

Töö ja Terwis

Sotsiaalpoliitiline kuukiri

Eestimaa Haigekassade Liidu häälekandja

Nr. 2

Weebruar

1927

Tellimise hind postiga:

aastas . . .	mk. 120.—
6 kuu peale —	„ 60.—
3 „ „ —	„ 30.—
1 „ „ —	„ 10.—

Ilmub kord kuus.

Talitus ja toimetus: Tallinn, Tatari tän. 15.

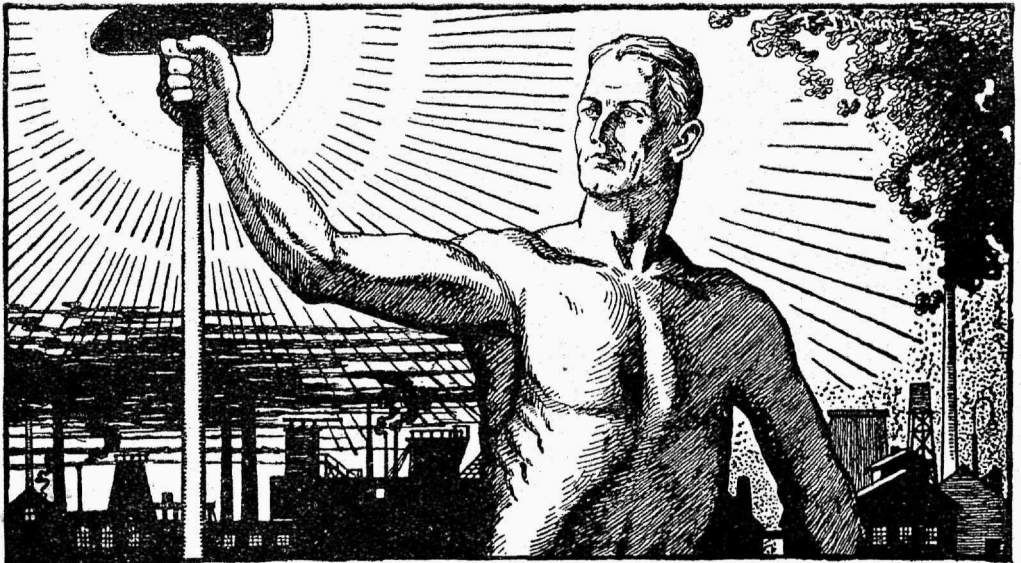
Tellimisi wõtawad vastu kõik haigekassad ja postiaagenturid.

Üksiknumber 10 marka.

Kuulutuste hinnad:

1 lhk.	mk. 2000.—
1/2 „	1000.—
1/4—600.— ja 1/8 lhk.	300.—
Teksti ees —	50% kallim.

Sisu: 1) Terwishoid ja töökojad — Dr. M. Püüman. 2) Kutsenõuanne — Dr. med. W. Pryll. 3) Kutsehaigused — Dr. L. Teleky. 4) Influenta (gripp) — Dr. M. Püüman. 5) Wõitlus tööpuuduse vastu Saksamaal (pildiga) — E. Jonas. 6) Tööliiklask peab lugema hakkama — W. Luksepp. 7) Töölise terwishoid (piltidega) — J. O. 8) Tööruumide soojus ja kütmine. 9) Pärnu Ühishaigekassa tegewuse ülewaade 1920.—1926. a. (pildiga) — A. Haawasalu. 10) Uued tööinspektorid haiguskinnitussaadust seletamas. 11) Unest ja unenägudest — Dr. J. Marcuse. 12) Nakkawate haiguste arstimise kohta esitatud märgukiri. 13) Esimene abi õnnetusjuhtumustel. 14) Eestimaa Haigekassade Liidu V kongress. 15) Terwishoidlised loengud. 16) Esimese abi kursused Rakweres. 17) Tallinna puutööliste ametühisuse põhikiri. 18) Kuulutused.



Terwishoid ja töökojad.

Dr. M. Püüman.

Oma terwise eest hoolitsemine on igahel tähtsamaist ülesannetest — iseäranis tähtis on ta nende rahwakihtide juures, kes oma igapäewast eluülespidamist peawad

isikliku tööga teenima. Iga päew, kus inimene ei suuda tööd teha, annab enast kohe walusalt tunda mitte üksi töölisele enesele, waid ka tema perekonna

liigetele; ja mida suurem perekond kellegil ülewalpidada, seda wiltsamaks muutub seisukord perekonna toitja haiguse puhul.

Üldiselt peab tähendama, et oma terwise eest hoolitsemine ja ühes sellega ka igasuguste haiguste eest hoidmine on kergem kui haigust arstida ja oma endist terwist ja tööjõudu tagasi saada.

Sellepärast on meist igaühe kohus selgusele jõuda, kuidas hoolitseda kõigeparemini oma terwise eest ja kuidas kaitsta teda kõige otstarbekohasemalt igasuguste haiguste ja kõige nende wäliste mõjude eest, mis haigusi tekitawad. Kui meil selles küsimuses täieline arusaamine olemas, kui meie katsume ja püüame selle järele talitada, elada, nagu seda terwishoiu teadus praegusel ajal nõuab, siis saaksime sellega suure sammu edasi: meie isikline terwisline seisukord paraneks sellega märksa ja meie üldised ettevõtted — haigekassad saaksid wähem koormatud ja suudaks selletõttu arstiabi rohkem otstarbekohasemalt oma liigetele ja nende perekondadele korraldada, kui ta seda praegu teha wõib. Meie peame ikka ja alati meeles pidama, et haigekassade ülesanne ei seisa mitte ainult selles, et meie siis, kui kassaliige ehk wiimase perekonnaliige haigeks jääb, teda arsti juurde saadame, kus temale sellekohast abi antakse. Ei aita ka sellest, kui ambulantsi ja apteeke asutame, mis iseenesest täiesti tarwilikud asutused haigekassadele on, ja mõõdamines olgu tähendatud, et meie üksikud haigekassad on suurte raskustega wõideldes suutnud juba need asutused ellu kutsuda. — Suur töö seisab haigekassadel weel ees: rawitsusasutuste korraldamine haigetele, kes pikaldasi haigusi põewad, peasjalikult kopsuhaigetele, ja kus tähtsam arstimise abinõu on puhas õhk, hea ja kosutaw toit, s. o. sanatoorium. Ka sellel alal on suutnud üksikud haigekassad algust teha suwekoloniide asutamisega nii lastele kui ka wanematele. Niisama peaks mõtlema ka oma haigemajade asutamise peale. Nii näeme, et haigekassadel on weel palju tööd teha, et neid ülesandeid täita, mis ta peal lasuwad. Et seda kõike korda saata, selleks on waja, et aineline seisukord haigekassadel hea oleks ja et suuremates keskohtades haigekassade ühinemine oleks läbiwiidud, nagu seda haigekassade tege- laste kongressidel sagedasti toonitatud on.

Üks tähtsamatest teguritest, kuidas haigekassade ainelist seisukorda parandada, on see, et iga kassaliige ühes perekonnaga oleks teadlik haiguste tekkimise ja nende ärahoidmise kohta. See aitaks palju selleks kaasa, et üldine terwisline seisukord töötawa rahwakihi keskel paraneks. Missugused need olud selles ümbruses on, kus meie töörahwal praegusel ajal tööd tuleb teha ja elada, kuidas need terwise peale mõjuwad ja kuidas siin parandust tuua — need on küsimused, mis selgitust nõuawad. Kõigepealt peatan nende tingimiste juures, kus suuremal osal meie töörahwal tuleb tööd teha — meie tööasutuste, meie wabrikute ja töökodade juures.

Alguses peab tähendama, et meie töökojad peale mõne üksiku erandi on mustad ja tolmused. Tolmu ärahoidmise ja tema kõrwaldamise peale pannakse wäga wähe rõhku; meie oleme temaga nii harjunud, et arwame, ega ühtki tööd ilma tolmuta teha ei saa. See on ju osalt õige, et töötamise juures tolm tekib, kuid on abinõud olemas, mis teda eemaldada aitawad, nii et töötajal ei tarwitseks tolm mitte sissehingata. Rohke tolmu sissehingamine mõjub hingamise organide peale äritawalt, nii hingelõõrid kui kopsud kannatawad selle all. Selle tagajärjel tekiwad hingamise organide katarrid ja kui sinna siis weel pisilased satuwad — ja neid leidub küllaldaselt iga tolmu sees, — siis muutub seisukord weel halwemaks. Sagedasti leidub tolmus ka tiisikushaiguse pisilasi ja niisugustel juhtumistel on wäga kerge tiisikushaigus saada. Ja üks põhjus, mis pärast meil tiisikushaigus nii laiali lagunenud — on see asjaolu, et me oleme sunnitud liig tolmustes ruumes liig kaua wiibima, kas seal tööd tehes wõi elades. Olgu tolm missugune tahes, iga tolm on kahjulik: olgu see kiwi-, raua-, sõe- wõi klaasi- wõi tsemenditolm; willa-, lina-, puu-, paberi- wõi tubakatolm — mitte ükski nendest ei jäta oma halwawat mõju inimese organismi peale awaldamata ja mida raskemat tööd keegi on sunnitud tegema, seda sügawamini peab tema ka hingama ja seda rohkem ühes õhuga satub organismi ka tolmu. Sellepärast on tarwilik, et igas töökojas, isearanis seal, kus palju tolmu, ka sellekohased sisseseaded oleks, mis tolmu aitaks kõrwaldada. Wäljamaal, kus töös-

tus arenenud, katsuwad tööandjad selle eest hoolt kanda, et töölisel terwed oleksid, et tööjõud ei väheneks, ei raugeks ja sellepärast katsutakse teatawate aparaatide kaudu tolmu tekkimise ja masinate juures võimalikult kohe tolmu eemaldada, mis wäga häid tagajärgi annab. Kuid meie ettewõtjad waatawad kahjuks teisiti asja peale: siin katsutakse sissepandud kapitaalilist võimalikult rohkem profiiti — kasu saada, seal juures töölise terwist täiesti tahaplaanile jättes. Ja kui see nii on, siis peab tööline ise oma terwise eest hoolitsema ja nõudma, et wastawad õhupuhastamise ja tolmuõhukõrvaldamise abinõud saaksid igas töökodas sisseseatud.

Ka walgus on paljudes töökodades puudulik, mille tõttu masinatega ümberkäimine raskendatud ja meil wägasaajate ja õnnetusjuhtumiste arw on palju suurem kui mujal. Nagu statistikalised andmed näitawad, on üldiselt keskmine õnnetusjuhtumiste arw iga 1000 töölise kohta meil 100, kuna wälisriikides, kus nii walguse kui ka kõigi kaitseabinõude peale suurt rõhku pannakse, see arw poole vähem on.

Mis puutub õhu temperatuurisse töökodades, siis ka see jätab talwisel külmal ajal palju soovida. Kuna Wene seaduses on § sees, kus üteldud, et temperatuur töökodades ei wõi alla 10° olla ja sellest katsuti ka kinni pidada, siis praegu on see määrus unustuse hõlma jäänud ja ettewõtete omanikud ei näi enam mingit rõhku selle peale panewat, et töökodad soojad oleks. Tihhipeale on töökodade õhusoojus isegi alla 0 graadi. Arusaadaw, et tööline peab masina juures soojalt riides ja kindad käes tööd tegema, mis töötegemist märksa takistab ja külmast kohmetanud kätega peab tööd palju kauem tegema, kui wastawas soojuses.

Eesti ettewõtete mustad, tolmused, külmad ja poolpimedad ruumid on haiguste tekkimiseks soodsad ja takistawad töötegemist. Ja kui meil teatawal pool häldatakse, et tööwiljakus langenud, siis tuleb seda wanaksläinud masinate ja töökodade puuduste arwele kirjutada ja mõnede muude põhjuste otsimine on lihtsalt wasimine.

Üheks suureks puuduseks peaaegu kõikide töökodade juures on riiete hoiukappide puudumine. Kui pilku heita wäljamaale — sealsetele tööasutustele, siis on seal mitte ainultapid, kus tööline oma tööriided hoiab ja töölt lahkudes puhtad riided selga paneb, waid seal on ka moodsad ja ajakohased pesemise- ja dushiruimid olemas, kus võimalik on ennast täiesti puhtaks pesta, puhtad riided selga panna. Niiwiisi koju minnes ei ole tarwis töökodade mustust ja tolmu koju kanda, nii nagu meie töölisel on seda sunnitud tegema ja mille tõttu meil kitsad ja wiltsad korteriolud weel armetumasse seisukorda satuwad. Töökodades puudub tihhipeale soe wesi ja seep, nii et wõimata on isegi käsi puhtaks pesta, keha pesemisest rääkimata.

Need asjaolud on terwishoidliselt kõik wäga tähtsad ja nende puuduste kõrvaldamine peaks üheks esimeseks ülesandeks olema. Ei ole loota, et meie ettewõtjad seda omal algatusel teeksid, olgugi, et parandused mitte liig kulukad ei ole. Sellepärast on organiseeritud tööliisklassi ülesanne tööstusettewõtete omanikult nõuda, et nad kõik terwishoidliselt tähtsamad uuendused omas töökodades sisseseaks. Tööstusettewõtete ja töökodade terwisõuetele wastawalt parandamine aitaks märksa selleks kaasa, et töötawa kihi terwisline tasapind tõuseks ja haigekassad vähem koormatud saawad, kui siamaani.

Kutsenõuanne.

Dr. med. Walter Pryll — Berlin.

Terwis on inimese ülim wara; terwiseta ei saa keegi tööd teha, eluülespidamist nõutada, elust mõnu tunda. — Inimese terwis oleneb päriwusest ja kehaehituse laadist, wanadusest, soost, eluwiisist, jõukusest, elamiskohast ja teistest

sarnastest asjaoludest. Suurelt mõjutab terwist ka inimese töö ehk amet. Igasuguse töö juures kaotab inimene teatawa osa omast jõust, kuid peale selle on iga tööga ühenduses weel erilised kahju- toowad mõjud.

Terwis tööalal wõi ametis on äärmiselt tähtis igaühele, sest amet ja kodu on need kaks keskkoha, mille ümber keerleb elu, kus otsustatakse rõõmu ja häda, terwise ja haiguse üle.

Iga poolaasta lõpul seisawad tuhanded noored ja nende wanemad raske eluküsimuse ees: mis peab saama?

Poisid küsiwad: pean ma õppima mõnd käsitööd, hakkama kaupmeheks, ametnikuks wõi walima mõne waba kutse?

Tütarlapsed päriwad: pean ma ette walmistuma koduseile majapidamistalituksile wõi otsima eluõnne moodsatel naiskutsete aladel?

