

невидими частици слюнка. Тъкмо тия частици (изпръски) носят и предават заразата на много болести, а най-вече на туберкулозата.

Затуй, боленъ или здравъ, всѣки трѣбва да свикне да не говори отблизо, да поставя кърпа или ржка при кашляне и кихане и да помни, че често пжти, безъ да иска, може да предаде болестъта си на другитѣ, на околнитѣ си. Така се предава и инфлуенцата, и брусницата и скарлатината.

Първото нѣщо, което трѣбва да помнимъ, то е: че туберкулозата е много разпространена болестъ. До скоро тя се ширѣше най-вече въ градоветѣ, ала напоследѣкъ проникна и въ селата и тамъ прави не по-малко опустошения.

Знаемъ, колко много болни отъ туберкулоза сж прѣснати навсѣде и какъ тѣ нехайно, поради незнание и немара, се отнасятъ къмъ близки и познати. Никой отъ тѣхъ не взема най-обикновенитѣ мѣрки да предпази отъ заразяване другитѣ, да не кашля въ лицето на близкия си, да не плюе и да не храчи де завари.

Затуй, може да се каже, че рѣдко има човѣкъ, докато стигне 20 годишна възраст, да не се е заразилъ отъ туберкулоза. Учениитѣ доказаха това съ точни изследвания най-вече за градоветѣ.

Напоследѣкъ, благодарение на това, че селянитѣ почнаха усилено да иматъ вземане-даване съ градоветѣ, да прекарватъ тамъ въ кръчми, ханища, хотели и въ частни кжщи, да изпращатъ децата си въ училищата, младежитѣ — въ казармитѣ, момичетата — да слугинствуватъ, ние виждаме, че туберкулозата все повече и повече се настанява въ селата и прави голѣми поражения. Има цѣли семейства, които измиратъ отъ туберкулоза. И болестъта тамъ се шири застрашително: деца, юноши, девойки, майки и бащи ставатъ все по-често и по-често жертва на туберкулозата.

Затуй, отъ день на день се налага сериозно да се замишимъ за борбата, при наши условия, противъ тази „бѣла чума“, както наричатъ нѣкои туберкулозата.

*

Видѣхме, че най-често се заразяватъ отъ туберкулоза, най-често боледуватъ бѣлитѣ дробове у човѣка. За да се предпазимъ отъ заразяване, първата мѣрка, ще рече, е да опазимъ отъ зараза бѣлитѣ си дробове: да си осигуримъ здраво дишане, да не се излагаме на заболяване, чрезъ ослабване на гърдитѣ си, чрезъ омаломощване на дробоветѣ си.

Знаемъ, колко бързо и силно запада човѣкъ, когато боледува отъ охтика, когато болестъта засегне и почне да разяжда бѣлитѣ дробове: той схъне, чезне, губи сили, тлѣе всѣки день. Въ нѣкои наши покрайнини, за такъвъ боленъ казватъ: „сбира