பட்டால் அவை பட்டுப்போம். மேலும், சதாபு இலை முதலிய சிலபூண்டுகளின்மேல் பிரவிடையான ஸ்திரீகளின்சாயை காற்று ஆகியவைகள் பட்டபோதிலும் அவைகளுலர்ந்துபோம். நமது ஸ்திரீகள் வீட்டுக்கு விலக்கான மூன்றாவது அல்லது நான்காவது நாள் ஸ்நானஞ்செய்து கிரகப்பிரவேசமாய் விடுகிறார்கள். அக்காலங்களில் புருஷர்கள் அறியாமையால் மோகமுற்றுப் போகிப்பின் ரோகங்களுக்கிடமாகும். ஏனெனில், சோணிதமா

னது யாவருக்கும் ஒருமாதிரியாய் நில்லாமல், சிலருக்கு மூன்றுநாட்குள்ளும், சிலருக்கு மேற்பட்டும் ஸ்கலிதமாய்ப் பின்பு நிற்கும். மற்றுஞ் சிலருக்கு இரண்டொருநாள் இரத்தம்பெருகி, இரண்டொருநாள்நின்று, பின்னும் இரண்டொருநாள் கண்டு முடிவில் பற்றற நின்றுவிடும். ஆதலால், சூதகம்நிற்பதின் கால அளவு தேகசுபாவத்திற்குத் தக்கபடி வித்தியாசப்படுகிறபடியால், உதிர ஒழுக்கானது சுத்தமாய் நின்றபிறகுதான் போகிக்க உத்தேசிக்கவேண்டும். விலைமாதர்கள், விபசாரிகள், கபட ஸ்திரீகள் ஆகியவர்களின் சேர்க்கை ஒருபோதுங் கூடாது. ஏனெனில், இவர்கள் தம்தம் இஷ்டநாயகர்கள் தவிர மற்றவர்களிடத்தில் ஒருகாலும் மனமொத்திணங்கிச் சந்தோஷப்படுத்தார்கள். வஞ்சகம், சூது, பொய், காசுபறித்தல் ஆகிய துற்செய்கைகளைக் காட்டிக் காமக்கருத்தூட்டிக் காசுபறிப்பதே இவர்களின் கருத்தாதலால், இருவரும் மனமொத்துக்கூடுந்தன்மை யில்லாமையால் பற்றிவிளைகின்ற காமாக்கினியானது தணியும்விதமாய்த் தணியாமல் தேகத்தினுள்ள நுண்ணிய கருவிகளில் தாக்கி, பலகொடிய வியாதிகளுக் கிடமாகும். இன்னும் விதவைகள் விவாகமாகாத பெண்கள் முதலியவர்களின் சோரசேர்க்கையு மொருபோதுங் கூடாது. ஏனெனில், இவர்கள் சோரப்புணர்ச்சி செய்வதனுல் கருப்பந்தரிக்கின் மானபங்கத்திற்கிடமாகுமே என்கிற எண்ணத்தினுலும், நமது சோரத்தனத்தைக் கண்டுவிடுவார்களோ என்கிற பயத்தினுலும், புருஷருக்கு இந்திரியஸ்கலிதமாகுந் தருணத்தில் அவர்களைவிட்டகன்றுவிடுவதால், தன்னிடத்தைவிட்டியங்கிய இந்திரியம் பின்சரிவர

வெளிப்படாமல் இந்திரியக்குழலிலும் நீர்த்துவாரத்திலும் தங்கிவிடுவதனுலும், சிலசமயம் கொஞ்சமியங்கியும் கொஞ்சமியங்காமலும் போவதனுலும், எழும்பிய காமத்தீயானது அடங்கும்விதமாய் அடங்காமற்போவதனுலும், பெரும்பாலும் சீழ்மேகம், நீரெரிச்சல், நீர்க்கடுப்பு, நீரடைப்பு, அரையாப்பு, அண்டவாதம், எலும்புருக்கி ஆகிய பலவியாதிகளினுல் பீடிக்கப்பட்டு அவற்றிற்கே இரையாகவேண்டும். நிற்க, சதாகாலமும் போகிப்பதிலேயே பிரியம், தங்கள் தேகங் கொழுக்கத் தின்பதிலேயே எண்ணம், எந்தப் புருஷர்களிடத்தும் பேதமின்றிச் சகவாசித்தல், நாணமில்லாமை, பயங்கரமாகிய பார்வை, குறுகலானநெற்றி, குறுகலான பிடரி, கடினமுள்ள ரோமம், தேகாதியந்தமும் ரோமஞ் செறிந்திருத்தல், அதிதூலதேகமுதலியன பெரும்பான்மையும் வாய்ந்த ஸ்திரீகளோடும், புருஷருக்கு மேற்பட்ட வயதுள்ளவரிடத்தும், விருத்தரிடத்தும் போகிப்பது நஞ்சுண்பதிலும் கெடுதியாம். இதனுலன்றோ தேரையரும்,

கலித்துறை.

"துக்கம் பயமங்க கேசந் திரிமலந் துஞ்சலலி
வெட்கம் பசிகருப் பந்தாக மூப்பு வெறுப்பசுபஞ்
சுட்ப மலட்சியங் கோபம ரூபமெய்த் துர்க்கந்தங் கொண்
மிக்க திதூல முடைமாதர் போகம் விளைக்குவித்தே."

(கமலம்.) என்னிரு நயனம்போன்ற காதலா! நீவிருரைத்த இத்தகைய அரும்பெரும் நுண்ணிய விஷயங்கள் எந்தம் செவியென்னு மடையிற் சென்று, உளமெனும் குள

த்திற்புகுந்து, அறிவென்னும் விதைகிளம்பி, அன்பென்னு முகை யவிழ்ந்து, போதனையென்னு மணங்கிளம்பி, அஞ்ஞானமென்னு மிருணீங்கியது. நிற்க,

பெண்களுக்கு இயற்கையாயுள்ள மாதவிடாயாவது என்னை? அஃது தடையுறுவதால் வருங்கெடுதி எத்தகைத்து? மானுஷதேகங்கொண்ட எல்லோரும் ஒரே சரீரமுள்ளவராயிருக்க, பெண்களிற் சிலர் மலடிகளாக இருக்கின்றகாரணமென்னை? சிலருக்குப் பிள்ளையில்லாதிருந்தும் அனேக புண்ணிய க்ஷேத்திரங்கட்குச் சென்று வருவதால் பிள்ளையுண்டாகின்றதே, இதன் காரணமென்னை? சாமானியமான பெண்களிற் பலர் அனேகம் பிள்ளைகளைப் பெற வேண்டிய காரணமென்னை? இவ்வளவையும் முன்னருரைத்தால் பின்னர் கருத்தரிக்கும்விதம் முதலியவைகளைப் பற்றிப் பேசுவாம்.

(விஜயரங்கன்.) என் பிரியமுள்ள காதலி! நீ எழுப்பும் ஒவ்வொரு விஷயமும் என் மனதிற்கு ஆனந்தத்தை விளைவிக்கின்றன. உன்னைப் பெண்மணிகட்கெல்லா மோர் கண்மணியாகக் கருதல்வேண்டும். உனதுபுத்தியே ஆராய்ச்சிக் கழகமாகும். உனது கேள்விகளைக் கல்லாரும் காதலிப்பரென்றால், கற்றறிந்தோ ரெத்தகைத்தாகக் கொள்ளார். நிற்க, நீ கேட்ட விஷயங்களை ஒவ்வொன்றாகப் போதிக்கின்றேன், கேட்பாயாக.

மாதவிடாய்.

ஸ்திரீகளுக்கு மாதக்கிரமமாய்க் கருக்குழியிலிருந்து வெளிப்படுகிற இரத்த ஸ்கலிதத்திற்கு மாதவிடாயென்று

பெயர். இஃது சூதகம், மாதாந்தருது, தலைமுழுக்கு, வீட்டுத்தூரம், வீட்டுவிலக்கம் என்னும் பல நாமங்களைப் பெறும். இது ஸ்திரீகளின் தேகசவுக்கியத்தைத் தெரிவிக்கும் முக்கிய அடையாளம். மாதாந்தர ருதுதான் கருப்பையை மாதந்தோறும் சுத்தஞ்செய்து சிசு வுற்பத்திக்கு ஆயத்தம்பண்ணுவதும், கருத்தரித்தவுடன் அதை வளர்ப்பதும், பிரசவித்தவுடன் பாலாக மாறிச் சிசுவைக் காப்பாற்றுவதுமாகும். இதுவே ஆங்கிலேய டாக்டர்களின் அபிப்பிராயம். மாதாந்தருது வெளியாகுங்காலத்தில் ஜீரணப்பைக ளிரண்டும் சிசு வுற்பத்திக்காகத் தாம் செய்ய வேண்டிய கடமைகளைச் செய்ய ஆரம்பித்துக் கிரமந் தவறாமல் மாதத்துக் கொவ்வொருமுட்டையைப் பக்குவப்படுத்தி வெளியாக்குகின்றன. இது எப்போது ஆரம்பமாகிறதோ அதன் பின்புதான் பெண்களுக்குப் பிள்ளைபெருகிற தன்மையும் உண்டாகிறது. அப்படியே எப்போது சூதகங் காண்கிறது முற்றும் பற்றற நின்றுபோகிறதோ அப்போதே பிள்ளைபெருந் தன்மையும் அற்றுப்போகிறது. சூதகங் காண்பதற்கு முன்பும் இது நின்றுபோன பின்பும் எந்த ஸ்திரீயும் பிள்ளையுண்டாயிருப்பதாய் நாம் கேள்விப்பட்டதில்லை. சூதகத்தைப்பற்றி டாக்டர் அபெர்நெதி சொல்லுகிறார்: சூதகமானது கருப்பாஸயத்தி னனலை நீக்கித் தேகசுகத்தையுண்டாக்குவதுமன்றி, ஸ்திரீகளுக்குச் சுபாவமாயுண்டாகிற அதிபோகத்தில் மிகுந்த விருப்பத்தைச் சார்தப்படுத்திப் புருஷர்களுக் கிணங்கியிருக்கும்படி செய்யும். சூதகமானது தேகத்திலுள்ள அசுத்தநீர் முதலியவற்றையும், சரீரக்கழிவாகிய அசுத்த இரத்தத்தையும் மாதந்

தோறும் ஒழுங்காய் வெளிப்படுத்துகிறதென்பது இந்துக்களின்கொள்கை. ஆகையினால், சூதகமானது ஸ்திரீகளின் சுகத்திற் காதாரமாகியவைகளில் மிகவும் முக்கியமானது. சூதககாலம் பெண்களின் வயதிற்குத் தக்கபடி வித்தியாசப்படும். உஷ்ணதேசங்களில் சீக்கிரத்திலும், சீதளதேசங்களில் அதாவது லாப்லாண்டு முதலான ருஷியாவைச்சேர்ந்த பூபாகங்களில் தாமதித்தும் பெண்கள் புஷ்பவதியாவார்கள். உஷ்ணதேசத்தில் 9-முதல் 10-வயதிற்குள்ளும், உஷ்ண சீதளசமமாயிருக்கிறதேசத்தில் 14-முதல் 15-வயதிற்குள்ளும், அதிசீதள தேசத்தில் 18-முதல் 20-வயதிற்குள்ளும் பெண்கள் பிரவிடையாவார்கள் என்று உத்தேசித்துச் சொல்லலாம். 7-8-வயதிற்குள்ளும் பெண்கள் கருக்குழியிலிருந்து ரத்தம் ஸ்கலிதமானால் அதை வியாதியென்றே தீர்மானிக்கவேண்டும். சூதககாலம் 28-நாளுக்கு ஒருதடவை காணவேண்டியகிரமம் தேகத்திற்குத்தக்கபடி இக்காலக்கிரமம் வித்தியாசப்படுகிறது. சிலருக்கு 28-நாளுக்கு முன்பாகவே காணும். சிற்சிலருக்குநாள் அதிகப்படும். புருஷனுக்கு ஐக்கியமாயிருக்கிற பெண்ணுக்குத் தலைமுழுக்கு கிரமமான நாள்முதல் 15-ஆம்நாள் ரத்த ஸ்கலிதங் கண்டால் அதை வியாதியென்று தீர்மானிக்கவேண்டும் சூதக திரவம் சிவந்தும் அல்லது மஞ்சணித்தும் அல்லது மண் வர்ணமாயுமிருக்கும். அப்படியில்லாமல் வெண்மையாயிருக்கில் வியாதியே. சூதக திரவத்தின் பிரமாணம் தேகப்பிரகிருதிக்குத்தக்கபடி யிருக்கும். மூன்றுபலம் அல்லது நான்கு பல மிருப்பதே தகுதி. இதற்கு மேற்படில் வியாதியே. சூதகம் நாற்பது அல்லது ஐம்பது வயதில் நின்றுபோகும்.

மாதவிடாய் ஸ்திரீகள் கவனிக்கவேண்டிய விஷயம்.

மாதவிடாயான ஓர் ஸ்திரீ அவ்வாறு ஒதுங்கியிருக்குங்காலத்தில் தன் கணவனருகே வரக்கூடாதென்று மனுதர்மசாஸ்திரத்தில் கூறப்பட்டிருக்கிறது. மேலும், அவள் பகற்காலத்தில் தூங்கக்கூடாதென்றும், கண்ணுக்கு மையிட்டுக்கொள்ளக்கூடாதென்றும், அதிகமாய் அழக்கூடாதென்றும், ஜலத்தில் அமிழ்ந்து ஸ்நானம் செய்யக்கூடாதென்றும் மனு கூறுகிறுர். அவள் தன்னுடைய நகங்களைக் களையக்கூடாது; உரக்கச் சிரிக்கக்கூடாது; அதிர்ச்சியுடன் சம்பாஷிக்கக்கூடாது; பயங்கரமாயும் பெரியதாயுமுள்ள சப்தங்களைக் கேட்கக்கூடாது; கால்விரல்களால் பூமியைக் கிண்டக்கூடாது; காற்றுவாடையில் நிற்கலாகாது; கடினமான வேலை செய்யலாகாது எனவும் விதித்திருக்கின்றனர். இவ்வாறு மனுகூறிய விதியின் பயனெல்லாம் நம்முடைய ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தில் விரிவாகக் கூறப்பட்டிருக்கின்றது.

மேற்செய்யக்கூடாதென விதித்தவற்றுள் ஒன்றையாயினும் எல்லாவற்றையாயினும் மாதவிடாய்க் காலத்துச் செய்த ஒரு ஸ்திரீயுடன், அவள் தீட்டுக் கழிந்ததும் ஒருவன் சம்போகம் செய்தானுனல், அச்சம்போகத்தினுல் பிறக்கும் குழந்தையிடத்து முன் அவள் செய்திருந்த பிழைகளின் பயன்களையெல்லாம் காணலாம். அவையாவன:—மாதவிடாய்க்காலத்து அவள் பகல் நித்திரை செய்திருந்

தால் குழந்தை தூங்குமூஞ்சியா யிருக்கும்; கண்ணுக்கு மையிட்டுக்கொண் டிருந்தால் குழந்தை குருடாய்ப் பிறக்கும்; அவள் அழுதிருந்தால் குழந்தையின் பார்வை மங்குகின்றது; அவள் ஸ்நானஞ்செய்திருந்தால் குழந்தை முகத்தில் சிடுசிடுப்புத் தங்கும்; அவள் நகங்களைக் களைந்திருப்பின் குழந்தையின் நகங்கள் கெட்டுப்போகின்றன; அதிகமான சல்லாபம் குழந்தைகளை வாயாடிக ளாக்குகின்றது; அதுபோல், அதிகமான சிறிப்பு குழந்தைகளுடைய உதடு, பல், நா, அண்ணம் முதலியவைகளைக் கறுப்பாகவாவது பழுப்புநிறமாகவாவது செய்கின்றது; பயங்கரமான சப்தத்தைக் கேட்டால் குழந்தை செவிடாய்ப் பிறக்கிறது; காலால் பூமியைக் கிண்டியிருந்தால் குழந்தை வழுக்கைத் தலையுடன் பிறக்கின்றது; காற்றுவாடையில் அவள் நின்றிருந்தாளாயின் குழந்தை பயித்தியத்தினுல் வருந்தும். இம்மாதிரியே அவள் கடின வேலைகளைச் செய்தாளாயின் குழந்தை குரூபியாகவிருக்கும். நிற்க,

மாதவிடாயான ஸ்திரீகள் மற்றவர்களைத் தீண்டாமல் பிரத்தியேகமா யிருத்தல்வேண்டும். கோபம், பொருமை, வஞ்சம், அகங்காரம் ஆகியவற்றை அனுஷ்டித்தல் கூடாது. அவர்கள் உறங்குதல், உட்காருதல் முதலிய ஸ்தானங்கள் சுத்தமாக இருத்தல்வேண்டும். ஜீவப்பிராணிகளை இம்சித்து வதைசெய்தல் கூடாது. தாமரையிலை, வாழையிலை ஆகியவற்றில் போஜனஞ் செய்தல்வேண்டும். வேகமாய் நடத்தல் கூடாது. மாதவிடாயான ஸ்திரீகள் 3-நாள் பரியந்தம் மறைமாகவிருந்து நான்காம் நாள் ஸ்நா

னஞ்செய்து வழிபடுகடவுளை வணங்கிக் கிரகப்பிரவேச மாகவேண்டு மென்பது வேதசாஸ்திரங்களின் துணிபா கும். மாதர்கள் இவ்விஷயங்களை மிகு கவனத்தோடும் படி த்துப்பார்த்து, தீயவற்றை விலக்கி நற்கிரியைகளை யனு சரிப்பது மிகுந்த நலமாகும்.

ருதுவாகாத பூப்பிலிகள்.

சில ஸ்திரீகள் புஷ்பவதியாகாமலே யிருப்பார்கள். இவர்களுக்குப் பூப்பிலிகளென்று பெயர். இப்படிப்பட்ட ஸ்திரீகள் வியாதியினால் புஷ்பவதியாகார்கள். இவர்களுக் குத் தேகத்தி லழகிராது. பசியின்மை, ஆயாசம், கை கால் ஜில்லிட்டிருத்தல் முதலிய குணங்களிருக்கும். இவர் களுக்கு இடுப்பும் மார்பும் சிறுத்திருப்பதுடன் ஆண்தன் மையே மிகுத்திருப்பதால், ஆண்களைக் கண்டால் ஓர்வித வெறுப்பும் விவாகத்தின்மேல் நோக்கமில்லாமையுமாய் விடும். இது நீண்டகாலம் நிலைத்திருந்தால் நிவர்த்திக்க முடியாது. எதனால் பெண்கள் பூப்பிலிக ளாகிறார்களோ அதன் காரணத்தைச் செம்மையாய்ச் சொல்லல் சாத்தியப் படாது. ஆனால், சில ஸ்திரீகள் கருப்பையில் உண்டாகும் நோயினால் புஷ்பவதியாகா திருப்பார்கள். இவர்கட்குப் பல த்தை யுண்டாக்கு மருந்தைக் கொடுத்து சரீரபுஷ்டியை யுண்டுபண்ணவேண்டும். கருப்பையில் ஔஷதங்களினால் திரவமுண்டாகும்படிச் செய்தல்வேண்டும். தேகபலமுண் டாவதற்கு அயசம்பந்தமான மருந்துகள் கொடுத்தல்வே ண்டும். தேகதிட னுண்டாவதற்குச் சரீரவுழைப்பு, நல்ல காற் றுட்கொள்ளுதல், சத்துள்ள ஆகாரங்களைப் புசித்

தல் ஆகியவற்றை அனுசரிக்கவேண்டும். மூசாம்பரங் கலந்து பழயமலத்தை வெளிப்படுத்தத்தக்க மருந்தைக் கொடுத்தல்வேண்டும். உப்புஜலத்தைக் காய்ச்சித் தொட்டியிலூற்றி இடுப்புவரையில் அரைமணிநேரம் உட்கார்ந்திருக்கச்செய்தல்வேண்டும். சிலசமயம் பேர்பெற்றசுனைநீரில் ஸ்நானஞ் செய்வதாலே இக்கொடிய வியாதி நிவாரணமாகும்.

சூதகந் தடைபடல்.

ஸ்திரீகளுக்கு மாதமாதம் ஜனனக்கருவியில் வெளிப்படுகிற உதிரமானது முற்றிலுமாவது அல்லது சிலபாகமாவது தடையாய் வெளிப்படாமற்போவதற்கு சூதகபந்தமென்று பெயர். இது சூதகபந்தம், சூதகவாயு, ரத்தகுன்மசூலை எனப் பலநாமம் பெறும். சூதகபந்தமானது சந்தான உற்பத்திக்குத் தடையாயிருப்பதுமன்றி ஸ்திரீகளுக்கு உண்டாகும் அனேக ரோகங்கட்கு மூலகாரணமாயுமிருக்கின்றது. சூதகபந்தத்தினு லுண்டாகும் ரோகங்கள் பற்பலவாயினும், கருப்பாசயத்தைச் சார்ந்த வியாதிகளாகிய சூதகஜன்னி, கருப்பாசய வீக்கம் ஆகியவைகளும்; இரைப்பை, ஈரல் ஆகியவைகளைச்சார்ந்த நோய்களாகிய வாய்குமட்டல், வாந்தி, குன்மம், அஜீரணம், பசியின்மை, அரோசக முதலியவைகளும்; நுரையீரலைச்சார்ந்த வியாதிகளாகிய இளைப்பு, இருமல், க்ஷயம், சுவாசகாசம் ஆகியவைகளும்; மூளையைச்சார்ந்த ரோகங்களாகிய தலைவலி, ஒருதலைநோய், கிறுகிறுப்பு, புத்தித்தெளிவின்மை, மறதி, பைத்தியம், காக்கைவலி ஆகியவைகளும்; இரத்தம்

பற்றிய வியாதிகளாகிய சோகை, முகபாண்டு, பாண்டு, கழுத்துவலி, முதுகு முள்ளந்தண்டுவலி, பிடரி யிசிவு, சன்னி பாதசுரங்கள், நாசி செவி நயனம் முதலிய பஞ்சேந்திரிய வியாதிகள் ஆகியவைகளுமாம். இவ்வளவு வியாதியும் பீடிக்குமோவெனச் சிலர் ஐயுறுவர். நாட் செல்லச்செல்லப் பல வியாதிகளும், அதற்குமேல் தேக வுறுப்புக்கள் கெடுதலடையச் சில வியாதிகளு முண்டாகுமென் றறிக.

சூதகந் தடைபடுவதன் காரணம்.

கருப்பாசயத்தில் சூடு அல்லது குளிர்ச்சி யதிகரித்து விடுவதனாலும், அடிக்கடி நித்திரையின்மையால் விழித்திருப்பதனாலும், உஷ்ண சீதள மதிகரிக்கும் உணவாதிகளைக் கையாடிவருவதனாலும், அதிகதேகவுழைப்பினாலும், எக்காரணத்திலேனும் இரத்தம் அடிக்கடி அதிக அளவில் வெளிப்படுவதனாலும், சரீரத்தை யிளைக்கப்பண்ணும் பலவித வியாதிகளின் சம்பந்தத்தினாலும், அதிக வமனம் மலசலக்கட்டு முதலியவைகளாலும்; இரத்த வாந்தி, இரத்தபேதி, பெரும்பாடு முதலிய வியாதிகளினாலும், சரீர ரத்தக்குறைவினாலும், இன்னுமநேக காரணங்களினாலும் சூதகபந்தரோக முண்டாகும்.

வாதசத்து அதிகரித்த சூதகபந்தம்.

கருப்பாசயத்தில் வாதசத் ததிகரிப்பதால் சூதகபந்த முடையவர்களுக்கு மாதாந்த திரவம் கறுத்திருத்தல், தேகமெலிதல், தேகங் கறுத்திருத்தல், தேகாதியந்தமும் நோயுண்டாதல், நடுக்கல், பலவீனம், நித்திராபங்கம்,

தைரியமின்மை, பிதற்றல், பசியின்மை, பஞ்சேந்திரிய வுணர்ச்சி குறைதல், கை கால் குத்தல், வமனம் முதலிய குறிகளுடைத்தாயிருக்கும்.

பித்தசத்து அதிகரித்த சூதகபந்தம்.

கருப்பையில் பித்தசத்து அதிகரித்திருப்பவருக்கு வெளிப்படும் மாதாந்த திரவம் நீலம் அல்லது மஞ்சள் வர்ணமாயிருப்பதோடு தேக மிளைத்திருத்தல், கை கால் முதலிய அவயவங்கள் காந்தலாயிருத்தல், அரோசிகம், மந்தப்பார்வை, வாயுலர்தல், சிறுநீர் மலமிவைகள் மஞ்சணித்திருத்தல், தலை சுழற்றல், அற்ப நித்திரை ஆகிய குறிக ளுடைத்தாயிருக்கும். இக்குறியுள்ளவர்கள் பித்தத்தையும் சூட்டையும் அதிகரிக்கும்படியான உணவுகளை நீக்கி, பித்த சமனத்தையும் குளிர்ச்சியையும் இரத்த விருத்தியையும் உண்டாக்கும்படியான ஆகாரங்களைக் கையாடிவரல்வேண்டும்.

சிலேத்துமசத்து அதிகரித்த சூதகபந்தம்.

கருப்பையில் சிலேத்துமசத்து அதிகரிப்பதால் வெளிப்படுந் திரவம் வெளுத்திருப்பதோடு தேகம் வெளுத்திருத்தல், தேகாதியந்தமும் நமை, பசிமந்தம், சுவாசகாசம் போன்ற இரைப்பு, வாயில் தித்திப்பான நீரூறல், இருமல், குளிர்ச்சி ஆகிய குறிக ளுடைத்தாயிருக்கும். இன்னவர்கள் குளிர்ச்சியான பானம் பதார்த்தம் செய்கை ஆகியவைகளை நீக்கவேண்டும். சூடதிகரிக்கும் பதார்த்தம் பானம் செய்கை ஆகியவைகளைக் கையாடிவரல்வேண்டும்.

சூதகஜன்னி.

இது ஸ்திரீகளுக்கு முக்கியமாய்வரும் நரம்பைப்பற்றிய வியாதி. இதற்கு வலி, இசிவு ஆகியவை விட்டுவிட்டுக் காணும். மார்புக்குள் பந்துபோலொன்று அடைத்துக்கொள்வதுபோலிருக்கும். இவ்வியாதியுள்ளவ ளிருந்தாப்போலிருந்து திடீரென்று நகைப்பாள். தேம்பித் தேம்பி யழுவாள். கையைக்கொண்டு சிரோரோமத்தைப் பிடுங்குவாள். பெருமூச்சுவிடுவாள். ஓவென்று கூக்குரலிடுவாள். வலி தணியும்போது கண்ணீர் வடியும். சிலவேளை விக்கல் காணும். ஒவ்வொருசமயம் பிரக்ஞையில்லாமல் விழுந்துவிடுவாள். இவ்விதம் சிறிதுநேரமிருந்து பிறகு தெளிவு பிறக்கும். வலிப்பு நின்றவுடனே சிறுநீர் தெளிவாயும் அதிகமாயுமிறங்கும். சிலருக்கு வலிப்பிருக்கும்போது மலஜலந் தெரியாமலே வெளிக்கண்டுவிடுவதுமுண்டு. இத்தகைய குணங்களைச் சமீபத்திலிருந்து பார்ப்போருக்கு இவள் பிழைப்பது கஷ்டமென்று தோன்றும். பில்லி சூனியம் ஏவல் பிசாசென்று நினைத்து மந்திர தந்திர நைவேத்திய முதலியவைகளைச்செய்து அம்மனுஷியைஉபத்திரவப்படுத்துவது அறிவின்மையோர் செய்கையேயாம். இவ்விதச் செய்கைகளால் சிலசமயம் மனதிற்கு உற்சாகம் பிறந்து நோயுள்ளாருக்கு ரோகந் தணிவதுமுண்டு. சிலர் தங்களுடையமூடத்தன்மையினால் பூசாரிகையில் பெண்களை ஒப்புவித்து ஹிம்சைப்படுத்துகிறார்கள். அந்தோ! பரிதாபம்!

(சிகிச்சை.) ஸ்திரீகளுக்கு இவ்வியாதி வராமல் தடுப்பதற்குவழி யாதெனில், முதன்முதல் மனதைத் [illegible]ப

ர்ந்தாலும் எழுந்தாலும் மூர்ச்சையுண்டாகும். வயிற்றின் மேலாவது இடுப்பின்மேலாவது குளிர்ந்த திரவங்கள், பனிக் கட்டி, ஜலம் முதலானவைகளை உபயோகிக்கலாம். நாடி அதிக தீவிரமாயிருந்தால் 5-நெல்லெடை சுத்திசெய்த பொ ட்டுலுப்பை ஜலத்தில் கரைத்துக்கொடுக்கலாம். நாடி பல வீனமாய் ஓடினால் கந்தக திராவகத்தை ஜலத்தில் இரண்டு மூன்று துளி விட்டுக்கொடுக்கலாம். வங்கபஸ்பம் 3-நெல் லெடை எடுத்து அதில் சீமைக்காடி அபின் இவைகளைசேர் த்துக் கொடுக்கவேண்டும். இந்த ரத்தப்பிரவாகம் தீட்டா கும்போதெல்லாம் நிற்காமல் வந்துகொண்டிருக்கும். அது வராமல்தடுக்க, படிகாரஜலத்தைப் பிச்சாங்குழலால் ஸ்தி யின் மர்மஸ்தானத்தில் பிச்சவேண்டும். வியாதியாயிதேக கும்போது: மாவிலை, மாதளவிலை, அத்திப்பட்டை, அக்கத்தி ம்பு, காசுக்கட்டி, இவைகளை ஒருங்கு நறுக்கி ஒருபடம். இன் த்திலிட்டு, கஷாயம் வடித்து நன்றாகக் குளிர்ந்தபின் ன்னடே றுகழுவிவருவதால் ஸ்திரீக்குச் சுகுணம்பிறக்கும். புடி அ கத்தைச் சிறிதுகாலவரை நிறுத்திவைக்கவேண்டியிரு த்தைக் கொஞ்சமாய்ப்பானம்பண்ணவேண்டும். சரியான வேளையில் ஜீரணிக்கும் பதார்த்தங்களை சாப்பிடவேண்டும். லகாற்றுள்ளவிடத்தில் வாசம்பண்ணவேண்டும். அதிக திரப்பெருக்கினால்கைகால்குளிர்ந்துவிட்டால்கர்ப்பூரதிரா வகத்தை உள்ளங்காலில் தேய்த்துவரல்வேண்டும். தவிட்டி னலாவதுமண்ணினலாவது சாம்பல் உப்புமுதலியவைகளினு லாவதுஒற்றிடங்கொடுத்துவரல்வேண்டும். ரோகி, தாமதிக் காமல் தேர்ந்த வைத்தியனைக்கொண்டு பார்வையிடுவித்து அவன்சிகிச்சைக்குட்பட்டுநடந்துவருவதேபிரதானகாரியம்.

மலடு.

மலடென்பது கருவற்றுப்போதலேயாம். சுக்கில சுரோணிதக் கூட்டுறவால் கருப்பற்றுவ தியற்கையாதலால் அவற்றில் ஒன்றுக்கொன்று பேதமுண்டானபோதிலும் கருப்பற்றத்தடையுறும் நிலைமைக்குத்தான் மலடென்றுபெயர். இது சுக்கிலவியாதியினுலுண்டாயின் ஆண்மலடென்றும், சுரோணித வியாதியினு லுண்டாயின் பெண்மலடென்றும் பெயர். இவற்றுள் சுபாவமலடென்றும் அசுபாவமலடென்றும் இருவகையுண்டு. சுபாவமலடாவது: விருக்ஷங்களிற் சில காய்கனிகளைத் தராது வெறுமனே நிற்றல்போல. சுபாவமலடாயிருப்பவர்கள் பிள்ளைப்பேறின்றி யவதிப்படுவர். இதை நிவர்த்திக்குஞ் சக்தி ரக்ஷகருக்குண்டேயன்றி மற்றவர்க்கிலது. அசுபாவமலடுகள்: சுக்கில சுரோணிதத்தினுலும், லிங்கயோனேந்திரியங்களிலுள்ள பிசகினுலும், வாதாதிக்கத்தினுலும், கருப்பை கோசம் முதலியவைகளி லுண்டாயிருக்கும் தோஷங்களினுலும் உண்டாகின்றன. இவற்றைப் பலவித சிகிச்சைசெய்து குணப்படுத்தலாம்.

ஆண்மலடு ரோகம்.

புருஷர்களின் விந்து தித்திப்பில்லாதிருப்பினும், வெந்நீரில்விட்டால் கரைந்து மிதப்பினும், பூதக்கண்ணாடியால் பார்த்தால் உயிரற்ற கிருமிகள் காணப்படினும் ஒருக்காலுங் கருப்பந் தரிக்காதென்றறிக. சுக்கிலத்தில் சூடதிகரித்துவிடுவதனுல் அந்த விந்தானது பலவீனப்பட்டு நாதத்தோடு கூடிக் கருப்பற்றும்படியான தனது சக்தியையிழந்துபோகும். இன்னவர்க்கு வெளிப்படும் சுக்கிலமானது அளவிற் குறைவாயிருத்தல், துர்நாற்றம் வீசு

தல், சுக்கிலம் வெளிப்படும்போது எரிவந்த முண்டாதல், மஞ்சள் நிறமாகத் தோற்றல், நீற்றிருத்தல் முதலிய குறிகள் காணப்படும். சுக்கிலத்தில் குளிர்ச்சி யதிகரித்துவிடுவதனுல் சுக்கிலமானது கருப்பையிற்றங்காது நழுவிவிழுந்து கருப்பற்றுதொழியும். இன்னவரின்சுக்கிலத்தில் தடித்திருத்தல், அளவிற்குறைதல், வழுவழுத்திருத்தல் முதலிய குறிகள் காணப்படும். மேகரோகம் முஷ்டி மைதுன் ஆசனப் புணர்ச்சி முதலியவைகளினுல் ஆண் மர்மஸ்தா நரம்புகட்கு வியாதிகண்டு கருப்பற்றுதொழியும்.

பெண்மலடு ரோகம்.

பெண்மலட்டு ரோகத்திற்குக்காரணம்: பலமும் தேகாரோக்கியமுமுடைய அனேகர் கலியாணமான துவக்கத்திலேயே மிதமிஞ்சி அடிக்கடி போகஞ்செய்வதேயாம். இன்னவர்கள் தேகதத்துவ சாஸ்திர ஒழுக்கங்களை முன்னரே அறிந்திருந்தால் அல்லது கேட்டிருந்தால் இவ்வாறு அளவிற்குமிஞ்சிப் போகஞ்செய்து தங்கள் தேகத்தைக் கெடுத்துக்கொள்ளார்கள். அதிபோகமே சந்தானமற்றுப்போதற்குக் காரணம். இதற்கு திருஷ்டாந்தம்: காசுக்கு இச்சைப்பட்டுக் கண்டவரிடத்தில்போகஞ்செய்யும் விலைமாதருக்குப் பிள்ளையில்லாதிருப்பதே. வேறுசிலர் அளவுகடந்துபோகஞ்செய்தபோதிலும் கருத்தரிப்பதுண்டு. ஆனு லிரண்டொரு பிள்ளைகட்குப்பின் நின்றுபோகும். காரணம்: கருப்பையின் வாய் கிழிந்துபோவதே. இன்னவர்கட்கு மாதாந்தருதுவெளியாகும்போது அதிவேதனையுண்டாகும். மிதமிஞ்சியவெள்ளையுங்காணும். கருப்பையானது தன்னிலையைவிட்டுப்பிரி

ந்து வெளியே தள்ளிக்கொண்டிருப்பதாலும், கருப்பற்றுது கருப்பாசயத்தின் வாய்ப்பக்கத்திலுள்ள (ஜவ்வு) கிழிபடாதிருப்பதாலும், அதனருகில் தசைவளர்ந்துமூடிக்கொள்ளுவதாலும், வெள்ளை வெட்டை முதலிய மேகரோகங்களால் பிடிக்கப்படுபவர்களுக்குச் சுகமானவுடன் கருப்பையின் வாய்சுருங்கி இறுகிக்கொள்ளுவதாலும், சினைப்பையிலிருந்து கருப்பைக்கு முட்டைக்கருவைக் கொண்டுவந்து சேர்க்கும் சினைக்குழலானது கிழிந்துபோவதாலும், சினைப்பையானது மேகவியாதி முதலான காரணங்களால் தனது வேலையை நிறைவேற்றச் சக்தியற்று அண்ட உற்பத்திக்குப் பங்கம் நேரிடுவதாலும், இயற்கையிலேயே கருப்பையாவது சினைப்பையாவது முற்றிலுமில்லாமற்போவதாலும், ஸ்திரீகள் மலடிகளாவார்கள். நெக்ருத் என்னும் அமெரிக்கா டாக்டர் ஒருவர் சொல்லுகிறார்: ‘‘ஓர் மனிதன் மேக சம்பந்த வியாதியால் எக்காலத்திலேனும் ஒருதடவை பிடிக்கப்பட்டு வெளிக்குமாத்திரம்சுகமுற்றவனைப்போன்று தோற்றினபோதிலும், அவ்வியாதி அவனுயுள் பரியந்தம் அவனைவிட்டு நீங்காமல் உள்நோயாகவே யிருக்கும். அந்நோய் கண்டு சுகமுற்று எத்தனை வருடங்களானபோதிலும் அவன் விவாகஞ் செய்துகொண்டவுடன் தன் மனைவிக்கு அந்நோயை விட்டுவிடுவதால் அவள் மலடாகிறாள். ஒரு சமயம் பிள்ளைபெற்றாலும் அந்நோய் பிள்ளைக்குத் தங்கும்’’ என்பதே. நிற்க,

கருப்பாசயத்தில் சூடதிகரித்துவிடுவதால் நாதமு அதிக சூடடைவதோடு அதிற்சேரும் விந்தும் அளவி

கதிகமாய் உஷ்ணப்பட்டுக் கருப்பற்றுதொழியும். இன்னவர்க்கு நாடி படபடத்திருத்தல், கடிதடவறட்சி, திமிர் முதலிய குறிகள் காணப்படும். கருப்பாசயத்தில் குளிர்ச்சி யதிகரிப்பதால் அதிற்சேரும் விந்தும் உலர்ந்துபோகுங் காரணமாய்க் கருப்பற்றத் தடையுறும். இன்னவர்க்கு மலஜலம் மூக்கு அன்னம் நாவு ஆகியவை கறுத்திருத்தலோடு சோம்பல் அசிரணம் பசிமந்தம் நித்திரையின்மை முதலியவைக ளுண்டாயிருக்கும்.

கருப்பாசயத்தில் வாதசத்து அதிகரித்துவிடுவதால் அதிற்சேரும் விந்துவை அது ஏற்றுக்கொள்ளாது வெளியிற் றள்ளிவிடும். இன்னவர்க்கு நித்திரைக்குறைவு, தைரியமின்மை, வயிறூதல் முதலிய குறிகள் காணப்படும்.

கருப்பாசயத்தில் பித்தசத்து அதிகரித்துவிடுவதால் அதிற்சேரும் சுக்கிலத்தை அது எரித்துக்கரியாக்கிவிடும். அதனாற் கருப்பற்றாது. இன்னவர்க்குக் கை கால் முதலிய அவயவங் காந்தல், பசியின்மை, ஏப்பம், கண் மஞ்சளாகவிருத்தல், தேகவெரிச்சல், தாகமுண்டாதல்போ லிருத்தல், நித்திராபங்க முதலிய குறிகள் காணப்படும்.

கருப்பாசயத்தில் சிலேத்துமசத்து அதிகரித்துவிடுவதால் அதிற்சேரும் சுக்கிலத்தைக் கருப்பம் ஏந்திக்கொள்ளாது நழுவவிடுவதால் கருப்பற்றாது. இன்னவர்க்கு மாதாந்தரருது சிறைப்போலிருத்தல், அக்கினிமாந்தம், தாமசம், வெளுத்த தேகபாரிப்பு, தேகஞ் சில்லிட்டிருத்தல், இருமல், கபம், உமிழ்நீர் இனிப்பு, பசிமந்தம், உப்புசம், மிதமிஞ்சிய நித்திரைமுதலிய குறிகள் காணப்படும்.

தேகத்திற்கொழுப்பு அளவிற்கு அதிகமாகிக் கருப்பாசயத்திலும் அதிகப்படுவதால் கருத்தரிக்காது. இன்னும் பாஷாண முதலிய மருந்தை யுண்ணல், கருவழிக்கு மருந்தை யுபயோகித்தல் முதலிய காரணங்களாலும் கருப்பற்றாது. நிற்க, தமிழ்வைத்திய கிரந்தங்களில் கூறும் மலட்டின் குறிகளை யீண்டெழுதுவாம்.

கருப்பையுள் வாயு வுண்டாயிருத்தல்.

புத்திரோற்பத்திக்குரிய சேர்க்கையில் இன்பம் பயக்காது. மிக்க வலிப்புக் காணுமானால் இக்குறி கருப்பையில் வாயு வுண்டாயிருத்தலைக் காண்பிக்கும். இக்குண முள்ளவரைக்குங் கருத்தரிக்காது.

கருப்பையுள் பாசி யுண்டாயிருத்தல்.

சந்தானசித்தியை விரும்பி ஆடவருடன்சேரும் பெண்களுக்கு அந்தச்சமயம் தலைநோய் காணுமானால் அவள் கருப்பையில் பாசம் பிடித்து ஆபாசமா யிருக்கிறதென்றுணர்க.

கருப்பையுள் துர்மாமிசம் வளர்ந்திருத்தல்.

பிள்ளைப் பேற்றை விரும்பிப் புருஷனுடன் சேரும் பெண்களுக்கு அந்தச்சமயம் மார்புநோயுண்டானால் அவள் கருக்குழியில் துர்மாமிசம் அதாவது ஊன் வளர்ந்துள்ளதென் றுணர்க. இதனாற் கருப்பற்றாது.

கருப்பையுள் புழுக்களிருத்தல்.

பாலருக்காகப் பத்தாவுடன் பரமானந்தத்தை யனுபவிக்கும் பெண்களுக்கு அந்தச்சமயம் முதுகில் வலிகண்

டால் கருப்பையில் சிறு புழுக்கள் நிறைந்திருப்பதாக வுணர்க. இதனுற் கருப்பற்ருதொழியும்.

மலடிகள் ஸம்ஸ்கிருத வைத்திய கிரந்தங்களில் ஒன்பது வகையினர்ராகப் பிரிக்கப்பட்டிருக்கின்ருர்கள். அவர்கள்:—ஜன்மமலடிகள், புருஷமலடிகள், வழிமலடிகள், காமமலடிகள், மிருதமலடிகள், காகமலடிகள், கதலிமலடிகள், கன்னிகாமலடிகள், சூதிகாமலடிகள் என்பவர்களே.

ஜன்மமலடி.

கருப்பத்துக்குரியஜனனேந்திரியம் புருஷபோகமுதலியவைகளிருந்தும்பிள்ளைப்பேறில்லாதவள் ஜன்மமலடியாவள்.

வழிமலடி.

பிள்ளைகளைப் பெற்று அவைகளை யிழந்து வருந்துபவள் வழிமலடியாவள்.

காமமலடி.

புருஷனுடன் கூடிக் கருப்பமுடையவளாகி ஒன்றிரண்டு மாதங்கள்சென்றபின் நித்திரையில் பயங்கரமான பூதத்தைக்கண்டு பயந்தும், பிசாசு சிங்கம் முதலிய கோரரூபங்களைக்கண்டு பயந்தும், புருஷபோகஞ்செய்ததாகக் கனவு கண்டும், இரத்தக் குடத்தினை எதிரிற் கொண்டுவந்து உடைத்ததாகக் கனவுகண்டு பயந்தும் கருவழிந்துவிடப் பெற்றவள் காமமலடியாவள்.

கன்னிகா மலடி.

பிரசவிக்குந்தோறும் ஆண்குழந்தைகளெல்லாம் இறந்தொழியப் பெண்பிள்ளைகளைமாத்திரம் உயிருட னிருக்கப் பெற்றவள் கன்னிகா மலடியாவள்.

புருஷ மலடி.

பிரசவித்த பெண் குழந்தைகளெல்லாம் இறந்தொழிய ஆண்குழந்தைகளைமாத்திரம் உயிருடனிருக்கப் பெற்றவள் புருஷமலடியாவள்.

சூதிகா மலடி.

முன்னொரு கருவழிந்து மூன்றுவருஷ மாவதற்குள் பின்னொரு கருவழியப் பெற்றவளும், கருத்தரித்த மூன்றும் நாளிலும் மூன்றுமாதத்திலும் கருவழியப் பெற்றவளும் சூதிகாமலடியாவள்.

மிருத மலடி.

தான்பெற்ற பிள்ளைகளெல்லாம் போக எஞ்சியதை யுடையவள் மிருதமலடியாவள்.

காக மலடி.

ஒரு ஆணும் ஒரு பெண்ணுமான இரு குழந்தைகளைப் பெற்று அவற்றை யுடையவளாக இருப்பவள் காக மலடியாவள். காகம் இரண்டு குஞ்சிகளைப் பொரிப்பதே வழக்கம். அதிலும் ஒன்று ஆணும் ஒன்று பெண்ணுமாக விருக்கும்.

கதலி மலடி.

ஆணிலேனும் பெண்ணிலேனும் ஒரேபிள்ளையைப்பெற்றவள் கதலிமலடியாவள். மறுபடியும் அவள் பிரசவிக்காதிருத்தல்வேண்டும். கதலி ஒருமுறை காய்ப்பதன்றி, மா பலா முதலியவற்றைப்போல் வருஷாவருஷம் அனேக முறை காய்க்கிற வழக்கமின்மையால் இப்பெயர்பெற்றது.

இங்ஙனம் மலடிகளைக்குறித்தும், காரணங்களைக்குறித்தும், அதனை நிவர்த்திக்கும் வழிகளைக்குறித்தும் பற்பலவிதமாகவும் விசித்திரமாகவும் உரைத்திருக்கின்றனர் அறிவான் மிகுந்த சான்றோர். மலட்டை நிவிர்த்திப்பது அசாத்தியமாயினும் நல்ல ஆரிய பண்டிதர்களாலும் தேர்ந்த வைத்தியர்களாலும் ஒருவாறு முடியும். வனையோர்க்குச் சாத்தியப்படாது."

(கமலம்.) என்னுயிர்த் துணைவா! நீவிரிதுகாறுமுரைத்த இத்தகை யரும்பெரும் விஷயங்களை மிகவும் நுட்பமாக உணர்ந்துகொண்டேன். நிற்க, எமக்கெப்போது ஓர் நற்குண நன்மாட்சியுள்ளபுத்திரன்பிறக்கப்போகிறான்" என்றயர்வுற்றாள். அவ்வப்போது இனிமையான பசுந்தென்றல் வெகு சுகமாக வீசிக்கொண்டிருந்தது. மணியும் மாலை 5 இருக்கலாம்.

(விஜயரங்கன்.) "ஏ ஆராய்ச்சிக் கழகமென்னும் அருமந்த காதலி! நீ வாளா வருந்தேல். உனக்கிருக்கும் பெருமதிக்கிலக்காய்ச் சின்னாட் கழித்துப் புத்திரசம்பந்தினைப் பெறப்போகின்றனை. இதுநிற்க, கருப்பத்தைக் குறித்துத் தெரிந்துகொள்ளுமுன் கருப்பவதிகளுடைய சுகாதாரத்தைப்பற்றியும், அந்தந்தமாதங்களில் அவர்களுக் குண்டாகும் ரோகங்களைப்பற்றியும், அவ்வவற்றிற்குடைய சிகிச்சைகளைப்பற்றியும் தெளிவாகத்தெரிந்துகொள்ளல் அத்தியாவசியமாகலின், அப்படித்தெரிந்துகொண்டால் தாங்கள் அக்காலங்களில் சுகத்தோடு நடந்து நல்ல பலமுள்ள சந்ததிகளைப்பெறவும். அவ்வக்காலங்களில் உண்டாகும் ரோக

ங்கள் இன்னின்ன காரணங்களால் உண்டானதென்று தெரிந்து, அததற்குத்தக்கபடி தாங்களே சிகிச்சைசெய்து கொள்ள ஏதுவாகலின், கருப்பவதிகளுடைய சுகாதாரத்தைப்பற்றிச் சிறிதுரைக்கின்றேன். கேட்பாயாக.

கருப்பவதிகள் சுகாதாரம்.

கருப்பவதிகளுக்கு நல்லகாற்று.

கருப்பவதிகள் நல்லகாற்றை யுபயோகிப்பது முதற் காரணம். நல்ல காற்றில்லாவிடின் தாய்க்கும் பெறப்போகிற பிள்ளைக்கும் அபாயம்நேரிடுமாகையால் தாங்கள் சுகமாகப் பிரசவிக்கப் பரிசுத்தமான காற்றை யுபயோகித்துவரல் வேண்டும். நல்லகாற்றில்லாதவிடத்தில் மனிதனிருந்தால் மரணமுண்டாகு மென்பதற்குத் திருஷ்டாந்தம்: வங்காளத்தில் யுத்தம் நடந்தபோது அந்நகரத்தலைவரான நவாபானவர் 146-இங்கிலீஷ்காரரைப் பலவந்தமாய் 18-சதுர அடியுள்ள ஓர் சிறைச்சாலையில் தள்ளி யடைத்துவைக்கும்படி கட்டளையிட்டார். அன்றிரவு 8-மணிக்கு அவர்களடைக்கப்பட்டார்கள். மறுநாட்காலையில் 7-மணிக்குச் சிறைச்சாலையைத் திறந்துபார்க்கும்போது 23-பேர்மாத்திரம் உயிரோடிருந்தார்கள். சிலருக்கு விஷசுரமும் கண்டிருந்தது. காற்றில்லாக்குறைவால் 11-மணிக்குள் 123-பேர் அனியாயமாயிறந்துவிட்டனர். இதனாற் காற்றின் சுகம் ஒவ்வொரு ஜீவப்பிராணிகட்கும் மிக்க ஆவசியகமென்று நன்குக விளங்குகின்றது. கருப்பவதிகளின் படுக்கையறையில் காற்றதிகமாக அடிக்காமல் உபாயமாக வீசும்படி பார்த்துக்கொள்ள

வேண்டும். குளிர்காலத்தில் அறையின் ஒருமூலையில் நெருப்புச் சட்டியொன்று கனன்றுகொண்டிருந்தால் நன்மையைப் பயக்கும். சீதக்காற்று அடிக்காதபடி கதவு தகுந்தவிடத்தி லிருத்தல் வேண்டும். சீதக்காற்று ஜன்னல் வழியாய் அடிக்கும்படியிருந்தால், ஜன்னல் சட்டத்திற்குச் சரியான நிகளமுள்ளதாகவும் மூன்றங்குல அகலமுள்ளதாகவு மிருக்கிற பலகையொன்றை ஜன்னலின் கீழ்ச்சட்டத்தில் வைத்து அதற்குமேல் ஜன்னல் கதவைச்சாற்றினால் ஜன்னலின் மேல் சட்டத்திற்கும் கீழ்ச் சட்டத்திற்கும் இடையில் ஓர் சந்துண்டாகும்; அச்சந்தின் வழியாய்க் காற்றடிக்கவே உள்ளே படுத்திருப்பவர்கள் சிரசிற்கு நேராகக் குளிர்காற்றடிக்காமல் உயரப்போய்ப் படுக்கையறைக்கு வேண்டிய காற்றுலாவச் செய்வதுமல்லாமல், காற்று வேகமாயு மடிக்காது. கருப்பவதிகள் எதேஷ்டமாய்ச் சுத்தமான காற்றைச் சுவாசிக்காவிடின், அவர்களின் இரத்தம் அசுத்தப்பட்டுத் தேகசவுக்கியம் கெடுவதுமல்லாமல், ஜனிக்கும் குழந்தையும் பிணியால் பீடிக்கப்படும். கருப்பவதிகளுக்குக் காற்றுப் பட்டவுடன் சீதளமுண்டாகுமென்னும் நாட்டு வழக்கத்தையும் துற்புத்தியையும் அறவே யொழிக்க வேண்டும்.

கருப்பவதிகளின் உணவு.

கருப்பவதிகளின் உணவு சுத்தமாகவும் மெல்லியதாகவும் கூடியசீக்கிரத்தில் ஜீரணிக்கத்தக்கதாகவும் பக்குவஞ்செய்திருத்தல் வேண்டும். ஆகாரம் இலகுவில் ஜீரணிக்கத்தக்கதாயும் புஷ்டியைத் தரத்தக்கதாயுமிருந்தால் அவர்களின் தேகத்திற்கும் ஜனிக்கும் பிள்ளைக்கும் நன்மையா

கும். மாமிச வுணவைக் காய்கறிகளுடன்சேர்த்து மத்தியான போசனவேளையில் கொடுக்கலாம். பன்றியிறைச்சி, மாமிசவிறைச்சி, ஊறுகாய்கள், அதிக காரமாகப்பக்குவப்படுத்தின பதார்த்தங்கள் ஆகியவைகளை அவர்கள் ஒருபோதும் உண்ணல் கூடாது. மாமிசத்துடனும் காய்கறிகளுடனும் உப்பு அதிகமாகச் சேர்த்துக் கொடுத்தால் இரத்தசுத்தியாகுமென்று வைத்திய சாஸ்திரத்தில் கூறப்பட்டிருக்கிறது. பாலன்னம், பாயசம், கோதுமைரொட்டி, அல்வா, ஜவ்வரிசிப்பாயசம், பொங்கல், சுண்டின காய்கறிகள், பழவகைகள் ஆகியவற்றை மத்தியான ஆகாரத்திற்கு யாதொரு எண்ணமும் பயமுமின்றிக்கொடுக்கலாம். அளவிற்குறைந்த தண்ணீர் சேர்த்து நன்கு பக்குவப்படுத்தின நொய்க்கஞ்சி தேகத்திற்கு நன்மையைத்தரும். மீனை வறுக்காமல் நீராவியில் சுண்டிச் சாப்பிட்டால் கருப்பவதிகளின் மஜ்ஜ தாதுக்களுக்கு நல்லபலம் கொடுப்பதுமல்லாமல் கருப்பத்திலுள்ள சிசுவிற்கும் மிக்க புஷ்டியைக்கொடுத்து வளர்க்கும். காப்பி தேயிலை ஆகிய பானங்கள் ஜீரணமாவதைத். தடுக்கக்கூடியதாகையால் மத்தியான போஜனத்திற்கு உதவா. காலை போஜனத்திற்குத் தேயிலை காப்பி கோக்கோ வெண்ணெய் ரொட்டி முட்டை ஆகியவை இலகுவான ஆகாரங்களாகும்.

கருப்பவதிகள் சாப்பிடும் ரொட்டி பழையதாயிருத்தல் வேண்டும். அது புதிதாயிருக்கின் சீக்கிரம் சீரணமாகாது. கோதுமை ரொட்டியையும் கோகோ பானத்தையும் காலை போஜனமாகக் கொடுக்கலாம். அது மலத்தை வெளியிற்

றள்ளுவதில் மிகவுஞ் சிரேஷ்டமானது. இன்னும் அது நரம்புகட்குப் பலத்தைத் தருவதுமன்றி வயிற்றிலிருக்கும் சிசுவையும் காப்பாற்றும். நன்றாகப் பழுத்த பழத்தைப் பச்சையாகவேனும் பாகஞ்செய்தேனும் சாப்பிடலாம். கருப்பவதிகளுக்கு அஜீரணத்தை யுண்டுபண்ணும் காய்கறிகள், கிழங்குகள், பயறுகள், முறுக்கு, பணியாரம் ஆகியவைகளை ஒருபோதும் கொடுத்தல்கூடாது. அவர்கள் அதிகபோஜனம் செய்வதும் வேளைதப்பிச் சாப்பிடுவதும், அளவிற்கதிகமாக வுண்பதும் கூடாவென்று நன்றாகக்கண்டிருத்தல்வேண்டும்.

கருப்பவதிகள் சாப்பிடுங்கிரமம்.

கருப்பவதிகள் நின்மல நெஞ்சோடும் பொறுமையோடும் சந்தோஷத்தோடும் சாப்பிடவேண்டும். ஜீரணக்கருவிகளுக்கு உதவி பற்கள் தவிர வேறொன்று மின்மையால் பற்களாலேயே பாதி ஜீரணமாகும்படி உணவுகளை நன்றாக மென்று உமிழ்நீரில் கலக்கும்படிசெய்து சாப்பிடவேண்டும். அவர்கள் வேளைதவறாமல் அளவோடுசாப்பிடுவார்களாயின் தேகசுகத்தோடு பிரசவிப்பார்களென்பதிற் சந்தேகமின்று. ஒருநேர போஜனத்திற்கும் மற்றொருநேரபோஜனத்திற்கும் இடையில் ஜீரணக்கருவிகட்கு ஜீரணிப்பதற்குப் போதுமான சமயம் கொடுத்தல்வேண்டும். உண்ட வுணவை ஜீரணஸ்திதிக்குக் கொண்டுவர இரைப்பைக்கு 4-மணிநேரம் செல்லுமாகையால், உண்டவுடன் ஜீரணக்கருவிகள் தத்தம் வேலையை நிறைவேற்றும்படி விட்டுவிடவேண்டும். இடையிடையே நொறுக்குத்தீனி சாப்பிடும் துர்ப்பழக்கத்தை யறவே யொழிக்கவேண்டும். அவர்களப்படிச் செய்வார்க

ளாயின் இரைப்பையில் பாதி ஜீரணமான வஸ்துக்களோடு புதியபோஜனமுஞ் சேருவதனல் அஜீரணம், பேதி, மாந்தம், புளியேப்ப முதலிய துஷ்ட வியாதிகளால் அவர்கள் அவஸ்தைப் படுவதுமன்றிக் கருப்பையிலுள்ள பிள்ளைக்கும் அபாயம் நேரிடுமென் றறிந்திருத்தல்வேண்டும். கருப்பவதிகள் போசனத்தைக் கிரமப்படுத்திக்கொள்ளவேண்டும். காலை 7-மணிக்குப் போசனமுட்கொண்டால், மத்தியானம் 12 - அல்லது 1 - மணிக்கே அவர்கள் புசிக்கவேண்டும். அதோடு இரவு 7 - அல்லது 8 - மணிக்கே போஜனமுட்கொள்ளுதல் அவர்களின் சுகாதாரத்திற்குக் கிரமமாகும். சிலர் புசிக்கும்போது அடிக்கடி தண்ணீர் பருகுவது வழக்கம். இது கூடாத காரியம். இவ்வாறு செய்வதால் அது ஜீரண ரசத்தைக் கெடுத்துவிடுவதோடு தேகத்திற்குச் சத்துண்டாக்கவுமாட்டாதென் றறிக. கருப்பவதிகள் லாகிரி வஸ்துக்களைச் சாப்பிடுதல் கூடாது. அவர்கள் அவற்றை யுபயோகித்துவருவார்களாயின், தேகங் கெடுதியுறுவதுமன்றிக் கருப்பத்திலுள்ள சிசுவிற்கும் அபாயமுண்டாகும் அப்படி ஒருகால் சவுக்கியமாகப் பிறந்தபோதிலும் அப்பிள்ளை குடியனுகவும் சோம்பனுகவும் கள்வனுகவுமிருப்பா னென்பதிற் றடையில்லை.

கருப்பவதிகளின் உடை.

கருப்பவதிகள் முக்கியமாய்க் கம்பளியுடையைத் தரித்திருத்தல் வேண்டும். கம்பளி கம்ஸ், கம்பளி குடுத்தா, கம்பளி ஜிஜார், கம்பளி பாவாடை ஆகியவைகள் பூமியின் சீதோஷ்ணம் திடீரென மாறுதலடைவதால் அவர்களுக்குண்டாகும் சிறுநோய்களைத் தடுக்கும். அவர்கள் கட்டி

யிருக்கும் மோஜோடு கிழ்நழுவிவராமல் கச்சையினுல் மிருதுவாகக் கட்டியிருக்கவேண்டும். இவர்களணிந்திருக்கும் உடை இறுக்கமாகவிருந்தால் இரத்தவோட்டந் தடைபட்டுச், சர்மரோகங்களை யுண்டாக்குமென்பதை அவர்களறிந்திருத்தல்வேண்டும். இடையிலணியப்பட்டிருக்கும் கிஜார் அல்லது பாவாண்டை முழங்தாள் வரையிலும் நீண்டிருத்தல் வேண்டும். அவ்விதம் நீண்டிருந்தால் பாதத்தில் அவர்களுக்குச் சீதக்காற்றுத் தாங்காமலிருப்பதற்கேதுவாகும். கருப்பவதிகள் 5-மாதமானவுடனே அடிவயிற்றிற்குமேல் மிருதுவான ஒருபெல்டுக் கச்சை கட்டவேண்டும். அது அடிவயிற்றிற் காதரவாயிருப்பதுமன்றிக் கருப்பாசயம்முன்னுக்கு வராமல் தடுக்கும். இதற்கு ஹாம்பிலி என்பவரது சிலாக்கியமானபெல்ட்டைவாங்கிப்பயோகிக்கலாம். இதைத் தரித்துக்கொண்டால் தேகத்திற்குச் சுகமாகவும் குளிர்ச்சியாகவு மிருப்பதன்றிச் சரீரத்தையு மிறுகஞ்செய்யாது. கைகால் முதலிய அவயவங்களை மூடும்படி தரித்துக்கொள்ளுமுடை மிருதுவாகவும், இலேசாகவும், காற்றுப் பிரவேசிக்கத்தக்கதாகவும், சுத்தமாகவும் இருத்தல் வேண்டும். எப்போதும் கருப்பவதிகள் சுகத்தைத் தரத்தக்க உடையைத் தரித்திருத்தல் வேண்டும். கம்பளிவுடையே கருப்பவதிகளுக்குச் சிரேஷ்டமாகும்.

கருப்பவதிகளின் படுக்கை.

கருப்பவதிகளின் படுக்கையறை சுத்தமாகவும் காற்று உலாவத்தக்கதாகவு மிருத்தல்வேண்டும். கருப்பவதிகள் இலவம்பஞ்சினுல் தைத்த மெத்தை முதலியவைகளில் சய

னித்தால் தேகசுகத்திற்கு நன்மையாகும். அவர்களின்படுக்கை, துணி, மெத்தை, தலையணை ஆகியவைகளைத் தினந்தோறும் சூரியவெப்பத்தில் காயவைத்துவரல்வேண்டும். அவர்கள் நன்ருய்க் குளிர்ந்தகாற்று வரத்தக்கதானவிடத்தில் நித்திரைசெய்தால் நன்மையடைவார்கள். மேடுபள்ளமான இடங்களிலும் கரடுமுரடானவிடங்களிலும் ஒழுங்கற்றவிதமாகக் கண்டபடி வுட்காருதல் கூடாது. சமமானவிடத்தில் காலை நீட்டிக்கொண்டு உட்காருவது நன்மையாகும். படுக்கையறையில் இரவில் சயனிக்கும்போது கிரோசின் எண்ணெய் விளக்கு வைத்தல் நன்மையன்று. காரணம்: அவ்வறையிலுள்ள பிராணவாயுவைக் கிரகித்துக்கொண்டு அசுத்த வாயுவை யுண்டாக்கும். சீதகாலத்தும் மாரிகாலத்தும் அறையில் நெருப்புச்சட்டி வைத்திருந்தால் குளிர்ச்சியைப்போக்கித் தேகசுபாவத்திற்கேற்ற காற்றுலாவும்படிச் செய்யும்.

கருப்பவதிகளின் தேகாப்பியாசம்.

கருப்பவதிகள் கருப்பத்தையே காரணமாகவைத்துக்கொண்டு வீட்டு வேலைகளைச் செய்யாமலிருத்தல்கூடாது. சுகமும் பலமுமுள்ள சந்ததிகளைப் பெறுதற்கும் சுகப்பிரசவத்திற்கும் பிரதான மார்க்கம் தேகப்பிரயாசையேயாம். கருப்பவதிகள் தகுந்த தேகாப்பியாசஞ் செய்துகொண்டு வருதல் வேண்டும். பாடுபட் டுழைத்துக் கூலிகொண்டுண்ணும் பெண்களும், நாட்டுப்புறத்துப் பெண்களும், வேடர் வில்லியர் முதலியவரின் ஸ்திரீகளும் வெகு சுகமாகவும் சீக்கிரமாகவும் பிரசவித்துத் திடகாத்திரராயிருப்பது உல

கறிந்த விஷயம். அவர்களுக்குப் பிரசவமென்றால் களை பறிப்பதுபோலிருக்கும். அவர்கள் பிரசவித்த மறுநாளே களைபறித்தல் பயிரறுத்தல் முதலிய வேலைகளைச் செய்வார்கள். தனவந்தர் வீட்டுப் பெண்களுக்குப் பிரசவம் புனர் ஜனனமாயிருப்பதால் கருப்பவதிகள் அதிக கஷ்டமான வேலைகளைச் செய்யாமல் மிதமாய்த் தேகப்பயிற்சி செய்து கொண்டு பரிசுத்த வாயுவை யனுபவித்துக்கொண்டிருத்தல் நலம். அவ்விதஞ் செய்யாமல் அவர்கள் சோம்பேறிகளாய் உட்கார்ந்தபடியும் உண்டபடியும் உறங்கினபடியுமாயிருந்தால் அவர்கள் பலவீனத்தை யடைவதுமன்றிப் பிறக்கும் பிள்ளைகளுக்கும் பிணியுண்டாகும். இதுவுமன்றி அவர்கள் படும் பிரசவ வேதனையோ சொல்லிமுடியாது. அவர்கள் கஷ்டப்பிரசவத்தை யனுபவிப்பார்களேயன்றிச் சுகப்பிரசவத்தை யனுபவிக்கார்கள். திருஷ்டாந்தமாக: யாம் சில மாதங்களுக்குமுன் சென்னை இலிங்கசெட்டிவீதியில் வசிக்கும் எமது நண்பரொருவர் வீட்டில் பிரசவ கேஸ் ஒன்று பார்வையிட்டோம். அன்று அவ்வீட்டில் ஒருபெண் பிரசவவேதனைப் பட்டுக்கொண்டிருந்தாள். அப்பாவை பட்ட அவஸ்தை சிருட்டிகர்த்தர் ஒருவருக்கே தெரியவரும். அவ்வீட்டிலுள்ளார் யாவரும் கண்ணீருங் கையுமாயிருந்தார்கள். அதிலொருவரை யாம் அழைத்து, அந்தப் பிள்ளையை ஆஸ்பத்திரிக்குக் கொண்டுபோகலாமே; அவ்விடஞ் சென்றால் அது சுகமாகப் பிரசவிக்குமே என்று பலவாறாக வேண்டினோம். அதற்கவர்க ளிணங்காமல் டாக்டர்களை வரவழைத்துப் பார்த்து, கடைசியில் இரண்டு நாள்வேதனைப்பட்டு மூன்றாம்நாள் கடவுள்கிருபையால் பிர

சவமாயிற்று. இதேபிரகாரம் யாம் 5, 6-கருப்பவதிகளைப் பார்த்தபோது அவர்கள்பிரசவசமயத்தில் மிகுந்தவேதனை யையனுபவித்தார்கள். இக்காரணங்களினால்கருப்பவதிகள் தகுந்த தேகப்பயிற்சி செய்யவேண்டுமென்பது நன்கு விளங்குகின்றது. கருப்பவதிகள் நல்ல வாயுவுண்டாகும் தோட்டம் முதலிய விடங்களில் 1-அல்லது 2-மணிநேரம் உற்சாகமாக உலவி வருவார்களாயின் உத்தம தேகப்பயிற்சியாகும். கருப்பவதிகள் தமது தேகத்திற்கு அதிக ஆயாசத்தை யுண்டாக்கிக்கொள்ளுதல், பள்ளமானவிடத்திலிறங்குதல், உயரமானவிடத்திலேறுதல், பெரும் பாரங்களைத் தூக்குதல், அதிர்ச்சியாகநடத்தல், ஓடல், உடம்பை வளைத்தல், மேலெழும்புதல் ஏதேனுமொன்றை யெட்டிப்பிடித்தல், ஆடல், கும்மியடித்தல், கைகால் முதலிய அவயவங்களை உயரத்தூக்குதல், அண்ணாந்து பார்த்தல், சம்போகஞ்செய்தல் முதலிய துஷ்டகாரியங்களை ஒருபோதும் செய்யக்கூடாது. அப்படிச்செய்யின் கருவீழ்ச்சி, அகாலப்பிரசவம், இரத்தப்பிரவாகம் முதலிய மரணவியாதிகள் தாய்க்கும் கருப்பத்திலுள்ள சிசுவிற்கும் நேரிடுமென்பதைக் கருப்பவதிகள் அவசியம் அறிந்திருத்தல்வேண்டும்.

