

N A U K

OD

KOSE STAVLENJA

VINZENZA KERN

Doktorja ranozelenja, uda sdravilške šhole
na Duneji, zefarskiga uzhenika ranozelen-
nistva v' Lublani.



L U B L A N A

Natisten per Joa. Fridr. Egerju na Polanah.

1 7 9 9.

Mej dvěma hudima se majnfhi sbere.





P R E D G O V O R.

Na zęsti proti fręzhi, kamer vse hitę, je sdravje /perva stopna. — Bolni shivot ni fręzhen, tedaj ga moremo per sdravji ohraniti. — Bolęsen, katira mladost podjeda, je narhujęhi, ona vse perhodno shivlenje v' nadloge pogręsne, inu svojo fhkodlivoęst na posledne rodove safeje. Med vezh drugemi bolęsnami koseę, kakor derezh potok, mladi sarod podkopujejo, inu k' pogrebi nosio; katiri imajo fręzho, jeh prestati, doętikrat távájo okoli, kakor řenze; inu kadar doshiveę svoj veliki konez, druge roditi, so njih otroki mladi řivzi, inu nezhięst svirk teleęsneh bolęsni. — Koseę Stavlenje — je skufhena pomozh, teę strashne řlędove odverniti. — Zęla Europa ga zhaęti, inu se mu hvali sa řęshenje jesar svojih prebivalzov. — Sami Krajnzi komaj po imęni posnajo, kaj se pravi: Koseę staviti.

Katirmu perjatlu zhlovęskiga roda se neterga řerze, kader spomni, kaj slęga so koseę per nas dosdaj řturile? Starisęhi objokujejo sgublęno pomozh

mozh inu vesele, deshela sdihuje nad pokopanim zvetjam svojiga upanja; ti mali, kateri kosam komaj vjidejo, so vezhidel bolehní, inu pishkovzi. — Lani sim poskusil tukaj v' Lublani kose staviti; velika inu majnsi gospoda, tudi drugi ljudje so pustili, de sim njih otrokam kose stavil; vsi so bili frezhni, inu vsi shestkrat defeteri otrozi, nad katirmi sim skuhsuo sturil, so shivi, sdravi, inu nepikasti ostali. Kdo nebode shelel to kosjo kugo potolashiti, inu pomozh s' obema rokama objeti. — Tukaj vam ponudim to pomozh; skuhsna vas bo uzhila, de je dobra. -- Tudi je moj nauk dober sa samo od sebe kosave otroke, de se namrezh imajo na zhisti sapi bres vseh pazarij pustiti. Zhe bom le eniga samiga skusi moj nauk od smerti reshil, bo moje vesele zhes vse obzhutenje.

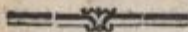
Lublana 2. fufhza 1799.

Vinzenz Kern.



Kose so ena snana bolešen, de jeh ni tre-
ba popilvati. — Al so tako stare, ka-
kor zhloveski rod; al so jele potle, kader
so ljudje sazhele kozhlivo shiveti, inu sebi
fkuši umetne sladkarie strup kuhati; al so
k'nam od drugot pernese; se nizh prav neve.
Pustimo tedaj te prashanja na stran; nadlo-
ga je med nami dolgo po svoji glavi kralo-
vala, prevezh otrok nam v'pervim zvjeti
pobrala; sahvalimo se, de v'nashih zhatih
je pomozh snajdena, to je, dve preproste
inu lahke rezhi: stavlenje, inu zhista sapa,
srak ali luft.

V'desheli Zirkasia matere prebodejo
otrokam kosho s'eno shivanko, inu na to
rano pomashejo gnoj od drugih kosavih
otrôk. Zirkasia leshi v'Asii uni kraj Tur-
zhie sa zhernim morjam; matere so skerbne,
de bi njih hzhere nebile pikaste, satorej
jem v'kratkim po porodi kose stavio. V'
Afriki je navada vselej med pavzam inu
kasavzam na roki prebosti, inu kose vsta-
viti. Kitajzi to je kinejzi shę od nesnanih
zhasov kose tako stavio: vsamejo posufhe-
niga gnoja, ga smanejo, s'pishmara smesha-
jo, na en svalk pavole potręsejo, inu v'nos,
de-

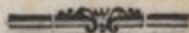


denejo tistimu, kir ima kose dobiti. Tudi na Nemškim je bilo kose kupvati od vezh stolęjov navadno; katir jeh je kupil, je mogel nekaj plazhati, potle vsel nekitere gnojne kose, te s' shivanko napikal, inu kose notri vdergnil, inu vgnal. Narbol gmej ludje so skorej po zelim svęti kose stavili, tedaj so to navado sa dobro sposnali. Sdej sazhenajo tudi po mestih inu med visimi stanovmi kose stavlati; inu vsi modri sdravniki svetvati. —

Al bodete prashali: sakaj je dobro, kose staviti? zhmu je, inu kaj pomaga? — Na te prashanja odgovorim.

