Коремни болки

Едни отъ най-честитѣ страдания, които смущаватъ деца и възрастни, това сѫ коремнитѣ болки. Въ коремната кухина се намиратъ много органи (стомахъ, черва, черъ дробъ, бѫбреци и др.) — и всички могатъ да причиняватъ нѣкакви болки. Най-опасни е болката отъ възпаление на слѣпото черво — (апендиситъ), което въ нѣкои случаи се бързо пробива. Болката е около пѫпа въ дѣсно и малко надолу. Придружава се съ повдигане, повръщане, запекъ, покачване на температурата и други признаци. Трѣбва да се повика лѣкарь, да не се дава очистително, да не се мачка и разтрива корема („гърнето", съ което се „завива" пѫпа е опасно за живота!) и да се слагатъ студени компреси. Понѣкога трѣбва да се направи бърза операцията.

При коремни болки е най-добре да се гладува и да се пие топълъ чай. Ако нѣма температура и опасность за апендиситъ, може да се даде очистително или да се направи клизма, и да се слага топло на корема, което бързо облекчава болкитѣ. При болки отъ развалена или отровна храна, или отъ преяждане, добре е да се предизвика повръщане и да се даде силно очистително. Лѣкарската диагноза и помощь е необходима при всѣка коремна болка.

ПОЩА

Г-нъ редакторе,

Извинявамъ се, че закъснѣхъ да се отзова на Вашето писмо. Азъ предполагахъ, че върша най-малкото по отношение на въсъ „Здравецъ". Съжелявамъ много, че не се правя съ нуждната готовность и отъ всички български училища, което вестничето заслужава. Отъ досега изпратенитѣ детски вестници въ нашата прогимназия нѣма по-полезно и по-хубаво отъ „Здравецъ".

К. П., у-лка, гр. К.
(85 абоната).

*

Искренно Ви благодаря за тъй хубавитѣ вестничета, които ми изпращате. Съ нетърпение очаквамъ пристигането на в. „Здравецъ". Той ми дава, както приятно така и много полезно четиво. „Здравецъ" е единственото детско вестниче въ България, което ни учи на здравъ животъ.

Пожелавамъ му напредъкъ. Нека следъ кѫсо време да го видя въ рѫцетѣ на всички български деца.

Лидия Брашнарова
уч. II кл.

*

Идеята Ви е високоблагородна чрезъ художествени четива да се опазватъ малкитѣ отъ болести и да се приучатъ къмъ здравни навици — и заслужава подкрепа.

Т. Зах. у-ль, с. К.

ХРОНИКА

Патилата на петь здравчета планинарчета — картененъ веселъ разказъ отъ **Чичо Здравецъ**, излѣзе отъ печать и се разпраща безплатно на изплатилитѣ си абонати. Много поучителна за **първа помощь** при нещастни случаи. **Цена 5 лв.** Библиотека „Здравецъ" № 2.

Д-ръ Н. Станчевъ, специалность по вѫтрешни и детски болести, има телефонъ 2-73-27 пощенска чекова смѣтка № 1413 и лѣкарски кабинетъ въ жилището си на ул. Сердика, 18 III етажъ задъ малката баня на площадъ „Бански".

На „Сурваки" (14 I 1938 год.) здравчетата събраха много пари и всички сѫ решили да си изплатятъ веднага абонамента, и да накаратъ по едно свое другарче да се абонира за в. Здравецъ.

Азъ обещавамъ — Здравното табло на в. Здравецъ струва вмѣсто 3 лв. вече 1 левъ. Всѣко здравче трѣбва да го има закачено на стената въ стаята си.

Книгописъ

Медътъ като храна и лѣкарство е специалния брой 3-ти на списание *Природенъ лѣкарь* год. X-та. Книжката се продава отдѣлно и на не абонати срещу 10 лв. Тя съдържа подробности за меда като храна и лѣкарство, и не трѣбва да липсва въ никой домъ. Доставя авторътъ Д-ръ К. Йордановъ, бул. Мария Луиза 34, Варна.

Препоръчваме на децата да четатъ освенъ в. *Здравецъ* още в. Славейче, в. Въздържателче, сп. Детски свѣтъ, Детска радость, Вѣнецъ, Изгрѣвъ.

