

驗血霞

頭暈、發燒、筋骨酸疼、肚子痛、……

走進診察室，醫生們總是先簡簡單單地問一下病情，馬上好像毫不加考慮地開下一張便條：「請『驗血』再談！」

驗血通常在耳朵邊上用針刺一條，擠出一滴血就算了；有的時候相當麻煩，需要拿注射器從前臂皮下的血管裏，抽出一酒盅的鮮血來。究竟這攪些什麼玩意兒？「驗血」可以知到下列幾個結果。

貧血

沒有氧氣的供應，身上任何細胞立刻活不成，所以我們不停地在呼吸空氣！然而，肺裏空氣中氧氣的吸取，全身各處氧氣的裝運，卻祇靠著紅血球中的血色素。血中紅血球的數目和血色素的含量，有一定的標準，假使够不上這種標準，就是「貧血」——也就是說身體內細胞不能獲得足夠需要的氧氣，因而便發生了種種病狀。例如：氣色不好，心跳加速，呼吸增快，易於疲乏，便秘……等。因此，紅血球的計算是驗血的第一步工作。

一羣保安警察！

血中的白血球是細菌們最大的剋星，設若有毒的微生物在體內血液裏繁殖得太多，血中現有的白血球仍不能完全吞食乾淨，則身上各處造血組織也受刺激動員起來，產生出更多的白血球，以適合當前的需要。這樣，在發燒時檢查出血中白血球的增加數量，就可以證實身體內一定有病原體在作祟！白血球的種類很多，醫生們往往從它們分類比例的變化，也就會推測出病情的。

驗一毒

既然傳染病的病原體皆是經血液傳播全身的，所以瘧疾和
黑熱病病人的血液，直接在顯微鏡下觀察就可顯出原形。有
些病原體太小，我們又利用新鮮血液放在溫箱內培養，或者再
注射到動物的身上去實驗，仔細觀察所得的結果再判斷有何種
傳染病。

甚至我們還去用病原體們傷入血液後，刺激身體組織所發生的抗體，以種種生物化學精細分析的方法，檢驗血液中某種抗體存在的確實情況，從反方面診斷疾病。像大家熟悉的抽血驗梅毒或傷寒病，就是最普通的例證。



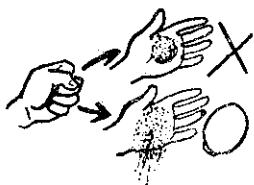
台所常識
食品の選擇と保存

經濟的で營養の高い料理を作るには、どのような食料品を選び、如何にして保存したら良いかは主婦達が常に考へている事と思ひます。今回から、食料品についての常識を機會のある毎に紹介したいと思ひます。

小麥粉

小麥粉 これには多くの品種があり、また用途によつて違いがありますが、どの場合にも、色の白い、粉の細い、湿氣の無いものを選ぶ事が大切です。普通の家庭で使ふ場合には、パン（麵包）のようなものを作るのに使ふのが大部分と思ひますが、

その時には最上の品質で、鉄素（フソ）の量の多いものを選ぶことです。鉄素の少ない麥粉でパン等を焼くと、膨脹が悪くて、まづいものになります。鉄素の多いものを見分けるには、圖のように、麥粉を手握つてみて、手を開けた時に、サラ／＼と落ちるような粉なら上等です。手に握つ



米
 農家の主婦でしたら、誰でも米の良否を判断できますが、保存法を知らない人が多いと思います。米を保存する時には木製の米櫃が最上です。米を入れる時には、残った以前の米を出して、米櫃を充分に日光で乾か

魚

し、熱がさめてから米を入れ
ます。次に、米の上に新聞紙
を張っておくと、防蟲にもな
り、濕氣を防げます。

魚 夏で一番困ること
は、魚がすぐに腐る事
です。中毒を予防するために
も、買った魚は早く食べるよ
うにすべきですが、次のよう
にすれば半日位は保存できま
す。まず、一番早く腐敗する
魚の内臓を取つてしまひます
。次に笹(ザル)に魚を入れ
、その上に皿をかぶせて、井
戸の中に吊(ツル)しておき
ます。

子供の不眠症

子供の不眠症 これから暑くなると、子供がよく寝られませんが、これは暑いばかりのためでなく、次のような原因もありますから、注意をさせよう。たとへば、夜になると痒くなる皮膚病や、蟻（肌門の周囲をはい廻る蟲）があつたりして、不眠症になる場合が多い。また、神経質な子供では、周囲が騒がしかつたり、電燈が明るすぎるだけで寝られない場合があります。子供が寝ないで、子守歌を歌つたり抱いたりして、無理に寝かせようとするのは間違ひで、まず、その原因を確める事が大切で

夏やせの予防

夏やせの予防 夏になると急に痩せる人があります。これは暑いため不眠になり、その上に、食欲が無くなるからです。これを防ぐには、部屋の通風をよくしたり、水を散布したり、日陰をつくつたりして、涼しくする工夫をします。また、晝寝を毎日すると効果があります。次に、食欲が進むように、朝夕の涼しい時に適度な運動をし、なるべく間食や冷い飲料をとらないようにします。

そのほか、食時のときに、香料、辛料などを少量使用しますと、食欲を刺激します。また夏には誰でも食欲が進まないのです。あつさりした單調な食事はかりをしますが、これが夏痩せの原因となりますから、消化が良く營養價の高い食物を充分にとる必要があります。