கருப்பவதிகளின் ஸ்நானம்.

கருப்பவதிகள் பிரதிதினமும் காலை 10-அல்லது 12-மணிக்குள்ளாகக் குளிர்ந்த ஜலத்தில் ஸ்நானஞ்செய்துவரல்வேண்டும். மிகச்சூடான அல்லது குளிர்ச்சியான நீரில் ஒருபோதும் குளித்தல்கூடா. மிகவும் குளிர்ந்த ஜலத்தில் ஸ்நானஞ்செய்தால் தேகஞ் சிலிர்த்துத் தோல்

சுருங்கி உதிரம் உட்பக்கத்தில் பாய்ந்தோட உள்ளிருக்கும் உதிரமும் அதேவிதமாய்த் தோல்பக்கம் ஓடிவருவதால் தேகத்திற்கு ஆரோக்கியமும் மூளைக்குப் பலமுமுண்டாகும். ஆனால், பலவீனர் சற்று வெதுவெதுப்பான வெந்நீரில் ஸ்நானஞ் செய்தல்வேண்டும். கருப்பவதிகள் அதிக நேரம் நீரிற்றங்கி ஸ்நானஞ்செய்தால் ஜலதோஷம், சுரம், குரற்கம்மல் ஆகிய நோய்களுண்டாகும். அவர்கள் 5-நிமிஷத்திற்குள் ஸ்நானஞ்செய்வதே உத்தமமானது. குளித்தவுடன் சுத்தமான துவாலையினால் தேகத்தில் அனலுண்டாகும்படித் துடைத்துத் தேய்த்தல் வேண்டும். கருப்பவதிகள் தமக்கு நோய்கண்டிருக்கும்போதும் சாப்பிட்டவுடனேயும் இளைப்பாயிருக்கும்போதும் ஸ்நானஞ்செய்தல் கூடாது. ஓர் மரத்தொட்டியில் இளவெந்நீரை ஆறு அங்குல உயரம்விட்டு அதில் பிரதிதினமும் 5 - நிமிஷம் ஆசன ஸ்நானஞ்செய்துவந்தால் கருப்பவதிகளுக்கு நன்மையாக்குமென்று கண்டிருக்கிறது.

கருப்பவதிகளின் சந்தோஷம்.

கருப்பவதிகள் பேறுகால பரியந்தம் உல்லாசத்தோடும் நின்மல மனதோடும் காலங்கழித்தல்வேண்டும். அவர்களுக்கு எவ்வகைப்பட்ட விசனமாவது வியாகுலமாவது மனதிலிருத்தல் கூடாது. அப்படியவர்கள் அச்சம் பயம் விசனம் ஆகியவற்றை மனதிற்கொண்டிருந்தால் உடனே வியாதி சம்பவித்துத் தாய்க்கும் பிள்ளைக்கும் அபாயமுண்டாகும். இரண்டொருபெண்களுக்குப் பிரசவமரணம் நேரிடுவதைக் கருப்பவதிகள் கேட்டுப் பயப்படுவதால் அபாய

முண்டாவது நிச்சயம். இவ்வச்சமே ஒட்டுவாரொட்டிவியாதிகளைப்போல் தேயமெங்கும் பரவி, கருப்பவதிகளைக் காலனுலகஞ் சேர்க்கின்றது. தேகாரோக்கியத்தைக் கோரும் கருப்பவதிகட்குச் சுகப்பிரசவம் கட்டாயம் கிடைக்குமாதலால், அவர்கள் துர்விஷயத்தைக்குறித்து எட்டுணையுங் கவனிக்காமல் தைரியத்தோடும் சந்தோஷத்தோடுங் கூடியிருக்கவேண்டும். கருப்பவதிகளிடம் பயத்தைக்குறித்துப் பேசும் பெண்களை வீட்டிலுள்ளார் உடனே கண்டித்து நீக்கிவிடுவதுமன்றித் தாங்களும் அவ்வித விஷயத்தைக் குறித்துப் பேசாதிருத்தல் வேண்டும். ஒட்டுவாரொட்டி முதலிய நோய்களிருக்குங் கிரகத்திலிருந்து பார்க்கவரும் மனிதரையும் அவளிட மனுப்பக்கூடாது.

கருப்பவதிகளின் பேச்சு.

கருப்பவதிகள் எந்தச்சமயத்தும் தீர்க்கமாகவும் ஒழுங்காகவும் பேசல்வேண்டும். அவளெப்படித் தயை தாக்ஷண்யம் பொறுமையோடு பேசுகிறாளோ அப்படியே அவள் பெறும் பிள்ளையும் பேசும். தாய்தந்தையரின் குணகுணம் சாயல் ஆகியவற்றைக் கருவிலிருக்கும் சிசு கிரகிப்பதால் அவர்கள் வஞ்சம் பொறாமை கோபம் உரத்துப்பேசல் ஆகியவைகளை யனுசரித்தல் கூடாது. அவர்கள் கடவுளிடத்து விசுவாசத்தோடும் பெரியோரிடத்து வணக்கத்தோடும் பயபக்தியோடும் நடந்துகொள்வார்களாயின் பிள்ளையும் அவ்வித ஒழுக்கங்களை யனுசரிக்கு மென்பதிற் சந்தேகமின்று. திருஷ்டாந்தமாக: யாம் சிலநாளைக்கு முன் ஒரு கருப்ப ஸ்திரீயைப் பார்த்தோம். அவள் எப்போதும்

கோபத்தோடும் உதாசினத்தோடும் உரத்த சத்தத்தோடும் பேசுகிறது வழக்கம். கடைசியில் அவள் பிரசவித்தாள். அவ்வாறு பெற்றபிள்ளை சிலவருடம் சென்றபின் (அதாவது 10-வயது வந்தபோது) தாய் எந்தவிதமாகப் பேசினளோ அதேவிதமாய்ப் பேசினது. அங்குள்ள சிலர் அப்பிள்ளையை நோக்கி, ''தாய்க்குள்ள குணமே பிள்ளைக்கும் பொருந்தியது'' என்றூர்கள். ஆகையால், நல்ல சந்ததிகளைப் பெறக்கோரும் கருப்பவதிகள் மிருதுவாகவும் பரிசுத்தமாகவும் ஒழுங்கோடும் பேசல்வேண்டும்.

கருப்பவதிகளின் மன ஆறுதல்.

கருப்போற்பத்தியான பிற்பாடு தாயின் இரத்தத்தினின்று புஷ்டிபெற்றுப் பிண்டம் வளருவதால் அவளது தேகநிலைமையையடுத்தும் மனோநிலைமையையடுத்தும் பிள்ளையின் லக்ஷணம் பேதித்திருக்கும். ஆதலால், கருப்பவதிகள் நின்மல இருதயமுள்ளவர்களாய்ச் சந்தோஷத்துடன் கூடி, விசாரம் கோபம் பகை ஆகியவைகளை மனதில் புகவிடாமல் எப்போதும் ஆரோக்கியத்தைக் கவனித்து மன ஆறுதலாகவே யிருத்தல் வேண்டும். அவர்களுக்கு ஏதேனும் துக்கமாவது பயமாவது பெரிய கஷ்டமாவது வியாகுலமாவது நேரிடும்பட்சத்தில் பலவீனம் மந்தபுத்தி ஆகியவை பொருந்திய பிள்ளைகள் பிறக்கும். வீட்டார் கருப்பவதிகளை வருத்தப்படுத்தாமலும் மனக்கலக்கமடையச்செய்யாமலும் அவர்கள்மீது அத்தியந்த தயையோடு பட்சம் வைத்திருக்க வேண்டும். குடும்பத்தில் நடக்கும் குழப்பங்களே கருப்பவதிகளின் மனதைக் கெடுத்துவிடுமாதலால்,

அவ்விதகுழப்ப மில்லாதபடி அவர்களைத் தயையோடும் மன சந்தோஷத்தோடும் நடத்திவருவது வீட்டாரின் கடமையென்றாலும், அவள் புருஷனே இவ்விஷயத்தில் மிகுந்த கவனம் செலுத்தவேண்டும். கருப்பத்தினுள் பிண்டம் வளர்ந்துவருங் காலத்தில் தாயினுடைய மனம் குருவின் மீதாவது பந்து மித்திரர்கள்மீதாவது அண்டையயலிலுள்ள எவர்களின்மீதாவது அடிக்கடி செலுத்தப்படுமாயின், அப்படிப்பட்டவர்களுடைய லக்ஷணங்கள் கருவிலுள்ள சிசுவிற்கு உண்டாகுமென்று கண்டிருப்பதால், கருப்பவதிகள் மனம் வருத்தப்பட்டு இதர புருஷர்கள்மீது மனதைச் செலுத்தி, அவரைக் கலியாணஞ் செய்துகொள்ளாமற் போனேமல்லவா என்று கவலைப்படுவார்களாயின் அப்படி நினைக்கப்பட்ட புருஷன் வடிவு சிசுவிற்கு உண்டாகுமென்பதிற் சந்தேகமின்று. இவ்வாறே ஒருபெண் தீட்டு நீங்கி ஸ்நானஞ்செய்து தன்கணவனைக் காணாமல் அயலிலிருந்த ஒரு வாலிபன் முகத்தைக் கண்டதால் அவன் வடிவியற்கைகளை யொத்தே ஒருபுத்திரன் பிறந்ததாக அடியில்வருங் கதையால் விளங்குகின்றது.

முற்காலத்தில் வயதுசென்ற கிழவனொருவன் கலியாணஞ் செய்துகொண்டான். ஆனால் அவனுக்குத் தாது நஷ்டப்பட்டு வீரியவிர்த்தி யில்லையெனப் பரிட்சையினால் தெரிய வந்தது. பிறகு அவனுக்கு மீன்லேகியஞ் செய்து கொடுக்கப்பட்டு சாப்பிட்டவுடன் அதிக விந்து ஊறிப்போக சக்தியுண்டாய்விட்டது. பின்னர் அவன் பெண்சாதியும் கருப்பவதியாகி வழக்கப்படி பத்தாமாதம் ஆண்குழந்தை யொன்றைப் பெற்றாள். அக்குழந்தை அயல்வீட்டிலிருந்த வாலிப

னைப்போல ரூபமுள்ளதா யிருந்தது. நான்கு வயதான பின் அப்பிள்ளை வெளியில்வந்து விளையாடவும் அயல் வீட்டிற்கு வரவுந் தலைப்பட்டது. அயல் வீட்டானுகிய அந்த வாலிபன் அக்குழந்தையைப் பறித்துக்கொள்ள உத்தேசித்து, அப்பிள்ளைக்குப் பலவித தின்பண்ட முதலியவைகளைக் கொடுத்துத் தன்னை விரும்பும்படி செய்துகொண்டு அந்தப்பிள்ளை தன்னுடையதென வழக்கிட, நியாயாதிபதியும்: புருஷன் பெண்சாதி யிருவரும் வாலிபரா யிருக்கிறபடியாலும், அப்பிள்ளையும் அவ்வாலிபனும் ரூபத்தில் ஒத்திருக்கின்றபடியாலும், அந்தப் பிள்ளையும் அவர்களிடத்திலேயே அதிக பிரியமா யிருக்கிறபடியாலும், பிள்ளையைப் பெற்றவன் கிழவனுயிருக்கிறதுடன் அவன் தாதுநஷ்ட மடைந்திருந்தானென்று தெரியவந்தபடியாலும், தன் பிள்ளையெனச் சொல்லுவதொழிய வேறு தகுந்த சாக்ஷி இல்லாததாலும் அந்த வாலிபனுடைய பிள்ளையென்றே தீர்மானித்தார். ஆனுல், அந்தக் கிழவன் முன் தனக்குப் போகசக்தி யில்லாதிருந்தது உண்மையென்றும், பின்பு மீன்லேகியத்தைச் சாப்பிட்டுச் சவுக்கியமடைந்தது உண்மையென்றும் மிகவும் பரிதாபமாய்ச் சொன்னுன். அப்பால் அவன் பெண்சாதியை விசாரித்தபோது அவள் தான் தீட்டு நீங்கி ஸ்நானஞ்செய்து மீளும்போது முதலில் தன்கண்ணுக்கு அயலான் எதிர்ப்பட்டதுமாத்திரமுண்டு; அவனை நான் பார்த்தேன்; அதுவன்றி வேறுயாதும் அறியேன் என்று சொன்னுள். இதைக்கேட்ட நியாயாதிபதி: சாஸ்திரப் பழக்கமுள்ளவ ராகையால், அந்தச் சிறுவனை விரைவாய் ஓடச்செய்து அவன் வியர்வையைமுகர, அது

மீன்நாற்றமா யிருந்தபடியால் கிழவன் சொந்தப்பிள்ளை யென்றே தீர்மானித்தார். ஆதலால், கருப்பவதிகள் எப்போதும் மன ஆறுதலோடு இருத்தல்வேண்டும்.

கருப்பவதிகளின் பயம்.

கருப்ப ஸ்திரீகள் வியசனம் அச்சம் பயம் ஆகியவற்றை மனதில் வைத்திருத்தல் கூடாது. இவ்வித எண்ணங்கள் அவர்களின் மனதில் வேரூன்றி நிலைத்துவிடின் மறுபடியும் அதனை நிவர்த்தித்தல் முடியாது. எப்போதும் அவ்வெண்ணங்களே யவளைப் பாதித்துக்கொண்டிருக்கும். இதனால் அவளுக்கு அபாயம் நேரிடுவதுமன்றிக் கருப்பத்திலுள்ள சிசுவும் கோழையாகவும் விகாரமாகவும் பிறக்கும். திருஷ்டாந்தமாக:— மூன்றுமாதக் கருப்பவதியாயிருந்த ஒருபெண்: ஒருகையும் காலும் ஊனமாகவிருந்த மற்றொருபிள்ளையைப் பார்த்து, எனக்குப் பிறக்கும் பிள்ளையும் இப்படியாய்விட்டால் என்னசெய்வேன் என்ற ஏக்கமே அவள் மனதில் குடிகொண்டதால், 10-மாதஞ்சென்று பெற்ற பிள்ளைக்கும் அப்படியே அவயவக் குறைவுகள் காணப்பட்டன. சுமார் 35-வருடங்கட்கு முன் இந்தியாவை அரசாண்டிருந்த ஆக்பர் சக்ரவர்த்தியின் அரசாக்ஷியில் கருப்பவதியாயிருந்த ஒரு ஸ்திரீ தன் நாயகன் யுத்தத்தில் வெட்டுப்பட் டிறந்ததாகக் கேள்விப்பட்டு, அவன் இன்ன வுறுப்பில் வெட்டுப்பட் டிறந்தானேயென்று பிரசவகாலம்வரையில் ஏக்கமுற்றிருந்ததனால், பின்பு அவளுக்குப்பிறந்த குழந்தைக்கும் அவ்வுறுப்பிலேயே வெட்டுப்பட்ட குறிகளிருந்தனவாம். ஒரு ஸ்திரீக்குப் பிறந்த 12-

பிள்ளைகளில் 11-பிள்ளைகள் சவுக்கிய முள்ளவர்களாயும் நல்ல புத்திமான்களாயும் பிறந்தார்கள். 12-ம் பிள்ளையா னது நலிவுடையதாயும் கரடியின் சுபாவகுண முள்ளதா யும் இருந்தது. இதன் காரணத்தை நிச்சயித்தபோது தெரியவந்ததாவது: 12-ம் குழந்தை யுண்டாயிருந்த போது மூன்றுமாதத்தில் அவள் ஓர் கரடிக் குட்டியினல் பயமுறுத்தப்பட்டு அப்பயமே அவள் மனதில் குடிகொண் டிருந்ததென்பதே. ஆதலால், பூதேடாட்ஸ் துரை சொல்லு கிறார்: "ஒரு ஸ்திரீயானவள் கருப்பவதியான ஆரம்பமுதல் சிசு ஜனனமாகிறவரையில் தன்னுடைய இருதயத்தை அலையவிடாமல் சமாதானமாய் வைத்திருக்கவேண்டும். கெட்ட எண்ணங்களுக்கு இடங்கொடாது பரிசுத்தமான எண்ணமுள்ளவளா யிருக்கவேண்டும். இப்படிச் செய்வத ஞல், அழகு நல்லரூபம் நற்செய்கை பலம் நன்னடையுள்ள குழந்தையே பிறக்கும் என எனக்கு நிச்சயப்படுகிறது" என்பதே. இக்கருத்தை யனுசரித்தே நம் பண்டிதர்களி ஞல் சொல்லப்பட் டிருக்கிறதாவது: கருப்பவதிகளுக்குத் திடீரென ஏதேனும் ஓர் பெரிய பயங்கரம் சந்தோஷம் ஆகி யனஉண்டானல் கருச்சிதைவுறும், அல்லது கருப்பாசயத்தி லுள்ள பிண்டத்திற்கும் அதன் குணம் சாரும் என்பதே. ஆகையால், இதை வாசிக்கும் பெண்மணிகளே! நீங்கள் கருப்பவதிகளா யிருக்குங் காலத்தில் விபரீத எண்ணங் களையும் தோற்றங்களையும் மனதில்வைத்துப் பயமடையா திருங்கள். "மருண்டவன் கண்ணுக்கு இருண்டதெல் லாம் பேய்" என்னும் பழமொழிபோல் பயத்தினலேயே அனேகர் சுகமும் பலமுங்கெட்டு ஆபத்திற் காளாகிவிடுகி

ரூர்கள் என்பது மேற்காட்டிய திருஷ்டாந்தங்களால் நன்கு விளங்குகின்றது. பயத்திற்குக் காரணம் அறியாமையேயாம். அறியாமையே பயமாகும். பயத்தை நீக்கும் ஔஷதம் ஆராய்ச்சியினாலும் அனுபவத்தினாலும் உண்டாகும் அறிவேயாம். இவ்வித சிரேஷ்ட அறிவைக் கொண்டு அந்தகாரமென்னும் பயத்தைத் தொலையுங்கள். ஏ பெண்மணிகளே! நீங்கள் பயந்தெளிந்து தைரியத்தோடிருப்பீர்களாயின், பேறுகாலத்தில் சுகமும் பலமுமுள்ள பிள்ளைகளைப் பெறுவீர்கள்.

கருப்பவதிகளின் தேவவழிபாடு.

கருப்பஸ்திரீகள் அனுசரிக்கவேண்டிய ஒழுக்கங்களுள் இது பிரதானமாகும். அவர்கள் பிரதிதினமும் சிருட்டி கர்த்தாவை நோக்கி வணங்கவேண்டிய லக்ஷணத்தோடு இருகரங்கூப்பி, "சுவாமி! லோகநாயகா! சருவேஸ்வரா! நான் கருப்பமென்னுங் கடலை நீந்திக் கரைசேருதற்கும், எனது கருப்பம் சிதைவுறாதிருப்பதற்கும், எனது கருப்பத்திலுள்ள சிசு நற்குண நற்செய்கைகளுள்ளதாயும், புத்தி கூர்மையுள்ளதாயும், கல்வி செல்வக் களஞ்சியமாயும், சுகமும் பலமுமுள்ளதாயு மிருக்கும்படிக்கும் நின் திருவருள் புரிவாயாக; யான் யாதொரு உபத்திரவ மில்லாமல் பேறுகாலத்தில் சவுக்கியமாகப் பிரசவிக்கும்படி நின் ஆசீர்வசனமுண்டாகுக" என்று விசுவாசத்தோடும் முழுநம்பிக்கையோடும் பிரார்த்திக்கவேண்டும். அப்படியவள் செய்யும் வழிபாடு மிகுந்த இரக்கமுள்ளதாகவும் அன்புள்ளதாகவும், அமரிக்கையுள்ளதாகவு மிருந்தாற் றான் சிருட்டி கர்த்தாவுக்கு அவ்வழிபாடு இரும்பிற் காந்

தம்போற் பாய அவர் கனிந்து அருள்புரிவர். அவள் அப்படி ஜெபிக்கும்போது கெட்ட எண்ணம் கவலை சஞ்சலம் ஆகியவை மனதிலிருத்தல் கூடாது. மேற்கூறிய அன்போடு தனிமையாய் ஜெபித்தால் அவளுக்குப் பலன் கிடைக்கும். கிடைத்துவிட்டதென்னும் உற்சாகம் அவள் மனதில் தாண்டவமாடும். அவள் கோரியபடியே யாதொரு உபத்திரவமில்லாமல் சிருட்டிகர்த்தர் கிருபையால் நல்ல பிள்ளையைப் பெறுவாள். இவ்வாறே பேபர் சக்கரவர்த்தி, தன் மகனாகிய உமாயூன் வியாதியா யிருந்தபோது அவன் சவுக்கியமாகும்படியாகவும் அவனது வியாதி தனக்கு வந்து பிடிக்கவும் ஊக்கத்தோடும் உறுதியோடும் தியானித்து மனதில் திடமாய் விரும்பியபடியினால் அவன் விருப்பத்தின்படியே உமாயூன் சுகமானதாகவும், அவ்வியாதி பேபருக்குத் தோன்றி அவன் மரணமடைந்ததாகவும் நாம் இந்துதேச சரித்திரத்தில் வாசித்திருக்கின்றோமல்லவா? இவ்வித வுறுதியான விசுவாசத்தோடு கேட்டுக்கொள்ளும் எந்த வழிபாடும் கடவுளுக்கு ஏற்குமென்பதிற் றடையில்லை.

இலதோ வுளதோவென்னுமிடையினையுடைய கமலம்! இதுகாறும் கருப்பவதிகள் சுகமும் பலமுமுள்ள பிள்ளைகளைப் பெறவேண்டி யனுசரிக்கத்தக்க ஒழுக்கங்களை மிகத் தெள்ளிதாகவுரைத்தாம். எந்த ஸ்திரீகளும் கருப்பமடைந்தது முதல் கருவானது இளநீர் வழுக்கையின் தன்மையையொத்து வளருகின்றதாகையால் வாதாதிகளினாலும் தகாநடக்கைகளினாலும் ஒருவேளை கரைந்தும் கரையாமலும்

விழுந்துபோவதுமன்றி அவர்களும் அநேகவித அபாயத்துக்குள்ளாவார்கள். ஏனெனில், பிள்ளையுண்டாயிருப்பது ஒன்பதுமாதத்து ஓர்வித நோயாகையால் கருப்பவதிகள் சுகஸ்திதியிலிருந்தபோதிலும் நோயுற்றோரென்றே கருதப் படுவார்கள். ஆதலால், அவர்கள் கருப்பமாயிருக்குங் கால மெல்லாம் அதிக சாக்கிரதையோடும் மிக ஒழுங்கோடும் காக்கப்படவேண்டும். அப்படிக் காக்கப்படுவது மல்லாமல், அப்போதைக்கப்போது தன் தேகத்தில் காணும் சில்லறை வியாதியெல்லா மணுகவொட்டாமல் நிவர்த்திப்பித்துக் கொண்டுவரவேண்டும். இவ்விதச் சிறுநோய்கட்கு எந்த ஸ்திரீகளும் புத்தி சூட்சுமமாய்த் தாமே சிகிச்சை செய்து கொள்ளலாம். ஆனால், சில சமயங்களில் ஏதேனும் சில வியாதிகளுக்குத் தாமே தைரியமாய்ச் சிகிச்சை செய்து கொள்ளக்கூடாமல் மனம் கலவரப்படுமாயின், உடனே ஒரு தேர்ந்தவைத்தியரை அழைத்துக்காட்டவேண்டும். வைத்தியர் சொல்லும் புத்திமதிகளையும் பருவபரிகாரங்களையும் கருப்பவதிகள் ஒழுங்கோடும் ஜாக்கிரதையோடும் கேட்டுக் கொள்ளவேண்டும். ஒன்றுந்தெரியாத அம்பட்ட மருத்துவச்சி, படியாத பாமரவைத்தியர் ஆகியவரிடத்திற் காண்பித்து உபாதி யுண்டாக்கிக்கொள்ளாதிருத்தல்வேண்டும். அந்தந்த மாதத்தி லவர்கட்குக் காணும் வியாதிகளையும் சிகிச்சைகளையும் ஈண்டுக் கூறுதல் சமய சஞ்சீவியாயிருக்குமென்று விளங்குகிறது. கருப்பிணிகளுக்குக் காணுகிற வியாதிகள் அனந்தம். அவற்றுள் மிகவும் முக்கியமானவைகளாவன: காலை வாந்தி, பசிமந்தம், ஸ்தனமெரிவு, இருமல், மார்புதுடித்தல், மார்பு அதிரல், நெஞ்செரிவு,

மூர்ச்சை, நித்திராபங்கம், இடுப்புரோய், மலபந்தம், மூல ரோகம், கால்வீக்கம், கால்வாதம், மூத்திரக்கிரிச்சரம், தலைவலி, பேதி, உமிழ்நீர்ப் பெருக்கு, பெண் மர்மஸ்தான நமைச்சல், வெள்ளைவீழ்தல், ஜலதோஷம், சுரம், வயிற் றில் வாயுவுண்டாயிருத்தல், குரண்டவாதம், மயக்கம், பல்வலி, மகோதரம், வியசனம், மஞ்சட்காமாலை, மேல் மூச்சு, கருச்சிதைவு ஆகியவைகளாம்.

கருப்பவதிகளின் வாந்தி.

கருப்பவதிகளுக்குண்டாகும் வாந்தியானது பிரதான மாயவர்களின் சாப்பாட்டின் கிரமத்தைக் காண்பிப்பதே யொழிய வேறன்று. அவர்களின் உணவு அதிகமாகித் தேகத்திற்கும் கருப்பையிலுள்ள பிண்டத்திற்கும் அபா யம் உண்டாகாவண்ணம் உலகரட்சகர் இவ்வித வாந்தி யென்னும் ரோகத்தை உண்டாக்கியிருக்கின்றார். குமட்ட லும் வாந்தியும் ஸ்திரீகளுக்குக் காலையில் படுக்கையைவிட்டு எழுந்தவுடனே காணுவது வழக்கம். இதனாலேயே இதற் குக் காலைநோயென்றும் காலைவாந்தியென்றும் பெயரிட் டிருக்கிறார்கள். என்கினும் இதிலொரு விசேஷமுண்டு. என்னவெனில், நல்ல பலமுள்ள ஸ்திரீகள் இவ்வாந்தியில் சமைக்காத கோழிமுட்டையின் வெண்கருவிற்கு நிகரான மியூகஸ் என்று சொல்லப்பட்ட சளிபோன்ற ஒரு திரவ த்தை மாத்திரம் வாந்திசெய்வார்களேயொழிய, இரைப் பையிற் றங்கியிருக்கும் ஆகாரத்தை யெப்பொழுதும் வெளிப்படுத்துவதில்லை. சிலர், இரைப்பையிற் றங்கியிருக் கும் ஆகாரத்தையும் வாந்தி செய்வார்கள். இவ்வாந்தி

கருப்ப ஸ்திரீகளுக்கு, கருத்தரித்த நாலைந்து வாரங்களிற் காணப்பட்டு, இரண்டாமாத முதற்கொண்டு மூன்றுமாதம் வரையிலிருப்பது வழக்கம். சில ஸ்திரீகள் பிரசவிக்கிற வரையிலும் வார்திரோயினால் பலவீனப்பட்டு அபாயமான நிலைமையிலிருப்பார்கள். அப்படிப்பட்டவர்களுக்குத் தகுந்த மருந்துகொடுத்தல் வேண்டும். சிலர் விசேஷ வாந்தியினால் இரத்தங் கக்குவார்கள். சிலருக்கு வாந்தியினாலேயே திகிலடைந்து பலவீனப்பட்டுக் கருவானது கரைந்துவிடுவது முண்டு.

சிகிச்சை.

இதற்கு ஆகாரத்தைக் கிரமப்படுத்த வேண்டும், நல்ல உல்லாசமான காற்றில் உலாவி வரவேண்டும். இது காலையில் காணுவதால் படுக்கையிலிருந்தபடியே காலை போஜனம் உட்கொள்ளவேண்டும். கோழிக்குஞ்சு சூப்பை வடிகட்டி அதிற்கொஞ்சம் உப்பிட்டுச் சிறிது சிறிதாகக் குடித்துக்கொண்டு வரவேண்டும். ஒரு தேக்கரண்டி சுண்ணும்புத் தெளிநீரில் காய்ச்சிய பசுவின் பாலைக் கலந்து சாப்பிட்டுக்கொண்டு வந்தால் வாந்தி சமனமாகும். பட்சிகளுக்குக் நல்வயிறு ஒன்றுண்டு. அந்தக் கற்களாலேயே பட்சிகளின் உணவு ஜீரணமாகிறது. அத்தன்மையான பையிலிருந்து எடுத்த சத்து ஒன்றுண்டு. அதற்கு இங்குலுவின் என்று பெயர். போஜனம் செய்தவுடன் இங்குலுவின் ஔஷதத்தை 5-நெல்பிரமாணம் கொடுத்தால் வாந்தி நின்று ஆகாரம் ஜீரணிக்கும். இதை இரண்டு அல்லது மூன்றுவாரம் சாப்பிட்டு வரல்வேண்டும். இதினால் நிற்காவிடில் 'ஆகஸ்லேட்டு ஆப்ஸியம் ஒரு நெல்பிரமா

ணம் குளிகையாக்கித் தினத்திற்கு மூன்றுதரம் கொடுக்க வேண்டும். வாந்தி யதிகமாயிருந்தால் கட்டிலின்மேல் நெடு நேரம் படுத்திருந்து சிரமபரிகாரம் செய்துகொள்ளவேண்டும். அதிகாலையில் படுக்கையிலிருந் தெழுந்தவுடன் ஒரு கிளாஸ் குளிர்ந்த தண்ணீரில் கொஞ்சம் சோடா சேர்த்துக் குடித்தால் வாந்தி சமனப்படும். ஒரு இஞ்சித் துண்டில் கொஞ்சம் கறியுப்பைப் பொதிந்து சுட்டுத் தேனிற் குழப்பிச் சாப்பிட்டால் வாந்தியிராது. எல்லாச் சிகிச்சைக் குட்பட்டும் வாந்தி அடங்காமல் யதிகமிருக்கின் தகுந்த வைத்தியரை யழைத்துக் காட்டவேண்டும்.

கருப்பவதிகளின் பசிமந்தம்.

சில கருப்பவதிகளுக்கு வாந்தியாவதனுல் ஆகாரத்தின்மேல் இச்சையற்றுப் பசிமந்த முண்டாகும். வயிறு கல்லைப்போன்று இறுகியிருக்கும். சிலர் பலவித உணவைத் தின்பதில் ஆசைகொள்வார்கள். சிலர் மண் செங்கல் சாம்பல் ஆகியவற்றைத் தின்று பசிமந்தத்தை யுண்டாக்கிக் கொள்ளுவார்கள். இவை அவர்கள் தேக சுகத்தைக் கெடுத்துவிடுவதால் வீட்டார் ஜாக்கிரதையா யிருக்க வேண்டும்.

சிகிச்சை.

பசிமந்த முண்டாயிருக்கும் காரணத்தை யறிந்து தகுந்த ஔடதங்கொடுத்து அதை நிவர்த்திக்கவேண்டும். அவர்கள் இவ்வாறு கெட்டவஸ்துக்களை யருந்தாதிருக்கும்படி அந்தச் சமயத்தில் சந்தோஷ வார்த்தைகளினுல் அவ்வெண்ணத்தை மாற்றவேண்டும். நல்ல மிளகை வறுத்திடித்துக் கஷாயமிட்டுக் குடிப்பதால் பசிமந்தம் தொலையும்.

கருப்பவதிகளின் ஸ்தன எரிவு.

கருப்பவதிகளுக்குக் கருத்தரித்த இரண்டா மாதம் ஸ்தன எரிவு உபத்திரவம் ஆகியவை உண்டாகும். அக்காலங்களில் அந்தஸ்தானங்கள் நிறைந்து விரிந்துபோவது போன்ற ஓர்வித உணர்ச்சியும் எரிவந்தமும் காணப்படும். சிலவேளை இடது மார்பின்கீழ் நோவுமுண்டாகும். மார்பு பெருத்துவரும். மார்பில் முடிச்சு விழுவதுபோல் தெரியும். ஸ்தனக்காம்புக்கு அடியில் ஓர்வித கருநிறந் தோன்றும். ஸ்தனங்களில் பால் வருவதுமுண்டு. வாயில் விசேஷமாய் ஜலமூறும். சீக்கிரம் ஜீரணிக்கக்கூடாத முள்ளங்கி, பச்சை வெங்காயம், இரு, கருணைக்கிழங்கு ஆகிய வஸ்துக்களைப் புசித்த ஒன்றிரண்டுமணி நேரத்திற்குள் வயிற்றுநோயும் புளியேப்பமும் வாயில் நீரூறுதலு முண்டாகும். கருப்பஸ்திரீகளுக்கு வயிறு பெருத்திருப்பது இந்த மாதத்திற்றான் நன்றாய்த் தெரியும். ஸ்தனங்களிலிருந்து கலங்களாகிய பாலுண்டாகும்.

சிகிச்சை.

நோய் பிரபலமாயிருந்தால் மலச்சிக்கலை நீக்கிவிட வேண்டும். வயிற்றுவலி விசேஷமா யிருந்தால் கால்பலம் பிராந்தியாவது 15-துளி குளோரடைனாவது ஒருபலம் ஜலத்தில் கலந்து கொடுக்கவேண்டும். குணமாகாவிடில் லாவண்டர் திராவகம், பரிமளகிரந்தி திராவகம், ஏலத்திராவகம் இவற்றுள் ஒவ்வொன்றில் 30-துளிவரையில் ஒரு பலம் ஜலத்தில் கலந்து கொடுத்தல்வேண்டும். வயிற்றில் புளிப்புச்சேர்ந்து மார்பெரிவு உண்டாவதால் அக்காலங்க

ளில் புளிப்புப்பதார்த்தங்களை மிதமாய்ச் சேர்க்கவேண்டும் வெள்ளறுகைப் பசுவின்பாலிலரைத்து ஸ்தனங்களிற் பூசவும். ஓடிக்கலோன், ஒலிவ் எண்ணெய் ஆகிய இரண்டையும் சமமாகச்சேர்த்து ஸ்தனங்களிற் பூசிக் கம்பளித்துணியால் கட்டிவைக்கவேண்டும். சுண்ணும்புத் தெளிநீரில் ஒரு துலாமளவு காய்ச்சின ஆழாக்குப் பசுவின்பாலில் விட்டு இருமுறை மும்முறை சாப்பிட்டுக்கொண்டுவந்தால் வியாதி வசப்படும்.

கருப்பவதிகளின் இருமல்.

கருப்பவதிகளுக்கு இருமல் மூன்றுமாதம் ஐந்தாமாதம் அல்லது ஏழாமாதத்தில் உண்டாகும். இந்த இருமலானது புப்புசத்தின் நாளத்தில் இரத்தம்போய்ச் சேரும்போதாவது அல்லது மார்பின் நாளங்களின் இரத்தத்திலிருந்தாவது உண்டாகும். இது ஓர்வித தீக்ஷண்ய ஆவியினுலுண்டாகிறது. ஆவி அதிகரிக்க அதிகரிக்க இருமலும் வெகு தீக்ஷண்யமாயுண்டாகும். இரவும் பகலும் இருமலாலேயே சில கருப்ப ஸ்திரீகள் அவஸ்தைப்படுவார்கள். இருமல் அதிகப்படுவதனுல் கருவிற்கு ஏதேனும் தீங்குண்டாகும். இருமலில் கருப்பவதிகளின் மார்பில் கபமிருக்கிறதா என்று வீட்டார் கவனித்தல் வேண்டும். இருமலோடு சளி அல்லது கோழை வருவதனுல் கபமிருக்கிறதென்று கண்டுகொள்ளலாம்.

சிகிச்சை.

ஆளிவிரை 1-பலம், அதிமதுரம் 1-பலம் இவ்விரண்டையும் ஒறுத்திடித்துக் கஷாயமிட்டுக் குடித்தால் கோழை, சளி, இருமல் ஆகியவை சவுக்கியப்படும். ஒரு

தேக்கரண்டி சாம்பர்லேன்ஸ் அப் கப் ரெமிடி அல்லது, ஜேன்ஸ் எக்ஸ்பெக்றரன்டை ஜலத்தில் கலந்து சாப்பிடலாம். இரத்தத்தைச் சுத்திசெய்யும் மருந்துகளையும் மூளைக்குப் பலங்கொடுக்கும் மருந்துகளையும் உபயோகிக்கவேண்டும். புப்புசத்தில் ஆவி எழாதிருக்கும்படி பார்த்துக்கொள்ளவேண்டும். பாதம் சர்பத், கசகசா சர்பத் ஆகியவைகளை உபயோகித்து வந்தால் இரத்த சுத்தியையும் மூளைக்குப் பலத்தையுங் கொடுத்து இருமலைச் சமனப்படுத்தும். ஆவியைத் தடுக்கும்.

கருப்பவதிகளின் மார்பு துடித்தல்.

ஐந்தா மாதத்தில் பலவீனமான கருப்ப ஸ்திரீகளுக்கு மார்பு துடித்தல் ரோகமுண்டாகும். சிலருக்கு 12-ம் வாரத்திற்கும் 17-ம் வாரத்திற்கும் இடையில் காண்பதுமுண்டு. இதற்குக் காரணம்: பலவீனத்தாலும் பிண்டம் கருப்பையில் அசைய ஆரம்பிப்பதாலுமே. இருதயத்திற்கு நாளத்தின் வழியாய்ச்செல்லும் கெட்ட இரத்தத்தினின்றெழும் ஆவியினாலும் அல்லது கருப்பையிற்றங்கிய இரத்தமானது மேலுக்குச்சென்று அதிகமாய்ப் பரவுதலினாலும் உண்டாகும். இதில் இன்னொரு விசேஷமுண்டு. யாதெனில், எந்த ஸ்திரீகட்குக் காலைவேளையில் வாயில் நீரூறுதல் வாந்தியுமில்லையோ அந்த ஸ்திரீகட்கே மார்பு துடித்த லுண்டாகும்.

சிகிச்சை.

கருப்ப ஸ்திரீகள் ஆடையாபரணங்களை இறுகக் கட்டாமல் தளர்த்திக்கொள்ள வேண்டும். நல்ல சுத்தமான

காற்று வீசுமிடத்தில் உல்லாசமாய் வசிக்கவேண்டும். இருதய பலகாரி மருந்தைக் கொடுத்து இருதயத்தைப் பலப்படுத்தவேண்டும். பலவீனமான கருப்பஸ்திரீகளுக்குப் பிராந்தி, அமோனியா, ஈவாட்சார சம்பந்தமான திராவகம், ஈதர் இவைகளிலொன்றைக் கொடுக்கவேண்டும். டிஜிடலென் குளிகையை மணிக்கு ஒருதடவை மார்பு துடித்தல் நிற்கும்வரையில் கொடுக்கலாம். இதற்கு அயசம்பந்தமான மருந்துகள் மிகவும் உபயோகப்படும்.

கருப்பவதிகளின் மர்மஸ்தானத்தி லுண்டாகும் உபத்திரவம்.

கருப்ப ஸ்திரீகட்கு மர்மஸ்தானத்தில் சிறிய பருப்போன்ற கொப்புளங்களுண்டாகிச் சகிக்கக்கூடாத உபத்திரவ முண்டாகும். இவை தேகவுஷ்ணத்தினு லுண்டாகின்றன.

சிகிச்சை.

சுத்திசெய்த வெண்காரம் இரண்டு குன்றிமணியெடை, அபினிசத்து நான்கு குன்றிமணியெடை, சுத்தமான பன்னீர் அரைப்படி இவற்றை ஒன்றாய்க் கலந்தால் ஓர்வித திராவகமாகும். இந்தத் திராவகத்தில் ஒரு வெள்ளைக் குட்டையை நனைத்து நோயுண்டாயிருக்குமிடத்தின்மேல் போட்டுவரல்வேண்டும். அது உலராதபடி நனைத்து நனைத்துப் போடவேண்டும். அதில் ரணம் ஆருமற்போனால் சுத்திசெய்த ரசகற்பூரமாவது சவ்வீரமாவது அரைவராகனெடை பொடிசெய்து அரைப்பம்ல சீமைச்

சாராயத்திற் கலந்து ஒன்றரைப்பலம் பன்னீரில் அரைப்படி நீர்சேர்த்து முன் சொன்னபிரகாரம் நீரில் நனைத்துப் போட்டுவரவேண்டும். நோயுள்ளவிடத்தில் நல்ல நீர் விட்டுப் பிரதிதினமும் சுத்தஞ்செய்துவரவேண்டும்.

கருப்பவதிகளின் நெஞ்செரிவு.

ஸ்திரீகட்குக் கருப்பம் தரித்ததுமுதல் பிண்டம் வளரும் வரையிலும் நெஞ்செரிவு ரோகமுண்டாகும். இதில் குமட்டலும் நெஞ்சில் கரகரவென்கிற சப்தமுமிருக்கும். சிலருக்கு இவ்விதரோகம் காண்பதேயில்லை.

சிகிச்சை.

இந்த ரோகமுள்ள கருப்பவதிகள் தங்கள் ஆகாரத்தைக் கிரமப்படுத்தவேண்டும். வழக்கமுள்ள ஆகாரத்தைக் குறைத்து முன்னிலும் குறைந்த அளவாகச் சாப்பிடவேண்டும். எந்த ஸ்திரீகளுக்கு இவ்வித ரோகம் காண்கிறதோ அவர்கள் அதிகம் சாப்பிடுகிறார்களென்று தெரிகிறது. பெருந்திண்டியினாலேயே ரோகம் அதிகப்படுகின்றது. அதிகாலையில் நெஞ்செரிவு உண்டாயின் அதற்கு முந்தினநாள் புசித்த ஆகாரத்தை நிறுத்தி வேறு உபயோகித்துவரவேண்டும். இடையிடையே குளிர்ந்த ஜலத்தைப் பானஞ் செய்துவந்தால் ரோகம் தலைகாட்டாது. நெஞ்செரிவு அதிக மிருக்கின் ஒரு தேக்கரண்டி கால் செயின்ட் மெக்னீசியா அல்லது அரைத்தேக்கரண்டி கார்பொனேட் சோடாவை ஒரு ஒயின்கிளாஸ் சுடுதண்ணீரில் கலந்து சாப்பிட்டால் நன்மைசெய்யும். மலச்சிக்கலிருந்தால்

கால்பலம் செயிட்லிட்ஸ் உப்பை 4-பலம் ஜலத்தில் கலந்து சாப்பிட்டால் இரண்டொருதடவை விரோசனமாகும்.

கருப்பவதிகளின் மூர்ச்சை.

பலமும் தேகாப்பியாசமு மில்லாத சோம்பேறிப்பெண் களுக்குக் கருத்தரித்த ஐந்தாமாதத்தில் மூர்ச்சை அதாவது மயக்கமுண்டாகும். காதுகளில் ரீம்என்கிற சப்த முண்டாகிக் கண் மயக்கமுற்று முழங்கால்கள் தளர்ந்து மூர்ச்சைரோக முண்டாகும். மூர்ச்சைவந்து நின்றிருக்குங் காலத்தில் கால் கைகள் ஜில்லிட்டுப்போம். நினைவு தப்பி யொன்றுந் தெரியாது. ஆனால், மார்புநோயும் உதிரப்பெருக்கு மில்லாத ஸ்திரீகட்கு மூர்ச்சைரோகம் கண்டால் அபாய மில்லை. மற்றவர்கட்கு அபாயமுண்டாகும்.

சிகிச்சை.

மூர்ச்சைரோகமுண்டான கருப்பவதியை ஒரு தனித்த அறையில் தலை கொஞ்ச முயர்வாகப் படுக்கவைத்து முகத்தில் குளிர்ந்த ஜலத்தைத் தெளித்தல் வேண்டும். நல்லகாற்று அவர்கட்குவீசும்படி யுபாயம்செய்யவேண்டும். மூர்ச்சையடைந்த ஸ்திரீயைச் சூழ்ந்துகொண்டு பந்துக் களும் சிநேகிதர்களும் மேல்விழுந்து அழப்படாது. தெரியாத வைத்தியனிடம் காண்பித்துக் கலிக்கம், வீரச்சுண்ணம் ஆகியவற்றை உபயோகிக்கச்செய்து கருப்பஸ்திரீக் குப் பிராணசங்கடம் வருவிக்கப்படாது. அந்தநேரத்தில் மருள்கொண்ட பொய்மையான சுவாமி முதலியவை யாடினால் அவள் பயந்து மரணமாவாள். மேலும், அவள் மூர்ச்

சையான சமயத்தில் பயங்கரமான சங்கதி யாதொன்றும் பேசப்படாது. மேற்கூறிய கெட்ட செய்கைகளை யெல்லாம் நிவர்த்தித்து ரோகத்தை நீக்கும்படியான முயற்சி செய்ய வேண்டும். உள்ளங்கால் உஷ்ணமாகும்படி கற்பூரத் தைலத்தையாவது மஞ்சள் பொடியையாவது உறுத்த மாவையாவது கற்பூரத்தோடு கலந்து சூடுண்டாகுமட்டும் தேய்க்கவேண்டும். தைவாளையிலையும் கற்பூரமும் கலந்து தேய்க்கலாம். தைவாளையிலையும் வெள்ளுள்ளியை யுந் தட்டிப் பெருவிரலில் வைத்துக் கட்டலாம். குடிக்கச் சக்தியிருந்தால் கொஞ்சம் பிராந்தியை ஜலத்திற் கலந்து கொடுக்கவேண்டும். மூர்ச்சை தெளிந்தபிறகு ஒரு பேதிக் குக் கொடுத்துத் துர்மலத்தை வெளிப்படுத்தவேண்டும். தேகத்திற்குப் பலமுண்டாகும்படி அயசம்பந்தமான மருந்துகள், மீன் எண்ணெய், நல்லபோஜனம், பால், தயிர், நெய் ஆகியவைகளைக் கொடுத்துக்கொண்டு வரவேண்டும்.

கருப்பவதிகளின் நித்திராபங்கம்.

நித்திராபங்கம்: பலவீனமான ஸ்திரீகளில் சிலருக்குக் கருப்பமுண்டாகுந் துவக்கத்திலும் வேறுசிலருக்குக்கடைசியிலும் உண்டாகும். இது முக்கியமாய் இரத்தத்தினின் றெழுஞ் சூடாகிய ஆவியினால் ஆன்மாக்கள் தொந்தரவு படுவதினா லுண்டாகிறது. சுகமாக ஸ்நானஞ்செய்து, சுத்த ஆகாயமுள்ளவிடத்தில் தேகாப்பியாசஞ் செய்து, சுத்த ஜலத்தைப்பருகி, சுகபோஜனம் புசித்து, குளிர்ந்த காற்றுள்ளவிடத்தில் தூங்கும் ஸ்திரீகளுக்கு இவ்விதரோகங் காண்பது அபூர்வம்.

சிகிச்சை.

மலச்சிக்கிருந்தால் சிற்றாமணக்கு எண்ணெய் அல்லது ஸெட்லிட்ஜ் உப்பைக் கொடுத்து மலத்தை விளக்க வேண்டும். படுக்கைக்குப் போகும்போது தலை கை கால் முதலிய அவயவங்களைச் சுத்த ஜலத்தால் கழுவிச் சூடுண்டாகும்படி தேய்த்தபின் நித்திரைக்குச் செல்லவேண்டும். இரவில் சாப்பாட்டிற்குப் பதிலாக ஒரு கிளாஸ் வெந்நீர் குடித்துவிட்டுப் படுத்துக்கொண்டால் நல்ல நித்திரை யுண்டாகும். நித்திரை யுண்டாகும்படி லேகியம், அபினி ஆகியவைகளைக் கொடுத்தால் அபாயம் நேரிடும். தேயிலை காப்பி ஆகியவைகள் நித்திரையைத் தடுக்கக்கூடியதாகையால் அவற்றை முற்றும் நீக்கவேண்டும். நல்ல நித்திரை யுண்டாகும் வழிகள் யாமியற்றிய குடும்பசாஸ்திரமென்னும் சவுக்கியசாஸ்திரத்தில் கூறப்பட்டிருப்பதால் அவற்றை ஆங்குக் கண்டுணர்க.

கருப்பவதிகளின் இடுப்புநோய்.

கருப்பவதிகட்கு இடுப்பிலும் முள்ளந்தண்டிலும் துடை சந்துகளிலும் நோயுண்டாவதற்குக் காரணம்: கருவானது பெருக்கபெருக்க, நீண்டு வளர்வதேயாம்.

சிகிச்சை.

கருப்பஸ்திரீகளின் கழுத்தில் கச்சையாவது பட்டு வஸ்திரத்தையாவது கொஞ்சமிறுகச் சுற்றிவைப்பதனால் நல்ல குணமுண்டாகும். டர்பன்டைன் தைலத்தையாவது சவுக்காரத் தைலத்தையாவது அவர்களுக்குச் சூடுண்டா

கும்படி தேய்த்துக் கம்பளித்துண்டைச் சுற்றிவைக்க வேண்டும்; அல்லது ஒரு அவுன்ஸ் கற்பூரத்தை ஆறு அவுன்ஸ் இலுப்பெண்ணெயுடன் சேர்த்துக் காய்ச்சி இரண்டையும் ஒன்ருகக் கலந்து தேய்த்து வெந்நீரால் கழுவவேண்டும். நல்ல காற்றுள்ளவிடத்தில் உலாவிவர வேண்டும்.

கருப்பவதிகளின் மலபந்தம்.

கருப்பஸ்திரீகட்கு அடிவயிறு பெருத்துச் சிறுகுடலை நெருக்குவதனுலும், கொழுப்பு சம்பந்தமான உணவுகளை உபயோகித்துவருவதனுலும் மலபந்த முண்டாகும். சில ருக்கு மயக்கம், தலைவலி, மூளைமூலம், வயிற்றுவலி, நெஞ்செரிவு, குலைநோய் ஆகியவைகளாலும் மலபந்தங் காணுவதுண்டு. முக்கியமாய்க் கருப்பையானது மிகவும் கீழிறங்கி ஆசனம் நெருக்கப்பட்டுப் போவதனுலேயே இது உண்டாகிறது. இது ஒரு மருந்தினுலும் நீங்காது. சிசு ஜனனத்திற்குப்பின் தானே நீங்கிவிடும். மேற்கூறிய மல பந்தத்திற்குரிய சிகிச்சையை யடியிற்காண்க.

சிகிச்சை.

கருப்பஸ்திரீகள்: பலகாரம், காப்பி, தேயிலைப்பானம், பணியாரம், மிட்டாய் ஆகியவற்றை அறவே நீக்கவேண்டும். கோதுமை நெய்யை இஷ்டப்படி ஆகாரங்களாகச் செய்து சாப்பிடலாம். திராட்சைப்பழம், பேரீச்சம்பழம், சீமை இலந்தம்பழம் ஆகியவைகளை யதேஷ்டமாகச் சாப்பிடலாம். வேகமில்லாத இலகு விரேசனகாரிகளைச் சாப்பிடலாம். சீமை அதிமதுரச் சூரணத்தை ஒரு தேக்கரண்டி

யளவு ஒரு கிண்ணம் குளிர்ந்த ஜலத்திற்போட்டுக் கரைத்துத் தினந்தோறும் படுத்துக்கொள்ளும்போது சாப்பிட்டு வந்தால் மலம் காலையில் தாராளமா யிறங்கும். பிரதிதினமும் படுக்கும்போது இரண்டு தேக்கரண்டி ஒலிவ் எண்ணெயைக் குடித்துவந்தால் மிகவும் நல்லது. இந்த ஒலிவ் எண்ணெய் சிற்றாமணக்கெண்ணெயைக் காட்டிலும் சிரேஷ்டமானது. ஏனெனில், ஆமணக்கெண்ணெயைப்போல் இது வயிற்றுக் கடுப்பை யுண்டாக்காது. உப்புபேதி மருந்துகளைக் கருப்பஸ்திரீகள் உபயோகிப்பது சிலாக்கியமன்று. இரண்டு தேக்கரண்டியளவு சாண்டியாண்ட்ஸிட்லிட்ஸ் உப்பைப் பிரதிதினமும் காலையில் ஆகாரஞ் சாப்பிடு முன்னமே அரை கிளாஸ் குளிர்ந்த ஜலத்திற் கரைத்துக் குடிக்கலாம். கருப்பகால முழுமையும் இம்மருந்தை விடாமல் சாப்பிட்டுக்கொண்டே வந்தால் மலபந்தம் கிஞ்சிற்றேனு முண்டாகா திருப்பதோடு, இரத்தத்தையும் வெகு சுத்தமாய் வைத்திருக்கும். நிலா ஆவரை, ரோஜாப்பு ஆகியவைகளின் வெந்நீர்க்கஷாயம் சாப்பிட மலபந்தம் நிவர்த்தியாகும். இவ்வுபாயமெல்லாம் பலிக்காவிடின் ஜலத்தில் சவுக்காரத்தைக்கரைத்து அத்துடன் அரை அவுன்ஸ் ஒலிவ் எண்ணெயைக் கலந்து வாரத்தில் இரண்டு அல்லது மூன்று தடவையாவது அவசியமானல் அதிகமாயாவது ஒரு பீச்சாங்குழலினுல் ஆசனத்துவாரத்திற் செலுத்த வேண்டும். இதைக் காலையில் எழுந்தவுடன் முதற்காரியமாய்ச் செய்துவரவேண்டும். கொஞ்சம் பழகினுல் கருப்பஸ்திரீகள் தாமாகவே செய்துகொள்ளக்கூடும். இதற்கு ஹிக்கின்சன் என்பவர் செய்த எனிமாப் பீச்சாங்குழலே

சால ஏற்றது. கருப்பஸ்திரீகள் மலபந்த முண்டாகாதபடி பார்த்துக்கொள்ளவேண்டும். கருப்பஸ்திரீகட்குக் காணும் ரோகங்களெல்லாவற்றிற்கும் மலபந்தமே காரணமாயிருப்பதாலும், பிரசவகாலத்தில் பிள்ளையை வெளிப்படுத்த ஹேதுவில்லாமல் மலம் வந்து அடைத்துக்கொள்வதாலும் இதனைக் கருப்பஸ்திரீகள் மிகு ஜாக்கிரதையாய்ப் பார்த்து நீக்கிவரவேண்டும்.

கருப்பவதிகளின் மூலரோகம்.

கருப்பஸ்திரீகட்கு மூலவியாதி யுண்டாவதற்குக் காரணம் மலபந்தமேயாம். மலபந்தமுள்ள கருப்பவதிகளுக்கே மூலரோக முண்டாகுமென் றறிந்திருத்தல்வேண்டும். பிரதானமாய்க் கருப்பை பெருத்துக் கீழிறங்கிவிடுவதனாலேயே மூலமுண்டாகும். மூலரோகமுள்ள ஸ்திரீகள் மிக்க அவஸ்தைப்படுவார்கள். இரவும் பகலும் வேதனையே பெரிதாயிருக்கும்.

சிகிச்சை.

மூலத்தை யறுத்தெடுப்பதனால் கருப்பவதிகளுக்கு அபாயமுண்டாகும். உஷ்ணமான ஒற்றிடங்கொடுத்தால் குணமாகும். மாசக்காய், அபினி இவ்விரண்டும் சேர்ந்த களிம்பைக் காலையிலும் மாலையிலும் மூலமுளையின்மேல் தடவிவந்தால் மூலரோகம் சவுக்கியப்படும். கந்தக லேகியத்தைப் பிரதிதினம் காலையில் சாப்பிட்டுவந்தால் நோயிராது. சாண்டிபாட்சிட்லிட்ஸ் பொடியையாவது அல்லது காஸ்கேரா ஸாக்ரேடா கலப்புத்திரவத்தையாவது உபயோகித்துவந்தால் மூலவியாதி நீங்கும்.

கருப்பவதிகளின் கால்வீக்கம்.

கருப்ப ஸ்திரீகட்குக் கடைமாதத்தில் கால் வீக்கங் காணும். இதற்குக் காரணம்: பிண்டம் அதிகமாய்க் கிழிறங்கிப்போவதனுல் தேகத்திலிருந்து கீழ்ப்பாகத்திற் குச் செல்லும் இரத்ததாரைகள் நெருக்கப்பட்டு இரத்தம் தாராளமாய்ச் செல்லாமற்போவதேயாம். கால் வீக்கம், கணுக்கால் வீக்கம், கடிதட வீக்கம் அல்லது எரிவக்தம் ஆகியவைகளுண்டாகும். மர்மஸ்தானத்தின் பக்கத்தி லுள்ள மடிப்புகள் வீங்கியிருக்கும். இரவில் படுத்திருந்து காலையில் எழுந்து பார்த்தால் வீக்கம் வாடியிருக்கும். பக லெல்லாம் நின்றுகொண்டிருப்பதால் சாயங்காலத்தில் கால் கள் அதிக வீக்கமாயிருக்கும். அவ்வித ஸ்திரீகளுக்குத் தலைவலியிருக்குமாயின், உடனே அவள் சிறுநீரை ஒரு பாத்திரத்தி லெடுத்துக் காய்ச்சிப் பார்க்கவேண்டும். அதில் வெண்மையுள்ள ஓர்வித உப்புக் காணப்பட்டால், அவ்வித ஸ்திரீகள் பிழைப்பது கஷ்டமென்றறிக.

சிகிச்சை.

மேற்கூறிய ரோகமுள்ள கருப்பஸ்திரீகள் நல்ல மாமிஸபோஜனம் உண்ண வேண்டும். நீரை வரட்டும் பதார்த்தங்களை யுபயோகித்தல் வேண்டும். வீங்கின பாகத்தை வெந்நீர்விட்டுக் கழுவி ஒரு கம்பளித் துண்டி ஞல் இலேசாய்க் கட்டிவைத்தல் வேண்டும். பிரதிதின மும் இரண்டு மூன்று வேளை காலிலிருந்து மேற்புரம்வரை யில் சூடுண்டாகத் தேய்த்துக்கொண்டிருந்தால் சுகுண மாகும். இரவில் நித்திரைசெய்யும்போது கால்களை உயர்

வாய் வைத்துக்கொள்ளவேண்டும். நான்கு மணிக்கு ஒரு தரம் 30-துளி அயத்திராவகத்தை அரைப்பலம் தண்ணீரில் சேர்த்துக் கொடுத்துக்கொண்டுவந்தால் வியாதி வசப்படும். வியாதி யதிகரித்திருந்தால் உடனே தேர்ந்த வைத்தியரை யழைத்துக் காட்டவேண்டும்.

கருப்பவதிகளின் பாண்டுரோகம்.

கருப்ப ஸ்திரீகளுக்குச் சரீரம் வீங்கியிருப்பதுடன் தலை கால் வயிறு முதலிய அவயவங்களிலும் வீக்கங்கண்டிருக்கும். இதுவே மகோதரம் பாண்டுரோகம் என்று சொல்லப்படும். ஆறாவது மாதத்திலேயே பத்துமாத கருப்பவதிகள்போன்று காணப்படுவார்கள். வயிறு அதிக வீக்கமாயிருப்பின் மேல்மூச்சு, மாரடைப்பு ஆகியவை யுண்டாகும்; நித்திரையில்லாமல் அவஸ்தைப்படுவார்கள்; சில சமயங்களில் மூர்ச்சை யுண்டாகும். இவ்வியாதி யுண்டாவதன் காரணம் தேகத்திலுள்ள இரத்தங் கெடுதலேயாம். நித்திராபங்க மிருப்பதுடன் தலைவலி, அஜீரணம், மர்மஸ்தானத்தில் திட்டுதிட்டான சிறிய கொப்புளங்கள் ஆகியவை யுண்டாகும். இவ்வித நிலைமையில் ஸ்திரீகள் பிழைப்பது அபூர்வம். இழுப்புண்டாய்ப் பிரசவிக்காமலே யிறந்துபோவார்கள்.

சிகிச்சை.

இதற்குச் சிகிச்சை செய்வது கஷ்ட சாத்தியம். வயிற்றிலுள்ள நீரை ஆயுதங்களால் வெளிப்படுத்தல் வேண்டும். இல்லாவிடின் பிண்டம் வெளிப்படுவதற்குத்

தக்க காரியம் செய்யவேண்டும். கருப்பவதிகளுக்கு அபாயம் நேரிடுமென்று தோன்றினபிறகே இக்காரியம் செய்ய வேண்டுமே தவிர, மற்ற சமயங்களில் செய்யப்படாது. வியாதியுண்டாயிருப்பவர்கள் கடவுள் கிருபையால் சுகமாய்ப் பிரசவித்தால் பாண்டுரோகம் சவுக்கியப்பட்டுவிடும்.

கருப்பவதிகளின் மூத்திரக்கிரிச்சரம்.

சில கருப்பஸ்திரீகட்குச் சிறுநீர் உணர்ச்சியின்றியே வெளிப்பட்டுக்கொண்டிருக்கும். காரணம்: கருப்பாசயத்தின் சுமை மூத்திரப்பைக்கு மேற்பட்டுப்போதலே. ஒழியாமல் துளித்துளியாய்த் திரவம் வெளிப்பட்டு அணிந்திருக்கும் ஆடைகளை நனைத்துவிடும். இதனால் கருப்பஸ்திரீகளின் மர்மஸ்தானம் தொடை முதலியவைகளில் மேற்குறித்த திரவம்பட்டு ஆங்குள்ள தோலுரிந்து எரிச்சலோடு புண்ணாகிவிடும்.

சிகிச்சை.

இதற்கு நீரைப் பரீட்சித்தல் வேண்டும். நீரில் அதிக சருக்கரையுற்றிருப்பதனால் இவ்வியாதி பிரபலமாகிவிடும். நீர் புளிப்பாயிருந்தால் பத்துக் குன்றிமணியெடை சோடாவை மூன்றுபலம் ஜலத்திற் சேர்த்து ஒருவேளையும் தவறாமல் திரிகாலமும் கொடுக்கவேண்டும். மலச்சிக்கலாயிருந்தால் இலகுவிரேசனங்களால் அதை இளக்கவேண்டும். இந்தவியாதியில் சிலருக்கு இருமலிருக்குமாதலால் தகுதியான மருந்து கொடுத்து இதை நிறுத்தவேண்டும். மர்மஸ்தானத்தில் நீரை யிழுப்பதற்காக ஒரு சிறு துண்டுத் துணியை வைத்திருக்கவேண்டும். தொடை புண்ணாயிருக்

ின் ஆங்கு வெண்ணெயையாவது வாஸிலினையாவது துத்தநாக முலாத்தையாவது ஒரு சிறுதுணியில் தடவிப் பூசிவரல்வேண்டும். இவ்வியாதியுள்ள ஸ்திரீகள் முக்கியமாய் நடக்கப்படாது. படுத்துக்கொண்டேயிருந்தால் கருப்பாசயத்தின்சுமை மூத்திரப்பையின்மேல்ஊன்றுது. தேகங் கொஞ்சந்தேறிவரும்போது அயசம்பந்தமான மருந்து கொடுத்தல்வேண்டும். இவ்வியாதியுள்ளவர்கள் எப்போதும் பத்தியமுள்ள போஜனத்தை உபயோகிக்கவேண்டும். நீரை வரட்டுகிற பதார்த்தங்களை உபயோகித்துவரல் வேண்டும். இனிப்பான உணவுகளை முற்றும் நீக்கவேண்டும். அதிக காரமான உணவுகளை உட்கொள்ளப்படாது.

கருப்பவதிகளின் தலைவலி.

கருப்பஸ்திரீகள் மழையில் நனைவதாலும், வெய்யலில் நடப்பதாலும், மலபந்தத்தை உண்டாக்கிக்கொள்ளுவதாலும், தயிர், சுரைக்காய், கடலை, துவரை, பூசணிக்காய் ஆகிய மந்த பதார்த்தங்களை உபயோகிப்பதாலும், வாயு அதிகரிப்பதாலும், பித்தமதிகரிப்பதாலும், இன்னும் பலவித தகாச் செய்கைகளாலும் தலைவலி யுண்டாகும். காப்பிப்பானம், தேயிலைப்பானம், உருளைக்கிழங்கு, வெண்ணெய் ஆகியவற்றை அதிகமாக உபயோகித்துவருவதாலும்; அஜீரணம், தேகாப்பியாசக்குறைவு, நித்திராபங்கம் ஆகிய இவற்றாலும் தலைவலி யுண்டாகிறதென்பது அநேக டாக்டர்களின் அபிப்பிராயம். சில டாக்டர்கள் : கருப்பை அழுற்சியாலும் தலைவலி யுண்டாகிறதென்று விளம்புகிறார்கள். அவ்வலியின் குறிகளாவன :

உச்சியிலும் பிடரியிலும் எரிவந்தமுண்டாதல், மந்தப்பார்வையுண்டாதல், பிரதிதினமும் மாலையில் வியாதி யதிகரித்துப் படுத்தவுடன் தணிந்துகொண்டேபோதல் முதலியவைகளாம்.

சிகிச்சை.

இந்த வியாதியுள்ள கருப்பஸ்திரீகள் பிரதிதினமும் நல்ல காற்றில் உலாவிவரவேண்டும். காப்பி, தேயிலை, கோகோ முதலிய பானங்களை முற்றும் நிவர்த்திக்கவேண்டும். மலச்சிக்கலிருந்தால் இலகு விரேசனங்களால் துர்மலத்தை வெளிப்படுத்தவேண்டும். வெந்நீரில் லெமன்ஸ் விட்டு தாகத்திற்குச் சாப்பிடுவதால் தலைவலி சமனப்படும். தலையைச்சுற்றிக் கம்பளித் துண்டைக் கட்டிக்கொள்ளுவதால் மிக்க அனுகூல முண்டாகும். மெந்தால் உண்டையை நோவிருக்குமிடங்களில் தேய்த்தாலாவது, மெந்தால் பிளாஸ்திரியைப் பிரயோகித்தாலாவது தலைவலி சுகமாகும். இதிலும் தலைவலி நிற்காத பக்ஷத்தில் பொடாபிலின் கால் குன்றிமணிஎடை, ஹையாசாமிலிருந்து இறக்கின ரசம் இரண்டு குன்றிமணி எடை, தும்மட்டிக்காய் லேகியம் மூன்று குன்றிமணியெடை ஆகியவைகளைச்சேர்த்து மாத்திரை யுருட்டி, இரவில் படுத்துக்கொள்ளும்போது தேகத்திடங்கண்டு 2, 3-மாத்திரைகளை உட்கொண்டால், காலையில் பேதிமூலமாய் வாதபித்தநீர் வெளிப்படும். கருப்ப அமுற்சியினால்வந்த தலைவலிக்குப் பிரதிதினமும் காலையில் வெந்நீரால் ஆசனஸ்நானஞ் செய்துவரல் வேண்டும். இந்த வியாதியுள்ள ஸ்திரீகள் எப்போதும் இலகுபோஜனங்கொள்ளவேண்டும். மொச்சைக்கொட்டை,

கடலை, சுரைக்காய், பூசணிக்காய் ஆகிய வாயுபதார்த்தங்களை நீக்கிவிடவேண்டும். தலையில் கொரே குணமுள்ள மருந்தின் பற்றுக்களைப் போடப்படாது. இதற்காகக் கொஞ்சம் வால்மிளகை நல்லெண்ணெயுடன் கலந்து கொதிக்க வைத்து நாடோறும் கொஞ்சங் கொஞ்சமாய்த் தலையில் பூசிவரக் குணமுண்டாகும். புறங்கழுத்தில் வலியிருக்கின் பிடரியண்டையில் கடுகுப்பற்று இடலாம். ஆனால், இது அதிகநேர மிருக்கப்படாது. எரிச்சலுண்டாகுந் தருணத்தில் கழுவிவிடவேண்டும். சந்தனத்தை முலைப்பாலில் குழப்பி நெற்றியின்மீது பூசினால் நரம்புகளின் உஷ்ணந் தணியும். ஓமத்தை வறுத்து வெள்ளைத்துணியில் முடிந்து முகர்ந்துகொண்டிருந்தால் ஜலதோஷம் தலைவலி ஆகியவை நீங்கும்.

