

RE

LIBRARY

of

N. MIKHAIL BISHARA

مكتبة

نجيب ميخائيل بشاره

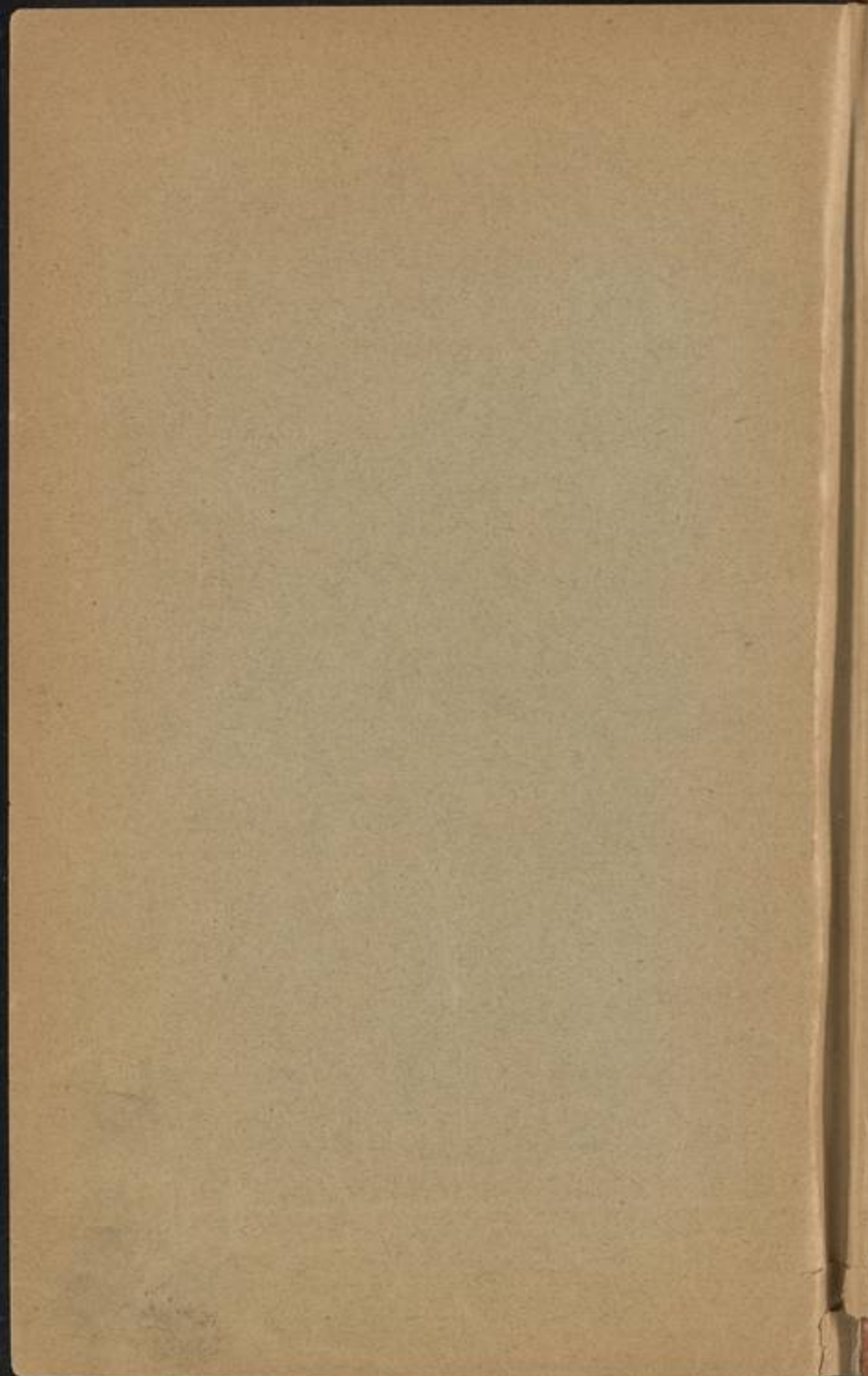
Name اسم الكتاب كفاية بعلم في حفظ الحروف وتبويبها

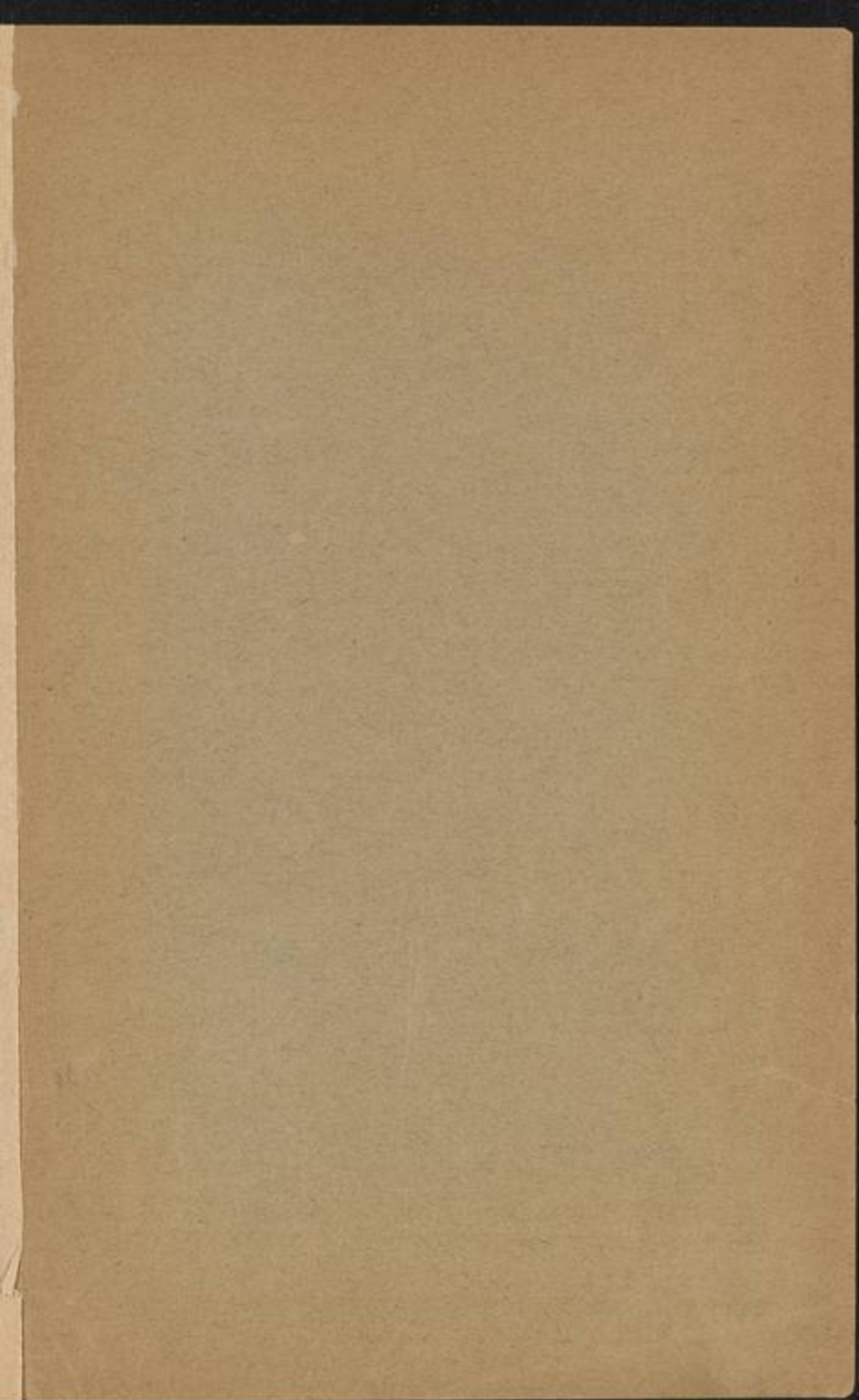
Author المؤلف الدكتور برونه ورتان

Subject الموضوع علوم

Language اللغة عربي

No. رقم ٤٤

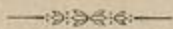




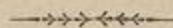
كفاية العوام

في

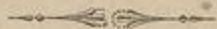
حفظ الصحة وتدير الأسقام



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 المجمع الطبي الجراحي في ادنبرج ومجمع علم الامراض الوافدة في لندن



طبعة ثانية بعد التصحيح والزيادة



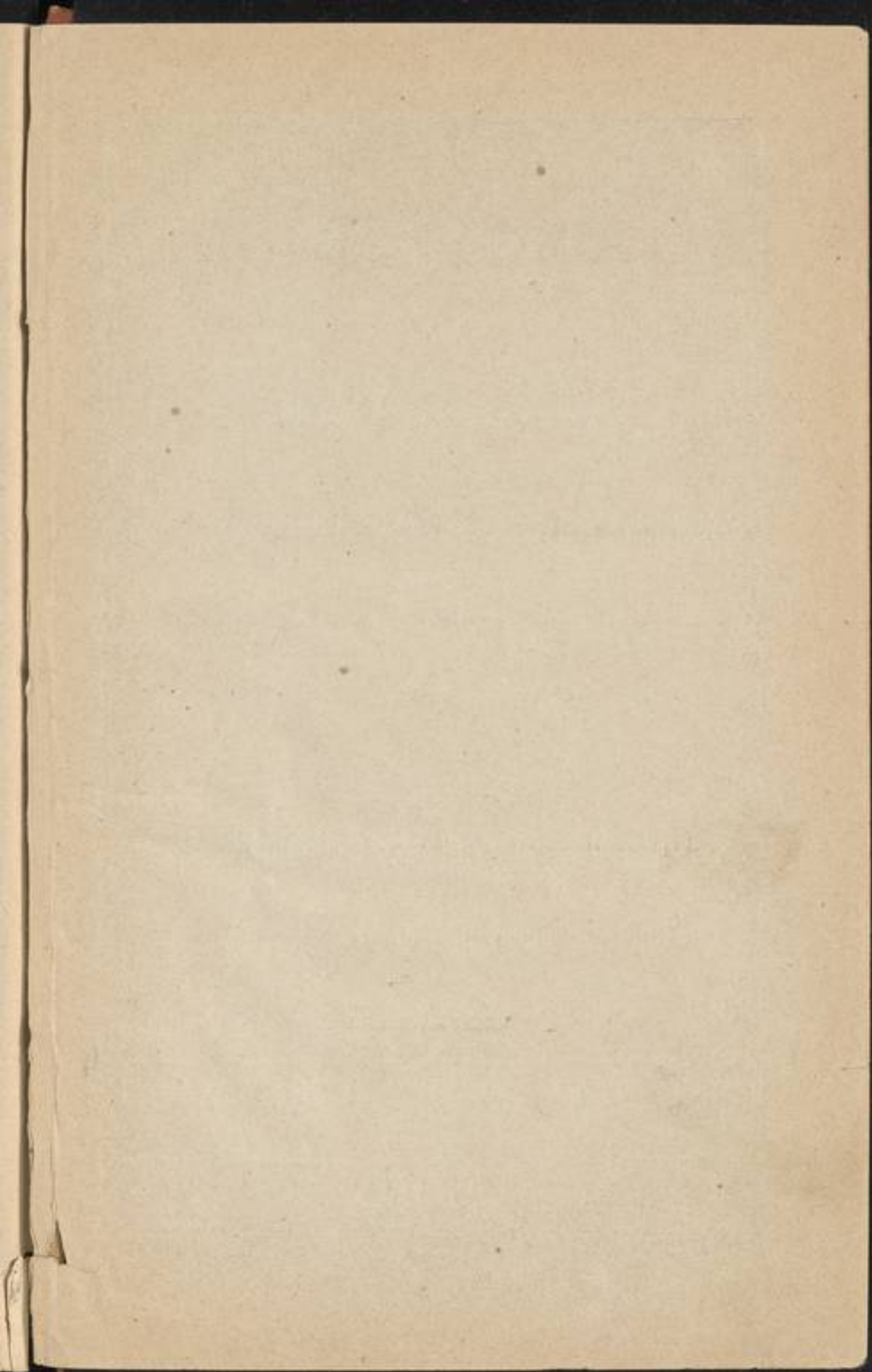
حقوق الطبع محفوظة



بالرخصة الرسمية من نظارة المعارف العمومية الجليلة نمرة ٨٨٥ 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 للرض
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 وسائط 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
٢٢٦	الفصل الرابع في الحمل والولادة وتدير النواقيس والاطفال

مقدمة الطبعة الاولى

علم حفظ الصحة يبحث عن كل ما يتعلق بكيفيات الحياة التي تتوقف عليها سلامة الجسد والعقل. وهو من افضل العلوم فائدة لانه لما كانت الصحة الشرط الاول لاجراء اعمال الحياة على ما ينبغي واصلاً تنشأ منه لذة الوجود لم يكن للانسان ان يقوم بهذه الاعمال ويتنعم بخيرات الدنيا الا اذا كان صحيحاً سليم الجسد والعقل. هذا وان في حفظ الصحة دفعا للامراض واسبابها والتعرض لاختطار الموت وكدر النفس الذي كثيراً ما يحدث عن علة جسدية. فانه من الامور المقررة التي لا تتحمل شيئاً من الشبهة ان الاعمال العقلية والادوية تعمل عملاً عظيماً في حالة الجسد وان لحالة الجسد تأثيراً شديداً في العقل بحيث انه لا يمكن فصل هذه التأثيرات المتبادلة على الاطلاق. وعلى ذلك يكون علم الصحة مداراً لكل ما يتعلق بتخير الانسان وراحته ولذته في هذه الحياة

الحياة كيفية خاصة بالنبات والحيوان دون الجهاد تنشأ منها اعمال تميزها عن الاجسام الخالية من المبدأ الحيوي كالحجر والماء والهواء والتي فقدت حياتها كالشجرة اليابسة والحيوان الميت. واعلم هذه الاعمال قوة الاغناء والنمو والتوليد المشتركة بين النبات والحيوان فان بذرة الشجرة والحيوان الصغير يغتذيان من المواد الخارجة عنها وينبئان ويولدان جسماً جديداً من جنسها. ثم لما كان الحيوان اعلى رتبة من النبات في الصفة الحيوية ظهرت فيه اعمال ارفع درجة مما يشاهد في النبات اخصها قوة المحس والحركة الاختيارية الموقوفة على اجهزة خاصة تمكنه من الشعور باللذة والألم والانتقال من مكان الى آخر. واما الانسان فانه اعلى الحيوانات رتبة وبناءً ووظيفةً وتمييزاً عنها جميعاً بالنفس الناطقة

وهذا العلم قدّم جداً يستغنى 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 خير 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 عابها

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 للفنوي 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

