

պարագային մածունն ու թանր չարմարագոյն կերութումն են։ Ամառ ամեն թան խմել պտակար է, որովհետեւ քիչ քանակութեամբ կաթնային թթուն, որ կը գտնուի թանին մէջ, զովացուցիչ է։ Թանապուրը ամառուայ լաւագոյն ուտելիքներէն մին է։ Թանապուրը կարելի է պատրաստել բրինձով կամ ձաւարով (պուլզուր)։

Շատ գէշ հոտոյ ազտեղութիւն ունեցող անհատներ շատ լաւ կ'ընեն սրական մի քանի անգամ թան կամ մածուն ուտելով։

Զմռանսէր մեր պտակնական բնակիչքը, հայկական թանը։

Ամերիկացիք կ'ըսեն «էն է վեր է տէյ, բիւս Թիք տաքԹըր Ըվէյ» — այսինքն՝ որք խնձոր մը ուտելով բժիշկը հեռու կը պահու։ Մեր կարծիքով, որք բաժակ մը մածուն կամ թան խմելով վիրաբոյժին զանակէն հեռու կը մնաս։

Թթուած ստամոքս ունեցողներուն համար միայն՝ մածունը դրժուարամարս է։ Կերէք մածունը, խմեցէք թանը, մանաւանդ այս տաք օրերուն։

«Հնգամիայ գրոյցներ»

ԲԺ. Ա. ԱՐԻԼԵԱՆ

ՎԻԺԵՅՈՒՄԻՆ, ՀԵՌԱԻՌ ՀԵՏԵԼԱՆՔՆԵՐԸ. — 1921էն ի վեր վիժեցումը պաշտօնագէտ արտօնուած է Խ. Ռուսիոյ մէջ եւ այդ նպատակով յատուկ «վիժեցումներ բացուած են մասնագէտ բժիշկներու եւ մանկաբարձուհիներու կողմէ։ 1926ին, միայն Մոսկուայի մէջ, մօտ 90,000 կին յղի մնացած են։ Ատենցմէ 31989, այսինքն մէկ երրորդէն աւելին, ընդհանրապէս մանկամարդ կ'ինքն. շատերը 20 տարեկանէն վար, գործողութեամբ (քիւրթամ) վիժեցումի ենթարկուած են, յղութեան Չրդ, Յրդ կամ Կրդ ամիսներուն։ Այս վիժեցումները անմիջական ու եւէ վտանգաւոր հետեւանք ունեցած չեն։ Բայց հետաքրքրական էր նաեւ գիտնալ անոնց հեռուոր հետեւանքները։ Փրոֆ. Սէրաիւկօֆ, Մոսկուայի համալսարանի նշանաւոր մանկաբարձը, կրցած է հաստատել Թէ այն կ'ինքնը օրոնք վիժեցումի ենթարկուած են, յետագային յաճախ դժուար ծնողաբերութիւն մը կ'ունենան, իրենց կամ երախային կեանքը վտանգի կ'ենթարկուի, կամ ամուլ կը դառնան եւ գաշտանի անկանոնութիւններէ կը տառապին կամ կ'ունենան կարգ մը ֆիզիքական խանգարումներ որոնք յատուկ են ձուարանները հանուած կամ դաշտանը դադրած կ'ինքնը։ Ուրեմն վիժեցումը, երբ մաքուր պայմաններու մէջ եւ մասնագէտներու ձեռքով կատարուի, ընդհանրապէս անմիջականօրէն անվտանգ է, բայց յետագային միշտ վնասակար հետեւանքներ կ'ունենայ կնոջ առողջութեան համար։ Այս պարագան արդէն շեշտած էր ֆարիգի հիւ նդանոցներու ծանօթ մանկաբարձ տըթ. Վինըր՝ յատկապէս «Բուժանք»ի համար գրուած յօդուածի մը մէջ, (Ա. տարի, Թիւ 5)։