கருப்பவதிகளின் பேதி.

கருப்பஸ்திரீகளின் தகாநடத்தைகளாலேயே பேதியுண்டாகும். அசுத்த ஜலபானம், கெட்ட காற்றைச் சுவாசித்தல், பேருண்டி, மந்தபதார்த்தங்களைப்புசித்தல், வாயுபதார்த்தங்களை உபயோகித்தல், அதியுஷ்ணத்தில் சஞ்சரித்தல், அபக்குவபோஜனஞ்செய்தல், மலச்சிக்கல் ஆகியவைகளே இதற்கு முக்கிய காரணங்களாம்.

சிகிச்சை.

மலச்சிக்கலிருந்தால் விரேசனஞ்செய்து துர்மலத்தை வெளிப்படுத்தவேண்டும். இன்னும் பேருண்டி, அபக்குவபோஜனம், ஜீரணிக்கத்தகாத வஸ்துக்களைப் புசித்தல்

ஆகிய துர்க்கிரியைகளை முற்றும் நீக்கவேண்டும். காலை யில் ஆசனஸ்நாநஞ் செய்துவரல் வேண்டும். ஒரு பலம் வெந்நீரில் பத்துத்துளி குளோரடைன்கலந்து பேதிநிற்கும் வரையில் கொடுத்துக்கொண்டு வரலாம்; அல்லது மாசக் காய்ச் சத்து கால் குன்றிமணி யெடையையும், அபினி அரைக்குன்றிமணி யெடையையும் சேர்த்து மாத்திரை செய்துகொண்டு பேதி நிற்கும்வரையில் கொடுக்கலாம். வயிற்றுவலி யிருந்தால் வறுத்தமணலை ஒற்றிடங்கொடுக்க வேண்டும். சந்தனம், விலாமிச்சம்வேர், தக்கோலம், திப் பிலி, நெய்தற்கிழங்கு இவைகளைச் சமனெடை எடுத்துப் பாலிலரைத்து உட்கொண்டால் பேதி நிற்கும். பத்தியம் எப்போதும் இலகு போஜனங் கொள்ளல்வேண்டும். மந்த பதார்த்தங்களையும் வாயுபதார்த்தங்களையும் முற்றும் நீக்கி விடவேண்டும். பால், முட்டை, கஞ்சி யினங்கள் ஆகிய வற்றை உபயோகித்துவரல்வேண்டும். அவ்வாறு உபயோ கிப்பதில் முதல்முதல் லேசாயுண்டு பிறகு பழையபிரகாரம் அதிகப்படுத்தவேண்டும்.

கருப்பஸ்திரீகளின் உமிழ்நீர்ப்பெருக்கு.

சில ஸ்திரீகட்குக் கருப்பந் தரித்ததுமுதல் பேறுகால பரியந்தம் உமிழ்நீர் அதிகமாய்ச் சுரந்துகொண்டே யிருக் கும். சிலருக்கு நாலைந்து வாரங்கள் வரையிருந்து பிறகு சுகமாகும். சிலர் இவ்வித உபத்திரவமில்லாமலே யிருப்பர். மேற்கூறியபடி கருப்ப ஸ்திரீகளின் உமிழ்நீரானது ஒரு நாளைக்கு ஒருபடி அல்லது அரைபடியாய்த் தேகப்பிரகிரு திக்குத் தக்கபடி சுரப்பதாகக் கணக்கிடலாம்.

சி கி ச் சை.

உமிழ்நீர் சுரப்பதன் காரணத்தைக் கண்டறிந்து சிகிச்சை செய்யவேண்டும். இதற்கு வாலேந்திரபோளபாவன திரவம் என்னும் மருந்தை ஜலத்துடன் கலந்து வாயிலிட்டுச் சற்றுநேரத்திற்குப் பிறகு கொப்பளிக்கவேண்டும். இவ்விதம் தினப்படி நாலைந்து தடவை கொப்பளித்துவரின் உமிழ்நீர்ச் சுரப்பு அடங்கும். உபயோகிக்கும் திரவம் நாட்பட்டதாயிருக்கின் குணம் காணப்படாது.

கருப்பஸ்திரீகளின் மர்மஸ்தான நமைச்சல்.

சில கருப்பஸ்திரீகட்குப் பெருமிதமாக மர்மஸ்தானத்தில் தினவுண்டாயிருக்கும். இடையிடையே கருப்பஸ்திரீ முகவாட்டங்கொண்டு சொறிந்துகொண்டே யிருப்பாள். இவை யுண்டாவதற்குக் காரணம் சரியானபடி தெரியாவிட்டாலும் அசுத்தமே காரணமென்று அனுமானிக்கலாம். அவ்விடத்தைப் பரீட்சிக்கின் அசுத்த அழுக்குகள் நிறைந்திருப்பதைக் காணலாம். புருண்டிய நகச்சுழியில் அழுக்குப் படிந்திருக்கும்.

சி கி ச் சை.

விநேலியா சவர்க்காரத்தாலாவது வங்க கிலேதத்தாலாவது வெந்நீரிட்டு அவ்விடத்தை இருவேளையும் சுத்தஞ்செய்துவரல் வேண்டும். அரைப்படி சுத்தமான குளிர்ந்த ஜலத்தில் இரண்டு அவுன்ஸ் ஆஸலீனைக் கரைத்துக் கழுவினால் நல்ல குணஞ்செய்யும். சில வைத்தியர்கள் வெங்காரத்தையிட்டுங் கழுவலாமென் றுரைத்திருக்கின்றார்கள். அதாவது: வெங்காரம் அரைப்பலம், சுத்தஜலம் ஒருபடி

இவற்றைக்கலந்து காய்ச்சி, இடைவிடாமல் கழுவிவந்தால் சுகமாகும் என்பதே. மற்ற மருந்துகளைக்காட்டிலும் குளிர்ந்த ஜலத்தில் கழுவுவதே சிரேஷ்டமாகும். கோரோ மருந்துகளால் கழுவல் கூடாது.

கருப்பஸ்திரீகளின் வெள்ளை.

மேகரோகமுள்ள சில கருப்ப ஸ்திரீகளுக்குக் கடைசி மாதங்களில் மர்மஸ்தானத்தில் வெண்மையான சீழ்போன்ற ஓர்வித துர்நீர் வடியும். அதற்கே வெள்ளை, வெட்டை, மேகம் என்று சொல்லப்படும். வெள்ளை இடைவிடாமல் ஒழுகிக்கொண்டேயிருந்தால் நீரடைப்புங் காணும். ஸ்திரீயின் மர்மஸ்தானம், கருப்பை ஆகிய விடங்களிலிருந்து துர்நீர் உண்டாகும். ஆனால் மெத்த உபத்திரவமிராது.

சிகிச்சை.

இவ்வித ரோகமுள்ள ஸ்திரீகள் கடற்காற்றைத் தினந்தோறும் சுவாசித்து வரல்வேண்டும். பத்து நிமிஷம் கடல்நீரில் ஸ்நாநஞ் செய்வதனால் குணமுண்டாகும். இரவில் சீக்கிரம் சயனிக்கவேண்டும். காலை மாலை ஆகிய இருவேளையும் வினேலியா சவர்க்காரத்தைத் தேய்த்து வெந்நீரில் கழுவிவரல்வேண்டும். கிளிசரீன் ஆப் போராக்ஸ் போன்ற துவர்ப்பான தைலத்தை நீர்த்துவாரத்தில் பீச்சிட்டுவந்தால் வியாதி குணப்படும்.

கருப்பஸ்திரிகளின் ஜலதோஷம்.

பனியில் நனைதல், மல்லிகை தாழம்பூ, ஆகியவற்றைத் தலையில் சூடுதல், இரவில் அதிகநேரம் விழித்திருத்தல்,

குளிர்ந்தபானம் உணவு ஆகியவற்றை உபயோகித்துவருதல், இடையிடையே குளிர்ந்த நீரில் ஸ்நானஞ்செய்தல், மலஜலத்தை யடக்கல், மலாவிர்தரோகத்தை யுண்டாக்கிக் கொள்ளுதல் முதலிய தகாநடத்தைகளினல் கருப்பஸ்திரீகளுக்கு ஜலதோஷ முண்டாகும்.

சிகிச்சை.

கருப்பஸ்திரிகள் தங்களுக்கு ஜலதோஷ முண்டாகா திருக்கும்படி எச்சரிக்கையா யிருக்கவேண்டும். ஏனெனில், சிரோரோகம், சுரம் ஆகிய வியாதிகள் ஜலதோஷத்தினலேயே உண்டாகும். அப்போதவர்கள் வருத்தத்தை யனுபவிக்கும்படி நேரிடும். ஜலதோஷமுண்டான ஸ்திரீகள் தங்கள்பிடரியிலும் சிரசிலும் மெந்தால் என்னும் வஸ்துவைத் தேய்த்துவரல்வேண்டும். ஓமத்தை வறுத்துத் துணியில் முடிந்து முகர்ந்துகொண் டிருக்கவேண்டும். தவிடு, சுடுசாம்பல் முதலியவைகளி லொன்றை வறுத்துத் துணியில்முடிந்து ஒற்றிடமிடவேண்டும். மலபந்தமில்லாதபடி ஜாக்கிரதையாயிருப்பதே பிரதான சிகிச்சையாகும்.

கருப்பஸ்திரீகளின் சுரம்.

கருப்பஸ்திரீகள்: பெரியம்மை, தட்டம்மை, மணல்வாரியம்மை, விஷசுரம் ஆகிய தொற்று வியாதிகள் கண்டிருக்கும் இடங்களுக்கு ஒருபோதும் போகப்படாது. ஏனெனில், மேற்கூறிய வியாதிகள் கருப்பஸ்திரீகளை வெகு எளிதில் பற்றிக்கொள்ளுஞ் சுபாவமுடையன. இவற்றால் கருப்பபாதமாவது அகாலப்பிரசவமாவது சம்பவிக்கவுங் கூடும். இவ்வியாதிகள் அவர்களுக்குக் கண்டுவிடின்

சீக்கிரஞ் சுகமாவது கடினம். இவைகளாலேயே அவர்கட்குப் பிராணாபாயம் நேரிடுவதுமுண்டு. இவ்வித கொரோ வியாதிகளிருக்குமிடங்களிலிருந்து கருப்பஸ்திரீயைப் பார்க்க வருபவரைத் தடுத்துவிடுவது வீட்டோரின் கடமையாம். மலச்சிக்கல் ஜலதோஷம் ஆகியவைகளால் கருப்பஸ்திரீகட்குச் சுரமுண்டாகும். முதலில் மலச்சிக்கலை நீக்கிச் சுரத்தைக் கண்டிக்கும் மருந்துகளை உபயோகித்து அதை நிவர்த்திக்கவேண்டும். சுரம் பண்பட்டுவிட்டால் அகாலப் பிரசவ முதலிய கெடுதிகளுண்டாகும். குவைனன் முதலிய கசப்பான மருந்துகளைக் கருப்பவதிகள் உபயோகிக்கப் படாது.

கருப்பஸ்திரீகளின் வயிற்றில் வாயு உண்டாயிருத்தல்.

ஜீரணிக்கத்தகாத வஸ்துக்கள், வாயு பதார்த்தங்கள் ஆகியவற்றைப் புசிப்பதாலும், குளிர்ந்தகாற்றையதிகமாய்ச் சுவாசிப்பதாலும், வயிற்றிலுள்ள சிறு குடல்களுக்குத் தாபிதங்கண்டு வயிற்றுநோய் காணும். இந்நோய் இடுப்பிலிருந்து தொண்டைவரைக்கும்பரவும் சுபாவமுடையது. இதில் நீர்ச்சுருக்கும், ஆசன எரிச்சலும் சுரமும் அனுசரித்திருக்கும். கருப்பஸ்திரீகட்குஆறுவது மாதத்திலாவது அதற்குப் பிற்பட்ட மாதங்களிலாவது இந்நோய் காணுவது வழக்கம்.

சிகிச்சை.

வாயு பதார்த்தங்களை முற்றும் நிவர்த்திக்கவேண்டும். மலபந்தமிருந்தால் ஒருபலம் சிற்றாமணக்கெண்ணெயைக்

கொடுத்துத் துர்மலத்தை வெளிப்படுத்தவேண்டும். டோவர்ஸ் பௌடரைத் தினந்தோறும் வேளைக்கு ஐந்து குன்றிமணி எடை வீதம் மூன்று வேளை கொடுத்துக்கொண்டு வந்தால் நோய்குணமாகும். வயிற்றின்மேல் போஸ்தக்காய் ஒற்றிடங்கொடுக்கவேண்டும்.

கருப்பஸ்திரீகளின் குரண்டல்வாதம்.

இது கருப்பஸ்திரீகட்கு ஐந்தாமாதம் மேற்பட்டுக்காணுகின்ற ஓர்விதநோய். கருப்பாசயம் நரம்புகளினால் அழுத்தப்படுவதால் இக்நோய் உண்டாகிறதென்று சில டாக்டர்கள் நிருணயிக்கின்றார்கள். வலிப்பானது விசேஷமாய் இராக்காலங்களிலே கால்களி லுண்டாகும்.

சிகிச்சை.

வலியுண்டானவிடத்தைச் சிறுகுட்டையினால் உரப்பாய்க் கட்டிவைக்கவேண்டும். டர்பண்டைன் தைலத்தை வலியுண்டானவிடத்தில் வார்த்துச் சூடுண்டாகும்படி தேய்க்கவேண்டும். சுட்ட செங்கல்லையாவது வறுத்த உப்பையாவது வலியுள்ளவிடத்தில்ஒற்றிடங்கொடுத்தால் வலியின் கொடூரஞ் சமனப்படும். வலி யதிகமாயிருந்தால் ஒரு அவுன்ஸ் கற்பூரத்தைலத்தையும் ஐந்து அவுன்ஸ் வெந்தயத்தண்ணீரையுங் கலந்து படுக்கைக்குப் போகுமுன் குடித்துவிட்டால் விடிந்தவுடன் வலி சுகமாகும்.

கருப்பஸ்திரீகளின் பல்வலி.

கருப்பஸ்திரீகள் பற்களைப்பாதுகாக்காத காரணத்தாலும், அஜீரணத்தாலும், வாயிலும்வயிற்றிலுமுண்டாகிற

புளிப்பினாலும், நான்குமாதக்கருப்பகாலத்தில் பல்வலியுண்டாகும். இந்நோய்சிலருக்குவிட்டுவிட்டுக்காணுவதுமுண்டு. சிலருக்குப் பற்கள் பழுதாயிருப்பதாலும் அது உண்டாகும்.

சிகிச்சை.

ஒவ்வொருநாளும் கருப்பஸ்திரீகள் பற்களைப் பார்த்து வரவேண்டும். கருப்பஸ்திரீகள் பல்லை ஆயுதத்தினால் பிடுங்கிவிடக்கூடாது. அவ்விதஞ் செய்வதால் சிலருக்குக் கருப்பம் கரைந்துபோகும். வைத்தியர் பரிசோதித்துப் பல்லைப் பிடுங்கவேண்டியது அவசியமென்றால் குலோரோபாரத்தினால் உணர்ச்சி யில்லாமற்செய்து பல்லைப்பிடுங்கவேண்டும். வைத்தியர் பல்லைப் பிடுங்கப்படாதென்று உத்தரவளிக்கின் அவர் சொற்படி கேட்கவேண்டும். கார்பாலிக் அல்லது புளித்திராவகத்தைப் பழுதான பல்லின்மேல் தடவினாலும், ஐயேடின் டிஞ்சர் ஏகோனைட்டிஞ்சர் இவ்விரண்டையும் சம அளவாகக்கலந்து ஓர் ஒட்டகை மயிர்க்குச்சிப் புல்லினால் அப்பல்லைச் சுற்றியிருக்கிற ஈற்றின்மேல் தடவினாலும் குணமுண்டாகும். இந்தக் கலவைத்திரவம் பாஷாணமாகையால் உமிழ்நீரைக் கொஞ்சமும் விழுங்கப்படாது. நூற்றில் இருபது மடங்கு வேகமுள்ள கொக்கேயின் திராவகத்தை நோயிருக்கும் பல்லிற்குக் கருப்பஸ்திரீகள் தாமே தடவிக்கொண்டால் பல்வலி யுடனேநின்றுவிடும். இம்மருந்தை வாயில் வேறெந்த இடத்திலும் படாதபடி நோவிருக்கும் பல்லின்மேல்மட்டும் படும்படி போடுவதற்காக டாக்டர் மில்லர் என்பவர் ஒரு ஆயுதம் கண்டுபிடித்திருக்கிறார். கூடுமானால் அதை வாங்கி யுபயோகப்படுத்தலாம்.

கருப்பஸ்திரிகளின் வியசனம்.

கருப்பஸ்திரீகள் தங்கள் துர்க்குணங்களை நீக்கிவைக்கவேண்டும். எப்போதும் மனதைச் சந்தோஷமாகவே வைத்திருப்பது பிரதான கடமையாம். பிரசவகாலம் கிட்டிவிட்டதே, என்ன வருமோ, ஏது வருமோ என்று பயப்படப்படாது. இவ்விதபயம் முதற்பிரசவ ஸ்திரீக்கே யுண்டாவதன்றி இரண்டு மூன்று பிள்ளைகளைப் பெற்றவர்கட்கு உண்டாவதில்லை. முதற் பிரசவஸ்திரீகள் இவ்விதம் வியசனப்படுவது அறியாமையேயன்றி வேறல்ல. உலகிலுள்ளோரெல்லாம் பிள்ளைகளைப் பெறவில்லையா? நாம் மாத்திரம் என்ன புதுமையாகப் பெறப்போகிறோம். ஆடு மாடு முதலியவை ஆணோடு பெண் சேர்ந்து கருவுற்றுப் பிரசவிக்கவில்லையா? நமது தாயும் நம்மைப்பெற்றுச் சுகமே ஜீவித்திருக்கவில்லையா? அவர்கட்கு என்னகெடுதி நேர்ந்தது? பிரசவமென்பது இயற்கையான காரியமேயன்றி பிரமாத காரியமல்லவே என்று பற்பல விதத்திலும் தங்கள் மனதைத் தாங்களே தேற்றி வியசன முறாதபடி இருக்கவேண்டும். அவ்வாறு செய்யின் கடவுளின் கிருபையால் சுகப்பிரசவ முண்டாகும்.

கருப்பஸ்திரிகளின் மஞ்சட்காமாலை.

கருப்பஸ்திரீகள் பித்ததேகிகளாயிருப்பதாலும், பித்தசத்து அதிகரிக்கும் பதார்த்தங்களையுபயோகித்து வருவதாலும், பித்தாசயம் இரத்தத்திலேசேர்ந்த பித்தசத்தை வெளிப்படுத்தும் சக்தி தவறிப்போவதினால் தேகமெல்லாம் பரவிக் கண், விழி, நகங்கள் ஆகியன மஞ்சள்வர்ணமடை

யச்செய்யும். இத்தகையஸ்திரீகள் குளிர்சுரத்தோடு அவஸ்தைப்படுவார்கள். மூத்திரம் மஞ்சள்வர்ணமாய்விடும்.

சிகிச்சை.

மூன்று குன்றிமணி யெடையுள்ள ரஸமாத்திரை ஒன்றிரண்டு தினம் கொடுத்து மலத்தை நன்றாய் வெளிப்படுத்த வேண்டும். பின்னர் பொட்டிலுப்புத் திராவகம் கலந்த சங்குத்திராவகம் பத்துத் துளி, ஜன்ஷன் என்று சொல்லுகிற கசப்புவேர்த் திராவகம் முப்பது துளி இவ்விரண்டையும் ஒருபலம் நீரில் கலந்து ஒரு தினத்திற்கு மூன்று தடவை கொடுத்துவந்தால் வியாதி நீங்கிச் சுகமாகும். ஸ்திரீ இலகுபோஜனம் உண்ணவேண்டும்.

கருப்பஸ்திரீகளின் முகவலி.

சில கருப்ப ஸ்திரீகட்கு முகத்தில் மாத்திரம் வீக்கங் காணும். காலையில் வீக்கங்கண்டு இரவில் மாறிப்போகும். முகம் மினுமினுப்போடு வலியுடைத்தாயிருக்கும். முகத்தில் நமை யதிகரிக்கும். எந்நேரமும் ஸ்திரீ முகத்தைப் பறண்டிக்கொள்ளுவாள்.

சிகிச்சை.

மெந்தாலை முகத்தில் சூடுண்டாகும்படி தேய்க்கவேண்டும். ஓரியன்டல் பாம் என்னும் தைலத்தையும் பூசலாம். உள்ளுக்கு மருந்து தரப்படாது. தவிட்டையாவது மணலையாவது வறுத்து முகத்தில் ஒற்றிடங்கொடுக்கலாம். வெந்நீர் ஒற்றிடமிடுவதனால் சுகமுண்டாகும். செங்கல்லை யடுப்புக்குள் போட்டு நன்றாய் உஷ்ணமேறினவுடன்

கல்லையெடுத்து அதன்மேல் ஈரத்துணியைச் சுற்றி வலியுள்ளவிடத்தில் ஒற்றிடமிட்டால் சுகமுண்டாகும். பகலில் நித்திரை செய்வதைத் தவிர்க்கவேண்டும்.

கருப்பஸ்திரீகளின் இரத்தவாந்தி.

கருப்ப ஸ்திரீகட்கு மாதாமாதம் வெளிப்படுந் தீட்டுத் திரவம் தடைப்பட்டுப்போவதால் சில சமயங்களில் இரத்த வாந்தி யுண்டாகும். சிலருக்கு இல்லாமற்போவதுமுண்டு.

சிகிச்சை.

அடிவயிற்றில் ஈரத்துணியை மடித்துக் கட்டவேண்டும். மாதளம்பட்டை, வேப்பம்பட்டை இவை யிரண்டையும் கஷாயஞ்செய்து நாலைந்து தடவை வாய்கொப்பளிக்க வேண்டும். ஸ்திரீ இலகுபோஜன முண்ணுவதனால் வியாதி சுகப்படும். பால், பார்லிக்கஞ்சி, பனிக்கட்டி இவை மூன்றையுங் கலந்து சாப்பிடுவதனால் இரத்தவாந்தி நிற்கும். வியாதி நீங்கிச் சுகப்படும்வரையில் மல்லாந்து படுக்கவேண்டும். வியாதி யதிகரித்திருந்தால் தகுந்த வைத்தியரை யழைத்துக் காட்டவேண்டும்.

கருப்பஸ்திரீகளின் மேல்மூச்சு.

கருப்ப ஸ்திரீகளுக்குப் பூரண கருப்பகாலத்தில் பிண்டம் மேற்பக்கமாய் விடுகிறபடியால் சுவாசம் தடையுறும். சுவாசம் வியாபிக்கு மிடங்களில் நெருக்கமுண்டாய் ஸ்திரீக்கு மூச்சுவிடுவது கஷ்டமாகத் தோன்றும். அதுவே மேல்மூச்சு என்று சொல்லப்படும்.

சிகிச்சை.

மலச்சிக்கிருந்தால் இலகு விரேசனங்களால் மலத்தை வெளிப்படுத்தவேண்டும். அஜீரணமுண்டாகும் பதார்த்தங்களையும் வாயுபதார்த்தங்களையும் உபயோகிக்காமல் சீக்கிரம் ஜீரணிக்கும் உணவுகளைப் புசித்துவரவேண்டும். சிற்சில சமயம் கருப்பஸ்திரீ படுத்துக்கொள்ளும்போது மேல் மூச்சு உண்டாகும்; அதனாற் படுக்காமல் எப்போதும் உட்கார்ந்திருப்பாள். மறுபடியும் படுத்தால் இருமலுண்டாகும். அதற்குச் சிகுட்டின் என்னும் மாத்திரையை மணிக்கு ஒன்றுவீதம் இருமல் நிற்கும்வரையில் கொடுக்கவேண்டும். டிங்க்ஷர் காம்பர் காம்போஸிடம் நாற்பது துளிவரையில் நீரிற் கலந்து கொடுத்தால் சவுக்கியமுண்டாகும்.

கருப்பஸ்திரீகளின் வலிச்சந்நி.

கருப்பஸ்திரீகள் அடிக்கடி விழித்திருப்பதாலும், சிற்றின்பக் கதைகளைச் சதா கேட்டுக்கொண்டிருப்பதாலும், பாட்டுக்கச்சேரி, கூத்து முதலியன நடக்கும் இடங்கட்குப் போய்வருவதாலும், தேயிலை காப்பி முதலிய பானங்களை அளவிற் கதிகமாகச் சாப்பிடுவதாலும், தேகத்திலுள்ள இரத்தங் கெட்டு மூளையில் மாசு படிந்து ஓர்வித வலிச்சந்திரோக முண்டாகும்.

சிகிச்சை.

வலிகண்ட ஸ்திரீயை மல்லாந்து படுக்கச்செய்து அவள் முகத்தில் குளிர்ந்த ஜலத்தை வீசவேண்டும். நல்ல காற்று வரும்படி இடங்கொடுக்கவேண்டும். சீதள மதி

கரித்திருக்கின் குங்குமப்பூ, கஸ்தூரி, பூரம் முத லிய மருந்துகளை அளவோடு கொடுத்து உஷ்ணம் பிறக்கும்படி செய்யவேண்டும். பலவீனமிருக்கின் பலஹாரி மருந்துகளைக் கொடுத்துப் பலம் வரும்படி செய்யவேண்டும். பேய் அடித்துவிட்டதென்னும் அறிவில்லாப் புத்தியை நிவிர்த்திக்க வேண்டும்.

கருப்பை இடமாறுதலினல் ஒதுங்கிப்போதல்.

கருப்பாசயத்தின் பளுவினுல் கருப்பை முன்பக்கத்திலாவது பின்பக்கத்திலாவது அல்லது வெளிப்பக்கத்திலாவது ஒதுங்கிப்போகும். சில வாதசரீர ஸ்திரீகட்கு இரண்டு தொடைகட்கும் நடுவில் தொங்கி யாடிக்கொண்டிருக்கும். இதற்குப் பலவீனமே காரணமாகும். இந்த மாறுதலினுல் மலஜலம் தடையுறும். அதனுல் ரோகி மலஜலங் கழிக்க வருத்தப்படுவாள்.

சிகிச்சை.

இவ்வித ஸ்திரீயைப் படுக்கையிலிருந்து எழுந்திரா வண்ணஞ்செய்யவேண்டும். அவ்வாறுபடுத்திருக்கும் போது மர்மஸ்தானத்தைச் சற்று உயர்த்திவைத்திருக்கவும்வேண்டும். மூத்திரம் கட்டுப்பட்டால் சிலாகைவைத்தாவது அல்லது வெங்காரச்சுண்ணம், வெங்காரக்களிம்பு ஆகியவற்றைக் கொடுத்தாவது நீரை வெளியாக்க வேண்டும். கருப்பை முன்னுக்கு ஒதுங்கியிருந்தால் அடிவயிற்றின் கீழ்ப்பக்கத்தில் கல் வைத்திருப்பதுபோல் பளுவாயிருக்கும். அடிக்கடி முக்கல், மூச்சுவிடக் கஷ்டமாயிருத்தல்;

நீர்க்குத்தல் ஆகிய உபத்திரவங்க ளிருக்கும். இவற்றிற்கு மலச்சிக்கல், நீர்க்கட்டு ஆகியன உண்டாகாமல் ஜாக்கிரதையா யிருக்கவேண்டும். அடிவயிறு முன்னுக்கு வராமல் குட்டையினால் கட்டிவைக்கவேண்டும். கருப்பை பின்னுக்கு ஒதுங்கியிருந்தால் மர்மஸ்தானத்தில் விரலைச் செலுத்தி அதை எதாஸ்தானத்தில் தள்ளிவைக்கவேண்டும். இந்த வியாதியுள்ள ஸ்திரீ சிலநாள் எழுந்து நடவாமல் ஜாக்கிரதையா யிருக்கவேண்டும்.

. கருப்பஸ்திரீகளின் பிரசவவேதனைபோன்ற நோய்.

கருப்பஸ்திரீகளுக்கு அஜீரணத்தால் சிற்சில சமயம் பிரசவவேதனைபோன்ற நோயுண்டாகும். ஆனால், பிரசவவேதனையைப்போல் அவ்வளவு வருத்தமிராது. இது பிரசவிக்கும்போதுண்டாகும் நோயல்லவென்று திட்டமாயறிந்துகொள்ளலாம்.

சிகிச்சை.

மலச்சிக்கிருந்தால் அரைப்பலம் சிற்றாமணக்கெண்ணெயில் 30-துளி சுக்குத்திராவகத்தைவிட்டுக் கொடுத்தால் இரண்டு மூன்றுதடவை பேதியாகி மலத்தை வெளிப்படுத்தி வேதனையைத் தணிக்கும்; பிறகு 30-துளி ஹையாஸாமின் திராவகம் கொடுக்கவேண்டும்; அல்லது வேதனையிருக்கின் நிற்கும்வரையில் ஹையாஸாமின் குளிகையைக் கொடுத்துக்கொண்டுவரலாம். வயிற்றின்மேல் வெந்நீர் ஒற்றிடங்கொடுத்து அபினித் திராவகத்தை மேற்பூசவேண்

டும். ஓமத்திராவகத்தைக் கொடுத்தால் வேதனை நீங்கிச் சவுக்கியப்படும். இலகுவில் ஜீரணிக்கத்தக்க ஆகாரம் கொடுக்கவேண்டும்.

கருப்பஸ்திரீகளின் கருச்சிதைவு.

கருப்பஸ்திரீயின் பிண்டம் கலைந்து வெளிப்பட்டுவிடுவதற்குக் கருச்சிதைவு, அகாலப்பிரசவம், பிண்டச்சேதம், கர்ப்பபாதம் என்று பலவிதம் சொல்லப்படும். கருப்பஸ்திரீகட்குக் கெடுதியையும் பயங்கரத்தையு முண்டாக்கும் வியாதிகளில் இதைவிட வேறொன்றுமில்லை. இது வழக்கமாய்விட்டால் ஸ்திரீ சுகதேகியாவாள் என்பது சந்தேகமே. ஐந்து மாதத்திற்கு முன்னால் பிண்டம் வெளிப்படுவதற்குக் கர்ப்பபாதமென்றும், ஐந்தாவது மாதமுதல் எட்டாவது மாதத்திற்குள் பிண்டம் வெளிப்படுவதற்கு அகாலப் பிரசவமென்றுஞ் சொல்லப்படும். ஆனால், முக்கியமாய்க் கருப்பந்தரித்த பன்னிரண்டு வாரத்திற்குள் கருச்சிதைவு உண்டாகும்.

கருச்சிதைவு உண்டாகுங் காரணம்.

தேகம் பருத்துக்கொழுத்துவிடுவதாலும், அடிக்கடி விழித்திருப்பதாலும், நாடகம் சதுர் ஆகியவற்றிற்குச் செல்லுவதாலும், அகோர ரூபங்களைக் கண்டு பயப்படுவதாலும், வாததோஷம் அதிகரிப்பதாலும், பித்தாதிக்கம் மேற்பட்டிருப்பதாலும், தேகம் பலவீனமுற்றிருப்பதாலும், ஒரு வஸ்துவைப் பார்த்தோ, அல்லது ஒரு சங்கதியைக் கேட்டோ திடீரென்று பயப்படுவதாலும், யாதொரு விஷயத்தில் சரீரத்தில் கூச்சமுண்டாவதாலும்,

மனது சகிக்காத துஷ்டகிருத்தியங்களைச் செய்வதாலும், வயிற்றில் அல்லது ஆசனத்தில் புழுவுண்டாயிருத்தலாலும், அதிசாரம் இரத்தபேதி வாந்திபேதி மேகவியாதி மேககாரகம் வெள்ளைவியாதி ஆகியவைகள் சம்பவித்தலாலும், யுத்தகாலத்தில் திகில்படுவதாலும்; குவைனன், எர்கட், கஞ்சா, வெண்காரம், கஸ்தூரி, வீரம், பெருங்காயம், குங்குமப்பூ, எருக்கிலைரசம், சித்திரமூலம், மூசாம்பரம், பாலேந்தி, போளம் முதலிய கெட்டமருந்துகளை உபயோகிப்பதாலும், வேண்டுமென்றே கருவழியு மருந்துகளை உபயோகிப்பதாலும், தாயின் மேகவியாதி பிண்டத்திற்கும் தாக்கப்படுவதாலும், வில்லியர் குறவர் ஆகியவர்களிடமிருந்து கருவழியு மருந்தைவாங்கி உபயோகிப்பதாலும், பெரும்பாரங்களைத் தூக்குவதாலும், மேடானவிடத்திலிருந்து பள்ளத்தாக்கில் குதிப்பதாலும், படிக்கட்டுமெத்தை ஆகியவைகளில் அதிர்ச்சியாக ஏறுவதாலும், பலமாய்க் கைகளைச் சுழட்டுவதாலும், பூமியில் அதிர்ச்சியாய் நடப்பதாலும், படுக்கையில் அசாத்தியமாய்த் திரும்புவதாலும், வஸ்திரத்தைக் குறுக்கிக் கட்டுவதாலும், அதிக களைப்புண்டாக வேலை செய்வதாலும், ஓயாமல் வாந்திசெய்வதாலும், காம இச்சையால் அடிக்கடி சம்போகஞ் செய்வதாலும், இன்னும் பல காரணங்களாலும் கருச்சிதைவு உண்டாகும்.

கருச்சிதைவுக் குறிகள்.

கருப்பஸ்திரீகளுக்குக் குறைமாதத்தில் நோயுண்டானாலும், அல்லது மர்மஸ்தானத்திலிருந்து இரத்தத் திர

வம் வெளிப்பட்டாலும் கருச்சிதைவு உண்டாகுமென்று கவனிக்கவேண்டும். ஸ்திரீ சும்மாயிருக்கும்போதே திடீ ரென்று களைத்துப்போவாள்; சுரம் வரும்; வாந்தி யுண்டா கும்; முகம் வாட்டத்தோடு உப்பியிருக்கும்; சரீரத்தில் குளிருண்டாகும்; பலவீனத்தோடு ஆயாசமுண்டாகும்; இடுப்புநோ யதிகரித்து நீர்துளித்துளியாயிறங்கும்; மலம் வரும்போது முக்குவாள்; மர்மஸ்தானத்திலிருந்து இரத் தம் வெளிப்படும்; வயிற்றின்மேல் கைவைத்துப்பார்த்தால் ஜில்லென்று பனிக்கட்டிபோன்றிருக்கும்; கருப்பத்திலிருந் து வெளிப்படுந்திரவம் மிக்க துர்வாசனை யுடைத்தாயிருக் கும்; இந்தச்சமயத்தில் ஸ்திரீக்கும் அபாயமுண்டாகும். அடிக்கடி கருச்சிதைவு உண்டானல் ஸ்திரீக்கு நல்லரத்த மிராது. வரவர அவள் பலவீனப்பட்டுப்போவாள்.

சிகிச்சை.

இந்த ஸ்திரீயை ஒரு குளிர்ச்சியான அறையில் வைக்க வேண்டும். கருப்பஸ்திரீ பலவீனமுள்ளவளாயிருந்தாலும், வியசனமுள்ளவளா யிருந்தாலும், அவள் சமுத்திரக்காற் றைக் கிரகிப்பதாலும், குளிர்ந்தஜலஸ்நானம்செய்வதாலும் அனுகூலமுண்டாகும். மர்மஸ்தானத்தில் உதிரப்பெருக்கு அதிகமாயிருப்பின், ஒரு துணியைக் குளிர்ந்த ஜலத்தில் நனைத்து அவ்விடத்தில் போட்டிருக்கவேண்டும். சாராயம் முதலிய மயக்க மருந்துகளைப் பிரயோகிக்கலாகாது. இது தவிர கருப்பஸ்திரீகளாயிருப்பவர்கள் மற்ற ஸ்திரீகள் பிர சவிக்குமிடத்திலிருத்தலுங் கூடாது. இதனல் ஒவ்வொரு சமயத்தில் கருச்சிதைவு உண்டாகும். கருப்ப ஸ்திரீக்கா

வது தகப்பனுக்காவது மேகவியாதி தேகத்தி லூறியிருந்தால் மேகவியாதியைக் கண்டிப்பதற்காகத் தாயாருக்கு மருந்தைக்கொடுத்துக் கருச்சிதைவு உண்டாகாதபடி காப்பாற்றவேண்டும். அகாலத்திலுண்டானால் உடனே வயிற்று நோயை அபினிமருந்தினால் நிவிர்த்திக்கவேண்டும். ஸ்திரீக்கு மயக்கமுண்டாகும்வரையில் இரண்டுமணிக் கொருதடவை ஒரு குன்றிமணியெடை அபினி மாத்திரையைக் கொடுத்துவரவேண்டும். தாகமிருக்கின் பனிக்கட்டி ஜலம் அடிக்கடி கொடுத்துவரவேண்டும். குளிர்ச்சியுண்டாகுமென்னும் துர்எண்ணம் கொள்ளக்கூடாது. வியாதியுள்ள ஸ்திரீ அசையாமல் படுத்துக்கொண் டிருக்கவேண்டும். இவ்வித சிகிச்சையினால் கருப்பவேதனை நிற்காமற்போனால் உடனே டாக்டரை வரவழைத்துப் பிண்டத்தை வெளிப்படுத்தும்படியான முயற்சியைத் தேடவேண்டும். டாக்டர் எவ்வித சிகிச்சை செய்கின்றாரோ அவ்வித சிகிச்சைக் குட்பட்டிருக்கவேண்டும். கருப்பவேதனை நின்றவுடனே ஸ்திரீயை நித்திரைகொள்ளும்படி செய்யவேண்டும். அவள் எவ்வளவுநேரம் நித்திரை செய்கிறாளோ அவ்வளவு நேரம்வரை எழுப்பாமல் விட்டுவிடவேண்டும். கருப்பபாதம் நின்றவுடனே பலமுண்டாக்குவதற்கு முயற்சிக்கவேண்டும். புருஷ சம்போகத்தைச் சிலநாள் விட்டிருக்கவேண்டும். ஏனெனில், அப்போதுதான் கருப்பாசயத்திற் பலமுண்டாகும். ஸ்திரீ மறுபடியும் கருப்பபாதை யுண்டாகாதபடி சுகத்தோடு நடந்துகொள்ளுவதே பிரதான சிகிச்சையாம்.

(கமலம்.) ''எனதாருயிர்க் காதலரே! தாங்கள் இனிமையாக இதுகாறும் கருப்ப ஸ்திரீகளின் சுகாதாரங்களை

யும், கருப்பகாலத்தில் அவர்கட்குக் காணும் அனேக வியாதிகளையும், அவற்றிற்குத் தகுந்த சிகிச்சைகளையும் மிகவுந் தெளிவாகவும் விளக்கமாகவு முறைத்தீர்கள். இவ் விஷயங்கள் மிகநுட்பமாகவும் புத்திகோசரமுடையதாகவு மிருத்தலின், இச்சாஸ்திரப்பழக்கமுள்ள ஒவ்வொருபெண் மணிகளும் அவ்வக் காலங்களில் சுகாதாரப்படி நடந்து நல்ல சந்திகளைப் பெறுவாரென்பதிற் றடையின்று. நிற்க, பிள்ளையானது தாய், தந்தை, பாட்டன், பாட்டி முதலியவ ர்களைப்போன்றிருக்கும் காரணங்களையும், ஸ்திரீ புருஷ சிசுக்களின் உற்பத்தியையும், சில சிசுக்கள் அலிகளாய்ப் பிறக்கும் விதத்தையும், கருப்பந் தரித்ததெனக் கண்டுகொ ள்ளும் மர்மங்களையும், கருப்பத்தில் சிசு மரித்திருக்கும் தன்மையையும், மெய்க்கருப்பத்திற்கும் பொய்க்கருப்பத் திற்கும் உள்ள வேறுபாட்டையு முரைத்துப் பின்னர் மரு த்துவசாஸ்திரத்தைப் போதிக்கும்படி வேண்டுகிறேன்.''

(விஜயரங்கன்.) ''எப்பொருளினு மெய்ப்பொருளாய கல்விப்பொரு ணிறைந்த காதலீ! நீ கேட்கும் ஒவ்வொரு விஷயமும் நிரைநிரையாக இருத்தலின் உனது மதியே சாலச் சிறந்தது. மேற்குறித்த விஷயங்களை ஆராய்ச்சி யோடு நிரலே யுரைக்கின்றோம். கவனிப்பாயாக.

பிள்ளைகளின் தேகக்குறிகளும் குணங்களும்.

ஸ்திரீ புருஷரின் சம்பந்தத்தினு லுண்டாகும் அணு மாத்திரமான திரவபாகங்கள் கலப்பதனால் கருப்போற்பத் தியாகிச் சிசு ஜனிக்கின்றது. தாய் தந்தைகளின் தேகக்கு றிகளும் குணகுணங்களும் பிள்ளைகளிடத்துப் பார்க்குந்

கால், தந்தையின் தேகக்குறி குணலக்ஷணங்கள் ஆண்சிசுவினிடத்தும், தாயின் தேகக்குறி லக்ஷணங்கள் பெண்சிசுவினிடத்தும் முக்கியமாய்க் காணப்படுகின்றன. சிலசமயம் தந்தையின் தேகக்குறி பெண்சிசுவினிடத்தும், தாயின் தேகக்குறி ஆண்சிசுவினிடத்துங் காணப்படுவதுமுண்டு. சில தாய் தந்தையரின் தேகக்குறிகள் ஆண் பெண் ஆகிய சிசுக்களிடங் காணமல் மறைபட்டிருந்து பேரன் பேர்த்திகளிடத்துத் தெளிவாய்க் காணப்படுகின்றன. திருஷ்டாந்தமாக: சில குழந்தைகளிடத்து அம்மான் முகக்குறிகள் அத்தை முகக்குறிகள் காணுவதேயாம். அம்மான் முகக்குறியென்பது: தாயைப்பெற்ற தாய் தந்தையரின் லட்சணங்களாகவும், அத்தையின்முகக்குறி என்பது: தந்தையைப்பெற்ற தாய் தந்தையரின் லட்சணங்களாகவும் நிரூபிக்கப்படும். சிலவேளை தாய்தந்தையர்களின் புத்திசுபாவங்களும் குணங்களும் பிள்ளைகளிடத்துக் கல்வி கேள்விகளினுலும், அப்பியாசங்களினுலும் மாறுதலடையும். பிண்டமானது புருஷரத்த சம்பந்தமானதால், அதன் இரத்தத்திற்கும் தாயின் இரத்தத்திற்கும் பரஸ்பர சம்பந்தமுண்டு. கருப்போற்பத்தியானபிறகு ஸ்திரீதத்துவம் புருஷதத்துவத்தையநுசரித்தே கொஞ்சம் வித்தியாசப்படுவதல்லாமல், புருஷசரீரத்தில் ஏதேனும் வியாதி யிருக்கும்பக்ஷத்தில் அதன் குற்றம் ஸ்திரீ சரீரத்தினுள் கலந்தோடுகின்றது. ஆகையினுலேயே வேசைகள் முதலானோர்க்கு முதற் கருப்பம் எந்தப் புருஷனுல் உண்டாகிறதோ அவனுடைய தேகக்குறி சாயல் முதலியவைகள் பிற்பாடு இதர புருஷருக்கு ஜனிக்கும் சந்தானத்திற்கும் உண்டாகுமென்று சாஸ்திரி

கள் கூறுகின்றார்கள். திருஷ்டாந்தமாக:—டாக்டர் பீக் துரை தாம் கண்டதாகச் சொல்லுகிறதாவது: கி. பி. 1844-ம் வருஷத்தில் ஓர் ஐரோப்பிய துரையின் மனைவி முதலில் ஓர் சிவப்பு நிறமான ஆண்பிள்ளையைப் பெற்று, சில நாட்களுக்குப்பின் கறுப்புநிறமான மற்றொரு குழந்தை யையும் பெற்றாள். இவற்றின் உண்மையை விசாரித்த போது, புருஷன் தன்னோடு கூடிய சிலநாட்களுக்குப்பின் அவள் மற்றொரு காபிரியோடு சேர்ந்ததாகத் தெரியவந் தது. ஒரு ஸ்திரீக்கு ஒவ்வொன்றும் வெவ்வேறு நிறமான மூன்று குழந்தைகள் ஏககாலத்தில் பிறந்தன. இந்தக் குறித்து டாக்டர் பீடன்துரை கூறுகின்றார்: ஒரு பிள்ளை பிறந்த மூன்றுமாதத்திற்குப்பின் ஒரு ஸ்திரீ மற்றொரு பிள்ளையையும் பெற்றாள். அவ்விரண்டு பிள்ளைகளும் சிரு ட்டிகர்த்தரின் கிருபையால் சுகமே வாழ்ந்தன. இதனால் கருப்பையானது ஒரு தடவை விந்துவைக் கிரகித்துக் கருவை யுண்டாக்கிச் சிலநாட் சென்றபிறகு மற்றொரு கரு வையும் உற்பத்திசெய்ய இடமுண்டெனப் புலப்படுகின்றது.

தேகச்சாயை, முகம், கண், தலை, சுழி, மர்மஸ்தா னம் ஆகியவற்றிலும்; புத்திநுட்பம், சங்கீதப்பிரியம், தைரியம், சாந்தம், கோபம், ஈகை, தயாளகுணம் இவ ற்றிலும், தாய் தந்தையரின் சாடைகள் பிள்ளைகளிடம் காணப்படும். தாய் தந்தையர்க்குள்ள அவயவக் குறை பாடுகளும் விகார ரூபங்களும் மஹாரோகங்களும் துர்க் குணங்களும் துர்ப் பழக்கங்களும் பிள்ளைகளிடத்தும், காணுவதுண்டு. இவ்வாறு பிள்ளைகளுக்குத் தாய் தந்தை யரின் தேகலட்சணங்களும் குணகுணங்களும் கட்டாயம்

காணப்படுவதால், ஸ்திரீ புருஷர்கள் போககாலத்தில் எல்லாவிதத்தும் நன்னிலைமையிலிருத்தல் மிகவும் ஆவசியகம். ரூபவான்களும் குணவான்களுமுள்ள சந்ததிகளைப் பெறக் கோருவோர்கள் சங்கமகாலத்தில் சம்பூரணமான ஆரோக்கியத்தை யடைந்திருந்து நிர்மல இருதயமுள்ளவர்களாய், மனத்தில் எவ்விதமான விசாரத்தையாவது பயத்தையாவது களங்கத்தையாவது வைத்துக்கொள்ளாமல் மிகுந்த சந்தோஷத்துடன் கலந்திருக்கவேண்டும். படுக்கையும் வஸ்திரங்களும் மிகவும் பரிசுத்தமாகவு மிருக்கவேண்டும். சங்கமகாலத்தில் ஸ்திரீ புருஷரின் மனங்களில் எப்படிப்பட்ட சொரூபங்கள் பதிந்திருக்கின்றனவோ அப்படிப்பட்ட சொரூபங்களுள்ள பிள்ளைகள் உண்டாகுமென்பது சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. பசுக்கள் புணருந் தருணங்களில் அவற்றிற்கு எதிராகக் கோடுகளும் புள்ளிகளுமுள்ள வர்ண வஸ்திரங்களையாவது புஷ்பங்களையாவது பூச்செடிகளையாவது நிறுத்திவைக்கும்பட்சத்தில் அப்படிப்பட்ட வர்ணங்களும் வரிகளுங்கூடிய கன்றுகள் பிறக்குமென்பது சாஸ்திரிகளின் அபிப்பிராயம். அரேபியா தேசத்தில் குதிரைகள் புணருந் தருணத்தில் அவற்றிற்கு எதிராக உத்தமசாதிக் குதிரையை நிறுத்தும் வழக்கமுண்டு. அப்படிச் செய்வதனால் எதிரில் நிறுத்திய குதிரையைப்போன்ற குட்டிகள் பிறக்குமென்று தெரியவருகிறது. ஆதலால், ஸ்திரீ புருஷர்கள் சங்கமகாலத்தில் தமக்குப் பிரியமான மனுஷர்மீதாவது உருவங்களின்மீதாவதுமனத்தைத் திடமாய் நாட்டிவைக்கவேண்டியது. விகார ரூபங்களைப் பார்த்துக்கொண்டிருந்தாலும், விசாரம் பயமுதலிய

வை மனதிலிருந்தாலும் நல்ல சந்ததிகளைப் பெறமாட்டா
கள். மகா பாரதத்தில் திருதராஷ்டிரன் தாயானவ
வியாசருடன் போகிக்கும்போது வெட்கமிகுதியால் இரு
கண்களையும் மூடிக்கொண்டதால் அவன் குருடனாய்ப்
பிறந்தானென்றும், பாண்டுமகாராஜன் தாயானவள் பய
த்தால் மனம் வேறுபட்டு உடல் வெளுத்து அசைந்தபோது
கூடியதால் அந்தப் பாண்டுவின் தேகத்தில் பாண்டுரோகம்
வியாபித்ததென்றும் தெரியவருகிறது. பாளயங்கோட்டை
யில் ஒரு துரைசாணி தன் வீட்டிற் கட்டியிருந்த கருங்குர
ங்கைக் காலையிலும் மாலையிலும் உற்றுநோக்கிப் பார்த்து
வந்ததால் அவளுக்குப் பிறந்த குழந்தையும் கருங்குர
கைப்போலவே பிறந்தது. ஓர் தேசத்தில் ஒரு பெண் பிரதி
தினமும் அதிகாலையில் வீதி விளக்குங்காலத்திலே அவ்
வீதிவழியே வழக்கமாய்ப் போய்க்கொண்டிருந்த ஒரு க
நிறங்கொண்ட காப்பிரியைப் பார்த்துப் பார்த்து, அவன
உயரமும் சரீரதாஷ்டீகமும் கறுத்துச் சுருண்ட தலைம
ரும் அந்தம்மாளுக்கு வெகு ஆச்சரியமா யிருந்ததனா
" இப்படியும் ஒரு மனித னிருப்பானா " என்றெண்ணி
கொண்டே யிருந்தாள். அக்காலத்தில் அந்த அம்மாள்
கருக்கொண்டு பத்துமாதமுஞ் சென்று ஒரு குழந்தையைப்
பெற்றாள். அப்போது, அக்குழந்தை சற்றேறக்குறைய
அக்காபிரியைப்போலவே யிருக்கக்கண்ட அவளது கண
வன், தன் பெண்சாதிபேரிற் சந்தேகமுடையவனாய் அவளை
நீக்கிவிட்டான். இந்தக் கேஸ் கோர்ட்டுக்குப் போன
போது, ஜட்ஜி மிகவும் யூகையுள்ளவராகையால், கரு
தரித்ததுமுதல் நடந்துவந்த சங்கதிகளையெல்லாம் வி

த்து, அந்த காப்பிரியையும் வரவழைத்துப் பார்த்து, புருஷனுடைய சந்தேகத்தை நிவர்த்தித்து, அவனுக்கு இதுபோன்ற அனேக திருஷ்டாந்தங்களைச் சாஸ்திர யுக்தமாகவும் அனுபவமாகவுங் காட்டி, இருவரையும் ஒருங்கு கூட்டி வீட்டுக்கு அனுப்பிவைத்தார். ஆதலால், ஸ்திரீ புருஷர்கள் சங்கமகாலத்தில் பரிசுத்தமுள்ளவர்களாயும் நின்மல நெஞ்சுடையவர்களாயும் சிருஷ்டிகரின்மீது பக்தி செலுத்தித் தங்களுக்கு நல்ல சந்ததி யுண்டாகும்படி கோரிக்கொள்ளவேண்டும்.

ஆண் பெண் சிசு உற்பத்தி.

எந்தச் சந்தர்ப்பங்களில் ஆண்சிசு உண்டாகுமென்றும் எப்பொழுது பெண்சிசு உண்டாகுமென்றுந் தெரிந்து கொள்ளுதல் முக்கிய விஷயமாகும். ஆண்சிசு பிராப்தியாகுமா? பெண்சிசு பிராப்தியாகுமா? என்றகேள்விக்கு அண்டத்தின் ஜீவசக்திக்கும் அவற்றுடன் கூடின ஜீவரேணுக்களின் தொகுதிக்கும் உள்ள தாரதம்மியத்தை யொட்டியே யிருக்கும். எப்படியெனில், அண்டத்தின் ஜீவசக்தி யதிகமிருக்குங்கால் அது பெண்சிசு வுருவத்தை யுண்டாக்கும். ஜீவரேணுக்களின் சக்தி யதிகமானபொழுது அது ஆண்சிசு வடிவத்தை யுண்டாக்கும். இத்தாரதம்மியம் ஸ்திரீபுருஷர்களின் தேகவலிமைகளுக் கிசைந்தும் கருப்போற்பத்தி தருணங்களுக் கிசைந்தும் இருக்கும். அஃதெங்ஙனமெனில், கூறுதும்; ஸ்திரீயைக்காட்டிலும் புருஷனுக்கு அதிகமான தேகசக்தி யமைந்திருக்கும்பொழுது சினையின் ஜீவசக்தியைக்காட்டிலும் அவற்றுடன்

கூடும் ஜீவரேணுக்களின் சக்தி யதிகமிருப்பதால் ஆண் சிசு உண்டாகும். புருஷனைக்காட்டிலும் ஸ்திரீக்கு அதிக தேகவலிமை யுண்டாயிருக்கும்பொழுது முட்டையின் வலி ஜீவரேணுக்களின் சக்தியை மிஞ்சியிருக்கும்; அப்போது பெண்சிசு கிடைக்குமென்று அறிந்துகொள்ளவேண்டும். வேறு சிலர் கருத்தாவது: புருஷபாரியர் சங்கமகாலத்தில் நாதவிந்து கருக்குழியில் உதிக்கும்போது நாயகனுக்குச் சூரியகலை அல்லது பிங்கலை யென்கிற வலது நாசித்துவாரத்தில் சுவாசம் ஓடிக்கொண்டிருந்தால் ஆண்சிசு ஜனிக்குமென்றும், இடகலை அல்லது சந்திரகலை என்கிற இடது நாசித்துவாரத்தில் சுவாசம் ஓடில் பெண்சிசு ஜனிக்குமென்றும், இருகலையும் சமமாய்ச் சுழிமுனைநாடி யோடினுல் பெண்ணும் ஆணுமாய் இரட்டைப்பிள்ளைகள் பிறக்கும் என்பதே. இவ்வபிப்பிராயம் அனுபவத்தில் தெரிந்து கொள்ளல் கஷ்டசாத்தியமாகும். சித்தர்களெழுதிய நூற்களில்: புருஷனுடைய சுக்கிலம் ஸ்திரீயின் சுரதநீராகிய சுரோணிதத்தைவிட அதிகமிருக்கின் ஆண்சிசு தரிக்குமென்றும், அஃது குறைவாயிருக்கின் பெண்சிசு ஜனிக்குமென்றும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. ஆனுல், தற்காலத்தில் ஜெர்மனி அமெரிக்கா முதலிய தேசங்களிலுள்ள சில தேர்ந்த டாக்டர்கள் சொல்லுகிறதாவது: புருஷனது வலது பீஜத்திலிருந்து வரும் சுக்கிலக் கிருமிகளிலொன்று ஸ்திரீயின் வலது சினைப்பையிலிருந்து வரும் முட்டையிற் சென்ருல் ஆண்சிசு தரிக்குமென்றும், புருஷனது இடது பீஜத்திலிருந்துவரும் சுக்கிலக் கிருமிகளிலொன்று ஸ்திரீயின் இடது சினைப்பையிலிருந்து வரும் முட்டையிற் கலந்

தால் பெண்சிசு தரிக்குமென்றும், புருஷனது வலது பீஜ சுக்கிலக்கிருமி ஸ்திரீயின் இடது சினைப்பை முட்டையிற் சென்றால், அல்லது, புருஷனது இடது பீஜ சுக்கிலக்கிருமி ஸ்திரீயின் வலது சினைப்பை முட்டையிற் கலந்தால் கருத் தரிக்காது என்பதேயாம். இதைப் பரிசோதித்துப் பார்க்க டாக்டர் ஷீரால் என்னும் ஓர் அமெரிக்கா டாக்டர், ஆண்நாயின் வலது பீஜத்தை எடுத்துவிட்டுப் பெண்ணோடு கலக்கச்செய்தபோது, குட்டிகளெல்லாம் பெண்ணாக இருந்தனவென்றும், அவ்விதமே இடது பீஜத்தை எடுத்துவிட்டுக் கலக்கச்செய்தபோது ஆண்குட்டிகள் பிறந்தன வென்றும் சொல்லுகிறார். இஃது உண்மையே. இவற்றைக் கொண்டே நாம் ஆண்சிசு பெண்சிசு உற்பத்தியாக்கிக்கொள்ளலாமென்று நன்கு விளங்குகிறது. டாக்டர் பாக்மென் என்பவரின் அபிப்பிராயம் யாதெனில், தேனீயானது ஆரம்பத்திலிடும் முட்டைகளிலிருந்து பெண் ஈக்களும், முடிவில் இடும் முட்டைகளிலிருந்து ஆண் ஈக்களும் வெளியாகின்றன. அவ்விதமே ஸ்திரீகளுக்கு மாதவிடாயான தொடக்கத்தில் கருத்தரிப்பது பெண்ணாகவும், மாதவிடாயாவதற்கு முன்னுள்ள சிலநாட்களில் கருத்தரிப்பது ஆணாகவும் பிறக்குமென்பதே. இன்னும் சிலர் கருத்தாவது: இராஜோவொழுக்ககாலத்தி லுதிக்கும் முட்டை தினந்தினமும் சிற்றளவு விருத்தி யடைந்துகொண்டு கருப்பகோசத்தின் நாடிவழியாய்க் கருப்பத்தைச் சமீபித்துக்கொண்டிருப்பதால் இரஜோவூற்றம் நின்றபிறகு 7, 8-தினங்கள் கடந்து போகிக்கும்பட்சத்தில் சினை சிறிதளவாக வளர்ந்திருப்பதனாலும், சமீபத்திற்கு வந்திருப்பதனாலும், அவற்றுடன்

அதிகமாய் ஜீவரேணுக்கள் சேர்ந்து ஆண்சிசு ஜனிக்குமென்றும், இரஜோவொழுக்கம் நின்றுபோன 2, 3-தினங்களிலேயே போகிக்கும்பட்சத்தில் சினை சிறிதளவாயிருப்பதனாலும், அதிக தொலைவாயிருப்பதனாலும், அதிகமாய்ச் சீவரேணுக்கள் சென்று அவற்றுடன் கலக்கமாட்டாமையால் பெண்சிசு ஜனிக்குமென்றும் கூறுகின்றார்கள். நிற்க, மேற்கூறிய திருஷ்டாந்தங்களைச் செவ்வையாய்ப் பரிசோதித்துப் பார்க்குங்கால், ஸ்திரீயைக்காட்டிலும் அதிக தேகவலிமையுள்ள புருஷன், ஸ்திரீகளை இரஜோவொழுக்கம் நின்றுபோனபிறகு 7, 8-தினங்கள் கடந்து போகிக்கின் ஆண்சிசு உண்மையாய்க் கிடைக்குமென்று சொல்லக் கூடும். அப்படிப்பட்ட புருஷன் இரஜோவொழுக்கம் நின்றுபோன மறுதினத்திலேயே போகித்தாலும் ஆண் சிசு கிடைக்கும். ஆகிலும் ஸ்திரீ சந்தானமே கிடைப்பது நிச்சயம். ஸ்திரீயைக் காட்டிலும் குறைந்த தேகபலமுள்ள புருஷன் இரஜோவொழுக்கம் நின்றுபோன 2, 3-தினங்களிலேயே போகிக்கும்பட்சத்தில் பெண்சிசு உண்டாவதுண்மை. அப்படிப்பட்ட புருஷன் இரஜோவொழுக்கம் நின்றுபோன 7,8-தினங்கள் கழித்துச் சம்போகிக்கும் பட்சத்தில் ஆண்சிசு உண்டாகும். இவ்வாறு கோரிய வண்ணம் ஆண் பெண் ஆகிய சிசுக்களின் உற்பத்திக்குக் காரணம் தாய் தந்தையரே யாதலால், ஸ்திரீ புருஷர் ஒவ்வொருவரும் இதிற் கூறியபடி நடந்தால் நற்சந்ததிகளைப் பெறுவார்களென்பதி லையமின்று.

கருப்பையிலிருப்பது ஆண் பெண் ஆகிய இரண்டில் இன்னதென்றறியுங் கிரமம்.

(1) நாயகி உட்காரும்போதும் எழுந்திருக்கும்போதும் இடதுகையைப் பார்க்கிலும் வலதுகையை யடிக்கடி பூமியி லூன்றுவாளாயின் கருப்பையிலிருப்பது ஆண் பிண்டமாம்.

(2) கருப்பவதி எப்போதும் வலதுகைப்புறமாய்ச் சாய்ந்து படுப்பாளாயின் கருப்பையிலிருப்பது ஆண்பிண்டமென் றறியவும்.

(3) கருப்பவதி வலதுகையைப் பார்க்கிலும் இடதுகையை யடிக்கடி பூமியி லூன்றுவாளாயின் கருப்பையிலிருப்பது பெண்பிண்டமென் றறியவும்.

(4) கருப்பவதிக்கு வயிறு அதிக உயரமாயும், பெருத்து நீளமாயுமிருந்தால் கருப்பையிலிருப்பது ஆண்பிண்டமாம். வயிறு சரிவாயும் மட்டமாயுமிருக்கின் கருப்பையிலிருப்பது பெண்பிண்டமாம்.

(5) ஆண்பிண்டம் கருப்பத்தின் வலது பாரிசத்திலிருப்பதாகவும், பெண்பிண்டம் கருப்பத்தி னிடதுபாரிசத்தி லிருப்பதாகவுந் தாய்க்குத் தோற்றும்.

(6) கருப்பத்திலிருப்பது ஆண்பிண்டமானல் நாயகியின் சரீரம் பசுமையாகவும் மனம் சந்தோஷமாகவும் இருக்கும். பெண்பிண்டமானல் சரீரம் கருமையாகவும் சிற்சில சமயம் வியசனமாகவு மிருக்கும்.

(7) கருப்பத்திலிருப்பது ஆண் பிண்டமானுல் நாயகிக்குக் குறைந்த வருத்தமாகவும் கருப்பம் சுலபமாகவும் தோற்றும். பெண்பிண்டமானுல் வருத்தமதிகமாகவும் கருப்பம் பளுவாகவும் தோற்றும்.

(8) கருப்பவதிக்குப் பிரசவ காலத்தில் நாபிக்கும் மர்மஸ்தானத்திற்கு மிடையில் நோய் ஆரம்பித்துப் பின் பக்கமாய் இடுப்புக்குப் பரவுமாயின் கருப்பையிலிருப்பது ஆண்பிண்டமென் றறியவும்.

(9) கருப்பையிலிருப்பது ஆண்பிண்டமானுல் இடதுஸ்தனத்தைவிட வலதுஸ்தனம் மிகவுங்கருத்து விம்மலுற்றிருக்கும். பெண்பிண்டமானுல் இடது ஸ்தனம் கறுமையடைந்து மிகவும் பருத்திருக்கும்.

(10) ஒரு பாத்திரத்தில் தெளிந்த ஜலத்தை வார்த்து அதில் நாயகியின் முலைப்பாலில் ஒரு துளிவிட அது பரவி மிதக்காமல் கீழிறங்குமாயின் பெண்பிண்டமென் றறியவும். அது நன்றுகப் பரவி மிதக்குமாயின் ஆண்பிண்டமென் றறியவும்.

(11) கருப்பவதிகள் கேவலமான தின்பண்டங்களில் அதிக ஆசைப்படுதல், அடிக்கடி பொய்ப்பசிதோன்றுதல் முதலிய குறிகளிருக்குமாயின் பெண்பிண்டமென்றறியவும்.

(12) கருப்பவதிக்கு முகவர்ணமாறி தேகம் வெளிறித்தோன்றல், அடிக்கடி நெஞ்செரிவிருத்தல் முதலிய குறிகளிருக்கின் கருப்பையிலிருப்பது ஆண்பிண்டமென் றறியவும்.

மெய்க்கருப்பமும் பொய்க்கருப்பமும்.

(1) கருப்பவதிக்கு மூன்றுமாதத்திற்குப் பிறகு வயிறசைவு தோன்றில் கருப்பமென்றறியவும்; பொய்க்கருப்பம் மூன்று மாதத்திற்கு முன்பே அசைய ஆரம்பிக்கும்; அதனசைவும் அவ்வளவு உரத்ததாயிராது.

(2) கருப்பவதிக்கு ஆரம்பத்தில் அடிவயிறு கருக்குழியைச் சார்ந்து ஒட்டி யுள்ளடங்கிப் பின்னர் கரு வளர வளர சிறுகச் சிறுகப் பருத்துக்கொண்டேவரின் கருப்பமென்றறியவும்; கட்டியினால் தோன்றிய பொய்க்கருப்பமோ முதலிலேயே வயிறு பெருக்க ஆரம்பிக்கும்.

(3) கருப்பவதியின் வயிற்றைக் கையினாலழுத்தினால் கட்டியானால் உடனே வுள்ளழுந்திவிடும்; கையை யெடுத்தவுடனே பழையபடி வந்துவிடும்; கருப்பமாயின் கையைக் கொண்டு கட்டிடையை அழுத்தினால் அது உடனே அழுந்தாது. கையை யெடுத்தவுடனேயும் தக்ஷணமே முன்னிருந்தபடியும் வராது.

(4) கருப்பமாயின் பதினொரு மாதங்களுக் கதிகம் கருப்பத்தி லிராது; ஆனால், கட்டியாயின் நான்கு அல்லது, ஐந்துவருஷமட்டும் வயிற்றில் தங்கியிருக்கும். இதற்கு அதிகமிருப்பதுங் குறைவதுமுண்டு.

(5) கருப்பஸ்திரீ இரவில் சயனிக்கப்போகும்போது நல்ல கெட்டித்தேன், தண்ணீர் ஆகிய இவ்விரண்டையும் சமமாகச்சேர்த்து சாப்பிடக்கொடுக்கவும். காலையில் வயிறு நொந்தால் கருப்பமென்றும், நோயிராவிட்டால் பொய்க்கருப்பமென்றும் அறியவும்.

(6) கருப்பஸ்திரீ சயனிக்கப்போகும்போது பூண்டுத் திரியொன்றை யுரித்து மர்மஸ்தானத்துள் வைத்துக் கொள்ளச்செய்து காலையில் அதை எடுத்துப் பார்க்கவும். அப்படிப் பார்க்கும்போது அதில் பூண்டின் வாசனையில்லா விட்டால் கருப்பமென்றும், வாசனையிருக்கின் கருப்பமல்ல வென்றும் தெரிந்துகொள்ளலாம்.

(7) கருப்பஸ்திரீகளின் சிறுநீரை ஒருபாத்திரத்திற் பிடித்து நான்குநாள் சென்றபின் மெல்லிய சீலையில் வடிக் கட்டிப் பார்க்க அதிற் சிறு கிருமிகள் தோற்றினல் கருப்ப மென் றறியவும்; இல்லையேல் கருப்பமன்று.

