

NAUN TANA SAHA YO

(Los Remedios - en el Mixteco y el Castellano)

(Trial copies -25 e.)

Instrucción Relativa al Aseo Personal

Já ná cóto-yó máá-yó coo ndoo-yó

1. Ná cóo ndoo cuerpo-yó, te cuchi, cuchi-ni-yó jiín ndúcha jiín namá.
2. Te ná nándahá-yó jiín ndúcha jiín namá te nú ni jahán-yó tíñu xí nú ni téte-yó. Te níñi ná nándahá-yó te nú a ni cuyani quee-yo stáā.
3. Te tācá ndatíñu já cáchahán, mā chíndee-yó yúhu-yo, ni cutú-yó, ni sōho-yó, nátuhun ndaha-yo xí lápiz, xí tutú, xí nāún ndatíñu cájatiñu īngā fiayávi já sándoo-i máá-i jiín. Mā cùu chíndee-yó-ún ini yuhu xí cutú-yó.
 1. Conserve el cuerpo limpio por medio de frecuentes baños con agua y jabón.
 2. Lávese siempre las manos con jabón y agua inmediatamente después de defecar u orinar, y siempre antes de las comidas.
 3. Mantenga alejado de la boca, nariz, y oídos todo artículo sucio o utilizado por otras para fines de aseo.

4. Te mā cuátiñu-yó ndatiñu jā á ní jatiñu sín tāhan-yó, nátuhun cohō, xí cuchara, xí cucá, xí pañito, xí vaso jā á ní jatiñu-i te nú tú ní ndúndoo jiín ndúcha níhni jiín namá xnahán-gā.

5. Te ná cóto-yó návāha tú quetáhan yani-yó jiín niáyivé cúhū. Chi nú cayu-i, xí cáxin-i, xí jacú-i te yuán quénda yocō yuhu-i, xí tachi cutú-i, te nú nastáa-yó-ún te suni cucuhú-yó saha cuehē-ún.

4. Evite el empleo en mancomún de artículos de todo género empleados para comer, beber o aseo, tales como toallas, pañuelos, peines, vasos, si no han sido limpiados previamente.

5. Evite toda proximidad personal a las gotillas expulsadas por la boca o nariz, al toser, estornudar, o hablar.

Indice de Materias

Calambre.....	5
Catarro.....	6
Cortaduras.....	7
Diarrea.....	8
Disenteria.....	9
Dolor de Cabeza.....	10
Dolores Musculares.....	11
Dolor de Estómago.....	12
Envenenamiento.....	13
Garganta.....	14
Granos.....	15
Granos en la cabeza.....	16
Hemorragias Nasales.....	17
Heridas.....	18
Hinchazón.....	19,20
Muelas Picadas.....	21
Ojos.....	22

Mal de Ojos.....	23
Sarna.....	24
Purgantes.....	25
Paludismo.....	26
Piojos.....	27
Quemaduras.....	28
Saramnion.....	29,30
Tifoidea.....	31
Tosferina.....	32
Tos.....	33
Tumorcillos.....	34
Viruela.....	35,36

- Calambre -

Cuehē t̄sīhi

1. Chihi-ró ndúcha Linimento n̄í nūú úhū-i.
 2. Te cuu coho-i pastilla Solicitudato de Sodio uni vuelta jā
iín quív̄.
 3. Xí nū túu, te quindúcú-ró yucú t̄sīhi.
 4. Te īngā jā cūu sáha-ró cūu jā chihi-ró Balsamo Algecida
nūú úhū-i.
 5. Te suni cuu coho-i iín xí uū Cafeaspirina jiín ndúcha.
-
1. Que se frote la parte afectada con Linimento, o con Salsamo Algecida.
 2. Tambien puede tomar pastillas de cafeaspirina para que se alivie el dolor.
 3. O busque las hierbas medicinales que utilizan para el calambre.
 4. Tambien se usa Balsamo Algecida.
 5. O puede tomar tres pastillas de Solicitudato de Sodio diariamente por dos semanas.

- Catarro -

Cuehē sāyú

Já tú quíjí

1. Chaa-ró Vicks Vaporub, xí Musterol, xí Antiflogistín, xí Mentolado níñ jicá-i jiín níñ sucún-i, te cundasú jiín sán sahma víta.

Te nú yihí quljí-i

1. Cócó-i uū Cafeaspirina xí uū Mejoral nuū ndícuún hora.
2. Te nú cuhú xaān-i te cuu cócó-i uū pastilla Sulfadiazina nuū ndícuún hora. Te ná cóho-i cuahā ndúcha jiín taná.

El Catarro sin calentura

1. Aplique Vicks Vaporub, Musterol, o Antiflogistin, o Mentolado en el pecho y en la garganta y cúbrale con una manta suave.

El Catarro con Calentura

1. Tome 2 pastillas de Cafeaspirina o 2 Mejoral cada cuatro horas.
2. Y si es agudo el catarro, tome 2 pastillas de Sulfadiazina cada cuatro horas y que tome harta agua.

