

Թերթահայտեր (փաքլավա) : Ճարպ : Աղի ձուկ , քացախախառն աղ-
ցան : Վարունգ , կաղամբ , թրթնջուկ , ոսկեխնձոր , սմբուկ , սունկ ,
ձներեկ : Թարմ և քիչ եփած հաց , մահիկ (croissant) : Իւղոտ ձուկեր ,
ոստրէ , խեցեմորթ : Գետնախնձոր (երբ ստամոքսի թթուն չատցած է) :
Չեփուած աղցաններ : Իւղոտ մսեր , ճագարի , սագի , բադի , երէի միս ,
իւղոտ լեարդ , խաշած միս : Տապկուած կերակուրներ : Սալցաները ,
որոնք կը ծածկեն սնունդը և կ'արգիլեն մարսողական հոյգերուն ազ-
դեցութիւնը :

Մասնաւոր դիտողութիւններ .— Կերակուրը լաւ մանրել բերնին
մէջ , խնամքով ծամել : Բանջարեղէնի խիւսերը puree մաղէ անցընել :
Քնքուշ միսեր ուտել : Լաւ եփել : Եփուած , ալրած կարագ չգործածել :
Համեմէ զգուշանալ : Երկար ատեն հայսապուր չուտել : Կեղեազուրկ
քանջարեղէն ուտել , աւելցնելով եփուած կերակուրներուն հիւթը :
Կամաց կամաց վարժեցնել չեփուած սնունդներու : Յամբարար հասնիլ
քնական սնանումի եղանակին : Իբրեւ ըմպելի՝ մէկ գաւաթ ջուր , իսկ
ճաշին կամ ճաշէն յետոյ 100—200 կրամ ծլարձակ դարիի խաշուր :
ԲԺ . Ե . ԳՐԳՈՅԵԱՆ

ԲԺՇԿԱՊԵՏ ՎԱՀԱՆ ԱՐԾՐՈՒՆԻ

Մայիս 25 ին Երևանի մէջ տօնուեցաւ Խ . Հայաստանի Պետ .
Համալսարանի փրոֆէսէօր Բժիշկ Վահան Արծրունիի Բժշկական—գի-
տական գործունէութեան 45 ամեայ և գրական—հասարակական
գործունէութեան 50 ամեայ յոբելեանը :

Փրոֆ . Վ . Արծրունի ծնած է Նու—Բայազիտ , 1860 ին : Բժիշկ
վկայուած է Փարիզի Համալսարանէն 1885 ին : 1890 էն մինչև 1916
ընդհատաբար վարած է Թիֆլիսի քաղաքատական և հիւանդանոցի
Բժիշկի պաշտօնը : Այդ ժամանակաշրջանին նուիրուած է նաև Բժշկա-
առողջապահական հասարակական աշխատանքի , դասախօսելով Թիֆ-
լիզի Ներսէսեան և այլ հայկական դպրոցներուն մէջ , հրատարակելով
առողջապահական ժողովրդական բազմաթիւ յօդուածներ , գրքոյկներ
(մօտ 27 հատ) և 1903 ին «Առողջապահիկ քերթ»ը : Եղած է Երևանի
Բժշկ . համալսարանի հիմնադիրներէն մէկը և 1921 էն ի վեր կը դա-
սախօսէ իբրև մարդակագմութեան փրոֆէսէօր : Այս շրջանին հրա-
տարակած է «Ռուս—Լատին—Հայ Բժշկագիտական բառարան» մը և
այժմ կը պատրաստէ հայերէն լեզուով 6 հատոր մարդակագմութեան
դասագիրք մը :

Երևանի Բժշկ . Համալսարանը այս անխնջ և օգտակար գոր-
ծունէութեան յիսնամեայ յոբելեանն է որ կատարեց , որու առթիւ
«Բուժանկ» իր շնորհաւորութիւնները կը ներկայացնէ յարգելի
Յոբելեարին :