

RE

LIBRARY

of

N. MIKHAIL BISHARA

مكتبة

نجيب ميخائيل بشاره

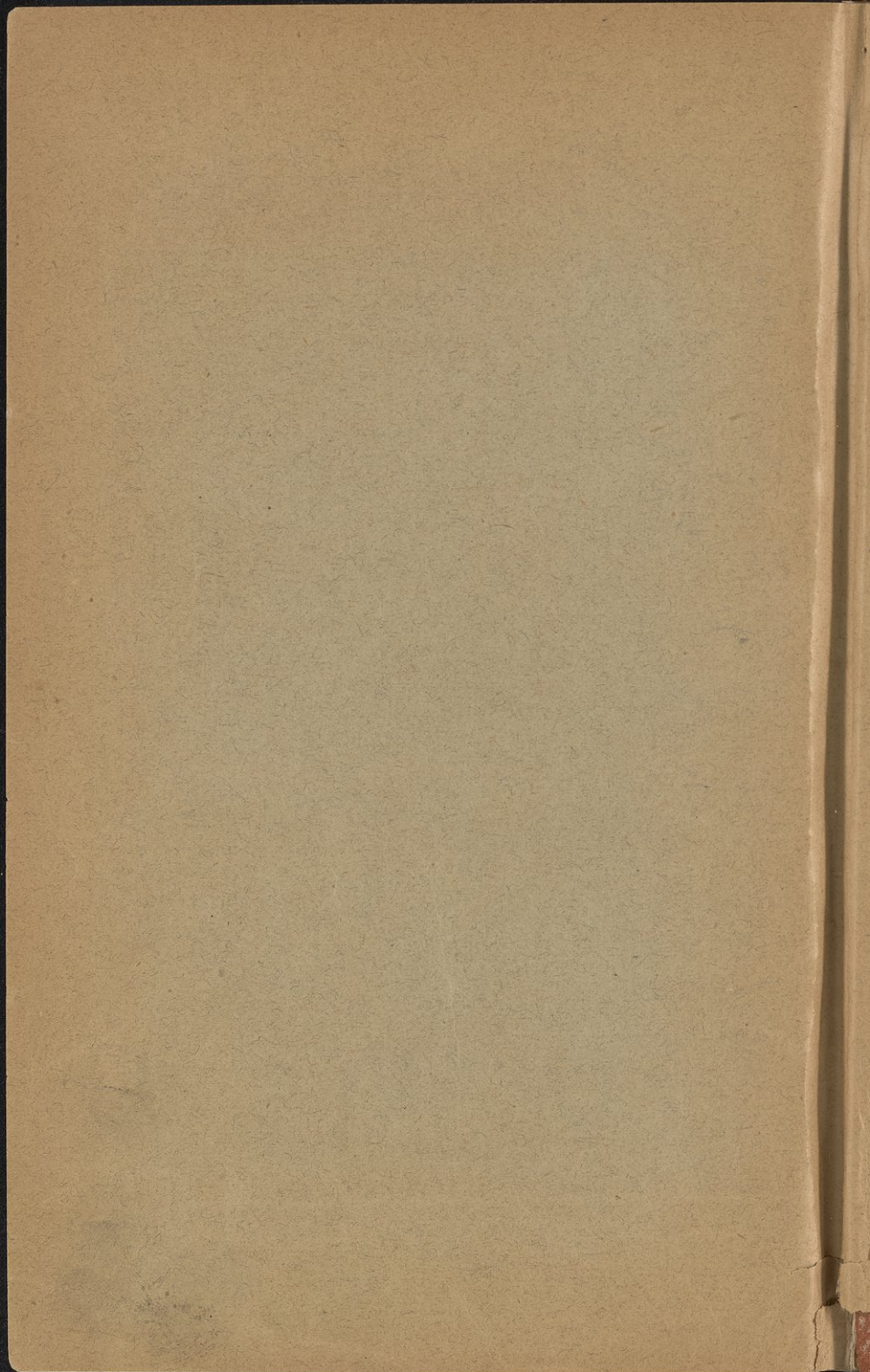
Name اسم الكتاب كفاية بعلم في حفظ الحروف العربية لإسحاق

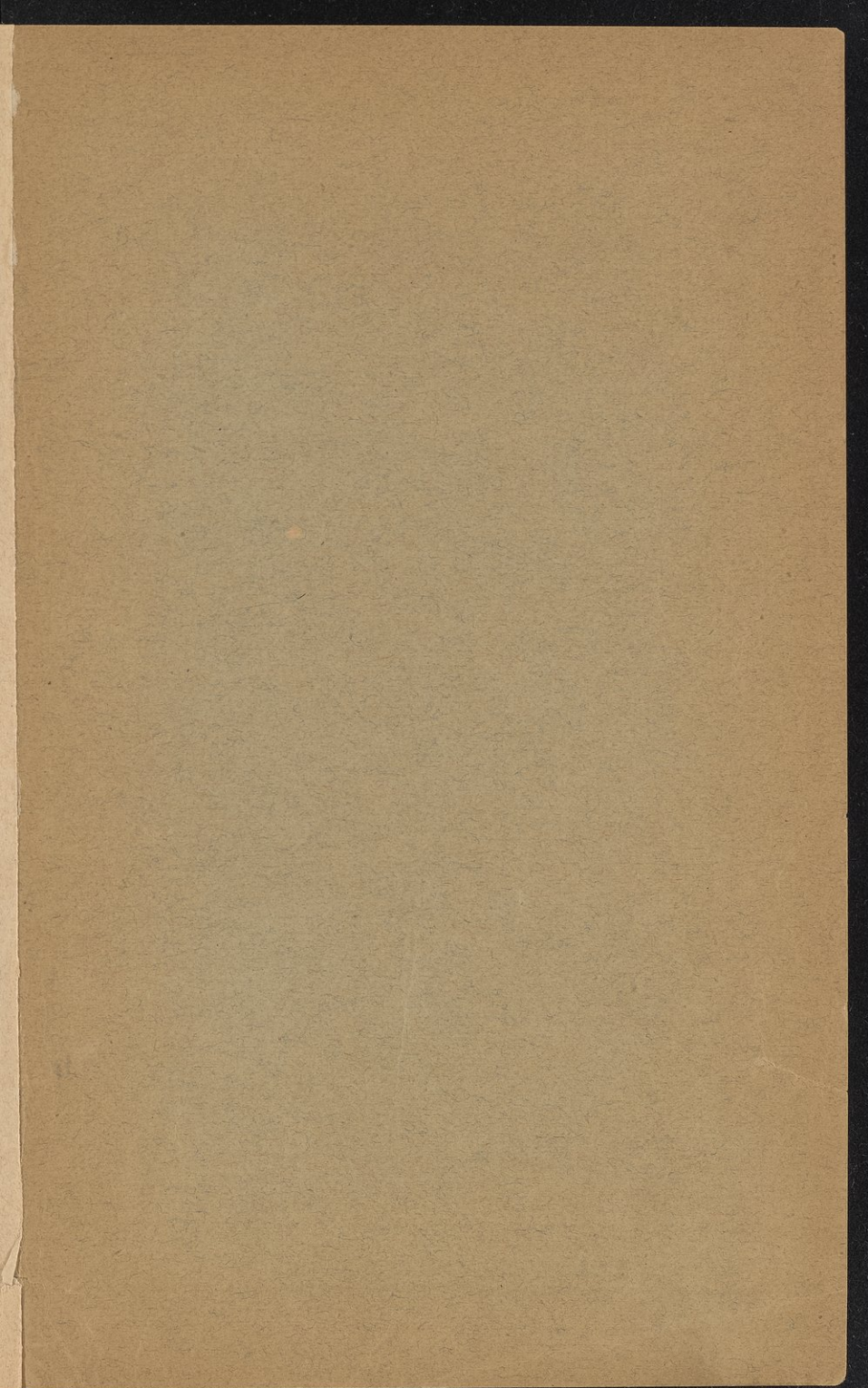
Author المؤلف الدكتور بيضا ورتاق

Subject الموضوع علوم

Language اللغة عربي

No رقم ٤٤





كفاية العوام

في

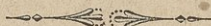
حفظ الصحة وتدير الأسقام



وهو مجموع فوائد عامة تتعلق بحفظ الصحة وتدير المرض عند غياب الطبيب



العافية تاج على رؤوس الأصحاء لا يراه إلا المرضى



تأليف

الدكتور يوحنا ورتبات

عضو الجمع الطبي الجراحي في ادنبرج وجمع علم الامراض الوافدة في لندن



طبعة ثانية بعد التصحيح والزيادة

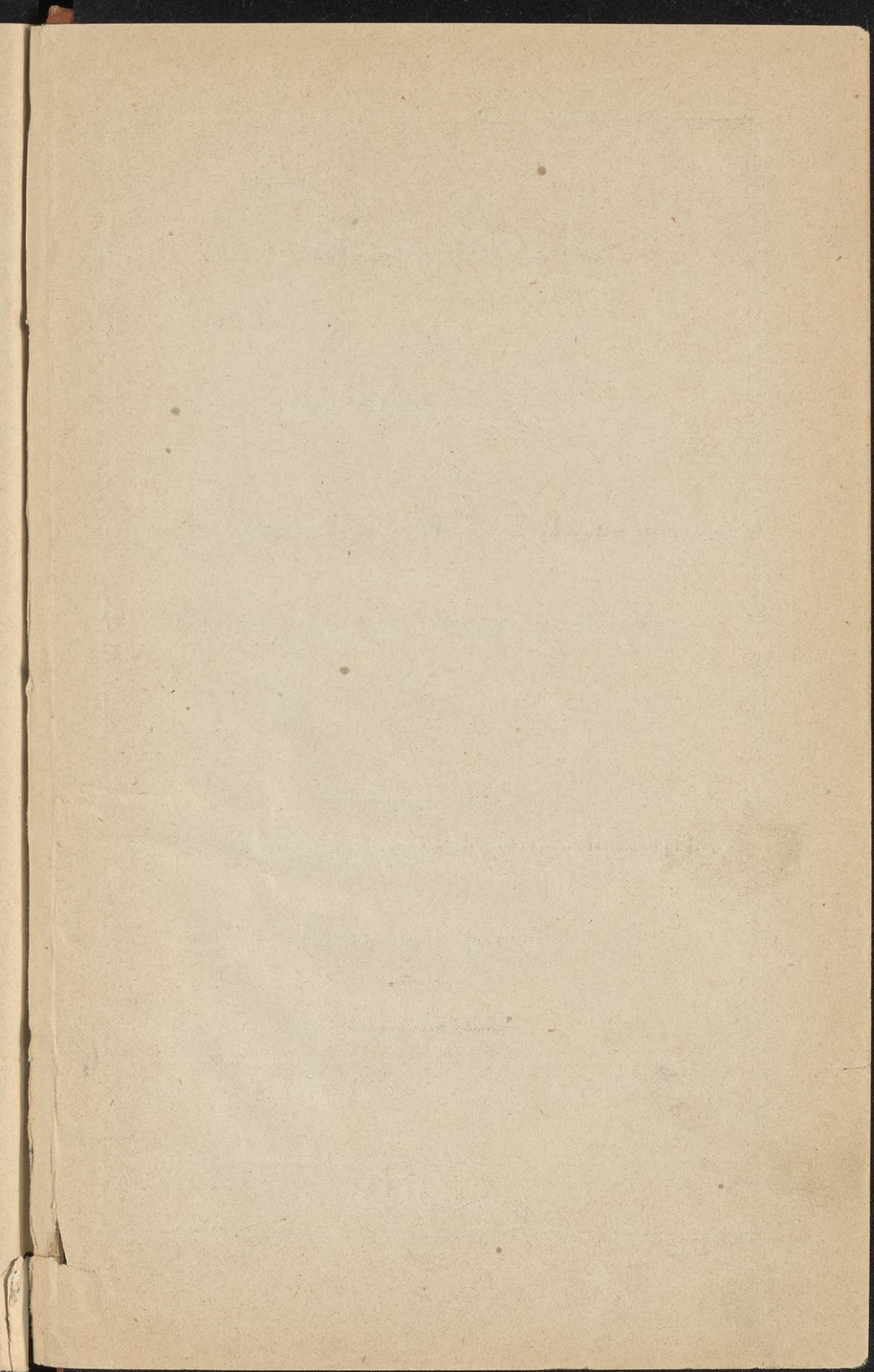


حقوق الطبع محفوظة

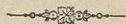
بالرخصة الرسمية من نظارة المعارف العمومية الجليلية نمرة ١٨٥ في ٢٩ ايلول

سنة ١٢٠٨

المطبعة الامبركانية في بيروت سنة ١٨٩٢



فهرس



صفحة

١

المقدمة

القسم الاول في حفظ الصحة

٧

الفصل الاول في عمر الانسان وادواره

١٦

الفصل الثاني في الجنس

١٨

الفصل الثالث في الازوجة

٢٢

الفصل الرابع في الاستعداد الإرثي للمرض

٢٨

الفصل الخامس في العادة

٢٢

الفصل السادس في البنية

٢٥

الفصل السابع في الهواء

٤٨

الفصل الثامن في النور

٥٢

الفصل التاسع في الحرارة

٥٧

الفصل العاشر في اللباس

٦٢

الفصل الحادي عشر في التربة والمواضع

٦٧

الفصل الثاني عشر في الاقليم وهو المناخ

٧٥

الفصل الثالث عشر في المساكن

٨٢

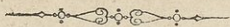
الفصل الرابع عشر في المدافن

صفحة	
٨٥	الفصل الخامس عشر في المياه
١٠٢	الفصل السادس عشر في الطعام والشراب
١٢٥	الفصل السابع عشر في الرياضة
١٤١	الفصل الثامن عشر في الاستحمام
١٤٧	الفصل التاسع عشر في النوم
١٥٨	الفصل العشرون في الوقاية من الأمراض المعدية
١٦٤	الفصل الحادي والعشرون في وسائل التطهير

القسم الثاني في الامراض الغالبة وتديرها عند غياب الطبيب

١٦٧	الفصل الاول كلام عام في المرض
١٧٧	الفصل الثاني في الامراض الغالبة وتديرها
٢١٢	الفصل الثالث في الآفات والعوارض
٣٢٦	الفصل الرابع في الحمل والولادة وتدير النفوس والاطفال

مقدمتہ الطبعۃ الاولى



علم حفظ الصحۃ یبحث عن کل ما یعلق بکلیات الحیاة الی تنوقف علیہا
سلامۃ الجسد والعقل . وهو من افضل العلوم فائده لانہ لما كانت الصحۃ الشرط
الاول لاجراء اعمال الحیاة علی ما ینبئ واصلاً تنشأ منه لذۃ الوجود لم یکن
للانسان ان یقوم بہذہ الاعمال ویتمتع بخیرات الدنیا الا اذا کان صحیحاً سلیم الجسد
والعقل . ہذا وان فی حفظ الصحۃ دفعاً للامراض واسبابہا والتعرض لاختطار
الموت وکدر النفس الذی کثیراً ما یحدث عن علۃ جسدیۃ . فانہ من الامور
المقررة الی لا تتحمل شیئاً من الشبہۃ ان الاعمال العقلیۃ والادیۃ تعمل عملاً عظیماً
فی حالۃ الجسد وان لحالۃ الجسد تأثیراً شديداً فی العقل یبحث انہ لا یکن فصل
ہذہ التأثيرات المتبادلۃ علی الاطلاق . وعلی ذلک یكون علم الصحۃ مداراً لكل
ما یعلق بخیر الانسان وراحۃ ولذتہ فی ہذہ الحیاة

الحیاة کیفیۃ خاصۃ بالنبات والحيوان دون الجماد تنشأ منہا اعمال تمیزہا
عن الاجسام الخالیۃ من المبلد الحيوي كالتحجر والماء والهواء الی فقدت حیاتیہا
كالشجرۃ اليابسة والحيوان الميت . واعمّ ہذہ الاعمال قوۃ الاغناء والنمو والتولید
المشترکۃ بین النبات والحيوان فان بزرۃ الشجرۃ والحيوان الصغیر یفقدان من
المواد الخارجۃ عنہا ونیمان ویولدان جسماً جدیداً من جنسہما . ثم لما کان الحيوان
اعلی رتبۃ من النبات فی الصفتۃ الحيویۃ ظہرت فیہ اعمال ارفع درجۃ ما یشاهد
فی النبات اخصہا قوۃ المحس والحركۃ الاختیاریۃ الموقوفۃ علی اجهزۃ خاصۃ تمکنہ
من الشعور باللذۃ والالم والانتقال من مکان الی آخر . واما الانسان فانہ اعلی
الحيوانات رتبۃ وبناء ووظیفۃ وتمیز عنہا جمیعاً بالنفس الناطقۃ

وهذا العلم قديم جداً يستقصى الى زمن ابقراط او ما قبله وكثرة الكتب التي
 وُضعت له من ذلك العهد الى الآن دليل على اهميته. وقد جعله العلماء واهل
 السياسة والحكم علماً قائماً بنفسه وقسماً من الاحكام المدنية يُنظر فيه الى خبير الافراد
 والعموم. وصارت بعض قوانينه من الامور الجبرية كتنظيف الشوارع والازقة
 والسجون ومنع مبيع اللحوم المريضة والخضراوات المتعفنة وغش الماكولات بمواد
 مضرّة وكيفية دفن الموتى ووضع المدافن في اماكن بعيدة عن السكن الى غير
 ذلك من المشهور. وجعلوا في بعض الممالك التلقيح للجذري وفحص المصابين
 بالامراض المعدية والبحث عن نقاوة المياه وانتشار العسل الوافدة من متعلقات
 الحكم المدني. فكانت النتيجة من ذلك نقصاً ظاهراً في عدد الموتى كما اتضح من
 سجلات الولادة والموت في المدن والبلدان ولا سيما بين العساكر الخاضعين جبراً
 لقوانين الصحة التي يلزمهم بها عانها

غير ان الصحة امر نسبي فان القياس الصحي لواحد قد يكون دون المطلوب
 لآخر لان ضعيف البنية نحيف الجسم بظن الخلو من السم والمرض والالم كال
 الصحة وهو كذلك له على ان هذا القياس مضحك للتفوي الذي يتعاطى الاعمال
 الشاقة ويكاد لا يشعر بالتعب. وعلى هذا تكون صحة الطفل وصحة البالغ وصحة
 النساء والرجال واهل البر والمدن وقوي البنية وضعيفها شيئاً مختلف القياس.
 بل هي صورة عقلية مركبة من الصفات الجيدة التي تشهد في اشخاص مختلفة
 كاحتمال التعب وبشاشة الطبع ومقاومة البرد والحرق وسوء المناخ والمعيشة واسباب
 المرض. وهذا هو السبب في تمييز افراد البشر بالقوة والضعف والشدة والرخاوة
 والتوسط بينما فلكل قياس يطلبه ويندر من بظن انه نائل درجة الكمال كما انه
 يندر من يعرف قيمة الدرجة المتوسطة كما قيل العافية تاج على رؤوس الاصحاء
 لا يراه الا المرضى

لا يعرف الصحيح قيمة لما كان من الصحة حتى يبتي

يبدأ بقواعد الصحة بتدبير صحة الأم وهي حامل ليكون نمو الطفل اقرب الى الكمال ما امكن ثم يُنظر فيها بعد الولادة الى ما يتعلق بادوار الحياة الثلاثة وهي دور النمو الذي يشمل زمن الطفولية والشباب ودور البلوغ اذ يبقى الجسد بحسب الظاهر ثابتاً لا يتغير ودور الانحطاط اذ يأخذ الجسد بالانحلال الذي يرافق الشيخوخة والهرم ويندر بنهاية الاجل المحدود للحياة. ويُنظر الى هذه الادوار الثلاثة من حياة الانسان اولاً باعتبار الاحوال الطبيعية التي تحيط به من الشروط الضرورية للحياة كالهواء الذي يتنفسه والماء الذي يشربه وطعامه الذي تنشأ منه كل اعماله الجسدية والعقلية والتربة التي يعيش فيها والشمس التي يتدفأ ويستنير بها الى غير ذلك من متعلقات الطبيعة. ثانياً باعتبار كونه خضوعاً في الهيئة الاجتماعية من حيث العوائد والصنائع والمسكن واللباس وما اشبهها. ثالثاً باعتبار كونه فرداً مستقلاً من حيث آرائه واحساساته واماله ومطالبه وعاداته الشخصية فانها جميعها عاملة في الصحة محتاجة الى الضبط والحجز

غير انه كثيراً ما يكون الانسان موضوعاً في حالات خارجة عن سلطته. فان الهواء النقي مثلاً ضروري للصحة وربما لم يكن للانسان خيار في نفسه ولو كان فاسداً وربما لم يكن في طاقته ان يمنع الغير من افساده والاضرار بصحته وخيره رغماً عما يستطيع الحكم من اجرائه من القوانين. وهكذا في امر المساكن والصنائع التي كثيراً ما لا يستطيع الانسان ان يتنقل منها الى غيرها. على انه في وسعه ان يطلع على ما يؤول الى حفظ صحته ويراعي ضوابط كثيرة ترشده الى ذلك حتى اذا شملت البيوت والعيال أدت الى اسباب السرور ومنع المرض وإطالة العمر

اختلف العلماء في تقسيم هذا العلم فقسمة بعضهم الى صحة الافراد وصحة العموم وصحة العساكر والنوتية. وقسمة آخرون الى العوامل الداخلة في بناء الجسد التي تؤثر في صحة الانسان والعوامل الخارجة عنه التي تؤثر فيها. وقال غيرهم بل يجب النظر الى الصحة من حيث احوال الانسان الثلاثة وهي اولاً كونه فرداً وثانياً

نسبته للاجسام الخارجة عنه وثالثاً التناسل ودوام النوع . ولما كان الغرض من هذا الكتاب افادة الجمهور الذين ليس لهم اطلاع على المسائل الدقيقة الفسيولوجية والمرضية التي يُنظر اليها في التقسيم المذكور جعلناه فصولاً وادخلنا فيها كل ما نلزم معرفته للعامة والعيال وصرفنا المجهود في سبيل البساطة والفائدة

هذا هو الغرض الاول من الكتاب . وبما ان كثيرين يرغبون في الوقوف على تمييز الامراض الغالبة واسبابها ووسائل التوقي منها وتديرها العام ولا سيما اذا لم يكن لهم وصول الى الطبيب اضفنا اليه قسماً خاصاً ذكرنا فيه ما يتعلق بذلك من الفوائد البسيطة التي فهمها لا يعسر على العقلاء والعمل بها نافع سليم العاقبة . فهو قسمان القسم الاول في حفظ الصحة والثاني في الامراض وتديرها العام . والله المسؤول ليكون جزيل النفع للذين يتوقف على صحة

اجسادهم وعقولهم وادابهم خبير البلاد

وخير الذرية التي

تختلفهم

مقدمتہ الطبعۃ الثانیۃ

طُبِعَ هذا الكتاب في سنة ١٨٨١ ونفدت جميع نسخہ وقد رها الف في
اقل من عشر سنين . فكان ذلك دليلاً على انه قد اصاب الغرض المطلوب
وكثيراً ما رآه المؤلف في البيوت التي يدخلها وعرف ان كثيرين بقراؤنه
وفهمونه ويجدون منه فائدة وهو ما قصده في ما يتعلق بصحة الافراد والعيال
من هذا المختصر . ولما نفذ الكتاب ودام طلبه رأيت من الواجب ان يتجدد
طبعة فاعدت النظر فيه وزدته ما خطر لي ان يكون مفيداً . ولما كان فيه
عبارتان او ثلاث سمعت البعض بغير قصد مني فقد غيرتها واقول

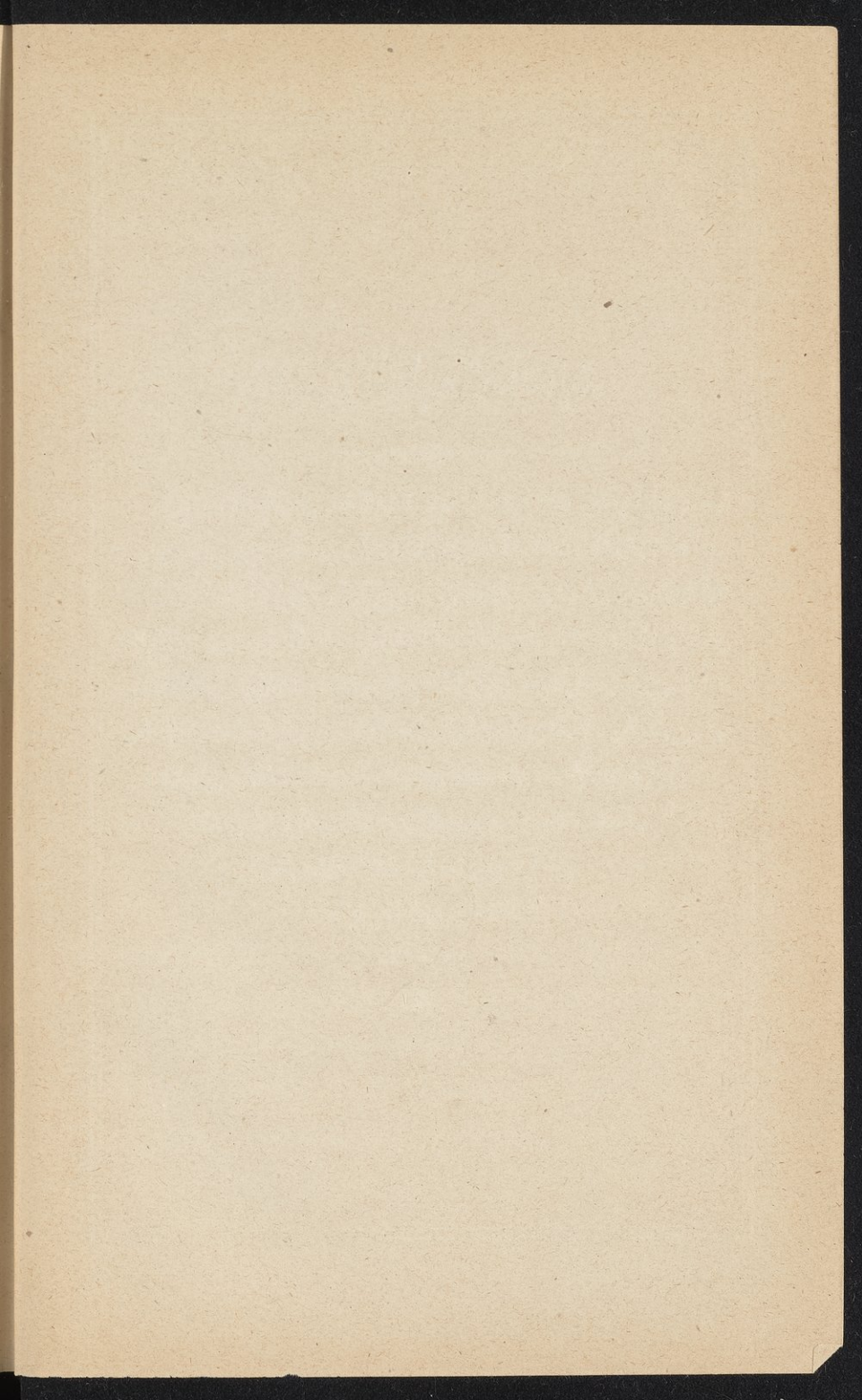
الحق اني لم اعمد الاً خيراً المجهور من حيث ما يتعلق

بعلم حفظ الصحة ولم يتخل لي مرة ان

انعرض للطعن في عنائدي

ملة من

الملل



القسم الاول

في حفظ الصحة

الفصل الاول

عمر الانسان وادواره

العمر هو مدة الحياة وقد ورد في الاسفار المقدسة ان ايام سنينا هي سبعون سنة وان كانت مع القوة فثمانون سنة. ولا ريب ان هذا الاجل هو الاعتيادي فتندر مجاوزته واذا تجاوزته الانسان كان ذلك على سبيل الشذوذ الذي لا يبني عليه قياس. فانه من المحقق ان بعض افراد البشر قد فات مئة سنة من العمر غير ان ذلك نادر جداً خارج عن القياس الطبيعي. وقال جماعة ان عمر الانسان يجب ان يمتد الى مئتي سنة وبنوا هذا الزعم على مراقبة اعمار الحيوانات التي تعيش خمسة اضعاف سن الكال في النمو فذهبوا الى ان الفرس مثلاً يبلغ كمال البناء والقوة في السنة السابعة وانه اذا وافقته كفيات الحياة عاش خمساً وثلاثين سنة وان الانسان لا يبلغ الكال من التركيب الجسدي قبل الاربعين فيجب ان يعيش مئتي سنة. وفساد هذا القول ظاهر من وجوه كثيرة اخصها انه لم يبلغ احد هذا السن مع اختلاف كيفية الحياة بين افراد البشر في كل صنف ومكان

الانسان بطيء النمو بالنسبة الى جميع الحيوانات فلا يستطيع ان يهتم بامر معيشته الا بعد ولادته بضع سنين ولا يبلغ اشدّه من قوة الجسد والعقل الا بعد سنة العشرين. والظاهر ان هذا التأخر في عمل النمو ضروري للرتبة العالية التي يبلغها اخيراً لاننا نشاهد في جميع الخليقة الآلية اي الحيوانات والنباتات ان اعلاها رتبةً هو ما يقضي زمناً طويلاً في الاستعداد لكامل النمو وطول العمر كما يظهر من مقابلة شجر السند بان نبات القرع. ومن الفوائد الجلية لبطوء النمو في الجنس الانساني ارتباط العيال وامكان وسائط التعليم التي تورث الجبل التالي ما اكتسبه الجبل السابق من تهذيب العقل والآداب

وقد بحث بعض العلماء بحثاً دقيقاً في سجلات الموتى فظهرت لهم نتائج كئيبة خلاصتها على ما يأتي:

اولاً بحث المعلم برداخ في مليون من الموتى فرأى ان ٥٨٢٧١ ماتوا في الست عشرة سنة الاولى من العمر و ١٠٥٤١١ في الثلاث والخمسين سنة التابعة و ١٢٥٢١٨ في ما بقي من العمر. وقال العلامة دراير ان ٢٢ في المئة يموتون قبل نهاية السنة الاولى و ٢٧ في المئة قبل السنة الخامسة وان تسعة من العشرين يموتون قبل السنة الخامسة عشرة وان نصف البشر يموتون قبل السنة الخامسة والعشرين وان معدل العمر نحو ٢٢ سنة. وقال العلامة لني ان الموت النسبي يكثر في السنين الخمس الاولى ثم ينقص الى زمن البلوغ فيكثر حينئذ الى السنة الثالثة والعشرين ثم ينقص الى السنة الستين ثم يزيد بين الستين والسبعين ولا يتجاوز هذا السن اكثر من واحد في ثمانية من افراد البشر

ثانياً ان خطر الموت اشد على الذكر منه على الانثى الى الشهر السادس بعد الولادة ثم يتساوى الى زمان البلوغ ثم يشتد في البنات الى السنة الثامنة عشرة ثم يشتد جداً في الذكور من السنة الثامنة عشرة الى السنة الثامنة والعشرين وهو دليل على ان التمتع بالشهوات لا يضعف الصحة فقط ولكنه كثيراً ما يكون سبباً

الموت قبل اوانه. ومن السنة الثامنة والعشرين الى الخمسين يزيد خطر الموت على الاناث لسبب ما يتعرضن له من الحمل والولادة والارضاع ثم بعد الخمسين يتساوى الخطر بين الجنسين

ثالثاً ان خطر الموت اشد على الاطفال مدة البرد في فصل الشتاء اي مدة شهر كانون الاول والثاني وشباط ثم ينقص كلما تقدم الطفل في السن الى ما بين السنة الثامنة والثانية عشرة فيشتد في الربيع وهو الفصل الذي تشتد فيه الامراض الوافدة ثم يتساوى الخطر او لا يكون اختلاف بين السنة الخمسين فصاعداً فيعود خطر الشتاء كما كان في الطفولية واما في الشيخوخة المتقدمة فاکثر الموت يكون في الشتاء حتى انه صار من الاقوال الجارية عند العامة "ان شباط عدو الشيوخ". ومن الامور المحققة الآن ان اكثر موت الاطفال والشيوخ يكون في الشتاء وان هذا الموت يزيد اذا كان الشتاء كثير البرد وهو دليل واضح على وجوب التحفظ على الاطفال والشيوخ من التعرض للبرد

ومن المعلوم ان الانسان يتقلب في اطوار مختلفة من العمر يصح تسميتها بادوار الحياة. واقسامها الاصلية ثلاثة الطفولية والشباب والشيخوخة ولها اقسام فرعية وهي ١. الطفولية الاولى الى السنة السابعة. ٢. الطفولية الثانية الى الخامسة عشرة. ٣. البلوغ وهو الحلم عند العرب ويمتد الى السنة الحادية والعشرين. ٤. الشباب وهو الى السنة الخامسة والثلاثين. ٥. الكهولة الى السنة الخامسة والاربعين. ٦. سن التمهق الى الستين. ٧. سن الشيخوخة الى الهرم والموت. غير ان هذه الفواصل تقرب ان تكون وهمية لان الادوار متداخلة بعضها في بعض بحيث يتعسر التمييز بين نهاية الدور الواحد وبداية الدور التالي حتى ان بعضهم قال انه لا يوجد الا فاصل واحد في طريق الحياة وهو زمن البلوغ فجميع ما قبله استعدادي له صاعد اليه وكل ما بعده هبوط منه ونهق الى حالة الضعف الاصلية. وقال ايضاً ان تعاقب هذه الادوار لا يكون في جميع الافراد بالسرعة الواحدة ولو كان ترتيبها لا يقبل التحلل لان السرعة

والبطوة موقوفان على المناخ والطعام والمهنة والعوائد والشهوات فنرى هراً
 منتهك القوى وهو لم يجاوز الثلاثين ونرى ابن السبعين قوي البنية نشيط الاعمال
 وان ما عدا الاسباب الطبيعية المهيئة للعجز السريع وتأخر القوة دخلاً عظيماً للوراثة
 في ذلك فان اصحاب البنية الشديدة والعمر الطويل النشط كثيراً ما يورثونها
 لذريتهم وعلى هذا لا يكون مجرد السن دليلاً قاطعاً على وقع الاعمال في ادوار العمر
 الطفل عند الولادة في غاية ما يكون من الضعف ولا يظهر فيه شيء من
 اشارات العقل فلا يدرك شيئاً ما برأه ويسمعه ويقضي أكثر زمانه بين النوم والرضاعة.
 وهو لا يستطيع ان يدور من الجانب الواحد الى الآخر بل يبقى ملقياً كما وضع
 ولا يستيقظ غالباً من النوم الا لسبب الجوع او الألم. ويكون جلده عند الولادة مغطى
 بطبقة بيضاء اولاً ثم تحمر ثم تغيب بعد ايام قليلة. اما المادة الصفراوية المجمعة في
 الامعاء عند الولادة فيخرجها في اليوم الاول والثاني ثم يأخذ الجهاز الهضمي بعماله
 المألوف ولا يتبسم الطفل قبل ما بين ثلاثة وستة اسابيع واذا بكى فلا يذرف دمعاً
 غير انه لا يلبث زمناً طويلاً حتى تظهر منه علامات تدل على ما يرضى به او يبأه
 وعند نهاية السنة الاولى او بعد ذلك بقليل يأخذ بالوقوف والمشي ثم بالمضغ.
 ويبرز غالباً السنان القاطعان المركزيان في الفك السفلي نحو الشهر السابع ثم في
 الفك العلوي ثم القواطع الجانبية بين الشهر الثامن والعاشر ثم الاضراس المقدمة
 نحو الشهر الثاني عشر ثم الانياب نحو الشهر الثامن عشر ثم الاضراس الخلفية بين
 تلك المدد والسنة الثالثة. فتكون جملة الاسنان الى السنة السابعة عشرين سنة عشرة
 لكل فك وهي اربع قواطع ونابان واربعه اضراس. ويقال لها الاسنان اللبنية
 والزمنية وذلك لانها تسقط وتبدل بغيرها بعد السنة السابعة. وهذه يقال لها
 الاسنان الدائمة. واما زمن ظهورها فالغالب الاضراس الكبيرة المقدمة في السنة
 السابعة والقواطع المركزية في الثامنة والجانبية في التاسعة والاضراس الاولى
 والثانية الى السنة العاشرة والانياب من الحادية عشرة الى الثامنة عشرة

والاضراس الكبيرة الثانية في الثالثة عشرة والاضراس الاخيرة ويقال لها اضراس العقل من السابعة عشرة الى الحادية والعشرين. وجملتها ٢٢ سنة ستة عشر لكل فك وهي اربع قواطع ونابان واربعة اضراس صغيرة وستة كبيرة

وبدأ ظهور قوة النطق قبل الشهر الثاني عشر والخامس عشر ومن اول الحروف التي يلفظها الطفل الالف والباء والميم. وحينئذ يأخذ العقل في تمييز التأثيرات الكثيرة التي تطرأ عليه وحصص الفكر في شيء واحد دون غيره. ولا يخفى ان قوة حصر الفكر هو الاساس الرئيسي في الاختلاف بين قوة العقول ومن المعلوم ايضا ان من يتصور الشيء جلياً امكناً غالباً التعبير عنه بوضوح. ولذلك كان جانب عظيم من فائدة بعض العلوم المدرسية كعلم الحساب والجبر والهندسة تمرين العقل على هذه العادة حتى اذا انتقل منها الى مسائل اخرى حصر قوته فيها وادركها حتى الادراك وعبر عنها بالدقة والصرامة

ولا تدل هيئة الوجه في اوائل الحياة الا على اللذة والالم ثم تصير كالمرأة يشاهد فيها كل ما يجري في العقل من الاحساسات والانفعالات الباطنة

معدل طول الذكر عند الولادة ثمانية عشر قيراطاً ونصف وطول الاناث ثمانية عشر قيراطاً وثلث. ويكون نموه سريعاً حينئذ ثم يبطؤ الى السنة الخامسة ثم يكون نحو قيراطين في السنة الى السنة الخامسة عشرة ثم ينقص الى قيراط ونصف ثم الى قيراط ويتم الطول نحو السنة الحادية والعشرين. واما الاناث فانهم اقصر من الرجال وينتهي الطول فيهن قبل الذكور. واهل المدن اطول غالباً من اهل البر وراحة المعيشة ويسرها ما يزيد في الطول خلافاً للفقير والتعب. والطول الزائد لا يجتمع غالباً مع القوة العظيمة وطول العمر

معدل الثقل عند الولادة نحو ست مئة درهم وكثيراً ما يبلغ ثمان مئة وقد يكون الفأ. وهذا يزيد الى سنة الاربعين في الذكور والخمسين في الاناث ثم يأخذ في النقص نحو الستين فيمقد الشخص بعضاً من ثقله وقيراطين وثلاثة ارباع

من طولِهِ اِذَا بَلَغَ الثَّمَانِينَ

حياة الانسان من الولادة الى البلوغ شبيهة بالحياة النباتية لان اكثر ما يطلبه هو الطعام والنوم والرياضة وهي حالة الاقوام البربرية ويعارض هذا الميل عند اهل التمدن بوسائط التعليم العقلي التي تشارك وسائط نمو الجسد والقوة. ويكون نمو القوى العقلية سريعاً جداً الى السنة السابعة ثم يبطؤ شيئاً فشيئاً الى الاربعين فينف حينئذٍ الاً من حيث ما يدخل على العقل من اسباب المعرفة والخبرة. فاذا بدأت الشيخوخة عند الستين اخذ الانسان في الانحطاط الجسدي والعقلي وضعف عمل المؤثرات الخارجية فيه فيظلم بصره ويخف سمعه وبقل فهمه حتى اذا قرأ كتاباً خبير من عدم ادراك المعنى. واذا بلغ الشيخوخة المتقدمة لازم نيته وطلب السكون والراحة متوكئاً على عصاه

من ضروريات الهيئة الاجتماعية ان يضع الشرع حداً لبلدئة سن الرشد وحرية التصرف فجعل اهل الشرق السنة الخامسة عشرة واهل اوربا الحادية والعشرين حد السن المذكور. ولا يخفى ما يظهر في بلدئة سن البلوغ من التغيرات الجسدية التي تحدث للذكر والانثى حينئذٍ وظهور الحياء في الانثى والشجاعة وعزة النفس والافلام في الذكر والمحبة الجنسية في كليهما. الى هذا السن يعيش الانسان لنفسه ولا يطلب اكثر من سد احتياجاته الحاضرة ثم بعد ذلك تصير حياته للمستقبل ويراعى فيها نسبة الفرد الى النوع

واما دور الانحطاط فيبدأ بعد ان يدوم الجسد ثابتاً بضع سنين وربما كان ذلك بعد الاربعين فيأخذ الجسد في نقص القوة وضعف الوظائف وتختفق قوى القلب والتنفس والهضم وتمزل العضلات وتكترش الجلد وتجهد المفاصل وتضعف الحواس الظاهرة وتسقط الاسنان ويشيب الشعر وتصلب الشرايين ويفقد الجسد مرونته وتخني الفامة

قيل اذا كان نمو العقل ساعراً في خطوات نمو الجسد بحيث يزيد اذا زاد

وبنقص اذا نقص كان ذلك دليلاً على ان موت الجسد هو موت النفس ايضاً. وقد انفقت جميع العائلة البشرية على انكار هذا القول وهذا الاتفاق العام برهان على ان الاعتقاد بخلود النفس امر راسخ في البناء الطبيعي لا يخرج عنه الانسان الا بالتربية في الفكر وكرهه الطبع على ما ياباه العقل. هذا وان لاشيء من الهولوى او القوى الطبيعية يصير الى العدم على اتفاق العلماء قاطبة فكيف يمكن مصير النفس وقوامها الى العدم. وخلود النفس ادلة راهنة ادبية ودينية لا محمل لذكرها هنا الا اننا نقول بالاجمال انها مقنعة لأعقل الناس وافضلهم وان هذا الاعتقاد هو السلوى العظوى لقصر هذه الحياة وبطلانها وشرورها

تدبير الاطفال. القواعد الصحية التي يجب الاتفات اليها في تدبير الاطفال هي اولاً انه بعد قطع الحبل السرى للولد يوضع في طبق ماء فاتر ويغسل ويُنظف من الطبقة الدهنية التي تكسوه عند الولادة ثم ينشف بمنشفة ليئة ويلبس ثياباً موائفة. ويجب ان يعاد الغسل مرة كل يوم بلا انقطاع مدة سنتين ثم يلم الغسل مرتين او ثلاث مرات في الاسبوع. اما فوائد الغسل فالنظافة ومنع الامراض التي تنولد من اقدار الجسد والجلد وتحسين الصحة

ثانياً اثواب الطفل تختلف بحسب اختلاف البلاد والفصل غير ان الضابط الصحي في ذلك هو ان تكون واسعة ليئة مؤلفة من قبيص ومنطقة من الفلانلا وثوب طويل يتجاوز القدمين تختلف مادته بحسب الفصل وجوارب قطن او صوف. ولا يصح ان ينام مع والدته بل يُخصص له سرير موافق ويحترز من التطرف في الغطاء لان البرد مضر وكذلك زيادة التدفئة

ثالثاً اوفى الطعام للطفل لبن والدته الذي اعدته له الطبيعة فاذا عُدل الى غيره كان ذلك سبباً عظيماً للضرر. ولذلك يجب قصر الطفل على لبن امه الا اذا كان هناك مانع ظاهر فيبدل بلبن مرضعة صحيحة الجسم فتية السن عمر لبنها يقرب من عمر الطفل ما امكن. ثم ان لبن الام لا يظهر قبل اليوم الثالث

فيكون شبيهاً بمادة صمغية الى ذلك اليوم وهو اوفق ما يكون للطفل لانه يُخرج
المادة الصفراوية السوداء من امعائه . واما عادة النساء في ارضاع الطفل حال
ولادته من غير امه او اعطائه مشروبات مختلفة قصد التغذية او الاسهال فامر
مضرٌ محضاً لان الطفل يولد وفي معدته كناية عن الغذاء الى ان يحضر لبن
والدته وقد شامدنا ذلك مراراً في تشرح الاطفال الذين يولدون موتى . غير
انه يجب ان يقدم الولد لتدني امه بعد الولادة بيضع ساعات فيتعود الرضاعة
ويستخرج المادة الصمغية المفيدة له وينبه الثدي لعمله الطبيعي . واما اوقات
الارضاع فليس لها ضابط بل هي امر تابع لاحتياج الطبيعة وطلب الطفل للغذاء
الذي يتميز بالبكاء وباضطراب طرفيه العلويين ودوران رأسه الى اليمين
واليسار وفتح الفم طلباً للتدني . قيل ان الطفل يحتاج الى ٢٠٠ درهم من اللبن
في اليوم مدة الشهر الاول ثم الى ضعف ذلك في الشهر الثاني . فاذا زادت الكمية
عماً ينبغي اعطائها النبيء او الاسهال . ولا يجوز اطعام الطفل شيئاً قبل الشهر
السادس فيعطى حينئذ قليلاً من الطنبا كالارز ومرق اللحم الخالي من الدهن
ويتدرج الطفل في ذلك الى زمن النظام بين السنة الاولى والثانية فلا يرضع
اقل من سنة ولا اكثر من سنتين

وابعاً لا يخرج الطفل من البيت قبل اليوم الخامس عشر ثم اذا كان
الفصل والطقس موافقين يرسل الى الخارج كل يوم مرة الى ان يتعود الخروج
اليومي طلباً للهواء النقي مع الاحتراس من شدة البرد والحرق
لا يحتاج الطفل في زمن التسنين الاول الا الى ما سبق من ضوابط الصحة
وخلاصتها اللبن الجيد واللباس الموافق والنظافة والاستحمام اليومي بالماء الفاتر
والتعرض للهواء النقي . ثم اذا بلغ التسنين الثاني بين السنة السادسة والسابعة
وجب ارساله حينئذ الى المدرسة ولا فائدة من تعديده قبل ذلك بل ربما اضره
الا اذا كان خفيفاً جداً . لان هذا السن سن النمو السريع فيجب الالتفات الى

الوسائط التي تُؤول الى ذلك مع الحذر ما يمانعه كحصر الجسد في البيت وحصر العقل في الدرس . ويجب ان تكون الممارس فسيحة ذات منافذ موافقة لادخال النور والهواء وان تكون اوقات الدرس مرتبة بحيث انهما لا تمنع الاولاد من اللعب والرياضة وانه لا يُغفل عن قول القدماء ان ما يُطلب هو عقل صحيح في جسم صحيح فلا يغني الواحد عن الآخر

وليس من شيء خصوصي يقال في تدبير السن المتوسط من الحياة الا ما سيذكر في فصول هذا الكتاب ولا سيما في فصل العوائد . واما تدبير سن التفتقر الذي يمد غالباً من السنة الخامسة والاربعين الى الستين فيقوم الاعتدال في كل ما يتعلق بالحياة وتجنب شديد الانفعالات النفسانية والافراط في الشهوات الجسدية مع الطاعة لشروط الصحة التي سيأتي الكلام عليها بالتفصيل

الشيوخة المتقدمة عبارة عن فساد تدريجي في وظائف الجسد حادث عن تغلب التحليل على التركيب وهو عكس ما يكون في دور النمو واتحاء الاوعية الشعرية ورسوب مواد غضروفية او ترابية في الاوعية الدموية الكبيرة والقلب . وعلى هذا يكون الشرط الاول في حفظ صحة الشيوخ حفظ القوة الحوية بواسطة الطعام الجيد وما يؤول الى الهضم السليم وجودة الدورة الدموية مع تجنب الاسباب المضعفة كالتعب المفرط للعقل والجسد والسهر والانفعالات النفسانية والحذر من البرد والرطوبة والتغيرات الجوية مع ترتيب الحياة ومقاومة الامراض عند اول ظهورها



الفصل الثاني

الجنس

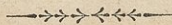
من زمن الولادة الى البلوغ قلما يظهر اختلاف بين الذكر والانثى الا في ما يتعلق بالبناء التناسلي . واما عند الادراك فيخشن صوت الذكر ويتسع الصدر ويظهر الشعر في الوجه . وفي الانثى يتسع الحوض ويبرز الصدر ويظهر الدور الشهري فيعرف الفرق بينهما حينئذ من اول نظرة

وما عدا الاختلاف المذكور آنفاً فان الرجل اقوى واشد واخشن بنية من الانثى وعضلاته اثنى وعظامه اكبر وقامتة اطول واعرض وهو في الجملة اشجع في اقتحام الخطر واقدم على الامور . واما الانثى فانمخف والطف بناء ناعمة الجلد صغيرة الوجه مجموعها العضلي ضعيف وقامتها اقصر وادق . فيظهر من ذلك ان المرأة لم تخلق للاعمال الشاقة فاذا غصبت اليها كان ذلك مخالفاً للوضع الطبيعي وكل ما يخالف الطبيعة مضر

وقد ظهر من عدد الذكور والاناث في اوربا ان الذكور اكثر قليلاً فنسبتهم الى الاناث كنسبة ١٠٦ الى ١٠٠ وهي قاعدة مطردة ليس لها شذوذ في جميع الممالك التي اقيمت فيها المقابلة ولو اختلفت النسبة المذكورة قليلاً وربما كانت حكمة العناية في ذلك النظر الى زيادة تعرض الذكور لاسباب الموت مما يتأتى من مشاق السفر واطوار البحر والحرب الى غير ذلك

قوة الانثى بالنسبة الى قوة الذكر كنسبة ١٦ الى ٢٦ فهي سريعة التعب . وتصل الى دور البلوغ قبل الذكر وحينئذ تحنر الصبيان الذين من عمرها ثم

بِحَوْلِ الاحتمار الى الحياء منهم . ومن صفات الانثى انها شديدة الميل للديانة
واذا خُدِعت مرةً صارت حذرة في المستقبل واذا أُهينت كانت شديدة الانتقام
وهي تحب زينة اللباس أكثر من الذكور . وقواها العقلية اضعف من قوى
الذكور غير انها اشد منهم احساساً وانفعالاً وأكثر صبراً على احتمال الآلم والمشقة .
ولها المقام الادبي الاول في نظام العائلة فان الرجل الذي نقلت عليه الايام من
خيرها واسوأها ولم تثبت له صداقة بين رفقاءه ورأى صبرورة كل شيء الى
الزوال وخابت آمال مساعيه في الدنيا او رآها باطلة اذا نالها ووصل الى
الوهن والهرم عرف شدة محبة الوالدة وثبات محبة الزوجة وعرف ان صداقة النساء
امر يتبدى عند بلاء الحياه ولا ينتهي عند نهايتها . فهي التي تجمله وتلدّه وترضعه
وتجدهم وتعتني به الحياه بطولها ثم تغمض عينيه عند الموت وتندبه وتبكي وتصلي
على قبره . فليس من العدل ولا الحق ان تُمنّر الانثى او تُظلم او يُهمل تعليمها او
يُحجّر عليها في البيت او تُمنع عن الرياضة في الهواء المطلق ونور السماء . وقد
اختلفت العادة من هذا القبيل بين اهل الشرق والغرب اخلافاً بيناً فقال
الغريق الاول انه لاسلامه في طهارة العيال وصحة النسب الأبا حجر على النساء
وقال الثاني انه اذا حصلن على وسائل التربية الحسنة وتهذيب العلم والديانة
ومراقبة الوالدين فلا حرج في الحرّية المعتدلة والمخالطة المحدودة بين الجنسين
وان التصرف على غير هذا الوجه يؤدي من الجهة الواحدة الى الاجحاف بحق
النساء ومن الجهة الاخرى الى المخلاعة والنمشاء بحيث انه اذا حُظت هذه الشروط
وتربى الصغار على مبادئ الشرف وعزّة النفس والإبائة كانت المخالطة المذكورة
عديمة الضرر نافعة للرجال والنساء اما الرجال فانهم يكتسبون لطف العوائد
وادب المعاشرة والنساء يكتسبن من معارف الرجال وخبرتهم الواسعة ما يرفع
مقامهن ويعينهن في مساعدة الأزواج وتربية الاولاد



الفصل الثالث

الأمزجة

إذا نُظر إلى أفراد البشر شوهد أن لكلٍ منهم صفات خاصة به تميّزه عن
سواه بحيث أنه يستحيل وقوع المشابهة التامة بين شخصين وعدم التمييز بينهما. ومن
الظاهر أنه لو لم يكن الأمر كما ذُكر لكان التشويش الواقع بين الناس من هذا
القبيل سبباً لخراب الهيئة الاجتماعية لأنه إذا لم تكن معرفة الرجل لزوجته
والأب لابنه والأخ لأخيه وتمييز الواحد عن الآخر تفعل رباطات العيال وتهدم
الحقوق الشرعية

غير أنه يشاهد أيضاً أن كثيراً من البشر مشتركون في صفات عامة
أدت إلى تقسيم العائلة البشرية إلى فروع متعددة لا محل لذكرها هنا بالتفصيل
ولنا نقول بالاجمال أن أكثر العلماء اتفقوا على تقسيمها إلى خمسة فروع وهي
الفوقاسي الذي يسكن أوربا وغربي آسيا وشمال أفريقيا. والمغولي في آسيا
المتوسطة والشمالية والصين ويابان. والزنجي في أفريقيا مع نسله في غيرها.
والأميركاني وهو سكان أميركا الأصليين ويقال لهم هنود أميركا أيضاً. والملاي
في جزائر آسيا كورنيو وفي أستراليا وزيلاندا الجديدة وغيرها. ومن المعلوم أن
الفرع فوقاسي أفضلها

ومن الصفات الشخصية التي يشترك بها الأفراد ما يقال له المزاج وهو
عبارة عن كيفية خاصة بالبناء الجسدي والعقلي أصابة أو مكتسبة لها علامات
تميّزها وقيل إنها ناشئة عن تغلب بعض القوى الطبيعية على غيرها. وذهب

الفدماه الى ان الامزجة اربعة وهي الدموي والصفراوي والسوداوي والبلغمي
تبعاً للاخلاط الاربعة بمعنى انه اذا تغلب الدم مثلاً في الجسد كان المزاج دموياً
وهكلاً في ما بقي . وقسمها بعض المتأخرين الى ثلاثة الدموي والعصي والصفراوي
واضاف عامتهم الى ذلك المزاج الصفراوي

المزاج الدموي . يتميز اهل هذا المزاج بيباض الجلد ورقته وحرارة الوجه
وزرقة العيون وخفة لون الشعر او حمرته وامتلاء الجسد مع نشاط الدورة
الدموية والتنفس والقوة الهاضمة . واما صفات عقولهم فانه يتغلب فيهم محبة
اللذات ولكنهم يتقبلون فيها ولا تظهر فيهم علامات الثبات في الامور فاذا عزموا
على شيء عدلوا عنه واذا صادفوا احداً بدلوه بغيره واذا احبوا مالوا الى التغلب
وراعوا اللذة اكثر من الشرف . وفيهم اقلام على الامور العظيمة ويقين شديد
بالنجاح ثم اذا قاومهم الصعوبات قطعوا الامل وانشوا عما شرعوا به واذا صادفوا
نجاحاً يكون ذلك نتيجة سرعة اعمالهم لانتيجية حسن التدبير وثبات العمل . وهم
مائلون الى سرعة الغضب مع سرعة زواله والصفح للغير ويشاهد فيهم طلاقة
الوجه والنشاط وحسن الامل

ويشاهد هذا المزاج في المحلانة اكثر من الكهولة او الشيخوخة وفي النساء
اكثر من الرجال وربما كان بعضهم من اعلى رتبة في جواذب الجمال واللفظ
والعقل اذا اجتمع فيهم الثقة والبراءة والحجة وبشاشة الطبع مع اعتدال القامة
والامتلاء وصفاء اللون وبياضه الشديد

اكثر اصحاب المزاج الدموي من الذين يسكنون المنطقة الشمالية المعتدلة .
وهم اشد من غيرهم تعرضاً للأمراض التي تصيب جهاز الدورة الدموية كأمراض
القلب والشرايين والنزف . ولكنهم اقرب الى قياس الصحة التامة وكال نمو
الأعضاء وجودة وظائفها واذا مرضوا كانت امراضهم واضحة منظمة السير تنتهي
غالباً في مدة قصيرة ويندر تجاوزها الى درجة الأزمان

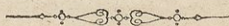
المزاج الدهاوي. ويقال له البلغي ايضاً وهو نقيض الدموي ويتميز اصحابه
برخاوة العضل وضعف النبض وبطوء التنفس وصفرة الوجه او بياضه مع الكهودة
وخضرة لون العينين او لونها السنجابي وربما مال الى الزرقة ولطافة الجلد وميله
الى النمش عند التعرض للشمس. وهم غالباً ضخام الجسم بطيئو الحركة لاشيء فيهم
من الخفة التي تشاهد في اصحاب المزاج الدموي

وكذلك صفاتهم العقلية فان الانفعال العقلي بطيء قليل النشاط والذاكرة
وقوة حصر الفكر ضعيفتان ولذلك لا يُشاهد فيهم ميل للتفكير والدرس
والاجتهاد العقلي او الجسدي ويندر اشتهار احد منهم بين الناس بالاعمال العظيمة.
غير ان لهم صفات حميدة كالثبات في الامور فاذا لم يكنوا من عدد الاصدقاء
كانت صداقتهم غالباً دائمة واذا لم يفتحوا مشروعات عظيمة ثابروا على مصالح
الحياة الاعتيادية وقاموا باعبائها. وقال العلامة مولر اذا اقتضى الامر سرعة
العمل كان الرجل البلغي قليل النجاح بالنسبة الى غيره ولكن اذا لم يكن داع
الى ذلك نال مقصده بالهدوء بينما يقع الآخرون في اغلاط كثيرة او يتخرفون
عن طريقهم بواسطة شهواتهم. وهو يعرف المجال الخصوصي به فلا يتعدى الى
دائرة غيره او يخاصم الناس ولكنه يوجه افكاره الى الغاية التي يريد بها ويحذر
الغلط ويسير سيراً هادئاً ثابتاً راضياً خالياً من افراط هيجان اللذة وشدة الألم
ويشاهد اصحاب هذا المزاج غالباً في البلاد الباردة الرطبة وفي الشيوخوخة
اكثر من الشباب. والامراض المعرضون هم لها ما يعود الى ضعف الانسجة
ورخاوتها وضعف الدورة الدموية كالاتهابات الدونية ولا سيما التهاب الاغشية
المخاطية والعلل الخنزيرية كامراض الغدد الدهاوية والتدرن الرئوي والامراض
الجلدية وانواع الاستسقاء

المزاج الصفراوي. الصفات التي تميز اصحاب هذا المزاج شديدة
الوضوح وهي سمرة لون الوجه او صفرة مع الكهودة وسواد الشعر والعينين

ونشوفة الجلد وصلابة العضل وقوة النبض وغور التنفس مع نحافة الجسد اي
قلة اللحم فيه ومئاته وكبر المفاصل وبروز الوجنة
واما صفاتهم العقلية فهي العزم والثبات ونشاط العقل وعدم الاكتراث
بالصعوبات وحدة الطبع وشدة التأثير والانتقام الذي ربما أدى الى القساوة
والظلم. وقال العلامة رشاند ان الرجل الصفراوي المزاج حازم الرأي يأخذ
فيه بالثقة والدوام لا يكل من التعب ولا يتثني عما يشرع فيه وان الذين حكوا
العالم وضبطوا مصالحة مثل الاسكندر وبولبوس قيصر وبطرس الاكبر كانوا
من اصحاب هذا المزاج وان الصفة الغالبة فيهم محبة الرياسة والارتقاء كما ان
العشق متغلب في الذين مزاجهم دموي وانهم لا ينالون العلاء الذي يطلبونه
الا بالخناز والحيلة وثبوت العزم بلا انقطاع
المزاج الصفراوي يشاهد غالباً في سكان الاماكن الحارة من المنطقة
المعتدلة. واما الامراض المعرضون لها على نوع خصوصي فهي علل الكبد
واحشاء الهضم والحميات والدوسنطاريا
المزاج العصبي . يتغلب في اصحاب هذا المزاج ظواهر الاعمال العصبية
والعقلية وهو يتميز بنحافة البناء الجسدي ولطافته ورقة الوجه ولعان العينين
واستدارة الرأس وصغر اليدين والرجلين وسرعة النبض ونشاط التنفس وعدم
انتظام الهضم وضعف المجموع العضلي وسرعة التعب
وصفاتهم العقلية الحذق والذكاء وشدة الخيلة وادراك الامور العويصة .
فهم الذين يفنون قواهم الجسدية في السهر والدرس ويخوضون في المسائل
العلمية . غير انهم يطالبون التغيير فاذا أخذوا في شيء اتجهت اليه كل قواهم
ولكنهم لا يثبتون فيه واذا لم تلجمهم مبادئ الديانة والادب رضخوا لشدة شهواتهم .
والنساء اقرب الى هذا المزاج من الذكور الا انه كثيراً ما يكتسب من العادة
ويتغلب بين الاقوام المتدينين . واما الامراض التي تعترضهم على نوع اخص فهي

الأمراض المعروفة بالعصبية ولا سيما الاستيريا في الإناث والمالنجوليا والجنون
الأمزجة المركبة . يندر مشاهدة المزاج الصرف بين الناس بحيث أنه
يقال ان صاحبة خالٍ من صفات مزاج آخر بل الغالب جداً ان الانسان
مركب من نوعين او أكثر ولذلك يقال احياناً المزاج الدموي المفاوي
والدموي الصفراوي والدموي العصبي الى غير ذلك . وقد يكون التركيب
متساوياً فاذا اشتهد تغلب احد الأمزجة على الآخر ونُسب الى الشخص . وليس
المراد بهذه التسمية زيادة الدم في الواحد مثلاً او الصفراء في الآخر بالنسبة الى
غيرها بل تغلب بعض القوى الطبيعية بحيث أنه يحدث من ذلك صفات عامة
مميزة لبعض الافراد دون غيرهم تتعلق بالبناء الجسدي والعقلي على ما سبق



الفصل الرابع

الاستعداد الإرثي للمرض

من النواميس الأولى الطبيعية ان الجسم الحي يلد جسمًا حيًا من جنسه وهو ناموس عام لجميع اجناس النبات والحيوان . واذا تخالف النوع بين الذكر والانثى كان المولود متوسطًا بينهما في الصفات كالبلغل الذي تشاهد فيه صفات الحمار والفرس وكذلك المولود من الابيض والزنجى في البشر . ولا ينجصر هذا الناموس في مسألة الجنس والنوع ولكنه يمتد الى الافراد . لاننا اذا نظرنا الى الفرس مثلاً رأينا ان ولد الفرس الكريم كريم وانه يشبه ما يلدُهُ بالشكل والمجهم واللون الى غير ذلك من الصفات الفردية وكذلك الثور والكلب وغيرها من الحيوانات الاهلية . بل ربما خالف الذين يربونها انواعاً او افراداً في التناسل لينالوا نوعاً جديداً كما هو المشهور عند الذين يربون الحمام وغيرها والى ههنا يُنسب تحسين الحيوانات الاهلية وايصالها الى درجة عظيمة من فائدها للبشر

ويظهر ناموس الإرث في الانسان من حيث شكله العام ونسبة اعضاءه بعضها الى بعض فنرى في حركاته وهيمته وجهه وكيفية صوته وما يميز به من الوظائف تلك النسبة العجيبة التي تدوم بين المولود والديه بعد انفصاله عن الأم واكتسابه جميع الصفات الفردية . وليس المراد بذلك ان صفات الوالدين

تجدد في المولود منها على نوع تام بل انها تظهر فيه على سبيل المشابهة القريبة من جهة رسم الجسد العام والهيئة والقامة واللون الى غير ذلك . ومن المشهور ايضاً ان طول العمر وقصره كثيراً ما يكون امراً موروثاً وكذلك التشويه الخلقي وبعض العاهات كالبه والشفة الشرماء الى غير ذلك

وكثيراً ما يظهر في الولد الصفات العقلية والادبية التي للآب ولو عملت فيها التربية والتعليم . فانه من الامور المنفرة بالمشاهدة انه اذا كان عقل الوالدين متصفاً بالجودة ومهذباً بالعلم كانت اولادهم غالباً اجود عقلاً واقرب الى التهذيب من اولاد اصحاب العقول الضعيفة وكذلك الصفات الادبية . وعلى هذا نرى عامة الناس متفقين على مراعاة الاصل والنسب في اعتبار الافراد . غير انه من الواضح ايضاً ان للتربية عملاً عظيماً في مقاومة الصفات القبيحة من العقل والادب التي يرثها الطفل من اسلافه حتى انكر البعض وراثته الجودة والقباحة في الصفات وقالوا ليست هي اموراً مورثة بل هي من نتائج التربية والكيفيات المحيطة بالشخص والعاملة فيه

ومن هذا الباب الاستعداد الارثي للمرض ولا يخفى ما في هذا الشأن من الاهمية الكبرى للافراد والعيال والجمهور من حيث الخطر للصحة والمسؤولية العظيمة على الطبيب والعامل في مقاومة الميل الطبيعي للمرض من زمن الولادة الى حين الموت . ولا بد من التمييز بين الامراض التي تولد مع الطفل كالمرض الزهري واستعداده لمرض كان في احد والديه فهو الاستعداد الارثي دون الاول . وقد يتعرض الوالدان والاولاد لاسباب مرض واحد فاذا اصابهم جميعاً لم يحسب من هذا القبيل لان الداء الخنزيري مثلاً ينشأ بين سكان المنازل الرطبة التي لا يبدل الهواء فيها ولا ترى شيئاً من اشعة الشمس فلا يكون ذلك من باب الارث بل من باب السبب الواحد العامل في كثيرين في زمن واحد

على انه اذا طالَّت هذه الاسباب نشأَ منها قوم اردياء الصحة بورثون نسلم الاستعداد المرضي. وعلى هذا يكون المراد بناموس الإرث المرضي ليس نفس المرض الذي كان في الوالدين بل الاستعداد للوقوع فيه وهذا لا يكون فاعلاً الا في كفيات معلومة موافقة له . ومن هنا يتبين فائدة علم الصحة الذي يرشد الى ذكر هذه الكفيات والاسباب المؤدية الى انتشار المرض الذي يخشاه الانسان من ناموس الإرث

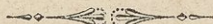
هذا وان الانتقال الإرثي حداً لان من قوة الطبيعة اصلاح الجنس ما يصيب الافراد . ولذلك يندر وقوع جميع اولاد العائلة المصابة بعلة وراثية في تلك العائلة فان الغالب جداً سلامة بعضهم . ويظهر من شواهد كثيرة ان الامراض الإرثية قد تزول مع تولي الاجيال لان الطبيعة تميل على الدوام الى العود الى الرسم الاصلي الذي هو رسم النظام والصحة . وبناء على ذلك قد زال داء الجذام من اوربا ولم يبق له اثر الا في نروج وكذلك قد فقد الداء الزهري شدته الاصلية فان التمدن وتقدم علم الصحة بين الناس بوديان الى اصلاح الجنس البشري

ويتعسر احياناً معرفة الخط الذي يسير فيه الاستعداد الإرثي فانه قد يتجاوز جيلاً واحداً ثم يظهر في الثاني وقد ينحصر في قسم واحد من العائلة او في الاناث مثلاً دون الذكور . ولهذا القول امثلة كثيرة يشاهدها الطبيب على الدوام منها ما قاله الدكتور لني وهو انني اعرف عائلة ماتت الام فيها بعلة سرطان الثدي ثم مات اثنتان من بناتها بهذا الداء والثالثة لاتزال في خطر منه واما الاولاد الذكور فاصحاء . ويشاهد احياناً اب وام صحيجان من والدين مانا بالسل يموت اولادها بهذه العلة وهو مثال على انتقال المرض من الجد . وكذلك اذا ظهر المرض في اولاد العم او اولاد الخال فانه يستقصى غالباً الى الجدود . غير انه في الحكم على مثل هذه المسائل لابد من النظر الى ما ذكرناه سابقاً من عمل اسباب

واحدة في اعضاء عائلة كبيرة كالهواء والماء والمكان والمهنة والمعيشة بحيث
يصير جميعهم عرضة لمرض واحد غير موروث بل مكتسب من الكيفيات
السابقة

فهما نقدم بتضع لنا صحة الضوابط التي وضعها ارباب هذا العلم وهي اولاً
عدم جواز الزيجة بين فردين معرضين للعلة الواحدة كالمثل الرئوي مثلاً لان
الاولاد يكونون حينئذ في خطر عظيم من الموت بهذا الداء بل يجب ان يُطلب
للوحد منها الذي فيه استعداد ارثي زوج خالٍ من ذلك . ثانياً تحريم الزيجة
بين الاهل القريبين الذي عوّلت عليه جميع الاديان من الامور الصوابية لانه
قد ثبت من المشاهدات المتعددة ان الزيجة بين الاقارب مضرّة بالنسل ولو
كانت بين اولاد العم او الخال ولا سيما اذا تكررت في العيال كما هو مشهور في
اهل العشائر في هذه البلاد الذين انحصرت زيجتهم منذ اجيال كثيرة في عيال
قليلة فكانت النتيجة كثرة الجنون والصرع والفالج والتشويه الخفي بينهم . ثالثاً
ما لا يجوز تزويج الشيخ للبت الفتاة لان في ذلك مخالفة لمقتضى الطبيعة وعاراً
عظيماً على من يفعله واضراراً كثيرة منها ان نسل العاجز يكون ضعيفاً . وكذلك
لا تصح الزيجة في اول زمن الحملانة لكل من الفريقين . واما النزوح بالبنات
قبل بلوغهن واستعدادهن الطبيعي لذلك فمن القبائح البربرية التي يشجبها علم
الصحة ومقتضى الادب . رابعاً يجب مراعاة ناموس المخالفة في الزيجة من حيث
المزاج فلا يصلح اقتران المفاويين ببعضهم البعض او العصبيين كذلك لئلا
تظهر اشد الصفات المزاجية في الاولاد . خامساً اذا خرجت هذه الضوابط
عن دائرة الاختيار لم يبق الا الاعثناء بالطفل على نوع مقاوم للاضرار التي تخشى
فنتقام له مرضعة صحيحة البنية شديدة العافية ويطال زمن الارضاع ثم اذا قُطع
دُبّر له تدبير خاص مدة الحملانة والشباب من حيث المعيشة والمناخ والصناعة
دفعاً للعلة المستعد لها من عمل الناموس الإرثي

واما العلل التي تنتقل من الوالدين الى الاولاد على سبيل الاستعداد الإرثي وكيفية مقاومتها بالتدبير الصحي والعلاج فمن متعلقات الطبيب ولا عمل لذكرها هنا وانما نقول انه يجب عليه دراسة المستعد للمرض بالتدقيق ليعرف ما يشور هو به من الوسائط الموافقة للنجاة من العلة التي تهدد الشخص وهي في الجملة التعرض للهواء النقي والنور واللباس الموافق والطعام الجيد المغذي والرياضة الكافية وتجنب الاسباب المضعفة



الفصل الخامس

العادة

الفرق بين المزاج والعادة ان المزاج صفة اصلية للبنية والعادة صفة مكتسبة من الاستعمال المتكرر. وهي عبارة عن ميل طبيعي لاعمال معلومة ناشئ عن استعمالها السابق المرة بعد المرة بحيث ان الميل المذكور يصير ملكة في النفس يعسروا يستحيل زوالها. ومن امثلة ذلك الشعور بالجوع في الاوقات الدورية التي يتعود الانسان تناول الطعام فيها وكذلك التعاس في الزمن الذي يتعود النوم فيه الى غير ذلك من العادات المألوفة

سبب العادة في اول الامر تأثيرات خارجية فاذا تمكنت بواسطة الاستمرار استغنت عن الاسباب المذكورة ورسخت في النفس ومن الشواهد على ذلك عادة تدخين التبغ المعروف بالتتن فانه يكون اولاً لطلب بعض الاصدقاء او التشبه بهم او اعتقاداً بانه مفيد للصحة ثم بعد الاستمرار عليه مدة يصير الميل اليه شديداً طبيعياً لا يحتاج الى تلك الاسباب الاصلية التي ادت اليه

ومن الامور المتفرقة من هذا القبيل ان التأثيرات الناشئة من استعمال بعض الفواعل تضعف مع التكرار فيحتاج الى زيادة كميتهما. من ذلك المشروبات الروحية والافيون والتبغ فقد يبلغ الانسان منها ما اذا استعمله غيره اضره او قتله. وقد يتعود الانسان اموراً مضرّة جداً فلا تضر به كتعود المناخ الرديء

والهواء الفاسد ولذلك نرى خلقاً كثيرين يعيشون في اماكن لو دخلها غيرهم يوماً واحداً لمرضوا في الحال. ومن ذلك ما يتعوده بعض البرابرة من اكل السمك النيء وشرب دم الحيوانات وتبيل الطعام بالحليب عند الايطاليين واكل الصيد عند اول وقوع الفساد فيه وغيرها من العادات التي يصطح عليها بعض البشر ولا يمنع ضررها الا الالفة لها وهو ما اراده الشاعر بقوله "لكل امرء من دهره ما تعودا"

وقد يكتب الانسان عادة للمرض فيصير قابلاً له عند حدوث سبب ضعيف كما يشاهد في التهاب الرئة والكبد والكلى وغيرها. ووضح الامثلة على ذلك الحصى المتقطعة المعروفة بالدور فان سببها الاصلي المشهور هو بخار المياه المستنقعة في الاجنة والبطائح فاذا لازمت مدة صار عدم رجوعها بعد الشفاء امرأ عسراً لان السبب الخفيف كالعرض لهواء الليل الرطب يعيدها فكأنها الفت العليل واخذت منه مأخذ العادة فتتردد عليه رغماً عن العلاج وتغير الهواء

تقسم العوائد الى جيدة وردية. اما الجيدة فهي التي تؤول الى حسن الصحة وهي ما ينشأ عن تديير السيرة والحياة بحسب قوانين الصحة من حيث الطعام والشراب واللباس والنوم والغسل والرياضة والهواء النقي وضبط الشهوات واستطلاق مبرزات الجسد في اوقات معينة الى غير ذلك ما سيأتي بالتفصيل في هذا الكتاب. ولا ريب في ان الزمن الموافق لاكتساب هذه العوائد هو زمن الطفولية والحداثة فان اول ما يبادر اليه الطفل عند خروجه الى ساحة الدنيا هو الرغبة في ان يرى كل شيء ويمسه ويطلع عليه ويماتل الذين حوله في كل امر فهو كالشع الذي يأخذ هيئة العوامل التي تفعل فيه فيسب على ما يناله من التمرية وتربو معه العوائد التي يألنها في حداثته. ولذلك كان من اهم واجبات الوالدين الالتفات الكلي الى صلاح تربية اولادهم في الحصل الحميدة ووقايتهم

من المزايا الرديئة واقناعهم او اجبارهم بالاقلاع عنها اذا رأوها فيهم لئلا نتمكن
منهم فيعسر زوالها. شعر

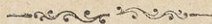
ان الغصون اذا قومتها اعتدلت ولا تلبث اذا صارت من الخشب

اما العوائد الرديئة فيراد بها ما يؤدي الى المرض او ما يكون مرضياً
باعتباره في نفسه. وهي كثيرة لا يسعنا في هذا المختصر الا ذكر اخصها. منها
الملائخوليا وهي غم دائم مستول على النفس فيتوهم الانسان انه مبتلى باسقام
وامراض مختلفة او ان له اعداء كثيرين وانه عرضة للخطر الدائم وان حياته حياة
الشفاء والتعس لا يصادفها الا المعاكسة والكدر فيطلب الوحدة ويندب سوء
حالو وربما انتهى امره الى الجنون. وكثيراً ما ينشأ ذلك عن زيادة صرف
الفكر الى ما يتعلق بمحالة الجسد او الدنيا فاذا تمكنت منه هذه الافكار وصارت
عادة مستمرة انتقلت الى الحالة المرضية. ومن هذا النوع شوق الغريب الى
الوطن والاهل بحيث انه اذا افراط التردد به صار ذلك فيه مرضاً عقلياً ربما
ساق الى علل جسدية وهو كثيراً ما يصيب الجنود المبعدين عن اوطانهم. وفي
مثل هذه الحال يجب اشغال العقل عن التصورات المذكورة والهاتمة عنها بكل
ما يمكن ولا سيما بالسفر وتغيير المناظر

ومن العوائد المضرة القراءة في الليل على ضوء ضعيف وقراءة الخط الرفيع
ولا سيما خصلة تريب ما يقرأ او يعمل الى العينين فان كل ذلك ينتهي بالخلل
المعروف بقصر البصر (ميوبيا). واما الذين يجهدون بصرهم في رؤية الاشياء
البعيدة فيحدث لهم علة مخالفة للسابقة وهي المعروفة ببصر الشيوخ. ومن المعلوم
ان هذا الخلل يقاوم بواسطة زجاجات مقعرة لنصر البصر ومعدبة لطولها والاولى
الحذر من العوائد التي تسوق اليه. وكذلك الحول الذي يتبدى احياناً في
الاولاد فصداً ثم بصير عادة ثابتة

ومما يجب الالتفات اليه والاهتمام به عادة اطلاق الامعاء مرة كل يوم فاذا غُفِلَ عن ذلك صار القبض خلة دائمة مضرّة بالصحة وعسرة الزوال . والذين يصابون بذلك يستعملون المسهلات على الدوام فتتعود الامعاء عدم العمل الاً بالوسائط الاصطناعية . والاولى ان نفاوَم هذه الحالة لا بالدواء بل بالرياضة اليومية المنتظمة والطعام الموافق وعلى الخصوص بتكثف الاستطلاق في ساعة معلومة من كل يوم ووقفها بعد فطور الصبح . وربما لم ينجح هذا التدبير في اول الامر ولكنه ينجح على الاستمرار وحينئذ يجب الدوام عليه مدة الحياة وهناك عادة قبيحة يستعملها الشبان لا نستطيع ان نذكرها الاً على سبيل الاشارة . هي خصلة سرّية يظن الذين يارسونها انهم يتمتعون باعظم اللذات بلا شيء من الثمن او خطر الفضيحة او الضرر . وهي ما يتعلمه بعضهم من بعض ولا سيما في المدارس والمعاشرة وربما لم يدل عليها شيء الاً ما تكشفها احوالهم الخارجية كاصفرار الوجه وغور العينين مع الهالة الزرقاء المحيطة بهما واتساع الحدقة واشارة العار والذل في السخمة وتجنب الناس وطلب الوحدة . ومن الاعراض المرضية المصاحبة لهذه العادة المعيبة او ما تؤدي هي اليه الضعف العام الذي كثيراً ما يشاركه ضعف في العقل ايضاً وخفقان القلب وسوء الهضم واعراض عصبية ربما بلغت درجة الصرع ونقص او فقد الحماسة والخبرة والشجاعة والمروءة والافدام على الامور العظيمة والاجمال صفات الرجولية . وما تؤدي اليه اخيراً الضعف التناسلي والعنة وشقاء الحياة الناشئة عن ذلك . فيرى ما نقدم انها ليست امراً سليماً كما يتوهمها قصار الخبرة بل هي امر عظيم لفة فعل شديد في حالة الشاب الحاضرة والمستقبل من حيث صحته وصفاته الادبية وسعادة او شقاء حياته . ولذلك يجب على الذين يتولون تربية الاحداث ان يراقبهم ويوضحوا لهم اذا لزم ما ستر عنهم من سوء عاقبة هذا الافساد المعب

واما الافراط في الوظيفة التناسلية والانحراف عما هو طبيعي والنباحات
التي يرتكبها بعض البشر ولا يرتكبها وحوش الارض فمن الامور التي لا تُكْتَب
ولكنه يقال بالاجمال انها مما ينال الفصاح العاجل على طرق مختلفة لا يصح
ذكرها هنا



الفصل السادس

البنية

يراد بالبنية حالة الجسد العامة من حيث القوة والضعف . وهي ناشئة عن اجتماع صفات كثيرة باعتبار صحة الاعضاء والسن والجنس والمزاج والميل الارثي والعوائد مما تقدم ذكره بحيث انه يتألف من كل ذلك كيفية خاصة بالشخص يُحكّم منها بقوة المجموع الجسدي او ضعفه . فاذا كانت البنية قوية تميّز صاحبها بصحة الاعمال الحيوية والقدرة على مقاومة اسباب المرض والنفاهة السريعة وتجديد القوة بعد فقدانها بواسطة المرض . واذا كانت ضعيفة كان صاحبها اكثر قبولاً للمرض والتأثر من اسبابه وبطوره رجوع القوة عند النفاهة . فتمثل البنية مثل الآلة الميكانيكية التي اذا كانت موادها جيدة واجزاؤها متينة التركيب كانت اقدر على احتمال مشقة العمل مما لو كانت على غير الكيفية المذكورة

ونميز البنية عن المزاج بان المزاج يتعلق باختلافات واضحة بين الافراد من حيث عمل الفواعل الحيوية في العقل وان البنية تتعلق ببناء الجسد الاصلي وسلامة اعضائه وانسجيمه . فالبنية اعم من المزاج لانها النظرة الاصلية لطبيعة الفرد وهو صورة من بعض صورها . ولذلك يكون صاحب البنية قوية كانت او ضعيفة ذا مزاج من بعض الامزجة التي سبق ذكرها

علامات البنية الضعيفة واضحة لا تحتاج الى الاسهاب واخصها نقص في قوة القلب والرئتين والمجموع العصبي فيكون الصدر ضيقاً مفرطاً والعقل

رخواً وقوة الجسد يجهلونه قليلة ويكون الشخص عدم النشاط سريع التعب. وقد
تُحسِّن البنية الضعيفة بالتدبير الصحي الموافق لان الطفل الذي يولد في حالة
الفقر ويربو في الكيفيات التي لا تُؤدِّي الى نمو الاعضاء التام كعدم كفاية الطعام
واللباس والنور والهواء النقي قد نصلح ببنية بواسطة انتقاله الى الاحوال المخالفة
لما ذُكر

وبالعكس تضعف البنية القوية بواسطة الافراط في المشروبات الروحية
واستعمال التبغ والشراهة في الطعام واجهاد الاعضاء التناسلية والتعرض
الطويل للاسباب المضعفة عقلية كانت او جسدية وترثد الامراض والكدر
الدائم. ومن هذه الاسباب المضعفة ايضاً التعرض لاشاق السفر والتغيرات
الجوية وقلة النوم وعدم كفاية الطعام الجيد واللباس والمأوى كما يحدث للعساكر
مدة الحروب وللسياح الذين يناسون احوال الاسفار الطويلة في اراضٍ مقفرة
او بين اقوام بربرية

اذا كان الطفل ضعيف البنية من اصل فطرته وجب الاعناءه الخصوصي
به من اول حياته فتستعمل له الوسائط التي سبق ذكرها في الكلام على تدبير
الاطفال. ومتى نما يُبدل طعام اللبن باللحم ولا يُحصَر في البيت بل يُرسل الى
الخارج لينشق الهواء النقي ما امكن ولا يُرسل الى المدرسة قبل السنة السابعة
او قبل ان يبلغ القوة الاعتيادية لاحتمال مشقة الدرس. ثم اذا شبَّ ولم تنزل
بنية ضعيفة وجب مداومة جميع الوسائط التي من شأنها التقوية كالرياضة على
انواعها من المشي وركوب الخيل والصيد والسفر مع تجنب الاسباب المضعفة.
وتلحظ الكلام في هذا الفصل بالقول ان قوة البنية من اعظم اسباب الصحة ولذة
التمتع باعمالها ودفع المرض والسقم والقدرة على ما يقع للانسان من واجبات
الحياة

الفصل السابع

الهواء الجوي

الهواء من جملة العوامل الضرورية للحياة كالطعام والنور والحرارة بحيث انه اذا انقطع عنها هلك الحيوان والنبات معاً. وهو مزيج مؤلف من كميات ثابتة لا تتغير من غازين الاكسجين والنروجين بنسبة نحو الخمس من الاول واربعة اخماس من الثاني مع قليل من الحامض الكربونيك وكمية مختلفة من البخار المائي. وهو محيط بجميع الكرة الارضية ويمتد الى مسافة نحو ٤٥ ميلاً من سطحها فكانت بحر واسع يتناول منه النبات الحامض الكربونيك والحيوان الاكسجين لتقيام الحياة فيها. ويتجدد على الدوام بان ما يأخذ النبات يعطيه للحيوان وما يأخذه الحيوان يردّه الى الهواء فيتكوّن من ذلك دور متصل تتوقف عليه ظواهر الحياة على ان المادة لا تزيد ولا تنقص ولو تغير مكانها او صورتها. ومنزلته خارج الجسد منزلة الدم داخله فانه الوسط الخارج الذي تعيش فيه كما ان الدم هو الوسط الداخل الذي تستقصر اليه الحياة. غير انه كما ان الهواء من شروط الحياة الاولى قد تعرض عليه تغيرات جوية وقد تتخالطه مواد غريبة او تختلف نسبة الاجزاء المؤلفة هو منها بحيث يحصل من ذلك ضرر عظيم للصحة ربما أدى الى الموت. وسأاتي الكلام على ذلك بالتفصيل

التنفس

التنفس عبارة عن دخول الهواء الى الصدر وخروجه منه ويقال للاول

الشهيق وللثاني الزفير. وكيفية العمل في ذلك ان في التجويف الصدري عضوين هما الرئتان اللتان يستطرق اليهما الهواء بواسطة القصبة وشعبها. وبناء الرئة من خلايا هوائية تنتهي اليها الشعب الدقيقة المنفرعة من شعب أكبر منها وهذه الشعب الكبيرة منهاها الى القصبة الموضوعة في مقدم العنق والمستطرفة الى الانف

واما السبب العامل في دخول الهواء وخروجه هوائه في ارض التجويف الصدري عضلة مستعرضة يقال لها الحجاب الحاجز فاصلة بين التجويف المذكور والتجويف البطني وهي محدبة من اعلى مقعرة من اسفل تنقبض وتنبسط على التوالي. فاذا انقبضت تسطح تحديدها واتسع التجويف الصدري فيدخل الهواء من الانف الى القصبة ثم الى الرئتين لاجل اشغال الخلاء الذي تكون من انحطار الحجاب الحاجز واتسع التجويف الصدري. ثم اذا انبسطت وعادت الى حالتها الاولى دفع الهواء من الرئتين الى القصبة وخرج من الانف كما دخل. وهكذا يتم عمل التنفس المؤلف من شهيق وزفير متعاقبين بلا انقطاع ومثله مثل المنافخ الذي اذا تباعدت احدى طينتيه عن الاخرى دخل الهواء الى باطنه ثم اذا تقربت اليها خرج من حيث دخل

الغرض العظيم من التنفس تطهير الدم ويتم ذلك بامرين الاول دخول الاكسجين الى الدم والثاني خروج الحامض الكربونيك منه. والنفصيل في ذلك انه اذا دخل الاكسجين الدم اتحد بالمواد النائرة من النسجة الجسد التي تلقى الى السيل الدموي فيتكون من الاتحاد المذكور مركبات كيمياوية جديدة تبرزها الطبيعة على طرق مختلفة كالمعرق من الجلد والبول من الكليتين والزفير في التنفس. واخص المواد المبرزة من الرئتين في التنفس الحامض الكربونيك. وعلى هذا يكون الدم الجاري في الجسد بمنزلة النهر الذي يجري في ارض فيسفي اهلها واشجارها ويحمل اقلارها الى مصبه لان الدم يغذي النسجة الجسد ويحمل منها

ما تحلل الى بعض الاعضاء لكي تبرزه الى الخارج . ثم من جملة ما يحدث من الاتحاد الكيماوي بين الاكسجين والمواد المتحللة تولد الحرارة الحيوانية التي هي من شروط الحياة

الحامض الكربونيك المبرز من الرئتين بواسطة التنفس من اشد السبب للحياة ولذلك اذا تنفسه الحيوان او حُجِر في الدم كما يحدث في الخنق والغرق كانت النتيجة الموت حالاً

معدل كمية الهواء التي تدخل الرئتين في كل شهقة نحو ثلاثين فيراطاً مكعباً ومثل ذلك في الزفير. على انها تختلف قليلاً تبعاً للاشخاص فهي اقل في الاناث منها في الذكور وفي الضعفاء والقليل المحركة مما في الاقوياء واصحاب الاعمال الجسدية . ويشاهد نشاط التنفس في صغار الحيوان الذين يمتصون الى كمية عظيمة من الغذاء لاجل النمو فيكون نشاط التغذية مصحوباً بنشاط التنفس

ولما كان التنفس من الشروط الاولى للحياة وجب الالتفات الى كل ما يؤثر الى تقوية هذه الوظيفة . وهذا يتم بواسطة الرياضة الكافية ولا سيما مدة حلالة السن اذ تكون الاعضاء في حالة النمو . فيجب حينئذ ان يمتد الولد في انواع اللعب والرياضة الجسدية المعروفة عند الاوربيين بالمجمناستيك وهو سواء للصبيان والبنات فان ذلك يقوي عضلات الصدر ويزيد في نموها وفي العمل التنفسي . واذا وقع اغفال عن هذه الوسائط في زمن الحداثة كانت البنية بعد ذلك ضعيفة وتنتو الفرصة بحيث لا يمكن تعويضها في المستقبل . ولذلك لا يجوز حصر الاولاد في المدرسة ساعات كثيرة متوالية بل يجب ان يعطوا فرصة للفتنه والرياضة ساعدين او ثلاث

ومن الامور المضرة بالتنفس ما بصطح عليه بعض النساء من الملابس الضيقة وحصر الصدر فيها فان ذلك معارض لاتساع التنفس كما انه مخالف

لمتنفس الطبيعة . ومثل ذلك يقال في شد الحزام المعروف بالزنار بين الشبان
لأنه يضغط القسم السفلي من الصدر والقسم العلوي من البطن ويضرب بالتنفس
كما أنه قد يكون سبباً للفتق البطني

ومن العادات القبيحة التي تؤذي الصحة نوم جملة الأشخاص في غرفة واحدة
مغلقة الابواب والنوافذ فان ذلك يفسد الهواء على وجهين الأول تنفس الهواء
الواحد الذي تزداد فيه كمية الحامض الكربونيك كلما طالت المدة والثاني
تنفس البخار الخارج من الرئة والجلد . وإذا أضفنا الى ذلك قدر السكان واثوابهم
وفرشهم صار الهواء رديباً حاملاً مواد سامة وسبباً لأمراض كثيرة ولذلك اذا لم
يمكن تقليل عدد النيام في غرفة واحدة وجب ترك بعض النوافذ مفتوحاً فتحاً
كاملاً او بعض الفتح لاجل ابدال ما فسد من الهواء بما هو نقي . واما خوف
العامة من دخول البرد فوهم لان دخول بعض الهواء البارد اقل ضرراً من
تنفس الهواء الفاسد

فيتضح ما تقدم ان تبديل الهواء في المساكن من الامور الضرورية لحفظ
الصحة لانه لا يفقد بعض الاكسجين ويشتت بالحامض الكربونيك فقط ولكنه
تخالطه مواد حيوانية بخارية مبرزة من الجلد والرئتين لا تصلح للتنفس بل هي
سامة للدم وعلّة لانحراف الصحة ولهجوم المرض . واما كيفية تطهير الهواء فيتم
بتسليك مجرى من الريح في المساكن والمدارس والجماعات والكنائس بواسطة فتح
نوافذ متقابلة . واما غرفات النوم فيجب فتح نوافذها مدة النهار وغلقها قبل
وقوع رطوبة المساء في الفصول الباردة وانما في الصيف فلا مانع من فتح بعضها
في الليل بشرط ان لا يكون مجرى الهواء سائراً على سرير النوم ولا سيما للاطفال .
ولا بد من التحفظ من الهواء البارد الرطب في كل زمان ولا سيما مدة النوم وبعد
التعب وعند وجود العرق . ومن الواجب ايضاً تعريض الفراش والشراشف
للهواء كل يوم ولو بضع دقائق ومن مدة الى مدة تعزبل البيوت وتفرغ

بيوت الخلاء وطرش الخيطان لاجل تنقية الهواء من المواد العفنية والابخرة
الفاصلة

تركيب الهواء وما يعرض له من الفساد

نقدم ان الهواء مزيج مركب من الاكسجين والنروجين بنسبة معلومة
لا تتغير في جميع الاماكن . غير انه يخاطب في حالته الطبيعية مواد اخر اخصها
الحامض الكربونيك والاوزون وقد تعرض عليه مواد غريبة ربما أدت الى
الضرر بالصحة او الى الموت

اما الحامض الكربونيك فنسبته الطبيعية نحو اربعة اجزاء في عشرة آلاف
جزء من الهواء وهو يزداد في الليل وعند قم الجبال العالية وفي المدن والاماكن
المزدحمة بالناس وفي بيوت النوم . وقد شوهد من التجارب انه اذا كان هذا
الغاز صرفاً لم يمكن تنفسه على الاطلاق واذا كان كثيراً في الهواء كان ساماً .
ومن جملة الحوادث التي تدل على ضرره عند ازدحام الناس انه سجين ليلة
١٤٦ رجلاً في بيت طوله وعرضه ١٨ قدماً وفيه نافذتان صغيرتان فقط فمات
اكثرهم في تلك الليلة ولم يبق منهم حياً في الصباح الا ٢٣ نفرًا . وهو ثقيل
فيهدر الى الاسفل كما هو المشهور في الآبار التي يتولد فيها من التعفن وفي الدن
الذي يختم فيه النبيذ فان السراج ينطفئ في اسفلها . وكذلك ما يشاهد في
مغارة الكلاب قرب نابولي فان الرجل يمشي فيها بلا خطر واما الكلب اذا
دخلها وقع مقيماً عليه . ولما السبب يجب النوم على الاسرة العالية ولا سيما في
المستشفيات دفعا للاضرار الناشئة من اجتماع الحامض الكربونيك في اسفل
المكان من التنفس مدة الليل والنوافذ مغلقة

والاوزون جوهر حديث الاكتشاف قبل انه حالة خصوصية من احوال
الاكسجين ناشئة عن عمل الكهر بائية فيه . وهو لا يزال موضوعاً للبحث وغاية ما

توصلوا اليه من معرفة هذا الغاز هو ان كميته في الهواء تنقص او تفتقد في الاماكن المنخفضة وفي المدن وفي الاماكن المزدحمة بالناس وانه مطهر للهواء ومزيل للفساد والتلثانة وان اكثر ظهوره في الاماكن المرتفعة النقية وقرب البحر وفي فصل الشتاء. ولما ثبت عندهم ما لهذا الجوهر من الفائدة للصحة عرفوا فائدة السكن في الاماكن المرتفعة المعرضة للشمس واستنشاق الابخرة العطرية الناشئة من بعض الاشجار كالصنوبر واليوكالبس وهواء البحر فان جميع هذه الكيفيات صالحة لتوليد الاوزون وعمله في تنشيط قوى الجسد الطبيعية

ومن المواد التي تعرض للهواء وتفسده وتضر بالصحة ما ينبعث من الاجسام الحيوانية والنباتية ولا سيما ما يخرج من الجسد البشري بواسطة البخار الرئوي والجلايدي. والابخرة المذكورة رائحة خصوصية تشر بها الاثواب والاسرة وفرش البيوت وتلصق بالحيطان وقد تدوم فيها زمناً طويلاً. وقد يبحث عنها الكيماويون فوجدوا انها مواد آتية سريعة الفساد والافساد لما تخاطط من الهواء والماء وانها السبب العظيم العامل في الضرر من ازدحام الناس في اماكن اجتماعهم فان الانسان لا يخرج من تلك المحافل الا ويشعر بتعب عام وصداع او نفل الراس لا يزول الا بعد الخروج الى الهواء برهة. واذا كان الاجتماع خاصاً في اماكن ضيقة لا يتجدد الهواء فيها وطالت مدته كما يحدث في السجون والسفن فكثيراً ما ينشأ من ذلك حميات رديئة واوبئة. وقد تخفق العلماء ان كل ذلك ناشئ من افراز جسدي اخرجته الطبيعة فاذا دخلها ايضاً كان ساماً. ومن جملة الشواهد التي اوردوها بهذا الشأن ان الحمى التيفوسية فشت مرة في اكسفورد في سنة ١٥٧٧ بواسطة احضار مسجونين الى دار القضاء لاجل المحاكمة فاهلكت اكثر من ٥٠٠ نفس. وكذلك في سنة ١٨٥٠ في لندن عند محاكمة نحو ١٠٠ من المسجونين اصابته هذه الحمى جهوراً من الذين حضروا فهلك نحو اربعين شخصاً منهم اربعة قضاة. وقد شوهد احياناً ان المادة السامة

تلتصق بجحطان السجّون والمستنفيات وتستعصي ازالتهما بالغسل والطرش
والقشر فيضطرون الى الهدم . ومن الامور المقررة ايضاً ان اثواب المرضى بهذه
الحميات تُعرض للشمس والهواء الى ان تزول رائحتها قبل امكان الحكم على
السلامة من العدوى لمن يغسلها

البخار المائي

يتضمن الهواء الجوي دائماً كمية من الماء في الحالة البخارية تختلف بحسب
حرارة الهواء وكثافته والنصل والموضع والعلو . وهي ناشئة عن البخار الصاعد من
الابحر والبحيرات والانهر فاذا ارتفعت عن سطح الارض ولاقت مجاري الهواء
العالية الباردة كثفت وسقطت على هيئة مطر او برد او ثلج او ندى بحسب
برد الطبقة التي تمرّ فيها . وقد استنبطوا آلة لمعرفة كمية البخار المائي في الهواء
وسمّوها الهكرومتر

ولكمية البخار المائي في الهواء تأثير عظيم في الصحة . فانه اذا كان الهواء
مشبعاً بالبخار كان العرق من الجلد والبخار المائي من الرئتين قليلين وكثر
الافراز البولي والعكس اذا كان الهواء جافاً . واذا كان الهواء رطباً حاراً
احدث ارتخاء وضعفاً في الجسد . وقال القدماء اذا كان الهواء رطباً اعان
ذلك في تحليل المواد الآلية المحمولة فيه وادى الى الفساد والامراض الوافدة .
ومن المشاهد ان المرضى ينهون بسرعة متى كان الطقس جيداً والبارومتر
مرتفعاً . واذا كان الهواء رطباً بارداً ادى الى التهاب المسالك التنفسية والمفاصل
والى الاسهال والدوسنطاريا لانه يحط درجة الحرارة الجيوانية وينقص العرق
الجلدي واذا طالت هذه الحالة فشئت الامراض الوافدة وكثر الموت . واذا
كان جافاً ودرجة حرارته مرتفعة زاد البخار الجلدي والرئوي واحدث ذلك
نقصاً ظاهراً في ثقل الجسد وهو ما يشاهد في الذين يصرفون فصل الصيف

في سواحل هذه البلاد . واما اذا كان جافاً بارداً فهو منعمش للقوى الطبيعية
ومفيد للصحة وهو من اخص الاسباب التي تؤول الى الفائدة المعهودة من
الاتقال الى الاماكن المرتفعة في الجبال مدة الفصل الحارّ

الملاريا

براد بالملاريا فساد يعرض على الهواء وينشأ من تحايل مواد نباتية في
مستنقعات المياه المنخفضة الرأكة . واختلفوا على ماهية الفساد المذكور فذهب
البعض الى انه ابخرة غازية منبعثة من استنقاع النبات وتحلل في المياه وقال
غيرهم انه مواد فطرية دقيقة متولدة من هذه المستنقعات ومنتشرة في الهواء .
على اهم اتفقوا انها اذا دخلت الدم بواسطة النفس كانت السبب الرئيسي في
احداث الحميات المتقطعة والمتفترة على انواعها وهي المعروفة عند العامة
بالحميات الدورية