Jā ní tehndē-yō

1. Nacacha-ró nuū ní tehndē-ún jiín Agua Oxigenada.

Xí nacacha-ró jiín ndúcha níi.

2. Chihi-ró Merthiolato xí Mercurocromo xí yodo nuū.

3. Cosō-ró yúchi Sulfatiazol nuū ní tehndē-ún.

4. Te casū-ró jiín iín sahma ndóo.

Te súan ná saha-ró ndíquíví ondé nduváha.

Te nū a ní cuu iín xí uū semana jā ní tehndē-yō, yúan-na te yahá ná saha-ró:

1. Chuhun-ró uū cuchara Sal Inglesa nuū ndúcha níhni xí uū cuchara níi. Te chindee-ró jáhá xí ndaha jā ní tehndē-ún nuū ndúcha yúan jā ocó minuto xí já sáva hora.

Te nū ní ndíco-chá te chuhun-gá-ró ndúcha níhni nuū.

2. Yúan-na te nacacha tucu-ró jiín Agua Oxigenada.

3. Te chihi-ró Mercurocromo nuū.

4. Te cosō-ró yúchi Sulfatiazol nuū.

5. Te cundiquín iín sahma nuū.

6. Te nū cáhú xaán ní cuu, te ná cócó-i uū pastilla Sulfa-diazina nuū ndícuún hora.

- Diarrea -

Taná cùun chili

Nú tú quíjì yihi-i

1. Te coho-i $\frac{1}{2}$ cuchara Aceite Ricino.
Te nú yíquín-i te sayá-ni cuchara.
Te nú náyávì náhnu cùu-i to cuu coho-i $\frac{1}{2}$ cuchara Sal Inglesa.
2. Yúan-na te nú ní jihí-i yáhá te nú tú ní júcuiñí já cùun te ná cóho-i $\frac{1}{2}$ cuchara Subcarbonato Bismuth. Te nú náhnu-i té coho-i uú tabletta Entero-Vioformo, uní vuelta já $\frac{1}{2}$ quívì.

Te nú yíhi quíjì-i te cùun chili-i

1. Te ná cóho-i uú Sulfaguanadina xí uú Entero-Vioformo nuú ndícuún hora. Te cuchá ndúcha ná cóho-i jiín taná-ún.

Diarrea sin calentura

1. Tome 1 cuchara de aceite de ricino. Y si es niño o criatura, solamente media cuchara. Y si es persona grande, puede tomar 1 cuchara de Sal Inglesa.
2. Y si ha tomado esta y si la diarrea continua, tome 1 cuchara de Subcarbonato de Bismuth. Y si es persona grande, tome 2 tabletas de Entero-Vioformo tres veces al dia.

Diarrea con calentura

1. Tome 2 pastillas de Sulfaguanadina o de Entero-Vioformo cada cuatro horas hasta que le quita la calentura.
(Es necesario tomar mucha agua con Sulfaguanadina).

- Disenteria -

Tanā cūun nññí chii

1. Coho-i wū pastilla Sulfaguanadina jañáhān, caxiuū, aíni, jiín ácuáa.

Xí coho-i Entero-Vioformo.

Xí Estreptomycina.

2. Te' mā quée-i staā ni mā quée-i nduchi túún onde nú ni nduvāha-i. Co cuu quee-i arroz jā ni chohō vāha jiín ndúcha. Te suni cuu quee yihi-i manzana jā ni ndundoo siquí.

La Disenteria

1. Tome 2 pastillas de Sulfaguanadina cada cuatro horas al día.
O tome Entero-Vioformo o Estreptomycina.
2. Y no debe comer tortillas ni los frijoles hasta que se alivie de la disenteria. Mejor que coma arroz cocido en agua, y también manzanas crudas, despues de limpiar bien la cáscara.

- Dolor de Cabeza -

Tanā cuéhē xini

1. Cócó-i iin xi uū Mejoral xi Cafeaspirina jiin ndúcha.
2. Te chaa-ró iin tihli Mentolado xi Vicks Vaporub xi Numonyl iní cutú-i, te ná nástáa nihin-i tachí náváha nacuña sucún-i.
3. Te nú jatú sucún-i te ná cuáca-ró Mentolado xi Vicks Vaporub nái sucún-i te cundiquín iin sahma vitá.

Dolor de Cabeza

1. Tome 2 Mejoral o Cafeaspirina con agua.
2. **Aplique** un poquito de Mentolado o de Vicks Vaporub o de Numonyl en las fosas de la nariz.
3. Si duele la garganta, frotela con Mentolado o con Vicks Vaporub y cubrala con un trato limpio.

- Dolores Musculares -

Jā jiyahú-yō jiín já ni cuhuhú-yō

Jā táchú yiquin-yo

Jā jatú yatá-yó

1. Chihi-ró Linimento níñ nuú úhú.
Xí chaa-ró pomada Capsolina nuú, xí Ben Gay.
2. Te cuu coho-ró fin xí uú Cafeaspirina jiín ndúcha.
3. Te nú táchú yiquin, te coho-ró fin pastilla Sencilato de Sodio uni vuelta jā fin quiví. Te súan saha-ró tacá quiví úu semana.

