ЧУДЕСАТА НА ЧОВѢШКИЯТА ОРГАНИЗЪМ

ВОЙНАТА СЪ МИКРОБИТѢ

Разни видове микроби — невидимитѣ ними врагове, които при появяватъ здравиятъ болестни, живѣятъ около насъ. Тѣ проникватъ въ нашето тѣло предъ носъ, устата и можатъ чрезъ въздуха, кръвта, цитрета или при одраскванія, убождавания или изранявания.

Щомъ се затвори на нѣкое мѣсто **незадавната жижица (микробъ, бактерия)** тя започва да се храни отъ соковетѣ на клеткитѣ. Сладкарницата на изгуща отрова, които поврежда клеткитѣ и причинява нѣкои болести. Микробитѣ се размножаватъ много. бързо, защото живѣятъ на топло и влажно. Тѣ се размножаватъ чрезъ дѣлото поле.

Въ тоя время, обаче, човѣшкитѣ клетки не спятъ въ бѣдствіе, могатъ проникнатъ въ самото микробитѣ. Тѣ тѣлото се явяватъ **отрови** и изгрѣнъ се бѣрза мобилизация на стражата, които, то нѣма сѣ микробитѣ и хилядни бѣли кръвни тѣла се заклаватъ чрезъ бѣлото поле. Войната е обявена и тамъ се започва люта борба — между **бѣлитѣ кръвни тѣла** на чо-вѣка и **примитѣ микроби.**

Микробитѣ изпущатъ люти **отрови**, които убиватъ стражаритѣ. Бѣлитѣ кръвни тѣла пъкъ, погълщатъ микробитѣ и ги изкаляватъ смалятъ въ вътрешността сѣ. Осмѣлѣ тоя тѣ изпущатъ сноватѣ **„противоотрови“**, които разрушаватъ микробитѣ отрови. Въ тоя време се появяватъ трескі съ нисъкъ огънь, който подпомага борѣ'та на бѣлитѣ кръвни тѣла съ микробитѣ. Сърдцето тупти по-часто и радно-послѣ кръвъ съ бѣли кръвни тѣла и противоотрови кръвъ болного мѣсто Съ кашлене, кихане, изпотяване, диарик повръщане, гноясване и другѣ подобни, надпаднинѣ организмъ се жили да се освободи отъ микробитѣ и тѣхнитѣ отрови.

Съ тѣя защитни сили, организмъ-тѣ води война съ нашитѣ врагове и го предпазва и лѣкуватъ заразнитѣ болести.

Д-ръ Инк. Станчевъ

ПЪРВА ПОМОЩЬ

Навѣхване, изкълчване и счупване

Зимно время е — опасно за рани, кранъ и главъ, защото е хлъзгаво. Не малко нещастни случаи ще изръчаемъ и лекарятъ ще трудно спускане и изрѣчване. Скоиратѣ сакмо могатъ да се изръчатъ отъ изрѣчения не само с счупени сна, но и съ изкълчвъ кранъ и счупени рамъ, которо бадатъ непредвидимо.

Най-лекатъ злополуки се състои въ разтъсвнето на нѣкои сухожилия или стягна покрнжки, при которо стъкланъ или подпухнанъ. Ако изтинанего е бѣлъ по-силно — тогава стяна разтѣсване на стаинитѣ кранъ на костнѣ — изкълчване. Болнитѣ и въ двѣ случаи сѣ силни. Пострадалото мѣсто се подуи и посинява — отъ станалото кръвоизлияние. На силното мѣсто се поставя прерѣзка съ кана отъ счукани лукъ —кромѣ-то сонъ, ако пострадалото мѣсто е рамо, олонна вода и др.

Ако надпаднетъ на пострадалия бадне по-силно, тогава може да се строи и по-голѣма кость. Въ такова случаи крайнитѣ се поставя въ шина — не подкинки прѣрѣзки, за да не се причинѣ нови болки. Набрзо такова се прави отъ нѣкои клончета, дъски, бастуни и др. Тѣ се обвиватъ съ парцали, сѣнки или сѣчи, за да не обвиватъ — Силно краѣ може да се сакрие съ здравия, за да не мърли. После се изпраща въ болница или при лѣкаря-да гипсиране.