واما الاحكام التي تتعلق بعمل الملاريا واضرارها بالصحة فهي اولاً انها افضل
بجوار منشأها ما اذا كانت بعيدة عنه . وانا مثال على ذلك في مدينة بيروت
فان الذين يسكنون عند نهرها معرضون للحميات المتقطعة وقلماً يشاهد منهم
واحد صحيح الجسم واما هواء المدينة التي لا تبعد عن النهر إلا مسافة قريبة فحيد
والحميات الدورية قليلة فيها . ثانياً يشهد عمل الملاريا في الاماكن المنخفضة
ومدة الليل وعلى الخصوص نحو شروق الشمس وغروبها . ثالثاً قد تحمّل
الملاريا بواسطة الرياح من محل منشأها الى اماكن جيدة الهواء غير انه اذا
اجتمعت في مكان فتبديدها الرياح الشديدة وتنقيها منها . رابعاً للملاريا شراهة
عظيمة للماء فينشرها من الهواء بحيث انه يصير نقياً . ومن الادلة على ذلك ان
الملاحين لا يصابون بالامراض الملارية اذا لازموا سفنهم وانه اذا توسطت بقعة
من الماء بين المستنقعات وارض لا تبعد عنها سلمت تلك الارض من فعل

المالاريا . وكثيراً ما شوهد ان شرب المياه المستنقعة يحدث الحمى . خامساً
 للمالاريا الفة للاشجار وغيرها من المواد الآلية بحيث انه اذا تعرضت غابة بين
 المستنقعات والمساكن حتمها من النتائج المضرّة . وقيل ان تعليق قاش رقيق على
 الابواب والنوافذ في الاماكن المalarية واستعمال الناموسيات حول الاسرة يمنع
 دخول المادة المؤذية . سادساً اشعال النار مفيد في منع الضرر وهو ما بعمله
 العساكر والسياح حول الخيام اذا حلوا في مواضع ملارية . سابعاً من الوسائط
 المفيدة بهذا الشأن استعمال كميات صغيرة من الكينا صباحاً ومساءً للذين
 يضطرون الى التعرّض لهواء الارض السيئة

فينتج ما تقدم ان تخفيف المستنقعات وغرس الاشجار يجوارها من الامور
 الواجبة لصحة الذين يسكنون قربها . ومدحوا على الخصوص شجر اليوكالبتس
 وقالوا انه مهلك للمادة المalarية على انهم اختلفوا على التعليل عن فائدته فقال
 جماعة ان اوراقه تمتص المادة المذكورة وقال غيرهم انه معين في توليد الاوزون
 الذي يصلح فساد الهواء على ما تقدم . واما الذين يضطرون الى مجاورة هذه
 المواضع فيجب ان يبتعدوا عنها ما امكن ومجّلوا في المرتفعات ويتجنبوا هواء الليل
 ونداه وبرده ويراعوا في الجملة ما ذكر في الفقرة السابقة

الرياح

الرياح حركة الهواء الجوي نحو بعض الجهات حادثة غالباً عن اختلاف
 بعرض لدرجة حرارته . وذلك ان للهواء كثافة يُعبر عنها احياناً بالضغط
 الجوي الذي يراد به كمية ثقل عمود الهواء الممتد من سطح الارض الى علو نحو
 ٤٥ ميلاً . والثقل المذكور نحو ١٥٠٠ درم على كل قيراط مربع عند مساحة
 البحر . فاذا اختلفت الكثافة في قسم منه بواسطة الحر او البرد تغيرت الموازنة

الطبيعية وتحرك الكثيف منه نحو اللطيف طلباً للتعديل فيقال لهذه الحركة
الرياح

وقد استنبطوا آلة لاستعلام كمية كثافة الهواء تُعرف بالبارومتر فاذا صعد
بها الى الاماكن العالية نقص ثقل الهواء الجوي وهبط عمود الزئبق في انبوبة
البارومتر واذا هبط بها الى الاماكن المنخفضة زاد ثقل الهواء وصعد الزئبق .
وهي تندر ايضاً بالتغيرات الجوية فان ارتفاع الزئبق يدل غالباً على الصحو
وهبوطه يدل على قدوم المطر والرياح الشديدة

واما عمل الضغط الجوي في الصحة فقد ثبت من المشاهدة ان الذين
يصعدون الى قمم الجبال العالية او يتزلون في الآبار العميقة يصابون بعسر التنفس
وتنزف دموي من الانف والتم ودوار الراس وغير ذلك من الاعراض المزعجة
الناشئة من زيادة ضغط الهواء في الاماكن المنخفضة او نقصه في الاماكن المرتفعة .
غير ان هذه الاعراض تزول بواسطة العادة وانفة الجسد للكيفيات المحيطة
به . وقال العلامة لني ان صفات اهل الجبال من خفة الحركة والنشاط
والشجاعة ومحببة الحرية ناشئة من اسباب كثيرة اخصها نقاوة الهواء وبرده ونشوفته
خلافاً لهواء السهول الكثيف المشبع بالبخرة مختلفة الجنس ومضرة بالصحة

لما كانت الرياح حادثة على جانب عظيم من اختلاف درجة حرارة الهواء
الجوي لم يكن لها غالباً ضابط معلوم . غير انه يظهر ان الرياح المنتظمة في
المناطق المعتدلة ناشئة عن سخونة الهواء في المناطق الحارة وانه ربما يعلّل بذلك
عن هواء البحر المتوسط المعروف ببحر الروم الذي يهب من اواسط تموز الى نهاية
آب ويبدأ من الساعة التاسعة ويدوم مدة النهار فقط ويسير من الشمال الشرقي
الى الجنوب الغربي . ومن هذه الرياح نسيم البحر ونسيم البر اللذان يشاهلان
على شطوط البحر المذكور هبوب الاول منها في النهار والثاني في الليل . وسببها
ان الارض تسخن من حرارة الشمس قبل الماء فيتلطف هواؤها ويحجري نحوها

الهواء الاكثف من البحر ويبدأ النسيم الجري الساعة التاسعة قبل الظهر ويدوم الى نحو الساعة الثالثة . واما في الليل فتبرد الارض ويكثف هوائها بالنسبة الى هواء البحر فيجري نسيم منها اليه وهو نسيم البر

ومن الرياح المنتظمة الرياح الموسمية المنغلبة في البحر الهندي التي تهب من الجنوب الغربي من نيسان الى تشرين الاول ومن الشمال الشرقي اي من الجهة المخالفة من تشرين الاول الى نيسان . وفي الجملة رياح اسيا تهب نحو البر مدة الصيف وبالعكس مدة الشتاء . ومنها الرياح التجارية التي تهب في الاوقيانوس الانلاتيكي وتستعين بها سفن التجارة . ومنها رياح البحر المتوسط التي تجري من جهات مختلفة نحو صحراء افريقية الحارة الهوائية . الرياح الغالبة في بيروت الجنوبية الغربية في الشتاء والربيع والصيف والشالية والشالية الشرقية في الخريف

واما عمل الرياح في الصحة فعظيم . وذلك اولاً لان مجاريه الدائمة تحمل المواد السامة والابخرة المتولدة في الارض والمياه وتبدها وتزيل ضررها على انه قد تأتى بها احياناً من الاماكن المصابة الى السليمة فتكون سبباً للرض . ثانياً صدم الهواء للجسد من الامور المنبهة للجلد والدورة الدموية فقد يكون لطيفاً مفيداً وقد يكون شديداً زعجماً . وان كان بارداً جداً اوجب خنض الحرارة الحيوانية الى درجة الضرر او الملاك وان كان حاراً جداً رفعها وان كان مشبعاً بالرطوبة منع الجبر الجليدي وان كن حاراً جداً احدث عرفاً مفرطاً مضعفاً . ولذلك نرى الضعفاء الابلان واصحاب العلل المزمنة يتأثرون من حالة الطقس والرياح فتتغير احوالهم بحسب تغيير احوالها خلافاً للاقوياء الذين قلما يبالون بذلك

وقد تُقسَم الرياح الى اربعة اقسام . اولها الباردة الرطبة وهي الغالبة في

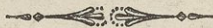
الشتاء وعملها في الجسد انها تعارض الافراز الجليدي والرئوي فتكون سبباً لعلل
 المفصل والنزلات الصدرية . واكثر ضررها للاطفال والشيوخ ويختز منها
 بواسطة اللباس الموافق الصوفي كالفلانلا وغيرها وعدم التعرض للهواء البارد
 بعد الرياضة العنيفة ودفء البيوت . ثانياً الباردة الجافة واكثرها يأتي من
 الجهة الشمالية وهي فعالة في الجسد فتسبب حاسة البرد الشديد في الخريف
 والشتاء وتجنف الرطوبات وتحدث قبضاً في النفس وحدة في الاخلاق . ثالثاً
 الحارة الرطبة وهي التي تأتي من الجهة الجنوبية والغربية فاذا امت مدة الشتاء
 كانت مفيدة مقبولة خلافاً للصيف . رابعاً الحارة الجافة ويندر حدوثها في
 الشتاء وهي اصلح الرياح للجسد غير انه يجذر من هبوط الحرارة نحو المساء
 وهبوب النسيم البارد فاذا لم يتوق الانسان من هذا الاختلاف كان عرضة
 للحمي والاسهال والسبح والنزلات . وهذا الاختلاف بين حر النهار الجاف وبرد
 الليل الرطب سبب اكثر علل الصيف والخريف ولا سيما في مدينة دمشق التي
 كثيراً ما يكون حرها شديداً في النهار ثم يعقبه البرد والرطوبة في الليل
 فيتلفها السكان بالسرور واذا تعرضوا لهذا الاختلاف بلا زيادة في الكسوة
 او وقاية اخرى مرضوا

وبناء على ما تقدم كان من اول القواعد الصحية الوقاية من هواء الليل
 البارد وكان من اثبت اقوال العامة ان البرد سبب كل علة ولو كان في هذا
 القول شيء من المبالغة . وتقوم الوقاية المذكورة على الخصوص بلبس ثوب
 فوق الاثواب الاعيادية عند هبوط حرارة النهار وهبوب ريح الليل الباردة

كهربائية الهواء الجوي

المعلوم من حالة كهربائية الهواء الجوي وتغيراتها وعملها في الصحة قليل

لا جعل له في هذا المختصر. فغاية ما يقال هنا في هذا الشأن انه قد ظهر للمحققين ان الحالة الايجابية اصبحت للصحة وان الحالة السلبية موافقة لانتشار الامراض الوافدة الشديدة. ومن المقرر ان احوال الجسد تتقلب بلا سبب ظاهر ولا بد انها ناشئة عن تغير في احوال الهواء الجوي ولو كانت هذه الاحوال خفية غير معلومة الى الآن. وقد اخذ العلماء يبحثون فيها لعلم يتوصلون الى معارف مفيدة للجمهور في حفظ الصحة



الفصل الثامن

النور

النور ضروري لنمو النبات والحيوان النام فاذا حُجِرَ عنها كان الضرر ظاهراً فيها فاننا نرى ان النبات الذي لا يتعرض للنور يكون سقيماً باهت اللون وان النبات القوي الذي يتميز بحمال الزهر وجودة الثمر هو ما ينمو في الاماكن التي نورها ساطع ومدّة الفصول التي يكون فيها النور شديداً . ومن المشهور ايضاً ان النبات يأخذ الكربون من الحامض الكاربونيك في النهار واما في الليل فانه يأخذ الحامض المذكور من الهواء ويردّه اليه كما هو . ولا بدّ ان الالوان الزاهية التي تُشاهد في الازهار والطيور والحشرات التي تسكن الاقطار القريبة من خط الاستواء ناتجة من عمل النور الشديد . ومن الأدلة على ذلك ان كثيراً من النبات يحول زهره وورقه نحو الشمس في سيرها من المشرق الى المغرب طلباً لعمل النور فيها

وليس عمل النور في نمو الحيوان وتقويته اقلّ من عمله في النبات . لاننا اذا قابلنا سكان المدن الذين تعرّضهم للنور قليل بأهل البررأينا اختلافاً ظاهراً بينهم في كمال النمو وعموم الصحة . ولا يتوقف هذا الاختلاف على نقاوة الهواء فقط لان الذين يسكنون البيوت المظلمة من جبل الى جبل ضعفاء البنية والقوّة الحيوية واولادهم ضعفاء مثلهم . وقد تخفق ان تجز النور عن الناس بسبب نقصاً في اجزاء دمهم الضرورية للحياة كالاليومين والفهين

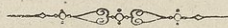
والكريات الحمراء وزيادة في قسمه المائي فيبهت لون الوجه ويصير كالشع
وتخفي الأوردة الجلدية ويتواتر النبض بدون زيادة في حرارة الجلد ويكثر
خفقان القلب وتخطئ القوى ويشند الميل إلى الاستسقاء والداء الختيري والبثور
والنزف . وقد شوهد ذلك في بيوت المستشفيات المظلمة فكان شفاء المرضى
فيها عسراً أو ممنوعاً . وعلى هذا يحكم بضرورة النور للصحة كضرورة الهواء النقي .
بل أنه من المقرر أن المصابين ببعض الأمراض المزمنة ولا سيما الأمراض
الصدرية كالربو والتهاب الشعب الرئوية المزمن يستفيدون فائدة ظاهرة
من تعرضهم لنور الشمس ولذلك تكون عادة الجمهور في اغلاق الشبائيك
وحجب النور عن مخدع المريض خطأً إلا إذا امر الطبيب بذلك لعله
خصوصية

وما يجب الالتفات إليه على الخصوص من هذا القبيل امر الأولاد والنساء .
فإنه لما كان سن الصغار من النمو والتكوين وجب الاعتناء بكل ما يفيدهم هذه
الغاية والحذر من كل ما يمانع ذلك فلا يجوز حصرهم في بيوت مظلمة أو في
مدارس غاصة بالتلاميذ نوافذها قليلة صغيرة لا يدخل منها كفاية من الهواء
النقي ونور الشمس . وتُشاهد نتيجة هذه المعاملة المخالفة للطبيعة في صفرة وجوههم
ونحافة أبنائهم وتسلط العلل عليهم . فإين هم من اولاد الفلاحين المزدري بهم
الذين سمرة لونهم وقوة عضلاتهم وشجاعتهم تدل على ما نالوه من التربية في
الهواء والنور وخشونة المعيشة . وأما البنات والنساء فكثيراً ما يحجز عليهن
داخل البيوت خوفاً من نور الشمس وهو آء السماء فيجئني لونهن الطبيبي ويقل
الدم فيهن ويقعن في علل مختلفة ثم يدعى الطبيب لاصلاح الخلخل على ان
الدواء العظيم هن هو الرياضة الكافية اليومية في وسط الهواء والنور
وما علا ما ذكر من نسبة النور الى الصحة العامة له عمل خاص في
العينين والجلد . اما عمله في العين فهو معلوم انه ضروري للبصر فاذا كان ضعيفاً

انسعقت الحدقة لنفوذ ما يمكن منه الى باطن العين لكي يتم بصرا الاشياح . واذا اجهد الانسان بصره زمناً طويلاً في تحقيق الاشياء ولا سيما اذا كان النور ضعيفاً أدى ذلك الى الضعف المعروف بالميوبيا اي قصر البصر وهو علة منتشرة بين الصباغ والذين يتعاطون صناعة الجواهر والساعات والذين يقرأون ويكتبون الخط الدقيق . واذا كان النور شديداً ساطعاً كلعان البرق او انعكس من الارض البيضاء او الثلج فقد يخطف الابصار ويسبب العي الزمني او اللائم . وما ورد من الاخبار الشاهدة لذلك ان فرقة من الجنود الفرنسية خرجت مرة للتعليم العسكري وكان نور ذلك النهار ساطعاً جداً فأصيب عدد عظيم منهم بالعي الزمني مصحوباً بالصداع والتيء وبعراض أخر عصبية . وعرض مثل ذلك للجنود اليونانية تحت قيادة زنفون الشهير وهم يقطعون اسيا مدة الشتاء بين ثلوج ارمينيا . وكان السبب لذلك انعكاس النور من الثلج الشديد البياض ولهذا يلطف السياح عمل بهاء النور في الاقطار المتوسطة من الكرة وفي ثلوج الجهات الشمالية وهم يبحثون عن القطب بواسطة النظارات الملونة المعتمة ومن هذا القبيل ما ينال عن تغلب الرمد وامراض العيون في ارض مصر وسورية . فانه ما علا حر النهار ورطوبة المساء وما علا الغبار الطائر في الهواء لا بد ان يكون نور الصيف وانعكاسه من التربة البيضاء من الاسباب الفاعلة في احداث هذه العلة التي كثيراً ما تؤدي الى خلل البصر او فقده .

واما عمل النور في الجلد فيشاهد في اختلاف لونه بين سكان المناطق المتوسطة من الكرة وسكان الجهات البعيدة عن خط الاستواء بحيث يتبين المعرضون للنور الساطع بسمة لونهم عن الذين نور بلادهم ضعيف فهم بيض اللون شقر الشعور زرق العيون . والسبب في اختلاف اللون المذكور هو ان في بشرة الجلد طبقة من حوصلات صغيرة في باطنها مادة ملونة يختلف لونها في البيض والسمر والسود من البشر . وهذا اللون يشتد او يضعف بحسب

كمية نور الشمس كما يظهر من الفرق بين الذين ينكشفون لأشعتها والذين
 يجنبون عنها . ولا يختلف عمل الشمس في تلوين الجلد عنه في تلوين ورق
 النبات وزهره . وهو لا يقتصر على التلوين فقط ولكنه يصلب الانسجة الواقعة
 تحت الجلد ويعمل عملاً عاماً في تحسين قوة النبات والحيوان . وفي هذا الشأن
 يقول العلامة لفي ان الذين يقضون جانباً عظيماً من حياتهم في الاماكن المظلمة
 او التي نورها ضعيف يتميزون بضعف اللون ويكونون ضعفاء النفس والتغذية
 عضلاتهم لينة ودمهم مائي وقوتهم قليلة وعلمهم كثيرة . وقال العلامة هبلدت
 الشهير في كلامه على بعض قبائل البادية ان رجالهم ونساءهم اشداء وبعد
 مشاهدتي اياهم خمس سنين لم ار بينهم واحداً مشوهاً او معتلاً البنية
 فيتضح مما سبق ما لنور الشمس من الفوائد الكلية للصحة . غير انه اذا كان
 شديداً مفرطاً فقد يكون مضرّاً بالبصر كما تقدم . هذا فضلاً عن ان نور الشمس
 شديد الحرّ فاذا اصاب الراس ولم يكن عليه غطاء كافٍ احدث امراضاً
 دماغية كالصداع الشديد والسكته والنهاب الدماغ والجنون والداء المعروف
 بضربة الشمس (الرعن) . فيكون الضابط الصحي لمقاولة ذلك واضحاً وهو وقاية
 الراس من نور الشمس الشديد مدة الصيف . وقد اصطلح اهل الحضرم من هذه
 البلاد على العائم واهل البادية على الكوفية والعقال والاوربيون في بلاد الهند
 وغيرها على برانيط من نوع خاص . واما الطربوش الذي يلبسه اهل المدن
 فليس فيه كفاية لوقاية الراس من النور والحرّ ولذلك يجب ابداله بشيء
 انسب منه او باستعمال الشمسية . ومن العوائد القبيحة في هذه البلاد خروج
 الاولاد والاطفال في الشمس ورؤوسهم مكشوفة او لباسهم غير كافٍ وقد شاهدت
 فيهم حميات كثيرة لم اعلم لها سبباً الا التعرض للشمس



الفصل التاسع

الحرارة

سقط

الحرارة من العوامل الجوهرية للحياة ومصدرها العظيم هو الشمس . ولما كانت الارض كروية الشكل ووضعها نحو الشمس منحرفاً لم يكن عمل اشعة الشمس في جميع جهاتها واحداً بل يختلف اختلافاً شديداً من لخط الاستواء الى زهير القطب فيحدث من هذا الاختلاف في درجة الحرارة عمل ظاهر في نوع النبات والحيوان حتى اذا وصلنا الى جهات القطب الشمالي لم نر اثرًا من الحياة نباتية كانت او حيوانية . ومن الادلة على ضرورة الحرارة للحياة انه اذا تعرض قسم من الجسد للبرد الشديد صفع ومات وقد يم الموت على جميع الجسد كما يحدث للمسافرين في الجبال العالية مدة الشتاء وهبوط الثلج . وكذلك كثيراً ما يموت النبات في الشتاء او يضعف خلافاً لما يكون عليه من النمو والإثمار في الربيع والصيف

درجة الحرارة الطبيعية في الانسان نحو ٣٧ س = ٩٨^٢٥ ف وهي دون ما يشاهد في الطيور التي تبلغ في بعضها ١١١ ف واعلى ما يكون في الاسماك والزحافات التي لا تزيد حرارتها عن الوسط التي تعيش فيه اكثر من درجات قليلة . ولا تختلف الحرارة في البشر باعتبار الجنس والسن والصقع والنسل الا شيئاً قليلاً فهي ابدأ على درجة متساوية تقريباً الا في بعض الامراض فانها قد ترتفع في الحميات الى ٤١ س = ١٠٦ ف ويندر انهما تتجاوز هذا القدر وقد

تخفّض في غيرها كالهواء الاصفر الى ٨٠ ف. ولهذا الاختلاف اعتبار عظيم عند
الاطباء في تخيص بعض الامراض والانذار بعاقبتها فاصطلحوا على استعمال
ترمومتر خاص يسمونه الترمومتر الكلينيكي ويستعملون به عن درجة الحرارة
الحاصلة وتغيراتها بين الصباح والمساء ومن يوم الى آخر في سبب المرض
الحس بالبرد والحرارة امر نسبي موقوف على اختلاف البنية والسن
والجنس والعادة ولا سيما على اختلاف الصقع فاما يكون بارداً لواحد اولاهل
بلاد واحدة لا يكون كذلك لغيرهم. غير انه يقال في الجملة ان اهل البلاد
المتوسطة يعدون بين درجة ١٥ س و ٢٠ س حرارة معتدلة فاذا زادت عن
ذلك كثيراً كانت حراً وان نقصت كثيراً كانت برداً خلافاً لاهل المناطق
الحارة والباردة الذين للحر والبرد قياس آخر عندهم. وربما كان اخص
الاسباب لهذا الحس سرعة صعود الحرارة او هبوطها لانها اذا ارتفعت بعض
درجات عن البرد الشديد شعر الناس بالدفء واذا انخفضت بمنزل ذلك
شعروا بالبرد فيشكون الحر والبرد غالباً لا باعتبار مطلق درجتها ولكن
باعتبار الاختلاف السريع الذي يحدث احياناً
ومن الامور العجيبة في اعمال الطبيعة طاقة الانسان في منابذة البرد والحر
الشديدين ومحافظته على درجة واحدة من الحرارة في الاقطار الشمالية والاستوائية
فانه يعيش في البرد الذي تحت الصفر وفي الحرارة التي تملو درجة الغليان اذا
كان الهواء جافاً. كما شوهد في الذين سافروا نحو القطب الشمالي وبلغوا
الدرجة الثالثة والثمانين من الطول وقاسوا هناك من البرد ما يصعب تصديقه
والذين يقطنون اواسط الهند وافريقيا فكانت درجة حرارة اجسادهم متساوية
في كلا الحالين. واما السبب في ذلك فهو ان من الاعمال الحيوية توليد حرارة
دائمة في الجسد مساوية لما ينفق منها في التعرض لاسباب التبريد وفي طاقة
الانسان ان يزيدها او ينقصها كما يشاء تبعاً للحرارة الخارجة. والتفصيل في

ذلك على ما يأتي :

السبب العظيم الفاعل في توليد الحرارة الحيوانية هو ناكسد بعض اصول الطعام وما يتحلل من الانسجة. اما الطعام فجانب عظيم منه الكربون والهيدروجين فاذا تلاقيا بالاكسجين الآتي من الهواء بواسطة التنفس اتحلا به وصار المركب منها حامضاً كربونيكاً وماءً ويقال لهذا الاتحاد عند الكيماويين الناكسد وكذلك اتحاد الاكسجين بالمواد المتحللة من الانسجة. ومن المعلوم ان هذه التغيرات الكيماوية وامثالها يصحبها حرارة كما يرى في اتحاد كربون الخشب او انقم بالاكسجين الهواء وجميع انواع الاشتعال وفي اختار العنب والزبل. ثم ان حواصل الاتحادات المذكورة تبرز من الجسد على طرق مختلفة اخصها بواسطة الزفير في التنفس حيث يخرج مع الهواء مقدار معلوم من الحامض الكربونيك والبخار المائي ولذلك كانت العلاقة بين التنفس والحرارة الحيوانية لا تنفك بحيث ان الحيوانات الشديدة التنفس كالطيور شديدة الحرارة ايضاً

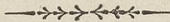
ولما كان توليد الحرارة دائماً في الجسد كدوام الغطاء وجب ان يكون ايضاً اسباب لتلطيفها وتعديلها وهي اولاً التشعع اي خروج الحرارة من جسم الى آخر ابرد منه على هيئة اشعة يشعّر بها ولو لم تُنظر كخروج الحرارة من النار الى الاجسام المجاورة لها. ثانياً المسّ اي انه اذا مسّ جسم حارّ جسماً بارداً خسر بعض حرارته واكسبه اياها والجسد ملامس على الدوام للهواء وغيره من الاجسام الباردة. ثالثاً العرق الذي اذا خرج من الجسد على هيئة ماء او بخار غير محسوس حمل معه بعض الحرارة

وبناءً على ما تقدم يقابل الانسان برد الشتاء وحرّ الصيف بالوسائط التي تزيد او تنجز حرارته الطبيعية وهي وسائط التدفئة والتي تنقصها او تسلبها وهي وسائط التبريد. فيستعين على دفع البرد بلبس الكساء الصوفي لانه موصل ردي للحرارة فينجز ما في الجسد ويكون شان الانسان حينئذ انه يستدني بواسطة

المحرارة المتولدة فيه ويضيف الى ذلك سخونة المأوى والنار ولا سيما اختيار انواع الطعام الكثير الكربون والهيدروجين كالمحوم المدمنة والحلويات . ولهذا السبب يسمن الحيوان عموماً في الفصل البارد لكثرة اكله وخرنه مادة دهنية اكثرها على شكل طبقة تحت الجلد هي مؤونة له تُنفق في زمن الحاجة . ويقابل الحر بلبس اثواب التطن والكتان لانها موصلة جيدة للمحرارة فتذهب ببعض حرارة الجسد وتقلل اكل المحوم والدهون والتعرض للهواء والانجباء الى الجبال العالية والاكتثار من شرب الماء للتبريد اولاً ثم للتبخير في العرق الجلدي عند التعرض للبرد الشديد يحدث خبل في القوى العقلية والجسدية ونعاس غالب ينتهي الى النوم والموت . وهذا الامر معروف عند اهل الجبال فاذا سافروا في الثلوج والبرد العظيم ورأوا احداً منهم متردداً في المسير مائلاً للنوم دفعوه ماشياً امامهم او ضربوه تخليصاً له من الموت . ومن الحوادث التاريخية المشهورة ان نابوليون دخل روسيا بجنس مئة الف جندي ولم يخرج منها باكثر من ثلاثين الفا وقد هلك اكثر ذلك الجيش العظيم من البرد ثم ان البرد فاعل عظيم في تسبب امراض كثيرة . فهو اخص الاسباب الموجبة للنتوس اي الشنج الدائم ولا سيما اذا كان مصحوباً بالرطوبة . وهو مرض قتال يحدث للجرحى بعد العمليات الجراحية او بعد الحروب وقد يحدث من النوم على الارض والتعرض لرطوبة الليل . ومن الادلة على ذلك ما عدا الحوادث الكثيرة التي وقعت تحت المشاهدة انه اذا وضعت ضفدعة في ماء ابرد من الماء الذي كانت فيه قبلاً بنحو عشر درجات تشنجت في الحال . ولما كان البرد عاملاً في خنض القوة الحوية وتضييق الاوعية الدموية السطحية كان سبباً للاحتقانات والالتهابات الباطنة . ولذلك يكثر في الشتاء السكنة الخفية والتهاب الشعب الرئوية وذات الرئة والاسهال والروماتزم اي التهاب المفاصل . واذا بردت الاطراف كاليدين والرجلين او اصاب مجرى هواء بارد

قسماً مكشوقاً من الجسد ربما احدث ذلك التهاباً في بعض الاحشاء الباطنة .
وقد سبق الكلام في ان اكثر موت الاطفال والشيوخ العاجزين يكون في
الفصل البارد

واما ما يحدث من الحر الشديد اذا دام زمناً طويلاً فامراض الكبد
والاسهال والدوسنطاريا والحميات وامراض العينين . وقد تقدم في فصل
النور ما لعل اشعة الشمس في امراض الراس وما يجب على الانسان من الوقاية
من هذا الفييل . ويضاف الى ما ذكر هناك من جهة فضل العمامة الشرقية
على ما سواها من كساء الراس الفائدة العظيمة الناشئة من وضع مندبل مبلول
بالماء مطوي موضوع تحت قرص البرنيطة او الطربوش عند التعرض لحرارة
الشمس الشديدة في السفر . غير ان للحرارة العظيمة اذا كان الهواء جافاً منفعة
ظاهرة في اهلاك المواد الخبيثة المسببة للحميات الخبيثة وقطع الامراض الوافدة .
ومن المشهور في ذلك انقطاع الطاعون عند دخول حر الصيف كما شوهد من
ظهوره وانقطاعه في ولاية بغداد ثلاث مرات من سنة ١٨٦٧ الى سنة ١٨٧٧
وبناء على ما تقدم يكون من واجبات الاطباء ولا سيما اطباء المستشفيات
النظر الى درجة الحرارة في بيوت المرضى بحيث انها تكون بين ٦٢° ف و ٦٦°
وذلك يساوي ١٧° س و ١٩° وتدفئتهم بالاعطية المناسبة . واما في حر الصيف
حيث نجبر الوسائط الاصطناعية في تبريد الهواء فتستعمل الوسائل الممكنة في
تبديله وتلطيف حره مع خنثه الغطاء للمريض واختيار المكان الانسب له في
المنزل



الفصل العاشر

اللباس

لللباس فائدتان الاولى المحافظة على حرارة الجسد بحيث ان خروجها من السطح لا يكون اسرع من توليدها في الباطن. فانه لما كانت حرارة الهواء انقص من حرارة الجسد وجب تخفيف الحسارة الناشئة من ذلك وتوفير الفتحة الجوية العاملة للحرارة. والثانية وقاية الجلد من اشعة الشمس والوسخ وغير ذلك مما يضره. ولا يخفى ما في ذلك من اختلاف العادات والذوق ومقتضى الفصول والبلاد فلا يكون كلامنا في هذا الشأن الا بالنظر الى المبادئ العامة التي نعرفها من الخبرة وقد تفرّرت عند الاقوام المتعدنة. واما ما يقصد من الجمال والزينة واللبانة في اللباس فهو من الامور الثانوية التي لا تدخل في موضوع هذا الكتاب

اكثر المواد المستعملة في اللباس مأخوذ من عالمي النبات والحيوان فينبغي من الياف القطن والكتان والصوف وشرانق دود الحرير المنسوجات المعروفة ويضاف الى ذلك الجلود المدبوغة والفراء. وهي تلبس على شكل اثواب داخله واثواب خارجه

اما الاثواب الداخلة فخاصة باهل المدن والذين يشبهونهم. ولم تكن هذه العادة عند القدماء كاليونان والرومان بل كانوا يلبسون ثوبين احدها فوق الآخر على زي هو غير المألوف في هذه الايام. وانما كانوا يكثرون من الاستحمام

ودهن الجسد وغسل الاثواب وذلك بمقام تبديل الالبسة عند اهل هذا الزمان. وكان العرب القوم الاول الذين اخترعوا لبس القميص فاخذها عنهم الافرنج في القرون المتوسطة اثناء الحروب التي قامت بينهم ولا يزال الاسم العربي لهذا الثوب في بعض لغاتهم كما ان العرب يأخذون الآن عن الافرنج بعض الملابس مع اسمائها الاجنبية

غاية الاثواب الداخلة أولاً معارضة سرعة خروج الحرارة الحيوانية. ثانياً حمل رطوبة العرق الى الهواء الخارج. ثالثاً امتصاص المواد الحيوانية التي تخرج من الجسد مع العرق. فانه لما كان الجلد عضواً مفرزاً تختص الطبيعة بواسطته من مواد مضرّة اشبه التنفس الرئوي في الوظيفة وصار له اعتبار عظيم في حفظ الصحة والحياة. وافضل المنسوجات لذلك الفلانلا في النصول الباردة والسريعة التغير وللذين تولد لهم الحرارة ضعيف ثم الفطن او الكتان في البلاد والنصول الحارة فيحافظ على الحرارة الطبيعية بالفلانلا وتلطّف بواسطة الكتان والفطن وهي جميعها موافقة للاغراض التي سبق ذكرها آنفاً

واما فائدة الاثواب الخارجة فما علا كونها معينة للداخلة في حفظ الحرارة يستعان بلونها ونسيجها على امتصاص اشعة الشمس وحرارتها او على دفعها عنها. فانه اذا وضعت قطعة قماش اسود وقطعة قماش ابيض على الثلج في الشمس رأيناهُ يذوب بسرعة تحت القطعة السوداء ولا يتأثر ما يكون منه تحت القطعة البيضاء الا قليلاً. وكذلك اذا لبس الانسان ثوباً اسود ووقف في الشمس شعر بجمرة عظيمة خلافاً لما اذا كان الثوب ابيض. فنستدل من ذلك على ان اللون النسيج التي يجب تفضيلها في الشتاء والصبف ولا سيما للشموخ والضعفاء والاطفال

من اغراض اللباس حمز طبقة من الهواء الحارّ قرب الجلد بحيث يمنع تبريد الجسد بواسطة الهواء الخارج. فاذا كان الثوب سميكاً ذا زغب حمل

كثيراً من الهواء بين خلاياهُ خلافاً لما اذا كان ناعماً امس . ولما تزداد كمية الهواء حسب طبقات الكساء المولفة عادةً في الشتاء من قميص فلانلا وقميص ابيض وصدرية وسترة تتضمن اربع طبقات من الهواء بينها . وقال البعض ان لبس اثواب رفيقة كثيرة ادفاً من اثواب قليلة سميكه لكثرة طبقات الهواء الذي يستن من حرارة الجسد وهو محصور بينها . ثم ما علا الالبسة الاعتيادية يجب ان يضاف اليها متي وصل البرد الى درجة ٥٠ ف ثوب سميك من الظاهر فاذا كان ثقيلاً يعارض المشي النشط فيلبس عند نهاية ذلك لانه لا شيء اضر للصحة من الشعور بالبرد اذا طالمت مدته . ولذلك يجب الحذر من حاسة البرد اذا امتدت الى زمن طويل لانه يحدث علة من العلل الجسدية ويسند قول العامة ان البرد سبب كل علة

واما لبس الاطفال فقد سبق الكلام على ان مقاومتهم للبرد ضعيفة وضررهم منه شديد فيجب ان يكون لباسهم كافياً والحفاظة عليهم من البرد غير منقطعة . ولما في بلاءة الطفولية يجب ان يكون الثوب الملاصق للجسد قطناً و فوقه آخر من الفلانلا فاذا تقدم في السن واخذ في الرياضة النشيطة وضعت الفلانلا من الباطن وقميص القطن من الظاهر . ويجب ان تكون اثوابهم واسعة ولا يربطون بمرباط ضيقة حول العنق والصدر والبطن والركبتين بحيث تكون جميع المفاصل حرة لتمكن الطفل والولد من الحركة والرياضة اللتين بدونهما لا تقوى الاعضاء ولا تشد بنية الجسد خلافاً لعوائد اهل الشرق الذين يقطون الطفل المولود حديثاً ويحسرون اعضاءه كانه شيء من محطّات المصريين القدماء

لما كان اللباس من الامور المهمة في حفظ الصحة ووجب ان نذكر الان ما يتعلق بالالبسة الخاصة باقسام الجسد المختلفة . اما غطاء الراس فيجب ان يكون خفيفاً واقياً من تغيرات الطقس وعل اشعة الشمس . وقد اتفق عامة

العلماء انه لم يُصطلح الى الآن على كساء له خالٍ من العيوب لان العائم على
 انواعها ثقيلة حارة لا تقي العينين ولو كانت فعالة في حفظ الراس من الشمس
 والهواء والمطر . والطربوش قليل الوقاية من كل الوجوه والبرانيط المختلفة
 الاشكال اكثرها ردي ضار وربما كان افضلها البرنيطة التي قرصها واطرها
 دائر واسع ومادتها اللباد . وقد جدّ روساء العساكر غاية ما يكون في تجهيز
 شيء موافق للجندي الكثير التعرض لاضرار الطقس ومنه البرنيطة العسكرية
 الانكليزية المصنوعة من اللباد او قشر الشجر فانها حافظة للرأس من الشمس
 والمطر مثقوبة في جوانبها او اعلاها لاجل تبادل الهواء وتخفيف حرارته تمتد منها
 زائدتان من الامام والخلف لوقاية العينين ووخر العنق وهي مع ذلك خفيفة
 لا ترزع الراس بثقلها . ومن اردا ما عندهم من ذلك الخوذة النحاسية التي لا يزال
 يلبسها بعض العساكر الى الآن . والعنق يترك مكشوقاً ولا يجوز ان تكون قبة
 القميص وربطتها ضيقة لانها تعرض لدورة الدم الصاعد الى الراس والنازل
 منه فيحدث من ذلك علل كلية . ويجب مراعاة هذا الامر على الخصوص في
 الاولاد الذين تعريض اعناقهم للهواء مفيد لهم الا اذا كان الطقس بارداً فيوضع
 لهم حينئذ غطاءً وقي . وقد سبق الكلام في تغطية الجذع والاطراف فغاية ما
 يقال هنا ان الالبسة الضيقة ولا سيما ما يستعمله النساء من الوسائط الاصطناعية
 لاجل دقة الخصر من الامور المضرة بالاربيب وربما كان من نتائجها السل
 الرئوي . ومن الواجب الضروري تبديل الفلانلا وغيرها من الالبسة الداخلة
 وغسلها فضلاً عن غسل الجسد لانها تحمل مواد مبرزة من الجلد فلا يجوز
 ابقاؤها بالقرب منه . ومن الواجب ايضاً لبس الساكو عند الاقتضاء واما لبس
 اقمشة الكاوشوك فليس بممدوح الا عند الاضرار العظيم لسبب عدم نفوذ
 الهواء منه على الاطلاق . واما ما يلبس على اليدين والرجلين فكثير الفائدة
 لانها اذا بردت برداً فحائياً او شديداً اوجب ذلك علة في بعض الاعضاء البعيدة .

مادة الكفوف من الكتان والفتن والجلد الرقيق من الجدي والحبر والصوف وفائدتها وقاية اليدين من الشمس والغبار والوخ والبرد . والاحذية من اهم ملابس الجسد فيجب الالتفات المخصوصي اليها . اذا كان الحذاء ضيقاً صار المشي مؤلماً وحدث تشويه في شكل القدم وامراض مختلفة اشهرها ما يُعرف عند العامة بالمسامير وهي ادمال صلبة مرتفعة اذا ضغطها الحذاء سبب المآ شديداً والامور التي يجب النظر اليها في عمل الحذاء ان يكون نعله عريضاً كعرض القدم متى كان ثقل الجسد مستقراً عليها وان يكون طويلاً يمتد القدم من الحركة التامة في المشي وان يكون قسمة العلوي ليناً لا يتعرض لعمل المفصل الرسغي . ولا يجوز ان يكون العقب عالياً كما اصطلح عليه اهل هذا الزمان ولا سيما النساء لان ذلك يوجب دفع ثقل الجسد على الاصابع فيضرب بها ويتغير زينة المشي الطبيعي فتتجني المرأة الى المقدم وتمايل الى الجانبين وكل ذلك مخالف للطبيعة وللذوق السليم . فيجب عليهن ولو تلطيف هذه العادة السيئة التي صارت الآن زياً ما لوفاً



الفصل الحادي عشر

التربة والمواقع

قشرة الأرض مؤلفة من مواد مختلفة بحسب الأسباب التي عملت فيها وهي النار والماء والتحليل الآلي. فنشأ من عمل النار الصخور الصلبة والبركانية والرمل ومن عمل الماء الصخور الكلسية والرملية والتراسيب المجمعة عند مصب المياه. ومن عمل التحليل الآلي الفحم الحجري الحاصل من عمل النار في مادة نباتية والزبل واختار المواد النباتية بواسطة فعل الهواء والرطوبة والحرارة فيها. وكل ذلك من متعلقات علم الجيولوجيا فليس هنا للبحث فيها محل غير أننا نذكر منها ما يختص بشان الصحة وما تكون معرفته مفيدة للعامة

لأنواع التراب عمل في الصحة من جملة وجوهه وأولاً ما يتعلق بالحرارة. وذلك ان كمية الحرارة التي تمتصها التربة تختلف بحسب نوعها سواء كانت مغطاة بالنبات او عارية منه. وأكثر هذا الاختلاف عائد الى لون التربة وكثافتها فان الرمل القاتم الذي حيوبه متفرقة أشدها حرارة خلافاً للتراب الطيني او المزوج ببقايا نباتية. والأرض المغطاة بالشب ضعيفة الامتصاص للحرارة وسريعة المفارقة لها. وعلى ذلك تكون التربة الطينية باردة رطبة مسيبة في البلاد الباردة لاجماع المنافذ والتزلات. واما الارمال في البلاد الحارة فحصره لسبب ما تتضمنه من الحرارة إلا اذا كان غطاءً لها الحشيش الأخضر. ومن المنقح ان حرارة الأرض دخلاً عظيماً في تسبب الملاريا وانتشار الهواء الأصفر.

ثانياً اذا كان لون التربة ابيض وكانت عارية من العشب الاخضر عكست اشعة النور وحرارة الشمس وربما اضرّت بالعينين وزادت حرارة الاجسام كما يشاهد في بعض البلاد الحارّة التي ارضها بيضاء. ثالثاً بعض الاتربة تمتص الماء وتضبطه أكثر من غيرها. وقد ظهر من التجارب ان الرمل لا يتشرب الماء الا قليلاً واما الطين فيشرب عشرة اضعاف ذلك او عشرين ضعفاً والتراب الاعيادي اربعين او خمسين ضعفاً. وبعض الاتربة كالطين الكلسي يضبط الرطوبة زماناً طويلاً وهذا النوع مضرٌ من وجهين اولها انه رطب والثاني انه اذا كان فيه مواد نباتية اعانت الرطوبة في تحليلها واحلات الملائيا. وقال بعض المحققين ان رطوبة الارض سبب للسمل الرئوي والتزلات ووجع المفاصل وانتشار الهوائ الاصفر والحصى التيفويدية. والفائدة الاعلبيية في الاتربة انه اذا كانت جافة سوائه كانت تمتص الماء بالسهولة او لا فهي مفيدة للصحة في منع بعض الامراض وتحسين التغذية وعموم القوة. رابعاً يتصاعد من بعض الاتربة غبار مضرٌ بالعينين وربما اضرّ ايضاً بالرئتين والمعدة.

ولتركيب الاتربة الكيماوي عمل في المياه المشروبة سيأتي الكلام عليه في فصل خاص. واما عملة في الهوائ فقد سبق شيء من القول فيه في ما تقدم وسنذكر الآن على الجملة انه يتصاعد من بعض الاتربة غازات مضرّة الا ان ضررها قليل لسبب تبددها بواسطة الرياح. ويصعد من المستنقعات والاراضي السبخة عامل تحدث منه الامراض الدورية لا تعلم ماهيته على انهم قد رجحوا من البحث الحديث انه نوع من الفطر المكرسكوي بجملته الهوائ فيدخل الدم بواسطة التنفس ويسبب الاعراض المرضية وقد تقدم الكلام على الملائيا في فصل الهوائ ولشكل التربة من المواضع ارتفاع وانخفاض وجبال واودية وسهول ونسبتها الى الانهر والجور محل عظيم في هذا البحث لا يسع المقام الا ذكر خلاصة الامر منه. ومن المشهور ان بعض المواضع اوفق للصحة من غيرها وان اخص

الاسباب في ذلك هي الهوائ والماء والتربة. ومن اريد المواضع بين الجبال والتلال والاكمة الاودية ولا سيما في البلاد الحارة لانه يكثر فيها استنقاع المياه والتعفن النباتي. ولما كانت التلال تبرد قبل السهول المجاورة لها اوجب ذلك مجريه من الهوائ احدها في النهار يسير في الوادي نحو الاعلى والآخر في الليل نحو السهول فيكون بارداً حاملاً للمادة الملائية مضرًا لسكان المواضع التي بقرب مصب الوادي. ولذلك كان اضرًا اقسام السهول ما كان منها واقعا عند مصب الاودية للسبب المذكور ولان المياه النازلة تزيد النمو النباتي وتعفنه في الارض المجاورة. ولكن اذا كان السهل منفصلاً عن التلال بواسطة وادٍ عميق مستعرض يقطع وصول المياه اليه فلا يخشى منه ضرر. واما الاكمة والظهور المرتفعة والسفوح فسلمة الا اذا كانت معرضة للاهوية الشديدة. ومن المواضع الرديية ما كان منخفضاً عن مساحة السهل لان المياه تصب فيه وتسبب الرطوبة والاستنقاع والتعفن النباتي

اما الجبال والمرتفعات فضغط الهوائ فيها اقل مما في سواها والتجراسرع والملايا نادرة. وهوائ الجبال صافٍ بارد وغالبًا جافٌ خالٍ من اكدار المواضع المنخفضة. ومياهها عادة نقية لانخالطها مواد آليية ولكنها قد تكون مشحونة بالكلس وغيره مما يكتسب من الطبقات الصخرية التي تمر منها الى سطح الارض. وترتبتها غالبًا عقيمة لثقل المواد الآليية فيها. ولذلك تكون الجبال مفيدة للصحة من حيث الهوائ والماء والتربة غير ان بردها قد يكون شديدًا مفرطًا. وهوائ الجبال ونقاوة مائها وتغيير المنازل والاعتزال عن انعاب اهل المدن من الامور الجزيلة الفائدة للذين يصعدون اليها مدة الصيف وعلى الخصوص للذين انحطت قواهم من بعض الامراض كالاسهال والدوسنطاريا والحميات او من الاعمال العقلية الشاقة او الكدر والهلم من مصاعب الحياة. وهو مفيد ايضا للذين فيهم ميل للسسل الرئوي لسبب خفة الهوائ ونشاط التنفس لاجل

نوال الكمية الكافية من الأكسجين فينتسج الصدر وتشتد الرئتان ويضعف الميل
المرضي

والسهول تتوقف حالتها الصحية على ارتفاعها ومحاورتها للجبال والتلال .
فاذا كانت مرتفعة مستقرّة على جبال كهول الجولان في بلاد الشام كانت
مفيدة للصحة خلافاً لما اذا كانت منخفضة محاطة باراضي عالية فانها تكون عند
ذلك شديدة الضرر لانه تسقط اليها مياه كثيرة فتجعل المكان رطباً تكثر فيه
المستنقعات والملاريا والامراض كهول البقاع الواقعة بين جبل لبنان والجبل
الشرقي وكاراضي الحولة الواقعة بين بلاد بشاره والجولان . وقد سبق الكلام على
الملاريا بالنفصيل في فصل الهواء

وعمل النبات في الارض عظيم لانه يحجز عنها نور الشمس ويعيق التبخر منها
فنصبر باردة رطبة وهو مضر في البلاد الباردة ومفيد في الحارة بحيث انها اذا
تعرت من الاشجار كانت شديدة الحرارة والجفاف . وله عمل عظيم في الهواء لانه
يخفف سرعة سيره وقد يتوقف بالكلية في الغابات المشككة فاذا استنقعت المياه
فيها صارت سبباً لاجتماع الملاريا . ولكنهما قد تكون مفيدة في الوقاية من شدة
الرياح وفي توقيف الملاريا عن الوصول الى مساكن البشر . وقسم العلماء
النبات الى حشيش وهو دائماً مفيد في البلاد الحارة في تبريد الارض وانجم وهي
دائماً مضرّة الا اذا كان بعيداً واشجار لايجوز قطعها الا للداع كاف لانها وقاية
من الاهوية في البلاد الباردة ومن الحر في غيرها . ومن فوائد الاشجار انها
تزيد كمية ما يسقط من المطر ولنا مثال على ذلك في جزيرة قبرس فانها
كانت كثيرة الامطار والخصب في الزمن القديم ثم لما قُطعت اشجارها في
الزمن الحديث تقلت ارضها وقلّ مطرها واحملت الى ان دخلها الانكليز
فنعوا قطع الاشجار وغرسوا شيئاً كثيراً منها لاسترجاع المطر والخصب
المواضع الواقعة بقرب مصب الانهر غالباً مضرّة للصحة خلافاً لمصادرها

وسبب ذلك ما يجمله الماء من المواد الآتية ويلقيه في الارض لانه اذا فسد
تركيبه انتشر في الهواء وصار مؤذياً . وهذا يحدث على الخصوص اذا مرّ النهر
في اراضي كثيرة النبات او تحولت اليه البلايع والاسربة فيشتد الضرر في المدن
التي يسير بها . ومن ذلك ما حدث في هذه السنة (١٨٩٢) في مدينة هامبرج
المبنية على مصب نهر الالب والتي هلك منها نحو ٨٠٠٠ من الخلق بسبب
الكوليرا وكان المسبب لذلك فساد مياه النهر الحاملة ادناساً كثيرة محمولة اليها
من قرى كثيرة وخصوصاً من مدينة هامبرج نفسها . والشطوط الجيرية اذا لم
تكن حارة فهي مفيدة للناقمين من الامراض المضعفة ولكنها لا توافق غالباً
اصحاب السل الرئوي ووجاع المفاصل لسبب رطوبة هوائها . والمجزائر غالباً ادفأ
من المواضع التي تقابلها في القارة على مساواة المخط العرضي . ولذلك كانت
لندن ادفأ من المدن التي على موازاتها في قارة اوربا ومن باريز مع ان باريز
الى الجنوب منها بجبهة درجات

واما المدن فهوؤها ادفأ من القارة لسبب كثرة النيران التي تُشعل فيها
وكثرة حيطان بيوتها التي تمتص الحرارة ولكنها غير نقي لسبب ما يعرض له من
الفساد من ازدحام البشر ومن البلايع والاسراب ومن الكربون الذي يصعد
من النيران . ولما كان الهواء لا يتبدل فيها كما ينبغي استمر ما يحدث فيه من
الفساد ولذلك كان الموت فيها اكثر من قرى البر . ومن امراضها الخاصة
هيضة الاطفال التي افضل علاجها يقوم بارسال المريض الى مكان نقي الهواء



الفصل الثاني عشر

الاقليم وهو المناخ

الاقليم عند العلماء هو المناخ عند العامة ويراد به في الاصل منطقة من المناطق المقيدة من خط الاستواء الى القطب على ما اصطلح عليه الجغرافيون القدماء . ويراد به الآن صفة في المكان ناشئة من ارتفاعه وترتبه ومائته ووضع وحالة هوائه ودرجة حرارته ما يؤثر في الصحة بحيث يتميز المناخ الى حار وبارد ومعتدل وجيد وردي . فيحدث من ذلك ان بعض النبات يعيش في اقليم وقد لا يعيش في غيره وانه اذا نقل حيوان من اقليم الى آخر فقد يمرض ويموت وان صحة الانسان تتوقف على صفة الاقليم الذي يسكنه على جانب عظيم ما لم يكن قد اعتاده من زمن طويل . ومن اخص العوامل في اختلاف الاقليم درجة العرض اي البعد عن خط الاستواء ولذلك قسموا الاقليم الى حارة وباردة ومعتدلة . على ان هذا التقسيم اعلي غير صحيح صحة مطلقة لان الجبال العالية في الاقليم الحار باردة او معتدلة وفي بعض البلاد الباردة اسباب لتلطيف درجة البرد وجعله معتدلاً كالجزائر المحاطة بالماء

اما الاقليم الحارة فهي الواقعة تحت خط الاستواء والى درجة الثلاثين من العرض شمالاً وجنوباً . والصفة الخاصة بها هي الحرارة التي قد ترتفع في الصيف الى ١٢٠° ف اذا كان الترمومتر متجوباً عن الشمس . ولا تتميز فصولها كما تتميز في المناطق البعيدة عن خط الاستواء فكان نصف سنتها صيف محرق والنصف

الآخر شتاءً مشبع بالرطوبة لا تنخفض حرارته عن بقية السنة أكثر من عشر درجات . غير أنه يستثنى من ذلك المواضع العالية فيها كالجبال ولذلك كانت اسيا التي اراضيها مرتفعة عن مساحة البحر وجبالها كثيرة عالية اقل حرارة من سهول افريقيا ولو كان بعض مواضعها على خط واحد من العرض

عمل الاقليم الحار في الجسد أولاً أنه يزيد حرارته وذلك لانها منتظمة من علمين متضادين احدهما توليدها من تغيرات الطعام الكيماوية وتحويل العمل الميكانيكي الى حرارة وامتصاصها من الخارج والثاني تعديلها بواسطة التجز من سطح الجلد فاذا عوز التجز المذكور لم يكن التشعع والتبريد بمحركة الهواء كافيين لمنع ارتفاع حرارة الجسد ولا سيما عند الرياضة . ثانياً يضعف التنفس ويقل ابراز الحامض الكربونيك . ثالثاً تضعف القوى الهاضمة ونقل الشهية للطعام وعلى الخصوص للطعام الحيواني فيطلب الانسان الفواكه الرطبة . رابعاً يشتد عمل الجلد ويكثر العرق وربما احدث النفاط الجلدي المعروف بجمرة الصيف . خامساً يقل البول . سادساً تنحط قوى المجموع العصبي فيضعف نشاط العقل والجسد وعلى الخصوص اذا كان الهواء رطباً لان ذلك يقلل العرق او كان الحرّ طويلاً شاغلاً للنهار والليل . ومن اضر عمل الحرارة في الجسد اذا عقبها برد او رطوبة وكانت هذه التغيرات الجوية سريعة

امراض الاقاليم الحارة اكثرها ملارية . غير أنه ما عدا الحميات المنقطعة والمتفترة يشاهد في بعضها الحمى الصفراء والهواء الاصفر والطاعون والاسهال والدوسنتاريا وامراض الكبد . ويضاف الى هذا ما سبق ذكره من ضربة الشمس

والاقاليم الباردة واقعة بين درجة ٥٥ من العرض حتى القطب شمالاً او جنوباً . ويختلف بردها ما يطاق الى الزمهرير الذي وصل اليه السباح في ٨٣ درجة من الشمال بحيث انه لم يبق بينهم وبين القطب الا ٤٠٠ ميل ففاسوا

هناك برداً لا يوصف . وبعضها معتدل البرد لسبب احاطتها بالبحر كسكوتسيا وشال ارلندا . ثم كلما تقدّمنا من الدرجة المذكورة نحو القطب ضعف النبات وقلّ عدد البشر والحيوان الى انّه لا يزرع شيء في درجة ٧٠ الآ في وادي النين من بلاد نروج وهو استثناء . وقد شوهد من الناس افراد من قبائل الاسكيو حتى درجة ٧٨ غير ان شدة البرد توجب في الذين يجاورونه قصر الغامة وقبح الصورة ولا يظهر انما تسبب امراضاً كثيرة بينهم خلافاً للذين يسكنون المناطق القريبة من خط الاستواء

والاقاليم المعتدلة وافعة من الدرجة الثلاثين الى الخامسة والخمسين ومشاركة الصفات بين الاقاليم الحارة والباردة . فتصعد الحرارة فيها الى ١٠٥ ف وتخفض الى ٤٠ . وتداخل الفصول بعضها في بعض تدريجياً وهي كثيرة العشب لفائدة الحيوان . وتكثر فيها الامراض الملاربية مدة الربيع والصيف والخريف وتنقطع متى اشتد برد الشتاء . ومن امراضها الخاصة السل الرئوي الذي اكثر اسبابه الجوية رطوبة الهواء وسرعة تغير درجة حرارته . فاذا كان الهواء جافاً وحرارته معتدلة واختلفة قليلاً كارض الصعيد من بلاد مصر كان موافقاً للمساكين بهذه العلة ولذلك كثير منهم يأتونه مدة الشتاء ليخلصوا من الاحوال المضادة لها في اوربا . ولا خلاف بين البرد والحَرِّ في ذلك اذا كانت بقية الشروط موجودة بل يُفضّل البرد على الحَرِّ لما فيه من تشييط القوى . ومن المشهور ان الطاعون ينقطع عند دخول حرّ الصيف والارجح ان ذلك عائد لالاي مجرد ارتفاع الحرارة في الصيف الذي يتبعه فقط بل الى جفاف الهواء ايضاً

ومن الامور الغريبة الخاصة بالانسان دون غيره من الحيوان انه يستطيع الانتقال من اقليم حار الى اقليم بارد وبالعكس ويتعود مناخاً لم يعهده من قبل . والظاهر ان ذلك ناتج عن تغيير يحدث في بنيتهم تمثلها باهل الوطن الذي

يسكنه فيكسب خاصيتهم ويسلم من اخطار الغريب . ولا يقتصر ذلك على الفرد بل يمتد الى شعوب بكليتها فان الشعب الاسرائيلي قد انتشر في جميع قارات العالم واقاليها ولا يزال كثير العدد متميزاً بالهوية الخاصة به على انه قد ساكن اماً مختلفة واقنيس كثيراً من عاداتهم . ويظهر ان الجنس الفوقاسي اشد اجناس البشر في نعوذ الاقاليم المختلفة فقد شوهد جماعات منه ممتدة من اطراف الارض الشمالية الى اطرافها الجنوبية غير انه لا بد من تغيير في نوع المعيشة وعادات الحياة موافق لما يقتضيه العقل ومشابه لما تعلمه السكان من الخبرة . وسنذكر الآن ما يتعلق بتعود المناخ في الذين ينتقلون من اقليم بارد او معتدل الى اقليم حارّ وبالعكس

اما الذين يتعودون الاقليم الحارّ وقد اتوا من اقليم بارد او معتدل فالنتائج الفسيولوجية الحادثة من ذلك في بنيتهم هي ان الوظائف الحيوية في البلاد الباردة كعمل القلب في الدورة الدموية والرئتين في التنفس وعمل الهضم والكليتين على غاية من النشاط فاذا انتقل الانسان منها الى بلاد حارة لم توافقه الكيفيات الجديدة التي تحيط به . لان حرارة الهواء لا تبعد عن حرارة جسده فلا يحتاج الى نشاط الدورة والتنفس والهضم كما يحتاج اليه في الاقليم البارد غير انه يشتد عمل الجلد في العرق وينقص عمل الكليتين واذا نقص عمل الرئتين والابراز الحاصل من التنفس زاد عمل الكبد في افراز الصفراء وتطهير الدم حملاً عنها وقد يتضخم ويؤدي الى المرض او الهلاك

وبناء على ما تقدم يجب على الذين ينتقلون الى البلاد الحارة حنط هذه الشروط الصحية . اولاً ان يجذروا من الشراهة في الطعام ولا سيما اللحوم الدهنية والاطعمة العسرة الهضم . ومن الموافق لهم المواد النشائية والفواكه والخضراوات . واما المشروبات الروحية بانواعها فلا تجوز على الاطلاق ولا يجوز منها الا اليسير جداً . ثانياً الرياضة العنيفة والتعرض للشمس في النهار وهواء الليل

مضر في اول الامر فيخدر منها الى ان يكون الانسان قد اكتسب عادة المناخ. واما الرياضة المعتدلة فواجبة لا تمتلك صحة بدونها. ثالثاً يجب ان يكون اللباس خفيفاً ناعم النسيج يمنع تبريد الجسد في الليل بعد حرارة النهار. وقد اسلفنا اكثر من مرة الضرر العظيم الذي يحدث من البرد عقيب الحر. ولذلك يجب لبس الفلانلا الناعمة على الجلد لانها تقي من عمل البرد وتلطف الحرارة بواسطة التبخر الجلدي. وقد شوهد من الخبرة ان الذين يلبسونها اسلم من الامراض مما سواهم في الهند وغيرها من البلاد الحارة. رابعاً لما كان العرق غزيراً في البلاد الحارة يلقي مواد غريبة على الجلد وجب الاستحمام اليومي في الماء الفاتر للقادمين حديثاً وفي البارد لغيرهم ووفقى الوقت من النهار لذلك هو الصباح عند النهوض من النوم قبل الاكل. وفضلاً عن فائدة الحمام البارد في تنظيف الجسد هو من المقويات الفعالة في دفع الامراض التي يتعرض لها غرباء الاقليم. خامساً تنتخب المواضع المرتفعة الجيدة الهوائية اذا امكن. والآنكلين لا يرسلون جنودهم الى الهند قبل حلول الشتاء الا اذا مسّت الحاجة الى غير ذلك

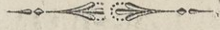
المدة اللازمة لتعود المناخ اطول كلما اقتربنا الى خط الاستواء ولكنه لا يد من بضع سنين في كل حال. ولا يظهر شيء من التغيرات التي يحدثها الاقليم في الغرباء المتوطنين الا في لون الجلد والشعر واما ما يحدث في باطن البنية فغير معلوم الا انه من المحقق انها لا تتزع من الجنس الصفات الخاصة به فان لون اليهود الذين قطنوا الهند منذ قرون كثيرة قد صار كلون الهنود ولكنهم لا يزالون يتميزون بالسحنة الخاصة بهم. وزعم البعض ان كل ما يتميز به جنس من البشر عن غيره انما هو عمل الاقليم وخالفهم آخرون وقالوا ان هذا صحيح في صفة الجلد واجزائه الاضافية وهو امر عرضي واما في الامور الكائنة كشكل الجحمة وهيمة الوجه وبناء العقل فان عمل الاقليم فيها قليل وانما هو تابع لرسوم قديمة لا تتغير.

وقالوا ان اللون لا يتعرض للنوع فان الزنجي آدمي كالابيض كما ان الفرس
الاسود والفرس الابيض من نوع واحد

واما الذين يتقلون من اقليم حار او معتدل الى اقليم بارد فتعكس فيهم
الكيفيات التي سبق ذكرها آنفاً الا ان اضرار البرد ربما كانت اشد. وقد سافر
جماعات مرات عديدة نحو القطب الشمالي بغية اكتشاف الصفات الارضية
هناك وعرفوا من الخبرة كل ما يلزم لوقايتهم من البرد ونجحوا في ذلك نجاحاً
عجيباً غير ان المرض الذي صادفهم المرة بعد الاخرى هو المعروف بالاستقربوط
فاهلك بعضاً منهم . غير ان ما يتعلق بهذه الاسفار من حيث شروط الصحة
لا يهيم العامة فتقتصر على قول مختصر في الذين يرحلون من هذه الاقطار الى
اوربا حيث يصادفون درجة من البرد لم يألفوها . والشروط الصحية بهذا
الشان قليلة وبسيطة وهي اولاً ان يكون اللباس موافقاً لبرد تلك البلاد وعلى
الخصوص مدة الشتاء وقد سبق الكلام على ذلك . ثانياً رياضة جسدية كافية
لما يقتضيه الاقليم البارد لاجل توليد الحرارة بواسطة زيادة ما يحدث من
الاعمال الكيماوية الحارية في الجسد . ثالثاً الاطعمة اللحمية الدهنية التي من شأنها
توليد الحرارة بكثرة كما سيأتي في فصل الطعام . واما الاشربة الروحية فلا يجوز
استعمالها الا اذا دعت الحاجة اليها وعند ذلك لا تكون الا بكمية معتدلة . وما
يثبت القول بوجود اكل اللحوم الدهنية في الاقاليم الباردة ما ذكره الدكتور
هايس في رحلته الى جهات القطب الشمالي من عادات الاسكيمو الذين يسكنون
اقصى الجهات الشمالية من الارض فقال ان دفعهم للبرد قائم باكل لحوم
الحيوانات البحرية فان الواحد منهم يأكل في اليوم نحو ثلاثة ارطال عريية ثلثها
من الدهن ولو وجدت اطعمة نباتية عندهم لما امكن قيام الحياة بها . وقال ان
ليس للذة الطعام شركة كبيرة في اكله عندهم لان الانسان منهم يتناول اللحم كما
يتناول الآلة البخارية الفحم والفائدة من كلا الحالين واحدة لان كربون الفحم يولد

الحرارة التي تحرك دواليب الآلة فتندفع في سيرها السريع وكذلك كربون
الدهن واللحم الذي يولد الحرارة في الاجساد ويبقى الحياة من الموت
وكثيراً ما يشير الاطباء في بعض الامراض بالسفرا والانتقال الى غير
مكان المريض وهو المعروف عند العامة بتغيير الهواء وقد شوهد من ذلك
فوائد ظاهرة . فقد تستعصي الامراض الدورية في المواضع الملائمة بحيث انه
لا يشفى المريض منها الا بالانتقال الى الاماكن النقية الهواء . والشهقة والربو
والاسهال المزمن كثيراً ما لا تزول الا بالتغيير المذكور . وبعض امراض المعدة
لا تزول من العلاج كما تزول من السفر المستطيل . ويرسل من مصر الى
جبال لبنان المصابون بعلل الكبد والدوسنطاريا المزمنة ويأتي الصعيد منها في
فصل الشتاء كثيراً من اصحاب العلل الصدرية ولا سيما السل الرئوي
ويشار احياناً على بعض المرضى الذين علمهم مزمنة لا تخضع للعلاج بالسفر
الى اوربا لاجل مياهها وحماماتها المعدنية فكثيراً ما ينالون الشفاء التام او بعضه
وربما كان معظم الفائدة من ذلك ما ينشأ من تغيير الهواء وانسراح القلب من
المناظر الجميلة وتسلية العقل وتفرجج الهوم بما يشاهدونه من الابنية والحقائق
والتحف الغربية المجموعة في معارضهم وتقوية الهضم من برد تلك البلاد وتحسين
عموم الصحة بحيث ان الطبيعة تغلب على المرض او تدفعه عنها دفعاً تاماً . ومن
هذا القبيل ما يحصل من الفائدة للذين يصعدون من سواحل سورية الى
جبالها اثناء الصيف لانهم لا يجنون من مزار الحر فقط ولكنهم يستنشقون هواءً
انقى من هواء المدن الغاصة بالناس ويشربون ماءً اصفى من الاكدار ويباشرون
الرياضة في الهواء الخارج عن القرى والمساكن ويتمتعون بشيء من راحة البال
والاعتزال عن مشاق الاشغال فتشتد فيهم شهوة الطعام ولذة النوم ولا يخفى ما
في كل ذلك من المنفعة العظيمة لتقوية الجسد ونوال العافية . وقد تقرّر هذا
الامر من الخبرة الطويلة فلم يبق ريب في فائده وعلى الخصوص للاطفال

والضعفاء الى انه صار عادة مستمرة عند اهل البس



طقس بيروت على ما في ارصاد مرصدها من شهر تموز سنة

١٨٧٤ الى شهر تموز سنة ١٨٨٠

درجة حرارتها في شباط اذار نيسان ايار حزيران تموز آب ايلول اكتوبر

٨٠	٨٥	١٠١	٩٦	٩٩	٩٢	٩٨	٩٣	١٠٠	٩٧	٩٠	٧٧	٧١	الاعظم
٢٦	٤٦	٥٢	٦٠	٦٥	٦٤	٦٤	٥٧	٥٠	٤٤	٣٩	٣٥	٣٦	الاقبل
٦٣	٧٨	٨١	٨٢	٨٤	٨٤	٨٤	٨١	٧٢	٨٧	٩٣	٩١	٩٩	المعدل

معدل حرارتها السنوي ٧١ و اعظمه ٩٩ و اقله ٥٥

رياحها الغالبة	الشتاء	الربيع	الصيف	الخريف
جنوبية غربية	جنوبية غربية	جنوبية غربية	جنوبية غربية شمالية شمالية شرقية	جنوبية غربية
رطوبة هوائها على فرض درجة الاشباع ١٠٠	٦٧	٧١	٦٦	٦٣
مطرها قراريط	١٨	٨	٦	٧
عدد الايام التي فيها تطبق الساء بالغيم	٢٢	٢١	٢	١٤

واما بقية ايام السنة فاما ان تصوف فيها السماء تماما او يحدث فيها غيم متقطع

تربتها رملية وكلسية

ظواهرها الكهربائية قليلة الاهمية يحدث فيها الرعد والبرق في الربيع والخريف

ويندر الشفق القطبي



الفصل الثالث عشر

المساكن

فائدة المساكن للبشر الوقاية من الحوادث الجوية والانفراد وترتيب المعيشة فهي من اول ضروريات التمدن التي بدونها يعود الانسان لا محالة الى الصفة الوحشية . غير ان للمساكن عميلاً مضراً بالصحة لانها تتضمن هواءً منقطعاً عن الهواء الخارج لا يتغير كما ينبغي ولا تنال من النور كفايةً لما تقتضيه العافية التامة وتجمع من الناس عدداً يتنفسون على الدوام الا بجزء التي تخرج من اجسادهم وتحتاج الى التدفئة في الشتاء واشعال النار وايقاد النور في الليل وهو ما يضر في نقارة الهواء واخيراً بندر اصطناع البلايع والاسربة الحاملة اقدار البيوت والبشر اصطناعاً متقناً يمنع ضررها الظاهر . فلا بد اذاً من صرف الجهد في تنقيص هذه الشوائب ما امكن وتخفيف اضرارها بواسطة كيفية بناء البيوت ووضعها ومتعلقاتها الصحية

وما يزيد ضرر المساكن اجتماعها على هيئة حشكة في المدن . لانها اذا كانت ردية الهندسة مزدحمة وازقة المدينة ضيقة معوجة ومأواها قليل لا يكفي لانواع النظافة والتجهيز لرفع الاقدار غير متفنن وكان الاهلون متصرفون بخصونة العوائد وطعامهم قليل التغذية اجتمعت حينئذ اسباب المرض . وقد ثبت عند المحققين ان هذه الكيفيات التي تغلبت في القرون السالفة ولا تزال موجودة في بعض مدن الشرق هي الموجب العظيم لانتشار الوبئة الهائلة التي لم يكن سببها

علةً من خفايا النجوم والافلاك بل نشأت من مخالفة نواميس الصحة في بناء البيوت والمدن

أكثر اسباب الامراض التي تنشأ من رداءة المساكن ناتجة عن فساد الهواء بل ربما كان هذا هو السبب الوحيد لها. فقد يكون موقع النار ردياً لانها اذا كانت مستقرة على تربة رطبة ملاربية صعدت اليها الرطوبة والمواد الآلية. وقد يكون تبدل الهواء فيها ناقصاً فتجتمع ابخرة السكان وتفسد الهواء. وقد تحفظ ابرازاتهم داخل المنزل او بقرية. وقد يكثر القذر من قلة استعمال الماء فيسبب فساداً مستمراً في الهواء. وبناء على ذلك يجب انجاز هذه الشروط الخمسة لاجل صحة المساكن. وهي اولاً موقع جاف خالٍ من الملاريا معرض للنور منجه نحو المناظر التي تشرح الخاطر. ثانياً وسائل التهوية بحيث يزول من المكان كل فساد ناشئ من التنفس. ثالثاً جهاز تام الاتقان يحمل بواسطته اقلار السكان وتبعد عنهم وعن هواء بيوتهم. رابعاً ادخال كمية كافية من الماء الى البيوت لاجل المحافظة على النظافة التامة. خامساً بناء البيوت على نوع يتكفل بغاية النشوفة في ارضها وحيطانها وستوفها. ولا يجوز لغاية من الغايات ان تعارض شيئاً من هذه الشروط اذا اراد الانسان ان يرى في مسكنه انعام الصحة. ولما كانت هذه الامور علاقة شديدة بالصحة واهمية عظيمة

وجب ان نذكرها بالتفصيل مع ما يمكن من الاختصار

اما موقع المساكن فيجب ان يكون بعيداً عن جوار المعامل الصناعية التي تخرج منها ابخرة مضره وعن الاماكن التي يجري فيها تحليل المواد الحيوانية والنباتية كالمسالخ والديباغات والاسواق التي تباع فيها اللحوم والاسماك والبقول والمزابل والمقابر وما اشبهها. وكذلك يجب الابتعاد عن جوار الانهر والجحيرات والاجنة ومصب الاسربة حذراً مما يتصاعد منها من الغازات المؤذية. ويجب ان يكون الموقع مرتفعاً لان ذلك يسهل تخفيف الارض وحركة الهواء حول

الغار ويقلل التعرض للرطوبة والتأثيرات المalarية . ويختر من التربة التي تبنى البيوت عليها ما لا يضبط الرطوبة كالارض المحجرة والرملية والخبثاة خلافاً لانواع الطين على ما تقدم في فصل التربة والمواضع . ولا تقام الطبقة السفلى من البيت على الارض راساً بل تُرفَع عنها ذراعاً او ذراعين دفعاً للرطوبة . ولما كانت جهة البيت الجنوبية في هذه البلاد اشد جهاته تعرضاً للنسيم البارد في الصيف ولقابلة الشمس في الشتاء كان الافوق امتداداً من الشرق الى الغرب

ومادة البناء كثيراً ما لا تكون في دائرة الاختيار لانها تختلف بحسب اختلاف المواضع . غير انه يقال على الجملة ان الحجر الرملي وهو حجر مدينة بيروت كثير التشرب للرطوبة الى ان يصير قديم العهد فتكون البيوت المبنية منه حديثاً رطبة عفنة الحيطان على ان اهل اليسر يلفنون الامر ببناء قناطر حول الجهتين المعرضتين للشتاء وهما الجنوبية والغربية او بطلي الحيطان من الخارج بهلاط صلب . وحجر حلب الكلسي الصلب من افضل ما يبني به . واما الطين الذي اصطلح عليه اهل مدينة الشام ويسمونه لبناً فردي جداً فيج المنظر من الخارج مها زخرفوا الداخل منه ولا نعلم لماذا لا يبدلونه بمادة اخرى كالآجر او اللبن المتقن العمل ولو كان دون الحجر صلاحاً . ويجب ان تطلي الحيطان من الداخل بهلاط جيد وان تُرُصَف الارض بالرخام على ان البعض يكرهونه لسبب برودته في الشتاء او الحجريات المعروفة او الخشب الصلب المشيع بمواد زيتية وهو افضلها لكي لا تنقص الارض ما يسقط عليها من السوائل او ما تغسل به من المياه . ومن الواضح انه لا يجوز سكن البيوت الجديدة الا بعد جفاف رطوبتها وانقطاع الرائحة من ادائها

واختلف الناس في رسم الابنية التي يقيمونها ويسكنونها فلكل بلاد اصطلاح من هذا القبيل مبني على خبرة اهلها بما هم عليه من الصنع والاقليم ونوع الرياح

المتغلبة عندهم . وللذوق وللضرورة ايضاً دخل عظيم في ذلك بحيث انه يعسر الكلام في هذا الشأن الا على سبيل الجملة وعلى الخصوص لان الابنية التي تقام داخل المدن المشككة كالشام وحلب لا تمكّن الانسان من التصرف في هندسة البيوت كما يصح له في الفسحات المنسعة خارج المدينة كمدينة بيروت مثلاً . واصطلاح المدينة المذكورة ان المساكن مكوّنة غالباً من طبقتين سفلى وعليا يندر الاختلاف بينهما في ترتيب المكان . والطبقة منها مؤلفة من دارٍ فسيحة مرصوفة بالرخام مركزة تحيط بها الغرف من كل الجهات الا الجهة الشمالية التي تمتد عليها قنطرتان او ثلاث مشقولة بالزجاج . ويضعون المطبخ وبيوت الخلاء في الجهة الشرقية التي لا يأتي منها الريح الا نادراً فيمنع عن المسكن ما ينبعث هناك من الدخان والرائحة . ويُسْتَطْرَق الى بيت الخلاء بواسطة دهليز خاص بحيث يكون منفصلاً عن المطبخ وعُرف الخدّمة ولا يُستبعد الوصول اليه . واما العادة القديمة في وضعه داخل المطبخ طلباً لتوفير المكان والكلفة فمن اقيح العادات التي جرت في خيرة الانسان ولا نعلم كيف ندمها ذمّاً تستوجبه ولكنها قد زالت الآن ولا تشاهد الا في البيوت القديمة الخبيثة . ولا حاجة الى القول انه لما كانت الطبقة العليا اكثر تعرضاً للشمس والهواء والنور فهي اجفّ واوفق جداً للصحة من السفلى وعلى الخصوص لاجل النوم . واما تساعد الابجرة المضرة من الطبقة السفلى او من جوارها الى العليا فيبدها الريح غالباً ولا يقوم هذا العيب عند المنافع المذكورة آنفاً

وتبدل الهواء في البيوت من اشد الضروريات للصحة وهو يقوم بعدد كافٍ من الابواب والشبابيك العالية المتقابلة . والحد الواجب في ذلك هو ان يدخل الهواء ويخرج بدون ان يكون المحس به زائداً او مزججاً . وحركة الهواء المذكورة ناشئة عن برد الهواء الخارج بالنسبة الى الداخل فينفذ البارد الكثيف منه ليشغل محل ما تظف بواسطة حرارة المسكن هذا فضلاً عما له من

الحركة الخاصة به المعروفة بالريح . ولا حاجة الى القول انه كلما زاد عدد السكان وجب الالتفات الى تجهيز كافٍ لتجديد الهواء واما المستشفيات والبيوت التي يسكنها المرضى فشديدة الضرورة لذلك وربما احتجج فيها الى وسائل اخرى تتعلق بكيفية بنائها الخاص . ومن الاماكن التي يُطلب فيها تبديل الهواء على نوع خصوصي الابنية المعدة لاقامة العساكر والمعابد والمرايح . ومن وسائل تبديل الهواء في الفصل البارد اشعال النار في الوجدان لان هواء المكان يدخله لسبب حرارته ويخرج من قسطله فيتكون من ذلك مجرى دائم من داخل المكان الى خارجه وبالضرورة من خارجه الى داخله ايضاً

اخص الاقلار التي يجيب الحذر من الغازات التي تصاعد منها في ابرازات الانسان ومياه الغسل فانها اذا بقيت في المسكن وصعدت بجرتها ورائحتها اليه افسدت هواه بل اريب وصارت علة لأمراض كثيرة ولا تشار الوباء بين الناس . وقد اسلفنا القول ان عدم الاعتناء بهذا الامر العظيم هو سبب الاوبئة في القرون السابقة وفي بلاد الشرق الى الآن . ومن الادلة على ذلك ان الشعب الاسرائيلي الذي لا يزال محافظاً على عادة اوساخ البيوت والبلايع من ازمة الجور عليهم شعب ضعيف البنية واذا حدث وباء كالهواء الاصفر والطاعون اهلك عدداً عظيماً منهم . ولا نعلم لماذا يحافظون على هذه العادة الرديئة وقد زالت ازمة الظلم الا لان الامر صار فيهم ملكة موروثه من تعاقب نحو التي سنة يتعسر عليهم الاقلاع عنها ولو رأوا اضرار الوسخ في اجسادهم وانفسهم واما كيفية التصرف بالاقطار^(١) حتى يتنفع ضررها في هذه البلاد فعلى

(١) بناءً على القرار المعطى من الدائرة البلدية قد صار تفويض مسئلة تنظيف شوارع واسواق مدينة يروت عموماً بوجه الالتزام على مدة سنتين كاملتين اعتباراً من الخامس عشر من شهر مارت سنة ٩٧ لغاية الرابع عشر من شهر مارت سنة ٩٩ فيمن الآن وصاعداً يجيب على جميع ساكني يروت ان يضعوا الكناسة التي تتراكم في مساكنهم

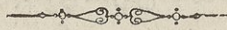
طريقتين . الاولى انها تُدْفَع في المدن الى اسربة تجلبها الى بحر او نهر او مكان آخر . ويُشترط في ذلك ان تكون القنوات ضابطة مغطاة لاتنبعث منها الروائح مبعده عن قنوات المياه لئلا يأتي شيء منها ويفسد الماء المشروب . والثانية انها تُجمع في آبار محفورة في الارض فتعزل من مدة الى مدة وتُنقل لتصبح سباحاً للارض . ويشترط فيها ان لا تطول مدة التعزيل وان يرسل الماء بكثرة في بيوت الخلاء ولجل منع تصاعد الابخرة منها اصطالح اهل اوربا على آلات ضابطة . ومدحوا انبواباً طويلاً يمتد من الحفرة الى اعلى سطح المسكن ليذهب بالروائح والابخرة المضرة الى حيث لا يحدث منها اذى . ومدحوا ايضاً ولاسيما في زمان الامراض الوافدة والوباء ارسال كمية من مضادات الفساد في الاوعية وبيوت الخلاء التي تُلقي اليها ابرازات الجسد كالجواز والكلس والحامض الكربوليك والقمح المسحوق

وتظهر اهمية ما ذكرناه من ان المحققين راقبوا ما حدث في الصحة العمومية قبل اجراء الاصلاحات المشار اليها آنفاً وبعده في خمس وعشرين بلدة من بلاد الانكليز فرأوا نقصاً في الامراض وكان الموت من الحسى التيفو يديده نصف

على حافة الطريق بنرب ابواب بيوتهم من بعد غروب الشمس بثلاث ساعات الى قبل طلوعها بساعة واحدة صيناً وشتاءً وبعد انقضاء هذا الوقت لايجوز لاحد ان يلقي الكمامة المتراكمة في الطرقات والشوارع واما الحيوانات والطيور الميتة والاقذار فممنوع القاها مطلقاً في الطرقات النافذة والغير النافذة في ابي وقت كان واذا مات حيوان عند احد يجب اخبار المتعهد عنه واعطاه الاجرة المعينة من طرف البلدية لاجل اخذه والقائه في البحر من الجهات البعيدة عن البلدة ولا يدفع له اجرة عن الحيوانات الصغيرة نظير اجناس الكلاب والقطط والثيران والطيور والذئب يخالفون ذلك تجرى مجنتهم المعاملة القانونية ويحصل منهم ايضاً مصاريف رفع ما القوه على الطرقات والاصواق ولكي تكون الكميته معلومة عند العموم صار نشر هذا التنبيه في ١٢ مارت سنة ١٩٧٠ مجلس دائرة بلدية بيروت

ما كان من قبل . وما شاهدته في سفري الاخير الى تلك البلاد (١٨٩٢)
 وعجبت منه كل العجب ان احكام ادوات بيوت الراحة في بعض المنازل لا يترك
 شيئاً يستنجد به البصر او الشم وان النظافة والطهارة ونقاوة الهواء لا تختلف فيها
 عما يشاهد في قاعة المجلس او غرفة النوم وهو امر يعجز تصديقه الا لمن رآه

بعينه



الفصل الرابع عشر

المدافن

بعد الموت ينحلّ الجسد الى العناصر المولّف منها وينتهي امره بان قسماً عظيماً منه يتحوّل الى غازات تصعد الى الهواء وتناكسد ويتغير تركيبها والنسبم الآخر املاح تترج بالتراب وتدخل في بناء النبات او يجمها الماء الجاري في الارض . اما العظام فتبقى على هيئتها الظاهرة في بعض الاتربة قروناً عديدة بدون ان يحدث فيها تغيير كلي

وقد اختلفت عوائد البشر في التصرف بالموتى . فكان المصريون القدماء يحنطونهم وانقلوا هذه الصناعة الى ان ما حنطوه من الوف من السنين لا يزال محفوظاً حفظاً جيداً في مدافنهم او في معارض البلاد المتقدمة . وليس شياً من الفائدة في حفظ الاجساد التي لا يكثرث بها اهل الاجيال التابعة الاّ من حيث نسلية الحيّ بان الفساد الفبيح لا يجلّ في جسده . ومن حيث وقاية الجمهور من انتشار فساد الجسد الى الاحياء بواسطة الهواء او الماء . واصطلى بعض القدماء على حرق موتاهم وحفظ الرماد في اوعية خاصة مكرّمة عندهم وقالوا ان هذا اجلّ للميت واحفظ للصحة العامة التي كثيراً ما تؤذى بواسطة الابخرة التي تصعد من القبور . وتابعهم في ذلك بعض اهل هذا الزمان واختاروا الرجوع الى هذه الطريقة القديمة واخذوا يسعون في اقتناع الجمهور بها على ان عامة الناس لا يزالون متمسكين بعادة دفن الموتى في الارض وينفرون من التصرف بالحريق

بناءً على اسباب كثيرة بعضها دينية وبعضها ما ألفته طبيعتهم وحاسباتهم. وليس في كل ذلك امر كبير عند علماء القوم الذين يعدون دفن الموتى في الارض اضرًا الطرق التي اصطلح عليها البشر ويقولون انه لا تهاب الحجة الطبيعية او الديانة في التصرف باجساد الموتى مهما كانت الكيفية اذا اقيم معها شعائر الاكرام للمتقين من هذه الحياة

ومن الخفق ان القدماء كانوا اشدَّ حرصاً من اهل هذا الزمان في دفن موتاهم من حيث المراعاة لعواطف الاحياء ووقائهم من اضرار فساد الموت ولم يبالوا بما كان في ذلك من المشقة وزيادة الثمن كما نرى من مدافنهم المنقورة في الصخور الباقية الى الآن كما كانت من الوف من السنين. وكانوا يخنارون لذلك سخ الجبل وينفرون الصخر الصلب ويجعلون فيه غرفاً لوضع الموتى محكمة البناء والابواب على ما يشاهد الآن في مقابر طبلون في مدينة صيدا. وكان لكل عائلة مدفن خاص يُجمع اليه موتاهم كما جمعهم بيوتهم وهم احياء ولا يخفى ما في ذلك من الميل الطبيعي في تلك الحالة المحزنة. وكثيراً ما كانوا ينقطعون نواويس من الصخور الصلبة التي لا يفعل الزمان فيها ويضعون الموتى فيها. ومن غريب ما شاهدته من هذا القبيل ان اميراً انكليزياً اخذ ناووساً من نواويس المصريين القدماء وبنى له قبة عظيمة نفيسة واوصى ان يدفن فيه وكان كذلك. وقد زرت المكان ورأيت ذلك الناووس الذي حوى جسد اميرة مصرية الوفا من السنين بحوي الآن اميراً انكليزياً الى ما شاء الله

ولما كان من المشهور ان جوار المقابر مضر للصحة وجب تطهير الاذى ما امكن. فالوا لا يجب ان تكون المدافن ممتدة عن مساكن الناس ليس اقل من خمسين ذراعاً محاطة باسوار لتكون منفردة عما سواها غير موضوعة في اراضٍ منخفضة لا يجري فيها او يقر بها ماء لئلا يفسد منها. ثانياً يُغرس بين القبور اشجار ذات اوراق كبيرة خلافاً لاصطلاح العامة على السرور ولو كان جميلاً لان

الاوراق النباتية تمتص ما يتصاعد من البخرة القبور فيزبل ضررها . ثالثاً يكون
القبور عميقاً ليس اقل من قامة الانسان . رابعاً لا تفتح القبور القديمة لدفن ميت
حديث قبل مرور ثلاث سنين في هذه البلاد . خامساً لا يجوز دفن الميت في
الكنائس والمساجد . سادساً اصطالحوا على وضع كلس او مادة اخرى تشرب
الابخرة فوق التابوت في ايام الوباء دفعا لانتشاره بين الاحياء

واما اصطلاح بعض اهل هذه البلاد على دفن الموتى في القبوات المعروفة
عند العامة بالخشخاشة فامر مضر لجملة وجوه وهي انها غالباً غير ضابطة المجران
والباب فتخرج منها الروائح النتنة وتفسد هواء الاماكن المجاورة ثم انهم يحدّدون
الدفن فيها في ملات قريبة قبل حلول البلاء في الاجساد الذي لا يتم في هذه
البلاد قبل ستين او ثلاث ولا يخفى ما في ذلك من الضرر للذين يحضرون
الجنائز وهواء المكان

وقد اصطاح بعض اهل اليسر في هذه الايام على بناء تجرة على الارض او
فيها . فاذا امكن وضع الاجساد فيها على كيفية تكفل بمنع الضرر وحفوظ على
الشروط الواجبة لم يكن حرج على ذلك ويتخلص اهل الميت من مشاهدة
عزير عندم ولو في الموت مطروحاً ومطبوراً في التراب

ومن عادة الاقوام المتقدمة ان لا يدفن الميت قبل مشاهدة الطبيب له
لئلا تدفن الاحياء سهواً او عمداً . وقد بحث المحققون في العلامات الفاطمة
لحلول الموت وقالوا هي اربع انقطاع التنفس وتوقف عمل القلب وحدوث
التبسس الموتى وحلول النساد في الجثة . فاذا وجد شي من هذه بلاريب ودام
مدة او اجتمعت هذه العلامات وعلى الخصوص الاخيرتان منها لم يبق شك
في الموت . واما اخبار العامة بدفن كثيرين وهم احياء فن المبالغات ولو صحّت
نادراً وقررت وجوب الفحص الكافي والحكم الشرعي قبل ابطاع الجثة الى القبر

الفصل الخامس عشر

المياه

فائدة الماء للبشر في الشرب والطبخ وغسل الجسد والاثواب والاعوية
والبيوت وتنظيف بيوت الخلاء والاسربة والازقة والحياض والحمامات المشاعة
وامثال ذلك . وقد علم من شركات المياه التي توزعها على السكان ان المدن
تختلف في الكمية التي تنال الافراد من جميع الحثبات المذكورة بين ٦٠ و ٢٥٠
كيلو يومياً وفي كل حال لا بد من كون الكمية كافية لجميع ما ذكر فان نقصت
عما يطلب ادى ذلك الى الوسخ والقذر ومن ثم الى اسباب سوء الصحة او المرض
ولذلك يقال ان القدر الكافي من الماء لاجل الحاجات اليومية ضروري لحفظ
الصحة كما ان الماء ضروري للحياة سواء للنبات والحيوان

ومن متعلقات علم الصحة بالمياه انواعها ونقاوتها وطرق تطهيرها من المواد
الغريبة التي تخالطها والامراض التي تنشأ عن فسادها . وسنذكر الآن كل ما
هو ضروري بهذا الشأن

الماء مركب من الهيدروجين والاكسجين بنسبة ثمانية اجزاء من الاول لجزء
من الثاني بالوزن وذلك عبارة عن جرم واحد من الاكسجين لجرمين من
الهيدروجين بالكيل فهو اول اكسيد الهيدروجين . وهو يغطي نحو ثلاثة ارباع
سطح الارض ويتكون منه معظم اجساد البشر والحيوانات وفي بعض النبات
نحو $\frac{90}{100}$ من الماء . اذا كان نقياً كان خالياً من الطعم والرائحة غير ان صفات

تختلف بحسب المواد التي يكتسبها من مصادر مختلفة وكثيراً ما توجد فيه حيوانات ونباتات مكرسكوبية بحيث انه لا يكون ابداً في الطبيعة نقياً صرفاً . وكل انواع المياه تتضمن شيئاً من الهواء الجوي محلولاً فيها يُطرد بواسطة الغلي ثم ينصّ ثانياً اذا هزّ الماء والهواء معاً

ماء البحر لا يصلح للشرب لكثرة ما فيه من الملح الاعنيدادي واما ملح آخر غير ان تركيبه يختلف بحسب اختلاف مواضعه والعمق الذي يؤخذ منه واكثر البحور املاحاً البحر المتوسط والبحر الانالتيكي عند خط الاستواء حيث تكون المواد الجامة نحو ٢٧ جزءاً في ١٠٠٠ اخصها الملح الاعنيدادي . طعم ماء البحر ملح حاد مرّ . وقد اصطحوا في هذه الايام في السفن على آلات لاستقطاره ثم خضّ ما يستقطر مع الهواء فيصير صالحاً للشرب . درجة حرارته لا تقبل التغيرات التي يقبلها الهواء الجوي في اكثر استواء

ماء الشتاء ناشئ عن البخار الذي يصعد من سطح البحر ثم يتركز في الجو بواسطة البرد ويسقط على الارض ماءً . وهو نقي لا يتخالط الا آثار من المواد الآلية والحامض النتريك والامونيا التي يكتسبها من الهواء . واما الثلج والبرد فتدكيها كتركيب ماء الشتاء الا ان الامونيا فيها اكثر وكذلك الضباب الذي يجتمع فوق المدن ولهذا السبب كان حريفاً مهيجاً للسعال . واذا جمع ماء الشتاء في اوانٍ من الرصاص او التوتيا او النحاس اذاب شيئاً منها ولم يصلح بعد ذلك للشرب ولكنه اذا كان نقياً او تصفى من اكثاره فهو عذب سلس في غايه الصلاح للشرب والغسل . واما قول العامة ان ماء الثلج لا يصلح للشرب فغير صحيح ولو كان نقياً قليلاً الهواء

ماء العيون والآبار هو ما ينفذ من ماء الشتاء في باطن الارض ويجري فيها الى محل خروجه منها . فاذا سار على ما ذكر امتص كمية عظيمة من الحامض الكربونيك المزوج بالهواء الذي يتخلل الخلايا بين التراب ويجعل كل ما يلاقه

في طريقه اذا كان قابلاً للذوبان وعلى الخصوص كربونات الكلس . وعلى ذلك يتضمن ماء الينابيع مواد متنوعة قد تكون قليلة او كثيرة فاذا كانت كثيرة صار الماء معدنياً لا يصلح للشرب الا لعله طيبة كما اذا كان فيه حديد او كبريت او مغنيسيا او غيرها . على انه كثيراً ما يكون ثقياً سلساً ولو خالطه شيء من الكلس . وكرهه لا يتوقف على عمقه بل على نوع الصخور والتربة التي يسير فيها . ودرجة حرارته تختلف من البرد الشديد الى الحرارة العظيمة فقد يبلغ الغليان في بعض الينابيع غير ان الغالب انه ابرد مما سواه من المياه ماء الانهر يشبه ماء النبع من وجوه كثيرة غير انه كثيراً ما يكون مختلطاً بالتراب والرمل ومنسداً بالمواد الآلية الناشئة من بقايا نباتية وحيوانية وبقاقلار اسربة المدن وما يتدفق من المعامل . وعند طغيانه من سيول الامطار وذوبان ثلوج الجبال يتكدر ما يجرف اليه من التراب ولكنه يصلح من نقص المواد الأخر المفسدة له . ولا يخفى ان أكثر المدن تستقي الماء من الانهر وكذلك الجيوش . ومن امثلة ذلك نهر التامس لمدينة لندن والسين لباريس والنيل لبلاد مصر والفرات والدجلة لبلاد العراق والكنك في الهند الماء الراكد يجمل مقداراً كبيراً من المواد الآلية فلا يصلح للشرب على انه كثيراً ما يكون عذبا رائقا . ولذلك لا يجوز استعماله اذا امكن الوصول الى ماء جار . ومن هذا القبيل ماء المستنقعات والخنادق والبرك والترع تقسم المياه الى اربعة اقسام وهي اولاً مياه الشرب ثانياً المياه المعدنية ثالثاً مياه الاستحمام رابعاً مياه الغسل

مياه الشرب

لا يصلح من المياه للشرب الا مياه الشئاء والانهر والينابيع . ويشترط فيها ان تكون خالية ما امكن من المواد الآلية والمعدنية بحيث تكون عديمة اللون

والرائحة والطعم . وهي تتضمن عادةً نحو خمسة اجرام من الهواء الجوي في مئة جرم من الماء . وتتضمن هذه المياه الأ ماء الشتاء الصنف شيئاً من املاح الكلس والكلور التي لا تضر اذا كانت كميتهما قليلة بل ربما كانت مفيدة ولكن اذا كانت كثيرة احدثت التهيح المعوي كالسهال ووجع البطن وقيل ان املاح الكلس تسبب الحصى الكلوية والثائية . ويشاهد ذلك على نوع خصوصي في الذين يشربون ماءً جديداً لم يتعودوه وبعد جرف السهول من الجبال واخلائط الاتربة في ماء الانهر

ويشترط في صحة الماء ان لا يستقبل او يوضع في اوان من توتيا او نحاس او رصاص . لان الماء يتص الاكسجين والحامض الكربونيك من الهواء فاذا وُضع في اناء من رصاص تتكون على باطن الاناء بعد برة قصيرة قشرة رقيقة بيضاء هي كربونات الكلس واكسيد الهيدراتي ثم تسقط الى قاع الوعاء وهي سامة جداً . ولذلك لا يجوز جمع ماء المطر في صهاريج مبطنة بالرصاص . وكذلك يجب الالتفات الشديد الى الانابيب الرصاصية التي تحمل الماء في المدن الى البيوت فانه لا يجوز ان تكون طويلة المسافة او ان يُجتمن الماء فيها . وقال العلامة كرسنسون ان اهل مدينة امستردام مرة بدلوا اجر سطوحهم بالرصاص فكانت النتيجة هائلة في ما حصل لهم من المرض المعروف بالمنغص الرصاصي . وقال هفان ان قحمة من الرصاص في خمس لترات من الماء كافية لجعله ساماً على ما شاهده في مدينة كلارمنت وان اقل من هذه الكمية كافٍ لاحداث الضرر . وقال هموند وضعت ماءً مطر نقي في وعاء من رصاص نظيف وبعد عشرين دقيقة كشفت قسماً منه بسيل من الهيدروجين المكثرت فرسب راسب اسمر هو كبريتيد الرصاص . وبعد ست ساعات وجدت سبع قحمة من الرصاص في عشرين اوقية منه فلو شرب احد من هذا الماء بضعة اسابيع لثالة ضرر عظيم . ثم اخذت ماءً آخر من ماء المطر واضفت الى ١٦٠ اوقية منه

خمس قححات من كبريتات المغنيسيا ووضعت في ذلك الروعاء فلم يظهر بعد ذلك شيء من الرصاص في الماء . واعدت الامتحان مع اضافة املاح آخر فلم يرسب شيء من املاح الرصاص وتحقق عندي انه كلما كان الماء نقياً كان اكثر عرضة للفساد بواسطة الرصاص . وحسبنا ذلك في تنبيه الجمهور الى الحذر من استعمال اواني الرصاص لايعاء ماء الشرب او الطبخ

وكثيراً ما يفسد الماء بواسطة اخلاط المواد الآلية به كبقايا النبات والحيوان والابنية النظرية والحيوانات الصغيرة الميكروسكوبية . فاذا كانت المواد المذكورة قليلة لم يحصل منها ضرر بل انقى المياه لا يتلوث منها ولكن اذا تجاوزت هذا القدر كانت سبباً للاسهال والحميات . وتتميز على الخصوص بهذه الصفة المياه الراكدة او الجارية في تربة نباتية فانها كثيراً ما تحمل من عشر قححات الى اربعين قححة منها في اربع لترات ونصف وعند ذلك يكون لونها مائلاً الى الصفرة او السمرة تنم عن الرائحة او سرعة التآكل فلا حاجة الى القول ان مثل هذا الماء لا يصلح للشرب على الاطلاق