Dolores musculares

Reumatismo, neuralgias

Músculos doloridos o cansados

1. Que se frote la parte afectada con Linimento.
O aplique la pomada Capsolina o Ben Gay.
2. Tome una o dos pastillas Cafeaspirinas.
3. Para el reumatismo, tome una pastilla de Sencilato de Sodio tres veces al dia por dos semanas.

- Dolor de Estómago -

Já jahñchā ini-yō

Já quití chii

1. Ná cōho-i $\frac{1}{2}$ cuchara Bicarbonato de Sodio $\frac{1}{2}$ vaso sáva-ni
vaso nducha.

Xí coho-i $\frac{1}{2}$ cuchara Sal de Uvas $\frac{1}{2}$ vaso ndúcha.

Xí $\frac{1}{2}$ tableta Alka Seltzer.

Xí $\frac{1}{2}$ cuchara Sal de Enno $\frac{1}{2}$ vaso ndúcha hora yée-i staā.

2. Te nú tú nduváha-i saha taná yáha, yúan-na te nú yíhi quíji-i
te sanaa te Lombriz cíu já yíhi chii-i, te cuaan-ró taná
já náni Tiro Seguro, xí Lombricera Vegetal, xí Crystoids
Antihelmintico.

3. Te súchi cayee núhun cíu súchi já yíhi tindacú chii-i
te mā nduváha-i te nú tú cuáha-ró taná Lombriz coho-i.

Dolor de estómago

1. Tome una cuchara de subcarbonato de sodio con medio vaso de agua.

O una cuchara de Sal de Uvas, o de Alka Seltzer, o Sal de Enno.

2. Si el enfermo tiene calentura, es posible que tiene lombrices.
En la botica puede comprar la medicina para matar y expulsar los
lombrices. (Tiro Seguro, Lombricera Vegetal, Crystoids Antihelmintico).

- Envenenamiento -

Veneno

Te nú ndé iín-i ní yee-i veneno, te ná saha-ró já ná ndúxian
ñáyiví cúhún-ún iín modo yachí-gā. Chindee-ró xini ndaha-ro
iní sucún-i náváha ná saha quini ini-i. Te ná quítí nducha
vixí te sácá núu-ró ndíquín mostaza jiín níi chi yúan cúa iín
já xáan yachí sáquini ini-yō. Chuhun-ró iín cuchara mostaza
xi níi nuú ndúcha ní quítí-ún, te sácá núu-ró te cuáha-ró
ná cóho-i. Te ná saha-ró repetir taná-ún nuú ndihuxí minuto
ondé nú ní jihí-i uni xi cuún vaso nducha-ún.

Te nú ní jini-ró já yachí xaán candá tuchi-i te nú iín
núnúu-ní te cuéé xaán candá tuchi, te ná cuáha-ró café
ná cóho-i xi Espíritu Aromático de Amoniaco, Yúan chi ondé
botica nihin-ró.

Venenamiento

Si ha tomado alguno veneno haga vomitar al enfermo lo más pronto posible. Haga vomitar al enfermo introduciéndole un dedo en la garganta, o dándole emético. (El agua tibia mezclada con mostaza o sal ordinaria es un buen vómito. Ponga una cucharadita del mostaza o de sal en un vaso de agua tibia, agítelo y desela a beber. Repita la dosis cada 10 minutos hasta que haya tomado 3 ó 4 vasos). Si nota que el pulso se acelera y se debilita, déle café caliente o espíritu aromático de amoniaco.

- Garganta -

Já ni jasū sucún-yō te tucá cūu cahān-yō

1. Ná ndétatú núu-i nuū jíto-i sín xí uū quívī.
2. Te coho-i sín cuchara taná Jarabe Cocidana cuún vuelta já sín quívī.
3. Te chindée-ró Vicks Vaporub nuū ndúcha nihni te ná stáa-i yocō-ún.
4. Te nú tú nduvāha-i jiín taná yáha te ná saha chāa botica inyectar-i jiín Vita Neumonyl.

Já jatú sucún-yō

1. Te nú yíhi quíji-i te ná cócō-i uū pastilla Sulfatiazol jiín sín Cafeaspirina nuū ndícuún hora.
2. Te chaa-ró Mentolado xí Vicks Vaporub sucún-i.

La Garganta

1. Descanse en la cama un dia o dos.
2. Tome una cuchara de Jarabe Cocidana cuatro veces al dia.
3. Ponga una lata de Vicks Vaporub en agua caliente para que respire el vapor.
4. Y si no se alivia con esta, que vaya a la botica que le inyecten con Vita Neumonyl.

Si tiene calentura, tome 2 pastillas de Sulfatiazol con una Cafeaspirina cada cuatro horas. Y frote la garganta con Mentolado o con Vicks.

