সরল ধাত্রী-শিক্ষা

ও

কুমার-তন্ত্র

সপ্তম সংস্করণ

কলিকাতা কর্পোরেশন নার্সিং পাঠ্য ও পরীক্ষা বোর্ডের সভাপতি
গবর্ণমেণ্ট নার্স রেজিষ্ট্রেশন বোর্ডের সদস্য
জাতীয় আয়ুর্বিজ্ঞান বিদ্যালয়ের অধ্যক্ষ ও
ধাত্রীবিদ্যার অধ্যাপক

শ্রীসুন্দরীমোহন দাস, এম-বি

প্রণীত

[৯৮টী চিত্র সমন্বিত]

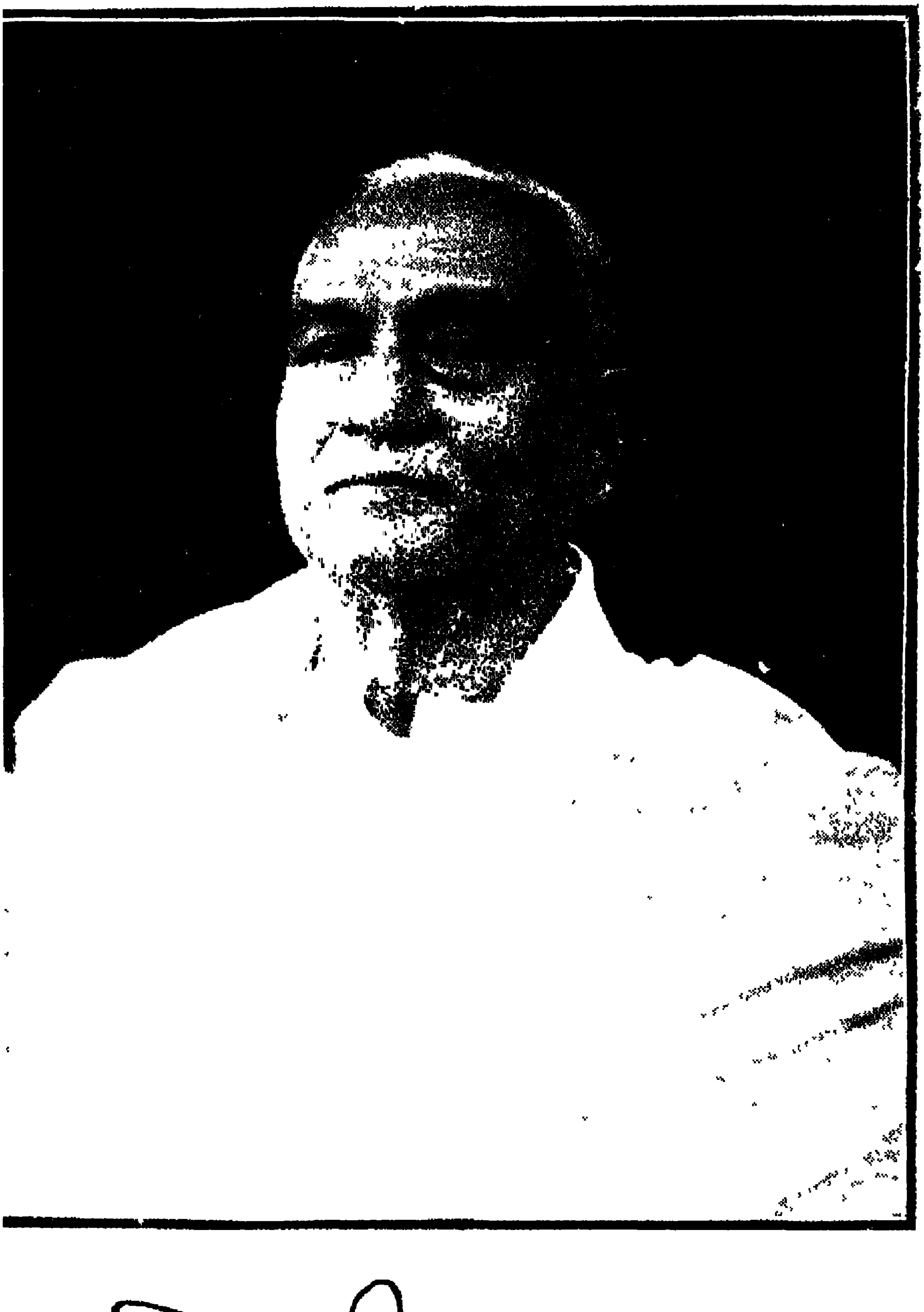
প্রকাশক—
শ্রীপ্রেমানন্দ যোগানন্দ দাস
৫৭।১।১এ, রাজা দীনেন্দ্র ষ্ট্রীট, কলিকাতা

[*All Right Reserverd*]

মূল্য ২৸৹ মাত্র

প্রকাশক—
শ্রীপ্রেমানন্দ যোগানন্দ দাস
৫৭।১।১এ, রাজা দীনেন্দ্র ষ্ট্রীট, কলিকাতা

প্রবাসী প্রেস
১২০।২, আপার সার্কুলার রোড, কলিকাতা
শ্রীমাণিকচন্দ্র দাস কর্ত্তৃক মুদ্রিত



শ্রীসুন্দরী মোহন দাস

DEDICATION

THIS BOOK

IS AFFECTIONATELY INSCRIBED BY ITS AUTHOR

TO

T. Edmondston Charles, M.D.,

Late Professor of Midwifery, Medical College

CALCUTTA.

Who Inspired his Juvenile mind with a love
For the Study of Midwifery,
And introduced him, in his own inimitable way
Into the Mysteries of that Science ;
Who, for the diffusion of Obstetric Knowledge
Among the Indian Females,
Opened the Indian Midwives' Class ;
Whose Fertile Brain conceived the Brilliant Idea
of the Eden Hospital ;
Whose Initiative in Prohibiting Inoculation
And Furthering Vaccination
Has saved the Infantile population
From the Ravages of Smallpox ;
Whose Eminent Reputation and Unblemished Character
Long shed a grateful lustre over a profession
Which remembers him with feelings of
Genuine Affection and Veneration.

BIBLIOGRAPHY.

In the preparation of this book, the author has been guided mainly by Barnes, Archibald Donald, Herman, Macnaughton-Jones, Holt, Birch, Green-Armytage, Cheadle Eden, Jellet, DeLee, Hirst, Playfair, Munro Kerr, Ten Teachers, Williams, Fothergill, Haultain, Berkley, Calder, Drinkwater, Howard Kelly, Carpenter, Goodhart and Still, Sleemons, Susruta, Bhaba Misra, Sital Chandra Kaviratna, Kisori Mohan Byakarantirtha, Nagendra Nath Sen, and Mahamahopadhyay Gana Nath Sen, Truby King & Reginald Jewesbury.

প্রথম সংস্করণের বিজ্ঞাপন

জন্ম আনন্দের ব্যাপার। কিন্তু গৃহিণী এবং ধাত্রীদের অজ্ঞতা ও অসতর্কতায় এই আনন্দ বিষাদে পরিণত হয়। এই হর্ষে-বিষাদ নিবারণ করাই সরল ধাত্রী-শিক্ষা প্রকাশের হেতু। এই দরিদ্র দেশে বহু পরিবারের ভারগ্রস্থ গৃহস্থ কথায় কথায় ধাত্রী ডাকিতে অসমর্থ। গৃহিণীমাত্রেই যাহাতে সহজ প্রসব ও শিশু পালন সম্বন্ধে সুশিক্ষিতা হইতে পারেন, প্রথম ভাগের তাহাই উদ্দেশ্য। দ্বিতীয় ভাগ ধাত্রীদের জন্য। ধাত্রীগণ অনেক সময় বাহাদুরী দেখাইতে গিয়া প্রসূতি ও শিশুর অনিষ্ট করে; গ্রন্থকার তাহাদিগকে এ বিষয়ে পুনঃ পুনঃ সতর্ক করিয়াছেন, এবং কোন স্থলে ডাক্তার ডাকিতে হইবে তাহা পরিষ্কাররূপে বুঝাইয়া দিয়াছেন। রোগী ও চিকিৎসকদের সহিত ধাত্রীদের আচরণ বিষয়েও সুন্দর উপদেশ আছে। স্থানে স্থানে ইংরাজী কথা আছে বটে, কিন্তু কথাগুলি চলিত হইয়া আসিতেছে এবং সেগুলি জানা থাকিলে ডাক্তারদের সঙ্গে কথা কহিবার বিশেষ সুবিধা।

প্রকাশক

সপ্তম সংস্করণের বিজ্ঞাপন

গ্রন্থকারের অর্দ্ধ শতাব্দী ব্যাপী উদ্যম সফল হইতেছে দেখিয়া তাঁহার আনন্দের সীমা নাই। গ্রামে গ্রামে ধাত্রীবিদ্যাশিক্ষার ব্যবস্থা শিশু-প্রসূতি মড়ক নিবারণের একমাত্র উপায়, এই মত গ্রন্থকার বহুদিন হইতে প্রচার করিতেছেন। আনন্দের বিষয় এখন ২। ৪টি গ্রাম লইয়া এক একটী ধাত্রীশিক্ষার কেন্দ্র স্থাপিত হইতেছে এবং গ্রন্থকারের গ্রন্থ পাঠ্য বলিয়া নির্দ্ধারিত হইয়াছে। অনেক হোমিওপ্যাথিক ও আয়ুর্ব্বেদিক বিদ্যালয়ে, এবং ইডেন, ডফারিণ, চিত্তরঞ্জন, কার্ম্মাইকেল প্রভৃতি হাঁসপাতাল সমূহে এই গ্রন্থই পাঠ্য।

শারীরস্থান (Ellmentary Anatomy and Physiolgy) সম্বন্ধে মোটামুটি জ্ঞান না থাকিলে ধাত্রীবিদ্যা আয়ত্ত করা যায় না। এই বিষয় স্বতন্ত্র পরিচ্ছেদে চিত্রের সাহায্যে সরল ভাষায় বুঝাইয়া দেওয়া হইয়াছে।

শিশুপরিচর্য্যা সম্বন্ধে মাতৃবর্গের এবং শিশুচিকিৎসকদের জ্ঞান পরিস্ফুট করিবার জন্য কুমারতন্ত্র অধ্যায়ের এক প্রকার নূতন সংস্করণ হইয়াছে বলা যায়। আধুনিক পাশ্চাত্য গবেষণা এবং গ্রন্থকারের বাঙ্গালী শিশু প্রকৃতির অভিজ্ঞতা এই উভয়ে সামঞ্জস্য রক্ষা করিয়া, শিশুর আহার বিহার সম্বন্ধে যে ব্যবস্থা করা হইয়াছে, তাহা পালন করিলে, বাৎসরিক শিশু মড়ক যে অনেক পরিমানে নিবারিত হইবে, সে বিষয়ে সন্দেহ নাই।

সংক্রামক রোগের বিবরণ ও নিবারণ বিষয়ে উপদেশ প্রত্যেক স্বাস্থ্য পরিদর্শকদের প্রনিধান যোগ্য।

ঘরকরা ঔষধ, মুষ্টিযোগ এবং রোগীর পথ্য বিষয়ক পরিচ্ছেদ গুলি প্রত্যেক গৃহস্থের কাজে লাগিবে। উত্তর সহ পরীক্ষার প্রশ্নাবলী

পরীক্ষার্থিনীদের পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হইবার পক্ষে বিশেষরূপে সাহায্য করিতেছে।

গৃহকর্ম্ম এবং মাতৃধর্ম্ম পালনের সহায় ২৪টী ব্যায়াম চিত্র এবং সুপ্রসিদ্ধ শিল্পীগণ কর্ত্তৃক অঙ্কিত ৯৮টী সুন্দর চিত্র গ্রন্থকলেবরের শোভা বৃদ্ধি করিয়াছে। শিশুর আহার-প্রণালী-নিয়ামক তুইটী ঘড়ির চিত্রের দিকে মাতৃমণ্ডলীর দৈনিক দৃষ্টি বাঞ্ছনীয়।

এক কথায় এই সপ্তম সংস্করণ সর্ব্বাঙ্গ সুন্দর। প্রথম শিক্ষার্থিনী হইতে চিকিৎসাবিদ্যা শিক্ষার্থী ও শিক্ষার্থিনী এবং গ্রাম্য চিকিৎসক পর্য্যন্ত, সকলেরই পক্ষে, এই পুস্তক উপযোগী।

বঙ্গাব্দ ১৩৪১, চৈত্র,
খৃষ্টাব্দ ১৯৩৫, মার্চ্চ } প্রকাশকগণ

পুস্তক সম্বন্ধে মন্তব্য

"এই পুস্তক গৃহ পঞ্জিকার ন্যায় গৃহে গৃহে পঠিত হওয়া উচিত"—**হিতবাদী ও সঞ্জীবনী**। "এই প্রকার পুস্তক প্রত্যেক মাতার পাঠ করা উচিত"—রাণী জ্যোতির্ম্ময়ী দেবী,—শোভাবাজার

"I do find it meeting the needs of the nurses under training"—*Dr. Miss. Lazarus.* (Resident Medical Officer and Lecturer, Lady Dufferin Hospital, Calcutta).

"The book can easily be grasped by Pupil nurses & Junior Medical Students. It is written in a very interesting manner & I read it like a novel"—*Dr. Miss. B. K. Chowdhury*, Buldeodas Maternity Hospital.

"I consider the book an excellent one confined to the use of medical students, nurses, midwives, health visitors &c."—*Dr. Chas A Bentley,* Director of Public Health, Bengal 1-3-17.

সূচী-পত্র

প্রথম ভাগ

প্রথম অধ্যায়

বিষয়			পৃষ্ঠা
গর্ভাধান, গভ ও ভ্রূণ-বিকাশ	...	...	১—১০

দ্বিতীয় অধ্যায়

গর্ভের লক্ষণ	...	...	১১—২৪

তৃতীয় অধ্যায়

প্রসবের লক্ষণ	...	...	২৫—৩৪

চতুর্থ অধ্যায়

গর্ভিণীর শুশ্রূষা	...	...	৩৪—৪৪
গর্ভাবস্থায় রোগ	...	...	৪৪—৫৯
গর্ভিণীর নববিধান	...	...	৫৯
গর্ভিণীর নয় ভয়	...	...	৬০

পঞ্চম অধ্যায়

গর্ভ শেষে ধাত্রীর কর্ত্তব্য	...	...	৬১—৬৬

ষষ্ঠ অধ্যায়

প্রথম পরিচ্ছেদ

প্রসবের সময় গৃহিণী ও ধাত্রীর কর্ত্তব্য	...	...	৬৭—১০৪

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ

আঁতুড়ে ধাত্রীর কর্ত্তব্য	...	...	১০৪—১১৪
বালিকা, ও প্রসূতির ব্যায়াম চিত্র	...		১১৩ পৃষ্ঠার সামনে

সপ্তম অধ্যায়

কুমার-তন্ত্র

বিষয়	প্রথম পরিচ্ছেদ	পৃষ্ঠা
আঁতুড়ে শিশুপালন	... ...	১১৫—১৪৪
আঁতুড়ের বাহিরে	... ...	১৪৪—১৪৬

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ

খাদ্যের শ্রেণী বিভাগ	... ...	১৪৬—১৪৮
শিশুর শুশ্রূষা রোগ ও ব্যবস্থা	... ...	১৪৮—১৯৪

তৃতীয় পরিচ্ছেদ

ঘরকরা ঔষধ	... ...	১৯৫—১৯৯
জ্বরে স্নান	... ...	১৯৯—২০১
পুলটিস্	... ...	২০২
কবিরাজী মুষ্টিযোগ ও পথ্য	... ...	২০১—২০৫

দ্বিতীয় ভাগ

প্রথম অধ্যায়

প্রথম পরিচ্ছেদ

শারীর স্থান

তলপেট	... ...	২০৬—২২২
পেলভিস্	... ...	২০৭—২১০
জননেন্দ্রিয়	... ...	২১১—২১৬
গর্ভাবস্থায় জরায়ু প্রভৃতির পরিবর্ত্তন	... ...	২১৬
প্লেসেণ্টার গঠন ও কাজ	... ...	২১৭—২১৮
ছেলের মাথা	... ...	২১৯—২২২

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ

বিষয়		পৃষ্ঠা
প্রসবের মিকেনিজ্‌ম্	... ...	২২৩—২৩১

তৃতীয় পরিচ্ছেদ

প্রসূতি পরিচর্য্যা	... ...	২৩২—২৩৭
দেহ এঞ্জিন ও কলকব্জা	... ...	২৩২—২৩৭
পাক ক্রিয়া	... ...	২৩৭—২৩৯
কিড্‌নীর কাজ	... ...	২৩৯
রক্ত ও রক্তসঞ্চালন	... ...	২৩৯
গর্ভস্থ শিশুর রক্ত সঞ্চালন	... ...	২৪২
শ্বাস ক্রিয়া	... ...	২৪৩—২৪৪

চতুর্থ পরিচ্ছেদ

কঙ্কাল ও গর্ভাবস্থায় জ্ঞাতব্য	...	২৪৬ পৃষ্ঠার সামনে
প্রসব কালের ধাত্রীর কর্ত্তব্য	... ...	২৪৫
পরীক্ষা	... ...	২৪৬
মাসে মাসে গর্ভের লক্ষণ	... ...	২৪৭—২৪৮
গ্রিপ্‌	... ...	২৪৯—২৫২
পিহ্বি,	... ...	২৫৩
পুয়ার পারিয়ম্‌	... ...	২৫৬

পঞ্চম পরিচ্ছেদ

দ্বিতীয় অধ্যায়

অস্বাভাবিক প্রসব		২৫৭—২৮৫
ফেস্‌ প্রেজেণ্টশন্‌	... ...	২৫৭
ব্রাও "	... ...	২৬০
ব্রীচ "	... ...	২৬১
শোল্‌ডার্‌ "	... ...	২৬৯
ফিউনিস্‌ "	... ...	২৭৪

বিষয়			পৃষ্ঠা
মাথার সঙ্গে হাত কি পা	...	...	২৭৫
মাথার পিছনে হাত	...	...	২৭৬
যমক হেডলকিং	...	...	২৭৮
হাইড্রো-কেফেলাস্	...	...	২৮০
শক্ত মাথা	...	...	২৮০

তৃতীয় অধ্যায়

ত্বরিত প্রসব	...	...	২৮১
বিলম্বে প্রসব	...	...	২৮২
ইনার্খিয়ার চিকিৎসা	...	...	২৮৩
অবষ্ট্রক্শনের লক্ষণ	...	...	২৮৫
অবষ্ট্রক্শনের কারণ	...	...	২৮৬
অস্ত্র চিকিৎসা	...	...	২৮৭—২৮৮

চতুর্থ অধ্যায়

গর্ভাবস্থায় রক্তস্রাব			২৮৯—৩০২
গর্ভাবস্থায় ঋতু	...	...	২৮৯
এবর্শন্	...	...	২৯০
মোল	...	...	২৯৪
স্বাভাবিক প্লেসেণ্টা খসা ও রক্তস্রাব	...	...	২৯৭
প্লেসেণ্টা প্রিভ্বিয়া	...	...	২৯৮
একটোপিক্ জেস্‌টেশন	...	...	৩০০

পঞ্চম অধ্যায়

প্রসবের পর রক্তস্রাব			৩০৫

ষষ্ঠ অধ্যায়

ইক্লাম্প শিয়া			৩১০

সপ্তম অধ্যায়

বিষয়			পৃষ্ঠা
সূতিকা রোগ			৩১৩
প্রস্রাবের গোলযোগ	...	...	৩১৩
বাহ্যের গোলযোগ	...	...	৩১৪
সুতিকাজ্বর	...	...	৩১৫
হোয়াইট লেগ	...	...	৩১৯
থুন্‌কো	...	...	৩২০
হউটারাসের ইন্‌হ্বর্শন্	...	...	৩২০
সব-ইনহ্বলিউশন	...	...	৩২২

অষ্টম অধ্যায়

স্ত্রীরোগ			৩২৪
পরীক্ষার নিয়ম	...	...	৩২৫
নাড়ীতে ঔষধ লাগাবার নিয়ম	...	...	৩৩১
এমেনোরিয়া	...	...	৩৩১
ডিস্‌মেনোরিয়া	...	...	৩৩১
মিনরেজিয়া	...	...	৩৩৩
মিট্রেজিয়া	...	...	৩৩৪
মিনপজ	...	...	৩৩৫
লিউকোরিয়া	...	...	৩৩৫
এন্টি-হ্বার্শন	...	...	৩৩৬
এন্টি-ফ্লেক্‌শন্	...	...	৩৩৭
রিট্রোহ্বার্শন	...	...	৩৩৮
পেসারি পরান	...	...	৩৩৯
রিট্রো-ফ্লেকশন্	...	...	৩৪২

বিষয়			পৃষ্ঠা
ইন্‌কার্সারেশন্	...	...	৩৪২
প্রোলাপ্স	...	...	ঐ
মিট্রাইটিস্	...	...	৩৪৩
এণ্ডো-মিট্রাইটিস	...	...	ঐ
গণোরিয়া	...	...	৩৪৪
সার্ভিক্সের ইরোশন্	...	...	৩৪৪
ফলিকিউলার ডিজেনারেশন্	...	...	৩৪৫
পলিপাস	...	...	৩৪৬
ফাইব্রয়েড	...	..	ঐ
ক্যান্সার	...	...	ঐ
সিফিলিস্	...	...	৩৪৭
এট্রিশিয়া	...	...	৩৫০
ষ্টিনোসিস	...	...	৩৫১
ওভ্বারাইটিস	...	...	ঐ
স্যালপিঞ্জাইটিস	...	...	ঐ
ওভ্বারিয়ান্ টিউমার	...	...	৩৫২
ইউরিথ্রেল কেরঙ্কল	...	...	ঐ
অস্ত্র চিকিৎসায় ধাত্রীর কর্ত্তব্য			**৩৫২—৩৬১**
পরিশিষ্ট			**৩৬২—৩৮৪**
ক। রোগীর পথ্য			৩৬২
খ। ইঞ্জেক্‌শনের ঔষধ			৩৬৫
গ। ঔষধের মাপ ও পরিভাষা			৩৬৬
ঘ। প্রশ্ন ও উত্তর			৩৭১

সরল ধাত্রী-শিক্ষা

ও

কুমার-তন্ত্র

প্রথম অধ্যায়

গর্ভাধান ও গর্ভ

(বিমলা ও কমলা)

বিমলা। কমলা কি মনে ক'রে ?

কমলা। তোমার কাছে ভাই খুদ মাগ্‌তে এলাম। আমাদের সরোজিনীর দ্বিতীয় বিবাহ। এই বুধবারে তোমাকে আমাদের ওখানে যেতে হবে ; মা বলেন তুমি নইলে তাঁর কোন আমোদই ভাল লাগে না।

বিমলা। বুধবারে কেন, আজই যাব। যে রকম ক'রে তোমরা কচি বাচ্চাদের মেরে ফেল সরোজিনীর বেলা তার কিছুই করা হবে না।

কমলা। তোমার কথা শুনে যে আমার ভয় হচ্চে ; সব ভেঙ্গে বল ত।

বিমলা। আমার কথা ভাল রকম বুঝ্‌তে গেলে ঋতু যে কি তা জান্‌তে হয়। যার ভিতরে ছেলে থাকে তাকে বলে জরায়ু, ইংরাজীতে বলে ইউটারাস্। সেই ইউটারাসের ভিতর থেকে মাসে মাসে যে রক্ত আসে, তার নাম ঋতু, ইংরাজীতে বলে 'কোর্স' বা 'মেন্‌সেস' কবিরাজেরা বলেন আর্ত্তব। আমাদের দেশে ১২।১৩ বছর বয়সে আর বিলাতে ১৪।১৫ বছর বয়সে ঋতু আরম্ভ হয় আর ৪৫ বছরে প্রায়

বন্ধ হয়। ডাক্তারেরা বলেন, যারা "ইঁচড়ে পাকে" তাদের অকালে ঋতু হয়। যে সব মেয়েছেলে বড় বিলাসী হয়, সর্ব্বদা উপন্যাস পড়ে, কি থিয়েটারে, কি বায়স্কোপে যায়, কি যাদের মায়েরা তাদের সাক্ষাতে সব অশ্লীল গল্প করেন, রাত দিন বিবাহের কথা বলেন, কি দাইয়েরা যখন নাড়ী পরীক্ষা করে কি প্রসব করায়, সেই সময় যাদের দেখতে দেন, তারাই ইঁচড়ে পেকে যায়। এখন ত দেখি ১১ বছরে না পড়্‌তে পড়্‌তেই অনেকের ঋতু আরম্ভ হয়; তাদের যে কি কষ্ট! ঋতু সচরাচর ৪।৫ দিন থাকে। প্রথম দিন রক্ত খুব লাল হয় না; তিন দিন টকটকে লাল থাকে, তার পর আবার একটু ময়লা হয়। ঋতুর সময় স্তন টাটায়, কখনও বা স্তনে ডেলা ডেলা হয়, গা ভারি হয়, ইউটারাসে বেশী রক্ত আসে, আর সমস্ত শরীরটা কেমন গরম বোধ হয়। রক্ত যদি প্রথম থেকেই কালো ঝুলের মত হয়, রক্তে যদি চাপ বা দুর্গন্ধ থাকে, ২৪ ঘণ্টার মধ্যে যদি ৩।৪ বারের বেশী কি দুবারের কম কপ্‌নী বদ্‌লাতে হয়, তা হ'লেই মনে ক'রতে হবে রোগ হয়েছে। রোগেরই বা কসুর কি? তোমার ঐ কচি মেয়েটিকে মেজেতে একখানা চাটাই পেতে শোয়াবে। চারিদিন এক কাপড়ে রাখ্‌বে, সেই কাপড় রক্তে চড় বড় ক'রবে আর নাকের কাছে ধ'রলে দুর্গন্ধে নাড়ী উল্‌টে আস্‌বে। খেতে দেবে কি? তেঁতুল আর গুড়। মনে করে দেখ দেখি কি ভয়ানক কথা! এই সময়ে যাতে ঠাণ্ডা না লাগে সেই রকম রাখা উচিত, আর যাতে অম্বল কি অজীর্ণ না হয় তাই খেতে দেওয়া উচিত; আর তোমাদের কি না সব বিপরীত! এই থেকেই ত রোগের সৃষ্টি; বাধক, ঋতু বন্ধ, পেট টাটান, নাড়ী পাকা, এই রকম আরও কত যে রোগ হয় তা আর কি বল্‌বো। আহা! বাছারা পেটের ব্যথায় কাটা কই মাছের মত যখন ছট্‌ফট্ করে, তখন মনে হয় ঘরে ঘরে এই সমস্ত

অ-নিয়মের বিষয় সাবধান ক'রে দিয়ে আসি। এইখানেই কি কষ্টের শেষ? বাছারা জন্মের মতন রোগী হয়ে থাকে। নাড়ীর রোগ থেকে মূর্চ্ছাবাই হ'য়ে একেবারে কাজের বার হ'য়ে পড়ে। তাই বল্‌চি আমোদ ক'র্‌তে গিয়ে মেয়েটিকে মেরে ফেলো না।

কমলা। আমোদ টামোদ চুলোয় যাক্ ভাই; এখন সরোজিনীকে কি নিয়মে রাখ্‌ব তাই বল দেখি।

বিমলা। ঋতুর সময় ৭টি নিয়ম রক্ষা করা উচিত :—

১। নেকড়া নিতে শেখাবে। অনেকে তা জানে না। নেকড়া ভিতরে না ঢুকিয়ে বাহিরে দিয়ে রাখ্‌বে। একখানা নেকড়ায় চুপুক্ক কাছা বা নেংটি ক'রবে, আর একখানা নেকড়া পাট ক'রে কাছার ভিতরে দিয়ে, কাছা প'র্‌বে। নেকড়াগুলি সাবানে কেচে পরিষ্কার ক'রে রোদে শুকিয়ে রাখবে। যা তা পর্‌তে দেবে না। নেকড়া রক্তে ভিজে গেলে, বদ্‌লে ফেলে, আবার ঐ রকম পরিষ্কার নেকড়া নেবে। এই রকম ক'রলে কাপড় কি বিছানা কিছুই নোংরা হয় না। পারলে ডাক্তারী তুলো ব্যবহার করা উচিত। স্পঞ্জ ব্যবহার করা উচিত নয়। স্পঞ্জ শীঘ্র নোংরা হয়ে যায়।

২। ঋতুর কদিন স্নান নিষিদ্ধ। এই সময়ে ইউটারাসে ও তার আশে পাশে বেশী রক্ত জমে। গায়ে ঠাণ্ডা লাগ্‌লে চামড়ার সরু সরু রক্তের শিরাগুলি কুঁচকে যায় এবং সে সমুদায়ের রক্ত ভিতরে চলে গিয়ে ইউটারাসে প্রবেশ করে। এই জন্য কত মেয়ের ইউটারাস্ ও আশে পাশের যন্ত্রগুলি পেকেছে এবং অস্ত্র পর্য্যন্ত ক'রতে হয়েছে, আমি স্বচক্ষে দেখেছি। ঠাণ্ডা লাগাবে না, কিন্তু তাই ব'লে অপরিষ্কার থাক্‌বে না। প্রস্রাবের পর গরম জলে, উপর পরিষ্কার ক'রে ধোয়া আবশ্যক।

৩। যদি কোন রকমে ঠাণ্ডা লাগে বা গায়ের কাপড় চোপড় ভিজে যায়, তা হ'লে ভিজে কাপড় ছাড়িয়ে, হাত পা ও গা গরম কাপড় দিয়ে বেশ ক'রে ড'লে দেওয়া উচিত। তারপর এক পেয়ালা গরম চা খাইয়ে বিছানায় শুইয়ে পেটের উপর গরম জলের সেঁক দিতে হবে। যদি ঋতু হঠাৎ বন্ধ হ'য়ে যায়, তবে এক গামলা গরম জলে রাই সরিষে (/৫সের জলে ১ কাঁচ্চা সরিষে) ফেলে তাইতে পা ডুবিয়ে রাখবে এবং ঐ গামলা শুদ্ধ সমুদয় গা একখানা কম্বল দিয়ে ঢাকা দেবে, যাতে বেশ ঘাম হয়। শুক্‌ন কাপড় দিয়ে গা মুছে গরম কাপড় দিয়ে পেট জড়িয়ে রাখবে।

৪। ঠাণ্ডা মেজেতে না শুইয়ে ভাল বিছানায় শোয়াবে।

৫। যতদিন রক্ত থাকে, শ্বাশুড়ীর কি অন্য স্ত্রীলোকের কাছে শোবে। একালের ছেলেরা অনেকে এই সব নিয়ম মানে না ব'লে বউগুলি রক্ত ভাঙ্গা, বাধক, আরও কত রকম রোগে কষ্ট পায়। তাই ব'লে কচি মেয়েদের একলা শুতে দিবে না, কারণ এই সময় ভয় পেলে নানা রকম রোগ হ'তে পারে।

৬। নিয়ম মত খেতে দেবে। যাতে রক্ত গরম হয় বা বদ হজমি হয় এমন কিছু দেবে না।

৭। প্রথম ঋতুর সময় মেয়েটী যখন হঠাৎ লম্বা হ'য়ে পড়ে এই যৌবনের আরম্ভে কিছুদিন পড়াশোনা বন্ধ রাখা উচিত। এই সময় বেশী পড়ার চাপে মগজটা অতিরিক্ত বাড়ে কিন্তু স্ত্রী-চিহ্নগুলো রীতিমত বাড়ে না। এই সময় বিশ্রাম করা উচিত। আজকাল অনেকে এ সব মানেন না। ঋতুর অবস্থায়ই মেয়েদের নিমন্ত্রণে, কি স্কুলে পাঠান; নাচ, তামাসা, আমোদ প্রমোদ কিছুই বাদ দেন না। কি অন্যায়! সামান্য একটু রক্তস্রাব হ'লে ডাক্তারেরা বিশ্রামের ব্যবস্থা করেন; আর এ যে অষ্টপ্রহর রক্তস্রাব, এতে বিশ্রামের কত দরকার। এই

সময় মাথার ভিতর সব গরম হ'য়ে থাকে, কবিরাজেরা যাকে বলেন "বাইবিদ্ধি" তাই হয়। যাতে মনে কোন উদ্বেগ না থাকে তাই করা উচিত। ঋতুবতী মেয়েদের কবিরাজেরা বলেন পুষ্পবতী। পুষ্প কথাটা ঠিক। ভাল ফুল থেকে যেমন ভাল ফল হয়, তেমনি ঋতু স্বাভাবিক হ'লে সন্তান ভাল হয়। মা বাপেরা এই কথাটা বুঝেন না ব'লে আজকাল মেয়েরা নানা রোগে ভোগে আর মারাও যায়। যারা আত্মহত্যা করে, প্রায় এই সময়েই করে। কোন মেয়ের বিয়ে হতে দেরী হচ্ছে ব'লে মা তাকেই ধিক্কার দেন; ছেলের শ্বশুর-বাড়ী থেকে ভাল 'তত্ত্ব' এল না ব'লে শ্বাশুড়ী বউকেই অপমান করেন; কষ্টে অপমানে বায়ুগ্রস্ত মেয়েরা এই বায়ু বৃদ্ধির সময় আত্মহত্যা করে। এমন মা ও শ্বাশুড়ীকে ধিক্! ঋতুর সময় মেয়েদের মনটা ভাল রাখা উচিত। মেয়েরা শারীরিক পরিশ্রম করলে বায়ুগ্রস্ত হয় না। ঘড়া ক'রে জল তোলা, ঘর ঝাট দেওয়া, বাটনা বাটা, যাতায় গম পেসা, চরকায় সুতো কাটা কি এই রকম কাজ ক'রলে অঙ্গ প্রত্যঙ্গ গুলো মজবুত হয়, রক্ত চলাচলও হয়; এদের ঋতুর সময় কষ্ট কম হয়। যাদের ঘরকন্নার কাজ নাই, তাদের ছেলেবেলা থেকে এমন কসরত করান উচিত যাতে পেটের মাংস ঢিল হয় না আর মেয়েটা চ্যাপসা হ'য়ে না পড়ে। পেট কুঁচকে নিশ্বাস টানবার এবং প্রশ্বাস ফেলবার এমন কসরত আছে, যাতে পেট শক্ত হয়। মেয়েরা কসরত ক'রলে মেয়েলী ভাব থাকবে না, অনেকের এই ধারণা কিন্তু ক্যাপ্টান গুপ্তের ছবি দেখে কসরত করলে মেয়েলী ভাবের অভাব হবে না। মদ্দা হওয়াও ভাল, তবু ক্ষীণজীবী ভীতু হ'য়ে, গুণ্ডাদের হাতের শিকার হ'য়ে থাকা ভাল নয়। অন্ততঃ ছোরা ও লাঠি খেলা শেখান উচিত। গর্ভিণী হবার পূর্ব্বে এমন কসরত শেখান উচিত যাতে পেটের মাংস ও চামড়া ঢিল হয়ে না পড়ে।

তোমরা সরোজিনীকে এই নিয়মে রাখলে দেখবে তার কখনও নাড়ীর কোন ব্যারাম হবে না, আর নাড়ী ভাল থাকলে গর্ভ হবার পক্ষে কোন ব্যাঘাত হবে না।

কমলা। হ্যাগা, ঋতুর সঙ্গে গর্ভের সম্পর্ক কি?

বিমলা। ওমা, তা নাই? যাদের ঋতুর ব্যারাম তাদের গর্ভ হয় না।

কমলা। আচ্ছা, গর্ভ কেমন ক'রে হয় আমায় একবার বুঝিয়ে বল দেখি।

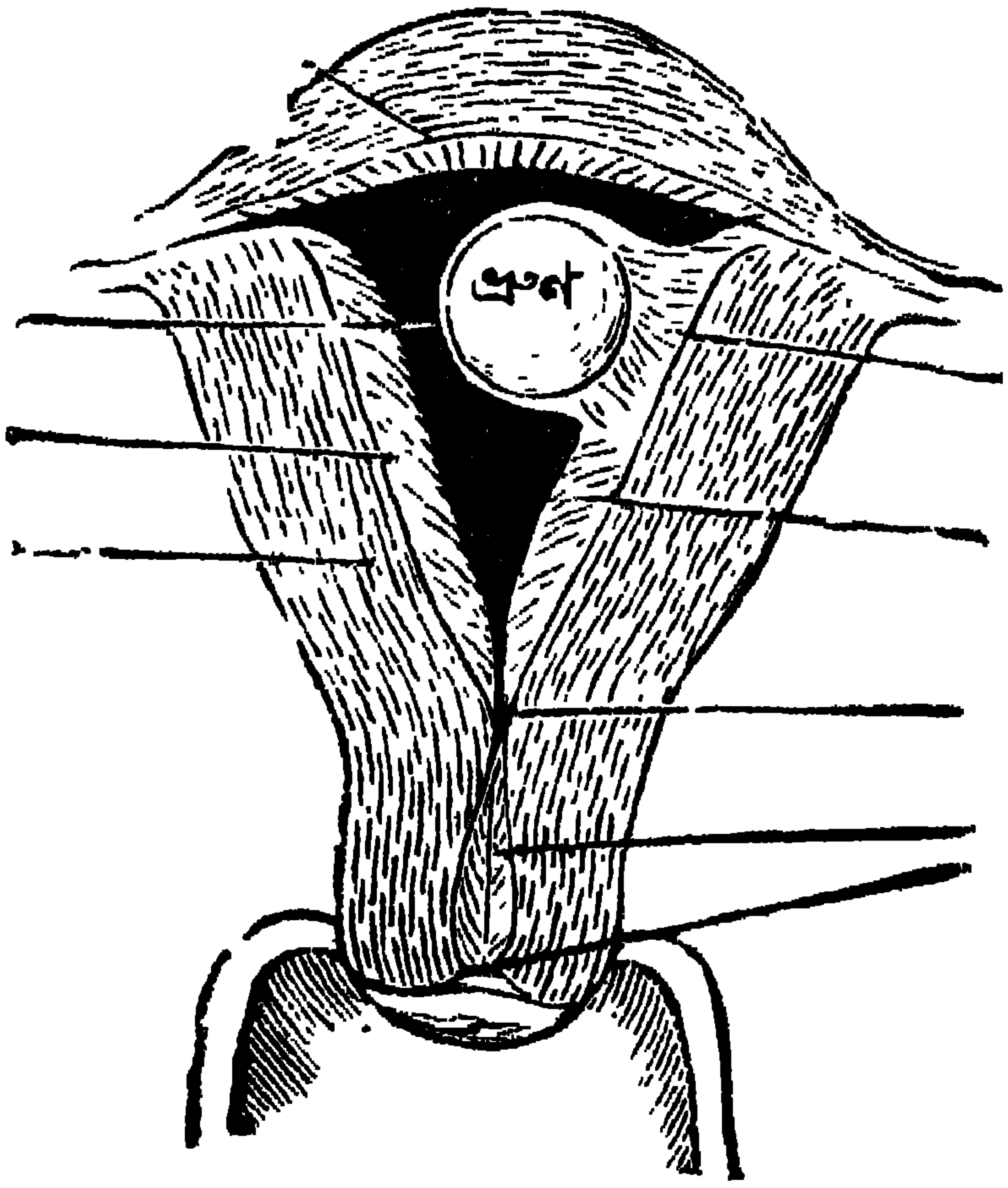
বিমলা। জরায়ুর দুধারে দুটি ফাঁপা নল আছে; আর নলের শেষ দিকের কাছে দুদিকে দুটী বাদামের মত জিনিস থাকে, তার নাম ওভ্বারি বা ডিম্বকোষ। তার ভিতর ছোট ছোট থলের মতন আছে। সেই থলের ভিতর থাকে ডিম। ঐ ডিমের কোষ ফেটে ডিম বেরিয়ে নলের ভিতরে যায়। ঐ ডিমেই গর্ভ সঞ্চার হয়। কোষ থেকে ডিম বেরোয় নাকি ঋতু আরম্ভের পর ১০ দিন থেকে ২০ দিনের ভিতর, প্রায় ১৩।১৪ দিনে। এই সময়েই নাকি গর্ভের সম্ভাবনা অধিক। গর্ভসঞ্চারের পর সেই ডিম ইউটারাসের ভিতর এসে উপর ভাগে লেগে থাকে। এই ডিম ক্রমশঃ বড় হ'তে থাকে। প্রথম তিনমাস এই ডিম আর জরায়ুর মাঝখানে ফাঁক থাকে, আর জরায়ুর মুখ (অস্) খোলা থাকে; তাই গর্ভ হলেও কাহারও কাহারও প্রথম তিন মাস ঋতু হতে দেখা যায়, তাইতে প্রসবের দিন গুণতে ভুল হয়। তিন মাস পর ডিম বড় হয়ে ইউটারাসের গায়ে একেবারে লেগে যায়, আর ইউটারাসের মুখ বুজে যায়। এই তিন মাসের ভিতর ফুল হয় না, তবে গোলাপী রঙ্গের এক রকম পুরু পরদা সমস্ত ডিমটার উপরে জড়িয়ে থাকে, তার নাম "কোরিয়নের হ্বিলাই"। এই কোরিয়ন্ হ্বিলাই থেকেই ফুল বা "প্লেসেণ্টা" হয়। এই ফুল দিয়েই ছেলের দেহে মায়ের রক্ত আসে। ছেলে-ঢাকা জলের থলের নাম মেম্ব্রেণ,

পানমুচি, বা পোরো। থলের ভিতর দিককার পরদাকে বলে "এম্‌নিয়ন্‌"; বাহিরের পরদাকে বলে "কোরিয়ন্‌"। কোরিয়নের গায়ে সরু সরু চুলের মতন বেরোয়; ঐ চুলের নাম "হ্বিলাই"। ইহারা মায়ের রক্ত চুষে নেয়। গর্ভ নষ্ট হ'লে, এই ফুল টুল দেখে বলা যায় ক মাসের গর্ভ ছিল।

কমলা। কেমন ক'রে ব'লতে পার?

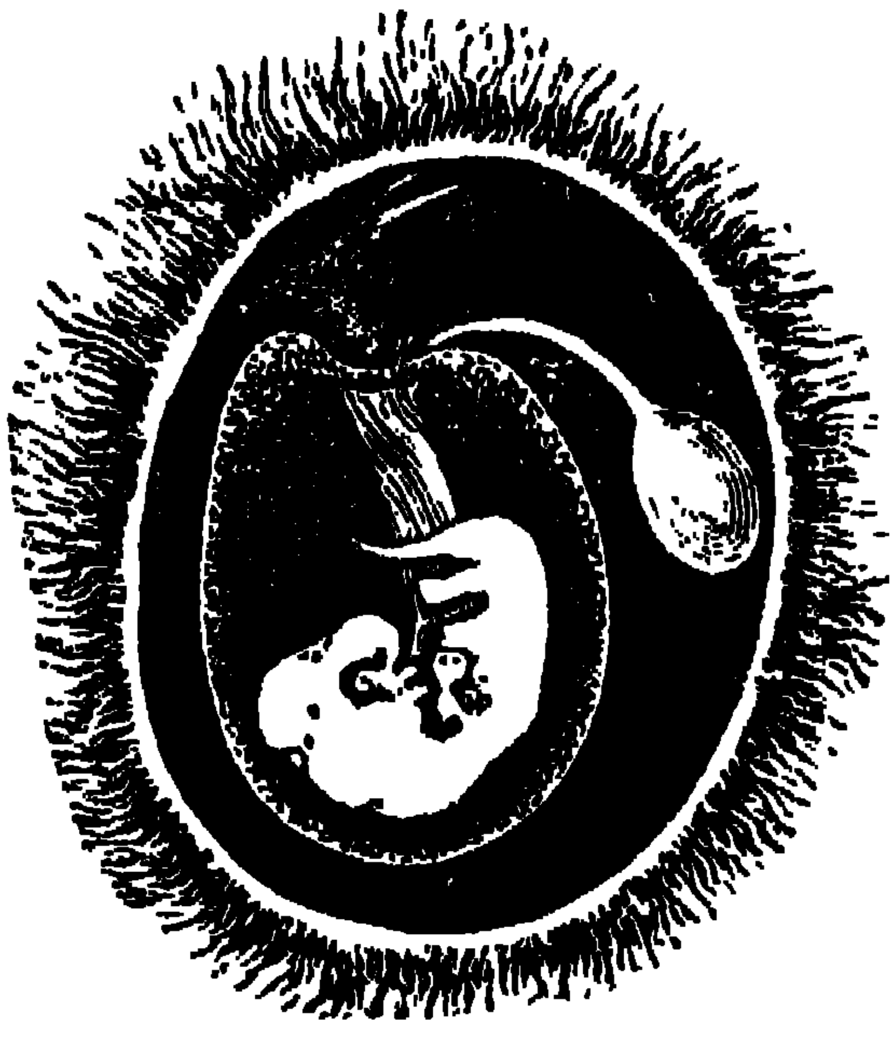
বিমলা। তা কেন পারব না? মনে কর, রক্তের সঙ্গে পায়রার ডিম যত বড় একটা জিনিষ যদি দেখা যায় তাহলে মনে করা যেতে পারে, **এক মাসের** "ছাঁচ" পোরো শুদ্ধ বেরিয়ে এসেছে; এক মাসের শেষে হাত পা ছোট মটরের মত উঁচু হ'য়ে উঠে। নাভী-নাড়ী দেখা যায়। **দ্বিতীয় মাসের** শেষে পোরো শুদ্ধ ছেলে মুরগীর ডিম যত বড় হয়: ছেলের মাথা খুব বড় দেখায়, কাণ দেখা যায়, আর হাত পা একটু একটু উঁচু হ'য়ে ওঠে, ছাঁচটা প্রায় এক ইঞ্চি লম্বা। পেট থেকে নাড়ী ঝুলেছে দেখতে পাওয়া যায়। **তিন মাসের** শেষে ছেলে ৩।৪ ইঞ্চি লম্বা, দেহের চেয়ে মাথা বড়, হাত পায়ের আঙুল দেখা যায়, চোক দুটি চিংড়ী মাছের মত উঁচু, স্ত্রী পুরুষ ভেদ করা যায় না, কিন্তু জায়গাটা উঁচু হয়, পোরো শুদ্ধ তিন মাসের ছেলে রাজহাঁসের ডিম বা কমলা নেবু যত বড়। ফুলের গঠন হয়েছে। আগে পানমুচির সমস্ত গায়ে যে গোলাপী রঙ্গের "কোরিয়ন্‌ হ্বিলাই" ছিল, সে সব মিলিয়ে গিয়ে একটা জায়গায় পুরু প্লেসেণ্টা হয়েছে। **চারি মাসের** শেষে মেয়ে পুরুষ ভেদ করা যায়, মাথায় পায়রা কি মুরগীর ছানার মতন লোম হয় কিন্তু নখ তখনও হয় না; চামড়া কাঁচের মতন স্বচ্ছ ও চকচকে; লম্বে প্রায় ৬॥ ইঞ্চি। **পাঁচ মাসে** ভ্রূণ ১০ ইঞ্চি লম্বা, নখ হয়, মাথায় চুল হয়, সমস্ত গায়ে লোম দেখা যায়, গায়ে ছাৎলা (হ্বার্নিক্স্‌) পড়ে, আর পেটে যখন নড়ে পোয়াতি টের পায়, খসে গেলেও কিছুক্ষণ

(পাঁচ দশ মিনিট) ধ'রে হাত পা নড়তে থাকে। **ছ মাসে** ছেলে ১২ ইঞ্চি লম্বা ; চামড়া কোঁচকান কিন্তু ছ্যাতলা পড়া, চোখের ভোমা হয়, চোখের পাতা দুটি আলাদা হয় কিন্তু চোখের পুতুলের সম্মুখটা পাতলা চামড়ায় ঢাকা থাকে ; বীচি দুটি পেটের ভিতরেই থাকে। এই সময় জন্মালে ছেলে অল্পক্ষণ (কখনও বা ১০।১২ ঘণ্টা) বেঁচে থাকৃতে পারে। **সাত মাসে** ছেলে ১৪ ইঞ্চি লম্বা আর দেখতে বুড়ো মানুষের মতন চামড়া কুঁচকান ; এই সময় চোখ খোলে আর বীচি দুটি নীচে নেমে



১ ম চিত্র—গর্ভের প্রথম মাসে ইউটারাস।

আসে, এই সময় জন্মালে বাঁচবার আশা থাকে ; ছেলের কান্না দুর্ব্বল রোগীর কাতরানির মতন। **আট মাসে** ছেলে ১৬ ইঞ্চি লম্বা। চামড়া কোঁচকান থাকে না। পায়রা ছানার মতন গায়ে লোম থাকে না। চোখ. চামড়া ঢাকা থাকে না। **নয় মাসে** ছেলে ১৮ ইঞ্চি লম্বা, নখ লম্বা হয়। উপর পেটটা উঁচু থাকে। **পূরো মাসের**



৩য় চিত্র—দেড় মাসের ভ্রূণ

৪র্থ চিত্র—তৃতীয় মাসের ভ্রূণ

২য় চিত্র—ভ্রূণ বিকাশ

ছেলে ২০ ইঞ্চি লম্বা, ভোমা বেশ পরিষ্কার, অপূরন্ত ছেলের মত চামড়া কোঁচকান নয়, নখ লম্বা লম্বা, নড়াচড়া আর কান্নার বেশ জোর থাকে। প্রথম তিন মাসের পর ছেলেকে ইংরাজীতে "ফিটাস্" বলে, আর তার আগে বলে "এম্‌ব্রিও"।

দ্বিতীয় অধ্যায়

গর্ভের লক্ষণ

কমলা। হ্যাঁ বিমলা, তুমি যে কালকে মুখুয্যেদের ব'লে এলে তাদের মেয়ের আদপেই গর্ভ হয় নাই, তারা যে সাধ দেবে ব'লে কত আয়োজন করেছিল, সৃষ্টির লোককে নিমন্ত্রণ ক'রে রেখেছিল, তুমি ধাঁ ক'রে একটা কথা ব'লে তাদের সব ভণ্ডুল ক'রে দিলে!

বিমলা। দেখ কমলা, আমরা ধাঁ ক'রে একটা কথা কখনও ব'লে ফেলতে পারি না। জান কি আমাদের একটা কথায় কত কাণ্ড হ'তে পারে? এই যে মেয়েটির কথা বলছিলে, তার ছেলে না হওয়ার দরুন শাশুড়ী কত যন্ত্রণা দেয়, আমি কি সে সব না ভেবে অমনি একটা কথা ব'লে এলাম? সে দিন পাড়াগাঁ থেকে একটি বিধবা মেয়েকে আমার কাছে নিয়ে এসেছিল, তার পেটে গুল্ম ব'লে কবিরাজরা অনেক দিন ধ'রে চিকিৎসা ক'রে কিছুই করতে পারেন নাই; তার পর এখানে নিয়ে আসে। আমি পরীক্ষা ক'রে দেখি গর্ভ হয়েছে। আমার ত আত্মাপুরুষ শুকিয়ে গেল। সঙ্গে এসেছিল তার এক গ্রাম সম্পর্কে মাসী। আমি তাকে কেমন ক'রে বলি? মনে কর যদি কথাটা কাণাঘুসো হয়, কেবল যে মেয়ের বিপদ তা নয় আমারও বিপদ। এ সব বিষয়ে যার তার কাছে ব'ল্‌লে নালিশ চলে। বিলাতের খুব এক জন বড় ডাক্তার একটি মেয়ের অপগর্ভের কথা তাঁর স্ত্রীর কছে গল্প ক'রেছিলেন। তাঁর স্ত্রী সেই কথা কার কাছে গল্প করেন। তখন ক্রমশঃ কথাটা রাষ্ট্র হয়। তাই নিয়ে মোকদ্দমা হ'ল। সেই মোকদ্দমায়

ঐ ডাক্তার সাহেবের ৩০,০০০ টাকা জরিমানা হয়। তা হ'লেই দেখ আমাদের কতটা ভেবে চিন্তে কথা কহিতে হয়, আর একবারের জায়গায় দশবার কত তন্ন তন্ন ক'রে দেখ্‌তে হয়। আমি তখন সেই গ্রাম-সম্পর্কে মাসীকে বল্‌লাম "মেয়ের মাকে পাঠিয়ে দেবে, তার কাছেই রোগের কথা ব'ল্‌ব।"

কমলা। আচ্ছা তোমরা গর্ভ কেমন ক'রে টের পাও?

বিমলা। তার অনেকগুলি লক্ষণ আছে। তার কতকগুলি পোয়াতি নিজে টের পায়, আর কতকগুলি অপরে টের পায়। পোয়াতি ৮টি লক্ষণ বুঝতে পারে (সব্‌জেক্‌টিহ্ব্‌ লক্ষণ):—

১। **ঋতু বন্ধ হওয়া**—ঋতু বন্ধ হলেই যে গর্ভ হল মনে কর্‌তে হবে তা নয়, রোগের দরুন বা স্তন্যদানের দরুনও ঋতু বন্ধ হয়। ঋতু বন্ধ অবস্থায় গর্ভ হলে মেয়েরা বলে মূঢ়গর্ভ। আবার গর্ভের প্রথম ৩ মাস ধ'রে কারও বা ঋতু হয়। ভয়ে কখনও ২।৩ মাস পর্য্যন্ত ঋতু বন্ধ থাকে। এইজন্য ঋতু বন্ধ হওয়া গর্ভের একটা প্রধান লক্ষণ ব'লে ধরা যায় না। তবে যাদের ঋতু নিয়মিত মত হয় তাদের ঋতু যদি হঠাৎ বন্ধ হয় আর এর সঙ্গে অপর লক্ষণগুলি যদি থাকে, এও একটা লক্ষণ ব'লে ধরা যায়।

২। **বমি**—কারও কারও গর্ভ হবামাত্রই বমি আরম্ভ হয়, কারও বা দু-তিন মাস পর হয়, কিন্তু সচরাচর দ্বিতীয় মাসেই দেখা দেয় আর ৪ মাসের পর থাকে না, আবার কারও বা আদপেই হয় না। কোন কোন রোগেও ন্যাকার হয়। তাই জন্যে ন্যাকার হলেই গর্ভ ব'লে স্থির করা যায় না। ঘুম থেকে উঠবার পর থেকেই গা ন্যাকার ন্যাকার করে বা বমি হয়, এই জন্য ইংরাজিতে বলে "মর্ণিং সিক্‌নেস্‌" বা সকাল বেলার বমি। বমি থামার পর প্রায়ই খুব ক্ষুধা পায়। এতে

সচরাচর কেবল থুথুই উঠে, ভাত টাত উঠে না। কিন্তু কোন কোন পোয়াতি যা খায় সমস্তই উঠে পড়ে, আর শরীর ভয়ানক কাহিল হয়; সেটা একটা রোগ। ৪ মাসের পর বমি থাক্‌লে ডাক্তার দেখান উচিত।

৩। **থুথু উঠা**—কারো কারো মুখে এত থুথু উঠে যে তাতে বড়ই কষ্ট হয়।

৪। **অরুচি আর অখাদ্যে রুচি**—সচরাচর পোয়াতিদের ভাল খাবারে রুচি থাকে না, কিন্তু পোড়ামাটি, পাতখোলা আরও কত রকম জিনিষে রুচি হয়! কেউ কেউ খড়ি খায়। পোয়াতিদের দেহের চূণের অংশ ছেলেদের দেহে গিয়ে হাড় হয়। এইজন্য খড়ি মাটি কি এই রকম জিনিসে রুচি হওয়া অস্বাভাবিক নয়।

৫। **স্তন টাটান**—প্রায় প্রথম মাসের শেষেই স্তন ভারি ভারি বোধ হয়, টন্ টন্ করে, দপ্ দপ্ করে, আর টিপলে ব্যথা বোধ হয়।

৬। **পেটে ছেলে নড়া বা "কুইক্লিং"**—সাধারণত সাড়ে চার মাসের পোয়াতি ছেলে নড়া টের পায়। প্রথম প্রথম বোধ হয় ভিতরে কি একটা যেন কেঁপে কেঁপে উঠে, তার পর বোধ হয় পেটে ঘুসি লাথি মারে। কখন কখন এত বেশী নড়ে যে পোয়াতির কষ্ট হয়, ছেলে মানুষ হ'লে ভয় পায়। পেটে কিছু নড়লেই যে ছেলে ন'ড়ল তা নয়; কখনও বা পেটে হাওয়া নড়ে, আর পোয়াতি মনে করে ছেলে ন'ড়চে।

৭। গর্ভের প্রথমে ও শেষে **প্রস্রাব বারে বাড়ে।**

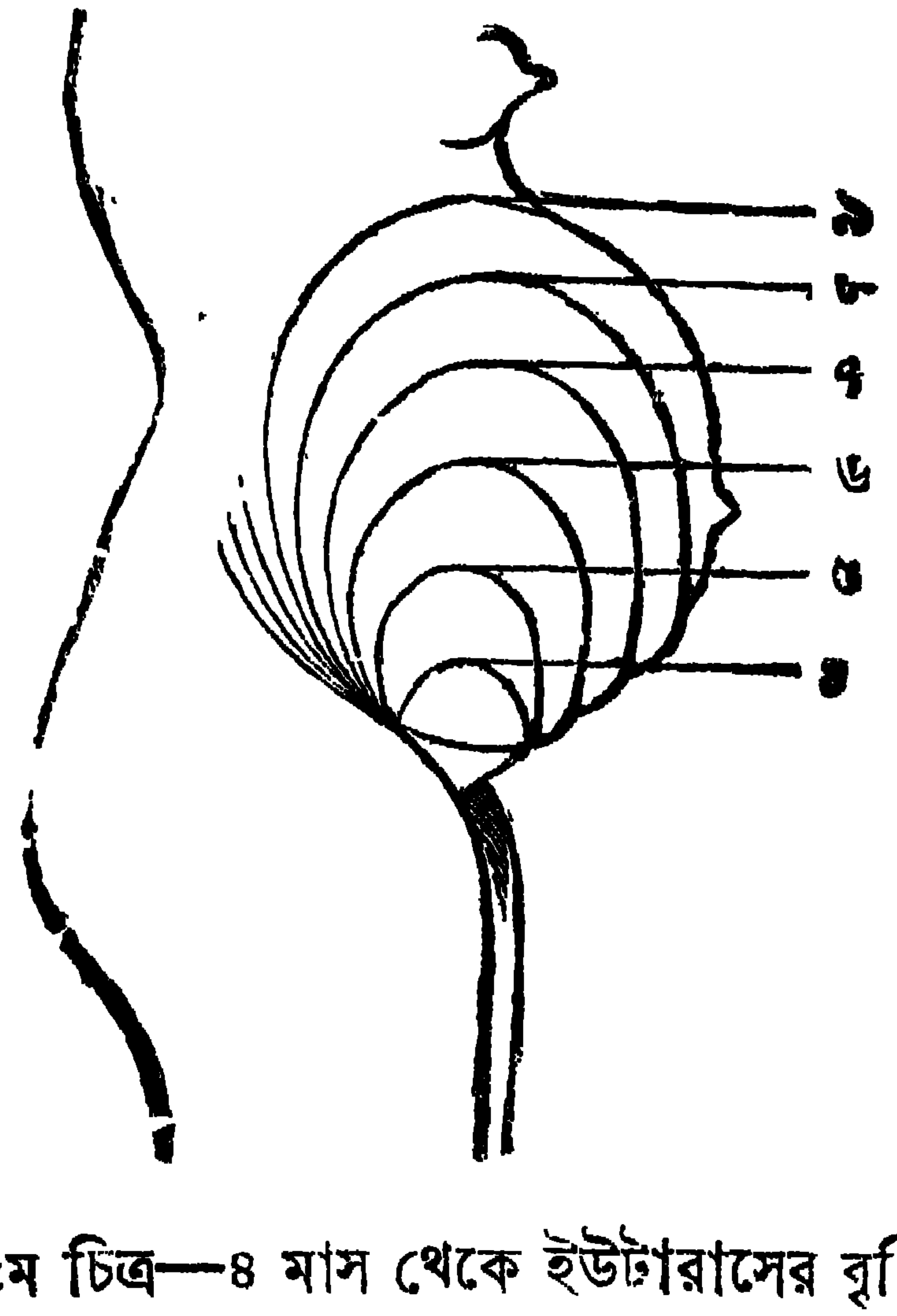
৮। **মনের পরিবর্ত্তন**—কোনও কোন শান্ত মেয়ে এ সময় উগ্র আর খিটখিটে হয়ে উঠে, আবার কদাচিৎ অশান্ত মেয়েদের এ সময় শান্ত হতেও দেখা যায়। কারো কারো মনে বাচবে না ব'লে ভয় হয়।

এই ৮ রকম লক্ষণ পোয়াতি নিজেই টের পায়। আর কতকগুলি

লক্ষণ আছে যা অপরে টের পায়, কি ধাত্রী বিশেষ পরীক্ষা ক'রে বুঝতে পারে—(১১টা অব্জেকটিহ্ব্ লক্ষণ) ঃ—

১। স্তন বড়, স্তনে এরিওলা, দুধ, আঁস আর ফাটা—দ্বিতীয় মাস হ'তে স্তন বড় হতে থাকে, স্তনের উপর বড় বড় কাল কাল শির দাঁড়ায়, আর তৃতীয় মাসে বোঁটার চারিধার বেশী কাল হয়, "ভ্যালা পড়ে"। ইংরাজীতে বলে "এরিওলা"। যাদের রং খুব ফরসা তাদের এরিওলা খুব স্পষ্ট হয় না, একটু বেগুণে রংয়ের হয়। এরিওলা উঁচু হয়, আঙ্গুল দিলে মকমলের মত নরম বোধ হয় আর ভিজে ভিজে ঠেকে। ৫।৬ মাসের শেষাশেষি এই এরিওলার চারিদিকে আরও এরিওলা হয়। কিন্তু এই এরিওলার রং তত গাঢ় নয়। কাগজে একটা কাল জমি এঁকে তাতে যদি জলের ছিঁটে দেওয়া যায়, তাহ'লে যে রকম পাতলা রং হয়, এই এরিওলার সেই রকম রং। এই সব এরিওলার উপর ছোট ছোট ফুস্কুড়ির মতন হয়, ইংরাজীতে বলে "মণ্ট্‌গমারি ফলিক্‌"। স্তনের বোঁটা ক্রমশঃ বড় হয়, আর তাতে গমের চোকলের মতন ছোট ছোট আঁস দেখা যায়। তৃতীয় মাসে বোঁটা টিপলে এক রকম আঠা বেরোয়, এই আঠাই ক্রমশঃ দুধ হয়। স্তনের চামড়ার উপর টান পড়াতে শাদা শাদা দাগ হয়। কোন কোন রোগেও স্তন এই রকম হয়; তাই এ সব লক্ষণের উপর নির্ভর করা যায় না; বিশেষ যাদের একবার ছেলে হ'য়েছে তাদের দুধ, এরিওলা, আর শাদা শাদা দাগ থেকে যায়। তবে প্রথম পোয়াতির এই রকম হলে গর্ভ সন্দেহ করা যেতে পারে। তাদের স্তন টিপে যদি এক ফোঁটা দুধ বাহির ক'রতে পার তা হলে গর্ভ খুব সম্ভব ব'লে ধরে নিতে পারা যায়। ৬।৭ মাসে স্তন খুব বড় হ'লে কারো কারো চামড়া ফেটে দাগ হয়; একে ইংরেজীতে বলে "ষ্ট্রায়ী।

২। **পেট উঁচু হওয়া**—প্রথম মাসে জরায়ু বরং একটু নীচু হয় কিন্তু তিন মাসের শেষে কি ৪ মাসের প্রথমে পেট উঁচু হতে থাকে। চতুর্থ মাসে তলপেট টিপে দেখলে একটা ময়দার পিণ্ডের মতন নরম আব টের পাওয়া যায়। এই আবই ইউটারাস। চতুর্থ মাসের শেষে ইউটারাস্ পিউবিসের (তলপেটের নীচের হাড়ের) ৩ আঙ্গুল (২ ইঞ্চি) উপরে উঠে; পাঁচ মাসের মাঝামাঝি পিউবিস আর নাইয়ের মাঝামাঝি, ছয় মাসে নাইয়ের সমান সমান; সাতমাসে নাইয়ের ৩ অঙ্গুল উপরে; আট মাসের শেষে নাই আর বুকের কড়ার মাঝামাঝি এবং নয় মাসে



৫ম চিত্র—৪ মাস থেকে ইউটারাসের বৃদ্ধি

ক্রমশঃ বড় হ'য়ে বুকের কড়া পর্য্যন্ত উঠে। প্রসবের প্রায় দু তিন সপ্তাহ আগে ইউটারাস নেমে পড়ে, পেট নরম আর ঢিলা হয়, হাঁস-কাঁসানি আর অন্য সব কষ্টও কিছু কমে; ইউটারাস্ আট মাসে যত উঁচু

ছিল তত উঁচু থাকে, আট মাসের চেয়ে চওড়ায় বড় থাকে। পাঁচ কি ছয় মাসে নাইয়ের খোল বুজে যায়, তার পর নাই ঠেলে বেরোয়, একেই বলে 'নাই চিতন'।

৩। **পেটে কটা, নীল আর কাল দাগ**—পেট খুব উঁচু হ'লে ফাটার দাগ হয়। এই দাগের রং প্রথম পোয়াতির কটা বা ঈষৎ নীল; আবার গর্ভ হ'লে নূতন দাগগুলির ঐ রং হয়, আর তার পাশে পাশে পুরাতন শাদা দাগ থাকে। প্রথম পোয়াতির এই লক্ষণ হ'লে গর্ভ সন্দেহ হতে পারে। কাল বা কটা রঙের আর এক রকম দাগ হয়। এই দাগ তলপেটের নীচে থেকে পেটের মাঝখানটা অবধি উঠে, কি নাইয়ের চারিদিকে ঘুরে বুকের কড়া অবধিও যায়। এ সব দাগ সব পোয়াতির হয় না।

৪। **ইউটারাসের সঙ্কোচ**—(ব্রাক্‌সন্ হিকের চিহ্ন) তিন মাসের শেষে পেটে হাত দিলে যে একটা ময়দার পিণ্ডের মত টের পাওয়া যায়, সেইটী থেকে থেকে শক্ত হয়, একে বলে ইউটারাসের সঙ্কোচ বা কণ্ট্রাক্‌শন। প্রথম প্রথম অনেকক্ষণ ধ'রে এমন কি ২০ মিনিট পর্য্যন্ত হাত রাখলে তবে টের পাওয়া যায়; পরে পাঁচ মিনিট কি দশ মিনিট অন্তর এই রকম শক্ত হয়, ২।৫ মিনিট শক্ত থেকে আবার নরম হ'য়ে যায়। ঋতুর রক্ত চাপ হ'য়ে ভিতরে যদি আটকে থাকে, কি ভিতরে যদি আব জন্মায়, তাতেও ইউটারাস্ এই রকম থেকে থেকে শক্ত হয়; কিন্তু এ রকম রোগ খুব কমই হয়; আর হ'লেও সহজে ধরা পড়ে।

৫। **ছেলের হাত পা টের পাওয়া**—যে সব পোয়াতির পেটের চামড়া বেশী পুরু নয়, তাদের পেটে ৬।৭ মাসে হাত দিলেই ছেলের হাত পা বেশ স্পষ্ট টের পাওয়া যায়।

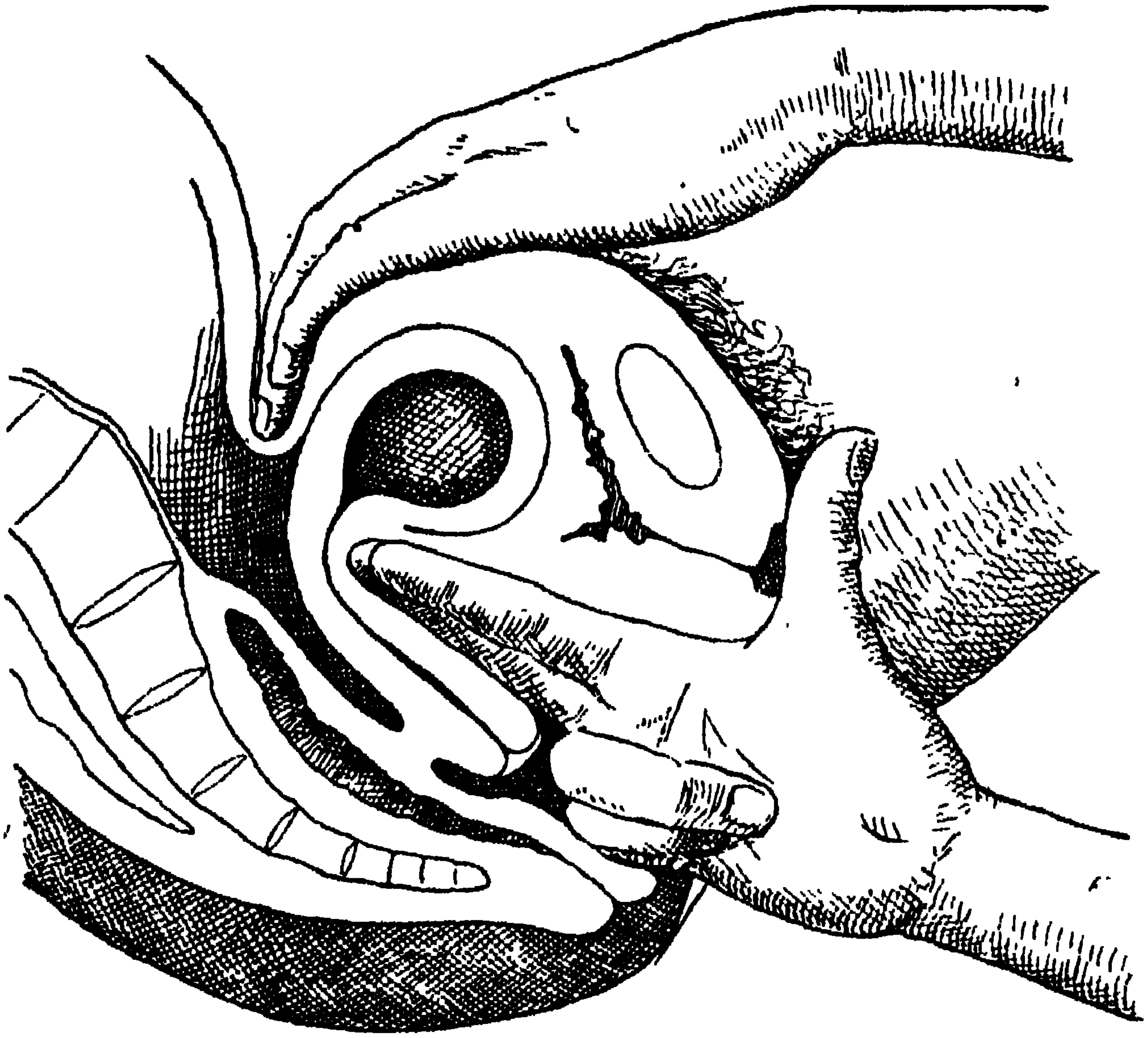
৬। **ছেলে নড়া**—পাঁচ ছয় মাসের পোয়াতির পেটে হাত দিয়ে

থাক্‌লে বেশ টের পাওয়া যায় ছেলে এক জায়গা থেকে আর এক জায়গায় ন'ড়ে যায়। পেটের উপর হাত দিয়ে ছেলের হাত পা একদিক থেকে আর একদিকে সরানর নাম ইংরাজীতে বলে বাহিরের ব্যালটমেণ্ট। ভিতরে আঙ্গুল দিয়ে ঠেলে দিলে ছেলের মাথা বা হাত পা হঠাৎ ঠক্ ক'রে এসে হাতে লাগে। এই পরীক্ষার নাম ভিতরের ব্যালট্‌মেণ্ট। কখনও কখনও পেটে কাণ দিলেও এই নড়ার শব্দ পাওয়া যায়, যেমন জলের হাঁড়ির ভিতর মাছ নড়ে সেই রকম। যন্ত্র দিয়ে এই শব্দ, আর হার্টের টিক্ টিক্ শব্দ শোনা যায়।

৭। **নরম অস্**—স্বাভাবিক অস্ শক্ত আর ছুঁচলো; কিন্তু দ্বিতীয় মাসের শেষে পোয়াতির হেবজাইনার (যোনি) ভিতর আঙ্গুল দিয়ে পরীক্ষা ক'রলে বেশ টের পাওয়া যায়, অসের সামনের ও পিছনের দুটো দিকই (লিপ) পুরু, নরম আর মকমলের মতন। একখানা তক্তার উপর পুরু নরম কাপড় পেতে আঙ্গুল দিয়ে টিপলে কিম্বা ঠোঁট টিপলে যে রকম বোধ হয় পোয়াতির অস্ ঠিক সেই রকম। ক্রমশঃ ইউটারাসের সমস্ত গলাটাই (সার্হিবক্স) নরম হয়। এই রকম নরম হ'লেই গর্ভ হয়েছে তা বলা যায় না; তবে যাকে পাঁচ মাসের পোয়াতি বলে, তার অস্ যদি শক্ত আর ছুঁচলো থাকে তা হলে সে পোয়াতি নয় এই কথা বলা যেতে পারে। অস্ ক্রমশঃ নরম হ'য়ে ঢিলে হ'তে থাকে, এমন কি শেষে এত দূর খুলে যায় যে একটি আঙ্গুলের আগা ঢোকান যায়। যাদের বেশী ছেলে হ'য়েছে তাদের অস্ আরও খোলে, এমন কি শেষ অবস্থায় আঙ্গুল দিয়ে ছেলের মাথা টের পাওয়া যায়। তাদের অস্ প্রায়ই একটু আধটু ছেঁড়া থাকে আর ঠিক গোল থাকে না।

হেগার চিহ্ন—ইউটারাসের গলা বা সার্হিবক্সের ভিতরকার মুখ (ইণ্টার্নেল অস্) ও তার উপর এত নরম হয়, যে এক

হাত পেটে ও ইউটারাসের উপর ভাগ বা ফণ্ডাসের পেছনে দিয়ে যদি ফণ্ডাস্ সামনের দিকে ঠেলে দেওয়া যায়, আর অন্য হাতের আঙ্গুল যদি সার্ভিক্সের উপরে যে জায়গাটা নরম সেইখানে সামনে রেখে পেছন দিকে ঠেলা যায় তা হ'লে বাহিরের হাতের আঙ্গুলে ও ভিতরকার হাতের আঙ্গুলে প্রায় ঠেকাঠেকি হয়। এই চিহ্নকে বলে **হেগার্স চিহ্ন**।



৬ষ্ঠ চিত্র—হেগার চিহ্ন

১॥ কি ২ মাসে পরীক্ষা ক'রলে এই চিহ্ন পাওয়া যায়। গর্ভহীন অবস্থায় এই রকম পাওয়া যায় না। এই ৬ষ্ঠ ছবিতে দেখ। জরায়ুর উপরভাগ (বডি) গোল বলের মতন আর গলা (সার্ভিক্স) শক্ত, মনে হয় যেন দুটো জিনিষ আলাদা।

৮। **ভেজাইনা সংক্রান্ত পরিবর্ত্তন**—ভেজাইনার স্বাভাবিক রং গোলাপী, কিন্তু গর্ভ হ'লে প্রথমে অল্প বেগুণে বা নীল, পরে রং গাঢ় বেগুণে বা নীল হয়। ৪।৫ মাসে যোনির ভিতরে আঙ্গুল দিলে শিরার দপদপানি টের পাওয়া যায়। গর্ভের শেষ ভাগে ভিতর থেকে জল ও সিক্‌নির মতন আসে ; আগে শ্বেত প্রদর থাক্‌লে বৃদ্ধি হয়। ইউটারাসে আব হ'লেও এই সমস্ত হ'য়ে থাকে।

৯। **বেলট্‌**—অসের উপরে ইউটারাসের গায়ে আঙ্গুল দিয়ে উপরের দিকে যদি একটু ধাক্কা দেওয়া যায়, তা হ'লে বোধ হয় যেন কি একটা ভারি জিনিষ আঙ্গুলের আগায় টপ ক'রে এসে পড়ে। এই রকম পড়া টের পাওয়ার নাম "বেলট্‌" করা। ৪ মাস থেকে ৭ মাসের ভিতর এই রকম করা যায়। তার আগে ছেলে এত ছোট থাকে যে, তার পড়া টের পাওয়া যায় না, আর পরে এত ভারি হয় যে, ঠেল্‌লে উপরে উঠে না। এই রকম পরীক্ষার সময় পোয়াতিকে আধ-বসা আধ শোওয়া ভাবে হেলান দেওয়ার মতন রাখা হয়। ডান হাতের তর্জ্জনী আর মাঝের আঙ্গুল ভেজাইনায় ঢুকিয়ে অসের উপর দিয়ে চালাবে, আর বাঁ হাতে পেট ঠেলে ইউটারাস স্থির ক'রে রাখবে। তার পর ডান হাতের আঙ্গুল দুটি ইউটারাসের গায়ে ঠক্‌ ক'রে উপর দিকে ধাক্কা দিতে হবে। ভিতরে ছেলে থাক্‌লে উপর দিকে উঠে তখনই আঙ্গুলের উপরে এসে টপ করে পড়বে। প্রস্রাবের থলিতে পাথর থাক্‌লে কি অস্‌ বাঁকা হ'লে আঙ্গুলের ঠেলায় এই রকম টপ করে পড়ে, কিন্তু পরীক্ষা কর্‌লেই এসব রোগ সহজে ধরা পড়ে। আবার এই লক্ষণ টের না পেলেই যে গর্ভ হল না তা নয়, কারণ অসের মুখে যদি প্লেসেণ্টা লেগে থাকে, কি নীচের দিকে ছেলের মাথা না থেকে যদি অন্য কিছু থাকে, তা হ'লে এই লক্ষণ টের পাওয়া যায় না। একে

বলে ভিতরকার বেলট্ করা। পেটের উপর হাত দিয়ে এক হাতে ছেলের হাত পা কি মাথা সরালে অন্য হাতে গিয়ে ঠেকে, তাকে বলে বাহিরের বেলট।

১০। **ছেলের বুক তুর্দ্দুড়নি**—আমাদের বাঁমদিকের স্তনের উপর যদি কাণ দেওয়া যায়, তা হ'লে বুকের টিপ টিপ শব্দ শুন্‌তে পাওয়া যায়। কাঠের নল দিয়ে শুন্‌লে আরও স্পষ্ট শোনা যায়। এই নলের বা বুক পরীক্ষার যন্ত্রের নাম 'ষ্টেথেস্‌কোপ'। আমাদের বুকের ভিতর যেমন টিপ টিপ করে, ছেলের বুকের ভিতরও সেই রকম করে, তবে শব্দ খুব অল্প। শিয়রে বালিশের নীচে একটী ছোট ঘড়ি রেখে কাণ পেতে শুন্‌লে যে রকম টিক্‌টাক্ টিক্‌টাক শব্দ শুন্‌তে পাওয়া যায়, ছেলের বুকের শব্দও সেই রকম। এই শব্দ প্রায়ই পাঁচ মাসে (১৭।১৮ সপ্তাহ) শোনা যায়, আর ভরা পোয়াতির বাঁ দিকের কুঁচকির উপরের উঁচু হাড় (ইলিয়েক স্পাইন্) আর নাভি এই দুইয়ের মাঝখানে শোনা যায়। এই শব্দ শুন্‌তে হ'লে পোয়াতিকে চিৎ হ'য়ে বালিশের উপর কাঁধ উচু ক'রে আর হাঁটু উঁচু ক'রে শুতে ব'লবে, তার পর পেটের কাপড় সরিয়ে ষ্টেথেস্‌কোপ বেশ চেপে বসাবে। কাছে কোন রকম শব্দ হ'তে দেবে না। ষ্টেথেস্‌কোপ না থাক্‌লে শুধু কাণ দিয়েও শোনা যায়। পেটে 'এঅর্টা' ব'লে একটী রক্তের শিরা আছে, কখনও কখনও তারই শব্দ শুনে ছেলের বুকের শব্দ ব'লে ভ্রম হয়। কিন্তু সন্দেহের স্থলে কাণ দিয়ে সেই শব্দ শুন্‌বে, আর হাত দিয়ে পোয়াতির হাতের নাড়ী টিপবে; তখন দেখ্‌বে পেটের শব্দের এক সঙ্গে হাতের নাড়ী চলে না, কিন্তু ছেলের বুকের শব্দ তার চেয়ে অনেক ত্রস্ত। যারা ঘড়ি দেখতে জানে তারা সহজেই গুণে ব'ল্‌তে পারে এক মিনিটে ঐ শব্দ কতবার শোনা যায়, আর পোয়াতির নাড়ীই বা কতবার চলে।

ঘড়ির সেকেণ্ড হ্যাণ্ড দিয়ে গুণতে হয়। মনে কর দশ সেকেণ্ডে যদি ২৫ বার শব্দ হয়, তা হ'লে এক মিনিটে হ'ল ১৫০ বার। এই শব্দ মিনিটে ১২০ থেকে ১৫০ বারও শোনা যায়, কিন্তু সহজ পোয়াতির নাড়ী ৮০।৯০ বারের বেশী চলে না। পেটে বেশী জল থাক্‌লে, প্রসব-বেদনা আরম্ভ হ'লে, কিম্বা পেটে হাওয়া হ'লে এই শব্দ শোনা যায় না; কিন্তু যখন শোনা যায় তখন গর্ভ সম্বন্ধে সন্দেহ আর থাক্‌তে পারে না। 'সেণ্টার্ সেকেণ্ড' বা দাই-ঘড়িতে গুণবার সুবিধা।

১১। **সুফ্‌ল্**—চারি মাসের কি তারপর পেটের নীচের দিকে ষ্টেথেস্‌কোপ বসালে একরকম হুশ হুশ শব্দ শোনা যায়, তার নাম ইউটারাইন্ সুফ্‌ল্। এই শব্দ শুন্‌লেই যে গর্ভ হয়েছে ব'লতে হবে তা নয়, রোগের দরুনও এ রকম হ'তে পারে। কদাচিৎ ছেলের নাড়ী থেকে ঐ রকম হুশ হুশ শব্দ হয়, তাকে বলে ফিউনিক্ সুফ্‌ল্।

কমলা। আচ্ছা, গর্ভের লক্ষণ সব কটাইত বেশ পরিষ্কার বোঝা গেল, কিন্তু এর মধ্যে কোন্ কোন্ লক্ষণ দিয়ে জানা যায় যে নিশ্চয়ই গর্ভ হয়েছে।

বিমলা। কেন? বেশ করে মনে করে দেখ তিনটী লক্ষণ হ'লেই আর সন্দেহ থাক্‌তে পারে না। (১) ছেলের হাত পা—পেট টিপে বোধ করা। (২) ছেলে নড়া—পেটে হাত আর কাণ দিয়ে টের পাওয়া, আর, (৩) ছেলের বুকের টিক্ টিক্ শব্দ শোনা।

কমলা। ৫।৬ মাস না হলে ত এ সব লক্ষণ টের পাওয়া যায় না, কিন্তু আর কোন লক্ষণ দিয়ে কি অল্প মাসের গর্ভ ধরা যায় না?

বিমলা। নিশ্চয় বলা যায় না, তবে কতকগুলি লক্ষণ দেখলে এই মাত্র বলা যেতে পারে যে, খুব সম্ভব গর্ভ হয়েছে। মনে কর একটী মেয়ের মাসে মাসে নিয়মিত ঋতু হয়ে যদি বন্ধ হ'য়ে যায়, যতদিন ঋতু

বন্ধ ততদিনের মতন যদি পেট বড় হয়ে থাকে, স্তন-সংক্রান্ত লক্ষণগুলি যদি সব দেখা দেয়, ভেজাইনা পরীক্ষা করে যে সব লক্ষণ পাওয়া যায় বলেছি তা যদি সব হয়, সুফল্ যদি শোনা যায়, ইউটারাস্ যদি সঙ্কোচ করে, তা হলে এ কথা বেশ বলা যায় 'খুব সম্ভব গর্ভ হয়েছে।' হেগার চিহ্নের উপর অনেকটা নির্ভর করা যায়।

বিমলা। আচ্ছা, তুমি বলেছ কতকগুলি রোগ আছে যাতে গর্ভ ব'লে ভ্রম হয়, মোটামুটি সেইগুলি বুঝিয়ে দাও ত ?

বিমলা। সবকটা ডাক্তার নইলে ভাল বোঝা যায় না: তবে মোটামুটি এক রকম বোঝা যায় বটে।

(১) **মিথ্যা গর্ভ**—এতে গর্ভের মতন পেট বড় হয়, স্তন বড় হয় আর এরিওলা হয়, ঋতু বন্ধ হয়, রোগী বলে তার পেটে ছেলে নড়ে, এমন কি প্রসব-বেদনার মতন বেদনাও আসতে পারে, কিন্তু পোয়াতির ভিতর পরীক্ষা ক'রে কি ষ্টেথেস্‌কোপ দিয়ে যে সব গর্ভের লক্ষণ টের পাওয়া যায়, তার কিছুই এতে পাওয়া যায় না। আর ডাক্তারেরা ক্লোরফর্ম্ম শুঁকিয়ে অজ্ঞান ক'রে দেখেছেন, মিথ্যা গর্ভ হ'লে সে পেট একেবারে ছোট হ'য়ে যায়, আবার জ্ঞান হ'লে পেট উঁচু হ'য়ে উঠে।

(২) **উদরী**—এতে পেট বড় হয় ব'টে, কিন্তু এ রোগে ইউটারাসের কোন পরিবর্ত্তন হয় না। উদরী রোগীর সমস্ত পেট সমান ভাবে বড় দেখায়, আর চিৎ ক'রে শোয়ালে দুপাশ ঠেলে বেরোয়; পোয়াতির দুপাশ সে রকম ঠেলে বেরোয় না, বরং মাঝখানটা উঁচু থাকে।

(৩) **বন্ধ ঋতু**—কখনও কখনও অস্ বুজে গিয়ে ঋতু বন্ধ হয়, আর গর্ভের মতন পেট বড় হয়। এতে মাসে মাসে বেদনা হয়। স্তনের এরিওলা, বেল্‌টমো কি গর্ভের সঠিক কোন লক্ষণই দেখা যায় না।

(৪) **বড় পীলে**—ম্যালেরিয়ার দরুন ঋতু বন্ধ হ'য়ে যায়, আর

পীলে বড় হয়। সেই পীলে গর্ভ ব'লে সন্দেহ হ'তে পারে। কিন্তু ম্যালেরিয়ার অন্য সব লক্ষণ থাকে, আর পীলে জরায়ুর মতন মাঝখানে সমান ভাবে গোল না হয়ে একপাশে থাকে, এবং উপরের দিকে ঠেলে তোলা যায়।

(৫) আব—শক্ত আব (ফাইব্রয়েড) গর্ভ ব'লে সন্দেহ হয়। কিন্তু এতে প্রায়ই অসময়ে রক্তস্রাব হয়, গর্ভের সঠিক লক্ষণ পাওয়া যায় না।

কমলা। আচ্ছা, গর্ভ কত দিন থাক্‌বে, বা কত দিনে ছেলে হবে, তা কি বলা যায়?

বিমলা। ঠিক বলা যায় না, তবে মোটের উপর এই বলা যায়, শেষ ঋতুর প্রথম দিন থেকে ২৮০ দিনে ছেলে হয়। আমাদের মেয়েলী হিসাবে বড় ভুল হয়। মনে কর বৈশাখ মাসের শেষ দিনেও যদি ঋতু হয়, বৈশাখ মাসের প্রথম থেকেই গর্ভ ধরা হয়; কাজেই সে হিসাবে কারো দশ মাস পার হ'য়েও ছেলে হয়। বাঙ্গালা মাসের দিন সব বছরে এক রকম নয়। তাই ইংরাজী মতে প্রসবদিন গণনার একটা তালিকা প্রস্তুত ক'রে দেওয়া গেল। লাল অক্ষরে শেষ ঋতুর প্রথম দিন আর কাল অক্ষরে তার নীচে প্রসব সম্ভাবনার দিন লেখা আছে; যেমন, জানুয়ারির প্রথমে যদি শেষ ঋতু আরম্ভ হয়ে থাকে, ৮ই অক্টোবর প্রসব হবার সম্ভাবনা; আগষ্ট মাসের ২৫এ যদি শেষ ঋতুর দিন হয়, ১লা জুন প্রসবের সম্ভাবনা। গণনার আর এক সহজ উপায় আছে। যে মাসের যে তারিখে শেষ ঋতু হয়েছে সেই মাস থেকে উল্টো গুণে চতুর্থ মাসের সেই তারিখে ৭ যোগ কর। মনে কর ৩১-এ অক্টোবরে শেষ ঋতু আরম্ভ হয়েছে; উল্টো গুণে চতুর্থ মাসে সেই তারিখ হয় ৩১-এ জুলাই। তা হ'লে ৭ই আগষ্ট প্রসব হবার সম্ভাবনা। অবশ্য সব রকম গণনাতেই প্রায় ৭ দিন আগু পিছু হ'য়ে থাকে।

ঋতু দিয়ে সব সময় প্রসবের দিন ঠিক করা যায় না, কারণ কদাচিৎ গর্ভের ৩ মাস পর্য্যন্ত ঋতু হয়, আর প্রথম গর্ভের পর ঋতু না হ'তে হ'তেও গর্ভ হয়। তখন পেট দেখে ঠিক ক'রতে হয়; যেমন, নাইয়ের সমান সমান পেট উঁচু হ'লে গর্ভ ৬ মাসের শেষাশেষি ধ'রে নিয়ে প্রসবের দিন ঠিক করা যায়। ছেলে নড়া বা কুইক্নিং দিয়েও ঠিক করা যেতে পারে; কারণ সচরাচর ৪॥ মাসে পোয়াতি ছেলে নড়া টের পায়। আর এক সঙ্কেত আছে। তলপেটের নীচের হাড় (সিম্ফিসিস্) জরায়ুর উপর (ফণ্ডাস্) পর্য্যন্ত মেপে দেখা গিয়েছে, মাসে মাসে জরায়ু প্রায় ১।০ ইঞ্চি করে বাড়ে। মেপে যদি দেখা যায় ১০ ইঞ্চি উপরে উঠেছে, তা হ'লে বলা যায় $১০ \div ১\frac{১}{৪} = \frac{১০ \times ৪}{৫} = ৮$ মাস গর্ভ হয়েছে।

তৃতীয় অধ্যায়

প্রসবের লক্ষণ

(দত্তদের বাড়ী)

দত্ত গিন্নী (খুব চেঁচিয়ে)। ও পট্‌লি, কোথা গেলি পোড়ামুখী? সরোজিনীকে যে নীচে আঁতুড় ঘরে নিয়ে যেতে হবে। ঐ ন্যাকড়ার বোচকাটা, ছেঁড়া মাদুরটা, আর ঐ ময়লা বালিশটা নিয়ে চল্ চল্, এখনি ছেলে হয়ে পড়বে। (নীচে গিয়ে বিমলাকে দেখে হাঁপাতে হাঁপাতে) ও মা বিমলা! কি হবে গা? দেখ একবার, ছেলে যে হ'য়ে পড়ল।

বিমলা। ওকে শুইয়ে দিয়ে স্থির হ'য়ে বসুন না মা, এত ব্যস্ত কেন? আগে দেখি, কি হয়েছে। (অনেকক্ষণ পরীক্ষার পর) একটা ছোট গামলা ক'রে গরম জল আর একখানা সাবান নিয়ে আসুন দেখি, পিচকারী দিয়ে বাহ্যে করিয়ে দিচ্ছি। সরোজিনীর ব্যথা সব সেরে যাবে এখন।

(কমলার প্রবেশ)

কমলা। হাঁ৷ বিমলা, এঁদের মেয়ের কি দেখলে? এখনি ছেলে হবে ব'লে আমাকে ত ডাক্‌তে গিয়েছিল।

বিমলা এখনি হওয়া দূরে থাক্, কবে হবে তার ঠিক নাই। ঐ দেখ, ব্যথা সব জুড়িয়ে গিয়ে মেয়ে প'ড়ে ঘুমুচ্ছে।

কমলা। সে কি কথা! তারা যে প্রসবের সব যোগাড় ক'রছিল, তুমি কেমন ক'রে বুঝলে তার এখন ছেলে হবে না?

বিমলা। প্রসবের কতকগুলি প্রকৃত লক্ষণ আছে, আর কতকগুলি

পূর্ব্ব লক্ষণ আছে, এই পোয়াতির কিছুই হয় নাই। প্রসব হবার কিছুদিন আগে থেকে ২টী **পূর্ব্ব লক্ষণ** হয়ঃ—

(১) **পেট কুড়িয়ে আসা বা ইউটারাস্ নেমে পড়া**—পুরোমাসে ইউটারাস্ কড়ায় কড়ায় ঠেলে উঠে আবার প্রসবের ২।৩ সপ্তাহ আগে নীচে নামে। তখন আর আগেকার মতন পেটের হাঁসফাসানি থাকে না, কিন্তু বার বার প্রস্রাব হয়, প্রসব-দ্বারের মাংসগুলি আর পা ভারি ভারি বোধ হয়, আর যাদের এসব জায়গা আগে ফোলে, তাদের ফোলা আরও বাড়ে। যাদের অর্শ থাকে তাদের অর্শ বাড়ে, আর কারও বা বেশি বাহ্যে হয়।

(২) **মিথ্যা ব্যথা**—প্রসবের কিছুদিন বা ২।৩ সপ্তাহ আগে কখনও কখনও এক রকম ব্যথা হয়, তাকে বলে মিথ্যা ব্যথা বা **ফল্‌স্ পেন্‌স্**। পেটের অসুখের দরুন কি পেটে বদ্ধ মল থাকার দরুন এই রকম ব্যথা হয়ে থাকে। প্রসবের ব্যথার সঙ্গে এর অনেক তফাৎ আছেঃ—(১) প্রসবের ব্যথার আগে পূর্ব্ব লক্ষণগুলি হয়, মিথ্যা ব্যথায় তা হয় না; (২) প্রসবের ব্যথা পাছার দিকে আরম্ভ হ'য়ে ক্রমশঃ সামনের দিকে আসে; মিথ্যা ব্যথা প্রায় সমস্ত পেটে সামনের দিকে আরম্ভ হয়; (৩) প্রসবের ব্যথা বেশ নিয়মমত আসে, নিয়মিত সময় পর্য্যন্ত থাকে, আবার নিয়মিত সময়ে যায়; মিথ্যে ব্যথার কোন নিয়ম নাই, কখনও জোরে আর শীঘ্র শীঘ্র আসে আর বেশীক্ষণ থাকে, কখনও বা অনেক দেরীতে আসে আর অল্পক্ষণ থাকে; (৪) প্রসবের ব্যথা ক্রমশঃ বাড়ে, এ ব্যথা ক্রমশঃ বাড়ে না; (৫) প্রসবের ব্যথায় অস খুলে যায় বা ডাইলেট হয় আর ইউটারাসের গলা বা সার্ভিক্স্ গুটিয়ে আসে, মিথ্যা ব্যথায় তার কিছুই হয় না; (৬) পিচকারী দিয়ে বাহ্যে করালে ফল্‌স্ পেন্‌স্ প্রায়ই ভাল হয়ে যায়,

কিন্তু প্রসবের ব্যথা বাড়ে। **চিকিৎসা**—পিচকারী দিয়ে বাহ্যে করিয়ে ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে ১৫ ফোঁটা ক্লোরডীন আধ ছটাক জলে মিশিয়ে খেতে দিতে পারা যায়। সময়মত ডাক্তার না ডাক্‌লে গর্ভ নষ্ট হ'তে পারে।

এই ত গেল প্রসবের পূর্ব্বলক্ষণের কথা। **প্রকৃত লক্ষণ** ৪টি :—

১। **বেদনা বা ইউটারাস্ সঙ্কোচ**—বেদনার সময় পেটে হাত দিলে ইউটারাস খুব শক্ত বোধ হয়, তার পর ক্রমশঃ নরম হ'য়ে বেদনা প্রথমতঃ ১৫ মিনিট কি আধ ঘণ্টা অন্তর কি আরও দেরিতে আসে আর ৩।৪ সেকেণ্ড থাকে, তার পর ক্রমশঃ ঘন ঘন, এমন কি ১০।৫ মিনিট অন্তর আসে আর প্রায় ১॥ কি ২ মিনিট থাকে। বেদনা কারও বেশী হয় কারও বা কম হয়। কদাচিৎ কোন পোয়াতি প্রসব হওয়া পর্য্যন্ত ব্যথা টের পায় না। থেকে থেকে বেদনা আসাতে পোয়াতির ঢের উপকার; তা নইলে পোয়াতি কাবু হয়ে প'ড়ত, আর বেশি চাপের দরুন ছেলেও মারা যেত। ব্যথা থেকে থেকে হয়, উপর থেকে নীচের দিকে যায়; আর পাছায় আরম্ভ হ'য়ে সামনের দিকে আসে, এসে দুই ঊরোত দিয়ে নীচে যায়। এই বেদনা আপনিই আসে, পোয়াতির ইচ্ছায় বাড়েও না কমেও না। এই বেদনার সময় ইউটারাস উঁচু হ'য়ে ঠেলে উঠে, পোয়াতির নাড়ী বেশি চলে, গা কিছু গরম হয়, পেটও গরম হয়।

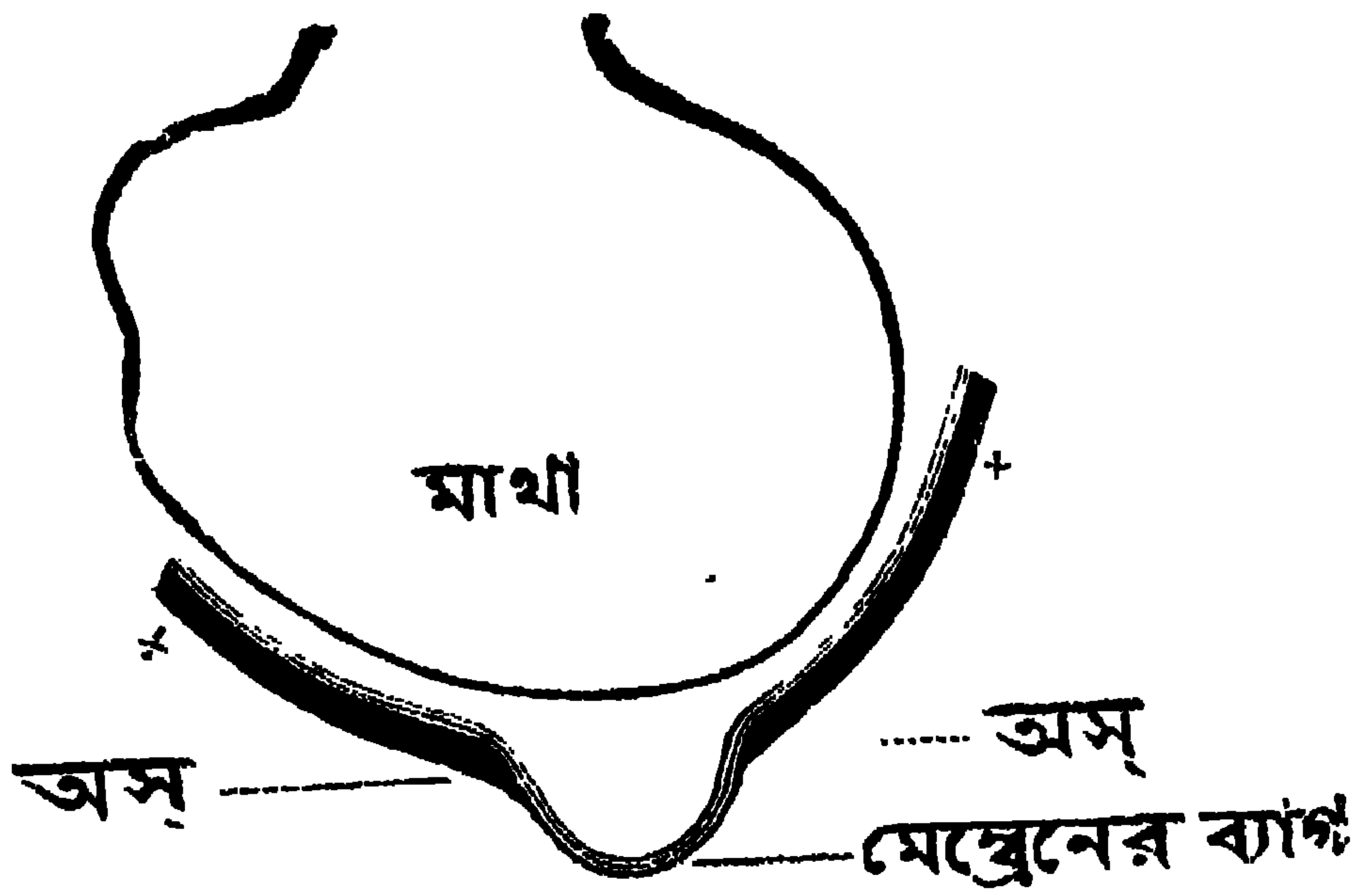
২। **অস্ ডাইলেট ও সার্হ্বিক্স্ গুটান**—অস ক্রমশঃ খুল্‌তে থাকে; এই রকম খোলাকে ইংরাজীতে "ডাইলেট" বলে। নাকের ছেঁদায় আঙ্গুল দিলে যে রকম বোধ হয়, অসে আঙ্গুল দিলেও প্রথম প্রথম সেই রকম মালুম হয়, পরে বোধ হয় একটা আংটির ভিতর দিয়ে

আঙ্গুল যাচ্ছে। ঐ আংটী ক্রমশঃ পাতলা হ'য়ে আসে, ব্যথার সময় শক্ত হয় আর ব্যথা জিরেনের সময় নরম হয়। কতটুকু ডাইলেট হয় তা আঙ্গুল দিয়ে ঠিক ক'রতে হয়। কেবল একটি আঙ্গুল গেলে বল্‌তে হয় এক আঙ্গুল ডাইলেট হয়েছে, ছুটি আঙ্গুল গেলে বল্‌তে হয় ছু-আঙ্গুল ডাইলেট। ৪ ইঞ্চি বা ৬ আঙ্গুলের মতন হ'লে পূরো ডাইলেট বা "ফুল ডাইলেট" বলে। ইউটারাসের গলা বা সার্ভিক্স গুটিয়ে উপর ভাগের সঙ্গে মিশে যায়। ইংরাজীতে বলে সার্ভিক্সের অব্‌লিটারেশন্ বা লোপ। ফুল ডাইলেট হ'লে আংটির মতন আর বোধ হয় না, তখন ইউটারাস ভেজাইনা মিলে একটা চোঙ হ'য়ে যায়; এইরূপ হলেই বোঝা গেল ফুল ডাইলেট হয়েছে।

৩। **শো বা ডিস্‌চার্জ্জ**—প্রসবের প্রায় ২। ৩ দিন আগে থেকে ওস্ থেকে এক রকম থুতুর মতন শাদা শাদা বা অল্প গোলাপী রঙের স্রাব বা ডিস্‌চার্জ্জ হয়, তাকে বলে "শো"। এই ডিস্‌চার্জ্জের দরুন প্রসবের রাস্তা বেশ হড়হড়ে হয়, পরীক্ষা করবারও বেশ সুবিধা হয়; আর ছেলেও সহজে বেরোয়। যদি হুশ করে অনেকটা জল বা টাটকা রক্ত বেরিয়ে আসে, তখন ডাক্তার ডাকবে, কারণ অসময়ে জল ভাঙ্গলে প্রসবের কষ্ট হয়, আর রক্ত ভাঙ্গা একটা ভয়ানক রোগ, পরে সামলান দায়।

৪। **"মেম্ব্রেণের ব্যাগ বা পোরোর থলি**"—যে মেম্ব্রেণ বা পোরোর ভিতর ছেলে থাকে, সেইটে ব্যথার চাপে জলের থলির মত হয়ে নীচের দিকে নাম্‌তে থাকে। এই থলির নাম "মেম্ব্রেণের ব্যাগ।" ব্যথার সময় অসের ভিতর আঙ্গুল দিলে টের পাওয়া যায়। এই ব্যাগ ব্যথার সময় আঙ্গুলের মাথায় শক্ত ঠেকে, আবার ব্যথা জিরেনের সময় নরম হ'য়ে যায়। ছেলের মাথা যদি নীচের দিকে থাকে, এই মেম্ব্রেণের

ব্যাগের আকার খেলনার ঘড়ির উপরকার কাচের মতন ; কিন্তু দস্তানার আঙ্গুলের মতন যদি অস্ দিয়ে বেরোয়, তা হলে মনে ক'রতে হ'বে নীচে মাথা নাই, কিন্তু হাত কি পা আছে।



৭ম চিত্র—মেম্ব্রেণের ব্যাগ।

কোন্ সময়ে কোন্ লক্ষণ হয় তা জানতে গেলে প্রসবের তিনটা অবস্থা বেশ করে বুঝতে হয়। ইংরাজীতে অবস্থাকে ষ্টেজ্ বলে। প্রথম অবস্থার নাম ফার্ষ্ট ষ্টেজ, দ্বিতীয় অবস্থার নাম সেকেণ্ড ষ্টেজ, তৃতীয় অবস্থার নাম থার্ড ষ্টেজ। ব্যথার আরম্ভ থেকে অস্ ফুল ডাইলেট হওয়া পর্য্যন্ত ফার্ষ্ট ষ্টেজ। ফুল ডাইলেট হবার পর থেকে ছেলে ভূমিষ্ঠ হওয়া পর্য্যন্ত সেকেণ্ড ষ্টেজ। ছেলে ভূমিষ্ঠ হওয়া থেকে প্লেসেণ্টা পড়া পর্য্যন্ত থার্ড ষ্টেজ।

ফার্ষ্ট ষ্টেজ—প্রথম প্রথম খুব দেরিতে দেরিতে ঘিন্ ঘিনে ব্যথা হয়, তারপর ক্রমশঃ ঘন ঘন আর খুব জোরে জোরে আসে। কখনও বোধ হয় যেন ধারাল ছুরী দিয়ে বিঁধচে, আর কখনও বোধ হয় যেন জাঁতা দিয়ে পিষচে। ব্যথার সঙ্গে সঙ্গে দাঁতে দাঁত লাগিয়ে

পোয়াতি মুখ খুব বিকৃতি করে ; মুখ লাল হয়। এই অবস্থায় পোয়াতি বসে থাক্‌তে কি বেড়াতে পারে ; আর যদি নারা-কাতুয়ে হয়, তা হ'লে অত্যন্ত অস্থির হয়, কখনও দাঁড়ায়, কখনও বসে, কখনও ছটফট করে, কখনও কষ্টে হাত কচলায়, কখনও বা সুমুখে যা পায় তাই চেপে ধরে ; কখনও বলে "আমার পাছা চেপে ধর," কখনও বা বলে "ওগো, আমার ব্যথার নিবৃত্তি করে দাও।" কেউ কেউ কথায় কথায় রাগ করে, "ছেলে আর হবে না" ব'লে নিরাশ হয়, ছেলে বেরিয়ে আসচে বল্‌লেও বিশ্বাস করে না, এমন কি মিথ্যাবাদী ব'লে গালাগালি দেয়। এসব দেখে শুনে ব্যস্ত হবে না, কি পোয়াতির উপর রাগ ক'রবে না। এই সময় পোয়াতি খুব চেঁচায় ; চেঁচানোর রকম শুনে বেশ বোঝা যায় যে, প্রথম ষ্টেজ শেষ হ'য়ে আসচে। ব্যথার সময় পোয়াতির হাতের নাড়ী খুব তাড়াতাড়ি চলে; আর প্রস্রাব ঘন ঘন হয়। পরীক্ষা ক'রলে দেখা যায়, অস্ ডাইলেট আর পাতলা হচ্চে ; আর বেদনার সময় অসের ভিতর আঙ্গুল দিলে মেম্ব্রেণ শক্ত হ'য়ে ঠেল্‌চে টের পাওয়া যায়। অস্ ফুল ডাইলেট হবার সময় অনেকের বমি হয়, গা হ্যাকার হ্যাকার করে আর কম্প হয় ; কেউ কেউ থর থর ক'রে এত কাঁপে যে, ধ'রে রাখা যায় না। শীত বোধ হয় না, কিন্তু গরম বোধ হয়, আর ঘাম হ'তে থাকে। এতে ভয়ের কোন কারণ নাই, বরং এসব সুলক্ষণ ; এ রকম হ'লে বুঝতে হবে ফার্ষ্ট ষ্টেজ শেষ হয়ে এল। অস্ ফুল ডাইলেট হলে মেম্ব্রেণ ফাটে বা রপচার হয়, পরিষ্কার বা ঘোলা জল আর তার সঙ্গে টুক্‌রো টুক্‌রো ছেলের গায়ের ছাঁৎলা বেরোয়। সঙ্গে সঙ্গে ছেলের মাথা এসে অসের মুখ বন্ধ করে বসে ; তাইতে বেশী জল বেরুতে পায় না। কদাচিৎ ফুল ডাইলেট হবার আগেও মেম্ব্রেণ ফাটে, কখনও দেরীতেও রপচার হয়। কখনও কখনও মেম্ব্রেণ শক্ত হলে ঘন ঘন

বেদনার জোরে মেম্ব্রেণ শুদ্ধ ছেলে বেরিয়ে পড়ে। অনেক পোয়াতি পানমুচি ভাঙলে বলে অসাড়ে প্রস্রাব হয়েছে ; তাদের কথায় ভুলো না আদত পানমুচির বাহিরে এক রকম পানমুচি থাকে, তাকে বলে ফল্‌স্ মেম্ব্রেণ ? এই ফল্‌স্ মেম্ব্রেণ ফেটে গিয়ে জল বেরুলেও আদত পানমুচি ভাঙ্গল ব'লে ভুল হ'তে পারে। কিন্তু আদত পানমুচি ভেঙ্গে গেলে ব্যথার সময় আঙ্গুল দিলে ছেলের মাথার চামড়া কোঁচকান টের পাওয়া যায়, জলভরা পানমুচি টের পাওয়া না। ব্যথা জিরেনের সময় আঙ্গুল দিলে মাথার চামড়া কোঁচকান যায় না, মাথার চুল টের পাওয়া যায়, আর মাথার একদিকে একটু আঙ্গুল ঢোকালে হুশ ক'রে জল বেরোয়। আস্ত থাকলে, ব্যথার সময় আঙ্গুল দিলে, মেম্ব্রেণ সমান আর শক্ত মালুম হয়, আর ছেলের মাথার নীচে জল আছে টের পাওয়া যায় ; ব্যথা জিরেনের সময় মেম্ব্রেণ নরম হয়, আঙ্গুল দিয়ে কোঁচকান যায়।

এই সময় অস্ মাথার উপর দিয়ে গ'লে উঠে যায়। ভেজাইনা আর ইউটারাস্ মিলে একটা চোঙ বা নালী হ'য়ে যায়। ইংরাজীতে বলে ক্যানেলাইজেশন। এই রকমে ফার্ষ্ট ষ্টেজের শেষ। ছেলের মাথার যেটুকু দেখতে পাওয়া যায় সেই জায়গাটা ফোলে আর টিপলে নরম আর তলতলে বোধ হয়। একে ইংরেজীতে বলে "ক্যাপট"। অস্ ফুল ডাইলেট হ'তে প্রথম পোয়াতিদের প্রায় ১৫।১৬ ঘণ্টা লাগে, যাদের আরও ছেলে হয়েছে, তাদের প্রায় ১১ ঘণ্টাও লাগে। কদাচিৎ দু-ঘণ্টায়ও হয়, আবার অনেক সময় ২৪ ঘণ্টাও লাগে, কখনও বা এই অবস্থা অনেক দিন পর্য্যন্ত থাকে। ৩ আঙ্গুল ডাইলেট হ'তে যত সময় লাগে তার পর থেকে ফুল্ ডাইলেট হ'তে অর্দ্ধেক সময় লাগে। মনে কর ভোর ৬টা থেকে ব্যথা আরম্ভ হ'য়ে বিকাল ৪টার

সময় যদি ৩ আঙ্গুল অবধি ডাইলেট হয়, তা হ'লে মনে করা যেতে পারে রাত ৯টার সময় অস্ ফুল ডাইলেট হবার সম্ভাবনা।

সেকেণ্ড ষ্টেজ—মেম্ব্রেণ রপচারের পর খানিক ব্যথা জুড়িয়ে যায়, তার পর খুব জোরে আসে। এই সময়ে পরীক্ষা ক'রলে আঙ্গুলের সঙ্গে রক্ত মাখা শাদা শাদা কফের টুক্‌রো (মিউকাস) লেগে আসে। ছেলে যত নীচে নাম্‌তে থাকে, পোয়াতি পেট শক্ত করে আর মুখ বুজে কোঁথ দিতে থাকে, লোকে ব'লে "ব্যথা খায়"। ছেলের মাথার চাপে অস্ চড় চড় করে, আর যেন ছিঁড়ে পড়ে। পোয়াতি খুব লম্বা লম্বা নিশ্বাস টানে, তাতে ক'রে পেটের চাপ ইউটারাসের উপর পড়ে; পোয়াতি কাছে কোন জিনিষ পেলে বা কাহারও হাত পেলে শক্ত ক'রে ধরে। দুই পা দিয়ে বিছানায় ভর করে আর মুখ বুজে ব্যথা খায়। এই সময় পোয়াতি চেঁচায় না, কেবল কোঁথ পাড়ে, ব্যথা জিরেনের সময় কেউ কেউ ঘুমায়; এই ঘুমের দরুন উপকার হয়। কারও বা পায়ে খাল ধরে। কোঁথের সঙ্গে সঙ্গে ছেলের মাথা নেমে আসে আর পেরিনিয়ম ফোলে। ভেজাইনার দ্বার থেকে মলদ্বার অবধি যেটুকু জায়গা তার নাম পেরিনিয়ম। এই জায়গা রবারের মতন, টানলে বড় হয়। এই সময় প্রায় দ্বিগুণ বা ত্রিগুণ চওড়া হয়। পেরিনিয়ম যখন খুব ফোলে, সেই সময়ই খুব সাবধান হ'তে হয়। সেই সময়ে পেরিনিয়ম মাথার চাড়ে ফেটে গিয়ে "দুই দোর এক" হ'য়ে যেতে পারে। কিন্তু বিধাতার কি আশ্চর্য্য কৌশল! ছেলের মাথা চড় চড় করে একেবারে যদি নেমে আসত তা হ'লে পেরিনিয়ম রপচার হ'ত বা ফেটে যেত। কিন্তু তা না হ'য়ে ব্যথার সময় মাথা একবার নীচে নামে আবার ব্যথা জিরেনের সময় পেরিনিয়ম ঢিল হয় ব'লে মাথা একটু উপরে উঠে যায়। তাকিয়ে দেখলে বোধ হয় যেন মাথা লুকোচুরি খেলছে।

এই রকম লুকোচুরি খেল্‌তে খেল্‌তে মাথা আটকে যায়, আর ভিতরে যায় না। বাহিরে থেকে দেখা যায় মাথার ঐ জায়গাটা উঁচু হয়েছে; এই অবস্থাকে বলে "ক্রাউনীং"। এই সময় বাহ্যের বেগ আসে আর পোয়াতি বাহ্যে করে। ব্যথার সঙ্গে সঙ্গে মলদ্বারও ফাঁক হয়; তাই দেখে একবার এক গিন্নী চেঁচিয়ে উঠেছিলেন "ওগো, ছেলের মাথা যে মল দোর দিয়ে বেরিয়ে আসচে"। একদিকে ব্যথার দরুন যেমন পেরিনিয়ম চড় চড় করে, আর একদিকে মলদ্বার ফাঁক হয় ব'লে পেরিনিয়ম ঢিল হয়, তাইতে ফাটতে পায় না। মাথা যখন বাহিরে বেরিয়ে পড়ে, পোয়াতি চেঁচিয়ে উঠে। পোয়াতির মুখ খোলার দরুন একটু ব্যথার জিরেন হয়, তাইতে পেরিনিয়ম ঢিল হয়। তারপর এক ব্যথার সঙ্গে বাকি দেহটা বেরিয়ে পড়ে, আর তার সঙ্গে বাকি জল আর চাপ চাপ রক্ত বেরিয়ে এই রকমে সেকেণ্ড ষ্টেজ শেষ হয়। প্রথম পোয়াতির সেকেণ্ড ষ্টেজ প্রায় ২ ঘণ্টা থাকে। যাদের আরও ছেলে হ'য়েছে তাদের প্রায় এক ঘণ্টা থাকে। তবে কখনও অস্ ফুল ডাইলেট হবার ১০ মিনিট পর ছেলে ভূমিষ্ঠ হতে দেখা গিয়েছে, আর কখনও বা ৫।৬ ঘণ্টাও লাগে।

থার্ড ষ্টেজ—ছেলে ভূমিষ্ঠ হবার পব ইউটারাস সঙ্কোচ করে। ব্যথার জিরেনে একটু রক্তস্রাব হয়। পোয়া ঘণ্টা কি আধ ঘণ্টা পরে ছোট খাট প্রসব ব্যথার মতন একটা ব্যথা আসে, আর প্লেসেণ্টা ভ্বেজাইনায় কি একেবারে বাহিরে এসে পড়ে। প্লেসেণ্টা বাহির হবার পর ইউটারাস খুব ছোট আর শক্ত হ'য়ে যায়। তখন নাইয়ের নীচে হাত দিলে ইউটারাস একটা শক্ত বলের মতন টের পাওয়া যায়, আর রক্তস্রাব বন্ধ হ'য়ে যায়। ইউটারাসের গা থেকে প্লেসেণ্টা যখন খ'সে নীচে আসে ইউটারাস প্রায় নাইয়ের কাছে উঠে যায়, আর ছেলের কর্ড

নীচে নেমে আসে। পরে ইউটারাস নীচে নেমে ক্রমশঃ ছোট হ'য়ে যায়।

ভেদাল ব্যথা বা আফ্‌টার পেন্‌স্‌—প্রসবের পর ২। ৩ দিন ধ'রে তলপেটে একরকম ব্যথা হয়, তাকে বলে ভেদাল ব্যথা বা আফ্‌টার পেন্‌স্‌। তলপেটে হাত দিলে ইউটারাস্‌ শক্ত হচ্ছে টের পাওয়া যায়। তলপেটে হাত দিয়ে ড'লে কি ছেলেকে স্তন দিলে এই ব্যথা আসে। কখনও এত বেশী হয় যে অসহ্য হ'য়ে পড়ে। প্রথম পোয়াতিদের প্রায় হয় না। ইউটারাসের ভিতর বেশ পরিষ্কার হ'য়ে গেলে আর বেশী দেরি না ক'রে ছেলেকে স্তন ধরালে এই ব্যথা কম হয়। এই ব্যথার দরুন ভিতরকার রক্ত কি মেম্ব্রেণের টুকরো বেরিয়ে পড়ে, আর ইউটারাস ছোট হ'য়ে যায়।

চতুর্থ অধ্যায়

গর্ভিণীর শুশ্রূষা

কমলা। আমার তরলা ত পোয়াতি হ'য়েছে। এখন তাকে কি রকম সাবধানে রাখ্‌তে হবে বল দেখি।

বিমলা। খুব সাবধানে রাখা দরকার। ডাক্তারেরা অনুমান করেন এই বাঙ্গালা দেশে বছর বছর প্রায় চার লাখ গর্ভপাত হয় আর ত্রিশ হাজার স্ত্রীলোক সূতিকা সংক্রান্ত রোগে মারা যায়। সাবধান হ'লে গর্ভ রক্ষা করা যায়। পোয়াতির খাওয়া, পরা, পরিশ্রম, ঘুম, পরিষ্কার থাকা, মনের অবস্থা, এই সমস্ত বিষয়ে দৃষ্টি রাখা আবশ্যক। আর যাতে গর্ভাবস্থায় রোগগুলি না হয় তারও ব্যবস্থা চাই। সময়ে সময়ে পেট পরীক্ষাও করা উচিত, আর আঁতুড় ঘরের ব্যবস্থা ক'রে রাখা উচিত।

১। যা সহজে হজম হয় অথচ যাতে বেশ পুষ্টি হয়, এমন জিনিষ খেতে দেওয়া উচিত, যেমন ঢেঁকি ছাঁটা সরুচালের ভাত, মাছের ঝোল, মুগের কি মুশুরের ডাল, পটল কি ডুমুরের তরকারী, দুধ, ঘি, মাখন কি এই রকম কিছু। ডিম মাংস ভাল নয়। পোয়াতি সব সময় টাটকা জিনিষ খাবে; বাসি মাছ তরকারির মতন বিষ আর নাই। বেশী মসলা দেওয়া তরকারী গুরুপাক।

কমলা লেবু, আনারস, বেল, পেঁপে, কলা, আঙ্গুর, নাসপাতি, আম, জাম, খেজুর, কিসমিস, যখন যা ভাল পাওয়া যায় খেতে দেওয়া উচিত। দুধ, ঘি, মাখন, টাটকা ফলমূল, শাকসব্‌জির ভিতর "হ্বাইটামীন্" ব'লে

এক রকম পুষ্টিকর জিনিষ থাকে ; ঐ সব প্রত্যহ খেতে দেওয়া উচিত। আস্ত মুগ, ছোলা ও মটর অল্প ভিজিয়ে রাখলে তাই থেকে যখন "কল" বা অঙ্কুর বেরোয় ঐ সময় এতে বেশী "হ্বাইটামীন" থাকে। বাজারের খাবার প্রভৃতি বাজে জিনিষ না দিয়ে ঐ "কল" শুদ্ধ মুগ মটর কি ছোলা আদা ও গুড় দিয়ে খেতে দিলে ক্ষিধে বাড়ে, পুষ্টি হয় ও কোষ্ঠ সাফ থাকে। টাটকা মুড়ি নারিকেল প্রভৃতিও ভাল। আজকাল চরবী মেশান বিস্কুট প্রভৃতি নরম জিনিব খেয়ে শক্ত জিনিষ কেউ খেতে চায় না। তাই দাঁত, মাড়ী, গালের মাংস প্রভৃতি তেমন শক্ত ও পুরু হয় না। দাঁত ত বুড়ো না হতে হতেই বাঁধাতে হয়।

কেউ কেউ মনে করে পোয়াতিকে দুজনের খাবার খেতে হয়। এটা নিতান্ত ভুল। পেটের ছেলে একজন বড় মিস্ত্রী। সে মায়ের দেহ থেকে ইট কাঠ যা দরকার সব সংগ্রহ ক'রে আপনার দেহ-ঘরটা তৈয়ারী করে নেয়। তার জন্য পোয়াতির অতিরিক্ত খাওয়ার দরকার নাই ; গর্ভের শেষ ২।৩ মাসে ছেলে খুব বাড়ে ; এই সময় অতিরিক্ত এক গ্লাস ভাল দুধ খেলেই যথেষ্ট। একসঙ্গে খুব বেশী খাবে না। রাত্রে গুরু আহার করবে না। অনেকক্ষণ পেট খালিও রাখবে না। যারা ইচ্ছা করে উপোস করে তাদের মনে করিয়ে দেওয়া উচিত তাদের উপোস করবার মানে পেটের শিশু হত্যা করা। ঘুম থেকে উঠেই কিছু খাওয়া উচিত, এমন কি সকাল বেলা যদি বড় গা ন্যাকার ন্যাকার করে, বিছানা থেকে উঠবার আগেই কিছু দুধ খেয়ে উঠা উচিত। রোজ এক রকম জিনিষ না খেতে দিয়ে মাঝে মাঝে খাবার বদলান আবশ্যক। বেশ পরিষ্কার, অথচ হাওয়া খেলে, এমন জায়গায় ব'সে খাবে। ধুলার সঙ্গে নানারকম রোগের বিষ থাকে, তাই বেশ ক'রে খাবার জায়গায় জল ছিটে দেবে। কাহারও এঁটো খাবে না ; এঁটোর সঙ্গে

কত লোকের দাঁতের রোগ, গরমির ব্যারাম, আরও কত ছোঁয়াচে রোগের বিষ শরীরে ঢুকতে পারে! খাবার ঠিক পরেই কোন রকম বেশী পরিশ্রম ক'রবে না, আবার ঘুমবেও না; ঘুমলে হজম হ'তে দেরি হয়। খাবার পর গল্প সল্প, কি গল্পের বই পড়া ভাল। খাবার পরেই স্নান ক'রবে না; তাতে অপাক হয়। খাবার সময় কি তার ঠিক পরে বেশি চিন্তা, দুঃখ বা রাগ করলে, অজীর্ণ হয়। এইসব নিয়ম রক্ষা ক'রে চল্লে কখনও পেটের অসুখ হবে না। পোয়াতিদের মনে রাখা উচিত, তাদের আচার ব্যবহারের দরুন যেন দুটী প্রাণীর অনিষ্ট না হয়, এক নিজের অনিষ্ট আর ছেলের অনিষ্ট। পেটের অসুখ হ'লেই তলপেটে ব্যথা হয়, আর গর্ভ নষ্ট হবার সম্ভাবনা থাকে। গর্ভপাত হ'য়ে কত পোয়াতি মারাও যায়।

গর্ভাবস্থায় প্রস্রাব খোলসা রাখবার জন্য জলীয় জিনিষের বিশেষ দরকার। দিন রাত্রে যদি পাঁচ পোয়ার কম প্রস্রাব হয়, তা হ'লে জানবে জল কম খাওয়া হচ্চে। দুধে, ঘোলে ও জলে, সবশুদ্ধ অন্ততঃ প্রতিদিন ৩। ৪ সের জলীয় জিনিষ খাওয়া দরকার। চায়ের ভিতর থেকে এক রকম জিনিষ বেরোয় যা বেশী দিন খেলে অক্ষিধে, ও বদহজমী হয়। চা না খেলেই ভাল। যাদের অভ্যাস আছে, তারা অল্পক্ষণ ভিজান চা বেশী দুধের সঙ্গে মিশিয়ে খেতে পারে। গম ভেজে গুঁড় ক'রে চায়ের মত ক'রে খেলে বেশি উপকার হয়। মদের বিষয় আমাদের মেয়েদের সাবধান করা অনাবশ্যক; তবে যে সব লোক এই নেশার বশ, তাঁদের জানিয়ে দেওয়া দরকার, তাঁদের ছেলেরা পেট থেকেই রোগের বীজ নিয়ে ভূমিষ্ঠ হয়, আর তারা যখন বাপের দোষে আজন্ম হাবা হয়ে থাকে, মৃগী রোগে ভোগে কি পাগল হয়, তাদের নিয়ে মায়েদেরই ভুগ্‌তে হয়। দোক্তা, জর্দা প্রভৃতির

ভিতর এক রকম বিষ আছে। এতে ক্ষিধে মন্দ হয়, বুকের ও দাঁতের অসুখ হয়।

২। পরনের কাপড় খুব ঢিল থাকা ভাল। শীতের দিনে একটা ঢিলে জামা গায়ে রাখা উচিত; তা নইলে কাসি, কি প্রস্রাবের ব্যারাম হ'তে পারে। যাদের পেট ঝুলে পড়ে আর তার দরুন কষ্ট হয়, এক রকম ব্যাণ্ডেজ আছে তাই দিয়ে তাদের পেট তুলে রাখা যেতে পারে। যারা জুতা মোজা পরে, তাদের পা গাটার কি ফালি দিয়ে বেশিক্ষণ বেঁধে রাখা উচিত নয়; তাতে পায়ের শিরা সব ফুলতে পারে, কি পায়ের ফুলো বাড়তে পারে। মেমদের মতন রাত দিন আঁটা পোষাক প'রে থাকা উচিত নয়, আবার শীতকালে কি বৃষ্টির সময় খোলা গায়েও থাকা উচিত নয়, মোটামুটি এই কথা জেনে রাখা দরকার। আঁটা পোষাকের দরুন মেমদের নাড়ী ভুড়ি সব ঠিক জায়গা থেকে স'রে যায় আর অনেক রকম ব্যারাম হয়। আঁটা পোষাকের দরুন স্তনের বোঁটা চ্যাপটা হয়ে ভিতরে ডুবে যায়, সেই বোঁটা ছেলে অনেক জোরে টানে বলে টাটায়, ফাটে আর তাতে ঘা হয়; এমন কি পেকে ফোঁড়া পর্য্যন্ত হয়। যাদের স্তন অনেক সময় খোলা থাকে, তাদের বোঁটা-ফাটা রোগ বড় একটা হয় না। যারা স্তনের কর্কট (ক্যানসার) রোগ অনেক চিকিৎসা করেছেন তাঁরা বলেন বিলেতে এই রোগ অত্যন্ত বেশী; আর যে সব দেশে স্তন কাপড় দিয়ে চেপে রাখে না সে সব দেশে এই রোগ খুব কম।

৬। নিয়মিত রকম পরিশ্রম ক'রবে, অতিরিক্ত রকম নয়। যে সব পোয়াতি কেবল শুয়ে ব'সে কাল কাটায় তাদের প্রসবের সময় প্রায়ই কষ্ট হয়। গৃহস্থালী কাজ কর্ম্ম ক'রলেই যথেষ্ট পরিশ্রম হয়। যাদের খাটবার লোক অনেক আছে তাদেরও একটা-না-একটা কাজ

করা উচিত। ব'সে ব'সে উপন্যাস পড়া কি উল বুনার কাজ চাইনা, একটু যাতে ন'ড়ে চ'ড়ে বেড়াতে হয়, কি হাত পা চলে এমন কাজ করাবে। প্রতিদিন অন্ততঃ ২।৩ ঘণ্টা ঘরের বাহিরে খোলা হাওয়ায় চলাফেরা চাই। যাদের কোন কাজ কর্ম্ম নাই, তাদের বাগানে ছাদে বা উঠানে পাইচারি ক'রে বেড়ান উচিত। কোন কারণে বেশীদিন বিছানায় শুয়ে থাক্‌তে হ'লে, ভাল লোক দিয়ে হাত পা ডলান উচিত। যারা গৃহস্থালী কাজ কর্ম্ম করে না, বিলাতে তাদের জন্য হাত পা বুক পেট প্রভৃতির মাংসের যাতে জোর হয় এই রকম কস্‌রতের ব্যবস্থা আছে। কিন্তু মেয়েটি যখন বড় হ'তে থাকে, তখন থেকে যদি এই মনে ক'রে মেয়ের শরীরটি গ'ড়ে তোলা হয় যে, এই মেয়েকে পরে সন্তান প্রসব করবার মতন একটা বড় কস্‌রত ক'রতে হবে, তা হ'লে আর গর্ভের অবস্থায় এত বাজে কসরত করবার দরকার হয় না। ছেলেদের মতন মেয়েদেরও দৌড়াদৌড়ি লাফালাফি, সঁাতার কোয়াজ দরকার। গর্ভিণীর পক্ষে বেশী ভারি জিনিষ তোলা কি খুব উঁচু সিড়ি ওঠা-নামা করা নিষেধ। বারবার গাড়ী পাল্কী চড়া, লাফান ঝাঁপান কি দোড়াদৌড়ি করা একেবারে নিষেধ। সেদিন বাড়ুয্যেদের পোয়াতি কারও কথা না শুনে কান্নাকাটি করে ছটি ক্রোশ গাড়ী ক'রে বাপের বাড়ী চ'লে গেল। সেখানে যাবা মাত্রই ব্যথা হ'ল আর ছেলের হাত দেখা দিল। তারপর ডাক্তার ডেকে কত কষ্টে তাকে খালাস করা হয়। পোয়াতিকে কোথাও পাঠাতে হ'লে ৪॥০ মাসের পর আর প্রসব সম্ভাবনার ১ মাস আগে পাঠান উচিত। ৪॥০ মাসের আগে ভ্রূণ আলগা থাকে, নড়া চড়া পেলে খসে যাবার বেশি সম্ভাবনা। গর্ভের আগে যে সময় ঋতু হত, সে সময় বিশেষ সাবধান, কারণ সে সময় অনেক পোয়াতির, বিশেষতঃ বাধক-রোগিনীদের গর্ভপাত হবার সম্ভাবনা হয়। গর্ভাবস্থায় পায়ে চালান

সেলাইয়ের কল ব্যবহার করা উচিত নয়। এতে পা ফোলা বাড়ে, পেটে পায়ে ব্যথা হয়, আর পায়ের শিরা ফোলে। গর্ভের পূর্ব্বে পেট শক্ত করবার কসরতগুলি যদি করা হয়, সকাল বিকাল খোলা হাওয়ায় বেড়ান হয়, সংসারের সাধারণ পরিশ্রমের কাজগুলি করা হয়, তা হ'লে খাওয়া ভাল হজম হয়, কোষ্ঠ খোলাসা থাকে এবং প্রসবের সময় কষ্ট হয় না। গর্ভাবস্থায়ও কতকগুলি কসরত করা যায়। গর্ভের প্রথম কয় মাসে ১নং হইতে ১১নং পর্য্যন্ত ব্যায়াম অভ্যাস ক'রলে প্রসব সহজ হয় ("গর্ভিণীর ব্যায়াম" দেখ)।

৪। ঘুমের সম্বন্ধে কতকগুলি নিয়ম চাই। পোয়াতিদের রাত জাগা উচিত নয়। ১৬।১৭ বছরের পোয়াতির ১০ ঘণ্টা ঘুমের দরকার। রোজ এক সময়েই ঘুম চাই। গর্ভাবস্থায় স্বামী থেকে স্বতন্ত্র থাকা উচিত। আজকাল এ সব নিয়ম মানে না ব'লে কত পোয়াতির গর্ভপাত হয়। এ বিষয় পশুরা মানুষের চেয়ে ভাল। কেবল যে গর্ভপাতের ভয় তা নয়; তিন মাসের ভিতর গর্ভাবস্থায় আবার গর্ভ হ'তে পারে; তা ছাড়া বাহিরের ছোঁয়াচে ভিতরে যাবার সম্ভাবনা। পোয়াতির কাছে আর একজন স্ত্রীলোক থাকা উচিত, নইলে ভয় পেতে পারে। শোবার ঘরে খুব পরিষ্কার বাতাস খেলবে। এই হাওয়াতে তার নিজের রক্ত পরিষ্কার হবে, সেই রক্ত পেটের ছেলে টেনে নেবে, তবে ছেলে বেঁচে থাকবে। ঠাণ্ডা লাগার ভয়ে অনেকে রাত্রে দোর জানালা, শার্সি, এমন কি ছোট ছিদ্র পর্য্যন্ত বন্ধ ক'রে রাখে। এতে হয় এই, নিজের প্রশ্বাসের বাতাসে যে বিষাক্ত গ্যাস থাকে তাই নিজে টেনে নেয়। এই বিষাক্ত গ্যাসে মানুষ মারা যায়। একটা ছোট মাল গাড়ীতে ১০০ জন কয়েকদিকে অন্ধি সন্ধি বন্ধ ক'রে নিয়ে যাওয়া হয়েছিল। তার ভিতর ৭০ জন মারা গেল। তাই বলি যে-ঘরে

পোয়াতি শোবে সে-ঘরে যেন বাতাস খেলে। শোবার সময় কোন রকম ভাবনা মনে আসতে দেবে না।

৫। পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকার বিশেষ দরকার। প্রত্যেক লোমকূপ দিয়ে ঘাম আর তার সঙ্গে শরীরের ময়লা বেরোয়, এই ময়লা ভিতরে থাক্‌লে নানা রকম ব্যারাম হ'তে পারে। গর্ভাবস্থায় শরীরের ভিতর অনেক বেশি ময়লা হয়। বেশি বেশি প্রস্রাব হয় ব'লে প্রস্রাবের সঙ্গে অনেকটা ময়লা বেরিয়ে যায়। চামড়া পরিষ্কার থাক্‌লে লোমকূপ দিয়েও অনেক ময়লা বেরিয়ে যেতে পারে। তাই নিত্য স্নান করা উচিত; স্নান না ক'র্‌লে ময়লা জ'মে জ'মে লোমকূপগুলি বুজে যায়, আর ভিতরকার ময়লা বেরুতে পায় না। এই ময়লা যে কি ভয়ানক বিষ, তা একটা গল্প শুন্‌লেই বুঝতে পার্‌বে। এক দেশে এক পরবের সময় একটা ছেলের সমস্ত শরীর সোণার পাতে মুড়ে তাকে পরী সাজান হ'য়েছিল। সেই অবস্থায় তার মা তাকে ঘুম পাড়িয়েছিলেন। সকাল বেলা তাকে তুলতে গিয়ে দেখেন যে ছেলেটি ম'রে রয়েছে। সমস্ত লোমকূপগুলি সোণার পাতে বুজান ছিল, তাই শরীরের বিষ বেরুতে পায় নাই। কোন কোন মেয়ে মেমেদের অনুকরণে তেল ঘৃণা করে, কিন্তু সাহেবেরাই বলেন যে, এ সময় প্রায়ই চামড়া ফাটে; সুতরাং তেল মাখা উচিত। ভ্যেজাইনা থেকে এই সময় প্রায়ই ডিস্‌চার্জ হয়; তাই উপরটা নিত্য গরম জলে ধোয়া উচিত, কিন্তু ভিতরে ডুশ দেওয়া উচিত নয়, কারণ স্বাভাবিক যোনির ভিতরে এমন জিনিষ থাকে যাতে বাহিরের ছোঁয়াচে বিষ নষ্ট করে, ডুশ দিলে সে জিনিষ ধুয়ে যাবে।

৬। স্তনের প্রতি বিশেষ দৃষ্টি রাখা আবশ্যক। গর্ভের শেষ কয় মাসে বোঁটা দিনে পাঁচ সাতবার ঠাণ্ডা জলে ধুয়ে মুছে মাখন মাখিয়ে রাখবে। বোঁটার চামড়া পুরু এবং খসখসে হ'লে ফাটবার সম্ভাবনা

থাকে, তাই তৈলাক্ত জিনিষ মাখানই ভাল। কেহ কেহ সমান ভাগ জল ও ওডিকলন্ দিয়ে ধোয়াতে বলেন, কিন্তু এতে ফাটবার সম্ভাবনা আরও বেশি হয়। মেমদের মতন যাদের রং খুব ফর্সা, তাদের স্তন প্রায়ই খুব নরম। তাই ঔষধ দিয়ে শক্ত করা আবশ্যক, নইলে ছেলের টানে ফেটে যেতে পারে। হরীতকী ১ তোলা, ফটকিরি ১ তোলা, ১ সের জলে সিদ্ধ ক'রে ১ পোয়া থাক্‌তে নামিয়ে সেই জলে, কিম্বা ট্যানিড এসিড গ্লিসারীণ ১ ভাগ, লেভেণ্ডার ২ ভাগ, জল ৬ ভাগ মিশিয়ে সেই জলে বোঁটা ধুয়ে, জল শুকিয়ে গেলে মাখন লাগিয়ে দিবে। এতে নরম বোঁটা শক্ত হয়। বোঁটা যদি স্তনের মধ্যে ঢুকে থাকে, প্রতিদিন অনেক বার বোঁটা টেনে টেনে তুল্‌বে, আর মাঝে মাঝে স্তনের নীচে থেকে বোঁটার দিকে আস্তে আস্তে চুঁচে তুল্‌বে; এই রকম করলে প্রসবের পর শীঘ্র দুধ আসে।

গমের চোকলের মতন যা স্তনে লেগে থাকে সেইগুলি সাবান দিয়ে ধুয়ে পরিষ্কার করা আবশ্যক। ভাল রকম পরিষ্কার না ক'রলে চোকলগুলি ছাড়ান যায় না; ছাড়াতে গেলে ঘা হয়। তখন ফোটান নারিকেল তেল বা জলপাই তেল দিবে। ২৪ ঘণ্টা ভিজিয়ে রেখে সাবান দিয়ে ধুয়ে ফেলে বোরাসিক মলম লাগাতে হয়।

বোঁটায় যদি এই রকম ঘা থাকে, কিম্বা প্রসবের পর ছেলে স্তন বেশি টেনে টেনে যদি ঘা করে, কিম্বা বোঁটা যদি ফেটে যায়, তা হ'লে ঐ ঘা থেকে থুন্‌কো বা ফোঁড়া হতে পারে। স্তনে যদি দুধ কম থাকে, কিম্বা ছেলের নাক যদি স্তনে চেপে থাকে আর ছেলে হাঁপিয়ে ওঠে, মাঝে মাঝে এক একবার স্তন ছেড়ে দেয় আবার ধরে, তা হলেই ছেলে স্তন বেশি টানে আর ঘা করে দেয়।

একটা বোঁটায় ঘা বা ফাটা থাকলে ২৪ ঘণ্টা টিংচার বেন্‌ঝোয়িন

কম্পাউণ্ড লাগিয়ে রেখে ছেলেকে অন্য স্তন চুষতে দেওয়া উচিত। তারপর ঘা শুকলে ঐ স্তন টানতে দেওয়া যায়। যদি টানলে যন্ত্রণা হয়, নিপ্‌ল্‌-শিল্‌ড লাগিয়ে টানতে দিতে পারা যায়।

৭। গর্ভাবস্থায় থুথু অম্ল হয়, তাই দাঁত প্রায়ই নষ্ট হয়। সোডা বা চূণের জল মিশানো জল দিয়ে কুলি করা উচিত এবং খড়ি প্রভৃতির মাজন দিয়ে সর্ব্বদা দাঁত পরিষ্কার রাখা উচিত। দাঁতে চূণ বা খড়ির অংশ কম হ'লে দাঁত নষ্ট হয়। ফল শাক-সব্জীর ভিতর ঐ জিনিস আছে, তাই পোয়াতিকে যথেষ্ট ফল ও শাক সব্জী খেতে দেওয়া উচিত।

পোয়াতির খাদ্যে যদি চূণের ভাগ বেশি না থাকে, ছেলে মায়ের দাঁত ও হাড় থেকে চূণের ভাগ টেনে নেওয়ার দরুন পোয়াতির হাড় নরম বা ফাঁপা হ'য়ে যায়, বা দাঁত নষ্ট হয়। পানের সঙ্গে চূণ খাওয়ার প্রথা এইজন্য ভাল।

৮। তিন মাস থেকে সাত মাস পর্য্যন্ত একবার, তারপর প্রসব পর্য্যন্ত মাসে দুইবার, প্রস্রাব পরীক্ষা করান উচিত। প্রথম পোয়াতির কোন উপসর্গ না থাকলেও প্রস্রাব পরীক্ষা করাবে, আর বহু সন্তানবতী হ'লেও যদি হাত পা ফোলে, প্রস্রাব পরীক্ষা করান আবশ্যক। প্রস্রাব পরীক্ষা করালে সময়মত তড়কা নিবারণ করা যায়। বন্ধুদের মেয়ের পা ফোলা দেখে ঐ কথা বলেছিলাম, তাঁরা গ্রাহ্যই করলেন না। পরে তড়কা হয়ে মেয়ে যায় যায় হয়েছিল, অনেক কষ্টে বেঁচে উঠল।