وما يضر بالماء وصول اقلر الاسربة اليه كما يكون في بعض الانهر وكما يحدث احياناً في استطراق مياه الاسربة الى قنوات ماء الشرب فتفسد فساداً عظيماً . وقد ثبت بلاريسب ان هذا الفساد سبب شائع لانتشار الاسهال والحمى التيفويدية والكوليرا الى ان قال بعض المحققين ان الحمى المذكورة والكوليرا لا تنتشران غالباً الا بواسطة افساد الماء من مبرزات المصابين . ومن المحقق عندهم بالاجماع انه حيث يكون الماء نقياً خالياً من هذا الفساد والهواء جيداً لا تنبعث اليه الغازات السامة من اقلر الناس وشدة ازدحامهم في المساكن لم يبق سبيل لانتشار هذه الامراض وغيرها من الامراض المعدية الا على درجة خفيفة جداً . ولذلك نرى اهل البلاد المتدنة يقابلونها بالبحر على المرضى والكرتسينات بل بتوجيه الاعناء الى نقاوة الماء والهواء خاصة . وقد شاع بينهم

الاعتقاد انهم متى بلغوا الغاية التصوي في ذلك انقطعت جرثومة الامراض الوافة التي تمهلك كل سنة عدداً وافراً من الناس

وقسم العلامة باركس المياه المشروبة الى اربعة اقسام . الأول الماء النقي وصفته ان يكون شفافاً خالياً من المواد الكدرة والرائحة والطعم وان يتضمن كمية كبيرة من الهوائ وان لا يتجاوز مجموع ما فيه من الجوامد ثمان قححات لكل اربع ليترات ونصف . الثاني الماء المجازر وصفته ان يكون شفافاً كثير الهوائ خالياً من المواد الكدرة الا اذا امكن فصلها بالسهولة بواسطة التصفية بلا رائحة او طعم وان لا يتجاوز جوامده ثلاثين قححة لكل اربع ليترات ونصف بحيث يكون اخصها كربونات الصودا والكلس وكبريتات الصودا وكلوريد مع قليل من كبريتات الكلس او المغنيسيا . ولكن اذا كان اكثرها من كلوريد الصوديوم وكربوناته فيظهر انه ولو بلغ خمسين قححة يكون الماء صحياً . الثالث الماء الملتبس وهو ما كان كدرة ظاهراً ولو كانت تصفيتها سهلة وكانت جوامده تتجاوز ثلاثين قححة وكان اكثرها كبريتات الكلس والمغنيسيا او الاملاح النتركية واملاح الكلور . الرابع الماء الدنس وهو ما كان كدرة لا يقبل التصفية بالسهولة او كان ذا طعم او رائحة وكانت جوامده اكثر من خمسين قححة

ومثلاً لذلك نورد هنا حاصل امتحان ماء نهر الكلب الذي يشربه سكان بيروت وهو ما اجراه معمل مدرسة كياوية في مدينة لندن :

كدير (لانه اخذ مدة ذوبان ثلوج الجبال) ولكنه خال من كراهة الطعم والرائحة
 واما المواد الحمضية وغيرها المخلولة او المحبولة فيه فهي في كل كيلو ٩٣٨٧.^٠
 كرام وهو عبارة عن نحو اربع عشرة قححة ونصف . والتفصيل في ذلك :
 قححة
 ٠.٠٠٣
 ٠.٠٠٣
 ملح نشادري
 نشادر من مواد آلية

٠٤٥	كربونات المغنيسيا
٣٦٧	كبريتات الكلس
٣٥٩	كلوريد الصوديوم
٠١٩	نترات المغنيسيا
٠٦٨	سيليك، والوهينا واكسيد الحديد
٠٩٣	مواد آية
١٤٥١	مجموع المواد المجمدة في
١٠٠	كمية الكفاية
٣٦٩	بعد الغلي ربع ساعة

وهذه المحاصل تدل على ان هذا الماء جيد موافق للبيوت وقد ظهر من التجربة انه خالٍ بالكلمة من العمل في الرصاص ولذلك يؤمن من خزنه في صهاريج رصاصية وتوزع في قساطل رصاصية

فاذا قابلنا هذا المحاصل بكمية المواد المجمدة في الفدر المذكور من الماء بما هو مقرر من نهر التامس الذي يستقي منه سكان لندن وهي ثمانى عشرة قحمة رأينا ان ماء نهر الكلب افضل وربما كان السبب لذلك قرينة من نبعه الاصلي في مغارة جميعا

ولا امتحان الماء ثلاث طرق وهي الامتحان الطبيعي والكيمائي والمكروسكريفي. اما الاول فيوضع الماء في زجاجة طويلة مغطاة ويترك اربعاً وعشرين ساعة ليرسب. ثم ينظر اليه فاذا رسب شيء وكان الراسب مائلاً للصفرة او البياض كان مادة رملية او طينية. وان كان نباتياً فاللون غالباً قائم وان كان حيوانياً فيكون ذا رائحة. واذا شوهد على جوانب الزجاج فقاقيع هوائية كان ذلك دليلاً على وجود الحامض الكربونيك وعلى كون الماء كثير الهواء. وان كان طعمه ردياً فهو حامل مواد آية نباتية او حيوانية ويجب رفضه. وان كانت رائحته كريهة لم يجز استعماله. وان كان لا يرغو مع الصابون فهو ذو املاح

ترابية تختد بالزيت وترسب وتمنع حدوث الرغوة ويقال له الماء الصلب خلافاً
للين المفضل عليه للشرب والطبخ. ومن الامتحان الطبيعي لمعرفة كمية الجوامد
القاعدة التي وضعها العلامة كروان وهي ان يُطرح من ثقل الماء النوعي ١٠٠٠
ثم يُضرب الباقي بهذا العدد ٤١ فيكون الحاصل كمية الجوامد. فاذا كان مثلاً
الثقل النوعي للماء الذي يراد امتحانه ١٠١٥ يسقط ١٠٠٠ ويضرب الباقي اي
١٥ بالعدد المذكور اي ٤١ فيكون الحاصل ٢١ وهو كمية الجوامد في كل
١٠٠٠ جزءه. والافضل من ذلك ان يُسخن الماء ويغزر الى ان ينشف ثم يوزن
ما يبقى من الجوامد غير ان هذه الطريقة صعبة تحتاج الى آلات متقنة

الامتحان الكيماوي يتم بواسطة التحليل والكواشف ولا محل لذكرها هنا الا
على سبيل الاشارة فقط. يكشف الحامض الكبريتيك باضافة محلول كلوريد
الباريوم فيرسب راسب ابيض ثقيل هو كبريتات الباريوم. والحامض
الهيدروكلوريك باضافة محلول نترات الفضة فترسب ندف من كلوريد الفضة
تذوب في سائل الامونيا. والهيدروجين المكبرت باضافة محلول خلات
الرصاص فيرسب راسب اسمر هو كبريتور الرصاص واذا كان رصاص في
الماء واجري فيه سيل من الغاز المذكور كان الراسب كما سبق. والكلس
يرسب مع اكسالات الامونيا راسباً ابيض هو اكسالات الكلس. والمغنيسيا باضافة
سائل الامونيا فترسب ندف خفيفة. والحديد باضافة صبغة العنق فيرسب
راسب اسود هو عنقفات الحديد واذا كان المضاف سمانيد البوتاسيوم
الحديدي كان الراسب ازرق قائماً هو فروسيانيد الحديد

وقد يُمتحن وجود المواد الآتية على الجملة في الماء بواسطة اضافة محلول
منقعات البوتاسا الذي يكسب الماء المستقر لوناً احمر زاهياً وهما اللون يزول
اذا دخل الماء مادة آتية. وكيفية العمل في ذلك بسيطة جداً وهي ان يضاف
نقطة من محلول اعلى منقعات البوتاسا المركز الى عشرة اوق ماء مستقر فيصير

لونه وردياً جميلاً ويدوم هذا اللون زماناً طويلاً ولكن اذا كان الماء ماء الشرب الاعتيادي يتغير تركيب المنغيات بواسطة المادة الآلية وبزول اللون المذكور في الحال بعد ظهوره . ولذلك كلما كثرت المادة الآلية في الماء وجب زيادة من المحلول لاجل تلوينه لوناً ثابتاً . قال الدكتور هوند حضرت محلولاً مركزاً من اعلى منغيات البوتاسا واضفت منه نقطة الى عشر اواق ماء مستنظر فصار اللون وردياً ثم وضعت قفصه من الحشيش فزال اللون حالاً . وفي تجربة اخرى نقطتان من منقوع القش اليابس ازلتا اللون . ووجب اربع نقط من المحلول المركز لتلوين عشر اواق من الماء الذي يشرب في مدينة وشتون وثمان عشرة لتلوين ماء مستنقع بقرب المدينة وسبع وعشرين لتلوين ماء التربة التي تحترقها . انتهى

وفي الامتحان المكرسكوبي بوضع الماء في زجاجة طويلة نظيفة مغطاة ثم يؤخذ من الراسب في القاع نقطة وتوضع تحت المكرسكوب ويجوز اخذها في الحال اذا كانت الابنية الحية في الماء كثيرة . وقد تشاهد الحيوانات الكبيرة منها بالعين المجردة اذا اُحبلت الزجاجة بين العين ونور ساطع . اخص ما برى في الماء بالمكرسكوب رمل وطين وطباشير والياض خشبية وقطع اوراق نباتية ونبات فطري وبقايا حيوانية وحيوانات مكرسكوبية من انواع كثيرة وديتان صغيرة . والقاعدة في كل ذلك ان عدد هذه الاشياء يزداد كلما كان الماء اقرب الى الفساد والتفنن

تطهير المياه

الوسائط التي تُطهر بها المياه الفاسدة بحيث انها تصبح صالحة لاستعمال البشر اما ميكانيكية او كيمياوية . فتمت الاولى بالترشيح والترقيق والزل او خض

الماء مع الهواء الجوي أو الاستقطار. والثانية باضافة مواد كيمياوية
 اما الترشيح فطريقة سهلة معتبرة لنصل الماء عن اكثاره الترابية ويتم
 ذلك بتسليك الماء من طبقة رمل تحتها طبقة اخرى من الحصى الصغيرة فيهبط
 الماء منها صافياً ما يجمله من المواد الترابية والآلية وهي الطريقة المستعملة لترشيح
 ماء نهر الكلب الذي يؤتى به الى بيروت. ولكن اذا كانت المواد الآلية محلولة
 لا محمولة فيه فلا تكون هذه الطريقة وحدها كافية للتطهير. وقد اخترعوا في
 اوربا انواعاً مختلفة من الزير المركب من الرمل والفحم لترشيح الماء واصطلموا في
 مصر على آنية من الفخار يرشح الماء من اسفلها وجوانبها راتقاً نقياً. واما الانهر التي
 يُجْمَل ماؤها الى المدن وتفرق في البيوت فترشح أولاً في اماكن كبيرة على ما سبق
 ثم تُدْفَع في قنوات من حديد بواسطة الآلة البخارية الى باطن المدن

والثروتي عبارة عن وضع الماء في وعاء وتركه بضع ساعات الى ان
 ترسب اكثاره ثم يرفع الصافي منه بواسطة المص أو بالزل. وهو مفيد متى كان
 الماء حاملاً دقائق ثقيلة ولكن اذا كانت المواد المحمولة ثقلها النوعي كثقل الماء
 فلا ترسب ولذلك يجبط العمل

وخص الماء مع الهواء يقوم بسكب الماء على غربال او صفيحة من الخشب
 او الفنك مثقوبة ثقوباً كثيرة بحيث انه ينزل منها متفرقاً معرضاً لفعل الهواء فيه
 ويعاد العمل الى ان تتأكسد المواد الفاسدة وينقى الماء. وكثيراً ما يعول
 الملاحون على هذه الطريقة اذا طالت اسفارهم وانتم الماء عندهم فانه يصطلم
 بها اصطلاحاً ظاهراً

والاستقطار يتم كالعادة بغلي الماء في انبيق او وعاء مغلق واستقبال بخاره
 بواسطة انبوب في وعاء آخر. وقد يستغنى عن ذلك بالغلي فقط غير انه في
 كلا الحالين يُطرد الهواء من الماء فلا بد من استعاضته بعد التقطير بالخص
 على ما سبق. ولا يخفى ما في غلي الماء من اهلاك الحيوانات الميكروسكوبية وجراثيم

المواد النباتية الفطرية

وأما تطهير الماء بالوسائط الكيماوية فيتم باضافة عوامل كيماوية تعمل في
 اكلارها وتنقيتها منها . وهي اولاً املاح الاليومينيا ولا سيما كبريتات الاليومينيا
 والبوتاسا وهو الشب الابيض فانها تنقي الماء من كربونات الكلس وترسب
 المواد المحمولة فيه سواء كانت آية او معدنية . ثانياً اضافة ماء الكلس الذي
 يتحد بالحامض الكربونيك ويرسب كربونات الكلس القديم والمحدث ويرسب
 ايضاً المواد الآلية المحمولة او المحلولة في الماء . ثالثاً اذا أُضيف كربونات الصودا
 الى ماء غال رسب الكلس وربما قليل من الرصاص اذا وُجد . رابعاً اضافة
 اعلى منغنيات البوتاسا للماء الفاسد من وجود مواد آية فهو فعال في ازالة كرامة
 الرائحة والنزن . غير انه لا يكفي في المياه التي فسادها كثير بل يُعقَّب بالتطهير
 بواسطة الشب الابيض كما سبق . واما الكمية التي تُضاف منه ففي الغالب نحو
 نصف درهم من المحلول المركز لالف درهم من الماء الذي يُراد تطهيره . خامساً
 وضع قطع فحم في الماء . سادساً غلي الماء ولا سيما مع بعض النباتات كالشاي
 والقهوة وهي طريقة سهلة المأخذ مدة السفر

وخلاصة الامر ان الماء يُطهر من المواد الآلية بالغلي والحض والخم
 والشب الابيض واعلى منغنيات البوتاسا . ومن كربونات الكلس بالغلي وازضافة
 الكلس الكاوي . ومن كلوريد الصوديوم اى الملح الاعتيادي بالترشيح . ومن
 الحديد بالغلي وماء الكلس والخم . وقد تقدم الكلام على استعمالها على ان كيفية
 التصرف بها على التفصيل من واجبات اطباء الصحة لامن متعلقات العامة

المياه المعدنية

يُراد بالمياه المعدنية المياه التي تحل في سبورها تحت سطح الارض املاحاً

وغازات مفيدة في بعض الامراض . ولما تخلو بلاد من بعض انواعها غير ان المشهور منها الذي ثبتت فائدته بالتجربة قليل . وهي اما حارة خارجة من اماكن شديدة الغور او باردة سطحية المنشأ بالنسبة الى الحارة . وتقسّم الى مياه ملحية مسهلة كماء كرلسباد وكستين وويسبادن وسيدلتز وغيرها وهي مفيدة في بعض امراض الكبد والمعدة والامعاء . وقلوية كماء فيشي واهس وبولنا وغيرها وهي مفيدة في النقرس وامراض المفاصل والرمل البولي وبعض امراض المعدة . وحديدية كماء سبا وبيرمونت وسلتزر واي لاشايل وفائدتها في الامراض الضعيفة التي تحتاج الى التقوية بالحديد . وكبريتية كماء طبرية وهي مفيدة في امراض الجلد والمفاصل . ويودية وهي مفيدة في المزاج الخنزيري والداء الزهري ولا ريب في ان بعض الفائدة التي تحصل للذين يزورون هذه المياه ناشئة عن جودة الهواء وتغيير المناظر والاستحمام والرياضة والابتعاد عن هم الاشغال وعن الاسباب المضغفة . ولذلك يتقاطر اليها كثير من الناس ولا سيما في فصل الصيف وينالون منها منفعة ظاهرة فعملوا لبعثها شهرة شائعة في كل العالم المتحضر . ومن المحقق ان في سوريا وبلاد المشرق مياهًا معدنية كماء طبرية والحمة المشهورة الفائدة منذ زمن قديم في اوجاع المفاصل والامراض الجلدية ويشاهد غيرها في اماكن مختلفة كماء المريسة في بيروت ومياه حارة بقرب حلب ومياه حلوان في مصر . غير انه لم يُعرف تركيبها الكيماوي كما ينبغي ولم يبين في جوارها مساكن موافقة للذين يطلبون العافية عندها الا مياه حلوان^(١) فآكثرها مهمل لا يقصدها الا القليل . ولا يستبعد انه مع اصطلاح الاحوال في المستقبل يُنظر الى هذا الامر ويؤقر على المنتهكين بالامراض المزمنة مشقة الاسفار البعيدة نفقتها عند امكان الوصول الى الفائدة على مسافة قريبة منهم

(١) قد اطلعت على تحليل مياه حلوان فهي حاملة على الجملة املاح الكلورين والكبريت والكلس والغنيسيا والصودا وغازات كربونية . جماداتها متينة مهدوحة في

مياه الغسل والاستحمام

ينبغي ان يكون الماء الذي يُستعمل للغسل ليناً يرغو مع الصابون بسهولة
 خلافاً للماء الصلب الخالي من الصفة المذكورة لما فيه من املاح الكلس
 والمغنيسيا. وبناءً على ذلك اذا اُضيف الصابون الى المياه الصلبة لا يحدث رغوة
 ولا يندوب ولكنه تجرد بالاملاح السابقة ويرسب معها على هيئة قشور ثم اذا
 اُضيفت كمية اخرى منه فُصلت هذه المواد المانعة لليونة الماء وامكن بعد ذلك
 استعماله للغسل والتنظيف

الصابون كاشف معتبر لصلاحية الماء للشرب تُعرف به ليونة الماء في
 الحال فاذا كان صلباً لا يرغو مع الصابون لم يكن جيداً للشرب من هذا
 القبيل

واما المياه التي تُستعمل للاستحمام فلا تختلف عن ماء الشرب الجيد الا اذا
 قُصد بها امر طبي كماء البحر والمياه الكبريتية. وسأتي الكلام على كل ذلك
 في فصل الاستحمام

طلب المياه

يختلف عمق البئر التي تُحفر لاجل استخراج الماء بحسب نوع التربة التي
 منها ما هو صعب النفوذ ومنها ما هو هين وبحسب عمق الصخر الصلب او
 الطين الذي يجمل الماء. فان كانت الارض سهلاً يُطلب الحقل المنخفض منها
 وان كانت قسماً منها مغطى بالخضرة كان الاغلب ان الماء قريب من سطحه.
 ويوجد الماء غالباً بقرب البحر ويكون عذباً اذا كانت كمية الماء المحلو المنحدرة
 من الاعالي كبيرة وكثيراً ما يكون ملحاً فيجب حينئذ ان تحفر الابار على مسافات

اورجاج المفاصل والامراض الجلدية على اختلاف انواعها. هو اؤها جاف ونزلها جميلة
 يرتاح فيها الغريب وكثيراً ما يعود منها متحسناً للصحة

مختلفة البعد عن الجري ان يظهر الماء العذب

واما بين التلال فيطلب الماء المخزون فيها عند قاعدتها لا على ظهورها وعلى الخصوص عند اشارات الجري المائي . وبين الاودية اذا اتصل واديان طويلان ولا سيما اذا كان فيها اختناق فالغالب وجود الماء تحت الارض عند ملتقاهما . ويجب ان يفضل مخرج الوادي الطويل وعلى الخصوص ملتقى مجريين شتويين . واذا كان الوادي طويلاً وفيه اختناق اي مكان ضيق فيجب ان يطلب الماء على جانبه المخاضي للجبل عند الاختناق . وفي الحفر لاجل الماء على جانب وادٍ بخنار دائماً بجانب الذي ترتفع عنده اعلى التلال . غير انه قبل الحفر يجب ان ينظر الى عموم الارض المجاورة ويرى اذا امكن اتجاه الطبقات الصخرية نحو الاسفل فيستدل من ذلك المكان الذي يوجد فيه الماء

اذا بلغ الحفر ارضاً رطبة فقط قد يخرج منها ماء كثير اذا وضع انابيب مثقوبة بثقوب كثيرة وضعا افقياً موازياً لاتجاه النهر واسفل مساحته في ايام الصحو في خنادق عمقا على الاقل نحو ستة اقدام ومغطاة بحصى صغيرة . وشاهد فائدة عظيمة في حرب الانكليز مع الحبش من الانبوب الاميركاني وهو عبارة عن انبوب حديد صغير يغرر في الارض طولاً فيمر الماء من ثقوب صغيرة في القسم السفلي من الانبوب ثم يرفع من الحفرة الى السطح بواسطة طلمبا بسيطة اذا كان العمق لا يتجاوز ٢٤ او ٢٦ قدماً ومزدوجة اذا كان اكثر من ذلك

اضرار الماء بالصحة

تنفع هذه الاضرار اما لعدم كفاية المطلوب من الماء او لتفساده . فان كان غير كافٍ أدى الى انواع كثيرة من الوسخ كعدم غسل الجسد والاثواب والمسكن والازقة وسد الاسربة فيفسد الهواء ويكثر المرض بين الناس . وقال العلامة

باركس قد تبين لي ان انقطاع الحى التيفوسية الرقشاء التي كادت تنقطع بين
الاقوام المتمدنة عائد على جانب عظيم ليس لسبب نقاوة الهواء في المدن والبيوت
فقط بل لكثرة غسل الاثواب وانقائه . واما فساد الماء فقد تقدم الكلام على
المواد التي توجب وسنذكر الامراض التي تنشأ منه

كثيراً ما يحدث عسر الهضم الذي يصحبه نقص في شهوة الطعام وعدم
راحة او وجع بعد مناواته وغثيان خفيف وقبض الامعاء من شرب المياه الحاملة
كمية كبيرة من املاح الكلس والمغنيسيا . واما الاسهال فمن المحقق انه يحدث
من المواد الآلية ولا سيما اذا خالطت الماء السوائل المتدفعة من الامعاء ومن
الغازات المثقنة وبعض الاملاح الترابية والمعدنية . وكذلك قد ثبت من المشاهدة
المتكررة ان الماء الفاسد من الاسباب الفعالة للدوسنتاريا فقد شوهد مراراً في
زمن الحروب ان الماء اذا جرى في مقابر الموتى وشربة العسكر انتشر بينهم هذا
المرض ولا ينقطع الا عند انقطاعهم عن ذلك الماء

ومن هذه الامراض الحميات الملاربية المعروفة بالدورية . وهي مشاهدة
قديمة من زمن ابقراط الذي قال الطحال يتضخم في الذين يشربون المياه السيئة
وقال الرازي هذه المياه سبب للحميات . وقال الاطباء المتأخرون ليس الهواء
الملاربي السبب الوحيد لهذه الحميات بل يضاف اليه شرب المياه الآجنة
بدليل التجارب المتكررة انه اذا حفر السكان آباراً وانقطعوا عن شرب ذلك
الماء نجوا من تلك الحميات ومن مذهب العامة في هذه البلاد ان سبب
الحميات فساد الماء

ومنها الحى التيفويدية التي قد ثبت الآن بعد التحقيق الكافي انها كثيراً ما
تنشر بواسطة فساد الماء من المواد الآلية وعلى الخصوص اذا وصلت اليه
المبرزات المعوية كما انها تنشر بواسطة الهواء الفاسد غير انه لا يعلم اي السببين
هو الافعل والاعم . وقال باركس يعرف السبب من زمن الحضارة اي المدة

المتوسطة بين حدوث السبب وزمن ظهور المرض فان كانت من ٨ الى ١٤ يوماً كان السبب على الأرجح فساد الهواء وان كانت بومين او ثلاثة ففساد الماء. وقال بعض المحققين ان هذا النوع من الحمى لا يحدث الا من فساد خاص في الماء وهو وصول مياه الاسربة او المبرزات المعوية اليه على ان هذه المسئلة لا تزال تحت الخلاف

ومنها الكوليرا اي الهواء الاصفر فقد تحقق بعد الاستقصاء الطويل في كل قارة اوربا انه ما عدا انخفاض المواضع والاشجرة المتصاعدة من اخطار المواد الحيوانية والمواد الفريئة لفساد الماء دخل عظيم في تسبب المرض المذكور. وسندوا هذا القول بمشاهدات كثيرة في اماكن مختلفة لا محل لذكرها في هذا الخنصر فنكتفي بايراد خلاصة الامر على ما قررها العلامة باركس. وهي ان المبرزات من المصابين بالكوليرا تدخل ماء الشرب بواسطة التربة التي تلقى فيها سواء اختمت اولاً بحسب مذهب بتكنر او لم تختم ضرورة بحسب مذهب غيره وانما تنتشر في الهواء وهي تتلغ في كلالحالين وتنص الى الدم. ولا يعلم اي الطريقين اعم وهل يوجد اختلاف بينها في شدة اعراض المرض التابعة. ويقال ايضاً انه ما عدا الماء الذي يتضمن المبرزات الكوليرية فاذا كان خالياً منها ولكنه مفسد بغيرها ما سبق ذكره فانه بموجب استعمالاً في الشخص لقبول المرض ولو لم يسببه راساً. وقال الدكتور بض ان سبب الكوليرا الوحيد هو السائل الارضي الذي يخرج من المصاب بهذا المرض وان العلة تسري من هذا السبب على ثلاثة طرق وهي اولاً عدم نظافة ايدي الذين يتخدمون المرضى فيتنقل العدوى اليهم او لغيرهم على هذا السبيل. ثانياً بواسطة الطماخ الاثواب والفرش من الماء الارضي المذكور. ثالثاً بواسطة التربة التي تندفع اليها السوائل المرضية اخيراً فاما انما تنتج الى الهواء او انما تجد منفذاً الى ماء الشرب او انما تنتشر في الهواء الجوي على هيئة غبار غير منظور بعد

جنافها على سطح الارض

ومن الامراض الحادثة من الماء انواع من البثور وهو السبب المشهور
لحبة حلب على ان البعض انكروا ذلك وقالوا ان سببها الحقيقي هو العدوى
ومنها الحصى البولية التي ينسبها العامة الى صفة الماء وتابعهم في ذلك بعض
الاطباء الذين قالوا ان المياه الصلبة تسبب الحصى وان المياه اللينة تشفيها. غير
ان البرهان على ذلك ليس قاطعاً. وقال العلامة كاجي ان الغم في الاراضي
الكلسية كثيرة التعرض للحصى

ومنها المرض المعروف بالكواتر وهو عبارة عن تضخم عظيم في الجسم الدرقي
ولكنه محصور في سويسرا وبعض اقسام اوربا وهو نادر جداً في هذه البلاد
وما يدخل الجسد مع الماء اجنة او بيوض ديدان مختلفة. منها نوع من
الدودة العريضة البيضاء الشبيهة بالدودة الوحيدة والديدان الخراطيمية. وقد
تحقق الآن نوع جديد من الديدان يقال له البلهارصيا منشأه من الماء تظهر
بيوضه واجنته في البول. والاعراض التي يحدثها حرقه في نهاية البول وخروج
قليل من الدم وضعف عام في الجسد. والمشهور انه محصور في بلاد مصر
وجنوب افريقيا وقد شاهدت عليلاً به حدث له المرض في يافا بلا ريب
وعند الاستعلام عرفت ان هذا المرض موجود في تلك البلدة وان منشأه من
بعض مياهها

وقد تقدم الكلام على الفساد الذي يعرض للماء اذا سار في انابيب من
رصاص. وقد يدخل الماء على طرق مختلفة معادن اخرى كالزئبق والزرنيخ
والنحاس والتوتيا. ومن المعلوم عند الجميع الضرر العظيم الذي يحدث للجن
والطعام احياناً من الاواني النحاسية غير المبيضة

وخلاصة ما ذكره باركس بهذا الشأن هي اولاً اذا وفد الاسهال بين
جماعة كاد يكون سببه دائماً فساد الهواء او فساد الماء او فساد الطعام واكثره

فساد الماء . ثانياً اذا انتشر الامهال او الدوسنطاريا بين جماعة وكان وفد^ه
دورياً اي يظهر في زمن معلوم من كل سنة كان سببه الغالب فساد الماء .
ثالثاً اذا ظهرت الحمى التيفويدية او الكوليرا نجاةً في مكان محصور كان
السبب بالتحقيق القريب فساد في الماء . رابعاً كذلك يقال في الحميات
المالرية وعلى الخصوص اذا كانت خبيثة . خامساً دخول بيوض بعض
الديدان الجسد بواسطة الماء محتق في بعض انواعها ومرجح في البعض الآخر .
سادساً مع انه لا يمكن الى الآن تعيين ما لفساد الماء من الشركة في اسباب
الامراض قد تحقق بل اريب ان لتفاوته عملاً عظيماً في صحة الجمهور وان كثرة
الماء وجودته من الامور التي ضرورتها للصحة لا ريب فيها



الفصل السادس عشر

الطعام والشراب

ضرورة الطعام للحياة كضرورة الهواء الجوي لانه اذا انتطح الانسان عن الهواء بضع دقائق مات كما يموت اذا انتطح عن الطعام بضعه ايام . وهذه الضرورة مبنية على امرين الاول تجديد الانسجة التي يتألف منها الجسد والتي تندر على الدوام لسبب عملها الحيوي والثاني القيام بالحرارة الحيوانية التي تُنفق على الدوام لاسباب التبريد بواسطة الاجسام المحيطة بالجسد . واما لذّة الطعام فامر اضافي وطلبها من متعلقات الحياة المترفة . ومن الامور المقررة انه اذا كانت غاية الطعام القيام بالحياة ندر حدوث المرض من هذا السبب ولكن اذا كانت غاية التمتع باللذّة ادى الى التهمة والشرامة وصار سبباً قريباً او بعيداً لامراض كثيرة نعجز عن ذكرها

ولا يمكن فصل الشراب عن الطعام في هذا الباب لان كل ما يدخل الدم من الطعام انما يدخله سائلاً ولذلك لا يصح تقسيم المواد الغذائية الى جوامد وسوائل الا من حيث صفتها الطبيعية قبل تناولها ثم بعد ذلك يستوي النوعان في حالة السهولة والتغذية

يقسم الطعام الى قسمين عظيمين الاول ما كانت فائدته التغذية والثاني ما ينشأ منه توليد الحرارة . اما التغذية فعبارة عن تعويض مواد الجسد التي تندر من الاستعمال وليس في ذلك شيء خارج عن اعمال الطبيعة الاعيادية . لانه كما

يعمل الهواء والمطر والبرد والحرارة في الصخور الصلدة ويفتنها ويجعلها الى
التراب الذي يغطي وجه الارض وكما ينقص ثقل الآلات الميكانيكية وتفتي من
الاحتكاك والعمل فكذلك تدر انسيجة الجسد من عملها اللائم لان الحركة تفتي
العضل والافراز الغدد المفترزة والعقل جوهر الدماغ وهكذا في ما بقي . وفائدة
الطعام الاصلية تعويض هذا الانفاق اللائم لان المواد الغذائية التي تدخل الدم
من الطعام وتسير معه في دورته يتناول منها العظم والعضل والعصب وبقية
انسيجة الجسد ما يحتاج اليه لاجل التعويض المذكور . ويقال لهذا العمل الحيوي
التمثيل اي تناول النسيج من الدم ما هو مثل جوهره ليدخل في بنائه ويعتاض
به عن الدقائق المالكة منه . وهذا العمل غير منقطع في جميع ادوار الحياة اي
دور النمو ودور الوقوف ودور الانحطاط غير انه في زمن النوا الى الكهولة يزيد
الداخل على الخارج وفي زمن الشيخوخة يزيد الخارج على الداخل وفي زمن
الكهولة يستويان ولذلك يزيد الجرم مدة الطفولية والشباب ويقف مدة الكهولة
وينقص مدة الشيخوخة . واما الاعضاء العاملة في ابراز الدقائق الماثرة فهي
الرئتان اللتان تبرزان حواصل التحليل على هيئة ماء وحامض كربونيك
والكليتان اللتان تبرزان اليوريا وهو حاصل معظمة مكوّن من دثور العضل
واملاحا وماء والجلد الذي يبرز ماء وكية صغيرة من مواد حيوانية والقسم
السفلي من المعاء الذي له ابراز خاص به . ويقال احيانا لهذين العاملين المتقابلين
اي التغذية والابراز التركيب والتحليل ويقال للعمل الذي يعد الطعام لقضاء
وظيفته المعتبرة الهضم . واما وظيفة الطعام الاخرى وهي توليد الحرارة فسيأتي
الكلام عليها

الهضم

الهضم عمل يحدث في الطعام بحيث انه يصير صالحا للدخول في الجرى

الدموي اللائق في جميع جهات الجسد واقسامه لاجل تغذيتها. وليس هو عملاً واحداً بل هو مركب من اعمال متعددة تبدأ بمضغ الطعام وتجزئته دقائق صغيرة ومزجه باللعاب المفرز من غدد الفم ثم الازدراء الذي يرسله الى المعدة ليتغير هناك تغيراً كبيراً ثم انتقاله الى القسم الاول من المعده حيث ينال تغييراً آخر وينتهي العمل بنقله الى الدورة الدموية. والتفصيل في ذلك هو على ما يأتي:

المضغ يتم بواسطة الاسنان المتسومة الى قواطع وهي المقدمة وطواحن وهي الخلفية المعروفة بالاضراس. فالاولى انما تقطع قسماً بعد قسم مما يؤكل والثانية تسحق ما يدخل الفم من الطعام الصلب وتقسمه الى اجزاء دقيقة. وبينما يتم ذلك يمتزج الطعام بالسوائل المفرزة في باطن الفم او من غدد موضوعة بجواربه ومستطرفة اليه بواسطة قنوات. ويقال لهذه السوائل اللعاب وفائدته تليين الطعام على ان لة ايضاً عملاً هضمياً في المواد النشائية كالخبز والارز. والقاعدة الصحية في المضغ هي ان يتم بالتأني لا بالعجلة بحيث يحدث في الطعام ما يجب من التجزئة بواسطة الاسنان والتليين بواسطة اللعاب

بعد العمل الاستعدادي المذكور تبتلع كتلة الطعام وتصل الى المعدة حيث يبتدئ الهضم الحقيقي. وكيفية ذلك انه عند وصول الطعام الى المعدة يفرز من جدارها الباطن سائل خاص يعرف بالعصارة المعدية فيفعل اولاً في ظاهر الكتلة ثم في باطنها فعلاً كيمياوياً. وبينما يقوم هذا العمل يندفع الطعام من يسار المعدة الى يمينها وبالعكس مراراً متواليه بواسطة انقباض طبقتها العضلية لكي يمتزج الطعام بعصارة المعدة امتزاجاً تاماً. وفي كل هذه المدة تكون فتحة المعدة المؤدية الى المعده التي يقال لها البواب مغلقة ثم كلما تم هضم شيء من الطعام انفتحت واجازت له العبور دون الذي لم يهضم. وعلى ذلك يُججز الطعام في المعدة زمناً كافياً لهضم كل ما يمكن هضمه فيها. وتختلف هذه المدة بحسب صحة

الشخص ونوع الطعام وعدم وجود الاسباب التي تتعرض لوظيفه المعدة كالحركة العنيفة في المشي والركب واشغال العقل بالامور المكدره او التي تستوجب حدة التفكير وتهيج الانفعالات النفسانية . ثم لا بد من التوقف عن الاكل حالما يشعر بان المعدة نالت الكفاية لانه اذا كرهت على الزيادة تعسر عليها الهضم بعد الهضم المذكور في المعدة يتحول الطعام الى جوهر لين واحد الجنس يقال له الكيموس ثم يتقل الى الامعاء الدقيقة لينال هناك هضماً ثانياً . ويتم هذا الهضم الثاني بواسطة عمل مفرزات المعاء والغدة البنكرياسية والصفراء الآتية من الكبد فيتحول الكيموس الى جوهر جديد يقال له الكيلوس تمتصه وتحملة اوعية دقيقة يقال لها الاوعية اللبنية لان الكيلوس يكون حينئذ بلون اللبن وقوامه ثم تذهب به الى قناة تصعد وتصب في وريد كبير يقرب القلب فيختلط بالدم ويصير حينئذ دماً يدور في الجسد ويقذيه . والتغيير الذي يقع في الطعام من بلادة هضمه في المعدة الى وصوله الى الدورة الدموية بحيث انه يتحول اخيراً الى دم لتغذية الجسد من متعلقات علم الفيسيولوجيا لا يسع المقام ذكرها في هذا المختصر في علم الصحة . واما المواد التي لم يمكن هضمها من النبات والحمم والقشور والبرور وغير ذلك فتندفع الى المعاء الغليظ ومنه الى الخارج

انواع الطعام

انواع الطعام الطبيعية هي الطعام الحيواني الذي يشمل اللحوم والبيض واللبن والطعام النباتي الذي يشمل الخبز والنشاء والسكر والخضراوات والفواكه . ويضاف الى ذلك مواد معدنية كالماء والاملاح . ومن المشهور ان اهل البلاد الباردة يكثرون من اكل الطعام الحيواني خلافاً لاهل البلاد الحارة الذين اكثر طعامهم من النوع النباتي . ولا يخفى ما بين ذلك من الفرق في موافقة ماهية الاقليم وطلب الطبيعة ومن غلاء المعيشة في البلاد الباردة

بالنسبة الى رخصها في البلاد الحارة. وذهب قوم الى انه يجب على الانسان ان يقتصر على الطعام النباتي لسببين الاول انه لا يجوز له قتل الحيوانات لبقا لبقا بلحومها والثاني ان الطعام النباتي هو الافق لصحة. وهذا القول ضعيف مردود من وجوه كثيرة وعلى الخصوص لانه مخالف لما اتفق عليه عامة الناس في جميع الاجيال والبلاد وما رأوه من نتائج الخبرة الطويلة ولانه مخالف ايضا لما توصل اليه العلماء في البحث الدقيق في هذا الشأن على ان المبادئ التشريحية والفيسيولوجية التي أدت بهم الى ذلك من بناء الاسنان والاعضاء الهاضمة في الجنس البشري مما لا يدخل في هذا المختصر. غير اننا نقول في هذا المعرض انه يقتضي لجودة هضم الطعام الحيواني من الرياضة الجهدية الشديدة ما يتميز به اهل البلاد الباردة ولا سيما الشعب الانكليزي الذي يتميز ايضا بكثرة استعمال اللحوم في طعامهم اليومي. ثم سواء كان الطعام حيوانيا او نباتيا لا بد من النظر الى هذه الامور الثلاثة وهي كونه مغذيا سهل الهضم طعمه موافق لمن يأكله

ويُقسَم الطعام عند عامة الفيسيولوجيين وعلماء الصحة الى الانواع الآتي ذكرها وهي:

اولاً المواد النتروجينية التي تتميز بوجود النتروجين فيها كبيض البيض وعضل اللحم وجبن اللبن وكلوتن الحنطة وغيرها. وفائدتها الخصوصية تكوين الانسجة على انها تعين ايضا في القيام بحرارة الجسد ثانياً المواد الدهنية التي معظم تركيبها من الكربون والهيدروجين ولذلك يقال لها احياناً الاطعمة الهيدروكربونية. وفائدتها الخصوصية توليد الحرارة على انها ضرورية في تكوين الانسجة ايضا ولا سيما الانسجة الدهنية ثالثاً المواد النشائية والسكرية الشبيهة التركيب بالمواد الدهنية والتي لا تختلف عنها الا من حيث اختلاف مقدار الكربون والهيدروجين والاكسجين.

وفائدها كغذاء المواد الدهنية

رابعاً المواد غير الآلية كالماء والاملاح

خامساً المواد الاضافية للاطعمة كالمشروبات الروحية والقهوة والشاي والتوابل كاللفل وغيره . وفائدها اعانة الهضم وتنقيص سرعة دنور الانسجة وتكثير الحرارة الجسدية اما لسبب تاكسدها او لسبب عملها الخاص في المجموع العصبي

هذه هي المواد الغذائية على الجملة التي يتناولها الانسان في الطعام وسنذكرها الآن بالتفصيل وعلى الخصوص من حيث فائدها النسبية في التغذية . هنا وان كثيراً من الاطعمة يتضمن اكثر من نوع واحد من المواد المذكورة كالحبز الذي يتضمن مادة نتروجينية ومادة نشائية ومواد غير آلية وكذلك البيض واللبن على ما سيأتي

الاصول الغذائية

الاصول الغذائية هي التي يتم من تركيبها بعضها مع بعض ما يتناوله الانسان من الطعام . ويندر انما تصلح للتناول اذا كانت منفردة لانها تكون حينئذ غير مقبولة للطعم وغير مناسبة لعمل العصارات الهاضمة فيها ولذلك نرى ان الطبيعة قد مزجتها بحيث انما تصير موافقة للطعم ولخدمة الحياة وان الانسان يركب منها اطعمة مختلفة مناسبة للغرض المطلوب منها . وسنذكر الآن ما هو خاص بكل من انواع الاصول الغذائية ليعرف من ذلك صفات الاطعمة التي تدخل الاصول المذكورة في تركيبها

١. الاصول الغذائية النتروجينية . تتميز هذه الاصول بوجود النتروجين فيها على انها تتضمن ايضاً كربون وهيدروجين وكمية صغيرة من الكبريت والفسفور . وهي على انواع لها اسماء مختلفة بحسب نوع الطعام الذي

توجد فيه فما كان منها في البيض يقال له الالبومن وما كان في العضل
 السنونين وفي خثارة اللبن الكاسين وفي الحنطة الكلوتن وفي الحمص والعس
 والفول وغيرها اللكومين . وقد ثبت من التجارب ان الحياة لا تدوم باستعمال
 نوع واحد فقط منها منفصل عن بقية الاجزاء المزوج بها في حال الطبيعة . من
 هذه التجارب ان الدكتور هوند اقتصر على الالبومن المأخوذ من دم الثور
 فبدأ يمرض في اليوم الرابع بعد ذلك وفي اليوم التاسع اشتد حالة فعاد الى
 الطعام الاعيادي . ولا بد ايضاً من اجتماع انواع مختلفة في الطعام الواجب
 للحياة كما يشاهد من تركيب اللبن الذي اعدته الطبيعة لغذاء الطفل ونموه
 لانه مؤلف من الكاسين اي المادة الجينية التروجينية التركيب والزيادة
 والسكر وهما من التراكيب الهدر و كربونية والاملاح والماء . وكذلك بياض
 البيض ومحة اللدان يتضمنان كل ما ذكر لاجل تغذية الصوص مع الكسبين
 الهواء الذي ينفذ من قشرة البيضة الى الباطن . وكذلك الحنطة التي تكون
 معظم طعام بعض الناس فان فيها الكلوتن والنشاء والاملاح

وتتميز الاصول التروجينية عن الاصول الاخرى بانها سريعة الفساد
 والتفن وذلك لان تراكيبها الكيماوية الطبيعية تتحول الى تراكيب جديدة رائحتها
 كريهة وعملها في الصحة سام . واما الكيفيات الموافقة لاحلات الفساد فيها فهي
 اولاً درجة من الحرارة بين ٢٢° ف و ١٠° فاذا كانت دون ذلك او فوقة امتنع
 الفساد ولذلك اذا وضع اللحم في الجليد دام جيداً ويستعملون الآن هذه الطريقة
 في ارسال اللحوم الطرية من بلاد الى بلاد اخرى بعيدة كما اميركا واوروبا بدون
 ان يصبها ضرر . وكذلك قد يقطع اللحم على هيئة شريجات رقيقة تعلق في
 الشمس اياماً فتجف وتدوم بعد ذلك زمناً طويلاً خالية من الفساد . واما
 الخبز فيمتنع عنه بتجفيفه في فرن حار فاذا جف جيداً كالكعك اليابس
 والبسماط دام جيداً شهوراً كثيرة . ثانياً الرطوبة التي اذا ازيلت على ما سبق

منعت الفساد . وما يزيد الملح والموال فنرى الحوم المملحة المخففة كالجبنون والقورما والبسطرما المبيأة على هذه الكيفية تؤكل كل مدة الشتاء من غير ان يكون اصابها عطب . ثالثاً يمنع الفساد بواسطة حجز الهواء الجوي عما يبراد حفظه . وقد اصطلحوا في هذه الازمنة الحديثة على وضع اللحم المطبوخ واللبن والفواكه وغيرها في علب تنك الى ان يحكم امتلاؤها ثم تغطى وتعلم بالتصدير بحيث لا يبق شيء من الهواء مع المادة التي في العلبة فتبقى جيدة طرية سنين كثيرة تستعمل عند الحاجة وكأنها تهبأت من يومها . ويقال على الجملة في الاصول النرويجية انها سهلة الهضم والتمثيل اى دخولها في نسجة الجسد لانها شبيهة البناء بها فلا تحتاج الى تغيير عظيم قبل قضاؤها لهذه الوظيفة في التغذية

٢. الدهون وهي المركبات الهيدروكربونية. يشتمل هذا القسم من الاطعمة الغذائية الدهن الاعنبيادي والشحم والزيوت على انواعها. وهي جميعها مركبة من حوامض دهنية وكليسرين غير انه يوجد فيها ايضاً حوامض طيارة

ويظهر من تركيب الدهون الكيماوي ان لها عملاً عظيماً في توليد الحرارة الحيوانية ولهذا السبب يكثر اهل البلاد الباردة والمنطقة الشمالية من اكلها . وكيفية عملها من هذا القبيل ان الكربون والهيدروجين منها يتحدان بالاكسجين فيحدث من الاتحاد المذكور حامض كربونيك وماء وتولد الحرارة حينئذ فيكون هذا العمل شديد المشابهة بما يحدث من اشعال الزيت في السراج من وجه الاتحاد الكيماوي وتوليد الحرارة ولا يختلف عنه الا من حيث عدم احداث النور . ومن فوائد الدهن في الجسد ايضاً انه موضوع على شكل طبقة سميكة ان رقيقة تحت الجلد تقي الاجزاء التي تحتملها من الصدمات والضرر ولما كان موصلاً ردياً للحرارة حافظ على الحرارة الحيوانية الباطنة ومنع اسرافها . وهو مؤنة تخزن الى زمن الحاجة فاذا انقطع الانسان عن الطعام لسبب المرض ان الضرورة اقتاتت بما في جسده من الدهن وحل به الهزال

الدهون لا تذوب في الماء ولكنها تذوب في الاثير وقليلًا في الكحول . وهي تُهضم في المعاديق بواسطة عمل افراز البنكرياس الذي يحولها الى مستحلب بحيث انها تُجزأ الى دقائق صغيرة جدًا ليتمكن امتصاصها بواسطة الاوعية اللبينية ونقلها الى الدورة الدموية

٢. الاصول النشائية والسكرية. تركيب هذه الاصول الغذائية من الكربون والهيدروجين والاكسجين ومعظم فائدهما انها تتركس وتحدث الحرارة الحيوانية ويحول بعضها الى الدهن الذي تقدم الكلام على فوائده آنفًا

اما النشاء فاكثر وجوده في عالم النبات . وهو على هيئة مسحوق ايض اذا فُحص بالمكروسكوب شوهد انه مؤلف من حبيبات يختلف شكلها بحسب اختلاف نوع النشاء . ويُستحضر بسحق المادة التي يوجد فيها كالقمح مثلاً ثم يغسلها بالماء فيذوب فيه الكلوثن وغيره واما النشاء الذي لا يذوب في الماء البارد فيرسب ويُجمَع . وسبب عدم ذوبانه ان حبيباته محاطة بغلاف غشائي لا يفعل فيه الماء البارد خلافاً للحار الذي يشق الغلاف فتخرج المادة النشائية من باطنه وتذوب في الماء كما يشاهد في طبخه وتحضيره للطعام . وعمل اللعاب فيه انه يشق اغلفته ويحوّله الى سكر وكذلك عمل المفرزات المعوية فيه فاذا لم يحدث فيه هذا التغيير لم يمكن امتصاصه ودخوله الدم . ويكشف النشاء بواسطة اللون الازرق او الارجواني الذي يظهر من اضافة اليود والماء اليه

ومن انواع النشاء الاروروت الذي يُستحضر من جذر نبات وبياع على شكل مسحوق ايض نقي اذا فرك بين الاصابع يسمع له صوت فرقي . وهو مفيد جداً في طعام المرضى والاطفال خالٍ من الحرافة مغذٍ ولا سيما اذا غُلي مع الحليب ويستعمل في الحميات والنهاب المعدة والامعاء . وكيفية تحضيره ان يمزج منه ملعقة كبيرة مع فجان ماء ثم يضاف اليه شيئاً فشيئاً نحو ١٥٠ درهم ماء غالي او حليب غالي مع تحريك المزيج الى ان يتم العمل ويكون الحاصل هلامي

القوم ايضاً لبناً ويضاف له سكر اذا اريد مدة تحضيره . ولسبب غلاء ثمنه كثيراً ما يُغش ولا سبيل الى معرفة ذلك الاً بفحصه بالمكروسكوب ومشاهدة شكل الحبيبات الخاصة به

ونمها التايوكا الذي يستخضر من جذور نوع آخر من النبات ويباع على شكل حبيبات بيضاء غير منتظمة الشكل جرمها من $\frac{1}{10}$ من القيراط الى $\frac{1}{2}$ يذوب قليلاً في الماء ويخضّر بتجريك ملعقة كبيرة منه في ١٥٠ درهم ماء سخن ثم يُترك ليستنقع فيه نحو نصف ساعة ثم يُغلى نحو ١٠ او ١٥ دقيقة . وقد يُبدل الماء بالحليب وقد يضاف اليه من السكر واللبيد او التوابل كالنرفه . واذا استخضر على الكيفية المذكورة كان اشد قواماً من مغلي الاروروت وربما كان طعمه اجود لبعض المرضى وهو يقوم مقامه في الفائدة . ويندر غشه فاذا مزج بشيء آخر عرف ذلك بالمكروسكوب

والصاكو يستخضر من لب شجر من الفصيلة النخاية . وهو على شكل حبيبات مستطيلة طرفها الواحد مستدير والاخر مربع غالباً . لا يذوب في الماء البارد الاً قليلاً جداً ولا يذوب في الماء الحار الاً بعد الغلي الطويل . اذا طُبخ جيداً كان طعاماً موافقاً جداً للمرضى وطريقة ذلك ان يُغلى منه ملعقة كبيرة في ١٠٠ درهم ماء او حليب نحو ١٥ او ٢٠ دقيقة ويُحرك كل هذه المدة لتلاّ محترق ثم يُصنّى لكي يتفصل عنه ما لم يذوب ويضاف اليه من التوابل كجوز الطيب والسكر واللبيد على ما يشتهى

ونشاء الذرة مغدّ لطيف يطبخ كالاروروت ويقوم مقامه . وهو كثير الوجود رخيص الثمن ولهذا السبب لا يُغش ونشاء البطاطا اقل انواع النشاء جودة وكثيراً ما تُغش به . ولا سبيل الى معرفة ذلك الاً بالمكروسكوب الذي يميز اشكال حبيبات النشاء بعضها عن البعض الآخر

وأما السكر فاخص أنواعه سكر القصب وسكر العنب . وهو لا يختلف في التركيب عن النشاء إلا من حيث عدد مقادير الهيدروجين والأكسجين .
(سمة النشاء ك ١٢ ٥ ١١٠ ١٠ وسمة السكر ك ١٢ ٥ ١٢ ١٢)

يُستخَصَّر سكر القصب من النبات المعروف الذي ينمو في جميع البلاد الحارة ويستخَصَّر أيضاً في فرنسا وجرمانيا من جذر الشندور وفي اميركا من عصارة شجر عندهم . وكيفية ذلك انه يُعَصَّر القصب ويُخَرَّ مائهُ الى ان يتبلور السكر ويكون لونه حينئذٍ اسمر ثم يكرَّر وينقى باضافة مواد مختلفة اليه الى ان يبيض . وأما سكر العنب فلا يتبلور وهو موجود في الفواكه وفي البول السكري وحلاوته اقل من نصف حلاوة السكر القصي

لا يستعمل السكر وحده طعاماً ولكنه يدخل في تركيب اطعمة كثيرة . وليس في استعماله شيء من الضر بل هو مفيد ولا تختلف فائدته عن فائدة النشاء الذي سبق القول انه لا بد من تحويله الى سكر قبل امتصاصه ودخوله الدم . ومن المشهور ان الزنج في اميركا الذين يزرعون قصبه يصونونه متى نضج فيسمنون منه سمياً ظاهراً . غير انه في بعض امراض المعدة لا يجوز اكله لانه قد يخنثر ويتحوَّل الى حامض كربونيك والكحول وقيل انه يتحول في الامعاء الى حامض لبنيك ولا سيما في الاطفال من عمل المادة الجبنية التي يتضمنها الحليب ولذلك كان الاكثار منه فيهم مضرّاً . وأما قول العامة انه مضر للاسنان فغير صحيح . ومن فوائد السكر ما علا حلاوته ولذة الطعم التي يكسبها لبعض المأكولات والمشروبات انه مضاد للفساد لانه اذا طبخ مع الفواكه دامت سنين كثيرة طيبة المأكل

ويُقَشَّر السكر احياناً بالنشاء والطباشير وكبريتات الكلس والرمل ولما كان جميعها لا يذوب في الماء يمكن تمييزها في الحال بواسطة ذوبان السكر دونها ويمكن تمييزها ايضاً بواسطة المكرسكوب . واذا عُشَّ سكر القصب بسكر

العنب الذي حالوته اقل جداً فيعرف ذلك بطريقة طرومر وهي ان يضاف الى محلول السكر بعض نقط من محلول كبريتات النحاس وكمية من سيال البوتاسا الكاوي ثم يغلى المجموع في انبوب الكشف فان صار لون المحلول اخضر زيتونياً كان السكر من النوع القصي وان صار برتقالياً كان من سكر العنب

٤. الاصول غير الآلية . من هذا القسم الاملاح المعدنية التي تدخل في تكوين الاطعمة الاعتيادية والتي ضرورتها لقيام الحياة كضرورة الاصول الآلية لان العظام والعضل والاحشاء والجلد تتضمن هذه الاملاح فلا بد من تجديدها . غير انه لا يمكن قيام الحياة بواسطتها فقط لانه شوهد ان في ايام القحط الشديد يأكل الناس بعض انواع التراب وهو لا يمنع الموت من الجوع . ومن العادات الردية ان بعض الاولاد والنساء يأكلون التراب وهو دليل على علة في الاحشاء الهضمية فيصفر لونهم وتضعف عضلاتهم وتجف جلودهم وتكبر بطونهم وتبله عقولهم . فاذا اتفق قيام الحياة بشيء من ذلك كان السبب وجود مواد آلية متزجة بالتراب الذي يوكل

الملح اخص المواد المعدنية التي توجد في الاطعمة في حالتها الطبيعية والانسان يطلبه بالسليقة ويضيفه الى اكثر المأكول . وفائدته ليس من حيث احتياج الانسجة اليه فقط بل لسبب انه المصدر الذي ينشأ منه الحامض الهيدروكلوريك ولا يخفى ان هذا الحامض قسم من عصارة المعدة وله دخل عظيم في الهضم . وقد ظهر من التجارب في الحيوانات والبشر ان الانتطاع عن الملح في غاية ما يكون من الضرر وربما ادنى اخبيراً الى الموت . ومن فوائد الملح انه مضاد للفساد وانه اذا اضيف الى اللحم منع فسادها زمناً والظاهر ان السبب لذلك هو شرامة الملح للماء فاذا سلبه من اللحم ابطل شرطاً جوهرياً من شروط الفساد . قيل انه يسلب منها الالبومين ايضاً ولذلك كانت اللحوم

المحلية تليجاً شديداً لتخفظ زمناً طويلاً قليلة التغذية بالنسبة الى اللحوم الطرية وربما كان هذا هو سبب الاستربوط والامراض الضعفية من الاقتصار على استعمالها

ومن الاملاح الضرورية للصحة فصقات الكلس و كربوناته لانه يتكوّن منها معظم ثقل العظام وبعض اجزاء الانسجة . فاذا حُجّزا عن الاولاد كانا من اسباب المرض المعروف بالكساح وهو ليونة والتواء في العظام مصحوب بضعف عام وهزال وقصر وتشويه في القامة . وهذان الممان موجودان بكثرة في انواع الحبوب والخضراوات واللحوم غير انه في بعض ازمته الحياة كزمن الحمل في النساء والتسنين في الاطفال ربما اقتضى الامر الى استعمال فصقات الكلس على سبيل الدواء

ومنها الحديد الموجود في بعض الانسجة ولا سيما في الدم بحيث انه اذا نقصت كميته كان سبباً للضعف وصفرة اللون وتزول هذه الاعراض عند دخوله الدم على سبيل الدواء . وهو موجود في اكثر انواع الاطعمة الحيوانية والنباتية

ومنها الكبريت والفسفور فان الاول موجود في اكثر الانسجة ويبرز مع البول ولا سيما بعد المجهود العضلي . والثاني موجود في الدماغ والعظام ويبرز بكثرة في البول البوي . وقلماً يخلو طعام منها والماء اخص المواد التي يبني منها الجسد لان ثلثي ثقل الجسد ماء . وقد سبق الكلام على متعلقاته الصحية في فصل المياه وسنعود اليه مرة اخرى في القول على الشراب

٥ . المواد الاضافية للطعام . يراد بهذه المواد جواهر معتبرة لامن حيث كونها غذائية ولكن من حيث اصلاحها للطعام او اعانتها للضم او توليد القوة العصبية والطبيعية . ومن انواعها التوابل والمشروبات الروحية والشاي

والقهوة

اما التوابل كالنفل والنخردل والحوامض والنخل فيُقصد بها تطيب طعم
 المأكّل على ان لها فوائد صحيحة ظاهرة ايضاً . لانه من المحقق انها تزيد افراز
 اللعاب وعصارة المعدة بواسطة تنبيهها الغدّي وعلى ذلك تزيد العمل الهضمي .
 غير ان الاكثار منها مضرٌ لشدة التنبيه الذي تحدثه والضعف الذي يعقب
 التنبيه المذكور فلا بد اذًا من تجنب الافراط في استعمالها وملازمة الاعتدال فيها
 فانه نافع خالٍ من الضرر . وكذلك يقال في اكل البصل والثوم والفجل
 المشروبات الروحية . قد وقع جلال شديد في الازمنة الحديثة على
 كون هذه المشروبات مفيدة او مضرّة . فقال جماعة انه لا شيء فيها من القوة
 للجسد او من دفع المرض والفائدة فيو او من دفع مضار البرد والحرقانة قد
 تتحقّق من التجارب ان الجيوش تحمل مشاق الحروب بدونها وان استعمالها
 يودي الى الجرائم . وانه بناء على ذلك يجب اجتنابها على الاطلاق الا في ما
 ندر من الاحوال المرضية . وخالفهم آخرون وقالوا ان جميع مضار المشروبات
 الروحية ناشئة من الافراط وانه اذا استعملت بالاعتدال لا يشاهد لها ضرر بل
 لها فائدة في تحسين الصحة وزيادة القوة وتنبيه العقل وانه لا بأس من تعودها على
 الكيفية المذكورة . وبني الفريقان قولها على قضايا فيسيولوجية ومشاهدات كثيرة
 في الصحة والمرض لا محلّ لذكرها هنا ولا سيما لانها أدت الى نتائج متضادة بين
 علماء من الرتبة الاولى . واذا رفعنا المسئلة الى حكم عامة البشر حسب ما يمكن
 القوصل اليه من الاختبار الطويل وجدنا اخلاقاً بين حكم اهل البلاد الشمالية
 وحكم اهل البلاد الحارة فاننا كلما قطعنا الخطوط الطولية من الارض نحو
 الشمال رأينا عادة الشرب والسكر تشتد بين الناس وكذلك المدافعة عنها
 وبالعكس اذا قطعناها من الشمال الى الجنوب حتى اننا لا نرى والمحمد لله من
 هذه العادة الا القليل في البلاد المعتدلة والحارة ولا نرى الدفاع عنها الا ضعيفاً

محصوراً بين المولعين بالشرب

وربما كان الصواب بين القولين وهو ان ليس له فائدة في اصحاب الاجسام
الصحيحة وانه مفيد في بعض الامراض والضعف الذي يعقب الامراض المنهكة
وضعف الشيوخ وانه مضر في اوائل العمر قبل ظهور العجز وان الافراط منه
مهلك بلا خلاف وان الاعتدال منه في مدة الشباب غير لازم وكثيراً ما يؤدي
الى قبائح السكر والخراب الذي يجلبه لا محالة على الذين يقعون في عاداته وان
الاسلم للانسان اجتنابه الا اذا دعت اليه الضرورة و اشار به الطبيب . واما
منفعة في الامراض فمن الامور المقررة الثابتة عند الاطباء الذين يعدونه من
اجود المقويات والمنبهات التي لا يقوم مقامها شيء في بعض العلل كالحميات
الخبثية الضعيفة

ومن الامور التي ينبغي لها التأمل بهذا الشأن ان اكثر شعوب الارض قد
اصطلموا على بعض المشروبات المسكرة فرأى البعض في ذلك دليلاً على طلب
الطبيعة لها وعلى عدم الضرر منها للصحة . ويردّ على ذلك بأن هذا الطلب
اكتسافي لا طبيعي اصلي لان الذي لا يغصب نفسه عليه في اول الامر قبل
تربية العادة يابأه ويكرهه ويؤذى منه . فقاية ما يقال في هذا الامر ان الانسان
يطلب بالطبع المنبهات فلم يرض بالطبيعي السليم بل اركن الى القوي منها
وافرط فيه الى ان شهد الجميع بضرره وحرّمته بعض الاديان . وقد ثبت ان
المرتكب عادة الشرب ينال القصاص لا محالة ولو تأخر فان كان ذنبه يسيراً
كان عقابه كذلك وان كان كثيراً فشرور السكر تكتنفه بلا شفقة

انواع المشروبات الروحية كثيرة غير ان المادة الفاعلة فيها جميعها واحدة
وهي الكحول ولا يختلف بعضها عن بعض الا من وجهين الاول الكمية النسبية
التي تتضمنه من المادة المذكورة مع الماء والثاني بعض انواع الاثير المحلولة فيها
التي تكسبها طعماً خاصاً وتكثف عملها في الشارب . وسنذكر الآن اخص هذه

الانواع وهي البيرا والخمور والارواح
 اما البيرا فشراب الكحولي خفيف مُصطَنع من الشعير وغيره من الحبوب
 المخمرة مع اضافة نبات الدينار اليها . وهي على انواع تختلف كمية الكحول فيها
 من ٤ الى ٨ في المئة . والمشهور انها تنبه شهوة الطعام ونفوي الهضم وتزيد سمن
 الذين يستعملونها بالاعتدال

والخمور تختلف انواعها في الطعم والقوة . فالخمور القوية كالشري
 والبورت والبديرا والمرسالا تتضمن من ١٥ الى ٢٥ في المئة من الكحول والخفيفة
 كالبردو الفرنساوي تتضمن من ٧ الى ١٥ في المئة . وفيها جميعها من الملح الطرطير
 وانواع من الاثير يتوقف طعم الخمر ورائحة عليها . واما خمر جبل لبنان
 فجميعها من النوع القوي وهي خالية من اشياء كثيرة مضافة الى خمر اوربا فهي
 نقية لانها تُصطَنع من عصير الكرم الصافي ولكنها قوية تسبب ثقلاً في الرأس
 واحياناً صلاً وسكراً . وذهب بعض العلماء الى ان استعمال الخمر بالاعتدال
 مع الطعام مفيد للصحة ويؤول الى طول العمر وقد تقدم القول في ما يخالف
 ذلك

والارواح كالعرق والكونياك والجن والهويسكي تُستقَطَر من الزبيب
 والخمر ومخمر الحبوب كالشعير وغيره . وهي جميعها قوية يتجاوز بعضها ٥٠ في
 المئة من الكحول فلا يجوز استعمالها الا عند ضرورة الاعياء والضعف والمرض .
 وكثيراً ما تؤدي الى امراض الكبد وعلى الخصوص في البلاد الحارة كمصر
 والهند . ولا يصطَنع منها في سورية الا العرق الذي يعرف الجبيع شأنه
 واضرارهُ . قيل انه يتضمن نحو ٢٢ في المئة من الكحول على انه يختلف القوة
 بحسب كيفية تحضيره

وقال العلامة باركس ان خلاصة ما نعلمه من الخبرة من حيث استعمال
 المشروبات الكحولية في ما يتعلق بالصحة ان البيرا والخمر الضعيفة اذا شربها

الانسان بالاعتدال لا تسبب المرض او الميل اليه او الفصر في الحياة بل ربما زادت شهوة الطعام وحسنت التغذية في بعض الناس. ولكننا نعلم من الخبرة ايضاً ان الانسان قد يتمتع باجود الصحة ونشاط الجسد والعقل وطول العمر بدونها كما يشاهد في بعض الامم الشرقية الذين ليس الشرب من عوائدهم او هو محرم عليهم. واما المشروبات الروحية فقد ثبت من الخبرة انها مضرّة غالباً ولو افادت في شذوذ الاحوال وبعض الامراض. وقال ومن الخفق ايضاً ان هذه المشروبات لا تمنع مضارّ شديد البرد والحرّ والمشاغ التي تتعرض لها الجيوش في الحروب واسباب الامراض كالمالاريا والهواء الاصفّر ولا تؤول الى دقة نظام العساكر ونشاطهم وثباتهم

القهوة والشاي والشكولاتا. المادة الفاعلة في هذه الانواع الثلاثة واحدة ولو اختلفت في الاسم (كافيين وثايين وثيوبرومين) على ان لكلٍ من هذه المشروبات صفات خاصة بها

اما القهوة فمشروب معروف يُستخصر من البنّ. فائدته عظيمة في تنبيه الجموع العصبي فاذا اكثر منه سبب الرعشة. وهو يزيد قوة النبض وسرعته ويزيل حاسة التعب من الرياضة ويفيد سوية في البرد والحرّ. وقد اطنب الجميع في مدحه في تنبيه القوة العاقلة وازالة التعب بعد الجهود العقلي والعضلي بحيث ان الانسان يستطيع ان يجهد عقله بعد تناوله على درجة لا يستطيعها بدونه. ومدحوه جداً في الصباح للعساكر ومدّة اتعاب السفر. وقال هموند كثيراً ما راقبت العساكر يدخلون خيامهم بعد التعب الشديد وعلامات الكدر على وجوههم ثم اذا تناولوا القهوة زال كل ذلك وعادوا الى صفاهم الاعتيادي. غير انه من المعلوم ان الاكثار منه يسبب الارق في الليل وربما زاد كمية البول. وكثيراً ما يغشّ البنّ المسحوق في اوربا بمواد اخرى وعلى الخصوص بالشكوري ويُعرف ذلك بالماكرسكوب

والشاي ورق نبات بُزْرَع في الصين ويَجْفَى وَيُنْقَع في الماء الغالي فيصير منه مشروب مفيد . المادة الفاعلة فيه الثاينين المركبة مع الحامض التنيك وهي تختلف في الكمية بحسب نوع الشاي . واما عملها في الجسد ففعلها يختلف عن عمل القهوة على ما سبق . وكثيراً ما يُغَشُّ ورقة بورق نباتات مختلفة فيتميز عنها بتسني حافتها وسير اوردته بعد نقعه بالماء ويسطه على زجاجة ليُفْحَصَ بالمكروسكوب وهو نوعان اخضر واسود الاخضر منها اقوى من الاسود . من شروط انتان عمل الشاي ان يكون جنسه جيداً والماء غالباً خالياً من الكلس والحديد ما امكن والشكولاتا ويقال لها الكوكوا ايضاً مستحضر من ثمرة شجر بهنا الاسم على هيئة افراس تؤكل او تحل في الماء الحار . ومادتها الفاعلة يُقال لها ثيوبورومين ولا تختلف عن المادة الفاعلة في القهوة والشاي . غير انه لما كانت الشكولاتا تتضمن مواد دهنية والبومنية زيادة على الثيوبورومين فهي غذاءٌ معتبر مفيد في الضعف وعند التعب وقال بعضهم ان المادة الغذائية فيها تعادل ما في اللبن . ولذلك يستعملها السياح ويقفون بها اياماً اذا انقطعوا عن الاراضي المسكونة . ويُستحضر منها اكسير مفيد في الامراض المنهكة بصفة الاطباء

التبغ . ليس التبغ من انواع الطعام او الشراب ولكنه من ملحقاتها فيجوز ذكره في هذا المحل . التبغ ورق نبات معروف يُجْفَى وَيُسْمَعَل تدخيناً وسعوطاً ومضغاً . واختلف القوم في جواز استعماله وفائدته فقال بعضهم في عادة رديئة قدرة ليس فيها شيء من النفع فيجب اجتنابها والافلاع عنها وقال آخرون ان في استعمالها بالاعتدال لذة وفائدة بلا ضرر فلا يصح تحريمها . وقد ظهر من الخبرة ويحث المحققين ان التبغ مُسَكِّن للبال مُنْبِه للعقل مُعِين على التأمل ويسلي الانسان عن هوم الحياة وانشغال المخاطر ولذلك نرى هذه العادة غالبية تقرب ان تكون عامة بين جميع الامم والقبائل غير ان الجميع قد انفقوا بلا خلاف ان الافراط فيه من الامور التي لا ريب في ضررها وان مضغاً مؤذٍ وانه كثيراً ما

يؤدي الى الرعشة وضعف البصر وسوء الهضم . ويشتد في استعماله ما علا
الاعتدال التام ان يُجنَّب عند فراغ المعدة من الطعام لانه يكون عمله حينئذ
قويًا في المجموع العصبي وينزع شهوة الطعام ويتعرض لوظيفة الهضم خلافًا
للتدخين بعد الطعام فانه يزيد افراز اللعاب وما يزيد هذا الافراز يزيد
افراز عصارة المعدة فيؤول ذلك الى جودة الهضم . قد رأيت من المشاهدة
الطويلة ان القليل من الناس لا يباليون في التدخين ولا سيما مدة اوائل الشباب
فلا يضرّ ضررًا ظاهرًا الا بعضهم على انه من الخفق ان الاذى لا يظهر احيانًا
الا بعد سنين كثيرة وعلى الخصوص عند بلوغ الشيخوخة فرى الانسان بهم
قبل زمنه العادي ومن اسباب ذلك الافراط من هذا القبيل وكثيرًا ما سألت
الشيخوخ الذين قطعوا انفسهم عن هذه العادة فقالوا ان الفائدة التي شعروا بها
في صحتهم ما لا ريب فيه . ولا ارى ريبًا في صحة القول ان من يريد شيخوخة
خالية من مشاق الهرم العاجل وجب عليه اعتدال العيشة في كل الامور
وقال رنشاردن الانكليزي ان عادة التدخين موجب لتغيير في بناء
الدم وتلبك المعدة واضطراب في عمل القلب واتساع الحدقتين وبصر سادير
كالهوام المتحركة ودوي الاذنين وعلل عقلية وتهيج مزمن في البلعوم وسعال وان
كل ذلك ما يصيب الشبان الذين تؤديهم هذه العادة الى تعجيل الهرم
وفساد البنية . وقال بوشردات الفرنسيون ربما كان في هذا الكلام شيء من
المبالغة ولكن عندي من الخفق انها عادة غير مفيدة ردية وان علم الصحة ينذر
الذين يباشرونها بوجوب تركها

الاطعمة الحيوانية المركبة

الطعام الحيواني مؤلف من مادة نيتروجينية مركبة مع املاح ودهن ولذلك
يكون حاويًا جميع الاصول الجوهرية لتكوين الانسجة والقيام بالحرارة الحيوانية

وموافقاً لحياة الانسان وصحة في كل مكان وقد تقدم القول ان معظم ما يفتات به اهل البلاد الباردة من هذا النوع واما في البلاد المجاورة للقطبين فلا يكون طعاماً نباتياً على الاطلاق بل يعيشون على اللحوم والدهون فقط. ولما كان الحليب هو الطعام الاول الذي يفتات به صغار البشر والحيوانات ذوات الثدي وجب تقديمه على بقية الاطعمة الحيوانية

الحليب

الحليب مركب من الماء ومواد نetroجينية ودهنية وسكرية واملاح وهي كل ما يحتاج اليه الجسد من الاصول الغذائية ولذلك نرى ان الطبيعة جعلته طعام الطفل وصغار الحيوانات الثديية فنمو الى الزمن الذي تستطيع ان تتناول فيه الاطعمة الاعيادية. غير انه اذا بلغ الانسان اشد من البناء لم يكن له كفاية من الغذاء في اللبن لان حيث الصلاحية بل من حيث الكمية وكثيراً ايضاً ما لا تهضم معدة البالغ اللبن كما تهضم معدة الطفل على ان بعض القبائل البادية معظم معيشتهم منه

اذا ترك اللبن ساكناً بضع ساعات طفت على سطحه طبقة من السمن اذا امتخت بالمكروسكوب شوهد انها مؤلفة من كريات دهنية تجتمع في الزبدة التي تخرج من الحليب عند خضو. واذا ترك ساكناً مدة اطول من ذلك انفصل الى قسمين احدهما مصلى والاخر مادة جامدة نetroجينية هي المادة التي يعمل منها الجبن. واما المصل فيتضمن السكر ومعظم الاملاح. وتختلف الكمية النسبية بهذه المواد بحسب نوع الحيوان. وهاك جدول ما يتضمنه لبن البقر:

ماء	—	—	—	٧٧٧
مادة جبنية	—	—	—	٧٨٠٩
زبدة	—	—	—	٧٣٨٠

٤٩ ^٤ ٦٣	-	-	سكر
١٠ ^٤ ٧٢	-	-	املاح
<hr/>			
٩٩٠ ^٤ ٠٠			

واما لبن البشر فيتمضمّن اقل مما سبق من الزبدة والسكر والمجبن كما يظهر

من الجدول التالي:

٨٨٧ ^٤ ٢٠	-	-	ماء
٢٨ ^٤ ٢٧	-	-	مادة جبينية
٢٨ ^٤ ٦٧	-	-	زبدة
٤٤ ^٤ ٣٠	-	-	سكر
١ ^٤ ٥٦	-	-	املاح
<hr/>			
١٠٠٠ ^٤ ٠٠			

ثقل لبن البقر النوعي يختلف بين ١٠٣٠ و ١٠٢٢ وكثيراً ما يُغشّ بالماء فيجف ثقله النوعي ويُعلم ذلك بالميزان المائي الذي هو انبوب في احد طرفيه انتفاخ موضوع فيه شيء من الزئبق وعلى الانبوب اعداد فاذا وُضِع في الماء المستقر كانت مساحة الماء على مساواة الصفر واذا وُضِع في سائل مختلفة الثقل النوعي دلّت عليه الاعداد المذكورة. وقد يُغشّ بالماء وليكي لا يظهر الغش باختلاف الثقل النوعي يضيفون ما يجفي ذلك من الملح او النشاء او الطباشير. واذا غشّ بالماء فقط كما مهورود في هذه البلاد فيستدل على الكمية المضافة من الجدول التالي:

الثقل النوعي

١٠٢٧	-	-	٩	لبن مع ١ ماء
١٠٣٥	-	-	٨٤	" " " " ١٠

الثقل النوعي

١٠٢٤	-	-	ماء	٢	مع	٨
١٠٢١	-	-	"	٣	"	٧
١٠١٨	-	-	:	٤	"	٦
١٠١٥	-	-	"	٥	"	٥

اذا كان اللبن ردياً عليه طبقة زرقاء او مستخرجا من حيوان مريض
 احدث تهيجاً معدياً او اسهالاً او قلاعاً في الاطفال
 واما المحبين فكثير المادة الغذائية في جرم صغير طيب الطعم سهل الهضم
 اذا كان حديثاً تعرف جودته من ظمعه

البيض

البيض مركب من ثلاثة انواع من الاصول الغذائية وهي مادة نتروجينية
 يقال لها البومن (وهو الزلال الابيض) ودهن واملاح (الحج). وهو على غاية ما
 يكون من الجودة في التغذية وتوليد الحرارة ولا سيما لان هذه الاصول مضمّنة في
 جرم صغير فيكون ذلك موافقاً للضعفاء الذين لا يستطيعون ان ياكلوا كمية
 كبيرة من الطعام. وهو غالباً سهل الهضم اذا لم يجمد بالكلية بل كان مسلوفاً
 نصف سلق وهو المعروف عند العامة بالبيض البرشت. اذا مزج الملح النيء
 بالحليب والسكر والكنياك صار طعاماً مغذياً منبهاً في الحميات الضعيفة والنفاهة
 البطيئة. آفة البيض قدم عهده ويعرف ذلك من احالته بين العين والنور
 فان كان شفافاً في المركز كان حديثاً وان كان كذلك عند الطرف كان قديماً.
 ويعرف ايضاً من تدوير ثمانية دراهم ملح في ثمانين درهماً في الماء فان كان
 البيض حديثاً غطس فيه وان كان قديماً عام فيه وان كان ردياً جداً عام في
 الماء الصرف

اللحوم

فائدة اللحوم في الطعام انها تتضمن كمية كبيرة من المادة النتروجينية مركبة مع دهن واملاح وانما سهلة الطبخ والهضم . والظاهر ان الطبيعة تمثّلها لنفسها وتغذي بها بنوع اسهل ما تغذي من الاطعمة النباتية ومن المحقق ان تجديد الانسجة في الحيوانات التي تاكل اللحوم اسرع جدّا مما يكون في التي تاكل النبات . غير انه لا يعلم هل من الاكثر في اكل اللحوم زيادة لقوة الجسد والعقل وفضل على بقية الاطعمة النتروجينية . والنقص الوحيد في اللحم عدم وجود النشاء فيه . انواع الحيوانات التي تؤكل لحومها هي ذوات الثدي والطيور والاسماك والزحافة والمفصليّة والصدفيّة

ذوات الثدي . لحم الغنم والبق سهل الهضم ولا سيما اذا كان الحيوان حديث السن الا العجل الذي لحمه بطيء الهضم واما الماعز فلا يظهر انه عسر الهضم للذين يهودونه . وفي الغالب لحوم الحيوانات البرية اطرى من اللابئة لسبب كثرة رياضتها العضلية وتجديد لحومها . لحم اثنى الحيوانات اطرى من الذكور الا اذا كانت مخصبة فان ذلك يزيد لها ليونة وجودة في الطعم . واما لحم الخنزير اللابئ فعسر الهضم ومضرّ في البلاد الحارة خلافاً للبرّي الذي هو لذيق الطعم وقليل الضرر ولا يخفى تحريمه في الشريعة الموسوية والاسلامية وصواب ذلك في هذه البلاد

ويشترط في اكل لحوم الحيوانات ان لا تكون قديمة السن وعلى الخصوص ان تكون صحيحة خالية من المرض فيجب كشفها قبل ذبحها باربع وعشرين ساعة . فان كانت صحيحة كانت حركتها نشيطة وعيونها لامعة وغشاء الانف الخاطي احمر رطباً والنفس منتظماً سهلاً والهواء المزفور بلا رائحة والدورة الدموية هادية والابرازات طبيعية . وان كان الحيوان مريضاً كان صوفة خشناً واقفاً

والأنف جافاً او مزبداً والعين ثقيلة واللسان بارزاً من الفم والتنفس صعباً والحركة بطيئة وربما كانت الامعاء منسهلة . فيجب على الذين يناط بهم هذا الامر من الحكم المدني غاية الاعناء بذلك لانه من المحقق ان اللحوم المريضة كثيراً ما تسبب المرض في البشر . ولذلك قد جعل اليهود فخص الحيوان بعد الذبح والحكم على سلامته من شعائر الدين ولا ريب انهم قد اصابوا في ذلك . فينبغي حينئذ ان ينظر الى لون العضل والى خلو الرئتين والكبد من الديدان والخراجات الصديديّة . واما الخنزير فان أكله فلا يجوز اكله الا بعد فحص العضل بالمكروسكوب حذراً من وجود اترنجينا اللولبية فيه . وما يشاهد احياناً في لحوم بعض الحيوانات اجنة انواع من التينيا وهي ديدان بيضاة تعيش في امعاء الانسان

ولا يتم هضم اللحوم على ما ينبغي الا اذا تجزأت اجزاء صغيرة بحيث تتمكن عصارات المعدة والامعاء من العمل فيها . فان الكيماوي اذا اراد ان يحل مادة سختها اولاً لكي تنسع مساحة السطح الذي يعمل فيه الجوهر الذي يحلّه فان لم يفعل ذلك اقتضى للحل زمن اطول . فمكثا عمل الاسنان في تجزئة الطعام وتسهيل الهضم حتى انه اذا لم يُضغ مضغاً جيداً ابلج على شكل قطع كبيرة وطالت مدة هضمه فيصير ذلك سبباً لسوء الهضم وضعف المعدة وربما خرج بعضه كما هو وخسر الجسد ما يقتضي به

ومن الشروط التي تتعلق بهضم اللحوم كيفية طبخها . وافضلها ما يعرف بالروسقو عند الارببيين فانها تزيد لذّة الطعم وتسهل الهضم وكذلك الشيء وفي كليهما لا يجوز تطويل مدة الطبخ لئلا يجف اللحم ويتصلب . واما السلق فان قُصد به اكل اللحم وجب وضعه في الماء بعد غليانه لاقبله لان ذلك يجهد الالبوم في الطبقة الظاهرة ويجز المواد الغلظية في الباطن ثم بعد خمس دقائق تخفف النار دون درجة الغليان . واذا قُصد به لا اللحم بل المرق المغذي كما

في الشوربا فيوضع في ماء بارد مقطّعا ثم تزداد الحرارة تدريجاً الى درجة الغليان
ويدام ذلك مدة طويلة فتخرج المواد الغلّائية من اللحم الى الماء ويصير المرق
لدينا شديد الغلّاء واما اللحم فيصير هشاً عدم الفائدة عسر الهضم . واما القلي
فكثيراً ما ينجف اللحم ويعسر الهضم فلا يجوز استعماله الا اذا سلّق بعد ذلك
او طبخ كما في البجّنة فيصير لذيذاً مفيداً . ومن انواع طبخه الجيدة وضعه في الفرن
متبلاً على طرق مختلفة . والقاعدة العامة في كل هذه الانواع ان يُطبخ اللحم ببطوء
على نار خفيفة فكثيراً ما تُعطل لذة الطعم وفائدة الغلّاء من مخالفة هذا الضابط
الجوهري

الطيور . كالدجاج والحمام والديك الهندي والاوز وطيور الصيد البرية .
وهي جميعها مغذية لا تختلف اختلافاً كبيراً عن لحوم ذوات الثدي من هذه
الحيثية او من حيثية نوع طبخها

الزحافة . لا يؤكل في هذه البلاد من الحيوانات الزحافة الا السلاحف
والضفادع . والذئب ياكلونها يقولون انها لذيدة ولكنها عادة مكتسبة غير
مألوفة الا عند البعض القليل من الناس . واما الحكم فيها من حيث الصحة
فلا يظهر انها مضرّة او ان لحومها عسرة الهضم وعلى الخصوص ارجل الضفادع
التي يدحها البعض للضعفاء

الاسماك . السمك طعام جيد مغذٍ سهل الهضم لا يختلف عن لحوم
الحيوانات التي سبق ذكرها الا من حيث نقص المادة النتروجينية فيه وزيادة
الاملاح الفسفورية . وهو غالباً ما يميل اليه الضعفاء وما يفيدهم على انه اذا تمخّ
السمك كالسردين وغيره تغير طعمه بالكليّة ونقصت موادّه الغلّائية فضلاً عن انه
يتصلّب ويعسر هضمه . ومن انواع السمك ما يصير مضرّاً في بعض النصول
فيحدث احياناً قيحاً وناظاً على الجلد . ولما كان لحم السمك سريع الفساد كان
الشرط الاول في اكله ان يكون طرياً اي حديث الاستخراج من الماء ويعرف

ذلك من النظر الى الخيشوم والعينين فان كان الخيشوم احمر زاهياً وكانت العينان لا يزلان فيها بعض اللعان كان طرياً يجوز اكله والا فيرقص ولا سيما اذا صار ليناً وظهرت فيه رائحة الفساد . والأولى ان يوتى به في فصل الصيف حياً في اوعية من ماء البحر . افضل انواع طبخه السلق والشوي واما المقلي منه فلذيذ الطعم ولكنه عسر الهضم

الحيوانات المفصليّة التي تؤكل هي كالسرطان والقريدس . وهي على الجملة عسرة الهضم وقد تسبب تهيجاً معويّاً ونفاطاً في الجسد فلا يجوز اكلها الا اذا كانت طرية . ومن انواع الحيوانات الصدفية التي تؤكل البطلينوس والمحزون والبراق وهي جميعها مغذية يستحسنها بعض الناس اذا طبخت جيداً ولكنها لا تخلو من عسر الهضم . وافضلها نوع من الصدف البحري معتبر جداً في اوربا . وفي كل حال لا يجوز اكلها الا اذا كانت حديثة العهد واما في حرّ الصيف فلا تصلح للطعام

الاطعمة النباتية المركبة

انواع الاطعمة النباتية المركبة كثيرة لا يسعنا ان نذكر منها في هذا المختصر الا ما كان كثير الاستعمال ومثلاً لغيره . اولها واخصها الحبوب التي يُعمل منها الخبز الذي اتفق على اكله جميع شعوب الارض من القبائل المتوحشة الى ما كان ارفعها مقاماً في التمدن . وهذه الحبوب جميعها كالقمح والشعير والذرة صفة واحدة مشتركة بينها وهي انها تتضمن نشاءً وكلوتين وسكراً واملاحاً فلا ينقص منها شيء من الاصول الغذائية الا المادة الدهنية التي يعتاض عنها بالادام الذي يوكل مع الخبز

اما القمح فاكثر هذه الحبوب اعتباراً للسبب عموم استعماله بين البشر وفضله في ما يحتاج اليه الجسد من الطعام . وهو يتضمن من ٨ الى ١٢ في المئة

من الكلوثن ومن ٦٠ الى ٧٠ في المئة من النشاء ومن ٤ الى ٩ في المئة من السكر وكمية من الاملاح النصفانية . وبناءً على ذلك لا يوجد نوع واحد من انواع الاطعمة يقوم مقام الخبز فهو افضلها جميعاً وقد شهدت له الخبرة بذلك بين جميع الاقوام وسماه بعضهم قاعذة الحياة

حبُّ القمح الجيد هو ما كان ملائماً وسمره لونه غير زائفة والميزاب الذي عليه ليس غائراً بل رائحة او تغيير اللون او علامة لوجود السوس او طبقة فطرية . وكلما كان ثقيلاً فهو الافضل . ولا بد من خلوه من الزوان والجذوار . واما الطحين فيجب ان يكون ابيض لا يميل الى الصفرة الا قليلاً جداً والا فيدل ذلك على بداية الفساد فيه وان لا تكون كمية النخالة فيه كبيرة وان لا يكون مكتلاً او خشناً وان يكون بدون حموضة او رائحة اختار وعن . فيعلم عهد الطحين من لونه وخشونته وحموضته . ولخصه وتميزه ما يغش به طرق مختلفة بالمركسكوب والكواشف الكيماوية والافضل منها ان يُجرَّب بالعين والخبز والذوق

والخبز خمير وفطير . فالخبير ما يعمل من عجن الطحين مع مادة مخشورة وهي عبارة عن كلوثن بدأ فيه تحليل كياوي . فاذا اختبر العجين تولد فيه غاز الحامض الكربونيك على هيئة فقاع هوائية ثم اذا وضع الرغيف في الفرن الحار انتشرت الفقاع المذكورة وانحصرت في باطنه لسبب جفاف قشرته فينتفخ ويرفخ . وهذه الصفة ضرورية لضم الخبز في المعدة بحيث انه اذا كان فطيراً او حامضاً صار عسر الهضم كما ظهر من التجارب وكما هو معلوم عند العامة . ويشترط في جودته ان يكون محكم الصنع فان لم يكن كذلك عسر هضمه . وقد يغش الخبز بالشب الابيض فيصير مضراً ويعرف ذلك بجعل المشبه منه في ماء مقطر ثم باضافة محلول كلوريد الباريوم فان كان الشب موجوداً رسب راسب ابيض هو كبريتات الباريتا

والذرة من الحبوب التي يأكلها بعض الناس وكثيراً ما يُغشَى في هذه البلاد طحين القمح بطحينها. وهي تتضمن أكثر من المادة النشائية وأقل من المادة التتروجينية ونحو ٨ في المئة من زيت دهني. والخبز الذي يُعمل منها مغزّي يسمن لما فيه من النشاء والزيت ولكنه لا يخلو من عسر الهضم. وأما الشعير فيأكله أحياناً الفقراء صرفاً أو ممزوجاً بالقمح وهو كثير التغذية وكثير املاح الحامض الفسفوريك والحديد. وكان المصارعون عند اليونان يأكلونه لاجل زيادة القوة

والأرز من الحبوب التي تطبخ وتوكل وهو قليل المادة التتروجينية (من ٢ الى ٧ في المئة) والاملاح والمادة الدهنية ولكنه كثير النشاء سهل الهضم طعامه جيد جداً للمرضى

والحمص والعدس والبقول تتضمن مادة تتروجينية ونشائية وهي مغذية ولكنها موانة للريج وربما سببت عسراً في الهضم. وفي الغالب لا يجوز استعمالها للمرضى. وقال العلامة ليبيك انها قليلة الفسفور

والبطاطا جذر يتضمن كمية كبيرة من النشاء وهو طعام مفيد جداً ولا سيما اذا طبخ مع اللحم. وكثير من اهل ارنلدا يستغنون به عن الخبز على انه لا يقوم مقامه الا عند القحط والفقر

والشمندور جذر لذيذ مفيد وهو خالٍ من المادة النشائية ولكنه كثير السكر فيصطنع منه كراماً. وأما اللفت والجزر فقلما يؤكلان لما فيهما من عسر الهضم وعدم لذة الطعم

شروط الطعام الصحية

تختلف كمية ما يجب ان يوكل من الطعام بحسب اختلاف الكيفيات. غير ان القاعدة الغالبة في ذلك هي انه لما كانت فائدة الطعام تعويض ما

يخسر الجسد على الدوام من دثور ابنته وانفاق حرارته ووجب ان تكون كميته تابعة لكمية الخسارة المذكورة. فانه من الظاهر ان الرجل الذي يصرف نهاره في الاعمال الشبيطة كالفلاح والحداد مثلاً يخسر كمية اعظم من جسده ما يخسرها التاجر الجالس في حانوته فيحتاج بالضرورة الى كمية اعظم من الغذاء. فان خولفت هذه القاعدة الطبيعية واكل الفلاح دون المطلوب واكل التاجر ما يزيد عنه كانت النتيجة في كلا الحالين مضرة بالصحة. ومن هذه الكيفيات ايضاً السن لان الطفل والولد في زمن النمو يحتاجان الى كمية من الطعام هي اعظم بالنسبة الى ثقل جسدهما ما ياكله البالغ. ويندر جداً ان الولد ياكل من الاطعمة الاعتيادية ما يزيد عن احتياج الطبيعة ولذلك لا يجوز التعرض له من هذا القبيل الا اذا كان افراطاً ظاهراً. ويحتاج البالغ في زمن الشباب والكمولة طعاماً كافياً لسبب اشتداد الاعمال الجسدية والعقلية فيه. واما في الشيخوخة عند هبوط القوى وتنقص اعمال الحياة والعجز في عامة الامور فيكون الاحتياج النسبي الى الطعام قليلاً. ولهذا السبب ايضاً يكون طعام النساء غالباً اقل من طعام الرجال الا اذا كانت حاملاً او مرضعة فتشدد حينئذ فيها شهوة الطعام لما يضاف الى احتياجها من احتياج طفلها

ومن هذه الكيفيات ايضاً الاقليم والفصل السنوي فان الانسان ياكل في البلاد والفصول الباردة ما لا ياكله في الاقاليم والفصول الحارة. وذلك لان الانسان يخسر من حرارته بسبب البرد ومن ثقل جسده بسبب الاعمال الشبيطة التي يودي اليها البرد اكثر مما يخسره الانسان في الحر فيحتاج الى زيادة من التعويض الغذائي. ولهذا نرى اهل الهند يقنانون بكمية صغيرة من الارز واهل البلاد الشمالية الباردة ياكلون كميات عظيمة من اللحوم الدهنية غير انه يقال على الجملة ان الانسان شديد الميل الى الشراهة في الاكل التي تودي الى البطالة والكسل والتخمول والمرض. فاذا كان الطعام كثيراً

فقد لا يهضم ولكنه يجمع في الأمعاء ويفسد فيسبب امراض المعدة واعتقالات في
الأمعاء او اسهالا لا يكفي لافراغها واحتقاناً في الكبد وكرامة في راحة النفس
وكان يعالج ذلك بالمسهل على ان عملها وقتي لا يمس العلة الاصلية . واذا هضم
الطعام الكثير احدث امتلاءً دموياً في الجسد واحتقاناً في الاعضاء الباطنة وربما
ادى ذلك الى الحميات او السكته او الفالج او النقرس او امراض أخرى . وربما
لم تكن الكمية كبيرة في دفعة واحدة ولكنهما تكون كذلك في مدة النهار فتسبب
الضرر . وبناءً على ما تقدم يجب على الجميع الانتباه الشديد الى هذا الامر
وربما كان النقص في كمية الطعام المطلوبة اشدّ ضرراً من زيادتها لانه
يؤدي الى الموت من الجوع او الى امراض مهلكة كالوباء الذي يعقب القحط .
وربما توقف نمو الطفل من قلة الطعام بل ربما حصل ضرر للجنين في بطن امه
اذا لم يكن لها كفاية من الغذاء الكافي الصالح . اما الموت من الجوع فيندر ان
الانسان يعيش اكثر من ثمانية او عشرة ايام بعد انقطاعه عن الطعام وربما
عاش اكثر من ذلك اذا كان له وصول الى الماء . واما صوم الدكتور تندر
الاميركاني وغيره اربعين يوماً او اكثر فمن الامور الغريبة التي لا فائدة منها .
وقد تحققت من المشاهدات المتعددة ان الجوع الذي يحدث في ازمة القحط
موجب للابوثة كالحصى التيفوسية وغيرها التي كثيراً ما تعقبها وتملك خلقاً كثيراً
نوع الطعام . قد سبق الكلام على ان الانسان لا يستطيع ان يعيش على
نوع واحد فقط من انواع الطعام ولذلك يجب ان يكون طعامه مركباً من
الحيواني والنباتي مع المواد الأخر التي تقدم الكلام عليها . وينبغي ايضاً تبديلها
من مدة الى مدة فان الخبز واللحم والبطاطا من اصح ما يوكر للجسد غير انه
لا يصح ان يدوم عليه الانسان كل ايامه بل يجب ان يبدل اللحم احياناً بشيء
آخر كالسمك والدجاج مثلاً والبطاطا بنوع آخر من الخضراوات فاذا لم
يحصل التبديل المذكور في الاطعمة حدث ضرر ظاهر للصحة كما يشاهد في

الجيش واهل السفن والمستشفيات عند عدم امكان تغيير الاطعمة فانهم يقعون في الكآبة والشوق الى الوطن ويظهر بينهم الاستقربوط والحسبي ويتعسر شفاه جروحهم وتبطؤ نفاهتهم. وقد سبق القول في وجوب تغلب الطعام النباتي على الحيواني في البلاد الحارة

اوقات الطعام. يجب ان تكون اوقات الطعام منتظمة بحيث انه يصير من ذلك عادة تألفها الطبيعة. فقد شوهد من التجارب انه اذا كان تناول الطعام في اوقات معينة كان الهضم اجود والتغذية اتم ما لو كان في ازمة غير معلومة. وافضل العادات من هذا القبيل ان يكون الطعام ثلاث مرات في اليوم اي عند الصباح والظهر والمساء

اما فطور الصباح فيجب ان يكون حالاً بعد النهوض من النوم لكي ينال الجسد من القوة والنشاط ما يحتاج اليه قبل الشروع باعمال النهار. ومن الفوائد المنفرة ايضاً في هذا الشأن ان النطور مانع لعل الاصابة الملاريا التي تولد مدة الليل ولعل العدوى ولذلك لا يجوز للعساكر وللذين يتعرضون للملاريا والعدوى ان يخرجوا لاشغالهم اليومية قبل الاكل. وقد اتفق عامة الناس على ان يكون الطعام حينئذ خفيفاً كالنهوة والشاي والحليب والخبز والزبدة والبيض المجهد تجهداً خفيفاً. واما غداء الظهر فيجب ان يعقبه زمن راحة من الاشغال الشاقة الجسدية والعقلية لان ذلك يتعرض لجودة الهضم ولا سيما اذا كان الطعام ثقيلاً. وعشاء المساء اثقلها عند اكثر الناس فيجب السكون بعده وان لا ينام الانسان قبل مرور مدة كافية للهضم. ومن شروط الهضم الصحي فيها جميعاً ان نتجنب الانفعالات النفسانية وعلى الخصوص للضعفاء والاطفال. ومن المحقق ان اهم والقم من اكبر الاسباب لامراض المعدة فلا يجوز مدة الطعام وبعده برهة ان يكون الحديث او الفكر في امر مكدر. فكان القدماء يستأجرون رجالاتاً من اصحاب الفكاهة والهزل لانشراحهم مدة الطعام

واوائل الهضم . ومن هذه الشروط الصحة ايضاً ان لا يؤكل طعام قبل هضم
 الطعام السابق وهو ما كان يسميه القدماء ادخال طعام على طعام وضرره ظاهر
 لان الهضم الجديد يتعرض للقديم ولا يترك للمعدة زمناً ترتاح فيه من العمل

طعام المرضى

طعام المرضى من متعلقات الطيب الذي اذا نظر الى العلة عرف ما
 يوافقها من انواع الطعام وكيفية فلا يسعنا هنا ان نقول الا شيئاً اجمالاً . اذا
 كان الانسان في حال الصحة والسكون التام لا يزال يحتاج الى كمية من الغذاء
 لاجل عمل القلب والتنفس وتوليد الحرارة الى غير ذلك من الاعمال الحيوية .
 وكذلك اذا كان في المرض فان لم يأكل ويهضم كان غناؤه من نفس جسده
 الذي ينزل يوماً فيوماً الى ان ينفى ما يمكن الاخذاء به ونقف اعمال الحياة .
 ولهذا كان لا بد له من الطعام على انواعه الاصلية كما سبق بالتفصيل غير انه
 يختار منها اللطيف وتعمل الكمية ما تستطيع القوة الهاضمة ان تعمل فيه . وقد
 يحتاج الى الاطعمة القوية والى كمية تزيد عما يكون في الصحة بحسب نوع المرض
 ومعرفة الطيب . وربما كانت القاعدة الغالبة ان لا يعدل عن طعام الصحة في
 المرض الا اذا كان هناك مانع ظاهر كما اذا كانت قوة المريض الهاضمة ضعيفة .
 اخص الاطعمة التي توافق المرضى غالباً الحليب ومرق اللحم والدجاج والارز
 والنبشاه والبيض والخبز واللحوم الطرية



الفصل السابع عشر

الرياضة

الرياضة من الشروط الضرورية للصحة . وكان القدماء يعنون بها اشد الاعناء لاجل تقوية الجسد والمصارعة وتربين العساكر ولا سيما بعد ان شرعوا في عمار المدن والعيشة الهادئة فيها فظهر بينهم من اصحاب القوة العضلية ما يعسر تصديقه . واما المتأخرون فقد التفتوا الى تهذيب العقل وجعلوا الممارس مرعى شبانهم وغفلوا عن الرياضة الجسدية فذهبوا الى الطرف الآخر . غير انه من المحقق انه كما ان الحياة لا تقوم الا باجراء وظائف الجسد كذلك الصحة لا تقوم الا بترويض هذه الوظائف بحيث انه اذا أهملت الاعضاء نقصت تغذيتها وضعف بناؤها وهنت قوتها واذا أُفْرِط في رياضتها حصل الخلل فيها كما اذا أهملت وعلى هذا يكون الكسل والسكينة في البيوت والحوانيت من الجهة الواحدة والاعمال الشاقة الطويلة من الجهة الاخرى سبباً لنقص الصحة او لحدوث المرض