Tanā ndíhyi

1. Xndónida-ró yánda xnahān-gā jiín ndúcha jiín namá, xi jiín ndúcha já nūhun Acido Bórico.
2. Te nú ni quenchaá yánda-ún te ná nácache-ró ndíhyi-ún jiín Agua Oxigenada.
3. Te chihi-ró pomada Oxido de Cinc, nuū ndíhyi-ún.
xi Bálsamo Peru
xi Viogenciana
xi yodo
4. Te chaa-ró Unguento Sulfatiazol nuū fín sahma lúli te cundiquín nuū. Xi cosó-ró yúchi Sulfatiazol nuū.

Granos

1. Lave los granos con agua y jabon o con agua que contiene un poco de Acido Bórico para quitar las costras.
 2. Luego lávellos con agua oxigenada.
 3. Aplique Oxido de Cinc, o Balsamo Peru, o Viogenciana, o yodo.
 4. Y al mismo tiempo aplique pomada de Sulfatiazol, y cubralos con un trapo limpio.
- Si no tiene pomada de Sulfatiazol, mejor que compre Polvo de Sulfatiazol y echalo en los granos despues de quitar las costras y aplicar un antisепtico.

- Granos -

Já iin ndíhyi xini súchí lúli

1. Xatí-ro íxi níí nuú iin ndíhyi-ún.
2. Te nacacha-ró nuú ndíhyi-ún jiín ndúcha vixi jiín namá, xí jíin Agua Oxigenada.
3. Xndóna-ró yénda ndíhyi-ún.
4. Te chaa-ró pomada Oxido Cinc, xí Unguento Sulfatiazol, xí Unguento Mercurio Amoniado, xí ángā unguento antisепtico, muú ndíhyi-ún.
5. Yúan-na te ángā quíví te nacacha tucu-ró xini-i te vásá cháa-gá-ró taná nuú. Te súan ná saha-ró táca quíví ondé nduváha.

Granos en la cabeza de los niños

1. Corte el pelo donde encuentra los granos.
2. Lave los granos con agua tibia y con jabón, o con Agua Oxigenada.
3. Quite las costras de los granos.
4. Aplique pomada de Sulfatiazol, o pomada Mercurio Amoniado, o Oxido de Cinc, o otro unguento antiséptico.
5. Y luego al otro dia, lávele el pelo otra vez, antes de ponerle más medicina. Haga estas cinco puntas cada dia hasta que se quiten los granos.

- Hemorragias Nasales -

Já nú quée xaān niñi cutu-yo

1. Te nú ní quejáhá quée niñi xini-i te ná saha-ró-i jā ná nōhōn xini-i ichi yatá-i, te mā stáa-i tachí jiín cutú-i chi sua ná stáa-i jiín yúhu-i. Te cuu chaa-ró xinú xí ndehyú xí fín sahma víxá víjin chaān-i jiín sucún-i. Te cuu tién-ró cutú-i návāha casú niñi-ún nuū cùun xí uhún minuto návāha ná júcuiñi niñi-ún te nduyúú-ni.

Te cahān-ró jiín-i jā mā cáxin-i yacū hora, chi nú ná cáxin-i te quejáhá tucu niñi nduyúú-ún quée.

2. Te nú tú jucuiñi jiín taná yáha te ná quihín yachi-ró nuū doctor.
3. Te nú súan cúhú-i núu-ni núu-ni te cuu coho-i Vitamina K, fín pastilla tácá quíví ondē nú ní jinu fín yoō.

Las hemorragias nasales por lo general se detienen espontáneamente.

1. Haga que el paciente se siente con la cabeza levemente hacia atras y respire por la boca. Aplique compresas húmedas y frias en la frente y en la garganta.
2. Con frecuencia basta con apretar las ventanas de la nariz firmemente durante 4 o 5 minutos para detener la hemorragia y dar lugar a que se coagule la sangre. Despues que cese la hemorragia, el paciente no debe sonarse por algunas horas, para que no se rompan los coagulos. Si estas medidas no surten efecto, debe llamarse o irse al medico inmediatamente.
3. Si el enfermo sufre frecuentemente con la hemorragia, debe tomar unas Vitaminas K--una pastilla cada dia por un mes.

- Heridas -

Já ní tují-yó

1. Ná nácache-ró jiín ndúcha jiín namá.
Xí nacacha-ró jiín Agua Oxigenada.
2. Te nú ndaha xí jahā cūu, te chindee-ró ini nducha
níhní já sáva-ni hora.
3. Te chihi-ró yodo, xí Merthiolato, xí Mercurocromo nuū.
4. Yúan-na te chaa-ró pomada Sulfatiazol nuū fín sahma ndóo
te casú-ró nuū.
5. Te nú cáhú xaān ní cuu, te ná cóho-i pastilla Sulfatiazol
xí Sulfadiazina. Uú uú coho-i nuū ndícuún hora.
6. Te nú jatú xaān, te cuu coho-i uú Cafeaspirina.

