

رسم عروسی در چین

برای يك شخص تمدن امروزه آسان نیست که بعضی از عادات و تقالید چینیان را فهمیده بتواند ، چه تمدن آنها قدیم و روحاً و اخلاقاً باین تمدن جدیده اختلاف دارد ، و چیزیکه از عادات اهل چین مردم را بجهت می اندازد این است که در آنجا در مقام مصافحه دست راست را بدست چپ محکم میگیرند ، و در ساعات حزن و ماتم عوض جامه های سیاه سفید میپوشند ، جوان چینی عروس خود را خود اختیار و انتخاب نمیکند اختیار را بوالدین خود میگذارد و کسی را که آنها اختیار نماید با اعتماد و اطمینان کامل قبول میکند و پیش از عروسی زوجه خود را نمی بیند ، حنله عروسی چندین روز دوام داشته و اهم ترین چیزهاستیکه از سایر ایام آنرا نیز میدهد کثرت اصوات موزیکه و وفورا کل و شرب است که به اندازه زیادی بعمل میآید. چینیان اشخاص معین را برای وایسه دعوت نمیکند، بلکه از راه و بازار بهر که مقابل شوند او را دعوت مینمایند، چه اوقات مخصوصی برای نشستن بالای سفره دوایام عروسی ندارند، بلکه دسترخوان شان در تمام روز پهن میباشد، پس برای هر انسانی که داخل میشود بدون صرف طعام و استماع موسیقی که هرگز قطع نمیشود دیگر کاری نیست، دروازه برای دخول و خروج همیشه مفتوح است ، عروس با جمعیت زیاد و هدایای مختلفی بشخانه شوهر می رود، البسه محتمم بروس پوشانیده میشود، هر که او را می بیند خیال مینماید که بسیار غالمه و مهذب میباشد. و هم از چیزهاستیکه در احتفالات عروسی آنها جالب دقت است شکل مطبخ آنهاست که مخصوصاً در بیرون منزل آنرا برپا میکنند و گوشت و مرغ را برای هر شخص که خواهش تناول آنرا داشته باشد شب و روز کیاب میکنند ، آواز های موسیقی و سرود های گوناگون را باهم می آمیزند، بیننده و شنونده از دور میدانند که در آنجا مجلس عروسی منعقد شده است و دائماً احتمال را به ذبایح حتم میگردانند و در آنوقت موسیقی خاموش شده مدعوین شنا گویان پی کار خود میروند .



تلگراف وحشی‌ها

از مقوله‌های برجسته و معروفیست که میگویند: احتیاج مادر ایجاد است. واقعاً اختراعات مهمه اسباب و وسایل عالیّه که در آسایش و رفاهیت توده بشر امروز خدمت میکند غالب آنها ناشی از همین مطلب می باشد.

یکی از سیاحین افریقا مینویسد هنگامیکه در ولایت «کانگو» سیر و مسافرت داشتم، میدیدم اهالی اخبار مسافرت من یا دیگر حوایج خودشان را از يك قریه بديگر قریه بوسیله دهل اخبار نمایند. این دهل‌ها عیناً کار تلگراف بی سیم را میداد و طرف مقابل از آواز این دهل بخوبی فهمیده و اخذ نتیجه میتوانست، چه مشاهده خودم پیوسته بود که در قریه که توقف کرده و میل داشتم فردا بقریه مقابل بروم اهالی این قریه بذریعه دهل اخبار کردند، وقتاً که بآن قریه مطلوبه قریب شدم دیدم اشخاص منتظر من بوده و اطلاعات و سابقه خودشان را نسبت برورود من اظهار کردند.

این تلگراف عجیب عبارت از تنه میان خالی درخت است که دارای سوراخ طویل بوده و از مرکز بطرف پایان امتداد یافته است. نواختن این دهل بذریعه ددوانه کوبه های چوبی و در حین نواختن از یک طرف سوراخ آواز زیر و از دیگر سو صدای بم خارج می شود. الفاظ را بترتیب مخصوص در سوراخ های معین این دهل بذریعه کوبه ها مینوازند و بعد نواختن هر جمله یا لفظ اندک مکث می نمایند، تا خبرها مغشوش نشود. در مقابل اشخاص بی سابقه عموماً این اصوات مثل صداها و هنگامه نادی دهل پی ها معلوم و شنیده میشود، ولی در عین زمان نزد متخصص و دهل پی طرف مقابل همه این اصوات دارای نظم و ترتیب خاصی هست که از آنها الفاظ و جملات را تفکیک می نمایند.



تلویزیون

نام تلویزیون کم و بیش بگوش ما رسیده است ولی معرفت و اطلاع کاملی هنوز ازان نداریم ، بنابراین مضمونی را که راجع به تلویزیون در جرائد خارجه نشر شده اقتباس و ذیلاً مینگاریم .

آلة تلویزیون دستگاهیست که بوسیله آن میتوان از مسافت بعیده اشخاص و اشیاء و مناظر و مجالس عمومی را تماشا کرد ، بعبارت روشن تر همان طوریکه بوسیله دستگاه تلیفون با دوستان و آشنایان و اشخاص دیگر صحبت می کنیم ، همین طور هم با تلویزیون ، اشخاص و اشیاء را می بینیم ، ولی تفاوت بین تلیفون و تلویزیون خیلی زیاد است .

تلویزیون مولود عجائب رادیومیباشد ، ما بوسیله رادیو ، تلگراف بی سیم و تلیفون بی سیم داریم (حتی از دور هم بوسیله رادیو عکس بر میدارند تلویزیون در عین حالیکه مناظر و اشخاص را نشان میدهد صحبت آن ها را نیز بگوش میرساند) مثلاً فرض کنید شما در جلال آباد نشسته و میخواهید با یکی از دوستان خود در هرات یا مینه مذاکره کنید وقتی پشت این دستگاه قرار گرفتید علاوه از آن که با دوست خود در چند صد کیلومتر مسافت صحبت می کنید خیال تان می شود که چند متر دور تر از شما ایستاده یا نشسته مشغول صحبت است .

با این مقدمه خوب میتوانید اهمیت این اختراع عجیب را درک کنید که تا چه اندازه میباشد و در صورتیکه نعیم پیدا کند چه انقلاب عظیمی را در زندگی اجتماعی ایجاد خواهد کرد .

با داشتن يك دستگاه (تلویزیون) کاپه تیازها و اوپراها ، نظمهای مهم ، موزه های تاریخی و ملی دول ، مناظر طبیعی و کلیه محافل و مؤسسات عمومی و کنسرتها خوانندگان شهیر را در منزل با چشم خود مجسم دیده آواز آنها را بگوش میشنوید . انقلاب اجتماعی را از آنجا حادث می نمایند که زندگی مردم با استعمال رادیو و دستگاه تلویزیون مسترخی تر میشود ، بعلاوه امروز مجبور هستید که برای رساندن مطلب و مقصد خود به قایمه با دولت خویش که در ولایت دیگر یا خارجه ساکن است تلگراف کنید ولی فردا احتمال قوی دارد که حاجت باین مخابره مانند بل شفاهاً از دور او را دیده صحبت کنید و یا آنکه عکس مراسله شماره عیناً از بدهاء مقصد منتقل نموده کار شما با حسن وجه صورت بگیرد . خوب درک مینمائید که تا چه اندازه در وقت صرفه جوئی شده و چقدر کار شما پیشرفته است ، انقلابی که رادیو و دستگاه تلویزیون در زندگی اجتماعی آینده خواهد نمود بسیار است .