وقال العلامة بوشردات الرياضة المعتدلة ضرورية للانسان لانها مفيدة لنمو العقل والمجموع العضلي مَقْوِيَةٌ للبنية الضعيفة وبصاحبها غالباً انشراح الصدر ولذة التمتع بالصحة وهي منبهة لشهوة الطعام ومعينة للمضم واستطلاق البطن اليومي . واما ما يجب من الرياضة والراحة فتابع للعادة والسنّ والجنس والمزاج ومهنة الحياة . والقاعدة العامة في ذلك وجوب الراحة عند حدوث

الشعور بالتعب . وقال ايضاً اذا كانت الرياضة غير كافية وكان الطعام قليلاً جداً فلا يحدث من ذلك ضرر ظاهر لان ما يتناول من الغذاء قليل وكذلك ما يُحرق من الكربون ومن المحقق ان ما يُنفق من جواهر الجسد الآلية ويُخرج من الجسد بواسطة التنفس رأساً اقل مما يخرج بواسطة الرياضة العضلية . ولكن اذا كان الطعام كثيراً والرياضة مفقودة فيكثر الدهن في الجسد ويسمن الانسان ويستولي عليه النقرس وعلل البول الربلي

ومع ان رياضة العضلات الاختيارية وهو المراد هنا لا تستلزم رياضة جميع الاعضاء فهي فاعلة فيها جميعها ولا سيما في القلب والدورة الدموية وتكوين الدم وانفاقه في تغذية الانسجة . ولا ريب انه بدون هذه الحركة العضلية وحدوث الرياضة الواجبة لا يتأتى للانسان ان يتمتع بانعام العافية . واما التعليل عن ذلك فهو ان هذه الحركات تزيد تاكسد الكربون والهيدروجين وابرز الحامض الكربوليك والماء وغيرها من الجسد وتسرع الدورة والامتصاص وتجديد الانسجة ولذلك تكون تيجتها تقوية جميع الاعضاء . ولا يستثنى من وجوبها احد بين جميع مراتب الناس وستهم وجنسهم الا ان اشد الحاجة اليها يكون في اوائل الحياة ومدّة الشباب

رياضة الاولاد والشباب . بعد السنة الاولى او الثانية من الحياة يشغل الولد اكثر زمان بقطعه في الحركة ويصير ذلك عادة مستمرة فيه الى ان يرسل الى المدرسة ويُحجز عن اللعب مدّة الدرس . ولا مانع لهذا الا اذا كان نجيفاً ضعيفاً فربما لزم احياناً معارضته في حركته الدائمة ونقطيتها بازمة الراحة لئلا تستولي عليه شدة التعب على ان الطبيعة ترشده في هذا الامر فيكف غالباً عن العمل متى شعر بالتعب . غير ان الضرر الغالب في تربية الاولاد من هذا القبيل لا افراط الرياضة لهم بل حبسهم عنها في البيوت او المدارس . ومن هذا الضرر جموده تحدث في مفاصلهم فتزيل منهم سهولة الحركة ولطفها وانقيتها مما

يُشاهد في مدة الشباب بل قد يتصل الضرر الى تشويه المفاصل والعظام
 وظهور العضلات وضعف عام . وما يستوجب الرياضة الكثيرة في الاولاد ان
 قوتهم لتوليد الحرارة ضعيفة بالنسبة الى البالغين فلا يُقاوم ذلك الا باسراع
 دورة الدم والتنفس وهو ما يحدث من الحركة العضلية مع كفاية اللباس الدافئ .
 واذا حدث فيهم التنفس الشيط وجب ان يكون الهواء الذي يتنفسونه نقياً
 على ما سبق في فصل الهواء . بل بين الرياضة والتعرض للهواء الصافي علاقة
 شديدة لان الرياضة لا تتم غالباً الا خارج البيوت في الحدائق والفلدة حيث
 يكون الهواء متحركاً لاساكناً محصوراً كما في المساكن . ولذلك نرى اولاد الفقراء
 واهل البر الذين يصرفون اكثر زماثهم في الخارج اصح واقوى غالباً من اولاد
 الاغنياء واهل المدن الذين يُجْزَوْنَ في البيوت او الممارس

افضل انواع الرياضة للصبيان بين السنة السابعة من العمر والسنة
 السادسة عشرة الملاعب المألوفة عندهم فلا يكتفيهم المشي كما يكفي الكهول بل
 يحتاجون الى ترويض كل عضلاتهم في الركض والوثب والتعمش وغير ذلك
 من الحركات النشيطة . واما رياضة البنات فلا يجوز ان تختلف عن رياضة
 الصبيان الا من حيث تجنب العنيف منها وربما كان القفز على الجبل المعهود
 عندهن افضلها جميعاً لانه يشغل جميع العضلات وبروضها ويقويها . وقد
 اصطلى حديثاً في جميع الممارس على انواع من الترويض الجسدي يُعرف
 بالجيمناستيك . ومع عدم امكان المبالغة في الالحاح على الرياضة الكافية في الهواء
 الخارج التي لا يجوز ان تكون اقل من بضع ساعات كل يوم للصبيان والبنات
 فلا بد من وجوب الاتباه الى ان بعضهم تحيف البنية لا يحتمل ما يحتمله غيرهم
 من ذلك فيوضع لهم حد معتدل ربما لم يتجاوزوه بلا ضرر . واما مذهب العامة
 في بلاد الشرق ان هذا الامر لا يُطلب من البنات ولا يفيدهن وانه يجب ان
 يتعلمن السكينة والاحتجاب داخل البيوت ولا سيما بعد زمن البلوغ وان المشي

والركب واللعب من الامور المعيبة لمن فغلط نرى اضراره كل يوم في البنات الخفيفات الضعيفات اللواتي صفة وجوههن تدل على مخالفة هذا الناموس الطبيي وفي عدم استطاعة الطبيب ان يفيدهن بالدواء اذا لم تتغير كيفية معيشتهن في امر الرياضة والتعرض لهواء السماء ونورها

رياضة الباقين . اكثر البشر لا يحتاجون الى الرياضة لانهم يصرفون معظم زمانهم في الحقول او الفلاة او المعامل او الصنائع التي تستلزم العمل العضلي . وهي صفة اهل القرى والقرى واصحاب الصنائع اليدوية كالحديد والتجار فليس لهم من داعٍ موجب للرياضة بل ربما احتاجوا الى الراحة واذا طلبوا اماكن التنزه كانت الفائدة لهم من ذلك تسلية العقل وانسراح المخاطر وتنفس الهواء النقي . غير ان كثيرين من اهل المدن كالتاجر والخباط والصانع لا يتالون كفاية من الرياضة في اعمالهم اليومية فيحتاجون اليها . وربما كان اكثرهم حاجة اليها اصحاب الدرس والتعليم والكتابة واجهاد العقل فلهم الرياضة من اشد الامور ضرورة للصحة . وقد ظهر من بحث المختصين ان الاعمال الشاقة في الهواء الخارج ولو كانت مفرطة اوفى للصحة من الاعمال الخفيفة في البيوت او المدن وان اردنا اشغال الحياة للصحة هي التي تستلزم الجلوس وعدم الحركة ولا سيما اذا اضيف الى ذلك اجتماع كثيرين في مكان واحد يتنفسون هواء ساكنا لا يتجدد وقد يتطرف الانسان الى الجهة المخالفة فيصرف زمانه في عدم الحركة ثم يحاول اصلاح الضرر برياضة عنيفة قصيرة على ان الواجب عليه رياضة معتدلة طويلة يومية . ولنا مثال على ذلك في الفرس الذي يكبد كذا شديدا ساعة واحدة في النهار فيتعب ويعجز قبل الفرس الذي يكبد كذا خفيفا النهار بطوله . فيتضح من ذلك ان الذين ينحصرون في الاعمال العقلية الطويلة ويجهدون انفسهم جهدا دائما ويحمل بهم الضرر العظيم يتالون فائدة اتم اذا خففوا اعمالهم وقصروا مدتها وصرفوا بعض الزمان من كل يوم في الراحة والرياضة المعتدلة

ما اذا قصدوا اصلاح الضرر الناشئ من الكد الدائم براحة يوم في الاسبوع او شهرين في السنة . والحاصل كما ان الرياضة من الشروط الضرورية للصحة كذلك مسألة زمانها ومدتها ونوعها بحيث انها لا تنقص عن القدر المطلوب ولا تتجاوز قوة الشخص وتوجب التعب المفرط

واما رياضة الضعفاء والشيوخ فلا يجوز ان تكون مدة خلو المعدة من الطعام ولا بعده في الحال الا اذا كان خفيفا لانها قد تحدث تعباً وهبوطاً في جميع القوى اذا كانت مدة الجوع ولذلك لا تجوز لهم في الصباح الباكر قبل الفطور خلافاً للاقوياء الذين يتنعمون بها حينئذ . واذا كان غناؤه الظاهر خفيفاً فنصح الرياضة بعده ولكن اذا كان ثقيلاً فلا تجوز قبل مرور ساعتين . وكما ان الشيوخ ياكلون كالاطفال مرات اكثر من غيرهم لانهم ياكلون كمية اقل كذلك يجب ان تكون مدات رياضتهم متواترة وان لا تكون عنيفة او طويلة

مدة النهار للرياضة . انفق عامة الناس على اوقات معلومة لاعمالهم اليومية ولما كان اكثر هذه الاعمال متبادلاً بين الناس كانت الموافقة على زمانها من الامور الاضطرارية التي ليس للانسان خيار فيها . بل ربما كانت هذه الموافقة من مصلحة الجمهور فلا يصح تغييرها . ولا مانع فيها للصحة لانها غالباً تجيز للانسان رياضة في الصباح وراحة في وسط النهار ثم زمناً آخر للتنزه عند المساء ويندر جداً انه لا يصح له ذلك اذا قصده فاذا وقع ضرر من هذا القبيل لم يكن عادة من عدم الامكان بل من الكسل والاهمال

انواع الرياضة كثيرة اخصها المشي وركب الخيل وركب العربات . فالاول والثاني منها للاقوياء . اما الثالث فن مصطلحات رفاهة المعيشة للنساء والشيوخ والضعفاء ولكنها لا تكفي للشبان والكهول واصحاب القوة الاعتيادية وربما تضرر كثيرون من الاعتياء بالعدول عن المشي وركب الخيل وبالاعتصار على راحة المركبات ومجاولي على انفسهم بقدم هرم الشيخوخة ونكباتها

وما يتعلق بكيفية الرياضة ونوعها مزاج الشخص . فان كان دموياً نشيط
الحياة تعمّر على صاحبه المحصر في البيت او الخانوت لان الطبيعة تطلب منه
ولاسيما مدة الشباب الحركة والخروج الى الهواء والتعرض للنور واسباب
الرياضة والقوة. ولذلك يجب على الوالدين والاصبياء ان يراعوا مزاج اولادهم
وميلهم الطبيعي في اختيار مهنة لاكتساب معيشتهم لان اكرامهم على ما ينفرون منه
لا يضر بالصحة فقط ولكنه كثيراً ما يضر بنجاحهم في الدنيا . واصحاب المزاج
اللفاوي يمتدحون الى التقوية بالوسائط المذكورة خلافاً لاصحاب المزاج
الصفراوي الذين يمتدحون من المحصر في البيوت والجلوس في المكاتب ما لا يمتدح
غيرهم . وهذا القول لا يمنع وجوب الرياضة لهم لانها شرط اصلي عام لا يهمل ابداً
بدون ضرر قريب او بعيد

ثم للفصل ايضاً دخل في الرياضة لانه اذا كان بارداً طلبت الطبيعة
الحركة العضلية وما يجمعها من سرعة الدورة ودفء الجسم ونشاط الاعضاء خلافاً
للفصل الحار فان الانسان ياتي فيه الرياضة واذا اكره نفسه على كثير منها
اورثته التعب السريع وانحطاط القوى على انه لا يجوز اهاها على الاطلاق والاركان
الى الكسل الذميم



الفصل الثامن عشر

الاستحمام

يراد بالاستحمام هنا الاغتسال بالماء مطلقاً لا دخول الحمام والاغتسال بالماء الحار فقط. وربما وجب وضع الفصل بين الغسل والاستحمام بناءً على أنه يُقصد بالاول النظافة وما يتبعها من الفوائد الصحية وبالتالي تعريض كل الجسد للماء والرياضة العضلية كما سيأتي

اما الغسل فاكثر الناس لا يستعملونه كما ينبغي اما لعدم معرفتهم بالكيفية الواجبة او للاهمال الناشئ عن الكسل. لانه مع تيسر وجود الماء والصابون يغفل كثير من عن تنظيف اجسادهم لسبب الثقله التي يقتضيها الغسل كالانفراد وكثرة المواد اللازمه وسكب الماء حولهم. ولذلك نرى العدد الغالب يدفعون هذا الامر المهم الى ايام غير معلومه يذهبون فيها الى الحمام او يغتسلون فيها في بيوتهم. على انه شاع في الامثال العربية "ان النظافة من الايمان" وفي الامثال الانكليزية "بعد التقوى النظافة" وربما لم يكن لغة خالية من مثل بهما المعنى. والظاهر ان سبب هذه الامثال ما يشعر به الانسان من الفضل الادبي اذا كان جسده نظيفاً. ومن الحق ان النظافة صارت الآن من ضروريات حياة المدن فانه كلما ارتقت امة في ذلك زاد الناس اعتناءً بنظافة اجسادهم وملابسهم ورفضوا من معاشرتهم من كان قذراً او متغافلاً عن واجباته لنفسه

وللجمهور من هذا القبيل . ومن المعلوم ان بعض الاديان قد جعلت النظافة من شعائر الدين وحرمت على تابعيها الصلاة وعبادة الله الا اذا راعوا الطهارة الجسدية اولاً

وضرورة غسل الجسد لاجل الصحة ظاهرة من ان افراز الجلد لا يقتصِر في العرق المائي فقط بل يتضمن مواد زيتية وحيوانية واملاحاً متنزج بالغبار وتلتصق بالجلد وتسد مسامه . فيحدث من ذلك انه يُغطى الجلد الذي لا يُغسل بطبقة مكونة مما ذكر مع قشور منه تمنع العرق والتنفس الجلدي وتسبب امراضاً كثيرة وقدرًا ذميماً . وقد تحققت من التجارب انه اذا طلي جلد حيوان بمادة مانعة لخروج ما ينبعث منه مات كما يموت اذا حُجِر عنه الهواء

يجب ان يغسل كل الجسد جيداً مرة في اليوم فيستغنى بذلك عن الاستحمام الا نادراً . وفوائده اولاً ازالة الوسخ وفتح مسام الجلد ثانياً انعاش الجسد ثالثاً تسكين اعصاب الجلد ومنع البثور الجلدية . ولا يلزم لكل ذلك الا قليل من الماء اللين بارداً او فاتراً بحسب الفصل والصابون اللطيف الذي قد يستغنى عنه غالباً ومنشئتان ناعمة وخشنة وعشر دقائق من الزمان . وفضل الاوقات للغسل حال النهوض من الفراش اذ يمتاح الجسد الى الانعاش . اما كيفية العمل فيستحضر طست ماء ويُعَرى الجسد بالكليّة من اللباس ثم يؤخذ اسفنجة كبيرة او قطعة فلانلا ناعمة تُبلّ بالماء وحده او مع الصابون ويفرك كل قسم من الجسد فركاً سريعاً ويشرع اولاً بالعنق ثم يغسل الصدر والبطن والظهر ثم الاطراف . فان كان الجسد وسيحاً خشناً وحب استعمال الصابون كل صباح اياماً ثم مرة في الاسبوع . واذا انتهى الغسل الذي لا يشغل اكثر من ثلاث او اربع دقائق ينشّف الجلد جيداً بمنشفة ناعمة ثم يُفرك بمنشفة خشنة فركاً سريعاً الى ان يجهر لونه وتنتشر فيه الحرارة . واما النساء والاولاد فلا يمتاحون غالباً الا الى منشئة اعنياديه غير انه في كل الاحوال يجب ان يلام الفرك الى مدة

انتشار الحرارة. وان كانوا من يبردون بسرعة ويبطؤ فهم رد الفعل اي رجوع الحرارة فيفتركون بكفّ خشن او شيء آخر يقوم مقامه. وبعض الناس يجلس في طبق ماء ويغسل نصفه العلوي كما سبق ثم يقف ويغسل ما بقي من جسده. وليس في ما ذكر شي يمنع احداً في حال الصحة المتوسطة من مباشرة هذه العادة كل صباح ولا يلزمه من المواد الا القليل ومن الزمان الا نحو عشرين دقيقة من وقت نهوضه الى نهاية لبس ثيابه. واما فائدته فانه لا يتنفع احد براحة الجسد ونشاط الصحة بدونه ومتى تعود الانسان لا يتركه بعد ذلك بل يصير من ضروريات حياته وسروره. ومع ذلك تغفل عنه عامة الناس فان كان هناك شيء من شبه العذر للقراء فاذا يقول اصحاب اليسر في الدنيا الذين يتزينون بالاثواب الثمينة من الظاهر واما اثوابهم الماخلة وعلى الخصوص حالة اجسادهم فمن الامور المعيبة كما يعرف ذلك جيداً الاطباء الذين مهنتهم كثيراً ما تدعوهم الى فحص اجسام المرضى

الاستحمام

الاستحمام فائدتان الاولى تنظيف الجلد من الوسخ وقد سبق الكلام عليه في مسألة الغسل والثانية لذّة الغطس في الماء والبقاء فيه مدة او التهيج الحاصل من ذلك وقد اسلفنا القول انه يستغنى عنه غالباً بالغسل غير ان له فوائد خاصة به لا يصح ان تغفل عنها فنذكرها في ما يأتي من الكلام على انواع الاستحمام

١. الحمام البارد. درجة البرد لما يستعم به من الماء في هذا النوع تختلف من ٢٣° ف الى ٧° بحسب حرارة او برد الفصل. واما عملة الاول في الجسد فانه يعكس الدم والقوة الحيوية من الظاهر الى الباطن ثم يردها الى الجسد والمجموع الضلي وهو ما يقال له رد الفعل. فاذا اندفع الدم من الظاهر الى

الباطن تهيج القلب من الزيادة الواردة اليه واشتد عمله في سرعة وقوة انقباضه فيندفع الدم منه بسرعة وقوة الى جميع اعضاء الجسد . واما الفائدة الناشئة من ذلك فان الاعضاء تنال قوة جديدة من توارد الدم اليها فيشتد عمل التغذية فيها ويزول منها الاحتقان المزمع وضعف العمل الخاص بوظيفتها الصحية . وعلى ذلك يُعلل عن منفعة الاستحمام بالماء البارد في الضعف العام والامراض المزمنة . فاذا قُصد به تقوية المجموع العام او قسم ضعيف منه وجب ان تكون صدمة الماء الاولى قصيرة ومدّة الفرك طويلة الى ان يصير ردّ الفعل تاماً . ولهذا السبب يكون الغطس الفجائي افضل الطرق للاقوياء خلافاً للضعفاء الذين يجب ان يسبحوا اجسادهم اولاً بمنشفة او اسفنجة مبلولة ثم يغطسون في الماء . ولا يجوز ان يقف الانسان في الماء واكثر جسده غير مغمر به لان ذلك بوجوب احتقان القلب والاعضاء المركزية فيصعب حينئذٍ تمام ردّ الفعل وتطول مدّة البرد . ومن الطف انواعه سكب الماء على الجسد فهو موافق للضعفاء والنساء والاولاد خلافاً لرشه بالمرشة المعروفة بالدوش فانها كيفية شديدة الفعل لا يجتمها الا الاقوياء وهي مفيدة جداً لهم

ومن الناس من يتعود الاستحمام بالماء البارد صيفاً وشتاءً . ولا بأس من ذلك للاقوياء البنية والشبان واما الضعفاء والشيخوخ فيجب ان ينقطعوا عنه مدّة البرد الشديد ويدلوه بالمسح بالاستفنجة المبلولة والغسل البسيط على ما تقدم . واذا قُصد التنشيط والانعاش فقط بدون صدمة الماء الشديدة وجب ان تكون حرارة الماء نحو عشر درجات اقل من درجة الهواء الجوي مدّة الصيف واما في الشتاء فتكون مساوية لها او اعلى منها بعشر درجات . ويجوز حينئذٍ ان يكون الغطس فيه فجأة وبدوم من خمس الى عشر دقائق ثم يُشرع في الفرك حالاً ولا تلمس الثياب الا بعد حدوث الدفء في كل الجسد . وهذا الاستحمام في الفصل الحار ولاسيما في هذه البلاد من اعظم اللذات المفيدة لنظافة

الجسد وراحته وانعاشه وصحته

٢. الحمام الفاتر. يُبدل الحَمَّ البارد بالفاتر متى كان الطقس بارداً جداً او متى كانت قوى الجسد منخطة او اذا كان الشخص امرأة نحيقة او ولدًا ضعيف البنية. وهو مفيد ايضاً بعد الرياضة العنيفة مدة الحر او في الشتاء متى كان الجسد بارداً لانه يعش القوى ويزيل التهيج العصبي. واما فائدته الطبية فتظهر على الخصوص في بعض الامراض الجلدية وفي اكثر امراض النساء المزمنة ولا سيما في احنانات اعضاء التناسل الباطنة وخلل الحيض

٣. الحمام الحار. اخص فوائد الحَمَّ الحار تسكين الألم والتهيج وتوجيه الدم من الاعضاء الباطنة الى سطح الجسد بحيث يحدث من ذلك عرق قد يكون غزيراً. فلا يحتاج اليه الاقوياء عادة الا بعد التعب العظيم والسفر ولجل مقاومة ضرر كالصدمات والرضات المفصلية والعضلية. وهو مفيد ايضاً في الدور الاول من النزلات وللذين جلودهم خشنة جافة ويشير به الاطباء لاجل استرجاع موازنة الدورة اذا حدث شيء يخل بها ولجل فتح مسام الجلد اذا ضاقت من البرد او المرض وتبديد الاحناتان الدموي في الاعضاء وتسكين العقل عند تهيجه. غير ان الاكثر منه غير ممدوح فلا يجوز استعماله اكثر من مرة في الاسبوع الا اذا كان هناك داعٍ موجب. ومن هذا النوع الحَمَّ المعهود بين اهل الشرق الا انه اشد فعلاً في الجسد لان مائه حار جداً غالباً ويفرط العرق فيه والرجال والنساء يطيلون مدته غالباً فيجب الاعتدال في استعماله ولا سيما للضعفاء فانه كثيراً ما يغي عليهم وهم فيه. ويجب الاستحمام بالماء الفاتر والحار قبل الطعام لابعده في الحال واما درجة حرارة الاول فتكون من ٨٥° الى ٩٥° ف والثاني من ١٠٠° الى ١٠٥°

٤. حمام البحر. هو افضل انواع الحمامات للاقوياء والمتوسطين في القوة ويجوز استعماله من آخر الربيع الى اواسط الخريف او آخره. وفائدته الخصوصية

الصدمة التي تحدث عند الغطس ورياضة السبح والتعرض لهواء البحر. ولا بدّ من الحركة فيه فاذا لم يُعرف السبح يدك الجسد بالايدي ولا يجوز تطويل المدة فيه لانه بعد حدوث رد الفعل تُسلب الحرارة من الجسد وربما اوجب طول المدة تعباً يدوم كل النهار وضعفاً بدل القوة المطلوبة. وتختلف الاقامة فيه من دقيقتين للضعفاء الى عشر دقائق او اكثر للشبان والاقوياء. ثم بعد الخروج من البحر لا بدّ من فرك الجسد فركاً جيداً بالمناشف اللينة والخشنة الى ان يجهرّ الجلد ويدفأ كل الجسد. واما الزمان الذي يُستعم فيه فالصباح قبل التطور افضله للاقوياء وبعده للضعفاء. ومدح جالينوس الشهر فرك الجسد فركاً جيداً الى ان تنتشر الحرارة في الجلد قبل الاستحمام على جميع انواعه وقيل ان لذة الاستحمام تضاعف بعد هذه الوسيلة. واذا كان الشخص ضعيفاً جازله ان يبداً بالاغتسال بماء البحر في البيت فاتراً او بارداً فاذا زادت قوته سار الى البحر واغتسل او استعم فيه. وفي الغالب لا يجوز غسل الاولاد في البحر قبل السنة السابعة من العمر ويجذر منه ومن الاستحمام بالماء البارد بعد السنة الخامسة والخمسين الا اذا كانت البنية قوية

ومن هذا الباب الاستحمام بالهواء البارد وهو عبارة عن التجرد من الثياب وذلك الجسد باليد او بمنشفة خشنة نحو دقيقتين صباحاً ومساءً. وفائدته من وجه تنشيط الدورة الدموية كفاءة الحمام بالماء. وله فائدة اخرى مهمة للذين يصيبهم الارق في الليل ويتضيقون من عدم النوم مع التقلب في الفراش فاذا نهضوا وفتحوا نوافذ الغرفة لاجل تجديد الهواء وتهوية الفراش واستعملوا الحمام المذكور وبدلوا قميص النوم بقميص آخر وخففوا غطاء الفراش فكثيراً ما يعودون الى السرير وينامون بعد ذلك نوماً هينياً (انظر فصل الارق في قسم الامراض)

الفصل التاسع عشر

النوم

من النواميس العامة على جميع الاجسام الآلية تعاقب العمل والراحة. فان النور هو المنبه العظيم لاعمال الحياة فتمى وجد جرت وظائفها في الحيوان والنبات على اتم ما يكون ومتى انقطع سكنت سكوتاً تاماً او نسيباً. ولما كان ظهور النور واحتجابة على شكل دوري متعاقب كان ايضاً العمل المحبوي دورياً يظهر ويغيب بالترتيب وهو ما نرى مثلاً في العالم الطبيعي كدوران السيارات وتعاقب الحر والبرد والنور والظلمة والتركيب والتحليل. ومن هذا القبيل اليقظة والنوم في الانسان لانه كما ان دنور انسيمة الجسد يحتاج الى التعويض بواسطة الغذاء في اوقات دورية كذلك اجهاد العقل وانفاق القوة العصبية مدة النهار بوجبان ضعفاً في الدماغ والمجموع العصبي عند مجيء الليل لا يزول الا براحة النوم حيث تسترد القوة المفقودة على نوع مهم. وبناءً على ذلك يكون النوم من ضروريات الحياة كالغذاء وله علاقة شديدة بالصحة العامة بحيث انه اذا اُطيل السهر او حدث ارق وقلة نوم في الليل كان ذلك لاحالة سبباً لتشويش الجسد. وقد تحقق ان كثيرين من الذين جعلوا السهر الطويل عادتهم اما للدرس او للملاهي الدنيا خسروا صحتهم وربما اعدوا انفسهم لامراض مهلكة

وما لا ريب فيه ان القوة الحيوية الناشئة عن عمل الجهاز العصبي تنقص تدريجاً كلما تقدم النهار الى ان نعجز الاعضاء عن القيام بوظائفها الا اذا تنهت بواسطة اسباب خاصة فيدوم عملها زماناً قصيراً وينتهي الامر اخيراً بالنوم الجبري ولو في ساحة الحرب وبين اصوات المدافع العظيمة . وتختلف في مدة النوم حالة الاعضاء التي تتعلق بوظائف الحس والحركة عن التي علاقتها بالتنفس ودورة الدم والافراز فان عمل الاول يتوقف توقفاً تاماً ويبطل الحس الباطن والشعور بالاشياء الخارجة خلافاً للثانية التي يدوم عملها ولو

نقص قليلاً كما يشاهد في بطء التنفس والنفض وهبوط الحرارة

غير انه ولو كان الاحتياج الى النوم ناشئاً عن حالة المجموع العصبي فلا بد غالباً من وجود كيفيات خارجية توافقه يقال لها الاسباب المهيئة التي اخصها الظلام وهدوء الاصوات وارتخاء العضلات عند الاستلقاء على الفراش . على ان بعض الناس يتعود النوم بين الاصوات النوية فلا تؤثر فهم وربما احتاجوا اليها واكثر الناس ينامون من عمل الاصوات الضعيفة اذا ترددت عليهم وكانت نغمتها واحدة كصوت القراءة وهدير البحر البعيد وخرير المياه . ومن هذا القبيل ايضاً قراءة كتاب ثقيل وسمع كلام طويل غير مفيد وفرك الاطراف فركاً خفيفاً ومن المشهور نوم الطفل عند الحركة الخفيفة كز السرير او حمله على الايدي والمشي وغناء مرضعته له غناءً لطيفاً . واذا تعسر النوم فكثيراً ما يساق اليه بقطع الارادة عن عمل العقل فيترك سائباً يفكر بما يشاء او يشتغل بافكار تردد عليه تردداً ميكانيكياً كتصرف فعل او عد اعلاذ من الواحد الى المئة مثلاً

وقد يكون مجيء النوم فجائياً بحيث ان الانسان يتقل من حالة نشاط العمل العقلي الى السبات التام فجأة على انه يأتي غالباً بالتدرج . وكذلك اليقظة فانها قد تكون فجأة والغالب انها تأتي بالتدرج . وقد يكون النوم غير تام

وهي الحالة الطبيعية المعروفة عند العامة بالسهو فيكون الانسان حينئذ يبيت اليقظة والنوم وقد تحدث في بعض الناس بوسائط بسيطة مجهولة عند العامة فيقال لها مسمر يزوم وهي الحالة التي اطرب كثيرون في العجب منها على ان ليس فيها شيء خارق العادة . ولا يخفى ان للعادة عملاً عظيماً في زمن النوم واليقظة فالذي يتعود النوم في ساعة معلومة ينام بالسهولة اذا اتت وربما لم يستطع النوم قبلها او بعدها وكذلك ساعة اليقظة فانه يهتظ دائماً في الزمن الذي تعودته ولو تأخرت ساعة نومه . ومن غرائب النوم ان بعض الناس اذا قصد اليقظة في ساعة معلومة يقظ عندها وهو من فعل الارادة والعادة

كمية النوم التي يحتاج اليها الانسان تختلف بحسب اختلاف السن والمزاج والعادة وقدرة التعب السابق فلا يمكن اذا وضع ضابط عام لها . فان الجنين في بطن امه نائم على الدوام ثم بعد ولادته يقضي اكثر زمانه في النوم وتبقى مدته النسبية طويلة زمن النمو اي ما دام عمل التركيب غالباً على عمل التحليل فاذا بلغ دور الشباب وصار العملان متساويين هبطت بالتدريج من ثلاثة ارباع اليوم والليل الى نصف ذلك ثم الى الثلث او الربع . ومن المعلوم ايضاً ان نوم الاولاد والشباب ثميل خلافاً للادوار المتوسطة والمتقدمة من الحياة فانه يصير اخف وتقص مدته . واما عمل المزاج فاذا كان دموياً وكان الطعام كثيراً كان النوم ايضاً كذلك وربما امتد الى عشر ساعات ويقول اصحابه انه لا يكتفيهم اقل من ذلك . واذا كان عصيباً واصحابه ارقاء فنومهم اقل رغماً عن اشتداد عمل المجموع العصبي ولكنه اثقل . واذا كان لمفاوياً فحياة اصحابه بطيئة ونومهم غالباً طويل قليل الراحة . واما العادة فلها عمل عظيم في ذلك حتى ان بعض الذين تميزوا بنشاط العقل وادارة الامور العظيمة كفردريك الكبير ونابوليون الاول والفيلسوف هنتر لم يناموا الا اربع او خمس ساعات خلافاً للقاعدة الاعلانية ان اصحاب الاعمال العقلية يحتاجون الى نوم طويل وان كمية

النوم الواجبة تابعة غالباً لكمية الاجتهاد العقلي . فاذا صُرِفَ النظر عن هذه الكيفيات الخصوصية ربما كان الصواب ان الاولاد الى السنة السابعة يحتاجون الى ١٢ ساعة في الشتاء واقل من ذلك في الصيف وبين السنة الرابعة عشرة والسادسة عشرة من ٩ الى ١٠ ساعات ثم بعد ذلك نحو ٨ ساعات . واما النساء فان كانت اعمالهن في تدبير البيوت وتربية الاولاد شاقّة احتجن الى نوم اطول مما يحتاج اليه الرجال والأف يكون الامر بالعكس . والشيوخ يقضون قسماً كبيراً من زمانهم بالنوم غير ان نومهم خفيف متقطع وهو في كل حال مفيد لهم . وربما كان النوم في الشتاء اطول مما يكون في الصيف لطول الليل الا ان اكثر الناس يستعيضون عن هذا النقص في الفصل الحارّ بواسطة النوم في النهار

ولما كان اجتهاد العقل من الامور التي تضعف القوى المحيوية اكثر مما تضعفها الاعمال الجسدية وجب على الذين يشغلون ادمغتهم بالاشغال العقلية ولا سيما الدرس الشديد ان يطلبوا نوماً كافياً وربما احتاجوا الى فصل نهارهم بساعة من النوم خلافاً للذين اتعبهم جسدياً فان ذلك قد يحدث فيهم ارتخاءً وخمولاً فالأوفى لهم اذا اتى الليل ان يناموا حينئذٍ نوماً باكراً طويلاً . ومن الذين تفيدهم راحة النوم على الخصوص الضعفاء واصحاب العلل المزمنة الاليمية والناقصون من امراض منهكة . واما الواقعون في وهدة الحزن الذي يهدم القوة والعافية فهم اشد احتياجاً الى سلوى النوم وعماء في تسكين النغم المفرط . ومن امثال الانكليز "اذا نام الحزين فلا توقظه"

وقد يُعَدُّم النوم بالكلية اياماً او اسابيع او شهوراً وهو ما يدل على مرض في الدماغ او يكون من الاعراض المميّزة للجنون الحادّ واحياناً للزمن وقد يكون مرضاً قائماً بنفسه غير انه في كل حال يوجب تغلّب عمل تحليل الجسد على التركيب ولا يلبث ان يؤدي الى هبوط القوى العقلية والجسدية . وقد نتبع هذه

النتائج عدم الكفاية من النوم لسبب تهيج الانفعالات النفسانية في اماكن اللهي
او الفساد او تهيج العقل بالارادة لاجل الدرس والمناظرة في مقام العلم . فينشأ
من ذلك صداع وحرارة ونبضان في الرأس وعسر النوم فان لم ينتبه الى ذلك
انتهى الامر الى بعض الامراض الدماغية او الحمى او المجنون . وعلاج كل ذلك
ظاهر وهو تخفيف العمل العقلي اذا كانت الاعراض خفيفة وتركه بالكلية
اذا كانت ثقيلة مع الرياضة الطويلة في الهواء الخارج ولا يجوز الالتجاء الى
الدواء الا بعد استعمال هذه الوسائط والحمية منها والوقوف على رأي طبيب
حاذق

زمن النوم هو الليل . فاذا حوّل الانسان الليل الى النهار والنهار الى
الليل وقال انها سواء من حيث النوم بشرط الكفاية منه فانما يخالف الطبيعة
باسرها . لانه يظهر من عمل النبات مدة النور ومن يقظة الحيوان ونومه بحسب
ظهور الشمس وغيابها ان بين النهار والعمل وبين الليل والنوم علاقة طبيعية
لازمة وقد تحقق من المشاهدة ان الذين ينامون باكراً لا ينالهم ضرر ولو نهضوا
باكراً خلافاً للذين يسهرون الليل وينامون النهار فانهم لا يخلصون من مضار
كثيرة للصحة هذا اذا لم يفقدوها بالكلية . نعم ان ليالي الشتاء طويلة فيجوز السهر
فيها الى منتصفها واما في الصيف فالنوم والنهوض منه باكراً من الامور الضرورية
للعافية

وقد آلف اهل جنوبي اوربا واهل هذه البلاد عادة النوم في اواسط النهار
مدة الحر وهي القيلولة عند العرب . وقال اهل الشمال انها عادة الكسل ناشئة
عن الاكثار من الطعام وذهبوا الى انها مضرّة بالصحة . ولا يظهر ان لهذا القول
وجهاً صحيحاً الا اذا كان في ممارستها افراط لاننا نرى الاولاد والشيوخ والضعفاء
يساقون بالطبع الى النوم بعد الطعام وكذلك الحيوانات التي تأكل اللحوم سواء
كانت وحشية او داجنة وهو دليل على ان هذه العادة موافقة للطبيعة لا مخالفة

ها ولا سيما انها عامة عند اقوام كثيرين لا يشكو ضررها احد. غير ان لها ضرراً كثيراً من العوائد الحميدة. فان كان الغداه خفيفاً او متوسطاً وكان النوم بعده معتدلاً في المدة اي نحو ساعة من الزمان ونهض الانسان من النوم بنشاط واغسل وعاد الى عمله لم يكن في ذلك شيء من الاذى بل الغالب جداً انه يوجب الراحة ويؤول الى حسن الهضم والصحة. ولكن اذا افراط في الاكل واطال النوم ونهض خاملاً متكاسلاً عن مباشرة اعماله كان الضرر واضحاً وربما اورث عسر الهضم واعتقال الامعاء والميل الى البطالة الذميمة. والقاعدة العامة في هذه العادة وغيرها ان الانسان يضبط نفسه ويستولي عليها بحيث يجعلها خادمة مفيدة له لا ملكة تسلط عليه وتسوقه الى الضرر

الظواهر الطبيعية التي ترافق النوم هي نقص سرعة الدورة الدموية وبطوئه التنفس وقلة الافراز الآ العرق فانه يدوم بواسطة طبقة الهواء الحار المتوسطة بين الجلد والغطاء. وينقص توليد الحرارة الحيوانية فيصير الانسان اشد حساً للبرد ولذلك يحتاج الى التدفئة بالغطاء. وما يؤول الى جودة النوم ابعاد المنبهات الاعتيادية للاعضاء فيجب النور عن العينين وتنع الاصوات المزعجة عن الاذنين ويحجز الهواء البارد عن الهبوب على الوجه والجسد واسرعه للدورة الدموية ويحافظ على حرارة الجلد بالغطاء المناسب. وزعم البعض ان اغلاق الشبابيك في الليل واحاطة السرير بالناموسيات مضر لانه يحجز في غرفة النوم الحامض الكربونيك الخارج من الرئتين فلا يبدل بهواء نقي جار في المكان ولذلك قالوا ان عادة القوم من هذا القبيل رديه ولو في البلاد الباردة وانه يجب فتح النوافذ في الليل واعلام الناموسيات على الاطلاق. ولا ريب ان في هذا الكلام غلوا لان الانسان لا ينفق من الاكسجين مدة النوم ما ينفقه مدة اليقظة فلا يحتاج الى الكمية الاعتيادية من الهواء وهو لا يولد من الحرارة مدة النوم ما يولده مدة اليقظة فيضطر الى الدفء بواسطة الغطاء ومنع الهواء البارد عنه.

ولنا دليل على ذلك ما نشاهدُه في الحيوانات فان اكثر الطيور تجتمع في الليل وتضع رُؤوسها تحت اجنحتها منعاً للهواء ويفعل الغنم وغيرها من الحيوانات مثل ذلك طلباً للدفء وحجز الهواء والانسان يلتفت بالاعطشة وفي زمن البرد يضع الاولاد رُؤوسهم تحت الغطاء . غير انه اذا كان في هذا القول بعض التطرف نرى كثيرين من اهل هذه البلاد يتطرفون من الجهة الاخرى لانهم يزدحمون في غرفة واحدة ويحجزون كل منفذ للهواء ويتغطأون بالاعطشة الثقيلة فيجيب الاعتدال في كل ذلك كما سيأتي

ليس لكمية الدفء الذي يحتاج اليه من الفراش والغطاء ضابط واحد يصح لجميع الناس لان البعض يحتاجون الى الغطاء اكثر من غيرهم وانما الغالب ان الناس يميلون الى زيادته ونهيج الحرارة وهو ما يؤدي الى تعب في النوم او ارق . فاذا شعر الانسان بشيء من ذلك وجد راحة تامة اذا نهض من الفراش ومشى قليلاً ونفض اثواب نومه الى ان يشعر بشيء من البرد ثم يعود الى الفراش فينام في الحال الا اذا اقتضى الامر تنقيص كمية الغطاء . واما الفراش فبعض الناس يختار القاسي منه بناءً على انه انفع والبعض يختار اللين كفراش الريش لما فيه من الدفء والراحة للجسد وقد اصطلح اهل هذه البلاد على فراش الصوف وهو معتدل بينها فاذا اراد احد ان يتفنن الامر اكثر من ذلك وجب عليه ان يفضل القاسي كفراش الشعر على سرير من زنبك في الصيف وفراش الريش في الشتاء . واما العساكر وقوادهم الذين يقصدون اكتساب القوة العضلية والتربن على خشونة المعيشة لاجل تسهيل حياتهم الحربية فيختارون الفراش القاسي او يضطرون اليه . وبعض القواد الشهيرين يلازمون ذلك ابداً ولو رجعوا الى بيوتهم وتيسرت لهم اسباب الراحة

واذا كانت غرفة النوم كبيرة لعدد الذين ينامون فيها وكان الفصل بارداً فتسدد النوافذ في الليل ويحجز الهواء عنها . الا ما دخل من الشقوق فانه

كافٍ لتبديل الهواء. ولكن اذا كان الفصل حاراً او كان عدد الذين ينامون فيها كبيراً لها وجب ابقاء الباب وشباك من الشبايك او اكثر مفتوحة ولا سيما في المستشفيات وقشل العسكر . ومن عوائد هذه البلاد ازدحام النيام في غرفة واحدة طلباً للانس الاهلي وربما نشأت هذه العادة في اول الامر من صغر المساكن واما الآن فقد تعلم الناس فائدة الدور الواسعة واكثرهم غير مضطراً للازدحام المذكور فيجب تفرقهم في الغرفات. ويجب تبديل هوائها مدة النهار وتعريضها لعمل نور الشمس ونشر الشراشف في الهواء على ما سبق في فصل المساكن. ومن الممدوح ان تكون غرفة النوم في الطبقة العالية من البيت معرضة الى الجهة الجنوبية جافة قليلة الاثاث والمفروشات

ولحالة الجسد عمل عظيم في صحة النوم. ولذلك يجب ان تكون وظائفه في حال الراحة ما امكن فيجنب كل تهيج للدورة الدموية والحواس والنوى العقلية قبل دخول الفراش للنوم. ويجب ان تكون المعدة قد فرغت من الهضم ولكن قبل حدوث الجوع. وبعض الناس ياكلون اكلآ خفيفاً قبل النوم في ليالي الشتاء الطويلة غير انها عادة ردية غالباً الا اذا كان الشخص ضعيفاً مماجأ الى تكرير الغناء وكان الطعام خفيفاً . وما يؤول الى صحة النوم ايضاً هدوء العقل فاذا كان متهمياً من اللعب واللهو او من افراط التفكير ولا سيما في البيوت المحصورة الحارة وجب المشي في الهواء الخارج نحو نصف ساعة واذا لم يمكن ذلك فيقرأ كتاب فكه للنسلية الى ان يسكن التهيج العقلي ويبأتي النعاس. واذا حدث آرق فربما زال بواسطة القراءة مع الاصحاح في الفراش او استعمال الوسيلة المذكورة سابقاً وهي ان يمهض الانسان وينفض اثواب نومه في الهواء ويُعرض الفراش للهواء فتهي برد جسده واثوابه وفرشته عاد الى النوم وربما احتاج الى تخفيف الغطاء وبعض الموسرين يضع سريرين في غرفة نومه لينتقل من الواحد الى الآخر اذا اقتضى الحال . وان نشأ عدم النوم من تعب المعدة

الذي كثيراً ما يحدث من زيادة الامتلاء من الطعام أو تأخير عن ساعته المألوفة فيجب الصبر أو استعمال الرياضة الخفيفة أو اخذ شيء من الادوية البسيطة ككربونات الصودا الى ان يزول المانع للنوم

غير ان افضل الوسائل لنوال لذة النوم الصحي هو الطاعة لنواميس الطبيعة في ما يتعلق بتدبير الصحة العام لا استعمال الوسائل الاصطناعية. وخصص هذه الوسائل أولاً النهوض باكراً من النوم لانه لا يأتي بفوائد مادية فقط كفراغ الصباح وصفاء العقل للدرس والاشغال العقلية أو الخروج الى الهواء والتمتع بالرياضة بل يسوق الى حدوث النوم وجودته في الليل مع ما يتبعه من صحة الجسد والعقل. ثانياً ضبط ساعات الطعام وكيفية وتعيين ساعة النوم. ثالثاً رياضة كافية في الهواء عند المساء أو قبل النوم. رابعاً راحة البال الناشئة من ان الانسان قد قام بواجبات ذلك اليوم بالنشاط والامانة لله وللناس ولم يترك الى الغد ما يستطيع عمله اليوم. فان سلامة الضمير بمجودة العناية الالهية من اعظم الامور التي تؤدي الى نعيم النوم وصحة الجسد

واما الاحلام ففي ما مضى كان الكلام على النوم من حيث كونه حالة يُفقد فيها الشعور فقدماً تاماً غير انه مع فقد الشعور بالاشياء الخارجة قد يصبح ذلك عمل عقلي فحس به حينئذ وربما ذكرناه عند اليقظة ذكراً تاماً أو جزئياً وهو الحلم. والظاهر ان اخص ما يتميز به هذه الحالة الحالية توقف سلطة الازادة على سياق الفكر توقفاً تاماً بحيث ان اعمال العقل تجري حينئذ بدون قوة ضبطها فتكون احياناً منتظمة على اسلوب مرتب وغالباً يعقب بعضها بعضاً على نوع غريب وبلا ارتباط بينها. فاذا جرت على وجه منتظم كان سبب ذلك عادة ان العقل يتناول سياقاً من الافكار كان قد اشتغل به مدة اليقظة في زمن سابق قريب العهد وبما ان العقل يكون حينئذ خالياً من العوامل

الخارجية التي من شأنها ان تبليبه فرما اتى في الحلم بجلاء الفكر وجوده ما لا يأتي به في اليقظة . وقال بعض العلماء انهم حلوا مشاكل حسابية في الحلم كانوا قد اشتغلوا بها في اليقظة وعجزوا عنها وانهم انما تألفوا في النظم والنثر وهم نيام . غير ان هذا من النوادر لان الغالب جدا هو عدم الارتباط بين الافكار التي تشغل العقل حينئذٍ وغبابة عجيبة في الصور العقلية التي تركبها الخيالة . غير اننا لا نستغرب شيئا ونحن في الحلم فنرى الموتى احياء ونكالم الفلاسفة القدماء ونشاهد اصدقاءنا ولو كانوا في ابعاد الارض او اننا ننقل اليهم ونحن لا نشعر بعد المسافة التي تفصلنا عنهم وننصر حوادث او نعمل اعمالا بلا خوف لو ابصرناها او علمناها في اليقظة لازلحمتنا ازعاجا لا يوصف

ومن غرائب الاحلام سرعة جري الافكار في العقل لان ما نراه حينئذٍ من الحوادث والصور الخيالية التي ربما امتدت اعواما لا يشغل بالحقيقة اكثر من بضع دقائق او ثوانٍ . والظاهر انه لا يوجد حد لما يمر في العقل من الافكار في مدة لا تقبل القياس لشدة قصرها كما نرى بلا ريب من ان الحلم الذي يتركب من حوادث كثيرة متتابعة قد نشأ من صوت ايقاظ النائم بحيث ان كل ذلك قد اشغل برهة الانتقال القصيرة جدا من حالة النوم السابقة الى حالة اليقظة التامة . وبناء على ذلك زعم البعض ان زمن الحلم محصور في المدة المذكورة اي مدة الانتقال من النوم الى اليقظة وهو مخالف لما يشاهد من تغيير هيئة الوجه وكلام النوم الذي كثيرا ما يدل على سير الحلم ونوعه . غير انه يظهر ان ما يذكره الانسان من الحلم هو ما يحدث في تلك المدة وانه اذا كان بعيدا عنها فيكون اقرب الى النسيان . ومن الامور الغريبة بهذا الشأن ان النائم يعرف احيانا انه يبصر حلما وربما اطالة اذا كان لذيذا او قصرا اذا كان مزعجا وهو ما يدل على عدم فقد قوة الارادة بالكلية في بعض الحالات

واما ما يتعلق من الصحة بالحلم فغاية ما يقال في هذا الشأن ان نوع الحلم
تابع لحالة الصحة في ذلك الوقت وللأفكار السابقة ولبعض كينيات محيطية بالنائم
كراحة الفراش ووضع الجسد وهدوء الأصوات ونقاوة الهواء. فمن اراد ان
يرى احلاماً لذينة وحب عليه مع تلطيف العشاء مراعاة هذه الامور البسيطة
التي لا تحتاج الى اسباب



الفصل العشرون

في الوقاية من الامراض المعدية

من اعظم ما يجب على الانسان وقاية نفسه ومن يتكفل بهم من اسباب المرض وهو موضوع هذا الكتاب في كل مباحثه من حيث الطعام والشراب واللباس والنظافة والهواء النقي والعيشة التي تُراعى فيها جميع شروط الصحة فلا حاجة الى اعادة الكلام بهذا الشأن. والمراد من هذا الفصل تنبيه القارىء الى الوقاية من الامراض المعدية وهي الامراض التي تنتقل من شخص الى آخر اما بواسطة اللس والمخالطة الشديدة او بوسائط اخرى كالهواء والماء. وقد يحدث بعض هذه الامراض في اوقات خاصة وتصيب كثيرين في زمن واحد فيقال لها عند ذلك اوبئة او امراض وافدة ومثالها الهواء الاصفر والجدرى والحصبة والحُمى التيفويدية فانها اذا وجدت في مكان انتشرت لا محالة من المصابين الى السالماء وكثرت بين الاهالي وتحقق انها وافدة معدية

وقد اختلفوا في المادة السامة الوبائية فقال القدماء انها شيء غير معلوم يتولد من رطوبة الهواء او ينبعث من فساد على وجه الارض كالانجزة التي نتساعد من المياه الآسنة او من ملاج الحيوانات او من جنث القتلى في الحرب وانه ينتشر فعلة في جميع البشر المعرضين له غير انه لا يتبع في المرض الا من كان في حالة جسده استعداد خاص. وقالوا ان هذا الاستعداد عائد الى احوال كثيرة كالسن وعدم انتظام المعيشة والاسباب المضعفة كالافراط والتعب

والتعرض لشدة الحر والبرد والتعرض للعدوى . وقالوا ايضاً انه اذا كان السبب من عفونة في رطوبة في الهواء فهو عائد الى اختلاف الفصول عن مجراها الطبيعي بحيث اذا تغلبت الريح الجنوبية في شهري كانون الاول والثاني وكان الشتاء والريبع جاقين والريبع بارداً والغيوم كثيفة لانسح المطر والنهار حاراً والليل بارداً والتغبرات الجوية من حيث الحر والبرد والجفاف والرطوبة متواترة سريعة اندرت هذه الاحوال بمحدث الوباء . واما المذهب الحديث في سبب الامراض الوافدة هو ان اجساماً آتية مكرسكوبية الحمح تدخل الجسد وتكثر جداً فتحدث ظواهر المرض . وهذه الاجسام عصوية الشكل في غاية الدقة لاتشاهد الا بالمكروسكوب القوي وكثير منها لا يشاهد الا بعد الصبغ وهي على انواع كثيرة تدخل تحت اسم البكتيريا (عصوية) كل منها خاص بنوع المرض الذي هو سبب له . واختلفوا في مكان تولدها فقال بعضهم انها تولد داخل الجسد وهي من نتائج المرض لاسببه وقال جمهور العلماء بل تنشأ في الخارج ثم تدخل جراثيمها الجسد وتنمو وتتكاثر وتحدث ظواهر المرض وهو القول المرجح . وقد ثبت عندهم بالمشاهدة والتجربة انها سبب الحمى المتكسة والمتقطعة والجمرة والجذام وداء السل والهواء الاصفر وداء الكلب وغيرها ثم لما اثبت وجودها في هذه الامراض بلاريب ورجحوا الحكم بانها علتها الحقيقية اجردها بالقياس على غيرها وقالوا ان جميع الامراض المعدية متوقفة على وجود جراثيم خاصة بنوعها لاتحدث الا اذا سبقها حادثة من نوعها . ومن اشهر اسماء هذه الجراثيم البكتير يوم والباشلس والمكروب . وسنبادر الآن الى ذكر اخص الامراض المعدية الوافدة وكيفية انتشارها والاحتياطات التي يدعو اليها الحال للوقاية منها

١ . الهواء الاصفر . قال الدكتور سيمون طبيب الصحة العام في بلاد الانكليز اذا كان الهواء الاصفر وافداً في مكان كل من كان به اسهال ولو خفيفاً

قد ينقل المرض الى مكان آخر ويسبب العدوى فيه الى درجة ربما كانت عظيمة جداً وان المادة المعدية تتعلق على الخصوص بالمبرزات المعوية . وقال ان اشد خطر المبرزات يكون متى حلَّ فيها الفساد بحيث انها اذا طُرِحَت الى الخارج بدون تطهير واصاب بعضها منها قُلَّ مياه الشرب افسدتها والنت اليها مادة العدوى . وعلى ذلك قد يكون حامل العدوى واحداً ويكون سبباً لهلاك كثيرين . ولما كان هذا القول بالاجماع اتضح من ذلك فوائد الحجر الصحي على الاماكن المصابة اذا امكن ضبطها حتى لا يمكن نقل مادة المرض من الاماكن المصابة الى الاماكن السليمة وهو من متعلقات الحكومة . واما ما يتعلق بالافراد فهو ان تُطَهَّر المبرزات المعدية والمعوية الخارجة من المصابين بالقيء والاسهال مدة وجود الوباء بان تستقبل في اوعية بوضع فيها بعض المضادات للفساد كالحامض الكربوليك والكلس ثم تطرح الى بيوت الراحة التي يجب ان تُحفظ ننية بالماء الجاري او بعض المطهرات وكذلك الاسربة والبلايع

وكل ما سبق يؤيد قول الدكتور كوخ ان سبب هذا المرض نوع من الباشلس اكتشفه في امعاء المصابين بالهواء الاصفر ومبرزاتهم لما جاء الى مصر ثم الهند في سنة ١٨٨٢ و١٨٨٤ طلباً لتحقيق سببه . فانه اذا ثبت قوله بهذا الشأن وهو المرجح الآن عند عامة العلماء عُرِف ما للتطهير ولتقاوة المياه وللاحتياط الشخصي من الفائدة العظيمة . وكذلك فائدة غلي ماء الشرب لان هذا الباشلس لا يعيش بعد تعريضه لدرجة حرارة الغليان . وقيل انه يموت اذا كان في وسط جاف ولذلك لا فائدة من الحجر على البضائع الجافة وتغيير المكاتب والمسافرين . ولكن لا بد من تطهير امته المرضي بالغلي او اعدامها بالحرق

حمى التيفوس . سبب هذه الحمى مادة سامة مجبولة النوع تنتقل من المريض الى السليم على الأرجح بواسطة المبرزات الجلدية والرئوية وهي طائفة في

الهواء . واخص اسباب انتشارها ازدحام المساكن وضعف الجسد من عدم كفاية الطعام . وبناءً على ذلك يُوقى منها بالمحجر على المرضى واطلاق الهواء النقي في المساكن وتطهير الامتعة بالتعريض للهواء والغسل وتطهير المساكن بخار الكبريت وغسل الارض وطرش الحيطان بالكلس
 واما الطاعون فمن نوع التيفوس والتدبير المنعّي واحد فيهما . غير انه قد زال تقريباً بالكلية من الارض لما جرى في البلدان التي كان يكثر فيها من تحسين المساكن ومنع الازدحام

الحُمى التيفويدية ويقال لها المعوية . سببها سم خاص بها ينتقل بواسطة براز المرضى كالهواء الاصفر فانه يلوّث ماء الشرب او الطعام وقيل الهواء ايضاً . والوقاية من انتشاره تقوم بفصل المريض في مسكن خاصّ وتطهير المبرزات المعوية بواسطة قبولها في اوعية فيها شيء من الجاز او الكلس او الحامض الكربوليك ودفنها في الارض في حفرة عميقة بعيدة عن مياه الشرب وعند النفاثة بتطهير المكان والامتعة كما سبق . واما منعه فيقوم بالاعتناء بطهارة المياه وتطهير بيوت الراحة والاسراب والالتفات الى الصحة الشخصية . وهذه الحمى من الامراض التي اذا اصاب الانسان مرةً فغالباً لا تصيبه مرةً اخرى

الحُمى النفاطية . لاوقاية من المجدريّ الا بالتطعيم مدة الطفولية واعادته مرةً اخرى بعد سن الادراك ولا سيما عند ظهور الوافد . واما قول العامة انه لايجوز اذا كان المرض منتشرًا لئلا يكون التطعيم سبباً له فخرافة محضة ظاهرة الضرر لانه اذا فشا ولم يُطعم الاطفال ربما اصابهم واهلكهم . واما الحصبة فلاوقاية منها الا بعدم المخالطة فاذا اُصيب احد بها او بالمجدريّ وجب فصل المريض والانتباه الى نقاوة الهواء ووسائط التطهير . وكلاهما شديد العدوى تنتقل المادة السامة بالهواء وتصيب الاطفال على الخصوص وقد تصيب البالغين والغالب انه اذا اُصيب احد بها لا يصاب مرةً اخرى

الدفتيريا . هذا المرض يصيب الاولاد غالباً ويندر في البالغين واكثر وقوعه في القرى لا في المدن . وسببه الاصيلي فساد في الهواء ينبعث من بيوت الراحة والبلاليع والاسراب او فساد في الماء ويضاف الى ذلك رطوبة المساكن وعدم نقاوة هوائها . ثم اذا ظهر كان شديد العدوى والانتشار خصوصاً بواسطة الهواء الذي يزرعه المريض . ولذلك كانت شروط الصحة في المساكن امراً عظيماً في منعه . وعند حدوثه يفصل المريض في غرفة خاصة معتدلة الحرارة ينفذ الهواء النقي والنور اليها ويخرج الاولاد الى مسكن آخر واذا لم يمكن ذلك فيوضع شرف على باب غرفة المريض يرش بهاء الحامض الكربوليك ويحند من تنفس هواء الزفير الخارج من المرضى او تقيلهم . ثم اذا نقه العليل او مات يجرى اوقية كبريت في الغرفة والنوافذ مغلقة وتطرس الجيطان بالكلس وتغسل الارض وتقع الشيايك للهواء وتعدم الامتعة او تطهر بالغلي والتعريض للهواء . ولما كان هذا المرض كثير الانتشار في المدارس وجب على الروسآء واطباء الصحة ان يلتفتوا الى هذا الامر بكل دقة . وليس هذا المرض من الامراض الواقية من اصابة اخرى بل قد يعود

الشهقة . يندر من لا يصاب بهذا المرض مدة الطفولية وهو وافد مادة المعدية تنتشر في الهواء وتمتد الى اماكن بعيدة فلا يمكن الوقاية منه . واذا اصاب احد الاولاد في العائلة امتد الى الباقين منهم الا الذين اصابوا به من قبل فهو من الامراض الواقية من اصابة اخرى وله اجل محدود من ستة اسابيع الى ثمانية ولا خطر منه للحياة الا اذا كان الطفل صغيراً وكان الفصل بارداً وحدث اختلاط رئوي

المحمروء . خطر امتداد هذا المرض للجرحى خاصة فيكثر في المستشفيات واما في البيوت فخطر انتشاره قليل ومع ذلك يجب فصل المريض وعدم مخالطه الا للذين يجدونه والنظافة اليامة في ما يتعلق بالهواء وغرفة المريض والنياب

الاسهال والدوسنتاريا. اخص اسبابها ماء غير نقي او فساد في الهواء ناشئ من روائح منبعثة من تنن حيواني او من الكنّف والبلايع. وقد يكون السبب سوء الطعام من حيث الكمية او النوع والتعرض للبرد والرطوبة. والوقاية منها قائمة بالحدّ من الاسباب المذكورة. وكثيراً ما تكون خراج الكبد ناشئة من الدوسنتاريا وهي شرّ انواعها واشدها خطراً فلا بد من المبادرة الى علاج المرض الاصلي دفعا له ولعواقبه الردية

السيل الرئوي. قد ثبت الآن عند عامة الاطباء ان هذا المرض معدٍ وان سبب العدوى بالسلّس خاص به يخرج في نفس المريض ونفثه وبطير في الهواء الذي يتنفسه الاصحاء. وقد مدحوا تطهير النفث بواسطة استقباله في اوعية تتضمن ما يقتل هذا الباشّس كحللول السليمانى وحامض الكربوليك. ومع ذلك يجب عدم مخالطة المريض مخالطة شديدة وتجديد الهواء في غرفة المريض. ولو وقاية المعرضين له يجب الالتفات الخاص الى هذه الامور الثلاثة وهي الطعام الجيد المغذي الحاوي على كمية عظيمة من المواد التروجينية والدهنية والرياضة اليومية والهواء النقي

الومد الصديدي. كثير الحدوث في البلاد الحارة مدة فصلي الصيف والخريف ولا سيما بين الاولاد الذين يتالون العدوى بعضهم من بعض وكثيراً ما يكون ذلك في مدارس الصفار فحجب الوقاية من هذا القبيل ما امكن ثم اذا عرض لاحد فلا بد من النظافة التامة والغسل باء الحار المتواتر وتجديد هواء الغرفة بدون ادخال كمية كبيرة من النور مع فصل المصاب عن اخوته. وقد تحقّق الآن ان سبب مكرّوب خاص ينتشر في الهواء او ينقله الذباب من الاعين المصابة الى الصحيحة. واذا أصيبت العين الواحدة فيجند من عدوى الاخرى باليد او المنديل او غير ذلك من وسائل النقل



الفصل الحادي والعشرون

في وسائط التطهير

تقدم في الفصل السابق ذكر الامراض المعدية وكيفية الوقاية منها وكانت خلاصة القول ان جراثيم المرض المعدية تنتشر من المريض الى الهواء او ماء الشرب وقد تلتصق بالثياب او الفراش او المحيطان او اثاث الغرفة ثم تنتقل الى الاصحاء وتعدبهم اما حالاً او بعد كونهما مدة مجهولة وانه اذا استعملت الوسائط الموافقة المطلوب هلكت الجراثيم المذكورة وبطل فعلها . ولما كان مدار القول على وسائط التطهير رأينا ان نضع فصلاً خاصاً بهذا الشأن لزيادة الايضاح والفائدة . ويراد بالمطهرات كل ما يصاد الفساد وينزل الغازات المضرة ويمنع انتشار الامراض المعدية بواسطة اهلاكها لمادتها السامة . وقد سبق الكلام في اختلافهم على نوع هذه المادة مع اتفاقهم على الوسائل لمقاومتها . وسنذكر الآن من وسائط التطهير ما يمكن لعامة الناس ان يعرفوه ويستعملوه

١. المحر والبرد . من المعلوم ان شدة المحر كحرارة النار تهلك كل المواد الآلية فهو المطهر العظيم الذي عرف فضله اهل الزمن القديم والحديث واستعملوه في حرق المواد الفاسدة او غليها في الماء . وقد سبقت الاشارة الى ما يجب حرقة او غليانه او تعريضه لحرارة الشمس زمناً طويلاً من امتعة المصابين بامراض معدية . واما البرد الشديد فمضاد للفساد لانه يعارض التحليل الآلي كما هو المعلوم من حفظ اللحوم الطرية زمناً طويلاً في البلاد الباردة او اذا

أحيط بالثلج او الجليد غير انه يندر استخدام هذه الوساطة الى درجة مفيدة في املاك المادة المعدية

٢. مسحوق الفحم من افعال الوسائط لازالة الرائحة الكريهة ولكنه لا يظهر انه قاتل للجراثيم المرضية . وهو مفيد في اصلاح غازات الكنف والمراحيض . وقد تُغطى به المزابل اذالم يكن نقلها الى اماكن بعيدة او خشي نبشها

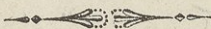
٣. الكبريت عظيم الفائدة في تطهير الغرف الفارغة بعد نقاهة المريض او موته . وكنية التجيير به ان تسد جميع النوافذ ويوضع لكل الف قدم مكعب من الخلاء نحو مئة درهم منه في وعاء فخار وبجرق فينتشر بخاره في جميع المكان . واذا كانت الغرفة طويلة بجرق في نقطتين

٤. الحامض الكربوليك من اتم المضادات للفساد والمطهرات واكثرها فائدة وشيوعا بين الناس . اذا كان نقياً فهو على هيئة جامد ابيض بلوري واما الجنس التجاري منه فمسائل قطراني الشكل والرائحة سام . ويستعمل في غسل البيوت ونقع الثياب الملوثة وقبول المبرزات الجسدية وكل ذلك وهو مزوج بالماء ويلقى منه كمية في الكنف والمراحيض فهو قاتل لجميع انواع الاجسام الآلية ومانع لجميع الثمن . غير انه لا يجوز رشه في غرف المرضى الا اذا كان قليلاً جداً لما فيه من حرافة الرائحة وكرهاتها

٥. الكلس كثير الوجود ورخيص الثمن وهو مفيد جداً في تطهير الكنف والبلايح يُزج بالماء ويلقى اليها

٦. الجواز وهو كبريتات الحديد يستعمل كالسابق واما تدير غرفة المريض بعله معدية فيجب الانتفات الى هذه الامور . اولاً يُجبر عليه حجراً تاماً اي تمنع مخلصه الا لمن يخدمه . ثانياً يلقي على الباب حجاب يُرث من وقت الى آخر بجلول الحامض الكربوليك . ثالثاً برقع من الغرفة كل ما لا لزوم له من الاثاث كالسجادات والمقاعد والستائر حتى

لا تتعلق بها المادة المعدية . رابعاً يُفتح بعض الشبابيك ليدخل كفاية من الهواء والنور . خامساً تُراعى النظافة التامة في كل ما يتعلق بانثواب المريض وشراشف الفراش وتُطهَّر المبرِّزات بمزجها بشيء من مضادات الفساد بحيث لا يبقى شيء ملوثاً او قذراً في المكان يفسد الهواء . واذا كان الفصل بارداً فالوجاق الافرنجي يغني عن فتح النوافذ لان هواء المكان يتبدل بواسطته (انظر صفحة ٧٩) . ثم بعد النظافة تُطهَّر الغرفة فيما يمكن غسله بالماء الغالي يُغسل ويُعرض الباقي للهواء وحرارة الشمس واما المكان فتُسد نوافذه ويُحرق فيه الكبريت على ما تقدم بضع ساعات ثم تطرش المحيطان بماء الكلس وتغسل ارضه بشيء من مضادات الفساد . واما الثياب والفراش فيغلى ما يمكن وضعه في الماء الغالي وما لا يمكن غليه فيندفع في محلول حامض الكربوليك او يُحرق بالنار ويُعدَم . ويجب مدة الوافد ان تُطهَّر المستراحات بالفاء الكلس او غيره من مضادات الفساد اليها يومياً ورفع كل الزبالة وكل ما له رائحة كريهة من جوار المكان وحفظ النظافة التامة في المساكن والازقة



القسم الثاني

في الامراض الغالبة وتديرها عند غياب الطبيب

الفصل الاول

كلام عام في المرض

يراد بالمرض كل انحراف عن حالة الجسد الصحية او بعضه . فان كان ناشئاً عن تغيير ظاهر في بناء العضو سمي آلياً كالتهاب الرئة الذي يصعب تغيرات كلية في جوهر الرئة وان لم يوجد تغيير يمكن كشفه بالطرق المعروفة سمي وظيفياً كالسعال الذي لا ينشأ عن مرض صدري بل يكون مسبباً عن مصدر بعيد كسوء الهضم . وفي الكلام على المرض كثيراً ما تذكر اسبابه واعراضه وتشخيصه وانذاره وهي اصطلاحات طبية ترد احياناً في هذا المختصر وربما كان من المفيد ان نفسر معناها للعامة مقتصرين على ما هو ضروري فقط

الاسباب

معرفة اسباب الامراض امر كلي الاعبار من وجوه كثيرة لانها كثيراً ما تعين في معرفة نشي المرض وعلاجه واستعمال الوسائط الموافقة لمنع انتشاره

ووقاية صحة الجمهور . ومن المعلوم ان السبب الواحد قد يحدث امراضاً مختلفة النوع كالبرد مثلاً فانه اذا تعرّض له كثيرون كان سبباً في واحدٍ منهم للنزلة الصدرية وفي غيره لذات الجنب او الحمى او التهاب المفاصل وذلك حسب ما يكون في الشخص استعداد لمرض خاص دون غيره . ولهذا كان بعض الاسباب مهيجاً للمرض وبعضها مهيباً له اي انه اذا كان في حالة عوم الجسم او في قسم او عضو منه استعداد لقبول مرض خاص كان ذلك هو السبب المهيج ثم اذا حدث سبب آخر يعل رأساً في احداث المرض فهو السبب المهيج . ومثال كل ذلك ما ذكر آنفاً من ان البرد قد يكون سبباً مهيجاً لعلل مختلفة على ما في الاشخاص من الاستعداد لواحدة منها دون غيرها . غير انه يقال في الجملة ان لاكثر الامراض اسباباً خاصة تعل في العضو المصاب كعلل البرد في الامراض الرئوية وسوء الطعام والشراب في امراض القناة الهضمية وافراط المجهود العقلي في امراض الدماغ . وسنذكر الآن اشهرها مع قطع النظر عن تقسيمها العلمي على اصطلاح اطباء

١. السن . بعض الامراض يتغلب في بعض ادوار الحياة على نوعٍ خصوصي وربما اقتصر عليها كعلل زمن بروز الاسنان والشهقة والحصبه في الاطفال والسنل في زمن الشباب والسرطان في الكهولة والفالج في الشيخوخة
٢. الجنس . لكل من الذكور والاناث امراض خاصة بهما ولكل منهما استعداد لبعض الامراض اكثر من غيرها بحيث انه تغلب الامراض العصبية في النساء والالتهابات في الرجال
٣. حالة الصحة العمومية . الضعف العام اصلياً كان او مكتسباً يعد الانسان لامراض كثيرة وكذلك حالة الدم من حيث القلة والكثرة وامراض سابقة كالحجيات والشهقة والتهاب المفاصل . وامراض بعض الاعضاء قد يؤدي الى مشاركة في اعضاء آخر قريبة كانت او بعيدة كعلل القلب التي تسبب

علة في الرئتين وبالعكس

٤. الاستعداد الارثي. وهو ان بعض الامراض ينتقل من الوالدين الى الاولاد وقد سبق فصل خاص في هذا الموضوع (صفحة ٢٤) فغاية ما يقال هنا انه اذا كانت الاسباب الخارجية عامة في العيال ربما كان المرض منها لا من الانتقال الارثي كما اذا كان المسكن واحداً للجملة اجيال وكان ردياً محاطاً بالاقطار والملايا فلا يقال عند ذلك ان المرض الغالب في الآباء والاولاد ارثياً ضرورة بل قد يكون من التعرض للاسباب الواحدة . والامراض التي تُعدّ من هذا الباب اولاً الامراض المزاجية كالتهنرت والسرطان والماء المختزيري والداء الزهري والتهاب المفاصل . ثانياً بعض علل الجهاز العصبي كالصرع والخوربا والمجنون والهيبوخندريا (اي المزاج السوداوي) والسكنة والفلج . ثالثاً التشويه الخففي والعمى والصمم . رابعاً الحؤول العاجل اي تغيير الابنية قبل زمن الشيخوخة كحؤول الاوعية والاعضاء والشيب والصلع وسقوط الاسنان . خامساً بمض الامراض الجلدية . سادساً بعض العلل الصدرية كالربو والامفيزيما . سابعاً بعض العلل الكلوية كالرمل والحصى البولية . ومنها ايضاً الديايطس والبواسير . وقد لا تكون الامراض الموروثة واحدة في الوالدين والاولاد بل تكون متشابهة فقط كوجود الصرع في الجيل الواحد والمجنون في التابع له وقد تكون عادة السكر في الاب سبباً لامراض عصبية في ذريته وقد يكون الداء الزهري في الوالدين سبباً لضعف البنية فقط في الاولاد . ومن الخفي ان بعض الامراض الموروثة قد يظهر في الجنين وهو في بطن امه فيقال له خلقياً وقد يظهر بعد الولادة وقد يدوم ساكناً الى ان يحركه سبب مهيج . وربما جاز جيلاً وظهر في الجيل التابع فيقال له الارث الجدي . ومن الخفي ايضاً ان الاستعداد الارثي يشتد متى كانت العلة في كل من الاب وام كالعسل الرثوي ومتى كان الزوجان قريين في العصبية او حديثين او متباعدين في السن بلن

يكون الالب مثلاً هراً عاجزاً

٥. الهوائ الجوي. يعمل الهوائ الذي يتنفسه الانسان في صحته على طرق مختلفة. فقد يكون فاسداً لسبب عدم تبديله وتطهيره في المساكن وقد يكون مزوجاً بغازات منبعثة من اقلر الكنف والبلايع والسراب او من تحلل المواد الحيوانية او النباتية او حاملاً مادة العدوى من اجسام المرضى. واذا زادت رطوبة الهوائ او نقصت او جبت الضرر احياناً. وربما كانت حالته الكهر بآئمة وكية الاوزون فيه من المؤثرات في الصحة وكذلك درجة ضغطه (انظر الفصل السابع صفحة ٤٦)

٦. درجة الحرارة. فانه اذا اشتد او طال الحر او البرد ربما كان سبباً للضرر في قسم واحد من الجسد او في مجموع البنية. واذا حدث تغيير فجائي من احدي الحالتين الى الاخرى او تعرض الانسان للهوائ البارد وهو حام او عرقان او كانت ثيابه مبتلة وشعره بالبرد ولم يبدها في الحال ويستند في النار او الفراش فكثيراً ما يكون ذلك سبباً للرض. وهو كقول العامة في امثالهم البرد سبب كل علة (انظر الفصل التاسع صفحة ٥٥)

٧. كمية النور. المسكن الذي لا يدخله كفاية من النور لا يكون موافقاً للصحة لأن لون اهل بيته كما يبهت لون المسجونين ولون النبات اذا نما في محل مظلم او قليل النور. وهو دليل على نقص في الاجزاء الملوثة للدم وضعف في القوى الحيوية ولذلك يجب ان تكون نوافذ البيت واسعة ودخول النور كافياً. وبالعكس اذا تعرض الانسان لحدة نور الشمس التي لا تنفصل عن حرارتها فيجهر الجلد او يسود وربما بلغ الضرر درجة الصداع او النزف او الرعن اي ضربة الشمس. ومن المعلوم ان النور الساطع ككور البرق قد يخطف البصر ويسبب العمى كما ان اجهاد البصر في نور ضعيف كالقراءة في الليل على نور مصباح غير كاف ولا سيما اذا كان الخط دقيقاً بهيج العينين او يضعف البصر

او يجعله قصيراً (انظر الفصل الثامن صفحة ٤٨)

٨. الطعام . وهو اما ان يكون ناقص الكمية او زائداً او ردي الكيفية فيكون سبباً للمرض في كل من هذه الاحوال ولا سيما في الاطفال . وما يضر في امر الطعام عدم انتظام اوقاته وتناوله بالسرعة وعدم كفاة مضغوه . واما الشراب فالافراط في المسكرات ما لا خلاف فيه واكثر ضررها اذا كانت قوية غير مزوجة بالماء او كان شربها متواتراً وعلى الخصوص متى كانت المعدة خالية من الطعام هنا وان كثيراً من البيرا والخمور والارواح كالكيماك ممزوج بمواد غريبة مضرّة . واما الماء فاذا كان قليلاً لا يكفي لحاجات النظافة في البيوت وغسل الثياب والاستحمام حصل منه اذى ظاهر وكذلك الافراط في شربه عند الطعام . وقد يكون حاملاً مواد مضرّة كبعض الغازات والاملاح ويبوض الدبيلن ومواد آليّة حيوانية وخصوصاً ما يأتي من المبرزات المعوية في الهواء الاصفر والحجّي التيفويدية ومواد نباتية متعفّنة . واللبن يضر اذا كان فاسداً او مخلوطاً بما يؤذي وقد تحقّق انه يجمل احياناً جرائم بعض الامراض المعدية . وبناء على ما سبق كان من اوجب الاشياء الالتفات الى نقاوة ما يؤكل ويشرب . وكذلك الافراط في التوابل الحارّة وشرب الشاي والقهوة وعادة التدخين والتعويل على المخدّرات كالافيون والمورفين والكلورال فهو جميعه اذا كثر كان من اسباب المرض وخسارة القوة والعافية (انظر الفصل السادس عشر صفحة ١٢٠)

٩. اللباس . وهو يضر سواء كان ناقصاً او زائداً وعلى الخصوص للاطفال . وكذلك اذا اقبل ولم يُبدل في الحال . وقد سبق الكلام على الأذى الناشئ من ضيق الثياب للنساء اللواتي يشوهن شكلهن الطبيعي ويُجعلن باعظم الانعام الربانية وهو الصحة آتباعاً للزني المجاري مها كان فيه من الحماقة (انظر الفصل العاشر صفحة ٥٧)

١٠. عدم النظافة في المساكن واللباس والمجسد بحيث اذا لم تُغسل وتُطهر على الدوام أدت الى كراهة القدر واسباب المرض. ومن هذا الباب عدم تطهير الكُفِّ والبلايع والاسراب وضررها على وجهين الاول انبعثت غازات سامة وروائح كريهة من تحليل المواد الآلية التي نضعها والثاني اختلاط الغازات والمواد المذكورة بماء الشرب ومن المحقق ان بعض الامراض الخبيثة ينشأ من شرب الماء الذي تصل اليه المبرزات المعوية من المصابين بها او من تنفس الهواء الفاسد الذي ينبعث من مجتمعات الاقذار. وقد شوهد في بلاد الانكليز وغيرها من اقسام اوربا المرّة بعد المرّة ان العناية بهذا الشأن سبب لا ريب فيه لنقص المرض والموت وبالعكس حيث بهل في الاماكن التي تكثر فيها الاقذار فان الموت يفتك فيها ولا سيما في زمن الوبئة. وبويد ذلك ما رأيناه في البلاد الشرقية من ان الاقوام واحياء المدن المشهورة بالسوخ والقذر عرضة للمرض والوباء اكثر من سواهم. وقد سبق الكلام على ما في الفباحة واسباب المرض من وضع المستراحات في المطابخ بدلاً من عزها الى جانب والالتفات الدائم الى نظافتها

١١. كمية العمل والرياضة. بعض الناس يؤذى من العمل المشاق الطويل واكثرهم من الجلوس وعدم الحركة والرياضة. وها حالتان كثيراً ما نتوقفان على نوع الصناعة التي يباشرها الانسان لاجل تحصيل المعيشة غير ان مقاومة الضرر من هذا القبيل ممكن غالباً وعلى الخصوص في ما يتعلق بوجود الرياضة الكافية (انظر الفصل السابع عشر في الرياضة صفحة ١٢٥)

١٢. الاسباب العقلية. مما يهين الجسم للمرض او يهيج اجهاد العقل المفرط في العمل والتفكير الطويل والدرس الشديد ولا سيما اذا اجتمع ذلك مع نقص النوم وكثرة الهم وشدة الانفعالات النفسانية كالغم الدائم والخوف العظيم. ومن الامور المقررة ان اخلاق السرور والرضى والفناعة والبشاشة ما لا يستغنى

عنه في كسب الصحة وحفظها

١٢. العادات الرديئة على جميع انواعها والافراط في الشهوات الطبيعية من افعال اسباب المرض وقد تقدم الكلام على ذلك في فصل العادات (صفحة ٢٠)

الاعراض والعلامات

يراد بالاعراض والعلامات الظواهر التي تنشأ من المرض وتدل عليه كالحرارة والحمة والورم والألم التي تصاحب الالتهاب وتدل عليه . وقسمها الأطباء أولاً الى عامة او مزاجية وهي ما يدل على حالة عامة في الجسد كانتشار الحرارة في الحنجرة والتهال في السعال الرئوي . ثانياً ظاهرة وباطنة فالظاهرة ما كان بيناً لحواس المشاهد كالحمة والورم والباطنة ما يشعر به المريض كالآلم . ثالثاً ذاتية وسهباتوية ويراد بالاولى الاعراض التي تتعلق بالنسب المصاب رأساً كآلم الظهر في التهاب الكلية وبالثانية ما يتعلق بقسم بعيد عن مجلس المرض كالتقيء الذي يصاحب الالتهاب المذكور . رابعاً منذرة او سابقة وهي التي تُنبئ بما سيحدث من نوع المرض كالدوار الذي كثيراً ما يسبق داء السكته . خامساً مميزة كنفط الجدري وهي ما كان خاصاً بمرض واحد دون غيره . ولاكثر الامراض جملة اعراض وقد يتغابب فيها عرض واحد فيصير اسماً للمرض كالاستسقاء واليرقان على انه يجب عند ذلك البحث عن المرض الاصيل الذي نشأ منه ذلك العرض

كيفية هجوم المرض وسيره ومدته

قد يكون هجوم المرض فجأة كما يشاهد في السكته الحمية التي تنتهي الى الفالج وفي الاعماء وبعض انواع التزف . وكثيراً ما يكون المرض حاداً فباتي سريعاً غير انه يسبقه غالباً اعراض منذرة ويكون شديداً ومدته قصيرة . ولاكثر

العلل الحادة سير محدود كالحُمى المعوية والحُميات النفاطية والالتهابات .
 والمرض المزمن هو ما ظهرت اعراضه تدريجياً بدون شدة وكان سيره بطيئاً
 طويلاً وقد يكون ممتداً من الحاد . وتميز بعض الامراض بأنها تأتي على هيئة
 ادوار او نُوب متقطعة ينفصل بعضها عن بعض بفترات خالية من اعراض
 المرض وامثلتها الصرع والبرد آخو الربو . وقد يظهر في سير المرض اختلاطات
 وهي احوال مرضية لا تكون قسماً لازماً منه كحدوث التهاب رئوي في اثناء
 الشفة والحصبة وكإصابة القلب في التهاب المفاصل الحاد ولذلك يجب الاتباه
 الى ما يمكن حدوثه من هذا القبيل لاجل منه اذا امكن او مقابلته بالوسائط
 الموافقة عند ظهوره . واما كيفية نهاية المرض فتكون على احد هذه الوجوه
 اولاً الشفاء التام الذي يحدث غالباً بالتدرج مدة النقاهة سواء طال او قصرت
 وقد يكون سريعاً . ثانياً الشفاء غير التام وهو متى بقي شيء من انحراف الصحة
 العامة او متى تغير عضو من الاعضاء في بنائه او وظيفته وهذه الحالة اشبه بازمان
 المرض . ثالثاً الموت الذي يأتي اما فجأة او سريعاً او بطيئاً وهو غالباً عمل
 مركب تشترك فيه وظائف اخص الاعضاء الرئيسة وكثيراً ما يكون سببه
 الفعلي اما ضعف عمل القلب ثم انقطاعه في الامراض المنهكة او الاختناق في
 الامراض الرئوية والحجيرة حيث لا يدخل كفاية من الهواء لتطهير الدم او
 السبات في الامراض الدماغية الذي ينتهي الى توقيف وظيفة التنفس والدورة
 الدموية

التشخيص

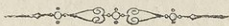
يراد بالتشخيص عند الاطباء تعيين المرض وتمييزه عما سواه وهو يستلزم
 معرفة صحيحة بمجاس العلة وماهيتها واصولها وانتشارها وهذا لا يتأتى الا للطبيب
 بعد البحث الوافي والاعتناء والتروي الا اذا كانت المسئلة بسيطة تدرجها

العامه او يعرفها المريض من تردد المرض عليه . ولما كانت معرفة المرض وسيره وانذاره وتدبيره تابع بالكلية لتمييزه اولاً كان التشخيص في رتبة رفيعة من واجبات الطبيب ومداراً لمعالجة المريض والتصرف مع اهله الذين يريدون استعلام العلة من اولها وما يستنظر فيها من الخطر وما تكون مدتها وعواقبها . غير انه يجب على العامة ان يذكروا انه يتفق للطبيب احياناً انه لا يستطيع الحكم القاطع في ماهية المرض من اول الامر وخصوصاً في بداءة الحميات الا بعد مراقبة سيره واعراضه وقد لا يكون ممكناً الا على سبيل الترجيح او الظن . ثم ان سير الامراض قد يشذ عن مجراه الطبيعي ولبعض العلل انواع مختلفة وبعض الامراض العضالة قد ينشأ على نوع خفي لا يصاحبها اعراض قاطعة فيجب في مثل هذه الاحوال ان يعطى الطبيب مهلة للمراقبة حتى يتبين له الامر واذا جرى البحث بالاعتناء والضبط وكان الطبيب حاذقاً خبيراً فيقدر ان لا يكون الحكم صواباً ولو عند الالتباس والاشكال

الانذار

الانذار هو الاخبار بما برحج او يَحْتَقُّ من حيث ما سيكون من مدة المرض وسيره ونهايته . والمسائل التي تدخل في هذا البحث هي اولاً هل ينتهي المرض على وجه الترجيح او التحقيق بالموت او الشفاء . ثانياً ما يعلم او برحج من حيث مدة المرض . ثالثاً اذا كان الانذار بالشفاء فهل يكون البرد تاماً او هل يعقبه انحراف الصحة او مرض موضعي مزمع . رابعاً اذا كان الانذار بالموت فهل يكون ذلك سريعاً او بطيئاً . وبما انه لا يمكن ان يكون الانذار صحيحاً اذا لم تسبقه معرفة كافية بكل ما يتعلق بالعلة من حيث درجة خطرها للحياة ونسبة الذين يموتون منها للذين يشفون ومدتها الغالبة وعلاماتها الردية واختلاطاتها وعواقبها وجب في كل حال التروى الشديد قبل الحكم وذلك يقتضي غالباً

حذراً لا يناله الطيب إلا بالخبرة الطويلة بل كثيراً ما يتعسر عليه الامر. وان
 كانت الاشارات واضحة والحادثة بسيطة لم يكن اشكال في الإنذار. ولكن اذا
 كانت ملتبسة فلا يجوز ان يكون الحكم جازماً بل يجب على الطبيب ان يوضح
 لاهل المريض ما يترجح عنده والاصوب ان يميل الى ترجيح وجه الخير ولا سيما
 في الامراض الحادة. واذا ظهرت علامات الخطر الشديد وجب عليه اطلاعهم
 على حقيقة الحال واما المريض نفسه فيكم الامر عنه ويقابل دائماً بالبشاشة
 والكلام الذي ينهض الرجاء ولا يُخبر بما هو عليه من الخطر الا اذا أُلح على
 معرفة الحقيقة لمصالح دينه او دنياه فيخبر عند ذلك على اسلوب لطيف. وقد
 شاهدت ما شاهده كثيرون غيري ان القليل جداً من الناس يخاف الموت
 متى حضر حقيقة وان بعضهم يترحم به خالصاً من غلب المرض وان الكثيرين
 يتون براحة البال وهم على يقين ثابت من رحمة الله الواسعة



تفاداة

تفاداة

شبه

راه

تعال

لنا

تبع

لنا

لنا

الفصل الثاني

في الامراض الغالبة^(١)

الأذن (امراضها)

أف الاذن اجتماع المادة الشمعية فيها وهو يسبب شيئاً من الصم وقد
يسبب سعالاً او دواراً في الراس . وتُنزَع المادة المذكورة بواسطة وضع نقطة
او نقطتين من زيت الزيتون في الاذن قبل النوم وحقنها بالماء الفاتر في الصباح
التالي متتابعاً الى ان يخرج الأَفُّ

نفاط الاذن نفاط على جلد الاذن او خلفها يصيب الاطفال مدة التسنين

(١) اكثر هذا القسم مأخوذ عن كتاب حديث للطبيب الجنرال مور من اطباء
الجيش الانكليزي الهندي اجازته الدولة عليه وطبعته بنقتهما لاجل فائدة الشعب
الانكليزي الذين يسكنون تلك المملكة . فاني لما رأيت فريداً في بابي على غاية ما
يكون من البساطة والمناسبة لهم العامة جعلته قاعدة لهذا القسم من الكتاب وكثيراً ما
نقلت نقلاً حرفياً عن كلام المصنف . وقد بذلت جهدي في سبيل التوضيح وتحايشيت
كل ما من شأنه ان يشوش عقل المطالع او يوذي الى اسهال الادوية القوية التي
لا يجوز التصرف بها غالباً الا للطبيب فقط . ولم يقصد به استغناء العامة عن الاطباء وانما
اردت به ما يكون بين ايديهم دليلاً اميناً للمعرفة عامة بما يحدث في بيوتهم من الامراض
والآفات وتديرها الى ان يحضر طبيب العائلة . وقد اتبعت ترتيب الحروف الهجائية في
ذكر الامراض ووضعت لها فهرساً خاصاً في آخر الكتاب سهلاً للمراجعة عند الانقضاء

غالباً وهو لا يحتاج عادةً إلا الى النظافة والتدهين باللنولين واذا ازمن بمرهم
اكسيد التوتيا

وجع الاذن ألم عصبي حاد يند على الراس والوجه ويحدث من مجرى
هواء بارد او من سن متخور. وهو يتميز عن الألم الذي يصاحب التهاب الاذن
بسرعة ظهوره وعدم وجود الحمى وعدم كونه نابضاً. ويعالج بالمسهلات وقمحنيين
من الكينا كل اربع ساعات. ويجوز وضع خردلية وراء الاذن او ليخ حارة او
بصلة مشوية حارة في كيس على الاذن وتجنب الوضعيات الباردة. واذا كان
السبب سناً متخوراً فينبغ او يُمحش

التهاب الاذن. قد يند التهاب من القناة الظاهرة الى باطن الاذن او
بالعكس. فان كان مجلسة القناة الظاهرة كان الألم ناخساً يزيد عند الحركة
او مضع الطعام ويشعر بحمارة وجفاف في الاذن. ثم بعد يوم او يومين يخرج منها
مادة مائية او صديدية. ويعالج بتقطيل الاذن بمغلي الخشخاش والمسهلات والليخ
الحارة ووضع خمس علفات بقرب الاذن. ومتى ظهر النز منها يجفن الصهاخ
السمعي بالماء الفاتر مرتين او ثلاث مرات في اليوم. وان كانت الاذن الباطنة
مجلس التهاب فتكون الاعراض ثقيلة والألم نابضاً والحمى شديدة وبعد دوام
النبضان يوماً او يومين تنفجر طبلة الاذن ويخرج الصديد وربما غلب ذلك
الصم الغائم. ويعالج بالعاقى مكرراً والمسهلات والنطول الحارة

التهاب الاذن المزمن يحدث غالباً من امتداد التهاب الحاد ومتى تمكن
صار شفاؤه عسراً. واعراضه نز مستمر مصحوب بشيء من الألم والصم وشعر
المصاب كأن نقطة ماء في اذنه على الدوام ويسمع اصواتاً مختلفة. ويعالج بالنظافة
التامة وحفن الاذن كل يوم بالماء الفاتر بلطف ثم يجفن قابضة كخمس قححات
من كبريتات التوتيا في ١٠٠ درهم ماء. وينفد استعمال زيت السمك شرباً اذا
كان هناك ضعف في البنية ووضع حراقات صغيرة وراء الاذن. ومع ذلك

يجب على المصاب به تجنب مجاري الهواء وتنشيف الأذن بعد غسلها ووضع قليل من القطن في فتحها لمنع عمل الهواء البارد فيها والمعيشة الموافقة لشروط الصحة

الطرش مختلف الدرجة من ثقل خفيف في السمع الى الصمم التام. واسبابه اما اجتماع الشمع في الأذن او الالتهاب وعواقبه او تضخم اللوزتين او مرض في عصب السمع حادث من لكمة او صدمة او صوت قاصف . وقد يكون ناشئاً من عمل بعض الحميمات الخبيثة او من تأثير كميات كبيرة من الكينا او من ضعف عام او من مرض في الدماغ. ويعالج بحسب نوعه وسببه . واكثر الوسائط الموضوعية فائدة المصرفات وراء الأذن كصبغة البود التي تُطلى بقلم من الشعر مرة في اليوم والحاراريق . واذا كان السبب تضخم اللوزتين ربما وجب قطع قسم منها بعلم جراحي . واذا كان من ضعف عصبي تُعطى المقويات والطعام المغذي . وفي الاحوال المستعصية تستعمل آلة لجمع التوججات الصوتية وتوجيهها الى باطن الأذن يقال لها القرن او البوق السمعي . ويجب الوقوف على رأي الطبيب من اول الامر

الأرق

الأرق حالة مزعجة جداً تُنفد فيها شهوة النوم او القدرة عليه وهو عرض لامراض كثيرة ومن اخص اعراض هذيان السكرارى والتسم المزمن بالكحول اى المادة الفاعلة في المشروبات المسكرة . واذا لم يكن عرضاً لمرض خاص كان سببه سوء الهضم او الهم الشديد او التهيج العقلي او الافراط في تدخين التبغ وشرب القهوة والشاي او قلة الرياضة او حرّ الغرفة او الفراش . ولذلك يعالج الأرق بحسب السبب الذي اوجبه فان كان من سوء الهضم فلا يجوز النوم قبل حدوث الهضم لعشاء خفيف ويحتمل التبغ والقهوة والشاي في المساء .

