

بدل اشترا

(بوسته اجر تیلہ برابر)

مذہلکی ۵۰ غروش

آلتی آلتی ۳۰

نسخہ سی ۱ غروشه

سرمه مائیکه
۱۳۰۷

اداره خانه و مطبعہ سی

استاپولده باب عالی جاده -

مذہ قره بت کتبخانه سی -

درج ایملین اوراق اعاده

اولغاز -

نسخہ سی ۱ غروشه

بِحَسْبِ نَبِيِّكَ نَبِيٍّ نَشْرًا وَلِنُؤْفِقَ نِيَّ وَإِذْ بَيْنِي وَبَيْنَكَ غَبَرَةٌ

برنجی درجہ دہ منیع، بوگڑ صولرینہ امنیت ابدیلہ سلیر.
فقط فچی ویا دوبالرله نقل ابدیلہ رک دہ بولرده قلمش
وبعدہ ازابہ ویا حال ایلہ کثیردلش منع صولری شہلی
برلردن یکدیگی ایچون تمیز عسد ابدیلہ من . احتمال کہ
میقروبلر قارشیدر . بونک ایچون کرک بومثللی قلیناق
صولرینی ، کرک چشمہ ، ابرماق ، درہ وباحصوس کول
صولرینی طوبراق ویا یکی قالاہی بر قابدہ فقیر فقیر
قابنادوب صوغونقدن صوکرہ ایچملی وقوللانغلیدر .

آبدست، نوالت، بولاشیق ایچون صرف ابدیلہ جک
قوبو چشمہ ویند صولرینک دخی ملوت عسیدلہ احتیاطاً
قابنادلہ سی الزمدرہ ، چونکہ قوبونک جوارندن لم بحرایی
کچمہ دیکنہ سیزینتی وقوع بولمادیغہ بزی کیم تأمین ابدہ سلیر؟
قابنامقدن مقصد میقروبلری نحو اتمک ، اولدرمکدر .
صولر قلینامقلہ اصلا لذتبرنی غالب اتمز . یالکز
اشای غلیانده هوای محلولی صنایع ابدہ جکندن صوغو -
دلقدن صوکرہ برمدت دستی ، صراحی پی چالقامق
بو محذوری دخی دفع ایدر .

صولری میقروبلردن خلاص ایچون بر ایکنجی
اصول دہا وراکہ اودہ (شامیرلان) سوزیکلہ سوزمکدر .
فقط تأسف اولنورکہ بو آتی هرکس تدارک ابدہ من .
صولرک اوخنی اصول تصفیہ سی لذتبرنی اکتشفتکدر .
کچنکی مقالہ دہ بیان ابدلشدی کہ میقروبلر لذتی
اکشی اولان برصودہ یاشایاماز . بونک ایچون بر باردق
صوبہ بش طاملہ (حامض قورما) [۱] ویا (حامض لبن)
[۲] علاوه ویاخود یاریم لیون صیقہرق اون دقیقہ
اوحالده براققدن صوکرہ ایچمک ایجاب ایدر . لیون
یرینہ بریکی اوقہ صوبہ بر ایکی غرام (حامض لیون) [۳]
علاوہ اتمکدہ نمکندر . بولاشیق وال بوزیققام ایچون
قوللانیاں صوبہ دخی هر اوقسہ مقابل بر ایکی غرام
(حامض کربت) [۴] قارشیدر ملیدر . بواجزانک ضمی
صوبک جاشیننی اصلا بوزماز . شکر سز لیوناطہ کچی
ایچیلیر .

صولردن بوسبتون امین اوماق ایستہ نیرسہ ہم
قابناملی ہم دہ بعدہ بوخامضاردن برینی قاتلیدر .

بوصہ سی اون مثلی حجمده صو ایلہ قارشیدر بلہرق ترتیب
اولنور [فوق العاده مؤثر بر دافع التعفی اولدینی کچی
احوال عادیدہ کرک تدارکی ، کرک ترتیبی یک قولایدر .

مقالہ خصوصیہ

قولر اہ قارشینی نابیر

دن

مشروبات وملبوسات

کچن ایکی مقالہ منزله قولرا زمانندہ مساکنک اصول
دافع تعقلہ تطہیر وسخلفنی ویا کولانک جنس ومقداری
تفصیلات لازمہ سبیلہ بیان ایلہ مش ایدک . بو مقالہ دہ
مشروبات وملبوساتدن بحث ابدہ جکر .

معلومدرکہ قولرا خستہ لکنک تخملری یعنی بو
مرضی تولید ایدن میقروبلر کرک بر محلدن محل آخرہ
کرک بر شخصدن دیگر شخصہ روزکار وھوا واسطہ سبیلہ
انتقال اتمز . ماکولات ومشروبات وملبوسات ایلہ جکر .
خستہ لکہ طونولش کیسہ لزلہ نقل ایدر .