৯। মনের অবস্থার উপর দৃষ্টি রাখা দরকার। যাতে ভয় কি ভাবনা হয় এমন কোন কাজ করতে কি গল্প শুনতে বা পড়তে দেওয়া উচিত নয়। থিয়েটারে, বায়োস্কোপে কি অন্য কোথাও ভয়ের দৃশ্য

দেখা অনুচিত। গর্ভাবস্থায় ভয় পেলে কখনও কখনও ছেলে জড়ের মতন হ'তে দেখা যায়, আর কখনও ছেলের তড়কা কি বাইরোগ হয়, এমনও শোনা যায়। একলা রাত্রে কোথাও যাওয়া, অন্য পোয়াতির প্রসব কি মৃত্যুর দৃশ্য দেখা, কি ধাত্রীবিদ্যার কোন বই পড়া নিষেধ। পোয়াতিকে সর্ব্বদা উৎসাহ দেওয়া উচিত, আর যাতে আমোদ পায় তার উপায় করা উচিত। ঘরে সুন্দর সুন্দর ছবি রাখা ভাল।

গর্ভাবস্থায় কতকগুলি সামান্য কষ্ট হয় তার কোন উপায় নাই, সহ্য করে থাকা উচিত। কিন্তু রোগ হ'লে চিকিৎসা না করান নির্ব্বোধের কাজ। চিকিৎসার অভাবে কত গর্ভ নষ্ট হয় আর পোয়াতি মারা যায়। রোগ বেশি হ'লে ডাক্তার ডাকবে; অল্প হ'লে মুষ্টিযোগেই অনেক সারে।

১। **বমি**—ভোরে জেগে বিছানায় শুয়ে গরম দুধ কি গরম জল খেয়ে ঘণ্টাখানিক শুয়ে থাকলে সামান্য বমি সেরে যায়। দাস্ত খোলসা রাখা দরকার। স্বামী সহবাসে বমি বৃদ্ধি হয়। কোন কোন পোয়াতিকে হাঁটুর উপর ভর ক'রে মাথা নীচু ক'রে দিনে ৩ বার ১০ মিনিট ধরে উপোড় করে রেখে বমি সারান গিয়াছে। সব পোয়াতির ধাত এক রকম নয়। ঘণ্টায় ঘণ্টায় অল্প ফলের রস, মিশ্রির সরবত, ঘোল কি ছানার জল দিলে পেটে থাকতে পারে। ডাঁটা-সিদ্ধ চিবিয়ে রস খেলেও পেটে থাকে। আবার কারও বা পেটে জলীয় জিনিষ থাকে না, কিন্তু নিমকী, কচুরী, পাওরুটি, মানকচু কি মুলো সিদ্ধ অল্প খেলে পেটে থাকে। কারো বা গরম কারো বা বরফ দিয়ে ঠাণ্ডা ক'রে দুধ দিলে থাকে। যা সাধ যায়, অনিষ্টকর না হলে খেতে দেওয়া উচিত। শুঁড়োসোডা মিশান অল্প গরম জল খুব সকালে প্রতিদিন খেতে দিলে উপকার হয়। বমি হ'লেও ক্ষতি নাই, পেট ধুয়ে যায়। যারা অলস হ'য়ে

ব'সে থাকে, তাদের বমি বেশী হয়। ৪ মাসের পর বা গর্ভের শেষের দিকে বমি হওয়া ভাল নয়। কখনও এত বেশি ন্যাকার হয়, যা খায় তাই উঠে যায়; জ্বর হয়, জিভ শুকিয়ে যায়, আর পোয়াতি ক্রমশঃ শুকিয়ে উঠে। একে বলে অতিরিক্ত বমন (হ'ইপার এমেসিস)। এরকম হলে ডাক্তার ডাক্‌বে আর চূণের জল কি গুঁড়ো সোডা মিশিয়ে দুধ খেতে দিবে। তাও যদি উঠে যায়, ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে সোডা ও মিশ্রির জল মল-দোরে পিকচারী দিয়ে কিছুদিন ধ'রে দিলে বমি কমে আসে। কিছুই পেটে না থাকলে মুখ দিয়ে কিছুদিন কিছুই খেতে দেওয়া উচিত নয়। প্রথমে /১ সের গরম জলে চা খাবার চামচে ২ চামচ নুন মিশিয়ে জল দিয়ে ডুশের নল দিয়ে মল-দোরে দেবে। এই জল বেরিয়ে আসবে। তারপর সোডা গ্লুকোস বা সোডা-মিশ্রির জল ৪।৫ আউন্স বা ২।৩ ছটাক মলদোরের ভিতর দিয়ে, মলদোর ১০।১৫ মিনিট তুলো বা পরিষ্কার ন্যাক্‌ড়া দিয়ে ধরে থাকবে। ঐ জল পেটে থাকবে। আধসের জলে আধ ছটাক মিশ্রির গুঁড়ো বা ডাক্তারখানার গ্লুকোজ, আর দেড় কাঁচ্চা (চা খাবার চামচে তিন চামচ) গুঁড়ো সোডা মিশিয়ে অল্প গরম থাকতে ব্যবহার করতে হবে। ডুশের নলের সঙ্গে বা কাঁচের ফনেলের সঙ্গে রবারের নল লাগিয়ে তার সঙ্গে, একটা ১২ নং রবারের ক্যাথিটার লাগালেই কাজ চলে। ঐ ক্যাথিটার তেল মাখিয়ে ৪।৫ আঙ্গুল আন্দাজ মলদোরে ঢুকাতে হয়। ঐ সব উপায়ে উপকার না হ'লে ডাক্তার ডাক্‌তেই হবে। হয়ত প্রসব করিয়ে ফেলবার দরকার হতে পারে। এ অবস্থায় ঘর অন্ধকার করে রোগীকে বিছানায় শুইয়ে রাখবে। বায়ুগ্রস্ত রোগীদের পিচকারী দিয়ে খাওঁয়ার ভয় দেখালে বমি সেরে যেতে দেখা গিয়াছে।

বুক জ্বালা—বদহজমির দরুন বুক জ্বালা হয়। খাওয়ার পরিবর্তন করলে আর সোডা খেলে সামান্য বুক জ্বালা সেরে যায়। কিন্তু

বেশী হলে ডাক্তার ডাক্‌বে। কেউ কেউ বলেন ভাত খাবার ১৫।২০ মিনিট আগে বড় চামচের এক চামচ দুধের সর বা এক গ্লাস ভাল দুধ খেলে বুকজ্বালা কম হয়।

৩। **কোষ্ঠবদ্ধ** হলে কলা, পেঁপে, কমলালেবু, খেজুর, নাসপাতি, আলুবোখারা, ভাল ফল কিম্বা ডুমুরের বা কাঁচা পেঁপের তরকারী, ভূসী মিশান আটার লুচী নিত্য খেতে দেবে। রোজ ঘুম থেকে উঠে কিছু খাবার আগে বা রাত্রে শোবার আগে বড় এক গ্লাস ঠাণ্ডা জল খেলেও দাস্ত পরিষ্কার থাকে। এসব উপায়ে ভাল না হ'লে দুধে বড় চামচের এক চামচ (টেব্‌ল্‌-স্পুন্‌) ইসফগুলের ভূষি দিয়ে ফুটিয়ে প্রতিদিন খেলে দাস্ত সাফ থাকে। সময় সময় চা খাবার ছোট চাম্‌চে করে এক চামচ যষ্টিমধু চুর্ণ* ঠাণ্ডা জলের সঙ্গে শোবার সময় খেতে দেওয়া যায়। ত্রিফলার জলেও* কোষ্ঠ খোলসা হয়। দরকার হলে গ্লিসারিণের কি গরম সাবান জলের পিচকারী দেওয়া যেতে পারে। ডাক্তারখানা থেকে আধ ছটাক গ্লিসারিণ কিনে এনে কাঁচের পিচকারী দিয়ে তার অর্দ্ধেকটা মলদ্বারের ভিতরে দিলেই অল্পক্ষণ পরে বাহ্যে হয়ে যায়। ডাক্তারখানার গ্লিসারিণ বাতি (সাপজিটারী) † মলদোরের ভিতরে দিলেও বাহ্যে হয়। সাবান জলের পিচকারী দিতে হলে এক টুক্‌রো কাপড় কাচবার (বারসোপ্‌) সাবান চাই, আর একটা হিগিংসনের রবারের পিচকারী কি রেক্টমের নল শুদ্ধ ডুশ চাই। ডুশ রাখাই ভাল, কারণ এতে ভেজাইনা ধোয়া আর বাহ্যে করান দুকাজই চলে, আর জলের সঙ্গে পেটে হাওয়াও যেতে পারে না। বড় ডুশের আধ ডুশ আন্দাজ (পাঁচ পোয়া) গরম জলে সাবান গুলে, মলদ্বার-নলটিতে

* সপ্তম অধ্যায়ে তৃতীয় পরিচ্ছেদে দেখ।

† জ পূর্ব্ববঙ্গের মতন উচ্চারণ।

একটু তেল মাখিয়ে মলদ্বারের ভিতরে দিবে, আর কলের মুখটা ঘুরিয়ে খুলে দিবে। একটু জল থাকতে নল বের করে নিয়ে পোয়াতিকে বাহ্যের বেগ খানিকটা সহ্য ক'রে থাকতে ব'লবে। তারপর দেখবে বেশ অনেকটা বাহ্যে হ'য়ে গিয়েছে। এই সব উপায়ে বাহ্যে খোলসা না হলে ডাক্তার ডাক্‌বে। কোষ্ঠ খোলসা রাখবার প্রধান উপায় রোজ এক সময় বাহ্যে যাবার চেষ্টা।

৪। **পাতলা বাহ্যে** যদি কখনও হয়, পোনর কি কুড়ি ফোঁটা ক্লোরডীন্ খাওয়াবে, আর জল এরারুট খেতে দেবে। বাজারের টিন ভাঙ্গা এরারুট খেতে দেবে না। এতে চালের গুঁড়া আর ও কত কিছু থাকে। ভাল এরারুট আনিয়ে দিবে। সামান্য পেটের অসুখে ঘোল, শটীর মণ্ড বা থৈমণ্ড সুপথ্য। পেটের অসুখ বেশী হ'লে ডাক্তার ডাকবে।

৫। **থুথু** কখনও কখনও এত অধিক উঠে, যে তার দরুন কষ্ট হয়। এর কোন উপায় নাই, পোয়াতিকে ধৈর্য্য ধরে থাকতে বলবে। ফটকিরির জলে কুলকুচি করতে পারে।

৬। **মূর্চ্ছা** কারও কারও হয়। হ'লে ডাক্তার ডাকবে। একটু স্মেলিং সল্ট্ শোঁকাবে আর পোয়াতিকে শুইয়ে রাখবে।

৬। **বার বার প্রস্রাব** কারও কারও প্রথম তিন মাস হয়; এতে কোন ভয় নাই। বেশি কষ্ট হলে ডাক্তার ডাকবে।

প্রস্রাব বন্ধ হ'লে পরীক্ষা করে দেখবে অস্ সামনের দিকে এসে প্রস্রাবের থলির (ব্ল্যাডার্) উপর আর ইউটারাসের উপরিভাগ (ফণ্ডাস্) পেছনের দিকে মলনাড়ীর উপর হেলে পড়েছে কি না। তাহলে ভিতরে আর পিছনে ডান হাতের আঙ্গুল দিয়ে ইউটারাসের উপরটা সামনের দিকে ঠেলে দেবে, আর বাঁ হাতের আঙ্গুল সামনে দিয়ে অস্ পিছনে

ঠেলবে। পোয়াতি পাছা উঁচু ক'রে কণুয়ের উপর ভর দিয়ে যতক্ষণ থাকতে পারে থাকবে। এই রকম দিনে ৩ বার করবে। ৩ সপ্তাহের পরেও যদি না সারে ডাক্তার ডাকবে।

আর এক কারণে বার বার প্রস্রাব হয় এবং প্রস্রাব বন্ধ হয়। গর্ভের তিন মাস পরেও যদি বার বার প্রস্রাব হয় এবং ফোঁটা ফোটা প্রস্রাব অসাড়ে ঝরে, আর ইউটারাস পিউবিসের উপর খুঁজে পাওয়া যায় না, তাহলে জানবে ইউটারাস পেলভিসের ভিতর আটকে গেছে। ইংরাজিতে বলে "ইন্ কার্সারেটেড্ ইউটারাস"। পেলভিস যদি সঙ্কীর্ণ থাকে আর ইউটারাস পেছনে বেঁকে (রিট্রোভার্টেড্) থাকে তা হ'লে গর্ভাবস্থায় এই রকম হয়। অস্ এত সাম্‌নে ও উপরে উঠে যায়, প্রায় পিউবিসের হাড়ে গিয়ে ঠেকে; প্রস্রাবের নালীতে (ইউরিটার) এত চাপ পড়ে, অতি কষ্টে ক্যাথিটার পাস করা যায় বা যায় না। এতে গর্ভপাত হতে পারে এবং ইউটারাস্ ফেটে যেতে পারে (রপচার)। এই অবস্থা জান্‌লে ডাক্তার ডেকে পাঠাবে, পোয়াতিকে বিছানায় শোয়াবে এবং ক্যাথিটার দিবার চেষ্টা ক'রবে।

৯। **প্রস্রাব কম কম** হওয়া বড় দোষ, কারণ গর্ভাবস্থায় রক্তে অনেক ময়লা জন্মে, সেইগুলি প্রস্রাবের সঙ্গে না বেরুতে পেয়ে বিষের মতন কাজ করে। তাই প্রস্রাব খোলসা রাখবে।

১০। **তড়কা বা ইক্লাম্প্‌শিয়ার পূর্ব্ব লক্ষণ**—প্রস্রাব কম কম হ'লে, চোক কি হবলহবা কি পা ফুললে, চোখে ঝাপসা দেখলে, কিম্বা সরিষে ফুলের মতন আলো দেখলে, কিম্বা হঠাৎ অন্ধ হ'লে, বেশি মাথা ঘুরলে, কি মাথা ধরলে, কি ঘুম না হ'লে, কি কড়ার নীচে শূলের মতন হ'লে, কি ৪ মাসের পর অতিরিক্ত বমি হ'লে, হাতের নাড়ী খুব বেশী দপ্ দপ্ ক'রলে, তড়কার আশঙ্কা ক'রবে। তড়কা

হ'লে বাঁচান কঠিন, কিন্তু চেষ্টা কর্‌লে তড়কা নিবারণ করা যায়। ডাক্তার ডাকবে আর পোয়াতিকে একটী এমন নির্জ্জন ঘরে রাখবে, যেখানে বেশী লোক থাকবে না, বেশী আলো আসবে না অথচ হাওয়া খেলবে। প্রস্রাব পরীক্ষা করাবে; প্রস্রাবে ঐ রোগের বিষ ধরা পড়ে। বাহ্যে প্রস্রাব যাতে খোলসা থাকে তার উপায় ক'রবে। মাছ, মাংস, ডিম, সব বন্ধ ক'রে দেবে। কেবল দুধ, ভাত, আলুনি পটল বেগুণ প্রভৃতির ঝোল খেতে দেবে। শ্বেত পুনর্ণবা শাক বা শাকের ঝোল খেলে প্রস্রাব খোলসা হয়। ডাক্তারখানার পটাস্ সাইট্রেট ১০।১৫ গ্রেণ দিনে ৩ বার খেতে পারে। দুধে ঘোলে ও জলে কি পরিমাণ খাওয়া উচিত আগে বলেছি। প্রস্রাব মেপে দেখবে, যে পরিমাণ জল খায় সেই পরিমাণ প্রস্রাব করে কি না। জোলাপের সল্‌ট (ম্যাগ্‌-সলফ) রোজ ২॥ কি ৩ ড্রাম এক আউন্স জলের সঙ্গে খাইয়ে কোষ্ঠ সাফ্ রাখতে হয়। ফ্রুট সল্‌ট কি সিড্‌ লিজ্‌ পাউডারও খেতে পারে। ডাক্তার এসে যাতে ঘুম হয়, ফিট না হ'তে পারে এবং বাহ্যে প্রস্রাব খোলসা থাকে তার ব্যবস্থা ক'রবেন। তিনি না আসা পর্য্যন্ত সোডা মিশ্রি জল খেতে দেবে। যদি বমি হয়, কেমন ক'রে ঐ জল মলদোরে দিতে হয় আগে বলেছি। ডাক্তার হাতের নাড়ী পরীক্ষা ক'রে যদি বলেন ব্লড্‌ প্রেশার বেড়েছে, তাঁর ব্যবস্থা মত কাজ ক'রবে।

১১। **প্রস্রাব ঝরা** রোগ, বেশি ছেলে হ'লে কোন কোন পোয়াতির হ'য়ে থাকে। অল্প নড়া চড়া পেলে কি হাঁচ্‌লে কি কাস্‌লেই তাদের ফোঁটা ফোঁটা প্রস্রাব ঝরতে থাকে। এতে ভেজাইনার দোর হেজে গিয়ে বড় কষ্ট হয় আর কুঙ্কুড়ি হয়। পেট ঝুলে পড়লে রবারের বেল্‌ট কি অন্য ব্যাণ্ডেজ দিয়ে পেট তুলে রাখবে, আর গাওয়া ঘি

গালিয়ে ভেজাইনায় মাখিয়ে রাখবে। প্রস্রাব বন্ধ হ'য়ে অল্প অল্প ঝরে, একথাটা জেনে রাখা দরকার।

১২। **অনিদ্রার** দরুন কখনও কখনও পোয়াতি দুর্ব্বল হ'য়ে পড়ে। এ রকম হ'লে ঘুমাবার আগে পোয়াতির পা দুটি আধ ঘণ্টা গরম জলে ডুবিয়ে রাখবে। পা যদি বড় ঠাণ্ডা থাকে তা হ'লে গরম জলের বোতল দিয়ে সেঁকও দিতে পার, কিম্বা পায়ে গরম সরিষের তেল মালিশ করতে পার। এসব কিছু না হ'লে ডাক্তার ডেকে প্রতিকার ক'রবে।

১৩। **জ্বর** হ'লে অন্য সময় ডাক্তার ডেকে যেমন চিকিৎসা করান হয়, সেই রকম করাবে। অনেকে এই সময় কুইনাইন দিতে ভয় করেন, কিন্তু দরকার হ'লে অবশ্যই দিতে হবে; কারণ যে গর্ভপাতের ভয়ে কুইনাইন দিতে আপত্তি করা হয়, জ্বর না থামলে তাহাতেই গর্ভস্রাব হয়, আর পোয়াতিকে নিয়েও টানাটানি পড়ে। কুইনাইন বা কুইনাইন্-প্লাস্‌মোচিন্ খেতে কষ্ট হ'লে ডাক্তারেরা পিচকারী ফুটিয়ে কুইনাইন দেন। এতে শীঘ্র কাজ হয়।

১৪। **হাম, বসন্ত, ওলাউঠা, ঘুংরি, প্লেগ,** কি আর কোন রকম **ছোঁয়াচে** রোগ বাড়ীতে হ'লে, সেই রোগীর কাছে পোয়াতিকে যেতে দিবে না, কারণ এতে দুটী প্রাণী মারা যেতে পারে। পোয়াতিকে আর কোথাও সরিয়ে দেবে, আর তা না হ'লে ছোঁয়াচে রোগীকে খুব দূরে একটি কুঠরীতে রাখবে, যেমন পোয়াতিকে একতলায়, রোগীকে দু তলায়; কি পোয়াতিকে দু তলায় আর রোগীকে তেতলায়, এই রকম দূরে দূরে রাখবে। যারা রোগীর সেবা করবে তারা পোয়াতির কাছে আসবে না; নেহাৎ আসতে হ'লে কার্ব্বলিক লোশনে হাত পা ধুয়ে, আর ঐ লোশনে কাপড় কেচে শুকুতে দিয়ে

অন্য কাপড় প'রে তবে পোয়াতির কাছে যাবে। কাপড় কাচতে হ'লে ঐ রকম বেশী লোশন ক'রে তাইতে কাপড় আধ ঘণ্টা ডুবিয়ে তারপর ভাল জলে কেচে ফেলতে পার; শুধু জলে আধঘণ্টা ফুটিয়ে নিলেও কোন দোষ থাকে না। রোগী আর পোয়াতি এক পাইখানা ব্যবহার করবে না। তবে যদি একটী বই পাইখানা না থাকে, রোগীকে সরায় বাহ্যে প্রস্রাব করিয়ে তাইতে কার্ব্বলিক্ কি ফিনাইল্ ঢেলে পাইখানায় ফেলে দিবে। বাড়ীতে কি কাছে যদি কোন পুকুর থাকে যাতে সকল লোক স্নান টান করে, সেই পুকুরে রোগীর কাপড় কাচবে না; সে সব কার্ব্বলিক লোশনে কাচবে। নর্দ্দামায় ও পাইখানায় রোজ ঐ লোশন বা ফিনাইল ঢালবে; রোগী ভাল হ'য়ে গেলে কি মারা গেলে, তার বিছানাপত্র পুড়িয়ে ফেলবে, আর সমস্ত ঘরটা রসকর্পূরের জল দিয়ে ধুয়ে

৮ নং চিত্র—শিশুর লিহ্বারে গরমির কীটাণু

ফেলবে। বসন্ত কি ঘুংরী রোগীর ঘরের দেওয়ালে ঐ জল দেওয়া চাই। বাগানে জল দিবার পিচকারী দিয়ে, অনায়াসে ঐ লোশন দেয়ালে আর ছাদে দেওয়া যায়। এই রকম যতক্ষণ না ক'র্‌বে ততক্ষণ সেই ঘরে পোয়াতিকে ঢুকতে দেবে না। বাড়ীতে কি পাড়ায় বসন্ত হবামাত্র পোয়াতিকে দরকার হ'লে টীকা দেওয়াবে। একবার ইংরাজী টীকা কি বাঙ্গালা টীকা হ'য়ে থাকলেও যদি ৩ বৎসরের ভিতর আবার না দেওয়া হ'য়ে থাকে, তা হ'লে, পোয়াতিকে টীকা দেবে। টীকায় ইষ্ট বই অনিষ্ট হয় না।

১৪ ক। **গরমি**—চরিত্রহীন স্বামীদের দরুন এই কুৎসিত ছোঁয়াচে রোগ সরলা সতীদের দেহে ঢুকে পেটে কত ছেলে যে হত্যা করে তা বলা যায় না। যে সব দেশে চরিত্রের আদর কম তাদের দু-আনা লোকের এই রোগ। এই রোগে প্রায়ই গর্ভপাত হয়, গর্ভপাত না হ'লেও যে শিশু জীয়ন্ত ভূমিষ্ঠ হয় সে নানাপ্রকার রোগে ভোগে কিম্বা মারা যায়। স্ক্রু প্যাঁচের মতন এই জঘন্য রোগের ক্রিমিগুলি গর্ভে ঢুকে কি রকম ক'রে শিশুর লিহ্বার জখম করে ৮ নং ছবিতে দেখ।

পোয়াতির এই রোগ হ'লে ইউটারাসে বেশি জল হতে পারে, প্রসবের সময় ব্যথার জোর থাকে না, শিশু পেটে ম'রে গিয়ে প্রায়ই ওলট-পালট হয়ে যায়, প্রসবেও কষ্ট হয়, পেরিনিয়ম ভিজে কাগজের মতন হ'য়ে ছেলে আসবার সময় ছিঁড়ে যায়। ফুল বিকৃত হ'য়ে ইউটারাসের গায়ে কামড়ে লেগে থাকে, পড়ে না; তাই রক্তস্রাব বেশি হয়। **চিকিৎসা**—অন্য সময়ে যে রকম এই অবস্থায়ও সেই রকম ডাক্তার ডেকে তড়িঘড়ি চিকিৎসা করাবে। আর বয়স্থ মেয়েপুরুষদের সাবধান ক'রে দিয়ে বলবে যে, চরিত্রহীন হ'লে যে কেবল নিজের সর্ব্বনাশ

হয় তা নয়, কিন্তু শিশু-হত্যার ভাগী হ'তে হয়। এই রোগের অনেক সময় বাহিরে কোন লক্ষণ প্রকাশ পায় না, অথচ রোগ ভিতরে থাকে, তাই থেকে অন্যের শরীরে যায়। ১২ বছর পর্য্যন্ত এর জের থাকে এমন ঘটনাও জানা আছে। একটী বিষয়ে সাবধান; এই রকম রোগীর ছেলেকে যে স্তন দিবে তার ঐ রোগ হ'তে পারে। বার বার গর্ভপাত হ'লে রক্ত পরীক্ষা করান উচিত।

১৪ খ। **ধাতের ব্যারাম** (গণোরিয়া) আর একটী ভয়ানক রোগ। এর দরুন প্রায়ই গর্ভপাত হয়, প্রসবের সময় কষ্ট হয় আর আঁতুড়ে সূতিকা জ্বর (সেপ্‌সিস্) হ'য়ে কি পেটের ভিতর ফোড়া হয়ে সেই ফোড়া ফেটে, পোয়াতি মারাও যেতে পারে। ছেলের চোক উঠে, চোক দুটী প্রায়ই নষ্ট হয়। শাদা ডিশ্চার্জ হ'লেই যে গণোরিয়া হ'ল তা নয়। এ একটা ভয়ানক ছোঁয়াচে বিষ। প্রথম অবস্থায় ভয়ানক যন্ত্রণা হয়। ভ্বল্‌ভ্বা, ভ্বেজাইনা লাল হ'য়ে ফুলে যায়; পরে পূঁয হয়। বিষ আরও ভিতরে গেলে তলপেটে যন্ত্রণা হয়; পেট পাকতেও পারে। গর্ভের প্রথম তিন মাসে হ'লে প্রায়ই গর্ভস্রাব হয়। চিকিৎসা ডাক্তার ডেকে তড়িঘড়ি করাবে। ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে গর্ভাবস্থায় ৪ ঘণ্টা অন্তর বোরাসিক লোশন বা নুনের জল, বা শুধু ফোটান জল দিয়ে ভ্বেজাইনা ধোবে। বেশি ব্যথা হ'লে, ডাক্তার রোগিনীকে অজ্ঞান ক'রে সব স্রাব মুছে বাহিরে ও ভিতরে রোজ একবার ক'রে কষ্টিক * লোশন তুলি ক'রে লাগাবেন। কষ্টিক গ্লিসারীনে (১ আউন্স গ্লিসারীনে ৪৮ গ্রেণ কষ্টিক) তুলো ভিজিয়ে প্লগ্ দিতে পার। প্রসবের সময় টিংচার আয়োডিন্ লোশনে ভ্বেজাইনা ধোবে। ছেলের মাথা বাহিরে আসা পর্য্যন্ত যাতে

* আধ ছটাক গোলাপ জলে বা বৃষ্টির জলে ২৪ রতি কষ্টিক

পানমুচি না ভাঙ্গে সেই চেষ্টা ক'রবে, তা হ'লে চোকে মুখে বিষাক্ত রস লাগবে না। মাথা বাহিরে এলে শিশুর চোকে কষ্টিক লোশন কি ক'রে দিতে হয় পরে বলা যাবে। প্রসবের পর ভিতরে ডুশ দেবে না, কারণ বিষ ইউটারাসের ভিতর যেতে পারে। যত শীঘ্র সম্ভব পোয়াতিকে উঠে বসাবে। পোয়াতির কাপড়ে যে পুঁযের দাগ লাগে, সাবধান, সে পুঁয হাতে লাগলে সে হাত যেন চোকে না দেওয়া হয়। তা হ'লে চোকটি যাবে। একখানা ন্যাকড়ার নেংটী পরিয়ে রাখা উচিত, আর সেই ন্যাকড়া পুড়িয়ে ফেললেই ভাল হয়। অনেক সময় অসচ্চরিত্র পুরুষেরা বাহিরে থেকে এই রোগটী এনে সতী সাধ্বী স্ত্রীর সর্ব্বনাশ করে। এই রোগে প্রায়ই জন্মের মতন সে বন্ধ্যা হয়, আর নানা স্থানে ব্যথায় কষ্ট পায়। হ্যাঁ গা, এই রকম পুরুষদের এক ঘরে করবার ব্যবস্থা কি শাস্ত্রে নাই? এই রোগ প্রায়ই সারে না, জ্বালা যন্ত্রণা কিছুই নাই অথচ রোগের বীজটী প্রস্রাবের নালীর ভিতরে কি যোনি পথে লুকিয়ে বসে থাকে, সুযোগ পেলেই তেড়ে ধরে। এই বীজগুলির চেহারা আর একদিন দেখাব। †

১৪ গ। **দাঁতের ব্যারাম**—সংক্রামক—ইহার দরুন রক্ত বিষাক্ত হতে পারে এবং গর্ভস্রাব হতে পারে। ডাক্তার ডেকে রোগ সারাতে হয়।

১৫। **হাইড্রেম্‌নিয়স বা জলাধিক্য**। গর্ভাবস্থায় ইউটারাস বেশি বড় হবার কারণ যমক, মোল, মায়ের গরমি, হার্টের বা কিডনীর রোগ; শিশুর হার্টের বা কিডনীর রোগ প্রভৃতি দরুন মেম্ব্রেণের ভিতর খুব বেশি জল হয়। একে বলে **হাইড্রেম্‌নিয়স্‌**। **লক্ষণ** (১) হাঁসফাসানি, (২) বুকধড়ফড়ানি; (৩) পেট ব্যথা; পেট বেশি বড়, শক্ত ও চড়চড় করে; (৪) পা ফোলা। (৫) ছেলের পা মাথা কি

† ষষ্ঠ অধ্যায়

হাটের শব্দ টের পাওয়া যায় না। **ফলঃ**—এর দরুন অতিরিক্ত বমি ইক্লাম্পশিয়া, অসময়ে প্রসব, অস্বাভাবিক প্রেজেণ্টেশন, অসময়ে জলভাঙ্গা, এবং প্রসবের পর রক্তস্রাব বা 'পোষ্ট পার্টম্ হেমারেজ হ'তে পারে।

১৬। **চুলকানি**—গর্ভাবস্থায় যোনি ও তার বাহিরে এক রকম চুলকানি হয়, তাহাতে পোয়াতি বড় কষ্ট পায়। যোনির ভিতর থেকে যদি কোন স্রাব হয়, তাই লেগে লেগে কখনও কখনও এই চুলকানি হয়। কখনও বা চুলে উকুন হওয়াতে চুলকানি হয়। আর কখনও বা মলদ্বার থেকে সরু সরু ক্রমি যোনিতে ঢোকে ব'লে এই রকম চুলকানি হয়। আরও নানা কারণে চুলকানি হ'তে পারে। যে কারণে এই রোগ হয়, তার চিকিৎসা করাবে ; যেমন মলদ্বারে সরু সরু সুতোর মত ক্রমি হ'লে চা খাবার চাম্‌চে করে এক চাম্‌চে নূন এক পাইণ্ট ঠাণ্ডা জলে মিশিয়ে, তাই দিয়ে মলদ্বারে পিচকারি দিলে ক্রমি মরে যায়। চুলে উকুন হ'লে খুর দিয়ে চুল চেঁচে ফেলতে পার ; চন্দনের তেল কি পিপারমেণ্ট তেল মাথালেও উকুন মরে যায়। ভেজাইনার ভিতর কোন রোগ হ'লে তার চিকিৎসাও করা উচিত। কার্বলিক সাবান কি আলকাত্রার সাবান দিয়ে ঐ জায়গা সর্ব্বদা পরিষ্কার রাখবে। আর ডাক্তারখানা থেকে গুলাড' লোশন আনিয়ে তাই এক ভাগ তিন ভাগ জলে মিশিয়ে, ঐ আরক ন্যাকড়ায় ভিজিয়ে ভিজিয়ে দেবে। গরম জলে সোহাগা ও কর্পূর মিশিয়ে † সেই জলে ধোয়াবে আর ঝিঙ্ক মলম মাথাবে। এতেও আরাম না হলে ডাক্তার ডাক্‌বে।

১৭। **গর্ভস্রাব**—এ একটা রোগ নয় ; নানা রোগের দরুন হয়।* ম্যালেরিয়া, গরমি, পেটের অসুখ, শ্বেত প্রদর প্রভৃতি কারণে গর্ভস্রাব হয়, তার চিকিৎসা করাবে। গর্ভাবস্থায় খাবার মতন ঔষধ

* সপ্তম অধ্যায় তৃতীয় পরিচ্ছেদ দেখ।

সৃষ্টি ক'রতে ভগবান ভুলেন নাই। অতিরিক্ত পরিশ্রম, ভারি জিনিষ তোলা, অনেক দূর গাড়ীতে কি রেলে যাওয়া, স্বামী সহবাস, শক্ত জোলাপ, যোনির ভিতরে কোন যন্ত্র দেওয়া বা বেশি গরম জলের ডুশ, এই সমস্ত কারণে গর্ভপাত হ'তে পারে। প্রসবের ৬ মাসের মধ্যে গর্ভ কিম্বা ঘন ঘন গর্ভ হ'লে নষ্ট হবার সম্ভাবনা। ঋতু যে সময়ে হত সে সময়েও বিশেষ সাবধান।

১৮। **ইউটারাসের চাপ** পড়াতে গর্ভের শেষাশেষি (ক) অর্শ, (খ) পা ফোলা, (গ) পায়ের শিরা ফোলা, (ঘ) পায়ে খাল ধরা (ঙ) হাসফাসানি, (চ) প্রস্রাব বৃদ্ধি, ও (ছ) কোষ্ঠবদ্ধ হয়। প্রস্রাব বৃদ্ধি ও কোষ্ঠবদ্ধ সম্বন্ধে আগেই বলেছি। শুয়ে থাকলে, কি পেটি দিয়ে পেট তুলে বেঁধে রাখলে অনেকটা সোয়াস্তি হয়।

(ক) **অর্শ**—গর্ভাবস্থায় কারও কারও অর্শ হয়। দাস্ত খোলসা থাক্‌লে অর্শের কষ্ট কম হয়। বেদনা হ'লে ফ্লানেল কি কোন গরম কাপড় ফুটন্ত জলে ডুবিয়ে নিংড়ে সেক দিবে আর অর্শের মলম লাগাবে। যন্ত্রণা বেশী হ'লে এই মলমে ৬ রতি কোকেন মেশাবে। বরফ বা সোরার জল ভিজান কাপড় লাগিয়ে পাছা উচু ক'রে শুয়ে থাক্‌লে যন্ত্রণা কম বোধ হয়। ভিতরকার অর্শ কখনও বা কোঁথের সঙ্গে বেরিয়ে পড়ে; তা হলে আঙ্গুলে নারিকেল তেল লাগিয়ে সেই আঙ্গুল দিয়ে অর্শ ভিতরে আস্তে আস্তে ঢোকাবে। বাহ্যের আগে ও পরে মলদোরের ভিতরে ঐ তেল মাখাবে বা হেজলীন* ক্রীম মাথাবে। অর্শে বেশী যাতনা হ'লে বা রক্ত পড়লে ডাক্তার ডাকবে।

(খ) **পা ফোলা**—গর্ভ শেষে অল্প হ'লে আর প্রস্রাবের কোন গোলযোগ না থাকলে ভয়ের কোন কারণ নাই। পোয়াতিকে অনেক

পূর্ব্ববঙ্গের মতন উচ্চারণ

সময় পা উঁচু করে থাকতে বলবে। শরীরে রক্ত কম হ'লেও হাত পা ফোলে, চোখের পাতা টেনে দেখ্‌লে শাদা বোধ হয়; এ রকম হ'লে ডাক্তার ডেকে চিকিৎসা করাবে।

(গ) **পায়ের শিরা ফোলা**—কখনও কখনও মনে হয় যেন শিরা ফেটে যাবে। এ রকম হ'লে চলা ফেরা করবার সময় পায়ে ব্যাণ্ডেজ বাঁধ্‌বে। গর্ভ অবস্থায় ফালি কি গার্টার দিয়ে মোজা বাঁধবে না। ঘুমাবার সময় বালিশে পা উঁচু করে রেখে শোবে।

(ঘ) **পায়ে খাল ধরা**, কি পাছা কন্‌ কন্‌ করা প্রসবের কিছু দিন আগে আর প্রসব শেষ হওয়া পর্য্যন্ত থাকে। কোন চিকিৎসার প্রয়োজন নাই। পাছায় কি পায়ে গরম খাঁটি সরিষার তেল মালিশ করলে সোয়াস্তি হয়। পেট তুলে রাখবার বেল্ট্‌ পরলে এবং আধ শোয়া অবস্থায় বিশ্রাম ক'রলে পাছার ব্যথা কম থাকে। দুপাশের হাড়ের যোড় টিপলে যদি ব্যথা লাগে কোমরের হাড়ের নীচে বেল্ট্‌ প'রলে যোড়ে নাড়াচড়া না পাওয়ার দরুন ব্যথা কম হয়।

(ঙ) **হাঁসফাসানি**—উপর দিকে ইউটারাসের ঠেলায় হ'য়ে থাকে। প্রসবের কিছুদিন আগে আপনিই কমে যায়।

১৯। এক রকম **বিষ** কোন কোন পোয়াতির রক্তের সঙ্গে মিশে। তাইতে তড়কা হয়, আর কতকগুলি তড়কার পুর্ব্ব লক্ষণ হয়। যেমন (১) অতিরিক্ত বমি, (২) সর্ব্বদা মাথা ধরা, ও ঘোরা (৩) চোকে ঝাপসা দেখা, (৪) চোক, মুখ, পা ফোলা, (৫) প্রস্রাব কমে যাওয়া (৬) কড়ার নীচে অত্যন্ত বেদনা। এসব হ'লে ডাক্তার ডাকবে। আর গর্ভাবস্থায় পোয়াতিকে যে রকম সাবধানে রাখতে হয়, সে রকম রাখবে।

২০। **বাধকের ব্যারাম**—পোয়াতি হবার আগে যাদের

থাকে, তাদের মাসে মাসে যে সময় ঋতু হ'ত, সেই সময় গর্ভপাতের সম্ভাবনা ; সুতরাং বিশেষ সাবধানে রাখা উচিত। সেই সময় পোয়াতির বেশি চলা ফেরা নিষেধ।

২১। **রক্তহীনতা**—ম্যালেরিয়া, কালাজ্বর, পেটের অসুখ, প্রস্রাবের দোষ প্রভৃতি নানা কারণে রক্ত কমে গিয়ে মুখ, চোক, ঠোঁট ফ্যাকাসে হয়ে যায়। হাত পা চোক, মুখ ফোলে, নড়া চড়া করলে হাঁপ ধরে। বাড়াবাড়ি অবস্থায় প্রসব হ'লে বা প্রসব হবার আগেই অনেক পোয়াতি মারা যায়। চোখ মুখ ফ্যাকাসে দেখা গেলেই ডাক্তার ডাকবে। খুব খারাপ অবস্থায়ও অন্যের রক্ত পোয়াতির শরীরে ঢোকালে রোগী বেঁচে উঠে। সব পোয়াতিরই রংটা একটু ফ্যাকাসে হয়, কারণ গর্ভাবস্থায় রক্তে জলের ভাগ বেশী হয় ; তাই গিন্নিরা ফ্যাকাসে রং স্বাভাবিক ব'লে ধরে রাখেন। সময় মত ডাক্তার দেখালে রোগের বাড়াবাড়ি হয় না। পাঁটার মেটে খেলে আর সকাল বিকাল মৃদু রৌদ্রের তাপে খানিক বসলে উপকার হয়।

২২। **রক্তস্রাব**—গর্ভাবস্থায় রক্তস্রাব হলেই ডাক্তার ডাকা উচিত। অনেক কারণে রক্তস্রাব হতে পারে ; (১) গর্ভপাত—এ বিষয় আগে বলেছি। (২) মোল্—এতে গর্ভ নষ্ট হ'য়ে জরায়ুর ভিতর আঙ্গুরের মত দানা দানা হয়, আর জল-মেশান রক্তস্রাব হয়। প্রায় ৩ মাস থেকে স্রাব হতে আরম্ভ হয়। এ বিষয়ে পরে বলব। বার বার রক্ত-স্রাব হয়ে আর ঐ দানাগুলো পচে পোয়াতির অনিষ্ট হতে পারে। এই জন্যে ডাক্তার ডাকা দরকার। (৩) অস্থানে গর্ভ—এতে সময় সময় কাল কাল রক্তস্রাব হয় আর রক্তের সঙ্গে পরদা বেরোয়। প্রথম তিন মাসের মধ্যেই প্রায় হয়। (৪) অস্থানে ফুল—ফুল স্বাভাবিক অবস্থায় জরায়ুর উপরিভাগে থাকে ; এই রোগে নীচভাগে থাকে আর প্রায়

সাত মাস প'ড়তেই হঠাৎ রক্তস্রাব হয়; বেদনা হয় না। এসব কথা আর একদিন বলব। এতে রক্তস্রাব হ'য়ে হ'য়ে পোয়াতি মারা যেতে পারে। যে কারণেই হউক, রক্তস্রাব হবামাত্র, রোগীকে বিছানায় শুইয়ে দিতে হবে, শুয়ে শুয়ে বাহ্যে প্রস্রাব করাতে হবে, আর স্রাব বেশি হলে পায়ের দিকে তক্তপোষের নীচে দুখানা ক'রে ইট বা কাঠ উঁচু ক'রে দিতে হবে আর ডাক্তার ডাকতে হবে। চাপ চাপ রক্ত কি মাংসের টুক্‌রা বেরোলে ডাক্তারকে দেখাবার জন্য রেখে দিতে হবে।

২৩। **বেঁটে, কুঁজো, কি খোঁড়া**—মেয়েটি যদি অত্যন্ত বেটে কি কুঁজো হয়; খুঁড়িয়ে চলে; প্রথম পোয়াতি হলেও যদি পেট ঝুড়িপানা হয়; তা হলে জানবে পেল্‌ভিস্ ছোট বা অস্বাভাবিক, সহজে ছেলে হবে না। ডাক্তার হয়ত পেট কেটে ছেলে বের ক'রবেন। তাই আগে থাক্‌তে সাবধান হওয়া ভাল। পেল্‌ভিস্ মাপা আবশ্যক।

জরায়ু ও যোনি-সংক্রান্ত রোগের কথা আর এক দিন বলব।

মোটের উপর গর্ভিণীর সম্বন্ধে এই কয়েকটী কথা খনার বচনের মতন মুখস্থ করে রাখা উচিত ঃ—

গর্ভিণীর নববিধান

১। ঢেঁকি ছাঁটা চালের ভাত ফেণ নাহি ফেলা।
২। শাকসব্জী ফল, ডাল, মাছ দুই বেলা॥
৩। দুধে ঘোলে মিশ্রি-জলে জলীয় তিন সের।
৪। খোলসা মূত্রে খোল্‌সা দাস্তে বিষ হয় বের॥
৫। আলো-বাতাস-খেলা ঘরে সময় মত শোওয়া।
৬। পরিষ্কার থাকা সদা, ভাল জলে নাওয়া॥
৭। দুটি ঘণ্টা খোলা বাতাস সূর্য্যের কিরণ।
৮। গৃহস্থালী, কিন্তু ভার তুলিতে বারণ॥

৯। ভয় দুঃখ থাকবে দূরে শান্ত রবে প্রাণ।
মানলে এ নববিধান প্রসূতি কল্যাণ॥

নয় ভয়

(১) খুঁড়িয়ে চলা পেট ঝুড়ি। ডাক্তার ডাক তাড়াতাড়ি॥

(২) চোক ফোলা, (৩) মাথা ঘোরা। (৪) প্রস্রাব কম (৫) মাথা ধরা॥ (৬) কড়ার নীচে শূল বেদনা, (৭) ঝাপসা দেখা চোখে। দেরি নাহি করে ত্বরা দেখাও ডাক্তার ডেকে॥ (৮) রক্তস্রাব (৯) রক্তহীন। ডাক্তার দেখাও থাক্‌তে দিন॥

পঞ্চম অধ্যায়

গর্ভ শেষে ধাত্রীর কর্ত্তব্য

কমলা। হ্যাঁ বিমলা, আমাদের তরলা সাত মাসের পোয়াতি হ'ল, এ সময় কি তাকে দেখ্‌বে?

বিমলা। ওমা, তা দেখ্‌ব না? এই সময় দাই ডাক্তারের খরচাটা অনেকে বাজে খরচ মনে করে, কিন্তু এর দরুন অনেক খরচ বাঁচে। পেটে ছেলে একটির বেশী আছে কি না, ছেলের নড়া বন্ধ হয়েছে কি না, প্রসবের রাস্তাগুলি বেঠিক কি না, মেয়েটী অত্যন্ত বেঁটে কি না, খুঁড়িয়ে চলে কি না, প্রথম পোয়াতি হ'লেও পেটটী ঝুড়িপানা হ'য়ে ঝুলে পড়েছে কি না, এই সমস্ত আগে থাক্‌তে জান্‌তে পারলে পোয়াতিকে অনেক বিপদ থেকে উদ্ধার করা যেতে পারে। দেহের কোন কোন জায়গা দেখে কি কি বিষয় জান্‌তে হয়, প্রশ্নের চিহ্ন (?) দিয়ে ঐ ছবিতে দেখান হয়েছে।* যেমন, মাথা ঃ— দাঁড় করিয়ে দেখতে হবে মাথায় খাট কি না। পেটে দাগ দিয়ে দেখান হয়েছে, পেট ঝুড়িপানা কি না, জরায়ু কত উঁচু, প্রস্রাব কি পরিমাণ, এ সব দেখ্‌তে ও জানতে হবে। বিপদ হ'লে তখন কষ্টের সীমা থাকে না, আর খরচেরও দিশ-পাশ থাকে না; কিন্তু বিপদ্ হবার আগে দুচার টাকা খরচ ক'রলে অনেক টাকার কাজ দেখে। আর একটা কথা, যে দাই প্রসব করাবে, তার সঙ্গে পোয়াতির আগে থাক্‌তেই ভাব হ'য়ে থাকা উচিত, তা হ'লে প্রসবের সময় তার কোন ভয় হয় না। তা ছাড়া, আগে থাক্‌তে প্রসবের

---

* প্রথম ভাগের শেষ ;

সব বন্দোবস্ত ক'রে রাখা যেতে পারে। তবে চল আর দেরি ক'রে কাজ কি? চল তরলাকে দেখে আসি। (উভয়ের প্রস্থান)

(কমলার বাড়ী)

বিমলা। (তরলাকে পরীক্ষা ক'রে) না ভাই এর কোন ভয় নেই। তবে এখন থেকে আঁতুড় ঘরের বন্দোবস্তটা ভাল করা চাই। আমাদের দেশে আঁতুড় ঘরের যে রকম ব্যবস্থা, তাতে বোধ হয় প্রসব হওয়াটা একটা ভয়ানক অপরাধ। ঘর খানি আলাদা তৈয়ারী হয়, সে ঘর এত স্যাৎসেঁতে হয়, যে, লোক তাতে দুদিন থাক্‌লে ব্যামো হয়। আর যারা আলাদা ঘর করেন না, তাঁরা বাড়ীর ভিতর সব চেয়ে খারাপ যে ঘরটি আছে, তাই আঁতুড়ের জন্য বেছে রেখে দেন। সেই রকম ঘরে অন্ধি-সন্ধি বন্ধ ক'রে, আলো আর কাঠ জ্বেলে, রক্তে চড় বড় কচ্চে আর দুর্গন্ধ বেরুচ্চে এমন ধারা এক খানা ময়লা ন্যাকড়া পরে, তারির ভিতর পোয়াতি যখন বাস করে, তখন তার কি মনে হয় না "কি পাপেই বা পোয়াতি হয়েছিলেম"? মনে কর বাড়ীর বাবু তেতালার উপর ব'সে টানা বা বিজলী পাখার বাতাস খাচ্ছেন, আর, তাঁর আদরের মেয়ে, নীচের তলায় একটা ছোট ঘরে একটি কচি ছেলে নিয়ে আর একজন মূর্খ দাই নিয়ে আগুন, ধোঁয়া আর দুর্গন্ধের ভিতর কষ্ট পাচ্ছে; একি অধর্ম্ম! এই সেদিন আমাদের ডাক্তার বাবু ঘরে ব'সে আছেন, এমন সময় একজন কবিরাজ খালি পায়ে হাঁপাতে হাঁপাতে এসে উপস্থিত হ'য়ে বল্লেন, "ডাক্তার বাবু শীঘ্র আসুন, আমার মেয়েটী ত যায়," এই বলে তাঁকে হড়্ হড়্ ক'রে টেনে নিয়ে গেলেন। ডাক্তার বাবু সেখানে গিয়ে দেখ্‌লেন, আঁতুড়ঘরের দরজা ভেঙ্গে পোয়াতি আর তার দাইকে বারান্দায় বের করা হ'য়েছে; তাদের রং নীল হয়ে গেছে, আর বারবার খেঁচুনী হচ্চে। তখন তাদের অনেকক্ষণ

ঠাণ্ডা হওয়ায় রেখে, মাথায় ঠাণ্ডা জলের ঝাপটা দিয়ে অনেক ক'রে তবে বাঁচালেন। তারপর তিনি জানলেন, আঁতুড়ঘরে দোর জানালা বন্ধ ক'রে, এক গামলা গুলের আগুন ক'রে, দাই ছেলের নাইতে তাপ দিচ্ছিল। সেঁকতে সেঁকতে দাই অজ্ঞান হয়ে গেল, হাত থেকে ছেলে প'ড়ে গিয়ে কোঁকিয়ে উঠল, আর পোয়াতিকে কত ডাকাডাকি করে, কেবা উত্তর দেয়? ছেলে ছাড়া সকলেই অজ্ঞান। তখন সকলে দরজা ভেঙ্গে ঘরে ঢুকে দেখে এই অবস্থা। কাঠ কি কয়লা পোড়ালে তার ভিতর থেকে এক রকম বিষাক্ত গ্যাস বেরোয়, তাই যদি ঘর থেকে বেরুতে না পায়, ক্রমশঃ জমে জমে নিশ্বাসের সঙ্গে ভিতরে যায়। তাতে কত লোক মারাও যায়। খড়দহ বাড়ুয্যেদের বাড়ীতে পোয়াতি, ছেলে, দাই এই ভাবে মারা গেল। রাত্রে দোর জানালা বন্ধ ক'রে কয়লা জ্বেলে রেখেছিল। তা হলেই বোঝ, আঁতুড় ঘরে হাওয়া খেলবার কত দরকার। আঁতুড়ঘরের দোষে কত পোয়াতি মারা যায়, কত পোয়াতির স্তিকা দোষ হয়, আর কত ছেলে সর্দ্দি, ধনুষ্টঙ্কার হয়ে মারা যায়।

এই প্রায় ৫২ বৎসর হ'ল ইডেন হাঁসপাতাল হয়েছে, আর রোজ কত ছেলে জন্মাচ্ছে; কিন্তু ঘর দোরের আর সব ব্যবস্থার কি তারিফ, একটি ছেলেও আজ পর্য্যন্ত ধনুষ্টঙ্কার হয়ে মরে নাই। কলিকাতায় সব পোয়াতি হাঁসপাতালে হাজার হাজার ছেলে প্রসব করান হয়েছে, কৈ একটী ছেলেরও ত ধনুষ্টঙ্কার হয় নাই। কলিকাতা মিউনিসিপালিটীর দাইয়েরা বাড়ী বাড়ী গিয়ে বছর বছর ৮ হাজার পোয়াতি বিনা পয়সায় খালাস করে, আঁতুড় ঘর কাপড় চোপড় সব পরিষ্কার রাখে, প্রসবের পর ১০ দিন পর্য্যন্ত পোয়াতি ও ছেলের তদারক করে। তাদের একটী ছেলেরও ধনুষ্টঙ্কার হয় না। কলিকাতায় বাড়ী বাড়ী দিশী

দাইদের হাতে বছর বছর যে সব ছেলে হয় তাদের ভিতর শতকরা ১০টী ছেলে ধনুষ্টঙ্কারে মারা যায়। ভাল ব্যবস্থা থাক্‌লে এরা বেঁচে যেত। সরকারী দাইয়ের তদারকে যে সব ছেলে থাকে তাদের ভিতর খুব কম ছেলেই মারা যায়। তাই বলি, পোয়াতি আর ছেলের যদি মঙ্গল চাও তবে বাড়ীর ভিতর সব চেয়ে ভাল ঘরখানি আঁতুড়ের জন্য রেখে দাও। আঁতুড় ঘর লম্বে আড়ে ১০ হাতের কম হবে না। আর তাতে এমন ভাবে জানালা থাক্‌বে, যাতে বেশ আলো হাওয়া খেলতে পায়, অথচ হাওয়ার ঝাপটা এসে পোয়াতি কি ছেলের গায়ে না লাগে। ঘরের মেজে খুব শুক্‌নো খট্‌খটে হবে: আর তাতে জল পড়লে যাতে শীঘ্র সরে যায়, এমন ধারা নর্দ্দমা থাকবে। আশে পাশে কোন নোংরা জায়গা, বিশেষ আস্তাবল রাখবে না। প্রসবের কিছুদিন আগে ঘর চুনকাম করাবে। খড়ের চাল ও বাঁশের বেড়া হ'লে রসকর্পূরের জলে পিচকারী দিয়ে ধোয়াবে। ঘরের বাজে জিনিষ সব সরিয়ে ফেল্‌বে। মেজের উপর মাতুর পেতে শোয়াবার বন্দোবস্ত করবে না। ঠাণ্ডা লেগে কত পোয়াতির জ্বর কাসি হয়, আর জন্মের মত নাড়ীর রোগ ও জন্মায়। একখানা তক্তপোষের উপর পুরু ক'রে কম্বলের বা অন্য কোন রকম বিছানা কর্‌বে। বিছানার কাপড়গুলি প্রসবের কিছুদিন পূর্ব্বে রোজ খুব রৌদ্রে অনেকক্ষণ রেখে তুলে রাখবে। এই ঘরে যদি এর আগে কোন ছেলে ধনুষ্টঙ্কারে মারা গিয়ে থাকে, তা হলে বিছানার কাপড় গরম জলে সিদ্ধ ক'রে রৌদ্রে শুকিয়ে নিবে, আর ঘরের দেওয়াল ও মেজে রসকর্পূরের লোশনে ধুয়ে নিবে। শীতকালে দেখেছি পোয়াতির গায়ে একখানা ভাল গরম কাপড় না দিয়ে একখানা ময়লা ছেঁড়া কাপড় দেয়। লেপ ধোয়ান যায় না বলে যদি দিতে না চাও, ভাল পরিষ্কার

কম্বল ত দিতে পার? এই সময় ঠাণ্ডা লেগে নিউমোনিয়া হ'য়ে যদি মেয়েটীর প্রাণ যায় তাহলেও কি বলবে সেই প্রাণের চেয়েও একখানা লেপ কি কম্বলের দাম বেশী? মা শ্বাশুড়ী আঁতুড়ে ঢোকেন না, একটা মূর্খ পেশাদার ঝিয়ের উপর পোয়াতির জীবন-মরণের ভার দিয়ে রাখেন। তা না ক'রে, পোয়াতির বিছানা একটা আল দিয়ে আলাদা ক'রে দিলে তাঁরা ঘরে ঢুকে কাছে এসে মেয়ে কি বউকে দেখতে পারেন। প্রসবের দিন কাছে এলে এই এই জিনিসগুলি কাছে এনে রাখবেন ঃ—

১। ছেলের জামা, নেংটী, বিছানা, বালিশ, ২। ছেলের পেট বাঁধবার (ব্যাণ্ডেজ) কাপড়; ৩। ছেলের গায়ে মাখাবার সুইট অয়েল এক বোতল; ৪। ভাল সাবান খান দুই; ৫। সাইনোল সাবান বা দেশী আসেপটিক সাবান গোলা ১ শিশি; ৬। ছেলের গায়ে দিবার পাউডার ১ কৌটা; ৭। ছেলে নাওয়াবার বড় মাটীর গামলা ২ টা; ৮। মাটির ছোট গামলা ১টা; ৯। এলুমিনমের কি এনামেলের বাটী ১০। ছেলের নাড়ী কাটবার কাঁচি ১ খানা; ১১। ছেলের নাড়ী বাঁধবার সরু ফিতে বা টোন্ সূতো ১ গজ; ১২। অয়েল ক্লথ ২ গজ; ১৩। বিছানার চাদর ৪ খানা; ১৪। বেড প্যান্ ১টা; ১৫। পোয়াতির পেট বাঁধবার শক্ত কাপড় (বাইণ্ডার) ৩ গজ; ১৬। সেপ্‌টি পিন ১২টা; ১৭। রক্ত মুছবার পরিষ্কার ন্যাকড়া কতগুলি; ১৮। ব্যথা খাবার জন্য শক্ত কাপড় ১ খানা; ১৯। কার্ব্বলিক এসিড বা লাইসোল ১ শিশি; ২০। টিংচার আয়োডিন (বি, পি) ১ আউন্স; ২১। বোরিক উল ১ প্যাকেট; ২২। বোরিক গজ এক প্যাকেট; ২৩। বোরিক পাউডার ১ আউন্স; ২৪। জল গরম করবার হাঁড়ি (ঢাকা দেওয়া) ৩টা; ২৫। তোলা উনন ১টা; ২৬। ডুশ (নল শুদ্ধ) ১টা; ২৭। থার্ম্মমিটার ১টা; ২৮। ক্যাষ্টর অয়েল ২ আউন্স; ২৯। ল্যাইকারআর্গট আধ আউন্স; ৩০। ফিডিংকপ্ ১টা।

তোলা উননের কথা এই জন্য বলচি যে, যে হাঁড়িতে জল গরম হবে সেই হাঁড়ি শুদ্ধ জল আঁতুড় ঘরে এনে রাখতে হবে, অন্য পাত্রে সে জল ঢাললে জল খারাপ হ'য়ে যায়। কিন্তু আঁতুড় ঘরে যে হাঁড়ি আস্‌বে সে হাঁড়ি ত তোমরা রান্নাঘরে নিবে না, সুতরাং পোয়াতির জল গরম করবার জন্য আলাদা উনন থাকাই ভাল। যাঁদের সঙ্গতি আছে তাঁরা গ্যাস্ ষ্টোভ কিন্‌তে পারেন। হাঁড়ি ঢাকা দেওয়ার কথা বল্‌চি এই জন্য যে, নানা রকম ময়লা পড়তে পারে, আবার সেই ময়লা যখন কাপড়ে ছোঁকা হয়, জলের গুণ নষ্ট হয়ে যায়। এই জন্য হাঁড়ি ঢাকা দিয়ে রাখা চাই।

অয়েল ক্লথ কিনবার সঙ্গতি বা সুবিধা না থাক্‌লে খবরের কাগজ কি পুরু কোন কাগজ পেতে নিয়ে কাজ চালাবে। পোয়াতির কাজে যে সব নেকড়া লাগাবে সে সব পরিষ্কার থাকলেও জলে সিদ্ধ করে শুকিয়ে বাক্সে পাট করে একখানা পরিষ্কার কাপড়ে বেঁধে রাখতে বল্‌বে। বেড প্যান্ না থাক্‌লে সরাতেই কাজ চলে।

গরীব গৃহস্থের জন্য পোয়াতি ও ছেলের কাপড় চোপড়, সাবান, কাঁচি, ফিতে বা টোন, টিংচার আয়োডিন্ (১ আউন্স), বোরিক তুলো এক প্যাকেট থাক্‌লেই যথেষ্ট। ন্যাকড়া পুড়িয়ে নাইয়ের জন্য সদ্য ব্যাবহার করলে ছোঁয়াচের ভয় থাকে না।

ধাত্রীর ব্যাগে সাধারণতঃ এই কটী জিনিস থাকলেই চল্‌বে :—

(১) কাঁচি; (২) ফিতে বা টোন্; (৩) টিংচার আয়োডিন; (৪) বোরিক তুলো ৪ প্যাকেট (৫) বোরিক গজ ১ প্যাকেট; (৬) ডুশের সরঞ্জাম; (৭) কেথিটার; (৮) কার্বলিক সাবান। সাইনোল বা ডিস্‌ইনফেক্‌টেণ্ট সাবান গোলা, বোস্‌মান কেথিটার, ক্যাষ্টার অয়েল, হুইট অয়েল, বোরো-ঝিঙ্ক পাউডার, লাইকার আর্গট। নেল্‌ব্রশ সঙ্গে থাক্‌লে আরও ভাল হয়।

ষষ্ঠ অধ্যায়

প্রথম পরিচ্ছেদ

প্রসবের সময় গৃহিণীর কর্ত্তব্য

ডাক্তার। দেখুন মা, আপনার মেয়েটীর জন্য কিছুই ভাববেন না। পল্লীমঙ্গল সমিতির দয়ায় গ্রাম্য দাইদের এমন শিখিয়ে নিয়েছি যে, আপনাদের ঐ চঞ্চলা দাই সহজ প্রসব অনায়াসে চালাতে পারবে।

বোসগিন্নি। কেমন ক'রে শেখালেন?

ডাক্তার। সমিতির লোকেরা পাঁচটী গ্রাম নিয়ে একটী পঞ্চায়েত করেছে। নিজেরা চাঁদা আদায় ক'রে আর ডিষ্ট্রিক্ট বোর্ডের কাছে চেয়ে, অনেক টাকা যোগাড় করেছে। তাই থেকে পথ, ঘাট, পুষ্করিণী সংস্কার, জঙ্গল কাটা, ম্যালেরিয়া তাড়াবার জন্য ডোবায় কেরোসীন ঢালা, আর দেশী দাইদের শিক্ষা। এই সমস্ত দেশের ভাল কাজ করে। আমাকে বছরে কিছু দেয় এই কাজের জন্য। এতে কত লোকের উপকার হচ্ছে।

বোসগিন্নি। বেশ! বেশ! ছেলেরা বেঁচে থাক্। আচ্ছা, চঞ্চলা যেন প্রসব করালে, আমাদের কি কিছু করবার নাই?

ডাক্তার। আছে বৈ কি? বাবুরা ত অন্দর মহলের সব ভার আপনাদের হাতে দিয়ে নিশ্চিন্ত; সুতরাং এসব বিষয় আপনাদের জানা দরকার। আপনাকে কি কি কর্‌তে হবে তা বল্‌ছি। প্রথমতঃ কতকগুলি জিনিস জোগাড় ক'রে রাখতে হবে।

বোসগিন্নি। আমার বোন সেদিন আমাকে দেখতে এসেছিল।

তাকে বিমলা ব'লে একটী ধাত্রী একটা ফর্দ্দ দিয়েছে। আমি সেটা নকল ক'রে রেখেছি। এই দেখুন।

ডাক্তার। হাঁ এতেই হবে। কিন্তু কতকগুলি বিষয় নিজেদের দেখতে হবে।

ক। **আতুড় ঘর**—সব চেয়ে ভাল ঘরটি আঁতুড়ের জন্য রাখতে হবে।

বোস্‌গিন্নি। হাঁ, সে বিষয়েও বিমলা ভাল করে বলে গেছেন।

ডাক্তার। তা ত বলবেই, খারাপ ঘরের দরুন তাদেরই যে ভুগতে হয়।

খ। সময় পূরো হ'য়েছে কি না, ব্যথা কতক্ষণ ধ'রে হ'য়েছে আর কি রকম হচ্চে, জল ভেঙ্গেছে কি না, দাস্ত খোলাসা হ'য়েছে কি না, এতদিন শরীর বেশ সুস্থ ছিল কি না, আর ছেলে হ'য়ে থাকলে সেবারে প্রসব বেশ সহজ হয়েছিল কি না, এই সব কথা দাইকে জানাবেন।

গ। টিংচার আয়োডিন, লাইসোল, বোরিক উল্, বোরিক পাউডার, কাঁচি, নাড়ী বাধবার সূতো এই সমস্ত প্রস্তুত না থাক্‌লে এনে রাখবেন। পোয়াতির পেটির কাপড় আর ছেলের কাপড় চোপড় এক জায়গায় রাখ্‌বেন।

ঘ। খুব বেশী ক'রে জল গরম চড়াবেন, আর বরফ পাওয়া গেলে বরফ আনিয়ে রাখ্‌বেন।

ঙ। ভাল জায়গায় তক্তপোষ পেতে, তার উপরে পোয়াতির বিছানা ক'রে তার উপর একখানা পরিষ্কার চাদর কোমরের উপর থেকে উপরের দিকে তুমড়িয়ে রাখ্‌বেন। তার উপর একখানা অয়েলক্লথ কোমরের একটু উপর থেকে নীচে পর্য্যন্ত বিছাবেন। আর কাছে স্রাব মুছবার ন্যাকড়াগুলি পাট করে রাখ্‌বেন। পোয়াতিকে কাপড় খুব আল্‌গা রকম পরিয়ে রাখবেন।

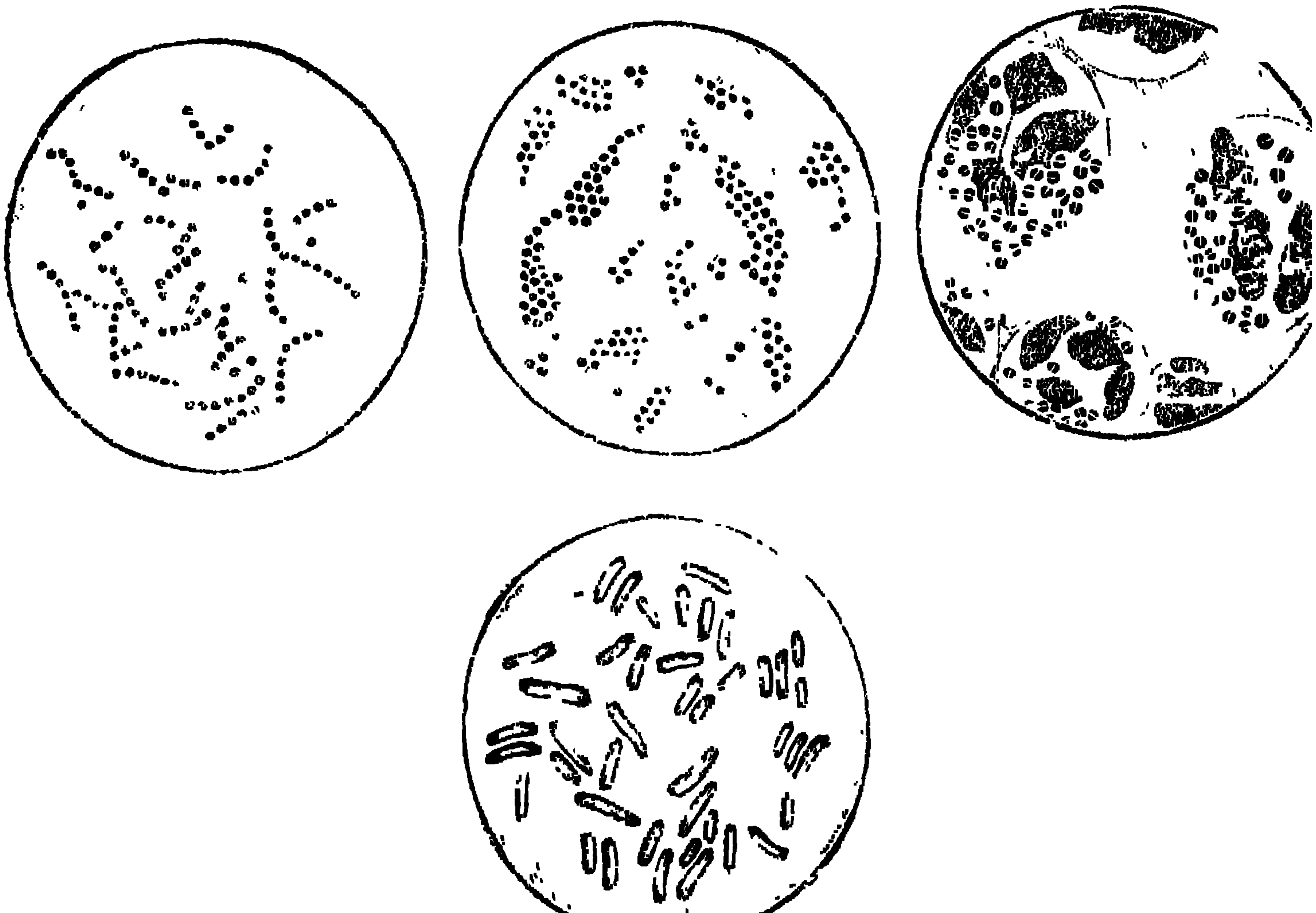
চ। ফের্‌তা দেওয়া কাপড় রক্ত মাখামাখি হ'লে পর, বদলাবার সময় পোয়াতিকে কষ্ট দিতে হয়। কোমরে একখানা সামান্য কাপড় জড়িয়ে দিবেন, আর একখানা কাপড় দিয়ে গা ঢাক্‌বেন। যারা কামিজ পরে, তাদের কামিজ কোমরের উপর গুটিয়ে রাখবেন, আর কোমর থেকে পা অবধি একখানা চাদর ঢাকা দেবেন।

ছ। পোয়াতিকে বিছানার ডান ধারে বাঁ কাতে শোয়াবেন, অসুবিধা হ'লে চিৎ ক'রেও শোয়াতে পারেন।

জ। শুচির দিকে বিশেষ নজর রাখ্‌বেন। আমি যে শুচির কথা ব'ল্‌চি এ গোবর ছড়া কি গঙ্গাজল ছিটে নয়, কিন্তু যাতে কোন রকম বিষ পোয়াতির দেহে না ঢুক্‌তে পারে তারি ব্যবস্থা। অন্ধকার ঘরে দেয়ালের কোন ছেঁদা দিয়ে যদি আলো আসে, তা হ'লে সেই আলোতে দেখতে পাওয়া যায়, কত ধূলো উ'ড়ে বেড়াচ্ছে। হাওয়াতে যে কেবল ধূলো থাকে তা নয়, নানা রকম রোগের বিষাক্ত বীজও থাকে। সেগুলি চোখে দেখা যায় না, কিন্তু এক রকম দূরবীণ (মাইক্রস্‌কোপ) আছে, তাইতে দেখা যায়। এদের ইংরাজীতে বলে "মাইক্রোব।" এরা দেহের ভিতর গেলে দেহ বিষাক্ত হয়। এই মাইক্রোব্‌গুলি যে কেবল হাওয়াতে থাকে তা নয়। জলে, খাবারে, কাপড়ে, বিছানায়, গায়ে, ঘরের দেয়ালে, যেখানে সেখানে থাক্‌তে পারে। কতকগুলি রোগ আছে তার বিষ কেবল কাটা জায়গা কি ঘা দিয়ে শরীরে ঢু'কে ঐ রোগ জন্মায়। কচি ছেলের ধনুষ্টঙ্কার হ'লে তার নাইতে ঐ বিষ থাকে, নাই থেকে খানিকটা রস নিয়ে যদি অন্য কারও ঘারে লাগান যায়, তা হ'লে তারও ধনুষ্টঙ্কার হ'তে পারে। নাড়ী কাটার কাঁচিতে যদি ঐ বিষ থাকে, তা হ'লে সেই কাঁচি দিয়ে যে ছেলের নাড়ী কাটা যায়, তারই ধনুষ্টঙ্কার হবে। সূতিকা জ্বরও সেই রকম

বীজাণু-ঘটিত ব্যারাম। এর বিষ সহজেই পোয়াতির শরীরে ঢুক্‌তে পারে। ছেলে যখন বেরিয়ে আস্‌তে থাকে, প্রসবের রাস্তাগুলি খুলে যায়, তাই দিয়ে বিষ অনায়াসে ঢুক্‌তে পারে। ছেলে হবার পর তিনটা জায়গায় ঘা হতে পারে:—প্রসব-দ্বারের নীচের জায়গা বা "পেরিনিয়ম" ছিঁড়লে সেই জায়গায়, জরায়ুর মুখ বা অস্ ছিঁড়ে গেলে সেই জায়গায়, আর যেখানটা থেকে ফুল বা প্লেসেণ্টা খ'সে এসেছে সেই খানটায়; সচরাচর এই তিন যায়গা দিয়েই বিষ ঢুকে।

ক খ গ



ঘ

৯নং চিত্র—সূতিকা জ্বরের বিষাক্ত বীজ।

ক। গা, কাপড়-চোপড় প্রভৃতি থেকে এই শেকলের মতন বীজ জরায়ুতে গেলে জ্বর হয়। খ। ফোড়া জন্মাবার বীজ। গ। ধাতু রোগের বীজ। ঘ। মলের বিষাক্ত বীজ।

পোয়াতির ডিসচার্জ্জে এই বিষ থাকৃতে পারে। নখের ভিতর একটী কণামাত্র যদি লাগে আর ঐ কণা অন্য পোয়াতির ভিতরে যায় তাই থেকে লক্ষ লক্ষ মাইক্রোব বা বীজ জন্মায়। একজন স্থতিকাজ্বর-রোগীর এক ফোঁটা ডিস্চার্জ্জের ভিতরে ৪ রকমের কোনো রকম বিষের বীজ থাকৃতে পারে; তার চেহারা একবার এই ৯নং ছবিতে দেখুন। এই সব বীজের দরুন যে রোগ হয়, তাইতে অনেক পোয়াতি মারা যায়। আগে পোয়াতির হাসপাতালগুলি এই রোগে উচ্ছন্ন হ'য়ে যেত; বছর বছর কত পোয়াতি মারা যেত। এখন সে সব হাসপাতালে এই রোগ হ'তে পায় না, তার কারণ যেমন বিষ তেমনি তার ঔষধও বেরিয়েছে। সেই ঔষধে বিষ একেবারে নষ্ট হয়ে যায়। যে সব ওষুধে বিষ নষ্ট হয় তাকে বলে এণ্টিসেপ্টিক্। আগে পেটের ভিতরে অস্ত্র ক'রলে বড় বড় ডাক্তারের হাতেও রোগী প্রায়ই মারা যেত। এখন অনেকেই নির্ভয়ে এই রকম অস্ত্র ক'রে থাকেন, এণ্টিসেপ্টিকের গুণে সব বেঁচে যায়। দাইয়েরা সাবধান না হওয়ার দরুন কত পোয়াতির যে জ্বর হয়, নাড়ী পাকে, কত চিররোগী আর বন্ধ্যা হয়, তা কি কেউ তলিয়ে দেখে? এক কলিকাতা সহরে দাইয়েদের দোষে বছর বছর এই রোগে ৫৫৫ জন পোয়াতি মারা যায়; সমস্ত দেশে কত মরে কত ভোগে কে তার খবর নেয়? ঠ্যাটা দাইরা বলে "এতকাল গেল, হাজার গণ্ডা খালাস করেছি কৈ কারোও ত কিছু হয় নাই। এখন যত বেশী আঁটাআটি, তত লাগে দাঁতকপাটি"। হাসপাতালে যে সব পোয়াতি আগে থেকে এসে প্রসব হয়, তাদের রোগ হয় না। কিন্তু হাসপাতালে আসবার আগে যাদের দাইয়েরা ঘাটাঘাটি করেছে, হাসপাতালে এসে তারাই জ্বরে ভোগে। একদিন এক দাই এক পোয়াতিকে ক্যাথিটার দিয়ে প্রস্রাব করিয়েছিল, কিন্তু ক্যাথিটার জলে সিদ্ধ করে নাই, তার দরুন পোয়াতির প্রস্রাবে

ভয়ানক জ্বালা ও পূঁয হয়, তলপেটে বেদনা হয়, আর জ্বর হয়। তার পর ডাক্তার বোরিক এসিড দিয়ে প্রস্রাবের থলি (ব্লাডার) ধুয়ে কত ক'রে তবে পোয়াতিকে ভাল ক'রলেন। পোয়াতির স্বামী ত চ'টে আগুণ; দাইয়ের নামে নালিশ ক'রতে প্রস্তুত। ডাক্তারবাবু অনেক বুঝিয়ে সুজিয়ে তাকে ঠাণ্ডা করলেন। এইজন্য বলি দাই যেন এন্টিসেপ্‌টিক্ ব্যবহার না ক'রে কখনও পোয়াতিকে ছোঁয় না। দাইদের দোষে যদি কোন পোয়াতির মৃত্যু হয়, কি কোন রোগের সূত্রপাত হয়, তা হ'লে তাদের জানা উচিত তারা লোক আর ধর্ম্ম এই দুয়েরই কাছে দায়ী। এ কাজটা কিছু শক্তও নয়। কেবল অভ্যাস চাই, আর একটু শুচিবাই থাকা চাই।

জিজ্ঞাসা কর্‌তে পারেন,—"প্রসবের সময়ে কি উপায়ে এই সংক্রামক রোগ নিবারণ করা যায়?"

তার উত্তর এই, বিষের বীজগুলি নাশ ক'রতে হবে। ৪ জায়গা থেকে ঐ বিষ রোগীর দেহে যেতে পারে; (১) দাইয়ের হাত কি বস্ত্র থেকে (২) দাইয়ের যন্ত্র তন্ত্র থেকে (৩) রোগীর প্রসবের পথ, বাহিরের জায়গা ও ইউটারাস্ থেকে। (৪) অ-সিদ্ধ কাঁচি বা নাড়ী বাঁধবার সুতো থেকে। সুতরাং এই সমস্ত ভাল ক'রে ডিস্‌ইনফেক্ট করা চাই।

১। দেখবেন দাই যেন ধোপার বাড়ীর কাপড় কিম্বা সাজীমাটি ও গরমজলে ফুটান কাপড় পরে এবং জামার হাত কণুয়ের উপরে গুটিয়ে রাখে। তার হাতের আংটী, বালা ও চুড়ী খুলে নেবেন। সে যদি কোন ছোঁয়াচে রোগী দেখে এসে থাকে, তাকে স্নান ক'রিয়ে হাত বেশ ক'রে ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট ক'রিয়ে অন্য কাপড় পরাবেন। নখ লম্বা থাকলে কাটিয়ে নেবেন। দাই যেন সাবান জলে কণুইয়ের নীচে পর্য্যন্ত হাত বেশ ক'রে রগ্‌ড়ে ধুয়ে নেয় যতক্ষণ না হাতের তেল উঠে গিয়েছে।

গামলার জলে হাত ডুবিয়ে ধুলে হবে না, এক জনকে ব'লবেন হাতে জল ঢেলে দিতে। নখের বুরুষ দিয়ে রগ্‌ড়ালে শীঘ্র তেল উঠে যায়। তবু এতে প্রায় দশ মিনিট সময় লাগে, সুতরাং একটুখানি সাবান জল দিয়ে মুহূর্ত্তের মধ্যে হাত ধুয়ে ফেলা কেবল লোককে প্রবঞ্চনা করা বই আর কিছুই নয়। তেল উঠে গেলে সাবান জলে ধুয়ে ফেলে হাত করোসিভ্ব লোশনে অন্ততঃ ৩ মিনিট যেন ডুবিয়ে রাখে। ধোয়া হাতে টিংচার আয়োডিন দিতে হবে। যখন ভিতরে হাত দিয়ে পরীক্ষা ক'রতে যাবে তখনই এই রকম যেন করে। সে হাত ভিজে রাখবে, গামছায় মুছবে না; সাবধান, আঙ্গুল কারুর গায়ে বা অন্য কোথাও লাগলে আবার যেন ডিস্ইন্‌ফেক্ট করে। আঙ্গুলে কোন তেল বা ভেসেলীন মাখাবে না, মাখাবার দরকারও নাই; প্রসবের পথে বিধাতা স্বাভাবিক তেল দিয়ে দিয়েছেন, তাইতে পথ হড়হড়ে হয়ে থাকে। লোশনে ভিজে থাক্‌তে থাক্‌তে আঙ্গুল ঢুকাবে, আর এক হাতের দুই আঙ্গুল দিয়ে পাশাড়ী (লেবিয়া) লোশনে ধুয়ে ফাঁক ক'রে লোশনে ভিজান অপর হাতের আঙ্গুল ভিজে থাক্‌তে থাক্‌তে ঢুকাবে। সচরাচর দাইয়েরা যে তেল বা ভেসেলীন আঙ্গুলে মাখায়, একজন বিজ্ঞ ডাক্তার তা পরীক্ষা ক'রে তাইতে অনেক রোগের বীজ পেয়েছেন।

২। দাই এমন সব যন্ত্র ব্যবহার ক'রবে যাহা সহজে পরিষ্কার করা যায়। যন্ত্র কাঁচের বা ধাতুর হ'লেই ভাল হয়। ক্যাথিটার, কাঁচি, নল, ডুশ্, জল ঢালবার পাত্র, ন্যাকড়া প্রভৃতি সমুদয় গরম জলে সিদ্ধ ক'রে ফুটিয়ে নেবে।

৩। প্রথম পোয়াতির ব্যথা হবামাত্র আধ ছটাক ক্যাষ্টর অয়েল খাইয়ে দিল কোষ্ঠ পরিষ্কার হ'য়ে যায়। কিন্তু প্রায়ই জোলাপ দেওয়া

হয় না ; সুতরাং সব পরিষ্কার ক'রবার পূর্ব্বেই দাই পিচকারী দিয়ে বাহ্যে করাবে। পোয়াতি বলবে বাহ্যে হয়ে গিয়েছে ; তার কথায় কাণ না দিয়ে পিচকারী দিতে হবে। সময় মত বাহ্যে না করালে, পরে ছেলের মাথা নীচে এসে পড়লে পিচকারীর নল ভিতরে যাবে না, আর ব্যথার সঙ্গে সঙ্গে মাথার চাপে মল বেরিয়ে আসে, এতে প্রসব পথ এবং দাইয়ের হাত মল-দূষিত হ'তে পারে। মল না দেখা যেতে পারে, অথচ মলের বিষাক্ত অদৃশ্য পরমাণু আঙ্গুলে লেগে যোনিতে এবং পরে জরায়ুতে প্রবেশ ক'রে তা থেকে দূষিত জ্বর হয়। কোষ্ঠ পরিষ্কার হয়ে গেলে দাই পোয়াতির গা পরিষ্কার ক'রে তাকে ধোপার বাড়ীর কাপড় পরাবে এবং বিছানা পরিষ্কার ক'রে নেবে।

৪। তার পর দেখবেন দাই যেন পিড়ি ও পাশাড়ীর চুল কামিয়ে, ঐ স্থান আর উরোতের পাশ সব সাবান জলে ধুয়ে করোসিহ্ব লোশনে ধুয়ে নেয় এবং অস্ পরীক্ষার পূর্ব্বে ঐ লোশনে তুলো ভিজিয়ে নিড়েং ঐ তুলো পাশাড়ীর উপর দিয়ে রাখে। যোনিতে কোন দূষিত স্রাব থাকলে কিংবা কোন আনাড়ি দাই হাত দিয়ে থাকলে ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে লাইসোল্ বা আয়োডিন লোশন দিয়ে ডুশ্ দেবে, কিন্তু বিনা পরামর্শে ডুশ্ দেবে না। স্বাভাবিক অবস্থায় যোনির রসে কোন রোগ-বীজ থাকে না এবং থাকতে পারে না। সুতরাং এই রস ধুয়ে ফেললে রোগ ডেকে আনা হয়। যোনির ভিতরটা যত না ছোঁয়া যায়, ততই পোয়াতির পক্ষে মঙ্গল। দাই বারবার অনাবশ্যক ভিতর পরীক্ষা ক'রবে না। পেটের উপর হাত দিয়ে পরীক্ষা ক'রলেই সহজে পোয়াতির প্রায় সব বিষয়ই জানা যায়। একটু অসাবধান হ'লেই হাতের সঙ্গে বিষ ভিতরে যেতে

পারে, সুতরাং যোনি পরীক্ষা যত কম হয় ততই ভাল। বিশেষ প্রয়োজন হ'লে পাণমুচি ভাঙ্গার পর রীতিমত হাত ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট ক'রে একবার পরীক্ষা ক'রবে।

প্রসবের পর যোনিতে বা তার নীচে ফাটা ঘা থাক্‌লে তাই দিয়ে বিষ দেহে যেতে পারে। এইজন্য ঐ সব জায়গা ফাট্‌লে ডাক্তার ডেকে সেলাই করিয়ে নেওয়া উচিত। জরায়ুতে ফুল বা পরদার টুকরা থাক্‌লে প'চে বিষ হ'তে পারে, এইজন্য প্রসবের পর দাই ফুল ও মেম্ব্রেণ (পরদা) ভাল রকম পরীক্ষা ক'রে যদি দেখে, সমস্ত বেরিয়ে আসে নাই, তা হ'লে ভিতর পরিষ্কার ক'রে দিবার ব্যবস্থা ক'রবেন।

৫। দাই যেন অন্য কোন ছোঁয়াচে রোগী দেখে এসে পোয়াতি, ছোঁয় না।

৬। এই সমস্ত নিয়ম পালন ক'রতে হ'লে এণ্টিসেপ্‌টিক লোশন আগে প্রস্তুত ক'রে রাখা চাই। দাইকে বলবেন লোশন ক'রে বোতলে পূরে, বোতলের গায়ে লেবেল মেরে রাখবে এবং নীচে লিখবে "বিষ"।

১। **করোসিহ্ব্‌ লোশন** কি বিন্‌-আয়োডাইড লোশন—করোসিহ্ব্‌ সব্লিমেণ্ট বা রসকর্পূর খুব ভাল এণ্টিসেপ্টিক্‌ কিন্তু ভয়ানক বিষ, এই জন্য ডাক্তারের পরামর্শ ভিন্ন যোনি ধোয়ার জন্য এই জিনিস ব্যবহার করবে না। ধাতুর যন্ত্রে লাগলে যন্ত্র ক্ষয়ে যায়, এই জন্যই এর নাম "করোসিহ্ব্‌" বা ক্ষয়কারী। ডাক্তারখানায় এর বড় বড় চাক্‌তি পাওয়া যায়। বিন্‌ আয়োডাইড অব্‌মার্কারির চাকতিও পাওয়া যায়। এই চাক্‌তি এক পাইণ্ট জলে দিয়ে বোতলের গায়ে লিখবে "করোসিহ্ব্‌ বা বিন্‌ আয়োডাইড লোশন, হাত ও যোনির উপর ধোবার জন্য (১-১০০০০) (১ প্যাইণ্টে ৯।৷০ গ্রেনের কিছু বেশী)।"

২। **লাইসোল লোশন**—লাইসোল্ ভাল এন্টিসেপ্‌টিক, অথচ করোসিহ্ব্‌, লোশনে হাত ডুবালে হাত যে রকম খস্‌খসে হয় এতে তা হয় না, বরং হড়হড়ে হয়, সুতরাং তেল বা ভেসেলীনের কাজ করে। এক পাইণ্ট জলে চা খাবার চাম্‌চের বড় দুই চামচ লাইসোল দিয়ে বেশ করে নেড়ে লিখে রাখবে "লাইসোল লোশন, হাত যোনির উপর ও যন্ত্র ধোবার।"

৩। **আয়োডিন লোশন**—এক পাইণ্ট জলে চা খাবার চামচের ২ চামচ টিংচার আয়োডিন্ মিশিয়ে এই লোশন তৈয়ার ক'রে যোনি বা উপর ধোয়া হয়।

৪। **কার্ব্বলিক লোশন**—লাইসোল্ না থাক্‌লে কার্ব্বলিক য়্যাসিড (এক পাইণ্টে এক আউন্স) দিয়ে লোশন প্রস্তুত ক'রে কাগজে লিখবে, "কার্ব্বলিক লোশন, হাত ও যন্ত্র ধুইবার জন্য।"

৫। **কণ্ডিস্ লোশন**—কেহ কেহ এই লোশন ব্যবহার ক'রে থাকেন। এক পাইণ্ট জলে চা খাবার চাম্‌চের দু চাম্‌চে কণ্ডির ফ্লুইড দিতে হয়।

৬। **বোরাসিক লোশন**—এক পাইণ্ট জলে এক আউন্স বোরাসিক এসিড দিয়ে লিখবে "বোরাসিক লোশন—শিশুর মুখ চোক ও পোয়াতির স্তন ধোয়াবার জন্য।"

৭। **কষ্টিক লোশন**—এক আউন্স গোলাপ জলে ২॥ রতি কষ্টিক মিশিয়ে কাল কাগজে শিশি মুড়ে রাখবে "ছেলের চোকে দিবার জন্য।"

৮। **স্পিরিট** ও ডিস্‌ইন্‌ফেক্‌টেণ্ট। জ্বালাবার স্পিরিট (যাঁকে বলে মিথিল স্পিরিট) খানিকটে ঢেলে জ্বালিয়ে দিলে ধাতুর পাত্র বা যন্ত্র তখনি ডিস্‌ইনফেক্ট করা যায়। আগুন সর্ব্বশ্রেষ্ঠ ডিস্‌ইনফেক্টেণ্ট।

টিংচার আয়োডিন কি এব্‌সলিউট এল্‌কহল্‌ দিয়ে হাত তখনি ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট করা যায়। তার্পিন তেল ও ভাল ডিস্‌ইন্‌ফেক্টেণ্ট।

এর ভিতর কেবল ১নং কি ২নং কি ৩নং লোশনেই প্রসবের সময় কায চলে।

ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট বা ষ্টিরিলাইজ করা সম্বন্ধে এই কয়েকটি বিষয় জেনে রাখলে পোয়াতিকে অনেক বিপদ থেকে রক্ষা করা যায় আর ডাক্তারদের কাছেও অপ্রতিভ হ'তে হয় না।

কি অবস্থায় ডাক্তার ডাকা উচিত ?

কি কি অবস্থায় পোয়াতির জন্য ডাক্তার না ডাক্‌লে বিলাতে আইন মতে শাস্তি পেতে হয়, সে সমস্ত এক এক ক'রে বলি, মন দিয়ে শুনে রাখুন :—

গর্ভাবস্থায় ;—(১) যদি সন্দেহ হয় প্রসবের পথ ছোট, গর্ভিণী বেঁটে বা খোঁড়া ; (২) যদি রক্তস্রাব হয় ; (৩) যদি কোন রোগের সম্ভাবনা থাকে, অতিরিক্ত বমি, হাত পা ফোলা ইত্যাদি থাকে ; (৪) যদি রোগী হঠাৎ মারা যায়।

খ। প্রসবকালে ;—[১] ছেলে যদি ঠিক ভাবে না থাকে। [২] ছেলে কি ভাবে আছে যদি ঠিক ক'রতে না পারা যায়। [২] ছেলে সময় মত যদি ঠিক জায়গায় না নেমে আসে। [৪] ব্যথা জুড়িয়ে গিয়ে বা অতিরিক্ত ব্যথার পর পোয়াতি অবসন্ন হয়ে গিয়ে যদি প্রসবে বিলম্ব হয় ; জরায়ুর মুখ সম্পূর্ণ খুলে যাওয়ার বা জল ভেঙ্গে যাওয়ার দু-ঘণ্টা পরও যদি প্রসব না হয়। [৫] যদি রক্তস্রাব হয়। [৬] রক্তস্রাব না হয়েও যদি ফুল আগে দেখা দেয়। [৭] রক্তস্রাব না হলেও, ফুল যদি ছেলে ভূমিষ্ঠ হবার এক ঘণ্টার মধ্যে না পড়ে। [৮] প্রসব পথ বা নীচের জায়গা যদি ছিঁড়ে যায়। [৯] কোন রকম বিপদের যদি সম্ভাবনা

থাকে। [১০] যদি ছেলে মৃত বা মৃতপ্রায়, যমজ বা কোন রকম অস্বাভাবিক হয়।

গ। আঁতুড়ে;—[১] ২৪ ঘণ্টাপর্য্যন্ত যদি জ্বর ১০০.৪ ডিগ্রির উপর থাকে এবং নাড়ী চঞ্চল থাকে, কম্প হয়, পেটে ব্যথা হয় বা পেট টিপলে লাগে, স্রাব যদি দুর্গন্ধ হয় বা স্থগিত হয়, রক্তস্রাব যদি বেশী হয়, পা যদি ফুলে, স্তন ফুলে যদি খুব টাটায়। [২] ছেলের যদি কোন রোগ হয়।

প্রসবের ব্যবস্থা

(ক) প্রথম ষ্টেজে বা নাড়ীর মুখ সম্পূর্ণ খোলা পর্য্যন্ত

১। ব্যথা আরম্ভ হ'লে আধ ছটাক ক্যাষ্টার ওয়েল খাইয়ে ৩।৪ ঘণ্টা পর পিচকারী দিয়ে বাহ্যে করান উচিত।

২। পোয়াতিকে শুইয়ে রাখবেন না, উঠে হেঁটে বেড়াতে বল্‌বেন। "কুঁড়ে পোয়াতিরা শুয়ে থাকতে চাইবে, আপনি ব'লবেন "তা হলে শীগগীর খালাস হবে না, উঠে বেড়ালে ছেলের চাড়ে রাস্তা শীগগির খুলে যাবে।" নাড়ীর মুখ পূরো খুলে গেলে বা "অস্ ফুল ডাইলেট" হ'লে শুইয়ে রাখবেন। আগে যদি জল ভাঙ্গে পোয়াতিকে শুইয়ে রাখবেন।

৩। কোঁথ দিতে বারণ ক'রবেন। এ সময় কোঁথ দিলে মিছিমিছি ক্লান্ত হ'য় প'ড়বে, অথচ কোন কাজ হবে না।

৪। প্রস্রাব বারবার ক'র্‌তে বলবেন। ব্লাডার প্রস্রাবে ভর্ত্তি থাক্‌তে পারে অথচ ছেলের মাথার চাপের দরুন প্রস্রাব না হ'তে পারে। এতে প্রসবে বিলম্ব হয়। তাই ক্যাথিটার দিয়ে প্রস্রাব করাতে হয়। পিচকারী আগে দিয়ে না থাক্‌লে দাইকে বল্‌বেন এখন দিতে।

মলের ভিতর রোগের বীজ থাকে (৯ নং ছবি) ঐ বীজ যোনিতে গেলে জ্বর হয়।

৪। খাবার সব ঠাণ্ডা দেবেন; দুধ, ডাবের জল, কি জল দিতে পারেন।

৫। দাই যেন পরীক্ষা খুব কম করে। বারবার পরীক্ষা ক'রলে পাণমুচি ফেটে যেতে পারে, অস বা নাড়ীর মুখ ফোলে আর শক্ত হয়, আর ডিস্‌চার্জ্জ শুকিয়ে যায়। একবার দেখে আর দ্বিতীয় ষ্টেজ পর্য্যন্ত না দেখ্‌লেও চলবে।

৬। দাই যেন জোর করে অস বা নাড়ীর মুখ ডাইলেট্ করবার চেষ্টা না করে। আনাড়ি দাইয়েরা বাহাদুরি ক'রতে গিয়ে কত পোয়াতির সর্ব্বনাশ করে।

৭। দাই যেন ছেলের মাথার উপর জোরে না টিপে, তাতে মাথা স'রে যেতে পারে।

৮। মেম্ব্রেণ বা পাণমুচি যাতে অসময়ে না ছিড়ে, তাই করা উচিত; কারণ মেম্ব্রেণের ব্যাগটা অসের ভিতর আস্তে আস্তে ঢোকে আর ঠেলে ব'লে, অস্ ক্রমশঃ ডাইলেট হ'তে থাকে। গাছ করাত দিয়ে খানিকটে কেটে ফাঁকে এক টুক্‌রো ফাল ঢুকিয়ে দিয়ে সেই ফাল্ জোরে ঠুকলে যেমন গাছ চড়্‌চড়্ ক'রে ফাঁক হ'তে থাকে, এও সেই রকম। তবে যদি অস্ পূরো ডাইলেট হ'য়ে থাকে, ব্যথার জোর বেশি থাকে, অসের ভিতর দিয়ে পাণমুচি ভাল রকম বেরিয়ে আসে না, আর পাণমুচি বেশি পুরু আর শক্ত ঠেকে, তা হ'লে দাই মেম্ব্রেণ ছিঁড়তে পারে; কিন্তু সাবধান, অকালে যেন ছেঁড়া না হয়। ছিঁড়বার আগে দাই কাছে কতকগুলি ডিস্‌ইনফেক্ট করা ন্যাকড়া জড় ক'রে রাখবে, তারপর হাত ও পাশাড়ী সমস্ত বেশ ক'রে ডিস্‌ইফেক্ট ক'রে নিয়ে ব্যথার সময়

মেম্ব্রেণের উপর একটা নখ চেপে বসাবে। এতে না ছিঁড়লে, ব্যথা জিরেনের সময় তর্জ্জনী আর বুড় অঙ্গুল দিয়ে চিমৃটি কেটে টেনে ছিঁড়বে। আগে চুলের কাঁটা দিয়ে ছেঁড়া হ'ত তা যেন না করে; চুলের কাঁটায় বিষ থাকতে পারে আর এতে ছেলের মাথায় চোট লাগতে পারে। একবার এক ধাত্রী চুলের কাঁটা দিয়ে মেম্ব্রেণ ছিঁড়ে কাঁটা খুঁজে পায় না। ইউটারাসের ভিতরে ঢুকে গিয়ে মনে করে, ইউটারাস্ হাতড়াতে লাগ্‌ল আর ভয়ে অস্থির হ'য়ে গেল। তার পর দেখা গেল, জলের তোড়ে কাঁটা হাত থেকে প'ড়ে গিয়ে একেবারে খাটের তলায় গিয়ে প'ড়েছে। সিদ্ধ করা কাঁচি দিয়েও ছেঁড়া যায় কিন্তু ব্যথার সময় খুব সাবধান, যাতে ছেলের মাথায় বা পোয়াতির কোন জায়গায় না লাগে।

(খ) দ্বিতীয় ষ্টেজে বা "অস পূরো ডাইলেট" হয়ে, ছেলে বেরিয়ে আসা পর্য্যন্ত

(১) প্রথম ষ্টেজের শেষ থেকেই পোয়াতিকে বাঁ কাতে শুইয়ে রাখতে হবে, আর ন্যকড়া পাছার নীচে দিতে হবে, যাতে জল রক্ত শুষে নেয়। ব্যথার জোর কম থাক্‌লে চিৎ ক'রেও শোয়াতে পারা যায়, কি একটু একটু বস্‌তেও দিতে পারা যায়; কিন্তু ব্যথা বাড়লেই আর ব'সতে দেওয়া হবে না। যে সময় মলদোরের উপরটা ব্যথার চাপে ফুল্‌তে থাকে, সে সময় পোয়াতিকে বাঁ কাতে শুইয়ে দিতে হবে, আর ব্যথার সময় ডান পা উঁচু ক'রে ধরতে হবে। তা হলে ঊরুত দুটো ফাঁক হবে। পেটের উপর আর দুধারে ঊরুতের উপর সিদ্ধ করা তোয়ালে বা নেকড়া দিয়ে ঢেকে দিলে হাত সব জায়গায় ঠেকলে নোংরা হয় না।

(২) দাই সাবধানে পরীক্ষা ক'রে এই সময়ে দেখবে কি ভাবে (পোজিশন্) মাথাটা র'য়েছে বা ছেলের নাড়ী কি হাত পা বেরিয়েছে কি না।

(৩) এই ষ্টেজে কেথিটার ব্যবহার করতে হ'লে এক আঙ্গুলে ছেলের মাথা নীচের দিকে ঠেলে ধরতে হয়, কারণ মাথাতে কেথিটার বাধা পায়।

(৬) ব্যথা খাবার জন্য একখানা কাপড় কিছুর সঙ্গে বেঁধে দেবেন। ব্যথার সময় তাই ধ'রে কোঁথ দিতে ব'লবেন। যে সব আউপাতালী পোয়াতি মিছামিছি চেঁচায়, তাদের বল্‌তে হবে মুখ বুজে কোঁথ দিতে, নইলে ব্যথার জোর হবে না, আর ছেলে শীগগির হবে না। কিন্তু ব্যথা না থাকলে যেন কোঁথ না দেয়। আর যে সময় পেরিনিয়ম বা মলদোরের উপরটা মাথার ঠেলায় ফুলে উঠবে তখন কোঁথ না দিয়ে বরং চেঁচাতে পারে।

(৫) এই সময় মাথার ঠেলায় মল বেরুতে পারে। দাই যেন পরিষ্কার ক'রে ভাল রকম ডিস্‌ইনফেক্ট ক'রে নেয়। লোশনে ভিজান তুলো বা ন্যাকড়া দিয়ে উপর থেকে নীচের দিকে মুছবে; উল্‌টো দিকে মুছবে না, তা হলে মল ভেজাইনার ভিতর যেতে পারে। পাছার নীচের ন্যাকড়া সব বদলে দিতে হবে।

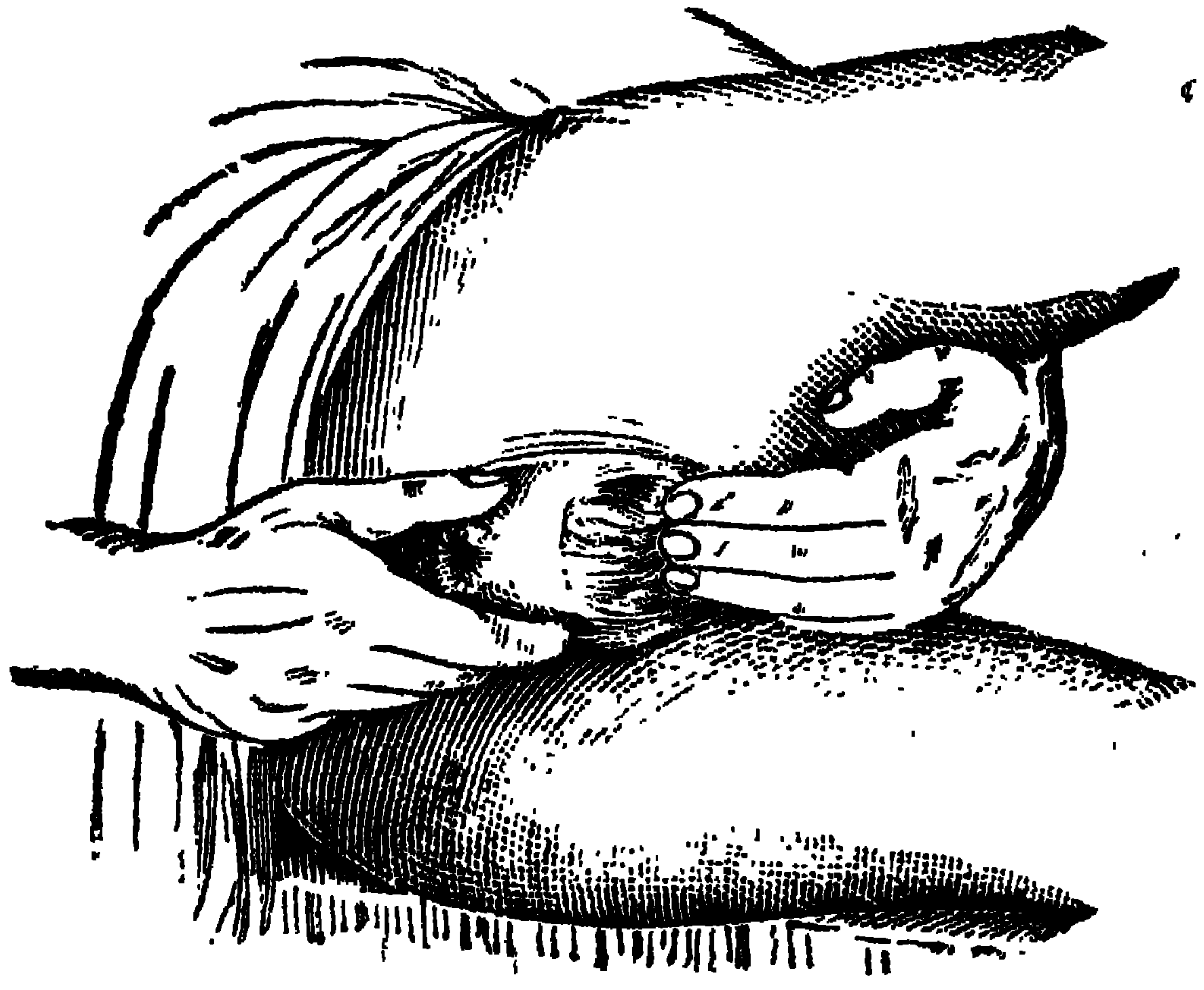
(৬) নাড়ী কাটবার কাঁচি আর নাড়ী বাধবার সুতো জলে সিদ্ধ ক'রে রাখতে হবে। টোন বা শক্ত সুতো পাকিয়ে দড়ি করা যায়। যাদের অবস্থা ভাল, তারা ডাক্তারী রেশমের দড়ি আনতে পারে। দড়ি পুরু হওয়া চাই, নইলে ছিঁড়ে যায় বা নাড়ীতে ভাল রকম চেপে বসে না।

(৭) কখনও কখনও অসের সম্মুখের ঠোঁটে (এণ্টিরিয়র লিপে)

মাথা আটকে থাকে, আর মাথার চাপে ঠোঁট ক্রমশঃ ফুলতে থাকে। এই রকম হ'লে ব্যথার সময় দাই ঠোঁটটা তুলে ধরবে। এই রকম বার দুই তিন ক'রতেই সেটা সড়াৎ ক'রে মাথার পেছনটা দিয়ে পিছলে উঠে যাবে।

(৮) খাবার এ সময় বেশী কিছু না দিয়ে, কেবল ঠাণ্ডা জল দিতে পারেন।

(৯) পেরিনিয়ম বা মলদ্বারের উপরটা রক্ষা করবার বিশেষ দরকার সেই সময়, যে সময় মাথার চাপে পেরিনিয়ম ফুলতে থাকে, আর মলদ্বার ফাঁক হ'তে থাকে। এই সময় মাথাটা যদি বড় থাকে, আর পেরিনিয়ম ঢিল হবার আগেই তাড়াতাড়ি বেরিয়ে পড়ে, তা হ'লে পেরিনিয়ম ফেটে যেতে পারে। আগে নিয়ম ছিল, পেরিনিয়ম এই



১০ নং চিত্র—পেরিনিয়ম রক্ষা।

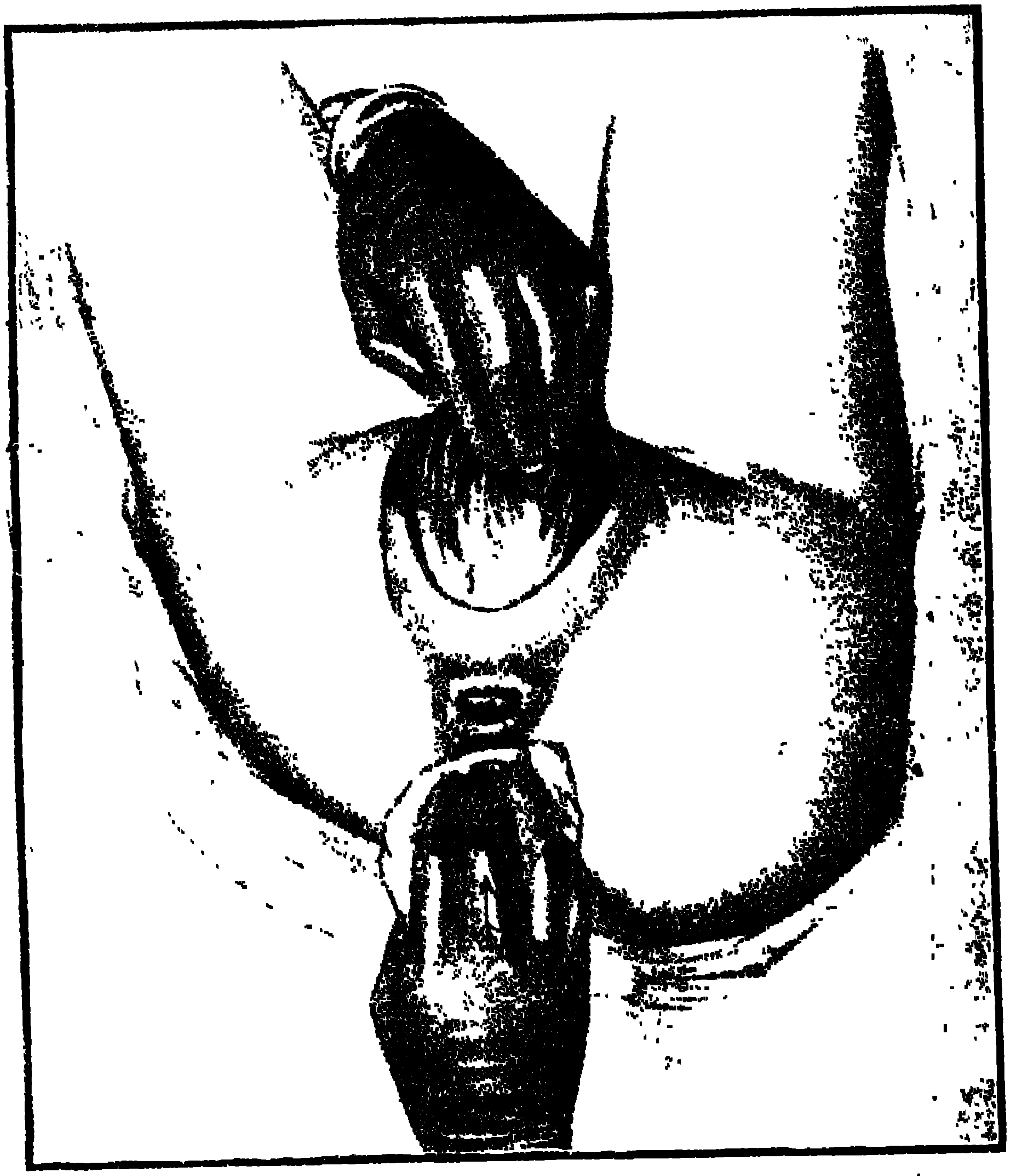
সময় চেপে ধরা, কিন্তু এতে আরও অনিষ্ট হয়, কারণ ওখানটায় হাতের চাপ পড়'লে ব্যথা আরও বাড়তে থাকে, আর মাথা তাড়াতাড়ি

বেরুতে থাকে। **তাই এখন নিয়ম হ'য়েছে পেরিনিয়ম ঢিল করা।**

শক্ত পেরিনিয়ম গরম জলে সেঁক দিলে ঢিল হ'য়ে যায়। দাই ফুটন্ত জলে লাইসোল ঢেলে, ঐ জলে পরিষ্কার ন্যাকড়া ভিজিয়ে তাইতে সেঁক দিবে। যদি পেরিনিয়ম অত্যন্ত পাতলা ও টান হ'য়ে যায়, দাই দুই পা সোজা ক'রে দেবে। পোয়াতিকে কোঁথ দিতে বারণ ক'রতে হবে। ১০নং ছবিতে যে ভাবে হাত রাখা হয়েছে সেই রকম ক'রলে পেরিনিয়ম রক্ষা করা যায়। পোয়াতিকে বাঁ কাতে শুইয়ে দিতে হবে, আর পাছাটা টেনে তক্তপোষের কিনারায় নিয়ে আসতে হবে। বাঁ হাত পোয়াতির পেটের উপর দিয়ে ঘুরিয়ে, ডান উরুতের ভিতর দিয়ে এনে এমন ভাবে দাই রাখবে যাতে ছেলের মাথা ধরতে পারে; আর ডান হাতের আঙ্গুল মলদ্বার ও পাছার হাড়ের শেষ (কক্সিক্স্) এই দুইয়ের মাঝখানে রাখবে। খবরদার, পেরিনিয়মে চাপ দেবে না। গরম জলে ফোটান ন্যাকড়ার উপর আঙ্গুল রাখবে। যখন ব্যথা আস্‌বে, হাঁ ক'রে নিশ্বাস ফেল্‌তে বা চেঁচাতে বলতে হবে। এতে যদি ব্যথা না কমে, যা'তে নির্বিঘ্নে বেরোয় তাই করা উচিত। ব্যথা জিরেণের সময় দাই বাঁ হাতের আঙ্গুল দিয়ে মাথা সামনে* আস্তে আস্তে টেনে আন্‌বে, আর ডান হাতের আঙ্গুল দিয়ে আস্তে আস্তে ছেলের মাথা সামনের দিকে ঠেলবে। অত্যন্ত বেশী ব্যাথার সময় মাথা বেরিয়ে আসা ভাল নয়, সে সময় বরং পোয়াতিকে দীর্ঘশ্বাস টান্‌তে বলে ছেলের মাথাটা ডান হাতের আঙ্গুল দিয়ে এমন ভাবে ঠেলে ধরতে হয় যাতে মাথা ফ্লেক্শন অবস্থায় থাকে যতক্ষণ অক্সিপটের ঢিবিটা নীচে নেমে না এসেছে। তার পর ব্যথার বিরাম হ'লে দাই

* পোয়াতির পেটের দিকে।

ঐ ১১নং ছবির মত ডান হাত দিয়ে মাথা সামনে ঠেলবে। ছেলের



১১নং চিত্র—পেরিনিয়ম রক্ষা

কাঁধ বেরুবার সময়ও ঐ রকম ক'রতে হবে। প্রথম পোয়াতিদের বেলাই বিশেষ সাবধান। মাথা বেরুবার সময় চারটী কথা মনে রাখতে হবে; (১) দাই তাড়াতাড়ি মাথা বেরুতে দেবে না; (২) মাথার পিছনের দিকে যে উঁচু ঢিবি আছে সে ঢিবির নীচেটা যতক্ষণ না হাড়ের রাস্তা ছাড়িয়ে এসেছে ততক্ষণ যেন মাথা পীঠের দিকে

না চিতিয়ে বুকের দিকে হেঁট করে রাখে (ফ্লেক্‌শন্)। (৩) বেশী ব্যথার সময় মাথা বেরুতে দেবে না। (৪) ব্যথার বিরামের সময় ডান হাতের আঙ্গুল দিয়ে মাথা সামনের (উপরের) দিকে আস্তে ঠেলবে।

এই সময় মাজা খুব কন্ কন্ করে, আর কারও কারও পায়ে খিল ধরে। তখন হাতটা চেপে বুলিয়ে দিলে সোয়াস্তি বোধ হয়।

(১০) মাথা বেরিয়ে আসবামাত্রই দাই বোরাসিক লোশনে তুলো ভিজিয়ে ছেলের কপাল ও চোখের পাতা মুছবে। আর একখানা ন্যাকড়া ভিজিয়ে নাক মুখ ও গলার ভিতর পরিষ্কার ক'রবে। এতে চোখের ব্যারাম বারণ হয় আর ঘড়ঘড়ানি গিলার দরুন যে পেটের অসুখ বা কাসি হয় তা আর হয় না।

(১১) তারপর দাই দেখবে ছেলের গলায় নাড়ী জড়ান আছে কি না। যদি থাকে, আঙ্গুল দিয়ে টেনে প্যাঁচটা মাথার উপর দিয়ে সামনের দিকে গলিয়ে দেবে। গলান যদি না যায়, তবে প্যাঁচগুলি অন্ততঃ এতদূর ঢিল করে দেবে, যাতে ছেলের দেহটা গ'লে বেরিয়ে আসতে পারে। প্যাঁচ যদি অনেক হয়, আর এত আঁট হয় যে মাথার উপর দিয়ে গলান যায় না, কিম্বা আলগা করা যায় না, তা হ'লে ছেলে নীল মেরে যায়, আর দেহটা এগোয় না। তখন একটা প্যাঁচের নীচে আঙ্গুল গলিয়ে দিয়ে শক্ত ক'রে দু তিন আঙ্গুল তফাতে, দুটো সূতোর দড়ীর বাঁধন দিয়ে দুটো বাঁধনের মাঝখানে নাড়ী কেটে দেবে। আঙ্গুলের উপর দিয়ে কাঁচি চালাবে। কাঁচির ডগা ভোঁতা থাকা চাই।

(১২) মাথার পরেই ধড়টা বেরুতে পারে, কিন্তু সচরাচর পোয়াতি একটু জিরেন নেয়। গলায় যদি নাড়ী জড়ান না থাকে, আর পোয়াতির অবস্থা যদি খারাপ না হয়, তা হলে তাড়াতাড়ি করবার কিছু দরকার নাই; তাড়াতাড়ি ক'রলে রক্তস্রাব হতে পারে। কেউ কেউ বাহাদুরী

ক'রতে গিয়ে ছেলের মাথা ধরে জোরে টানে; এতে গলার ও ঘাড়ের শির কি পেরিনিয়ম ছিড়ে যেতে পারে, কখনও ছেলের হাড় ভেঙ্গে যায়। কেবল পোয়াতির অবস্থার দরুন কি ছেলে হাঁপাবার দরুন যদি তাড়াতাড়ি ছেলে বের ক'রে ফেলবার দরকার হয়, তা হ'লে দাই পোয়াতিকে চিৎ করে শোয়াবে আর একজনকে বলবে পেট টিপে নীচের দিকে ঠেলতে, আর একহাতে মাথা ধ'রে পোয়াতির পেটের দিকে উচু করে তুলবে যতক্ষণ না পিছনের কাঁধ পেরিনিয়ম ঠেলে আসে। যদি কাঁধ না বেরোয়, সঙ্গে সঙ্গে আর এক হাতের তর্জ্জনী সামনের বগলে ঢুকিয়ে আস্তে আস্তে টানবে। তারপর মাথা নীচের দিকে নামালে সামনের কাঁধ আপনি বেরিয়ে আসবে। এই সময়ে পেরিনিয়ম যাতে না ছিঁড়ে তার তদ্বির করা আবশ্যক। কাঁধ দুঠো বেরিয়ে এলে টানাটানি না করে, কেবল ইউটারাস্ এক হাতে টিপে ধ'রে থাকবে। বরং আস্তে আস্তে ডান হাতে ছেলেকে পোয়াতির পেটের দিকে তুলে ধ'রে রাখলে পেরিনিয়ম ছেঁড়ে না।

(১৩) ছেলে ভূমিষ্ঠ হ'লে এমন ভাবে রাখা উচিত যাতে নাড়ীতে টান না পড়ে, আর পোয়াতির পাশাড়ীর উপর ছেলে লাথি না মারতে পারে। একখানা বোরাসিক লোশনে ভিজান ন্যাকড়া দিয়ে নাক, মুখ চোখ আর গলার ভিতর মুছিয়ে দিতে হবে। মুখে লাল ঘড়ঘড় ক'রলে আঙ্গুল কি ভিজে ন্যাকড়া দিয়ে গলা পরিষ্কার ক'রতে হবে। একে বলে "ঘড়ঘড়ানি ভাঙ্গা।" একহাতে দুটী পা উচু করে ধরে মাথা নীচের দিকে ঝুলিয়ে অপর হাতের আঙ্গুল দিয়ে সহজেই ঘড়ঘড়ানি ভাঙ্গা যায়। পোয়াতির যদি ধাতের ব্যারাম থাকে ডাক্তারের কাছ থেকে আগে কষ্টিক লোশন আনিয়ে রাখা উচিত। সেই ওষুধ এই সময় এক ফোঁটা চোখে দিয়ে, নুনের আরকে চোক ধুইয়ে দেবে।

(১৪) ছেলে ভূমিষ্ঠ হবার পর দেখতে হবে খুব চেঁচিয়ে কাঁদলে কি না। যদি ভাল রকম না কাঁদে, তা হলেই জানবেন হাঁপিয়েছে। হাঁপানি দু রকম। এক রকমে মুখ নীল মূর্ত্তি হয়ে যায়, ছেলে একটু একটু শ্বাস নিবার চেষ্টা করে; নাড়ী টিপলে বেশ দপ দপ করে; হাত পা স্বাভাবিক শক্ত থাকে, মুখ নড়ে। এই অবস্থাকে ইংরাজীতে ব'লে "ব্লু এস্‌ফিক্‌শিয়া।" আর এক রকমে শরীরটা শাদা পাঙাস হয়ে যায়, নিশ্বাস ফেলবার কোন চেষ্টা থাকে না। নাড়ী টিপলে ভাল রকম দপ দপ করে না; হাত পা ল্যালনেলে হয়ে যায়, মুখ নড়ে না; এই রকম হাঁপালে ছেলে প্রায় বাঁচে না। এই অবস্থাকে ইংরাজীতে বলে "পেলিড্ বা হোয়াইট্ এস্‌ফিক্‌শিয়া।" নীলমূর্ত্তি হয়ে ছেলে যদি না কাঁদে বা শ্বাস না ফেলে, তা হলে আর একজনকে পোয়াতির পেট ধরতে ব'লে দাই ছেলের গলায় আঙ্গুল দিয়ে ঘড়ঘড়ি ভেঙ্গে দেবে, অথবা পায়ে ধরে মাথা নীচু করে খানিক ঝুলিয়ে রাখবে এবং উপুড় ক'রে পীঠে বার কতক চাপড় মারবে, চোখ মুখে ঠাণ্ডা জলের ছিটে দেবে; তা হ'লেই ছেলে নিশ্বাস ফেলবে এবং কেঁদে উঠবে। যদি না কাঁদে, তা হ'লে দাই নাড়ী কেটে 'দুজন দুঠাঁই' ক'রে দেবে। একটা বড় গামলায় গরম জল আর একটাতে ঠাণ্ডা জল চাল্‌তে হবে। প্রথমে গরম জলে ছেলের গলা অবধি দুই চার পলক ডুবিয়ে রেখে, পরে ঐ ঠাণ্ডা জলে ঐ রকম ডুবাতে হবে। খানিক এই রকম ক'রেও যদি দেখা যায় নিশ্বাস পড়ে না, তা হলে ৫ রকমে নিশ্বাস ফেলাবার চেষ্টা ক'রতে হবে। (১) ছেলেকে বিছানায় কি কোলে শুইয়ে একজনকে দুটো পা ধ'রে থাক্‌তে ব'লতে হবে, আর দাই দু হাতে ছেলের দুটি হাত তার মাথার দু পাশে একবার উঁচু করে তুল্‌বে, আবার নামিয়ে তার দুই কণুই দিয়ে তার পাঁজর চাপবে; এই রকম

মিনিটে পোনর কুড়ি বার ক'রবে। কাহারও সাহায্য না নিয়ে ও মার্শেল হল প্রণালীতে শ্বাস ফেলান যায়। ছেলেকে কোলে চিৎ ক'রে

১২নং চিত্র—মার্শেল্ হল্ প্রণালী।

শুইয়ে ঐ ১২নং ছবির মতন বা হাতে ছেলের ডান হাত ধরে, এবং ডান হাতে ছেলের ঊরোত চেপে ধরে, ছেলেকে বাঁ কাতে ঘোরাতে হবে। ঘুরিয়ে ঐ ১৩নং ছবির মতন ছেলের ডান হাত দিয়ে তার বুক চাপতে হবে। আবার ছেলেকে ঘুরিয়ে তার ডান হাত তার মাথার দিকে উঁচু ক'রে তুলতে হবে, যাতে পাজরের উপর টান পড়ে, আর নিশ্বাসের সঙ্গে ভিতরে হাওয়া যায়। এই রকম মিনিটে ১০।১২ বার। (২) গরম জলে ন্যাকড়া ভিজিয়ে ছেলের মুখের ভিতর আর ঠোঁট মুছে দেবে, আর যে সময় ছেলের হাত উঁচু

ক'রবে সেই সময় মুখে ফুঁ দেবে। (৩) ছেলের গা গরম জলে ডুবিয়ে রেখে, ন্যাকড়া দিয়ে ধ'রে জিভ একবার টানবে, একবার

১৩নং চিত্র—মার্শেল্ হল্ প্রণালী।

ছেড়ে দেবে। এই রকম মিনিটে ১৫ বার করবে। এই রকম ক'রে যদি দেখা যায় ছেলে খাবি খাওয়ার মতন ক'রচে, তখন আরও ঐ রকম করবে। তারপর যখন দেখা যায় বেশ স্বাভাবিক নিশ্বাস প'ড়ছে তখন ছেড়ে দিতে হয়। মাড়িতে এবং বুকে ব্রাণ্ডি মালিশ করলেও উপকার হয়। (৪) এতে কিছু না হলে, ১৪ ও ১৫নং ছবিতে যে রকম দেখাচ্চে এই রকম করে চেষ্টা করবে। ছেলেকে চিৎ করে দুহাতে দুটা কাঁধ ধরে' বুড় আঙ্গুল কাঁধের সামনে আর তর্জ্জনী ছাড়া তিনটে আঙ্গুল ছেলের পীঠে রাখবে, এবং দু হাতের তর্জ্জনী ছেলের

বগলে গলিয়ে দিয়ে, (১৪নং ছবি) ঐ দুই তর্জ্জনীর উপর ছেলের বুকের ও দেহের ভার রেখে, গা নীচু করে ছেলেকে ঝুলিয়ে সামনের ও

১৪নং চি—স্মল্‌জ প্রণালী।

১৫নং চিত্র—স্মল্‌জ প্রণালী।

পেছনের দিকে দোলাবে, তারপর (১৫নং. ছবি) মাথা সমান উঁচু ক'রে ছেলের পাছা উপর দিকে তুলে এমন ভাবে ছেড়ে দেবে, যাতে পাছা ও পা আপনার ভারে মাথার দিকে নেমে আসে আর পীঠটা

ভুমড়ে যায়। সামনের বুড়ো আঙ্গুল দিয়ে আর পিছনের তিন আঙ্গুলে বুক পীঠ চাপবে। প্রথম চেষ্টায় ভিতরে হাওয়া যাবে। দ্বিতীয় চেষ্টায় আঙ্গুলের ও পাছার চাপে হাওয়া বেরিয়ে আসবে এবং হাওয়ার সঙ্গে সঙ্গে ঘড়ঘড়িও বেরিয়ে আসবে। আবার ১৪নং ছবির

১৬নং চিত্র—বির্ড প্রণালী

মতন করবে। এই রকম মিনিটে ৮।১০ বার করবে। যখন দেখবে ছেলে খাবি খাওয়ার মতন ক'রচে, তখন গরম জলে গলা পর্য্যন্ত ডুবিয়ে আগেকার মতন হাত উঁচু নীচু ক'রে শ্বাস ফেলাবার চেষ্টা ক'রবে। এতে রক্ত আর ছেলের মল চারিদিকে ছড়ায় আর ছেলে হাত পিছলে প'ড়ে যেতে পারে; এই জন্য সাবধান।

(৫) আর এক মত আছে, সেই মতে ১৬নং ছবির মতন ক'রে

ছেলের পীঠে হাত দিয়ে চিৎ ক'রে এমন ভাবে রাখতে হয় যাতে মাথা পা নীচে ঝুলে পড়ে। তারপর ঐ হাত থেকে আর এক হাতে সাবধানে ছুঁড়ে ফেলে দিয়ে এমন ভাবে ঐ ১৭নং ছবির মতন উপুড় করে বুকটা হাতের উপর রাখতে হয়, যাতে হাত পা ও মাথা নীচের দিকে ঝুলে পড়ে। এই সময় আঙ্গুল দিয়ে বুকের পাঁজরা নিংড়ে ভিতরের হাওয়া

১৭নং চিত্র—বির্ড প্রণালী

বের করে দিতে হয়। তারপর আবার অন্য হাতে ছুঁড়ে ফেলে ১৬নং ছবির মত ছেলেকে রাখতে হয়। এই রকম মিনিটে ২০ বার করতে হয়। নীলমূর্ত্তি হ'লে এই সব উপায়েই ছেলের নিশ্বাস প'ড়তে থাকে। ছেলে যদি শাদা পাঙ্গাশ হয়ে যায়, নাড়ী কেটে দিয়ে গলার ভিতর পরিষ্কার করে, গরম কাপড়ে ছেলের পা জড়িয়ে ছেলেকে গরম জলে

আধ ঘণ্টা ডুবিয়ে ধরে রাখবে, যতক্ষণ না কাঁদে। গরম জলে শরীর ডুবিয়ে রেখে মিনিটে ১০ বার বুকের দুপাশ চাপতে পার কিন্তু উপরকার প্রণালী মতে শ্বাস ফেলাবার চেষ্টা করবে না। ছেলের মুখে ফুঁ দিয়ে বাতাস ঢোকাতে পার। মলদোরে আঙ্গুল দিলে কিম্বা ধোনের চামড়া ছাড়ালেও উপকার হয়। পায়ের জল বেশ ক'রে মুছে নিতে হয়। সমস্ত গায়ে ঠাণ্ডা লাগলে ছেলে শীঘ্রই মারা যেতে পারে। পাঙাশ ছেলের হার্ট্ অত্যন্ত দুর্ব্বল। বেশী নাড়া চাড়া করলে মারা যায়! ঘণ্টা দেড়েক এই রকম চেষ্টা করা উচিত। কিন্তু আগেই ডাক্তার ডেকে পাঠাতে হবে।

(ক) বিধাতার কৌশলে রক্তস্রাবের পথ যখন বন্ধ হয়ে যায়, আর জরায়ুর বেশ সঙ্কোচ হয়, তখন ফুল আপনিই জরায়ু থেকে খসে আসে, কাহারও কোন চেষ্টা করতে হয় না।

(খ) জরায়ু থেকে ভেজাইনায় এসে ফুল পড়তে যখন দেরি হয়, তখনই ধাত্রীর প্রয়োজন হয়।

(গ) রক্তস্রাব হবার আশঙ্কা ক'রে তার ব্যবস্থা ক'রে রাখার জন্যও ধাত্রীর প্রয়োজন।

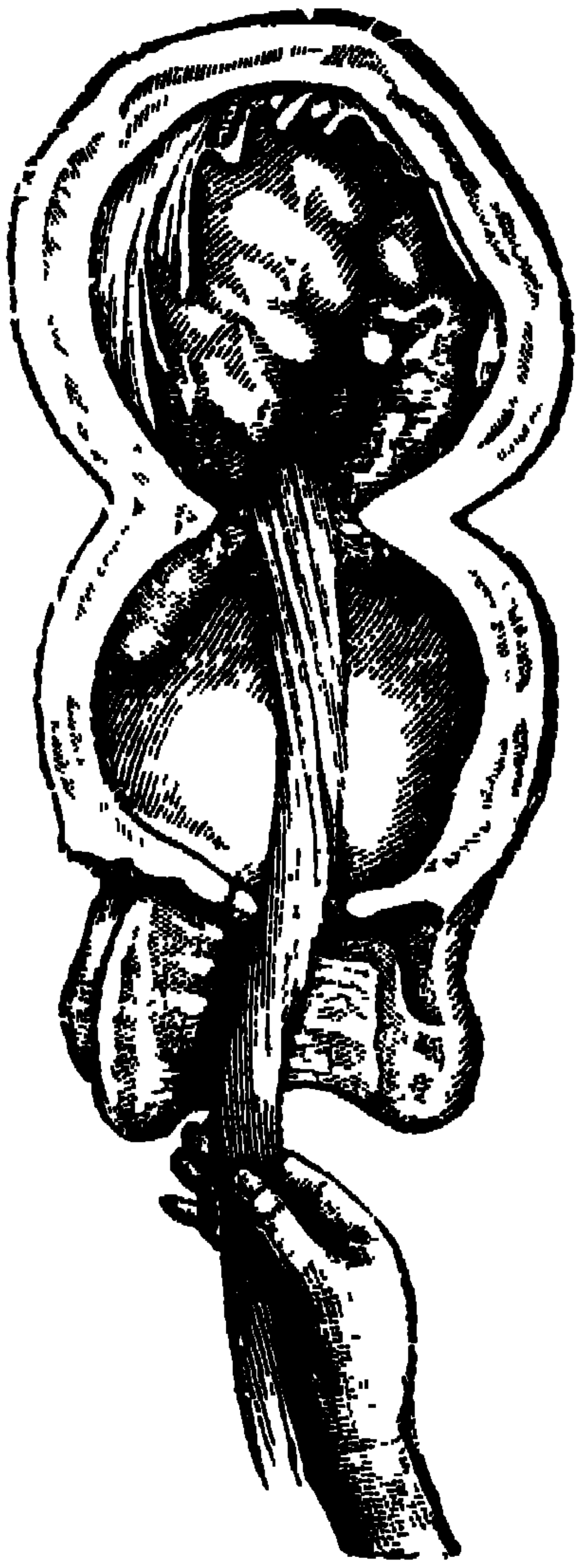
(ঘ) যাতে বাহিরের বিষ ভিতরে না যায়, অর্থাৎ ডিসইন্ফেক্শনের কাজটা ভাল হয়, তার জন্যও ধাত্রীর দরকার। এই উদ্দেশ্য কয়েকটি মনে রেখে ৬টী নিয়ম পালন করবে ঃ—

(১) পোয়াতিকে চিৎ করে শোয়াতে হবে এবং পায়ে কাপড় ঢাকা দিতে হবে যাতে কোন রকম ঠাণ্ডা না লাগে।

(২) ছেলের অবস্থা ভাল থাক্‌লেও ৫।৭ মিনিট দেরী ক'রে নাড়ী কাটতে হবে। ছেলে পেট থেকে প'ড়েই নিশ্বাস ফেলতে থাকে আর নিশ্বাসের সঙ্গেই নাড়ীর রক্ত ছেলের দেহে ঢুকতে থাকে। নাড়ী

নিয়ে আসতে হবে। কিন্তু খানিকটা ভিতরে থাকলেও ভিতরে হাত দিয়ে আনবার চেষ্টা করা উচিত নয়। প্লেসেণ্টা একটা পরিষ্কার ছোট মাটির গামলায় রাখতে হবে। আধ ঘণ্টার ভিতর যদি ফুল না পড়ে, তা হ'লে দাই বের করবার চেষ্টা ক'রবে। নাড়ী ধ'রে টানা উচিত নয়; (১) এতে রক্তস্রাব হয়; (২) প্লেসেণ্টা উল্টান ছাতার মত হ'য়ে আট্‌কে থাকে; (৩) আর এক রকম হয়, সে বড় ভয়ানক—ইউটারাসের ভিতরটা উল্‌টে এসে একেবারে বেরিয়ে পড়ে। জামার পকেটে হাত দিয়ে পকেটটা উল্টিয়ে আন্‌লে যে রকম হয়, এতেও সেই রকম হয়, আর ভয়ানক রক্তস্রাব হ'তে হ'তে পোয়াতি মারা যায়। সেই দিন ঐ রকম হ'য়েছিল। একজন দাই এক পোয়াতির ফুল বার করবার জন্য ছেলের নাড়ী ধরে টেনেছিল; তাইতে ফুল শুদ্ধ ইউটারাসের ভিতরটা উল্টে বেরিয়ে গেল, আর রক্তস্রাব হ'য়ে হ'য়ে পোয়াতির হাত পা ঠাণ্ডা হয়ে গেল। তখনই ডাক্তার ডেকে পাঠান হ'ল। তিনি এসে দেখেন দাই উল্টান ইউটারসটাকে ফুল মনে ক'রে ক্রমাগত টানচে। তখন তাকে থামিয়ে তিনি ইউটারাস্ ভিতরে ঠেলে দিলেন, আর পোয়াতিকে চাঙ্গা করবার অনেক চেষ্টা ক'রলেন, কিন্তু কিছুতেই কিছু হ'ল না, আধ ঘণ্টার মধ্যে সে মারা গেল। (৪) আর এক রকম হয় সেও বড় ভয়ানক; টানের সঙ্গে সঙ্গে ইউটারাসের এক রকম সঙ্কোচ হয়, তাতে মাঝখানটা সরু হ'য়ে প্লেসেণ্টা চেপে ধরে, আর ভয়ানক রক্তস্রাব হয়; ঠিক চিকিৎসা না হ'লে মারাও যায়। ১৮নং ছবিতে দেখুন, আনাড়ি দাই ছেলের নাড়ী ধ'রে টান্‌চে, আর ইউটারাস্ যেন সাপুড়ের ডুগ্‌ডুগির মতন হয়ে যাচ্ছে। ডাক্তারেরা বলেন আওয়ার-গ্লাস কণ্ট্রাক্‌শন্। আগে সময় ঠিক করবার ঐ আকারের এক যন্ত্র ছিল, তার নাম আওয়ার-গ্লাস বা বালু-ঘড়ি। অপূরন্ত

ছেলের আগে ব্রীচ্ বেরিয়ে পড়লে, কখনো কখনো জরায়ুর মাঝখানটা সঙ্কুচিত হ'য়ে ছেলের গলা চেপে বসে। তখন ঐ ডুগ্‌ডুগির মতন হয়। যা হোক, ফুল বের করবার যদি দরকার হয় ত আগে দেখতে হবে, ফুল জরায়ু থেকে ছেড়ে এসেছে কি না। ৪টি লক্ষণ থেকে এই অবস্থা জানা যায়; (১) দাই যোনি দ্বারের নিকট যে বাঁধনটা দিয়েছিল সেটা নীচে নেমে এসেছে, (২) ইউটারাস্ ছোট আর শক্ত হয়ে উপরে উঠে গেছে, আর হাত দিয়ে ঠেল্‌লে সহজে এদিকে ওদিকে হেলান যায়; (৩) নীচ পেটটা (হাড়ের উপর) উঁচু হয়ে ঠেলে ওঠে। সব সময় এরকম



১৮ নং চিত্র—ইউটারাসের ডুগডুগি ভাব

হয় না; (৪) ইউটারাসের দুধারে হাত দিয়ে উপরের দিকে ঠেলে তুললে যদি সঙ্গে সঙ্গে কর্ড উপরে ওঠে না বা ভিতরের দিকে যায় না, তা'হলে জানবে প্লেসেণ্টা ইউটারাস ছেড়ে এসেছে। এই রকম দেখলে

পোয়াতিকে কোঁথ দিতে বলতে হবে। যদি ফুল না বেরোয়, সমস্ত জরায়ু মুটোর ভিতর শক্ত করে ধ'রে দাই দেখবে জরায়ু শক্ত হয়েছে কি না। তখন ডান হাতের কড়ে আঙ্গুলের দিকটা বেশ করে পেটে চেপে বসাবে যাতে হাড়ে (মেরুদণ্ডে) গিয়ে ঠেকে। তার পর হাতের তেলোয় ধরে শক্ত ইউটারাস্‌টা চাপবে আর পাছার দিকে আর একটু নীচের দিকে ঠেলবে। এই রকম করলে প্লেসেণ্টা রক্তের ডেলাটেলা নিয়ে বেরিয়ে আসবে। শক্ত জরায়ু যেন একটা কাঠি; এই কাঠি দিয়ে ঠেলে যেন আল্‌গা ফুলটা বের করে দেওয়া হ'ল। এই রকম ঠেলবার সময় দুটো বিষয় সাবধান হতে হবে; (১) ইউটারাস্ খুব শক্ত না হ'লে আর ঠিক মাঝখানে না থাকলে দাই ঠেলবে না; (২) সমস্ত ইউটারাসটা মুটোর ভিতর ধরে চেপে দেবে। কেবল ইউটারাসের উপরের খানিকটা যদি আঙ্গুল দিয়ে নীচের দিকে ঠেলা যায়, আর ইউটারাস্ যদি নরম থাকে, তা হ'লে যেখানটা ঠেলা হয়েছে সেইখানটা বাটির মতন গর্ত্ত হয়ে যাবে; তারপর দেখা যাবে ছেলের মাথা যত বড় তত বড় একটা লাল জিনিষ বেরিয়ে পড়েছে। সেইটে ভিতর-উল্‌টান-ইউটারাস্। এতে যে পোয়াতি মারা যেতে পারে তা আগে বলেছি। প্রসবের এক ঘণ্টার মধ্যে ফুল না পড়লে, ডাক্তার ডেকে পাঠাতে হবে। বাহাদুরী করে ভিতরে হাত দিয়ে দাই খানিকটা ফুল ছিঁড়ে নিয়ে যেন না আসে; এতে জ্বর হয়ে পোয়াতি মারা যেতে পারে। বিশেষ রোগ না হলে ফুল জরায়ুর গায়ে কামড়ে ধরে থাকে না।

(৫) প্লেসেণ্টা বেরিয়ে গেলে, দশ মিনিট কি পোয়া ঘণ্টা পর্য্যন্ত ইউটারাস্ মুটোর ভিতর ধ'রে রাখতে হবে; এক ঘণ্টা কাল থেকে দেখতে হবে ইউটারাস্ শক্ত আছে কি না। যদি না থাকে, দাই আস্তে আস্তে

ময়দা চটকাবার মত ইউটারাস চটকাবে ; তাহলে ভিতরকার রক্তের ডেলা সব বেরিয়ে আসবে ; আর ইউটারাস্ বলের মতন ছোট আর শক্ত হয়ে যাবে।

(৬) ডাক্তার যদি আসেন, তাঁকে প্লেসেণ্টা দেখাতে হবে, কি দাই নিজে পরীক্ষা করে দেখবে, কোন জায়গা ছিঁড়ে গেছে কি না। পরীক্ষা করতে হলে প্লেসেণ্টার সমান দিকটা (ছেলের দিক) হাতের তোলোয় বা একটা সমান জায়গায় রেখে দেখতে হয় জরায়ুর দিকে (যে দিকটা খ'সে এসেছে), ফুলের কোন জায়গায় ফাঁক আছে কি না ; যদি থাকে তা'হলে জানা যায় এক টুকরা ভিতরে থেকে গিয়েছে। মেম্ব্রেণ আস্ত এসেছে কি না জানতে হ'লে, ফুল জলে ভাসিয়ে দেখতে হয় মেম্ব্রেণ দু দিক থেকে টেনে এনে লাগালে ফাঁক থাকে কি না। ফুলের কি মেম্ব্রেণের টুকরা যদি ভিতরে থাকে, আর জরায়ু জোরে চটকালেও রক্তস্রাব না থামে, ডাক্তার না আসা পর্য্যন্ত দাই যোনির ভিতরে বোরিক গজ খুব ঠেসে ভর্ত্তি করবে ; এতেই প্রায় স্রাব বন্ধ হয়। কিন্তু এ রকম দরকার খুব কমই হয়। রক্তস্রাব বেশি না হলে নিজে চেষ্টা না করে ডাক্তারের জন্য অপেক্ষা করতে হবে। মেম্ব্রেণের কি প্লেসেণ্টার ছোট টুকরা রক্তের সঙ্গে ক্রমশঃ বেরিয়ে যাবে, কিন্তু অসাবধানে হাতের সঙ্গে যদি বিষ ভিতরে যায় পোয়াতি সেপটিক জ্বরে মারা যেতে পারে। বেশী রক্তস্রাব হলে আর ডাক্তার না পাওয়া গেলে কি করা উচিত, পরে বলব।

ঘ। ফুল পড়বার পর

(১) ফুলটুল সব বেরিয়ে গেলে ইউটারাস্ শক্ত বলের মতন না হ'লে, ৬০ ফোঁটা আর্গটের আরক ঠাণ্ডা জলের সঙ্গে মিশিয়ে খাইয়ে দিতে হবে। ফুল বেরুবার আগে আর্গট খাওয়ান উচিত নয়, তাতে অস বুজে

আসে, আর কখনও বা ইউটারাস্ ডুগডুগির মতন হয়ে যায়। ইউটারাস শক্ত থাকলে কোন ঔষধ খাওয়াতে হয় না।

(২) পোয়াতির পেরিনিয়ম পরীক্ষা করে দেখতে হবে ছিঁড়েছে কি না। অনেক দাই এই জায়গা ছিড়লে গ্রাহ্য করে না। কিন্তু অগ্রাহ্য করা ভারি দোষ; ঐ থেকে কত রোগ আর কত বিপদ হ'তে পারে; তখন ডাক্তারেরা সমস্ত দোষ দাইয়ের ঘাড়েই চাপাবেন। আধ পর্ব্ব কি তার কম ফাটলে কিছু করে কাজ নেই, একটু টিংচার আয়োডিন লাগালেই হবে; কিন্তু তার বেশী হলেই তখনই ডাক্তার ডাকতে হবে। দেরী করলে চলবে না; কারণ এই সময় সে জায়গায় শাণ থাকে না, তাই সেলাই করতে ব্যথা লাগে না; কিন্তু দেরী করলে পোয়াতিকে অজ্ঞান না করে সেলাই করা হয় না।

(৩) দশ পোনর মিনিট ধরে যদি দেখা যায় জরায়ু বেশ শক্ত হয়েছে, লাইসোল লোশনে উপরটা ধুয়ে দিতে হবে। 'ভিতরে যদি হাত দেওয়া হয়ে থাকে, কি শাদা বা হলদে স্রাব যদি থাকে, ৪ পাইণ্ট ডুশ গরম জলে ভর্ত্তি করে তাইতে ৪ ড্রাম বা চায়ের চামচের ৪ চামচে লাইসোল বা টিংচার আয়োডিন মিশিয়ে দাই ভিতর ধুয়ে দেবে। হাতটি বেশ করে ডিসইন্‌ফেক্ট করে দেখবে জল 'হাত সওয়া' গরম কি না; তা না হলে ফুটান ঠাণ্ডা জল মেশাবে বা ঠাণ্ডা জলের বালতিতে ডুশ বসিয়ে ঠাণ্ডা করবে; সাবধান বালতির জল যেন ডুশে ঢোকে না। কেউ ঐ জলে হাত দিলে আবার জল ফুটিয়ে নিতে হবে। দাই সমস্ত নোংরা কাপড়চোপড় ফেলে দিয়ে, অয়েলক্লথ ধুয়ে মুছে দেবে এবং লাইসোল লোশনে বোরিক তুলো এবং ফোটান গজ ভিজিয়ে নিংড়ে তাই যোনির মুখে দিয়ে তার উপর শুকনো বোরিক তুলো দিয়ে রাখবে। (কপ্‌নী) এণ্টিসেপ্‌টিক প্যাড ব্যবহারের নিয়ম:—প্রথম ২৪

ঘণ্টা লোশনে ভিজে প্যাড নিংড়ে বসাবে। যোনির উপরে তুলো, তার উপর গজ, তার উপর তুলো। ২৪ ঘণ্টা পর শুক্‌নো তুলোও গজ। উপরকার তুলো ভিজে গেলেই বদলাতে হবে। ২৪ ঘণ্টার পর দিনে ৪ বার বদ্‌লালেই চলবে। যে চাদর খানা ছুমৃড়ে রাখা হয়েছিল সেখানা পাততে হবে। আর ফুল টুল সব ঘর থেকে সরিয়ে দিয়ে ঘরের মেঝে পরিষ্কার করতে হবে। তারপর দাই পেটে হাত দিয়ে দেখবে, জরায়ু কুক্‌ড়ে মুক্‌ড়ে বেশ শক্ত আর ছোট হয়ে আছে কি না। যদি শক্ত থাকে, পেটি (বাইণ্ডার) বাঁধবার উদ্যোগ করতে হবে। পোয়াতির পেটের চামড়া পাতলা হলে পুরু কাপড়ের দুটি গদি করে ইউটারাসের দুধারে দিতে হবে। পোয়াতিকে দুই পা যোড় করে বেশ সোজা করে শোয়াবে। তারপর একখানা তিন হাত লম্বা এক হাত চওড়া শক্ত কাপড়, বুকের কড়া থেকে উরুতের মাঝামাঝি পর্য্যন্ত এক দিক কোমরের নীচ দিয়ে গলিয়ে দিয়ে দুদিক টেনে সমান করতে হবে। তারপর পেটের উপর টেনে এনে ৪টা সেপটিপিন্ গুঁজে বেশ করে এঁটে দিতে হবে। পেট খুব বেশী আঁট হবে না; উপর পেটটা বরং ঢিল থাকবে। আগুনে যেসব ন্যাকড়া গরম হচ্ছিল, তাই দিয়ে একটা লেঙ্গট (ন্যাপকিন বা ডায়েপার) তৈরি করে নিতে হবে, আর পেটির উপর দিয়ে একটা ফিতে কি কাপড়ের পাড় বেঁধে লেঙ্গটের দুই খোঁট তাইতে গুঁজে দিতে হবে। আজকাল অনেকে বলে পেটি বাঁধবার দরকার নাই। কিন্তু পেটি বাঁধলে হঠাৎ পেট খালি হবার দরুন কষ্ট নিবারণ হয়, আর পোয়াতি এপাশ ওপাশ করলেও ইউটারাস্ নড়ে বেড়াতে পায় না, লেঙ্গটটাও ঠিক থাকে। উঠে বসলে বা দাঁড়ালে নাড়ী ভুঁড়ীর ভারে পেট ঝুলে পড়তে পারে। এই জন্য পেটের মাংসপেশী শক্ত হওয়া পর্য্যন্ত পেটি ব্যবহার করা উচিত, কিন্তু ঢিল করে। খুব এঁটে বাঁধলেই যে

পেট শক্ত হয় তা নয়। বরং দ্বিতীয় সপ্তাহের পর ডলাই মলাই ও কসরত (ঐ পৃষ্ঠা দেখ) করলে পেট শক্ত হ'তে পারে।

(৪) রক্তস্রাব বেশী হতে থাকলে বা পোয়াতি দুর্ব্বল হলে মূর্চ্ছা যেতে পারে। তাহলে মাথার বালিশটা সরিয়ে নিয়ে পোয়াতিকে ২। ১ ঘণ্টা চিৎ হয়ে শুয়ে থাকতে বলতে হবে। যদি কম্প আসে, গরম দুধ খাইয়ে দিয়ে হাতে পায়ে গরম জলের বোতল দিয়ে রাখতে হবে।

(৫) ছেলে এতক্ষণ ন্যাকড়া জড়ান ছিল। স্নানের সময় ছোঁয়াচে লাগ্‌বে বলে কেউ কেউ স্নান না করিয়ে কেবল ফোটান তেল মাখায়। যা'হোক, স্নান করাতে হলে সুইট অয়েলে (বা নারিকেল তেলে) ন্যাকড়া ভিজিয়ে তাই দিয়ে আস্তে আস্তে গায়ের ছ্যাৎলা তুলে দিতে হবে। তার পর ন্যাকড়া ভিজিয়ে তাইতে ভাল সাবান মেখে ছেলের গা মাথা বেশ ক'রে পরিষ্কার ক'রতে হবে; তারপর একটা গামলায় গরম জল ঢেলে তাইতে গলা পর্য্যন্ত ডুবিয়ে বেশ করে স্নান করাতে হয়। পোয়াতির যদি ধাতের ব্যারামের সন্দেহ থাকে, যে জলে ছেলের গা ধোয়ান হয় সেই জলে মুখ ধোয়া উচিত নয়। গা জোরে রগড়ান উচিত নয়। শুকনো কাপড়ে গা মুছে, পাউডার মাখিয়ে দিয়ে জামা পরিয়ে দিতে হবে। তারপর দেখতে হবে নাই থেকে রক্ত বেরুচ্চে কি না; যদি বেরোয়, আর একটা শক্ত বাঁধন দিতে হবে; যদি না বেরোয়, নাই বাঁধবার উদ্যোগ করতে হবে। দুটী বিষয় মনে রাখতে হবে, হাত বেশ করে ডিস্‌ইনফেক্ট করা চাই, আর নাই বেশ শুক্‌নো রাখা চাই। শুক্‌নো না রাখ্‌লে গন্ধ হয় আর নাই দেরীতে পড়ে। ছেলের পেটি আর যে সব ফর্‌সা ন্যাকড়া ছিল, সব একখানা ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট করা থালায় রাখ্‌তে হবে। একখানা সিদ্ধ করা শুকনো ন্যাকড়া কি বোরিক গজ থালায় রাখতে হবে। নাড়ীর কাটা ঘায়ে টিংচার আয়োডিন

লাগিয়ে বোরিক পাউডার তাইতে ছড়াতে হবে। বোরাসিক গজে বা জলে ফোটান শুকনো ন্যাকড়ায় একটা ছেঁদা করে ঐ ছেঁদায় নাড়ী ঢুকিয়ে দিয়ে, গজ ন্যাকড়া খানা বেশ করে পাট করে ছোট গদির মতন করে নাইয়ের উপর পুরু করে দিতে হবে। তার উপর বোরিক তুলো চাপা দিলে আরও ভাল হয়। এই সবের উপর পেটি বাঁধতে হবে। পেটি সেলাই করা থাকলে ভাল। না থাকলে যে সব ন্যাকড়া আগুনে তাতান হচ্ছিল তারির একখানা নিয়ে, হাত দেড়েক লম্বা আর বারো আঙ্গুল চওড়া রেখে ছিঁড়তে হবে। ছিঁড়ে লম্বায় দুভাঁজ করতে হবে; তারির একটা ভাঁজের দুদিকে তিনটে তিনটে ফালি ছিঁড়তে হবে। ঐ ফালির দিক নীচে রেখে ন্যাকড়াখানা কোমরের নীচে গলিয়ে দুদিকে সমান করে টানতে হবে। আস্ত ভাঁজের দু'দিক ছেলের পেটের দুদিকে বেশ ক'রে টান দিয়ে, ঐ ফালিগুলি তার উপরে এঁটে বেঁধে দিতে হবে। বেশী আঁট করা ভাল নয়।

(৬) দাই পরীক্ষা ক'রে দেখবে ছেলের কোন রকম খুঁত আছে কি না; যেমন মলদোর বোজান, হিজ্‌রে দোষ, গন্না কাটা, বেশী আঙ্গুল কি বাঁকা হাত পা। খুঁত দেখ্‌লে ডাক্তার ডেকে দেখাতে হবে।

(৭) দাই পোয়াতির কপ্‌নী পরীক্ষা ক'রে দেখবে বেশী রক্তস্রাব হচ্ছে কি না; হ'লে, ডাক্তার ডাকবে। পেটি খুলে দিয়ে ইউটারাস্ চট্‌কাবে আর বরফ থাকলে বরফ দিয়ে রগড়াবে। রক্তস্রাব না হ'লেও, পোয়াতির নাড়ী যদি দেখা যায়, জ্বরো রোগীর মতন চঞ্চল, মিনিটে ১০০র বেশী, তা হলে রক্তস্রাবের আশঙ্কা ক'রে ডাক্তার ডেকে পাঠাতে হবে। ভেদাল ব্যথা বেশী হলে ডাক্তার ডাক্‌তে হবে। প্রসবের পর্ অন্ততঃ একঘণ্টা দাইকে অপেক্ষা ক'রতে হবে। তারপর যদি দেখা যায় পোয়াতি বেশ

সুস্থ, আঁতুড় ঘরে একটি লোক রেখে সমস্ত ভিড় কমিয়ে দিবে, আর যাতে পোয়াতি নিশ্চিন্ত হ'য়ে একটু ঘুমুতে পারে তার ব্যবস্থা ক'রে দাই যেতে পারে। ভূতে মেরে ফেলবার ভয়ে মাড়োয়ারীরা ৫ দিন পোয়াতিকে ঘুমুতে দেয় না। জাগিয়ে রাখবার জন্য ৫ মিনিট অন্তর পটকার আওয়াজ করে। ঘরের অন্ধি সন্ধি বন্ধ ক'রে আবার চটের পরদা দিয়ে ঘরের ভিতর ঘর করে। বাহিরের ঘরে মেয়েছেলে চাকর-বাকর ঐ রকম কাজের জন্যই থাকে। ফলে এই হয় ১০০ জন পোয়াতির মধ্যে আঁতুড়ে ৫০ জন মরে।

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ

আঁতুড়ে ধাত্রীর কর্ত্তব্য

চপলা। এইমাত্র একটি পোয়াতি খালাস ক'রে এলাম। এখন বল দেখি আঁতুড়ে পোয়াতি আর ছেলেকে কেমন ক'রে রাখতে হবে?

