

(Sihhat ve Hürriyet !) le Bir Nefes Alıp Vermek Cihana Bedeldir !  
(Hakiki Aşk !) le Sevişerek Vuslata Ermek Dünyaya Bedeldir !

# LOKMAN HEKİM

No. : 189

30 Eylül 1954

Yıl : 19

ON BEŞ GÜNDE BİR ÇIKAR, HER ŞEYİ APAÇIK  
YAZAR, HALK MECMUASIDIR.

**Karamürsel - Ereğli Köyü**  
**"YEŞİLAY EREĞLİSİ,"**



*Lokman Hekim, içki ve sigaranın zararlarını anlatırken  
Yeşilay Cemiyetinin yıllık gezisine ait yazımız iç say-  
falarımızdadır.)*

## İÇİNDEKİLER

- Sözlerin özü - Atalar sözü (Esat İleri Tepeköy)
- Lokman Hekim'in çocukluk hayatı
- Sigara içenlerin başlarına neler gelecek?
- Lokman Hekim'in öğütleri
- Radyoda söylenen şarkılar
- Gençliğimde neler yazmışım neler?
- Karamürsel (Ereğli köyü) — Yeşilay Ereğlisi (Yazan : Gündüz Akbıyık).
- Vücudumuzu azar azar zehirleyenler, hastalandıranlar ve öldürenler Yazan : (Lokman Hekim).
- Meme apsesi Süt apsesi.
- Fıtığın sebepleri ve tedavisi.
- Yeşil Kıbrıs köşesi.
- Seçme beyitler - güzel şiirler.
- Lokman Hekim'in ilâç dolabı : Tansiyonları çok yüksek olmayanlara tavsiyem.
- Yeni hormonlar yaşlı erkek ve kadınlarda neler yapmazlar ?
- İbret dersi veren Hicaz kanunları !
- Hâtıra (Yazan : Kerim YUND).
- Meyva ve sebzedeki vitaminlerin bazıları.
- Çıplak kafa - Dazlak.
- Göz hastalıkları.
- Bir kadın kudurdu !

## ABONE OLANLARA

Cenabı Allah'a nihayetsiz şükür ederim ki Lokman Hekim Mecmuasının (19) uncu senesinin son numarası olan (191) inci sayısına beni pek yakında inşallah kavuşturacaktır. Abonelerimizin bu sene zarfında alamadıkları eksik numaraları varsa lütfen acele olarak bildirmelerini ve bazılarında biriken borçlarını göndermek ltfunda bulunmalarını rica ederek derin saygılarını sunarım.

(20) nci seneye abone olmak isteyenlerin de şimdiden para göndermelerini istirham ederim.

Lokman Hekim

# Karamürsel - Ereğli Köyü "YEŞİLAY EREĞLİSİ,"

Yazan:

Gündüz AKBIYIK

İzmit körfezinin cenubundan, körfeze doğru muvazi olarak batıya uzanan Samanlı dağlarının kuzey yamaçları, çeşitli ağaç topluluklarıyla bezenmiş, zümrüt gibi yeşilliklere bürünmüş, efsânevi güzellikte tabii manzaraları sinesinde toplamış, yurdun müstesna köşesidir. Yükseklerden deniz kenarına indikçe, meşe, gürgen, kestane, zeytin, ceviz, fındık ve mütenevvi meyve ağaçlarıyla kaplanmış, hafif meyilli yamaçlarında hububat tarlaları, üzüm bağları, sebze bahçeleri arasında şirin köyler sıralanmıştır. Bu köyler arasında Ereğli, ilçe merkezi olan Karamürsel'in doğusunda, kasabaya takriben 2-3 Km. mesafede, deniz kıyısında kurulmuş meyva ve balıkçı köyüdür. Deniz Bank'ın İzmit'le Karamürsel arasında günün muayyen saatlerinde işlettiği iç hatlar seferi yapan gemileri ve İstanbul'dan İzmit'e hergün saat 17.30 da sefer yapan, Pendik, Kınahada gibi vapurları, köyün muntazam iskelesine uğrar, deniz yolu ile muvasalayı temin ederler. Köyün içinden geçen, Yalova - İzmit şosesinde işleyen otobüsler, köyün munakalesini sağlarlar. Karşı sahilde, Hereke'ye köyden kayıkla bir buçuk saatte, motörle 30-40 dakikada gitmek mümkündür . . Karamürsel'den Hereke'ye günün muayyen satalelerinde işleyen motörler vasıtasıyla, demiryolu ile de irtibat temin edilir. Mevkii ve münakale durumu bu derece elverişli köyün halkı, bu toprakların ilk fatihlerinden veraset suretiyle küçülmüş bağ ve bahçeleri ile meşgul olurlar. Yaşca ve servetçe en küçüğünden en büyüğüne kadar kadınlı, erkekli çalışkanlık örneği olan bu mütevazi ve mes'ut insanlar, denizin nîmetlerinden azâmî derecede faydalanmayı bilmişler ve meydana getirdikleri balıkçı motör ve kayıklariyle körfezin yegâne balıkçıları olmuşlar, Marmara ve Boğaz'ın hatırı sayılır balıkçı köyleri arasında mümtaz bir mevki elde etmişlerdir. Balık avlama mevsimlerinde ; İzmit körfezinin öz çocukları olan Ereğli köyü balıkçı adamlarına, Marmara, Karadeniz boğazı ve Batı Karadeniz sahillerinde daima rastlamak mümkündür. Gecenin zifiri karanlığında ve rutubetli ayazında denizin hırçın ve bazan korkonçlaşan dalgaları karşısında tabiat

kuvvetlerine vücutlarını siper ederek geçimleri uğruna mücadele eden bu mukavim insanların sıhhatlerinde ki zindeliği, nesiller boyunca içkiye karşı kendilerini korumaları ve köylerine Düğünler hariç-içkiyi sokmamak için sözbirliği etmiş olmalarında aramak icap eder.

Asırlık ihlamur ağacının dibinde, bol sulu şadırvanın etrafındaki meydana nâzır kahve ve dükkânlarında dikkate çarpan şey, bir katre içki satılmaması, kahvelerinde en basit bir oyun dahi oynanmamasıdır. Çok eskiden içki ve kumar düşkünlüğü yüzünden sıhhatleri bozulmuş, geçimleri zorlaşmış köylüye dinî ve ilmi telkinler, irşâdlar yolu ile ve iyi örnekler göstermek suretiyle



*Genel Başkanımız Dr. Şükrü Hâzım Tiner Hasbıhal ederken*



*Yeşilaycular Ereğlîlilerin motörleri refakatinde*



*Gündüz Akbıyık köylülerle başbaşa*

nâfiz olmuş bulunan rahmetli Hacı Hüseyin efendinin öğüt ve irşadlarıyla doğru yolu tutmuş olan köy halkı, o gün bu gündür içkiye karşı düşman kesilmişlerdir. Sonunda kumar şeklini almasından korktuklarından, kahvelerine dahi oyunu sokmamışlardır. Dedelerinin Hacı Hüseyin efendiye verdikleri sözü kuvvetli bir an'ane halinde muhafaza etmek azmindedirler. Yeşilaycı olup da bu vasıfta bir köyü ülküsü ile meşbuolanlara tanıtmamak ülküdaşlığa sığmazdı.