Препоръчваме на родителитѣ здравно-просвѣтнитѣ и възпитателни вестници и списания: Добро здраве, Здраве и животъ, Новъ животъ, Трезва борба, Фаръ на въздържанието, Народно здраве, Беседа, Родители и деца, Вестникъ на жената, Гребецъ, Просвѣтно единство, Устремъ, Медико-педагогическо списание.

„Школски хоръ" — 45 чудесни детски пѣсни отъ **В. П. Нешевъ**, у-ль въ с. Шишенци, Кулско. Доставя Н. П. Нешевъ, с. Златарци, Еленско, срещу 15 лв. въ марки.

Картинна галерия — художествено детско-книжовно списание, съ множество подаръци и картини, год. IV, годишенъ абонаментъ 40 лв. Редакторъ А. Григоровъ, Богомилъ 21, София.

ЗИМНИ ИГРИ

Зимното време не бива да изложи здравчетата и да ги затваря въ душнитѣ и непроветрени стаи. Тѣ трѣбва да отдѣлятъ достатъчно време за зимнитѣ игри, кънки и гимнастика, които засилватъ отъ простуднитѣ болести. Игри съ снѣжни човѣци и снѣжни топки, спускане съ шейни и съ ски, пързаляне съ кънки, разходки по полето и горите — всичко това дава здраве и сила на децата, когато се върши разумно, умѣрено и съ необходимитѣ предпазни мѣрки.

Пазете си краката и ръцетѣ отъ измръзване, простуда и ... немъ нѣкъде! Дишайте презъ носа си! Пийте топълъ чай или млѣко, яжте нѣщо сладко — медъ, захарь, стафиди, сушени плодове, орѣхи, бонбони и малко шоколадъ.

Газенето и тичането по снѣга босо за кратко време закалява много децата. Краката се стоплятъ и зачервяватъ; изтриватъ се сухи краката и обуватъ въ топлитѣ чорапи. Такива здравчета по-малко ще боледуватъ отъ хрема, гърлоболъ и кашлица.

Здравецъ безплатно

Всѣко здравче трѣбва да свикне да спестява паритѣ, които му се подаряватъ и да ги събира за своята

детска застраховка.

И татко като прибави по нѣкое левче въ касичката на детето си, вмѣсто въ касата на кръчмаря или за тютюневъ димъ — тогава може да се поддържа една чудесна застраховка при дружество

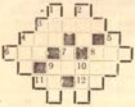
Витоша—Родина.

която му осигурява образованието и работата въ началото на неговото пълнолѣтие. То ще получава и в. Здравецъ безплатно!

Нови задачи

1) РЕБУСЪ

Задава: Тома Котевъ
у-къ, София



Водоравни думи: 3. Важенъ кръвоносенъ сѫдъ; 4. Турско име; 6. Човѣшко сѫщество; 8. Животно; 9. Европейска столица; 11. Нота; 12. Мѣрка.

Отвесни думи: 1. Мазнина; 2. Шопско запитване; 3. Телефонна дума; 4. Условна дума; 5. Въпросително мѣстоимение; 7. Рѣка въ Италия; 8. Гущай; 9. Риба; 10. Има го по пристанищата.

2) Представлявамъ една дълга тръба съ два крайни отвора. Въ менъ има тесни, брадави ..., чукове, чешми, кухни съ тенджери, готварски печки, ... ни и други уреди. Каквото попадне въ менъ се преобръща на супа и каша. Кой съмъ азъ?

3) Защо е необходимо да пиемъ вода?

Задава: Чичо Здравецъ

4) Надъ нашитѣ глави се е билъ таванъ като дъга ...
Сега е чистъ и ясенъ, но еднажъ отишли птичкитѣ на югъ се задимява и често дъждъ пороенъ се излива.
Паница съ орѣхи е той, и всѣки орѣхъ детско е око, което като пламъкъ свѣти. — Кой ли ще се досети, кое е то?

Задава: Санда Иовчева

СКРИТА КАРТИНА

Кѫде е бухальтъ?

Решения на задачитѣ отъ бр. 4

1) Микробитѣ на заразнитѣ болести нѣматъ уста, но съ своитѣ отрови могатъ да унищожатъ цѣлъ човѣкъ.