বিমলা। আঁতুড়ে পোয়াতিকে খুব সাবধানে রাখা উচিত। "দুজন দুঠাঁই" হলেই মনে করো না যে সব বিপদ কেটে গেল। সকল অবস্থা স্বাভাবিক হ'তে দেড় মাস দু মাস লাগে। একটু অসাবধান হ'লেই কতরকম রোগ হ'তে পারে, এমন কি পোয়াতি মারাও যেতে পারে। এই বাংলায় বছর বছর ৩০,০০০ স্ত্রীলোক সূতিকারোগে মারা যায়। বিলাতে ডাক্তার আঁতুড়ে অন্ততঃ ১০ দিন এসে দেখে যান কোন রকম গোলযোগ ঘটেছে কিনা, আর এদেশে একটা মূর্খ হাড়িনী কি বাগ্দিনী

মাত্র পোয়াতির ভরসা। কখন কি দরকার, আঁতুড়ের ঝি তার কি জান্‌বে? প্রসবের পর কি কি হয় সে সব ভাল করে বুঝে নেও:—

(১) **ইন্‌হ্বলিউশন্‌**—প্রসবের পর ইউটারাস্‌ ক্রমশঃ ছোট হ'য়ে যায়। এই গুটিয়ে আসার নাম ইন্‌হ্বলিউশন। প্রসবের প্রথম দিনে ইউটারাস্‌ তলপেটের হাড়ের (পিউবিসের) ৫৷৹ উপরে পাওয়া যায়; দ্বিতীয় দিনে ৫ ইঞ্চি, তৃতীয় দিনে প্রায় ৪৷৷৹ ইঞ্চি। এই রকম প্রতি দিন প্রায় আধ ইঞ্চি, ক'মে ক'মে দশ দিনে বেমালুম হয়। ক্রমশঃ গুটিয়ে ১০ দিনে তলপেটের হাড়ের নীচে নেমে যায়। মোটা-মুটি এই মনে রাখলে চলবে:—৪র্থদিনে নাইয়ের প্রায় সমান সমান, ১০ দিনে তলপেটের হাড়ের (সিম্ফিসিস্‌ পিউবিস্‌) পেছনে, এবং ১৫ দিনে একদম বেমালুম বস্তি গহ্বরে। যে সব বাঁধনের (লিগেমেণ্ট) দরুন জরায়ু ঠিক জায়গায় থাকে, প্রসবের পর সেগুলি ঢিল হয়, আবার ক্রমশঃ ছোট ও আঁট হ'য়ে যায়। যারা শীঘ্র শীঘ্র উঠে বেড়ায় বা ছেলেকে স্তন দেয় না, তাদের ইউটারাস দেরিতে ছোট হয়।

(২) **স্রাব বা লোকিয়া**—প্রথম ৩।৪ দিন কেবল লাল রক্ত যায়; তার পর রক্তের ভাগ কমে আর রং ফ্যাকাসে হয়। ৬।৭ দিনে রক্ত থাকে না। তার পর শাদা স্রাব হয়। এই রকম প্রায় দুতিন সপ্তাহ থাকে। প্রথম দিনে রক্তের পরিমাণ স্বাভাবিক ঋতুর সমান; দশ দিন রোজ ৪৷৹ ছটাকের বেশী নয়। সে কালের গিন্নিরা মনে করেন খুব রক্ত ভাঙ্গলে ভাল। কিন্তু বেশী রক্ত ভাঙ্গা একটা রোগ। শীঘ্র চলা ফেরা করলে কি অন্য কোন রোগ থাকলে বেশী রক্ত ভাঙ্গে। যারা ছেলেকে স্তন দেয় না তাদের শীঘ্র, এমন কি এক মাসের পরেই ঋতু দেখা দেয়, আর গর্ভের সম্ভাবনা হয়। যতদিন ছেলেকে স্তন দেওয়া হয়, ততদিন ঋতু না হওয়াই স্বাভাবিক। বেশী রক্ত ভাঙ্গলে চিকিৎসার দরকার।

(৩) **স্তনদুগ্ধ**—প্রসবের পর তৃতীয় কি চতুর্থ দিনে স্তনে দুধ আসে। সে সময় স্তনে কি বগলের বীচিতে ব্যথা হয়। দুধ নামবার আগে যে আঠা আঠা গাঢ় ঈষৎ হলদে রঙের দুধ থাকে, তাকে বলে "কোলষ্ট্রম"।

প্রসবের পর দিন গিয়ে জিজ্ঞাসা ক'রবে ঃ—

পোয়াতির ঘুম কেমন হয়েছে? কেমন আছে? মাথাধরা কিম্বা পেটে ব্যথা আছে কি? রক্তস্রাব কি বেশী হয়েছে?

তারপর এই কতকগুলি বিষয় অনুসন্ধান ও ব্যবস্থা করবে ঃ—

১। **ঘুম ও বিশ্রাম**—ক্রমাগত দুই রাত্রি ঘুম না হ'লে বিকার (সেপসিস) কি মাথার দোষ হবে বলে আশঙ্কা করতে পার। দোর জানালা বন্ধ করে, গুলের কি কাঠের আগুন কি কেরোসীনের প্রদীপ জ্বেলে ঘরটাকে গরম ক'রে রেখো না। কাঠের ধুঁয়ায় ছেলের চোখ ওঠে। নানা রকম গ্যাসে ঘরের বাতাস খারাপ হয়। বিছানা থেকে দূরে একটা রেড়ির তেলের প্রদীপ রাখতে পার। কোন কোন বাড়ীতে পাঁচ দিন পর্য্যন্ত ঘরের ময়লা পরিষ্কার করা হয় না। রক্তমাখা কাপড় ফুল টুল সব ঘরের ভিতর রেখে দেওয়া হয়। পচা গন্ধে পোয়াতির ঘুম হওয়া দূরে থাক, নানা রকম রোগের সৃষ্টি হয়। সব ময়লা পরিষ্কার করে ফেলে, মেজে ফিনাইল দিয়ে ধোবে যাতে মাছির উপদ্রব না হয়। ঘুমের যাতে ব্যাঘাত না হয় তার ব্যবস্থা করবে। রাত্রি দশটার পর ভোর পাঁচটার ভিতর ছেলেকে দুধ দিবার জন্ত পোয়াতিকে জাগান উচিত নয়।

২। **শোয়া, বসা ও চলা**—প্রথম ২।৩ ঘণ্টা চিৎ হ'য়ে শুয়ে থাকবে, তার পরে পোয়াতি পাশ ফিরে শুতে পারে, কিন্তু পাশ ফিরবার সময় পেট ধ'রে থাকবে। তিন দিন পর্য্যন্ত একেবারে শুয়ে

থাক্‌বে। চতুর্থ দিনে হামা দেওয়ার মতন উপুড় হ'য়ে প্রস্রাব বা বাহ্যে ক'রতে পারে। ৪ দিন পরে বালিশে হেলান দিয়ে খানিক ব'সে থাক্‌তে পারে। ৬ দিনে উঠে বস্‌তে পারে কিন্তু অল্পক্ষণ। ৯।১০ দিনে বিছানা থেকে নামতে পারে। উঠে বস্‌বার পর প্রথম দিন ১ ঘণ্টা, দ্বিতীয় দিন ২ ঘণ্টা, এই রকম ক্রমশঃ বসা অভ্যাস ক'রবে। শুয়ে থেকে হাত পা কি রক্তের চালনা কম হয় এই জন্য প্রথম সপ্তাহের পর হাত, পা, কোমর, পিঠ প্রভৃতি ড'লে দিয়ে শুক্‌নো তাপ দেবে। পেট কি উরুতের ভিতর দিক ড'লবে না। ৯।১০ দিনে চলা দাঁড়িয়ে নয়, কিন্তু হামা দিয়ে। মাথা নীচু করে, তুহাতে ভর দিয়ে তু পা সটান করে সকাল বিকাল একটু একটু চলবে; এই রকম চলাকে বলে 'মর্কট গতি' বা বানরের মতন চলা। দ্বিতীয় সপ্তাহের শেষ থেকে অন্ততঃ ৫ মিনিট ধ'রে মাস দেড়েক পর্য্যন্ত এই রকম দিনে তুবার বেড়াতে দিলে দেখা যায়, নাড়ী শীঘ্র শুকিয়ে যায়, কোমর টন্‌টন্ করে না, আর অধিকাংশ পোয়াতির যেমন জরায়ু পেছন দিকে উল্টে যায়, এদের তা হয় না। ১৪ দিনে ঘরে একটু একটু দাঁড়িয়ে বেড়াতে পারে। চতুর্থ সপ্তাহ্ বা একমাস পর ঘর ছেড়ে বাহিরে যেতে দেওয়া যায়। উঠে বসবার পর যদি রক্তস্রাব হয়, আবার বিছানায় শুয়ে থাকতে হবে। যাদের প্রসব রাস্তা ছিঁড়ে যায়, তারা বেশী দিন শুয়ে থাকবে। তিন মাস পর্য্যন্ত বেশী পরিশ্রম করা নিষেধ। মোট কথা—প্রসবের ২০।২১ দিনের ভিতর যারা বেশী ওঠা হাঁটা করে তাদের জরায়ু নীচের দিকে নেমে পড়ে। বাহ্যে প্রস্রাব করবার সময় ছাড়া অন্য সময় শুয়ে থাকাই ভাল। ৪ দিন পর একটু একটু বস্‌তে পারে, কিন্তু বালিশে ঠেস দিয়ে। এক মাসে ষষ্ঠী পূজার ব্যবস্থা ভাল, কারণ ষষ্ঠী পূজা না হ'লে পোয়াতি ঘরের বাহিরে বেড়াতে পায় না।

৩। **ভেদাল ব্যথা (আফটার পেন্)** বেশী হ'লে ঘুমের ব্যাঘাত করে। ভিতরে রক্তের ডেলা, মেম্‌ব্রেণের কুচি কি ফুলের টুক্‌রা থাক্‌লে এই রকম ব্যথা হয় এবং এই রকম ব্যথার দরুন এইগুলি বেরিয়ে যেতে পারে। তাই মনে ক'রবে এই ব্যথার দরুন পোয়াতির অপকার না হ'য়ে উপকার হয়। ইউটারাস্ নরম হাতে রগড়ে ও চটকে দেবে, তা হ'লে সংকোচ হবে, আর কুচোকাচা বেরিয়ে আস্‌বে। বেশী কষ্ট হ'লে ডাক্তার ডাক্‌বে।

৪। **পেট ডলাই**—ভিতরকার রক্তের ডেলা যাতে বেরিয়ে যায় আর পেট ছোট হয়ে যায় এইজন্য চামারণী দাইয়েরা জোরে পেট ডলাই মলাই করে, এমন কি, পেটের উপর দাড়িয়ে পা দিয়ে পেট ডলে দেয়। এতে কত পোয়াতির পেট পেকে জ্বর হ'য়ে মারা যায়।

৫। **পেটে তাপ**—গুলের আগুনে কাপড় গরম ক'রে পেটে তাপ দিবার নিয়ম মন্দ নয়। এতে পোয়াতির আরাম হয়। কিন্তু খাওয়ার ঠিক পরে পেটে তাপ দেবে না, এতে পেটের অসুখ হ'তে পারে।

৬। এই অবস্থায় **কোষ্ঠ** প্রায় কঠিন থাকে; বেশী কোঁথ দিয়ে বাহ্যে ক'রলে রক্তস্রাব হ'তে পারে, যোনি কি জরায়ু নীচে নেমে যেতে পারে; তাই কোঁথ দিয়ে বাহ্যে ক'রতে বারণ ক'রবে। তৃতীয় দিন সকালে আধ ছটাক রেড়ীর তেল খাইয়ে দেবে; বাহ্যে না হ'লে পিচকারী দিয়ে করাবে। এর পর কোষ্ঠ কঠিন থাক্‌লে যষ্ঠিমধু চূর্ণ* মাঝে মাঝে দেওয়া যায়। বাহ্যে যদি অসাড়ে হয়, বা প্রসব-পথ দিয়ে হয়, পরীক্ষা করে দেখবে "দু দোর এক" হয়েছে কি না। হ'লে ডাক্তার ডাক্‌বে। তিনি সেলাই ক'রবেন।

৭। প্রসবের পরদিন গিয়ে যদি দেখ পোয়াতির ৮।৭ ঘণ্টা

* সপ্তম অধ্যায় তৃতীয় পরিচ্ছেদ।

প্রস্রাব হয় নাই, তা হ'লে একবার উপুড় হয়ে প্রস্রাব করতে বলবে। এতে প্রস্রাব না হ'লে তলপেটে গরম জলের সেক দিবে অথবা প্রস্রাব দ্বারের উপর গরম জলের ধারা দেবে। পিচকারী দিয়ে বাহ্যে করালে, বাহ্যের সঙ্গে প্রস্রাব হতে পারে। যদি না হয়, আর পোয়াতির প্রস্রাব না হওয়ার দরুন যদি কষ্ট হয়, তা হ'লে আরও ৩।৪ ঘণ্টা অপেক্ষা ক'রে শলা (কেথিটার) দিয়ে প্রস্রাব করাবে। একটা রবারের ৮নং কেথিটার জলে সিদ্ধ ক'রে বোরাসিক লোশনে ২।৩ মিনিট ভিজিয়ে রেখে দিবে। ঐ লোশনে তুলো ভিজিয়ে উপরটা বেশ করে মুছবে ; আর তোমার দু হাত বেশ ক'রে ডিসইনফেক্ট করে নিবে। ডান হাতের বুড়ো আঙ্গুল আর তর্জ্জনী দিয়ে কেথিটারের মুখ থেকে একটু তফাতে ধ'রবে আর বাঁ হাতের দুটি আঙ্গুল দিয়ে দুটো পাশাড়ী ফাঁক ক'রে ধরবে। তারপর প্রস্রাবের রাস্তার মুখ ঠিক ক'রে তার ভিতর কেথিটার আস্তে আস্তে ঢোকাবে। না ঢুকে যদি পিছলে যায়, কি আর কোন জায়গায় ঠেকে, কেথিটার আবার সিদ্ধ করে নেবে, অথবা টিংচার আয়োডিনে ডুবিয়ে ফুটন্ত জলে ধুয়ে নেবে। অর্দ্ধেকটা ভিতরে না যেতে যেতে দেখবে প্রস্রাব আসতে থাকবে। বেডপ্যানে কি একটা সরায় প্রস্রাব ধ'রবে। একটু প্রস্রাব ভিতরে থাকতে কেথিটার বেশ ক'রে টিপে ধ'রে টেনে বার ক'রবে যাতে ভিতরে হাওয়া না ঢুকতে পারে। প্রস্রাব হ'য়ে গেলে বোরাসিক লোশনে তুলো ভিজিয়ে আবার জায়গাটা মুছে দিবে। কখনও কখনও অসাড়ে প্রস্রাব হয়, ক্যাথিটার দিলে প্রস্রাব আসে না ; পরীক্ষা ক'রলে দেখবে একটা ফুটো দিয়ে প্রসবের পথে প্রস্রাব ঝরছে। তখন ডাক্তার ডেকে দেখাবে।

৮। **স্রাবের** (লোকিয়া) দিকে বিশেষ লক্ষ্য রাখবে। রক্ত

যদি খুব বেশী বেশী আর চাপ চাপ ভাঙ্গে, কি ১৪।১৫ দিন পরেও যদি রক্ত থাকে, ডাক্তার ডেকে দেখাবে। স্রাব ভিতরে অনেকটা জমে থাকে, এইজন্য পোয়াতিকে দু একবার কাঁধ উঁচু ক'রে ধরবে কি উপুড় হয়ে প্রস্রাব ক'রতে দেবে, যাতে স্রাব বেরিয়ে যেতে পারে। প্রসবের ২৪ ঘণ্টা পর তক্তপোষের মাথার দিকটা ইট দিয়ে একটু উঁচু করে রাখলে লোকিয়া বেরিয়ে আসবার সুবিধা হয়।

৯। **ধুইয়ে পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন** ও রোগ বীজ শূন্য রাখা প্রয়োজন। উপরটা লাইসোল লোশনে ধুয়ে দেবে; ২।৩ দিন পর যদি স্রাব দুর্গন্ধ হয়, ভিতরেও ডুশ দিয়ে ধুয়ে দিতে পার। কিন্তু ডুশ ইত্যাদি সব ডিস্‌ইনফেক্ট করে নিতে হবে। যতবার প্রস্রাব বা বাহ্যে ক'রবে, ততবার ধুয়ে বোরিক উল বদলে দিতে হবে। প্রথম ২৪ ঘণ্টা কপনীর বাহিরে রক্ত এলেই কপ্‌নী বদলান উচিত। তার পরদিন প্রায় দিনে ৪।৫ বার। পেটি ঢিলে হলে এঁটে দেবে। স্রাবে বেশী দুর্গন্ধ হলে ডাক্তার ডেকে পাঠাবে।

১০। জরায়ু ক্রমশঃ ছোট হয়ে ১০ দিনে যদি বেমালুম হ'য়ে না যায় তাকে বলে "**সব-ইন্‌হ্বলিউশন**"। তাহলে ডাক্তার ডাকবে। দিন দিন পরীক্ষা করে দেখবে, চতুর্থ দিন জরায়ু নাইয়ের প্রায় সমান সমান বা নীচে, পাঁচ দিনে নাইয়ের ২।১ আঙ্গুল নীচে, সাত দিনে নাই আর তলপেটের হাড়ের মাঝামাঝি, আট দিনে ঐ হাড়ের ৩ আঙ্গুল (২ ইঞ্চি) উপরে, দশ দিনে ঐ হাড়ের উপর আর টের পাওয়া যাবে না। সব-ইন্‌হ্বলিউশন নিবারণের প্রধান উপায় দুটী:—(১) শুচি বা শোধন প্রণালী; (২) তৃতীয় ষ্টেজে সতর্কতা—ভিতরে ফুলের টুকরা বা রক্তের চাপ যাতে না থাকে।

১১। **জ্বর** হয়েছে কি না থার্ম্মমিটার দিয়ে দেখবে। থার্ম্মমিটারের

৯৯ ডিগ্রীর নীচে একটা বড় দাগ, যার মাথায় একটা তীরের মতন আছে তাকে বলে ৯৮ ডিক্রী ৪ পয়েণ্ট ; লিখতে হয় ৯৮-৪। পারার দিকটা জোরে রোগীর বগলে দিলে দেখবে পারার কাল টানটা ক্রমশঃ উপরে উঠতে থাকবে। বগলে দেবার আগে দুটী আঙ্গুলে ধরে একটু ঝেড়ে নেবে ; যখন দেখবে পারার দাগটা ৯৬এ নেমেছে তখন পারার দিকটা বগলে দিয়ে হাতখানা চেপে ধরে থাকবে। আগে বগলের ঘাম মুছিয়ে দেবে ; আর কাপড় বেশ করে সরিয়ে দেবে। পাঁচ মিনিট পর খুলে নিয়ে দেখবে পারার টানটা কতদূর উঠেছে, অমনি লিখে রাখবে। কোন কোন থার্মমিটার আধ কি এক মিনিট রাখলেও চলে। পোয়াতির শরীরের তাপ (টেম্পারেচার) ৯৮।৯৯ থাকে, ১০০ অবধি উঠলেও ভয়ের কারণ নাই। তাপ একশোর বেশী কি নাড়ী জ্বরের মতন মিনিটে ৯০ বারের বেশী হলে ডাক্তার দেখাবে। প্রসবের শেষ ২।৩ দিন পর জ্বর হলে "দুধের জ্বর" বলে গ্রাহ্য করা হয় না। কিন্তু দূষিত বা 'সেপটিক' জ্বর সময়মত চিকিৎসা না করার দরুন কত স্ত্রীলোক মারা যায় বা চিররোগী হয়ে থাকে। কি কারণে এই জ্বর হয় সে সব আগে বলেছি। এই জ্বর প্রায়ই প্রসবের ৩।৪ দিনে হয়, কখনও কখনও দ্বিতীয় কি তৃতীয় সপ্তাহেও হয়। প্রথমে অল্প অল্প হতে পারে, হঠাৎ কম্প দিয়ে বেশী হতেও পারে। জরায়ু বড় হয়ে থাকে। পেট টিপলে ব্যথা লাগে। কখনও বা পা ও কুচকি ফোলে। ফুল কি রক্ত পচে জ্বর হলে স্রাবে দুর্গন্ধ হয় কিন্তু খুব খারাপ জ্বরেও অনেক সময়ে দুর্গন্ধ থাকে না। সুতরাং স্রাবে দুর্গন্ধ না থাকলেই যে নিশ্চিন্ত হতে হবে তা নয়। বার বার কম্প দিয়ে জ্বর বাড়লে, জিভ শুকলে, স্রাব বন্ধ হয়ে গেলে, স্তনের দুধ শুকলে, ঘুম না হলে, ভুল বকা আরম্ভ হলে, মনে করতে হবে যে রোগ কঠিন হয়েছে। ডাক্তার এসে ইঞ্জেকশন

দেবেন কি ভিতর পরীক্ষা করে ফুল টুল বাহির করে আনবেন, তার যোগাড় করে রাখতে হবে। রোগীকে বিছানা থেকে উঠতে দেবে না। দুধে জলে, ফলের রসে, মিশ্রির সরবতে কি বার্লি জলে ২।৩ সের পরিমাণ খেতে দিতে হবে। বাহ্যে প্রস্রাব খোলসা রাখা দরকার। বার বার বাহ্যে হলে, সাবধান, মলের এক কণাও যেন প্রসব-পথের ভিতরে না যায়। ভিজে তুলো কি ন্যাকড়া দিয়ে উপর থেকে নীচের দিকে টেনে পুঁছবে, নীচে থেকে উপরের দিকে নয়। খুব পরিষ্কার রাখা চাই। টিংচার আয়োডিন্ লোশন দিয়ে ভিতর বাহির ধোয়াতে হবে। জ্বর ১০৩ ডিগ্রীর বেশী হলে মাথায় বরফ বা ঠাণ্ডা জলের পটি দেবে। পেটে ব্যথা হলে ভূসি বা মস্‌নের পুল্‌টিশ দেবে। না জুড়তে জুড়তে বদলে দেবে। রাত্রে তুলা আর গরম কাপড় দিয়ে পেট বেঁধে রাখবে। কম্প এলে গরম জল খেতে দেবে আর বুকের দুপাশে গরম জলের বোতল রেখে গা গরম কাপড় দিয়ে ঢেকে দেবে। পেটে চাকার মতন হলে ডাক্তার দিয়ে পরীক্ষা করাবে। পাকলে বিপদ। ইঞ্জেকশন দিয়ে পাকা বন্ধ করা যায়। কুচকি বা পা যদি ফোলে দুটী বড় বালিশ (বালি ভর্ত্তি হলেই ভাল) পাশাপাশি রেখে মাঝখানে পা রাখতে হবে যাতে পায়ের নড়া চড়া না হয়। পা একটু উঁচু রাখলেই ভাল। পায়ে কিছু মালিশ করবে না।

১২। **পথ্য** পোয়াতির অবস্থা দেখে দেবে। পোয়াতি যদি বেশ শক্ত হয়, "দুধ নাবা" অবধি, অর্থাৎ তিন দিন পর্য্যন্ত, দুধ সাগু দিতে পার। ঝাল টাল কখনও খেতে দেবে না, এতে পেটের অসুখ আমাশয় আরও কত রকম রোগ হয়। ৩।৪ দিনে কোষ্ঠ খোলাসা হয়ে গেলে, ভাত মাছের ঝোল খেতে পারে। তৃষ্ণা পেলে যত ইচ্ছা জল খেতে দিবে। কেহ কেহ মাংস ডিম আর বেশী বেশী আহার দিতে বলে; শুয়ে থেকে সহজ অবস্থার মতন খেলে অসুখ হয়। প্রথম কিছু দিন মাংস অনিষ্টকর।

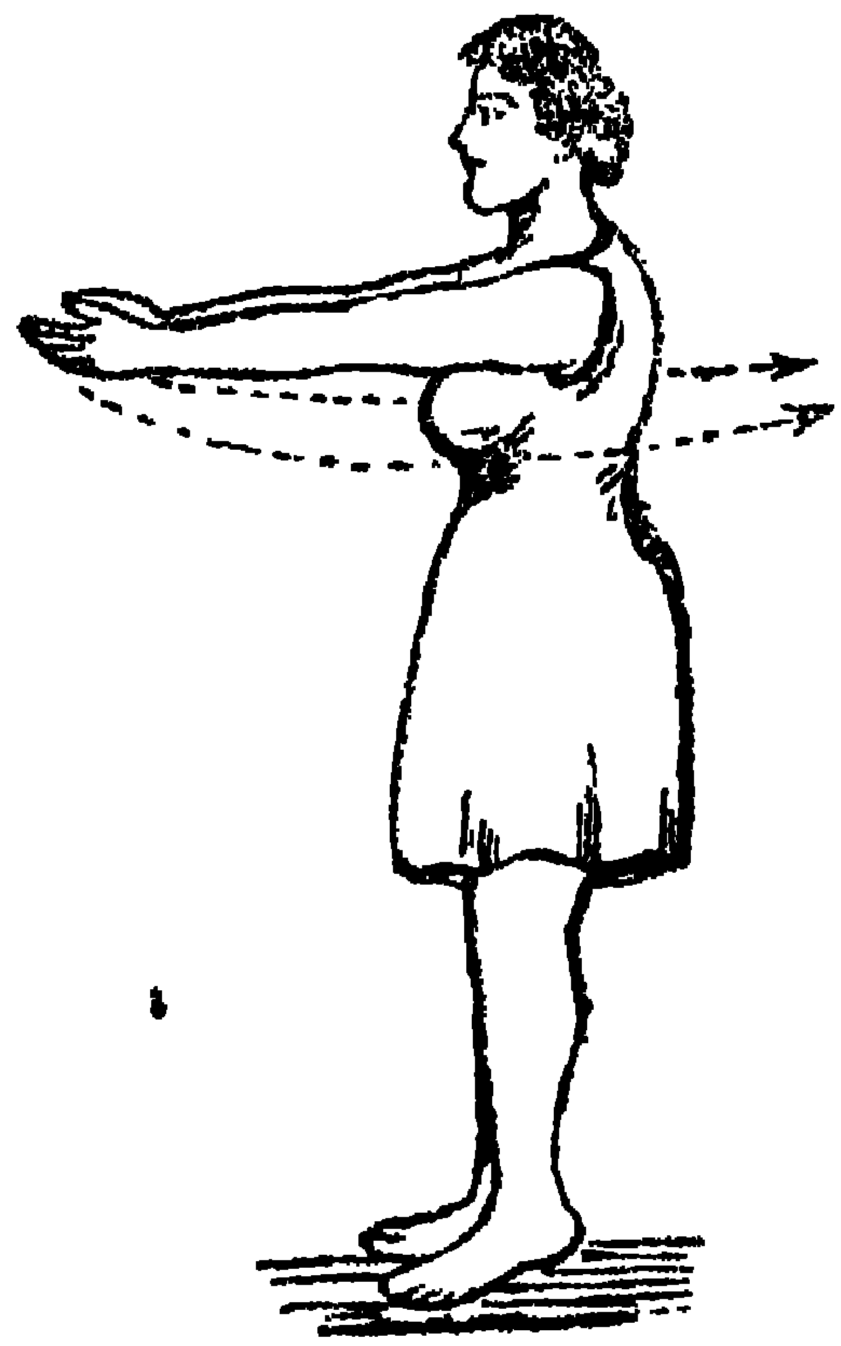
ব্যায়াম

বালিকা-ব্যায়াম

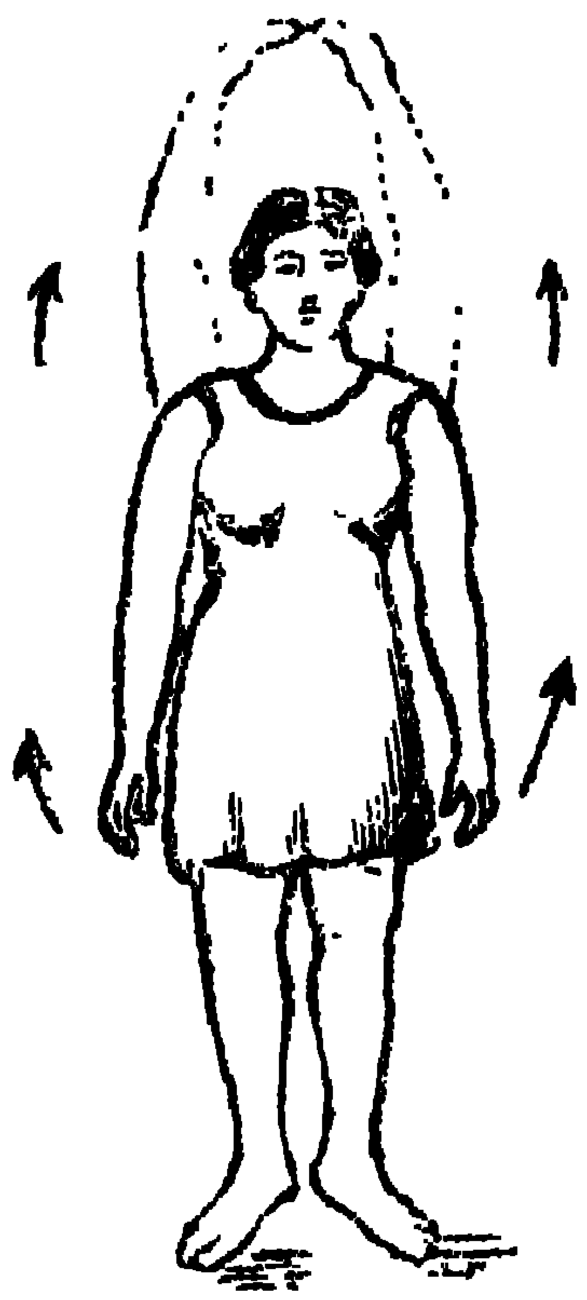
(কাপ্তান গুপ্তের প্রণালী

১নং চিত্র

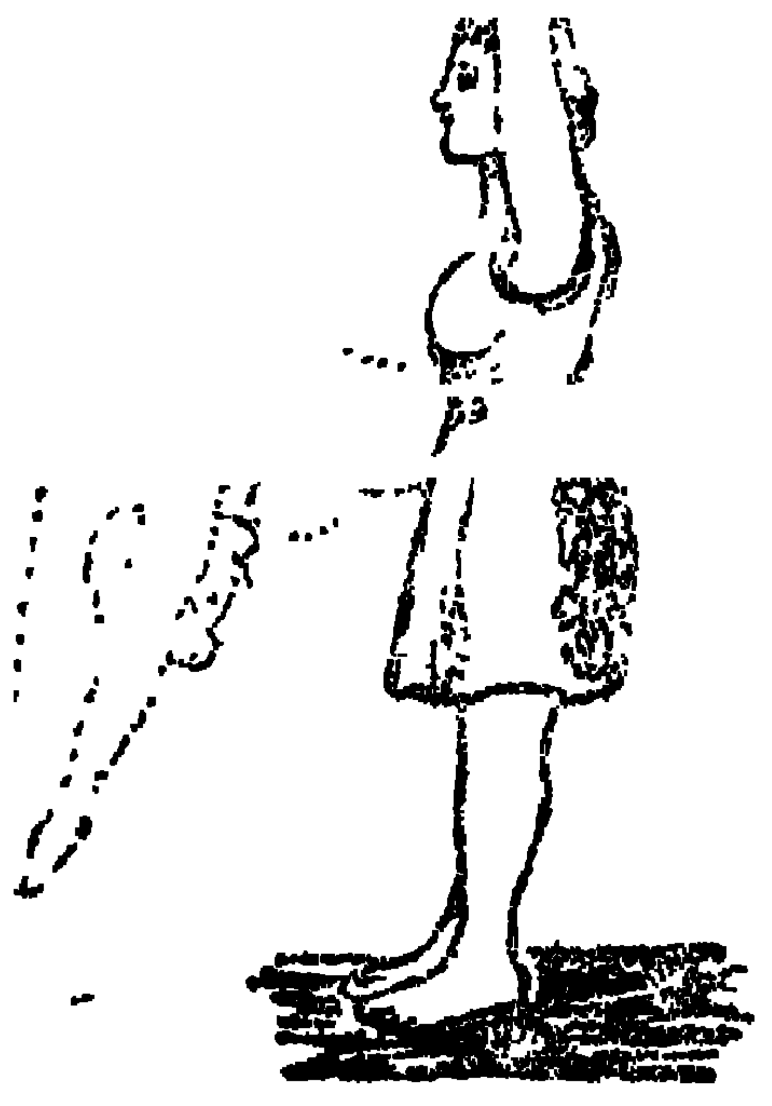
২নং চিত্র



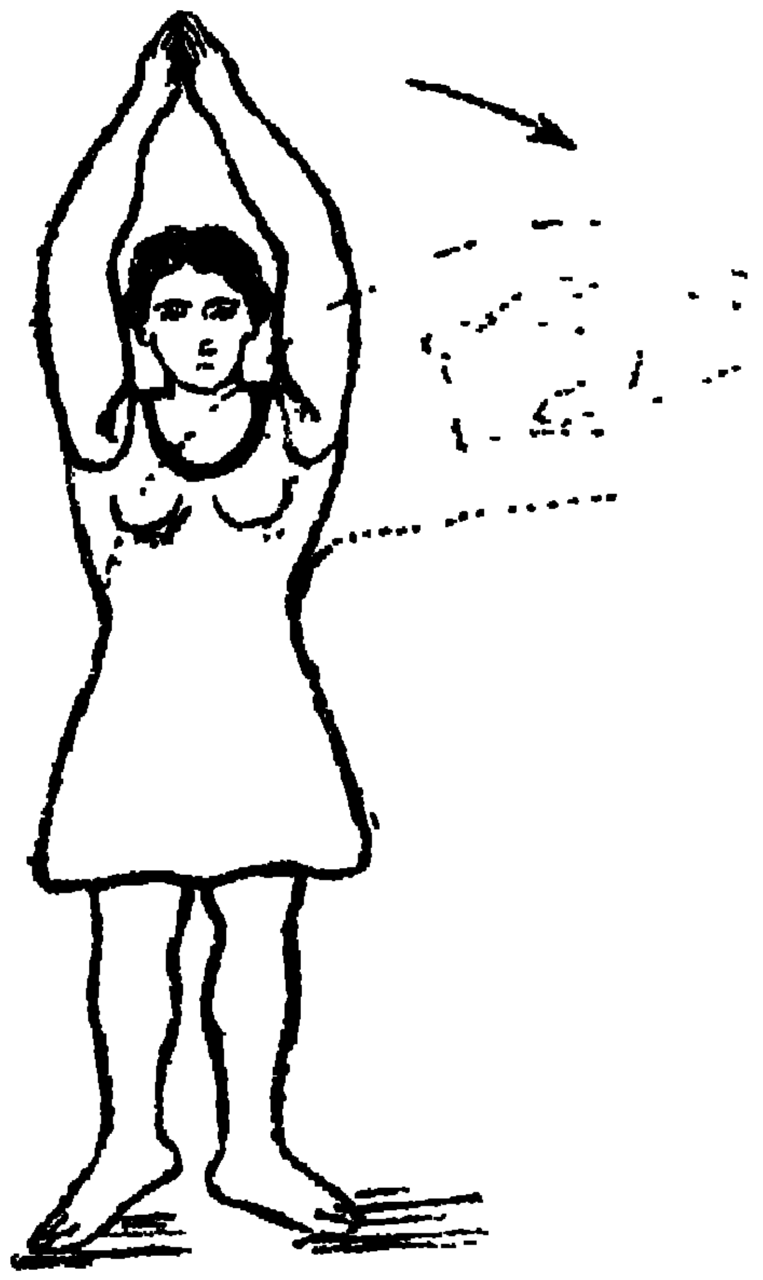
৩নং চিত্র



৪নং চিত্র



৫নং, চিত্র



৬নং চিত্র

৭নং চিত্র

৮নং চিত্র—(বুক ও পিঠের গড়ন ঠিক রাখার জন্য জার্ম্মাণ প্রণালী)

৯নং চিত্র

বুক ও পিঠের গড়ন ঠিক রাখবার জন্য জার্ম্মাণ প্রণালী

১নং চিত্র—দুহাতের মুঠো শক্ত ক'রে ১নং ছবির মত সোজা হ'য়ে দাঁড়াও এবং ডান বাহুর উপর হাত ঐ ফোঁটা দেওয়া ছবির মতন গুটিয়ে নেও। সঙ্গে সঙ্গে বাহুর গুলির (বাইসেপ্স্ মাংসপেশী) উপর মন স্থির কর। ঐ বাহু আবার সোজা কর এবং আগেকার মতন আবার হাত গুটিয়ে নেও। এই রকম ১০—৫০ বার কর।

২নং চিত্র—থুতি বুকে লাগিয়ে ২নং ছবির মতন সোজা হ'য়ে দাঁড়াও। ঘাড়ের পেছন দিকে মন স্থির ক'রে যতদূর পার পেছনে মাথা হেলাও এবং পুরো নিশ্বাস টান। আবার পূর্ব্বকার মতন সোজা হ'য়ে নিশ্বাস ছাড়। এই রকম ১০—৫০ বার কর।

৩নং চিত্র—দুই হাতের তালু সামনের দিকে যোড় ক'রে ৩ নং ছবির মতন দাঁড়াও। দু হাত ফাঁক ক'রে যতদূর পার পেছন দিকে ফিরাও এবং সঙ্গে সঙ্গে পূরো নিশ্বাস টান। আবার হাত সামনে ফিরিয়ে আন এবং নিশ্বাস ছাড়। এই রকম ৫—২০ বার কর।

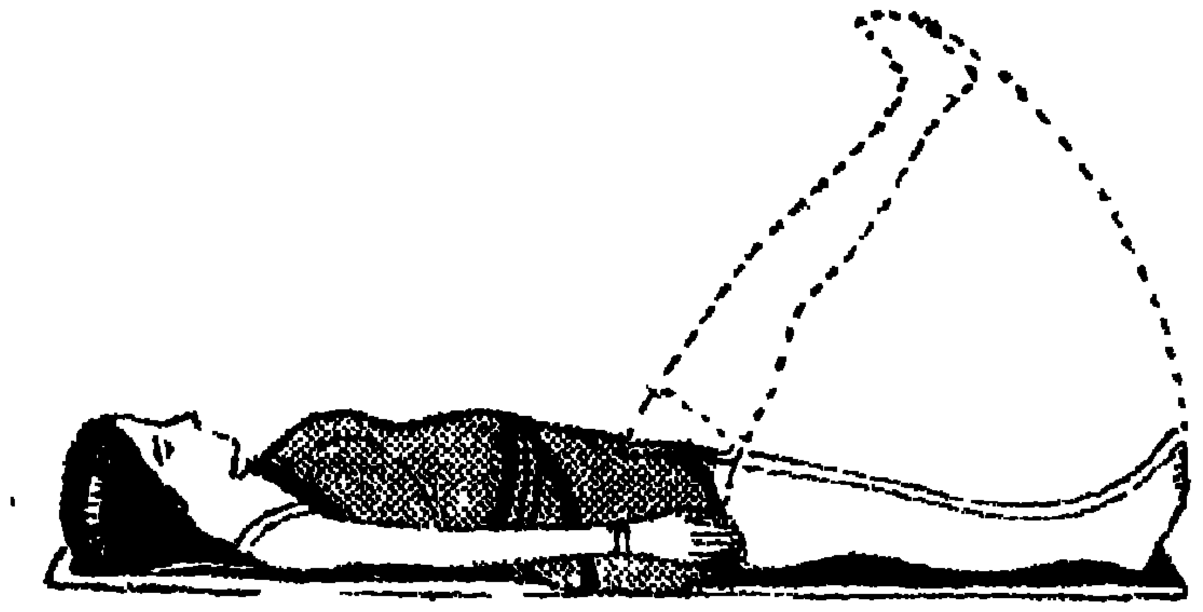
৪নং চিত্র—দুহাত দেহের দুধারে সোজা ভাবে ঝুলিয়ে দাও। দুহাত এক সঙ্গে ফোঁটা দেওয়া ছবির মতন মাথার উপর উঠাও ও সঙ্গে সঙ্গে দীর্ঘ সিশ্বাস টান। নিশ্বাস ছেড়ে দিয়ে আবার হাত ঝুলিয়ে দাও। এই রকম ৫—২০ বার কর।

৫নং চিত্র—দুহাত এক সঙ্গে মিলিয়ে এবং পূরো নিশ্বাস টেনে ৫নং ছবির মতন সোজা হয়ে দাঁড়াও। পা দুটি শক্ত ক'রে একফুট আন্দাজ ফাঁক ক'রে রাখ। পা দুটি সোজা রেখে ঐ ফোঁটা ফোঁটা ছবির মতন দেহের সামনের দিকে বাঁকাও, হাত দিয়ে মাটি ছোঁও এবং সঙ্গে সঙ্গে নিশ্বাস ছাড়। শ্বাস টান্‌তে টান্‌তে আবার পূর্ব্বের মতন সোজা হ'য়ে দাঁড়াও। ১ সেকেণ্ডে হেঁট হবে, ১ সেকেণ্ডে সোজা হবে। এই রকম ৫—৫০ বার ক'রবে।

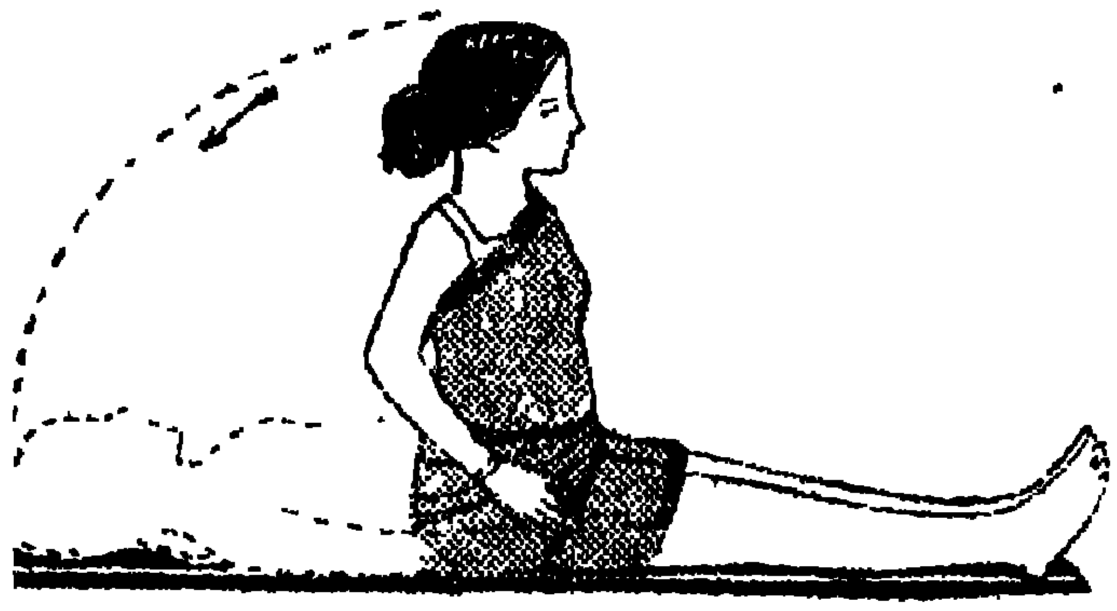
৬নং চিত্র—দুহাতের তালু যোড় ক'রে ৬ নং ছবির মতন সোজা হ'য়ে দাড়াও। পূরো নিশ্বাস টেনে দম বন্ধ রাখ। ফোঁটা দেওয়া ছবির মত বাঁ দিকে দেহ বাঁকিয়ে দিয়ে সঙ্গে সঙ্গে নিশ্বাস ছাড়; আবার পূর্ব্বকার মতন সোজা হ'য়ে দাঁড়াও এবং ডান দিকে দেহ বাঁকাও। এই রকম ৫—২০ বার কর।

৭নং চিত্র—ব'সে পা দুটি ১ ফুট ফাঁক ক'রে, পা দুটির সম্মুখ ভাগের উপর ভর দিয়ে ৭ নং ছবির মতন উঠে দাঁড়াও। ফোঁটা দেওয়া ছবির মতন ব'সে পড়। বসবার সময় নিশ্বাস ছাড় উঠবার সময় নিশ্বাস টান। এই রকম ৫—৫০ বার কর।

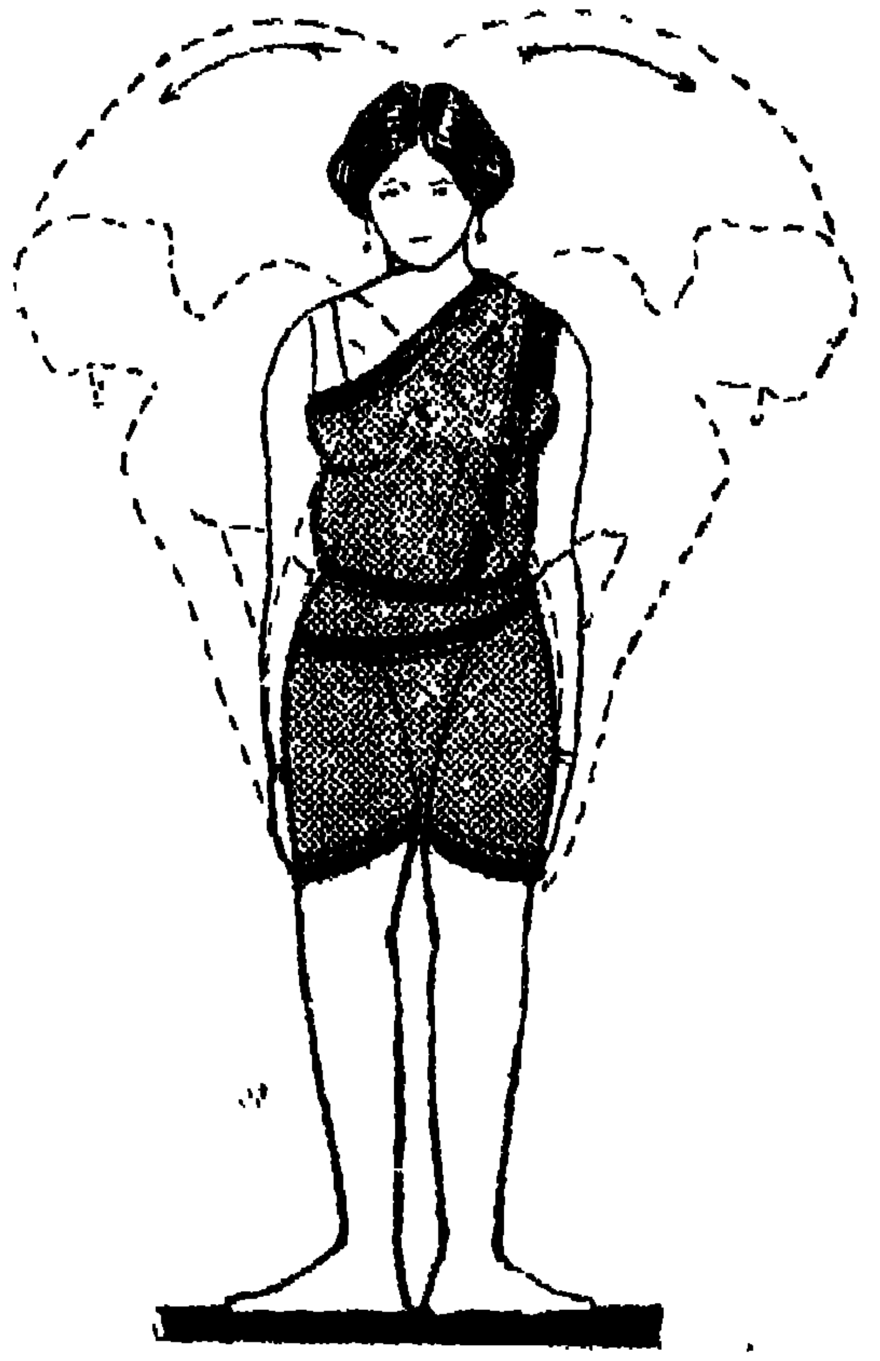
গর্ভিণী ব্যায়াম



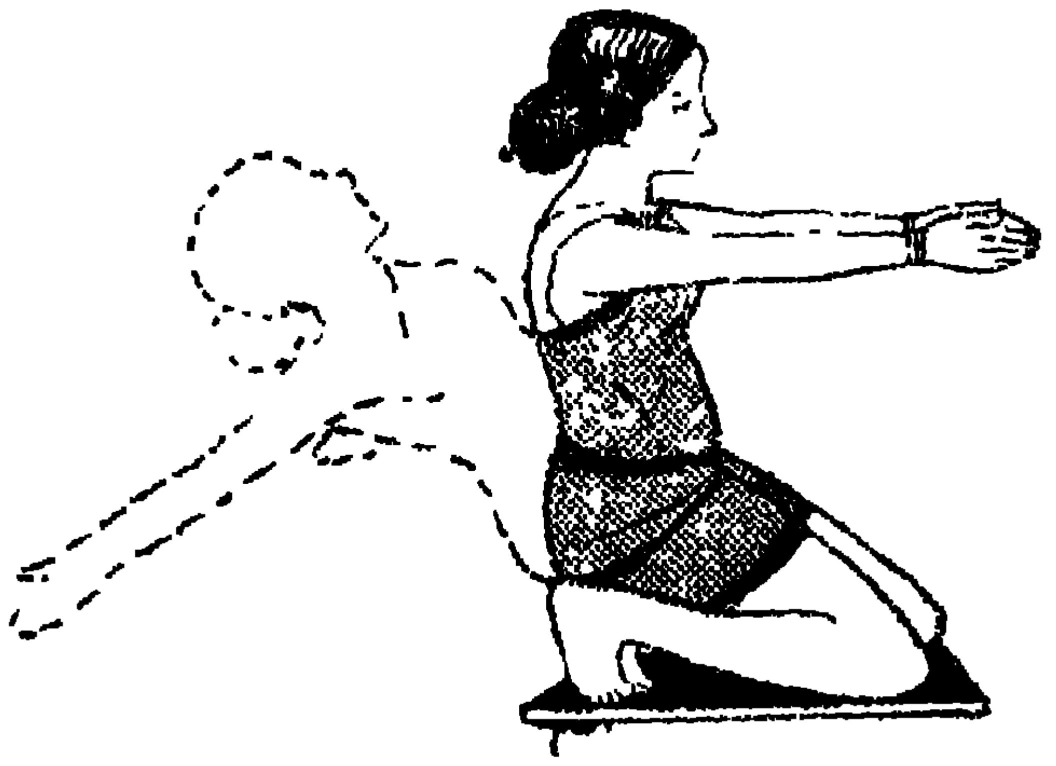
১০নং চিত্র



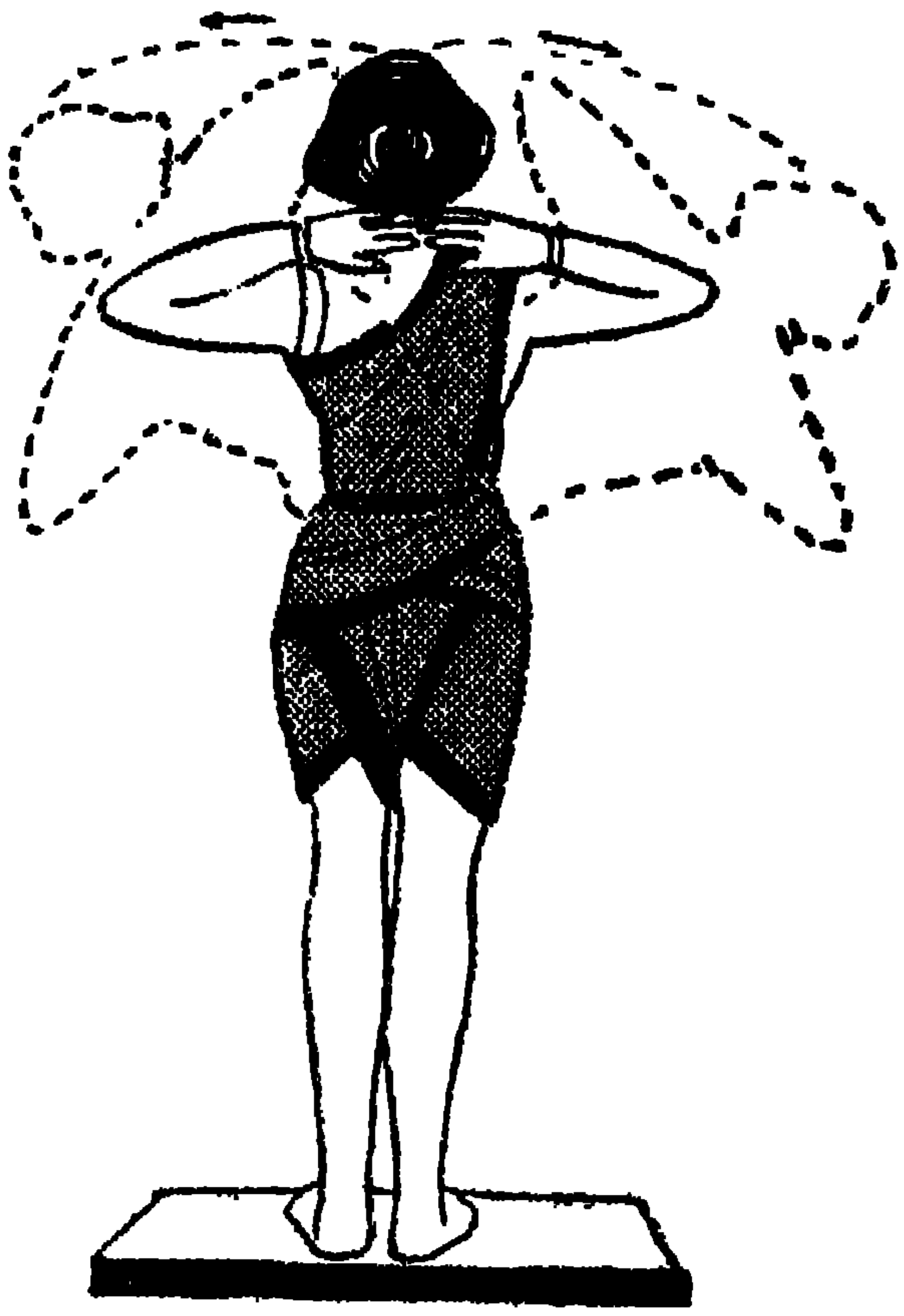
১১নং চিত্র



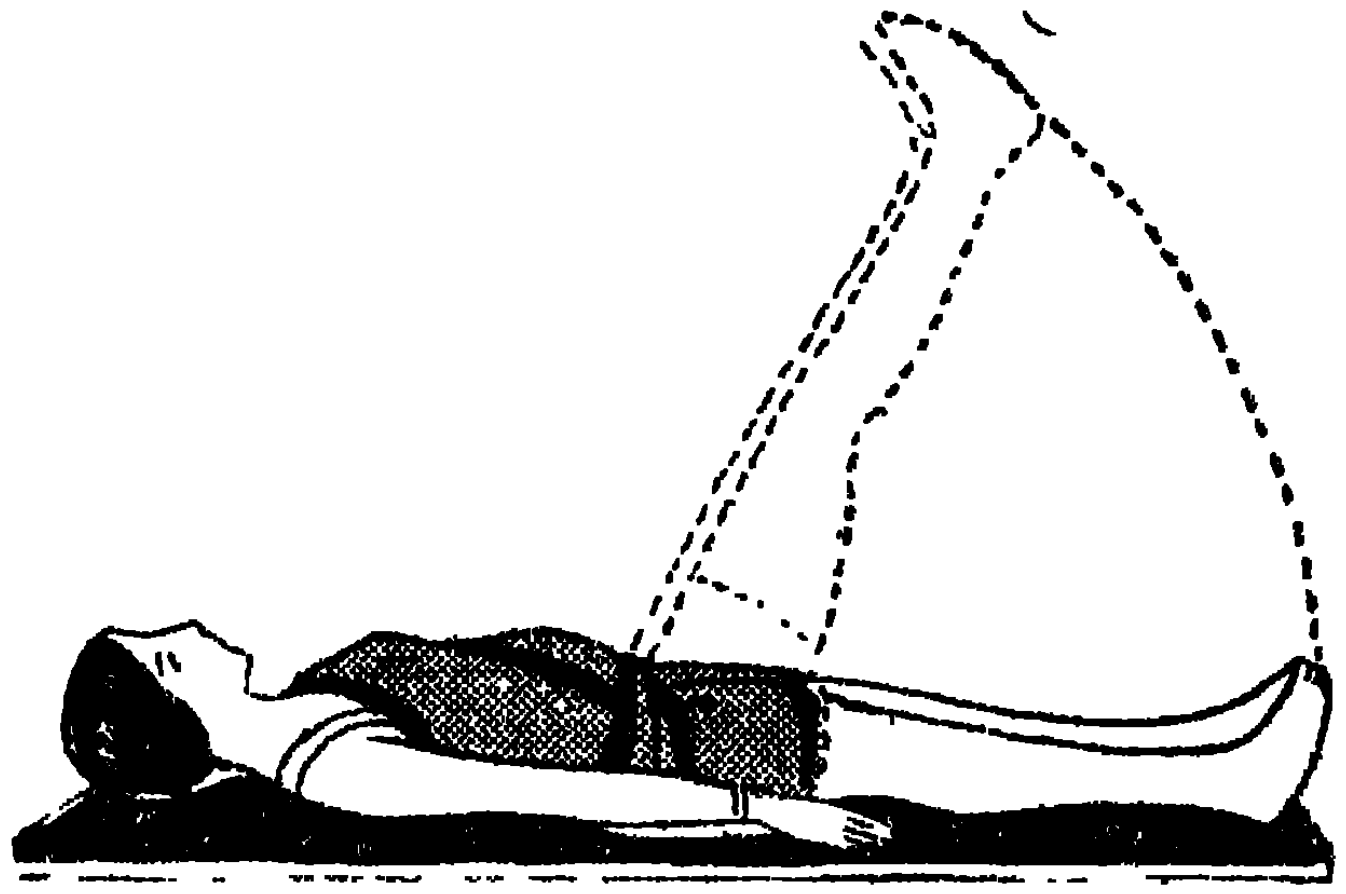
১২নং চিত্র



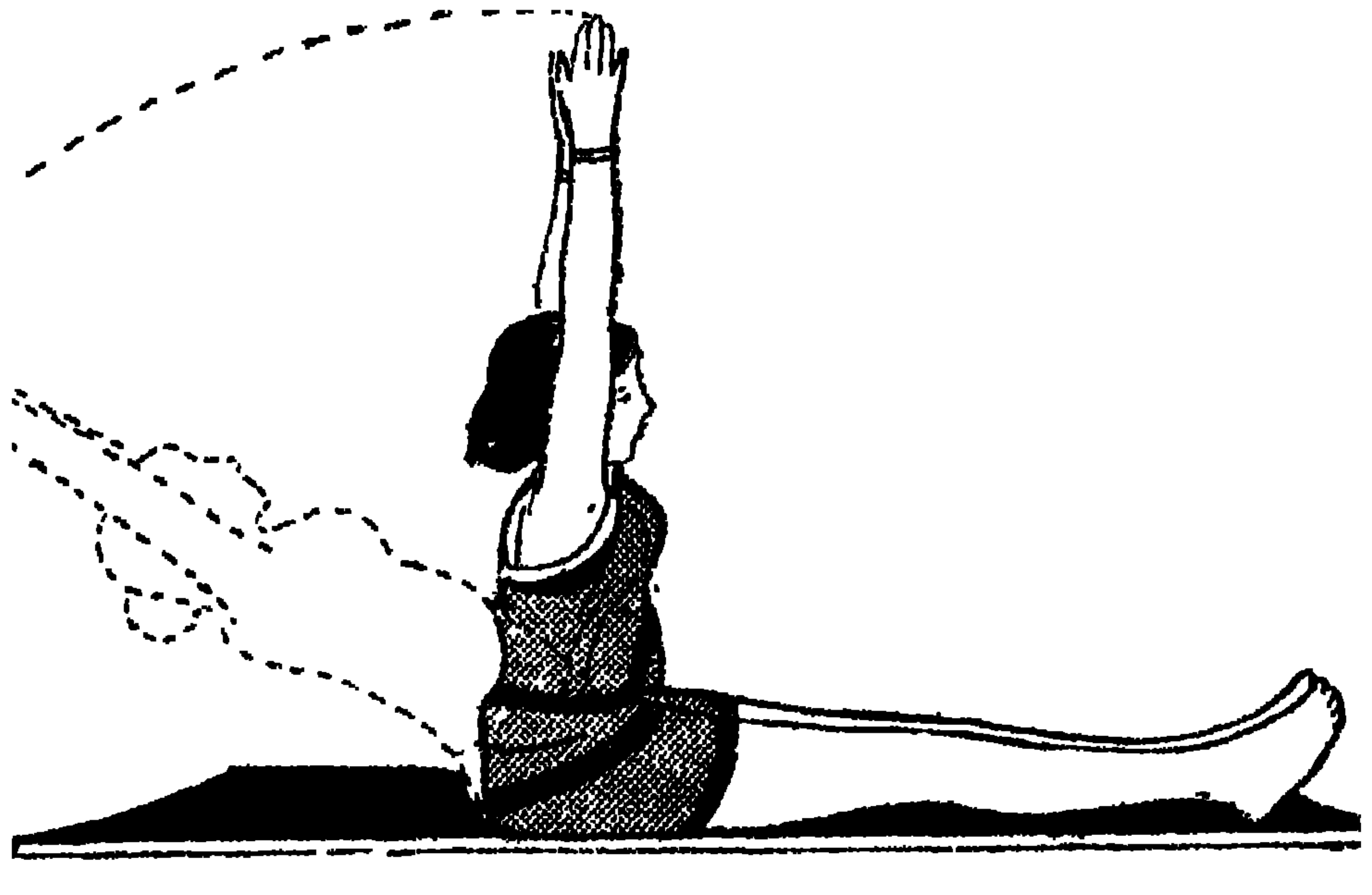
১৩নং চিত্র



১৪নং চিত্র

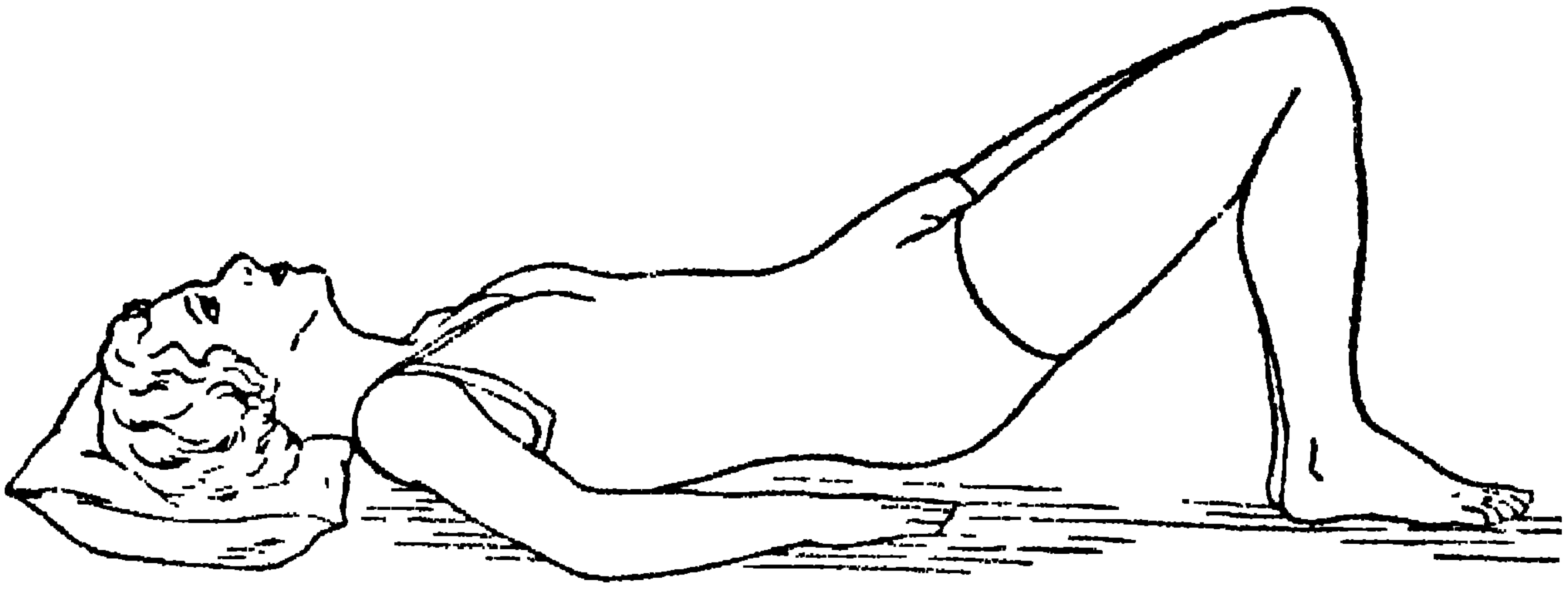


১৫নং চিত্র

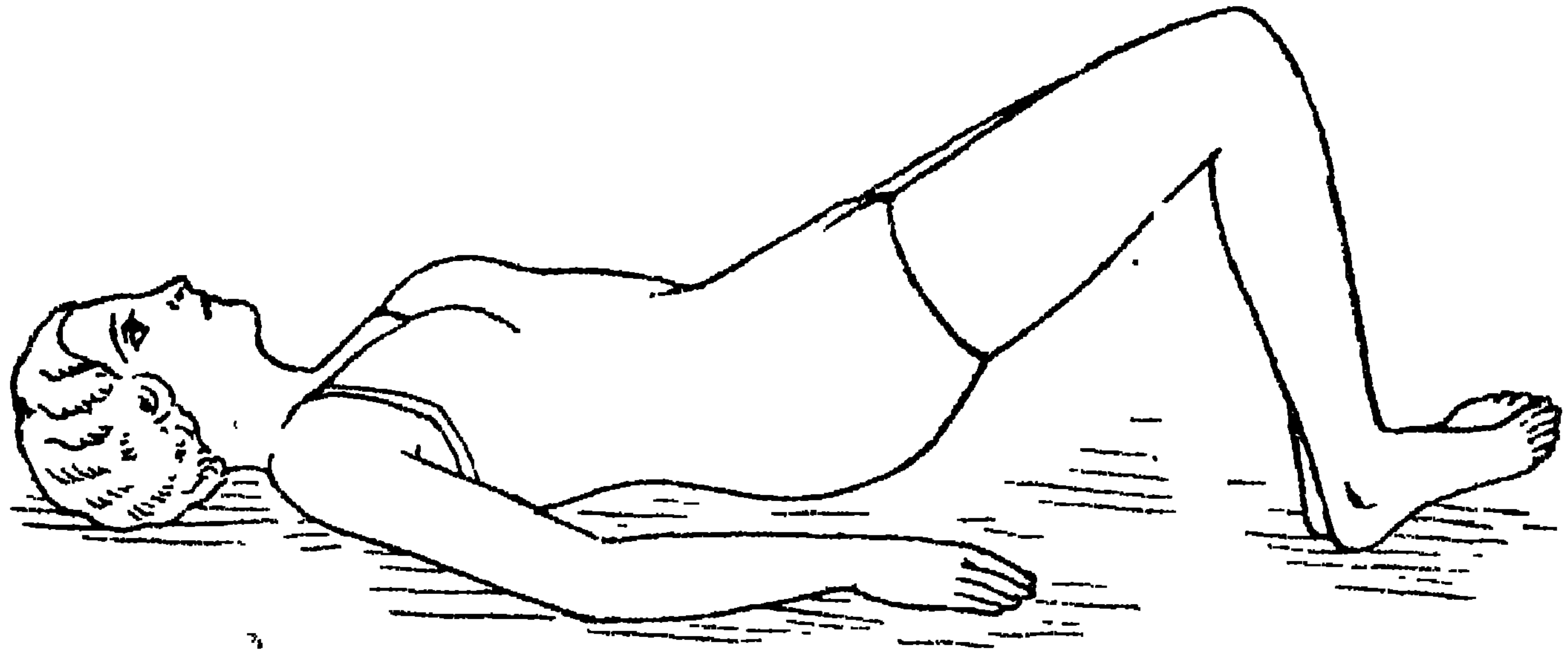


১৬নং চিত্র

১০নং—মেজের উপর চিৎ হ'য়ে শুয়ে দু'উরোতের পাশে হাত রেখে, আস্তে আস্তে বাঁ পা উঠাবে এবং আস্তে আস্তে নামাবে। ঐ রকম ডান পা উঠাবে নামাবে। পা উঠাবার সময় নিশ্বাস টানবে, নামাবার সময় প্রশ্বাস ফেলবে।



১৭নং চিত্র

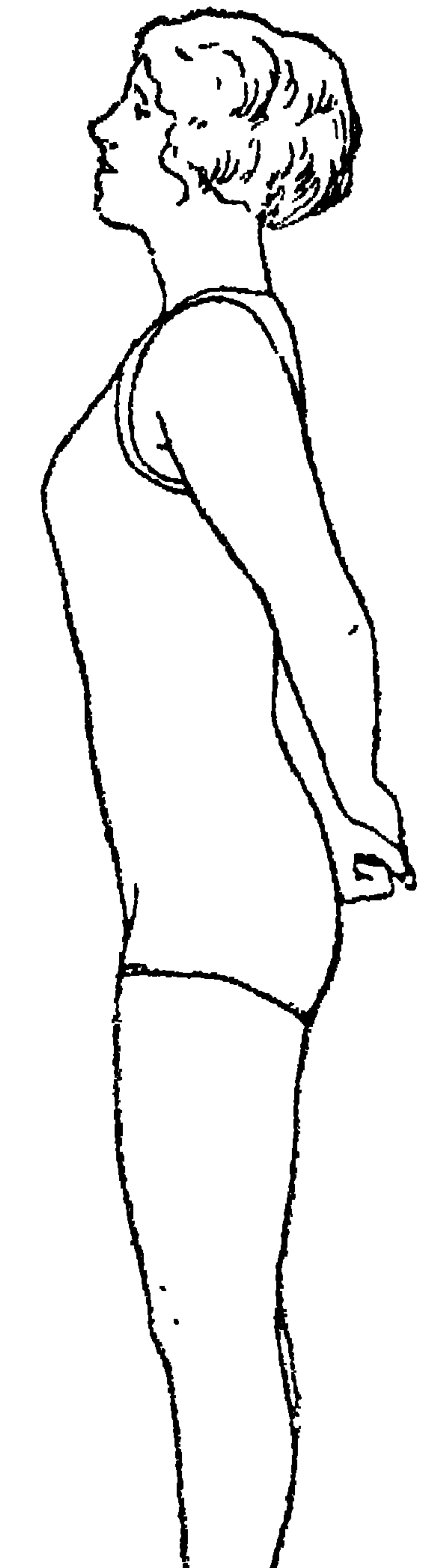


১৮নং চিত্র

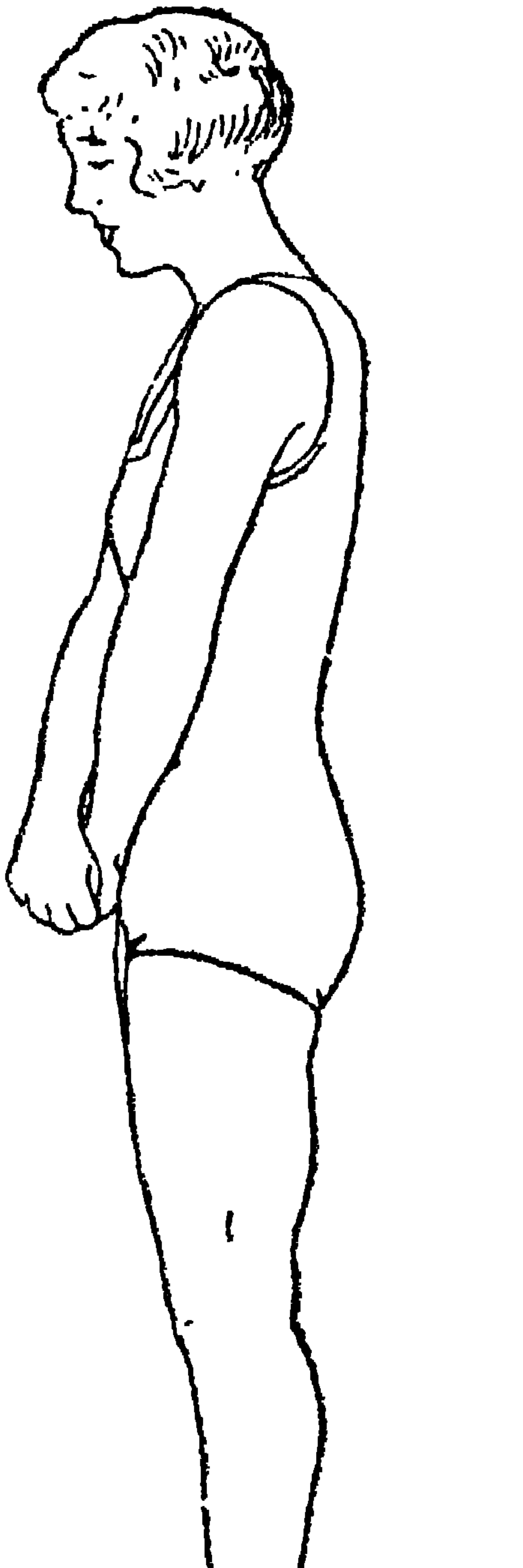
১১নং—মেজের উপরে বস্‌বে, দু পা সটান ছড়িয়ে দিয়ে, হাত দু উরোতের পাশে রেখে। পেছনের দিকে দু কাঁধ নামিয়ে শুয়ে পড়বে, তারপর আস্তে আস্তে উঠে ব'সবে। শুয়ে পড়বার সময় নিশ্বাস টান্‌বে। উঠবার সময় প্রশ্বাস ফেল্‌বে। পা কিছুতে ঠেকিয়ে রাখ্‌তে পার।

১২নং—দু পা ফাঁক ক'রে দাঁড়াবে, দু হাত দুই উরোতের পাশে রেখে। মাথা সোজা রেখে জোরে নিশ্বাস টান্‌বে। উরোত থেকে সমস্ত শরীর একবার এপাশে একবার ওপাশে নামাবে।

১৩নং—হাঁটু গেড়ে বস্‌বে দু হাঁটু ফাঁক ক'রে, দু হাত সামনে সটান সোজা রেখে। হাটু থেকে শরীর পেছন দিকে নামাবে এবং সঙ্গে সঙ্গে দু হাত সোজা নামাবে যতক্ষণ পর্য্যন্ত কাঁধের সমান নীচু না হয়। হাত



১৯নং চিত্র



২০নং চিত্র

পেছনে নামাবার সময় নিশ্বাস টান্‌বে, সামনে আনবার সময় প্রশ্বাস ফেল্‌বে। প্রথমতঃ দরকার হ'লে পিঠে কিছু ঠেস দিতে পার।

১৪নং—গলার পেছনে দুহাত আঙ্গুলে আঙ্গুলে ঠেকিয়ে রেখে দাঁড়াবে। এপাশে একবার ওপাশে একবার নুয়ে পড়বে এবং জোরে নিশ্বাস টান্‌বে।

১৫নং—চিৎ হ'য়ে শুয়ে, দু হাত দুপাশে রাখবে। দুটী পা যতদূর পার উঁচুতে তুল্‌বে।

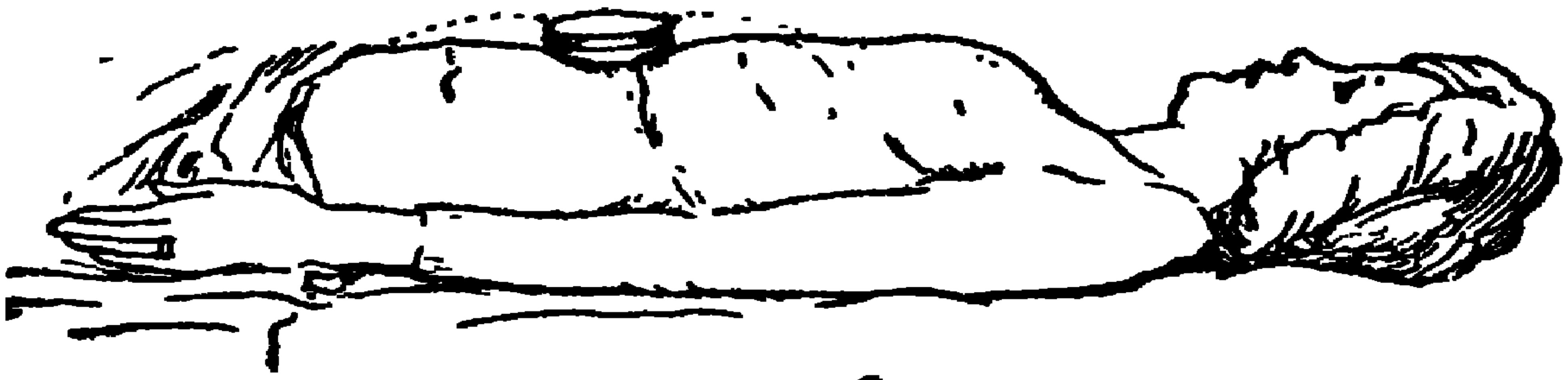
১৬নং—বসে দু পা সামনে ছড়িয়ে দেবে আর হাত মাথার দুদিকে সোজা সটান উঁচু করে রাখবে। মাথা থেকে মেজে যত দুর তার অর্দ্ধেকটা পর্য্যন্ত শরীর ধীরে ধীরে পেছনে নামাবে, এবং আস্তে আস্তে উঠে বসবে।

১৭নং—চিৎ হ'য়ে শুয়ে হাঁটু উঁচু করে পায়ের পাতা মেজের উপর পাতবে। পা দুটী একফুট আন্দাজ ফাঁক ক'রবে। শরীর মোটা হ'লে মাথার নীচে বালিশ দেবে, নইলে মাথায় রক্ত যেতে পারে। দুপাশে হাত রেখে হাত মেজের উপর পাতবে। এই অবস্থায় কোমর মেজে থেকে ২ ইঞ্চি উপরে তুলবে এবং কাঁধ মেজেতে চেপে রেখে শরীর একবার এপাশে একবার ওপাশে দোলাবে। এই রকম ২০ বার ১০ বার করবে। ১।১৷৷০ মিনিট সময় লাগিবে।

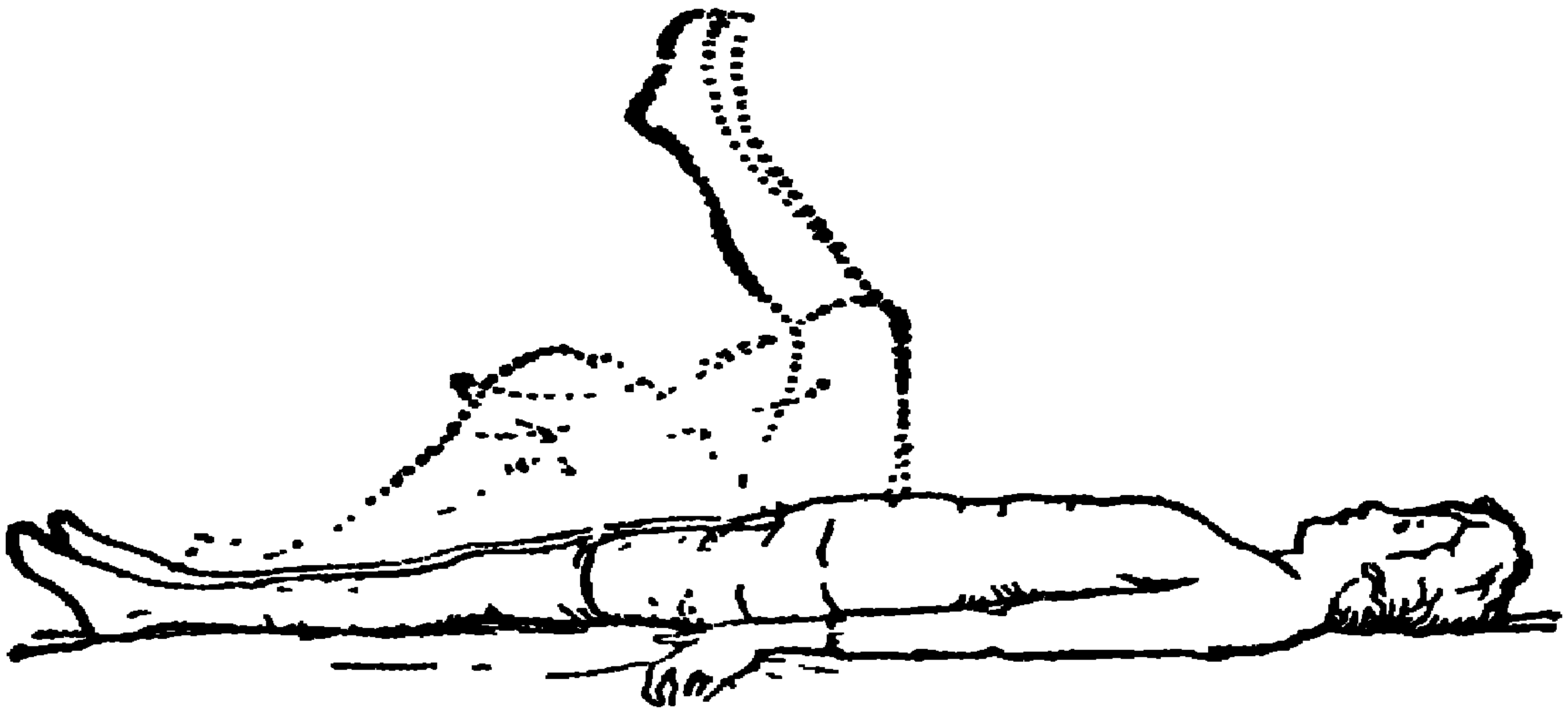
১৮নং—শুয়ে হাত দুটী দু পাশে রেখে, ছবির মতন হাঁটু উঁচু ক'রে, পাছা থেকে পা একফুট দূরে রেখে, পা আধফুট কি ১ ফুট ফাঁক ক'রে, কেবল গোঁড়ালির উপর ভর ক'রে পাছা মেজে থেকে ১ ইঞ্চি উপরে তুল্‌বে, এবং সঙ্গে সঙ্গে পেটের, মলাদারের এবং নিকটবর্ত্তী মাংস কুঁচকাবে। তার পরে পাছা নামাবে এবং মাংস ঢিলা দেবে। পাছা তুলবার সময় প্রশ্বাস ফেল্‌বে আর নামাবার সময় নিশ্বাস টান্‌বে।

১৯নং ও ২০নং—দুটী পা যোড় করে, দুটী হাত সামনে সটান ঝুলিয়ে মুটো করে রেখে সোজা হ'য়ে দাঁড়াবে। দু হাত একটু নীচু ক'রে ঘুরিয়ে পেছনে নিয়ে ১৯নং ছবির মতন রাখবে; বুক সামনের দিকে চিতিয়ে ও ফুলিয়ে নিশ্বাস টানবে। হাত সামনের দিকে ঘুরিয়ে আনবার সময় জোরে প্রশ্বাস ফেল্‌বে মুখ খুলে এবং পেট এবং বুক ভিতরের দিকে সঙ্কুচিত ক'রে, ২০নং ছবির মতন। এই শ্বাস ক্রিয়ার দরুন সর্দ্দি কাসি হবার সম্ভাবনা কম হয়।

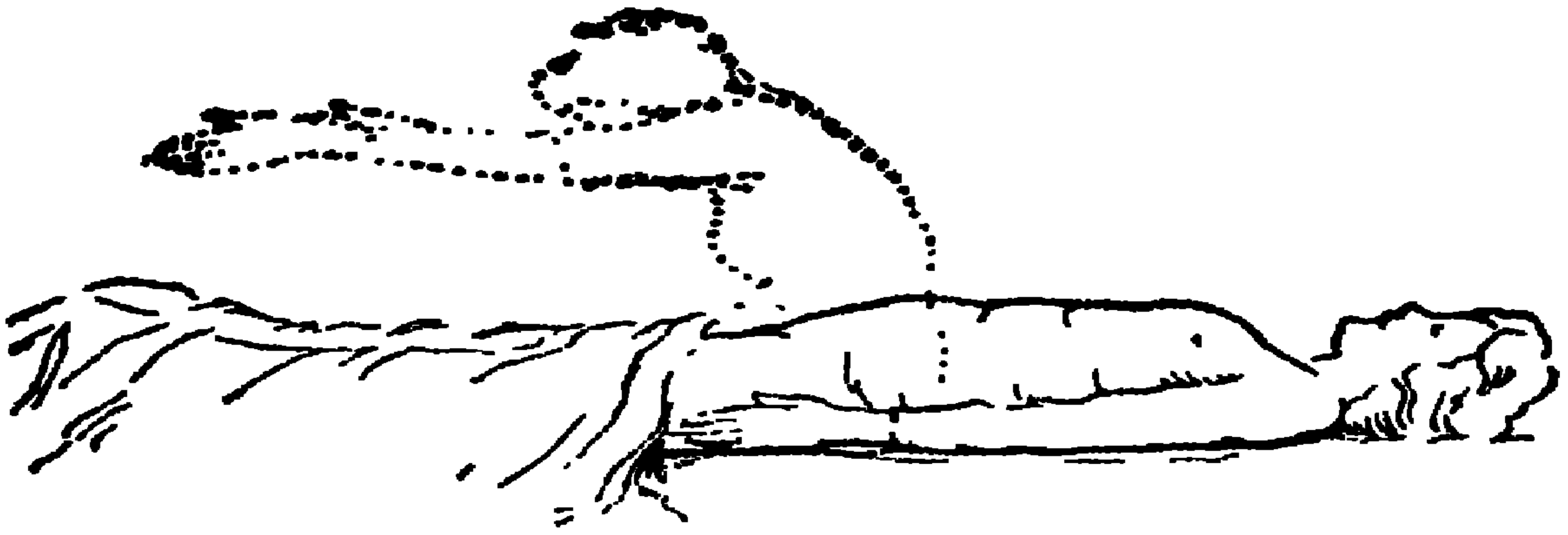
আঁতুড়ে ব্যায়াম



২১নং চিত্র



২২নং চিত্র



২৩নং চিত্র

২৪নং চিত্র

১৩। চৌদ্দদিন পর পোয়াতি অল্প গরম জলে স্নান করতে পারে। একমাস অবধি ঐ রকম গরম জলেই স্নান করা উচিত। ঘরের ভিতরেই গা গরম জলে ধুইয়ে মুছিয়ে দেবে। উঠে বাইরে গিয়ে স্নান করতে দেবে না। পাঁচ কি নয় দিনের দিন ঘাটে গিয়ে ডুব দিয়ে স্নান করার রীতি আছে। এতে কত পোয়াতি জ্বরবিকার হ'য়ে মারা গেছে। পোয়াতির গা হাত গরম জলে গামছা ভিজিয়ে দিতে পার। স্নানের ব্যবস্থা ১৪ দিন পর।

১৪। **অঙ্গচালনা** কিছু কিছু হওয়া আবশ্যক, কারণ শুয়ে শুয়ে অঙ্গ কি রক্তের চালনা কম হয়। এই জন্য প্রথম সপ্তাহের পর হাত, পা, কোমর, পিঠ প্রভৃতি ড'লে দিয়ে শুকনো তাপ দিবে। শুয়ে শুয়ে হাত পা একবার গুটিয়ে একবার ছড়িয়ে কসরত ক'রলে ঢিলে পেট শক্ত হয়, দেহে বল আসে, আর উঠে বসলে মাথা ঘোরে না। এই রকম ৬ বার করবে। দুই পা যোড়ে ঐ রকম ৬ বার তুলবে। যখন পা তুলবে জোরে নিশ্বাস টানবে; যখন পা নামাবে জোরে নিশ্বাস ফেলবে। তৃতীয় সপ্তাহেও শুয়ে শুয়ে ঐ রকম করবে। দুই পা যোড় ক'রে ক্রমে যতদূর পার ফাঁক করবে। এই রকম ৬ বার হলে কাঁধ বিছানা থেকে তুলে একবার ডান কনুইয়ের উপর একবার বাম কনুইয়ের উপর ভর ক'রে ঘাড় ফেরাবে। ১৫।২০ মিনিট এই করলেও যদি কষ্ট না হয়, তা হলে কাঁধ কনুই ও পা বিছানায় ঠেকিয়ে রেখে পাছা ও কোমর উঁচুতে তুলবে। হাতের উপর ভর না দিয়ে উঠে বসবে, আবার শোবে। চতুর্থ সপ্তাহে ঢিলে পেরিনিয়ম শক্ত করবার জন্য পোয়াতিকে বলবে পেটের অসুখে বাহ্যের বেগ সামলাবার জন্য যেরূপ মলদ্বার বুজে উপরের দিকে টেনে রাখা হয়, এই রকম বার বার করতে। প্রথম পোয়াতির ক'রবার দরকার হয় না। যাদের যমজ হয়, পেটে বেশী জল হয়, কি বছর বছর

ছেলে হয়ে পেট বড় হয়ে পড়ে তাদের এই রকম করা দরকার। পেটে ব্যথা থাকলে কি কোন রোগ থাকলে এই রকম করবে না।

১৫। **শেষ পরীক্ষা** চতুর্থ সপ্তাহে ও দেড় মাসের শেষে করবে। ইউটারাস্ যদি সরে গিয়ে থাকে ডাক্তার ডেকে ঠিক জায়গায় বসিয়ে পেসারি দিয়ে রাখতে হবে। রক্তস্রাব কি শাদা শাদা স্রাব যদি থাকে, প্রস্রাব যদি অসাড়ে করতে থাকে, বাহ্যের বেগ যদি অসামাল হয়, যোনিতে পট পট শব্দ হয়, কি অন্য উপসর্গ থাকে, এই বেলা ডাক্তার ডেকে দেখাবে। স্পেকিউলম দ্বারা পরীক্ষা করলে জানা যায় ভিতরে ছেঁড়া আছে কি না। ডাক্তার তাই জেনে সময় মত সেলাই করেন।

১৬। **সাধারণ অবস্থা** ভাল কি মন্দ এই কয়টী বিষয় লক্ষ্য রাখলেই বোঝা যাবে। বিশেষতঃ নাড়ী, তাপ, চেহারা, ঘুম, লোকিয়া ইত্যাদি ঠিক থাকলেই বুঝতে হয়, কোন বিপদের আশঙ্কা নাই। ভয়ের কারণ :—সেপ্‌টিক্ জ্বর, বেশী রক্তস্রাব, থুনকো, পা ফোলা, বা মাথা খারাপ। প্রস্রাব বন্ধ, কোষ্ঠ বন্ধ, স্তনের বোঁটা ফাটা এবং সব-ইনভলিউশন হলেও ভাববার কথা।

সপ্তম অধ্যায়

কুমার-তন্ত্র

প্রথম পরিচ্ছেদ

চপলা। আঁতুড়ে ছেলেকে কেমন রাখতে হয়, আজ তাই শুনতে এসেছি।

বিমলা। ১। **খাওয়া ভাল ক'রে দেখবে।**

মাতৃস্তন দুগ্ধ—আগেই বলেছি প্রসবের ৬ ঘণ্টা পরে ছেলেকে স্তন ধরাবে। প্রথম দুদিন স্তনে দুধ থাকে না ব'লে অনেকে গরুর দুধ খাওয়ায়, সেই দুধ খেয়ে কত ছেলের পেটের অসুখ হয়। এসব খোদার উপর খিদমৎকারী। ঈশ্বর যখন জীব সৃষ্টি করেছেন সঙ্গে সঙ্গে তার আহারও যুগিয়েছেন। স্তনে যে আঠা আঠা দুধ থাকে তাই যথেষ্ট; তাই খেয়ে ছেলে বেশ দুদিন বাঁচতে পারে।

স্তনদুগ্ধের শ্রেষ্ঠতা

(১) স্তনদুগ্ধের মাখন কণা গো-দুগ্ধের মাখন কণার চেয়ে বেশী সূক্ষ্ম এবং সহজে হজম হয়।

(২) স্তনদুগ্ধের ছানা (ল্যাক্টালবুমিন) গো-দুগ্ধের ছানা (কেসীনোজেন) অপেক্ষা পাতলা এবং হজম হয় বেশী। গরুর দুধ খেয়ে বমি তুল্‌লে বড় বড় ছানার ডেলা দেখা যায়।

(৩) স্তনদুগ্ধ ফুটাতে হয় না ; স্বভাবতই রোগ-বীজহীন।

(৪) গরুর দুধ বেশী ফুটালে হ্বাইটামীন নষ্ট হয়।

(৫) নীরোগ মাতার স্তনদুগ্ধে রোগ বীজ নাশ করিবার শক্তি আছে।

(৬) স্তনদুগ্ধে গো-দুগ্ধের চেয়ে চিনি বেশী। গো-দুগ্ধে বেশী চিনি মেশান হয় বলে পেটকাঁপা ও বদ্‌হজম হয়।

(৭) শিশুর বয়স ও প্রয়োজন অনুসারে স্তনদুগ্ধের পরিবর্ত্তন হয়। স্তনে দুধ নামা পর্য্যন্ত কোলষ্ট্রম নামক যে আঠার মতন ঘন দুধ থাকে, ইহার অল্প পরিমাণে অধিক পোষ্টাই গুণ থাকে।

(৮) ক্ষীণজীবী শিশুরা স্তনদুধ ছাড়া বাঁচে না।

(৯) স্তন টানার দরুন স্তনে দুধ আসে।

(১০) স্তন টানার দরুন প্রসূতির ইউটারাস ক্রমশঃ ছোট হয়ে স্বাভাবিক অবস্থায় (ইনহ্বলিউশন) আসে, ঋতু ও গর্ভ বিলম্বে হয়।

(১১) স্তন টানলে স্তন পাকে না।

(১২) স্তন টানার দরুন ছেলের চোয়াল শক্ত এবং মাড়ী শক্ত হয় এবং দাঁত শীঘ্র উঠে।

(১৩) গরুর দুধ যারা খায় তাদের ভিতর রিকেট্ (হাড় বাঁকা) নামক রোগ প্রায়ই হয় ; স্তন্য-পায়ীদের মধ্যে তেমন হয় না। হ্বাইটামিন "ডি"র অভাবে রিকেট হয়। যে সব গরু শুক্‌নো ঘাস খায়, সূর্য্যের আলো বা বিশুদ্ধ বাতাস পায় না, তাদের দুধে হ্বাইটামীন্ "ডি" থাকে না।

(১৪) গরুর দুধ যারা খায় তাদের ভিতর মৃত্যু স্তন্য-পায়ীদের অপেক্ষা পাঁচগুণ অধিক।

(১৫) শিশুকে স্তন-দুগ্ধ পান করাবার দরুন মায়ের মনে আনন্দ হয়, মাতৃত্ব ভাব জাগে এবং তার দরুন স্তনে দুধ বাড়ে।

কি কি কারণে দুগ্ধের গুণের পরিবর্ত্তন হয় ?

১। **বয়স**—অতি অল্প বয়স্ক ও অধিক বয়স্কা (৩৫ বৎসরের বেশী) মেয়েদের দুধে মাখন কম থাকে।

২। **খাদ্য**—অধিক মাংস বা ছানা খেলে দুধে ছানা ও মাখনের ভাগ বাড়ে। আবার কেবল শাক-সব্জী খেলে দুই জিনিসই কমে। যথোচিত আহারের অভাবে দুধে মাখন কমে। বেশী বেশী মাংস ঘি খেলে দুধে ছানা ও মাখনের ভাগ অত্যন্ত বেশী হয়। জলীয় আহার বাড়ালে দুধের পরিমাণ বাড়ে।

৩। **গর্ভ**—গর্ভিণীর দুধে মাখনের ভাগ কম হয়। বিশেষতঃ শিশুকে স্তন্য দিতে দিতে সেই সময় যদি গর্ভ সঞ্চার হয়, দুধ আরও খারাপ হয়।

৪। **প্রসবের পরবর্ত্তী সময়**—প্রসবের পর ১৪ দিন পর্য্যন্ত দুধে ছানা ও ধাতব পদার্থ (সল্ট) অর্দ্ধেক কমে যায়, চিনি বাড়ে এবং মাখন ও কিছু বাড়ে। এক মাসের পর গুণের বিশেষ তারতম্য হয় না।

৫। **ঋতুর** সময় দুধে ছানা বাড়তে পারে। সুতরাং মাংস ডিম নিষিদ্ধ।

৬। **রোগ**—রোগ কঠিন হলে দুধের পরিমাণ ও মাখন কমে, ছানা বাড়ে। সংক্রামক রোগ হলে দুধে রোগের বীজ থাকতে পারে। অতএব রোগ কঠিন হলে প্রোটীন যুক্ত খাদ্য নিষিদ্ধ এবং সেপ্‌সিস প্রভৃতি রোগে স্তন্য পান নিষিদ্ধ।

৭। **ঔষধ**—বেলেডোনা, আফিম, পটাস আয়োডাইড, ব্রমাইড, পারা, সেঁকো, প্রভৃতি ঔষধ পোয়াতিকে খাওয়ালে বিষাক্ত দুধের দরুন ছেলের অনিষ্ট হয়।

৮। **উদ্বেগ**—ক্রোধ, ভয়, শোক প্রভৃতি অশান্তি স্তনদুধের গুণ নষ্ট করে এবং শিশুর অনিষ্ট করে। মায়ের অশান্তির দরুন ছেলের বদহজম, বমি, দুর্ব্বলতা এবং তড়কা পর্য্যন্ত হয়।

স্তন্যপানের নিয়ম

১। প্রসবের ঠিক পরে শিশুও প্রসূতির বিশ্রাম আবশ্যক।

২। জন্মের **৬ঘণ্টা** পর শিশুকে স্তন ধরাবে—**৬ঘণ্টা** অন্তর **৩** বার, প্রত্যেক স্তনে ২।৩ মিনিটের জন্য।

শীঘ্র স্তন ধরাবার প্রয়োজন কি?

(ক) শিশু পুষ্টিকর ঘন আঠার মতন দুধ (কলষ্ট্রম্) পাবে।

(খ) চোষার দরুন স্তনে দুধ আসবে।

(গ) না টানলে স্তনের বোঁটা চ্যাপটা হয়ে বা ব'সে যেতে পারে।

(ঘ) টানলে ইউটারাস ক্রমশঃ গুটিয়ে ছোট হয় (ইনহ্বলিউশন) অর্থাৎ "নাড়ী শীঘ্র শুকায়।"

৩। শিশু হৃষ্ট পুষ্ট হলে ৪ ঘণ্টা অন্তর স্তন ধরান ভাল। এতে (ক) পোয়াতির বিশ্রাম হয়; শিশুর পেট আর একবার দুধ খাবার আগে খালি হয়; (গ) শিশু বেশীক্ষণ ঘুমতে পায়; (ঘ) শিশুর ক্ষুধা পায়, তাই জোরে জোরে স্তন টানে; (ঙ) অতিরিক্ত খাওয়া হয় না; (চ) স্তনে আবার দুধ জমবার সময় থাকে।

৪। ছোট ও ক্ষীণজীবী শিশুকে **৩ ঘণ্টা** অন্তর খাওয়ান দরকার।

৫। **খাওয়াবার নিয়মঃ—**

শিশুর বয়স	২৪ ঘণ্টায় কতবার খাবে।	কত ঘণ্টা অন্তর	রাত্রে ১০ টার পর কতবার
প্রথম ২৪ ঘণ্টা	৩ (জন্মের ৬ ঘণ্টা পরে)	৬	০
দ্বিতীয় "	৪	৬	
তৃতীয় দিন	৬	৩	
একমাস পর্য্যন্ত	৬	৩	
২।৩ মাস "	৬	৩	
৪।৫ " "	৫	৪	
৬।৯ " "	৪।৫	৪	

সাধারণতঃ খাওয়াবার সময় সকালে ৬, ৯, ১২ টা; বিকালে ৩, ৬, ১০টা। দুই স্তন টান্‌লে প্রত্যেক স্তন ৭—১০ মিনিট টান্‌বে।

শিশুকে কি ভাবে রেখে খাওয়াবে—পোয়াতি বিছানায় যতদিন শুয়ে থাকবে, শিশুকে তার কাছে নিয়ে গিয়ে খাওয়াবে। স্তন যেন শিশুর নাক মুখ চেপে না থাকে। পোয়াতি উঠে বসলে কোলে নিয়ে খাওয়াবে। খাওয়া হ্য়ে গেলে ছেলেকে কয়েক মিনিট কাঁধের উপর তুলে ধরবে যাতে পেটের হাওয়া বেরিয়ে যেতে পারে। স্তনে মুখ রেখে শিশু যেন না ঘুমায়; এতে খাওয়ার মাত্রা ঠিক থাকে না, আর বোঁটায় ঘা হ্তে পারে।

৭। **পরিচ্ছন্নতা**—শিশুকে খাওয়াবার আগে দেখবে ঘর পরিষ্কার কি না। মলমূত্র, ময়লা কাপড় চোপড় বের করে নেবে। খাওয়ার আগে ও পরে স্তন ফোটান জল বা বোরিক লোশনে তুলো ভিজিয়ে মুছে নেবে এবং শিশুর মুখ জিভ পরিষ্কার করে দেবে।

শিশুর কম দুধ পাওয়ার লক্ষণ কি ?

১। ওজনে কমে যায়; ২। ভাল ঘুমায় না; ছটফট করে; ৩। অনেক সময় আঙ্গুল চোষে; ৪। কোষ্ঠ কঠিন হয়; ৫। অনাহারের দরুন একপ্রকার জ্বর হয় যাকে বলে অনশন জ্বর (ইনেনিশন ফিবার)।

শিশুর ওজন

সাধারণতঃ জন্মের ৩।৪ দিন পর থেকে শিশু রোজ আধ ছটাক (এক আউন্স) করে বাড়ে। জন্মের পরদিন ওজন কমে; কিন্তু ১৩—১৪ দিনে জন্মের সময় যত ওজন ছিল তত হয়।

বিলাত অঞ্চলে সদ্যজাত শিশুর ওজন গড়ে ৭॥০ পাউণ্ড; বাঙ্গালী শিশুর ৬ পাউণ্ড। বাঙ্গালীর শিশুর ওজন ১৫দিন থেকে ৩ মাস পর্য্যন্ত সপ্তাহে ৩।৪ ছটাক (৬-৮ আউন্স) বাড়া উচিত; তারপর সপ্তাহে ২।৩ ছটাক।

৫।৬ মাসে ওজন জন্মের ওজনের দ্বিগুণ এবং ১২ মাসে তিনগুণ হওয়া উচিত।

অতএব প্রথম ৯ মাস পর্য্যন্ত শিশুর ওজন সপ্তাহে একবার এবং পরে একমাস অন্তর নেওয়া উচিত।

স্তন দুগ্ধের পরিমাণের পরীক্ষা

দুধ খাওয়ার আগে ও পরে ওজন নিলে যেটুকু ওজন বাড়তি হয়, ছেলে সেইটুকু দুধ পেয়েছে বলা যায়। এই প্রকারে জানা যায় ছেলে ঠিক পরিমানে দুধ পাচ্চে কি না।

অন্য আহার

স্তন্য দুগ্ধ কম পাচ্চে জেনে অন্য দুগ্ধ দেওয়া যায়। দিনের শেষ দিকে যে ২ বার খেতে দেওয়া হয়, তার পরে পরে অন্য আহার দেওয়া উচিত।

তা হলে শিশু রাত্রে ঘুময় ভাল। যে বোতলের বোঁটায় ছেঁদা বড় তাইতে করে ঐ দুধ দিলে দুধ বেশি বেশি আসে, আর ছেলে হাঁপিয়ে উঠে। ছেঁদা ছোট থাকা ভাল, তা হলে শিশু জোরে টানতে শেখে।

একজন উপমাতা পেলে ভাল হয়, তা না হলে যথা সম্ভব মাতৃদুগ্ধ-গুণবিশিষ্ট (হিউমেনাইজ্ড্) গোদুগ্ধ দেওয়া যেতে পারে। বেশি বেশি দেওয়া উচিত নয়; দিলে ছেলে আর মায়ের স্তন টানবে না। মায়ের স্তনে দুধ বাড়লেই এই অতিরিক্ত দুধ দেওয়া বন্ধ করা আবশ্যক।

গ্রীষ্ম কালে শিশুদের তৃষ্ণা পায়। তাই মাঝে মাঝে ফোটান জল (কুসুম কুসুম গরম) দেওয়া উচিত। এতে চিনি দেওয়া অনুচিত।

স্তনে দুধ বাড়াবার নিয়ম

১। প্রসূতির সাধারণ স্বাস্থ্যের এবং পারিপার্শ্বিক অবস্থার (ঘর-দোর প্রভৃতির) উন্নতি করা আবশ্যক।

(ক) খাদ্য—জলীয় আহার বৃদ্ধি করা আবশ্যক; যথা, দুধ, বার্লিজল, মাছের ঝোল, ভাতের জল ইত্যাদি।

(খ) কোষ্ঠ পরিষ্কার রাখার জন্য শাকসব্জী ফলমূল খেতে দিতে হবে। প্রয়োজন হলে সামান্য জোলাপ।

(গ) বিশুদ্ধ বায়ুর প্রয়োজন।

(ঘ) কিছু কিছু ব্যায়াম বা পরিশ্রম এবং সময়মত বিশ্রাম আবশ্যক।

(ঙ) উদ্বেগ-রহিত থাকার বিশেষ প্রয়োজন।

(চ) যতক্ষণ পর্য্যন্ত স্তন দুগ্ধশূন্য না হয় ততক্ষণ পর্য্যন্ত টানতে দিতে হবে।

(ছ) দুধ কিছু থাকলে টিপে বা ব্রেষ্ট পম্প দিয়ে টেনে ফেলে দিতে হবে।

(জ) স্পঞ্জ এবং ডলাই মলাই করতে হবে।

(ঝ) তেল ভেরেণ্ডার পাতার পুলটিস দিলেও উপকার হয়।

তিন ঘণ্টা অন্তর যদি শিশু দুধ খায় প্রসূতির নিম্ন লিখিত নিয়ম পালন করা আবশ্যক :—

সকালে ৬টা—ফল ও একগ্লাস জল খেয়ে শিশুকে দুধ দেবে

" ৭টা—একটু বেড়াবার পর স্নান

" ৮টা—ফল, দুধ

" ৯টা—শিশুকে দুধ দিয়ে ঘুম পাড়ান

" ১০টা—একবার গরম জলে একবার ঠাণ্ডা জলে তোয়ালে ভিজিয়ে প্রত্যেক স্তন ৫ মিনিট ধরে রগড়ে শুক্নো তোয়ালে দিয়ে মুছে, ডলাই মলাই। সকালে ১০॥০টা—ভাত মাছের ঝোল্ ইত্যাদি! ১২টা—একগ্লাস জল খেয়ে শিশুকে দুধ দেওয়া

বিকালে ৩টা ও ৬টা এবং ১০টার সময় শিশুকে খাওয়ান, ৬॥০টার সময় স্তনের ডলাই মলাই, ৭।৮টার সময় খাওয়া, ১০টার পর নিদ্রা। সবল ছেলেকে দুধ খাওয়ান ৪ঘণ্টা অন্তর।

দুধ ছাড়াবার নিয়ম

দশম মাসে স্তনপান ছাড়ান আরম্ভ করা উচিত। ১০ মাস থেকে ১২ মাস পর্য্যন্ত মাঝে মাঝে একটু স্তন দুধ দেওয়া যেতে পারে, বিশেষতঃ ক্ষীণজীবী ছেলেদিগকে। ৯।১০ মাসের পর স্তন দুগ্ধের গুণ হ্রাস হয়, সুতরাং ঐ দুধ দিয়ে লাভ নাই, বরং অনিষ্ট হয়।

স্তন্যপায়ী শিশুর অজীর্ণতা

গ্রীণ ডায়েরিয়া বা সবুজ উদরাময়—বাহ্যে সবুজ হয় এবং বারে বেশি হয়। অধিকাংশ স্থলে ইহার কারণ দুধে মাখনের পরিমাণ বেশি। ছানার পরিমাণ বেশি হলেও ডায়েরিয়া হয়। এতে কি করা উচিত?

ব্যবস্থা—১। দুধ খাওয়াবার পূর্ব্বে ও পরে স্তনের বোঁটা ও ছেলের মুখ পরিষ্কার রাখবে।

২। স্তন দুধ বন্ধ করবে না বরং প্রত্যেক স্তন ৭ মিনিট ধরে টানাবে। স্তন ধরাবার আগে শিশুকে সোডিয়াম সাইট্রেট্ মিক্‌চার (১ আউন্স জলে ৪ গ্রেণ সোডিয়ম সাইট্রেট্) দেবে।

৩। মাঝে মাঝে সোডিয়ম সাইট্রেট্ মিকচার ডাক্তারের আদেশে দেবে।

৪। মায়ের কোষ্ঠ সাফ রাখা আবশ্যক। প্রত্যেক বার দুধ দিবার পূর্ব্বে বড় এক গ্লাস জল খাবে।

৫। প্রত্যেক স্তন ডলাই মলাই করবে।

৬। মায়ের বিশ্রাম ও শান্তি আবশ্যক।

৭। মায়ের দুধ যদি কম হয়, শিশুকে অতিরিক্ত আহার দেওয়া যেতে পারে; যথা—বেশি পরিমাণ ফোটান জল মিশান গরুর দুধ কিম্বা ছানার জল দেওয়া যেতে পারে। ৩ আউন্সে ৪ গ্রেণ সোডিয়ম সাইট্রেট্ এবং চায়ের চামচে আধ চামচে মিল্ক্ সুগার দিতে হবে।

৮। রোগের বাড়াবাড়ি হলে, বাহ্যে অল্প অল্প,বারবার, আর সবুজ রং হয় ও আম থাকে। তাহ'লে একটা ছোট রবার কেথিটার ও ফনেল দিয়ে গরম জলের (এনিমা) পিচকারী দেবে।

৯। মলদোর বা পাছা যদি হেজে যায়, সমান সমান ঝিঙ্ক অক্‌সাইড ও ক্যাষ্টার অয়েল মিশিয়ে লাগাবে।

১০। দুধ খাওয়া মাত্র যদি তখনি তখনি বাহ্যে হয়, ডাক্তারকে জানাবে। তিনি ঔষধ দেবেন। সে ঔষধে একটু আফিং থাকে। সুতরাং বেশীক্ষণ ঘুম প্রভৃতি লক্ষণ হবা মাত্র ডাক্তারকে জানাতে হবে এবং সেই ঔষধ খাওয়াবার সময় মাত্রা সম্বন্ধে বিশেষ সাবধান হতে হবে।

স্তনপান বন্ধ করতে হয় কখন ?

অল্প সময়ের জন্য ছাড়াতে হয়—

(ক) মায়ের অসুখের জন্য ;—(১) সেপটিক জ্বর প্রভৃতি ; (২) বোঁটা ফাটা ; (৩) থুনকো বা স্তন পাকা।

(খ) ছেলের অসুখের জন্য ; (১) হাম বসন্ত প্রভৃতি সংক্রামক রোগে (২) পেটের অসুখ প্রভৃতিতে।

একেবারে ছাড়াতে হয়—

মায়ের যক্ষ্মা, রক্তহীনতা, দীর্ঘকাল ব্যাপী মেলেরিয়া, হৃদ্‌রোগ, মৃগী, উন্মাদ প্রভৃতি রোগে।

সামান্য কারণে একটু দুর্ব্বল হলেই যে ছেলেকে জন্মগত অধিকার থেকে বঞ্চিত করা হবে, তা হতে পারে না।

(১) স্তন একটু টাটালে, শুকো তাপ, কি গরম জলের তাপ দিয়ে দুধ গেলে দিয়ে ব্যাণ্ডেজ বেঁধে দিয়ে উচু করে রাখলেই টাটান সেরে যায়। টাটান বেশী হলে ডাক্তার জোলাপ দিতে পারেন। কিন্তু এ অবস্থায় স্তন পান বন্ধ রাখবার কিছু দরকার নাই।

(২) **বোঁটা ফাটা**—(ক) নিবারণের উপায়—গর্ভাবস্থায় স্তন সম্বন্ধে শুশ্রূষা ; প্রসবের পর পরিষ্কার রাখা। (খ) বোটা ফাটলে পর, নিপ্‌ল সীল্ড ব্যবহার করতে হবে এবং ডাক্তারের পরামর্শ মতে টিংচার বেন্‌ঝোইন কম্পাউণ্ড লাগাতে হবে। মায়ের জলীয় আহার কমাতে হবে। স্তন ভারি হলে কি ঝুলে পড়লে ব্যাণ্ডেজ্ দিয়ে তুলে রাখতে হবে।

(৩) **দুধঝরা**—এই রোগ হলে দুধের পোষ্টাই প্রভৃতি গুণ কমে যায়, সুতরাং ছেলেকে অন্য দুধ খাওয়ান দরকার।

মায়ের দুধ সহ্য না হলে কি কর্ত্তব্য ?

ছেলে কাঁদলেই কি পাতলা বাহ্যে করলেই মনে করা উচিত নয় মায়ের দুধ খারাপ। বেশী বেশী দুধ খাওয়ালে ঐ সব লক্ষণ হতে পারে।

দুধ খাওয়াবার আগে ও পরে ছেলেকে ওজন করে জানা যায় ছেলে অতিরিক্ত দুধ পাচ্ছে না। বমি ও পাতলা বাহ্যে যদি হয়, ইহার কারণ হতে পারে দুধে মাখনের ভাগ বেশী। দুধ পরীক্ষা করা আবশ্যক। শিশু যদি ৬ বার দুধ খায়, মাঝে যে দুবার দুধ খাবে, সেই দুবারের দুধ গেলে নিয়ে পরীক্ষার জন্য কিছু পাঠাতে হয়।

যদি অতিরিক্ত মাখনের দরুন অজীর্ণতা হয়, স্তন্যপান বন্ধ করে, দুধ গেলে নিয়ে ঐ দুধের কিছুটা মাখন তুলে নিতে হবে। মায়ের আহারের ঘি মাখনের পরিমাণ কমান আবশ্যক। মাকে খোলা হাওয়ায় ঘোরাফেরা করতে হবে।

কি কি কারণে শিশু স্তন চুষতে অক্ষম হয় ?

(ক) অপূরন্ত অবস্থা—শিশু খুব ক্ষীণজীবী না হলে অল্পক্ষণ স্তন টানান যায়। কিন্তু অধিকাংশ স্থলে শিশুকে ইন্‌কুবেটারে রাখা হয় এবং মায়ের দুধ গেলে ড্রপার দিয়ে খাওয়ান হয়। গর্ভের ২৮ সপ্তাহের পরে এবং ৪০ সপ্তাহের পূর্ব্বে জন্ম হলে বলা হয় শিশু অপূরন্ত।

অপূরন্ত ছেলের শুশ্রূষা

১। তাপ রক্ষা—(ক) তুলো গরম করে নিয়ে গা ঢাকা এমন ভাবে দিতে হবে, যাতে মুখ খোলা থাকে এবং হাত পা নাড়তে পারে।

(খ) ইন্‌কুবেটার থাকলে তাইতে রাখবে। না থাকলে একটা কার্ডের বাক্সে তুলো বিছিয়ে ইন্‌কুবেটারের মতন প্রস্তুত করা যায়। উপরকার ঢাকায় নিশ্বাস ফেলবার পথ রাখতে হবে।

(গ) গরম জলের বোতল ছেলের দুপাশে ও পায়ের দিকে এমন

ভাবে রাখবে যাতে তার গায়ে না লাগে। টেম্পারেচার ৮৫—৯০ পর্য্যন্ত উঠবে। ঘণ্টায় ঘণ্টায় বোতল বদলান আবশ্যক। অতিরিক্ত গরম ভাল নয়।

(ঘ) জন্মের ৬ ঘণ্টা পর গরম সুইট ওয়েল মাখাবে। গা পরিষ্কার গরম সুইট ওয়েল দিয়ে করা উচিত। জল গায়ে লাগাবে না, স্নান নিষেধ। তিন দিনের ভিতর একবারের বেশী তেল মাখানো উচিত নয়। শিশু একটু সবল হ'তে থাকলে এক দিন অন্তর তেল মাখাবে। তখন সরিষায় তেল গরম ক'রে মাখান যায়।

(ঙ) শীত কালে তুলোর উপরে পাতলা কম্বল জড়াবে।

(চ) তিন ঘণ্টা অন্তর রেক্টমে (মলদোরে) থার্ম্মমিটার দিয়ে টেম্পারেচার নিতে হবে।

২। আহার—প্রথম সপ্তাহের পরিমাণ—

জলে দুধে আহার—শিশুর ওজন যত তার ৬ ভাগের এক ভাগ ২৪ ঘণ্টায় চাই। শিশুর ৩ পাউণ্ড (২॥০ সের) ওজন হলে দিনে চাই জলে দুধে আধ পাউণ্ড বা এক পোয়া।

(ক) প্রথম ২৪ ঘণ্টায়—টপ্ মিল্ক বা মাখন-প্রধান দুধ মিক্‌চার ১টী-স্পুন ঘণ্টায় ঘণ্টায়। মাখন-প্রধান দুধ প্রস্তুত করা ঃ—একটা কাঁচের গ্লাসে বা ডুশে দুধ রেখে বরফে বা ঠাণ্ডা জলে বসালে ৪ ঘণ্টা পরে সিকি অংশ পরিমাণ যে দুধ উপরে ভাসে তাকে বলে মাখন-প্রধান দুধ বা টপ মিল্ক।

টপ্ মিল্ক মিক্‌চার

টপ্ মিল্ক	১ আউন্স (আধ ছটাক)
ফোটান জল	১১ আউন্স (৫॥০ ছটাক)
মিল্ক সুগার	১ টী-স্পুন (চায়ের চামচে ১ চামচ)

এই মিক্‌চার ১ টী-স্পুন ড্রপার বা চামচে দিয়ে খাওয়াতে হবে।

(খ) দ্বিতীয় ২৪ ঘণ্টায়

টপ্ মিল্ক	১ আউন্স
জল	৭ আউন্স
মিল্ক সুগার	১ টী-স্পুন্

(অভাবে তালমিশ্রির গুঁড়ো)

এক টী-স্পুন প্রতি ঘণ্টায়

(গ) তৃতীয় দিন হইতে

স্তন দুগ্ধ গেলে নিয়ে—

স্তন দুধ	১ ভাগ
মিল্ক সুগার জল	২ ভাগ

৩ ঘণ্টা অন্তর। পরিমাণ ক্রমশঃ বাড়িয়ে ২ সপ্তাহ পূরো হলে মায়ের দুধ পূর্ণ মাত্রায় খাওয়াবে।

মিল্ক সুগার জল প্রস্তুত করিবার প্রণালী

মিল্ক সুগার	আধ আউন্স

(অভাবে তাল মিশ্রির গুঁড়া)

জল	১ পাইণ্ট

ইহাই ২৷৷০ পার্সেণ্ট সুগার ওয়াটার।

(ঘ) ৪ পাউণ্ড ভারি অপূরন্ত শিশুর আহার

বয়স	স্তন দুগ্ধের পরিমাণ	গ্লুকোজ বা মিশ্রি গোলা জলের পরিমাণ	২৪ ঘণ্টায় জলে দুধে
৩য় দিনে	১ আউন্স	২ আউন্স	৩ আউন্স
৪র্থ "	১ আঃ ৩ ড্রাম	২॥০ "	৩ আঃ ৭ ড্রাম
৫ম "	২ আউন্স	২॥০ "	৪॥০ আউন্স
৬ষ্ঠ "	২॥০ "	৩ "	৫॥০ "
৭ম "	৩ "	৩ আঃ ৬ ড্রাম	৬ আঃ ৬ ড্রাম
৮ম "	৩॥০ "	৪॥০ আউন্স	৮ আউন্স
৯ম "	৩॥০ "	৪॥০ "	৮ "
১০ম "	৩॥০ "	৪॥০ "	৮ "
১১শ "	৪ "	৫ "	৯ "
১২শ "	৪॥০ "	৫॥০ "	১০ "
১৩শ "	৪॥০ "	৫॥০ "	১০ "
১৪শ "	৫ "	৬ "	১১ "

এইরূপে জলের ভাগ ক্রমশঃ কমিয়ে নিয়ে ১৪ দিনের পর খাঁটি মায়ের দুধ দেওয়া যায়।

ছেলের জন্য দুধ গেলে নিয়ে স্তনে বাকি যেটুকু থাকে, যেটুকু গেলে ফেলে দিতে হবে। স্তন টানবার শক্তি হলেই শিশুকে স্তন টানাবে।

(৬) স্তন দুধের অভাবে

গরুর দুধ	৪৷০ আউন্স
হুয়ে (ছানার জল)	৫ ”
মিল্ক সুগার	৩ ড্রাম
চুণের জল	৬ ”
জল	১৫ আউন্স পর্য্যন্ত

জন্মের ৩ দিন থেকে ১৪ দিন পর্য্যন্ত দিনে ৩ আউন্স থেকে ১০ আউন্স পর্য্যন্ত এই মিক্‌চার দেওয়া যায়।

অথবা প্রথমে কেবল হুয়ে দিয়ে পরে জল ও চিনি মেশান গরুর দুধ ঐ হুয়েতে ক্রমশঃ মেশান যায়।

(৮) শুশ্রূষা—খুব সাবধানে রেখে দেখা উচিত কোন কুলক্ষণ হল কি না; যেমন, হাত পা ঠাণ্ডা, নীলবর্ণ হওয়া ইত্যাদি।

(খ) গন্নাকাটা—(হেয়ার লিপ্‌) এতেও ছেলে দুধ টানতে পারে না। খুঁত বেশী না হলে স্তনটানার চেষ্টা করা উচিত। বেশী হলে দুধ গেলে খাওয়াতে হয়। ২৷৩ মাস পরে কাটা ঠোঁট অস্ত্র করে যুড়ে দেওয়া হয় এবং এক বৎসর পর কাটা তালু অস্ত্র হয়।

(গ) মুখ বেঁকে গেলে স্তন চুষার ব্যাঘাত হয়। দুধ গেলে খাইয়ে দিতে হয়।

উপমাতা

মাতৃস্তন্যের অভাবে উপমাতার দুগ্ধ দেওয়া

যায়। অন্য স্ত্রীলোকের দুধ দিতে হলে—

১। তাহার স্বাস্থ্য ভাল হওয়া আবশ্যক

২। তার কোন সংক্রামক রোগ থাকবে না। রক্ত পরীক্ষা করা উচিত।

৩। তার নিজের ছেলে সুস্থ হওয়া আবশ্যক

৪। তার মেজাজ ভাল থাকা আবশ্যক

৫। পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকা আবশ্যক

৬। বিশুদ্ধ বাতাস এবং ব্যায়ামের প্রয়োজন

৬। আহার পরিমিত এবং পুষ্টিকর হওয়া আবশ্যক

৮। সদ্যজাত শিশুকে দুধ দিতে হলে সে দুধ প্রথম কদিন গেলে নিয়ে জল মিশিয়ে ফুটিয়ে খেতে দিতে হবে।

শিশুর মলের পরিবর্ত্তনের সঙ্গে সঙ্গে আহারের পরিবর্ত্তন আবশ্যক।

স্তনদুগ্ধপোষ্য শিশুর মলের রং প্রথমতঃ কালো চিটে গুড়ের মতন, তার পর বেগুনে, এবং ৪। ৫ দিন পর কমলা নেবুর রং বা সরিষে গোলার রং হয়। স্তনে দুধ আসতে দেরি হলে রং ততদিন বেগুণে থাকে। প্রথম মাসে বাহ্যে বারে ২।৪ বার, ২ মাস থেকে ৬মাস পর্য্যন্ত ২।৩ বার এবং পরে ২।১ বার হয়।

স্বাভাবিক মল মলমের মতন দানাহীন; ছিবড়ে ছিবড়ে থাকে না। একটু সামান্য টক গন্ধ।

অস্বাভাবিক মলের লক্ষণ :—

(ক) ছানার ডেলা (প্রোটিন কার্ড) (খ) মাখনের ডেলা এবং (গ) আম থোলো থোলো থাকে। (ঘ) কঠিনহয়, বিশেষতঃ গরুর দুধ খেলে রং ক্রমশঃ সবুজ হয়। (ঙ) ভাতের ফেণ, আরারুট, সাগু প্রভৃতি বেশি খেলে ফেণা ফেণা হয়, আর টক গন্ধ হয়। (চ) মায়ের স্তনে দুধ আসতে দেরি হলে বাহ্যে অল্প অল্প হয়, মলের রং একটু সবুজ একটু বেগুণে। (ছ) উদরাময়ে মল পাতলা সবুজ এবং বাহ্যে বারে বেশী হয়।

(জ) মলে রক্ত কখনও কখনও থাকে, যদি শিশুর মুখে কোন রকম ঘা থাকে বা স্তনের ফাটা বোঁটায় যদি রক্ত থাকে এবং সেই রক্ত যদি শিশু গিলে ফেলে।

কোষ্ঠ কাঠিন্য

কারণ—স্তন্যপায়ী শিশু যদি যথেষ্ট দুধ না পায়, কিম্বা মায়ের যদি বাহ্যে খোলসা না হয়, শিশুর কোষ্ঠ কাঠিন্য হয়।

দুধ খাবার আগেও পরে শিশুকে ওজন করে দেখতে হবে, ঠিক পরিমাণ দুধ পায় কি না; মায়ের আহার ঠিক হচ্ছে কি না তাও দেখতে হবে। দুধ খাওয়াবার মাঝে মাঝে শিশুকে জল খেতে দিতে হবে। জোলাপ দিয়ে জোলাপের অভ্যাস করিও না। গরুর দুধ খেলে, সেই দুধে মাখনের ভাগ কম থাকলে অনেক সময় কোষ্ঠ কাঠিন্য হয়। বেশী মাখন থাকলেও ঐ রকম হয়; তখন মলে শক্ত সাবানের ডেলার মতন দেখতে পাওয়া যায়; সেগুলি মাখনের ডেলা, হজম হয় নাই।

দুধে বেশী ছানা থাকলেও কোষ্ঠ কঠিন হয়।

শিশুর পেটের পেশী যদি দুর্ব্বল হয়, তা হলেও কোষ্ঠ সাফ হয় না।

ব্যবস্থা—প্রথম থেকেই ঔষধ খাওয়াবার অভ্যাস করান উচিত নয়।

(১) **জল**—আহারের মাঝে মাঝে জল খেতে দেওয়া উচিত। ২ মাসের ছেলেকে বিকালে দুধ খাওয়াবার আগে এক আউন্স (আধ ছটাক) জল দিতে পার।

(২) **ডলাই মলাই**—পেটের ডান দিকের কোঁকে আরম্ভ করে, পাঁজরের তলা অবধি, পেটের সামনে ও পেটের দিকে ঘুরিয়ে, বাঁ দিকের কোঁক অবধি চক্রাকারে নরম হাতে ডলাই দিনে দুবার করলে অনেক উপকার হয়। একটু রেঢ়ির তেল মাখিয়ে নিলে ডলাই সহজ হয়।

(৩) **মলদোরে** কিছু ঠেলে দিলে বাহ্যে হতে পারে। গ্লীসারীনের বাতি দেবে না। ১২নং রবারের কেথিটার, অভাবে পানের বোঁটা, ক্যাষ্টার ওয়েলে ডুবিয়ে দু ইঞ্চি পর্য্যন্ত ভিতরে ঠেলে দেবে এবং ভিতরে দিয়ে চারিদিকে ঘুরলে দেখবে বাহিরে মল বেরিয়ে আসচে।

(৪) **এনিমা**—সাবান জলের না দিয়ে নুন জলের এনিমা দিতে পার, অবশ্য দরকার হলে। এক পাইণ্ট জলে (গরম) এক টী-স্পুন নুন দিয়ে, বয়স অনুসারে অল্প পরিমাণে ঐ জল ভিতরে দিবে।

(৫) কোষ্ঠ কাঠিন্যে ক্যাষ্টার ওয়েল খাওয়ালে উপকার হয় না; বরং ফলের রস খাওয়াতে পার।

(৬) মায়ের কোষ্ঠ সাফ রাখা দরকার।

ছেলের কান্না

কাঁদলেই যে খিধে পেয়েছে বুঝতে হবে তা নয়।

ক্ষুধা—ক্ষুধা পেলে খাবার সময় হলেই কাঁদে খুব জোরে জোরে এবং খাওয়ালেই চুপ করে। রাত্রে কান্না প্রায়ই ক্ষুধার জন্য নয়, তৃষ্ণার জন্য হতে পারে; একটু জল খাওয়ালেই থেমে যায়।

কষ্ট—ভিজে লেংটী বা কাঁথা, শক্ত পেটি, বেশী গরম হাওয়া কি কাপড় চোপড়, ছুঁচ কি এই রকম কিছু গায়ে ফোটা, পিপড়ে বা ছারপোকার কামড়, ইত্যাদি কারণে অশ্বস্তি হলে কাঁদে। কখনও বা এ পাশ ও পাশ করে দিলে বা কাঁধে তুলে নিলে কান্না থেমে যায়।

ব্যথা—পেটের ব্যথায় কখনও কাঁদে। তার কারণ (ক) পেটে হাওয়া বা (খ) অজীর্ণতা। গরুর দুধ যারা খায় তাদেরই বেশী হয়। পেট ফাঁপার কারণ হতে পারে (১) দুধ খাবার সময় হাওয়া গেলা; (২) অতিরিক্ত চিনি অথবা (৩) কোষ্ঠ কাঠিন্য। কনকনে ঠাণ্ডা দুধ খেলেও পেট ব্যথা হতে পারে!