Mensubu olduğum Yeşilaycılara köyü bu hususiyetleriyle anlattığım zaman, ilk hatıra gelen şey ; köyü ve aziz köy halkını ziyaret etmek oldu.

Bir deniz gezisinde köye de uğramak suratiyle yapmak istediğimiz ziyaret, vapur temin edilemediğinden kalabalık bir grupla köye gitmek mümkün olmadı.

20/Haziran/1954 pazar günü iki otobüsle Hereke'ye, oradan 70-80 kişi alabilen Tahir kaptanın motörü ile Ereğli'ye geçilecekti. Motörün az yolcu alması yüzünden yapılacak geziyi bütün Yeşilaycı dostlarımıza duyuramadık. Hereke'de fabrika lokalinde misafir edildik. Karamürsel Kaymakamı meclis-i umumî azâları, Karamürsel ve Ereğli halkı adına bir hey'et, Yeşilaycıları Hereke'de karşıladılar. Karşılıklı takdim ve tanışmadan sonra, Ereğli'ye hareket edildi. Aramızda kıymetli muharrirlerin de bulunduğu bu grupta her meslekten genç, yaşlı ve çok kıymetli Yeşilaycılarının ve bilhassa Genel Merkez idare kurulu üyeleriyle Genel Başkanımız Dr. Şükrü Hazım Tiner ve Yeşilay Gençlik Şubesinin en faal idarecilerin de bulunması köye yapılan bu ziyaretin, Yeşilay Cemiyetinin tarihinde müstesnâ bir gün olarak kaydedilecek kadar değer taşıdığı hissediliyordu.

Köy halkında bir grupun balıkçı motörleriyle misafirleri Hereke önlerinde karşılamaları sakin ve durgun körfez denizinde bir düğün alayı gibi neş'e içinde yapılan kısa yolculuk sonunda köye yaklaşınca, irili ufaklı kayık, sandal ve motörlerle karşılanmaz, balıkçı kayıklarında, küreklerini havaya kaldırarak misafirleri selâmlayan siyah-beyaz formalar giymiş keçlerin ve sahile birikmiş, kadın-erkek yüzlerce kişinin tezahüratları arasında iskeleye çıkışımız, bizleri derinden heyecanlandırdı ve adeta sevinç ve sevgi yaşları döktük.

Şadırvanlı meydana, temiz örtülü masalar etrafında oturduktan sonra, misafir ve köy halkının karşılıklı, samimî konuşmaları, kaynaşmaları görülecek bir manzara idi. . Bu derece içten



*Safiye Hüseyin elli tahassüsünü anlatırken*



*Yeşilaycılar Ereğli'li kadınlar arasında*

ve samimî bir iştîyakla karşılanmadan fevkalâde mütehassis olan Yeşilaycılar, gördükleri misafirperverliğe karşı teşekkürlerini kısa ve veciz sözlerle belirttiler .. Genel Başkanımız Dr. Şükrü Hazım Tiner, Genel merkez kurulu üyelerinden ve Yeşilay kadınlar kolu başkanı Safiye Hüseyin Elbi, Zekâvet Öget hanımlarla, Dr. Hafız Cemal Lokman Hekim ve Doç. Op. Dr. Şinasi Güçhan'ın, Gençlik Şubesi Bşk.ı Cevat Geray'ın konuşmaları ile Karamürsel kaymakamı ile Ereğli köyünün aydın ve faal gençlerinden Fethi Erdemiz'in mukabil konuşmaları alâka ile karşılandı. . . Bilhassa kıymetli ve azîz üstâdımız Lokman hekimin "İçki ve sigaranın zararları" hakkındaki ilmi ve tecrübelerine müstenid öğütleri köy halkının fazlasıyla ilgilerini çekti. . . Sigaranın vucût üzerinde yaptığı tahrip edici tesirlerini hoş misalleriyle ve kendine hâs tatlı konuşma üslûbu ile anlatan Lokmanhekim üstâdımız sözleri derhal tesirini gösterdi. . . İki köylü hemşerilerimizin ellerindeki sigaraları söndürüp : " —Bu mereti bir daha içersem tövbe olsun ! . ." diyerek sigarayı terke karar verişleri, benim gibi, görenleri mütehassis etti.

Köyün çok eskiden beri geçirdiği tarihî ve iktisâdî olaylarına, Sağlık ve Sosyal bahislere ait hususî ve umumî yapılan hasbihaller köyü daha yakındantandırmak maksadiyle tertiplenen köy-içigezileri



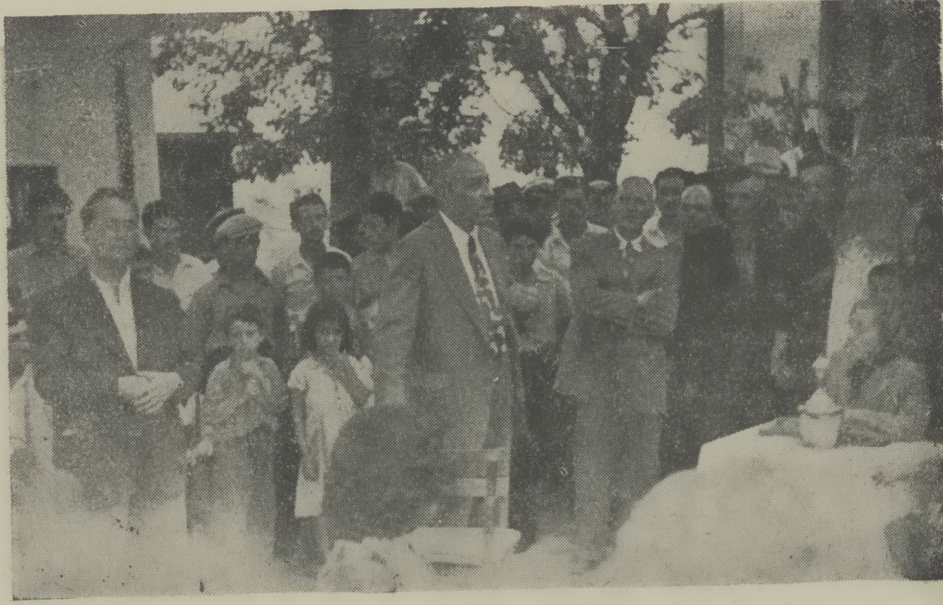
*Motör, Yeşilaycılarını Ereğli'ye götürürken*



*Ereğli'li gençler motörlerinde*



*Yeşilaycılar Hereke Halı Fabrikasında*



*Genel Sekreter yardımcısı Gündüz Akbıyık Ereğli gezimizde Ereğli köylüleri arasında*

ve uğurlanışımıza ait intiba'ları yazı ile ifade etmek çok uzun süreceğinden, burada yalnız, köyün ismi üzerinde yapılan teklif ve alınan kararı belirtmekle yetineceğim. . .