Ainult wähesed noored, lõpetades kooli, on kindlalt peatanud ühe teatava kutse juures. Kõige tumedawana seisab tulewik suurlinnade laste silmi ees; nad kuulewad päewpäewalt paljude kutsete ja ametite nimesid, kuid nendega lähemalt tutwuneda pole wõimalik olnud. Suurem osa linnalastest, walides ametit, toimiwad kas wanemate, sõprade wõi naabrite nõuandel. Sageli tuleb appi lihtne juhustööle asudes selgub peagi, et äsja walitud amet pole huwikohane, tekib soov otsida uut tööala. Pahemal juhusel toowad esimesed töönaädalad järsu pettumuse, elu tundub piinana, tehakse etteheiteid wanemaile ja kaswatajaile, et nad juhatanud walesti ehk jätnud nõu hoopis andmata, põlatakse end ja terwet ilma. Sarnane mitterahulolemine tööga on wäga raske koorem, ta ei tee üksi töowõimetuks, waid närib keha, südant, hinge. Noori sarnase saatuse eest kaitsta olgu nende kodanikkude tõsine mure, kellel noorte ja seega rahwa tulewane õnn südamel.

Kellel jätkub aga julgust noortele ja nende wanematele selles wastutusrikkas kutsewaliku küsimuses appi tõtata? Kes tahaks enese kanda wõtta sarnase nõuandega seotud wastutuse. Oleks õnneks rahwale, kui meie noored wõiksid omale ametit walida mõned aastad hiljem, kui tänapäew. Suurem osa noortest peawad endile tööd walima wanaduses, kus waimline küpsus ja elukogemused wäiksed, kus keha ja waim alles arenemas. Praeguse majanduslise korra juures nõutakse aga noorelt warakult tõsist tööd ja eneseohwerdamist. Et õiget kutset walida raske, tööliste majandusline olukord halb, tung wabaks saada ja ruttu raha teenida aga suur, siis jätwad paljud noored oma

ameti korrapäraselt õppimata ja eelistawad õppimata tööliste tegewust. Noored ei tea ning wanemad ja kaswatajad unustawad kergesti, et õppimata töölistel kannatawad kõige enam majanduslise baromeetri wõnkumistel. Peab ikka ja alati manitsema wanemaid ja kaswatajaid: laske oma poegadel ja tütaridel õppida mõni kindel amet, et nad majandusliste kriiside ajal oleksid enam kaitstud ja leiaksid hädas kergemini abi.

Tarwidus asjatundliku nõu järele kutsewalikus on ammust ajast olemas. Ju wanade gildede ja tsunftide juures korraldati selles asjas nõuandmisi ja ka praegu tulewad selles mõttes abiotsijaile wastu Saksamaal käsitöö- ja kaubanduskodjad. Naiste tööalade kaswamisega omandasid suurt mõju ja töid palju kasu bürood, kus anti naistele juhatus ameti walikul. Need bürood saidki kutse eelkäijaiks tänapäewa kutsenõuande punktidele, mida asutasid omawalitsused, et abiks olla noortele ja nende omakstele.

Nõuandekohti pidasid alguses ülal kogukonnad ja headtegewad seltsid, hiljem anti neile seaduslik alus.

Praegu on Saksamaal igas linnas nõuande punkte mitu ja nende töö ei ole kuiwalt ameflik, waid seal püütakse igale abitarwitajale üksikult niipalju abiks olla, kui wähegi wõimalik.

Praegusaja kutsenõuande küsimused on ülirasked. Majandusliku järjest edasiarenenud tööstustumine toob kaasa kutsetöö mehaniseerumise, tööprotsessi jagunemise paljudesse wäikestesse üksiktöödesse, toob kaasa osatöö ja suretab pikkamisi käsitööstuse. Selle kõige tagajärg on töö- ja kutsewõimaluste arwu järkjärguline tõus. Juba 1907. aastal loetleti ametlikult 15.000 isesugust kutset. Raske on üksikul kutseotsijal selles hiiglaarwus oma õiget ala leida, ta wajab hädasti asjatundlikku abi. Sellepärast on kutsenõuande kohtade esimene suurem ülesanne anda seletust ja selgitust töötu ja üksikute kutsete wõimaluste ja wäljawaadete kohta.

See selgitustöö taotleb kahte: ta tahab õpitawaid tööalasiid toetada uute järeltulijatega ja noori ärahoida walgumast teatud moodsate kutsete aladele. Kes wähegi on tegemist teinud kutsenõuandega, need teawad, kuidas tormijoostakse aladele nagu raadiomehaaniker, elektromontöör, masinakirjutaja, kiirkirjutaja jne. Samal

ajal kannatawad teised kutsed, kus edasi-
jõudmiseks palju suuremad võimalused,
õppinud tööjõudude puudust. Laialt
tarvitatud lõöksõna „waba tee“ tublile
kaotab mõtte, kui inimese tublidust wara-
kult ära ei tunta ja algusest peale õigele
rajale ei juhita.

Tähelpanu wääriwaid tagajärgi on
saawutanud kutsenõuande punktid alates
sellest ajast, kus nõuande tööd on haka-
tud korraldama metoodiliselt ja nõuandjad
selleks eriti ettevalmistust saawad. Iga
kutsenõuandja püüab kõigepealt teada
saada, missugused kalduvused on noorel.
Neid teateid ammutab ta sõbralikul jutu-
ajamisel noore enesega ja tema wanema-
tega. Noore inimese kutsesoowile wõi-
malikult wastutulla on nõuandja esime-
seks seaduseks. Kuid wähe on ainult
soowist, isik peab ka terwisliselt ja waim-
liselt wastama waliitud tööalale.

Kindlaks teha, kas noorus wastab
kutsele, on nõuandja teine tähtsam üles-
anne. Siin peawad nõuandjale abiks
olema wanemad, õpetajad, psükoloogid
ja arstid. Suurt osa nõuandmise juures
etendawad igasugused psükoloogilised
katsed. Kuid igal juhusel peab nõuandja
jääma ikkagi ainult nõuandjaks. Mingil
tingimisel ei tohi noorurit mõjutada
wastuwõtma teatud kutset. On noorur
omale tööala walinud, siis muretsetakse
talle sellel alal õpilase koht.

Nii on siis kutsenõuandel kolm tähtist
ülesannet:

1) Ta aitab kindlustada ja uuesti üles-
ehitada majandust, sellesse sihikindlalt
juhtides wärsket otstarbekohast jõudu.

2) Ta uuendab kutse-eeskikku, selgitades
wahet töö kui abinõu raha, au ja kindla
teenistuse omandamiseks ja õige kutse-
töö wahel, mis täidab terve inimese elu;
propageerides õpitawaid kutseid ja noori
ärahooides õppimata kutsete aladelt.

3) Ta aitab kaasa rahwa terwislise
olukorra ülesehitamises, kasutades arstide
kaastööd kutsewalikus. Wiimane asjaolu
on iseäranis tähtis, kui arwesse wõtta
rahwa praegust terwislist seisukorda.
Weel pole need noored, kes sündinud
sõjaaastal 1916–18, tööle asunud ja selle-
pärast ei tea, kuiwõrd kõlblikkudena
nad osutuwad kutsetöös. Iga kutse-
waliku korral peab arst oma sõna kaasa
rääkima, peab eneselt tõsiselt küsima,
kas kutsewalija terwis wastab kutsele,
kas suudab ta wastu seista selle kutse
mõjudele. Arst – nõuandja peab sele-
tust andma iga kutse mõju kohta terwisele;
ta peab takistama noori asumast sarnas-
tele tööaladele, mis neile terwisliselt ei
wasta; ta peab nõrga terwisega ja haige-
tele nooruritele abiks olema nende
wastawa kutse leidmises.

Neid ülesandeid täiel määral taotlema
on võimalik siis, kui töötawad käsikäes
kooli- ja tööstuse arst. S. J.

Kutsehaigused.

Dr. Ludwig Teleky.

Weel hiljuti oli ka Saksamaal maksew
õnnetusjuhtumiste kinnituseadus, mille
järele kinnitatud isik ainult siis wõis abi-
raha saada, kui oli tegemist kutseõnne-
tusjuhtumisega. Kroonilist kutsehaigust
põdewaid jäeti abirahast ilma. (Nii on
see kahjuks ka Eestis! Toim.).

Nüüd on Saksamaal 12. maist 1925. a.
riigitööministri poolt maksuma pandud
uus korraldus, mille järele kutsehaigused
loetakse samawäärilisteks sama kutse
alal juhtuwate õnnetustega ja mõlemil
korral saab kannataja abi. Et kindlus-
tada seda sotsiaalset edusammu, on arsti-
tid kohustatud teatama igast üksikust
kutsehaiguse juhtumisest kinnituseametile.
Selleks antakse arstile täitmiseks tasuta

täitelehti ja teatamise eest saab ta era-
tasu. Teatamata jätmise eest karistatakse.

Abisaajate eneste huwis on arstile tea-
tamiskohustust meeletuleta juhusel,
kui isik on kutsehaiguskahilane.

Teatamiskohustuste alla käiwad järg-
mised tööstuslised kutsehaigused:

1. Haigustumised tinast ehk tema
ühendusist;
2. Haigustumised fosforist;
3. Haigustumised elawhõbedast ehk
tema ühendust;
4. Haigustumised arsenikust ehk tema
ühendusist;
5. Haigustumised benzolist ja tema
ühend., nitro- ja amidoühendusist
gaasi näol;

6. Haigustumised wääwelsüsinikust;
7. Haigustumised nahawähka nõe, parafiini, tõrwa, antratsiini, pigi ja neile suguluses olewate ainete läbi;
8. Haigustumised „hall rähna“ klaas-seppade juures;
9. Haigustumised röntgenikiirte ja teiste kiirheitwate energiatega läbi;
10. Ussihaigused mäetööliste juures.
11. Kopsuhaigused.

Palju teisi kutschaigusi, nagu näiteks nahahaigus terpentiniist, haigustumine niklist jne. ei kuulu teatamiskohustuse alla.

Arst peab haigusest teatama otsekohe, kui ta abiotsiwa juures arwab kindlaks teha woiwat ühe ülewalpool nimetatud haigustest.

Igat haigejäämist peab teatama hoolimata sellest, kas ta raskel wõi kergel kujul, kas ta lühikese wõi pikakesiwusline. Mitte alati ei wii mürgi sissehingamine wõi kehha sattumine haigustumisele, kuid haigeks tuleb tunnistada igatüht, kes isiklikult tunneb sellest raskusi wõi jälle objektiivselt kindlakstehtud nähtuste põhjal harilikku tööd jatkata ei wõi, aga ka igaüks, kes tööd jatkates oma terwise tõsiselt kaalule

pane. Sellepärast tuleb ka selle isiku peale kui haige ja töowõimetu peale waadata, kellele arst on soowitanud tõsise terwisrikke kartuselloobuda senisest tõöst.

Teatelehe punktide täitmisel, mis puutuwad haigejäänu tööalasse, peab arst kasutama andmeid, mida annab haige ehk tema lähedalseisjad inimesed. Neid andmeid pole arstil tarwis kontrollima hakata, sest selleks puuduwad tal õigused ja ka tarwilikud teadmised (näit. tööstus-asutuse ta seal tarwitatawate ainete uurimine).

Kontrollimisõigus on jäetud uue korralduse põhjal ainuüksi kinnitusameti hooleks: tema kohus on kindlaks teha, kas arsti poolt nimetatud haigustumine (kihwitus) on tõepoolest saadud teatud tööstuse töö juures.

Arsti teatelehe saamisega on kinnitusamet kohustatud temale teadaantud haigusjuhtumise kohta autoriteetsemate arstide arwamist nõutama ja tarwiduse korral edaspidiseid juurdlusi korraldama.

Teatelehe ülesanne on tõuget anda haige õigusliste nõuete rahuldamiseks ja peale selle walitsusasutuste tähelpanu juhtida wõimalikkudele hädaohuallikaile

Influenta (gripp).

Dr. M. Püüman.

Influenta haigus ei ole meil uudiseks. Wäga paljud kannatawad selle haiguse all aasta jooksul kergemal ehk raskemal kujul. Praegu on ta meil wõrdlemisi kergel kujul olemas, kuid üksikutel aastatel ilmub ta terawamalt ja raskemalt, mille tagajärjel ka surmajuhtumiste arw suureneb. Iseäranis raskelt ja ägedalt lewines influenta meil sügisel 1918. a. — Saksa okupatsiooni ajal. Tol ajal kutsuti seda haigust hispaania haiguseks, sellepärast et ta sealt — nagu praegugi — oma alguse sai. Ka siis lewines ta nagu nüüdki peaaegu üle Euroopa laiali. Taudina on influenta haigus juba enamaltki laiali lagunenud, näiteks 1830. aastal, kus ta terve Euroopa ja Aasia wallutas; samuti juhtus ka 1890. a.

Influenta haigus kuulub ägedaloomuliste nakkawate haiguste hulka ja ta tekitajaks on wäikene pisilane, mis alati haige sülje ja röga sees leida on. Sellest

oleneb ka kaiguse kerge külgehakkawus. Köhimise, aewastamise ja isegi rääkimise ajal sattuwad wäikesed röga ja sülje piisakesed haiget ümbritsewasse õhuringi; ühes sülle ja röga piisakestega sattuwad sinna ka haigust sünnitawad pisilased, mida terve inimene sisse hingab ja niiviisi haigeks jääb. Iseäranis kergesti wõib influentsasse see haigeks jääda, kes juba ennemalt mingisuguse hingamistorude wõi kurguhaiguse all kannatab. Kuid üldiselt peab tähendama, et wäga sagedasti jääwad haigeks ka täiesti terwed ja tugewad inimesed sugu ja wanaduse peale waatamata; ainult wäikesed lapsed jääwad harwemini haigeks kui wanemad ja täiskaswanud, nii nagu seda ka wii-mase influentsataudi ajal 1918. a. tähele wõis panna. Influenta haiguse algus on wäga mitmekesine, kuid suuremalt jaolt algab ta peale haiguse idude organismi sattumist 1–3 päewa pärast järsku

kõrge palawikuga, külmawärinatega ja peawaluga. Sagedasti kaebab haige walude üle seljas, ristluudes, üksikutes lihastes, liigetes ja isegi silmades. Palawik tõuseb 38–40 graadini. Siin kaasas on tihti kõha, nohu ja walud kurgus – neelamise juures. Kergematel juhtumistel kestab niisugune seisukord harilikult 4–5 päewa; peale selle hakkab palawik pikkamööda langema; ühes palawiku langemisega wähenewad ka walud üksikutes kehaosades. Wahest langeb palawik ka järsku. Peale palawiku langemist kaebab haige weel mõni aeg üldise nõrkuse ja rammetuse üle, mis isegi nõdalaid võib kesta, enne kui täiesti terweks saab.

Raskematel juhtumistel seltsiwad influentsa haigusele weel teised wäga tõsised haigused: kopsupõletik, kopsu wähenaha põletik, keskkõrwa põletik, äge neerupõletik ja harwemalt peakelme põletik. Kõik need üksikult on wäga rasked haigused, mis influentsat põdewa haige seisukorra iseäranis raskeks muudawad. Niisugustel juhtumistel on ka surewus palju suurem.