ويجب تعود ساعات معلومة للنوم والرياضة حتى التعب وصرف اعمال النهار من العقل واجتناب قراءة الكتب الملهية. ويجب ايضاً تهوية غرفة النوم ويُنخَف الغطاء ان كان ثقيلاً ويشرب كأس ماء بارد قبل الرقاد. واذا يقظ الانسان ولم يستطع النوم فليفعل ما تقدم في الاستحمام بالهواء (صفحة ١٤٦). واما الادوية التي تحدث النوم كعشرين فحة من هدرات الكلورال مع فنجاني ماء فلا يجوز استعمالها الا نادراً وعند الاقتضاء الشديد لئلا يتعودها الانسان فلا يستطيع النوم بدونها. اذا طال الأرق اياماً أدى الى الضعف وقلق العقل والهيوخندريا اي السوداء وربما كان عرضاً منذراً ببعض انواع الجنون

تشقق الاست

هو غالباً شق واحد واقع عند اتصال الجلد بالمعى ويمتد الى الباطن. وسببه القبض المستمر وخروج قطع كبيرة من الفرث الصلب وكثيراً ما يصاحب البواسير. اخص اعراضه ألم شديد عند التغوط ربما دام ساعات كثيرة. وكثيراً ما يكون الغائط متلخخاً بالدم واذا كان الشق غائراً كبيراً فقد يحدث نزف كلما عمل المعى. وتشنج غالباً العضلة العاصرة المحيطة بالاست فتسبب ألماً شديداً. علاجه بالمليينات الخفيفة كالمياه المعدنية والحقن بالماء الفاتر او بالماء والحامض الكربوليك والكي بنترات النضة المعروف بحجر جهنم. غير انه اذا كان الشق غائراً كبيراً وجب له عمل جراحي

الاستسقاء

ليس الاستسقاء غالباً مرضاً قائماً بنفسه بل هو قسم او عرض من مرض آخر. وهو عبارة عن ارتشاج القسم المائي من الدم من جدران الاوردة في التسبج الخلوي تحت الجلد او في بعض تجاويف الجسد. وسبب هذا الارتشاج

عاقبة الدورة الدموية لعل ما بحيث ان الاوردة تمتد من اجتماع الدم فيها فينفذ
السائل من جدرانها الى الاجزاء المجاورة . واكثر حدوثه في البطن والطرفين
السفليين . واما اسبابه فمن التعرض للبرد او من مرض في الكبد او الطحال
او القلب او الكليتين

فان كان سببه البرد فيقال له الاستسقاء الحمي ويعالج بالحمام البخاري او
الحمام الحار والمساهل المحمية التي تسبب برازا مائيا كعشرة دراهم من ملح الطرطير
كل يوم او يومين والمدرات للبول كصف درهم من روح ملح البارود الحلو
مع فيجاني ماء كل اربع ساعات والمعرقات كخمس قمحيات من مسحوق دوفر
ثلاث مرات في اليوم . وان كان سببه مرض القلب فيبدأ الاستسقاء في الرجلين
واليدين ويمتد الى جميع الجسد . وان كان من علة في الكبد او الطحال فيرتشع
السائل في التجويف البطني ويقال له حينئذ الاستسقاء البطني او الزقي وكثيرا
ما يصاحبه او يعقبه استسقاء الطرفين السفليين . واما علاج هذه العلة فمن
متعلقات الطبيب على انه يجوز استعمال الوسائط المذكورة آنفا لاجل تلطيف
المرض ولراحة العليل ولا سيما المياه المعدنية المسهلة كماء كرلسباد والمساهل
المحمية كملح الطرطير كل يوم او يومين بحسب طاقة المريض

الاسقربوط

الاسقربوط علة ناشئة من قلة المواد النباتية في الطعام والافتقار على
طعام واحد زمنا طويلا . وهي ما يصيب النوتية في اسفارهم الطويلة وانقطاعهم
عن الخضر والبقول والنواكه ولكنه يظهر احيانا بين سكان اليابسة اذا حدثت
الاسباب المذكورة وكانت المساكن مظلمة غير مكشوفة لنور الشمس . اعراضه
تعب عام ووجع في الاعضاء وورم اللثة وآلها ونزف الدم منها عند المس وربما
تخثلت الاسنان وصار النفس كريه الرائحة . ثم متى تمكن المرض ظهرت بقع

زرقة كأنها رضات في اقسام مختلفة من الجسد وربما ورمت المفاصل وحدث
هزال عام واستسقاء جلدي واسهال . وعلاجه أكل الخضر والبقول والفواكه
والحم الطري وعصير الليمون وربما وجب استعمال المنبهات الروحية والمفويات

الاسنان (وجعها)

وجع الاسنان ينشأ غالباً من تهيج او التهاب العصب الذي يكشف بواسطة
نخر السن . ويبدأ النخر دائماً من ظاهر السن الى باطنه وكثيراً ما يكون ذلك
خفياً لا يشعر به الا عند حدوث الألم . ولذلك يجب النظر الى الاسنان مرتين
او اكثر في السنة حتى اذا كان شيء من ذلك عولج عند طبيب الاسنان من
اول الامر قبل بلوغه درجة لاشفاء لها الا الفلج . وقد يكون الوجع ناشئاً من
مرض في جنر السن المغروس في الفك لاني التاج البارز ويصعبه غالباً حينئذ
دمل في اللثة . وقد يكون عصبياً والاسنان سليمة فيشفي بواسطة المساهل وكميات
صغيرة من الكينا . اذا كان النخر كبيراً والألم شديداً ينشف التجويف بقطعة
نسل او قطن ثم بمحشى بمزيج مؤلف من قحمة كافور وقحمة افيمون او ينقط من
الكر بوسوت او الكلوروفورم او صبغة الافيمون او زيت النعنع على قطعة قطن
وبحشى التجويف بها . وربما نجح وضع قطعة قطن في الاذن مبلولة بالكلوروفورم
او بدونه . ومن الوسائط المفيدة مزيج ثلاث نقط من الكريوسوت ونقطتين
من الكلوديون بوضع في باطن التجويف فيجف ويصير كتلة صلبة تقي الخبل
من الهواء وتزيل الألم . او بمحشى بقطعة شمع . غير انه اذا كان النخر متقدماً
لا يقدر بواسطة المحشى عند طبيب الاسنان وكان الألم متردداً فلا بد من قلع
السن المأوف

الاسهال

اذالم يكن الاسهال قسماً او عرضاً لمرض آخر فيكون سببه اما من طعام غير منضغ او من برد . فان حدث من السبب الاول كماكل الفواكه غير الناضجة او الاكثر من الناضجة او الاطعمة الضخمة فيكون الاسهال عملاً طبيعياً لئذف المواد الحرّيفة من الامعاء فلا يجوز قطعها وانما يمسك عن الطعام . وان كان مصحوباً بغص فيعطى جرعة من زيت الخروع وتعاد اذا اقتضى الحال . وان كان هناك قيء توضع خردلية على المعدة وان كان المغص شديداً تمتد على جميع البطن . وفي كل حال لا بد من الانتطاع عن الطعام او الاقتصار على قدح حليب حار كل ثلاث ساعات . وان حدث الاسهال عن التعرض لهواء الليل الرطب فيعالج كما سبق . واذا طال وزال المغص بالكلية يجوز اعطاء عشر نقط من صبغة الافيون وتعاد اذا اوجب الامر

اسهال الاطفال

يجب ان يخرج الطفل ثلاث او اربع مرات في اليوم وان يكون برازه ليناً اصفر اللون خالياً من الرائحة النتنة والحامضة . واما الاسهال فيهم فاغلب اسبابه التسنين والمواد الحرّيفة في الامعاء كالطعام غير المهضوم والدود . وكثيراً ما يصحبه القيء والريح والمغص الذي يستدل عليه من بكاء الطفل وقبض رجليه نحو بطنه عند حدوث الألم . ومتى كان البراز اصفر كان الاسهال بسيطاً . ومتى كان اخضر ورائحته حامضة ومعه كتل بيضاء متجمدة من اللبن الذي لم يهضم او مخاط فذلك يدل على تهيج معوي . وان كان ابيض فيكون الكبد غير عامل . ومتى كان هناك مخاط ودم فيكون الاسهال من النوع الدوسنطاري العلاج . القاعدة الغالبة عدم قطع الاسهال دفعة واحدة ولا سيما في مدة

بروز الاسنان لانه يكون حينئذ مفيداً . فان كان الاسهال خفيفاً ولون البراز طبيعياً فالاولى تركه . وان كان شديداً فيعطى من نصف ملعقة صغيرة الى ملعقة من زيت الخروع لاجل تنظيف الامعاء من المواد الحريفة . وان كانت رائحة حامضة فيعطى مقدار صغيرة من المغنيسيا او ماء الكلس . وان تضمن خثر الحليب بكثرة وكان الاسهال مفراطاً يُبدل الحليب بمرق اللحم او الدجاج بعد نزع الدهن عن سطحه . ومن انسب الادوية واسهلها عاقبة في جميع انواع الاسهال الحاد مسجوق غريغور بوس الانكليزي وهو مركب من الراوند والمغنيسيا والزنجبيل فيعطى منه من قحئين الى ثلاث كل ساعتين او اربع ساعات الى ان يصبر البراز طبيعياً . وان كانت اللثة واردة فتنشق . واذا طال الاسهال ووجب قطعه فن الادوية البسيطة الفعالة كربونات الزنموت يعطى منه من قحئين الى خمس قححات كل ثلاث ساعات

الاعضاء

اسباب الاعضاء خروج الدم من الجسد كما يحدث في الجروح والخوف واللطات على المعدة والالم الشديد والاخيار الفجائية بما فيه شديد الحزن او الفرح وربما نشأ من روائح او اصوات ردية . واكثر المعرضين له النساء والشبان الذين مزاجهم عصبي . واعراضه دوام الراس واصفرار الوجه اولاً ثم غيبوبة الوعي وضعف النبض واتساع الحدقة وارتخاء الاطراف وضعف التنفس وبياض الوجه . وعلاجه ان يلقى المريض على ظهره في الحال بلا ااهمال ويرش وجهه بالماء البارد او يسكب عليه وتفتح الشبابيك والابواب لاجل دخول الهواء وتترك البدن والرجلان . واذا طال الاعضاء توضع خردلية على جهة القلب ومتى استطاع المريض البلع يعطى قليلاً من الخمر او العرق . وينع الاعضاء بالاستلقاء على الظهر عند اول ظهور الاعراض . ويحتاج المعرضون له

غالباً الى المتفويات والرياضة واجتناب قبض الامعاء

الالتهاب

يراد بالالتهاب زيادة غير طبيعية في العمل الحيوي في قسم من اقسام الجسد يكثر فيه الدم والحس وبصاحبة الحرارة والورم والاحمرار والالام. اشد الالتهاب خطراً ما اصاب الاعضاء الباطنة حيث تشارك كل الطبيعة القسم المصاب فتنشأ الحمى وسرعة النبض وارتفاع الحرارة واحمرار البول وقبض الامعاء. واذا دام الالتهاب رشح من الدم في القسم الملتهب سائل مصلي يتحول الى صديد فيتكون من ذلك خراجة. وعند تكوين الصديد يصير الوجد نابضاً وترافق بدايته غالباً قشعريرة. في اول الامر يوضع العلق على محل الالتهاب واذا كان ما يمكن الوصول اليه يغطى بخزقة مبلولة بماء بارد وفوقها قطعة من الحرير المزيث ويعطى المريض مسهلاً ثم نقطتين من صبغة الاكونيت كل ساعتين واذا اخذ الصديد في التكوين فتوضع ليخ حارة ومتى لان الورم وظهر توج السائل عند السطح تفتح الخراجة بالبضع ويستخرج الصديد

الامعاء (امراضها)

التهاب الامعاء. يتميز بحمى والم دائم في البطن يزيد عند الضغط فيستلقي المريض على ظهره ويرفع ركبتيه ويأتي بالحركة خوفاً من الالم. ويصحب هذه الاعراض غالباً التلبس والغثيان او القيء واذا تقدمت العلة نحو الموت ينتفخ البطن وتبرد الاطراف ويحدث عرق بارد على جميع سطح الجسد وتتكشف السمحة. واسبابه التعرض للبرد ولا سيما كشف البطن وجري الهواء البارد عليه. وقد ينشأ من لطة على البطن او عن جسم مهيج مستقر في باطن الامعاء ويحدث احياناً في مدة سير بعض الحميات. وعلاجه بوضع العلق على البطن والليخ

الحارة ولا يجوز اعطاء مسهل الا اذا سبق العلة قبض الامعاء فيجوز استعمال
 زيت الخروع عند بداية الامر. ولا يجوز من الطعام الا انواع المرق
 سدّد الامعاء عبارة عن قبضها مع منقص بطني ويتبع ذلك قيء والم
 وتدد في الامعاء. وكثيراً ما يشاهد ورم صلب في بعض جهات البطن مؤلم
 عند اللمس. وعلاجه أولاً مسهل من زيت الخروع ويعان ذلك بالحقن بماء
 الخبازي الفاتر فاذا لم يحصل فائدة من ذلك يعطى عشرين قحمة من هيدرات
 الكورال ثلاث مرات في اليوم ويحقن بالماء الفاتر مرات كثيرة في اليوم. ويوضع
 العلق على الحلق المتألم وتستعمل المغاطس بالماء الحار او الفاتر. ولا يعطى من
 الطعام الا المرق. واذا كان هناك عطش شديد او قيء فيعطى قطعاً من الثلج.
 واذا دام الحال لا تجوز المساهل بل يعطى من الاقيون نحو نصف قحمة كل
 ساعتين او اربع ساعات. وعند النقاهة يجب الانتباه الى كون الطعام لطيفاً
 والامعاء متليئة

هبوط المعدة. هي علة كثيراً ما تصيب الاولاد ولا سيما في الاسهال المزمن
 فيخرج بعض المستقيم على هيئة بروز احمر يرتد احياناً من تلقاء نفسه ولا يرتد
 غالباً الا بدفع المعى الى الباطن باليد. العلاج يقوم بالنظر الى السبب فان كان
 القبض او الاسهال يعالج حسب مقتضى الحال وان كان الاسترخاء والضعف
 فعطى المقويات ويفيد الغسل بماء البحر اذا سمح الفصل بذلك. وكثيراً ما
 رأيت هذه العلة تشفى برّد المعى بواسطة منشفة مبلولة بالماء البارد ثم بضغطها
 على المعدة وابقائها هناك بالحفاظ الاعبيادي مع تقوية الطفل ومراعاة الطعام

البثرة الخبيثة

تبدأ البثرة الخبيثة على هيئة نقطة صغيرة حمراء كلسعة البعوضة ثم تظهر
 حويصلة صغيرة تمتد بسرعة الى الاجزاء المجاورة ويسود لونها وتلتهمب الغدد

اللفاوية ويفسد النفس وربما مات العليل من تسم الدم . وسببها انتقال مادة سامة من الحيوانات الى الانسان اما بواسطة اكل لحومها او بواسطة الهوام التي تتحملها من الحيوان المصاب وتلقبها في جلد السليم . ولما كانت هذه العلة شديدة الخطر وجب تشخيصها والاعتناء بها من اول الامر واما علاجها فيقوم خاصة بالشق والكي بالنار او غيرها من الكاويات الفعالة

البروستنا (امراضها)

البروستنا غدة محيطة ببداية مجرى البول عند عنق المثانة . ومن امراضها الالتهاب وعلاماته ألم في العجان يشتد عند ضغطه بالاصبع وعند التغوط والتبول وحس وقبض الامعاء . وقد ينتهي الى تكوين خراجة تنفخ الى المستقيم او مجرى البول او العجان . وعلاجه العلق على العجان او الاست والبخ الحارة والمغاطس الفاترة وتليين الامعاء وملازمة الفراش . ومن امراضها ايضاً التضخم الذي يحدث غالباً بعد العمر المتوسط وتتميز ببطوه وعسر التبول مع ثقل وزحير بحيث ان المريض يتوهم انه مصاب بالبواسير . ثم تنهيج المثانة ويكثر طلب التبول غير ان تضخم الغدة يمنع تفريغ المثانة تفرغاً كاملاً فيبقى فيها جانب من البول يفسد ويصير نشادرى الرائحة ويسبب التهاباً مزمناً في المثانة (انظر المثانة) . وبعد ذلك يصير البول مشحوناً بمخاط لزج يتعلق بقاع الوعاء وربما تخضب بالدم . وكثيراً ما ينتهي المرض بحبس البول والتهاب الكلية وانحطاط القوة . واذ كان يلتبس بالحصى المثانية والتصيق الجروي فلا بد من الاستقصاء الكافي عند احد المهرة من الجراحين . والبرء من هذه العلة نادر وانما يؤخر سيرها بواسطة انتظام المعيشة واجتناب البرد والتعب والافراط في الجماع مع تليين الامعاء

بَصَقُ الدَّمِ

الدم الذي يخرج من الفم يأتي من مواضع مختلفة . فاذا أتى من الحلق أو اللوزتين كان السبب خفيفاً والدم قليلاً فلا يحتاج إلى علاج خاص . وإذا خرج من اللثة في مرض كالاستر بوط يعالج حسب مقتضى الحال . وإذا خرج من سنخ سن مقلوع فيحشى السنخ بقطعة نسل ويطبق الفم ويرقد الفك السفلي على العلوي أو يعاد السن المقلوع إلى مكانه ليضغط محل النزف . وإن كان من الرئة فيخرج الدم مع السعال وربما صاحبه ألم في الصدر وكان من أعراض السل الرئوي . فيجب عند ذلك لزوم الراحة التامة وعدم التكلم ومص الثلج أو شرب الليمونادا المتلجة وإذا دام واشتد فيحضر الطبيب

ويجب التمييز بين خروج الدم من الرئتين مع السعال وخروجه من المعدة مع القيء . فاذا كان من المعدة كان سببه غالباً قرحة فيها امتدت إلى وعاء دموي ويكون لون الدم حينئذ أسود بلون رسوب القهوة . ويسبقه غالباً ألم وتعب في المعدة ودوار في الرأس . وربما كان ناشئاً عن مرض في الكبد أو الطحال . وعلاجه مص الثلج والانقطاع عن الطعام إلا فنجاناً من الحليب أو المرق كل ثلاث ساعات إلى أن يحضر الطبيب

المخزيرية (البنية)

هي بنية معتلة من الجسد غالباً مورثة وكثيراً ما يدل عليها رسوم ظاهرة . وتقسّم الرسوم المذكورة إلى نوعين الأول الأسمر وهو يتميز بسواد الشعر وخشونته وسماكة الشفة العليا واتساع المخربن وعدم المناسبة في شكل اليدين والجسد والأطراف . ويكون الولد المتميز بهذه البنية عرضةً لتضخم غدود العنق التي كثيراً ما تنتهي إلى النقيع وتضخم اللوزتين ونزّ الأذنين وإوجاع العين والمفاصل

وبعض الامراض الجلدية . والثاني الابيض الذي يتميز برقة الجلد وصفاء اللون واحمرار الخدين والشفتين وزرقة العينين ولعائهما وانساع الحدقتين وطول الاهداب ونعومة الشعر وظهور الاوردة تحت الجلد وحنق العقل وهو ما تجتمع فيه الصفات التي تُعدّ جمالاً عند البعض . والاولاد التي هذه هي صفاتهم الطبيعية عرضة للهزال والتهاب الشعب والتهاب الدماغ والسل الرئوي . واسباب البنية المذكورة الفقر والرطوبة وفساد الهواء ونسل السكرى والمصابين بالداء الزهري وزيجة الاقرباء . والوسائط التي تصلحها هي جودة الهواء والطعام والرياضة وزيت السمك واستحضارات اليود والحديد والاستحمام بماء البحر

البواسير

البواسير اورام صغيرة تظهر عند الاست اما الى الظاهر او الى الباطن منه وذلك تُقسّم الى ظاهرة وباطنة وقد يكون عددها واحداً او كثيراً . وتظهر اولاً مدة قصيرة ثم تختفي زمناً طويلاً ثم تعود مرة اخرى وتسبب حرارةً والمآ عند المقعدة ويصحب ذلك احياناً نزف دموي . واخيراً تصبح مستمرة فتُحدث ثقباً وتعباً في الاسفل والمآ في الصلب او انها تلتهب وترم ويسيل منها الدم وربما سببت المآ وزحيراً عند التفوط ونهيجاً في المثانة . وكثيراً ما تؤدي الى شقوق او قروح في الاست . وفي النساء ينشأ من البواسير وجع الظهر او افراز مخاطي وضعف وخفقان لا يُعرف علاجها الا اذا عُرف السبب وربما حدثت جميع هذه الاعراض من باسور صغير باطني مجهول الوجود . واخص الاعراض المزمنة الألم والنزف الدموي الذي يحدث غالباً بعد الخروج ويقطعي الغائط ويندر انه يسبقه او يخرج وحده

اسباب البواسير كثيرة وهي القبض المستمر والزحير الناشئ منه عند التفوط والاشغال التي توجب الجلوس الطويل وكثرة ركوب الخيل وتعود

استعمال المسهلات القوية ولا سيما الصبر وسكن الاقاليم الحارة واحتمان الكبد وتردد الاسهال والدوسنطاريا

العلاج. متى كانت البواسير الظاهرة ملتتهبة تستعمل النطول بالماء الفاتر والبنخ الحارة والمسهلات المحببة كالمخ الانكليزي او شترات المغنيسيا اذا كان هناك اعتقال ويلازم المريض الفراش الى ان يكون قد زال الانتهاب ثم يرد الماء البارد على المقعدة مرارا في اليوم ويعول على الرياضة المشيطة واستطلاق البطن كل يوم بالترتيب (انظر قبض الامعاء). واذ كانت البواسير الملتتهبة باطنة فتلين الامعاء وتستعمل الحنن بالماء الفاتر ويلطف الطعام. وعلى الجملة تنيد الوسائط الهيجينية اي الصحية اكثر من الادوية غير انه من العلاج المقرر الفائدة في البواسير الظاهرة مرهم مركب من ٨٠ قحمة مسحوق الغنص و٢٠ قحمة مسحوق الافيون و٨ دراهم مرهم بسيط يستعمل مرتين في اليوم. وفي البواسير الباطنة ملعقة صغيرة من الكليسرين تشرب ثلاث مرات في اليوم

البول الدموي

اذا كان دم مع البول تغير لونه الطبيعي وصار احمر او اسمر قائما واذا كانت كمية الدم كثيرة رسب راسب اسمر قائم. اسبابه كثيرة اخصها احتمان الكليتين فيكون حينئذ مصحوبا بالحمى وثقل في الظهر وقد يكون نتيجة التهاب الكليتين (انظر التهاب الكلية). وقد يكون سببه استعمال التريبتينا او الذرايح او آفات الكلية او مرور حصاة من الكلية الى المثانة او من تضيق المجرى او من حصاة في المثانة او التهاب غشائها المخاطي او من بعض الحميات الحبيثة. وبناء على ذلك للطبيب ان يكشف السبب ويعالجه. ومن الاحوال المرضية للبول البول السكري (ديابيطس) والبول الاليوميني (مرض بريت) والبول المخاطي (التهاب المثانة) والبول الرملي (رمل البول) والبول الصفراوي

(برقان) والبول المنوي (السيلان المنوي) تُطلب في مواضعها

تبويل الاولاد في الفراش

هي علة كريمة تصيب الاولاد غالباً واسبابها احياناً التكاسل عن النهوض من الفراش وغالباً تهيج المثانة او وجود حصة فيها . فان لم يكن هناك سبب معروف فيلزم الولد بتفريغ المثانة قبل النوم ويوضع عند فراشه وعاء صغير ويوقظ نحو نصف الليل ليبول . واذا لم تكف هذه الوسائط يُعطى قحمة من هدرات الكلورال لكل سنة من سني الولد مع فنجان ماء عند النوم وكثيراً ما يفيد من سدس الى ربع قحمة من خلاصة البلادونا وخلاصة الجوز المقي مرتين في اليوم لولد بين السنة الثالثة والسنة الخامسة عشرة مع الغسل بالماء البارد صباحاً في الصيف . ولا يجوز ضرب الولد بل يُعرض بكلام فعال . واذا اصابته هذه العلة البالغين فتزول بواسطة خمس عشرة او عشرين قحمة من الكلورال مع فنجاني ماء قبل النوم ثم تنقص هذه الكمية كلما تقدم الشفاء . واذا نكسر الشفاء بهذه الوسائط توضع حرّافة على اسفل الظهر

التنوس

يراد بالتنوس تشنجات عنيفة في الاطراف او جميع الجسد . وهو يبدأ غالباً بتيبس الفك ثم بطبقه وعدم امكان فتح الفم . وكثيراً ما يرافقه صعوبة البلع بحيث ان السوائل تندفع من الفم او الانف . وربما توقف المرض عند هذا الحد وشفي المريض والغالب انه يتقدم وتحدث التشنجات في الاطراف والجسد وربما انحى المريض كالقوس واستمر على عقبه وفتاء رأسه . وبصاحب ذلك ألم شديد في الاطراف وعند فم المعدة يمتد منها الى الظهر ويحتر الجسد ويعرق عرقاً غزيراً . وتكرر التشنجات كل بضع دقائق وتبقى العضلات متوترة في اثناء الفترات الآ

اذا نام المريض. وربما مات العليل من الاختناق بسبب تشنج عضلات التنفس او من الاعياء. وهذه العلة شديدة الخطر واكثرها ينتهي بالموت. واسبابها التعرض للبرد او انها تعقب الجروح وعلى الخصوص اذا نشأت من آلة حادة تنفذ في اليد او القدم. وقد تلتبس بداء الكلب فتمتيز عنه بعدم الخوف من الماء والاسباب الخاصة بكلٍ منهما. وقد يلتبس بالتسمم بالاستركنيا فتمتيز العلتان بالاسباب وبان طبق الفم دائماً في التننوس وينفخ في الفترات بين تشنجات التسمم بالاستركنيا وبأن سير التننوس بطيء بالنسبة الى التسمم المذكور وان الفترات بين التشنجات تامة في التسمم وغير تامة في التننوس. واما التباسها بالمستيريا فليس من الامور الصعبة

العلاج. اخصه بالكوروفورم وهدرات الكلورال وهما من الامور التي للطبيب ان يراقب عملها

التسنين

التسنين عمل من اعمال التكوين والنمو الطبيعية وقد سبق الكلام على زمن بروز الاسنان اللبنية والائمة (صفحة ١٠١). غير ان هذا الزمن دور من الادوار التي ينتقل فيها الانسان من حال الى حال في ما يتعلق بتغذية الجسد ولذلك كثيراً ما يصحبه الاضطراب العام او المرض ولا سيما اذا كان الطفل ضعيف البنية. والغالب ان السن يبرز بدون ان يسبقه شيء الا ورم اللثة وزيادة سيلان اللعاب فلا يحتاج الطفل حينئذ من التدبير الا الى التخفظ من تبليل ثيابه باللعاب وتبريد الجلد الذي قد يحدث من ذلك. فيوضع له قطعة خاصة من اللباس عند اعلى الصدر لاجل استلقاء السائل وتبدل كلما ترطبت. وربما حدث له قلق عام وقلة نوم وحتى خفيفة في الليل وجميعها تزول عند بروز السن من تلقاء نفسه. ولا يجوز حينئذ تغيير طعام الطفل كقطاهه او تغيير

مرضته بل اذا وجب ذلك فيكون في فترة متوسطة بين زمن بروز الاسنان .
 واذا انجم الطفل فيعطى كميات صغيرة من شترات المغنيسيا وان كانت الامعاء
 قابضة فيعطى جرعة من زيت الخروع او من مسحوق غريغور بوس نحو خمس
 قسحات لطفل ابن سنة كل ثلاث ساعات الى ان يخرج . واذا تأخر بروز السن
 وصار قرب السطح واللثة وارمة لامعة بيضاء وكان الطفل قلقاً محبباً جاز شق
 اللثة لاجل تسهيل نفوذ السن

واما الامراض الغالبة التي تصاحب التسنين او التي هو يهيجها فهي نفاطات
 جلدية والقلاع والرياح البطنية والقيء والاسهال والتشنجات العصبية وهي
 مذكورة في فصول خاصة بها فتطلب هناك

التشنج

التشنج انقباض عضلي يحدث بغتة بدون اختيار . وقد يكون الانقباض
 المذكور متصلاً او يشتمد وينقص او ينفصل بنترات تامة . وقد يكون عاماً اي
 مشتركاً بين عضلات كثيرة كما يشاهد في تشنجات الاولاد والصرع والتنوس
 وداء الكلب او يكون موضعياً اي خاصاً بعضلة واحدة او مجموع واحد من
 العضلات كالربو التشنجي والمغص التشنجي وتشنج الجري البولي والفواق وتشنج
 الساقين في الكوليرا . ولذلك يكون علاجهُ بحسب العلة التي يصاحبها
 غير ان منه نوعاً يستلزم الذكر الخاص وهو تشنج بطن الساقين . ويظهر
 ذلك غالباً فجأة في الليل فتقلص عضلات بطن الساق وتضرب على هيئة عقد
 يُشعر بها عند المس ويصاحبها ألم شديد وربما دام بعض الألم هناك بعد
 زوال التشنج وقد يمتد الألم الى الفخذين . وهو يصيب غالباً المتقدمين في السن
 والنساء الحوامل فاذا اصاب الحوامل كان سببه ضغط الرحم المتدد على
 العصب العظيم الذي يتوزع في الساق فتمي ولد الطفل زال التشنج . وقد يكون

السبب في غير هذه الحال اجتماع مواد ثقلية في القسم السفلي من المعى وضغطها على العصب المذكور فاذا دُفعت بواسطة المساهل زال السبب والمسبب معاً. واما العلاج الموضوعي فيقوم بفرك القسم المصاب بالزيت والعرق بمقادير متساوية او بمروخ الصابون والافيون الذي يستحضر من الصيدلي

التشنجات العصبية في الاطفال

اكثر حدوث هذه التشنجات في الاولاد الخففاء مدة التسنين ولا سيما اذا اُطعموا طعاماً ثقيلاً بدلاً من لبن مرضعهم. وقد يكون السبب الدود في الامعاء او القبض او مادة اخرى مهيجية او رضاع لبن مرضعة بعد انفعال نفسي شديد حدث لها. وقد تكون من اعراض التهاب الدماغ. واعراضها انقباضات تشنجية في اليدين والرجلين وتشنج عضلات الوجه وانجذاب الراس الى الوراء او الى جانب واحد وظهور زبد على الفم ويعرق الطفل حينئذ عرقاً بارداً وربما خرج منه البول والغائط وهو لا يدري. ويصير النبض ضعيفاً غير منتظم والحدقة متسعة او منقبضة لاتأثر من النور. وتدم هذه الحالة بضع دقائق فقط غالباً وتتردد احياناً بسرعة بضع ساعات والطفل غير واع الى انه ينام اخيراً ويستيق صاحياً اولا ويستيق ابداً

العلاج. مدة النوبة يجب حل كل ما هو ضيق من اللباس حول العنق والصدر والبطن ويدخل الهواء الى الغرفة ويهوى وجه الطفل بالمروحة ويرش بالماء البارد ثم يوضع في مغطس ماء فاتر من خمس الى عشر دقائق وبعد خروجه منه يعطى ملعقة صغيرة من زيت الخروع او غيره من المساهل اللطيفة الا اذا كان هناك اسهال مفرط ويعاد ذلك الى ان تُنقّي الامعاء ما فيها. ويجوز استعمال الحفن بالمواد البسيطة الاعتيادية او مزوجة ببضع نقط من صبغة الحلتيت او ببضع قححات منه مخلولة في السائل الذي يحتن به.

وتوضع خردلية على المعدة الى ان يجمر الجلد وان كانت اللثة متفتحة من عدم
 بروز الاسنان فُتسَّق. ثم لا بد من ابقاء الامعاء منسهلة اياماً وان كان ريج في
 الامعاء يعطى شيء من مسحوق غريغوريوس . هذا مع الحمية العظيمة عن كل
 ما يكون ثقيلاً في المعدة واذا كانت المرصعة غير موافقة تُبدل اذا امكن
 بغيرها . ولاجل منع الذوب لاشيء افضل من بروميد البوتاسيوم نحو قحمة منه
 في ملعقة ماء صغيرة لطفل دون السنة وقحيبف لما فوق ذلك كل اربع
 ساعات

المعدة (تلبكها)

تلبك المعدة من اسباب كثيرة اخصها سوء الطعام والمشروبات الروحية
 والحميات والامراض المتحركة . فان كان السبب من سوء الطعام ربما رافقة
 صلاخ او قيء صفراوي او ربما حدث ألم عند فم المعدة وعطش وغثيان او قيء
 ويقذر اللسان ويغير النفس ويحم المريض فاذا اجتمعت الاعراض المذكورة
 سمي المرض حينئذ بالحمية المعدية . ولكن اذا تجاوزت بضعة ايام ولم تنته
 فيجئى انها تكون حمى تيفويدية او متفترية او بولاية تدرن الدماغ في الاطفال
 لان جميع هذه العلل تبدأ باعراض معدية فيتعسر تشخيصها الا للطبيب الخبير
 العلاج . اذا صاحب الاعراض المعدية صلاخ او قيء صفراوي فيكون
 العلاج كما ذكر في بابها وان كانت الامعاء قابضة يعطى مليناً . وفي كل حال
 لا بد من اراحة المعدة من العمل فلا يعطى المريض الا الحليب او مرق اللحم
 بمقادير يسيرة . وان كان العطش شديداً فتبص قطع من الثلج
 واما تلبك المعدة في الاطفال فاخص اسبابه عدم نظافة القنينة التي
 يمص الطفل الحليب منها ولا سيما حول سدتها وكثرة الارضاع وسوء الطعام .
 واعراضه الخاصة النفس الحامضي والتي في بعد الطعام واشارة الألم عند ضغط فم

المعدة والرياح البطنية والاسهال والغائط الابيض الذي يتضمن كتلاً غير مهضومة من الحليب . وهو لا يدوم غالباً أكثر من بضعة ايام وقد ينتهي الى اسهال الاطفال او الدوسنطاريا او الحمى المتفترية التيفويدية او القلاع او التشنجات او دق الاطفال او علة دماغية . والعلاج أكثره بتدبير الطعام لا بالدواء لان ارضاع الطفل او اطعامه كلها بكي سواء كان البكاء من ألم او جوع او شيء آخر سبب لاحداث تلبك المعدة فاذا قاء الطفل ما لا طاقة لها على هضمه فلا يخرج كل ما في المعدة بل بعضه واما البعض الآخر الذي لا يخرج فيفسد ويسبب العلة او يكون سبباً لدوامها . ولذلك يجب ان يكون طعامه مقصوراً على كميات صغيرة من الحليب او يضاف اليه كل مرة ملعقة صغيرة من ماء الكلس او تُعطى هذه الكمية وحدها اذا كان الطفل مرضعاً مرات في اليوم مع قلة الارضاع . ويتفق احياناً ان الحليب لا يوافق الطفل فيبدل بملعقة صغيرة من مرق اللحم كل ساعة . واذا احتجج الى دواء فللطبيب ان يأمر به

الثآليل

الثآليل نوامٍ من الجلد مجهولة السبب تظهر على يدي الاحداث ويندر ظهورها بعد هذا السن . وكثيراً ما تزول من تلقاء نفسها فان لم تزول وكان لها عنق مخنق فتربط بخيط حرير مشمع وتشد ويعد يومين تسقط . والآفة تمس بالحامض الكهليك الصرف مع الحذر من مس الجلد حولها مرة في اليوم فتزول بعد بضعة ايام

الثدي (امراضه)

التهاب الثدي يحدث من لطفة او برد او فطم الطفل فجأة او من

زيادة تمدد الثدي باللبن مدة الارضاع او اذا مات الطفل. واكثر حدوثه بعد الولادة الاولى من عدم حرص الوالدة من كشف الصدر وتعرض الثدي للبرد ومن عدم بروز الحلمة بروزاً كافياً فيصمها الطفل بعنف ويهيج الثدي. واعراضه وجع ناخس وحشي وصلابة الثدي واحمراره واشتداد حرارته وربما انتهى ذلك الى تكوين خراجة. ومتى ظهرت الاعراض المذكورة يجب وضع الحرق المبلولة بالماء الفاتر واخراج اللبن من حين الى حين اما بواسطة الرضاعة او بواسطة آلة معروفة تباع عند الصيدلي غير انه يجب الامتناع عن التطرف في كثرة دفعات اخراج الحليب وفي ترك الثدي ليمتد تمدداً زائداً وربما كانت حاسة الوالدة الدليل الاضرب في هذا الامر. ويجب مرخ الثدي مرخاً لطيفاً بالزيت الفاتر وسنده بمندبل يمر تحته ويُعلَق بالعنق. وتستلقي المريضة في الفراش ما امكن وتعطى كمية صغيرة من شترات المغنيسيا او زيت الخروع لتلين الامعاء اذا اقتضى الحال

خراجة الثدي اجتماع صديدي يحدث من عدم توقيف الاعراض السابقة. وعلامتها الخاصة وجع نابض مع بروز الورم وانفجاره من تلقاء نفسه اذا لم يبضع وخروج الصديد منه. فتمتد برز الورم ولان يجب فتحه في الحال لان ذلك يخلص المريضة من ألم طويل اذا تركت الخراجة لتنفخ من نفسها وربما امتد الصديد اذا لم يُفجر في جوهر الغدة واحداث طولاً وألماً في سير المرض. ثم بعد الانفجار اذا كانت الخراجة صغيرة فيرضع الطفل وان كانت كبيرة فالأوفق استخراج الحليب بالآلة الماصة. واذا غُفِل عن خراجة الثدي ولم تنفخ وامتد الصديد في جوهر الغدة تكوَّنت قنوات ناسورية تحتاج الى شقوق جراحية مؤلمة

وجع حلمة الثدي يحدث من شقوق او فروح عند الحلمة مدة الارضاع فتسبب ألماً شديداً وربما أدت الى التهاب الثدي وخراجاته. ويُحفظ من

ذلك بغسل الحلمة وتشفيفها بعد الارضاع ولا يجوز تركها في فم الطفل وهو لا يرضع. وربما نشأت من قلاع في فم الطفل فتعجه المعالجة حينئذ الى الطفل والمرضعة معاً. اذا كانت الحلمة مؤلمة فقط غير مشققة كفاها وضع الزيت الحلو عليها ورفع اللباس عنها لئلا يهيجها ومع ذلك تستعمل الحلمة الاصطناعية التي تباع عند الصيدلي لاجل حماية الحلمة الطبيعية من التهيج. وبعد نهاية الارضاع تُغسل الحلمة بمجول الشب الابيض او بعرق وماء بقدر متساو ثم تدهن بالزيت الحلو او دهن اللوز ولا بد من غسلها قبل ارضاع الطفل ثانية. وان كانت الام معرضة لهذه العلة فيجب ان تغسل الحلمة بماء وملح في الاشهر الاخيرة من الحمل او عرق وزيت لاجل تصلبها ومنع تشققها. ويفيد ايضاً كشف الحلمة للهواء مرة كل يوم لاجل الغاية المذكورة. وربما اقتضى في تشقق الحلمة استعمال الادوية الكاوية حسب استخسان الطبيب

تهيج الثدي وارجاعه العصبية كثيراً ما يصحب الحيض في البنات وعدم انتظامه وامراض الرحم في النساء فلا بد من اتجاه المعالجة الى الاسباب الاصلية. وان كان الالم متقطعاً دورياً افادته الكينا

سرطان الثدي علة خبيثة تصيب النساء بعد السنة الاربعين. يبدأ على هيئة ورم صلب تحت الجلد يصحبه ألم ناخس ويتند الى جوهر الغدة ويجذب جلد الحلمة فتتحول عن وضعها الطبيعي. وليس هذه العلة دواء الا الاستئصال الجراحي في بلاءة الامر فان تركت الى ان تنضج غدد الابط لم يفد العمل المذكور فيقتصر حينئذ على تحسين الصحة العمومية وتخفيف الالم. غير ان هذا المرض كثيراً ما يلتبس بغيره فلا يصح تشخيصه الا بمعرفة الطبيب

المجدري

هو حتى نفاطية شديدة معدية لا تحدث غالباً اكثر من مرة واحدة في

الحياة. ومدة العدوى تمتد من زمن تكوّن الصديد في البثور الى برء الجلد من النفاط وربما دامت بعد ذلك الى ثلاثين يوماً وقد تحمك في امتعة المريض ولا سيما في ثيابه وفراشه. واما المدة التي تتوسط بين اول زمن العدوى وظهور المرض فتحوادثي عشر يوماً. الاعراض الاولى قشعريرة وحرارة محرقة وفيه صلواع وآلم شديد في الظهر والمخوفين. والامعاء في البالغين غالباً قابضة وفي الاطفال منسهلة. ثم بعد يومين او ثلاثة ايام من بداءة هذه الاعراض يظهر نفاط احمر مرتفع على الوجه والجبهة يمتد في اليوم الرابع على جميع الجسد وتخت المحى حينئذ. وفي اليوم الخامس تصير كل بثرة حويصلة في قمتها ماءً منخفضة المركز وقاعدتها حمراء ملتبية وهذا الانخفاض في المركز يميز الجدري عن الحماق وغيره. ثم في الايام الثلاثة القابعة يتكوّن صديد في الحويصلات ويشد بروزها وتظهر حينئذ الرائحة الخاصة بالجدري. وعند ذلك اذا كان الحال ثقيلاً برم الوجه وتنطبق العينان من شدة الورم. ونحو اليوم العاشر تاخذ البثور تجفّ اولاً على الوجه ثم على اليدين والرجلين وتكوّن عليها قشور جافة نحو اليوم الرابع عشر ثم تسقط بين اليوم العشرين والثالث والعشرين فيظهر لون الجلد تحتها اسمر مائلاً الى الحمرة وكثيراً ما يبقى الجلد منقوراً منها. متى بلغ النفاط اشده من البلوغ اي من اليوم الثامن الى الحادي عشر تشدّ المحى ويزيد الخطر وربما مات العليل حينئذ من الاعياء. وفي الاحوال الثقيلة تخلط البثور بعضها ببعض وتمتد الى باطن الانف والفم والحلق وتكون المحى شديدة مصحوبة بهذيان وربما مات المريض غائب الوعي. واما الاطفال فصبيهم تشجات عند ابتداء ظهور النفاط ولا سيما في مدة التسنين

العلاج. يُفرد المريض ما امكن عن بقية العائلة ويوضع في غرفة فسيحة يجدد الهواء فيها معتدلة الحرارة ويخفف الغطاء خلافاً لتول العامة. وليس للدواء فائدة في تقصير سير المرض فغاية ما يمكن عمله لتلطيف الاعراض

بالمسهلات الخفيفة اذا اوجب الحال وبلّ الجسد بماء فاتر بواسطة اسفنجية .
ويقتصر من الطعام على الحليب ومرق اللحم . واذا كان النبض ضعيفاً والقوى
مخففة ربما وجب استعمال المنبهات كالخمر والنقادر . ومدة النقاهة تفيد الكينا
للثقبوية . ومن الوضعيات التي تستعمل على الوجه لاجل منع الحك والتنفير
يفيد رش الطحين او النشاء او الدهن بزيت الزيتون واذا كان المريض طفلاً
ربما وجب لف يديه لئلا يجدش وجهه

التلقيح وهو المعروف عند العامة بالتطعيم . لما كان داء المجدري من
اخبث الامراض وله اخبار رائعة في القرون السالفة وكان بروه بواسطة الدوا
غير ممكن كان منعه بواسطة التلقيح من الامور الواجبة المفترقة التي لم يبق في
صحتها ادنى ريب . وقصة هذا الامر المهم ان امرأة انكليزية تحلب البقر اخبرت
بوماً الدكتور جنر في بداية هذا القرن ان الذين يصابون بمجدري البقر وهم
يحملونها لا يقبلون العدوى من داء المجدري . فحجب من هذا الخبر واستقصاه
فوجده صحيحاً واخذ يطعم الناس من جدري البقر ثم البعض من البعض الآخر
وظهر ان جدري البقر نوع من جدري البشر الا انه خفيف خالٍ من الخطر
ينع الداء الخفيف الذي كان يعم البلاد ويهلك خلقاً عظيماً منهم . فاذا حدث
لاحد بعد التلقيح كان خفيفاً دائماً ويندر جداً الموت منه كما ثبت من المشاهدة
في مستشفيات مدينة لندن فان الموت من هذا الداء كان ٢٥ في المئة من
الذين لم يطعموا ونصف في المئة فقط من الذين تطعموا . وثبت من المشاهدة
ايضاً ان بين الاقوام الذين ليس عندهم التلقيح تصيب المجدري ٩٠ في المئة من
السكان واما في البلاد التي يارسون فيها التلقيح فاقبل من نصف في المئة .
وكذلك شوهد ان من ثلاثين خادمة ملقحات في مستشفى المجدري لم تصب ابداً
واحدة منهن . وهي من ادلة كثيرة لا تحصى على فائدة التلقيح التي اقر بها واصطلح
عليها الآن جميع شعوب الارض حتى اهل البادية في هذه البلاد . واما الاعتراض

عليه بأنه قد يُنقل بواسطة مرض خبيث من عليل البنية الى صحيحها فردود
بانه لا يجوز التلقيح من طفل عليل واذا حدث فيكون نادراً جداً ناشئاً من
جهل الملقح ولا يمنع الفائدة العامة كما ان الضرر الذي يحدث احباًنا من الآلات
الجارية لا يمنع احداً من التعويل عليها . ثم كثيراً ما يكون زمن التلقيح زمن
النسبين فرمما ظهرت علة في الطفل من التسنين ونُسبت الى التلقيح
وبناء على ما تقدم يجب تلقيح الاطفال قبل زمن التسنين ولا مانع من
ذلك اذا كان الداء موجوداً ولو كان الطفل ابن بضعة ايام خلافاً لقول
العامة انه لا يجوز التلقيح متى كان الجُدري موجوداً وافداً وربما هو قول باقي
من ايام التطعيم في القرن الماضي حيث كانوا يطعمون من قشور الجُدري
الحقيقي ولكن في غير زمان وفده . غير انه اذا كان الطفل ضعيفاً او مسهولاً
او مصاباً ببثور جلدية فيستحسن تأخير العمل الى زمن آخر ان لم يكن الجُدري
في المكان حتى بعد بروز اكثر الاسنان . وقد شاعت في هذه البلاد عدم
امكان التلقيح في الفصل الحار لسبب سرعة جفاف المادة وفسادها . وكيفية
العمل في ذلك ان تُنقل اللعنا بدون ان يخاطها شيء من الدم من ذراع طفل
صحيح البنية الى ذراع طفل آخر بواسطة خمش الجلد ثلاث او اربع خمشات
خفيفة . وتُفضل الذراع اليسرى لقله حركتها بالنسبة الى اليمنى وليكون المكان
معلوماً يُطلب في المستقبل ليعلم هل تلقح الشخص او لا غير انه يجوز التلقيح في اي
قسم كان من الجسد . وفي اليوم الثاني بعد التلقيح تظهر بقعة صغيرة حمراء عند
الخمش بالريشة وفي اليوم الخامس تتكون حويصلات لؤلؤية مستديرة تتضمن
سائلاً صافياً . وفي اليوم الثامن يتم تكوينها وتُخفض كل منها عند المركز وتحيط
بها حلقة حمراء ملتصقة عرضها يتجاوز القيراط . وربما حدث حينئذ حتى خفيفة
وورم في الذراع . وفي اليوم الحادي عشر تتغير الحويصلات وتتكون عليها قشرة
وفي اليوم العشرين تسقط القشرة وتترك أثراً مبيضاً يدوم مدة الحياة . مدة نقل

اللفا من الملقح من اليوم الخامس الى العاشر والافضل اليوم الثامن . ويجب الاعناء في مدة التلقيح لئلا يندس الطفل البشرة ويلتهب المكان ويتكوّن بعد ذلك قرحة مزعجة فان حصل شيء من ذلك توضع لينة من لب الخبز حارة وتعاد متى صارت القرحة نظيفة تعامل بالمرام البسيطة التي افضلها اللانولين . علامات صحة التلقيح الحويصلات اللؤلؤية التي تظهر بين اليوم الخامس والثامن المنخفضة المركز التي تحيط بها حلقة حمراء . ويجب التلقيح مرتين في الحياة مرة في الطفولية ومرة نحو السنة السابعة عشرة

الجُدري الخفيف الذي يحدث احيانا بعد التلقيح او بعد جدري سابق يتميز عن الجدري الحقيقي بمحنة اعراضه وعدم بلوغ الحويصلات دور الصديد فيجف في اليوم الخامس او السادس وعدم ظهور الحمى الثانوية نحو اليوم الحادي عشر ولكنه معد فيجب ابعاد الاولاد الذين لم يلقحوا . وهو لا يحتاج من العلاج الا الى المساهل اللطيفة مع نقاوة الهواء وتجديده في المكان وتلطيف الطعام

الجذام

الجذام ويسميه العرب الداء الكبير وداء الاسد هو من اخبث الامراض بل ربما كان اخبثها جميعا . وهو طويل المدة ربما عاش صاحبه سنين كثيرة قدرا الى الغاية وكثيرا ما يطلب اهل المريض انفصاله عنهم . اعراضه الخاصة خدر في اليدين والرجلين وعجز وقروح في الجلد وسقوط بعض العظام من الاصابع ورائحة كريهة تنبعث من المريض وسماكة في جلد الوجه مع لمعان وتغيير السحنة . وليس هذه العلة دواء وانما تتوقف بواسطة الطعام الجيد والهواء النقي والاستحمام والنظافة والمنقويات ولا سيما الزرنخ . اسبابه الفقر والوسخ والازدحام وعلى الخصوص الارث في العمال . وقد شاهدت في هذه البلاد اكثر من ٢٠٠

من المصابين به وكانوا جميعهم من اهل الجبال وعامتهم من اهل الفاقة واستقصيت العلة غالباً الى وجودها في العائلة . وقد انقرض هذا الداء من اوربا بعد وجوده فيها بواسطة تحسين المعيشة وعلى الخصوص النظافة فلم يبق شيء منه الا في بلاد نروج . وسوف ينقرض من هذه البلاد ان شاء الله متى ارتفعت معيشة اهلها الى ما تقتضيه شروط الصحة من جودة الطعام والنظافة التامة في الجسد واللباس والمسكن والقرى . واما قول العامة ان هواء دمشق يوقف هذا المرض فوه باطل الا من حيث ان فيها للمصابين دارين ربما نالوا هناك من الاحسان معيشة اجود مما ينالونه في فقر الضياع وقدرها . واختلفوا في هذه الايام في كونه معدياً . والارجح انه غير معدٍ الا على سبيل التلقيح وذلك انهم اكتشفوا في هذه العلة بالشلس خاصاً بها شاهدته في صديد المصابين . فاذا كان خدش في يدي من يخدمهم ربما دخلت المادة السامة على هذا السبيل الى دمهم وظهر المرض فيهم . غير انه لما كان هذا المرض من اعظم مصائب البشر وكان انتقاله الى الاصحاء على جانب عظيم بالارث التناسلي واحياناً بالعدوى صارت المسئلة من متعلقات الحكم المدني وبعد البحث الوافي قضي في بعض البلاد ان يفصل المجذمي الى قرى خاصة بهم يعيشون فيها على النفقة العامة وان يلام هذا الحجر لكل من يظهر فيه المرض الى ان يقرض الداء انقراضاً تاماً وهو الجاري الآن في كثير من الممالك التي يوجد فيها . وظواهر الامر تدل على ان هذه الوسيلة هي الوسيلة الوحيدة للخلاص من هذا الوباء العظيم

الجلد (امراضه)

تقسم امراض الجلد عند الاطباء الى اقسام كثيرة وسنقول هنا على البسيط منها وهي خمسة اقسام لكل منها انواع

١. الرقشي وهو تغيرات سطحية في لون الجلد لا تنهي الى افراز مائي او

صد يدي

٢. الحويصلي وهو بثور صغيرة في اول الامر ثم تنتهي الى تكوين سائل مائي في ثنبا
٣. البثري يبدأ بثور صغيرة تنتهي الى تكوين سائل صد يدي
٤. القشري هو نقاط تتكون على سطحه قشور
٥. الدرني يبدأ على هيئة درن او عجر تنقرح اخيراً

القسم الرقشي

النشس هو بقع صغيرة ملونة تظهر غالباً في الناس البيض من التعرض للشمس. وعلاجه اجتناب الشمس وغسول معمول من اللوز الحلو يضرب منه عشرون لوزة في هاون ثم يضاف اليه ١٥٠ درهماً ماء سخناً ويترج جيداً ويصفى. وما يفيد ايضاً غسول آخر مكون من ماء الكلس والحليب بمقادير متساوية يطلى به الجلد ويترك لينشف هناك ثم بعد نصف ساعة يغسل بالصابون والكلف بقع مختلفة الحجم كاملة متغيرة اللون عما بقي من الجلد. وسببه انحراف في عموم الصحة وضعف الدم وعدم انتظام الحيض. وعلاجه علاج الخلل الواقع في الصحة بعد الاستقصاء عن السبب والحامات الفاترة. وما يفيد من الوضعيات محلول خفيف من السلياني بنسبة قحمة واحدة منه الى ١٦ درهماً من الماء ويحذر من وضعه بين الاولاد لئلا يشربوه لانه سام

الإريشما بقع مختلفة الحجم والشكل لونها احمر خفيف تظهر في اقسام مختلفة من الجسد وتصاحبها حكة وتزول غالباً بعد ثلاثة اواربعة ايام. وهي تصيب غالباً البنات عند اول البلوغ وربما نشأت بعد شرب الماء البارد اذا كان الجسد حاراً او اصابته الاولاد في زمن التسنين او الاطفال قبل ذلك وهي علة خفيفة يندر ان يكون معها حصى. وعلاجها مسهل خفيف والحماية عن الطعام

الوردية بقع حمراء صغيرة تحدث غالباً للأطفال مدّة التسنين وتتميز
عن الحصبية بمحدوثها بغتة بلا زكام سابق . وهي علة خفيفة لا تحتاج إلا الى اسط
العلاج . فاذا اصابت البالغين كانت ناشئة غالباً عن سوء الهضم فيُنظر الى ذلك
الشّرعي نفاط يشبه ما يحدث من شوك الفُرَيْص . وكثيراً ما يحدث بغتة
وربما دام بضعة دقائق او يوماً او يومين ثم يزول وربما اخفى في النهار وظهر
في الليل وقد يصاحبه في بعض حجي خفيفة . اسبابه غالباً سوء الهضم فيعالج بمسهل
خفيف والحماية عن الطعام . وقد يكون سببه شرب الكوباييا او الكينا

القسم الحويصلي

الحزازة . لا يقتصر ظهور هذا النفاط على الوجه والجذع والاعضاء بل
غالباً يصيب الفروة اي جلدة الرأس مع شعرها ولا سيما في الاولاد فيلبس
بالقرعة المعروفة وهو مرض معد ناشئ عن وجود فطر نباتي دقيق لا يتميز الى
بالمكروسكوب . علاماته الاولى حمرة خفيفة او قشور يُغفل عنها ثم تتكوّن حلقات
من بثور دقيقة تُحوّل الى حويصلات وتنفجر فتكوّن قشرة رقيقة . ثم تنسع الحلقات
المذكورة وتسبك القشور ويصير المرض شبيهاً بالقرعة . وعلاجه عند العامة وضع
حبر الكتابة عليه وهو مفيد غالباً وبلّة بلعاب الفم ايضاً . واذا استعصى او كان
بين شعر الراس فيستعمل له مرهم الكلس او الطلي بصيغة اليود او مرهم الليون
المجرب يبدأ على هيئة حويصلات دقيقة نحو راس الدبوس بين الاصابع
غالباً ثم يمتد الى اقسام اخرى من الجسد . وسببه حيوان صغير لا يُشاهد الا
بالمكروسكوب يختر في الجلد بقرب الحويصلة . والحك الذي يصاحب المجر
شديد لا يطاق ولا سيما في الليل عند دخول الفراش . واذا طالت العلة صار
النفاط على هيئة بثور يخرج منها صديد وقد تصير قروحاً . وعلاجه اولاً الغسل
بالماء والصابون ثم دهن جميع الاماكن المصابة مرتين في اليوم بهذا المرهم وهو

زهر الكبريت درهم ٨ وملح البارود نصف درهم وكليسرين درهم ١ ودهن الغنم
درهم ٢٢ تمزج جيداً بعد سلي الدهن على النار وتبريده . وبعد ثلاثة ايام يُعاد
الغسل بالماء الحار والصابون ثم يُعاد المرهم الى ان يحصل الشفاء بعد بضعة
ايام . ومتى حصل الشفاء يجب غسل البسة المريض وفرشه لئلا يعود المرض .

وهو معد فيجب ابعاد المصاب عن غيره ولا سيما في النوم

نفاط الصيف (وهو الحصف) ويسمى عند العامة بالحجارة . اعراضه حك
وتقرص وعرق ونفاط احمر زاه ينتهي الى تكوين حويصلات صغيرة فيها
مادة مائية او بيضاء . ويكفيه تخفيف اللباس والطعام والمسائل الخفيفة وما
يلطف الحكاك درهم كربونات الصودا مع عشرة فناجين ماء يُطلى به من الخارج
الحكة علة من علل الجلد يصاحبها حكاك شديد يزيد في الليل وربما لم
يظهر شيء في الجلد الا احمراره او خمسه من الحك والغالب انه يكون نفاطاً
احمر مرتفعاً عن الجلد عليه نقط سود . وجلسه الغالب الا لثبات والاماكن
المجاورة لاجزاء الفناسل وربما اصاب غير هذه الاجزاء من الجسد ككثنيات
الاطراف والكثفين . وهو كثير الوجود في الشيوخ والاولاد والنساء مدة الحمل
وفي مرض الديايطس واليرقان . وعلاجه تطيب الطعام والغسل بالمياه
القلوية الضعيفة والدهن بالمروحات المليئة كالانولين وقلمها يفيد الدواء اذا
طالت مدته

القوية . هذه العلة انواع مختلفة جميعها مكونة من حويصلات تنفجر وتحدث
قشرة سمكة . منها نوع يظهر عند نهاية الحميات البسيطة عند الشفتين وهو
المعروف عند العامة بعقائل الحمى او بتقيلها . ونوع آخر يظهر على القلعة . ومنه
ما يظهر على الوجه . واشد انواعها القوية المنطقية وهي عبارة عن سلسلة
حويصلات تمتد من العمود الفقري من الخلف الى القسم السفلي من الصدر على
هيئة نصف دائرة او بعضها ويحسب هذا النوع وجع وحرارة وانفجار الحويصلات

وتكون قشرة سميقة عليها وينتهي في نحو خمسة عشر يوماً. اخض أسبابه سوء
الهضم فيعالج بالمسهل اللطيفة وتخفيف الطعام ووضع محلول الشب الأبيض
من الخارج (نصف درهم منه مع عشرة فناجين ماء) والغسل بمغلي الخشخاش
او رشّ النشاء على الموضع وتغطيته بالقطن المندوف

الأكريما حويصلات صغيرة مرتفعة خشكة مستقرة على بقع عريضة غير
منتظمة الشكل من الجلد الذي يكون لونه احمر زاهياً. ويصاحبه حكاك وحرقة
ويظهر غالباً عند ثنية الاطراف كاربية الفخذ والابط. ويكون ما في باطن
الحويصلات مائياً اولاً ثم يصير لبنياً اللون ومتى انفجرت خرج ويس على هيئة
قشور رقيقة خضراء مائلة الى الصفرة. ويدوم هذا المرض من اسبوع الى شهر.
واسبابه سوء الهضم والحر وفي الاولاد التسنين وربما ظهر فيهم وراء الأذنين او على
الوجه فيقال له حينئذ عند العامة الربة. وعلاجه العناية بعوم الصحة واصلاح
الهضم ووضع زيت الزيتون على القشور صباحاً ومساءً والغسل احياناً بالاسفنجية
والماء الفاتر والصابون اللطيف. واذا لم يند زيت الزيتون فيبدل
بالكليسرين. واما المراهم المختلفة التي تمدح في هذا المرض فللطبيب ان يأمر بها
البمفيجوس حرقاات صغيرة تظهر غالباً في الاولاد على الظهر او البطن
او الاطراف. وهي في اول الامر بقع حمراء مستديرة يصحبها حكاك وحرقة ثم
يظهر في مركزها حويصلات شفافة تسع وتشغل كل البقعة الحمراء الا عند
حافاتهما فتكون مستديرة او بيضية الشكل وربما بلغ حجمها الحمصة او اكبر منها.
ويكون ما في باطنها اولاً شفافاً ثم يتكدر وبعد يومين او ثلاثة تنفجر الحرقاات
وتغطي بقشرة ويبرأ الجلد تحتها. غير انه قبل برء الحرقاات الاولى يظهر غيرها
وهكذا يدوم المرض اياماً او اسابيع. سببه في الاطفال غالباً سوء الهضم وفي
البالغين قد يكون ذلك وقد يكون ضعف عام وربما كان مجهولاً. وعلاجه
مراعاة الصحة واصلاح الهضم وتلطيف الطعام واستعمال المراهم البسيطة. وبعد

الشفاء يبقى وسم داكن على الجلد يزول مع الزمان

القسم البثري الصديدي

يتميز هذا القسم عن القسم الحويصلي بأنه يتكوّن في بثوره الصديد من

أول الامر

القرعة مرض معدٍ مسبب عن مادة فطرية حلوية تصيب الجلد وتنبثق عند اصول الشعر. وهو يبدأ بنفاط احمر مرتفع غير منتظم الشكل مكوّن من نقط صغيرة حمراء تتضمن مادة صديديه متى انفجرت كوّنت قشرة سميكه ينفذ منها الشعر. ثم اذا تقدم المرض صار الافراز سميكاً غزيراً وامتد على جميع الراس وربما تكوّنت قروح تحمها يجري منها الصديد. وعلاجه عند بدائه كعلاج الحزازة وعند تقدمه يستعمل مرهم الحامض الكربوليك او مرهم مركّب من درهم قطران و ٨ دراهم مرهم بسيط وهو يحتاج الى معالجة طويلة والغسل والنظافة وتقوية الجسد بزيت السمك

الامبتيجو شبيه المنظر بالقرعة الا انه لا ينجح في الراس بل يظهر في اقسام اخرى من الجسد وليس له علاقة بالفطر الحلي الذي سبق ذكره. وهو مجاميع بثور صديديه صغيرة مرتفعة قليلاً عن الجلد تنفجر بعد ثلاثة ايام فيخرج منها سائل غليظ يحنث ويكون قشوراً سميكه صفراء مستقره على قواعد ملتصقة من الجلد. وقد تزول العلة في بضعة ايام وقد تدوم اسابيع او شهوراً. اسبابه مجهولة وعلاجه بحسب حال الصحة العمومية واذا ازمن فيستعمل الحمامات الكبريتية وربما اشار الطبيب ببعض المستحضرات الزرنيقية

الاكّة ويقال لها حجب الصبا بثور صديديه متفرقة مستقره على قاعدة حمراء صلبة تظهر على الانف والخدين والجبهة والصدر. وهي غالباً متعلقة بسوء الهضم او بافراط الطعام وشرب المسكرات او بخلل في وظائف الحيض في

الانثى وعند انقطاعه في سنّ اليأس . وعلاجها يقوم بترتيب الطعام والمعيشة وممارسة الرياضة واصلاح الحخل الواقع في وظائف الجسد
سيكوسيس بشور تظهر على الذقن افواجاً وتنفجر وتنجف فتكون قشوراً
ويدوم ذلك اسابيع عديدة ويسقط شعر الذقن . اخصّ اسبابه تغليظ الطعام
وعلاجه بقص الشعر ووضع اللبخ الحارة الى ان تسقط القشور ثم يطلى السطح
المتنهب بمرهم الحامض الكربوليك مع استعمال المساهل اللطيفة

القسم الفشري

اخصّ انواع هذا القسم البثور يامس وهو يبدأ على هيئة بقع صغيرة حمراء
لامعة مصحوبة بحكاك ثم تكون عليها قشور رقيقة بيضاء ويظهر الجلد تحته احمر
اللون . ثم تنسع البقع المذكورة غير انها تبقى مستديرة الشكل الى انه ربما بلغ
محيطها بضعة فراريط فتبطل استدارتها حينئذ وتصير غير منتظمة الشكل . ومنه
نوع غير منتظم الشكل من اول امره . اسبابه مجهولة وعلاجه الاستحمام بالمياه
الكبريتية واستعمال المستحضرات الزرنيخية ومرهم الحامض الكرسوفانيك والطلاي
بالتربيتينا مع تليين الامعاء ومراعاة عموم الصحة

القسم الدرني

اخصّ انواع هذا القسم جنس من الجلام (انظر الجلام)

الجفرة

هي دمل كبير صلب شديد الالم لونه احمر قائم مجلسه الغالب قفأ العنق
والظهر والايقان . عند تقدم العلة يخرج الصديد من فتحات كثيرة صغيرة وهي
بطيئة السير والغالب انه بعد اسبوعين او ثلاثة يتعفن الجلد والانسجة التي تحته

فيبقى تجويف غائر غير منتظم الشكل يمتد تحت الجلد المجاور. ويصحبها عادة اضطراب عام وحشي وعرق وضعف . وهي تصيب غالباً المتهوكون بعد السنة الخامسة والأربعين لسبب ضعف الدم وفساده . العلاج العام الطعام المغذي والمقويات كالكيما والحديد . والعلاج الموضعي اللبخ الحارّة ثم البضع لاجل اخراج اللب والصديد والانسيجة المتعفنة ووضع مرهم الحامض الكربوليك بعد ذلك

حموضة المعدة

هي من اعراض سوء الهضم وتنشأ من تحويل بعض الاطعمة الى حوامض مختلفة وكثيراً ما يصحبها صداع وجشأة الرج وحرقة في المعدة وفي وضعف شهوة الطعام . وعلاجها تجنب الاطعمة التي تولد الحموضة كالانماز غير الناضجة وبعض الخضراوات كالملفوف والسكر والسمن والاطعمة النشائية . وتقاوم باخذ ملعقة صغيرة من شترات المغنيسيا او كربونات الصودا في نحو فينجاني ماء وتلبين الامعاء اذا اقتضى الحال ثم استعمال المقويات للمعدة (انظر عسر الهضم)

الحماق

ويقال له جذري الماء هو نفاط معد مصحوب بحمي خفيفة يصيب غالباً الاولاد وبعده البعض نوعاً لطيفاً من الجدرى وهو خطأ . اعراضه حمي خفيفة تدوم نحو عشرين ساعة وكثيراً ما تكون مصحوبة بزكام ثم يظهر نفاط احمر اولاً على الظهر ثم على الوجه وغيره من اقسام الجسد يرافقه حكاك قليل . وفي اليوم الثالث يصير النفاط مائياً وينجف في اليوم الرابع وبزول في اليوم السادس ولا يعقبه اوسام كما يكون في الجدرى . وهي علة خفيفة لا تستدعي من العلاج الا مسهلاً خفيفاً والتخفظ من البرد وملازمة البيت او الفراش

الحمراء أو الحمرة

الحمراء التهاب قسم من الجلد والتسج الخلوي الذي تحته . وهي تتميز بجمرة الجلد وورمه اللذين ينتقلان من قسم الى قسم آخر مجاور له ونصاحبها غالباً حتى . وأكثر ظهورها في الوجه وقد يتعاطم الورم فيه الى ان تغض العينان وتخفي هيئة الوجه المألوفة . وكثيراً ما يرافقها صداع وغثيان وفيه وحى وقبض الامعاء وربما ظهر على الورم فقاع مائة . واسبابها التعرض للبرد وضعف الجسد العام والنقر والفقر والتعرض لهواء المستشفيات والسجون الفاسد . وقد يكون السبب جرحاً من آفة طبيعية او من عمل جراحي . اذا كانت الحمراء بسيطة ينتهي سيرها غالباً في عشرة ايام الى اربعة عشر يوماً . وقد يشتد الحال ويتكوّن صديد تحت الجلد فتطول مدة المرض ويزيد خطرهُ . واذا جاز من الظاهر الى الدماغ كان سيرهُ سريعاً خطراً . وبعدهُ عامة الاطباء من الامراض المعدية ولا سيما لمن كان به جرح

العلاج . يرشّ النسم المصاب بالطحين او النشاء وبوضع فوق ذلك القطن المنذوف ويكرر كل بضع ساعات . ويُعطى مسهلاً خفيفاً في بلاءة الامر اذا دعا اليه الحال كشترات المغنيسيا او زيت الخروع . ويُعطى من الباطن عشرين نقطة من صبغة ميوريات الحديد كل اربع ساعات مع قليل ماء . وربما احتج الى قمحتي كينا كل ساعتين . واذا اجتمع الصديد تحت الجلد وجب الشق لاجراجه . واذا اصابته الحمراء قسماً مجروحاً وجب غالباً وضع اللبخ الحارة عليه . ولا بد ايضاً من تهوية المكان ليدخله الهواء النقي وتجديد الثياب والشراشف كل يوم ليكون هناك غاية النظافة . ويجب غاية الحذر من حمل المادة المعدية الى امرأة والدة او نفساً بواسطة احد يعودها

الحَصْبَة

الحصبة حتى نفاطية معدية تصيب الاولاد غالباً ويندر رجوعها مرة اخرى.
 واما المدة المتوسطة بين التعرض للعدوى وبداية المرض فمن عشرة ايام الى
 اربعة عشر يوماً. اعراضها الاولى حتى خفيفة وزكام فتحمّر العينان وتدمعان
 ويحدث عطاس وسعال وربما حدث وجع في الحلق. وعند نهاية اليوم الثالث
 او بداية الرابع بعد الاعراض الاولى يأخذ النفاط في الظهور اولاً على الجبهة
 والوجه والعنق ثم على الصدر والبطن ثم على الاطراف. ويكون النفاط اولاً
 على هيئة نقط صغيرة حمراء غير مرتفعة عن مساحة سطح الجلد شبيهة بعقص
 البراغيث ثم تمتد وتختلط فتكون اشكالا هلالية قرمزية اللون مرتفعة قليلاً عن
 سطح الجلد واذا ضغط بالاصبع عليها زال لونها ثم يعود عند زوال الضغط
 وتدموم الحصى ويصير السعال ليناً. ثم بعد ثلاثة او اربعة ايام من زمن ظهور
 النفاط يأخذ في الاختفاء اولاً من الوجه ثم من الاطراف وبعد يومين يزول
 ويقشر الجلد وتنتهي الحصى. اذا ارتفعت الحرارة فوق 103° ف كان الحال
 ثقيلاً وربما صاحبه التهاب شعبي او رئوي. وقد يدوم السعال بعد زوال
 النفاط. وما يتميز به الحصبة عن الجدري الزكام الذي يسبقها ونوع النفاط
 الخاص بكل من المرضين

العلاج. الحصبة مرض خفيف يندر الموت منه غير انه يجب الاعتناء
 به. فيجب اولاً حجز الولد في البيت او الفراش واجتناب مجاري الهواء لئلا
 يخطط المرض بعله رئوية على انه يجب تجديد هواء المكان. ويكون الطعام ليناً
 او مرقاً وان كانت الامعاء قابضة فيعطى مسهل خفيف. واذا دام السعال بعد
 زوال النفاط كان العلاج كعلاج التهاب الشعب. واذا غاب النفاط فجأة
 وحدث اضطراب للولاد فيوضع في حمام سخن. ولما كانت العلة معدية وجب

افراد المريض وابعاد الاولاد عنه الى مرور ثلاثة اسابيع بعد زوال النفاط

الْحَنَجْرَةُ (التهابها)

الحنجرة هي القسم العلوي من القصبة وتضمن آلة الصوت وكثيراً ما يكون التهابها ممتداً من التهاب الحلق او اللوزتين. وسببه البرد او اجهاد الصوت وعلامته الخاصة بحج الصوت او فدهه بالكلية. اذا كان شديداً ربما أدى الى الخطر من الورم الحاد ومعارضة التنفس. اعراضه ألم وحى وضيق في الحلق وحمية الصوت وعسر التنفس ولازدراد واذا نُظِرَ الى الحلق شوهد انه احمر وارم

العلاج. اذا كان المرض خفيفاً لا يوجد من اعراضه الا حجة الصوت فيجب تبريد البرد ولا سيما برد اللبل ويجاط الحلق بقطعة من الفلانلا عليه خردلية. واذا كان شديداً فيوضع العلق على القسم العلوي من الصدر وبعاد اذا اوجب الامر وتلبين الامعاء وينشق المريض بخار الماء الحار ويمنع من التكلم ويحصّر في غرفة ويبعد عن مجاري الهواء ويقتصر من الطعام على الامراق

الحصى الصفراوية

هي كتل صغيرة قدر الواحدة منها كالحصّة تتكوّن في الحوصلة المرارية من بعض اصول الصفراء. ومتى تكوّنت حملها مجرى الصفراء احياناً الى القناة الصفراوية التي تصب في المي فيحدث من مرورها في القناة ألم شديد جداً الى بين المعدة يمتد الى الظهر مع قيء صفراوي ويرقان احياناً. ويتعاقب هذا الألم باوقات راحة. والضغط يحنّف الألم فيتقلب الشخص في الفراش ويعصر بطنه يديه او فخذيه طلباً للراحة وهو ما يميز هذه العلة عن الالتهاب حيث تكون الحركة موجبة للألم. واذا انحشرت الحصاة في القناة صارت سبباً لليرقان

العلاج . بوضع الليل في مغطس ماء حار نحو نصف ساعة ومتى خرج منه بوضع على الحمل المتألم لزق حارة . وان حصل هجوم الألم بغتة بمد طعام ثقيل يعطى عشرين قمحجة من مسحوق عرق الذهب ليقى ما أكله . وان كانت الامعاء قابضة يعطى مسهلاً ومدحوا في هذه الايام اعطاء فنجان زيت الزيتون المحلو كل ساعة الى ان يستطلق البطن ويرتاح المريض . ومتى خرج المريض وحصل على الراحة تطلب الحصى في الغائط بغسله وتصفينته في قطعة قماش وتمييز بلونها الاسمر او الاصفر المائل الى الخضرة واستنارة شكلها واما حجمها فيختلف من قدر الحبة الصغيرة الى البندقية . ويجب على المعرضين لهذه العلة ان يحفظوا الامعاء بحال الليونة الدائمة بواسطة مياه كرلسباد ومياه هنيادي بانوس المعدنية لثلاثا تبقى حصة في الامعاء وتسير نواة تسدها . ويجب ان يكون طعامهم بسيطا وان يجنبوا المشروبات الروحية ويمارسوا الرياضة الكافية لكي يمنعوا تكوين الحصى المذكورة

الحمل (امراضه)

- تعرض للحامل حالات مرضية خصوصية ربما افاد الكلام فيها
١. سوء الهضم الذي يصحبه غالباً قبض الامعاء وحرقة المعدة الناشئة من حموضة فيها وارباج بطنية . ويتغير البول واذا استقر في وعاء تكونت على سطحه طبقة رقيقة بيضاء . وقد يصفّر الوجه او قد يظهر عليه نفاط . وعلاجه المليينات اللطيفة والافتصار على الطعام الخفيف المغذي
 ٢. الشعور بالاعياء والخفقان . أكثر ظهور هذه الاعراض بين الاسبوع الثاني عشر والسادس عشر وهي المدة التي يبدأ الجنين ان يتحرك فيها ولا سيما اذا كان هناك سوء الهضم المذكور آنفاً واذا تعرضت الحامل لاسباب الاعياء والخفقان كالحرق والتعب والشهيج العقلي . وربما تأثرت من اضعف الاسباب

وتوهمت حدوث امر كريبه. وعلاجه المنبهات الخفيفة كماء زهر اللبمون او ملعقة صغيرة من روح الشنادر العطري مع فنجان ماء او ملعقة خمر كبيرة والاستلقاء على الظهر والراحة . وتجنب الألبسة الضيقة واسباب التعب والتعبج لتلاّ يودي الامر الى اسقاط الجنين

٢. قيء الصباح الذي يبدأ غالباً نحو الاسبوع السادس للحمل وينتهي بعد الشهر الثالث وربما ظهر قبل المدة المذكورة ودام الى زمن الولادة . وقد لا يقتصر الغثيان والقيء على الصباح بل يمتد الى النهار ويصير مزعجاً جداً . فان كان خفيفاً فهو طبيعي لا يحتاج الى تدبير وان كان شديداً فربما كان ناشئاً عن طعام خاص يجب اجتنابه . وتلين الأمعاء اذا كانت قابضة وتُعطى بعض قححات من كربونات الصودا اذا كانت حموضة في المعدة او المشروبات الفوّارة وربما افاد شرب مفاد بر صغيرة من الشبانيا الثلجة او نقطة من خمر عرق الذهب مع ملعقة ماء صغيرة كل ساعة او خردلية صغيرة على فم المعدة او وضع خرق مبلولة بالماء البارد على المعدة ثم تُغطى بالحرير المزيّن او المشعّ الرقيق . واذا كان القيء مستعصياً وجب اعطاء الحامل ملعقة مرق لحم قوي مع بعض نقط من الكنيك كل نصف ساعة واذا اوجب الامر فتحقن بالمرق كل ثلاث ساعات دفعا للمهبط او الموت من الجوع

٤. وجع الاسنان وسيلان اللعاب . اما وجع الاسنان فكثيراً ما يصاحب الحمل وقد يكون السبب نخراً وقد يكون عصبياً في سن صحیح. والغالب انه لا يجوز قلع الاسنان مدة الحمل لانه يودي احياناً الى الاسقاط بل تجرب اولاً الوسائط الموضعية (انظر وجع الاسنان) ويلتفت الى عموم الصحة من حيث حالة الامعاء والهضم وانتظام المعيشة . واما سيلان اللعاب فنادر ويعالج بالفراغر القابضة كدرهم من الشب الابيض في ١٠٠ درهم من الماء والاعتناء بالصحة العامة

٥. ورم الرجلين كثير الحدوث في الاشهر المتأخرة من الحمل وربما صاحبه انتفاخ الاوردة وآلم تشنجي في الساقين وكل ذلك ناشئ من ضغط الرحم المتمدد على الاوعية الدموية الكبيرة المنحدرة من جذع الجسد الى الطرفين السفليين. والورم المذكور يكون قليلاً في الصباح وربما زال بالكليّة عند الاستلقاء في الفراش ولكنه يعود عند الوقوف والمشّي. ولادواً له الآ الصبر الى حين الولادة وزوال السبب غير انه يُلطف كثيراً بالنوم في الفراش ورفع الرجلين على كرسي عند الجلوس واجتناب الوقوف والمشّي الآ عند الضرورة. واما الآلم التشنجي الذي يصاحب احياناً ورم الساقين فيعالج بمقادير متساوية من الكنيك وزيت الزيتون ذلكاً لطيفاً على محل الآلم

٦. تهيج الثديين. بعد مرور شهرين من زمن الحمل يكبر الثديان ويحيط بالحلمة هالة داكنة ويخرج احياناً منها افراز لبني او مائي وتشعر المرأة بامتلاء فيها وآلم خفيف. وهذه الاشياء لا يعتد بها الآ اذا كانت مزعجة فتتلف بتليين الامعاء وغسل الثديين بماء فاتر. وفي الشهر الاخير من الحمل ولا سيما قبل الولادة الاولى يجب غسل الحلمتين بمقادير متساوية من الكنيك والماء او محلول الشبّ الابيض لكي يتنع تشققها مدة الارضاع. واذا شعر بثقل وآلم في الثدي فيسند بمنديل يعلق على الكتف المخالف

٨. البواسير الظاهرة والباطنة كثيراً ما تحدث مدة الحمل لسبب ضغط الرحم المتمدد ولذلك لا يفيدھا دواء ولكنها تزول عند الولادة. وربما افادها الغسل بالماء البارد ومرهم العنص (انظر البواسير)

٨. تهيج المثانة الناشئ من ضغط الرحم ايضاً يودّي الى حرقه في البول او كثرة طلب التبول او خروج البول بلا اختيار المرأة. وقد تلطف هذه الاعراض بشرب مغلي الشعير او بزر الكتان وبمشربين قحمة من كربونات الصودا ثلاث مرات في اليوم والمسهلات الخفيفة والراحة في الفراش. والغالب

انها تدوم الى ان يرتفع الرحم الى البطن في اواسط الحمل ويزول الضغط عن
المهانة

٩. تهيج الفرج بؤدي الى السيلان الابيض (انظر السيلان الابيض)
او الى حكة مزعجة مع نفاط دقيق مائي او بدونه تعالج بالغسل بالماء البارد او
المنخلج او بغلي الخشخاش البارد واذا صاحبها نفاط فيها الشب الابيض (درهم
امنة الى ١٠٠ درهم ماء)

١٠. الاسقاط. اكثر حدوث الاسقاط يكون نحو الشهر الثالث
والاقرب انه يتم في الاسبوع الذي يقابل زمن الحيض لو لم يكن الحمل موجوداً.
واذا حدث فكثيراً ما يضر بصحة الانثى واذا حدث مرةً فرما صارت عادة
مستمرة كلما حملت . واسبابه الضعف العام والنعيب والتهيج العقلي والانفعال
النفساني الشديد والسقطات واللطات والمرض الزهري . ويحدث احياناً من
ضعف موضعي او من مرض رحمي . وبعض النساء ضعيفات البنية طبعاً لا يستطعن
الحمل الى نهاية مدته

علاماته . تشعر المرأة بتعب عام وانحطاط القوة وارتخاء ووجع الظهر
والحنوين والوركين وكثيراً ما يصاحب ذلك افراز مخلوط بشيء من الدم .
ويعد دوام هذه الاعراض زمناً مجهول المدة بصبر الوجع كوجع الخاض وبصحية
غالباً في لا واحياناً تنزف دموي زاهي اللون . وربما دام ذلك اياماً مع تقطع الألم
والنزف الدموي او انتهى الاسقاط في بضع ساعات . ومتى خرج الجنين كان
على هيئة كرة بيضاء مائلة الى الحمرة بقدر بيضة الحمام عند الشهر الثالث واكبر
من ذلك بعده . ثم بعد خروج الجنين ينقطع الألم والنزف . والضرر الحاضر
والمستقبل يتوقف في الاسقاط على مقدار الألم والنزف الدموي

العلاج . الامر الاول في ذلك منع الاسقاط اذ امكن . فان كان النزف
خفيفاً والألم قليلاً قد يمنع الاسقاط بالراحة التامة في الفراش في غرفة

باردة ومسح البطن بالماء البارد وشرب عشر نقطات من صبغة الافيون مع
 فنجان ماء . ولكن اذا اشتد الوجع والتزف فلا بد من سقوط الجبين فيمَنَدَر
 حينئذٍ من شدة التزف ويتم ذلك بالزام المرأة الفراش ووضع مناشف مبلولة
 بالماء البارد على الفرج . وبعد الإسقاط يُعْنَى بتدبير المرأة كتدبير الوالدة
 حديثاً فتلزم الفراش اياماً ولا تعود الى اعمال بيتها الا بالتدريج فاذا اسرعت
 في النهوض الى اعمالها ربما صار ذلك سبباً لعلّة مزمنة في الرحم يتد ضررها الى
 زمن طويل

الحَلَقُ (امراضه)

التهاب الحلق يعرف عند العامة بوجع الزلوم وهو اما ان يكون خفيفاً
 او ثقيلاً . فان كان خفيفاً فهو من باب الزكام وربما صاحبه خشونة في الصوت .
 وان كان ثقيلاً فهو التهاب اللوزتين المعروفتين عند العامة بينات الاذن
 فزيمان وقد يصيب التقرح او التقيح واحدة منهما او اثنتيهما . فاذا حدث التقرح
 اشتد الألم وتعمّر البلع وعند النظر الى مؤخر الفم شوهد قروح على اللوزة او
 اللوزتين . واذا حدث التقيح اشتد الورم وتعمّر البلع والتنفس وصار الألم
 نابضاً الى ان تنفجر الخراجة او تنفخ بالمبضع . علاج النوع الخفيف خردلية توضع
 من الخارج ومسهل . وعلاج النوع المتقرح الفراغ مجلول الشبّ الايض
 (اربعة دراهم منه لمئة درهم ماء) او مسّ القروح مجلول نترات الفضة . وعلاج
 النوع المتقيح اللبغ الحارة من الخارج وفتح الخراجة بالمبضع وهو من اعمال
 الطبيب

وقد يكون تقرح اللوزتين من اعراض الدفتيريا او الماء الزهري فيراجع
 الكلام في بابها

بحة الصوت تنشأ من نهج الزكام الاعنباذي وهي من اعراض الذبحة

والتهاب الحنجرة والتهاب الحلق البسيط والتقرح الزهري فتعالج بحسب
الامراض التي تنشأ هي منها . وقد يبع الصوت او يفقد بواسطة اجهاده في
الكلام والغناء فيشاهد ان الحلق احمر اللون محفّن متآلم . وليس لهذا النوع
من علاج الا الراحة اي عدم الكلام الا عند الضرورة وبصوت منخفض . وما
يفيد في هذه العلة اذا ازمنت السفر واطلاق اللحية التي نقي الحنجرة من التغيرات
الجوية وغراغر محلول الشب الابيض . وربما وجب مس الحلق بمحلول نترات
الفضة

استطالة غلصمة الحلق . الغلصمة زائدة مدلاة في مركز الحلق عند
مؤخر الفم وهي المعروفة عند العامة بالطنطلة . وهي قد تستطيل من زكام مزمن
او علة اخرى فتتد الى قاعدة اللسان او الى الحلق فتنهج السعال وحمية الصوت
وربما سببت الغثيان والقيء . العلاج الغراغر الفايضة كمغلي قشر شجر السندبان
او محلول الشب الابيض ومس الغلصمة بمحلول نترات الفضة (عشر قححات
لثانية دراهم ماء مستطر) بفرشة او ريشة صباحاً ومساءً . واذا لم يند ذلك
فيقطع الجراح نحو ثلث الغلصمة بالمقراض

تضخم اللوزتين كثيراً ما يحدث من تردد الالتهاب الحاد فيها وقد
يحدث تدريجياً بلا سبب ظاهر ولا سيما في الاولاد والاحداث . اعراضه كبرحيم
اللوزتين وتعسر قليل في البلع والتنفس وعدم توضيح الكلام مع خنقة في الصوت
وفخ الفم والشخير عند النوم وربما تعسر السمع قليلاً . ويصير المصاب به عرضة
لالتهاب اللوزتين عند التصدي للبرد الخفيف . العلاج اجتناب التعرض
للبرد وتحسين عموم الصحة بتغيير الهواء والمقويات كالكيما والحديد وزيت
السمك . وكثيراً ما نتطعان بالعمل الجراحي على ان ذلك لا يجوز الا عند
الضرورة

الحصى

اعراض جميع انواع الحصى ارتفاع حرارة الجسد وسرعة النبض واكتسآه اللسان بطبقة غير طبيعية وفقد شهوة الطعام وحمرة البول والعطش . وهي اما ان تكون عرضاً لمرض آخر او مرضاً قائماً بنفسه فان كانت عرضاً كان الالتفات الى المرض الذي تصاحبه وان كانت مرضاً مستقلاً فمكون على انواع مختلفة نذكرها الآن بالترتيب

الحصى المتقطعة وهي المعروفة بالدورية عند العامة وصفاتها واعراضها مشهورة عندهم . انواعها اليومية اذا جاءت الحصى مرة في ٢٤ ساعة والمثلثة اذا جاءت مرة في ٤٨ ساعة والمريمة اذا جاءت مرة في ٧٢ ساعة . ويقال المدّة المتوسطة بين دور ودور الفترة ولها ثلاثة ازمته وهي البرد والحصى والعرق ومدّة دوامها غالباً من ثلاث الى عشر ساعات . واسبابها المalarيا (انظر صفحة ٤٢) مع ما يحدث من تهية الجسد لعلها فيه كالتعب المفرط والفقر ورطوبة الليل والاسباب التي تلبك المعدة او تضعف الجسم . ومنها نوع يعرف عند الاطباء بالخبث وهو ما يصاحبه ما علا الاعراض الاعتيادية احتمانات باطنية في الراس والصدر والبطن فيحدث هذيان او غيبوبة الوعي وضيق في التنفس او ألم في البطن ويندر الموت في النوبة الاولى وكثيراً ما يحدث في الثانية واما الثالثة فنقالة لا محالة ولذلك يجب المبادرة من اول الامر الى قطعها وتخليص المريض من موت محقق

العلاج . في النوع البسيط لا يدعي الامر الى شيء اكثر من تدفئة المريض مدّة زمان البرد وسقائه الماء البارد مدة زمان الحصى والتخفظ من البرد متى بدل اثوابه بعد نهاية العرق . واما مدّة الفترة فعلاجها العظيم هو الكينا وذلك ان يُعطى نحو عشرين فحمة في صباح الفترة وعشر فحمت في الصباح التالي . وبما ان

العوام يخافون من الكينا دفعة واحدة ويفضلون تقسيمها حبوباً او اوراقاً فلا بأس من ذلك ولكني بعد الخبرة الطويلة لم ار ادنى ضرر من اعطائها دفعة واحدة محلولة في قليل ماء او ملفوفة بالبرشان . واما الكمية التي تُعطى لولد ابن عشر سنين فعشر قححات في صباح وخمس قححات في صباح ثانٍ ولا ين خمس سنين ثمان قححات في صباح واربع في صباح ثانٍ ولا ين ستة ثلاث قححات وثمنان . واذ كانت الامعاء قابضة واللسان قذراً فيجب اعطاء مسهل قبل الكينا . واذ تردد الدور رغماً عن الكينا يُعطى متفرق اربع دراهم من ورق اليوكالبتس كل يوم الى اربعة ايام او اكثر وكيفية ذلك ان يُغلى نحو عشرة فناجين ماء ويصَب على الورق ومتى برد يشربه المريض بالتفريق مدة النهار واذ استعصت على ذلك فيقطع الدور بالكينا كالعادة ويُعقب بحبة من ارسينيات الحديد ثلاث مرات في اليوم ويام ذلك شهراً او اكثر . وما يفيد في هذه الاحوال العاصية تغيير الهواء والاستحمام مدة الصيف في ماء البحر او الماء البارد واجتناب الاسباب المضعفة كالسهر الطويل وتغليظ الطعام وعدم انتظام المعيشة والتعرض للحر والبرد ولا سيما رطوبة الليل والافراط بالشهوات واما النوع الخبيث الذي سبقت الاشارة اليه فلا يجوز التردد على الاطلاق في اعطاء المريض نصف درهم كينا دفعة واحدة ثم عشر قححات كل ساعتين مدة الفترة الاولى الى ان يتناول من اربعين الى ستين قححة . ويجب ان يُبدأ بذلك عند نهاية الدور الاول بالعرق ولو بقي قليل من الحصى بل لا بأس من اعطاء الكينا في الدور لانه اذا لم تُعط بكثرة وبدون خوف فيوت المريض لا محالة

الحصى المتفترقة . سبب هذه الحصى الملائر بالحصى الدور مع الاسباب الأخر التي سبق ذكرها . واعراضها قد تظهر فجأة نارة ويسببها غالباً ضعف وارتخاء

وصداع وتعب عام مدة يوم او يومين ثم يعقب ذلك برد ووجع في الرأس
والفتلين والظهر والاطراف وغثبان وقى صفراوي واسهال وضيق عند فم
المعدة ووجع اللسان وحرارة. هذه هي اعراض الدور الاول من الحصى وهي قصيرة
المدة وكثيراً ما لا تكون واضحة ولا سيما متى تكررت النوبات. واما اعراض
الدور الثاني فاطول وربما امتدت الى ثمان ساعات او اكثر وهي سرعة النبض
وثقل التنفس وقلق وحرارة قد تبلغ ١٠٦° ف واحمرار الوجه والعينين وقد
يصاحبها الهذيان والقيء المفرط. ثم تنتهي هذه الاعراض بفترة غير كاملة يصحبها
عرق وهبوط النبض والحرارة وراحة المريض غير انها لا تكون كاملة كفترة
الحصى المنقطعة اي حتى الدور والغالب انها تقع في الصباح الباكر وتدوم الى
الظهر وربما كانت خفيفة يصعب تحقيها. وعدم كمال الفترة يميز هذه الحصى عن
الدورية الاعتيادية ووجودها يميز الحصى المتفترية عن الحصى التيفويدية. واعراض
النوبة والفترة تشغل غالباً نحو ٢٤ ساعة والمدة الغالبة التي تدوم فيها هذه الحصى
من عشرة الى اثني عشر يوماً فتصير الفترات حينئذ واضحة والعرق غزيراً
واعراض المرض خفيفة وتبخره المريض نحو النفاة. وقد ينقل المرض وتختلط
معهُ التهابات باطنة كالتهاب المعدة او الدماغ او الكبد او الرئتين او الامعاء
وربما أدى ذلك الى الموت

العلاج. تُعطى اولاً المساهل الخفيفة كشترا المغنيسيا نحو ملعقة كبيرة في
الصباح ثم نحو ملعقة صغيرة كل ثلاث او اربع ساعات. وان كان الصداع
شديداً يوضع الماء البارد على الرأس او عشر علفات وراء الاذنين. ثم متى بدأ
العرق وظهرت الفترة عند الصباح الباكر ولو كانت غير كاملة فيعطى عشر
قمحات كينا ثم خمس قمحات كل ساعتين الى زمن ظهور النوبة فيكف عنها.
ويعاد ذلك كلما ظهرت الفترة وتكررت النوبات الى ان تنقطع الحصى بالكلية.
وان كان هناك قيء شديد فينقطع غالباً بمص الثلج ووضع المحرق المبلولة بالماء

البارد او خردلية على المعدة. وان كانت الكينا لا تلبث في المعدة فيجمن بعشرين قحمة منها. واما الطعام فيُقصر على مرق اللحم وكثيراً ما تصيب هذه الحصى الاطفال من اسباب كثيرة وتتميز بنترات الصباح غير الكاملة. والاعراض والعلاج كما سبق

حصى الدنج هي المعروفة عند العامة بالبي الركب في سورية وحى البلج في مصر. اعراضها صداع وقلق وبرد ووجع اليم في الظهر والركبتين والمفاصل وحرارة عامة وفقد شهوة الطعام وقذر اللسان. وكثيراً ما يظهر على الجلد بعد اثنتي عشرة ساعة نفاط احمر يدوم نحو ٤٨ ساعة ثم يغيب النفاط المذكور وتخف الحصى او تزول غير انها تعود بعد يومين او ثلاثة وبصاحبها نفاط شبيه بنفاط الحصبة او كنفاط الشري ربما كانت معه حكة شديدة ثم تزول بعد بضع ساعات وينقه المريض ولكنه يبقى ضعيف القوة مدة. وهي من الحصىات الوافدة المعديّة وتصيب الكبار والصغار حتى الاطفال العلاج. لهذه الحصى سبب معلوم لا يُقطع بواسطة الدواء ولما كانت بسيطة سليمة العاقبة كان الانسب تركها للطبيعة مع تلطيف الاعراض بالمبادئ العامة للعلاج الحصى. واذا صارت الحصى على هيئة نوب منتظمة افاد فيها الكينا

الحصى الملازمة البسيطة حصى بسيطة تدوم من يوم الى اسبوع بدون انقطاع. تبدأ بوجع في الظهر والرأس وضعف عام وفقد شهوة الطعام وسرعة النبض وحرارة الجسد. وربما كان سببها التعرض للبرد والرطوبة والتعب او سوء الهضم وقد تزول بعد تناول مسهل. ولا تحتاج من العلاج الا الى الوسائط البسيطة كالراحة وتجديد هواء المكان ونظافة الفراش واذا اوجب الامر الى دواء فيكون بحسب الاعراض التي تظهر مدة سبب المرض

حُمى الشمس ويقال لها المحرقة تظهر غالباً في مدة الحر الشديد وبعدها
 بعض الاطباء نوعاً من ضربة الشمس والبعض الآخر نوعاً شديداً من الحُمى
 الملازمة البسيطة التي سبق ذكرها . تبدأ غالباً فجأة ببرد تعقبه حرارة عظيمة
 وعطش شديد وجفاف اللسان واحمراره وسرعة النبض وقوته وصداع ونبضان
 الصدغين وقلق وغثيان وفيه صفراوي . ويدوم المرض نحو ستين ساعة وعند
 نهاية هذه المدة اذا لم تخف الاعراض وقع المريض في الغيبوبة المنذرة بالموت
 العلاج . حلق الرأس ووضع العلق وراء الاذنين ووضع الماء المثلج على
 الراس وتعيم المكان والهدوء والمساهل المكررة

الحُمى التيفويدية ويقال لها المعوية ايضاً لانها تؤثر دائماً في الامعاء .
 وسببها الغالب على اتفاق عامة الاطباء فساد ماء الشرب من وصول ماء الاسربة
 اليه ولا سيما اذا خالطها شيء من ابراز المصابين بهذه الحُمى (انظر صفحة ١٩) .
 وقد يكون فساد الهواء الناشئ من تصاعد غازات مضرّة من بيوت الخلاء
 والاسربة والباليغ (انظر صفحة ١٠) . وبناءً على ذلك يعدونها من الامراض
 التي تنشأ من ممّ خاص متى ظهر مرة في بيت ربما انتقل بالعدوى من السليم
 الى الصحيح وعلى الخصوص في الاسبوع الثاني والثالث من سير الحُمى . وهي تصيب
 الاولاد والشباب اكثر من الشيوخ

اعراضها . تبدأ هذه الحُمى ببطوّه واعراض خفيفة تدوم اياماً والمريض
 لا يبالي بها ولا يعرف ماذا تنتهي اليه وهي تعب عام ووجع في الاطراف وصداع
 وفقد شهوة الطعام وبرد خفيف . وربما كان من اول الامر اسهال خفيف
 وغثيان وفيه الطعام . ثم يشتد النبض ويسرع وتزداد الحرارة ويجف اللسان
 ويحمر ويلزم المريض الفراش نحو نهاية الاسبوع الاول . ويظهر حينئذ ان

الحُمى تفتقر قليلاً في الصباح وتشد بعد الظهر ويجهز البول ويتنص ويحدث قلق في الليل وكثيراً ما يصفّر الوجه وتحمّر الوجنتان ونصفو العينان وتلعان. ويظهر الاسهال غالباً في الاسبوع الثاني ويكون البراز رقيقاً اصفر شبيهاً بشوربا الحمص واذا ضُغِط الجانب الايمن من اسفل البطن شعر بقرقر عند الجس وشعر المريض بشيء من الالم . وكثيراً ما يظهر بين اليوم السابع والثاني عشر نفاط قليل وردي اللون كهتص البراغيث على البطن والصدر والظهر يغيب بعد يومين او ثلاثة ويظهر عوضه فوج جديد . وان كانت الحُمى خفيفة ياخذ المريض في اصطلاح الحال نحو نهاية الاسبوع الثاني فتصير الفترات اوضح ويقبل الاسهال وينظف اللسان ويبطل وجع الاطراف وينام المريض في الليل براحة وتخفف الحرارة وتعود شهوة الطعام . وان كانت ثقيلة يظهر الهذيان نحو نصف الاسبوع الثاني اولاً في الليل ثم يمتد الى النهار ويشتد . ويحجف اللسان ويحمّر ويشفق وتكون طبقة سوداء على الاسنان وربما تشقق الشفتان وخرج منها الدم . وفي الاسبوع الثالث يهزل المريض ويضعف ويستلقي على ظهره غائب الوعي واذا أدى الامر الى الموت اشددت الحرارة وكثر الهذيان وربما حصل نرف من الانف والامعاء . غير انه لا يجوز اليأس من الشفاء لانه مها اشددت الاعراض وظهر الخطر العظيم فقد تزول ويتعافى المريض . وما يزيد هذه الحمى خطراً شدة الاسهال والنرف الدموي من الامعاء او انتهاب المعى بين اليوم الخامس والعشرين والثاني والثلاثين فاذا حدث الانتهاب المذكور ظهرت اعراض التهور وهو هبوط القوى الحيوية هبوطاً عاماً ومات العليل بعد بضع ساعات . وقد تشدد اعراض التهيح المعدي فيحدث قيء مفرط فيسببها البعض الحمى المعدية وليست كذلك . وقد تلتهم الرئتان وتختلط باعراض الحمى

مدة الحمى التيفويدية غالباً بين ثلاثة واربعة اسابيع من بدآتها غير انه

يحدث انتكاس . وخطر الموت منها نحو ١٥ في ١٠٠ غير ان ذلك يختلف بحسب شدة الوافد

العلاج . يجب وضع العليل في غرفة فسيحة بعض نوافذها مفتوحة على الدوام لاجل تجديد الهواء وتُنزَع الناموسية عن السرير حتى لا يتعرض شيء لنفاوة الهواء . ويمنع سقوط النور على عينيه وجميع الاصوات المزعجة . وتستهمل كل وسائل التطهير الممكنة مع استقبال البراز في وعاء فيه شيء من الحامض الكربوليك او منغنيات البوتاسا . ويسخ الجسد كل يوم مرة بماء فاتر بالاستفجة لاجل النظافة وازالة الرائحة التي تصاحب وجود الحمى . ويُنخَف وجع الراس بقص الشعر ووضع الثلج او الماء البارد على الراس . ولا يُطعم المريض الا الحليب ومرق اللحم . واذا كان الاسهال مفرطاً يتجاوز ثمان مرات في اليوم فيجفن المريض بالماء والنشاء ويضاف الى كل قدح حليب يشربه نحو فنجان ماء الكلس . ولاجل مقاومة الارق وقلق الليل يعطى عشر قفحات من هيدرات الكلوورال مع فنجان ماء كل ساعة الى ان ينام العليل . واذا اشتدت الحمى فيُسخ الجسد بالماء البارد مرة كل ساعتين او ثلاث او يُجفّن المريض بقدح ماء بارد كل ساعة الى ان مهبط الحرارة . واما الادوية فلا يجوز اعطاؤها الا بأمر الطبيب على ان معظم علاج هذه الحمى بالوسائط المذكورة آنفاً وحسن خدمة المريض والاعتناء به لا بالدواء

وقد اجاب السار وليم كل الذي داوى وريث العهد الانكليزي لما اصابته هذه الحمى على اسئلة التيبت اليه بهذا الشأن على ما يأتي :

١ . الحمى التيفويدية مرض له سير خاص به بحيث ان الدواء لا يوقفه

ولا يشفيه

٢ . اهم ما يمكن عمله عند اول هجوم المرض ارسال المريض الى الفراش

لكي يمنع اسراف القوة من اول الامر

٤. لا يجوز استعمال المساهل القوية
٤. متى تقدّمت الحمّى وهبطت القوة يُعطى طعام خفيف دفعات متواترة
كماء الخبز المحمص وماء الشعير والحليب مع الماء والمرق الخفيف اي ان
لا يكون قويا هلاميا
٥. اذا حدث قلق واشتد الاضطراب العصبي تعطى الخمر والارواح
بحسب معرفة الطبيب
٦. تُترك الامعاء لحالها واذا مرّ اكثر من ٢٤ ساعة بدون استطلاق
البطن فيعطى حقنة ماء فاتر
٧. يُقاوم القلق والارقي بالخمر والارواح المزوجة بالماء ولكن بالحدز
ومراقبة الطبيب. واما المسكنات كالافيون فلا تجوز لانها مُضرة غالبا
٨. تُجهّل حرارة غرفة المريض على درجة ٦٢ الى ٦٤ ف (اي ١٧ س)
٩. يُحافظ على نظافة الفراش غايبة ما يكون وذلك بنقل المريض من
فراش الى آخر كل يوم اذ هو في الآخر وتُبدل الشراشف
١٠. يُجنّب كل تعب للمريض ويُمنع دخول الزائرين ولا يكون في الغرفة
الا خادمة المريض او خادمتان
١١. لا يترك المريض وحده ابدا لئلا يقوم من الفراش في حالة الهذيان
ويضر نفسه
١٢. معالجة المرض واختلاطاته منوط بالطبيب فقط
١٣. لما كانت الابرزات المعوية سببا للمعدوى فمنهزج بشي من
مضادات الفساد (صفحة ١٦٦) قبل القاءها في المستراح. ويُحافظ اشد الحفاضة
على نظافة الغرفة
١٤. هذه الحمّى غير معدية بمجرد مخالطة خادمة المريض له. غير انه
لا بد من غسل ايديهم مرارا كثيرة ولا سيما قبل تناول الطعام

