

Ինքն ըստ ինքեան հասկանալի է: որ ինչ խո-
րութեամբ էլ ուզենանք սերմերը լծաղել, աշու-
տմենայնիս պէտք է աշխատել որքան կարելի է
հաւասար հաստութեամբ ծածկել: Այս դէպքում
անհաւասարաչափութիւնը աւելի վնասակար է
քան ցանքի ժամանակ:

Բայց միայն այս բոլորը իմանալը բաւական
չէ: հարկաւոր է ի կատար ածել: Այսպէս օրինակ
լինչով կարելի է ծածկել սերմերը: Արօրը (չուծը)
ծածկում է շատ անհաւասար կերպով և մատ: Գու-
թանը ցանքի համար աւելի լաւ է, որովհետեւ
որքան ուզենանք, կարող ենք խորը փորել: Սեր-
մերն աւելի բարակ ծածկելու համար կարելի է

լոյս աշխարհ և եմէ տարբերական աստիճանը
զգալի կերպով պակաս լինի (16—18⁰ ցելս) պէտք
է աւելացնել 2—4 օր:

Այսպիսով մենք բաւականաչափ խոսեցինք
սերմնացունների և ցանքի մասին: այժմ լծէն
մեր նպատակից քիչ հեռու գնացած կլինենք բայց
աւելորդ չի լինի եմէ հայորդիներ նաև մի համա-
օտ: բայց օգտակար և անհրաժեշտ տեղեկութիւն:
որ վերաբերում է դաշտերի մատաղ հացարոյսե-
րին:

Մատաղ բոյսերը որ և է անհամապատասխան
կլիմայական աղբակցութիւններից: հողի այս կամ
այն տեսակ կազմութիւնից: անպէտք խոտերից:
հիւանդութիւններից: միջատների վնասներից պաշա-
պանելու և նորա գիւղատնտեսական նպատակայա-
րմար զարգացման ուղղութիւն տալու համար: պէտք
է զիմել հետեւեալ միջոցների. ա. Մատաղ բոյսերի
արմատները հողով ծածկելու համար: գարնանը
աշնանացանքերը պէտք է հարկել: նոյն կերպ
պէտք է փորել: նաև գարնանացանի արտելի և
մարգագետինների հետ: այդպիսով հողն մէջ սեղ-
մել և նորանով ծածկել մատաղ բոյսերի ցօղունի
կապերը: Հարկաւոր է հարկել նաև փուշի և միւս
բոյսերի արտերը: որպէս զի հողի կոշտերը փըշ-
րելով: նոյս միջի վնասակար միջատը—լուսն ոչնչ-
ւացուի: ք. Արդէն լաւ արմատացած մատաղ բոյ-
սերը պէտք է տափնել: եմէ միայն չպոկուի: որ-
պէս զի այդպիսով միամեայ երբմն և երկամեայ
անպէտք խոտերը ոչնչացուին: գ. երբ տառջին
անգամ նկատուի մատաղ բոյսերի շարքերը: հողի
կեղեր քանդելու և անպէտք խոտերը ոչնչացնելու
համար պէտք է 1-2 դիւրիմ հաստութեամբ հողը
մարկոտել: դ. Աերդիշեալ գործողութիւններից յե-
տոյ: երբ հողը բաւական չափով ծածկուած կլինի
բուական մեծացած բոյսերով: պէտք է հողով
փաթմթել իւրաքանչիւր բոյսի բուկը: և. Բորակով
(иская рйселитра): ծծմբաթթուային աւշակով
(сѣноукислый аммиак): գածով (гипс): մոխ-
րով և կամ աղբահիւթով պէտք է երեսանց գար-
նանը պարարտացնել աշնանային ցանքերը: երբեմն
նաև գարնանացանքերը: իսկ աւելի յաճախ ճա-
րակախոտերը: գ. պէտք է նստացնել խիտ բու-
սած տեղերը: և. Սոփորարար պէտք է աշխատել
քաղհանը որքան կարելի է փաղ: լծէն այդ զրթ-
ուարին է մի քիչ: որովհետեւ մատաղ հասակում
հացարոյսերը ուրիշ անպէտք բոյսերից զանազա-
նելը քիչ դժուար է:

գործ ածել տափան (борона): բայց տափանը լաւ
և հաւասարաչափ կերպով կարող է ծածկել սեր-
մերը: երբ հողը արդէն փափկացրած է: Այնու
ամենայնիս այսպիսի դէպքում աւելի լաւ է գործ
գնել տափան քան արօրը: Սերմերը հողով ծած-
կելու համար շատ լաւ է գործ ածել նաև ասանձ-
նապէս պատրաստած սերմածածկիչներ (зашпашники),
նոքա: ինչպէս և հաստակ տափանները: ունին մի
շրջանակ: որին ամրացրած է մի տեսակ ատամների
ծայրին երկաթեայ լծամ: այդ պատճառով էլ այդ
սերմածածկիչները (зашпашники) երբեմն անուան-
ւում են լծաթաւոր տափաններ (лопчатая борона) և
որովհետեւ շատ քիչ է տարբերում բաղմախփ արօրից
իւր խօփիկների ձևով: ուստի և երբեմն էլ կոչու-
են նաև բաղմախփ (скоропаньки) գործիչ: Այդ
գործիչները օգտակար են և կարեւոր ոչ միայն սեր-
մերը ծածկելու համար: այլ նաև հարօսի երկրորդ
և երրորդ երեսը փորելու համար: որպէս զի նա
աւելի լաւ փափկուի և հողի երեսին կոշտեր
չմնայ: Այդ լծաթաւոր տափաններից իւրաքան-
չիւրը: որ պատրաստում են աստատանի մի քանի
նահանգներում: արժէ 6-8 ու:

Աերջապէս ինչով էլ որ ծածկուեն սերմերը:
այնու ամենայնիս վերջը պէտք է մէկ երկու ան-
գամ հաւասարեցնել և հարկել յարմար տափա-
նով: Եարմար տափանը կարող է նաև բուսած ան-
պէտք խոտերը դուրս հանել և ոչնչացնել: որով
նպատած կլինի մաքուր հացարոյսին ազատ և յա-
ջող աճելուն: Յանաձ արտի երեսը ծածկելու հա-
մար: բացի տափանից: գործ են ածում նաև
հարկիչ մեքենայ ((КАТОК):

Աերջացնելով ցանքը: գիւղացին պէտք է
խիղին ձեռնարկէ դաշտային միւս պարագմութե-
աներին: որոնց մասին կաշխատենք խօսել մի ուրիշ
անգամ:

Գ. Ղ.



ԱՌՈՂՋԱՊԱՀԱԿԱՆ ԳԻՏԵԼԻՔՆԵՐ

ԴՐ. Կ. ՌԵԿԼԱՄԻ.

Ա.

ԳԻՏԵԼԻՔ ԵՒ ԸՄՊԵԼԻՔ.*

(Շարունակութիւն)

Այլուր (հաճախ: ցորենի: վարսակի և դա-
րու) բաղկացած է գլխաւորապէս օւլալից: որ

նորա կշռի կիսիցն աւելի է: Եթէ մի փոքր ալիւր խառնենք մի բաժակ ջրի մէջ, սկզբում ջուրը կը պղտորի: Իսկ յետոյ բաժակի տակին մանր սպիտակ փոշի կը նստի: Եթէ յետոյ այդ փոշին բամբակ, կ'ոտանանք օտայ: Ինչպէս որ հացահատիկները է ալիւր ստացուում: Նոյնպէս էլ կարելի է ստանալ բրնձից, պատիճաւոր պատուղներից, կարտոֆիլից, զանազան սորմոխիւններից, վայրէ շաղանակից ևլն: Կերակուր եփելիս և ճերմակեղէն լուանալու համար օտայ պատրաստելիս միանգամայն մեկնոյն բանն է ցորենի կամ կարտոֆիլի ալիւր և օտայ գործածելը: Այս իսկ պատճառով բոլորովին ի դուր են առաւելութիւն տալիս արտասահմանի օւլաներին (օր. սաղպիւն, որ արմաւենու օտայ է, կամ աւսովրատին) երեսաներին կերակրելու համար: որովհետեւ անդաւարութեան կողմից օտայի այլ և այլ տեսակները հաւասար արժէք ունին:

Բացի օտայից հացաբոյսերը պարունակում են մի ուրիշ սննդարար նիւթ էլ, որ շատ նման է սպիտակուցի և ֆիբրինի (որ մի թել թել նիւթ է մի բաղադրութեան մէջ) և կոչուում է սոսնձուտ: սա թեփահան չարած և ոչ բոլորովին սպիտակ ալիւրի տաճերորդ մասն է կազմում: Եթէ մարդ բերանն առնէ մի քանի հաճարի կամ ցորենի հատիկ և լաւ ծամէ, լորձուկի միջոցով կը բաժանուի օւլան, իսկ բերանում կը մնայ մի գեղնաւուն մածուցիկ (կաշոյ) նիւթ, որ և կոչուում է սոսնձուտ: սորանից պատրաստում են շատ համեղ դդմած (մակարոն) և արշտայ: Նոյն այդ սոսնձուտն է որ սե հացին տալիս է նորան յատուկ դոյնը, համը և փոքր ինչ խոնաւութիւն: Սպիտակ հացը պատրաստուում է լաւագոյն ալիւրից, այսինքն այնպիսի ալիւրից, որ թեփահան է արած և միջիցը սոսնձուտը հանած է: Պատիճաւոր պատուղները պարունակում են մի նիւթ, որ բոլորովին համապատասխանում է սոսնձուտին և կոչուում է լեզումին: սորա շնորհիւ է որ պատիճաւոր բոյսերն (լեզումինոյ են կոչուում բուսաբանութեան մէջ) այնքան սննդարար են:

Հացը, որ պատրաստուում է հացաբոյսերի ալիւրից, քաղիացած է մեծ մասամբ օտայից և սոսնձուտից: Եթէ ալիւրն հունցենք ջրով, հեղք խառնենք թթիւ խմոր և ասը տեղ գնենք, խմորը կը դայ և միջին օդ կը մնայ (ածխի դադ) բազմաթիւ փուչիկների ձեռով, այդ օդը մինչև վերջն էլ խմորի մէջ մնում է, և օդեղէն փուչիկները մնում են իրենց գոյացած տեղերում: որովհետեւ հացի միջուկը սոսնձուտի շնորհիւ դառնում է առաձգական ու մածուցիկ: Այսպիսով խմորի ծաւալը մեծանում է (խմորը դալիս է) և թխած հացը փուխը է լինում ու ծախտաններով, օդեղէ-