Wäga tihti kaebawad isikud, kes influentsa haiguse läbi põdenud, raskuse üle peas ja walude üle liikmeis ja lihastes, mis kauemat aega võib püsima jääda. Iseäranis tähtis on see asjaolu, et peale influentsa haigust süda kauemat aega nõrgaks jääb ja sellepärast peab peale haigust oma igapäewase töö juurde wäga ettevaatlikult asuma – iseäranis need, kes kehalist tööd teewad. Täieline kosumine peale haigust on igaühele hädatarwilik ja soowitaw.

Arusaadaw, et juhustel, kus influentsa ajal teised haigused – kõrwalhaigused – juure tulewad, et haiguse käik siis palju pikem ja raskem on ja haige selletõttu weel rohkem nõrgestatud, kurnatud saab ja kosumine ning terweksaamine palju pikemat aega nõuab.

Haiguse algul on waja kohe woodi jääda. Kõrge palawikuga wäljas käia on täiesti lubamata ja kahjulik, sest see loob soodsad tingimused kõrwalhaiguste tekkimiseks. Soowitaw on juua sooje jookke kas mõnesuguse marjakeedise või sidruniga. Kurku ja suud peab tihti lopu-

tama leiga boorhappe lahuga (1 teelusika täis boorhapet klaasi wee peale). Arstirohuna võib tarwitada ka aspiriini pulbreid. Raskematel juhustel ja kõrwalhaiguste tekkimise puhul peab arstid abi tarwima. Kõrwalhaiguste eest ennast hoida on kergem, kui haigust arstida ja oma endist terwist jälle tagasi saada; sellepärast on soowitaw igaühele haiguse ärahooldmiseks järgmisi juhtnõure tähelepanna ja nende järele käia:

1) peab hoolitsema puhtuse eest (keha, pesu ja riided), sellele rõhku pannes, et käed alati puhtad oleksid, nende pesemiseks sooja wett ja seepi tarwitades. Kui keegi on influentsa haigega ehk haige asjade või riidetega kokkupuutunud, siis on soowitaw, et ta peale kätte pesemist neid weel üle loputaks mõne puhastawa, desinfitseeriwa wedelikuga – selleks puhast piiritust või sublumaadi lahut (1 gramm 1 liitri wee peale) tarwitades;

2) peab hoolitsema suu, hammaste ja kurgu puhtuse eest; suu loputamiseks ja kurgu kuristamiseks võib tarwitada boorhappe lahu (1 teelusika täis boorhapet 1 klaasi wee peale), kui wiimast käepärast ei ole – siis võib tarwitada ka wähe soolakat wett ehk kummeli teed; suud loputama ja kuristama peab kõige wähemalt igakord peale sööki;

3) peab hoiduma külmetamise eest; iseäranis peab rõhku panema selle peale, et jalad soojad oleksid;

4) peab hoolitsema oma elukorteri ja ümbruskonna puhtuse eest; elukorter on waja paras soe hoida ja tarwiliselt õhutada;

5) peab võimalikult hoidma haigetega kokkupuutumast; influentsa haigeid wähetamas käia ei ole lubataw;

6) seda arwesse wõttes, et haiguse idud peaausjalikult õhu läbi edasi antakse, peab kõhimise ja rääkimise puhul taskurätt suu ees hoidma, mis röga ja sülje piisku takistab ümbritswasse õhkkonda sattumast.

Need oleksid lühidalt juhtnõurid, mida peaks influentsahaiguse ajal silmas pidama ja täitma.

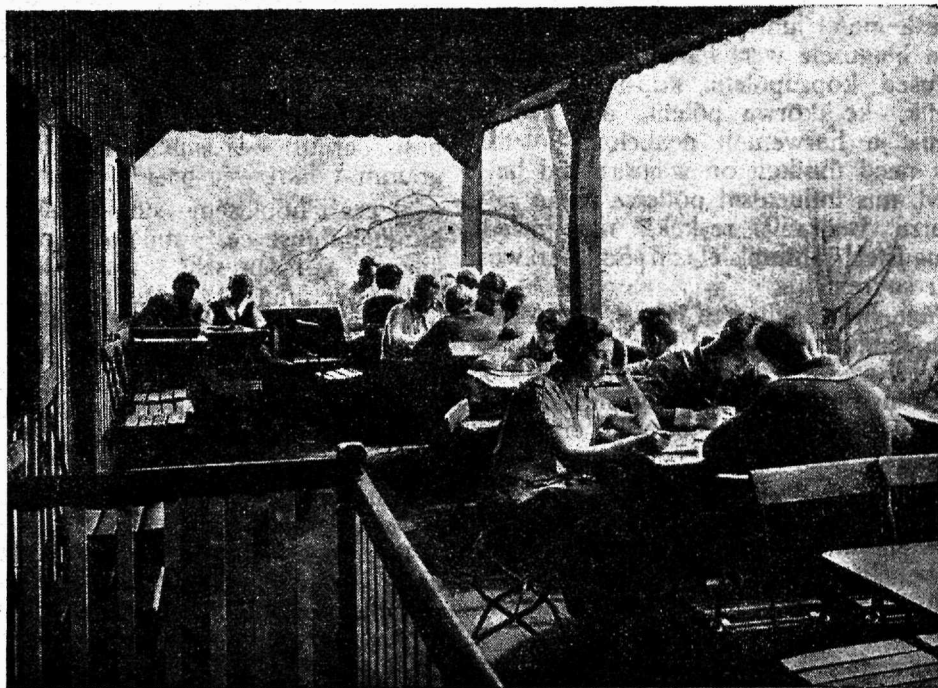
Praegune influentsataud, mis Lääne-Euroopas laiali laguneb, sarnaneb oma iseloomu poolest 1918. a. taudile.

Wõiflus tööpuuduse wastu Saksamaal.

E. Jonas.

Sõda, heakstegemismaksud, kuri inflatsiooniga aegjäre ja rahwuswahelise kaubanduslise ringkäigu korratus on toonud Saksa tööstusele ränga, ennenägematu kriisi. Paljud wabrikud seisawad täiesti, teised töötawad osaliselt, kolmandad kas on vähendanud tööpäewade arwu nädalas, wõi töötawad ainult pool päewa. Kunagi warem pole Saksamaal töötute hulk nii suureks kaswanud, kui wiimasel paaril aastal. Aasta wahetusel oli amet-

Niisugustes tingimustes on organiseeritud tööliiskonna ja ka riigiwõimu suurimaks ülesandeks wõiflus tööpuuduse wastu. Kuna seni korda pole läinud läbisuruda tööpuuduse wastu kinnitamise seadust, on omeli määruste korrast loodud nõnda nimetatud „töötute hoolekanne“. Määruste järgi wõib „töötute hoolekande“ korrast töötate tööliste toetust saada 26 nädala kestes. Wõttes arwesse kriisi erilist terawust praegusel silmapil-



Töötate noortöölistel õppetööd Saksamaal.

likkude andmete järgi töötate töölistel 1.750.000 inimest, s. o. sarnaseid, kes saawad otsekohe riiklist toetust. Neile tuleb aga juure arwata toetuse saajate hulgast wäljalangenute arw, kes on ikka alles töötate. Ametiühisuste arwates kannatab tööpuuduse all 4 – 5 inimest iga 100 elaniku kohta. Kui weel juure arwata need, kes lühikest aega töötawad, teenides poole ja weel vähem normaalpalgast, siis tõuseb weel kõwasti tööpuuduse all kannatajate tõelik arw, ületades isegi Inglise kroonilise tööpuuduse all kannatajate arwu.

gul, on tööminister selle tähtaja pikendanud kuni 39 nädalani. Kuid peale selle wõiwad määruste § 18 põhjal wõimud, kes korraldawat toetuse andmist, pikendada seda tähtaega weelgi 13 nädala wõrra. Seega wõib töötatööline kõige kauem 52 nädalat, ehk teiste sõnadega üks aasta toetust saada. Selle tähtaja möödumisel kustutatakse töötute nimekirjast ja ta wõib edaspidi toetust saada üksi kogukondadelt üldise hoolekande summade arwel. Kuna siin aga toetus terwes ulatuses jääb üksi kogukondade kanda, siis keeldub suurem

osa kogukondadest pikemat aega tööpuuduse all kannatajaid toetamast.

„Töötute hoolekande“ teostamiseks saadakse raha järgmistest allikatest: Töölised (need kes töötavad) ja ettevõtjad maksavad kuni 3 protsenti (kumbki pool $1\frac{1}{2}$ protsenti) töölise palgast. Kogukonnad tasuvad $\frac{1}{9}$ sellest summast, mis töötute toetamiseks läheb ning puudujäägi katawad riigi- ja osariigi kassad mõlemad ühe võrra. Töölise ja ettevõtjate maks võetakse ühes haigekassa maksudega sisse ja toimetatakse edasi wastawatele asutustele.

Nõnda korraldatud hoolekande summadest maksetakse tööta töölisele 12 riigimarka (üle 1000 Emk.) nädalas. Perekonna suuruse järgi võib see summa weelgi tõusta. Haiguse korral antakse töötule arstiabi.

Kuna tööpuudus Saksamaalgi on wõtnud kroonilise, kestwa kuju, kus sageli inimesed ka aasta kestes tööd ei leia, algasid ametiühisused läinud aastal wõitlust „töötute hoolekande“ tähtaja pikendamise ja toetuse määra suurendamise kasuks. Kuid see ei läinud neil mitte korda. Küll suutsid nad aga kätte wõita uue ajutise korralduse, mis maksab 20. nowembrist 1926 kuni 31. märtsini 1927. a. ja mida nad loodawad pikendada pärast seda tähtaega. Uut korraldust nimetatakse „töötute kriisiaegseks hoolekandeks“ (Krisenfürsorge). Selle põhjal on kogukonnad k o h u s t a t u d toetust andma neile töötutele, kes „töötute hoolekande“ korras enam toetust ei saa, s. o. kes juba 52 nädalat toetust on saanud. Seks tarwisminewast rahast annab riigikassa kolmneljandikku osariikidele, kes summad kogukondade wahel ära jagawad wastawalt iga kogukonna tar-

bele. Wiimase weerandi peawad kogukonnad ise kandma. Muus osas on korraldatud „kriisiaegne hoolekanne“ samadel alustel kui „töötute hoolekanne“.

Peale otsekohese rahalise toetuse wõetakse tarwitusele tööpuuduse kõrvaldamiseks ka hädaabi tööd. Nõnda ehitati teid, tänawraudteid, korraldati laewasõidu liine, süwendati jõgesid, ehitati kaitsetammisid, püstitati elumaju jne. Berliinis ükski leidsid sarnast tööd üle 500.000 töölise.

Riiklise toetuse kõrwal ruttasid töötutele appi ka ametiühisused. Nad maksawad oma töötutele liigetele lisaks riiklisele toetusele weel 5–6 riigimarka (umbes 500 Emk.) nädalas, nõnda et organiseeritud üksiku tööta töölise rahaline toetus wõis tõusta kuni 1500 Em. nädalas.

Arwestades kriisi pikaldase iseloomuga, püüawad ametiühisused seda aega, mis tööta tööline on sunnitud asjata raiskama, kasulikult ära tarwitada. Nõnda korraldavad ametiühisused oma liigetele ja ka oma tööstusharu organiseerimatuile töötutele loenguid, kursuseid j. m. s. Erilise hoole alla on wõetud töötud noored. Omawalitsuste toetusel korraldatakse neile suwisel ajal maal kodud, kus teatawa aja kestes õpetatakse neile mitmesuguseid töid, püütakse tõsta nende hariduslist tasapinda ja kaswatada neis ühistunnet.

Lõpuks olgu tähendatud, et Saksa ametiühisuslased loodawad kindlasti juba lähematel aastatel läbiwõia üldise tööpuuduse wastu kinnitamise seaduse — niipea, kui tööstus jõuab wähegi normaalsematesse tingimustesse ja kui töötute hulk langeb ennesõjaaegsele tasapinnale.

Töölisklass peab lugema hakkama.

W. Luksepp.

Kuigi „Töö ja Terwist“ loetakse wõrdlemisi rohkem kui teisi sarnaseid erisisulisi kuukirje, siiski weel wähe, wõrreldes haigekassade liikmete üldarwuga. Nii et Liidu juhatus wahetpidamata otsib teid ja abinõusid ajakirja lewitamiseks laiemal ulatusel.

On etteheiteid tehtud töölisklassile, kes olewat tuim ja hoolimatu ja huwi

ei tundwat oma terwishoidlise seisukorra selgitamisest ja parandamisest. On ka tähendatud, et haigekassa tegelased ise ei kannä küllalt hoolt „Töö ja Terwise“ laiali laotamise eest. Nimetatud asjaoludest ollagi tingitud ajakirja mitte küllaldane lugejate arw.

Kuid siiski on ühest peapõhjusest waikides mõõda mindud ja mis ei olene

praegusel korral ei töölisklassist ega ka haigekassade tegelastest.

Nimelt töölisklass, massena võttes, ei oska veel lugeda. Ma ei taha sellega kaugeltki ütelda, et Eesti tööliised ei tunne tähti ja ei suuda sorawalil lauseid weerida. Seda mitte. Kuid seda, et tööliised suuremas osas ei suuda loetawasse artiklisse mõttega süweneda ja seda küllaldaselt äraseedida — arusaada.

Rahwas on harjunud lugema kriminaal-, armastuse jne. romaane, missugused on kirjutatud elawas keeles ja kõdistawad wahetpidamata närwe.

Olen tähelepannud raamatukogudes „lugeda armastajaid“, kes waliwad omale raamatuid, neid sirwides. Wõetakse peasjalikult seda, milles leidub palju jutumärke, s. o. kahekõne. Küsifakse hariulikult midagi „huwitawat“ ja „põnewat“.

Hiljuti ilmunud Tammsaare romaani „Tõde ja õigus“ reklaamiks tõi „Päewaleht“ katkendi, mis kirjeldas warrusi, kus püksata ja paljareitega meest ajawad naised taga — nagu oleks see koht romaanist kõige wäärtuslikum. Reklaami järele wõime juba rahwa maitset iseloomustada.

„Tõõ ja Terwis“ aga on populaarteadusliku sisuga sotsiaalpoliitiline kuukiri, mille lugemine nõuab süwenemist igasse artiklisse. Teda ei tohi lugeda „ajawüteks“, nii ütelda „möödaminnes“, waid lugema hakates peab tunne olema, et ees seisab waimline töö.

Kas wõibki tõsisemat ja tähtsamat tööd olla igal ühiskonna liikmel, kui ülewaate saamine rahwa terwishoidlisest seisukorrast ja selle tulewiku wäljawaadetest?

Üksiku isiku kui ka kogu ühiskonna elu mõte seisabki selles, et saawutada eesmärk ja ülesseada uusi sihte. On teatud sihini jõutud, seatakse uus üles ja edasi rühkimine jatkab...

Teatawasti on Austraalias seadusandliselt 8-tunniline tööpäew maksew. Austraalia tööliised on ühe eesmärgi, 8-tunnilise tööpäewa saawutanud. Nad on omale uue sihi ülesseadnud ja wõitlust alganud 6-tunnilise tööpäewa eest.