مطابق شرحی که اخیراً روز نامه « فوشیس زاتیونک » آلمانی نشر داده است مملکت آلمان نخستین مملکتی خواهد بود که رسماً استعمال تلویزیون را قبول کرده است ، در واقع میتوان تلویزیون را از مختصات انگلیس ها و امریکائیا محسوب داشت ، که هنوز هم مشغول رفع نواقص و تکمیل اختراع مزبور میباشد ، ولی آلمانها در استعمال آن عملاً وارد کار شده اند چه رسماً متمرکز گردیده است که ایستاسیون تلویزیون را در وسترلین بعد از افتتاح نمایشگاه بی سیم که قریباً منعقد میشود ایجاد کنند . این ایستاسیون را شرکت (تلیفون گن) آلمان تأسیس خواهد نمود ، مخابرات تلویزیون بوسیله امواج کوتاه (ترا کوت) صورت میگردد بطوریکه

طول هر موجی هفت متر با قوه پنج کیلووات میباشد (برای روشن شدن ذهن خوانندگان توضیح میدهم که در بی سیم دو نوع امواج الکترونیک بکار برده میشود ، یکی امواج دراز و دیگری امواج کوتاه . امواج کوتاه ازین حیث رجحان و برتری دارد، که چون امواج الکترونیک کوتاه باشد، قوه خود را در موقع انتشار و مخابره از مبدأ تا نقطه مقصد در فضا از دست نداده و بواسطه اتصال امواج مزبور به دیگر همان قوای اولیه را دارد و در نتیجه مخابره واضحتر و آشکارتر بمقصد میرسد. برعکس امواج دراز که بواسطه طول موجهای الکترونیک قسمت عمده آن در فضا از بین رفته و هنگامیکه بمقصد میرسد آن وضوح کامل را ندارد، اکنون در تمام بی سیم های دنیا امواج کوتاه را بکار میبرند) .

اداره پست آلمان تصمیم نموده است که ایستاسیون مزبور را پس از آزما یشهای لازمه که بعد از افتتاح آن بعمل میآوردند در دسترس استفاده عمومی قرار بدهد .

وظیفه تلویزیون انتشار صور و اصوات در آن واحد میباشد، که هر دورا با همان سیستم بی سیم نشر میدهد. مهندسین در بادی امر با مشکلاتی زیاد مواجه شدند و جهت ساختن یک دستگاه گیرنده توفیق حاصل نمودند و لاکن شرکت « تلیفون گن » اخیراً بر اثر اختراع پروفیسور کالو روس، این اشکال را مرتفع نموده است و البته شکی نیست یگانه راهی که برای برداشتن عکسهای ثابت یا متحرک وجود دارد عبارت از اینست که عکس های مربوطه را بشکل مربع یا دایره مانند تجزیه نموده و بهر قسمتی همان مقدار نوری که مناسب با رنگ آن باشد مسلط نمود و برای اینکار هیچ دستگاهی بهتر از دستگاهی که پروفیسور « نیکوس » روسی اختراع نموده وجود ندارد. اداره پست آلمان هم این دستگاه را در ایستاسیون تلویزیون که قریباً افتتاح خواهد شد بکار خواهد برد و امتحان کرده اند که هر اندازه صور اشیا بزرگتر باشد، نقل آنها بمسافات بعیده آسانتر و بدون هیچ اشکالی صورت میگیرد .

درین ایستاسیون در هر ثانیه دوازده عکس برداشته میشود. دستگاه گیرنده به قیمت ۳ هزار فرانک در معرض فروش گذارده خواهد شد که هر کس بتواند بآن دسترسی پیدا بکند .



معلومات صحی

ضرورت ویتامینها در حیات

شاید هر شخص در این بیست سال اخیر راجع بویتامینها بکلمه معلوماتی حاصل نموده و نام آنها را از هر جایی می شنود .

ویتامین همان اشیاى مستور و صاحب فوائدیست که در غذا موجود بوده، اما نه بچشم دیده میشود و نه رایحه آن استشمام شده و نه مزه مخصوصی دارد . ثابت شده است که شخصیکه مقدار کافی ازین ویتامینها برایش نرسد مآلش بمرض دچار گردیده و در نتیجه زندگی را بدرود خواهد گفت . انواع ویتامینها تا امروز کشف شده است شش میباشد که هر کدام آن ها در حفظ کبان جسم وظیفه معینی دارند .

تا امروز فقط همین شش نوع ویتامینها میباشند که علما در وجود داشتن شان اتفاق دارند و میگویند انواع دیگری هم دارد اما تا هنوز وجود شان اثبات نشده است .

در هر حال جسم باید از هر شش رقم ویتامین مزبور که هر کدام در يك نوع غذای مخصوصی موجود میباشد حصه بگیرد و الا بیک مرضی معروض خواهد شد .

بعد از تطور چندین قرن مردم عادت گرفته اند که غذای شان عبارت از گوشت و سبزیجات و میوهجات باشد و همین اغذیه است که دارای انواع ویتامینها بوده و انسانها قبل ازینکه بدانند یا کشف نمایند به نیل مایحتاج خویش موفق گردیده اند .

اگر ما حد اکثر مدت اکتشاف ویتامینها را از سی سال باینطرف حساب نمائیم باز هم بعضی ظواهر دیگری است که در خلال قرون ماضیه بروز نموده است مثلاً انتشار مرض (اسکربوط) که بین ملاحان و دریانوردان و سیاحینی که به سفرهای طولانی دریاها قیام مینمودند ملاحظه میشد و حالا ثابت شد که این مرض از نقص یکی از ویتامینها که ویتامین C است تولید میشود و چون این ویتامین در بسیاری از اقسام میوهجات و سبزیجات تازه موجود میباشد ، سفاین که عادهً ذخایر غذائی خودها را از گوشتهای قاغ (قدید) و اطعمه که در قلیها محفوظ نگهداشته میشود باخورد حمل مینمودند ازین رونگری کشتی نشینان از خوردن همان میوهجات و سبزیجات تازه محروم مانده و در نتیجه بمرض مذکور معروض میگرددند . سفاین انگلیسی عادت داشته اند که از چندین سال پیشتر آب لیورا بین شیشه ها باخورد حمل نمایند ،

تزیرا برای معالجه مرض اسکر بوط این آب را مفید ملاحظه کرده بودند و راز فائده آنها معلوم نبوده تا اینکه ظاهر شد که آب لیمو و دیگر میوه های تازه دارای این نوع ویتامین بوده و برای اینگونه امراض مفید میباشد. در تاریخ ذکر شده است که اغسطوس امپراطور رومانی برض خطرناکی که نزدیک برگش ساخته بود دچار شده و بخوردن کاهو خیلی اظهار میل کرده و در طلب آن الحاح مینمود ، اما طبیب مخصوص وی بجهت خوف از سختش خوردن کاهو را مانع میشد تا اینکه امپراطور این طبیب را تبدیل کرده و طبیب دیگری را اختیار کرد آن طبیب خوردن کاهو را برایش اجازه داد که بلافاصله پس از خوردن آن صحت یاب شده و تماماً از مرض شفا یافت .

بعضی از اطبای عصری در این مسئله بحث و تدقیق کرده و در نتیجه برایشان معلوم شد که حتماً امپراطور ضرور به مرضی که از نقص ویتامین پیدا میشود دچار بوده و شاید بقفیده شان ویتامین A یا B بوده و خوردن کاهو را که برایش منع کرده بودند دارای این ویتامین است که به مجرد خوردن آن شفا یافت .

اما باید بگوئیم که اینرا قاعده عمومی برای تمام امراض نباید قرار داده و گمان نمود هر غذائیکه مریض بخوردن آن میل مینماید حتماً دارای يك ویتامینی که جسمش بآن محتاج است میباشد ، مثلاً مریض بخوردن شکر و شیرینی میل مینماید درحالیکه به قند هیچیک ویتامینی یافت نمیشود. همچنان بسیاری اشخاص بمرض (بلاگرا) و بامرض دیگری مبتلا شده و بهمان امراض میمیرند بی آنکه بخوردن اغذیه که دارای این ویتامین هامیباشند اظهار میل کرده و بدان وسیله خودهارا از مرض نجات ندهند .

