

庭家女婦

產婦日記

十二月一日：我們母子平安，這幾天感覺很疲倦，需要休息，到今天才寫日記。

今天喫了一些液質的食物，雞蛋、肉汁和果汁，還有牛奶。醫生說：「現在只能喫點易消化的食物，要過二三天才能給較多量的營養。」

十二月二日：護士抱了小孩來，我的乳，不須多，意營養，免得小影發。天吃些，橋子和，瘡果，醫生說，還要多吃蔬菜，才能得到充分的維他命，礦物質和蛋白質。

十二月三日：今天流了許多汗，想洗澡，可是護士只替我擦了兩次，換了衣服，感覺爽快。

睡了幾天，想起來活動一下，醫生要我多休息二三天。



足量：醫生說：「現在只能喫點易消化的食物，要過二三天才能給較多量的營養。」

爲因：醫生說：「現在只能喫點易消化的食物，要過二三天才能給較多量的營養。」

吃水：醫生說：「現在只能喫點易消化的食物，要過二三天才能給較多量的營養。」

和菓：醫生說：「現在只能喫點易消化的食物，要過二三天才能給較多量的營養。」

噢，肉類：醫生說：「現在只能喫點易消化的食物，要過二三天才能給較多量的營養。」

醫生的說：醫生說：「現在只能喫點易消化的食物，要過二三天才能給較多量的營養。」

那是不：醫生說：「現在只能喫點易消化的食物，要過二三天才能給較多量的營養。」

的營養：醫生說：「現在只能喫點易消化的食物，要過二三天才能給較多量的營養。」

四個月：醫生說：「現在只能喫點易消化的食物，要過二三天才能給較多量的營養。」

醫生說：醫生說：「現在只能喫點易消化的食物，要過二三天才能給較多量的營養。」

我的身體恢復得很快，飲食量增加，現在每日吃兩隻雞蛋，豆類以及水果蔬菜，以便製造足量的乳。我開玩笑警告我說：「在分娩後約六週，子宮才能復原，所以健康完全恢復前，應注意節制性慾。」我想這談笑是無疑的，有醫學根據的。又談到無期的回復，她說：「哺乳的婦人在產後五六週至斷乳的一段期間，都有回復月經的可能，至於初期回復的月經時間的久暫及量的多少，是與常人不同的。」

「以前的老習慣是產婦長時間睡在床上，不許轉動，只注意到產婦的充分休息，忽略了健康恢復的遲緩，只要不過分勞動，輕便的工作和運動是可以的。」

十二月六日：出院後，除了每日的沖洗外，

怕使小孩下痢，所以不能。床做點輕便的事，但醫生說只能做緩和工作，不能多費氣力，免引起其他疾病。

護士和我談得很好，她說：「以前的老習慣是產婦長時間睡在床上，不許轉動，只注意到產婦的充分休息，忽略了健康恢復的遲緩，只要不過分勞動，輕便的工作和運動是可以的。」

十二月六日：出院後，除了每日的沖洗外，

家庭常識——臭蟲

臭蟲(目虱)是一種無翼，棕色，用口部的刺刺入人的皮膚，吮取人的血液，雖然在醫學上還未證明臭蟲可以傳染疾病，可是被刺的皮膚局部，會發生紅腫癢痛，是令人難受的。臭蟲的食料是溫血動物的血液，人血可是雞，兔，豬，白鼠等間亦受害，牠常常藏匿在衣被，木料，傢具和牆壁等的空隙裡，牠出遊尋食的時是在黑暗的晚間，可是飢餓過度，也可能在白晝行動，一次食飽，可以維持到三四天。臭蟲兩旁足部存有油液，這種油液氣味是臭蟲所特有的，那是一種非常難聞的氣味。

殺滅臭蟲的方法：①應先偵查牠藏匿的地方，如縫隙或光線不充足的地方，發現後用汽油，火油或松節油(注意：火油不宜近火，兒童宜暫避)；②噴百分之五的滴滴涕(DDT)，在臭蟲藏匿的地方，雖不致即滅，亦能使牠繁殖，不致繁殖，而後又經沸水淋灑，在隱蔽處，沸水淋灑，四次的沸水淋灑，臭蟲自然絕跡。

家庭常識——臭蟲

臭蟲(目虱)是一種無翼，棕色，用口部的刺刺入人的皮膚，吮取人的血液，雖然在醫學上還未證明臭蟲可以傳染疾病，可是被刺的皮膚局部，會發生紅腫癢痛，是令人難受的。臭蟲的食料是溫血動物的血液，人血可是雞，兔，豬，白鼠等間亦受害，牠常常藏匿在衣被，木料，傢具和牆壁等的空隙裡，牠出遊尋食的時是在黑暗的晚間，可是飢餓過度，也可能在白晝行動，一次食飽，可以維持到三四天。臭蟲兩旁足部存有油液，這種油液氣味是臭蟲所特有的，那是一種非常難聞的氣味。