يُبدأ 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 يشتمل زمن الطفولية والشباب ودور البلوغ اذ يبني الجسد بحسب
 الظاهر ثابتاً لا يتغير ودور الانحطاط اذ يأخذ الجسد بالانحلال الذي يرافق
 الشيخوخة والمهرم وينذر 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 عضواً في الهيئة
 الاجتماعية من حيث العوائد والصنائع والمسكن واللباس وما اشبهها. ثالثاً
 باعتبار كونه فرداً مستقلاً من حيث آرائه واحساساته وامباله ومطالبه وعاداته
 الشخصية فانها جميعها عاملة في الصحة محتاجة الى الضبط والتجزؤ
 غير انه كثيراً ما يكون الانسان موضوعاً في حالات خارجة عن سلطته.
 فان الهواء الذي مثلاً ضروري للصحة وربما لم يكن للانسان خيار في تنفسه ولو كان
 فاسداً وربما لم يكن في طاقته ان يمنع الغير من افساده والاضرار بصحته وخبره
 رغماً عما يستطيع الحكم من اجرائه من التوازن. 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 وبراغي ضوابط كثيرة ترشده الى ذلك حتى اذا
 شملت البيوت والعيال ادت الى اسباب السرور ومنع المرض وإطالة العمر
 اختلف العلماء في تقسيم هذا العلم فقسّمه بعضهم الى صحة الافراد وصحة العموم
 وصحة العساكر والنوتية. وقسّمه 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 للأجسام 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 الجهد 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 الاول في حفظ الصحة والثاني في الامراض وتديرها العام . والله المسؤول ليكون جزيل النفع للذين يتوقف على صحة

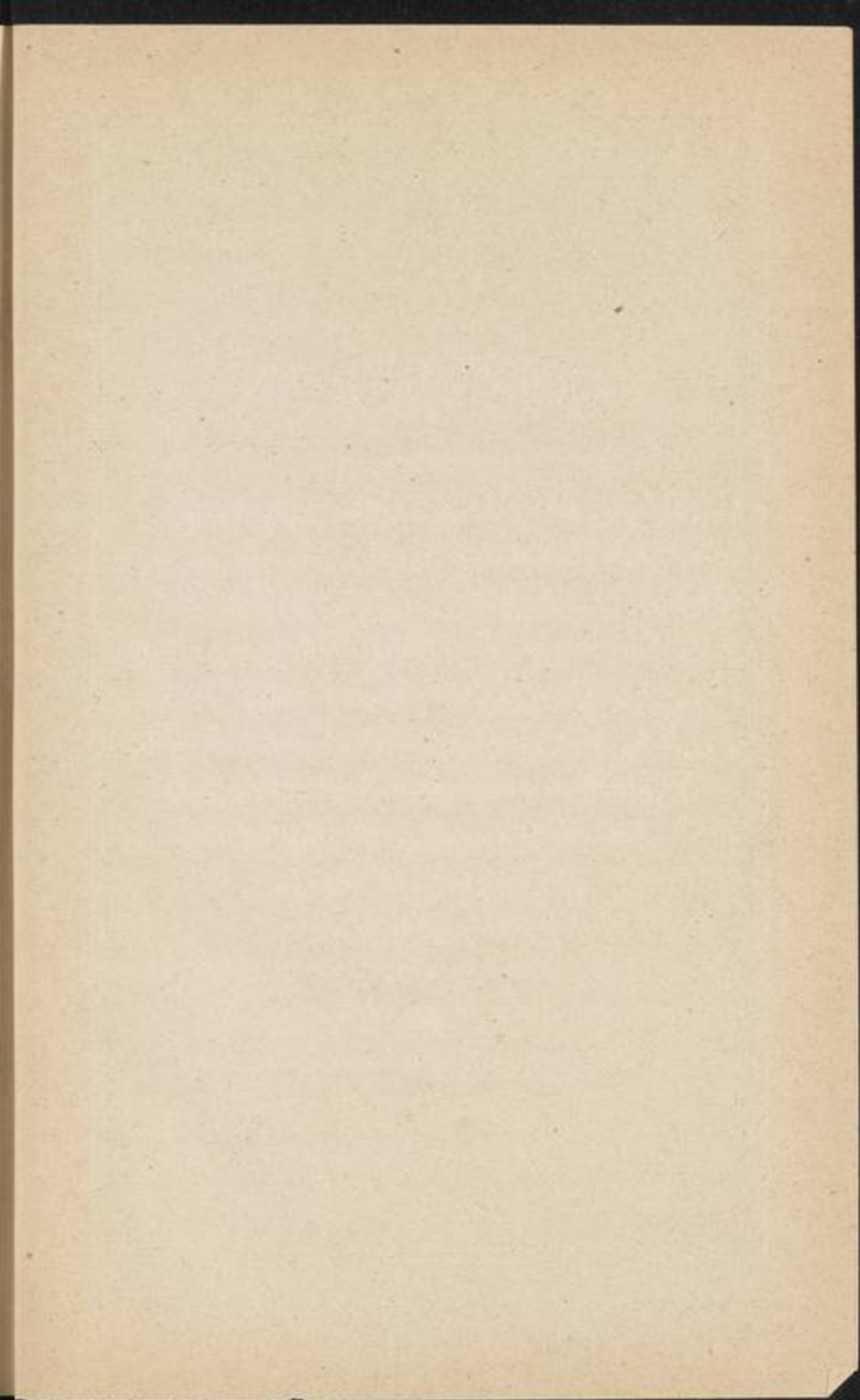
اجسادهم وعقولهم وادابهم خير البلاد

وخير الذرية التي

تختلفهم

مقدمتہ الطبعة الثانية

طُبِعَ هذا الكتاب في سنة ١٨٨١ ونفدت جميع نسخهِ 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 يقرأونه
وبفهمونه 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 منيداً . ولما كان فيه
عبارتان او ثلاث سميت البعض بغير قصد مني فقد غيرتها واقول
الحق اني لم اعمد الاً خيرا الجمهور من حيث ما يتعلق
بعلم حفظ الصحة ولم يتجمل لي مرة ان
اعرض للطنن في عنائد
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 جدا خارج عن القياس الطبيعي. وقال جماعة ان عمر الانسان يجب ان يمتد الى مئتي سنة وينمو 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 خمسا 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 صقع 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 السندبان بنبات الفرع. ومن الفوائد الجلية لبطء 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 مجالات الموتى فظهرت لهم نتائج كريمة خلاصتها على ما يأتي:

اولاً بحث المعلم برداخ في مليون من الموتى فرأى ان ٤٥٨٢٧١ ماتوا في الست عشرة سنة الاولى من العمر و ٤٠٥٤١١ في الثلاث والخمسين سنة التابعة و ١٢٥٢١٨ في ما بقي من العمر. وقال العلامة درابر 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 الوبائية ثم يتساوى الخطر او لا يكون اختلاف بين الى السنة الخمسين فصاعداً فيعود خطر الشتاء كما كان في الطفولة 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 التفتقر الى الستين . ٧ . سن الشيخوخة الى الهرم والموت . غير ان هذه النواصل 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 مهبط منه ونتهقر الى حالة الضعف الاصلية . وقال ايضاً ان تعاقب هذه الادوار لا يكون في جميع الافراد بالسرعة الواحدة ولو كان ترتيبها لا يتقبل الخلل لان السرعة

وبالبطوة موقوفان على المناخ والطعام والمهنة والعوائد والشهوات فنرى هروماً
 منتهك القوى وهو لم يجاوز الثلاثين ونرى ابن السبعين قوي البنية نشيط الاعمال
 وان ما عدا الاسباب الطبيعية المهينة 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 وبسمعه 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 مغصلياً
 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 بعمله
 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 السنلي 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 واربع اضراس. ويقال لها الاسنان اللبنية
 والزمنية وذلك لانها تنمط 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. وحملتها ٢٢ سنة 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 ايضاً 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 وثمان. ويكون نموه سريعاً حينئذ ثم يبطو 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. واول 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 النأ. وهنلا يزيد الى سنة الاربعين في الذكور والخمسين في الاناث ثم يأخذ في النقص نحو الستين فينقذ الشخص بعضاً من ثقله وقيراطين وثلاثة ارباع

من طولها اذا بلغ الثمانين

حياة الانسان من الولادة الى البلوغ شبيهة بالحياة النباتية لان اكثر ما يطلبه هو الطعام والنوم والرياضة وهي حالة الاقوام البربرية وبعارض 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 حينئذ الا 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 ويقف فهمه حتى اذا قرأ كتاباً خبير من عدم ادراك المعنى . واذا بلغ الشيخوخة المتقدمة لازم بينة وطلب السكون والراحة متوكئاً على عصاه

من ضروريات الهيئة الاجتماعية ان يضع الشرع حداً لبداية سن الرشد وحرية التصرف فجعل اهل الشرق السنة الخامسة عشرة واهل اوربا الحادية والعشرين حد السن المذكور . ولا يخفى ما يظهر في بداية سن البلوغ من التغيرات الجسدية التي تحدث للذكر والانثى حينئذ وظهور الحياء في الانثى والشجاعة وعزة النفس والافلام في الذكر والمجبة 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 وتختف قوى القلب والتنفس والهضم وتمزل العضلات وتكثش الجلد وتجهد المفاصل وتضعف الحواس الظاهرة وتسقط الاسنان ويشيب الشعر وتصلب الشرايين وينفذ الجسد مرونته وتخبئ النامة

فويل 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 واكراه الطبع على ما يباهه العقل. هذا وان لاشيء من الهولوى او القوى الطبيعية بصير الى العدم على اتفاق العلماء قاطبة فكيف يمكن مصير النفس وقوامها الى العدم. واخلود النفس ادلة راهنة اديية ودينية لا يحل ذكرها هنا الا اننا نقول بالاجمال انها مقنعة لأعقل الناس وافضلهم وان هذا الاعتقاد هو السلوى العظى لتصر هذه الحياة وبطلانها وشرورها

تدبير الاطفال. القواعد الصحية التي يجب الالتفات اليها في تدبير الاطفال هي اولاً انه بعد قطع الحبل السرى للولد يوضع في طبق ماء فاتر ويُغسل ويُنظف من الطبقة الدهنية التي تكسوه عند الولادة ثم يُنشف بمنشفة لينة ويُلبس ثياباً مريحة. ويجب ان يعاد الغسل مرة كل يوم بلا انقطاع مدة سنتين ثم يلام الغسل مرتين او ثلاث مرات في الاسبوع. اما فوائد الغسل فالنظافة ومنع الامراض التي تولد من اقدار الجسد والجلد وتحسين الصحة

ثانياً اثواب الطفل تختلف بحسب اختلاف البلاد والنصل غير ان الضابط الصحي في ذلك هو ان تكون واسعة لينة مؤلفة من قبيص ومنظفة من الفلانلا وثوب طويل يتجاوز القدمين تختلف مادته بحسب النصل 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 اوفق الطعام للطفل لبن والدته الذي اعدته له الطبيعة فاذا عُلج 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

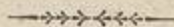
فيكون شبيهاً بمادة صمغية الى ذلك اليوم وهو اوفق ما يكون للطفل لانه يُخرج
المادة الصفراوية السوداء من امعائه . واما اداة النساء في ارضاع الطفل حال
ولادته من غير امو او اعطائه مشروبات مختلفة قصد التغذية او الاسهال فامر
مضرٌ محضاً لان الطفل بولد وفي معدته كفاية من الغذاء الى ان يحضر لبن
والدته وقد شاهدنا ذلك مراراً في تشرح الاطفال الذين بولدون موتى . غير
انه يجب ان يقدم الولد لثدي امو بعد الولادة بيضع ساعات فيتعود الرضاعة
ويستخرج المادة الصمغية المنبذة له وينبه الثدي لعلو 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 للثدي . قبل ان الطفل يجتاح الى ٢٠٠ درهم من اللبن
في اليوم مدة الشهر الاول ثم الى ضعف ذلك في الشهر الثاني . فاذا زادت الكمية
عماً ينبغي اعتبارها التيء 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

رابعاً 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 تعديبه 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 انها 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 يمتد 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

الشيخوخة 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 الشيخوخة حفظ القوة الحيوية بواسطة الطعام الجيد وما يؤول الى الهضم السليم وجودة الدورة الدموية مع تجنب الاسباب المضعفة كالنوم 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 فينشن 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 وقامته اطول واعرض وهو في الجملة اشجع في اقتحام الخطر واقدم على الامور . واما الانثى فانمحف 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 واخطار 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 تحتر 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 اُهينت 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 تقلبت 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 بلادة الحياء ولا ينتهي عند نهايتها . فهي التي تجله وتلده وترضعه
 وتخدمه وتعني به الحياء بطولها ثم تغمض عينيه عند الموت وتندبه وتبكي وتصلي
 على قبره . فليس من العدل ولا الحق ان تُحتمر الانثى او تُظلم او يُهمل تعليمها ان
 يُحجر عليها في البيت او يُمنع عن الرياضة في الهواء المطلق ونور السماء . وقد
 اختلفت العادة من هذا القبيل بين اهل الشرق والغرب اخلافاً بيناً فقال
 الفريق الاول انه لاسلامة في طهارة العيال وصحة النسب الا بالحجر على النساء
 وقال الثاني انه اذا حصلن على وسائل التربية المحسنة ومهذيب العلم والديانة
 ومراقبة الوالدين فلا حرج في الحرية المعتدلة والمخالطة المحدودة بين الجنسين
 وان التصرف على غير هذا الوجه يؤدي من الجهة الواحدة الى الاجحاف بمقوق
 النساء ومن الجهة الاخرى الى الخلاعة والنشأ بحيث انه اذا حُظفت هذه الشروط
 وتربى الصغار على مبادئ الشرف وعزة النفس والاباءة 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 نُظِرَ 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 هلا
القبيل سبباً لخراب الهيئة الاجتماعية لأنه إذا لم تكن معرفة الرجل لزوجته
والاب لابنه والاخ لاخته 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
وإنما نقول بالاجمال أن أكثر العلماء اتفقوا على تقسيمها إلى خمسة فروع وهي
التوقاسي الذي يسكن أوروبا وغربي آسيا وشمال أفريقيا. والمغولي في آسيا
المتوسطة والشمالية والصين واليابان. والزنجي في أفريقيا مع نسله في غيرها.
والأميركاني وهو سكان أميركا الأصليين ويقال لهم هنود أميركا أيضاً. والملاي
في جزائر آسيا كبورنيو وفي أستراليا وزيلاندا الجديدة وغيرها. ومن المعلوم أن
الفرع التوقاسي أفضلها