(8) நாயகியின் சிறுநீரை எடுத்து அதில் பூனைக்கா ஞ்சோரி யிலையைப்போட்டு ஓரிரவுமுழுதும் வைத்துக் காலை யில் பரிசோதிக்க அந்த இலையில் செம்புள்ளிதோன்றின் கருப்பமென்றும், கரும்புள்ளி தோன்றின் கருப்பமல்ல வென்றும் தெரிந்துகொள்ளலாம்.

இன்னும் இது விஷயத்தைக்குறித்து ஸ்ரீ கண்டமகா முனிவர் அருளிச்செய்த ஜீவரக்ஷாமிருதம் என்னும் வைத்திய கிரந்தத்தில் கூறியிருப்பதாவது: இரத்தகுன்ம ரோகம், இரத்தவாத குன்மரோகம், குன்மக்கட்டி அல்லது சோணிதக்கட்டி என்பது ஸ்திரீகட்கு ருதுகாலத்திலும், முதற் பிரசவகாலத்திலும் மர்மஸ்தானத்தில் மேக முத லிய ரோகங்கள் காணுங்காலத்திலு முண்டாகிறது. அதன் காரணம்: மாப்பண்டம் மாங்காய் முதலிய வாத வஸ்துக்களை அக்காலங்களில் மிகுதியும் புசித்தல், உப வாசித்தல், தகாத காரியங்களைச் செய்தல் ஆகியவைகளே யாம். இதனுல் வாயுவானது அதிகரித்து மாதகிரவத்

தில் ஒரு துளியேனும் வெளியில் வரவொட்டாமல் உள்ளே யே தடுத்து வயிற்றைப் பருக்கச்செய்து, கருப்பமாதருக்கு உள்ள குறிகளை உண்டாக்கும். அப்போது மார்பதிரல், மசக்கை, ஸ்தனத்தில் கொஞ்சம்பால், ஆயாசம் ஆகியவைகளுண்டாகும். முன்பு மறிப்பட்டுத் தோய்ந்து மாமிசமொத்தையைப்போல் கெட்டியாகத்திரண்டு கட்டின கெட்ட ரத்தக்கட்டி யாகையால் இது வயிற்றில் கருப்பத்தைப் போன்றிருக்கும். அப்படியிருக்கினும் கரசரணுதி அவயவங்களுள்ள சிசுவைப்போலிராது. ஆனால், அச்சிசுவைப் போலவே வயிற்றில் சூலை முதலிய வுபத்திரவங்களை யுண்டாக்கி விலாப்பக்கங்களிற் பாய்வதும், மிகுந்தசைவதும், சிற்சிலவேளை கொஞ்சமாய் அசையுங்குறி யுண்டாகும். ஆனால், சிசுவைப்போல் விருத்தியடையாததும், கருப்பத்தைப்போல் வயிற்றைப் பருக்கச் செய்யாததும், குன்மத்தையே விருத்தியடையச் செய்வதும், நெடுநாட் சென்று அவுடதங்களால் விழுவதும் விழாததுமாக விருப்பதே இதன் வித்தியாசமாம். சிலருக்குப் பிரசவவேதனைபோல் கண்டு இரத்தக்கட்டி வெளிப்படுவதுமுண்டு.

கருப்பத்தில் சிசு மரித்திருப்பது.

(1) சிசு கருப்பத்தி லிறந்துபோனுல் ஸ்திரீக்குக் குளிர்சுரம் வரும்; நடுக்கந் திடீரென் றுண்டாகும்.

(2) வயிற்றில் புரட்டலும் வேதனையு முண்டாகும்; தாகமதிகரித்திருக்கும்.

(3) மூச்சுவிடுங் காற்றில் நாற்றமடிக்கும்; மார்பு தளர்ச்சி கொடுக்கும்.

(4) வயிறு சில்லிட்டும் பளுவாகவுமிருக்கும். ஸ்திரீ படுக்கையில் புரண்டால் வயிற்றில்கூட மிகவும் பளுவான ஓர் துண்டு உருண்டதுபோல் தோன்றும்.

(5) அடிவயிறு தளரும். கர்ப்பரோய் ஆரம்பமானால் யோனியிலிருந்து ரத்தத்துடன் சேர்ந்த திரவம் நாற்றத்துடன் வெளிவரும். தொப்புட்கொடி வெளிவந்தவுடன் அதில் நாடி நின்றிருக்கும்.

(6) ஸ்திரீயின் வயிற்றில் சிசுமரித்திருந்தால் தனங்கள் தளர்ந்து துவண்டுபோய்விடும். நாபியைச் சுற்றிலும் குளிர்ச்சியாயும், சிறுநீர் தடிப்பாய் அல்லது குழம்பாய்த் துர்நாற்ற முள்ளதாயு மிருக்கும்.

(7) வெந்நீரில் கையை நனைத்துக் கருப்பவதியின் வயிற்றின்மேல்வைத்தால் சிசு உயிருடனிருக்குமாயின் அவ்வுஷ்ணத்தை யாற்றாது பிண்டத்தி லசைவுதோற்றும்.

(8) கருப்பவதி நித்திரை மயக்கம்போன்ற மயக்கமுற்று, இறந்தவர்களைப்போன்ற சொப்பனங்கண்டு திடுக்கிட்டுப்பயப்பிராந்தி யடைவாளாயின் கருப்பத்தில் சிசு மரித்திருக்கிறதென் றறியவும்.

(9) புசிக்கத்தகாத வஸ்துக்களைப் புசிக்க விரும்புவாள். வாயினின்று வரும் வாசம் துர்க்கந்தமுற்றதா யிருக்கும். எப்போதும் மேல்மூச்சம், தலைவலியுமாய் அரட்டல் புரட்டலோ டிருப்பாள். சரியான நித்திரை யிராது.

(10) சிசு இறந்தபின் பிரசவம் சாதாரணமாய் ஆனால் ஆயுதங்களின் சகாயம் வேண்டுவதில்லை. அவ்வித

மில்லாமல் கஷ்டப்பிரசவமென்று தோன்றினால், சிசு தலை யில் துவாரஞ்செய்து கிட்டிபோன்ற ஆயுதத்தினால் தலை யைக் கெட்டியாக அழுத்தி, எலும்புகளை நலங்கச்செய்து பிண்டத்தை வெளிக்குக்கொண்டுவரவேண்டும். இந்த ஆயு தப் பிரயோகம் செய்வதற்குமுன் குறட்டினால் இழுத்தால் சிசு வருமோ வீகாதோவென்று முதல் தீர்மானித்துக்கொ ள்ளவேண்டும். சிறந்த டாக்டர்களே இதற்குத் தகுதி யானவர்கள்.

கருப்பச் சின்னங்கள்.

ஒரு ஸ்திரீ கருப்பவதியானவளென் றறிந்துகொள்வ தற்கு அனேக சின்னங்களுள்ளன. அவற்றுள் ஒன்றிரண்டு மாத்திரமே காணப்படும்பொழுது சந்தேக மிருப்பினும் நாலைந்து சேர்ந்து காணப்படுங்கால் கருப்பமுண்டாயிற்றெ ன்று நிச்சயமாய்ச் சொல்லக்கூடும். இந்தச் சின்னங்களை அடியில் ஒன்றின்பின் ஒன்றாகக் கூறுவாம்.

1-வது குறி, தூரம் நிற்றல்.

தூரம் நிற்றல் என்றால், மாதாந்தருது நின்றுவிடுத லேயாம். ஆரோக்கியவதிகளாகிய பெண்களுக்கு இது முக் கிய குறிப்பாயிருப்பினும், சிலருக்கு நோய் முதலிய கார ணங்களாலும் தூரம்நின்றுபோகலாமாதலின், இதர சின் னங்களையும் பார்க்கவேண்டும். மேலும், சிலருக்குக் கருப் போற்பத்தியான சில மாதங்கள்வரைக்கும் மாதாந்தருது வந்துகொண்டே யிருக்கும். எங்கோ ஒவ்வொருவருக்கு மாதாந்தருது இல்லாமலே கருப்போற்பத்தியாகும்.

2-வது குறி, கர்ப்பச்சலனம்.

இதைத்தான் அனேக ஸ்திரீகள் வெகு முக்கியமான கர்ப்பச்சின்ன மென்கிறார்கள். வயிற்றுக்குள் நான்காமாதக் கடைசியில் ஒரு சலன முண்டாகும். இச்சலனமானது, கருப்பத்துக்குள் ளிருக்கிற குழந்தை சுற்ற வாரம்பிப்பதனால் உண்டாகிறதென்றும், அக்குழந்தைக்கு அப்போதுதான் உயிர் வந்ததென்றும் ஸ்திரீகள் நினைக்கின்றார்கள். இவ்வெண்ணம் முற்றிலும் பிசகாயிருப்பினும், அவர்களுள் சர்வசம்மதமாயும் சாதாரணமாயு மிருக்கிறது. ஏனெனில், கருப்போற்பத்தியான நிமிஷத்திலேயே குழந்தைக்குச்சீவனுண்டாகிறதென்றவர்களின் அபிப்பிராயப்படி இக்கர்ப்பச் சலனம் குழந்தை கருப்பாசயத்தில் சுற்றுவதனால் உண்டாவதென்பது மிக்க சந்தேகம். ஆனால், கருப்பையானது நான்காமாதக் கடைசியில் உயரக் கிளம்புவதனால் இச்சலன முண்டாகிறதென்பது அனேக டாக்டர்களின் அபிப்பிராயம்.

3-வது குறி, பகவர்ணம்.

பகமார்க்கத்தின் உட்டோல் சாதாரணமாய்ச் சிவப்பு நிறமடைந்திருந்து, கருப்போற்பத்தியான பிற்பாடு நீலநிறமாக மாறிப்போகும். ஒரு சிறிய கண்ணாடிக்குள் பகத்தின் பிரதிபிம்பத்தைக் காணுவதினால் இந்த வர்ணத்தைச் சுலபமாய்த் தெரிந்துகொள்ளலாம். தொடக்கக்குறிகளில் இது மிகவும் நம்பத்தகுந்தது.

4-வது குறி, விடியற்கால ஓக்காளிப்பு.

ஸ்திரீகளுக்குக்கருப்போற்பத்தியாகி 15, 20-தினங்களுக்குப் பிற்பாடு வயிற்றில் ஓக்காளிப்புண்டாகி விடியற்

காலத்தில் வாந்திபெடுப்பார்கள். மேலும், சிலருக்கு அன்னங்கூட அருவெறுப்பாயிருக்கும். இந்த வமனம் மூன்று நான்கு மாதங்கள் வரைக்கும் உண்டாகும். சிலருக்குச் சற்றேறக்குறையப் பிரசவகாலம்வரைக்கும் நின்று மிகுந்த கஷ்டத்தை யுண்டாக்கும். ஒரோவொருவருக்கு வமன முண்டாகவேமாட்டாது.

5-வது குறி, உமிழ் எச்சில் அதிகரித்தல்.

கருப்பவதிகளுக்கு வாயில் விசேஷமாய் நீரூறி ஒக்காளிப்பா யிருப்பதனால் உமிழ் அதிகமாகி ஒவ்வொரு சமயம் சொள்ளுநீரு மொழுகும். இது சாதாரணமாய்ச் சொற்ப தினங்கட்குமாத்திரமேயிருக்கும். சிலருக்குப் பிரசவகாலம் வரைக்குமிருக்கும்.

6-வது குறி, ஸ்தனங்களில் உண்டாகும் மாற்றங்கள்.

கருப்போற்பத்தியான இரண்டாமாதத்தில் ஸ்தனங்கள் பருக்கத்தொடங்கிக் கொஞ்சம் கொஞ்சம் வலிதோன்றும். அதன்பின் அவை பெரிதாகிக் கெட்டிப்படும். ஸ்தனக் காம்புகளும் அவற்றைச்சூழக் கொஞ்சம் பாகமும் கறுமை பாய்ந்து மேல்நோக்கி யுப்பும். சில மாதங்கள் சென்ற பின்னர் ஸ்தனக்காம்பைப் பிதுக்கிப்பார்க்கின் நீர்போன்ற திரவத்துளிகளாவது பாலாவது வரும். ஒருசமயம் வியாதியினால் தூரம் நின்றுபோகுங் காலத்திலுங்கூட ஸ்தனங்களில் மேற்கூறிய மாற்றங்கள் காணப்படும். அன்றியும், சில ஸ்திரீகளுக்குக் கருப்போற்பத்தி யில்லாமலே ஸ்தனங்களில் பாலூறுவதுண்டென்றும், சில கிழவிகளுக்கும் கன்னிகைகளுக்கும் புருஷர்களுக்கும் தேய்ப்பதாலும் பிடிப்ப

தாலும் பாலுண்டாகி, அவர்கள் தாதிகளாய்க்கூட இருப்ப துண்டென்றும் வைத்திய சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன.

7-வது குறி, சிசுவின் இருதபத்தோனி.

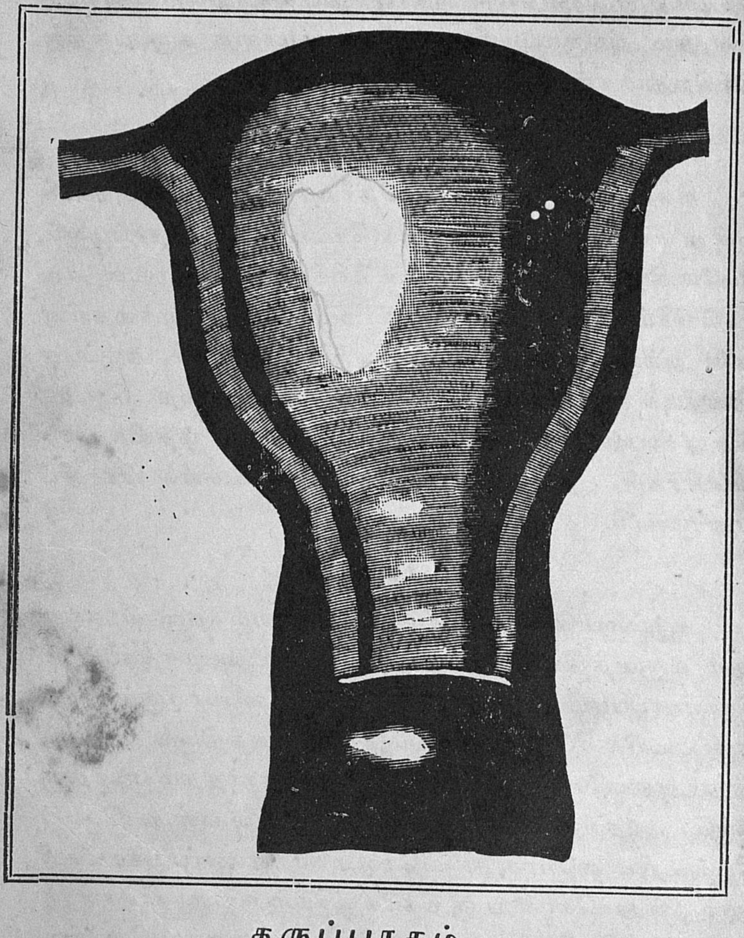
கருப்போற்பத்தியான நாலைந்து மாதங்களுக்கு மேல், அடிவயிற்றின்மேல் செவியூன்றிக் கேட்குங்கால், உட்பிண்டத்து ஈரல் குலையானது துடித்துக்கொண்டிருப்பது நுட்பமாய்க் காணப்படும். ஆண் சிசுவாயின், நிமிஷமொன்றிற்கு 130, 135-துடிப்புகளிருக்குமென்றும், பெண்சிசுவாயின் 140, 145-துடிப்புக ளிருக்குமென்றும் வைத்திய சாஸ்திரிகள் கூறுகின்றார்கள்.

8 - வது குறி.

ஸ்திரீக்கு ஐந்தாமாதக் கடைசியில் குறிகளெல்லாம் சந்தேகமில்லாமல் காணப்படும். குழந்தை கருப்பாசயத்தில் நீந்திக்கொண் டிருக்கும். இந்த மாதத்தில் மருத்துவச்சி அங்குலப் பரீக்ஷையினால் குழந்தையிருப்பதை அறியக்கூடும். அஃதெப்படியெனில், ஸ்திரீயின் மர்மஸ்தானத்தை விரலால் பரீக்ஷைசெய்தால் காணப்படும். அங்குலத்தால் மேலே தூக்கினால் கீழே யிருக்குங் குழந்தை கர்ப்பநீரின்மேல் கிளம்புவது விரலுக்குத் தென்படும். இதற்கு இங்கிலீஷில் பலாடிமா என்று சொல்லுவார்கள். இந்தக் குறி, கருப்பத்தைத் தெரிவிக்குங் குறிகளில் மிக முக்கியமானது. இந்தக் குறியினால் ஸ்திரீ கருப்பமுற்றாளென்று சந்தேகமின்றிச் சொல்லலாம்.

9 - வது குறி.

ஆறுமாதம் கருப்பாசயம் பெரிதாய்த் தொப்புளைத் தொட்டுக்கொண் டிருக்கும். கருக்கொடியில் ரத்தம் பரவு



கருப்பாசம்.

129-வது. பக்கம்.

கிறதும், குழந்தையின் மார்பு துடிக்கிறதும், பலாடுமா என்னும் அங்குலப் பரீக்ஷையினால் குழந்தை கருப்பத்தில் திரிகிறதும் நன்றாய்ப் புலப்படும்.

10-வது குறி, வயிறு வளர்வது.

சிசுவாட்டம் தாய்க்குத் தெரியத்தொடங்கின பிற்பாடு வயிறு கிரமமாய்ப் பெருத்துக் கெட்டிப்படும். தொப்புளும் மேலே கிளம்பின தாய்க் குழிவு நீங்கி அடிவயிற்றுடன் சமமாகிவிடும். மர்மஸ்தானத்தின் வழியாய்க் குழந்தையின் தலை அங்குலப்பரீக்ஷையினால் நன்றாய்த் தெரியும். கருப்பத்தின்மேல் கைவைத்துப் பார்த்தால் குழந்தை திரும்புகிறது ஸ்பஸ்டமாய் விளங்கும். பத்தாமாத முதலில் பிரசவிப்பார்கள். சிலர் ஒன்பதாமாதக் கடைசியில் பிரசவிப்பது முண்டு.

கருப்பாசயம்.

கருப்பை யென்னப்படும் கருப்பாசயம் தசையாலானதும் உருவத்தில் சற்றேறக்குறைய தட்டையாக்கப்பட்ட கொய்யாப்பழம் போன்றதுமான ஒரு பையாயிருக்கிறது. கருப்பையில் சிலேஷ்ம சவ்வும் ரத்தாதிகத்தினால் ஸ்தூலித்து அதன்மேல் சதையைப்போன்ற பதார்த்தம் படிந்திருக்கும். அதற்கு இங்கிலீஷில் டெஸிடியுஅ என்று பெயர். மேற்கூறிய பையானது விசேஷமாய் எல்லாப் பக்கங்களிலும் ஒன்றுக்கொன்று குறுக்கே ஓடுகின்ற தசைநார்களால் ஆக்கப்பட்டு இரத்தக் குழாய்கள் நிறைந்ததா யிருக்கின்றது. அஃது இரண்டு விசேஷித்த பாகங்களாகப் பிரிக்கப்பட் டிருக்கிறது. அவ்விரண்டில் பெரிதான மேற்பாகமே

சிசு இருப்பதற்கான இடமாம். கீழ்ப்பாகம் கர்ப்பகாலத்தில் ஓர்வித தடிப்புண்ட பசையாகிய ஆப்பினால் மூடப்பட்டிருக்கும். சிசு வளரவளர கர்ப்பாசயமும் ஏறக்குறைய கையளவிருந்து ஒரு அடியளவு வளர்ந்துகொண்டே வரும். பூரண கருப்பகாலத்தில் அஃது ஒரு சுரைக்காயைப்போன்றிருக்கும். விந்துவைக் கிரகித்துக் கருவை யுண்டாக்கிப் பக்குவப்படுத்தித் தக்க காலத்தில் சிசுவை வெளிப்படுத்துவதே கருப்பாசயத்தின் பிரயோசனமாகும்.

கருப்போற்பத்தி.

ஸ்திரீபீஜங்களில் ஒவ்வொருமாததூரகாலத்தில் ஒரு சிற்றணுமாத்திரமான சினை முதிர்ந்து வெளிப்படும். சில சமயம் வலது பீஜத்தினின்றும், மற்றொரு சமயம் இடது பீஜத்தினின்றும் இச்சினை வெளிப்படுகின்றது. அச்சமயம் அதனருகிலுள்ள கருப்ப நாடியானது கிண்ணிபோன்றிருக்கும் தனது நுனியை நீட்டி அச்சினையைப் பற்றிக்கொள்ளும். பின்னர் அது தினேதினே விருத்தியடைந்து, அந்நாடியின் வழியாய் மெல்ல மெல்ல நகர்ந்துவந்துகொண்டிருக்கும். அப்படி வரும்பொழுது அச்சினைக்குப் புருஷவீரியத்திலுள்ள ஜீவரேணுக்கள் எதிர்ப்பட்டு அவற்றினிணக்கம் கைகூடுமாயின் கருப்பஞ் சித்திக்கும். இல்லாவிடின், அது மெல்ல மெல்லக் கருப்பகோசத்தைச் சேர்ந்து அதிலுள்ள திரவத்துளிகளுடன்கூடிப் பகமார்க்கத்தின்வழியாய் வெளிவந்துவிடும். இப்படிச் சில பெண்களுக்குத் தூரம் நின்றுபோன 4-தினங்களுக்குள்ளாகவே சினை வெளிச்சென்றுவிடும். சிலருக்கு 7, 8-தினங்கள்வரைக்கும் நின்றிருக்கும்.

சம்போகத்தின் முடிவில் புருஷனது வீரியம் பக மார்க்கத்தி னிறுதியில் பீச்சப்பட்டுக் கருப்பகோசத்தின் வாயினு ளிழுக்கப்படுகின்றது. அங்கிருந்து அதிலுள்ள ஜீவரேணுக்கள் ஆயிரமாயிரமாகக் கருப்ப பிலத்தின் வழியாய் உட்சென்று நாலண்டையும் வியாபிக்கின்றன. அப்படிச் செல்லுமவற்றினுள் சில ரேணுக்கள் ஸ்திரீ பீஜத்தினின்று வந்துகொண்டிருக்கும் சினையை எதிர்கொண்டு அதனுள் நுழையும். இவ்வெதிர்க்கொள் கருப்பகோசத்திலாவது, கருப்ப நாடிகளிலாவது, அதன் நுனியிலாவது, என்றால், அச்சமயத்தில் சினை எவ்விடத்து இருக்குமோ அவ்விடத்தில் உண்டாகும். விசேஷமாய்க் கருப்பநாடிகளிலுண்டாகும். ஜீவரேணுக்களுடன் கலந்த பின்னர், அச்சினை தனக்குள் திரிபுகள் பெற்று, நாடியின் வழியே கருப்பகோசத்தினுள் மெல்லெனச் சென்று, அதனுட்டோலில் அப்பொழுது ஏற்பட்டிருக்கும் சிறு சிறு மடிப்புகளிலொன்றோடு ஒட்டி நிற்கும். இப்படி நிற்பதே கருப்போற்பத்தியாம். இது சாதாரணமாய் ஸ்திரீகளுக்குத் தெரியாமலேயுண்டாகும். ஆயினும், சில ஸ்திரீகள்மாத்திரம் தமக்கு அப்போதுண்டாகும் ஒருவிதமான மயக்கத்தினால் கருப்போற்பத்தியானதைத் தெரிந்துகொள்ளுவார்கள்.

ஸ்திரீபிஜத்தினின்றும் வெளிப்படும் சினை அணுவளவினதென்று சொன்னோம். அது அங்குலத்தில் சுமார் 200-ல் ஒருபங்கு பரிமாணமுள்ளது. இதனுள் பிரவேசிக்கும் ஜீவரேணுக்களொவ்வொன்றும் அங்குலத்தில் 600-ல் ஒருபங்கு நீளமும், 50,000 - ல் ஒருபங்கு கனமுமுள்ளதாகும். ஒருதுளி வீரியத்தில் ஆயிரம் பதினாயிரம் ஜீவ

ரேணுக்களிருக்கும். சினைக்குள் பிரவேசிக்கும் ஜீவரேணு க்களின் தொகையை நிச்சயிக்க முடியாது. ஆயினும், குறைவான தொகை பிரவேசித்தால் பெண்சிசுவும், அதிக மான தொகை பிரவேசித்தால் ஆண்சிசுவும் உற்பத்தி யாகுமென்பது சாஸ்திரிகளின் அபிப்பிராயம்.

கருப்பத் துவாரத்திலிருந்து உட்பக்கம் ஊர்ந்துசெல் லும் ஜீவரேணுக்களில் சில சினையிருக்கும் பிரதேசத்தி ற்கு நேரே போகும்பட்சத்தில் 2, 3-நாழிகைக்குள்ளா கவே அதற்குள் பிரவேசிக்கலாம். அவ்வாறு போகாதபட் சம், சினையும் ஜீவரேணுக்களும் கலந்துகொள்ளுவதற்கு 7, 8-தினங்கள்கூடப் பிடிக்கலாம். ஒருகால் கலக்காமலே போகலாம். கருப்பகோசம் சவுக்கியமான நிலைமையி லிருக் கும்பொழுது ஜீவரேணுக்கள் 10-நாள் வரைக்குங்கூடப் பிழைத்திருக்கலாம். ஆதலால், கருப்போற்பத்தி லபிக்கும் பொழுது, சம்போகத்திற்குப் பிற்பாடு எவ்வளவுகாலத்திற் குமேல் நேரிட்டதோ அதைச் சரியாய் நிருணயிக்க முடியாது.

ஸ்திரீபீஜத்திலிருந்து வெளிப்படும் சினைதூரம்நின்ற பிற்பாடு 4-தினங்கள் முதல் 8-தினங்களுக்குள்ளே கருப்ப கோசத்திலிருந்து சென்றுவிடுமென்று மேலே கூறியிருக் கின்றோம். ஆதலின், கருப்போற்பத்தி சாதாரணமாய் அந் தக்காலத்திலேயே சித்திக்கவேண்டும். சிலசமயம் தூரத் திற்கு 2, 3-தினங்களுக்கு முன்னுகச் சம்போகம் நடந்தி ருக்கின், ஜீவரேணுக்கள் கருப்பகோசத்திற்குள்ளே சென் றிருந்து, பிறகு உற்பத்தியாகும் சினையுடன் சேர்ந்து கருப் போற்பத்தியை உண்டாக்கும்.

கருப்பகோசத்து உட்டோலிலாவது பகமார்க்கத்திலாவது கெட்டதிரவங்கள் ஊறி பொழுகிக்கொண்டிருக்குமாயின், அவை வீரியத்திலுள்ள ஜீவரேணுக்களைக் கொன்றுவிடும். ஓரோர்காலத்தில் இந்த ஜீவரேணுக்கள் சினைக்குள் சேரக்கிடைத்தாலும் அச்சினை பிழைக்க வொண்ணாது. மேலும், கருப்பகோசத்து உட்டோல் வீங்கியாவது புண்பட்டாவது இருக்குமாயின், அந்தச்சினை யதை பொட்டிக்கொண்டு நிற்கமாட்டாமல் வெளிப்பட்டுப்போய்விடும்.

ஸ்திரீபீஜங்கள் வியாதிக்குட்பட்டிருந்தால், அதிலிருந்துவரும் முட்டை நிர்ச்சீவமாயாவது, பலவீனமாயாவதிருக்கும். ஆதலால், அது ஜீவரேணுக்களின் சேர்க்கையிலிருந்து விருத்தியடைந்து பிழைக்கமாட்டாது. தூரமானது காலக்கிரமமில்லாமல் நேரிடும்பொழுதும், சிலகாலம் நின்றுபோய்விட்டபொழுதும், ஸ்திரீபீஜங்கள் ஆரோக்கிய நிலைமையி லில்லையென் றெண்ணத்தகும். மேலும், ஸ்திரீபீஜங்களை யொட்டினாற்போ லிருக்கும் கருப்பநாடிகளில் தடைகளெவையேனும் உண்டாயிருக்கும்பொழுதும், அவற்றின் உட்டோல் வீங்கிப் புண்பட்டிருக்கும் பொழுதும் கருப்பஉற்பத்திக்குப் பங்கமுண்டாகும்.

புருஷனது மூத்திரநாடி வியாதியினால் மெலிவுற்று லிங்கம் சுருங்கியிருக்குங் காலங்களில் மாத்திரம் மூத்திரவொழிவிற்கு இடமுண்டாய்ச் சம்போககாலத்தில் லிங்கம் கிளப்பமுற் றிருப்பதினால் வீரியவிறைப்புக்கு எள்ளளவும் வழியில்லா திருக்கையிலும், ஹஸ்தப் பிரயோகமுதலிய துரப்பியாசங்களினாலாவது அதி சம்போகத்தினாலாவது

வியாதியினுலாவது பீஜங்கள் ஆரோக்கியங் கெட்டு வீரிய முற்பத்தியே யாகாமலிருக்கையிலும், உற்பத்தியானுலும் அதிலுள்ள ஜீவரேணுக்களுக்கு ஜீவசக்தி சிறிதுமில்லாத பொழுதும், குறைவாயிருக்கையிலும், மலடு முதலிய காரங்களினுலாவது, மூத்திரநாடியின் உட்டோல் புண்பட்டிருப்பதினுலாவது, அதில் விஷநீர்கள் ஊறிக்கொண்டிருப்பதினுலாவது, அதன் வழியாய்ப்போகும் வீரியத்திலுள்ள ஜீவரேணுக்களின்பலம் கெட்டுப்போகையிலும் கருப்போற்பத்தி நேரிடமாட்டாது.

இரதிகேளியில் அபரிமிதமான ஆசக்தியுள்ள ஸ்திரீ புருஷர்களுக்குச் சந்தானமுண்டாவதரிது. ஏனெனில், அப்படிப்பட்ட புருஷன் போகாந்தத்தில் லிங்கத்தை மிகுந்த வலிமையுடன் அழுத்துவதனுல் கருப்பகோசத்தின் வாய் பொறுக்கமாட்டாமல் வீரியத்தை எள்ளளவுமிழுக்காமலே சரேலென்று பின்னுக்குப் போய்விடும். மேலும், அதிசம் போகத்தினுல் புருஷனுடைய வீரியம் வலிமைகெட்டு அதிலுள்ள ஜீவரேணுக்கள் பலவீனங்களா யிருக்கும். வெகு அதிகமாகிய ரதிபிரீதியுள்ள பெண்களில் கருப்பகோசபிலத்திற்கு வீரியத்தை யிழுக்கும் சக்தி குறைவாயிருக்கும். ஆதலினுல் சம்போகவிறுதியில் லிங்கம் மெலிவுற்றுக் குறியதாகிவர அதன் பின்னேயே பகமார்க்கம் சுருக்கமுற்று வந்துகொண் டிருக்குங்கால், ஒரு துளியாவது இழுக்கப்படாமல் வீரியமுழுவதும் வெளிப்பட்டு வந்துவிடும். இவைமுதலிய காரணங்களால் கருப்பபங்க முண்டாகும்.

கருப்பாசயத்தில் சிசுவளருங் கிரமம்.

கருப்பாசயத்திலுள்ள கருவானது கண்ணுக்குச் சற்றுந் தோன்றாமல் ஒருகடுகு பிரமாணமாயிருக்கும். முதலாமாதக் கடைசியில் அக்கரு ஒரு பெரிய எறும்பின் பரிமாணத்திற்கு அதிகப்படாம லிருக்கும். அப்போது சிசுவின் அம்சம் கண்ணுக்குத் தோற்றாது. இரண்டா மாதத்தில் அது ஏறக்குறைய ஒரு அங்குல நீளமுள்ளதா யிருக்கும். அப்பொழுது சிசுவின் உடலினும் தலை சற்றுப்பெரிதாய் கைகால்கள் உண்டாகத் தொடங்கும். மூன்றுமாதத்தில் சிசு ஏறக்குறைய கையினளவு நீளமுள்ளதா யிருக்கும். அப்பொழுது கை கால்களின் விரல்கள் கண்ணுக்குத் தோன்றும். நாலாமாதக் கடைசியில் சிசு ஏறக்குறைய ஆறு அங்குல நீளமுள்ளதா யிருக்கும். அப்பொழுது அது ஆணோ பெண்ணோ என்பதை அறியக்கூடும். இந்தச் சமயத்திற்றான் பிண்டசலனம் என்னப்படும் சிசுவின் அசைவு கருப்பாசயத்தில் முதன்முத லுண்டாவதைத் தாயானவள் அறிவாள். அஃது ஒரு பட்சிதன் சிறகை அடித்துக்கொள்வதுபோ லிருக்குமென்று விவரிக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஐந்தாமாதத்தில் சிசு ஏறக்குறைய ஒன்பது அங்குல நீளமுள்ளதாயிருக்கும். இந்தக்காலத்தில் அது பிறந்தால் தன்னைச் சுற்றிலுமுள்ள ஆகாயத்தை சுவாசிக்கக்கூடாமல் உடனே மரித்துப்போகும். ஆறுமாதத்தில் அது ஏறக்குறைய சுமார் ஒரு அடி நீளமுள்ளதாயிருக்கும். அப்பொழுது பிறந்தால் அது ஒன்று அல்லது இரண்டுமணிநேரமாத்திரம் உயிரோடிருக்கும். ஏழாமாதத்தில் ஏறக்குறைய பதினைந்து அங்குல நீளமுள்ளதாயிரு

ந்து மயிரும் புருவங்களும் வளர்ச்சியுற்றிருக்கும். அப்பொழுது பிறந்தால் பிள்ளை வளராமல் சிலநாள் உயிரோடிருக்கலாம். எட்டாமாதத்தில் அது ஏறக்குறைய பதினாறு அங்குல நீளமுள்ளதாயிருக்கும். அப்பொழுது பிறக்கும் பிள்ளை பலவீனமாயிருந்தபோதிலும் உயிரோடிருக்கும். இன்னும் பிண்ட வளர்ச்சியைக்கருப்பவிருத்தியிற் காண்க.

கருப்பாசயத்தில் சிசு போஷிக்கப்படுங் கிரமம்.

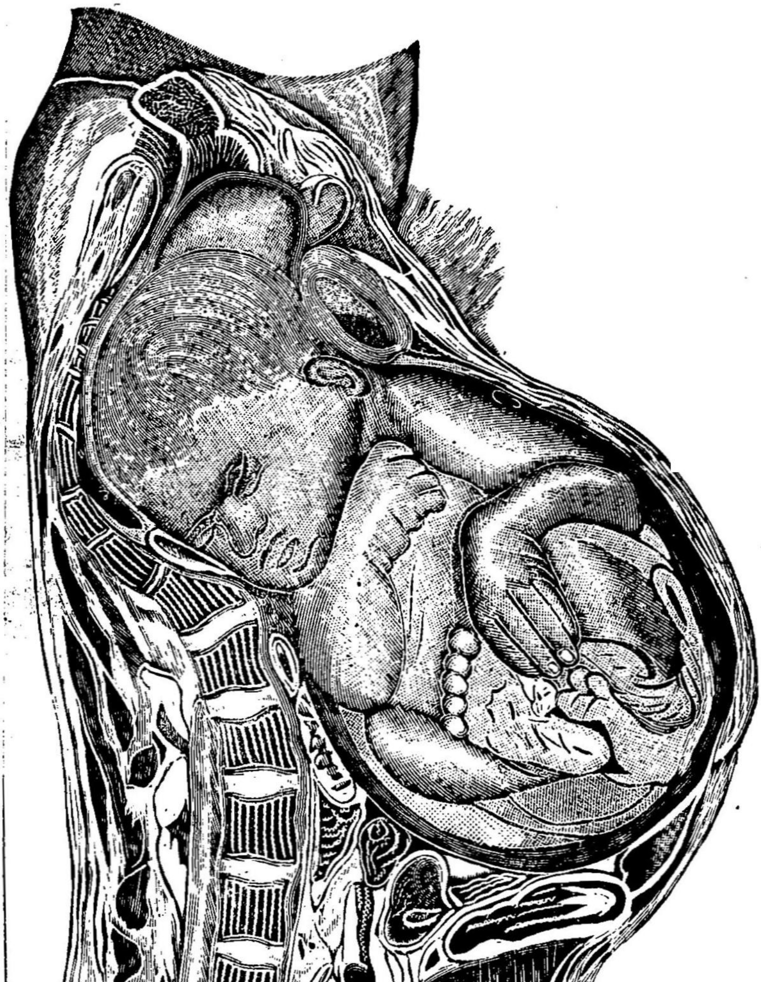
தாயினது உதிரம் இருக்கும் ஸ்திதிக்குத் தக்கதாக அவளது தேகத்தன்மையும் பிண்டத்தின் நிலைமையும் ஒத்திருக்குமென்பது யாவர்க்குந் தெற்றென விளங்கும். யாங்ஙனமெனின், தாய் சாப்பிடும் அன்னமானது ரசமும் சக்கையுமாகப் பிரிந்து, சக்கை மலம்மூத்திரம் வியர்வையாக வெளிவந்துவிடுகிறது. ரசமோ உதிரமாகமாறி இரத்தக் குழாய்களின் மூலமாய் அவயவத்தின் ஒவ்வொரு உறுப்புக்கட்கும்சென்று அவற்றிற்குவேண்டும் வஸ்துக்களைச் சவதரிக்கின்றது. தாயின் இரத்தமானது எந்தநிலைமையிலிருக்கிறதோ அதற்குத் தக்கதாக அவளது மூளை இருதயம் நுரையீரல் வயிறு ஈரல் கண் காது தோல் நரம்புகள் முதலியவற்றின் தன்மைகளுமிருக்கும். தாயினது அவயவத்திற்கு வேண்டிய வஸ்துக்களைச் சேகரிக்குந் தாயினது ரத்தமே சிசுவினது அவயவத்தையும் போஷிக்கின்றது. ஆகையால், தாயினது உதிரத்தில் ஒளித்திருக்கும் அசுத்தமும் வியாதிகளும், தாயினது அம்சங்கட்குமட்டுமல்ல, சிசுவினது அம்சங்கட்கும் செல்லுகின்றன. ஆகவே சிசுவினது அம்சங்கட்குச் செல்லும் உபகாரணங்கள் குற்ற

முள்ளவைகளாகவும் நோய்ப்பட்டவைகளாகவு மிருக்கின், சிசுபலவீனமாகவும் நோய்ப்பட்டவையாகவுமிருக்குமென்று தெரிந்துகொள்ளவேண்டும். கருப்பாசயத்தில் சிசு தாயின் இரத்தத்தால் போஷிக்கப்படுகிறதென்று சொன்னோம். அது ஏறக்குறைய ஒருமுழ நீளமான தொப்புட்கொடி என்னப்படும் நாபிக்கொடியினால் கருப்பையின் உட்பக்கத்தில் ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும் மாயை அல்லது அணையம் என்னப்படும் ஜவ்வுப்போன்ற வஸ்துவாகிய நஞ்சோடு சிசுவானது இணைக்கப்பட் டிருக்கிறது. கருப்பையின் பக்கங்களும் நஞ்சும் இரத்தக்குழாய்களால் நிறைந்திருக்கின்றன. இந்த இருவகை இரத்தக்குழாய்களுக்கும் நெருங்கிய வாய்க்கால் சம்பந்த மில்லையாயினும், தாயின் இரத்தத்திலுள்ள சுத்தாகாயம் இவைகள்மூலமாய்ச் சென்று சிசுவின் இரத்தத்தைச் சுத்தமாக்கக்கூடிய அவ்வளவு மெல்லியவைகளா யிருக்கின்றன. நாபிக்கொடியில் மூன்று இரத்தக் குழாய்களுண்டு. இவைகளுள் இரண்டு குழாய்களின் வழியாய்ச் சிசுவிற்குச் சுத்தரத்தஞ் செல்லும். மற்ற ஒருகுழாயின் வழியாய் அசுத்தரத்தம் பெரும்பாலும் நல்லரத்தமாக்கப்படும். அணையத்திற்குச் செல்லும் நாபிக்கொடியைத் துண்டித்துவிட்டால் அல்லது ரத்தம் அதன் வழியாய்ச் செல்லாதபடி யிறுக்கிவிட்டால், சிசு கருப்பாசயத்தைவிட்டு வெளிப்படுமுன்னர் கழுத்தைச் சுற்றிக் கொடி மாட்டிக்கொண்டு பிறக்கும். அப்படிப் பிறந்தாலும் சுவாசமில்லாமல் திக்குமுக்குப்பட்டுச் சாகும். மேற்கண்டவிதமாகப்பிறப்பதைத்தான் நம்மவர்கள் மாலையிட்டுப் பிறந்ததென்றும் சக்கரந்தரித்துப் பிறந்ததென்றும் வதந்தி செய்கிறார்

கள். ஆனால், கருப்பாசயத்தில் சிசு வளருங்கிரமம் மிகவும் ஆச்சரியமானது. ஒரு கடுகினளவு சிறிதான கருவிலிருந்து அடிக்கடி பெற்றோரின் சாயலைக் கிரகித்துக்கொள்ளுமோர் சிசு உண்டாகிறது. தாயின் பிரயாசையின்றி அதில் அநேக மாறுதல்கள் நடக்கின்றன. சாதாரணமாய் அவளுக்கு அவைகளைக் குறித்து ஒன்றும் தெரியாது. ஆலோசனையில் மகா மகத்துவரும் சர்வஜீவதயாபரருமாகிய சிருஷ்டிகர்த்தரின் வல்லமை நன்கு விளங்கும்.

கருப்பிண்டத்தின் இரத்தச்சுழல்.

தாயினுடைய ரத்தம் கருப்பையிலிருக்கிற நரம்பிற் கேறி அதிலிருந்து நஞ்சுக்கொடி நாளம்வழியாக உந்தியிற் பிரவேசித்துக் கல்லீரலுக்குப் போகும். பின் அதிலிருந்து ஒரு குழல்வழியாக அதோபிரஹன் நாளத்திற்குச் சென்று, கால்களிலும் வயிற்றுறுப்புக்களிலுமிருந்து வருகிற கெட்ட ரத்தத்தோடு கலந்து வலது சிரவத்திற்குப் போய்ப் பின் இடது சிரவத்திற் பிரவேசிக்கும். அதன்பிறகு அதிலிருந்து இடது ஜடாத்தி லிறங்கிப் பெருநாடி வழியாய்ச் சிரசிற்கும் கைகளுக்கும்போய் வியாபித்து, மறுபடியும் ஊர்த்தபிரஹன் நாளமார்க்கமாய் வலதுசிரவத்திற்கு வரும். பின் அதிலிருந்து வலதுஜடாத்திலிறங்கும் புப்புசமானது கட்டியாயும் காற்றுப்புக இடமில்லாமலு மிருப்பதால், வலது ஜடாத்திலிருக்கிற ரத்தத்திற் கொஞ்சம் புப்புசத்திற்குச்சென்று, மற்றதெல்லாம் ஒரு குழல்வழியாகப் பெருநாடியி லிறங்கிக் கொஞ்சம் கால்களுக்குப்போய் மற்ற ரத்தம் உந்திக்கு வரும். அதைத் தொப்புட்கொடிநாடிகள்



கருப்பையிலிருக்கிற பிண்டத்தின் நிலைமை.

139-வது பக்கம்.

நஞ்சிற்குக் கொண்டுபோக, நஞ்சானது தாயின் கருப்பை யிற் சேர்த்துவிடும். கருப்பையிற் செல்லுங் கெட்டரத்த மானது தாயின் சரீரத்தில் பரவுகிறபோது அதிலிருக்கிற தோஷம் நீங்கிச் சுத்த ரத்தமாய் முன்போலவே கருவை வளர்க்கும்.

கருப்பையிலிருக்கிற பிண்டத்தின் நிலைமை.

பிண்டமானது உட்கார்ந்துகொண்டிருக்கிறதென்றும்; அதற்கு அன்னபானுதிகள் பிண்டத்தின் உச்சியின்வழியா கச் சென்று போஷிக்கிறதென்றும், பின்னர் பிரசூதவாயு வால் தலைகீழாகத் தள்ளப்படுகிறதென்றும் முன்னோர்க ளின் அபிப்பிராயம். ஆனால், அந்த விஷயம் அனுபோகத் தில் நிஜமாகவிருக்கவில்லை. கருப்பிணியின் வயிற்றைப் பரி சோதிக்கின் எப்பொழுதும் பிண்டமானது தலைகீழும் கால் மேலுமாகவே யிருக்கின்றது. கைகள் கட்டி மார்போடணை த்திருக்கும். முழங்கால்கள் மேலுக்குயர்ந்து பாதங்கள் ஒன்றின்மேலொன்றாய்க் குருக்கிட்டமைந்திருக்கும். முதன் முதல் மூன்றுமாதங்களிலும் சிசுவானது தாயின் புட்டி எலும்புப் பக்கத்தில் தங்கியிருந்து நாலாவது மாதந்தான் தாயின்வயிற்றில் தெரியும். ஆறுமாதத்தில் தொப்புள் பக் கம் வந்துசேரும். ஏழாவது எட்டாவது மாதங்களில் அத ற்குமேல் எழும்பும். பின்னர் தாயின் ஈரற்குலையிலிருக்கிற கடைவயிற்றெலும்புமட்டும் வருவதால் அவளுக்கு மூச்சா னது முட்டும். குழந்தை பிறப்பதற்கு இரண்டுவாரத்திற்கு முன் சிசு கீழ்நோக்குவதால் தாய்க்கு மூச்சு முட்டாது. நாலரை அல்லது ஐந்தாவது மாதத்தில் சிசுவானது தாயின்

அடிவயிற்றில் அசைவது தோன்றும். அக்காலத்தில் தாய்க்கு மயக்க முண்டாகும். பின்னர் கருப்பையானது அடிக்கடி விரிந்து சுருங்குவதால் அடிவயிற்றில் ஓர்வித லேசான வலியுண்டாகும். கருத்தரித்த ஆறுமாதத்தில் பிண்டத்தின் நிலைமையை அறியலாமேயொழிய அதற்கு முன்ன தாய் ஸ்தானநிலையைச் சொல்லுவது பிரயாசை.

மாயை.

இது நஞ்சுமாவு, மாயை எனப் பலவிதமாகச் சொல்லப்படும். இங்கிலீஷில் பிளஸென்டா என்று பெயர். கோரியன் என்கிற ஜவ்வானது கருப்பையோடு அணைந்திருக்கிற ஸ்தானத்தில் ஷை ஜவ்விலிருந்தே நஞ்சு உண்டாகிறது. கருவானது கருக்குழியில் வரும்போது இரண்டு ஜவ்வுகளால் ஏற்பட்ட ஒரு பைக்குள்ளிருக்கும். அந்த ஜவ்வானது கோழிமுட்டைக்குள் ளிருக்கிற ஜவ்வைப்போலொத்தது. அந்தப் பையில் ஜலமுண்டு. அதற்கு உதயஜலம் என்று பெயர். கரு அந்த ஜலத்தில் மிதந்துகொண்டிருக்கும். சிசுவின் மெல்லிய சரீரத்தில் எந்தவித அடியும் அழுத்தலும் படாமற்படி யிருக்கும்பொருட்டு சிருஷ்டிகர்த்தர் அந்த உதய ஜலத்தை யுண்டாக்கியிருக்கின்றார். மாயை மிருதுவான ஸ்பஞ்சுபோல் ரத்தநரம்புகளால் ஏற்பட்டுக் கருப்பாசயத்திற்கு உட்புறத்தில் ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும் நஞ்சானது கருவிற்கும் புப்புசத்திற்குஞ் சமானம். நஞ்சிலிருக்கிற நரம்புகளின் குஞ்சம் கருப்பையின் நரம்புகளுக்கு மத்தியமாய்ச் சென்று இரத்தத்தைக் கிரகிக்கின்றது. சிசு கருப்பையில் இருக்கும் காலத்தில் சுவாசிப்பதற்கும், தாய்

சாப்பிடும் அன்னபானாதிகளின் சாரம் சிசுவினிடஞ்சென்று அதைப் போஷிப்பதற்கும் இந்த மாயையே பிரதானம். தாயின் அன்னரசத்தை நாபிக்கொடியின் மூலமாய்ச் சிசுவினிடஞ் சேர்க்கின்றன. தாயின் கருப்பாசயத்தில் இருக்கும் பலபிண்டத்திற்கும் தனித்தனி ஒவ்வொரு மாயை உண்டு. அதற்குள் அநேக ரத்தக்குழாய்கள் பின்னிக்கொண்டிருக்கும். மாயையின் மூலமாகவே சிசு வளர்வதற்கு வேண்டிய ஆகாரமும் ஆகாயமும் உட்செல்லுகின்றன. மாயை ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும் ஸ்தானம் ஒருவர்க்கொருவர் தேகப் பிரகிருதிப்படி மாறுபடும். பிரசவத்திற்கு முன்னதாய் சப்தவேணுகருவியால் அந்த இடத்தைத் தெரிந்துகொள்ளலாம். அது எப்போதும் இடதுபக்கமாய் ஒட்டிக்கொண்டிருப்பது வழக்கம். நஞ்சிற்கு அநேக வியாதிகள் சம்பவிக்கும்; அவைகளால் பிண்டம் சேதப்படுவதுமுண்டு.

நாபிக்கொடி.

இதற்குத் தொப்புள்நாடி என்று பெயர். இங்கிலீஷில் பியூனிஸ் அம்பிலிகல்கார்ட் நேவல்ஸ் ஸ்டிரிங் என்று சொல்லப்படும். இந்தக் கொடியானது சிசுவுக்கும் நஞ்சிற்கும் சம்பந்தப்பட்டிருக்கும் நஞ்சின் மத்தியில் ஒட்டிக்கொண்டிருப்பது வழக்கம். ஆனால், ஒருவேளை ஓரத்தில் ஒட்டிக்கொண்டிருப்பதுமுண்டு. நாபிக்கொடியின் நீளம் வித்தியாசப்படும். 18-அங்குல நீளமிருக்கவேண்டும். 12-அங்குலத்திற்குக் குறைந்தும், 54-அங்குலத்திற்கு அதிகப்பட்டுமிரா. சிசுபிறந்து 15, 20 - நிமிஷம் சென்றபிறகு அதிலிருக்கிற நாடிநடை நின்றுவிடும். தொப்புள் கொடியைத்

துண்டித்தபிறகு அது உலர்ந்து 5, 6 - நாட்களுக்குள் விழுந்துவிடும். நாபிக்கொடியானது ஆம்னியன் என்னும் பைக்குள் குழந்தையின் சிரசுக்கு மேலாகத் தொங்கிக்கொண்டிருக்கும். சிலவேளை சிசுவின் கழுத்தைச் சுற்றிக்கொண்டிருப்பதுமுண்டு. அதனோடு சிசு பிறந்தால் நம்மவர்கள் அநேக தோஷஞ்சொல்லி வதந்திசெய்வார்கள்.

பனிநீர் அல்லது உதய ஜலம்.

இதற்கு இங்கிலீஷில் லைகர் ஆம்னியை என்று சொல்லப்படும். ஆம்னியை என்னும் ஜவ்விலிருந்து பனிநீர் உண்டாகிறது. அதில் ஜலமும் உப்புகளுமுண்டு. குறைந்த மாதங்களில் உப்புகள் அதிகமாயிருக்கும். பனிநீரின் அளவு அவரவர்களின் தேகப்பிரகிருதிக்குத் தக்கபடி வித்தியாசப்படும். சிலருக்குக் குறைந்த அளவாகவும் சிலருக்கு அதிகமாகவு மிருக்கும். ஆனால், எல்லோருக்கும் ஒருபவுண்டு இருப்பது வழக்கம். இதன் உபயோகம். 1-வது: கருவளர்த்தி ஆரம்பத்தில் சிசுவின் போஷணைக்கு ஆதாரமாகின்றது; 2 - வது: உஷ்ணத்தைச் சமரசப்படுத்துகின்றது; 3 - வது: குழந்தைகளுக்கு அடி காயம் அழுத்தம் முதலிய உபத்திரவம் நேரிடாமல் தடுக்கின்றது; 4-வது: முக்கியமாய்ப் பிரசவகாலத்தில் சவ்வுகளை முன்னுக்குத் தள்ளி பையைப்போல் ஏற்பட்டுக் கருப்பாசயத்தின் வாயை விசாலப்படுத்துகின்றது. இதனைப் பனிக்குடமென்று ஸ்திரீகள் சொல்லிக்கொள்ளுவர். இவ்வித ஏற்பாடு செய்திருக்கும் ஞானமுள்ள சிருட்டிக் கர்த்தரின் வல்லமை வியக்கற்பாலதே.

கருப்பவிர்த்தி.

ஸ்திரீயினுடைய கருப்பாசயத்தில் கருப்பமுறுவதற்கு வேண்டிய அவயவங்கள் பூரண ஸ்திதியாயும் சவுக்கிய நிலைமையிலும் சுக்கில சுரோணிதஞ் செல்லத் தடையில்லாமல் தாராளமாய்ப் போகிக்கக்கூடியதாயுமிருந்து ஸ்திரீ புருஷர்கள் காலம் பருவம் நிலைமை முதலியவைகளை யனுசரித்து சங்கமஞ்செய்தால் அவ்விருவரின் திரவக் கலப்பினால் கருப்பமுண்டாகும். கருப்பத்திலுள்ள பிண்டம் விர்த்தியடையும். இந்தப்பிண்டம் இரண்டு திரைகளால் மூடப்பட்டிருக்கும். இந்தத் திரைகளுக்குள் பிண்டம் கருப்பாசய சலத்திலே தாமரையிலைபோன்று மிதந்துகொண்டிருந்து நாளுக்குநாள் விர்த்தியடைந்துவரும். கருப்பகோசம் வளர்ச்சியுறுவதற்கு ஆரம்பிக்கும். அதிலுள்ள இரத்த நாடிகள் விசாலமாகிச் சருமம் கனப்படும். சினை ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும். கருப்பகோசத்தின் உள்தோல் மடிப்புவளர்ந்து முட்டையைச் சூழ்ந்திருக்கும். பின்னர் கருப்பகோசத்தில் ஒரு சிறிய கோளம் முளைத்ததுபோல் தோன்றும். அவ்வாறு திரண்ட அண்டமானது கருப்பகோசத்து இரத்த நாடிகளிலிருந்து முதன்முதல் சருமத்தின் வழியாகவும் பின்னர் நாபிநாடியின் வழியாகவும் ஸ்திரமடைந்து, தன்னிலுள்ள மல பதார்த்தங்களை அதனுள் அகற்றிக் கொண்டு நாளுக்கு நாள் விர்த்தியடையும். இவ்விதமாய் ஒன்பதாமாதக் கடைசியில் சிசு சம்பூரணமாய் ஏற்பட்டு கருப்பகோசத்தில் தங்காமல் சிருஷ்டிகரின் வல்லமையையும் மகத்துவத்தையும் உலகிலுள்ளோர் காணும்பொ

ருட்டுப். பார்ப்பவர் கண்ணுக்கு அழகாகவும், நெடுநாள் வருத்தத்தை யனுபவித்த தாயின் மனதிற்குச் சந்தோஷமாகவும், தந்தைகண்டு களிகொள்ளவும், பந்து மித்திரர் பரிந்துகொள்ளவும், சிசு வெளிவருகின்றது. பிண்டோற்பத்தியான ஒரு மாதத்தில் பிண்டம் ஒரு சிறு எறும்புப் பிரமாணமாய்த் திரையால் மூடப்பட்டுக் கெச்சைக்காயளவுள்ள ஒரு மாமிசகண்டத்தி லிருக்கும். ஐந்தாவது வாரத்தில் பிண்டம் அரையங்குலப் பிரமாணமாகும். ஆருவது வாரத்தில் ஒரு அவரை விதை யளவு காணப்படும். ஏழு எட்டாவது வாரங்களில் இரண்டங்குலப் பிரமாணமாய் ஒரு தோலாநிறை யுள்ளதா யிருக்கும்.

3 - வது மாத பிண்டத்தின் நிலைமை.

மூன்ருவது மாதத்தில் கால், கை, மூக்கு, முதுகு, முள்ளந்தண்டு, காது, கண்கள், ஆகியவை ஏற்படும். கல்லீரல், நுரையீரல், மண்ணீரல், இரப்பை, குடல் முதலிய அவயவங்களுற்பத்தியாகும். இருதய அறைகள் பிரிக்கப்பட்டிருக்கும். கண் இரப்பைகள் ஆசன முதலிய துவாரங்கள் மூடப்பட்டிருக்கும். பிண்டம் மூன்றங்குல நீளமும் இரண்டு பலம் பளுவுமுள்ளதா யிருக்கும்.

4 - வது மாத பிண்டத்தின் நிலைமை.

நான்காவதுமாதத்தில்பிண்டத்தின் அசைவு தாய்க்குத்தோற்றும். கருப்பத்தில் காதுவைத்துக் கேட்டால் பிண்டத்தின் அசைவு எல்லோருக்கும் தெரியும். ஆண் பெண் என்னும் வித்தியாசம் நன்ருய்க்காணலாம். நகங்கள்தோற்

றும். வாய் ஆசன முதலியவைகள் நன்ருய்த் திறந்திருக்கும். பித்தப்பை யுண்டாகி மேற்குடலில் மலமிருக்கும். பிண்டமானது 4, 5-அங்குல நீளமும், $2\frac{1}{2}$-பலம் பளுவுமுள்ளதா யிருக்கும்.

5 - வது மாத பிண்டத்தின் நிலைமை.

ஐந்தாவதுமாதத்தில் மயிர் நன்ருய் முளைக்கும். தோல் உரப்பாகி நகம் வளரும். சிரசு செம்மையாய் ஏற்படும். சிரசுக்குள் வெள்ளைமூளை உற்பத்தியாகும். கருப்பகோசம் வளர்ந்து அடிவயிற்றைத் தொட்டுக்கொண் டிருப்பதனுல் அந்த அசைவு தாய்க்குத் தெரிவதுமன்றி ஒவ்வொருசமயம் சிறுவலி யுண்டாயிருக்கும். சரீரத்தைப் பார்க்கிலும் சிரம் பெரிதாயிருக்கும். இம்மாதக் கடைசியில் பிண்ட வுறுப்புகளெல்லாம் ஒருவிதமாய்ப் பூரண பக்குவமடைந்திருக்கும். பிண்டமானது 9, 10-அங்குல நீளமும் 10, 11-பலம் பளுவுமுள்ளதா யிருக்கும்.

6 - வது மாத பிண்டத்தின் நிலைமை.

ஆருவதுமாதத்தில் கல்லீரல் பெரிதாயும் சிவப்பாயுந் தோற்றும். பித்தப்பையில் கொஞ்சம் ஜலமிருக்கும்; ஆனுல், கசப்பிராது. பீஜங்கள் குண்டிக்காய்களுக்குச் சமீபித்திருக்கும். பெருங்குடலில் மலமிருக்கும். சருமம் தெளிவாயிருக்கும். கண் இரப்பைகள் மூடப்பட்டிருக்கும். மேல்தோலில் வெள்ளைப்பாசி படர்ந்ததுபோ லிருக்கும். இந்த மாதத்தில் மண்டையெலும்புகள் கெட்டிப்படுமாயினும் உச்சியில்மாத்திரம் இன்னும் நாட்சென்று கெட்டிப்படுவதா

யிருக்கும். இம்மாத யிறுதியில் பிண்டமானது சுமார் 11, 12-அங்குல நீளமும், 15-பலம் பளுவுமுள்ளதாயிருக்கும்.

7 - வது மாத பிண்டத்தின் நிலைமை.

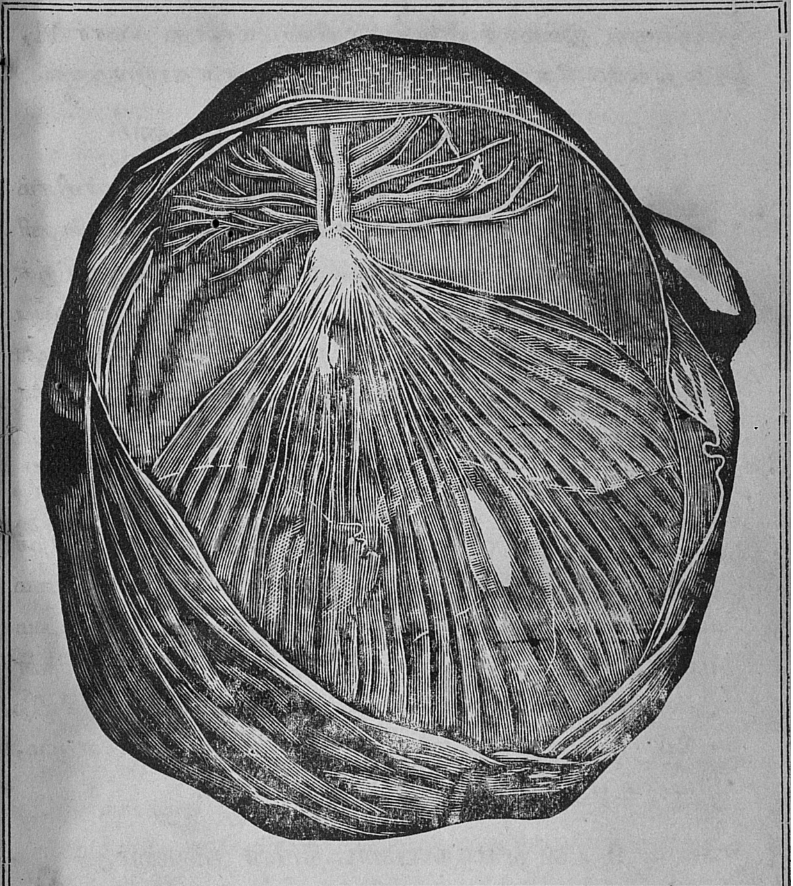
ஏழாவதுமாதத்தில் மூளையி னுட்புறத்து மாமிசம் கெட்டிப்படும். பிண்டம் அவயவங்களை யடையும். கண்ணிமைகள் திறந்திருக்கும். கண் கருவிழிக்குக் குறுகியிருக்கும். பிண்டம் தலைகீழாய்த் திரும்பிச் சிரம் கருப்பகோசத்தைச் சமீபித்திருக்கும். பிண்டம் 13, 14-அங்குல நீளமும், 3-பவுண்டு அதாவது ஒருவீசை பளுவுமுள்ளதாயிருக்கும்.

8 - வது மாத பிண்டத்தின் நிலைமை.

எட்டாவதுமாதக் கடைசியில் கண் நன்றாய்த் திறந்திருக்கும். தோலின்மேல் கொழுப்புப்போன்ற வெண்மையான வஸ்து படிந்திருக்கும். விரல்களில் நகங்கள் செம்மையாய் ஏற்பட்டிருக்கும். மூளையில் ஒருவிதமான வரிகள் அல்லது ரேகைகள் தோற்றப்படும். பீஜங்கள் சற்று கீழிறங்கியிருக்கும். பிண்டமானது சுமார் 16-அங்குல நீளமும், 50-பலம் பளுவுமுள்ளதா யிருக்கும்.

9 - வது மாத பிண்டத்தின் நிலைமை.

ஒன்பதாவதுமாதக் கடைசியில் மூளையானது வெண்மையாயும் சாம்பல்வர்ணமாயு மிருக்கும். வரிகள் தெளிவாய்த் தெரியும். நகங்கள் வன்மையாகவும் விரல்களுக்கு மேல் நீண்டதாகவுமிருக்கும். தோல் முழுமையும் சிவப்பாக



9-வது மாத பிண்டத்தின் நிலைமை

146-வது பக்கம்

வும் பாசிபடர்ந்துரோமம்நிறைந்துமிருக்கும். பீஜம் அடிக்கிறங்கியும், மலம் ஆசனத்திலும், நாபிக் கொடியானது தலைக்கும் பாதத்திற்கும் மத்தியிலுமிருக்கும். பிண்டம் நீர் நிறைந்த தடாகத்தில் தாமரையிலை அசைந்தாடுவது போல் கருப்பாசய சலத்தில் மிதந்துகொண் டிருக்கும். பிண்டம் சுமார் ௨0-அங்குல நீளமும் எட்டுப்பவுண்டு அதாவது இரண்டரை அல்லது மூன்றுவீசை பளுவுமுள்ளதாயிருக்கும். பருவமுள்ள ஸ்திரீகட்கு கருப்பாசயம் மூன்றங்குல நீளமுள்ளதாயும் ஒன்றரை அங்குல அகலமுள்ளதாயும் ஒருபலம் நிறையுள்ளதாயு மிருக்கும். ஆனால், பூரண கருப்பஸ்திதியில் ஸ்திரீகட்குப் பன்னிரண்டங்குல நீளமுள்ளதாயும் ஒன்பதங்குல அகலமுள்ளதாயும் பதின்மூன்று பலம் பளுவுள்ளதாயுங் காணப்படும். பிரசவித்தபின் கருப்பை சிறிது சிறிதாய்ச் சுருங்கிவிடும். பிரசவித்த பத்துப் பதினைந்துநாள் வரையில் வெளிப்படுகிற அழுக்குத் திரவத்தினால் கருப்பாசயம் சிறிதாய்விடும். அழுக்குச் சில காரணங்களினால் நன்றாய் வெளிவராமல் நின்றுவிட்டால் கருப்பாசயம் பெரிதாயிருக்கும். அக்கருப்பாசயத்திலிருந்து வெண்மைத்திரவம் எப்போதும் ஒழியாமல் வந்துகொண்டேயிருக்கும். ஆதலால், பிரசவித்தபின் அழுக்குத்திரவம் கொஞ்சமேனும் கருப்பாசயத்தில் தங்காமல் வெளிவந்துவிடுவது நல்லது. அழுக்குத்திரவம் நன்றாய் வெளிவராவிட்டால் உடனே ஒரு தேர்ந்த டாக்டரை வைத்துப் பார்க்க வேண்டும். அழுக்கு நன்றாய் வெளிவந்தபிறகு கருப்பாசயம் இயற்கையாய் எவ்வளவு இருக்கவேண்டுமோ அவ்வளவு பரிமாண முறுகிறது.

கருப்பகால அளவு.