Töölisklassi ühiskondline tegewus on kujunenud laiaulatusliseks. Ta ei piirdu linnade ega maakondadega. Waid ta ulatub isegi üle riikide piiride, koondudes wähehaawal üleilmiliseks üksuseks.

Niisuguses ulatuses läbikäimise wahendiks on ainult kirjandus — raamat, ajakirjad, päewalehed jne. Et mitte ajast maha jääda ja ühiskonnaga sammu pidada, peab rahwas õppima lugema — selle sõna laiemas mõttes.

Kujuka ja huwitawa wõrdluse toob M. Martina „Õitsetuli“ nr. 5, millest muuseas selgub, et igal Daani talupojal on majas oma raamatukapp (raamatuid muidugi täis) ja raamatute hulgas ei puudu suurwaimude, nagu Goethe, Shakespeare'i j. t. tööd.

Eesti talupojal puuduwad raamatud üldse (wäljaarwatud kalender, palwe- ja lauluraamat), rääkimata raamatukapist.

M. Martina on siiski kord ühes Eesti talumajas raamatukapi leidnud (isegi klaasustega), kuid raamatuid kapist ei leidnud, waid hobuseriistad, nahkrangid ja waljad... „Daanis — Goethe ja Shakespeare, meil — hobuseriistad!“

Eesti rahwas ei oska veel lugeda. Sellest on peasjalikult tingitud ka kuu-kirjade wõrdlemisi wäike lugejate arw.

Kui mõne üksiku päewalehe lugejate arw kümnetesse tuhandatesse ulatab, siis on see tingitud sellest, et nimetatud lehed ilmuwad informatsiooni otstarbel. Nende ülesanne on rahwast informeerida kodumaa, kui ka kogu ilma sündmustega. Nad toowad suurel määral õnnetuste, kuritöö, spordi ja igasuguseid muid sõnumeid ja poleemilisi artikleid. Sellele lisaks järgneb lehes põnew romaan. Lugejate arwu tõstawad ka rohked kuu-lutused. Kõiki lehe ostjaid ei saa kaugeltki veel tõsisteks lugejateks arwata.

Eesti töölisklass peab lugema hakama, kui ta tahab enesele paremat tulewiku luua, Ta peab mõtlema õppima, kui ta tahab ühiskonnas mõõduandew olla. Ta peab tarwilisi teadmisi omandama.

Daani töölisklass on selletõttu mitu korda paremas seisukorras, wõrreldes Eesti töölisega, et ta mitu korda haritum on ja raamat temale niisama wadjuseks on saanud kui igapäewane leib.

„Tõõ ja Terwis“ selgitab rahwa sotsiaalset seisukorda. Ta näitab ja rajab sihte, kuhu peame jõudma ja selgitab abinõusid, millega sihte saawutada. „Tõõ ja Terwis“ püüab äratada töörahwas ka ühistunnet.

„Töö ja Terwis“ on hinnapoolest kõikidele kättesaadaw. Ta maksab kõigest 10 marka number ja ilmub üks kord kuus.

Iga „Töö ja Terwise“ lugeja ja pool-

daja kohus olgu seda tarwilist kuukirja laiali laotada.

Tahaks loota, et „Töö ja Terwise“ lugejate arw 1927. a. tõuseb kahekordseks – wõrreldes 1926. a. lugejate arwuga.

Töölise terwishoid.

Terwishoiu esimeseks peatingimiseks on korrapärane eluviis. Igapäew ühel ja samal ajal üles tõusta, einetada, töötada, süüa, puhata ja magama minna. Ainult need, kes plaanikindla kawa järele elawad ja tegutsewad, wõiwad tagajärjekalt töötada, energiat ja jõudu koguda, ning elust tõsiselt mõnu tunda.

Magamine on tarwilik wäljapuhkamiseks. Päew on töötamiseks ja õõ puhkamiseks looduse poolt määratud. Kes wastuoksa õõst päewa ja päewast õõ teeb, tegutseb loodusseaduste wastu ja nõrgendab oma organismi. Inimene wõib lühemat aega õõttööd küll wäljakannatada, kuid mõne aja järele saab ta tunda, kuidas õõttöö teda nii waimliselt kui kehaliselt nõrgendab, kui wähe päewane puhkus kosutust wõib anda, kui ruttu inimene selle tagajärjel närwiliseks muutub, kui palju see tema tegu- ja töõwõimet halwab ja haigustele wastuwõtlikuks muudab. Kes päewa heade tagajärgedega kasutada tahab, peab korralikult, juba enne keskõõd, woodisse heitma. See on igiwana, ümberlõkkamata tõde, et magamine enne keskõõd organismile kõige parem on. Kes oma aega keskõõni lõbustuste ja mängudega mõõda saadab, ja alles peale keskõõd magama heidab, riisub eneselt kõige parema aja puhkusajast.

Kaua peab inimene magama? Wähemalt kaheksa tundi õõ-päewa kohta. Wanem inimene tarwitab vähem magamisaega, noorem rohkem. Werewaesed, nõrgad, närwilised, kehwa terwisega inimesed wajawad rohkem kui kaheksatunnilist puhkust. Uni peab kosutaw olema. Selleks peab õhk magamistoas wärske ja woodi mõnus ja puhas olema. Magamistoaks kõige kohasem on suur, walge ja õhurikas ruum. Hästi wäljapuhata on wõimalus ainult lihtsas, puhta linade ja kerge walbaga kaetud woodis. Seda wõib enesele ka kõige kehmem lubada. Ajalt magama ja wa-

rakult jälle üles! Hommikul ärkamise järele ei ole sugugi soowitaw mõneks ajaks weel woodisse lamama jääda; waid kohe woodist wälja. See loob terweks päewaks rõõmsa meeleolu.

Enne magamaminemist.

Iga töõtaw inimene, iseäranis weel aga käsitõõline, peab enne magamaminemist oma keha puhastama ja pesema. Suu ja hambad iga hommiku ja õõhtu hoolikalt puhastada. Wett suhu wõttes tuleb kuristada ja suud loputada. Hambahahed hambaharjaga ja wastawa hambapulbriga hooliga ära puhastada ja puhta weega ära uhtuda. Tolmuses ruumis töõtaja peab iga õõhtu oma nina leige weega läbi loputama, wett



wähene ninasse tõõmmates ja wälja lastes. On seega suu, hambad ja nina puhastatud, tuleb õõieti keha pesemisele asuda. Esiteks pestakse käed ja käewarred sooja weega, seebi ja harjaga puhtaks. Kellel wõimalik, tehku iga õõhtu wanni. Ei tarwitse sealjuures mitte alati supeluswanni mõtelda, selleks kõõlbab ka pesu toober wõõi tũnn. Ei ole siiski wõõimalust wanni wõõi pesunõõud kasutada, siis tuleb terwe keha käsna wõõi pesulapi ja seebiga põhjalikult peseda ja kareda lina wõõi kuiwatusrõõtiga hästi ära kuiwatada. Samuti hooliga tuleb iga õõhtu jalgu pesta. Tõõesti

Joon. 1. Käewarre mårjutamine (osaline).

Mårga kåreråttikut pahema kårwarre tũmber pannes, sellega õõruda naha soojaksminemiseni ja selle jårrele kuiwa råttiga õõle õõruda.

imestamiswäärt on, kuidas paljud oma käte puhtuse ja iluduse eest hoolt kannawad, nagu puuderdawad ja huuli wärwiwad, sealjuures aga oma jalgade puhastamisele wähe rõhku panewad,



Joon. 2. Pesukäsna abil kehapinda õrudes, wõime lihlsa abinõuga were ringjooksu elustamiseks häid tagajärgi saawutada.

ainult neile siidisukke ületõmmates. Jalgade eest hoolitsemine ei ole sugugi wähem tähtis töö juures ja tarwiline terwishoidlises mõttes kui teiste kehaosade eest hoolitsemine. Ka pead ja juukseid ei tohi pesemise juures unustusesse jätta; neid tuleb hoolega pesta ja korralikult kuiwatada.

Terwishoidline magadisruum.

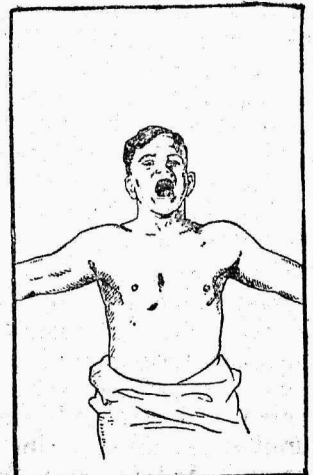
„Magadistoas elame meie ise, elutoas käiwad meil aga ka külalised ja wõõrad. Sellepärast oleme ka suurema ja walgema toa elutoaks sisseseadnud ja wäiksema toa magadistoaks.“ – Nii kuuleme sagedasti räägitawat. See on täiesti wale arwamine! Arwake ise järele, kui palju aega saadate mõõda omas elus magadistoas ja kui suur tähtsus on teie terwisel, mis korralise puhkuse järele karastust ja kosutust leiab, wõrreldes sõprade ja tuttawate juhusliku muljetega, — siis saate aru, kui suur eksitus see on. Kõige suurem, õhurikkam ja walgem ruum korterist tuleb magadistoaks sisse seada. Magadistuba ei pea ainult ruumikas ja õhurikas olema, waid ka päikesele juurepääsu wõimaldama. Woodid wõiwad lihtsad, aga sellejuures mõnusad ja puhtud

olla, kõige soowitawamad on wedrumadratsitega raudwoodid. Wanaaegsete pehmete sulgkottide wõi patjade asemele tuleb lihtne madrats wõtta. Hulga pealuse patjade asemele wõta ainult üks, et keha rohkem tasakaalus oleks magamise ajal, hingamine waba ja südametegewus takistatud ei oleks. Paksu wooderdatud waiba asemel wõta willane linaga ületõmmatud waip, mis sama palju soojust annab kui paks wooderdatud waip. Magadistoas ei tohi mingisuguseid tarbeta tolmukoguvaid asju olla, samuti ilmaaegset mööblit. Woodi, kapp, laud ja tool on ainukesed magadistoa mööblid. Magadistuba peab kergesti tuulutataw olema, mida igapäew tuleb toimetada. Kõige pealt tuleb päikest mitte ainult tuppa lasta paista, waid just magadisasemele. Päike häwitab kõik haigusidud.

Hommikul peale tõusmist.

Peale ärkamist kohe woodist wälja ja awa aken, et õhku saada. Kes wärsket õhku kardab, ärgu imestagu sugugi, et ta igasugustele haigustele wastuwõtlik on. Esimene asi on hammaste ja suu puhastamine, nagu eespool õpetatud. Kes õhtuti harjunud on oma keha korralikult pesema, wõib hommikul kohe weega keha pesemisele wõi märjutamisele asuda, mis keha ja waimu peale wärskenda-walt ja karastawalt mõjub.

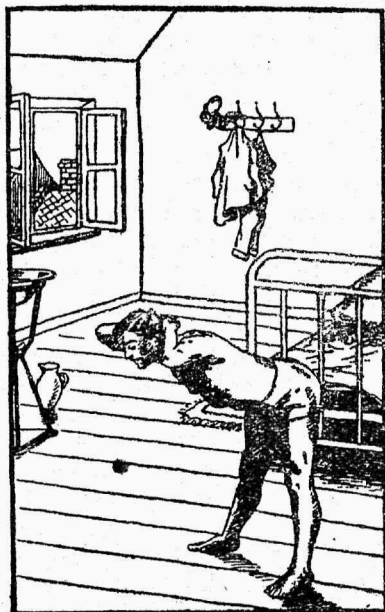
See wõib sündida kahel wiisil, kas terwetkehapinda märjutades, wõi osaliselt. Sealjuures tuleb mõlemi märjutamise juures silmaspidada, et seda kohe peale ülestõusmist ettewõtta



Joon. 3. Hingamisharjutus.

wõib, kui keha weel soe on. Täielise märjutamise juures muretse enesele peale pesukausi kaunis lai wann wõi otse ümarguse põhjaga toober ja, kui wee maha-ajamisega waja ettewaotlik olla, kaunis suur tükk wilti;

ning suur pesukäsn või wamm. Kehapinna märjutamist ette wõttes laota wilt põrandale, wann peale ja selle kõrwale pingile pesukauss. Jaluli wannis seistes pese esiteks nägu, kaela, rinda käsiwarsi; siis märjuta wette kastetud käsnaga keha üleni ja wannis seistes, kas püsti või



Joon. 4. Kehaharjutus.

Käed kukla taha kokkupanna, jalad hargis; kätega ettepoole ja pead tahapoole rõhudes, ülemise kehaga painuta aeglaselt risfloodis ettepoole ja tagasi.

kükitades, ehk istudes wala wesi kausist või pangist üle pea ja kaela, aga aegamööda ja nii, et wesi hästi keha mööda alla jookseb. Siis kuiwata juuksed ja õõru wesi keha ümbert mäha, astu wannist välja ja wõta kuiwatamine käsile. Märjutamine võib ka weel sel kombel sündida, et wõetakse suur lina, pesukauss või -nõu külma weega ja õõrumise-rätik. Lina kastetakse külma wette, wäänatakse välja, wõetakse ümber keha ja käewarte, kaela alt kinni pannes, ja hakatakse keha peopesaga märja lina peal õõruma laias joones ülevalt alla, kuni keha soojaks minema hakkab. On see sündinud, kõrwaldatakse märg lina keha ümbert ja hakatakse kehapinda kuiwa kareda rätiga õõruma. Nõrga terwisega ja haiguste all kannatawatele isikutele on soowitaw vähem wäsitaw osaline märjutamine, mida ette wõetakse kas käsiwarte, jalasäärte, rinna, selja või

keha õõrumiseks. Sellega võib samasuguseid tagajärgi saawutada, kui täisõõrumise abil, kui osaline õõrumine otsekohe üheteisele järgneb. Osaliseks õõrumiseks on tarwilik: pesunõu külma weega, käterätik ja kare õõrumisrätt. Rätt kastetakse külma wette, wäänatakse välja ja pannakse palja käsiwartele ja õõrutakse käsiwarsi peopesaga laias joones umbes 5 minutit. Selle järele wabastatakse käewarred märjast rätist ja õõrutakse kuiwa rätiga kuiwaks. Samal kombel sünnib ka sääрте, rindade ja selja õõrumine. (Joon. 1).

Ei ole aga muud võimalust, siis õõru oma kehapind külma wette kastetud käterätikuga üleni läbi.

Õõrumise järele wõta keha harjutused ette, mida iga hommiku iga inimene järjekindlalt tegema peab.

Kehalised harjutused meeste- ja naisterahwastele.

1) Hingamisharjutus. Kopsu sügaw sissehingamine. Sirge seismine, konsad wastastikku, jala ninad wäljapoole, käewarred ripuvad kõrwal. Sirged käewarred



Joon. 5. Wifbutamine.

sirgete sõrmedega tõsta eespoolt poolringis aeglaselt ülespoole püsti, ühflasi jalaninade peale kerkides ja kõhtu sissetõmmates sügwaalt sissehingata läbi nina. Wäljahingates wajuwad sirged käewarred

külje pealt aegamööda jälle alla. Korrata 15–20 korda.