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

القدماء الى ان الامزجة اربعة وهي الدموي والصفراوي والسوداوي والبلغمي تبعاً للاختلاط الاربعة بمعنى انه اذا تغلب الدم مثلاً في الجسد كان المزاج دموياً وهكذا في ما بقي . وقسمها بعض المتأخرين الى ثلاثة الدموي والعصي والنفواوي وازضاف 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 المأخضة . واما صفات عقولهم فانه يتغلب فيهم محبة اللذات ولكنهم يتقلبون فيها ولا تظهر فيهم علامات الثبات في الامور فاذا عزموا على شيء عدلوا عنه واذا صادقوا احداً بدلوه بغيره واذا احبوا مالوا الى التغلب وراعوا اللذة اكثر من الشرف . وفيهم اقدام على الامور العظيمة ويقين شديد بالنجاح ثم اذا قاومتهم 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 جوارب الجمال واللفظ والعقل اذا اجتمع فيهم الثقة والبراهة 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 والتزرف . ولكنهم اقرب الى قياس الصحة التامة وكال غو الأعضاء وجودة وظائفها واذا مرضوا كانت امراضهم واضحة منظمة السير تنتهي غالباً في مدة قصيرة ويندر تجاوزها الى درجة الازمان

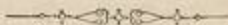
المزاج الدهاوي. ويقال له البلغمي ايضاً وهو نقيض الدموي ويتميز اصحابه
برخاوة العضل وضعف النبض وبطوئ التنفس وصفرة الوجه او بياضه مع الكوردة
وخضرة لون العينين اولونها السنجابي وربما مال الى الزرقة ولطافة الجلد وميل
الى الشمس عند التعرض للشمس. وهم غالباً ضخام الجسم بطيئو الحركة لاشيء فيهم
من الخفة التي تشاهد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

وكذلك صفاتهم العقلية فان الانفعال العقلي بطيء قليل النشاط والذاكرة
وقوة حصر الفكر ضعيفتان ولذلك لا يشاهد 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 يكثروا من عدد الاصدقاء
كانت صداقتهم غالباً دائمة واذا لم يتفحصوا مشروعات عظيمة ثابروا على مصالح
الحياة الاعتيادية وقاموا باعبائها. وقال العلامة مولر اذا اقتضى الامر سرعة
العمل كان الرجل البلغمي قليل الهجاج بالنسبة الى غيره ولكن اذا لم يكن داعياً
الى ذلك نال مقصده بالهدوء بينما يتبع الآخرون في اغلاط كثيرة او يخرقون
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 كالتنهابات الدونية ولا سيما التهاب الاغشية
المخاطية والعلل المختزيرة كامراض الغدد اللعابية والتدرن الرئوي والامراض
الجلدية وانواع الاستسقاء

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

ونشوفة الجلد وصلابة العضل وقوة النبض وغور التنفس مع تخافة 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 التساوة
 والظلم. وقال العلامة رشاند ان الرجل الصفراوي المزاج حازم الرأي يأخذ
 فيه بالثقة والدوام لا يكل من التعب ولا يثني عما يشرع فيه وان الذين حكوا
 العالم وضبطوا مصالحة مثل الاسكندر وبولوبوس قيصر وبطرس الأكبر 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 بالخداع والحيلة وثبوت العزم بلا انقطاع
 المزاج الصفراوي يشاهد غالباً في سكان الاماكن الحارة من المنطقة
 المعتدلة. واما الامراض المعرضون لها على نوع خصوصي فهي حثل الكبد
 واحشاء الخضم والحميميات والدوسنطاريا
 المزاج العصبي . يتغلب في اصحاب هذا المزاج ظواهر الاعمال العصبية
 والعقلية وهو يتميز بتخافة البناء الجسدي ولطافته ورقة الوجه ولمان العيين
 واستدارة الرأس وصغر اليدين والرجلين وسرعة النبض ونشاط التنفس وعدم
 انتظام الخضم وضعف المجموع العضلي وسرعة التعب
 وصفاتهم العقلية الحذق والذكاء وشدة المهيلة وادراك الامور العويصة .
 فهم الذين يفتنون قوائم 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 تلجهم مبادئ الديانة والادب رضخوا لشدة شهواتهم .
 والنساء اقرب الى هذا المزاج من الذكور الا انه كثيراً ما يكتسب من المادة
 ويتغلب بين الاقوام المتخدين . واما الامراض التي تعذبهم على نوع اخص فهي

الأمراض المعروفة بالعصبية ولا سيما الاستيريا في الإناث والمالنجوليا والجنون
الأمزجة المركبة . بندر مشاهدة المزاج الصرف بين الناس بحيث أنه
يقال إن صاحبه خالٍ من صفات مزاج آخر بل الغالب جداً إن الإنسان
مركب من نوعين أو أكثر ولذلك يقال أحياناً المزاج الدموي المفاوي
والدموي الصفراوي والدموي العصبي إلى غير ذلك . وقد يكون التركيب
متساوياً فإذا اختلف تغلب أحد الأمزجة على الآخر ونُسب إلى الشخص . وليس
المراد بهذه التسمية زيادة الدم في الواحد مثلاً أو الصفراء في الآخر بالنسبة إلى
غيرها بل تغلب بعض القوى الطبيعية بحيث أنه يحدث من ذلك صفات عامة
مميزة لبعض الأفراد 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 بينها في الصفات كالبعل الذي نشاهد فيه صفات الحمار والفرس وكذلك المولود من الابيض والزرنجي في البشر . ولا ينحصر هذا الناموس في مسألة الجنس والنوع ولكنه يمتد الى الافراد . لاننا اذا نظرنا الى الفرس مثلاً رأينا ان ولد الفرس الكرم كرم وانه يشبه ما يلدُهُ بالشكل والمجتم واللون الى غير ذلك من الصفات الفردية وكذلك الثور والكلب وغيرها من الحيوانات الاهلية . بل ربما خالف الذين يربونها انواعًا او افرادًا في التناسل لينتالوا نوعًا جديدًا كما هو المشهور عند الذين يربون الحمام وغيرها والى ههنا يُنسب تحسين الحيوانات الاهلية وإبصالها الى درجة عظيمة من فائدها للبشر

ويظهر ناموس الإرث في الانسان من حيث شكله العام ونسبة اعضائه بعضها الى بعض فنرى في حركاته وهيمته وجوهه 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 انما 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 الخلفي وبعض العاهات كالبه والشفة الشرماء الى غير ذلك

وكثيراً ما يظهر في الولد الصفات العقلية والادبية التي للأب ولو عملت فيها الترييق والتعليم فانه من الامور المنتررة 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 الجوده والقباحة في الصفات وقالوا ليست هي اموراً موروثه بل هي من نتائج التربية والكيفيات المحيطة بالشخص والعامله فيه

ومن هنا الباب الاستعداد الارثي للمرض ولا يخفى ما في هذا الشأن من الاهمية الكبرى للافراد والعيال والجمهور من حيث الخطر للصحة والمسؤولية العظمية على الطبيب والعاقل في مناومة الميل الطبيعي للمرض من زمن الولادة الى حين الموت . ولا بد من التمييز بين الامراض التي تولد مع الطفل كالمرض الزهري واستعداده لمرض كآف في احد والديه فهو الاستعداد الارثي دون الاول . وقد يتعرض الوالدين والاولاد لاسباب مرض واحد فاذا اصابهم جميعاً لم يحسب من هذا القبيل لان الاله المختزيري 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 طالبت هذه الاسباب نشأ 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
 كينيات معلومة موافقة له . ومن هنا يتبين فائدة علم الصحة الذي يرشد الى
 ذكر هذه الكينيات والاسباب المؤدية الى انتشار المرض الذي يخشاها الانسان
 من ناموس الإرث

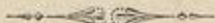
هنا وان للانتقال الإرثي حداً لان من قوة الطبيعة اصلاح الجنس مما يصيب
 الافراد . ولذلك يندر وقوع جميع اولاد العائلة المصابة بعلّة وراثية في تلك
 العائلة فان الغالب جداً سلامة بعضهم . ويظهر من شواهد كثيرة ان الامراض
 الإرثية قد تزول مع تولي الاجيال لان الطبيعة تميل على الدوام الى العود الى
 الرسم الاصلي 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 مانت الام فيها بعلّة سرطان الثدي
 ثم مات اثنتان من بناتها بهذا الداء والثالثة لاتزال في خطر منه . واما الاولاد
 الذكور فاصحاء . ويشاهد احياناً اب وام صحيحان 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 يستنصى غالباً الى الجدود . غير انه في
 الحكم على مثل هذه المسائل لا بد 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 للعلّة الواحدة كالسل الرئوي مثلاً لان
الاولاد يكونون حينئذ في خطر عظيم من الموت بهذا الداء بل يجب ان يُطلب
للوّاحد منها الذي فيه استعداد إرثي زوج خالٍ من ذلك . ثانياً تحريم الزيجة
بين الاهل القريبين الذي عوّلت عليه جميع الادبان 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 والناج والتشويه الخلفي بينهم . ثالثاً
ما لا يجوز تزويج الشيخ للبيت الفتاة لان في ذلك مخالفة لمقتضى الطبيعة وعاراً
عظماً على من يفعله واضراراً كثيرة منها ان نسل العاجز يكون ضعيفاً . وكذلك
لا تصح الزيجة في اول زمن الحملانة لكلّ من الفريقين . واما النزوح بالبنات
قبل بلوغهنّ واستعدادهنّ الطبيعي لذلك فمن القبائح البربرية التي يشجبها علم
الصحة ومقتضى الادب . رابعاً يجب مراعاة ناموس المخالفة في الزيجة من حيث
المزاج فلا يصلح افتران المتفاوتين ببعضهم البعض او العصبيين كذلك لتلاّ
تظهر اشد الصفات المزاجية في الاولاد . خامساً اذا خرجت هذه الضوابط
عن دائرة الاختيار لم يبق الاّ الاعثناء بالطفل على نوع مقاوم للاضرار التي تخشى
فنتقام له مرضة صحيحة البنية شديدة العافية وبطال زمن الارضاع ثم اذا قُطِم
دُبّر له تدبير خاص مدّة الحملانة والشباب من حيث المعيشة والمناخ والصناعة
دفعاً للعلل المستعد لها من عمل الناموس الإرثي

وأما العلة التي تنتقل من الوالدين إلى الأولاد على سبيل الاستعداد الإرثي وكيفية مقاومتها بالتحديد الصحي والعلاج فمن متعلقات الطبيب ولا محل لذكرها هنا وإنما نقول أنه يجب عليه دراسة استعداد المرض بالتحقيق ليعرف ما يشور هو به من الوسائل الموافقة للنجاة من العلة التي تهدد الشخص وهي في الجملة التعرض للهواء النقي والنور واللباس الموافق والطعام الجيد المغذي والرياضة الكافية وتجنب الأسباب المضعفة



الفصل الخامس

العادة

الفرق بين المزاج والعادة ان المزاج صفة اصلية للبيئة 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 يعسرا ويسنجيل 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 بالتين 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 أدت اليه

ومن الامور المتكررة من هذا القبيل ان التأثيرات الناشئة من استعمال بعض النواعل 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 الردي

والهواء الفاسد ولذلك نرى خلقاً كثيرين يعيشون في أماكن لو دخلها غيرهم يوماً واحداً لمرضوا في الحال. ومن ذلك ما يتعوده بعض البرابرة من أكل السمك النيء وشرب دم الحيوانات وتبيل الطعام بالحماضات عند الإيطاليانيين وأكل الصيد عند أول وقوع الفساد فيه وغيرها من العادات التي يصطح عليها بعض البشر ولا يمنع ضررها إلا الألفة لها وهو ما ارادته الشاعر بقوله "لكل أمره من دهره ما تعودا"

وقد يكتسب الإنسان عادةً للمرض فيصير قابلاً له عند حدوث سبب ضعيف كما يشاهد في التهاب الرئة والكبد والكلى وغيرها. وأوضع الأمثلة على ذلك الحمى المتقطعة المعروفة بالدور فان سببها الأصلي المشهور هو بخار المياه المستنقعة في الاجنة والبطائح فاذا لازمت مدةً صار عدم رجوعها بعد الشفاء أمراً عسراً لان السبب الخفيف كالتعرض لهواء الليل الرطب يعيدها فكأنها الفت العليل واخذت منه مأخذ العادة فتتردد عليه رغماً عن العلاج وتغيير الهواء

تسمى 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 مما 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 ويسمعه ويطلع عليه ويأكل الذين حوله في كل امر فهو كالشبع الذي يأخذ هيئة العوامل التي تفعل فيه فيشبع على ما يناله من التريبة وتربو معه العوائد التي يألنها في حداثة سنه. ولذلك كان من اهم واجبات الوالدين الالتفات الكلي الى صلاح تربية اولادهم في الخصال الحميدة وقوانينهم

من المزايا الرديئة واقناعهم او اجبارهم بالاقلاع عنها اذا رأوا فيها فبهم لئلا نتمكن
منهم فيعسر زوالها. شعر

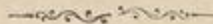
ان الغصون اذا قومتها اعتدلت ولا تلبث اذا صارت من الخشب

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 اعلاء 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 بحالة 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 والهلاوة عنها بكل
ما يمكن ولا سيما بالسفر وتغيير المناظر

ومن العوائد المضرة القراءة في الليل على ضوء ضعيف وقراءة الخط الرفيع
ولاسيما خصلة قريب 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 منقرة لنصر البصر ومعدبة لطولها والاولى
الحذر من العوائد التي تسوق اليه. وكذلك الحول الذي يتبدى احياناً في
الاولاد قصداً ثم يصير عادة ثابتة

ومما يجب الالتفات اليه والاهتمام به عادة اطلاق الامعاء مرة كل يوم فاذا
 غُفِّل عن ذلك صار النبض خلة دائمة مضرّة بالصحة وعسرة الزوال . والذين
 يصابون بذلك يستعمون المسهلات على الدوام فتتعود الامعاء عدم العمل الآ
 بالوسائط الاصطناعية . والاولى ان نتاوم 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 ينتج هذا التدبير في اول
 الامر ولكنه ينتج على الاستمرار وحينئذ يجب الدوام عليه مدة الحياة
 وهناك عادة قبيحة يستعملها الشبان لا نستطيع ان نذكرها الا 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 الا ما تكسبها 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 في 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 والخشوع والشجاعة
 والبرورة والاقلام على الامور العظيمة والاحمال صفات الرجولية . وما تؤدي
 اليه اخيراً الضعف التناسلي والعنة وشقاء الحياة الناشئة عن ذلك . فيرى ما
 نقدم انها ليست امراً سلبياً 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 يراقبوه ويوضحوا لهم اذا لزم ما ستر عنهم من سوء عاقبة هذا الافساد
 المغيب

واما الافراط في الوظيفة التناسلية والانحراف عما هو طبيعي والنباحات
التي يرتكبها بعض البشر ولا يرتكبها وحوش الارض فمن الامور التي لا تُكتب
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 الإرثي 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 المحبوبة والقدرة على مقاومة اسباب المرض والنفاهة السريعة وتجديد القوة بعد فقدها بواسطة المرض . واذا كانت ضعيفة كان صاحبها اكثر قبولاً للمرض والتأثر من اسبابه ويطوم رجوع القوة عند النفاهة . فتمثل البنية مثل الآلة الميكانيكية التي اذا كانت موادها جيدة واجزاؤها متنهة التركيب كانت اقدر على احتمال مشنة العمل مما لو كانت على غير الكيفية المذكورة