علما در اول امر بنام گذاشتن ویتامین هایکه کشف کرده اند متحیر و متردد بوده بدو آنها را حسب او صائیکه دارا میباشد نام گذاشتند مثل (ویتامین چربی دار و قابل ذوب) و امثالها ، اما بعد ها اتفاق حاصل کردند که آنها را بحروف هجائی اسم بگذارند ، و از همان وقت این شش ویتامینی که تا امروز کشف شده است با- ای ویتامین های (A.B.C.D.E.F.G) نامیده شده اند ، هر چند که این نامها بصورت موقتی است و ناموقتی که علما بعرفت و کتبه هر ویتامینی جدا گانه موفق شوند ، بهین نامهای که ذکر شد یاد می شود .

ویتامین F مشابه بویتامین B میباشد و فقط بیاعت است که بعضی از متتبعین دیدند که يك جزئی از ویتامین اخبارالد کر دارای خواص معینی است لذا بنام جدا گانه موسوم گردید . در مقدمه ویتامین هایکه خواص و فوائد شان ثابت شده ویتامین D میباشد که باثبات رسیده است که هرگاه کبیت وافر از آن داخل غذای اطفال نباشد اطفال مذکور مبتلا به مرض تشویه اعضا میشوند که این مرض استخوانها را نرم ساخته و در نتیجه ساقهای پای شان مقوس شده و سینه های آنها بد شکل و زشت میگردند .

همچنان اجسام بزرگان را از يك وجه دیگری زشت و بد ترکیب میسازد . از قرن های خیلی درازی معروف بوده که روغن جگر ماهی بهترین دوائی برای این مرض است و برای طفل هرگاه قبل از ایسکه زشتی اعضا خیلی زیاد شده و استخوانها خیلی نرم نشده باشد داده شود مفید واقع میشود . حالا راز این مسئله واضح و ثابت شده و معلوم گردید که روغن جگر ماهی و روغن یا ماهی که در جگر های بسیاری از حیوانات یافت می شود محتوی مقدار زیادی از ویتامین D میباشد ، هم چنان این ویتامین در سفیدی تخم ، نیز به وفرت موجود است و از همین جااست که اطفالیکه تخم تازه خیلی صرف مینمایند از مرض تشویه استخوان مصون میباشند .

اطفالیکه در شهرها زیست مینمایند نسبت به اطفالیکه در دهات بزرگ میشوند معروض باین مرض می باشند و سبب آنهم وجود علاقه محکمی بین ویتامین D و روشنی آفتاب است. و بوضوح پیوسته که شعاع آفتاب یا مصدر دیگری از اشعه ماورای بنفش مرص تشویه استخوان ها را عیناً مثل روغن جگر ماهی شفای بخشد. و از این مسئله هم بدو معلوم نبود تا اینکه ظاهر شد که اشعه ماورای بنفش دارای میره مخصوصی است و آن تکوین ویتامین D در جسمیکه بآن معروض می شود میباشد. جسم انسان ها و هم چنان از یکماده حیرانات و نباتات محتوی ماده کیمیوی است که (ارجوسترول) نامید میشود و این يك ماده چربی است که در اوایل اهمیت بدان نمی نهادند، اما اخیراً واضح شد که اگر این روغن به اشعه ماورای بنفش معروض گردد بماده کیمیوی تحویل میشود که غالباً میتوان گفت همین ویتامین D است.

اخیراً چند نوع غذا را برای تبدیل (ارجوسترول) به ویتامین D در اشعه ماورای بنفش معروض نمودند و شاید باین ذریعه از ویتامین مذکور بدست آورده و بقسم مستحضرات در دواخانه ها بفروش برسد. با آنهم نباید آنرا بدون استشاره دکتور استعمال کرد. و تنها کفایت مینماید که در ضمن غذائیکه انسان صرف میکند يك حصه تخم تازه نیز داخل باشد که باین ذریعه تمام ویتامین D که جسم بدان محتاج میباشد داخل بدن شده و احتیاجی به حصول این ویتامین بوسائل صنایعی نمی افتد.

يك ویتامین دیگری هست که میتوان آنرا نیز تحلیل کیمیوی نمود و آن ویتامین A است که عبارت از ماده زرد رنگی موسوم به (کاروتین) میباشد و این همان ویتامینی است که به زردك، رنگ زردی دهد و اشتقاق اسم آن از کلمه Carrot در انگلیسی است که معنی آن زردك میباشد.

این ویتامین نیز در بسیاری از اقسام سبزیجات مثل سبزی پالک و امثال آن یافت میشود. و بلحاظ سبزی رنگی که سبزی پالک دارد رنگ زردی را که این ویتامین دارا است می پوشاند.

معروف است که مخصوصاً سبزی پالک و زردك مقدار زیادی از ویتامین را محتوی میباشد. بعضی از علمای انگلیسی باین عقیده هستند که ماده را که (کاروتین مینامند، یاعیناً خود ویتامین A میباشد و یاینکه بآن تحویل میشود، بهمان صورتیکه (ارجوسترول) به ویتامین D تبدیل مییابد.

بزرگترین میره ویتامین اینست که انسانرا از جراثیم ریزش و سرما خوردگی و امراض دیگر وقایه میکند. یکی از اطباء باثبات رسانیده است که اگر در غذای انسان بقدر کفایت شیر و سبزیجات سبز و زرد موجود باشد مرض ریزش کمتر بانسان اصابت مینماید. بین ویتامین A و ویتامین D يك علاقه موجود است. و بوضوح پیوسته که اگر انسان بدرجه کافی در آفتاب نشیند قوه مقاومتش در مقابل جراثیم زیاد میگردد.

به دواز ویتامین B ویتامین A میباشد که وظیفه آن وقایه جسم است از امراض مختلفه عصبی مثل (نورا ستی) و غیره. و شاید انتشار امراض عصبی در دنیا مولود همین علت باشد که عادة مردم مقدار کافی از ویتامین مذکور را نمی نمایند و این مقدار باید بیشتر از مقداری باشد که در زمانه های گذشته بآن احتیاج می افاد زیرا این عصر، عصر سرعت است که تأثیرات خیلی سوئی بر اعصاب بخشیده و بآن تنگ و دو و تراجم که بالای رزق روز بروز شدت مییابد زیاده میگردد.

ویتامین B در گندم و حبوبات دیگر و جگر و کاهو موجود است. چنانچه دیده میشود اشخاصیکه این اغذیه را بیشتر مصرف مینمایند عادهً دارای اعصاب قوی میباشدند. سبزیجات نیز محتوی مقدار زیادی از ویتامین است، اما نسبت به جگر و کاهو مقدار آن ها کم میباشد. اینک در جدول ذیل بصورت ابجاز، انواع ویتامین ها و وظایف شان و اطعمه که دارای این ویتامین ها میباشدند شرح داده می شود:

اسم ویتامین	فوائد	اغذیه که در آنها یافت می شود
ویتامین A	از مرض سرما خورده گی جلوگیری کرده و از جراثیم آن صیانت مینماید. همچنان برای صحت مفید بوده و به نوری اطفالی کمک میکند. از مرض موسوم به (کیروفتالیا) جلوگیری می نماید.	شیر، مسکه، گوشت تازه، سبزیجات مثل سبزی پالک، سبزیجات زرد مثل زردک.
ویتامین B	اعصاب را محافظه و تقویت نموده و از مرض عصبی موسوم به Polynneuritis (التهاب اعصاب) جلوگیری میکند. اشتها را زیاد کرده و به نوری اطفال کمک می نماید.	گندم و حبوبات دیگر، جگر، کاهو، خیره.
ویتامین C	صنائی خون را محافظه کرده و از مرض (اسکروپوت) جلوگیری مینماید.	لیمون، پرتقال، انگور، کلم، نخورد، بادشمان روی، تراپیزک، سبزی پالک، شلغم، فلفل، سیر.
ویتامین D	به نوری استخوان ها کمک کرده و از مرض تشویه اعضا مخصوصاً در اطفال صیانت مینماید و از فساد و نقص دندانها جلوگیری میکند.	جگر، روغن جگر ماهی، سفیدی تخم، استریدیه. اشعه آفتاب و مخصوصاً اشعه ماواری بنفش.
ویتامین E	بجیات جنین و نوری آن قبل از ولادت کمک می نماید.	روغن، گندم و حبوبات سایر. گوشت تازه و روغن حیوانات، کاهوی تازه.
ویتامین F	مثل ویتامین B	مثل ویتامین B
ویتامین G	مرض جلدی موسوم به (بلاگرا) و امراض جلدی دیگر را جلوگیری می نماید.	شیر تازه یا تخیر شده، سبزیجات (هر چند بین قطعی هم باشد)، مثل سبزیجاتیکه در قطعی های سر بسته از اروپا می آید (کیله، خیره).