ஸ்திரீ புருஷர் சரீர சம்பந்தப்படும் தினம்முதல் கருப்பகாலத்தைக் கணக்கிடுவது கூடாமையாகும். ஏனெனில், ஒருதடவை சரீரசம்பந்தமானபின் ஸ்திரீயாவது அல்லது புருஷனாவது தூரதேச யாத்திரையினால் சரீரசம்பந்தமில்லாமலிருந்து கருக்கொண்டவிஷயத்தில் ஸ்திரீயின் கருப்பகாலம் சரீரசம்பந்தமுற்ற நாள்முதல் 280-தினங்களுக்குப்பின் பிரசவிப்பாளென்று தெரிந்துகொள்ளலாம். ஆனால், ஸ்திரீபுருஷர் அநேகந்தடவை கலக்கும்பக்ஷத்தில் கருப்பகாலத்தைப்பற்றி வரையறுத்துச் சொல்லல் சாத்தியப்படாது. ஸ்திரீ இருபத்தெட்டுநாளைக்கு ஒருதரம் தீட்டுப்படுவாள். தீட்டுத்திரவம் நின்று ஸ்நானஞ்செய்த மறுதினம் முதற்கொண்டு கருக்கொண்டதாக நினைத்து எந்தக்காரணத்தினாலாவது மறுதீட்டு நின்றுபோன தேதி முதல் கணக்கிட்டால் கருப்பகால அளவுக்கு 24 - நாள் குறைந்துபோகும். ஆனால், தீட்டு நின்றுபோனநாட்கு முற்பட்டநாளில் கருக்கொண்டதாக எண்ணிக் கடைசியில் தீட்டு ஸ்நானம் செய்ததினம்முதற் கணக்கிட்டால் கருப்பகால அளவு 24-நாள் அதிகப்படும். ஆதலால், இந்தத் தப்பு வாராமல் செய்வதற்கு ஏற்றமும் குறைவுமாகும் 24-நாளில் முற்பாதி பன்னிரண்டு நாளை விட்டுப் பிற்பாதிப் பன்னிரண்டு முதற் கணக்கிட்டுக்கொண்டால் சரிப்பட்டுவிடும். நிற்க,

இங்கிலீஷ் நியாயாதிபதிகள் கருப்பகால அளவு 280-நாள் என்று கொள்வார்கள். பிரஞ்சுக்காரர் 300-

நாளாகவும், பிரஷ்யாகோர்ட்டில் 302-நாளாகவும், அமெரிக்காவிலுள்ள ஐக்கிய மாகாணத்தில் 317-நாளாகவும் கருப்பகால அளவைக் குறித்துத் தீர்மானஞ் செய்வர். இந்த அபிப்பிராயங்கள் எப்படி யிருந்தபோதிலும் கருப்பகால அளவு 320-தினங்களுக்கு அதிகமாய் இருக்கலாமென்று வைத்தியர்கள் அபிப்பிராயம் கொடுக்கப்படாது. புருஷன் இறந்தபின் பிரசவிக்கும் ஸ்திரீக்கு அவமானம் வாராமல் வைத்திய அபிப்பிராயம் கேட்பார்கள். தகப்பன் இறந்தபின் பிறந்த குழந்தைக்குத் தகப்பன் சொத்தில் உண்டாகும் பாத்தியதையை ஸ்தாபிப்பதற்காக வைத்தியர்களுடைய அபிப்பிராயத்தைக் கேட்கவேண்டி யிருக்கும். இன்னும் இதுபோன்ற விவகாரங்களில் வைத்தியர்கள் தீர்க்காலோசனை செய்து அனுபவ சாஸ்திரத்தைப் பரிசோதித்து நியாயக்கேடுவாராமலும் தருமசங்கடமில்லாமலும் கடவுள் சாக்ஷியாகத் தன்னுடைய எதார்த்தமான அபிப்பிராயத்தைக் கொடுக்கவேண்டியது. இதுவே தருமவான்களாகிய ஆங்கிலேயர்களின் கோட்பாடும் வைத்திய சாஸ்திரத்தின் உண்மையுமாகும். கருப்பகால அளவைக்குறித்து இங்கிலீஷ் வைத்தியர்கள் பிரவேசிக்கலாமே தவிர, மற்ற சாமானிய நாட்டு வைத்தியர்கள் பிரவேசிக்கப்படாது. அடியில்வரும் கருப்பகாலப் பிரமாணப்படி ஒரு ஸ்திரீக்குத் தீட்டு நின்றுபோனதினம் தெரிந்தால் குழந்தை பிறக்குந் தினத்தை வெகு லேசாகக் கூடியவரையில் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

கருப்பகாலப் பிரமாணத்தின்

அட்டவணை.

முதல்	வரையில்	நாட்கள்	பிரசவம்
ஜனவரி 1	செப்டம்பர் 30	273	பிரசவிப்பார்கள்.
பிப்ரவரி 1	அக்டோபர் 31	274	பிரசவிப்பார்கள்.
மார்ச்சு 1	நவம்பர் 30	275	பிரசவிப்பார்கள்.
ஏப்ரல் 1	டிசம்பர் 31	275	பிரசவிப்பார்கள்.
மே 1	ஜனவரி 31	276	பிரசவிப்பார்கள்.
ஜூன் 1	பிப்ரவரி 28	273	பிரசவிப்பார்கள்.
ஜூலை 1	மார்ச்சு 31	274	பிரசவிப்பார்கள்.
ஆகஸ்டு 1	ஏப்ரல் 30	275	பிரசவிப்பார்கள்.
செப்டம்பர் 1	மே 31	274	பிரசவிப்பார்கள்.
அக்டோபர் 1	ஜூன் 30	274	பிரசவிப்பார்கள்.
நவம்பர் 1	ஜூலை 31	275	பிரசவிப்பார்கள்.
டிசம்பர் 1	ஆகஸ்டு 31	277	பிரசவிப்பார்கள்.

ஈண்டுக்கூறிய கருப்பகால அளவின் பிரமாணம் சில ஸ்திரீகளின் தேகப்பிரகிருதிக்குத் தக்கபடி இரண்டொரு நாள் முந்தியும் இரண்டொருநாள் பிந்தியு மிருக்குமென்று கண்டுகொள்க. இந்தக் கருப்பகாலப்பிரமாண அட்டவணையைத் தெரிந்துகொள்ளும் விதமாவது:— ஒரு ஸ்திரீக்கு

ஜனவரிமாதம் முதல்தேதி மாதவிடாய்கண்டு பிறகு நின்றுவிட்டால் 9-மாதக்கணக்கிற்குச் செப்டம்பர்மாதம் 30-ஆம் தேதியில் பிரசவிப்பாள். அப்போது பிரசவநாள் 273-நாளாகும். பத்துமாதக் கணக்கிற்கு ஏப்ரல் மாதம் 6-ம் தேதி பிரசவிக்கவேண்டும். அப்போது பிரசவநாள் 280-நாளாகும். மற்றொரு பெண்ணுக்கு ஆகஸ்டு மாதம் முதல் தேதி மாதவிடாய் கண்டு பிறகு நின்றுவிட்டால் 9-மாதக் கணக்கிற்கு, ஏப்ரல்மாதம் 30-ஆம் தேதி பிரசவிப்பாள். அப்போது பிரசவநாள் 273 - நாளாகும் சிலருக்கு ஜனவரிமாதம் முதல்தேதி மாதவிடாய் நின்றுவிட்டால் அக்டோபர்மாதம் எட்டாந்தேதியன்றைக்குப் பிரசவமாகும். இவ்விதம் இரண்டொருநாள் முன்பின்னுகும். அப்போது பிரசவநாள் ஒன்பது மாதமும் ஒரு வாரமும் ஆகும். கூட்டினுல் இருநூற்றெண்பதுநாள் கணக்காகும். பிரசவகாலத்தை நிருணயிக்க இன்னெருவிதமும் உண்டு. அதாவது: கடைசியில் வீட்டுக்கு விலக்கமான நாளேக் குறித்துக்கொண்டு 3-மாதம்பின்னுக்குக்கணக்கிட்டு அதனேடு 7-நாளேக் கூட்டிக்கொண்டால் பிரசவமாகும் நாளேக் குறித்துக்காட்டும். எவ்விதமெனில், சூன்மாதம் 10-ம் தேதி மாதவிடாயானுல் 3-மாதம் பின்தள்ளிக் கணக்கிட்டால் மார்ச்சுமாதம் 10 - தேதியாகும். அதனேடு 7-நாள்கூட்டிக்கொண்டால் 17 - தேதியாகும். ஆதலால், அவள் மார்ச்சுமாதம் 17 - ஆம் தேதி பிரசவிப்பாளென்று அறிந்துகொள்ள வேண்டும்.

(கமலம்.) ''எனதாருயிர்த்துணேவா! தாங்கள் நெடுநாழிகையாகப் பேசுகின்றீர்கள். தங்கள் சிரம பரிகா

ரார்த்தமும் என் சந்தேக நிவர்த்தியின்பொருட்டும் யான் ஒரு சிறிது பேசுகிறேன். க்ஷணத்திற்கு க்ஷணம் தோன்றும் நினைவுகள் உடனுக்குடனே மறக்கின்றன. அதற்குக் காரணம் அடியாளின் முழுநினைவும் தங்கள் நினைவினிடத்தில் சம்பந்தப்பட்டிருத்தலேயாம். இதுநிற்க, 10-மாதம் அதாவது 280-நாள் சென்றவுடன் தாங்கள் கூறிய கணக்கின்படி கருப்பஸ்திரீகள் பிரசவிக்கிற காரணமென்னை? அதற்குமேல் இன்னும் சிலநாட்சென்று பிரசவிக்கப்படாதா? சிலர் பண்டைக்கதைப்போல 2-வருஷம் சென்று பிரசவித்தா ளொன்றும் சொல்லிக் கொள்ளுகின்றார்களே. அஃதென்ன பொய்ம்மையோ? சிலர் இரண்டொரு வருஷகாலமாய் வயிறுபெருத்துப் பிள்ளைப் பெறுவதுபோல எண்ணங்கொண்டிருக்கிறார்களே. அஃதென்ன உண்மையோ? இஃதே அடியாள் சந்தேகம்."

(விஜயரங்கன்.) "மகரந்தம் புசித்து வண்டுகள் ஏழிசைப்பாடும் தொடையலணிந்த கூந்தலையுடைய கமலம்! நீ கூறிய சந்தேகம் எமக்கு இப்போது சொல்லி முடியாத சிறிப்பை விளைவிக்கின்றதெனினும், பேதை மடவார் என்னும் பெயர்கள் நினக்கேபொருந்தும். கருப்பகாலப்பிரமாணம் மேற்கூறியவிதமே என்று நீ திட்டமாய் அறிந்துகொள்ளுவை. இடையில் நீ எழுப்பிய சந்தேகத்தை நிவர்த்தித்துப் பின்னர் பிரசவத்தைப் பற்றிப் போதிக்கின்றேன் கேட்பாயாக.

ஸ்திரீகள் இருநூற்றெழுபத்துமூன்று நாட்களுக்கு மேற்பட்டுப் பிரசவிக்காமல் கருப்பவதியாயிருக்கமாட்டார்

கள். ஏனெனில், கருப்பர்சயம் பிண்டத்திற்கு 280-நாட்களுக்குமேல் இடங்கொடுக்காது. மேற்கூறிய நாட்களுக்குக் குறைவாகப் பிரசவித்தால் பிண்டம் பூர்த்தியானதாயிராது. ஸ்திரீபுருஷர் கலப்பின்படி கடைசியில் எந்தத்தினத்திலாயிற்றோ அந்தத்தினம் முதற்கொண்டு கருப்பகாலத்தைக் குணிப்பது வீட்டு வழக்கம். சிலர் தீட்டு ஸ்நானஞ்செய்த 16 - நாள் சென்றபின் இருநூற்று எழுபத்துமூன்றுநாள் கணக்குப் பார்ப்பார்கள். சிலர் 280-நாள்களுக்குக் குறைந்தாவது அதிகமாயாவது பிரசவிப்பார்கள். ஆனால், எங்கேயோ சிலர் 320-நாள் கருத்தரித்திருப்பார்கள். 320-நாள்களுக் கதிகமாய்க் கருத்தரித்திருந்து பிள்ளைப் பெற்றதை இதுவரையில் எந்த மருத்துவச்சியாவது வைத்தியர்களாவது கண்டதேயில்லை. ஆனால், நீ கூறியபடி நமது இந்துக்களில் சிலர் அறியாமையினால் எந்த ஸ்திரீயோ 2 - வருஷம் கருப்பந்தரித்திருந்தாளென்றும் மூன்றுவருஷம் கருப்பந் தரித்திருந்தாளென்றும் மகாபுரளியுள்ள வீண்கதைகளைச் சொல்லிக்கொள்ளுவார்கள். அஃது பொய்ம்மையாகும். சில ஸ்திரீகள்: மகோதரவியாதியாலும் காய்ச்சற் கட்டியாலும் சூதகபந்தத்தாலும் வயிற்றிலுள்ள பிலீகம் பெருத்துப்போவதாலும் வயிறு பெருத்துக் கருப்பவதியைப்போன்றிருப்பார்கள். மாதம் வளர வளர அவர்களின் வயிறும் பெருத்துக்கொண்டேவரும். இதனை யறியாமல் மோசம்போனவர்கள் அனந்தம். இதற்குத் திருஷ்டாந்தமாக ஒரு தேர்ந்த டாக்டர் கூறுகிறதாவது:—மூன்றுவருஷம் கருப்பிணியென்று ஒரு ஸ்திரீயை எனக்குக் காண்பித்தார்கள். அவளைப் பரி

சோதித்துப் பார்த்தபொழுது மகோதர வியாதியினால் வயிறு பெருத்திருப்பதாகத் தெரியவந்தது. கருப்பக் குறிகள் ஒன்றேனும் அவளிடத்தில் காணப்படவில்லை. அப்படி கருப்பமாயிருப்பதாக ஒரு வைத்தியசாஸ்திரமேனும் கூறவேயில்லை. அவளின் வீட்டார் இந்த வியாதிக்குத் தகுந்த சிகிச்சை செய்யாமல் அறியாமையினால், 'கருப்பவதியென்றும் பிரசவிப்பாளென்றும் எண்ணி யாதொன்றும் செய்யாமல் இருந்தபடியால் அவள் கடைசியில் அந்த வியாதியால் மரணமடைந்தாள். அவள் வியாதிக்குத் தகுந்த மருந்து கொடுத்து குணப்படுத்தியிருந்தால் அவள் பிழைத்திருக்கலாம். சாஸ்திர ஆராய்ச்சியின்மையாலும் குறை எண்ணத்தாலும் வியாதியைக் கருப்பமென்றுநினைத்துக் கடைசியில் மரணத்திற்கு உட்படுத்துகிறார்கள். இஃதென்ன பரிதாபம்! ஒரு ஸ்திரீ கருத்தரித்த குறிகள் தோன்றினால் உடனே டாக்டரையோ அல்லது மருத்துவச்சியையோ வரவழைத்துக் காண்பிக்கவேண்டும். வைத்தியர் சொல்லுகிற புத்திமதிகளையும் ஆலோசனையையும் வீட்டார் சிரமேற்கொள்ளவேண்டும். அவள் பத்துமாதஞ்சென்று பிரசவிக்காத பக்ஷத்தில் உடனே ஒரு தேர்ந்த டாக்டரையோ அல்லது கவர்ண்மெண்டில் சர்டிபிகேட் பெற்ற மருத்துவச்சியையோ வரவழைத்துக் காண்பிக்கவேண்டும். அவர்கள் அதற்குத் தகுந்த பரீக்ஷைசெய்து கருப்பமென்றும் கருப்பமல்லவென்றும் கண்டுகொள்வார்கள்; அல்லது பேறுகால ஆஸ்பத்திரிக்கு அனுப்பிவைக்கவேண்டும். அவ்விடம் நன்றாய்ப் படித்தறிந்த மருத்துவச்சிகள் பரிபோதனைசெய்வார்கள். அவ்விடம் சென்றால் ஒன்றும் பயமிராது. ஸ்திரீ சந்தோஷத்தோடும் வெளிவருவாள்.

கருப்பஸ்திரீ பேறுகாலத்தி லிருக்கவேண்டிய கிரமம்.

கருப்பஸ்திரீகள் பேறுகாலசமயத்தில் கருவிற்கு அபாயத்தை யுண்டாக்காத கிரியைகளைச் செய்து அதிக வருத்தத்தைத் தராது சுகப்பிரசவமாகும்படி செய்யும் விதிகளையும் கவனித்து நடக்கவேண்டியது. பிரசவகாலம் கிட்டிவிட்டதேயென்று ஸ்திரீ ஒருகாலும் பயப்படக்கூடாது. அவள் மனோதைரியத்துடன் அமரிக்கையாயும் நிம்மதியாயும் இருக்கவேண்டும். வைத்தியரையும் மருத்துவச்சியையும் அழைத்துவரும்படி தன் சுற்றத்தாரை ஏவவேண்டும். இவர்க ளிருவரையும் முன்னமே தீர்மானித்து வைத்திருப்பது மிகுந்த நலம். மருத்துவச்சியை இரண்டுவாரத்திற்கு முன்னமே வீட்டில் வைத்திருப்பது புத்திசாலிகளின் கடமை. ஏனெனில், என்ன ஆபத்து நேரிட்டாலும் அவள் உடனுக்குடனே சிகிச்சைசெய்வாள். மருத்துவசாஸ்திரத்தில் தேர்ந்து கவர்ண்மெண்டில் சர்டிபிகேட் பெற்ற மருத்துவச்சியை அழைத்துவரவேண்டும். அவள் கூடியமட்டும் திறமை யுள்ளவளாயும் அனுபவசாலியாயும் இருத்தல் வேண்டும். அவள் வீடு வெகுசமீபத்தி லிருக்கவேண்டும். தொத்துவியாதிகள் பரவியிருக்கு மிடத்திலிருந்து அவள் வரக்கூடாது. பிரசவகாலம் மழைக்காலமாயாவது குளிர்காலமாயாவது இருக்குமாயின், அறைவீட்டில் நெருப்புச் சட்டியொன்று வைத்திருக்கவேண்டும். மருத்துவர்க்கு வேண்டிய உபகரணங்களையெல்லாம் சித்தஞ்செய்து சமீபத்தி லிருக்கவேண்டும். அந்த ஸ்திரீக்குச் சக்தியிருந்தால்

எல்லாச் சாமான்களையும் தானே சித்தப்படுத்தி வைத்துக்கொண்டால் நன்மை. வெந்நீர் குளிர்ந்தஜல மிவைகள் சமீபத்திலேயே யிருக்கவேண்டும். வைத்தியர்கள் தமது கரத்தைச் சுத்தஞ்செய்துகொள்ளும்பொருட்டுப் பிரத்தியேகமாய் ஒரு பாத்திரத்தில் ஜலமும் கரத்தைக் கழுவ ஒரு போகனியும் அண்டையில் வைத்திருக்கவேண்டும். கார்பாலிக் சோப்புக்கட்டி வைத்தியருக்கு வேண்டுமென்றபொழுது உடனே கிடைக்கும்படியான விடத்தில் அவருக்கு எதிரில் ஒரு பீங்கான் பாத்திரத்தில் வைத்திருக்க வேண்டும். வைத்தியருடைய உபயோகத்திற்காக ஒரு சுத்தமான துவாலைத்துண்டு வைத்திருக்கவேண்டும். மருத்துவச்சியானவள் தான் இதற்குமுன் மருத்துவம் பார்த்துத் தவறிப்போய்ப் பிசகு நேரிட்ட பயங்கரமும் அபாயகரமுமான கேசுகளைப்பற்றிப் பிரசவிக்கும் ஸ்திரீயிடத்தில் சொல்லப்படாது. அவள் நல்ல விநோதமும் விளையாட்டுமான வார்த்தைகளைப் பேசிக்கொண்டே பிரசவிக்கும் ஸ்திரீயை உற்சாகப்படுத்தி மனோதைரியத்தை விளைவிக்கவேண்டும். அந்த ஸ்திரீயினுடைய தாய்தந்தை புருஷன் பந்துக்கள் யாவரும் அந்த வீட்டண்டை இருக்கப்படாது. வைத்தியரும் மருத்துவச்சியுந் தவிர வேறொருவரும் அந்த அறையில் இருக்கப்படாது. முன்னமே குழந்தைகளைப்பெற்றுப் பேறுகாலத்தின் வருத்தங்களை யனுபவித்தவர்களுக்கு யாதொரு பயமாவது மனோவியாகுலமாவது உண்டாகமாட்டாது. ஆனால், தலைப்பிள்ளைகளைப் பெறப்போகும் ஸ்திரீகளோ பிரசவகாலம் கிட்டிவிட்டதே, என்னமோ ஏதோவென்று திகில்படுவார்கள். ஒவ்வொரு அறிகுறிகளும்

அவர்களுக்குப் புதிதுபுதிதாய்த் தோன்றும். தாங்கள் உள்ளபடியே அனுபவிக்கும் வருத்தத்தைவிட அதிகவருத்தமிருக்குமோவென்று பயமுறுத்துவார்கள். ஆனால், பிள்ளை பிறந்தவுடன் இதுதானோ பேறுகாலத்தின் வருத்தம்: இதைப்பற்றி நாம் எப்படியெப்படியோ நினைத்திருந்தோமேயென்று அலக்ஷயமாய் நினைப்பார்கள். இவ்வுலகத்தில் தாய்மாராகும் எல்லா ஸ்திரீகளும் தாங்கள் புத்திரரைப் பெறும்போது அடையும் கஷ்டந்தானே இது; பாடில்லாமல் பலன் கிடைக்குமா? புத்திரச்செல்வம் அடையவேண்டுமானால் அதற்குரிய சில கஷ்டங்களுமிருப்பது இயற்கைதானே என்று தன்னைத்தானே அந்த ஸ்திரீ திடப்படுத்திக்கொள்ளவேண்டும். மேலும், பிரசவ வேதனையில் உண்டாகிற ஒவ்வொரு வருத்தமும் வலியும் மிக்க அனுகூலமானவைகளே. அவைகளுண்டாவதற்குக் காரணம் கருப்பாசயமும் தேகத்திலுள்ள தசைநார்களும் குழந்தையை வெளியில் தள்ள முயலுவதேயாம். பிரசவவேதனை: ஆரம்பமுதல் 24-மணி நேரத்திற்குமேலிராது. ஆதலால், அதிககாலம் கஷ்டத்தை யனுபவிக்கவேண்டி யிருக்கிறதேயென்று அந்த ஸ்திரீ துயரப்படாமல் பொறுமையாகவும் தைரியமாகவும் இருத்தல் வேண்டும். எல்லா விஷயத்திற்கும் கடவுளும் வைத்தியருமே உதவியென்று நம்பி இந்தசாஸ்திரத்தில் கூறியபடி நடந்துவருவார்களாயின், அவர்களுக்குப் பிரசவ காலத்தில் அதிக வருத்தமிராது.

பிரசவவேதனை தொடங்குவதற்குச் சுமார் இரண்டு வாரத்திற்குமுன் கருப்பாசயங் கீழிறங்குவதனால் தேகஞ்

சிறுத்துப் போகும். கருப்பாசயம் அப்போது கீழிறங்குவதால் அது சுவாசாசயத்தை முன்போல் நெறுக்கி அமிழ்த்துகிறதில்லை. ஆகையினுல், இப்போது லகுவாயும் வருத்தமின்றியும் சுவாசம்விட முடியும். கருப்பிணிக்கு இப்போது நடக்க அவ்வளவு வருத்தமிராது. ஆனுல், கருப்பாசயம் கீழிறங்கி மூத்திரப் பையையும் அடிவயிற்றிலுள்ள அவயவங்களையும் நெறுக்கி அமிழ்த்துவதனுல் அடிக்கடி சிறுநீர் இறங்கும். அதோடு அடிக்கடி மலவிசர்ச்சனமும் உண்டாகும். இம்மலப்போக்கு தேக சவுக்கியத்திற்கு மிக நல்லதே தவிர கெடுதலில்லை. ஏனெனில், இஃது குடலைச் சுத்தஞ் செய்து சொற்பப் பிரசவவேதனை கண்டவுடனே குழந்தையின் தலை தாராளமாய் வெளிவரும்படி செய்கிறது. பிரசவவேதனை காணுவதற்கு இரண்டு வாரத்திற்கு முன் இந்த பேதி காணுவிட்டால் மருத்துவச்சியோ அல்லது வைத்தியரோ பிரயத்தின மெடுத்துக்கொள்ளவேண்டும்.

பிரசவகாலத்தில் மலஜலம் தங்காமல் செய்ய வேண்டிய சிகிச்சை.

காஸ்கேரா ஸாக்ரேட்டா ஜலபேசத்து அவுன்ஸ்		1
சர்க்கரைப்பாகு	,,	1
தண்ணீர்	,,	1

இவைகளைக் கலந்து ஒரு தேக்கரண்டி யளவு நாள் ஒன்றுக்கு மூன்று அல்லது நான்கு தடவை கொடுக்கவேண்டும். தினந்தோறும் ஒரு தேக்கரண்டியளவு கிளிசரினைப் பிச்சாங்குழலால் ஆசனத்தில் செலுத்தினுல் மலபந்தம் நிவாரணமாகும்.

வேறுமுறை.

வெங்காயத்தைச் சிறுதுண்டுகளாக நறுக்கி ஆமணக் கெண்ணெயில் வேகவைத்து அதில் ஒரு கோழிமுட்டையை உடைத்துக் கலந்து கிண்டிக்கொடுத்தால் உடனே மலமிறங்கும். நீரிறங்காவிடின் படிகாரம் வெடியுப்பு இந்துப்பு இவற்றில் வகைக்குக் கால்கழஞ்செடுத்துப் பொரித்து நீர் முள்ளிக்கியாழத்தில் ஒருமுறைகொடுக்க நீர் நன்முக இறங்கும். வைத்தியர் அல்லது மருத்துவச்சி இவ்வித எத்தனஞ் செய்யாவிட்டால் குழந்தை பிறக்கக் கொஞ்சந் தடைநேரிடும். குழந்தையின் தலை தாராளமாய் வெளிவராது. குழந்தை பிறக்கும்போது கூடவே மலமிறங்கிப் படுக்கையை அசுத்தப்படுத்திவிடும்.

பிரசவ அறை.

பிரசவ அறை சுத்தாகாயம் வீசத்தக்கதாயும் விசாலமுள்ளதாயும் ஓதமில்லாததாயும் சீதளமில்லாததாயும் இருத்தல்வேண்டும். அவ்வறையில் கொஞ்சமேனுங்காற்று வரப்படாதென்றும், குழந்தைக்கும் ஸ்திரீக்கும் சீதளத்தைத் தருமென்றும் வயதுசென்றவர்கள் சொல்லிக்கொள்வார்கள். இஃது மிகவும் கெட்டது. காற்றில்லாவிடின் ஸ்திரீ கூடியசீக்கிரம் பிரசவிக்கமாட்டாள். அவ்வறையில் பயம் சிரமம் ஆகியவற்றை யுண்டாக்கக்கூடிய கூக்குரல் முதலியவைகள் ஆகா. மருத்துவரன்றி மற்றையோர் இருக்கப்படாது. இரண்டு மூன்றுபேர் கும்பலாய்க் கூடி குசுகுசென்று பேசினல் பிரசவ ஸ்திரீ மிகுந்த திகில்படுவாள்.

பிரசவத்திற்குரிய படுக்கை.

பிரசவத்திற்காகப் படுக்கையைத் தயார்செய்யவேண்டும். மேகின்டாஷ் துணியொன்று படுக்கையின்மேல் விரித்திருக்கவேண்டும். இரண்டு மடிப்பாய்ப் போட்டிருக்கின் நன்மையுண்டாகும். ஏனெனில், ஸ்திரீயினுடைய குஷ்யப் பிரதேசத்திலிருந்து உண்டாகும் விசர்க்கங்களினால் படுக்கை நனையாமலிருக்கும். மேகின்டாஷ் துணி புதிதாயும் இதற்குமுன் ஒருவரும் உபயோகப்படுத்தாததாயும் இருத்தல்வேண்டும். மேகின்டாஷ் துணி யகப்படாத பக்ஷத்தில் தார் தடவின ரெட்டுத்துணியாவது அல்லது மெழுகுதுணியாவது இருந்தால் போதுமானது. இதை உபயோகப்படுத்தினபிறகு நெருப்பில்வைத்துக் கொளுத்திவிடவேண்டும். பிள்ளை பிறந்தவுடன் மேற்போர்த்த ஒரு கம்பளித்துண்டை வைத்திருக்கவேண்டும். ஸ்திரீ பிரசவ ஆரம்பத்தில் வழக்கமான உடைகளைத் தரித்துக்கொண்டிருக்கலாம். ஆனால், நோய் அதிகரிக்கு முன்னமே உடுப்புகளை எல்லாம் கழற்றிவிட்டு, இரவில் தரித்துக்கொள்ளும் அங்கியையும் கம்பளிப் பாவாடையையும் உபயோகிக்கவேண்டுமே தவிர வேறொன்றும் தேகத்தில் இருக்கப்படாது. காலில் ஜோடும் மேஜோடும் போட்டுக்கொண்டிருக்கலாம். உலாவிக்கொண்டிருக்க, மேல் ஒரு சால்வை போர்த்துக்கொண்டாலும் நல்லது. அது பளுவாயிருக்கப்படாது. ஸ்திரீ மத்தியான காலத்தில் தரித்துக்கொள்ளும் ஆடையோடு பிரசவிப்பது மகா அவலக்ஷணம். அல்லாமலும் அவ்வாடையைப் பரிசோதிப்பதற்குச் சவுகரிய மிராமலுமிருக்கும். சிலசமயம் அவ்வாடை குறுக்கிட்டுக்கொள்ளுவதால் குழந்தை வெளிப்

பட்டவுடனே எடுப்பதற்குத் தடையாகவும் இருக்கும். பிரசவ ஸ்திரீயை வைப்பது தேசத்திற்குத் தேசம் வித்தியாசப்படும். சில இடங்களில் உட்காரவைக்கின்றார்கள். சீனு தேசத்தில் முழங்கால்மேல் நிற்கவைப்பது வழக்கம். பிரான்சுதேசத்தில் மல்லாக்கவைத்து முழங்காலை முடக்கி வைப்பது வழக்கம். இங்கிலீஷ்காரர் ஸ்திரீயைக் கட்டிலின் ஓரமாய் நகர்த்தி, முழங்காலை முடக்கி வயிற்றோடு அணைத்துத் தலையணையைக் கால்களுக்கு மத்தியில்வைப்பது வழக்கம். இதுவே எல்லாவற்றைப்பார்க்கிலும் மிகவும் சிறந்தது. ஒரு நீண்ட துணியைக் கட்டிலின் காலுக்குக் கட்டி அதன் முனையையாவது அல்லது அருகிருக்கிறவர்களின் கையையாவது ஸ்திரீக்கு நோய்வரும்போது பிடித்துக்கொள்ளும்படி செய்யலாம். பிரசவ சமீபகாலத்தில் ஸ்திரீக்கு போஜனமொன்றுங் கொடுக்கப்படாது. ஆனால், வெந்நீர் தேயிலைத்தண்ணீர் காப்பி கஞ்சித்தண்ணீர் ஆகிய வைகளில் ஒன்றைக் கொடுத்துவரலாம்.

பிரசவ வேதனை இன்னதென்பது.

பிரசவவேதனையென்பது தாய்படுகிற வேதனையன்று. ஆனால், அது கருப்பை சுருங்குவதற்கு அருத்தமாகும். கருப்பையிலிருக்கிற சிசுவை உதைத்து வெளிக்குத்தள்ளுகிற செயல் கருப்பைக்கு முக்கியமா யிருக்கின்றது. பிரசவ வேதனை அற்பமாயிருந்தால் சிசுவெளிவரத் தாமதமாகும். வேதனை எவ்வளவு பிரபல்யமா யிருக்கின்றதோ அவ்வளவும் சுகப்பிரசவத்திற்கு அனுகூலமாகும். ஸ்திரீவருத்தப் படுகிறாளென்று அதை நாம் குறைக்க முயற்சிக்கலாகாது.

வேதனை: ஆரம்பத்தில் அற்பமாயிருந்து பிறகு படிப்படியாய்ப் பிரபலப்படும். பிரசவவேதனை சரீரப் பிரகிருதிக்குத் தக்கபடி விகற்பத்திருக்கும். கஷ்டவேலை செய்யும் பெண்கள் இலேசாய்ப் பிரசவிப்பார்கள். சுகானுபவத்திருக்கும் பெண்கள் பிரசவகாலத்தில் மிக்க வருத்தப்படுவார்கள். இதைப்பற்றிக் கருப்பவதிகள் சுதாதாரத்தைப்பார்க்கவும்.

பிரசவம்.

கருப்பையிலிருக்கிற சிசுவை வெளிப்படுத்துகிற கிரியைக்குப் பிரசவம் அல்லது பிள்ளைப்பேறு என்று சொல்லப்படும். பிரசவத்தில் கருப்பை சுருங்கி சிசுவை வெளிப்படுத்தும். கருப்பை சுருங்கும்போது வேதனை பிறக்கும். அதற்குப் பிரசவவாயு பிரசூதவாயு பிரசவவேதனை பிரசவநோய் இடுப்புவலி இடுப்புநோய் என்று பலவாறுய்ச் சொல்லுவர். பிரசவத்தில் 4 - வகைகளுண்டு. அவையாவன:— (1) கிரமப்பிரசவம், (2) கஷ்டப்பிரசவம், (3) கிரமாதீதப் பிரசவம், (4) விபரீதப்பிரசவம் ஆகியவைகளாம்.

1-வது, கிரமப்பிரசவ செய்கை.

பத்துமாதஞ்சென்று சிரசு உதயமாகி இடுப்புநோயெடுத்து, 90-நாழிகைக்குள் தாய்க்கும் பிள்ளைக்கும் யாதொரு வருத்தமில்லாமல் சிசு உயிரோடு பிறப்பதற்குக் கிரமப்பிரசவம் என்றுபெயர்.

2-வது, கஷ்டப்பிரசவ செய்கை.

பிரசவவேதனை கண்டு 90-நாழிகைக்கு மேற்பட்டும், சிசுவின் சிரசு உள்ளே சிக்கிக்கொண்டு வெளிப்படுவது பிர

பாசையா யிருக்கும்போது ஆயுதங்களைக்கொண்டு வெளிப் படுத்துவதற்குக் கஷ்டப்பிரசவமென்று பெயர்.

3-வது, கிரமாதீதப்பிரசவ செய்கை.

இயற்கையாய் வெளிப்படுஞ் சிரசு உதயமாகாமல் ஆசனம் கை கால் பிரஷ்டம் முதலிய வேறு உறுப்புக்கள் உதய மாகிறதற்குக் கிரமாதீதப்பிரசவமென்று பெயர்.

4-வது, விபரீதப்பிரசவ செய்கை.

பிரசவகாலத்தில் வலிகண்டுவிடுதல், பெரும்பாடுகாணுதல், இரட்டைப்பிள்ளை, மூன்றுநான்கு பிண்டங்கள் ஒரேகாலத்தில் பிரசவித்தல், பிரசவமாகையில் ஆசனமும் யோனியும் சவ்வும் கிழிந்துபோதல் ஆகியவைகளுக்கு விபரீதப்பிரசவமென்று பெயர்.

உதயம்.

பிரசவத்தில் முதல் வெளிப்படுகிற சிசுவின் உறுப்புக்கு உதயம் என்று பெயர். இதற்கு டாக்டர்கள் சமயோசிதமாகப் பெயரிட்டிருக்கிறார்கள். சிரசு வந்தால் சிரசு உதயப்பிரசவமென்றும், முகம்வந்தால் முகம்உதயப்பிரசவமென்றும், கால்வந்தால் கால்உதயப்பிரசவமென்றும், கைவந்தால் கை உதயப்பிரசவமென்றும், ஆசனம் வந்தால் ஆசன உதயப் பிரசவமென்றும் சொல்லுவார்கள்.

உதயமாகிற உறுப்பை நிதானித்துக்கொள்ளுங் கிரமம்.

சிரசை:—அதன் அழுத்தத்தினுலும், ரேகைகளினு லும், உச்சித் துவாரங்களினுலும் தெரிந்துகொள்ளவே ண்டியது.

ஆசனத்தை:—அதன் மிருதுவினுலும், பிட்டங்களுக்கு மத்தியில் இருக்கிற விடைவுகளினுலும், குதம் குயில் மூக் கெலும்பு பீஜம் பெண்குறி ஆகியவைகளினுலும் தெரிந்து கொள்ளவேண்டியது.

முழங்காலே:—அதன் உருண்ட ரூபத்தினுலும், தொ டையெலும்பின் குறிகளினுலும் தெரிந்துகொள்ளவேண் டியது.

பாதத்தை:—அதன் நீண்டரூபத்தினுலும், டகரவடிவி னுலும், சமமாகிய விரல்களினுலும், குறுகிய குதிக்காலா லும் தெரிந்துகொள்ளவேண்டியது.

கையை:—அதன் குறுகிய ரூபத்தினுலும், சிறுத்தும் பெருத்துமிருக்கிற விரல்களாலும், கவ்வைப்போல் தனிப் படுத்தக்கூடுமாகிய பெருவிரலாலும் தெரிந்துகொள்ளவே ண்டியது.

முழங்கையை:—ஓலிக்கிரேனன் பிராஸெஸ் என்னும் பிதுக்கத்தின் கூர்மையால் கண்டறியவேண்டியது.

முகத்தை:—மூக்கு வாய் முகவாய்க்கட்டை ஆகியவை கள் வெளிவருவதாலும், அங்குலப் பரிக்ஷையினுல் இவை

கள் விரலுக்குத் தென்படுவதாலும், கடைசியில் தலை வெளிக்கு வருவதாலும் தெரிந்துகொள்ளவேண்டியது.

பிரசூதவாயு விபரம்.

பிரசூதவாயுவில் ஒருகிரமமுண்டு. ஆரம்பத்தில் அது அற்பமாயும், பிறகு கிரமேணுய் விர்த்திக்கிறதாயுமிருக்கும். கொஞ்சநேரம் உக்ரமாயிருந்து சீக்கிரத்தில் தணிந்துவிடும். இவ்விதமாய் விட்டுவிட்டுக் காணும் பிரசவகாலம் சமீபிக்கும்போது பிரசூதவேதனையும் தீவிரமாய்க் கண்டு நேரப்பட்டிருக்கும். பிரசூதவாயு கருப்பையின் கழுத்தில் ஆரம்பித்து ஊர்த்வமுகமாய் வியாபிக்கும். நோய்கண்டிருக்கும்போது கருப்பையைப் பரிசோதித்தால் அது அழுத்தமோடு உருண்டையாய்க் கொஞ்சம் முன்னுக்கு வந்திருக்கும். நோய் நின்றபிறகு மிருதுவாகிவிடும். முதல் பாதத்தில் கருப்பையின் முயற்சியேயுண்டு. இரண்டாம் பாதத்தில் வயிற்றுச் சதைகளும், ஈரல் தாங்கியும் உதவியாகும். அதுவே ஸ்திரீகள் முக்கலுக்குக் காரணம். பிரசவ முடிவில் யோனிச் சதைகள் சுருங்கி நஞ்சை வெளிப்படுத்திவிடும். பிரசூதவாயு மனதுக்கு ஐக்கியப்படாமல் இருந்தபோதிலும், மனேசலனங்களினுல் அது பிறப்பதுண்டு. கோபம் பயம் ஆச்சர்யம் ஆகியவைகளால் வேதனை நின்றுபோவதுமுண்டு.

பிரசவகால சமயங்கள்.

பிரசவ வேதனை யுண்டாகும் காலக்கிரமத்தை யனுசரித்து அதை மூன்று பாகங்களாகப் பிரித்திருக்கின்றூர்

கள். இவை ஒவ்வொன்றிலும் பிரசவகாலத்தை யனுசரித்துக் கொஞ்சங் கொஞ்சமாக வேதனை யதிகரித்துக் காணும். பிரசவநோய் ஆரம்பித்த முதல் பாதத்தில்கருப்பாசயத்தின் முகத்துவாரம் குழந்தையின் தலை தாராளமாய் வெளிப்பட்டு பகிரந்திரத்துக்குள் வரும்படியாக அகன்று விசாலமாகும். இச்சமயந்தான் கருப்பாசயத்தில் குழந்தை மிதந்துகொண்டிருந்த தண்ணீர்ப் பை உடைந்து திரவம்வெளிப்படும், இதையே நம்மவர்கள் பன்னீர்க்குடமுடைதலென்று சொல்லிக்கொள்வார்கள் இரண்டாம் பாதத்தில், குழந்தை பகிரந்திரத்துக்குள் விரைவாய்ச் சென்று ஜனனேந்திர வெளிவரையிலும் வந்துவிடும். மூன்றும் பாதத்தில், நஞ்சு அல்லது மாயை கருப்பையை விட்டு வெளிவந்து விடும்.

கிரமப் பிரசவம்.

சிரசு உதயமாகி இருபத்து நான்குமணி நேரத்துக்குள் தாயாருக்கும் பிள்ளைக்கும் யாதொரு உபத்திரவமில்லாமல் பிரசவம் முடிந்து நஞ்சு கிரமமாய் வெளிப்பட்டு விடுவதே கிரமப்பிரசவமாம். தலைப்பிள்ளைப்பேறு எப்போதும் கொஞ்சங் கஷ்டமாயிருக்கும் பிரசவகால சமீபத்திலே தாய்க்குச் சிலகுறிகள் காணும். அவை பூர்வரூபங்களென்று பேர்பெறும். கருப்பை கீழுக்கிறங்கி வயிறு சற்றே வாடும். சிறுநீர் கடுத்து அடிக்கடி யிறங்கும். வயிற்றுக்கடுப்பு அல்லது முக்கல், பேதி இவைகாணும். வயிற்றில் பிசைவதுபோ லிருக்கும். வேதனையிராது. ஜனனவழியிலிருந்து சிலேத்மநீர் வடியும் அதில் ரத்தக் கீற்றுகளகப்

கிரமப்பிரசவம்.

பிரசவிக்கிறகாலதில்குழந்தையிருக்கும்நிலைமை.

166-வது பக்கம்.

படும். இவை முதலிய குறிகள் கண்டால் பிரசவகாலம் சமீபித்துவிட்டதென்று நிச்சயிக்கவேண்டும். பிரசவகாலம் காண 24-மணி நேரத்துக்கு முன் ஷெ லக்ஷணங்கள் உண்டாவது வழக்கம். சிலருக்கு இவைகளொன்றுங் காணாமலே பிறகு வேதனை ஜனிப்பதும் உண்டு.

பிரசவவேதனையை மூன்றுபாகங்களாய்ப் பிரிக்கலாம். முதலாவது:- ஜனனவழி முதலிய விடங்கள் விசாலமாவது, இரண்டாவது:-பிண்டோதயமாதல், மூன்றாவது:-மாயை முதலான விசேஷங்கள் வெளிப்படுதலேயாம். முதல் பாகத்தில் ஸ்திரீக்கு அதிக நோயுண்டாகும். இருபது நிமிஷத்துக்கொருதடவை நோயுண்டாகும். கருப்பாசயம் மடித்து மடித்துப்பிண்டத்தை வெளிப்படுத்துவதற்குச் செய்யும் எத்தனமே நோயுண்டாவதற்குக் காரணம். இந்த நோய் முதலில் அற்பமாயிருந்து வரவர விசேஷமாகும். இடுப்பில் நோய் அதிகமாயிருக்கும், வாளால் அறுப்பதுபோலவும், மெல்லுவதுபோலவும் நோயுண்டாகும். அவைகளிடையில் ஆரம்பித்து வயிற்றில் இறங்கும். பிரசவநேரம் நெருங்கநெருங்க நோயதிகமாகும். ஸ்திரீ அதிக கூச்சலிடுவதோடு மூச்சு விடக்கூடாது பலமாய்க் கொஞ்சம் முக்குவாள். அப்போது வாந்தியாகும். வாந்தியாதல் நல்லகுறி. காரணம்கருப்பாசயத்தின் வெளித்துவாரம் விசாலமானபோது வாந்தியுண்டாகும். நிற்க, காப்பிப்பொடி கலந்ததுபோலக் கறுப்பாய் வாந்தியாதல் ஸ்திரீ பலவீனமாயிருப்பதைக் காட்டுங்குறியாகும். இஃது கெட்டகுறி. இப்போது ஸ்திரீக்குச் சபலசித்தமும் ஆயாசமும் உண்டாகி அதைரியப்படு

வள். சிலசமயம் பித்தம் பிடித்தவள்போல் வார்த்தையாடு வள். சிசுவின் தலை கருப்பாசயத்தின் வெளித்துவாரத்தில் வரும்போதே குளிருண்டாகும். குளிரினல் பற்கள் ஜில்லென் றிருக்கும்.

இந்தப் பிரசவவேதனையில் நாடியைக் கவனிக்கின் அது அதிகமாய் நடக்கும். நோய் நின்றபோது வேதனை குறையும். நோய் வந்தவுடன் கையை வயிற்றின்மேல்வைத் துப்பார்த்தால் சிசுநிறைந்தகருப்பாசயம் கல்லைப்போல்விரு த்தமாய்க் கைக்ககப்படும். நோய்நின்றவுடன் மிருதுவாயிரு க்கும். ஸ்திரீ ஆயாசத்தினல் தூங்கிவிழுவாள். ஆனல், மறுபடியும் நோயுண்டாகும். இந்தச் சமையத்தில் குழந் தை எந்த ஸ்திதியில் இருக்கிறதோ அதை ஜனனவழிக் குள் அங்குலப் பரீக்ஷையினல் கண்டறியலாம். தலை முத வில் உதயமாகிறதும் அல்லது சிசுவின் எந்தப்பாகம் முத வில் உதயமாகிறதும் இந்தப் பரீக்ஷையினல் தெரியவரும். இரண்டாம் பாகத்தில்: சிசுவிற்கு ஆதாரமாயிருக்கும் நீர் மேல் மூடியிருக்கும் ஜவ்வு உடைந்துவெளிக்குவரும். இத னை நம்மவர்கள் நீர்க்குடம் உடைந்ததென்று சொல்லு வார்கள். இந்த நீர்க்குடம் தளர்ந்ததும் ஸ்திரீக்கும் கஷ் டம் நிவாரணமானதுபோல் தோற்றும். சுவாசம் தாராள மாய்ப் பரவும். சிறிதுநேரம் நோய் நின்றிருக்கும். ஆனல், உடனே அதிகநோயும் முக்கலும் உண்டாகும். ஸ்திரீ மூச்சுப் பிடித்துக்கொண்டும், கை கால் எந்த வஸ்துவை யாவது பிடித்துக்கொண்டும், காலைச் சுவரின்மேல் உதை த்துக்கொண்டும் முக்குவாள். இப்போது ஸ்திரீயின் முகம்

வாடியிருக்கும். நோய்நின்றிருக்கும்போது சுவாசம் அதிகமாகும். குரல் கம்மிக்கொண்டு பேசுவாள். ஸ்திரீயின் முகத்தில் பயக்குறி தோன்றும். இப்போது ஜனனவழியில் அங்குலப்பரீக்ஷை செய்தால் ஜனன துவாரமும் கருப்பதுவாரமும் ஒன்றுபடத் தோன்றும். அதாவது ஒரே துவாரமாய்க் காணும். குழந்தையின் தலை நன்றாய் விரலுக்ககப்படும். நோய்வந்து நிற்கும்போதெல்லாம் குழந்தையின் சிரசு வெளிக்கு வந்தும் உள்ளுக்குப் போய்க்கொண்டும் இருக்கும். தலை ஜனனவழியாகவரும்போது ஆசனத்துவாரத்திலிருந்து மலம் வெளியாகும். பிறகு விசேஷ நோயுண்டாகி தலை வெளிக்குவரும் அப்போது ஸ்திரீ ஒரு பெரிய கூச்சலிடுவாள். அதற்குப்பின் சிறிதுநேரம் நோய் நின்றிருக்கும். உடனே ஒரு சிறுநோய் கண்டு சிசுவின் மற்ற பாகங்களெல்லாம் வெளியில் பூர்த்தியாய் வந்துவிடும். மூன்றுவது பாகம்: குழந்தை பிறந்தவுடன் சிறிதுநேரம் நோய்நின்று தைரியம் உண்டாகும். பிறகு 10-நிமிஷத்தில் சொற்பநோய்கண்டு மாயை அதாவது மாசு வெளிவந்துவிடும். இந்த மாயையுடன் கொஞ்சம் ரத்தம் வருவதுமுண்டு. இத்துடன் பிரசவவேதனை முடிந்ததாகும். பிறகு அடிவயிற்றைக் கையால் தடவிப் பார்க்கின் கருப்பாசயம் ஒரு தேங்காய்ப்பிரமாணம் கைக்ககப்படும். பின்னர் பிரசவமான ஒருமாதத்துக்கெல்லாம் கருப்பாசயம் இயற்கைப் பிரமாணத்திற்கு வந்துவிடும்.

கிரமப்பிரசவ நிர்வாகம்

அல்லது,

பிள்ளைப்பேறு பார்த்தல்.

கிரமப்பிரசவத்தில் சகலமும் அநுகூலித்திருக்குமாதலால் நாம் விசேஷித்துச் செய்யவேண்டிய சிகிச்சை ஒன்றுமிராது. இதில் கையிட்டுத் தொந்தரவு செய்யாதிருப்பது தான் பிரதான சிகிச்சை. நமது நாட்டில் மருத்துவம் பார்த்து ஸ்திரீகளானதால் அவர்களைக்கொண்டே சகல காரியங்களையும் நடத்திக்கொள்ளவேண்டியது. மருத்துவச்சியையாவது, மருத்துவம்செய்யும் வைத்தியனையாவது பிரசவவேதனைப்படும் ஸ்திரீயைப் பார்க்கும்படி கூப்பிட்டவுடனே தாமதமின்றி அடியிற்கூறும் ஆயுதங்களுடனும் மருந்துகளுடனும் போகவேண்டியது.

ஆயுதங்களும் மருந்துகளும்.

ஆயுதங்கள்:—(1) ஸ்தெதெஸ்கோப், (2) சிலாக்கு, (3)கத்திரிக்கோல், (4)பீச்சாங்குழல், (5) ஒருஜதை குறடு, (6)குண்டூசிகள், (7)நூற்கயிறு, (8) துண்டுத்துணி; மருந்துகள்:-அமினித்திராவகம், எர்கட்மாத்திரை, நவச்சார பரிமளத்திராவகம், குளோரோபாரம், சாராயம் ஆகியவைகளாம்.

ஆயுதங்களின் பிரயோஜனம்.

(1) ஸ்தேதேஸ்கோப்:-குழந்தைகருப்பத்தில் பிழைத்திருக்கிறதென்பதும், இறந்துபோயிற்றென்பதும் தெரிந்து

கொள்வதற்கு இந்தச் சாதனத்தைத் தாயின் வயிற்றுப் பக்கத்தில் வைத்துக் காதைக்கொண்டு கேட்பதால் தெரிந்துக்கொள்ளலாம். இரட்டைப்பிள்ளை யிருந்தாலும் தெரியும். (2) சிலாக்கு:- அந்தச் சமயத்தில் உண்டாகும் நீரடைப்பானது இக்கருவியை உட்செலுத்துவதனால் நீங்கிவிடும். (3) கத்திரிக்கோல்:- இஃது வயிற்றுக் கொடியைக் கத்தரிப்பதற்கு உபயோகமாகும். (4) பீச்சாங்குழல்:- மலம் வரத் தடைப்பட்டபோதிலும் மருந்துண்ணச் சக்தியற்றபோதிலும் இக்கருவியைக்கொண்டு மலத்தை வெளியாக்கவும் மருந்தை யுட்செலுத்தவும் செய்யலாம். (5) ஒ்ருஜதை குறடு:- குழந்தை கருப்பத்தில் குறுக்காய்விட்டாலும், ஜனனவழியாய் வரத்தலைப்பட்டாலும், கை கால் முகம் முதலிய அவயவங்களைப்பற்றிச் சிசுவைச் சுலபமாய் எடுத்துவிட இந்தக் கருவியை உபயோகிக்கலாம். (6) குண்டூசிகள்:- இது கூர்மையற் றிருக்கவேண்டும். கருப்பத்தில் துணிசுற்றிப் பிகிவுப்படுத்த இதைக் குத்தி வைக்கலாம். (7) நூற்கயிறு:- வயிற்றைக் கட்டுவதற்கும், குழந்தையின் தொப்புளைக்கட்டி முடியிட்டுக் கத்தரித்து விடுவதற்கும் இதை உபயோகிக்கலாம். (8) துண்டுத்துணி:- பிரசவிக்கும் ஸ்திரீயின் வயிற்றைக் கட்டுவதற்கும், பிரசவித்த ஸ்திரீயின் வயிற்றின் மேற்போர்வைக்கும் இதனை யுபயோகிக்கலாம்.

அபினித்திராவகத்தை- ஸ்திரீ நித்திரைசெய்யும்பொருட்டும், எர்கட் மாத்திரையை:- கருப்பத்திலுள்ள சிசு சீக்கிரம் வெளிவருவதற்கும், நவாச்சார பரிமள திராவகத்தை ஸ்திரீக்கு வேதனையைப் பிறப்பிப்பதற்கும், குளோரோபார

த்தை - ஆயுதப்பிரயோகஞ் செய்து சிசுவை வெளிப்படுத் தும்பொருட்டாக ஸ்திரீக்கு மயக்கமுண்டாவதற்கும், சாரா யத்தை - பிரசவித்தவுடன் களைதீரவும் நித்திரையுண்டாக் கவும் யுபயோகிக்கலாம்.

பிரசவ ஸ்திரீயினிடத்திற்குப் போனபிறகு, நாம்: ஸ்திரீயின் அச்சமய ஸ்திதியையும், அவள் பிரசவவேத னையி லிருப்பதையும் இல்லாததையும், அப்படி யிருந்தால் உதயமாகிற உறுப்பையும், குழந்தையின் நிலைமையையும், பிரசவத்தின் கிரமத்தையும், பிரசவமுடிவின் உத்தேசத் தையும் தெரிந்துகொள்ளவேண்டும். நாடிநடை மலக்கிர மம் இவை தேகஸ்திதியைக் காண்பிக்கும். அவள் படும் வேதனை பிரசவவேதனையா யிருக்கின், நோயானது மேல் வயிற்றில் கண்டு அடிவயிற்றில் போய்ப் பரவும். இந்த நோய்களுக்கு மத்தியகாலம் கிரமமாயிருக்கும். நோய் வர வர அதிகமாகும். அந்த நோய் இடுப்பிலும் முதுகிலும் அதிகமாய்த் தெரியும். நோயானது அறுத்ததுபோலும் மெல்லுவதுபோலு மிருக்கும். ஜனன பரிசோதனையினால் பிரசவ வேதனையென்று தெரிந்துகொண்டவுடனே, சிசு கருப்பத்தில் சரியானவிடத்தில் இருக்கிறதா இல்லையாவெ ன்று ஜனனபரிக்ஷை செய்யவேண்டும். ஸ்திரீயைப் படுக் கையில் இடது பக்கமாய்ப் படுக்கவைத்துக் கால்களை வயிற்றின்மேலே மடித்துக்கொள்ளும்படி செய்து, வலக் கையின் இரண்டாவது விரலில் விளக்கெண்ணெயைத் தட விக்கொண்டு, ஜனனவழியாய்ப் பின்பக்கமாய் நுழைத் தால், சிசுவின் எந்தப்பாகம் முன்னதா யிருக்கிறதோ அதைத் தெரிந்துகொள்ளலாம். இந்தப் பரீக்ஷைசெய்து

பிரசவமாவதற்குச் சிறிதுகாலம் செல்லுமென்று தோன்றினால், ஸ்திரீயை எழுந்திருக்கச்செய்து உட்காரும்படி அல்லது உலாவும்படி செய்யலாம். பிரிய வசனங்களால் ஸ்திரீயைச் சந்தோஷப்படுத்தவேண்டும். சகலமும் அனுகூலித்திருப்பதால் உபத்திரவமில்லாமல் பிரசவம் முடியுமென்று தேறுதல்சொல்லிப் பயத்தைப் போக்கவேண்டும். நோய் முதல்பாதத்தி லிருக்கும்போது பசியிருந்தால் கொஞ்சம் காப்பித்தண்ணீரையாவது, பாலையாவது, கஞ்சியையாவது தாகத்திற்குக் கொடுக்கலாம். பேதிக்குக் கொடுத்து மலபந்தத்தை நீக்கவேண்டும். நீரடைப்பிருந்தால் சிலாக்கைவிட்டு நீரைவெளிப்படுத்த வேண்டும். முதல்பாதத்தில் ஸ்திரீயை முக்கச்செய்யலாகாது. சில இடங்களில் ஸ்திரீயைப் படுக்கவைத்து, வேறொருத்தியை வயிற்றின் மேல் ஏறி அழுத்தச்சொல்லி ஸ்திரீயை முக்கும்படி செய்வதுமுண்டு. இச்செய்கையினால் பிரசவஸ்திரீக்கு அதிக வேதனை யுண்டாகுமே யொழிய சுகுணமிராது. சிலவேளை கருப்பை கிழிந்து அபாயம்நேரிடுவதும் உண்டு. ஸ்திரீயை அடிக்கடி பரீக்ஷை செய்யப்படாது. அவ்விதம் செய்தால் ஸ்திரீக்கு அருவருப்பு உண்டாகும்; அல்லது ஏதோபிரமாதமுண்டாகுமென்று திகிற்படுவாள். சிசுவின்சிரசு கருப்பாசய யந்திரத்தில் எப்போதுவந்திருக்கிறதோ அப்போது ஸ்திரீயைப் படுத்துகொள்ளச் செய்யவேண்டியது. நீர்க்குடம் உடைவதற்கு முன்னே அதிக ஜாக்கிரதையோடு பரீக்ஷைசெய்யவேண்டியது. இல்லாவிடில் விரல் நகம்பட்டு நீர்க்குடம் உடைந்துபோகும். இதனால் பிரசவம் சீக்கிரம் முடியாது. ஆனால், தலை கர்ப்பத்துவாரம் தாண்டி ஜனன

வழியில் வந்திருந்தால் நீர்க்குடத்தை வுடைக்கவேண்டியது. நகத்தால் கிள்ளினாலும் அல்லது கிறினாலும் நீர்ப்பை யுடைந்துபோய் நீர்வெளிவரும். பின்னர் சிசு சீக்கிரத்தில் பிரசவமாகும். ஆனால், நீர்ப்பையின் மேற்பாகம் தளமாயிருந்தால் ஊசியினால் குத்திவிடவேண்டியது.

நீர் வெளிவந்தவுடனே சிசு பிரசவமாகுமாதலால் மருத்துவச்சி ஸ்திரீயின் பக்கத்திலேயே யிருக்கவேண்டியது. அவளைவிட்டு எங்கும் போகக்கூடாது. சிசு ஜனனவழியாய் வெளிவரும்போது ஆசனத்திற்கும் ஜனனவழிக்கும் நடுவிலுள்ள பிரதேசம் உப்பும். இந்தப் பிரதேசத்தை மருத்துவச்சி தன் கரத்தால் அணைத்துப் பிடித்துக்கொள்ளவேண்டும். இப்படி யணைத்துப் பிடிப்பதும் அதிக உரப்பாயிருக்கப்படாது. அவ்விதம் அணைத்துப் பிடிக்காமற் போனால் சிலசமயம் அந்த இடம் வெடித்து ஆசனமும் ஜனனவழியும் ஒரே துவாரமாகி அதிகபாதை யுண்டாகும். தலை பிரசவமானதும் குழந்தையின் கழுத்தில் கொடி சுற்றிக்கொண்டிருப்பதும் இல்லாததும் பார்த்துக்கொள்ளல் வேண்டும். அவ்விதஞ் சுற்றிக்கொண்டிருக்கும் பக்ஷத்தில் அதை விலக்கிக் கீழே போட்டுவிடவேண்டும். குழந்தையின் வாயிலிருந்துவரும் கோழையை எடுத்து அவ்விடத்தை குட்டையினால் துடைத்துவிடவேண்டும். குழந்தையின் தலை வெளிவந்ததும் சில நாகரீகமற்ற மருத்துவச்சிகள் அனாவசியமாய்த் தலையைப்பிடித்து இழுப்பார்கள். சீக்கிரம் பிரசவமாகுமென்கிற அபிப்பிராயத்தினால் இவ்வூத கெட்டசெய்கை செய்வார்கள். இவ்விதம் செய்வது

அபாயத்திற்கிடமாகும். குழந்தை தானய் வெளிப்பட்டால் ஒரு அபாயமும் உண்டாகாது. அப்படியன்றி அவசியமில்லாமலே தலையைப்பிடித்துப் பலவந்தமாய்வெளியில் இழுத்துக்கொண்டுவந்தால் குழந்தை பிறந்தவுடனே ஜனன வழியிலிருந்து ரத்தப்பிரவாகம் உண்டாகும். இச்செய்கையை நாகரீகமற்ற மூட அம்பட்ட மருத்துவச்சிகளே செய்வார்கள். இயற்கையான பிரசவத்தில் மருத்துவச்சியின் வேலை என்னவென்றால், ஒரு அபாயமுமின்றித் தாயையும் பிள்ளையையும் ஜாக்கிரதையாய்ப்பார்த்துக்கொள்ள வேண்டியதேயன்றி, பிரசவம்சுபாவமாய் நிறைவேறுகையில் தாம் இடையில் புகுந்து கிரமமாய் நடக்கும் பிரசவத்தைக் கெடுக்கக்கூடாது. சில மருத்துவச்சிகள் தாங்கள் வெறுமனே உட்கார்ந்திருந்தால் வீட்டிலிருப்பவர்கள் இவர்களை மதிக்கமாட்டார்களென்றும், மருத்துவச்சியின் உதவி யில்லாமலே பிரசவமானதாகச் சொல்லிக்கொள்ளுவார்களென்றும், அல்லது தங்களின் சாமர்த்தியத்தைக் காண்பிக்க வேண்டுமென்றும் அனுவசியமான வேலையைச் செய்வார்கள். இவ்வாறு உபத்திரவமான காரியம்செய்து, தாங்கள் அப்படிச் செய்யாவிட்டால் குழந்தைபிரசவமாதல் வருத்தமென்றும், தங்களின் சாமர்த்தியத்தினலேயே குழந்தையைச் சீக்கிரத்தில் வரும்படிசெய்ததாகவும் சுற்றியிருக்கும் ஸ்திரீகட்கு வீண் டம்பவார்த்தைகள் சொல்வார்கள். ஆகையால், நமது இந்து சகோதரிகள் இந்தக் கருப்பசாஸ்திரத்தைப் படித்தாலும் அல்லது கேட்டு அதன்படி நடந்தாலும் மேற்கூறிய அறிவில்லாத அம்பட்ட மருத்துவச்சிகள் பாதையுண்டாகுங் காரியங்களை

செய்ய இடங்கொடார்கள். தலைவெளிக்குவந்த சிறிது நேரத்திற்குள்மறுபடியும் ஒருநோயுண்டாகிமற்றபாகங்கள் தாமே பிரசவமாகும். ஆனால், தலை வெளிக்குவந்தபின் மற்றபாகங்கள் வெளிக்குவரத் தாமதித்தாலும், அல்லது சிசுவின் முகம்கறுத்து இரத்தம் கட்டிக்கொள்ளும்படியாயிருக்கும்பக்ஷத்தில் தாமதிக்காமல் உடனே தலையைப்பிடித்துமெதுவாய் இழுத்து மற்றபாகங்களை வெளியிற்கொண்டுவரவேண்டியது. சிசுவைத் தீவிரமாயிழுத்துவிட்டால் கருப்பை சீக்கிரத்தில் சுருங்காமல் இரத்தம் அதிகமாய் வெளிப்படும். குழந்தையின் சிரசு வெளியே வரவர நோய் அதிகப்படும். அப்போது ஸ்திரீ கட்டாயம் அழுவாள். ஆகையால் இழுக்கும்போது மெதுவாகவும் பொறுமையோடும் இழுக்கவேண்டியது. தாயின் வயிற்றின்மேல் மற்றொருத்தியை ஒரு கையால் அழுத்திக்கொள்ளச்செய்து, மருத்துவச்சியின் கைவிரலைச் சிசுவின் அக்குளில் தூறடு போல் வளைத்துப்பிடித்து இழுத்தால் சிசு சுலபமாய்வெளிவரும். குழந்தை பிறந்தவுடன் குளிர்ந்தகாற்று அதன் சரீரத்தின்மேல் அடிப்பதால், சிசு மூச்சுவிடுவதை நிறுத்திக் கீச்சுகீச்சு என்று அழ ஆரம்பிக்கும். அழுது சுவாசம்பூரணமாயேற்பட்டு நாபிக்கொடியில் நாடிநடை நின்ற பிறகு அதைத் துண்டித்து, தாயையும் சிசுவையும் வேறுபடுத்த வேண்டும். தொப்புட்கொடியை துண்டிக்கும் விதமாவது:- குழந்தை தொப்புளிலிருந்து இரண்டரை யங்குலம் நீளம்விட்டு அதற்குமேல் நூற்கயிற்றை உரப்பாய்த் தளராமற்கட்டி, அந்தக்கட்டுக்குமேல் அரையங்குலம் விட்டு ஒரு கட்டுக்கட்டி அறுக்கவேண்டியது. அவ்விதம் கட்டி யறு

ங்காவிட்டால் இரத்தம் வடிந்து குழந்தை சிலசமயம் இறந்துபோய்விடும். கத்தி அல்லது கத்திரியினால் துண்டிப்பதே நலம். அரிவாள்மணையால் அறுப்பது விவேகமற்றவர்களின் செய்கையாகும். இவ்விதம் சிசுவை வேறுபடுத்தின பிறகு தாயின் வயிற்றை மருத்துவச்சி பரிசோதிக்கவேண்டும். இவ்வித பரிசோதனையினால் இரட்டைப்பிள்ளை யிருப்பதும் இல்லாததும் தெரிந்துகொள்ளலாம். இதன்மேல் குழந்தை தானாகவே மூச்சுவிட்டு ஜீவிக்கக்கூடியது ஆதலால், அதை ஒரு கம்பளித்துணியினால் சுற்றி ஓரிடத்தில் படுக்கவைத்து விடவேண்டியது. பிரசவித்த ஸ்திரீக்குச் சிறிது சூடான பாலையாவது தேயிலைத்தண்ணீரையாவது குடிக்கக்கொடுக்கலாம். இப்போது அவள் அதிகமாய் அசைதலாவது எழுந்துட்காரலாவது நடமாடலாவது பேசலாவது கூடாது. இதன்மேல் கொஞ்ச நேரத்திற்குப் பிறகு சொற்பவலியுண்டாகி மாயை வெளிவந்துவிடும். இப்படித் தானாகவே சீக்கிரம் மாயை வெளிவராவிட்டால், மருத்துவச்சியானவள் அடிவயிற்றை ஒருகரத்தால் அணைத்துக் கருப்பாசயத்தைப் பிடித்துக்கொண் டிருக்க வேண்டும். ஜனனவழியிலிருந்து தொங்கிக்கொண்டிருக்கும் கொடியை இடதுகையால் மிருதுவா யிழுத்தால் மாயை உடனே வெளிவந்துவிடும். அதிக முரட்டுத்தனமா யிழுத்தால் கொடியறுந்து மாயை உள்ளேநின்றுபோய் அதிக உபத்திரவமுண்டாகும். ஆதலால், கொடியில் நாடியடித்துக்கொண்டிருக்கும் வரையில் மாயை கருப்பாசயத்தில் ஒட்டிக்கொண்டிருக்கிறதென்றறிந்து, அதை இழுத்தல் கூடாது. நாடிநின்று ஜில்லிட்டுப்போய்விட்டால் மாயை கருப்பாசய சம்பந்தத்தை விட்டு

விட்டதென்றறிந்து, வலதுகையின் இரண்டுவிரலை உள்ளே விட்டுக் கொடியைப் பிடித்துக்கொண்டு, இடதுகையால் வெளியில் இருந்து மெதுவா யிழுக்கவேண்டும். மாயை விழுந்தவுடன் அதை ஒரு சட்டியில்போட்டு வைத்திருந்து சிறிது நேரத்திற்குள் அதை எரித்துவிடவேண்டும், அல்லது புதைத்துவிடவேண்டும். இல்லாவிடின் அது சீக்கிரம் நாற்றமெடுத்துச் சரீர சவுக்கியத்திற்குக் கெடுதிசெய்யுமாதலால் அதைப்பிரசவ கிரகத்தில் வெகுநேரம் வைத்திருத்தல்கூடாது. இனி உடனே ஸ்திரீயின் வயிற்றைக் கட்டிவிடவேண்டியது. இக்கட்டுப் போடுவதன் பிரயோஜனமென்னவெனில், கருப்பாசயத்தைச் சுருங்கச்செய்யவும், இரத்தம் பெருகாமலிருக்கவும், வயிறு கோரரூப மாகாமலிருக்கவுமேயாம். அதற்காகத் துணியை இரண்டு மூன்று மடிப்பாய் மடித்துக்கொண்டு கையில் பிடித்துக்கொண்டிருக்கும் கருப்பாசயத்தின்மேலே மெத்தையைப்போல் போட்டு, அதன்மேல் குட்டையினால் இடுப்பைச்சுற்றிக் கட்டி, வயிற்றின்மேல் ஒரு துணியை நன்றாய்க் கட்டவேண்டியது. நாட்டு மருத்துவச்சிகள்: இடுப்புக் கத்தரித்து விழுந்துபோவதுபோல் அவ்வளவு பலமாயிழுத்துக் கட்டுவார்கள். இவ்வளவு முரட்டுத்தனமாய்க் கட்டுவது அவசியமன்று. இரண்டுமூன்று சுற்றுக் கட்டினால் போதுமானது. இனி, பிரசவித்த ஸ்திரீயைப் படுக்கவைத்துச் சிறிது நேரம் சிரமபரிகாரம் செய்துகொள்ளும்படி விட்டுவிடவேண்டும். தாகமிருக்கின் சிறிது கஞ்சியையாவது காய்ச்சின பாலையாவது குடிக்கக்கொடுக்கவேண்டும். அவள் ஒருவருடனும் பேசக்கூடாது. அவளுக்குக் குளிர்ந்து கூசினால்

ஒரு கம்பளித்துண்டைப் போர்த்தவேண்டும். அதிகபலவீனமாயிருக்கின், பரிமள ஙவாட்சாரதிராவகத்தில் 15-துளி நீரில் கலந்து கொடுக்கவேண்டும். இரத்தம் அதிகமாய்ப் போனல் எர்கட் திராவகத்தில் 30-துளி கொஞ்சம் நீரில் கலந்து கொடுக்கவேண்டும். அடிவயிற்றில் நோய் அதிகமாயிருந்தால் அபினித்திராவகத்தில் 10-துளி நீரில்கலந்து கொடுக்கலாம். இனி, குழந்தைக்குச் செய்யும் உபசரணையாவது:- பிறந்தவுடன் அதன் வாயில் விரலைவிட்டுக் கோழையை எடுத்துவிடவேண்டியது. பிறகு அதன்மேலிருக்கிற குழகுழப்பு அதாவது வெர்னிக்ஸ்யோசா போகும்படியாய் வெந்நீர்விட்டுக்கழுவி, தொப்புள் கொடியில் இரத்தம் ஒழுகாமல் பார்வையிட்டு வயிற்றைத் துண்டுத் துணியால் சுற்றிவைக்கவும். ஒருவேளை துண்டித்தவாயிலிருந்து இரத்தம் கசிந்தால் வேறொருமுடியிட்டு இரத்தம் கசியாமலிருக்கச்செய்யவேண்டும். பிறகு தொப்புள்கொடி கிரமேணுவாய் உலர்ந்து சுமார் 5,6-ம் நாளில் விழுந்துவிடும். சிலவேளை சீக்கிரத்திலும், சிலவேளைநாட்சென்றும் விழுவதுண்டு. பிரசவக்கிரியையை மருத்துவச்சியானவள் வெகு சாக்கிரதையோடும் க்ஷிப்ரமத்தோடும் நடத்தவேண்டியது. சிலவேளை சிசுவுக்கு விகற்பங்கள் காணுவதும் உண்டு. இரத்தம் அதிகமாய் வடிந்தாவது நஞ்சு சீக்கிரத்தில் பிரிந்தாவது அல்லது போஷணைகுறைந்தாவது குழந்தைக்குமூர்ச்சையும் சுவாசபந்தமும் காணும். இதனல் குழந்தை துர்ப்பலமடைந்து சுவாசம் செவ்வையாய் விடாமலும் அலறி அழாமலு மிருக்கும். தொப்புள் கொடியில் நாடி நடைபெறாது. இருதய நடையும் ஒடுக்கமுற்றிருக்கும். இதற்கு

சிசுவை வெந்நீரிலும் குளிர்ந்தஜலத்திலும் மாற்றிமாற்றித் தோய்க்க வேண்டியது. இதிலும் சுகுணம் பிறக்காவிட்டால் கம்பளித்துணியால் உடம்பையும் கால் கைகளையும் சூடுபிறக்க மருத்துவச்சியானவள் தன்கரத்தால் தேய்க்க வேண்டும். மூக்கிலும்தொண்டையிலும் கோழியிறகைவிட்டுக் கூச்சம் உண்டாக்கலாமென்றும்சொல்லுகிறார்கள். சிசுவின் பிட்டத்தின்மேல் விரல்களால் சுறுக்குத் தாங்கும்படி அடித்து அழச்செய்வதிலும் குணமுண்டு. பிரசவகாலம் தாமதித்துச் சிரசு நெருக்கமடைந்து சிசுஜனித்தால், கொடியில் நாடிநடை க்ஷீணித்துச்சரீரம் நீலநிறமாகி முகம் சிவந்து தலைகுரூபமாயிருக்கும். அதற்குக்கொடியைத் துண்டித்துக்கொஞ்சம் இரத்தம் வெளிப்படச்செய்து, குழந்தை சுவாசம்விடப் பிரயத்தனப்படும்போது கொடியைக்கட்டிவிடவேண்டியது. சுவாசம் பிறக்காவிட்டால் குளிர்ந்த ஜலத்தைக் குழந்தையின்மேல் தெளித்துவெந்நீரில் நனைத்துச்சூடுபிறக்கக் கம்பளியால்தேய்க்கவேண்டியது. குழந்தைக்குச் செய்யவேண்டிய முயற்சிகளை அதைரியப்படாமல் செய்து பார்த்தும் எதனாலும் சுகுணம் பிறக்காவிட்டால் அது அசாத்தியமாய் முடியும். இன்னும் நெருக்கம் அதிகப்பட்டு குழந்தையின் தலையில் வீக்கம் காண்பதும் உண்டு. இரத்த நீராவது இரத்தமாவது சருமத்துக்கடியில் சேர்ந்து அந்த வீக்கம் காணும். அது தற்செயலாய்க் கரைந்துவிடும். கரையாதேபோனால் உஷ்ணகிலேதம் போடலாம். பிரசவம் சம்பூரணமாய் முடிந்தவுடன் மருத்துவச்சி சற்றுநேரம் அருகிலிருந்து கருப்பை செவ்வையாய்ச் சுருங்கினதையும் நாடியின் தன்மையையும் கண்டறிந்து சகலமும் அனு

கூலித்திருந்தால் பிள்ளையை அவள் பக்கத்தில் படுக்கவைத்து அனுமதி பெற்றுக்கொண்டு தன் வீட்டிற்குப் போகலாம். புத்திரனைப் பெற்றதாய் இவ்வளவு வருத்தத்துடன் தான் பெற்றெடுத்த குழந்தையைப் பார்த்தவுடன் தான் அனுபவித்த வருத்தங்களை எல்லாம் மறந்து மனமகிச்சியடைவாள்.