ونميز البنية عن المزاج بان المزاج يتعلق باختلافات واضحة بين الافراد من حيث عمل الفواعل المحبوبة في العقل وان البنية تتعلق ببناء الجسد الاصلي وسلامة اعضائه وانسجيمه . فالبنية اعم من المزاج لانها الفطرة 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

رخصاً وقوة الجسد مجهولتو قليلة ويكون الشخص عدم النشاط سريع التعب. وقد
تُحسّن البنية الضعيفة بالتدبير الصحي الموافق لان الطفل الذي يولد في حالة
النقر ويربو في الكيفيات التي لا تُؤدّي الى نمو الاعضاء التام كعدم كفاية الطعام
واللباس والنور والهواء التي قد تصطلح ببنيتها بواسطة انتقاله الى الاحوال المخالفة
لما ذكر

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

اذا كان الطفل ضعيف البنية من اصل فطرته وجب الاعتناء المخصوصي
به من اول حياته فتستعمل له الوسائط التي سبق ذكرها في الكلام على تدبير
الاطفال. ومتى نما يُبدل طعام اللبن باللحم ولا يُحصّر في البيت بل يُرسل الى
الخارج لينشق الهواء النقي ما امكن ولا يُرسل الى المدرسة قبل السنة السابعة
او قبل ان يبلغ القوة الاعيادية لاحتمال مشقة الدرس. ثم اذا شبّ ولم تنزل
بنيته ضعيفة وجب مداومة جميع الوسائط التي من شأنها التقوية كالرياضة على
انواعها من المشي وركوب الخيل والصيد والسفر مع تجنب الاسباب المضعفة.
وتُحتم الكلام في هذا الفصل بالقول ان قوة البنية من اعظم اسباب الصحة ولذّة
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 انتقطع عنها هلك الحيوان والنبات معاً. وهو مزيج مؤلف من كميات ثابتة لا تتغير من غازين الاكسجين والنيتروجين بنسبة نحو الخمس من الاول واربعه 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 الداخِل الذي تستنصّي 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. وسياقي 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 انقبضة 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 وتبسط على التوالي. فاذا انقبضت تسطح تحديبها واتسع التجويف الصدري فيدخل الهواء من الانف الى القصبة ثم الى الرئتين لاجل اشغال الخلاء الذي تكون من انحسار 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 المتفاح الذي اذا تباعدت احدى طبقتيه 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. والنفصل في ذلك انه اذا دخل الاكسجين الدم اتحد بالمواد النائرة من النجاسة الجسد التي تلقى الى السيل الدموي فيتكون من الاتحاد المذكور مركبات كيمياوية جديدة تبرزها الطبيعة على طرق مختلفة كالعرق من الجلد والبول من الكليتين والزفير في التنفس. واخص المواد المبرزة من الرئتين في التنفس الحامض الكربونيك. وعلى هذا يكون الدم المجاري في الجسد بمنزلة النهر الذي يجري في ارض فيسفي اهلها وانجارها ويحمل اقلارها الى مصبه لان الدم يغذي النجاسة الجسد ويحمل منها

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

الحامض الكربونيك المبرز من الرئتين بواسطة التنفس من اشد السموم 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 قيراطاً 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 يمتدحون 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 يؤول الى تقوية هذه الوظيفة . وهذا يتم بواسطة الرياضة الكافية ولا سيما مدة حلالة السن اذ تكون الاعضاء في حالة النمو . فيجب حينئذ ان يتمرن الولد في انواع اللعب والرياضة الجسدية المعروفة عند الاوربيين بالجيمناستيك وهو سواها للصبيان والبنات فان ذلك يقوي عضلات الصدر ويزيد في نموها وفي العمل التنفسي . واذا وقع اغفال عن هذه الوسائط في زمن الحضانة كانت البنية بعد ذلك ضعيفة وتوتت الفرصة بحيث لا يمكن تعويضها في المستقبل . ولذلك لا يجوز حصر الاولاد في المدرسة ساعات كثيرة متوالية بل يجب ان يعطوا فرصة للتمزق والرياضة ساعين 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 بالزئار بين الشبان
لأنه يضغط القسم السفلي من الصدر والقسم العلوي من البطن ويضرب بالتنفس
كما أنه قد يكون سبباً للتنق 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 قذر 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 تبدل الهواء في المساكن من الامور الضرورية لحفظ
الصحة لأنه لا يفقد بعض الاكسجين ويشتت بالحامض الكربونيك فقط ولكنه
تخالطه مواد حيوانية بخارية مبرزة من الجلد والرئتين لا تصلح للتنفس بل هي
سامة للدم وعلة لانحراف الصحة ولهجوم المرض . واما كيفية تطهير الهواء فيتم
بتسليك مجرى من الريح في المساكن والمدارس والجمامع والكنائس بواسطة فتح
نوافذ متقابلة . واما غرفات النوم فيجب فتح نوافذها مدة النهار وغلقها قبل
وقوع رطوبة المساء في النصول 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
للحواء كل يوم ولو بضع دقائق ومن مدة الى مدة تعزبل البيوت وتفرغ

بيوت الخلاء وطرش الخيطان لاجل تنقية الهواء من المواد العنيفة والابخرة
الفاسدة

تركيب الهواء وما يعرض له من الفساد

تقدم 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 ٢٢ نفرًا . وهو ثقيل
فيحدر الى الاسفل كما هو المشهور في الآبار التي يتولد فيها من التعفن وفي الدن
الذي يظن فيه التبيد 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 . ولهذا 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 الكهربية فيه . وهو لا يزال موضوعاً للبحث وغاية ما

توصلوا اليه من معرفة هذا الغاز هو ان كيبته في الهواء تنقص او تنفذ 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 البخار العطرة الناشئة من بعض الاشجار كالصنوبر واليوكالبس وهواء البحر فان جميع هذه الكيفيات صالحة لتوليد الاوزون وعمله في تشبيط 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 والجلدي. والاشجار المذكورة رائحة خصوصية تنشرها الاثواب والاسرة وفرش البيوت وتلتصق بالخطاط وقد تدوم فيها زمناً طويلاً. وقد يبحث عنها الكيماويون فوجدوا انها مواد آتية سريعة الفساد والافساد لما تخاطلة 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 نقل 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 والمستشفيات وتستعصي ازالتها بالعمل والطرش
والقشر فيضطرون الى المدم . ومن الامور المقررة ايضاً ان اثواب المرضى بهذه
الحبيبات 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 كثنت 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 يحيط درجة الحرارة الجوزانية وينقص العرق
الجلدي واذا طالت هذه الحالة فثمت الامراض الوافدة وكثر الموت . واذا
كان جافاً ودرجة حرارته مرتفعة زاد الجذر الجلدي والرئوي واحداث 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 توول الى الفائدة المعهودة من
الاتقال الى الاماكن المرتفعة في الجبال مدة الفصل الحار

الملاريا

براد بالملاريا فساد يعرض على الهواء وينشأ من تحايل مواد نباتية في
مستنقعات المياه المنخفضة الرائدة . واختلفوا على ماهية السماد المذكور فذهب
البعض الى انه بخرة غازية منبعثة من استنقاع النبات وتحللها في المياه وقال
غيرهم انه مواد فطرية دقيقة متولدة من هذه المستنقعات ومنتشرة في الهواء .
على انهم اتفقوا انها اذا دخلت الدم بواسطة النفس كانت السبب الرئيسي في
احداث الحميات المتقطعة والمتفرقة 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 وقتلاً يشاهد منهم
واحد صحيح الجسم واما هواء المدينة التي لا تبعد عن النهر إلا مسافة قريبة فيجد
والحميات الدورية قليلة فيها . ثانياً يشتد 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 وتنفيها منها . رابعاً للملاريا شراسة
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 قماش رقيق على
 الابواب والنوافذ في الاماكن المالارية واستعمال الناموسيات حول الاسرة يمنع
 دخول المادة المؤذية . سادساً اشعال النار مفيد في منع الضرر وهو ما يعملة
 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 المالارية على انهم اختلفوا على التعليل عن فائدته فقال
 جماعة ان اوراقه تمتص المادة المذكورة وقال غيرهم انه معين في توليد الازون
 الذي يصلح فساد الهواء على ما تقدم . واما الذين يضطرون الى مجاورة هذه
 المواضع فيجب ان يبتعدوا عنها ما امكن ويحلوا في المرتفعات ويتجنبوا هواء الليل
 ونداه وبرده وبراعوا 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 يُعبّر عنها احياناً بالضغط
 الجوي الذي يراد به كمية ثقل عمود الهواء المتد 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 صُعد
بها الى الاماكن العالية نقص ثقل الهواء الجوي وهبط عمود الزئبق في انبوبة
البارومتر واذا هُبط 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 قم الجبال العالية او يتزلون في الآبار العميقة يصابون بعسر التنفس
وتزف دموي من الانف والنم 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 والفة الجسد للكينيات المحيطة
به . وقال العلامة لني ان صفات اهل الجبال من خفة الحركة والنشاط
والشجاعة وشدة الحرية ناشئة من اسباب كثيرة اخصها نقاوة الهواء وبرده ونشوفته
خلافاً لهواء السهول الكثيف المشبع بانخرة 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 يعلل 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 ويمجري نحوها

الهواء الاكثف من البحر ويبدأ النسيم البحري 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 الانلا تيمكي وتستعين بها سفن التجارة . ومنها رياح البحر المتوسط التي تجري من جهات مختلفة نحو صحراء افريقية المحارة الهواء . الرياح الغالبة في بيروت الجنوبية الغربية في الشتاء والربيع والصيف والشمالية والشمالية الشرقية في الخريف

واما عمل الرياح في الصحة فعظيم . وذلك اولاً لان مجاربه اللائمة تحمل المواد السامة والابخرة المتولدة في الارض والمياه وتبددها وتزيل ضررها على انه قد تأتى بها احياناً من الاماكن المصابة الى السليمة فتكون سبباً للمرض . ثانياً صدم الهواء للجسد من الامور المنبهة للجلد والدورة الدموية فقد يكون لطيفاً مفيداً وقد يكون شديداً زرعجاً . وان كان بارداً جداً اوجب خفض الحرارة المحوالة الى درجة الضرر او الملاك وان كان حاراً جداً رفعها وان كان مشبعاً بالرطوبة منع البحر 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 تُقسّم الرياح الى اربعة اقسام . اولها الباردة الرطبة وهي الغالبة في

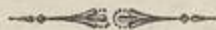
الشتاء وعملها في الجسد انها تعارض الافراز الجليدي والرئوي فتكون سبباً لعلل
 المفصل والتزلات الصدرية . واكثر ضررها للاطفال والشيوخ ويختز منها
 بواسطة اللباس الموافق الصوفي كالفلانلا وغيرها وعدم التعرض للهواء البارد
 بعد الرياضة العنيفة ودفء البيوت . ثانياً الباردة الجافة واكثرها يأتي من
 الجهة الشمالية 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 يحذر من هبوط الحرارة نحو المساء
 وهو وب النسيم البارد فاذا لم يتوق الانسان من هذا الاختلاف كان عرضة
 للحصى والاسهال والسحج والتزلات . 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 بالسروز 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 محلّ له في هذا المختصر. فغاية ما يقال هنا في هذا الشأن انه قد ظهر للمحقّنين ان الحالة الايجابية اصبحت للصحة وان الحالة السلبية موافقة لانتشار الامراض الوافدة الشديدة. ومن المتقرّر 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 لعلمهم 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 ومدة الفصول التي يكون فيها النور شديداً . ومن المشهور ايضاً ان النبات يأخذ الكربون من الحامض الكربونيك في النهار واما في الليل فانه يأخذ الحامض المذكور من الهواء ويرثه اليه كما هو . ولا بد 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 اقل من عمله في النبات . لاننا اذا قابلنا سكان المدن الذين تعرضهم للنور قليل بأهل البر رأينا 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 والقوة الحيوية واولادهم ضعفاء مثلهم . وقد تخفق ان حجج النور عن الناس بسبب نقصاً في اجزاء دمهم الضرورية للحياة كالاليومين والفيرين

والكربات الحمراء وزيادة في قسمه المائي فيبهت لون الوجه ويصير كالشمع وتخفي الاوردة الجلدية ويتواتر النبض بدون زيادة في حرارة الجلد ويكثر خفقان القلب وتختل القوى ويشند الميل الى الاستسقاء والداء الختيري والبثور والنزف . وقد شوهد ذلك في بيوت المستشفيات المظلمة فكان شفاء المرضى فيها عسراً او ممنوعاً . وعلى هذا يحكم بضرورة النور للصحة كضرورة الهواء النقي . بل انه من المقرر ان المصابين ببعض الامراض المزمنة ولاسيما الامراض الصدرية كالربو والتهاب الشعب الرئوية المزمن يستفيدون فائدة ظاهرة من تعرضهم لنور الشمس ولذلك تكون عادة الجمهور في اغلاق الشبايك وحجب النور عن مخرج المريض خطأً الا اذا امر الطبيب بذلك لعله خصوصية

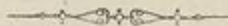
وما يجب الالتفات اليه على الخصوص من هذا القبيل امر الاولاد والنساء . فانه لما كان سن الصغار من النمو والتكوين وجب الاعتناء بكل ما يفيدهم هذه الغاية والحذر من كل ما يمانع ذلك فلا يجوز حصرهم في بيوت مظلمة او في مدارس غاصّة بالتلاميذ نوافذها قليلة صغيرة لا يدخل منها كفاية من الهواء النقي ونور الشمس . وتُشاهد نتيجة هذه المعاملة المخالفة للطبيعة في صفة وجوههم ونحافة ابدانهم وتسلط العلل عليهم . فابن هم من اولاد الفلاحين المزدري هم الذين سمرة لونهم وقوة عضلاتهم وشجاعتهم تدل على ما نالوه من التربية في الهواء والنور وخشونة المعيشة . واما البنات والنساء فكثيراً ما يحجز عليهن داخل البيوت خوفاً من نور الشمس وهو آء السماء فيجني لونهن الطبيخي ويقل الدم فيهن ويقعن في علل مختلفة ثم يدعى الطبيب لاصلاح الخلل 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

انسعت الحدقة لنفوذ ما يمكن منه الى باطن العين لكي يتم بصرا اشباح . واذا اجهد الانسان بصره زماناً طويلاً في تحقيق الاشياء ولا سيما اذا كان النور ضعيفاً أدى ذلك الى الضعف المعروف بالميوبيا اي قصر البصر وهو علة منتشرة بين الصيغ 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 يمتدح الابصار ويسبب العمى 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 بالعمى الزمني مصحوباً بالصداع والتيه وبعراض أخر عصبية . وعرض مثل ذلك للجنود اليونانية تحت قيادة زنفون الشهير وهم ينقطعون اسيا مدة الشتاء بين ثلوج ارمينيا . وكان السبب لذلك انعكاس النور من الثلج الشديد البياض ولهذا يلفظ السياج على جهاء النور في الاقطار المتوسطة من الكرة وفي ثلوج الجهات الشمالية وهم يبحثون عن النقط بواسطة النظارات الملونة المعتمة ومن هذا التيبيل ما يقال عن تغلب الريمه 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 يتغير المعرضون للنور الساطع بسمرة لونه عن الذين نور بلادهم ضعيف فم يبيض 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 تحيين 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