شئون عائله

نوشیدن آب :

مادر ها عقیده دارند که نباید اطفالشان بسیار آب بنوشند، مخصوصاً در اثنای غذا، در حالیکه این عقیده عاری از حقیقت است. زیرا نوشیدن آب در صورتیکه طفل دچار مرضی نباشد اهداً مضر برایش نمیشود بلکه دلیل بر احتیاج جسم وی بهمان اندازه آب میباشد. اینهم پوشیده نیست که انسان در تابستان به نسبت زمستان بیشتر آب مینوشد زیرا در تابستان آب تبخیر میشود. همچنین خوب نیست در حالت عرق آب خیلی سرد یا برفدار بنوشند.

نصائح بآدم :

چون مادران صاحب تعلم و مهذب متدی به بعضی نصائح اند که در تربیه طفل نو تولد شان کمک نماید. یکی از اطباء متخصص درینباره نصائح ذیل را می نماید :

۱ - غذای طفل باید باوقات معینه داده شود و اگر موقع غذا رسید و طفل خواب باشد لازم است که بیدار کرده شود، و اگر پیش از موقع غذا بیدار شد باید کمی آب تعقیب کرده برایش داده شود.

۲ - طفل باید در چند هفته اولی حیاتش یومیه و در اوقات معین وزن شود و سهراست که عمل وزن کردن قبل از میعاد استحمام انجام بگیرد.

۳ - دهن طفل نو تولد با آب مسح نشود.

۴ - ناخن او وقتی که دراز شود باید بگیرند تا خود را مجروح ننماید.

۵ - طفل را بجائی بگذارند که از هر سو غلغالی و سروصدائی نباشد و بدست هر کسبکه داخل خانه می شود حرد باشد یازن ندهد.

۶ - در نزدیک طفل باید تمام نفعالات عصبی را ترك نمود.

۷ - طفل را لباس زیاد پوشاندن دور از حکمت است.

۸ - اگر طفل را موقبیکه گریه میکنند از بسترش بجای دیگر نقل دهند دور از احتیاط و عقل است و هر روزی باید در بعضی اوقات او را بگذارند تا گریه نماید زیرا فریاد و گریه شش های او را قوی میسازد.

۹ - بعد از غذا طفل را بطرف راست بخوابانند زیرا این وضعیت به هضم مساعدت می نماید.



آقای عبدالمجید خان رئیس شرکت اسهای افغانستان یکی از جوانان
فعال و وطن پرست مملکت بوده ، تحصیلات ابتدائی در هرات
و در شعبه اقتصاد در ماسکو تحصیل خصوصی نموده است .
عبدالمجید خان ۱۲ سال در روسیه و دو سال در جرمنی
مشغول تجارت افغانستان بوده و ضمناً در ترقی اقتصاد
افغانستان از قبیل تأسیس اولین شرکت در هرات
و سایر امور تجاری نسبت با اقتصادیات مملکت
اثرات فعالیت نموده است .



آقای غلام حیدر خان مختار زاده
معاون عمومی



آقای سید کریم خان عضو و نماینده
داعی شعبه قندهار



آقای دوست محمد خان افاق عضو و نماینده
موقتی شعبه هند

نگهداشت تخم مرغ :

تخم مرغ از بهترین مواد غذایی است، اما سریع الفساد می باشد، و علت فساد آنها نفوذ هوا بداخل آنست که از راه مسام هائیکه در پوست تخم می باشد داخل می شود. بناءً علیه برای جلوگیری از فساد آن و برای اینکه تخم مدت زیادی دوام نماید باید پوست آن با ماده صافی با چربی چرب شود تا با دانه مزبور مسام ها را مسدود کرده و مانع نفوذ هوا بداخل تخم گردد. باین طریق تخم مدت زیادی بدون فساد شدن باقی می ماند.

جریان لعاب دهن موقع خواب :

لعاب دهن بعضی از اطفال در اثنای خواب جاری می شود و علت آن غالباً وجود کرم در امعاء است در چنین حالتی لازم است که بدکتور متخصص در تداوی کرم ها مراجعه شود تا قبل از اینکه مرض ظهور نموده و تخریبات نماید کرم های مذکور رفع و دفع گردند.

معالجه عرق :

عرق مرض نیست بلکه یکی از مظاهر عصیت است زیرا پوشیده نیست که غده های عرقه تحت سیطره جهاز عصبی واقع و جهاز مذکور بالای آنها حاکم می باشد و بقدریکه جسم احتیاج داشته می باشد و ادار شان میسازد تا عرق افزاز نماید. چنانچه هر وقتیکه حرارت و گرمی زیاد باشد غده مذکور بسیار عرق افزاز می کنند. درینصورت اگر خیلی درجه ازیک بالای عرق حاکم می باشد وارد شود عرق زیادتی یا نقصان پیدا می کند بناءً علیه معالجه این جهاز خیلی ضرورت است تا بحال طبیعی خویش برگردد. بنابراین بی فایده است که بوسیله پودر بخوانند جسم طفل را از عرق کردن منع نمایند. زیرا پودر مسام ها را بند کرده مانع افزاز عرق بخارج می گردد در چنین حالتی ضرر بزرگی به طفل عائد می شود.

حفظ الصحه اطفال :

یکی از بهترین کارها این است که اطفال خود را از کوچکی معناد ورزش و تربیت جسمی در هوای آزاد کنید. بشرط آنکه بعد از افرات نرسیده و موجب کشش غده های زیر پوست نشود.

بسیاری از اطفال هستند که در دنبال طبیعت خود ورزش و حرکات بدنی بیشتر اهمیت داده ولی به درس و وظایف مدرسه اهمیت نمیدهند.

برخاتمها لازم است که اطفال خود را از ۲ و ۳ سالگی مطابق دستور ذیل پرورش داده و تربیت نمایند.

- ۱ - شست و شوی هر صبح با آب پاک و در صورت عدم امکان آن در دو روز یکمرتبه و روزه در سه روز تا آنکه در حد اقل هفته یکبار حتماً باید شست و شو نمایند.
- ۲ - شستن دندان ها و دهان قبیل از هر خوراک و بعد از آن.
- ۳ - خواب در وقت معین و بیداری در وقت معین و باز گذاردن در بجه ها و منافذ اطای در موقع خواب و بیداری.
- ۴ - باتأنی غذا خوردن و جویندن کامل هرلقمه.

- ۵ - خوردن شیر بجای چای و قهوه و ککاز و غیره .
- ۶ - خوردن سبزیجات و میوه ها در هر روز .
- ۷ - خوراک خوردن در ساعات معینہ و اوقات مشخصہ .
- ۸ - راست راه رفتن و راست ایستادن و راست نشستن .
- ۹ - ورزش بدنی در هوای آزاد همه روزه صبح و عصر .
- ۱۰ - تخلیہ معده در هر صبح و شب .
- ۱۱ - تنظیف لباس و دستمال و جوراب، اقلأ هر هفته دوبار.
- ۱۲ - عدم افراط در استعمال مواد قندی و کثرت استعمال مرکبات و انواع لیموها و پرتقالها .

مباحثه در اطراف خورا که

خورا که و باغذای شباروزی ، چیزیت که همیشه جالب توجه و غور و خوض واقع گردیده ، انسان افکار خود را در بهبودی غذای خود معطوف می نماید ، و از غذا هائیکه جانب تلبذ و نشاطش واقع گردد ، تناول نموده ، و از غذا هائی که باعث کراهیت طبع واقع می گردد صرف نظری نماید .

