

# KODIN OSASTO

## KÄNSÄT, KOVETTUMAT JA LIALLINEN HI-KOAMINEN

Varpaissa on kolme lajia liikavarpaita ja kovettumia. Yksi laji liikavarpaita eli känsistä, joita englanninkielellä kutsutaan nimellä bunion, ovat oikeastaan laajentuneita niveliä, joita peittää hella kovettuma. Ne voidaan parantaa leikkauksella, mutta leikkaus on verrattain vaikea, vaalien niveleen uudelleen muodostumista. Pienimmätkin näiden känsien leikkaukset kuten, päällyskovettuman voitelemine, voivat aiheuttaa alla olevan nivelpussin vahingollisista, mikä voi olla hyvin vakava asia.

Tämän lajiset känsät saavat alkunsa ahtaista, lyhyistä tai muuten epämuovavista kengistä. Ne eivät parane yksinään sopivien kenkien käyttämisellä. Pehmeät, leveäkärkiset, täysipohjaiset kengät, joihin on pantu vilttipehmike kipeän paikan kohdalle, tuottavat suurta helpotusta, mutta ainoa keino, millä ne voidaan täydellisesti parantaa on leikkaus.

Toinen laji känsiä ovat tavalliset liikavarpaita kipeine sydämineen. Ne aiheuttavat kengän puristuksesta. Kolmas laji kovettumia ovat känsät joissa ei ole sydäntä.

Näitä känsiä ja kovettumia voidaan parantaa sallyllihappo (acid) hauteella, mutta katsoen niitä muodostavan ihon vaihtuvaisuuteen ne pyrkivät uudistumaan, valkapa ei puristavia kenkiä enää pidettäisikään.

"Pehmeät känsät" vapaiden välissä ovat kokonaan toista laatua. Niitä voidaan parantaa pesemällä jalkaa alkoholilla tai suolavedellä. Känsien ja kovettumien parantamisessa voi hyvää jalkalääkäri (chiroprodisti) saavuttaa erinomaisia tuloksia, jos hän vain ymmärtää ammatinnsa ja tekee puhdasta työtä. Vanhojen ihmisten ja niiden joiden verenkierto ja yleinen elinvoimaisuus on heikko ja varsinkin sokeritautilisten olisi oltava hyvin varovainen känsiään parantamisessaan ja käännyttävä mieluummin lääkäriin puoleen.

Liiallinen hikolleminen voi johtua huonosta terveydestä, hermostuneisuudesta, verenkiertovioista tai voi se hyvin yksinkertaisesti olla vain henkilökohtainen ominaisuus. Muutamissa tapauksissa aiheuttaa hiki kiuksallista hajua, niinkään ihon punetumista ja tulehtumista.

Sitä voidaan auttaa ja parantaa hautomalla tai pesemällä ihoa lääkealkoholilla ja vedellä sekä käyttämällä talkumia tai alunatalkumijauhoja. Formallinluokset ovat tehokkaimpia mutta niitä olisi käytettävä ainoastaan lääkäriin neuvon mukaan.

## ERÄN PERHEPALVELIJATTAREN MUISTIIN-panoja

(Jatkoa)

Hän ei vaan halua kuulla sanottavan, että syy on järjestelmän, eikä poikien. Sitäpaitsi, ihminenhan on elämänsä velkaa elämälle. Eihän pojat ole pyytäneet tulla tähän elämään. Heiltä ei voi vaatia palkkiota siitä, että heidät on maailmaan saatettu ja pakotettu heidät miehiksi kasvattamaan. "Jos näin sanoisivat tälle isälle, sanoisi hän sinua agitaattoriksi. Hän ei ole materialisti, hän usko henkimailmaan..... Sellaisen kuvan sain heistä.

Seuraava palkka oli kaupungissa. Hienoston osastossa. Sain tuon palkan sanomalehti-ilmoituksen kautta. Kun en ollut koskaan palvelut hienostoa, ei minulla ollut vähääkään tietoa edeltäpäin, minkälaisista on olla herrojen palveluksessa.