পেট ফাঁপার লক্ষণ—ভয়ানক চীৎকার ; বাহ্যে হ'লে বা হাওয়া বেরিয়ে গেলে কান্না থেমে যায় ; পা গুটিয়ে রাখে ; পেট শক্ত করে রাখে ; পেট বাজালে ঢপ ঢপ করে। ব্যথা বেশী হলে হাত পা ঠাণ্ডা হয়, মুখ নীল মেরে যায়, এবং তড়কা হয়।

ব্যবস্থা—১। ছেলেকে কাঁধের উপর তুলে পিঠ চাপড়ালে অনেক সময় পেটের হাওয়া বেরিয়ে যায়।

২। ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে মলদোরের ভিতর রবারের নল ঠেলে দিতে পার কিম্বা গরম জলের এনিমা দিতে পার।

৩। এক টুকরা ফ্লানেল পেটে জড়িয়ে দিলেও উপকার হয়।

৪। কখনো বা গরম জলে স্নান দিলে উপকার হয়।

৫। ডাক্তারের পরামর্শে গরম জলে সোডা বাইকার্ব ও পিপারমেণ্ট দিয়ে খাওয়াতে পার।

৬। যদি খাওয়াবার দোষ হয়ে থাকে, সে দোষ সংশোধন করা আবশ্যক। যদি মলে বদ হজমের পরিচয় পাওয়া যায়, ডাক্তারের কথায় ক্যাষ্টার অয়েল দিতে পার। খাবার সম্বন্ধেও পরিবর্ত্তন আবশ্যক।

৭। হজমী আরক (২নং তৃতীয় পরিচ্ছেদ) চায়ের চামচে এক চামচ ৩ ঘণ্টা অন্তর কিম্বা গরম জলে ৫ ফোঁটা জোয়ানের আরক বা মৌরি জল খেতে দিতে পার।

টোকা দুধ

মায়ের দুধ না পেলে, দুধ অল্প বা খারাপ হলে, টোকা দুধ খাওয়াতে হয়।

সাধারণতঃ গরুর দুধই খাওয়ান হয়। ছাগলের দুধ খাওয়ান যায় ;

কিন্তু ছাগলের দুধের দাম বেশী, আর ছাগল যা তা খায় বলে অনেক সময় দুধ খারাপ হতে পারে। গাধার দুধে পোষ্টাই গুণ কম।

স্তনদুগ্ধে ও গোদুগ্ধে কি কি থাকে

		স্তন্য—	গো-দু
ছানা	শতকরা	১.৩	৩.৩
মাখন	”	৩.৫	৩.৫
চিনি	”	৭	৫
সণ্ট	”	.২	.৭
জল	”	৮৮	৮৭.৫

দুধ পরীক্ষার যন্ত্রে (হাইগ্রোমিটার) স্তন দুগ্ধের মাপ ১০৩০,
” ” গো-দুগ্ধের মাপ প্রায় ১০১০।

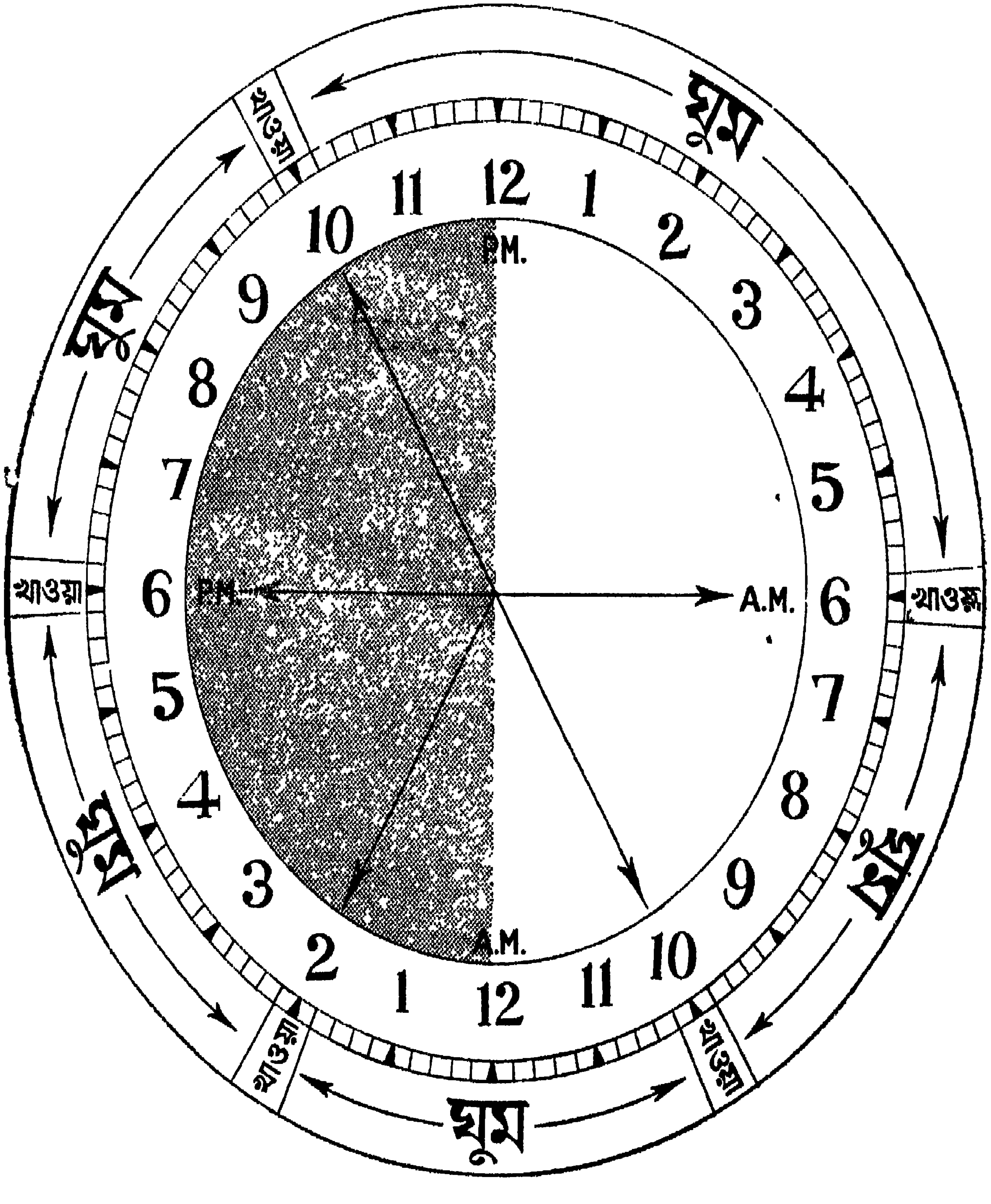
মাতৃ দুগ্ধের তুল্য করা বা হিউমেনাইজেশন

গরুর দুধে ছানা বেশী, প্রায় ৩ গুণ, সুতরাং জল মিশিয়ে ছানা কমাতে হয়। এতে মাখন স্তনদুগ্ধের প্রায় সমান কিন্তু জল মেশালে কমে যায়; চিনি কম; সুতরাং মাখন ও চিনির ভাগ বাড়াতে হয়। গরুর দুধের ছানা ভারি এবং জমে গিয়ে শক্ত হয়। সোডি সাইট্রেট্ মেশালে ছানা পাতলা হয় এবং সহজে হজম হয় এবং দুধে যদি অম্ল থাকে, এই ঔষধে তা শুধরে যায়। এক পাইণ্ট মিউমেনাইজ দুধ প্রস্তুত প্রণালী ঃ—

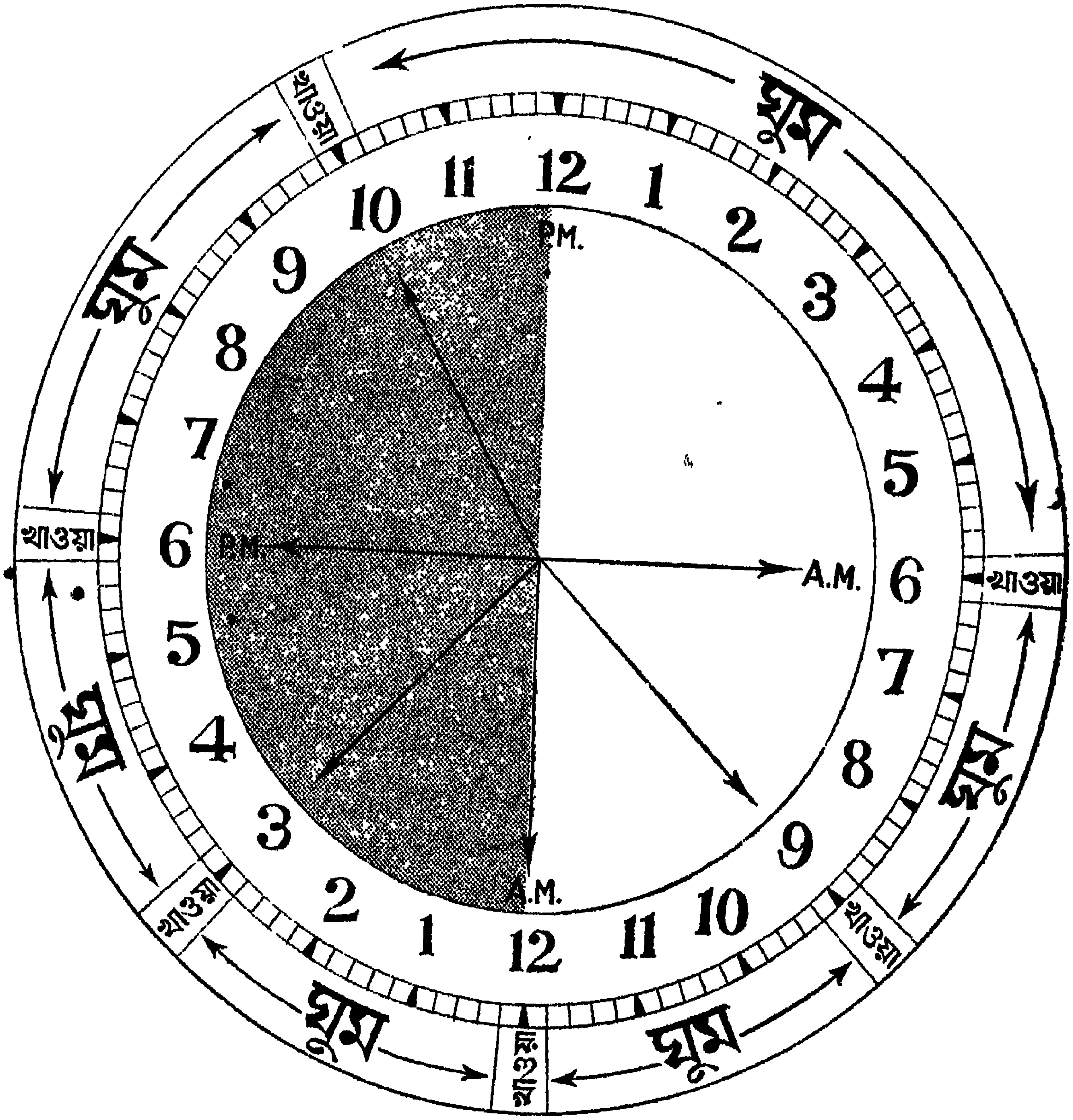
গরুর দুধ—½ পাইণ্ট, মিল্ক্ সুগার—২ টেবল্‌স্পূন্ (বড় চামচে), দুধের সর—½ আউন্স্, জল ½ পাইণ্ট, সোডি ট্রাইটেট ১০ গ্রেণ। সরের পরিবর্ত্তে কড্‌লিভার ইমলশন্ কয়েক ফোঁটা দিলেও চলে। ইমল্‌শনে অর্দ্ধেক কড্‌লিভার ওয়েল থাকা চাই।

সুস্থ সবল (ওজনে ৭ পাউণ্ড কিম্বা বেশী) শিশুকে খাওয়াবার নিয়ম ।

বয়স	কতবার খাবে	প্রত্যেক বার কত আউন্স	২৪ ঘণ্টায় কত আউন্স	হিউমেনাইজ্ড দুধ কত আউন্স	ফোটান জল কত আউন্স	কত ঘণ্টা অন্তর
৩য় দিন	৫	১	৫	১৸	৩৷	৪
৪র্থ ,,	৫	১॥	৭॥	৩॥	৪	,,
৫ম ,,	৫	২	১০	৫	৫	,,
৭ম ,,	৫	২॥	১২॥	৬॥	৬	,,
৮ম ,,	৫	৩	১৫	৮	৭	,,
১০ম ,,	৫	৩॥	১৭॥	১২	৫॥	,,
৩য় সপ্তাহ	৫	৪	২০	১৫	৫	,,
৪র্থ ,,	৫	৪॥	২২॥	১৮	৪॥	,,
২য় মাস	৫	৫	২৫	২১	৪	,,
৩য় ,,	৫	৫॥	২৭॥	২৭॥	—	,,
৪র্থ ,,	৫	৬	৩০	৩০	—	,,
৫ম ,,	৫	৬॥	৩২॥	৩২॥	—	,,
৬ষ্ঠ ,,	৫	৭	৩৫	৩৫	—	,,
৭ম ,,	৫	৭॥	৩৭॥	৩৭॥	—	,,
৮ম ,,	৫	৮	৪০	৪০	—	,,
৯ম ,,	৫	৮	৪০	৪০	—	,,


ঘুম
খাওয়া
ঘুম
খাওয়া
খাওয়া
ঘুম
খাওয়া
খাওয়া
ঘুম
ঘুম
12
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
P.M.
A.M.
P.M.
A.M.

শুশ্রূষাকারিণী! চেয়ে দেখ ঘড়ীর পানে; ঠিক সময়ে খাওয়াতে হবে।



সাধারণ বাঙ্গালী শিশুকে (৬ পাউণ্ড কিম্বা কম) খাওয়াবার নিয়ম।

বয়স	কতবার খাবে	প্রত্যেক বার কত আউন্স	২৪ ঘণ্টার কত আউন্স	দুধের উপাদান: হিউমেনাইজ দুধ কত	ফোটান জল কত আউন্স	কত ঘণ্টা অন্তর
৩য় দিন	৬	১	৬	১॥	৪॥	৩
৪র্থ ,,	৬	১॥	৯	৩	৬	,,
৫ম ,,	৬	২	১২	৫	৭	,,
৭ম ,,	৬	*২॥	১৫	৭॥	৭॥	,,
১০ম ,,	৬	৩	১৮	১১	৭	,,
৩য় সপ্তাহ	৬	৩॥	২১	১৪	৭	,,
৪র্থ ,,	৬	৪	২৪	১৮	৬	,,
২য় মাসে	৬	৪॥	২৫॥	২১॥ – ২৫॥	৪	,,
৩য় ,,	৫	৫॥	২৭॥	২৭॥	০	,,
৪র্থ ,,	৫	৬	৩০	৩০	০	৪
৫ম ,,	৫	৬॥	৩২॥	৩২॥	০	,,
৬ষ্ঠ ,,	৫	৭	৩৫	৩৫	০	,,
৭ম ,,	৫	৭॥	৩৭॥	৩৭॥	০	,,
৮।৯ ,,	৫	৮	৪০	৪০	০	,,

শিশুর পাকাশয়ের আয়তন

একটা কাঁচের ডুশ-ক্যানে টাটকা দুধ ঢেলে, ঐ ক্যান্ ৪ ঘণ্টা ধরে বরফে বসিয়ে রাখা হয়। ৪ ঘণ্টা পর কলের মুখ (ট্যাপ্) খুলে দিয়ে নীচেকার ৩ ভাগ দুধ একটা পাত্রে রাখতে হবে। উপরকার যে সিকি ভাগ দুধ থাকে তাকে বলে টপ্ মিল্ক্ বা মাখন-প্রধান দুধ। এতে সমান সমান জল মিশিয়ে, এক পাইণ্ট হলে এক আউন্স চিনি দিতে হয়। এই মিকচার দুর্ব্বল শিশুকে খাওয়ান যায়।

ওজন হিসাবে আহার

শিশুর ,ওজন যত সের, তাকে দিতে হবে সমস্ত দিনে আউন্স হিসাবে ওজনের ৩।৷০ গুণ দুধ। চিনি প্রতিসের ২ টী-স্পুন এবং ফলের রস ২ টী-স্পুন্। ওজন যদি হয় ৩ সের, দুধ দিতে হবে দিনে ৩×৩।৷০=১০।৷০ আউন্স, চিনি ৬ টী-স্পুন। বেদানার রস বা টমাটোর রস এক মাসের শেষ থেকে আরম্ভ করে, প্রথমতঃ দিনে ৩০ ফোঁটা, জল ৩০ ফোঁটার সঙ্গে মিশিয়ে খাওয়াতে হবে ; ৬ মাসে রস ৩ টী-স্পুন্ ; এক বছরে ৬ টী-স্পুন্।

বয়স অনুসারে পাকাশয়ের আয়তন

প্রথম দিন ১ আউন্স, দ্বিতীয় সপ্তাহে প্রায় ১।৷০ আউন্স, চতুর্থ সপ্তাহে ২ আউন্স, ২ মাসের শেষে প্রায় ৩।৷০ আউন্স, ৩ মাসের শেষে প্রায় ৪।৷০ আউন্স।

দুধ পাতলা করবার শ্রেষ্ঠ উপায়, ফোটান জল মেশান। চূণের জলে কোষ্ঠ কঠিন হয়। বার্লির জল খুব কচি ছেলে হজম করতে পারে না। গরম জলে দুধ অল্প অল্প ঢেলে খুব নাড়তে হয়। তা হলে ছানা জমে ঢেলা হতে পায় না।

ঋতু অনুসারে আহার

শীতকালে যে পরিমাণে খেতে দেওয়া হয়, গ্রীষ্মকালে তার সিকি অংশ কম দেওয়া উচিত। গ্রীষ্ম কালে খাওয়াবার নিয়ম :—শিশুর ওজন যত সের, তার ৪গুণ ২৪ ঘণ্টায় খাবে। ওজন যদি হয় ৩ সের দিনে খাবে ১২ আউন্স দুধ।

মোটামুটী এই নিয়মে চলে। প্রত্যেক ছেলের হজমশক্তি বুঝে খাবার দিতে হবে। ক্ষীণজীবী ছেলেদের দুধের অংশ ২।১ টী-স্পূন্ কমিয়ে দিয়ে জল মেশান যায়।

দুধ রোগ-বীজাণু শূন্য করবার প্রথা তিন প্রকার :—

১। **প্যাস্তুরাইজেশন্**—দুধ ১৪৫—১৫০ ডিগ্রি পর্য্যন্ত, আধ ঘণ্টা গরম রেখে, বরফে রেখে তখনি ৫৫ ডিগ্রি পর্য্যন্ত ঠাণ্ডা করে ফেলতে হয়।

এ দেশে সকলেই দুধ ফুটিয়ে খায়, সুতরাং এই নিয়মে দুধ গরম করে রাখবার প্রয়োজন নাই। তা ছাড়া, দুধের ভাইটামীন নষ্ট হয়ে যায় অনেকক্ষণ ধরে গরম রাখলে। অপরিষ্কার বোতলে ও দুধ পূরবার সময় প্রায় দুধের বিশুদ্ধতা নষ্ট হয়।

এই নিয়মানুসারে জলে দুধের পাত্র বা বোতল বসিয়ে ঐ জল ৩ মিনিট পর্য্যন্ত ফুটাতে হয় (২১২ ডিগ্রি পর্য্যন্ত)। এর জন্য সক্সলেট যন্ত্রের প্রয়োজন। বোতলের দুধ ঠাণ্ডা হলে ঐ যন্ত্রের কৌশলে বোতলের মুখে ছিপি আঁটা হয়ে যায়। সাধারণ গৃহস্থের পক্ষে এই ব্যয়সাধ্য নিয়ম অসম্ভব।

৩। **ফোটান**—টাটকা দুধ তাড়াতাড়ি এক বল্কা ফুটিয়ে নিলে দুধের গুণ নষ্ট হয় না। ছানার কণাগুলি সূক্ষ্ম হয়, দুধ বেশী সুপাচ্য

হয় এবং তাহার রোগ বীজাণু নষ্ট হয়। অনেকক্ষণ ধরে বারবার ফুটালে দুধের ভাইটামীন নষ্ট হয়। তাড়াতাড়ি একবার ফুটালে নষ্ট হয় না; যদি কিয়ৎ পরিমাণে নষ্ট হয়, কডলিভার অয়েল এবং ফলের রস দিয়ে সে দোষটা সেরে নেওয়া যায়। প্রথম মাসের শেষ থেকে কমলালেবুর রস দিতে আরম্ভ করা উচিত।

দুধ রাখিবার নিয়ম

দুধ রোগ বীজাণু শূন্য করতে হ'লে ফোটান দুধ তাড়াতাড়ি ঠাণ্ডা করা আবশ্যক। অল্প গরম দুধে রোগ বীজাণু শীঘ্র প্রবেশ করে। ফোটান দুধ ঢেলে, দুধেরপাত্র বা বোতল তখনই বরফে বসিয়ে ঠাণ্ডা করতে হয়। অথবা দুধের বোতল বা বাটী ঠাণ্ডা জলে বসিয়ে ভিজে পাতলা কাপড় ঢাকা দিয়ে, ঐ কাপড় চারিদিকে টেনে জলে ডুবিয়ে দিতে হয়।

• খাওয়াবার পূর্ব্বে দুধ গরম জলে বসিয়ে অল্প গরম (১০০ ডিগ্রি) করে নিতে হয়।

দুধ পরীক্ষা

লিটমাস্ কাগজ ভাল টাটকা দুধে ডুবালে কাগজের রং বদলায় না। একটু পরে ডুবালে কাগজের রং অল্প লাল হতে পারে। তাতে ক্ষতি নাই। কাগজ যদি নীল রং হয়, তা হলে বুঝতে হবে দুধ খারাপ, বা তাহাতে কোন ঔষধ মেশান হয়েছে, যেমন সোডা।

মাখন পরীক্ষা

একটি ছয় আউন্স পরিমাণ বোতলের গায়ে লেবেল মেরে, লেবেল ১২ ভাগে বিভক্ত করে দাগ কাটতে হবে। ১০ দাগ পর্য্যন্ত দুধ ঢেলে ঐ বোতল ২৪ ঘণ্টা পর্য্যন্ত বরফে বসিয়ে রাখবে। দুধে যদি যথোচিত পরিমাণ মাখন থাকে তা হ'লে মাখন উপরে উঠবে এবং সব

উপরকার দাগে (১১ থেকে ১২) দুধের অন্ততঃ বারো আনা পরিমাণ মাখন হবে।

ময়লা পরীক্ষা

একটা পরিষ্কার বোতলে ১০ আউন্স দুধ ঢেলে বরফে বসাবে। ২।৩ ঘণ্টা পর দুধ ঢেলে নিলে বোতলের নীচে ময়লা না থাকলে বুঝতে হবে দুধ পরিষ্কার।

হজম শক্তি অনুসারে দুধের পরিবর্ত্তন

দুধে ছানার অংশ বাড়াতে হলে, হিউমেনাইজ মিল্ক এক পাইণ্টে যদি ৫ আউন্স খাটি গরুর দুধ মেশান যায়, তা হ'লে ছানার অংশ শতকরা ১ বাড়বে। অর্থাৎ এক পাইণ্ট হিউমেনাইজ মিল্‌কে যদি ছানার অংশ শতকরা ১॥০ থেকে থাকে, তবে ৫ আউন্স খাটি দুধ মেশালে ছানার অংশ হবে শতকরা ২॥০।

২। টপ মিল্‌কে যদি শতকরা ৩৩ অর্থাৎ তিন অংশের এক অংশ মাখন থাকে, সেই টপ মিল্ক এক আউন্স যদি এক পাইণ্ট হিউমেনাইজ মিল্‌কে মেশান যায়, তা হ'লে দুধের মাখন শতকরা ১ বেড়ে থাকে। অর্থাৎ হিউমেনাইজ মিল্কে মাখনের অংশ যদি ২ থাকে, ঐ পরিমাণ খাটি দুধ মেশালে, মাখনের অংশ হবে শতকরা ৩।০।

৩। এক পাইণ্ট হিউমেনাইজ দুধে এক আউন্স চিনি দিলে চিনির অংশ শতকরা ৫ বেড়ে যাবে।

অজীর্ণতা

১। অতিরিক্ত আহারের দোষে—

লক্ষণ—বমি, বাতকর্ম্ম, পেট ব্যথা, ছটকট করা ও কান্না। বাহে

বার বার হয় অথবা কম হয়। দুধ হজমশক্তি অনুসারে প্রস্তুত করতে হবে এবং পরিমাণ কমাতে হবে।

২। খারাপ দুধের দোষে—(ক) দুধে মাখন যদি বেশী থাকে বা হজম না হয়, মাখনের অংশ প্রথম কম করে দিয়ে, ক্রমশঃ যদি বাড়ান হয় তা হলে এই প্রকার বদহজম হয় না। একেবারে বেশী মাখন দিলে হজম হয় না। মাখন-অজীর্ণতার লক্ষণ ঃ—

বমি, বার বার বাহ্যে; মলে মাখনের ডেলা থাকে—নরম ছোট ছোট ছানার ডেলার চেয়ে রং ময়লা, ঈথারে গলে যায়। প্রথমতঃ কোষ্ঠ কঠিন হয় তারপর বাহ্যে পাতলা। মাখনের ডেলা। জলে ফেলে নাড়লে ভেসে থাকে, ছানার ডেলা ডুবে যায়।

ব্যবস্থা—দুধে মাখনের অংশ কমাতে হবে, ২৪ ঘণ্টায় আধ টী স্পূন মাত্র। ক্রমে মাখন বাড়াতে হবে। যদি অধিক দিন এই ভাবে মাখন কম দিতে হয়, তা হলে চিনির অংশ বাড়াতে হয়, শতকরা ৭ এর বেশী নয়।

(খ) দুধের ছানা যদি হজম না হয়, তা হ'লে পেটের অসুখ হয়।

লক্ষণ ঃ—বমি; ছানার ডেলা বমিতে থাকে। ছানার ডেলা হলদে, ভারি, জলে ডুবে যায় এবং ঈথারে গলে না। প্রথমতঃ কোষ্ঠ কঠিন হয়, পরে পাতলা বাহ্যে করে; মলে ছানার ডেলা থাকে। শিশু ছটফট করে, কাঁদে; ভাল ঘুমায় না; প্রস্রাব বেশী হয়।

ব্যবস্থা—দুধে ছানার ভাগ কমাতে হবে। ৪টি উপায়ে ছানা হজম করান যায়; (১) ফোটান জল মিশিয়ে; (২) সোডিয়ম সাইট্রেট মিশিয়ে; (৩) পেপটোনাইজ করে (বেঞ্জার ফুড দিয়ে); (৪) দুধে ছানার জল মিশিয়ে—যথা, ফোটান দুধ ৪ আউন্স, ছানার জল ৫ আউন্স, ৩ টী স্পূন চিনি, ৬ টী স্পূন চুণের জল, জল মিশিয়ে সবশুদ্ধ ১৫ আউন্স বা আধ সের করতে হবে।

(গ) দুধে চিনির অংশ বেশী হলে অথবা আখের চিনি না সইলে, বদহজম হয়।

লক্ষণ ঃ—পেট ফাঁপে এবং ঢপ ঢপ করে, পেটে গ্যাস হয়, বাতকর্ম্ম এবং শূল বেদনার মত হয়; ছেলে চীৎকার করে কাঁদে এবং ছটফট করে; বাহ্যে পাতলা হয়; মলে টক গন্ধ হয়; মল দোরের চারিধার হেজে যায় এবং লাল হয়।

চিকিৎসা—চিনির ভাগ কমিয়ে দিতে হবে এবং আখের চিনি না দিয়ে দুধের চিনি (মিল্ক সুগার) দিতে হবে। এতেও যদি না সারে, চিনি বন্ধ করে দিয়ে ক্রমশঃ অল্প অল্প করে বাড়াতে হবে।

আজকাল শিশু চিকিৎসকেরা শিশুদের পেটের অসুখে ও পেট ফাঁপায় প্রথমতঃ দুধ বন্ধ করে দিয়ে কেবল গ্লুকোজ জল খেতে দেন।

৩। দীর্ঘ রোগ ভোগ বা দুর্ব্বলতার দরুন কখনও কখনও অজীর্ণতা হয়। পাক রস শুকিয়ে যায় অথবা ইহার অম্লাংশ কমে যায়। তাই অম্ল দিয়ে দুধ প্রস্তুত করতে হয় ঃ—

এক পাইণ্ট দুধ ফুটিয়ে, ঠাণ্ডা করে, সর তুলে নিয়ে, তাইতে এক ফোঁটা এক ফোঁটা করে ল্যাক্টিক এসিড ঢালতে হবে আর সঙ্গে সঙ্গে কাঠি দিয়ে দুধ ঘাটতে হবে। এক ফোঁটা ঢেলে ৪ বার নাড়তে হবে। এই রকম এক ড্রাম ল্যাক্টিক এসিড মেশাতে হবে। এই দুধ আর ফোটাতে হবে না, ফোটালেই জমে যাবে।

মায়ের দুধ ছাড়াবার সময় ৮।৯ মাস
শিশুর আহার

প্রথম সপ্তাহে—মায়ের দুধ ৪ বার; গরুর দুধ জল, চিনি ও চূণের জল মিশিয়ে একবার প্রায় ৩।০ ছটাক।

দ্বিতীয় সপ্তাহে—মায়ের দুধ ৩ বার; গরুর দুধ কম জল মিশিয়ে ২ বার, প্রত্যেক বারে প্রায় ১ পোয়া।

তৃতীয় সপ্তাহে—মায়ের দুধ ২ বার। আরও কম জল মিশিয়ে গরুর দুধ ৩ বার, প্রত্যেক বারে প্রায় ১ পোয়া।

চতুর্থ সপ্তাহে—মায়ের দুধ একবার। গরুর দুধ আরও কম জল মিশিয়ে ৪ বার, প্রত্যেক বার এক পোয়া।

পঞ্চম সপ্তাহে—কেবল গরুর দুধ। দুধে জলে ৫ বার প্রত্যেক বারে এক পোয়া।

আট মাস থেকে কিছু কিছু শক্ত খাবার চিবিয়ে খেতে শেখান উচিত; তা নইলে চোয়াল শক্ত হবে না; সময়ে দাঁত উঠবে না; নাক তালু ও গলার ভিতর সঙ্কীর্ণ হয়ে যাবে আর টন্‌সিল প্রভৃতি গিলটী হবে; শিশুর নিশ্বাসের কষ্ট হবে আর বুদ্ধিশুদ্ধি কম হবে।

ক্রমশঃ ভাত, পরমান্ন প্রভৃতি দিয়ে পরে মুড়ি চিবিয়ে খেতে দেওয়া যেতে পারে। ১১।১২ মাসে শাকের সুপ, মাছের ঝোল প্রভৃতি দেওয়া যায়। পূরো এক বছর হলে আলু দেওয়া যায়।

শাক কুচি কুচি করে কেটে অল্প জল (মাখো মাখো) কুকারে বা জলের ভাপে সিদ্ধ করে নিংড়ে রস বার করে তাইতে গুড় এবং আধ পোয়া দুধ ঢেলে, সুজীর রুটির সঙ্গে খেতে দেওয়া যায়।

মাছের, বিশেষতঃ ইলিশ ভেটকী প্রভৃতি মাছের ডিমে বেশী হ্বাইটামীন বা খাদ্যপ্রাণ আছে। হাঁসের ডিম খেতে দিতে হলে গরম জলে ৫।৭ মিনিট রাখবে। শাদাটা শক্ত হবে না, জেলির মত হবে।

মিষ্ট সম্বন্ধে সতর্ক হওয়া আবশ্যক। ছেলেবেলা থেকে বেশি মিষ্টি খাইয়ে খাইয়ে ছেলেদের মিষ্টির লোভ বাড়িয়ে দেওয়া হয়। এই থেকেই পেটের অসুখের সৃষ্টি। তা ছাড়া বিদেশীয় চিনিতে হ্বাইটামীন

প্রভৃতি পুষ্টিকারক জিনিস নাই। প্রকৃত দোলো চিনিতে কিছু আছে; গুড়েতে অধিক আছে। মিশ্রিতেও কিছু থাকে না। ছোট ছেলেদের এলাচদানা, মঠ, চিনির বাতাসা, চকলেট, লজেঞ্জ, সন্দেশ প্রভৃতি খাওয়ার অভ্যাস করান ভাল নয়। বরং কখনো কখনো আখের টিকনী চিবতে পারে। মাছের ঝোল প্রভৃতিতে ঝাল মসালা তেল দিয়ে গোঁড়া থেকে শিশুদের অনিষ্টকর রুচির সৃষ্টি করা উচিত নয়।

দেড় বছরের হলে কোন কোন কাঁচা ফল খেতে পারে।

খাদ্যের শ্রেণী বিভাগ

১। **ছানা জাতীয়** (প্রোটীড)—মাছ, মাংস, ডিম, ছানা, দাল ইত্যাদি দেহের মাংস প্রভৃতি কঠিন অংশ গড়ে, তাপও বাড়ায়।

২। **মাখন জাতীয়** (ফ্যাট)—মাখন, ঘি, প্রভৃতি দেহের চরবী, তাপ এবং কর্ম্মশক্তি বাড়ায়।

৩। **ভাত ও চিনি জাতীয়**—(শ্বেতসার, শর্করা, কার্ব্বো-হাইড্রেট)—চাল, গম, বার্লি, সাগু, আরারুট, চিনি, গুড়, মধু, আলু, কলা, ফল প্রভৃতি দেহের তাপ ও কর্ম্মশক্তি বাড়ায়। অতিরিক্ত খেলে অতিরিক্ত চর্ব্বি দেহে জমে থাকে।

৪। **ধাতব**—(মিনারেল) নুন, ফল মূল এবং মাছ মাংস প্রভৃতির কিয়দংশ। এই থেকে দেহের রক্ত, হাড়, দাঁত, পাকরস প্রভৃতি প্রস্তুত হয়।

৫। **জল**—অধিকাংশ খাদ্যে জল আছে। ঘাম, প্রস্রাব প্রভৃতি রূপে দেহের বিষাক্ত পদার্থ নিঃসরণের দরকার। প্রতিদিন প্রায় ২।৩ সের জলের দরকার। বার্দ্ধক্যে অনেকের রক্তের চাপ (ব্লড প্রেশার) বাড়ে। বেশী জল খেলে এই চাপ কমে যায়।

৬। **খাদ্যপ্রাণ**—(হ্বাইটামীন) রাসায়নিক উপায়ে উপরোক্ত প্রোটীন প্রভৃতি প্রস্তুত করে জানোয়ারদের খাইয়ে দেখা গিয়াছে, তারা বাঁচে না। টাটকা স্বভাবজাত খাদ্যে ঐ খাদ্যপ্রাণ রয়েছে, তাই টাটকা জিনিস চাই।

১। (মাখনে গোলা) খাদ্যপ্রাণ এ—এতে পুষ্টি হয়, আর সংক্রামক রোগের আক্রমণ থেকে বাঁচায়, চক্ষু রোগ নিবারণ করে। বেশী আছে, হেলিবট বা কড মাছের লিহ্বারে, টাটকা শাকসব্জীতে।

সরিষার তেল কি উদ্ভিদ ঘটিত অন্য কোন তেলে (যা বিলাতী ঘি বলে বিক্রী হয়) থাকে না। কডলিহ্বার ওয়েল, পালং শাক, ডিম মূলো প্রভৃতি খেয়ে "রাতকাণা ভাল হয়ে যায়।

২। (জলে গোলা) খাদ্যপ্রাণ বি—বেরি বেরি নিবারণ করে থাকে। চালের উপরকার লাল আবরণে, ভূসিতে, পাখীর ও মাছের ডিমে, দালে, নানা রকম বীচিতে (সীমের বীচি প্রভৃতি), কমলা নেবুতে ঢেকি ছাঁটা চালে, যাতা পেষা আটায়, বরবটী কলাই, করলা, সীম প্রভৃতিতে, ছোলা ও গমের অঙ্কুরে বেশী থাকে। কলে ছাঁটা চাল ও ময়দায় কিছুই থাকে না।

৩। (জলে গোলা) খাদ্যপ্রাণ সি—না খেলে স্কার্হ্বি নামক রোগ হয়; নাক মুখ দাঁতের গোড়া থেকে রক্ত পড়ে। থাকে—টাটকা ফল শাক সব্জীতে, নেবু, কমলা লেবু, টাটকা আঙ্গুর বিলাতী বেগুন, আনারস পীচ ফল, কলা, আপেল প্রভৃতিতে। রাঁধনী শাক, পালং শাক, কপি, মটর শুটী, মূলো শালগম প্রভৃতিতেও থাকে।

৪। (মাখনে গোলা) খাদ্যপ্রাণ ডি—না খেলে ছেলেদের রিকেট (হাড় বাঁকা) নামক রোগ হয়। কড বা হলিবট মাছের তেলে, এবং এক বল্কা ফোটান দুধ প্রভৃতিতে থাকে; যে গরু রোদ পায় না তাদের দুধে থাকে না।

৫। (মাখনে গোলা) খাদ্যপ্রাণ ঈ—বন্ধ্যা দোষ নিবারণ করে। অঙ্কুরিত গমে বা অঙ্কুরের তেলে শাক সব্জীতে, বিশেষতঃ লেটুস নামক বাঁধাকপি জাতীয় শাকে, হাঁস, মুরগী, ও মাছের ডিমে থাকে।

৭। **তাপ ও কর্ম্মশক্তি জনক**—খাদ্যের অধিকাংশ দেহে দগ্ধ হয়ে তাপ রক্ষা করে। এই তাপে দেহকল চলে, যেমন কয়লা পুড়ে রেলগাড়ীর এঞ্জিন চালায়। কোন কোন খাদ্যে এই প্রকার তাপ রক্ষারও হাত পা প্রভৃতি কর্ম্মেন্দ্রিয়গুলি চালাবার শক্তি বৃদ্ধি করে। কি পরিমাণ কয়লার তাপে কত বড় এঞ্জিন কল কতদূর যেতে পারে হিসাব করে যেমন বলা যায়, তেমনি কি পরিমাণ খাদ্যের তাপে দেহের তাপ ও ক্রিয়াশক্তি কত বৃদ্ধি হয়, পণ্ডিতেরা বলতে পারেন। খাদ্যের দরুন উৎপন্ন এই তাপকে ইংরাজীতে বলা হয় **কেলরি**। যারা অল্প পরিশ্রম করে তাদের চাই দিনে ৩০০০ কেলরি; যারা বেশী পরিশ্রম করে তাদের চাই ৪৫০০ থেকে ৯০০০।

ছেলেদের চাই ওজন ও বয়স অনুসারে ২।১ মাসে, ওজন যত পাউণ্ড তার পঞ্চাশ গুণ; যথা, ৬ পাউণ্ড ভারি ছেলের ৩০০ কেলরি। চিনি ও মাখন জাতীয় খাদ্যে কেলরি বেশী। চিনি অপেক্ষা গুড় ভাল, গুড়ে খাদ্যপ্রাণ আছে, চিনিতে নাই।

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ

স্নান—নাই না পড়া অবধি ছেলেকে জলে ফেলে নাওয়াবে না। সমস্ত গা এমনভাবে মুছিয়ে দেবে, যাতে পেটি না ভিজে যায়। নাই না ভিজলে প্রায়ই ৫।৭ দিনে প'ড়ে যায়। ১৪।১৫ দিন পর্য্যন্ত লেগে থাকতে পারে, এতে ভয়ের কোন কারণ নাই। খুলে রাখলে প'চে শীঘ্র পড়ে যায়, ঘা সহজে শুকায় না। অসাবধানে নাইতে যত হাত দিবে ততই

ধনুষ্টঙ্কার হ'য়ে মারা যাবার সম্ভাবনা। পেটিটা খুলে নাড়ীতে পাউডার দেবে। টেনে নাড়ী আলগা করো না। নাই প'ড়ে শুকিয়ে গেলে রোজ অল্প গরম জলে নাওয়ান উচিত, কিন্তু দোর জানালা বন্ধ ক'রে যাতে নাওয়াবার সময় গায়ে হাওয়া না লাগে। যে দিন নাওয়াবার সুবিধা নাই, সে দিন কেবল তেল মাখিয়ে গা মুছিয়ে দেবে। পেটি ভিজলে কি আলগা হ'লে কেবল পেটির কাপড়টা বদলে দেবে, বাহ্যে প্রস্রাব ক'রে যেন পড়ে না থাকে। তখনি তখনি একটু ভিজে ন্যাকড়া দিয়ে মুছিয়ে নেংটি আর বিছানায় কাপড় বদলে দেবে। প্রথম দুদিনের মল বড় চটচটে, আঠা হ'য়ে পাছায় লেগে থাকে। ন্যাকড়া তেলে ভিজিয়ে আস্তে আস্তে মুছে নেবে, আর পাউডার মাখিয়ে দেবে। নাই প'ড়ে গেলেও একমাস অবধি পেট বাঁধবে; ভাল রকম বাঁধা থাকলে গোঁড়* বেরোয় না। গোঁড় বেরুলে তার উপর একটা ছোট কাপড়ের গদি রেখে বেশ করে পেটি বাঁধবে। ঘা থাকলে ডাক্তার দেখাবে। প্রতিদিন এক সময়ে স্নান করাবে, আহারের পরে নয় কিন্তু আগে।

পোষাক—ছেলেকে শুধু গায়ে রাখবে না। মনে ক'রে দেখ দেখি পেটের ভিতরে সে কেমন গরম আর আরামে ছিল; আর পেট থেকে পড়লেই তাকে একেবারে খোলা বাতাসে, হয়ত একখানা আল্‌গা ন্যাকড়া জড়িয়ে রাখা হয়; এতে যে জ্বর, কত রকম অসুখ হতে পারে। কলিকাতায় যত ছেলে বছর বছর মরে তার পাঁচ আনা মরে সর্দ্দি লেগে। গা হাত পা ভাল ঢাকা থাকে না। জামা তৈয়ার না থাকলে এক হাত লম্বা তিনপো বহরের ধোয়া মলমল নিয়ে, তার দুই কোণের কাছে কাঁচি দিয়ে দুটি গোল ঘর কেটে নেবে।

---

* নাই ঠেলে বেরুলে গোঁড় বলে।

সেই দুটি ঘর দিয়ে ছেলের দুই হাত গলিয়ে দেবে। কচি ছেলেদের জামায় বোতাম দেবে না ; ফালি দিয়ে বাঁধবে আর খুব ঢলঢলে রাখবে, যাতে হাত পা বেশ খেলতে পারে। পিঠের দিকে খোলা আর বুক ঢাকা থাকবে। শীতকালে কি বৃষ্টির সময় তার উপর একটা হাত পা ঢাকা ফ্লানেলের জামা দিবে। জামার গলায় একটা ফিতে ঢোকাবার ঘর রাখবে, তাইতে সরু ফিতে গলিয়ে দু-দিকে টেনে বেশ আলগা ক'রে বেঁধে দেবে, যেন গলায় ফাঁস না পড়ে। লালে কি প্রস্রাবে কাপড় ভিজলে, তখনি বদলে দেবে।

ঘুম—আঁতুড়ের ছেলে প্রায় রাত দিনই ঘুমায়, কেবল ক্ষুধা পেলে কি কোন কষ্ট হ'লেই কাঁদে। ক্ষুধার দরুন যদি কাঁদে, খেলেই চুপ করে আবার ঘুমিয়ে পড়ে ; তা না হ'লে খেয়েও কাঁদে, স্তন ধরতে চায় না। ঘুম ভাল বলে যে সব সময়ে ভাল তা নয়। প্রসবের পর দিন একটি ছেলে খুব ঘুমুচ্ছিল, সকলে বললে বেশ সুস্থ। ছেলে কাঁদে না কেবল ঘুমোয়। পেটি খুলে দেখা গেল নাই-মোড়া ন্যাকড়া রক্তে ভিজে গেছে, মুখ একেবারে পাঙাশ হয়ে গেছে, তাই ছেলে কাঁদে না। কাঁদতে পারে না তা আর কাঁদবে কি? নাই ভাল রকম বেঁধে দিয়ে ডাক্তার ডেকে পাঠালাম, ডাক্তার আসতে আসতে ছেলে মারা গেল। যা হোক ছেলে সুস্থ থাকলে রাত দিন ঘুমোয়, আর ক্ষিধে পেলে কাঁদে। ঘুম পেলে, বিছানা শক্ত হলে, খুব গরম কি ঠাণ্ডা লাগলে, কি কোন অসুখ করলে ছেলে কাঁদে। শীতকালে ঘরে পোয়াতির বিছানা থেকে দূরে কাঠের কয়লার আগুন রাখবে, আর সামনাসামনি দুটি জানালা খুলে তাইতে এক খানা পাতলা গরম পরদা দেবে। ঘরে যেন ধুঁয়া না হয় ; ধুঁয়াতে ছেলের চোখ উঠে। ছেলেকে দুলিয়ে দুলিয়ে ঘুম পাড়াবার অভ্যাস করবে না ; খাইয়েই বিছানায় শুইয়ে দিলে ছেলে

আপনিই ঘুমিয়ে পড়বে। **চুষনীর অভ্যাস ভাল নয়।** চুষণী অপরিষ্কার থাকে আর তাইতে মাছি বসে অনেক রকম ছোঁয়াচে রোগ এনে দেয়, গলার ভিতর বীচি হয়, আর তালুর গঠন খারাপ হয়।

কোষ্ঠ—বাহের জন্য প্রথম দু দিন কিছু ক'রবে না। সেকালে ভূমিষ্ট হবার পরই ক্যাষ্টর অয়েল খাওয়ান হ'ত। সেটা যে কেবল অনাবশ্যক তা নয়, এতে অনেক অনিষ্ট হয়; কারণ সেই কদিন তার মলের নাড়ীতে এমন কিছু জিনিষ থাকে, যা তার রক্তের সঙ্গে মিশে গিয়ে শরীর পুষ্টি করে; সেই জিনিষটা যদি জোলাপের সঙ্গে বেরিয়ে যায়, ছেলের বেশী ক্ষিধে পায়, আর ঢোকা দুধ গিলাতে হয়। কোষ্ঠ কঠিন হওয়ার কারণ ও ব্যবস্থা ইতিপূর্ব্বে বলেছি।

তাপ দেওয়া—প্রদীপের শীসে আঙ্গুল গরম ক'রে সেঁক দেবার প্রথা আছে। এই রকম তাপ দেবার দরকার নাই। নোংরা আঙ্গুল থেকে অনেক রকম বিষ নাইতে যেতে পারে। শীতকালে ছেলে জন্মালে কাপড় গরম ক'রে হাতে পায়ে অল্প তাপ দিতে পার। রৌদ্র তাপ ভাল। তেল মাখিয়ে শিশুকে নরম রৌদ্রে প্রতিদিন রাখা উচিত। কিন্তু মাথায় রোদ না লাগে এমন ভাবে তাকে রাখবে। বিলাতে আজকাল সূর্য্যতাপের ভারি প্রশংসা বেরিয়েছে।

চপলা। আচ্ছা, ছেলে সুস্থ থাক্‌লে কি রকমে রাখতে হয়, তা বেশ শিখে নিয়েছি। কোন রকম অসুখ হ'লে কি কি ক'রতে হবে, বেশ ক'রে বলে দাও ত।

বিমলা। প্রথমতঃ জানতে হবে প্রসবের সময় আঘাত পেয়ে কি কি রকম জখম হ'তে পারে।

১। **হাঁপিয়ে পড়া** (এস্‌ফিক্‌শিয়া) সম্বন্ধে ব'লেছি।

২। **রক্তের আব**—মাথায় বেশি চাপ পড়লে চামড়ার নীচে

আবের মতন হ'তে পারে। স্বাভাবিক ফুলো [কেপট্] ব'লে ভ্রম হ'তে পারে। কিন্তু রক্তের আব হ'লে চামড়ার রং স্বাভাবিক থাকে, ভিতরে জল থাক্‌লে যে রকম তলতল করে এতে সেই রকম হয়; কেপট্ জন্মের আগেই হয় আর কয়েক ঘণ্টায় আপনি আপনি মিলিয়ে যায়, কিন্তু এই আব জন্মের পর ৩।৪ দিনের মধ্যে দেখা যায়। কেপট্ টিপলে আঙ্গুল বসে যায়, কিন্তু এতে আঙ্গুল বসে না। মিলিয়ে যেতে অনেক সময়, এমন কি ডুমাস পর্য্যন্ত লাগ্‌তে পারে। কেপট্ হাড়ের যোড় [স্থচার] পার হ'য়ে যায়, কিন্তু এই আব যোড় ছাড়িয়ে যেতে পারে না। তা ছাড়া কিছুদিন পর মাঝখানটা তল্‌তল্ করে, কিন্তু চারিদিকে একটা শক্ত আংটীর মতন হয়। কখনও কখনও পাকে। এতে বিশেষ কিছুই করবার নাই, তবে বরফ বা ডাক্তারের পরামর্শমত ঠাণ্ডা লেড্ লোশন দিতে পার। পাকলে পর সমস্ত মাথায় পুঁব হ'তে পারে, এমন কি কখনও কখনও হাড় পর্য্যন্ত খ'সে আসে। তাই ডাক্তার দেখিয়ে নিশ্চিন্ত হওয়া উচিত।

ছেলের মাথায় আনাড়ি দাইয়ের লম্বা নখের আঁচড় লেগে যদি ঘা বিবিয়ে মাথা ফুলে উঠে, বোরিক তুলোর কম্প্রেস্ (ফুটন্ত জলে তুলো ডুবিয়ে নিংড়ে) দেবে। তার উপর একটা তেলা-কাগজ * বা পান গরম ক'রে ঢাকা দেবে। তার আগে ঘায়ে টিংচার আয়োডিন সাবধানে লাগাবে।

৩। **হাড়ভাঙ্গা**—ভিতরে আঙ্গুল ঢুকিয়ে উরুত কি পা টেনে আনবার সময় ঐ সব হাড় ভাঙ্গ্‌তে পারে, কি হাত ঘুরিয়ে আনবার সময় হাতের হাড় ভাঙ্গতে পারে, কিম্বা আগে পাছা পরে মাথা আসবার সময় জোরে নীচের মাড়ি ধরে টানলে ঐ মাড়ির হাড় ভেঙ্গে যেতে পারে

* কাগজে তেল মাখিয়ে রৌদ্রে শুকিয়ে নিলেই তেলা-কাগজ হয়।

অসাবধান হ'লে কণ্ঠার হাড় ভেঙ্গে যায়। এ রকম হ'লে তখনই ডাক্তারকে ব'লবে।

৪। **মাংস জখম**—প্রসবের সময় গলাটা মুচড়ে গেলে, কখনও কখনও গলার মাংস ছিঁড়ে গিয়ে সেখানে মার্ব্বেল যত বড় একটা গোল আবের মতন হয়। প্রায় কিছু পরে আপনি মিলিয়ে যায়। কখনও বা তার দরুন ঘাড় বেকে যায়।

৫। **মুখ বেঁকে যাওয়া**—সাঁড়াশী দিয়ে প্রসব করালে ঐ যন্ত্রের চাপে কদাচিত মুখ বেঁকে যায়; প্রসবের পরেই দেখা যায় ছেলের মুখ একদিকে বেঁকে গিয়েছে। এ অবস্থা প্রায়ই শীঘ্র সেরে যায়।

৬। **হাত অবশ হওয়া**—কাঁধ এসে অনেকক্ষণ আট্‌কে বেশি জোরে টানলে কখনও কখনও হাত অবশ হ'য়ে যায়। এই অবস্থা স্থায়ী হ'তে পারে, সুতরাং ডাক্তার ডেকে দেখাবে।

চপলা। 'প্রসবের সময় সময় কিছু হ'লেই সহজেই ধরা পড়ে। কিন্তু তার পর আঁতুড়ে প্রায়ই মা বাপ ঢোকে না, একটা আঁতুড়ের ঝির উপরই সব নির্ভর। এইজন্য অনেক রোগ সময় মত ধরা পড়ে না। তার দরুন কত ছেলে মারা যায়। এই বাংলা দেশে শুনেছি জন্মের এক বছরের ভিতর আড়াই লাখ ছেলে প্রতি বৎসর মারা যায়; এর অর্দ্ধেকেরও বেশী এক মাস না পূরতেই মরে। তাই তোমার নিকট জেনে রাখতে হবে ছেলের আঁতুড়ে কি কি রোগ হয় আর তার ব্যবস্থা কি?

বিমলা। আঁতুড়ে ছেলের রোগের কথা জেনে রাখা ভাল, কারণ সময় মত চিকিৎসা না হ'লে সব দোষ দাইয়ের ঘাড়েই চাপাবে। শক্ত রোগের সূত্রপাত দেখলেই শিশু-চিকিৎসক ডাক্‌বে। যে-সে ডাক্তার কচি ছেলের রোগ বুঝ্‌তে পারে না, তাদের ভাষা ও রকম সকম

আলাদা। হাত বার বার মাথায় দিয়ে চুল টেনে, বালিশে মাথা চালিয়ে, ভয় পাওয়ার মতন থেকে থেকে কর্কশগলায় চেঁচিয়ে, কচি ছেলে জানায় তার মাথার অসুখ হয়েছে। ঘুংরির মতন হ'লে বার বার গলায় কি মুখের ভিতরে আঙুল দেয় আর ভাঙ্গা ভাঙ্গা গলায় কাঁদে ; আওয়াজটা খনখনে কি কাক ডাকার মতন। পেটে ব্যথা হ'লে পা গুটিয়ে থাকে, অবিশ্রাম কাঁদে, পেট চাপলে আরাম বোধ করে। ক্ষুধা পেলে খুব অবিশ্রান্ত চেঁচায়, আঙুল চোষে আর খাবার পেলেই কান্না থামে। কচি ছেলের ডাক্তারেরা বুকের কি পেটের ওঠা পড়া দেখে বুঝতে পারেন বুকে সর্দ্দি বসেছে কি না, পেটের অসুখ হয়েছে কি না। ছেলেদের বড়ই সাবধানে দেখতে হয়। প্রথমতঃ এদের সঙ্গে গল্প কি খেলা করে ভয় ভাঙ্গতে হয়। ডাক্তার যখন 'বুক পরীক্ষা করবেন ছেলের মুখের দিক তোমার কাঁধে ফেলবে ; তা হ'লে তিনি সহজে পিঠ পরীক্ষা ক'রতে পারবেন। থার্ম্মমিটার বগলে দিয়ে বেশীক্ষণ রাখলে হাত পা ছুড়বে, সুতরাং অল্পক্ষণ রেখে দেখবে কত পর্য্যন্ত উঠছে, তারপর আর জোর আধ ডিগ্রী উঠত। ঘুমলে উরুতেও দেওয়া যায়, তেল মাখিয়ে মলদোরে দিয়ে দেখা যায়। আঁতুড়ের ছেলের ১৩টী রোগের কথা আপাততঃ জেনে রাখ :—

১। **ধনুষ্টঙ্কার বা পেঁচোয় পাওয়া**—আঁতুড়ে ছেলের চোয়াল শক্ত হয়ে যদি স্তন না টানতে পারে, আর হাত পা থেকে থেকে শক্ত করে, তা হ'লে বলে "পেঁচোয় পেয়েছে"। তখন রোজা ডেকে ভূত ছাড়াবার চেষ্টা করে, কিন্তু কোন রোজাই আজ পর্য্যন্ত সে ভূত ছাড়াতে পারলে না। ছাড়াবেই বা কেমন করে? এ কি ভূত? এ যে একটা শক্ত ব্যারাম। শুনে থাক্‌বে, চ'লতে চ'লতে কারও পায়ে একটা পেরেক ফুটলো, সে ঘা বেশ সেরে গেল ; কিন্তু কিছুদিন পর লোক্‌টা

ধনুকের মতন বেঁকে যেতে লাগল, চোয়াল ধ'রে গেল আর কিছুই গিলতে পারে না, পরে মারা গেল; একে বলে ধনুষ্টঙ্কার। কোন রকমে ঘা হ'লে তাতে যদি কোন রকমে ধনুষ্টঙ্কারের বিষ লাগে, তা হ'লেই এই রোগ হ'তে পারে। ছেলের নাইতে ত ঘা হ'য়েই আছে; দাইয়েরা যদি হাত ও কাঁচি ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট না ক'রে ছেলের নাই কাটে কি ছোঁয়, কি নাই বাঁধবার ন্যাকড়া যদি ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট না করে, আর ঐ হাত কাঁচি কি ন্যাকড়াতে ধনুষ্টাঙ্কারের বিষ যদি থাকে তা হ'লে ছেলের নাইতে সেই বিষ লাগতে পারে, তাই থেকে রোগ জন্মাতে পারে। ঘোড়ার লাদি মিশান মাটিতে এই রোগের বিষ থাকে। ঐ মাটি হাতে কি কাপড়ে লেগে থাকতে পারে। যে ঘরে ঐ রোগে ছেলে মারা যায় সে ঘরে রোগের বীজ অনেক দিন থাকে। কলিকাতার এক রাজার প্রতি বৎসরই ছেলে হ'ত, আর প্রতি বারেই পাঁচ দিনের দিন ধনুষ্টঙ্কার হ'য়ে ছ'দিনের দিন ছেলে মারা যেত; এটি একেবারে বাঁধা নিয়ম ছিল। রাজা কত রোজা ডাকলেন, কত যাগযজ্ঞি ক'রলেন; কিছুতেই কিছু হ'ল না। শেষে একজন ডাক্তার পুরানো আতুড়ঘর ব'দলে আর একটা বেশ হাওয়া খেলে এমন নূতন ঘর বেশ ক'রে ডিস্‌ইনফেক্ট ক'রে রীতিমত ছেলের নাই নিজে বেঁধে দিলেন; সে সব নিয়ম একবার বলেছি। সেইবার থেকে রাজার সব ছেলেই বাঁচতে লাগল; আর পেঁচো ভূত তাঁর বাড়ীর ত্রিসীমায়ও আসে না। তা হলেই দেখ সুতো, কাঁচি, হাত প্রভৃতি ভাল রকম ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট ক'রলে আর আঁতুড় ঘরে ভাল হাওয়া খেল্‌বার ব্যবস্থা থাকলে, পেঁচোয় পায় না। সে যা হোক্, রোগ হ'লে ডাক্তার ডেকে পাঠাবে, আর কোন রকমে খাওয়াবার চেষ্টা ক'রবে। এক টুকরো ছোট কাঠ ন্যাকড়া জড়িয়ে দুই মাড়ির ভিতর ঠেলে দিয়ে রাখবে, আর ফোঁটা ক'রে স্তনদুধ কি গরুর দুধ চামচে দিয়ে

মুখে ঢেলে দেবে। এই রকম ক'রে কোন কোন ছেলেকে বাঁচান গিয়েছে। আর এক বিষয় সাবধান। পোয়াতির নাড়ীতে ঘা আছে এ কথা যেন মনে থাকে ; ছেলেকে ছুঁয়ে পোয়াতিকে ছোঁবে না ; ছেলেকে তফাতে রাখবে। আর যাহাতে ভূত ছাড়াবার চেষ্টা না ক'রে ভাল চিকিৎসা হয় তার পরামর্শ দেবে। একজন হিন্দুস্থানী এই রকম আট দিনের এক ছেলেকে "জামুয়া" ভূতে পেয়ে মেরে ফেলেছে ব'লে আট ঘণ্টা ন্যাকড়া জড়িয়ে ফেলে রেখেছিল। তারপর তাকে মাটি খুড়ে যখন গোর দিতে যায়, একজন ডাক্তার দেখতে পেলেন গোরের কাছে ছেলেটা নড়চে। তখনি তাকে এক ঘরের ভিতরে নিয়ে গিয়ে অনেক চেষ্টা ক'রে বাঁচিয়েছিলেন। ছেলের ঘন ঘন ফিটের দরুন রং একবার লাল একবার সাদা হয়, আর গলা শক্ত হ'য়ে যখন আবার নরম হয় তখন নানা রকম বিকৃতি শব্দ হয় ; তাই বলে এ সব ভূতের কাণ্ড। এ সব কথা বেশ ক'রে বুঝিয়ে দেবে।

২। **নাই সংক্রান্ত রোগ**—নাড়ী প'ড়ে যাবার পর ৪।৫ দিনের (জন্মের ১০ দিনের) ভিতর নাই থেকে বেশি রক্তস্রাব হ'তে পারে, এতে মারা পর্য্যন্ত যেতে পারে। সুতরাং শীঘ্র ডাক্তার ডাক্‌বে। নাড়ী প'ড়ে যাবার আগেও যদি যে-সে হাতে যা-তা দিয়ে নাড়ী কাটা হ'য়ে থাকে বা "হরির লুট" ব'লে নাই খুলে রাখা হয়, নানা রকম বিষ কাটা ঘা দিয়ে ঢুকে সমস্ত শরীরে চরতে পারে। পেটের সঙ্গে যেখানে নাড়ী লেগে থাকে সেখানটা ব্যাজ ব্যাজ করে, লাল হ'য়ে উঠে আর পুঁয হয়। ছেলের জ্বর, বমি, ন্যাবা, পেটের অসুখ সঙ্গে সঙ্গে হয়। এমন কি ছেলে মারাও যায়। নাড়ী যদি এই রকম লাল হয়, বোরাসিক লোশনে বা হাইড্রোজেন পারক্সাইডে ধুয়ে শুকিয়ে নেবে, আর বোরাসিক কি ঝিঙ্ক পাউডার তাতে ছড়িয়ে দেবে। এই নাই প'ড়ে

গেলেও এই রকম ঘা বিষাক্ত হ'তে পারে। এই রকম হ'লে ডাক্তার ডাকবে। প্রদীপের শীস মাখিয়ে তাপ দিয়ে ছেলের বিপদ ডেকে এনো না। নাই শুকিয়ে যাবার পর কোন কোন ছেলের গোঁড় বেরোয়। যারা বেশী কোঁথ পাড়ে তাদেরই প্রায় এই রকম হয়। অল্প সল্প হ'লে কিছু দিন পরে আপনি সেরে যায়। কিন্তু বেশী বড় হ'লে ডাক্তার দেখাবে। যাতে এই রকম না হ'তে পারে সেই জন্য নাড়ী প'ড়ে গেলেও কিছুদিন পেটি বেঁধে রাখা উচিত, আর যাতে কোষ্ঠ খোলসা থাকে, ছেলে কোঁথ পেড়ে বাহ্যে না করে, কি বেশী না কাঁদে, তার ব্যবস্থা ক'রবে।

৩। **চোখ উঠা**—একটা ভয়ঙ্কর রোগ; সাবধান না হ'লে চোখ একেবারে নষ্ট হ'তে পারে। পোয়াতির যোনিতে যদি হলুদে কি শাদা স্রাব থাকে প্রসব হবার সময় ছেলের চোখে ঐ স্রাব লেগে ২।৩ দিনে চোখ উঠে। ঠাণ্ডা কি ধোঁয়া লাগার দরুন কি অপরিষ্কার রাখবার দরুন এই রোগ প্রায় ৫।৬ দিন পরে হয়। অল্প লাল হ'লে ফটকিরির কি মনসার কাজল পরালেই সেরে যায়। চোখ যদি লাল হ'য়ে ফোলে, টেনে খোলা যায় না, আর জোর ক'রে খুললে শাদা কি হলদে রস গড়ায়, ডাক্তার ডাকতে দেরি ক'রবে না। ডাক্তারেরা এই রোগকে বলেন অপথ্যালমিয়া নিও ন্যাটরম এবং তড়ি ঘড়ি চিকিৎসা করেন যাতে চোক নষ্ট না হয়। ডাক্তার ধোয়াবার যে ওষুধ ব্যবস্থা ক'রবেন, তাইতে একখানা পরিষ্কার ন্যাকড়া ভিজিয়ে নিংড়ে ঐ ওষুধ দিয়ে ধোয়াবে। যদি একটি চোক ভাল থাকে, তাতে যেন খারাপ চোখের জল না লাগে সে বিষয়ে খুব সাবধান। খারাপ চোখ যে দিকে সেই দিকে কাত ক'রে ছেলেকে শোয়াবে। আর চোখ মোছা ন্যাকড়া পুড়িয়ে ফেলবে, কারণ রোগটা বড় ছোঁয়াচে। যে রকম ক'রে কাজল পরায়

সেই রকম ক'রে চোখের পাতা টেনে একটু রেঢ়ির তেল মাখিয়ে রাখবে, তা হলে চোখ যুড়বে না। ছেলের মাথাটা দুটো হাঁটুর মাঝখানে চেপে রেখে ডাক্তারের ব্যবস্থামত কষ্টিক লোশন ২।৩ ফোঁটা চোখে ঢেলে চোকটা রগড়াতে হবে এবং নুনের জল দিয়ে ধুয়ে ফেলতে হবে। সাবধান! তোমার চোকে যদি এক ফোটা পূঁয ছিটকে পড়ে চোখ কাণা হ'য়ে যেতে পারে। বোরাসিক লোশন দিয়ে চোক অন্ততঃ ২ ঘণ্টা অন্তর পরিষ্কার করা উচিত। ঘরে যাতে কোন রকম ধুঁয়া না হয়, সে বিষয় নজর রাখবে। গর্ভাবস্থায় পোয়াতির যোনি থেকে যদি বেশি বেশি হলদে ডিসচার্জ হয়, কি ধাতের ব্যারাম থাকে, ডাক্তার ডেকে আগে তার চিকিৎসা করান দরকার। এই রকম পোয়াতির ছেলে ভূমিষ্ঠ হবার পর যা যা করতে হয় তা আগেই বলেছি; তার একটী কথাও ভুলো না। এই ভারতবর্ষে নাকি ৮ লাখ অন্ধ আছে। এর অর্দ্ধেকের বেশী জন্মান্ধ হয় মায়ের ধাতের রোগের দরুন, নয় গরমীর ব্যারামের দরুন, অথবা বসন্ত রোগের দরুন। মা বাপের পাপে, কি সময় মত টীকা না দেবার দোষে ছেলের এই সর্ব্বনাশ।

৪। **ন্যাবা**—দুচার দিনের ছেলের কখনও কখনও ন্যাবার মতন সমস্ত শরীর হলদে হ'য়ে যায়, কিন্তু সে ঠিক ন্যাবা নয়। ঠিক ন্যাবা হ'লে চোক আর সমস্ত শরীর হলদে হয়, বাহ্য ও শাদা হয়, আর প্রস্রাবে রক্তের মত, কাপড়ে লেগে থাকে; এতে মারাও যায়। কেবল শরীর হলদে হ'লে ভয়ের কোন কারণ নাই; অমনি সেরে যায়, কিছু কর'তে হয় না। কিন্তু আদত ন্যাবা হলে ডাক্তার দেখান দরকার। মা বাপের গরমির ব্যারাম থাকলে এই রকম ন্যাবা হতে পারে।

৫। **স্তন টাটান**—স্তন কখনো কখনো ফোলে, শক্ত হয়, টিপলে ব্যথা হয় এমন কি কখনও বা টিপলে দুধ বেরোয়। পাছে স্তন বড় হয় সেই ভয়ে কেউ কেউ ছেলেদের স্তন টিপে দেয়; তাতে স্তন খুব ফোলে আর টাটায়। মূর্খের মতন এমন কাজ কখনও ক'রবে না, কি কাউকে ক'রতে দিবে না। স্তন বড় হ'লে কেবল তুলো দিয়ে বেঁধে রাখবে। এতে যদি ছোট না হয় ডাক্তার ডেকে দেখাবে।

৬। **মুখে ঘা**—মুখে কি জিভে ঘা হ'লে শাদা শাদা দাগ পড়ে, জল দিয়ে রগড়ালে সে দাগ উঠে না; পেটের অসুখ হ'লে কি জন্মগত গরমির দরুন এই রকম ঘা হয়; ছেলের মুখ কি পোয়াতির স্তন কি বোতল সর্ব্বদা অপরিষ্কার রাখলে কিম্বা দুধের দোষেও এই রকম ঘা হয়। খাওয়াবার পরই মুখ ও স্তন পরিষ্কার রাখবে। সোহাগার খই মধু দিয়ে মেড়ে ঘায়ে লাগাবে।

৭। **তড়কা**—তড়কা কখনও কখনও খাওয়ার দোষে কি অন্য কারণেও হ'য়ে থাকে; তবে ১৪।১৫ দিনের চেয়ে ছোট ছেলের এই রোগ হ'তে বড় একটা দেখা যায় না। জন্মের প্রথম তিন দিনের ভিতর যদি তড়কা হয় তা হ'লে মনে করতে হবে প্রসবের সময় মাথায় কোন চোট লেগেছে। পরে, প্রথম কি দ্বিতীয় সপ্তাহে তড়কার কারণ প্রায়ই পেটের অসুখ বা জ্বর। সবুজ সবুজ বাহ্যে মুখ হাত পা খিঁচনী, কখনও নিশ্বাস থেমে যাওয়া, মুখ নীল মেরে যাওয়া, মাথা চালা; এই সব লক্ষণ দেখতে পাওয়া যায়। এই রকম হ'লে ছেলের কাপড় চোপড় আলগা ক'রে দেবে, জিভ একটু টেনে ধ'রবে, মাথায় ঠাণ্ডা জলের পটি দেবে, এক গামলা অল্প-গরম জলে গা ও পা ডুবিয়ে দেবে। ডাক্তার যে ব্যবস্থা ক'রেন, সেই রকম করবে। প্রথম কয়েক ঘণ্টা কেবল ফোটান জল খেতে দেবে। তার পর একটু ভাল হ'লে ছানার

জল ডাবের জল, বা ডিমের শাদা জল মিশিয়ে চিনি দিয়ে, খেতে দিতে পার।

৮। **গরমি**—মা বাপের দোষে হয়। এই বিষ যার ভিতর ঢুকেছে, সে শিশু প্রায়ই পেটে মারা যায়; জীয়ন্ত ভূমিষ্ঠ হ'লেও প্রায়ই জন্মের ২ মাসের মধ্যে রোগের লক্ষণ সব দেখা দেয়। অনেক দিন কিছু না হ'লেও যে নিশ্চিন্ত হ'তে হবে তা নয়, জন্মের দু বছর পরেও রোগ দেখা দিয়েছে। প্রথম লক্ষণ—সর্দ্দি না লেগেও সর্দ্দির মতন নাক ডাকা; তার পর মলদোরে, প্রস্রাবের জায়গায়, মুখে, নাকে ও কাণে ঘা এবং পাছায় ও স্থানে স্থানে চামড়া তামার রং হয়ে যায়। হাতের তেলোয় পায়ের তলায় ও মুখে দানা দানা হয়। সঙ্গে সঙ্গে ছেলে যদি শুকিয়ে যায় অথচ পেটের অসুখ থাকে না, নাকে সিকনি, চোকে পিচুটি পড়ে; হাড়ের যোড়গুলি ফুল্‌তে থাকে, আর জায়গায় জায়গায় ফোস্কার মতন হয়; তা হলেই জান্‌বে গরমি হয়েছে। যখনই দেখবে চামড়ায় তামার রং কি হেজে যাওয়ার মতন ঘা লেংটি-ঢাকা জায়গা ছাড়িয়ে পেটের কি পায়ের দিকে চলেছে, তখনই ডাক্তার ডাক্‌বে। অনেক ছেলের লিহ্বার ও পিলে বড় হয়; তখন ম্যালেরিয়া ব'লে ভুল হ'তে পারে। রক্ত পরীক্ষা করলে রোগ ধরা পড়ে। অপরিষ্কার রাখবার দরুন কি খারাপ সাবানের দরুন যে হেজে যায়, বাহ্যের পর পাছায় ও উরুতে সুইট ওয়েল বা নারিকেল তেল মাখিয়ে পাউডার দিলেই কিম্বা সমান ভাগ ঝিঙ্ক মলম* ও রেড়ির তেল মাখালেই সে ঘা সেরে যায়। গরমির লক্ষণ দেখা দিলে ছেলেকে মা স্তন দিবে, কিন্তু অন্য কেউ দিবে না। যে দিবে, তার ঐ ব্যারাম হবার সম্ভাবনা।

---

* তৃতীয় পরিচ্ছেদ

৯। **মাসী পিসি**—হজম ভাল না হলে কি কুটকুটে কাপড় গায়ে দিয়ে বেশী ঘাম হ'লে গায়ে এক রকম লাল লাল দানা দানা বেরোয়, ছেলেও খুব কাঁদে। বেশী কষ্ট হ'লে ডাক্তার দেখাবে। অল্প হলে শুধু আরারুট বা একভাগ ঝিঙ্ক অক্সাইড তিনভাগ আরারুট মিশিয়ে মাখালেই সেরে যায়। সোহাগার আরক (একপোয়া জলে আধ ছটাক সোহাগা) দিয়ে ধোয়ালে সোয়াস্তি হয়।

১০। **অপূরন্ত দোষ**—পূরন্ত ছেলের মতন সব জায়গা ভাল ক'রে পূরে না উঠলে কতকগুলি রোগ হয়; হৃৎপিণ্ড অপূরন্ত হ'লে ছেলের নিশ্বাস ভাল পড়ে না, চামড়া ঠোঁট সব লাল হয়ে নীল হ'য়ে যায়, আর হাত পা ঠাণ্ডা হয়ে থাকে। কথনও কথনও মলদ্বারের কি প্রস্রাবের দ্বারে ছেঁদা থাকেনা। এ রকম হলে তখনি ডাক্তার ডেকে সব ঠিক করিয়ে দেওয়া উচিত। গন্না কাটা হ'লে ছেলে দুধ টেনে খেতে পারে না; এ রকম হলে দুধ গেলে খাইয়ে দেবে। তালু খানিকটে কাটা থাক্‌লে দুধ কতকটা নাক দিয়ে বেরিয়ে পড়ে। এ রকম হ'লে সাবধানে দুধ খাওয়াবে; তাড়াতাড়ি খাওয়ালে খানিকটে দুধ শ্বাসনালীর ভিতর যেতে পারে।

১১। **জ্বর**—কচি ছেলের গা স্বভাবতঃ গরম থাকে কিন্তু জ্বর হ'লে মুখ ও হাতের তেলো খুব গরম হয় আর ছেলে খুব কাঁদে। কেহ কেহ বলেন, স্তনে দুধ আসবার আগে খাওয়ার অভাবে এই রকম জ্বর হয়; ছানার জল, কি শুধু মধু কি চিনি মেশান জল খাওয়ালে এই জ্বর যায়; প্রকৃত জ্বর হ'লে ডাক্তার দেখান উচিত।

চপলা। আঁতুড়ের বাহিরে শিশুপালনের নিয়ম তোমার কাছে কিছু কিছু জেনে রাখতে চাই।

বিমলা। ১। **আহার** সম্বন্ধে আগেই বলেছি।

২। **বাতাস আর আলো** খাবারের চেয়ে কম দরকারী নয়। একটী অন্ধকার বাতাসশূন্য জায়গায় কোন গাছ পুঁতে রাখলে সে গাছ কখনও বাঁচে না। ছেলেদের পক্ষেও তাই। কাহারো কাহারো আলো আর বাতাসকে এত ভয়, যে রাত্রে জানালার অতি ছোট ছোট ফাঁক গুলি বুজান হয়, দিনের বেলাও ঘরে অন্ধি সন্ধি বন্ধ ক'রে ছেলেগুলিকে কয়েদ ক'রে রাখা হয়। এরা মানুষকে একটা কাঠের পুতুল মনে করে। এই রকমে যেসব ছেলে মানুষ হয়, তাদের নিত্য সর্দ্দি কাশি হয়, রোগ লেগেই থাকে, আর গলার বীচি ফোলা প্রভৃতি নানারকম শক্ত শক্ত ব্যারামের সূত্রপাত হয়। যে ঘরে ছেলেরা শোবে, সে ঘরে ভাল রকম বাতাস খেলবার বন্দোবস্ত থাকবে, তবে বিছানা এমন যায়গায় রাখবে যাতে বাতাস জোরে এসে গায়ে না লাগে আর চোখের ঠিক উপর আলো না পড়ে। স্বামী স্ত্রী আর একটি ছোট ছেলের জন্য অন্ততঃ ১৪ হাত লম্বা ৮ হাত চওড়া একটী ঘর চাই। ঘরে রেড়ীর তেলের মিটমিটে আলো রাখ্‌বে; কিন্তু আলো যেন চিমনী ঢাকা থাকে। ছেলেকে ঘরের বাহিরেও হাওয়া খাওয়ান উচিত। জন্মের এক মাসের ভিতর ঘরের বাহিরে নিয়ে আসা উচিত নয়। শীত কি খুব বর্ষা হ'লে দুইমাস পর্য্যন্ত ঘরের ভিতরে রাখা উচিত। তার পরে, কোলে ক'রে বেড়াবার যোগ্য হ'লে ছেলেদের নিয়ে প্রতিদিন বেড়ান উচিত। প্রথম প্রথম ২।১ ঘণ্টা রোদের সময় নিয়ে বেড়াবে। শীতকালে একটু বেলায় বেড়াতে যাবে। চাকরেরা হাওয়া খাওয়াবার নাম ক'রে ছেলে নিয়ে এক জায়গায় ব'সে গল্প করে। এতে নানা রকম ছোঁয়াচে রোগ হতে পারে।

৩। **জল** যেমন একদিকে ঘাম কি প্রস্রাব হ'য়ে বেরিয়ে যায়, আর এক দিকে তেমনি ভর্ত্তি হওয়া দরকার। তৃষ্ণার সময় জল দিতে

আপত্তি করা উচিত নয়। তবে ভাল জল দেওয়া চাই। যে সব জায়গায় সরকারী কলের জল নাই, ভাল পাতকুয়া কি পুকুরের জল সিদ্ধ ক'রে বালির কলসীতে ঢেলে ফিলটার ক'রে নেওয়া উচিত।

৪। **কাপড় চোপড়ের** দিকেও নজর রাখা দরকার। আমাদের দেশে সূতার কাপড়ই ভাল। শীতকালে কি খুব বৃষ্টির সময় তার উপর একটা গরম জামা পরালেই চলে। শীতকালে আমাদের ছেলেরা অদ্ভুত সাজে বাহির হয়। মাথা আর কাণ একটা টুপিতে ঢাকা, গায়ে একটা গরম জামা, আর পা একেবারে খোলা। ঠিক উল্টো। মাথা বরং ঠাণ্ডা রাখা উচিত আর পায়ের দিকেই গরম রাখা বিশেষ দরকার। ঢিলে পোষাক ভাল, আটা পোষাকে অনিষ্ট হয়।

৫। **খেলা ও ঘুম নইলে** ছেলেদের শরীর সুস্থ থাকৃতে পারে না, এতে কোন রকম বাধা দেওয়া উচিত নয়। খুব ছুটাছুটি চেঁচামেচি ক'রবে, তবে ছেলে দিন দিন বাড়বে, আর বুক চাটাল হবে। খেলা চাই, আবার বিশ্রামও চাই। খেয়ে উঠে অন্ততঃ আধঘণ্টা বিশ্রাম ক'রতে দেবে, তারপর যেন খেলা কি পরিশ্রমের কোন কাজ করে। একটু বড় হ'লেও, দুপুর বেলা ২।৩ ঘণ্টা ঘুমের দরকার। রাত্রে খুব সকাল সকাল ঘুমের ব্যবস্থা ক'রবে। জুজুর ভয় দেখিয়ে ঘুম পাড়াবে না, এতে ছেলে কেবল যে ভীরু হয় তা নয়, স্বপ্নে ভয় পায় সেই ভয়ের দরুন রোগ হ'তে পারে। ছেলের খাওয়া ও শোয়ার ব্যবস্থা ভাল থাকলে ঘুম হবেই হবে। মশা মাছির উপদ্রব থেকে রক্ষার জন্য ছোট মশারি খাটাবে। দাঁত উঠার সময় ঘুম কম হয়। যাঁরা ছেলে মানুষ করার ভারটা আয়ার উপর দিয়ে নিশ্চিন্ত থাকেন, তাঁদের ছেলেদের ঘুম পাড়াবার জন্য আয়ারা কাহাকেও না জানিয়ে ঘুমের

ঔষধ খাওয়ায়। ঘুমের ঔষধ খাওয়ালে (১) ছেলের ঘুম অত্যন্ত বেশী হয়, জাগালেও আবার ঘুমিয়ে পড়ে। মনে রেখো ৪ মাসের চেয়ে ছোট ছেলেরা এক সঙ্গে ৪ কি ৪॥ ঘণ্টার বেশী ঘুমায় না। (২) ঘুমের সময় নিশ্বাস ঠিক পড়ে না, থেকে থেকে থেমে যায়। (৩) জাগালেও ছেলে খেতে চায় না। (৪) চোকের তারা ছোট হয়ে যায়। (৫) ঘুমের সময় মুখ পাঙ্গাস হয়। অনেক দিন ধ'রে অল্প মাত্রায় ঘুমের ঔষধ খাওয়ালে ছেলের ক্ষুধা ক'মে যায়, হজম শক্তি মন্দ হয়, কোষ্ঠ কঠিন হয়, মল শক্ত আর শাদা শাদা বা কাল কাল হয়, মুখ বিবর্ণ হয়, শরীর ক্রমশঃ দুর্ব্বল হয় আর ছেলে শুকিয়ে উঠে। এই রকম, হ'লে তখনই ডাক্তার ডেকে দেখাবে আর আয়া কিছু খাইয়েছে কি না তার সন্ধান নিবে।

৬। **চলাফেরা**—ছেলে যখন প্রথম হাঁটতে আরম্ভ করে, যাতে অনেকক্ষণ দাঁড়িয়ে বা হেঁটে ক্লান্ত হ'য়ে না পড়ে সে দিকে নজর রাখবে। হাড় শক্ত হবার পূর্ব্বে বসতে দিলে যেমন কুঁজো হতে পারে, তেমনি পা শক্ত হবার পূর্ব্বে চলবার চেষ্টা ক'রলে পা বেঁকে যেতে পারে। অন্যের হাত ধ'রে বেড়াবার সময় হাত কাঁধের চেয়ে উঁচু ক'রে টেনে ধরা উচিত নয়। ছেলেকে হাত ধ'রে টেনে ঝুলাবে না; এই রকম করাতে কাঁধে ফোড়া হতে দেখিছি। ছেলে সুস্থ থাক্‌লে সচারচর কোন কোন সময়ে উঠে বসতে পারে তা জানা দরকার। ৩॥ মাসে একটু মাথা তুলে রাখতে পারে, ৪ মাসে মাথা সোজা রাখে। ৫।৭ মাসে বস্‌তে আরম্ভ করে; ৯।১০ মাসে সোজা হয়ে বসে। ১০।১১ মাসে একটু একটু চল্‌বার চেষ্টা করে; ১৪।১৫ মাসে একটু একটু বেড়ায়; দেড় বছরে বেশ হাঁটতে পারে। ২।৩ বছর হ'লে বেশ লাফায়।

৭। **পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন** না থাক্‌লে যে অসভ্য হয় ছেলেদের

এই রকম ধারণা জন্মিয়ে দেওয়া উচিত। ময়লা কাপড় কখনও পরাবে না। রোজ স্নান করাবে। ৬ মাস পর্য্যন্ত গরম জলে নাওয়াবে। তার পর ঠাণ্ডা জলে স্নান করান যায়। ঠাণ্ডা জলে স্নান প্রথম গ্রীষ্মকালে আরম্ভ ক'রবে; আর একেবারে হঠাৎ ঠাণ্ডা জলে না বসিয়ে দিয়ে, গরম জলে বসাবে, আর একখানা বড় গামছা নিংড়ে ঠাণ্ডা জল মাথায় আর গায়ে দেবে। এই রকমে ক্রমশঃ ঠাণ্ডা জলে স্নান অভ্যাস করান উচিত। স্নানের পর শুক্নো কাপড় দিয়ে রগ্‌ড়ে বেশ ক'রে গা মুছাবে। তা হ'লে জলও শুকবে, আর গাও গরম হবে। ঠাণ্ডা জলে স্নান যাদের সয় না, তাদের বেশ ক'রে সরিষের তেল মাখিয়ে গা হাত মুছে ফেলবে। স্নানের আগে অনেকক্ষণ ধ'রে ড'লে ড'লে তেল মাখান ভাল। রোজ যেমন গা হাত পরিষ্কার করবে, তেমনি, দাঁতও পরিষ্কার রাখা চাই। প্রথম ঘুম থেকে উঠলেই খড়ি আর কর্পূরের গুঁড়া দিয়ে দাঁত মাজ্‌বে। খাবার পর বেশ করে আঁচিয়ে দেবে, দাঁতের ফাকে যেন কিছু না লেগে থাকে; আর নুন দিয়ে দাঁত মেজে দেবে। ছেলের বিছানা বেশ পরিষ্কার রাখ্‌বে। গদির উপর একখানা অয়েলক্লথ, তার উপর একখানা চাদর বিছিয়ে দেবে। প্রস্রাবে চাদরই ভিজবে, গদি ভিজবে না। চাদরখানা কেচে শুকিয়ে নিলেই হবে। খুব ছোট বেলায় অভ্যাস করালে শিশ দিতে দিতে ছেলেরা প্রস্রাব করে। তা হ'লে বিছানা নোংরা হয় না। আর যেখানে সেখানে বাহ্যে না করিয়ে, যখন থেকে বস্‌তে পারে, তখন থেকেই পটে কি নির্দ্দিষ্ট স্থানে বাহ্যে করান অভ্যাস করান উচিত।

৮। **দাঁত উঠবার সময়** বিশেষ সাবধান। সচরাচর ৬।৭ মাসেই দুধের দাঁত উঠে। কিন্তু ১০।১২ মাসেও যদি না উঠে, তা হ'লে তদন্ত ক'রে দেখবে, মাথার তেলোর তলতলে জায়গাটা শক্ত হ'য়েছে কি না, ছেলে দস্তুর মত বাড়চে কি না, স্তন পাচ্ছে কি আরারুট কি

ভাতের ফেণ খেয়ে বেঁচে আছে, আর যা খাচ্চে তা হজম হচ্চে কিনা। কোন কোন ছেলের দাঁত স্বভাবতঃই একটু দেরিতে উঠে, তাতে কিছু ভয় নাই। ৭।৮ মাসে নীচের মাড়ির সামনের দুই দাঁত উঠে; ৭॥ কি ৮ মাসে উপরের সামনের দুই দাঁত; প্রায় ৯ মাসে উপরের সামনের দুই দাঁতের পাশের দুই দাঁত, নীচেকার ঐ দাঁত দুটি প্রায় দশ মাসে; ১২।১৩ মাসে নীচের কসের দুই দাঁত; উপরকার দুই দাঁত প্রায় ১৪ মাসে; ১৬ থেকে ২০ মাসের ভিতর নীচে উপরে কসের চারি দাঁত বা কুকুর দাঁত; ২০ থেকে ৩০ মাসের ভিতর নীচে কসের বাকি চারি দাঁত। সর্ব্বশুদ্ধ ২০টী দাঁত আড়াই বছরের ভিতর উঠে যায়। ছেলে বেশ সুস্থ সবল হলে, দাঁত উঠবার সময় বেশী কষ্ট হয় না কেবল মুখ দিয়ে লাল গড়ায়, যা পায় তাই কামড়াতে চায় আর একটু ঘুম কম হয়। কিন্তু ছেলে দুর্ব্বল হ'লে কি ধাত গরম হ'লে জ্বর হয়, ঘুম বড় একটা হয় না, থেকে থেকে ভয় পায় আর চেঁচিয়ে উঠে, পেটের অসুখ কাসি কি তড়কা হয়, আর কোন কোন ছেলের গায়ে হামের মতন কি চুলকানির মতনও বেরোয়। "কুকুর দাঁত" কি কসের দাঁত উঠবার সময়েই এই সব কষ্ট বেশী হ'য়ে থাকে। এই রকম হ'লে ডাক্তার ডেকে দেখাবে, আর খাওয়াবার বিষয় সাবধান। সটির পালো, কি বার্লির জল কি চুণের জল মিশিয়ে দুধ দেবে। অন্য সময় যতটুকু খায়, এ সময়ে তার বারো আনা খাবে, বাকি জল। গায়ে ঠাণ্ডা লাগাবে না। দাস্ত খোলসা রাখবে। পেটের অসুখ হ'লে চিকিৎসা করাবে; আর যাতে ভাল ঘুম হয় তার চেষ্টা ক'রবে। দরকার হ'লে ডাক্তার ডেকে মাড়ি কাটাবে কি মিছরীর ছোট ছোট দানা কি দোবারা চিনি মাড়িতে রগড়াবে। দাত বেরুবার সময় ছেলেরা শক্ত কিছু পেলে কামড়ায়। একটা কাঠের চুষী জলে সিদ্ধ ক'রে কি আক সরু করে কেটে চিবতে

দিলে মাড়ী শক্ত হয়। দাঁত উঠলে সর্ব্বদা খাওয়ার পর পরিষ্কার করা উচিত। ছেলে বেলা থেকে ভাল রকম ক'রে আঁচাতে আর খড়ি ও কর্পূরের গুঁড়া দিয়ে মাজতে শিখলে দাঁত নষ্ট হয় না। খারাপ দাঁত থেকে সব রকম রোগ হয়।

৯। **সংক্রামক রোগের হাত যাতে এড়াতে পারে,** আগে থাকতে তার চেষ্টা ক'রবে। ছোঁয়াচে রোগ অনেক সময় মা বাপের দোষেই হ'য়ে থাকে। বাড়ীতে হাম, বসন্ত, ওলাউঠা, ঘুংরি, কর্ণমুল, কুৎসিৎ রোগ, প্লেগ কি যক্ষ্মা হলে, যদি ছেলেদের তফাত ক'রে রাখা যায়, তা হ'লে তাদের বাচাবার পথ থাকে। "কপালে যা থাকে" ব'লে মা বাপেরা নিশ্চিন্ত হয়, কিন্তু ছেলেকে যখন রোগে ধরে, তখন ত ঐ কথা বলে নিশ্চিন্ত হয় না ; তখন ডাক্তারে ডাক্তারে "ছয়লাপ" করে, জলের মতন টাকা খরচ করে। এক টাকার কার্ব্বলিক কি রসকর্পূর কিনলে অনেক বিপদ কেটে যায়। ইংরেজী টীকা দিলে বসন্তের ত আর ভয় থাকে না। দাঁত উঠবার সময় কি কোন অসুখ থাকতে টীকা দেবে না। দাঁত উঠবার আগে কি পরে, ৬ মাসের ভিতরেই দেওয়া উচিত। বসন্ত পাড়ায় দেখা দিলে সময়ের কোন বাদ বিচার ক'রবে না ; কারণ বসন্ত হ'লে কচি ছেলের আর নিস্তার নাই। ভালবাসার অত্যাচারের দরুন কখনও কখনও ছেলেদের রোগ হয়। পরিচিত, অপরিচিত, চাকর বাকর যে যখন ইচ্ছা তখনই ছেলের মুখে চুমো খায়। এই কারণে কত ছেলের গরমির ব্যারাম, যক্ষ্মা আরও কত রকম ছোঁয়াচে রোগ জন্মায়। আর এক রকম অত্যাচার, বাঁশী কিনে দেওয়া। মুখে গরমির ঘা কি নানা রকম রোগ নিয়ে কত লোক বাঁশী বাজিয়ে দেখে, সেই বাঁশী ছেলেকে বাজাতে দেওয়া অত্যন্ত অন্যায় ; যদি দিতে হয় ডিসইনফেক্ট ক'রে তারপর জলে ধুয়ে দেওয়া উচিত।

যাতে কারুর এঁটো না খায় ছেলেবেলা থেকে সেই শিক্ষা দেওয়া আবশ্যক। ওলাউঠা-নিবারক বড়ি বেরিয়েছে। বাড়ীতে কি পাড়ায় ওলাউঠা হলে ঐ বড়ি খাওয়ালে ওলাউঠা হয় না। ওলাউঠার টীকা দিলে আরও ভাল। সংক্রামক রোগ নিবারণের ৩টী উপায়ঃ—

১। **বিজ্ঞাপন**—ডাক্তারকে জানান দরকার।

২। **আলাদা করা**—রোগীকে আলাদা ঘরে রাখবে। অন্য ঘরের দিকে দোর জানালা বন্ধ রাখবে। আর দরজায় একখানা কার্ব্বলিক লোশনে ভিজান পরদা দিতে পার। যে শুশ্রূষা ক'রবে সে ছাড়া আর কেউ ঘরে থাকবে না। রোগীর ঘর থেকে বেরিয়ে কাপড় ছেড়ে হাত পা ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট ক'রবে; রোগীর বাসন আলাদা থাকবে। ডিফ্‌থিরিয়া কি বসন্ত হ'লে ছেলেদের অন্য বাড়ীতে পাঠাবার ব্যবস্থা ক'রলে ভাল হয়।

৩। **শোধন বা ডিস্‌ইন্‌ফেক্‌শন্‌**—অগ্নিতাপ সকলের চেয়ে ভাল শোধক। দূষিত কাপড় চোপড় পুড়িয়ে ফেল্‌লেই ভাল হয়, তা না হ'লে গরম জলে সিদ্ধ করা উচিত। গদি, তোষক, বালিশ ইত্যাদির মায়া ত্যাগ করা যদি অসম্ভব হয়, তাহ'লে একটা ছোট ঘরে দুটী বাঁশের বা কাঠের উপর এই সমুদয় রেখে সেই পাত্রের নীচে একটা ল্যাম্প জ্বেলে চলে আস্‌বে। অবশ্য ঢুকবার দরজা খুলে রেখে আর সব বন্ধ ক'রে রাখ্‌বে; তারপর সে দরজাও বন্ধ ক'রবে। বাজারের ব্লীচিং পাউডার একটা পাত্রে এক সের রেখে তার উপর আধসের হাইড্রোক্লেরিক এসিড ঢেলে দিলে যে গ্যাস বেরোয় তাইতে ১০ ফুট লম্বা ১০ ফুট চওড়া ১০ ফুট উঁচু একটি ঘরের হাওয়া শোধিত হয়। এসিড ঢেলেই পালিয়ে আসতে হয়। কলিকাতার ইঁটালিতে গদি তোষক ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট করবার কল আছে। সেখানে পাঠিয়ে দিলে মিউনিসিপ্যালিটী বিনা খরচে

ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট ক'রে দেয়। এই রকম করাও যদি সম্ভব না হয়, তবে কাপড়ে গন্ধকের ধোঁয়া দিয়ে ৩।৪ দিন রৌদ্রে ফেলে রাখবে। এক সের গন্ধকের উপর স্পিরিট ঢেলে গদী একটা উঁচু জায়গায় রেখে স্পিরিটে দেশলাই ধরিয়ে দিতে হয়। কলেরা কি টাইফয়েড রোগীর কাপড় পুকুরে কি পাতকূয়ার নিকট কখনই কাচ্‌তে দিও না। এতে গ্রামশুদ্ধ রোগ ছড়িয়ে প'ড়বে। রোগীর কাপড় ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট ক'রে তবে ধোপাকে দেওয়া উচিত। রোগীর মল কি প্রস্রাবে করোসিহ্ব্‌ কি কার্ব্বলিক লোশন ঢেলে পাইখানায় ফেলবে। পাইখানায় ও নর্দ্দমায় ফিনাইল ঢাল্‌বে। মেজে করোসিহ্ব লোশনে ধুয়ে ফেল্‌বে। বসন্ত ও ডিফ্‌থিরিয়া রোগীর ঘরে পুলস্তরা ফেলে দিয়ে করোসিহ্ব্‌ লোশনের পিচকারী দিয়ে নূতন ক'রে চুণকাম করান উচিত। সংক্রামক রোগীর ঘরের মেজেতে ঝাঁট দিবে না, কিন্তু করোসিহ্ব লোশনে ভিজান ন্যাকড়া দিয়ে মুছে নিবে অথবা ফিনাইল ঢালবে।

(১০) **কতকগুলি রোগের লক্ষণ আর ব্যবস্থা**—একটু জেনে রাখা দরকার, কারণ পাড়াগাঁয়ে সহজে ডাক্তার পাওয়া যায় না।

১। **অপাক ও পেটের অসুখ** হ'লে কি করা উচিত ইতিপূর্ব্বে বলেছি।

২। **কোষ্ঠ কঠিন**—স্তনের দুধ খেয়ে কোষ্ঠ কঠিন হ'লে দেখা উচিত মায়ের শরীর সুস্থ কি না। অনেক সময় মায়ের কোষ্ঠ খোলসা হ'লে, খাওয়া দাওয়া চলা ফেরায় ভাল নিয়ম ক'রলে, ছেলের দাস্ত খোলসা হয়। যারা টোকা দুধ খায় তাদের কোষ্ঠ-কঠিন হ'তে পারে। দুধের সঙ্গে ১৫ রতি "ম্যানা" মিশিয়ে খাওয়াবে। একটু বড় হলে, ছেলেকে দুধের সঙ্গে কলা চটকে খাওয়ালে, কি ছোট চামচের ১ চামচ

কমলালেবুর রস ৩।৪ বার খাওয়ালে বাহ্যে সরল হয়। মাঝে মাঝে ফোটান জল ঠাণ্ডা করে খেতে দেওয়া উচিত। কচি ছেলের পেটে রেড়ির তেল কি সাবান জল* মালিশ ক'রলে প্রায়ই বাহ্য হয়। পেট ডলবার নিয়ম আগে বলেছি। মলদোরে ঘা থাকবার দরুন বাহ্যের কষ্ট হ'লে ঝিঙ্ক মলম বা রগুন তেল দিয়ে রাখবে। কখনো কখনো মলদোর এ'টে থাকে, মল বেরোয় না। এ রকম হ'লে কড়ি আঙ্গুল রেড়ির তেল মাখিয়ে মলদোরে রোজ ঢোকাবে। খাবার বদলালে অনেক সময় দাস্ত খোলাসা হয়। বয়স ৬ মাসের বেশি হ'লে সুজি দেওয়া যায়। সুজি ছোট চামচে এক চামচ নিয়ে তাইতে ঠাণ্ডা দুধ অল্প ঢেলে কাই ক'রে তাইতে গরম দুধ মিশিয়ে এক বল্কা ফুটিয়ে নিতে হয়। তার সঙ্গে একটু সোডা মিশিয়ে নিতে হয়। সাবান মুসব্বর* রোজ ৫ মিনিট ধ'রে পেটে মালিশ করা যায়। দিনে দুইবার সোণামুখীর জল* আর চিরতার জল দেওয়া যায়। বড় ছেলেকে যষ্টিমধু চূর্ণ* দেওয়া যেতে পারে। কালমেঘের পাতার রসেও দাস্ত খোলসা হয়। এক মাসের ছেলেকে এক রতি গন্ধকের খৈয়ের গুঁড়া সময়ে সময়ে দিতে পার। অল্প চেষ্টায় যদি দাস্ত খোলসা না হয় ডাক্তারের পরামর্শ নিবে। অনেক সময় অভ্যাসের দোষেও ছেলেদের বাহ্যে প্রস্রাবের অনিয়ম হয়। প্রথম থেকেই কোন সঙ্কেত করে বাহ্যে প্রস্রাব করান উচিত। বড় হ'লেও প্রতিদিন এক সময় বাহ্যে হয় কিনা তার খবর নেওয়া আবশ্যক। বিশেষতঃ মেয়েছেলেরা লজ্জায় পাইখানা কামাই করে; বড় হ'লে এইজন্য এদের বাধক হয়। অতএব এ বিষয়ে মায়েদের দৃষ্টি রাখা আবশ্যক।

৩। **লিহ্বারের দোষ**—লিহ্বার একটী পাকযন্ত্র। খাওয়া সম্বন্ধে অত্যাচার ক'রলেই যন্ত্র বিগড়ে যায়। খাবারের দোষে কি খাওয়া-

---

* তৃতীয় পরিচ্ছেদ

বার অনিয়মে লিহ্বার খারাপ হয়। ছেলের জিভ্ ময়লা হয়, মল শাদা কি কাল হয়, কোষ্ঠ কঠিন হয়, আর অল্প অল্প গা গরম হয়, ছেলে গড়িয়ে ঠাণ্ডা মাটিতে গিয়ে ঘুমিয়ে পড়ে। ইপিকা রেউ চিনি ও সোডা* প্রথম অবস্থায় দিলেই প্রায় সেরে যায়। বাহ্যে খুব কঠিন হ'লে সণ্ট মিক্‌শ্চার* দিনে দুইবার আহারের পর দিলে উপকার হয়। ব্যারাম শক্ত না হ'তে হ'তে ডাক্তার দেখান উচিত, কারণ লিহ্বার শক্ত হ'য়ে গেলে বাঁচান দায়। লিহ্বাবের দোষে প্রস্রাব খড়িগোলা বা লাল হয়। ছেলের বয়স যদি ১ বছর হয় স্তন ছাড়িয়ে দেবে। খাওয়া কমিয়ে দিয়ে, ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে লঘুপাক জিনিষ খেতে দেবে; আর খোলা হাওয়া যাতে পায় তার ব্যবস্থা ক'রবে।

৪। **মুখে ঘা**—ছোট ছোট শাদা শাদা সর পড়ে। ইংরাজীতে বলে থ্রুশ। খাওয়ার দোষে, কি মুখ কি দুধের বোতল অপরিষ্কার থাকলে, কি অপরিষ্কার চুষনী মুখে রাখলে, এই রোগ হয়। দাস্ত খোলাসা রাখতে হয়। দুধে চূণের জল দেবে, চিনি খুব কম দেবে। খাওয়ার পর সোহাগার জলে * মুখের ভিতর মুছে নেবে। সোহাগার খৈ মধু দিয়ে মেড়ে লাগালে সহজে ঘা সেরে যায়। সেরে না গেলে ডাক্তার দেখাবে। আর পেটের অসুখের দরুন ঘা হ'লে সেই অসুখের চিকিৎসা করাবে। ঐ ঘায়ের রস লেগে স্তনের বোঁটায় ঘা হ'তে পারে। তাই দুধ খাওয়ার পর বোঁটা ঐ লোশনে ধুয়ে ফেলে হরিতকী ফটকিরির জলে ধুবে। তারপর মাখন গেলে লাগাবে।

৫। **জীর্ণ শীর্ণ হওয়া**—খাবার হজম না হ'লে শরীর ক্রমশঃ শুকিয়ে অস্থিচর্ম্ম সার হয়, অথচ পেটের অসুখ কি বিশেষ কোন অসুখ নাই। এ রকম হ'লে, খাওয়ার ভাল বন্দোবস্ত করবে, আর অনেকক্ষণ

* তৃতীয় পরিচ্ছেদ

ধরে খাঁটি সরিষের তেল গায়ে ডলে ডলে মালিশ ক'রে দিবে, এবং কড়-লিভার অয়েল মাখিয়ে রোজ রৌদ্রে খানিক শুইয়ে রাখবে। এতে না সারলে ডাক্তার দেখাবে, কারণ বমি কি যক্ষ্মাবশতঃও শরীর জীর্ণ হয়, ডাক্তার পরীক্ষা ক'রে তা বুঝতে পারবেন।

৬। **রক্ত কম**—খাওয়ার দোষে রক্ত ক'মে যেতে পারে। রোগের দরুন কি বদ হাওয়ার দরুনও রক্ত ক'মতে পারে। এই রকম হ'লে ডাক্তার দেখাবে আর খাওয়ার ও হাওয়ার ভাল ব্যবস্থা করবে। ভাল টাটকা ফল এবং শাকের স্থপ খেতে দিবে।

৭। **রিকেট**—এই রোগে মাথার তেলো তল্‌তলে থাকে, দাঁত দেরিতে উঠে, কপাল চারকোণা হয়ে সামনের দিকে ঠেলে আসে, হাত পায়ের যোড়ের হাড় বড় বড় হয়, পেট গেড় গেড়ে, হাত পা বাঁকা, আর শিরদাঁড়া কুঁজো হয়; বুক পায়রার মতন হয়, রাত্রে মাথা খুব ঘামে, আর প্রায়ই সর্দ্দি কাসি আর পেটের অসুখ হয়। বসিয়ে বা শুইয়ে দিলে ছেলে হাত পা নাড়ে না, দাঁড় করালে কাঁদে। রং ফ্যাকাসে হয়। প্রায় ৬ মাস থেকে ১৫ মাসের ভিতর এই রোগ হয়, আর যারা টোকা বা মাখন তোলা দুধ খায় প্রায় তাহাদেরই হয়। সাহেবদের ভিতর এই রোগটা বেশী। রোগের কারণ (১) বাজারের টিনের দুধ খেতে দেওয়া, (২) আলো বাতাসহীন ঘরে বাস (৩) মাখন তোলা দুধ খাওয়ান। (৪) গর্ভাবস্থায় পোয়াতির অসুস্থতা। মায়েদের খাদ্যের অভাবে ছেলেদের রিকেট হয়। এই রকম হলে ডাক্তার দেখাবে, আর খাওয়ার ভাল বন্দোবস্ত ক'রবে। কাঁচা মাংসের রস, হাড় থেঁত ক'রে তার ঝোল, ডিম, ঘি, সর, দুধ কি এই রকম পুষ্টিকর জিনিষ খেতে দিবে। বাঁধা কপির পাতা, পালং কি কলমী শাক, মুলোশাক প্রভৃতি নানারকম শাক, এবং বিলাতী বেগুণ, জলের ভাবে

* তৃতীয় পরিচ্ছেদ

সিদ্ধ ক'রে সেই রস খেতে দেবে। কডলিভ্বার কি হেলিবট্ অয়েল এই রোগের একটা ঔষধ; পেটের অসুখ না থাকলে খাওয়াবে। কডলিভার অয়েল হাতে পায়ে মাখিয়ে রৌদ্রে রাখলে উপকার হয়। দুধের সঙ্গে অষ্টেলীন বা হেল্‌ডিওল্ দেওয়া যায়। রোজ নারিকেল তেল মাখিয়ে স্নান করান ভাল। এই রোগে হাড় বেঁকে যায়, সুতরাং রোগীকে বেশিক্ষণ দাঁড়াতে দেবে না। হাত, পা, পিঠ ডলাই মলাই করবে।

খাওয়ার দোষে এই সাতটী রোগ হয়। সচরাচর আরও কয়টি রোগ হয়ঃ—

১। **জ্বর**—সামান্য জ্বরে লাইকার এমোনিয়া সাইট্রেট ডাক্তারখানা থেকে এনে খাওয়াতে পার। ৬ মাসের ছেলেকে ১০।১৫ ফোঁটা ঐ ঔষধ ছোট এক চামচে মৌরির জলের সঙ্গে ৩ ঘণ্টা অন্তর খেতে দিবে। জ্বর বেশি হ'লে ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। মাথা ধ'রলে কপালে ঠাণ্ডা দিবে। ওডিকলন আর জল সমান সমান মিশিয়ে ন্যাকড়া ভিজিয়ে মাথায় দিবে, কি জ্বর ১০৩ ডিগ্রির বেশী হ'লে রবারের ব্যাগে ক'রে বরফ মাথায় দিবে। ছোট ছেলের মাথায় বরফের ব্যাগ ৪।৫ মিনিটের বেশি রাখবে না, একবার রেখে তুলে নিয়ে আবার দেবে। যে সব জায়গায় বরফ নাই, ৪নং ঠাণ্ডা আরকে* পরিষ্কার ন্যাকড়া ভিজিয়ে মাথায় দিবে। একটি কাঁচের বাটিতে আরক ঢেলে, তাইতে একখানা ন্যাকড়া ভিজিয়ে মাথায় দিবে। আর একটা বাটিতে ঠাণ্ডা জল রাখবে, মাথার ন্যাকড়া গরম হ'লে ঐ ঠাণ্ডা জলে ভিজিয়ে রাখবে, পরে ঐ ন্যাকড়া আরকে ভিজিয়ে মাথায় দিবে। তৃষ্ণায় ঠাণ্ডা জল খেতে দিবে। জ্বরের সময় যদি ছেলে গায়ে কাপড় রাখতে না চায়, জোর ক'রে মেলা'ই কাপড় চাপিও না, এতে অনিষ্ট বই ইষ্ট হয় না। একটু একটু ঘাম আরম্ভ হ'লে

---

* তৃতীয় পরিচ্ছেদ

ঘাম মুছে দিয়ে কাপড় চাপাবে। ঘরের অন্ধি সন্ধি বন্ধ করবে না। একেবারে শুকিয়ে না রেখে দুধ, বার্লি, খৈমণ্ড কি এই রকম কিছু খেতে দিবে। জ্বরে যদি ডাক্তার স্নান দিতে বলেন তবে অতি সাবধানে দিবে। ছোট ছেলের জ্বর যদি বেশিক্ষণ ১০৫ ডিগ্রির উপরে থাকে, তা হ'লে ছেলেকে প্রথম কুসুম কুসুম গরম জলে রেখে ক্রমশঃ ঠাণ্ডা জল মিশাবে আর লক্ষ্য রাখবে ছেলে শীতে কাঁপচে কি না, নীল মেরে যাচ্চে কিনা। তা হ'লে তখনি জল থেকে তুলে নিয়ে, গা মুছে, মলদোরে থার্ম্মিটার দেবে। ছেলের মুখ নীল কি শাদা হ'লে ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে ব্রাণ্ডি কি অন্ত কিছু দেবে। ১০২° ডিগ্রির নীচে তাপ নামান উচিত নয়। ২০ মিনিট অন্তর তাপ নেবে, এবং তাপ বাড়লে ভিজে কম্বল মুড়ি দিতে পার। কচিছেলের যে ম্যালেরিয়া জ্বর হয় না তা নয়। ৭ দিনের ছেলের পেটে পিলে দেখা গিয়েছে। বড়দের যেমন কম্প দিয়ে জ্বর হয়, কচি ছেলেদের কম্প না হয়ে বমি তড়কা আর ভুল বকুনি হয়। এ রকম হ'লে ডাক্তার দেখাবে। ছোট ছেলেকেও কুইনাইন দেওয়া যায়। ৩ বছরের ছেলে দিনে ৫ গ্রেণ খেতে পারে। কুইনিন্ তেত বলে এরিস্টচিন্ বা ইউকুইনিন দেওয়া হয়। দ্বিগুণ মাত্রায় কুইনাইন মোম মিশিয়ে বাতি করে, সেই বাতি মল দোরের খুব ভিতরে ঠেলে দিয়ে রাখলেও কাজ হয়। যাতে মশা না কামড়াতে পারে তার ব্যবস্থা ক'রবে, কারণ ডাক্তারেরা প্রমাণ করেছেন মশা ম্যালেরিয়া-রোগীর শরীর থেকে ম্যালেরিয়ার বিষ চুষে নিয়ে অন্যের শরীরে হুল ফুটিয়ে ঐ বিষ ঢুকিয়ে দেয়। ম্যালেরিয়ার দেশে থাকতে গেলে ম্যালেরিয়া নিবারণের মোটামুটি এই কয়েকটি নিয়ম জেনে রাখা ভাল :—

(১) ছেলেকে ম্যালেরিয়া রোগীর কাছে শুতে দিবে না। (২) মশা কামড়ালে তৎক্ষণাৎ সেখানে টিংচার আয়োডিন্ কি কার্ব্বলিক লোশন

লাগিয়ে দিলে বিষ নষ্ট হয়ে যায়। (৩) শোবার ঘর অন্ততঃ ২৫ ফুট উচু হওয়া উচিত। (৪) প্রত্যেক জানালা ও ছেঁদা এমন সরু জাল দিয়ে ঘেরা উচিত যার ভিতর দিয়ে মশা ঢুকতে পারে না। (৫) বিনা মশারিতে কখনও শুতে দিবে না। (৬) সমস্ত শরীরে চন্দন তেল, কর্পূর বা ইউকেলিপটাস্ ওয়েল মেশান তেল মাখিয়ে শোয়ালে মশা ভিতরে ঢুকলেও কামড়াতে পারে না। (৭) একটু একটু এরিস্টোচিন বা ইউকুইনিন খেতে দিতে পার। (৮) যাতে মশার বাসা হয়, এমন কিছু বাড়ীর ভিতরে রাখবে না, যেমন জঞ্জালে ভরা আস্তাকুড়, ডোবা ইত্যাদি। জল ভরা খোলা, কুঁজো, হাঁড়ি প্রভৃতির ভিতরেও মশা থাকে। ডোবা পুষ্করিণীর জলে কেরোসীন বা প্যারিসগ্রীণ ঢাললে মশার ছানা মরে যায়। ছোট ছোট জঙ্গলে মশা থাকে, কেটে ফেলা উচিত। শোবার ঘরে বেশী কাপড় চোপড় থাকলে তাতে মশা থাকে। কাপড় চোপড় নিত্য ঝেড়ে রাখা দরকার। জলের কলসী, কুঁজো, পাইখানার জলের টাঁকি, সব ঢাকা দিয়ে রাখা উচিত। বাজে হাড়ি-কুঁড়ি ভেঙ্গে দেবে যাতে মশার বাসা না হয়। শোবার ঘরে কাল জিনিস রাখবে না।

সংক্রামক জ্বর—কোন কোন জ্বর ছোঁয়াচে, সুতরাং আগে থাক্‌তে সাবধান হওয়া উচিত ঃ—

(১) **হাম**—এই রোগ ছেলেদের প্রায়ই হয়, সামান্য ব'লে অনেকের ধারণা ; কিন্তু বুকে সর্দ্দি বসে গলায় পর্দা প'ড়ে অনেক মারাও যায়। তা ছাড়া প্রস্রাবের রোগ, পেটের অসুখ, চোখ ওঠা, কাণ পাকা বীচি পাকা প্রভৃতি রোগে অনেক দিন ভুগতে দেখা যায়, এমন কি যক্ষ্মা রোগেরও সূত্রপাত হ'তে পারে। জ্বরের সঙ্গে সর্দ্দি হয় ; প্রায় ৪ দিনের দিন কাণে কপালে ও মুখে হাম বেরোয়, সঙ্গে সঙ্গে জ্বর বাড়ে। জ্বর বেশী হ'লে কুসুম কুসুম গরম জলে গা মুছিয়ে দিতে পার, আর বার্লি জল

ও কুড়বাবুয়ের জল যত ইচ্ছা খেতে দিতে পার। হাম ভাল না বেরুলে একটা টবে গরম জল ঢেলে তাইতে বড় চামচের এক চামচে রাই সরিষা গুঁড়া ফেলে দেবে। তাইতে-ফুট-বাথ* দেবে। আর খুব বার্লির জল খেতে দেবে। গা সর্ব্বদা ঢেকে রাখবে। আধ তোলা কণ্টিকারী ও আধ তোলা বেণামুল একসের জলে সিদ্ধ ক'রে একপোয়া থাকতে নামিয়ে তাইতে একো গুড় দিয়ে তাই চা খাবার চামচের এক চামচ মাঝে মাঝে দেওয়া যায়। কাসি কি পেটের অসুখ হলে ডাক্তার ডাক্‌বে। বমি ও পেটের অসুখ হলে ঠাণ্ডা জলে কাপড় ভিজিয়ে নিংড়ে নিয়ে পেটের উপর দিয়ে ফ্লানেল বেঁধে দিলে এবং এই রকম ২।৩ ঘণ্টা অন্তর বদ্‌লে দিলে উপকার হয়। কাণ ও চোখের দিকে নজর রাখবে। গলায় বীচি ফুল্‌লে সাবধান। হাম রোগীকে তিন সপ্তাহের পূর্ব্বে (যতক্ষণ না কাসি সেরেছে ও গায়ের খোলস উঠে গিয়েছে) অন্য ছেলের সঙ্গে মিশতে দেওয়া উচিত নয়। ছোঁয়াচে লাগলে ১৮ দিন পর্য্যন্ত রোগ হবার ভয় আছে। সেরে গেলে কড্‌লিভার ওয়েল, সিরাপ হীমবীন কিম্বা ফেরেডল্ দিবে।

২। **বসন্ত**—সোঁদা ছেলের হলে প্রায় বাঁচেনা। ভাল হলেও অনেক সময়ে চোখ নষ্ট হয়, সমস্ত দেহে ফোঁড়া হয়। জ্বরের ৩ দিনের দিন মুখে লাল লাল মশার কামড়ের মত বেরোয়, টিপ্‌লে শক্ত দানার মতন ঠেকে। সমস্ত বসন্ত বেরুবার আগে জ্বর হয়, ভুল বকা, মাথা চালা এবং তড়কা হয়। বসন্ত বেরিয়ে গেলে জ্বর কমে যায়। মূর্খেরা মনে করে এই ব্যারামের ডাক্তারি চিকিৎসা নাই। কিন্তু ডাক্তারি চিকিৎসাতে শতকরা ৮০ জনের বেশী ভাল হয়। একরকম ইঞ্জেক্‌শন আছে; প্রথম অবস্থায় দিলে রোগের অনেক উপশম হয়। নিউমোনিয়া পেটের অসুখ,

* ৩য় পরিচ্ছেদ।

রক্তে পূঁয প্রভৃতি শক্ত রোগে আনাড়ি চিকিৎসক কি করবে? এতেও প্রথম অবস্থায় কন্টীকারী ও বেণামুলের জল খাওয়াবে, কুসুম কুসুম গরম জলে গা মুছে দেবে, পরে ১ ভাগ কার্ব্বলিক এসিড, ১ ভাগ সেলিসিক এসিড, ১ ভাগ ইউকেলিপটাস্ অয়েল ও ১৪ ভাগ গরম পোস্তের তেল (ডাক্তারখানার পপি অয়েল) খুব ভাল রকম মিশিয়ে বোরিক তুলো দিয়ে ঐ তেল গায়ে মাখাবে। পাকতে আরম্ভ হ'লে ডাক্তারখানার ইউথাইমল ক্রীম অথবা সমানভাগ চুণের জল ও সুইট অয়েল মাখাবে। ভাল হতে প্রায় দেড মাস লাগে। জ্বর সেরে গেলে সিরাপ হিমবিন্ প্রভৃতি খেতে দেবে। সমস্ত মামড়ি না পড়ে যাওয়া পর্য্যন্ত ছোঁয়াচে দোষ থাকে। ততদিন পর্য্যন্ত রোগীকে আলাদা ঘরে রাখবে, এবং লাল কাপড়ের মশারীর ভিতর রাখবে। গায়ে যেন মাছি না বসে, তাই ঘরে ফিনাইল ছিটিয়ে দেবে। আর লাল কাপড়ের পরদা কার্বলিক লোশনে ভিজিয়ে দোর জানালায় ঝুলিয়ে দেবে। ছোঁয়াচে লাগলে ১৪ দিন পর্য্যন্ত বসন্ত বেরুবার ভয় আছে। কিন্তু যে বাড়ীতে বসন্ত হয় সে বাড়ীর কাহাকেও দেড় মাস পর্য্যন্ত এবং বাড়ী ডিসইন্‌ফেক্ট না করা পর্য্যন্ত স্কুলে কি আফিসে যেতে দেওয়া উচিত নয়। ছোট ছেলেদের অন্যত্র সরিয়ে ফেলা আবশ্যক। বাড়ীর আর সকলকে টীকা নিতে বল্‌বে। ইংরাজী টীকা পোয়াতিকেও দেওয়া যায়; এই টীকায় ছোঁয়াচে দোষ নাই, সুতরাং এক সঙ্গে সকলের না দিলেও কোন ভয় নাই। নির্ব্বোধ লোকেরা নানা রকম ভয় দেখায়, কিন্তু সে সব কথায় কাণ দিও না। তবে মুর্খ অসাবধান টীকাদারেরা যদি অপরিষ্কার ছুরি নিয়ে অপরিষ্কার হাতে টীকা দেয়, কি কোন রুগ্ন ছেলের বিষাক্ত রক্ত মেশান বীজ নিয়ে টীকা দেয়, তাইতে নানারকম রোগ হতে পারে। তুমি বীজের

আফিস * থেকে ভাল বীজ কিনে নিয়ে নিজেই টীকা দিতে পার, কাজ কিছুই শক্ত নয়। একখানা টীকার ছুরি চাই আর একটা কেরোসিন ল্যাম্পের ডিপেতে নূতন পলতে পরিয়ে তাইতে স্পিরিট ভর্ত্তি করা চাই। স্পিরিট ল্যাম্প জ্বেলে ঐ শীষে ছুরিখানা পুড়িয়ে নিয়ে ঠাণ্ডা হলে টীকা দিবে। তার আগে তোমার হাত ও ছেলের হাতের গুলির সামনেটা সাবান জলে ধুয়ে শুকিয়ে আলকহল দিয়ে ডিস্‌ইনফেক্ট করে নিবে। তারপরে আলকহল শুকিয়ে গেলে ছুরিতে বীজ লাগিয়ে গুলির উপরে চক্রাকারে একটা দু-আনি আন্দাজ স্থানে ৪।৫ টা খোঁচা এমনি ভাবে দিতে হবে যাতে খুব অল্প রক্ত আর আঠার মত বেরুবে। কেউ কেউ একটা লম্বা টান দেন। খোঁচার জায়গায় বীজ ভাল রকম মাখিয়ে দিবে। এর দু আঙ্গুল নীচে ঐ রকম আর একটা টীকা দিবে। দু হাতে ঐ রকম ৪টী বা ছেলে বড় হলে ৬টী টীকা দিতে পার। জামা উপরে গুটিয়ে রাখবে আর ১০।১২ মিনিট পর্য্যন্ত সাবধান হবে, যাতে বীজ না মুছে ফেলে কি বীজে সূর্য্যের তেজ না লাগে। বীজ শুকিয়ে গেলে জামা পরতে পারে। তিন দিনের দিন পরিষ্কার ন্যাকড়া ভাল জলে ভিজিয়ে টীকার জায়গায় বেঁধে রাখবে। পাঁচ দিনের দিন বেশ ভাল দানা হবে। ৫।৭ দিনে জ্বর অল্প হয়, ৮।৯ দিনে জ্বর খুব বেশী হয়। এই সময়ে খাবার সম্বন্ধে সাবধান, যাতে পেটের অসুখ না হয়। টীকা যাতে না ছিঁড়ে ফেলে সে বিষয়ে সাবধান। কোন ঔষধ খাবার দরকার নাই, কেবল দানার চারিদিক লাল হ'লে একটু চন্দন দিতে পার। কখনও কখনও বগলের বীচি ফুলে বেদনা হয়; গরম জলে সেক দিতে পার। টীকার

* কলিকাতা হেলথ অফিস, মফঃস্বলের জন্য গবর্ণমেণ্টের টীকা বীজ ডিপো ২ নং কন্‌ভেণ্টলেন, ইটালী, কলিকাতা এবং শিলং টীকা বীজের ডিপো।

পক্ষে শীতকাল ভাল, আর ৩ মাস থেকে ৫ মাসের ভিতর দাঁত উঠবার আগে টীকা দেওয়া ভাল।

৩। **পানিবসন্ত**—যদিও এতে প্রায় মারা যায় না, কিন্তু শক্ত হলে খুব বেগ পেতে হয়। চুলকিয়ে চুলকিয়ে দানা কখনও পাকে, কখনও বা দানা খুব বেশী হয়। ছেলের স্বাস্থ্য ভাল না থাকলে ঘা খারাপ হয়, কাণ পাকে, প্রস্রাবের ব্যারাম হয়, কখনও বা মারাও যায়। রোগীকে আলাদা ঘরে রাখবে, কন্টীকারী বা বেণামূলের জল খেতে দিবে আর কার্ব্বলিক মেশান পোস্তের তেল মাখাবে। এতেও ডাক্তারি ইঞ্জেক্‌শন ভাল। সমস্ত মামড়ি পড়ে যাওয়া পর্য্যন্ত, প্রায় তিন সপ্তাহ রোগীকে কাহারও সঙ্গে মিশতে দিবে না। বসন্তের টীকা দিলেও এই রোগ নিবারণ করা যায় না। পানিবসন্ত আসল বসন্ত বলে ভ্রম হতে পারে। কিন্তু একদিনের জ্বরে বা বিনাজ্বরে পানিবসন্ত বেরোয়; পানিবসন্ত ফোস্কার মতন; বসন্তের দানা পাঁচদিনের দিন জলভরা হয় বটে, কিন্তু মাঝখানটা একটু টোল খাওয়া। পানিবসন্ত না চুলকালে পূঁয হয় না। ইংরাজী টীকা খুব ভাল হলে গায়ে এক রকম বেরোয়, সে সব পানিবসন্ত বলে ভ্রম হতে পারে, কিন্তু তার দানা ফোস্কার মতন হয় না। পানিবসন্তের দানা থেপে থেপে বেরোয়। ছোঁয়াচে লাগলে ১৪ দিন পর্য্যন্ত ভয় আছে। ২১ দিন পর্য্যন্ত কাউকে বাহিরে যেতে দেওয়া হয় না।

৪। **টাইফয়েড জ্বর**—খুব কচি ছেলেরও হয়। কখনও কখনও দ্বিতীয় সপ্তাহে গায়ে লাল লাল দাগ হয়। ডাক্তারের পরামর্শে কুসুম কুসুম গরম জলে স্নান করিয়ে গা মুছিয়ে দিতে পার। কিন্তু স্নানের আগে ও পরে ব্রাণ্ডি দিবে এবং ৬।৭ মিনিটের বেশী জলে রাখবে না। রোগীকে আলাদা রাখবে। ছোঁয়াচে লাগলে ১০।১৫ দিন পর্য্যন্ত ভয় থাকে।

৫। **কর্ণমূল**—এই রোগ ছোঁয়াচে। হাম, টাইফয়েড, ডিফ্‌থিরিয়া প্রভৃতির পর কখনও কখনও কর্ণমূল হয়ে থাকে। ফুলোর উপর বেলেডনা প্লাষ্টার (জলীয়) তুলি করে লাগিয়ে তার উপর গরম তিসির পুলটিস দিলে উপকার হয়। পাকলে অস্ত্র করাবে, কারণ কাণের ভিতর পর্য্যন্ত পূঁয যেতে পারে। নয় দশ দিন ছেলেকে ঘরের ভিতর রাখবে এবং পরে পেরিশের কেমিকেল্ ফুড বা সিরাপ হীমবীন্ খেতে দিবে। তিন সপ্তাহ না গেলে কিম্বা ফুলো মিলিয়ে ২ সপ্তাহ না গেলে ছেলেকে স্কুলে যেতে দিবে না, কি অন্য ছেলেদের সঙ্গে খেল্‌তে দিবে না। ছোঁয়াচে লাগলে ১৮ দিন পর্য্যন্ত ভয় আছে।

৬। **ডিফ্‌থিরিয়া**—এই রোগ সাংঘাতিক ; আগে রোগী প্রায়ই বাঁচত না, এখন এর অব্যর্থ ঔষধ বেরুবার পর অধিকাংশই বাঁচে। এতে জ্বর কাসি হ'য়ে গলার ভিতর শাদা শাদা হল্‌দে হল্‌দে পরদা পড়ে। প্রথমতঃ দু'ধারের বীচিতে (টনসিলে) শাদা শাদা দাগ দেখা যায়, পরে ঐ সমস্ত মিলে বড় পরদা হ'য়ে নীচের দিকে যায় আর শ্বাসের নালী বন্ধ হ'য়ে মারা যায়। থুতির নীচটা ফুলে যায়। দুধ নাক দিয়ে বেরিয়ে আসে। সন্দেহ হ'লেই ডাক্তার ডেকে চিকিৎসা করাবে, আর যে সব ছেলে এক সঙ্গে ছিল, ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে তাদের টীকা দেওয়াবে। ঐ রোগের যে ঔষধ, সেই ঔষধই অল্প পরিমাণে চামড়া ফুটিয়ে দিলে টীকার কাজ হয়। যে পিচকারী দিয়ে ঔষধ দিতে হয়, সেই সমস্ত গরম জলে ফুটাবার জন্য একটি স্পিরিট ল্যাম্প (স্পিরিট ল্যাম্প না থাকুলে উনানেই চল্‌বে), দুটি ইনেমেলের বা এলুমিনমের বাটি, টিংচার আয়োডিন্, আলকহল, ও বোরিক্ তুলো ঠিক ক'রে রাখবে। গলায় ঔষধ লাগাতে হ'লে আর ছেলে বাধা না দিলে খুব সাবধানে জিভ চেপে ঔষধ মাখান তুলি দিয়ে পরদা পরিষ্কার ক'রে

বেশ করে ঔষধ লাগিয়ে দিবে। সাবধান! থক্ করে কেসে তোমার মুখের ভিতরে যেন কফ ফেলে না। গলায় ঔষধ লাগাতে হ'লে নিজের মুখও নাক লোশনে-ভিজে পাতলা কাপড় দিয়ে ঢাকা উচিত। কণ্ডিস লোশনে বা হাইড্রোজেন্ পার-অক্সাইড লোশনে সর্ব্বদা কুলকুচি করবে এবং এই প্রকার রোগীর কাছে সর্ব্বদা থাকতে হ'লে নিজেও টীকা দিয়ে নিবে। তুলি সর্ব্বদা পুড়িয়ে ফেলবে, রোগীর কফ ইত্যাদির ন্যাকড়া পুড়িয়ে ফেল্‌বে এবং তোমার হাত ডিসইন্‌ফেক্ট ক'রবে। গলার ভিতরে ঔষধের ধূঁয়া দিতে হ'লে জিভ চেপে ধরে দিবে। ঘরে সর্ব্বদা ক্রিয়োসোট কার্ব্বলিকের ধূঁয়া দিবে; চা খাবার চামচের ১ চামচ ক্রিয়োসোট আর ২ চামচ গঁদের গুঁড় একত্র মেড়ে নিয়ে তাইতে ২ আউন্স কার্ব্বলিক লোশন ঢেলে মিশাবে। এই আরক এক পাইণ্ট জলে মিশিয়ে একটা কেটলি ঐ জলে ভর্ত্তি ক'রে ঘরের এক কোণে একটা তোলা উননে চড়িয়ে রাখবে। আলকাত্রার ধূঁয়াতেও উপকার হয়; একটা কড়ায় ক'রে চড়ালেই হয়। ছেলেকে বিছানা থেকে উঠতে দিও না। আলাদা ঘরে রাখবে আর গলার পরদা খ'সে গেলেও ৩ সপ্তাহ পর, গলার ঘা ও নাকের জল পড়া সেরে গেলে, অন্য ছেলের সঙ্গে মিশতে দিতে পার। যে সব ছেলে রোগীর সঙ্গে মিশছে, তাদের ১০।১২ দিন পর্য্যন্ত রোগের ভয় থাকে। গলায় বেদনা বা বীচি ফুলে জ্বর হ'লে, প্রত্যহ গলা পরীক্ষা ক'রে দেখা আবশ্যক শাদা পরদা পড়েছে কি না। বড় ছেলেদেরও ডিফ্‌থিরিয়ার টীকা দেওয়া উচিত। আমেরিকায় বসন্তের টীকার মতন ডিফ্‌থিরিয়া টীকা দিয়ে এই রোগের প্রকোপ অনেক কমান হয়েছে। বিড়াল কুকুরেরও এই রোগ হয়। বাড়ীতে কি পাড়ায় এই রোগ দেখা দিলে ঘরে বিড়াল কুকুর আসতে দেওয়া উচিত নয় এবং ইহারা কোন খাবারে বা জলে যেন মুখ না দেয়।

৭। **হুপিং কাসি**—এতে ছেলে থেকে থেকে ভয়ানক কাসে। কাসতে কাসতে অস্থির হ'য়ে যায়, এমন কি বাহ্যে প্রস্রাব কি বমি ক'রে ফেলে, চোখ মুখ লাল হয়, চোখে রক্ত জমে যায়। খেলতে খেলতে যখন কাসি আসে, ভয়ে মা কি ঝির কাছে ছুটে যায়। প্রথম প্রথম শুক্‌নো খন্‌খনে আওয়াজ যেন কাঁসর বাজে; সপ্তাহ্ দুই পরে কাস্‌তে কাস্‌তে শ্বাস টানবার সময় গলায় "উ" শব্দ হয়। কচি ছেলের এ শব্দ হয় না; কিন্তু কচি ছেলে এ রোগে প্রায় বাঁচে না। ডাক্তার ডেকে চিকিৎসা করাবে, আর অন্য ছেলেদের তফাতে রাখবে। দেড় মাসের কমে প্রায় রোগ সারে না। ছোঁয়াচে লাগলে ৬—১৮ দিন পর্য্যন্ত রোগ হবার ভয় আছে। এই রোগে ডাক্তারেরা হেবক্রুসীন ইঞ্জেক্ট করেন।

৮। **যক্ষ্মা**—পাঁচ বৎসরের চেয়ে ছোট ছেলেদের এই রোগে মৃত্যু বেশী হয়। এই রোগ এত ছোঁয়াচে যে, এক এক পরিবার নির্ব্বংশ হ'য়ে যায়। যক্ষ্মা কেবল ফুস্‌ফুসে হয় না; গলায়, মাথার ভিতর, চামড়ায়, পেটে ও হাড়ের যোড়াতেও হয়। গলার বীচিতে হ'লে গণ্ডমালা হয়; পেটের বীচিতে হ'লে পেটের অসুখ পেট ব্যথা ও পেট ফাঁপা হয়; শিরদাঁড়ার হাড়ে হ'লে হাড় বেঁকে কুঁজো হ'য়ে যায়। যক্ষ্মার বিষ যক্ষ্মাগ্রস্ত গরুর দুধে আর যক্ষ্মা রোগীর কফে থাকে। কফ শুকিয়ে ধূলোর সঙ্গে হাওয়ায় উড়ে বেড়ায় আর নিশ্বাসের সঙ্গে ফুসফুসে যায়। যক্ষ্মা-রোগীর বিষ মুখে থাকে; সেই বিষ তার এঁটোর সঙ্গে যার গলার ভিতর বা পেটে যায়, তার গলারও পেটের বীচিতে এবং হাড়ের যোড়ে ঐ রোগ হয়। তাই যেখানে সেখানে থুথু বা পিক ফেলার কদর্য্য অভ্যাস ছাড়তে ও ছাড়াতে হবে। যক্ষ্মাগ্রস্ত জানোয়ারের মাংসে কি দুধে এই রোগের বীজ থাকে। রাস্তায় ধূলায় কি মাছির মুখেও এই বিষ থাকতে পারে। সুতরাং যে

সব দোকানে সন্দেশ ভাল ক'রে আলমারিতে বন্ধ ক'রে রাখে না, সেখানকার সন্দেশ খেলেও এ রোগ হতে পারে। আলো-বাতাস-শূন্য ঘিঞ্জি ঘিঞ্জি ঘরের হাওয়া যারা টানে বা হাম, হুপিং কাসি, ইনফ্লুয়েঞ্জা পেটের অসুখ প্রভৃতি রোগে যারা ভুগে, কি না খেতে পেয়ে যাদের বলক্ষয় হ'য়ে গেছে, তাদেরই এই সকল রোগ সহজে ধরে। যক্ষ্মারোগে ঘুসঘুসে জ্বর হয়, ছেলে ক্রমশঃ পাঙ্গাশ হয়, জীর্ণ শীর্ণ হ'তে থাকে, শুকনো কাসি হয়, দুষ্ট ক্ষুধা হয়। সন্দেহ হলেই ডাক্তার দেখাবে। হাতে একরকম টীকা দিয়ে ডাক্তারেরা বুঝতে পারেন যক্ষ্মা হয়েছে কি না। এই ছেলের ঘরে অন্য ছেলেদের শোয়াবে না। ছোট ছেলেরা প্রায়ই কফ গিলে ফেলে। কফ যদি বেরোয়, ন্যাকড়ায় মুছে নিয়ে শুকাবার আগে পুড়িয়ে ফেলবে। ছেলে যদি পাত্রে কফ ফেলতে পারে, তবে সেই পাত্রে ফিনাইল বা কার্ব্বলিক লোশন রাখলে বিষও নষ্ট হয়, মাছিও বসে না। ছেলেদের চুমো না খেলে মায়ের মনে কষ্ট হ'তে পারে কিম্বা একজনের ছোঁয়া আর একজন না খেলে তার মনে কষ্ট হতে পারে, কিন্তু একজনের কাছ থেকে রোগ নিয়ে অন্যকে দেওয়া অধর্ম্ম, এ কথাটা যেন মনে থাকে। এইজন্য ছেলেবেলা থেকে এঁটো খাওয়া একেবারে নিষেধ ক'রে দিলে, এই মনকষ্টের আর কারণ থাকে না। রোগের বীজ রৌদ্রতপ্ত হ'লে মরে যায়, এইজন্য যক্ষ্মারোগীর ঘরে বাতাসও রৌদ্রের ব্যবস্থা থাকবে। রাত্রে জানালা খোলা থাকবে; কেবল গায়ের উপর জানালা বন্ধ থাকবে। শীতকালে নাক মুখ ঢেকে শুতে দেবে না। এতে সমস্ত রাত ছেলে খারাপ হাওয়া খেতে থাকে। সমস্ত দিন ছেলেকে ছাতে কি খোলা বাতাসে এমন কি খানিক রৌদ্রে রাখবে, কিন্তু গা ও পা গরম কাপড়ে ঢাকবে। কাঁচা মাংসের যূষ, দুধ, ঘোল, অষ্টেলীন্, হেলডিওল্ ইত্যাদি যা সহজে হজম হয়, তাই

খেতে দিবে। যাদের সঙ্গতি আছে, সমুদ্রের ধারে (পুরী, ওয়ালটেয়ার) কি পাহাড়ে জায়গায় (দেওঘর, শিলং, রঁাচী, দেরাড়ুন, মসুরী প্রভৃতি স্থানে) ছেলেকে নিয়ে যাবে। যে সব ছেলে কি মেয়ে বাড়ীতে খোলা বিশুদ্ধ হাওয়ায় থেকে আর ভাল ঘি দুধ খেয়ে অস্বাস্থ্যকর বোর্ডিংএ আসে, তাদের সহজে এই রোগ ধরতে পারে, বোর্ডিংএর কর্ত্তৃপক্ষেরা যেন এ কথাটা মনে রাখেন।

২। **সর্দ্দিকাসি**—নাকে কি গলায় সর্দ্দি হ'লে, গরম জলে একটু নুন, সোহাগা আর সোডা ফেলে দিয়ে, তারি ধুঁয়া নাকে আর গলায় দিবে। একটা ছোট লোহার কি টিনের তেপায়ার উপর একটি ছোট টিনের কেটলী ছটাক দুই জল পূরে বসাবে; সেই কেটলীতে নুন, সোহাগা, সোডা ফেল্‌বে। নীচে একটা ল্যাম্প জ্বালিয়ে দেবে। কেটলীর নলের মুখ দিয়ে যখন ধুঁয়া বার হ'তে থাকবে, সেই সময় একবার ছেলের নাকের কাছে, আর একবার হাঁ করিয়ে মুখের কাছে, নল ধ'রবে। যদি গলা খুস খুস করে, কি কিছু গিল্‌তে যদি লাগে, তা হ'লে ঐ জলে ফোঁটা কয়েক ইউকেলিপটাস্ তেল ঢেলে তারি ধূঁয়াও দিতে পার, কি ট্যানিক য়্যাসিড্ গ্লিসারীণ কিম্বা মেণ্ডেল্-পেণ্ট ডাক্তারখানা থেকে এনে তুলি ক'রে টাকরায় লাগাতে পার। সর্দ্দি হ'য়ে মাথা ধ'রলে আর জ্বর বোধ হলে ফুট-বাথ দিবে। খুব ঘাম হ'য়ে গেলে কম্বল খুলে, গা শুকো কাপড় দিয়ে বেশ ক'রে মুছে দিয়ে, গরম গরম চা খেতে দেবে। কোন কোন ছেলের নাকে বারমাসই সর্দ্দি, আর কেমন একটা দুর্গন্ধ। নাকে কষ্টিকের আরক লাগাবে। আধ ছটাক বৃষ্টির জলে কি গোলাপ জলে এক রতি কস্‌টিক ফেলে বেশ ক'রে নাড়বে, তারপর ছিপি এঁটে, শিশি একখানা নীল কি সবুজ কাগজে মুড়ে, অন্ধকার

জায়গায় রেখে দিবে। যখন দরকার হবে, একটা ছোট কাঁচের কৌটায় ঐ আরক একটু ঢালবে; তাইতে তুলি ডুবিয়ে নিয়ে নাকের ছেঁদায় বেশ করে লাগিয়ে দেবে। কাসি যদি বেশী হয়, গলা সাঁই সাঁই করে আর সঙ্গে সঙ্গে জ্বর হয়, তা হ'লে ডাক্তার ডাকবে। যদি দেখ শ্লেষ্মা বুকে বসে হাঁস্‌ফাঁস্‌ করে, আর গলা ঘড় ঘড় করে, ডাক্তার আনবার আগেই বমি করাবার চেষ্টা করবে। ৬ নং কাসির মিক্‌চার* চা খাবার চাম্‌চের এক চাম্‌চে একটু গরম জলের সঙ্গে খাইয়ে দেবে। যদি বমি না হয় ১৫ মিনিট অন্তর আবার ঐ রকম খাইয়ে দেবে, যতক্ষণ না বমি হয়। তিন ভাগ খাঁটি সরিষার তেল আর একভাগ তারপিন তেল মিশিয়ে, তাইতে ক্রমশঃ কর্পূর ফেল্‌বে। যখন দেখবে কর্পূর আর গলে না, আর কর্পূর দিবে না। এই কর্পূরের মালিশ বুকে পিঠে মালিশ ক'রবে আর পরিষ্কার পেঁজা তুলো বেশ পুরু ক'রে দিয়ে বুক, পিঠ, বগল সব ঢাকবে, তার উপর এক টুকরো ফ্ল্যানেল বাঁধবে। লম্বা ফ্ল্যানেল দিয়ে কেউ কেউ ৩।৪ ফেরতা ক'রে জড়ায়; এতে খুলবার সময় রোগীর বড়ই কষ্ট হয়। শুধু বুক পিঠ ঢাকবার মতন এক টুকরো ফ্ল্যানেল নিয়ে, নীচে আর উপরে দুটি ফালি দিয়ে কি সেফটিপিন্‌ দিয়ে বেঁধে দেবে। কাসি সরল না হলে বমির ঔষধ দিলে কোন কাজ হয় না। সরল হবার জন্য কাসির আরক * দিতে পার। কোন কোন ছেলের কাসি সর্দ্দি লেগেই থাকে। ডাক্তার ডেকে তাদের নাক গলা ও বুক পরীক্ষা করান উচিত। যদি কাসি সরল হয় আর গলা ঘড় ঘড় করে বমির জন্য ১০।১৫ ফোটা ইপিকা ওয়াইন খাওয়াবে। কাসি সেরে গেলে মণ্ট কড্‌ লিভার অয়েল খাওয়াবে। এই রকম ছেলেদের খুব সাবধানে গা ঢাকা দিয়ে রাখবে যাতে গায়ে পায়ে

