

Если у чахоточнаго больного нѣтъ подъ руками плевательницы, то лучше всего ему плевать въ какую нибудь тряпку, которую не жаль было бы потомъ сжечь. Носовые платки, въ которые придется плевать, слѣдуетъ стирать отдѣльно отъ общаго бѣлья. При этомъ ихъ нужно непременно кипятить въ щелокѣ, **такъ какъ кипяченіе уничтожаетъ заразу.**

Больнымъ нужно чаще мыть лицо и руки мыломъ, не садиться за столъ, не вымывши рукъ. **Аккуратный и чистый чахоточный почти безопасенъ для окружающихъ.**

Слабые, предрасположенные къ чахоткѣ, люди не должны заниматься такой работой, отъ которой бываетъ много пыли и порчи воздуха. Всего лучше имъ работать на открытомъ воздухѣ и гдѣ нибудь въ деревнѣ, а не оставаться въ городахъ и работать на фабрикахъ и заводахъ. Если этого почему либо сдѣлать нельзя, все таки необходимо стараться ежедневно проводить, какъ можно больше времени на открытомъ воздухѣ.

Питаться такимъ людямъ нужно здоровой и питательной пищей (молоко, яйца, мясо), ѣсть слѣдуетъ не одинъ или два раза, а лучше почаще—три, или четыре раза. Особенно вредно для нихъ пить водку и вообще спиртные напитки, а тѣмъ болѣе напиваться допьяна: спиртные напитки разслабляютъ человѣка и разстраиваютъ его здоровье.

Чахоточный можетъ выздороветъ, если рано начнетъ лѣчиться, какъ только кто нибудь замѣтитъ, что начинается кашлять и худѣть, онъ долженъ немедленно обратиться къ доктору и затѣмъ исполнять всѣ его совѣты. Чахотка болѣзнь длительная и лѣчиться отъ нея придется также долго. Успѣхъ леченія однако же зависитъ, главнымъ образомъ, отъ возможности пользоваться свѣжимъ воздухомъ и хорошо питаться.

У нѣмцевъ, французовъ, англичанъ и другихъ образованныхъ народовъ всѣ заботятся о предохраненіи людей отъ заразы чахоткой, о леченіи чахоточныхъ. **Уменьшеніе и устраненіе чахоточной заразы важно для всѣхъ людей,—богатыхъ и бѣдныхъ.** Тамъ оказываютъ помощь больнымъ и леченіемъ, и улучшеніемъ жилища и пищи, помѣщеніемъ больныхъ въ особыя лечебницы—санаторіи, гдѣ на чистомъ воздухѣ, при полномъ покоѣ, откармливаютъ больныхъ, возвращая имъ силы и здоровье; тамъ заботятся объ улучшеніи жилищъ для всѣхъ рабочихъ людей, объ устраненіи бѣдности, объ обезпеченіи безбѣдной жизни и для потерявшихъ здоровье, силы и для стариковъ. Чахотка тамъ за послѣдніе два десятка лѣтъ быстро уменьшается, умираютъ отъ нея вдвое и втрое меньше, чѣмъ прежде.