பிரசவ அந்திய வேதனை.

ஸ்திரீ பிரசவித்தபிறகு, கருப்பையிலிருக்கிற அழுக்கு முதலியவைகள் வெளிப்பட உண்டாகிற வேதனைக்குப்பிரசவ அந்தியவேதனை யென்று பெயர். தலைச்சன் பிள்ளைப் பேற்றுக்கு இது மெத்த இராது இந்நோய் எடுத்தால் மிகவும் நல்லது. ஏனெனில், அவ்வப்போது கருப்பை நன்றாகச் சுருக்கும். இரத்தமும் அதிகம் வடியாது. கருப்பையிலிருக்கிற அழுக்கும் தாராளமாய் வெளிப்படும். குழந்தைக்கு ஸ்தன்யபானம் செய்விக்கும்போது, இந்த வேதனை காணும், அல்லது பிரபலப்படும்.

அழுக்கு வருதல்.

பிரசவித்தபிறகு கருப்பையிலிருந்து ஜனனவழியாய் இரத்தம்வடிந்துகொண்டிருக்கும். அதற்கு அழுக்கென்று சொல்வதுவழக்கம். சிலநாட் சென்றபிறகு அந்த அழுக்கு நிறம்மாறி ஜலரூபமாகிவிடும் அது 3, 4, 5-நாள் வரையில் சிவந்திருக்கும். அதற்கு உரைகிற தன்மையில்லை. பின்னர் பச்சை மஞ்சள் ஆகிய இவ்வன்னங்களாய் மாறி முடிவில் ஜலம்போலாகிவிடும். இந்த அழுக்குக்கு ஓர்வித கந்தமு

ண்டு, அந்த கந்தத்தை ஒப்பிட்டுச் சொல்வது பிரயாசை. ஆனால், அதன் வாசனையினாலேலே ஸ்திரீ பிரசவித்தவளென்று தெரிந்துகொள்ளலாம். அழுக்குத் தேகப்பிரகிருதிக்குத் தக்க படி 2, 3, 4-வாரம் வரையில் அதிகமாயாவது குறைந்தாவது காணும். கருப்பையினுடைய சவுக்கியத்திற்காக அழுக்கு விழுகிறபடியால் அது அகாலத்திலேயே நின்றுவிட்டால் துற்குணங்கள் பிறக்கும். அழுக்குச் செவ்வையாய்க் காண்பதற்கு நமது வீடுகளில் கொடுக்கிற காய மருந்துகள் அதிக உஷ்ணமானபடியால் அது அநேககெடுதிகளை விளைவிக்கின்றது. அவசியமில்லாத அவ்வழக்கத்தைக் கற்றறிந்த பெண்மணிகள் கண்டு உடனே தவிர்த்துவிடவேண்டும். ஆனால் கிழவிகள் குணத்தைத் திருப்புவது கடினம்.

கஷ்டப் பிரசவம்.

சிசுவின் சிரசு உதயமாகிப் பிரசவம் முடிவுபெற 90-நாழிகை அதாவது 24-மணி நேரத்திற்கு அதிகஞ்சென்றால் அதற்குக் கஷ்டப்பிரசவமென்று சொல்லப்படும். இதில் இரண்டு பிரிவுகளுண்டு. அவையாவன:- 1-வது பிரசவகாலம் தாமதித்துத் தாய்க்கும் குழந்தைக்கும் யாதொரு கெடுதியின்றிப் பிரசவம் முடிவதற்கு பீடியஸ்லேபம் என்றும்; 2-வது, ஆயுதப்பிரயோகஞ் செய்து குழந்தையைக் கொல்லாமலாவது அல்லது சேதித்தாவது வெளிப்படுத்துவதற்கு லோபாரியஸ் லேபர் என்றும் இங்கிலீஷில் சொல்லப்படும். கஷ்டப்பிரசவ முண்டாவதற்கு அடியிற்கூறும் விபத்துகள் நேரிட்டிருக்கும்; அவையாவன:- (1) கருப்பை

துர்ப்பலப்பட்டிருத்தல், (2) கருப்பையின்வாய் விரியக்கூடாமலிருத்தல், (3) பனிநீர் அளவிற்கதிகப்பட்டிருத்தல், (4) பனிக்குடச் சவ்வு உறுதியாயிருத்தல், (5) பனிக்குடம் ஏற்படாமற்போதல், (6) பனிநீர் பக்குவகாலத்திற்குமுன் வெளிப்பட்டுவிடுதல், (7) கருப்பை மாறுபாடாய்ச் சாய்ந்திருத்தல், (8) சிசு கருப்பாசயத்தில் சிக்குண்டிருத்தல், (9) மனோபயம், (10) சன்னிகாணுதல் ஆகிய இக்காரணங்களால் கஷ்டப்பிரசவமுண்டாகும். மேற்கூறிய விபத்துக்களின் காரணங்களை அவற்றின் சிகிச்சைகளையும் அடியிற் கூறுவாம்.

மந்தப்பிரசவ வேதனை.

இது தேகாப்பியாசமற்ற சுகுமார ஸ்திரீகளுக்குக் காண்பது வழக்கம். துர்ப்பலம் மனோவியாகூலம் ஆகியவைகளால் பிரசவவலி அற்பமாயிருக்கும். நோய் விட்டுவிட்டுக் காணும். பனிக்குடமும் ஏற்படாது. மேலும், கருப்பையின் வாய் விசாலமாகாது. வாயுவின் உபத்திரவத்தால் பிரசவ வலி தணிந்திருப்பதும் உண்டு.

சிகிச்சை.

இதற்கு அவசரப்படாமல் கொஞ்சம் நிதானித்தால் தற்செயலாய் எல்லாம் கிரமத்திற்கு வந்துவிடும். ஸ்திரீயின் மனதைத்தேற்றிச் சந்தோஷப்படுத்தவேண்டும். கொஞ்சநேரம் வேதனையைச் சகித்துகொள்ள உற்சாகப்படுத்தி விளையாட்டு விஷயத்தில் காலங்கழிக்கச் செய்யவேண்டியது. மலபந்தமிருந்தால் ஆசனவர்த்திசெய்துவைக்கலாம்.

காரமில்லாத ஆகார போஜனங்கொடுக்கலாம். சில சமயம் இடுப்புவலி நேரப்பட்டிருந்து நித்திரைவராமல் களையுண்டானல் அபினியைக்கொடுத்துப் பிரசவநோயைக் கொஞ்ச நேரம் நிறுத்தி நித்திரை போகும்படி செய்யவேண்டியது. இவ்வித உபசரணைகள் செய்தும் ஒன்றும் பிரயோஜனப்படாவிடில், ஆர்கெட் ஆவ்ரை என்னும் மருந்தைக் கொடுத்துப்பிரசவவேதனையை அதிகரிக்கச்செய்தால், குழந்தை சீக்கிரம் ஜனனமாகும். இந்த மருந்தைக் கொடுப்பது பலவிதம். இம்மருந்தில் 15, 20-கிறேன் எடுத்துத்தூள்செய்து கால் ஆழாக்கு வெந்நீரில் போட்டு மூடிவைத்துக்குளிர்ந்த பிறகு கலக்கிக் கொடுத்துவிடவேண்டும். இவ்விதமாய் 20-நிமிஷம் விட்டுவிட்டு 2, 3-முறை கொடுக்கவேண்டும். எப்படியும் 60-கிறேனுக்கு அதிகமாய்க் கொடுக்கப்படாது. இந்த எடைக்கு அதிகப்பட்டால் தலைவலிமுதலிய துர்க்குணங்கள் சம்பவிக்கும். ஆர்கெட் ஆவ்ரை என்னும் மருந்தைக் கொடுத்தால் சிசு பிராணனற்றுப் பிறக்குமென்று டாக்டர்கள் கண்டிருக்கின்றார்கள். பிரசவவேதனை ஆரம்பித்து அது அற்பமாயிருக்கும்போதுதான் இந்த மருந்தைக்கொடுக்கவேண்டும். கருப்பையின் வாய் திரடமாய்ப் பிகுவுற்றிருக்கும்போதும், உதயமாகிற வுறுப்புக்கள் விரலுக் ககப்படாமலிருக்கும்போதும், இடைக்குழியின் எலும்புகள் குரூபமடைந்து குழி சிறுத்திருக்கும்போதும், ஜனனவழி தடையுண் டிருப்பவர்களுக்கும், ஸ்திரீ தலைவலியிலிருக்கும்போதும் இந்த மருந்தை உபயோகிக்கலாகாது. இந்த மருந்துடன் வெங்காரஞ் சேர்த்துக்கொடுப்பதும் உண்டு.

கருப்பாசயம் விசாலமாகாதிருத்தல்.

கருப்பையின் வாய் விரியாமல் பிகுவுற்றிருந்தால் பிரசவகாலம் தாமதமாகும்.

சிகிச்சை.

வாந்தியுப்பைக் குறைந்த அளவில் கொடுத்துக்கொண்டுவந்தால் குமட்டலோடு வாந்தியுண்டாகிக் கருப்பையின் வாய் விரிந்து சீக்கிரம் பிரசவம் முடியும். இதோடு அபினி சேர்த்துக் கொடுப்பதும் உண்டு.

பனிக்குடத்தில் நீர் அதிகப்படுதல்.

பனிக்குடத்தில் பனிநீர் அளவிற்கதிகமாய்ச் சேர்ந்திருந்தால் கருப்பையின்வாய் அதிகமாய்விரிந்து சுருங்கச் சக்தியில்லாமல் பிரசவம் தாமதப்படும்.

சிகிச்சை.

இதை நன்றாகக் கண்டறிந்து உண்மையைக் கண்ட பிறகு விரலைவிட்டு நகத்தால் கீறிப் பனிக்குடத்தைக் கிழித்து நீரை வெளிப்படுத்திவிட்டால் பிரசவம் சீக்கிரம் முடியும்.

பக்குவகாலத்திற்கு முன் பனிநீர் வெளியாகிவிடுதல்.

கருப்பையின் முகம் செவ்வையாய் விரிந்து பக்குவ காலம் வருவதற்கு முன்னதாய்ப்பனிநீர் வெளியாகிவிடின், அப்போது பனிக்குடம் ஏற்படாமல் கருப்பையின் முகம் விரியத் தாமதப்படும். சவ்வுகள் மிருதுவாயிருக்கின் சீக்

கிரம் கிழிந்துவிடும். முரட்டுத்தனமாயாவது அல்லது விரலைவிட்டு அஜாக்கிரதையாகவாவது பரீக்ஷிக்கும்போது ஜவ்வு கிழிந்துவிடும்.

சிகிச்சை.

இதற்குநாம் செய்யவேண்டியதொன்றுமில்லை. பக்குவ காலம் நெருங்கும்வரையிலும் மனஞ்சகித்துக்கொள்வதே பிரதான சிகிச்சையாம். சிலசமயம் கருப்பையின் முகம் விரியாமல் பிகுவாயிருக்கின் அது தளரும்படி சிகிச்சைசெய்து வசப்படுத்தவேண்டும்.

கருப்பைச் சாய்வு.

ஸ்திரீயின் வயிற்றுச் சதைகள் தளர்ந்திருந்தால் கருப்பையானது பக்கவாட்டமாயாவது அல்லது முன்னுக்காவது சாய்வுற்றிருக்கும். அப்படியிருந்தால் பிரசவமாகத் தாமதப்படும்.

சிகிச்சை.

இதற்கு ஸ்திரியை மல்லாக்காய்ப் படுக்கவைத்துத் துணியை வயிற்றில் சுற்றிவைக்கவேண்டும்.

மனோவியாகுலம்.

பிரசவகாலத்தில் ஸ்திரீ திடுக்கிடுவதனால் மனோசஞ்சலம் உண்டாகும். இதனால் பிரசவித்தல் தாமதப்படும்.

சிகிச்சை.

இதற்குப் பிரசவஸ்திரீயின் மனதைத்தேற்றி அவளின் கவலையைப் போக்குவதே பிரதான சிகிச்சையாம்.

மேற்கூறிய காரணங்களன்றி வேறுசில காரணங்களால் கஷ்டப்பிரசவம் உண்டாகும். அவைகளில் சிசுவை யனுசரிப்பது சில, தாயின் இடைக்குழியை யனுசரிப்பது சில. சிசுவால் உண்டாகிற தடைக்குக் காரணங்களாவன:- (1) சிசுவின் சிரசு புரண்டிருத்தல், (2) முகம் உதையமாகுதல், (3) சிசு கிரமத்திற்கு மிஞ்சிப் பெரிதாயிருத்தல், (4) சிரசின் எலும்புகள் மிக உறுதியாயிருத்தல், (5) ஆண் குழந்தை, (6) ஜலமஸ்தகம், (7) வாயு, (8) மகோதரம், (9) வயிறு விம்மியிருத்தல், (10) நாபிக்கொடி குழந்தையைச் சுற்றிக்கொண்டிருத்தல், (11) குரூபசிசு ஆகியவைகளாம்.

இனி, தாயின் இடைக்குழியைப்பற்றிக் காணுகிற சில முக்கிய காரணங்களாவன:- (1) இடைக்குழி குறுகியிருத்தல், (2) அது குரூப மடைந்திருத்தல், (3) மூத்திரப்பையில் நீர் சேர்ந்து இடைக்குழியை யடைத்துக்கொள்ளல், (4) காக்ஸிக்ஸ்என்னும் எலும்பு அசையாமல் முறடு கட்டிக்கொள்ளல், (5) பக்கத்திலிருக்கிற சதைகள் பிகுவுற்றிருத்தல் ஆகியவைகளாம்.

சிரசு புரண்டிருத்தல்.

சிசுவின் சிரசு புரண்டிருந்து புரசவமாகக் கஷ்டத்திலிருந்தால் உத்கருசி என்னும் ஆயுதத்தைப் பிரயோகித்துச் சிரசைக் கிரம ஸ்திதியில் திமிர்த்திவிடவேண்டும். அல்லது குறட்டை விட்டுச் சிரசைப் பிடித்து இடுக்கி அதை வெளிக்கிழுத்துவிடவேண்டும்.

முகம் உதயம்.

முகம் உதயத்தில் பிரசவம் தடங்கல் படுவது அரிது. அதனால் தடங்கலுற்றால் குறட்டைப் பிரயோகித்துச் சிரசை வெளிப்படுத்தவேண்டும்.

சிரசு கனத்திருத்தல்.

சிசுவின் சிரசானது கிரமத்திற்கு மீறிக் கனத்திருந்தாலும், அல்லது எலும்புகள் கனத்திருந்தாலும், அது தாயின் இடைக்குழியில் இறங்கப் பிரயாசையாயிருக்கும். இந்தக் காரணங்களால் பிரசவமாகத் தாமதப்பட்டால் குறட்டைப் பிரயோகித்துச் சிரசைவெளிப்படுத்தவேண்டும்.

ஜலமஸ்தகம்.

சிசுவின் சிரசில் நீர்சேர்ந்து அது அளவில் பருத்திருந்தால் பிரசவகாலம்நீடிக்கும். இதில் தாய்க்கும் அபாயமுண்டு. இதற்குச் சிரசிலுள்ள நீரைநீக்கிக்குழந்தையை வெளிப்படுத்தவேண்டும்.

இடைக்குழி குரூபம்.

ஸ்திரீக்கு இடைக்குழி குறுகியிருந்தாலும் சரி, அல்லது குரூபமாயிருந்தாலும் சரி, சிசுவின் சிரசு அதிலிறங்குவது பிரயாசையாகும். இதற்கு ஜனன வழியில் விரலைப் பிரயோகித்து ஷை விகற்பங்களைக் கண்டறிய வேண்டும். சிசுவின் சிரசு இடைக்குழியில் வெறுமனே தடைப்படுவதும், அல்லது பிருவுற்றுஇறுகிக் கொள்வதும் உண்டு. இவ்விரண்டுக்கு முள்ள வித்தியாசங்களை மருத்துவர்

அவசியம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். சிரசு இடைக் குழியில் தடைப்பட்டிருந்தால் ஜனன வழியில் விரலைவிட்டு அதைத் தள்ளினால் மேலுக்குப் போகும். சிரசுக்கும் இடைக்குழிக்கும் மத்தியில் இருக்கிற சந்தில் விரல் பிர வேசிக்கும்படியா யிருக்கும். சிரசு பிகுவாயிறுகிக்கொண் டால் சிரசைத் தள்ளுவது பிரயாசையாயும், விரல் நுழை யச் சந்தில்லாமலு மிருக்கும். அப்போது தாயாருக்கு மிக வும் கஷ்டம்நேரிடும். மிருதுவானஉறுப்புக்கள் நசுங்குண்டு தாபிதங்கொண்டு அழுகிப்போகும். குழந்தையின் சிரசு பெருத்து இடைக்குழி சிறுத்து அவ்விரண்டுக்கும் வித்தி யாசம் இருக்கும்போதும், சிரசு மிருதுவாய் இறங்கிக் கொண் டிருக்கும்போதும், சகலமும் அனுகூலித்திருந் தால் நரம் செய்வது ஒன்றுமில்லை. தற்செயலாய்ப் பிரசவம் முடிந்துவிடும். சிரசு பிகுவா யிறுகிக்கொண்டு தாய்க்குத் துற்குணங்கள் காணும்படியானதா யிருந்தால் ஆயுதப் பிரயோகம் செய்து குழந்தையை வெளிப்படுத்தி விட வேண்டும். குழந்தை உயிரோடிருந்து குறடுவிட இடமிருந் தால் அதை யுபயோகிக்கலாம். குறடு பிரவேசிக்க இட மில்லாமல் அவ்வளவு நெறுக்கமுற் றிருக்கும்போது பல வந்தமாய்க் குறட்டைப் பிரயோகித்தால் மிருதுவான உறுப்புக்கள் கிழிந்துவிடும். சிரசு வெளிப்பட அசாத்திய மாகிச் சிசுவும் இறந்திருந்தால், சிரசைத் துளைத்து மூளையை நீக்கிச் சிரசைச் சிறிதாக்கி வெளிக்கிழுத்து விட வேண்டியது. புச்ச எலும்பு திரிகஸ்தான எலும்போடு கூடி அசையாமல் முறுகிகட்டிக்கொண்டிருந்தால் சிரசு இறங்கத் தடங்கலாகும். அதற்கு அதை ஒடித்துவிட

வேண்டியதாயும் சம்பவிக்கும். இவ்விதப் பிரசவங்களைத் தேர்ந்த அனுபவமுள்ள டாக்டர்களே பார்க்க வேண்டியது. சிசு ஜனிக்காதென்று தெறிந்துகொண்டபிறகு அதைச் சீவனோடாவது அல்லது சேதித்தாவதுவெளிப்படுத்த வேண்டியது. குறடு பிரவேசிக்க இடமில்லாமலிருக்கும்போது சிசுவைத் திருப்பியாவது அல்லது சிரசைத் துளைத்தாவது வெளிப் படுத்தும்படி நேரிடும். இவ்வித அபாயப் பிரசவங்களை ஒன்றும் அறியாத அம்பட்ட மருத்துவச்சிகளிடத்தும், மூடமிக்க கிழவிகளிடத்தும், படிக்க அறியாத பாமரவைத்தியர்களிடத்தும் காண்பித்துத் தாய்க்கும் சிசுவிற்கும் அபாயமுண்டாக்கிக் கொள்ளாதபடி செய்வதே நலம். கருவை அழிக்க நமது நாட்டில் சித்திரமூலம், எட்டிக்கொட்டை, கள்ளிப்பால் முதலிய கொடிய பதார்த்தங்களை உள்ளுக்குக் கொடுப்பதும், திரிசெய்து கருப்பையின் முகத்தில் வைப்பதும் வழக்கம். அது துஷ்ட செய்கையாகும். அதனால் மரணம் சம்பவிப்பதும் உண்டு அவைகள் வயிற்றையும் கருப்பையையும் இரணமாக்கிவிடும். கருவழிக்கிற கொடிய செய்கை துரைத்தனச் சட்டத்திற்கு விரோதம், அதைச் செய்கிறவர்களுக்கும் செய்து கொள்ளுகிறவர்களுக்கும் பலமான தண்டனை விதிக்கப்படுமென்று விவாதமஞ்சரி, முதலிய நூல்களில் கண்டிருக்கிறது.

முகப் பிரசவம்.

சிசுவின் முகம் முன்னால் வெளிவரும். இதற்கு முகப் பிரசவமென்று சொல்லப்படும். இதற்குக் காரணம் நிச்ச

முகப்பிரசவம்.

190-வது பக்கம்.

பாதப்பிரசவம்.

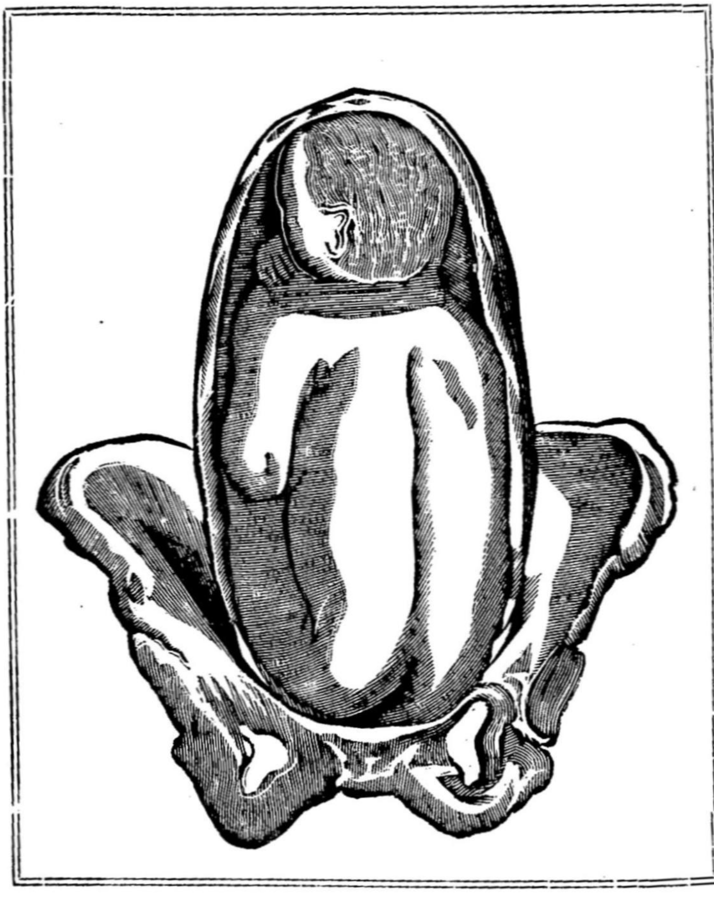
191-வது பக்கம்

யித்துச் சொல்வது பிரயாசை. பலர் பலவிதமாகச் சொல் லுகிறார்கள். இந்தப் பிரசவத்தில் ஜனன பரீக்ஷை செய்து பார்க்கின் மூக்கு, வாய், முகவாய்க்கட்டை, ஆகியவை கள் விரலுக்குத் தோற்றும். பின்னர் வாய் மூக்குக் கா ணப்படும். பழக்க மில்லாதவர்கள் விரலைவிட்டு உபத்திர வஞ் செய்தால், முகம்வீங்கி, அந்தமுகத்திற்கும் ஆசனத் திற்கும் வித்தியாசந் தெரியாமற்போகும். அதனால் சிலர் வாயைக் குதமென்றெண்ணிக்காரியம் நடத்துவதால் துன் பம் நேரிடும். இந்தப் பிரசவத்தில் சிரசு இறங்க ஆவசிக மாகும். ஜனனமான வுடன் சிசுவின்முகம் அதிகமாய்வீக்க முற்றும் விகாரமாயும் பயங்கரயும் இருக்கும். பின்னர் 1-2-தினத்திற்குள் வாடிவிடும். அஜாக்கிரதையாயும்முரட் டுத்தனமாயும் சிகிச்சை செய்வோர் ஜனனவழியில் விரலை விட்டுப் பரீக்ஷைசெய்தால்குழந்தையின் கண்ணில் காயம் உண்டாகும். பிரசவம் முடிகிறவரையில் ஸ்திரீக்குப் பிரிய வசனங்களைச் சொல்லித் தைரியப்படுத்தவேண்டும். சிரசு இடைக்குழியைப் பார்க்கிலும்சற்றுப் பெருத்திருக்கும் போதாவது, அல்லது பிரசவவேதனை அற்பமானபோதா வது, உத [illegible] வேண்டியதா யிருக்கும். சிசு ஜனனமான வுடன் அ[illegible]குச் சுவாசபந்தமிருக்கின் தொப்புள் கொடி யைக் கட[illegible] தற்குமுன் கொஞ்சம்இரத்தம் வெளிப்படும் படி செய்[illegible]ண்டும். முகவீக்கத்திற்கு வெந்நீர் ஒற்றடங் கொடுத்[illegible]ல் வேண்டும்.

பாதப் பிரசவம்.

சி[illegible] பாதங்கள் முன்னால் வெளிக்கு வருவதற்குப் பாதப்[illegible]ன்று பெயர். இதனை ஜனன வழியில் விர

லேச்செலுத்திப் பரீக்ஷை செய்தால் கால்விரல்கள் காணப் படும். இதில் பிரசவிக்கத்தாமத முண்டானால் மருத்து வச்சி சிகிச்சை செய்யவேண்டியது. அப்படிக்கில்லாத பட் சத்தில் சிசு சாதாரணமாய் வெளியாகும். சிலசமயங்களில் பிரஷ்டம் முன்னுக்கு வரும். பிரஷ்டம் வெளிவரும் வரை யில் மருத்துவச்சி செய்யவேண்டிய வேலை ஒன்றுமில்லை. தொப்புள்கொடி வெளியில் தெரிந்தவுடனே அந்தக்கொடி யைச் சற்று இழுத்துக்கொண்டு அதைநடுவிலிருக்கும்படி செய்து, தடைபடாமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டியது அப்புறம் தொப்புள்கொடியில் நாடி பலவீனமா யிருந்தால் சீக்கிரம் சிசுவின் தலையை வெளிவரும்படி செய்ய வேண் டும். தலைகருப்பாசயத் துவாரத்தில் வரும்போதே இடது க்கையின் இரண்டு விரல்களைத் துவாரத்தில் விட்டு மூக்கின் இருபக்கத்திலும் ஒரு விரலால் அணைத்துப் பிடித்துத் தலையைக் கீழே அணைத்துக்கொண்டு, வலக்கை, இர ண்டு விரல்களையும் தோளின்மேல் வைத்துச் சிசுவைஇழு த்தால் வெகு சுலபமாய் வெளிக்குவரும். சிலர் ஒருவிரலை வாயில் வைத்துக் கீழ்த்தாடையைக் கழுத்தின் மேல் அணைத்து இழுப்பார்கள். இது கெட்ட வழக்கை. இத னால் குழந்தைக்கு அபாயமுண்டாகும். மேற்கூறிய மாதி ரியா யிழுத்தும் தலை வெளிக்கு வராதபட்சத்தில் குற டுகளால்தலையைப் பிடித்துக்கொண்டு இழுத்து வெளிக் குக் கொண்டுவர வேண்டியது. இந்தச் சிகிச்சையினாலும் குழந்தைவராமல் கருப்பாசயத்தில் மரித்துப் போனாலும், அல்லது பெரியபிராணனுக்கு அபாயமுண்டாகுமென்று தோன்றினாலும், தலையைக் கீறி மூளையை வெளிப்படுத்தி,



ஆசனஉதயம்.

193-வது பக்கம்

கிட்டிபோன்ற ஆயுதத்தினால் எலும்புகளை அழுத்திப்பிண் டத்தைத் வெளிக்குக்கொண்டு வரவேண்டியது.

தலைகால் இல்லாத பிண்டங்கள்.

சிலசமயம் தலை கால்கள் ஏற்படாமல் பிண்டோதயமாகும் இவற்றைத்தான் நம்பவர்கள்குண்டுக்கல் கொழுவிக்கல்பெற்றதாக வதந்திசெய்வார்கள். இவற்றின் காரணம் செம்மையாய்ச் சொல்லமுடியாது. இதில்மாம்சகண்டங்கள் இரண்டுகெட்டியாய் வெளிப்படும். இந்த மாம்சகண்டங்கள் தாமாய்வெளிப்படாத பட்சத்தில் ஆயுதங்களால் வெளிக்குக்கொண்டுவரவேண்டும். ஜனனவழியிலிருந்து இரத்தம் விசேஷமாய் வெளிவந்தால் எர்கட் எக்ஸ்ட்ராக்ட் மருந்தில் முப்பதுதுளிஜலத்தில் விட்டுக்கலந்து கொடுக்கவேண்டும். அவ்வித மாம்சகண்டங்களை ஸ்திரீ பார்க்காமற்செய்து அவளுக்குத் தைரியஞ்சொல்லி மனதைத்தேற்றவேண்டும்.

கிரமாதீதப் பிரசவம்.

ஆசன உதயம்.

இந்த உதயத்தை உருண்டு மிருதுவாயிருக்கிற ஆசனத்தினாலும் பிட்டங்களுக்கு மத்தியிலிருக்கிற விடவினாலும், குதம்ஜனனேந்திரியங்கள் ஆகிய இவைகளுடைய பிரசன்னங்களினாலும் தெரிந்துக்கொள்ள வேண்டியது. ஏனெனில், சில சமயம் ஆசனத்தை முகமென்று பிரசவம் பார்த்து அபத்தம் நேரிடுகிறதுமுண்டு. சிசு இறங்குகிற தன்மையையொத்தே ஆசனமு மிறங்கும். இந்தப் பிரசவத்தில் சிசு இரண்டுவிதங்களா யிருக்கும். (1) வது, சிசுவின் முதுகு முன்னுக்குத் திரும்பித் தாயின் வயிற்

றைப பார்த்துக்கொண்டிருக்கும். இஃதே சிசு இருக்கும் வழக்கம். (2) வது, சிசுவின் முதுகு பின்னுக்குத் திரும்பித் தாயின் முதுகைப் பார்த்துக்கொண்டிருக்கும். முன்னும்பின்னு மென்று சொன்னதில் சிசு நேராய் முன்னும் பின்னுமாயிராது. மூலவாட்டமாய் அமைந்திருக்கும். சிலருக்குப் பிரசவகாலம் தாமதப்படுவதும், சிலருக்குச் சீக்கிரம் முடிவுபெறுவதுமுண்டு. சிசுவின் கரம் சிரசுக்கு மேல் விரித்திருந்தால் பிரசவமாகத் தாமசப்படும். இந்தப் பிரசவத்தில் தாய்க்கு அபாயமுண்டாவதரிது. சிரசைப் போல் ஆசனம் மர்மஸ்தான மார்க்கத்தைச் செவ்வையாக விசாலப்படுத்தாது. ஆகையால் குழந்தைக்கு அபாயமுண்டு கவனியாவிடில் தொப்புள்கொடி நசுங்கிச் சிசு இறந்துவிடும். ஆசனம் வெளிப்படுகிற வரையில் கையிட்டு உபத்திரவப் படுத்தலாகாது. பகத்தைமாத்திரம் தாங்கிக்கொண் டிருக்கவேண்டும். ஆசனம் வெளிவந்தபிறகு, சிசுவை வலதுகையால் ஏந்திக்கொண்டிருந்தால் அது தற்செயலாய்த்திரும்பி வெளிப்படும். நஞ்சுக் கொடி வெளிப்படுகிறபோதுதான் குழந்தைக்கு அபாயம். அதைக் கீழுக்குக்கொஞ்சம் இழுத்து நசுங்கவொட்டாமல் பத்திரப்படுத்த வேண்டியது. அதில் நாடி நடைதுடிப்பாயிருந்தால் சிசு மெதுவா யிலங்கும்படி விட்டுவிடவேண்டும். நாடி நடை குறைந்திருந்தால் பிரசவ வலியைத் தீவிரப்படுத்தி நோயிருக்கும்போது சிசுவை வெளிக்கிழுக்க வேண்டியது. சிசுவின் மார்பு வெளிப்படும்போது கைகள் அதனோடு நெருங்கி யிருந்தால் மருத்துவருக்குத் தொந்தரவில்லை. சிரசை யணைந்திருக்கின், விரலை விட்டு

மெதுவாய் வெளிப்படுத்திவிட வேண்டியது. பலமா யிழு க்கின் எலும்புகள் ஒடிந்து போகும். மிருதுவான உறுப்புக்கள் காயப்படும். கைகள் வரும்போது பிரசவம் கொஞ்சந் தாமதமாகும். தொப்புள் கொடியில் நாடி நடை யிருக்கிறவரையில் கையிடலாகாது. சிரசு இடை க்குழியில் இறங்கி யிருக்கும்போது, இடதுகையின் இ ரண்டு விரல்களைச் சிசுவின் வாயுள் விட்டு வலது கையின் விரல்களைப் பிடரியின்மேல் வைத்து அழுத்தி முகவாய்க் கட்டையை மார்போடணைத்துத் தலையை வெளிக்கு இழுக்கவேண்டும். இவ்விதஞ்செய்தால் சிசுவின் சிரசு அளவு குன்றி வெகு சுலபமாய் வெளிவரும். பிரசவம் முடிவுபெறும்பரியந்தம் ஸ்திரீயின்வயிற்றை அழுத்திப்பிடி த்துக்கொண்டிருந்தால் நஞ்சுகிரமமாய் வெளிப்பட்டுவிடும். பிரசவ்வலி நின்றுவிட்டாலுஞ்சரி, அல்லது வேறுகாரணங் களினால் சிசுவைத் துரிதத்தில் வெளிப்படுத்துவதா யிருந் தாலுஞ்சரி, விரலைத் தொடைச்சந்தில் விட்டுப்பிரசவவே தனை எடுக்கும்போது இழுத்து உதவிசெய்யலாம். எந்தச் சிகிச்சையிலும் குழந்தை வெளிவரக் கஷ்டமாயிருக்கின் ஆயுதப்பிரயோகஞ் செய்வதே பிரதான சிகிச்சையாம்.

முழங்காற் பிரசவம்.

சிலசமயம் சிசுவின் முழங்காலாவது பாதங்களாவ து உதயமாகும். ஆசன உதயத்தை பார்க்கிலும் இவை கொஞ்சம் உபத்திரவம் கொடுக்கும். ஆசன உதயத்திற் குச் செய்யவேண்டிய சிகிச்சையை இதற்கும் செய்யவேண் டியது. சிலசமயம் கையிடாமலும் கால்களைப்பிடித் திழுக்

காமலும் சிசு தற்செயலாய்ப் பிறப்பதுமுண்டு. ஆனால், தொப்புள்கொடி நசுங்குண்டு இரத்தவோட்டம் தடையுண்டிருக்கின், அப்போது அதைவிலக்கிக் குழந்தைக்கு அபாயம் வராமற் செய்யவேண்டியதே பிரதான சிகிச்சை.

கையுதயப் பிரசவம்.

குழந்தையின் வலது கையாவது, அல்லது இடதுகையாவது வெளிக்கு வருவதற்குக் கையுதயப் பிரசவமென்று பெயர். இந்தப் பிரசவத்தில் குழந்தை குறுக்கிட்டிருக்கும். முன்புதோள்வந்து பிறகு கை வரும். இதில் குழந்தை தற்செயலாய் ஜனிக்கும் என்று எதிர்பார்த்திருக்கப்படாது. குழந்தையின் வலதுகையாவது அல்லது இடதுகையாவது வெளிவரும். சிசுவின் உள்ளங்கை முன்புறந் திரும்பியிருந்தால் குழந்தை முன்புறமாயும் பின்புறந் திரும்பியிருந்தால் குழந்தை பின்புறமாயும்இருக்கும். பெருவிரலால் வலதுகை இடதுகை யென்கிற வித்தியாசத்தைத் தெரிந்துகொள்ளவேண்டும். கை வரும்போது தந்திர யுக்தியால் கையைக் கருப்பைக்குள்செலுத்தி,பாதத்தையாவது அல்லது முழங்காலையாவதுகண்டறிந்து, குழந்தையைத் திருப்பி வெளிப்படுத்தாவிடில் தாய்க்கும் பிள்ளைக்கும் அபாயமுண்டாகும். நமது நாட்டு மருத்துவச்சிகள் இதற்குச் சிகிச்சை செய்யத்தெரியாமல் வாளா கையைப்பிடித்திழுத்தால் குழந்தை வெளி வந்துவிடுமென்று நினைத்து கை வரும்வரையில் இழுத்துக் குழந்தையைக் கொன்று தாய்க்கும் அபாய முண்டாக்குவார்கள். இதற்கு முதலாவது, ஸ்திரீயை இடதுபக்கமாய்ப் படுக்கவைத்து, அவளின்மலஜலாதிகளைநீக்கிவிடவேண்டும். சிகிச்சகன் தனதுவலதுகை

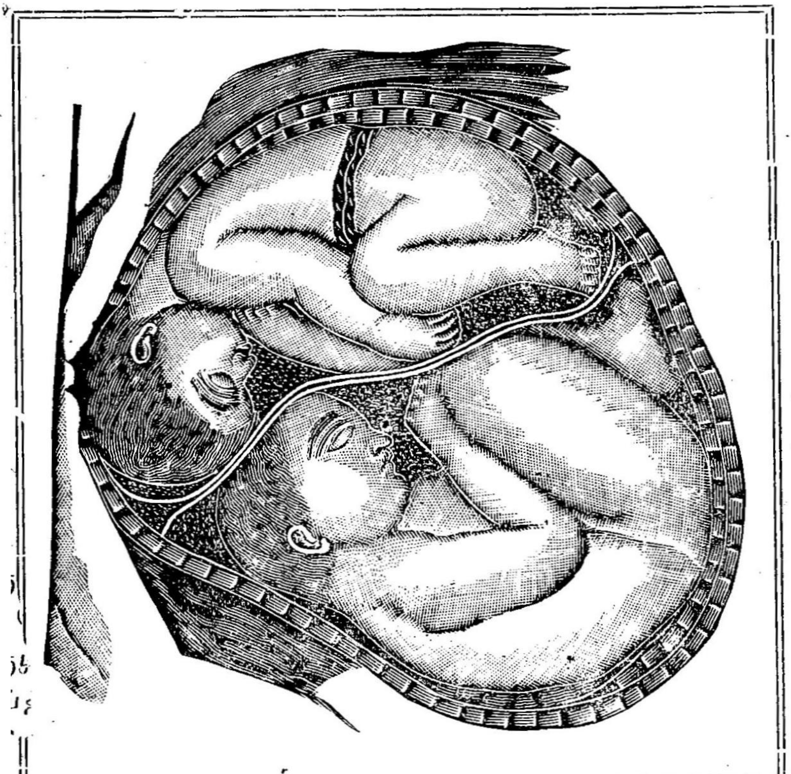
யின் பின்புறத்தில்மட்டும் எண்ணெயிட்டு விரலைக்குவித்து ஜனனவழியில் மிருதுவாய்க் காயம்படாமற் செலுத்திக் கருப்பையின் வாயை மெல்ல நீக்கி நீக்கி, விரலை யுட்செலுத்த வேண்டும். பிரசவ வேதனை நின்றிருக்கும்போது ஒன்றுஞ் செய்யலாகாது. மேற்கூறிய விதமாய்க் கையைக் கருப்பைக்குள் உபயோகித்துக் குழந்தையின் முன்பக்கமாய் மார்பின்மேலும் வயிற்றின்மேலும் கொண்டுபோய்க் குழந்தையின் பாதத்தைத் தடவித் தெரிந்துகொண்டு அதைப்பற்றிப் பிடித்து முன்புறமாகவே இழுத்துவெளிக் குக் கொண்டுவரவேண்டும். சிகிச்சகன் கரம் கருப்பைக் குள்ளிருக்கும்போது பிரசவவேதனை கண்டால், அப்போது கை[illegible]ரித்துச் சிசுவின் தேகத்தின்மேல் அசையாமல் வை[illegible]க்கவேண்டும். அவ்விதம் செய்யாவிடின் சிகிச்ச கன் [illegible]மெல்லியவுறுப்புக்களில் தாக்கிக்கருப்பைகிழிந்து விடும் [illegible]ழந்தையின் பாதங்களைப்பிடித்து அதன்முதுகின் பக்கட[illegible]த் திருப்பியிழுத்தால் குழந்தையின்மெல்லிய பூட்டு விலகி[illegible]ாகும். சமயோசித மாக இரண்டு பாதங்களைப் பிடி[illegible]டிப்பதே நன்மை. ஆனால், இரண்டு பாதங்களும் சி[illegible]ாகைக்ககப்படுவதுகஷ்டம். அப்போது ஒருபாதத் [illegible]ம் மிகவும் சாக்கிரதையாய்த் திருப்பி இழுக்க [illegible]து. குழந்தையின் வலது கையானது சிகிச்சகன் [illegible]யோடும், இடது கையானது இடதுகையோடும், [illegible]ம்படி யிருக்கவேண்டும். கைக்கும் காலுக்குமிரு[illegible]யாசத்தை சிகிச்சகன் தெரிந்துகொள்ளவேண் [illegible]ல்லாவிட்டால் அபாயமுண்டாகும். கைவிரல்கள் [illegible]றச்சலாயும், பெருவிரல் அதிகமாய்ப் பிரத்யே

...ிருக்கும். கால்விரல்கள் சமனு
கப்படுத்தக் கூடுமானதாயு... ...களால் கையென்றும் கா
யிருக்கும் இவ்வித வித்தியாசங்... ...ண்டியது சிகிச்சகன் பிர
லென்றும் தெரிந்துகொள்ள வே...
தான கடமையாம்.

விபரீதப் பிரசவ...

இரட்டைப் பிள்ளைப்பே...

இரட்டைப்பிள்ளைப் பிரசவத்தில் ஒ... ...ன்றுக்குச் சிரசும்
மற்றொன்றுக்கு ஆசனமும் உதயமாகும். மு... ...தல் ஜனிக்கும்
குழந்தைக்கு சிகிச்சகன் ஒரு அடையாள... ...வைத்துக்
கொள்ளவேண்டும். ஏனெனில், முந்தின பி... ...ளைக்கும் பிந்
தினபிள்ளைக்கும் வித்தியாசந்தெரியா. ஒவ்வொ... ...ழந்தை
க்கும் வெவ்வேறான நஞ்சும் பனிக்குடமும் நா... ...டியு
மிருக்கும். சிசுக்கள் ரூபத்தில் சிறுத்திருப்பது... ...க்கம்.
ஏககாலத்தில் 4, 5 குழந்தைகளை ஒருஸ்திரீபிரச... ...காளெ
ன்று நாம் கேள்விப்பட்டிருக்கின்றோம். வயிறு... ...ஷமா
ய்ப் பருத்திருத்தல், வயிறு இருபிளவாய்ப் பி... ...திருத்
தல்போலிருத்தல். கருப்பாசயத்தில் இரண்டு... ...ங்கள்
அசைவதுபோலத் தோன்றல் முதலியவைகளெல்... இர
ட்டைப் பிள்ளைகளின் குறிகள். ஆனால், இவைச... ...சிச்
சயக்குறிகளென்று நம்பலாகாது. ஒரு சிசு பி... ...கு
தான் மற்றொன்று வயிற்றிலிருக்கிறதென்று... ...ர
மாய்த் தெரிந்தபிறகு சந்தேகங்கள் நீங்கிவிடும்.
ஜனித்த பிறகுகொஞ்சநேரம் பிரசவவேதனை யி...
க்கும். 10-நிமிஷம் சென்றபிறகு, இடுப்புநோய்
ஆரம்பிக்கும். இந்தநோய் ½ - மணிக்குள் கா...



இரட்டைப்பிள்ளைப்பிரசவம்.

198-வது பக்கம்.

கம். சில சமயம் இரண்டொருநாள் சென்றும் மற்றொரு குழந்தை பிரசவமாகும். முதல் பிள்ளைக்குச்சென்ற நேரம் இரண்டாம் பிள்ளைக்குச் செல்லாது; ஏனெனில், முதற் பிரசவத்திற்கே ஜனனவழி விசாலமடைந் திருப்பதால்,பிந் திவருகிற குழந்தைக்குத் தடையொன்று மிராது. சிகிச்ச கன்: இதற்குப் பிரசவஸ்திரீயின் ஸ்திதியை யனுசரித்தே காரியத்தை நடப்பிக்கவேண்டும். முதல் சிசு ஜனித்த வுடன் அதன்நாபிக்கொடியைக் கட்டித்துண்டித்துவிட்டுப் பின்னர் தாயாரின் வயிற்றில் கட்டியிருக்கிற துணியைக் கொஞ்சம் இறுகச்செய்யவேண்டியது. ½-மணிக்குள் இரண் டாவது பனிக்குடம் உடையாவிடில் அதை உடைத்துவிட வேண்டிடும். இதனாற் கெடுதியொன்றும் இராது. பனிக் குடம் உடைந்தபின் 2-மணிநேரம் தாமசஞ் செய்யவேண் டும். அதற்குமேல் நற்குணம்பிறக்காவிடில், கையைவிட்டுச் சிசுவைத் திருப்பி வெளிப்படுத்திவிடலாம். இரண்டாவது சிசுவுக்குச் சிரசு உதயமாகி, இடைக்குழியின் அடியில் இறங்கியிருந்தால் குறட்டை உபயோகிக்கலாம்.

நாபிக்கொடிப் பிரசவம்.

குழந்தையின் சிரசுக்குமுன் நாபிக்கொடி யிறங்கி வரின் அதற்கு நாபிக்கொடிப் பிரசவமென்று பெயர். அந் தக்கொடி நசுங்கி இரத்த ஓட்டம் தடைப்பட்டால் சிசு இறந்துவிடும். ஆனால், தாயாருக்கு அபாயமில்லை. நாபிக் கொடியில் நாடிநடை யில்லாமலிருந்தாலும் சரி, அல்லது அது அழுகிப்போயிருந்தாலும் சரி, குழந்தை இறந்திருப் பதற்குச் சந்தேகமில்லை. அப்போது பிரசவம் தற்செய லாய் முடியும்படி விட்டுவிடவேண்டியது. அதில் நாடி

நடை யிருக்குமாகில், குழந்தைக்கு அபாயம் வராமல் நாம் முயற்சிக்கவேண்டும். இதற்குச் செய்கிற சிகிச்சைகள் பலவிதம்; எதுவானாலும் சரி, கொடி நசுங்காமற் செய்வதே பிரதானகாரியம். பிரசவவேதனை காணும்போது, ரேசு இடைக்குழியில் இறங்கிச் செவ்வையா யடைத்துக்கொள்ளுகிறவரையில்விரல்களாலாவது அல்லது ஆயுதத்தினுலாவது கொடியை மேலுக்குக் கொண்டுபோய் வைத்திருக்கவேண்டும். கொடியை மேலுக்கேற்றி அது விழுவொட்டாமல் ஸ்பஞ்சைவைத்து அடைக்கலாமென்றும் கண்டிருக்கிறது சிசுவைத் திருப்பும்படி சிலரும், குறட்டை உபயோகிக்கும்படி சிலரும் சொல்லுகிறார்கள். நாபிக்கொடி இருக்கிற ஸ்திதிக்குத் தக்கபடி சிகிச்சைசெய்து சிசுவை ரக்ஷிப்பதே சிகிச்சகன் கடமை.

நஞ்சு தங்குதல்.

சிசு பிறந்த பிறகு $\frac{1}{4}$-மணி நேரஞ்சென்று நஞ்சு வெளியாகவேண்டும். பிரசவ வேதனையில் வயிற்றை எவ்வளவு அழுத்திக் கட்டுகிறோமோ அவ்வளவு எளிதில் நஞ்சுசிதைந்து கிழ்விழுந்துவிடும். ஆனால் 1-அல்லது $1\frac{1}{2}$-மணிநேரம் சென்றும் நஞ்சு விழாமற்போனால், அது நஞ்சு தங்குதல் என்னும் ரோகத்திற் சேரும். இதில் இரத்தப்பிரவாகம் கண்டால் சற்றேனும் தாமதிக்காமல் சிகிச்சை செய்ய வேண்டியது.

நஞ்சு தங்குவதற்கு மூன்றுவித காரணங்களுண்டு. அவையாவன:— 1-வது கருப்பை சுருங்காமல் நின்றுவிடுதல், 2-வது:-கருப்பைகிரமந்தப்பிச்சுருங்குதல், 3-வது:

வியாதியால் நஞ்சு கருப்பையோடு ஒட்டிக்கொள்ளுதல் ஆகியவைகளாம். கருப்பை சுருங்காமல் இரத்தம் அதிகமாய்க் கண்டால் உடனே நஞ்சை வெளிப்படுத்த வேண்டியது. தாமதித்தால் ஸ்திரீக்கு அபாய முண்டாகும். ஒருவேளை பிரபலமாய் இரத்தங்கண்டு ஸ்திரீ சோர்வடைந்திருந்தால், கருப்பையில் கையைவிட்டு நஞ்சை யெடுக்கலாகாது; சிறிதுநேரம் நிதானித்து, ஸ்திரீக்கு ஆயாசந்தீர்ந்தபிறகு எடுத்துவிடலாம். கருப்பை சுருங்காம லிருக்கும்பொழுது நஞ்சை வெளிப்படுத்தினால் இரத்தசிராவகம் உண்டாகும். ஆதலால், வயிற்றைத் தேய்த்தாவது அல்லது அழுத்தியாவது நோயைப்பிறப்பித்துப் பிறகு நஞ்சை வெளிப்படுத்தினால் நன்மை. கருப்பைக்குள் கையை விடுவது தாய்க்கு அபாயமாயிருந்தபோதிலும் விதியில்லாமல் அவ்விதமாய்ச் செய்யவேண்டியதா யிருக்கிறது. இதைச் சாவதானமாக யோசித்துச் செய்யவேண்டியது. நஞ்சுக் கொடியை இடதுகையால் பிடித்துக்கொண்டு, வலதுகை விரல்களைக் கூர்மையாய்க்குவித்துக் கொடிவழியாய் ஜனனவழிக்குள்செலுத்தி, கருப்பைக்குள்கொண்டுபோய், நஞ்சு அணைந்திருக்கிற இடத்தைத் தடவித் தெரிந்துகொண்டு, அதைப் பிடித்து வேறுபடுத்தி, அல்லது விரல்களால் பேர்த்துச் சுருட்டி இடைக்குழி மத்தியபாகமாய் வெளிக்குக் கொண்டுவந்து விடவேண்டியது. கருப்பையில் காயம் படாமல் ஜாக்கிரதையாய் ஷை காரியத்தைச் செய்து முடிப்பதே சிகிச்சகனுடைய சாமர்த்தியம். நஞ்சைப் பேர்த்தெடுக்கிறபோது நிலுவையில்லாமல் எடுத்துவிட வேண்டியது. ஏதாவது கொஞ்சம் விட்டுவிட்டால், அது அழுகிக்

கருப்பையைப் புண்ணுக்கிவிடும். நஞ்சை வெளிப்படுத்திய பிறகு வயிற்றைத் துணியால் இழுத்துக்கட்டிவிடவேண்டியது. சிலசமயம் கருப்பைதளர்ந்து மறுபடியும் இரத்தப்பிரவாகம் கண்டாலும் காணும்; அதற்கு உடனே தகுந்த சிகிச்சை செய்து ரத்தத்தை நிறுத்தவேண்டியது.

குழந்தை பிறந்தபிறகு கருப்பை கிரமந்தப்பிச் சுருங்கினல் நஞ்சு விழாது. இந்தச் சுருக்கம் கருப்பை கழுத்திலாவது, அல்லது மத்தியமாயாவது, அல்லது முழுமையுமாயாவதிருக்கும். கருப்பை மத்தியமாய்ச் சுருக்கமுற்றிருந்தால், அது உடுக்கைப்போலிருக்கும்; முழுமையும் சுருங்கியிருந்தால் நீண்டரூபமுற்று, ஈரல்குழிவரையில் மேலுக்கேறிநிற்கும். சுருக்கமானது கருப்பையின் கழுத்திலிருந்து நஞ்சு விழாமலிருந்தால், கையை விடாமலே எடுத்துவிடலாம். கொடியைப் பிடித்துக் கொஞ்சம் பிகுவாய் கூபகத்து மத்திய மார்க்கமா யிழுத்துத் தளராமல் பிடித்துக்கொண்டு, கருப்பையின்மேல் கையை வைத்து கூபகத்துக் குழியில் அழுத்திக்கொண்டிருந்தால் நஞ்சு வெளிக்கு வந்துவிடும். அதற்கும் விழாவிட்டால் ஒன்றிரண்டு விரல்களைக் கருப்பையின் வாயில் விட்டுச் சோதிக்கவேண்டியது. எதற்கும் அனுகூல மில்லாவிட்டால், முன்னர் விவரித்தபடி கையைவிட்டு நஞ்சை வெளியில் எடுத்துவிடலாம். மற்ற இரண்டுவித சுருக்கங்களுக்கும் கொஞ்சநேரம் பார்த்து நஞ்சு தானய் விழாவிடில் பிறகு கையைவிட்டு அதை எடுத்துவிடவேண்டியது.

வியாதியால் நஞ்சு கருப்பையோடு ஒட்டிக்கொள்ளுகிறதும்உண்டு. அதற்குக் கொஞ்சநேரமிருந்து பார்வையிட்டு வெளிப்படாவிடில் முன்சொன்ன பிரகாரம் நஞ்சை எடுத்து விடவேண்டியது. அஜாக்கிரதையாயும் முரட்டுத்தனமாயும் எடுத்தால் நஞ்சுத்துண்டுகள் உள்ளே ஒட்டிக்கொண்டு சிலநாட்சென்று தாய்க்கு உபத்திரவத்தை யுண்டாக்கும். ஆனதால், சிகிச்சகன் பொறுமையோடும் யோசனையோடும் ஜாக்கிரதையோடும் எடுக்கவேண்டும்.

பிரசவித்தபின் உண்டாகும் உதிரப்பெருக்கு.

ஸ்திரீகளுக்குப் பிரசவமானபின் உண்டாகும் உதிரப்பெருக்கு மிகுந்த அபாயத்தை யுண்டாக்கும். ஆனால், அபாயமுண்டாகாமல் தகுந்த சாக்கிரதை செய்யவேண்டியது. சில மருத்துவச்சிகள் அல்லது மருத்துவர்கள் குழந்தை பிறந்தபின் தாங்கள் செய்யவேண்டியதெல்லாம் முடிந்துவிட்டதென்று அலட்சியமா யிருப்பார்கள். கருப்பாசயத்தில் பலமில்லாமற் போனதால் சிசு பிறந்தபின் இரத்தப் பிரவாகம் சம்பவிக்கும். கஷ்டப்பிரசவத்திற்குப் பின் சிசு பிறப்பதிலும் கிரமாதீதப் பிரசவங்களிலும், விபரீதப் பிரசவங்களிலும் இரத்தப்பெருக்குண்டாகும். அனேக குழந்தைகளைப்பெற்றவர்களுள்ளும், அதிக உஷ்ணதேசங்களில் வசிப்பவர்களுக்கும், பலவீனமுள்ள ஸ்திரீகளுக்கும், கருப்பாசயம் நன்றாய்ச் சுருங்காமற்போனாலும், அது கிரமந்தப்பிச் சுருங்கினாலும், வியாதிமுதலியவைகளால் நஞ்சு கருப்பாசயத்தில் ஒட்டிக்கொண்டாலும், குறட்டால் குழந்தையை வெளிக்குக் கொண்டுவந்தாலும் இவ்வித இரத்தப்பிர

வாகம் உண்டாகும். இந்த இரத்தப்பிரவாகம் குழந்தை பிறந்தவுடனேயும், மாயை விழுவதற்கு முன்னும் ஆரம்பமாகும். இது திடீரென்றுவது படிப்படியாவது உண்டாகும். உதிரம் வெள்ளம்போல் வெளிவந்து துணிகளையும் படுக்கையையும் நனைத்துக் கீழிடமெல்லாம் பரவும். இச்சமயம் அடிவயிற்றின்மேல் கைதொட்டுப் பார்த்தால் கெட்டியாயும் விருத்தாகாரமாயு மிருக்கவேண்டிய செண்டு கைக்கு அகப்படாது. கருப்பாசயம் மெதுவாயும் தளர்ச்சியாயும் வயிற்றின்மேல் வைத்துப் பார்க்கும் கைக்கு உதிரப்பிரவாகம் சொற்பமா யிருந்தாலும் உதிரப் பெருக்கை நிறுத்தினாலும் எவ்வித அபாயமும் உண்டாகாது. ஆனால், இரத்தப்பிரவாகம் விசேஷமாயிருந்து அது சிகிச்சையினால் ஆகாமற்போனால் விசேஷ அபாயம் உண்டாகும். இந்த வுதிரப்பெருக்கு உண்டாயிருக்கையில் நாடி விழுந்துபோம். ஸ்திரீ மூர்ச்சையடைவாள். கைகளையும் கால்களையும் இங்குமங்கும் போட்டுப் படுக்கையில் புரளுவாள். மேல்மூச்சு உண்டாகும். விசிறியால் விசிறவேண்டும் என்று கெஞ்சுவாள். தேகமெல்லாம் சில்லென் றிருக்கும். சரீரத்தில் சில்லென்று வியர்வையுண்டாகும். உதிரம் நிற்காமல் வெள்ளமாய்ப்போனால் ஸ்திரீக்கு அபாயமுண்டாகும். ஆதலின், சீக்கிரம் தேர்ந்த டாக்டரை யழைத்துப் பார்க்கச்செய்ய வேண்டும்.

உதிரப்பெருக்கு உண்டாகாமல் செய்யவேண்டிய கிரமம்

சிசு பிறந்தவுடனே கையை வயிற்றின்மேல் வைத்துக் கருப்பாசயத்தை அழுத்தவேண்டியது. கையையெடுத்து

விட்டு வெறுமனே யிருத்தல் கூடாது. அரைமணி நேரமா வது அழுத்தவேண்டியது. இப்படிச் செய்தால் இரத்தப் பிரவாகம் மிக அரிதாய் உண்டாகும். மாயை வெளியில் விழுந்தவுடனே எக்ஸ்ட்ராக்ட்டு எர்கட்டு லிக்விடம் 40-துளியை அரைப்பலம் நீரில் விட்டுக் கொடுக்கவேண்டும். இதனால் கருப்பாசயம் நன்றாய்ச் சுருக்கமுற்று இரத்தக் கொடிகளெல்லாம் நன்றாய் இழுத்துக்கொள்ளும். இடுப் பில் சீக்கிரம் கட்டுப்போடக் கூடாது. அரைமணி வரை க்கும் கையால் அழுத்தினபின் வயிற்றிற்கும் இடுப்பிற்கும் துணியினால் இழுத்துக் கட்டுப்போட வேண்டியது. பிரசவி த்தபின் 15-நிமிஷத்திற்கெல்லாம் நாடி ஒரு நிமிஷத்தி ற்கு நூறுதரத்திற் கதிகமாய் அடித்தால் இரத்தப்பிரவா கம் சம்பவிக்குமென்கிற சந்தேக முண்டாகும். ஆதலால், நாடி சரியான ஸ்திதிக்கு வருகிறவரைக்கும் மருத்துவன் அல்லது மருத்துவச்சி பிரசவித்த ஸ்திரீயை விட்டுப் போ கக்கூடாது. கர்ப்பத்தில் இரத்தங் கட்டியிருந்தால் வயிற் றின்மேல் அழுத்துவதனால் அது வெளிவந்து விழுந்து போம். இரத்தப் பிரவாகத்திற்குப் பலர் பலவிதமாய்ச் சிகி ச்சைசெய்கிறார்கள். இந்த வியாதியுள்ள ஸ்திரீயை முதுகு உயரமிருக்கும்படி படுக்கவைக்கவேண்டியது. அடிவயிற்றி ன்மேல் கையினால்தடவிப்பார்க்கின், கருப்பாசயம் கைக்குத் தளர்ச்சியாய்த் தோற்றினால், அக்கருப்பாசயத்தைக் கையி னால் கெட்டியாய்ப் பிடித்துக்கொண்டு அழுத்தினால், உள் ளே கட்டியிருக்கும் உதிரம் வெளிவந்து கருப்பாசயம் சுரு ங்கி இரத்தப்பிரவாகம் நின்றுபோம். இப்படி அதிர்ஷ்டவச மாய் இரத்தம் நின்றுபோனால் கருப்பாசயம் கொட்டிப்படுவ

தற்காக அதைக் கொஞ்சநேரம் கையினால் பிசைந்துகொ ண்டிருக்கவேண்டியது. கருப்பாசயத்தின்மேல் கையினால் தேய்த்துக்கொண்டே யிருக்கவேண்டியது. இப்படிச் செய் வது மருத்துவனுக்கு ஆயாசம் உண்டாகச்செய்வதாயிரு ந்தாலும், வியாதியஸ்தருக்கு இந்தப் பிரவாகத்தை வெகு சீக்கிரம் குணமாக்கும். கருப்பாசயத்தின்மேல் கையினால் தேய்த்தல் பிசைதல் ஆகியவற்றை முரட்டுத்தனமாய்ச் செய்தல் கூடாது. இவ்வாறு கருப்பாசயத்தை அழுத்தி வைத்திருக்கும்போது, மருத்துவன் வேறுசிகிச்சை செய்ய வேண்டியதைக்கூட ஞாபகத்தில் வைக்கவேண்டும். என்ன செய்யவேண்டியதோ அதை அண்டையிலிருக்கும் பந்துக் களோடு சாந்தமாயும், தைரியமாயும், தொந்தரை படாம லும் ஆத்திரப்படாமலும் சொல்லவேண்டியது. எர்கட்டு பூர்த்தியாய்க் கொடுக்கவேண்டியது. எர்கடீன் என்னும் சத்தில் ஒரு குன்றிமணி யெடையை 8-துளி நீரில் கலந்து ஊசிபோலக் கூர்மையான முனையுள்ள பீச்சாங்குழலில் விட்டு, சதையைக் குத்தி இரத்தத்திலே பிரவேசிக்கும்படி செய்யவேண்டியது. இவ்விதம் மருந்து கொடுப்பது மிக வும் பிரயோஜனமுள்ளது. எப்போது சீதளம் அதிகமா கிறதோ அப்போது ஈதர் என்னும் திராவகம் ஒருதிராம் அதாவது 60-துளிகளை மேற்படி பீச்சாங்குழலால் பிருஷ் டபாகத்திலாவது தொடையிலாவது குத்தி ஈதர் உள்ளே ஏறும்படி செய்யவேண்டியது. பிரசவ அறையில் சன்னல் களையெல்லாம் திறந்து பரிசுத்தமான குளிர்ந்த காற்று நன் றாய் வீசும்படி செய்யவேண்டியது. கருப்பாசயத்தில் இரத் தங் கட்டிக்கொண்டிருந்தால் இந்தக் கட்டிகளையெல்லாம்

உள்ளே கையைவிட்டு எடுத்துவிடவேண்டியது. இப்படிச் செய்தால் கருப்பாசயம் சுருங்கி இரத்தம் விழுதல் நிற்கும். மாயை வெளிவராமல் கருப்பாசயத்தோடு உறுதியாய் ஒட்டிக்கொண்டிருந்தால் விரலைத் தொப்புட்கொடி பக்கமாய் உள்ளேபோகவிட்டு மாயை ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும் இடம் கருப்பாசயம் இவற்றிற்கு நடுவில் விரல் கொடுத்து இழுத்தெறிந்துவிடவேண்டியது. ரப்பர்பீச்சாங்குழலால் உள்ளே குளிர்ந்த நீர் அடித்தால் உதிரவெள்ளம் அடங்கும். இதனால் குணமாகாதபட்சத்தில் அயத்திராவகத்தை பீச்சாங்குழலால் உள்ளே யடிக்கவேண்டியது. அயத்திராவகம் ஒருபங்கும் குளிர்ந்தஜலம் ஆறுபங்குமாகக் கலந்து உபயோகிக்கவேண்டும். இம்மருந்தை உபயோகிப்பதற்குமுன்னே கருப்பாசயத்திலுள்ள இரத்தக்கட்டிகளை வெளிக்குக் கொண்டுவரவேண்டியது. உதிரப்பெருக்கு நின்றுபோனபின் ஸ்திரீ அதிக பலவீனமுள்ளவளா யிருப்பாள். அப்போது அவளுக்குப் பால், சூப்பு, கஞ்சி முதலான உணவுகளைக் கொடுத்து இரத்தவிருத்தியை யுண்டாக்கும் அயசம்பந்தமான மருந்துகளைக் கொடுக்கவேண்டியது. பிரசவித்தபின் சிலதினங்களானபிறகு உதிரப்பெருக்குக் காணப்படும். பிரசவித்தபின் மஷ்டுபோதல் அதிகமாகும். சில ஸ்திரீகளுக்கு இந்த மஷ்டான திரவம் ஒருமாதம்வரையில் போய்க்கொண்டிருக்கும். மற்றும் சிலருக்கு ஒருமாதத்திற்கு அதிகமாய்க்கூட இருக்கும். இம்மாதிரியா யிருக்கையில் ஸ்திரீ படுத்துக்கொண்டிருக்கவேண்டியது. அவள் நடக்கவாவது உட்காரவாவது கூடாது. படுக்கையிலேயே சகல காரியமும் பார்த்துக்கொள்ளவேண்டியது. அப்போதைக்

கப்போது எர்கட்டு என்னும் மருந்தைக் கொடுத்துக்கொண்டுவரவேண்டியது. சில வாரங்கள் சென்றபின் படிக்காரஜலத்தாலாவது கடுக்காய்ஜலத்தாலாவது ரப்பர் பீச்சாங்குழலால் ஜனனவழியைக் கழுவிவரவேண்டும். கருப்பாசயத்தில் மாயையின் மிகுதி ஏதேனும் நின்றுபோயிருந்தால் ஸ்திரீக்கு மயக்கமுண்டாகச்செய்து அந்த மஷ்டை எடுத்துவிடவேண்டும். அப்படி எடுக்காவிட்டால் மாயையின் துணுக்கைகள் அழுகி, சுரம் உண்டாகச்செய்து கடைசியில் ஜன்னி என்னும் அபாயகரமுள்ள வியாதி உண்டாகும். இவ்வாறு அழுகி நாற்றமெடுத்தால் பிச்சாங்குழலால் காண்டீஸ் ஜலம் கொண்டு ஜனனவழியில் செலுத்தி நன்றாய்க் கழுவவேண்டும்.