Las Heridas

1. Lave la herida con agua y jabon, o con Agua Oxigenada.
2. Metalo el pie o la mano en agua caliente por media hora.
3. Aplique yodo, o Merthiolato, o Mercurocromo.
4. Unte unguento de Sulfatiazol sobre un trapito limpio y con este
cubra la herida.
5. Si es infectada, tome 2 pastillas de Sulfatiazol o de Sulfadiazina
con agua cada cuatro horas.
6. Si le duele mucho, debe tomar 2 Cafeaspirina.

- Hinchañón -

Já xméñu

Te nú ní neñu sucún-i xí chixehē-i, xí xini-i,
te ná ndúcú-ró ndénū ní tuu-tí-i, xí ndénū ní tuji-i.
Te yúan ná nácacha-ró jiín ndúcha nihni já ñúhun Sal
Inglesa. Já ocó minuto ná nácacha-ró ndúcha nihni-ún nuū.

1. Te coho-i uū pastilla Sulfatiazol xí uū Cafeaspirina
jañáhān, te caxiuū, te īngā jínu aini.
2. Te nú tú cuní nduvāha te ná saha-de inyectar-i
jiín Penicilina.
3. Te cuu chaa-ró pomada Iodex nuū.
4. Te ná cóho cuahā-i nducha.

Cuehē chúhun cuiñi

Nú ní quenchaā-ña séhe-ña te nú tú jáha-ña ndiví, ndica,
atole, avena, jiín tacá-gá nuū quee-i, te chuhun cuiñi-i.
Te nú ñayiví ñáhnu ní chuhun cuiñi-i te ná ndúcú-i tanā
cuéhē riñon.

- Hincharon -

Si le hincho el pescuezo, el sataco, o alguna parte de la cabeza, investigue bien si a caso le pico un insecto o donde estaba herido. Y si se encuentra una herida lavelo con agua caliente que contiene 2 cucharas de Sal Inglesa por veinte minutos.

1. Y que tome 2 pastillas de Sulfatiazol o dos pastillas de Cafeaspirina en la mañana, al medio dia, y tambion en la tardecita.
2. Y si no se alivie, entonces hay que darle inyecciones de Penicilina por dos o tres dias.
3. Y puede ponerle una pomada se llama Iodex o Balsamo Peru.
4. El enfermo debe tomar mucha agua.

- Muelas Picadas -

Já yée-tí nūhun-yó

1. Te nú tú yaū ncháá nuū nūhun te ná cócó-i uū
Cafeaspirina jiín ndúcha.
2. Te nú ncháá yaū, te ná chísúcun-ro iín cachí lúlí xini
iín yunu lúlí te jiín yúán ná ndúndoo iní yaū nūhun-ún.
Yúan-na te chindaji-ró inga pedazo cachí lúlí nuū taná
já náni Esencia De Clavos, te squívi-ró iní yaū, te
ná quéndoo cachí-ún ondē nú ní cunáhín.

Dolor de muelas

1. Si no hay un cavidad en la muela, tome dos pastillas de Cafeaspirina con un vaso de agua.
2. Y si hay un cavidad en la muela, límpielo con un pedazo de algodón envuelto al punto de un palillo. Y con otro pedacito de algodón, metalo en la botella de Esencia de Clavos o de Linimento, y lo coloque en la cavidad de la muela. Y que quede el algodón en la muela hasta que se alivie.

- Los Ojos -

Mā saha ndíváha-yó jiín ndúchi-yo chi ió delicado jahā chi
náún quívi iní te ió infección.

1. Te nú ná quívi iín cosa jā tú vāha te ná cátíin-ró ixi sucá-ró ichi siquí, xio cáni-ró ichi yatá te ná ndii ichi chii te siā-ró. Te nú ní cuu cuahā segundo yúan-na te coyo nducha ndúchi-ro te quenda jā ní quívi nduchi-ro jiín ndúcha núú-ró-ún. Yúan-na te vásá cíu tava-ro jiín iín sahma lúlí xí iín pañito jā ió ndoo.
2. Te iingā modo cíu jā nácacha-ró jiín ndúcha ácido bórico. Te sátūha-ró-ún. Chuhun-ró iín cuchara chítú nuú iín sava litro nducha jā ní quíti te ní ndíco. Te cuña-ró ndúchi-ro jiín cuidado, yúan-na te chuhun-ró ndúchi-ro.

No se frote los ojos, pues si se rasgan los delicados tejidos que los cubren hay peligro de infección.

1. Si cae en ellos alguna cosa extraño, agarre las pestañas del párpado superior tiro hacia afuera y hacia abajo, sobre el párpado inferior, y suéltelas después de varios segundos. Esto ayudará a las lagrimas a arrastrar el cuerpo extraño hacia el lagrimal, de donde será fácil sacarlo con la punta de un vendaje aséptico, o de un pañuelo bien limpio.
2. Otro metodo es el de bañar el ojo afectado con una solución de ácido bórico, que se prepara disolviendo una cucharadita rebosante de ácido bórico en medio litro de agua hervida y enfriada.