ղէն փուչիկների շնորհիւ: Լաւ հացը պէտք է բաւականաչափ փուխը լինի և նորա միջուկը պէտք է շատ օդեղէն փուչիկներ ունենայ: որովհետեւ գոյանից է կախուած հացի դիւրամարս լինելը: Միջուկի մէջ բնաւ չպէտք է պատահի դուռդ, դուռդ չոր ալիւր կամ չեփած խմոր: որովհետեւ այդպիսի հացը կարուում է ստամոքսում և մասամբ չմարսուած է դուրս գալիս ստամոքսից: Այստեղից պարզ է որ մի փոքր թեփախաւուն սե հաց ամէն օր դորձածէն աւելի օգտակար է, քան սպիտակ հացը: մասամբ որովհետեւ թեփի պակասելով պակասում է և սոսնձուտը, որով և հացը կորցնում է իւր սննդարարութիւնը: մասամբ էլ որովհետեւ թեփը օւլան աւելի դիւրամարս է դարձնում: Եթէ մարդ ջուր էլ խմէ հացի վրայ և վերջապէ՛ս, որովհետեւ թեփի փայտեղէն մասը աւելի է լարել տալիս ստամոքսն ու աղիքները և դորանով դիւրացնում է արտաթորութիւնը: Առթիւ ամուսկանից ոչ պակաս երկխաներին օգտակար է տալ ծամելու սե հացի կեղեր, որովհետեւ այդ նախամրացնում է ծամելու գործարանները և երկրորդ՝ արտաթորութիւն է յառաջ բերում: Մեծ երկխաների համար սե հացը թէ լաւ սննդարար նիւթ է և թէ ստամոքսը կանխաւորապէ՛ս մաքրելու միջոց, բայց պէտք է ուշ դարձնել որ նորա հացը կամաց կամաց և լաւ ծամեն: Նմանապէ՛ս օգտակար է սե հացը և հատկաւոր մարդկանց համար, որոնք նստական կեանք են անց կացնում: Հացի չափից դուրս թեփուտ լինելը միասակար է, որովհետեւ թեփի շատութիւնը պակասեցնում է հացի սննդարարութիւնը և կարծես լուծողական է դարձնում նորան: այսպէ՛ս ուրեմն շատ թեփուտ հացը լաւ կերակուր է տալիս ձեռ, ճագարի համար, բայց ոչ երբէք շնորհ և առաւել ևս մարդկանց համար, որովհետեւ մեծ քանակութեամբ թեփը նորա չեն կարող մարսել և նա գրեթէ անփոփոխ դուրս կը գայ:

Հարելք ֆունտ ցորենի ալիւրից ստացուում է համարեա 125 ֆունտ լաւ սպիտակ հաց, իսկ 100 ֆունտ հաճարի ալիւրից՝ 130 ֆ. լաւ սե հաց: Ուրեմն մի ֆունտ հաց ստանալու համար պէտք է վերցնել 482/3-ից մինչև 52 լոտ (145-ից մինչև 156 մոխայ) խմոր, որովհետեւ թխելիս ջուրը դուրսընանում է: Լաւ թխած հացը պիտի պարունակէ ոչ աւելի քան 35—400/0 ջուր: հաւանազ Գէպքում հացը միասակար է դառնում և շուտով քարթում անում է (հնանում է):

Պատիճաւոր պատուղներ (ոտայ, սպիտակ լուրի, գեղին ու կանաչ սիւնե) միւս քանջարեղեններից աւելի մօտ են մեղեղն կերակրին, կարող են մինչև անգամ նորա տեղը տալ և շատ գերազանց են գեղատնայններից (կարտոֆիլից):

Նոքա զգուարամարս են, մանաւանդ երբ լաւ չեն պատրաստուած կամ երբ առանց հարկաւոր համեմունքի են ուտուում։ Նոքա պատրաստութեան համար շատ կարեւոր է, որ եփուին կտիւղ ջրում (այսինքն՝ որ քիչ կրային մասեր է պարունակում)։ Պտուղները եփելուց առաջ պէտք է մի ամբողջ գիշեր ջրի մէջ պահել, հետեւեալ օրը ջուրը փոխել, նոր եփել, եփելու ժամանակն էլ շուտ շուտ խառնել, եթէ ջուրը կտիւղ չէ (սարթ է), մէջը կարելի է շատ քիչ սօզա քցել։ Լորին սիսեռը և լն. աւելի գիւրամարս դարձնելու համար պէտք է արորել և մաղի միջով անց կացնել, որ կճկալը կաշին չմնայ կերակրի մէջ. իբրև համեմունք սովորաբար գործ են ածում քացախ և պղպեղ։ Այս պտուղները օգտակար է ուտել և մեղէն կերակրների հետ և պէտք է ուտեն թէ աղքատները և թէ հարուստները, մանաւանդ ձմեռ ժամանակ. ծանր ֆիզիքական աշխատանքով ծանրաբեռնութենների համար, կարելի է ասել, անփոխարինելի կերակուր են։

