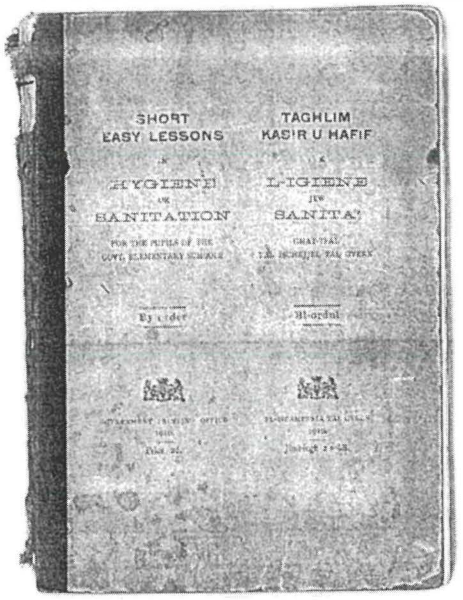
Tagħlim fuq l-Iġjene jew Sanità - mitt sena ilu

minn Giovanni DeMARTINO

Fl-1910, jiġifieri 96 sena ilu, il-Gvern kien ħareġ ktieb ta' '*Tagħlim Kasir u Ħafif fuk l-Igiene jew Sanità għat-tfal tal-ischejjel tal-Gvern*'. Kien stampat fl-istamperija tal-Gvern u kien jinbiegħ żewġ soldi - naqra inqas minn ċenteżmu! Se nikkwota parti minn dan il-ktieb li tittratta fuq Mard li Jittieħed u se nikkwota kelma b'kelma. Se nibdel biss l-ortografija u nikteb kif niktbu llum.



Il-qoxra tal-ktieb - stampat fl-1910 u kien jiswa anqas minn ċenteżmu!

Hemm bosta mard li jittieħed.

Il-**ĦOSBA** tittieħed wisq min-nifs u mill-għatis. Il-ħosba marda ħafifa imma jekk wieħed ma jaħsbilhiex tista' ġġib bronkite fix-xitwa u fetħa fis-sajf. Ħafna trabi jinqalbu wara l-ħosba għax nieshom naqsu u ma jkunux ħadu ħsiebhom. It-tfal li kellhom il-ħosba trid tindukrhom mir-riħ fix-xitwa u fis-sajf ma tridx titmagħhom ikel li ma jgħaddix.

In-nisel ta' L-**ISKARLATINA** jkun fin-nifs tal-marid u l-iżjed fl-intietef tal-ġilda li jitqaxxar minn fuq ġismu. Sakemm ġild il-marid jibqa' jitqaxxar, il-marda tibqa' tittieħed.

Il-**ĠIDRI** mard qalil mill-aqwa li dari jaħleġ ħlejjaq ta' nies meta għad ma konniex nafu bit-tilqim. Il-marka li toħroġ mill-ġidri tagħti l-mard. Biex ma jkollna ebda biża' li nistgħu nieħdu l-ġidri, għandna nitlaqqmu kull seba' snin.

Iż-żerriegħa tad-**DENI FL-IMSAREN** tinsab fil-ħmieġ tal-marid. Jekk tieħu ikel jew ilma jew ħalib imniġġes bih tieħu d-deni tifu bħallikieku xejn. Biex toqtol in-nisel ta' dal-mard itfa' ġir verġni fuq ħmieġ il-marid.

F'kamra fejn hemm marid bid-deni tifu la żżommx ebda ikel. U jekk titfgħu l-ħmieġ tal-marid f'xi miżbla jew ġo xi kantina tilagħbuha intom u ħaddieħor għax jista' bħallikieku xejn ma' xi tnixxija jmur ġo bir fil-qrib.

Id-deni li jsejħulu Mediterranju jew Remittenti jew Deni Rqiq, dari ftit konna nafu bih u issa ma tismax ħlief b'min marad bih. Bosta mogħoż jieħdu dan id-deni u meta jkunu bih il-ħalib tagħhom jimtela bin-nisel ta' dan id-deni. Min jixrob minn dan il-ħalib bla ma jgħallih jista' jieħu d-deni.

Il-mard tal-grieżem, **DIFTERITE**, u s-Sogħla Konvulżiva wkoll jittieħdu. Jittieħdu mill-bżieq tal-marid. Aktar minn tabib wieħed ħa l-mard tal-grieżem huwa u jdewwi marid bid-difterite: il-marid sogħol u tajjarlu s-sogħla għal wiċċu.

MARD IRQIEQ. Minn kull 20 li jmutu f'Malta, wieħed imut bil-mard irqieq. Il-bżieq tal-marsuttlati jiżra' l-mard tagħhom. Ma għandkomx tbeżżqu u jekk għandkom lil xi ħadd marid b'sidru ġagħluh jobżoq ġo xi ħaġa li jkun fiha il-karbolku jew is-sublimat li jeqirdu n-nisel tal-mard irqieq u tal-mard kollu li jittieħed.

It-**TETNU** jew Ċmajra, marda li tittieħed. Kemm il-darba xi ġerħa jew barxa, għalkemm żgħira, titniġġes bin-nisel tat-tetnu li aktarx jinsab fir-remissi u fil-ġonna. Għalhekk it-tetnu aktarx li jittieħed minn xi ġerħa fis-saqajn u l-iżjed minn dawk li jimxu ħafjin.

