

مفط الصحة

مقاومة السل

لذا أتور عاري المتى موضة مستثنى السل في العاملين وشبابية . البطل

الانقاء

اغتر بصحتك على قدر ما تستطيع لانه يعسر على جراثيم هذا المرض ان تنمو في الجسم الصحيح ولكي تحفظ جسمك صحيحاً راع الوصايا الآتية .

(١) لا تنم ولا تدرس ولا تشغل ولا تنم في الاماكن التي لا يتجدد هوائها دائماً لان الهواء النقي وضوء الشمس بقتلان بائس (ميكروب) المرض لذلك يجب ان يتوفر في غرفتك ومحل شغلك ومخدعك قدر الامكان

(٢) لا تنم في موضوع يحمل هوائه غباراً واحرص على نظافة مسكنك . واخلص من الغبار بتنظيفها بمسحة مبلولة ولا تكس بيوتك بمسكة جافة او رطبة

(٣) ابق على الأقل كوة واحدة مفتوحة من كوى مخدع النوم كل الليل وجدد هوا ذلك المخدع مرات عديدة يومياً

(٤) لا تأكل طعامك بدون ان تغسل يديك اولاً

(٥) لا تضع يديك في فمك ولا افلام الرصاص ولا شيئاً مما يكون قد استعمله غيرك .

(٦) لا تضع المائدة الموضحة « اي الحلو » في جيبك

(٧) استحم بالماء المقطر والصابون على الأقل مرة في الاسبوع

« ٨ » لا تحمل علاج الزكام والسعال بل امسح الطيب حلاً

الشفاء

المصاب بمرض السل لكي يشي منه . ينبغي عليه ان يطيع الوصايا الآتية

١ لا تنفق دراهمك عبثاً على الادوية المخنكرة والتي ترى اعلانها منشورة سبغ الحرائد والشوارع بل اذهب الى الطبيب ولا تتأخر في امشارته لان التأخر بعميق شفاك او يجعله منعزلاً

٢ لا تشرب شيئاً من المسكرات

٣ لا تنم مع غيرك في فراش واحد ولا في غرفة واحدة اذا امكن ولا تغط وجهك عند النوم . واعلم ان الامعاء المغذي وهواء النقي والراحة من احسن الوسائط الشافية من مرض السل .

- ٤ تعرض للهواء (التي) النظيف ولنور الشمس على قدر ما تستطيع
 = افتح كوالدك ابلاً نهراً صيفاً وشتاءً واعلم انك اذا تغطيت بالغطاء الكاسي لا
 يضر البرد بجسمك
 ٦ اذا امكنتك اذهب للجبل صحي في اول المرض قبلما تفوت الفرصة
 واعلم ايضا ان المسلول اذا كان نطليماً في معبته وفي عوالده فلا خطر منه على من
 يساكهم او يستغلهم

العدوى

- من الناس من يكونون مضايين بداء السر وم لا يدرون ولذلك يجب على كل انسان
 ان كان صحيحاً او مريضاً ان يراعي الوصايا الآتية
 ١ لا تلبس ما يجب ان تغفه
 ٢ لا تبصق في ارض بيتك ولا في الزحف والحلات العمومية مثل المدارس
 والكنائس والفياوي ولا في عربات القطار الحديدية وال تراموايات لان ذلك ينشر مرض
 السل وهو قبيح وموجب لخطر
 ٣ عند الاضطرار ابصق في واء منحور ماء (ويوجد مباحق خصوصية لهذه الغاية)
 واجعل الاء ان يكون دائماً مغطى لكي لا يتوصل الدباب الى ما فيه ويقتل المبكروبات
 المرضية الى الماكولات

حفلة شمس البر

احتفلت هذه الجمعية احتفالاً جميلاً افتتحه رئيسها الاستاذ بولس افندي الخوري بقصود
 عنها وتلا الخطباء والشعراء باحاديث مفاصلهم فكان موضوع نجيب افندي مصور « العليات »
 والآنسة امينة خوري « صورة حياة » والياس افندي قياض « السيم العاشق » والآنسة
 سلمى صايغ « الارواح النائمة » وبشاره افندي الخوري « ليلى عدايبها » و ابراهيم افندي
 صندر « مراعاة الزمان والمكان » وعارض شبلي بك ملاط فصبدة الياس افندي قياض
 بايات نظمها في الحال وكان حكمه فيها جازاً على السيدات ثم انتهى المحاول بتمتة نفسه ببيتين جميلين
 فيها العدل وقد كان الاولى به ان يقولها على مسمع الحضور كافة لا لاصحابه فقط
 وكان لخطابي الاستاذين خيرى وصايغ تاثير عظيم في النفوس دعا البعض للفساويل