Աւելի օգտակար նիւթ է սիմլնտը (եզիպտացորեն), որ իւր ախորժելի համի և սննդարար լինելու պատճառով առանձին ուշադրութեան է արժանի. սիմլնտըն էլ կարելի է պատրաստել յորու և միւսների նման։

Բրինձը իւր բաղադրութեամբ բռնում է պատիճաւոր պտուղների և դեանախնձորի մէջ տեղը. թէպէտ նորա մէջ շատ քիչ կայ սպիտակուցանման սօսնձուտ, բայց խիտ շատ օտւայ է պարունակում. բայց դորանից բրինձը շատ դիւրամարս և թեթեւ կերակուր է։ *

Գեանախնձոր. Սորա օգուտը մեծ չէ. ճիշդ է, շատերի համար դեանախնձորն իբրև անուշ համեմունք անհրաժեշտ է դարձել, բայց միայն նրանով կերակրուեն անկարելի է, որովհետեւ դեանախնձորն առհասարակ շատ քիչ կարող է այժ և առողջութիւն տալ։ Ուտել ըստ երևութիւն աժան դեանախնձորն իրօք աւելի թանգ է քան պատիճաւոր պտուղները, սիմլնտըն ու բրինձը։ * Գեանախնձորն ուտում են ոչ միայն համի պատճառով, այլ և նորա համար, որ նա ստամոքսի մէջ երկար մնալով՝ աւելի շատ ժամանակ մեղ կուշտ է պահում։ Իսկ եթէ գետնախնձորը ծառայում է որպէս գլխաւոր կերակուր, այն ժամանակն անհրաժեշտ է որ և է բա-

նով համեմել նորան, որով սննդարար և աժան կերակուր է դառնում. այսպէս օրինակի համար, շատ օգտակար է դեանախնձորն եփել կաթով կամ ուտել պանրի ու կարագի հետ (կամ իւղով)։

Բազա եղևնեք շատ քիչ են սննդարար, բայց լաւ ու կարեւոր համեմունք են, որովհետեւ պարունակում են բուսական թթու տաներ ու հանքային աղեր։ Եթէ արմուիքը (գաղար, շաղկապ) եփուին դեանախնձորի հետ, երկուսն համն էլ կը լաւանայ և աւելի դիւրամարս կը դառնան։ Տերեւուր բանջարեղէնները (կաղամբ, սպանադ, աւելուկ և լն.) ինչքան մատաղ (քորիպ) լինին, այնքան աւելի սննդարար կը լինին։ Առհասարակ բանջարեղէնները սննդի համար քիչ նշանակութիւն ունին այն պատճառով, որ նոքա ինքն առաջ ներդրական մասը ջուր է, որի մէջ շատ քիչ սննդարար նիւթ կայ։ Ինչ էլ որ լինի, բանջարեղէնները շատ լաւ պիտի եփուին և շատ փափուկ լինին, որ մեծ քանակութեամբ ուտելիս հեշտութեամբ մարսուին։ Ամենասննդարար բանջարեղէնը մեղ համար կանաչ լոբին է։

Պտուղներն էլ (մրգեղէն) գլխաւորապէս ջրից են բաղկացած, ուտել և միայն զովարար ախորժամ և օգտակար համեմունք կարող են լինել, ինքն ըստ ինքեան նոքա քիչ սննդարար են։ Եփած պտուղները միշտ գերազանցելի են հումից, մանաւանդ երեխաների, հիւանդների և թոյլ մարդկանց համար։

Սաւիլը շատ սպիտակուցանման բաղադրիչ մասեր է պարունակում և կաթով ու գետնախնձորով եփած որ լինի՝ շատ սննդարար է ու կարող է բաւական չափով մարդու կշտացնել, եղն իսկ սաստիկ ֆիզիքական աշխատանքի ժամանակ։ Սաւիլը զգուարամարս է դառնում միայն այն ժամանակ, երբ լաւ չեն ծամում ու կտոր կտոր են կուլ տալիս։ Մի բանի վրայ պէտք է խիտ ուշադրութիւն դարձնել, այդ այն է, որ սնկերի մէջ շատ են պատահում թւեւաւոր տեսակները, ուտել և պէտք ուտել այն սուսկը որ մարդ լաւ ճանաչում է իբրև անվնաս. միւսներին պէտք է հեռու մնալ, նոյն իսկ երբ նոքա հոտն ու տեսքը գրաւել են երևում։