Talo, johon menin, oli komea kivitaho. Lääkäri rouvineen olivat talon

ainoat asujamat. Talo oli komea päältä, vaan vielä komeampi sisältä. Kun olin tottunut näkemään vain kurjuutta niissä palkoissa, missä tähän asti olin palvelut, niin hämmästyksellä katselin noita kiiltäviä kauniita seinä, kattoja ja lattioita. Siellä oli lasikaappeja, marmoripöytiä, nahkasohvia ja tuoleja, sametti ja silkki-mattoja pöydillä ja silkki ja pitsinäpläyksiä jokapaikassa. Kirjasto! Se minua ihmetytti. En koskaan olisi uskonut, että yhdellä perheellä on niin suuri kirjasto. On siinä opin aihjoa, ajattelin itsekseni. Olin ihastunut, että nyt kai saan lukuhalunni tyydytettyä, kunhan pääsen taloon kotutumaan. Rouva alkoi luotella töitä.

Oli noustava ylös aamulla viiden aikaan. Sitten piti ruokkia tohtorin hevonen, puhdistaa lumi portailta, lakaista ja tomuttaa kirjasto, salli istuma- ja ruokahuone ennen aamiaista joka aamu. Säännöllisesti oli myöskin tyhjennettävä tuhkut, puhdistettava lämmityslaitos kellarissa. Sitten vasta suvaitsi rouva nousta ylös neuvomaan ja opastamaan aamiaisen laitossa. Aamiaisen syötiin arkaamuina kahdeksan aikaan ja sunnuntaisin kymmenen tienoissa. Sunnuntaina ei ollut minulla ennen vapaa-aikaa, kun jälkeen kolmen litapäivällä. Kuuteen asti sain olla vapaa ja sitten jälleen illallisek. Kymmenen aikaan jo piti olla jälleen sisällä.

Kun olin kaikessa sellaisessa kurruanlaitossa y. m. totuttanut, piti rouvan olla neuvomassa. Kun en tiennyt herrojen tavoista enkä sääilyeroituksista, niin tein heitä tomppelun työn. Laitoin kolmen hengen ruoka-astiat ruokasaliin pöydälle. Rouva huomautti, että olen erehtynyt, sillä heitä on vaan kaksi henkeä. Sanoin, että olenhan minä kolmas. Rouva selitti, että heillä ei ole tapana syödä samassa pöydässä palvelijan kanssa. Hän käski minun laittamaan ruokani keittiön pöydälle.

Silloin minua kirkvelli. Niinkö surtiero on ihmisillä tässä maailmassa..... Aamiairuokana oli kahvia ja hedelmiä ja milloin mitään. Ensi aamuina oli aamiairuokana appelsiinia, joita vietin herräsvälle kauniissa astiassa. Minulle halkasi rouva yhden puolikkaan. Puristi ensin mehua vähemmäksi, laski sitten eteeni ja käski syödä. Pannukakkua sain sitten kun he ensin olivat tarpeeksi syöneet. Heillä oli itsellä vaahteran mahla siffrappia. Minulle valmistettiin sokerista ja vedestä siffrappa pannukakkujen mausteeksi.

Kahviini sain lisätä vettä ja juoda sen kuorittu maidon kanssa. Minua kohdeltiin yleensä huonommasti kuin talon kolraa. Sille ostettiin vartastien lihaa joka päivä. Minulle ainoan unneittin tähteistä mitä sattui jäämädn. Minulla oli kova nälkä. Meinin kolmantena päivänä ostamaan leipää ja lihaa kaupungilta omilla rahollani. Atoin illalla valmistaa itselleni oikean syönti talkoon sillä aikaa kun rouva on jossain pois kotona. Pois lähtessäni sain kuitenkin kuulua, että omin luvin olin polttanut kaasua, koska mittari osoittaa suurempaa kulutusta kun ennen. Myönsin tehneeni sen, että ostin ruokaa omalla rahallani. Ostin lihaa, jota palstoin ja söin salaa. Sain kuulla, että olen varas ja suuri syömäri.

Makuuhuoneeni oli ullakkokamari ilman lämmityslaitosta. Pari hienoa vilttipöytää oli liian vähän kylmällä vastaan tammikuun pakkasella. Huonetta silvotessani näin että heillä kylä oli varastossa peiteltä. Pyysin saada lisää itselleni, mutta ei annettu, sillä ne eivät olleet palvelijoita varten, sillä palvelijat voisivat liian ne. Käskettiin koota vanhoja vaate-rosuja peitoksi. Huoneita siivotessa-

ni näin, että rouvalla oli paljo silkki-vaatteita ja silkki sukkaa vaatekammissa.