الحصى التيفوسية . هذه الحصى خبيثة قنالة ولكنها نادرة جداً في هذه البلاد وفي معدية على سبيل الرائحة والجاورة لا بواسطة الماء . اعراضها المبهزة متى تقدّم المرض استلقنا المريض على ظهره وحقول في هيئة وكمودة في الوجه وهذا يان وارتجاف الاعضاء وتحت الشفتان والتم واللسان وتغطي بطبقة سوداء . وفي اليوم الرابع او الخامس يظهر نفاط اولاً على الرسغين ثم على البطن والصدر لونه احمر قائم كلون الثوت الشامي ولذلك يسمونه بالنفاط التوتي وكثيراً ما يكون على هيئة بقع مختلفة الحجم من نقطة صغيرة الى ثلاثة او اربعة خطوط . وتخت الحصى والحرارة مع الاعراض المذكورة غالباً نحو اليوم السابع ثم تزداد بعد ذلك ولكنها لا تكون ثقيلة في الحوادث التي تنهي الى الشفاء خلافاً للتي تؤدّي الى الموت فانها تشدّ ويصحبها الانحطاط الزائد والمذيان الدائم وتنف الشرف او الحاف ونزف من الانف او الامعاء وانتفاض الاطراف والسبات مدة هذه الحصى اربعة او خمسة عشر يوماً وقد يكون الشفاء او الموت قبل ذلك وقد يتأخر الموت الى اليوم العشرين . وسببها سم خاص ينبعث من المصابين بها فيعدي السالمه وقد يتولد من ازدحام البشر في بيوت او سجون ردية الهواء . ومن اسبابها ايضاً الفقر والفقر وفساد البنية من قلة الطعام الصالح وكثيراً ما تظهر بعد القحط

العلاج . علاج هذه الحصى كعلاج الحصى التيفويدية الا انه يضاف الى ذلك استعمال المنبهات كالكنيك والخمور القوية بعد الاسبوع الاول ويكره المريض على الطعام بالترتيب ولا سيما الامراق القوية والحليب . وينظر على الخصوص الى تهوية المكان وخدمة المريض بالاعتناء التام والمهدوء . ولما كان الخطر منها شديداً زيد عن ٢٠ في ١٠٠ وجب ان يراقبها الطبيب

الحصى المتكسبة . تبدأ هذه الحصى ببرد وصداع في الجبهة ووجع في الظهر

والاطراف وانحطاط القوى وتقدم الى ارتفاع الحرارة واعراض الحمى الاعتيادية وكثيراً ما يصاحبها برفان وتضخم الكبد والطحال ويتغطى اللسان بطبقة صفراء ثم يجف ويسمر في مركزه ويندر الهذيان . وتنتهي هذه الاعراض بين اليوم الخامس والسابع بعرق غزير غالباً وحياتاً باسهال او نزف من الانف او الامعاء . وينقه المريض حينئذ فينظف اللسان وتعود شهوة الطعام ويقوم المريض من الفراش ثم بعد نحو اسبوع تعود الحمى ويتكس المريض ويدوم الاتكاس من ثلاثة الى خمسة ايام وربما انتكس المريض مرتين او ثلاث مرات . ولذلك سموها بالحمى المتكسة . اسبابها الخاصة الجوع والفاقة والازدحام وفساد الهواء وهي من الحميات المعدية . وعلاجها كعلاج الحميات العام ولا يظهر ان استعمال الكينا عند النفاثة الاولى يمنع الاتكاس . ولم نتميز هذه الحمى الى الآن في هذه البلاد

حمى اللبن حمى خفيفة كثيراً ما تصيب النفاسي نحو اليوم الثاني او الثالث بعد الولادة عند ظهور اللبن في الثديين وربما صاحبها نفاط مائي مع حكة وعرق غزير . وهي سريعة الزوال لا تحتاج الى علاج الا ما ندر فيقتصر على الوسايط البسيطة

حمى النفاس هي حمى شديدة الخطر ويظهر انهما ناشئة من امتصاص مواد عفوية من باطن الرحم وانسغام الدم بها . فتى ولدت المرأة واصابها بعد ذلك بفيل قشعيرة وحمى مع انتفاخ الثديين ودوام الافراز المهبلي الاعتيادي كان ذلك غالباً حمى اللبن سليم العاقبة . ولكن اذا لم يحصل راحة بعد العرق وانهمزل الثديان ونقص الافراز المهبلي او انقطع بالكليّة ودوام النبض اكثر من ١٢٠ مرة في الدقيقة وجب الاخشاء من حمى النفاس . ثم اذا صار انحطاط في القوة وعسر في التنفس وانقطاع افراز اللبن وحدث وجع في البطن وقدر في

اللسان والنفس واسهال الامعاء تخفى وجود هذا المرض . وهو شديد العدوى
وربما حُل من والده الى اخرى بواسطة القابلة
العلاج . لما كانت هذه الحصى شديدة المخطر وجبت المبادرة الى التدبير
الطبي في الحال . فتُعطى المرأة جرعة من زيت الخروع اذا كان هناك قبض
شديد . ويُخَمَّن المهبل بماء فاتر ويُغَطَّى البطن بالزق الحارة . ويُجَدَّد هواء
المكان ويُعْتَنَى بمضادات الفساد الى ان يحضر الطبيب

حصى الدِق . تنشأ عن افراز غزير طويل من خراجة او من الرئتين او
من مرض في المفاصل . وهي تبدأ عند المساء وتخف في الصباح الباكر واعراضها
حرارة الجلد وجفافة ولعان العينين وحمرة الوجنتين وارتفاع النبض الى ١٢٠
في الدقيقة وكدر البول وقبض الامعاء في اول الامر ثم انسهاها واكتساء مركز
اللسان بطبقة بيضاء اذ يكون رأسه وحافته نظيفة حمراء . وكثيراً ما يصاحبها
صداع وقلق وحرارة تجس بها في باطن الجسد . ونحو الصباح الباكر تنتهي الحصى
بعرق مفرط يعقبه انحطاط شديد ثم تجدد عند المساء . وتدوم شهوة الطعام
غالباً جيدة غير ان الضعف يزداد وكذلك الهزال . وربما طالت هذه الحصى
اسابيع او شهوراً وتنتهي بالاسهال الى ان لا يبقى من الحياة الا الرق . وكل
ذلك يشاهد في السل الرئوي (انظر السل الرئوي)

العلاج . علاج هذه الحصى بالطعام المغذي كاللحوم والفرايح وطيور الصيد
الى غاية ما يستطيع المريض هضمه وربما افاد الخمر مع الطعام . ومن الادوية
زيت السمك والكيينا والحديد مع الرياضة الى ما يحتمله العليل دون التعب من
المشي او ركوب الخيل او المركبات . وافضل هذه الوسائط مراعاة شروط الصحة
كترتيب المعيشة والهواء النقي ولا سيما في غرفة النوم واجتناب البرد . وبما
العرق المفرط يمسح الجسد بالماء والخَلَّ قبل النوم او بفنجان مغلي خشب الكينا

مع خمس نقطات من الحامض الكبير يتيك ثلاث مرات في اليوم ويعالج الاسهال
بعشرين قسمة من كربونات البزموت ثلاث مرات في اليوم او اكثر

المخرجة

المخرجة ورم مؤلم احمر اللون ينتهي الى اجتماع صديد وهو غالباً يطلب السطح
وترق الانسجة فوقه الى ان تفتح المخرجة ويخرج الصديد. وفي نصيب محال مختلفة
من الجسد كالثدي واللثة واليد وعموم سطح الجسد وقد تصيب الاعضاء الباطنة
كالكبد والرئة والدماع . وسببها كثيراً ما يكون آفة موضعية كاللثة او شوك
او جسم آخر غريب يدخل تحت الجلد وقد يكون البرد او سبباً آخر مجهولاً.
وكثيراً ما تظهر في الحالات الضعيفة كالحالة الاسفربوطية والختزيرية والزهريّة
ويجب التمييز بين الحادة منها والمزمنة . اما الحادة فاعراضها ورم بصير
في يومين حاراً مؤلماً احمر اللون ولا سيما عند المركز . ثم كلما تقدّم الورم زاد
الالم وشعر المريض بنضان فيه وحرارة عامة اوحى ويدوم ذلك الى ان تلبس
الصلاة ويرق الجلد ويتراش المركز واذا وضع اصبع اليد الواحدة على جهة
من الورم واصبع اليد الاخرى على جهة مقابلة ثم ضغطاً ضعفاً خفيفاً بالتماقب
شعر بجاسة خصوصية يقال لها التموج . واخيراً تنفجر المخرجة ويسيل ما في باطنها
من الصديد ويدوم خروجه الى ان ينقبض التجويف ويشفى شيئاً فشيئاً . واما
المزمنة ويقال لها الباردة ايضاً فاعراضها اخف مما سبق وسيرها ابطأ غير
انها غالباً اكبر وكمية الصديد اكثر وربما صاحبها نوع من حصى الدق

العلاج . تلبس الامعاء اذا كانت منقبضة واستخراج الاجسام الغريبة اذا
وجدت ووضع العلق في بلاءة الامر او خرق مبلولة بماء بارد . واذا تقدم الحال
فالليخ الحارة على الدوام لاجل تعجيل تكوين الصديد وخروجه . ومتى ترأست
وظهر التموج تشق شقاً واسعاً بالمبضع وتوضع قطعة قماش في باطن الجرح لئلا

يسدّ قبل اوانه وتعاد البلج ومع ذلك تستعمل المراهم البسيطة او مرهم الحامض الكربوليك. ولكن اذا كانت الفتحة صغيرة فقد ينتهي الامر الى بقاء تجريف يرشح صديداً دائماً هو الناسور (انظر الناسور)

الخوريا

الخوريا مرض يصيب الاطفال عادةً ويبدأ بحركات تشنجية في الوجه والرجلين ثم يتد ذلك الى جميع الاطراف بحيث متى مشى المريض اندفعت الرجل بقعةً الى جانب او الى الوراء واذا قصد حمل يده نحو فم اندفعت نحو جبهته او كتفه. واسبابه التهيج المعوي من القبض او الديدان وعدم انتظام الحيض في البنات الحديثات والخوف وطلمات على الراس او العمود الشوكي وعادات قبيحة وربما كان ارثياً. ولذلك ينظر في علاجه الى سببه حتى اذا ازيل سبب المرض زال المرض نفسه. واذا كان سببه الضعف العام فعلاجه المقويات والاستحمام بالماء البارد والرياضة الى غير ذلك مما يشدد البنية

الخيلان

الخيلان بقعة او شامة في الوجه او غيره من اقسام الجسد يخلاف حجمها من راس الدبوس الى الريال المجيدي او اكثر. ويشتد لونها متى بكى الطفل وربما زاد حجمها مع الزمان. وهي تحتاج غالباً الى عمل جراحي خفيف

الخصية (التهابها)

اسباب التهاب الخصية الأذى الميكانيكي كاللطمه والتهاب الغدة النكفية والتهنقية. واعراضه ورم فيها واحمرار وحرارة وألم ربما امتد الى الظهر والفخذ وبصحة غالباً حرارة الجسد وغثيان او قيء. وان سببه افراز من القضيب فيجف

عند ظهور الالتهاب في الخصية . والعلاج الراحة التامة في الفراش ورفع
الخصية على وسادة صغيرة والنطول بمغلي الخشخاش ووضع العلق والمساهل .
مدة المرض نحو عشرة ايام فان بقي شيء من الورم بعد ذلك ووجب قيام
المرضى من الفراش فيعلق الصفن بكيس يباع عند الصيدلي او يربط مندبل
حول البطن ثم يربط به مندبل آخر من احد طرفيه من الخلف ويوتى به بين
الايدين ويربط من طرفه الآخر من الامام رافعاً الصفن وما نعا اياه من التدي

الداء الزهري

هذا الداء لا يحدث الا من العدوى ويظهر في اثناء الايام العشرة الاولى
بعد التعرض لما في قسم من اعضاء التناسل على هيئة بثرة صغيرة حمراء يتكون
فيها صديد متى خرج منها صارت قرحة صغيرة حوافها مرتفعة صلبة ومركزها
منخفض . وقد تكون البثرة قليلة الصلابة والارتفاع والقرحة التي تعقبها غير
متميزة عن غيرها من الفروح . وهي تظهر بعد العدوى بنحو خمسين ساعة خلافاً
للصلبة التي لا تظهر الا بعد مرور بضعة ايام . وهما التمييز بين البثرة الصلبة
(شانكر) والبثرة اللينة (شانكرويد) جوهرى كما سيأتي . ثم بعد ظهور البثرة
بمدة ١٥ الى ٢٠ يوماً يحدث ورم مؤلم في غدد الاربية بقدر البيضة او اكبر منها
يسمى احياناً بالخبرجل . والورم المذكور اقرب الى التحليل اذا نشأ من البثرة
الصلبة والى التقيح اذا نشأ من البثرة اللينة خلافاً للاعراض الثانية التي لا تظهر
الا بعد البثرة الصلبة . ويقال للبثرة والورم في الاربية الاعراض الاولى

واما الاعراض الثانية فتظهر بعد مرور اسابيع او شهور وهي عسرة
الشفاء وكثيراً ما تضر ببنية المصاب مدة الحياة بل ربما كان المسموم بهذه العلة
صحيح العافية سنين عديدة والسم كامن في جسمه فاذا حدث له ضعف هاج السم
وظهرت الاعراض الثانية . غير ان الزمن الذي تظهر فيه غالباً هو بعد سبعة

اسابيع وفي اكثر الاحوال يكون سيرها على ما يأتي : يشعر المريض بكمب النفس وفقد شهوة الطهام وقلة النوم وربما شكها اوجاعاً روماتزمية ولا سيما في قصبتي الساقين . ثم يظهر نفاط جلدي او وجع في الحلق او قروح في اللسان او الشفتين او قد تظهر كلها معاً . اما وجع الحلق فقد يكون احمراراً بسيطاً والاعراب انه تصعبه قروح منخفضة مع تغيير الصوت . واما النفاط الجلدي فعلى انواع مختلفة (انظر امراض الجلد) الا انه يتميز عن الامراض الجلدية الاعتيادية بان الحكاك الذي يرافقه قليل وانه مستدير الشكل نحاسي اللون متى زال بقي بعده بقع سمراء . وعند سقوط القشور قد تبقى قروح ردية لانشفى الا بعد زمن طويل تعقبها اوسام مستمرة . ومن هذه الاعراض قروح باطن الانف وسيلان كربه منها وربما اهلكت عظام الانف او غضاريفه . وربما اصبحت عظام الراس او قصبتي الساق فترم وتنالم وربما تقبحت وتقرحت قروحاً غائرة ردية تحتمها عظم ميت . وقد تصاب الحنجرة وتقرح وتملك الاوتار الصوتية ويفقد الصوت وربما دام ذلك مدة الحياة . واخيراً قد تصاب الاعضاء الباطنة كالدماع والكبد فتكون امراضاً خاصة لا يدركها الا الطبيب

وايس هذا كل ما يحدث من الداء الزهري . فان النساء الحوامل كثيراً ما يستقن من وجود السم الزهري في اجسادهن والاطفال كثيراً ما يولدون وقد ورثوا المرض من والديهم . فاذا ولد الطفل بهذا الداء كان ضعيفاً مهزولاً بكاؤه ابح ونفسه شخيرى ويسيل من انفه افراز غير طبيعي وتظهر بقع نحاسية اللون على جسده ولا سيما عند اعضاء التناسل . ويكون منظره منظر الكبر وكثيراً ما يظهر عليه نفاط البمفيجوس (انظر امراض الجلد) بعد ولادته ببضعة ايام . واذا عاش كان قريباً للضمور والهزال (انظر الضمور) واذا شب صار عرضة للسلس الرئوي والداء الخنزيري

العلاج . اذا ظهرت بثرة على اعضاء التناسل بعد التعرض للعدوى بايام

فتكوى بنترات الفضة قبل تقدمها الى درجة التفتيح والتقرح . وان لم يمكن ذلك فيغسل العضو ويحفظ بحالة النظافة التامة ويوضع عليه خرق مبلولة بمجول الشب الأبيض ويلتزم المصاب الراحة التامة ويأخذ مسهلاً خفيفاً . فان كانت البثرة من النوع اللين سُئيت بالوسائط المذكورة ولكن ان كانت من النوع الصلب أي اذا بلأت على شكل بثرة ثم صارت قرحة حوافها صلبة مرتفعة وجب على المريض ان يطلب مشورة الطبيب في الحال ولو كان الألم قليلاً . عامة الاطباء يعالجون الاعراض الاولى بشيء من مستحضرات الزئبق الى ان يحصل تأثير خفيف جداً في اللثة والاعراض الثانية بيوديد البوتاسيوم او بيوديد الزئبق

اللاحس

للملاحس انواع اعماها واخفها ما يحدث بجانب اصل الظفر فيبدأ بالتهاب قليل ونضان ثم تتكون نفاخة بيضاء تنفجر وتزول العلة . ولا يحتاج هذا النوع الا الى فتح النفاخة ووضع اللبخ او المراه البسيطة
والنوع الثاني يحدث عند انامل الاصابع وهو اشد من الاول ويتكون فيه الصديد تحت الجلد ولا يظهر فيه نفاخة بل يرم الاصبع ويحمر ثم يبيض اذا قرب الصديد من السطح ويمتد الألم عادة الى اليد والذراع ويسقط الظفر غالباً . وعلاجه شق الاصبع شقاً غائراً على اتجاه طولك ووضع اللبخ ثم المراه البسيطة

والنوع الثالث اشدّها وهو المعروف عند العامة بريج الشوكة . وفي هذا النوع يلتهمب غمد اوتار الاصبع وترم راحة اليد ويكون الألم شديداً جداً . واذا لم يعنّ به في الحال امتد الالتهاب الى اليد والذراع ووقع الاذى باوتار الاصبع او بعض عظامه . وعلاجه العلق والتنظيل بالماء الحار واللبخ الحارة

ويضع القسم الملتهب حتى العظم اول ما يمكن ثم وضع اللبغ والمرام . وكثيراً ما يحدث بعد ذلك شيء من التشويه في الاصبع او اليد ولو نال المريض كل العناية اللازمة . وفي كل انواع اللاحس لابد من حمل اليد المصابة في مندبل مربوط في العنق والانامل موجهة نحو الكتف المخالف

الدفتيريا

هي علة خبيثة كثيراً ما تكون وافدة اي انها تصيب كثيرين في زمن واحد وتنتقل حينئذ على سبيل العدوى اما بالمجاورة او بوسيلان المادة السامة في الهواء من مكان الى مكان . وهي شبيهة بالذبححة في انه يتكون فيها غشاء كاذب في مؤخر الفم ربما امتد الى الحنجرة والمسالك الهوائية . ومن المحقق انها معدية وانها كثيراً ما تنشأ في اول الامر من اجتماع الاقطار في الاسربة وبيوت الخلاء . ومن اسبابها الهيمته سن الاولاد وهو غالباً من السنة الثانية الى السادسة والتعب والتعرض للعدوى . واذا دخلت بيتاً تكون خفيفة ان كانت شروط الصحة محفوظة فيه وثقيلة هائلة اذا كان الامر بالعكس ولا سيما اذا دخل فساد على مياه الشرب من قذر الاسربة

علامات هذا المرض الاولى انحطاط وبرد وغثيان وألم في الحلق وعسر في الازدراد . واذا نظر في اول الامر الى الحلق لم يشاهد فيه الا حمرة اللون ثم اذا تقدم المرض يوماً او يومين شوهد بقع بيضاء صغيرة تمتد وتخلط فتصير كبيرة وربما غطت كل اللهاة واللوزتين وتتن راحة النفس . واذا نزع الطبقة البيضاء المذكورة شوهد ان السطح الذي تحتها احمر مدم . وقد يتد هذا الغشاء الابيض الى الفم والانف او الحنجرة والقصبه . وترم حينئذ الغدد التي بقرب الاذن وفي اعلى العنق ويظهر سعال احمج وعسر البلع وحجى . واذا امتد المرض الى الحنجرة زاد عسر التنفس وصار العلبل في خطر من الاختناق من انسداد

المسالك الهوائية بواسطة الاغشية الكاذبة التي تتكوّن على سطحه فاذا نفثها وجد راحة عظيمة ولو كانت وقتية . واذا زاد عسر التنفس وازرقّ الوجه والشتان كان ذلك منذراً بالموت . وكذلك اذا حدث نزف دموي من الفم او حمرة او بقع حمراء مكثّة في قسم من الجسد

ولكن اذا كانت اعراض المرض خفيفة فتاخذ العلة في المهبوط ولا تمتد الى الفم والمسالك الهوائية . وينفصل الغشاء الكاذب بعد يومين او ثلاثة وربما دامت العلة اسبوعين وانتهت بالشفاء

وتتميّز الدفتيريا عن الذبحة بان الاغشية الكاذبة تتكوّن اولاً في الحلق واللوزتين لافي الحنجرة . ثم ان الدفتيريا معدية ناشئة عن مرض في الدم خلافاً للذبحة التي هي التهاب خاص موضعي ولا عدوى منها . وانكر البعض هذا التمييز وقالوا انها علة واحدة

العلاج . بوضع العليل في غرفة نظيفة وان كان الفصل شتاءً تُرفع حرارتها الى درجة معتدلة متساوية ويدخل اليها بخار الماء الغالي (انظر الذبحة) ويحفظ المريض من الهواء البارد ويعطى مسهلاً خفيفاً ويغذى بمرق اللحم والحليب وتوضع الوضعات الحارة على العنق كالبنج والاسفنج المبلول بالماء الحار ويجوز مص الثلج ويطلق الحلق المتفرح في الحلق بقلم من الشعر ممسوس بشيء من مضادات الفساد كزيت البترول الذي يثار به في البيوت او بهنا المحلول وهو درهم حامض سليسيليك وفنجان الكحول وفنجانا ماء كل ساعتين . ويعطى من الباطن من قحمة الى خمس قحمت كينا كل اربع ساعات تبعاً لسنوه . ولكن اذا كانت الاعراض شديدة فللطبيب ان يستعمل وسائل افعل مما ذكر متى حضر . وربما اضطرّ الامر الى فتح القصبه بالعمل الجراحي وانتهت العلة بالشفاء بعده

وفي مدة المرض يجب الانتباه العظيم الى عدم امتلاده بالعدوى الى بقية

العائلة فنستعمل المضادات للفساد (انظر صفحة ١٥٦) وتقى الالوية والثياب
 وايدي الذين يجندمون المريض . ومن الموافق ابعاد الاولاد عن البيت وان
 لم يمكن ذلك فيوضع حجاب من قماش على الباب ويرش على الدوام بمحلول
 الحامض الكربوليك ويمنع الجميع من الدخول على المريض الا الفائمون بجندمته .
 وبعد النفاثة يهوى البيت او يطرش بالكلس وتُسعمل بقية الاحتياطات
 بالتنظيف العام

دِقُ الاولاد وهو الضمور

يراد بهذا الاسم هزال بصيب الاولاد الصغار وربما امتد الى السنة الخامسة
 عشرة . اعراضه حتى خفيفة نحو المساء ربما اخفت عن اهلهم وعرق في الليل
 وذبول وضعف في الصباح واصفرار الوجه ونفث الانف والشتين وفقد شهوة
 الطعام وربما ورمت غدد العنق . ثم اذا تقدم المرض كبر البطن وتضخمت
 غدد الامعاء بحيث يشعر بها من الخارج باللمس وتعاقب القبض والاسهال
 وظهرت حتى ذقبة وعرق في الليل وربما حدث في ورم الرجلين واذا تقدم
 المرض اكثر من ذلك فسد الغائط وبخر النفس وقلت البول ورسب منه
 راسب ابيض وفسدت شهوة الطعام فاما انها تكون مفرطة او مفقودة . ثم يزيد
 هزال الولد وينكمش الوجه الى ان يصير سمته كسمته الهرم العاجز ويموت من
 الاسهال والاعياء . وتدوم هذه العلة اسابيع او شهوراً وربما اختلطت بعلة
 اخرى واخص اسبابها فساد الهواء وحصر الاولاد في المساكن المزدحمة وسوء
 الطعام والديتان المعوية والتسنين وربما نشأت من اكل التراب وكلس
 الجيطان

العلاج . اخصة لا بالدواء بل بالتدبير الصحي كتنافه الهواء ولا سيما في
 غرفة النوم وجودة الطعام البسيط المغذي وطرده الديتان من المعى اذا وجدت

وتدبير الاسهال بما يوافقهُ (انظر اسهال الاطفال) وشق اللثة اذا اقتضى الامر واستعمال المتويات وعلى الخصوص الكينا بكميات صغيرة كتحمة واحدة ثلاث مرات في اليوم. واذا كان البطن كبيراً يمسد بالزيت صباحاً ومساءً ويلبس حزاماً من الفلانلا. ومن الوسائط المفيدة جداً تبديل الهواء والحمامات الفاترة في الشتاء مرة في اليوم والاستحمام في البحر في الصيف

الدِّماغ (التهابهُ)

التهاب الدماغ ينشأ عن الاضرار الميكانيكية التي تصيب الراس والتعرض للشمس والحارة واجهاد العقل الطويل والحمّ وقد يند من التهابات خارجة كالمحمرة والتهاب الاذن. واعراضه حتى وآلم حاد محرق في الراس وعلى الخصوص في الجبهة وفيء وقبض الامعاء وعدم طاقة النور وعدم النوم وهذيان. ثم اذا وصل المرض الى دوره الثاني حدث انسكاب مائي على ظاهر الدماغ او في تجاويفه فتكون الاعراض حينئذ بطوء النبض واتساع الحدقة وغيبوبة الوعي وقد يحدث تشنجات عصبية او فالج. وقد لا يتجاوز المرض الاحتقان البسيط فتكون الاعراض خفيفة تزول بواسطة الراحة والمساهل. واما علاج التهاب الحاد فبوضع العلق وراء الاذنين او على المنعدة والمساهل اليومية بالملح الانكليزي وحلق الراس ووضع الماء البارد او الثلج عليه وتعميم البيت والهدوء التام

وتدرن الدماغ الحاد يصيب غالباً الاولاد الذين مزاجهم خنزيري وهو نادر بعد السنة السابعة ولكنه شديد الخطر. وهو موقوف على ظهور درنات صغيرة على سطح الدماغ ثم انسكاب سائل مائي في تجاويفه. والغالب ان له اعراضاً سابقة هي انحراف صحة الوالد اياماً او اسابيع قبل ظهور المرض وربما كان اسهال وهزال وبصير الولد ضيق الخلق يصرخ فجأة في نومه وكثيراً ما

تصراً الأسنان . ويكتسي اللسان طبقة بيضاء ويصير النفس كريهاً والمشئي مهتماً
والراس مؤلماً . ثم بعد دوام هذه الاعراض مدةً طويلة او قصيرة تظهر اعراض
المرض الحقيقية وهي حتى شديدة وفيه ملازم وعدم احتمال النور وتعاقب احمرار
الوجه واصفراره ونشوفة الجلد ألم شديد في الجبهة على هيئة نوب توجب
صراخاً حاداً خاصاً بهذا المرض ويرفع الولد يديه الى راسه ويحركه من الجانب
الواحد الى الآخر . ثم اذا تقدم المرض ينكمش البطن بدون ألم ويدوم القيء
وتحول العينان ويحدث الهذيان والتشنج . وبعد ذلك تجميع الاعراض مدة
قصيرة ولكنه هجوع وفيه يندع اهل المريض لانها تعود مرةً اخرى نحو الاسبوع
الثاني او الثالث من بدأة المرض فيبطل القيء ويحدث اسهال ويبطؤ النبض
ويصحب التنفس تهمد او انين وتوسع الحدقة ويقع الولد في السبات الى زمن
الموت

علاج ندرت الدماغ تقيم المخدع والهدوء التام مع المحافظة على تبادل
الهواء ونقاوته ومنع الناس عن الدخول الى المريض الا الذين يباشرون
خدمته . وان كان الولد مرضعاً فيُنظر الى لبن والدته او مرضعته فاذا كانت
شبهة بصلاحيته يُبدل بلبن مرضعة صحيحة الجسم . وان كانت اللثة منتفخة وبروز
بعض الاسنان مقعسراً تُشق . وان كانت الامعاء قابضة يعطى مسهل خفيف
من زيت الخروع . ويوضع الماء البارد او الثلج على الراس على الدوام . وعند
حدوث السبات او التشنج توضع الخردليات على الرجلين . ويكون طعام الولد
الحليب ومرق اللحم

وهذا المرض شديد الخطر ومتى مات طفل فيه يجب الانتباه الشديد الى
من يأتي بعده من الاولاد وغالباً يجب ارضاعه من مرضعة صحيحة البنية لامن
والدته مع مراقبة طعامه ورياضته اليومية ونقاوة الهواء وغير ذلك من شروط
الصحة وعدم حصره في المدرسة قبل بلوغه السنة السابعة والثورة التامة

وقد ينتهي المرض باستسقاء الدماغ المزمن فيكبر الراس وتفرق عظامه وكل ذلك من الامور العسرة التي تحتاج الى عناية طيب حاذق

الدمامل

يختلف الدمل عن الخراج بان في باطنه لباً او كتلة تُعرف عند العامة بالشرنقة . وهو اما ان يكون مفرداً او متعدداً او افواجا متعاقبة وكثيراً ما يكون من عواقب الحميات . واما حجمها فيختلف من الحمصة الى البيضة او اكبر منها وتظهر الكبيرة منها غالباً في الاطفال وقنآء العنق والابط وعند الايتيين وكثيراً ما تكون بطيئة السير قبل ان تفتح ويخرج منها الصديد وربما ذابت مع الوقت بدون ان تنتهي الى درجة النقيج . وقد يظهر منها عدد وافر في جلد الراس . سببها فساد الدم الناشئ من الحرّ وعدم نقاوة الهواء وسوء الطعام وقبض الامعاء والتسنين في الاطفال

العلاج . اذا كان اللسان قذراً والامعاء قابضة تعطى المساهل اللطيفة ويحى المريض عن الاطعمة الغليظة والاكثار من اكل اللحوم واستعمال كميات صغيرة من كربونات الصودا عند الطعام والبيج الحارة على الدمامل ومتى ترأست تفتح بالمبضع . وفي الجملة علاجها كعلاج الخراج (انظر الخراجة)

دوار البحر

هو ما يحدث للمسافرين في البحر من دوار الراس والغثيان والقيء وليس لهذه العلة دواء شافٍ وربما كان السبيل الاوفى لتليين الامعاء قبل السفر وتناول الطعام الكافي بضع ساعات قبل ركوب السفينة لكي يهضم وتكون المعدة خالية عند دخول البحر . ولا يؤكل حينئذ بل في اليوم التالي ويكون الطعام خفيفاً وكذلك الشراب ويُطلب الهواء البارد على ظهر السفينة وتجنّب القراءة

في أوّل السفر. وإذا حدث الغثيان والتي فيبلازم الفراش وينقطع عن الطعام والشراب

الدوالي

الدوالي غلظ وتمدد في الأوردة مع اعوجاج في سيرها. ومن أنواعها دوالي الحبالى في الساقين (انظر الحمل) والبواسير ودوالي الحبل المنوي التي يشعر بها من الخارج كأنها دبلىن. وسببها عافه او بطوه دورة الدم في الأوردة التي تردّ الدم من اطراف الجسد وسطحيه الى القلب ولذلك كانت أوردة الساقين التي تحمل عموداً عظيماً من الدم اشدها عرضةً لهذه العلة ولا سيما في الحمالين وغيرهم من الذين يعاطون الاشغال الشاقة. وقد توجد في غيرها ومتى وجدت شوهد ان الأوردة منتفخة مظلمة اللون وإذا جسست شعر بها كأنها حبال بارزة لينة متعرجة السبر او مجتمعة على هيئة عقد مرتفعة وربما آل الامر اخيراً الى تقرح الجلد ونزف الدم من انفجار الأوردة

العلاج. يُسَخّ الساق او النضم المصاب مكرراً بالماء البارد ويمتنع الوقوف ما امكن وتعطى المفويات او المسهلات عند الاقتضاء. غير ان العلاج الشافي لا يتم الاً بعمل جراحي خاص. واذا كانت في الساقين فرما زالت بواسطة رفادة محكمة الوضع او بلبس جورب لدن يباع عند الصيدلي

الدوسنطاريا وهو الزحير

هي من امراض البلاد الحارة على الخصوص واسبابها التعرض للبرد بعد الحرّ او للانتقال الفجائي من حرّ النهار الى برد الليل كما يحدث كثيراً في الخريف او لتخفيف الثياب عند الحرّ بلا موجب كافٍ او للنوم على الارض الرطبة. ومن اسبابها الخاصة شرب المياه الفاسدة (انظر صفحة ٩٩) والطعام الرديء والفواكه

غير الناضجة والقحط والفقر والسكن في بيوت ردية الوضع والهواء والتي يُغفل عن ضبط اسربتها . ويظهر انها نسري احيانا على سبيل العدوى في السجون والسفن المزدحمة وبين العساكر اذا كان طعامهم ولباسهم وماؤهم رديا ولا سيما عند الانحطاط الادبي الذي يحدث فيهم بعد غلبة العدو عليهم

واعراضها مقص حول السرة وخروج براز لين يوما او يومين ثم يشتد الألم ويمتد الى المقعدة ويصير البراز مخاطيا دمويا مصحوبا بزحير وارجاع حادة ويكثر طلب الخروج وربما صار متواصلًا والفترات بينه بضع دقائق فقط . واما الحُمى التي تصاحبها فقد تكون خفيفة لا يعباُ بها وقد تكون ثقيلة مصحوبة باحمرار الوجه وجفاف الجلد وصلابة النبض مع سرعته واكتساء اللسان بطبقة بيضاء وقد يكون احمر جافا شتقا . واذا كان الألم في المقعدة فقط بلا حُمى او مقص في البطن فيكون المرض محصورا في المستقيم وهو المعروف عند العامة بالثفل والتعني . واذا صارت رائحة المريض كرائحة الرمة والسحنة مضطربة منكشحة والنبض ضعيفا والفراق المعروف بالحزقة موجودا كان الموت قريبا

العلاج . يلزم المريض الفراش ويُعطى عشرة دراهم زيت الخروع ويُقتصر على قدح حليب حار يتزرع عنه الزبدة كل ساعتين . فان كانت العلة خفيفة زالت بهذه الوسائط والا فيعطى درهم ملح انكلبزي كل ساعة الى ان يصير البراز اصفر خاليا من المخاط والدم او عشرين قهقهة من مسحوق عرق الذهب مع فنجان ماء ويستلقي المريض على ظهره ويسكن حتى لا يقيء الدواء الذي من شأنه القيء ويكرر كل ست ساعات الى ان يصير البراز طبيعيا وينقطع المنص والزحير . وربما افادت اللبخ الحارة على البطن والحفن بماء الخبازي الفاتر ووضع من عشر الى عشرين علفة على المقعدة اذا كانت البنية قوية وشرب ماء الارز غير ان الهدية على ما تقدم اولاً مع الاقتصار على الحليب الحار ما دام المرض حادا .

ثم لابد من اخراج البراز من المخدع ولا يجوز اجتماعه هناك لئلا يفسد الهواء .
وعند النفاثة يدوم الطعام لطيفاً الى ان تعود القوة كما كانت

الدوسنطاريا المزمنة

اما انها انتقل من الحالة المحادة الى الحالة المزمنة او انها تبداً على درجة خفيفة وتدوم كذلك . ونتميز عن الاسهال المزمّن بكون الخروج مخاطياً دموياً مصحوباً بشيء من الثقل في المفعدة والزحير . افضل علاج لها الحمية عن الطعام والاقتنار على المرق والارز والبيض واللبن وكثيراً ما تستعصي على الطبيب فلا يبقى امل للشفاء منها الا بسفر الجرسفراً طويلاً

دوسنطاريا الاطفال

قد تظهر فجأة وقد تكون عقيب الاسهال البسيط . وتتميز بالبراز المخاطي الدموي والزحير او المغص وبكاء الطفل الى ان يخرج فيرتاح الى ان يعود التكلف الى البراز . وعلاجها لطفل ابن سنة نصف درهم من زيت الخروع كل اربع او ست ساعات الى ان يبصر الخروج طبيعياً مع الاقتنار على حليب مرضعه او الحليب الاعنيادي اذا كان منطوماً واستعمال اللبخ الحارة على البطن والحنن بقليل من النشاء والبيض والماء . واذا دعا الامر الى استعمال وسائط اقل من ذلك فلا يجوز الالتجاء اليها الا بامر الطبيب

الدياييطس وهو البول السكري

اعراض هذه العلة كثرة البول ووجود السكر فيه مع عطش وهزال على ان شوية الطعام تشتد اشتداداً مفرطاً . وهي علة يندر شفاؤها ولكنها تقبل للتلطيف بواسطة التدبير العام للصحة وتجنب المأكولات السكرية والنشائية

كالخبز والارز والبطاطا والاعتماد على اللحوم والبيض والحليب . وليس فيها خطر قريب بل ربما عاش الانسان فيها سنين كثيرة وعلى الخصوص اذا اتبع مشورة الطبيب في امر الدواء ومراعاة شروط الصحة . واما الكواشف الكيماوية لاستعلام وجود السكر في البول فدقيقة لا يعتمد عليها الا اذا اجراها الطبيب الخبير

الديلان المعوية

الديلان التي تحل في الامعاء البشرية على ثلاثة انواع . ١ العريضة وهي بيضاء مسطحة مفصلية طويلة ربما بلغ طولها عشرين قدماً . ٢ المستديرة ويقال لها الخراطينية لمشايتها لدود التراب المشهور . ٣ الخيطية وهي على هيئة خيوط قصيرة دقيقة كخيوط القطن . والغالب ان العريضة منها تصيب البالغين والمستديرة الاولاد والخيطية كليهما . وتشابه اعراض الديلان بحيث انه لا يمكن معرفة النوع الموجود بالتحقيق الا بالمجث في البراز

١ . الدودة العريضة مفرها في المعى الغليظ او في المعى الدقيق او في كليهما وربما بلغ طولها عشرين قدماً او اكثر . وهي بيضاء اللون عرضها من ثلث الى نصف قيراط ومكونة من قطع متصلة بعضها ببعض طول القطعة نحو قيراط . وعند الراس تستدق جداً وتصبح على شكل خيط القطن الابيض وتكون القطع هناك قصيرة . واما الراس نفسه فيقدر راس الدبوس مثلث الشكل ويتميز باربع نقط سوداء عليه هي ممصات تتعلق بواسطتها الدودة بجدار المعى . ويهو طول الدودة يتكون قطع جديدة في العنق واما القطع الكاملة البلوغ عند الذنب فتسقط وتخرج مع البراز . ثم ان القطع التي تسقط تتضمن بيوضاً كثيرة اذا دخلت معدة حيوان سرت الى الحشو وصارت اجنة فاذا اكل الانسان ذلك اللحم ووصلت الاجنة الى امعائه فربما تكونت منها الدودة

الريضة . ولذلك يكون من اسباب وجود هذه الدودة في الانسان اكله اللحم النيء او الذي لم يطبخ طبخاً ناضجاً لانه قد ثبت ان الطبخ الكافي يهلكها اعراضها الغالبة تعب وآلم في الامعاء وقدر اللسان وبجر النفس وخلل شهوة الطعام فتكون احياناً مفقودة وحياناً اخرى مفرطة وحكاك الانف والمقعدة وصرير الاسنان مدة النوم وبقظة الاولاد منه بالخوف او الصراخ . وكثيراً ما يكون صداع ودوار وسعال جاف وخفقان وحاسة غريبة في المعدة تعبر عنها العامة باللي والفرح وفي النساء اعراض هستيرية وربما حدث منها في الاطفال تشنجات عصبية او حيمات متفتره او خوريا (انظر خوريا) . ومع ذلك تظهر غالباً قطع من الدودة مع البراز وهو الدليل الوحيد على التشخيص المجازم بوجودها

العلاج . للدودة العريضة ادوية كثيرة اشهرها وافضلها بزر الكوسا وزيت السرخس الذكر وزيت التريبتينا والكوسو وهو المعروف بالعشبة الحبشية . اما بزر الكوسا او الفرع او اليقطين فهو سهل المأخذ فعال غالباً يؤخذ منه للبالغ ١٠٠ درهم ويفشر ويسحق اللب مع ١٠٠ درهم ماء ويشرب نصفه عند النوم والنصف الآخر صباحاً وبعد ذلك بساعتين ٨ دراهم زيت الخروع ويكون الطعام كل ذلك اليوم مرق اللحم والشوربا . وزيت السرخس الذكر يباع عند الصيدلي على شكل كبسول يؤخذ بحسب التعليمات المطبوعة معه . وزيت التريبتينا يؤخذ منه اربعة دراهم مع ثمانية دراهم زيت الخروع للرجل القوي ولا يعطى للاولاد . ومسحوق العشبة الحبشية يؤخذ منه درهان عند النوم ودرهان صباحاً ويُعقَب بثمانية دراهم زيت الخروع . وما ثبتت فائدته ايضاً قشر جذر الرمان الطري يؤخذ منه ١٦ درهماً ويُغلى في ٢٠٠ درهم ماء الى ان يبقى نحو النصف فيصفى ويؤخذ فيجانان صباحاً باكر اكل نصف ساعة الى ست جرعات فان لم تُسهل الامعاء يؤخذ حينئذ ٨ دراهم زيت خروع

فتخرج غالباً الدودة مع البراز. وفي كل حال اذا لم يخرج راس الدودة الدقيق المثلث الشكل فتنمو مرة اخرى وتظهر قطعها في البراز بعد شهرين او ثلاثة. ولذلك يجب غسل الدودة والبحث عن راسها بالعين المجردة او بالمكروسكوب

٢. الديدان المستديرة. مقر هذه الديدان في كل اقسام المي وربما صعدت الى المعدة وهي شبيهة بدود الارض لونها احمر خفيف او ابيض نصف شفاقة خلف راسها انخفاض مستدير وعليه ثلاث بروزات صغيرة والتم بينها. اعراضها كاعراض الدودة العريضة مع ألم شديد يحدث احياناً في المعدة او الامعاء ولا يحكم بوجودها حكماً جازماً الا اذا شوهد بعضها في البراز. علاجها السننوبين يعطى منه للولد من قحمة الى ثلاث قححات وللبالغ خمس قححات عند النوم ومثل ذلك صباحاً وبعد ساعتين جرعة من زيت الخروع. ويصنع منه افراص تُباع عند الصيدلي ويؤخذ منها بحسب الكمية اللاخلة فيها والسننوبين

٣. الديدان الخيطية. اكثر مفرها في القسم السفلي من المي في الاولاد الضعفاء الذين فسبب حكاكاً شديداً في المفعدة وتخرج مع البراز وتخرج في الليل على الثياب وربما دخلت مهبل الانثى او بين حشفة وقلبة الذكور وسببت هناك حكاكاً وافرازاً. علاجها حقن المي بملعقة ملح كبيرة او خمس قححات كونا مع ٨ فناجين ماء وبعاد ذلك مرتين في اليوم الى ان ينقطع الدود والحكة في المفعدة. ومن الحفن المفعدة منقوع خشب الكواسيا وربما وجب استعمال زيت الخروع مع الوسائط المذكورة

ذات الجنب وهو التهاب البليورا

البليورا غشاة مصلي يغطي ظاهر الرئة وينعكس ويبطن جدار الصدر الباطن بحيث يتكوّن من الانعكاس المذكور خلافاً بين الرئة وجدار الصدر. واعراضه الاولى قشعيرة غالباً وحى وشكة في الصدر يُشعر بها عادة على مساحة

حلمة الثدي ممددة الى جهات مختلفة . ويصاحب ذلك سعال قصير جاف وتنفس قصير يتوقف من الشكة وألم يزيد عند السعال والتنفس الطويل ويكون النبض سريعاً صلباً متوتراً واللسان ابيض والبول قليلاً احمر والجلد حاراً جافاً . ولا يصفح العليل الا على الجانب المصاب . اسبابه البرد او لطبات خارجة ربما كسرت بعض الاضلاع وكثيراً ما يظهر مدة سير الحميات المنقطعة او المتفترة . واذا لم يتوقف حدث ارتشاج سائل في التجويف الصدري اي بين الرئة والوجه الباطن لجدار الصدر . وفي الاحوال الخفيفة ينتهي الالم الحاد والحصى نحو اليوم الرابع او الخامس ولكن اذا ارتشح سائل دام السعال وعسر التنفس زمناً ليس له حد معلوم

ويتميز التهاب البلبورا عن التهاب جوهر الرئة بكون الالم واخزاً في الاول ثقيلاً في الثاني وبان السعال قصير جاف خالٍ من النفت في ذات الجنب واطول في ذات الرئة مصحوباً بنفت مزيد قرميدي اللون من اخلاطه بالدم . ويتميز عن ثقلها البلبورا اي ألمها العصبي بوجود الحصى مع الالتهاب

العلاج . يلزم المريض الفراش ويحفظ من البرد ويقلل الحركة والطعام ويخفف الطعام . ثم ان كان العليل قوياً والألم شديداً فقد يفصد من الذراع ويحدث من ذلك راحة من الالم وامكان التنفس الطويل . وان كان ضعيفاً يوضع من العلق عدد مطابق لسني عمر المريض . ومن الادوية يفيد خمس قححات من مسحوق دوفر كل اربع ساعات ونحو عشرين قححة من الكلورال عند المساء لاجل راحة الليل

وقد ترمز ذات الجنب فيصاحبها حتى في الليل وسرعة النبض وهزال وعسر التنفس عند الاجهاد وعدم طاقة المريض على النوم على الجانب الصحيح . وعلاجه اولاً المقويات والطعام المغذي وثانياً ظلي الجانب المصاب مرة في اليوم بصيغة البود وشرب خمس قححات يودور البوتاسيوم مع فنجان ماء ثلاث

مرات في اليوم لاجل امتصاص ما يكون من السائل المرشح . ولكن اذا كان السائل غزيراً واحداً بروزاً في الجانب المصاب فيجب له الاستخراج بالزل الجراحي

الذئجة

الذئجة من امراض الاولاد الثقيلة . وهي تبدأ أحياناً فجأة في الليل وغالباً يسبقها حتى خفيفة مصحوبة بعطاس وتدمع العينين وسعال ناشف وبحة في الصوت . ومتى انجلي ظهور المرض يستفيق الولد من النوم وعليه علامة الاختناق ويسعل سعالاً أجاجاً له رنة معدنية خاصة بوشبهة بصياح الديك او نج الكلب ويصعب التنفس ويشقى الهواء كأنه من انبوب معدني . ويكون السعال اولاً جافاً ثم يصحبه خروج سائل مخاطي يأتي بالراحة وربما انتهى المرض حينئذ وإذا لم ينته المرض على الكيفية المذكورة تكونت مواد غشائية بيضاء في المخجرة على شكل انابيب لا تنفث الا بالجهد العظيم فيجهر الوجه او يكمد ويعرق الجسد وتنقبض الاصابع ويرى الولد ما عليه من الغطاء ويجلس أحياناً في الفراش متكلاً التنفس وتجهد العينان ويحمر بياضها ويسرع النبض ويتصلب ويرفع الولد يديه نحو عنقه كأن هناك سدة . ثم في الصباح لتحسن الحال وربما بقيت كذلك طول النهار الى ان يأتي الليل فتعود اعراض التنفس الاختناق . ويدوم المرض من يوم واحد الى خمسة ايام فان انتهى بالشفاء كان ذلك على سبيل نفث كمية وافرة من المواد المذكور آنفاً وتلطف الاعراض شيئاً فشيئاً . وان انتهى بالموت اشد السعال وعسر التنفس والضعف واعراض الاختناق وربما سبقه التشنج . أكثر حدوث هذا المرض بين السنة الاولى والخامسة من العمر ويندر بعد ذلك كلما تقدم الولد في السن وإذا حدث فيكون خطر الموت منه قليلاً

اسباب هذه العلة البرد والتعرض للهواء الرطب السريع التغير من
الحر والجفاف الى البرد والرطوبة . غير ان في بعض الاولاد ميلاً خاصاً لها
فتفعل فيهم الاسباب المذكورة ولا تفعل في غيرهم . واذا اصاب المرض ولداً مرة
كان عرضة لرجوعه مرة اخرى . وربما حدث على شكل وافد والغالب ان
المواضع المنخفضة الرطبة موافقة لظهوره . واما التمييز بين الذبيجة والدفثيريا
فذكر في الكلام على الدفثيريا

العلاج . متى ظهرت الاعراض الاولى كالسعال الخاص بالذبيجة وبحة
الصوت يُعطى الولد ملعقة صغيرة من زيت الزيتون المحلو ثم نحو ملعقة صغيرة
من شراب عرق الذهب كل ساعتين لاجل تسهيل التنفث وبدهن العنق
بزيت اللوز . ومتى انجلت اعراض المرض وتحقق وجوده يُعطى لولده بين
الستين والثلاث ثلاثة دراهم من خمر عرق الذهب مع فنجاني ماء فاتر كل
خمس دقائق الى ان يحدث القيء . ويعان عمل المني بوضع الولد في مغطس
ماء فاتر نحو ثمان دقائق . فان حصلت راحة يعاد المني بعد ساعة او اكثر
ثم يُعطى نحو عشر نقطات من الخمر المذكور مع ملعقة ماء صغيرة كل نصف
ساعة . وتوضع علقه واحدة لكل سنة من سني الولد على القسم العلوي من عظم
النص ومتى سقط العلق يضغط بالاصبع على العظم الى ان ينقطع الدم ولا
يُسخرج دم اكثر من ذلك بواسطة اللبخ الحارة . ثم متى انتقطع عمل القيء فان
لم يكن قد حصل براز كافٍ يُعطى الولد ملعقة من زيت الخروع . واذا كان
الطفل صغير السن ضعيف البنية يُبدل العلق بمجهرات خردلية او اسفنجية
مبلولة بماء حار على اسفل العنق واعلى الصدر . ولا يجوز من الطعام الا اوراق
اللحم القوية وان لزم فيكره الولد على اخذها او يُحقن بها . ويجب رفع حرارة
الخدع وحفظها على درجة واحدة متساوية ما امكن بواسطة غلي الماء وانتشار
بخاره في المكان . وقد نصح احبائنا فتح القصبة بواسطة عمل جراحي في اشتداد

المرض والخطر

وهناك نوع من الذبحة يقال لها الذبحة التشنجية او الكاذبة وتتميز بعدم وجود الحمى والسعال وبشيق صياحي كصياح الديك . وهي علة عديمة الخطر تُعالج بالمخدرات والحمام الفاتر وتلين الامعاء ومقادير صغيرة من بروميد البوتاسيوم اذا طالت

الرئتان (التهاهما)

يبدأ هذا المرض عادةً ببرد وحىٍ وبصاحب ذلك سعال يكون اولاً قصيراً جافاً ثم يصحبه نفث رقيق رغوي يتحول بعد ذلك الى ما لونه كالفريد او صلباً الحديداً او يكون مخططاً بالدم . واللون المذكور هو المميز العظيم بين هذه العلة التي مجلسها جوهر الرئة والتهاب شعب الرئة التي تستطرق اليها . وتُعرف الاولى بلك الرئة وهي اشد خطراً من الثانية . ولا يصاحبها ألم الا اذا امتد الاتهاب الى البليورا اي الغشاء الذي يغطي الرئة فيكون حينئذٍ ألمٌ ناخس في الجانِب المصاب او تحت حامة الثدي يشند عند السعال او النفس الطويل (انظر التهاب البليورا) . غير انه سوائه وجد هذا الالم الحاد او لم يوجد فيشعر بوجع ثقل في الصدر ويسرع التنفس ويقصر فيرتفع عدده من ست عشرة مرة في الدقيقة الى اربعين مرة او اكثر وترتفع الحرارة الى ١٠٤ ف او ١٠٥ . اذا كان المرض خفيفاً اخذ في الانحطاط نحو اليوم الخامس او السادس وقد يطول الى اليوم الخامس عشر . والقاعدة الاغلبية في ذلك انه اذا لم يتجاوز الحرارة ١٠٤ ف والنبض ١٢٠ في الدقيقة والتنفس ٢٥ مرة في تلك المدة وكان المريض صحيح البنية انتهى المرض في ثمانية او عشرة ايام . واذا كانت الحال ردية ففي اليوم الرابع او الخامس يسرع التنفس ويهسر وتزداد سرعة النبض وتشد الحرارة ويظهر الهذيان ثم السبات

اسباب البرد والتعرض للتشعيرة ولا سيما اذا كان في المريض استعداد
من سوء الصحة والاسباب المضعفة وعدم كفاية الثياب
العلاج . يلزم المريض الفراش وتُمنع مجاري الهواء عن المكان وتُعدّل
حرارته على درجة واحدة ويحذر من تغيرات حرارة الهواء ولا سيما من برد
الجسد . ويُمنع المريض من الكلام الكثير والحركة لان ذلك يسرع التنفس .
اذا كان الالم موجوداً والعليل حدثاً قوياً فيوضع من العلق عدد مساوٍ لعمره
الى ثلاثين علقه على المحلّ المتألم ويُعقّب ذلك ببلخ بزر الكتان الحارّة وتُدلم البلخ
المذكورة الى نهاية المرض واذا كان المرض ثقيلاً فيحاط جميع الصدر والظهر
بها على هيئة صدرية تُبدل كل ساعة او ساعتين فان ذلك بوجه الدم من
العضو الباطني المتهب الى ظاهر الصدر ويسبب عرقاً مفيداً وقد شاهدت
فائدة عظيمة من هذه الوساطة البسيطة . واما الادوية فرها وجب مسهل خفيف
في اول الامر وما بقي منها فلا يصح في غياب الطبيب الا استعمال ثلاث نقط
من صبغة الاكونيت مع ملعقة ماء كل ساعتين . واذا كان المريض متقدماً في
السن او ضعيفاً فيعطى خمس قمحات من كربونات الامونيا مع ملعقة ماء كل
ساعتين

واما التهاب الرئتين في الاطفال فكثير الحدوث وهو يحتاج الى كلام
خاص لانه قد تكون اعراضه خفية تخدع العامة وربما خدعت الطبيب ولا سيما
متى عرض في اثناء سير امراض مختلفة كالحصبة والحبيبات والامراض المعوية
وغيرها . ولا يظنني المرض غالباً اذا كان سببه البرد وهو السبب الغالب اولم
يجب مرض آخر . عند بدهاء المرض تظهر الحمى ثم سعال جاف ونشوة الشفتين
واحمرار الوجه وقدر اللسان وحرارة الجلد وقصر التنفس وعسره وتعدد المتخثرين
عند كل شهقة . ويكون النم مفتوحاً لدخول زيادة الهواء ولذلك يجب . ويرتفع
عدد التنفس من ٢٠ الى ٥٠ مرة في الدقيقة وعدد النبض الى ١٥٠ او اكثر

والحرارة الى ١٠٥° او اشد من ذلك. واما العلامات المييزة بين التهاب الشعب والتهاب ذات الرئة فهي ان في التهاب الشعب يكون الجلد والتم رطبيين والتنفس صغيراً والسعال عالي الصوت والنفث اذا خرج ابيض والطفل ضيق الخلق صجراً. وفي التهاب الرئة يكون الجلد والتم حارين جافين والتنفس قصيراً لا يصحبه صوت صفيري والسعال صلباً قصيراً ضعيفاً والنفث اذا خرج قريماً مزبناً والطفل مندرخاً . وعلاجه المسهلات الخفيفة ولبخ بزر الكتان الحارة على جميع الصدر ونحو نصف ملعقة صغيرة من شراب عرق الذهب كل اربع ساعات او نقطة من صبغة الاكونيت كل ساعة مع ملعقة صغيرة ماء مع الطعام الموافق واجتناب البرد

الربو (الأزما)

الربو عسر وتشنج في التنفس يحدث على هيئة نوب. وتأتي النوبة غالباً في الليل فيجلس المريض في الفراش او يتوكأ على كرسي او شيء آخر ويتنفس بعسر عظيم وصوت صفيري ويكمد لون الوجه وتحفظ العينان ويكتسي الجلد بالerc البارد ويطلب الهواء فكان المريض يموت خنقاً . ثم بعد ساعة او بضع ساعات تهجم النوبة وتنتهي بنفث مادة بلغمية او مخاطية لزجة وقد تدوم النوبة اياماً . واما الفترات بين النوب فقد تكون طويلة تمتد الى شهور وقد تكون قصيرة

العلاج مدة النوبة يبدأ بوضع خردلية كبيرة على جميع الصدر الى ان يهمر الجلد احمراراً جيداً وتوضع القدمان في ماء حار مزوج بالخردل. فاذا لم يحصل فائدة من ذلك يعطى المريض نصف درهم من صبغة الافيون ودرهم اثير مع نصف قدح ماء او يُحَقَّن بالمورفين تحت الجلد . وكثيراً ما يفيد البرش بالنارجيلة او السيكاارة وكذلك استنشاق نحو نصف درهم من

الكلوروفورم موضوعاً على محرمة . وان جاءت النوبة عقيب طعام ثقيل يُعطى
 عشرين قحمة من مسحوق عرق الذهب (ايبكاكيوانا) ليحدث القيء وان كانت
 الامعاء متقبضة يُعطى مسهلاً من الملح الانكليزي او زيت الخروع
 واما العلاج مدة الفترات فيقوم بتدبير المعيشة ومراعاة شروط الصحة
 ولا سيما في ما يتعلق بالطعام والتخفظ من البرد وتجنب الاسباب المهيجة للنوب
 والتي يعرفها المريض من التجربة والاستحمام بالماء البارد او بماء البحر . وكثيراً ما
 يستفيد المريض من تغيير الهواء اما بالانتقال الى بيت آخر او الى بلد اخرى .
 واما الادوية التي تمنع النوب فافضلها الادوية المقوية للمعدة ولعموم الصحة وعلى
 الخصوص نحو فنجان من مغلي خشب الكينا مع عشر قححات من بودور
 البوتاسيوم ثلاث مرات في اليوم قبل الطعام بنصف ساعة او حبوب زرنجيات
 الحديد واحدة منها مرتين او ثلاث مرات في اليوم ويُدام ذلك مدة طويلة

الرحم (امراضها)

انقطاع الحيض . يبدأ الحيض بين السنة الثالثة عشرة او الرابعة عشرة
 وينتهي نحو الخامسة والاربعين . وقد ينقطع هذه الاسباب اولاً مدة الحمل والارضاع
 غالباً . ثانياً قد يتأخر ظهوره في الزمن الواجب . ثالثاً قد تنجس المرأة مدة ثم
 ينقطع حبسها . رابعاً قد ينقطع ظهوره لمانع ميكانيكي او لعله في الرحم . خامساً
 ينقطع لسبب تقدم السن وهو سن اليأس

١. اذا كان سبب انقطاع الحيض الحمل او الارضاع فهو امر طبيعي
 لا يُتعرض له

٢. اذا تأخر ظهوره في السن الاعتيادي كانت الاعراض غالباً ضعف
 البنت واصفرار لونها وقلة بروز الثديين ووجاع دورية في الظهر والمخوين
 وصلع يتردد في اوقات غير معلومة وفساد شهوة الطعام وربما صار لون الوجه

مظالمًا مخضراً وعليه حسب الصِّبا . وعلاج هذه الحالة المفويات ولا سيما ما تضمن
 الحديد والرياضة المعتدلة في الهواء والطعام الجيد المغذي وانسراح المخاطر
 والاستحمام بالماء البارد والمخردليات على اسفل البطن . ولكن ان كانت البنت
 صحيحة الجسم البنية واللون جيداً وحدث عند كل دور شهري ألم في الظهر
 والحنون واحمرار الوجه ودوار وصداع في الرأس فتعطى المساهل وتوضع
 المخردليات على اسفل البطن ويلقى خمس علفات عند الاربية اي اصل الفخذ
 على الجانبين ويُدام ذلك مرّة كل اربعة اسابيع الى ان يظهر الطمث ثم تستم
 بالماء الحارّ عند قرب الدور الحيضي . ويجب ان يكون طعامها خفيفاً ورياضتها
 كثيرة . واما الادوية المدرة للطمث فلا يجوز استعمالها الا بمشورة الطبيب

٢ . قد يظهر الحيض مدة ثم ينقطع . وهذا كثيراً ما يكون عند اول بلوغ
 الانثى قبل تمكن الطبيعة من العادة ولا سيما اذا تبلّثت الرجلان او حدث تعب
 او انفعال نفسيّ او خوف فر بما توقّف او امتنع الافراز بغتة فيحدث حينئذ
 صناع وتعب عام وآلم في اسفل البطن . واذا انقطع الحيض المرّة بعد المرّة في
 كل شهر حدث اضطراب عام في جميع الجسد كما يحدث اذا لم يظهر في الزمن
 الواجب من سن الانثى . وقد ينقطع الطمث في بعض الامراض كالسل الرئوي
 وبعض انواع الانزفة وتكون الاعراض حينئذ اعراض المرض الخاص لا الاعراض
 التي ذكرت سابقاً

العلاج . اذا كان سبب انقطاع الحيض مرضاً من الامراض المضعفة فلا
 يحتاج الى علاج خاص . ولكن اذا اصاب النساء الصحيحات الجسم فان كانت
 المرأة شديدة الامتلاء وجب تخفيفه بالمساهل وتلطيف الطعام وممارسة الرياضة .
 وان كانت ضعيفة البنية وجب تقويتها بالوسائط المذكورة آنفاً . واذا انقطع الحيض
 بغتة بعد ظهوره في دوره الشهري فيستعمل حمام حارّ حالاً بعد التعرض لسبب
 الانقطاع

٤ . قد لا يظهر الحيض لسبب ميكانيكي غالباً في البنات اولملة في الرحم غالباً في النساء وهي من الامور التي لا يدركها الا الطبيب بالاستقصاء او الفحص الدقيق

٥ . ينقطع الحيض نحو السنة الخامسة والاربعين ويقال له سن اليأس . وفي السن المذكور قد تتغير حياة المرأة من هذا القبيل بدون حدوث اعراض مزعجة فيقل الطمث تدريجاً الى ان ينقطع . غير انه يحدث لبعض النساء نحو السنة الثانية والاربعين او الثالثة والاربعين اغماء وخفقان وكره وانتفاخ في الساقين والبطن وصداع عصبي وآلم الثديين ونفاط جلدي ورعاف ونزف باسوري . وربما شككت المرأة ثقلاً في الرأس في النهار وارقاً في الليل واعراضاً هستيرية وعدم ضبط البول وضيق الخلق . فاذا استوجب الامر علاجاً كان بحسب الاعراض . اما الصداع وثقل الرأس فتدمن الجبهة والصدغان بماء كولون المشبع بالكافور وللارق عشر قهجات من هدرات الككورال مع فنجان ماء عند النوم او مثل ذلك من بروميد البوتاسيوم . وللخفقان والضعف العام المقويات كالكيينا والحديد . وللاعراض الهستيرية فليينات الكينا قهجان ثلاث مرات في اليوم

عدو الحيض . اعراضه آلم في الظهر او الحفوين واسفل البطن قبل ظهور الدم بضع ساعات او ايام وربما حدث نطق في الالم وفيه واسهال وآلم عند استطلاق البول واعراض عصبية او هستيرية . وقد يزول كل ذلك عند ظهور الحيض وقد يدوم يوماً او يومين . وعلاجه مراعاة الصحة العمومية والرياضة والاستحمام بالماء البارد او بماء البحر واجتناب البرد وكل انواع التهيج عند قرب الدور الشهري . ومتى ظهر الالم توضع اللبخ الحارة على البطن والافضل من ذلك الجلوس في حمام ماء حار من ربع الى نصف ساعة ثم القيام الى الفراش وملازمة الى ان يزول الالم ويفهد ايضاً تغطيس الفلانلاً بالماء الحار وعصرها

ووضعها على اسفل البطن والفرج بعد الخروج من المغطس السخن. وربما وجب استعمال شيء من المستحضرات الحديدية مع الاعثناء بتليين الامعاء اذا اقتضى الحال. ومن افعل الادوية لتسكين الالم مدة الحيض عشرون نقطة من صبغة الكستور يوم مع فنجان ماء كل ساعتين

كثيرة الحيض على ثلاثة انواع فاما ان تكون الفترات بين ادوار الشهرية قصيرة او انه يدوم مدة اطول من العادة او تكون كميته اكثر من الكمية الاعيادية. والقاعدة الاعلانية في حال الصحة انه يحدث مرة في ثمانية وعشرين يوماً ويدوم نحو خمسة ايام ويخرج من الدم نحو اثنين وثلاثين درهماً. اسبابه حالتان متضادتان وهما شدة الامتلاء في البعض والضعف في البعض الآخر. فان كان ناشئاً من شدة الامتلاء سببه غالباً قشعريرة ووجاع في الرأس والحفوين واحمرار الوجه وارتفاع الحرارة. وان كان سببه الضعف وهو الاعراب فيصاحبه اصفرار الوجه وضعف عام واغماء ووجاع عصبية وكرب النفس وقرقر وقبض الامعاء والتم ثابت في الظهر والحفوين والفخذين. واكثر النساء اللواتي يصبن بهذه العلة هن اللواتي ولدن وارضعن اولاداً كثيرين

العلاج. في كل حال من الحالتين المذكورتين آنفاً لا بد من الاستلقاء على الظهر في الفراش مع الهدوء والنام واذا كان الافراز غزيراً فتوضع مناشف مبلولة بالماء البارد على اسفل البطن وبين الفخذين. وان كانت العليلة دموية المزاج يحنف الطعام فتقتصر على الارز والحليب والشوربا. وان كانت ضعيفة البنية مصفرة الوجه فتعطى طعاماً مغدياً وربما وجب لها الكينا والمقويات مدة الفترات بين الادوار الشهرية وافضلها عشرون نقطة من صبغة ميوريات الحديد مع فنجان ماء ثلاث مرات في اليوم والاستحمام بالماء البارد او البحر مع الراحة والرياضة المعتدلة ولا سيما في المركبات. وان كان النزف شديداً فرمما وجب من الادوية ما لا يستطيع ان يتصرف بها الا الطبيب

التهاب الرحم يبدأ احيانا بشعيرة تعقبها سرعة النبض وحى غير ان الاعراض المبزة هي ألم في اسفل البطن يشتد عند الضغط وألم في الحقبين والفخذين وعسر التبول وتواتره ويكون البول حاراً محرقاً واذا سكن في الوعاء تكدر وتقل وانتفاخ في البطن وحى وكثيراً ما يكون غثيان وفيه . ثم بعد يومين او ثلاثة يخرج من المهبل سائل خفيف اللون اولاً ثم يثقل ويصغ الثوب او المنشفة بلون احمر مائل الى الصفرة . وكثيراً ما يصحب هذه الاعراض اسهال والتهاب البواسير اذا كانت العلوية عرضة لها . اسبابه البرد وعلى الخصوص بعد الولادة واللطمات او السقطات وخلل المحيض وربما حدث من استعمال الحقن القوية او الكمولات التي تصفها القوابل الجاهلات لاجل الحمل والضرر عند الولادة والتعب المفرط والتعرض للبرد في وقت الطمث

العلاج . يوضع العلق على القسم السفلي المتألم من البطن ويُعقَب باللبخ الحارة واذا كان الالتهاب خفيفاً فيستغنى عن العلق بالخردييات . وان كان هناك قبض فتعطى مساهل خفيفة ككثيرات المغنيسيا وان كان اسهال فتعطى كميات صغيرة من زيت الخروع . ولا بد من الراحة التامة في الفراش واجتناب الوقوف والمشي مع تخفيف الطعام الى ان تكون قد زالت اعراض الالتهاب

التهاب الرحم المزمن او احتقانه . هو درجة خفيفة من النوع الحاد الذي سبق ذكره فربما اتى تدريجاً او كان بقية الالتهاب الحاد . اعراضه ألم في اسفل البطن والسيلان الابيض (انظر السيلان الابيض) والشعور بثقل وألم في الحقبين وعسر الطمث . واذا طالت هذه الاعراض صارت سبباً لعلل كثيرة كتضخم الرحم وانحراف وضعه وحدوث التفجق بقريه او تقرح فيه . وعلاجه صيغ اسفل البطن بصيغة اليود مرة في اليوم او حراقات صغيرة متكررة مع الراحة في الفراش ما امكن وتليين الامعاء اذا اوجب الحال ومعالجة البواسير اذا

وُجِدَتْ والجُلوس في المَاءِ البارد بضع دقائق كل يوم والمقويات كالكينا والحديد . واذا استعصى على هذه الوسائط نعطى خمس قمحات من بودور البوناسيوم مع فنجان ماء ثلاث مرات في اليوم

هبوط الرحم عبارة عن سقوط الرحم اسفل وضعه الطبيعي . وهو يصيب النساء اللواتي ولدن اولاداً كثيرين وقد يكون سببه الاجهاد في رفع الاثقال او التعب المفرط او الضعف العام وارتخاء الانسجة . وتختلف درجته من هبوط يسير الى خروجه الى الظاهر . واعراضه ثقل في اسفل البطن واوجاع عند الاربيتين والفخذين والسيلان الابيض وكثيراً ما يحدث تواتر التبول لسبب الضغط على المثانة وقبض الامعاء للسبب المذكور . وتضعف عادة الاعضاء الهاضمة فيؤثر ذلك في عموم الصحة . وعلاجه المقويات وملازمة الفراش ما امكن وحقن المَهِيل بالماء البارد والعليلة مستلقية على الظهر وربما وجب استعمال الحقن الفايضة المذكورة في فصل السيلان الابيض واستعمال احزمة وآلات خاصة لهذه العلة . وربما كان هناك تفرج للطبيب ان يعالجها

الرمل البولي

الرمل رسوب في البول وهو على نوعين احمر وابيض . اما الاحمر فيكون من الحامض اليوريك وينشأ غالباً من سوء الهضم او مرض في الكبد او التهاب المفاصل الحاد او التقرس او حصى او علة النهاية . والايض فيكون من فصفات الامونيا والمغنيسيا والكلس (النصفات الثلاثي) وهو يخرج ممزوجاً مع البول مكدرآله واذا اُحِمَّ البول قليلاً في انبوبة لم يذب الراسب خلافاً للحامض اليوريك الذي لا يكثر البول عند خروجه بل يرسب متى برد واذا اُحِمَّ البول قليلاً ذاب الراسب . والراسب الابيض يدل على مرض اشد ما يدل عليه الراسب الاحمر وقد يمزج النوعان في البول الواحد . متى كان الراسب

ابيض او مائلاً الى الصفرة كانت الاعراض غالباً أَلماً ناخساً في الصلب يتد الى
 الفخذ وطلب التبول وحرقة عند خروج البول وتفصل الخصية في الذكور
 وترتفع الحرارة قليلاً في الجسد . وحياتاً يشكو المريض فجأةً أَلماً حاداً في الظهر
 والحفون مصحوباً بغثيان وفيه مع طلب التبول ويكون البول حينئذٍ قليلاً
 احمر او دمويّاً ثم في بعض النوب الاليمية يشعر فجأةً براحة تدل على مرور
 حصاة صغيرة من الكلية الى الحالب ثم الى المثانة . واذا وصلت الحصاة الى
 المثانة فاما انها تبقى هناك وتكبر او انها اذا كانت صغيرة تخرج مع البول
 العلاج . مدة نوبة الألم الشديد يوضع المريض في حمام حار ومتى خرج
 منه يُعطى خمساً وعشرين قحمة من هيدرات الكلورال وبعاد ذلك بعد ست
 ساعات اذا بقي الألم . وما يفيد الحجامات الجافة (كاسات الهوائ) على الصلب
 وتلين الامعاء وشرب كميات كبيرة من ماء الشعير . ومتى زالت النوبة فعلاج
 الرمل الاحمر بتخفيف اكل الخوم والتعويل على الطعام النباتي ونحو عشرين قحمة
 من كربونات الصودا او كربونات المغنيسيا ثلاث مرات في اليوم او مياه فيشي .
 وعلاج الرمل الابيض او الاصفر بالحوامض كححو عشر نقطات من الحامض
 النتريك الخفف مع ماء نقيع قشر البردقان . وما يفيد ايضاً الطعام المغذي
 والمقويات كالكينينا

الروماتزم وهو داء المفاصل

يقسم الروماتزم الى حاد وهو المصحوب بحجى ومزمن وهو الخالي منها
 اما الروماتزم الحاد فيصيب غالباً الاحلات في السن ويندر في الشيخوخة .
 وسببه التعرض للبرد الرطب . واعراضه حجي مع سرعة النبض وحرارة الجلد
 وقدر اللسان وقلة البول ورسوب مادة يميل لونها الى الحمرة القائمة و ألم في احد
 المفاصل الكبيرة الذي يرم ويحمر ولا يطيق الحركة واللس . وقد يصيب

الالتهاب جملة مفاصل او جميعها ولكن الغالب انه يصيب مفصلين او ثلاثة في زمن واحد ثم ينتقل الى غيرها بغتة وينزل الالتهاب من الاولى بغتة ايضاً . وكثيراً ما يصاحب ذلك عرق حامض الرائحة لا يحدث منه راحة . ويدوم المرض من اسبوعين الى ثلاثة وربما طال اكثر من ذلك وحينئذ يقع الشفاء التام او يبقى شيء لا من الألم واليبوسة في المفاصل

وإذا ارتفعت الحرارة الى ما فوق ١٠٤ ف دَل ذلك على ان غشاء القلب الظاهر او الباطن قد أُصيب ايضاً بالالتهاب وهو امر خطر يستوجب المراقبة الشديدة . وعلاماته ألم في الجانب اليسر وضيق وشدة في الصدر وعسر التنفس الطويل . وربما كان ايضاً خفقان وعدم انتظام عمل القلب وقطع في النبض . وإذا اصاب الالتهاب غشاء القلب الباطن انتشر الى الصمامات الممتدة منه الضابطة فتمت القلب ورسبت عليها مادة من الدم فنقبض ويختل عملها . ويحدث من التغيير المذكور في صمامات القلب معارضة لمرور الدم فيه وتغيير في اصواته لا يدركها الا الطبيب

العلاج . الراحة التامة في الفراش طول مدة المرض ووضع خرق على محل الألم مبلولة بماء حار ملاب فيه كربونات الصودا (نحو خمسين درهم منه لاربع مئة درهم ماء) ثم يغطى بجرير مزيت او مشع لطيف لكي يمنع تبخر الماء . وتلين الامعاء عند الافتضاء ويعطى المريض نحو عشر قححات من مسحوق دوفر عند النوم لاجل راحة الليل . واما بقية العلاج فللطبيب ان يأمر به

واما الروماتزم المزمن فيصيب غالباً المتقدمين في السن ولاسيما الفقراء منهم . وقد يصيب هذا النوع المفاصل او العضلات فيقال للثاني الروماتزم العضلي . اعراضه وجع في المفاصل الكبيرة وحياناً في الصغيرة وقد يصاحبه احياناً ورم . اما الروماتزم العضلي فعلاماته وجع في بعض العضلات وربما انتقل من مكان الى آخر وحياناً يتعلق بعضلات الظهر او عضلات العنق

بمحيط لا يستطيع الانسان الحركة بدون ألم . وعلاجه تجنب البرد والرطوبة
 ولبس الفلانلا . ومن الادوية عشر قححات من بودور البوتاسيوم مع فحجان ماء
 ثلاث مرات في اليوم . وربما وجب له الحمامات المغذية او الكبريتية الحارة

الريِّح البَطْنِيّ

هو اجتماع غازات اكثرها الهيدروجين المكثرت في المعدة والامعاء
 وخروجها منها . وقد تسبب ألماً وجشاًء حامضاً وقبيحاً وخفقان القلب . وهي من
 اعراض سوء الهضم فتعالج بالحمية عن الاطعمة التي من شأنها توليد الريح
 كالحلويات والمواد النشائية كالارز وبعض انواع الخضراوات . ويعالج سوء
 الهضم كما يذكر في بابو

واما ريِّح الاطفال فاكثرة من طعام لا يوافق الطفل او من كثرتو ولذلك
 يُبدل او نقل كمية . واما المغص الناشئ عنه الذي يدل عليه الصراخ ورفع
 الرجلين نحو البطن فيعالج بفرك البطن فركاً لطيفاً بشيء من الزيت الفاتر
 وقليل من ماء الياسون والمغنيسيا . واذا ازم من فيالمغاطس الفاترة اليومية
 ومسحوق غريغوريوس من ثلاث الى خمس قححات منه ثلاث مرات في اليوم

الزُّكام وهو النَّزْلَة والرِّشْح

يحدث الزكام على نوعين الاول الرشح الاعنبيادي والثاني وافد يصيب
 كثيرين من الناس في زمن واحد . اما الرشح الاعنبيادي فاعراضه ارتخاء في
 الجسد وبرد او قشعريرة وعطاس ورشح من الانف ونقل الراس والعينين
 وحرارة . وكثيراً ما يصاحبها سعال وخشونة في الحلق والصوت وربما ظهر
 نفاط عند الشفتين . وعند نهاية ثلاثة ايام تخفّض الاعراض وقد تنتهي في
 التهاب الشعب الرئوية . وبعض الناس معرضون لهذه العلة فتصيبهم كما حدث

لها سبب فيجب عليهم تجنب الانتقال من الحر الى البرد فجأة وتخفيف اللباس عند الحرارة والعرق وهو غالباً لا يحتاج الى علاج فان كانت الاعراض شديدة او قصيد تقصير مدته بلزم الفراش ويؤخذ نقطتان من صبغة الاكونيت مع ملعقة ماء كل ساعة او ساعتين

واما النوع الوافدي فاعراضه كاعراض الزكام الاعيادي الا انها اثقل وهو موضوع البحث في الفصل التابع

الزكام الوافدي وهو النزلة الصدرية

الزكام الوافدي ويقال له عند العامة النزلة الصدرية وعند الافرنج الانفلونزا يأتي على هيئة وافدي انه يصيب كثيرين في زمن واحد. وقد انتشر في اوربا مراراً كثيرة وكان له في سنة ١٨٩٢ اضرار كثيرة بالصحة والحياة واما في البلاد الشرقية فقد اتاها ايضاً ولكنه كان سليم العاقبة الا في ما ندر وهم الشيوخ والمصابون بعلل صدرية سابقة. وقد ثبت بالتحقيق انه معدٍ بحيث انه يأتي بلدًا بواسطة احد حامل العدوى من بلد اخرى هو منتشر فيها ثم يظهر في افراد قليلين ثم يصير عامًا بين كثيرين. وهو على ذلك من الامراض السائرة في مسير الناس واسفارهم كبقية الامراض المعدية ويشبهها بانه يزداد عدد المصابين به تدريجاً الى ان يبلغ معظمه ثم ينقص الى ان يزول وقد اكتشفوا حديثاً ان سببه باشلس خاص به ينتقل في الهواء من المريض الى الصحيح وان العدوى تحدث من اول المرض الى اليوم الثامن وان الاحوال التي تزيدها قبولاً وشدة هي البرد والتعب العقلي او الجسدي. وبناءً على ذلك اوصوا بفصل المرضى وعدم مخالطة الاصحاء لهم الا من يخدمهم وتجنب الاماكن التي يزدحم فيها الناس ومراعاة الصحة والابتعاد عن الاسباب المضعفة

واما اعراضه المميزة فهي قشعريرة يعقبها حُمى ووجاع البية في الظهر

والاطراف والراس ويصعب ذلك غالباً او يعقبه بعد يوم التهاب زكامي في
الانف والمسالك التنفسية بحيث يحدث من ذلك سعال وعطاس وقد يكون
هناك وجع في المعدة والامعاء وفيه واسهال . ولذلك قسمه بعضهم الى ثلاثة
انواع الاول ما تشتد فيه اعراض الراس والمفاصل والثاني ما تتغلب فيه
اعراض الصدر والثالث ما يتغلب فيه الاعراض البطنية . وقال بعضهم
لا يوجد عرض خاص مميز وانما يُشخص المرض من مجموع اعراضه او بعضها
ولا سيما اذا كان المرض وافداً منتشرًا فتعرف ماهيته في الحال الآتي ما ندر .
مدته اذا كان بسيطاً من يومين الى اربعة ايام حيث تزول الحمى ويبقى شيء
من السعال مع ضعف عظيم يدوم اياماً

علاج هذا المرض يقوم بالزام المريض الفراش من اول الامر وفصله
عن الاصحاء مع الحماية والاقتصار على الحليب واللبن ومرق اللحم . واما الألم
الشديد فيخفف بواسطة سلسلات الصودا مع برومور الامونيوم والاعراض
الصدرية والبطنية بما يوافق مقتضى الحال وكل ذلك من منعلقات الطيب .
وهي علة خالية من الخطر الآتي بعض السنين وللشيوخ والمتهوكين بعلة صدرية
غير انه في كل حال لا بد من تدبيرها على ما سبق

السرطان

علة خبيثة ناشئة من فساد خاص في الدم وكثيراً ما تكون اثرية في
العبال ومجسها الغالب الثدي والرحم والمعدة والخصى والكبد والجلد . وقد
سبق الكلام على سرطان الثدي
سرطان الرحم يسبب ألماً شديداً وافرازات رائحة كريهة وضعفاً عظيماً
وهذا لا يظهر غالباً قبل السنة الاربعين
سرطان المعدة يسبب ألماً شديداً وفيه مواد دموية سوداء وهزال

الجسد وورماً صلماً يُشعر به غالباً تحت الاضلاع على الجانب الايسر
سرطان المجلد يتميز عن بقية الامراض الجلدية بانتشاره وامتداده الى
الاجزاء المجاورة ونقره ويجو وكراهة رائحة ما يسيل منه وتضخم الغدد المجاورة والمها
وليس لجميع انواع السرطان علاج شافي الا الاستئصال في بدائة الامر
اذا امكن . فاذا لم يمكن ذلك او اعمق الى زمن متأخر فيكون علاجه بما يحسن
عموم الصحة ويخفف الألم ويصلح رائحة ما يسيل من القرحة

السكتة

نوع من السبات قد يحدث فجأة فيقع المريض بغتة الى الارض ويفقد
الحس والحركة كأنه في نوم ثقيل فيحمر الوجه ويصير التنفس صعباً وربما صحبة
الشخير والنفخ وربما انحذب الوجه الى جانب واحد وحدثت تشنجات عصبية .
وغالباً تسبقه اعراض منذرة كدوار الراس ولا سيما عند الانحناء وصداع وطنين
الاذنين وقبض الامعاء وتشويش العقل ورعاف ورؤية الاشباح مزدوجة وشهب
لامعة . وربما ظهر فجأة على شكل فالج نصف الجسد ونقل في الكلام وتشويش
الافكار . وتدوم اعراض السكتة من بضع ساعات الى ايام وتنتهي اما بترك
المريض خالياً من كل علة ظاهرة او مفلوجاً في بعض اعضائه او قد يموت وهو
في حال السبات

الاسباب المهيبة هي السن من السنة الخمسين فما فوق . والجنس فانه يصيب
الرجال اكثر من النساء . والبنية متى كانت العنق قصيرة غليظة والصدر
واسعاً واللون احمر والجسد سميناً والاستعداد الارثي في العيال والشرابة في
الطعام والشراب وامراض القلب . واما الاسباب المهيجة فهي الرياضة العنيفة
والزحير في رفع الاحمال الثقيلة وعند التعوط والانفعالات النفسانية الشديدة
والحرارة الزائدة وتغليب المعدة بالطعام وتضييق رباط الرقبة وانقطاع فجائي

لبعض المبرزات المألوفة كالدم من البواسير. والسبب الحقيقي الذي نتوقف عليه السكتة هو انفجار وعاء دموي على سطح الدماغ او امتلاء اوعية الدماغ وتدفدها بدون انفجار شيء منها وخروج الدم منها او ارتشاح سائل يأتي في تجاويف الدماغ من الاحنقان المذكور. وقد تلبس السكتة بالسكر وعمل بعض الادوية المخدرة كالافيون

العلاج. اول شيء يُعمل في هذه الحالة حل رباط العنق وقبة التقيص ورفع الراس قليلاً على وسادة وفتح النوافذ ادخول الهواء. ويوضع الماء البارد او الثلج على الراس والماء الحار او الخردليات على الرجلين ويبقى القدمان في الماء الحار نحو عشر دقائق ثم توضع قناني مملوءة ماء حاراً على القدمين وتُلام الخردليات على بطن الساقين نحو ساعة. ولا يجوز الفصد الا اذا اشار به الطبيب. ثم متى استطاع المريض ان يبلع يُعطى ثمانية دراهم من الملح الانكليزي ويُحقن بدرهين حلتيت مع قرح ماء كبير. ومتى فاق المريض يشاهد غالباً انه مفلوج اليد او الرجل او نصف الجسد وقد يفقد قوة التكلم وتشل عضلات الوجه

تُمنع السكتة غالباً بتدبير المعيشة والعادة كالقناعة في الطعام والشراب والرياضة وهدوء البال وتجنب الانفعالات النفسانية وحفظ الامعاء بمجالسة لينه دائماً والتخفيف من عمل الشمس في الراس. واذا ظهرت العلامات المندرة التي سبق ذكرها وجب الالتفات اليها

السِّل الرِّثْوِي

السِّل الرِّثْوِي دثور انجبية الرئيتين الناشئة عن رسوب مادة فيها اصلها من الدم يقال لها عند اطباء الدرن. اعراضه الاولى سعال قصير ناشف اكثره في الصباح عند النهوض من النوم وتعب سريع عند الحركة وعلى

الخصوص عند الصعود الى محل عال كصعود الدرج . ثم يعقب ذلك نفث مادة مخاطية ربما خالطها قليل من الدم وسرعة في النبض وارتفاع الحرارة عند المساء . وهذه الاعراض تدل على الدور الاول من المرض وقد تدوم اسابيع او شهوراً او سنين . وفي الدور الثاني يشتد السعال ويكثر النفث ويصفر لونه ويصير على هيئة كتل كروية تطفو على سطح الماء وتكون مخططة احياناً بالدم وتصاب ذلك حتى الدق التي يعقبها عرق غزير وهزال وضعف . وفي الدور الثالث تتكون بورات او تجاوير في جوف الرئة من اهتراء جوفها ويحدث الاسهال وقد يفقد الصوت الى ان يموت العليل من تقدم الضعف او من انفجار وعاء شرياني كبير من شرايين الرئة . غير انه يدوم راجعاً الشفاء الى النهاية وكثيراً ما لا يعرف ما هو عليه من الخطر الشديد

العلاج . هذا المرض كثيراً ما يكون ارنثياً ولذلك يجب على الذين يكونون من عائلة مصابة به ان يتنبهوا غاية الانتباه الى صحتهم حتى لا يقعوا فيه وهو خير العلاج . فينبغي لهم ان يناموا في غرفٍ فسيحة متجددة الهواء ويتجنبوا التأخير في ساعة النوم ويأكلوا الاطعمة المفذية ويمارسوا الرياضة اليومية في الهواء المطلق وان لا يتعرضوا للبرد والرطوبة وان يلبسوا الفلانلاً على الجلد . ومتى ظهر المرض فعلاجهم زيت السمك والادوية المقتوية والمسكنة للسعال والمضادة للاعراض الحالية كالحمى والاسهال على ما يستحسنه الطبيب . غير ان كل ذلك وسائط تلطيفية وليس شيء فعال منها الا الابتعاد عن اسباب المرض ولهذا يجب على الوالدين والاصبياء تربية الاولاد المعرضين له على اتم ما يكون من القواعد الصحية

السمن

قد يصل السمن الى درجة مفرطة ويصير من باب المرض . وسببه كثيرة

الاكل والنوم وقلة الرياضة . وبما ان السمن المفرط قد يؤدي الى مرض في القلب يُعرف عند الاطباء بمجؤوله الدهني وجب الانتباه الى ذلك ومقاومته بتقليل كمية الطعام ولا سيما اللحوم الدهنية والاطعمة النشائية والحلويات فيُعَوَّل على اللحم الاحمر والسمك والفراريج والخضراوات مع الرياضة المعتدلة واجتناب كثرة النوم . واما الادوية الموصوفة له عند العامة فاكثرها مؤذرة

السوداء وهو الهيبوخندريا

الهيبوخندريا مرض في الذكور يقابل الهستيريا في الاناث وينشأ من سببين متضادين . اولها رفاهة المعيشة وقلة الرياضة وعدم اشغال العقل . والثاني من اجهاد العقل الى درجة مفرطة بالدرس او اشغال الحياة والهلم الذي يصاحب بعضها . فاذا كان المرض ناشئا من السبب الاول توهم السوداوي ان به امراضا مختلفة ولا يصدق الطبيب اذا قال له انه صحح الجسم فيأخذ في مراجعة الاطباء والكتب الطبية ويعظم الامور الصغيرة ويحس نبضة وينظر الى لسانه ويحس في شأن صحته على الدوام . واذا كان ناشئا من السبب الثاني اي من افراط العمل العقلي وهم اشغال الحياة ضعف العليل وأرق وشعر بكرنب النفس وتوهم اقبال المضائب وربما ظن ان القلب او الرئتين او الكبد مجلس امراض عضالة . وبالاجمال يكون السوداوي اسيرا للمواجس والوساوس التي تشغل صدره من جهة صحته واحوال دنياه وظنون الناس به واعمالهم نحوه العلاج . اذا كانت العلة ناشئة من رفاهة العيش وبطالة العقل وجب مباشرة الاعمال التي من شأنها تسليمة الخاطر . وان كانت ناشئة من الاعمال العقلية الشاقة وجب الراحة منها والرياضة المعتدلة اليومية . واذا كانت العلة متمكنة لا تزول بهذه الوسائط فنزول غالباً بالسفر وتبديل الهواء وتغيير المناظر . وربما احتجج الى اصلاح القوى الهاضمة

السيلان الأبيض

يراد بالسيلان الأبيض افراط الافراز المخاطي من مهبل الانثى . لون الافراز المذكور ابيض او مائل الى الصفرة الخفيفة وقد يكون لزجاً كبيض البيض وربما بلغت كميته بضع اواق في اليوم. ويصاحبه غالباً ضعف شهوة الطعام وقبض الامعاء وخفقان ودوار ووجاع عصبية وقرقر ووجع الظهر او الجانب الايسر وصفرة اللون واعراض هستيرية . واسبابه عسر الحيض وعلل الرحم وكثرة الولادة وعدم الرياضة ورفاهة المعيشة وغيرها من اسباب الضعف العام . والعلاج الالتهبات الى عموم الصحة والطعام الموافق وحالة الامعاء وانتظام المعيشة واعتدال العادات والرياضة الواجبة وتغيير الهواء . ومن الوسائط المفيدة الاستحمام بالماء البارد او سكبته على الظهر الا اذا كانت المرأة حبلى . ومن الادوية المفيدة المقويات الحديدية والاحنثان بالتوايض كمحلول الشب الأبيض (نصف درهم لستين درهم ماء) او منقوع ورق الشاي او مغلي قشر شجر البلوط (نحو اربعة دراهم لثمة درهم ماء) . ويستعمل الحفن والعليلة مستلقية على الظهر وسادة تحت ركبها حتى يصيب السائل كل المحل المصاب

الشعر (سقوطه)

قد يسقط الشعر من ضعف البنية الطبيعي او من الضعف الذي يعقب الحُميات . وعلاجه اولاً يقص طرف الشعر على كل الرأس ثم يفصل الشعر الطويل ويقص طرف النصير الضعيف منه مرة كل عشرة ايام . ويقسل الرأس كل صباح بالماء البارد ويفرك بمنشفة خشنة الى ان يحمر الجلد . ويكثر من استعمال الفرشاة (البرش) الى ان تظهر الحرارة في جلد الرأس . واذا لم تُفد هذه الوسائط فيستعمل هذا المزيج زيت الزيتون ١٦ درهماً

ويكرر بونات البوناسا ٨ دراهم وصبغة الذراريح درهم ٢ وسائل النشادر درهم ٢
 يُفرك به جلد الرأس فركاً جيداً عند اصول الشعر مرتين في اليوم
 وإذا سقط الشعر وترك بقعاً مستديرة عليها حبوب صغيرة عند اصول
 الشعر وكان الشعر مكسوراً منجهاً الى غير الناحية الطبيعية فربما كان الخزاز
 (انظر امراض الجلد) . فان لم يكن هناك حبوب صغيرة وكان الجلد المعرّي
 من الشعر ايض فهو المرض المعروف بالثعلبية وافضل علاجه بالدلك بمحلول
 قوي من بورات الصودا (البورق) كدرهم منه او اكثر في ٨ دراهم ماء ويكرر
 مدّة من الزمان

الشهقة

الشهقة سعال معدٍ يصيب الاولاد الصغار غالباً والبالغين احياناً ولا
 تصيب الانسان اكثر من مرة في حياته عادة . وهي تبدأ على هيئة سعال بسيط
 او نزلة ثم بعد مرور بضعة ايام يصير السعال نوبات مصحوبة بشهقة طويلة
 وصوت خاص بهذه العلة اذا سمعه الانسان مرة عرفه بعد ذلك في الحال .
 وربما بلغت النوبة عشرين او ثلاثين مرة في اليوم غير ان بعضها يكون خالياً
 من الصوت الشهيقى الخاص . واذا جاءت النوبة عرفها الولد في الحال وخاف
 وركض الى امه او خادمته . واذا كان كبيراً ضرب الارض برجليه ضرباً نشيقياً
 وامسك بشيء ثابت لينهدأ به . وكثيراً ما يصحب القيء السعال وكان الولد
 يخنق حينئذٍ فنظير الشهقة الطويلة وتنتهي النوبة ويعود الولد الى اللعب . وهذه
 العلة عديمة الخطر في ذاتها ولا سيما اذا لم تصب طفلاً صغيراً ولم يكن زمن
 الوباء شتاءً بارداً . ولكنها قد تؤدي الى امراض مختلفة كالرعاف وتزيق طلبة
 الاذن والفتق والتهاب الشعب والرئتين وامراض الدماغ والتشنجات العصبية
 والاسهال . مدّة هذا المرض نحو ستة اسابيع وتكون نارة اقل من ذلك واخري

أكثر وقيل ان العدوى منها تدوم الى ستة اسابيع بعد الشفاء منها
العلاج . ليس لهذه العلة دواء شافٍ يُعتمد عليه في كل الاحوال بل لما
اجل معلوم لا بد ان تقطعه . فغاية ما يمكن عملة تلطيف شدة السعال وتقليل
عدد نوباته والتخفيف على الولد من الاختلاطات المرضية التي ربما أدت الشهقة
اليها . اذا كان الولد صغيراً وجاءت نوبة السعال فيجلس اذا كان مضجماً
ويُسند ظهره باليد الواحدة وجبهة باليد الاخرى ويُسَّخ ما يخرج من فوه السعال
او النبيء ويفرك الظهر فركاً لطيفاً . وفي مدة الفترات يُدلك الصدر والظهر
بزيت الزيتون الحلو او بزيت اللوز كل يوم وتصلح حالة الامعاء بالمسهل
اللطيفة اذا اوجب الامر ويحسب الطعام الغليظ والبرد والرطوبة . وان كانت
النوب شديدة ولم يكن هناك النهاب صدري افاد حمام فاتر مدة عشر دقائق
في اول الليل . واما الادوية المدوحة في هذا المرض لاجل تخفيف النوب
وتبعيدها فهي البلاذونا وهيدرات الكلورال وبروميد البوتاسيوم والحامض
النريك الخفيف والحامض الهيدروسيانيك والكلور فورم وهي جميعها ما لا يجوز
استعماله الا بامر الطبيب لانها قوية وتعين كميتها بالنسبة الى سن الولد من
الامور التي يجب الحرص فيها . متى انحطت شدة المرض واخذ في الانحطاط
تغيير الهواء والمتويات كالكيما والحديد كثيراً ما يفيد فائدة ظاهرة

الشعب (النهابها)

النهاب الشعب الرئوية يصيب الغشاء المبطن للقنوات الهوائية التي تستطرق
الى الرئتين . واعراضه زكام وبرد وآلم في الاطراف ثم يعقب ذلك حرارة في
الجسد وسعال جاف اولاً وضيق الصدر . وبعد ذلك تُنتج مادة رغوية
كبياض البيض ثم تشد ويصير لونها اصفر مائل الى الخضرة وينزل حينئذ
ضيق الصدر وتنتهي العلة غالباً نحو اليوم الثامن وقد تطول وتمتد الى جوهر

الرتة . سببها التعرض للبرد ولا سيما عند العرق . وعلاجها حمام حار قبل النوم ونصف درهم من روح ملح البارود المحلو في فنجاني ماء كل ساعتين . فاذا لم تنقطع العلة بهذه الوسائط يلزم المريض الفراش والدفء وتوضع خردليات على الصدر ويُعطى نقطتين من صبغة الاكونيت مع ملعقة ماء كل ساعتين الى يومين او اكثر . ومن ابسط الوسائط وافعلها وضع بلخ بزر الكتان الحارة بحيث تحيط بجميع الصدر والظهر وبدها كل ساعة

واذا اصاب هذا المرض الاطفال وجب الالتفات الكلي اليهم ووضعهم في الفراش من اول الامر وحفظهم من اسباب البرد واستدعاء الطبيب فاذا لم يمكن الوصول اليه يُعتمد على بعض الوسائط البسيطة المذكورة آنفاً وقد يكون مزماً في الشيوخ فيشتد في الشتاء ويخف في الصيف فيكون السعال نارةً شديداً ونارةً خفيفاً مع نفث كثير من المواد البلغمية . وهو لا يقبل الشفاء غالباً ولكنه يُلطف كثيراً بالتخفُّظ من البرد ولبس الفلانلا وانتظام المعيشة الصحية واستعمال ماء الفطران اذا كان النفث مفرطاً وغير ذلك مما يشير به الطبيب

الشياتيكا وهو عرق النسا

هو علة مؤلمة تصيب العصب الرركي العظيم فيمتد الألم من الالية على مؤخر الفخذ الى مؤخر الركبة وربما بلغ القدم . ويتميز بمجلس الالم وسيره المذكور وعدم وجود حثي او ورم في المفاصل . وسببه التعرض للبرد والجلوس على مكان رطب وربما نشأ عن قبض الامعاء وضغطها على العصب قبل خروجه من الحوض . وعلاجه اجتناب البرد ووضع حرار بق صغيرة على اصل الالم عند اعلى مؤخر الفخذ والمسا هل وعشرون قهقهة كينا في صباح يوم وعشر في الصباح التالي ثم فسمنان ثلاث مرات في اليوم . واذا كان الالم شديداً يحقن بثلاث قهقهة

من المورفين تحت الجلد وربما وجب اعادته . ومن الادوية المفيدة فيه الزرنج
وزيت الثرنتينا تستعمل كما يصفها الطبيب

الصداع وهو وجع الراس

ينشأ الصداع من اسباب مختلفة يجب التمييز بينها . وهو غالباً مختلط
باعراض اخرى يستدل منها على منشئه وعلى ما يجب له من العلاج . اخص
انواع الصداع التي تكون نارة متميزة ونارة مركبة ١ . الصداع المعدي
٢ . الصداع الصفراوي ٣ . الصداع العصبي ٤ . الصداع الحاجي ٥ . الصداع
الدماعي ٦ . الصداع الروماتزي

١ . الصداع المعدي ألم نابض يُشعر به في الجبهة او على العين الواحدة او
حولها وكثيراً ما يصحبه غثيان او قيء فيقال له حينئذ عند العامة الوتائب، وهو
يظهر غالباً فجأة بعد الطعام او عند الصباح الباكر ويدوم من دقائق قليلة الى
ساعات كثيرة . اذا ظهر الصداع بعد طعام غليظ فيزول بواسطة القيء واذا
لم يكن له علاقة بالطعام فكثيراً ما يزول بواسطة شرب خمس عشرة قهقهة
انتبيرين اودرهم كوارانا متنوع في قدح ماء غال متى برد . وربما وجب اخذ
مسهل وفي كل حال لا بد من الراحة والهدوء والنوم اذا امكن . وما يمنع رجوع
نوب الصداع حبة من زرنجات الحديد ثلاث مرات في اليوم مع انتظام المعيشة
والاستحمام البومي بالماء البارد والرياضة

٢ . الصداع الصفراوي . يتميز هذا النوع بالتمدد على الجبهة من الجانب
الواحد الى الآخر وكثيراً ما يصحبه الغثيان . ويزول غالباً بواسطة المزيج الفوار
المركب من كربونات الصودا وحامض الليمون . وان كان اللسان قذراً ورائحة
النفس كريهاً فيؤخذ مسهل او ماء معدني يلبث الامعاء ويعاد اذا لزم
٣ . الصداع العصبي . يحدث هذا الصداع بعد التهييج العفلي او الانفعال

النفساني ويصيب غالباً الضعفاء البنية الذين حركتهم قليلة والنساء العصبيات نحو الدور الشهري . وقد يكون الألم محصوراً في قسم واحد من الرأس او عاماً على مقدمه وكثيراً ما يشبه نفوذ منمار في الرأس . وهو ناشئ عن عدم الرياضة الكافية وعدم ترتيب اوقات الطعام والسهر الطويل والاكتثار من المنبهات الروحية والقهوة والشاي والتبغ فيكون علاجه بتغيير هذه العادات المضرة .
 واذا اصاب النساء عند الحيض افادهن خمس عشرة قحمة انتيبيرين او بروميد البوتاسيوم نحو عشر قححات مع فنجان ماء كل ساعتين الى ان يسكن الألم

٤. الصلع الحاجبي . ألم شديد يصيب الجبهة وغالباً اعلى احد الجانبين . وقد يكون منشراً على نصف الراس فيقال له الشقيقة وهو وجع الشقة عند العامة . وكثيراً ما يأتي على هيئة متقطعة كالنوب الدورية فلا يتميز عن الدور الاعتيادي الا من حيث عدم وجود الحمى . وتطلق كلمة النفرانجيا على جميع انواعه . واسبابه الملاريا او سوء الهضم او الضعف الناشئ في النساء من كثرة الحمل والارضاع والحيض او التعب والبرد والسهر الطويل او علة في الاسنان كوجود نخر فيها او قرمة . وعلاجه الكينا بكثرة مدة الفترة اذا كان دورياً محضاً واذا لم يأت على هيئة نوب منتظمة فيثلاث قححات من الكينا او فالرينات الكينا ثلاث مرات في اليوم . وما يوقف الألم الانتيبيرين كما سبق في الصلع المعدي والضغط بالاصبع على محل الوجع او بعصاة شديدة مبلولة بالماء البارد حول الراس والهدوء التام في نعيم الخدع والخردليات . وما يفيد في منع النوب زرنينات الحديد والحمام البارد ومراعاة شروط الصحة العامة

٥. الصلع الدماغي . الانواع السابقة تصيب غالباً الاحداث في السن وهذا يصيب الكهول والمتقدمين الدمويين وربما انذر بالسكته او ضربة الشمس . وصفة الألم انه نابض مصحوب بجمرة العينين والوجه وطيبين الاذنين وقد يصحبه عطش وارتفاع الحرارة وهو بالحقيقة احتقان خفيف في الدماغ .