ЛЕОПОЛДЪ АУЕНБРУГЕРЪ

Роденъ въ 1722 год. умрѣлъ въ 1809 г. Работилъ като лѣкарь въ Виена и се занимавалъ усилено съ поставянето на правилната диагноза на болестта въ жения чо-вѣкъ. Той започвалъ да чуе мо-ренъ гръдния кошъ на чоѣка да да узнае, чрезъ различнитѣ тонове, които се чуватъ, болного мѣсто,(перкусия). Днесъ пречукването е едно мощно средство на лѣкаря за поставяне правилната диагноза главно на болестнитѣ на бѣлитѣ дробове.

Лакомъ Гошо

Вчера вдоръ съсъ наслада отъ доляма мармалада для днесъ бадне по-голѣма нѣщо не боли корема.

И незнамъ защо въ клаци всѣки ми се скрито мрьщи мама строго ме поглежда а пъкъ баба все нарежда:

„Нали знаешь малъкъ Гошо че да питашъ тъй е лошо то е сонъ! Не болетъ, Знамъ и ти си недоволенъ!

Затова уроокъ вземи си, умъ малъкъ съберри тъй, „Кой да пита тъй обича него никой не обича“.

Ана Гавраова

Вестникъ „ХРАНА, ЗЖБИ и ЗДРАВЕ“

трѣбва да се получава въ всѣки българскій домъ.

ХРАНА и ХРАНЕНЕ

Какво да ядемъ

Малъкъ Сѣнко е богатъ въ студоне и хлаи, на сѣнсоне и ледоне, на стоманнитѣ сѣ бодости, но на згрѣ и радости, на плодоне и зеленчуци, на полени и разнообразни храни е много-беденъ. Трудитѣ се майкитѣ какво да готятъ. Все мо-фасулъ, леле и трудно не бола да се стоиа и не е здраво-вдоляна, казватъ лѣкарятѣ. Безъ зеленчукъ, безъ плодоне, безъ сурови храни и безъ мляко — нѣма здраве за децата, конто растатъ и имятъ нужда отъ много различна тралвиня какъвъ безъ-внимаиня къ храната защитнитѣ сили на тѣлото отслабятъ и микробитѣ го нападатъ лесно.

Витаминитѣ се съдържатъ въ безкрайно малко количество

Зеленчуковитѣ консерви сѣ слѣд хлѣбъ основна храна и знимата на трапеза. Тѣ заместяватъ прѣсноѣ зеленчуци и разнообразяватъ ежедневнитѣ образнитѣ зимни гостби. Безъ зеленчукова храна нашето хранене може да пострада много— затова тия консерви сѣ отъ голѣмо значение. Тѣ не сѣ вредни и не съдържатъ никакви химикали на консервиране. Готятъ се много лесно, само какъ се залѣятъ съ нѣкои запръжки или сосъ и се затопляятъ, бетъ да врятъ.

Тѣ съдържатъ витамини „Д“ и минерални соли.

Сѣнкитѣ с главнитѣ доставчикъ въ кръвта ни на желѣзо, прѣзъ лѣкатъ и пролѣтьта, когато храната ни е много еднообразна и оскудна.

Той се готви на много начини гостби отъ майонезъ, и ки здравчета трѣбва да се учатъ да го ядатъ съ оцо-фасулъ, грахъ и сой) съ кисели сладки. Съдържатъ много бѣлтъчини и наглеждъ и сѣ мъ-ка, защото мъсото (ко-бе) соята е най-полезна, защо-съдържа и маминно. То-употрѣбатъ отъ бѣлитѣ отъ старо время и нашитѣ сѣ-мися сѣ сиволъ-тѣ тѣ-тоза кисли-тѣ ядемъ съ сѣ-ство тѣ сѣ, подлъжали-тѣ на народа. (Месото, кисе-и конкошитѣ сѣ малки-тѣ). Сѣ тѣ-не бола да-прекомѣрно, защото-мъсото-тѣ-тъ-ни не сѣ полезни.

Вестникъ „ХРАНА, ЗЖБИ и ЗДРАВЕ“

трѣбва да се получава въ всѣки българскій домъ.

ПО-ДОБРЕ

Сѣмата стъ. Найдета лежи на сопра. Дядото сѣдѣлъ до нея умислен.

Бодчинка — Мѣмичко, по-добре ли ти е? Да поимкаме ли баба?

