

ABONNEMENT

Pays étrangers

Pour un an : 2 Dolars

Edition spéciale : 3 Dolars

ADRESSE

«İdjtihad» Constantinople

Téléph : 20865

xxviième ANNÉE

15 Juin 1932

İÇTİHAAT

Türkçe ve Fransızca
İLMİ, EDEBİ, İKTİSADİ

No : 347

ABONNEMAN

Seneliği (24 Nusha) Türkiye

için: 2 1,2, Â'lâ kâğıdı

5 liradır

ADRES

Cıgaloğlunda İctihad Evi

Tarihi Te'sisi :

1904 — Genève

Yirmi yedinci sene

15 Haziran 1932



DARWİN

Halk için hıfzıssıhha sütunu : [']

GİRİP

Harb-i Umumiden beri grip artık her sene bizi ziyaret etmeyi unutmıyor. Gripin mikrobi pirinç danelerine benzer ve mikroskobun pek kuvvetli bir adesi altında ancak görülebilir. Ber mu'tad gripin senelik ziyareti, ekseri, Avru-panın şarkında başlar ve yavaş yavaş garba doğru gider buunlaberaber her sene şiddetinden bir az ga'ib ettiği görülür. Harb-i umuminin son senesi olan 1918 de umum dünya halkının gıda noksanından ve bâ husus vitaminsiz gıdalarından sıhhatları bozuk ve te'essür ve halecan-lardan ma'neviyyatları kırık bulunmak neticesi vücudlarında hastalığa karşı durmak kuvveti pek ziyade azalmış bulunduğundan grip, olanca kuvvetile hükümünü icra etmiş ve pek çok tahribata sebep olmuştur. Hattâ o zamanlar

['] Muhterem ve fazıl hocamız mu'allim Dr. Şükrü Paşa, bundan sonra İctihad a bu umumî unvan altında makaleler ihda etmeyi va'd buyurdular.

olsun 27 seneden beri ilm ve fikir mücahedesinin yapıldığı İctihad Evi ni bilen ve gören acaba kaç kişi vardır ?

Hatırimdadır : Mektebi Tıbbiyyede talebe iken, ba'zı arkadaşları uyandırmak ve « Yarım hoca insanı, dinden, yarım hekim candan eder » darbi meseline ma'ruz bırakmamak için Darwin ve sa'ir büyük adamların eserlerini okutmağa sa'y ederdik. Bunlardan ba'zılarının değil yalnız Hoca babaları, Paşa babaları bile böyle şeyleri okumayınız küfre uğrarsınız. « Darwin, efdal mahlukat olan insanı maymundan çıkmadır diye âlemi iğfal ediyor », iddi'ai eblehferibane -sile evladlarını cehalete sevk ediyorlardı ! İslâmiyet 'akidelerinin hakikatına vakıf olma-yan bu cühelâ :

« Ayinedir âlem, her şey Hak ile ka'im » felsefesini unutuyorlardı.

Dr. İ. Temo

« Flandre » harb cebhesinde kazanılan muzaf-feriyyetleri her iki tarafın grip neticesi pek bitkin bir halde bulunan ordu ve askerlerinden ziyade hastalık mikrobunun kazandığını istilâ-nın şiddetine telmih ve işaret kabilinden söy-lerlerdi.

Grip mikrobi insanların ağız ve burun sularında bulunur ve oralarda çoğalır ve hava vasıtasile bir şahısdan başkalarına geçer ve ulaşır. Şiddetli öksürük veya aksırıkla hasta-lıklı bir kimseden milyonlarca mikrob etrafa saçılır ve yakında bulunan kimselere nefes ta-rikile hastalık aşılanır. Teneffüs geçidlerinden giren mikrob yerleşmek için zemini müsa'id ve mukavemetsiz bulursa derhal yerleşir ve çoğalır, bu suretle yeni bir grip hastası daha mevcuda ilâve olunur.