Köy meydanında yapılan umumî konuşmaların sonuna doğru, halk arasında beliren bir temayülü, Gençlik Şubesi Bşk 1 Cevat Geray ve bu gezinin Hereke'den itibaren kısmını tertipleyen köy gençlerinden Fethi Erdeniz, umuma duyurmak için bana ulaştırdılar. . . Yeşilay Cemiyetinin ve onun güzide mensuplarının köylerine karşı bu derecede yakından ilgilenmelerinden çok mütehassis olan ve bu yakınlığın devam edeceğini, yapılan vaadlerle öğrenen halk arasında : "— Biz Yeşilay Ereğli'siyiz. . ." sözleri dolaşmağa başlamış, halkın çok yerinde bir sağ duyusu ile, gönüllerinden kopup gelen, böyle bir istekle nasıl ilgilenilmez Hemmen söz alarak," — Türkiye'de 4 Ereğli bulunduğunu, bunlardan Karadeniz Ereğlisi, Marmara Ereğlisi, Konya Ereğlisi yanında, köyümüzün de Karamürsel Ereğlisi olarak diğerlerinden ayırd edildiğini, bu günkü ziyaretin mes'ut bir neticesi olarak, köyün bundan sonra (YEŞİLAY EREĞLİSİ) ismiyle yâdedilmesinin köylüce arzu edildiğini . . . "duyurduktan sonra," Burada hazır bulunan topluluğun bu teklifi nasıl karşıladıklarını. . . ?

" sordum. Meydanı dolduran, kadınlı erkekli köy halkı tarafından:" — Çok yerinde olur, kabul ediyoruz! . . . "gibi tasvîpkâr sözler ve alkışlar arasında teklif kabul edildi.

Yeşilay Ereğlisi adının tescili için gerekli teklif ve kanunî muamelenin yapılması işi, köy ihtiyâr hey'etine ve muhtarlığına bırakıldı.

Tatlı hâtîrâlarını hafızamızda zevkle yaşatacağımız bu ziyarete ait intiba'larımı, böylece tespit ettikten sonra ; tescili için kanunî formalitenin tamamlanması sabırsızlıkla beklenen, yeni adıyla birlikte daha mes'ut ve çok daha bahtiyâr olmalarını temennî ettiğimiz (Yeşilay Ereğlisi) evlâtları, azîz hemşerilerimi, hürmet ve muhabbetle selâmlamaktan gurûr duyarım. . .

## VÜCUDUMUZU AZAR AZAR ZEHİRLEYENLER, HASTALANDIRANLAR, ÖLDÜRENLER!

- 18 — (İşemesi geldiği halde!) idrarı sıkıştırmak.
- 19 — (24) saat zarfında (1—2) defa büyük abdest bozmaya rak devamlı, inatçı kabızlık, peklik çekmek.
- 20 — Sık sık açılıp kapanan (Buz dolapları)nda saklanan yemekleri, etleri, balıkları yemek.
- 21 — Terli iken şiddetli ve akıntılı rüzgâra karşı oturmak, uyumak. Çok soğuk su içmek.
- 22 — Elleriyle oynamak, (Hayat cevherini!) havaya savurmak.
- 23 — (Dans)larda can verircesine uğraşmak, havaya, boşuna sarfiyat yapmak fenadır fena !
- 24 — Gençlerde, orta yaşlılarda ve hattâ bazı ihtiyarlarda zühur eden ve idrardan sonra veya peklik, kabızlık zamanında sıkılınca damla, damla meni geimesi.
- 25 — Boyanmış uzun tırnakların boyası çabuk gidecekmiş düşüncesiyle sık sık yıkamamak ve türlü türlü mikropları taşımak.
- 26 — Vücut kuvveti yerinde (Keyif, neşe ve hayatî kudreti!) değerinde ve sapa sağlam olduğu halde evlenmemek, (22—25) yaşından sonra uzun müddet (hiçbir şey yapmamak!)

## LOKMAN HEKİM'İN ÇOCUKLUK HAYATI

MİNARENİN TEPEİNDEKİ (ŞAHANE KULÜBEM!) DE  
UYURKEN ZELZELE İLE KARŞILAŞTIM!

Minarenin tepesindeki (fakirane!) değil (şahane kulübem!) de çok rahat okuyordum! Yazıyordum! Oturuyordum! Uyuyordum! (Şahane!) diyordum! Çünkü bana kimse karışmıyor! Kemali hürriyetle vakit geçiriyordum! Fakat kederle yazıyordum ki bu muvakkat (Geçici) istirahatim de bana haram olmaya başladı! Karakışın, karanlık gecelerinde minarenin tepesinde soğğun tesiriyle yorganıma sarılıp büzüldüğüm esnada ansızın minare sallandığından uyandım. Fena halde korkmaya başladım. Çünkü hafif bir (zelzele!) yani (deprem!) olmuştu. Minarenin içi kapkaranlık olduğu bir sırada merdivenlerden pek zorlukla indim. Sokağa çıktım. Bu esnada hafif bir zelzele daha oldu. Sokağa fırlayan bir çok insanlarla İskele başına ben de gittim.

Sonradan anlamıştım ki hamdolsun hiçbir yer yıkılmamış, hiçbir ev harap olmamış! Bu cihetle cesaretlendim. Geceleyin minaredeki kulübeme çıkıp yattım!

Bir kaç gün sonra hafifçe olmak üzere fasılahı zelzeleler devam etmiye başladı. Minarenin tepesinde bulunduğum esnada ara sıra sallandığını hissediyordum.

Fakat küçükten beri aldığım (Dinî itikat!) kalbime, ruhuma emniyet ve itimat veriyordu.

(Ecelim gelince nerede olsam öleceğim!) (Ecelim gelmeyince ölmeyeceğim!) (Ecelim geldiği dakikada istersem minarenin tepesinde, istersem sokakta bulunayım, Hazreti Azrail) beni bulur, ruhumu alır gider!) düşüncesiyle ve (sağlam bir iman ve itikat!) ile minaredeki kulübemde devamlı bir surette yatıp kalkıyordum. Ve ara sıra vukua gelen depremlere hiç aldırımıyordum! Bu tarzdaki zelzelelerin bir kaç ay devam ettiğini hatırlıyorum.

Ara sıra zelzele biraz şiddetlice oluyordu. Fakat hiç bir zarar vermiyordu. Minare sapaşğlam idi.

Fakat Allahın bildiğini kuldan niçin saklayım! Her zelzele oldukça korkuyordum. (Kelime-i şahadet) getirerek ölüme hazırlanıyordum. Zelzele geçince yine (Tevekkeltü Alellah!) diyerek minarede kalıyordum. Çünkü (gidecek, kalacak, uyuyacak!) hiç bir yerim, yurdum yoktu. Cenabı Allahın bana ihsan ettiği bu (Şahane kulübem)e (besmele çekerek) ve (Tevekkeltü Alellah!) diyerek gündüzleri ezan için (şerefe)ye ve akşamları minarenin tepesine çıkıyordum.

