

Me horoi te kai-tiaki i ona ake ringa ki te wai kua whakaha numitia ki te rongoa, i muri iho o tana putanga mai ki waho o te ruuma o te turoro a i mua hoki o tana tinatanga ki te kai. Me whakakarekare tana korokero ki te "Condy's Fluit," kua korerotia ke nei. Me horoi hoki a roto o te ihu ki taua rongoa. Kaua ia e haereere ki nga kainga o te hunga ora.

Ki te timata ana te Kirika, te anini o te mahunga, te mamae o nga whatiinga o nga wheua me te uma hoki, me takoto ki te moenga a kaua e maranga ki runga kia tino mutu rawa enei ahuatanga. Kaua hoki e tatari kia kino rawa te maremare katahi ka takoto ki te moenga.

Me kai i te Katoroaira (Castor Oil) i te ahiahi a i te ata tonu, me kai i te Tote (Epsom Salts). Ko nga kai mama anake nga kai a mehemea he kirika, me miraka te kai. He pai te wai remana a me whakaranu atu ki te wai wera engari mehemea e tino kaha ana te kirika, me wai matao noaiho te whakaranu o te wai remana engari kaua e tere tonu te inu.

Mo nga pakeke, he pai me kai i te ra tuatahi tonu kia rua nga Pirepire (Aspirin tablets) te ingoa a me inu hoki i te Parani (Brandy) he mea whakaranu ki te miraka wera. Me whakamahana nga waewae ki tetahi mea mahana—he pai te patara me whakaki ki te wai wera, me takai ki tetahi kahu a ka waiho ki raro o nga waewae kia mahana ai. Ki te peneitia, ka heke te werawera o te turoro a koinei te mea tika. Kia ahua roa e pawerawera ana, ka whakamaroke te tinana o te turoro ki tetahi taora a ka kuhu ai he kahu maroke. Kia tere tonu tenei kia kore ai e matao te turoro. He pai ano hoki me miri te tinana o te turoro ki tetahi liniment, hinu ranei kua whakamahanatia. Kaua rawa te turoro e puta ki waho; me noho tonu ki roto ki te whare kia mau ai te mahana o te tinana a ko nga mea e hihiatia ana e te turoro, me kawe mai ki a ia.

Me penei ano i enei i runga ake nei nga whakehaere mo te ra tuarua kia heke ano ai te werawera. Me uru mai te hau pai o waho ki roto ki te ruuma engari kaua e takoto te turoro ki te wahi e puhia ai e te hau.

Kaua e maranga ki runga kia mutu rano te kirika a kia rua kia toru ranei nga ra i muri mai o te mutunga. I mua o te marangatanga ki runga, he pai me miri te tinana ki te liniment, ki te hinu ranei kua whakamahanatia. Ko te Hinu Takawiriwiri (Salad Oil) "Olive Oil," ranei nga hinu pai. Kia mahana tonu te tinana, kaua e tukua kia matao. Ko enei tohutohu i runga ake nei e pai ana mo nga ahuatanga rewharewha katoa.

Mo te rewharewha kua tino taimaha i runga i te he o nga whakehaere i runga ranei i te ngoikore o te kai-tiaki ki te whakatu-tuki i nga tohutohu, he pai me tiki he takuta. Ko enei e whai ake nei nga tohu e kitea ai e taimaha ana tenei mate:—

- (1) Tino kaha te kirika.