Bütün hastalıkların tohumları pislik nev'in-den oldukları için ziya ile saf hava ve temizlikden

hiç hoşlanmazlar ve da'ima temiz olanlardan kaçarlar, bununçün nefes alma yolları pis olan kimseler kolaylıkla hastalığa tutulurlar. burunlarında eskimiş nezle, bademciklerinde müte'affin iltihap, dişleri çürük veya müzmin ciğer hastalığı olan kimselerle temas edenler, sıh-hatce düşkün ol-nlar, bütün kış aylarında kapalı yerlerde çalışanlar, kalabalık tirenlerde seyahat edenler, jimnastik yapmayanlar hastalık tubumunun intişar menba'î olurlar. Hastalık ya birdenbire ve yahud bir nezle ile başlar. Bu halde hastalığın ehemmiyyetli olacağına bunu alâmet ad ederler, çabuk tedavi edildiği halde gırib çabuk geçer, ma'amafih serbest ve şekline göre muhtelif manzaralar gösterir. En çok görülen şekli göğüsde yerleşir, buda öksürükler, aksırıklar, burun akmaları alâmetile tezahür eder. Aynı zamanda bacaklarda ağrılarla baş ağrısıda bulunur, ikinci bir şeklide mi'de sancılarile gasyanlar suretinde görünür. Hastalığın nâdiren tesadüf edilen üçüncü şekli ise vücudumuzun asebi tezahüratile müterafık alâmetler gösterir. Şiddetli baş ağrıları, arka ve bel ağrıları ve düşkünlük gibi haller haftalarca devam eder.

Gırip haddı zatında ağır ve ehemmiyyetli bir hastalık değilsede başka hastalıklarla karışıp ihtilât ettiği için ehemmiyyet kseb eder. Hattâ ba'zan havatımızı tehlikeye bile kor. Gıripden kimse ölmez fakat gıribin sebep verdiği zatürri'eden çok insan ölür. İşte zatürri'e ile ihtilât etmesile gırib salgınından korkulur.

Gırıbe tutulan bir kimse başka hastalığa karışmaması için hastalık başlar başlamaz yataga girüb büsbütün eyile inceye kadar yataktan çıkmamalı, yataktan kalkınca da hemen sokaga çıkmayup en aşağı üç gün evde kalmalı ve dışarı çıkacağı vakit sâkin ve güneşli bir havada sa'at on bir ile üç arası bir zamanda çıkmalıdır.

Gırıbe yakalanan kimse için alelhusus çocuk olursa her şeyden evvel yapılacak iş yataga

girmek ve vücudu sıcak tutmaktır. Sıcak şişeler, sıcak örtüler, sıcak banyolar, sıcak şeyler içmelidir. Bunlar vücudu ısıtır ve terletir. Hareket derecesi tabi'î oluncaya kadar katı şeyler yedirmemelidir. Gırib pek çabuk tekrarlar. Tekrarlaması ise daha tehlikeli olduğu için acele edüp eyilemeden hemen kalkmamalı. Nekahat devrini uzatmalı, gıripden sonra ziyade bir gevşeklik ve halsizlik, bedenen ve fikren çalışmak için isteksizlik hasıl olur. Nekahat devrini kısaltmak için mümkün olduğu kadar hastanın etrafında bir değişiklik yapmak çok faydalı olur. Hastalıktan sonra görülen bu haller ve nâ hoş duygular hakikatde mikropların, toxinlerin ya'nî zehirlerinin henüz vücutta olduklarının alâmetidir. Bunlar vücuttan temâmile çıkıncıya kadar hastalığın tekrarlamak tehlikesi vardır.

Hastalıktan korunmak için ma'nen ve maddeten kuvvetli bulunmalı. Vücutumuzun sıh-hatına itina etmekle beraber ruhumuzu da sıkınamalı, hastalıktan korkmamalı! cereyanlardan sakınmakla beraber bol saf hava almalı, yorulmamak şartile jimnastikler yapmalı, izdihamlı yerlerden kaçınmalı, burundan nefes almalı, güneşden istifade etmeye çalışmalı, aksıranların yanında durmamalı. Gırib istilâsı devam ettiği müddetce hafif bir muzadı ta'affün mahlûl ile sabah ve akşam ağzı ve burud deliklerini temizlemeli, kuvvetli bir mahlûl kullanılırsa boğaz ve burunun hassas olan gıayı muhatisini tahriş ve tahrip eder ve mikropların ora da daha eyi yerleşmesine sebep olur. Temiz ve muğaddiyemekler yemeli ve aç karına işe gitmemeli, bunlardan başka hastalık için sıkılıp merak etmemeli, hastalığa tutulanlar, ayakta geçirmek sevdasında bulunmayup, kırıklık ve zikir ettiğimiz alâmetler başlar başlamaz yataga girmeli ve Doktoru çağırmalıdır.

Büyük Ada Dr. Şükrü