(Arkası var)

## Meme apsesi - Süt apsesi

(Meme apsesi!) veya (Süt apsesi!) denilen (Meme çıbanı!) çok defa emzikli kadınlarda vukubulur. Memenin başında hasıl olan küçük bir çatlak, mikropların içeri girerek iltihabı meydana getirmeleri için mükemmel bir geçit vazifesini görür. Memenin başında yara olduğu için, emzirme esnasında ıztırap vereceğinden çocuk derhal öteki memeye aktarma edilir. Bu suretle bu memede fazla miktarda süt birikerek iltihabın artmasına sebep olur. Tabii bu iltihaplı, cerahatli südü yavruya vermek katiyen caiz değildir. Tek memenin südü de bebeğe kâfi gelmez. Bütün ihtiyacını yalnız bir memeden almaya mecbur olan çocuk, gıdasız kalabilir.

Memenin başında bir yara hasıl olmasından veya herhangi bir sebepten dolayı, bebek bir memeyi almazsa, o memenin boşaltılması şarttır. En kolay ve ucuz iş (ağız temiz olması lâzım gelen kocanın ara sıra memeyi emmesidir.) Veyahut bu iş için eczahanelerde satılan hususî bir şişe vardır. Memeye uygun şekilde yapılmış olan bu şişenin arka tarafındaki lâstik top sıkılınca içindeki hava boşalır ve memeye tatbik edildikten sonra lâstik bırakılınca, aheste bir surette hiçbir acı vermeden memedeki südü çeker. Her iki üç saatte bir memeyi bu suretle boşaltarak rahat ettirmek ve memeyi askıya almak lâzımdır. Bunun için de memenin altından geçip boyuna bağlanan bir sargı kâfidir. Memede bir yara görüldüğü takdirde, ihmal etmiyerek doktora müracaat etmek lâzımdır. Vaktinde küçük bir yarma suretiyle tedavi, ileride haftalarca sürecek ıztıraplara ve hastalığa mani olur. Bu sayede vuku bulması mümkün, pis ve zahmet verici (ülser)in de önüne geçilmiş olur.

## GENÇLİĞİMDE NELER YAZMIŞIM NELER ?

Kalbim ferahlandı, ruhum neşelendi.

Çünkü elele verdim nazlı yar ile

Gözlerim nurlandı, baş ağrısı geçti

Çünkü dudak dudağa geldim yar ile

İştahım açıldı, midem tamam doydu

Çünkü çok neşeyle gülüştüm can ile

# Fıtığın sebepleri ve tedavisi

(2)

Çatlakların çoğu ıkınma esnasında ansızın vukubulur. Hasta içinden bir şey çekildiğini hisseder ve elini attığı zaman orada topağın farkına varır. Birçok fitıklar da tedrici, yavaş yavaş meydana gelir. Bunlar her zaman ağır yük taşıyanlarda ve takatinin üstünde iş görmeye çalışanlarda olur. Günün birinde, farkında olmadan bir toprak hasil olur ve bu yumru günden güne büyüyerek dert halini alır. Fıtığı olan bir insan helâda öksürdüğü veya ıkındığı zaman fitık hemen aşağıya sarkar ve rahatsızlık verir, hasta elini çatlak üzerine bastırır ve böylelikle biraz rahat eder. En küçük bir çatlama bile inatçı inkıbaz yapmaya müsaittir.

Çok öksüren zayıf çocuklarda ve ihtiyarlarda da ansızın (fitık) hasil olur.

\*\*

Boğumlu, düğümlü fıtığın alâmetleri — Bundan evvelki yazımızda izah ettiğimiz boğumlu fitık, çatlakların en tehlikelidir. Hastayı ölüme kadar sürükler. Bunun belirtileri şöyledir: Bir kimsede fitık bulunsun bulunmasın, karnında ansızın şiddetli bir sancı, bilhassa fıtığın baş göstereceği yerde kuvvetli bir ağrı, barsak tıkanması ve kusma görülürse, boğumlu fitık şüphesi hatıra gelmeli ve derhal doktora müracaat etmelidir. İhmal edilen her dakika tehlikeyi daha ziyade artırır. Ölüme yaklaştırır. Herhalde acele bir ameliyata ihtiyaç var demektir. Kendisinde eski bir fitık bulunan bir kimsede ansızın kusma, inkıbaz ve fitık yerinde sancı hissederse, derhal muayene olmalı ve fıtığın boğumlu fitık haline gelip gelmediğini öğrenmelidir.

\*\*

Tedavisi — Fitık için yapılabilecek iki şey vardır: Ya bir kasık bağı bağlamak veya ameliyat masasına yatmak... Fakat bunu üzerinde eskitmiyerek ameliyat olup o derdi başından defetmek en eslem tarihtir, en doğru yoldur.

Kasık bağına gelince: Diyebiliriz ki çatlağına uygun, acı ızdırıp vermeyen, cildi incidip ağrıtmıyan, deri altına fırlamış barsağı eski yerine yerleştirip ağrı ve sancıları kesen uygun bir kasıkbağı en münasip bir alettir.

Çocuklardaki kasık çatlağı, böyle bir bağ ile gece gündüz hiç çıkarmamak şartıyla bir sene muhafaza altına alınır, bir çok vakalarda ameliyat olmuş gibi tam bir tedavi sağlanır. Açılan delik kendi kendine kapanır. Çocuklarda kasıkbağı tatbik etmek için, yaş meselesi mevzuubahs değildir. Üç beş günlük çocuğa bile bağlanabilir. Yeter ki içeri su sızdırmıyarak ve kolaylıkla yıkanıp temizlenebilecek bir maddeden yapılsın. Çocuğun fıtığı tamamen geçtiğine kanaat getirdikten sonra, altı ay daha kasıkbağına bağlamaya devam etmelidir. Büyük adamlarda ise, kasıkbağının fitığa tam uygun olması ve yukarda saydığımız vasıfları haiz olması şarttır ki bunun doktor reçetesiyle, ısmarlama olarak yaptırılması şarttır. Pazardan hazır olarak satın alınan bağlar hiç bir zaman istenilen neticeyi vermez.

Çatlağına uygun olmıyan fena bir kasıkbağı, pek adi, basit bir çatlağı boğumlu fitık haline getirebilir ve tehlikeyi davet eder. Şurası da unutulmamalıdır ki, her fitıklının iki tane kasıkbağı olmalıdır. Bir kaza vukuunda koptuğu takdirde tamir edilinceye kadar ikinci bağ kullanılır. Çatlağı bağısız bırakmaya gelmez.

Kasıkbağının çatlak üzerine gelen yastığının temas ettiği deri, daima (Oksid dözenk) denilen toz ile veyahut Talk ile pudralanmalıdır. Çocuklarda dahi bu pudralanma ihmal edilmemeli ve bunlar daima büyümekte olduklarından, büyüdükçe yeni bağlarla eskileri değiştirilmelidir.

Gençlerde dahi fitık çocuklarda olduğu gibi, uygun bir kasıkbağı kullanıldığı takdirde bir, iki sene zarfında çatlağın tamamen geçeceğine inanılabilir.

Ameliyat fitık tedavisi için en uygun olan bir harekettir. Bunun hiçbir tehlikesi olmamakla beraber, yeni metotlarla yapılan ameliyatlarda bir iki hafta zarfında hasta ayağı kalkar. Gerek hayalara ve gerek herhangi bir uzva sakatlık vermez. Yaşlı adamların çok eski çatlakları dahi bir ameliyatla iyi olur.