- Mal de Ojos -

1. Chindaji-ró fin pedazo cachí nuū ácido bórico te nacacha-ró ndúchi-ro.
2. Te chuhun-ró fin gota Colirio de Sulfatiazol. uni vuelta já fin quivi.
3. Ió ingā modo saha-ró taná nduchi-ro. Chuhun-ró Óxido Amarillo de Mercurio. Yuán cuaan-ró ondé botica.
 1. Remoje un pedazo de algodon en una solucion de ácido bórico, y con este baño los ojos.
 2. Y éche una gota de Colirio Sulfatiazol en cada ojo tres veces al dia, hasta que se alivie.
 3. Otra medicina para los ojos es Óxido Amarillo de Mercurio. Este se puede comprar en la botica.

- La Sarna -

Taná t̄icáta

1. Sácá núu-ró azufre jiín xáhan cuchi, te
cuchi n̄fí-ró jiín.
Xi chihi-ró t̄icuāá íá nuū t̄icáta-ún.
Xi sácá núu-ró Bicarbonato Sodio jiín ndúcha te
chihi-ró núu.

1. Mézcle azufro con mantequilla de cerdo y que se bañe todo
el cuerpo con este.
O que se aplique Moruncial Az Afrada.
O úntele con limón.
O mezcle Bicarbonato de Sodio con agua y lo aplique en la
sarna.

-Purgantes y Laxantes-

Tanā já scúun chii

Já scúun chii fiayivi náhnu:

1. Coho-i uū cuchara Aceite de Ricino, xi uū cuchara Sal Inglesa, xi iin cuchara Cáscara Sagrada.

Já cóho súchi fó iñu cuiá xi já náhnu-gá

1. Coho-i iin cuchara Leche Magnesia jañahán jiín aíni.
Xi uū cuchara tanā já náni Castoria.
Xi iin cuchara Aceite Ricino.

Já cóho súchi yíquín

1. Coho-i iin cuchara Leche Magnesia.
Xi sava-ni cuchara Castoria.
Xi sava cuchara Aceite Ricino.

Purgante-Laxante

Para personas grandes: Dos cucharas de Aceite de Ricino, o de Sal Inglesa o una cuchara de Cascara Sagrada.

Para los niños de seis años y más: Una cuchara de Leche de Magnesia dos veces al día, o dos cucharas de Castoria, o una cuchara de Aceite de Ricino.

Para las criaturas menos de seis años de edad: Una cuchara de Leche de Magnesia, o media cuchara de Castoria, o media cuchara de Aceite de Ricino.

- Paludismo -

Taná xnúhún

1. Aralen. Coho-i uū pastilla Aralen, uni vuelta jā fín quívī ondē nduvāha-i.
2. Paludrine. Coho-i 9 pastilla Paludrine, jā uni quívī.
Quívī fín te, ná cócō-i uni táhān, te uū-gā
muū iñú-gā hora.
Quívī uū te cócō-i uū-gā.
Quívī uni te cócō-i uū-nā.
3. Atabrina. Coho-i uū pastilla Atabrina jañáhān, caxiuū,
jíin aini, cūu iñū jā fín quívī. Te súan
ná cóho-i ondē nduvāha-i.
4. Metoquina. Suni ndíhuū ndíhuū ná cóho-i tācá quívī
ondē nduvāha-i.

Hay varias medicinas para el paludismo: que puede comprar en la botica.

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. Aralen | 3. Atabrina |
| 2. Paludrine | 4. Metoquina |

- Piojos -

Taná chúcú jiín tiyāhú já iin xini-vó

1. Chihi-ró yúchi D D T xini-f. Chuhun-ró núú ndáha-ro te chihi-ró chii ixi-ró, te níhin ná cuáca-ró níí xini-ró. Yúan-na te nuú úú xí nuú uni quíví te cuchi-ró. Te ní ní cuu ní chihi-ró te ná nándahá-ró náváha tú saha daño. Chi xaán taná yáha. Te ní ní chaa tucu-tí te chihi-ró ángá jínu.
2. Te suni cuu cahni-ro tiyohó, tiyucun, titéhé, tiyohó cuáán, chúcú, jiín taná já náni D D T.

Piojos y liendres de la cabeza

1. Espolvorear el polvo DDT en la cabeza, y frote ligeramente.
2. Despues de dos o tres días, láve la cabeza y el pelo.
3. Tambien puede matar las pulgas, moscas, cucarachas, chinches, y mosquitos con D D T.

Quemaduras -

Já ní cayū ñayiví

1. Nú ní cayū ~~ín~~ ñayiví te mā cháa-ró xáhan ni aceite nuū ní tují ñayiví-ún. Chi xaān úhū já quénchaā xáhan-ún. Te jatú-gā saha xáhan xí aceite. Te ní tú cūu quíví ~~íngā~~ tanā já váha-gá te nú a ní quíví xáhan xí aceite.
2. Te mā chuhun-ró yodo nuū ~~ín~~ já ní cayū te ni mā cūu chaa ró cachí nuū, chi tħán, te vihi-gá saha daño já xndónda-yó.
3. Te ná cosó-ró ácido bórico nuū ní cayū-ún. Xí cosó-ró yúchi Sulfatiazol nuū.
4. Te cuu coho-i uū pastilla Cafeaspirina.
5. Te nú cáhú xaān ní cuu te nú ní sácuáñuhún te cuu chaa-i inyección Penicilina ñayiví ní cayū-ún.
6. Te nú tucá ~~ín~~ tanā níhín-yó, yúan-na te ná sácá núu-ró ~~ín~~ tihli Bicarbonato de Sodio jiín ndúcha já ní quitl te chaa-ró nuū ní cayū-ún.