فيتضع 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 لمناقلة 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

الحرارة

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 لظي خط 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 ٢٧ س = ٩٨.٥ ف وهي دون ما يشاهد في الطيور التي تبلغ في بعضها ١١١ ف واعلى ما يكون في الامماك والزحافات التي لا تزيد حرارتها عن الوسط التي تعيش فيه اكثر من درجات قليلة . ولا تختلف الحرارة في البشر باعتبار الجنس والسن والصقع والنصل الا شيئاً قليلاً فهي ابداً 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 تخصّص 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 الصنع فما 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 للحرّ 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 بمثل ذلك
شعروا بالبرد فيشكون الحرّ والبرد غالباً لا باعتبار مطلق درجاتها ولكن
باعتبار الاختلاف السريع الذي يحدث احياناً

ومن الامور العجيبة في اعمال الطبيعة طاقة الانسان في مقابلة البرد والحرّ
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 الحالتين. واما السبب في ذلك فهو ان من الاعمال المحبوبة توليد حرارة
دائمة في الجسد مساوية لما ينفق منها في التعرّض 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 تاكسد بعض اصول الطعام وما يتخلل 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 التاكسد وكذلك اتحاد الاكسجين بالمواد المتخللة من الانسجة . ومن المعلوم ان هذه التغيرات الكيماوية وامثالها يصحبها حرارة كما يرى في اتحاد كربون الحطب او قلم باكسجين 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

وبما كان توليد الحرارة دائماً في الجسد كدوام الغلاء وجب ان يكون ايضاً اسباب لتلطيفها وتعديلها وهي اولاً الشعاع اي خروج الحرارة من جسم الى آخر ابرد منه على هيئة اشعة يشعر بها ولو لم تُنظر كخروج الحرارة من النار الى الاجسام المجاورة لها . ثانياً المسّ اي انه اذا مسّ جسم حارّ جسمًا 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 وحر 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 يستدفئ بواسطة

المحرارة المتولدة فيه ويضيف الى ذلك سخونة المأوس والنار ولا سيما اخضرار
 انواع الطعام الكثير الكربون والهيدروجين كالحوم المدمنة والحلويات . ولهذا
 السبب يسمن الحيوان عموماً في الفصل البارد لكثرة اكله وخرنه مادة دهنية
 اكثرها على شكل طبقة تحت الجلد هي مؤونة له تنفق في زمن الحاجة . ويقابل
 الحر بلبس اثواب النطن والكتان لانها موصلة جيدة للمحرارة فتذهب ببعض
 حرارة الجسد وتقلل اكل اللحوم والدهون والتعرض للهواء والانجباء الى
 الجبال العالية والاكتثار من شرب الماء للتبريد اولاً ثم للتبخير في العرق الجلدي
 عند التعرض للبرد الشديد يحدث خيل في النوى العنقية 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 بنجمس 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 للنتنوس اي الشنخ 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 صندعة في ماء
 ابرد من الماء الذي كانت فيه قبلاً بنحو عشر درجات تشنجت في الحال . ولما
 كان البرد عاملاً في خضض القوة الحيوية 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 والدوسنتاريا والحميات وامراض العينين . وقد تقدم في فصل
النور ما لعل اشعة الشمس في امراض الراس وما يجب على الانسان من الوقاية
من هذا القبيل . 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 انتفاع 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 اطباء ولاسيما اطباء المستشفيات
النظر الى درجة الحرارة في بيوت المرضى بحيث انها تكون بين ٦٢° ف و ٦٦°
وذلك يساوي ١٧° س و ١٩° وتدفنتهم بالاعطية المناسبة . واما في حر الصيف
حيث تعجز الوسائط الاصطناعية في تبريد الهواء فتستعمل الوسائل الممكنة في
تبديله وتلطيف حره مع خنثه العطاء 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 الخسارة الناشئة من ذلك وتوفير القوة الحيوية 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 تفررت عند الاقوام المتعددة. واما ما يُقصد 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 فينتج من الياقظ والكتان والصوف وشرانق دود الحرير المنسوجات المعروفة ويضاف الى ذلك الجلود المدبوغة والفراء. وهي تلبس على شكل اثواب داخلية واثواب خارجية

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

ودهن الجسد وغسل الاثواب وذلك بمقام تبادل 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 القطن او الكتان في البلاد والنصول الحارة فيحافظ على الحرارة الطبيعية بالفلانلا وتلطّف بواسطة الكتان والقطن وهي جميعها موافقة للاغراض التي سبق ذكرها آنفاً

واما فائدة الاثواب الخارجة فما علا كونها معينة للملاخلة في حفظ الحرارة يستعان بلونها ونسيجها على امتصاص اشعة الشمس وحرارتها او على دفعها عنها . فانه اذا وُضعت قطعة قماش اسود وقطعة قماش ابيض على الثلج في الشمس رأيناها يدوب 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 الوان النسيج التي يجب تفضيلها في الشتاء والصيف ولا سيما للشيوخ 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

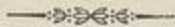
كثيراً من الهواء بين خلاياهُ خلافاً لما اذا كان ناعماً امس . ولما تزداد كمية الهواء حسب طبقات الكساء المولنة عادةً في الشتاء من قميص فلانلا وقميص ابيض وصدرية وسترة تتضمن اربع طبقات من الهواء بينها . وقال البعض ان لبس اثواب رقيقة كثيرة ادفاً من اثواب قليلة سميقة لكثرة طبقات الهواء الذي يسخن من حرارة الجسد وهو محصور بينها . ثم ما عدا الالبسة الاعتيادية يجب ان يضاف اليها متى وصل البرد الى درجة ٥٠ ف ثوب سميك من الظاهر فاذا كان ثقبلاً يعارض المشي النشط فيلبس عند نهاية ذلك لانه لا شيء اضر للصحة من الشعور بالبرد اذا طال مدتة . 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 وفوقه آخر من الفلانلا فاذا تقدم في السن واخذ في الرياضة النشيطة وضعت الفلانلا من الباطن وقميص النطن من الظاهر . ويجب ان تكون اثوابهم واسعة ولا يربطون بمرباط ضيقة حول العنق والصدر والبطن والركبتين بحيث تكون جميع المفاصل حرة لئتمكن الطفل والولد من الحركة والرياضة اللتين بدونهما لا تقوى الاعضاء . ولا تشتد بنية الجسد خلافاً لعوائد اهل الشرق الذين يثبطون الطفل المولود حديثاً ويحصرون اعضاءه كانه شيء من محططات المصريين القدماء

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

العلماء انه لم يُصطَلَحَ الى الآن على كسائه له خالٍ من العيوب لان العائم على انواعها ثقيلة حارة لانتفي 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 للجدي 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 لاتزعج الراس بثقلها . ومن اردوا 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 علة كلية . ويجب مراعاة هذا الامر على الخصوص في الاولاد الذين تعريض اعناقهم للهواء مفيد لهم الا اذا كان الطقس بارداً فيوضع لهم حينئذ غطاءً وقتي . 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 بالاربب وربما كان من نتائجها السل الرئوي . ومن الواجب الضروري تبديل الفلانل 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 فجائياً او شديداً اوجب ذلك علة في بعض الاعضاء البعيدة .

مادة الكفوف من الكتان والنطن والجلد الرقيق من الجدي والحبر والصوف وفانديهما وقاية اليدين من الشمس والغبار والوسخ 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 عربضاً 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 المنفصل الرسخي . 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 زيب 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 والمواضع

قشرة الأرض مؤلفة من مواد مختلفة بحسب الأسباب التي عملت فيها وهي النار والماء والتحلل الآلي. فنشأ من عمل النار الصخور الصلبة والبركانية والرمل ومن عمل الماء الصخور الكلسية والرملية والتراسيب المجمعة عند مصب المياه. ومن عمل التحلل الآلي الفم 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 يمتنع بشأن الصحة وما تكون معرفته مفيدة للعامة

لأنواع التراب عمل في الصحة من جملة وجوهه وأولاً ما يتعلق بالحرارة. وذلك أن كمية الحرارة التي تمتصها التربة تختلف بحسب نوعها سواء كانت مغطاة بالنبات أو عارية منه. وأكثر هذا الاختلاف عائد إلى لون التربة وكثافتها فإن الرمل الناعم الذي حبهبه متفرقة أشدها حرارة خلاقاً للتراب الطيني أو المزوج ببقايا نباتية. والأرض المغطاة بالشب ضعيفة الامتصاص للحرارة وسريعة المفارقة لها. وعلى ذلك تكون التربة الطينية باردة رطبة مسببة في البلاد الباردة لأوجاع المفاصل والنزلات. وإما الأرمال في البلاد الحارة فحضره لسبب ما تتضمنه من الحرارة إلا إذا كان غطاءً لها الحشيش الأخضر. ومن الحق أن حرارة الأرض دخلاً عظيماً في نسيب الملاريا وانتشار الهواء الأصفر.

ثانياً اذا كان لون التربة ابيض وكانت عارية من العشب الاخضر عكست اشعة النور وحرارة الشمس فرمما اضرّت بالعينين وزادت حرارة الاجسام كما يشاهد في بعض البلاد الحارة 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 الكلمي يضبط الرطوبة زماناً طويلاً وهذا النوع مضر من وجهين اولها انه رطب والثاني انه اذا كان فيه مواد نباتية اعانت الرطوبة في تحليلها واحلثت الملاريا . وقال بعض المحققين ان رطوبة الارض سبب للسمل الرئوي والتلات ووجع المفاصل وانتشار الهوائ الاصفر والحى التيفويدية . والفائدة الاعلبيية في الاتربة انه اذا كانت جافة سوائاً كانت تمتص الماء بالسهولة او لا فهي مفيدة للصحة في منع بعض الامراض وتحسين التغذية وعموم القوة . رابعاً يتصاعد من بعض الاتربة غبار مضر 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 ماهيتها 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 الملاريا 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 الهوآء والمآء والتربة . ومن اردء المواقع بين الجبال
والنلال والاكمة الابدية ولاسيما في البلاد الحارة لانه يكثر فيها استنفاع المياه
والتعفن النباتي . ولما كانت النلال تبرد قبل السهول المجاورة لما اوجب ذلك
مجرى من الهوآء احدهما في النهار يسير في الوادي نحو الاعلى والآخر في الليل
نحو السهول فيكون بارداً حاملاً للمادة المملارية مضرّاً لسكان المواقع التي
يقرب مصب الوادي . ولذلك كان اضرّ اقسام السهول ما كان منها واقعاً
عند مصب الابدية لسبب المذكور ولان المياه النازلة تزيد النمو النباتي وتعفنه
في الارض المجاورة . ولكن اذا كان السهل منفصلاً عن النلال 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 المواقع
الردية ما كان منخفضاً عن مساحة السهل لان المياه تصب فيه وتسبب الرطوبة
والاستنفاع والتعفن النباتي

اما الجبال والمرتفعات فضغط الهوآء فيها اقل مما في سواها والتجراسرع
والملايا نادرة . وهوآء الجبال صافي بارد وغالباً جاف خالٍ من اكثار
المواقع المنخفضة . ومباهما عادة نفية لانخالطها مواد آلية ولكنها قد تكون مشحونة
بالكلس وغيره ما يكتسب من الطبقات الصخرية التي تمرّ منها الى سطح الارض .
وتربها غالباً عقيمة لقلة المواد الآلية فيها . ولذلك تكون الجبال مفيدة للصحة
من حيث الهوآء والمآء والتربة غير ان بردها قد يكون شديداً مفرطاً . وهوآء
الجبال وثقاوة مآئها 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 والحبيبات
او من الاعمال العقلية الشاقة او الكدر والهم من مصاعب الحياة . وهو مفيد
ايضاً للذين فيهم ميل للسسل الرئوي لسبب خفة الهوآء ونشاط التنفس لاجل

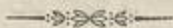
نوال الكمية الكافية من الاكسجين فيمتنع الصدر وتشد الرئتان ويضعف الميل
المرضي

والسهول نتوقف حالتها الصحية على ارتفاعها ومحاورتها للجبال والتلال .
فاذا كانت مرتفعة مستقرة 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 تستط 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 بالتفصيل في فصل الهواء

وعل النبات في الارض عظيم لانه يحجز عنها نور الشمس ويعيق التبخر منها
فتصير باردة رطبة وهو مضر في البلاد الباردة ومنيد 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 منيد في البلاد الحارة في تبريد الارض وانجم وهن
دائماً مضر إلا اذا كان بعيداً واشجار لا يجوز قطعها إلا للاع كافي لانها وقاية
من الاموية في البلاد الباردة ومن الحر في غيرها . ومن فوائد الاشجار انها
تزيد كمية ما يستط من المطر ولنا مثال على ذلك في جزيرة قبرس فانها
كانت كثيرة الامطار والخصب في الزمن القديم ثم لما قُطعت اشجارها في
الزمن الحديث نقلت ارضها وقل مطرها واحملت الى ان دخلها الانكليز
فمنعوا قطع الاشجار وغرسوا شيئاً كثيراً منها لاسترجاع المطر والخصب
المواضع الواقعة بقرب مصب الانهر غالباً مضر للصحة خلافاً لمصادرها

وسبب ذلك ما يجمله الماء من المواد الآلية وبلقيته في الأرض لانه اذا فسد
تركيبه اتشر في الهواء وصار مؤذياً . وهذا يحدث على الخصوص اذا مرّ النهر
في اراضي كثيرة النبات او تحوّلت اليه البلايع والاسربة فيشتد الضرر في المدن
التي يسير بها . ومن ذلك ما حدث في هذه السنة (١٨٩٢) في مدينة هامبرج
المنبئة على مصب نهر الالب والتي هلك منها نحو ٨٠٠٠ من الخلق بسبب
الكوليرا وكان المسبب لذلك فساد مياه النهر الحاملة ادناساً كثيرة محوّلة اليها
من قرى كثيرة وخصوصاً من مدينة هامبرج نفسها . والشطوط الجيرية اذا لم
تكن حارة فهي منبئة 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 بارنز مع ان بارنز
الى الجنوب منها بجيلة درجات

واما المدن فهو 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
هبضة 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 اصطلاح عليه الجغرافيون القدماء. ويراد به الآن صفة في المكان ناشئة من ارتفاعه وترتبه ومائه ووضع وحالة مائه 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 الاقاليم درجة العرض اي البعد عن خط الاستواء ولذلك قسموا الاقاليم الى حارة وباردة ومعتدلة. على ان هذا التقسيم اغلي غير صحيح صحة مطلقة لان الجبال العالية في الاقليم الحار باردة او معتدلة وفي بعض البلاد الباردة اسباب لتلطيف درجة البرد وجعله معتدلاً كالجزار المحاطة بالماء.

