

سرمد المصطفیٰ

پنجشنبہ کو ناریے نشر اول نو رفتی و از بی هفتہ لک غنہ

دیگر ترکیب درجه‌سند نتیجه مطلوب حاصل ایده من .
انسان بحریه — اسویجده اخیراً آلمینیومدن

بر کی انشا ایدلشدرك ثقاتی عین جسامتده اولان عادی
کیلرك نصفی درجه‌ددر . بوکوجوک استیبوط ، ایکی بارکی
قوتنده اولان ویتول ایلر حرکت استدیریان ماکه‌سی
سایه‌سند — ۸ آدمی حامل اولدیغی حالد — ساعتده
۶ میل مسافه قطع ایتشددر . بناءً علیه (جورخ) کولنده
ایشلهین سفائنک ایلریده بوجنس کیلره تحویلی اغلب
احتمالانددر .

حَفْظُ صِحَّةٍ

مقالات صحیه

۱

نقل ماء

هنوز صوک بهارک اورتیه‌سند بولندیغز حالد قیش
صوغوقلری حس اولتغه باشلادی ؛ رصدخانک یومی
نشر استدیکی درجه حرارت جدوللری ایسه ممالک سارده
بوکیفتک ده شدتلی اولدیغی کوستریور . کرک
شهر مزده کرک بلاد سارده عثمانیه‌ده یازی کچیرمک اوزره
کوشکله . یالدره . چتکلره طاسغیلان عالمهلر فوج
فوج شتایلره نقل ایتک اوزره بولندقلرندن بو باده
اجراسی محافظه صحت و عافیت نقطه نظرندن اهم والزم
کورولن بعض قواعد صحیه‌ک ذکرینی مناسب کوردم .

قیشی کچیرمک اوزره انتخاب اولتان خانک رطوبتیز
و تمیز . یعنی علل ساریه تخمیلندن سالم بولماسی فرض
عیندر . اگر بورالره دقت ایدله‌یه‌چک اولورسه تکمیل
عالمه خلقنک صحت و حیاتی تهلیکه‌یه دوشه‌جکندن بو مقاله
عاجزانه اوزرینه ارباب مطالعانهک نظر دقتلرینی جاب
ایدرم . برانسان . طوغوردن طوغویه کسندی مالی
اولان و درونه کراچی قونولایوب یاز موسمی اساسنده
خالل بر اقیان بر خانه‌یه کال امنیته یرلشه‌یلیر ؛ فقط بو

کندیلرینه عرض ایدلسه شهیه یوقدرکه یاغره لرنیدن
کندیلریده نفرت ایدرهک عربتین اولورلرده بر ده
عارسزلق ایتزلر . ایشته آمریت‌سالبدن بری اون ایکی
یاشنده بولتان قیزی . هر وقت خانه خلقتی مضطرب
ایدن یاغره‌جلمدن قورتارمق ایچون فونوغرافه مراجعت
ایتمش . و قیزک کمال حدله آغلایوب یاغیردینی بر زمانده
آوازه‌سک صورتی فونوغرافه ضبط ایدرهک بالاخره
کسب سکون استدیکی وقت قیزه بو آوازه‌نی عرض ایتشددر .
قیز یاغره‌سکک صحیحاً چیرکین اولدیغی قلباً تصدیق ایدرهک
یاواش یاواش عادت ذمیمه‌سی ترک ایتمش ؛ باباسی ده فونوغرافک
کندیسندن ده زایده بر تأثیر مرسیانه « به مالک اولدیغی
تصدیق ایلر مشدر !

طب — صحتیه طوتولش خسته‌لرک دوچار اولدقلری
عطش طاقفر سا هر کجه معلوم در . بو حرارتی تسکین
ایچون اکثریا لیونانه کی شیلر قوللانیلیر . فقط بولنلر
خسته‌ک حرارتی حقیله تسکین ایدله‌یلک کی بر تأثیر
مستحسن حاصل ایدمن . ینه زواللی خسته . مؤثر برصو-
سزلنک اضطراری آلتنده ازیلیر طورور . بوکا چاره اولق
اوزره فنی غزیه‌لردن بری شو شرتی توصیه ایدیور :

ایکی اوج الما ماللی . قابوقلرینی صوغقسزین جله‌سی
بر قاج پارچه‌یه آیروب بر لیره صوبک ایچنده برچارلک
قدر ایچمه‌قائنامالی ؛ صوکره سوزوب برکاسده صوغوقمالی ؛
شکر قاتمقسزین خسته‌یه ویرمه‌لی . هم عطشی تسکین
ایدر . همده خسته‌یه ضرر ایراث ایتز .

باغیوراللی — بر چوق بوجکلر واردرکه میوه‌لی
آغاجلرک ککولاری بیهرک . بک بیوک خساراتی
موجب اولورلر . بولنرک منع مضراتی ایچون شو ترکیبی
قوللانمالی در :

ایچ یاغی ۱۰ قسم

نقط [نفت] ۱ قسم

بولنلری قانایوب حصوله کلن مایع لزوجینی آغاجک
کوکنه . ۶۰ سانتیمتره ارتفاعه قدر سورمه‌لی در . بو
حالد بوجک ساقه ایراث مضرت ایدمن .