Quemaduras

1. No aplique grasas o aceites de ninguna clase, pues son difíciles de sacar, causan dolor, y pueden impedir el uso de un tratamiento mas eficaz.
2. No use yodo nunca en una quemadura, ni aplique algodon absorbente directamente sobre ella, pues se adhiere a la misma y causará más daño al quitarlo.
3. Aplique ácido tónico o polvo de Sulfatiazol. Tambien puede tomar pastillas de cafeaspirina. Si es infectada, debe ponerle inyecciones de Penicilina

- Sarampion -

Ndīhyi xáá

1. Cava-i iní vēhe nuū jito te mā cútúu-i nuū ndicandii chi sáha daño nduchi-i.
2. Coho-i nducha nihni jā ūnūnducha limón. Xí coho cuahā-i cafe nihni, náváha cana vāha-gā ndihyi-ún-i.
3. Te vāha-gā mā cáa-i níhin ondē nú ní nduvāha-i. Co nú tú cundéé-i jā cátá-i te cuu caa-i níhin, co ná cündii vāha-i tícachi, te cuu.
4. Te ná cóho cuahā-i nducha tācá-ni quíví.
5. Te ná nácacha-ró ndúchi-i jiín ndúcha Acido Bórico, te chuhun-ró iín gota Argyrol iní nduchi-i, uū xí uní vuelta jā iín quíví.
6. Te nú cáhú xaān ní cuu, te cuu sáha inyectar-i jiín Penicilina. Co nú túu, te ná cóho-i Sulfadiazina. Coho-i uū pastilla-ún nuū ndícuún ndícuún hora.

- Sarampion -

1. Que se acueste el enfermo adentro do la casa en la cama, y que no se acuesta en el sol porque le hace daño el sol a los ojos.
2. Que tome el agua caliente que tenga limón, o que tome mucho café bien calientito para que le brote bien los granos de sarampión.
3. El enfermo debe quedar aislado en una casa por dos semanas.
4. Mejor que no se bañe el baño hasta que se alivie. Pero asi no aguanta la comezon, puede bañarse. Lo malo es que cuando salga en el fria, le hace más poor la enfermedad. Pero si se tape bien la cobija, no le hace mal.
5. Si los ojos le molesta, lávelos con agua de ácido bórico.
6. Echa una gota de argyrol en cada ojo dos o tres veces al dia.
7. Sera bien ponerle inyecciones de Penicilina. Y si no, entonces pude tomar 2 pastillas de Sulfadiazina cada cuatro horas.

- Tifoidea -

Já chíhi qui ji xaán

1. Ná cóho fiayiví cúhú-ún uú pastilla Chloromycetina nuú iñú hora te cndé nduváha-i.
Xi coho-i Auromycina -- uú pastilla nuú ndícuún hora.
2. Te nú cúun chí-i jiín cuéhé yáha te cuu coho-i ín cuchara Subcarbonato Bismuth nuú ndícuún hora.
3. Te cuu coho-i ín xi uú cafeaspirina te nú jatú xini-i.
4. Te ná cúnchaá sáin-i ín vehe.
5. Te nú ín táhan-yó cúhú, te ná ndúcú ndéé-yó cahni yo tacá tiyohó jiín chúcu, te níí ini vehe-yó ná cosó-yó D D T. Te níñi ná squiti-yó nducha cóho-yó.

-
1. Tome dos pastillas de Chloromycetina cada seis horas cada día, hasta que se alivie. Si no puede conseguirlas, entonces compre Auromycina, y tome dos cada cuatro horas.
 2. Para detener la diarrea, tome una cuchara de Subcarbonato de Bismuth con un vaso de agua cada cuatro horas.
 3. Tome una o dos Cafeaspirina para quitar el dolor de la cabeza.
 4. El enfermo debe quedarse en la cama y separarse de la familia y otras personas.
 5. Cuando una persona tiene tifoidea, la familia debe rociar D D T en todos los rincones de la casa para matar los insectos. Y es muy necesario hervir el agua antes de tomarlo.

Cuehē sāyú xaān

1. Nayiví cūhū-ún mā cáca cuu-i īngá vehe ni mā quétáhan-i jíin īngá nayiví. Co ná cúnchaā sīn-i īn vehe.
2. Mā scúchi-ró-i te ni mā cāa-i nīhin, te ná casú vāha-ró sīquī-i.
3. Cuaan-ró taná já nání Fisantrina xí Fluroformina. Te chāa xicó taná-ún, ná cachí máá-de nāsaa cuāha-ró coho-i.
4. Te cuu cuāha-ró uū pastilla Sulfadiazina coho-i nuū ndícuún hora.
5. Te nú sūchí lúlī cūu-i te cāyu xaān-i, yúan-na te ná cündiquín nīhin īn sahma chīi-i.
6. Te fó īn taná já sáha chāa médico ondē ná té cuhū-gā-yō. Te nú sáha-de taná-ún sēhe lúlī-ní, mā tīn cuehē-ún-i.