اما میتوانیم بگوئیم که « طول مباحثه در مورد خوب و بد غذا » هم یکی از غلطی های بزرگی ثابت شده است چه بسا اشخاص از علوم کیمیاوی و تشریحی ، کمتر وقوف دارند ، ضرب المثل عوام است « که علم کم باعث زحمت میشود » بتکالیف زیادی برخوردده ، انکار سالم خودهارا در بحث بر فائده این و آن کاربوهایدریت (Carbohydrate) و کالوری های (Calorie) ماکولات علیل نموده از لذات متنوعه ماکولات و ممبروبات محروم مانده ، بالاخره تلون مزاج و پریشانی برایشان عائد گردیده خورا که متلبذ بنظر شان مثل عملیات بی نشاط کیمیاوی جلوه میدهد و نیز دیده شده که بعضی از مردمان بیاعت همین احتیاط ، و انتخاب اغذیه ، ناخوشی های گوناگونی را متحمل شده اند و در عوض اشخاصیکه از اقسام مختلفه خورا که تناول می نمایند سالم و تندرست می باشند .

و بعلاوه بعضی نقائص یا عباره دیگر بی مبالائی هائیکه تحت توجه قرار نگرفته اند ، هم موجود است که قوانین علمی به منع و اجتناب ازان توصیه می کنند . بسا اشخاصند که به غذا های خود اهمیت ندانند بدست خود خودرا معلول مینمایند . و اگر چیزی برای آنها گفته شود ، دلائل چندی که نتیجه بی علمی و بی معنومائی شان است ایراد میکنند . باید فهمید که دنیای امروزه ما از دنیا دیروزه مغایرت کلی دارد :

چنانچه قصبات امروزه از شهر های بزرگ دیروزه معمورتر و آبادتر بوده ، نفوس زیادی را مالک است . و اقسام خورا که دیروزه و پرروزه از اعتبار افتاده ، بسکت ، کاجه ، چاکلت و کیک که دیروز تعارفی نداشتند ، به ناشئه امروزه خورده می شود .

ذخائر ما کولاتی امروزه بارها بهتر و بیشتر آسایش مردمان را فراهم آورده، بعموم نشاطی بخشد، چون خوراک های امروزی باعموم بیشتر بوده، دست بشر توانسته است که اغذیه طبیعی را بحکام لطافت مهیا و بصورت اطعمه لذیذ مصنوعی تبدیل داده حظ برد و از کسختی و فاصله غیر ضروری آن صرف نظر نماید.

بدبختانه چندی قبل بواسطه محدود بودن قواعد علمی نتوانسیم معلوم نمائیم که فهرست مشروحه غذای ضروری، که اخیراً بعضی از علما آنرا تشریح داده اند بدانیم کدام است؟ و چون کشفیات اجزای ویتامین (Vitamine) و حصه های مهمه دیگر نباتات و مرکبات وزقیه، بظهور پیوست معلوم شد که ما در اشتیاق بودیم. اجزائی را که در سابق به تریک آن تاکید می نمودیم، ذرات آنها حصه مهمی از ناخوشی همارا مانع آمده خدمت بزرگی در بقای صحت و تندرستی ما اجرامی نمایند.

همین است که بعد از برداشتن گامهای وسیع به طرف معالجه ازین گونه اشیاء، طعام بزبان و طعام دهندگان توانسته اند که فوائد زیادی بردارند، چنانچه کلچه و نانی را که می فروشد، حاوی همان اشیائی میباشد که سالهای قبل «آسیابان ها» از آنها صرف نظر نموده، کناره پرتاب میکردند، و دکابدارهای امروزه مسکه بفروش میرسانند که حقیقه مسکه نبوده، بلکه دارای مواد حل شده چربوست که عیناً مثل مسکه تازه حقیقی جلوه میدهد.

باغبان ها در تمام سال میوه هائی بما میدهند که به قیمت خیلی ارزان بدست می آید، حال اگر ما از چنین سهولت ها فائده نگیریم - باید خود را مقصر دانسته سلامتی خود را بر دیگران بار نکنیم.

تفحصات عمیق و غور و خوض دقیقه مجلس تحقیقات طبی انگلیس در باره معلوم کردن مسئله که آیه خورا که روزانه ما حاوی تمام اجزای حفظان صحت می باشد یا خیر؟ نتایج خوبی استنباط نموده راپورت مکتوبی به وزارت صحت خویش داده است، تا بلحاظ رفاء توجه مخصوصی به اغذیه و صحت مردم مبذول نماید.

و بعد از ملاحظه هزاران اطفال شهری به ثبوت رسید که فیصد ۵۰ طفل شیر خوار از باعث خوردن چیزهائی که دارای مواد کافی تولید خون صحیح نبوده است، مریض بوده اند که ضمناً این مریضی مریضی دیگری را نیز تقویت داده شدت آنرا دو برابر میکند.

و نیز معلوم شد که این مرض محض از نداشتن مقدار کافی آهن در مواد شیری، عائد میشود. لهذا برای دفاع آن سی بلینی بجا آوردند، و معلوم کردند که به دادن دوی امونیوم سیترات (Ammonium Citrate) ممکن است این مرض تخفیف شود، چنانچه از استعمال دوی مذکور این ناخوشی کم گردید.

معلوم شد که مرض (Rickets) «استخوان نرمی» نیز از باعث قلت همین مواد (ویتامین Vitamine) بوده و مواد مذکوره عموماً در شیر تازه و روغن ماهی بمقدار زیادی موجود است.

حتی پیشتر از اکتشاف مواد مذکوره در روغن ماهی (Cod Liver Oil) ماهی کاد Cod قیمت بلندی داشت.

بعد از تجارب كثره معلوم گرديد كه اجزای ویتامین (Vitamine) در جسم اثر فوق العاده دارد و جسم را منبای سازد كه چونه و فوسفیت یا بعبارة دیگر اجزای مهم استخوان را از شیر بگیرد . و چون جسم طفل نمیتواند مقدار کافی را كه شاید و باید از شیر جذب كند ، عرض استخوان نرمی برایش عارض میگردد .

معلومات و تحقیقات جدیده نیز ظاهراً میسازد كه در اغذیه بسیاری از اطفال و مادر های شان قهر ویتامین و كلسیوم و فوسفیت نسبتاً همیشه میباشد . اگرچه عرض استخوان نرمی به معنی حقیقی آن از سی سال گذشته كتر واقع میشود ، فوق العاده سرایت مینماید .

این را نیز نباید تصور كرد كه عرض مرض استخوان نرمی از باعث كمی مواد كلسیوم و فوسفورس بوجود میآید بلكه محكم نبودن دندان كه مرض عامه قرن بیستم انسانهای متقدم است نیز وابسته به كمی مقدار سابق الذكر است .

وبگانه وسیله برای جلوگیری كه تحت مذا كره وزارت صحیه انگلستان واقع شده همین است كه برای مادران و دیگر اولیاء فامیلی دستورات لازمه داده اند تا ایشان اطفال سینه گمی خودها را روز مره بصورت منظم (Iron, Amon, Citrate) بنوشانند . و اگر اطفال شان سینه گمی نباشند در انصورت نیز در شیر شان از دواي مذکور مخلوط نموده بالای شان بنوشانند . تا از امراض مذکور مصون بمانند .

وبالآخره بر ما نیز لازم است كه مقدار وافری از شیر تازه به مادران و دایه گان و اطفال كوچك بنوشانید و حتی الوسع باید در استعمال خم مرغ ، مسكه و اقسام ماهی ها از قبیل (Mekesele, Spret, Hereings) كوتهای نشود ، و اگر در پیدایش مقدار کافی شیر و مسكه مشكلاتی پیش میآید لازم است از روغن ماهی هائده گرفته مورد استعمال قرار داده شود .