میقروبلر صوبہ فصل قاریشیور؟ بر انسان قولر اہ
دوجار اولنجہ آتک مستفرعاندہ ومواد دافعہ سندہ سبیلہ جہ
میلونلر جہ میقروپ واردر . بونلر ایسہ طبیعی خللرہ
دوکولہ جکندن لم بحر الہینہ قاریشیور . لئملرک جوارندہ
قوبو وارسہ سیزینتی واسطہ سبیلہ میقروبلر اوراہ یکرہ
یاخود غیر منتظم صوبولرینہ انتشار ایدر . اگر لئملر
نہر ، ابرماق ویا درملرہ منصب اولوبورسہ میقروبلر
اوراہ قدر استہرک صوبی بر باد ایدرلر . اوحالده بومثللی
قوبو صولری ، چشمہ صولری ، ابرماق صولری ایچیلہ جک
اولورسہ قولرا تخملرینک معدیہ کیرہ جکی طبیعیدر .
سادہ ایچمک دکل ، بولہ صولرلہ ال وبوز یبقابوب آغیز
چالقامق ، بولاشیق لری ، قاب وچاناق لری یبقاق دخی
تخملرک داخل بدن اولمہ سی انتاج اتمکدہ در . اوحالده
قولرا زمانندہ الک زیادہ صولرک تمیز لکنہ دقت واعتنا
اولغلیدر .

رغبیدن سختی، حیاتلری خاطر بچون اولسون موقتاً
واز کچوب یاقلرینی، قوللرینی اورتمک، تول کچی اینجه
اتکک برینه قالین یوگلو اتکک قوللانغه، یازن طون
کیمکه غیرت ایتملری واجاندنر.

اطفال هیچ بر شی بیلدک بچون سوز دیکلمز،
لاف آکلامازلر، ابون یونلرک ما کولات، مشروبات
و ملبوسانه کندیلری کی نظارت ایملی، بوش بر اقامیلدر.
ش. مغموی

مواظبت

قرلر و مراد غرایر

قولرلک منشأ اصلیمی عد اولنان هندستاندن
سرایت ایدوبده جهان مسکونک اکثر جهاننه انتشار
انتشار ایتمک باشلارینی زماندن بو آنه قدر بر جوق مدققین
ارباب طب طرفندن تقادیراً اجرا ایدبله کلن تجارب دقیقه
و مشاهدات فیه نتیجه سننده علت مذکورک عمومیتله
صاف اولیان صوبک استعانندن ایلری کلدیکی یوگونکی
کونده قطعاً ثابت اولمش و علی الخصوص یکین سنه ها بورغ
شهرینک بک شدتلی بر قولرا استیلاسنه اوغرامه سی
اسبابلکده خلقلک دفع احتیاجاتی ایچون صرف ایدیلن
صوبک عمومیتله صاف بولنامه سنندن عبارت اولمش
کیفیتی بوباده بر مثال عمومی اولقله برابر مرض ساری
مذکورک بعض احوال خصوصیه ده سوت، میوه،
صاله و حتی اکمک وتره یاغی کچی متنوع مواد غذاییه
ایله ده انتقال ایتمکده اولدینغه دائر بعض اعظم حکما
طرفندن بیان مطالعه ایدلمکده در. ساه علیه شو علت
مدهشینی تولید ایدن عضویات حیاتیه نک، مواد متنوعه
غذاییه دن هر برینک کرک یالکر سطح خارجیلری اوزرینه
وضعی کرک ترکیب طبیعیلری دروننه بالتلقیح ادخالی
حالیته فعالیت حیاتیلرینی ندرجه قدر محافظه ایده
بیلدک لری آکلامق، مراقدن زیاده اهریتی حائز برسته
طبییه حکمنده کورنمشد.

معدنه ک خامضلی عصاره سی صولاندرماقی ایچون
صونی آرمقدارده ایجه جکر، مشروبات سارهدن چای و قهوه
ایستر ساده، ایستر سوتلوا اولسون ایچمک بک اعلادر،
یالکر سوت ایچمسلر دخی مکملاً قابضاتلی و آاز شکر
قوتیلدر، بعض ذواته سوت لیت و بربر، بونی منع
ایچون ایکی قسم سوت بر قسم کیره چ صونی [۵] ضم
ایده بایلر.

حد اعتدالی تجاوز اتمک اوزره لیوناته، غازی
لیوناته، ویشنه، قزلق، فرنک اوزومی و سائر لذتی
اکتیش شروبلر بلا احتراز قوللانیه بایلر.

طبابت قولرا زماننده مشروبات کئولیه یی قطعاً یساغ
ایده رک یالکر بک آرمقدار ایی جنس قوتیاغه واکشی
قابض سیاه رنگلی شرابلرله بیراهه مساعده ایدبور.
بین العوام اسپرتو مرض معلومه قارش بر دوا کچی ظن
ایدیلورسده افراط درجده استعمالی معدیه ترله کثیره رک
وظیفه سی بوزدیغندن خسته لک استعدادینی تمهیل ایدیکی
ثابت اولمشدر.

§

ملبوسات خصوصنده ک زیاده اعتنا اولنمهی توصیه
ایده جکم برشی وارسه اوده بدنک صحیاق طوقله سی
وذاتاً قیش موسمی ده حلول ایتمک باشلادیغندن یوگ
فانیله لر کیتله سیدر، جورابسز کرمه یی، ترلکمز بره
باشمالی.

یاغوردن ایصالناملی، قوندوره صاغلام اولمیلدر.
خصوصیه قازنمزی اوشوتمک چالیشملی تر. بوده اوزون
فانیله کیمک، ده ایسی تکمیل قاری احاطه ایتمک اوزره
بر یوگ قوشاق صارمقله اولور.
قادیلر مز بوزمانده موده ره رعایتدن، سوسه وزینته

Acide chlorhydrique (۱)

Acide lactique (۲)

Acide citrique (۳)

Acide sulfurique (۴)

Eau de chaux (۵)