-
1. El enfermo debe apartarse de los niños y de lugares públicos, como la escuela y la plaza. La separación del enfermo es muy importante.
 2. Que no se baña el enfermo.
 3. Compre medicina que se llama Fisantrina o Fluorformina. La dosis de la medicina le puede decir en la botica.
 4. También puede tomar dos pastillas de Sulfadiazina cada cuatro horas por dos días.
 5. Si es un niño que tiene la tosferina, debe amarrar bien el estómago con un trapo.

- La Tos-

Te nú cayu-i

1. Coho-i iín cuchara taná náni Jarabe Cocidana, jañáhán, caxiuú, jiín aíni.
 2. Te cuu coho-i uú Mejoral xí Cafeaspírina jañáhán jiín aíni.
 3. Te chihi-ró Mentolato sucún-i jiín jicá-i.
 4. Te ió taná já súni cuu cuaan-ní coho-i já náni Pastillas Antiseptico Buco-Faringeo.
 5. Te nú cáhú xaán ní cuu te quihín-ró jiín-i nuú cháa xícó taná botica te sáha-de taná-i jiín Penicilina.
-

1. Si esta tosiendo, que se tome 2 cucharas de Jarabe Cocidana en la mañana, y a las doce, y en la tarde.
2. Tome 2 mejoral o cafeaspirina en la mañana y en la tarde.
3. Aplique Mentolato en el pecho y en la garganta.
4. Compre pastillas Antiseptico Buco-Faringeo.
5. Si es agudo, tráele a la botica para que lo curen con Penicilina.

- Tumorcillo - Furúnculo -

1. Nuu-ni nuu-ni nacacha-ró nuu táha jiín ndúcha nihni já
ñuhun Sal Ingresa xi nií.
2. Te chaa-ró Iodex xi Balsamo Peru, xi Antifligostin nuu
te cundiquín jiín fín sahma ndoo.
3. Te nú ni cahndá nuu te chihi-ró Mercurocromo nuu jiín
Pomada Sulfatiazol, te casú-ró jiín fín sahma ndoo.

1. Lávolo bien con agua caliente que contiene 2 cucharas de Sal
Ingresa o sal común.
2. Aplique Iodex, Balsamo Peru, o Antifligostin. Cúbralo con un
trapo limpio.
3. Cuando el tumorcillo ha roto aplique Mercurocromo y pomada de
Sulfatiazol. Cúbralo con un trapo limpio.

Tanā ndíhyi téhyú

Yíhi quíji-yó
Cúhū xini
Jatú yatā
Cána iní-yó
Cuitá-yó
Cána ndíhyi téhyú níz yó
Te jíchi ndíhyi-ún.

1. Mā níi-i máá-i.

Ná cunuñni ndaha-í náváha tú níi-i máá-i.

2. Cunchaā sín-i ín vehe náváha tú caca cuehē-ún qíihín.

3. Chihi-ró ndúcha Calomin nuú ndíhyi-ún, náváha
ndico jā cáta-i.

4. Chaa-ró pomada Vaselina níz núú ndíhyi-ún.

5. Nacacha-ró ndúchi-í jiín ndúcha Acido Bórico.

6. Coho-i ín xí uú Mejoral xí Cafeaspirina te nú uhú-i.

7. Te nú ní sacuánuhún, te saha inyectar-i jiín Penicilina.

Co váha-gá saha-ró taná-i ondē ná té cucuhú-gá-i cuehē-ún
chi ío ín vacuna saha-yó náváha mā cúcuhú cutí-yo cuehē

Viruelas

Las síntomas de la enfermedad son: calentura, color de cabeza, dolor de la espalda, el vomito, erupciones pustular de 2 a 6 días, formando luego costras que se desprenden de 10 a 40 días después del primer signo de las lesiones y dejan cicatrices rosadas que desaparecen gradualmente.

1. El enfermo no debe rasguñarse. Amarre los manos de los niños enfermos.
2. El enfermo debe separarse solito en una casa porque la enfermedad es contagiosa.
3. Aplique un poquito de Calomin en los granos para que se alivie el comezón.
4. Y tambien aplique un poco pomada de vaselina en las costras.
5. Si los ojos le molesto, lavelos con agua que contiene Acido Bórico.
6. Tome una o dos pastillas de mejoral o cafcaspirina.
7. Si las lesiones son infectadas, debe inyectarle con Penicilina.
8. Se recomienda la vacunacion en la primera infancia, revacunacion de los niños al ingresar en la escuela, y de toda la poblacion, cuando la enfermedad aparece en forma grave.