2) Hingamisharjutus. Sügaw wäljahingamine. Seisak, jalad hargis. Sissehingamine, nagu eelmises harjutuses, kiki warwastele tõustes, käewarsi kõrwale wäljasirutades õlgade kõrgusele wäljasirutadet, hinga kinnise suuga läbi nina sisse ühetasaselt ja sügawasti. Wäljahingamine: keha loodis hoides lase põlwed aegamööda konksu wajuda ja hinga sügawalt wälja. (Pilt 3). Korrata kuni 10 korda.

3) Kehaharjutus – lihaste pingutus. Jalad hargis seisak. Käed kuklataha kokkupannes, küünarnukid tagasitõmmata; käsi ette ja pead tahapoole rõhudes painuta wäljasirutatud ülemist keha aegamööda ristloodis ettepoole ja jälle tagasi – 5–10 korda (pilt 4).

4) Wiibutamine. Jalad hargis seistes siruta käewarred kõrwale wälja, kas õlade kõrgusele wõi madalamale. Wiibuta sõrmi rusikasse tõmmates ja siruliajades käsi üles-alla, nõnda et konsad kord kõrgele kerkiwad, kord põrandani wajuwad; ühtlasi tõmba keha üleskerkimisel sõrmed tugewasti rusikasse ju allawajumisel siruta nad tugewasti sirule. (pilt 5) Korrata umbes 15–20 korda.

5) Kerge hingamisharjutus. Harjutuste lõpuks südametegewuse rahustamiseks. Mõlemaid käsiwarsi õladeni tõstes sügawalt sissehingata ja hinge kinnipidamata wäljahingata käsi alla lastes. Seni korrata kuni hingamine harilikus seisukorras.

Kõiki harjutusi toimi wõimalikult supelusülikonnas wõi särgiwäel, aluspükstes ja kingades, lahtises ruumis, awatud akna kohal, wõi wäljas, wärskes õhus.

Peale kehaliste harjutuste – riidesse. Riided peawad kõigiti lahedad olema ja ei wõi pingul olla ega pigistada. Linane särk ja linane aluspesu on kõige terwisekohasem ihupesu. Riided peawad keha-

katteks sündsad olema ning töö ja ilma nõuetele wastama.

Hommikul enne einewõtmist on wäga tähtis ja soowitaw tühja kõhu peale klaas külma wett ära juua. See äratab seedimise tegewust Kes harjunud on iga hommiku tühja kõhuga klaas külma wett jooma, märkab warsti, et ta enne kodust lahkumist kloseti järele wadjadust tunneb. Korralik wäljaskäimine on üks tähtsamatest ülesannetest terwishoidlise eluwiisi juures. Inimene peab seda iga hommiku enne päewatööd toimetama. See lihtne klaasike külma wett kõrwaldab meie kehast kõik ülearuse ja tihti kõige kahjulikumad ollused. Peale klosetis käimist ära unusta millalgi kätepesemist.

Hommikueine sündigu rahuliselt ja mõnutundega. Paljud inimesed unustawad, et eine tööinimesele pea-söömaajaks on. Igaüks peab ajalt ülestõusma, et tal aega jatkuks einet korralikult peeneks puredes süüa. Hästi näritud toit on pooleldi juba seeditud. Toit hommikueineks peab aga ka puhas, wärske ja toitew olema. Ei ole sugugi waja selle eest palju raha wälja anda, ta peab aga wastawaid toiduolluseid sisaldama. Kohwi ja tee äritawad ainult, toidu wäärtust neis ei ole, peale piima ja suhkru, mis sionna juure lisatakse. Wesi ja piim on kõige terwishisemad joogid.

Palju inimesi tõendawad, enamjagu täie õigusega, et nad peale hea hommikueine terve päew kõige suurema tööwõimega tõõtada suudawad.

Tõõleminek sündigu rahulikult, ilma ruttamata ja higistamata, nagu oleks see jalutuskäik. Ei luba halb ilm wõi kaugus töökohani jala minna, siis käi vähemalt mõni minut peale hommikueine jala. Käik töökohani tuleb täpselt wäljaarwata, et tööalguseks kohal olla. Kes tööle rutates enese soojaks ajab ja higile, ärgu imestagu sugugi, kui ta wäsinult töö juure jõuab ja töö nii ei edene kui kaastöötajal. J. O.

Tööruumide soojus ja kütmine.

Eestis ei täideta paljudes tööstusettewõtetes tööruumide puhtuse, walgustuse, õhuwahetuse ja soojuse suhtes neidki nõudmisi, milleks sundisid warem Wene walitsuse määrused.

Iseäranis hoitakse ruumid külmad, aknaid ja-uksi ei parandata isegi talweks, kõige külmemaks ajakski ära, tuuletõmbus on harilik nähtus, mõnes kohas tuiskab isegi lumi sisse.

Tagajärg: Töölise terwis kannatab. Haiguspäewade arw on suurem.

Ruume, kus tehakse suuremaid töid, metalltööstuses ja mujal, ei küteta harilikult, sest see töö ise on ühenduses soojuse tekkimisega ja raske füüsilise töö juures pole ruumide kütmise järele suurt tarwidust. Kergeks kütmiseks tarwitatakse wälismaail lihtsat abinõu, näiteks Nürenbergi masinawabrikus: wentilaator wõtab töösaali lae alt wõrdlemisi tolmupuhta õhu ja laseb läbi auruga kõetawa torudega kaifa põrandale. Kahesest sarnasest wentilaatorist on küllalt, et soojendada ruumi, mis 100 meetrit pikk, 32 m lai ja 28 m kõrge.

Ruumides, kus tuleb töötada istudes wõi seistes, ilma et suuremat lihastejõu kulutust oleks, tuleb hoolitseda wastawa

soojuse eest. Suuremates wabrikutes, on auruküte. Wähemates, meil Eestis ja töökodades ahjud.

Kerge töö juures peetakse normaal temperatuuriks 18–20° C.

Tihti on aga ruumid rõsked, wäiksemad töötoad isegi keldrites, ja soojust pole 10° C. järgi. Sarnastel tingimustel on haigusjuhtumiste arwu tõus paratamata.

Eeskujulikkudes wabrikutes on paras soojus. Suwel suure kuuma ajal muresetakse wentilatsiooni abil parajat jahedust, misjuures õhuliikumine juba ise toob jahedustunnet.

Tööruumide paras soojus — mõjub hästi mitte ainult töölise terwisele, waid ka töowiljakusele. Mitte ainult rahwa terwise, waid ka tööstuse enese huwides tuleks siin wastawaid nõudeid täita.

Pärnu Ühishaigekassa tegewuse ülewaade 1920—1926. a.

A. Haawasalu.

Nagu suur osa teisigi meil tegutsewaid haigekassasid, kuulub ka Pärnu Ühishaigekassa nooremate liiki, kes oma olemasolu alganud Eesti iseseiswuse saabumisega. Pärnu Ühishaigekassa algas oma tegewust 24. juulil 1920. a. Awamis-koosolekust wõtsid osa ligi 30 töökoja ja ettewõtte wolinikku, kes ka oma keskelt ajutise juhatuse walisid. Sama aasta 12. septembril peeti ära esimene wolinikkude peakoosolek, kus Haigekassa põhikiri wastu wõeti ja uus wiieliikmeline juhatuse waliti; juhatusse said wolinikud: Uehendrik, Soosaar, Koks, Jänes ja Ostrow. Sama koosolek määras ka töölistel wõtawastawa haigekassa maksu ühe protsendi peale kindlaks, mille aga 1. juulil 1921. a. ärarepetud peakoosolek kahe protsendi peale tõstis. Toetuseks haiguse puhul määrati perekonnaga kassaliigetele $\frac{2}{3}$ ja üksikule $\frac{1}{2}$ päewapalgast, õnnetuste korral kõigile kassaliikmeile $\frac{2}{3}$ keskmisest päewapalgast.

Esimese, s. o. 1920. tegewusaasta lõpul kuulusid haigekassa alla 30 töökoda ja ettewõtet. Samal ajal oli kassaliikmeid 816, neist 480 meest ja 336 naisterahvast ning 642 perekonna liiget. Rahaline läbikäik sama aasta jooksul ulatas 150.880 mrk, peale, millisest summast tagawara

kapitaliks 4836 mrk. jäi. Juba see, et tagawarakapital pea täiesti puudus ja ka wäljawaafed selle saamiseks õige pessimistlikud näisid, olid asjale lähedal seisjad isikud sunnitud kogu andumusega töötama selleks, et ei langeks rusedeks äsja loodud ettewõtte, oli ju suur hulk töölisi kui ka ettewõtjaid hoopis waenulised haigekassa wastu, sest suuremal hulgal neist puudus pea igasugune arusaamine haigekassade ülesannetest. Olgu tähendatud, et need pingutused ja kitsendused, mis sel ajal paljudele arusaamatuks jäid, hiljem wilja kandsid, sest juba järgnew tegewusaasta tõi asjasse tuntawaid paremusi ja lähedamaid tegutsemiswõimalusi, mis aga peasi — aitas sūweneda neid suuri ülesandeid ja sihte, mida haigekassad enda peale wõtnud, ka laiemates ringkondades. Siit peale on Pärnu Ühishaigekassa tegutsenud terwenemise ja järjekindla kaswamise tähe all, mida omalt poolt tõendada aitab ka kassaosaliste järjekindel juurekasw.

Möödunud 1926. aasta lõpul kuulusid haigekassa alla 98 töökoda ja ettewõtet; samal ajal oli kassaliikmeid 1558 ja perekonnaliikmeid 1225.

Kui pilku heita kassa läbikäigule tema algupäewast kuni käesolewa ajani, s. o.

kuue tegewusaasta kestel, siis paistab ka siin järjekindel kasv ja asja üldine paranemine silma. 1926. aastat lõpetades jäi tagawara kapitalina järele 2.305.579 mrk., missugune summa omakorda julgustab kassa juhte edaspidises tegewuses ja kawatsustes, on ju suur osa kawatsusi ja uuendusi just kapitali puudumisel pidanud järjekorda ootama. Olgu siin näitena toodud kas wõi kassa liigete arstiabi korraldus.

tuntawal määral kassa rahalise seisuga peale mõjub, on wist igale ilma põhjalikuma seletusetagi selge, sest, lubatagu tähendada, ei jää ka sarnasel korral kuritahtliselt haigeksjäämised ja iga pisema kui häda rawitsemised ära. Kuid haigekassa juhatus loodab seda ikkagi kõige lähemas tulewikus teostada wõiwat, muidugi tingimusel, et asjaosalised ise ka sellest wastawalt arusaawad ja omad järeldused teewad.



Pärnu Ühishaigekassa juhatus, rewisjoni komisjon ja ametnikud.

Istuwad: (pahemalt poolt alates) A. Juhkam — esimehe abi, H. Jaanson — kassapidaja, C. Norberg — esimees, T. Andrekson — juhatusliige, A. Reimann — kirjatöötaja.

Seisawad: (pahemalt poolt alates) R. Melts — rew. kom. liige, E. Jets — rew. kom. liige, K. Tamm — asjaajaja, M. Jermolajew — rew. kom. esimees, N. Palm — ametnik, A. Bauer — raamatupidaja.

Üldiselt on ju selge, et kassaliigete arstiabi korraldus praegusel kujul, kus ette võtjad nende rawimiskulude kandjaks, paljugi soovida jätab, eriti tuleb seda äramärkida väiksemate ettevõtete kohta. On juhtumisi, kus tööline kohast ilmajäämise kartusel poolwiganasa on sunnitud töötama, rääkimata igasugustest sisemistest wigadest ja hädadest, mis väliselt end nii selgesti tunda ei anna. Sellepärast on just üheks palawamaks sooviks kassaliigete rawimise ülevõtmine haigekassa alla. Et selle teostamine õige

Teiseks põlewamaks päewaküsimuseks on haigekassal oma apteegi awamine. Senini on olemas haigekassal kõikide Pärnus asuwate apteekide omanikkudega kokkulepe, mis wõimaldab hinnaalandust 10% tarwitatud rohtude hinnast. Et see protsent aga tuntawalt suurem wõib olla, on näidanud need haigekassad, kellel oma apteegid olemas. Ka see kawatus on pidanud tarwilise kapitali puudusel senini wiibima, mida aga, wõib olla, juba lähemas tulewikus teostada suudetakse.

Üldiselt olgu tähendatud, et nüüd, kus haigekassa ka ruumide mõttes õnnelikumas seisukorras on, kui seda linna lugemistoa kõrwal olew umbes ühe ruut-

sülla suurune toake oli, awanewad wõimalused ka terwishoidlikkude loengute ja kursuste korraldamiseks, milleks wastawad eeltööd ja läbirääkimised käimas.

Uued tööinspektorid haiguskinnituseadust seletamas.

Ühest tööinspektori ringkirjast.

Töö-hoolekandeministeriumis olid tänuw aasta algul suured muudatused, kahjuks ainult wälised: osa ametnikke wallandati ja asetati uutega. Töökaitse komissaride jaoskondi wähendati; tehti seega töökaitse järewalwe ametnikud töölistele weel kättesaamatuks kui warem. Näiteks peab see tööline, kellel waja töökaitse ametniku juure peaseda, selleks reisima Petserist, Walgast ja Wõrust — Tartu, Pärnust — Wiljandi, Paidest, Haapsalust ja Kuresaarest — Tallinna. Senised wilunud töökaitsekomissarid kas lasti lahti wõi seati uute, niinimetatud inspektorite alluwusse. Ja waewalt on see nii kestnud wähe aega, kui juba kaebusi tuleb, et uue korraga töökaitse, mis senigi nõrk oli, peaaegu tühistatud on. Ametnikud pole kättesaadawad ja arwuliseltki ei suuda nad koha peal järewalwet teostada. On ka kaebustega pööratud juba isegi ministeriumi poole, et mõni tööinspektor inimestele, kes tema nõu ja abi tahinud, on seletanud, et konfliktide lahendamise ei kuulu tema ülesannete hulka. On küll ajalehtedes koneldud isegi töö-hoolekandeministeriumi juhtiwate tegelaste poolt, nagu tuleks tööinspektoreid wabastada töökonfliktide lahendamisest, siiski pole weel makswat seadust ja määrusi selles suhtes muudetud. Seni kui seda tehtud pole, peawad ja on kohustatud tööinspektorid kodanikke wastu wõtma ka töökonfliktide asjus. See on inspektorite ülesandeks olnud juba Wene riigi päiwil. Ja tegeliku elu ning otstarbekohasuse seisukohalt ei tohikski tööinspektoreid neist kohustusist wabastada.

Tööinspektorite kaudu teostatakse ka järewalwet tööliste haiguskinnituseaduse teostamise ja selle asutuste, haigekassade üle.