* তৃতীয় পরিচ্ছেদ

ঠাণ্ডা না লাগে। শোবার ঘরে অন্ধি সন্ধি বন্ধ না ক'রে বাতাস খেলবার ব্যবস্থা রাখবে। **হাঁপানি কাসি** হ'য়ে ছেলেরা অনেক সময় কষ্ট পায়। সামান্য একটু বদহজম হ'ল, একটু ঠাণ্ডা লাগল, একটা দাঁত উঠবার উপক্রম হ'ল, একটু খাবারের এদিক ওদিক হ'ল, অমনি ছেলে হেঁচে হেঁচে হাঁপাতে আরম্ভ ক'রেছে, মা বাপ ব্যস্ত হ'য়ে ডাক্তার ডেকেছে, ডাক্তারের ব্যবস্থামত দাস্ত খোলসা হ'য়ে গেল আর সব হাঁপানি সেরে গেল। এ এক রকম হাঁপানি, তার জন্য কিছু ভয় নাই। কিন্তু প্রকৃত হাঁপানি কাসির দরুন কষ্ট বড় ভয়ানক, সে দৃশ্য মা বাপের সহ্য হয় না। এ রকম হলে ডাক্তার দেখাবে। হাঁপানি ফিট্ সেরে গেলে হক্সালি সিরাপ কি সিরিমল্ট (Ceremalt), হেল্ডিওমল্ট (Haldiomalt) ঐ রকম কিছু অনেক দিন ধ'রে খাওয়াবে। আজকাল হাঁপানির ইঞ্জেক্‌শন হয়েছে। এক রকম সর্দ্দি, কাসি, জ্বর, গা ব্যথা হয়, তাকে বলে **ইন্‌ফ্লুয়েঞ্জা**। ইনফ্লুয়েঞ্জা রোগী হাঁচলে, কাসলে, বা শ্বাস ফেল্‌লে ঐ বিষ বাতাসে ছড়িয়ে গিয়ে অন্যের শরীরে ঢোকে। এতে হৃদয়যন্ত্র দুর্ব্বল করে। তাই রোগীকে শুইয়ে রাখবে আর পুষ্টিকর খাবার দেবে। আর সকলকে নাক ও গলা গরম জলে নুন, ইউকেলিপটাস ওয়েল ও প্লাইমোল্ মিশিয়ে বার বার ধুয়ে ফেল্‌তে বলবে। আর ১ ফোঁটা দারচিনির তেল দিনে ২ বার খেতে দেবে।

৩। **গরমি**—জন্মগত এই রোগ জন্মের ১।৩ বছর পরেও দেখা দেয়। এদের দাঁত খুব দেরীতে এমন কি ১৪।১৫ মাসে উঠে, দাঁত শীঘ্র ক্ষয়ে যায় আর পড়ে যায়। নাকের হাড়ে ঘা হয়, আর মাঝখানটা ব'সে যায়। এদের প্রায়ই চোখ উঠে, কাণ পাকে, গলার, বগলের ও কুচকির বীচি ফোলে। প্রায়ই পা অবশ হয়ে

চলতে পারে না। ছেলে বাড়ে না। বড় বড় মেয়ে ছেলে ছোটদের মত বুদ্ধি হীন হয়।

৪। **কৃমি**—সচরাচর বাহ্যের সঙ্গে দুই রকম কৃমি পড়ে, বড় লম্বা কৃমি আর সূতার নালের মতন ছোট ছোট কৃমি। কৃমি হ'লে প্রায়ই মলদ্বার চুলকায়, প্রস্রাবের জায়গা চুলকায়, নাক চুলকায়, ঘুমে হঠাৎ চম্‌কে চম্‌কে উঠে আর দাঁত কড়মড় করে, বিছানায় প্রস্রাব করে, এমন কি তড়কা পর্য্যন্ত হয়। বড় কৃমি হলে সকালে একমাত্রা ৭নং রেড়ির তেল মিক্‌চার (তৃতীয় পরিচ্ছেদ) দেবে আর সমস্ত দিন অল্প দুধ বার্লি খেতে দিবে। জোলাপ বেশ খুলে গেলে, পরদিন ভোরে খালি পেটে স্যাণ্টনিন চিনির সঙ্গে খেতে দিবে। এক বছরের ছেলেকে ঐ রেড়ির তেলের মিক্‌চার চা খাবার চাম্‌চেতে এক চাম্‌চে আর স্যাণ্টনিন আধ রত্তি দেওয়া যায়। সরু কৃমি হ'লে সকাল বেলা এক মাত্রা রেড়ির তেল মিক্‌চার দিবে। সমস্ত দিন অল্প দুধ, বার্লি খাইয়ে, বিকাল বেলা আধপোয়া ঠাণ্ডা জলে চা খাবার চামচের এক চাম্‌তে নুন মিশিয়ে, একটা কাঁচের পিচকারী দিয়ে মলদ্বারে সেই জলের পিচকারী দিবে। রসুন বা হীরেকষের জলেও সরু কৃমি মরে। পিচকারী দিয়ে ৮।১০ মিনিট মলদ্বার চেপে রাখতে হবে, যাতে জল তখনি বেরিয়ে না আসে। কখনও কখনও ২।৩ সপ্তাহ পর্য্যন্ত এই রকম দিতে হয়। স্যাণ্টনিন দিয়ে প্রথম ও তৃতীয় দিনে জোলাপ দেওয়া আবশ্যক। খারাপ জল কিম্বা কাঁচা শাক সব্জি খেলে কৃমি হবার সম্ভাবনা। তাই জল সিদ্ধ ক'রে খেতে দেওয়া উচিত; কাঁচা শাক সব্জী কখনই খেতে দেওয়া উচিত নয়। খাবারের সঙ্গে প্রতিদিন বেশী নুন দিলে উপকার হয়।

৫। **কাণের রোগ**—কাণপাকা রোগ না সারালে অনেক সময়

ছেলেরা কালা হয়, তা ছাড়া সে যে রোগের দরুন ঐ রোগ হয় তার চিকিৎসা না করালে ছেলে চিররোগী হ'য়ে থাকে। এইজন্য ডাক্তার দেখান উচিত। অনেক ছেলে কথার ভাল উত্তর দিতে পারে না ব'লে অনেকে তাদের বোকা বা অমনোযোগী বলে, এমন কি স্কুলে শাস্তিও দেয়, কিন্তু একটু তলিয়ে দেখলেই বোঝা যায় এরা কালা।

৬। **আমবাত**—লাল লাল চাকা চাকা, পরে মিলিয়ে যায়, আবার হয়। পেটে কৃমি হ'লে কি কাঁচা ফল কি কোন রকম অখাদ্য খেলে, এই রকম হয়। খাওয়ার দোষে হ'লে জোলাপ (ক্যাষ্টর অয়েল) দিতে হয়, আর খাওয়ার সম্বন্ধে সাবধান হ'তে হয়। বেশী হ'লে ডাক্তার ডাকবে। কিছুদিন চিরতার জলে ২।১ রতি সোডা (গুঁড়া) মিশিয়ে খাওয়ালে উপকার হয়। দেড় পোয়া চুণের জলে আধ ছটাক গ্লিসারীণ আর চায়ের চামচে দু চামচ ঝিঙ্ক ওক্সাইড মিশিয়ে সেই আরক ন্যাকড়া দিয়ে লাগালে আরাম হয়।

৭। **পাঁচড়া**—কার্ব্বলিক সাবান আর গরম জল দিয়ে গা ধুয়ে মুছে, গন্ধকের মলম * সকালে বিকালে বেশ ক'রে মাখাবে। এ রোগ ছোঁয়াচে, সুতরাং কাপড় চোপড় সব গরম জলে সিদ্ধ ক'রে নিতে হবে, আর এক ছেলের কাপড় অন্য ছেলে ব্যবহার করবে না।

৮। **দাদ**—ছোঁয়াচে রোগ; দাদের তেল বা মলম * লাগাবে। দাদমর্দ্দনের পাতা নেবুর রস দিয়ে বেটে দাদ দু-বার ক'রে ঐ দিয়ে রগড়াতে হয়, দিনে দু-বার। তুঁতের মলমেও সারে *।

৯। **উকুন** হ'লে চুলে কেরোসিন তেল মাখিয়ে খানিক পরে মাথা ধুয়ে চন্দনের তেল মাখালে উকুন মরে যায়। নইলে চুল ফেলে দিতে হয়।

---

* তৃতীয় পরিচ্ছেদ

১০। **প্রস্রাব সংক্রান্ত রোগ—বিছানায় প্রস্রাব করা**—ক্রিমি যদি থাকে, পুরুষ ছেলেদের ধনের চামড়া যদি আঁটা হয়, মেয়েছেলেদের যদি প্রদর থাকে, মলদ্বারে যদি ঘা থাকে, রোগের দরুন যদি শরীর দুর্ব্বল থাকে, সে সব বিষয়ের চিকিৎসা করাবে। রোজ যাতে দাস্ত খোলসা থাকে তার ব্যবস্থা ক'রবে। বিকাল ৬টার পর জল বা জলীয় জিনিষ খেতে দিও না। ঘুমবার আগে, মাঝ ও শেষ রাত্রে তুলে প্রস্রাব করাবে। বিছানার পায়ের দিক উঁচু করে রাখবে। বিছানা বেশী গরম ও বেশী নরম হওয়া উচিত নহে।

১১। **রাত্রে চীৎকার**—কোন কোন ছেলে রাত্রে ঘুমে ভয় পেয়ে হঠাৎ চীৎকার করে উঠে। সর্ব্বদা ভয় দেখালে, ক্রিমি কি পেটের অসুখ হলে, কি খাওয়া দাওয়ার দোষে এ রকম হয়। এই সমুদয় বিষয়ে সাবধান হবে আর দরকার হ'লে ডাক্তার ডেকে ঘুমের ঔষধ দিবে।

১২। **বীচি ফোলা**—গলার ভিতরে টন্‌সিল কি বাহিরে বীচি সর্ব্বদা যদি ফুলে থাকে, ডাক্তার ডেকে দেখাবে, কারণ ডিফ্‌থিরিয়া কি যক্ষ্মারোগের আশঙ্কা থাকতে পারে। নাকের গর্ত্ত গলার ভিতর যেখানে শেষ হয়েছে, সেখানকার মাংস ফুলে একটা বীচির মতন হয়। তাকে ডাক্তারেরা বলেন "এডিনয়েড"। ছেলে হাঁ ক'রে নিশ্বাস ফেলে, দুধ খেতে খেতে হাঁপিয়ে উঠে, ঘুমালে গলা ঘড় ঘড় করে, বুক সাঁই সাঁই করে, ছেলে বাড়তে পায় না, চেহারা বোকা বোকা হয়, কাণ পাকে, কাণে কম শোনে। ডাক্তার অস্ত্র করলে সব সেরে যায়। ছেলেকে হাঁ ক'রে ঘুমতে দেবে না, মুখ বুজিয়ে দেবে।

প্লেগ—কুঁচকি কি বগলের বীচি ফুলে জ্বর আর বিকার হ'লে বিশেষতঃ পাড়ায় বা বাড়ীতে যদি অনেক ইঁদুর মরে, প্লেগের আশঙ্কা

করা যায়। ইঁদুরের প্লেগ হয়; ঐ মরা বা পচা ইঁদুরের গায়ে যে ওয়াক্ষী বা পূৎকী (এক রকম ছোট ছোট মাছি) বসে, সেই ওয়াক্ষী কামড়ালে প্লেগ হয়। তাই সাবধান; ছেলেদের ইঁদুর নিয়ে খেলা ক'রতে দিও না, আর ইঁদুর ম'রে গেলে কেরোসিন্ ঢেলে পুড়িয়ে ফেলবে।

১৩। ঘা—সামান্য ঘা হ'লে কার্ব্বলিক লোশনে ধুয়ে বোরেসিক মলম (তৃতীয় পরিচ্ছেদ) লিণ্ট কাপড়ে ক'রে লাগালে সেরে যায়। কিন্তু এক রকম ঘা হয় যাকে "কাউর" বা "গরল" বলে। ইংরাজীতে বলে "একৃঝিমা"। প্রথমে গালে, কপালে, মাথায়, কাণে কি সর্ব্বাঙ্গে ছোট ছোট লাল লাল দানা বেরোয়। এই থেকে রস পড়ে, রস শুকিয়ে মামড়ি হয়। ছেলে চুলকিয়ে চুলকিয়ে রক্তারক্তি করে। কারণ—সাধারণতঃ খাওয়ার দোষ বা বেশী বেশী খাওয়ান, বেশী ঠাণ্ডা হাওয়া লাগা, খারাপ সাবান মাখান কি অপরিষ্কার রাখা। ডাক্তার ডেকে দেখাবে। ছেলে যদি বেশ মোটা সোটা হয় খাওয়া কমিয়ে দেবে, গরুর দুধে চিনির ভাগ কমিয়ে জলের ভাগ বাড়িয়ে দেবে। মাঝে মাঝে গুঁড়ো সোডা মিশান গরম জল খাওয়াবে। মাংস, ডিম দেবে না। বাহ্যে প্রস্রাব খোলসা রাখা চাই। শুধু জলে স্নান না করিয়ে এক সের জলে চা খাবার চামচে এক চামচ সোহাগা মিশিয়ে সেই জলে গা ধুইয়ে দেবে। বেশী কাপড় চোপড় পরাবে না যাতে বেশী ঘাম হয়। গায়ে ঠাণ্ডা বাতাস লাগাবে না। যাতে গা না চুলকাতে পারে সেই জন্য ছেলের হাত সোজা ক'রে কণুই পর্য্যন্ত এক টুকরা পেষ্ট বোর্ড দিয়ে বাড়ের মতন বেঁধে দেবে আর আঙ্গুল সব ন্যাকড়া দিয়ে জড়িয়ে দেবে। মামড়ি না তুলে দিলে ঔষধ লাগে না, তাই, পরিষ্কার ন্যাকড়া ফোটান সুইট অয়েল মাখিয়ে সমস্ত রাত রেখে দেবে, সকালে মামড়ি উঠে যাবে। যতক্ষণ বেশী টাটানি থাকে ঝিঙ্ক চূণের জল

লোশনে * ঘা মাঝে মাঝে ভিজিয়ে রাখবে। সমান সমান বাদামের তেল আর চুণের জল লাগালেও সোয়াস্তি হয়। আধ ছটাক ঝিঙ্ক মলমে ‡ চা খাবার চামচের আধ চামচ আলকাত্রা মিশিয়ে লাগান যেতে পারে।

১৪। **বেদনা**—বেদনা সামান্য হ'লে তাপিন কর্পূরের তেল মালিশ ক'রলে সেরে যায়। যদি ফোঁড়া হবার মতন হয়, প্রথমে ডাক্তারখানার কলোডিয়ন লাগিয়ে দিলে বা বরফ দিলে সেরে যায়। যদি পাকার মতন হয় তিসির পুলটিশ বা বোরিক কম্প্রেস দেওয়া উচিত।

১৫। **কাটা ও আঘাত**—সামান্য কাটলে একটু চেপে ধরলেই রক্ত বন্ধ হয়ে যায়। বেশী কাটলে চেপে ধরে থেকে ডাক্তার ডাকবে, কারণ হয়ত সেলাইয়ের দরকার হ'তে পারে। ঘায়ে টিংচার আয়োডিন লাগাবে। যাতে কেটে যায় সেই জিনিসে কোন বিষ থাকতে পারে, তার দরুন ধনুষ্টঙ্কারও হোতে পারে, তাই ঘা বেশ ক'রে ডিস্ইন্ফেক্ট করা উচিত আর ডাক্তার কি ডাক্তারখানা কাছে থাকলে ধনুষ্টঙ্কার নিবারণের সীরম্ ইন্জেক্ট করাবে। ডাক্তার কাছে না থাকলে পরিষ্কার ন্যাকড়া বা বোরিক গজ † দিয়ে তার উপর বোরিক তুলো দিয়ে শক্ত ব্যাণ্ডেজ ক'রে দিবে। যদি ডাক্তার না পাওয়া যায়, কাটার দুইদিকে টেনে জুড়ে দিয়ে তার উপর ষ্টিকিং প্লাসটার লাগাতে পার। তার উপর বোরিক গজ আর তুলো দিয়ে ব্যাণ্ডেজ ক'রে দিবে। বোরিক গজ না থাক্লে পরিষ্কার কাপড়ের টুকরো জলে ফুটিয়ে নিলেই কাজ চল্বে। ডাক্তারখানায় যে জনসন্ ষ্টিকিং প্লাসটার পাওয়া যায় তাই সব চেয়ে ভাল। রক্তের

* ঝিঙ্ক অক্সাইড চায়ের চামচের ৪ চামচ, স্বইট অয়েল ৩ চামচ, কার্ব্বলিক এসিড গ্লিসারিণ ৩ চামচ, চুণের জল ১॥০ ছটাক। লোশন নেড়ে নিয়ে লাগাতে হয়।

† ঝিঙ্ক অক্সাইড চা খাবার চামচ ২ চামচ, হ্বেসিলিন আধ ছটাক।

‡ জ ও ঝ পূর্ব্ববঙ্গের মতন উচ্চারণ।

শিরা কেটে গিয়ে যদি ফিন্‌কি দিয়ে রক্ত ছোটে, আঙ্গুল দিয়ে টিপে ধরেও যদি বন্ধ না হয়, শক্ত ফালি বা দড়ি দিয়ে ঘুরিয়ে সেই জায়গাটা এমন ভাবে বাঁধবে যাতে রক্ত থেমে যায়, আর ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। নাক থেকে বেশী রক্ত পড়লে নাকে ঠাণ্ডা জলের পটি দিবে। হাত মাথার উপর দিকে টেনে তুলবে, ঘাড়ে ঠাণ্ডা জলের পটি দিবে; যদি রক্ত পড়া বন্ধ না হয়, ডাক্তারখানায় এড্রিনেলিন্ পাওয়া গেলে তাইতে তুলো ভিজিয়ে নাকের ছেঁদা ভর্ত্তি ক'রে দিবে। না পাওয়া গেলে দাড়িম ফুল, দুর্ব্বাঘাস, আমড়া পাতা ও পেঁয়াজের রসের নস্য টানতে বলবে। রাস্তায় প'ড়ে গিয়ে যদি হাত পা থেতলে যায় বা পায়ে পেরেক ফোটে, ধনুষ্টঙ্কারের আশঙ্কায় ডাক্তারেরা ধনুষ্টঙ্কারের সীরম্ ইঞ্জেক্ট করেন।

১৬। **পোড়া**—পুড়ে গেলে তখনই গুঁড়ো সোডা অল্প জলে মিশিয়ে লাগাবে অথবা চুণের জল আর নারিকেল তেল সামান্য মিলিয়ে পরিষ্কার তুলো করে লাগিয়ে দেবে। একে বলে ক্যারণ ওয়েল। ঐ তেলে ৪ ভাগের এক ভাগ ইউকেলিপ্‌টাস তেল দিলে ঘা বিষাক্ত হয় না। পিক্রিক এসিড লোশনে বোরিক গজ ভিজিয়ে লাগালে আরও ভাল। বেশি পুড়ে গেলে ডাক্তার দেখাবে। কাপড়ে আগুন লাগলে ব্যতিব্যস্ত না হ'য়ে একখানা ভারি কাপড় দিয়ে ছেলেকে জড়িয়ে ধরলেও আগুন নিভে যাবে। কাপড়ে পুড়ে লেগে থাকলে সমস্ত শরীর সোডা লোশনে ডুবিয়ে যখন দেখবে কাপড় আল্‌গা হ'য়ে গিয়েছে, কাঁচি দিয়ে আস্তে আস্তে টুকরা টুকরা ক'রে কাটবে। একসঙ্গে সমস্তটা তুলে নিলে একটা বড় ঘা হতে পারে এবং হাওয়া লেগে বিষাক্ত হ'তে পারে। ক্যারণ তেলে পরিষ্কার ন্যাকড়া ভিজিয়ে লাগিয়ে দিয়ে তার উপর তুলো দিয়ে ব্যাণ্ডেজ ক'রবে। শুইয়ে দিয়ে ব্রাণ্ডী খাওয়াবে। ফোস্কা হলে পোড়ান ছুঁচ দিয়ে বিঁধবে, টেনে ছিঁড়বে না। ঘা নুনের জলে ধুয়ে ঝিঙ্ক

তেল* লাগাবে। ঘা থেকে বেশী উঁচু উঁচু মাংস গজালে তুঁতে ছুঁইয়ে দিলে ঘা চামড়ার সমান হ'য়ে যাবে, নইলে ঐ গুলো বেড়ে আঙ্গুল সড়ে দেয় হাঁসের পায়ের মতন, কিম্বা কনুই কি হাঁটু টেনে ধরে। তাই হাতে পায়ে বেশী ঘা হ'লে বাড় (স্প্লিণ্ট) দিয়ে বেঁধে দেবে। গুঁড়ো সোডা খাওয়ালে উপকার হয়।

১৭। **চোট লাগা**—কোন জায়গায় চোট লাগলে তখনই সেখানে বরফ দিবে; বরফ না থাকলে ঠাণ্ডা আরকে* ন্যাকড়া ভিজিয়ে দেবে। ডাক্তারখানার গুলার্ড লোশন ন্যাকড়া ভিজিয়ে লাগাতে পার। ফুলা কমে গেলে, টিংচার আয়োডিন লাগাবে। ব্যথা নিয়ে চলা ফেরা ক'রতে কি খেলতে দেবে না। হাত পা মচকে গেল গরম জলে ১০ মিনিট ডুবিয়ে রেখে ঠাণ্ডা জলে ১০ মিনিট ডুবিয়ে রাখবে। তারপর ভিজা ন্যাকড়ায় ব্যাণ্ডেজ বাধবে।

১৮। **বোলতা কি বিছের কামড়**—হুল দেখতে পেলে সোন্না দিয়ে টেনে নিবে, আর জায়গাটা চুষে নিয়ে ইপিকা পাউডার অল্প জল দিয়ে কামড়ের জায়গায় লাগাবে। সোডা, এমোনিয়া, কোকেন, মদ, ক্লোরফর্ম্ম, কি মেন্থোল্ লাগালে যাতনা নিবৃত্তি হয়। কার্ব্বলিক এসিড লাগালেও বিছের কামড়ের যন্ত্রণা থামে। আর কিছু না পেলে ওলের আঠা বা কচু গাছের আঠা লাগালেও শান্তি হয়।

১৯। **কুকুর কি শেয়ালের কামড়**—কামড়ামাত্র জায়গাটা চিমটে দিয়ে ধরে কাঁচি দিয়ে কেটে ফেল্‌বে। তা যদি না পার লোহা গরম করে পুড়িয়ে দিবে। কুকুর-দংশন চিকিৎসার জন্য শিলং-এ ও কলিকাতায় হাসপাতাল হ'য়েছে। গরীব হ'লে সরকারী খরচে সেথা ন যাওয়া যায়।

---

* তৃতীয় পরিচ্ছেদ

২০। **বিষ**—বিষ খেয়ে ফেললে তখনি বমি করাবে আর ডাক্তার ডাক্‌বে। তিন ছটাক গরম জলে আধ ছটাক লবণ বা রাইসরিষা মিশিয়ে ১৫ মিনিট অন্তর খাওয়াবে। কোন এসিড খেলে সোডা ও ডিমের শাদা খেতে দিবে। চূণ খেলে নেবুর রস বা সির্কা খাওয়াবে।

২১। **চোক, নাক কি কাণের ভিতর কিছু গেলে**—আস্তে আস্তে বের ক'রে নিবে। চোক যদি কর্কর করে, এক ফোঁটা রেড়ির তেল দিবে। কাণে কিছু ঢুক্‌লে খুঁচিয়ে বার করবার চেষ্টা না ক'রে পিচকারী দিয়ে গরম জল দিবে। তবে যদি না বেরিয়ে আসে, ডাক্তার ডাক্‌বে। বেশি খোঁচালে কাণের ঢাক ছেঁদা হতে পারে। এ রকম দেখা যায়, কোন এক ছেলের নাকে অনেকদিন ধরে রক্ত পূঁয বা সিক্‌নি পড়ে; ডাক্তার পরীক্ষা করে একটা ডাল কি ছোট পাথর বের ক'রে দেবার পর নাকের ঘা দুদিনে শুকিয়ে গিয়েছে।

তৃতীয় পরিচ্ছেদ

ঔষধ

(চপলা ও বিমলা)

বিমলা। আজ কতকগুলি ঘরকরা ঔষধ, পুল্‌টিস্‌ ইত্যাদি তৈরী করবার নিয়ম আর কতকগুলি আবশ্যকীয় বিষয় ব'লে যাই :—

১। **কম্পাউণ্ড চক পাউডার বা খড়ি মিশ্র**—গুঁড়ো চা-খড়ি ১১ ভাগ, দারচিনি গুঁড়ো ৪ ভাগ, জায়ফল গুঁড়ো ৩ ভাগ, লবঙ্গ গুঁড়ো ১॥ ভাগ ; ছোট এলাচদানা গুঁড়ো ১ ভাগ, পরিষ্কার মিশ্রিগুঁড়ো বা চিনি ২৫ ভাগ ; ভাল রকম মিশিয়ে একটা শিশিতে ছিপি দিয়ে এঁটে রাখবে। পেটের অসুখে দেওয়া যায়।

২। **হজ্‌মি আরক**—সোডা ৬ রতি, স্পিরিট এমোনিয়া ৮ ফোঁটা, গ্লিসারিণ ৪০ ফোঁটা, আর মৌরীর জল, একটা আধছটাকী শিশি ভর্ত্তি ক'রে ছিপি এঁটে রাখবে।

৩। **হজ্‌মিচূর্ণ**- আঁটি বাদ দিয়ে হরীতকী ও আমলা, জোয়ান, জিরে শুঁঠ (আদার) ও সৈন্ধব লবণ, ইহাদের চূর্ণ সমান ভাগে মিশিয়ে শিশিতে রেখে দিতে হয়। বড়দের মাত্রা, চা খাবার চামচে ১ কি ২ চামচ।

৪। **মৌরির জল**—থেঁতো করা মৌরী আধছটাক, আড়াই পোয়া জলে পাত্রের মুখ অর্দ্ধেক ঢাকা দিয়ে সিদ্ধ ক'রে,- অর্দ্ধেক থাকতে নামিয়ে ছেঁকে নিয়ে শিশিতে পুরে রাখবে।

৫। **ঠাণ্ডা আরক**—সোরা এক ছটাক, নিশাদল এক ছটাক, জল পাঁচ পোয়া। মিশিয়ে একটা বোতলে রাখবে।

৬। **কাসির মিক্‌চার**—সোডা বাইকার্ব্ব ২ রতি, লাইকার এমন এসিটেট ৮০ ফোঁটা, ইপিকা ওয়াইন ৮ ফোঁটা, মধু ৪০ ফোঁটা, মিশিয়ে মৌরির জলে ঢেলে এক আউন্স শিশি ভর্ত্তি করবে। এর ৬০ ফোঁটা বা চা'র চাম্‌চের এক চাম্‌চে ৬ মাসের ছেলেকে দিনে ৩।৪ বার দিতে পার।

৭। **রেঢ়ির তেল মিক্‌চার**—পরিষ্কা'র রেঢির তেল আধ ছটাক, গঁদের গুঁড় আধ কাঁচ্চার কিছু বেশি, পরিষ্কা'র চিনি আধ কাঁচ্চার কিছু বেশি, পিপামেণ্ট তেল দুই ফোঁটা। গঁদ, চিনি আর পিপামেণ্ট বেশ করে খলে ঘুঁটে নেবে, তারপর একটু একটু ক'রে রেঢ়ির তেল মিশাবে আর ঘুঁটবে, তার পরে অল্প অল্প করে জল মিশাবে, যতক্ষণ সবশুদ্ধ আধ পোয়া হয়।

৮। **রেউচিনি সোডা**—রেউচিনি ১ রতি, গুঁড়ো সোডা (বাইকার্ব্ব) ৮ রতি, গুঁড়ো ইপিকা আধ রতি, একত্র মিশিয়ে, সমান সমান আটটা পূরিয়া করা চাই। একটা পূরিয়া ৬ মাসের ছেলেকে মধু ও জলের সঙ্গে মিশিয়ে দিনে দুইবার দেওয়া যায়। লিভারের দোষ হ'লে এক বছরের ছেলেকে দ্বিগুণ দেওয়া চলে।

৯। **সণ্ট লিক্‌চার**—সণ্ট (ম্যাগ সল্‌ফ) ৫ রতি, আরক ইপিকা (ওয়াইন) ১ ফোঁটা, শির্কা ৫ ফোঁটা, মধু ১০ ফোঁটা, জল ৬০ ফোঁটা একত্র মিশিয়ে ৬ মাসের ছেলেকে খাওয়ালে দাস্ত খোলাসা হয়, কাসি কমে।

১০। **গন্ধকের মলম**—গন্ধকের গুঁড় আধ ছটাক, মোম আর নারিকেল তেল আধ পোয়া।

মোম আর নারিকেল তেল গালিয়ে নিয়ে, তাইতে গন্ধকের গুঁড়ো বেশ ক'রে ঘুটে নেবে, যেন দানা দানা হাতে না ঠেকে। পাঁচড়ার ঔষধ।

১১। **বোরাসিক মলম**—বোরাসিক্ এসিড সিকি কাঁচ্চা, গলান মোম আর নারিকেল তেল এক ছটাক। বেশ করে মিশিয়ে নিবে, যাতে দানা না হাতে ঠেকে।

১২। **ঝিঙ্ক তেল**—ডাক্তারখানার ঝিঙ্ক অক্সাইড ও সুইট অয়েল সমান সমান।

১৩। **কার্ব্বলিক্ তেল**—কার্ব্বলিক এসিড ১ ভাগ, সুইট অয়েল ৩৯ ভাগ।

১৪। **এমোনিয়েটেড মার্কারি মলম**—এমোনিয়েটেড মার্কারি ১০ রতি, মোম ১ আউন্স বা আধ ছটাক।

১৫। **দাদের তেল**—রসকর্পূর আধ রতি, স্পিরিট ১ ড্রাম, গ্লিসারিণ ৪ ড্রাম। মিশিয়ে, দাদে তুলি করে লাগাবে।

১৬। **দাদের মলম**—তুঁতে ১০ রতি; মাজুফল (গল) চূর্ণ ১টী স্পূণ, মোম আধ ছটাক। এই দিয়ে রগড়াতে হয়।

১৭। **সাবান জল**—নরম সাবান (বার সোপ্) এক ছটাক, ফুটন্ত জল ২॥ পোয়া; গলে গে'লে তাই দিয়ে পেটে মালিশ করা চলে।

১৮। **সোহাগা জল**—সোহাগা ১৫ রতি বা আধ টী-স্পূণ, মধু এক টী-স্পূণ, জল আধ ছটাক।

১৯। **সাবান মুসব্বর মালিশ**—মুসব্বরের আরক (ডাক্তার খানার) এক কাঁচ্চা, সাবান জল আধ ছটাক; মিশিয়ে ৫ মিনিট পেটে মালিশ করা যায়। দু-বছরের ছোট ছেলের এ মালিশ চলে না।

২০। **অর্শের মলম**—মাজুফলের গুঁড়ো আধ কাঁচ্চা, আফিম আধ কাঁচ্চা, মাখন আধ ছটাক। বেশ করে ঘুটে নিতে হবে।

২১। **অর্শ ধোয়াবার কশজল**—গাব কি গাবের ছাল ১ তোলা, বাবলার ছাল ১ তোলা, নিমের ছাল ১ তোলা, ১ সের জলে সিদ্ধ ক'রে ১ পোয়া থাকতে নামিয়ে সেই জলে নিত্য ছোঁচাবে।

২২। **ছেলের গায়ে মাখবার পাউডার**—ঝিঙ্ক অক্সাইড ১ ভাগ, এরারুট ৩ ভাগ মিশিয়ে, কৌটায় রাখবে। বাজারের পাউডারে কখনো কখনো সেঁকো বিষ থাকে। আর কিছু না থাকলে, চালের গুঁড়ো কাপড়ে ছেঁকে নিয়েও বেশ পাউডার করা যায়। কিন্তু গুঁড়ো খুব তাতিয়ে নিতে হবে।

২৩। **ত্রিফলার জল**—আঁটি বাদ দিয়ে হরীতকী, আমলা ও বয়ড়া মোট ২ তোলা। আধ সের জলে সিদ্ধ করে আধ পোয়া থাকতে নামিয়ে খাওয়ালে দাস্ত খোলাসা হবে।

২৪। **সোনামুখীর জল**—সোনামুখীর পাতা আধ ছটাক, আদা থেতো করা ১৫ রতি, লবঙ্গ ১৫ রতি, ফুটন্ত জল ৫ ছটাক। আধ ঘণ্টা রেখে ছেঁকে ফেলবে। দু বছরের ছেলেকে চা-খাবার চামচেতে এক চামচ এই জল চিনি দিয়ে দিতে পার।

২৫। **যষ্টিমধু চূর্ণ**—সোনামুখীর পাতার গুঁড়ো ২ ভাগ, যষ্টিমধুর গুঁড়ো ২ ভাগ, মৌরীর গুঁড়ো ১ ভাগ, গন্ধকের খৈ (সবলাইম-সলফার) গুঁড়ান ১ ভাগ, চিনি ৬ ভাগ। ভাল রকম মিশিয়ে শিশিতে রাখবে। পূর্ণ মাত্রা—চা খাবার চাম্চেতে এক চামচ। দু'বছরের ছেলেকে আড়াই রতি, তিন বছরের ৪ রতি, ৪ বছরে ৫ রতি, ৫।৬ বছরে ৭॥ রতি, ৭ থেকে ১০ বছরে ১০ রতি, মধু দিয়ে খেতে দেওয়া যায়। ডাক্তারখানায় এর নাম কম্পাউণ্ড লিকারিস পাউডার।

২৬। **চূণের জল**—একটা পাঁচ পোয়া বোতলে জল পূরে তাইতে গুঁড়ো চূণ এক কাঁচ্চা ফেলে দিবে। তারপর মুখে ছিপি এঁটে

কিছুক্ষণ ধ'রে ঝাঁকিয়ে এক জায়গায় রেখে দিবে। একদিন পরে যখন দেখবে কতকটা চূণ বোতলের নীচে পড়েছে, আর তার উপর খুব পরিষ্কার জল, তখন আর একটা বোতলে এমন ভাবে ঐ পরিষ্কার জল ঢেলে নিবে যাতে জল ঘুলিয়ে না যায়, এই রকমে যতটা পার ঢেলে নিয়ে বোতলের মুখ ছিপি দিয়ে বেশ ক'রে আঁটবে; কারণ, হাওয়া লাগলে চূণের জল খারাপ হ'য়ে যায়, জলের উপর চূণের সর পড়ে।

২৭। **সোডা মিশ্রির জল**—মিশ্রি কি ডাক্তারখানার গ্লুকোজ চা খাবার চামচে ৮ চামচ, গুঁড়ো সোডা ৩ চামচ, আড়াই পোয়া জলে মিশাতে হ'বে। গর্ভাবস্থায় অত্যন্ত বমি হয়ে পেটে কিছু না তলালে এই জলের একপোয়া মলদোরে পিচকারী দিয়ে ৪ ঘণ্টা অন্তর ৫।৬ বার দিয়ে, মলদোর মিনিট দশেক টিপে ধরে থাকতে হ'বে। যদি বমি খুব বেশী না হয়, এই জল মুখ দিয়েও খাওয়ান যায়।

২৮। **নর্ম্যাল ও আইসোটনিক সেলাইন্**—ষ্টারাই-জল এক পাইন্ট্, নুন ১॥০ টী-স্পূন। টেম্পারেচার রক্তের—৯৮-১০০। হাইপার টনিক সেলাইনে নুন ২টী স্পূন। কলেরা রোগীর মলদোরে যদি টেম্পারেচার বেশী হয়, জলের টেম্পারেচার কম হবে।

বাথ্

১। **স্পঞ্জ্ বাথ**—দু-খানা চাদর ভাঁজ ক'রে দু-ধারে রেখে তার উপর একখানা অয়েল ক্লথ পেতে তার উপর রোগীকে মাঝখানে এমনভাবে শোয়াবে যাতে জল গড়িয়ে বিছানা ভিজে না যায়। একখণ্ড স্পঞ্জ কি একখানা ছোট তোয়ালে কুসুম কুসুম গরম জলে ভিজিয়ে প্রথমতঃ মুখ ও হাত মুছতে মুছতে ক্রমশঃ পায়ের দিকে যাবে, আর একজনকে বলবে তোমার সঙ্গে সঙ্গে শুক্‌নো মোটা তোয়ালে দিয়ে ঐ সব জায়গা ক্রমশঃ বেশ ক'রে রগড়ে দিতে এবং গরম কাপড়ে

ঢেকে দিতে। তারপর দশ মিনিট পর্য্যন্ত একখানা কম্বল মুড়ি দিয়ে রাখবে।

২। **ফুট্-বাথ**—পায়ের নীচে থেকে কাপড় সরিয়ে নিয়ে একখানা অয়েলক্লথ পেতে তার উপর গরম জলের টব রাখতে হয়। হাঁটু উঁচু ক'রে পা দুখানা জলে ডুবিয়ে শরীর বেশ ক'রে কম্বল ঢাকা দিলে অল্পক্ষণ পরেই ঘাম হয়। পা ও গা বেশ ক'রে শুক্‌নো কাপড়ে মুছে দিতে হবে।

৩। **ঠাণ্ডা জলে স্নান**—খুব বেশী জ্বর কমার জন্য এই রকম স্নান দেওয়া হয়। ছেলেদের এই স্নান দিতে হ'লে টবে প্রথমতঃ গরম জল দিয়ে তাইতে ছেলেকে গলা পর্য্যন্ত ডুবিয়ে পরে ক্রমশঃ ঠাণ্ডা জল ঢালতে হয়। ডাক্তারের পরামর্শ ভিন্ন এইরূপ স্নান দেবে না। হঠাৎ মারা যেতে পারে।

৪। **গরম জলে স্নান**—তড়কা হলে ১০০ ডিগ্রী গরম জলে ছেলেকে স্নান দেওয়া যায়। স্নানের পর গা শুক্‌নো কাপড়ে মুছে কম্বল ঢাকা দিতে হয়। খাবার ঠিক পরেই স্নান দিতে নাই। স্নানের পর গরম দুধ দেওয়া যায়।

ভিজে কম্বল মুড়ি (ওয়েট্ প্যাক্)—একখানা বড় অয়েলক্লথ পেতে তার উপর একখানা শুক্‌নো কম্বল পাততে হবে। গায়ের সমস্ত কাপড় খুলে নিয়ে রোগীকে তার উপর শোয়াবে। একখানা কম্বল ঠাণ্ডা জলে (৬০—৭০ ডিগ্রি) ভিজিয়ে নিংড়ে নিয়ে তাই দিয়ে রোগীর সমস্ত গা মুড়ি দিবে আর তার উপর তলার শুক্‌নো কম্বল ঢেকে দিবে। মাঝে মাঝে ভিজে কম্বল বদলাতে হবে। রোগীর পা ঢাকতে হবে না। ২০ মিনিট এই অবস্থায় রাখবে। গরম কিছু খেতে দেবে। কপালের আটারীতে পল্‌স্ গুণবে। মুখের চেহারা প্রভৃতি লক্ষ্য করে দেখবে শাদা হয়ে যাচ্ছে কি না, কাঁপচে কি না। পরে কম্বল সরিয়ে শুক্‌নো কাপড় দিয়ে গা মুছে দেবে আর গরম কাপড় গা ঢাকা দেবে।

ঘাম হবার জন্য গরম জলে কম্বল ভিজিয়ে ও প্যাক করা হয়। জলের টেম্পারচার ১৮০ ডিগ্রি।

পুলটিস্

তিসির পুলটিস—একটা কড়ায় জল ফুটিয়ে যতটুকু দরকার তাই রেখে বাকি ঢেলে ফেলে দিয়ে তাইতে তিসির গুঁড়ো ছড়াবে, আর কাঠি দিয়ে বেশ করে ঘাটবে। মোহনভোগের মতন শুকনো শুকনো হবে। একখানা পুরু কাপড়ে গরম থাকতে খুন্তি দিয়ে পুরু ক'রে ছড়িয়ে দেবে। হাতের পিঠে তাত সইয়ে পুলটিস্ লাগাবে। তার উপর তুলো দিয়ে বাধলে তাত অনেকক্ষণ থাকবে। সচরাচর দু-ঘণ্টা অন্তর বদলালেই চলে। তেলা কাগজ ঢাকা দিলে তাপ অনেকক্ষণ থাকে। একখানা পুরু কাগজ তেলে ভিজিয়ে রৌদ্রে শুকিয়ে নিলেই তেলা কাগজ হয়।

* এখন, এণ্টিফ্লজিষ্টিন্ বা এণ্টিফ্লেমিন্ পুলটিস্ চলিত হইয়াছে।

২। **আঙ্গরার পুলটিস**—কাঠের আঙ্গরা গুঁড়িয়ে তিসির পুলটিসের উপর ছড়িয়ে দিলেই হয়।

তিসির পুলটিস্ তুলে ফেলে সুইটঅয়েল মাখিয়ে তুলো আর ফ্লানেল দিয়ে বেঁধে রাখলে গরম থাকে। রাত্রে এই রকম করা উচিত।

আদার পুলটিস—একভাগ আদা তিন ভাগ ময়দা বা তিসি বেটে তাইতে ফুটন্ত জল ঢেলে, শুকনো শুকনো গরম গরম পুলটিস একখানা কাপড়ে ঢেলে ছড়িয়ে দিবে। বড়দের রাই সরিষার পুলটিসের মতন ছেলেদের এই পুলটিস কাজ করে।

কবিরাজী মুষ্টিযোগ

১। **জ্বরে**—খেতপাপড়া চারি আনা, শুঁট চারি আনা, ২ সের জলে সিদ্ধ ক'রে ১ সের থাকতে নামিয়ে বড়দের আধ ছটাক, আর

ছোটদের চা খাবার চামচে এক চামচ থেকে আরম্ভ করে বয়স অনুসারে, মধু কি মিশ্রিত শুঁড়ো মিশিয়ে, খেতে দি.ত হয়।

২। **সামান্য কফে** (ক) অষ্টাঙ্গ-অবলেহ—কটছাল চূর্ণ, কূড় চূর্ণ, কাঁকড়াশৃঙ্গ চূর্ণ, পিপুল চূর্ণ, মরীচ চূর্ণ, শুঁঠ চূর্ণ, দুরালভা চূর্ণ, কেলেজীরে চূর্ণ, সমান ভাগ নি:য় বেশ ক'রে মি'শয়ে কাপড়ে ছেঁকে শিশিতে পূরে রাখবে। কাসি হ'লে মধু দিয়ে মেড়ে চাটতে দিবে।

(খ) **যষ্টিমধু অবলেহ**—যষ্টি মধুর মূল এক ছটাক, ঢেড়স আধ ছটাক, আট সের জলে আধ ঘণ্টা সিদ্ধ ক'রে ছেঁকে নিবে। এক পোয়া তালের মিশ্রি মিশিয়ে জ্বাল দিবে এবং সিরাপ বা মধুর মতন গাঢ় হ'লে নামাবে।

(গ) **শিশুদের কাসিতে**—কালা কর্পূর গাছের পাতার রস এক ঝিনুক গরম ক'রে মধুর সঙ্গে খাওয়াতে হয়।

(ঘ) **বাসক পাঁচন**—শুঁঠ চূর্ণ ২॥ রতি, কাল মরীচ ২॥ রতি, বাসকের শুক্‌নো পাতা এক কাঁচ্চা, ৫ ছটাক জলে সিদ্ধ ক'রে, ঐ জলে বড়দের আধ ছটাক, ছোটদের অল্প ম ত্রায় মধুব সঙ্গে খেতে দিতে হয়।

(ঙ) **হুপিং** বা ঐ রকম কফে মকরধ্বজ আধ রতি, ফটকিরি চূর্ণ ৩ রতি, মধুর সঙ্গে মিশিয়ে চাটতে দি:ত হয়। কণ্টিকারী, যষ্টিমধু, হরীতকী, মোট ২ তোলা আধ সের জলে সিদ্ধ ক'রে এক ছটাক থাক্‌তে নামিয়ে চিনির শিরার সঙ্গে মেশাবে। চা খাবার চামচে এক চামচ খেতে দিবে।

৩। **বদ হজমে বা পেটের অসুখে** (ক) **এলাচি চূর্ণ** —ছোট এলাচের দানা চূর্ণ এক সিকি (।০), লবণ চূর্ণ এক সিকি দুই আনা (।৶), জায়ফল চূর্ণ তিন সিকি (৸০), দারচিনি চূর্ণ ১ ভরি, ১ সিকি (৸।০) মিশিয়ে শিশিতে পূরে রাখিবে।

(খ) **হজমি গুলি**—যোয়ান, মৌরী, বিটলবণ, হিং একত্র নেবুর রসের সঙ্গে বেঁটে কুল আঁটির মত বড়ী তৈরী ক'রে রাখবে। এই বড়ী বয়স অনুসারে জলের সঙ্গে খেতে দিলে অজীর্ণ পেট ফাঁপা সারে।

৪। **পেটের অসুখে বা উদরাময়ে** (ক) **খদিরাদি চূর্ণ**—খয়ের ৫ রতি, ফটকিরি ২।।৹ রতি, দারচিনি ৫ রতি, বেলশুঁঠ ১২।।৹ রতি, গুঁড়িয়ে মিশিয়ে রাখবে। ছোট ছেলেদের ২ রতি থেকে

(খ) **ছেলেদের পেটের অসুখে**—যষ্টিমধু চূর্ণ ১ রতি, টাট্‌কা ভাজা খৈ ৪।৫ টা, আতপ চাল ভিজান জলে ভিজিয়ে ছেঁকে নিয়ে, চিনি বা মধুর সঙ্গে।

৫। **হামে**—কুড় (ভাল কাশ্মীরি) বাবুই, তুলসী, মেথী, জলে ভিজিয়ে সেই জল খেতে দিতে হয়।

৬। **ক্রিমি রোগ**—পলাশবীজ, ইন্দ্রযব, বিড়ঙ্গ, নিম ছাল ও চিরেতা সমভাগ চূর্ণ করে রাখবে। ঐ চূর্ণ ৵৹ থেকে ।৹ আনা মাত্রায় তিন রাত্রি রোজ শোবার সময় জলের সঙ্গে খাওয়াতে হয়।

৭। **বমিতে** (১) টাট্‌কা ভাজা খৈ ১ পোয়া, মিশ্রী ১ ছটাক, কিসমিস আধ ছটাক, ইসফগুল, আধ সের জলে ভিজিয়ে রেখে মিশ্রী গুলিয়ে গেলে, খৈ প্রভৃতি বেশ ক'রে চটকে ছেঁকে ফেলবে। ঐ জল অল্প অল্প বার বার খেতে দিতে হয়।

(২) ময়ূরপুচ্ছের ভস্ম ১ রতি, বড় এলাচচূর্ণ ৩ রতি, কুলের আঁটির শাঁস ৩ রতি, একত্র মিশিয়ে মধুর সঙ্গে অবলেহ ক'রে দেওয়া হয়।

(৩) আধ ছটাক উত্তম চূর্ণের সঙ্গে ১ তোলা মধু মিশিয়ে আধ পোয়া জলে গুলে রাখবে। সমস্ত চূর্ণ নীচে জ'মে গেলে উপরের পরিষ্কার জল তুলে শিশিতে রাখবে। এই জলের ৫ ফোঁটা থেকে ১০ ফোঁটা শিশুকে দিতে হয়।

(৪) আমের আঁটির শাঁস ও খৈ চূর্ণ প্রত্যেকের ।০ পরিমাণ, সৈন্ধব লবণ ৫ রতির সঙ্গে একত্র মিশিয়ে ঐ চূর্ণ অল্প মধুর সঙ্গে অবলেহ ক'রে শিশুকে দিতে হয়।

স্ত্রী রোগে

১। **বাধক বেদনায়** (ক) রক্তপুষ্প, কাপাসের মূল, রঙ্গন পুষ্পের গাছের মূল, গন্ধমাতৃকা, জীরে, রক্ত চন্দন, রক্তোৎপলের মূল, সমান সমান ভাগ, চাল ধোয়া জলের সঙ্গে বেটে নিয়ে ৯ মাষা বা ৭২ রতি পরিমাণ আট তোলা চাল ধোয়া জলের সঙ্গে ঋতুকালে ৪।৫ দিন খেতে হয়।

(খ) কলমী লতা বাসি জলে ধুয়ে রগড়ে বাহির ক'রে ঐ রস আট তোলা চিনির সঙ্গে মিশিয়ে ঋতুর সময় ৩।৫ দিন খেতে দিতে হয়।

(গ) ওলটকম্বলের মূলের ছাল ৷৷০ তোলা পরিমাণ ৭টা গোল মরীচের সঙ্গে বেটে ।০ আনা মাত্রায় ঋতুর ৩ দিন খেতে দিতে হয়।

২। **শ্বেতপ্রদর ও ঢিলে যোনিতে**—যজ্ঞ ডুমুরের পাতা আধ পোয়া দুই সের জলে সিদ্ধ ক'রে এক সের থাকতে নামিয়ে ছেঁকে সেই সব জল দিয়ে ডুশ নিতে হয়।

কবিরাজী পথ্য

১। **খৈ মণ্ড**—টাটকা ভাজা খৈ পরিষ্কার জলের সঙ্গে বেটে পাত্রে অল্প আঁচে ছেঁকে নিতে হয়। সেই মণ্ডের সঙ্গে কাগজি লেবুর রস, সৈন্ধব লবণ কি মিশ্রীর গুঁড়ি মিশাতে হয়।

২। **শটির মণ্ড**—শটির পালো জলে গুলে অল্প জালে ফুটিয়ে মণ্ড তৈয়ারি ক'রবে। তার সঙ্গে লেবুর রস বা বেদানার রস ও মিশ্রীর গুঁড়ো মিশাবে। দুধের সঙ্গে শটি প্রস্তুত করিবার নিয়ম ঃ—দুধ ১ পোয়া, জল ১ পোয়া, মিশিয়ে তাইতে আধ তোলা শটি গুলে ফোটাবে এবং দেড় পোয়া কি এক পোয়া থাক্‌তে নামিয়ে মিশ্রি মেশাবে।

৩। **যবের মণ্ড**—যবের ছাতু আধ পোয়া, পটল পাতা ১ তোলা, ধনে আধ তোলা, একত্রে কুটে ২ সের জলে পাক ক'রবে। আধ সের থাকতে নামিয়ে কাপড়ে ছেঁকে খেতে দেবে।

৪। **চিঁড়ের মণ্ড**—টাটকা চিড়ে ফুটন্ত জলে ফেলে বেশ ভিজে গেলে চটকে ছেঁকে নিলেই মণ্ড হয়।

৫। **মান মণ্ড**—মানকচু চাকা চাকা ক'রে রৌদ্রে শুকিয়ে চূর্ণ করে রাখবে। সেই চূর্ণ ১।০ তোলা, আতপ চাউলের চূর্ণ আধ তোলা মিশিয়ে ১ সের জলে পাক ক'রে বেশ মণ্ডের মত হ'লে নামিয়ে রাখবে। খাবার আগে দুধ ও মিশ্রি মেশাবে।

প্রথমভাগ সমাপ্ত

সরল ধাত্রী-শিক্ষা

দ্বিতীয় ভাগ

প্রথম অধ্যায়

প্রথম পরিচ্ছেদ

তল পেট

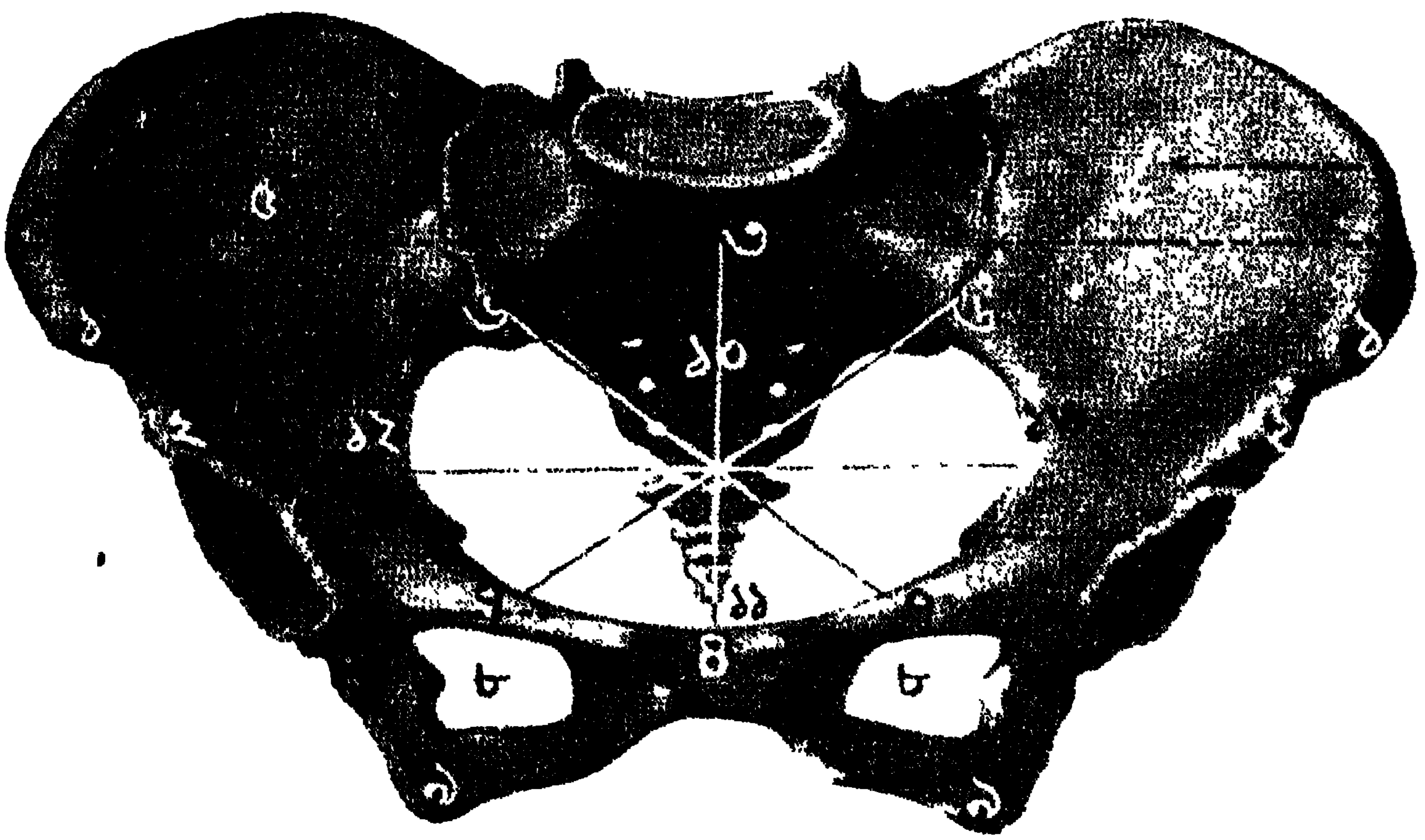
(কমলা, চপলা ও বিমলা)

কমলা। এ কি বিমলা! চারিদিকে হাড়, তার মধ্যে অবাক হ'য়ে একেবারে শ্মশানে যোগিনীর মত বসে আছ যে!

বিমলা। হাড় দেখলে শ্মশানের কথা মনে পড়ে বটে, কিন্তু হাড়ের সে কি ব্যাপার তা জানলে বাস্তবিকই অবাক্ হ'তে হয়। এই যে আমার হাতে হাড়টী দেখচ, এর নাম "পেলহ্বিস্"। এরই ভিতর দিয়ে তোমার সমস্ত দেহটী একদিন বাহির হ'য়েছে, একি কম আশ্চর্য্যের কথা? এরই ভিতর ইউটারাস্। এই ইউটারাসের ভিতর ছেলে ক্রমশঃ বাড়ে আর ঠিক সময় হ'লে ভূমিষ্ঠ হয়। এই পেলহ্বিসেরই ভিতর ইউটারাসের সামনে, প্রস্রাবের থলি বা "ব্লাডার," আর পিছনে বাঁ দিকে মলের নাড়ী বা "রেক্টম্"। এই কঙ্কালের দিকে চেয়ে দেখ পেলহ্বিসের উপর শিরদাঁড়া, তারই নীচে খুঁটির মতন দুইটী ঊরুতের হাড়।

পেলহ্বিসের সব হাড় খুলে ফেললে ৪টী স্বতন্ত্র হাড় দেখা যায়—

দুইপাশে দুইটী "হিপবোন্", পিছনে "সেক্রম", আর সেক্রমের নীচে "কক্সিক্স"। বেশ ক'রে চেয়ে দেখ, এর ভিতর যে সব স্থান ভাল ক'রে জানা দরকার, একে একে তার নাম করি; ১,২, করে দাগ দিয়ে দিচ্ছি, মিলিয়ে নিতে পার :—



২য় চিত্র—পেল্‌ভিস।

১—এণ্টিরিয়র ইলিয়েক স্পাইন—কুঁচকির একটু উপরে যে হাড় উঁচু হ'য়ে হাতে ঠেকে। ২—পোস্‌টিরিয়র ইলিয়েক স্পাইন্—এণ্টিরিয়র্ ইলিয়েক্ স্পাইনের নীচে আর পিছনে। ৩—প্রমণ্টরী—সেক্রমের সঙ্গে শিরদাঁড়ার যোড়। এইটী বেশী উঁচু যাদের, তাদের প্রসবে কষ্ট হয়। ৪—সিম্ফিসিস্ পিউবিস্—তল পেটের নীচে ঠিক মাঝামাঝি শক্ত ঢিবির মতন যে যোড়।

৫—**ইলিয়ম্**—হিপ্ বোনের উপর ভাগ ; ৬—**সেক্রো ইলিয়েক জয়েণ্ট**—ইলিয়াম্ আর সেক্রমের মধ্যে যে যোড়। ডানদিকের জয়েণ্ট বা যোড়ের নাম **রাইট সেক্রো ইলিয়েক জয়েণ্ট** ; বাঁ-দিকের জয়েণ্টর নাম **লেফ্ট্ সেক্রোইলিয়েক জয়েণ্ট্**। **৩-৬-৭-৪—৭-৬-৩—ইলিও পেকটিনিয়েল লাইন**—প্রমণ্টরী থেকে দুদিকে ঘুরে হিপ্ বোন দুইটীর মাঝখান দিয়ে সাম্‌নে সিম্ফিসিস্ পিউবিসে এসে যে উঁচু রেখা বা লাইন মিলেছে। ৭—**ইলিও পেক্‌টি-নিয়েল এমিনেন্স**—ইলিও-পেক্‌টিনিয়েল লাইনের প্রায় মাঝামাঝি ছোট বড়ীর মতন। **৮—ফোরামেন্ ওভেল্লি**—সিম্ফিসিস্ পিউবিসের দু'ধারে বড় বড় দুইটী ছেঁদা। **৯—ইস্কিয়েল্ টিউবরসিটি**—ফোরামেন্ ওভেলির নীচে যে ঢিবির মতন, যার উপর ভর ক'রে আমরা বসি। এই টিউবরসিটির পিছনে যে ছুঁচলো মতন, তার নাম **ইস্কিয়েল স্পাইন্**। ইস্কিয়েল স্পাইনের পিছনে যে বড় খাঁজ কাটা দেখা যায়, তার নাম **বড় সায়েটিক নচ** ; সামনে যে ছোট খাঁজ তার নাম **ছোট সায়েটিক নচ**। **১০—সেক্রম্**। **১১—কক্সিক্সের টিপ**।

ইলিওপেক্‌টিনিয়েল্ লাইনের নীচে পেলভিসের যে অংশ তার নাম **ট্রু পেলভিস**, আর উপরে যে অংশ তার নাম **ফল্‌স্ পেলভিস্**। **ব্রিম্**—ট্রু পেলভিসের কাণা ; আকার হরতনের টেক্কার মতন। **আউটলেট**—পেলভিসের নীচ মুখ ; আকার রুইতনের টেক্কার মতন। **কেভিটি**—ব্রিম আর আউটলেটর মাঝে পেলভিসের গহ্বর। প্রসব বেদনার পূর্ব্বে ছেলের মাথা ব্রীমের উপর থাকে, পরে ক্রমশঃ কেভিটিতে প্রবেশ করে, আর আউট লেট দিয়ে বাহির হয়।

স্ত্রীলোকের পেল্‌ভিসের বিশেষত্ব কি ?

স্ত্রালোকের পেল্‌ভিসের হাড় পুরুষের হাড় অপেক্ষা হালকা ; পেলভিসের কেভিটি বা গহ্বর বেশী বড় ; সেক্রম ততটা বাঁকা নয়, সেক্রমের প্রমণ্টরী ততটা বাড়ান নয় ; পিউবিসের আর্চের (খিলান) দুধার বেশি ছড়ান এবং মসৃণ। পেল্‌ভিক কেভিটীর সামনের দিক চওড়া কম ও ফাঁক বেশি ; সেক্রম ও কক্সিক্সের যোড় নরম, যাতে ছেলের মাথার ঠেলায় কক্সিক্স পেছনে সরে গিয়ে বেরুবার রাস্তা বা আউটলেট চওড়া করে দেয়। ইস্‌কিয়ামের গা এমন ভাবে ঢালু যাতে ছেলের মাথা সহজে সামনে ঘুরে আসতে পারে। মোটের উপর হাড়গুলি এমন ভাবে গড়া ও যোড়া, যাতে ছেলে সহজে নেমে এঁকে বেঁকে, এবং ঘুরে বেরিয়ে পড়তে পারে।

পেলভিসের এক রকম মাপ আছে, তা জানলে প্রসবের কৌশল বোঝা যায়। কতকগুলি লাইন টেনে এই মাপ বুঝতে হবে। এই লাইনগুলির নাম **ডায়েমেটার** ঃ—

১। **কঞ্জুগেট্ ডায়েমেটার**—সাম্‌নে থেকে পেছনে যে লাইন। ব্রিমের কঞ্জুগেট, সিম্ফিসিস্ পিউবিসের উপর থেকে প্রমণ্টরী পর্য্যন্ত (২য় চিত্রে ৪ এর উপর থেকে ৩ পর্য্যন্ত) ; ৪।০ ইঞ্চি লম্বা। আউটলেটের কঞ্জুগেট, সিম্ফিসিস পিউবিসের নীচ থেকে কক্সিক্সের ডগা পর্য্যন্ত (২য় চিত্রে ৪ এর নীচ থেকে ১১ পর্য্যন্ত) ; প্রায় ৪॥০ ইঞ্চি, কিন্তু প্রসবের সময় মাথার চাপে প্রায় ৫।০ ইঞ্চি হ'য়ে যায়। কেভিটীর কঞ্জুগেট উপরে ৫ ইঞ্চি ও নীচে ৪।০ ইঞ্চি। ২। **ওব্‌লিক ডায়েমেটার**—ট্যার্চা লাইন। ব্রিমে, সেক্রোইলিয়েক জয়েণ্ট থেকে ইলিও-পেক্‌টিনিয়েল এমিনেন্স পর্য্যন্ত ৪৸০ ইঞ্চি লম্বা, (২য় চিত্রে একদিকের ৬ থেকে অন্য দিকের ৭ পর্য্যন্ত)। এই ডায়েমেটার দুইটি, রাইট অবলিক আর লেফট্ ওবলিক।

ট্রান্সভার্স ডায়েমেটার—একপাশের মাঝামাঝি থেকে অপর পাশের মাঝামাঝি পর্য্যন্ত যে লাইন। ব্রিমের ট্রান্সভার্স ৫।০ ইঞ্চি

(২য় চিত্রে ১২ থেকে ১৩ পর্য্যন্ত)। আউটলেটের ট্রান্সভার্স দুপাশের ইস্কিয়েল টিউবরসিটি পর্য্যন্ত প্রায় ৪।০ ইঞ্চি লম্বা। কেভিটির ট্রান্সভার্স ৪ থেকে ৪৸০ লম্বা। ব্রিমে টান্সভার্স বড়; কেভিটীতে ওবলিক্ বড়; আর আউটলেটে কঞ্জুগেট বড়। হাড়ের পেলভিসের মাপ এই রকম; কিন্তু যখন মাংস নাড়ীভূঁড়ি থাকে, তখন ব্রিমে ওবলিক ডায়েমেটার বড়, বিশেষ ডানদিকের ওবলিক্। তাই ডানদিকে বেশী যায়গা থাকে ব'লে ছেলের মাথার লম্বা দিক সচরাচর ডান ওবলিকে থাকে।

মেমদের পেলভিসের এই মাপ। বাঙ্গালী মেয়েদের মাপ এর চেয়ে ছোট।

পেল্ভিমিটার যন্ত্র দ্বারা পেল্ভিস্ মাপ হয়। (১) ইণ্টার স্পাইনাস্ ডায়েমেটার সচরাচর মেমেদের প্রায় ১০॥ ইঞ্চি, বাঙ্গালীদের প্রায় ৯॥ ইঞ্চি। গর্ভিণীর দুদিককার এণ্টিরিয়ার সুপিরিয়ার ইলিয়েক স্পাইনের মধ্যে যে ব্যবধান। (২) ইণ্টার ক্রিষ্টেল ডায়েমেটার—সচরাচর মেমদের প্রায় ১১॥ ইঞ্চি। বাঙ্গালীদের প্রায় ১০॥ ইঞ্চি, হিপ্বোনের কাণার যেখানটা বেশি চওড়া, সেখানকার মাপ। (৩) এক্সটার্নেল কঞ্জুগেট ডায়েমেটার সাধারণতঃ মেমেদের প্রায় ৮॥০ ইঞ্চি, বাঙ্গালীদের প্রায় ৭॥ ইঞ্চি; পেছনে শেষ লম্বার হ্বার্টিব্রার নীচে যে গর্ত্তপানা আছে তাই থেকে সিম্ফিসিস পিউবিসের উপর ও মধ্য বিন্দু পর্য্যন্ত যে ব্যবধান। এই মাপ বাঙ্গালীদের ৬।০ ইঞ্চির কম হ'লে ভয়ের কারণ; ৬ ইঞ্চির কম হলে নিশ্চয়ই অস্ত্রের প্রয়োজন। মেমদের ৭।০ ইঞ্চির কম হলে বিপদ।

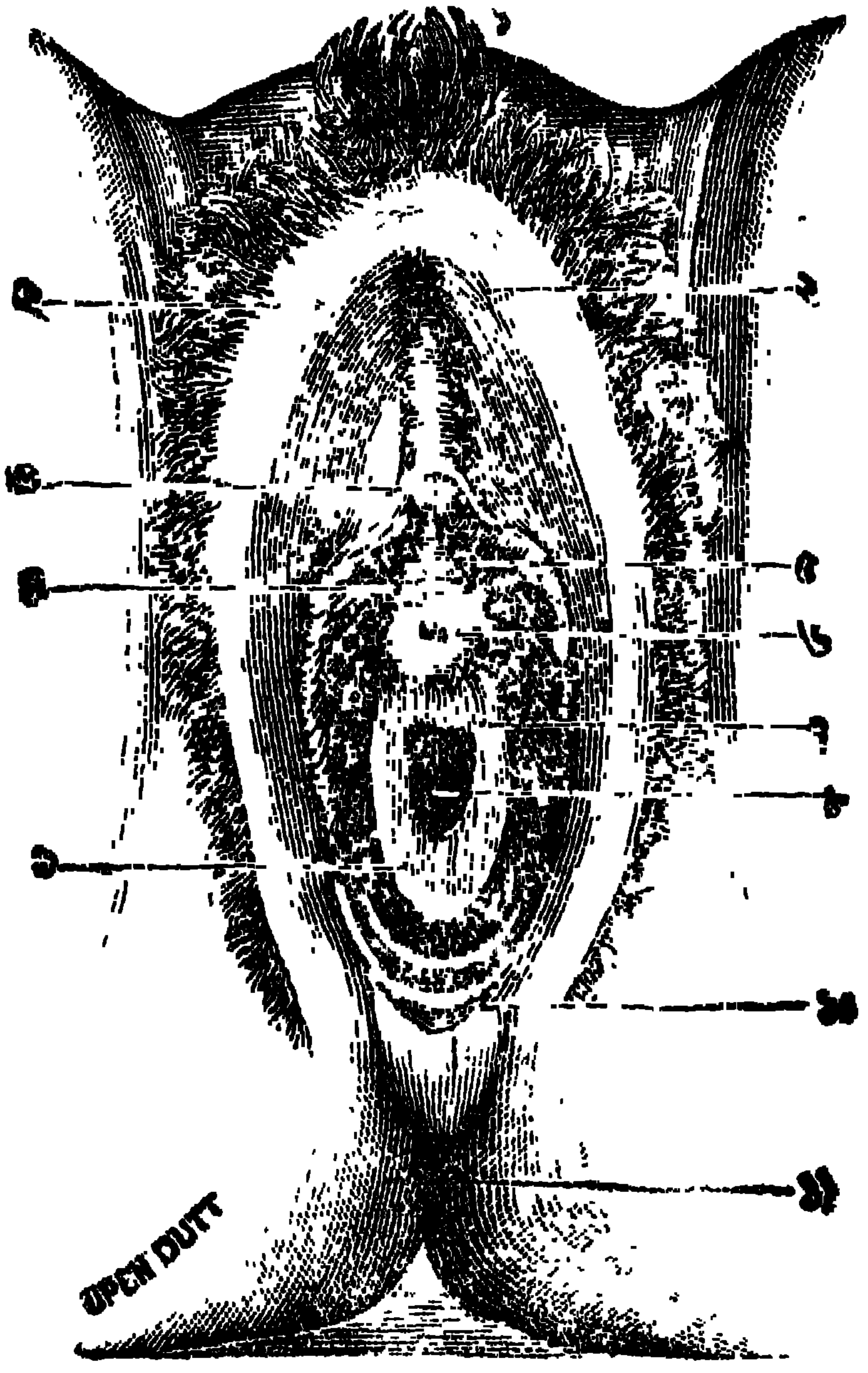
মাপে কম হ'লে ডাক্তারকে জানাতে হয়। কারণ, পেলভিস এই মাপে কম হ'লে পেট কাটার দরকার হতে পারে।

চপলা। হ্যাগা, **পেলভিসের এক্সিস্ কাকে বলে ?**

বিমলা। দেখতেই পাচ্চ পেলভিস্ একটা সোজা চোঙ নয় যা দিয়ে ছেলে সোজা সড়াৎ ক'রে নেমে যায়, কিন্তু বাঁকা নলের মতন; তাই দিয়ে ছেলে এঁকে বেঁকে নামে। ছেলে যে লাইন ধ'রে ইন্লেট্ থেকে আউটলেটে নামে তাকেই এক্সিস্ বলে।

এইত গেল হাড়ের কথা। বাহিরে কতকগুলি স্থান আছে তার নামও জেনে রাখা দরকার।

(ক) **হবলহ্বা**—স্ত্রীলোকের লজ্জার স্থানের এই নাম। এতে ৬টী মাংস বা পরদার মতন স্থান আছে, (১) **মন্সহ্বিনারিস**—সিম্ফিসিস্ পিউবিসের উপরকার উঁচু ঢিবি বা পিড়ি।



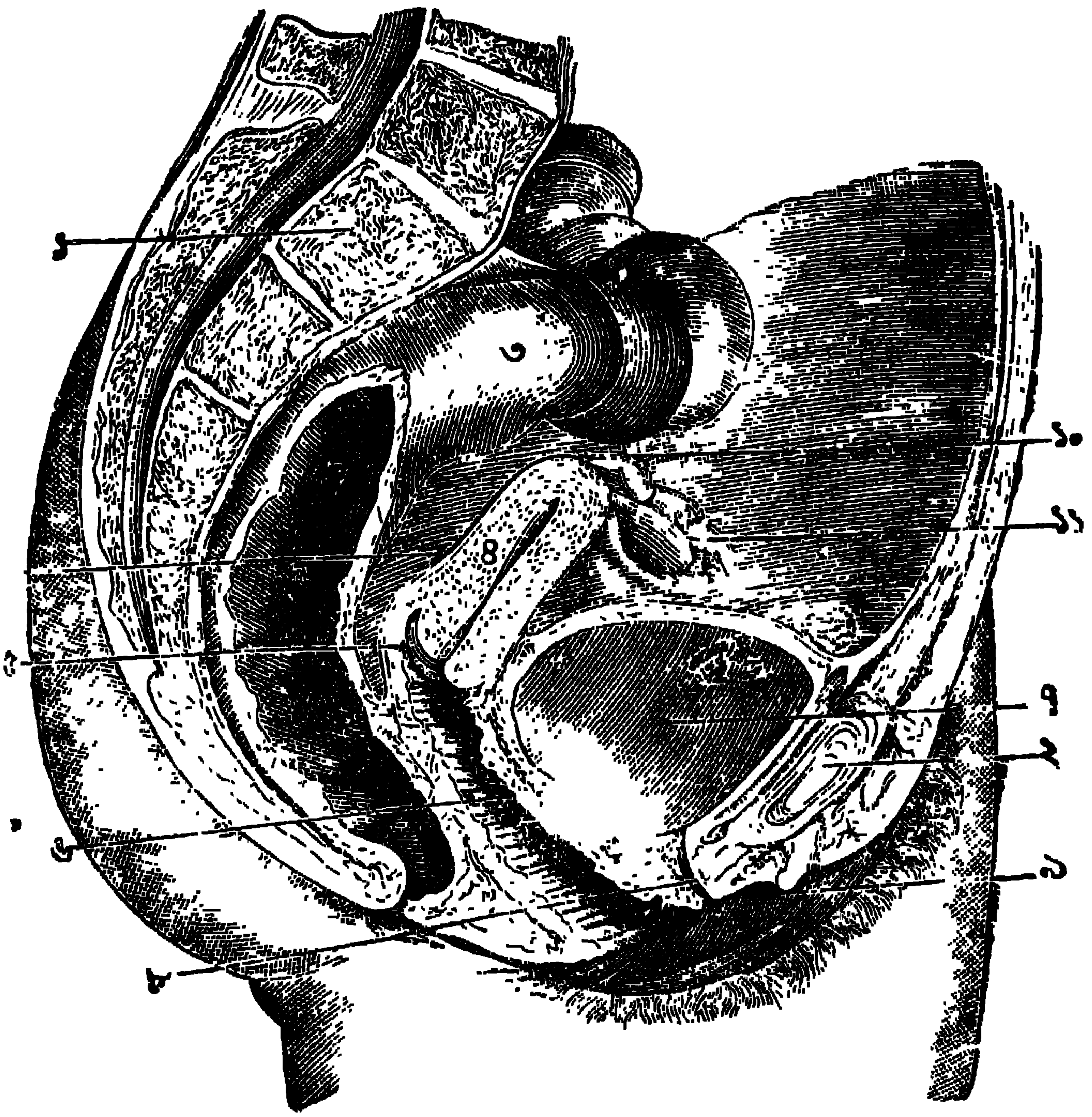
৩নং চিত্র—১। মনস্ হ্বিনারিস, ২। লেবিয়া মেজরা, ৩। ক্লাইটোরিস্, ৪। লেবিয়া মাইনরা, ৫। হ্বেস্টিবিউল, ৬। ইউরিথেল অরিফিস্, ৭। বার্থলিনগ্লাণ্ডের মুখ, ৮। হ্বেজাইনার দ্বার ৯। হাইমেন, ১০। ফোসে´ট, ১১। এনাস্ বা গুহদ্বার।

(২) **লেবিয়া মেজরা**—দুপাশের পাশাড়ি; নীচের কোণটাকে

বলে ফোর্সেট। প্রায় ৩ ইঞ্চি লম্বা; (৩) **লেবিয়া মাইনরা**—দুই লেবিয়া মেজরার উপরভাগের ভিতরে দুইদিকে যে চামড়া উপরে ক্লাইটোরিসের উপর ঘোমটার মতন ঝুলে থাকে, আর নীচে লেবিয়া মেজরার ভিতরকার মাংসের সঙ্গে মিশেছে। তার উপর চুল থাকে না। (৪) **ক্লাইটোরিস**—উপরকার কোণে মটরের মতন যে শক্ত দানা লেবিয়া মাইনরার ঘোমটায় ঢাকা থাকে; (৫) **ভেসটিবিউল**—যোনিদ্বারের উপরে যে ত্রিকোণাকার লাল জায়গা। এর উপরকার কোণে ক্লাইটোরিস, দুধারে লেবিয়া মাইনরা, নীচে ভেজাইনার দ্বার। এই দ্বারের একটু উপরে ক্লাইটোরিসের প্রায় দেড় আঙ্গুল (এক ইঞ্চি) নীচে প্রস্রাবের নালীর মুখ বা ইউরিনারী মিয়েটাস। (৬) **হাইমেন্**—কুমারীর যোনি যে গোল পরদার দ্বারা বন্ধ থাকে। এর মাঝখানে ছিদ্র আছে; ছিদ্র না থাক্‌লে ইম্পার্ফোরেট হাইমেন নামক রোগ বলা যায়। বিবাহের পর এই পরদা ছিঁড়ে যায় এবং সন্তান হ'লে কেবলমাত্র কয়েকটি দানা দানার মতন অবশিষ্ট থাকে। এই সমুদয় ৩নং চিত্রে দেখলে বেশ পরিষ্কার বোঝা যায়।

[খ] **পেরিনিয়ম্**—ভলবা ছিদ্রের নীচ কোণ থেকে মলদ্বার পর্য্যন্ত যে স্থান। স্বাভাবিক অবস্থায় ১॥ ইঞ্চি লম্বা, প্রসবের সময় ৪॥ পর্য্যন্ত লম্বা হয়।

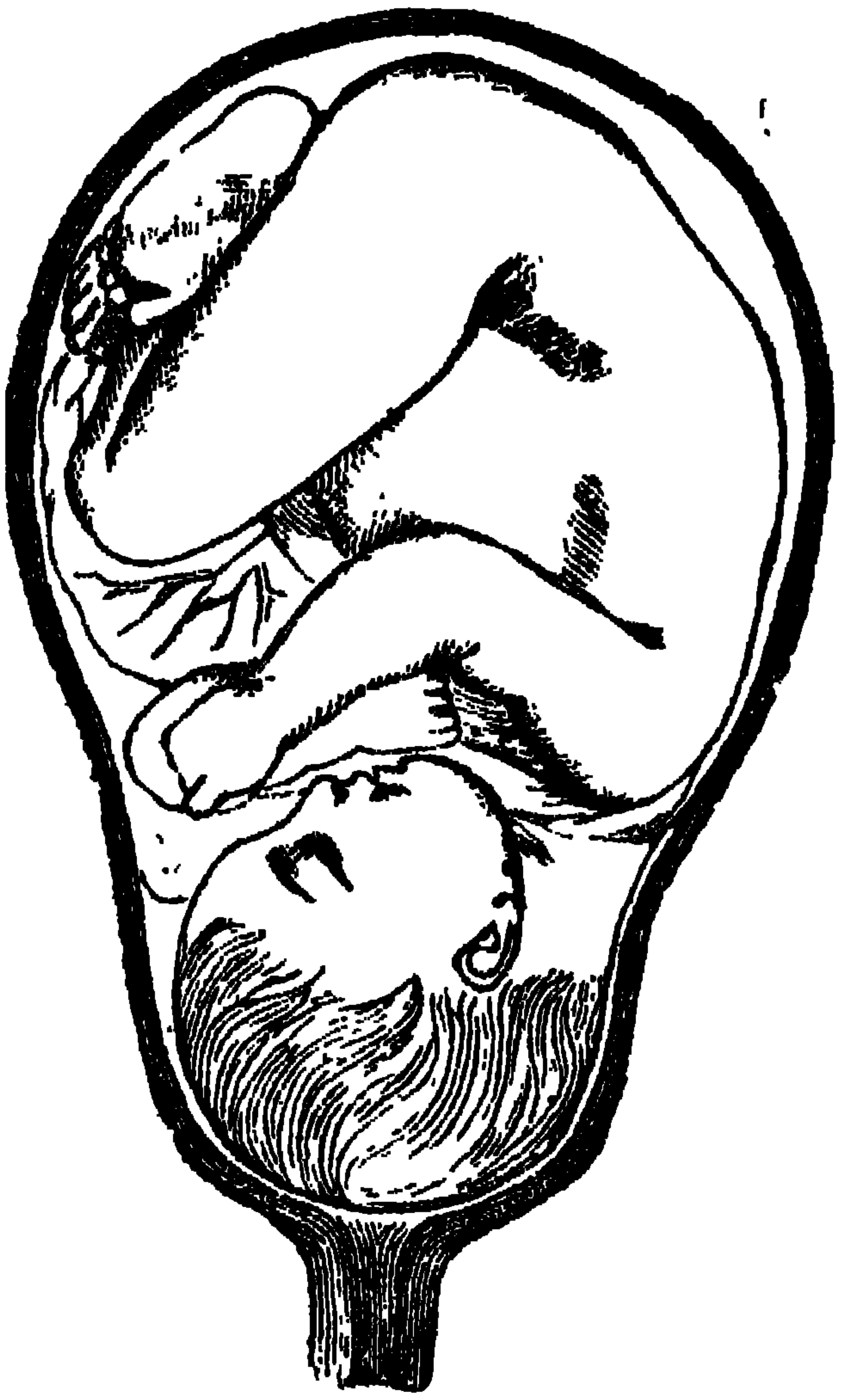
[গ] **ভেজাইনা**—যোনি পথ। সামনের দিকে বা এণ্টিরিয়র ওয়াল ২॥০ কি ৩ ইঞ্চি লম্বা। পিছনে বা পোস্‌টিরিয়র ওয়াল ৩॥০ কি ৪ ইঞ্চি লম্বা। সামনের দিকে আঙ্গুল ঢুকিয়ে উপরের দিকে যেখানে গিয়ে ঠেকে তার নাম **এণ্টিরিয়র কুল্‌ ডি স্যাক্‌**; পিছনে **পোষ্টীরিয়র কুল ডি স্যাক্‌**; দুপাশে রাইট ও লেফ্‌ট **ফর্নিক্স**।



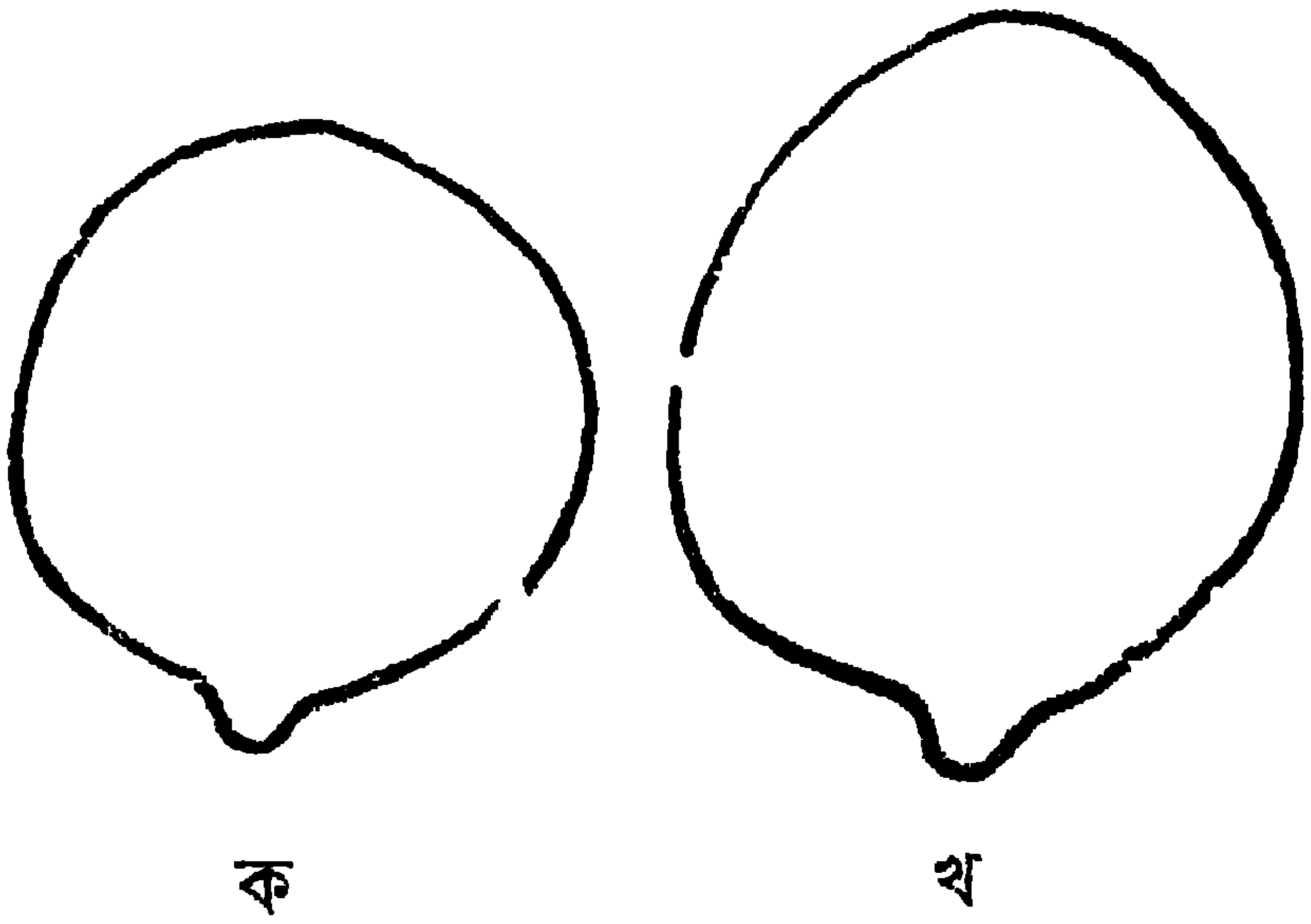
৪র্থ চিত্র—১। সেক্রম, ২। পিউবিস, ৩। রেক্টম, ৪। ইউটারাস, ৫। পোষ্টিবিয়র কুল ডি স্যাক, ৬। ভেজাইনা, ৭। ব্লাডার, ৮। ইউরিথ্রা, ৯। ক্লাইটোরিস্ ১০। ফেলোপিয়ান টিউব, ১১। ওভারি [বাঁ দিকের]

[ঘ] **ইউটারাস**—ভেজাইনার ভিতর অনেক দূর আঙ্গুল দিলে একটি ছুঁচলো জিনিষ হাতে ঠেকে; সেইটিই ইউটারাসের মুখ বা অস্। ইউটারাসের আকার কতকটা উপুড় করা কলসীর মতন; ঠিক গোল নয়, চ্যাপ্টা। গলার নাম **সার্ভিক্স**: উপরভাগকে বলে

ফণ্ডাস। গলার নীচ মুখের নাম **এক্সটার্ণেল্ অস**, আর ভিতরকার মুখের নাম **ইণ্টার্ণেল অস**। বিয়ের আগে অস্ যতটা ছুঁচলো থাকে, গর্ভ হ'লে ততটা ছুঁচলো থাকে না। তখন



৫নং চিত্র—পূরো পোয়াতির ইউটারাস



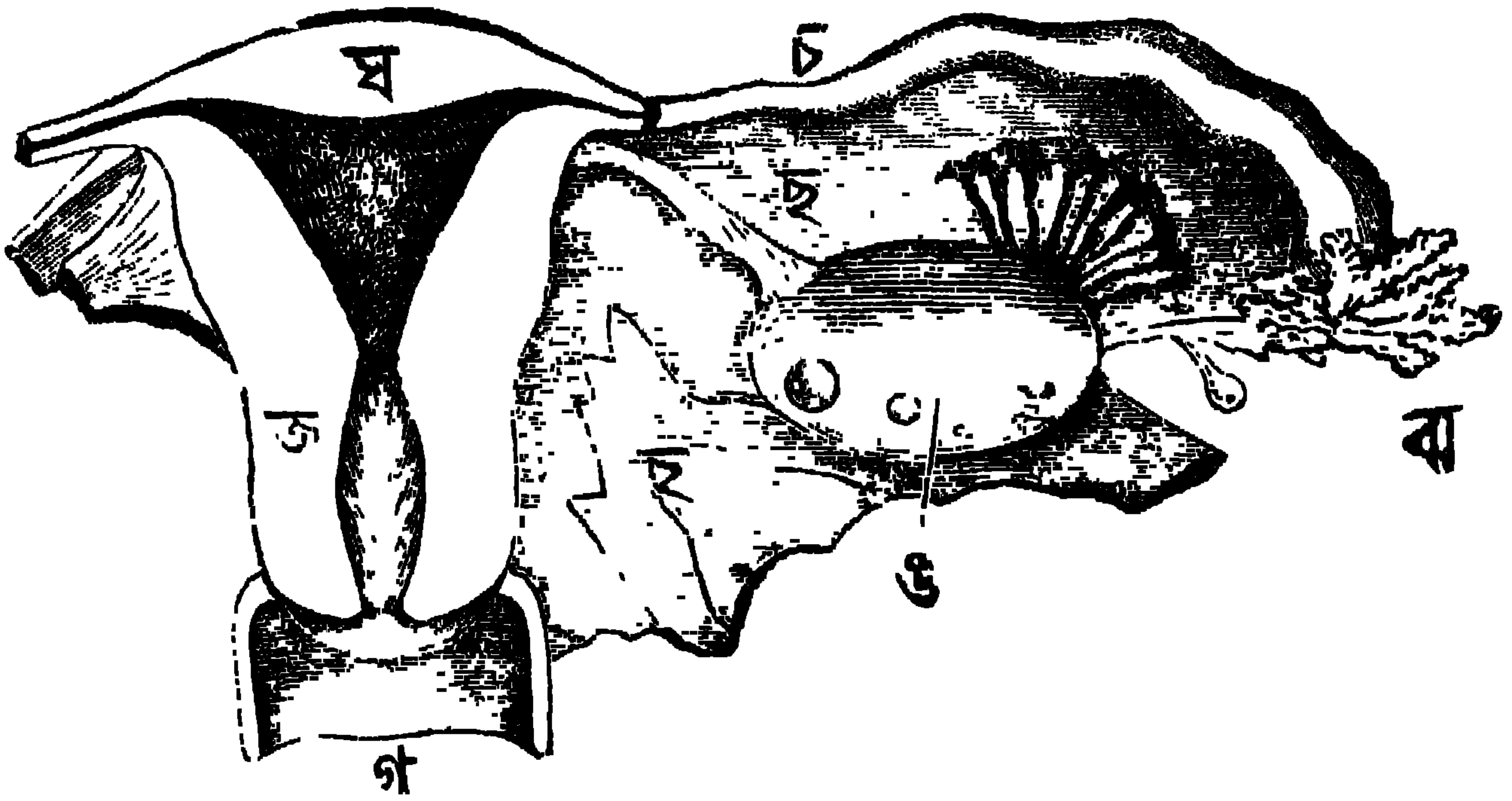
৬নং চিত্র—ক তিন মাসের পোয়াতির ইউটারাস, খ পাঁচ মাসের পোয়াতির ইউটারাস

সাম্‌নে আর পিছনে দুইটি ঠোঁট বা লিপ বেশ টের পাওয়া যায়; সামনের ঠোঁটকে বলে **এণ্টিরিয়র লিপ**, পিছনের ঠোঁটকে বলে **পোষ্টিরিয়র লিপ**। ইউটারাসের সামনে প্রস্রাবের থলি বা **ব্ল্যাডার**, পিছনে মলের নাড়ী বা **রেক্টম**। সচরাচর ইউটারাস

২॥ ইঞ্চি লম্বা, কিন্তু গর্ভ হ'লে ক্রমশঃ বড় হয়, আর আকারও বদ্লায়। তখন কতকটা ডিমের আকার হয়। কচিৎ কাহারও দুটি ইউটারাস্ থাকে। কখনও বা ইউটারাসের একপাশে একটা শিঙ্গের মতন বাড়ান থাকে, তাকে বলে কর্ণুয়া।

(ঙ) **ওহ্বারি বা ডিম্বকোষ**—ইউটারাসের দুপাশে, সিম্ফিসিস পিউবিস্ থেকে প্রায় ৪ ইঞ্চি দূরে একটু উপরে দুইটি বাদামের মতন জিনিষ থাকে তাকে বলে **ওহ্বারি**। এই দুইটির ভিতর প্রায় ৭২০০০ ডিম থাকে। ওহ্বারির ভিতরে ছোট ছোট ফাঁপা দানা আছে; নাম গ্রাফিয়ান্ ফলিক্ল্। ঐ ফলিকুলের ভিতর থাকে ডিম। ফলিক্ল্ ফেটে এই ডিম বাহির হয়।

(চ) **ফেলোপিয়ান টিউব**—ইউটারাসের ফণ্ডাসের দুই পাশ থেকে ওহ্বারি পর্য্যন্ত দুইটি ছোট টিউব বা নল আছে।



৭ম চিত্র—গ ভেজাইনা; ঘ ইউটারাসের ফণ্ডাস; ঙ ওহ্বারি [বাঁ দিকের) চ ফেলোপিয়ান টিউব, ছ ব্রড লিগেমেণ্ট; জ সাহ্বিক্স; ঝ ফেলোপিয়ান টিউবের মুখে ঝালর বা ফিম্ব্রিয়া।

এই নলের নাম ফেলোপিয়ান্ টিউব। ইউটারাসের দিকে এই টিউবের যে মুখ আছে, তার ভিতর একটী চুল মাত্র ঢুকতে পারে; কিন্তু ওহ্বারির দিকে এর মুখ বড়, সেই মুখে আবার ঝালর আছে। ওহ্বারি ফেটে ডিম বেরিয়ে ঐ টিউবের ভেতর ঢোকে। টিউবের ভিতরে এক রকম বেমালুম সরু চুলের মতন আছে, সেইগুলি এমন ভাবে ন'ড়তে থাকে যাতে সেই চুলের উপর দিয়ে ডিম শীঘ্র ইউটারাসের দিকে চ'লে যেতে পারে। টিউবগুলি প্রায় ৪।৬ ইঞ্চি লম্বা।

(ছ) **ব্রড্ লিগেমেণ্ট**—ইউটারাস্ থেকে দুই পাশে ওহ্বারি ফেলোপিয়ান্ টিউব ও রাউণ্ড লিগেমেণ্ট ঢেকে একখানা চাদরের মতন দুদিকে গিয়েছে, তার নাম **ব্রড লিগেমেণ্ট্**।

গর্ভাবস্থায় জরায়ু প্রভৃতির পরিবর্ত্তন

এই জরায়ু প্রভৃতির কতকগুলি পরিবর্ত্তন হয় গর্ভ সঞ্চার হলে ঃ—

ডিম্বকোষ ফেটে ডিম বা ওহ্বম্ যখন পেটের রসে বা পেরিটো-নিয়েল ফ্লুইডে পড়ে, ফেলোপিয়ান টিউবের মুখে যে ঝালর আছে তার ভিতরকার রোমগুলি নড়তে থাকে, আর ঐ রস বা ফ্লুইডে একটা টিউব-মুখী স্রোত হয়, ঐ স্রোতে ভেসে ডিম টিউবের ভিতরে প্রবেশ করে। সচরাচর ঐ টিউবের ভিতরেই শুক্রকীট সংযোগে ওহ্বমের গর্ভ সঞ্চার হয়। গর্ভসঞ্চারের কিছুদিন পর ওহ্বম ইউটারাসের ভিতর গিয়ে এক জায়গায় লেগে থাকে আর ক্রমশঃ বাড়ে।

জরায়ুর ভিতরকার পরদা বা এণ্ডোমেট্রিয়ম্ পুরু ও নরম হয়; তখন তাকে বলে ডেসিডুয়া। প্রথমতঃ ঐ ডেসিডুয়া ওহ্বমের সমস্ত

গায়ে জড়িয়ে থাকে আর তাই থেকে ছোট ছোট আঙ্গুলের মতন বেরোয়। তাকে বলে ভ্হিলাস্। এই ভ্হিলাস মায়ের রক্ত চুষে নেয়। ছেলের রক্তনাড়ী (অম্বিলাইকেল ভ্হেন্) দিয়ে ঐ রক্ত ছেলের দেহে যায়। ৩ মাস পর ঐ ভ্হিলাস্ সব চুপসে যায়, কেবল যে জায়গায় ওহ্বম্ ইউটারাসের গায়ে লেগে থাকে ঐ জায়গায় ডেসিডুয়া (বেসেল ডেসিডুয়া) ক্রমশঃ বেড়ে বেড়ে ফুল বা প্লেসেণ্টা হয়।

পুরো মাসে প্লেসেণ্টা

গোল, ৭৷৮ ইঞ্চি চওড়া, আর যেখানে কর্ড্ লেগে থাকে সেই জায়গায় প্রায় এক ইঞ্চি পুরু ; প্রায় আধসের ভারি ; কিনারার দিকে ক্রমশঃ পাতলা।

কর্ড প্লেসেণ্টার মাঝখান থেকে ফিটাসের (ছেলের) নাভি পর্য্যন্ত। কর্ড প্লেসেণ্টার এক পাশে লেগে থাকলে বলে ব্যাট্ল্ডোর প্লেসেণ্টা, মেম্ব্রেণে লেগে থাকলে বলে ভ্হিলেমেণ্টাস্ প্লেসেণ্টা। অতিরিক্ত আর একটা ফুল থাকলে বলে প্লেসেণ্টা সক্সেন্চুরিয়া। প্লেসেণ্টার যে দিক ছেলের দিকে, তাকে বলে ফিটেল্ সার্ফেস্। এই দিকটা বেশ মসৃণ। এর উপর একটা পাতলা পরদা আছে, তার নীচে দেখা যায় কতকগুলি রক্তের শিরা আর একটী পাতলা পরদার উপর ছড়িয়ে পড়েছে। ঐ ভিতরকার (অর্থাৎ ছেলের দিককার) পরদার নাম এম্নিয়ন্ ; আর তার নীচেকার বা বাহিরের পরদার নাম কোরিয়ন্। সুতরাং পরদা বা মেম্ব্রেন্ বল্তে একটা জিনিষ বুঝায় না, দুটা জিনিস বুঝায়। ঐ এমনিয়নের ভিতরেই জল বা লাইকার এম্নিয়াই। ঐ জলে ছেলে ভাসে, কর্ড নামক বোঁটায় ঝুলে।

প্লেসেণ্টার অপর দিকের নাম মেটার্ণেল সার্ফেস্। এই দিকটা

আব্‌ড়োখাব্‌ড়ো। এতে দেখা যায় কতকগুলি গোল গোল স্পঞ্জের স্থায় নরম লাল জিনিষ,, তার চারিধারে খাঁজ। ঐ গোল গোল জিনিসকে বলে কটিলিডন্। এরাই হ্লিলাস্; মায়ের ভাল রক্ত চুষে নেয়।

এই প্লেসেণ্টার কাজ কি ?

(১) বড়দের ফুসফুসের স্থায় ছেলেদের রক্ত পরিষ্কার করে। বয়স্ক ব্যক্তিদের ফুসফুসে নিশ্বাসের সঙ্গে বাহিরের হাওয়া ঢুকে রক্ত পরিষ্কার করে। আবার প্রশ্বাসের সঙ্গে রক্তের ময়লা (কার্বনিক এসিড প্রভৃতি) বেরিয়ে যায়। গর্ভে শিশুর ফুসফুসে কোন ক্রিয়া হয় না। প্লেসেণ্টাই ফুসফুসের কাজ করে। এই সব বুঝতে হ'লে শিশুর রক্ত সঞ্চালন বুঝা আবশ্যক। আবার শিশুর রক্ত সঞ্চালন বুঝতে হ'লে বড়দের রক্ত সঞ্চালন বুঝতে হবে।

(২) প্লেসেণ্টার দ্বিতীয় কাজ শিশুর পুষ্টি সাধন। শিশু ঐ প্লেসেণ্টার সাহায্যে মায়ের রক্ত নিয়ে ঐ থেকে তার দেহের পুষ্টির জন্য যা যা আবশ্যক সব বেছে নেয়। (৩) তৃতীয় কাজ মায়ের স্তনে দুধ হবার পক্ষে সাহায্য করা। (৪) মাতৃদেহের কোন কোন সংক্রামক রোগের বীজ বা বিষ শিশুদেহে আসতে না দেওয়া।

প্লেসেণ্টা ও মেম্ব্রেণ দুই সম্পূর্ণ রূপে বেরিয়ে এসেছে কি না তার পরীক্ষা ত জানাই আছে। বিশেষ করে দেখ্‌তে হবে প্লেসেণ্টার টুকরা ভিতরে আছে কি না। অতিরিক্ত প্লেসেণ্টা (প্লেসেণ্টা সক্‌সেঞ্চুরিয়া) ভিতরে থেকে গেলে মেম্ব্রেণে ঐ টুকরার সমান ফাঁক থাকবে। এম্নিয়ন থেকে কোরিয়ণ আলাদা করে ছাড়িয়ে দেখবে দুটী মেম্ব্রেণ সম্পূর্ণ বেরিয়েছে কি না।

স্তনের আর ইউটারাসের মধ্যে বেশ নিকট সম্পর্ক আছে। গর্ভ হ'লে যেমন ইউটারাস্ বাড়ে তেমনি স্তনও বাড়ে। প্রসবের পর ছেলে স্তনে মুখ দিলে ইউটারাস্ কুঁকড়ে যায়। স্তনের বোঁটাকে নিপল্ বলে। এই নিপলের সঙ্গে কতকগুলি সরু সরু নলের যোগ আছে, আর নলগুলির সঙ্গে ছোট বীচির যোগ আছে। বীচিতে দুধ জন্মায়, আর নল দিয়ে নিপ্‌লে আসে।

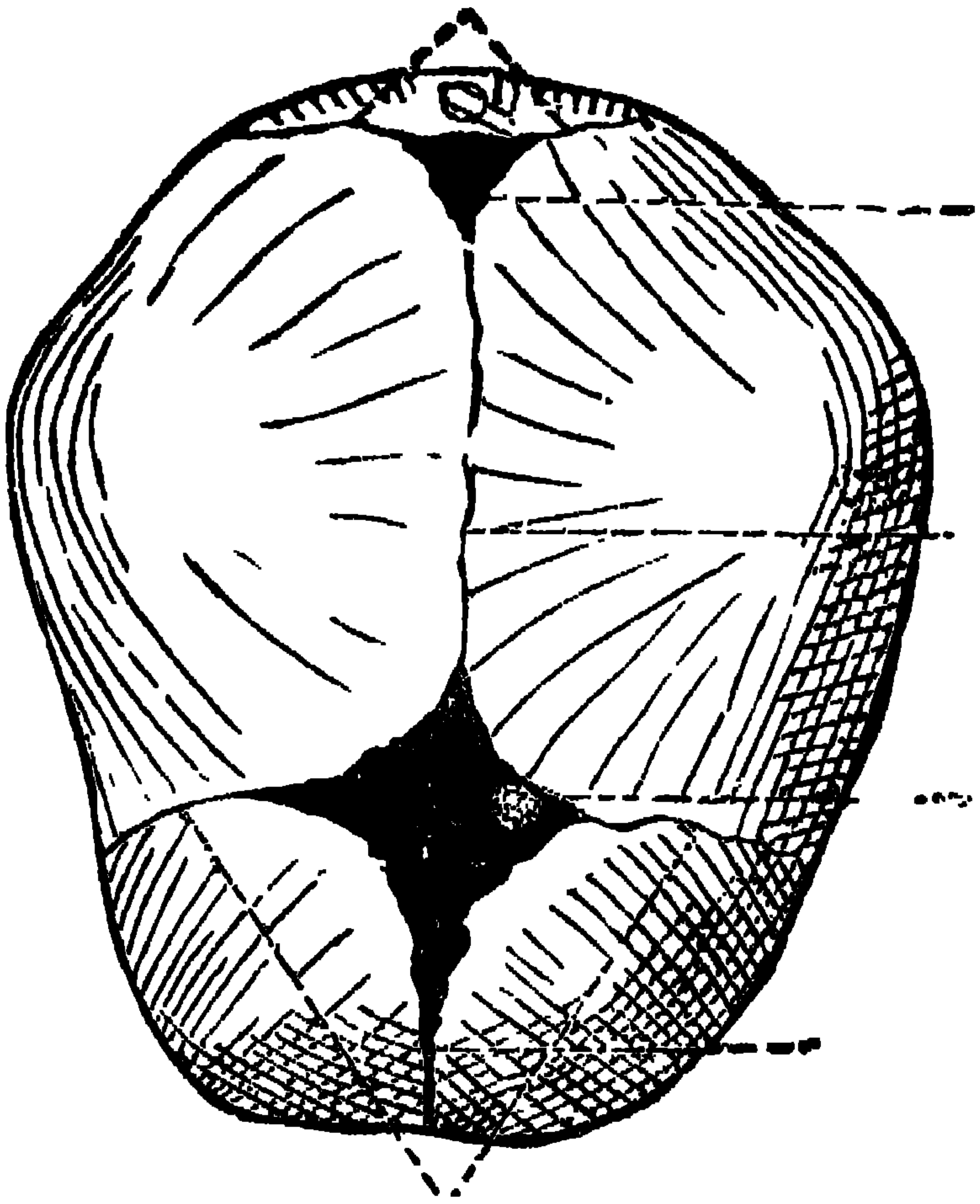
পেলভিস সম্বন্ধে যা যা বল্‌বার আছে, সংক্ষেপে সব বলা হ'ল। কিন্তু এই পেলভিসের ভিতর দিয়ে ছেলের দেহটা কেমন ক'রে বেরোয় তা বুঝতে গেলে, ছেলের মাথাটা বেশ ক'রে পরীক্ষা ক'রে দেখা উচিত। কারণ, দেহের ভিতর মাথাটাই সব চেয়ে শক্ত। পেলভিস্ যদি স্বাভাবিক হয়, মাথাটা বেরুলেই সমস্ত দেহ আপনা হ'তে সহজেই বেরিয়ে পড়ে। যে বাক্সটার ভিতর ব্রেণ বা মাথার ঘি থাকে, তার নাম **ক্রেনিয়ম্**। এই বাক্সের তলাটা খুব শক্ত, বিশেষতঃ পিছনের দিক। এই স্থানে মেডালা নামে একটা জিনিস আছে, তাতে জোরে আঘাত লাগলে নিশ্বাস বন্ধ হ'য়ে যেতে পারে, তাই সেখানকার হাড় খুব শক্ত আর পুরু। তালুর দিকটা তত শক্ত নয়, বরং হাড়ের যোড় আলগা আর স্থানে স্থানে তল্‌তলে। এই অবস্থার দরুন, প্রসব বেদনার চাপে মাথাটা এমন ভাবে ছোট হয় যাতে সহজে প্রসব-রাস্তা দিয়ে বাহির হয়, অথচ চাপের দরুন কোন অনিষ্ট হয় না। মাথার ৪টি হাড়ের নাম বিশেষ ক'রে মনে রাখা দরকার ; (১) সামনের দিকে একটি **ফ্রণ্টেল বোন্**, (২) পিছনের দিকে একটি **অক্সিপিটেল বোন্**, আর (৩, ৪) দুই পাশে দুইটি **পেরাইটেল বোন্**। এই হাড়গুলির মাঝখানটা উঁচু ও শক্ত, তার নাম

প্রটিউবারেন্স্। দুই পাশে দুইটি পেরাইটেল্ প্রটিউবারেন্স, পিছনে অক্সিপিটেল্ প্রটিউবারেন্স্, সামনে ফ্রন্টেল্ প্রটিউবারেন্স। এই জায়গাগুলি এই রকম শক্ত না হ'লে বিষম বিপদ হ'ত; কারণ, ছেলেরা প'ড়ে গেলে প্রায় এই সব জায়গায়ই লাগে। মাথার তলায় একটা বড় ছেঁদা আছে, তার নাম ফোরামেন্ ম্যাগনম্।

ছেলের মাথার হাড়ের যোড়গুলি এত আল্গা যে দুইদিক ধ'রে টিপ্লে হাড় দুটি গায়ে গায়ে লাগে, এমন কি একটি হাড় আর একটি হাড়ের উপরেও উঠতে পারে। এই সব যোড়ার নাম **সূচার**। চারিটি সূচার আছে। (১) কপালের উপর থেকে মাথার পিছন অবধি দুইটি পেরাইটেল বোনের মাঝখানটায় যে সূচার, তার নাম **স্যাজিটেল সূচার**। (২) এক কাণ থেকে অপর কাণ অবধি কপালের উপর দিয়ে, দুই পেরাইটেল্ বোন্ আর ফ্রন্টেল্ বোনের মাঝখানটায় যে সূচার, তারই নাম **করোণেল সূচার**। (৩) কপালের উপর থেকে নাকের গোড়া পর্য্যন্ত যে সূচার ফ্রন্টেল্ বোনের ঠিক মাঝখানটা দিয়ে গিয়েছে, তার নাম **ফ্রন্টেল সূচার**। (৪) মাথার পিছনে স্যাজিটেল্ সূচারের শেষ দিক থেকে অক্সিপিটেল আর পেরাইটেল বোনের মাঝখান দিয়ে যে সূচার দুপাশে গিয়েছে, তার নাম **ল্যাম্ডয়ডেল সূচার**।

কচি ছেলের তালু তল্ তল্ করে, সেখানে হাড় নাই কেবল চামড়া আছে; তার নাম **ফণ্টেনেলি**। এই রকম দুটী ফণ্টেনেলি আছে। (১) তালুর ফণ্টেনেলির নাম **এণ্টিরিয়র্ ফণ্টেনেলি** বা **ব্রেগ্মা**। বেশ ক'রে আঙ্গুল বুললে টের পাওয়া যায় বরফির মতন এর চারিটি কোণ আছে; সামনের কোণে

ফ্রণ্টেল সূচার, পিছনের কোণে স্যাজিটেল্ সূচার, দুদিককার কোণে করোণেল্ সূচার এই চারিটী সূচার, এসে এইখানে মিলেছে। এতে



৮ম চিত্র—ছেলের মাথার খুলির উপর

দুটি আঙ্গুল বেশ ঢুকতে পারে; কিন্তু প্রসবের সময় ব্যথার চাপে জায়গাটা ছোট হ'য়ে যায়। (২) মাথার পেছনে যেখানটায় স্যাজিটেল্ আর ল্যাম্ডয়ডেল সূচার মিলেছে সেখানকার ফণ্টেনেলিকে বলে **পোসটিরিয়র ফণ্টেনেলি**। এতে কেবল একটা আঙ্গুলের ডগা ঢুকতে পারে, প্রসবের সময় তাও ঢোকে না। কিন্তু বেশ করে আঙ্গুল বুললে টের পাওয়া যায়, সাম্নে ব্রেগ্মার যেমন বরফির মতন চারিটী কোণ আছে, এর তেমন চারিটি কোণ নাই, কিন্তু তিনটী কোণ আছে, আর তিন কোণ থেকে তিনটী সূচার গিয়াছে। প্রসবের প্রকৃত সময় অতীত

হ'লে সূচার ফণ্টেনেলি শক্ত হ'য়ে যায়। তখন ব্যথার চাপে প্রসবের সময় মাথা ছোট হয় না, সুতরাং অবষ্ট্রক্শন বা প্রসবে কষ্ট হয়।

এণ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি থেকে নাকের গোড়া পর্য্যন্ত মাথার যে অংশ তাকে বলে সিন্সিপট্। পোষ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি থেকে অক্সিপিটেল প্রটিউবারেন্স পর্য্যন্ত অক্সিপট্; দুই ফণ্টেনেলির মাঝখানটাকে বলে হ্বার্টেক্স।

পেল্‌হ্বিসের যেমন ৪টী ডায়েমেটার আছে, হেডেরও তেমনি ৮টি ডায়েমেটার আছে ঃ—১। **সুপ্রা অক্সিপিটোমেণ্টেল বা হ্বার্টিকো-মেন্‌টেল**—পোস্‌টিরিয়র ফণ্টেনেলির একটু সামনে থেকে থুঁতি পর্য্যন্ত; ৫। ইঞ্চি; সব চেয়ে বড়। ২। **অক্সিপিটো মেন্‌টেল**—পোষ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি থেকে থুঁতি পর্য্যন্ত,৪৸৹ ইঞ্চি। ৩। **অকসিপিটো ফ্রন্‌টেল**—পোষ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি থেকে নাকের গোড়া পর্য্যন্ত ৪॥ ইঞ্চি। ৪। **সাহ্ব'াইকো ব্রেগ্‌মেটিক**—কণ্ঠার উপর থেকে ব্রেগ্‌মা বা এণ্টিরিয়র ফণ্টেনেলির মাঝখান পর্য্যন্ত; ৩৸৹ ইঞ্চি। ৫। **সব অক্সিপিটো ব্রেগ্‌মেটিক**—পেছন দিকে মাথা ও গলার যোড় থেকে এণ্টিরিয়র ফণ্টেনেলির মাঝখান পর্য্যন্ত; ৩৸৹ ইঞ্চি। ৬। **ফ্রন্‌টোমেন্‌টেল**—কপালের উপর থেকে থুঁতি পর্য্যন্ত; ৩।৹ ইঞ্চি। **বাই পেরাইটেল**—এক পেরাইটেল্ প্রটিউবারেন্স থেকে অপর পেরাই টল প্রটিউবারেন্স্ পর্য্যন্ত, ৩৸৹ ইঞ্চি। ৮। **বাই টেম্পোরেল**—করোনেল সূচারের এক দিক থেকে আর এক দিক পর্য্যন্ত; ৩।৹ ইঞ্চি।

মেয়ে ছেলের চাইতে পুরুষ ছেলের মাথা বড় হয়; পুরুষ ছেলে প্রসব হতে কষ্টও বেশী।

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ

প্রসবের কৌশল

বা

মিকেনিজ্‌ম

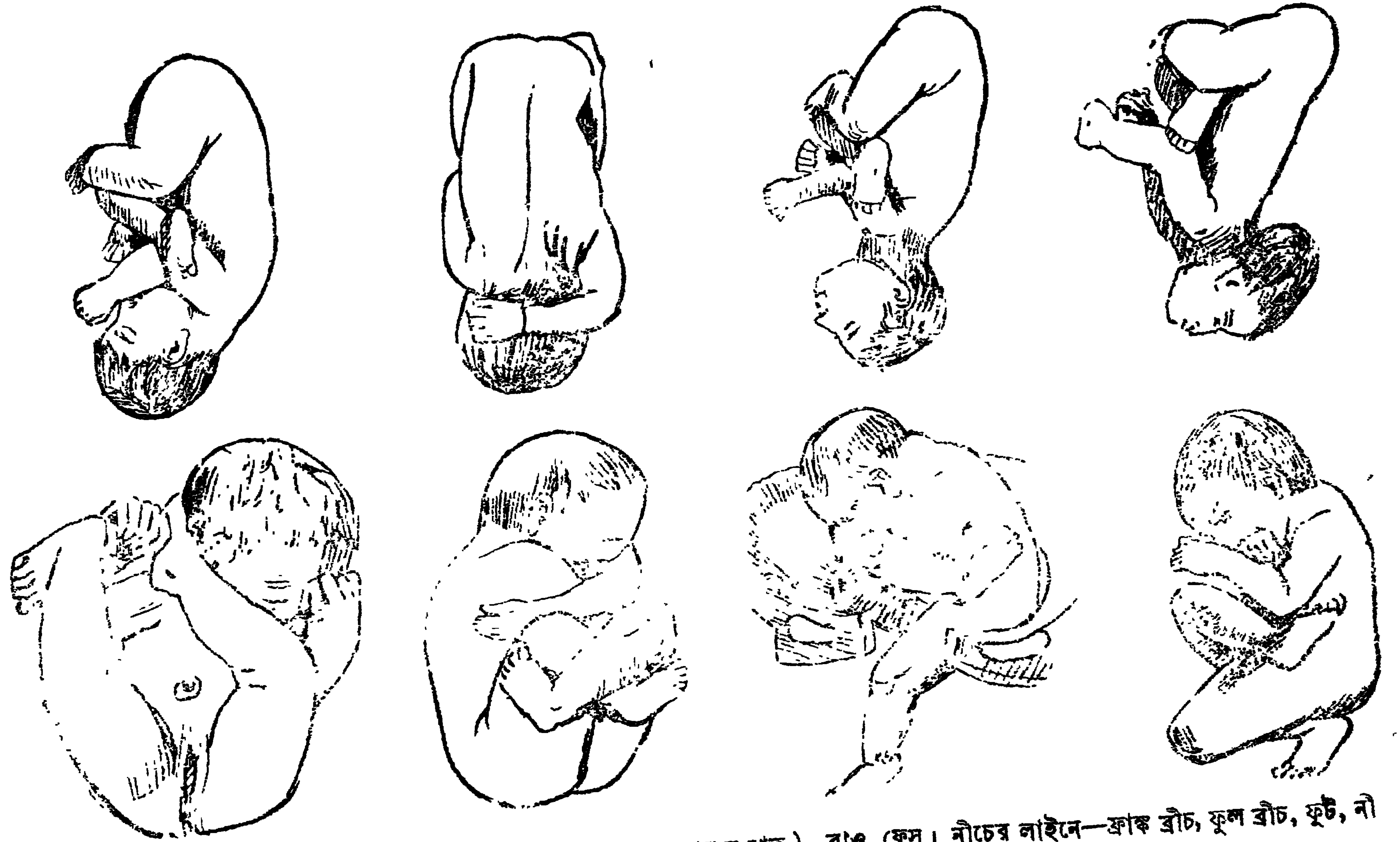
[কমলা, চপলা ও বিমলা]

বিমলা। কালকে ব'লেছি মিকেনিজম্ বুঝতে হ'লে কটা কথার মানে জেনে রাখা দরকার—

১। **প্রেজেণ্টেশন্***—মানে দেখা দেওয়া। ইউটারাসের মুখে ছেলের যে অঙ্গটা সকলের আগে দেখা দেয়, সেই অঙ্গেরই প্রেজেণ্টেশন্" বলে। যেমন মাথাটা আগে দেখা দিলে "হেড্ প্রেজেণ্টেশন্," বলে, মাথার হ্বার্টেক্স দেখা দিলে বলে হ্বার্টেক্স প্রেজেণ্টেশন্," মাথার মুখের দিক দেখা দিলে "ফেস্ প্রেজেণ্টেশন্", ভুরুর দিক দেখা দিলে "ব্রাও প্রেজেণ্টেশন", পাছা দেখা দিলে "ব্রীচ প্রেজেণ্টেশন", হাত দেখা দিলে হ্যাণ্ড প্রেজেণ্টেশন্," কাঁধ দেখা দিলে বলে "শোল্‌ডার প্রেজেণ্টেশন্" ইত্যাদি। যে জায়গাটা দেখা দেয় তাকে "প্রেজেণ্টিং পার্ট্" বলে। ১০০ জন পোয়াতির ৯৭ জনেরই হেড্ প্রেজেণ্টেশন্ হয়।

২। **পোজিশন্***—প্রেজেণ্টিং পার্টের অংশবিশেষ ব্রিমে যে ভাবে থাকে তাকে পোজিশন বলে। এই অংশ বিশেষ, হ্বার্টেক্স প্রেজেণ্টেশ ন অক্সিপট, ব্রীমে সেক্রম, ফেসে থুঁতি, ট্রান্সহ্বার্সে

* জ পুর্ব্ববাঙ্গালার মতন উচ্চারণ



১ম—চিত্র। উপর লাইনে—হ্বার্টেক্স্, নিউকেল (মাথার পেছনে হাত), ব্রাও, ফেস্। নীচের লাইনে—ফ্রাঙ্ক ব্রীচ, ফুল ব্রীচ, ফুট, নী

পিঠ, ব্রাওয়ে কপাল বা সিন্সিপট। হ্বার্টেক্স প্রেজেণ্টেশনে অক্সিপট সামনে আর বাঁ দিকে প্রায় থাকে বলে এই পোজিশনের নাম "ফাষ্ট পোজিশন্"। হ্বার্টেক্সের ৪টি পোজিশন আছে :—

১। **ফাষ্ট পোজিশন**—অক্সিপট সাম্‌নে বাঁ দিকে।

২। **সেকেণ্ড পোজিশন**—অক্সিপট সাম্‌নে ডান্ দিকে।

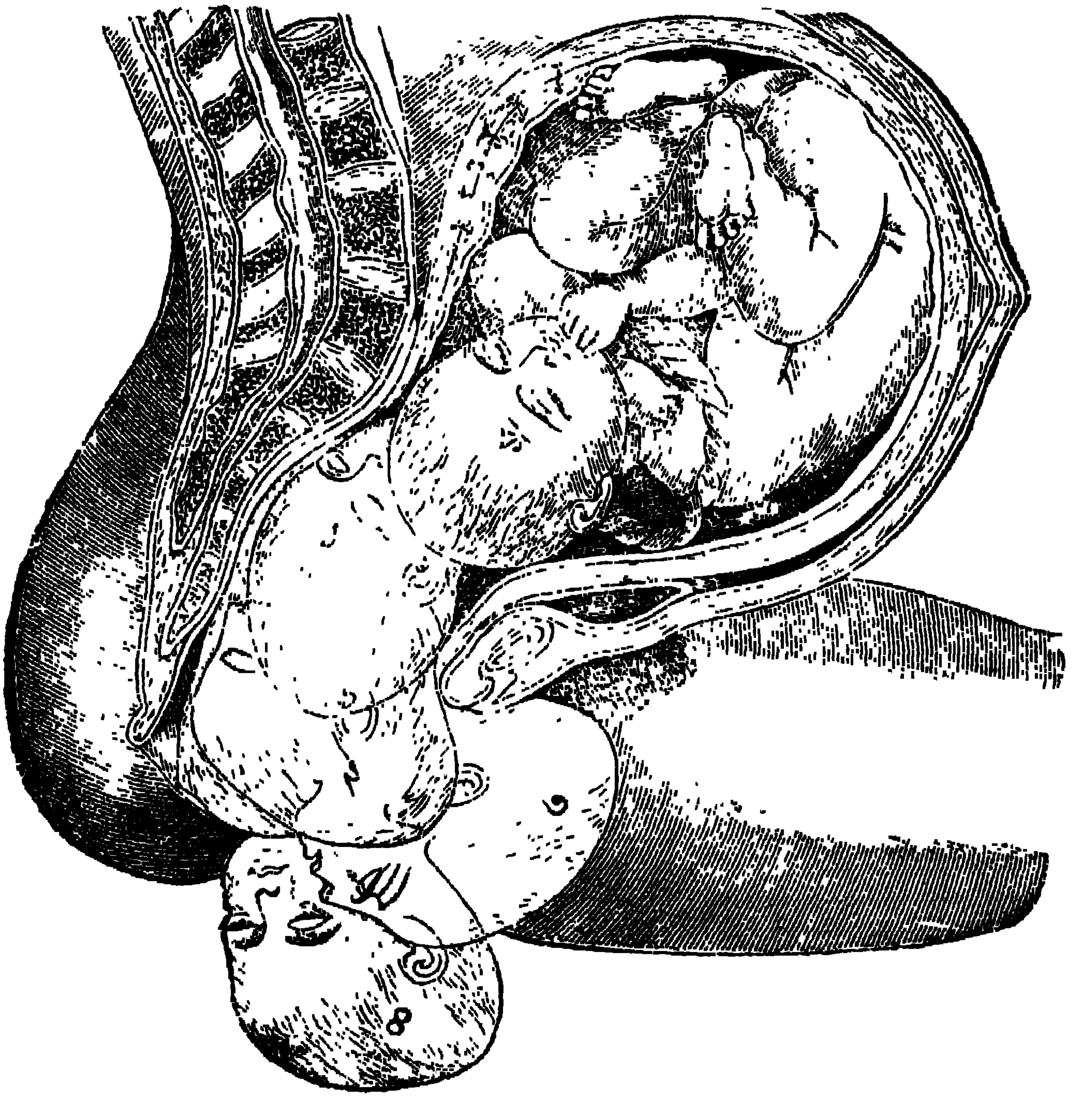
৩। **থার্ড পোজিশন**—ফাষ্ট পোজিশনের উল্টো। অক্সিপট পিছনে ডান দিকে।

৪। **ফোর্থ পোজিশন**—সেকেণ্ড পোজিশনের উল্টো। অক্সিপট পিছনে বাঁ দিকে।

সচরাচর হেড প্রেজেণ্টেশন কেন হয়, আর মাথা ফাষ্ট পোজিশনে কেন থাকে, তার অনেক কারণ আছে। [১] মাথা আর সব অঙ্গের চেয়ে ভারি ব'লে নীচে থাকে [২] ইউটারাস্ সময় সময় কুঁচকায় ব'লে ছেলেকে তার ভিতরে এমন ভাবে থাক্‌তে হয় যাতে অল্প জায়গা যুড়ে থাকা যায়। [৩] মাথার চাইতে পাছা বড়, আর ইউটারাসের নীচের দিক চাইতে উপর দিক বড়, তাই পাছা উপরে, মাথা নীচে থাকে। আর বুকের উপর হাত দুটি, উপরে উরুত দুটি, উরুতের উপর পা দুটি দুমড়ন থাকে। ছেলেটা যেন অল্প জায়গা নিবার জন্য গুটি গুটি মেরে থাকে [৫ম চিত্র দেখ]। [৪] পোয়াতির শিরদাঁড়া সামনের দিকে ধনুকের মতন বাঁকা ; ছেলের পেটের দিক সেখানটায় বেশ ফিট করে, তাই পিঠ সাম্‌নে থাকে। [৫] ব্রিমের ওবলিক ডায়েমেটার সব চেয়ে বড়, তাই ছেলের মাথা ওবলিক ডায়েমেটারে থাকে। কিন্তু ব্রিমের বাঁ দিকে মল ভরা রেক্টম্ আছে, তাই ছেলের কপালের দিক বড় ব'লে ডান দিকে সরে যায়। এখন বুঝতে পাচ্চ সচরাচর ফাষ্ট

পোজিশনে ছেলে কেন থাকে? এই পোজিশনেরই মিকেনিজম্ বা কৌশল বুঝিয়ে দিচ্ছি।

জানা দরকার মিকেনিজমের উদ্দেশ্য কি? ছেলে যদি মাথাটা হেঁট না ক'রে কড়ামেজাজ সেপাইয়ের মতন সোজা ক'রে রাখত, তা হ'লে কখনই ভূমিষ্ঠ হ'তে পারত না। পেলহ্বিস্ একটা সমান সোজা চোং নয়। ব্রিমের বড় আড় বা ওবলিক্ ডায়মেটারে ছেলের



০নং চিত্র—ক হেড ওবলিক্ ডায়েমেটারে ১ ফ্লেক্শন ২ ভিতরে রোটেশন ৩ এক্সটেশন ৪ বাহিরে রোটেশন

মাথা থাকে। নীচে ওবলিক্ ডায়েমেটার বড় নয়, কিন্তু কঞ্জুগেট বড়। মাথারও সব জায়গা সমান নয়। মিকেনিজেমের উদ্দেশ্য যাতে মাথার ছোট জায়গাটা (ডায়েমেটার) ঘুরে পেলহ্বিসের বড় জায়গায় (ডায়েমেটারে) এসে পড়ে।

এই ১০ নং ছবিতে যেমন আছে, হেড বেরুবার আগে সেই ভাবে ৪ রকমে নড়ে :—

১। **ফ্লেক্‌শন** বা মাথা হেট করা—থুঁতি বুকের উপর ঝুঁকে পড়ে। এর দুইটি কারণ, [১] মাথার এমনি গড়ন যাতে মাথার পেছন দিকটা সহজে নীচে নেমে আসে, কপালের দিকটা তেমন নামে না ; [২] ছেলের শিরদাঁড়ার যেখানটা মাথার সঙ্গে যোড়, সেখানটা সিন্সিপটের চাইতে অক্সিপটের বেশি কাছে, তাই ব্যাথার চাপে যখন শিরদাঁড়াটা নীচের দিকে ঠেলে, অক্সিপটের দিকেই জোর বেশি পড়ে, তাই অক্সিপটই আগে নীচে নামে আর সিন্সিপট উপরে ওঠে। মনে কর শিরদাঁড়া যেন একটা কাঠি, মাথা যেন একটা পাথরের ডিম, আর প্রসবের পথ যেন একটা রবারের নল। ডিমটা রবারের নলের ভিতর আড়ে ঢুকিয়ে, কাঠি দিয়ে ডিমের যেদিকে ঘেঁসে ঠেলবে, সেই দিকটাই নীচে নাম্‌বে। ফ্লেকশনের দরুন লাভ কি ? ফ্লেক্‌শনের আগে ছেলের অক্সিপিটো-ফ্রন্টেল ডায়েমেটার [৪৷৷০ ইঞ্চি] ওবলিক ডায়েমেটারে [প্রায় ৪৷৷০ ইঞ্চি] ছিল ; আঁট হয়ে বসে, তাই এগুতে পারে না। ফ্লেকশনের দরুন তার চাইতে ছোট সব্-অক্সিপিটো-ব্রেগমেটিক [৩৸০ ইঃ] ডায়েমেটার এসে পড়ে, তাইত হেড সহজে নামতে পারে। এইরূপে মাথার তালুর বদলে অক্সিপট নীচে নামে। ফ্লেকশন হ'য়ে গেলে পরীক্ষা ক'রলে পোষ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি আঙ্গুলে ঠেকে, এণ্টীরিয়র ফণ্টেনেলি আর ঠেকে না।

২। **ভিতরে বা ইণ্টার্নেল্ রোটেশন**—অক্সিপট সাম্নের দিকে ঘুরে আসে আর সিক্সিপট পেছনের দিকে যায়। রোটেশনের কারণ কি? পেলহ্বিসের পাশের যায়গা নীচের ও সামনের দিকে ঢালু। অক্সিপট্ সেখানে পড়ে নীচে ও সামনের দিকে ঘুরে আসে। পেলহ্বিসের সামনে খিলানের (পিউবিক আর্চ) নীচটা ফাঁকা; সে দিকে অক্সিপট আসবার কোন বাধা নাই। ফ্লেক্শনের দরুন অক্সিপট নীচে নেমে পেলহ্বিসের মাংসের ঠেলায় সামনের ঢালু জায়গায় পড়ে সামনে ঘুরে আসে, সিন্সিপট একটু উঁচু তাই সামনে নীচের দিকে না এসে পেছনে ঘুরে যায়। মাথাটা যেন স্ক্রুর প্যাঁচের মতন ঘুরে। অক্সিপট যত নীচে নামে, নীচেকার মাংসগুলির ঠেলায় সড়াৎ করে সামনের দিকে ঘুরে আসে; বা ইস্কিয়েল্ স্পাইনে ঠেকে পেছনে যেতে পারে না। রোটেশনের দরুন লাভ কি? আউটলেটে কঞ্জুগেট ডায়েমেটার সব চেয়ে বড়, তাই হেডের ছোট ডায়েমেটার আউটলেটের বড় ডায়েমেটারে সহজে ঘুরে আসতে পারে। হেড বেরিয়ে পড়বার কিছু আগেই রোটেশন্ হয়। পেরিনিয়ম্ যখন ফুলতে আরম্ভ হয় তখন হেডের রোটেশনের অবস্থা থাকা উচিত।

৩। **এক্সটেন্শন্** বা গলা চিতন—থুঁতি বুক থেকে স'রে আসে, অক্সিপট পিঠের দিকে যায়, আর গলা চিতিয়ে যায়। ঘাড় যখন পিউবিক আর্চে ঠেকে, ব্যথার জোরের সঙ্গে অক্সিপট আর নীচে নামতে পারে না; তখন সমস্ত জোরটা কপালের দিকে পড়ে, তাই কপালের দিকটা নীচে নামতে থাকে আর থুঁতি বুক থেকে ছেড়ে আসে, গলা খুব চিতিয়ে যায়। সিন্সিপটের ঠেলায় নরম কক্সিক্স্ পেছনে সরে যায়, তাইতে আউটলেটের কঞ্জুগেট ডায়েমেটার খুব বড় হয়, আর রবারের মতন পেরিনিয়ম্ খুব চ্যাটাল হয়, ১॥০ ইঞ্চি

পেরিনিয়ম্ প্রায় ৪৷৷০ ইঞ্চি হয়। তার পর ক্রমশঃ এণ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি, কপাল, মুখ এসে পড়ে। ফোর্শেট মুখের উপর দিয়ে পিছলে যায়, অক্সিপট আরও উপরের দিকে উঠে যায়, তাইতে খুব বেশী রকম এক্স্‌টেন্‌শন্ অবস্থায় হেড বেরিয়ে পড়ে।

৪। **বাহিরে রোটেশন্** (এক্স্‌টার্নেল্)—ব্রিমে যে ভাবে হেড ছিল, বেরিয়ে আবার সেইভাবে ঘুরে আসে; মুখ পোয়াতির ডান উরুতের দিকে ঘাড় বাদিকে থাকে। এর কারণ কি? মাথা যখন ডান ওবলিক ডায়েমেটারে থাকে, কাঁধ দুটী তখন বা ওবলিক্ ডায়েমেটারে; মাথা যখন ঘোরে, কাঁধ দুটী অনেক উঁচুতে থাকাতে ঘোরে না; মাথা যখন বেরিয়ে আসে, কাঁধ নীচে নেমে মাথার মতন ঘুরে যায়, আর সঙ্গে সঙ্গে মাথাও ভিতরে যেভাবে ছিল, বাহিরে সেইভাবে ঘুরে আসে। তলিয়ে দেখা যায় ছেলে আসবার সময় আরও ৪ রকম ঘোরে:—

৫। **নামা বা ডিসেণ্ট**—ইউটারাসের সঙ্কোচের চাপে ছেলের দেহটা লম্বা হয়ে যায়, তাই মাথার উপরাংশটা নীচের দিকে নামে।

৬। **এন্‌গেজমেণ্ট** বা আঁট হয়ে বসা—মাথার সব চেয়ে বড় জায়গাটা যখন ব্রিম পার হয়ে আসে, তখন বলা যায় হেড এন্‌গেজ হয়েছে। এ রকম হ'লে ভেজাইনায় আঙ্গুল দিয়ে ঠেললে হেড আর উপরে উঠে না; স্যাজিটেল সূচার আড়ে থাকে; পোষ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি সামনে বা দিকে থাকে; এণ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি ডান দিকে উঁচুতে থাকে কিন্তু সহজে আঙ্গুলে ঠেকে না। চতুর্থ গ্রীপে হাত পেটের নীচের দিকে ঠেললে কপালের দিকটা সহজে মালুম হয়, অক্সিপট সহজে পাওয়া যায় না।

৭। **ডিস্‌এন্‌গেজমেণ্ট** বা ছাড়িয়ে আসা—এক্সটেন্‌শনের পর যখন পেরিনিয়ম খুব টান হয়ে মুখ আর থুঁতির উপর দিয়ে পিছলে

যায়, সেই সময় অক্সিপটের নীচেটা পিউবিস ছাড়িয়ে আসে আর মাথা বেরিয়ে পড়ে। তখন বলা যায় হেড ডিস্এন্গেজ হ'য়েছে।

৮। **রেস্টিটিউশন্** বা আগেকার মতন ঘুরে আসা—হেড ডিস্এন্গেজ হ'য়ে বাহিরে এসে আগেকার মতন ঘুরে যায়। ভিতরে রোটেশনের সময় মাথাটা ঘোরে আর গলাটা মুচড়ে যায়, মাথা বেরিয়ে পড়লে গলাটা আবার সোজা হয়ে যায়, মুখের দিকটা ডান দিকে আর অক্সিপট বাঁ দিকে, যেমন ব্রিমে ছিল। কপালের দিকটা ডানদিকে, পেছনের দিকটা বাঁ দিকে। কাঁধ ছুটি নীচে নেমে যখন মাথার মতন ঘুরে আসে, মাথা আরও ঘুরে যায়, তখন বলে বাহিরের বা এক্স্টার্নেল রোটেশন্।

ডান কাঁধ ঘুরে সামনে আসে, বাঁ কাঁধ পেছনে যায়। ডান কাঁধ পিউবিক আর্চে ঠেকে যাওয়াতে আর নীচে নামতে পারে না; বাঁ কাঁধ পেরিনিয়ম ফুলিয়ে নামতে নামতে বেরিয়ে পড়ে; পরে ডান কাঁধ বেরোয়। তারপর সমস্ত দেহটা সাপের মতন এঁকেবেঁকে বেরিয়ে পড়ে।

সেকেণ্ড পোজিশনের মিকেনিজম্ ফাষ্ট পোজিশনের মতন, কেবল ঘুরবার সময় তফাৎ; অক্সিপট বাঁ দিকে থেকে না ঘুরে ডান দিক থেকে ঘুরে সিম্ফিসিস্ পিউবিসে আসে, আর মাথা বেরিয়ে মুখ ডান উরুতের দিকে না ঘুরে বাঁ উরুতের দিকে ঘোরে।

থার্ড পোজিশনে অক্সিপট ডান সেক্রো-ইলিয়েক জয়েণ্ট থেকে সরে ডান ফোরামেন্ ওভেলিতে আসে। তখন মাথা সেকেণ্ড পোজিশনে থাকে আর সেকেণ্ড পোজিশনে যে রকম করে বেরোয় সেই রকমে বেরোয়। এতে রোটেশনের সময় ফাষ্ট পোজিশনের তিন গুণ ঘুরতে হয়।

ফোর্ত্ত পোজিশনে অক্সিপট ঘুরে ফাষ্ট পোজিশনে আসে। তারপর ফাষ্ট পোজিশনের মত বেরোয়।

থার্ড আর ফোর্ত্ত পোজিশনে অক্সিপটকে অনেকখানি ঘুরতে হয় বলে প্রসবে বিলম্ব হয়; কখনও বা অক্সিপট সামনের দিকে ঘুরতে পারে না। অক্সিপট পিছনে ঘুরলে পোয়াতির পেটের সামনে ও পাশে টিপলে ছেলের হাত পা বেশী উচু ও পরিষ্কার টের পাওয়া যায় আর ব্রেগমা সহজে পাওয়া যায়, কারণ সামনে থাকে। এই অবস্থায় প্রসবে বিলম্ব হয় কিন্তু প্রায়ই আপনি হয়। পেরিনিয়ম প্রায়ই ছিঁড়ে যায়।

পার্সিষ্টেণ্ট অক্সিপিটো পোষ্টিরিয়র

থার্ড ও ফোর্ত্ত হ্বার্টেক্স পজিশনে অক্সিপট যদি সামনে না ঘুরে পেছনে ঘুরে যায়, তাকে বলে পার্সিষ্টেণ্ট অক্সিপিটো পোষ্টিরিয়র। ফ্লেকশন্ ভাল না হলে আর ব্যথার জোর কম হলে এ রকম হয়। এ রকমটা টের পেলে ব্যথার সময় ফোর-হেড ঠেলে উপরের দিকে তুলবার চেষ্টা করবে, যাতে ফ্লেকশন্ হয়। না পারলে ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। ডাক্তার এসে ভিতরে হাত দিয়ে ফ্লেকশন্ বাড়িয়ে অক্সিপট নীচে টেনে রোটেশনের চেষ্টা করবেন অথবা ফর্সেপ্‌স দেবেন। তার যোগাড় করে রাখবে। আর পেরিনিয়ম ছিঁড়বার সম্ভাবনা; সেলাইয়ের যোগাড় ও রাখবে।

তৃতীয় পরিচ্ছেদ

প্রসূতি পরিচর্য্যা

(চপলা ও বিমলা)

বিমলা। কে, চপলা? এস ভাই এবার পাশ করেছ শুনে বড় সুখী হয়েছি।

চপলা। হাঁ পাশ করে ত বেরিয়েছি, কিন্তু প্রথমে তোমাদের কাছে শিখতে হবে, শুধু পাশ করা বিদ্যেয় ত আর চলবে না। তাই তোমাদের কাছে শিখতে এলাম। পোয়াতির সেবা কি রকম করতে হয় ভাল করে বুঝিয়ে দাও দেখি।

বিমলা। হাঁ, গর্ভাবস্থায় শুশ্রূষাটা নিয়ে আজ কাল খুব কথাবার্ত্তা চলেছে। একে বলে "এন্টীনেটেল কেয়ার" অর্থাৎ প্রসবের পূর্ব্বে শুশ্রূষা। স্থানে স্থানে মাতৃমঙ্গল ও শিশু মঙ্গল প্রদর্শনী খুলে সব বিষয়ে বুঝিয়ে দেওয়া হচ্ছে যাতে এই শুশ্রূষার অভাবে পোয়াতি বা শিশু মারা না যায় কিম্বা নানা রকম রোগে আক্রান্ত না হয়। রোগের সূত্রপাত হবা মাত্র সাবধান হলে কত পোয়াতি ও ছেলেকে বাঁচান যায়। কিন্তু বুঝে শুনে শুশ্রূষা করতে হলে দেহের ভিতর যে সমস্ত কলকব্জা আছে তার কাজগুলি জেনে নিতে হয়।

দেহ এঞ্জিন্

দেহ এক প্রকার এঞ্জিন্। কয়লা পোড়ার তাপে জল বাষ্প হ'য়ে যেমন এঞ্জিন চালায়, তেমনি দেহে অক্সিজেন্ সংযোগে খাদ্য পুড়ে যে

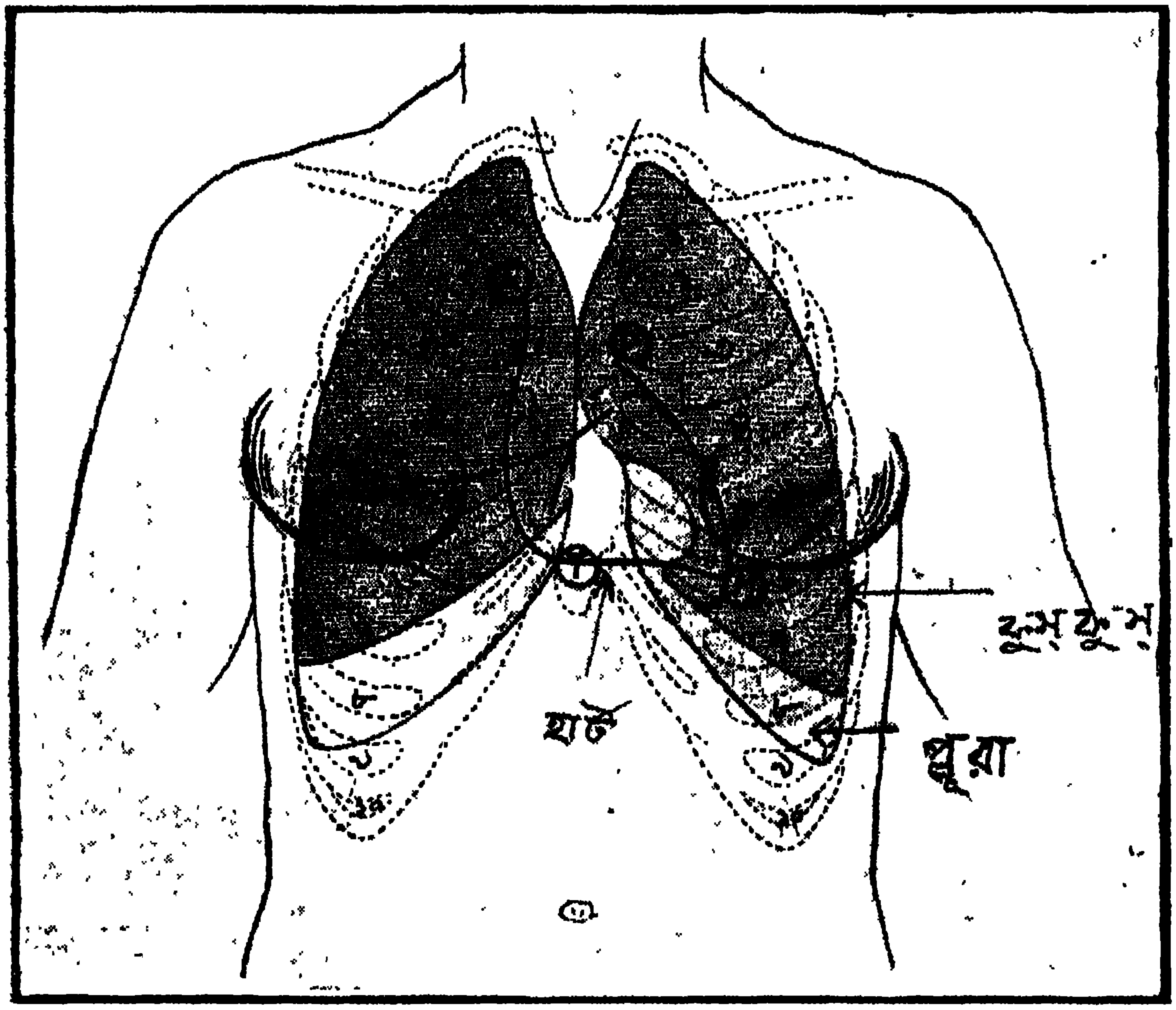
তাপ হয়, তাইতে দেহ যন্ত্র চলে। পোড়া কয়লার ছাই প্রভৃতি অনাবশ্যক বস্তু বের করে না দিলে, সেইগুলি জ'মে জ'মে যেমন কল বন্ধ ক'রে দেয়, তেমনি মল মূত্র ঘর্ম্ম প্রভৃতি অসার বস্তু দেহ থেকে বেরিয়ে না গেলে দেহের কলকব্জা বিগড়ে যায়।

দেহের কলকব্জা কি এবং কোথায় থাকে ?

