堅固耐用的爐子

王招治

材料

中等大鲁鉛皮桶一個。水泥三公斤。粗砂六公斤。雞蛋大的石頭三個。長一尺半，直徑廿公分之香蕉莖一根。

做法

①準備一個舊的，但是並不破爛的鉛皮桶，在桶下面，用鐵鉸剪開直徑七公分大的爐口（嘴）。

②將水泥三公斤，加入六公斤粗砂中，充分混合後，加入水份，並攪拌到濕潤程度備用。

③先在桶底鋪上二至三公分混砂水泥，然後在正中樹立香蕉莖。在從爐底以上約三分之一處的香蕉莖的周圍，割去約半公分至一公分，以備放鐵圈（參看左圖）。

從香蕉莖和鉛皮桶的中間空的地方，倒入混好了砂的混砂水泥，直到八、九分滿，然後用木板將上面拍平，並且在表面放上三個石頭，使成三角形，輕輕壓下三分之一，放置待乾。

④另外用厚紙縫製十公分高，頂部直徑四公分，底部直徑八公分的紙袋，備做爐門的模型。

由紙袋頂部倒入混砂水泥（底部要用紙鋪好），使其充滿後放置待乾。五至十日即可啓用。

如果一時找不到香蕉莖，可用相等直徑的麻竹或木頭代替（不過如用木頭，水泥乾後拔起來比較難）。如連麻竹及木頭都沒有，可以利用很硬的紙捲起來代用。

這個爐子，可以用來燒木炭、焦煤、木柴、木屑及煤球等。如果預備燒煤球的話，應先量好煤球的直徑和高度，再依尺寸去找香蕉莖。

此外要注意的，無論木柴煤炭或草類時，一定要用乾的。因爲濕的燃料，不但不易着火，而且不耐用，又常常容易熄滅。既不經濟，又添麻煩。所以濕的燃料，必須晒乾了用。

發熱病人的飲食

毅振

當孩子們患感冒或一種傳染病，而發熱超過攝氏三十九度時，往往不思飲食，食慾大減，特別是不想吃固體食物。這樣的情形下，在他醒着的時候，每隔半小時或一小時，可給他吃一點流質食品。橘子汁、鳳梨汁、番茄汁、和開水，是最受歡迎的。開水是生病的孩子最需要的。

其他的流質食品要看孩子的胃口而決定。有些孩子喜歡吃梅子汁、檸檬汁、梨汁、葡萄汁、汽水等。番茄汁對於有些病症是可以吃的，但不是所有的病都能吃它。清湯是容易消化的，但是兒童多半不喜歡它。

牛奶如果合於胃口，吃了不吐，那是最好的，但有些也許吃了會反胃。如果他要吃，而且吃得下去，那就可以給他吃。過了一兩天，孩子的食慾也許會增加一點。假使你的孩子，雖然熱度很高，可是肚子很餓，他可以吃簡單的柔軟的固體食物，像麵包、餅乾、蛋糕、稀飯等。

發熱時期，通常最不需要和最不消化的食物是蔬菜，魚肉，鷄鴨鵝等家禽和脂肪多的食物。但是一旦熱度已退，病體復原期，往往渴望着要肉和蔬菜，而且也消化得很好。

還有一點特別重要的，就是父母們不要太心急，而去強迫一個生病的孩子吃任何他所不願吃的食物（除非醫生有特別的指示）。因爲那樣不但無益於病體，反而容易使他嘔吐，或是引起胃腸的不舒服，或是引起日後進食的不正常發展。

外傷的急救

康群

熱天，穿的衣衫單薄，不論在工作或遊玩的時候，隨時隨地都有招致外傷的危險。尤其是孩子，赤裸着身子，受傷的機會更多。例如跌倒，或被外物打傷，燙傷等。所以，家庭對於外傷的急救，應當注意。

當兒童受到以上所說的這些外傷時，沒有破皮或輕微的外傷，擦些碘酒、紅藥水就行了。如果傷得厲害，而且出很多血時，最要緊的是不要慌張，要按着以下步驟來處理。

先爲他止血，可用布緊緊縛住出血部的上方。再除去傷口上的異物，用消毒藥水（如硼酸水等）洗擦創傷周圍。再塗上碘酒殺菌，最後敷上磺胺類粉或藥膏，用消毒紗布包紮起來。

但如傷勢很重，自然以速送外科醫生醫治爲是。