Pervizh. Gotovo je, de sledni zhlovek kose dobi, al vezh al majn, al faj kosjo merslizo; tedaj ni nobena bolshi rezh sa fleherniga, kakor de takrat kose dobi, kader je terden inu bres vse druge bolešni. To pa se sgodi per stavlenji: otroku se vstavio takrat, kader je sdrav, bres kashla, glift, inu kader mu prvi subję ven negredejo. Tukaj ima shivot le eno samo bolešen premagati, tedaj otrozi njo lashishi prestoje.

Drugizh. Kose same od sebe rade napadejo otroke ob merslizah per kashlih, sobę pogananji, inu gliftah; slab shivot se dvęma bolešnama nemore lahko braniti, oflabi, inu do-



dostikrat vfa sdravilſka umnoſt nepomaga nizh, ker boleſen je dvoja, inu ozhe naravnost naſprotne pomozhi imeti; ena ozhe hlad, druga toploto, ena kiſlo druga ſladko, inu tako zhe eni pomagafh, drugo drashiſh.

Trętzish. Koſę ſo is sazhetka drugem ſpahlivem boleſnam podobne, narbol ſkuſhen sdravilz lahko meni, de ſe kaj drugiga ſpahuje, da druge pomozhi, vkaſuje na gorkim leſhati, kar je per koſah narbol ſhkodljivo; koſę al ven nevdario, al hude poſtanejo, ſhivljenje vsamejo, al ſaj zhloveka na vſelej oflabę. Per koſę ſtavlenji pa ſe vſelej vę, kaj inu od kod pride, tedaj ſe tudi vę, kajſena pomozh ſe ima dajati.

Zhetertizh. Koſe napadejo doſtikrat ob narnerodniſhim zhaſi polęti, poſno na jeſen, al po ſimi. Takrat koſarje na proſt luſt poſtaviti, al je premraſ, premokro, al prevrozhe. Per ſtavlenji pa ſe sbere narperloſhniſhi zhaſ pomladi, al proti jeſeni; takrat ſe otrozi lahko na luſt noſio, katiri je narbolſhi ſa koſzove tavſhentkrat ſkuſhena pomozh, narvarniſhi, inu edina; koſę pa na to viſho ſe narhitriſhi preſtoje.

Petizh. Koſę rade popadejo vezh otrök na enkrat mozhne inu ſlabe; nesaneſejo nizh bolehnim, ja take ſhe rajſhi primejo, ker ſo ſlabi; ſkusi to ſo koſę hujſhi, ker
na

na enkrat v'vezh teleših nadležo delajo, strup od sebe dihajo, slaſti, ker ſo hiſhe mokrotne. Ludje imajo flabe jedi, luſt je mehke, inu po dolinah nesdrav. Per koſe ſtavlenji ſe sberejo sdravi terdni otroki ob lepim sdravim vremeni, ſe jih nedene doſti v'eno hiſho, koſzavi ſe noſio na zhiſt luſt, koſzavi ſtrup ſe na proſtori raskadi, nemore ſhkodliv inu kuſhen poſtati.

Sheſtizh. Kader koſe ſame od ſebe pridejo, ſe dobojo ſkusi dihanje, ker otrok po luſti raskropleni koſji ſtrup ſkusi ſapo v'ſe potegne, ſtrup pride v'pluzha inu od ſnotraj rojiti ſazhne. Shivot vezhkrat nemore ſtrupa ven pahnuti, oſtane ſnotraj v'oſerzhji, ter otroka vmori. — Per ſtavlenji pa ſe vſame gnoj od dobreh koſa, ſe le na verhi shivota vdene, veſ notrajni ſtrup le vlezhe ven k'ſebi iſ notrajniga teleſa; luſt ga naſe vlezhe, majnſha, prozh piha, pomaga ſe ſtrupa snebiti, pike ſe neſture, ker koſe niſo hude, shivot neſ' hujſha, inu neoflabi.