Çatlak tedavi edilmediği takdirde insanın başına şu dertleri açabilir: 1 — Varicocele = damar düğümlenmesi, 2 — hydrocele — haya torbasına su birikmesi, 3 — hemotocele — haya torbasına kan dökülmesi vesaire..

Son olarak şunu da arz edelim ki, bazı şarlatanların fitık tedavisi için diyerek yapıp piyasaya sürdükleri losyonlara ve yakılara katıyen inanmayınız. Ameliyattan şaşmayınız. Mütenasip kasıkbağından vazgeçmeyiniz. Ameliyat oluncuya kadar.

## YEŞİL KIBRIS KÖŞESİ

Canımdan fazla sevdiğim (Yeşil Kıbrıs) için bütün (Türk Âlemi!) ayaklandı! Gazeteler hep bir ağızdan dehşetli kalemleriyle bütün dünyaya ilân ediyorlar ki (Kıbrıs Türk)tür! Türkiyemizin ayrılmaz bir parçasıdır! (Kıbrıs namına!) çeşit çeşit cemiyetler, kurulmuştur. Bütün gençler olanca kuvvet ve kadretleriyle çalışıyorlar! Ve Kıbrıs Rumların pençesinden kurtarmak istiyorlar! Yalnız büyük hükümetimiz değil, Avrupanın bir takım hükümet ve milletleriyle o koskoca Amerika da Türklerin tarafını tutuyorlar!

Hiç şüphe yok! En doğru yol da budur! Kıbrıs elden giderse yalnız (100) bin sadık Türk değil, Anadolumuzun cenup kısmı da tehlikeye düşecektir. (Mersin)den İskenderon, (Hatay)ın son sınırına kadar olan (sahil)ler korsanların, eşkıyaların hücumuna uğrayacaklardır.

Bu cihetle ne yaparsak yapalım, Kıbrıs kurtaralım! Kabil olursa Türkiyemizle birleştirelim, ilhak edelim. Başka çare yok! Olamazsa İngiliz idaresinde kalarak (Statuko)yu muhafaza ettirelim! Çok ümit ederim ki (Milletler Cemiyeti) de Türkiyemizin haklı olduğunu kabul edeceklerdir.

Hiç şüphem yoktur! Reisicumhurumuz Sayın Celâl Bayar'la Başvekilimiz Sayın Adnan Menderes de bu hayırlı işimiz için kalben ve ruhan çok çalışıyorlar! Kıbrıstan gelen Heyetimiz de eksik olmasınlar çok gayret ediyorlar! Türkiyede bulunan (Kıbrıs Türk Kültür Cemiyeti)nin Federasyon Merkezleri de çok büyük himmet ve gayretle can feda edercesine uğraşıyorlar.

Londraya giden aziz Türk heyeti de Amerikaya gitmiştir. Orada siyasî faaliyette bulunacaktır. Cenabı Allah muvaffak etsin!

## SEÇME BEYİTLER - GÜZEL ŞİİRLER

Akçayı israf eylemekten kendini sakın .  
Düşman eline kalırsa kalsın dostuna muhtaç olma tek.

\*\*

Verakı mihri vefayı kim okur, kim dinler

\*\*

Ancak hayalden gelir insana tesliyet  
Pür iğbirardır yüzü gülmez hakikatin

## LOKMAN HEKİMİN İLAÇ DOLABI

### Tansiyonları çok yüksek olmayanlara tavsiyem!

50 — Kavun, kayısı, zerdali gibi meyvaları bol bol yedikten sonra üstüne (2—3—4) bardak su içilirse bir çok kimseler amel olurlar.

5 — Kızılıçık, ayva, vişne ve hattâ ekşi eimaların bir kısmı kabızlık, peklik verirler. Bunlarla beraber liynet veren kayısı, zerdali incir yenilirse peklik hassaları azalır. Hiç derecesine düşer.

52 — Çocuklarda ve hattâ büyüklerde zuhur eden ishallerle karşı rendelenmiş yeşil elma yedirmenin çok faydası vardır. İlâç gibi tesir eder. Hattâ Almanlar bu çeşit elmalardan (Aplon) namında bir ilâç yapmışlar ve satışı çıkarmışlardır.

53 — Sirkeye batırılıp iyice kurutulan petrol lâmbalarının fiilleri daha parlak ziya verirler.

54 — Pişirilmiş kola ile ütülen gömlekler, çiy kola ile ıslatılıp ütülenlerden daha yumuşak olurlar.

55 — Rutubetli bir yere telli çalguları, hattâ piyanoyu bırakmayınız.

56 — Apartıman içinde saklanan çiçek saksılarını hava ve ziyadar bir yere koyunuz.

57 — Renksiz ve bozulmaz bir tutkal yapmak için içerisine bir miktar (Borak) ilâve ederek ısıtınız.

58 — Koparılmış ve suya konulmuş çiçeklere bir komprime aspirini atarsanız çiçekler daha çok dayanır ve solmaz.

59 — Yağlı boya sürülecek bir yere ikinci katı sürmeden 48 saat sonra sürünüz.

60 — Bir yerin boya kokusunu gidermek için oraya bir tas içerisinde 50-60 gram (Sülfrik asid) koyunuz.

61 — İç çamaşırınızın eskimemesi ve sıra ile kullanılmaları için birer numara işletiniz.

62 — Aletleri ıyığı ile yağlamayınız, içlerindeki tuz onları kemirir.

63 — Ciğerlerinize lâzım olan temiz hava kadar cildinize de su lâzımdır. Yani sık sık yıkanmalısınız.

64 — Hazimden şikâyet edenler, yemesini içmesini bilmiyenlerdir ve dişsiz olanlardır.

## SÖZLERİN ÖZÜ - ATALARS ÖZÜ

Yazan : Esat İleri Tepeköy

Ağlatırsa mevlâm, bir gün güldürür.  
Ağızdan çıkamı kulağın işitsin.  
Ağızını açacağına gözünü aç.  
Ahmak ahmağı bulur.  
Ahmak oldur dünya için gam yiye, ne bilirsin kim kazanır, kim yiye

Ak akça kara gün içindir.  
Ak koyunu görüp içi dolu yağ sanma !  
Akacak kan damarda durmaz.  
Akar suya dayanma, el oğluna inanma !  
Akçanın gittiğine bakma, işin bittiğine bak.  
Akıl gibi sermaye olamaz.  
Akıl tecrübe ile kemal bulur.  
Akıl akıldan üstündür.  
Akılsız başın zahmetini ayak çeker.  
Akıllı katar, katar yer, akılsız satar yer.  
Akıllı düşman, akılsız dosttan iyidir.  
Akla geleni işleme, her ağacı taşlama.  
Akla gelmiyen başa gelir.  
Akıllı isen açma sırrını dostuna, zira dostunun dostu vardır, oda söyler dostuna.  
Akraba akrabayı atmış, yar başında tutmuş.  
Akrabanın akrabaya akrep etmez ettiğini.  
Akşamki işini sabaha bırakma.  
Alacakla borç ödenemez.  
Alçak yerde yatma sel alır, yüksek yerde yatma yel alır!  
Alçak eşeğe kim olsa biner.