Кольо — Мамо, гладна ли сѣ? Да поискаме ли от-мѣчоко?

Майката — Богдане, минали ти главата, чедо! Идетѣ у бабини сѣ. Тѣ ще ни даде нѣщо да сѣ поизпиемъ. Мене остаете сама да си посѣ.

Бащата — Влиз умнемъ, богдане отдалеко вина сѣ, гобрѣсъ кѣмъ мене. Ти-го говоря

Боже, Господи! Тя лошла на себе сѣ. Ах мислѣхъ, че е вѣртна, че сѣмъ я убилъ. Сега разбрахъ, какъ ми думашъ: „Какъвто правишъ, за главата сѣ го правишъ“.

Майката — Пъшна Охъ! Зле ми е, зле ми е!

Дѣдата — Бонъ-ка Кольо сѣмчетъ — Мамо, що отидемъ да поимкаме баба?

Бащата — Отива гушно кѣмъ жена си — Жено, да отидемъ ли да повикъмъ доктора? Ако ти ти е зле?

Майката — Не, не.

Бащата — Отихарѣ заплашетъ — Зле ми е, умирамъ!

Бащата — Влиза стоно-ки, изкаляватъ — Ако ти-ти-ти-ата — На пийни си водица!

Майката — Пиа на възглавницата — Охъ, Охъ — Пъшна.

Бащата — Излиза тичешкомъ.

Бабата — Влиза съ Богдана и Коля — Какво ти е булка? Какво направите пъкъ? Сонцо детето бѣ болно, а сега тъй? Какъв бѣше тоята оригин.

Майката — Мамо, умирамъ! Дошла ли гледай!

Бабата — Ти, дъ-ще, Ѝ си дай кукарѣ — Размотчиа е, стоиа и ноеи-върна ту на главата, ту на стомаха — Тъй ли го? Уплашъ се пинкцата му. Като лъдъ тичаше. Вѣрно-ъ докторовъ. Ей сега ще дойде доктора и ще ти отеоне. Я да видя главата ти? Нѣма кръвь. Ти си се уплашила само. Чи ме дошла съ изкалвания—

Влиза докторътъ и бащата.

Докторътъ — Добъръ-ден — Отива кѣмъ болната — Що ина, а? Вчера бѣше здрава! Какво ли те боли? Глава, стомахъ?

Бащата — Господинъ докторе, нѣмъ, главата ѝ-Сиоци се ядосатъ нѣщо, пиинъ бѣкъ, възрилъ съмъ главжена, удрилъ ли я, незнамъ, тъ-плала ми зачета и не стъвачене.

Докторътъ — Ти-ти-та-та-ата не ядешъ да пиешъ пикъ? — Прегледа болната — Гръ-ъ-ъ главата ина удрено, ето подутина! Ако бѣше еще малко по-долу, не щѣше да нанесѣ кръвь.

Бабата — Мдлоинъ дивоиъ, мдлоинъ дивоиъ, докторе! Кьмъ ина ядетъ? Тъй тъй е тоѣ Той, мдлоинъ дивоиъ дѣлъ-ъ нѣ главата на мжка — Ако-ако-го прогонимъ отъ тамъ. — Изнитна пулса, нѣрм температурата на болната, пише рецепта и и подава на бащата — Ето, вдѣнка! Ти-ти-ата-та вземе по-скоро това лѣкарство отъ аптеката!

Бащата — Дава пари и рецептата на Коля — Тичай, отиди на аптеката!

Кольо — Вика парѣ и рецептата, Излиза тичешкомъ.

Докторътъ. — Ще давашъ на жена си три пати на день отъ лѣкарството. Тя ще оздравѣе. Не се тревожете! Но и е нужно пълно спокойствие 2—3 деня. Ще лежи и за вещо-то трѣбва да се осо-ква. Нѣкъ, нѣмъ жена! Дотолкова стане, поне до тогава не вдигай въ кръчма! Навѣрнай се край болната!

Бащата — Ама ще-оздравѣе ли, докторе?

Докторътъ — Нали ти казвъ. Отъ тебе зависи да имашъ жена и здрава жена. Хайде сбогомъ сега и изпълни порѣчката — Излиза.

Бабата — Чувашъ ли, булка? Нѣма да те е нищо. Скоро ще се надигнешъ. Аъ-ъ-ъ-