جویندن غذا :

خدا كه برای ما بیره ها و دندانها را عنایت كرده است فقط برای جویندن و عیده ساختن غذا است و هرگاه باندازه کافی غذا را بجوم هضم آن در معده خیلی آسانی می شود ، زیرا جویندن غذا را بیک ككتنه نرمی تحویل میدهند كه برای انرازات معده تسهیلات پیش كرده و افزازات مذکور داخل آن شده غذا را حاضر مینماید تا بصورت تهائی در امعاء به هضم برسد .

جویندن كم به سوء هضم نتیجه داده و این عرض صورت مزمن اختیار می نماید و بالآخره در معده تمدد حاصل شده و علاج آن هم خیلی مشكل میباشد .

آب لیمو در تابستان :

چند سال پیشتر در یکی از جرائد سوالی از تام طباطبائی شده بود كه بهترین مشروب تازه كه انسان در

سداقتبان دا کتران و مامورین و متعلمین شفاخانه سرکری و قطعات عسکری کابل



موسم تابستان بنوشد چیست؟ دو کتور وایم کالب صلیبی جواب داده بود که: آب لیوی تازه و سرد بهترین مشروبی در موسم تابستان است.

واقعاً بقدریکه ویتامین در آب لیوی موجود است نمیتوان در هیچ مشروب دیگری یافت و هرگاه قند را هم که از مواد مغذیه است بآن ایزاد نمائیم بهترین مشروب فرح بخشی برای ایام گرمی می شود. بناءً علیه مادرها باید اولاد خویش را در موسم تابستان تا اندازه که در استطاعت دارند ازین مشروب بنوشانند زیرا این مشروب بهترین و با اثرترین مشروبی میباشد که در عین حال غذائیت زیاد هم دارد.

منع ترکیده گی جلد

بعضی ها عقیده دارند که پوست دست ها یا پاهای جز در موسم زمستان که از باعث شدت خنک ترکیده گی پیدا میکند در تابستان نمیرکد. در حالیکه جلد در موسم تابستان نیز بی باعث شدت عرق معروض به ترکیده گی میباشد مخصوصاً بین انگشت های پای - بناءً علیه برای جلوگیری ازین ترکیده گی پاهای را همیشه اولاً با آب گرم و سپس با محلول ضعیف حامض کربولیک یا آب اوکسیژن پراکساید شسته سپس آنها را خوب خشک کرده کمی پودر بالای آنها پاش داده شود. باین ذریعه از ترکیده گی جلوگیری بعمل می آید.

حفظ الصحه خانه

در طرز ساختمان منازل تا امروز خیلی کم مراعات حفظ الصحه شده است و اغلب خانه های کابل بر خلاف مقررات صحی محروم از هوای کافی، روشنی، نور آفتاب، و حتی نظافت میباشد که از طرفی خرابی ساختمان خانه ها و از طرف دیگر بی اعتنائی وعدم فهم مردم بمسائل صحی خیلی از اشخاص را از پا در آورده و بیک قسمت رنجوری وضعف و علالت اشخاص ازین رهگذر است.

مراعات مجزا بودن اطاق های خواب، خوراک، خانه مهمان و غیره، در اکثریه خانه ها نمی شود و از بیک خانه همه کار گرفته می شود. بسیاری از خانه ها حتی از اشعه آفتاب که بهترین مواهب الهی برای انسان ها و قاتل غاب جراثیم مضره است نیز محروم میباشد. در نظافت حویلی، اوطاق ها، مجاری آب، مستراح، مطبخ و غیره کمتر توجه میشود. در حالیکه حفظ الصحه خانه علاقه و ارتباط مهمی بحفظ الصحه عمومی داشته و در شهریکه خانه ها مطابق حفظ الصحه نباشد ساکنین آن شهر غالباً مواجهه با امراض مسری و خطرناکی میشوند. ازین رو اهمیت حفظ الصحه خانه را بایستی هر فردی مدنظر داشته و باندازه قدرت و توان خود باید دستورات صحی را در خانه خویش مراعات نماید، چه بر علاوه اینکه ساکنین بیک خانه مرتب و نظیف و صحی از بسیاری امراض و رنجوریها محفوظ میمانند، بیک استراحت روحی و معنوی نیز برای صاحبان بیک خانه نظیف مرتب است که مخصوصاً برای رفع خستگی های صاحب خانه که از سعی و عمل روزانه مانده و کوفته داخل منزل و باصطلاح (سر پناه) خود می شود خالی از اهمیت نیست.

بناء علیه سعی کنید تا دستورات ذیل را که خیلی ساده و بسیط است اقلأ در خانه های خویش مراعات نماید .

۱ - دروازه اطاق ها و مخصوصاً اطاق خواب باید هر روزه برای دو ساعت از طرف صبح جهت داخل شدن اشعه آفتاب باز مانده شود .

۲ - کلکین ها و دروازه های اطاق باید خیلی زیاد باشد تا برای ادخال مقدار کافی و زیاد از هوای صاف کفایت نماید .

۳ - از روی شیشه های کلکین ها باید پرده های رنگه پس کرده شود تا نور آفتاب مستقیماً داخل اطاق شود .

۴ - برای اطفال اجازه داده نشود ، در جایکه چشم های شان بنور مستقیم آفتاب معروض باشد بنشینند .

۵ - رطوبت تا اندازه که ممکن است کم باشد .

۶ - آب خوردنی دريك جائی گذاشته شود که از تمام ملوثات مأمون باشد .

۷ - در تمام اطاق های خانه شرائط تمامه خیلی مراعات شده ، و بانتظام و بوقت های معین (هر فردی از روی اعتیاد) بآب گرم یا سرد غسل نماید .

۸ - ترتیب مطبخ و اطاقهای خانه و تحویلخانه از هر جایی موافق دستور حفظ الصحه باشد .

وصایای ده گانه صحی

۱ - در خوردن خرد حکیم باش ، شیر و سبزیجات و نان خیلی صرف نموده و قند و گوشت کمتر استعمال کن ، از مشروبات مسکره بکلی اجتناب نما .

۲ - جسم خود را در هوای آزاد تربیه کن ، و وقتی که نشسته و یا ایستاده قامت را راست نگهدار .

۳ - رفتن خود را به هوای آزاد تمرین بده و هوای صاف را در شب و روز تنفس نما ، خود را در معرض آفتاب قرار بده ، زیرا نور آن برای جسم خیلی مفید و برای صحت و تندرستی تمام لازم میباشد .

۴ - نظیف و تمیز باش ، قبل از صرف غذا دست های خود را با صابون شست و شو نما ، و در نظافت جسم بوسیله غسل های متعدد یومیه خیلی سعی کن ، دندان های خود را صبح ، و شب قبل از خواب پاک و نظیف نما .

- ۵ - قوای جسمی و عقلی خود را با موریکه فوق طائت آن ها باشد خسته نکن ، نیم ساعت استراحت بعد از غذا بهترین مقویات میباشد . و طوریکه میگویند دلیل خمول و کسالت نیست .
- ۶ - در اوقات صرف غذا و خواب منتظم باش .
- ۷ - موازنه عقلی خود را حفظ نما ، هم و غم را نگذار که بر تو غلبه نماید ، يك حصه وقت خود را بومیه برای تفریح و بازی تخصیص بده .
- ۸ - از شر دوری بجو ، از شخصیکه مبتلای بزکام باشد و در موقع عطسه نمودن دستمال را پیش بینی خود نمی گیرد دوری اختیار نما ، در گیلانی که عموم آب می نوشند آب نتوش ، و دستمالیکه مخصوص خوردت نباشد مورد استعمال قرار نده .
- ۹ - هرگاه انحراف بسیطی در صحت تو پیدا شود استراحت نموده برای معالجه به دکتور مراجعه کن . زیرا خیلی واقع شده است که نقص و علت کلی بیاعت اهال های جزوی واقع شده است و هرگاه این اصل را اشخاصیکه بزکام بسیط مبتلا میشوند مراعات نماید از خطر شدت مرض نجات می یابند .
- ۱۰ - با آنکه صحت باشی هر سال در تاریخ معین خود را به دکتور امراض داخلی و دکتور امراض دندان نشان بده و بهداشتات شان عمل نما .