Sedmizh. Veſt ſaveſhuje inu ſtarſham ſapove, de imajo otrokam koſe ſtaviti. Vera uzhi, de vſi oſkerbniki ſo dolſhni tiſte pomozi na otroke obernti, katire modri inu ſaſtopni moſhje perporozhajo ſa shivlenje otrokam ohraniti. Koſe ſtavlenje ſamore vſako leto vezh tavſhent otrokam shivlenje perhraniti, sdravje poterditi; ſatorej ſe taifti zhes

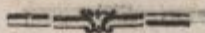
zhes vëro pregrëfhe, katiri nepuſtë ſvojim otrokam koſë ſtaviti, kader jim vſi modri povejo, de to je pridno inu potreëbno ſa sdravje inu ſhivljenje njih otrök. Profim vſe Duhovne, vſe arzate, inu katirim zhlo-veſka ſrežha per ſerzi leſhi, naj ta moj uk povſot oſnanujejo, ſ' previſhanjam pod-
përajo, inu ſebi hvalo ſaſluſhio, katiro jim bodo enkrat v' perhodnih zhaſih ludjê da-
jali, kader bodo po ſkuſhni ſpoſnali, kaj pomaga koſë ſtavljenje k' vſeſkupnim pridu-
zëliga zhloveſtva.

V I S H A

koſë ſtaviti, inu koſavim otrokam ſrežhi.

Koſë ſtaviti je ena tako majhena lahka rezh, de jo ſna vſaki zhlovek bres velike ranozëlne ſaſtopnoſti opraviti; kakor je tudi med narbol gmej ludmi po vſih krajih ſvë-
ta ſhë davno navadna bila. Matere v' Zir-
kafii ſame ſvojim otrokam koſë ſtavio ſhe
per ſerzi. V' Shvedii jeh ſtavio Sholmaſter
inu vſëgarza po ſvojeh vaſëh, ja vëzhidël
matere ſame to dobroto ſturë ſvojim otro-
zhizham.

Otrok ima biti sdrav inu terden; ga
ni trëba nizh perpravlati; nizh purgazie
dajati; mu ne piazhe dati, de bi ſe putil;
vſe arznie ſo ne lë ſamo nepotreëbne, am-
pak tudi ſhkodlive. Takimu sdravimu otro-
ku ſe koſë vſtavio tako:



Vsami eno ojštro britvizo, preręshi s' njo eno gnojno koso per enim drugim kosavim otroku, kir ima dobre kose, pomašhi britvizo s'kosavim gnojam. S' to ognjeno britvizo prebodi kosho na sgorni roki frędi med ramo inu komolzam timu otroku katirnu kosę stavish, britvizo porini s' ploškam po strani pod kosho tolikaj, de do shiviga pride, puſti de gnoj v' to majhino tezhe, potęgni nasaj, vsheni gnoj notri s' tvojim perſtam, inu tišhi rano s' palzam ene minute; tako ſturi tudi na drugi roki; inu vſe dęlo je ſturjeno. To ſe ſna tudi ſgoditi na notrajnim kraji na ſtęgnih, al kęr bodi na shivoti; namęſti britvize je tudi dobra ena ſhiroka kersnarſka ſhivanka, katira je na tri robę bodezha.

Ako nimash froviga gnoja od eniga drugiga kosaviga, ſnašh tudi poſuſhen kosji gnoj vſęti; ta ſuhi gnoj ſe raſmane v' prah, ſe potreſe na s' ſhivanko ſturjeno rano, inu notri vmane. Poſuſhen gnoj ſe tako narędi: sręle kose od dobrih kosavilh otrok ſe naberejo v' en glashek s' vratam, notri poſuſhe, inu glash dobro ſamaſhi, inu na ſuhim hrani; kader pride dober zhaſ sa kosę ſtaviti, ſe s' tim ſuhim gnojam nekiterim otrokam kosę vſtavio, potle pa ſe ſna od tih otrok sa druge frovi gnojjemati. Eni tudi imajo navado ſavlęzhi eno zvir-

na-

nato nit, katira je v' sdravim kosjim gnoji namozhena; al jef to visho nimam sa dobro; temuzh mojo pervizh popisano bol perporozhim.