Ajattelin kymmenen dollarin kuukausi palkkaani ja kaikkea tätä loistoa ja ylellisyyttä..... Ajattelin, mitä kurjuutta ne ihmiset saivat nähdä, jossa ennen tänne tuloani olin palvelut. Hyvin tiesin, että tämä perhe elää loistossa siksi, että taas joku toinen sensijaan näkee puutetta ja nälkää. Ajattelin, että monen köyhän viimeinen penni on kiertynyt tänne näiden komeuksien hankkimiseksi ja kahden henkilön ylellisen elämän ylläpitämiseksi. Se on ollut seuraus köyhien sairaudesta. On hyvä, että on lääkäreitä, mutta se että ihmiskunnan kärsimyksiä yksilöt kokoavat miljoonansa, niin sellainen järjestelmä ei ole ihailtava. Päävastoin se on häpeällistä ja rikollista. Säälin palvelijataria, joka tämänlaisissa palkoissa palvellessa pysyy tietämättöminä ja yhä syrjässä joukkotoiminnasta.

Seuraava palkkani oli yliopistolaitteen ruokala. Täällä sain kylliksi ruokaa, mutta työ oli hirveän kovaa. Kello viidestä aamulla, kello kahdeksaan illalla piti olla aina liikkeellä, ei vapautta eikä aikaa saanut koskaan. Makuuhuoneena oli kurja ullakkokomero, jossa tuskin keskittämällä saattoi olla suorassa. Sinne piti kiivetä pieniä rappuja myöten, josta viimeinen hyppyys oli noin neljä jalkaa ennenkuin oli perillä. Katselin opistolaispoikain lähentelyä toisiin palvelijoihin. Ajattelin, kuitkahan monta tyttöä on takertunut noitten herrarokaleitten pauloihin. Hyvin selvä oli heidän tarkoituksensa, sen ymmärsin. Ruokala oli kallishintainen, joten ne kaikki olivat rikkaita, jotka siellä kävivät. Köyhemmat oppilaat eivät voineet käydä niin ensiluokkaisessa paikassa. Ajattelin usein, miten niin harva köyhä saa ylioppilais sivistyksen, vaikka olisi paljon paremmilla luonnonlahjoilla varustettu, kun ne rikkaat, joita koulussa on. Jos jonkun onnistuu velkaa ottamalla koulutusta itseään, niin sitä saa lopun ikänsä sitten maksaa, eikä ole huoletonta koskaan. Raha on aina ja kaikkialla kysymyksessä. Omistavat saavat rahansa voimalla käyttäen tiedonvälaineitä hyväkseen. Toisin on silloin, kun oppilaitokset avataan kaikkien niiden käytettäväksi, joilla on opinnoihin halua ja harrastusta.

Kokemukseni tie kulki taas takaisin työläiskoteihin, metsän korpeen korven kaatajain kämpiköille. Kaikkialla oli kurjaa. Lumi tuiskusi vuoteelleni, kylmä oli. Emäntäni oli kärtynen, lapset olivat vallattomia. Emänsä moitti entisiä palvelijoitansa. Itse hän ei osannut keittää, vaan neuvon hän halusi. Hänen mielestään kaikki palvelijat olivat siveettömiä. Ei hän muistanut, että hän joku vuosi takaperin menesteli hyvin kyseenalaisesti. "Lehmä ei kuulu muistavaan vasikkana oloaan", niin se oli tässäkin tapauksessa. Nyt hän oli kunniallisissa nimissä oleva kunnallinen vaimo, niin jopa sopi puhua..... Lähdin pois hänen palveluksestaan, niinkuin entisetkin palvelijattaret. Eikä hänellä pysykään kuukaan.....

Seuraava palkka oli suuriperheinen työläiskoti. Xiiti makaa sairasvuoteessa, ei haeta lääkäriä, kun ei ole varaa. Hän saa verenmyrkytyksen ja kuolee. Lapset jäävät orvoiksi. Tahdotin auttaa heitä, vaan enhän yksinönä voi tehdä heidän hyväkseen paljon..... Jospa joukot yhdistyisivät kerran turvaisivat köyhien äitien ja orpolasten elämän, ajattelin.

Näiden monien kärsimysten merestä nousee kerran se voima, joka katkoo kaheet. Nousee voima, joka rakentaa kärsimyksistä vapaa-

yhteiskunnan, jossa ihminen on ihmisen, viritkoon hänen suonsaansa minkälainen veri tahansa. Niin totta kun kaikkien kansain veri on punaista, hultmua tuo väri yli koko maailman vapauden värinä.