প্রধান কলগুলি সাজান রয়েছে ৪টী ঘরে। সব উপর তালার ঘর বা হাড়ের বাক্সের নাম স্কল্ (খুলি বা করোটিকা) ; এর ভিতরকার প্রধান যন্ত্র ব্রেন্ (মস্তিষ্ক)। তেতালার ঘর চেষ্ট (বক্ষপিঞ্জর) এবং দোতালার ঘর য়্যাবডোমেন্ (উদর)। এই দুই ঘরের মাঝখানে যে মাংসের পরদা তার নাম ডায়েফ্রাম (মধ্যচ্ছদা)। বক্ষপিঞ্জরের ভিতরে দুধারে দুটি যন্ত্র লংস (ফুস ফুস) এবং মাঝখানে হার্ট (হৃৎপিণ্ড)। দোতালা ঘরের ভিতরে প্রধান যন্ত্র ষ্টমাক্ (পাকস্থলী), প্যান্ ক্রিয়াস (অগ্ন্যাশয়), ডানদিকে লিহ্বার (যকৃত), বা দিকে স্প্লীন (প্লীহা), ইণ্টেষ্টীন্ (অন্ত্র), দুধারে দুটি কিডনী (বৃক্ক)। দোতালা (য়্যাবডোমেন্) ও একতালা ঘরের (পেলহ্বিক কেহ্বিটি বা বস্তি গহ্বরের) মাঝখানে যে পাতলা পরদা তাহা পেরিটোনিয়ম্ (উদর্য্যা) নামক পাতলা রেশমের মতন জিনিসের তৈয়েরি। বস্তিদেশের প্রধান যন্ত্র ব্লাডার (বস্তি বা মুত্রাশয়) এবং স্ত্রীলোকের জননেন্দ্রিয় (জেনিটেল্স) এবং ইণ্টেষ্টীন্।

ঘরগুলির খুঁটি ও বেড়ার প্রধান উপকরণ হাড় ও মাংস। কঙ্কাল হাড়ের তৈয়ারি। দেহের হাড় সবশুদ্ধ দুশোর উপর। মাথা যে খুঁটির উপর রয়েছে তার নাম স্পাইন (মেরুদণ্ড)। ৩০টী ছোট ছোট হাড় বা হ্বার্টিব্রা (কশেরুকা) জুড়ে দিয়ে ঐ স্পাইন প্রস্তুত হয়েছে।

প্রত্যেক হ্বার্টিব্রার মাঝখানে ছিদ্র আছে। ছিদ্রগুলির ভিতর উপর থেকে নীচ পর্য্যন্ত স্পাইনেল কর্ড্‌ (সুষম্না কাণ্ড) চলেছে। দুপাশে ছোট ছোট ছিদ্র আছে ; তাই দিয়ে ঐ স্পাইনেল কর্ড থেকে ইলেকট্রিক তারের মতন ছোট ছোট তার বা নার্হ্ব (নাড়ী) গিয়েছে।



১১ নং চিত্র—লংস ও হার্টের স্থান নির্ণয়A—এয়র্টিক্‌হ্বাল্‌হ্ব্‌ (দরজা)

B—মাইট্রেল্‌ হ্বাল্‌হ্ব্‌ ; P—পল্‌মনারি হ্বাল্‌হ্ব ;

L—ট্রাইকাস্পিড্‌ হ্বালহ্ব

হাত প্রভৃতি কোন অঙ্গ নাড়বার ইচ্ছা হ'লে ঐ তার দিয়ে মস্‌ল্‌ বা মাংস পেশীতে খবর যায়, তাই হাত প্রভৃতি নড়ে।

চেষ্টের দুপাশে ১২ খানা ক'রে ২৪ খানা রিব (পঞ্জরাস্থি)।

সামনে ষ্টার্ণম্ (বক্ষাস্থি) এবং পেছনে স্পাইন্। ফুসফুসের উপরটা (এপেক্স) ক্লাভিকল্ হাড়ের প্রায় ২ ইঞ্চি উপরে আছে; নীচটার (বেস্) সামনে ষষ্ঠ রিব, পাশে অষ্টম রিব এবং পেছনে দশম রিব পর্য্যন্ত। **হার্টের** পেছনে ৭টী মধ্য বা ডর্সেল হ্বার্টিব্রা; **হার্টের সামনে** ডানদিকে তৃতীয় রিবের কচিহাড়—ষ্টার্ণমের ডান দিকে প্রায় আধ ইঞ্চি তফাতে। **হার্টের বাঁ দিকে** তৃতীয় রিবের কচিহাড়—ষ্টার্ণমের প্রায় এক ইঞ্চি তফাতে। **হার্টের নীচের দিক** ডানদিকে ষষ্ঠ রিবের কচিহাড় ও ষ্টার্ণমের প্রায় পোনে এক ইঞ্চি তফাত থেকে বাঁ স্তনের প্রায় ১॥ ইঞ্চ নীচে এবং পঞ্চম ইণ্টার্কষ্টেল্ স্পেসের মাঝখানে। বাম স্তনের বোঁটার প্রায় এক ইঞ্চ নীচে একটু ডানদিকে আঙ্গুল দিলে হার্টের ধুকধুকানি টের পাওয়া যায়। হার্টের এক তৃতীয়াংশ ডান দিকে, বাকি সব বাঁ দিকে।

প্যান্‌ক্রিয়াস্ (যা থেকে ডায়েবিটিসের ঔষধ বেরিয়েছে) দেখতে কতকটা গাজরের মতন; আড়ভাবে ষ্টমাকের পেছন থেকে স্প্লীন পর্য্যন্ত গিয়েছে। ডান দিকে লিহ্বার ৫ম ও ষষ্ঠ রিবের মাঝখান থেকে ডান দিকে, ষষ্ঠ রিবের কচিহাড় ও পঞ্চম রিবের কচিহাড়, যেখান থেকে পাশে ষষ্ঠ রিব, সেখান থেকে পেছনে অষ্টম ডর্সেল স্পাইনের দিক পর্য্যন্ত। লিহ্বার থেকে পিত্ত (বাইল) নিসৃত হয় এবং ইহার মধ্যে গ্লাইকোজেন নামক চিনি জাতীয় খাদ্য প্রস্তুত ও সঞ্চিত হয়।

সব নীচের রিব ও পেল্‌হ্বিস্ হাড়ের মাঝামাঝি, অন্ত্রের পেছনে আর লম্বার হ্বার্টিব্রার গা ঘেঁষে দুধারে দুই **কিড্‌নী**। কিডনীতে প্রস্রাব জন্মায় আর ইউরিটার দিয়ে ব্লাডারে এসে ইউরিথ্রা দিয়ে বেরোয়। হাতের উপর ভাগে (প্রগণ্ডে) ১ খানা হাড়, হিউমারাস্; নীচের ভাগে (প্রকোষ্ঠে) দুই খানা হাড়, রেডিয়াস (বুড়ো আঙ্গুলের

দিকে), এবং আলনা (ক'ড়ে আঙ্গুলের দিকে)। কাঁধের যোড়ে (অংশ-সন্ধি), হিউমারাস ক্লেভিকল্ আর স্কেপিউলা এই তিনটী হাড়। হাতের কব্জিতে কতকগুলো ছোট ছোট হাড় আছে ; তারি দরুন হাত এদিক ওদিক ঘুরান যায়। হাতের তেলোর হাড়গুলি তার চেয়ে লম্বা আর চ্যাপটা। আঙ্গুলের হাড়গুলোকে বলে ফেলাংস। ঊরোতের হাড় একটি, নাম ফীমার। পায়ের হাড় দুটী, টিবিয়া (বুড়ো আঙ্গুলের দিকে) আর ফিবিউলা (কড়ে আঙ্গুলের দিকে)। ঊরোতের সন্ধি বা হিপ জয়েণ্টে দুইটি হাড়—ফীমার আর পেলভিস বোন্। নী-জয়েণ্ট বা হাঁটুতে তিনটী হাড়—ফীমার, টিবিয়া এবং পেটেলা (মালাই চাকী)। পায়ের পাতায় পাঁচখানা হাড় পাশাপাশি সাজান। এংক্ল-জয়েণ্টে (পাদ-সন্ধি বা পায়ের গাঁইট) টিবিয়া ও ফিবিউলার নীচটা এবং কতকগুলি ছোট ছোট হাড়। পায়ের আঙ্গুলের হাড়কেও বলে ফেলাংস।

স্পাইনের সামনে দিয়ে ফেরিংস (গ্রসনিকা) ও ইসফেগাস বা গলেট (অন্ননলী) ডায়েফ্রাম ভেদ করে ষ্টমাক পর্য্যন্ত গিয়েছে। ষ্টমাকের নীচে ইণ্টেষ্টিন্। মুখ থেকে এনাস্ (গুহ্যদ্বার) পর্য্যন্ত সমস্ত-টাকে বলে এলিমেণ্টারি কেনাল (অন্নবহানলী)। মুখ-গহ্বরের পেছন-টাকে বলে ফেরিংস। জিভের নীচে গলেটের সামনে ট্রেকিয়া (শ্বাস-নালী)। শ্বাসনালীর মুখে জিভের পেছনে কার্টিলেজ বা কচিহাড়ের একখানা ঢাকনি আছে, তার নাম এপিগ্লটিস্ (অধিজিহ্বা)। মুখ থেকে গলেটে অন্ন যাবার সময় ঐ ঢাকনি পড়ে যায়, তাই অন্ন শ্বাস-নালীতে যায় না। গিলতে গেলে ঢাকনি পড়বার আগেই যদি জল, কি অন্ন শ্বাসনালীতে যায় তবেই "বিষম লাগে।" ফেরিংসের উপর দিকে আলজিভের ঠিক পেছন দিকে নাকের পেছনকার ছেঁদা আছে। খাবার

গিলবার সময় এপিগ্লটিস্ শ্বাসনালি ঢাকা দেয়, নরম তালু, আলজিভ্ (উহ্বলা) আর জিভের পেছনটা উপর দিকে উঠে গিয়ে নাকের দিকটা বুজিয়ে দেয়, তাই খাবার বা জল নাকের ভিতর যায় না।

পাকক্রিয়া

পাকক্রিয়া—খাদ্য পেটে গেলেই যে পুষ্টি হয় তা নয়। খাদ্যের এমন পরিবর্ত্তন হওয়া আবশ্যক যা'তে রক্তের সঙ্গে মিশতে পারে। প্রোটিড পরিবর্ত্তিত হ'য়ে পেপটোন এবং ভাত প্রভৃতির ষ্টাচ পরিবর্ত্তিত হ'য়ে চিনি হওয়া চাই। ফ্যাটের পরমাণু সূক্ষ্ম হয়ে ফ্যাটি-য়্যাসিড ও গ্লীসারীণ না হওয়া পর্য্যন্ত রক্তে মিশে না।

এই পাকক্রিয়াকে ৫ ভাগে বিভক্ত করা যাক: (১) চর্ব্বণ, (২) গলাধঃকরণ; (৩) কাইমীকরণ, (৪) কাইলীকরণ; (৫) শোষণ। মনে রাখবার জন্য পাঁচ অক্ষরী মন্ত্রটা শিখলে সুবিধা হয়:—চ গ কা কা শো।

(১) চ—চর্ব্বণ—দাঁত দিয়ে চিবিয়ে লালার সঙ্গে মিশিয়ে খাদ্যকে গিলিবার মত পিণ্ড করা হয়।

(২) গ—গলাধঃকরণ—এই অবস্থায় খাদ্য গেলা হ'লে গলেট দিয়ে ষ্টমাকে নেমে যায়।

(৩) কা—কাইমীকরণ—ষ্টমাকে খাদ্য গেলে গ্যাষ্ট্রীক যূষ নিঃসৃত হ'য়ে প্রোটীডকে পেপটনে পরিণত ক'রে কাঁই বা মণ্ডের মতন ক'রে দেয়। এই মণ্ডের নাম কাইম্। যতক্ষণ ষ্টমাকের অম্লরস না নিঃসৃত হয় লালারসে ষ্টার্চ পরিপাক হ'য়ে চিনি হয়। গ্যাষ্ট্রিক যূষ বেরুলে লালার কোন ক্রিয়া থাকে না।

(৪) কা—কাইলীকরণ—ডুয়োডিনমে কাইম গিয়ে কাইল হয়। আহারের দুই তিন ঘণ্টা পরে যখন খাদ্য কাইম মণ্ড হ'য়ে যায়, তখন

ষ্টমাকের মাংসপেশী সঙ্কুচিত হয় এবং ঐ মণ্ড ষ্টমাকের নীচ মুখ বা পাইলোরাস দিয়ে স্মল ইণ্টেষ্টীনের প্রথম অংশ ডুয়োডিনমে এসে পড়ে। ডুয়োডিনমের একটি ছিদ্র দিয়ে প্যানক্রিয়াস রস এবং লিহ্বারের পিত্ত রস এসে খাদ্যের সঙ্গে মিশলে তিনটি ক্রিয়া হয়—(১)—কাইমের ষ্টার্চের যে অংশের উপর লালার ক্রিয়া হয় নাই সেই অংশ ঐ প্যানক্রিয়াস রসের ক্রিয়ায় চিনি হয়ে যায়। (২) কাইমের পেপটোন্‌কে আরও সূক্ষ্ম করে দেয়। (৩) ঘি তেল চর্ব্বি ফেণিয়ে আরও সূক্ষ্মও তরল করে দুধের মতন করে দেয়। পিত্তরস আর প্যান্‌ক্রিয়াস্‌ রসের সংযোগে কাইম আরও পাতলা হয়ে দুধের মতন শাদা হ'য়ে যায়। এই দুধের মতন জিনিষের নাম কাইল।

(৫) শো-শোষণ—খাদ্যগুলি এখন রক্তের সঙ্গে মিশবার উপযোগী হয়েছে। ষ্টমাকে খাদ্যের খুব অল্পাংশ রক্তের সঙ্গে মিশে; কিন্তু স্মল ইণ্টেষ্টীনে প্রায় সমস্তটাই কাইল হয়ে রক্তের সঙ্গে মিশে। দেহের যন্ত্রগুলি রক্ত থেকে নিজেদের প্রয়োজনীয় বস্তুগুলি টেনে নিয়ে পুষ্টিলাভ করে। স্মল ইণ্টেষ্টীনে কতকগুলি সূক্ষ্ম শূঁয়োর মতন আছে, এগুলিকে বলে হ্বিলাস্‌। হ্বিলাসের ভিতর রক্তবহা ক্যাপিলারী আছে। এরা কাইলের প্রোটিড্‌, সুগার প্রভৃতি শোষণ করে নেয়। আরও কতকগুলি লেকটিয়েল নামক সূক্ষ্ম নালী আছে, ইহারা ফ্যাটি অংশ শোষণ করে নিয়ে রক্তের শিরায় ঢেলে দেয়।

স্মল ইণ্টেষ্টিন্‌ থেকে আবশ্যকীয় পুষ্টিকর জিনিষগুলি রক্তের ভিতর চলে গেলে, অবশিষ্ট অসার অংশ জলের সঙ্গে মিসে লার্জ ইণ্টেষ্টিনে যখন যায়, ঐ ইণ্টেষ্টীনের ক্যাপিলারীগুলি জল শোষণ করে নেয়; শক্ত অসার মল পড়ে থাকে।

পেরিষ্টলসিস বা কৃমিগতি—ইণ্টেষ্টীনের পেশীগুলি কৃমির

মতন ঢেউ খেলিয়ে একবার সঙ্কুচিত হয়, আর নীচেটা প্রসারিত হয়; আবার তার নীচেটা সঙ্কুচিত হয় আর তার নীচেটা প্রসারিত হয় এই ভাবে পেশীগুলি যেন মলকে নিংড়ে উপর থেকে নীচে ঠেলে দেয়। এই প্রকার কৃমিগতিকে পেরিষ্টলসিস্ বলে। এনিমা দিলে রেক্টমে ঐ রকম পেরিষ্টলসিস্ হয়ে মল বেরিয়ে যায়।

প্রস্রাব—কিডনীতে রক্ত সঞ্চালিত হ'লে ঐ রক্ত থেকে কিড্‌নী প্রস্রাব প্রস্তুত করে। ঐ প্রস্রাবে ইউরিয়া, ইউরিক এসিড, এমোনিয়া লবণ প্রভৃতি নির্দ্দিষ্ট পরিমাণে থাকে এবং ঐগুলি শরীরের ভিতর থাকলে শরীর বিষাক্ত হয়, তাই প্রস্রাবের সঙ্গে বেরিয়ে যায়।

রোগ বিশেষে প্রস্রাবে এলবুমেন, পাথর, এসিটোন, ডাইএসেটিক এসিড এবং রোগের বীজাণু প্রভৃতি পদার্থ থাকে। প্রস্রাব দিনে সাধারণতঃ ২।৩ পাইণ্টের কম কি বেশী হলেই জানবে রোগ হয়েছে।

রক্ত ও রক্তসঞ্চালন

যে রক্ত শরীরের পুষ্টি সাধন করে আর বাতাস থেকে অক্সিজেন এনে তাপ বৃদ্ধি করে সেই রক্তে কি আছে?

রক্তে আছে কতকগুলি ছোট ছোট কণা যাকে বলে রক্তকণিকা বা কর্পসল্, এবং জলীয় অংশ যাকে বলে প্লাজ্‌মা*। কাটা জায়গা থেকে রক্ত পড়ে জমাট হলে যে জল বেরোয় তাকে বলে সীরম। কর্পসল্‌-গুলো অনুবীক্ষণ নইলে দেখা যায় না। দুরকম আছে: রেড কর্পসল্ (লোহিত রক্তকণিকা) এবং (হোয়াইট কর্পসল্) শ্বেত কণিকা। একটা আলপিনের মাথা যত বড় তত বড় এক ফোঁটা রক্তে প্রায় ৫০,০০,০০০ রেড কর্পসল্ এবং ১২,০০০ হোয়াইট কর্পসল্ আছে। হোয়াইটের চেয়ে রেড্ কর্পসল্ প্রায় ৪০০ গুণ বেশি।

*পূর্ব্ব বঙ্গের মত জ উচ্চারণ

এই রক্ত শরীরে চলে কেমন ক'রে ?

এই রক্ত চালাবার দমকল হার্ট, আর পাইপ হচ্চে আর্টারি, হ্বেন্ ও কেপিলারি।

হার্টের দোতলায় দুইটী কুঠরী, আর একতলায় দুইটী কুঠরী। দোতলার কুঠরীর নাম অরিক্ল, আর একতালার কুঠরীর নাম হ্বেন্টীক্ল্। ডানদিক ও বাঁদিকের মাঝখানে দেওয়াল। অরিক্ল থেকে হ্বেন্ট্রিক্লে রক্ত যাবার জন্য দরজা আছে, আর হ্বেন্ট্রীক্ল্ থেকে সেই রক্তের পাইপে রক্ত যাবার দরজা আছে। প্রত্যেক দরজায় যে কপাট থাকে, সেই কপাটকে বলে হ্বাল্হ্ব্। সময় মত খোলে সময় মত বন্ধ হয়। হার্ট থেকে পরিষ্কার লাল রক্ত আর্টারীতে যায়। হাতে যে নাড়ী টিপে গুণা যায় মিনিটে ৭২ হইতে ৮০, তাকে বলে রেডিয়েল আর্টারী। আর্টারী থেকে রক্ত যায় কেপিলারীতে। কেপিলারী থেকে রক্ত দেহ-যন্ত্র সমূহে যায়। সেখান থেকে ময়লা হয়ে হ্বেনে আসে। হাতের কি পায়ের কি স্তনের কাল শিরাগুলি হ্বেন্।

বয়স্ক ব্যক্তির ব্লড্ সার্কিউলেশন বা রক্তসঞ্চালন

লাল টকটকে পরিষ্কার রক্ত আর্টারি দিয়ে সুক্ষ্ম ক্যাপিলারীতে যায়। ক্যাপিলারী থেকে দেহের যন্ত্রগুলি পুষ্টিকর পদার্থ টেনে নেয় আর ময়লা অসার জিনিষগুলো হ্বেনের ভিতর ফেলে। ঐ ময়লা কালো রক্ত দুটি বড় বড় হ্বেনে গিয়ে হার্টের রাইট্ অরিক্লে যায়। ঐ ময়লা রক্ত রাইট অরিক্লে গেলে কপাট খুলে যায়। অরিক্ল সঙ্কুচিত হয়ে ঐ রক্ত ডান হ্বেন্ট্রীক্লে ঠেলে দেয়। আবার ঐ কপাট বন্ধ হয়ে যায়। রাইট হ্বেন্ট্রীক্ল থেকে ময়লা রক্ত ফুস্‌ফুসে যাবার যে পাইপ তার নাম পলমনারি আর্টারি। পলমনারি আর্টারীতে যাবার দরজায় যে কপাট সেটা

খুলে যায়। ময়লা রক্ত ফুসফুসে গিয়ে বাতাসের অক্সিজেন কেড়ে নিয়ে তার বদলে বাতাসকে কার্ব্বনিক এসিড প্রভৃতি ময়লা দেয়। অক্সিজেন সংযোগে রক্ত শোধিত হয়ে লাল টকটকে হয়। সেই লাল রক্ত পলমনারি হ্বেন্ দিয়ে লেফট অরিক্লে আসে। নীচে যাবার কপাট খুলে যায়; বাঁ অরিক্ল থেকে রক্ত বাঁ হ্বেন্ট্রিক্লে যায়। বাঁ হ্বেন্ট্রিক্ল পম্প্ ক'রে পরিষ্কার রক্ত এয়র্টা নামক আর্টারিতে ঠেলে দেয়। এই রক্ত কতক দেহের উপরিভাগে গিয়ে ময়লা হ'য়ে সুপীরিয়র হ্বিনা কেহ্বা দিয়ে রাইট অরিক্লে যায়। রক্ত এই সমস্ত রাস্তা ঘুরে আসতে প্রায় আধ মিনিটের বেশি সময় নেয় না।

হার্টের উপর (স্তনের বোঁটার এক ইঞ্চি নীচে) ডান দিকে ষ্টেথেস্কোপ বসালে লব্ ডপ্ এই দুরকম শব্দ শোনা যায়। অরিক্ল যখন সঙ্কুচিত হয় তখন শব্দ হয় লব্; হ্বেন্ট্রিক্ল সঙ্কুচিত হ'লে শব্দ হয় ডপ্ (একটু তাড়াতাড়ি); তারপর একটু বিরাম। এই লব্ ডপ্ শব্দ ক'রে হার্ট প্রায় এক সেকেণ্ডেরও কম সময়ের মধ্যে এয়র্টা নামক বড় আর্টারীতে রক্ত ঠেলে দেয়। আর্টারীতে রক্ত গেলে একটা ঢেউ আসে। হাতে নাড়ী টিপলে ঐ ঢেউ বা লাফান টের পাওয়া যায়।

ব্লড্ প্রেশার—একজন পাদ্রি একটা ঘোড়ার আর্টারীর ভিতর কাঁচের নল ঢুকিয়ে দিয়ে দেখেছিলেন ঘোড়ার হার্ট ঐ নলের ভিতরে ৮ ফুট পর্য্যন্ত উঁচুতে রক্ত ঠেলে তুলতে পেরেছিল। এইরূপ ঠেলে তুলবার শক্তিকে বলে ব্লড প্রেশার। ঐ প্রেশার মাপবার যন্ত্রের নাম স্ফিগ্মোমিটার। কাঁচের নলের ভিতর পারা আছে, থার্ম্মোমিটারের মতন। ঐ যন্ত্র হাতের আর্টারীর উপর বসালে পারা যতদূর উঠে ব্লড প্রেশার তত বলা যায়। নাড়ী বেশী লাফালে বলে ব্লড প্রেশার বেশি। এই অবস্থা একটা রোগবিশেষ।

গর্ভস্থ শিশুদের রক্ত সঞ্চালন

যন্ত্র প্রায় একই, গঠনের একটু তফাৎ আছে। বাহিরের বাতাস ফুসফুস পায় না, পাবার দরকারও নাই, তাই ফুসফুসের কাজ বন্ধ থাকে। ডান অরিক্ল ও বাঁ অরিক্লের মাঝখানে যে দেওয়াল তাহাতে ফোরামেন ওভেলি নামক ছেঁদা আছে আর ইউষ্টেকিয়ান্ ভ্যাল্ভ্ নামক কপাট আছে। পলমনারী আর্টারী থেকে এয়র্টাতে রক্ত যায় একটা আর্টারী দিয়ে।

প্লেসেণ্টার ভিলাস্গুলি মায়ের পরিষ্কার রক্ত টানে। শিশুর কর্ডের ভিতর যে অম্বিলাইকেল ভেন্ থাকে তাই দিয়ে ঐ রক্ত শিশুর দেহে যায়। সেই রক্ত দুভাগ হয়; একভাগ রক্ত একটা বড় ভেন্ (ইন্ফিরিয়র ভিনা কেভা) দিয়ে ডান অরিক্লে যায়। অন্যভাগ লিভার প্রভৃতির শিরা দিয়ে লিভারে গিয়ে ঐ বড় ভেনে মিশে ডান অরিক্লে যায়। রক্ত ডান অরিক্ল থেকে ডান ভেন্ট্রিক্লে না গিয়ে ফোরামেন ওভালি নামক ছিদ্র দিয়ে বাঁ অরিক্লে যায় এবং বাঁ অরিক্ল থেকে বাঁ ভেন্ট্রিক্লে গিয়ে বড় আর্টারী বা এয়র্টাতে যায় এবং সেখান থেকে মাথা গলা প্রভৃতি দেহের উপর ভাগে যায়। এই পরিষ্কার রক্ত পেয়ে প্রথম প্রথম শিশুর অন্য অঙ্গের চেয়ে মাথা খুব বড় হয়। মাথা প্রভৃতি থেকে ময়লা রক্ত ডান অরিক্লে এবং সেখান থেকে ডান ভেন্ট্রিক্লে যায়। সেখান থেকে বেশির ভাগ একটা অতিরিক্ত আর্টারী দিয়ে এয়র্টাতে গিয়ে নীচের দিকে নাড়িভুঁড়ি পা প্রভৃতিতে গিয়ে আরও অপরিষ্কার হয়ে কর্ডের আর্টারী (অম্বিলাইকেল আর্টারী) দিয়ে প্লেসেণ্টায় যায়। শিশুর পরিষ্কার লাল রক্ত আর অপরিষ্কার কাল রক্তে মেশামেশি হয়ে যায়।

জন্মের পর ঐ অতিরিক্ত ছিদ্র ও রক্তের পাইপগুলি ক্রমশঃ বুজে যায়। তাই কাল আর লাল রক্তে মেশামেশি হয় না। বুজে না গেলে মেশামিশি হয়, আর শিশু একবার লাল একবার কালো হয়।

শ্বাস ক্রিয়া

উদ্দেশ্য—বাহিরের বাতাস থেকে অক্সিজেন্ নিয়ে রক্ত শোধন করা আর দেহের প্রত্যেক অংশে অক্সিজেন-পূর্ণ রক্ত দিয়ে পুষ্টি সাধন করা শ্বাস ক্রিয়ার উদ্দেশ্য।

যন্ত্র—শ্বাস যন্ত্র এই কয়টি :—**ট্রেকিয়া** (শ্বাসনালী), ল্যারিংস্ ও **ব্রঙ্কাসনালী** সমুহ এবং দুটি **ফুসফুস**। ফুসফুসের ভিতর জলের বুদ্বুদের মতন খুব ছোট ছোট ঘর (air sac) আছে, আর **ক্যাপিলারী** আছে। নাক আর শ্বাসনালী দিয়ে ঐ সব ঘরে যখন বাতাস আসে, বাতাস থেকে অক্সিজেন্ ক্যাপিলারী-রক্তে প্রবেশ করে। আবার ক্যাপিলারীর রক্ত থেকে দেহের আবর্জ্জনা (কার্বন্ ডায়ক্সাইড্, প্রভৃতি) এয়ার স্যাকের বাতাসে গিয়ে প্রশ্বাসের সঙ্গে বেরিয়ে পড়ে।

বক্ষ বা থোরাসিক কেভিটী—স্পাইন্, ষ্টার্ণম্, ২৪টা রিব, ইণ্টার্কষ্টেল্ মস্ল্ বা বক্ষপেশী সমূহ, এবং ডায়েফ্রাম্ এই কয়টি জিনিষের তৈয়েরি পিঞ্জর বিশেষ।

শ্বাস ক্রিয়া—ইন্স্পিরেশন বা নিশ্বাস গ্রহণ এবং এক্স্পিরেশন বা প্রশ্বাস ফেলা। বক্ষের পেশীগুলো সঙ্কুচিত হ'য়ে রিবগুলোকে উপরের দিকে যখন টেনে তুলে, আর ডায়েফ্রাম সঙ্কুচিত হ'য়ে একটু নীচে নেমে যায়, থোরাসিক ক্যাভিটী বড় হ'য়ে যায়, বাহিরের বাতাস শ্বাসনালী দিয়ে ফুসফুসে প্রবেশ করে। ফুসফুসের ছোট ঘরগুলি

বাতাসে ফুলে ওঠে। প্রশ্বাস ফেলবার সময় পেশীগুলি ঢিল হয়, থোরাসিক কেভিটি এবং ফুসফুস আবার ছোট হ'য়ে যায়, বাতাস বেরিয়ে পড়ে। পেটে হাত দিলে গুণে বলা যায় শ্বাস প্রশ্বাস মিনিটে ১৬ হইতে ২০ বার পড়ে। ফুসফুসের ভিতর সচরাচর ৫ পাইণ্ট বাতাস থাকে। নিঃশ্বাসের সঙ্গে অতিরিক্ত আধ পাইণ্ট বাতাস ফুসফুসে প্রবেশ করে।

প্রশ্বাসের সঙ্গে কার্বন ডায়ক্সাইড বাহির হয়, তার প্রমাণ পরিষ্কার চূণের জলে ফুঁ দিলে জল ঐ গ্যাসের সঙ্গে মিশে ঘোলা হয়।

চতুর্থ পরিচ্ছেদ

চপলা। আমার হাতে একটা পোয়াতি আছে। বল দেখি ব্যথা হ'লে যদি ডাক্‌তে আসে আমার কর্ত্তব্য কি?

বিমলা। ডাক্‌বামাত্র একটু বিলম্ব না করে চলে যাবে। একটু বিলম্বের দরুন পোয়াতির ভয়ানক অনিষ্ট হ'তে পারে। গিয়েই চলে আস্‌বে না। যদি বেশি বিলম্ব দেখ, কোথায় গেলে পাওয়া যাবে সেই ঠিকানা তাদের কাছে রেখে চলে আস্‌তে পার। দ্বিতীয় ষ্টেজ আরম্ভ হলে প্রসবের শেষ পর্য্যন্ত যতক্ষণ দরকার থাকতে হবে। কঠিন প্রসব হলে বা বিপদের কোন আশঙ্কা থাক্‌লে ডাক্তার আসা পর্য্যন্ত থেকে তাঁর উপদেশ মত কাজ করতে হবে। বিলাতের ধাত্রী আইনের এই নিয়ম লঙ্ঘন কর্‌লে শাস্তি হয়। সঙ্গে এই ২৪টী জিনিস নিয়ে যাবে;—

১। ষ্টেথেস্‌কোপ; ২। থার্ম্মমিটার; ৩। ডুশ [ভেজাইনার ও মলদোরের নল শুদ্ধ] ৪। কাচের বা রবারের ৮নং ক্যাথিটার; ৫। নাড়ী কাটবার (আসেপটিক্) কাঁচি; ৬। নখ কাটবার কাঁচি; ৭। টোন্‌সুতো, ভাল সরু ফিতে বা ডাক্তারখানার রেশমের সুতো; ৮। সেফটি পিন; ৯। করোসিভ্ব চাক্‌তি এক শিশি; ১০। লাইসোল এক শিশি, ১১। টিংচার আয়োডিন, ১২। আবসলিউট্ আলকহল ১৩। কার্ব্বলিক সাবান; বা সাইয়োল সাবানের মতন আসেপ্‌টিক তরল সাবান; ১৪। জ্বালাবার স্পিরিট। ১৫। নখ পরিষ্কার করবার বুরুশ। ১৬। খুর; ১৭। ছোট তোয়ালে। ১৮। বোরিক পাউডার,

আর্গটের আরক ; ২০। বোরিক উল ; ২১। বোরিক গজ ; ২২। কষ্টিক লোশন (শতকরা ২ ভাগ) ২৩। ড্রপার ১টি ; ২৪। নুনের আরক বা সেলাইন সলিউশন্ প্রস্তুত করবার চাকতি।

চপলা। সেদিন একজন নূতন-পাশ করা ধাত্রী নীচে হেড আছে আর সব ঠিক আছে ব'লে চ'লে গেল। ক্ষাণিক পরেই পান মুচি ভেঙে ছেলের পাছা বেরিয়ে পড়ল। যাতে ভুল না হয় সেই রকম পরীক্ষার নিয়মগুলি বলে দ'াও ত।

বিমলা। পরীক্ষা অতি সাবধানে ক'রতে হয়। প্রথমে দেখতে হবে মেয়েটি অত্যন্ত বেঁটে কি কুঁজো কিনা, খুঁড়িয়ে চলে কি না, প্রথম পোয়াতি হ'লেও পেট ঝুঁড়িপানা হয়ে ঝুলে পড়েছে কি না, মুখ চোখ পা ফুলে কিনা, প্রস্রাব খুব কম হয় কিনা, ফিট হয়েছে কি না, বেশি রক্তস্রাব হয়ে দুর্ব্বল হয়েছে কিনা। এ রকম হলেই ডাক্তার ডাকতে বল্‌বে। (২৪৬ পৃষ্ঠার সামনে) এই চিত্র দেখে পরিষ্কার বুঝতে পারা যায় পোয়াতি সম্বন্ধে কি কি জানা আবশ্যক।

কোন গোলযোগ যদি না থাকে পরীক্ষা করবে দুরকমে—পেটের উপর আর হ্বেজাইনার ভিতর। পেটের উপর হাত দিয়ে পরীক্ষার নাম এবডমিনেল **পেল্‌পেশন বা গ্রিপ্‌**। এই পরীক্ষা ভাল জান্‌লে বারবার ভিতর পরীক্ষা করে পোয়াতিকে বিপদগ্রস্ত করবার প্রয়োজন হয় না। আর এতে কতকগুলি বিষয় খুব ভাল জানা যায়,—(১) গর্ভ কি না, (২) ছেলে কি ভাবে আছে, (৩) প্রসবের কোন অবস্থা এবং (৪) কোন গোলযোগ আছে কি না।

(১) গর্ভ কিনা জান্‌তে হলে, পোয়াতিকে এমন ভাবে চিৎ করে শোয়াবে যাতে পেট শক্ত না হয়ে ঢিল থাকে। ব্লাডার খালি থাকা চাই। এইজন্য পরীক্ষার আগে প্রস্রাব করে আসতে বলবে। মাথায়

বালিশ থাক্‌বে, হাত ও পা সোজা করে থাকবে। তোমার হাত যেন কন্‌কনে ঠাণ্ডা না থাকে। একপাশে বসে নাইয়ের দুধারে দুটী হাত এমনভাবে দেবে যাতে পোয়াতির কোন কষ্ট না হয়। কোন কষ্ট না হলে আস্তে হাত চেপে দেখবে শক্ত কিছু ঠেকে কি না। শক্ত কিছু না ঠেক্‌লে নীচের দিকে হাত দিয়ে পেলভিসের ভিতর দেখবে শক্ত কিছু আছে কি না, এবং পোয়াতিকে বলবে খুব দীর্ঘ নিশ্বাস টানতে। শ্বাস ফেলবার সময় হাত নীচের দিকে ঠেলে দেবে। হাতে শক্ত কিছু ঠেক্‌লে কত বড় এবং কি রকম তা বেশ করে দেখে নিবে। গর্ভ হলে দেখবে ঐ শক্ত জিনিষটা গোল, উঁচু নীচু না হয়ে সমান, রবারের মতন স্থিতিস্থাপক, (টিপলে নীচু হয়ে আবার তখনি উঁচু হয়ে যায়) এবং পেটের একপাশে না হয়ে মধ্য রেখার দুদিকে সমান। কিছুক্ষণ হাত দিয়ে রাখলে টের পাবে, একবার শক্ত একবার নরম হচ্চে। গর্ভ বেশী দিনের হলে দেখবে, এই শক্ত ইউটারাসের ভিতর আর একটা শক্ত জিনিষ নড়ে বেড়াচ্চে। একটা উঁচু জায়গাতে আঙ্গুল দিয়ে হঠাৎ আঘাত করে ছেড়ে দিয়ে, আবার ঐ স্থানে আঙ্গুল দিয়ে রাখলে টের পাবে একটা কি সরে গিয়ে আবার তোমার আঙ্গুলে এসে ঠক্ করে লাগবে। এই পরীক্ষার নাম "**এক্সটার্নেল ব্যালটমো**"। গর্ভের মাঝামাঝি সময়, এক হাত দিয়ে একপাশে চাড় দিলে অন্য হাতে গিয়ে এই রকম ঠক করে লাগবে। মাসে মাসে গর্ভের লক্ষণগুলি জানা থাকলে গর্ভ পরীক্ষার সুবিধা হয়। তাই সংক্ষেপে মাসে মাসে লক্ষণগুলি বলচি।

মাসে মাসে গর্ভের লক্ষণ

প্রথম মাসে—স্তনের টাটানি, বোঁটার চারিধারে কালো কালো শিরা।

দ্বিতীয় মাসে—ঋতু বন্ধ, বমি, স্তনের বোঁটার চারিধারে এরিওলা আরম্ভ (প্রাইমারি), হেগার চিহ্ন (কারও কারও ১॥ মাসে)।

তৃতীয় মাসে—ঋতু বন্ধ, বমি, স্তনে প্রাইমারি এরিওলা, বোঁটা টিপলে কোলষ্ট্রম্, সার্ভিক্স নরম (হেগার চিহ্ন), জেকিমিনের চিহ্ন (ভ্যেজাইনায় বেগুণে রং)।

চতুর্থ মাসে—(১) ঋতু বন্ধ। (২) এরিওলা। (৩) মণ্টগমারির ফলিক্ল। (৪) ইউটারাইন্ সুফ্ল। (৫) বেলটমো। (৬) সার্ভিক্স নরম (৭) ভ্যেজাইনায় বেগুণে রং। (৮) ইউটারাস পিউবিস এবং অম্বিলাই-কাসের মাঝখানে।

পঞ্চম মাসে—চতুর্থ মাসের ১—৭নং লক্ষণ, ইউটারাস প্রায় অম্বিলাইকাস পর্য্যন্ত (২ আঙ্গুল নীচে) সেকেণ্ডারী এরিওলা, ফিটেল হার্টসাউণ্ড, ইউটারাইন কণ্ট্রাক্শন্, কুইক্নিং।

ষষ্ঠ মাসে—পঞ্চম মাসের সমুদয় লক্ষণ, ইউটারাস অম্বিলাইকাস পর্য্যন্ত, পেটে ও স্তনে ফাটা (ষ্ট্রাঈ), পেটে কাল রেখা।

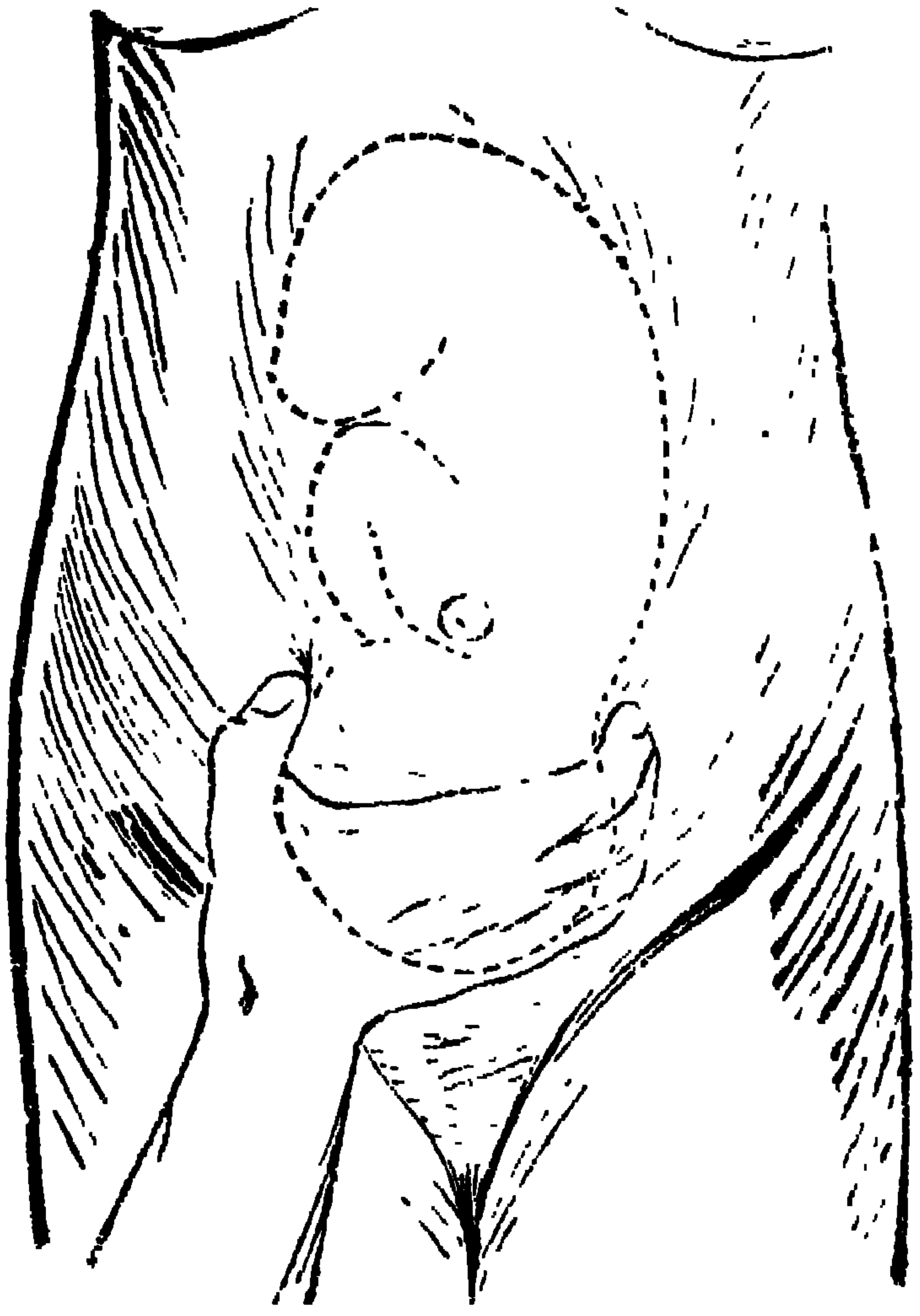
সপ্তম মাসে—ষষ্ঠ মাসের সব লক্ষণ, ইউটারাস অম্বিলাইকাসের প্রায় ৩ আঙ্গুল উপরে (অম্বিলাইকাস থেকে কড়া যতদূর তার এক তৃতীয়াংশ); ফিটেল হার্টসাউণ্ড ; ফিটাসের নড়া চড়া।

অষ্টম মাসে- ইউটারাস কড়ার একটু নীচে (অম্বিলাইকাস ও এন্সিফর্ম্ম কার্টিলেজের মাঝামাঝি); ফিউনিক সুফ্লও শোনা যেতে পারে। ফিটেলহার্ট সাউণ্ড ইত্যাদি।

নবম মাসে—ইউটারাস কড়া পর্য্যন্ত। ফিটেলহার্ট ইত্যাদি।

দশম মাসে—ইউটারাস অষ্টম মাসে যেখানে ছিল তত নীচে নেমে যায়, কিন্তু অষ্টম মাসের চেয়ে চওড়া বেশী। হাসফাসানি কম।

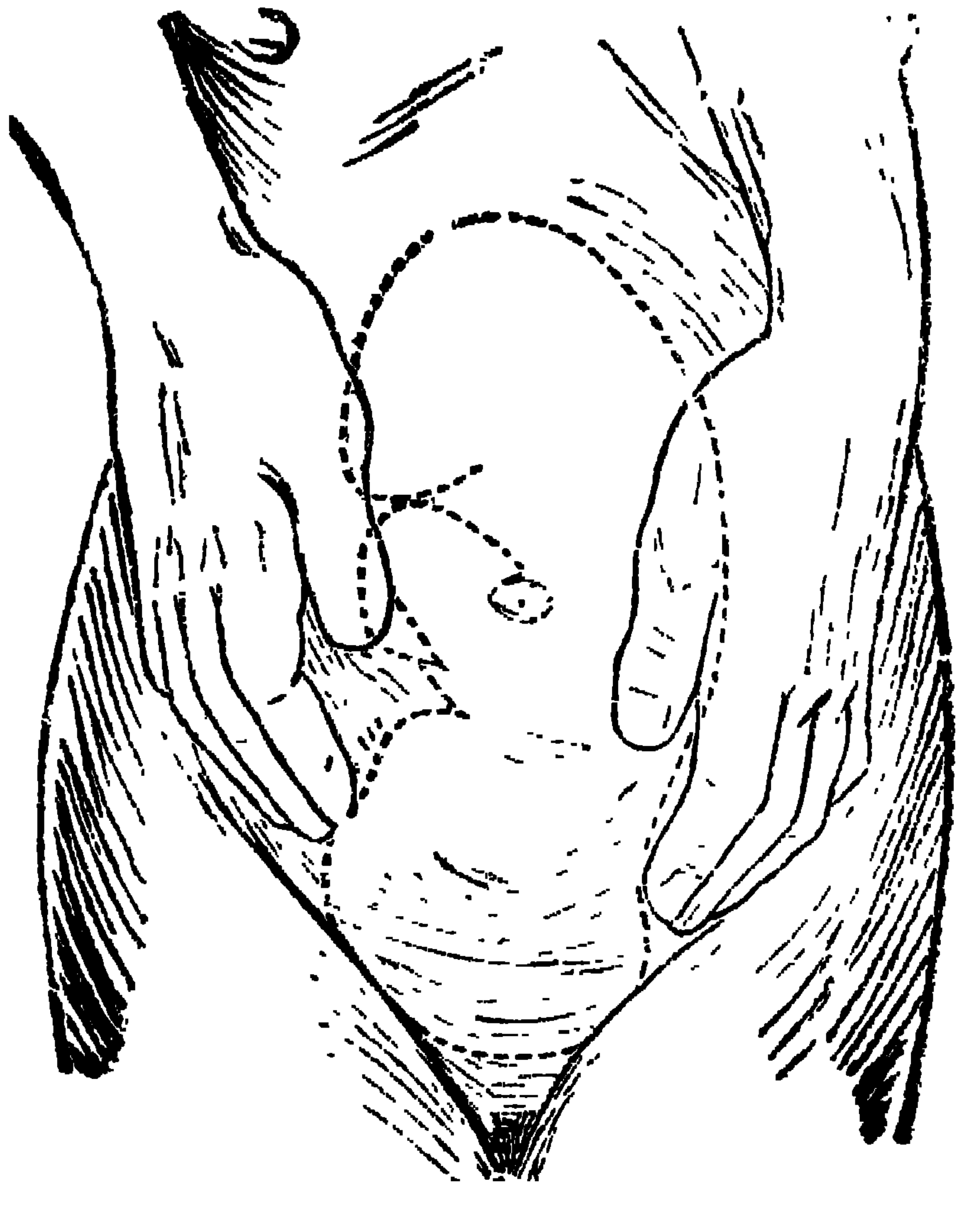
হাত পা রাখা হয়েছে, একটি হাতের সেই রকম বুড়ো আঙ্গুল একদিকে এবং আর চারি আঙ্গুল অন্যদিকে রেখে পেলভিসের ভিতরের দিকে চাপলে মুটোর ভিতরে একটা শক্ত গোল জিনিষ পাবে, সেটা হয় ছেলের মাথা না হয় ব্রীচ।



১৪নং চিত্র—পলিক গ্রিপ।

চতুর্থ গ্রিপ—১৫নং ছবিতে যে রকম দু হাত রাখা হয়েছে সেই রকমে পোয়াতির পায়ের দিকে সুমুখ ফিরে দাঁড়িয়ে দু-হাতের আঙ্গুল কুঁচকির নীচে পেলভিসের ভিতর যতদূর নীচে ঢোকাতে পার ঢুকাবে। মাথা যদি নীচে গিয়ে চেপে বসে, ইংরাজীতে যাকে বলে 'হেড এনগেজ' হয়েছে, তা হলে আঙ্গুল গিয়ে শক্ত জিনিষে ঠেকবে আর নীচে যাবে না। কিন্তু "হেড' এনগেজ" না হলে আঙ্গুলগুলি সড়সড় করে সহজে

পেলহ্বিসের ভিতর চলে যাবে। (৩) এই সব উপায়ে টের পাওয়া যায় প্রসবের কি অবস্থা, মাথা কত নীচে এসেছে এবং চেপে বসেছে কি না। ইউটারাসের আকার পরিবর্ত্তন দেখেও প্রসবের অবস্থা জানা যায়। জল ভেঙ্গে গেলে ইউটারাসের আকার ডিমের মতন আর থাকে না এবং ছেলেকে তত সহজে ঠেলে নড়ান যায় না। কোন গোলযোগ আছে কি না তাও এই পরীক্ষায় জানা যায়। প্রথম পোয়াতিদের



১৫নং চিত্র—চতুর্থ গ্রিপ।

গর্ভের শেষ মাসে বা প্রসবের ৩।৪ সপ্তাহ পূর্ব্বে এবং বহু প্রসবিনীদের প্রসব বেদনা আরম্ভ হ'লে যদি "হেড ফিক্স" না হয়, তা হলে বুঝবে মাথা বড়, পেলহ্বিস্ ছোট কি এই রকম কিছু গোলযোগ আছে। পোয়াতির পেট যদি অস্বাভাবিক শক্ত না থাকে, তা হ'লে পেলপেশন্

পরীক্ষা দ্বারা ছেলের অঙ্গ প্রত্যঙ্গ টের পাওয়া যাবে, না গেলে বুঝবে কিছু গোলযোগ আছে। প্রসব বেদনার জোর আছে কি না তাও উপরে হাত দিয়ে টের পাওয়া যায়।

পেটের উপর ষ্টেথেস্‌কোপ যন্ত্র বসিয়ে ছেলের বুকের দুর্দ্দড়নী বা হার্টের শব্দ শুন্‌বে। এই পরীক্ষার নাম **অস্কল্‌টেশন**। স্বাভাবিক হ্বার্টেক্স প্রেজেণ্টেশনে এণ্টিরিয়র ইলিয়েক স্পাইন এবং নাভির মাঝখানে ষ্টেথেস্‌কোপ বসালে ফিটেল্ হার্ট সাউণ্ড ভাল শোনা যায়।

বিশেষ প্রয়োজন হ'লে পোয়াতিকে জানিয়ে **হেবজাইনেল পরীক্ষা** করবে। তুমি জিজ্ঞাসা করতে পার **হেবজাইনেল পরীক্ষা দ্বারা কি কি জানা যায়?** এই পরীক্ষা দ্বারা প্রধানতঃ ৬টী বিষয় জানা যায়ঃ—

১। হেবজাইনার পথটা সঙ্কীর্ণ কি না, তাতে কোন আব বা ঘা আছে কিনা, ডিসচার্জ কি রকম, পেলহ্বিস্ সঙ্কীর্ণ কি না।

২। রেক্টম্ ও ব্লাডারের অবস্থা কি।

৩। অস্ খুলেছে কি না এবং নরম না শক্ত (রিজিড)। অস্ বেশ নরম আর পুরু ঠেকলে শীঘ্র ডাইলেট হবে, আর ছুরির মতন শক্ত আর পাতলা ঠেকলে ডাইলেট হতে দেরী আছে মনে করবে। আর অস্ যদি কিছুই ডাইলেট হয়ে না থাকে, ব্যথার যদি কোন রকম নিয়ম না থাকে, ব্যথার সঙ্গে সঙ্গে যদি অস নেমে না আসে, তা হলে ঠিক করে দেখবে ব্যথা ফল্‌স কি না।

৪। মেম্ব্রেণের অবস্থা কি?—ঠিক ব্যথা হলে দেখবে অস্ ডাইলেট হয়েছে, আর ব্যথার সময় আঙ্গুলের মাথায় জলের ব্যাগ শক্ত হয়ে ঠেলচে। ব্যথা জিরেণে জলের ব্যাগ নরম হ'য়ে যায় আর মাথা বেশ

টের পাওয়া যায়। মেম্‌ব্রণের থলের আকার দেখে মাথা আগে এসেছে কি না বুঝা যায়। অসের উপরটা ঠেললেও শক্ত মাথা ঠেকে, আর পরীক্ষা করা অভ্যাস না থাকলে, বোধ হয় অস্‌ বেশ খুলে গিয়েছে; আর তাই দিয়ে মাথা আসছে। তাই যতক্ষণ না একটা আংটীর মতন জিনিষের ভিতর আঙ্গুল ঢুকবে, ততক্ষণ নিশ্চিন্ত হবে না।

৫। মাথা কি আর কিছু আগে এসেছে।

৬। কোন পোজিশন তাও টের পাওয়া যাবে। ফাষ্ট ও সেকেণ্ড পোজিশনে পোষ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি নীচে ও সামনে থাকে, এণ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি পেছনে ও উপরে থাকে, সুতরাং আঙ্গুলে ঠেকে না। এণ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি যদি পোয়াতির বাঁ দিকে সামনে ও নীচে সহজে পাওয়া যায় আর পোষ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি সহজে পাওয়া যায় না, তা হলে জানবে পোজিশন **থার্ড হ্বার্টেক্স**। আর যদি পোয়াতির ডান দিকে এণ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি সহজে পাও, আর পোষ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি পাওয়া না যায় তাহলে জান্‌বে পোজিশন **ফোর্থ**।

ব্যথা জিরেণের সময় ছেলের মাথা পরীক্ষা করবে; ব্যথার সময় পরীক্ষা করলে মেম্‌ব্রেণের ব্যাগ ফেটে যেতে পারে। জিরেণের সময় আঙ্গুল একটুখানি চালালেই মাথার হাড়ের যোড় (সূচার) বেশ মালুম হবে। মাথা আসচে জেনে নিশ্চিন্ত হবে, আর পোয়াতিকে ভরসা দেবে। পোয়াতি আর তার কুটুম্বেরা বার বার জিজ্ঞাসা করবে, "প্রসবের আর দেরী কত?" খুব সাবধানে উত্তর দিবে; কারণ যদি বল "শীগগির হবে," আর যদি দেরী হয় তাহলে বলবে "দাইটা কিছুই জানে না"। যদি বল "দেরী আছে" আর তখনই হয়ে পড়ে তাহলে তোমাকে কেবল বোকা বলে ছাড়বে না, তোমার উপর ভয়ানক রেগে যাবে; হঠাৎ ছেলে হয়ে যাওয়াতে তারা আতান্তরে পড়বে। কেবল

এইমাত্র বলবে, "ভয় নেই সব ঠিক আছে; ব্যথা রীতিমত বাড়লে শীগ্গিরই ছেলে হবে।" অস্ তিন আঙ্গুল ডাইলেট হ'তে যত সময় লেগেছে, প্রায় তার অৰ্দ্ধেক সময়ে ফুল ডাইলেট হয়। এখন জিজ্ঞাসা করতে পার—

হ্বেজাইনেল পরীক্ষার নিয়ম কি ?

এই পরীক্ষার আটটি নিয়ম পালন না ক'রলে বিলাতে ধাত্রী-আইন মতে শাস্তি হয় (১) নিয়মমত তোমার হাত ডিস্ইনফেক্ট করবে। (২) নিয়মমত পোয়াতির হ্বলহ্বা ডিস্ইনফেক্ট করবে। (৩) লোশনে ভিজে হাতে পরীক্ষা করবে। (৪) কোন তেল আঙ্গুলে লাগাবে না। (৫) এক হাতে আগে লেবিয়া ছুটি ফাঁক করে চোখে দেখে অন্য হাতের আঙ্গুল ঢুকাবে, (৬) একেবারে ভিতরে ঢুকাবে, উপর থেকে বা নীচে থেকে আঙ্গুল চালিয়ে ভিতরে ঢুকাবে না। (৭) খুব নরম হাতে পরীক্ষা করবে। (৮) পোয়াতিকে বিছানার ডান ধারে বাঁ কাতে ডান হাঁটু উঁচু করে অথবা চিৎ হয়ে ছু হাঁটু উচু করে শুয়ে থাকতে বলবে।. চিৎ হলে একহাতে লেবিয়া ফাঁক করে অন্য হাতের তর্জ্জনী হ্বেজাইনায় ঢুকিয়ে প্রথমে পাছার দিকে তারপর উপর ও সামনে চালিয়ে অসের ভিতর ঢুকাবে। ব্যথার সময় দেখবে অসে মেম্ব্রেণ ঠেলে এসেছে কি না, কিন্তু ব্যথা না গেলে অসের ভিতর আঙ্গুল চালাবে না।

প্রস্রাব পরীক্ষা—ধাত্রীকে যদিও প্রস্রাব পরীক্ষা ক'রতে হয় না, পরীক্ষার জন্য প্রস্রাব পাঠাতে হয়। এল্বুমেন প্রভৃতির পরীক্ষার জন্য প্রস্রাব পাঠাতে হ'লে একটা কুইনাইনের বা হর্লিকের শিশির মতন শিশি গরম জলে ফুটিয়ে তাইতে ধ'রে পাঠাতে

হয়। বীজাণু কল্‌চারের জন্ত পাঠাতে হ'লে কেথিটার দিয়ে প্রস্রাব ঐ রকম ধ'রতে হয়। পরীক্ষার টিউবে ঐ প্রস্রাব মাখালে রোগ বীজ গজিয়ে উঠে। একে ব'লে **কল্‌চার।**

পোয়াতির দরুন ডাক শুনে ঐ দশটি বিষয় মনে রাখবে (ক) কখন যাওয়া ও কতকক্ষণ থাকা (খ) আঁতুড় ঘর ঠিক করা, (গ) জিজ্ঞাসা করে অবস্থা জানা (ঘ) দরকারী জিনিষ কি কি, (ঙ) গরম জল, (চ) বিছানা, (ছ) পরণের কাপড়, (জ) কি ভাবে শোয়ান, (ঝ) শুচি বা আসেপ্‌সিস (ঞ) পরীক্ষা তারপর অবস্থা বুঝে কাজ করবে। কিন্তু প্রয়োজন হলে তখনই ডাক্তার ডেকে পাঠাবে।

পঞ্চম পরিচ্ছেদ

চপলা। পুয়ারপারিয়ম কাকে বলে?

গর্ভাবস্থায় পরিবর্ত্তিত দেহ-যন্ত্র ও দেহাংশগুলি স্বাভাবিক অবস্থায় আনতে যে সময় লাগে তাহাকে বলে পুয়ারপারিয়ম। সময় প্রায় ৮ সপ্তাহ। কেমন করে স্বাভাবিক অবস্থায় আসে তা ইতি পূর্ব্বে বলেছি।

চপলা। শুশ্রূষা কি প্রকার?

বিমলা। সে সব আগে বলেছি। প্রসবের পর শুশ্রূষার আর এক নাম পোষ্ট নেটেল কেয়ার। নজর রাখতে হবে এই সব বিষয়:— মায়ের টেম্পারেচার, পলস, রেস্‌পিরেশন, বাহ্যে ও প্রস্রাব, লোকিয়া, স্তন, এবং ইন্‌হ্বলিউশন—দিনে দিনে ইউটারাস্ কতদূর নামে টেম্পারেচার চার্টে লেখা যায়। ছেলের পুষ্টি, ওজন, চামড়ার ও কর্ডের অবস্থা এবং মলের রকম; এই সব বিষয়ও দেখ্‌তে হবে।

দ্বিতীয় অধ্যায়।

অস্বাভাবিক প্রসব

(বিমলা, কমলা ও চপলা)

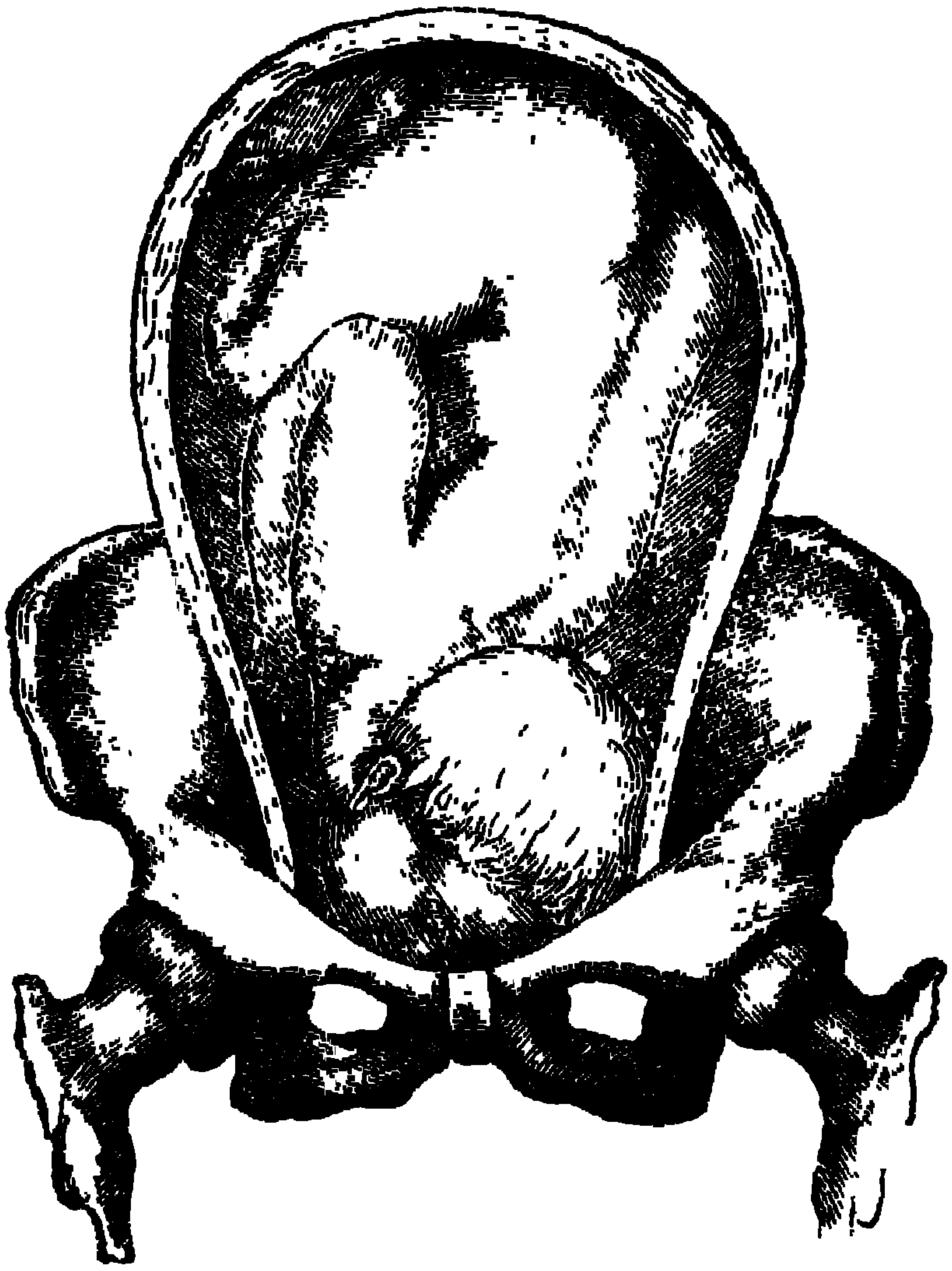
চপলা। স্বাভাবিক প্রসবের কথা ত সব জানা গেল। আর কি কি রকম প্রসব হয় তার কথা আর ব্যবস্থাও সব জেনে রাখা ভাল।

বিমলা। নয় রকম অস্বাভাবিক প্রেজেণ্টেশন্ কদাচিত হ’য়ে থাকে। (১) **ফেস** বা মুখ, (২) **ব্রাও** বা কপাল, (৩) **ব্রীচ** বা পাছা, **নী** বা হাঁটু, **ফুট** বা পা, (৪) **শোল্ডার** বা কাঁধ, **আর্ম** বা হাত (৫) **ফিউনিস্** বা নাড়ী, (৬) **মাথার সঙ্গে** হাত কি পা। তা ছাড়া (৭) **হাত মাথার পিছন** দিকে থাকতে পারে (৮) **যমক** কি ৩।৪টি ছেলেও থাকতে পারে, আর (৯) **হাইড্রো কেফেলাস** বা জল ভরা মাথা খুব বড় রকম হ’য়ে প্রসবের পথে এসে আটকে থাকতে পারে।

১। ফেস্-প্রেজেণ্টেশন

থুঁতি যদি বুকের উপর না ঠেকে, কিন্তু মাথার পেছনটা উল্টে গিয়ে পিঠে ঠেকে, তা হ’লে অসে মাথার বদলে মুখ দেখা যায়। পোজিশন থুঁতি দিয়ে ঠিক করা হয়। থুঁতি বা চিন্ সামনে থাকলে বলে মেণ্টো-এণ্টিরিয়র, পেছনে থাকলে মেণ্টো-পোষ্টিরিয়র। মেণ্টো-এণ্টীরিয়র পোজিশনে মেণ্টো-পোষ্টিরিয়র অপেক্ষা সহজে প্রসব হয়, কারণ চিন্ বা থুঁতি সামনে থাকলে সামনে সহজে ঘুরে আসতে পারে। **ফার্ষ্ট বা রাইট মেণ্টো-পোষ্টিরিয়র পোজিশনে** থুঁতি ডান্ সেক্রোইলিয়েক্ জয়েণ্টের দিকে, আর কপাল বা ফোরামেন্ ওহেবলির দিকে থাকে।

সেকেণ্ড বা লেফ্‌ট মেণ্টো-পোষ্টীরিয়র পোজিশনেও খুঁতি পিছনে থাকে কিন্তু কপাল ডান দিকে থাকে। **থার্ড আর ফোর্ত্ত পোজিশনে** খুঁতি সামনে থাকে, থার্ড পোজিশনে বাঁ দিকে, আর ফোর্ত্ত পোজিশনে ডান দিকে। চিন্ যদি সামনে না ঘুরে পিছনে গিয়ে সেক্রমে ঠেকে, একে বলে **পার্সিষ্টেণ্ট মেণ্টো-পোষ্টীরিয়র**।



১৬নং চিত্র—ফাষ্ট ফেস্ পোজিশন্

প্রসবের কৌশল—(১) গলা চিতিয়ে বা **এক্সটেন্‌শন** অবস্থায় থাকে, (২) থুতি ঘুরে বা **রোটেশন** ক'রে সামনে আসে, (৩) মাথার পিছনটা পিঠ থেকে ছেড়ে আসে, আর থুতি বুকের দিকে উঠে **ফ্লেকশন** অবস্থায় আসে, (৪) মুখ, নাক চোক কপাল বেরিয়ে আসে ;

আর মুখ ভিতরে যে দিকে ছিল বাহিরে এসে সেই দিকে ঘুরে পড়ে বা বাহিরে **রোটেশন** হয়। এন্‌গেজমেণ্ট হলে ছেলের সাহ্বাইকো-ব্রেগ্‌মেটিক বা সব্-মেণ্টো-হ্বার্টিকেল ডায়েমেটার (৪॥ ইঞ্চি) পোয়াতির ওব্‌লিক ডায়েমেটারে থাকে। পূরো এক্‌ষ্টেন্সন হ'লে সব্ মেণ্টো-ব্রেগ্‌মেটিক ডায়েমেটার এনগেজ হয় (৩।০ ইঞ্চি)। ফ্লেকশন হলে তবে হেড ডিস্-এন্‌গেজ হয়। মনে রেখো হ্বার্টেক্স প্রেজেণ্টেশনে এক্সটেন্‌শনের পর হেডের ডিস্-এন্‌গেজমেণ্ট হয়, আর এতে ফ্লেকশনের পর।

বুঝবার সঙ্কেত—প্রথমে পেট পরীক্ষা। পেট টিপে দেখবে নীচে শক্ত মাথা হাতে ঠেকচে; তখন বুঝবে পাছা আসচে না কিন্তু মাথার দিক আসচে। পেলহ্বিক গ্রিপ দ্বারা অক্সিপট ও পিঠের মাঝে খাঁজ পাওয়া যায় আর অক্সিপটের পিছন দিকে নীচে আঙ্গুল ঠেলা যায় না। মেম্‌ব্রেন রপচার হবার পরই ফেস ঠিক করা যায়। আঙ্গুল দিয়ে নাক, নাকের ছেঁদা মুখের ভিতরে জিভ আর দুটি মাড়ী টের পাওয়া যায়। ঠোঁট মুখ ফুলে যায়, তাই ব্রীচ বলে ভ্রম হ'তে পারে। ব্রীচে মাড়ীর মতন কিছুই নাই; কিন্তু মলদ্বারে আঙ্গুল দিলে এঁটে ধরে আর মিকোনিয়ম বা ছেলের কালো মল আসে। খুব সাবধানে পরীক্ষা করা উচিত, কারণ জোরে টিপলে ছেলের চোখে চোট লাগতে পারে। মুখের খুব ভিতরে আঙ্গুল দিলে ছেলে শ্বাস ফেলবার চেষ্টা ক'রে ময়লা গিলতে পারে।

চিকিৎসা—ডাক্তার ডাক্‌বে। যে পাশে ছেলের পিঠ সেই পাশে শুইয়ে রাখবে। পোয়াতিকে কোঁথ দিতে বারণ করবে। মেম্ব্রেণ অটুট্ থাকলে, পরীক্ষা করবে না। মেম্ব্রেণ ফেটে গেলে ও বেশী হাতড়ালে ছেলের চোক নষ্ট হতে পারে। মেম্ব্রেণ ফেটে গেলে আর ডাক্তার না পাওয়া গেলে এক হাতের আঙ্গুল ভিতরে দিয়ে ফোরহেড

উপরের দিকে তুলবার চেষ্টা করবে, আর পেটের উপর অন্য হাত দিয়ে অক্সিপট নীচের দিকে ঠেলবে। কিন্তু মাথা যদি খুব এন্‌গেজ থাকে, হাতড়াবে না।

এতে কি কি অসুবিধা হতে পারে?

উত্তর:—(১) আপনি প্রসব হলেও পেরিনিয়ম রপ্‌চার হতে পারে, কারণ মাথার বড় ডায়েমেটার নেমে আসে। (২) প্রসব দেরীতে হওয়ার দরুন ছেলে প্রায়ই মারা যায়; মারা না গেলেও নাক জিভ ফোলে, হাঁপাবার সম্ভাবনা হয়, নাক মুখ ফুলে কদাকার হয়। (৩) চিন্‌ সামনে না ঘুরে যদি সেক্রমে যায়, একে বলে উল্টো-রোটেশন। ছেলের মাথা খুব ছোট আর পেল্‌ভিস্‌ বড় না হলে এ অবস্থায় আপনি প্রসব হয় না, যন্ত্র দিয়েও প্রসব করান যায় না। ডাক্তার সাধারণতঃ ক্রেনিয়টমি করেন; তার সব ব্যবস্থা ক'রে রাখবে, আর পোয়াতির আত্মীয় স্বজনকে সাবধান ক'রে রাখবে।

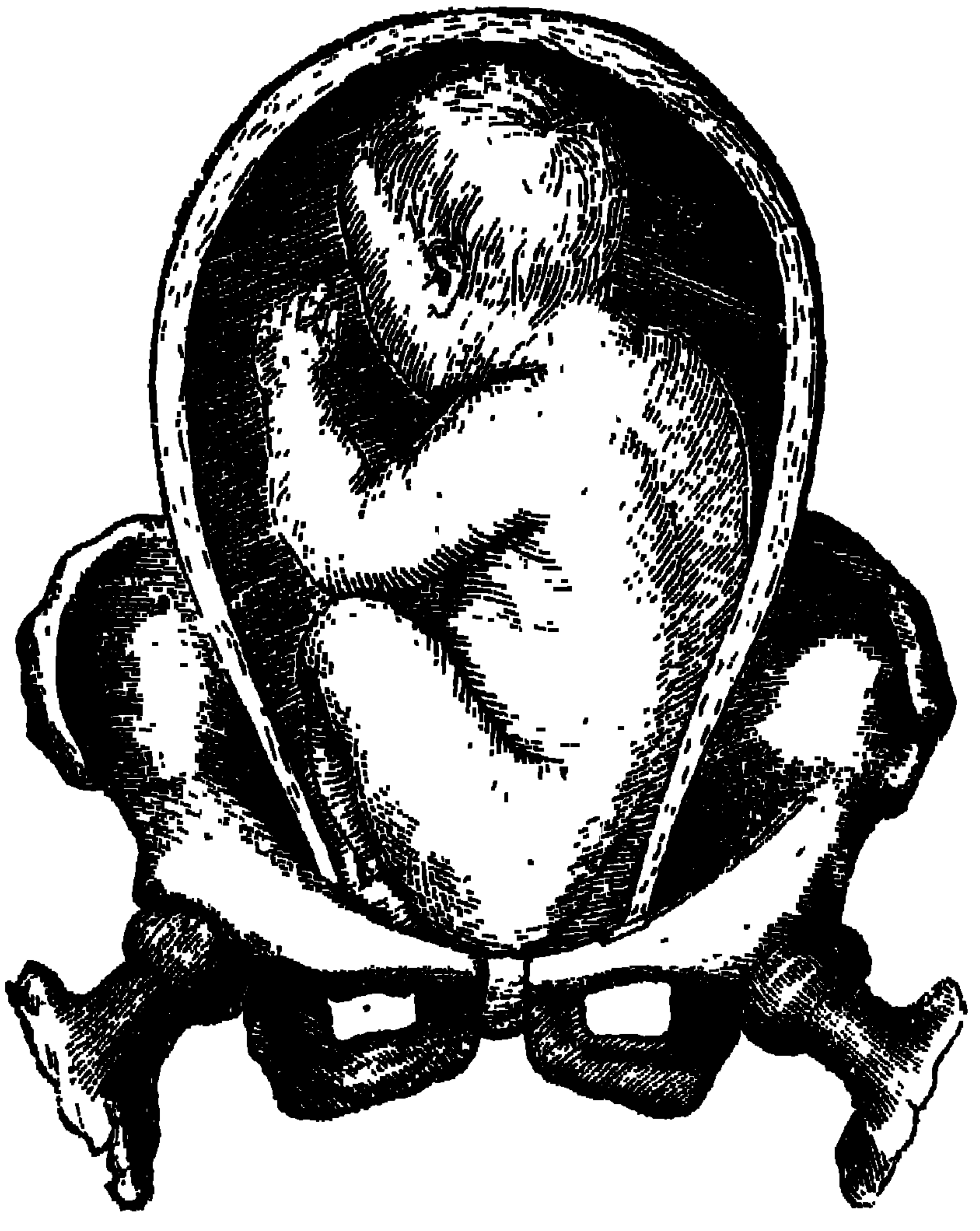
২। ব্রাও প্রেজেণ্টেশন্‌

কপালের উঁচু জায়গা দেখা দেয়, তার এক দিকে এণ্টিরিয়র ফণ্টেনেলি আর এক দিকে নাকের গোড়া, চোক আর চোকের ভুরু। ছেলে যদি ছোট হয় আর ভুরু যদি সামনে থাকে, একটু অপেক্ষা ক'রলেই দেখবে ব্রাওয়ের জায়গায় হেড কি ফেস্‌ এসে পড়বে। প্রসবে দেরি হ'লে ডাক্তার ডাক্‌বে। এতে সব চেয়ে বড় ডায়েমেটার,—সুপ্রা-অক্সিপিটো-মেণ্টেল বা হ্বার্টিকো মেণ্টেল (৫।০ ইঞ্চি), এনগেজ্ড হয়ে প্রসবে বাধা দেয়। এতে 'কেপট' খুব বেশী হয়।

৩। ব্রীচ প্রেজেণ্টেশন্‌

আগে পাছা, হাঁটু, কিম্বা পাছার আগে পা দেখা দিলে ব্রীচ

প্রেজেণ্টেশন্ বলে। এতেও ৪ রকম পোজিশন্ হয়। **ফাষ্ট পোজিশনে** পাছা বা সেক্রম্ বাঁ দিকে সাম্নে, **সেকেণ্ড** পোজিশনে ডান্ দিকে সাম্নে, **থার্ড পোজিশনে** ডান্ দিকে পিছনে, **ফোর্ত্থ পোজিশনে** বাঁ দিকে পিছনে। পাছার সঙ্গে পা থাকলে বলে ফুলব্রীচ্। পা দুটী সটান হ'য়ে উপরে থাকলে অর্থাৎ শুধু পাছা থাকলে বলে ফ্র্যাঙ্ক্ ব্রীচ্।

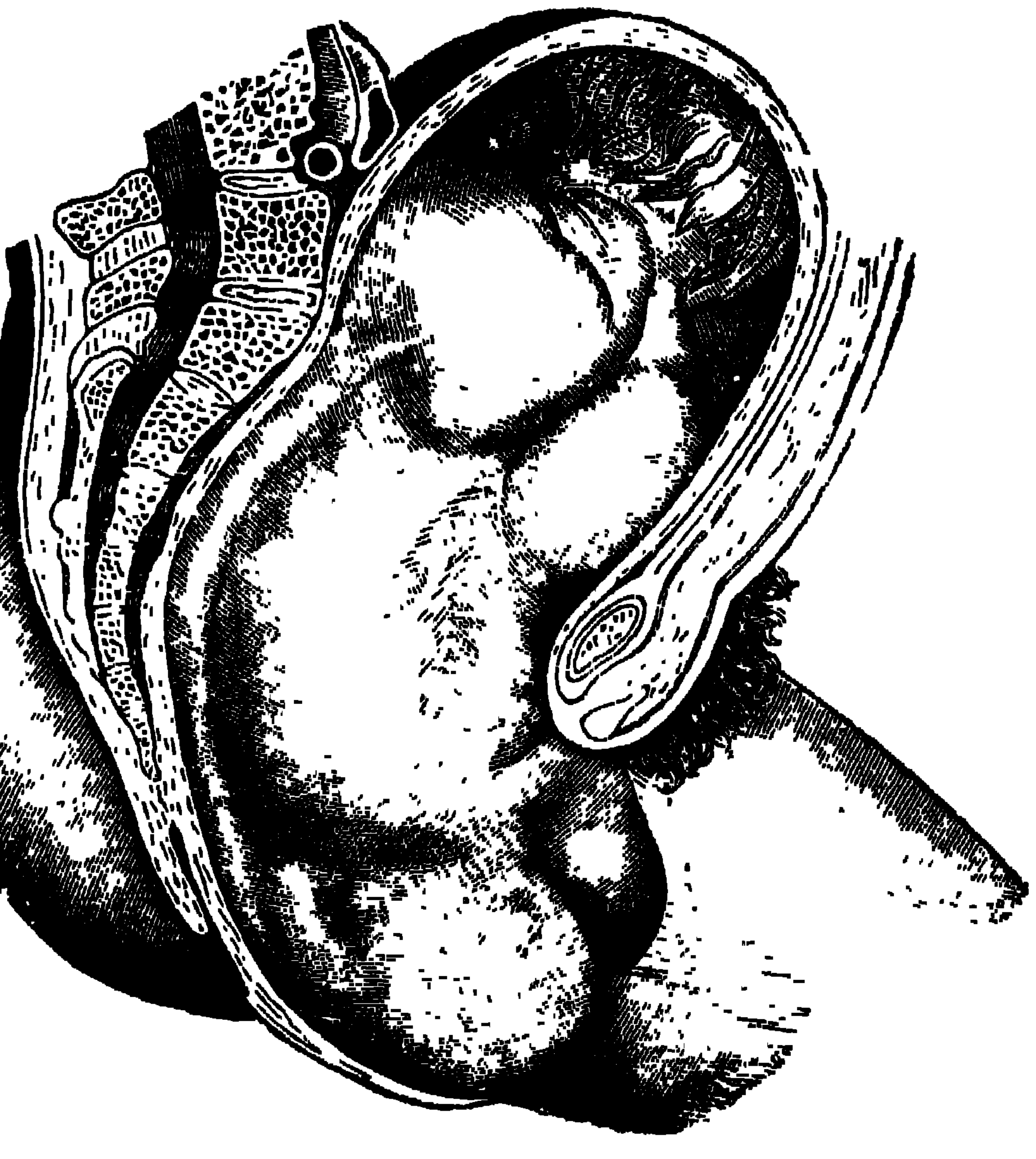


১৭নং চিত্র—ফাষ্ট ব্রীচ পোজিশন

বুঝবার সঙ্কেত—(১) পেট টিপে নীচের দিকে যদি মাথা না পাওয়া যায়; (২) ষ্টেথেস্কোপ দিয়ে যদি নাভি আর কুঁচকির (এণ্টিরিয়র ইলিয়েক স্পাইন) মাঝামাঝি ছেলের হার্টের শব্দ না শুনে, নাভির কিছু উপরে বা প্রায় সমান সমান শোনা যায়; (৩) মেম্ব্রেণ থাকতে পরীক্ষা করলে যদি দেখা যায়, মেম্ব্রেণ ঠোঙ্গার মতন হয়ে ঝুলে

প’ড়েছে আর দুধারে দুটি শক্ত ঢিবি (টিউবরসিটি ইস্‌কিয়মের) মাঝখানে খাঁজ; এক দিকে আঙ্গুল চালালে হাড়ের উচু উচু দানা (সেক্রমের টিউবার্ক্ল) পাওয়া যায় (৪) অস্‌ যদি অনেক উপরে থাকে। মেম্‌ব্রেণ রপচার্‌ হবার পর যদি (১) ঘন, কাল, চটচটে মিকোনিয়ম্‌ বেরুতে থাকে, তা হ’লে ব্রীচ আসচে বলে সন্দেহ করতে পার। (২) অসে আঙ্গুল দিলে মাথার মতন একটা শক্ত বড় গোল জিনিষ ঠেকে না, কিন্তু তার চেয়ে নরম ছোট দুইটি গোল ঢিবি আর তার মাঝখানে একটা খাঁজ পাওয়া যায়; এই দুইটি ঢিবি ও পাছার খাঁজের মাঝখানে আঙ্গুল চালালে একটা ছেঁদায় ঢোকে। সেই ছেঁদা মুখের চেয়ে ছোট, তার ভিতরে জিভ আর দুটি মাড়ি নাই। আঙ্গুল দিলে আঙ্গুল চেপে ধরে, আর আঙ্গুল বের করে আন্‌লে প্রায়ই দেখা যায় তাতে চিটে গুড়ের মতন মিকোনিয়ম লেগে আছে। এই ছেঁদাই মলদ্বার। এক দিকে আঙ্গুল চালালে সেক্রমের উচু নীচু হাড় পাওয়া যায়, আর উল্টা দিকে ছেলে কি মেয়ের বিশেষ চিহ্ন পাওয়া যেতে পারে। পাছার ঢিপি টিপলে শক্ত হাড় আঙ্গুলে ঠেকে, কিন্তু তাতে মাথার মতন সূচার বা ফণ্টেনেলি নাই। পা আগে এলে হাত বলে ভ্রম হতে পারে, কিন্তু (১) পায়ের বুড় আঙ্গুল থেকে কড়ে আঙ্গুল পর্য্যন্ত ক্রমে ছোট; হাতের বুড় আঙ্গুলের চেয়ে মাঝের তিন আঙ্গুল বেশী লম্বা। (২) হাতের বুড় আঙ্গুল টেনে নিয়ে আর সব আঙ্গুলে লাগান যায়; পায়ের বুড় আঙ্গুল সে রকম করা যায় না। (৩) পায়ে যেমন গোড়ালি, হাতে তেমন কিছু নাই। (৪) হাত আর বাহু টেনে সোজা এক লাইন করা যায়; পা আর নলা সে রকম এক লাইনে সোজা করা যায় না, কিন্তু পায়ের উপর নলা দাঁড় করান বোধ হয়। (৫) পায়ের বুড় আঙ্গুলের দিক

কড়ে আঙ্গুলের দিক চেয়ে পুরু ; হাতের দুদিক সমান। তা ছাড়া (৬) হাতে কাইকুতু দিলে অনেক সময় আঙ্গুল এঁটে ধরে। (৭) পা কি হাঁটু প্রেজেণ্টেশনে মেম্ব্রেণের দস্তানার আঙ্গুলের মতন লম্বা হ'য়ে বেরিয়ে আসে। হাত প্রেজেণ্টেশনেও মেম্ব্রেণের আকার এই রকম। হাটুর দুদিকে দুটি গোল ঢিবি তার মাঝখানটা নীচু ; কিন্তু কণুইতে একখানা ছুঁচলো মত হাড় আর কাঁধে কেবল একটা গোল ঢিবি। সেই ঢিবি



১৮নং চিত্র—সেকেণ্ড পোজিশনে ব্রীচ বেরিয়ে আসচে

থেকে আঙ্গুল চালিয়ে সামনে কণ্ঠার হাড় পাওয়া যায়। সন্দেহ থাকলে আঙ্গুল দিয়ে একটু টান্‌লেই পা কি হাত বেরিয়ে প'ড়বে।

প্রসবের কৌশল—ব্রীচ এন্‌গেজ হলে পাছার সামনের ঢিবি

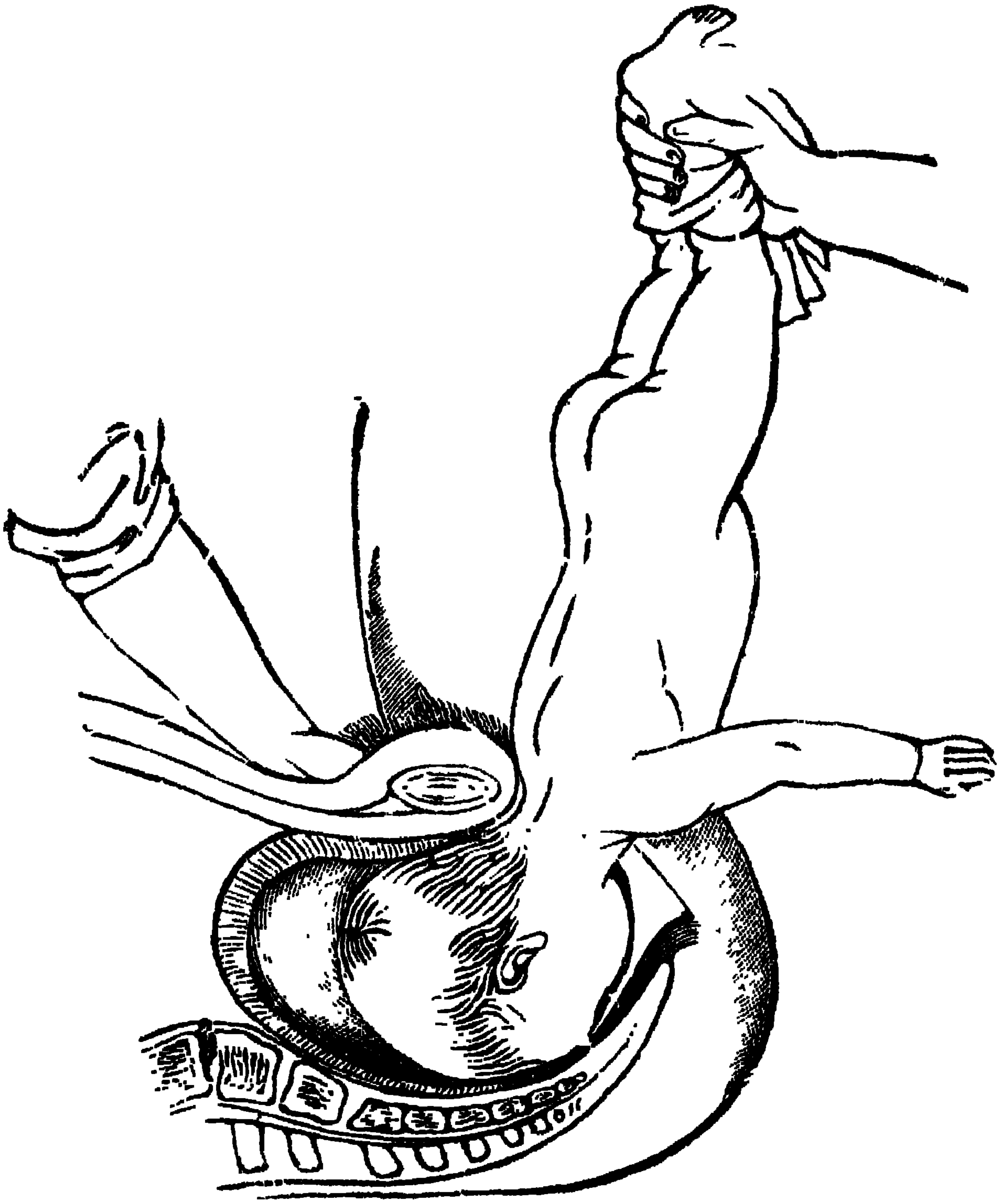
ইলিও পেকটিনিয়েল এমিনেন্সের দিকে আর পেছনের ঢিবি বিপরীত সেক্রোইলিয়েক যোড়ের দিকে থাকে। সামনের ঢিবি একটু নীচে থাকে বলে সামনের দিকে ঘুরে এসে পিউবিসে ঠেকে, পিছনের ঢিবি ঘুরে পিছনে গিয়ে নীচে নেমে আসে। ধড়ের একপাশ দুমড়ে যায় অর্থাৎ ফ্লেকশন হয়। অপর পাশের বা পিছনের ঢিবি বেরিয়ে পড়ে। তারপর সামনের ঢিবি, তারপর উরুত, তারপর পা, বেরিয়ে পড়ে; তারপর বুকের উপর দুমড়ান দুহাত; তারপর কাঁধ বেরোয়। তারপর মাথার পিছনটা পিউবিসে এসে ঠেকে থাকে; থুঁতি, মুখ নাক কপাল আসতে আসতে সমস্ত মাথাটা বেরিয়ে পড়ে।

চিকিৎসা—১। **গর্ভাবস্থায়**—গর্ভশেষে টের পেলে ডাক্তার ডাকবে। কণ্ট্রাক্টেড্ পেলভিস্, প্লেসেণ্টা প্রিভিয়া প্রভৃতি কারণে ব্রীচ প্রেজেণ্টেশন না হলে, স্বাভাবিক অবস্থায়, ব্রীচ উপরে তুলে মাথা নীচে আনা আবশ্যক। ৮ মাসে (৩২ সপ্তাহে) এই রকম এক্সটার্নেল ভার্ষণ করা উচিত। ব্রীচ্ নীচে ঘুরে এলে আবার ২ সপ্তাহ পরে ভার্ষণ করা হয়।

২। **প্রসবের সময়**—মেম্ব্রেণ যাতে অসময়ে রপ্চার না হয়, এইজন্য প্রথম ষ্টেজেই পোয়াতিকে শুইয়ে দেওয়া আবশ্যক, বিশেষতঃ যখন দেখবে ব্যথার সময় মেম্ব্রেণ লম্বা হয়ে ভেজাইনাতে ঝুলে পড়েছে। ব্রীচ টের পেলেই ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। পোয়াতিকে শুইয়ে রাখবে, কোঁথ দিতে বারণ করবে, পরীক্ষা খুব কম করবে; যাতে মেম্ব্রেণ অকালে রপচার না হয় তাই করবে। সেকেণ্ড ষ্টেজ ৩ ঘণ্টা পর্য্যন্ত থাকলেও ক্ষতি নাই। পা টেনে বের করবার চেষ্টা করবে না, কিন্তু ধৈর্য্য ধারণ করে থাকবে, কারণ মিছামিছি টানাটানি করলে (১) রক্তস্রাব হয়, (২) পেরিনিয়ম ফাটে, (৩) হাত উপরের দিকে

উঠে গিয়ে মাথা বেরুতে দেয় না, (৪) থুঁতি ব্রিমে আটকে যায়, আর গলা চিতিয়ে যায়, তাই মাথা আটকে থাকে। মাথা আস্‌তে যত দেরি হয় ততই ছেলে মারা পড়বার সম্ভাবনা। বাহাদুরী করতে গিয়ে অনেকে তাড়াতাড়ি করে, আর ছেলেটা মারা পড়ে। তাই ব্রীচ বেরিয়ে আসা পর্য্যন্ত ধৈর্য্য ধ'রে থাকবে। ডাক্তার পাওয়া না গেলে, নিজেই প্রসবের সাহায্য করবে :—(১) ব্রীচ বেরুলে তক্তপোষের কিনারায় পোয়াতির পাছা টেনে আনবে। ব্রীচ বেরুবার সময় ইউটারাসের ফণ্ডাস নীচের দিকে ঠেলবে যাতে ব্রীচ ভাল রকম ফ্লেক্‌শন হয়ে বেরিয়ে আসে। পাশ দিয়ে আঙ্গুল গলিয়ে দেখবে পা আছে কি না; থাকলে দেখবে যাতে পেরিনিয়মে আটকে না যায়। দুটি পা যদি এক্সটেণ্ডেড অবস্থায় যোড়ে সটান হয়ে উপরে থাকে, পা নামাতে হয়। হাতের তেলোর দিক ছেলের পেটের দিকে রেখে, দুটি আঙ্গুল উপরে হাঁটুর পিছন অবধি গলিয়ে ছেলের উরোত যোড় ভেঙ্গে এক পাশে সরালেই পা ফ্লেক্স হয়ে নীচে নেমে আসবে এবং সহজে ধরা যাবে। (২) নাভি পর্য্যন্ত বেরুলে আঙ্গুল দিয়ে কর্ড একটু টেনে নামাবে; আর যে দিকে বেশী জায়গা থাকে সেখানে নিয়ে রাখবে। এই রকম না করলে চাপের দরুন কর্ডে রক্তচলাচল বন্ধ হতে পারে আর টানের দরুন কর্ড ছিঁড়ে যেতে পারে। কর্ডে আঙ্গুল দিয়ে টের পাওয়া যায় ছেলের রক্ত চলাচল করচে কিনা। (৩) নাড়ী দপ দপ করলে আর কিছু না করে যতটুকু বেরিয়েছে গরম নেকড়া জড়িয়ে ধরে থাকবে। ঠাণ্ডা হাত লাগালে ছেলে নিশ্বাস ফেলবার চেষ্টা করবে আর জল টল সব গিলে ফেলবে (৪) বুক পর্য্যন্ত বেরুলে দেখবে হাত উঁচু হয়ে আছে কি না। যদি উঁচু থাকে একহাতে ছেলের দেহ সামনের দিকে টেনে রাখবে আর অন্য হাতের আঙ্গুল পেটের উপর দিয়ে ক্রমে পেছনের কাঁধে

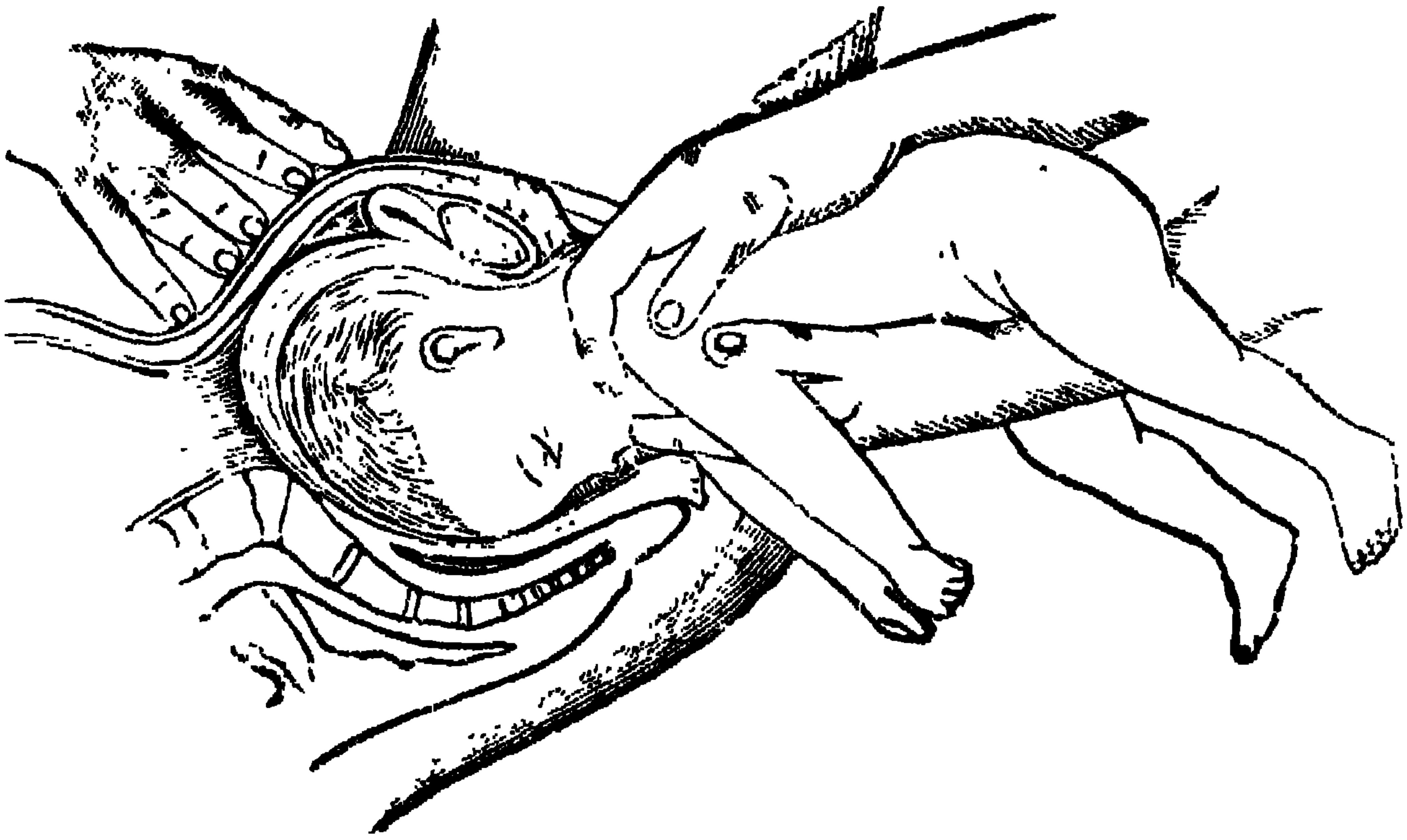
চালাবে ; কাঁধ থেকে কণুই পর্য্যন্ত চালিয়ে মুখ আর বুকের দিকে ঘুরিয়ে নামাবে। তারপর ঐ রকম করে সামনের হাত নামাবে। কিন্তু সাবধান, কণুই না পেলে আর তোমার আঙ্গুল সমস্ত বাহুর পাশে স্প্লিণ্টের মতন না রেখে হাত নীচের দিকে ঠেলবে না, ঠেললে



১৯নং ছিত্র—ব্রীচ প্রেজেণ্টেশনে মাথা নিয়ে আনা

ভেঙ্গে যেতে পারে। (৫) পাছা আর দেহটা বেরিয়ে এলে দেহটা ডান হাতে ধরে পোয়াতির পেটের দিকে একটু তুলবে আর বাঁ হাত

পোয়াতির পেটে দিয়ে ইউটারাস নীচের দিকে ঠেলবে। (৬) হাত বেরিয়ে এলে আর মাথা নীচে নামলে মাথা (আফটার কমিং হেড) আনবার চেষ্টা করবে। আর এক জনকে বলবে পোয়াতির পেট নীচের দিকে ঠেলতে (১৯নং ছবি)। (৭) পেরিনিয়ম রক্ষার চেষ্টা করবে। (৮) কর্ডে দপদপানি থাকলে মাথা বেরুতে ১৫ মিনিটের বেশী, আর দপদপানি বন্ধ হলে ৪।৫ মিনিটের



২০ নং চিত্র—হেড্ ফ্লেক্‌শন্ শোল্ডার ট্রাক্‌শন্ প্রথা

বেশী দেরী হলে ছেলে হাঁপিয়ে মারা যায়, সুতরাং ডাক্তারের জন্য অপেক্ষা না করে প্রথমে ছেলের দেহ পোয়াতির পেটের দিকে বেশ করে তুলে ধরবে, আর পোয়াতিকে কোঁথ দিতে বলবে। এই উপায়ে মাথা না বেরুলে এবং ডাক্তার না পেলে, ২০ নং ছবির মতন বা হাতের তর্জ্জনী ছেলের মুখে দিয়ে, গরম ন্যাকড়া জড়ান ছেলের দুই পা ঐ হাতের দুইদিকে ঝুলিয়ে দিয়ে, ডান হাতের তর্জ্জনী ও মাঝের আঙ্গুল কাঁধের দুপাশে রেখে আস্তে আস্তে প্রথমতঃ নীচের ও পিছনের দিকে

টানবে, পরে উপরের দিকে তুলবে। মুখে আঙ্গুল দিয়ে ট্রাকশন করবে না, জোরে টানলে নীচেকার মাড়ী ভেঙ্গে যাবে। ঐ আঙ্গুল দিয়ে আস্তে আস্তে হেড ফ্লেক্‌শন্ করবে। এতেও আর একজনকে পেটে হাত দিয়ে মাথা নীচের দিকে ঠেলতে হবে। (৯) এই অবস্থায় ছেলে হাঁপায়, সুতরাং বেশি বেশি গরম ও ঠাণ্ডা জল আর বড় বড় গামলা প্রভৃতির বন্দোবস্ত আগেই করে রাখবে।

ডাক্তার যদি শীঘ্র আসবার সম্ভাবনা থাকে, গলার ঘড়ঘড়ানি পরিষ্কার করে মুখের ভিতর একটা রবারের ক্যাথিটার দিয়ে রাখবে যাতে ভিতরে হাওয়া যেতে পারে। অথবা ছেলের নাক ও মুখের উপর এমন ভাবে হাতের আঙ্গুল রাখবে যাতে নাক মুখের উপর চাপ ঠেকিয়ে রাখা যায় এবং নাক ও মুখের ভিতর হাওয়া যেতে পারে।

কেহ কেহ ব্রীচ স্বাভাবিক প্রেজেণ্টেশন ব'লে ধরেন, কারণ অনেক সময় প্রসব সহজে হয়ে যায়। এতে পোয়াতির বিপদ কম কিন্তু ছেলের বিপদ বেশী, এই জন্য ব্রীচ অস্বাভাবিক বলা যেতে পারে। তাড়াতাড়ি ছেলে আন্‌তে গেলে পোয়াতির প্রসবের রাস্তা ছিঁড়ে যেতে পারে।

ব্রীচ প্রেজেণ্টেশনে ভয়ের কারণ কি এবং তার ব্যবস্থা কি ?

(১) প্রসবে বিলম্ব হয়, কারণ মেম্ব্রেণ অকালে রপচার হয়। (২) ছড়ান বা একস্‌টেণ্ড হাত যদি নীচে টেনে আনতে হয়, অনেক সময় পেরিনিয়ম রপ্‌চার হয় এবং ঘাটাঘাটির দরুন সেপসিসের সম্ভাবনা বেশী থাকে। (৩) প্লেসেণ্টা অসময়ে খসে গিয়ে রক্তস্রাব হতে পারে; এতে ছেলেও হাঁপাতে পারে। (৪) চাপের দরুন কর্ডে রক্তচলাচল বন্ধ হ'তে পারে এবং টান পড়ে কর্ড ছিঁড়ে যেতে পারে। (৫) মাথা (আফ্‌টার কমিং হেড) বেরিয়ে আসতে বিলম্ব হ'লে ছেলে মারা যায়। (৬) হেডের চাপে কর্ডের রক্তসঞ্চালন বন্ধ হ'য়ে ছেলে হাঁপিয়ে

মারা যেতে পারে। (৭) ছেলের হাত ছড়ান (এক্সটেণ্ডেড) থাকলে নীচে নামাবার সময় ভেঙ্গে যেতে পারে। ছড়ান পা (ফ্রাঙ্ক ব্রীচে) অসাবধানে টেনে নামাবার সময় ভেঙ্গে যেতে পারে। পা ছড়ান থাকবার দরুন ব্রীচ বেরুতে দেরী হয় বা আটকে থাকে। (৮) পাছায় ঠাণ্ডা বাতাস লাগাতে ছেলে ভিতরেই মুখ খুলে নিশ্বাস ফেলবার চেষ্টা করে, সুতরাং ভেজাইনার ডিস্‌চার্জ্জ সব গিলে ফেলে হাঁপিয়ে পড়ে। তাই গরম ন্যাক্‌ড়া (ফোটান জলে ডুবান ও নিংড়ান) দিয়ে পাছা জড়াতে হয়।

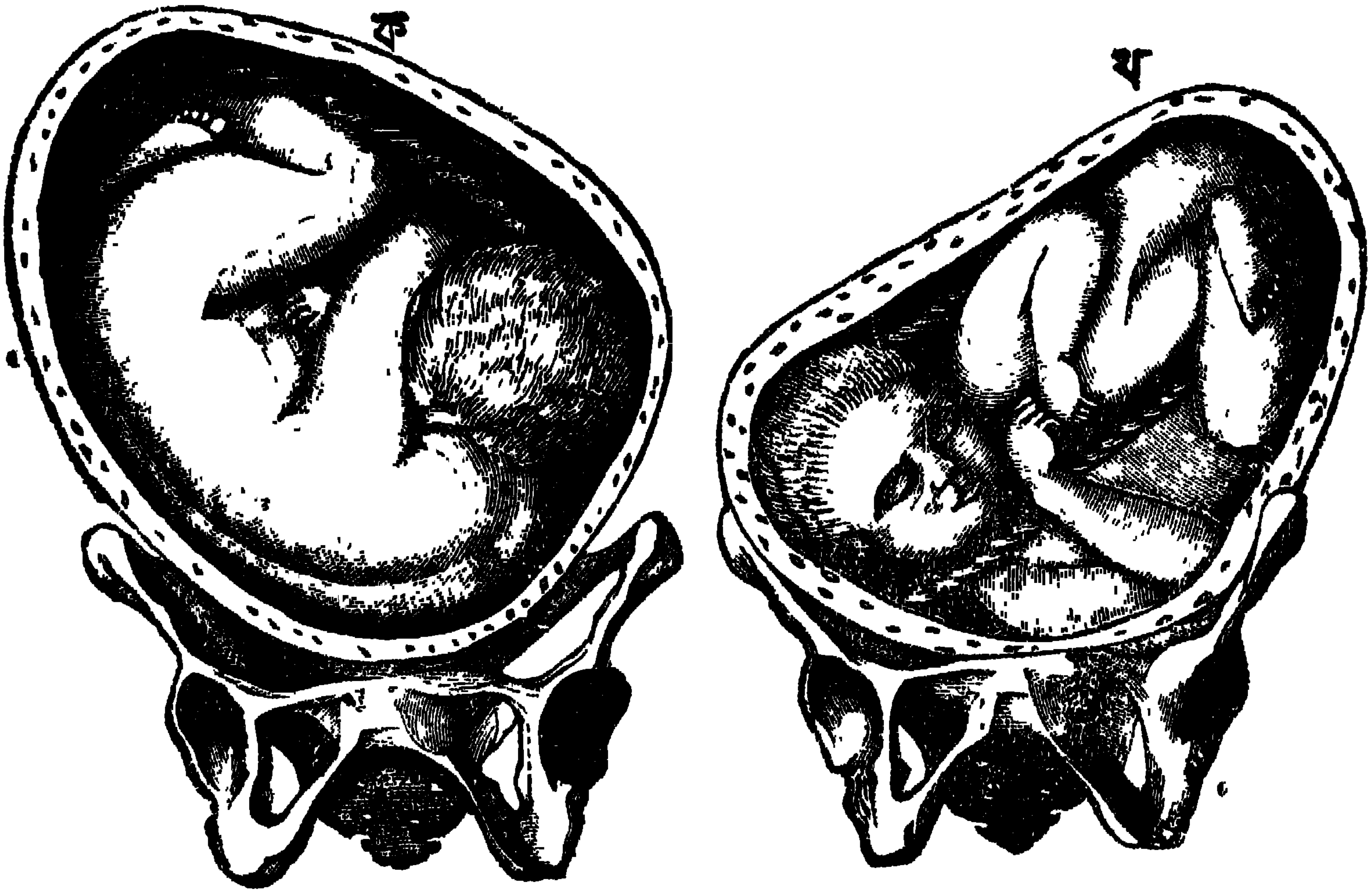
ব্রীচ্ আটকে থাকা বা ইম্প্যাক্‌টেড ব্রীচ—এ রকম হলে ডাক্তার ডাকবে। ডাক্তার না পাওয়া গেলে হাত পেটের উপর দিয়ে ইউটারাসের ফণ্ডাস নীচের দিকে ঠেলবে। এতে যদি না নামে, এক হাতে ব্রীচ একটু উপর দিকে ঠেলে দিয়ে একটা পা ধরে টেনে নীচে নামাবে। আধখানা ব্রীচের ঠেলায় অস্ ডাইলেট হবে এবং ব্রীচ বেরিয়ে পড়বে। যদি পা টেনে আনা না যায়, সামনের কুঁচকিতে আঙ্গুল ঢুকিয়ে দিয়ে উরোত টেনে আনবার চেষ্টা করতে হবে। পরে পেছনের উরোত আনতে হবে। অনেক সময় একহাতে জোর পাওয়া যায় না; তাই সেই হাতের কব্জি অন্য হাতে ধরে টান্‌লে বেশী জোর পাওয়া যায়।

৪। শোল্ডার্ কি আর্ম প্রেজেণ্টেশন্।

ছেলে আড়ে থাকলে কাঁধ কি হাত আগে আসে। এর চার রকম পোজিশন্ :—(১) পিঠ সামনে মাথা বাঁ দিকে পা ডান দিকে, আর ডান কাঁধ কি হাত আগে আসে। (২) পিঠ সামনে, মাথা ডান্ দিকে, আর বাঁ কাঁধ কি হাত আগে আসে। (৩) পিঠ পিছনে, মাথা

বাঁ দিকে, আর বাঁ কাঁধ কি হাত আগে আসে। (৪) পিঠ পেছনে, মাথা ডানদিকে, আর ডান কাঁধ কি হাত আগে আসে।

ঠিক করবার সঙ্কেত—(১) ইউটারাস পেটের আড়ে লম্বা হয়ে থাকে (২১ নং চিত্র দেখ)। ফণ্ডাস নাভির সমান কি নীচেই



২১ নং চিত্র—শোল্ডার প্রেজেণ্টেশন্—ক, পিঠ সামনে, মাথা বাঁ দিকে ; খ পিঠ পিছনে, মাথা ডান দিকে

প্রায় থাকে। (২) পেট টিপলে ঠিক নীচে মাথা পাওয়া যায় না, কিন্তু একপাশে পাওয়া যায়, আর অপর পাশে ব্রীচ। মেম্ব্রেণ দস্তানার আঙ্গুলের মতন লম্বা হয়ে অস দিয়ে বেরোয়। (৪) মেম্ব্রেণ রপচার

হ'লে কাঁধ কি হাত সহজেই টের পাওয়া যায়; কাঁধের নীচে বগল আর পাঁজরা, আর উপরে কণ্ঠার হাড়, টের পাওয়া যায়। ছেলের হাত দিয়ে পোজিশন ঠিক করা যায়; যেমন ডান হাত বেরুলে আর পিঠ সামনে থাকলে পা ডান দিকে; বাঁ হাত বেরুলে, আর পিঠ সামনে থাকলে পা বাঁ দিকে। হাত ডান কি বাঁ ঠিক ক'রতে হ'লে, সেক্‌হ্যাণ্ড করবার মত তোমার হাতের তেলোয় ছেলের ঐ হাত রাখবে, তোমার ডান হাতের বুড়ো আঙ্গুল ছেলের বুড় আঙ্গুলে ঠেকলে হাতটা ডান হাত, আর ছেলের বুড় আঙ্গুলে তোমার বাঁ হাতের বুড় আঙ্গুলে ঠেকলে হাতটা বাঁ হাত মনে করবে। বগল দিয়েও বেশ ঠিক করা যায়:— হাতের তেলো দিয়ে বরাবর তোমার আঙ্গুল চালালে বগলে গিয়ে পঁহুছবে; বগলের নীচের দিকেই পা থাকে, আর কাঁধের উপর দিকে মাথা থাকে। ছেলে যে ভাবে পেটে আছে তুমি সেইভাবে পেটে আছ মনে ক'রলে সহজে সব ঠিক করতে পার।

ভয়ের কারণ কি?

এই প্রেজেণ্টেশনে ছেলে এবং পোয়াতি উভয়েরই বিপদ। সময় মত ঠিক ধরা পড়লে সুবিধা হ'তে পারে। সঙ্কীর্ণ পেলহ্বিস, প্লেসেণ্টা প্রিহ্বিয়া যমক প্রভৃতি যে সমুদয় কারণে এই প্রেজেণ্টেশন হয়, সে সমুদয় বিষয়ে সময় মত সতর্ক না হ'লে দুই-ই মারা যেতে পারে। ঘাটাঘাটির দরুন সব প্রসব পথ ছিড়বার এবং সেপসিস হবার সম্ভাবনা থাকে। বেশি দেরি হ'লে ইউটারাস রপচার হ'য়ে পোয়াতি মারা যেতে পারে, এবং কডের উপর চাপবশতঃ ছেলেও মারা যেতে পারে। ছেলে খুব অপূরন্ত হ'লে দুমড়ে গিয়ে ব্যথার জোরে বেরিয়ে পড়তে পারে নতুবা প্রসব আপনি হয় না।

চিকিৎসা—টের পাওয়া মাত্র ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। ভিতরে জল থাকলে ছেলে সহজে ঘুরিয়ে আনা যায়। যতক্ষণ ডাক্তার না আসেন, পোয়াতির যেদিকে ছেলের মাথা তাকে সেই কাতে শুইয়ে রাখবে, আর কোঁথ দিতে বারণ করবে। মেম্‌ব্রেণ রপ্‌চার না হয়ে থাকলে যাতে না ফাটে তার চেষ্টা করবে। হাত বেরিয়ে পড়লে ভিতরে দেবার চেষ্টা করবে না, চেষ্টা করলেও হাত ভিতরে থাকবে না, জোর করলে ভেঙ্গে যেতে পারে। ডাক্তার এসে পা টেনে ছেলেকে ঘুরিয়ে দিবেন, অর্থাৎ ভার্ষণ করবেন ; সুতরাং আগে থাকতে পোয়াতিকে এক খানা তক্তপোষের উপরে শোয়াবে ; আর গরম জল লোশন প্রভৃতি যা যা দরকার সব যোগাড় ক'রে রাখবে।

ভার্ষণ্ কাকে বলে ?

মাথা কি ব্রীচ ছাড়া যদি ছেলের অন্য কোন অঙ্গ দেখা দেয়, তার জায়গায় মাথা কি ব্রীচ ঘুরিয়ে আনাকে বলে **ভার্ষণ্**। মাথা নিয়ে এলে বলে **কিফেলিক ভার্ষণ্**, পা নিয়ে এলে বলে **পোডালিক ভার্ষণ্**। পেটের উপর হাত দিয়ে ঘুরালে বলে **এক্সটার্ণেল ভার্ষণ্**, আর ভিতরে হাত দিয়ে ঘুরালে বলে **ইণ্টার্ণেল ভার্ষণ্**। এক্সটার্ণেল ইণ্টার্ণেল, এই উভয় প্রণালীতে ভার্ষণ হলে **বাই-পোলার** ভার্ষণ বলে।

প্রসব বেদনা উপস্থিত হবার পূর্ব্বে—ব্রীচ বা শোলডার যদি এন্‌গেজ না হয়ে থাকে, মেম্ব্রেণ যদি অটুট থাকে, তা হলে ডাক্তার না পাওয়া গেলে এক্সটার্ণেল ভার্ষণ করা যেতে পারে। মাথা নীচে আনতে গেলে পেটে এক হাত দিয়ে মাথা নীচের দিকে আর অন্য অঙ্গ উপরের দিকে ঠেলতে হয়। যদি মাথা নীচে আসে

দুদিকে প্যাড দিয়ে ও বাইণ্ডার দিয়ে পেট বেঁধে পোয়াতিকে শুইয়ে রাখতে হয়।

পাশ্ব´ পরিবর্ত্তনের দ্বারাও কখনও কখনও এক্স্‌টার্ণেল হ্বার্ষণ হয়। ব্রীচ যদি ডান দিকে থাকে ডান কাতে শুয়ালে মাথাটা বাঁ দিকে উপরে উঠে যায়। এই উপায়ে না হলে পেটের উপর হাত দিয়ে ঘুরাবে।

প্রসব বেদনার পর—মেম্ব্রেণ রপচার হলে পর, **ইণ্টার্ণেল হ্বার্ষণ** করা আবশ্যক। ভিতরে হাত দিয়ে একটা পা ধরে টেনে নীচে আন্‌তে হয়। যে হাত বেরিয়েছে সেই হাতে একটা ষ্টিরাইল গজ বেঁধে নীচের দিকে টেনে রাখা আবশ্যক, নইলে ঐ হাত ভিতরে গিয়ে ছড়িয়ে পড়ে, প্রসবের ব্যাঘাত হয়। আর এক হাত পোয়াতির পেটে রেখে ছেলের মাথাটা উপরের দিকে ঠেলতে হয়। এই রকমে আস্তে আস্তে পা, তারপর ধড় ও হাত বেরিয়ে আসবে। তারপর মাথা আসবে। আফটার-কমিং মাথা কি করে আনতে হয় ব্রীচ প্রেজেণ্টেশনের বেলা বলা হয়েছে। ক্লোরফর্ম না দিয়ে এসব করা যায় না।

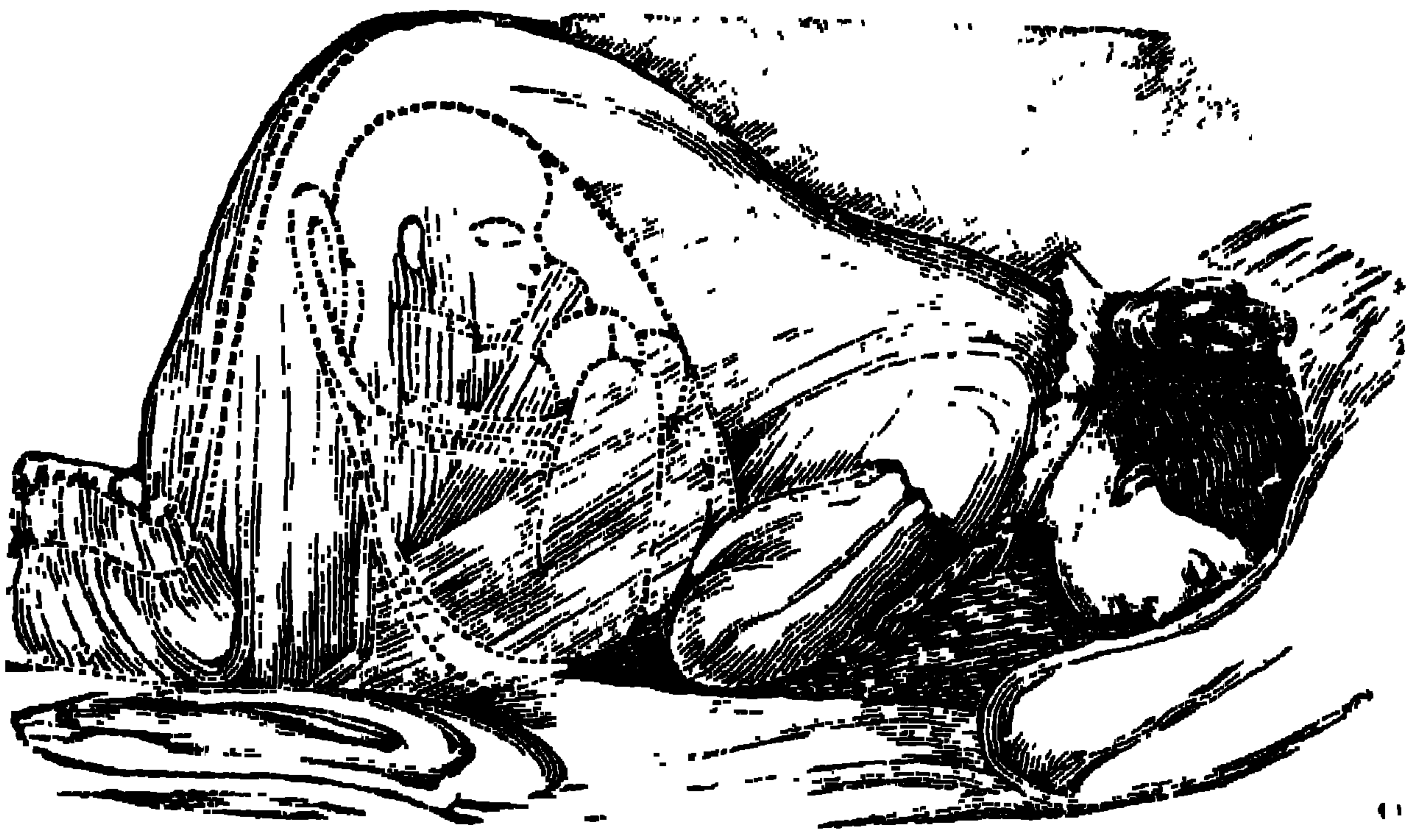
বাই-পোলার হ্বার্ষণ কোন অবস্থায় এবং কি রকম করা যায়?

মেম্ব্রেণ যদি অটুট থাকে, দুটি আঙ্গুল ঢোকাবার মত যদি অস্‌ ডাইলেট হয়, এই প্রণালীতে প্রসব করান যায়। এতেও ক্লোরফর্ম দেওয়া আবশ্যক। সমস্ত হাত হ্বেজাইনায় ঢুকিয়ে দুটী আঙ্গুল অসের ভিতরে দিয়ে ছেলের শোলডার মাথার দিকে ঘোরাতে হয়। পা নীচে

এলে মেম্ব্রেণ রপ্চার করে, পা টেনে এনে, পায়ে এক টুকরো গজ বেঁধে টেনে রাখতে হয়। আধখানা ব্রীচের চাপে অস্ খুলে যায়।

৫। ফিউনিস্ প্রেজেণ্টেশন

মাথা কিংবা অন্ত কিছুর সঙ্গে ছেলের নাড়ী বা ফিউনিস দেখা দিতে পারে। মেম্ব্রেণ রপচার হবার পূর্ব্বে দেখা দিলে বলে **ফিউনিস প্রেজেণ্টেশন**, পরে বেরুলে বলে **ফিউনিস প্রোলাপ্স্**। ছেলে জীবিত থাকলে কর্ডে আঙুল দিলেই দপ দপ করে টের পাওয়া যায়।



২২নং চিত্র- -ফিউনিস্ প্রেজেণ্টেশনে পোয়াতির নী-চেষ্ট্ পোজিশনে শয়ন

চিকিৎসা—টের পাবামাত্র ডাক্তার ডেকে পাঠাবে, কারণ কর্ডে চাপ পড়লে ছেলে মারা যেতে পারে, তাই ছেলে বাঁচাতে হলে শীঘ্র প্রসব করান আবশ্যক। ডাক্তার না আসা পর্য্যন্ত কর্ড যেদিকে এসেছে তার বিপরীত পাশে পোয়াতিকে শুইয়ে রাখবে, আর, তাকে কোঁথ দিতে বারণ করবে। ব্যথা বাড়লে পোয়াতিকে দুই হাঁটু আর কণুইয়ের উপর ভরকরে উপুড় হ'য়ে, দুই তিন ব্যথা আসা পর্য্যন্ত এই ২২নং

ছবির মতন প্রায়, ১৫।২০ মিনিট শুইয়ে রাখবে। কর্ড ভিতরে গেলে যে দিকে কর্ড বেরিয়ে এসেছিল তার উল্টদিকে শুইয়ে রাখবে। প্রেজেন্টিং অঙ্গ যদি চেপে বসে গিয়ে থাকে, আর মেম্ব্রেণ যদি ফেটে গিয়ে থাকে, তবে এই রকম চেষ্টা বৃথা। কর্ডে দপদপানি না থাকলে কিছুই করবে না। দপদপানি যদি পাওয়া যায়, আর যে রকম বলা গেল সেই রকম শুইয়ে রেখেও যদি নাড়ী ভিতরে না চলে যায়, ডাক্তার না আসা পর্য্যন্ত পোয়াতিকে চুপ করে শুয়ে থাকতে বলবে, আর এক খানা গরম লোশনে ভিজান ন্যাকড়ায় কর্ড জড়িয়ে রাখবে। ডাক্তার না পাওয়া গেলে হাত ডিসইন্‌ফেক্ট করে মাথা কি যে অঙ্গ আস্‌চে তার পাশ দিয়ে কর্ড আঙ্গুল দিয়ে ঠেলে তুলবে। ছেলের হাতের কণুই কি যা কিছু পাবে তাইতে নাড়ী আটকিয়ে রাখবে। যতক্ষণ ব্যথা থাকে হাত স্থির করে রাখবে, আর অপর হাত পোয়াতির পেটে দিয়ে ইউটারাস নীচের দিকে চাপবে। তারপর পোয়াতিকে শুইয়ে আস্তে আস্তে তোমার ভিতরের হাত বের ক'রে আনবে, আর এক ব্যথা আসা পর্য্যন্ত ইউটারাস নীচের দিকে ঠেলে রাখবে। এতেও যদি কিছু না হয় কিছুই করবে না। শীঘ্র প্রসব হলেই ছেলে বাঁচতে পারে।

৬। মাথার সঙ্গে হাত কি পা

মাথার সঙ্গে কদাচিৎ হাত কি পা বেরিয়ে আসতে পারে। মেম্‌ব্রেণ রপচার হবার আগে টের পেলে যেদিকে হাত কি পা বেরোয়, তার বিপরীত দিকে পোয়াতিকে শুইয়ে রাখবে। মেম্‌ব্রেণ রপচার হবার পর যদি হাত কি পা ঠেলে আসে, ব্যথার সময় হাত কি পা উপরের দিকে ঠেলে দিতে পার। এই উপায়ে কিছু না হলে আর প্রসবে বিলম্ব

হলে, ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। ডাক্তার এসে পা টেনে হ্বার্ষণ করবেন, অথবা মাথা ছোট হলে ফর্সেপ্স দিতে পারেন।

৭। মাথার পিছনে হাত (ডর্সেল ডিস্-প্লেস্মেণ্ট বা নিউকেল্ পোজিশন্)

খুব ক্বচিৎ, হাত ঘাড়ের দিকে উল্টে গিয়ে, হুড়কোর মতন আড় হয়ে থাকে; একে বলে নিউকেল পোজিশন। বেদনার বেশ জোর আছে অথচ মাথা কিছুই এগোয় না, এই অবস্থা টের পেলে ডাক্তার ডেকে পাঠাবে আর পোয়াতিকে তক্তপোষের উপর শুইয়ে রাখবে; বেশী বেশী গরম জল, আর যা যা দরকার সব ঠিক ক'রে রাখবে; কারণ ডাক্তার এসে হয় ত হাত ন'মিয়ে নিয়ে পা ধ'রে ঘুরিয়ে (টার্ণিং ক'রে) অথবা হেড পার্ফোরেট ক'রে প্রসব করাবেন।

৮। যমক

যমক প্রায়ই আলাদা আলাদা মেমব্রেণের ভিতরে থাকে, আর ফুলও আলাদা থাকে। কখনও কখনও ফুল একই কিন্তু মেম্ব্রেণ আলাদা। ছেলে প্রায়ই একটী ছোট একটী বড় হয়। সচরাচর দুটীরই মাথা নীচে থাকে। কখনও বা একটীর মাথা আর অপরটীর পাছা বা পা নীচের দিকে থাকে (২৩নং ছবি)। প্রসব প্রায় স্বাভাবিক প্রসবের মতনই হ'য়ে থাকে, তবে একটু বিলম্ব হতে পারে। প্রথম ছেলে ভূমিষ্ঠ হলে, দ্বিতীয় ছেলে ভূমিষ্ঠ হয়, তার পর প্রথম ছেলের প্লেসেণ্টা আর মেম্ব্রেণ আসে; তাপ পর দ্বিতীয় ছেলের প্লেসেণ্টা আর মেম্ব্রেণ বেরিয়ে পড়ে। (১) হেড-লকিং বা মাথা জড়াজড়ি হ'লে বিষম বিভ্রাট হয়। প্রথম ছেলের ব্রীচ পোজিশনে ধড়টা পর্য্যন্ত বেরিয়ে এলে যদি দ্বিতীয় ছেলের মাথা নীচে নেমে পড়ে, এক জনের থুঁতিতে আর এক জনের থুঁতি আটকে

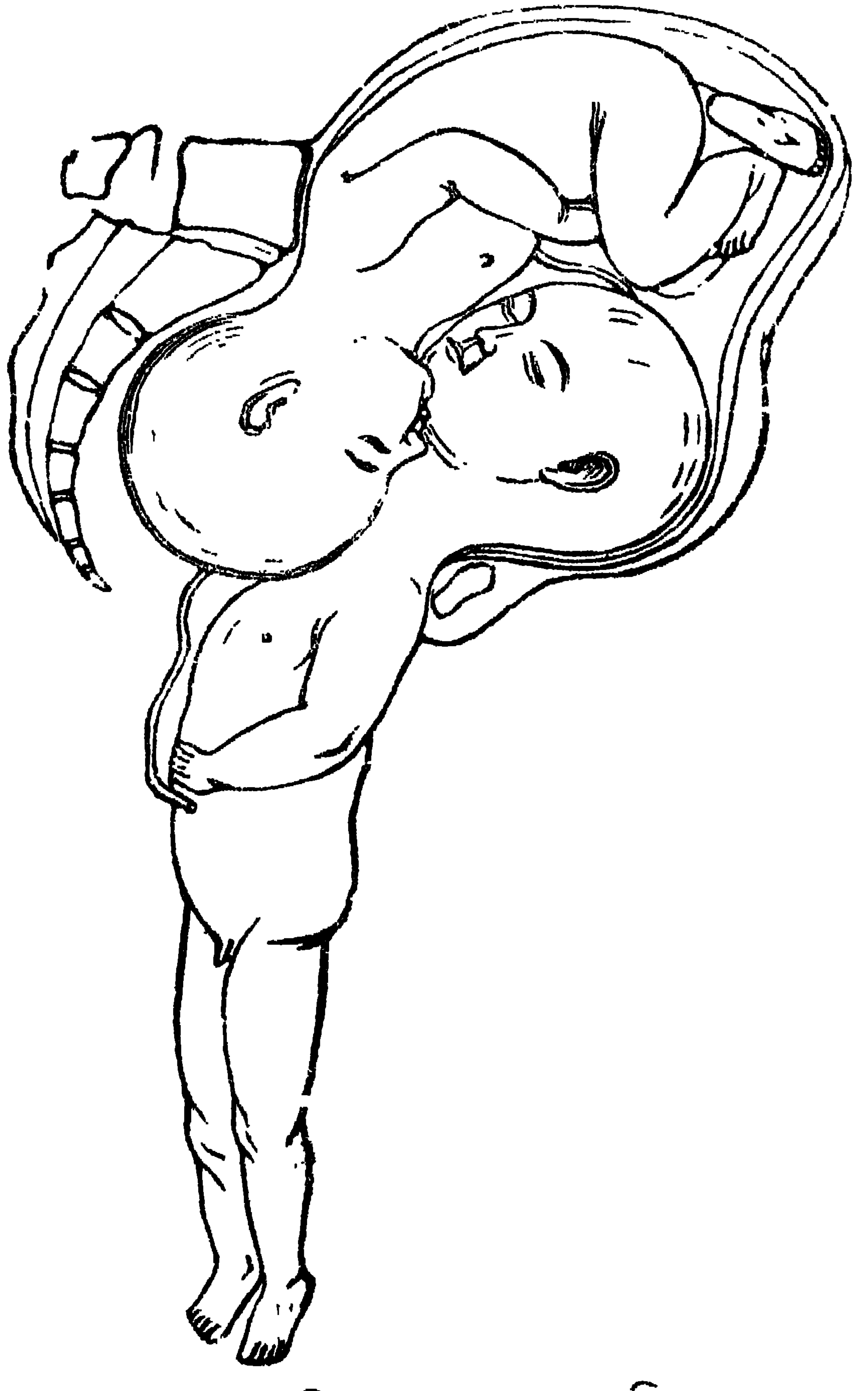
থাকে, তা হ'লেই হেড-লকিং হয়, যেমন ঐ ২৪নং ছবিতে দেখচ। দুটির মাথা নীচে থাকলেও জড়াজড়ি হ'তে পারে, কি একটী ব্রীচ পোজিশনে অপরটি বুকের দুদিকে পা ঝুলিয়ে (ঘোড়া চড়ার মতন) দিলে

২৩নং চিত্র—যমক

জড়াজড়ি হ'তে পারে। এ রকম হ'লে প্রথম ছেলে প্রায়ই মারা যায়; (২) ছোট হলে দুইটীই এক সঙ্গে বেরিয়ে আসতে গিয়ে রেলগাড়ীর মতন ঠোকাঠুকি বা কলিশন হ'তে পারে। (৩) দুটীর কড জড়িয়ে মারা যেতে পারে। (৪) অসময়ে প্রসব হ'য়ে দুইটী মারা যেতে পারে। (৫) খুব বেশী জল [হাইড্রেমনিয়স], (৬) প্লেসেণ্টা প্রিহিবিয়া, (৭) প্রসবের পর রক্তস্রাব, (৮) ইক্লেম্পশিয়া, হতে পারে। (৯) বড় ছেলে ছোট ছেলেকে কখনও কখনও চেপে মেরে ফেলতে পারে। মরা ছেলে চেপটে গিয়ে

পার্চমেণ্ট কাগজের মতন হয়ে যায়। (১০) অস্বাভাবিক প্রেজেণ্টেশন।

এই ১০ রকম গোলযোগ যমক প্রসবে হ'তে পারে।



২৪নং চিত্র—যমকের হেড লকিং

ধরবার সঙ্কেত—পেট খুব বড় হ'লে আর ভারি হ'লে,

আর কষ্ট বেশী হ'লে, যমক ব'লে সন্দেহ হ'তে পারে। কখনও কখনও পেটের মাঝখানে খাঁজ থাকে। সন্দেহ হলে পেট টিপে ছুটি আলাদা মাথা টের পাবার চেষ্টা ক'রবে। হার্টের শব্দও ভিন্ন ভিন্ন রকম শোনা যায়। একটা মারা গেলে কেবল একটা হার্ট শোনা যায়। ছেলে ভূমিষ্ঠ হ'বার পরও যদি পেট খুব বড় থাকে, ভাল রকম পরীক্ষা ক'রলেই আর একটা ছেলে টের পাবে।

চিকিৎসা—প্রসবের আরম্ভে টের পেলে ছুটি ছেলের জন্য সব যোগাড় ক'রে রাখবে। পোয়াতির বেশী রক্তস্রাব হ'তে পারে, তার জন্যও প্রস্তুত থাকবে। সাধারণ নিয়মে প্রথম ছেলে প্রসব করাবে। ছেলে ভূমিষ্ঠ হ'লে পর, নিয়ম মত ছুটি বাঁধন দিয়ে নাড়ী কাটবে। ছুটি বাধন না দিলে দ্বিতীয় ছেলের নাড়ী দিয়ে রক্তস্রাব হ'য়ে ছেলে মারা যেতে পারে। তারপর পরীক্ষা ক'রে যদি দেখ দ্বিতীয় ছেলের মাথা কি পাছা নীচে আছে, ব্যথা আসা পর্য্যন্ত অপেক্ষা ক'রবে। আধ ঘণ্টা পরেও যদি ব্যথা না আসে আর প্রথম ছেলের প্রেসেণ্টা পড়ে, তা হ'লে দ্বিতীয় ছেলের মেমব্রেণ ছিঁড়ে দেবে, আর ইউটারাস চটকিয়ে ব্যথা আনবার চেষ্টা ক'রবে। দ্বিতীয় ছেলে ভূমিষ্ঠ হবার পর ইউটারাস বেশ করে মুটোর ভিতর চেপে আধ ঘণ্টা ধ'রে রাখবে, যতক্ষণ না ছুটি প্লেসেণ্টা বেরিয়ে আসে। দ্বিতীয় ছেলের মাথা কি পাছার বদলে যদি কোন অঙ্গ নীচে থাকে, কিংবা যদি রক্তস্রাব হয়, ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। প্রথম ছেলে ভূমিষ্ঠ হবার পরেই যদি প্লেসেণ্টা প'ড়ে যায়, তখনই ডাক্তার ডাকবে, কারণ ইউটারাসের ভিতর আর একটি ছেলে থাকাতে ঐ প্লেসেণ্টার জায়গা সঙ্কোচ হ'তে পায় না, তাই রক্তস্রাব হবার সম্ভাবনা। প্রসব হ'য়ে গেলে এক চামচে আর্গট খেতে

দিয়ে এক ঘণ্টা অপেক্ষা ক'রে দেখবে ইউটারাসের বেশ সঙ্কোচ হয়েচে কি না। কোন রকম গোলযোগ দেখলে তখনি ডাক্তার ডেকে পাঠাবে।

হাইড্রো কেফেলাস কি অন্যরকম বিকৃতি—কখনও কখনও ছেলের মাথায় জল হয়, তাকে বলে **হাইড্রো কেফেলাস**। এতে মাথা খুব বড় হয় আর তলতল করে, হাড় আলগা হ'য়ে নল নল করে; মাথাটা মেম্ব্রেণের ব্যাগ বলে ভ্রম হয়, কেবল মাঝে মাঝে একটু হাড়; সূচারগুলি খুব বড়, আর যেন জল ভরা। এ রকম হ'লে ডাক্তার ডেকে পাঠাবে।

শক্ত মাথা—কখনও কখনও বেশী বয়সে গর্ভ হ'লে কিংবা প্রসবের সময় উৎরে গেলে ছেলের মাথার হাড় পুরু আর শক্ত হয়, সূচার আর ফণ্টেনেলি বড় একটা টের পাওয়া যায় না। এ রকমটা টের পেলেই ডাক্তার ডাকবে। এতে অবষ্ট্রকশন্ হয়। প্রসবের ঠিক সময় উৎরে গেলে ডাক্তার ব্যথা আনবার চেষ্টা করবেন অথবা অস্ত্র করে প্রসব করাবেন।

নানা রকম অদ্ভুত আকৃতিও হ'য়ে থাকে; ইংরাজী নাম মন্স্টার।

তৃতীয় অধ্যায়

(বিমলা ও চপলা)

১। ত্বরিত প্রসব

চপলা। চাটুর্য্যেদের মেয়ে কি চমৎকার পোয়াতি! দু তিন দিন ব্যথা আসতেই ছেলে হ'য়ে প'ড়ল, দাই ডাকতে তর সইল না।

বিমলা। শুনতে চমৎকার বটে, কিন্তু তার ফল ভয়ানক। পোয়াতি রক্ত ভাঙতে ভাঙতে যায় যায় হয়েছিল, তাই তারা ব্যস্ত হয়ে ডাকতে এসেছিল। ত্বরিত প্রসবের বিপদ অনেক।

চপলা। বটে? এতটা ত ভাবি নাই। যা হোক ত্বরিত প্রসবে কি কি অনিষ্ট হয়, তার কারণ কি, আর কি করা উচিত ভাল ক'রে সে সব বলত শুনি।

বিমলা। (১) ছেলে খুব ছোট হ'লে আর ব্যথার জোর খুব বেশী হ'লে, (২) ভয় কষ্ট কি বসন্ত হাম প্রভৃতি রোগ হলে কখনও কখনও প্রসব এত তাড়াতাড়ি হয় যে পোয়াতি দাঁড়ান অবস্থায়, কি হয় ত পায়খানায়ই, ছেলে হ'য়ে পড়ে। এতে পেরিনিয়ম কি অস ছিঁড়তে পারে, ইউটারাস বেরিয়ে আনতে পারে, আর অতিরিক্ত রক্তস্রাব হ'তে পারে। নাড়ী ছিঁড়ে গিয়ে কি শক্ত কিছুতে আঘাত লেগে ছেলেরও অনিষ্ট হ'তে পারে। ত্বরিত প্রসবের সম্ভাবনা দেখলে পোয়াতিকে শুইয়ে রাখবে, পেরিনিয়ম রক্ষা ক'রবার বিশেষ চেষ্টা ক'রবে, আর মাথা তাড়াতাড়ি এসে প'ড়লে ঠেলে ঠেলে ভিতরে রাখবে, যতক্ষণ না পেরিনিয়ম ঢিল হয়েছে।

বিলম্বে প্রসব ও কঠিন বা কষ্ট প্রসব

চপলা। ত্বরিত প্রসবের ব্যাপার বুঝে নিয়েছি। এখন বল দেখি বিলম্বে প্রসব কাকে বলে আর তার কারণ কি ?