### KİFİDES MÜESSESESİ

#### 40 YILLIK BİR TEDAVİ DAİRESİDİR

En mükemmel sağlam, kibar ve tabii imiş gibi kol, ayak, bacak ve en güzel dayanıklı mide, karın korseleri de yapılmaktadır.

Beyoğlu İstiklâl Caddesi Elhamra Sineması yanında No. 4

Kat 1 — Telefon : 41429

## Yeni hormonlar yaşlı erkek ve kadınlarda neler yapmazlar?

— 1 —

Bir adam yaşlanıp, gerek fikren, gerek bedenen, aşağı doğru gitmekte olduğunu hissedince, asrî tıbbin kendisine ne suretle yardımını dokunabileceğini, derdine nasıl çare bulacağını merak etmeye başlar! Bu hal, çok defa, elli ile altmış beş yaş arasında vuku bulur. Yaş ilerlemesinin bazı alâmetleri, nişaneleri, belirtileri şunlardır : Hatırlama kudretinin ve keskin zekânın kaybolması, veya azalması, çabuk yorulmak, umumî bitkinlikle beraber his ve şehvetin azalması. Bu vaziyetteki kadınların hayızdan kesilmeleri, erkeklerde iktidarsızlık zuhuru. Düşüğü, cinsiyet hayatının sona erdiğini düşünerek muztarip olurlar. Doğrudur, erkeğin yaşlılık hayatına girmesi, kadınların aybaşı âdetinden kesilmesi gibi haller, vücut ve sinirler üzerine şiddetli tesirler yapmaz. Erkeklerde fikrî ve bedenî hareket ve faaliyetinin azalması, tabii değil, bir doktora müracaat etmesi iktiza eden hallerdir.

Gerek kadın, gerek erkek, yaşlılığın asrî şekilde yeni tarzdaki tedavisine (geronotherapy) ismi verilmektedir. Yaşlılığın ilerlemesi, gayet tabii bir şeydir. Bunun arazi, belirtisi olarak meydana gelen, yukarıda zikrettiğimiz alâmetler de endocrine guddelerinin hormon fabrikalarının ifrazatı, sızıntısı olan hormonların azalmasındandır. Gerek fikrî ve gerek bedenî faaliyetlerimizin fevkalâde muhtaç olduğu bu cinsiyet hormonlarını ifraz eden, sızan guddeler de, bezlerde, fabrikalarda diğer azalarımız gibi yorulmuş mahsullerini azaltabilir. İşte bunlara tıbbî şekilde yardım ederek, bedenin ihtiyacı olan hormonların hariçten verilmek suretiyle tedavisine endocrine geronotherapy usulü denilmektedir.

Altmış seksen yaş arasındaki insanlar, tabii surette hayatın tam zevkini çıkaramazlar; çünkü: guddelerinin heyeti umumiyesi faaliyetlerini azaltmaya başlamışlardır. Bu takdirde vücut ile hormon fabrikaları biraz yardıma muhtaçtırlar! Bu yardım da bünyeye bir miktar hormon ilâvesinden ibarettir. İşte asrî hormon tedavisi yaşlı erkeklere (Ömürlerini artırması muhakkak olmasa bile) daha mesut, daha neşeli ve daha sıhhatli yıl dönümleri temin etmektedir.

Orta yaşa vasıl olmuş bir adam, kendisini gençlik zamanki gibi kudretli hissetmezse, kabiliyet ve kudretini korumak ve devam ettirmek arzusunun duyar. Hayata karşı olan hararetini, sevgi-

sini ve hayatın zevk ve neşesini, aşk kudretini mümkün olduğu kadar uzatmak ister.

Yaşı kemale gelmiş erkeklerin onda dokuzu, itiraf edememelerine rağmen, cinsî kudretlerini temin etmek veya artırmak için her türlü fedakârlığa amadedirler. (Arkası var)

## İbret dersi veren Hicaz kanunları

### OTOMOBİL KAZASI YAPANLAR İDAM EDİLİYOR !

Suudî Arabistan hükûmeti, hudutları dahilinde otomobil kazası yapıp ölüme sebebiyet verenlerin ne olursa olsun başının kesilmesine karar verdi.

### İÇKİ İÇENİN CEZASI BİR SENE HAPİS VE 100 SOPA

Suudî Arabistanda içki yasak cezası bir sene hapis. Her ay da meydanda çarşı ortasında 100 sopa, yine 120 riyal verirsiniz bir şişe viski, 60 riyale cin, 30 riyale de rakı bulmak mümkün.

## HÂTIRA

Fidanı al da eline,  
Dik boş dağlara, dağlara.  
Benzedi yurt güzeline  
Çorak Ankara, Ankara..

Dikilince her yıl ağaç,  
Yeşillendi bütün yamaç,  
Kalmadı, boz, sarı, kıraç,  
Bak şu bahara, bahara...

Orman yurt göğsünde ciğer,  
Yar belinde yeşil kemer, 1  
Onsuz her ilk bahar geçer,  
İğne batıra, batıra...

Ağaç en yakındır cana,  
Bak seyrine kana, kana.  
Bul bir çiçek tak yakana,  
Olsun hâtıra, hâtıra.....

Kerim YUND

## Meyve ve sebzedeki vitaminlerin bâzıları

— (A) vitamini :

Çocukların büyümesine ve güzelleşmelerine yardım eder. Mikropların yapışkanlığını meneder. Bu vitamini almıyanların gözleri bulanık görür. Bu vitamin şu maddelerde bulunur: Balıkyağı, yılan balığı, koyun ve sığır kara ciğerleri. Havuç, hindiba, ıspanak, marul, fasulye, yeşil ve kırmızı biber; yumurta, tereyağı, kayısı, şeftali.

— (B1) vitamini :

İnsanın sinirlerini teskin eder. Şekerli gıdaların beyinlerin ayarlanmasına yardım eder. Bu vitaminin eksikliği iştihayı kapar.

Bu vitamin şu maddelerde bulunur. Piliç ve kuzu böbrekleri, ekmek, kuru nohut, yulaf, ton balığı, koyun ve sığır kara ciğerleri, yumurta, fındık ve badem de bulunur.

(B2) vitamini :

Yenilen yemeklerin barsaklardan emilerek kana karışmasına yardım eder ve besleyici muvazeneyi temin eder. Bu vitaminin eksikliği kabızlık, beslenememek ve (Beriberi) hastalığı yapar. Sığır ve dana böbreklerinde, balıklarda, arpa şehriyesi, pazı, kara buğday, patlıcan, öküz böbreği, fındık, ceviz, erik kurusunda bulunur.

— (C) vitamini :

Hazmi ve emilmeği kolaylaştırır. Uzvi toksinleri, zehirleri mahveder. Dişleri kuvvetlendirir. Bu vitamin bulunmazsa kemiklerin sertleşmesine mani olur ve iskorpit hastalığı doğurur.

Maydanoz, frenk üzümü, biberler, tere, taze fasulyeler, kuzu kulağı, portakal, hindiba, limon, kestane, pırasa, lahana, erik, domates, çilek, firenk üzümü, firenk salatasında bulunur.