விரணஜன்னி.

இந்த அகோரரோகம் அகாலப்பிரசவத்திலும் இரத்தப் பிரவாகத்திலும் உண்டாகும். ஆனால், சாதாரண பிரசவத்தில் காண்பதும் உண்டு. குளிர்ச்சி, காயங்கள், கருக்குழியில் ஏதாவதிருந்து அழுகியிருத்தல் ஆகிய இக்காரணங்களால் இந்த வியாதியுண்டாகும். இதில் விரணஜன்னிக்குடைய சாதாரண குறிகளாகிய தலைவலி, தாடையின் கில்பிடிப்பு, எதையும் விழுங்கக் கஷ்டம், கழுத்துச் சதைகளிலும், தாடைச் சதைகளிலும் வேதனை, ஊர்த்துவசுவாசம், விட்டு விட்டு வந்து உபத்திரவிக்கிற வலி ஆகியவை அனுசரித்திருக்கும். இந்தக் கொடிய ரோகத்திற்குக் கஸ்தூரி, சடாமாஞ்சி, பிளிஷ்டர், கற்பூரத்தைலம், அபினி, ஊமத்தை, குரோசானி ஓமம் ஆகிய வலியைத் தடுக்கிற ஔஷதங்களை உபயோகிக்கலாம்.

இவைகளைப்பார்க்கிலும் குளோரோபாரம், ஈதர் இவைகளை ஆக்கிராணிக்கச் செய்வதில் அதிகப் பிரயோஜனமுண்டென்பது ஒருவருடைய அபிப்பிராயம்.

பிரசவித்தபின் தாய்க்குண்டாகுஞ் சிற்சில வியாதிகள்.

பிரசவசுரம்.

இதில் முதல் குளிர் காணும்; பிறகு நோப்பிறக்கும். நாடி வித்தியாசப்படும். அதன்மேல் உஷ்ணம் பிறக்கும். முகம் சிவந்திருக்கும். நாடி தீவிரமாய் நடக்கும். இன்னும் சுவாசம் பெருமூர்ச்சை ஆகியன அதிகரித்திருக்கும். சில சமயம் குமட்டலும் வாந்தியுமுண்டாம். தலைவலியும் பேதியுமிருப்பதுண்டு. கருப்பையிலும் வயிற்றிலும் வேதனையிருக்கும். இது வேளைக்கொருவிதமாய்க் காணுகிறபடியால் கிரந்தகர்த்தர்கள் பலவிதமாய் அபிப்பிராயப்படுகிறார்கள். இதில் ரோகியின்தேகம் பலப்பட்டிருக்கின் இரத்தங் குத்தி வாங்கும்படி விதி ஏற்பட்டிருக்கிறது. ஆனால், அந்தக் கொடிய சிகிச்சை நம் நாட்டுப்பெண்களுக்குப் பிரியமிராது. வயிற்றிற்கு ஒற்றடமும் போல்ட்பீசும் போட்டால் நன்மையுண்டு. ரசபஸ்பம்கொடுத்து வாயைக் கொஞ்சம் இரணமாக்குவதில் நன்மையுண்டு. அதனுடன் அபினி கொடுக்கலாமென்பது வைத்தியர்களின் அபிப்பிராயம். அபினியை 1-கிறேன்வீதம் மணிக்கொருதரம் அடுத்தடுத்துக் கொடுத்தால் வெகு நன்மைசெய்யும் ரஸபூசுத்தைலம் தேய்ப்பதி

லும் நற்குணமுண்டாகும். சிலர் வாந்தியுப்பைக் குமட்ட லுண்டாகிற அளவிற்குக் கொடுக்கும்படி சொல்லுகிறார்கள். பேதி யனுசரித்திருக்கின் துவர்ப்புப் பதார்த்தங்களைக்கொடுத்து அதைக் கட்டவேண்டியது. இந்த ரோகம் வசப்படுவது பிரயாசையா யிருந்தாலும் ரோகிக்கு நம்மாலான சிகிச்சைகளைச் செய்வது நலம்.

பிரசவ வைத்தியம்.

சில ஸ்திரீகளுக்குப் பிரசவித்தபின் உன்மாதரோகம் அதாவது வைத்தியம் காண்கிறதுண்டு. இதில் ஸ்திரீக்கு மனது தடுமாறும்; சந்தோஷமாவது விசனமாவது இருக்கும்; பாடல், விடாப்பேச்சு அல்லது மவுனம் சம்பவிக்கும்; எல்லோரையும் சமுசயமாய்ப் பார்ப்பாள்; புருஷனுக்கும் குழந்தைக்கும் ஏதோ ஒருவித அபாய முண்டானதென்றெண்ணுவாள்; குழந்தையின்மேல் ஞாபகமில்லாமற்போவதுமுண்டு; தேகம் கொஞ்சம் உஷ்ணமாயிருக்கும்; தலை சூடாயும், தலையில் வேதனையும், தலையை யிழுத்துக் கட்டினதுபோலு மிருக்கும்; கன்னப்பொறியில் நாடி துடித்து அடித்துக்கொள்ளும்; தேகபாரிப்பு; மேனி பேதப்படும்; சுரமிருக்கில் சாத்தியமாகாது. சுரமில்லாதிருக்கின் வசப்படும். இந்த ரோகத்தில் இரண்டு ஜாதிகளுண்டு; ஒன்று வைத்தியம், மற்றொன்று மூளைத்தாபனரோகம். ஒன்றில் சுரமிராது, மற்றொன்றில் சுரமிருக்கும். இதில் இரத்தம் வாங்கலாகாது. வாந்திக்குக் கொடுப்பது. நல்லது. குளோரோபாரத்தை ஆக்கிராணம் செய்துவைத்தால் வெகு நன்மையுண்டென்று கண்டிருக்கிறது. ஸ்திரீயை வெகுபத்திர

மாய்ப் பார்க்கவேண்டியது. நல்ல ஆகாரங் கொடுத்து ஆதரிக்கவேண்டியது. பிரசவ அறையில் அன்னியரை அருகில் விடலாகாது. நிஸப்தம் செய்துவைத்து, இருப்பிடத்தை இருளடையச் செய்து வைப்பது நன்மை.

சீதசுரம்.

இந்த அற்பசுரம் பிரசவித்த ஸ்திரீகளுக்குக் காண்பது வழக்கம். இது அஜீரணம், அக்கினிமாந்தம், வியசனம், நித்திராபங்கம், குளிர்ச்சி, அடிக்கடி இடத்தைமாற்றுதல் முதலிய காரணங்களால் உண்டாகிறது: இதில் குளிர்காணும்; தலை, முதுகு, கால், ஸ்தனம் ஆகியவைகளில் வலியிருக்கும்; தாகம், கொட்டாவிவிடுதல், திமிர், நடுக்கல் ஆகியவைகள் காணும்; பிறகு உஷ்ணம் காணும்; அதினின்று வியர்வை பிறக்கும்; பால் சுரப்புக் குறையும், அல்லது நின்றுவிடும்; இந்தச் சுரமானது 1, 2-நாள் இருந்து போய்விடும்; சில சமயம் அதிகநாளிருந்து வாதாடுவதும் உண்டு. ஸ்திரீக்குக் குளிர்சமயத்தில் வெந்நீர் புட்டிகளைக் கால்களுக்கு வைத்து, உஷ்ணப்போர்வையிட்டு; மிளகுநீர், வெந்நீர் பிராந்தி முதலியவைகளைக் கொடுத்து உஷ்ணத்தைச் சீக்கிரம் பிறப்பிக்கவேண்டியது. மேற்கூறிய சுரத்திற்குச் செய்யவேண்டிய கிசிச்சைகளையே இதற்கும் செய்து ரக்ஷிக்கவேண்டும்.

ஒற்றைத் தலைவலி.

இது அடிக்கடி பிரசவித்த ஸ்திரீகளுக்கு உண்டாகும். இக்கொடிய ரோகம் முதிர்த்துவிடில் சொஸ்தம் செய்வது கஷ்டமாயிருக்கும். தேகத்தில் எல்லாப் பகுதிகளி

னும் வலிபரவி உபத்திரவஞ் செய்யும். இவ்வியாதி யுண்டாகும் இடம்: கண், ரேகை, கன்னப்பொறி முதலியவைகளே. வலி சகிக்கக்கூடாததாயும், நெற்றியில் ஒரு இரும்பாணியை வைத்துக் கடாவுதல்போலு மிருக்கும். சில ஏழை ஸ்திரீகளுக்கு இவ்வியாதிகண்டு மிக்கவருத்தத்தை யனுபவிக்கிறார்கள். இதற்குக் கிருத்திசிவாதமென்று வைத்தியர்கள் பெயரிட் டிருக்கிறார்கள். இதற்குத் தகுந்த சிகிச்சை செய்யவேண்டும். மால்ட் சத்துக்கலந்த காட்லீன் எண்ணெயைத் தினம் மூன்றுவேளை சாப்பிடலாம். டர்பண்டன் தைலத்தை மேலுக்குப் பூசி இருவேளையும் வெந்நீர் விட்டுக் கழுவிக்கொண்டு வரலாம். நித்திரைபங்ககாரி மருந்துகளையும் போதை வஸ்துக்களையும் ஒருபோதும் சாப்பிடக்கூடாது. ஸ்திரீ குழந்தைக்குப் பால் கொடுப்பதை நிறுத்திவிடவேண்டும். சிலநாள் கணவன் போகத்தைத் தவிர்த்திருக்கவேண்டும். ஏனெனில், கருப்போற்பத்தியே வியாதி அதிகரிப்பதற்குக் காரணம். கால்களில் நீர்சுரந்து வீங்குதல், கால்களில் கட்டிபுறப்படுதல், பச்சை நரம்பு தடித்துக்கொள்ளல் முதலியதுர்வியாதிகள் வருவதற்குக் காரணம்: ஸ்திரீகளின் அவயவங்கள் அதிசீக்கிரத்தில் பலவீனப்பட்டுப் போவதேயாம்.

கால்வீக்கம்.

இந்த ரோகம் அதிக பலவீனமான பிரசவித்த ஸ்திரீகளுக்குக் காண்பது வழக்கம். இந்த வியாதி ஒருபிரசவத்தில் கண்டால், பிறகு ஒவ்வொரு பிரசவத்திற்கும் வந்து

கொண்டே யிருக்கும். தேகத்திலுள்ள இரத்தம் கெடுவதனுலிந்த வியாதி யுண்டாகிறது. முதலில் துடையின் முன்பக்கத்தினின்றும் பின்னர் உடம்பின் எல்லாப் பகுதிகளுக்கும் பரவும். இவ்வியாதி இடதுகாலில்தான் காண்பது வழக்கம். சிலசமயம் இரண்டுகால்களிலும் காண்பதுண்டு. முதலில்சுரம் வரும்; ஸ்திரீ குளிரினுல்நடுங்குவாள்; அவள் தேகமுழுவதும் உஷ்ணத்தினுல் வரண்டிருக்கும்; தலைநோயனுசரித்திருக்கும்; நாடி வெகுதுரிதமாய் நடக்கும்; தேகமுழுவதும் ஓர்வித வலியுண்டாகும்; கால்கள் மிக உஷ்ணமாயும், நோய் சகிக்கமுடியாமலு மிருக்கும். இனிவலிஎங்கிருக்கிறதோ அவ்வுறுப்புக்களெல்லாம் வீக்கமுறும். கால்கள் முழுமையும் வலியிருக்குமாயின் கொஞ்சநேரத்தில் அவை இருபங்காய்ப்பெருத்துவிடும். கால்வீக்கத்தில் ஒரு விசேஷமுண்டு. அதாவது:- அதன்தோல் மிக்க வெளுத்தும், இறுகியும், பளப்பளப்பாயு மிருக்கும்; சிலசமயம் இடுப்பண்டையில்நெறிகட்டிக்கொள்ளும். ரோகஸ்திரீக்கு மிக்க வருத்தமாயிருக்கும். அவளின் நாக்குவெளுத்தும் நிறைய முள் முளைத்துமிருக்கும். அவளுக்கு மலம் வெகுகெட்டியாய் இறுகித் தாகம் அதிகமா யிருக்கும். இந்தக்கொடிய வியாதி ஸ்திரீக்குப் பதினைந்துநா ளிருப்பதுண்டு. சிலருக்கு அதிகரித்திருக்கும். இந்த வியாதி வந்த ஸ்திரீ பிறகு தன்னிடத்தில் கருப்பந் தரிக்காமல் செய்துகொள்ள வேண்டும். ஆதலால், பிரசவித்தஸ்திரீ எழுந்துநடமாடுதல்குதித்தல் பேருண்டிமுதலிய கிரியைகளை நீக்கவேண்டும். காலை எந்த நிலையில் வைத்துக்கொண்டால் சுகமாயிருக்கிறதோ அந்தநிலையில் வைத்துக்கொள்ளவேண்டும். காலைக்

கம்பளித்துணியினுல் மூடிக்கட்டிவைக்கவேண்டும். அந்த ஸ்திரீ எழுந்து நடக்கும்போது நோயும் குறைவாயிருக்கும்.

மண்குத்தி நோய்.

இந்த வியாதி பிரசவித்த ஒவ்வொரு ஸ்திரீகளுக்கும் உண்டாகவேண்டியதே. பிரசவத்திற்குப்பின் கருப்பாசயம் பந்துபோல் சிறுக்கும்போது இந்த நோய் காணவேமாட்டாது. வேறு சிலருக்கு அதிகமாய்க் காணும். ஆனுல், முதல் பிரசவத்தில் இந்தநோய் காண்பதில்லை. அனேக பிள்ளைகளைப் பெற்றவர்களுக்குத்தான் வழக்கமாய்க் காணும். பிரசவமான பிறகு கருப்பாசயம் சீக்கிரம் செண்டு போல் சிறுத்துவிடின் இந்நோய் காணுது. பிரசவித்த 2-மணிநேரத்திற்குள்ளாக அவள்குழந்தைக்கு முலைப்பால் கொடுத்தால் கருப்பாசயம் நன்ருகச் சிறுத்துவிடுவது மல்லாமல்,பிரசவத்திற்குப் பின்னர் உண்டாகும்நோயும் காணமாட்டாது. இவ்வலியை ஸ்திரீ பொறுமையுடன் பொறுத்துக்கொள்ளவேண்டும். ஏனெனில்,தேகத்திற்கு உபாதியை உண்டாக்கும். இரத்தக்கட்டிகளும் மற்றவஸ்துகளும் கருப்பாசயத்தினின்று வெளியே போவதற்காகத்தான் இவ்வலி இயற்கையா யுண்டாவது. மேற்கூறிய வஸ்துக்கள் வெளிப்படாவிட்டால் சுரமும் கருப்பாசயத்தாபனமும் உண்டாகும். இவ்வலி நிற்கும்பொருட்டு அபினிசாரத்தில் 8-துளி கொஞ்சம் ஜலத்திற் கலந்து கொடுக்கலாம்.

கருப்பாசயம் கீழுக்கு இறங்கிவிடுதல்.

கருப்பையைக் கட்டியிருக்கிற சவ்வுகளும் ஜனனேந்திரிய நரம்புகளும் தளர்ந்துபோவதனால் இந்த வியாதியுண்டாகிறது. ரோகஸ்திரீ, ஒருவேலையுஞ் செய்தல்முடியாது. குனிந்து நிமிர்ந்தால் கருப்பை தன்னிடம்விட்டு நகர்ந்துவிடும். ஆனால், ஸ்திரீ படுக்கையில் சயனித்திருக்கும்போது அது தன்னிலைக்கு வந்துவிடும். சிலருக்கு அதிக பலவீனமாயிருந்தால் மாத்திரம் தாழ்ந்துவந்த கருப்பை தன்னிலைக்குப் போகாமல் வெளியில் நின்றுவிடும். அதிக பலவீனமாயிருக்கிற ஸ்திரீகளுக்கு இது மிகவும் இறங்கி ஜனனவழிக்கு வெளியே வந்துவிடுவதுமுண்டு. ஸ்திரீ எழுந்து நடப்பதால் தான் கருப்பை இவ்விதம் கீழ்வருகிறது. அதிகமானகுழந்தைகளைப் பெறுவதினாலும், பிரசவத்திற்குப் பிறகு தகுமான தேகசிரமம் செய்துகொள்ளாமலும் எழுந்து வெளியில் நடப்பதால் இந்த கொடிய வியாதியுண்டாகிறது. ஆதலால், பிரசவித்த எட்டு அல்லது பத்துநாள் வரையிலும் பிரசவித்த ஸ்திரீ யெழுந்து நடமாடக்கூடாது. அதிலும் நாலைந்து குழந்தைகளைப் பெற்றவர்கள் இவ்விஷயத்தைப்பற்றிவெகுஜாக்கிரதையாயிருக்கவேண்டும். இவ்விதநோயால் வருத்தமுறும் ஸ்திரீபிரதினமும் இரண்டுவேளையும் ஒரு தேக்கரண்டியளவு படிகார ஜலத்தையாவது, பால்துத்தத்தையாவது, அல்லது துவர்ப்பு மருந்துகளையாவது ஒரு பீச்சாங்குழலால் நீர்த்துவாரத்தில் அடித்துக்கொண்டு வரவேண்டும். இவ்வியாதிவரும் ஸ்திரீகள் சிலநாள் கருப்பமுண்டாக்கிக்கொள்ளா

தபடி தனியேயிருந்து நல்ல ஆகாரம் தகுந்த உடை நல்ல காற்று ஆகியவைகளைக் கையாடிவரல்வேண்டும்.

கருப்பாசய தாபிதம்.

பிரசவித்த பிறகு கருப்பையானது தாபிதம் (நோய்) கொள்ளுவது வழக்கம். சிலசமயம் நாட்சென்று காண்பது முண்டு. இதில் அடிவயிற்றில்குத்தலும்வேதனையும் பளுவு மிருக்கும். வயிறு தொடக்கூடாத புண்போ லிருப்பதாக ஸ்திரீக்குத் தோற்றும். அடிக்கடி சிறுநீர் இறங்கும். ஆனால் பேதிபிராது. நோய் விட்டுவிட்டுக் காணும். ஜனன வழியிலிருந்து துர்நீர்வடியும். நாட்சென்ற வியாதியில் சில ருக்கு கருப்பைபருத்து கல்லைப்போன்றிருக்கும். அடிவயிற் றில் ஏதோ இருப்பதாக ஸ்திரீக்குத் தோற்றும்; இதற்கு ரோகியை அசையாமல் படுக்கவைக்கவேண்டும். அடிக்கடி வெந்நீரில் உட்காரவைப்பதில் நன்மையுண்டாகும். காரமில் லாத போஜனங் கொடுக்கவேண்டும். அபினிசேர்ந்த ஜலத் தைப்பிச்சாங்குழலில் செலுத்தி ஜனனவழியில் அடித்து வந்தால் வியாதி குணப்படும். இந்த ரோகி நல்லகாற்றைச் சுவாசிக்கவேண்டும்.

உஷ்ண ஜன்னி.

பிரசவித்த எல்லோருக்கும் இந்தரோகம் காண்பது அபூர்வம். ஆனால், மேகரோக சம்பந்த ஸ்திரீகளுக்குக் காண்பது வழக்கம். பிரசவம் முடிகிற சமயத்திலாவது, அல்லது பிரசவம் முடிந்தபிறகாவது இந்த வலிகாணும். இது காண்பதற்கு முன் ஸ்திரீக்குத் தலைவலி காணும். தேகாதியந்தமும் நடுக்கமுறும், அல்லது இருந்தவிடத்தி

லேயே அசைவற்றிருக்கும். முகம் விகார ரூபமாய்த் தோன்றும். வாயில் நுரை தள்ளாது. முகம் சிவந்து கொஞ்சம் மினுமினுப்போ டிருக்கும். சுவாசம் குறட்டைப்போன்று நடக்கும். நாடிநடை கண்டறிய கஷ்டமாயிருக்கும். இக்கொடிய வியாதி ஸ்திரீயை அபாயத்திற்குள்ளாக்கும். இந்தக் கொடிய ரோகத்திற்கு பேதிக்குக்கொடுத்துத் துர்மலாதிகளை வெளிப்படுத்தவேண்டும். ஸ்திரீயின் சிரோரோமத்தை நீக்கி ஆங்குப் பனிநீர்க்கட்டியை வைத்துக் கட்டிவர வேண்டும். ஸ்திரீயின் கன்னப்பொறியில் அட்டைவிட்டுக் கொஞ்சம் இரத்தமெடுக்க வேண்டும். இதனால் ஸ்திரீக்குச் சுவாசம் பிறக்காவிட்டால் ரோகியைக் கடவுளிடம் ஒப்புவிக்கவேண்டும். பிரசவவேதனையில் இந்தவலிகண்டு நோய் நின்றுவிட்டால் குறட்டைப் பிரயோகித்துச் சிசுவை வெளிப்படுத்துவதே சிகிச்சகன் கடமை.

இரத்தக்குறை பித்தபாண்டு.

இஃது மிகவும் கோரரூப வியாதி. இஃதுண்டாவதற்குக் காரணம்: ஸ்திரீகள் பிரசவித்த ஒருவருஷம் அல்லது பத்து மாதத்தில் மற்றொரு பிள்ளையைப் பெறுவதாலும், அநேக குழந்தைகளைப்பெற்று ஓழியாமல் பால்கொடுத்துக் கொண்டு வருவதாலும், அவர்களின் சரீர இரத்தத்திலுள்ள சில பரமாணுக்கள் குறைந்து இரத்தங் கெடுதியுற்று இந்தவியாதி யுண்டாகும். ரோகியின்தேகக்குறியைப் பார்த்தால் முகம்வெளுத்து இரத்தமின்றிப் பிசின்போன்ற ஓர்விதவியர்வை யுண்டாகும். இரத்தவோட்டம்தடைபடும். அவர்கள் ஒருசிறுவேலை செய்தாலும் இருதயம் படபடென்

றடித்துக் கொள்ளும், தலைவலி தினப்படி உபத்திரவிக்கும். எப்போதும் அந்தரோகியின் தேகத்தில் குளிருண்டாகும். ஒருவேலையுஞ் செய்ய மனமிராது. ஞாபகசக்தி குறைவுறும். தேகாதியந்தமும் ஓர்வித வீக்கமுண்டாகும். இக்கொடிய வியாதியைப் பார்க்காவிடில் வெகுசீக்கிரத்தில் தேகத்தைக் கெடுக்கும். பிறகு சிகிச்சைக்கு வசப்படாது. இந்தவியாதியில் அவள் பிழைத்தாலும் ஒவ்வொரு பிரசவத்திலும் அவளுக்கு இவ்வியாதி சகஜமாய்த் தொடர்ந்துகொண்டேயிருக்கும். பின்னர் உண்டாகிற கருப்பமும் பத்துமாதம் வரைதங்காமல் குறைமாதத்திலேயே அகாலப்பிரசவத்துக்குள்ளாகும். இவ்விதம் கருப்பம் அடிக்கடி கரைந்து இரத்தம் அபரிமிதமாய்ச் செலவழிவதனால், ஸ்திரீ மிகவும் பலவீனப்பட்டு மூர்ச்சைபோவாள். ஸ்திரீக்குச் சிலசமயம்க்ஷய ரோகமும் உண்டாம், அல்லது அன்னாசயத்தில் ஓர்வித வித்துருதியழலை புறப்படுவதுமுண்டு. இக்கொடிய இரத்த சுட்கரோகம் பின்னர் சுகப்படுவது அபூர்வம். கடைசியில் ஸ்திரீக்குச் சுரம்கண்டு நீங்காது. உடம்பு துர்ப்பலமாகிவிடும். அடிக்கடி அனேக குழந்தைகளைப் பெறும் ஸ்திரீகள் இதைக் கவனித்தல் நலம்.

இந்தக் கோரரோகத்திற்குச் சிகிச்சை சொல்லப்புகின் பெருங்கஷ்டமாய்முடியும். ஸ்திரீ: புருஷ போகத்தை வெகுநாள் தவிர்த்திருக்கவேண்டும். தேகம் பலப்பட்டு நல்ல இரத்தம் உண்டாகும்வரையில் மேற்கூறிய செய்கையைத் தவிர்த்திருக்கின் இஃதே மேலான சிகிச்சை. அவள் சுத்தமான காற்றைச் சுவாசிக்க வேண்டும். இதற்காகப் பட்டணத்தை நீங்கிச் சிலகாலம் கிருக்கழுக்குன்

றம் சிதம்பரம் இராமேசுரம் முதலிய க்ஷேத்திரங்களு க்கு யாத்திரை செய்துவரலாம். தேகாப்பியாசம் செய்து வரவேண்டும். இதற்காக அவள் கூடியமட்டும் ஒரு நாளை க்கு இருவேளையும் இரண்டு மைல்தூரம் உலாவி வரவேண் டும். மனதை எப்போதும் உற்சாகமாகவே வைத்திருக்க வேண்டும். இரவில் நன்றாகச் சயனித்து விடியலில் எழுந் திருக்கவேண்டும். தேகத்தில் உடையை எப்போதும் தளர்ச்சியுறக் கட்டியிருக்க வேண்டும். காலை மாலை இரு வேளையும் அயச்செந்தூரம் அயரண்டானிக் முதலிய இரத்த விருத்தி மருந்துகளைச் சாப்பிட்டு, எதேஷ்டமாக நெய் பால் தயிர் சூப்பு கோழி புறு கவுதாரி ஆகியவைகளை உப யோகித்துவரவேண்டும். மலஜலத்தை வெகு ஜாக்கிரதை யாய்க் கவனிக்கவேண்டும். ஏனெனில், இவ்வியாதியில் மலம் தாராளமா யிறங்காது. இதற்குத் தகுந்த விரோ சனகாரி: கரியபோளம் வெண்போளமேயாம். இவ்விரண் டும்சேர்ந்த மாத்திரையையாவது அல்லது சிமை அதிமது ரச் சூரணத்தையாவது ஒரு தேக்கரண்டியளவு பாலில் கல ந்து இரவில் படுக்கைக்குப் போம்போது சாப்பிட்டு விட லாம். விடியலில் தாராளமாய் மலமிறங்கும். இந்த ரோகி மூச்சக்கர வண்டியில் சவாரி செய்வதால் மிக்க நன்மை யுண்டாகும். ஆனால், அதிக களையுண்டாகும்படி சவாரி செய்யலாகாது. இவ்வித சவாரியின் குணமென்னவெனில், தேகத்திலுள்ள தசைநார்களின் பரமாணுக்களை யதிகப் படுத்துவதுமன்றி, உச்சுவாசம் நிச்சுவாச சக்தியை விரு த்திசெய்து இரத்தவோட்டத்தைப் பலப்படுத்தி, மனதை உற்சாகப்படுத்தித் தைரிய முண்டாக்கும். பசி தீபனத்தை

யதிகப்படுத்தும். தேகத்தொழிலை யதிகப்படுத்தி நல்ல நித்திரையை யுண்டாக்கும். ஆதலால், எல்லா வண்டிகளை விட முச்சக்கர வண்டியே நோயாளிக்குச் சவுக்கியத்தையும் நன்மையையும் உண்டாக்கும்.

காக்கைவலி.

இவ்வியாதி பெரும்பாலும் அனேக பிள்ளைகளைப் பெறும் ஸ்திரீகளுக்கும், இரத்தக்குறை பலவீனமுள்ள ஸ்திரீகளுக்கும் உண்டாகிறது. தேகத்திலுள்ள நரம்புகளுக்கு வலியுண்டாகும். இஃது ஒருதரங் கண்டுவிட்டால் சௌக்கியமாகுமென்று ஒருவராலும் நிச்சயித்தல்முடியாது. நெடுநாள்வரையிலும் வலிப்பு நிலைத்திருக்கும். வலியுண்டாக வுண்டாக தேகதிடம் மனோதிடம் புத்திநுட்பம் முதலியவை குன்றிப்போகும். பிரசவித்த ஒன்று அல்லது ஒன்றரை வருஷம் குழந்தைக்குப் பால்கொடுத்துவரும் ஸ்திரீகட்கு நரம்பைப்பற்றிய வியாதிகளில் இஃதொன்றாகும். இவ்வலிப்புக் கண்டவுடன் தகுந்த வைத்தியரையழைத்துச் சிகிச்சை செய்விக்கவேண்டும். ரோகி பிரவர்த்திக் கிரமத்தை யனுசரித்துவரவேண்டும். அஜீரண முண்டுபண்ணும் ஆகாரங்களையும் குடல் வாயுவை யுண்டுபண்ணும் ஆகாரங்களையும் உபயோகித்தல் கூடாது. நல்லகாற்று, தேகவுழைப்பு, தகுந்த போஜன முதலியவைகளை அனுசரித்துவரவேண்டியது பிரதான கடமையாம்.

ஸ்தனக்கட்டி.

இதைக் கவனியாவிடில் ஸ்தனம் மிகுந்த புண்ணாகிவிடும். இதை அலக்ஷியமாய் நினைத்தல் கூடாது. தாய்

சிலமாதங்கள்வரை படுத்த படுக்கையாய்க் கிடக்க ஹேதுவுண்டாகும். குழந்தைக்கு மற்றொரு நல்ல ஸ்தனத்தில் பாலூட்டவேண்டும். இரத்தக்கட்டி உடையுங் காலத்தில் ஸ்திரீக்குக் கொடுக்கிற ஆகாரம் புஷ்டியைத் தரத்தக்கதா யிருத்தல் வேண்டும். பேதியுப்புகளினலாவது, அல்லது *சாண்டியாட்ஸிட்லிட்ஸ் பவுடரினலாவது பிரவிர்த்தியைக் கிரமப் படுத்தவேண்டும். கட்டி யுடைந்து சீழ்வடியுங்காலத்தில் தேகத்தில் மிகவும் பலங்குறைந்தால் அயமருந்து சாப்பிட்டு அதன்மேல் நல்ல ஆகாரங்களை உபயோகிக்கவேண்டும்.

ஸ்தனக்காம்பு விரணம்.

இது பிரசவித்த ஸ்திரீகளுக்கு அடிக்கடி காண்பது வழக்கம். ஆனல்சீக்கிரத்தில் சொஸ்தமாகிவிடும். ஸ்தனக் காம்பைச் சுற்றிலுமிருக்கிற ரேகைகள் வெடித்து அல்லது தோல் உரிந்து புண்ணுகி அதில் சிலைநீர் வடியும். இந்தப் புண்ணனதுசிலருடைய ஸ்தனக்காம்பைத் தின்றுவிடும். இதுண்டாகுமென்கிற சந்தேகத்திற்கிடமானபோது ஆக்காலத்திற்றனே சவுக்கார ஜலத்தால் காம்பைக்கழுவித் துடைத்துப் பிறகு ஜலம்விட்டு விளாவின சாராயத்தால் காலைமாலை இருவேளையும் கழுவிக்கொண்டு வரவேண்டும். இவ்விதஞ்செய்துவரின் பெரும்பாலும் வியாதியணுகாது. மெழுகோடுவெண்ணெயைச் சேர்த்து உருக்கி ஸ்தனக்காம்புக்குப்பூசலாம். படிக்காரத்தைப் பனிநீரில்கரைத்துப் பூசலாம். பொரித்த படிக்காரத்தை வைத்து அழுத்தலாம், ஸிட்ரன் ஆயிண்டுமெண்டு பூசலாம். வெள்ளைமெழுகு, பாதம் நெய், தேன் ஆகியவைகளைக் கரைத்து மெழுகு

செய்து இரணத்திற்குப் போடலாம். ஸ்தனக்காம்பு விரணமாயிருக்கும்போது குழந்தைக்குப்பால்கொடுத்தல்கூடாது. கைப்பால் அல்லது வேறு மூலைப்பால் கொடுத்து ரக்ஷிக்க வேண்டும்.

பிரசவித்த ஸ்திரீயை ரக்ஷிக்கும் கிரமம்.

பிரசவித்த ஸ்திரீயின் பத்தியம்.

பிரசவித்த ஸ்திரீக்கு ஒன்றுங் கொடாமல் மூன்று நாள் லங்கணம் போடுவது நம்மவர்களின் வழக்கம். இதுமிகவும் கொடியது. இதனால் ஸ்திரீ மிகவும் பலவீனமுள்ளவளாயும் பிணியுடையவளாயு மிருக்க நேரிடும். இக்கொடிய துர்வழக்கத்தை உடனே நீக்கிவிட வேண்டும். பிரசவித்த ஸ்திரீ தகுந்த பசியா யிருக்கிறதாய் எப்போது சொல்லுகிறாளோ அதே ஆகாரம் கொடுக்க வேண்டிய தென்பதற்குத் தகுந்த குறியாகும். பசியில்லாமல் மந்தமாயிருந்தால் ஆகாரம் கொடுத்தல் கூடாது. பிரசவித்தவுடனே நெருப்பில் வாட்டிய கோதுமை ரொட்டி, கொஞ்சம் பால் சேர்த்த காப்பி இவ்விரண்டும் பகல் பத்துமணிக்குள் ஒரு தடவையும், சாயங்காலம் 5-மணிக்குள் ஒரு தடவையும் கொடுக்கலாம். மூன்றுவது தினம் மத்தியானத்தில் சாதம், மிளகுசேர்ந்த ரசம், பருப்புத் துகையல் இவற்றைக் கொடுத்து, சாயங்காலம் கோதுமை ரொட்டி கொடுக்கலாம். எல்லாம் சரியாயிருந்தால், ஐந்தாவது நாள் காய் தினுசுகள், அதாவது: பிஞ்சுக்கத்தரிக்காய், அவரைக்காய், முருங்கைக்காய், அன்னம் ஆகியவைகளை இரண்டு தடவை சேர்த்துக் கொள்ளலாம். ஏழாவதுநாள் மாம்ஸரசம் அதாவது சூப்புசெய்து சாதத்

துடன் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். பயிற்றம்பருப்பு, உளு ந்து, எண்ணெய் முதலிய அஜீரணவஸ்துக்களையும் அதிக காரமுள்ளவஸ்துக்களையும், சாராய முதலான மயக்கவஸ் துக்களையும் உபயோகித்தல்டாது. இரவில் ஏழுமணிக்கு மேல் ஆகாரம் சாப்பிடுதல்கூடாது. இரவில் விசேஷமாய்த் தண்ணீர் குடித்தல்கூடாது. சீதள பதார்த்தங்களை உப யோகித்தல்கூடாது. அதிக போஜனம் தின்னக்கூடாது சுலபமாய்ச் சீரணிக்கத்தக்கபடி சாப்பிடவேண்டும். பிரச வித்த ஸ்திரீயின் சரீரம் சௌக்கிய ஸ்திதியி லிருந்தால், 11-ம் நாள் ஸ்நானஞ் செய்வித்து வீட்டுக் கழைத்துக் கொள்ளுவது நம்மவர்களின் வழக்கம். சீக்கிரத்தில் ஸ்நானஞ் செய்வித்து நல்ல ஊட்டம் கொடுத்தால் சரீர சௌக்கியம் உண்டாகும். பாமரவைத்தியர் கையைப் பிடித்துப் பார்த்துச் சொல்லுகிற அக்கிரம உபசாரங்களை அனுசரித்துச் சீக்கிரம் ஸ்நானஞ் செய்விக்காமலும், அன்னபான பக்ஷணாதிகளைக் கொடுக்காமலும் ஸ்திரீயை வதைத்தால் உடம்பு ஒருபோதும்சௌக்கியப்படாது. அவ ளின்மலக்கிரமத்தையும் அடிக்கடிவிசாரணை செய்யவேண் டும். ஒருநாள் வரையில் சும்மா விட்டுவிடலாம். பிறகு மல சோதனைக் கிரமமாய் ஆகாரக்கிரமமாய் ஆகா விட் டால் சிற்றாமணக்கெண்ணெயாவது, அல்லது நில ஆவா ரை இலேக்கிஷாயமாவது கொடுத்து மலத்தைக் கிரமப்படு த்தவேண்டும். குழந்தைக்குப்பால் கொடுக்காதவர்களுக்கு உப்புப்பேதி கொடுக்கநன்மையாம். ஸ்திரீ வசிக்குமறையில் அவளுடைய படுக்கையும், மற்றும் முக்கியமாய் வேண்டிய சாமான்களுந் தவிர மற்றொன்றையும் வைக்கலாகாது.

அந்த அறையில் அழுக்குத்துணி முதலியவைகளை வைக்காமலும் ஈரமாயிருக்கவொட்டாமலும் சுத்தவாயு உள்ளே செவ்வையாய்ப் பிரவேசிக்கும்படிக்கும் தகுந்த வெளிச்சமிருக்கும்படிக்கும் செய்யவேண்டும். படுக்கையிற் போட்டிருக்கும் துணிமுதலியவைகளை அப்போதைக் கப்போது வெளியிற் கொண்டுவந்து சுத்திசெய்து உலர்த்தி அறையிற் சேர்க்க வேண்டும். படுக்கையின்மேற் போட்டிருக்கும் துணிகளையும் உடுத்திக்கொண்டிருக்கும் வஸ்திரங்களையும் தினசரி மாற்றி வேறு வஸ்திரங்களை உபயோகிக்க வேண்டும். மலமுதலிய கெட்ட வஸ்துக்களை உடனுக்குடனே அறையிலிருந்து நீக்கவேண்டும். ஸ்திரீ மிகவும் சுத்தியா யிருப்பதுடன் அவளுடைய கைகளையும் முகத்தையும் தினந்தோறும் இருவேளை சுத்திசெய்து, பிரதிதினம் ஒருதரம் வெந்நீரில் துணியை நனைத்து அந்தத் துணியால் உடம்பு முழுதும் துடைக்கவேண்டும். பிரசவித்த பத்துதினம் வரையில் ஸ்திரீ படுக்கையறையை விட்டு வெளியே வரலாகாது. படுக்கையைவிட்டு வெளியில் வந்த பிறகும் நாள் ஒன்றுக்கு நான்குமணி நேரத்திற்கு மேல் உட்கார்ந்திருத்தல் கூடாது. அவள் தூங்கக்கூடிய நேரத்தில் செவ்வையாய் நித்திரை செய்யவேண்டும். அவள் சீதக்காற்று வாடையில் நிற்கலாகாது. தேகத்தில் ஒரு மாதம் வரையிலும் பிளானல்கோட்டு, அல்லது கஞ்சிபிராக், அல்லது கம்பிளி கம்ஸ் முதலியவைகளைப் போட்டிருக்கவேண்டும். உடைகளை எப்போதும் தளர்த்தியாய்க் கட்டி வரவேண்டும்.

பிரசவ அறையில் குழந்தையைக் காப்பாற்றுங் கிரமம்.

சிசு பிறந்தவுடனே அதன் சரீரத்தில் வெளிக்காற்று அடிப்பதனால் கீர் கீர் என்றழுது மூச்சுவிடும். ஆனால், நீடித்த பிரசவத்தில் பிறந்த குழந்தை கீழே விழுந்ததும் அவ்வாறு மூச்சுவிடாமல் இறந்ததுபோ லிருக்கும். அதற்கு உடனே அதன் பிரஷ்டத்தின்மேல் இரண்டு விரலால்தட்ட வேண்டும்; அல்லது கொஞ்சம் பிராந்தியைச் சரீரத்தில் பூசிக் கையினால் தடவினால் சுவாசம் வரும். இவ்விதம் செய்தும் சுவாசம் வராவிடில், இரண்டு பாத்திரங்களைக்கொண்டுவந்து, ஒன்றில் வெந்நீரும் மற்றொன்றில் குளிர்ந்தஜலமும் வைத்து, முதலில் வெந்நீர்பாத்திரத்தில் சிசுவை முழுகவிட்டுப் பிறகு குளிர்ந்தஜலத்தில் முழுக்காட்டவேண்டும். இவ்விதம் மாற்றிமாற்றி முழுகச்செய்தால் குழந்தைக்குச் சுவாசம் வரும். இவ்வாறு செய்தும் சுவாசம் வராவிடில், சிசுவை முதுகின்மேல் மல்லாத்திப் படுக்கவைத்து தோளுக்குக்கீழ்க் கொஞ்சம் உயரமாய்த் தூக்கிவைத்து, முழங்கைகளைப் பிடித்துக்கொண்டு குழந்தை தலையை மேலே தூக்கி, மறுபடியும் மார்பின்மேல் அணைக்கும்படி அதிக சீக்கிரமாய், அரைமணிநேரம் வரையில் செய்யவேண்டும். பிராணனிருந்தால் உடனே சுவாசம் வரும். இதனாலும் சுவாசம் வராவிட்டால், அதன் கழுத்தில் ரப்பர் சலாக்குப்போட்டு, சலாக்குத் துவாரத்தின் வழியாய் ஊதவேண்டும். எப்படியாயினும் குழந்தைக்குச் சுவாசம் வரும். சுவாசம் வந்தவுடன் வெந்நீர்விட்டுக் கழுவித்துடைத்துத் தாயின்பக்கத்தில் கிடத்திப் பாலூட்டச்செய்யவே

ண்டும். இதன்மேல் வைத்தியர் அல்லது மருத்துவச்சிகள் பிரசவித்த ஸ்திரீக்கு நல்லாசிகூறி தமதிடத்திற்கேகலாம்.

குழந்தைகட்குப் பால்கொடுத்தல்.

குழைந்தை பிறந்தவுடனே அதற்குத் தாயின் முலைப் பாலைப் பருகுவிக்கவேண்டும். இதனால் தாய்க்கும் பிறந்த குழந்தைக்கும் நன்மையுண்டு. முதலில் கட்டியிருக்கும் முலைப்பாலுக்கும் பிறகு ஊறுகிற பாலுக்கும் வித்தியாச முண்டு. முதலில் சுரக்கும் பாலைக் குழந்தை குடிப்பதனால் மலப்பிரவர்த்தியுண்டாகும். குழந்தையின் வயிற்றில் நிறைந்து தங்கியிருக்கும். கறுத்த பச்சைநிறமான மலத்தை வெளிப்படுத்தும். குழந்தை பிறந்து இரண்டு மூன்று நாள் வரையில் அதற்கு இந்தப் பாலைப் பருகுவித்துக் கொண்டுவந்தால் வேறு பிரவர்த்தி மருந்துகள் குழந்தைக்கு அவசியமிரா. ஆனால், தாய்க்குக் கஷ்டப் பிரசவத்தினால் களையுண்டாகிக் குழந்தைக்குப் பால் கொடுக்கச் சக்தி யில்லாமலிருந்தாலும், அல்லது தாய் பிரசவித்து ஏழு எட்டுமணிநேரம் வரையில் சிரமபரிகாரம் செய்துகொள்ளவேண்டிய தவசியமாயிருந்தாலும், குழந்தையை அவ்வளவு நேரம்வரை பட்டினியாகப் போடாமல் அம்முலைப்பாலுக்குப் பதிலாய் வேறு ஆகாரம் கொடுக்க வேண்டும். அதாவது, சர்க்கரையைத் தண்ணீர் விட்டுக் காய்ச்சி, அதில் சில கரண்டியளவு குழந்தை பிறந்த ஒரு மணிக்குப்பிறகு கொடுக்கவேண்டும். தாய்க்குப் பால்கொடுக்கும் சக்தி வரும்வரையில் குழந்தைக்கு இவ்விதமே கொடுத்துவரவேண்டும். அதைப்பட்டினியாகப் போடல்கூ

டாது. குழந்தைக்குப் பால் கொடுக்கு முன்னமே தாயின் முலைக்காம்புகளை சிதோஷ்ண வெந்நீரால் கழுவித்துடைக்க வேண்டும். இவ்விதஞ்செய்வதால் முலைக்காம்புகள்நனைந்து மிருதுவாகிக்குழந்தை இலகுவாய்ப்பாற்குடிக்கும். மறுபடியும் குடிப்பதற்கு ஓர் உற்சாகம் பிறக்கும். முதல்வாரத்தில் குழந்தைக்குப் பால்கொடுக்க வேண்டுமானால், குழந்தையைப் பக்கத்தில் படுக்கப்போட்டுத் தாயானவள் தனக்கு எந்தப்பக்கம் சாய்ந்துப்படுத்தால் சௌக்கியமாயிருக்குமோ அந்தப்பக்கத்திலேயே சாய்ந்து ஸ்தனம் அக்குழந்தை வாயில் படும்படி படுத்துக்கொண்டு, அதுஸ்தன்னியபானம் பண்ணும்படி செய்யவேண்டும். இப்படிச் செய்யின் களையுண்டாகாமல் தாயானவள் குழந்தைக்கு வெகுநேரம் பால்கொடுக்க முடியும். மூன்று நாள்வரையில் குழந்தை முலைப்பாலருந்தத்தெரியாமல் வெகுசொற்பமாய்க் குடிக்கும். ஆதலால், தாய் அடிக்கடி பால் கொடுக்கவேண்டும். குழந்தைக்குப் பாலைத்தவிர வேறொன்றை ஆகாரமாகக் கொடுத்தல்கூடாது. ஸ்திரீகள் தமது குழந்தைகளுக்குப் பீர், தேயிலைக்கஷாயம், காப்பி மாமிசம், உருளைக்கிழங்கு, ரொட்டி, வெண்ணெய், பிஸ்கோத்து ஆகியவைகளைக் கொடுப்பது தூர்வழக்கம். குழந்தைக்கு வயிற்றுக்கழிச்சல், மாந்தம், சுரம்முதலிய வரக்கூடாதென்று நினைப்பவர்களும், குழந்தையின் க்ஷேமத்தைக் கருதுபவர்களும் ஒருபோதும் இவற்றைக்கொடுத்தல் கூடாது. பாலேடு கொடுக்கின் உடனே அதுஅஜீரணத்தை யுண்டுபண்ணும்.

பால் கொடுப்பதனுல் தாய்க்குண்டாகும் நன்மை.

பிரசவித்த தாய் தனக்குச் சரீர ஆயாசந் தீர்ந்து இலகுவானதுமுதல் பால் கொடுக்கவேண்டும். பிரசவித்த இரண்டுமணி நேரத்திற்குள்ளாகக் குழந்தைக்குத் தாய் பால்கொடுத்தால் அவளுக்கு மிக்க நன்மையுண்டாகுமென்று முன்னமே சொன்னேம். குழந்தை சீக்கிரம் தாய்ப்பாலுண்ணுமாயின் தாயின் கருப்பாசயம் சீக்கிரம் சுருங்கிவிடுமாகையால் உதிரப்பெருக்குண்டாகாது. மேலும், குழந்தைக்குச் சீக்கிரம் பால் கொடுத்தால் பாலுக்கு ஓட்டமுண்டாவதுடன் அவளின் ஸ்தனங்களிற் பாற்கட்டாது. குழந்தைக்குப் பால் கொடுக்காமல் தாமசப்படுத்தினுல் ஸ்தனங்களில் பால் கட்டிக்கொண்டு கல்லைப்போலிறுகி, முலைக்காம்புகள் சிறுத்து உள்ளுக்குப் போய்விடும். குழந்தை பிறந்த மூன்றுநாள்வரையில் பால் கொடாததனுல் முலைக்காம்பிறுகி உள்ளுக்குப் போய்விடுதலும், பிறகு அதை வெளியிலிழுக்க முடியாமற் போதலும், குழந்தை பால்குடிக்க முடியாமையாதலும், பால் கட்டிக்கொண்டு சுரங்காணுதலும், சில சமயம் நேர்வதுண்டு. முலைக்காம்பு சிறுத்துவிட்டபிறகு குழந்தை யிலேசில் பால்குடிக்க முடியாமற் போவதோடு, முலைக்காம்பின் மிருதுவான மேற்றோல் வெடித்துப் புண்ணாய்விடும். ஆகையால், மேற்கூறிய தொந்தரைகள் நேரிடாவண்ணம், தாய்மார்கள் தக்க காலத்திற் பால்கொடுப்பதில் முன் ஜாக்கிரதையா யிருக்க வேண்டும். சிலர் குழந்தைக்குப் பால் கொடுத்தால் உடம்பு கெட்டுப் பலவீனமாகு மென்று நினைத்துத் தாதியை வைத்துப் பால் கொடுப்பதும், புட்டிப்பால் கொடுத்து வள

ர்ப்பதும் தகுதியான காரியமன்று. சிருட்டிகர்த்தர், குழ ந்தைக்கென்று உண்டாக்கியிருக்கிற பாலை அதற்குக் கொடாமல் நிறுத்திவிடுவது அவ்வளவும் புத்தியீனம். சொந்த தாய்க்கு இருக்கிற உருக்கமும் கவனமும் சாக்கிர தையும் பால் கொடுக்கும் தாதியிடத்துக் காண்பது அபூர் வம். சிறுபெண்கள் குழந்தையை முதலில் கையிலேந் திப் பால்கொடுக்க வெட்கமாயிருந்தாலும் பழக்கத்தினால் வெட்கம் நீங்கிவிடும். அப்படி வெட்கப்படும் பெண்களுக் குப் பெரியோர்கள் அவர்கள் பக்கத்திருந்து தகுந்த புத்தி சொல்லி வெட்கத்தைப் போக்கிப் பால் கொடுக்கும்படி செய்யவேண்டும்.

பால்கொடுக்கும் ஸ்திரீ இருக்கவேண்டிய பத்தியம்.

பால்கொடுக்கும் ஸ்திரீகள் ஆரோக்கிய பதார்த்தங் களை நன்றாய்ப் புசிக்கவேண்டும். அதிக காரமுள்ளவஸ்து க்களையும் சாராயமுதலிய லாகிரி வஸ்துக்களையும் நீக்கவே ண்டும். பால் கொடுக்கும் ஸ்திரீகளில் சிலர் எருமையின் பதுபோல் திண்டிகளை அதிகமாய்த் தின்பார்கள். இவ் வாறு அதிகமாய்த் தின்பதால் பால் கெட்டுப்போவதுடன் குழந்தைக்குப் பேதி, மாந்தம்முதலிய வியாதிகளுண்டா கும். முறிந்துபோன வஸ்துக்கள், கெட்டுப்போன மீன்கள், மொச்சை முதலான வாயு பதார்த்தங்கள் ஆகியவற்றை நீ க்கவேண்டும். பால் கொடுக்கும் ஸ்திரீகள் நல்லகாற்றிலும் பரிசுத்தமான இடங்களிலும் வசிப்பதால் குழந்தைக்கு ஆரோக்கிய முண்டாகும். இவ்வாறு மேற்கூறிய விதமாய் நடந்துகொண்டால் அனேக சங்கடங்களெல்லாம் தொலைந் துபோகும்.

பால்கொடுக்குங் காலமும் நிர்ணயமும்.

தாயும் பிள்ளையும் சுகசரீரிகளாயிருக்கின் ஒருவருஷத்திற்குமேல் பிள்ளைக்குப் பால் கொடுத்தல் கூடாது. அப்படிக் கொடுத்தால் பிள்ளைசீக்கிரம் பேசமாட்டாது. அழும்போதெல்லாம் பிள்ளைக்குப் பால்கொடுப்பது சிலருடைய வழக்கம். அதன் அழுகை பசி ஒன்றைமாத்திரம் உணர்த்துவதன்று. வயிற்றுநோய் தாக முதலியவற்றையும் உணர்த்தும். ஆகையால், குழந்தை யழுகிற நேரத்திலெல்லாமல் பால்கொடுத்தல் கூடாது. மத்தியானத்தில் குழந்தைக்குச் சரியான வேளையில் தாயானவள் பால்கொடுத்து வந்தால், இரவில் குழந்தைக்கு ஒன்றிரண்டு தடவைக்குமேல் பால் கொடுக்கவேண்டியதில்லை. முதல் மூன்றுவாரம் வரையில் இரவில் மூன்றுதடவை பால்கொடுக்கலாம். குழந்தைக்குத் தாகமாயிருக்கின் அடிக்கடியழும். அப்போதுகுளிர்ந்தஜலம்குடிக்கக் கொடுக்கவேண்டும். ஒருகரண்டி முட்டையினலாவது அல்லது கைப்பால் புட்டியினுலாவது தண்ணீரைக் குடிக்கச்செய்யலாம். ஜலத்தைப்போல் பால் தாகத்தைத் தணிக்கிறதில்லை. குழந்தை பால்குடிக்க மறுக்கும்போது தண்ணீரை யவசியம்குடிக்கும். ஆதலால், கண்டநேரத்திலெல்லாம்பாலைக்கொடுத்து மந்தப்படுத்திப் பலவியாதிகளை யுண்டாக்கிவிடாமல், பலவித குறிப்புகளினுல் அழுகையின் காரணத்தைத் தாய் தெரிந்துக்கொண்டு, பசியென்றுகண்டால் மட்டும் பால்கொடுத்தல் வேண்டும். பால்கொடுக்கும் சமயமெல்லாம் தாய் ஆறுதலாகவும் சந்தோஷமாகவு மிருக்கவேண்டும்.

பால்கொடுக்கும்போது மனநிம்மதி.

பால்கொடுக்கும் ஸ்திரீயின்மனம் இருக்கும்தன்மைக் கேற்க அவளுடைய பாலும் சிலவேளை அதிகப்பட்டும், சில வேளை குறைந்தும், சிலவேளை அப்பாலின் குணம் வேறு பட்டு மிருக்கும். ஆகையால், பால் கொடுப்பவள் அமரிக் கையும் சந்தோஷமுமுள்ள மனதுடனிருந்து பால்கொடு த்துவரவேண்டும். அப்போது மற்ற நேரத்திற் கொடுக்கும் பாலைவிட அதிகமாகவும் குற்றமற்ற பாலாகவும் சுரக்கும். அப்படிக்கின்றி வெறுப்பும் வியசனமும் கோபமும் கவலையு முள்ள மனதுடனிருந்து பால்கொடுத்தால், அப்பால்குறை ந்து குணங்கெட்டுப்போவதுடன், அப்பாலை யருந்திய குழந்தைக்கு மலச்சிக்கல், வயிற்றுவலி, மாந்தம் முத லிய நோய்களுண்டாவதற்கு ஐயமின்று. ஒரு ஸ்திரீயான வள் விசேஷித்த பயங்கரத்திலும் மனக்கிலேசத்திலும் இருக்கும்பொழுது அவளுடையபால் விஷத்தை யொக் கும். அப்படிப்பட்ட காலத்தில் குழந்தைக்குப் பால்கொடு த்தல் கூடாது. இதற்குத் திருட்டாந்தம் அடியிற்காண்க.

இங்கிலாந்தில் ஒரு தச்சனுக்கும் போர்ச்சேவகனுக் கும் ஏதோ ஒரு காரணத்தால் சச்சரவுண்டாகி, போர்ச் சேவகனுக்கு அதிக கோபமுண்டு தன்னிடமிருந்த கத்தி யை உருவிக்கொண்டான். அதைக்கண்ட தச்சனுடைய பெண்ஜாதி தன்னிடம் பால்குடித்துக்கொண்டிருந்த குழந் தையைப் போட்டுவிட்டு அதிக ஆவேசத்துடன் தன்னைத் தான் மறந்தவளாய் ஓடிப்போய் இருவர் நடுவில் விழுந்து, போர்ச்சேவகனிட மிருந்த கத்தியைப் பிடுங்கித் துண்டு

துண்டாய் உடைத்துப்போட்டு, தன்கணவனை மீட்டுவிட்டாள். பின்னர், அந்த ஆவேசத்துடனும் கோபத்துடனும் தன் சரீரத்திலுள்ள உதிரமெல்லாம் கொதித்துக்கொண்டிருக்கும்போது, அவ்விடத்தில் யாதொரு நோயுமற்று விளையாடிக்கொண்டிருந்த தன்குழந்தைக்குப் பால் கொடுத்தாள். அக்குழந்தை சற்றுநேரம் பால்குடித்தவுடனே, தாய்முலையை விட்டு அசைவற்று மூர்ச்சையடைந்து அவள் மடியின்மீதேபிராணனைவிட்டது. உடனேசமீபத்திலிருந்த தேர்ந்த வைத்தியர்களை வரவழைத்துப் பார்த்தும் யாதொருபிரயோசனமும் உண்டாகவில்லை. இன்னும்,

இங்கிலாந்திலேயே மற்றொரு ஸ்திரீக்கு ஐந்து குழந்தைகளிருந்தன. இவ்வைந்து குழந்தைகளும் யாதொரு நோயுமற்றுச் சுகமாகவே யிருக்கையில், ஆறுவது குழந்தை பிறந்தது. அக்குழந்தை பிறந்து சிலநாளானபின், ஒருநாள் தனக்கு நேசமுள்ள ஒருத்தியின் குழந்தை ஓர் வித வலியினால் இறந்துபோயிற்றென்று கேள்விப்பட்டாள். அதுமுதல் இவளுக்கு அதே ஞாபகமா யிருந்ததுந்தவிர, மனதில் ஓர்வித பயமுண்டாகி, நமது குழந்தையும் இப்படித்தான் இறந்துவிடுமோ என்னவோஎன்னும் ஏக்கங்கொண்டவளாய், ஒருநாள் காலையில் தன் குழந்தைக்குப் பால் கொடுத்துக்கொண்டிருக்கும் போதே அக்குழந்தைக்கும் அதேமாதிரியான வலிகண்டு இறந்துபோய்விட்டது. இதைப்போன்ற இன்னும் அநேகதிருஷ்டாந்தங்கள் நாளைக்கும் நடந்து வருவதைக் காணலாம். ஆகையால், குழந்தைக்குப் பால் கொடும்போது மனதை ஆறுதலாகவும் அமரிக்கையாகவும் சந்தோஷமாகவும் வைத்துக் -

கொள்ள வேண்டியது ஒவ்வொருவருக்கும் பிரதான கடமை. தாய்க்கு மார்புதுடித்தல், க்ஷயரோகம், தோலில் விரணம், சுரம், பேதி, தொற்றுவியாதி, வைசூரி முதலிய வியாதிகள் கண்டிருக்கும்போதும், கருப்பமுண்டாயிருக்கும்போதும், அவள் குழந்தைக்குப் பால் கொடுத்தல் கூடாது.

குழந்தைகளுக்குப் பால்கொடுக்கத் தகாதகாலம்.

குழந்தைகளுக்குக் கிரமமாகப் பால்கொடுத்துக்கொண்டுவரும் ஸ்திரீகளிடத்தில் கர்ப்பாசயசம்பந்தமானவியாதிகளணுகா. ஆனால், குழந்தைகளுக்கு ஒரு வயதுக்கு மேல் முலைப்பால் கொடுப்பது தகாது. சில ஸ்திரீகள் தங்களுடைய குழந்தைகளுக்கு ஒன்றரை அல்லது இரண்டுவருடம்வரையில் முலைப்பால் கொடுக்கும் வழக்கம் வைத்துக் கொண்டிருக்கின்றார்கள். அத் துர்வழக்கத்தால் அவர்களுடைய தேகத்திற்கு மிகவும் கெடுதியுண்டாகும். ஸ்திரீ தான் பால்கொடுத்துக்கொண்டு வருங்காலத்திலேயே கருப்பந் தரிக்கக்கூடும். அவ்வாறு கர்ப்பந் தரித்துவிட்டால் தாயினுடைய சரீரசௌக்கியம் கெடுவதுமல்லாமல், அந்தப் பாலைக் குடிக்கும் குழந்தையும் வயிற்றிலிருக்கும் குழந்தையும் சரீரசௌக்கியங்குன்றிநோயடைவதுமுண்டு. குழந்தைக்குப்பால்வெகுகாலம் கொடுப்பதனால் சிலசமயங்களில்தாய்க்குக் கண்ணொளி மழுங்குவதுமன்றி, அப்படி வெகுகாலம் பால்குடிக்கும் குழந்தைக்குப் பைத்தியரோக முண்டாகுமென்றும் வைத்திய சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன. தாய்க்குப் பாலில்லாமற்போனாலும், அல்லது தாய் வியாதியால் பீடிக்கப்பட்டாலும், அல்லது தாய் இறந்துவிட்டா

லும், ஒரு நல்ல தாதியை யமர்த்திப் பால்கொடுக்கும்படி செய்யவேண்டும்.

தாதிப்பால்.

தாதியைவைத்துப் பால்கொடுக்கத் தொடங்குவோர் அவள் யௌவன வயதுடையவளாயும், நோயற்ற சுகதேகியாயும், அவலக்ஷண மில்லாதவளாயும் பார்த்து நியமிக்க வேண்டும். அவளுடைய ஆகாரம் மிகவும் புஷ்டியுள்ளதாயிருக்கவேண்டும். உணவு அளவுக்கதிகமா யிருத்தல்கூடாது. அந்தத்தாதி சாப்பாட்டைவயிறுநிமிற அடைக்கலாகாது. தாதியினிடத்தில் பால்கொஞ்சமாகவும் சத்தில்லாமலுமிருந்து, அவளும் பலவீனமாகச் சோர்ந்திருந்தால், அவளுக்கு மூன்றுவேளையும் புஷ்டியான ஆகாரம் கொடுக்கவேண்டும். பகலில் வேண்டுமான பால் குடித்து இரவிலும் காலையிலும் பாற்கஞ்சியை எதேஷ்டமாய்க்குடிக்கச்செய்ய வேண்டும். இத்துடன் நல்ல காற்றிலுலாவுதலும் தேகவுழைப்பும் செய்துவந்தால் குழந்தைக்கு அவள் நல்லபால் கொடுக்க முடியும். ஒயின், சாராயம், போர்ட்டு ஆகியவைகளெல்லாம் பாலின்குணத்தைக் கெடுத்து, குழந்தைக்கு வியாதியை யுண்டாக்கிவிடும். அனேக ஸ்திரீகள் பால் சுரக்கவேண்டுமென்னும் மூட எண்ணத்தினல் பலவிதச் சாராயங்களை குடிக்கின்றூர்கள். இக்கெட்ட வழக்கத்தினல் குழந்தைகள் வயிற்றுக்கழிச்சல், சுரம், மாந்தம் முதலிய வியாதிகளால் வருந்துகின்றன. டாக்டர்கேட் என்பவரால் எழுதப்பட்டிருக்கிற "ஸ்திரீகள் சாராயம் குடித்தலாலுண்டாகும் கெடுதி" என்னும் புஸ்தகத்தை ஒவ்வொருவரும்படித்தால் இதன் அனர்த்தம் நன்குவிளங்கும்; அல்

லது, டாக்டர் எட்மாண்ட்ஸ் எழுதியிருக்கிற "போதை வஸ்துக்களால் தாதிகளுக்குண்டாகுங் கெடுதிகள்" என்னும் புஸ்தகமும் இதைப்பற்றி நன்றாய்ச் சொல்லுகிறது. தாதிகள் காட்லிவர் ஆயில் என்னும் மால்ட் மிசிரமித்த மீன் எண்ணெயைச் சாப்பிட்டுவந்தால் மிக நல்லது. மற்ற மருந்துகள் அனுகூலஞ்செய்யத் தவறினாலும் இது தேகத்திற்குப் பலத்தைக்கொடுத்து நல்லபாலையும் சுறப்பிக்கும். பாஸ்பேட் ஆவ் லைம் என்கிற முத்துச்சுண்ணம் கலந்த மால்ட் என்னும் மருந்தைத்தாதிகள் ஆகாரத்துடன் கலந்து சாப்பிட்டால் அவர்களுக்குப்பலத்தை யுண்டாக்கும். மேலும் நல்ல பால் சுரக்கும். பால் கொடுப்பதனா லுண்டாகும் பலவீனத்தைத் தடுக்கும். தினந்தோறும் ஒவ்வொரு வேளையும் சாப்பிடும்போது முத்துச்சுண்ணம் இரண்டு மூன்று குன்றிமணியெடைசாப்பிடவேண்டும். குழந்தைக்கு ஒரு வருடம் ஆகிறவரையில் தாயின்முலைப்பால்தான் அதற்கு நல்ல ஆகாரமென்பதை மனதில் நன்றாய் வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

பாலுண்டாவதற்குச் சிகிச்சை.