وعلاجه المسهلات واجتناب المنبهات وكثرة الطعام والتعرض للشمس مع ملازمة الراحة من الاعمال العقلية . واذا كان شديداً ربما وجب وضع العلق وراء الاذنين

٦ . الصلع الروماتزمي ألم في عضلات جلد الراس يُشعر به ويُبيّن بكونه ظاهراً سطحياً يزيد اذا أُجمِد الجلد او عند تحريك عضلات تلك الجهة . وعلاجه كعلاج الروماتزم ولا سيما بيودور البوناسيوم وربما وجب استعمال القلوبات والكلكشيكوم كما ذكّر في بابو

الصرع وهو داء النقطة عند العامة

الصرع يختلف كثيراً في الشدة والخفة . فقد لا يكون منه الا فقد الشعور لحظة قصيرة فينقطع الانسان عما كان عليه من الكلام او العمل ثم يعود اليه في الحال وربما اصابه رعشة خفيفة في بعض اعضاءه او خشي السقوط الى الارض فيجلس قليلاً او يستند الى حائط او غير ذلك مما يكون بالقرب منه . واما اعراض الصرع الثقيل فربما سبقه صداع او دوّار في الراس او صرخة حادة ثم يسقط المريض الى الارض ويفقد الشعور والقوة ويتشنج تشنجات عضلية في الوجه والاعضاء ولا سيما على احد الجانبين وتغير هيئة الوجه ويرتفع سواد العين الى الاعلى فلا يظهر الاّ البياض وتدور المقلة وتوسع او تنقبض الحدقة ويصفر الوجه اولاً ثم يحمّر وتنقبض اليقان ويحمر التنفس وتصرّ الاسنان ويخرج زبد من الفم ربما كان دموياً من عضّ اللسان وتارة يخرج البراز او البول بلا اختيار . وتدوم التشنجات بضع دقائق ثم يسكن العليل ويشخص الى ما حوله وهو غائب الادراك وينام بعد ذلك غالباً نوماً ثقيلاً . فهذه اعراض نوبة واحدة ولكنها تعود الى العليل في مدّات مختلفة فتارة تأتي مرة او اكثر في اليوم وتارة تغيب اسابيع او شهوراً

اسباب الصرع كثيرة. منها الاستعداد الارثي وشدة التهيج العقلي والجسدي وبعض امراض الدماغ. وما ينجية في الذنب فيهم استعداد له الضعف وافراط الشهوات والانفعالات النفسانية والديان والامتلاء الدموي وسوء الهضم وانقطاع نرف عادي كانهقطاع دم البواسير ودم الحيض. وهو يتميز عن الهستيريا (اي اخشاق الرحم) بفقد الشعور فقداً تاماً وتشنجات الوجه والصراخ الذي يسبق النوبة والنوم الذي يتبعها ويتميز عن السكته بوجود التشنجات وعدم وجود الشخير مدة الغيبوبة

العلاج . مدة النوبة يُضجع المريض على ظهره ويرفع راسه قليلاً على سادة ويُعرض للهواء ويهوى الوجه بالمروحة ويتزع كل ما هو ضيق من الثياب حول العنق والصدر والبطن. ويمنع المريض من اذى نفسه بان تمسك يده ورجلاه ولكن لا يضغط على صدره واذا كان هناك خطر من عض لسانه فتوضع قطعة من الكتان ملفوفة بين الاسنان ويجب ان تكون كبيرة لئلا تسقط الى ما وراء الفم. واذا كان الراس حاراً يجوز سكب الماء البارد عليه من ابريق. وعند نهاية النوبة يُترك المريض للنوم

واما في مدة الفترات بين النوب فالعلاج اولاً مراعاة شروط الصحة من حيث الطعام والشراب والرياضة والنوم واجتناب العوائد الردية والانفعالات النفسانية. ثانياً اذا كان في الامعاء دود فيعطى ما يوافق نوعه (انظر ديدان) وان كانت منقبضة فتلين وان كان الحيض في الانثى غير منتظم فيُصلح واذا كان المريض ضعيف الجسم يعطى ما يوافق من المقويات. ثالثاً الدواء المفيد لهذه العلة هو بروميد البوتاسيوم يعطى منه عشر قشحات مع فنجان ماء ثلاث مرات في اليوم واذا اقتضى الامر تزداد هذه الكمية الى عشرين قشحة

ضربة الشمس وهو الرعن

يحدث من عمل الشمس في الانسان ثلاث عِللٍ متميزة وهي اولاً الاغماء
ثانياً ضربة الشمس الحقيقية ثالثاً حَيّ الشمس . وهي جميعها ناشئة من التعرّض
لحرارة شديدة ولا سيما اذا طالت مدته ولا فرق بين كون التعرض المذكور
لاشعة الشمس راساً او للحرارة الناشئة منها . وما يعين في احداث ذلك التعب
والتهيج العقلي والكرب والازدحام في المساكن وعدم تجديد الهواء وعدم وجود
الماء وقبض الامعاء وشرب المسكرات . واكثر ذلك يكون في الفصل الحار
او اذا صار حراً شديداً بعد البرد او متى كان الجو حاراً وبسبب الشمس مشجبة
وراء طبقة رقيقة من السحاب او الغبار والهواء مشبعاً بالكهربائية فئد يكون
حينئذٍ وفاقداً

وكثيراً ما يسبق العلة اعراض تنذر بعيثها وهي ان الانسان يصب رضيع
الحنق قلقاً يشكو وجع الراس وتعباً عاماً وفقد شهوة الطعام وقبض الامعاء
وجفاف الجلد . وربما دامت هذه الاعراض بضع ساعات او ايام قبل هجوم
المرض وتارة لا يوجد شيء منها واذا وجدت ربما زالت بدون ان يعقبها شيء .
ومتى ظهرت في شخص معرض لحرارة مرتفعة وجب عليه ان يطلب الظل
والهواء والماء البارد شرباً وغسلاً والراحة وتليين الامعاء

١. الاغماء من الحمر يبدأ بعثمان المعدة ودوار الراس وتشويش العقل
والبصر وكثرة الكلام ويرد الاطراف وطلب التبول الزائد . ثم يصفّر الوجه
ويبرد سطح الجسد وكثيراً ما يكتسي بالعرق ويصبر التنفس تنهدياً ويضعف
عمل القلب والنض وربما صار متقطعاً وتنقبض الحدقتان ويغيب الوعي اما
كله او بعضه

٢. ضربة الشمس الحقيقية . قد يسبقها الاعراض السابقة وقد تبتلاً

باعراض الإغماء من الحر ثم بعد بضع دقائق او ساعات يجمد الوجه والعينان ويشتد ويسرع النبض وترتفع حرارة الجسد ويغيب الوعي ويشعر المريض او ينفخ عند الزفير ويعسر التنفس وربما حدث تشنجات عصبية . وقد يكون هجوم المرض فجأة فيقع المريض الى الارض كما يقع في السكينة الخمية وتظهر الاعراض المذكورة آنفاً . وتتميز ضربة الشمس الحقيقية عن الإغماء من الحر باحمرار الوجه وشدة النبض وتغير التنفس

٣ . حتى الشمس قد سبق الكلام عليها (صفحة ٢٢٤) وربما كانت خفيفة

لا تحتاج الا الى الراحة

العلاج . يُنظر في العلاج الى نوع العلة . فان كانت من نوع الاغماء اذ يشعر المريض بالغثيان والدوار والبرد فيضجع على ظهره في الظل وتُفرك اطرافه وتحل البسمة ويُعطى منبهاً كقليل من الخمر او الكنيك مع الماء . ولكن لا يُعطى من المنبهات الا القليل لئلا تمتد العلة الى النوع الثاني الذي يتميز بجمرة الوجه واحتمان العينين وشدة النبض وسرعته لانه متى ظهرت هذه الاعراض يُعدّل عن المنبهات ويسكب الماء البارد على الراس ويُعرض المريض الى الهواء واذا امكنه البلع فيعطى مسهلاً في الحال كثمانية دراهم من الملح الانكليزي ويحقن بالماء البارد . وتُفرك الاطراف وتوضع الخردليات على قفا العنق وعلى الاطراف . واذا غاب وعيه يوضع عشرون علفة وراء الاذنين او على الصدغين . وربما وجب لفّ المريض بشرف مبلول بالماء البارد . واذا كان التنفس عمراً غير منتظم بلا شخير او نفخ فيضاف الى ما ذكر وضع خردلية كبيرة على الصدر . ويُعطى المريض في كل انواع ضربة الشمس جرعات متواترة من الماء البارد لاجل تبريد الحرارة . ولا يقال ان المريض خرج من دائرة الخطر الا عند ترطيب الجلد وعود النبض الى حالته الطبيعية واما الوسائط لاجل منع حدوث ضربة الشمس فاجتناب اشعتها ووقاية

الراس بلباس موافق (انظر صفحة ٥٩) ووقاية الظهر وتبديل لباس الراس بالماء عند الخروج الى الشمس واجتناب المسكرات واعتنال المعيشة وطلب تبريد المساكن ودخول الهواء اليها ما امكن

ضعف الدم

ويقال له الأنيميا عبارة عن نقص كريات الدم الحمراء وزيادة الماء فيه بحيث يصير الجلد اصفر اللون وينقص احمرار الشفتين وملتحم العين الجفني واللسان وتعرف شهوة الطعام وربما طلب المريض اكل الكلس والطباشير والتراب. ويشعر بصداع في الصدغين وقمة الراس ينقص غالباً بعض الطعام وعند الاستلقاء ويميل المريض الى الإغماء وخفقان القلب ووجع في الجانب الايسر من الصدر. وقد يحدث قيء بعد الطعام. وهو غالباً يصيب النساء اما من سوء المعيشة او من اسباب عامة او شخصية مضادة للصحة او من كثرة الحمل وزيادة الارضاع. وقد يصيب الرجال ايضاً لسبب زيادة الهمة ومشقة الاعمال المنهكة والافراط وعدم كفاية النوم والتعرض الطويل للملاريا. وكثيراً ما يصاحب الامراض المزمنة المضعفة

العلاج. الرياضة اليومية المعتدلة ونقاوة هواء المسكن والطعام المغذي اللطيف كالتحوم والغسل بالماء البارد او الفاتر وتغيير الهواء اذا امكن. واخص الادوية المفيدة في هذا الداء بعض استحضارات الحديد او الكينا مع الحديد وزيت السمك

الطاعون

الطاعون حمى خبيثة من نوع التيفوس الرديء وافدة معدية تهلك خلقاً كثيراً متى فشلت بين قوم. وله اخبار هائلة في التاريخ القديم والحديث وكنة

انقطع مدةً في هذا القرن ثم ظهر في سنة ١٨٥٨ في بنغازي من اعمال طرابلس الغرب وظهر فيها ايضاً مرة اخرى ودام من تشرين اول سنة ١٨٧٢ الى ايار سنة ١٨٧٤ . وظهر في جزيرة بين النهرين في سنة ١٨٦٧ و ١٨٧٤ و ١٨٧٥ و ١٨٧٦ و ١٨٨٧ و ١٨٨١ . وظهر في ولاية استرخان في جنوبي روسيا في سنة ١٨٧٩

اعراضه انحطاط عظيم وفقد شهوة الطعام وحسّ شديدة وعطش مفرط وصلع وفي مواد سوداء او دموية وخمول وهذيان وخراجات في العنق والابط والاربية ابي عند اصل الفخذ ويظهر اخيراً رقص احمر كآمد كلون التوت الشامي . اذا حدث عرق غزير فذلك دليل حميد خلافاً للاسهال والنزف الدموي من الاعماء والهذيان فانها تدل على الخطر الشديد واما الرقص المذكور فينذر بالموت . الاحوال الثقيلة لا تدوم اكثر من يومين او ثلاثة واذا تجاوز المريض الاسبوع الاول سلم غالباً . ويظهر المرض بعد التعرض للعدوى من بضع ساعات الى عشرة ايام . وتنتشر العدوى بهلامسة المريض او بانتشارها في الهواء او تضبط مدةً في ثياب المريض او امتعه

سببه الاصلى مجهول الا انه من المحقق انه ينشأ في الحال الحارة الرطبة المنخفضة بقرب شواطئ الانهر وان ازدحام البشر في بيوت لا يتجدد الهواء فيها والاجرة المتصاعدة من الحيوانات الميتة والنباتات المنهقنة وقلة الطعام وردائه وشقاء الفقر والحاجة والتذر هي الكيفيات الموافقة لتوليدِه . ثم متى ظهر مرة انتشر بين الناس وسار الى الاماكن المجاورة بقطع النظر عن الكيفيات المذكورة على ان الطاعون كبقية الامراض الوافدة يمحصر غالباً في المواضع التي شأنها فساد الهواء والماء وازدحام البشر وقذرهم

ولما كانت هذه العلة راقمة الى الغاية وكثيراً ما امتدت على وجه الارض في الازمنة الماضية واهلكت عدداً عظيماً من الناس اصطحوها لها في هذه

الازمنة المتأخرة على تفريق الاصحاء عن المرضى والمجرب على سكان الاماكن التي
يظهر فيها الوباء عن مخالطة الجاورين لهم بواسطة خنز عسكري محيط بالفري
والمناطق المصابة وهو المعروف بالكورنتينا. وانكر افضل علماء هذا الزمان
فائدة ذلك وقد اظهر الدكتور تولزان طبيب شاه العجم في كتاب طبعه سنة
١٨٨٠ ان هذه الوسائط كانت دائماً ناقصة لم تنشأ منها فائدة حقيقية في منع
سريان الوباء الى غير اماكن وان انحصاره وانقطاعه في تلك الاماكن كانا من
تلقاء نفسه لامن عمل الكورنتينات والخنز العسكري
علاج الطاعون كعلاج التيفوس ومعظمه نفاق الهواء وتعريض المكان
لنور الشمس والطعام الخفيف المغذي والمنبهات الروحية. وتعالج الخراجات
والمجرب كالعادة

الطحال (امراضه)

اكثر امراض الطحال تنشأ من الملاريا او تردد الحميات الدورية. واخص
هذه الامراض التضخم فرما بلغ جرم الطحال ما يشغل نصف تجويف البطن
فيشعر به باللمس من الخارج. وما علا ذلك تنقص الكريات الحمراء من الدم
ويصفر لون المريض وتخط قواه ويتعب بعد الطعام. اذا حدث ألم في الطحال
بفتة يوضع العلق على القسم المصاب عدده بحسب سن المريض اي علقه واحدة
لكل سنة من عمره الى السنة الخامسة والعشرين واذا كانت الامعاء قابضة يعطى
مسهلاً واذا كان مشتركاً بالحمى الدورية يعطى الكينا. واما تضخم الطحال فيعالج
بالمقويات كالكينا والحديد مع تليين الامعاء ودهن النسم المصاب بصبغة
اليود مرة في اليوم الى ان لا يطبق المجلد الدواء وربما افاد وضع حراقات
صغيرة. واذا امكن السفر وتغيير الهواء والاتقال الى بلاد باردة وشرب
المياه المعدنية فهي جميعها من الوسائط النافعة وربما حدث منها الشفاء

عسر الهضم وهو الدسبسيا

كثيراً ما يكون عسر الهضم عرضاً ناشئاً من مرض آخر. فان كان مرضاً قائماً بنفسه فاسبابه الغالبة التغلظ في الطعام والافراط في تدخين التبغ واهال الرياضة والمم والغم وقبض الامعاء وسوء تدبير المعيشة من عدم انتظام اوقات الطعام والنوم الى غير ذلك مما يضعف الجسد ويضرّ بعموم الصحة. وهو ضعف في وظيفة المعدة ناشئ عن قلة افراز عصارتها الهاضمة او عن انحراف في تركيبها

اعراضه فند شهوة الطعام او عدم انتظامها وآلم في المعدة كثيراً ما يمتد الى الصدر او الظهر وحموضة وحرقة فيها وجشأ وتعب بعد الطعام وصلح وقد يلسان وقبض الامعاء. وكثيراً ما يصاحب ذلك كدر النفس وخفقان القلب واهوام تعرض على المريض فيظن ان فيه علة ثقيلة تنتهي الى الموت او ان مصالحة ذاهبة به الى الخراب او ان احواله في الجملة ردية. ويعسر احياناً تشخيص هذا المرض لكثرة اشكاله وتركيب اعراضه بعضها مع بعض وقد لا يدركه الا الطبيب الخبير

العلاج. اول ما يلتفت اليه في علاج هذا المرض تدبير الطعام فيجب ان تكون كمية معتدلة لا تتجاوز طاقة المعدة وهي في حالة الضعف وان تكون الفترة بين الطعام والطعام نحو ست ساعات وان يكون من الانواع السهلة الهضم كاللحوم والخضراوات المطبوخة طيخاً بسيطاً وتجنب النبي منها والملح والمقعد وربما وجب الابتعاد عن البطاطا والحلويات والفواكه والخبز الا اذا كان محمّصاً والمشروبات الا اذا اشار بها الطبيب وتدخين التبغ. ويضاف الى ذلك الرياضة اليومية والاستحمام في البحر او في الماء البارد والتسلي والتنزه والانسراح واذا طالت العلة فالسفر وتغيير المناظر والاعتزال عن الاشغال العقلية

الشاقة والهم الذي يصاحبها وتجنب اسباب الكدر وكل ما من شأنه اضعاف القوى الجسدية والعقلية . واما الادوية التي تستعمل في هذا المرض فاكثرها من باب المتقويات للمعدة ولما كان يُنظر فيها الى الاعراض الخصوصية فيجب اتّباع مشورة الطبيب اذا رأى لزوماً لها . ومن البسيط المفيد منها قمحنا كينا قبل الطعام وملعقة كبيرة من خلاصة الملت بعدة

العين (امراضها)

شحاذ العين بثرة تحدث في الجفن تُنظّل بالماء الفاتر مكرراً ثم اذا ظهر الصديد في راسها توكر برأس الموضع لاجل اطلاقه . واذا كانت عند منبت شعرة نفلع الشعرة بملقط صغير

السُّلاق بثرات صغيرة جداً عند اصول الاهداب تفرز سائلاً اسمر يميل الى الصفرة ويلصق به الجفنان . وهو يصيب غالباً الاولاد الذين مزاجهم خنزيري واذا أهمل كثيراً ما يهلك البناء الذي تخرج منه الاهداب فيتعري الجفن من شعره الطبيعي . علاجه بالغسل الكثير بالماء الفاتر ومرهم نظلي به حافة الجفن بدون ان يدخل العين مرة كل يوم عند النوم وهذه صفتة اكسيد الزئبق الاحمر قحمة ٦ ومرهم بسيط درهم ٢ . وربما وجب استعمال الكينا والحديد وزيت السمك لاجل تقوية الجسد

الناسور الدمعي انسداد القناة الدمعية وتكوين خراجة صغيرة عند الزاوية الانسية للعين المشرفة نحو الانف وذرف الدمع على الخد . وعلاجه من اعمال الجراحة

الرمد الزكامي التهاب ظاهر المقلة ويصحبه احمرار وآلم وهطل الدمع ويصير الافراز اخيراً غليظاً ابيض . سببه البرد او العدوى ومدته بضعة ايام الى اسابيع . وعلاجه تعقيم المخدع والغسل بالماء الفاتر ومغلي الخشخاش والمسهلات

واذا كان هناك ألم شديد يوضع العلق على الصدغ

الرمم الصددي مرض شديد يحدث عادة في الصيف واولائل
الخريف وينشأ غالباً من العدوى ومن التغيرات الجوية بين حر النهار ورطوبة
الليل. ويتميز عن الرمذ الزكامي وهو النزل عند العامة بان الافراز الذي
يخرج من العين لا يكون مائياً او ابيض بل شديداً اصفر وبورم بياض العين
والجفنين وبكثرة الألم. وربما امتد الالتهاب الى انسجة العين الغائرة واهلكها او
احدث قروحا في القرنية وغشاوة او بياضاً فيها. وعلاجه غسل العين بغلي
الحشخاش او الماء الفاتر غسلأ جيداً كل ساعتين غير انه يُجنَدَر غاية الاحتمار
من عدوى العين السلية من العين المصابة بواسطة المناشف وغيرها مما يُستعمل
في الغسل. ويجب ان يوضع على العين قطن او نسل ثم تُرَبَط ولا بد من ابدال
القطن او النسل بشيء جديد واعلام القدم بالحرق. ويعتم الخدع مع دخول
كمية كافية من الهواء اليه وتسهل الامعاء بشتات المغنيسيا او الملح الانكليزي.
ولا مانع من وضع بعض العلق على الصدغ او وراء الاذن. واما الادوية فمن
الوسائط السلية العاقبة المفيدة رش نحو ربع قسحة من المورفين الجيد على نفس
العين بعد شق الجفنين ويعاد ذلك مراراً بلا خطر الاذى. ولا يجوز وضع شيء
آخر بدون امر الطبيب

قروح القرنية . القرنية في القسم المتوسط من العين الشفاف الموضوع
الى مقدم الشقة الملونة المعروفة بالفزحية وكثيراً ما يتكون عليها قروح سببية
عن الرمذ تبيض اخيراً وتعارض سلامة البصر وربما افقدته بالكلية. ويحقق
وجود القروح من رؤيتها على هيئة انخفاضات صغيرة على سطح القرنية وبصاحبها
عدم احتمال النور ودمع العين. معظم العلاج يقوم بتحمين الصحة فتعطي الاظمة
المغذية وقسمتان من الكينا ثلاث مرات في اليوم والرياضة اليومية مع التحفظ
من النور والرياح والغبار. والطبيب ان يستعمل وسائط افعل كما ذكر

الكثير كما وهي الماء الأزرق عند العامة ظلام العدسة البلورية وراء البؤبؤ. وهي تصيب غالباً المتقدمين في السن فنصير العدسة الشفافة التي لا ترى في العين السليمة لشفوفها بيبضاً اللون او بيبضاً مائلة الى الزرقة او الصفرة واضحة المنظر وراء الحدقة اي البؤبؤ. وهي غالباً بطيئة السير فلا تتكامل قبل مرور شهر او سنين واذا تكاملت لم يبق شيء من البصر. وليس لها علاج الا الاستخراج بالعمل الجراحي

قصر البصر موقوف على شدة تحدب القرنية او العدسة بحيث ان صورة الاشباح لا ترسم على نفس الشبكية بل الى مقدمها. وهي حالة مخالفة لما يحدث في تقدم السن المعروفة بطول البصر ولذلك يصطلح قصر البصر مع تقدم السن عادة. والفرق بينهما ان اصحاب البصر القصير لا يرون الاشياء جلياً الا اذا كانت قريبة واصحاب البصر الطويل لا يرونها كذلك الا اذا كانت بعيدة. وليس لهاتين الحالتين من علاج الا استعمال النظارات المنعرة في قصر البصر والمحدبة في طولها اي في ضعف بصر المتقدمين في السن

الحول قد يكون في عين واحدة وقد يكون في الاثنتين وهو ناشئ عن عدم مساواة في قوة عضلات العين بحيث ان القوية منها تحول المفلة الى جهتها. وقد يكون عرضاً بسيطاً عند الثسنيين او لسبب وجود الدود في الامعاء او لضعف عام يعقب الحميات. ان كان الحول ناتجاً عن بعض هذه الاسباب فيزول اذا زالت وان كان خلقياً او متمكناً فله عمل جراحي

الغنغرينا

يراد بالغنغرينا موت قسم من الجسد كموت الرجل مثلاً من الشنجوخة او الفقر والجوع والضعف او البرد العظيم او مرض في الشرايين او آفة ميكانيكية

تصيب الاعصاب او الشرايين. متى بات قسم من الجسد واسودّ لونه واهترى
وانتن وجب قطعه

الفالج

معنى الفالج فقد قوة الحركة في احد الاطراف او في نصف الجسد وربما
فقد الحس ايضاً. اخصّ انواعه على ما يأتي :

١. الفالج الناشئ من مرض في الدماغ كالسكتة الخمية او مرض آخر.
وعلاماته عدم استطاعة تحريك العضو المصاب وربما انجذب الوجه الى جانب
واحد ولم يمكن مدّ اللسان بالاستقامة. وهو غالباً يعمّ احد شطري الجسد
٢. الفالج الناشئ من اذى للعمود الشوكي. وعلاماته عدم استطاعة
تحريك الرجلين وربما فقد الحس منها وخرج البول والغائط بدون اختيار
٣. الفالج الناشئ من مرض الحبل الشوكي ويقال له ايضاً الفالج
السايري. واعراضه تظهر بالتدريج فيشعر اولاً بتعب الرجلين واوجاع منقطعة
ربما خسبت روماتزمية. ثم اذا تقدم المرض زاد الألم ورأى المريض انه لا يضبط
حركة رجليه فيتذبذب في المشي وعلى الخصوص متى بدأ فيه ويحتاج الى شيء
يتوكأ عليه. وكيفية مشيه انه يرفع رجليه اعلى ما يلزم ثم يدفعها الى الامام
والوحشية ويحيط بعقبه الارض وينظر الى رجليه اذا مشى فاذا اغض عينيه
ربما وقع. واخيراً تنقد قوة المشي بالكلية
٤. الفالج الوجهي ويقال له اللقوة قد ينشأ من البرد ولا تكون له علاقة
بمرض باطني عضال. وعلاماته عدم استطاعة تحريك احد جانبي الوجه
وتغيير السمحة وسيلان اللعاب من الفم. وهو مرض خفيف يزول بالوسائط
البيسطة

علاج الفالج عسر وهو من متعلقات الطيب وكثيراً ما لا يزول

الفواق وهو الحازوقة عند العامة

هو حركة تشنجية قصيرة مصحوبة بصوت خاص بها تأتي على هيئة نوب تتعاقب كل بضع ثوانٍ وقد تدوم متعاقبة على هذا النمط دقائق او ساعات . وهو ينشأ غالباً من سوء هضم او من سرعة ازدياد الطعام وقد يكون عرضاً في سير بعض الامراض . اذا كان سببه سوء الهضم زال غالباً باخذ عشرين قمحاً من كربونات الصودا مع بعض نقط من صبغة الزنجبيل او ملعقة صغيرة من الخمر او الكنيك او العرق وربما اوجب الامر الى مقبي . وربما زال بواسطة ازدياد قطعة من الثلج او شد حزام على المعدة او وضع حراقة صغيرة عليها . ومن الادوية المفيدة السلمية قمحنا مسك كل ساعتين الى ان يبطل الفواق

القبض

الميل الى قبض الامعاء طبيعي في كثيرين غير انه يشهد في بعض الناس وقد يصير مستمراً من تعود الشخص استعمال المسهلات على ان المنبه الصحي للبراز اليومي هو الطعام الذي يكون قد هضم هضمًا جيداً . ولذلك لا يجوز مباشرة المسهلات على الدوام بل ينال الغرض بمضغ الطعام جيداً اي مضغاً بطيئاً وشرب قدح ماء كبير قبل النوم وعند النهوض حالاً والرياضة الكافية والاكتثار من الخضراوات والفواكه . ومن افضل الوسائط اليومي الذهاب الى بيت الخلاء كل يوم بعد فطور الصباح والتدخين قليلاً اذا كان ذلك من عادة الانسان وتعويد الطبيعة رغماً عنها على الاستطلاق في تلك الساعة وربما لم تنجح هذه الطريقة في المرات الاولى ولكنها تنجح اخيراً ثم براعيها الشخص الى ان تصبح معه عادة مستمرة لا يغفل عنها ولا يسمح لشيء ان يتعرض لها . ولا يجوز الاتجاه الى المساهل الا عند الضرورة الشديدة . ومن الوسائط المفيدة لاحلات

هذه العادة كل صباح اخذ ربع الى نصف قمح من خلاصة البلادونا عند
التموض كل يوم اياماً متوالية . ومن افضل المياه المعدنية المسهلة مياه هنيادي
يانوس

وكثيراً ما يصيب الفبضُ الاطفالَ فيحدث فيهم المغص المعوي وخرج
الريح وألماً عند البراز وقد يكون ذلك في زمن التسنين . وانسب العلاج لم
تغيير الطعام او المرضعة . فاذا لم ينجح ذلك واحتمل الى الدواء فبُعطي الطفل
قليلاً من زيت الخروع او مكس المغنيسيا او مسحوق غريغوربوس وهو مزيج
من الراوند والمغنيسيا والزنجبيل يُعطي منه لطفل ابن سنة من ٣ الى ٥ قححات
كل ساعتين الى ان يصير البراز طبيعياً

الفرمزية

هي حتى معدية ثقيلة تصيب الاولاد غالباً ويصحبها نفاط قرمزي اللون يتد
من الوجه والعنق الى جميع الجسد ووجع الحلق وعسر الازدراد . العرض
المميز لها هو النفاط الذي يبدأ على هيئة نقط دقيقة حمراء تنمد وتختلط الى ان
يصير لون جميع سطح الجسد قرمزيًا . ثم في اليوم الخامس بعد ظهوره يأخذ
بالانحطاط وينزل في اليوم الثامن ناركا قشوراً كالتخالة على الجلد . وهو كثير
الوجود في اوربا ولا يُعلم بالتحقيق انه ظهر ابداً في بلاد الشرق

القروح

القروح سطوح منخفضة غالباً عن مساحة الجلد يجري منها الصديد وهي
نشأة عادة من دمل او آفات تصيب الجلد وقد تكون من مرض خنزيري او
اسفربوطي (انظرها في مواضعها) . وكثيراً ما تكون مزمنة في المتقدمين في السن
وفي المهوكين من كثرة الاشغال الشاقة مع فقر المعيشة . علاجها حسب

اسبابها وحالتها والغالب في ذلك الغسل والنظافة ووضع مرهم أكسيد الزنك مع الراحة التامة ولا سيما الاستلقاء على الظهر في الفراش

القلاع

القلاع نفاط يظهر على اللسان والشفتين وباطن الخدين واللثة ويُعرف عند النساء بالحُرّ وهو ابيض اللون تخرج منه مادة بيضاء كقطع اللبن الجامد فيظهر تحتها قروح صغيرة. ويصيب الاولاد غالباً بدون خطر للحياة غير انه قد يمتد الى الحلق ويحدث عسر التنفس والبلع وربما سبب في الاطفال الضعفاء قروحاً متسعة. اسبابه الضعف العام وسوء الطعام والحليب الحامض وفساد الهواء والتنسيف. وعلاجه مقاومة الاسباب المذكورة وطلاء الفم بلطف بمزيج درهم من البورق واربعة دراهم من العسل. وربما وجب استعمال فحمة من كلورات البوتاسا مع ملعقة ماء صغيرة كل اربع ساعات

القلب (امراضه)

لما كانت علل القلب عسرة التمييز لما تقتضيه من العلم الواسع والخبرة الطويلة كان اكثرها ما لا يستطيع العامة ان تنظر اليه ولذلك لا نذكر منها الا الاشياء البسيطة التي ربما افادهم ذكرها

خفقان القلب عبارة عن نبضاته بسرعة وعدم انتظام مع ضيق عظيم واغماء. وهو لا يدل على علته في القلب الا اذا صاحبتة اعراض اخرى لا يستطيع ان يميزها الا الطبيب الحاذق لانه كثيراً ما ينشأ عن سوء الهضم والارياح البطنية وضعف الدم والهستيريا وقطع الحيض ومدة الحمل. وعلاجه نحو درهم من المسائل الشادري مع فنجان ماء او مثل ذلك من الاثير او قليل من الخمر او الكيفاك مع تليين الامعاء. وربما وجب تخفيف استعمال

الشاي القوي والنهوه والتبع لان الاكثار منها سبب الخفقان
 تشنج القلب ويقال له الألم الفؤادي. اكثر ظهور هذه العلة في المتقدمين
 في السن وتتميز بألم حاد ناخس وعسر شديد في التنفس وضيق لا يوصف
 فيشعر المريض كأن الموت قد جاءه ولا تدوم هذه النوبة اكثر من دقيقة او
 دقيقتين غالباً وربما دامت اكثر من ذلك . وتحدث النوبة الاولى غالباً عند
 صعود محل عال او بعد طعام ثقيل ولا سيما في الليل وليس لرجوعها مدة
 معلومة فقد تغيب شهوراً . وهي تدل غالباً على علة اصلية في القلب توقع
 صاحبها في الخطر. وعلاجها مدة النوبة المنبهات الروحية وما سبق من علاج
 الخفقان غير ان اهم ما يلتفت اليه هو رجوع النوب وهذا لا يتم الا بالاحتراز
 العظيم من ضخامة الطعام واجتناب المجهودات التي تسرع التنفس كالمشي السريع
 وترتيب المعيشة بحسب القواعد الصحية

الكبد (امراضه)

الكبد اعظم اعضاء الجسد الباطنة وهو يمتد من الضلع الخامس اسفل حمة
 الثدي اليمين الى اسفل الاضلاع ومن اليمين حتى اليسار. وظيفته افراز الصفراء
 التي تدخل في هضم الطعام وتكوين مادة تتركب وتعين في اقامة الحرارة الحيوانية
 وازراز مواد من الدم لم يبق لها حاجة في الجسد تخلط بالغايط وتصلحه. ولذلك
 اذا نشوشت وظائف الكبد نشوشت عموم الصحة وهو عرضة لامراض كثيرة في
 البلاد الحارة اخصها ما يأتي :

١. القيء الصفراوي . سببه مواد حريفة تدخل المعدة او كثرة الطعام
 وغلظة او احقان الكبد . واعراضه سقوط القوة وغثيان وفيه ما في المعدة اولاً
 ثم مادة صفراوية وربما اشتد القيء وصاحبه مغص معوي واسهال صفراوي .
 وعلاجه بالمشروبات الفؤارة (اي مزيج من حامض الليمون وكربونات

الصودا) والمسهلات اللطيفة والخردليات على المعدة واكل التلح والحمية الشديدة

٢. احتقان الكبد. اسبابه عمل البلاد الحارة في تنقبص الابرار الرئوي وتحميل الكبد في الافراز ما ينقص من عمل الرئتين والتغيرات الجوية السريعة والتعرض للبرد وتكرار الحمى الدورية وكثرة الطعام والشراب والمشروبات الروحية والتعرض للشمس وقلة الرياضة وكثرة النوم. واعراضه قذر اللسان وكراهة طعم الفم عند الصباح ونقص شهوة الطعام وصلع وعدم انتظام عمل الامعاء وفساد الغائط وغثيان وحاسة ثقل في الجانب الايمن. وعلاجه المسهلات المحيطة والحمية عن الطعام والخردليات على الجانب الايمن والرياضة المعتدلة دون التعب ولا سيما ركوب الخيل ومياه او املاح كرسبيد المعدنية

٣. التهاب الكبد الحاد. اسبابه كاسباب الاحتقان بل ربما كان احتقان الكبد سابقا لالتهابه وكثيرا ما يكون مصاحبا للدوسنتاريا. واعراضه كاعراض الاحتقان الا انها اثقل وهي ألم في الجانب الايمن يزيد عند الضغط تحت الاضلاع وعند النفس الطويل والسعال والنوم على الجانب الايسر وبصاحب ذلك ألم في الكنف الايمن. ويشتد لون البول ويحدث غثيان او قيء مع قبض او اسهال وحمي غالبا وربما وجد برقان. وعلاجه اذا كانت بنية المريض قوية بالنفص العام او وضع العلق على الجانب المصاب والمساهل المحيطة كشتات المغنيسيا او الملح الانكليزي وتكرر اذا وجب الامر كل يوم او يومين ولبخ بزر الكتان والحمية وتفيد المشروبات الفوارة لاجل تخفيف العطش والغثيان. ومتى زالت حدة المرض يجوز وضع حرقاة على مكان الألم

٤. التهاب الكبد المزمن. قد يكون هذا الالتهاب من عواقب الالتهاب الحاد او من الاحتقان المتكرر او قد يأتي بالتدرج بحيث يُغفل عنه زمنا طويلا. الاعراض الاولى شعور بثقل في الجانب الايمن واوجاع ناخسة وفقد شهوة

الطعام وقرقر بطنية . ثم يكبر حجم الكبد فيُشعر به تحت الاضلاع وإذا تضخم نحو الاعلى زح الرئة وحدث سعالاً وعسراً في النفس الطويل وألماً في الكتف او الكتفين . ويصفر الوجه ويجف الجلد وتضعف القوة وتقبض النفس . وعلاجها بالمسهلات اللحية او المعدنية والحمية عن الطعام واجتناب المنبهات . واذا دام الحال وجب الانتقال الى مناخ بارد . ومن الادوية المدوحة في هذا المرض الحامض النتروميوربانك والراوند والبودوفيلين وبودور البوتاسيوم ولكنها جميعها ما لا يستعمل الا بامر الطبيب

٥. خُراجة الكبد. قد تظهر خراجة الكبد فجأة مدة احنتانها او التهابها الحاد وتكون اعراضها حينئذٍ قشعريرة يعقبها عرق بارد وقدر اللسان وقلة البول واحمراره ورسوبه وحى تزيد في الليل واسهال . والغالب انها تظهر مدة سير الالتهاب المزمع واعراضها ان المريض لا يتعافى بل يبقى ضعيفاً ويعرض له برد وحى نحو المساء كحى الدق ويشعر بثقل في الجانب الايمن . وربما ظهرت بدون علامات واضحة او التهاب سابق حتى ان بعض الاطباء الشهيرين قال رأيت انساناً يموتون من خراجة الكبد لم يتبين شي من علاماتها مدة حياتهم ومن المحقق ان كثيرين من الذين يموتون من الدوسنتاريا يخلط المرض فيهم بخراجة الكبد فاذا كانت الحصى اشد ما تكون في الدوسنتاريا وكان اللسان قدراً في مركزه احمر عند راسه وجانبه وشعر المريض بثقل في الجانب الايمن وقعت الشبهة بوجود الخراجة الكبدية واذا اضيف الى ذلك حدوث القشعريرة تخفق الامر تقريباً . ومتى تكونت الخراجة على احدى الطرق التي ذكرت فتظهر نارة على هيئة ورم في الجانب او عند فم المعدة فتفتح الى الظاهر وتفتح احياناً الى المعدة فيقاء الصديد منها او الى الامعاء فيخرج الصديد مع الغائط او الى الرئة فيخرج ما فيها بواسطة السعال . وقد تنفتح الى التجويف الصدري او البطني حيث لا يجد الصديد مخرجاً . اذا اتجهت الخراجة الى

الظاهر نُشَقَّ بالمضع وهو من عمل الجراح واذا فتمت الى بعض الاحشاء فلم يكن من العلاج في غياب الطبيب الا اسناد قوة المريض بالغذاء الجيد وراحته من الألم بواسطة عشرين قمحة من الكلورال او قمحة من الافيون

٦. نفرالجيا الكبد وجمع عصبي يصيب هذا العضو فيظهر نارة ويخفي اخرى ويكون احيانا مؤلماً وربما توهم المريض علة كبيرة وشغلت المواجس باله على ان شهوة الطعام والهضم والنوم تكون جيدة. وهي علة خفيفة لا تحتاج الا الى خردلية والملفويات كالكيما والحديد والرياضة المعتدلة وراحة بال المريض

الكساحه

الكساحه لين واعوجاج في العظام وهي ناشئة عن نقص في الاملاح الترابية التي تدخل في تركيب العظام وتصيب غالباً الاولاد النخناء الذين ينتمون خنزيرية. ومن الكيفيات الموافقة لظهوره المساكن الرطبة المظلمة وعدم الكفاية من الطعام المغذي واللباس الدافئ. واكثر ظهوره بين الشهر السادس والسنة الثالثة من العمر. واعراضه ضعف عام وهزال وبراز رصاصي اللون ونفخة في البطن وحُمى خفيفة وعرق غزير في الليل وورم مفاصل الركبة والرسغ وتعوج العظام وربما نشوء العمود الظهري والصدر. وقد يدوم المرض شهوراً وينتهي بالموت من الضعف او الاسهال او علة اخرى واذا انتهى بالشفاء فتمتد قوة الولد ويقال انهزال ويصير البراز طبيعياً

العلاج. العناية في خدمة الولد والطعام الخفيف المغذي والكيفيات الهيجينية كتنافه الهواء واللباس الدافئ واجتناب الرطوبة والغسل بماء البحر او بالمياه المحلاة واذا كان الولد ضعيفاً لا يطبق ذلك فيما لمع بالاستفحجة. ويمنع الولد من المشي لئلا تتعوج عظامه ويبقى مستلقياً اذا كان ظهره مصاباً لئلا

يحدث التشويه فيه . ومن الادوية يفيد زيت السمك وشترات الكينا والحديد
وماء الكلس ممزوجاً بالحليب بمقادير متساوية

الكلب

سبب داء الكلب عضه حيوان مصاب بهذا المرض وتفوذ لعابه في الجرح
وامتصاصه الى الدم . غير ان المرض لا يظهر في كل من يُعض بل قد يسلم
المعضوض اما لان اللعاب يذهب في الثياب او لسبب آخر مجهول . واذا
ظهر فيكون غالباً قبل مرور اربعين يوماً ويندر بعد هذه المدّة . اعراضه
هائلة جداً اخصها تشنجات مؤلمة وخوف عظيم من الماء بحيث انه اذا سمع
المريض صوت خريره تشنج في الحال وازبد الفم ويحدث الموت بعد يومين
او ثلاثة . والشفاء نادر جداً فليس للطبيب من فائدة الا لتلطيف الاعراض
وتسكين الألم بالخذرات القوية كالافيون والكلوروفورم والكلورال وتخفيف
العطش الشديد مع الخوف من الماء بواسطة اطعام المريض الثلج
علامات الداء في الكلب انه يكون اولاً قليلاً ويطلب الاخباء ويرفض
الطعام ويهبط الذنب وتحمّر العينان وتدمعان ثم يذهب تأمهاً يطلب قطعاً
من الفس والورق فاذا وجدها أكلها وكثيراً ما يحك انفه بالاجسام الباردة .
وبصير نجيحة امحّ وشعره واقفاً ويهجم على الاولاد وغيرهم ممن كان يألفهم من قبل .
ثم يبيض اللعاب من فم ويلتهب الحلق ولا يخاف من الماء كالانسان المصاب
بل يلعقه ولكن اكثره يخرج من الفم بدون ان يبلعه

اذا عضّ الحيوان المصاب بهذا الداء انساناً وجب كي الجرح بالنار او
الحديد المحمي في الحال وقال بعضهم بوجوب قطع العضوا اذا امكن . غير انه
في هذه السنين الحديثة اخترع العلامة باستور الفرنسي نوعاً من التلقيح لهذا
الداء يمنع ظهور اعراضه . ولما شهد افاضل اطباء بعد المراقبة الشديدة بصحة

هذه الوسيلة اخذ القوم المصابين بهذه المادة السامة يتقاطرون اليه من جميع البلاد لينالوا عندهُ التلقيح المذكور

الكليتان (التهابها)

ها عضوان لافراز البول موضوعان في مؤخر البطن عند الظهر. وتبيّن
التهابها بكون الألم في الصلب على الجانب الواحد غالباً وعلى الجانبين احياناً .
والألم المذكور يمتد على مسير الحالب الى المثانة او الى اصل الفخذ وكثيراً ما
تجذب الخصية الى اعلى الصّفن من تشنج العضلات . وهو ثابت غائر يزيد عند
الضغط او عند السعال او العطاس او عند بسط فخذ الجهة المصابة ولذلك
يكون المريض غالباً مضجماً على ظهره والفخذ الواحد او الاثنان منتفضان .
وبصاحب ذلك عادة حّى وفيه وبول قليل الكمية متواتر وربما كان دموياً .
اسبابه البرد والآفات الميكانيكية والركوب الطويل والرمل وامراض المثانة
والمسالك البولية

العلاج . وضع العلق على الجهل المصاب ويكرر اذا لزم وتليين الاعضاء
والحمية عن الطعام الا الخفيف منه وشرب ماء الشعير او بزر الكتان . وقد
ينتهي التهاب الكلية الى المرض المعروف بمرض بريت

المثانة (امراضها)

المثانة حاصل يجمع فيه البول المنحدر من الكليتين ويخرج منها بالارادة
عند الحاجة . امراضها التي يصح ذكرها هنا الاتهاب الحاد والمزمن والحصاة
التهاب المثانة الحاد يحدث من ضرر ميكانيكي او التعرض للبرد او
التعصب الحاصل من وجود حصاة فيها او من تضيق المجرى البولي او من امتداد
الالتهاب اليها او من استعمال كمية كبيرة من بلسم الكوبيا والذرايح او من

استعمال الآلات الجراحية او من المخاض الطويل. واعراضه حتى وألم في القسم السفلي من البطن ولا سيما عند الضغط على جهة المثانة وكثرة دفعات استطلاق البول مع قلة الكمية عند كل دفعة والألم والحرقه. ويتضمن البول راسباً مخاطياً واحياناً دمًا. وعلاجه العلق على القسم المصاب اما اعلى العانة او اعلى العجان والبلخ الحارة على اسفل البطن والمغس السخن وشرب مغلي الشعير والمليينات للامعاء اذا كان هناك قبض او الحقن بالماء الفاتر وملازمة الفراش. ويؤخذ قهقهة افيون عند النوم او خمس عشرة قهقهة من هيدرات الكلورال

التهاب المثانة المزمن كثيراً ما يكون نتيجة الالتهاب الحاد او حصة او مادة رملية في البول او مرض في المجرى او الكليتين او المستقيم. واعراضه كاعراض الالتهاب الحاد الا انها اخف ويضاف اليها خروج مادة مخاطية كثيفة خيطية مع البول الذي تكون رائحته نشادرية. وعلاجه يكون بالنظر الى اسبابه ويخفف الألم بالمغاطس السخنة والحقن بالماء الفاتر وتلين الامعاء وملازمة الفراش او الراحة ما امكن. ويجب ان يكون الطعام بسيطاً مغدياً

حصة المثانة سببها حالة مرضية في البول واعراضها ألم شديد في المثانة يزيد عند الحركة وبعد التبول وتواتر استطلاق البول مع حكة وحرقه عند طرف القضيب وهو ما يسبب في الاولاد جذب القلقة دائماً فتستطيل وتجهر وتلهب. وكثيراً ما ينقطع البول فجأة لسبب اندفاع الحصة الى الامام عند فحمة المجرى. وتشخيص وجودها بالتحقيق وعلاجها من متعلقات الجراحة

مجرى البول (امراضه)

التهاب مجرى البول وهو المعروف عند العامة بالتهقمية ينشأ من العدوى ويصيب الذكور والاناث. وهو يبدأ غالباً نحو اليوم الثالث بعد التعرض للعدوى بحكة واحمرار في المجرى البولي مع افراز رقيق ابيض. ثم

يحدث ورم وحرقة شديدة عند التبويل ويصير الافراز غزيراً غليظاً مائلاً الى الصفرة مع ألم عند اصل الفخذين والمخصبين وكثيراً ما يتصلب القضيب ولا سيما مدة الليل . اذا كان الالتهاب بسيطاً دام من عشرة الى عشرين يوماً غير انه كثيراً ما يؤدي الى التهاب الخصية او المثانة او الغدد اللعابية في الأريّة او ورم القلفة او الروماتزم الخاص بهذا المرض . وعند زوال مدّة الالتهاب قد تبقى منه حالة مزمنة تُعرف بالكليث تؤدي الى تضيق المجرى

العلاج . يجب على المصاب ان يلائم الفراش في اول الامر وتليّن الامعاء بالمسهل اللطيفة كشرات المغنيسيا . ويخفف الالم بالجلوس في الماء البخرن ويأخذ نحو عشرين فحمة من هيدرات الكلورال . واذا حدث انتصاب مؤلم يُغطس العضو في ماء بارد ويؤخذ ثلاثون نقطة من صبغة الكافور مع قليل ماء . ويجب مع كل ذلك الراحة وتخفيف الطعام واجتناب المسكرات ورفع اعضاء التناسل برباط لطيف حتى لا تتدلى . وعند زوال حدة الالتهاب يؤخذ كبسول السنثال او بلسم الكويباي . وربما احتجج الى حقن المجرى بتقحمة من كبريتات التوتيا مع فنجان ماء ثلاث مرات في اليوم

اذا حدث التهاب في الخصية فيعالج كما سبق في امراضها مع ملازمة الفراش والانتفاع عن حقن المجرى . واذا حدث التهاب في المثانة يمتنع الحفن ويعالج كما ذُكر في امراض المثانة . واذا التهمت غدد الأريّة وحدث فيها ورم يبقى المريض في الفراش ويضع على المهل المتألم لزق ماء بارد او مقلّج او مضاف الى ١٠٠ درهم منه ١٥ درهماً من روح الخمر المعروف بالكحول و ١٥ درهماً من الخل . فاذا لم ينته الامر بالتخليل بل تقدّم الى تكوين الصديد صار الالم نابضاً والصفن احمر متفتحاً فيعالج معالجه الخراجات اي انه تلام اللزق الحارّة وعند تكوين الصديد يُفتح بالمبضع . واذا ورمت القلفة فقد تكون مرتدة الى ما وراء الحشفة (بارافيموسس) او الى مقدمها (فيموسس) فلا يمكن جذبها الى الامام او

المخلف وعلاج هاتين الحالتين من متعلقات الجراحة

تضييق المجرى على نوعين الثابت والتشنجي . اما الثابت فيراد به تضيق في مكان او اكثر من المجرى البولي مسبب غالباً عن مكاكة تحدث من التعقبة المتكررة او المهلة او التي كان علاجها ردياً . واعراضه اولاً خروج نقط من البول بعد نهاية التبول ترطب الثياب وصعوبة في التبول وخروج البول على هيئة سيل رفيع او سيلين منفصلين او ملتصقين الواحد على الآخر . وكثيراً ما يرافقه حكة عند طرف القضيب وافراز رقيق . وقد تلتبس هذه الاعراض باعراض حصة في المثانة او تضخم البروستاتا فينبغي حينئذ ادخال الجس لمعرفة حقيقة الامر . واذا أهمل التضييق المجري الثابت فرما أدى الى خراجات تنتهي الى نواسير في العجان اي بين الصفن ولاست . وعلاجه باصلاح المعدة والامعاء والراحة وانتظام المعيشة ومع ذلك يجب توسيع المجرى بادخال مجس معدني وهو من اعمال الجراح الخبير

اما التضييق التشنجي فيحدث غالباً في المصابين بالتضييق الثابت الخفيف وقد يحدث من التهيح المجري البسيط الناشئ غالباً من التعقبة الحادة او المزمنة . واسبابه المهيجة كثرة شرب المسكرات وحس البول زمناً طويلاً والتعرض للرطوبة وركب الخيل والتهيح الباسوري وحالة مرضية في البول . واعراضه اعراض حبس البول بحيث ان المريض يتمنى التبول ولا يقدر ان يبول فتمتلئ المثانة وتتمد وترتفع الى اسفل البطن حيث يشعر بها عند اللبس على هيئة ورم صلب . ومع ذلك يحتتمل المريض مضداً عظيماً وبُحْمٌ ويزحزح لاطلاق البول وربما انفجرت المثانة او المجرى من شدة الزحير فيشعر براحة وقوية ولكنه يعقبها اعراض الغنغرينا والموت الا اذا كان الانثقاق محصوراً في المجرى فرما انتهى الامر الى خراجة في العجان وسلامة المريض . وعلاجه متى حدث من التضييق التشنجي حبس البول وضع المريض في حمام حار نحو نصف ساعة وعند

خروجه منه ليخ حارة على اسفل البطن وعلى العجان اي بين الصفن والامت
ويعطى من عشر الى خمس عشرة قحمة من مسحوق دوفر . واذا كانت الامعاء
قابضة فيعطى جرعة كافية من زيت الخروع . فان لم تنجح هذه الوسائط بعد
ثلاث ساعات يعطى ثلاثين قحمة من هيدرات الكورال ويوضع ثلاثون علقة
على العجان ثم اذا لم يبر البول يدخل القناطير لاجل استخراجِه . واذا حدث
انفتاق الجري وتخلل البول الانسجة تحت الجلد فعلى الجراح ان يبضع الجلد في
الخط المتوسط على الصنف الوارم او العجان بضعاً طويلاً غائراً طوله نحو ثلاثة
قراريط وغوره نحو قيراط ويعقب ذلك بالليخ الحارة ووضع قناطير في المانة
وابقاؤه هناك . وكل ذلك من اعمال الجراح

المعدة (امراضها)

نقدم الكلام في فصل سابق على عسر الهضم (صفحة ٢٨٢) وسنذكر الآن
اخص ما بقي من امراض المعدة

التهاب المعدة المحاد ينشأ من التعرض للبرد او من شرب الماء البارد
او المتنجس متى كان الجسد حاراً . ويحدث احياناً على هيئة اختلاط لامراض آخر
كالحبيبات وغيرها . وقد يكون سببه شرب بعض السموم كالسليمانى والزرنج
(طعم الفأر) عمداً او على غير قصد . اعراضه ألم كثيراً ما يكون محرقاً او يمتد
الى جهات مختلفة ولا سيما نحو الظهر ويزيد عند ضغط المعدة باليد . وبقي
المرضى غالباً ويعقب ذلك تارة الراحة وتارة زيادة الالم . ويكون اللسان
غالباً جافاً احمر والعطش شديداً . وفي الاحوال الثقيلة وخصوصاً بعد شرب
السموم يهبط القوى ويغطي الجلد بالعرق البارد وينكمش الوجه ويضعف
النبض ويتواتر وربما حدث فواق وسرعة التنفس وانذر ذلك بالموت . وليس
في غير هذه الاحوال الثقيلة خطر لان هذه العلة تنتهي غالباً بالشفاء الا اذا

اصابت الاطفال والاشباخ والمحموين بجمييات حادّة

العلاج . اذا كان في المعدة مادة سامّة او مهيجية فيشرب المريض كميات كبيرة من الحليب الى ان يقي قيئاً غزيراً متواليًا . ثم تُترك المعدة مرتاحة مدة ولا يُعطى المريض غذاءً بعد ذلك الا فنجان حليب ممزوج بربعه من ماء الكلس كل ساعة او ساعتين او يُحقن بالمرق . اذا كانت الامعاء منقبضة فقليلن بالحقن لا بالمسامل ولقاومة العطش يهبس الثلج ولا يباح للمريض ان يكثر من الماء . ويوضع العلق على المعدة او الماء البارد او الثلج ويُعطى مراراً خمس قححات من كربونات الصودا مع فنجان ماء منبج . وعند النفاهة يُعنى جداً بتلطيف الطعام

زكام المعدة المزمن قد يعقب التهاب المعدة الحاد . وقد ينشأ من سوء الطعام او المشروبات الروحية او الاكثار من التوابل الحارّة والتدخين . وقد يكون مصاحباً لامراض مختلفة . وعلاماته تعب في المعدة ولا سيما بعد الطعام وعطش واحمرار اللسان وسوء هضم وجشاء وحموضة في المعدة ونجر النفس وقبض او اسهال الامعاء وغثيان او قيء مادة مخاطية . وربما حصل اضطراب عام في الجسد كالهزال وحرارة الجسد وكثير البول وصفرة الوجه

قرحة المعدة . اسبابها الغالبية السكر وسوء المعيشة والهلم وقد لا يكون لها سبب معروف . وتصيب غالباً الذين عمرهم بين السنة الثامنة عشرة والثلاثين والشيوخ وقيل انها تصيب النساء اكثر من الرجال . علاماتها ألم في قسم خاص من المعدة وقيء بعد الطعام خصوصاً وحياناً في مادة دموية او سوداء كتفل القهوة وسوء هضم وضعف عام . وهي علة مزمنة تنتهي اخيراً بالشفاء وقد تنتهي بالموت بواسطة انتقاب المعدة وحدث التهاب البريتون او بواسطة هبوط القوى

سرطان المعدة علة خبيثة تصيب غالباً الذين سنهم بين الاربعين

والسبعين اكثرهم الرجال ومن كان المرض في عائلتهم او كان لهم مستولياً عليهم .
 علاماته الالم في المعدة والقيء والقيء الدموي او السوداوي وفقد الشهية للطعام
 وقبض الامعاء وورم او صلابة في المعدة وتمددتها وتقرع البطن . وقد تكون جميع
 هذه الاعراض ملتبسة ولا يدل على المرض الا هزال الجسد وضعف القوة
 اللتان يزيدان مع الزمان . وينتهي المرض بالموت من بضعة اشهر الى سنتين
 تمدد المعدة عبارة عن اتساع في تجويفها وهو ينشأ غالباً من تضيق بواب
 المعدة لعلته ما وقد يكون السبب فالج جدران المعدة . وعلاماته في مسائل
 غزير حامض الطعم خال من الصفراء بعد الطعام بساعات واتساع مساحة
 المعدة عند الفحص الطبيعي وهو ما يعرفه الطبيب فقط

علاج امراض المعدة المزمنة التي ذكرت آنفاً من الامور التي يجب تسليتها
 الى الطبيب . وغاية ما يقال هنا هو التنبيه الى بعض امور بسيطة مفيدة . اولها
 واخصها تدبير الطعام لانه لما كانت وظيفة المعدة الهضم فلا يجوز ادخال شيء
 اليها وهي مريضة الا ما امكثها هضمة بالراحة ولذلك يمنع عن اكل الاطعمة
 العجينية والخبز واكثر انواع الفواكه والخضراوات والخبز الطري ويعول في
 ضعف الهضم على اللحوم الآلح العجل والسك الآالمطح . واذا كانت المعدة
 متهيجة فيقتصر على الامراق الخفيفة والحليب واللبن والبيض البرشت بكميات
 صغيرة ولو كانت الدفعات متواترة اذا اقتضى الحال . واما الشرب فلا يجوز
 الاكثر منه مع الطعام وقد سبق الكلام بشأن الطعام والشراب على ما يقتضيه
 قانون الصحة (صفحة ١٣٠) . وفي جميع امراض المعدة لا بد من مراعاة شروط
 الصحة وعلى الخصوص الرياضة المعتدلة ولكن لا قبل الطعام حالاً ولا بعده
 وتجنب الاجهاد العقلي والهلم وتردد الفكر بالمرض الذي يشكوه المريض ويجب
 طلب المعاشرة الانيسة السارة وتبديل الهواء والمناظر والابتعاد عن العادات
 الرديئة والافراط على كل انواعه . ومن المفيد في هذه الامراض الاستحمام بالماء

البارد للشبان في الصيف وبالماء الفاتر او الحار لهم وللشيوخ في الفصول الباردة
ودفاً للباس كلبس الفلاناً على المجلد

واما الادوية فللطبيب ان يصفها وهي غالباً المقويات للمعدة وافضلها الكينا
والبزموت وخالصة الجوز النقيء والقليويات ككربونات الصودا او الحوامض
المعدنية وافضلها حامض الهيدروكلوريك . وما يعين الهضم خالصة الملت
(انظر عسر الهضم)

المغص

المغص الم حاد في البطن متقطع غالباً ويصحبه عادة القيض واجتماع رنج
في الامعاء وقد يكون معه قيء . اذا كان المغص بسيطاً فلا يرافقه قيء او التهاب
وهو يتميز عن الالم الالتهابي بأنه يسكن قليلاً عند الضغط والغالب ان المريض
يتقلب في فراشه ويشد بطنه بيديه ليجد شيئاً من الراحة خلافاً للالم الالتهابي
الذي فيه ضغط البطن يسبب زيادة الالم فيكون المريض حينئذ مستلقياً على
ظهره قابضاً ركبتيه لا يطبق الحركة . ويجب ان يتميز عن مادة رملية في الكلبة
اذ تكون الاعراض ألم سائر نحو الفخذ ونقلص الخصبية وخذر في الفخذ والم في
الحقوين وطلب التبول . وعن بداءة الدوسنطاريا التي يصحبها خروج مادة
مخاطية او دموية . وعن سير حصاة صفراوية الذي يتميز بألم ناخس يتد من
جهة المعدة الى الظهر

علاج المغص تابع للسبب الذي بهيجته . فان كان من طعام ثقيل غير
مهضوم دخل المعدة حديثاً يُعطى المريض عشرين قحمة من مسحوق عرق
الذهب في قدح ماء فاتر ليقيء ما أكله ثم جرعات من الماء الفاتر الى ان يخرج
كل ما في المعدة . وان كان المريض يتقيأ فتوضع خردلية على المعدة وان كان
هناك قيض يُعطى مسهلاً خفيفاً او يُجتمن بالماء الفاتر والمخ . وفي كل حال يجب

وضع ليخ بزر الكتان الحارّة على كل البطن وتُعاد . ولا مانع ايضاً عند افئضاء الامر من وضع المريض في حمام فاتر او سخن وقد ينشأ المغص من سدة في المعى او انقلاب قسم منه في قسم آخر يُعرف بالتغمد . وعند ذلك لا يجوز اعطاء المسهلات بل يُعتمد على الحنّ والحام الفاتر او السخن والليخ الحارّة على البطن (انظر سدد الامعاء)

المفَاصِل (التهابها)

التهاب المفاصل من عواقب الروماتزم والنقرس والداء الخنزيري وربما التهاب مفصل بلا سبب معلوم او من اذى ميكانيكي . وعلاماته ورم المفصل وآلمة . وعلاجه بالعلق والنطول الفاترة والراحة التامة . اخص انواعه المهمة التهاب المفصل الوركى والتهاب مفصل الركبة

التهاب المفصل الوركى يصيب غالباً الاولاد الذين يرثون مزاجاً خنزيرياً وكثيراً ما يظهر بلا سبب معلوم او قد يُنسب الى لكمة خفيفة . الاعراض الاولى طفيفة لا يلتفت اليها ثم يشكو الولد المآ في الورك او الركبة ويعرج عند التعب او يجرّ احدى رجليه . فيجب ان يقاس حينئذ الطرفان السفليان في حالة الوقوف والاستلقاء على الظهر فان ظهر ان احد الطرفين اطول قليلاً من الآخر كان السبب ارتشاج سائل في باطن المفصل يدفع الطرف الى الاسفل ويحدث الطول المذكور . ويتحقق وجود المرض ايضاً بقرع العظم البارز من المفصل الوركى او بقرع عقب القدم فيشعر المريض بالآلم في المفصل المذكور . ثم اذا تقدّم المرض تعمّر المشي وزاد العرج وانتهى الامر الى عدم امکان الوقوف فتنهزل الالية من ضهور العضلات ويزيد الم المفصل وحينئذ يأخذ العضو في القصر وتنجبه ركبة الطرف المصاب نحو الطرف الآخر وتخرّف القدم نحو الانسية وتكون الخراجات وتظهر حتى الدق

العلاج . اهم ما يكون في علاج هذه العلة الراحة التامة للعضو المصاب من بدائة الامر . فيحصر الولد في الفراش وربما وجب ربط العضو رباطاً لا يميز له ادنى حركة . ومن الضروري نقاوة الهواء وتقوية الجسد بالكينا والحديد وزيت السمك والطعام المناسب وربما وجب استعمال يودور البوتاسيوم ان يودور الحديد . غير ان عمدة التدبير من متعلقات الجراحة

التهاب مفصل الركبة يحدث غالباً كالمرض السابق للاولاد الذين مزاجهم ختري وينسب عادة الى آفة كلطمة او وقعة ولكنه بالحقيقة مرض عائد الى النبة . اعراضه الم وورم وتيبس في المفصل وهذه الاعراض تكون خفيفة في اول الامر تخفي حقيقة المرض ثم اذا ازدادت توصحت العلة واذا طالت انتهت الى تكوين الخراجات ومرض عظام المفصل . وهي من الامراض الجراحية العسرة وتحتاج كالمرض السابق الى طعام خفيف مغذٍ الى نقاوة الهواء

النَّاسُورُ

الناسور تجويف يتكون فيو صديد وله فتحة ضيقة مستطرفة الى الخارج . ومن اشهر انواعه الناسور الدمعي والناسور الاستي غير انه كثيراً ما يكون ناشئاً من قطعة عظم ميتة او من جسم آخر غريب . علاجه بالشق واستخراج الجسم الغريب اذا وجد وكل ذلك من متعلقات الجراح . وربما كفى في بعض انواعه البسيطة الحفن بالمواد الحريفة او الكاوية او القابضة

النزلة الصدرية (انظر الزكام)

النَّفْرَاجِيَا

النفراجيا الم عصبي يحدث في اقسام كثيرة من الجسد ولا سيما في الوجه

وجانب الراس والاسنان وجانب الصدر . وكثيراً ما يكون شديداً جداً يأتي على هيئة نوب . واسبابه تسويس الاسنان وسوء الهضم وعدم انتظام الدور الشهري في النساء والمalaria وعلى الخصوص ضعف عام في البنية تهيئ الشخص لحدوث المرض . ولذلك كان علاجه عائداً الى السبب فان كان سناً مخوراً فينقح او يمشي وان كان سوء هضم فيعطى مسهلاً ويؤذّر المريض من تغليظ الطعام وان كان خللاً في الحيض الشهري فيلتفت اليه وان كان المalaria فيعالج بالكينا ولا سيما اذا كان الألم يعود على هيئة ادوار منتظمة . وفي كل حال لا بد من تقوية الجسد بالطعام المغذي واجتناب السهر الطويل وفطم الطفل اذا كانت المريضة مرضعة وتغيير الهواء . ومن افضل الوسائل لتسكين نقرس الجبا الراس خمس عشرة قحمة انتيرين او منقوع درهم كوارانا في قرح ماء يشرب دفعة واحدة او تدريجاً واذا كان الألم شديداً لا يسكن بالبخ الحارة والخردييات رها وجب الحفن تحت الجلد بربع قحمة مورفين وهو من اعمال الطبيب

النقرس وهو الكوت

النقرس علة في المفاصل شديدة الألم ناشئة من تولد سم خاص في الدم . وهو يشبه داء المفاصل (الروماتزم) من جملة وجوه ويختلف عنه بانه يصيب المفاصل الصغيرة في الكسالى المترفي المعيشة المتقدمين في العمر خلافاً للروماتزم الذي يصيب المفاصل الكبيرة ويختار غالباً الفقراء والحديثي السن والكحول . واعراضه الاولى ضيق الخناق وحى خفيفة وصداع وسوء هضم يعقبها في الليل غالباً ألم حاد في التسم المصاب وهو اوجهام القدم على الخصوص يهبط عند الصباح غير ان الابهام يبيى احمر وارماً لامعاً . وبصاحب هذه الاعراض عرق حامض الرائحة والطعم ورسوب رملي احمر في البول . وتزداد الألم في الليل غير انه يخف عادة كلما زاد الورم ومتى زال الألم والورم ظهرت قشور على الجلد . ثم

بزول المرض وربما يظهر مرة أخرى قبل مرور ستة اشهر او سنة . وقد يكون
مجلسة اصابع اليد وربما سبب فيها اوراما طباشيرية . وقد ينتقل من المفاصل
الى الاعضاء الباطنة كالمعدة والقلب والدماغ

العلاج . عند ظهور نوبة المرض يعطى مسهل لتلين الامعاء ان كانت
قابضة وبعد ذلك عشرون نقطة من خمر الكلكشيكوم وخمس قحعات من ملح
البارود مع فنجان ماء كل اربع ساعات الى ان يسكن الألم او يحدث غثيان
فيمتطع حينئذ عن الدواء . واما العلاج الموضعي فيقوم بلف القسم المصاب
بالقطن ورفع قليلاً على وسادة وعدم تحريكه . ولا تجوز الوضعيات الباردة عايد
لان ذلك ما يرد المرض الى الاعضاء الباطنة . ومع ذلك يلزم المريض
بالراحة التامة وبساطة المعيشة واجتناب الاطعمة الحيوانية اولاً ثم التقليل منها
والرياضة والابتعاد عن المسكرات وانتظام عمل الامعاء

النكفة (التهابها)

الغدة النكفية اكبر الغدد اللعابية وهي موضوعة الى مقدم الاذن وممتدة
الى اسفلها وراء الفك . والتهابها وافدي معد يصيب الاولاد غالباً والبالغين
احياناً وهو المعروف عند العامة بابي كعيب . يبدأ المرض بحمى خفيفة وورم
صلب مؤلم في الغدة المذكورة يدوم نحو اربعة او خمسة ايام ثم يزول بالتدريج
ويندرانه يتسبح . وقد يصيب المجانين معاً ويندرانه يصيب الشخص الواحد
اكثر من مرة . وهي علة خفيفة خالية من المخطر غير انه ربما صاحبها او اعقبها
ورم في الثدي او الخصى . وعلاجها العلقى اذا كانت شديدة تعارض البلع او
التنفس والغالب انه يكفي وضع الثلج الحارة او القطن او الفلانلا على القسم
المصاب مع تايين الامعاء اذا اوجب الامر

الهستيريا

الهستيريا مرض عصبي يصيب النساء ولا سيما اذا كنَّ من اهل الرفاهة وقلة الحركة . وهو يظهر على نوعين الاول اعراض طويلة عصبية والثاني نوبات تشنجية . وقد تشكو الانثى من الاعراض العصبية المذكورة واحياناً تصاب بالتشنج او قد تصاب بالتشنج ولا يكون من الاعراض العصبية في الفترات الا القليل .
اكثر المعرضات لهذا المرض البنات وغير المتزوجات

اخص الاعراض العصبية قراقر في البطن وجشاء وفواق وخفقان القلب وعسر التنفس وشعور بالاخنناق كأنَّ كُرَّةً تسدُّ الحلق وفقد الصوت . ومنها اوجاع عصبية في محال مختلفة من الجسد قد تلبس بالتهاب الرحم والامعاء والمفاصل وغيرها وهي جميعها تميِّز بعدم ارتفاع الحرارة الذي يحدث في الالتهابات وبالمزاج الهستيرى والنظر العام الى حالة المريضة . واما التشنج الهستيرى فيختلف عن بقية العلل التشنجية بان الوعي لا يغيب ولو لم تستطع المرأة الكلام والسخنة لا تتغير والحركات التشنجية تكون تحت بعض سلطة الارادة وكثيراً ما يتعاقب في النوبة البكاء والضحك ويسبقها عادة الحس بكُرَّة تصعد الى الحلق ويعقبها افراز بول غزير

العلاج . مدة النوبة يجب حل الثياب الضيقة مما يحيط بالعنق والصدر والبطن وادخال الهواء الى المكان وتهوية المريض بالمروحة ورش الماء البارد على الوجه اوصبة من جرّة على الراس وفرك الاطراف واذا امكن المريضة البلع فنُعطي ملعقة صغيرة من روح النشادر العطري مع فنجان ماء . ومدة الفترات الرياضية اليومية والاستحمام في الماء البارد واصلاح الامعاء وجودة الطعام ونقاوة الهواء . وكثيراً ما ينشأ هذا المرض عن دمل رحيم او اديية فيجب الانتفات اليها واصلاح الخلل ما يكون في عموم الصحة

الهواء الأصفر

يبدأ الهواء الاصفر على نوعين الأول فجأة والثاني بعد تعب عام واسهال
 بلا ألم بدوم من يوم واحد الى عشرة ايام واكثر وكثيراً ما يكون هجوم المرض
 مدة الليل او في الصباح الباكر. واعراضه الاولى اسهال مائي غزير وقيء مواد
 ملونة اولاً ثم سائل ابيض يكاد يكون بلا رائحة شبيه بماء الارز المسلووق. ويصحب
 ذلك تشنج وألم في الساقين والفخذين وعضلات البطن وعطش شديد وحاسة
 احتراق في المعدة وضعف النبض وقلة البول ثم انقطاعه وقلق العليل وثقلته
 في الفراش. ثم تغور العينان وتحيط بها هالة زرقاء وتنكش السمحة وتبرد
 الاطراف ويخفي النبض ويخف الصوت ويزرق الجلد ويكتسي بعرق بارد ويعسر
 التنفس. وهذه الاعراض منذرة بالموت الا اذا انقطع الاسهال والتيء وعاد
 لون الغائط وخروج البول واشتد الصوت ورجع النبض الى القوة بعد اخفائه
 او ضعفه فيرجى حينئذ شفاء المريض

اصباؤه. قد ترجح عند المحققين ان السبب الاصلي هو مادة سامة غير
 منظورة تنتقل بواسطة البشر والامتعة من مكان الى مكان وتنتقل ايضاً بواسطة
 الماء والطعام الى الجسد. واخص هذه الاسباب هو شرب المياه التي قد خالطها
 شيء مما كان يسيراً من مبرزات المرضى بهذه العلة. وقد ترجح ايضاً ان اصل
 هذا المرض في بلاد الهند وانه ينشأ هناك ويمتد في ازمته دورية غير معلومة الى
 البلاد المجاورة الى انه قد وصل مراراً كثيرة الى اوربا واميركا. ولا خلاف في
 انه اذا كان المرض موجوداً فاحص الاسباب التي تمهيئ الناس له هي الضعف
 الناشئ من السكر والخوف والتعب المفرط وازدحام البشر ورداءة المساكن
 واقذار الازقة والرطوبة والفقر والجوع والتقط. وقد شوهد كلما ظهر وافد هذه
 العلة ان اكثر الموت يكون في المواضع غير الصحية وبين الناس الذين يتهمنون

بالقدر والفاقة ولازدحام في البيوت والازقة والمدن

العلاج . عدة العلاج في هذا الماء مقابلة الاعراض الاولى التي تظهر وذلك انه متى كان الواصل موجوداً وبدأ الاسهال في احد فيلزم الفراش في الحال ويشرب عشرين نقطة من صبغة الافيون المعروفة باللودنم مع ملعقة ماء بعد كل دفعة من الخروج الى ان ينقطع بالكلية . واذا ظن المريض ان الاسهال مفيد له ولم يعبأ به ولم يلزم الفراش فالاقرب انه يشتمد الحال وربما أدى الى الاعراض المهلكة . واذا ظهر فيه يقاوم بوضع الخردليات على المعدة ولاجل تخفيف العطش يباج للمريض شرب الماء البارد او الثلج او اكل الثلج . ولا يجوز من الطعام الا مرق اللحم . فبواسطة هذا التدبير تتوقف العلة ويبرأ المريض . ولكن اذا تقدمت الى الاعراض التي تقدم ذكرها المعروفة بالتهور ويرد العليل بطلت فائدة الدواء فتسرع بالوسائل لاقامة الحرارة الحيوانية كفرك الجسد ولا سيما اطراف الفلانلا والخردليات على البطن والساقين ووضع اكياس من الخالة الحارة على الظهر وبين الرجلين وعلى البطن . ولا يمنع المريض عن الماء البارد او الثلج ولو قاءه على الدوام . وعند انقطاع البول بالكلية توضع الخردليات على الظهر

وقد اتفق عامة الاطباء على ان يفرد المريض عن الناس ما امكن فلا يبقى معه الا الذين يخدمونه . ولا بد من تجديد الهواء في الغرفة بنقع النوافذ واستقبال مبرزات المريض في وعاء حاو على بعض العفارات المضادة للفساد كالجاز والحامض الكربوليك وتطهير بيوت الماء وغسل ايدي الذين يخدمون المريض بما ذكر . ومدة النفاثة لا يعطى الا مرق اللحم والاروروت والنشا الى ان يتعافى وتصير المبرزات طبيعية

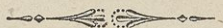
وقد يعتب دور التهور رد الفعل وربما بلغ ذلك درجة الحمى فان كانت خفيفة زالت من تلقاء نفسها وان كانت شديدة فتلطف بمسح الجسد بالماء البارد

والادوية المبردة التي تستعمل في الحميات البسيطة ويحافظ على القوة بالامراق
 القوية دفعات متواترة ولكن بكميات صغيرة
 واما الوسائط المانعة لهذه العلة فارها النظافة الشخصية والعامه . بحيث
 انه اذا ظهر المرض في بيت فتستعمل جميع وسائل التطهير وتنقية الهواء على ما
 سبق في صفحة ١٥٩ . واذا قرب الوباء من مكان وجب زيادة الانتباه الى
 البيوت والازقة والاسربة والبلاليع . ثانياً تجنب الاماكن المصابة ويتعد عنها
 اذا امكن . والخروج من المدن الخاصة بالناس والصعود الى الجبال العالية
 من الامور التي تفيد الخارجين لانهم يخلصون من خطر الوقوع في المرض
 والباقيين لانه ينقص ازدحام الناس ويتلطف جداً عمل الوباء . ثالثاً يشبه الى
 الهيجيين الشخصي فننظم المعيشة على الترتيب الصحي ويحذر من الخوف الذي
 يعد الشخص للمرض ومن اكل الفواكه غير الناضجة والتعرض لحر الشمس
 وبارد الليل ونداه والتعب المفرط والاطعمة الضخمة والمشروبات الروحية وجميع
 الاسباب المضعفة . رابعاً يعتنى حالاً عند اول ظهور الاسهال فيلزم الانسان
 الفراش ويؤخذ قهقه من الافيون او عشرون نقطة من صبغته بعد كل مرة من
 البراز الى ان ينقطع

اليرقان

اليرقان حالة مرضية تتميز بصفرة او خضرة لون العينين والجلد وقبض
 الامعاء وبياض الغائط ومشايمته للطين الابيض وصفرة البول الشديدة التي
 تصبغ الثياب ومرارة الفم وقدر اللسان والتهيان ولا سيما عند الصباح وحكة في
 الجلد غالباً . وسبب كل ذلك وجود الصفراء في الدم فانه اذا لم تسر من
 الكبد الى الامعاء لعل ما ذهبت الى الدم وخرج بعضها مع البول بواسطة عمل
 الكلتيين . وهو على نوعين زمني ودائم

اما النوع الزمني فيحدث من احتقان الكبد او التهابه او من حصة
 مرارية في القناة الصفراوية تعارض سير الصفراء. وربما لم يكن له سبب ظاهر
 فيرجح حينئذ انه ناشئ عن زكام القنوات الكبدية وورمها. وعلاجه بالمسهلات
 المحلجة ولا سيما كبريتات الصودا ونقيع الراوند نحو فحجان منه ثلاث مرات في
 اليوم والمخردليات على جهة الكبد مرة كل يوم وتخفيف الطعام وتقوية المعدة
 بالخشب المر او غيره من المقويات النباتية
 والنوع الثابت يحدث عن علة عضالة في الكبد او عضو آخر باطني
 وينتهي غالباً الى الموت



الفصل الثالث

في الآفات والعارض

سبحانك

قبل ذكر الآفات والعارض بالتفصيل يجب وضع القواعد العامة في تدبيرها حال حدوثها الى ان يحضر الجراح او الطبيب وهي :

١. تستعلم قصة الحادثة ومحل الاذى بواسطة اسئلة قليلة بسيطة واضحة من المصاب نفسه ان كان واعياً يستطيع التكلم والا فمن الحاضرين

٢. ان كان المصاب غائب الوعي فيلقى على الارض ويسند راسه بوسادة او شيء آخر لين يحمي يكون الراس على مساحة الجسد لا اعلاها . ويجب ان يكون وضعة مائلاً الى احد الجانبين لان التنفس يكون اسهل حينئذ مما لو كان مُلقى على ظهره . ثم تُحل اربطة العنق وازرار ثياب الصدر والبطن لكي لا يضغطها شيء

٣. برش الوجه والصدر بماء بارد ثم يُنشف ويسقى ماءً بارداً اذا كان يستطيع البلع . ولا يُعطى مشروباً روحياً منها كالكحمر او العرق الا اذا اوجب الامر

٤. لا يجوز الفصد غالباً في الحال بعد حدوث الآفة

٥. تُخصّص الاعضاء الواحد بعد الآخر وينظر ان كان هناك جرح او نزف او كسر او غير ذلك ويتدبر بحسب الحال الواقع كما سيأتي

٦. اذا وجب نقل الشخص من المكان الذي اصابته فيه الآفة فيحمل

مستلقياً على آلة خشبية او غيرها وعلى الخصوص اذا كان الاذى قد اصاب
 الراس . فلا يجوز ان يمشي او يركب فرساً او مركبة
 ٧ . لا يجوز الكلام الذي ليس منه فائدة للمصاب او للحاضرين . ويجب
 ابعاد جميع الذين ليس لحضورهم فائدة لخدمة المريض او راحته
 ٨ . في كل حادثة شديدة الضرر يُستخَر الجراح او الطبيب اول ما
 يمكن ويكون الرسول او الرسالة ما يُفهم منه الواقع بالتصريح . واما ما سيذكر
 من تدبير الآفات فليس المراد به الاستغناء عن الجراح اذا امكن حضوره بل
 تدبير الامر الى ذلك الحين

اجسام غريبة في الجسد

يراد بالاجسام الغريبة ما يدخل الجلد او بعض مسالك الجسد كالرصاص
 والخردق وقطع خشب او حديد او لباس او اشياء اخرى . وقد تنفصل قطعة
 من العظم وتموت فتصير جسماً غريباً

اجسام غريبة في الانف كبعض الحبوب وحصى صغيرة وازرار تدخله
 احياناً في الاولاد اما عمداً او بلا قصد . وكثيراً ما تُخرَج بضغط المنخر الواحد
 بالاصابع ثم النخ بشدة من المنخر الثاني المسدود . وقد يؤخذ شعوط لتنهيج
 العطاس او يمتحن الانف بماء فاتر . او يعطى مقيء من ماء فاتر وملح ومتى
 حدث القيء يطبق النخ باليد فلا يجد السائل الصاعد من المعدة منشقداً الا من
 المنخرين فيطرد الجسم الغريب منها . وربما امكن استخراجُه بالقبض عليه بحيث
 او بادخال قطعة شريط حديد منعكفة على هيئة سنارة ورائه وجذبه الى
 الخارج . واذالم يمكن استخراجُه فكثيراً ما يخرج من تلقاء نفسه بعد مدة

اجسام غريبة في الاذن . اذا لم يكن الجسم الغريب ما ينتفخ كالحبوب
 فيجب حن الاذن بالماء الفاتر او يستخرج بحن دقيق او يعكف شريط رفيع

على هيئة عروة ويدخل على الجدار العلوي من المسلك فاذا صارت العروة وراء الجسم يُجذب بواسطتها الى الخارج ولا بد من الحذر في كل ذلك لئلا تلتهم الاذن او يُدفع الجسم الى الباطن او تنزق الطلبة التي هي غشاء ممتد عند قاع الصماخ . واما الهوام فتنقل او تستخرج بسكب قليل من الزيت في الاذن . وبعد خروج الجسم من الاذن تحتن احياناً ويوضع في فتحها قطعة قطن بضعه ايام لتقيها من التهيج والالتهاب

اجسام غريبة في العين . تُزال هذه الاجسام احياناً بجذب الجفن العلوي عن المقلة ثم على الجفن السفلي ويُفرك عليه مرة او مرتين . او تُفتح العين ويُستخرج الجسم بطرف منديل ناعم . واذا استقر تحت الجفن العلوي فيقلب باطن الجفن المذكور الى الظاهر بان يوضع عليه سنارة كلسات او قلم وضعاً افتقياً ويُقبض الاهداب بالاصابع ويُقلب الجفن على الفلم فيظهر باطن الجفن ويُستخرج الجسم بطرف منديل . واذا سقط في العين كلس فيجب فتح العين في الحال واستخراجه بلطف ثم غسل العين بماء من الحُلّ لمقدارين من الماء . واذا انغرزت قطعة صغيرة من معدن في القرنية اى القسم المركزي من العين فالغالب انه يُستخرج بسهولة بواسطة راس ابرة والافوق ترك ذلك الى الخبير

اجسام غريبة في الحلق والبلعوم . يجلس المصاب امام النور او السراج بحيث ينظر جيداً الى مؤخر الحلق ويمد الاصبع الى وراء اللسان والاسفل فان كان الجسم ما يمكن الوصول اليه يُعكف الاصبع ويُستخرج الجسم به وما يسهل هذا العمل ان يمد اللسان الى الامام ويُقبض بحزمة . وان كان المصاب ولداً وغصن يعمل ما ذكر فان كان الجسم بعيداً لا يصل اليه الاصبع يلقي على بطنه على الركبتين ويلطم براحة اليد على الظهر وقد يجب اعطاء مقيء . وربما وجب استحضار الجراح لاستخراج الجسم او دفعه الى المعدة . وقد تبتلع ابرة او دبوس فان لم يمكن استخراجه يُترك للطبيعة ويندر الضرر منه

الاجسام الغريبة في المعدة ك انواع الدرامم وقطع زجاج واسنان
اصطناعية تخرج من تلقاء نفسها مع الغائط . واذا دخلت علقه فيُشرب ملعمة
كبيرة من الملح الاعيادي مع الماء فاما انما تموت او تُستفرغ
اجسام غريبة في الجلد . ان كان الجسم شطيبة خشب او عظم او شوكة
فمستخرج بالجفت وربما وحس قبل ذلك توسيع المرح قليلاً براس الموضع .
او تترك يوماً او يومين وترضع عليها اللبج الحارة فاذا تخللت صار استخراجها
سهلاً . وان كان ابرة فمستخرج غالباً بدفعها من راسها من الجلد واذا غارت ولم
يُشعر بها من الظاهر فالافتق تركها للطبيعة فانها تجول في الجسد الى اماكن
بعيدة ولا يُعرف مقرها ويندر الضرر منها

اجسام غريبة تحت الاظفار كالشوك والشظايا تُستخرج بتقليم الظفر
الى ان يظهر الجسم ويمكن قبضه بالجفت . فان لم يمكن ذلك نوضع اللبج الحارة
يوماً او يومين ثم يُستخرج

أذى الكليتين

يحدث من لطة على الصلب او من سقطة على القنّاء . اعراضه ألم شديد
في محل الاذى وغثيان وعدم استطاعة الاتصاب واخنلاط دم مع البول وتواتر
التبول . وعلاجه الراحة في الفراش بضعة ايام الى ان تزول جميع الاعراض
والأفر بما حدثت علته مزمنة في الكليتين يطول او يستحيل شفاؤها . وتوضع
النطول الحارة على المكان او العلق وتلبّن الامعاء ويُخفف الطعام

انضغاط الدماغ

سبب انضغاط الدماغ انسكاب دم في باطن الجمجمة او انخناص قطعة
من عظامها تنحدر الى الدماغ او اغشيتيه وكلاهما من ضربة او آفة اخرى . وربما

تكون صديد بعد حدوث الآفة بايام فيكون هو سبب الانضغاط . اذا لم يستفق المأوف من الاعراض المذكورة في فصل اهتزاز الدماغ او اذا استفاق ثم استيقظ في سبات لا يمكن تيقظه منه وكان التنفس عسراً ثقيلاً مصحوباً بشخير او بنفخ عند كل زفرة وكانت احدى الحدقتين او كليهما متسعة والنبض بطيئاً ممتلئاً وخرج دمٌ او ماءٌ من الاذنين او الانف فالآفة شديدة تحتاج الى عناية جراح ماهر وربما وجب نشر العظم نشرًا كلياً واستخراج الجسم الضاغط .
العلامات المميزة بين اهتزاز الدماغ وانضغاطه على ما يرى اسفله

علامات الانضغاط

الغيبوبة تاتي غالباً تدريجياً
التنفس بطيء لا شخيرية غالباً مصحوباً
بحركة نفثية من الشفتين والحدقتين
النبض بطيء لا مهتلي
الحدقتان منبسطتان غالباً
الجلد غير حاس
سطح الجسد حار رطب طبيعي
لا يمكن تيقظه
عدم وجود الغثيان والقيء

علامات الاهتزاز

الغيبوبة حالاً عند حدوث الآفة
التنفس متقطع تهدي غالباً لا شخيرية
النبض ضعيف متقطع سريع احياناً
الحدقتان مقبضتان غالباً
الجلد يحس بوكر الدبوس او بقرفة
سطح الجسد بارد مصنر
يمكن تيقظ الماوف لاجابة السؤال
وجود الغثيان والقيء

اهتزاز الدماغ

يراد باهتزاز الدماغ توقف وظائفه بغتة من ضربة او آفة اخرى تصيب الراس وهو على درجات من الشدة فالدرجة الخفيفة منه متى شعر الليل عند حدوث الآفة فجأة بضعف وارتجاف عضلي في الاطراف ولا سيما في الطرفين السفليين بحيث انه لا يستطيع المشي الا اذا تمايل من الجانب الواحد الى الآخر كالسكران مع طنين الاذنين وغشاوة البصر . وهذه الاعراض تزول سريعاً

ولا يحتاج الى علاج اكثر من الاضجاع والراحة . والدرجة الثانية متى وقع المأوف الى الارض غائب الوعي لا يتحرك اصفر الوجه فتكون الاعراض حينئذ برودة الجلد وضعف النبض وتغمض العينين وانقباض الحدقتين . واذا نُبِهَ وسُئِلَ بصوت عالٍ ففتح عينيه واجاب بسرعة ثم عاد الى الغيبوبة . وبعد نحو ساعة غالباً يتحرك ويبقى ويعود وعيه ولكنه يبقى مشوش العقل نهماً باضع ساعات . والدرجة الثالثة الشديدة متى كانت غيبوبة الوعي نامة وكان سطح الجسد مصفراً بارداً والنبض ضعيفاً متقطعاً والنفس تنهدياً . وان لم يمكن ايقاظ المريض وهو في هذه الحالة وكانت الحدقتان لا يفعل فيها النور والرجلان لا تجذبان عند دغدغة الاخصمين فيكون الانذار بالشفاء ضعيفاً جداً

ويندر الموت من اهتزاز الدماغ غير انه قد يؤدي الى عواقب رديّة كضيق الخلق وقرب الغضب او ضعف البصر والسمع والشم والنطق او الضعف العصبي والعضلي وربما احدث داء الصرع او الجنون . ولذلك يجب الانتباه الى تدبير المريض عند الحادثة ولا يجوز له العود الى اعماله الاعتيادية الا بعد الشفاء التام

العلاج . يُضَجُّ المأوف على فراش في غرفة هادية مظلمة وتُحَلَّ البسة العنق والصدر والبطن ويرفع الراس قليلاً ويوضع الماء البارد على الجبهة . وان كان الحال ثقيلاً والجسد بارداً فيُعْطَى وتوضع المسودات الملوّنة بالماء الحارّ ملفوفة بالمناشف او الفلانلّا عند القدمين والابطين وتُفْرَك اليدين والرجلان فركاً جيداً . ولا يُعْطَى منبهات روحية بل يُعْطَى الماء والمرق . واذا طال عدم الوعي وابطأ رد الفعل فيجتن بدرم حلتيت . ثم متى زالت الاعراض وجب راحة الجسد والعقل وتليين الامعاء واكل الطعام المغذي الخفيف . وربما اوجب الامر وضع الخردليات على قنّاء العنق او الحرقاقات او العلقى على الصدغين او وراء الاذن

اهتزاز الحبل الشوكي

تحدث هذه الافة من ضربات على العمود الشوكي او من ارتجاجه بسبب ما يطرأ من العوارض في مركبات الخيل او الخمار . وعلاماته ألم عند محل الاذى وانحطاط عام وضعف في الطرفين السفليين او عسر في المشي وخذل في الرجلين ونقص الحس فيهما ويضاف الى ذلك في الاحوال الشديدة عسر البول وانتفاخ البطن من اجتماع الريح فيه . ثم ان كانت الاعراض المذكورة خفيفة فتزول في اسبوعين او ثلاثة ويبرأ المريض تماماً وان كانت ثقيلة فرما بقي ضعف مستمر في الطرفين السفليين او فالج كامل مع عسر البول او حبسه ونظيره . علاجه الراحة التامة في الفراش ووضع الملقى على محل الاذى واذا ازم من فلطبيب ان يعالجه

الجروح

يختلف الجرح عن الرض بوجود قطع في الجلد وهو المعروف عند الاطباء بتفريق الاتصال . وتديره اولاً بقطع النزف ثم تنظيف الجرح ما يكون قد دخله من التراب وغيره . اما قطع النزف فيتم غالباً برفع القسم الجرح ووضع الماء البارد عليه وضغطه باسفنجة ولكن ان كان جرح شريان وكان النزف شاقاً فستعمل الوسائط المذكورة في الكلام على النزف . وينظف الجرح بسكب الماء البارد عليه او بالاسفنجة ثم اضم شنتاه وتثبيتان بقطع من المشمع ان كان الجرح صغيراً او تخاطان بالابرة ان كان كبيراً وتوضع عليه خرق مبلولة بالحمض الكربويك والماء (درهم ٢ من الحمض لثمة درهم ماء) وتغير مراراً في اليوم

الجروح الحادثة من عض الكلب والقط

قد تكون هذه الجروح سطحية وقد تكون غائرة واصلة الى الاعضاء الباطنة. وهي بطيئة الشفاء غالباً ويصحبها التهاب وافراز صديدي وكيفية تدبيرها ان يُغسل الجرح اولاً بماء فاتر ثم توضع لزقة بزر كتمان وتُغبر يوماً او يومين. ومتى صار الجرح نظيفاً وانقطع الافراز يعالج بوضعيات الماء البارد او المزوج بالحامض الكربوليك

الجروح الحادثة من لسع الحيات

قال الدكتور موران في بلاد الهند نوعين من الحيات السامة واما ما بقي منها فغير سام وان السامة منها تتميز بان لها سنين في الفك العلوي يسكب السم بواسطتها في الجرح محددين يشاهد على الوجه المحدث منها ميزاب غائر موضوعين في نقطة متوسطة بين العين والخر. طولها ضعفا طول بقية الاسنان الموضوعة في الفك لا في قوس الفك. وبناءً على ذلك قال ان للسعة الحية السامة ومبين على هذه الصورة: فان كانت الاوسام اكثر مثل هذه الصورة ... فتكون الحية غير سامة او ان الجرح حدث من اسنان غير التنايين السامين المذكورين. ولاقرب ان هذا القول يصدق على حيات هذه البلاد ايضاً

اعراض لسعة الحية ألم في الجرح الذي يكون مجلسه غالباً الاصابع او الايدي او الارجل. والالم المذكور يكون خفيفاً اولاً ثم يشتد ويمتد بسرعة نحو الجسد ويحدث اغماءً وغثيان وفي غالباً يعسر التنفس ويسرع النبض وينقطع وكثيراً ما يعقب ذلك عرق بارد وتشنجات وسبات ينتهي الى الموت. ولا يبقى الملسوع حياً الا بضع ساعات احياناً على انه يعيش غالباً بضعة ايام. وكثيراً ما يعين الخوف عمل السم. وقد يأتي السبات بعد اللسعة في الحال ويموت الملسوع

بدون ان يستفيق منه

العلاج . ليس لعلاج سم الحية دواء قاطع بالشفاء وإنما كثيراً ما يشفى
الملسوع بواسطة التدبير الطبي والجراحي . وهو أولاً ان يحاط العضو برباط
او خيط قنب اعلى الجرح ببضعة قراريط . ويكون الربط شديداً بحيث يصير
لون الجلد اسفله احمر اولاً ثم قانماً . ثم يُصن الجرح مصاً جيداً او يُشَرط الجرح
وما حوله وُيَغَطَّس في ماء حار ليخرج الدم منه . ومنى انقطع الدم بجُحى شيش
حديد مستدق الطرف بالنار الى ان يصير احمر ويُغرز بلا خوف في الجرح
ثم يُجِلُّ الرباط المذكور آنفاً . ويُعطى من الباطن فنجان من العرق مع ماء او
اربعة فناجين من الخمر ويُعاد كل ربع ساعة الى ان يحصل رد الفعل . وتوضع
الخردليات على المعدة والقلب ونزق بزر الكتان الحارة على الجرح ويُزَم
الملسوع بالشي حتى لا ينام . واذا امكن الوصول الى روح النشادر فيعطى نحو
ثلاثين نقطة مع فنجان ماء كل ربع ساعة عوض الخمر والعرق لانه افضل منها

الجروح الحادثة من لسع العقرب والنحل والزنبور

القسم الملسوع يرم ويحمر ويتألم ويمتد الى الابط او اصل الفخذ ان كان
اللسع في الاطراف . وعلاج لسعة العقرب ليخ مكوّنة من مسحوق الافيون ومسحوق
عرق الذهب . فان لم يمكن الوصول اليهما فتوضع خرق مبلولة بالنخل او ماء
ملح وان كان الألم شديداً فيوضع العلق على القسم المتألم . واما لسعة الزنبور او
الثخلة فعلاجها باستخراج الشوكة التي يتركها الحيوان اللاسع في الجرح وكيفية
ذلك ان يُضَغَط انبوب مفتاح صغير على القسم الملسوع بحيث تخرج الشوكة
او ماء حامل بعض السم معه . او اذا كان هناك عدسة مكبرة فتطلب الشوكة
بواسطتها وتُستخرج بحفت صغير . ومع ذلك توضع الخرق المبلولة بماء النشادر
او النخل او ماء كولون

حبس البول

يقال له عند الأطباء إسر البول ويراد به اجتماع هذا الإفراز في المثانة بدون طاقة إخراجها منها. وتقسّم أسبابه إلى سدة تمنع خروج البول أو إلى شلل في المثانة نفسها يمنعها من إخراجها. أما السدة فتنشأ من تضيق المجرى (صفحة ٢٩٨) أو من تضيق البروستاتا (صفحة ١٨٧) أو من حصاة صغيرة في المجرى. وكثيراً ما يحدث من سقطة والنهاب وورم في جهة المجرى. وعلاجها بحسب سببها ومتى حدثت من آفة فتوضع النطول الحارة على العجان أي بين الصفن والاسن أو العلق والليخ الحارة ويُعطى العليل جرعة من هدرات الكورال. وإن لم يكن ذلك فيدخل النشايطر لاجل استخراج البول

وإن كان سبب حبس البول شلل المثانة من آفة للعمود الشوكي فيمنع فيها إلى أن تبلغ الغاية من التمدد ثم يخرج تقطيراً ويكون غليظاً متناً. وعلاجه إخراج البول بالنشايطر مرتين أو ثلاث مرات في اليوم مع علاج العلة الأصلية

المحرق

يحدث المحرق إما من النار أو السوائل الغالية ويتميز له ثلاث درجات من الشدة فالأولى متى حدث احمرار السطح فقط والثانية متى ظهرت حراقات عليه والثالثة متى انتهكت الأجزاء المأوفة. متى كان المحرق خفيفاً يعالج بوضع خرق مبلولة بزيت أو يُعطى القسم بالطحين أو النشاء ثم يقطن مندوف ويربط برباط خفيف. أهم المحروق التي تحدث في البيوت هي ما كانت من استعمال الثياب فيجيب عند ذلك أن الذي اشتعلت ثيابه لا يركض لأن ذلك يزيد بها النهاباً بل ينام على الأرض ويدحرج أو يلف بما يتيسر من سجادة أو حرام أو لحاف ويدحرج إلى أن ينطفئ اللهب وإذا تيسر وجود الماء فيُصب عليه بلا

تردد . ثم يُصَبَّحُ المحروق على فراش ويسقى قهوة حارة او خمر وماء او عرق مما يتفق وجوده وتوضع قناني مملوءة ماء حاراً بقرب الجسد لاجل مقاومة الصدمة التي تحدث من المحروق الشديدة والتي علاماتها التشعريرة واصفرار الوجه والاعضاء . وبعد ذلك تُقَطَّعُ الثياب بالمنقص عن الاجزاء المأوفة وان كان الجلد قد التصق ببعض الثياب فتترك تلك القطع ولا يُسَلَّخُ الجلد معها . ولذلك تنزع الككسات بمحذر عظيم لئلا تنتزع معها بشرة الجلد وما يسهل ذلك بلها اولاً بالزيت . واذا كان مجلس الحرق البدن او الرجلان فتنغّس في ماء بارد ثم ترفع بعد بضع دقائق وتنشّف تنشيفاً خفيفاً بمنشفة وترطّب بماء وعرق وبعد ذلك تقطع الككسات بالمنقص باتباه وحذر . واذا كان هناك حراقات فتُفَجَّرُ براس المنقص ولا تُكشَطُ البشرة بل تُبَقَى لوقاية الجلد . واما الوضعميات فافضلها مرهم الككس المركب من مقادير متساوية من زيت بزر الكتان او زيت الزيتون وماء الككس ومتى ازمنت قروح الحرق تعالج برهم اكسيد الزنك

الحروق المتسعة المساحة البالغة الى الاجزاء الغائرة تحت الجلد شديدة الخطر ومتى كانت على الصدر والبطن فهي اشدّ خطراً مما اذا كانت على الاطراف . والتشعريرة المتردة وعدم الشعور بالألم والخمول واختلاج الاطراف منذرة بالموت . وما يصاحب الحروق الردية التهاب الشعب والرئتين والاسهال الناشئ من قروح الامعاء . واذا شفيت الحروق كثيراً ما ينكش الجلد بعدها ولا سيما عند العنق والمفاصل فيجب الالتفات الى ذلك في وضع الرفائد وهو ما لا يعرفه كما ينبغي الا الجراح . وفي حرق الاصابع يجب فصلها بعضها عن بعض وبرفد كل منها على حدته لئلا تلتصق

واما حرق الحلق والبلعوم والخجيرة من شرب السوائل الحارة او الكاوية فيصاحبها ألم وعسر التنفس . وتعالج بوضع العلق من الخارج والتلج ومصه وملعقة

صغيرة من زيت الزيتون كل ثلاث ساعات . وربما احتجج الى فتح النضبة بعلم
جراحي

خَلْعُ الْعِظَامِ

يراد بالخلع متى خرج راس عظم من الحفرة التي يتحرك فيها . اعراضه
١. الألم . ٢ تغير المنصل عن الشكل الطبيعي كبروز في قسم وانخفاض في
قسم آخر مع قصر العضو المخلوع غالباً واستطالته في بعض انواع الخلع . ٣ فقد
حركة المنصل الطبيعية . ويُمَيِّزُ الخلع عن الكسر اولاً بعدم وجود الخشخشة
او الفرقة عند تحريك الاجزاء المتأوفة . ثانياً يُحْرِكُ العظم المكسور الى مجال
اوسع مما يمكن تحريكه في الحال الطبيعي خلافاً للمخلوع . ثالثاً اذا جُذِبَ
العظم المكسور الى مكانه الطبيعي لم يبق هناك الا مدة الجذب واما العظم المخلوع
فاذا أُعيد الى مكانه استمرَّ فيه . رابعاً يقاس طول العظم فان شوهده انه
قصر بالنسبة الى العظم السليم الذي يقابله كانت الآفة كسراً والاً فيكون خلعاً
العلاج . يعالج العظم المخلوع برده الى مكانه وهو من اعمال الجراح . ويجب
الرد عند اول ما يمكن لئلا تنقلص العضلات ويتثبت العظم في وضعه المخلوع

الرَضُّ

يراد بالرَضُّ ما يحدث من ضربة او وقعة بدون ان يتمزق الجلد وهو
اما ان يكون خفيفاً او ثقيلاً . فان كان خفيفاً فلا يقع ضرر الا في سطح الجلد
حيث تنفجر او عيته الدموية وينتشر الدم في جوهره ويتغير اللون فيكون اولاً
اسود مائلاً الى الزرقة ثم بصير بنفسجياً ثم اخضر ثم اصفر ثم يزول بالكلية بعد
عشرة او خمسة عشر يوماً . وان كان ثقيلاً فتنفجر الاوعية الدموية وينتشر الدم
في العضل وغيره من الانسجة الواقعة تحت الجلد وربما سلم الجلد واصابت

الآفة الاجزاء الغائرة فلا يتغير لون الجلد قبل اربع وعشرين ساعة او اكثر.
 علاج الرض الخفيف وضع الماء البارد على محل الاذى او طليته بصيغة الارنيكا.
 وعلاج الثقيل رفع القسم المروض ان امكن على وسادة وتنطيلة بالماء الحار
 والفلانلا واذا ظهر على سطح الجلد حراقات فتفتح بدبوس في قسمها المنحدر ليخرج
 الماء منها وتبقى البشرة المرتفعة لتقي الجلد. ثم بعد يومين يبطل النطول بالماء
 الحار ويبدل بالوضعيات الباردة كفنجان خل لاربعة فناجين ماء ويجوز
 التعويل على هذه الوضعيات من اول الامر اذا كانت الآفة غير شديدة. وربما
 كانت كمية الدم المنفجرة تحت الجلد كبيرة فتؤدي الى تكوين الخراج فتعالج
 بالليخ الحارة او البضع حسب مقتضى الحال. اذا كان الرض على الراس فكثيرا
 ما يجتمع الدم على هيئة ورم تحت الجلد اكثره يزول مع الوقت بواسطة
 الوضعيات الباردة

السموم (علاماتها وعلاجها)

التسمم بالافيون. علاماته تبدأ بعد نحو عشرين دقيقة بدوار في الراس
 وخمول وسبات تام. ويعقب ذلك بطوه التنفس وضعف النبض وكودة الوجه
 وانقباض الحدقتين الى انهما قد تلبغان راس الدبوس. وعلاجه متي في
 الحال ما يتيسر في البيت او من الصيدي واقربها ملعقة كبيرة من مسحوق الخردل
 او من الملح الاعنيادي مع قدح ماء ثم دغدغة الحلق بريشة دجاج او بالاصبع
 الى ان يحدث القيء وعند ذلك يعطى اقنأحا من الماء القاتر الى ان تخلو المعدة
 مما فيها بواسطة القيء. وتوضع الخردليات على جهة القلب وقفاة العنق والساقين
 ويسقى العليل فنجان قهوة ثقيلة ما امكن كل ربع ساعة ويمنع من النوم بلطم وجهه
 بالماء البارد ويجره في البيت

التسمم بالزرنيخ وهو المعروف عند العامة بطعم الفار. علاماته تبدأ

بعد المناولة بنصف ساعة او بساعة وهي الاعماء والغنيان وفيه مواد سمرآة
مخططة بالدم وآلم محرق في في في المعدة يمتد بالتدرج الى جميع الاعماء واسهال
وصداع وعطش شديد وضعف النبض وقلق عام ونبوت المسموم غالباً قبل
مرور اربع وعشرين ساعة . علاجه استفراغ المعدة في الحال بالمقيئات كلعقة
خردل كبيرة او ملح اعنيادي مع قدح ماء فاتر ودغدغة الحلق بالاصبع او
بريشة دجاج . ويعتَب ذلك بكميات كبيرة من الحليب او بياض خمس بيضات
مخفوق بماء او كميات كبيرة من المغنيسيا . واذا زالت الاعراض الاولى الخطرة
فيبقى بعدها غالباً ضعف عام والنهاب المعدة والاعماء تعالج بحسب مقتضى
الحال

التسمم بالسليمانى (وهو ثاني كلوريد الزئبق) . اعراضه وعلاجه
كاعراض وعلاج التسمم بالزرنيخ
التسمم بالانتيمون (غالباً هو الطرطير المقيء) . اعراضه كاعراض
التسمم بالزرنيخ وعلاجه بكميات كبيرة من منقوع الشاي القوي
التسمم بالاستركين . اعراضه عسر التنفس وتشنجات عضلية قوية
متقطعة بينها فترات . واذا كانت كمية السم كبيرة مات المسموم غالباً في ساعات
قليلة . يتميز التسمم بالاستركين عن مرض الثنوس بعلامات ذكرت في باب
(انظر صفحة ١٩١) . علاجه المقيئات في الحال ثم نصف درهم كلوروفورم (اي
نصف ملعقة صغيرة) يرش على محرمة مطوية وتمسك على بعد قيراطين من
انف المسموم وفيه ويباد ذلك كل عشر دقائق . او يعطى عشرين قحمة من
هيدرات الكلورال كل ساعتين . واذا امكنه البلع يعطى كميات كبيرة من مسحوق
القمح مع الماء
التسمم بالحوامض القوية كالحامض الكبريتيك (هو روح الزاج)
والحامض النتريك (ماء الفضة) والحامض المورياثيك او الهيدروكلوريك .