বিমলা। প্রথম পোয়াতির প্রসবে এক দিনের বেশী, অন্য বারে দশ ঘণ্টার বেশী, দেরী হ'লে বিলম্বে প্রসব বলা যায়। কেবল দেরি হ'লেই প্রসব কঠিন বলা যায় না। ছেলে ও পোয়াতির অবস্থা বুঝে সব ঠিক ক'রতে হয়।

কি কি লক্ষণ দেখে বলা যায় প্রসবে বিলম্ব হ'লেও ভয় নাই ?

(১) ব্যথা দেরিতে দেরিতে আসে ; ব্যথার জোর কম ; কিন্তু পোয়াতি বেশী কাহিল হ'য়ে পড়ে নাই ; সাধারণ অবস্থা ভাল। (২) নাড়ী ভাল ; (৩) শরীরের তাপ স্বাভাবিক ; (৪) মুখ জিভ ও ভেজাইনা শুকনো নয়।

বিলম্বে প্রসবের কারণ (১) ব্যথার কম জোর বা ইনার্ষিয়া এবং (২) বাধা পাওয়া বা অবষ্ট্রক্শন। এখন জিজ্ঞাসা করতে পার

ইনার্ষিয়া ও অবষ্ট্রক্শন কাকে বলে এবং তার চিকিৎসা কি ?

১। ইনার্ষিয়া দুই রকম, প্রাইমারী ও সেকেণ্ডারী। প্রাইমারী ফার্ষ্ট ষ্টেজে হয়, সেকেণ্ডারী প্রায়ই দ্বিতীয় ষ্টেজে। প্রাইমারী ইনার্ষিয়াতে প্রথম থেকে শেষ পর্য্যন্ত ব্যথার জোর কম, কিন্তু ব্যথা থাকে এবং এতে প্রায়ই কোন অনিষ্ট হয় না। সেকেণ্ডারী ইনার্ষিয়াতে ফার্ষ্ট ষ্টেজে বেশ ব্যথার জোর থাকে, সেকেণ্ড ষ্টেজে কি প্রথম ষ্টেজের শেষে জোর কমে যায়, পরে একেবারে স্থগিত হয় ; কিন্তু প্রায়ই বিশ্রামের পর ব্যথা আসে।

চিকিৎসা—ফার্ষ্ট ষ্টেজে মেম্‌ব্রেণ রপচার না হওয়া পর্য্যন্ত ধৈর্য্যই প্রধান ঔষধ। পিচকারী দিয়ে বাহ্যে করাবে; প্রস্রাব বন্ধ থাকলে প্রস্রাব করাবে; সুপথ্য আর মিশ্রির জল, কি কোলা ওয়াইন পাওয়া গেলে জলের সঙ্গে খেতে দিবে; পেট ঝুলে পড়লে বাইণ্ডার বেঁধে দিবে। ঘরে ভিড় কমিয়ে দিবে। পাড়াপড়শী এসে অন্য অন্য কঠিন প্রসবের অদ্ভুত গল্প ক'রবে, তাদের তাড়িয়ে দেবে। চিৎ করে শোয়াবে, তাতে ব্যথা বাড়ে; ব্যথা বিরামে বেড়াতে দিবে। কুইনাইন ১০ গ্রেণ ঘণ্টায় ২ বার দিতে পার। গরম জলের ডুশ দিলে ব্যথা বাড়তে পারে। ঘুম এলে বাধা দিবে না। ব্যথার দরুন যদি অনেকক্ষণ ঘুমের ব্যাঘাত হ'য়ে থাকে ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে ২০ গ্রেণ ক্লোরেল আধ ছটাক জলে মিশিয়ে খেতে দেবে। আধ ঘণ্টা অন্তর দুবার খাওয়াবে। তারপর তিন ঘণ্টা অন্তর একবার দিতে পার, কিন্তু প্রয়োজন হয় না। দেখবে পোয়াতি ঘুমিয়ে পড়বে; ঘুম থেকে উঠলে ব্যথার জোর বাড়বে। মেম্ব্রেণ ফেটে গেলে যদি ব্যথার জোর কমে আসে আর ছেলের মাথা এগোয় না, তাহ'লে ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। অস পূরো ডাইলেট হ'লে ডাক্তার হয়ত পিটুইট্রিন্ চামড়া ফুটিয়ে ইঞ্জেক্ট ক'রবেন; তাঁর জন্য জল, বোরিক তুলা, আয়োডিন আর আবসলিউট আলকহল্ যোগাড় রাখবে। ফর্সেপ্স প্রস্তুত রেখে পিটুইট্রিন দিতে হয়। পিটুইট্রিনের অতিরিক্ত ক্রিয়ার দরুন রাস্তা ফেটে যেতে পারে। ফর্সেপ্স্ সেই ফাটা নিবারণ করে। অস্ পূরো ডাইলেট না হ'লে কি প্রসবপথে কোন বাধা থাকলে ডাক্তার পিটুইট্রিন দিবেন না। এতে ইউটারাস ফেটে যেতে পারে। পোষ্ট পার্টম হেমারেজ চিকিৎসার সরঞ্জাম ঠিক করে রাখবে। **দ্বিতীয় ষ্টেজে**—ব্যথার জোর যদি ক্রমশঃ ক'মে আসে, ছেলের মাথা যদি ২ ঘন্টার পরও নেমে না আসে, কিংবা পেরিনিয়মে

এসেও এক ঘণ্টা কাল ঠেকে থাকে, ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। ইতি মধ্যে ইউটারাস রগড়াবে এবং শক্ত হ'লে নীচের দিকে আর পিছনের দিকে ঠেলবে। ইউটারাস্ টিপলেঃ যদি ব্যথা লাগে কি পোয়াতি যদি দুর্ব্বল হ'য়ে থাকে, এই রকমে ইউটারাস ঠেল্‌বে না। পেরিনিয়ম যদি ঢিল না হ'য়ে শক্ত হ'য়ে থাকে, গরম জলের সেঁক দিবে আর ব্যথা জিরেণে দুই তিনটি আঙ্গুল ভিতরে দিয়ে নীচের দিকে টেনে ঢিল ক'রবার চেষ্টা ক'রবে। ডাক্তার এসে প্রসব করাবার সব ব্যবস্থা ক'রে রাখবে।

সেকেণ্ডারী ইনার্ষিয়া—প্রথম ষ্টেজের শেষভাগে কিম্বা দ্বিতীয় ষ্টেজে অবষ্ট্রক্‌শন্ ছাড়াও হতে পারে। ইহা প্রাইমারী ইনার্ষিয়া অপেক্ষা গুরুতর। ইউটারাস্ কণ্ট্রাক্‌শন হয়ে হয়ে ক্লান্ত হয়, পরে রোগী কাবু হয়ে পড়ে, চেহারা খারাপ হয়, নাড়ী দ্রুত হয়, টেমপারেচার বাড়ে। এই অবস্থার তাড়াতাড়ি প্রসব করাবার চেষ্টা করলে অনিষ্ট হয়, পোষ্টপার্টম্ হেমারেজ হতে পারে। এতে বিশ্রাম বা নিদ্রার বিশেষ প্রয়োজন। ঘুমের ঔষধ দেবার আগে বাহে প্রস্রাব করান উচিত। ঔষধ খেয়ে ঘুম ভেঙ্গে উঠবার পর যদি ব্যথা না বাড়ে ডাক্তার প্রসব করাবেন; তার আয়োজন করে রাখবে। পোষ্টপার্টম্ হেমারেজের জন্য প্রস্তুত হয়ে থাকবে। ইতিপূর্ব্বে আনাড়ী ধাই যদি ঘাঁটা ঘাঁটি করে থাকে, ডাক্তারকে বল্‌বে। সেপ্‌সিপ্ নিবারণের জন্য তিনি ঔষধ ব্যবহার করবেন।

অকালে মেম্ব্রেণ রপচার হলে প্রসবে বিলম্ব হয়। গর্ভাবস্থায় কথনও কথনও হয় কোন আঘাত বা মানসিক কারণে। এতে যদি শিশু কিংবা প্রসূতির কোন অনিষ্ট না হয়, বিশেষ কিছুই করবার প্রয়োজন নাই। প্রসূতিকে বিছানায় শুইয়ে রেখে সময় সময় ছেলের

হার্ট ও পোয়াতির টেম্পারেচার পরীক্ষা করা উচিত। ছেলের হার্ট যদি খুব বেশী চলে কি খুব মন্দ মন্দ চলে, কিংবা প্রসূতির যদি জ্বর হয়, তা হ'লে ডাক্তার ডাকবে। হয়ত প্রসব করাতে হবে।

প্রসবের প্রথম ষ্টেজে অকালে মেম্ব্রেণ রপচার হলে প্রসবে ত বিলম্ব হবেই, তা ছাড়া এর কারণ যদি কণ্ট্রাক্‌টেড পেল্‌হ্বিস্‌ কি অস্বাভাবিক প্রেজেণ্টশন্‌ হয়, তার তদ্বির না করলে বিপদ হবে। মেম্ব্রেণের ব্যাগ না থাকার দরুন অস্‌ ডাইলেট হয় না, তাই দেরি হয়: কিন্তু রপচার যদি খুব উপরে হয়ে থাকে আর ছিদ্র খুব ছোট হয়, মেম্ব্রেণের ব্যাগ থাকতে পারে। কিন্তু এতে সেপসিস্‌ হ'তে পারে কিংবা ছেলের উপর ইউটারাসের চাপবশতঃ ছেলে হাঁপাতে পারে। সংকীর্ণ পেল্‌হ্বিস্‌ বা হাইড্রেম্‌নিয়স বশতঃ যদি রপচার হয়, কড প্রোলাপ্স্‌ হ'তে পারে।

অবষ্ট্রক্‌শন কাকে বলে এবং তার লক্ষণ ও ব্যবস্থা কি?

প্রসব-পথের কি ছেলের কোন অস্বাভাবিক অবস্থার দরুন যদি প্রসবের ব্যাঘাত হয় তাকেই অবষ্ট্রক্‌শন্‌ বলে। এতে প্রথমে ব্যথার জোর থাকে, কিন্তু ছেলে এগোয় না।

লক্ষণ—এতে কষ্ট-প্রসবের লক্ষণ হয়—নাড়ী চঞ্চল হ'য়ে মিনিটে ১২০ থেকে ১৬০ বার চলে। ব্যথা প্রথমে খুব বেশী, পরে ক'মে আসে, কিম্বা অতিরিক্ত কষ্ট হয় আর ব্যথা খুব জোরে আসে; ব্যথার সময় ছেলে নামে না, আর ব্যথার জিরেণে ভিতরে হাত দিয়ে উপরের দিকে ঠেল্‌লেও ছেলের মাথা সরে যায় না। পেট এত শক্ত হয় যে, ছেলের অঙ্গগুলি টিপে টের পাওয়া যায় না। পরে হ্বেজাইনা ক্রমশঃ গরম ও শুক্নো হয় এবং হাত দিলে ব্যথা বোধ হয়। গাও গরম হয় এবং জিভ শুকিয়ে যায়। পেটে হাত দিলে দেখা যায় ইউটারাস শক্ত

হ'য়ে আছে, আর নরম হয় না, অর্থাৎ স্থায়ী সঙ্কোচ বা **টনিক কণ্ট্রাক্শন** হ'য়েছে; টিপলে ব্যথা বোধ হয়। পিউবিসের অনেক উপরে টিপলে দেখা যায় একটা খাঁজ (রিট্রাক্শন্ রিং) শিশুর অঙ্গে চেপে বসেছে, তাই ছেলে ঠেলে সরান যায় না। এই অবস্থা হ'লে ত কথাই নাই, কিন্তু এই অবস্থা না হ'তে হতেই ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। ইতিমধ্যে বাহ্যে প্রস্রাব করিয়ে ধুয়ে পরিষ্কার করে হ্বল্হ্বায় এণ্টিসেপটিক প্যাড দিয়ে রাখবে। বিছানা প্রভৃতি ঠিক ক'রে গরম ও ঠাণ্ডা ফোটান জল, লোশন প্রভৃতি প্রস্তুত রাখবে।

চপলা। আচ্ছা ইনার্ষিয়া ও অবষ্ট্রক্শনের কারণ কি?

বিমলা। **প্রাইমারি ইনার্ষিয়ার কারণ** (১) অসময়ে জল ভাঙ্গা, (২) মেম্ব্রেণ অসের চারি ধারে জুড়ে থাকা, (৩) অল্প বা অধিক লাইকার এমনিয়াই (৪) প্রস্রাবে পরিপূর্ণ ব্লাডার ও মল পরিপূর্ণ রেক্টম্, (৫) যমক, (৬) খুব অল্প বয়সে বা বেশি বয়সে প্রথম গর্ভ, (৭) ঘন ঘন গর্ভ, (৮) রোগের দরুন দুর্ব্বলতা, (৯) ইউটারাসের রোগ বা অস্বাভাবিক অবস্থা, (১০) হঠাৎ ভয়, দুঃখ কি লজ্জা।

সেকেণ্ডারী ইনার্ষিয়ার কারণ, অল্পাধিক পরিমাণে প্রাইমারি ইনার্ষিয়ার কারণগুলি।

অবসট্রক্শনের কারণ—(১) রিজিড বা শক্ত অস—কাটা কি গরমির ঘা কি কষ্টিকের ঘা শুকিয়ে অস্ শক্ত হতে পারে, কি বার-বার ঘাটাঘটি, পরিপূর্ণ ব্লাডার কি রেক্টমের দরুন, কি শ্বেতপ্রদরের দরুন শক্ত হতে পারে। (২) ঘা শুকিয়ে কি অন্য কারণে প্রসব-পথের সঙ্কীর্ণতা, (৩) বেশী ঘাঁটাঘাঁটির দরুন কি অনেকক্ষণ মাথার চাপে প্রসব পথ ফুলে যাওয়া, (৪) ইউটারাসের অস্বাভাবিক অবস্থা, (৫) ছোট বা বাঁকা পেলহ্বিস্ (৬) প্রসব-পথে আব বা অন্য রকম বাধা,

(৭) মেম্ব্রেণ ইউটারাসের গায়ে যুড়ে যাওয়া, বা খুব শক্ত থাকার দরুন সময় মতো না ফাটা (৮) ছেলের অস্বাভাবিক প্রেজেণ্টেশন বা বিকৃতি।

চিকিৎসা—সঙ্কীর্ণ পেলহিবস্ টিউমার কিংবা অবষ্ট্রকশনের অন্য কোন কারণ থাকলে পেট ও ইউটারাস কেটে অর্থাৎ **সিজারিয়ান্ সেকশন** ক'রে প্রসব করাবার প্রয়োজন হতে পারে। এই রকম অস্ত্রের পূর্ব্বে কি কি ক'রতে হয় তাই বলচি। সময় থাকলে রোগীকে এনিমা দিয়ে বাহ্যে করাবে এবং স্নান করাবে অস্ত্রের ৬ ঘণ্টা পূর্ব্বে খেতে দিবে না। হ্বলহ্বা পরিষ্কার করবার। পর অস্ত্র করবার ঠিক পূর্ব্বে কেথিটার দিয়ে প্রস্রাব করাবে। পিউবিস কামিয়ে। পেট সাবান জলে ধোবে, বিশেষতঃ নাভির ভিতর। ফোটান জল দিয়ে সাবান ধুয়ে নেবে। ইথার দিয়ে রগড়ে চামড়ার তেল উঠিয়ে নিয়ে একটা লিণ্ট বিন-আয়োডাইড স্পিরিট লোশনে ভিজিয়ে কম্প্রেস্ দিয়ে রাখবে।

কি কি অস্ত্রের প্রয়োজন হবে সেগুলি চিনে রাখবে :—

ছুরি ১ খানা ; স্পেন্সার ওয়েলস্ আর্টারী ফর্সেপ্স ১২ টা ; গোল ডগা ওয়ালা কাঁচি ১ খানা, বুলেট ফর্সেপ্স ২টি ; বাঁকা ছুঁচ মাঝারী থেকে ক্রমশঃ বড় ; চামড়া শেলাই করবার একটা সোজা ছুঁচ বা রেহ্বার্ডিন নিড্‌ল, নিড্‌ল হোল্ডার ১ ; সিল্ক সুচার, সিলক্-ওয়ার্মগট, গজ্ সোয়াব ইত্যাদি।

অস্ত্রের পর শুশ্রূষা—১২ ঘণ্টা পর্য্যন্ত কিছুই খেতে দিবে না, কেবল কুলকুচি করবার জন্য জল দিতে পার ; পরে অল্প জল খেতে দেওয়া যায়। এরপর দুধ সোডা, যদি বমি না হয়। দাস্ত হয়ে গেলে ভাত কি পাঁউরুটি দিবে। তিন দিনের বিকালে ডাক্তার জোলাপ

দেবেন এবং পরদিন সকালে এনিমা দিয়ে বাহ্যে করাতে হবে। ছেলেকে স্তন ধরাবে। মাথার দিক উঁচু করে দেবে। সপ্তম দিনে সেলাই খোলা হয়। ১৭ দিনে বিছানা থেকে নামতে পারে।

প্রসব-সংক্রান্ত অন্য অস্ত্র চিকিৎসা

ফর্সেপ্স প্রয়োগ—ফর্সেপ্স দেবার পূর্ব্বে কেথিটার দিয়ে প্রস্রাব করান উচিত। নইলে ব্লাডার ফেটে যেতে পারে বা সামনে ঝুলে সিস্টোসীল হতে পারে। ছেলে হাঁপাতে পারে, তার জন্য সব আয়োজন করা আবশ্যক। ডাক্তার যন্ত্রের ব্যাগ রেখে গেলে ফর্সেপ্স গরম জলে ফুটিয়ে রাখবে এবং অন্যান্য ব্যবস্থা করবে।

ক্রেনিয়টমি—সংকীর্ণ পেলভিস কি অন্য কারণে মরা ছেলের মাথা ফুটো করা ডাক্তার আবশ্যক মনে করলে একটী পার্ফোরেটার, একটী বুলেট ফর্সেপ্স, একটি ক্রচেট, একটি কেথিটার, একটি বুডীন্ কেথিটার, ও ডুশ প্রস্তুত রাখবে। মাথা ফুটো করে ব্রেন্ ধুয়ে ফেলবার জন্য বুডীন্ কেথিটারের দরকার। এতে খুব তোড়ে জল যায় আর বেরিয়ে আসে। বোস্মান কেথিটার দিওনা; ইউটারাস্ কি ভ্যেজাইনা ওয়াশ করবার সময় ইহার ব্যবহার। ক্রেনিওক্লাষ্ট, কিফেলোট্রাইব, ও পার্ফোরেটার একত্রে যুড়ে একটি যন্ত্র প্রস্তুত হয়েছে, তাকে বলে উইণ্টারের কম্বাইন্ড পার্ফোরেটার।

এপিজিয়টমি—পেরিনিয়ম বেশি ছিড়ে যাবার সম্ভাবনা হ'লে কাঁচি দিয়ে লেবিয়া দুধারে কেটে দেওয়া হয়। এর নাম এপিজিয়টমি *।

* জ পূর্ব্ববঙ্গের উচ্চারণ।

চতুর্থ অধ্যায়

গর্ভাবস্থায় রক্তস্রাব

(কমলা, চপলা ও বিমলা)

কমলা। দেখ বিমলা! আমাদের পাড়ায় গাঙ্গুলীদের বৌ পোয়াতি হয়ে'ছিল। কিন্তু তিনমাস থেকে তার রক্ত ভাঙ্গচে, কিছুতেই থামে না। কি হল বল দেখি?

বিমলা। গর্ভাবস্থায় রক্তস্রাব হলে ৭টী কারণ ভেবে নিতে হবে; (১) ঋতু (২) গর্ভপাত, (৩) মোল্ (৪) স্বাভাবিক প্লেসেণ্টা খসা, (৫) প্লেসেণ্টা প্রিহ্বিয়া, (৬) অস্থানে গর্ভ, (৭) ইউটারাস্ ও হ্বেজাইনার রোগ।

১। গর্ভাবস্থায় ঋতু।

রক্তস্রাব ঋতুর পরিমাণে হলে আর কোন কষ্ট না দিয়ে ঋতুর মতন ৩।৪ দিন পর বন্ধ হয়ে গেলে, ঋতু বলেই ধরা যেতে পারে। কিন্তু তার অধিক হলেই গর্ভস্রাব সম্ভাবনা মনে করে ডাক্তার ডেকে চিকিৎসা করান উচিত।

২। গর্ভপাত (এবর্শন্ বা মিস্ক্যারেজ্)

কারণ—(ক) পোয়াতির দরুন—(১) বসন্ত, হাম, গরমি, ধাতু প্রভৃতি ছোঁয়াচে রোগ, আমাশা, উদরাময়, জরায়ু ও কিডনি সংক্রান্ত

নানাবিধ রোগ; (২) ছেঁড়া সার্হ্বিক্স; (৩) আঘাত, ভারি জিনিষ তোলা, বাহ্যের সময় বেশি বেগ দেওয়া, পেটে চাড় লাগে এমন ভাবে হাঁটা বা দূর পথে যাওয়া, পা পিছলে যাওয়া; (৪) স্বামী সহবাস (কদাচিৎ) (৫) মনের উদ্বেগ; (৬) আর্গট প্রভৃতি ঔষধ খাওয়া, (৭) ইউটারাসের ভিতর কোন রকম যন্ত্র বা গর্ভ নষ্ট করবার জন্য শিকড় টিকড় দেওয়া। (খ) ভ্রূণের বিকৃতি যেমন মোল্। (গ) স্বামীর দরুন—(১) গরমি, ধাতু, যক্ষ্মা, প্রভৃতি রোগ, (২) যাদের বয়স খুব অল্প কিম্বা যারা অতিরিক্ত মদ খায় তাদের ঔরস-জাত ভ্রূণের জীবনী শক্তি কম হয়।

এই সমস্ত কারণে গর্ভপাত হ'তে পারে। কোন কোন পোয়াতির বার বার গর্ভপাত হয়; কথায় বলে 'মৃত বৎসা' দোষ হয়। কিন্তু মৃতবৎসা দোষ কোন একটা রোগ নয়; যে সব কারণের নাম করা হয়েছে তারি দরুন হয়ে থাকে। নিবারণ—যে সব কারণে বার বার গর্ভস্রাব হয় তার চিকিৎসার প্রয়োজন। কোন কারণ খুঁজে না পেলে গম-অঙ্কুর-তেল এবং অঙ্কুরিত ছোলা ও মুগ খাওয়াতে পার।

এবর্শন ৫ রকম:—(১) থেট্রেণ্ড, (২) ইন্-এহ্বিটেবল্, (৩) কমপ্লীট (৪) ইন্‌কমপ্লীট, (৫) মিস্‌ড।

১। **থেট্রেণ্ড এবর্শন বা গর্ভপাত আশঙ্কা**—গর্ভ থাকতেও পারে। **লক্ষণ**—রক্তস্রাব অল্প, ব্যথা অল্প; জল ভাঙ্গে না; অস্ এতদূর খোলে না যাতে আঙ্গুল দিয়ে মেম্ব্রেণের ব্যাগ টের পাওয়া যায়। **ব্যবস্থা**—ডাক্তার না আসা পর্য্যন্ত রক্তের চাপগুলি রেখে দিবে, পোয়াতিকে বিছানা থেকে উঠতে দিবে না, পিচকারী (এনিমা) দিয়ে সরায় বা বেডপ্যানে বাহ্যে করাবে, ১৫ ফোঁটা ক্লোরডিন আধ ছটাক জলে মিশিয়ে খেতে দিবে, দুধসাগু

প্রভৃতি লঘু পথ্য দিবে, বেশী গরম বা বেশী ঠাণ্ডা (বরফ) দিবে না, এবং কাহাকেও কোন শব্দ বা ভয়ের গল্প করতে দিবে না। এই অবস্থায় হয়ত ৪।৫ দিনের বেশীও রাখতে হয়। ডাক্তার হয়ত ৪ ঘণ্টা অন্তর ক্লোরডীন কি রেক্টমে আফিমের পিচকারীর ব্যবস্থা করতে পারেন। এতে কোষ্ঠ বদ্ধ হ'লে এনিমা দেওয়া কর্ত্তব্য।

২। **ইন্এহ্বিটেব্ল্ এবর্শন** বা নিশ্চিত গর্ভপাত—গর্ভ রক্ষার কো: সম্ভাবনা নাই। **লক্ষণ**—রক্তস্রাব বেশি, ব্যাথা জোরে ও থেকে থেকে নিয়মিত রকম আসে, অস্ খুলে যায় আর তার ভিতরে আঙ্গুল দিয়ে মেম্ব্রেণ কি ছেলের অঙ্গ বেশ টের পাওয়া যায়, কিম্বা জল অল্প অল্প ভাঙ্গে। **ব্যবস্থা**—ডাক্তার না আসা পর্য্যন্ত ক্লটগুলি রেখে প্লগের আয়োজন করবে। আয়ডোফর্ম্ম গজ কি বোরিক গজ কিম্বা বোরিক উল •না পেলে, পরিষ্কার ন্যাকড়া জলে সিদ্ধ করে লাইসোল লোশনে ভিজিয়ে ন্যাকড়া ব্যবহার করতে পার। পোয়াতিকে শুইয়ে তোমার হাত বেশ করে ষ্টিরিলাইজ করে, হ্বলহ্বা ও হ্বেজাইনা গরম লাইসোল লোশনে ধুয়ে, গজ বা তুলো সাহ্বির্ক্সের চারিধারে বেশ করে ঠেসে গুঁজে দেবে আর হ্বেজ্যাইনা ও বেশ করে ভর্ত্তি করবে। বাঁ হাতের দুটি আঙ্গুল খুব ভিতরে ঠেলে দিয়ে তার উপর দিয়ে প্লগ গলিয়ে দিলে পোয়াতির কষ্ট হবে না। হ্বল্হ্বায় ও পেটে বেশ আঁট ব্যাণ্ডেজ বেধে দিয়ে ডাক্তারের জন্য অপেক্ষা করবে। প্লগ আল্গা রকম করলে কিছুই উপকার হয় না।

সিম্ স্পেকিউলম ঢুকিয়ে তার উপর দিয়ে গজ সাউণ্ড দিয়ে সহজে ঢোকান্ যায়। রোগীকে কাত ক'রে (সিম্ পোজিশনে) রেখে, স্পেকিউলম্ ঢোকাতে হয়। প্লগ করে টি-ব্যাণ্ডেজ বেঁধে দেবে। ১২ ঘণ্টার বেশি ভিতরে প্লগ রাখা উচিত নয়। ১২ ঘণ্টা পর খুলে হ্বেজাইনা ধুয়ে দিতে 'হবে। অনেক সময় প্লগের সঙ্গে সঙ্গে ওহ্বম্

চলে আসে। যদি চলে না আসে, যদি ডাক্তার না পাওয়া যায়, আর অস খুলে গিয়ে থাকে, একটা আঙ্গুল ভিতরে দিয়ে ওহ্বম্ ইউটারাসের গা থেকে ছাড়িয়ে নিতে হবে। আঙ্গুল খুলে নিয়ে এণ্টিরিয়র কুলে এনে ইউটারাসের সামনে রেখে আর এক হাত পোয়াতির পেটে ইউটারাসের পেছনে রেখে, দুহাতের মাঝখানে ইউটারাস চাপলে ভ্রূণ বেরিয়ে আসতে পারে। বেরিয়ে এলে ইউটারাস ধুয়ে দিতে হবে।

৩। **কম্‌প্লীট এবর্শন**—এতে কুল ও মেম্‌ব্রেণ শুদ্ধ সমুদয় ছাঁচটি প'ড়ে যায়। **ব্যবস্থা**—পুরো মাসের প্রসবের মতন। অনেকে এই বিষয়ে তাচ্ছিল্য ক'রে, শীঘ্র উঠে প'ড়ে, ঘরকন্না করে আর নানাপ্রকার রোগে বহুদিন ধ'রে কষ্ট পায়।

৪। **ইন্‌কমপ্লীট এবর্শন**—সমস্ত ছাঁচটা না প'ড়ে খানিকটা ভিতরে থেকে যায়। যদি কোন ব্যবস্থা না করা যায়, ভিতরে ঐগুলি পচে পোয়াতির জ্বরবিকার (সেপসিস্) এবং ডিসচার্জে দুর্গন্ধ হয়। **ব্যবস্থা**—কুট ও ছাঁচের টুকরাগুলি খুব সাবধানে পরীক্ষা করে দেখবে এবং ডাক্তারের জন্য রেখে দিবে। তিনি হয়ত এসে অস ডাইলেট ক'রে ভিতর পরিষ্কার ক'রতে পারেন, সেই জন্য পোয়াতিকে না খাইয়ে অস্ত্রের জন্য সব প্রস্তুত করে রাখবে। রক্তস্রাব বেশী হ'লে প্লগ করে রাখবে।

চপলা। **কোন্ কোন্ মাসে গর্ভপাতের বেশী সম্ভাবনা আর গর্ভপাত হ'লে বিপদের আশঙ্কা আছে?** এই কথা জানা থাকলে গর্ভিণীকে ঐ সময় বিশেষ সাবধানে রাখা যায়।

বিমলা। গর্ভস্রাব প্রায়ই তিনমাসের মধ্যে আর গর্ভের পূর্ব্বে যে

সময় ঋতু হ'ত সেই সময় হ'য়ে থাকে। তিন মাস থেকে পাঁচ মাসের মধ্যে গর্ভপাত হ'লে বিপদের আশঙ্কা, কারণ এই সময় এবর্শন প্রায়ই ইন্‌কমপ্লীট হয়। পাঁচ মাসের পর পূরো সময়ের আগে হলে প্রায়ই সমস্তটা বেরিয়ে যায়, তবে আগে পা কি হাত বেরুতে পারে।

কমলা। আচ্ছা, 'মৃতবৎসা' দোষ কাটাবার জন্য যে এত তুক্‌তাক করে, সেই দোষের কি কোন চিকিৎসা নাই?

বিমলা। বার বার গর্ভপাত হ'লেই বলে মৃতবৎসা দোষ। কিন্তু এর কারণ অনেকগুলি; প্রধান কারণ ম্যালেরিয়া, সিফিলিস আর এণ্ডোমেট্রাইটিস্। গর্ভ হবার পূর্ব্বে যদি এই সব রোগের চিকিৎসা করা যায়, গর্ভ হ'লেও যদি ম্যালেরিয়া ও সিফিলিসের চিকিৎসা করা যায়, এবং যে যে কারণে এবর্শন হয়, আগে থাকতে যদি সে বিষয়ে সাবধান হওয়া যায়, তা হলে আর কোনও তুক্‌তাক করতে হয় না। সন্দেহ হলে স্বামী স্ত্রীর রক্ত পরীক্ষা ক'রে উভয়ের চিকিৎসা করা আবশ্যক। ইন্‌ফ্লুয়েঞ্জা ও বেরিবেরি রোগে প্রায়ই এবর্শন হয়।

চপলা। ৫। মিস্‌ড্‌ এবর্শন্‌ কাকে বলে?

বিমলা। গর্ভপাতের আশঙ্কা হয়েও তখন গর্ভপাত হয় না, কিন্তু ভ্রূণ মারা যায়; অনেকদিন পরে বিকৃত বা মোল্‌ হয়ে বাহির হয়।

গর্ভপাত-আশঙ্কার আর একটা কারণ আল্‌বুমিনুরিয়া

স্বাভাবিক প্রস্রাবে আল্‌বুমেন থাকে না। কিড্‌নীর রোগ হ'লে প্রস্রাবে আল্‌বুমেন হয়; এই অবস্থাকে বলে আল্‌বুমিনুরিয়া। কিড্‌নীর প্রদাহ (নিফ্রাইটিস্‌) গর্ভের পূর্ব্বে থাকতে পারে, গর্ভের পর বৃদ্ধি হয়। গর্ভের দরুনও হ'তে পারে, একে বলে প্রেগ্‌নেন্সী বা গর্ভ কিড্‌নী। পুরাতন কিডনী রোগ গর্ভের প্রথম অবস্থায়ই টের পাওয়া যায়।

প্রেগনেন্সী কিড্‌নী গর্ভের শেষার্দ্ধে অর্থাৎ ৫।৬ মাস থেকে আরম্ভ হয়। পুরাতন রোগে কিডনী ক্রমশই খারাপ হয়, দৃষ্টিশক্তি নষ্ট হয়, গর্ভে ভ্রূণ মরে অথবা গর্ভস্রাব হয়। প্রেগনেন্সী কিডনী রোগের কারণ এক প্রকার বিষ (টক্‌সিমিয়া)। এতে ইক্লাম্পশিয়া হ'তে পারে, দৃষ্টিশক্তি কমে কিন্তু আবার ভাল হয়, গর্ভের পূর্ব্বে বা প্রথম ভাগে প্রস্রাব কমে না, কিন্তু শেষভাগে কমে। হাত পা চোখের ফুলো দুই প্রকার রোগেই হয়, কিন্তু পুরাতন রোগে গর্ভের পূর্ব্বেও হয়, নূতন রোগে কেবল গর্ভাবস্থাই হয়। গর্ভ কিডনীতে প্রস্রাবে আলবুমেন্ ছাড়া এসিটোন থাকে।

প্রেগনেন্সী কিডনী রোগ সময়মত চিকিৎসা হ'লে ৮।১০ দিনের মধ্যে সেরে যায়। কিন্তু যদি না সারে, ইক্লাম্পশিয়া হতে পারে, এই জন্য প্রসব করিয়ে ফেলা দরকার। এতে প্রায়ই গর্ভ নষ্ট হয়।

চিকিৎসা—চোখ মুখ ফুলো প্রস্রাব কম, চোকে ঝাপসা প্রভৃতি দেখলেই ডাক্তার ডাকবে। প্রস্রাবের গোলযোগ হলে কি করা আবশ্যক, ইতিপূর্ব্বে বলা হ'য়েছে।

৪। মোল্

ভ্রূণের বিকৃতি হ'লে "মোল্" বলে। মোল্ দুই রকম **ফ্লেশী মোল্ ও ভেসিকিউলার মোল্।**

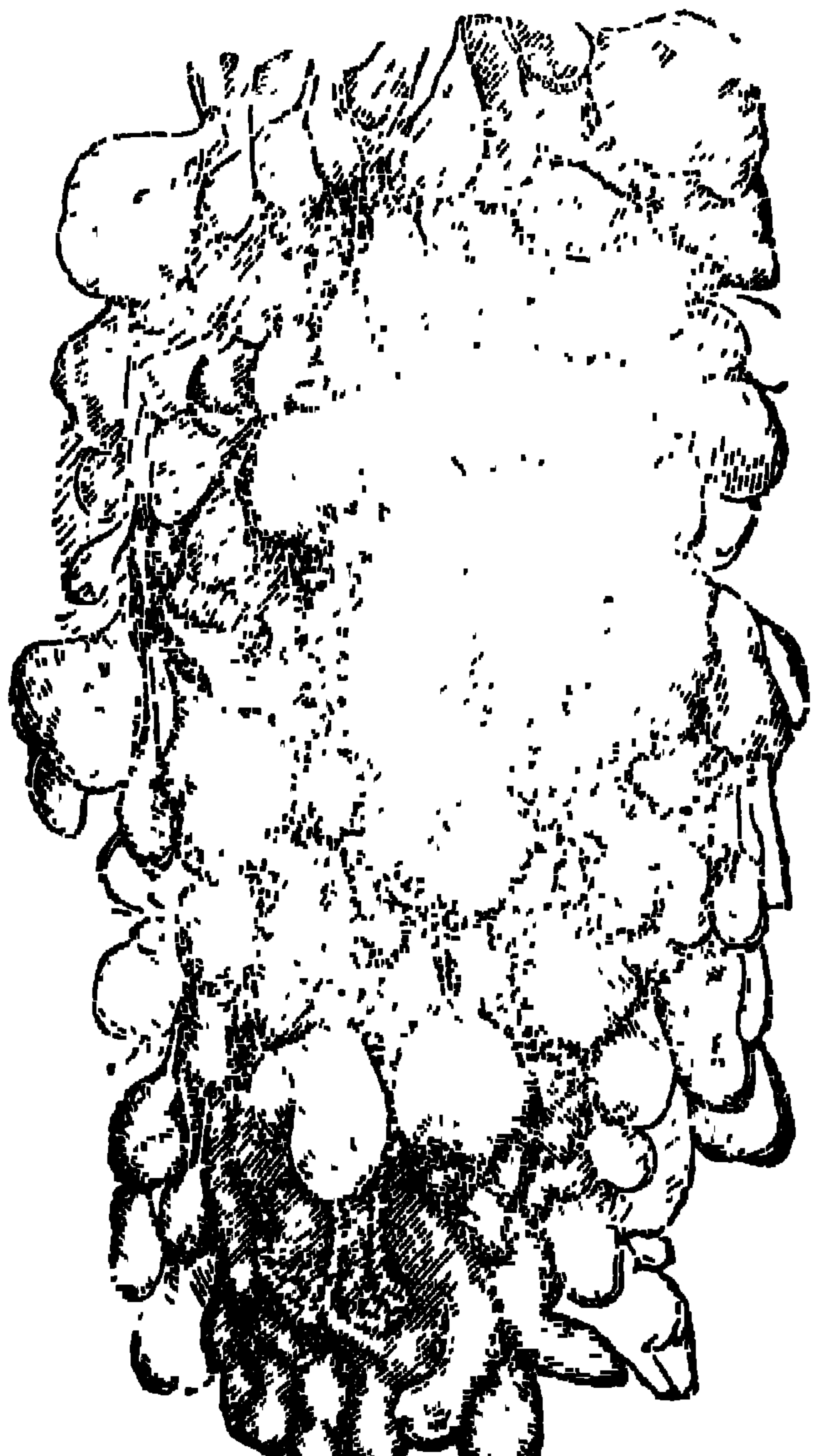
(ক) **ব্লড বা ফ্লেশী মোল**—ভ্রূণের ভিতরে রক্তস্রাব হ'তে হ'তে ভ্রূণ নষ্ট হ'য়ে একটা মাংসপিণ্ড হয়ে, কিছুকাল ভিতরে থাকে। বেশী দিন ভিতরে থাকলে হাড়গোড় সব আলগা হয়ে যায়; কিম্বা

চামড়ার মতন হ'য়ে থাকে; কদাচিৎ পাথরের মতনও হয়। পিণ্ডটীর রং যদি টক্‌টকে লাল হয়, একে বলে রক্তপিণ্ড বা ব্লডমোল্; কিছুদিন ভিতরে থেকে রং যখন ফ্যাকাসে গোলাপী রঙ্গের হ'য়ে আসে তখন বলে মাংসপিণ্ড বা "ফ্লেশী মোল্"। গর্ভের মাস হিসাবে ভ্রূণ খুব ছোট। এ সব জানা না থাকলে অনেক সময় পোয়াতির চরিত্রের উপর সন্দেহ হয়। স্ত্রী দুমাস গর্ভিণী জেনে স্বামী পরম আনন্দে বিদেশে গিয়েছেন। কিছুদিন পর প্রসব ব্যথার মতন ব্যথা হয়ে থেমে যায়। ৬ মাস পর স্বামী এসে দেখলেন স্ত্রীর গর্ভ ৯ মাসে প'ড়েছে। সাধে খুব ধুমধাম, বাড়ীতে উৎসব। এমন সময় পোয়াতির খুব ব্যথা হয়ে একটা মাংস পিণ্ড শুদ্ধ ২ মাসের আকার ভ্রূণ বেরিয়ে প'ড়ল। স্বামী ৭ দিন মাত্র বাড়ী এসেছেন। তিনি সকলের কথায় স্ত্রীকে পরিত্যাগ ক'র্‌তে প্রস্তুত। আমি অনেকক্ষণ ধরে বুঝিয়ে দিলাম যে গর্ভ সঞ্চার ৮ মাস আগেই হয়েছে; দু মাসের হলে প্রসবের চেষ্টা হয়ে ভ্রূণ মারা গিয়ে সেই অবস্থাতেই এই ছয়মাস ভিতরে ছিল। একে বলে **মিস্‌ড্ এবর্শন**।

লক্ষণ—(১) প্রথম প্রথম গর্ভের লক্ষণ দেখা দেয়; (২) ভ্রূণের মৃত্যুর পর পেট খুব অল্পই বড় হয়, কি আদপেই বড় হয় না, (৩) কিছুকাল পর মাঝে মাঝে রক্তস্রাব হয় কিন্তু গর্ভস্রাব হয় না। রক্তের রং প্রায়ই একটু ঘোলাটে বা বেগুণে। **চিকিৎসা**—ডাক্তার ডেকে করাবে। দরকার হ'লে লেমিনেরিয়া টেণ্ট্ পরিয়ে অস্ ডাইলেট ক'রে তিনি মোল বের ক'রবেন।

(খ) **ভেসিকিউলার মোল**—ভ্রূণ মরে গিয়ে কোরিয়ণের বিকৃতি হয়ে অসংখ্য ছোট ছোট আঙ্গুর ফলের মত কি জলভরা গোল গোল ফোস্কার মতন হয়। জলভরা ফোস্কার ইংরাজী **ভেসিক্ল্**।

তাই ঐ মোলকে বলে "হ্বেসিকিউলার মোল"। সমস্তটা বেরুলে দেখায় যেন এক থোলো আঙ্গুর ফল (২৫ নং চিত্র)। **লক্ষণ** ; [১] গর্ভের কতকগুলি লক্ষণ হয় ; যেমন, পেট বড় হওয়া, ঋতুবন্ধ হওয়া, বমি ইত্যাদি ; [২] বমি অতিরিক্ত হয় ; [৩] মাসের হিসাবে পেট খুব বেশী বড় হয়, এমন কি, ২।৩ মাসে পেট প্রায় নাইয়ের সমান সমান উঁচু হয় ; [৪] পেট টিপলে গর্ভাবস্থার ইউটারাসের চেয়ে শক্ত বোধ হয় আর ছেলের কোন অঙ্গ হাতে ঠেকে না ; [৫] পেট ৫।৬ মাসের মতন বড় হ'লেও ছেলের হার্টের শব্দ শোনা যায় না ; [৬] প্রায়ই ২।৩ মাস থেকেই মাঝে মাঝে রক্তস্রাব হয় কি জল মেশান রক্ত ভাঙ্গে ; [৭] রক্তের সঙ্গে আঙ্গুর



২৫ নং চিত্র—হ্বেসিকিউলার মোল

ফলের মতন কি আঙ্গুর ফলের থোলের মতন বেরোয়; [৮] মাঝে মাঝে ইউটারাসে ব্যথা হয়। এই রোগের চিকিৎসা না হ'লে রোগীরা রক্তস্রাব কি সূতিকা জ্বরের দরুন মারা যেতে পারে। কখনও কখনও এই রোগের দরুন ইউটারাসের গা এত পাতলা হয়, যে ভিতর পরিষ্কার ক'রতে গিয়ে ইউটারাস্ ছিঁড়ে যেতে পারে। রক্তস্রাব হ'য়ে কি মোল পচে সেপটিক হয়েও মারা যেতে পারে। তাই ডাক্তার ডেকে এর চিকিৎসা করাবে। তিনি এসে ভিতর পরিষ্কার ক'রে দিবেন। তার সব জোগাড় ক'রে রাখবে। শুশ্রূষা সহজ পোয়াতির মতন। অনেককাল ধরে মাঝে মাঝে গিয়ে দেখা উচিত রক্তস্রাব হয় কিনা। রক্তস্রাব হ'লে ডাক্তার দেখানো আবশ্যক। এই থেকে ক্যান্সারের মতন (কোরিয়নের ক্যান্সার) এক রকম সাংঘাতিক রোগ হয়। তা হ'লে সমস্ত ইউটারাস কেটে ফেলে না দিলে রোগিনী বাঁচে না।

(৪) আকস্মিক রক্তস্রাব বা এক্সিডেণ্টেল্ হেমারেজ

গর্ভের শেষ তিন মাসে কোন রকম চোট পেলে, কি মনের উদ্বেগ হ'লে ইউটারাস সঙ্কোচ হতে পারে, তার দরুন ইউটারাসের গা থেকে স্বাভাবিক প্লেসেণ্টার অংশ খ'সে আস্‌তে পারে। এই রকম হ'লে রক্তস্রাব হয়। যে সব কারণে গর্ভপাত হয়, সে সব যাদের আছে, যারা "বছর বিয়েনী" বা প্রতি বৎসর ছেলে প্রসব করে, তাদেরই সামান্য কারণে এই রকম রক্তস্রাব হয়। রক্তস্রাব বেশী হ'লে ৪টি লক্ষণ হয়:—১। মুর্চ্ছার ভাব, ২। চঞ্চল ক্ষীণ নাড়ী, ৩। ঠোঁট চামড়া সব পাণ্ডুশ, ৪। শ্বাসের কষ্ট। রক্তস্রাব আরও বেশী হলে, রোগী ছটফট করে, হাঁপিয়ে হাঁপিয়ে উঠে, হা করে বেশী হাওয়া চায়, চোখে অন্ধকার দেখে, ক্রমশঃ অজ্ঞান হয়, নাড়ী ছেড়ে যায়। এক রকম গুপ্ত

রক্তস্রাব (কন্সিল্ড হেমারেজ) হয়; রক্ত দেখা দেয় না কিন্তু ভিতরে জমতে থাকে। এতে বেশী রক্তস্রাবের সব লক্ষণ হয়; গর্ভের মাস হিসাবে যত বড় হওয়া উচিত তার তুলনায় ইউটারাস খুব বড় হয় ও কাঠের মতন শক্ত হয়, আর পেটে খুব ব্যথা হয়। অনেক সময় ব্যথা আর নাড়ী ছেড়ে যাওয়ার কারণ অন্য রকম মনে করে বিপরীত চিকিৎসা হয়, পোয়াতি মারা যায়।

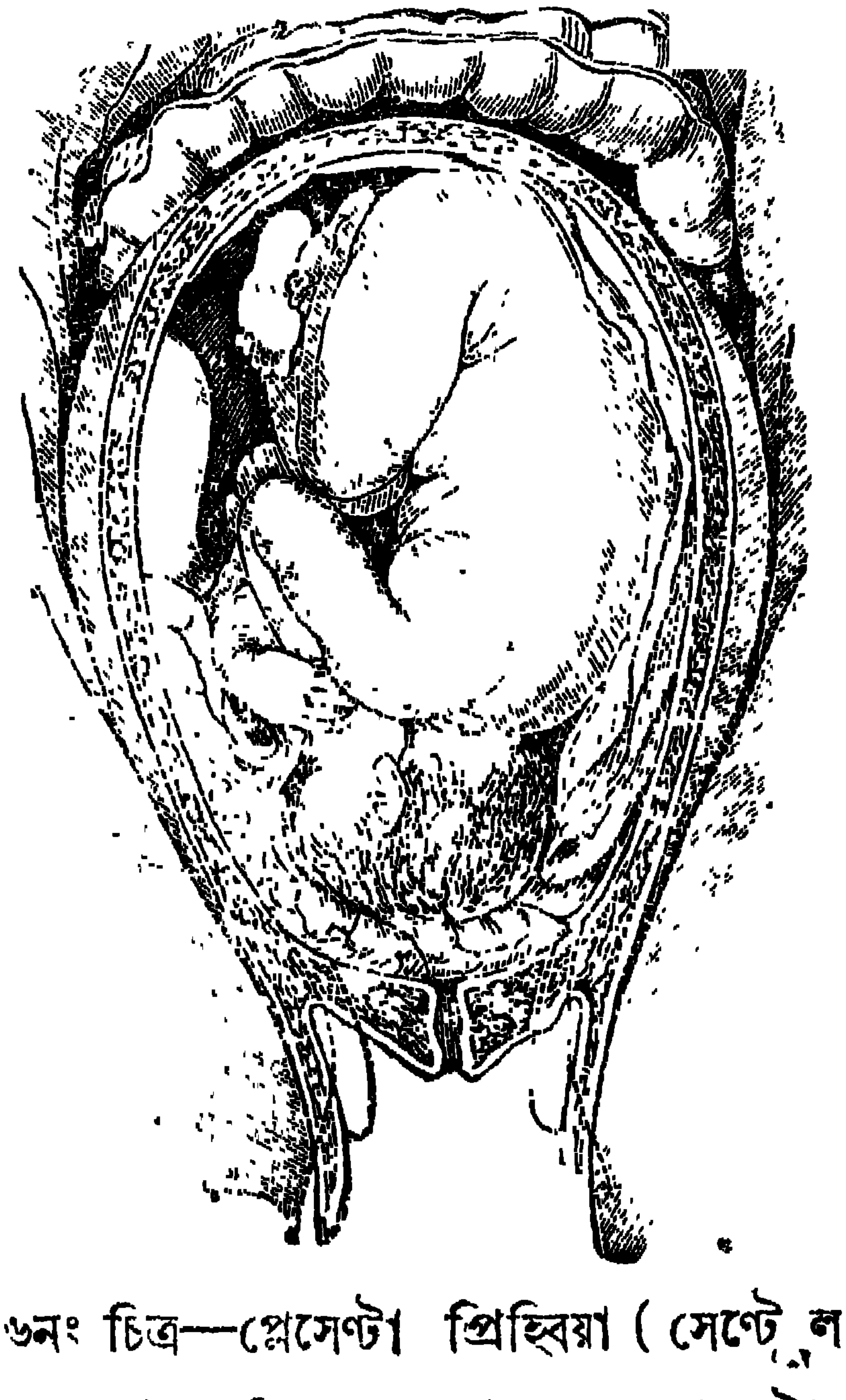
চিকিৎসা—ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। রক্তস্রাব অল্প হলে পেটটা পেটি দিয়ে এঁটে বেঁধে পোয়াতিকে শুইয়ে রাখবে। রক্তস্রাব অতিরিক্ত হ'লে, ব্যথার জোর থাকলে, প্রেজেণ্টেশন স্বাভাবিক থাকলে, পোয়াতির বিপদের আশঙ্কা থাকলে এবং অস অনেকটা ডাইলেট হলে মেম্ব্রেণ ছিঁড়ে দিতে পার। জরায়ু চটকাবে এবং রক্ত বন্ধ না হলে প্লগ করবে। বিছানার মাথার দিক নীচু আর পাছার দিকে উঁচু করে দিবে। হাত পা ঠাণ্ডা হ'য়ে গেলে গরম জলের বোতল দিয়ে সেক দিবে, নাড়ী খারাপ হ'লে রেক্টমে সেলাইন ইঞ্জেকশন করবে (এক পাইণ্ট অল্প গরম জলে চা চামচের দেড় চামচ নুন গুলে তারই অর্দ্ধেকটার কম)। হাত ও পা আঙ্গুলের দিক থেকে ব্যাণ্ডেজ করবে। ব্যাথার জোর বাড়লে প্লগের প্রয়োজন নাই। গুপ্ত রক্তস্রাব ধরা প'ড়লে মেম্ব্রেণ ছিঁড়ে দিবে ও ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। প্রসবের পরও রক্তস্রাব হ'তে পারে, সেজন্য আগে থাকতে প্রস্তুত থাকবে।

৫ প্লেসেণ্টা প্রিহিবিয়া

প্লেসেণ্টা ইউটারাসের উপর কি মধ্য ভাগে না থেকে যদি নীচ ভাগে থাকে, এই অবস্থাকে বলে **প্লেসেণ্টা প্রিহিবিয়া**। প্লেসেণ্টা অস ঢেকে থাকলে বলে **সেণ্টেল** (২৬ নং চিত্র), প্লেসেণ্টা

অসের পাশে থাকলে **মার্জিনেল্**। খানিকটা অসে থাকলে বলে **পার্শিয়েল্**, আর অসের একটু উপরে এক পাশে থাকলে বলে **লেটারেল্**।

লক্ষণ—১। **রক্তস্রাব**, ছয় মাসের শেষ থেকে প্রসবের পূর্ব্ব পর্য্যন্ত কোন সময়ে, বা সময়ে সময়ে বিনা ব্যথায় কি চোট প্রভৃতি



২৬নং চিত্র—প্লেসেণ্টা প্রিহ্বিয়া (সেণ্ট্রেল)

কারণ বিনা যদি অকস্মাৎ অধিক রক্তস্রাব হয়, প্লেসেণ্টা প্রিহ্বিয়া ব'লে সন্দেহ করবে। কদাচিৎ ছয়মাসের পূর্ব্বেও রক্তস্রাব হ'য়ে থাকে। ২। অস ডাইলেট হলে আঙ্গুলের আগায় শক্ত হেড কি ব্রীচ ঠেকে না কিন্তু **স্পঞ্জের মতন একটা জিনিস** গজ গজ করে, সেটা

প্লেসেণ্টা। সেটা রক্তের চাপ (ক্লট) বলে ভ্রম হ'তে পারে, কিন্তু ক্লট প্লেসেণ্টার চেয়ে নরম, আর টিপলে ভেঙ্গে যায়, আঙ্গুলে লেগে আসে আর জলে গ'লে যায়; প্লেসেণ্টা টিপলে ভাঙ্গে না, জলেও গলে না।

চিকিৎসা—প্লেসেণ্টা প্রিভিয়া বলে সন্দেহ হলে এক মুহূর্ত্ত বিলম্ব না করে ডাক্তার ডেকে পাঠাবে; কারণ, প্রসব না হওয়া পর্য্যন্ত রক্তস্রাবের দরুন পোয়াতি আর ছেলে দুইই মারা যেতে পারে। ডাক্তার যতক্ষণ না আসেন, ততক্ষণ পোয়াতিকে শুইয়ে রাখবে; ২ ছটাক দুধে এক কাঁচ্চা (আধ আউন্স) ব্রাণ্ডি মিশিয়ে ডুশ দিয়ে মলদোরের ভিতর দেবে। মুখে খেতে দেবে না, কারণ ডাক্তার এলে পোয়াতিকে ক্লোরফর্ম্ শুঁকিয়ে অজ্ঞান করতে পারেন। কিছু খেলে ক্লোরফর্ম্ দেবার সময় বমি হয়। রক্তস্রাব বন্ধ না হলে আর অস্ ভাল ডাইলেট না হ'লে মেম্ব্রেণ রপচার করে প্লগ করবে। সন্দেহ থাকলে কিছুই করবে না। কেবল পেটি দিয়ে বেশ করে নীচে ঠেলে বেঁধে রাখবে। ডাক্তার এসেই প্রসব করাবেন; তার সব যোগাড় ক'রে রাখবে।

৬। অস্থানে গর্ভ বা এক্টোপিক্ জেস্টেশন

খুব কদাচিৎ ইউটারাসের ভিতর গর্ভ না এসে ফেলোপিয়ান টিউবের ভিতরে কিম্বা ওভ্বারিতেই থাকে। তার দরুন সময়ে সময়ে রক্তস্রাব হয়, তার সঙ্গে টুকরো টুকরো পরদা (ডেসিডুয়া) পড়ে, গর্ভের ডেলা মাঝখানে না হ'য়ে এক পাশে হয়, আর সময় সময় ব্যথা হয়। আজকাল প্রায়ই শোনা যায় জরায়ুর বাহিরে গর্ভ হচ্ছে। তলপেটের ভিতর রক্তস্রাব হ'য়ে চাকা হলেই মনে করা যায় অস্থানে গর্ভ হয়ে ফেটে গিয়ে রক্তস্রাব হ'য়েছে। অনেক সময় পোয়াতি মারা যায়। তাই সময় মত ধরা পড়লে আগে

থাকতে সাবধান হওয়া যায়। অনেক বয়সে গর্ভ হয়েছে কি অনেক কালের পর আবার গর্ভ হয়েছে, ঋতুর সময়টা ৫। ৭ দিন উৎরে গিয়েছে, গা বমি বমি, কি গর্ভের প্রথম অবস্থার লক্ষণ কতক কতক হয়েছে, তার পর একটু একটু রক্তস্রাব হচ্চে; তলপেটের একপাশে ব্যথা হচ্চে; পরীক্ষা করে যদি দেখা যায় জরায়ুর একপাশে টিউবের জায়গাটায় একটা আবের মতন—গর্ভের মাসের হিসাবে তত বড়। তা হ'লে এক রকম ধ'রে নিতে পার টিউবে গর্ভ হয়েছে। পরীক্ষা ক'রে দেখা যায় ইউটারাস স্বাভাবিক গর্ভে যেমন গোলাকার হয়, আর হেগার চিহ্ন পাওয়া যায়, এতে তা পাওয়া যায় না, আর ইউটারাস্ গর্ভ-মাসের হিসাবে বড় ও হয় না। পরীক্ষা খুব সাবধানে করা দরকার, কারণ ডেলা সহজে ফেটে যায়; তা হ'লেই বিপদ। ঐ ডেলা একটু বড় হয়ে পোস্‌টিরিয়র কুলে একটু ঝুলে পড়লে বাকা দুমড়ান (রিট্রোফ্লেক্স) ইউটারাসের ফণ্ডাস্ ব'লে ভুল হয়েছে, আর সরাতে গিয়ে ফেটে গিয়ে পোয়াতি মারা গিয়েছে। **চিকিৎসা**—ডাক্তার ডেকে করাবে।

ফাটবার বা রপ্‌চার হবার লক্ষণ—যদি তলপেটে হঠাৎ অসহ্য বেদনা হয়, চোকে ধুঁয়া দেখে, মাথা ঘুরে যায়, মুখটা পাঙাশ হয়, ঘাম হয়ে নাড়ী দমে যায়, অর্থাৎ গুপ্ত রক্তস্রাবের সব কটা লক্ষণ হয়, তা হ'লে বুঝতে হবে রপচার হয়েছে। এ রকম হ'লে তখনি তখনি শুইয়ে দেবে, গুপ্ত রক্তস্রাব হলে যা যা করা আবশ্যক সে সব করবে, আর ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। ভ্রূণ টিউবের মুখ দিয়ে বেরিয়ে পেটের ভিতর যেতে পারে, আর রক্ত জমাট হয়ে যেতে পারে, তা হলে রোগিনী শীঘ্র সামলে ওঠে। কখনও বা সাধারণ গর্ভস্রাব বলে ভ্রম হতে পারে, কিন্তু এতে হঠাৎ একপাশে খুব অসহ্য বেদনা হয়। রক্তস্রাব যোনি দ্বার দিয়ে, খুব কমই হয়, হলেও প্রায়ই রং একটু

পাতলা। সাধারণ গর্ভস্রাবে প্রায়ই রক্তের ডেলা আসে। এইরূপ গর্ভে রক্তস্রাবের পরিমাণের তুলনায় অবস্থা খুব খারাপ হয়; যদি কিছু বেরোয় ত ডেসিডুয়ার টুকরা (ভ্রূণের অংশ নয়)।

ইউটারাস ও ভেজাইনার রোগ।

ঘা, ক্যান্সার, পলিপাস্ প্রভৃতি নানারকম রোগে রক্তস্রাব হ'তে পারে, কিন্তু গর্ভের পূর্ব্ব থেকেই হয়। সে সব কথা আর একদিন ব'লব।

পঞ্চম অধ্যায়

প্রসবের পর রক্তস্রাব

(বিমলা ও চপলা)

চপলা। আহা আমাদের পাড়ার তেলী বৌ প্রসবের পর রক্ত ভাঙ্গতে ভাঙ্গতে মারা গেল।

বিমলা। মারা যাবারই ত কথা। বেশী রক্তস্রাব হ'লেও সেকেলে গিন্নিরা বলেন, "আহা, রক্ত ভাঙতে দাও, রক্ত ভাঙতে দাও, রক্ত না ভাঙ্গলে পোয়াতি বাঁচবে কেন?" দস্তর মত রক্ত না ভাঙ্গা দোষের বটে কিন্তু ছেলে ভূমিষ্ঠ হবার পর, কি প্লেসেণ্টা পড়বার পর, যদি কল্ কল্ ক'রে অনেকটা রক্ত বেরিয়ে আসে, কি অবিশ্রান্ত রক্ত পড়তে থাকে, তা হ'লেই জান্‌বে বেশী রক্তস্রাব হচ্চে, আর কিছু প্রতিকার করা উচিত। এই রকম রক্তস্রাবকে ইংরাজিতে বলে **পোষ্ট পার্টম্ হেমারেজ**। প্রসবের পরে ৬ ঘণ্টার মধ্যে হ'লে বলে **প্রাইমারী হেমারেজ**। স্বাভাবিক প্রসবের পর, প্লেসেণ্টা পড়বার আগে ও পরে ১০ আউন্স বা ৫ ছটাকের বেশী রক্ত পড়ে না। প্রসবের ৬ ঘণ্টা, কি কিছুদিন পর যদি বেশী রক্তস্রাব হয় তাকে বলে **সেকেণ্ডারী হেমারেজ**।

প্রাইমারী রক্তস্রাব দুরকম হয়ঃ—১। **ট্রমেটিক** বা ছেঁড়া জায়গা থেকে রক্তস্রাব। প্লেসেণ্টা প'ড়ে গিয়েছে, ইউটারাস্ বেশ শক্ত (কণ্ট্রাক্‌টেড্) হ'য়েছে, অথচ রক্ত পড়া থামে না। পরীক্ষা করলেই দেখা যায় ইউটারেসের মুখ (অস্ বা সার্ভিক্স), পেরিনিয়ম বা ইউরিথ্রার উপরটা (ক্লাইটরিস) ছিঁড়ে গিয়েছে। সেলাই ক'রলেই

রক্ত থেমে যায়। ২। আটনি বা ইউটারাস শক্ত (কণ্ট্রাকটেড) হবার অভাবে রক্তস্রাব। কারণঃ—(ক) প্লেসেণ্টা বা মেম্ব্রেণের টুকরা বা রক্তের ক্লট (ডেলা) ভিতরে থাকলে। (খ) ইউটারাইন্ ইনার্যিয়া। (গ) তাড়াতাড়ি প্রসব (প্রিসিপিটেট্ লেবার)। (ঘ) প্লেসেণ্টা প্রীহ্বিয়া। (ঙ) ইউটারাসের টিউমার। (চ) কোন কারণে দুর্ব্বলতা।

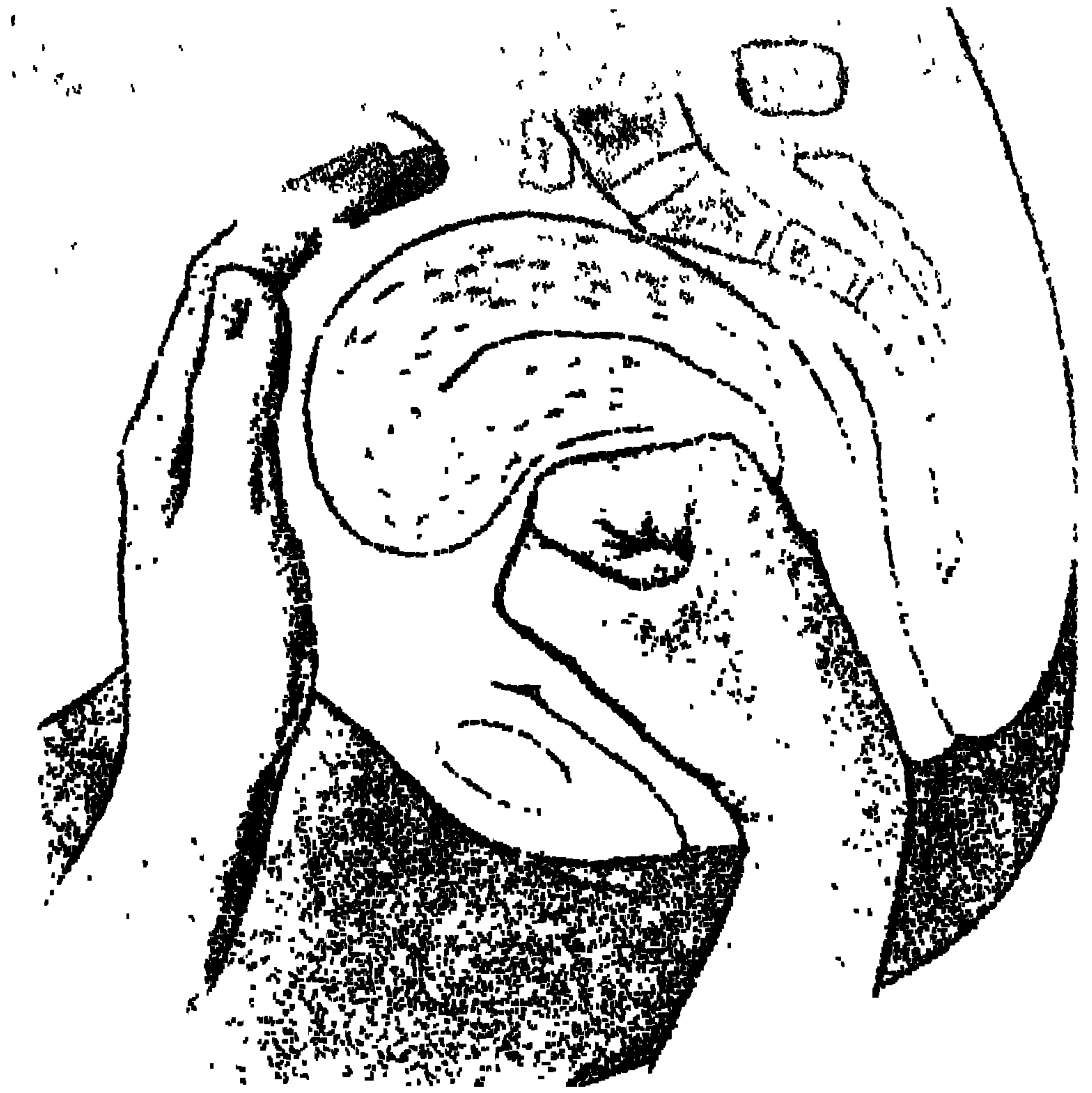
কোন কোন পোয়াতির রক্তস্রাবের কোন কারণ খুঁজে পাওয়া যায় না; কিন্তু যতবার প্রসব হয় তত বারই রক্তস্রাব হয়। শীঘ্র শীঘ্র উঠে বসলে, কি ইউটারাসের ভিতর ফুল টুল থাকলে সেকেণ্ডারী হেমারেজ হতে পারে।

লক্ষণ—(১) প্লেসেণ্টা পড়বার আগে কি পরে বেশী রক্ত ভাঙ্গে। (২) পেট টিপলে দেখা যায় ইউটারাস শক্ত বলের মতন নয় কিন্তু নরম আর পেটের সঙ্গে মিলিয়ে যায়; ভিতরের বেশী রক্ত জ'মলেই ইউটারাস ফুলে নাভি পর্য্যন্ত উঠতে পারে। (৩) ভিতরে আঙ্গুল দিয়ে অস ঢ্যালঢ্যালে আর খুব ঢিলে টের পাওয়া যায় (৪) রক্তস্রাব বেশী হ'লে মুখ পাঙ্গাস, হাত পা ঠাণ্ডা, আর যা যা, হয়, তা আগেই বলেছি।

চিকিৎসা—প্রসবের তৃতীয় ষ্টেজে ভাল রকম তদ্বির কর্‌লে রক্তস্রাব প্রায়ই হয় না। রক্তস্রাব হবার সম্ভাবনা জান্‌লে ছেলে হবার আগেই ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। অধিকাংশ স্থলে ইনার্যিয়ার দরুন কিম্বা প্লেসেণ্টার টুকরা ভিতরে থাকবার দরুন পোষ্ট পার্টম হেমারেজ হয়। সুতরাং ইউটারাস শক্ত করবার এবং প্লেসেণ্টার টুকরা বার করবার চেষ্টা করবে। পূর্ব্ববারে তাড়াতাড়ি প্রসবের দরুন রক্তস্রাব যদি হয়ে থাকে, তাড়াতাড়ি হ'তে দেবে না।

অতিরিক্ত রক্তস্রাব হ'লে যে সমুদায় আয়োজন করতে হয়, সে সব ক'রে রাখবে। রক্তস্রাব হবামাত্র নিকটে যে ডাক্তার পাওয়া যায় তাঁকেই ডেকে পাঠাবে, আর যতক্ষণ তিনি না আসেন, (১) রক্তস্রাব থামাবার চেষ্টা ক'রবে। পায়ের দিকে তক্তপোষ উঁচু ক'রে দেবে, ছেলেকে স্তন ধরাবে ; গরম জল, গরম জলের বোতল, ডুশ, আর্গট, পিটুইট্রিন, ব্রাণ্ডি, নর্ম্মাল্ সেলাইন্ সলিউশন্, লাইসোল লোশন্, রেক্টমে ইঞ্জেকশনের যন্ত্র (ফনেল বা কাঁচের পিচকারীর মুখে রবার কেথিটার লাগান), হাইপোডার্মিক সিরিঞ্জ, সাউণ্ড স্পেকিউলম্ প্রভৃতি প্রস্তুত রাখবে। প্লেসেণ্টা প'ড়বার আগেই যদি রক্তস্রাব হয়, তলপেট চট্‌কিয়ে ইউটারাস শক্ত করবার চেষ্টা ক'রবে। আর ইউটারাস্ শক্ত হলেই মুটোর ভিতর ধ'রে যে রকম প্লেসেণ্টা বের করবার নিয়ম আগে ব'লে দিয়েছি সেই রকম ক'রে প্লেসেণ্টা বের ক'রবে (ক্রীড প্রথায়)। এতে যদি কোন ফল না হয়, ডাক্তারের জন্য অপেক্ষা ক'রবে। প্লেসেণ্টা পড়বার পরও যদি রক্ত ভাঙে, তাহলেই ইউটারাস শক্ত করবার চেষ্টা ক'রবে, আর শক্ত হ'লে টিপে ক্লট সব নির্গত করবে এবং মুটোর ভিতর ইউটারাস ক'সে ধ'রে থাকবে। যদি রক্ত না থামে, আর ডাক্তার যদি না পাওয়া যায়, তা হ'লে (২) হাত ও ডুশ প্রভৃতি ষ্টিরিলাইজ ক'রে ইউটারাসে গরম জলের (তাপ ১২০ ডিগ্রি) ডুশ দিবে, আর একজনকে ইউটারাস চটকাতে ব'লবে। যত গরম সহ্য হয় তত গরম জল দেবে ; অল্প গরম জলে বরং অনিষ্ট হয়। যতক্ষণ পর্য্যন্ত না ভিতর থেকে পরিষ্কার জল বেরোয় ততক্ষণ পর্য্যন্ত নল খুলে নেবে না। যদি কেবল কোন জায়গা ছেঁড়ার দরুন রক্তস্রাব হয়, তা হ'লে ইউটারাস ধোয়া জল পরিষ্কার হ'য়ে এলেও রক্তস্রাব থামবে না ; ডাক্তার এসে ছেঁড়া জায়গা সেলাই ক'রলে রক্ত

পড়া থামবে। রক্তপড়া না থামলে, আর ডাক্তার না পাওয়া গেলে ভিতরে কিছু আছে বলে যদি সন্দেহ কর তা হ'লে (৩) হাত ইউটারাসের ভিতর ঢুকিয়ে ক্লট কি ফুলের টুকরা নিয়ে এসে হাত ভেজাইনায় রাখবে। যদি দেখ ইউটারাস সঙ্কোচ হয়েছে রক্তস্রাব থেমে যাবে। যদি



২৭ নং চিত্র—দুই হাতে ইউটারাস চাপা

না থামে, ঐ হাত মুঠো ক'রে কব্জি ফণ্ডাসের সাম্‌নে রেখে এবং বাঁ হাত পেটে রেখে ফণ্ডাসের পেছনে ঠেলে দিয়ে দু হাতের ভিতর ইউটারাস শক্ত ক'রে চেপে ধ'রবে। যতক্ষণ না ইউটারাস শক্ত ঠেকবে ততক্ষণ দুহাত চেপে থাকবে (২৭ নং চিত্রে যেমন)। পোয়াতি লাগবে লাগবে ব'লে চেঁচাবে সে কথায় কাণ দিও না। এই সময় দয়া করার মানে রক্তস্রাব হ'তে দেওয়া আর পোয়াতিকে মেরে ফেলা। ইউটারাসের ভিতর প্লগ

করবারও নিয়ম আছে, কিন্তু তা ক'রতে হ'লে যন্ত্রের দরকার। কেবল ভেজাইনায় প্লগ ক'রলে রক্তস্রাব ত থামেই না, বরং ইউটারাসের ভিতরে রক্ত জমে আটকে থাকে; তাই ইউটারাসের ভিতরও ভেজাইনা দুই প্লগ করা উচিত। কেউ কেউ পোয়াতির নাভির

২৮ নং চিত্র—দুই হাতে ইউটারাস চেপে রাখা

নীচে শক্ত বাঁধন দিয়ে পেটের শিরায় (এয়র্টা) রক্ত সঞ্চালন বন্ধ ক'রতে বলেন। একে ঐ রকম করা শক্ত, তার উপর আবার নাড়ী

ভুড়ি জখম হবার সম্ভাবনা। তা ছাড়া এমন ভাবে বাঁধন দেওয়া যায় না যাতে ইউটারাসের সমস্ত রক্ত সঞ্চালন বন্ধ হতে পারে। বরং হাত দিয়ে এয়র্টা চাপবার চেষ্টা করা যায়।

রক্ত থেমে গেলে, যদি দেখ ইউটারাস নোড়ার মত শক্ত হ'য়ে আবার নরম আবার শক্ত হচ্চে, তা হ'লে হেবজাইনা গজ্ ও তুলো দিয়ে বা জলে ফোটান পরিষ্কার কাপড় দিয়ে ঠেসে প্লগ ক'রে দেবে। আর পেট শক্ত ক'রে বেঁধে দেবে। ডাক্তার তখনও এসে না পঁহুছিলে হাইপো-ডার্মিক সিরিঞ্জ দিয়ে পিটুইট্রিন (১ সি, সি,) পাছার মাংসে ফুটিয়ে দেবে। পিচকারী ছুঁচ প্রভৃতি গরম জলে ফুটিয়ে নেবে এবং ফুটাবার জায়গায় টিংচার আয়োডিন লাগিয়ে তবে ছুঁচ ফুটাবে; পিটুইট্রিন না পেলে আর্গট চা খাবার চামচে ২ চামচ খাইয়ে দেবে। তৃষ্ণা পেলে ঠাণ্ডা মিশ্রির সরবৎ বা জল খুব খেতে দেবে। যদি পোয়াতি খুব দুর্ব্বল হয়ে থাকে নুনের জল ৮।১০ আউন্স মল দোরে দিয়ে চেপে থাকবে। গরম জলের বোতল কাপড় ঢাকা দিয়ে বুকের দুপাশে আর হাতে পায়ে দেবে। শরীর গরম কাপড় দিয়ে ঢেকে দেবে।

কোলাপ্স্ হ'য়ে নাড়ী খারাপ হ'য়ে হাত পা ঠাণ্ডা হলেঃ (১) মাথার বালিশ সরিয়ে খাটের পায়ের দিক এক ফুট উঁচু ক'রে দেবে ইঁট দিয়ে। (২) হাত পা চেপে ব্যাণ্ডেজ্ ক'রবে আঙ্গুল থেকে উপরের দিকে। (৩) গরম জলের বোতল ফ্লানেল জড়িয়ে হাতের পায়ের এবং বুকের দুপাশ দিয়ে, সমস্ত গা কম্বল ঢাকা দেবে। (৪) গরম কিছু খেতে দেবে; আধ আউন্স গরম জলে ২ ড্রাম ব্রাণ্ডি; তারপর ১০ মিনিট অন্তর ঐ মিক্চার। (৫) গরম কফি তৈয়ার ক'রে তারি ৪ আউন্সে আধ আউন্স ব্রাণ্ডি রেক্টমের ভিতর আস্তে আস্তে ইঞ্জেক্ট ক'রবে, ফনেল্ রেক্টমের ১ ফুট উপরে রেখে; জল ফোটা ফোটা হ'য়ে ভিতরে যাবে,

নইলে সব বেরিয়ে আসবে। (৬) ইতিমধ্যে ডাক্তার এসে ঈথার, ষ্ট্রীক্‌নিয়া, ইণ্ট্রাহ্বীনাস্‌ সেলাইন ইত্যাদি ইঞ্জেক্ট করবেন। সে সব প্রস্তুত রাখবে। যদি ডাক্তার পাওয়া না যায়, তুমি হাইপোডার্মিক সিরিঞ্জ দিয়ে পিটুইট্রিন (১ সি, সি,) ইঞ্জেক্ট ক'রতে পার এবং দরকার হ'লে সেলাইন্‌ দেবার ছুঁচ স্তনের নীচে ফুটিয়ে ২ পাইণ্ট্‌ সেলাইন ইঞ্জেক্ট ক'রে স্তন চটকিয়ে দেবে যাতে জল শীঘ্র শুষে যায়। অবস্থা খারাপ হ'লে অক্সিজেন শোঁকাতে হবে। রোগী চাঙ্গা হ'লেও ১ সপ্তাহ পর্য্যন্ত উঠে বস্‌তে দেবে না। তারপর আস্তে আস্তে ক্রমশঃ একটু একটু ক'রে উঠে বস্‌তে দেবে। নইলে হঠাৎ উঠলে হার্ট ফেল্‌ হ'য়ে মারা যেতে পারে।

ষষ্ঠ অধ্যায়

ইক্লাম্প্‌শিয়া

কমলা। শুনেছ, ঘোষালদের বাড়ীতে যে ভয়ানক কাণ্ড? তাদের ছোট মেয়ে পোয়াতি হয়েছিল, তাকে নাকি ভূতে পেয়েছে। দেশের যত রোজা জড় হয়েছে। মেয়েটা থেকে থেকে কেমন খেঁচছে, মুখ বিকট-শিকট ক'রে চোক কপালে তুলচে, ঘন ঘন মাথা নেড়ে কি রকম শব্দ করছে, আর জিভ কামড়ে রক্ত বার করছে।

বিমলা। কি সর্ব্বনাশ? ভূতে পেয়েছে মনে করে চিকিৎসায় মেয়েটাকে মেরে ফেলবে দেখচি। তোমার কথা শুনে বেশ মনে হচ্ছে, পোয়াতির তড়কা হয়েছে, যাকে ইংরাজীতে বলে ইক্লাম্পশিয়া। এ ভয়ানক রোগ; এতে অনেক পোয়াতি মারা যায়, তবে ভাল ডাক্তারের হাতে বেশীর ভাগ বাঁচে।

লক্ষণ—ঠিক মৃগির মতন খেঁচতে থাকে, ফিটের সময় জ্ঞান থাকে না। গর্ভের শেষে প্রসবের সময় কি কদাচিত পরে ও এই রোগ হয়ে থাকে। কিছুদিন আগে থাকতে প্রায়ই খুব মাথা ধরে, চোখের পাতা ও ভারি হয়, পা ফোলে, প্রস্রাব কম হয় আর চোখে ঝাপসা দেখে। গর্ভশেষে বা প্রসবের কিছুদিন আগে কেবল পা ফুললেই যে বিপদের সম্ভাবনা তা নয়। ইউটারাস নীচে নেবে রক্তের শিরার উপর চাপ দেওয়ার দরুন ইহা ফুলতে পারে। শরীরে রক্ত কম হলে, বা প্রস্রাবে আলবুমেন হ'লেও পা ফোলে।

চিকিৎসা—রোগ যাতে না হয় আগে থাকতে গর্ভাবস্থায় তার চেষ্টা করতে হবে। কি করে করতে হবে আগে বলেছি।

ফিট হবামাত্র ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। একখানা চামচের বাঁট বা এক টুকরা কাঠ ন্যাকড়ায় জড়িয়ে দুপাটি দাঁতের ভিতর ঢুকিয়ে দেবে, যাতে জিভ না কামড়াতে পারে। এক পাশে কাত করে শোয়াবে যাতে মুখের লাল গড়িয়ে বাহিরে পড়ে যায়। সর্ব্বদা এক পাশে শোয়াবে না, কিছুক্ষণ পরে পাশ ব'দলে শোয়াবে। ঘর অন্ধকার করে দেবে। হাত পা চেপে ধরবার দরকার নাই, কেবল বিছানা নরম করা চাই যাতে আঘাত না লাগে। অয়েল ক্লথ পেতে দেবে। আঁটা পোষাক থাকলে ঢিলা করে দিবে। ডাক্তার আস্‌তে দেরী হলে, আর পোয়াতির জ্ঞান থাকলে চা খাবার চামচে ৪ চামচ সল্ট্‌ (ম্যাগ্‌-সল্‌ফ) জলে গুলে খাইয়ে অথবা জিভের পেছনে ২ ফোঁটা ক্রোটন্‌ ওয়েল দিতে পার। কিন্তু রোগী অজ্ঞান হয়ে গেলে মুখে কিছুই খেতে দেবে না, সব শ্বাসনালীতে যেতে পারে। মাথায় এবং ঘাড়ে বরফ দেবে। বরফ পাওয়া না গেলে ঠাণ্ডা লোশনের পটি দেবে এমন ভাবে যাতে বালিশ ও পিঠ ভেজে না। নুন জল দিয়ে রেক্টম ধুয়ে দেবে এবং তারপর ৪ ঘণ্টা অন্তর গ্লুকোজ সোডা বা সোডা-মিশ্রি জল* এক পোয়া আন্দাজ মলদোয়ের ভিতর দেবে। কি রকম করে দিতে হয় আগে বলেছি। ফিট চলে গেলে মাঝে মাঝে অক্সিজেন্‌ দিতে হয়।

আধুনিক চিকিৎসা—ডাক্তার এসেই প্রথমে মর্ফিয়া ইঞ্জেক্ট করবেন। সব ঠিক করে রাখবে। ক্যাথিটার দিয়ে প্রস্রাব করাতে বলবেন। পরীক্ষার জন্য প্রস্রাব রেখে দিতে হবে। যতক্ষণ রোগী অজ্ঞান থাকবে, তক্তপোষের মাথার দিকে উঁচু করে রাখতে হবে;

* প্রথম ভাগ, ৭ম অধ্যায়, ৩য় পরিচ্ছেদ

গলার ভিতর বার বার পরিষ্কার করতে হবে। জ্ঞান থাকলে জল খেতে দিতে হবে। অজ্ঞান থাকলে ডাক্তার শিরার ভিতর গ্লুকোজ সলিউশন্* ইঞ্জেক্ট করবেন। তার যন্ত্রপাতি ঠিক করে রাখবে। অস পূরো ডাইলেট না হলে আজ কাল প্রসব করান হয় না। আপনি প্রসব না হলে হয়ত ডাক্তার ফর্সেপ্স দেবেন; সব যোগাড় করে রাখবে। প্রথম মর্ফিয়া ইঞ্জেক্‌শনের **এক ঘণ্টা পর** নর্ম্যাল্ সল্ট সলিউশনে† ৩২ গ্রেণ ক্লোরেল মিশিয়ে মলদোরে পিচকারী দিয়ে দেওয়া হয়। জ্ঞান থাকলে দুধের সঙ্গেও খেতে পারে। **তিন ঘণ্টা পর** দরকাল হলে ডাক্তার আবার মর্ফিয়া ইঞ্জেক্ট করবেন। **সাত ঘণ্টা পর** আবার মলদোরে ৩২ গ্রেণ ক্লোরেল আগেকার মতন ইঞ্জেক্ট করা হয়। **১৩ ঘণ্টা পর** আবার মলদোরে ২৪ গ্রেণ ক্লোরেল এবং ১০ ঘণ্টা অন্তর আরও ২৪ গ্রেণ ক্লোরেল ইঞ্জেকশন দেওয়া হয়। আট ঘণ্টা অন্তর ব্লড্ প্রেশার নিয়ে ১৪০ এর উপরে হ'লে রক্ত বার করা (হ্বীনিসেক্‌শন) হয়।

সম্পূর্ণ জ্ঞান হতে প্রায় তিন দিন লাগে। অল্প অল্প জ্ঞান হয়ে আসবার সময় অনেক পোয়াতি পাগলের মতন বকে, ওঠবোস করে বা মারধর করে; এতে ভয় পেওনা।

* প্রথম ভাগ, সপ্তম অধ্যায় তৃতীয় পরিচ্ছেদ।

† পরিশিষ্ট খ

সপ্তম অধ্যায়

সূতিকাগারে রোগ

(বিমলা ও চপলা)

চপলা। প্রসবের পর আর কি কি রোগ হ'তে পারে, সে সব জানবার জন্য আজ তোমার কাছে এসেছি।

বিমলা। সাতটী রোগের কথা জেনে রাখলেই আমাদের পক্ষে যথেষ্ট হ'ল; ১। প্রস্রাবের গোলযোগ। ২। বাহ্যের গোলযোগ। ৩। সূতিকা জ্বর। ৪। হোয়াইট্ লেগ। ৫। থুনকো (ব্রেষ্ট্ য়্যাব্সেস্)। ৬। ইউটারাসের ইন্‌ভার্শন। ৭। সব ইন্‌ভলিউশন।

১। প্রস্রাবের গোলযোগ

কষ্ট প্রসবের পর, কি প্রথম পোয়াতিদের সহজ প্রসবের পর, প্রস্রাব বন্ধ হ'তে পারে। এ অবস্থায় কি করা উচিত, আগে ব'লেছি। অসাড়ে প্রস্রাব হ'তেও পারে। ব্লাডার যদি প্রস্রাবে খুব বেশী পরিপূর্ণ হয়, অথচ পোয়াতির বেগ দিয়ে প্রস্রাব করবার শক্তি না থাকে, তা হ'লে এ রকম প্রস্রাব ঝ'রতে পারে। এ অবস্থায় তলপেটে হাত দিয়ে উঁচু ব্লাডার টের পাবে; তারপর ক্যাথিটার দিয়ে প্রস্রাব করাবে। ক্যাথিটার দিবার নিয়ম আগে ব'লেছি। সে সব নিয়ম পালন না ক'রলে প্রস্রাব ঘোলা হবে, প্রস্রাবের সময় জ্বালা যন্ত্রণা হবে, ব্লাডার টিপলে ব্যথা বোধ হবে, আর তার জন্য তোমাকে দায়ে প'ড়তে হবে, এ কথা যেন বেশ মনে থাকে। একে ইংরাজীতে

বলে সিসটাইটিস। এই রকম হ'লে ডাক্তার দেখাবে, আর ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে ব্লাডার ধুইয়ে দিবে।

ব্লাডার ধোয়াবার নিয়ম—একটি রবারের ক্যাথিটার, একটি কাঁচের ফনেল, আর আধ ছটাক বোরাসিক এসিড চাই। ক্যাথিটার আর ফনেল, জলে সিদ্ধ ক'রে নিবে। ফোটান জলে বোরাসিক লোশন প্রস্তুত ক'রবে। ক্যাথিটার দিয়ে আগে প্রস্রাব করাবে। একটু প্রস্রাব বাকি থাকতে ক্যাথিটারের মুখ টিপে ধ'রে ফনেলের মুখে লাগাবে, লাগিয়েও ক্যাথিটার টিপে ধ'রে থাকবে। আর একজনকে ফনেলে বোরাসিক লোশন ঢালতে ব'লবে; ঢালা হ'লে ক্যাথিটারের টিপ ছেড়ে দিবে। দেখবে জল আস্তে আস্তে ভিতরে যাচ্ছে; একটু জল থাকতে আবার জল ঢালতে ব'লবে। এই রকম বার দুই তিন ঢেলে, ফনেল কাত ক'রে একটা সরায় জল ছাড়বে। একটু জল থাকতে ক্যাথিটারের মুখ টিপে ধ'রবে। যখন দেখবে ভিতর থেকে পরিষ্কার জল বেরুচ্ছে, মুখ টিপে ক্যাথিটার খুলে নিবে।

প্রস্রাবের ফিসচুলা—এক রকম প্রস্রাব ঝরা রোগ আছে, সে বড়ই কষ্টকর। পোয়াতি বলে ন'ড়তে চ'ড়তে প্রস্রাবের মতন কি যেন প'ড়ে বিছানা ভিজে যায়। ক্যাথিটার দিলে ব্লাডারে প্রস্রাব পাবে না, অথচ পোয়াতিও ব'লবে না যে প্রসবের পর প্রস্রাব ক'রেছে। এ রকম হলে ভেজাইনার উপরদিকে বেশ করে পরীক্ষা ক'রলেই দেখা যাবে একটা ফুটো দিয়ে প্রস্রাব আসচে; তার মানে, প্রস্রাবের ফিসচুলা বা ভেসিকো-ভেজাইনেল ফিসচুলা হয়েচে। তখন আর দেরি না ক'রে ডাক্তার ডাকবে। ছেলের মাথা প্রসবের সময় অনেকক্ষণ ব্লাডারের উপর চেপে বসলে, ঐ জায়গায় ঘা হ'য়ে ফুটো হয়।

প্রস্রাবের জায়গা ও চারিধার হেজে যায়। বোরাসিক লোশন দিয়ে ধুয়ে সর্ব্বদা পরিষ্কার রাখবে আর রশুন তেল বা নিম তেল মাখিয়ে রাখবে।

২। বাহ্যের গোলযোগ

প্রসবের পর প্রায়ই কোষ্ঠ কঠিন হয়। এ অবস্থায় কি করা উচিত আর একদিন তা বলেছি। নানারকম গুঁড়ো ঝালটাল খেয়ে পেটের অসুখ হয়। তাহলে ডাক্তার ডাকবে, আর সুপথ্য দিবে। আর এক রকম পেটের অসুখ বড়ই কষ্টকর। পোয়াতি বলে বাহ্যের বেগ হলে সামলাতে পারে না, বাহ্যে হয়ে যায়। এরকম হলে পরীক্ষা করে দেখবে মলদ্বার ছিঁড়ে ভ্যেজাইনার সঙ্গে এক হয়েছে কিনা। যদি হয়ে থাকে, তখনই ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। তাড়াতাড়ি মাথা টেনে আনতে গেলে অনেক সময় এই রকম "দুদোর এক" হয়ে যায় (কম্‌প্লীট রপচার)। ফোটান জলে বা লোশন জলে ঘা ধুইয়ে পরিষ্কার করে রাখবে আর কপনী ঘণ্টায় ঘণ্টায় বদলাবে।

৩। সূতিকা জ্বর বা সেপ্‌সিস্

প্রসবের পর জ্বর হলেই যে সূতিকা-জ্বর হল তা নয়; এদেশে ম্যালেরিয়া, টাইফয়ড, কালাজ্বরের কথাটা মনে রাখা উচিত। প্রসবের ২৪ ঘণ্টা পরেও, ৩।৪ বার থার্মিমিটার দিয়ে যদি দেখা যায় জ্বর ১০০'৪ ডিগ্রির বেশি, আর নাড়ী ৯০ এর বেশি, তা হ'লে মনে করতে হয় জ্বর হয়েছে। জ্বর নানা কারণে হতে পারে :—যথা (১) অন্য সময়ে যে কারণে হয়, ম্যালেরিয়া প্রভৃতি। (২) মানসিক উদ্বেগ; কিন্তু এতে জ্বর বেশিক্ষণ থাকে না। (৩) বদ্ধ মল; বাহ্যে খোলাসা হ'লে সেরে যায়। (৪) স্তন টাটালেও হ'তে পারে, কিন্তু বেশিক্ষণ থাকে না।

গৌণ কারণ ঃ—(১) কঠিন প্রসব। (২) অতিরিক্ত রক্তস্রাব (৩) রোগ বা অতিরিক্ত পরিশ্রম। (৪) গর্ভাবস্থায় স্বাস্থ্যের প্রতি দৃষ্টির অভাব। এই সব কারণ বশতঃ শরীর দুর্ব্বল হয় এবং সংক্রামক বীজাণুর আক্রমণ ব্যর্থ করবার শক্তি হ্রাস হয়। প্রকৃত সূতিকা জ্বর বা সেপ্‌টিক ফিহ্বারের কারণ বীজাণু (৭০ পৃষ্ঠা)। এই বীজাণু প্রবেশ ক'রবার কারণ ঃ—(১) নোংরা হাত কিম্বা নোংরা যন্ত্র দ্বারা ভিতর পরীক্ষা; (২) জেনিটেল (হ্বলহ্বা প্রভৃতি) সেপ্‌টিক যদি থাকে, সেই অবস্থায় পরীক্ষা; (৩) থার্ড ষ্টেজে অসাবধানতা (৪) গর্ভাবস্থায় সংসর্গ। (ক) লোকিয়া, রক্তের ডেলা, প্লেসেণ্টা বা মেম্ব্রেণের টুকরা পচে, হ্বেজাইনা সার্হ্বিক্স কি পেরিনিয়ম প্রভৃতি ঘা হ'য়ে পচে যদি জ্বর হয়, তাকে বলে **সেপ্রিমিয়া**। কোন জায়গা পচে না, অথচ ষ্ট্রেপ্‌টোককাস্ প্রভৃতি বীজাণু ভিতরে প্রবেশ ক'রে রক্তে বিষ ছড়ালে, যে জ্বর হয়, তাকে বলে **সেপটিসিমিয়া**। সেপ্‌সিস্ এই দুই রকম। সেপ্‌টিসিমিয়া বিষ ইউটারাস ছাড়িয়ে আশে পাশে যায়; আশে পাশে টিপলে ব্যথা বোধ হয় আর শক্ত চাকার মত ঠেকে। এ রকম হ'লে বলে **পেলহ্বিক সেলিউলাইটিস্**। সেলিউলাইটিসের জ্বর, প্রায় প্রসবের ৮।৯ দিনে হয়; তার পরেও হ'তে পারে। শক্ত চাপ মিলিয়ে যেতে পারে। পাকলে কম্প দিয়ে জ্বর বাড়ে। পূঁয মলদ্বার কি হ্বেজাইনা দিয়ে হুড় হুড় ক'রে আসে, কিম্বা ব্লাডার দিয়ে প্রস্রাবের সঙ্গেও আসতে পারে। ফোঁড়া ফেটে পূঁয পেটের ভিতর গেলে পোয়াতি মারা যায়। যদি পূঁয শুষে যায়, টিউব, ওহ্বারি, মলনাড়ী সমস্ত জড়িয়ে একটা শক্ত আবের মতন হ'য়ে বহুকাল থাকতে পারে। এতে সময় সময় ব্যথা, জ্বর, বাহ্যে প্রস্রাবের কষ্ট হয়। পোয়াতি চিররোগী হ'য়ে থাকে। পোয়াতি-পরীক্ষার সময় একটু ক'রে হাত ষ্টিরিলাইজ

না করার দরুন দেখ পোয়াতির কত বিপদ আর কষ্ট হ'তে পারে। কখনও সমস্ত পেট ফাঁপে, আর এত ব্যথা হয় যে পেটে হাত ছোঁয়ান যায় না, পোয়াতি পা ছড়াতে পারে না। এ অবস্থা বড় ভয়ানক, ইংরাজীতে বলে পেরিটোনাইটিস্‌। কখনও বা কোন রকম ব্যথা হয় না, কিন্তু নাড়ী ক্ষীণ হ'য়ে হ'য়ে পোয়াতি মারা যায়। এতে প্রায়ই ডিসচার্জ ক'মে যায় কি একেবারে বন্ধ হ'য়ে যায়, আর দুর্গন্ধ মোটেই থাকে না, স্তনের দুধও শুকিয়ে যায়। কখনও কখনও হাতের গাঁট পায়ের গাঁট পাকে, কি স্থানে স্থানে স্থানে ফোঁড়া হয়। এই রোগ বড় ছোঁয়াচে; এক পোয়াতির রক্ত বা পূঁয লেগে অন্য পোয়াতির রোগ হতে পারে। ফুল প'চে যে জ্বর হয়, ইউটারাস টিংচার আয়োডিন, লাইসোল, কি হাইড্রোজেন পারক্সাইড্‌ লোশন দিয়ে ধুয়ে দিলে জ্বর সেরে যায়; কিন্তু অগ্রাহ্য করলেই এই থেকে আদত সেপসিস হয়। অন্য কোন কারণ না থাকলে প্রসবের পর জ্বর সেপ্‌সিস বলে ধরে নিতে হবে। দুধের জ্বর ব'লে অগ্রাহ্য করা উচিত নয়। রক্তে দুর্গন্ধ নাই অতএব এ জ্বর সেপ্‌টিক নয় এই মত ভ্রান্ত। খুব সেপ্‌টিক রোগীর রক্তে কিছুমাত্র দুর্গন্ধ না থাকতে পারে। ঠিক প্রসবের পরেই খুব জ্বর; পলস্‌ ১২০ বেশী; বার বার কম্প, শ্বাস ঘন ঘন, অসাড়ে বাহ্যে প্রস্রাব, তন্দ্রা বা প্রলাপ, জিভ শুকো বা কালো; অনিদ্রা; কিছু খেতে না পারা; পেটের অসুখ; গায়ে লাল লাল বের হওয়া; ন্যাবা; এই সমুদয় লক্ষণ ভয়ের কারণ। হবামাত্র লিখে রাখা ও ডাক্তারকে জানান দরকার।

প্রসবের পূর্ব সময়, ও পরে সাধারণতঃ এই দশটি নিয়ম পালন ক'রলে সেপ্‌সিস নিবারণ করা যায়ঃ—

১। গর্ভাবস্থায় যে সব কারণে সেপ্‌সিস্‌ হয়, যেমন দাঁতে পূঁয,

নাকে মুখে ঘা, হেঁজাইনায় পুঁয, প্রস্রাবে পুঁয, ইত্যাদি থাকলে ডাক্তার দ্বারা চিকিৎসা করান উচিত।

২। আঁতুড় ঘর ও আসবাব পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকা আবশ্যক। জিনিস পত্র, যেমন বিছানার চাদর, এপ্রন্, তোয়ালে, প্যাড, গজ, মুছবার সোয়াব বা ন্যাকড়া, তুলো, এই সমুদয় ষ্টিরিলাইজ করে ঢাকা দিয়ে রাখা উচিত।

৩। হাত ও যন্ত্রাদি ষ্টিরিলাইজ করা উচিত। নখ কাটা উচিত। সিদ্ধ করা দস্তানা ব্যবহার করা ভাল। কোন জায়গায় হাত লাগলে আবার হাত ষ্টিরিলাইজ করা দরকার।

৪। হ্বলহ্বা ও আশপাশ যথাসাধ্য আ-সেপটিক রাখতে হবে। প্রসবের প্রারম্ভে এনিমা কিম্বা ক্যাষ্টর অয়েল দিবে। এক্সটার্ণেল জেনিটেল বিশেষতঃ পেরিনিয়ম ও এনাসের জায়গার চারিধার কামিয়ে আয়োডিন্ স্পিরিট লোশন (শতকরা ২ অর্থাৎ এক আউন্স স্পিরিটে ৯।১০ গ্রেণ আয়োডিন্) তুলি করে লাগিয়ে দিতে হবে। শ্বেত প্রদর থাকলে প্রসবের পূর্ব্বে রোজ ডুশ দেওয়া উচিত। বিশেষ দরকার না হ'লে, প্রসবের পর ডুশ দেওয়া উচিত নয়।

৫। ষ্টিরিলাইজ করা তোয়ালে বা ন্যাকড়া দিয়ে প্রসবের দ্বার ছেড়ে দিয়ে চারিদিক ঢেকে দেওয়া উচিত।

৬। পুনঃ পুনঃ অনাবশ্যক ভিতরে পরীক্ষা করা অনুচিত।

৭। প্লেসেণ্টা পড়বার পর, ইউটারাস শক্ত হবার পর, ২৪ ঘণ্টা পরে, বিছানার মাথার দিকে উঁচু করে দিতে হবে। যত শীঘ্র সম্ভব পোয়াতিকে বসতে দেওয়া উচিত, যাতে রক্ত ভিতরে না জমে বেরিয়ে যায়।

৮। প্রসবের রাস্তা যাতে জখম না হয় সে দিকে দৃষ্টি রাখা আবশ্যক। ছেলের মাথা অনেকক্ষণ আটকে থাকলে রাস্তা জখম হয়, সুতরাং

অবষ্ট্রক্‌শনের সম্ভাবনা থাকলে ডাক্তারকে জানান উচিত। থেৎলে গিয়ে যে ঘা, তার চাইতে কাটা ঘা শীঘ্র ভাল হয়, এই জন্য পেরিনিয়মে হেড এসে প্রসবে বিলম্ব হ'লে এবং পেরিনিয়ম ছিঁড়বার সম্ভাবনা হ'লে ডাক্তার একপাশ কাঁচি দিয়ে কেটে দেন অর্থাৎ এপিজিয়টমি করেন। পেরিনিয়ম লেসারেসন হ'লে সেলাই না করান দোষ, এতে সেপসিস্ হতে পারে।

৯। নিজের হাতে, নাকে, গলায় কি অন্য কোথাও ঘা থাকলে বা কোন সংক্রামক রোগী দেখে আসলে, কোন পোয়াতির ভার নেওয়া উচিত নয়।

১০। ডুশের জলের বিশুদ্ধতা সম্বন্ধে নিঃসন্দেহ হওয়া উচিত। তাহাতে অসিদ্ধ জল মিশিয়ে ঠাণ্ডা করা উচিত নয়, ঠাণ্ডা জলের বালতিতে রেখে ঠাণ্ডা করা উচিত। ঐ জলে অশুদ্ধ হাত দিলে আবার ফুটিয়ে নিতে হবে।

চিকিৎসা—ডাক্তার ডেকে চিকিৎসা করাবে এবং ইতিপূর্ব্বে যন্ত্র, হাত পা, কাপড় চোপড় ইত্যাদি যে ভাবে ডিসইন্‌ফেক্ট করতে ব'লেছি তাই করলে, তবে অন্য রোগী দেখতে যাবে। মাথার দিকে বিছানা উঁচু ক'রে দিবে। ডাক্তারের পরামর্শে স্যাপ্রিমিয়ায় বা সেপটিসিমিয়ায় হেভেজাইলেন ডুশ দিবে।

হেভেজাইলেন ডুশ্ দেওয়া হয়, সাধানতঃ দুইটী কারণে, (১) পরিষ্কার করবার জন্য, (২) ব্যথা ফুলো বা ইন্‌ফ্লেমেশন দমনের জন্য। শুধু ওয়াশের জন্য জল চাই অল্প গরম (১০০-১০৫ ডিগ্রি); ইনফ্লেমেশন সারাবার জন্য জলের টেম্পারেচার ১০৫-১১৫ ডিগ্রি। ডুশ ক্যান্ রোগীর ২।৩ ফুটের বেশী উপরে থাকবে না। ইউটারাসের মুখ যদি খোলা থাকে বেশী তোড়ে জল গেলে পেল্‌ভিবক সেলিউলাটিস্ হতে পারে। ভিতরে যাতে হাওয়া না যায় সে বিষয় সাবধান হবে।

জ্বর বেশী (হাইপার) (হাইপারপাইরেক্সিয়া) ১০৬ ডিগ্রির উপর হলে ডাক্তারের পরামর্শে টেপিড্ স্পঞ্জিং এবং মাথায় বরফ দেবে। জল কুসুম কুসুম গরম হবে। (৬৫-৭০ ডিগ্রী)।

৪। পা ফোলা বা হোয়াইট লেগ্ বা ফ্লেগ্মেশিয়া আল্বা ডলেন্স—প্রায়ই প্রসবের তের চৌদ্দ দিন কখনও বা নয় দশদিন থেকে ২০ দিনের ভিতরেই পোয়াতির জ্বর আর উরুতে ব্যথা হ'তে পারে। টিপলে ব্যথা পায়, আর আঙ্গুল ব'সে যায়। পায়ের গোছে টিপলে একটা শক্ত দড়ার মত টের পাওয়া যায়। জ্বর ব্যথা এক সপ্তাহে ক'মে যেতে পারে; কিন্তু ফুলো অনেক দিন থাকে। শীঘ্র উঠে বসলে কি বেড়ালে পোয়াতি হঠাৎ মারাও যেতে পারে।

চিকিৎসা—এই রকম দেখলে ডাক্তার ডেকে পাঠাবে, আর যাতে নাড়া চাড়া না পায়, সেই ভাবে রাখবে। পায়ে হাত বুলাতে কি কিছু মালিশ করতে দেবে না, কিন্তু তুলো দিয়ে আস্তে আস্তে বেঁধে পায়ের হুদিকে হুটি বালুভরা পাশ বালিশ দিয়ে রাখবে। সব সেরে গেলেও এক সপ্তাহ পর্য্যন্ত পোয়াতিকে উঠতে দেবে না।

৫। **থুনকো**—ছেলে ভাল রকম স্তন না টান্‌লে, কখনও কখনও স্তন স্থানে স্থানে ডেলা ডেলা হয় আর টাটায়। কোন চিকিৎসা না করলে পাক্‌তেও পারে। এই রকম হ'লে ডাক্তার ডাকবে। ছেলে সে স্তন না টান্‌লে হুধ গেলে দিবে, গরম জলের সেক দিবে, আর স্তন তুলো দিয়ে বেঁধে রাখবে, ঝুলিয়ে রাখবে না। হাতের তেলোয় তেল মাখিয়ে নীচে থেকে আস্তে আস্তে বোঁটার দিকে ড'লে দিলে উপকার হয়। এতে না সারলে ডাক্তার ডাকবে।

ইউটারাসের ইন্‌ভার্শন্—ইউটারাসের ভিতরটা উল্টে বেরিয়ে আসে। প্রসবের ঠিক পরেই এই রকম হ'য়ে থাকে, কদাচিৎ

একদিন পরেও হ'তে দেখা গিয়াছে। প্রোলাপ্স হ'য়ে ইউটারাস ভিতরে যে ভাবে থাকে সেই ভাবেই নেমে আসে ; কিন্তু ইনহ্বার্শনে ইউটারাসের ভিতর দিকটা উল্টে বেরিয়ে পড়ে। প্রসবের পর নাড়ী ধ'রে প্লেসেণ্টা আন্‌বার চেষ্টা কর্‌লে, কি ইউটারাসের ফণ্ডাস্‌ ঢিল অবস্থায় আঙ্গুল দিয়ে নীচের দিকে ঠেল্‌লে, কি তাড়াতাড়ি ছেলে বেরিয়ে আসবার পর ফণ্ডাস ঢিল অবস্থায় যদি পোয়াতি বেশি কোঁথ দেয়, এই রকম হ'য়ে থাকে। টিউমার কি অন্য কারণেও ইন্‌হ্বার্শন্‌ হয় কিন্তু খুব কদাচিৎ।

চিকিৎসা—প্রসবের পর হ'লে, আর দেরি না হ'লে, বাঁ হাত তলপেটে দিয়ে দেখবে ইউটারাসের ফণ্ডাস্‌ নাই, কিন্তু একটা গোল আংটীর মতন পাওয়া যায় ; সেইটা বাঁ হাত দিয়ে চাপবে, আর ডান হাতের তেলো দিয়ে উল্টান ফণ্ডাস্‌ উপরের দিকে আস্তে আস্তে

২৯ নং চিত্র—ইনহ্বার্শনের চিকিৎসা

ঠেলবে। এতে না হ'লে, হাতের তেলো দিয়ে যেমন ফণ্ডাস্‌ উপরে ঠেলবে, সঙ্গে সঙ্গে তেমনি বুড় আঙ্গুল আর তর্জ্জনী দিয়ে সাহ্বিক্স

ডাইলেট করবে, যেমন ঐ ২৯ নং ছবিতে দেখচ। কিন্তু এই সমস্ত করবার আগে প্রথমেই ডাক্তার ডেকে পাঠাবে। উঠাবার চেষ্টা ক'রবে না যদি রক্তস্রাব হ'য়ে রোগীর কোলাপ্স কিম্বা শক্ হ'য়ে থাকে। আগে রক্তস্রাব বন্ধ ত্রবং রোগীকে চাঙ্গা করা উচিত, কারণ উঠাবার সময় আরও শক লাগে। প্রথমতঃ প্লেসেণ্টা বের করে, আস্তে আস্তে ইউটারাস ভ্বেজাইনার ভিতর ঢুকিয়ে দিয়ে, এক হাতে তলপেট চেপে আর এক হাত ভিতরে দিয়ে ইউটারাস পিউবিসের হাড়ের দিকে এবং বাহিরের হাতের দিকে চেপে রাখলে রক্তস্রাব বন্ধ হয় এবং ইউটারাস শক্ত হয়। তার পর গরম জলের ডুশ দিলে এবং পিটুইট্রিন ইঞ্জেক্ট্ করলে ইউটারাস আরও শক্ত হয়। ততক্ষণ ডাক্তার এসে পড়বেন এবং অজ্ঞান করে ইউটারাস্ রিপ্লেস্ করবেন বা উপরে তুলে বসাবেন। খবরদার তুমি তাড়াতাড়ি ইউটারাস বসাবার চেষ্টা করবে না।

৭। **সব্-ইনহ্বলিউশন**—প্রসবের পর সময়মত ইউটারাস ছোট না হ'লে সব-ইনহ্বলিউশন বলে।

লক্ষণ—এই রকম হ'লে পোয়াতির হাঁটতে কষ্ট হয়, পাছায় ব্যথা হয়, বাহ্যে প্রস্রাবের কষ্ট হয়, কখনও কখনও জ্বর হয় আর ডিস্চার্জ বেশী দিন থাকে। পরীক্ষা করে দেখলে, অস খোলা আর ফুলো বোধ হয়, টিপলে ব্যথা লাগে, আর ইউটারাস বড় বোধ হয়।

কারণ—ভিতরে প্লেসেণ্টা কোরিয়ন বা ক্লট থাকলে; ঐ সব পচে গেলে; ছেলেকে স্তন টানতে না দিলে; যমক কি ছেলে খুব বড় হ'লে; কিম্বা হাইড্রেম্নিয়স্ হ'লে, সব-ইনহ্বলিউশন হয়। ইউটারাসের রিট্রোহ্বার্ষণ অবস্থায় পোয়াতি শীঘ্র শীঘ্র উঠে হেঁটে বেড়ালেও হয়।

চিকিৎসা—ডাক্তারের ব্যবস্থা মত কাজ ক'রবে, পোয়াতির চলাফেরা বারণ করবে। আয়োডিন লোশনে হেবজাইনেল্‌ ডুশ (এক পাইণ্ট গরম জলে চা খাবার চামচে এক চামচ টিংচার আয়োডিন) ও ট্যানিড এসিড গ্লিসারিন প্লগ দিলে উপকার হয়। ডাক্তারের পরামর্শে আর্গট দিনে তিনবার খেতে দিবে। প্রসবের পর প্রতিদিন টেম্‌পারেচার চার্টে লিখে রাখা উচিত ফণ্ডাস্‌ কোথায় পাওয়া যায়। কি উপায়ে এই রোগ নিবারণ হয়, ইতিপূর্ব্বে বলা হ'য়েছে।

৮। **অন্যান্য রোগ**—এই ৭টী রোগ ছাড়া (১) ৬ দিন থেকে ১০ দিনের ভিতর ধনুষ্টঙ্কার; পরে (২) ইউটারাস বেঁকে গিয়ে ডিস্‌চার্জ আট্‌কে যাওয়া, কিম্বা ডিস্‌চার্জ্জের বৃদ্ধি; (৩) উন্মাদের লক্ষণ এবং (৪) পা অবশ হওয়া প্রভৃতি রোগ হতে পারে। তা ছাড়া রোগে ভুগে ভুগে, পাছার হাড় যদি বেরিয়ে পড়ে, পাছায় ঘা হতে পারে, ইংরাজীতে যাকে বলে **বেডসোর**। হাড়ের জায়গা লাল হবা মাত্র ব্রাণ্ডি আর জল সমান সমান মিশিয়ে বা নিম-জলে ধুয়ে দেবে। শুকিয়ে গেলে তার উপর বোরো-ঝিঙ্ক পাউডার ছড়িয়ে দেবে। সেই জায়গা যাতে বিছানায় না লাগে এমনভাবে পাছা হাওয়া-গদির (এয়ার-কুশন) উপর রাখবে। এয়ার-কুশন না পাওয়া গেলে একটা তুলোর লম্বা বালিশের দুটো মুখ যুড়ে দেবে, মাঝখানে গোল ফাঁক থাকবে, সেই ফাঁকে ঘা থাকবে। ঘা হ'লে ডাক্তারের পরামর্শে ঘায়ের ঔষধ দেবে আর খুব পুষ্টিকর জিনিষ খেতে দেবে।

অষ্টম অধ্যায়

স্ত্রী রোগ

চপলা। হ্যাঁ কমলা দিদি, তোমার ভাইঝিকে ছ মাস ধ'রে কবিরাজ আর ডাক্তার দেখ্‌চে, তবু তার কিছু হ'চ্চে না কেন?

কমলা। কি জানি ভাই? কোথা থেকে এক খোট্টা দাই এনেছিল, সে এসে ব'ল্লে "নাই স'রে গেছে"; তার পর থেকে কবিরাজ আস্‌চে, ডাক্তার আস্‌চে, কিন্তু "নাই সরা" সারচে না।

বিমলা। ওদের নাই সরার মানে, নাড়ী বা ইউটারাস্‌ সরা। ইউটারাস্‌ যে কত দিকে স'রতে পারে, কত রকম বাঁকা হ'তে পারে, দেশী দাই বেচারী তার কি জান্‌বে? আর তার কথা শুনে কবিরাজ আর ডাক্তারই বা কি চিকিৎসা ক'রবে?

চপলা। ডাক্তারের সঙ্গে ঘুরে ঘুরে তোমার এ সব বিষয়ে বেশ জ্ঞান হ'য়েছে। আমাদের বেশ পরিষ্কার করে রোগের কথাগুলি বুঝিয়ে দাও না ভাই।

বিমলা। বেশ জ্ঞান আর কি? আমাদের যতটুকু জানবার, তা জেনে নিয়েছি বটে। অনেক জায়গায় মেয়ে ডাক্তার নাই, আর পুরুষ ডাক্তারদের দেখ্‌তেও দেয় না; কাজেই পরীক্ষা ক'রে আমাদেরই সব কথা বলতে হয়; তাই শুনে ডাক্তারেরা ঔষধ ব্যবস্থা করেন। মোটা-মোটি সাধারণ রোগগুলির নাম, লক্ষণ, ঔষধ লাগাবার নিয়ম, আর পরীক্ষার নিয়ম জেনে রাখলেই চলে।

১। **পরীক্ষার নিয়ম**:—একটী খোঁপ করা বাক্সে কি ব্যাগে ক'রে এই জিনিসগুলি নিয়ে যাবে:—(১) স্পেকিউলম, (২) স্পেকিউলম্ ফর্সেপ্স, (৩) সাউণ্ড, (৪) দুটী উল-হোল্ডার (৫) কেথিটার, (৬) থার্মমিটার, (৭) ষ্টেথেস্কোপ, (৮) বোরিক তুলো, (৯) লং ফর্সেপ্স (১০) এক শিশি বোরাসিক মলম, আসেপটিক তরল সাবান। যন্ত্রগুলি বাক্স কি ব্যাগের ভিতরেই রাখবে; বাহিরে ফেলে রাখলে ধূলো কিম্বা বিষাক্ত জিনিস লাগতে পারে। পরীক্ষার পরই সাবান জলে ধুয়ে লাইসোল লোশনে ডুবিয়ে পুঁছে রাখবে। কোরোসিভ্ লোশনে যন্ত্র ডুবিও না; তা হলে নষ্ট হয়ে যাবে। ব্যবহার করবার পরেও পূর্ব্বে জলে সিদ্ধ করে নিবে; তাড়াতাড়ির কাজ হ'লে নিরেট যন্ত্রগুলি স্পিরিট ঢেলে পুড়িয়ে নিবে।

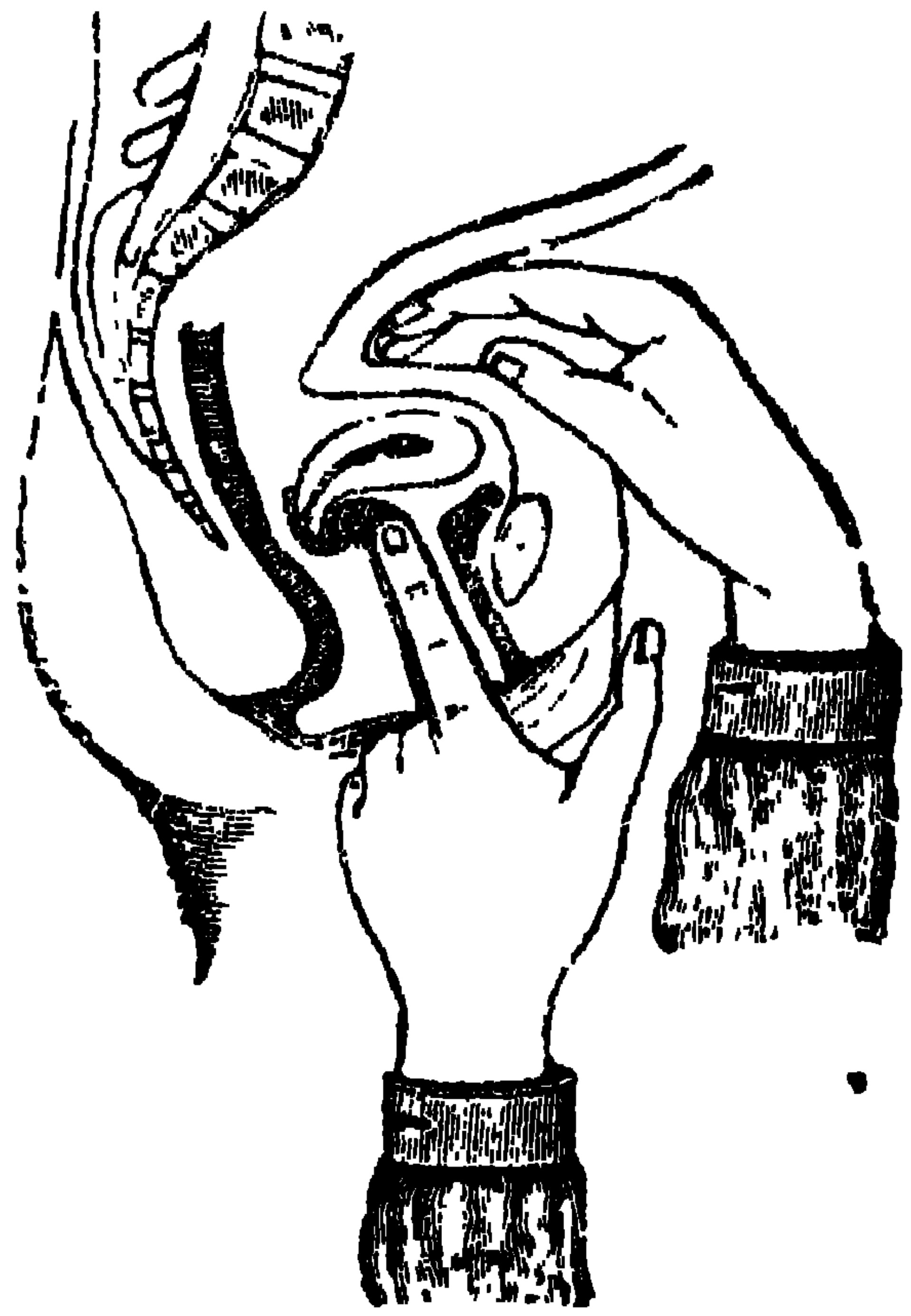
২। রোগীর কাছে গিয়ে তাড়াতাড়ি ক'রবে না, নাকে মুখে চোখে কথা কহিবে না; ঝন্‌ঝন ক'রে কতগুলি যন্ত্র বের করে দেখাবে না; তা হ'লে রোগীর ভয় ও অশ্রদ্ধা হবে। বেশ স্থির ভাবে কথা ব'লবে, আর আড়ালে যন্ত্রের বাক্সটী রেখে দিবে।

৩। রোগীকে একখানা তক্তপোষের উপর আলোর দিকে পা দিয়ে চিৎ ক'রে শোয়াবে, একজন স্ত্রীলোককে কাছে থাকতে ব'লবে, আর আস্তে আস্তে যন্ত্রের বাক্সটী তক্তপোষের নীচে এনে খুলে রাখবে। তক্তপোষ না থাকলে রোগীর পাছার নীচে একটা বালিশ দিবে।

৪। ঋতুর সময়, ঠিক আগে কি ঠিক পরেই নাড়ী পরীক্ষা ক'রবে না। যোনিদ্বার দিয়ে পরীক্ষাকে চলিত ভাষায় বলে নাড়ী পরীক্ষা, ডাক্তারেরা বলেন পি, ভি। এই পরীক্ষা হাতে ও যন্ত্রে হয়।

হাতে পরীক্ষা—নখ লম্বা থাকলে কেটে, তারপর হাত ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট ক'রে বোরাসিক ভেসেলীন বা সাইনোল্ সোপ্ মাখিয়ে

হেভজাইনায় খুব আস্তে আস্তে দিবে। তার আগে দেখে নিবে বাহিরে কোন রকম ফুলো, আব, ঘা, ডিসচার্জ্জ আছে কি না। আর আঙ্গুল দিয়ে দেখবে হেভজাইনা খুব গরম কি না; অস্ ফুলো কি স্বাভাবিক, নরম কি শক্ত, গোল কি ছুঁচলো, ছেঁড়া আবড়া খাবড়ো কি বেশ সমান; সার্হ্বিক্স নরম কি শক্ত; ইউটারাস্ আঙুল দিয়ে এদিক ওদিক নড়ান যায় কি না; ইউটারাস শক্ত কি নরম, বাকা কি সোজা; ইউটারাসের গায়ে কোন রকম আব আছে কি না। যে দিকের ওহ্বারি পরীক্ষা করা আবশ্যক তার বিপরীত পাশে রোগীকে শুইয়ে একহাত তলপেটে দিয়ে নীচের দিকে ঠেল্‌বে, অন্য হাতের আঙুল খুব ভিতরে এক পাশে ঠেলে দিলে ওহ্বারি পাবে; আর ফ্যালোপিয়ান্ টিউব আর

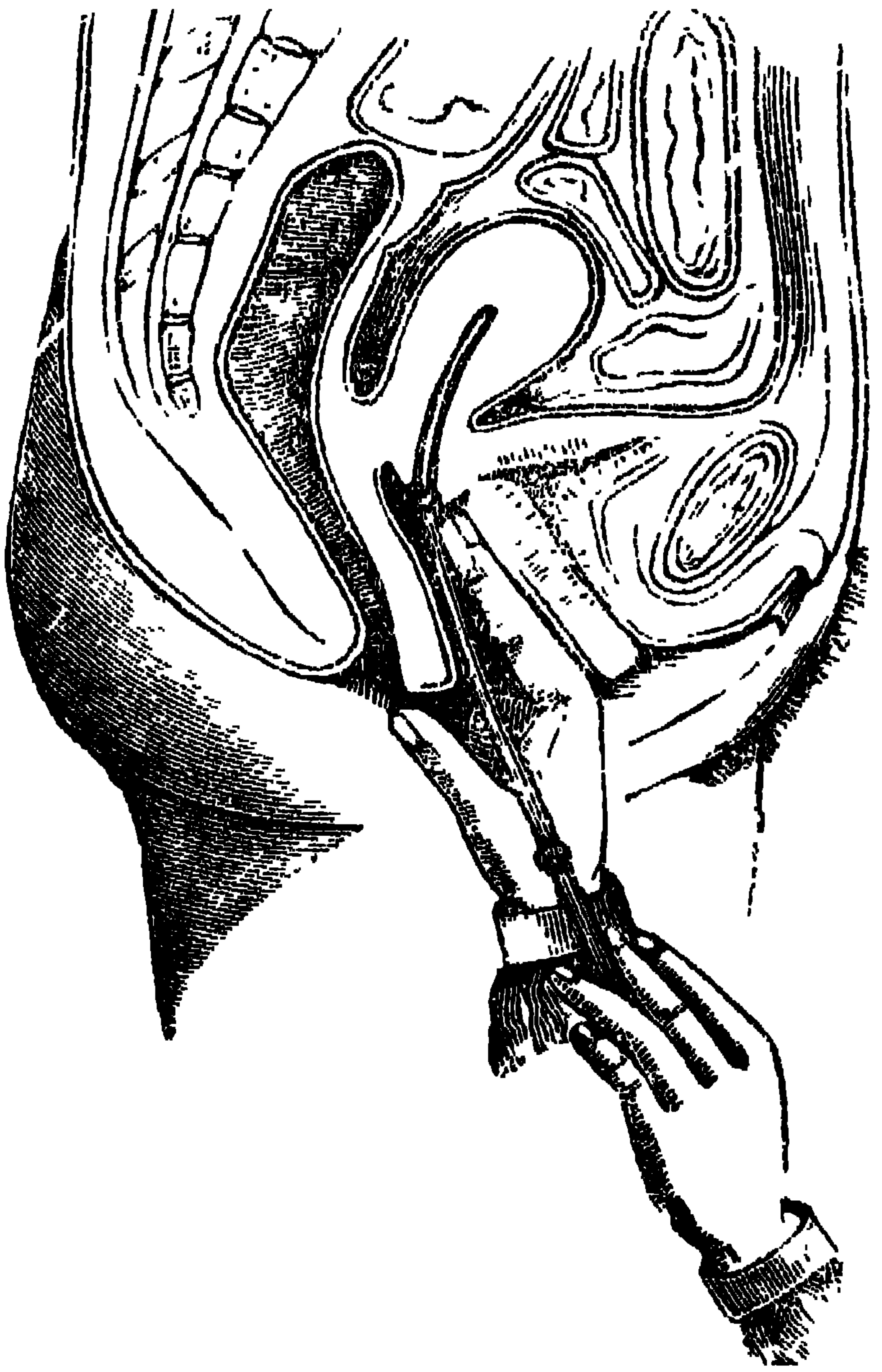


৩০ নং চিত্র—ভিতরে বাহিরে আঙ্গুলদিয়ে পরীক্ষা

ব্রড লিগেমেণ্ট ফুলেছে কি টিপলে লাগে, সে সব বেশ ক'রে দেখে নিবে। এক হাতের আঙুলে পিউবিসের উপরে, পেট চেপে, অন্য

হাতের তর্জ্জনী সার্ভিক্সের উপরে, এই ৩০ নং ছবির মতন দিয়ে, বেশ বুঝতে পার্‌বে, ইউটারাস্ কত বড়, তার আকার আর অবস্থা কি। রেক্টমে আঙ্গুল দিলে, সার্ভিক্স উঁচু হ'য়ে আঙ্গুলে ঠেকে ; রিট্রোফ্লেক্‌শন্ থাকলে সার্ভিক্স পাবে না, কিন্তু ফণ্ডাস্ আঙ্গুলে ঠেকবে।

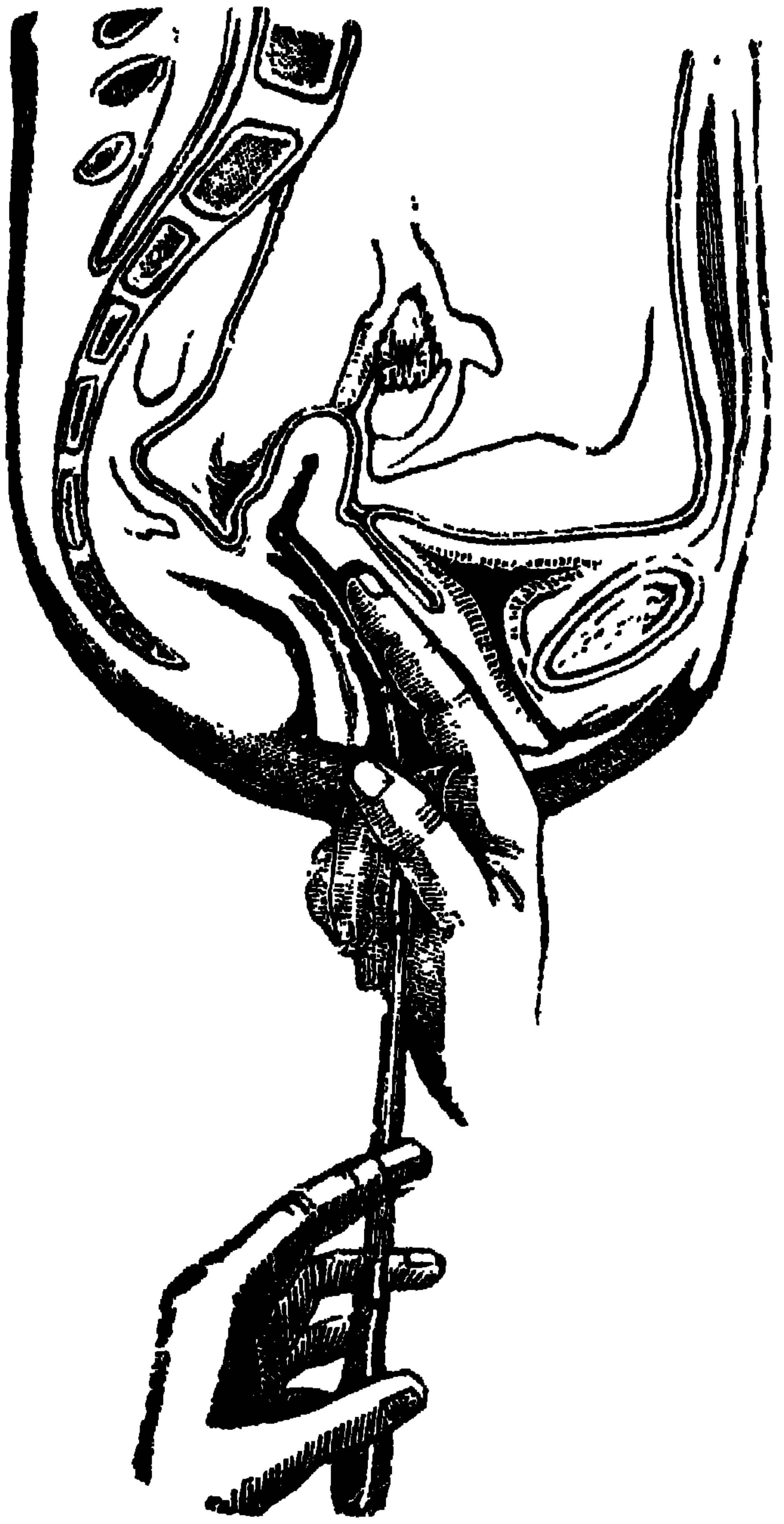
২। **সাউণ্ড দিয়ে পরীক্ষা**—গর্ভের কিছু মাত্র সন্দেহ থাকলে সাউণ্ড পাশ ক'রবে না। আগে হাত আর সাউণ্ড ডিসইন্‌ফেক্ট



৩১ নং চিত্র—সার্ভিক্সে সাউণ্ড দিবার প্রথম ক্রম

ক'রে নিবে। রোগীকে চিৎ ক'রে শুইয়ে পাছা তক্তপোষের কিনারায় এনে, বাঁ হাতে সাউণ্ড আলগা ভাবে ধ'র্‌বে আর ডান হাতের

তর্জ্জনী ভিতরে দিয়ে অসে রেখে সেই আঙ্গুলের নীচে দিয়ে, ৩১ নং ছবির মতন, সাউণ্ড অসে আস্তে আস্তে নরম হাতে ঢুকিয়ে দিবে। খানিকটা বেশ সহজে ঢুকে যাবে; তার পর সাউণ্ড ঘুরিয়ে নিয়ে



৩২ নং চিত্র—ঘুরিয়ে সাউণ্ড পাশ করা

সাউণ্ডের বাট পেরিনিয়মের দিকে (নীচের দিকে) একটু নামিয়ে ৩২ নং ছবির মতন, আস্তে আস্তে ভিতরে ঠেলবে। কিছু মাত্র জোর ক'র্‌বে না। সাউণ্ড যতদূর অবধি ইউটারাসের ভিতরে ঢুক্‌ল, ভিতরকার আঙুল সাউণ্ডের সেইখানটায় রেখে সাউণ্ড বাহিরে এনে

দেখবে; তা হ'লেই বুঝবে ইউটারাস কতখানি লম্বা আছে। এই ভাবে যারা অসে সাউণ্ড দিতে পারে না, তারা স্পেকিউলম দিয়ে অস্‌ দেখে সাউণ্ড পাস্‌ ক'রতে পারে। সাউণ্ড পাস্‌ ক'রবার পর হেবজাইনায় একটী গ্লিসারীণের প্লগ দিয়ে রাখবে। ইউটারাস্‌ বাঁকা হ'লে সাউণ্ড সহজে ভিতরে যাবে না, কিন্তু টিপে টিপে সাউণ্ড বেঁকিয়ে তবে ঢোকাতে পারা যাবে।

৩। স্পেকিউলম্‌ দিয়ে পরীক্ষা—ডিসচার্জ্জ থাকলে কোথা থেকে আসে, কোন রকম ঘা কি পলিপাস আছে কিনা, সব জানবার জন্য স্পেকিউলমের দরকার; সাইনোল্‌ মাখিয়ে স্পেকিউলম্‌ বেশ আস্তে আস্তে নরম হাতে ঢোকাবে। যতক্ষণ না অস্‌ দেখা যাবে ততক্ষণ ঘুরিয়ে ঘুরিয়ে ঠেলবে। অস্‌ দেখা দিলে, তুলি দিয়ে, ডিস্‌চার্জ্জ বেশ ক'রে মুছে নিয়ে দেখবে, কোথাও ঘা আছে কি না, কোন আব দেখা যাচ্ছে কি না, সার্হ্বিক্সের ভিতর থেকে ডিস্‌চার্জ্জ আসচে কি না কিম্বা সার্হ্বিক্সের মুখ ছেঁড়া আছে কি না। ডিস্‌চার্জ্জ তুলিতে ক'রে এনে পরীক্ষা ক'রবে।

ডিস চার্জ্জ পরীক্ষা—ডিস্‌চার্জ্জ শাদা হলদে কি লাল, পাতলা কি গাঢ়, এই সমস্ত ভাল ক'রে দেখলে, তার কারণ অনেকটা বুঝতে পারা যায়। মোটামোটি এই কয়েকটি কথা জেনে রাখলেই চলে :—

(১) **জলের মতন** ডিস্‌চার্জ্জ, ইউটারাস্‌ আর হেবজাইনা থেকে সুস্থ অবস্থায়ও আসতে পারে, আর গর্ভাবস্থায়ও আসে। কোন রকম আব হ'লেও ইউটারাস থেকে ডিসচার্জ্জ আস্‌তে পারে, আর প্রস্রাবের ফিসচুলা হ'লেও হেবজাইনা থেকে আস্‌তে পারে। রক্তমিশান কল্‌তানি ক্যান্সারের প্রথম অবস্থায় আসে।

(২) **কফের মতন** ডিস্‌চার্জ্জ, ইউটারাস, ফেলোপিয়ান টিউব

কি হ্বেজাইনা থেকেও আস্‌তে পারে। গর্ভ কি ঋতু বন্ধ হওয়ার দরুন প্রায়ই এই রকম হ'য়ে থাকে। (৩) **শাদা ডিমের লালের মতন কি চালতের আঠার মতন** এত গাঢ় যে অস্‌ আর সাহ্বিক্সে শক্ত হয়ে লেগে থাকে, কষ্টে ছাড়ান যায়। এই গাঢ় রকম হ'লেই বুঝতে হবে সাহ্বিক্সের ভিতর রোগ যাতে বন্ধ্যা দোষ হয় (৪) **পূঁযের মতন** ডিস্‌চার্জ্জ, ফেলোপিয়ান টিউব, ইউটারাস হ্বেজাইনা কি প্রসবের দ্বার থেকে আসতে পারে। পেটের ভিতরে ফোঁড়া হ'লে ইউটারাসে ছেঁদা হ'য়ে তার ভিতর দিয়ে, কি হ্বেজাইনা ফেটে পূঁয আসতে পারে। ইউটারাসের ভিতর পাক্‌লে, কি ফেলোপিয়ান্‌ টিউব পাক্‌লেও অস্‌ দিয়ে পূঁয আসে। স্পেকিউলম ভিতরে দিয়ে তুলো দিয়ে সব পুঁছে নিয়ে যদি দেখা যায় অস্‌ দিয়ে পূঁয আসচে তাহ'লে বুঝবে পূঁয ইউটারাস থেকে আস্‌চে। প্রস্রাবের নালী চুঁচে নিয়ে দেখবে প্রস্রাবের দ্বার দিয়ে পূঁয বেরোয় কিনা। বেরুলে জানবে ধাতের ব্যারাম।

(৫) **রক্ত** গর্ভাবস্থায়, প্রসবের পর, ঋতুর সময়, ইউটারাসের পলিপাস্‌ ক্যান্‌সার কি অন্য রকম রোগে, ইউটারাস বেঁকে গেলে, কি কোন রকম আঘাত লাগলেও, ইউটারাস্‌ থেকে আসতে পারে। বসন্ত ঘাম প্রভৃতি রোগে কি কোন আঘাত লাগলেও হ্বেজাইনা কি হ্বল্‌হ্বা থেকে রক্ত পড়তে পারে; ঘা কি আব হ'লেও আসতে পারে। রক্ত কখনও কাল কখনও বা টক্‌টকে লাল হয়। যক্ষ্মা, লিহ্বার, প্রস্রাবের ব্যারাম থাকলেও ইউটারাস থেকে রক্ত আসে।

এ সব ছাড়া কখনও কদাচিৎ হ্বেজাইনা থেকে পটপট শব্দ ক'রে বাতাস বেরোয়। ঢিলে (রিলাক্স্‌) হ্বেজাইনাতে বাতাস ঢুক্‌লে, কি ইউটারাস প্রোলাপ্স হ'লে, কি মলের নাড়ীর সঙ্গে কোন রকম যোগ হ'লে, এই রকম হ'তে পারে; ডাক্তারেরা বলেন পেরিউলিটাস হ্বেজাইনী।

নাড়ীতে ঔষধ লাগাবার নিয়ম—ডাক্তারের ব্যবস্থামত ঔষধ লাগাবে। ঋতুর সময়, ঋতুর ঠিক আগে কি ঠিক পরে, নাড়ীতে কোন ঔষধ দিবে না।

১। আয়োডাইজ্ড* ফিনোল কি অন্য ঔষধ সার্ভিক্সে লাগাতে হ'লে স্পেকিউলম্ পাস্ ক'রবে; তারপর একটি উল-হোল্ডার তুলো জড়িয়ে তাই দিয়ে সার্ভিক্সের ভিতর মুছে নিয়ে আস্বে। আর একটি উলহোল্ডারে তুলো জড়িয়ে ঔষধে ডুবিয়ে নিয়ে, অতিরিক্ত ঔষধ চেপে বের ক'রে নিবে: তারপর আস্তে আস্তে ঐ তুলি দিয়ে সার্ভিক্সের ভিতরে ঔষধ লাগাবে। সাবধান, অন্য কোথাও যেন তুলি না লাগে। ঔষধ লাগাবার পর ডাক্তারের ব্যবস্থা মতে ভেজাইনাতে একটি তুলোর প্লগ দিয়ে রাখবে। আবশ্যক হলে ঘায়েও এই সব ঔষধ এই রকম ক'রে লাগান যায়।

২। প্লগ ভিতরে দিবার সময়, কি ভিতর থেকে নিয়ে আস্বার সময় কোন রকম জোর ক'রবে না। আবার একটুখানি ভিতরে ঠেলে দিয়েও ছেড়ে দিবে না; বেশ ভিতরে ঠেলে দিবে, যেন বেরিয়ে না আসে। সূতো দিয়ে বেধে দিলে, সূতো ধ'রে টেনে নিয়ে আসা যায়।

রোগ—কতকগুলি রোগের নাম, লক্ষণ আর পরীক্ষার নিয়ম মোটামুটি জেনে রাখবে:—

১। **এমেনোরিয়া**—ঋতু বন্ধ থাকে। গর্ভের সন্দেহ আগে মিটিয়ে নিবে। তারপর দেখবে ইউটারাস কি ওভারি সম্বন্ধে কোন ব্যতিক্রম, রাস্তা বুজে যাওয়া কিম্বা রক্তহীনতা কি অন্য কোন রোগ আছে কি না। মনের উদ্বেগ বা ঠাণ্ডা লাগার দরুন হঠাৎ বন্ধ হ'লে

* জ পূর্ব্ব বঙ্গের ন্যায় উচ্চারণ

ঋতু কিছুদিন পরে আবার হয়। সচরাচর ৪৫ বৎসর বয়সে স্বাভাবিক নিয়মে ঋতু বন্ধ হয়, তাকে বলে মিনপজ*।

প্রথম ঋতু হবার পর কারো ২।৩ মাস বন্ধ থেকে ঋতু আবার হয়। আবার বন্ধ থাকে। তাদের ওভ্বারির ক্রিয়া ভাল হয় না। এইজন্য ওভ্বারির চাকৃতি কি কর্পাস্ লুটিয়ম ক্যাপস্থল দিনে ৩ বার, খাওয়ার এক ঘণ্টা আগে খাওয়ালে উপকার হয়। ক্যাপস্থল দেখতে কাঁচের মতন, পেটে গ'লে যায়। আস্ত খাওয়াতে ভয় করো না। রক্তহীন হ'লে সিরপ হীমবীন্, কি পাঁঠার লিভ্বার কি লিভ্বার একষ্ট্রাক্ট খেতে দিতে পার।

২। **অতি অল্প ঋতু**—ওভ্বারির ক্রিয়া মন্দ হওয়াতে কারো কারো খুব অল্প ঋতু হয়। অনেকে মোটা হ'য়ে পড়ে। ডাক্তার ডেকে দেখাবে। ঋতুর সময় তলপেটে গরম জলের সেক দেবে; কিম্বা এক গামলা গরম জলে কোমর পর্য্যন্ত ডুবিয়ে বসতে ব'লবে। ঋতুর সময় ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে "আর্গোপিওল ক্যাপস্থল" ৪ ঘণ্টা অন্তর খাওয়ান হয়। অন্য সময় (ঋতুর সময় ছাড়া) ওভ্বারি এবং পিটুইটারি এক্সট্রাক্ট চাকতি দিনে ৩ বার খাওয়ালে উপকার হয়। আর যাতে শরীরের অতিরিক্ত চরবী ক'মে যায়, ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে সেই ব্যবস্থা ক'রবে। ডাক্তার থাইরিন্ ইঞ্জেক্ট করে থাকেন।