— (D) vitamini :

Güneş ışığıyla teşekkül eder. Kemiklere kalsiyum toplar. Bu vitamin olmazsa, dişleri çürütür ve kemik hastalıkları getirir. Bu vitamin ekseriya güneş banyosunda toplanır. Güneş banyosuyla gıdalardan balık yağlarında, koyun ve dana beyinleri, ringa, ton ve

yılan balıklarında, sardalya balığında, piliç etinde ve tereyağında bulunur.

— (E) vitamini :

Adale ve sinir sistemini muvazenede tutar. Cinsiyeti erkeklik ve kadınlık duygularını devam ettirir. Bu vitamin olmazsa kısırlık, ademi iktidar, bel gevşekliği verir. Cinsiyet hormonlarını inkişaf ettirir. Bu vitamin Amerikan fıstığında, buğday ekmeğinde, sığır, koyun, dana kara ciğerlerinde, araşist denilen Amerikan fıstık yağında, zeytin yağında, cevizde, bademde ve tereyağında, mercimek, nohutta bulunur.

## LOKMAN HEKİMİN ÖĞÜTLERİ

134 — Bulduğun mevkii, yeri ve kendi kendini hakir, alçak, fena görme! Çok çalış ki yükselisin!

135 — Ben, en tatlı huzuru, ve mükemmel istirahati ve neşeyi tarihî olan fakirane ve perişan odamda bulurum. Çünkü en mesut dakikalarımı burada okuyup yazmak, ve hasta bakmakla geçirmişim.

136 — Gözlerde, yalnız hasreti, ümidi, öfkeyi, hiddeti, sevinci aramayınız! Aşk, güzelliği, hastalığı, mizacı ve hırsı da bulabilirsiniz!

137 — Frengi mikrobu olan Trepomema bir milimetrenin (1000)de (13) büyüklüğündedir. Bunların hepsini öldürebilsek memlekette frengi kalmaz. Frengi mikrobunun en tesirli düşmanı (süblime)dir. Sonra güneşin (ultra viyole)sidir.

138 — Hiç tanımadığınız her hastalıklı insan, sizin en samimi arkadaşınız gibidir. Tramvaylarda, otobüslerde, vapurlarda her yerde rastlarsanız kardeşiniz gibi yardım ediniz. Bu tarzda hareket etmek (büyük insanlık âleminin!) emridir.

139 Hazimsizliği olana en iyi yemek, pişmiş (meyva!)dır.

140 — Hayatınızı uzatmak isterseniz bütün sıhhi bilgileri kanunu içine alan (İslâm!) dinine göre yaşayınız!

141 — Uzun ömürlü ve sağlam olarak yaşamak isterseniz (Sıhhi bilgileri!) öğreniniz ve tamamiyle tatbik ediniz, yapınız!

## Sigara içenlerin başlarına neler gelecek?

48 — Sigara tiryakilerinin burunları koku duymaktan mahrum kalırlar. Güzel kokuları duymazlar. Hattâ en güzel bir kıza mahsus tabii ve nefis kokuları duymazlar.

49 — Sigaradan vaz geçerse burunları güzel çiçeklerin (esans)ların ve kadınların tılıslı kokularını çok güzel hissederler.

50 — Afyon, kokain, eroin kullananlar nasıl birçok hastalıklara uğrarlarsa, sigara, pipo, puro içenlerde de daha çok dertlere yakalanırlar!

51 — Sigara içenlerin akciğerlerinde, kalplerinde, kanlarında her zaman bir (Yangın!) vardır. Ansızın şiddetlenir ve bir yerimizi yakıp kavurur!

52 — Dağlarda, bayırlarda, evlerde yangın olmasına sebepler arasında sigarayı hiç unutmayınız! (İzmarit!) denilen ve atılan sigara parçasını atmaktan ileri gelir.

53 — Yatakta sigara içtikten sonra uyumak isterseniz ilk önce evinizi sigorta ettiriniz. (Vasiyetname!)nizi da daha evvelden hazırlayınız.

## ÇIPLAK KAFA (DIZLAK)

Saçların dökülüp kafanın çıplanması, iki türdür: Ya yaştan ilerlemesi münasebetiyle tedricen saçlar dökülerek baş saçsız kalır veyahut, ateşli bir hastalık, dermansızlık, frengi ve verem gibi bir rahatsızlık neticesi baş çıplak kalır.

Hastalık neticesi dökülen saçlar, bazı defa kendi kendilerine bazı defa da tedavi neticesinde tekrar uzarlar. Hattâ ihtiyarlık neticesi saçları dökülenler bile büsbütün ümitsizliğe kapılmamalıdır. Belki onların da cilt altında saç büyüten zarlar tamamiyle ölmemiş ve teşvik ve tahrik suretiyle tekrar faaliyete geçirilerek saçların büyümesi temin edilir. Saçların, on beş günde bir, sıcak su ile yıkanmaya ve lüzumu kadar fırçalanmaya ihtiyacı vardır.

Dökülmiye başlamış saçlar, içerisine bir miktar amonyak karıştırılmış sıcak su ile yıkanır. Çamaşır sabunu başa kullanılmamalı hafif sarı sabun, daha iyisi, sabun yerine köpürtülmüş yumurta akı kullanılmalıdır. Baş derisi iyice temizlendikten sonra, sert bir havlu ile sıkı sıkı kurulmalıdır.

Bir hastalık sebebiyle dökülmüş saçların tekrar bitmesini temin

için şu ilâç kullanılır:

- 20 Kısım Hintyağı,
- 10 " Cinchona tentürü
- 10 " Buberiye (Rosemary),
- 10 " Jaborandi tentürü,
- 100 " Defne rakısı (bayrum).

Bunlar iyice çalkandıktan sonra baş derisine sık sık masaj yapılmalıdır.

## GÖZ HASTALIKLARI

— 3 —

1 — (Kornea) dediğimiz gözbebeğinin cam penceresi, yaralanmaya ve iltihaplanmaya çok müstaittir. Bu sebeple iltihaplanmış bir göz, ışığa tahammül edemez, dayanamaz. Bu şekilde bir hastalık, çok kızamık çıkardıktan sonra çocuklara musallat olur. Gözün iltihaplanma şekillerinin hepsine birden (Ophtalmia) adı verilir. Bunun alâmetleri, kızarma, sulanma, acıma ve ışıktan hoşlanmaktır. Ziyadan korkmaktır.

Işıktan gözetmek için çocuğun gözüne yeşil bir örtü bağlamak, karşısında lâmba, elektrik, güneş bulundurmamak lâzımdır. Bu sırada çocuğun gıdasına dikkat lâzımdır.

2 — Oftalmiyanın daha şiddetli bir şekli vardır ki bu, verem hastalığı neticesi olarak kornea'nın yaralanmasıyla meydana gelir. Bunu ancak mütehassıs doktor tedavi eder.

3 — Gözde, bir dal parçasının çarpması veya bir parme darbesiyle hasıl olan yara veya bere de şiddetli ve tehlikeli olabilir. Böyle bir kaza zuhur ederse doktora göstermek en emin yoldur.

4 — Ana veya babadan firengi mirasına sahip olan bazı zavallı çocuklar, puslu ve bulutlu bir tarzda görmek hastalığına çok müstaittirler. Bunlar karşularındaki şeyi buzlu camdan seyredir gibi görürler; tedavisi de her zaman mümkün değildir.