اما الاقاليم 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 محجباً 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 انه 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 اولاً انه 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 التبخر من سطح الجلد فاذا عورض التبخر المذكور لم يكن التشعع والتبريد بمحركة الهواء كافيين لمنع ارتفاع حرارة الجسد ولا سيما عند الرياضة . ثانياً يضعف التنفس ويقال 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 الحر طويلاً شاغلاً للنهار والليل . ومن اضر عمل الحرارة في الجسد اذا عنفها برد او رطوبة وكانت هذه التغيرات الجوية سريعة

امراض الاقاليم الحارة اكثرها ملارية . غير انه 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 كسكونسيا
وشمال ايرلندا . 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
النن من بلاد نروج وهو استثناء . وقد شوهد من الناس افراد من قبائل
الاسكيمو حتى درجة ٧٨ غير ان شدة البرد توجب في الذين يجاورونه قصر
القامة وقبح الصورة ولا يظهر انهما تسبب امراضاً كثيرة بينهم خلافاً للذين يسكنون
المناطق القريبة من خط الاستواء

والاقليم المعتدلة واطمة من الدرجة الثلاثين الى الخامسة والخمسين
ومشتركة الصفات بين الاقاليم الحارة والباردة . فتصعد الحرارة فيها الى
١٠٥° ف وتخفض الى ٤٠° . وتداخل النصول بعضها في بعض تدريجياً وهي
كثيرة العشب لفائدة الحيوان . وتكثر فيها الامراض المalarية 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 واختلافة قليلاً كارض الصعيد من بلاد
مصر كان موافقاً للمصابين بهذه العلة ولذلك كثير منهم يأتونه مدة الشتاء
ليخلصوا من الاحوال المضادة لها في اوروبا . ولا خلاف بين البرد والحَرّ في ذلك
اذا كانت بقية الشروط موجودة بل يُفضّل البرد على الحرّ لما فيه من تنشيط
القوى . ومن المشهور ان الطاعون ينتجع عند دخول حرّ الصيف والاربع 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 ويتعمّد مناخاً لم يعمده من قبل .
والظاهر ان ذلك ناتج عن تغيير يحدث في بنيتهم تماثلاً باهل الوطن الذي

يسكنه فيكتسب خاصيتهم ويسلم من اخطار الغريب . ولا ينتصر 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 النوقاسي اشد اجناس البشر في تعود الاقاليم المختلفة فقد شوهد جماعات منه ممتدة من اطراف الارض الشمالية الى اطرافها الجنوبية غير انه لا بد من تغيير في نوع العيشة وعادات الحياة موافق لما يقتضيه العقل ومشابه لما تعلمه السكان من الخبرة . وسنذكر الآن ما يتعلق بتعود المناخ في الذين يتقلون من اقليم بارد او معتدل الى اقليم حار وبالعكس

اما الذين يتعودون الاقليم الحار 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 يتقلون الى البلاد الحارة حفظ هذه الشروط الصحية . اولاً ان يجذروا من الشراة في الطعام ولا سيما اللحوم الدهنية والاطعمة العسرة الهضم . ومن الموافق لهم المواد النشائية والفواكه والخضراوات . واما المشروبات الروحية بانواعها فلا تجوز على الاطلاق او لا 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 ناعماً 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 للقاء مين حديثاً وفي البارد لغيرهم ووفقى الوقت من النهار لذلك هو الصباح عند التموض من النوم قبل الاكل. وفضلاً عن فائدة الحمام البارد في تنظيف الجسد هو من المفويات الفعالة في دفع الامراض التي يتعرض لها غرباء الاقليم. خامساً تنتخب المواضع المرتفعة الجيدة الهواء اذا امكن. والانكليز لا يرسلون جنودهم الى الهند قبل حلول الشتاء الا اذا مسّت الحاجة الى غير ذلك

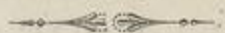
المدة اللازمة لتعود المناخ اطول كلما اقتربنا الى خط الاستواء ولكنه لا بد من بضع سنين في كل حال. ولا يظهر شيء من التغيرات التي يحدثها الاقليم في الغرباء المتوطنين الا في لون الجلد والشعر واما ما يحدث في باطن البنية فغير معلوم الا انه من المحقق انها لا تتزع من الجنس الصفات الخاصة به فان لون اليهود الذين 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 الجمجمة وهيئة 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 يتفكرون من اقليم حار او معتدل الى اقليم بارد فتعكس فيهم
الكيفيات التي سبق ذكرها آنفاً الا ان اضرار البرد ربما كانت اشد. وقد سافر
جاعات مرات عديدة نحو القطب الشمالي بغية اكتشاف الصفات الارضية
هناك وعرفوا من الخبرة كل ما يلزم لوقايتهم من البرد ونجوا 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
لاهم 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
المخصوص 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 اشائها
توليد الحرارة بكثرة كما سيأتي في فصل الطعام . واما الاشارة الروحية فلا يجوز
استعمالها الا اذا دعت الحاجة اليها وعند ذلك لا تكون الا بكمية معتدلة . وما
يثبت القول بوجوب 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 ياكل 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 اكلو 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 وبقي الحياة من الموت
وكثيراً ما يشير الاطباء في بعض الامراض بالسفر والانتقال الى غير
مكان المريض وهو المعروف عند العامة بتغيير الهواء وقد شوهد من ذلك
قوائد ظاهرة . فقد تستعصي الامراض الدورية في المواضع الملائية 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 وياقي الصعبد منها في
فصل الشتاء كثيراً من اصحاب العلل الصدرية ولا سيما السل الرئوي
ويشار احياناً على بعض المرضى الذين علمهم زممنة لاختضع 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 وتسليه العقل وتفرج همومها يشاهدونه من الابنية والحلقات
والتحف الغربية المجموعة في معارضهم وتقوية الهضم من برد تلك البلاد وتحسين
عموم الصحة بحيث ان الطبيعة تنقلب على المرض او تدفعه عنها دفعا تاماً . ومن
هذا القبيل ما يحصل من الفائدة للذين يصعدون من سواحل سورية الى
جبالها اثناء الصيف لانهم لا ينجون من مزار الحر فقط ولكنهم يستنشقون هواء
انقى من هواء المدن الغاصة بالناس ويشربون ماء اصفى من الاكلار ويباشرون
الرياضة في الهواء الخارج عن القرى والمساكن ويمتنعون بشيء من راحة البال
والاعتزال عن مشاق الاشغال فتشدد فيهم شهوة الطعام ولذة النوم ولا ينجني ما
في كل ذلك من المنفعة العظيمة لتقوية الجسد ونوال العافية . وقد تقرر هذا
الامر من الخبرة الطويلة فلم يبق ريب في فائدته 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 حرارته في شباط اذار نيسان ايار حزيران تموز آبيلول ثات آك

٨٠°٥	٨٥	١٠١	٩٦	٩٩°٢	٩٨	٩٣°٧	١٠٠	٩٧°٢	٩٠°٠	٧٧°٢	٧١°٩	الاعظم
٢٦°٥	٤٦	٥٢	٦٠°٢	٦٥°٨	٦٤	٥٧	٥٠	٤٤°٨	٢٩°٩	٢٥°٩	٢٦°٠	الاقبل
٦٣°٧	٦٨°٨	٧٨°٤	٨٢°٢	٨٤°٥	٨٤°٢	٨١°٤	٧٣°٨	٧٧°٢	٦١°٩	٢٨°٤	٢٩°٧	العدل

معدل حرارته السنوي ٧١°٦٣ واعظمه ٩٩°٥ واقله ٥٥°٩

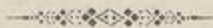
رياحها الغالبة	الشتاء	الربيع	الصيف	المخريف
جنوبية غربية	جنوبية غربية	جنوبية غربية	جنوبية غربية	جنوبية غربية
رطوبة هوائها على فرض درجة الاضباع ١٠٠	٦٧°٨٥	٧١°١٢	٦٦°١٥	٦٣°٦٢
مطرها قراربط	١٨°٧٤	٨°٢٥	٦°٦٦	٧°٥٦
عدد الايام التي فيها تطبق السماء بالغييم	٢٢	٢١	٢	١٤

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 والمخريف

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 عميماً مضرة بالصحة لانها تتضمن هواءً منقطعاً عن الهواء الخارج لا يتغير كما ينبغي ولا تنال من النور كفاية لما تقتضيه العافية التامة وتجمع من الناس عدداً يتنفسون على الدوام الابخرة 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 متفقاً 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 متنفسون بمخشونة العوائد وطعامهم قليل التغذية اجتمعت حينئذ اسباب المرض . وقد ثبت عند المحققين ان هذه الكيمايات التي تغلبت في الفرون السالفة ولا تزال موجودة في بعض مدن الشرق هي الموجب العظيم لانتشار الاوبئة المائلة التي لم يكن سببها

علة 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 الدار 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 ننحفظ ابرازاتهم داخل المنزل او بقريه. وقد يكثر التذمر من قلة استعمال الماء فيسبب فساداً مستمراً في الهواء. وبناءً على ذلك يجب انجاز هذه الشروط الخمسة لاجل صحة المساكن. وهي اولاً موقع جاف خالٍ من المملاريا معرض للنور متجه نحو المناظر التي تشرح الخاطر. ثانياً وسائل التهوية بحيث يزول من المكان كل فساد ناشئ من التنفس. ثالثاً جهاز تام الاتقان لتحمل 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 الشوقفة 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 والجيرات والاجنة ومصب الاسربة حنراً مما يساعد منها من الغازات المؤذية. ويجب ان يكون الموقع مرتفعاً لان ذلك يسهل تجفيف الارض وحركة الهواء حول

الغار ويقال التعرض للرطوبة والتأثيرات الملائرية . ويخار من التربة التي تبنى البيوت عليها ما لا يضبط الرطوبة كالارض المحجرة والرملية والخبثانة خلافاً لانواع الطين على ما تقدم في فصل التربة والمواضع . ولا تقام الطبقة السفلى من البيت على الارض راساً بل تُرْفَع عنها ذراعاً او ذراعين دفعاً للرطوبة . ولما كانت جهة البيت الجنوبية في هذه البلاد اشد جهاته تعرضاً للنسيم البارد في الصيف ولتقابلته الشمس في الشتاء كان الاوفق امتداده 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 النشر للبرطوبة الى ان يصير قديم العهد فتكون البيوت المبنية منه حديثاً رطبة عنفة المحيطان على ان اهل اليسر يلبثون الامر ببناء قناطر حول الجهتين المعرضتين للشتاء وهما الجنوبية والغربية او بطلي المحيطان من الخارج بهلاط صلب . وحجر حلب الكلسي الصلب من افضل ما يبنى به . واما الطين الذي اصطلح عليه اهل مدينة الشام ويسمونه لبناً فردي جداً فيجب المنظر من الخارج بها زخرفوا الداخل منه ولا نعلم لماذا لا يبدلونه بمادة اخرى كالآجر او اللبن المتقن العمل ولو كان دون الحجر صلاحاً . ويجب ان تطلي المحيطان من الداخل بهلاط جيد وان تُرْصَف الارض بالرخام على ان البعض يكرهونه لسبب برودته في الشتاء او الحجريات المعروفة او الخشب الصلب المشيع بمواد زيتية وهو افضلها لكي لا تمتص 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 ادهانها

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 الأعلى سبيل الجملة وعلى الخصوص لان الابنية التي تقام داخل المدن المشككة كالشام وحلب لا تمكن 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 المكاث . والطبقة منها مؤلفة من دارٍ فصيمة مرصوفة بالرخام مركزة تحيط بها الغرف من كل الجهات الا الجهة الشمالية التي تمتد عليها فنطرتان او ثلاث مشغوة بالزجاج . ويضعون المطبخ وبيوت الخلاء في الجهة الشرقية التي لا يأتي منها الريح الا نادراً فيمنع عن المسكن ما ينبعث هناك من الدخان والرائحة . ويستطرق الى بيت الخلاء بواسطة دهليز خاص بحيث يكون منفصلاً عن المطبخ وغرف الخدمة ولا يستبعد الوصول اليه . واما العادة القديمة في وضعه داخل المطبخ طلباً لتوفير المكان والكلفة فمن اقيح العادات التي جرت في خبرة الانسان ولا نعلم كيف ندمها ذمّاً تستوجبها ولكنها قد زالت الآن ولا تشاهد الا في البيوت القديمة المخيرة . ولا حاجة الى التول انه لما كانت الطبقة العليا اكثر تعرضاً للشمس والهواء والنور فهي اجفّ وأوفق جيداً للصحة من السفلى وعلى الخصوص لاجل النوم . واما تصاعد الامبخرة 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 . والمحد 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 النصل 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 بجريها ورائحتها اليه افسدت هوائه بل اربيب وصارت علّة لأمراض كثيرة ولا انتشار 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 كما هو الحال في الاصفر والطاعون اهلك عدداً عظيماً منهم . ولا تعلم لماذا يحافظون على هذه العادة الرديئة وقد زالت ازمة الظلم الا لان الامر صار فيهم ملكة موروثية من تعاقب نحو التي سنة يتعسر عليهم الاقلاع عنها ولو رأوا اضرار الوح في اجسادهم وانفسهم واما كيفية التصرف بالاقطار^(١) حتى يمتنع ضررها في هذه البلاد فعلى

(١) بناءً على القرار المعطى من الدائرة البلدية قد صار تفويض مسئلة تنظيف شوارع واسواق مدينة بيروت عموماً بوجه الالتزام على مدة سنتين كاملتين احياناً من الخامس عشر من شهر مارت سنة ١٧ لغاية الرابع عشر من شهر مارت سنة ١٩ فبعد الآن وصاعداً يجيب على جميع ساكني بيروت ان يضعوا الكفاية التي تترام في مساكنهم

طريقتين . الاولى انها تُدَقَّع في المدن الى اسربة تمجها الى بحر او نهر او مكان آخر . ويُشترَط في ذلك ان تكون القنوات ضابطة مغطاة لاتنبعث منها الروائح مبتعدة عن قنوات المياه لئلا يأتي شيء منها ويفسد الماء المشروب . والثانية انها تُجمع في آبار مخنونة في الارض فتعزل من مدة الى مدة وتُنقل لتصبح سباحاً للارض . ويشترط فيها ان لا تطول مدة التعزيل وان يُرسل الماء بكثرة في بيوت الخلاء ولاجل منع تصاعد الابخرة منها اصطالح اهل اوربا على آلات ضابطة . ومدحوا انبويًا طويلاً يمتد من الحفرة الى اعلى سطح المسكن ليذهب بالروائح والابخرة المنصرة الى حيث لا يحدث منها اذى . ومدحوا ايضاً ولاسيا في زمان الامراض الوافدة والوباء ارسال كمية من مضادات التصاد في الالوية وبيوت الخلاء التي تُلغى اليها ابرازات الجسد كالجواز والكلس والحامض الكربوليك والفحم 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 الحصى التيفو يديدة نصف