سگها و گربهها امراض خطرناکی را نقل میدهند

درین اواخر در تمام شهرهای دنیا تربیه سگها و گربهها بین خانهها انتشار و رواج یافته و چون صاحبان این حیوانات در تنظیف شان خیلی مبالغه می و زند لابد در اثنای پاك كردن و یا حمل نمودن و یا نوازش کردن شان انواع مختلفه میکروبوها را که در جلد آنها موجود است بخود نقل میدهند .

يك مرض خطرناك دیگر است که از این حیوانات بصاحبان آنها ذریعه لیسیدن منتقل میشود . چنانچه وقتیکه دست ها یا کف یا کف دست دیگر جسم صاحبان خود را میبوسند ، در هر جائیکه زبان آنها تماس کرده باشد مرض عارض میشود و علت آن همین است که در جهاز هضمی این دو حیوان طوریکه یکی از بزرگترین اطباً تأیید مینماید تخمک های است که « اشینو کوك » (Echinocoques) نامیده میشوند و هنگامیکه گربه یا سگ قسمتی از اعضای صاحب خود را لیسید بواسطه لعاب دهن شان بعضی از این اشینو کوك های میکروسکوپی باعضای مذکور منتقل میشود . و اگر یکی از این اشینو کوك داخل معده انسان شد عموماً حاصل کرده و از آنجابه کبد و رئین و دماغ سرایت مینماید و در این جایها يك شکلی که کیسه های آبی (Cystes Hydatiques) نامیده میشود تکوین یافته و این علت ذریعه موت اشخاصی که دچار آن شده باشند میگردد .

بعضی امراض دیگری نیز میباشد که بوسیله سگ ها و گربه ها پیدا میشوند که مهمترین آنها جرب ، دانه سر ، و سل است و مخصوصاً سل که از امراض خطرناك میباشد و اگر در اول ظهور آن علاج نشود بموت منتهی میشود .

وسایل جدید برای جلوگیری از ضرر حشرات

از زمانه های بیدی است که انسانها با عالم حشرات مودیه روبرو شده و مقابل این دشمنان کوچک عاجز میگردیدند، ولی از چندی باینطرف است که علما درصدد دفاع برآمده و میل داشتند ازین مخلوق کوچک و مضر نکلی جلوگیری کنند زیرا مقدار ضرر این دشمنان را باندازه که تعیین و معلوم کرده اند واقماً از خوفناک ترین دشمنان انسانی بشمار میروند. پشه ها و مگس ها درراس این دسته دشمنان انسانی قرار گرفته اند. اطبا معلوم کرده اند که وسیله انتقال بسی امراض دروجود انسانی همین حشرات میباشد لهذا آخرآ کیمیادانها وسایل وادویاتی اختراع کردند که استعمال آن مضرتی عاید انسان و دیگر حیوانات نکرده مستقیماً حشرات را فانی و بیخس میگرداند.

یکنفر کیمیادان ماهر این فن تمام اطلاعات خودش را راجع باقسام حشرات و انواع ضرر آنها و صورت هائی که برای مدافعه منجیده است مرتباً اظهار میدارد و این بیابنه مذکور توجه تمام مردم مخصوصاً آنهایی را که باهوار اداره خانگی علاقه مندی زیاد دارند بخود جلب کرده است این شخص فاضل مستررن Ren است که دریک علاقه شیکاگو داخل عملیات شده و مقابل آفات حشرات خانگی آغاز بکار نموده است مستررن متعلق حفظ الصحه و دیگر عواملیکه دریک جمعیت وسیع تجدید جنگرا بهمراه هفت دشمن مشهور خانگی، مگسها، پشه ها، پروانه ها، کبکها، مورچه ها و غیره باشد آغاز نموده است.

از سالهای در از معلوم است که یکی از چیزهای نفرت آور در زندگی مگس است که تقریباً بسی مرض مسری در وجود او منحصراً است و این بلای مبرم تقریباً ۶۳,۰۰۰ نفر را سالانه رهسپار دیار عدم میسازد مگسها فیصد هشتادوپنج در شهر و فیصد نودوپنج در اطراف مملکت محرقه و غیره امراض را انتشار میدهند و تعداد آنها به سرعت تمام زیاد شده میرود مخصوصاً از ابتدای ثور الی آخر سنبله که درینوقت يك مگس ماده تقریباً ۵,۵۹۸,۷۲۰,۰۰۰,۰۰۰ تخم میدهد و يك مگس تقریباً ۶,۰۰۰,۰۰۰ جراثیم را برده میتواند، جسم و بالهای آن ظاهراً لشم و درخشان است ولی تمام وجود آن از مویهای خورد ذره بینی مستور است که مقامهای خوب را برای جراثیم مهیا میکند، در انشائیکه مگسها از کثافتها برخاسته بالای طعام و اشیای خوراکی نشینند و بقدر لزوم حصه گرفته جراثیمکه با خود آورده اند آنها را گذاشته طعام و خوراکی را بوجود این جراثیم ملوث و زهر دار ساخته سم قاتلی برای انسانها آماده میدارند. مگسها برای طعام يك وقت خود از يك الی سی میل سفر و تقریباً نصف وزن خود را بلع میکنند، و اگر نکندند در نیم دقیقه خود را مملو از طعام می نمایند.

لایتنقطع جمعیت شان بعضی اوقات در شهرها زیاد شده میرود. و موسم گرما برای تزئید تعداد شان بسی مساعد است.

پشه‌ها بیشتر طرف‌تاسفر عموم بوده و گزیدن آن‌ها خیلی آسان است و تقریباً شصت قسم آنها موجود است. پشه‌ها نیز مجرم قرار داده شده اند زیرا که طاعون و غیره وابسته بآنهاست.

ضرر بزرگ پشه‌ها اینست که پشه‌ها رأساً بعضی جراثیم را درخون آفت رسیده داخل میکنند خارش و آماسیدگی که از باعث گزیدن پشه‌عائد میشود صرف ازالم نبش های آنها و از سبب مواد زهر دار است که در وقت جرح شدن پوست منتشر می‌شود، یعنی این جراثیم بعد از پیدا کردن راه درخون انسان فوراً تأثیرات سمی خودشان را القا میکنند.

(سیسک‌ها) Roach تقریباً چهار سال عمر میکنند و چهار قسم آنها خیلی مهم است چه آفت و جراثیم امراض خنثی، جیلی و صراق منحصر بآنهاست.

(کوبه‌ها) یا پروانه‌ها تقریباً در سالی بقیمت ۳,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ افغانی قاش هارا بلع میکنند و آنها مخصوصاً دشمن البسه خام‌ها هستند: کشتن پروانه‌ها بذریعه بعضی دواها قدری مفید است اما علاج بهترین گم کردن تخم آنهاست.

خرابی زیاد وابسته به حالت کرمی Larvae میباشد، چون از تخمها می‌برایند نمو کرده برای خوراک خودها بسیار بدیم، پر و غیره را که تقریباً دوازده چند جسم خود آنها می‌باشند می‌خورند، استعمال دوا مؤثر کیمیاوی برای رفع اینگونه ضررها مفید شمرده میشود.

شبگزه‌ها بسیار امراض از قبیل چیچک، سرخکان، تب و تب موسمی و مرض برص و غیره وابسته به شبگزه‌هاست، گزیدن دردناک آنها انسانرا زبون می‌سازد. همچنانکه منتشر کننده امراض اند هانقدر مخوف اند، و آنقدر بوی بد دارند که پرنده‌گانی که دیگر انواع حشرات را بشوق می‌خورند بآنها مس نمی‌کنند. بعضی تربیات کیمیاوی برای قتل آنها بسیار مؤثر ثابت شده.

مورچه‌ها و کیک‌ها نیز در ردیف دیگر دشمنان عمومی مثل بلع کننده اشیا و انتشار کننده امراض می‌باشند اقسام مختلف مورچه‌ها ۶,۰۰۰ و از آنجمله چهار قسم: مورچه زرد ریزه، خورد سیاه، بجار، و مورچه قرشها بسیار مضر است.

