

باب تدبير الصحة

ننشر في هذا الباب بعض الفوائد والشذرات الصحية والنبينة التي تهتم القراء والفارقات مما يتعلق بحفظ الصحة وتدبير شؤون المنزل

* شراب لذيد مقوٍ لضعفاء الاجسام *

ضع في اناء ٣٠٠ غرام من مخ البيض (صفاره) و ٦٠ غراماً من الماء ثم امزجها معاً مزجاً شديداً وبعد ذلك اضع اليها ٣٠٠ غرام من الغليسرين و ١٠ غرامات من ماء لوريه سريز و ١٨٠ غراماً من السكر و ١٢ غراماً من كلوريد الصوديوم و امزج هذه المواد كلها مزجاً جيداً بغير نار فيكون لك منها شراب لذيد مقوٍ للناقهين وللمصابين بفقر الدم والضعف العصبي والسل وتكون كل ملعقة منه بقدر ملاعق الطعام الاعتيادية مشتملة على ٥٥ في المائة من الليستين الذي لا تخفى فائدته في مداواة الامراض التي تقدم ذكرها

* القهوة وطعمها *

اذا صنعت ربة البيت القهوة من ماء غير مقطر وصنعتها من ماء مقطر كانت القهوة المصنوعة من ماء مقطر الذ طعماً واذكى نكهة لان الكربونات الترابية التي تكون في الماء قبل التقطير تضعف نكهة القهوة . وكذلك الحال في البيرة (الجعة) ولذلك يقطرون الماء الذي يستعملونه لها

* طريقة بسيطة لمداواة الصداع *

كثيراً ما يتسلط الصداع على الانسان ولا يكون له من سبب غير رطوبة القدمين . فالطريقة لازالة الصداع في هذه الحالة وضع عدة ملاعق من مسحوق الخردل في الحذاء او في الجرابات « الكسرات » قبل لبسها في القدمين

* حفظ الزبدة *

ضعي الزبدة في اوعية ضيقة الفم لكي لا تكون كثيرة التعرض للهواء . وفي الصيف

ضعي وعاء الزبدة في ماء بثر بارد لكي لا تسيل . ولا تضعي الزبدة بجانب مواد رأتحتها
غير طيبة لان الزبدة سريعة الامتصاص للروائح التي تعرض لها

﴿ طريقة بسيطة لتسكين غيظ ابنة صغيرة ﴾

اذا اغتاظت فتاة صغيرة ولم تعد تترك البكاء فلاسكاتها طريقة بسيطة وهي ان
تلبسها امها اجمال حلة عندها فتنبسط نفسها من تاثير حلتها (فسطانها) وتترك البكاء .
وربما كانت هذه الطريقة غير مختصة بالصغيرات فقط ...

﴿ تعطير ورق المراسلات ﴾

لذلك عدة طرق . منها وضع الورق في خزائن السيدات بازاء عليهن الجميلة فيتعطر
من رأتحتها . ومنها رش ورق « النشاش » بشيء من الطيوب ومتى وضع على الورق
اعاره شيئاً من ريحه الطيب

﴿ البيض وفساد طعمه ﴾

ثبت ان الدجاج التي لا تتغذى الا من اللحم يكون بيضها كبيراً ولكنه ذو طعم رديء .
واما حفظ البيض فطريقته غمسه في محلول الكلس « الجير » الا ان الجير قد ينفذ الى
داخل البيضة ويفسد طعمها فحذراً من ذلك امزجه بملح الطعام على نسبة ٦ اجزاء منه في
مائة جزء من الجير

﴿ طريقة فعالة لشفاء الحرق ﴾

اذا احترقت يدك فضع على موضع الحرق خرقة مبلولة بالمزيج التالي : عشرة غرامات
من حامض البيكريك في انف غرام من الماء . فيخف الالم في الحال وبعد ذلك يشفي
الجرح دون ان ينتفخ . وقد تنجح في ذلك كلورات البوتاسا ايضاً ولكن حامض البيكريك
اشد فعلاً . واذا اصفر موضع الحرق من هذا الحامض فازل اصفراره بـكربونات
الليتين . وهذا الدواء فعال ولا مثيل لاثايره كما قال الطيب الذي جربه