

Jetika (pljučna tuberkuloza) je nalezljiva bolezen; okužimo se pa zlasti s pljunki in izmečki jetičnih. — Jetični, ki pazijo na snaznost, niso nevarni svojim bližnjim. — Jetike se lahko ubranimo! — Jetika je ozdravljiva!

Kako se ubranimo jetike?

Pljuvanje: Ne pljuvaj nikdar na tla!
Ne kašljaj nikomur v obraz!
Na cesti pljuvaj v žepni robec!
Doma pljuvaj v pljuvalnik, ki je napolnjen z vodo!
Pljuvalnik se mora vsak dan izprazniti v stranišče ali v kanal,
očistiti z vrelo vodo in zopet napolniti s svežo vodo.

Perilo: Žepni robec, ki si ga uporabljal, namoči v vodi in ga daj kolikor
mogoče kmalu izkuhati.
Telesno in posteljno perilo bolnikov je treba zavijati v mokro rjuho,
spravljati na varnem, nedostopnem kraju in izkuhati ločeno od
drugega perila.

Pometanje: Ne puščaj, da bi se pometalo brez škropljenja!
V prahu so pogosto jetične kali, ki povzročajo jetiko.
Tla je treba poškopiti z vodo. Metla mora biti ovita z mokro cunjjo.
To cunjjo je treba po pometanju izkuhati.
Stanovanje bodi snažno!
Hišno opravo snaži z mokro ruto.

Zračenje: Zrači neprestano!
Pozimi in ponoči imej, če možno, okno nekoliko odprto!
Bolnika dobro odevaj!

Hrana: Treba je dobre in tečne, raznovrstne hrane (mesa, prikuhe, zelenjave,
močnatih jedi, kruha, surovega masla, sira, mleka).
Ne jej preveč naenkrat!

Alkohol: Preobilno zauživanje opojnih pijač (vina, piva, žganja, konjaka,
ruma) je škodljivo.
Pijanci največkrat obolē. Otroci sploh ne smejo dobivati alko-
hola v zauživanje.

Mleko: Mleko uživaj le prekuhano!
Surovo mleko lahko škoduje.

Umivanje: Vsako jutro odrgni si vse telo z namočeno in ožeto ruto iz domačega
platna.
Nato se obriši s suho ruto.
Vsako jutro izmij si usta in grlo ter si osnaži zobe.
Nohte imej čiste.
Pogostoma se koplji.
Pred jedjo umivaj si roke!

Poljubovanje: Otrok ne poljublaj na usta.

Spanje: Na pljučih bolni morajo biti sami v postelji, ker lahko
okužijo vsakogar, ki bi z njim ležal.



030041643



NARODNA IN UNIVERZITETNA
KNJIŽNICA



00000502142

COBISS

68724