على حافة الطريق يترى ابواب بيوتهم من بعد غروب الشمس بثلاث ساعات الى قبل طلوعها بساعة واحدة صينياً وشتاءً وبعد انقضاء هذا الوقت لا يجوز لاحد ان يلقي الكمامة المتراكمة في الطرقات والشوارع واما الحيوانات والطيور الميتة والافئدة فمنوع القاها مطلقاً في الطرقات النافذة والغير النافذة في اي وقت كان واذا مات حيوان عند احد يجب اخبار المتعهد عنه واعطاه الاجرة المعينة من طرف البلدية لاجل اخذه والناثو في البحر من الجبهات البعيدة عن البلدة ولا يدفع له اجرة عن الحيوانات الصغيرة نظير اجناس الكلاب والقطط والذئبان والطيور والذئب مخالفتون ذلك تجرى بحقهم المعاملة القانونية وتحصل منهم ايضاً مصاريف رفع ما القوه على الطرقات والاسواق ولكني نكون الكيفية معلومة عند العموم صار نشر هذا التنبيه في ١٢ مارت سنة ١٩٠٧ مجلس دائرة بلدية بيروت

ما كان من قبل . وما شاهدته في سفري الاخير الى تلك البلاد (١٨٩٣)
 وعجبت منه كل العجب ان احكام ادوات بيوت الراحة في بعض المنازل لا يترك
 شيئاً يستنجمه البصر او الشم وان النظافة والطهارة ونقاوة المراء لا تختلف فيها
 عما يشاهد في قاعة المجلس او غرفة النوم وهو امر يعمر تصديقه الا لمن رآه

بمعنى

الفصل الرابع عشر

المفان

بعد الموت ينحلّ الجسد الى العناصر المولّف منها وينتهي امره بان قسماً عظيماً منه يتحوّل الى غازات تصعد الى الهواء وتناكسد ويتغير تركيبها والقسم 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 كيميائي

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 شئ من الفائدة في حفظ الاجساد التي لا يكثرث بها اهل الاجيال التابعة الا من حيث تسليمة الحيوان بان الفساد القبيح لا يجل في جسده . ومن حيث وقاية الجمهور من انتشار فساد الجسد الى الاحياء بواسطة الهواء او الماء . واصطلح بعض القدماء على حرق موتاهم وحفظ الرماد في اوعية خاصة مكرّمة عندهم وقالوا ان هذا اجل للميت واحفظ للصحة العامة التي كثيراً ما تؤذى بواسطة الابخرة التي تصعد من القبور . وتابعهم في ذلك بعض اهل هذا الزمان واخثاروا 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 بالحرق

بناءً على اسباب كثيرة بعضها دينية وبعضها ما ألفته طبيعتهم وحاسياتهم. وليس في كل ذلك امر كبير عند علماء القوم الذين يعدون دفن الموتى في الارض اضراراً 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 للمستقلين من هذه الحياة

ومن المحقق ان القدماء كانوا اشد 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 يخنقون لذلك سبخ الجبل وبنفرون 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 تجتمع 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 ينقل 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 يحوي الآن اميراً انكليزياً الى ما شاء الله

ولما كان من المشهور ان جوار المقابر مضر للصحة وجب تلطيف الاذى ما امكن. فالولا يجب ان تكون المدافن مبتعدة 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 يفرس بين القبور اشجار ذات اوراق كبيرة خلافاً لاصطلاح العامة على العرو ولو كان جميلاً لان

الاوراق النباتية تنمص 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 بالمقدار
والباب فتخرج منها الروائح الكريهة وتفسد هواء الاماكن المجاورة ثم انهم يجددون
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 ولهواء المكان

وقد اصطاح بعض اهل اليسر في هذه الايام على بناء حجرة على الارض او
فيها . فاذا امكن وضع الاجساد فيها على كهيئة تتكفل بمنع الضرر وحفظ 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
التبس الموتى وحلول النساد في الجثة . فاذا وجد شيء منها بلا ريب ودام
مدة او اجتمعت هذه العلامات وعلى الخصوص الاخيرتان منها لم يبق شك
في الموت . واما اخبار العامة بدفن كثيرين وهم احياء فمن المبالغات ولو صحّت
نادراً وقررت وجوب الفحص الكافي والحكم الشرعي قبل ابداع الجثة الى القبر

الفصل الخامس عشر

المياه

فائدة الماء للبشر في الشرب والطبخ وغسل الجسد والامواب والارعية والبيوت وتنظيف بيوت الخلاء والاسرية 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 الحثيات 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 $\frac{1}{10}$ 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 الهواى الجوى محلولاً فيها يُترَد بواسطة الغلي
ثم ينص ثانياً اذا هز الماء والهواى معاً

ماء البحر لا يصلح للشرب لكثرة ما فيه من الملح الاعنيدى واملاح آخر
غير ان تركيبه يختلف بحسب اختلاف مواضعه والعمق الذي يؤخذ منه واكثر
البحور املاحاً البحر المتوسط والبحر الانلانتيكى عند خط الاستواء حيث تكون
المواد الجامدة نحو ٢٧ جزءاً في ١٠٠٠ اخصها الملح الاعنيدى . طعم ماء البحر
مغ حاد مر . وقد اصطلحوا في هذه الايام في السفن على آلات لاستنظاره ثم
خض ما يستنظر مع الهواى فيصير صالحاً للشرب . درجة حرارته لا تقبل
التغيرات التي يقبلها الهواى الجوى 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 لانخالطة الأتار من المواد
الآتية والحامض النتريك والامونيا التي يكتسبها من الهواى . واما الثلج والبرد
فتركيبها كتركيب ماء الشتاء الا ان الامونيا فيها اكثر وكذلك الضباب الذي
يجمع فوق المدن ولهذا السبب كان حريقاً مهيماً للمعال . واذا جمع ماء
الشتاء في اوان من الرصاص او التوتيا او الخحاس اذاب شيئاً منها ولم يصلح بعد
ذلك للشرب ولكنه اذا كان نقياً او تصفى من اكثاره فهو عذب سلس في غاية
الصالح للشرب والغسل . واما قول العامة ان ماء الثلج لا يصلح للشرب فغير
صحيح ولو كان نقياً قليلاً الهواى

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
الكاربونيك المزوج بالهواى الذي يتخلل الخلايا بين التراب ويجعل كل ما يلاقوه

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 تقيماً سلساً ولو خالطه شيء من الكلس . وكدره 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 وجوده كثيرة غير انه كثيراً ما يكون مختلطاً بالتراب والرمل ومنسداً بالمواد الآلية الناشئة من بقايا نباتية وحيوانية وباقطار اسربة المدن وما يندفع من المعامل . وعند طفيانوه من سبول 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 التماس 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 الشتاء والانهر والينابيع . ويشترط فيها ان تكون خالية ما امكن من المواد الآلية والمعدنية بحيث تكون عديمة اللون

والرائحة والطعم . وهي تتضمن عادة نحو خمسة اجرام من الهواء الجوي في مئة جرم من الماء . وتتضمن هذه المياه الأماة الشتاء الصريف شيئاً من املاح الكلس والكلور التي لانضرت اذا كانت كميتها قليلة بل ربما كانت مفيدة ولكن اذا كانت كثيرة احدثت التهيح المعوي كالاسهال ووجع البطن وقيل ان املاح الكلس تسبب الحصى الكلوية والمثانية . ويشاهد ذلك على نوع خصوصي في الذين يشربون ماءً جديداً لم يتعودوه وبعد جرف السهول من الجبال واخضالط الاثرية في ماء الانهر

ويشترط في صحة الماء ان لا يستقبل او يوضع في اوان من توتيا او نحاس او رصاص . لان الماء يتصا الأكسجين والحامض الكربونيك من الهواء فاذا وُضع في اناء من رصاص تتكون على باطن الاناء بعد برهة 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 مبطنه 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 بالمنص الرصاصي . وقال هفان ان قحمة من الرصاص في خمس لترات من الماء كافية لجملته ساماً على ما شاهده في مدينة كلارمنت وان اقل من هذه الكمية كافٍ لاحداث الضرر . وقال هموند وضعت ماء 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 لناله ضرر عظيم . ثم اخذت ماءً آخر من ماء المطر واضنت الى ١٦٠ اوقية منه

خمس قمحات من كبريتات المغنيسيا ووضعته في ذلك الرعاه 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 . وحينما ذلك في تنبيه الجمهور الى الحذر من استعمال اواني الرصاص لايماء ماء الشرب او الطبخ

وكثيراً ما يفسد الماء بواسطة اخلاط المواد الآلية به كبقايا النبات والحيوان والابنية النظرية والحيوانات الصغيرة المكرسكوية . فاذا كانت المواد المذكورة قليلة لم يحصل منها ضرر بل انفي المياه لا يخلو 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 قمحات الى اربعين قمحة منها في اربع لترات ونصف وعند ذلك يكون لونها مائلاً الى الصفرة او السمرة تنمى الرائحة او سرعة التثن فلا حاجة الى القول ان مثل هذا الماء لا يصلح للشرب على الاطلاق

وما يضر بالماء وصول اقلار الاسربة اليه كما يكون في بعض الانهر وكما يحدث احياناً في استطراق مياه الاسربة الى قنوات ماء الشرب فتنفسده 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 الملتحق عندهم بالاجماع انه حيث يكون الماء نقياً خالياً من هذا الفساد والهواء جيداً لا تتبعك اليه الغازات السامة من اقلار 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 لا بالتمجر على المرضى والكرتينات بل بتوجه الاعثناء 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 الجائر وصفته ان يكون شفافاً كثير الهوائ خالياً من المواد الكدرة الا اذا امكن فصلها بالمهولة بواسطة التصفية بلارائحة او طعم وان لا يتجاوز جوامده ثلاثين قححة لكل اربع ليترات ونصف بحيث يكون اخصها كربونات الصودا والكلس وكبريتات الصودا وكوريده 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 بالمهولة 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 كيموية في مدينة لندن :

كثير (لاثة أخذ مدة ذوبان ثلوج الجبال) ولكنه خال من كرامة الطعم والرائحة
واما المواد الخفية وغيرها المخلوطة او المهولة فيه فهي في كل ٤٠٥٤١ كيلو ١٣٨٧ كرام
وهو عبارة عن نحو اربع عشرة قححة ونصف . والتفصيل في ذلك :

٤٠٠٣

طلع نشادري

٤٠٠٣

نشادر من مواد آلية

٧٤٠١

كربونات الكلس

٠٠٤٥	كربونات المغنيسيا
٢٠٦٧	كربونات الكلس
٢٠٥٩	كلوريد الصوديوم
٠٠١٩	نيترات المغنيسيا
٠٠٦٨	سيليك، والومينا واكسيد الحديد
٠٠٩٢	مواد آية
١٤٠١	مجموع المواد المجمدة في
١٠٠٠	كمية الكفاية
٢٠٩	بعد العلي ربع ساعة

وهذه الحواصل 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 الحاصل بكمية المواد المجمدة في الفدر المذكور من الماء بما هو مقرر من نهر التامس الذي يستقي منه سكان لندن وهي ثماني عشرة قحمة رأينا ان ماء نهر الكلب افضل وربما كان السبب لذلك قرينة من نبعه الاصلي في مغارة جمعيا

ولامتحان 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 فقابع هو آية 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 تُغعد بالزيت وترسب وتمنع حدوث الرغوة ويقال له الماء الصلب خلافاً
للين المنفصل عليه للشرب والطبخ. ومن الامتحان الطبيعى لمعرفة كمية الجوامد
الفائدة 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 يُسقط ١٠٠٠ ويضرب الباقي اي
١٥ بالعدد المذكور اي ٤١ فيكون الحاصل ٢١ وهو كمية الجوامد في كل
١٠٠٠ جزء. والافضل من ذلك ان يُسخن الماء ويغزر الى ان ينشف ثم يوزن
ما يبقى من الجوامد غير ان هذه الطريقة صعبة تحتاج الى آلات متفنة

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 ثميل هو كبريتات الباريوم. والحامض
الهيدروكلوريك باضافة محلول نترات الفضة فترسب ندف من كلوريد الفضة
تذوب في سائل الامونيا. والهيدروجين المكبرت باضافة محلول خلاص
الرصاص فيرسب راسب اسمر هو كبريتور الرصاص واذا كان رصاص في
الماء وأجري 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 العنقص فيرسب
راسب اسود هو عنقصات الحديد واذا كان المضاف سيانيد البوتاسيوم
الحديدي كان الراسب ازرق قائماً هو فروسيانيد الحديد

وقد يُتخمن وجود المواد الآتية على الجملة في الماء بواسطة اضافة محلول
منقعات البوتاسا الذي يكسب الماء المستنقروناً احمر زاهياً وهما اللون يزول
اذا دخل الماء مادة آتية. وكيفية العمل في ذلك بسيطة جداً وهي ان يضاف
نظفة من محلول اعلى منقعات البوتاسا المركز الى عشرين اوق ماءً مستنقراً فيصير

لونه وردياً جميلاً ويدوم هذا اللون زماناً طويلاً ولكن اذا كان الماء ماء الشرب الاعتيادي بتغير تركيب المنغنيات 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 منغنيات البوتاسا واضفت منه نقطة الى عشر اواق ماء مستنظر فصار اللون وردياً ثم وضعت قصلة من الحشيش فزال اللون حالاً . وفي تجربة اخرى نقتطان من منقوع الفس اليابس ازلنا 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 . اخض ما يرى في الماء بالمكرسكوب رمل وطين وطباشير والياض خشبية وقطع اوراق نباتية ونبات فطري وبقايا حيوانية وحيوانات مكرسكوبية من انواع كثيرة وديدان صغيرة . والفائدة في كل ذلك ان عدد هذه الاشياء يزداد كلما كان الماء اقرب الى الفساد والنتن

تطهير المياه

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

الماء مع الهواء الجوي أو الاستقطار. والثانية باضافة مواد كيميائية
 اما الترشيح فطريقة سهلة معتبرة لنصل الماء عن أكذاره 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 يوثى به الى بيروت. ولكن اذا كانت المواد الآلية محمولة
 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 الخمار يرشح الماء من اسفلها وجوانبها راتفاً نقياً. واما الانهر التي
 يُجْمَل ماؤها الى المدن وتفرق في البيوت فترشح اولاً في اماكن كبيرة على ما سبق
 ثم تدفع في قنوات من حديد بواسطة الآلة البخارية الى باطن المدن