2) Долнитѣ бѣли дрехи попиватъ всички изпарения, потъ и нечистотии, които кожата постоянно отдѣля. Тѣ трѣбва да се смѣнятъ седмично поне веднажъ.

3) Достатъчно е да закусваме добре сутринь, да ядемъ повечко на обѣдъ и да вечеряме лека храна, безъ претоварване на стомаха. По-слабитѣ могатъ да закусватъ още 1—2 пѫти (къмъ 10 ч. пр. обѣдъ и къмъ 4 ч. сл. обѣдъ). Необходимо е стомахътъ да свикне да приема храната си въ точно опредѣлени часове!

4) При наблюдение обратно на скритата картина се виждатъ главитѣ на двамата старци (до гърба и главата на мѫжа) и жената (до лицето на мѫжа.) При странично гледане главата на третия старецъ се вижда до корема на жената.

5) **Ребусъ**: Най-малко заболявания има между здравчетата.

По възможность отговоритѣ на задачитѣ трѣбва да се изпращатъ веднага за да могатъ да се разгледатъ преди отпечатването на следующия брой.

Решили нѣкои задачи до 10. I. 1938 г.

Койчо Витановъ — София; Михаилъ П. Табаковъ — Казанлъкъ; Ив. Василевъ с. Реселецъ; Ангелъ Мариновъ — с. Реселецъ; Ангелинка Ат. Костакова — Хасково; Люба Бучкова — с. Якоруда; Марийка Ст. Чокоева — с. Върбица; Любомира Вес. Каралеева — с. Годечъ; Славка Ст. Маркова — София; Кънчо Д. Кънчевъ — с. Сѣдинево; Добри Г. Димитровъ с. Сѣдинево; Руска Б. Петрова — Търговище; Славка Тодорова — с. Овча-могила; Свѣтлана Ал. Луковска — Шуменъ; Роза Ат. Русева — Шуменъ; Катерина С. Сабоева — Орѣхово на Дунава; Михаилъ Ст. Пашовъ — Ломъ.

Решили всички задачи до 10. I. 1938 г.

Ив. Е. Табаковъ — с. Кнежа; Хасанъ М. Челебиевъ — с. Елисейна.

Сѫщитѣ получаватъ подаръцитѣ

Купонъ „Здравецъ" 5/V

за участие въ решенията на задачитѣ

Най-хубавитѣ книги само по 6 лева едната

1. Чичо Томовата колиба; 2. Клетницитѣ; 3. Бай Ганю; 4. Въ страната на джуджетата; 5. Робинзонъ Крузо (двойна книга — 12 лева); 6. Максъ и Морицъ; 7. Весели приключения; 8. Крали Марко; 9. Вълшебниятъ славей; 10. Робинъ Худъ и много други чудесни книги.

Нови издания. Богато илюстровани съ цвѣтни и черни картини. Любимо четиво за всички. Препоръчани отъ М-то на просвѣтата. Изпратете веднага по 6 лева за всѣка книга въ чисти гербови марки до **Златна библиотека**, ул. 6-й Септемврий 3, София.

Редакционни

Изправнитѣ абонати ще получатъ безплатно ценната книжка „Патилата на петь здравчета-планинарчета" отъ Чичо Здравецъ, която вече разпращаме. Побързайте да внесете събранитѣ суми отъ абонатитѣ за да получатъ всички премиита. Отдѣлно струва 5 лв. Настоятели надъ 5 броя се ползуватъ съ 20 на сто отстѫпка. Препоръчайте я на всички ученици заради „първата помощь", която ще се научатъ да даватъ при нѣкои злополуки.

Не задържайте стари непродадени броеве, които ще върнете на края на годината. Редакцията трѣбва да знае колко броеве долу-горе да отпечатва.

Молимъ г. г. настоятелитѣ да се отчитатъ навреме, защото безплатно и на кредитъ никоя печатница не желае да отпечатва в. Здравецъ.

Очакваме съ нетърпение да се издължатъ и много годишнитѣ неотпечатени за год. IV настоятели и абонати. А тѣ сѫ твърде много!

Препечатването на материали отъ в. „Здравецъ" не се позволява безъ разрешение отъ редакцията.

Печатница „РАХВИРА" — София, ул. Веслецъ 8. Тел. 2-15-48