

شؤون نسائية

* ارضاع الاطفال وتنبيه الامهات * لقد خدم الدكتور كرامر من اساتذة كلية بون جميع الامهات والمراضع خدمة جليلة . فانه بحث بحثاً دقيقاً في غذاء الاطفال في كثير من البلاد فثبت له ان اكثر الوفيات من الاطفال واكثر الامراض التي تصيبهم ناشئة عن مصدر واحد وهو كثرة الرضاعة وزيادة الغذاء عن حاجة معدم . فان الطفل كما بكى ارضعته امه لاسكاته ظناً منها انه يطلب الغذاء مع ان البكاء طبيعي في الولد كالتنفس وبناء عليه فان هذا الدكتور لا ياذن للامهات ان يرضعن اولادهن الا كما ياتي— في اليوم الاول من ولادة الطفل لاشيء اي يجب ان لا يرضعنه شيئاً . وفي اليوم الثاني يرضع الطفل ٢٠ غراماً من اللبن (الحليب) وفي اليوم الثالث ٧٠ غراماً وفي اليوم الرابع ١٢٠ وفي اليوم الخامس ١٩٠ وفي اليوم السادس ٢٦٠ وفي اليوم السابع ٢٧٠ وفي اليوم الثامن ٢٩٠ وفي اليوم التاسع ٣٠٠ . اما اذا اعطي الولد اكثر من هذه النسبة في الايام الاولى فانه ينشأ ضعيف البنية من ضعف معدته هذا اذا لم يقض نجه . فلتتهم بذلك الامهات اشد اهتمام

اما علامات المرض في الاولاد فهي اربع . الاولى حرارة الحمى والثانية السعال والثالثة الاسهال والرابعة القيء المتكرر . فتمت تحققت ظهور احدي هذه العلامات فاستدعي الطبيب في الحال

* تنظيف الدنتله وتجديدها * اذا عنقت الدنتله وتوسخت فخذنها واغسبها بتانـ في كأس مملوءة بيرة (جمعة) حارة ثم اغسلها وافركيها بعضها ببعض في كأس اخرى فيها بيرة باردة وبعد ذلك اضغطي عليها بقطعة نسيج لتجفيفها وضعيها تحت المكواة واكويها من قفاه فتصبح نظيفة وتعود جديدة

* فورشات الراس والتياب * اذا اردت اطالة عمر فورشات الراس والتياب وزيادة نظافتها فضعيها على مائدة زينتك واجعلي وضعها عليها معكوسا اي ظهرها الى سقف الغرفة وخبوطها الى سطح المائدة وذلك لكي لا يقع بين خيوطها ما في جو الغرفة من الغبار والهباء