صيفاز اولان بو دشمن فرقهسنة قارشى قوللانه جغز اك مناسب سلاح ايسه اجزاي كيويمهدر. صو ايله، صابولله تميزلهيميز. بلكه دهها زياده قوتله نيرلر.

بو خصوصده اجراسى اهم والزم اولان تدابير، اكر خانهك ديوارلى باده ايديله بيله جك بر حالده ايسه (حامض فيك) لى صو ايله باده ايدوب، كذلك ينه بو محلول ايله چر جيوله لى، قابى قادلر لى، طواوى سىلك، (آق سىن) «فلورناتى زىيق» ويا (كوز طاشى) «كبريت نخاس» محلوللر ينه فيرجه باتيروب چيوى ديبلر ينه، ديوار كوشه و پورتوكلر ينه سورمك و لغلر ي تميزله توب، قوبورلر بو محلوللردن دو كوب، آياق يولك طاشلر لى (زاج ياغى «حامض كبريت») ويا (تيز آب «حامض آزوت») ايله بيقامقدن عبارتدر. يوك، دولاب كې او ك قبي و بوجا. قلىخه نده نظردن اوزاق طوقامليرد.

قادىلر مزك «نخسه سيله» لرى فنا ومضر عاتلر. دندر. قوغلرله صو دو كوب آشىندىر نجيه قسدر اووالدرلر ك بونى نه عقل، نده فن قبول ايتنر. دوشمه لرك آتته بر كمش اولان توز طوبراق بوجه ايله چامور حاله كچوب عادتا بر باطالق حصوله كلير؛ الى نياه قوروماز. بويله رطوبتى بر برده اقامت عادتا تلف نفس دىكلدر. باخصوص اورايه بر كمش اولان مي قروب تخملىرى بو سايله جانانوب توره يرك اجزاي خسار ايتكه باشلاز. بو عادت خانهك چابوجاق ويران اولسنة ده سبب اولور. بونك ايسى ياش بزله بر قاچ دفعه خفيفه بر لى سىلك و آرقلارله هيچ صو آخيمه قسدر.

بو صورته تميزلن خانهك هر اوطه سى قاطران و كافور ياقيله رق توتسو ايدىلر سسه، تعفن زائل اولوب كوشده بوجاقده قالمش اولان تخملىر ده هلاك اوله جغندن بويله بر خانهك كال درجه امنيت وحضور و بختله اقامت ايديله بيلير. اورطه لىك قوروماسى ايجون بر هفته قدر بوش براقق و بنچره لى آچوب هوالدىر مرق تدابير اخيره صحيحه دندر.

شرف الدين مغموى

حال همان بارماقله كوستريله بيله جك قسدر آذر. على الاكثر يا كرا ايله براو تداوك اولتور، يا خود وقتيله كرايه و برلش اولان خانه بوشالتيله رق كبريلير. ايشته بزده بو صوك ايكي شقدن بحث ايتك ايسته پورز. «نچون؟» ديه سؤال اولتازدن اول سويله يلمك بو كون خسته لى قاراك همان تصفندن زياده سنك سارى اولديغى ترقيات طبيه ميدانه چيقار مشدر. «ميقروب» نام عمومى آلتسده ياد اولتان و كى حيوانى، كى نباتى اولان ذوات عضويه بروجوده استيلا ايدهر ك هيى بر بولده خسته لى وجوده كتير دىكى كى. يك آرز زمان ايجنده ميلونلرله چو غلهرق خسته لك يالديغى، كر دىكى اوطه و صفه لره، و دفع حاجت آسانسده مواد غاطله ايله برابر آياق يوللر ينه، و لغلره انتشار ايدرلر.

يك اعلى! يازموسى برخانه ده اقامت ايدن عالمه خلقى ايجنده ورم، فرنگى، چچك، قزامق، قوش بالازى و سائر بوزلرجه سارى خسته لى قلدن بيله مصاب بر كيمه بولغا ديفته بى كيم تا مين ايدهر جك؟ اكر خانه ايجنده بويله بر خسته لى طوتولمش بى چاره دوشوب قالدى سسه او خسته لىك ميلونلرجه تخملىرى اطراف و اكثافه طاغيتدر. پرواز كسار لى، چيوى ديبلر، دوشه تختلر ينك آرقلر ي واصل كيريتىلى، چيقتىلى محللر بومهلل مي قروب تخملىرىك يوواسيدر. اكر خانهك بو حالى كوزله كورمك قابل اولسه انسان دهشتدن تتر؛ چونكه اجرا ايدهر جكلرى تاثير يك زياده و خيمدر. بويله خسته لى تخملىرله صيوانش بر خانه يه صحى المزاج بر عالمه كىروب اقامت ايدره تخملىر آنلر ك قاتنه قارىشهرق آرزمان ايجنده عىنى خسته لى اظهار ايدرلر. بو خصوصده كنجىلر، هله قزلر ايله چو جوقلر دهها زياده تهلكيه معروضدر؛ چونكه ورم و قوش بالازى كى قورقونج و مر دار علتله ايك او كجه آنلر هدف اولور.

بوسيله اقامت اوله جق خانه ي تميزله مى، بو مي قروب تخملىرى بىحو و هلاك ايتلىز. كوزله كورونمز، اله آووجه