சில ஸ்திரீகளுக்குப் பால் உண்டாகாது. மார்பில் சிற்றாமணக்கிலையை வதக்கிப்போட்டால் பால் உண்டாகும். மீன் கருவாடுமுதலிய ஆகாரங்களை விசேஷமாய்த் தின்பதனால் பால்விசேஷமா யுண்டாகும்.

அதிகப்பால் பிரவாகம்.

பிரசவித்த சில ஸ்திரீகளுக்குப் பால் விசேஷமாய்ச் சுரந்துகொண்டு வெள்ளம்போல் வெளியில் வழியும். பால்

விசேஷமாய்ப் போவதனால் தாய்க்கு அதிக பலவீனமுண்டாகும். மார்புதடதடவென்றடித்துக்கொள்ளும். மயக்கத்தினால் தலைசுழற்றும். தலைவலி யதிகரிக்கும். நித்திராபங்கமுண்டாகும். கண் பஞ்சடையும். இதற்குக் குழந்தைக்குப் பால் கொடுக்காமல் பால் வறண்டுபோகும்படி சிகிச்சை செய்யவேண்டும்.

குழந்தைக்குப் பால் மறப்பித்தல்.

குழந்தைக்கு ஆறு ஏழுபல் முளைக்கையில் முலைப்பால் மறக்க வைக்கலாம். குழந்தை 6-மாதமானபோது அரரூட் மாவு அல்லது காரன்புளோர் சேர்த்த கஞ்சி ஒவ்வொரு வேளை கொடுக்கலாம். இது அகப்படாத இடத்தில்புழுங்கலரிசி நொய்க்கஞ்சியாவது அல்லது கேழ்வரகுக் கஞ்சியாவது கொடுக்கலாம். எப்போது முலைப்பாலை நிறுத்திவிடுகிறார்களோ அதுமுதல் நன்றாய்ச் சமைத்தசாதம் மிருதுவானதாயெடுத்து, மிளகுரசத்திலாவது பருப்புரசத்திலாவது அல்லது சூப்பிலாவது கலந்து இரண்டு வேளையுங் கொடுக்கலாம்.

பால் வறண்டுபோகச் செய்யவேண்டிய கிரமம்.

பிரசவித்த ஸ்திரீகளுக்குச் சில சமயம் பால் கட்டிக்கொண்டு மார்பு வீங்கிச் சுரமுண்டாகும். ஏனெனில், குழந்தை யிறந்துபோனாலும் சரி, தாயானவள் பால்கொடாமல் தாதியைவைத்தாலுஞ் சரி, ஸ்தனத்தில் பால்கட்டிக்கொள்ளும். அப்படிப் பால்கட்டிக்கொண்டு தொந்தரையுண்டானால் உடனே பேதியாகமருந்தைக்கொடுக்க வேண்டும். எப்சம்உப்பை இரண்டரைத்தோலா சுக்குக் கிஷாயத்தில் கல

ந்துகாலையில் கொடுத்தால், ஐந்தாறுதடவைநன்றாய்ப் பேதியாகும். தினம் காலையில் ஸெட்லிட்ஜ் உப்பை ஒரு கரண்டி வீதம் சாப்பிடுதல்வேண்டும். அதிகமாய்த்தண்ணீர் குடித்தல் கூடாது. இதனால் நிற்காத பட்சத்தில் அயோடைட் ஆப் பொட்டாஸியத்தில், வேளைக்கு இருபது குன்றிமணியெடைமூன்று வேளைகொடுத்தால் பால்நின்றுபோம். மார்பில் விசேஷமாய்ப் பால் கட்டிக்கொண்டு உபத்திரவஞ் செய்தால் உடிக்கலாம் திராவகத்தில் பஞ்சைநனைத்து மார்பில் கட்டிவைக்கவேண்டும். இல்லாவிடில் மெல்லொடோனா என்னும் மருந்தை கிளிஸரின் என்னும் எண்ணெயிற் கலந்து மார்பிற் பற்றுப்போட்டால் மார்பு வீக்கத்தின்நோய்தீரும். மார்புவீங்கிப் பால்கட்டுவதற்குச் சிலர்மல்லிகைப்பூ கோஸ் கீரை இவற்றிலொன்றை வதக்கிக் கட்டுவார்கள். இதனாலும் மார்பு வீக்கம் நீங்கிப் பால் வறண்டுபோகும்.

பாலில்லாத குழந்தைகளைக் காப்பாற்றுங் கிரமம்.

தாய்க்குப் பாலில்லாததாலும், பால் கொடுக்கத் தாதியை ஏற்படுத்திக்கொள்ளச் சக்தியில்லாததாலும், குழந்தைகளுக்குக் கைப்பால் கொடுத்து வளர்க்கவேண்டி வரும். ஆனால், நிர்வாகமில்லாத ஏழை ஜனங்கள் குழந்தைகளுக்கு நொய்க்கஞ்சி, மாக்கஞ்சி, கோதுமைக்கஞ்சி முதலியவைகளைக் கொடுத்து வளர்ப்பார்கள். இந்த ஆகாராதிகள் குழந்தைகளுக்குச் சீரணிக்காமல் பேதி, மாந்தம், வயிற்றுளைவு முதலிய வியாதிகளை வருவிக்கும். ஆதலால், குழந்தைகளுக்கு எப்போதும் பாலைத் தவிர வேறு ஆகாரங்களைக்கொடுத்தல்கூடாது. அப்படிக் கொடு

ததால் குழந்தைகள் வியாதியினுல் பீடிக்கப்படும். தாய்ப் பால் தாதிப்பால் இல்லாத குழந்தைகளுக்குப் பசுவின் பால் புகட்டலாம். கழுதைப்பால் கொஞ்சம் ஏறக்குறைய மூலைப்பாலுக்குச் சமானமானது. ஆனுல், அதில் மாம்ச சத்தும் வெண்ணெயும் குறைவுற்றும், உப்பு அதிகரித்து மிருக்கும். ஆட்டுப்பால் மூலைப்பாலுக்குச் சமானமா யிரு க்கும். ஆட்டின்பாலைக் குடித்த குழந்தைகள் அனேகம் வியாதியில்லாம லிருக்கின்றன. இதில் கொஞ்சம் சர்க் கரையையும், மூன்றிலொருபாகம் வெந்நீர் அல்லது சுண்ணு ம்புத்தெளிவு நீரையும் சேர்த்துக் கொடுக்கலாம். வெள்ளா ட்டுப்பால் கிடைக்காத பக்ஷத்தில் பசுவின்பாலில் மூன்றி லொருபங்கு வெந்நீரும் கொஞ்சம் சர்க்கரையுங் கலந்து கொடுக்கலாம். இதனுல் குழந்தைக்கு மாந்தம் வயிற் றுளைவு முதலியவை யுண்டானுல், வெந்நீருக்குப் பதிலாகச் சுண்ணும்புத் தெளிவுநீர் சேர்ப்பதனுல் குழந்தைக்கு ஆரோக்கிய முண்டாகும். பசுவின்பாலைக் கொடுக்கும் தாய் மார்கள் சிலவிஷயங்களைக் கவனித்தல் வேண்டும். பால் கொடுக்கும் பசுவிற்குச் சரியான வைக்கோலை வைப்ப தோடும் தண்ணீரையும் அருந்தச் செய்ய வேண்டும். சரியான சுத்தத் தொழுவங்களில் கட்டிவரவேண்டும். இரண்டுவேளையு மதைக் கழுவிவரவேண்டும். நான்கு வயதுக்குக் கீழ்ப்படாததும், பத்து வயதுக்கு மேற்படாத துமா யிருக்கவேண்டும். அதற்குக் கொள்ளு, தவிடு, பிண்ணுக்கு, கடலைமுதலிய மந்த பதார்த்தங்களை உண்ண க்கொடுகலாகாது. ஏனெனில், அவ்வித ஆகாரங்களை யுண் ணும் பசுவின்பாலைக் குழந்தைகளுக்குப் புகட்டுவதால்

பேதி, மாந்தம், வயிற்றுளைவு முதலிய கொடிய ரோகங்களுற்பத்தியாகும். பாலைக் கொண்டவுடன் அதைச் சரியான சீல்போட்டுத் தகுந்தவிடத்தில் வைக்கவேண்டும். இல்லாவிடில் அநேக கிருமிகள் அதிலுற்பத்தியாகிக் குழந்தைக்கு அசௌக்கியத்தை யுண்டுசெய்யும். ஆரம்பத்தில் பசுவின்பால் ஒருபங்கும் சுத்தஜல மிருபங்கும் சேர்த்த போதிலும், நாட்செல்லச் செல்ல, பாலை அதிகப்படுத்தி வர வேண்டும். நான்குமாத மானவுடன் பாலுந் தண்ணீருஞ் சமமாகக் கலந்து காய்ச்சிச் சர்க்கரை சேர்த்துக் கொடுக்க வேண்டும். பசுவின்பாலை யுபயோகிக்கச் சக்தியில்லாதவரும், பால் அகப்படாதபோதும், மூன்றுமாதமானவுடன் மெல்லின்ஸ் பூட் (Mellin's Food) என்னும் பால்மாவைக் கஞ்சி செய்து கொடுக்கலாம். இதனால் குழந்தைகுட் நல்ல பலமுண்டாகும். குழந்தை பால் குடித்தானவுடன் பால் கொடுக்கும் புட்டியில் மிகுதியாயிருக்கும் பாலை எடுத்துவிட்டு, புட்டியையும் ரப்பர் குழாய் அடைப்பான் முதலியவைகளையும் நன்றாய்க் குலுக்கிக் கழுவித் துடைத்துவிட்டு, மறுபடியும் உபயோகிக்கும்வரையில் தண்ணீருள்ள பாத்திரத்திலேயே போட்டு வைக்கவேண்டும். இப்படிப் பால் புட்டியைச் சுத்தஞ் செய்யாவிடில் அதில் கொடுக்கும் பால் புளிப்பேறி குழந்தைகளுக்கு மாந்தம், பேதி, அஜீரண முதலியவைகளை யுண்டாக்கும்.

பசுவின்பாலைத் தாய்ப்பாலாக்கும் விதம்.

குழந்தைக்குத் தாய்ப்பால் கொடுக்கமுடியாத சமயங்களில், பசுவின்பாலில் தண்ணீரும்சர்க்கரையுங் கலந்துகொ

டுப்பது வழக்கமாயிருந்தபோதிலும், இது அனேக குழந்தைகளுக்கு ஏற்றுக்கொள்ளாமல் மாந்தம், வாய்ப்புண், பேதி முதலியவற்றை யுண்டாக்குவதால், ஆழாக்குப் பசுவின் பாலைத் தாய்ப்பாலாக்கு முறையே ஈண்டெழுதுவாம். பசுவின்பாலை ஒரு பாத்திரத்தில் 12-மணி நேரம்வரையில் வைத்திருந்து, அதன்மேல் கட்டும் ஏட்டை எடுத்து புதி தாய்க்கறந்த இரண்டு ஆழாக்குப் பசுவின்பாலில் போட்டு வைக்கவேண்டும். அதுபோல் 12-மணி நேரம் வரையில்வைத்திருந்து, ஏட்டை எடுத்துவிட்ட ஆழாக்குப்பாலில் ஒரு சதுர அங்குலம்ரென்னெட்டு என்னும்வஸ்துவைப்போட்டு, இந்தப் பாலிருக்கும் பாத்திரத்தை வெந்நீரில்போட்டால் அரை மணி நேரத்தில் பால் கட்டிப்போம். அதன்பின் இந்தப் பாத்திரத்தை நெருப்பின்மேல் வைத்துக் காய்ச்சினால் தயிர் உடைந்துபோம். அவ்விதம் உடைந்துபோன தயிரை ஒரு மெல்லிய துணியினால் வடிக்கட்டினால் தெளிந்த நீர் இறங்கும். இந்நீரில் 110-குன்றிமணியெடை பால் சர்க்கரைகலந்து முன் சொன்னபடி ஏடுபோட்ட பாலுடன் இத்தேட்டையைச் சேர்த்தால் முலைப்பாலுக்குச் சமானமான பாலாகும். இவ்வாறு காய்ச்சின பாலை 12-மணி நேரத்திற்குள் உபயோகித்துக்கொள்ள வேண்டும். அதற்குமேல் வைத்திருத்தல்கூடாது. இதற்கு உபயோகிக்கும் பாத்திரங்களெல்லாம் சுத்தமாகஇருக்கவேண்டும். இதைச் செய்வதற்கு முதலில் கஷ்டமாய்த் தோன்றினாலும், சற்றுகைபழகிக்கொண்டால் வெகு எளிதிற் செய்யலாம்.

பிள்ளைகளின் போஜன கவனிப்பு.

பூமியில் பிறக்கின்ற பிள்ளைகளில் அரைப்பங்கு ஐந்து வயதுக்குள் இறந்துபோகிறதாய்க் கணக்கிடப்பட் டிருக்கிறது. இதற்குக் காரணம்: பிள்ளைகளுக்குச் சுத்தவாயு, நல்ல தண்ணீர், பாகமானவுணவு, காற்று, வெய்யில், குளிர் இவைகளுக் கேற்றபடி பத்திரம் செய்யாததும், போஜன அளவு வித்தியாசப்படுவதுமேயாம். பிஞ்சு, காய், கனியாப்பழம், கடலை, பயறு, கிழங்கு முதலியவை களை உண்ணக் கொடுப்பதனால் சீதபேதி, வயிற்றோட்டம், வயிற்றுவலி, மாந்தம், வலி முதலிய நோய்களுக்கு இட மாகின்றது. மசாலை அல்லது காரசாரமுள்ள போசனங் களை அதிகமாய்க் கொடுத்தால் பிள்ளைகளின் நுட்பமான இயந்திரங்களுக்குச் சேதம் நேரிடும். ஜீரணக் கருவிகள் நுட்பமும் உறுதியற்றவைகளுமா யிருக்கின்றபடியால், கடி னமான பதார்த்தங்களைக் கொடுக்கலாகாது. பிள்ளைகள் சாப்பிடும் நேரங்களை ஒழுங்குபடுத்தி அந்த ஒழுங்கின் பிர காரமே அவர்கள் போஜனம் செய்து வரும்படி திட்டஞ் செய்யவேண்டும். அவர்களிஷ்டப்படி பலதடவையும் உண் ணவைப்பதால் பல தொந்தரைகள் சம்பவிக்கும். நாலுவய திற்குட்பட்ட பிள்ளைகள் மூன்றுமணிக்கொரு தடவையும் பதினாறுவயதிற் குட்பட்ட பிள்ளைகள் நான்குமணிக்கொரு தடவையும் சாப்பிடவேண்டும்.

பிள்ளைகளின் பிரயோஜனம்.

குழந்தைகளுக்கு ஒன்பதுமாதம் அல்லது ஒரு வரு ஷத்திற்குப் பிறகு பாலைமறக்கடித்து, சாதம் அல்லது

ரொட்டி கொடுத்துப் பழகுவிக்கவேண்டும். முன்பல் இரண்டு முளைத்தவுடன் அதற்குப் பாலும் ரொட்டியும் கொடுத்துவரவேண்டும். இவ்விதம் ஒன்று அல்லது இரண்டுவேளைகொடுக்கவேண்டும். மிருதுவாக சமைத்த கோழி முட்டையும் கொடுக்கலாம். 18-மாத மானபிறகு சுவல்ப மாமிசசூப் சேர்த்தால் புஷ்டியை யுண்டாக்கும். ஆனால், நான்கு வயது வரையிலும் நல்லபால், ரொட்டி, கோக்கோ, ரவை, ஜவ்வரிசிக்கஞ்சி இவைதான் நல்ல ஆகாரம். குழந்தைகளுக்குச் சர்க்கரையால் செய்யப்பட்ட சூப்பி, வெல்லம், மிட்டாய், தித்திப்புப்பண்டங்கள், பாலேடு, பால்கட்டி, பித்தளை அல்லது தகரப்பாத்திரங்களில் அதிகநேரம் வைத்திருந்த வஸ்துக்கள் ஆகியவற்றை கொடுத்தல் கூடாது. குழந்தைகள் சிலசமயம் வயிறு நிறைந்திருக்கும்போதும் கள்ளப்பசியினால் அழுது தொந்தரைசெய்யும். தாய் அதைநிறுத்தும் பொருட்டுப் பால் கஞ்சி ஆகியவற்றைக் கொடுக்காமல், அதன் அழுகையை வேறொரு விஷயத்தைக்கொண்டு மாற்றவேண்டும். மூன்று வயதாகுமுன் குழந்தைகளுக்குப் பெரியவர்களுக்குரிய வழக்கத்தைப்போல் ஆகாரம்கொடுப்பது மிக்க மதியீனமாயும் கெடுதியையுண்டாக்கத் தக்கதாயுமிருக்கிறது. ஏனெனில், அவ்விதஞ் செய்வதால் குழந்தைகளுக்கு இரைப்பை, குடல், நரம்புகள் இவைகளைப்பற்றிய அனேக வியாதிகள் உண்டாகும். நான்கு வயதாகுமட்டும் மாமிசபோஜனங் கொடுக்கவேகூடாது. அவ்விதம் கொடுப்பதனால் குழந்தைகளின் சுகங் கெட்டுப்போவதுமன்றி, அது அவர்களின் குணத்தையுங் கெடுத்துக் கோபம், மூர்க்கம், சண்டை முதலிய துஷ்டசுபாவங்களை யுண்டாக்

கும். திருஷ்டாந்தமாக:- கேசின் என்னுமிடத்தில் பல பொருட் காட்சிச்சாலையில் ஒருகரடியின் குட்டிக்கு ரொட்டி மாத்திரம் கொடுத்து வளர்த்தகாலத்தில் மிகச்சாந்தமும் அமைதியுமாகச் சிறு பிள்ளைகளோடு விளையாடிக்கொண்டிருந்ததாம். ஆனால், மாமிசபோஜனஞ் சாப்பிட்ட சில நாட்களுக்குள் மிக மூர்க்கமும் வெறியுமுண்டாகிக் கேடு விளைந்ததாக அறிகின்றோம் குழந்தைகள். போஜனஞ்செய்யும்போது அவர்களைத் தொந்தரவு செய்து உண்பித்தல் கூடாது. உருண்டைகளாக்கி விடுங்கவிடாமல் செவ்வையாய்மென்று சாப்பிடும்படி செய்யவேண்டும். ஆகாரத்தை எவ்வளவுக்கெவ்வளவு நன்றாய்மென்று சாப்பிடுவார்களோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு சுலபமாய்ச் சீரணமாகுமென்று அறிந்திருக்கவேண்டும். அவர்கள் வழக்கமாகச் சாப்பிடுவதினும் அதிகமாகச் சாப்பிடும்படி பலவந்தம்செய்யலாகாது. அவ்விதம் சாப்பிடச்செய்தால் அஜீரணமுண்டாகும். குழந்தைகள் ஒவ்வொரு சமயம் சாப்பிடாதிருந்தாலும் நன்றாகச் சீரணமாகும். ஜீரணகருவிகளும் நன்னிலை யடையும். குழந்தைகளைத் தாமே சாப்பிடும்படி சிறுவயதிலேயே பழக்கப்படுத்தவேண்டும். குழந்தைகள் வளர்ந்தபிறகு வேறொருருவர் ஆகாரமூட்டுவது நலமன்று பெரியோர்கட்குச்சமீபத்தில் உட்கார்ந்து பார்ப்பவர்களுக்கு ஆனந்தகரமாய்த் தம்முடைய சிறு கைகளால் தாமே அன்னத்தைப்பிசைந்து கொண்டு சாப்பிடும்படி குழந்தைகளுக்கு கற்றுக்கொடுப்பது சிலாக்கியமானது.

குழந்தைகளின் நித்திரை.

குழந்தைகளுக்கு ஆகாரம் எவ்வளவு அவசியமோ, நித்திரையும் அவ்வளவு அவசியமே. இதனாலேயே அவர்கள் செவ்வையாய் வளர்ந்து ஆரோக்கியம் அடைந்திருப்பார்கள். குழந்தைகள் தூங்கும் அறை மிகவும் விசாலமாகவும் பரிசுத்தமாகவும் சுத்தவாயு வீசத்தக்கதாயுமிருத்தல் வேண்டும். சுவர்களில் நல்ல சுந்தரமான படங்களைக் கட்டித் தொங்கவிடவேண்டும். அந்த அறையில் வீட்டுக்குடைய சாமான்கள் இருத்தலாகா. அனேகம் பிள்ளைகள் ஓரறையிலே தூங்குதல்கூடாது. பரிசுத்த வாயுவில்லாத பட்சத்தில் குழந்தைகளுக்குச்செவ்வையாய் நித்திரை வராமற்போவதுமன்றி, அவர்கள் துயில்நீங்கி எழும்போது உற்சாகமடைந்திருப்பதற்குப் பதிலாய்ச் சோர்வடைந்திருப்பார்கள். குளிர்காற்றுக்கெதிராகக் குழந்தைகளைப் படுக்கவைத்தல்கூடாது. படுக்கை மிகவும் சுத்தமாக இருக்கவேண்டும். இதை அப்போதைக்கப்போது வெய்யலில் உலர்த்தி வரவேண்டும். வருஷத்திற்கொரு தடவை படுக்கையை பிரித்துப் புதிதாய்த் தைப்பிக்கவேண்டும். தொட்டில்களில் குழந்தைகளைப் படுக்கவைத்து ஆட்டித் தூங்கச்செய்வது நலமன்று. அப்படிச் செய்வதனால் அவர்கள் நித்திரை கலவரப்படும். குழந்தைகளைப் பிரத்தியேகமாய்ப் படுக்கும்படி வழக்கப்படுத்தல் வேண்டும். இரண்டு மூன்று குழந்தைகளை ஒரு படுக்கையில் படுக்கவைப்பது நலமன்று. ஆண் குழந்தைகளையும் பெண் குழந்தைகளையும் ஒருமிக்கப் படுக்கவைத்தல் கூடாது. நோயுள்ள குழந்தைகளையும்

ஆரோக்கியமுள்ள குழந்தைகளையும் ஓரிடம் படுக்க வைத்தல் கூடாது. வயோதிகர் பக்கத்தில் குழந்தைகளைப் படுக்கவிடுதல் கூடாது. அப்படிச் செய்வதனால் பெரியவர்கள் தேக சவுக்கியத்திற்கு நலமுண்டாகிச் சிறு பிள்ளைகளின் சரீரம் மெலிந்து களையற்றுப் போகுமென்று சொல்லப்படுகின்றது. சில தாய்மார்கள் இரவில் சிசுவினுடைய வாயில் ஸ்தனத்தை வைத்துப் பாலூட்டிக்கொண்டவாறே நித்திரை செய்கிறார்கள். இது பெரிய துரப்பியாசமென்றறியத்தக்கது. குழந்தைகளை இரவில் ஏழுமணிக்கெல்லாம் படுக்கவைத்தல் வேண்டும். அப்படிச்செய்தால் அவர்கள் திருப்தியாய்த் தூங்கி அருணோதயத்தில் எழுந்திருப்பார்கள். விரைவிலேயே படுத்து விரைவிலேயே எழுந்திருக்கும் வழக்கம் மிகவும் சிலாக்கியமானது. குழந்தைகள் நித்திரை செய்யும்பொழுது அவர்களிடம் கூடிச் சந்தடி செய்யக்கூடாது. அவர்களருகில் பெரு வெளிச்சத்தைக் கொண்டு போகுதல் கூடாது. குழந்தைகள் நித்திரை செய்யும்பொழுது அவர்களை எப்போதும் எழுப்புதல்கூடாது. அப்படியெழுப்புவதனால் அவர்களுக்குக் கலக்கமுண்டாகிக் கெடுதல் நேரிடும். குழந்தைகளைத் தூங்கவிடும்பொழுது அவர்கள் சந்தோஷத்துடன் கூடியிருக்கும்படி சாக்கிரதை எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். அழுதுகொண்டே தூங்கும்பக்ஷத்தில் அவர்களின் மனம் கலவரப்பட்டுத் துயிலும் கலக்கமுறுவதனால், துயிலெழும்பொழுது உற்சாகமில்லாமல் மிகவும் தளர்வுற்றிருப்பார்கள். சில பிள்ளைகள் அதிகமாய்க் குறட்டைவிட்டுத் தூங்குவார்கள். மூக்கினால் மூச்சிழுப்பதற்பதில் வாயினாலிழுப்பதனால் இக்குறட்டை யுண்டாகி

ன்றது. இன்னும் ஜலதோஷமுதலிய காரணங்களினுலும், மூக்கில் மூச்சடைந்துபோய் வாயினுலிழுக்க நேரிடுவதுமுண்டு. சிலசமயம் தொண்டைக்குப்பக்கத்திலிருக்கும் தக்துக்குழல்கள் வீங்கியிருப்பதனுலும் இவ்விதம்நேரிடலாம். சிலசமயம் வாயினுல் குறட்டையிழுப்பது அப்பியாசத்திற்குவந்துவிடும். இது நற்பழக்கமன்று. சிலசமயம் இதனுல் தொண்டையில் வியாதியுண்டாகும். சிலருக்குப் புராமார்பு விழும். ஆதலால், அசட்டைசெய்யாமல் இத்துரப்பியாசத்தை தொலைக்கவேண்டும். சலதோஷமாவது வீக்கமாவது இருக்கும் பட்சத்தில், தகுந்த மருந்துகள்கொடுத்துசொஸ்தப்படுத்தல் வேண்டும். வியாதியொன்றுமில்லாமல் அப்பியாச மிருக்கும்பொழுது வாயினுல் மூச்சுவிடவேண்டாமென்றும், மூக்கினுல் மூச்சுவிடவேண்டுமென்றும் குழந்தைகளுக்குப் போதித்தல்வேண்டும். மேலும், அவர்கள் தூங்கும்பொழுது உதடுகளிரண்டையும் மெதுவாய்ப்பொருந்தும்படி செய்யவேண்டும். இப்படிச் சிலதினங்கள் செய்துவரின் மூக்கினுல் மூச்சுவிடுவது வழக்கமாகிக் குறட்டைவிடுவது நீங்கிப்போம். சில ஸ்திரீகள் தங்கள் தோழிகளுக்குக் குழந்தையைக் காட்டவேண்டுமென்னும் ஆசையினுல், நடு இரவில் குழந்தையின் தூக்கத்தைக் கலைத்து அதற்கு உபத்திரவத்தை உண்டாக்குகிருர்கள். இதனுல் குழந்தையின் சுகத்திற்குக் கேடு நேரிடுவதுமன்றி, அதன் இளகிய நரம்புகள்பிசகிப்போகும். குழந்தைக்குத் தூக்கம் வராவிடில் தகுந்த வைத்தியர் வந்து பார்த்துச்சொன்னுலொழிய தூக்கம் வருவதற்கேதுவான நித்திரகாரி ஔஷதங்கள் ஒன்றையும் குழந்தைக்குக் கொடுக்கலாகாது.

குழந்தைகளுக்கு ஸ்நானஞ்செய்வித்தல்.

ஆரோக்கியத்திற்கு ஸ்நானம் முக்கிய சாதனம். இதனால் சரீரத்திலுள்ள அழுக்குகளெல்லாம் நீங்கிப் பரிசுத்தமுண்டாகும். நரம்புகள் பலப்பட்டுத் தேககாந்தியதிகரித்து மனதுக்கு மிகுந்த மனக்கவர்ச்சியாயிருக்கும். தினப்படி ஸ்நானஞ் செய்யாதவர்களுடைய சரீரம் அருவருப்பாக விருப்பதேயன்றி அதனிலுள்ள நுட்பமாகிய துவாரங்களிலெல்லாம் அழுக்கடைந்துபோய் வியாதியை யுண்டுபண்ணும். தினமும் ஸ்நானஞ்செய்வதனால் வரும் சௌக்கியத்தைப் பழக்கப்படுத்திக் கொண்டவர்கள் போஜனத்தையாவது தவிர்த்திருப்பார்களேயன்றி ஸ்நானத்தைத் தவிர்த்துக்கொள்ளமாட்டார்கள். குழந்தைகளுக்கு ஸ்நானம் அத்தியந்தம் ஆவசிகமானது. தினந்தோறும் குளிப்பாட்டப்படாத குழந்தைகள், பலவீனமுள்ளவர்களாயும், பிணி வருத்தமுற்றவர்களாயும், அழகுகெட்டவர்களாயுமிருப்பார்கள். குழந்தைகளுக்கும் பெரியவர்களுக்கும் உதயஸ்நானமே சிறந்தது. போஜனமுடிந்த பிறகு ஸ்நானஞ் செய்தல் கூடாது. நிறைவயிறுமீது ஸ்நானஞ்செய்வதனால் மாந்தம், சுரம், அஜீரண முதலிய வியாதிகளுண்டாகும். ஆகாரமொன்றையும், உண்ணுததற்கு முன் ஸ்நானம் செய்வதனால், அதுபசியைத் தூண்டிச் சரீரத்திற் பிணியின்மையை உண்டாக்கும். குழந்தைகளுக்குப் பாலூட்டின பிறகு குளிப்பாட்டுதல் கூடாது. பலவீனமுற்ற குழந்தைகளுக்கு விடியற்கால போஜனமான பிறகு 2-3-மணி நேரஞ் சென்று குளிப்பாட்டலாம். இளங்குழந்தைகளுக்கு நகச்

சூடான வெந்நீரே பிரதானமானது. மிகவும் சூடான நீரை யுபயோகித்தல் கூடாது. அவ்விதம் செய்வதனுல் குழந்தைகளுக்குப் பலவீனமுண்டாகும். குளிர்ந்த ஜலத்தில் குளிப்பாட்டுவது குழந்தைகளுக்கு சலதோஷத்தை யுண்டாக்கும். வயதுமுற்றிய பிள்ளைகளுக்கும், பெரியவர்களுக்கும், உடம்புக்கு ஒத்துக்கொள்ளுமாயின், குளிர்ந்த நீரில் குளிப்பது பிணியின்மைக்கேதுவாகும். அப்போதைக்கப்போது சமுத்திர ஸ்நானஞ் செய்வரின் சரீரத்திற்குச் சௌக்கிய முண்டாகும். கடலலைகளில் களிப்புடன் குளிப்பதும், நீந்துவதும், துளைவதும், குளிக்குங்காலத்தில் கடற்காற்றை யனுபவிப்பதும் அந்தியந்த உற்சாகத்தை யுண்டாக்கும். உவர்நீர் படுவதனுல் மயிர்முதலியவை கெட்டிப்படும். ஸ்நானஞ் செய்கையில் வெகுநேரம் நீரிலிருத்தல் படாது. ஸ்நானஞ்செய்யும்பொழுதாவது செய்தவுடனுவது தேகத்தில் குளிர் காற்றுப்படாதபடி பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். ஸ்நானஞ் செய்தவுடனே உடம்பை உலர்ந்த சுத்தமான துணியினுல் நன்ருய்த் துடைத்தல் வேண்டும். குழந்தைகளை நாடோறும் குளிப்பாட்டவேண்டுமென்பதைத்தாயார் அறிந்திருத்தல் வேண்டும். அதற்குத்தண்ணீர் நகச்சூடென்று முன்னமே கூறினேம். இப்போது அதன் அளவைக் கூறுகிறேம். 80-டிக்கிரி சூடுள்ளதாயிருத்தல் வேண்டும். ஒருமாதக்குழந்தையை 5-நிமிஷத்திற்குள்ளாகவும், அதற்குமேற்பட்ட குழந்தைகளை 10-நிமிஷத்திற்குள்ளாகவும், ஸ்நானஞ்செய்விக்க வேண்டும். குழந்தைக்கு இரவில் நன்ருய்த் தூக்கம் பிடிக்காமல் அழுதுகொண்டேயிருந்தால், இரவில் தூங்கப்போவதற்குச் சற்று முன்னமே இவ்வித

மாய் ஸ்நானஞ்செய்விப்பது நல்லது. குழந்தையின் ஸ்நானத்துக்காக வைத்திருக்கும் வெந்நீரில் குட்டிவிளாயிலைக் கிஷாயத்தைக் கலந்து ஸ்நாநஞ் செய்வித்தால் குழந்தைகளுக்கு நன்மையுண்டாகும். மாரிகாலத்திலாவது குளிர்காலத்திலாவது ஸ்நானஞ் செய்வித்ததிலிருந்து நான்கு மணிநேரம்வரையில் குழந்தையை வெளியில் எடுத்துக் கொண்டுபோகக்கூடாது. குழந்தைகளுக்கு ஸ்நானஞ்செய்வித்துத் துடைப்பதெல்லாம் கணப்புக்குச் சமீபமாகவேயிருத்தல்வேண்டும். குழந்தையின் தலைக்குத் தண்ணீர் விட்டுச் சுத்தஸ்நானம் செய்விப்பது நன்மை. இதனால் தலையிலிருக்கும் சுண்டு, சொறி, பேன்முதலியன வுதிர்ந்துவிடும். குழந்தை இரவில் தூங்கும்பொழுது அதன் தலையில் மெதுவாகச் சொறிந்து எண்ணெய் பூசிவிட்டுக் காலையில் சோப்பைத் தடவி ஸ்நானஞ் செய்வித்தால் சுலபமாய் உதிர்ந்துவிடும்.

குழந்தைகளின் உடை.

குழந்தைகளுக்குப்போடும் உடை கை கால்களை இலகுவாய் அசைக்கத்தக்கதாயும் பிகுவற்றதாயு மிருக்கவேண்டும். அந்த உடைகள் நெகிழ்ந்து விழாமலிருக்கக் குண்டூசிகளினால் குத்தக்கூடாது. அப்படிச்செய்வதனால் அவ்வூசி சிறிது சிறிதாக நழுவிக் குழந்தையின் தேகத்தில் குத்திக் கீறிவிடுவதனால், குழந்தைகளுக்கு இழுப்புண்டாகும். குழந்தையின் கை கால் தோள் இவைகளை எப்போதும் உடையால் மூடி வைத்திருக்கவேண்டும். அப்படிச் செய்யாவிடில் அவர்களுக்கு வெகு சீக்கிரத்தில் ஜலதோஷம்

உண்டாகும். குழந்தைகளுக்குக் குல்லாய்ப்போடுவது நன்மையன்று. தலையை எப்போதும் குளிர்ச்சியாய் வைத்திருத்தல் வேண்டும். ஆனால், பனி குளிர்காலங்களில் குல்லாய்ப்போடுவ தவசியமாகத் தோற்றினால், கம்பளி பிளானல் முதலியவைகளில் தைத்துப்போடலாம். இதுவும் இலேசாகவும் உறுதியற்றதாகவும் இருத்தல் வேண்டும். அதைக் கழுத்துடன் கட்டுகிற கயிறு இறுகியிருத்தல் கூடாது எப்போதும் தளர்ந்திருத்தல் நலம். குழந்தைகளுக்குக் கொஞ்சம் வயதான பிறகு, பெற்றோர்கள் தங்களிஷ்டம்போல் அவர்களுக்கு உடை போட்டுக்கொள்ளலாம் ஆனால், ஆணாயிருந்தாலும் பெண்ணாயிருந்தாலும் குழந்தைகளின் கைகால் இவைகளை முழுமையும் மறைக்கும்படியான உடையேபோடுதல் வேண்டும். குழந்தைகளுக்குக் கம்பளி வுடையே எப்போதும் தகுதியானது. குழந்தைகளின் ஜோடுகள் எப்போதும் தளர்ச்சியாயிருத்தல்வேண்டும். அப்படியிருந்தால்தான் கால்விரல்கள் முதலியவை நன்றாய் வளர இடமுண்டாகும். ஒவ்வொரு நாளும் குழந்தைகளின் உடுப்புகளை மாற்றிவரவேண்டும். அப்படித் தினந்தோறும் மாற்ற முடியாவிட்டால், இரவில் படுக்கைக்குப் போகுமுன் பகலில் போட்டிருந்த உடுப்பைக் கழற்றி அதிலுள்ளவியர்வைநாற்றமுதலியவைகள் போகத்தக்கதாகச் சுத்தாகாரமுள்ள இடத்தில் விரித்துப்போட்டுவிட்டு அதிகாலையில் எடுத்துத் திரும்பவும் உபயோகிக்கலாம்.

குழந்தைகளுக்கு நல்ல காற்று.

குழந்தைகளின் தேக சௌக்கியத்திற்கு நல்லகாற்று அத்தியாவசியம். படுக்கை யறையில் காற்றுலாவும்படிச் செய்யவேண்டும். குழந்தைபிறந்த ஒருவாரம் வரையிலும் அதன் படுக்கையறை கொஞ்சம் உஷ்ணமாகவேயிருக்கவேண்டும். குழந்தை படுக்கும் கட்டிலின் தலைப்பக்கம் ஜன்னலுக்கு எதிராயிராமல் அதன் பக்கவசத்திலிருக்கவேண்டும். ஏனெனில், குழந்தை பிறந்த இரண்டு மூன்று வாரம் வரையில் அதன் கண்கள் வெளிச்சத்தைத்தாங்கமுடியா. குளிர், மந்தாரம் இவை இல்லாத காலங்களில் குழந்தைகளைக் காலையில் ஒரு மணிநேரம் வரையிலும் மாலையில் ஒரு மணி நேரம் வரையிலும் வெளியேகொண்டுபோய் உலாத்தவேண்டும். எனினும், குழந்தைபிறந்ததிலிருந்து 15-நாள் வரை மழைக்காலத்தில் அதைவெளியே எடுத்துப்போதல் கூடாது. பிறந்து பதினைந்துநாளைக்குப் பிறகு மழை மூடுபனி இவையில்லாத நேரங்களில் குழந்தையை நல்ல போர்வையினால்மூடி வெளியில் எடுத்துப்போகவேண்டும். அதன் கால்களுக்குக் கம்பளியால்செய்த மேஜோடுகளையும், கைகளுக்குக் கம்பளி வுறைகளையும் போட்டு விரலை மூடிவிடவேண்டும். குழந்தைகளை வீட்டுக்குவெளியில் எடுத்துவந்தால் நன்றாய்த் தூக்கம் பிடிக்கும். வெயில் அதிகமாயிருந்தால் அதன் தலையைப் போர்த்தவேண்டும். குழந்தையின் தேக சௌக்கியத்திற்கு வெய்யிலும் காற்றும் அவசியமானவையே. சூரியாஸ்தமானதற்குப்பிறகு குழந்தைகளை வெளியில் எடுத்துக்கொண்டு போதல் கூடாது. பட்டணங்களின் கடைத் தெருக்களில் எடுத்துக்கொண்டுபோய் உலாவுவ

தனல் ஒன்றும் பிரயோஜனமில்லை. அவ்விடத்துக்காற்றுத் தெருத்தூசுடன் கூடிப் பரிசுத்தமற்றிருக்கும். ஆதலால், குழந்தைகளை நல்லகாற்று வீசத்தக்க பிரதேசங்களில் உலாவும் தேகாப்பியாசங்களிற் பழகவும் செய்வதில் மிக்க நன்மையுண்டு. கடலோரத்துப் பட்டணங்களின் கடற்காற்றை யனுபவிப்பதை காட்டிலும் சிலாக்கியமானவை வேறொன்றுமில்லை. சமுத்திரக்காற்றில் குழந்தைகள் மணற்பாங்கில் விளையாடிக்கொள்வது மிகவும் விநோதம். உப்பங்காற்றின் உயர்ச்சியை வருணிக்க முடியாது. பலவீனமானவர்களுக்கு அது புதுப்பிராணனைக் கொடுப்பதென்றால் இதன் பெருமையைச் சொல்லவும் வேண்டுமோ. தீர்க்க வியாதியால் பீடிக்கப்பட்டிருக்கும் ரோயாளிகளுக்கு அது பரமௌஷத மென்னத்தகும்.

குழந்தைகளின் சரீரப் பயிற்சி.

குழந்தைகளுக்கு ஆரோக்கிய முண்டாவதற்கும் செவ்வையாய்த் தேகம் வளர்வதற்கும். சரீரப்பயிற்சி அத்தியந்த ஆவசிகமானது. இடைவிடாமல் வீட்டிலேயே தங்கியிருந்து காலாடாமல் வளர்ந்துவரும் பிள்ளைகள் பலவீனர்களாயும் பிணியாளிகளாயுமிருப்பார்கள். நாட்டுப்புறத்துக் குழந்தைகளும், எளியவர்களின் குழந்தைகளும், சாதாரணமாய் ஆரோக்கியமுள்ளவர்களாயும் திடகாத்திரமுள்ளவர்களாயு மிருப்பார்கள். நமது தேசததில் சிற்றளவாயினும் பெண்குழந்தைகளுக்குச் சரீரப்பயிற்சி யில்லாமற்போவதனல் அவர்கள் செவ்வையாய்வளராமல் தேகவலிமையில்லாதவர்களாய்ப் பிரசவகாலத்தில் கஷ்டங்களு

க்கு ஆளாகின்றார்கள். சாதாரணமாய்க் குழந்தைகள் தாய்ப்பாலை எவ்விதம் இயற்கையா யுண்ணுகிறதோ அவ்விதமே தேகப்பயிற்சியும் இயற்கையா யமைந்திருக்கிறது. அது நிறந்தரமும் அசைவதையும் கால் கைகளையாட்டுவதையும் கண்டீர்களா? இதுவே அதனுடைய சிறு சரீரத்திற்குக் கடவுள் ஏற்படுத்திய தேகப்பயிற்சி. இந்தப்பயிற்சி இல்லாவிடின் அது செவ்வையாய் வளரமாட்டாது. மேலும் அது சௌக்கியமும் சந்தோஷமும் அடைந்திருக்கமுடியா. இதனாலேயே பெரியவர்களுக்கும் தேகப்பயிற்சி ஆவசிகமானது. ஆண் குழந்தைகளுக்கே யன்றிப் பெண் குழந்தைகளுக்கு சரீரப் பயிற்சி அக்கரையில்லையென்பது அறிவின்மையாகும். ஆண்களைப்போன்றே பெண் பிள்ளைகளும் செவ்வையாய்வளர்ந்து ஆரோக்கியமும் பலமும் அடைந்து சுகமாய் ஜீவிக்கவேண்டும். சரீரப்பயிற்சி செய்வதற்கு உதயமும் அஸ்தமனமுமே தகுந்தநேரங்கள். போஜனஞ் செய்த பின்னர் 2-மணி நேரத்திற்குள்ளேயாவது, போஜனத்திற்கு முன்னர் ஒருமணி நேரத்திற்குள்ளேயாவது சரீரப்பயிற்சி செய்தல்கூடாது. ஆண்பிள்ளைகளுக்கும் பெண்பிள்ளைகளுக்கும் இசைந்த சரீரப் பயிற்சிகளில் பரிசுத்தவாயு உலாவும் வெளிப்பாங்குகளில் பரபரவென்று நடப்பதும், ஓடுவதும் சிரேஷ்டமானவை. ஆனால், தளர்ச்சியுண்டாகி வீழ்ந்துபோகும் வண்ணம் நடப்பதும் ஓடுவதும் கூடாது. பந்தாட்டம், பல்கிச்சி, நாலுதூணாட்டம், உருண்டையான வளையத்தைப்புரட்டிக்கொண்டோடுதல், காலின்கீழிருந்து கயிறுபடாமல் குதிப்பது, ஊஞ்சலாட்டம். இவைமுதலியவை பிள்ளைகளுக்குச் சரீரசாதகத்

தையும் சந்தோஷத்தையு முண்டாக்கும். ஊஞ்சல்களை பரிசுத்தவாயு வீசுமிடத்தில் ஏதாவது ஒரு மரக்கொம பின் கிளையில் கட்டவேண்டியது. கொம்பும் கயிறும் உறுதி யாயிருப்பதை முன்னமே பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். மயக்கமுண்டாகுமாறு கிறுகிறுவென்று சுழன்று விளையா டுதல்கூடாது. பிள்ளைகளை வெளியே போகவிடாமல் வீட்டி லேயே விளையாடச் செய்வது கூடாது. குழந்தைகளைச் சிறுகுதிரைமேல் சவாரிசெய்வித்தல் மிகவும் சிரேஷ்டமும் சந்தோஷகரமுமானது. குதிரைச் சவாரியினால் மார்பு விசாலமடையும் தேகம் திடப்படும். தைரியம் அதிகரிக்கும். சாத்தியப்படும்போது பிள்ளைகளுக்குக் குதிரைச்சவாரி கற் பித்தல் உத்தமம். வண்டியிலேறிவுலாவப்போவதினால் நல்ல வாயு படக்கூடுமாயினும் ஏற்ற சரீரப்பயிற்சி யுண்டாவதற் கிடமில்லை. ஆனால் நோயாளிகளுக்கு இது ஏற்றதாகும். தோட்டத்திலாவது கொல்லையிலாவது நாலைந்து குழிநில த்தைப் பிரத்தியேகப்படுத்திக் குழந்தைகளுக்குக் கொடு த்துவிட வேண்டும். அதில் அவர்கள் பூங்கொடிகள் செடி முதலியவற்றை நட்டு வளர்க்குமாறு செய்வது மிக வும் நலமானது. சரீரம் அழுக்குண்டாகுமென்று ஆலோ சித்தல் கூடாது. அவ்விடம் மண்வெட்டிச் சேர்வைப்படு த்துவதினாலும் நீரூற்றுவதினாலும் அவர்களுக்கு நல்ல சரீரப்பயிற்சி கிடைப்பதேயன்றி, அவர்களுடைய சிறு கைகளால் புதைத்த விதைகள் பூமியிலிருந்து முளைப்ப தும், செடிகள் வளர்வதும், பூக்கள் பூப்பதும் தினதி மும் அவற்றின் அழகு அதிகரிப்பதும், இவையெல்லாதக அவர்களுக்கு அபரிமிதமான சந்தோஷத்தை யுண்டாக்களு

வனமும் கவலையும் விருத்தியடையும். சிருட்டியின்
மை மனதில் நன்றாய்ப் பதியும். குழந்தைகளைக் குறி
இன்னுமொரு சங்கதிகூறுவாம். தமது அன்புக்கிசை
தாய்மார்கள் அனேகர் தம்பிள்ளைகள் நடப்பதைப்
க்க விரும்பி, கால்களில் பலமுறுவதற்கு முன்னரே
ர்களுக்கு நடை கற்பிக்கிறார்கள். இளம்பிராயத்தில்
லும்புகள் மிகவும் மென்மையா யிருக்கையிலேயே
ளைகளை நிற்க வைப்பதனால் சரீரபாரத்தை யவை சும
மாட்டாமல் வளைவுண்டுபோய், முற்றின பிறகுகூறுக்
காலும் கோணற்காலும் விழுகின்றன. ஆதலின்,
ளைகள் தமக்குத் தாமே நிற்கக்கூடுந் தருணத்தைக்
டபிறகே நடை கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும். மற்
ர் பிள்ளைகளைக் காட்டிலும் தமது பிள்ளைகளே முன்
நடக்கவேண்டுமென்னும் உற்சாகத்தைத் தாய்மார்
விட்டுவிடவேண்டியது.

பாலரின் விளையாட்டு.

பாலர்கள் விளையாடுவதற்குப் பொம்மைகள் வாங்கிக்
டுத்தல் ஆவசிகமானது. அவர்களுடைய புத்தி எப்ப
ட்ட பொம்மைகளின்மே லோடுமோ அப்படிப்பட்ட
றை முக்கியமாய் வாங்கிக் கொடுக்கவேண்டியது.
த்து விடுவார்களென்றெண்ணுதல் கூடாது. பொம்
ள வாங்கிக் கொடுத்தல் மனம்போனபடி விளையா
ளிப்பதற்கேயன்றி அவற்றை எப்பொழுதும் பத்
ய் ஒளித்து வைப்பதற்கல்ல. ஆதலால், பொம்மை
உடைத்துக் கடித்துப் பரிசோதித்துப் பார்க்கை

யில் குழந்தைகள்மேல் கோபித்துக்கொள்ளல் கூடா
அவர்களின் அறிவு விர்த்தியடைவதற்கு இதுவும்
முக்கிய சாதகமாகும். பிள்ளைகளை யோடவிட்டு அ
ளுடைய சரீரத்திற்குச் சிறுகப் பெருகப் பயிற்சி யுண்டாக
கும் சிறுசிறுவண்டிகள் குதிரைகள் முதலிய சாமான்களை
யும், நகைப்பையும் களிப்பையும் ஆவலையு உண்டாச்
கூடிய சாமான்களையும் வாங்கிக்கொடுக்க வேண்டி
தீங்குசெய்யும் தன்மையுள்ள விளையாட்டுச் சாமான்
கொடுத்தல் கூடாது. அவற்றை அவர்களின் எதிரி
த்துவரவும்கூடாது. வீட்டிற்குள் பிள்
பொழுதும் இரையும் பொழுதும் உரத்துச் சிரி
தும் அவர்கள்மேல் கோபித்துக்கொள்ளுதல
பிள்ளைகள் உற்சாகத்துடன் வளர்வதற்கு இதுவே
கிய மார்க்கம். பிள்ளைகளுக்கு ஆகாரமு
எப்படி யவசியமோ அப்படியே விளையாட்டும
னது. விளையாட்டில்லாமல் அவர்கள்
கள். ஆடவிடாமல் இடைவிடாது பு
பிள்ளைகள் தவிராமல் மந்திகளாய் விடுவா
பணக்காரர்கள் தமது பிள்ளைகளுடைய
வளவேணும் ஆயாச முண்டாக்காமல்
செல்வத்துடன் வளர்த்து வருகிறார்கள். இஃது பெ
தப்பிதம். குழந்தைகளைக் கொண்டு சிறுசிறு வேலைகளை
செய்வித்துக் கொண்டால் அவர்களுக்கு வேலையில் ஆ
லும் அதிகமான சந்தோஷமும் உண்டாகும். ஆதலா
வேண்டியபொழுதெல்லாம் நாற்பக்கங்களிலும் அனு
வைத்து அவர்கள் கொண்டுவரத்தக்கபொருள்களை அ

...ர்மூலமாய் வருவித்துக்கொள்வதும், அவற்றைக் கணக் ...டுவது சேர்த்துவைப்பது, வரிசையாயடுக்குவது முத லிய வேலைகளை அவர்களுக்கு அப்போதைக் கப்போது கொடுப்பதும் மிகவும் சிலாக்கியமாம்.

பெற்றோரின் கடமை.

நல்ல பெற்றோரால் சகல நன்மையும் கெட்ட பெற் றோரால் சகல கெடுதியும் பெறுவார்கள். பெற்றோருடைய ...திரி போதனைகளால் அவர்களுடைய நற்குணங்கள் ...செயல்கள் நல்லெண்ணங்கள் முதலிய பலவும் அவர்க ...க் கண்டு பாவிக்கும் மக்களுக்கும் அமைவதுபோலவே, அவர்களது து...க்குணங்கள் துர்ச்செயல்கள் துர்வழிகள் ...ர் எண்ணங்கள் துஷ்டச்சேர்க்கை முதலிய சகலமும் ...வர்களோடு பழகிவரும் மக்களுக்கும் படியுமென்பது ...திண்ணம். அன்றியும், கற்றோராகிய பெற்றோருடைய மக் கள் பெரு...லும் கற்றோராவதுபோல், கல்லாராகிய பெற்றோர...மக்கள் பெற்றோர் எவ்வித பிரயாசைப்பட்டும் ...ரும்பாலும் கல்லாதவராகவே இருக்கின்றனர். அது ...ால நல்...டைய மக்கள் நல்லோராகவும் கெட்டோ ...டைய மக்க... கெட்டவராகவும் முடிகின்றனர். இவ்வி ...ம் கற்றோராகிய பெற்றோரில் பெரும்பான்மையோர் தமது ...க்களை நல்லெ...ழுக்கத்தில் வளர்த்து வருவதாலும், கல் ...ாராகிய பெற்றோரில் பெரும்பான்மையோர் தமது மக்க ...ைத் தீயொழுக்கத்தில் வளர்த்து வருவதாலும், மக்கள் ...ல்லொழுக்கம் என்னும் பயனை யடையப் பெற்றோர் கற் றோராகவே யிருக்கவேண்டுமென நன்கு விளங்குகிறது.

இதற்கு உலகமே திருட்டாந்தம். ஆதலால், நல்ல பெற்றோரால் பிள்ளைகள் "அறம்பொருளின்பமும் வீடும் பயக்கும், புறங்கடைய நல்லிசையு நாட்டும்-உறுங்கவலொன், றுற்றுழியுங் கைகொடுக்கும் கல்வியி னூங்கில்லைச், சிற்றுயிர்க் குற்ற துணை" என்பதுபோல் இருமைப்பயனை யளிக்கும் கல்வியையும் அதனோடு நற்குண நற்செயல்களையும் அடைகிறார்கள். இதனால் "தொடங்குங்காற் றுன்பமாயின்பம் பயக்கும்" என்றபடி முன்னர் எவ்வளவு துன்பமாயிருந்தபோதிலும் பின்னர் மக்கள் பெருமையையும் கீர்த்தியையும் மகிழ்ச்சியையும் திருப்தியையும் செல்வத்தையும் அதிகாரத்தையும் சுகத்தையும் அடைகின்றார்கள். அது போலவே, கல்லாதவராகிய பெற்றோரால்பிள்ளைகள் இவைகளுக்கு முற்றும் மாறாக "முற்பயக்குஞ்சின்னீர விம்பத்தின் முற்றிழாய், பிற்பயக்கும் பீழைபெரிது" என்றபடி தமது சிறுவயதில் விளையாட்டும் விநோதமும் வேடிக்கையும் சிற்சிலவேளைகளில் இன்பமுமாக விருந்தாலும் அவற்றால் பிற்காலத்தில் அதிகச் சிறுமையும் அபகீர்த்தியும் துக்கமும் அதிருப்தியும் அசௌக்கியமும் நிர்ப்பாக்கியமும் வந்தடையும். அன்றியும், மறுமையிலும் சகலவேதனைகளையும் அனுபவிக்கலாகும்.

பாலருக்குக் கல்வி பயிற்றுவித்தல்.

பாலரைப்பெற்ற பாக்கியவான்களே! தாங்கள் ஒவ்வொருவரும் இகபர சவுக்கியங்களைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கு ஏதுவாகப் புத்திரர்களை அடையப்பெற்றது ஜென்மாந்திர புண்ணியவசமேயாம். அவ்வித புத்திர ரத்னங்களை யௌவனப்பருவத்தில் இருமையிலும் பயன்தரு

தாகிய கல்வியை நன்கு பயிலச்செய்து அக்கல்விக்கேற்ற நல்லொழுக்கங்களிலும் பழகும்படி செய்யுங்கள். இதுவே பெற்றோர்களின் கடமையாம். இந்த அஸ்திவாரக் கல்வியைக் கைவிட்டுச் சிலர் தத்தம் பிள்ளைகளுக்குக் கல்வியறிவை யூட்டாது வாளா பாலையும் பழத்தையுமூட்டி, ஆபரணாதிகளைப்பூட்டி, புஷ்பமாலைகளைச் சூட்டி, பற்பலவேடிக்கை விநோதங்களைக் காட்டி, காமவலைக்குள் மாட்டி, அழகிய வடிவத்தை வாட்டி புத்திரர்களையும் தங்களையும் நரகத்திற் காளாக்குகின்றனர். அம்மட்டோ! புத்திரர்களுக்கு ஆதாரமென்று தேடிவைத்த செல்வத்தையும் தமது துர்மார்க்கச் செய்கைகளால் போக்கிக் கையினில் ஓட்டைத்தூக்கிக் கோவணம் ஒன்றுதான் பாக்கியமென்று திரியும்படி செய்கின்றார்கள். இவ்விதம் செய்தல் புத்திமான்களின் செய்கையன்று. பின்னர் யாது செய்வித்தல் வேண்டுமெனில், "தந்தை மகற்காற்று நன்றி யவையத்து, முந்தியிருப்பச்செயல்" என்னும் திருவள்ளுவர் திருவாக்கின்படி தம்புத்திரர்களை ஒவ்வொரு கல்விச்சங்கத்திலும் நாயகமணியாக அங்கீகரிக்கும்படியாயுள்ள கல்வி அறிவு நல்லொழுக்கமுதலிய நற்குணங்களை உடையவர்களாக்குவிக்க வேண்டும். அங்ஙனம் செய்விக்கும் பிதாவே பிதாவென்று சாஸ்திரங்கூறுகிறது. மேலும், பிள்ளைகளுக்குக் கல்வியைக் கற்பியாமல் செல்வத்தைக் குவித்துவிட்டு இறந்தவர்கள் அவர்களுக்கு ஒரு இயமனை வளர்த்துவைத்து இறந்தவர்களுக்குச் சமானமென்று பெரியோர்கள் கூறியிருக்கின்றனர். புத்திமான்களே! "கற்றோர் கண்ணுடையார்" என்றதற்கேற்ப உங்கள் அருமையான புத்திரர்களுக்கு

நிரம்பிய கல்வியையும் நல்லொழுக்கத்தையும் போதி
பீர்களாக. சிறு பிள்ளைகளினுடைய மனம் இளக்கமாயு
மிருதுவாயு மிருப்பதால் இளமைப் பருவத்தில் அவர்
ளுக்குப் போதிக்கும் கல்வியும் சுகுணங்களும் அவர்க
டைய புத்தியில் நன்ருய் வேரூன்றிக்கொள்ளும். பெ
யவர்களான பின்னர் போதிப்பதனுல் ஒரு பிரயோஜன
மில்லை. பொன் வெள்ளி முதலிய பஞ்சலோகங்களைய
மெழுகு ஸ்படிகம்முதலியவைகளையும் உருக்கி இளகியிரு
கும்பொழுது வேண்டிய விக்கிரகங்களையும் நகைகளையு
பாத்திரங்களையும் செய்துகொள்வது போலவும், பச்ல
மண்ணைக்கொண்டு பலகடாதிகள்செய்துகொள்வதுபோ
வும், உழுது திருத்தி இளக்கமாகயிருக்கிற நிலத்தில் வே
ண்டிய தானியங்களை விரைப்பதுபோலவும், இளமைப்ப
வத்திலேயே வித்தையையும் நல்லொழுக்கத்தையும் க
பிக்கவேண்டும். இதனுலன்ருே ஔவைப்பிராட்டியார் "இ
மையிற்கல்" என்றுகூறியுள்ளார். நற்குணமும் துர்க்கு
மும் சிறுபருவத்திலே உண்டாகித் தேகத்துடன் வள
கிறபடியால்,பயிரிட்டவன் அடிக்கடி களைபிடுங்கிச்சர்வஜா
கிரதையாகப் பயிரைக் காப்பாற்றுவதுபோல், சிறுவர்
ளுடைய புத்தியில் துர்க்குணமாகிய களைகள் வளராதபடி
தாய் தந்தையர்கள் எப்போதும் எச்சரிக்கையாகவே யிரு
க்க வேண்டும். சிறுபிள்ளைகளுடைய வார்த்தைகளையும்
செய்கைகளையும் நடைகளையும்கவனித்து அவர்களிடம்
நன்மையைக் காணும்பொழுது பிரியத்தைக்காட்டியும்
தீமையைக் காணும்பொழுது தகுந்த புத்திசொல்லியு
நயமும் பயமுமாய்ப் பிள்ளைகளைவளர்க்கவேண்டும். பிள்ளை

களை அதிகமாய்க் கண்டிப்பதனுல், அவர்கள் பெற்றோர் களுக்குப் பயந்து பல பொய்களைச்சொல்லவும் கபடம் வஞ் சம் முதலிய துர்க்குணங்களை கற்றுக்கொள்ளவும் ஆஸ் பதமுண்டாவதுந் தவிர, பெற்றோர்களிடத்து வெறுப்பும் உண்டாகுமானதால் பிள்ளைகளை அதிகமாகக் கண்டிப்பது தகுதியன்று. பிள்ளைகளுக்கு 8,9 வயதுவரையில் வீட்டி லேயே வைத்துக்கொண்டு வித்தை கற்பிப்பது உத்தமம். பாடசாலைகளில் பலபிள்ளைகளுடனும் சேர்வதனுல் சிற்சில கெட்ட வழக்கங்கள் உண்டாகும். பிள்ளைகளைக் கண்டபடி யெல்லாம் படிப்பித்தல் கூடாது. தினந்தோறும் 3,4-மணி நேரத்திற்குமேல் அதிகநேரம்படிக்கவிடுதல்கூடாது. படிக் கச்செய்யும்பொழுது அவர்களை அதிகமாய்த் தொந்தரவு செய்யாமல் படங்கள் மூலமாயும், பொம்மைகள் மூலமாயும் வஸ்துக்களைக் காட்டித் தெளியக் கூறுவதனுல் அவர்கள் மனதிற்கு இன்பமாயிருக்கும். அதிசீக்கிரமாய் வித்தைகற் பிக்க வேண்டுமென்று பிள்ளைகளை ஓய்வொழிவில்லாமல் படிக்கச்செய்தல்கூடாது. அது ஒரேநாளில் வளரவேண்டு மென்று அளவிற்கதிகமாகிய ஆகாரத்தை யுண்பிப்பது போலாகும். ஆதலால், அவர்களை அளவோடும் காலக்கிர மப்படியும் படிக்கச்செய்தல் நலம். அவசரப்பட்டுப் படிப்ப தால் பரீட்சையில் தேறிவிடமாட்டார்கள். அவர்களுடைய தேக சௌக்கியத்தையும் பலத்தையும் முக்கியமாய்க் கவ னித்துக் காப்பாற்றி வித்தை பயிற்றுவது உத்தமமான து. அதிக துரிதமாய் எல்லாம்கற்றுக்கொள்ளும் பிள்ளை கள் பலவீனமா யிருப்பார்கள். பிள்ளைகளுக்குச் சரீரத் தில் எவ்வளவு சிறிது நோயாயிருப்பினும் அவர்களைப்பல

வந்தப்படுத்திப் படிப்பித்தல்கூடாது. அன்றியும், அவர்கள் படிக்கும்பொழுதாவது மற்றெந்தவேலைகள் செய்யும்பொழுதாவது நெடுநேரம்குனிந்துகொண்டிருப்பது சுவாசகோசங்களுக்குப் பிணியுண்டாகும். சிலசமயம் இருதயரோகமும் உண்டாகும். பெண்களுக்குக் கல்வி பயிற்றுவது எவ்வளவு முக்கியமோ அதுபோன்று அவர்களுக்கு வீட்டுவேலைகளைக் கற்பிப்பதும் அவ்வளவு முக்கியமாம். எவ்வளவு செல்வமுள்ளவர்களுடையபெண்களாயினும் சமையல் செய்தல், வீட்டைசுத்தஞ் செய்தல் முதலிய வீட்டுவேலைகளைக் கற்றிருத்தல் வேண்டும். அவ்விதம் கற்றிருந்தாலே குடும்ப விர்த்திசெய்யவும், புருஷருக்கு இனிமையாக நடக்கவும் உரியவர்களாவார்கள். அவர்களுக்குச் சரீரசவுக்கியம் அமைந்திருக்கும். வேலையொன்றுமில்லாமல் வீணிகளாய் வீண்காலம் கழிக்கும் பெண்கள் சோம்பேறித்தனமுற்றிக் கணவர்களுக்கும் பிள்ளைகளுக்கும் ஏற்றவாறு சௌக்கியத்தை யுண்டாக்கமாட்டார்கள். தாங்களும் சுகமடையார்கள். பெற்றோர், தங்கள் மக்கள் கல்வியை தாங்களேயாவது அல்லது வேறு எவரையேனும் கொண்டாவது அடிக்கடி சோதிக்க வேண்டும் மக்கள் கல்வி எந்தெந்த விஷயங்களில் குறைவுபடுகிறதென்று சோதித்தறிந்தபின்பு தெரியவருகிறதோ அந்தக் குறைகளின் காரணத்தைக் கண்டுபிடித்துத் தகுந்த வகையால் அவைகளை நீக்கி அந்தந்தவிஷயங்களைவிளங்கப் போதித்து அவர்கள் மனதில்பதியும்படி செய்யவேண்டும். அவ்வாறு செய்தபின்னும் விஷயங்களில் தேர்ச்சியடையாது அவர்களது சொந்த அசட்டையாலும், கவனஹீனத்தாலும்மோசம்போவ

ர்களானால் தகுந்த கண்டனைதண்டனைகளால் அவற்றைப் பரிகரிக்கவேண்டும். சில தந்தைமார் ஏதோ ஒருநாளைக்குப் பசித்தவன் பழங்கணக்கை பார்த்ததுபோல நினைத்துக் கொண்டால், உடனே தமதுபிள்ளைகளுக்கு எவ்வளவோ பணத்தைச் செலவிட்டுப் எழுத்துபலகை, புஸ்தகம் முதலியவாங்கிக் கொடுத்ததோடு, பள்ளிகூடத்துச் சம்பளம், வீட்டுவாத்தியார் சம்பளம் ஆகிய இவை யெல்லாம் கஷ்டத்தோடு கஷ்டமாய்ச் சம்பாதித்துக் கொடுத்துவந்ததாகவும், தங்களுடையசோம்பேறிப்பிள்ளைகள் வேளைக்குவேளை வந்ததை விழுங்கிவிட்டு, வீணாய்க் காலங்கழித்து, ஒன்றும் படிக்காமல் தங்கள்காசையெல்லாம் நாசம்பண்ணுவதாகவுஞ் சொல்லிக்கோபங்கொண்டு பிரம்பையெடுத்துத் ஐயோ முதுகோ கண்ணோ காதோ எதுவானாலும் சரியன்று கண்டவிடத்தில் இரண்டு அடிகளை வீசிவிட்டுப் போய்விடுவார்கள். பிறகுமூன்றுமாதமோ, ஆறுமாதமோ, ருவருஷமோ, செல்லும் அவர்கள்பிள்ளைகளின்கல்வியை கவனிப்பதற்கு இதுதானோ தாய் தந்தையர்களின் நற்கு ? இவர் அவர்களை மேற்கண்டவாறு தண்டிப்பதனால் பலனென்ன? இதனால் அவர் தமது கோபத்தையாற்ற டத்தாரேயன்றி மக்கள் தம் கல்வியைக் கவனிக்கும்படி டித்தவரல்லவென்றே விளங்குகின்றது.

முடிவுரை.

விஜயரங்கனும் கமலாம்பாளும் கருப்பத்தைப்பற்றிய ஷயங்களெல்லாவற்றையும் சில தினங்களாகச் சுருக்க கப்பேசி முடிவெய்தியதும் ஈனியன்பெய்தித் தங்கள்

மாளிகையுட் சேர்ந்து, அறுசுவை யன்னம் புசித்துத் தாம் பூலந்தரித்துச் சிறிதுநேரம் இளைப்பாறி நித்திரை போய் விட்டனர். அதுமுதற்கொண்டு கமலாம்பாள் கணவனோடு ஒற்றுமையுடன் இல்லறம் நடாத்திச் சின்னாட்சென்று கரு வுற்று இக்கருப்பசாஸ்திரத்தில் கூறிய கருப்பயதிகளின் சுகாதாரவிதிப்படி நடந்து எல்லாம்வல்ல இறையோனரு ளால் பத்துத்திங்களுஞ் சென்று ஓர் அழகுபொருந்திய ஆண்குழந்தையைப் பெற்று நனிமகிழ்வெய்தி, அக்குழவி யை அதியன்போடு வளர்த்துவந்தார்கள். சுபம்! சுபம்!! சுபம்!!!

குறிப்பு.

இச்சாஸ்திரம் நம்மிந்துதேச ஒவ்வொரு இல்லத்தும் நின்று நிலவுமாறு முழுமுதற்கடவுள் திருவருள் புரிவா ராக. இனி பாலர்களுக்குண்டாகும் வியாதிகளையும் அவற் றின் காரணங்களையும், அவ்ற்றிற்குத்தகுந்த சிகிச்சைகளை யும், பாலரை வளர்க்கவேண்டிய முறைமைகளையும் தெரிந் துக்கொள்ளுதல் அவசியமாதலின் அவற்றை அறிய விரும்புவோர் இந்நூலாசிரியர் இயற்றிய பாலர் பரிபால வைத்திய போதினி யென்னும் நூலைப் பார்வையிடவும். இது மிகவும் சிறந்த நூல்.

சம்பூர்ணம்.