اعراضه ألم محرق هائل يمتد من النخاع الى المعدة مع اهتراء الشفتين والنفث والحلق وعطش شديد واسهال دموي . علاجه ٨ دراهم من المغنيسيا المكلسة نوضع في ١٥٠ درهما ماءً ويعطى منها فيجان كل دقيقتين او ثلاث دقائق التسهم بالنحاس يحدث من اكل جبن او طمام آخر مستحضر في اوعية من نحاس اصابتها الصدأ (انظر صفحة ١٠١) . اعراضه غثيان وقيء واسهال ومغص . وعلاجه كميات كبيرة من الحليب وياض البيض يُعقَب بمنقوع الشاي القوي

الشنق

اذا عُلِقَ انسان بجمل حول عنقه وكان سقوط الجسد كبيراً مات في الحال من خلع عظام العنق وضغطها على الجبل الشوكي . وان لم يكن السقوط كافياً لاحداث الخلع المذكور فرمما تسبب عن ضغط الجبل لارعية العنق الدموية توقيف سير الدم وانفجار وعاء في الدماغ فيموت الانسان كما يموت من السكتة (انظر صفحة ٢٦٦) ويكون الموت غالباً في الحال . وقد يموت المشنوق من ضغط الجبل النضبة فينتقطع التنفس ويكون الموت عند ذلك من باب الخنق . واذلك اذا قطع الجبل سريعاً فرمما عادت الحياة بواسطة التنفس الاصطناعي على الكيفية الآتية . وهي ان يُسدَّ احد المنخرين ويوضع في الآخر قصبه او انبوب ويُنفخ بلطف نحو نصف دقيقة او يوضع انبوب منفوخ في المنخر اذا تيسر وجوده ويُنفخ به بلطف كما سبق ثم يُضغَط البطن لاجراج الهواء من الرئتين . ويعاد العمل نحو ثلاث مرات في الدقيقة . ويلطم الوجه بالماء البارد وان كان الوجه شديد الحمرة فيُنصَد ويريد العنق المعروف بالوداجي

الصاعقة

إذا أصابت الصاعقة احداً سقط غالباً مقيتاً عليه فاقد الوعي اما من عمل البرق او من الخوف . فان كان من الخوف فهو سريع الزوال وان كان من البرق فيصعبه فالج وعلى الخصوص في الطرفين السفليين ربما دام شهوراً . وقد تحدث الصاعقة حروقاً واوساماً على الجلد وخللاً في بعض الحواس كالبرص والشم والنطق والسمع والذوق قد يدوم وقد يزول . والغالب ان الذين لا يقتلون في الحال يشفون . علاجها كعلاج الصدمة والتهور (انظر الصدمة)

الصدع وهو الوثي

يراد بالصدع عند العامة تمدد عنيف يحدث في الاوتار او الاربطة او العضلات . وهو يصيب غالباً المفاصل وخصوصاً مفاصل الرسغ والركبة . واعراضه ألم شديد عند حدوث الآفة بعقبه ورم وتغيير لون الجلد ثم ضعف ويهوسة . ويتميز الصدع عن الخلع بالضغط على الورم فان كان صلباً فهو خلع وان كان ليناً فهو صدع ويتميز عن الكسر بعدم وجود الخشخشة الخاصة التي تصاحب الكسر (انظر كسر العظام) . وعلاجه الراحة التامة وان كان المفصل المصدوع هو رسغ اليد فيسند دائماً على منديل معلق بالعنق وان كان رسغ القدم او الركبة فيلازم الفراش ويسند الساق على وسادة . وتسهل الوضعيات الحارة او الباردة بحسب اشتباه العليل . وان حدث التهاب شديد وحجى فيوضع العلق وتعطى المساهل . ولا يعاد الى الرياضة الاعتيادية الا تدريجاً ولا سيما للاولاد الذين ربما ادّى الصدع فيهم الى مرض عضال في المفصل . وقد يحتاج الى ربط المفصل برفادة تمنعه من الحركة

الصدمة والتهور

هو كثيراً ما يحدث من مصاحبات الآفات الشديدة كجروح الرصاص
واللطات على المعدة وأعضاء التناسل والحروق الشديدة والنزف الدموي
والخوف والبرد والتسمم ببعض أنواع السموم . واعراضه برودة الجسد وعرق
بارد ولا سيما على الجبهة وانحطاط شديد وضعف النبض وغيوبة بعض الوعي
وتنفس تنهدي ربما صار خفياً يكاد لا يُشعر به . فهي حالة اشبه بالاعماء المستطيل
وربما كان معها غثيان وقيء وفواق . وان حدثت الآفة للعمود الشوكي او المعدة
او الصدر او اعضاء التناسل كانت الصدمة قوية . وان حدثت للدماغ كانت
غيوبة الوعي تامة . وكثيراً ما يكون النبيء سابقاً لرد الفعل وهو متى اشتد
عمل النبض والتنفس وعادت الحرارة لسطح الجسد واخذ المريض يتحرك وهيل
الى الاضطجاع على احد جانبيه وربما ظهرت بعد بضع ساعات حتى يصبحها احمرار
الوجه وحرارة المجلد وسرعة النبض وتزول هذه الاعراض في الاحوال التي
تتقدم الى الشفاء وتنتهي الى التلقي والمذيان والعرق البارد والفواق في الذين
يموتون . مدة التهور تختلف من بضع ساعات الى يومين

العلاج . يُضجَع العليل في الفراش وان كانت الصدمة من سبب غير
النزف الدموي يُغَطَّى جيداً وتوضع قناني مملوءة ماء حاراً او قريميد حاراً
ملفوف بالفلانلا عند القدمين وتحت الاطمين مع الانتباه لئلا يؤدي العليل
من شدة الحرارة . ويُسقى شيئاً من المشروبات الروحية كالتخمر او العرق مزوجاً
بماء سخن نحو ملعقة صغيرة من العرق وكبيرة من التخمر كل نصف ساعة . ولكن
اذا كان التهور ناشئاً من نزفٍ فلا يجوز وضع الاشياء الحارة الا الى الرجلين
فقط . وفي كل حال لا يجوز اجلاس العليل قبل وقوع رد الفعل اي
رجوع الحرارة واشتداد النبض . ومتى حدث رد الفعل فان كانت الحجة شديدة

فتعالج بالمسائل الخفيفة وان كان العليل ضعيفاً فيقوّى بالامراق المغذية وان كان هناك تهيج عصبي فيقطعى الخدّرات التي افضلها هدرات الكلورال نحو ١٠ فحات مع فجان ماء كل نصف ساعة الى ان يهيج المريض

الغَرَق

سبب الموت من الغرق والخنق وتنفس الهوآء الناقص الاكسجين واحد وهو انقطاع وصول الاكسجين الى الرئتين وعدم تطهير الدم (انظر صفحة ٢٧). وفي علاج جميع هذه الانواع يُعوّل على التنفس الاصطناعي وهو يتنج اذا بوشر بعد حدوث الآفة بزمن قريب ودام عملة زمناً كافياً. وكنية ذلك اولاً يُخرج الماء الذي في الفم ويُنظّف مع الانف ويُفّح الفم ويجذب اللسان الى الامام والمخارج ويسك بمندبل وتُنزع كل الالبسة الضيقة حول العنق والصدر. ثانياً يُضجّع العليل على ظهره ويرفع الراس والكتفان قليلاً ويسنلان على وسادة واطية. ثالثاً تمثّل حركات التنفس الطبيعية بان يقبض الذراعان اعلى المرفقين بقليل ويجذبان بلطف نحو الاعلى الى ان يلتفيا فوق الراس وفائدة هذه الحركة ادخال الهوآء الى الرئتين ثم برّدان الى جانبي الصدر ويضغط بها عليه لاجل اخراج الهوآء من الرئتين. وبعاد هذا العمل على التعاقب نحو خمس عشرة مرة في الدقيقة وبلاد مدة طويلة الى ان يشرع العليل في التنفس من تلقاء نفسه. وتعان الوسائط المذكورة بضغط القص اي العظم المتوسط في الصدر ودغدغة الانف بالسعوط او بغاز النشادر ودغدغة الحلق بريشة دجاج وفرك الصدر والوجه ورشها بالماء البارد والحار على التعاقب

ومتى اخذ العليل يتنفس يُلَفُّ بجرامات ناشفة وتفرك الاطراف نحو الاعلى فرگاً شديداً تحت الغطاء. وتوضع الوضعيات الحارة كالفلانلا الحارة والقناني الملوّنة ماء حاراً على المعدة وتحت الاطمين وبين الخندين وعند

القدمين . ومتى عادت الحياة واستطاعة البلع يسقى كميات صغيرة من الماء الحار أو الخمر أو العرق أو القهوة ما يتيسر وجوده . ويوضع العليل في فراش وإذا أراد النوم فليتم . وعند حدوث رد الفعل إذا تعسر التنفس فتوضع المخدرات على الصدر والظهر

العلامات التي تدل على الموت غالباً هي انقطاع التنفس وعمل القلب والجفنان منطبقان انطباقاً غير كامل والمحدثان متعددتان والكفان منطبقان

الفتق

الفتق عبارة عن خروج قسم صغير من الأمعاء من جدار البطن يظهر على هيئة ورم صغير عند أصل الفخذ إذا ترك لنفسه انحدر مع طول المدة في الذكور إلى الصنف أي الكيس الذي يتضمن الخصيتين . وقد تنشأ هذه العلة تدريجياً من ارتخاء طبيعي في الأجزاء المذكورة على أنها تظهر غالباً فجأة من اجهاد غير اعتيادي كالركض والوثب والمصارعة ورفع الأحمال الثقيلة والزحير عند التهوؤ والسعال الشديد المزمن . وعلاماته المبينة ان الورم المذكور يرد إلى البطن بواسطة الضغط عليه بالأصبع وينزل بحسب الظاهر ثم إذا سعل العليل وكان الأصبع على المحل شعر باندفاع وربما خرج المعى حينئذ . وهو يصيب الأطفال والكهول والشيوخ وربما كان فيه شيء من الاستعداد الإرثي . علاجه رباط خاص له زنبرك يستحضر من الصيدلي وفائدته ان له وسادة صغيرة اذا كانت محكمة الوضع على محل الفتق منعت خروج المعى ولذلك يجب لبسه قبل النهوض من الفراش صباحاً ولا يترع إلا عند النوم . وقد استنبطوا في هذه الايام الحديثة عملاً جراحياً لتضييق الفتحة التي يخرج منها المعى يعقبها غالباً البرص التام بحيث يتخلص العليل من ثقله الرباط مدة الحياة

وأما اخنثاق الفتق فحالة شديدة الخطر تحدث أحياناً للمصابين بهذه

العلة وهي انه تلتهب وترم الاجزاء المتعلقة بالفتق بحيث انه يتعسر او يستحيل
 رده فتحصل سدة في الجرى المعوي . واعراضه حينئذٍ قرافر ومغص وشدة في
 البطن واحساس الغائط فلا يخرج منه الا ما كان اسفل الفتق المختنق . ويعقب
 هذه الاعراض في ما في المعدة اولاً ثم مادة صفراوية ثم مواد رائحتها كرائحة
 الغائط وكثيراً ما تشبهه . واما الورم الفتقي فيستغ وبصير مؤلماً ويمتد ذلك الى
 جميع البطن ويسرع النبض ويصغر ويتوتر ويدوم التي يظهر الفواق ويكبد
 لون الورم واذا لم يفرج العليل مات بعد مدة قصيرة . علاج الفتق المختنق
 يقوم برد القسم المتبقي من المعى الى التجويف البطني . وكيفية العمل ان تُفرغ
 المثانة من البول ويُصَّع العليل بحيث يكون كنفاه مرفوعين قليلاً وفخلاء
 منثنين نحو البطن ومتقاربين فترتخي حينئذٍ جميع العضلات . ثم يقبض الورم
 بالاصابع اذا كان صغيراً وبراحة اليدين اذا كان كبيراً ويُضغَط ضغطاً خفيفاً
 بلطف بحيث يطرَد ما في المعى من الريح وغيره الى تجويف البطن . ثم يجذب
 الورم من عنقه نحو الامام برفق ويُضغَط ضغطاً خفيفاً قسماً بعد قسم بحيث يكون
 الضغط اولاً للقسم الاقرب الى البطن ليندفع الى تجويفه ويلام ذلك نحو ربع
 ساعة ان لم يكن هناك ألم او فواق والا فاقل من هذه المدة . ويجب الحذر من
 استعمال العنف في العمل المذكور وكذلك لا تجوز المساهل والمخن . فان لم ينجح
 بوضع العليل في حمام حار او يُنَجَّ بالكوروفورم ويعاد العمل وهو مبنج او يُعطى
 نصف درهم هدرات الكورال وبعد نصف ساعة يعاد العمل . فاذا نجح زال
 الورم مع قرقرة فجائية وزال معه الألم والتي . وان لم ينجح وكانت الاعراض ثقيلة
 فلم يبق امل للشفاء الا بعمل جراحي

ومن انواع الفتق ما يحدث غالباً للاولاد عند السرة ويقال له الفتق
 السري . وليس له علاج الا رباط خاص يعمل او يُستحضر

كسر العظام

يُعرف كسر العظم بعدم استطاعة المأوف ان يحرك العضو الذي حدث فيه الآفة ويتغير شكله المستقيم الى شكل متعوج وبوجود الألم وبصوت خشخشة عند حك طرفي العظم المكسور بعضها ببعض . واما العلامات المميزة له عن الخلع فقد ذكرت (انظر خلع العظام) . ويُقسم كسر العظام الى بسيط وهو اذا لم يكن معه جرح مستطرق الى العظم المكسور ومركب وهو متى كان معه الجرح المذكور او خرج طرف العظم المكسور من فتحة الجرح والثاني اشد حالة واصعب تدبيراً من الاول

تدبير جميع انواع الكسور يعود الى شيء واحد وهو وضع قطعتي العظم المكسور وتثبيتها على الشكل الطبيعي مع الراحة التامة الى ان يكون قد جبر العظم والغالب ان ذلك يتم بعد شهر او ستة اسابيع . غير انه قبل التدبير المذكور يجب النظر الى تدبير المأوف في الحال عند حدوث الآفة وكيفية نقله من مكان الآفة الى منزله لانه كثيراً ما يحصل ضرر عند ذلك لعدم الالتفات الى وقاية العضو المكسور ولا سيما اذا كان الكسر في الطرف السفلي . فالامر الاول الذي يجب عملة قبل نقل المأوف هو كشف القسم المصاب بقطع الثياب والحذاء لا يخلعها وتثليجها ثم الوقوف على حقيقة الضرر الذي حدث . ومتى عُرِف ذلك يُنقل المريض الى منزله بدون ازعاج العضو المكسور . فان كان الساق او الفخذ هو المكسور فيوضع المريض على ما يتيسر من باب او شباك او سلم عليه فراش يجمل بالايدي اذا امكن او على العواتق ويسار به بلطف وهو انسب غالباً من حمل في مركبة . ومن الموافق ايضاً تقريب العضو السليم الى المكسور وربطها بمحارم لمنع الحركة او سند العضو المكسور بوسائد او ثياب مما يتفق وجوده . وان كان مجلس الكسر قسماً من اقسام الذراع فتسند على

مندبل معلق بالعنق والغالب ان المأوف يرتاح في المشي اكثر من الركوب
 واما تجبير العظام المكسورة فمن متعلقات الجراح الناس لا المجبر الجبلي
 الذي كثيراً ما يأتي بالسوء عوض الخير . ولا بأس من ترك العضو المكسور
 يوماً او يومين بلا تجبير بل اذا كان هناك ورم ورض فمن الواجب تركه ثلاثة
 او اربعة ايام الى ان تكون قد زالت هذه الاعراض بالراحة والوضعية
 الباردة او العلق

النزف الدموي

يتميز النزف الدموي الخارج من شريان بلونه الاحمر الزاهي وبانه يخرج
 على هيئة وثبات والخارج من وريد بلونه القاتم وبانه يخرج على هيئة سيل متصل
 غير وثبي واذا كان النزف من شريان كبير فهو مخطر ولا ينقطع بدون عمل
 جراحي . واما اذا كان من شريان صغير فيندر الخطر منه وفي الغالب ينقطع
 عند الضغط على محل الجرح او اذا اغمي على الجروح . وكذلك النزف من
 الاوردة فهو غالباً سليم وينقطع بدون عمل جراحي
 وسائط توقيف النزف . اذا كان النزف من شريان وكان شديداً نُبِّلَ
 اسفنجية بماء وتُعصر جيداً ثم تحشى في الجرح ويضغط عليها بالاصابع او جميع اليد
 ويلام ذلك الى ان يحضر الجراح ويربط الشريان او يفنلة وان كان خفيفاً
 فينقطع غالباً بوضع الماء البارد او بالضغط بالاصبع او الاسفنجية ولا سيما اذا كان
 الجرح فوق عظم يسند الضغط كما اذا كان في الراس او الوجه . ويجب ان
 يرفع القسم المجروح اعلى مساحة القلب ما يمكن

النزف من الانف وهو الرعاف

قد يكون ذلك من آفة كلطة او من علة اخرى . فان كان من لطة

فالعالب انه ينقطع بعد بضع دقائق ووضع الماء البارد على الوجه . وان دام يستنشق مسحوق الشب الابيض . واذا كان مستعصباً فيجلس المريض وترفع يده وتسدان فوق راسه وبوضع الثلج او الماء البارد على الجبهة ويسد المختران بالاصابع نصف ساعة . فاذا بقي النزف بعد استعمال هذه الوسائط فيدعى الجراح لسد الانف بطريقة جراحية . وان كان النزف يتردد من علة مزاجية كالامتلاء الدموي فرها كان مفيداً غير انه يخفف باستعمال المساهل والراحة والماء البارد . وان كانت العلة ضعف البنية فتقوى بالكينا والاستحضارات الحديديّة والوسائط الاخر التي سبق ذكرها في الكلام على ضعف الدم

النزف من العلق

قد يوجب لسع العلق احياناً نزفاً مستطيلاً ربما أدى الى الضرر ولا سيما في الاطفال والضعفاء . وكيفية قطعه وضع الماء البارد او الضغط بالاصبع ساعة او حشي جرح العلقه بمسحوق الشب الابيض والضغط عليه برهه

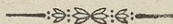
النزف من سنخ الاسنان

قد يكون هذا النزف شديداً بعد قلع السن . وكيفية قطعه ان يجشى السنخ بسداة نسل ويطبّق الفم ويربط الفك السفلي برفادة تحت الذقن الى اعلى الراس فاذا حدث الضغط المذكور انقطع النزف . ويجوز رد السن المقطوع ليكون بمنزلة سداة وترفد الذقن كما سبق آنفاً

النزف الباطن

يحدث من آفة خارجة او من مرض في الاوعية الدموية الباطنة . فان كان في الرئتين خرج مع السعال وان كان في المعدة خرج مع القيء وان كان

في الامعاء خرج مع البراز وان كان في المثانة خرج مع البول . وبصحبها جميعها
انحطاط عظيم واعماء وعرق بارد وضعف وتقطع في النبض . وقد يكون في
تجاويف ليس لها مخرج كالنجوف الجعبي فاذا حدث فيه صار التنفس مكلفاً
شخيراً (انظر السكتة) . وكل نوع من التزف الباطني علاج خاص للطبيب
ان يشير به



الفصل الرابع

في الحمل والولادة وتدبير النواصس والاطفال

مدة حمل النساء من ٢٧٢ يوماً وهي عبارة عن تسعة اشهر شمسية الى ٢٨٠ يوماً وهي عشرة اشهر من الشهور القمرية او اربعون اسبوعاً . ويتسهل حساب زمن الولادة للحامل من الجدول التابع للشهور الشمسية

ايام	الى	من
٢٧٢	٢٠ ايلول	١ كانون ثانٍ
٢٧٢	٢١ تشرين اول	١ شباط
٢٧٢	٢١ تشرين ثانٍ	١ اذار
٢٧٢	٢١ كانون اول	١ نيسان
٢٧٢	٢١ كانون ثانٍ	١ ايار
٢٧٢	٢٨ شباط	١ حزيران
٢٧٢	٢١ اذار	١ تموز
٢٧٢	٢٠ نيسان	١ آب
٢٧٢	٢١ ايار	١ ايلول
٢٧٢	٢٠ حزيران	١ تشرين اول
٢٧٢	٢١ تموز	١ تشرين ثانٍ
٢٧٢	٢١ آب	١ كانون اول

جدول الشهور القمرية

من	الى	ايام
١ كانون ثان	٧ تشرين اول	٢٨٠
١ شباط	٧ تشرين ثان	٢٨٠
١ اذار	٥ كانون اول	٢٨٠
١ نيسان	٥ كانون ثان	٢٨٠
١ ايار	٤ شباط	٢٨٠
١ حزيران	٧ اذار	٢٨٠
١ تموز	٦ نيسان	٢٨٠
١ آب	٧ ايار	٢٨٠
١ ايلول	٧ حزيران	٢٨٠
١ تشرين اول	٧ تموز	٢٨٠
١ تشرين ثان	٧ آب	٢٨٠
١ كانون اول	٦ ايلول	٢٨٠

وكيفية الحماة لزمن ولادة الحامل من هذين الجدولين انه اذا انتهى
 حيضها الاخير في ١ تموز مثلاً فيكون زمن ولادتها بين ٣١ اذار وهو فراغ
 تسعة اشهر شمسية و ٦ نيسان وهو فراغ عشرة اشهر قمرية . واذا انتهى الحيض
 في ٢٠ كانون ثان فيكون زمن الولادة بين ٢٠ تشرين اول و ٢٧ منه . ونفس
 على ذلك
 واما الاعراض التي تصاحب الحمل عادة فهي اولاً غثيان وفيه في الصباح

وبعداً ذلك غالباً بعد الحمل بشهر وقد يكون قبل نهاية الشهر. ثانياً انقطاع
 الحيض ويندر دوامة. ثالثاً انتفاخ الثديين بعد الشهر الاول وقد يظهر قبل
 ذلك. رابعاً قتام لون الحلماتين والثديين نحو الشهر الثالث ثم نز سائل لبني.
 خامساً زيادة حجم البطن نحو الشهر الثالث. سادساً ارتكاض الجنين وهو
 حركته في بطن امه نحو مائة الشهر الخامس وكثيراً ما يصحبه حاسة اشبه
 بالاعضاء. سابعاً نبضان قلب الجنين وهو يشبه صوت الساعة وهي تحت
 وسادة ويسمع اولاً نحو الشهر الخامس بين السرة وبروز العظم الوركي تارة الى
 اليمين وتارة الى اليسار. ويبرز نبضانه عن نبضان قلب الام بسرعه اذا وضعت
 الأذن او المستقصية على الحمل المذكور والانامل على نبض الأم في اليد. ثانياً
 الشعور بحركة الجنين بعد الشهر السادس اذا وضعت اليد مبلولة بماء بارد
 على اسفل البطن. وللطبيب اشارات اخرى لا يمكن للعامّة معرفتها على انه قد
 يتعسر عليه احياناً الحكم الفاطح

وما لم تظهر امراض الحمل المذكورة في صفحة ٢١٤ فهو حالة طبيعية لا تستلزم
 تغيير المعيشة اذا كانت بحسب قواعد الصحة. غير انه يجب ان يكون الطعام
 كافياً بسيطاً تابعاً لذوق الحامل الا اذا كان منحرفاً يطلب الطعام العسر
 الهضم. ولا بأس من الحركة المعتدلة والرياضة ولكنه يُجنّب حمل الانتقال
 والوثب والسقوط والاهتزاز العنيف من ركوب الخيل والعربات المتعرجة لان
 ذلك قد يسبب الاستسقاط او الأذى لوضع الجنين. ولما كانت مخاطر الامراض
 تشدّد مدة الحمل وجب الاحتراس من اسبابها والاعتناء التام ببقاؤه الهواء
 والنظافة الشخصية. ويجب على الخصوص ان لاتنام الحامل في مخدع لا يتبدل
 هوائه بالهواء النقي لانه كلما نما الجنين اشتد اللزوم للهواء الجيد. ويجب على
 الحامل ان تجنب المناظر الرائعة او الكريهة لان ذلك مضرٌ بجهازها العصبي
 وجنينها. واما اللباس فيجب ان يكون ما يكفي لدفع البرد واسعاً لا يضغط

الصدر والبطن . والغالب ان الحمل الطبيعي لا يحتاج الى شيء من العلاج الا اذا حصل قبض الامعاء قبل الولادة ببضعة ايام فيجوز تليينها بملعقة من زيت الخروع ويُختَرز على الخصوص من المساهل التي يدخل الصبر في تركيبها

العلامات المنذرة بقدم المخاض هبوط البطن الى اسفل وصغرة والشعور بتخفيفه وكثرة طلب التبول وافراز مخاطي قد يصحبه شيء من الدم . وهذه العلامات تسبق اوجاع المخاض ببضع ساعات او يوم او يومين . وعند ذلك يباشَر بالتجهيز للولادة على ما يأتي من التفصيل

وهو انه يُتَخَب للوالدة مخدع صالح لتبديل هوأئه معتدل البرد والحرارة بحسب الفصل والمكان . ثم متى ظهرت علامات قدوم المخاض يُجهَّز فراشها اذا كانت ولادتها على الاصطلاح الافرنجي بان يوضع على الشرف قطعة من قماش لا ينفذ منه ماء ويلقى عليها حرام مطوي اربع طبقات ثم شرفه فوقه مطوي مثله . وفائدة ذلك حفظ الفراش وشرفه من وصول السوائل اليه . وبعد نهاية الولادة يُنزع القماش والحرام والشرف فيبقى الفراش جافاً صالحاً لثنام المرأة فيه . ويربط طرف منشفة طويلة في اسفل السرير لتبسك به الماخض كما سيأتي

ويجب ان يكون لباس المرأة ما يسهل نزعُه بعد الولادة وربما كان اوفى اللباس لها مدة المخاض قيصاً طويلاً كقميص النوم يمكن رفعه الى اعلى الخصر حتى لا يتلوّث . ونُغَطَّى بشرف يُنزع بعد الولادة مع ما ذُكر من الاشياء التي تستلقي عليها مدة المخاض

ويُخَصَّر كمية كافية من المناشف الجافة في مكان يسهل الوصول اليه وماء بارد وماء حار . واذا كانت الولادة ولادة أولى برُجِّح طولها فيُخَصَّر مرق اللحم . ويُجهَّز وعاء لاستقبال المشيمة ومحفنة تُستعمل اذا دعت اليها الحاجة . واما بقية الاشياء التي تُعد للولادة فهي منطقة اللام مكونة من خام لين بلا نشاء عرضها نحو

اربعة عشر قهراً وطولها نحو ذراعين او ذراعين ونصف ومنطقة للطفل مكونة من الفلان الرقيق عرضها نحو خمسة قراربط وطولها ما يكفي للاحاطة بالبطن دورين والبسة الطفل ووسادة دبابيس كبيرة وصغيرة وثلاثة او اربعة رباطات كل رباط منها مؤلف من عشرة خيطان حرير تبرم خيطاً واحداً برماً رخواً لاجل ربط السرة ومقص لقطع الحبل السري وقطعة صابون لطيف كصابون الكلبسرين واسفنجية ناعمة لاجل غسل الطفل وعلبة مسحوق الازر او النشاء المعروفة عند العامة بالبودرا مع مرشمتها لرش المسحوق وكمية صغيرة من الزيت المحلو في قنبنة واسعة الفم او فنجان

وعند اول بدآة المخاض يستعمل عن حالة الامعاء فان كان قد مضى ست ساعات لم يحدث فيها استطلاق البطن فتعمل حقنة من الماء الفاتر وملعقة ملح وفنجاني زيت وذلك يسهل عمل الولادة وينع خروج الغائط مدة اشتداد المخاض عند خروج الجنين

واما المخاض فيبدأ في اسفل البطن على هيئة اوجاع متقطعة تستمر تدريجياً في الحفوين وتمر الى الفخذين. ثم يندفع الماء المعروف بماء الراس وكثيراً ما يصعب ذلك قشعريرة وغثيان وفيه . ويجوز للمرأة في هذه المدة ان تجلس او تمشي فان ذلك يسهل الولادة ويجب استطلاق البول والغائط اذا كان هناك موجب . ثم بعد مدة غير معلومة تعود اوجاع المخاض وتنقص الفترات بينها وتشد وتطول وعند ذلك يجب على المرأة ان تلازم الفراش او الكرسي المصطلح عليه عند اهل الشرق . واما الافرنج فيفضلون استلقاء الوالدة على جانبها الايسر والوركين على حافة السرير والركبتان منبضتان نحو البطن منفصلتان بواسطة وسادة . ومدة اشتداد المخاض لا يفي غيرها يجب على المرأة ان تجلس نفسها وتضغط بقدمها لوحاً موضوعاً عند اسفل السرير او على احد جالس عند اسفل الفراش وتشد بالطرف العائب من المنشفة المربوطة باسفل

السريع التي سبق الكلام عليها وكل ذلك بعين في عمل العضلات الطبيعي
لاخراج الجنين

تختلف مدة المخاض من ست الى اثني عشرة ساعة وقد تطول الى اربع
وعشرين ساعة وقد تكون بمائة الامر باوجاع كاذبة تدوم اياماً وهي غالباً
اطول في الولادة الأولى . فاذا طالت أكثر من ذلك يجب استدعاء طبيب
خبير لينظر الى السبب المانع وبزيلة بالوسائط العلمية

واما مسألة التفضيل بين الاطباء والقوايل في توليد النساء عموماً فهي من
مصطلحات القوم وتختلف بحسب اختلاف البلاد وعوائد الناس . ولا يخفى ان
عادة اهل الشرق تسليم الامر الى القوايل اللواتي يتعلمن قبول الطفل وتديره
وتدبير الأم من القوايل اللواتي سلفن والعادة والخبرة على انهن جميعاً جاهلات
تشرح اعضاء التناسل ولا يعرفن شيئاً من الاعمال الطبيعية التي تتعلق بالولادة.
ولما كانت الولادة عملاً طبيعياً لا يحتاج الى التعرض عادة كان علمهن
محصوراً في قبول الطفل ومئة اسهمن وقطع سرته وغسله والباسه ثيابه والاعتناء
بنظافة الام . ولا بأس من كل ذلك اذا لم يتعرض لعل الطبيعة وكفن عن
النضول والصباح والادعاء الباطل . واما الافرنج فيقول بعضهم على الاطباء
الذين يدرسون فن الولادة درساً متقناً من جملة دروسهم ويمتحنون فيه كما
يمتحنون في غيره من الفروع الطبيّة والبعض الآخر على القوايل اللواتي
يبدسن هلا الفن في الممارس وبنان الشهادة الخاصة به . وقد اصطلحت
المدرسة الطبية الخديوية على النمط الاخير فيخرج منها كل سنة عدد كافٍ من
النساء لمقابلة الاحتياج الى ذلك في المدن والقرى . غير انه من المعلوم ان
النساء لا يبلغن مقام الرجال في الدرس الطويل والأهلية لمباشرة هذه الصناعة
فيجب ان لا يباشرن التوليد الا في الحوادث الطبيعية وهو الغالب جداً ثم اذا
تعمرت الولادة طلبت القابلة طبيباً يعينها في العمل او يتوض اليه الامر

بالكلية . ولعل هذه الطريقة افضل ما سواها للبلاد الشرقية وليت كان لنا في سورية مدرسة للفوايل فكانت تأتي بنجبر عظيم ونفع جزيل لاهل هذه البلاد يولد رأس الجنين اولاً وذلك في أكثر من خمسة وتسعين في المئة ثم يتبعه في الحال باقي الجسد . والامور التي يُلْتَمَسُ اليها عند خروج الطفل من بطن اموي اولاً ما يتعلق بالأم وثانياً ما يتعلق بالطفل

اما الامّ فيُقَاوَمُ العطش مدة المخاض بالماء البارد واذا طالت الولادة فمهرق اللحم ولا تُعْطَى طعاماً جامداً كالحبز واللحم . واذا ارادت النوم في فترات الوجع فلا تُعَارَضُ في ذلك . ومتى خرج راس الجنين يُضَغَطُ باليد على البطن فوق الرحم ضغطاً معتدلاً ويُدَمَّ الى ان تخرج المشيمة واذا حصل نزف فيزيد الضغط على اسفل البطن الى ان يشعر بالرحم على هيئة كرة مستديرة صلبة . وتخرج المشيمة بعد ولادة الطفل بعشر دقائق او عشرين دقيقة غالباً . ولا يجوز ان تُسْتَجْرَجَ يجذب الحمل السري . ويصاحب خروج المشيمة شيء من اوجاع المخاض واذا طالت المدة بين ولادة الطفل وخروج المشيمة كان خروجها مصحوباً بانفعال بعض جلاطات دم . وقد تتهدر الى المهبل فيصير استخراجها باليد امراً سهلاً . ثم متى خرجت المشيمة تُنَطَّقُ المرأة بالمنطقة التي سبق ذكرها (صفحة ٢٢٩) وذلك بان تُلْفَ وتُغْرَّ تحت الصلب والمرأة مضطجعة على ظهرها وتثبت طرفها الواحد هناك وبديرها آخر واقف عند الجهة المخالفة حول البطن ويشدّها شداً معتدلاً ثم تُثَبَّتْ بالدايبيس الخاصة بذلك او بخياط من اعلى الى اسفل بحيث تكون منطقة عريضة تلف جميع البطن وتضغطه ضغطاً معتدلاً . واذا لم تنقبض الرحم انقباضاً جيداً ولم يشعر بها من خارج البطن على هيئة كرة صلبة مستديرة فتطوى منشفة الى قدر الكف وتوضع على جهة الرحم تحت المنطقة ويلقّم الطفل حلة الثدي فتنبض الرحم وينقطع نزف الدم . وتُنزَعُ المنشفة في اليوم التالي واما المنطقة فتدلم الى ان تقوم الوالدة من الفراش . ثم بعد لف المنطقة حول

البطن يُنزَع كل ما تلوّث من الاشياء التي كانت تحت المرأة او حولها ويُتْرَل قُبضها الى الرجلين وتُتْرَك لتنام اولهدهو التام ساعة او ساعتين. وبعد ان تستريح او تنام مدة تُغسَل اعضاء التناسل الظاهرة بماء فاتر ويوضع عليها منشفة جافة ويجب ان يعاد الغسل مراراً متعددة كل يوم . ولما كانت المرأة بعد الولادة شديدة التأثر من البرد فيجب ان لا يكون مضجعا عرضة لجاري الهواء على انه يجب ان تكون الغرفة نظيفة متبدلة الهواء على الدوام . ولا يجوز ان يدخلها احد الأ زوج المرأة واللواتي يخدمنها مدة خمسة ايام وعلى الخصوص من يحمل لما شيئاً من العدوى لانها تكون حينئذٍ اشد القبول للأمراض المعدية . واما عادة اهل الشرق في اجتماع النساء في غرفة الولادة لاجل ما يحسبته من باب الوجوب واللباقة اولسبب آخر فمن العادات القبيحة الكثيرة الضرر التي يجب ابطالها حالاً وابدأ

واما الطفل فحالما يولد يُسَمَّع ما يكون على فمه من الزبد او السائل ويكشَف الوجه للهواء ومتى بكى بربط الحبل السري ويقطع على الكيفية الآتية . يربط رباطان (انظر صفحة ٢٤٠ من هذا الفصل) رباطاً معتدل الشد احدهما على بعد قيراطين من سرّة الطفل والآخر على بعد ثلاثة قراريط منها ثم يقطع الحبل بينها بواسطة مقص فين فصل الطفل عن الام ويُلَفَّ بحرام او بقطعة فلانلاً ويلقى على جانب في موضع دائي لا يصيبه هواء بارد الى ان يُحصَر حَمَام ماء معتدل الحرارة . ثم يغسَل باسفنجة لينة وصابون لطيف لازالة المادة الشمعية المنصقة بجسده ولا سيما تحت الابطين وبين الفخذين وعلى الحاجبين ويحذر من دخول الماء الرسخ في العينين لئلا يحدث من ذلك التهاب . ولا يجوز ان يبنى الطفل في الحَمَام اكثر من ثلاث اواربع دقائق واذالم تُنزَع كل المادة المذكورة عن الجسد في الغسل الاول فتزول في الثاني ويعاد الغسل كل يوم مرة صيفاً وشتاء الى ان يصير عمر الطفل سنتين . ولما كانت عظامه آتية وجب مدة غسله

ان يستقر في قاع الوعاء او على البدن . ومتى انتهى غسلة بوضع على وسادة طرية على حضن التي تعمله وينشف بمناشف ايمنة جافة دافئة بكل لطف ثم يرش مسحوق الارز المعروف في الاماكن المنخفضة . ثم يعاد النظر الى رباط الحبل السري فان كان غير ثابت او كان نرف دموي فبعاد الرباط والاف فيباشر بتدبير الامر على هذا الوجه وهو ان يؤخذ قطعة كتان او قاش قطن قديم لين وتطوى على هيئة طبتين وتقطع بالنص على هيئة مستديرة قطرها نحو اربعة فراريط ويقطع في وسطها ثقب مستدير وتزيت وتوضع على البطن بحيث يخرج الحبل من الثقب ثم يلف بها ويربط ربطاً خفيفاً ويثني على البطن ويحاط بالمنطقة التي سبق ذكرها (صفحة ٣٤٠ من هذا الفصل) ولا يجوز ان نشد لئلا تعرض لنفس الطفل بل تبقى رخوة تدخل تحتها الاصابع بسهولة . ويجب تجديد ذلك كل يوم عند الغسل الى ان يسقط الحبل من تلقاء نفسه نحو اليوم الخامس او السادس او بعد ذلك . واما المنطقة فيلام وضها مدة الطفولية

تدبير الام بعد الولادة

يجب ان يكون طعام المرأة في الايام الخمسة الاولى مرق اللحم والخبز المحمص والارز مجلي وما اشبه ذلك من المأككل الخفيفة . ثم تعطى بعد ذلك من لحم الغنم والذرايح وهكذا تدرج الى الطعام الاعنيادي . واذا لم تدفع الامعاء الى اليوم الثالث فتعطى ملعنة زيت خروع او حفنة بسبطة ولا يجوز اعطاء المساهل القوية في هذه المدة

يظهر بعد الولادة افراز من المهبل يقال له الهلابة له رائحة خاصة ويدوم بضعة ايام وقد يمد الى عشرين يوماً . وهو عمل طبيعي لا يحتاج الا الى النظافة التامة . ويصاحبه في اوله عادة اوجاع كاو جاع الخاض الخفيفة تعرف عند نساء سورية بالحوالف ناشئة من انقباض الرحم لاجراج ما يبني في باطنه من خثرات

الدم وغيرها وهي تشد عند ارضاع الطفل وتدوم يوماً او يومين ثم تزول .
ولما كانت هذه الارجاع عملاً طبيعياً فلا يجوز التعرض لها الا اذا اشتدت جداً
ومنعت نوم الليل فوعطى ثلث قهقهة مورفين او عشرون قهقهة كلورال كل ساعة
الى ان يسكن الالم او تنام المريضة . واما الهلابة فتكون اولاً على هيئة جلطات
دم او سائل دموي ثم تصير رقيقة مائبة لونها اصفر مائل الى الخضرة . اذا
طالت مدتها دلت على ضعف عام او موضعي ربما استلزم استعمال القويات .
واذا انقطعت دفعة واحدة في الايام الأول بعد الولادة دلت على انقطاع اللبن
او حدوث حمى النفاس (انظر حمى النفاس) فيجب استدعاء الطبيب في
الحال

ويكبر الثديان ويتلمان غالباً بعد الولادة بيوم وذلك لسبب توارد الدم
اليها ليتكون منه اللبن . وقد يحدث حينئذٍ قشعريرة يعقبها حرارة هي بلاءة
حمى اللبن (انظر صفحة ٣٢٩) . وكلما اصاب المرأة بعد الولادة قشعريرة فيجب
المبادرة في الحال الى وضع فنانها مملوءة ماء حاراً للقدمين والتدفئة بالغطاء .
وقد تكون القشعريرة سابقة لحمى النفاس او لالتهاب الثدي فيبادر الى ما
ينقضي عمله . وما لم يحدث نرف بوجوب ارضاع الطفل لاجل انقباض الرحم
وقطع الدم فلا داعٍ لارضاعه قبل ست او سبع ساعات . واذا كانت الحلمتان
قصيرتين غير بارزتين فتجذبان بواسطة مص طفل كبير او بالغ لها او بواسطة
فينة حارة . واما صفة اللبن الذي يخرج اولاً فهي انه يكون مائياً فيه مواد
صفراء وهو مسهل حينئذٍ المادة السوداء التي تولد مع الطفل في بطنه فلا يجوز
ارضاعه في هذه المدة الا من والدته اذا امكن لاجل الفائدة المذكورة . ثم يصير
اللبن بعد اربع وعشرين ساعة ابيض مظلماً حلوا الطعم

ويجب ان تُنظف الحلمة كل مرة قبل الارضاع بقطعة كتان لينة وماء
وكذلك بعد نهاية الارضاع . وفائدة ذلك انه اذا بقي شيء من اللبن على الحلمة

حمض وهييها او اضر بمعدة الطفل . ويجب ايضا ان يُغسل الثديان والحلمتان بماء فاتر وصابون صباحاً ومساءً لاجل منع امراض الثدي . والاصوب ان تُرضع الام الولد في الاسبوع الاول وهي مستلقية على جانبها ثم بعد ذلك وهي جالسة . ويجب ان يكون الارضاع من الثديين بالسوية

واما المدة التي فيها تلازم الام الفراش فالى اليوم الثاني عشر ثم تقوم وتتكئ على المنعد . ومدة ملازمتها الفراش تنتقل من جانبه الواحد الى الآخر لتتغير الشراشف الوسخة ولا يجوز ان تنهض من الفراش لاجل تدبيره ولا سيما اذا كان قد حدث لها نزف كثير لان الراحة والهدوء في الفراش من افضل الوسائل لاجل منع ذلك . واما العجلة في عود المرأة الى اعمال البيت فقد يؤدي الى التهاب الرحم المزمن او كبره او زيغائه او تقرحه ولذلك تجنب ما امكن . واذا كانت المرأة عرضة لمرض رحي فيجب ان تبقى مستلقية على ظهرها شهراً كاملاً . واذا حدث افراز دموي فهو دليل قاطع على وجوب مراجعة الفراش . ولا بد من الالتفات الى تبادل هواء الخدع واخراج كل الامتعة الوسخة منه في الحال

ثم متى عادت المرأة الى لباسها الاعتيادي فيجب النظر الى اسناد الثديين بدون ضغطها . ولما كان الغلط في الطعام والعادات شديد التأثير في لبنها وعدم مراعاة شروط صحتها مضرًا بالطفل وجب عليها الالتفات الى ذلك والقيام بكل ما يتوول الى جودة صحتها وصحة طفلها كل ما سبق يتعلق بالولادة الطبيعية وهي الغالبة غير انه قد تعرف عن مجراها الاعتيادي نذكر هنا اخصها بالاختصار

١. قد تكون الولادة طويلة تتجاوز مدتها الطبيعية اي من ست الى اربع وعشرين ساعة . وذلك يحدث اما لاحد الاسباب التي سيأتي ذكرها او لضعف المرأة حيث تنقطع الاوجاع عادة بعد انفجار المياه المعروفة عند العامة بماء

الرأس فاذا مرّ اربع ساعات بدون وجع الخاض تُعطى المرأة شيئاً من مرق اللحم وعشرين قحمة من الكلورال لعلها تنام وتعود الاوجاع فاذا لم تُقدِّم يدعى الطيب

٢. قد يكون الحبل ملفوفاً حول عنق الطفل وهو يحدث نحو مرة واحدة في اثني عشرة مرة . وربما كان السبب طول الحبل السري حتى يجبط بالعنق فيزلق فوق رأسه باليد

٣. قد تُتقدم المتعدة اولاً عوض الراس وهو يحدث نحو مرة واحدة في ستين مرة فنطول الولادة . ولا يجناح عادة الى التعرض لعل الطبيعة الى ان تظهر المتعدة والقدمان الى الخارج فيصير تدبير الامر كما سيأتي في تقدم الرجلين

٤. ولادة التوأمين وهو يحدث نحو مرة في سبعين مرة ويندر معرفة الحبل بهما قبل الولادة . ويختلف غالباً تقدم الجنين فقد يتقدم راس الاول منها وقدم الثاني وقد يكون بالعكس . ومتى وُلد الاول فيُعرف وجود الثاني من بقاء كبر البطن كما كان اولاً تقريباً . وتارة تخرج مشيمة الطفل الاول قبل ولادة الثاني وتارة بعدها ولا يجوز محاولة اخراجها لانه قد يكون مشيمة واحدة للطفلين . ومتى عُرف انه يوجد طفل ثانٍ بعد ولادة الاول فيُهيَّج عمل الرحم بان يُقبض اسفل البطن بين الابهام والاصابع . وقد يولد الطفل الثاني بعد الاول بعشر دقائق وقد ينقطع الخاض بضع ساعات فتترك المرأة للراحة وتعطى كاساً من الشاي الخفيف البارد . والغالب ان ولادة الطفل الثاني اسرع من ولادة الاول لسبب تمدد الاجزاء التي يخرج منها الجنين . ثم بعد ولادة الطفل الثاني وخروج المشيمة يُخشى النزف من ارتخاء الرحم فيُضغَط البطن على جهة الرحم باليد الى ان يُشعر بان الرحم قد انقبضت على هيئة كرة صلبة ثم تُنطق المرأة كما سبق (صفحة ٢٤٢)

٥. نُقَدِّمُ الرِّجْلَيْنِ وَهُوَ يَجِدُ نَحْوَ مَرَّةٍ فِي مِئَةِ مَرَّةٍ . وَقَدْ تَخْرُجُ الرَّجْلُ الْوَاحِدَةُ أَوْلَا ثُمَّ الثَّانِيَةُ أَوْ الثَّلَاثَانُ سَوِيَّةً . وَهَذَا النَّوْعُ مِنَ الْوَلَادَةِ سَلِيمٌ عَادَةً لِلْأُمِّ وَإِنَّمَا الْوَلَدُ يَفْقَدُ مَيُوتُ مِنْ ضَغْطِ الْحَبْلِ وَالتَّعَرُّضِ لِلدُّوْرَةِ الدَّمَوِيَّةِ فِيهِ عِنْدَ وِلَادَةِ الرَّأْسِ . وَمَتَى وُلِدَ الْوَلَدُ فَانْ شَعِرَ بِنَبْضَانِ فِي الْحَبْلِ فَلَا يُقَطَّعُ إِلَى أَنْ يَبْكِيَ الْوَلَدُ

٦. نُقَدِّمُ الْوَجْهَ . عَوَضَ ظُهُورُ قِمَّةِ الرَّأْسِ أَوْلَا قَدْ يَتَقَدَّمُ الْوَجْهُ وَهُوَ يَجِدُ نَحْوَ مَرَّةٍ فِي ٢٢٠ مَرَّةً وَتَكُونُ الْوَلَادَةُ حَيْثُ نَدِي عَسْرَةَ طَوِيلَةً . وَلَا خَطَرَ كَبِيرٍ مِنْ ذَلِكَ عَلَى حَيَاةِ الْوَلَدِ غَيْرَ أَنْ الْوَجْهَ يَكُونُ وَإِرْمَاً مَشُوْهًا وَهُوَ يَزُولُ مَعَ الْوَقْتِ فَتُخَبَّرُ الْأُمُّ بِذَلِكَ قَبْلَ مَشَاهِدَتِهَا لِلْوَلَدِ لِئَلَّا يَجِدُهَا صَدْمَةً قَوِيَّةً مُضِرَّةً . وَفِي غِيَابِ الطَّيِّبِ يُتْرَكُ هَذَا النَّوْعُ مِنَ الْوَلَادَةِ لِلْعَمَلِ الطَّيِّبِ

٧. نُقَدِّمُ الْيَدَ أَوْ الْكَتِفَ وَهِيَ الْوَلَادَةُ الْمُسْتَعْرِضَةُ الَّتِي تَحْدُثُ نَحْوَ مَرَّةٍ فِي ٢٢٠ مَرَّةً . وَعِنْدَ ذَلِكَ يَجِبُ غَالِبًا تَدْوِيرُ الْجَنْبَيْنِ وَهُوَ عِبَارَةٌ عَنْ تَمْسِخِ الْيَدِ الْخَارِجَةِ إِلَى بَاطِنِ الرَّحْمِ وَالْأَسْتِمَاءَ لِلْقَدَمَيْنِ وَخَرَاكُمَا فَتُسَهَّلُ الْوَلَادَةُ بَعْدَ ذَلِكَ وَهَذَا الْعَمَلُ مِنْ أَعْمَالِ الطَّيِّبِ لِأَنَّ الْقَوَائِلَ لَا يَعْرِفُهُ

٨. النَّزْفُ وَهُوَ يَجِدُ أَمَّا قَبْلَ وِلَادَةِ الْوَلَدِ أَوْ بَعْدَهَا . فَإِنِ حَدَثَ قَبْلَ الْوَلَادَةِ فَهُوَ نَائِيٌّ غَالِبًا عَنْ وَضْعِ الْمَشِيمَةِ عَلَى فَمِ الرَّحْمِ أَوْ بِقَرْبِهِ لَا عِنْدَ قَاعِهِ فِي الْأَعْلَى بِحَيْثُ إِنَّهُ كَمَا تَمَدَّدَ فَمِ الرَّحْمِ تَمَزَّقَتِ أَوْعِيَةُ الْمَشِيمَةِ وَسَيَّبَتِ النَّزْفَ . وَهَذَا النَّوْعُ يَظْهَرُ غَالِبًا بَعْدَ الشَّهْرِ السَّادِسِ وَأَشَدُّهُ بَيْنَ الشَّهْرِ الثَّامِنِ وَالْعَاسِعِ لِأَنَّهُ فِي ذَلِكَ الْوَقْتِ يَشْتَدُّ تَمَدُّدُ عُنُقِ الرَّحْمِ . وَفِي كُلِّ أَحْوَالِ النَّزْفِ وَلَا سِيَّامَةً الْحَبْلُ يَجِبُ عَلَى الْمَرْأَةِ مَلَازِمَةُ الْفِرَاشِ وَالرَّاحَةَ النَّامَةَ وَالطَّعَامَ الْخَفِيفَ وَتَجَنُّبُ اللَّحْمِ وَالْمَأْكَلِ الْحَارَّةِ وَتَبْرِيدُ الْغُرْفَةِ بِالْهَوَاءِ وَالْوَضْعِيَّاتِ الْبَارِدَةِ عَلَى اسْفَلِ الْبَطْنِ وَالْفَرْجِ . وَإِذَا تَكَرَّرَ النَّزْفُ فِي الشُّهُورِ الْآخِرَةِ مِنَ الْحَمْلِ فَلَا بُدَّ مِنْ اسْتِحْضَارِ الطَّيِّبِ وَإِذَا حَدَثَ نَزْفٌ مَدَّةَ الْوَلَادَةِ فَالْقَائِلُ وَجُوبُ تَدْوِيرِ الْجَنْبَيْنِ

وهو من اعمال الطيب فقط

وإذا حدث النزف بعد الولادة فاما ان يكون بعدها حالاً او بعدها
 يبضع ساعات او ايام . فان كان بعدها حالاً فهو ناشئ غالباً عن ضعف
 انقباض الرحم واذا لم يتجاوز كميته ثمان او عشر اواق طيبة اي نحو ستين درهماً
 فهو طبيعي . واذا تجاوز هذا القدر أدى الى الاغماء بحيث يصفر لون المرأة
 وتبرد اطرافها ويقعر النفس وعند ذلك تكون الرحم مرتخية لينة فيُضغَط
 اسفل البطن باليد او اذا امكن تُقبَض الرحم نفسها من خارج البطن عند اسفله
 بواسطة الجلد وتوضع مناشف مبلولة بالماء البارد على اعضاء التناسل الظاهرة
 وتشرب المرأة الماء المتلخخ او البارد ويلقَم الطفل حلة الثدي . وجميع هذه الوسائل
 تقبض الرحم وتدفع ما فيه من الدم ثم ينقطع النزف . فاذا لم ينقطع يُضغَط
 البطن عند قاعدة الرحم باليد ضغطاً شديداً عموماً وبنام ذلك حتى ينقطع
 النزف وربما اقتضى لذلك بضع ساعات وفي الاحوال القديمة يسكب ماء بارد
 على اسفل البطن من علو ذراع ويحْمَق المهبَل بالماء البارد . غير انه لا بد من
 استدعاء الطيب لذلك

وإذا حدث النزف بعد الولادة يبضع ساعات او ايام فيكون سببه اما
 ارتخاء جري في الرحم او انقباس قطعة من المشيمة او جلطة دم فيها مانعة
 للانقباض التام او قد يكون السبب الخوف او التهيج العقلي . وافضل الوسائل
 لقطع هذا النوع من النزف وضع المناشف المبلولة بالماء البارد على اسفل البطن
 واعضاء التناسل الظاهرة وحقن المهبَل بالماء البارد . ويعالج الاغماء واصفرار
 الوجه ونحطاط القوة الناشئة من النزف بالخبز والمنبهات بمقادير صغيرة
 ممزوجة بالماء اي نحو فنجان من العرق مع قدح ماء يشرب بعضه كل خمس
 دقائق الى ان تزول الاعراض المزعجة . واذا كانت العلية باردة الاطراف
 فتفرك بالابدي او تحاط بالفلانلا المخنثة . ولا يجوز حينئذ على الاطلاق ان

تمهض المرأة أو تجلس كما تفعل العامة بل يجب ان تستلقي على ظهرها او على جانبها وان تلزم الراحة التامة ويرش وجهها بالماء البارد ويدعى الطبيب
 ٩. اذا حدث تشنجات عصبية قبل الولادة فيحل كل ما كان ضيقاً
 من الثياب ويدخل الهواء الى الغرفة ويرش الوجه بالماء البارد واذا خيف
 عض اللسان توضع قطعة فلين بين الاسنان . واذا كان الراس حاراً فتوضع
 عليه الوضعيات الباردة وتعطى المرأة حفنة مؤلفة من درهم حلتيت ودرهم صابون
 وثمانية دراهم زيت خروع وخمسين درهم ماء فاتر

١٠. قد يحدث بعد الولادة بدة تختلف من اسبوع واحد الى خمسة
 اسابيع ورم مؤلم ابيض في احد الطرفين السفليين او في كليهما يبدأ غالباً عند
 الاربية اي اصل الفخذ ثم يمتد الى اسفل ويسببه قشعريرة وحى وعطش وسرعة
 النبض وغثيان وآلم في الحفوين. ويكون الطرف الوارم حاراً مؤلماً باهت اللون
 لامعاً فاقداً قوة الحركة. وهذه العلة تنزل غالباً غير ان الشفاء بطيء وربما
 دام الطرف عسر الحركة زمناً طويلاً وبقي الجلد على مسير الوريد الفخذي في
 انسي الفخذ صلباً كالخيل. وعلاجها بالضادات الحارة كمغلي الخشخاش والمساهل
 المحمية كشتات المغنيسيا والمعرقات والمدرات للبول كمزيج من نترات البوتاسا
 وروح ملح البارود الحلو (خمس قمحات من الاول وعشرين نقطة من الثاني مع
 فنجان ماء كل اربع ساعات). ويعطى عشرين قحمة من الكلورال لاجل تخفيف
 الالم والنوم في الليل. ثم متى زالت الحمى وخفت الالم فيفرك العضو مرتين في
 اليوم بمروخ الصابون او بمزيج من الكونياك وزيت الزيتون بمقادير متساوية
 ويعطى من الباطن بودور البوتاسيوم نحو خمس قمحات ثلاث مرات في اليوم
 ويحاط بالفلاناً ويعطى المقويات مع الغذاء الجيد

١١. تمزيق العجان . بعد الولادة الاولى كثيراً ما يُجرَح العجان اي
 القسم الواقع بين الفرج والاسنت ولا يحتاج ذلك عادةً الا الى النظافة . ولكن

إذا كان الجرح أطول من قيراط فيقتضي ملازمة الفراش وربط الرجلين سوية حتى لا يتفرقا مع تنظيف الجرح. وربما اقتضى الأمر عملاً جراحياً هو خياطة الجرح

١٢. جنون النفوس. هو نوع من الجنون قد يصيبن بعد الولادة أو عند النظام ولا سيما إذا كان قد طال زمن الأرضاع. ويسببه غالباً ضعف وهم وكرب النفس وربما بدأ بشيء من الحمى أو عقب التشنجات العصبية أو حتى النفاس. وتختلف مدة المرض فإن كان في العائلة ميل للجنون كان البرء أسرعاً بطيئاً والغالب أنه يزول بعد بضعة أسابيع. ولما كان هذا المرض ما يعود فالأولى أن المرأة التي أصيبت به مرة لا تُرضع طفلاً كلما ولدت. وفي أكثر الحوادث تكون الأمعاء متقبضة فتعطي المساهل اللطيفة كزيت الخروع والحنن. وتعطى أيضاً المقويات والأطعمة المغذية وتحاط بكل ما يشرح صدرها وربما وجب الاعتناء الخصوصي بها وحجزها عما يأتي بالضرر

تدبير الطفل

يجب أن يكون لباس الطفل خفيفاً واسعاً لا يتعرض لحركته التي تمرن أعضائه ونفوسها دافئاً لأن قوة توليد الحرارة في الطفل المولود حديثاً ضعيفة جداً. وأفضل الانسيبة لذلك الفلاناً الرقيقة. ويجب أن تُعمل الأكام والثقوب التي تمر منها اليدان واسعة حتى يكون تلبس الطفل سهلاً لا يمتدحج إلى العنف ممعاً للضرر وللآلم وهو كثيراً ما يحدث من ضيق الثياب وخشونة نسيجها. ولأجل اليدفئة يجب أن ينام الطفل مع والدته أو مرضعته مع الحذر من النوم عليه وقد شاهدت أكثر من مرة اخنناق الطفل من نوم المرضعة وثديها يغطي وجهه الطفل وإنه وفيه ولذلك لا يجوز أبداً للام أن تنام وهي ترضع الطفل. ثم بعد أسبوعين أو ثلاثة يجب أن يُفرد للطفل سرير خاص به

وفي كل مدة الطفولة يجب الاعتناء التام بتنظيفه وتشفيفه لان دفع البول والغائط متواتر فاذا بقيت البرازات حول جسده سببت تهيجاً في الجلد . ولذلك يجب تبديل حفاظه كلما تلوث . ولا ريب ان عادة الافترج في شد الحفاظ بين فخذي الطفل اسلم وانظف من اواني التنك التي يستعملها اهل الشرق . ولا يجوز ابقاء شيء من الثياب المبلولة او الرطبة في غرفة النوم لئلا تفسد هواء المكان بل تخرج في الحال وتُغسل وتُنشَف في الخارج بعد ولادة الطفل يُغسل ويُنشَف وتُدبَّر سرته على ما سبق ويوضع بجانب والدته او في مكان محفوظ من النور الشديد والهواء البارد . والغالب انه ينام حينئذ خمس او ست ساعات فيترك لحاله بدون ابقاظه وبعد ذلك ربما يقظ باكياً فيعطى الثدي وهو ما يدبر اللبن ويهيج انقباض الرحم . واذا لم يتم فيجوز ارضاعه قبل المدة المذكورة . ولما كان للحليب المفترز اولاً خاصة الاسهال فهي اوفى الاشياء للطفل فلا يجوز اعطائه حليباً آخر او شرباً او برضع من غير امو بناءً على الوهم انه جائع او انه يجتاح الى تسهيل الامعاء واخراج المادة السوداء الطبيعية في الطفل المولود حديثاً التي تندفع من الامعاء بعد الولادة بضع ساعات . والغالب ان لبن الام كافٍ لاخراجها فاذا انجست يعطى الطفل نصف ملعقة صغيرة من زيت الخروع وكذلك اذا لم يصفّر الغائط بل بقي اسود في اليوم الثاني بعد الولادة

ومن الموافق ان يرضع الطفل كلما انتبه من النوم في الايام العشرة الاولى ثم كل ساعتين في النهار وكل ثلاث ساعات في الليل في العشرين يوماً بعدها . وبعد الشهر الاول يرضع الطفل مرّة كل اربع ساعات . ويجب ان يكون الارضاع من الثديين على التعاقب لئلا يجفن احدها ويؤدي ذلك الى التهابه وتكون خراجه فيه

واما الحوادث التي يمكن ظهورها بعد ولادة الطفل فهي اولاً تغير شكل

الراس او تشويه الوجه من الضغط عليها مدة الولادة وهو ما لاطائل تحمته لان ذلك يعود تدريجاً الى الحالة الطبيعية واذا ظهر ورم او بقعة زرقاء او سوداء فهو يزول بالغسل اليومي . ثانياً قد لا يبول الطفل في الرابع وعشرين ساعة الاولى بعد ولادته وربما ظهر عليه علامات الألم كالقلق والبكاء وجذب فخذيه نحو البطن فيوضع في حمام معتدل الحرارة ثم توضع على اسفل بطنه اللزق السخنة والعامه يعتمدون على لزقة البقدونس . ثالثاً قد يرم ثديا الطفل بعد الولادة يوم او يومين ويظهر سائل ابيض كاللبن على الحلمة . فلا يجوز العصر حينئذ كما تفعل العامة وانما يجب غسلها ويد فنان بزيت حلوا ويوضع عليها لزقة خفيفة من لب الخبز . رابعاً قد يحدث للطفل علة في العينين وهي التصاق الجفنين بعد النوم وحمرة حافتها وطبق الجفنين عند التعرض للنور وورمها وافراز مادة . وهي ناشئة اما من عدم النظافة او من دخول مواد حريفة كالصابون في العينين مدة الغسل اليومي او من تعريض الطفل لنور شديد او النار . وعلاجها بالنظافة التامة والغسل المتواتر بالماء الفاتر ودهن حافة الجفنين بزيت حلوا ليمنع التصاقها وحجب النور الساطع عن العينين . خامساً قد يحدث نزف دموي من الحبل السري لسبب عدم احكام ربطه فيربط رباطاً ثانياً تحت الاول . وقد يكون النزف عند سقوط الحبل السري بعد الولادة بسنة او سبعة ايام فيضغط المكان بالاصبع بضع دقائق فاذا لم ينقطع يرش رشا خفيفاً بمسحوق الشب الابيض او يس مساً خفيفاً بحجر جهنم . سادساً قد تبقى السرة بعد سقوط الحبل حمراء رطبة او متقرحة وعلاجها كما ذكر آنفاً بالشب الابيض او حجر جهنم . سابعاً بعض الاطفال يتيء حالاً بعد ان يرضع وهو غالباً ناشئ عن كثرة ادرار اللبن او شراهة الطفل فتخفف كمية اللبن كل مرة ويعاض عنها بتواتر دفعات الارضاع . ثامناً قد يولد الطفل مقيد اللسان اي ان ثنية الغشاء الخاطي تحت اللسان تكون متقدمة على غير

العادة الى نحو راس اللسان بحيث لا يمكن رفعه الى الاعلى بوضع الخنصر اسنلة
وعند الرضاعة يخرج الحليب من الفم ولا يُبلع الا بعضه . وهي علة نادرة لا كما
يتوهم العامة وينفي وجودها امتداد اللسان على الشفة السفلى مدة الرضاع وعدم
وجود العلامات المذكورة آنفاً . وعلاج ذلك بقطع القيد الى مسافة ربع
فيراط بواسطة مقص منجه الراس نحو الاسفل لثلاثاً بقطع شريان صغير سار
على الوجه السفلي للسان وذلك من اعمال الطبيب لا العامة الا عند الضرورة .
تاسعاً قد يحدث برقان للطفل بعد الولادة بيومين او ثلاثة ايام وعلائمه
صفرة لون الجلد وبياض العينين واسوداد البول وصبغة للثياب وبياض لون
الغائط . وهي علة خفيفة ناشئة عن احتقان الكبد والغالب انها لا تحتاج الى
دواء الا اذا كانت الامعاء منقبضة فيعطى نصف ملعقة زيت خروع . وكثيراً
ما تدوم صفرة الجلد والعيون اياماً قبل زوالها بالكليّة . عاشراً كثيراً ما
يعطس الطفل بعد الولادة ويحدث من ذلك زكام الانف والراس ولا سبيل
الى منع ذلك الا وقاية الطفل من مجاري الهواء والبرد

من اعظم اسباب امراض الاطفال وموتهم سوء الطعام وذلك لان اعضاء
الهضم فهم غير تامة النمو ضعيفة لا تطبق في اول الامر الا نوعاً واحداً من
الغذاء وهو اللبن . والدليل على ذلك انه في الشهور الاولى لا يفرز لعاب في
الفم ولا دموع من العين ولا تظهر الاسنان اللازمة للمضغ وكل ذلك اشارة
واضحة الى ان طعام الطفل يجب ان يكون اللبن الذي اعدته له الطبيعة .
ويتضح ان اطعام الطفل شيئاً من الجوامد قبل نموه الى الزمان الذي يستطيع
فيه الطعام الجامد من باب الحماقة ومخالفة ما يعلمه تاموس الطبيعة

وما تقتضيه الطبيعة ان الأم الصحيحة الجسم ترضع طفلها . ومن اضرار مخالفة
هذه القاعدة سرعة الحمل وكثرة الولادة وانتهاك قوة الأم . على انه قد يكون
من الواجب عدم ارضاع الأم طفلها لسبب مرض او ضعف شديد فيها . وعند

ذلك تصير المسئلة جبرية بين استخدام مُرضعة او تغذية الطفل بلبن الحيوانات
ولا خلاف في تفضيل المرصعة عند الامكان

ويشترط في انتخاب المرصعة اولاً ان عهد لبنها يجب ان يكون مائلاً لعهد
لبن الأم او قريباً منه لان صفات اللبن تختلف بحسب الزمان بعد الولادة
فينبغي ان يكون عهدُه بحسب سن الطفل ما امكن . ثانياً يجب ان تكون
صحتها جيدة خالية من كل مرض ولا سيما من آثار المرض الزهري المعروف
بالاfrنجي . ثالثاً ينظر الى ثدييها بحيث يكونان مسدودين بارزين صليبين
اوردتها ظاهرة لارخوين مدليين ويكون جرمها معتدلاً والحلمتان بارزتين
خاليتين من التشقق . رابعاً ينظر الى اللبن فان كان ابيض مائلاً الى الزرقة
حلو الطعم اذا فُحص بالمكروسكوب شوهد ان كرياتة الدهنية متفرقة ساجحة
لا مجمعة واذما مُزج بالماء امتزج ولم يهبط الى القاع على هيئة نقط كبيرة فهو
صحيح جيد . خامساً يجب ان تكون المرصعة منقطعة الحيض لانها اذا كانت
تحيض فلا يكون لبنها على غاية الجودة والاقرب انه يجب بعد مدة قصيرة .
سادساً ينظر الى طفل المرصعة فان كان ضعيفاً سقيماً ولا سيما اذا شوهدت
بثور حول الألتين او الاست او عند زاويتي الفم فيجب رفضها . سابعاً يجب ان
يكون عمرها بين العشرين والثلاثين سنة نظيفة رضية الاخلاق هادية الطبع
بشوشة . ثامناً اذا حمت او حاضت يقطع الطفل عنها . غير انه يتعسر اجتماع
هذه الشروط فيعول على اهمها . ثم انه قد يتفق احياناً لسبب مجهول ان لبن
امراة لا يوافق الطفل فاذا اُبدلت المرصعة بغيرها وافته لبنها . فتي تحقق
ذلك وجب تغيير المرصعة الا اذا كان الامر عرضياً ناشئاً عن انحراف وقي في
صحتها يستلزم علاجاً بسيطاً وتجنب الطعام الغليظ

واذا لم تستطع الأم ارضاع طفلها ولم يمكن استخدام مرصعة فيعول على تغذيتو
بلبن الحيوانات بواسطة الفينة المعروفة لذلك . وفضل انواع اللبن للاطفال

الضعفاء المعدة الخفيفي الاجسام لبن الاتان واللاقوياء الصحيحي الابدان لبن الماعز
او البقر والغالب ان الاول افضل من الثاني غير ان ذلك لا يُعلم الا بالتجربة.
ثم متى عُرِف ابي انواع اللبن اوفق للطفل فلا يجوز العدول عنه او اعطاء
الطفل انواعاً متعدّدة. اذا كان طعام الطفل لبن الاتان من ولادته فيمزج
نحو ثلثين من اللبن بثلاث ماء اربعة او خمسة ايام ثم تزد كمية اللبن تدريجاً الى
ان يصير صرفاً بعد خمسة عشر يوماً. ولما كان هذا اللبن فيه كفاية من السكر
فلا يحتاج الى اضافة شيء من ذلك اليه. واذا كان اللبن المستعمل لبن الماعز
او لبن البقر فيضاف اليه نحو نصفه من الماء مدة الايام العشر الأولى ثم تُنقّص
كمية الماء تدريجاً الى انه متى بلغ الطفل اربعة اشهر من العمر يُعطى صرفاً. ولما
كان هذا النوع من اللبن قليل السكر فيضاف اليه كمية يسيرة منه الى ان
يشعر عند الذوق بقليل من الحلاوة مشابهة لحلاوة لبن النساء وليس اكثر من
ذلك لان الحلاوة الشديدة تسبب الحموضة في المعدة والتي. واذا لم يوافق
لبن البقر الطفل فكثيراً ما يزول المانع اما باضافة ماء الكلس نحو ملعقة
صغيرة لكل فيجان لبن او بتسخين اللبن وازالة الزبدة عن سطحه

ويجب اطعام الطفل دائماً من القنينة المعروفة لامن كاس لان المصّ يهيج
افراز اللعاب الذي يمتزج باللبن ويعين الهضم. ويجب ان يُطعم وهو منتهض
قليلاً ومتى فرغ يترك للراحة ولا يُلاعب. والاصوب تسخين اللبن بغس القنينة
في ماء حارّ لاعلى النار. وكثيراً ما يحدث ان الطفل يبكي من زيادة الامتلاء
كما يبكي من الجوع وعند ذلك تُنلّل الكمية او يُخفّف اللبن بالماء. وعلامة
زيادة الامتلاء بالطعام توليد الريح والفواق والتي والاسهال والمغص وغيرها.
ولذلك يجب ان تكون كمية طعام الطفل الذي عمره دون الشهر نحو خمس مئة
درهم في النهار والليل اي نحو عشرين الى اربعين درهماً كل دفعة فاذا بلغ
ثلاثة اشهر يُعطى نحو ست مئة درهم في النهار والليل

ويجب ان يكون اللبن حديفاً ولم يعرض عليه شيء من المحوضة لقدمه او
 وسخ الاوعية. فن غاية الضرورة نظافة الوعاء وقبينة الرضاعة فيجب غسلها
 بالماء الحار قبل الاستعمال وبعده لانه اذا حمض اللبن او كانت او عينته وسخنة
 صار ذلك سبباً لعلل معوية كثيراً ما يخفي عن اهل المريض او الطبيب
 فلا يجوز ان يلقى بالانوبية او الفلبنة او القنبينة شيء من اللبن القديم ولا يجوز
 ان يوضع في القنبينة اكثر من الكمية التي يحتاج اليها الطفل في المرة الواحدة.
 واما درجة حرارة اللبن فيجب ان تكون مساوية لحرارة الام الطبيعية اي نحو
 ٢٧ درجة من ميزان السنسكراد

ومن انواع اللبن المستعملة عند الافرنج ما يقال له اللبن المركر الذي
 يباع في اوعية خاصة ويدوم زمناً طويلاً بدون ان يفسد. والغالب ان
 الاطفال يملون اليه وكثيراً ما شاهدت انه يوافقهم بحسب الظاهر اكثر من
 اللبن الحديث على انه ربما اصاب بعض الاطباء الذين يقولون ان هذه الموافقة
 بحسب الظاهر فقط وان الاولاد الذين يقفانون بهما اللبن ويسمون منه
 معرضون للعلل الضعفية ولذلك وجب تفضيل اللبن الحديث. واما عند
 الاضطراب فيوضع ملعقة صغيرة منه في نحو مئة درهم من ماء الشعير او ماء
 صرف لطفل ابن شهر

ثم متى بلغ الطفل بعض الشهور من العمر يضاف الى طعامه الطبيعي
 الذي هو اللبن شيء آخر من انواع الطعام الموافقة له غير انه يجب ان يكون
 ذلك في اول الامر بكميات صغيرة مع بقاء التعويل على اللبن الاصلي. واما
 العجالة في اعطاء الطفل بعض الاطعمة التي يظن انها خفيفة سهلة الهضم كالاروروت
 والارز والخبز ولا سيما الاكثر منها فخطأ محقق. وذلك لان هذه الاطعمة
 تتضمن كثيراً من النشاء وهو لا يوافق الطفل في اول عمره لانه يحتاج الى كثرة
 اللعاب لاجل هضمه ومن المعلوم ان الطفل لا يفرز كفاية من اللعاب في

الشهور الاولى لهذا وان النشاء ليس من المواد التي يتكوّن منها اللبن . وفضلاً عن ذلك ان معدة الطفل صغيرة الجرم مستقيمة الشكل لا يوافقها كل ما يكون بطيء الهضم ويفتضي طول المدة في المعدة فينشأ منه الجشاء والتيء والمنقص والاسهال . ثم ان للطعام فائدتين احدها تقديم مادة لنمو الجسد والثانية تقديم مادة لاقامة الحرارة الحيوانية بحيث لا يمكن دوام الصحة والحياة الا اذا كان الطعام متضمناً المادتين المذكورتين بنسبة معلومة من كل منهما . وهذه النسبة في اللبن كواحد من المادة الاولى الى اثنيث من الثانية . واما في الاروروت والنشاء وما اشبهها فهي كواحد الى ستة وعشرين وفي طحين القمح كواحد الى سبعة . وبناءً على ذلك اذا اطعم الطفل طعاماً طحينياً كان سبباً للهلحال والضمور والاسهال والتشنجات . وقال ليبيك الكياوي الشهير ان كثرة الاطعمة الطحينية سبب لاكثر امراض الاطفال وموتهم

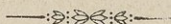
فيمتضغ ما تقدم انه لا يجوز اطعام الطفل سوى اللبن الى ان تظهر بعض العلامات التي تدل على نمو اعضاءه الهاضمة واولها ظهور الاسنان نحو الشهر السادس . وبناءً على ذلك لا يوافق كل هذه المدة الا اللبن ثم يعطى بعدها اولاً كميات صغيرة من الاروروت والنشاء والارز المدقوق والخبز المحمص والبسكوت الافرنجي وذلك مدة النهار وتزداد مع تقدم العمر . ولا يجوز اطعامه شيئاً من اللحوم قبل ظهور الاضراس الاولى وعند ذلك يعطى اولاً مرق اللحم الهبر الحنالي من الدهن والبيض المسلوق الرخو وياتدرج يعطى اللحم المدقوق او المفروم فرماً جيداً بلا دهن ويحتذر من البطاطا لانه اذا لم تنفتت جيداً بالسلق فيبتلع منها قطع يتعسر هضمها فتسبب الضرر

واما مدة الفطام فلا قاعدة مطردة لها . والغالب انه اذا كان الطفل قوياً يجوز فطمه متى بلغ سنة من العمر واذا كان ضعيفاً ردي الصحة يجب دوام ارضاعه الى ان يظهر اثنا عشر سنّاً . ومن الادلة الصحيحة انه اذا تاخر ظهور

الاسنان وجب تأخير الطعام غير انه يعان الارضاع بشي من الاطعمة الخفيفة التي مر ذكرها . ومتى نقرّر النظام يجب ان يكون بالتدرج والوفى ان يبدأ بها في الليل ومتى بكى الولد يعطى ماء او القينة وربما لم يتم الا قليلاً في تلك الليلة ولكنه ينام نصف الليل القادم وجميع ما يليه . ويجب ان يكون الطعام حينئذ لبناً وماءً وخبزاً مبلولاً فيها ومرق اللحم . ومتى جاز اعطاه اللحم فيجب ان يكون مفروماً فرماً ناعماً او مدفوقاً خالياً من الدهن . ومن اقبج العوائد الشرقية تسكيت بكاء الطفل المنطوم باطعمة غليظة مع قطع النظر عن عواقبها الردية واما الاعراض التي تظهر في الامّ او المرضعة وتدل على وجوب فطم الطفل فهي وجع في الظهر عند الارضاع وفقد الشهية وقبض الامعاء او الاسهال والارق ووجع في الجانب الايسر و ألم الراس والدوار ووناء وضعف عام وقلة افراز اللبن او كثرتة مع كونورقيماً مائياً قليلاً الغداء . وربما عاد الحيض مع عدم انتظام او بافراط وظهر السيالان الابيض واصفر الوجه وانهمز الجسد . فتي ظهرت هذه الاعراض وكانت جودة الاطعمة والمنبهات والادوية المنوية فلما تجدي نفعا فالواجب فطم الطفل . والغالب انه متى كان النظام بالتدرج لا يحدث ضرر للثدين فاذا ظهر فيها صلابة يُخفّف شرب الماء والسوائل وتوضع الضمادات الحارة وتسهل المسهلات الخفيفة . ولا يمدح استعمال الآلة لاستخراج اللبن الا عند الاضطراب الشديد لانه يهيج الثدي ويزيد افراز اللبن ومن الامور المفيدة للامّ الاتباه لنوع صراخ الطفل لانه كثيراً ما يدل ذلك على ما بوجبه . ومن امثلة ذلك انه اذا كان هائجاً فهو بكاء شراسة الخلق المعروف بالفجور . وان كان حاداً مصحوباً بحركة الراس واليدين فهو بكاء الجوع . وان كان شكسماً منقطعاً فهو بكاء التسنين . وان كان حاداً قصيراً مصحوباً بحركة اليد نحو الأذن او بتدوير الراس فهو دليل على ألم الأذن . وان كان زحيراً مصحوباً بمجذب الساقين فهو دليل على مغص بطني . وان كان

الصوت ايج فرما دل على بدائة المرض المعروف بالذمجة . وان كان حاداً
 يتخلله الأنيث فرما دل على التهاب الدماغ . وورما كان سبب البكاء شكة
 دبوس او رباط ضيق او شيء آخر من سوء الهباب . ومتى كان الطفل شكساً
 ووجهه زائد المحبرة او الصفرة لا يميل الى اللعب ثقيل الراس فذلك يشير
 الى مرض قادم يتضح نوعه من الاعراض التي تظهر بعد ذلك
 ولا يجوز ايقاظ الطفل لاجل اعطاء الدواء لان النوم اكثر فائدة له من
 الدواء . واذا نام الطفل فهو دليل على ان المرض خفيف او ان الاعراض
 الثقيلة آخذة في التناقص . وكثيراً ما يستدل على زمن بدائة المرض من الزمن
 الذي بدأ فيه الأرق . اما اعطاء الدواء للاطفال فان كانوا بلغوا سن العقل
 يُخاطبوا بكلام العقل ولا يُغشوا لان الخداع يوجب التعب معهم بعد ذلك . وان
 كانوا صغاراً لا يعقلون ولم يريدوا شرب الدواء فيجب اجبارهم . وكيفية ذلك
 ان يُلقى الطفل على الظهر وتُبض يده ورجلاه ويضغط انفه بالاصبعين ويصّب
 الدواء في فمه فيبلمه . على انه يجب ان يكون الدواء مركباً بنوع ان لا يكون
 عسر المأخذ لانه اذا كان على غير هذه الصفة فرما هيج الطفل واضرّه وكان
 الضرر اكثر من الفائدة

فهرس الامراض والآفات



صفحة		صفحة	
١٨٧	البروستتا (امراضها)	٢١٢	اجسام غريبة في الجسد
١٨٨	بصق الدم	١٧٧	الاذن (امراضها)
١٨٨	البنية الخنزيرية	٢١٥	أذى الكليتين
١٨٩	البواسير	١٧٩	الآرق
١٩٠	البول الدموي	١٨٠	الاست (تشققة)
١٩١	تبويل الاولاد في الفراش	١٨٠	الاستسقاء
١٩١	التنوس	١٨١	الاستقربوط
١٩٢	التسنين	١٨٢	الاستنان (وجعها)
١٩٣	التشنج	١٨٢	الاسهال
١٩٤	تشنجات الاطفال العصبية	١٨٣	اسهال الاطفال
١٩٥	تلك المعدة	١٨٤	الاعماء
١٩٦	الثاليل	١٨٥	الالتهاب
١٩٦	الثدي (امراضه)	١٨٥	الاعماء (امراضها)
١٩٨	المجدرى	٢١٥	انضغاط الدماغ
٢٠٢	المجلام	٢١٦	اهتزاز الدماغ
٢١٨	المجروح	٢١٨	اهتزاز الحبل الشوكي
٢١٩	مجروح الكلب والقط	١٨٦	البثرة الخبيثة

فهرس

صفحة		صفحة	
٢٢٩	الدماغ (التهاب)	٢١٩	جروح الحيات
٢٢٦	الدفتيريا	٢٢٠	جروح العقرب والنحل والزنبور
٢٢٨	دق الاولاد	٢٠٢	الجلد (امراضه)
	الدماغ (امراضه)	٢٠٩	الجمرة
٢٤١	الدمامل	٢٢١	حبس البول
٢٤١	دوار البحر	٢٢١	الحرق
٢٤٢	الدوالي	٢١٠	حموضة المعدة
٢٤٢	الدوسنطاريا	٢١٠	الحماق
٢٤٤	الدوسنطاريا المزمنة	٢١١	الحمراء
٢٤٤	دوسنطاريا الاطفال	٢١٢	الخصية
٢٤٤	الديابيطس	٢١٢	الحنجرة (التهابها)
٢٤٥	الديتان المعوية	٢١٢	الحصى الصفراوية
٢٤٧	ذات الجنب	٢١٤	الحمل (امراضه)
٢٤٩	الذبيحة	٢١٨	الحلق (امراضه)
٢٥١	الرتان (التهابها)	٢٢٠	الحميات
٢٥٢	الربو	٢٢١	المخرجة
٢٥٤	الرحم (امراضها)	٢٢٢	المخلع
٢٢٢	الرض	٢٢٢	المخصية (التهابها)
٢٥٩	الرمال البولي	٢٢٢	المخوريا
٢٦٠	الروماتزم	٢٢٢	المخيلان
٢٦٢	الريح البطني	٢٢٢	الداة الزهري
٢٦٢	الزكام	٢٢٥	الداحس

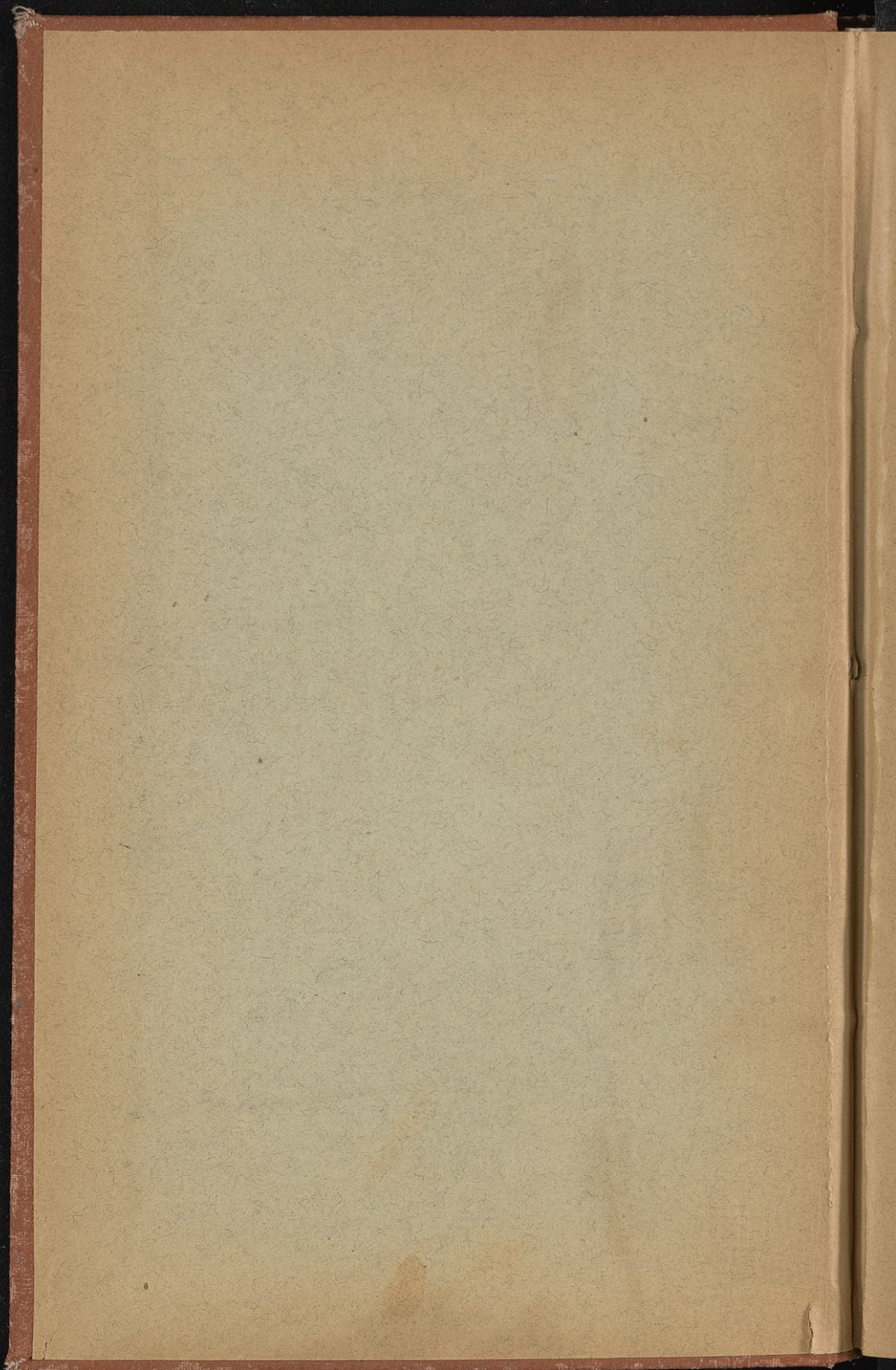
فهرس

صفحة		صفحة	
٢٢٩	الفرق	٢٦٤	السرطان
٢٨٥	الغنفرينا	٢٦٥	السكنة
٢٨٦	الفاح	٢٦٦	السلّ الرئوي
٢٢٠	الفتق	٢٦٧	اليمين
٢٨٧	الفواق	٢٢٤	السموم
٢٨٧	القبض	٢٦٨	السوداء
٢٨٨	الفرمزية	٢٦٩	السيلان الابيض
٢٨٨	الفروح	٢٦٩	الشعر (سقوطه)
٢٨٩	القلع	٢٧١	الشعب (التهابها)
٢٨٩	القلب (امراضه)	٢٢٦	الشنق
٢٩	الكبد (امراضه)	٢٧٠	الشهقة
٢٩٢	الكساحة	٢٧٢	الشيانينكا
٢٢٢	كسر العظام	٢٢٧	الصاعقة
٢٩٤	الكلب	٢٧٢	الصراع
٢٩٥	الكلبتان (امراضها)	٢٢٧	الصدع
٢٩٥	المثانة (امراضها)	٢٢٨	الصدمة والنهور
٢٩٦	مجري البول (امراضه)	٢٧٧	ضربة الشمس
٢٩٩	المعدة (امراضها)	٢٧٩	ضعف الدم
٢٠٢	المغص	٢٧٩	الطاعون
٢٠٢	المفاصل (التهابها)	٢٨١	الطحال (امراضه)
٢٠٤	الناصور	٢٨٢	عسر الهضم
٢٢٢	الترف	٢٨٢	العين (امراضها)

فهرس

صفحة		صفحة	
٢٠٦	التكفة (التهاجها)	٢٠٤	النفرالجيا
٢٠٧	المستيريا		النزلة الصدرية (الزكام)
٢٠٨	المواء الاصفر	٢٦٢	الوافدي
٢١٠	اليرقان	٢٠٥	الزفرس

۳۵۵



COLUMBIA LIBRARIES OFFSITE



CU59576790

ME06702

Kitayat al-awam fi h

AP