Kuidas mõni uus tööinspektor seda ülesannet täitma on asunud, seda näeme alljärgnewast ringkirjast, mida saatnud III

jaoskonna tööinspektor 12. jaan. 1926. a. Nr. 2675 all. ringkirjaliselt „kõigile jaoskonnas asuwatele haigekassa juhatustele“. Ta käib järgmiselt:

„Wiimasel ajal on arusaamatused tekkinud haigekassa juhatuste ja etfewõtjate wahel, mille põhjuseks on olnud mõned arusaamatused. mis selgiust nõuawad, et nad edaspidi enam ei korduks:

1) Nii on haidekassade nõudmine etfewõtjailt, et nad preemiate ja grafiikatsioonide pealt haigekassa maksu maksaks, mitte seaduslik, kui mainitud tasud mitte palga-lepingus ette ei oie nähtud.

2) Juhuslistelt töölistelt haigekassad ei wõi nõuda haigekassa makse, kuid nad on kohustatud neile arstiabi andma (kui arstiabi andmine on haigekassa korralduses) etfewõtja arwel, kui wiimane niisuguse tööliste haigekassa poolt määratud arstiabi andja juurde saadab. Juhuslisteks töölisteks peab lugema niisuguseid töölisi, kes töötawad juhusliste, tööde peal, mille kestwus ei ole üle 6 päewa ja kes ei ole mitte haigekassa liikmed.

3) Kinnitussnõukogu 2. osakonna poolt 21. mail 1926. a. maksmapandud määruse punkt 7 põhjal wõiwad haigekassad neile etfewõtte poolt saadetud teadete kontroleerimiseks nõuda nende teadete teise, aga mitte dokumente. Kui aga haigekassal peaks mõni konkreetne juhtumine olema, milles tema näeb oma seaduslikkude huwide rikkumist, siis on neil wõimalik kindlaks tehtud andmeid esitada tööinspektoritele, kes siis omalt poolt wõiwad põhjalikumalt rewideerimist ette wõtta.

4) Arusaamatuste ärahoidmiseks pööran haigekassade tähelepanu selle peale, et nendel õigus on nõudmist ja kaebusi esitada tööinspektoritele etfewõtete wastu ühe aasta jooksul (Tööstuslise töö sead. § 266) ja sellepärast ka kõik kaebused ja nõudmised, mis on sisse antud pärast nimetatud termini, enam arwesse ei wõi wõetud saada.

III jsk. tööinspektori kt. O. Wuht.“

Selle tööinspektori poolt antud seaduse seletuse peale on Rakwere Ühishaigekassa juhatus alljärgnewa wastulause saatnud:

„Teie poolt saadetud ringkirja 12. skp. Nr. 2675 olemis kätte saanud, mille kohta oleks meil Teile järgmist ette kanda:

P. 1. Tööstuslise töö seaduses ei ole kusagil näidatud, et palgaleping tuleb haigekassa maksu arwestamise juures aluseks wõtta. Küll aga annab seadus haigekassadele õiguse preemiate ja grafiikatsioonide pealt haigekassamaksu nõuda, sest § 267 punkt 2 ütleb selgesti, et teenistuse wõi palga summa hulka arwatakse ka etfewõtte puhtast kasust saadud osa.

P. 2. Haigekassale alluwaites ettevõtete töötavate juhustele töölisele, kes ei kuulu haigekassa liikmete hulka, arstiabi korraldus ei saa haigekassa kohuseks olla.

Tööstuslise töö seaduse neljanda jaotuse 11 peafüüki § 304 järele on haigekassal õigus kassaliikmete arstiabi andmist ettevõtete valdajate arvel oma kätte võtta. Juhustline tööline ei ole kassaliige, ei seisa haigekassa nimekirjas — sellega haigekassale võõras isik, nagu iga teine mõddamineja.

Põhimõtteliselt ei võiks ju arstiabi korralduse vastu olla juhust. Töölisele, tingimustel, et ettevõtte valdaja need kulud haigekassale tagasi maksab. Kuid meil on kogemusi ja teame, kui raske on töötavustelt juba seadusliku haigekassamaksu kättesaamine. Isegi poliitsei kaudu nende summade nõudmine viibib kuude viisi, isegi aasta. Mis siis veel rääkida muudest summadest, mis suguste nõudmine kohtuteel nõuaks aastaid ja küsitav, kas üldse kätte saab — puudub ju seaduslik alus.

P. 3. Kui haigekassa poolt ettevõtete kontrollimise võimalused piirduksid ainult haigekassale saadetavate teatelehtede ärakirjadega, siis ei ole haigekassa seisukohalt kontrollimisel üldse otsustarvet ja Kinnitusameti määrusel samuti. Sest haigekassa teatelehed täidetakse ettevõtjate poolt kahes eksemplaris korraga kopeerpaberi läbi, nii et teadaannete teisendite juures kahlust ei saa tekkida, mispärast nad kontrollimise objektiks kudagi ei saa olla.

Kuid tööstuslise töö seadus annab haigekassale palju laiemad õigused ettevõtete rewideerimiseks. Seaduse § 280 p. 3. kohustab ettevõtte juhatajat haigekassale saadetud teatelehtedel ja seaduslikult

nõutud raamatutes lähendatud andmete kontrollimiseks wastavaid dokumente, arweid, raamatuid ja üleskirjutusi esitama. Nii et seaduses on dokumentide kui ka arvete nõudmise õigus olsekohe ettenähtud.

Seesama õigus kordub ka haigekassa põhikirjas § 8 p. 2.

Nii et Teie kirjas wastav seletus on wastolus seadusega.

Mis puutub Kinnitusnõukogu 2 osakonna poolt 21. ma 1926. a. maksmapandud määruse punkt 7-sse, siis on ülal nimetatud teisenditega tahetud peaaesjal kult asetada tööliste palgaarweraamatut, missuguse pidamine oli sunduslik töötavustele kunn' 1. juulini 1926. a. ja said äramuudetud Töö-Hoolekandeministri poolt (Riigi Teataja 26. juuni 1926. a. Nr. 55).

Nimetatud Kinnitusnõukogu määrus on tehtud rohkem töökaitses komisсарide (määruses on nad esimesena nimetatud), kui haigekassade huwides, sest nagu juba ülal lähendatud — ei ole haigekassadele teisendid tähtsad, küll aga komisсарidele. —

Kinnitusameti ülesandeks on seaduse täitmise kõrgem järelewalwe, seaduse täitmiseks seletuste ja juhtnõuõride andmine, aga mitte seaduse muutmise ega tühistamine. Sellega on haigekassadel õigus dokumente ja arweid kontrollimiseks ettevõtjalt nõuda ja peawadki seda tegema oma seaduslikkude huwide jalule seadmiseks.

Palume Teil lahkesti käesolewat meie ettekannet arwesse võtta ja Teie poolt haigekassadele saadetud seletuskirjas 12. skp. Nr. 2675 punktid 1, 2 ja 3 wastawalt muuta.

Ei ole ju ükskõik, missugused õigused ja kohustused haigekassade peale pannakse."

Unest ja unenägudest.

Dr. Julian Marcuse, München.

Rahwasuu ja luule wõrdlewad und surmaga, neid nimetades wendadeks. Kuigi magaja väliselt sarnaneb surnule, on uni ja surm oluliselt täiesti wastandid. Unes kosub päewatööst wäsinud keha, pingutuswõime kaotanud rakud toituwad jälle hapnikuga, kogu organism kogub jõudu ja toitu. Seega on uni ülesehitaja ja ei kunagi surma partner, ehkki ta omab oma sügawuses surmasarnase iseloomu. Uni wõidab suurima teguwõime, painedumatumata tahte tööle, ta wõidab hiiglase Cyklobi ja tugewama kõrbe kiskja. Wõib end 30 päewa näljutada, nagu seda teinud näljakunstnikud, kuid terwist tõsiselt rikkumata 30 ööd magamata olla pole wõimalik. Iga pikemaajaline uneaja lähendamine mõjub halwawalt terwisele. Ilmub osaline waimuelu lagunemine, nagu wäsimus, mälu kahanemine, puudulik mõtete koondamiswõime j.n.e.

Kogu loomkonnas on uni kõige elementaarsem tarwidus. Suurem osa loomi walib magamiseks pimedad, kõrwalseiswad urkad, kus oleks rahu välisilma kärast, püüab end asetada wõimalikult mõnusasti. Teatawasti keerab koer end mitu korda ringi enne kui ta enesele leiab paraja paiga, magaw rõõwloom katab pea käppadega, siil tõmbab end kerra nii, et pea täiesti ärakaob, lind pistab pea tiwa alla ja madu rullub kerra, pea keskel. See loomade talituswiis näitab nende intensiivset püüet päewatöö pinguli olnud keha lasta puhata.

Juba pimedata tulekul annab inimese juures tunda nii kehaliste kui waimliste jõudude lõdwenemine. Waheldub ainult selle wäsimuse ilmumise silmapilk, mis tingitud mitte ainult isikust enesest, tema soost, wanadusest, kehaehitusest, waid ka hulgast teistest teda ümbritsewa elu faktoreist. See esimene wäsimus-

tunne on eelkäijaks temale järgnewale wäsimusele ja ligihiiliwale unetarbele. Laste juures ilmub „liiwamees“, täiskaswanute juures haigutamine. Uni ise ilmub siis, kui keha on leidnud wõimalikult mõnusa seisaku ja silmad end sulgenud, et ei äritaks neid ei walgus ega teised wälised mõjud. Üldse on unetulekuks tarwilik täieline rahu. Kui uni ilmunud, siis on rahu ja puhkus ka peaaegu ja närwidel. Mõtte liikumisest annawad märku ainult unenäod, mis meie alateadwusest üleskerkiwad.

Magamise ajal on hingamine reegli-pärasem ja sügawam, süda ja tuiksoon töötawad rahulikumalt, näärmete tegewus on wähenenud (näit. nohu jääb une ajal ära), seedimiswedelikud woolawad laisemalt j.n.e.

Nii täpselt kui ka ei tunta unenähtusi, pole siiski selgitatud une tekkimise põhjused. Kõige olulisem une tundemärk on mõistuse ja kõikide tahteliste liigutuste kadumine. Et teadwus kõige pealt taganeb meelteorganidel – silm, kõrw, nina – need aga une ajal enam endisel määral ehk sugugi äritusi wastu ei wõta, siis on selge nende kaasabi unele. Aga und ei too ainult meelte tegewuse ärajäämine, siia astub lisaks küll wist wereringwoolu muutus selles mõttes, et weri vähemal mõõdul peaaegu suundub ja peale selle weel ainetewähendamisel tekkinud häwitusprotsesside kuhjunemine kesknärwisüsteemi sõlmkohtadesse. Une tulekuks arwatakse ka wajalik olewat psükoloogiline moment – tahtmine magada.

Uni ja unenäod on tihedalt seotud, sest unes kadunud teadwus ilmub unenägudes osaliselt tagasi, kuid ebamääraselt, ebakindlalt, segatud kõiksugu hirmsate ettekujutuste ja piltidega.

Need unenägudes walitsewad elemendid on pärit alateadwusest, hingesügawusest. Inimese walwel olles hiiliwad nad ainult mõõdamannes alateadwusest meie waimu- ilma, aga et nad tawalisesti meie mõttega on wastolus, siis surutakse nad tagasi. Unenägudes aga on nad peremehed, talitawad meie mõttewäljal wabalt oma tujude järele, muutes nägematu koledaks, suure – hiiglasuureks, ilusa – üliloomulikuks. Kui meie unes kukume, siis ei kunagi nii, et saawutaksime maad, kui ujume, siis näeme randa uduses kauguses, mängides saawutame

ookeanid ja ilmajaod, elame sekundi wäl- tel aastakümneid, oleme wõimetud meid ümbritsewates ja walgukiirusel muutu- wates olukordades. On tundmus, et meid rõõwliid piiranud, tahame hädas appi hüüda, kuid ükski heli ei tungi me kõrist, seisame lähewewa rongi teel ja näeme surma silme ees, aga päästa meie end ei suuda, sest ükski liige ei kuula meie sõna. Sarnaseid näiteid wõib tuua sadandeid, ikka näitawad nad mõistust wõit- nud ebakindlaid tundmusi.

Unenägusid mõjutawad sugu ja wana- dus. Laps peab õppima und nägema, ta peab enne midagi unenäowäärilist läbi- elama. Noored unelewad elawalt, teewad kangelastegusid, kus mängib suurt osa nende kehaline tugewus; sama kordub kuni sugulise küpsuseani. Siis hakkab unenägudesse põimuma esimesi erootilis- fantastilisi pilte, mingi ebamäärane igat- sustunde loorides. Edaspidises wanadu- ses mängiwad unenägudes osa amet, igapäewased askeldused ja suurel määral temperament. Mida sügawam ja elawam on isiku hingeelu, seda rikkamad ja mit- mekesisemad on ta unenäod. Wiimased ei olene ükski läbielamuste rohkusest, waid nende wastuwõtmise ja mõju sügawusest.

Naised, nende enam arenenud tunde- elu tõttu, unelewad tawalisesti elawamalt kui mehed. Iseäranis mitmekesised on unenäod raskejalgsuse kuudel, kus kogu naise hingeelu kõrgema määran pingul.

Unenägu wõib olla une kaitsja, näit. laste juures, kes unenäos näewad oma soowide täitmist. Unenägu wõib olla une eksitaja, suuremalt jaolt täiskaswanute juures, kes osa päewastest mõtetest ja muredest wõtawad unne kaasa. Kuid enamalt jaolt oleneb rahutu uni isiku när- wisüsteemi üldisest äritusest ja pinguli- olekust. Unepuudus on tänapäewal väga laialilagunenud pahe. Mured ja waewad, pettumused ja peaasi kahjulikud eluwiisid on unepuuduse põhjustajad.

Unewõimet vähendawad liig raske ke- haline ehk waimline töö, alaline istumis- töö, vähene õhus liikumine. Wastuoksa, und toowad kehaharjutused, liikumine wabas õhus ja waimline puhkus. Alko- hol wähesel mõõdul toob und. Kuid alkoholi tarwitamises ei peeta harilikult mõõtu ja mida enam juuakse, seda när- wilisemaks ja rahutumaks muutub uni. Samane mõju on nikotini-; iseäranis eru- tawalt mõjuwad südamele ja peanärwi-

dele rasked nikotinirikkad sigarid. Südametegewuse kiirustaja on ka kange oahkohw; sellepärast tarwitawad teda need,

kes õösel tahawad ärkwel olla. Kes aga rahulikult magada soowib, see teab nüüd isegi, mida selleks tarwis on.

Nakkawate haiguste arstimise kohta

andis Eestimaa Haigekassade Liidu juhatus töö-hoolekandeministrile alljärgnewa märgukirja.