## PHILADELPHIA, PA.

Ompeluseuran toiminta on taas täydessä vauhdissa. Innostus on entistä suurempi, sen huomaa siitäkin kun ravintola sali on täynnä naisia joka keskiviikkona. Ja työt käy vähin, aina on kysyjä. — Lisää töitä koetaan hommata varojen mukaan. Kallilla kahvitulolla ostetaan töitä. Mutta nämä kahvirahat ei auta kovin pitkälle; siksi on käyty toisinkin toimenpiteisiin: Ompeluseuran naiset hommaavat ennen kuulumatoman iltaman kiitospäivän iltana. Sitloin taas näytetään miehille, että kuka se paremmin osaa hommata ja että kenen alvoissa se viisaus on. (Philan miehet on jo kylläkin tunnustaneet naisten toiminnan etevimmäksi omaansa, sillä viime myyjäiset sen todistivat täydellisesti.) Silloin on meillä sellaiset juhlat pystyissä, että ne säilyvät jokaisen mielessä toiseenkin kiitospäivään. Ohjelmaa on vielä tarkoin tiedä luotella tässä, mutta paljon sitä tulee ja ensiluokkaisuutta kaikki. Sen tiedin, että sinne tulee näytöskappale esitettäväksi ompeluseuralta, pukutanssia ehken myös, soololauluja useampia, y. m. Sitten siellä myydään huutokaupalla sellainen ruokakori, jota ei ole ennen nähty; niin täynnä tavaraa, että kuka sen huutaa niin ei varmasti huoli ostaa ruokaa kiitospäivän ja joulun välillä. — (Luulisit sillä korilla olevan huutajia, kun saa talven sapuskat).

Oli vallan unhottu mainitsema tärkein kohta tämän juhlan suhteen. On nimittäin pyydetty naispuolista stiksi iltan, aivan aluetoimikunnalta, että ei mitään alottelua, jos joku niin luulis. — Tietysti ei yksikään rehellinen työmies jää tästä juhlasta pois. — Jokainen tulee ja tuo naapurinsa.

Näytetään että naiset on toiminnassa! — E. N.

## HALUTAANTIETOJA

Missä on veljeni AARON ALANEN Jurvasta, myöskin käyttänyt nimeä Aaron Ala. Hänen pitäisi viimeksi olla Montanan valtiossa Anacondan seuduilla. Jos hän itse tai joku joka hänestä tietää saattaisi lukemaan nämä rivit, niin pyydetään hyvintahoisesti siitä allekirjoittaneelle ilmoittamaan. LIZZIE ALANEN, 571 Ocean Ave., Brooklyn, N. Y.

## Opetelkaa venäjänkieltä

Silloin kun siihen tarjoutuu sopiva tilaisuus, halvoilla maksuehdoilla. — Olen kokenut tällä alalla, opettaen Suomessa etupäässä koululaisia, hyvillä tuloksilla. Soviettihallitus on tehnyt venäjänkielen kielioipin entistä paljon helpomaksi, joten tarjoukseni olisi otettava huomioon niin lasten, nuorien kuin vanhojenkin. Englantilaiset ovat joukottain alkaneet opiskelemaan venäjänkieltä ja suomalaisetko jäisivät heistä jälle? Kirehtikää sopimaan kansani että ehditte niiden joukkoon jotka ovat minua tähän kehoittaneet.

Toverillisesti teidän,

KLAUDIE PARKKONEN-SIVAK,  
15 Dingwall Ave.,  
Toronto, Ont., Canada.

## JOS OLETTE KIPEÄ

Pyytäkää VAPAA  
LAAKEKIRJA — No. 5

Sillä on yli 25 muuten ja maisten taita sell. tettu. Kuto myöskin täydellinen luettelo suomalaisista kotilääkkeistä. Mistä jokin voi itse valita sopivan lääkkeen taudilleen, samaten myöskin lääkkeiden hinnat y. m. Lääkkeet eivät ole patenttilääkkeitä, vaan suomalaisia valmistettuja, joita Suomessa on jo kertynyt monia kymmeniä vuosia. Tämä kirja on aivan vapaa ja pitkä sen oia jokaisessa suomalaisessa kodissa. Sillä ette tiedä koska sitä tarvittatte, varokan hembuukilääkkeitä ja hembuukitohtoreita. —Lignellin Apteekki on suuri — —Suom. Apteekkilike Yhdysvaltoissa—

P. A. LIGNELL CO., Superior, Wis.