৩। **ডিসমেনোরিয়া**—বাধক বা ঋতুর সময় বেদনা। ইউটারাসের রাস্তার কোন রকম দোষ, কোন আব কি অন্য রোগ আছে কি না পরীক্ষা ক'রে দেখবে। ওভ্বারি, ফেলোপিয়ান টিউব, ব্রড লিগেমেণ্ট, ইউটারাস কি অস্ টিপে দেখবে, ফুলো কি ব্যথা আছে কি না। যতক্ষণ ডাক্তার না আসেন ওলটকম্বল প্রভৃতি কবিরাজী মুষ্টিযোগ (প্রথম ভাগ, সপ্তম অধ্যায়) দিতে পার। ঋতুর ব্যথায় লাইকার

---

* জ পূর্ব্ব বঙ্গের ন্যায় উচ্চারণ

সিডান্স এক ড্রাম, এক আউন্স জলের সঙ্গে দিনে ৩ বার খেতে দেওয়া যায়। যে সমস্ত স্বাস্থ্যরক্ষার নিয়ম লঙ্ঘণ করলে ঋতু সংক্রান্ত রোগ হয় সে দিকে লক্ষ্য রাখা আবশ্যক। (১) আহার সম্বন্ধে অনিয়ম হ'লে শরীর দুর্ব্বল হয়, দুর্ব্বল হ'লে বাধকের কষ্ট হয়; (২) ঘুম—যৌবনের আরম্ভে অন্ততঃ ৮ ঘণ্টা ঘুমের দরকার। স্কুল পরীক্ষার কি সংসারের ভাবনায় ঘুম ক'মে গেলে বাধক হ'তে পারে। (৩) ব্যায়াম—কিছু সময় খোলা হাওয়ায় বেড়ান দরকার। রক্ত চলাচল ভাল না হ'লে বাত, বাধক প্রভৃতি রোগ হয়, তাই ব্যায়ামের প্রয়োজন। হাত পা ডলে দিলেও উপকার হয়। (৪) বিশ্রাম—ঋতুর সময় কি তার ২।৩ দিন আগে থেকে শুয়ে থাকলে বাধকের কষ্ট কম হয়। (৫) কোষ্ঠ পরিষ্কার রাখবার চেষ্টা ক'রবে (৬) শিক্ষা ছেলেবেলা থেকে এ রকম হওয়া দরকার যাতে অল্পেতেই কষ্ট অভিমান কি ভয় হয় না। (৭) চিকিৎসার অভাবে অনেক সময় বিপদ আসে। ওভ্বারির শক্ত রোগ হয়েছে, অথচ সামান্য বাধক মনে ক'রে অগ্রাহ্য করা হয়। এতে সময় সময় উন্মাদ হ'য়ে রোগিণী আত্মহত্যা করে। ভাল ডাক্তার ডেকে চিকিৎসা করান দরকার। বেশি বেদনার সময় ডাক্তারের ব্যবস্থা নিয়ে ভাল কোম্পানীর তৈয়ারী এস্‌পিরিন্ চাক্‌তি খেতে দেবে, কিন্তু দিনে দুবারের বেশি নয়। বেশি খেলে হার্ট খারাপ হয়। ব্রমাইডিয়া ৩০ ফোঁটা ঠাণ্ডা জলে মিশিয়ে খেলেও উপকার হয়। পড়াশোনার চাপে যদি বাধক হ'য়ে থাকে, মেয়েকে স্কুল ছাড়িয়ে নেওয়া উচিত।

৪। **মিনরেজিয়া** বা অতিরিক্ত ঋতু—স্বাভাবিক নিয়মে যেমন বন্ধ হয়, তা না হ'য়ে এতে স্রাব বেশি দিন থাকে আর বেশি বেশি হয়। প্রথম ঋতু আরম্ভে কখনও কখনও এই রকম হয়। ঋতু একেবারে বন্ধ হবার সময় হয়। ডাক্তারের ব্যবস্থা মত ক্যালসিয়ম্ লেক্‌টেট বা

ষ্টিপটোল চাক্‌তি কিম্বা মেমারী কম্পাউণ্ড চাক্‌তি খেলে উপকার হয়। মেয়ে যদি স্কুলে পড়ে, স্কুল ছাড়িয়ে নিতে হয়। যে সব দেখ্‌লে উত্তেজনা হয়, যেমন বায়স্কোপ, থিয়েটার, সে সব দেখা বারণ ক'রে দিতে হয়। মেয়ের যদি বিয়ে হ'য়ে থাকে, স্বামীর কাছে থেকে নিয়ে আসা উচিত। উত্তেজক আহার, মাংস ডিম ইত্যাদি বন্ধ করা আবশ্যক।

৫। **মিট্রুরজিয়া**—ঋতু ছাড়া অন্য সময়ে রক্তস্রাব। পরীক্ষা ক'রে দেখবে ইউটারাসে কোন পলিপাস, ক্যান্সার, ফাইব্রয়েড, এণ্ডোমিট্রাইটিস্‌, সার্ভিক্স্‌ ছেঁড়া, গরমির ঘা, কি অন্য কোন দোষ আছে কি না। ঋতু একেবারে বন্ধ হবার সময়ও এই রকম হয়। আর একটি বিষয় বিশেষ সাবধান; গর্ভস্রাব করিয়ে অতিরিক্ত ঋতু ব'লে দেখাতে নিয়ে যায়। গর্ভের খুব আরম্ভে গর্ভস্রাব হ'লে পরীক্ষা ক'রে ঠিক করা কঠিন। গর্ভের শেষে গর্ভপাত হ'লেও দু এক সপ্তাহের ভিতর পরীক্ষা ক'রলে কতকগুলি চিহ্ন পাওয়া যায়:—

প্রথম পোয়াতি হ'লে পেটে আর স্তনে যে সব গর্ভের চিহ্ন হ'য়ে থাকে সে সমস্ত দেখে অনেকটা টের পাওয়া যায়। পোয়াতির একরকম ফ্যাকাশে চেহারা প্রায়ই থাকে; পেট টিপলে ইউটারাস বড় আর শক্ত বোধ হয়, ভেজাইনা খুব ঢিল আর বড় হয়; প্রসবের পর দিন দুই একটা আঙ্গুল ইউটারাসে বেশ যায়, তারপরও এমন কি আট দশ দিন পর্য্যন্ত, অসের ভিতরে আঙ্গুল দিয়ে নাড়লে অস্‌ ন্যালন্যাল করে। ভিতরে আঙ্গুল দিয়ে যদি এক টুক্‌রো প্লেসেণ্টা নিয়ে আস্‌তে পার, তবে রোগীর আত্মীয়াকে দেখাবে, আর জিনিসটা কি তাকে তা না ব'লে একজন ডাক্তার ডাকিয়ে দেখাবে। এই রকম পরীক্ষার সময় যে অন্য একজন স্ত্রীলোক সর্ব্বদা কাছে রাখতে হয়, এ কথাটা ভুলো না।

বিশেষ গোলযোগ না থাকলে ডাক্তারখানার ষ্টিপটোল বা হাইড্রাষ্টিন

কম্পাউণ্ড চাক্‌তি খেতে দিলে বেশি রক্ত পড়া বন্ধ হয়। কবিরাজী মুষ্টিযোগও দিতে পার। কিন্তু রোগীর বয়স ৩০।৩৫ এর বেশি হ'লে ডাক্তারকে দিয়ে পরীক্ষা করিয়ে জানবে ক্যান্সার কি না। সময় মতে জানা গেলে চিকিৎসা হ'তে পারে, পরে চিকিৎসা চলে না। পলিপাস্ ফাইব্রয়েড প্রভৃতি অস্ত্র চিকিৎসায় ভাল হয়।

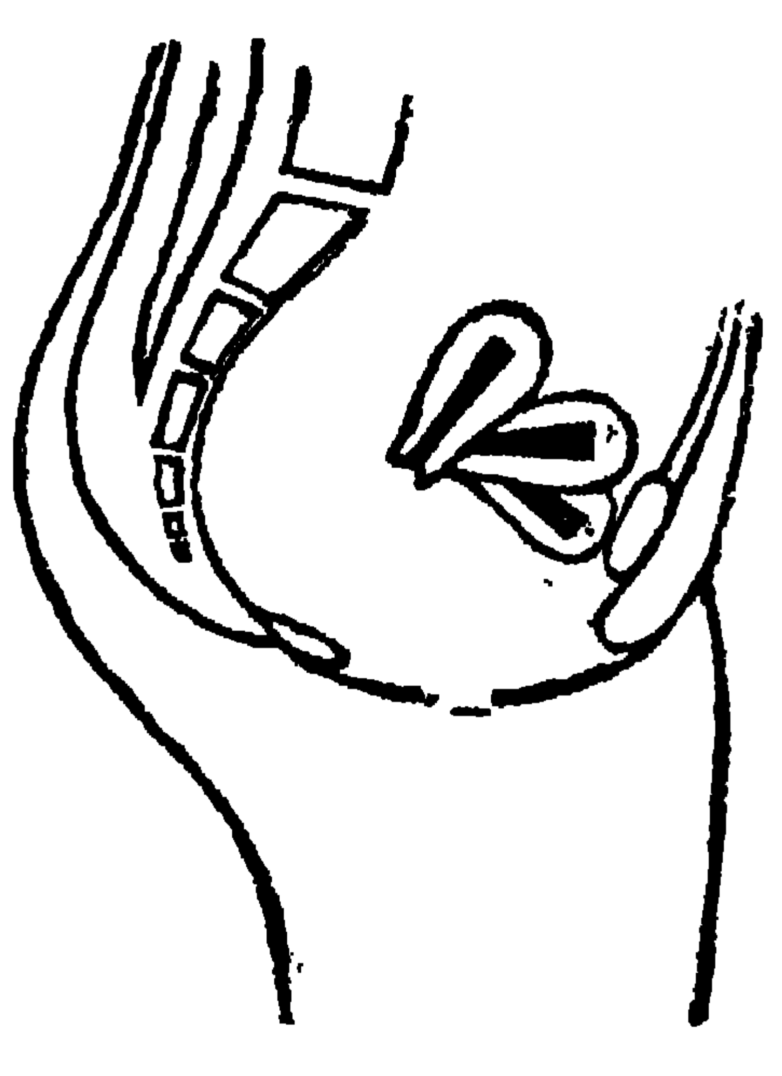
৬। **মিনপজ***—৪৫ থেকে ৫০ বছরের ভিতর প্রায়ই ঋতু বন্ধ হয়। এই সময় প্রায়ই কতকগুলি কষ্টকর লক্ষণ হয়: (১) মুখ চোখ লাল হওয়া; (২) মাথাধরা ও ঘোরা; (৩) চোখে ধুঁয়া দেখা (৪) নানারকম ভুল এমন কি মাথা খারাপ হবার পূর্ব্ব-লক্ষণ, (৫) বদহজম। ঋতু বেশী বেশী হয়, তারপর ক্রমশঃ বন্ধ হ'য়ে যায়। চিকিৎসা—ডাক্তার ডেকে করাবে। যেখানে ডাক্তার সহজে পাওয়া যায় না, এইসব কষ্ট নিবারণের জন্য ডাক্তারখানার হর্মটোন্ চাক্‌তি দিনে তিনবার খালি পেটে (খাওয়ার এক ঘণ্টা আগে) খাওয়াতে পারে।

৭। **লিউকোরিয়া**—ভিতরে থেকে শাদা শাদা ডিস্‌চার্জ আস্‌লেই লিউকোরিয়া ব'লে থাকে, কবিরাজেরা বলেন শ্বেত প্রদর। হলদে, সবুজ সবুজ সব রকম ডিস্‌চার্জকেই আজকাল লিউকোরিয়া বলে। যৌবন বা বিবাহের পর ধাতের ব্যারাম বা প্রসব সংক্রান্ত রোগ বা জখম বশতঃ যে এণ্ডোমেট্রাইটিস হয় সে বিষয় পরে বলা যাবে। যৌবনের পূর্ব্বে বা পরে হাম, বসন্ত, রক্তহীনতা বা কৃমির দরুন, ভেজাইনার ভিতর ময়লা বা পেসারীর দরুন, কি ভিতরে কিছু ঢুকিয়ে রাখার দরুন, অতিরিক্ত সহবাসের দরুন, ঋতু কি কোষ্ঠবদ্ধ হওয়ার দরুন, কি ঋতুর সময় ঠাণ্ডা লেগে যে লিউকোরিয়া হয়, তা সহজ চিকিৎসাতেই ভাল হ'তে পারে। ইউটারাস কি ভেজাইনার কোন

* জ পূর্ব্ববঙ্গের ন্যায় উচ্চারণ

বিশেষ রোগ না থাকলে, কস জল দিয়ে রোজ ভেজাইনা ধোয়াবে। মস্তুরী পেসারী ভিতরে দিলে সামান্য লিউকোরিয়া সেরে যায়। দুই সের জলে একতোলা নিমের ছাল, একতোলা হরিতকী, একতোলা ভেরেণ্ডার ছাল, একতোলা বকুলের ছাল, এককাঁচ্চা ফিটকিরি, সিদ্ধ ক'রে ধুইয়ে দেবে। জল গরম থাকা চাই। মস্তুরীর পেসারী ভিতরে দিয়ে একদিন রাখবে, তার পরদিন কস জলে ধুয়ে ফেলে আবার একটা ঐ পেসারী দিবে। কৃমি, রক্তহীনতা প্রভৃতির চিকিৎসা করাবে। কোন অথম বশতঃ যদি ছোট মেয়েদের হাইমেন বা ভেজাইনা ছিঁড়ে গিয়ে লিউকোরিয়া হয়, তৎক্ষণাৎ ডাক্তার ডেকে দেখাবে। রোগ বেশী হ'লে ডাইলেট ও কিউরেট ক'রতে হয়।

৮। **এণ্টিভার্শন**—ইউটারাসের ফণ্ডাস সামনের দিকে হেলে পড়ে আর অস পিছনের দিকে যায়। ভিতরে আঙ্গুল দিলেই দেখতে পাবে অস সামনে নাই, কিন্তু একেবারে সেক্রমের দিকে গিয়েছে আর ফণ্ডাস

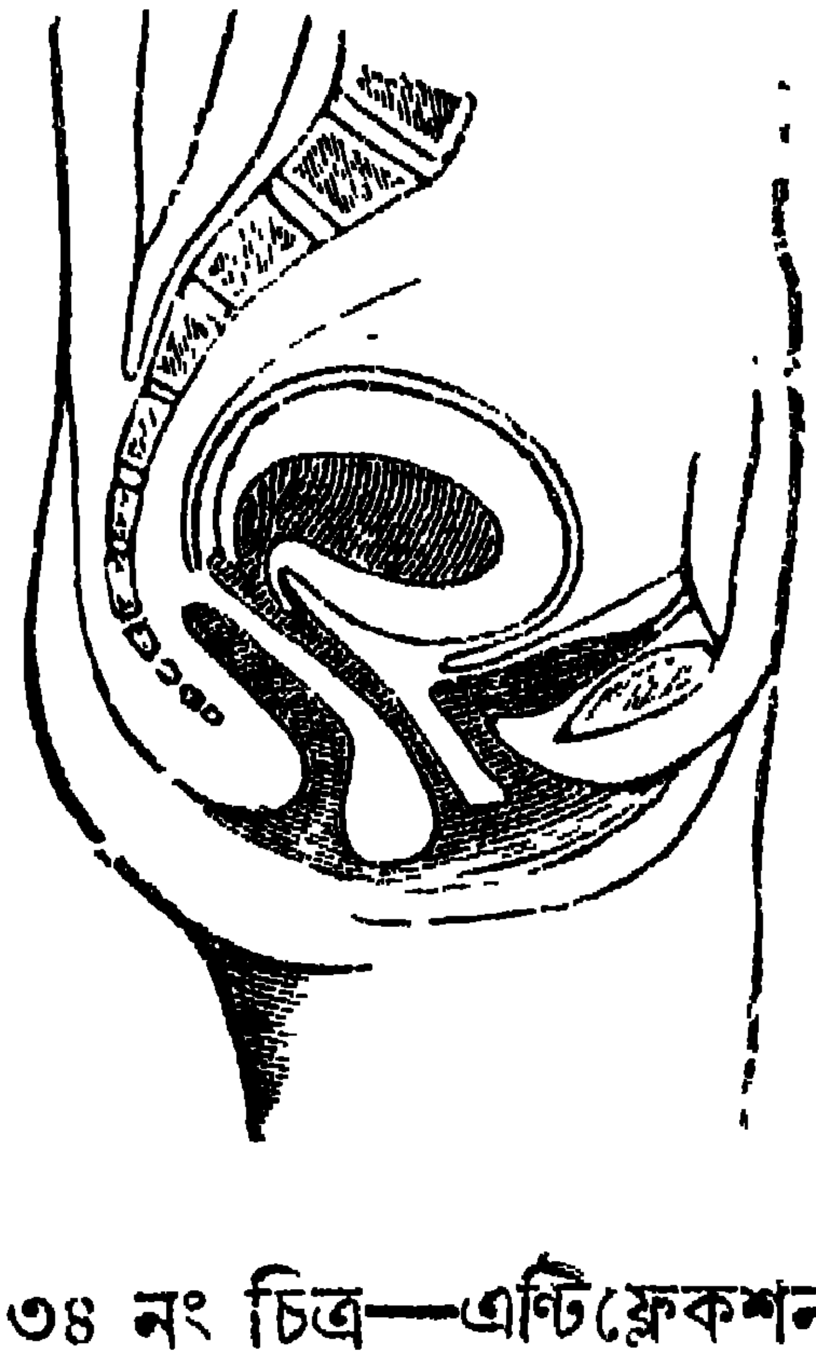


৩৬ নং চিত্র—এণ্টিভার্শন

সামনে নেমে এসেছে। সহজ এণ্টিভার্শন হ'লে হাত দিয়েই ঠিক করে দেওয়া যায়। এক হাতের আঙ্গুল দিয়ে অস সামনে টেনে আনবে;

অপর হাতের আঙ্গুল তলপেটে দিয়ে ইউটারাস উপরের দিকে আর পিছনের দিকে ঠেল্‌বে।

৮। **এণ্টিফ্লেক্‌শন।**—ইউটারাসের ফণ্ডাস্ সার্ভিক্সের উপর সাম্‌নের দিকে দুম্‌ড়ে পড়ে, ইউটারাসের কেভিটীর রাস্তা সোজা থাকে না; যেমন এই ৩৪নং ছবিতে দেখতে পাচ্চ সেই রকম হয়। এণ্টিফ্লেক্‌শন্ হবার আগে এণ্টিভার্শন্ হয়। জন্ম থেকে এই দোষ থাক্‌লে, ঋতুর আরম্ভ থেকেই প্রায় বাধকের যন্ত্রণা আরম্ভ হয়। কিন্তু বিয়ের আগে ঋতু হ'লে অনেক সময় বিয়ে না হওয়া পর্য্যন্ত যন্ত্রণা আরম্ভ হয় না, সুতরাং রোগও ধরা পড়ে না। পরীক্ষা করে দেখবে, ইউটারাস উপর থেকে নীচ পর্য্যন্ত সোজা নাই, কিন্তু অসের কিছু উপরেই একটা খাঁজ আছে, সেই খাঁজের উপরে ইউটারাসের ফণ্ডাস দুম্‌ড়ে প'ড়েছে।

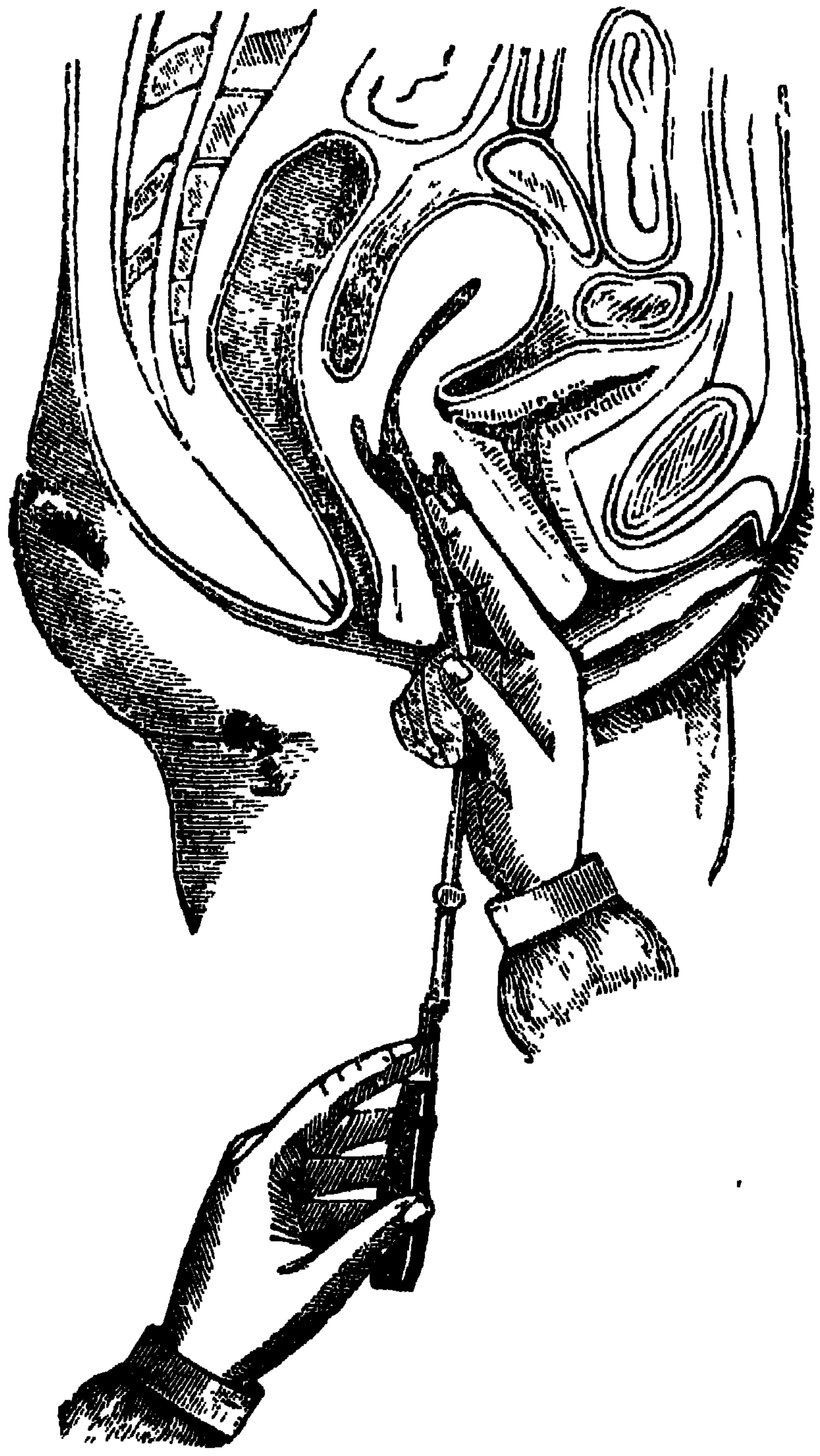


৩৪ নং চিত্র—এণ্টিফ্লেকশন

গোল জিনিষটা যদি টিউমার ব'লে সন্দেহ হয়, সাউণ্ড পাস ক'রে দেখ। কিন্তু এতে সাউণ্ড খাঁজ পর্য্যন্ত গিয়ে ঠেকে থাকে, যেমন ৩৫নং ছবিতে

দেখচ। তখন একটু খুলে নিয়ে সাউণ্ড আবশ্যক মত বেঁকিয়ে আবার ঢোকাতে পার।

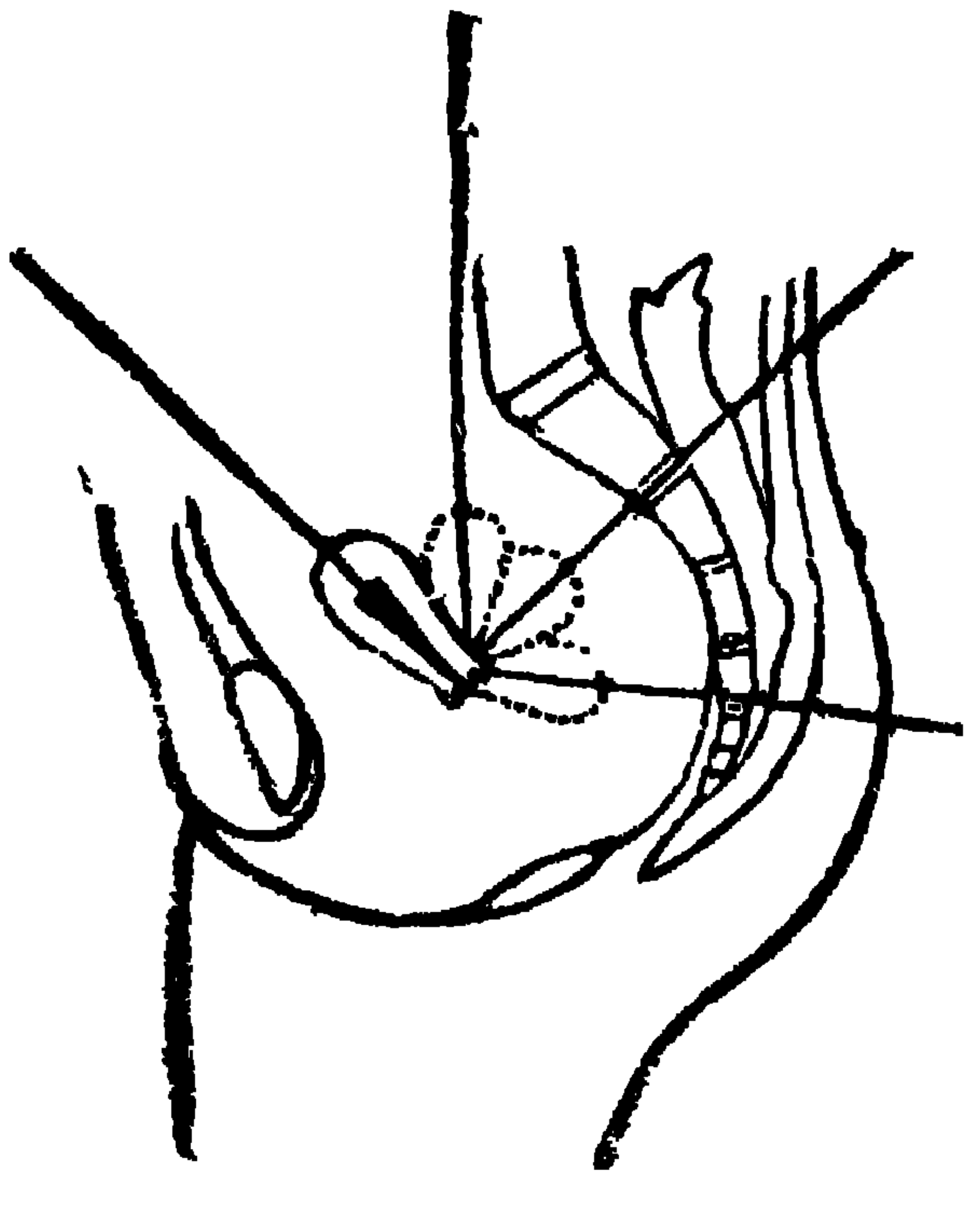
৯। **রিট্রোভার্শন**—ইউটারাসের ফণ্ডাস পিছনে রেক্টমের দিকে যায় আর অস সাম্‌নে আসে। যাদের প্রসবের সময় রাস্তা ছিঁড়ে যায়,



৩৪নং চিত্র—এন্টিফ্লেকশনে সাউণ্ড আটকে যাওয়া

যারা সর্ব্বদা দাঁড়িয়ে কাজ করে, খুব আঁটা পোষাক পরে, আর যারা প্রস্রাব পেলেও প্রস্রাব করে না, তাদের এই রোগ হ'তে পারে। তা

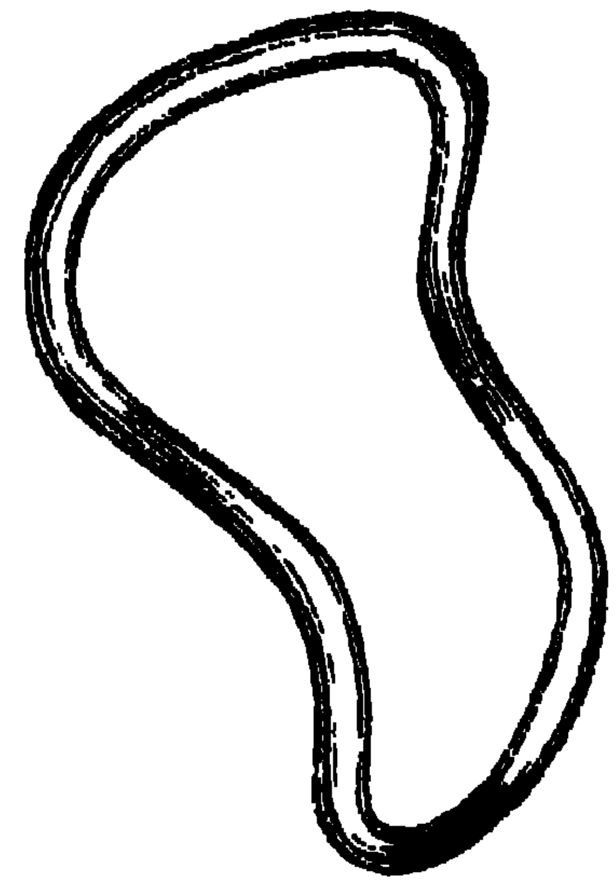
ছাড়া কোন রোগ হ'লে কি প'ড়ে গেলেও এই অবস্থা হ'তে পারে। হ্বেজাইনার ভিতরে আঙ্গুল দিলে অস সামনে পিউবিসের পিছনে আর ফণ্ডাস পেছনে রেক্টমের উপর পাওয়া যায়। রেক্টমে আঙ্গুল দিলে গোল বলের মতন ফণ্ডাস বোধ করা যায়। গর্ভের সন্দেহ না থাকলে সাউণ্ড দিয়েও দেখা যায়। চিকিৎসা—রিট্রোহ্বার্শন্ সহজ হ'লে, হাত দিয়েই সারান যায়। রোগীকে আগে বাহ্যে প্রস্রাব করিয়ে নিবে; তারপর হাঁটু আর কণুইয়ের উপর ভর ক'রে উপুড় হ'তে ব'ল্বে। এই



৩৬নং চিত্র—প্রথম স্বাভাবিক,
পরে ক্রমশঃ রিট্রোহ্বার্শন

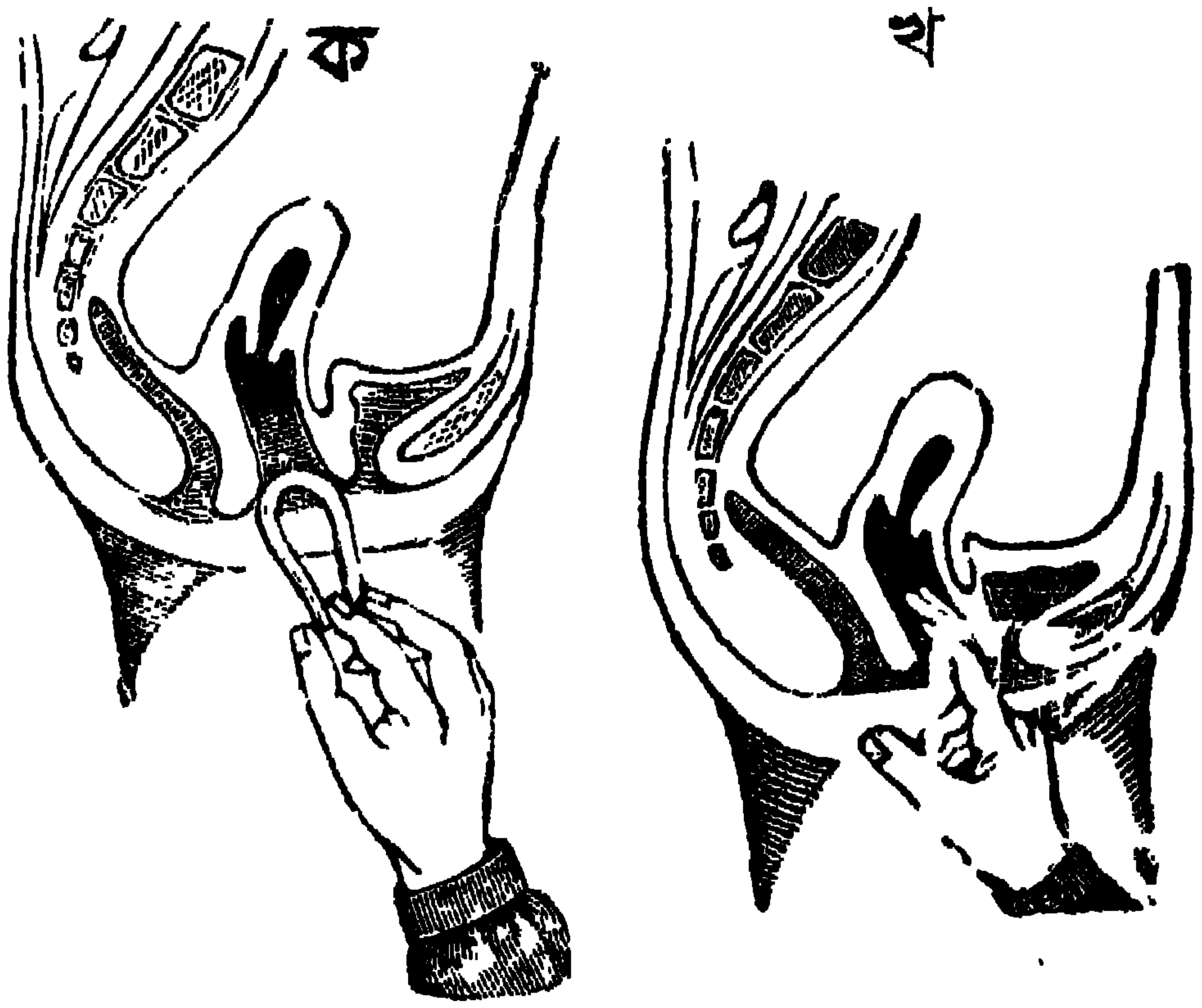
অবস্থায় রেখে, এক হাতের তর্জ্জনী আর মাঝের আঙ্গুল হ্বেজাইনায় দিয়ে ইউটারাসের ফণ্ডাস সাম্নের (পেটের) দিকে ঠেল্বে, আর অন্য হাতের তর্জ্জনী দিয়ে সাহ্বিক্স্ পিছনের (পাছার) দিকে ঠেলবে। এতে না হ'লে, রেক্টমে আঙ্গুল দিয়েও ফণ্ডাস্ সাম্নের দিকে ঠেলে দেওয়া যায়। তারপর একটা 'স্মিৎ্ হজ্ পেসারী (৩৭ নং চিত্র) পরিয়ে

রাখবে। রোগীকে চিৎ ক'রে হাঁটু উচু ক'রে শোয়াবে ; বাঁ হাতের



৩৭ নং চিত্র—স্মিৎ, হজ, পেসারী।

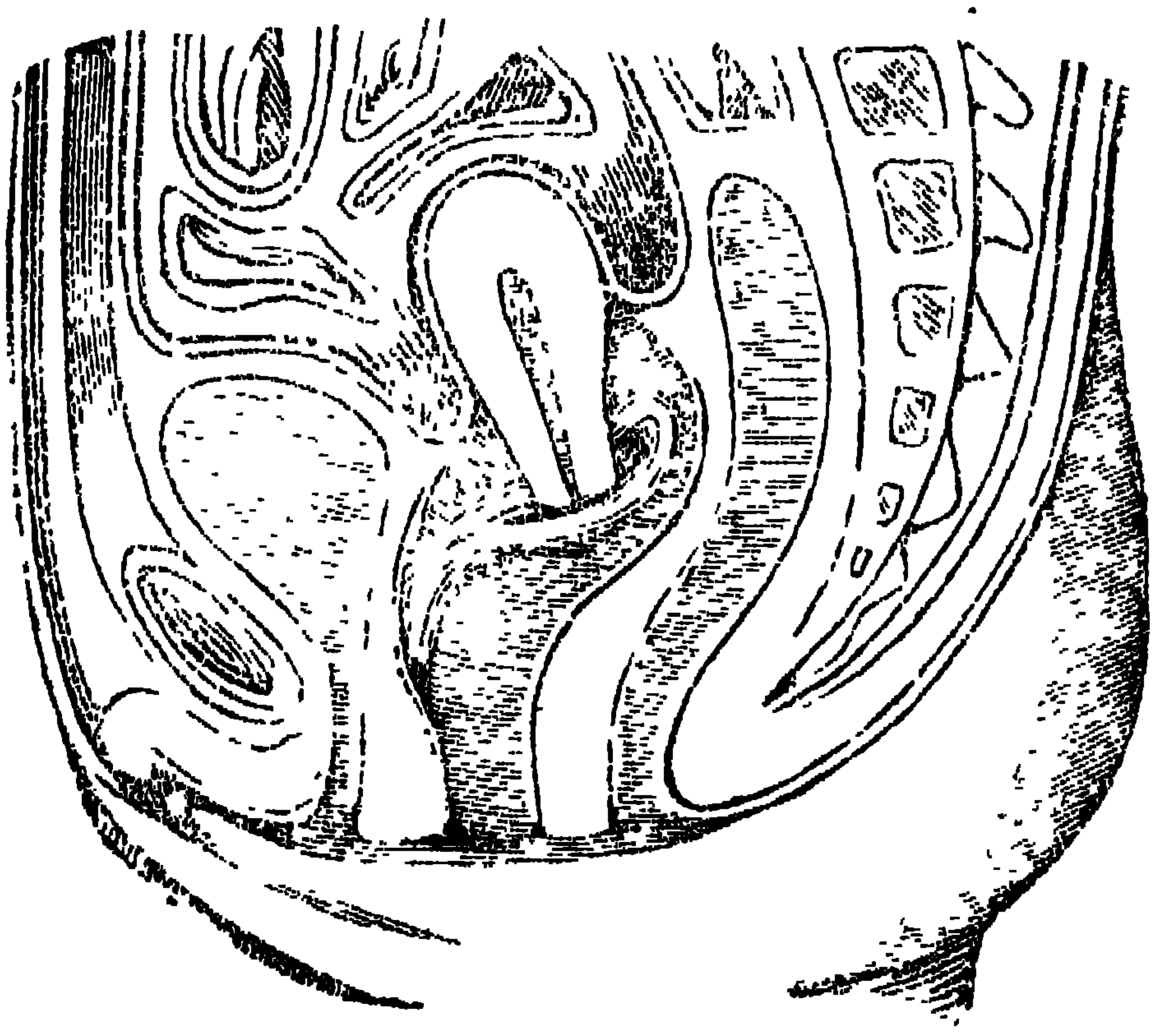
আঙ্গুল দিয়ে ভেজাইনার দুদিক (লেবিয়া) ফাঁক ক'রবে, পেরিনিয়ম নীচে চাপবে, আর ডান্ হাতে পেসারী ধ'রে ৩৮ নং ক ছবির মতন এক দিকে ঘেঁসে আস্তে আস্তে ঢোকাবে। সমস্ত পেসারী ভিতরে গেলে পর আঙ্গুল দিয়ে একটু ঘুরিয়ে নেবে ; তার পর তর্জ্জনী দিয়ে পেসারীর চাটাল দিক ৩৮ নং খ ছবির মতন, নীচের দিকে ঠেলে,



৩৮ নং চিত্র—ক পেসারী ভিতরে ঢোকাবার প্রণালী, খ পেসারী ঘুরিয়ে নিয়ে আরও ভিতরে ঠেলে দেওয়া।

পোস্‌টিরিয়র্‌ কুল্‌ ডি স্যাকে নিয়ে যাবে। তারপর আঙ্গুল দিয়ে দেখবে, ঠিক এই ৩৯ নং ছবির মতন পরান হয়েছে কিনা। রিট্রোহ্বার্শন ঠিক ক'রে দিবার পর রোগীকে আধঘণ্টা উপোড় হ'য়ে শুয়ে থাকৃতে বলবে।

পেসারী ঢোকাতে কি ভিতরে আঙ্গুল দিতে যদি ব্যাথা বোধ করে, একটা ইক্‌থিওল গ্লিসারীনের প্লগ* পোস্‌টিরিয়র্‌ কুল্‌ ডি স্যাকে দিয়ে ফণ্ডাস্‌ সামনের দিকে ঠেলে দেবে, আর একটা ঐ রকম প্লগ নীচে সার্হ্বিক্সের সাম্‌নে দিয়ে সার্হ্বিক্স পিছনের দিকে ঠেলে দিয়ে রাখবে। তার পর আর একটা প্লগ হ্বেজাইনায় দেবে। প্লগ সহজে যাতে



৩৯ নং চিত্র—পেসারী ঠিক পরান।

টেনে আনা যায়, সেই জন্য তুলোর গুলিতে একটা সুতো বেঁধে দেবে; ঐ সুতো ধ'রে টান্‌লে প্লগ খুলে আসবে। এই রকম সপ্তাহে তিন বার ক'রে দিয়ে তারপর পেসারী পরাবে। কোন রকম কষ্ট হ'লে নীচের দিক ধ'রে আস্তে আস্তে পেসারী টেনে বের ক'রে নেবে। পেরিনিয়ম

* ইক্‌থিওল আধ ড্রাম, গ্লিসারীন এক আউন্স

ছেঁড়া থাকলে পেসারী দিলেও থাকবে না, সুতরাং আগে ডাক্তারকে দিয়ে সেলাই করিয়ে নিবে।

১০। **রিট্রোফ্লেক্‌শন্**—ফণ্ডাস্ দুমড়ে পিছনে রেক্টমের দিকে যায়। পরীক্ষা ক'রলে অস্ ঠিক জায়গায় পাওয়া যায়, অসের উপরে পেছন দিকে একটা খাঁজ, তার উপরে পোস্‌টিরিয়র্ কুল ডি স্যাকে পিছনের দিকে ফণ্ডাস্ একটা বলের মতন।

গর্ভাবস্থায় রিট্রোহ্বার্শন্ হ'লে বিপদ হ'তে পারে। ফণ্ডাস্ প্রমণ্টরি ছাড়িয়ে উঠতে না পেরে নীচের দিকে নামে আর ক্রমশঃ পেলহ্বিস ভর্ত্তি করে। প্রথমতঃ প্রস্রাবের কষ্ট হয় তারপর প্রস্রাব আটকে যায়; তারপর প্রস্রাব ফোঁটা ফোঁটা হ'য়ে ঝর্‌তে থাকে। হয়ত তিন মাসের গর্ভ কিন্তু পেটের ফুলো নাইয়ের কাছাকাছি। এই ফুলো ইউটারাসের নয় কিন্তু ব্লাডারের। খুব কষ্টে যদি কেথিটার দেওয়া যায়, অনেক পরিমাণ প্রস্রাব হ'তে পারে। ডাক্তার এসে যদি ইউটারাস ঠেলে উপরে তুলতে না পারেন, হয়ত প্রসব করাবেন। এই ভয়ঙ্কর অবস্থার নাম **ইন্‌কার্সারেশন্**।

১১। **প্রোলাপ্স**—ইউটারাস্ কি হ্বেজাইনা নীচে নামে, কি একেবারে বেরিয়ে আসে। প্রোলাপ্সের তিনটী অবস্থা বা ষ্টেজ; ফাসট ষ্টেজে ইউটারাস ভিতরেই থাকে; সেকেণ্ড ষ্টেজে একটু বাহিরে দেখতে পাওয়া যায়; থার্ড ষ্টেজে একেবারে বাহিরে ঝুলে পড়ে। বার বার গর্ভ হ'য়ে কি অন্য কারণে হ্বেজাইনা প্রভৃতির মাংস ঢিলা হ'লে, প্রসবের সময় পেরিনিয়ম রপচার হ'লে, খুব আঁটা পোষাক প'রে থাকলে, বেশি কোঁথ দিয়ে বাহ্যে ক'রলে, বেশি কাসি হ'লে, রাঙ দিন দাঁড়িয়ে থেকে পরিশ্রম ক'রলে, কি ভারি জিনিস তুললে, আব হ'লে কি কোন রকম আঘাত পেলে, প্রোলাপ্স হতে পারে। রোগীকে দাঁড়

করিয়ে পরীক্ষা ক'রলেই প্রোলাপ্স সহজে টের পাওয়া যায়। প্রায়ই আগে রিট্রোহ্বার্শন হয়, তার পর হ্বেজাইনার প্রোলাপ্স, তার পর ব্লাডার কি রেক্টম শুদ্ধ ইউটারাসের প্রোলাপ্স। হ্বেজাইনার সামনের দিক (এণ্টিরিয়র ওয়াল) ব্লাডার শুদ্ধ ঝুলে পড়লে বলে **সিস্‌টোসীল্‌**। পেছনের দিক রেক্টমের সঙ্গে ঠেলে আসলে বলে **রেক্টোসীল**। **চিকিৎসা**—প্রথম অবস্থায় পোয়াতিকে শুইয়ে রাখবে, কস জল দিয়ে ভিতর ধোয়াবে, আর মস্তুরির পেসারি ভিতরে দিয়ে তুলোর প্লগ দিয়ে রাখবে। তলপেট তুলে রাখবার জন্য বেল্ট পরাতে পার। যাতে দাস্ত খোলাসা থাকে, কাসি না থাকে আর ঢিল হ্বেজাইনা আঁট হয়, ডাক্তার ডেকে তার ব্যবস্থা করাবে। ইউটারাস একেবারে বাহিরে বেরিয়ে এলে, গোড়াটা মুটো ক'রে আস্তে আস্তে ভিতরে ঠেলে দিবে, তারপর ক্রমশঃ সমস্তটা তুলে দিবে। বেশি রকম প্রোলাপ্স হ'লে ঘা হয়; ঘা থেকে রক্ত পড়ে। পেসারি পরবার আগে ঘা সারিয়ে নিতে হবে। ঘা কার্বলিক এসিড দিয়ে পুড়িয়ে নিয়ে রোজ টিংচার আয়োডিন লোশনে ধুয়ে দিতে হবে এবং ইক্‌থিওল গ্লিসারীণ প্লগ কিম্বা বেন্‌ঝোইন প্লগ * দিতে হবে। প্রোলাপ্সের প্রথম অবস্থায় রিং পেসারী দিয়ে তুলে রাখা যায়। প্রথম অবস্থায় সহজ অস্ত্র চিকিৎসায় সারে, কিন্তু পরে পেট কেটে চিকিৎসার প্রয়োজন হয়, এইজন্য প্রথমেই ডাক্তার দেখান উচিত।

১২। **মিট্রাইটিস ও এণ্ডো-মিট্রাইটিস্‌**—ইউটারাসের মাংসের ইন্‌ফ্লামেশন উপক্রম হ'লে বলে **মিট্রাইটিস্‌**, আর ভিতরকার পরদা (এণ্ডোমেট্রিয়ম্) ঐ রকম হ'লে বলে **এণ্ডো-মিট্রাইটিস**। কেবল সার্ভিক্সের ভিতরটা ঐ রকম হ'লে বলে, **সার্ভাইকেল**

* টিংচার বেনঝোইন কো চা খাবার চামচে এক চামচ, গ্লিসারীন আধ ছটাক

এণ্ডোমিট্রাইটিস্। অকস্মাৎ কোন আঘাত লাগলে, ঋতুর সময় ঠাণ্ডা লাগলে, ধাতুর ব্যারামের পূঁয, সূতিকা-বিষ, কি অন্য বিষ লাগলে এই রোগ হ'তে পারে। অসাবধানে ভিতরে সাউণ্ড পাস করবার দরুন কি ষ্টেম-পেসারী পরাবার দরুনও এই রোগ হ'য়ে থাকে। **লক্ষণ**—প্রথম অবস্থায় এতে খুব জ্বর, কম্প আর ব্যথা হয়। ভেজাইনা খুব গরম আর শুক্নো হয়। ইউটারাস থেকে প্রথম আঠা আঠা ডিসচার্জ তার পর পূঁয আসে; তাই লেগে হ্বল্হ্বা হেজে যায় আর চুলকানি হয়। ভিতরে আঙ্গুল দিলে ইউটারাস বড় বোধ হয় আর টিপলে ব্যথা লাগে। সার্ভিক্স আর অস খুব ফোলে। অস ডিসচার্জের দরুন বুজে যায়।

এণ্ডোমিট্রাইটিস পুরণো (ক্রনিক্) হ'লে জ্বর থাকে না, কিন্তু তলপেটে আর মাজায় ব্যথা হয়, হাটতে কষ্ট হয়, শাদা শাদা ডিসচার্জ হয়, বাধকও হয়। এর দরুন বন্ধ্যাদোষ পর্য্যন্ত হ'য়ে থাকে। আঙ্গুল দিয়ে পরীক্ষা ক'রলে টের পাওয়া যায়' অস্ ফুলেছে আর সমান নয় কিন্তু থরথরে আর দানা দানা। স্পেকিউলম্ দিলেও দেখা যায় অস ফুলো, তার চারিদিকে হেজে গিয়েছে আর দানা দানা হয়েছে (গ্রেনিউলার ডিজেনারেশন)। এই রকম হেজে যাওয়াকে 'ঘা' কি 'আলসার' বলে না, কিন্তু "ইরোশন" বা ক্ষয়ে যাওয়া বলে। অসের ভিতর থেকে ডিসচার্জ আসছে দেখতে পাওয়া যায়। **চিকিৎসা**—ডাক্তারের ব্যবস্থামত কাজ ক'রবে আর লোশন দিয়ে ভেজাইনায় ডুশ দিবে। তিনি ভিতর চাঁচবার (কিউরেট) কথা বল্লে তার ব্যবস্থা ক'রবে।

১৩। **ধাতু বা গণোরিয়া**—ধাতুগ্রস্থ ব্যক্তির বিষ না লাগলে এই রোগ হয় না। তবে সেই ব্যক্তির ব্যবহারের গামছা কি ন্যাকড়া যদি কোনক্রমে ভেজাইনায় লাগে, তা হ'লেও এই রোগ হ'তে পারে।

এই বিষ কেবল যে প্রস্রাবনালী আক্রমণ করেই ক্ষান্ত হয় তা নয়, কিন্তু হ্বেজাইনা, ইউটারাস, ফেলোপিয়ান টিউব, ওভ্বারি প্রভৃতিতে প্রবেশ ক'রে ভয়ানক যন্ত্রণা দেয়, এমন কি পেটের ভিতরে প্রবেশ ক'রে রোগিনীর প্রাণ সংশয় উপস্থিত করে। যাতনার নিবৃত্তি হ'লেও বিষ লুকিয়ে থাকে, অন্য লোকের দেহে সঞ্চারিত হয় এবং কিছুকাল পরে আবার রোগিনীর যাতনা ফিরে আসে। এই বিষ যে কেবল যাতনা দিয়ে নিবৃত্ত হয় তাহা নয়, কিন্তু স্ত্রীলোকটিকে জন্মের মতন বন্ধ্যা করে। বন্ধ্যাদোষের বার আনা কারণ ধাতুরোগের বিষ। ইহার দরুন অন্ততঃ ৮টী স্থানে পূঁয ও যাতনা হয়ঃ—

১। **প্রস্রাব-নালীতে**—প্রস্রাবে জ্বালা ও বেদনা প্রভৃতি নানা প্রকার যাতনা হয়। একে বলে ইউরিথ্রাইটিস্। খুব সাবধানে পরীক্ষা ক'রবে। যদি স্পেকিউলম্ ব্যবহার কর তবে যন্ত্রটি খুব ছোট হওয়া চাই। কোন রকমে যদি কোন জায়গা ছ'ড়ে যায় বিষ আরও ভিতরে প্রবেশ করে। যাতনা ও ফুলো খুব বেশী থাক্‌লে বরং গরম জলের সেঁক দিয়ে, যাতনার একটু নিবৃত্তি হ'লে পরীক্ষা ক'রবে। পরীক্ষা ক'রবার পূর্ব্বে একটু কোকেন লোশন (আধ আউন্স জলের ১০ গ্রেণ কোকেন) বোরিক উল দিয়ে প্রস্রাবদ্বারে ও হ্বেজাইনায় মিনিট দশেক লাগিয়ে রাখবে, তারপর পরীক্ষা ক'রবে। দেখবে প্রস্রাবদ্বার (মিয়েটাস্) ফুলেছে আর লাল হয়েছে, ভিতর থেকে পূঁয আসচে। **চিকিৎসা**—রোগিনীকে বিছানায় শুইয়ে রাখবে আর ডাক্তার যতক্ষণ না আসেন, হ্বেজাইনায় গরম জলে ডুশ দিবে, কিন্তু বিশেষ সাবধান রোগিনীর ডিস্‌চার্জ সম্বন্ধে; কোন সূত্রে যদি কাহারও চোকে লাগে চোক একেবারে নষ্ট হয়ে যেতে পারে। একজন গণোরিয়া রোগীকে প্রস্রাব করাবার সময় তার প্রস্রাব একজন প্রসিদ্ধ ডাক্তারের চোখে

পড়েছিল ; তাঁর চোকটি অস্ত্র ক'রে উপড়ে নিতে হ'য়েছিল। তাই বলি সাবধান! পরীক্ষা ক'রে সেই আঙ্গুল চোকে কি কাপড়ে লাগিও না। যে তুলো কি ন্যাকড়ায় ডিসচার্জ লাগে সে সব পুড়িয়ে ফেলবে। তুলোয় ক'রে একটু ডিসচার্জ পরীক্ষার জন্য ডাক্তারের নিকট পাঠাবে। রোগিনীকে সাবধান ক'রবে। তার কাপড় চোপড় জলে সিদ্ধ ক'রে নিয়ে শুকোতে ব'লবে। ভেজাইনা কণ্ডিস লোশনে বা বোরাসিক লোশনে দিনে অন্ততঃ দুবার ক'রে ধোবে। গর্ভাবস্থায় ৪ ঘণ্টা অন্তর ধোয়া উচিত, আর দিনে অন্ততঃ একবার কষ্টিক লোশন লাগান আবশ্যক। কিছু না পেলে গরম জলে দই গুলে তাই দিয়ে ধুয়ে দিলেও উপকার হয়। প্রস্রাবের নালী থেকে যদি পূঁয আসে, ডাক্তার প্রস্রাব নালীর সিরিঞ্জ দিয়ে প্রস্রাব নালীর ভিতর আগে কোকেন লোশন দিবেন, তারপর কষ্টিক লোশন (আধ ছটাক গোলাপ জলে ৫ গ্রেণ কষ্টিক) দিবেন। আর গণোরিয়ার ইঞ্জেকশন্ চামড়ায় ছুঁচ ফুটিয়ে দেবেন। সে সব প্রস্তুত করে রাখবে।

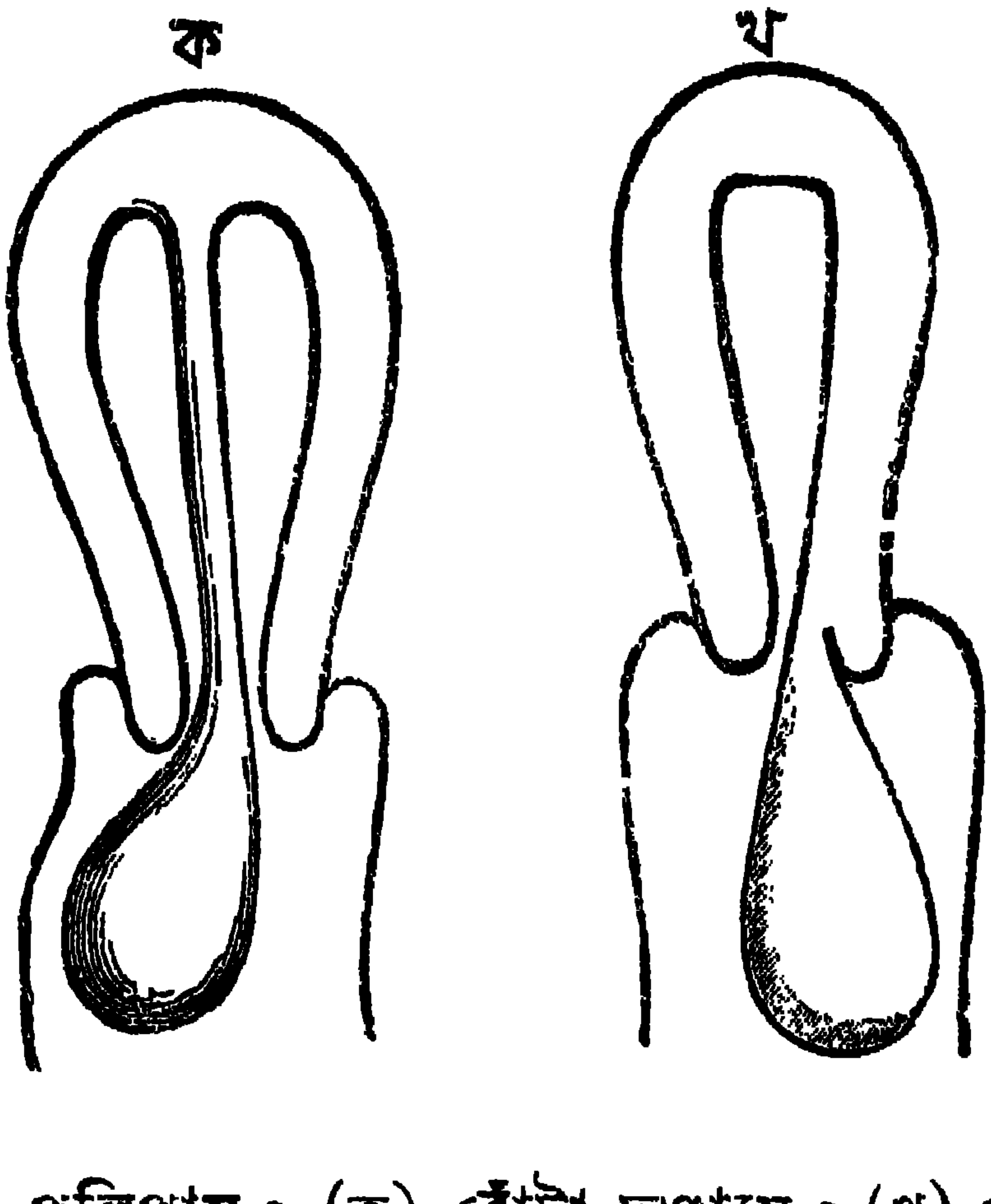
২। **ভেজাইনাতে**—হঠাৎ ভয়ানক যন্ত্রণা হয়, জ্বলজ্বা ও উরুতের বীচি ফোলে আর টাটায়, ডিসচার্জ খুব বেশী সবুজ, সবুজ হলদে হলদে আর দুর্গন্ধ হয়।

৩। **এই বিষের দরুন ইউটারাসে** এণ্ডোমিট্রাইটিস ৪। **ফেলোপিয়ান টিউবে** সেল্পিঞ্জাইটিস্ ও ফোঁড়া ৫। **ওভারিতে** ওভারাইটিস ও ফোঁড়া ৬। **ব্লাডারে** পূঁয বা সিস্টাইসিস্ ; ৭। নানাস্থানে ফোঁড়া ও গাঁটে গাঁটে বাত হয় এবং ৮। পেটের ভিতর পেরিটোনাইটিস হয়ে মৃত্যু পর্য্যন্ত হতে পারে।

১৪। **সার্ভিক্সের ইরোশন্**—গরমি কি ক্যানসার ছাড়া প্রকৃত ঘা হয় না। লাল হলেই তাকে ঘা বলে না, কিন্তু ইরোশন্ বলে। উপরের ডিসচার্জ মুছে নিলে রক্তস্রাব হয়, আর অসের চারিধারে হেজে

যাওয়ার মতন দেখা যায়; সেটুকু স্বাভাবিক রঙের চেয়েও লাল, আর দানা দানা। এণ্ডোমিট্রাইটিস্ থাকলে অসের ভিতর থেকেও ডিসচার্জ আসে। যখন ভাল হতে আরম্ভ হয়, দানা সব মিলিয়ে যায়; রং ততটা লাল আর থাকে না, রক্ত পড়ে না, আর ডিস্‌চার্জও কমে যায়। **চিকিৎসা**—ডাক্তার ডেকে পরিষ্কার করে সব বলবে।

ফলিকিউলার এণ্ড্োমেট্রাইটিস—সার্ভিক্সের ভিতর মাঝে মাঝে জল ভরা কি পূঁয ভরা দানা হয়; অসের ভিতরটা খানিকটে উল্টে বেরিয়ে আসে, তাতেই ঐ দানা দেখা যায়। কখনও কখনও



৪০নং পলিপাস্; (ক) বোঁটা ফণ্ডাসে; (খ) বোঁটা অসে

দানা ফেটে ঘা হয়। **চিকিৎসা**—ডাক্তারেরা এই দানাগুলি কিউরেট দিয়ে চেঁচে দেন। এইগুলির পূঁয বার করে দিয়ে নাইট্রিক এসিড বা কার্ব্বলিক এসিড দিয়ে পুড়িয়ে দেওয়া যায়। দানা বড় বড় হলে সিসট কি পলিপাস হ'লে ডাক্তারেরা অস্ত্র করে থাকেন।

১৫। **পলিপাস**—নাকে যে রকম পেঁয়াজের মতন নাসা হয়, ইউটারাসেরও সেই রকম নরম আব হয়। তার আকার কতকটা বেগুনের মতন। বোঁটা ইউটারাসের ভিতরে খুব উপরে থাকতে পারে (৪০ নং ক চিত্র), সার্ভিক্সের মুখেও থাকতে পারে (৪০ নং খ চিত্র)। পলিপাসে কোন ব্যথা থাকে না ; ঋতুর সময় বা অসময় বেশী রক্তস্রাব, লিউকোরিয়া আর ডিসমেনোরিয়া হয়ে থাকে। পলিপাসের পাশ দিয়ে সাউণ্ড পাস্ করা যায়। **চিকিৎসা**—ডাক্তারের দ্বারা অস্ত্র করাবে।

১৬। **ফাইব্রয়েড**—ইউটারাসে আর এক রকম শক্ত আব হয় ; তাকে বলে ফাইব্রয়েড। এতে রক্তস্রাব, লিউকোরিয়া প্রভৃতি হয়। **চিকিৎসা**—অস্ত্র। মেমারী কম্পাউণ্ড ট্যাবলেট খাওয়ালে, রেডিয়ম কি এক্স্ রে লাগালে রক্তস্রাব কমতে পারে। কিন্তু আব শীঘ্র কাটান আবশ্যক।

১৭। **ক্যান্সার**—ইহার দরুন ব্যথা, রক্তস্রাব, দুর্গন্ধ ডিস্চার্জ আর চেহারা খারাপ হয়। স্পেকিউলম দিয়ে একটা ফুলকপির মতন দেখতে পাওয়া যায়। প্রথম অবস্থায় আঙ্গুল দিলে সার্ভিক্স শক্ত ঠেকে, দুর্গন্ধ জলের মতন ডিস্চার্জ এবং স্বামী সহবাসে কিম্বা ছোঁবা মাত্র রক্তস্রাব হয়। পরে স্পেকিউলম্ দিলেই রক্তস্রাব হয় আর দেখা যায় সার্ভিক্সে ঘা হয়েছে। ক্রমশঃ দুর্গন্ধ কলতানি কলতানি ডিসচার্জ বাড়ে ; ইউটারাস শক্ত হয় নড়ান যায় না। এর ঘা আর গরমির কি অন্য দায় অনেক তফাৎ। গরমির ঘা হ'লে গরমির অন্য লক্ষণ সব থাকে। ক্যান্সার প্রায়ই ৩৫—৫০ বছর বয়সে হয়। **চিকিৎসা**—প্রথম অবস্থায় ডাক্তারেরা অস্ত্র ক'রে ভাল করেন। তাদের ব্যবস্থা মতে ঔষধ লাগাবে কি ভিতর ধোয়াবে। এই রোগে এত বেশী মারা যায় তার কারণ রোগ সময় মত ধরা পড়ে

না। ৪০। ৪৫ বৎসর বয়সে সময় সময় বেশী বেশী রক্তস্রাব হ'লে সচারাচর মনে করা হয় ঋতু একেবারে বন্ধ হ'য়ে আসবার আগে এরকম হয়েই থাকে ; কোন ব্যথা নাই রক্তে দুর্গন্ধ নাই। তবে আর ভয় কি ? কিন্তু রোগ বেড়ে যখন জরায়ুর মুখ ছাড়িয়ে আসে তখন ত ব্যথা হয়, ঘা যখন পচে তখন ত দুর্গন্ধ হয়। ফণ্ডাসে ক্যান্সার হ'লে ত ব্যথা হয়ই না, আর শেষ অবস্থায় দুর্গন্ধ হয়। যাহোক, ৩০। ৩৫ বৎসরের বেশী বয়সে অনিয়মিত জলস্রাব কি রক্তস্রাব হ'লেই ডাক্তার দ্বারা পরীক্ষা করান উচিত। রোগের আরম্ভে অস্ত্র হ'লে রোগী বাঁচে। দেরী হলে অস্ত্র করা অসম্ভব। **কারণ ও নিবারণ**—প্রসবের সময় সার্ভিক্স ছিড়ে গেলে, সেই ঘায়ে ঘন ঘন রক্তস্রাব কিম্বা অন্য রকম স্রাব লেগে অনেক সময় ক্যান্সার হয়। তাই রোগ হবার পূর্ব্বে ছেড়া সার্ভিক্স ডাক্তার ডেকে সেলাই করাবে, এবং রক্তস্রাব রেডিয়ম্ দিয়ে বন্ধ করবার ব্যবস্থা ক'রবে, বিশেষতঃ মিনপজের অনিয়মিত রক্তস্রাব। এণ্ডোমিট্রাইটিসের পূঁয লেগে লেগে ভিতর হেজে যায় ; এর তাড়সেও ক্যান্সার হ'তে পারে। সময় মত সাবধান হ'লে এই রোগ অনেক সময় নিবারণ করা যায়। রোগ হবামাত্র অস্ত্র করান কিম্বা রেডিয়ম চিকিৎসা করান উচিত। কলিকাতায় রেডিয়ম পাওয়া যায়।

১৮। **সিফিলিস বা গরমি**—গরমির ঘা প্রথমে এক জায়গায় একটা ফুস্কুড়ির মতন হয়। সেই ফুস্কুড়ি ফেটে গিয়ে ঘা হয়। প্রায়ই এক দিকের পূঁয লেগে ঠিক তার উল্টা দিকে ঐ রকম আর একটা ঘা হয়। তাই থেকে ভেজাইনার ভিতরে, আশে পাশে কি বাহিরেও লেবিয়া পেরিনিয়ম কি মলদ্বারে ঘা হয়। এই ঘা গোল হয়, আর তার চারিদিকে লাল উঁচু এরিওলা থাকে। ঘা বাহিরে হ'লে তার উপর মাওরি পড়ে। সার্ভিক্সে এই ঘা হ'লে, তার মাঝে মাঝে

হলদে হলদে আর লাল লাল ফুট ফুট হয়, আর তার চারিদিকে উঁচু হ'লে হয় এরিওলা। চিকিৎসা না হ'লে ঘা গর্ত্ত হয়ে ডোবর হ'য়ে যায়। গরমির কেবল ঘা হয় না, কখনও কখনও আঁচিলের মতন অনেকগুলি এক জায়গায় হয়। গরমি সন্দেহ হ'লে কুঁচকি পরীক্ষা ক'রে দেখবে গ্লাণ্ড ফুলেছে আর শক্ত হ'য়েছে; তা ছাড়া গায়েও নানারকম বেরোয়, বার বার গর্ভস্রাব হয়, আর অনেক রকম লক্ষণ দেখা যায়। স্বামীর গরমি আছে কি না কৌশলে জেনে নেবে। যা হোক, গরমির ঘা হয়েছে এ কথা খুব সাবধান হ'য়ে ব'লবে; কারণ স্বামীর গরমি না হ'য়ে থাক্‌লে মহা বিভ্রাট বেধে যাবে। **চিকিৎসা**—ডাক্তারের ব্যবস্থামত ঔষধ লাগাবে আর ধোয়াবে, আর মনে রাখবে রোগটি সংক্রামক।

১৫। **এট্রিশিয়া**—রাস্তা বুজে গেলে এট্রিশিয়া বলে। জন্ম থেকে এই রকম হ'তে পারে; আর প্রসবের পর ছিঁড়ে গিয়ে ঘা হ'য়ে, কস্‌টিক্ কি এসিড্ লাগাবার দরুন ঘা হ'য়ে, গরমির ঘা হ'য়ে, পোড়া কি অন্য রকম ঘা হ'য়ে, সেই ঘা শুকিয়ে রাস্তা যুড়ে যায়। দুদিকের লেবিয়া যুড়ে গিয়ে পেরিনিয়মের সঙ্গে এক ন্যাপ্‌তা হ'য়ে যায়। গরমির ঘা শুকিয়ে গিয়ে একটি মেয়ের এই রকম হ'য়েছিল; কেবল একটি ঘোড়ার বালঞ্চ যায় এমন ধারা একটি সরু ছিদ্র দিয়ে চুইয়ে চুইয়ে প্রস্রাব আস্‌ত। একে ব'লে ভ্বলহ্বার এট্রিশিয়া। ঘা শুকিয়ে **হ্বেজাইনার এট্রিশিয়া** কখনও কখনও এমন হয় যে আঙ্গুল একটুখানি ভিতরে দিলেই একটা পরদার মত ঠেকে; দুদিকে আঙ্গুল দিয়ে ফাঁক ক'রে, কি স্পেকিউলম্ দিয়ে দেখা যায়, মাঝখানে একটা সরু ছেঁদা (অসের মতন), তার ভিতর সাউণ্ড পাস হয় না, রেক্টমে আঙ্গুল দিলে ইউটারাস শক্ত ডেলার মতন ঠেকে। যদি রক্ত জ'মে থাকে, ইউটারাস একটা তলতলে আবের মতন বোধ হয়। জন্ম

থেকে, পরদার দরুন, ভেজাইনার এট্রিশিয়া থাকতে পারে। তার ভিতরে যদি ঋতুর রক্ত জ'মে থাকে, আঙ্গুল দিলে তলতল্ করে অথচ জলভরা মেম্ব্রেণের ব্যাগের মতন শক্ত বোধ হয়। ফাঁক ক'রে দেখলে মেম্ব্রেণের ব্যাগের মতন রং একটু নীল আভা দেখায়। **ইউটারাসে এট্রিশিয়া** হ'লে অস্ বুজে যায়; সাউণ্ড পাস্ হয় না, এমন কি খুব ছোট শলাও যায় না। পেট বড় হয়, এমন কি বাড়ীর মেয়েরা পোয়াতি বলে মনে করে। এইসব কারণে ঋতু বন্ধ হ'লে, সময় সময় পেটে ব্যথা হয় আর প্রস্রাবের কষ্ট হয়। কষ্ট কখনও কখনও খুব বেশী হয়, কম্প দিয়ে জ্বর হয়, হাত পা ঠাণ্ডা হয় আর অবস্থা ক্রমশঃ খারাপ হয়। **চিকিৎসা**—অস্ বুজে গেলে, ডাক্তারেরা অস্ত্র ক'রে, ডাইলেটার দিয়ে ডাইলেট্ করেন। তাঁরা অস্ত্র ক'রে, প্লগ করবার কি ধোয়াবার যে ব্যবস্থা ক'রবেন, সেই রকম ক'রবে।

২০। **ষ্টিনোসিস্**—রাস্তা ছোট হ'য়ে গে'লে ষ্টিনোসিস বলে। সাধারণ সাউণ্ড পাস্ হয় না, কিন্তু খুব ছোট সাউণ্ড কষ্টে যায়, আর নিয়ে আসবার সময়ও কামড়ে ধরে থাকে। **চিকিৎসা**—ডাক্তারেরা অস্ত্র করেন। ষ্টেম্ পেসারি পরান হ'লে ঋতু হবার আগে খুলে নিবে; কষ্ট হ'লে তখনি খুলে নিবে।

২১। **ওভারাইটিস্**—ওভারি ফুলে ব্যথা হ'লে ওভারাইটিস বলে। ডাক্তার এসে হয়ত ওভারির উপর ব্লিস্টার দিতে তোমাকে ব'লবেন; তাই পেটের চামড়ায় ওভারির জায়গাটা বেশ ক'রে জেনে রাখবে।

২২। **স্যাল্পিঞ্জাইটিস**—ফেলোপিয়ান টিউব ফুলে ব্যথা হ'লে স্যাল্পিঞ্জাইটিস্ বলে। কারণ—প্রায়ই ধাতের ব্যারাম বা প্রসবের পর সেপ্‌সিস। ওভারি ও টিউব প্রায়ই একসঙ্গে ব্যথা হয়। একে বলে স্যালপিঞ্জো-উফরাইটিস্। বেশী ব্যথা হ'লে কি ফুলো হ'লে ডুশ

প্লগ দিতে হয়। কিন্তু পাকতে পারে, বিশেষতঃ ধাতের ব্যারামের দরুন। এইজন্য তাড়াতাড়ি ডাক্তার ডেকে চিকিৎসা করাতে বল্‌বে।

২৬। **ওহ্বারিয়ান টিউমার বা আব**—যতক্ষণ না পেট যুড়েছে, ততক্ষণ পর্য্যন্ত ওহ্বারির আব বড় ধরা পড়ে না। প্রথম তলপেটের ভিতর কুচকির কাছে হয়, তারপর ক্রমশঃ নাভির দিকে আসে; এই রকমে সমস্ত পেট বড় হয়। এই টিউমার হাত দিয়ে নাড়লে সঙ্গে সঙ্গে ইউটারাস নড়ে না। ওহ্বারি আবের ভিতর প্রায়ই আঠা আঠা রস থাকে; এই আবকে বলে ওহ্বারিয়ান্ সিষ্ট। এই সিষ্ট্ বড় হ'লে জল-উদরী ব'লে ভ্রম হ'তে পারে। কিন্তু জল-উদরী রোগীকে শোয়ালে মাজখানটায় টোকা দিলে ফাঁপা আওয়াজ হয়; আর দু পাশে ভারি আওয়াজ হয়; ওহ্বারিয়ান সিষ্ট হ'লে সব জায়গাই ভারি আওয়াজ। উদরী রোগীর পেটের একপাশে হাত দিয়ে অন্য পাশে আঙ্গুল দিয়ে হঠাৎ টোকা দিলে জলের ঢেউর মতন অন্য হাতে গিয়ে ঠেকে। ওহ্বারিয়ান সিষ্টের কেবল যতটুকু সিষ্ট ততটুকু জায়গা ঐ রকম টের পাওয়া যায়। **চিকিৎসা**—ডাক্তারেরা অস্ত্র ক'রে ভাল করেন। গর্ভাবস্থায়ও অস্ত্র চলে।

২৪। **ইউরিথ্রেল কেরঙ্কল**—ইউরিথ্রার মুখে একটী লাল ছোট আব; দেখতে যেন লাল তুঁত ফল। প্রস্রাবের যন্ত্রনা এত বেশি হয় যে রোগিনী ভয়ে প্রস্রাব করে না। **চিকিৎসা**—অস্ত্র।

অস্ত্র চিকিৎসায় ধাত্রীর কর্ত্তব্য

অস্ত্রের পূর্ব্বে

ঘর—অস্ত্রের পূর্ব্বদিনে ঘরের দেয়াল, মেজে, টেবিল, চেয়ার প্রভৃতি ডিসইনফেক্‌টেণ্ট লোশনে ধুয়ে রাখবে। অনাবশ্যকীয়

জিনিষ সরিয়ে দিবে। অস্ত্রের ঘরে আলো বাতাস খেলবে। অন্ততঃ পায়ের দিকে খুব ভাল বড় জানালা থাকা দরকার। ঘরে এই কতকগুলি জিনিষ রাখা আবশ্যক—একখানা ৬ ফুট লম্বা, ২ ফুট চওড়া ৩ ফুট উঁচু টেবিল। ছোট ছোট অপারেশন তক্তপোষেও হ'তে পারে, কিন্তু ইট দিয়ে তক্তপোষ উঁচু করা চাই এবং যিনি অস্ত্র করবেন তাঁর বসবার জন্য একখানা নীচু টুল বা জলচৌকি চাই। যিনি ক্লোরফর্ম্ম দিবেন তাঁর জন্য একখানা চেয়ার বা টুল চাই। তা ছাড়া ছোট ৩।৪ খানা টেবিল রাখবে। করোসিভ্ লোশনে ডুবান একটি নেল্ ব্রুস্, কার্ব্বলিক বা সাইনোল্ সাবান, একপাত্র করোসিভ্ লোশন, অস্ত্রের টেবিলে পাতবার একখানা পরিষ্কার চাদর, গজ, অয়েল ক্লথ, ২ খানা কম্বল, ১২ খানা ছোট পরিষ্কার তোয়ালে (নূতন নয়), অস্ত্র রাখবার একখানা বড় ডিশ, লিগেচার (সেলাইয়ের) রাখবার ও রক্ত পুছবার সোয়াব রাখবার দুখানা ডিশ, ১৫ সের ঠাণ্ডা ফুটান জল, ১৫ সের ফুটন্ত জল, একটা ছোট ইনেমেলের মগ যা দিয়ে হাঁড়ি থেকে জল তোলা যাবে, ডুশ ক্যান ও নল, ১২টা সেফ্‌টিপিন্, বা তোয়ালে আঁটবার টাওয়েল্ ক্লিপ ১২টা, ময়লা জল ধরবার জন্য একটা বড় বালতী বা মাটির গামলা, হাতে পায়ে গরম জলের সেক দিবার জন্য গোটা আষ্টেক বোতল, ঔষধ, এবং ড্রেসিং প্রভৃতি ঘরে সাজিয়ে রাখতে হবে। ডিশ ও অন্য সব পাত্র ডিস্‌ইনফেক্ট ক'রে গরম জলে সিদ্ধ তোয়ালে দিয়ে ঢেকে রাখবে। ডুশ ক্যান, মগ, নল, সেফটিপিন ক্লিপ্ প্রভৃতি সিদ্ধ ক'রে রাখবে। টেবিলের উপর অস্ত্র হলে আলাদা বিছানা, চাদর ও অয়েলক্লথ পেতে পরিষ্কার করে রাখবে।

অস্ত্র হবার আগে রোগীকে অন্য ঘরে রাখবে এবং ঘরে নিয়ে আসবার আগে অস্ত্র সমুদয় ঢাকা দিয়ে রাখবে যাতে সে ভয় না পায়।

অস্ত্রাদি—ডাক্তার নিজেই অস্ত্রাদি ষ্টেরিলাইজ করেন; কিন্তু তোমাকে যদি করতে বলেন, ছুরি কাঁচি ছাড়া আর সব কার্ব্বলিক সাবান দিয়ে পরিষ্কার করে নিয়ে ষ্টেরিলাইজারে (অভাবে হাঁড়িতে) রেখে জল ঢেলে আধ ঘণ্টা ধরে জল ফোটাবে। ছুরি ঐ রকম করলে ধার নষ্ট হয়, সুতরাং লাইসোল মাখিয়ে উপরে ফুটন্ত জল ঢেলে কার্ব্বলিক লোশনে আধ ঘণ্টা ডুবিয়ে রাখবে। পরে অস্ত্রগুলি ডিশে রেখে তাইতে ফোটান জল বা ডাক্তারের কথামত কোন লোশন ঢেলে সিদ্ধ করা তোয়ালে দিয়ে ঢেকে রাখবে। ছুঁচ এক টুকরা পরিষ্কার ন্যাকড়ায় বিঁধে সিদ্ধ করতে হয়।

এপ্রন্‌ ও দস্তানা—সার্জ্জন, অ্যাসিষ্টাণ্ট ও নিজের জন্য ষ্টেরিলাইজ করা এপ্রন্‌ ও দস্তানা চাই।

রোগিনী—অস্ত্র হবার ৫ ঘণ্টার মধ্যে কিছুই খেতে দেবে না। সকালে অস্ত্র হ'লে অস্ত্র হবার পূর্ব্বে রোগিনীকে কিছুই খেতে দিবে না; পূর্ব্ব রাত্রে দুধ সাগু কি এই রকম কিছু খেতে পারে। অস্ত্র বিকালে ৩ টার পর হ'লে সকালে একটু দুধ, দশটার সময় একটু সুপ দিতে পার। দাঁত ও মাড়ির রোগ থাকলে ঔষধ জলে দিয়ে কুলকুচ করাবে। ইউটারাস্‌, পেরিনিয়ম প্রভৃতি অস্ত্রের পূর্ব্ব দিনে দুইবার লোশন (যথা, আয়োডিন লোশন বা পার্ক্লোরাইড লোশন) দিয়ে ভেজাইনার ডুশ দিবে। ভলভা খুর দিয়ে কামিয়ে রাখবে এবং লোশন দিয়ে ধোয়াবার পর বোরিক উল্‌ পার্ক্লরাইড লোশনে ডুবিয়ে নিংড়ে নিয়ে প্যাড ক'রে দিয়ে টি-ব্যাণ্ডেজ দিয়ে বেঁধে রাখবে। ইংরাজী টী অক্ষরের মতন কাপড় কেটে উপরের দিক কোমরে বেঁধে লম্বা দিক লেংটির মতন সামনে টেনে এঁটে দিলেই টী-ব্যাণ্ডেজ হয়। অপারেশনের ৩৬ ঘণ্টা পূর্ব্বে ক্যাষ্টর অয়েল বা অন্য জোলাপ দিতে হয়। শেষ এনিমা

অস্ত্রের অল্প পূর্ব্বে দেওয়া উচিত নয় এবং এইজন্য ঘুমের ব্যাঘাত করা ভাল নয়। সব ব্যবস্থা ডাক্তারের কথা মত ক'রবে। রোগিনীকে সর্ব্বদা সাহস দিবে। তাকে ফেরতা দেওয়া কাপড় পরাবে না। গরমজলে সিদ্ধ ক'রে শুকান মোজা যোড়া অস্ত্রের সময় পরিয়ে দিবে। নিজের হাত কি ক'রে ডিস্‌ইন্‌ফেক্ট ক'রতে হয় ইতিপূর্ব্বে ব'লেছি। আঙ্গুলে কি গলায় ঘা থাকলে নার্সের কাজ নিও না।

পেট কাটতে হ'লে (লেপারোটমী) চামড়া হুবল্‌হুবা অবধি কামিয়ে নিয়ে ভাল ক'রে ডিসইন্‌ফেক্ট ক'রবে। এন্টিসেপটিক সাবান জলে ধুয়ে ষ্টিরাইল তোয়ালে দিয়ে মুছে, আবসলিউট্ আলকহল্ বা স্পিরিট বিন-আয়োডাইড্ লোশনে সোয়াব ক'রে শুকিয়ে ফেল্‌বে। অস্ত্রের ১২ ঘণ্টা পূর্ব্বে টিংচার আয়োডিন পেণ্ট ক'রবে এবং তার উপর শুক্‌নো তুলোর প্যাড দিবে। টেবিলে নিয়ে আর একবার আয়োডিন্ পেণ্ট করা হয়। আজ কাল স্পিরিট পিক্রিড এসিড পেণ্ট করা হয়।

লেপারোটমি—পেট কাটার নাম লেপারোটমি। চাই :— ষ্টীরাইল গজ রোল করা, বড় ও ছোট, ১২টী প্যাকেট। একজন নার্স ড্রেসিং দেবে, আর এক জন ময়লা সোয়াব কুড়বে। উভয়ে মিলে জানবে সব শুদ্ধ কটা সোয়াব ব্যবহার হ'য়েছে, আর কটা মজুত আছে। ইনষ্ট্রুমেণ্ট কি কি চাই? চাই : ধারাল ছুরী ২ খানা; লম্বা ডিসেক্টিং ফর্সেপ্স ২ খানা; কাঁচি ১ খানা বাঁকা (কাহ্ব-অন্ ফ্লাট), ১ খানা এঙ্গুলার, ২ খানা সাধারণ; নিডল্-হোলডার ২; রেহ্বার্ডিন ১; প্রেশার ফর্সেপ্স্ ছোট ৪, মাঝারি ১২, বড় ৬টা; বাঁকা ফর্সেপ্স্ ৪; হুবলসেলম্ ফর্সেপ্স ৪; রিট্রাক্টার ২ যোড়া; নিডল; এবং লিগেচার। লিগেচার ৩ রকম— (১) সিল্ক-ওয়ার্মগট, চামড়া সেলাই করবার (বাহিরের); (২) ক্যাট-গট আর্টারী ও ভিতরে সেলাই করবার, পরে গ'লে যায়; সিল্ক ওয়ার্মের

মতন খুলতে হয় না ; (৩) সিল্ক—ভিতরকার লিগেচারের জন্য কখন কখনও ব্যবহার হয়, যেখানে বেশি দিন পরে গ'লে যাওয়া দরকার ; কারণ ক্যাট গট অল্পদিনে মিলিয়ে যায় ; সরু সিল্ক লিগেচার ইণ্টেস্‌টীন্ প্রভৃতি সেলাই ক'রতে লাগে, বড় পুরু (টুইষ্টেড) লাগে ওহ্বারিয়ান্ সিষ্ট প্রভৃতির বোঁটা বা পেডিক্ল বাঁধতে। ক্যাটগট, সিল্ক-ওয়ার্ম্ ও সিল্কের মতন, জলে সিদ্ধ করা যায় না ; ক'রলে খারাপ হ'য়ে যায়।

ওহ্বারিওটমি—ওহ্বারির টিউমার অপারেশন। প্রয়োজনীয় যন্ত্র পাতি—পেট কাটবার সব অস্ত্র ; তা ছাড়া ট্যাপ করবার ট্রোকার কেনিউলা ; পেডিক্ল ক্ল্যাম্প ; সিসটিক ফর্সেপ্স ; ওহ্বারিয়ান ক্ল্যাম্প্।

পেরিনিও রাফি—ছেঁড়া পেরিনিয়ম সেলাই করতে হলে চাই —কখার ফর্সেপ্স্ ; ছুরী ; কাঁচি—সোজা, বাঁকা—এঙ্গুলার ও কার্ভ্-অন-দি ফ্ল্যাট) ; টিশুপ্রেশার ও টর্ষণ ফর্সেপ্স্ ; নিডল হোলডার ; ফুল, কার্ভ নিডল ; সিল্কওয়ার্ম ক্যাটগট ও সিল্ক লিগেচার।

ট্রাকিলোরাফি—ছেঁড়া সার্হ্বিক্স সেলাই করা—চাই :— পেরিনিওরাফির সব ইনষ্ট্রুমেণ্ট এবং সার্হ্বিক্স সেলাই করবার নিডল।

কল্পোরাফি—হ্বেজাইনেল ওয়াল থেকে খানিকটে মিউকাস মেম্ব্রেণ কেটে নিয়ে সেলাই করা। সীষ্টোসীল হলে সামনের দিকে, বলে এণ্টীরিয়ার কল্পোর্যাফি ; রেক্টোসীল্ হলে পেছন দিকে, বলে পোষ্টিরিয়র কল্পোরাফি।

উফোরেক্টমি—রোগের দরুন ওহ্বারি কেটে ফেলে দেওয়া।

হিসটারেক্টমি—ইউটারাস কেটে ফেলে দেওয়া ; টিউমার প্রভৃতির জন্য দরকার হয়। পেট কাটার অস্ত্র ছাড়া, ক্ল্যাম্প, বাঁকা হ্বল্‌সেলম ফর্সেপ্স, টিউমার ধরে নিবার কর্কস্ক্রু এক্সট্র্যাক্টার ফর্সেপ্স, ব্রড লিগেমেণ্ট ফর্সেপ্স, নিডল, লিগেচার ধরবার হুক, হিমষ্টেটিক টর্ষণ ফর্সেপ্স।

অস্ত্রের পর

যন্ত্র পরিষ্কার—ডাক্তারের যন্ত্রগুলি সব পরিষ্কার ক'রবে। সাবান জল ও সোডা দিয়ে ধুয়ে, রক্তের দাগ তুলে, গরম জলে আধ ঘণ্টা ফুটিয়ে নিবে এবং শুকো কাপড় দিয়ে বেশ করে মুছবে যাতে জল না থাকে। ফুটাবার সুবিধা না থাক্‌লে জলে ধুয়ে স্পিরিটে ভিজান তুলো দিয়ে মুছে নিবে।

রোগিনীর শুশ্রূষা

১। নাড়ীর অবস্থা ৪ ঘণ্টা অন্তর লিখে রাখবে; গুরুতর অস্ত্র হ'লে ঘণ্টায় ঘণ্টায় নাড়ী দেখ্‌বে। পল্‌স্ মিনিটে ৮০র বেশী হ'লে কি থেকে থেকে এক একবার থেমে গেলে ডাক্তারকে জানাবে।

২। টেম্পারেচার—প্রতি ৪ ঘণ্টা নিয়ে লিখে রাখবে। জিভের নীচে থার্ম্মমিটার দিয়ে নিতে পার, কিন্তু গরম কিছু খাবার ঠিক পরে নিও না, তা হ'লে প্রায় ১ ডিগ্রি বেশি পাওয়া যাবে। অস্ত্রের পর ১ কি ১½ দিন পর্য্যন্ত ১০০° কি ১০১ ডিগ্রি ভয়ের কারণ নয়। পরে এই রকম থাকলে কি একেবারে ১০৩° কি ১০৪° ডিগ্রি উঠলে কি ৯৮° ডিগ্রির নীচে নামতে থাকলে ভয়ের কারণ আছে বটে।

৩। শ্বাস—৪ ঘণ্টা অন্তর গুণে লিখ্‌তে হবে। ১৬র কম কি ২০র বেশি হ'লে ডাক্তারকে জানাবে।

৪। প্রস্রাব—পেরিনিয়ম সিলাইয়ের (পেরিনিওরাফি) পর অনেকেই ক্যাথিটার ব্যবহার ক'রতে বারণ করেন। ডাক্তারের কথামত ক্যাথিটার দিয়ে প্রস্রাব করাবে। প্রস্রাবে বিশেষ কিছু গোলযোগ থাক্‌লে ডাক্তারের জন্য ধ'রে রাখবে।

৫। কোষ্ঠ—পেরিনিয়ম সেলাই হ'লে এই বিষয় বিশেষ সাবধান, বিশেষতঃ মলদ্বার শুদ্ধ সেলাই (কমপ্লীট পেরিনিওরাফি) হ'লে। প্রসবের পরেই সেলাই হ'লে তিন দিনের সকালে ডাক্তার জোলাপ দিবেন। সাবধান! রোগী যেন কোঁথ না দেয়; দরকার হ'লে আগেই এনিমা দিবে। তারপর একদিন অন্তর বাহ্যে হওয়া দরকার; কোষ্ঠবদ্ধ হলে গুটলের চাড়ে সেলাই আলগা হয়ে যেতে পারে। পুরাতন ছেঁড়া (কমপ্লীট) পেরিনিয়ম্ সেলাই হলে কেউ বা তিন দিনের দিন কি পাঁচ দিনের দিন জোলাপ দেন আর প্রতি দিন দাস্ত খোলাসা রাখেন, কেউ বা ৮।১০ দিন কোষ্ঠবদ্ধ ক'রে রাখেন আর কেবল এল্‌বুমেন ওয়াটার, ছানার জল, বা ডাবের জল খেতে দেন যাতে মল না জন্মায়। জলের সঙ্গে প্রথম দিন ৬ ড্রাম এলবুমেন্ ৪।৫ বার খেতে দেওয়া যায়, ক্রমশঃ বাড়িয়ে চতুর্থ দিনে ৫ চামচে দেওয়া যায়। নেবুর স্বারক প্রভৃতি দিয়ে সুগন্ধ করা যায়। দশ দিনেডাক্তার যদি জোলাপ দেন, পরদিন সকাল বেলা খুব সাবধানে সুইট অয়েলের এনিমা দিবে আর রোগীকে একপাশে শুইয়ে বাহ্যে করাবে, তা হ'লে সেলাইয়ে চাড় পাবে না।

৬। ড্রেসিং—পেরিনিয়ম্ যুড়ে যাওয়া অনেকটা নার্সের দক্ষতার উপর নির্ভর করে। খুব পরিষ্কার রাখবে অথচ সেলাইয়ের উপর টান প'ড়বে না। ড্রেসিং ভিজে গেলে কিম্বা প্রস্রাব বা বাহ্যে হ'লে ডুশের নলের মুখ হ্বল্‌হ্বার একটু তফাতে রেখে লোশন ছেড়ে দিয়ে বেশ ক'রে উপরটা ধুয়ে নিবে। একজনকে ব'ল্‌বে দুই পা সটান ক'রে পেটের দিকে তুলে ধ'রতে, তা হ'লে সহজে সেলায়েব জায়গা বেরিয়ে প'ড়বে। কিউরেট হ'লে পরদিনই ডাক্তার প্লগ্ খু'লতে বল্‌বেন; খুব সাবধানে খুলে ধুয়ে দিবে।

১। আহার—সামান্য অস্ত্রে ৬ ঘণ্টা পর খুব গরম দুধ বা বরফ

দিয়ে ঠাণ্ডা করা দুধ এক চাম্‌চে ক'রে দেওয়া যায়। ডাক্তার যে রকম আহার ব্যবস্থা ক'রবেন, সেই রকম দিবে। পেট কাটা প্রভৃতি বড় বড় অস্ত্র হ'লে ৪৮ ঘণ্টা চা খাবার চামচে এক চামচ জল ছাড়া মুখে কিছুই দেওয়া হয় না। ৪ দিনের দিন সকালে বাহ্যে করবার পর, ঐ চামচে ৪ চামচ দুধ ৩ ঘণ্টা অন্তর আর মাঝে মাঝে গরম জল খেতে দেওয়া হয়। পরে আহার ক্রমশঃ বাড়ান হয়।

৮। তৃষ্ণা—বরফ দেওয়া ভাল নয়, এতে আরও তৃষ্ণা বাড়ায় আর পেট ফাঁপায়। গরম জলে কুলি করাবে। দরকার হ'লে ডাক্তারের পরামর্শে রেক্টমে সেলাইন দিতে পার, এতে তৃষ্ণা নিবারণ করে।

৯। বমি—সাধারণ বমি হ'লে গরম জলে গুঁড় সোডা (এক আউন্স জলে ১ ড্রাম সোডা) খেতে দিলে বমি হ'য়ে, গা বমি বমি থেমে যায়। বমির সময় সাবধান যেন সেলাইয়ের জায়গায় চাড় না পড়ে। সে জায়গায় হাত দিয়ে চেপে থাকবে। যা হোক, বেশি বমি হ'লে ডাক্তারের ব্যবস্থা নিবে।

১০। বিশ্রাম—কিউরেট রোগী ৯ দিনেই উঠতে পারে। আধ ছেড়া পেরিনিয়মের সেলাই ১০ দিনে, আর সম্পূর্ণ ছেড়া পেরিনিয়মের সেলাই ১২।১৪ দিনে কাটা হয়; তার দিন দুই পরে উঠতে দিতে পারে। পেট কাটা রোগীর সেলাই প্রায় ৭।৮ দিনে কাটা হয়; রোগী ২০।২১ দিনে উঠে ব'সে পেটে বেল্ট্‌ পরে। পেট কাটা রোগীর ক্লোরফর্ম্মের ঝোঁক কেটে গেলে আধ বসা আধ শোয়া অবস্থায় রাখতে হয়। হাটুর নীচে একটা বালিশ দিতে হয়। বিছানার মাথার দিক উঁচু ক'রতে হয়। এই রকম রাখাকে বলে ফাউলার পোজিশন।

১১। ভয়ের কথা—নাড়ী, তাপ কি শ্বাস সম্বন্ধে অনিয়ম হ'লে, জিভ শুরু হ'লে, মুখ পাঙাশ কি লাল আর তার সঙ্গে ছটফটানি হ'লে,

বেশি ঘামলে, কি সর্ব্বদা আধ ঘুমন্ত অবস্থায় থাকলে ভয়ের কথা বটে। এ রকম হ'লে তখনই ডাক্তারকে জানাবে।

পেটকাটার (য়্যাবডমিনেল সেক্‌শন) পর কি কি করা উচিত? সাধারণ অস্ত্রের পর যে যে ভাবে করা হয় সেই ভাবেই সেবা করতে হবে। বিশেষ ভাবে এই কটি বিষয় দেখতে হবে:—

শক—অনেকক্ষণ ধ'রে অস্ত্র হ'লে আর রোগিনী ভীতু হ'লে অস্ত্রের পরেই শক্ হতে পারে। ইউটারাইন রক্তস্রাবের দরুনও শক হয়। এতে হাতে নাড়ী দুর্ব্বল হয় কিন্তু আর্টারীতে রক্ত থাকে; টেম্পারেচার নেমে যায়; হাত ঠাণ্ডা হয়; ঘাম হয়; শ্বাস আস্তে আস্তে আর থেমে থেমে হয়, রোগিনী অসাড় হ'য়ে পড়ে থাকে। এরকম হ'লে তখনি ডাক্তারকে খবর দেবে। মাথার বালিশ তুলে নেবে, পায়ের দিক উঁচু করে দেবে, আর রোগিনীকে কিছুতেই নাড়াচাড়া করবে না। হাঁটুর নীচে একটা পাশ বালিশ দেবে। গরম জলের বোতল সাবধানে হাতে পায়ে দিয়ে রাখবে। ইঞ্জেক্‌শনের জন্য জল গরম প্রভৃতি ঠিক করে রাখবে। আজকাল ডাক্তার এফিড্রীন্ ইঞ্জেক্ট করেন। ব্রাণ্ডী ও ডাক্তারের পরামর্শে ষ্টিমিউলেণ্ট ঔষধ খাওয়াতে হয়। গরম জল খাওয়ালে এবং রেক্‌টমে গ্লুকোজ ইঞ্জেক্ট করলে, উপকার হয়।

ভিতরে রক্তস্রাব (ইণ্টার্নেল হেমারেজ)—ভিতরে রক্তস্রাব হয়েও নাড়ী দমে যেতে পারে। কিন্তু **শকের** সঙ্গে তফাৎ এই, শক তখনি হয়, হেমারেজের দরুন লক্ষণগুলি একটু পরে হয়। এতে চেতনা বেশ থাকে, শ্বাস বন্ধ হ'য়ে আসে, "এয়ার-হঙ্গার" বা হাওয়া খাবার জন্য রোগী হাঁ করে ছটফট করে। অস্ত্রের স্থানে বেদনা হয়, হাতের নাড়ী খুব দ্রুত হয় আর প্রায় টের পাওয়া যায় না, রোগী ঘন ঘন নিশ্বাস ফেলতে

থাকে, আর সময়ে সময়ে মূর্চ্ছা (সিন্ কোপ) হয়, মুখ চোখ ফ্যাকাসে হয়, হাত পা ঠাণ্ডা আর ঘাম হয়। বেশি রক্তস্রাব হ'লে যা যা করা উচিত সে সমস্ত করবে আর তখনি ডাক্তারকে খবর দেবে। হয়ত আবার পেটের সেলাই কেটে রক্তস্রাবের জায়গা ঠিক করে রক্ত বন্ধ করতে হবে। ইঞ্জেকশনের জিনিস সব ঠিক করে রাখবে।

বমি হিক্কা—পেটকাটা রোগীর বেশি বমি ও হিক্কা হ'লে সন্দেহ ক'রবে **পেরিটোনাইটিস** হয়েছে। এতে প্রায় অস্ত্রের তিন দিনের দিন জ্বর হয়, জিভ শুকিয়ে যায়, গা ঘ্যাকার ঘ্যাকার করে না অথচ বমি হয়, পেট ফাপে আর শক্ত হয়, পেটে ব্যথা হয়। শ্বাসের সময় পেট নড়ে না; প্রায়ই হিক্কা হয়। রোগী পা ছড়াতে পারে না। নাড়ী চঞ্চল হয়। এ রকম হলে ডাক্তারকে জানাবে। পায়ের নীচে বালিশ দেবে, পেটের উপর কাপড় চাপা দেবে না; যদি শীত ব'লে কাপড় গায়ে দিতে হয়, কাপড় একটা ক্রেডল বা খাঁচার উপরে রেখে গা ঢাকা দিবে। মুখ সর্ব্বদা ঠাণ্ডা জল দিয়ে ধুয়ে দেবে এবং হাতে পায়ে গরম জলের বোতল দেবে। ডাক্তারের পরামর্শে তার্পিন তেলের এনিমা বা রেকটমে সেলাইন ইঞ্জেক্ট করবে। বমির সময় রোগিনীর মাথা এক পাশে কাত ক'রে ধরবে। ডাক্তারের পরামর্শে ষ্টমাকের উপর মাষ্টাড প্লাষ্টার বা টার্পেণ্টাইন্ ষ্টুপ দিতে পার।

ক্লোরফর্মের বিষ—অনেকক্ষণ ধরে ক্লোরফর্ম দিবার দরুন অনেকের, বিশেষতঃ ছোট ছেলেদের, পয়জনিং হয়। এর দরুন অনেক ক্ষণ ধরে বমি হয়, রোগী ভুল বকে, নাড়ী দুর্ব্বল ও চঞ্চল হয়, অত্যন্ত জ্বর ও অত্যন্ত তৃষ্ণা হয়। জণ্ডিস হয়, এবং প্রস্রাব কমে যায়। এতে ডাক্তার সোডা গ্লুকোস সলিউশন খেতে দেন কিম্বা রেক্টমে পিচকারী দিয়ে ঐ সলিউশন দিতে বলেন্।

পরিশিষ্ট ক

রোগীর পথ্য

কি কি বিষয়ে দৃষ্টি রাখাআবশ্যক? (১) খাবার যেন গরম গরম দেওয়া হয়। (২) ভাত তরকারী যেন বেশ সিদ্ধ হয়। (৩) রোগীর খাবার যেন রোগীর ঘরে না রেখে অন্যত্র ঢাকা দিয়ে রাখা হয়, যাতে মাছি না বসে কিম্বা ধূলা না পড়ে। (৪) ঠিক সময়ে যেন পথ্য দেওয়া হয়। (৫) বাসন কোসন যেন খুব পরিষ্কার থাকে; বিশেষতঃ ফীডিং কপ। প্রত্যেকবার ব্যবহারের পর ফীডিং কপ্ পরিষ্কার করা উচিত, বিশেষতঃ নলের দিকটা। যদি নলের ভিতর বেশি ময়লা জমে বা বুজে যায়, সোডার বা নুনের জলে ভিজিয়ে রেখে পরিষ্কার করা আবশ্যক। একটা ছোট বুরুষ বা পরিষ্কার ন্যাকড়া দিয়ে পরিষ্কার ক'রে তারপর পরিষ্কার জলে যেন ধোয়া হয়।

পথ্য প্রস্তুত করবার নিয়ম

১। **আলবুমেন্ ওয়াটার** (ক) বড়দের জন্য :—দুই ডিমের শাদাটা বেশ ক'রে ঘেঁটে এক পাইণ্ট ঠাণ্ডা জলে মিশাবে। একটু নেবুর গন্ধ দেওয়া যেতে পারে। মাত্রা—৩ আউন্স ক'রে দিনে ৩ বার। কেহ কেহ ৪টী ডিমের শাদা দিয়ে প্রস্তুত করেন।

(খ) ছেলেদের জন্য—একটা ডিমের শাদা ঘেঁটে এক পাইণ্ট ঠাণ্ডা জলে মিশাবে। মাত্রা—২ ড্রাম্।

২। **হুয়ে** (ছানার জল)—একটা পাত্রে এক পাইণ্ট্ দুধ ঢেলে সেই পাত্র একটা গরম জলের হাঁড়িতে (সস্প্যানে) বসিয়ে ১০৫ ডিগ্রি পর্য্যন্ত গরম করতে হয়। সেই দুধে ১টী-স্পূন্ রেনেট মিশিয়ে খুব ঘাটতে হয়। ৩ মিনিট থিতিয়ে যখন দেখা গেল শক্ত ছানা হয়েছে, তখন কাঁটা

ছিয়ে ছানা ভেঙ্গে দিয়ে দুধের পাত্র আবার গরম জলের পাত্রে বসিয়ে ১৬০ ডিগ্রি পর্য্যন্ত গরম করে নামিয়ে রেখে ১০ মিনিট পর ছানার জল পরিষ্কার পাতলা মলমল কাপড়ে ঢেলে ছেঁকে নিতে হবে।

লাইম্‌ হুয়ে—আধ পাইণ্ট ফোটান দুধ ফুটিয়ে নামিয়ে রেখে তাইতে একটা নেবুর কয়েক ফোঁটা রস মিশিয়ে খুব করে নাড়তে হবে আর ২।৪ মিনিট আবার ফুটিয়ে, খানিক রেখে ছেঁকে নিতে হবে।

বটার মিল্ক্‌ হুয়ে—সমান ভাগ দুধ ও ঘোল মিশিয়ে ফুটিয়ে নিলে ছানা হয়। মলমল কাপড়ে ছেঁকে নিলে পরিষ্কার ছানার জল পাওয়া যায়।

৩। পেপ্‌টোনাইজড মিল্ক—৫ আউন্স্‌ গরম জলে ফেয়ারচাইল্‌ডের পেপ্‌টোনাইজিং পাউডার এক টিউব মিশিয়ে তাইতে ১৫ আউন্স দুধ মেশাবে। হাত-সহা গরম জলের একটা পাত্রে ২০ মিনিট রাখবে উননের কাছে। তারপর একবার শীঘ্র ফুটিয়ে নিতে হয় ১ মিনিট মাত্র। তারপর ঠাণ্ডা জায়গায় রেখে দেবে। নিউট্রিয়েণ্ট এনিমা দিতে হলে ফুটাবার আগে, ২০ মিনিট গরম জলে রাখিবার পর, বরফে রাখতে হয়। ফুটাতে হয় না।

৫। **এগ-ফ্লিপ্‌**—একটা টাকটা ডিমের কুসুম খুব ভাল রকম ঘুঁটে নিয়ে, একটু চিনি, এক পেয়ালা দুধ (গরম কিম্বা ঠাণ্ডা, যেমন ডাক্তার বলবেন) মিশাবে। ছাঁকুনিতে ছেকে তাইতে দুই টীস্পুনফুল ব্রাণ্ডি, এবং যদি দুধ ঠাণ্ডা ব্যবহার করা হয়ে থাকে, কিছু সোডা-ওয়াটার মিশাবে। সুগন্ধের জন্য নেবুর এসেন্স কি জায়ফলের গুঁড়ো দিতে পার।

৬। **ওমলেট**—দুটি ডিম, এক ডেজার্ট-স্পূন জল, আধ আউন্স মাখন, গোল মরিচের গুঁড় আর নূন চাই। ডিম, জল, মরিচের গুঁড় আর নূন একটা পাত্রে মিশিয়ে নিতে হবে। একটা প্যানে মাখন

গলাতে হবে। মাখন যখন খুব গরম হয়েছে, তখন ডিম ঢেলে একটু নাড়তে হবে। ২।১ সেকেণ্ড পরেই নরম থাকতে থাকতে দুভাঁজ ক'রে গরম ডিশে উল্টে নিয়ে তখনই খেতে দিতে হয়।

৭। **ইম্পিরিয়েল ড্রিঙ্ক**—এক ড্রাম ক্রীম অব টার্টার, একটু নেবুর রস, এবং ২ ছটাক চিনি নিয়ে একটা চিনে মাটির জগে মিশাতে হবে। তাইতে এক পাইণ্ট ফুটন্ত জল ঢালতে হবে।

৮। **লেমনেড বা নেবুর সরবত**—৩ টা নেবুর খোসা খুব পাতলা করে ছাড়িয়ে, শাদাটা ফেলে দিয়ে নেবুর পাতলা শ্লাইস্ কাটবে। একটি চিনে মাটির জগে ঐ শ্লাইস্‌গুলি ও খোসাগুলি রাখবে। তাইতে একপোয়া চিনি মিশিয়ে এক কোয়ার্ট ফুটন্ত জল ঢালবে। ঠাণ্ডা হ'লে ছেঁকে নিবে।

৯। **টোষ্ট ওয়াটার**—এক শ্লাইস বাসি রুটি নিয়ে টোষ্ট করবে; পুড়ে যাবে না কিন্তু লাল হ'বে। একটা পাত্রে রেখে এক পাইণ্ট ফুটন্ত জল ঢেলে ঢাকা দিয়ে রাখবে। ঠাণ্ডা হ'লে ঐ জল খেতে দিবে।

১০। **ভাজা চালের জল**—চাল বেশ করে ভেজে ঐ রকম ফুটন্ত জল ঢেলে ঠাণ্ডা করে খেতে দিতে হয়।

১১। **বার্লি জল**—চা চামচের দুই চামচ বার্লি দানা (পার্ল বার্লি) ধুয়ে পাঁচ পোয়া জলে সিদ্ধ করবে। তিন ভাগের এক ভাগ জল ক'মে গেলে নামিয়ে নিয়ে বার্লিদানা ছেঁকে ফেলে দিবে। একবার তৈয়ারী করা বার্লি জল সমস্ত দিন ধরে খেতে দেবে না। আর খাওয়ার সময় এমন গরম ক'রবে না যাতে ফুটে উঠে।

১২। **ভাতের জল**—এক ছটাক আলো চাল ঠাণ্ডা জলে ধুয়ে পাঁচপোয়া জলে খুব অল্প আঁচে ৩ ঘণ্টা রাখবে। জল কুসুম কুসুম গরম হবে। তার পর এক ঘণ্টা সিদ্ধ ক'রে ভাত ছেঁকে ফেলে

দেবে। তাইতে কাগজী নেবুর কি কমলা নেবুর খোসা দিতে পার। এই জল ঠাণ্ডা হ'লে পেটের অসুখে ছেলেদের দেওয়া যায়।

১৩। **কাঁচা মাংসের যূষ**—আধ সের কাঁচা মাংস খুব কুচি কুচি ক'রে কেটে আধ পোয়া জলে আধ ঘণ্টা ভিজিয়ে রাখবে, আর মাঝে মাঝে ঘঁাটবে। তার পর একখানা পরিষ্কার মলমল কাপড়ে ঢেলে খুব নিংড়ে যূষ বাহির ক'রবে। এই যূষের রং প্রায় পোর্টের মত।

পরিশিষ্ট খ

ইঞ্জেক্‌শনের ঔষধ

১। নর্ম্যাল সেলাইন্ সলিউশন্ বা আইসো-টনিক সলিউশন

১৷৷০টী স্পূন্ বা ৯০ গ্রেণ পরিষ্কার নুন এক পাইণ্ট ডিষ্টিল ওয়াটারে মিশিয়ে ফুটিয়ে নিতে হয়। ষ্টিরিলাইজ করা সোডিয়ম ক্লোরাইড চাকতি বা সোলয়েড পাওয়া যায়। ঐ চাকতি ১৷৷টা গুঁড়িয়ে ডিষ্টিল ওয়াটার এক পাইণ্ট মিশিয়ে জল ফুটিয়ে ঠাণ্ডা ক'রে রাখতে হয়।

হাইপার টনিক সলিউশন ২টী-স্পূন্-ফুল নুন দিয়ে প্রস্তুত হয়। টেম্পারেচার রক্তের। কলেরা রোগীর মলদোরের টেম্পারেচার বেশী হ'লে জলের টেম্পারেচার কম হবে।

২। **টার্পেণ্টাইন এনিমা**—এক পাইণ্ট ফুটন্ত জলে এক টেব্ল-স্পুন ষ্টার্চ বা আরারুট মিশিয়ে রাখতে হয়। ১২ আউন্স সেই জলে এক আউন্স টার্পিন তেল মিশিয়ে এনিমা দিতে হয়।

৩। **সোপ ওয়াটার এনিমা**—এক পাইণ্ট গরম জলে এক আউন্স নরম সাবান গুলে সমস্তটা বড়দের দিতে হয়। এক বছরের ছেলেকে ১৷৷ আউন্স, ২ বছরের ৩ আউন্স, এই রকম ১৷৷০ আউন্স বাড়িয়ে ১০ বছরের ছেলেকে ১২ আউন্স দেওয়া চলে। এক পাইণ্ট দিতে অন্তত ৫ মিনিট নেওয়া উচিত এবং ১০।১৫ মিনিট ভিতরে রাখা আবশ্যক।

৪। গ্লিসারীন এনিমা—বড়দের ২ ড্রাম, ছেলেদের আধ ড্রাম দেওয়া চলে।

৫। কেষ্টার ওয়েল এনিমা—এক আউন্স কেষ্টর ওয়েল ৩ আউন্স অলিহ্বৃ বা হুইট্ অয়েলের সঙ্গে মিশিয়ে গরম ক'রে ইঞ্জেক্ট করতে হয়। আধ ঘণ্টা পরে সোপ্ ওয়াটার এনিমা দিতে হবে।

৬। অলিহ্ব ওয়েল এনিমা—২ থেকে ৬ আউন্স ঐ তেল গরম ক'রে (গরম জলে রেখে) ইঞ্জেক্ট ক'রে ৩ ঘণ্টা পরে সোপ ওয়াটার এনিমা দিতে হয়।

৭। এন্থেলমেণ্টিক এনিমা (ছোট ক্বমির জন্য)—এক ড্রাম নুন এক পাইণ্ট জলে সিদ্ধ করে বয়স অনুসারে দিতে হয়। কোয়াশিয়া ইনফিউশন (জলে সিদ্ধ) ও ইঞ্জেক্ট কর্‌লে ক্বমি মরে। আধ ঘণ্টা ভিতরে থাকা উচিত।

পরিশিষ্ট গ

তরল ঔষধের মাপ

৬০ ফোঁটায়	...	... ১ ড্রাম বা টী-স্পুনফুল বা চা খাবার চামচের এক চামচ।
২ ড্রামে	...	... ১ ডেসার্ট স্পুনফুল।
৪ „	...	... ১ টেব্ল „
৮ „	...	... ১ আউন্স
২০ আউন্সে	...	... ১ পাইণ্ট
২ পাইণ্টে	...	... ১ কোয়ার্ট

ফোঁটার ইংরাজী নাম—মিনিম্

ডাক্তারখানার মিনিম্ গ্লাসে ৩০ ফোঁটা ধরে। আউন্স গ্লাসে এক ছুই ক'রে আটটা দাগ থাকে ; প্রত্যেক দাগে ৬০ ফোঁটা ধরে।

ইংরাজী-বাংলা ওজন

১ গ্রেণে	প্রায় আধ রতি
১৫ „	৮ রতি
১৮০ „	১ তোলা

গুঁড়ো ঔষধের ওজন

৬০ গ্রেণে	১ ড্রাম বা ১ টী-স্পূন্
৮ ড্রামে	১ আউন্স
১২ আউন্সে	১ পাউণ্ড

আরক বা মিক্‌চার প্রস্তুত করিবার প্রণালী

শতকরা ৫ মিশ্রি-জল ১ পাইণ্ট প্রস্তুত কি প্রকারে করা যায় ?

১ গ্রেন গুঁড়ো ১ ফোঁটা জলের সমান ধরিতে হইবে।

১ পাইণ্ট=২০ আউন্স=৪৮০×২০=৯৬০০ ফোঁটা।

১০০ ফোঁটা জলে চাই ৫ গ্রেন মিশ্রির গুঁড়ো।

১ পাইণ্ট বা ৯৬০০ ফোঁটায় চাই ৯৬×৫=৪৮০ গ্রেন=

১ আউন্স বা আধ ছটাক মিশ্রির গুঁড়ো।

অর্থাৎ ১ পাইণ্ট জলে মিশাতে হবে আধ ছটাক বা ২ টেব্‌ল্ স্পূনের কিছু বেশী মিশ্রি।

শিশুর ওজন

(মাল ওজনের হিসাব)

১৬ ড্রামে	১ আউন্স
১৬ আউন্সে	১ পাউণ্ড
২ পাউণ্ডের কিছু বেশী	১ সের

ইংরাজী শব্দের উচ্চারণ

জ—কোনও জায়গায় পূর্ব্ব বাঙ্গালার মতন উচ্চারণ; যেমন, আওয়াজ, গজ্। এই রকম স্থলে * চিহ্ন থাক্‌বে। কোন চিহ্ন না থাক্‌লে ঠিক উচ্চারণ হবে; যেমন জল, হেবজাইনা।

ঝ—পূর্ব্ব বাঙ্গালার মতন উচ্চারণ।

ফ—সাফ্ ব'লতে ফ যে রকম উচ্চারণ করা হয়।

স—হিন্দুস্থানীরা যে রকম স, কি পূর্ব্ব বাঙ্গালায় ছ, উচ্চারণ করে।

হ্ব—ইংরাজী V অক্ষর ভ দিয়ে না লিখে হ্ব দিয়ে লেখা হ'য়েছে; যেমন, আহ্বান ব'ল্‌তে উচ্চারণ হয়।

কতিপয় ইংরাজী শব্দের অর্থ

অস্—জরায়ুর মুখ।

আয়ডফর্ম্ম্—এক রকম হল্‌দে গুঁড়, ডাক্তারখানায় পাওয়া যায়।

আসেপ্‌টিক্—যে ঔষধে সংক্রামক রোগের বিষ নষ্ট হয়, যেমন কার্ব্বলিক্, করোসিহ্ব্ ইত্যাদি।

আসেপ্সিস্—যে প্রণালীতে সমুদয় রোগের বিষ নষ্ট হয়।

ইউটারাস্—জরায়ু, যার ভিতরে ছেলে থাকে।

ইঞ্চি বা ইঞ্চ—প্রায় দেড় আঙ্গুল চওড়ায় যতখানি। এই কাল লাইন ঠিক এক ইঞ্চি——————

উল্—তুলো।

একজামিন্*—পরীক্ষা করা।

এণ্টিসেপ্টিক্—যে ঔষধে রোগের বিষের তেজ নষ্ট করে।

এরিওলা—ভ্যালা।

অয়েল্—তেল।

ওহ্বারি—ডিম্বকোষ, যাতে ডিম থাকে।

করোসিহ্ব্—রসকর্পূর। অপর নাম—হাইড্রার্জ্জ্ পার্ক্লোরাইড্।

কেথিটার্—প্রস্রাব করাবার শলা।

কোর্স্—ঋতু। অপর নাম—মেন্সেস্ বা পিরিয়ড্।

ক্লট্—রক্তের চাপ।

গজ্*—ঘা প্রভৃতিতে লাগাবার কাপড়।

ট্রু—সত্যিকার।

ডাইলেট্—খুলে যাওয়া।

ডায়েপার—লেঙ্গট।

ডিস্ইন্ফেক্ট্ করা—গরম জলে সিদ্ধ কিম্বা করোসিহ্ব প্রভৃতি দ্বারা শোধন করা।

ডিস্চার্জ্জ—রক্ত কি পূঁযের মতন যা নির্গত হয়।

ডুশ্—জলের ধারায় ধুইয়ে দেওয়া।

ডুশ্ যন্ত্র—যা দিয়ে হ্বেজাইনা প্রভৃতি ধোয়ান হয়।

ন্যাপ্কিন্—কাছা, লেঙ্গট্।

পাউডার—গুঁড়।

পেন্স্—ব্যথা।

প্লেসেণ্টা—ফুল্।

পাউডার—গুঁড়া।

পি, ভি—যোনির ভিতর পরীক্ষা।

পেন্স—ব্যথা।

প্লেসেণ্টা—ফুল্।

ফল্স্—মিথ্যা।

ফুল—পূরো, যেমন ফুল্ ডাইলেট্।

বাইণ্ডার—পেটি।

বেডপ্যান—শুয়ে থেকে যাতে বাহ্যে করা যায়।

ব্যাণ্ডেজ—পেটি বা পটি।

মর্নিং—সকাল বেলা।

মিনিট হ্যাণ্ড—ঘড়ির যে লম্বা কাঁটা ৬০ বার ঘুরলে এক ঘণ্টা হয়।

মেম্ব্রেণ—যে পরদায় ছেলে আর ফুল ঢাকা থাকে। পোরো।

রপচার—ফাটা।

লিপ—ঠোঁট। অসের সামনে ও পিছনে দুটি ঠোঁটের মতন যা থাকে।

লিহ্বার—পাঁঠার মেটে যাকে বলে; ডান দিক থেকে কড়া পর্য্যন্ত পাঁজরার নীচে থাকে।

লোকিয়া—প্রসবের পর যে ডিস্চার্জ্জ হয়।

লোশন—ধোয়ার আরক্।

ষ্টিরিলাইজ * করা—গরম জলে সিদ্ধ ক'রে কার্ব্বলিক ইত্যাদি দ্বারা শোধন করা।

ষ্টেথেস্কোপ—বুক পরীক্ষার যন্ত্র।

সিক্‌নেস—বমি। মর্নিং সিক্‌নেস—সকাল বেলার বমি।

সুইট অয়েল—জলপাইয়ের তেল।

সেকেণ্ড হ্যাণ্ড—ঘড়ির যে সকল কাঁটা ৬০ বার ঘুরলে একমিনিট হয়।

সেফ্‌টিপিন্‌—যে আল্‌পিন্‌ কাপড়ে গুঁজে দিলে গায়ে ফুটে না। মনিহারির দোকানে পাওয়া যায়।

হার্ট—হৃৎপিণ্ড, কলেজে।

পরিশিষ্ট ঘ

প্রশ্ন ও উত্তর

যে যে পৃষ্ঠায় প্রশ্নের উত্তর পাওয়া যায়, সেই সেই পৃষ্ঠায় সংখ্যা দেওয়া আছে ঃ

সূচার ও ফণ্টেনেলি কাহাকে বলে? তাহাদের নাম ও স্থান বর্ণনা কর। এইগুলি কি অবস্থায় থাকে না, এবং না থাকিলে কি অসুবিধা হয়। (২২০-২২১ পৃঃ)

২। ছেলের মাথার ডায়মেটারগুলির স্থান ও মাপ বর্ণনা কর। (২২২ পৃঃ)

৩। হেড্‌ প্রেজেণ্টেশন কয় রকম? (২২৫ পৃঃ)

৪। হ্বার্টেক্স প্রেজেণ্টেশনে প্রসবের মিকেনিজম্‌ কি? (২২৭-২৩০ পৃঃ)

৫। পার্সিষ্টেণ্ট অক্সিপিটো পোষ্টিরিয়র কাহাকে বলে? কেমন করিয়া বুঝিতে পারিবে? বুঝিলে কি করিবে? (২৩১ পৃঃ)

৬। প্রসব কালে ফেস্‌ প্রেজেণ্টেশন কেমন করিয়া বুঝিবে? ফেস্‌ প্রেজেণ্টশন অসুবিধাজনক কেন? ফেস্‌ প্রেজেণ্টেশন্‌ হইলে কিরূপে প্রসব করাইবে? (২৫৭-২৬০ পৃঃ)

৭। "ব্লু এস্‌ফিক্সিয়া" হইলে নবজাত শিশুকে বাঁচাইবার প্রণালী কি বর্ণনা কর।

(৮৭-৯২ পৃঃ)

৮। একটি গর্ভিণীর অস্বাভাবিক ভাবে বমন (হাইপার-এমেনিস্‌) হইতেছে। তাহাকে কি ভাবে সেবা করিবে? সেবার রিপোর্ট কিরূপে লিখিবে?

(৪৫ পৃঃ)

৯। য়্যাব্‌ ডামিন্তাল অপারেশনের পর বমন ও হিক্কা হইবার অর্থ কি এবং তাহার চিকিৎসা কি উপায়ে করিতে হইবে? (৩৬১ পৃঃ)

১০। ইক্লাম্পশিয়া রোগীর সেবা কি প্রকারে করিবে? ডাক্তারকে কি কি বিষয় জানাইবে? (৩১০ পৃঃ)

১১। ইউটারাসের ইন্‌হুবলিউশন কাহাকে বলে? প্রসবের প্রথম সপ্তাহে কতটুকু করিয়া দিন দিন ইউটারাস ছোট হওয়া উচিত? কি কি কারণে ইন্‌হুবলিউশন হয় না। (১০৫,১১০ পৃঃ)

১২। নিম্নলিখিত অবস্থায় ব্লাডার সম্বন্ধে কি কি কষ্ট হইতে পারে এবং তাহা হইলে কি ভাবে সেবা করিবে? (ক) গর্ভাবস্থায়, (খ) প্রসবকালে এবং (গ) সুতিকাগারে অবস্থান কালে

(৪৭ ৪৯,৭৮,১০৯,৩১২,৩৬০ পৃঃ)

১৩। ছয় মাসের গর্ভের লক্ষণ কি কি? (১৬,২০,২৪৮ পৃঃ)

১৪। ইক্লাম্পশিয়ার পূর্ব্বলক্ষণ কি কি? ইক্লাম্পশিয়া ফিট কি উপায়ে নিবারণ করা যায়? (৪৮-৪৯ পৃঃ)

১৫। দ্বিতীয়বার গর্ভ হইয়াছে এমন একটি মহিলাকে সেবা করিবার জন্য তোমাকে ডাকা হইয়াছে। তাহার নিকট শুনিলে প্রথম প্রসব কালে পোষ্ট্‌পাটম হেমারেজ হইয়া তিনি প্রায় মরণাপন্ন

হইয়াছিলেন। কি কি কারণে ঐ অবস্থা হতে পারে ও পুনরায় ইহা যাহাতে না হয় তজ্জন্য কি উপদেশ দিবে ? (৩০৪-৩০৮ পৃঃ)

১৬। পুয়ারপারেল ফিভার কি কারণে হয় ? ইহা যাহাতে না হইতে পারে তৎসম্বন্ধে প্রসবের সময় ও তাহার পরে কোন কোন বিষয়ে সাবধান হইবে, সবিস্তার বর্ণনা কর।

(৬৯,৭২-৭৬,৩১৫-৩১৮ পৃঃ)

১৭ ইন্এভিটেব্ল এবর্ষণের লক্ষণ কি ? ইহার চিকিৎসা কি ভাবে করিবে ? (২৯১, ২৯২ পৃঃ)

১৮। অকৃথ্যালমিয়া নিও নেটোরম কি ? ইহার কারণ কি ও ইহা হইলে কি বিপদ হইতে পারে ? যাহাতে ইহা না ঘটে তজ্জন্য কোন কোন বিষয়ে সাবধান থাকবে ? (৮৬ ১৫৭,১৫৮)

১৯। ব্রীচ প্রেজণ্টেশনে ভয়ের কারণ কি এবং তাহার প্রতিকার কি ? (২৬৮, ২৬৯ পৃঃ)

২০। হ্বার্ষণ কাহাকে বলে ? কি কি কারণে হ্বাড়ণ করা হয় ? (২৭২ পৃঃ)

২১। একজন মাল্টিপারার স্বাভাবিক ব্রীচ প্রেজেণ্টেশনে প্রসব কার্য্য কি প্রকারে সমাধান করিবে। (২৬৪,-২৬৮ পৃঃ)

২২। ডাক্তার না পাওয়া গেলে পোষ্ট পার্টম হেমারেজের চিকিৎসা কি প্রকারে করিবে ? (৩০৪,৩০৭ পৃঃ)

২৩। সংক্ষেপে প্লেসেণ্টা ও ইহার কার্য্য বর্ণনা কর। প্লেসেণ্টা মেম্বেণ সম্পূর্ণরূপে নির্গত হইয়াছে কিনা কেমন করিয়া বুঝিবে ?

(৯১,২১৭, ২১৮, পৃঃ)

২৪। থে্রটেণ্ড এবর্ষণ ও হন্এভিবটেব্ল্ এবর্ষণে তফাৎ কি এবং তফাৎ কেমন করিয়া বুঝিবে ? (২৮৮, ২৮৯ পৃঃ)

২৫। প্রথম পোয়াতিকে গর্ভাবস্থায় স্তনের ব্যবস্থা সম্বন্ধে কি পরামর্শ দিবে এবং প্রসবের পর স্তনে ঘা ও ব্যথা হইলে কি "ক্র্যাক্ নিপল" বা বোঁটা-ফাটা হইলে তৎসম্বন্ধে কি ব্যবস্থা করিবে?

(৪১—৪৩ পৃঃ)

২৬। সদ্যজাত শিশুর চোখ উঠা কি উপায়ে নিবারণ করা যায়? চোক উঠিলে শিশুর শুশ্রূষা কি প্রকারে করিতে হয় এবং কি কি বিষয়ে সাবধান হইতে হইবে? (৮৬, ১৫৭, ১৫১ পৃঃ)

২৭। প্রসবের প্রথম ষ্টেজে অকালে মেম্ব্রেণ রপচার হইবার সচরাচর কারণ কি কি? ইহাতে প্রসব সম্বন্ধে কি কি অনিষ্ট হইতে পারে? (২৮৫ পৃঃ)

২৮। একটি মাতৃস্তন্য-পায়ী শিশুর গ্রীণ ডায়েরিয়া হইয়াছে। তাহার সেবার জন্য তোমাকে নিযুক্ত করা হইয়াছে। কি ভাবে তাহার শুশ্রূষা করিবে? (১২২ ১.৩ পৃঃ)

২৯। প্রসব বেদনা আরম্ভ হবার পর প্রসূতিকে সিজারিয়ান সেক্শনের জন্য কিভাবে প্রস্তুত রাখিবে এবং কোন কোন যন্ত্র ও লোশন অপারেশন থিয়েটারে প্রস্তুত রাখিবে সবিস্তারে বর্ণনা কর। অপারেশনের পর শুশ্রূষা কি প্রকার? (২৮৭, ২৮৫ পৃঃ)

৩০। তুমি কি কি এণ্টিসেপটিক ব্যবহার করিয়া থাক? এবং কিসের জন্য? (৭৭ পৃঃ)

৩১। প্রসব বেদনা উপস্থিত হইবার পূর্ব্বে পূরো মাসে শিশুর প্রেজেণ্টেশন ও পোজিশন কেমন করিয়া নির্ণয় করিবে?

(২৪৯—২৫১ পৃঃ)

৩২। স্বাভাবিক প্রসবের থার্ড ষ্টেজে কি প্রকার ব্যবস্থা করিবে?

(৯৩—৯৯ পৃঃ)

৩৩। নিম্নলিখিত জিনিষগুলি কি করিয়া প্রস্তুত করিবে ?

(ক) নর্ম্যাল সেবাইন্ সকিউশন্ (৩৬৫ পৃঃ)

(খ) আলবুমেন ওয়াটার (৩৬৩ পৃঃ)

(গ) হুয়ে (৩৬৩ পৃঃ)

(ঘ) টার্পেণ্টাইন এনিমা (৩৬৫ পৃঃ)

৩৪। প্রসবের বিলম্ব দেখিয়া ডাক্তার ফর্সেপ্স প্রয়োগ করিবেন বলিয়া তোমার নিকট তাঁহার যন্ত্রের ব্যাগ রাখিয়া গিয়াচেন ! ডাক্তার আসিবার পূর্ব্বে তোমাকে কি কি করিতে হইবে ? (২৮৮ পৃঃ)

৩৫। গর্ভিণীর নিম্নলিখিত লক্ষণ সম্বন্ধে সংক্ষেপে লেখ :—

(ক) প্রসবের পূর্ব্বে এবং পরে অকস্মাৎ নাড়ী দমে যাওয়া

(২৯৭, ২৯৯, ৩০১, ৩০৫ পৃঃ)

(খ) গর্ভাবস্থায় শেষ পর্য্যন্ত বমি (৪৫ পৃঃ)

(গ) পঞ্চম, ষষ্ঠ ও সপ্তম মাসে বারম্বার রক্তস্রাব

(২৮৯—২৯৯ পৃঃ)

(ঘ প্রস্রাবে আলবুমেন (২৯৩ পৃঃ)

৩৬। কি প্রকারে নির্ণয় করিবে যে একটি স্ত্রীলোক (ক) ১০ মাসের গর্ভিণী (খ) ৬ মাসের গর্ভিণী ? (২৪৮ পৃঃ)

৩৭। জন্মের প্রথম মাসে শিশুকে চোকা দুধ খাওয়ার নিয়ম কি ?

(১৩৫, ১৩৬ পৃঃ)

৩৮। একটি ছয় মাসের গর্ভিণী তোমাকে শুশ্রূষার জন্য নিযুক্ত করিয়াছে। তাহাকে কি কি বিষয়ে মনোযোগী হইতে বলিবে এবং সেই সময় হইতে প্রসব পর্য্যন্ত তাহার স্বাস্থ্য ও আহার সম্বন্ধে কি উপদেশ দিবে ? (৩৫—৪৪, ৫৯ পৃঃ)

৩৯। ইউটারাস অতিরিক্ত বড় হইবার কারন কি কি ? এই

প্রকার অতিরিক্ত স্ফীত হইবার দরুন প্রসূতির কি কি বিপদ হইতে পারে? (৫৪, ২৭৫, ২৭৮ পৃঃ)

৪০। ঢোকা দুগ্ধপায়ী শিশুর পুষ্টি হইতেছে না কি প্রকারে জানিবে? (১২০ পৃঃ)

৪১। সদ্যজাত শিশুর সর্ব্বপ্রকার এসফিক্সিয়ার, (হাঁপানোর) চিকিৎসা বর্ণনা কর। (৮৭—৯৩)

৪২। প্রসবের সেপ্‌সিস নিবারণের উপায় কি?
(৬৯, ৭২—৭৬, ৩১৫, ৩১৮)

৪৩। সদ্যজাত শিশুকে কিরূপে স্নান করাইবে এবং কি প্রকারে কর্ড ড্রেস করিবে? (১৪৮, ১৪৯)

৪৫। পেরিনিয়ম কমপ্লীট্ রপচার কেশের অস্ত্র হইবার পর রোগীর সেবা কিরূপে করিবে? (৩৫৭, ৩৫৮)

৪৫। কোন পোয়াতির ষ্টমাক্ ওয়াশ করিতে হইলে ইসোফেগাস টিউব কোন কোন রাস্তা দিয়া ঢুকাইতে হইবে? (২৩৬,—২৩৭ পৃঃ

৪৬। আহারের সময় খাদ্য বা জল শ্বাসপ্রণালীতে কিম্বা নাসারন্ধ্রে প্রবেশ না করিবার কি ব্যবস্থা আছে। (২৩৬—২৩৭ পৃঃ)

২৪৭। পাকক্রিয়া সংক্ষেপে বর্ণনা কর। খাদ্যের জলের ভাগ শোষণ করে যে যন্ত্র তাহার নাম কি? (২৩৭—২৩৮ পৃঃ)

৪৮। নিশ্বাস প্রশ্বাসের দ্বারা দেহের কি উপকার হয়? দ্বার জানালা শার্সি বন্ধ করিয়া সেই ঘরে গর্ভিণীকে শুইতে দিলে কি অনিষ্ট হইতে পারে? (৪০—২৪৩ পৃঃ)

৪৯। হ্বাইটামীন্ কাহাকে বলে? কোন কোন হ্বাইটামীনের অভাবে কি কি রোগ হইতে পারে সংক্ষেপে বর্ণনা কর। (১৪৭—১৪৮ পৃঃ)

৫০। জন্মের পর শিশু যদি একবার লাল একবার কালো হয়,

রক্ত সঞ্চালন যন্ত্রসমূহের কি গোলযোগ বুঝায়? মাতৃগর্ভে এবং জন্মের পর রক্ত সঞ্চালন প্রণালী সম্বন্ধে বিভিন্নতা কি ?

(২৪০—২৪৩ পৃঃ)

৫১। প্রস্রাব বৃদ্ধির জন্য কিডনীর উপর ড্রাই কপিং করিতে হইলে পেটের কোন জায়গায় কপিং গ্লাস বসাইবে ? (২৩৫ পৃঃ)

৫২। ইউটারাইন্ ইনার্ষিয়া কাহাকে বলে? প্রসবের প্রথম দ্বিতীয় ষ্টেজে ইনার্ষিয়া হইলে তুমি ইহার চিকিৎসা কি প্রকারে করিবে ?

(২৮২—২৮৩ পৃঃ)

৫৩। ডাক আসিলে ধাত্রীকে কি কি সঙ্গে লইয়া যাওয়া উচিত?

(৬৬, ২৫৬ পৃঃ)

৫৪। (ক) স্তন্যপায়ী শিশুর এবং (খ) বোতলের দুগ্ধপায়ী শিশুর ডায়েরিয়ার কারণ কি ? পেটের অসুখ হইলে তুমি কি করিবে ?

(১২২, ১২৩, ১৪২, ১৪৩, ১৪৪ পৃঃ)

৫৫। ইউটারাইন্ হেমারেজ হইবার পর শক্ হইলে কি প্রকার শুশ্রূষা করিবে? (৩৬০ পৃঃ)

৫৬। স্ত্রীলোকের পেল্‌ভিসের ভিতর কি কি কোন কোন স্থানে আছে তাহা বর্ণনা কর। (২০৬, ২১৩—২১৬ পৃঃ)

৫৭। স্তন দুগ্ধ পানের উপকারিতা কি কি? স্তন দুগ্ধ বাড়াইবার উপায় কি ? (১১৫, ১১৬, ১১৮, ১২১, ১২২ পৃঃ)

৫৮। তোমার উপর একটি আট মাসের গর্ভিনীর ভার দেওয়া হইয়াছে। যাহাতে তাহার প্রসব নিরাপদে হয় সে সম্বন্ধে তাহাকে কি উপদেশ দিবে এবং তোমার কর্ত্তব্য কি ? কি কি লক্ষণ দেখা দিলে তুমি ডাক্তার ডাকবে।

(৩৫, ৪৪, ৫৯, ৭৭, ২৮০, পৃঃ)

৫৯। কেথিটার ব্যবহার করিতে কি কি বিষয় সাবধান হওয়া কর্ত্তব্য। অসাবধানতাব কুফল কি? (১০৯, ৩১২ পৃঃ)

৬০। ভেজাইনেল ডুসের জন্ত কি কি লোশন সাধারণতঃ ব্যবহৃত হয়? প্রত্যেকটী কি প্রকারে প্রস্তুত করিতে হয় মাত্রা সহ বর্ণনা কর। (৭৬ পৃঃ)

৬১। (১) পেপটোনাইজ মিল্ক এবং (২) লাইম ওয়াটার কি প্রকারে প্রস্তুত করিতে হয়? (৩৬২—(৯৮১ পৃঃ)

৬২। ছেঁড়া পিরিনিয়ম সেলাই হইবার পর প্রসূতিকে কি প্রকার শুশ্রূষা করিবে? (৩৫৭ পৃঃ)

৬৩। পেলভিস্ কোন কোন হাড়ে গঠিত? ঐ হাড়গুলির বিশেষত্ব কি? পেলভিস মাপিতে কি প্রকারে? (২০৬, ২০৯, ২১০, পৃঃ)

৬৪। প্রথম পোয়াতির বাড়ীতে প্রসবের দ্বিতীয় ষ্টেজে তোমার কর্ত্তব্য কি, বিশেষতঃ মাথা বেরুবার সময়? (৮০, ৮২—৮৫ পৃঃ)

৬৫। প্রসবের পূর্ব্বে পেলভিস্ কণ্ট্রাক্টেড কি না কেমন করিয়া ঠিক করিবে। কর্ত্তব্য কি? (২১০ পৃঃ)

৬৬। কুমারীর ইউটারাস এবং সংলগ্ন যন্ত্রগুলি বর্ণনা কর। (২১৩—২১৬ পৃঃ)

৬৭। শিশুর নাড়ী কাটিবার পূর্ব্বে দুইটী লিগেচার দিবার প্রয়োজন কি? (৯৪ পৃঃ)

৬৮। গর্ভাবস্থার জরায়ুর কি কি পরিবর্ত্তন ঘটে লিখ। (২১৬-২১৬ পৃঃ)

৬৯। পুয়ার পারিয়ম কাহাকে বলে? তুমি কিরূপে ইহার ব্যবস্থা করিবে? প্রথম ১০ দিনের মধ্যে সাধারণতঃ কিকি কম্পিকেশন্ (গোলযোগ) হতে পারে? (২৫৬, ১০৪-১১৪ পৃঃ)

৭০। স্ত্রীলোকের "পোষ্ট নেটেল কেয়ার" বলিতে কি বুঝায়? প্রসবের পর ছয় সপ্তাহ রোগীর কিরূপ পরিচর্য্যা করিবে?

(২৫৬—১০৪—১১৪ পৃঃ)

৭১। প্রসবের পর এক মাসের মধ্যে স্তন্যপায়ী শিশুর মাতার স্তনের কি কি রোগ হইতে পারে এবং মাতার ও শিশুর ব্যবস্থা কি?

(১২৪, ৩১৯ পৃঃ)

৭২। ভেজাইনেল ডুশ দিবার নিয়ম কি এবং কি কি বিষয়ে সাবধান হওয়া আবশ্যক? (৩১৮ মৃঃ)

৭৩। শিশু কি কি কারণে স্তন্য পান করিতে চায় না? সেই কারণগুলি সম্বন্ধে কি ব্যবস্থা করিবে? (পৃঃ ১২৫—১২৯ পৃঃ)

৬৪। এণ্টিপার্টম্ হেমারেজ কয় প্রকার? ৭ মাসের প্রসূতির রক্তস্রাব হইলে ডাক্তার আসিবার পূর্ব্বে কি করিবে? (২৮৯ পৃঃ)

৭৫। ফ্লেগমেশিয়া আলবা ডলেন্স কাকে বলে? মালিশে উপকার হয় কি? (৯১৮—৩১৯ পৃঃ)

৭৬। এণ্টিনেটেল কেয়ার কাহাকে বলে? এ সম্বন্ধে গর্ভিণীকে কি উপদেশ দিবে? (৩৫, ৪৪, ৫৯, ৭৭, ২৮০ পৃঃ)

প্লেসেণ্টা নির্গত হইবার পূর্ব্বে প্রসূতির রক্তস্রাব হইতেছে? ডাক্তার পাওয়া যায় না। কি করিবে? (৩০৪—৩০০ পৃঃ)

প্রসবের পর প্রসূতির হাইপারপাইরেক্শীয়া হইয়াছে? কি প্রকার শুশ্রূষা করিবে? (৩১৮ পৃঃ)

পুয়ার পারেল অবস্থায় প্রসূতিকে বসিতে দিবে কখন?

(১০৬,১০৬ ধৃঃ)