استعمال بعضی دواهای کیمیاوی اسباب هلاکت مورچه‌هاست. این ادویات کیمیاوی که مخصوصاً کشته حشرات مضره است بذریعه جاروب‌ها موقع نظایات درخانه و غیره استعمال میشود، برای محو کردن این حشرات مضر که تا مدتی طرف توجه نگشته بود، متخصصین آلات و ادویه مهیا نموده و با آنها مبارزه و مقابله مینمایند ولی تا حال تمام حشرات مضره بکلی محو نگردیده، زیرا اقسام حشرات در دنیا تقریباً از ۴۰۰,۰۰۰ تا ۱,۰۰۰,۰۰۰ بوده و هزارها رقم آن برای انسانها مضر است.



ترکیب اصلیة جسد انسانی

دکتور ایف ، ای ، لاوسن ، که یکی از مدققین درجه اول انگلستان میباشد در ۲۴ نومبر سال گذشته کنفرانسی راجع به ترکیب جسد انسانی در وستمنستر (Wistminster) لندن داده و با تصورات قابل قبولی ترکیب جسم يك انسانی را که متوسطاً تا ۶۳ کیلو گرام وزن داشته باشد چنین فرض نموده است :-

آب	: ۴۵ لیتر
مواد مشحمه	: بمقدار کافی و برای ساخت هفت کلچه صابون .
ذغال	: از این ذغال ۹,۰۰۰ دانه پنسل ساخته می شود .
يك مقدار فاسفور	: که با آن میتوان ۲,۶۰۰ کله گوگرد تهیه کرد .
از امونیوم	: مقداری که جهت ترکیب کوچک املاح کفایت کند .
آهن	: به وزنی که در يك میخ متوسط المقدار محتوی باشد .
آهک	: بقدر کفایت سفید کردن يك سقفی که سطح کوچک داشته باشد .
سلفر	: (سنگ گوگرد) که برای نجات دادن يك سنگ از کیک هایش کفایت کند .

دکتور موصوف اظهار داشته است که قیمت موجوده مواد خام ، تمام مواد فوق الذکر را که محتوی ترکیب جسد انسانی است میتوان بيك مبلغ ۲۵ الی ۳۰ افغانی خریداری و تحصیل کرد .



زراعت و فلاحت

بعض هدايات در باب زراعت خر بوزه

راجع به زراعت خر بوزه گرچه ممکن است هيچ هدايتی لازم نباشد زيرا تمام زارعين دران باب اطلاعات کافی داشته و چون طريقه زراعت مذکور بسيار ساده است تشریحات اصول فني دران چندان گنجایش ندارد ولي آنچه از روئيدن ناقطع کردن خر بوزه با رباب ذوق مبهم است مسئله دقت در عمليات روئيدن آنست که اينک درين جا ذکر می شود :

گرچه عمليات روئيدن خر بوزه نیز مانند زراعت آن بسيار ساده میباشد اما برای آنکه بهتر و بقسم واضح فهميده شود تمام آن به پنج دوره تقسيم میگردد :

دوره اول :

چون بياره خر بوزه ۴ دانه برگ برآورد ، ساقه را از موضع بالائی دوبرگ اولی می برند ، ولی بايد « لبه زیر برگ نبات » بریده نشود و بمجرد بریدن ساقه زخم مذکور با قدری خاک پوشانیده شود تا شیره نباتی که باعث نموی آن است ، زياد خارج و تلف نگردد .

دوره دوم :

سراد از عمليات قطع اول اين بود که قوت نبات در دوبرگ اولی و لبه های مذکور حلول کرده از انجا دوشاخه موسوم به « شاخه های توليد کننده » بوجود می آيد پس چون شاخه های مذکور پيدا شدند ، لازم ميشود که آنها را از موضع بالای ۳ يا ۴ برگ ، درين دوره ثانوی نیز لبه هارا که بکلی بی ضرر میباشد قطع کردن لازم نیست .

دوره سوم :

دوره سوم فقط شاخه های کوچک را که نوسر زده و بطول ۳۰ الی ۴۰ سانتی متر (نیم گز) رسیده باشند قطع می نمایند .

دوره چهارم :

این دوره مهمترین دوره های خر بوزه میباشد ، و دران شاخه ها پرا که ازین برگ سوم که بعد از عمليات دوره سوم سر زده میبرند ، مگر بايد بسیار دقت شود زيرا اکثراً اوقات این شاخه ها شيکه بعد از برگ سوم میرويند . شاخه های میباشد که از پهلوئی آنها میوه بوجود می آيد ، پس بايد شاخه را بگذارند که قدری بزرگ شود آنگاه اگر علامت پيدایش میوه ظاهر می شد عمل قطع را بالاتر

از آن اجرا خواهند نمود والاخیر ، خریزه عموماً دارای گل های مؤث و مذکر است طوریکه گل های مؤث آن بسیار به آسانی شناخته می شود شاخه آن بیک غوزه خوردی که به بزرگ شدن میوه خواهد شد مربوط می باشد .

دوره پنجم :

چون میوه قدری سخت و شاخه آن به سانه بیاره محکم شد ، آنگاه وجود برگهائی که از اطراف آن پیدا میشود لازم نخواهد بود ولی در قطع آنها باید احتیاط شود تا شیره نباتی زیاد خارج و سبب بد مزه گی با کوچکی میوه نگردد و باید این برگ ها به مجرد ظاهر شدن بریده شوند ، در هر بیاره پیش از ۵ الی ۶ میوه را نباید گذاشت و اگر میوه ها زیاد باشند باید همان هائیرا که بزرگ تر و شکل شان منظم تر است نگهداشته مابقی را قطع کنند .

مراجعت های لازمی

بعد از قطع ثانی باید اطراف بیاره هانوک داس (وجین) شوند و قدری پارو (انبار) هم برای هر بیاره داده شود .

برای آنکه خریزه ها شیرین و لطیف بوجود بیایند لازم است که تا حد امکان کمتر آب داده شوند و بگذارند که بیاره ها از خشکی قدری زرد شوند و چون ضرورت قطعی آب دادن محسوس شود ، یعنی موقعیکه برگ ها پژمرده گردند ، باید بیاره ها آب داده شود و مدعای اصلی اینست که بیاره های خریزه دیر ، دیر اما بوقور آب داده شود ، وقتیکه خریزه ها به یک بزرگی مناسی رسیدند بهتر است که در زیر هر کدام آنها یک تخته ویا یک پارچه از سفال (تیکر) یا خشت پخته گذاشته شود تا به زمین تماس نداشته باشد ، این احتیاط بسیار مفید است و اگر این قاعده صرف نظر شود مخصوصاً در سال های بارانی که زمین نمناک می باشد همان قسمت خریزه که با زمین تماس دارد در خاصیت و مزه با تاثیر قسمت ها که از نور آفتاب و هوا متمتع است اختلاف کلی پیدا می کند .

رسیدگی خریزه آنوقت شناخته می شود که خریزه تغییر رنگ داده و یک سوراخ قوس مانند در دنباله (موضع الحاق) خریزه با ساقه احدان می شود و علاوه برین علامت رسیدن خریزه این است که قسمت مقابل دنباله آن نرم می شود و ازان عطر خوبی نشئت میکند و این خود بخود پخته شدن خریزه را می فهماند ، از بین دو خریزه متساوی الحجم که از حد الحاق بریده شده باشند ، بهتر همان است که وزنش بیشتر باشد .

چون خریزه ها در مزه بسیار مختلف می باشند - بسیار مشکل است که اقسام خریزه درین جا شرح داده شود ، تنها آنچه صفت ممتاز خریزه شمرده می شود ، لطافت و شیرینی آنست .

برای تکمیل چند نصاع فوق ، خاطر نشان میشود که از موقع روئیدن ائی دوره دوم خریزه ها همواره مورد حمله مالوش (یک نوع حشره کوچک) و گاوک (یک نوع کرم پیچ پیچ) واقع می شوند . برای جلوگیری