Madalate tööpalkade ja sagedate tööseisakute tagajärjel on haigekassade sissetulekud wõrreldes wäljaminekutega wähenenud, kuna arstiabi ja toetussummad on kaswanud. Kui tööstusettewõte töötab nädalas 3-4 päewa, wõi seisab wahetewahel nädal-kaks ja enam, siis jääb haigekassa küll seisaku aja eest liikmemaksust ilma, tema kohustused aga sarnase tööstusettewõtte tööliste-kassaosaliste ja nende perekonnaliigete wastu ei wähene sugugi. Sarnaseid nähtusi on sagedasti. Ka on tööliste kinnitamine Eestis poolik: puudub tööwõimetus ja inwaliidsuse wastu kinnitamine. Selle tagajärjel tuleb haigekassadel arstida ka kroonilisi haigeid, mis suurt kulu nõuab, kuigi see ülesanne peaks kuuluma inwaliidide kassale. Läänud aastal on haigekassade wäljaminekuid suurendanud rohked haigusjuhtumised, mis tingitud raskest sotsiaalsest seisukorrast, aga iseäranis ka nakkushaigused, mis wõtsid taudi iseloomu. Nende arstimise ja haigete toetuse andmise peale on tulnud haigekassadel suuri summasid kulutada, kuigi taudide wastu wõitlemine ja nakkushaiguste arstimine ei ole sisult haigekassa, waid riigiwõimu ja kogukonna ülesanne, kes riigiwõimu teostab koha peal. Makswa seaduse järele ja teiste korralduste puudusel ei saa aga

haigekassa keelduda nakkushaiguste arstimisest.

See on wiinud haigekassad raskesse seisukorda. On tulnud mõnel tagawarakapitalist lisa wõtta.

Haigekassade suurtest kohustustest läinud aastal ja raskustest annawad ülewaadet aruanded, mis Töö- ja Hoolekandeministeeriumile tähtjaks esitatakse.

Et käesolewal aastal olukord paraneks, ei ole loota. Uued haiguslaened ähwardawad maad. Ei ole ka näha tööpalka tõusu ja tööstusettewõtete korralikku, ilma tööseisakuteta töötamist. Nii puudub eeldus, et käesolewal aastal haigekassade seisukord paraneks. Eelmist aastat ja selle kogemusi arwesse wõttes, näib tänawu haigekassadel weel raskustegategemist tulewat.

Makswa tööstuslise töö seaduse § 338 järgi on haigekassadel õigus protsendita laenu paluda Töö- ja Hoolekandeministeeriumilt sellekohasest kapitalist. Eestis aga puudub wastaw kapital. Sellepärast palub Liit Töö- ja Hoolekandeministeeriumi, riigi eelarwe korras luua wastaw kapital, kust haigekassad, kes rahalises kitsikuses, wõiksid saada protsendita laenu.

Ühtlasi palub Liidu juhatus wõtta riigi eelarwesse üks miljon marka toetuse andmiseks haigekassadele nakkushaiguste arstimiseks.

E. Haigekassade Liidu esimees:

A. Hellman.

Sekretäär: Joh. Ode.

Esimene abi õnnetus-juhtumustel.

Eestimaa Haigekassade Liidu wäljandel on ilmunud Dr. W. S u m b e r g i poolt kirjutatud „Esimene abi õnnetusjuhtumustel“, mis sisaldab kokkuwõetud ülewaate sellest, mis tuleb teha õnnetusjuhtumustel enne arsti tulekut.

Raamatust leiame juhatus järgmiste pealkirjade all: haawad, haawade sidumine, põletushaawad, werejooksu sulgumine, werejooks ninast, seesmised werejooksud, luumurded, käeluu murded,

jalaluu murded, nikastused ja wäändumised, riietest wabastamine, üldised pigistused ja põrutused, wõoraskehad, kunstlik hingamine, minestus, ajurabandus, soojuslõök, päikesepiste, wigastused elektri woolu läbi, wigastus külma mõjul, uppumise korral, abi nõrga jää sisse kukkumule, kuidas nõrgast jääst wälja ronida, kuidas haiget kanda ja wedada, kuidas haiget tõsta, haige wedamisest. Mürgitused: happed, lehelised, sublimate, woswor,

arsenik, põrgukiwi, morfium, kokaiin, nikotiin, strichniin. Mürgitused toitu-dega: joot, alkohol, eeter ja liikwa, kloroform. Mürgitus wingu ja walgustus-gaasidega, ussi nõelamine; mesilaste, eri-laste, wapsikute (waabluste) nõelamine, marutõbiste loomade hammustamine, kunstlik okse. Kirjutust, mis 25 lehe-küljel, selgitawad 45 pilli. Raamatut wõib

igaühele soowitada. Muretsegu mitte ai-nult iga tööline, waid ka iga kodanik ta omale. Et seda tarwilikku raamatut kõi-gile kättesaadawaks teha, on tema hind määratud wõimalikult odaw — 5 mrk. Osta saab haigekassadest ja tööliswanemate kaudu. Suuremal arwul (10 eks. ja enam) tellida wõib: Tallinn, Tatari tän. 15, Eestimaa Haigekassade Liit.

Eestimaa Haigekassade Liidu V kongress

peetakse ära Narwas, Riigi- ja Omawalitsuse Teenijate Ühingu saalis, Wiru tän. nr. 1, 5., 6. ja 7. märtsil 1927. a.

Algus I a u p ä w a l, 5. märtsil, punkt kell 11 homm. P ä e w a k o r d:

1. Kongressi awamine.
2. Kongressi juhatusel, sekretäriaadi ja mandaat-komisjoni walimine.
3. Kongressi päewakorra ja kodukorra kinni-tamine.
4. Aruanded Liidu tegewusest.
5. Aruanded kohtadelt.
6. Liidu 1926. a. aruande ja 1927. a. celarwe kinnitamine.
7. Liidu 1927. a. liikmemaksu kindlaksmäära-mine.
8. Liidu põhikirja muuflmine.
9. Walimised põhikirja järele: a) Liidu nõukogu, b) Liidu rewisjonikomisjon.

10. Liidu kodukorra kinnitamine.
11. Sanatooriumi ja rawilate asutamise küsimus. Refer. J. Kirp.
12. Haiguskindlusseaduse uus projekt. Refer. L. Johanson.
13. Puudusi õnnetuskinnituseaduses ja selle teostamises Eestis. Refer. W. Luksepp.
14. Kroonilised ja hakkawad haigused ja hai-gekassa. Refer. Dr. M. Püüman.
15. Haigekassade ja arstikonna wahekord. Refer. H. Soilt ja K. Lukk.
16. Kirjanduse wäljaandmise küsimus. Refer. L. Johanson ja J. Kirp.
17. Haigekassade teenijate seisukorra kindlusta-mise küsimus. Refer. K. Lukk.
18. Liidu töökwawa 1927. a.
19. Kongressil algatatud haigekassade tegewusse puutuwad küsimused.

Terwishoidlised loengud

E. Haigekassade Liidu korraldusel haigekassade liigetele Tallinnas algasid uuesti pühade wahe-aja järele esmaspäewal, 17. jaan. 1927. a. E. Punase Risti loengute saalis. Alati loengutega esimese abi andmise üle ühes praktiliste harjutustega, milleks kuulajad kahte gruppi jaotati. Loenguid peetakse kaks korda nädalas — esmaspäewal ja neljapäewal kella 7—1/29 õhtul. Lektoriteks Dr. B. Woogas ja Dr. O. Lepp.

Lähemal ajal korraldatakse Tallinnas loengud nakkushaiguste eest hoidmiseks.

Rakweres Ühise Haigekassa juures algasid lühemaajalised terwishoidlised kursused esimese abi üle haigekassa liigetele ja nende perekonda-tele 15. jaan.

Tartus algasid loengud haigekassa liigetele terwishoiu ja esimese arstiabi andmise üle 31. jaan. kell 1/28 õhtul E. Terwishoiu Muuseumis. Loen-gud on eftenähtud gruppide wiisi 3 korda näda-

las ja kestaksid 80 tundi: 30 tundi teoreetilist õpetust ja 50 tundi praktilisi harjutusi. Loengute kawas on: 1) Inimese kehaehitus ja tegewus 2) Üldteadmised esimese abi andjale. 3) Haawad. 4) Luu murded, nikastused ja wäändumised. 5) Esimene abi õnnetusjuhtumustel (uppumine, wälgulööök, mineetus jne.). 6) Haigete transpor-teerimine. 7) Üldisse esimesse abiandmisesse puu-tuwad seadused ja määrused. Lektoriteks on Dr. U. Karell, Dr. W. Sumberg ja Dr. J. Waldmann. Lähemal ajal kawatsetakse korraldada weel Narwas ja Pärnus terwishoidlisi loenguid.

Peale ülalnimetatute on Liidul kawatsus kor-raldada lühikeseajalisi terwishoidlisi loenguid hai-gekassadele, kes selleks soowi awaldatawad. Kur-suse kestvus 3 päewa, igapäew 2 loengut, à 2 tundi, kokku 12 tundi. Igal loengul on teoreeti-line osa, millele kohe praktilised harjutused järg-newad.

Esimese abi kursused Rakweres.

15.—24. jaanuarini 1927. a.

Osawõtjatena registreeritud 411 kassa- ja pere-konnaliiget. Kursustel käijate keskmine arw — 85 meeste- ja 107 naisterahwast.

9. jaanuaril algas Rakweres Eesti Terwishoiu Muuseumi näitus, kus wälja pandud rikkalikult igasuguseid pille ja tabeleid selgitawate peakirja-dega, anatoomilisi präparaate ja mudelisi, luu-kere jne. Kõigil õppewahenditel olid selgitawad

sedelid juures. Igapäew peeti wastawaid loen-guid Dr. J. Puderselli poolt.

Rakweres Ühishaigekassa juhatus otsustas näitust kasutada esimese abi kursuste korraldamiseks kassa- ja perekonnaliigetele.

Läbirääkimised dr. J. Puderselliga andsid taga-järgi. Eesti Terwishoiu Muuseum Tartus lubas lah-kesti näitust kursuste ostarbeks kasutada.

Weel rohkem, Muuseum saatis kursuste heaks kordaminekuks hulka diaposiitve lisaks (näitusel oli kaunike kogu vitriinas juba väljas) walguspildide näitamiseks ja 5 kinolinti.

Korraldali isegi kinoetendusi terwishoidliselt alalt.

Kursused läksid hästi korda, wõib ütelda isegi hiilgawalt, kui arwesse wõtta äärmiselt lühikest

(ainult mõni päew) etfiewalmistus- ja organiseerimisaega. Rahwamaja ja Haridusselli saal oli iga õhtu 1/28-1/10 osawõtjaid tungil täis.

Dr. J. Puderselli loengud rahuldasiid täielikult kuulajaid.

Eestimaa Haigekassade Liidu juhatus kiitis Rakwere Ühishaigekassa etfiewõtte heaks ja otsustas lektori tasu kuni 7000 marka Liidu kanda wõtta. W. Luksepp.

Tallinna puutõlliste ametiühisuse põhikiri.

(Registreeritud siseministeeriumis 30. okt. 1926. a.)

§ 1. Tallinna puutõlliste ametiühisuse eesmärk on: 1) tõõllisi ühendada oma majanduslise ja õiguslise seisukorra parandamiseks; 2) tõõlliste keskel hariduslise, kõõlllise lasapinna tõõtmiseks tõõõtamine ja klassiteadwuse kaswatamine; 3) aineilise abi andmine oma liikmetele ja streikide toetamine. Ühisuse tegewuse piirkond on Tallinna linn ja Harju maakond. Ühisuse juhatus asub Tallinnas.

§ 2. Nende eesmärkide kättesaamiseks:

1) mureseb ühisus oma asjaajamise jaoks kohased ruumid ja igasugusi liikuwat ja liikumata warandust ning walitseb selle üle; 2) organiseerib koosolekuid, kus arutusele wõetakse tõõlliste huwisid puutuwad küsimused; 3) tõõlliste olukorra ja olude walgustamiseks kogub ühisus igasuguseid materjale, korraldab ankeete ja järeluurimisi; 4) korraldab tõõlliste majanduslist wõitlust, astub etfiewõtjatega ehk asutustega, kes tõõllisi peawad, lepingutesse, mis korraldawad tõõlliste palgaolu, lepingutesse, mis korraldawad tõõlliste palgaolu, tõõpääwa pikkuse ja muud palkamise tingimised ning walwab tehud lepingute täitmise üle; 5) kaitseb oma usaldusmeeste läbi oma liikmete kasusid kohtuses ja riigiasutuste ees; 6) annab oma liikmetele streigi ja tõõtaoleku ajal abi, reisiraha teenistuse otsimisel, mafuseraha perekonnas etfetulnud surma korral ja muud abirahasisid, mis peakoosoleku poolt saab määratud; 8) korraldab oma liikmetele ja nende perekondadele odawamalt tarbeaine saamist, astub selleks lepingusse wastawale asutustega, awab ladusid, kauplusi ja söõgimaju; 9) hoolitseb tõõlliste korteriolude parandamise eest, wõtab osa kongressidest ja koosolekuteist, kus neid küsimisi arufatakse, asutab kooperaatiwse, ühiselumaju, suwekolonisiid, warjupaiku ja sanatooriume; 10) korraldab igasuguseid etfelugemisi, kursusi, õpereisiid, asutab oma liikmete ja nende perekondade jaoks raamatukogu, lugemise tubasid, korraldab väljasõitusiid, peoõhtuid, kontserie jne., annab oma ajakirja wälja; 11) awab ja peab õllewal tõõkkodasid ja etfiewõtteid; 12) astub ühendusesse teiste tõõlliste ametiühisustega.

Märkus: Oma tegewuses talitab ühisus makswate seaduste järele, s. o. kui mõne tegewusala wõi asutuse awamiseks eriluba nõutaw, siis nõutab ühisus enne wastawa loa ja alles peale loa saamist awab asutuse wõi tegewusala.

2. Ühisuse õigused, tema liikmed, nende õigused ja kohused.

§ 3. Puutõõlliste ametiühisusel on kõik juridilise isiku õigused. Ühisusel on oma lipud, piisatid ja kirjade paljundamise abinõud.

§ 4. Ühisuse liikmeteks wõiwad olla kõik ühisuse tegewuse piirkonnas elawad puutõõllised, rahwuse, usu ja sugu peale waatamata.

Liikmeiks wõiwad olla puutõõll alalt lahkunud isikud, kui nad ühisuse tegelaste hulka jääwad. Samuti wõiwad ühisuse liikmeiks olla ühisuse tege-

laste hulka kuuluwad isikud, kui põhihiri selleks takistusi ei tee.

Liikmete wastuwõtmine sünnib ühisuse juhatus kaudu.

§ 5. Ühisuse liikmeks ei wõi olla etfiewõtja, tema asemik, wabriku ehk tõõkoja juhataja (meister). Niisama ei wõi liikmeks olla isik, kelle kohta seelsimehelik wahakohus hukkamõistwa otsuse on teinud.

§ 6. Iga liige maksab ühisuse liikmeks astumise juures 25 marka sisseastumismaksu ja igakuulisi liikmemaksu sellel määral, nagu peakoosolek seda kindlaks on määranud.

§ 7. Iga liige on kohustatud selle põhikirja ja peakoosoleku otsuste alla ennast paenutama. Liige, kes peakoosoleku otsust ei täida, ehk oma tegewusega ühisusele kahju toob, — heidetakse nõukogu poolt liikmete hulgast wälja. Wäljaheidatud liikmel on õigus nõuda, et enne otsuse tegemist nõukogu tema seletuse ära kuulab. Wabatahtlikult lahkumisest teatab liige juhatusale.