5 — "Göz nezlesi"... bu hastalık gözün içinde soğuk algınlığı alâmetlerinin hissedilmesidir. İnsan âdeta gözünün içine bir avuç kum atılmış gibi olur; göz beyazları (conjunctiva) kan hücum etmiş gibi kızarmıştır; sabahları göz kapakları birbirine yapışmış olduğu halde uyanır.

İşe ve vazifeye devamı imkân yoktur. Çünkü göz ışığa katıyen tahammül etmez. Bu göz hastalığı bazan ilk bahar mevsiminde salgın halinde bulunur. Erkek, kadın, zengin, fakir, her yaşta insanlara musallat olur. Yakalanan insan on beş günden evvel bundan yakasını sıyırılmaz.

— 22 —

## RADYODA SÖYLENEN ŞARKILAR

### MESTOLDU GÖNÜL

Söz ve müzik : Osman Nihat

Mestoldu gönül, gözlerini gördüğüm akşam  
Ömrüm senin aşkınla helâk olsa da yanmam  
Zindan kesilir her bir ufuk ; senden uzaksam  
Zülfün beni bağlar ve çeker herneye baksam

### NE FENA TALİHİM VAR

Bir gün görmezse gönlüm seni arar bulanır.  
Ne fena talihim var kimi sevsem el alır  
Gider aşkı elimden bana hicranı kalır  
Ne fena talihim var kimi sevsem el alır.

### FERYAD KI

Feryad ki feryadıma imdat edecek yok  
Efsus ki gamdan beni âzâd edecek yok  
Tesir-i muhabbetle yıkılmış mütecellim  
Virane dili bir dahi âbâd edecek yok  
Nâşâd edecek çoksa da bir şâd edecek yok.

### SEVDİK VE SEVİŞTİK

Akşam güneşinin yaktığı sahillere indik  
Sevdik ve seviştik boğazın nur sularında  
Bir yaz yaşadık her gece bin kerre benimdin  
Sevdik veseviştik boğazın nur sularında

### BEYATİ ŞARKI

Ne bahar kaldı ne gül ah ne de bülbül sesi var  
Ne o cânân ne bir ümit ne gönül neş'esi var  
Çekecek bence hayatın daha bilmem nesi var  
Ne o cânân ne bir ümit ne gönül neş'esi var

— 23 —

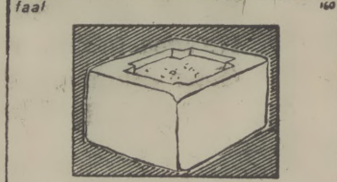
## BİR KADIN KUDURDU!

Adanada oturan 45 yaşlarında Cemile Gündoğdu namında bir kadın iki ay evvel bir köpek yavrusu tarafından ısırılmıştır. Cemile buna ehemmiyet vermemiş, doktora gitmemiştir. Fakat üç gün evvel kudurma alâmetleri gösterince, hastahaneye götürülmüştür. Doktorlar kadını muayene etmişler, kudurmuş olduğunu ve tibben yapılacak hiç bir tedavi çaresi kalmadığı için hastanenin alt katında tecrit etmişlerdir.

Cemile, ihtilâçlar içinde kıvranarak sabaha karşı can vermiştir.

Lokman Hekim — Sizi herhangi bir köpek, kedi, fare, sıçan, kurt ısırırsa derhal hastaneye, Kuduz hastanesine koşunuz! Böyle yaparsanız Allahın izniyle ölümden kurtulursunuz! Benim dediğim gibi yapmazsanız siz de Cemile kadın gibi ahiret yolculuğuna çıkarsınız!

Çık iyi öğreniniz ki kuduza karşı muska, okuma, dua fayda vermez. Allah bunun şifasını, şırıngaya vermiştir.



**beyaz sabun  
çamaşır içindir**



Kremlı

**PURO**  
cildiniz içindir  
PURO sizi güzelleştir

Bol Köpüklü - Nefis Kokulu

**PURO**  
Tuvalet Sabunu 100 de 100 safır

## RİZE ÇAYI



İngiliz çay mütehassıslarının, raporlarında, Hindistan, Seylân ve Cava çaylarından üstün vasıfta olduğunu belirttikleri bu çay bütün bayilerimize tevzi edilmiştir.

Kokusu lâtif, rengi güzel, içimi hoş olan bu çayı meraklılara bilhassa tavsiye ederiz.

TEKEL

**HER EVDE BULUNMASI LÂZİM KUVVETLİ  
BİR ŞİFA İLACI  
ALJİL**

Soğukalgınlığından, romatizmadan ileri gelen bel ağrılarını, göğüs sancılarını, omuz ve ense sızılarını, oynak yerleri, eklem-leri saran uyuşuklukları çabuk geçirir. Diş ağrısını keser, çeşitli başağrılarını yok eder.

Bacakları tutan (Siyatik)e, etleri, sinirleri kavıyan roma-tizmaya karşı en kuvvetli bir ilâçtır. Yatmazdan evvel bir tane tablet alınır çok terletir ve soğukalgınlığını ve ateşi giderir.

## SEDO - GYNOESTRYL

Ay başı âdetini geç gören, vaktinden evvel âdetten kesilen kadının sinir bozukluğunu, çarpıntısını, iç sıkıntısını, uykusuzluğunu, baş ağrısını geçirir. Yumurtalıkları işleten, en mükemmel bir (Hormonlu) sinir ilâcudur. Damla ile alınır.

## YODO PEPTON KÂZİM

Bu ilâç (tansiyon) u düşürür. İhtiyarlığı çikiktirir. (Damar sertliği) ni giderir. Vücudu kuvvetlendirir, güzelleştirir.

## HEPAMOKYL

Karaciğerin hülâsası, özetidir. En kuvvetli bir ikan şurubu) dur. Bu ilâcı içenin çehresi pembeleşir, yanakları Amasya elması gibi kırmızılaşır. Dudakları kirazlaşır. Vücut ve sinir kuvveti artarak çok güzel endamlı olur.

## BİROBİN

Kansızlıktan ileri gelen halsizliğe, kuvvetsizliğe benzsizliğe, istahsızlığa, (bünye) bozukluğuna, sinir zayıflığına şifa ve kuvvet veren en mükemmel (çelik şekerlemeleri) dir.

Sahibi :

*Profesör agrêgé Dr. Hafız Cemal Lokmanhekim*

Mecmuanın yazı işlerini fiilen idare eden:

*Fatma Sabiha Lokmanhekim*

**İdare merkezi: Lokmanhekim'in Afiyathanesi**  
**İstanbul Divanyolu No. 104**

Senelik Abonesi 650 Kuruştur. Altı aylığı 400 kuruştur.  
Muamelemiz peşindir

Yabancı memleketlere senevi (15) Şilin. Kıbrıs'a (10) Şilindir.  
Altı aylığı (5 1/2) Şilindir.

Sigortalı gönderilmek şartıyla Kıbrıs posta pulları da kabul olunur.  
Her hakkı muhafuzdur.

*Türkiyede abone paraları için damga ve posta pulları da kabul olunur. Taahhüthü gönderilmek şarttır.*