

се даде възможност да се използват хубавите гори и ще се подобрят съобщенията.



Строящото се пристанище.

Василико може да се съживи.

Василико може да стане любимо лѣтовище. Елате и се увѣрете!

Д-ръ В. Ив. Неновъ

Здравни практически съвети

8. Навѣхване

Навѣхването често се случва при работа, ходене, бѣгане и скачане. То засѣга най-вече китката на ржката, а още по-често глезенните стави. Достатъчно е едно стѣпване накриво, подхлъзване, падане. Ставните връзки — на крака или ржката — се разтѣгатъ, силно изопватъ и дори скъсватъ.

Когато това се случи, пострадалиятъ изпитва силна болка въ навѣхналата става. Тази става бързо затича и, ако е имало разкъсване на малки кръвоносни съдове, кожата на ставата посинява.

Какво да се прави?

Незабавно пострадалата става трѣбва да се остави въ пълненъ покой. Болките могатъ да се облекчатъ, да се облекчи и зати-