Kader so kosę enkrat postavlene, ni tręba nobene obęse, otrok se oblęzhe v' svoje oblazhilo, inu to je sadofti. — Perve dva tri dni otrokam nizh ne dęne, so vesęli, skakajo, radi jędo inu spę; vse jim grę dobro po navadi. — Zheterti pęti dan se rana vname, jih pezhe, zhafi tudi roka inu podrama boli. — Shęsti sędmi dan je bolezhina hujshi, rana bol vnęta; otrozi nepokojni, glava boli, udję vpadajo, jęsti nedifhi, inu jih mrasi. — Ta rezh raste od sedmiga dneva do enajstiga. Rane, kę so kosę stavlene, sazhnejo se gnojiti, udje dalaj bol bolę, glava inu ozhi so bolęzhe, ozhi postanejo kermishlave, flina se zedi, sapa is ust smerdi, jesik bęl, sheja, vrozhina, nozhi nepokojne bres spanja. — Je mersliza sędmi dan perzhęla, se shę desęti dan nekitere kose pokashejo, slasti na obrasi, inu persih kakor majhene rudęzhe pike. Po navadi pa ta rezh sbe lę enajsti dan pride. — Dostikrat te pertakne desęti enajsti dan boshjast, inu strashenje; to je vender malokrat nevarno, vęzhidęl pomęni narbolshi kosę, inu jęna, kakor hitro so kosę popolnim ven vdarile. Kader tedaj one ven
spa-

spahujejo, vsa bolešen doli jemle, otrok postaja veseljši, mersliza majnši, zipla ali shila tepe bol po sdravi navadi; vnętje na rani vpade, inu se lępo ognoji.

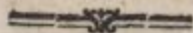
Trinajsti, shtirnajsti dan kosę poganajo verhove, se sagnoję; ob tim zhati mersliza vezhkrat raste, otrozi so nepokojnishi, zhmerni; sato ker se kosha prevezh natęgne, inu gnoj koshe shilize segata; to vender lę eden al dva dni terpi; sakaj nar-dalaj faj do shtęstnajstiga dnę so kosę popolnim ognojene; vsi hudi perpadki redaj jęnajo popolnim, otrok postane pokojen, jęsh, rad spiozh, vse spęt po sdravi navadi. Sadnizh se pozhnejo kosę sushiti, rane zęliti, mehurji sami prozh padajo, pervizh po obrasi, potle na perlih inu rokah, sadnizh po nogah; inu tako je do eden inu dvajsetiga dnę vsiga konez.

Narvezhi pomozh v' ti bolešni je: no-bene pomozhi dajati. — Od sazhetka notri do konza naj kosarji hodio sunaj pod milim Bogam v' zhistim lufti; zhe nemorejo hodi-ti, jih je tręba ven nositi, al na kolizah vositi. — Ta sama pomozh bo tavshentam otrök shivlenie perhranila. Sizer naj jędo po navadi, jih ni tręba nizh skusi arzne perpravlati; vamo, de nesmejo zhes mero jęsti inu piti. Kakor hitro jih mras tręsti sazhenę, se jim jęsti nelubi, jih ni tręba si-liti;

liti; enmalo shupe al foka jim je doſti; famo zhiſto vodo naj piejo, al pa s'lemonami okiſano, al s' malo ſtarim vinam, al pa s' v'njo oſhĕtmi ſtolzhenami pezhkami od buzh ali dĭn. Vſaki thee je ſhkodliv, vſe notrajne sdravila nepotrĕbne; vezhidĕl imajo malo merslize, inu malo vrozhine; zhe je per nekatirih rĕdkih trĕba kaj pomozhi, ſe malokrat permĕri; nikar tedaj ſtarſhi naj neperganajo arzatov, de bi jim kaj dajali.

Neumni neſaſtopni dajejo otrokam nekatire rezhi, mĕnio, de jim nemorejo nizh ſhkodvati; al otrozi neradi noterjemlejo, oni ſo perſileni, otrok poſtane nevolen jeſen, inu to perneſe veliko ſhkodo. Nemiflite, de otrok nima jeſe; on ima ſhe tolikaj bol ſhkodlivo, kolikor je ſlabiſhi, inu bol mehkih udov, inu sraven od boleſni ſhe bol obzhutliv. Zhe ga vezhkrat drashiſh, huiſhi je jeſa, ona mu vſe v'ſtrup preverne, v'ſmertni ſtrup, inu ſtarſhi poſtanejo s'arzatmi vred morĭvzi ſvojih otrĕk.