Liige, kes kolm kuud liikmemaksu ilma mõjuwate põhjusteta ära maksnud ei ole, arwatakse liigete hulgast lahkunuks.

§ 8. Iga liige on kohustatud tema ja tõõandja wahel, samuti tema ja kaastõõlliste wahel etfetulewatest konfliktidest ühisuse juhatusale teatama.

3. Ühisuse warandus.

§ 9. Ühisuse warandus koguneb:

1) sisseastumise maksudest; 2) liikmemaksudest; 3) kingitustest ja pãrandustest; 4) ühisuste waranduste ja etfiewõtete ja muudest sissetulekuteist.

Tõõhendus: Kingitusi ja pãrandusi tarwitab ühisus nende ülesannete jaoks, mis annetatjate poolt määratud on ja wõtab annetusi ainult siis wastu, kui annetatjate määratud ühisuse sihtidele wastawad.

Tõõhendus: Ühisuse liikmed ei saa ühisusest wäljaastumise juures oma liikmemaksusid tagasi.

4. Ühisuse juhatus.

§ 10. Ühisuse tegewust juhatawad peakoosolek, nõukogu, juhatus ja rewisjoni komisjon.

a) Peakoosolek.

§ 11. Ühisuse liikmete peakoosolek on ühisuse kõrgem otsustaw wõim, määrab ühisuse üldise tegewuse kawa, kinnitab ühisuse tegewuse eelarwed ja juhatus aruandeid, walib juhatus, nõukogu ja rewisjoni komisjoni, otsustab kõik tähtsamad ühisuse tegewusesse puuluwad küsimused ära, mis juhatus wõimkonda ei kuulu, annab juhatuskirjasid ühisuse täidesaatwatele organidele ja teeb otsuseid kõigis asjus, mis juhatus poolt temale otsustamiseks ette pannakse.

§ 12. Peakoosolekud kututakse juhatus poolt tarwiduse järele kokku. Peale tegewusaasta lõpetamist peetakse aasta-peakoosolek aruande ja eelarwe kinnitamiseks ja isikute walimiseks ühisuse asjaajawatesse ja juhtiwatesse organidesse.

Tõõhendus: Juhatus on kohustatud peakoosolekud kokku kutsuma, kui üks wiendik osa liikmetest seda nõuawad.

§ 13. Peakoosoleku kokkukutsumisest teatab juhatus ühisuse liikmetele vähemalt seitse päeva enne koosolekut kuulutuste kaudu kohalikkudes ajalehtedes, peakoosoleku äramääramise järele. Peale selle pannakse kuulutused veel ühisuse ruumidesse.

Peakoosoleku teade peab enese sisaldama teatuse peakoosoleku aja, koha ja päewakorras arutuse tulewate asjade üle.

§ 14. Peakoosolek walib enese hulgast juhataja ja protokollkirjutaja. Peakoosoleku otsused tähendatakse protokollis, mis koosoleku juhataja ja sekretäri allkirja kannawad.

§ 15. Peakoosolek on otsusewõimuline, kui temast vähemalt $\frac{1}{5}$ osa ühisuse liikmeid osa wõtab.

Kõik otsused teeb peakoosolek lihtsa hääletenamusega, wäljaarwatud liikumata waranduse omandamine ehk wõõrandamine, ühisuse põhikirja muutmise ja ühisuse likwideerimine, mis asjus otsuse tegemine $\frac{2}{3}$ koosolekust osawõtjate häälega peab sündima.

Tähtendus: Kui juhatus poolt määratud koosolekukes tarwilikku arwu liikmeid ei ilmu, siis peetakse järgmine koosolek pool tundi hiljem liikmete arwu peale waatamata ära. See koosolek on otsusewõimuline igasuguse koosolijate arwu juures.

§ 16. Kõik ettepanekud, mis peakoosolekule arutamiseks ette pannakse, lähewad juhatus kaudu, kes neile ettepanekutele oma arwamised ligi paneb.

b) Nõukogu.

§ 17. Nõukogu tõstab põhikirja, kodukorra ja peakoosoleku pooli antud juhendõride järele.

Tema ülesandeks on walwata selle järele, et põhikiri ja peakoosoleku otsused ühisuse juhatus pooli täidetud saawad, waadata läbi ja kinnitada ühisuse juhatus kuaruanded ja organiseerimise tõõkavad, olla juhatusel abiks tähtsamate küsimuste lahendamisel, otsuseid teha peakoosoleku waheagadel ühisuse asjus, mis ühisuse juhatus wõimupiiridest üle ulatawad, läbi waadata ja otsustada ühisuse juhatus peale antud kaebuste kohta.

Küsimustes, millede kohta puuduwad peakoosoleku juhendõrid, otsustab nõukogu oma äranägemise järele wastutades järgmise peakoosoleku ees.

§ 18. Nõukogu walitakse peakoosoleku pooli ühe aasta peale vähemalt 12 liikmest ja wastawast arwust kandidaatidest.

Kuni uue nõukogu walimiseni täidab wana nõukogu oma ülesandeid.

§ 19. Nõukogu kutsutakse ühisuse juhatus pooli kokku nõukogu enese pooli määratud tähtaegadel. Erakorralisel kutsub ühisuse juhatus nõukogu kokku oma otsuse põhjal, wõi rewisjonikomisjoni, wõi $\frac{1}{4}$ osa nõukogu liigete, wõi $\frac{1}{4}$ osa ühisuse liigete nõudmise peale.

§ 20. Nõukogu walib enese liigete hulgast juhatajad ja kirjatõimetajad.

§ 21. Nõukogu on otsusewõimuline, kui vähemalt pooled nõukogu liikmed koos on.

Märkus: Teistkõrde nõukogu koosolek on otsusewõimuline kokkutulnud liigete arwu peale waatamata.

§ 22. Nõukogu teeb otsused lihi-hääletenamusega, wäljaarwatud ühisuse liigete wäljajaitmise kohta tehtawad otsused, kus asja otsustamiseks tarwis, et pooli oleks vähemalt $\frac{2}{3}$ koosolijate arwust.

§ 23. Hääle pooleksjagunemisel wõetakse teistkõrde kinnine hääletamine ette. Kui siis hääle wahakord ei muutu, loetakse ettepanek tagasi-lüketuks.

§ 24. Nõukogu koosolekute üle peetakse pro-

tokoll, kuhu kõik otsused ilma waieluste sisuta sisse kantakse.

§ 25. Protokollile kirjutawad alla koosolekul wiibinud nõukogu liikmed.

§ 26. Nõukogu liige, kes nõukogu otsusega nõus ei ole, wõib oma isearwamise protokollile juure lisada.

§ 27. Nõukogu wõib enese liigete hulgast komisjonid moodustada mitmesuguste nõukogu peal olewate ülesannete lahendamiseks. Komisjonidel on õigus asjatundjaid abiks kutsuda.

§ 28. Nõukõgu liige, kes ilma wabandawate põhjuste etteloomata kolmelt nõukogu koosolekult järgimõõda puudunud, wõib nõukogu otsuse põhjal nõukogu liigete hulgast wäljalangenuks arwatud saada.

d) Juhatus.

§ 29. Juhatus on ühisuse täidesaatew asutus, kes ühisuse asju ajab põhikirja, kodukorra ja peakoosoleku otsuse põhjal. Juhatus on ühisuse esitajaks tema läbirääkimises ametiasutustega, ettewõtetega, kollektiiwidega ja üksikute isikutega. Juhatus astub ühisuse nimel nõudjana ja kostjana kohtutes wälja ja kaitsab igalpool, kus seda waja on, ühisuse kasusid. Juhatus palkab ühisuse ametnikke peakoosoleku pooli kinnitatud eelarwe piirides.

§ 30. Juhatus walitakse peakoosoleku pooli ühe aasta peale arwul, mis peakoosolek ära määrab. Ühel ajal juhatus liikmetega walitakse niisama palju juhatus liikmete kandidaatid.

§ 31. Juhatus walib enese hulgast esimehe, kirjatõimetaja ja kassapidaja ja nende abid. Juhatus on otsusewõimuline, kui koosolekust vähemalt pool juhatus liikmeid, nende seas ka esimees ehk tema abi, osa wõtawad.

§ 32. Juhatus on kohustatud vähemalt kaks korda kuus koos käima ühisuse asja ajamas. Oma koosolekute päewadest teatab juhatus liikmetele kuulutuste läbi, mis ühisuse ruumidesse üles pannakse.

§ 33. Kõikide juhatus koosolekute üle peetakse protokoll, mis kõikide koosolekust osawõtnud juhatus liikmete allkirja kannab.

§ 34. Juhatus liige, kes juhatus otsusega nõus ei ole, wõib oma eriarwamise protokollis lõppu juurde kirjutada.

e) Ühisuse osakonnad.

§ 35. Ühisuse osakonnad asutatakse nõukogu otsusega ühisuse liigete tõõ- ehk elukohtade järele, kui neis kohtades osakonna asutamise ajal koguneb vähemalt 10 liiget. Osakondadel on õigus oma peakoosolekute kaudu neid ühisuse ja osakonna asju ajada, mis kodukorraga nende peale pannakse. Osakondade peakoosolekute otsused lähewad nõukogu kinnitada, kel õigus on põhikirjale ja kodukorrale mittewastawaid otsuseid tühistada. Osakonna jookswate asjade ajamiseks ja liigetelt liikmemaksu korjamiseks walitakse osakonna peakoosoleku pooli ühe aasta peale osakonna juhatus, osakonna peakoosoleku pooli määratud arwul. Osakonnad tõõtwad käesolewa põhikirja alusel.

g) Rewisjonikomisjon.

§ 36. Ühisuse juhatus tegewuse, ühisuse raha, arwete, dokumentide ja raamatute rewideerimiseks walitakse peakoosoleku pooli ühe aasta peale rewisjonikomisjon arwul, mis peakoosolek ära määrab. Rewisjonikomisjoni liikmetele walitakse lisaks wastawal arwul kandidaate.

§ 37. Rewisjonikomisjon walib enese hulgast esimehe, kes igal ajal wõib rewisjonikomisjoni kokku kutsuda, et rewideerimist ette wõtta. Rewisjonikomisjon on rewideerimisewõimuline, kui wähe- malt kolm rewisjonikomisjoni liiget, nende seas ka rewisjonikomisjoni esimees wõi tema abi, osa wõtawad.

§ 38. Rewideerimise tagajärgede üle seatakse kokku protokoll, mis järgmisele peakoosolekule ette kantakse.

§ 39. Kui rewideerimisel selgub, et juhatus põhikirjast, kodukorra ehk peakoosoleku otsustest kõrwale on kaldunud ja ühisusele kahjaks töö- tanud, siis wõib rewisjonikomisjon peakoosoleku kokkukutsumist nõuda ühisuse tegewuse arwus- tamiseks.

Kui juhatus rewisjonikomisjoni nõudmist pea- koosoleku kokkukutsumise asjus ei täida, siis kutsub rewisjonikomisjon kahe nädala jooksul ise pea- koosoleku kokku.

§ 40. Peakoosolekul on õigus niihästi juhata- se, kui ka rewisjonikomisjoni liikmeid enne wolituste tähtaja lõppu tagandada, kui selgub, et need oma ülesandele ei wasta.

5. Ühisuse tegewuse lõpetamine.

§ 42. Ühisuse tegewuse lõpetamise üle otsus- tab peakoosolek kahe kolmandiku koosolijate hääl- tega, kahel üksteisele järgneval koosolekul. Esi- mese koosoleku otsuse põhjal jäetakse ühisuse tegewuse seisma ja walitakse peakoosoleku poolt likwideerimise komisjon, kes ühisuse asja hakkab likwideerima.

Peakoosolek määrab likwideerimise komisjoni- le tegewuse aja kindlaks. Teine koosolek kutsutakse likwideerimise komisjoni poolt kindlaksmääratud tähtajal kokku. Teise koosoleku järele lõpetab ühisus oma tegewuse ja järelejäänud warandus läheb ametiühisustele aadete edendamiseks asutus- tele, mis peakoosolek kindlaks määrab. Ühisuse tegewuse lõpulikust likwideerimisest teatatakse asu- tustele, kus ühisus end registreerinud on ja aja- lehtede kaudu ühisuse endistele liikmetele.

Toim. tähendus: Ülaltoodud põhikirja oleme awaldanud puutõlliste ametiühisuse soowil, et teha seda kättesaadaks tõllistele.

Ilmus praegu:
Eesti Haigekassade Liidu wälja-
anne nr. 1
Dr. W. Sumberg'i
Esimene abi
õnnetusjuhtumustel.
32 lehek. broshüür 45 pildiga.
Hind ainult 5 marka.
Hulga wiisi odawam.
Saada kõigis haigekassades
ja raamatukauplustes,
Pealadu E.-Haigekassade Liidus,
TALLINNAS, Tatari t. 15.

Eestimaa Haigekassade Liit

korraldab haigekassaliigetele ja teistele
Tallinnas, Trükitõlliste Ühisuse saalis,
Rüütli tänaw nr. 15 (III korral)

esmaspäewiti kella 6-9 õhtul

loengud

kinnitusküsimuste, tööllisterwishoiu
jne. selgituseks.

Loengute kawas:

1. Sotsiaalne kindlustus. J. Sonin. 2 t.
2. Haiguskindlus Eestis. E. Nerep. 2 t.
3. Õnnetuskindlus Eestis. E. Nerep. 2 t.
4. Tõllistuse terwishoid. Dr. M. Püüman. 3 t.
5. Tõllikaitse Eestis. J. Sonin. 3 t.
6. Emakaitse ja naiste töö. L. Johanson. 3 t.
7. Tõllistate koalitsioon. L. Johanson. 5 t.
8. Tõllistate wõitluswahendid oma seisus-
korra parandamisel. L. Johanson. 5 t.

Esimene loeng esmaspäewal,
7. weebruaril kell 6 õhtul.

Osawõtt loengutest maksuta.

„Töö ja Terwise“

tellimiste wastuwõtmine
1927 a. peale kestab edasi

Tellimishind:

12 kuud (12 numbrit) -	120 m.
6 „ (6 „) -	60 „
3 „ (3 „) -	30 „

Üksiknumber 10 mrk.

Tellimisi wõtawad wastu kõik postiasu-
tused ja haigekassad.

Talituse aadress: TALLINN, Tatari tñn.
nr. 15 „Töö ja Terwis“.

1925. aastakäik (174 lhk.)
broshüüritult 60 mrk. ja kõwas
kõites - 80 mrk. ühes saatmisega.

1926. aastakäik (208 lhk.) brosh.
120 mrk., koidõitult 150 marka.

Tallitus

Wastutaw toimetaja: Leopold Johanson.

Wäljaandja: Eestimaa Haigekassade Liit.

A. Devis'e ja J. Magnus'e trükikoda, Tallinnas, Lai t. 38.