X'Għandna Nagħmlu Meta Jkollna f'Darna Mard li Jittieħed

Ġidri, pesta, mard tal-grieżem u bosta mard li jittieħed m'għandhomx jinżammu fid-dar; kemm għall-ġid tal-morda u kemm ukoll għall-ġid ta' nieshom. Bosta mard li jittieħed irid dawrien bil-marid li jqum il-flus. Il-fqar ma jifilhux għan-nrefqa u kos, ukoll dawk li jistgħu, aktarx ma jkunux jafu kif għandhom iduru b'marid bil-ġidri jew bil-grieżem. U ngħiduha kif inhi, anqas ma jafu kif għandek iddur b'min hu marid marda deni qawwi. Bosta morda b'dawn il-mardiet kienu jfiequ kieku marru f'xi sptar fejn iduru bihom kif titlob is-sengħa.

Nies u ġirien il-morda bil-ġidri, bil-pesta, bil-korla, bil-grieżem jew b'xi mard ieħor li jittieħed, għandhom mnejn jieħdu l-mard. Jekk imbagħad il-marid iżommuh id-dar, hemm bżonn li jsir dan li ġej:

Li tqegħdu l-marid f'kamra kbira mrewħa tajjeb fis-sular ta' fuq nett; neħħu mill-kamra kull biċċa għamara li ma tiħtieġux. Neħħu kemm-il purtiera, kemm-il

kurtinaġġ, kemm-il tapit, kemm-il siġġu li jkun hemm mgħotti b'xi damask. Jekk tista' jkun it-twieqi żommhom miftuħa; biss biex il-marid ma tistax tilħqu xi fewġa, ilqgħulu b'paraventu.

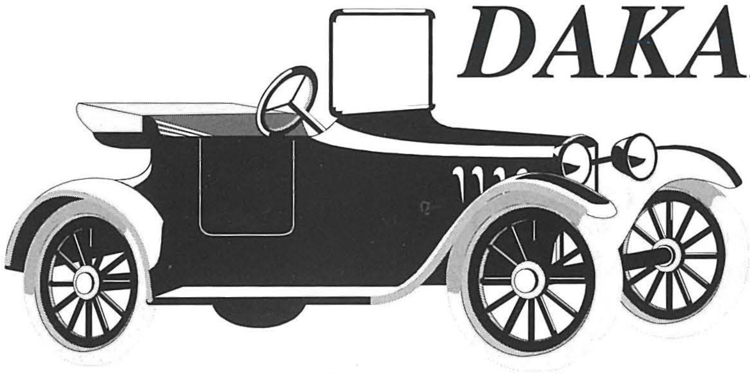
Ħadd ma għandu jidħol ħdejn il-marid ħlief dawk li għandhom iduru bih.

Ebda ikel ma għandu jidħol fil-kamra ħlief dak li għandu jieħu l-marid.

Ebda ħaġa ma għandha toħroġ mill-kamra qabel ma tkun disinfettata, jiġifieri msoffija mill-ingiesa, bis-sublimat, bil-kondi jew bl-ilma tal-ġir skond ma jkun qal it-tabib. Qisu li ma tħallux ħwejjeġ maħmuġa tal-marid jinġabru. Dawn il-ħwejjeġ għandhom bla telf ta' żmien jintefgħu fil-misħun jagħli biex ikunu disinfettati. Wara dan għandhom jinħaslu tajjeb.

DISINFETTANTI: il-mard li jittieħed jiġi miż-żrieragħ tal-mard. Dawn iż-żrieragħ ħajjin u jistgħu jinqatlu - jinqatlu bid-disinfettant. Id-disinfettant joqtol iż-żerriegħa tal-mard. Xi wħud jaħsbu li d-disinfettant biex ineħħi l-irwejjaħ u jaħarqu z-zokkor biex isaffu karma fejn hemm riħa tinten, inkella jitfgħulek il-vitirjol aħdar fil-kanal; imma billi tneħħi r-riħa tinten ma tkunx qridt l-ingiesa; toqtol l-ingiesa billi toqtol iż-żrieragħ tal-mard.

Iż-żrieragħ tal-mard jinqerdu bis-sħana, bħal misħun jagħli, jew inkella b'xi trabijiet jew ilmijiet oħra bħal karbolku, is-sublimat u l-ġir verġni. Għandkom tiftakru li l-aqwa ħaġa mbagħad li teqred iż-żrieragħ tal-mard hija l-arja u x-xemx.



DAKAR GARAGE

Joseph Zarb

Automechanic

Specialized on Peugeot Repair
Peugeot Parts for sale
Znuber Street, Mosta MST 4000.

Tel: 21 412116 - Mobile: 9947 2965

PERFUMERY • TOILETRIES • HOUSEHOLD • WINE BOUTIQUE • MAGAZINES • BAGS • SHOES

FRANKS

CONCEPT STORE

THE CORNERSTONE SHOPPING COMPLEX, MOSTA

www.franks.com.mt

PERFUMERY • TOILETRIES • HOUSEHOLD • WINE BOUTIQUE • MAGAZINES • BAGS • SHOES