Narimenitniſhi Sdravniki naſhiga ſedajnega ſtoletja terdio v'ſvojih bukvah ta moj nauk, inu ſkuſhna je mene ſamiga po-goſtim uzhila, de narhuiſhi ſlĕg inu boſhjaſt, katira koſzave otroke popade, prezej jejna, kakor ſe v'proſt luſt ven perneſejo.



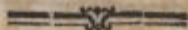
Nerezhem, inu nemorem rezhi, de ni zhafi per kosah pomozhi tręba; al arznie so filno malokrat per vstavlenih kosah; per kosah sameh od sebe pa bol pogosto potrebne. Kader namrezh kose napadejo eniga otroka, katiri je od ene pretezhene bolešni, al od ene sedajne slab, al kader dobí košę od eniga drugiga, katiri nima dobreh; al zhe je kosavi otrok vrozhine delajozhe jedi ali piazhe vshival, prevezh odęt bil, ako je bila hišha saperta, de nima zhištiga lušta, katiri bi kosavi strup nate jemal, inu prozh pihal inu nošil. Per taki krivi poštreshbi se košę al nešpahnejo, al nasajpotęgnejo, al se ena v' drugo škup sliejo, hude inu persadne poštanejo. Kajpade je takrat arznie tręba; al tukaj jih nebom popisal, kęr sdaj nepišhem nauk sa arzate. Vender je vselej per kosah dobro dajati otrokam shupo, s' vodo mešhaniga vina, de košę rajšhi venposhenejo; otroke prenešti na lušt, inu ta štręshba bo vezhi pomagala dostikrat, kakor drage štvari is sdravilškeh šhtazún.

Kader košę popolnim gnojne poštanejo, je dobro sa sdravje inu sa lepoto, vsako sręlo koso s' šhivanko predrešti, gnoj laglej rezhe, štrup se hitrišhi sgubi po lušti, inu pike se majn posnajo. Zhe so ozhi sapa-zane, s' gnojam salite, se pomozhi bela ru-
ta

ta v' toplim mlěki ali vodi, se s'njo ozhi sperejo, inu omijejo; fizer gnoj rad ozhi skali, ali pa trepavnize vkupsarastejo.

Eni menio, de po opravljenih kosah je dobro otrokam purgazio dati, de se vse venispele, kar bi morebit strupa s'he v' telesi ostalo; ja oni menio, de od nesturjeniga purgiranja ali izshistenja pridejo hudi ostantki sa kosami, kakor prisad v' ozheh, spahnenje, jetika, inu druge nadlege po udih. — Al jes sim naravnost druge misli, ter pravim: de ti hudi ostantki pridejo ravno od purgazj inu preskerbniga zhistenja. Per sledni bolesni si pomaga shivot s'eno visho svojiga navadniga isprasnenja. Per kashli sazhne ven metati, per nahodi is nosa kidati, per drugim notrajnem vdari na vodo, na blato, na put. Per kosah se sprasni nash shivot po verhi koshe. To nam kashhejo gnojni mehurzi, inu ruzhe pike, katire s'he dolgo po kosah ostanejo. Ako timzhafi purgazia po zhevah segata, potegne ona strup nasaj v' shivot is unajniga liza verh koshe; purgiranje oflabi venkadenje skusi kosho, kosava hudobia se neiskadi, se sazukne, ostane v' trupli, inu pozhenja tiste sgoraj rezhene strahne nadloge. Nikar se nobeden nepusti motiti, po kosah ni drugiga treba, kakor se vezhkrat v' mlazhni vodi kopati; voda opere strup,

shi-



shivot se sgreje, inu rajshi is njega venka-
dí, kosha se smezhi, inu osdravi, ker je
popred od prisada inu gnoja dosti terpela.
Oblazhila po perili se morejo smiraj pre-
menovati, to je frajze, rjuhe, inu druge
take rezhi. Sklenem rekozh: sa kose je
dobra **SNASHNOST**, inu **ZHISTA SAPA**.



11 = 3. 4. 5. 6. 7. 20. | 45