Համեմունք. Այսպէս են կոչուում մի քանի հատուէտ նիւթեր, որ աւելացնում են ուրիշ ուտելիքների վրայ՝ նոքա համ ու հոտ տալու համար, օր. սոխ, սխտոր, պղպեղ և լն.։ Համեմունքները նպաստում են հասակաւորների մարսողութեանը, իսկ երեխաների համար վնասակար են։

Աղը ամէնքի համար անհրաժեշտ է, օգտակար է նաև երեխաներին, երբ նոքա գլխաւորապէս օտւայ պարունակող նիւթերով են կերակրուում (հաց, պատիճաւոր պտուղներ)։ Քացախը

* Բրնձի ցարժածութիւնը մեր ժողովրդին լաւ յայտնի է, և նա եփելու կամ ինչով ուտելու մասին քան աշխարհիկ աշխարհի։ Ե. Թ.

* * Խոսքն հարկաւ մեր երկրի մասին չէ, ուր կարող էին աւելի քանց է, քան ուսր, սխտոր, յոբին։ Ե. Թ.

իրեն լաւ համեմունք կարելի է գործածել դանադան կերակրների համար. նա փափկացնում է միսը, աւելի դւրամարս է դարձնում պատիճաւոր պտուղները, իսկ ամառուայ շոգերին քացախով ջուրը հեշտ է ծարաւ կոտորում: Երեխաներին քացախ պէտք չէ տալ, մեծերն էլ ամէն օր ու շատ շատ պիտի գործ չածեն:

Ջուրը խիստ անհրաժեշտ բան է ամէն կենդանի արարածի համար: որովհետեւ առանց նորան նիւթերի փոխանակութեան գործողութիւնն անհնարին է. ինչպէս որ բոյները փշանում են երկարատեւ երաշտութիւնից, նոյնպէս էլ մարդիկ ու կենդանիները չեն կարող ապրել առանց ջրի և աւելի յաճախ ծարաւից են մեռնում: քան սովածութիւնից: Բոլոր բնականներն մէջ, կաթի, դարեջրի, արգանակի (սուպ), ինչպէս նաև պինդ կերակրի, բանջարեղէնի և մի մէջ ջուրը իւր նշանակութեամբ առաջին տեղն է բռնում՝ դըլխաւոր բաղադրիչ մասից յետոյ: Մեր մարմնի մէջ ջուրը ամբողջ կշռի երեք քառորդն է կազմում:

Ջուրը մեզ համար ամէնից անհրաժեշտ աննդարար նիւթն է, և մենք առանց նորան չենք կարող մեր առողջութիւնը պահպանել: Հատ օգտակար է, եթէ մարդ սովորի մի ամբողջ բաժակ ջուր խմել ամէն առաւօտ՝ քնատեղից վեր կենալուց յետոյ, և ամէն երեկոյ՝ քնելուց առաջ: Նոյնը շատ օգտակար է անել ամէն օր կուշտ հաց ուտելուց մի ժամ կամ կէս ժամ յետոյ. դերագասելի է սառը ջուրը, որովհետեւ զովացնում է: Տենդով բռնուած հիւանդներին ամէն ժամանակ կարելի է ջուր տալ խմելու: Բայց ջուրը պիտի շատ սառը չլինի: Ամէն մարդ գիտէ, թէ ինչքան վնասակար է սառը ջուր խմելը՝ ման գալուց, վաղվղելուց, պար գալուց, խօսելուց ևն. քրտնած ժամանակ: Հատ խօսող ու քրտնող մարդը կարող է աւելի ջուր խմել, քան ուրիշները:

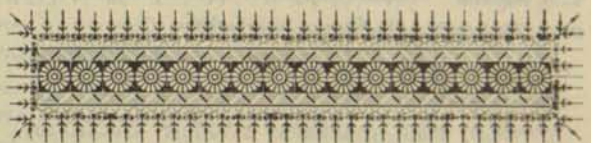
Խմելու համար պիտանի ջուրը միշտ պարունակում է որոշ բանակութեամբ ածխածին գաղ և օդ: պարզ է լինում և ոչ մի հոտ չէ ունենում: Բուռական կամ կենդանական նիւթեր պարունակող ջուրը վնասակար է. այդպիսի նիւթերի ջրի մէջ լինելը կարելի է իմանալ՝ ջուրը բաժակով կամ շշով մի քանի օր մի տեղ անշարժ թողնելով. մի քանի ժամանակ անցնելուց յետոյ ամանի յատակին դուռաւոր բաներ են նստում և ջրիցն սկսում է անախորժ հոտ գալ: Այդպիսի ջուրը մաքրելու համար անց են կացնում մանր ձեւած փայտի ածուխի ջրով:

Պոշտ (սարթ) է կոչուում այն ջուրը, որ շատ հանքային նիւթեր է պարունակում, իսկ փափուկ (կակուղ) ջուրը այդպիսի բաղադրիչ

մասեր չէ ունենում: օր. անձրեւջուրը, մի քանի տղրիւրների և գետերի ջուրը, դառած ջուրը: Կակուղ ջուրը գնահատելի է տնտեսութեան մէջ, որովհետեւ նորանով աւելի լաւ է շոր լուացնում: չէ լուծում սապոնը և աւելի շուտ է կիպնում պատիճաւոր պտուղները: Պոշտ ջուրը կը կակղի, եթէ մէջը փոքր ինչ սոդա քցուի:

Ածխածին ջուրը (կամ բնական, հանքային ջուրը, որ ածխածին գաղ է պարունակում, կամ արհեստականը) վերջին ժամանակները շատ տարածուած է և յայտնի է սելտերի, սոդայի կամ ածխածին ջրհորի ջուր անունով: Այդ ջրերից առաջինը ներգործում է գրեթէ որպէս լուծողական, երկրորդը ոչնչացնում է ստամոքսում հաւաքուած չափից աւելի թթուութիւնը, իսկ երրորդը զրգուում է ակտիւ և միզահոսութիւն: Այդպիսի ջրերը կարելի է դոժածել ինչպէս դեղ և միանգամայն աւելորդ է սովորական, հասարակ ջրի պէս գործածելը, որովհետեւ նոցա հետ մեր կազմուածքի մէջ մտնող ածխածին գաղը ստամոքսից ու աղիքներից անց է կենում արեան մէջ և եթէ շարունակ գործածուի, վերջի վերջոյ կ'ազդէ ինչպէս թոյն. արեան մէջ այդ գաղը շատանալով՝ վրնասուում է նիւթերի փոխանակութիւնը և յառաջ է գալիս թուլութիւն, դուռատութիւն և արեան պակասութիւն

(Կը շարունակուի)



ԱՅԼ ԵՒ ԱՅԼ Ք

ՄԱՆՐԱԼՈՒՐ

Շարժուող լուսանկարներով լրացրեմք. Պարիզի հրապարակախօսներն այժմ նոր ձևի լրագիրներ էլ են հնարել, որոնք ընդհանրապէս «Sterio—Revue» անունով են յայտնի և լոյս են տեսնում ամսական երկու անգամ: Այդ լրագիրներն իրենց բաժանորդներին շարժական լուսանկարների միջոցով հաղորդում են քաղաքական, բեմական, դատաստանական և մինչև իսկ փողոցային կենցաղային բոլոր պատահարները, որոնք որ և է կերպով նորութիւն են յայտնում և կամ մարդու հետաքրքրութիւնը շարժում: «Sterio Revue» ներս իրենց բաժանորդներից շատ ժամանակ չեն խը-