殺滅臭蟲的方法：①應先偵查牠藏匿的地方，如縫隙或光線不充足的地方，發現後用汽油，火油或松節油(注意：火油不宜近火，兒童宜暫避)；②噴百分之五的滴滴涕(DDT)，在臭蟲藏匿的地方，雖不致即滅，亦能使牠繁殖，不致繁殖，而後又經沸水淋灑，在隱蔽處，沸水淋灑，四次的沸水淋灑，臭蟲自然絕跡。

信箱

她又說：「你還應知道在月經回復以前，不是沒有再受孕的可能，我們歡迎你再來。」

答：食母乳不吐而食牛乳粉即吐，便可證明胃腸並無不好，或許由於配合的不對。應照乳粉罐外說明書的用法來調和，吃後如仍嘔吐，便是牛乳粉的不適合，可試混和米湯及石灰水，如再無效，當請教醫生。

配合：照乳粉罐外說明書的份量配合後，和四分之

答：食母乳不吐而食牛乳粉即吐，便可證明胃腸並無不好，或許由於配合的不對。應照乳粉罐外說明書的用法來調和，吃後如仍嘔吐，便是牛乳粉的不適合，可試混和米湯及石灰水，如再無效，當請教醫生。

配合：照乳粉罐外說明書的份量配合後，和四分之

十二月六日：退院後，體元氣漸復，食慾也增加，這幾天，我完全恢復了健康，子宮也完全復原，所以健康完全恢復前，應注意節制性慾。我想這談笑是無疑的，有醫學根據的。又談到無期的回復，她說：「哺乳的婦人在產後五六週至斷乳的一段期間，都有回復月經的可能，至於初期回復的月經時間的久暫及量的多少，是與常人不同的。」

「以前的老習慣是產婦長時間睡在床上，不許轉動，只注意到產婦的充分休息，忽略了健康恢復的遲緩，只要不過分勞動，輕便的工作和運動是可以的。」

十二月六日：出院後，除了每日的沖洗外，

怕使小孩下痢，所以不能。床做點輕便的事，但醫生說只能做緩和工作，不能多費氣力，免引起其他疾病。

護士和我談得很好，她說：「以前的老習慣是產婦長時間睡在床上，不許轉動，只注意到產婦的充分休息，忽略了健康恢復的遲緩，只要不過分勞動，輕便的工作和運動是可以的。」

十二月六日：出院後，除了每日的沖洗外，

我的身體恢復得很快，飲食量增加，現在每日吃兩隻雞蛋，豆類以及水果蔬菜，以便製造足量的乳。我開玩笑警告我說：「在分娩後約六週，子宮才能復原，所以健康完全恢復前，應注意節制性慾。」我想這談笑是無疑的，有醫學根據的。又談到無期的回復，她說：「哺乳的婦人在產後五六週至斷乳的一段期間，都有回復月經的可能，至於初期回復的月經時間的久暫及量的多少，是與常人不同的。」

「以前的老習慣是產婦長時間睡在床上，不許轉動，只注意到產婦的充分休息，忽略了健康恢復的遲緩，只要不過分勞動，輕便的工作和運動是可以的。」

十二月六日：出院後，除了每日的沖洗外，

怕使小孩下痢，所以不能。床做點輕便的事，但醫生說只能做緩和工作，不能多費氣力，免引起其他疾病。

護士和我談得很好，她說：「以前的老習慣是產婦長時間睡在床上，不許轉動，只注意到產婦的充分休息，忽略了健康恢復的遲緩，只要不過分勞動，輕便的工作和運動是可以的。」

十二月六日：出院後，除了每日的沖洗外，

退治法

參照：(一) 臭蟲(目虱)是一種無翼，棕色，用口部的刺刺入人的皮膚，吮取人的血液，雖然在醫學上還未證明臭蟲可以傳染疾病，可是被刺的皮膚局部，會發生紅腫癢痛，是令人難受的。臭蟲的食料是溫血動物的血液，人血可是雞，兔，豬，白鼠等間亦受害，牠常常藏匿在衣被，木料，傢具和牆壁等的空隙裡，牠出遊尋食的時是在黑暗的晚間，可是飢餓過度，也可能在白晝行動，一次食飽，可以維持到三四天。臭蟲兩旁足部存有油液，這種油液氣味是臭蟲所特有的，那是一種非常難聞的氣味。

殺滅臭蟲的方法：①應先偵查牠藏匿的地方，如縫隙或光線不充足的地方，發現後用汽油，火油或松節油(注意：火油不宜近火，兒童宜暫避)；②噴百分之五的滴滴涕(DDT)，在臭蟲藏匿的地方，雖不致即滅，亦能使牠繁殖，不致繁殖，而後又經沸水淋灑，在隱蔽處，沸水淋灑，四次的沸水淋灑，臭蟲自然絕跡。