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

وخض الماء مع الهواء يقوم بسكب الماء على غربال او صفيحة من الخشب
 او الفلك مثقوبة ثقوباً كثيرة بحيث انه يتزل منها متفرقاً معرضاً لفعل الهواء فيه
 ويعاد العمل الى ان تأسكسد المواد الفاسدة وينقى الماء. وكثيراً ما يعول
 الملاحون على هذه الطريقة اذا طالت اسفارهم وانن 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 يطرد الهواء من الماء فلا بد من استعاضته بعد التقطير بالمخض
 على ما سبق. ولا يخفى ما في غلي الماء من املاك الحيوانات الميكروسكوبية وجراثيم

المواد النباتية النظربة

وأما تطهير الماء بالوسائط الكيماوية فيتم باضافة عوامل كيماوية تعمل في
 اكثار وتنقيتها منها . وهي اولاً املاح الاليومينيا ولاسيا 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 التديم 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 والنتن . غير انه لا يكفي في المياه التي فسادها كثير بل يُعقب بالتنظيف
 بواسطة الشب الابيض كما سبق . واما الكمية التي تُضاف منه ففي الغالب نحو
 نصف درهم من المحلول المركز لالف درهم من الماء الذي بُراد تطهيره . خامساً
 وضع قطع فحم في الماء . سادساً غلي الماء ولاسيا مع بعض النباتات كالشاي
 والنهية 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 ابي الملح الاعنيداي بالترشيح . ومن
 الحديد بالغلي وماء الكلس والخم . وقد تقدم الكلام على استعمالها على ان كيفية
 التصرف بها على التفصيل من واجبات اطباء الصحة لا من متعلقات العامة

المياه المعدنية

براد بالمياه المعدنية المياه التي تحمل 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 كرسباد وكسجن وويسبادن وسيدلتز وغيرها وهي مفيدة في بعض امراض الكبد والمعدة والامعاء . وقلوية كماء فيشي وامنس وبولنا وغيرها وهي مفيدة في النقرس وامراض المفاصل والرمل البولي وبعض امراض المعدة . وحديدية كماء سبا وبيرمونت وسلتزر واي لاشابل وفائدها في الامراض الضعيفة التي تحتاج الى التقوية بالحديد . وكبريتية كماء طبرية وهي مفيدة في امراض الجلد والمفاصل . ويودية وهي مفيدة في المزاج المختلبي والداء الزهري ولا ريب في ان بعض الفائدة التي تحصل للذين يزورون هذه المياه ناشئ عن جودة الهواء وتغيير المناظر والاستحمام والرياضة والابتعاد عن هم الاشغال وعن الاسباب المضعفة . ولذلك يتقاطر اليها كثير من الناس ولا سيما في فصل الصيف وينالون منها منفعة ظاهرة فجعلوا لبعضها شهرة شائعة في كل العالم المتخذن . ومن المحقق ان في سوريا وبلاد المشرق مياهاً 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 يعرف تركيبها الكيماوي كما ينبغي ولم يبين في جوارها مساكن موافقة للذين يطلبون العافية عندها الا مياه حلوان^(١) فكثرها مهمل لا يقصدها الا القليل . ولا يستبعد انه مع اصطلاح الاحوال في المستقبل ينظر 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 الكلوريت والكبريت والكلس والمغنيسيا والصودا وغازات كربونية . جوامعها 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 أُضيف الصابون الى المياه الصلبة لا يحدث رغوة
 ولا يندوب ولكنه تجرد بالاملاح السابقة ويرسب معها على هيئة قشور ثم اذا
 أُضيفت كمية اخرى منه فُصلت هذه المواد المانعة للبيوتة 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 المجل المنخفض منها
 وان كانت قسماً منها مغطى بالمخضرة 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 الآبار على مسافات
 اوجاع المفاصل والامراض الجلدية على اختلاف انواعها. هوأزها جاف ونزها جميلة
 يرتاح فيها الغريب وكثيراً ما يعود منها محسن الصحة

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 الودية 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 يتخار 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 الامبركاني وهو عبارة عن انبوب حديد صغير يغرر في الارض طولاً فيمطر الماء من ثقوب صغيرة في القسم السفلي من الانبوب ثم يرفع من الحفرة الى السطح بواسطة طلبا 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 لتساده . فان كان غير كافٍ أدى الى انواع كثيرة من الوسخ كعدم غسل الجسد والاثواب والمساكن والازقة وسد الاسربة فيفسد الهواء ويكثر المرض بين الناس . وقال العلامة

باركس قد تبين لي ان انقطاع الحمى التيفوسية الرقشاء التي كادت تنقطع بين الافواج المتمدنة عائد على جانب عظيم ليس لسبب نقاوة الهواء في المدن والبيوت فقط بل لكثرة غسل الاثواب وانقاؤه . 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 المندفعة من الامعاء ومن الغازات المنفثة وبعض الاملاح الترابية وال معدنية . 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 حضر السكان آباراً وانقطعوا عن شرب ذلك الماء نجوا من تلك الحميات ومن مذهب العامة في هذه البلاد ان سبب الحميات فساد الماء

ومنها الحمى التيفويدية التي قد ثبت الآن بعد التحقيق الكافي انها كثيراً ما تنتشر بواسطة فساد الماء من المواد الآلية وعلى الخصوص اذا وصلت اليه المبرزات المعوية كما انها تنتشر بواسطة الهواء الفاسد غير انه لا يعلم اي السببين هو الافضل 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 يومين 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 اوريا انه ما عدا انخفاض المواضع والابجرة المتصاعدة من اختار المواد الحيوانية والمواد الثرية لفساد الماء دخل عظيم في تسبب المرض المذكور. وسندوا هذا القول بمشاهدات كثيرة في اماكن مختلفة لا محل لذكرها في هذا المختصر فنكتفي بايراد خلاصة الامر على ما قررهما العلامة باركس. وهي ان المبرزات من المصابين بالكوليرا تدخل ماء الشرب بواسطة التربة التي تلقى فيها سواء اخبرت اولاً بحسب مذهب بتكفر او لم تخبر ضرورة بحسب مذهب غيره وانما تنتشر في الهواء وهي تتلغ في كلال الحالين 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 متسد بغيرها ما سبق ذكره فانه بوجوب استبعاداً في الشخص لقبول المرض ولو لم يسببه راساً. وقال الدكتور بضع ان سبب الكوليرا الوحيد هو المائل الارزي الذي يخرج من المصاب بهذا المرض وان العلة تسري من هذا السبب على ثلاثة طرق وهي اولاً عدم نظافة ايدي الذين يخدمون المرضى فننتقل العدوى اليهم او لغيرهم على هذا السبيل. ثانياً بواسطة الطماخ الاثواب والذراش من الماء الارزي 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

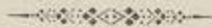
ومن الامراض المحادثة من الماء انواع من البثور وهو السبب المشهور
لحبة حلب على ان البعض انكروا ذلك وقالوا ان سببها الحنفي هو العدوى
ومنها الحصى البولية التي ينسبها العامة الى صفة الماء وتابعهم في ذلك بعض
الاطباء الذين قالوا ان المياه الصلبة تسبب الحصى وان المياه اللينة تشفيها. غير
ان البرهان على ذلك ليس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

ومنها المرض المعروف بالكواتر وهو عبارة عن نفخ 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 الخراطينية. 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 افا 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 انايب 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 يين
جماعة كاد يكون سببه دائماً فساد الهواء او فساد الماء او فساد الطعام واكثره

فساد الماء . ثانياً اذا اتشر الاسهال او الدوسنطاريا بين جماعة وكان وفدهُ
دورياً اي يظهر في زمن معلوم من كل سنة كان سببه الغالب فساد الماء .
ثالثاً اذا ظهرت الحمى التيفويدية او الكوليرا فجأة في مكان محصور كان
السبب بالتحقيق القريب فساد في الماء . رابعاً كذلك يقال في الحميات
المالارية وعلى الخصوص اذا كانت خبيثة . خامساً دخول بيوض بعض
الديدان الجمد بواسطة الماء محقق 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 لتفاوتو 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 انقطع الانسان عن الهواء بضع دقائق مات كما يموت اذا انقطع عن الطعام بضعة ايام . وهذه الضرورة مبنية على امرين الاول تجديد الانسجة التي يتألف منها الجسد والتي تدرثر على الدوام لسبب عملها الحيوي والثاني القيام بالحرارة الحيوانية التي تُنفق على الدوام لاسباب التبريد بواسطة الاجسام المحيطة بالجسد . واما لذة 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 باللذة ادى الى التهمة والشراهة 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 تدرثر من الاستعمال وليس في ذلك شيء خارج عن اعمال الطبيعة الاعيادية . لانه كما

يمل الهواء والمطر والبرد والحرارة في الصخور الصلدة ويفتنها ويحوّلها الى التراب الذي يغطي وجه الارض وكما ينقص ثقل الآلات الميكانيكية وتنفى من الاحتكاك والعمل فكذلك تدر انسيجة الجسد من عملها الدائم لان الحركة تنفي العضل والافراز الغدد المفرزة والعقل جوهر الدماغ وهكذا في ما بقي . وفائدة الطعام الاصلية تعويض هذا الانفاق الدائم 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 النمو الى الكهولة يزيد الداخل على الخارج وفي زمن الشيخوخة يزيد الخارج على الداخل وفي زمن الكهولة يستويان ولذلك يزيد الجرم مدة الطفولية والشباب وينقص مدة الكهولة وينقص مدة الشيخوخة . واما الاعضاء العاملة في ابراز الدقائق الدائرة فهي الرئتان اللتان تبرزان حواصل التحليل على هيئة ماء وحامض كربونيك والكليتان اللتان تبرزان اليوريا وهو حاصل معظمه مكوّن من دثور العضل واملاحا وماء والجلد الذي يبرز ماء وكمية صغيرة من مواد حيوانية والنسج السفلي من الماء الذي له ابراز خاص به . ويقال احيانا لهذين العاملين المتقابلين اي التغذية والابراز التركيب والتحليل ويقال للعمل الذي يعد الطعام لقضاء وظيفته المعنوية الهضم . واما وظيفة الطعام الاخرى وهي توليد الحرارة فسمياتي الكلام عليها

الهضم

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

الدوموي اللاتر 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 بجوارها ومستطرفة اليه بواسطة قنوات . ويقال لهذه السوائل اللعاب وفائدته تليين الطعام على ان له ايضاً عملاً هضمياً في المواد النشائية كالخبز والارز . والقاعدة الصحية في المضغ هي ان يتم بالتأني لا بالجملة 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 فينقل 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 طينتها 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 يُجزئ الطعام في المعدة زمناً كافياً لهضم كل ما يمكن هضمه فيها . وتختلف هذه المدة بحسب صحة

الشخص ونوع الطعام وعدم وجود الاسباب التي تتعرض لوظيفته المعدة كالحركة العنيفة في المشي والركب وإشغال العقل بالامور المكدره او التي تستوجب حدة التفكير ونهيج الانفعالات النفسانية . ثم لابد من التوقف عن الاكل حالما يشعر بان المعدة نالت الكفاية لانه اذا كرهت على الزيادة نعرس عليها الهضم بعد الهضم المذكور في المعدة فيتحول 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 والقدة 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 ور يد كبير بقرب القلب فيختلط بالدم ويصير حينئذ دماً يدور في الجسد ويقذيه . والتغيير الذي يتبع في الطعام من بلاهة 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 يكن هضمها من النبات والحم والقشور والبرور وغير ذلك فنندفع الى المعاء الغليظ ومنه الى الخارج

انواع الطعام

انواع الطعام الطبيعية هي الطعام الحيواني الذي يشمل اللحوم والبيض واللبن والطعام النباتي الذي يشمل الخبز والشعير 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 لبقاقتها بلعومها والثاني ان الطعام النباتي هو الافضل 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 والفسيولوجية التي أدت بهم الى ذلك من بناء الاسنان والاعضاء الهاضمة في الجنس البشري ما لا يدخل في هذا المختصر . غير اننا نقول في هذا المعرض انه يقتضي لمجرد هضم الطعام الحيواني من الرياضة الجسدية الشديدة ما يتميز به اهل البلاد الباردة ولا سيما الشعب الانكليزي الذي يتميز ايضا بكثرة استعمال الخمر 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 الفسيولوجيين وعلماء الصحة الى الانواع الآتي ذكرها وهي :

اولا المواد النروجينية التي تتميز بوجود النروجين فيها كبياض البيض وعضل اللحم وجبن اللبن وكلوتن الحنطة وغيرها . وفائدتها الخصوصية تكوين الانسجة على انها تعين ايضا في القيام بجملة الجسد

ثانياً المواد الدهنية التي معظم تركيبها من الكربون والهيدروجين ولذلك يقال لها احيانا 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 الانجبة 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 . هذا وان كثيراً من الاطعمة يتضمن اكثر من نوع واحد من المواد المذكورة كالخبز الذي يتضمن مادة نتروجينية ومادة نشائية ومواد غير آلية وكذلك البيض واللبن على ما سياتي

الاصول الغذائية

الاصول الغذائية هي التي يتم من تركيبها بعضها مع بعض ما يتناوله الانسان من الطعام . ويندر انهما تصلح للتناول اذا كانت منفردة لانها تكون حينئذ غير مقبولة للطعم وغير مناسبة لعمل العصارات الهاضمة فيها ولذلك نرى ان الطبيعة قد مزجتها بحيث انها 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 والنفسور . وهي على انواع لها اسماء مختلفة بحسب نوع الطعام الذي

توجد فيه فما كان منها في البيض يقال له الألبومين وما كان في العسل
 السنونين وفي خثارة اللبن الكاسين وفي الحنطة الكلوتن وفي الحمص والعدس
 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 هموند اقتصر على الألبومين 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 وكربونية والاملاح والماء . وكذلك يياض
 البيض ومحة اللدان يتضمنان كل ما ذكر لاجل تغذية الصوص مع الكجين
 الهواء الذي ينفذ من قشرة البيضة الى الباطن . وكذلك الحنطة التي تكون
 معظم طعام بعض الناس فان فيها الكلوتن والنشاء والاملاح

ونميز الاصول التروجينية عن الاصول الاخرى بانها سريعة الفساد
 والنتن 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 يركا واوربا 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 يزيلها الملح والحوابل فنرى اللحوم المملحة المحنفة كالجبنون والقورما والبسطرما المهيأة على هذه الكيفية تؤكل كل مدة الشتاء من غير ان يكون اصابها عطب . ثالثاً يمنع الفساد بواسطة حجز الهواء الجوي عما يراد حفظه . وقد اصطلحوا في هذه الازمنة الحديثة على وضع اللحم المطبوخ واللبن والفواكه وغيرها في علب تنك الى ان يحكم امتلاؤها ثم تغطى وتلمم بالتصدير بحيث لا يبق شيء من الهواء مع المادة التي في العلبه 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 النجفة الجسد لانها شبيهة البناء بها فلا تحتاج الى تغيير عظيم قبل قضاؤها لهذه الوظيفة في التغذية

٣. الدهون وهي المركبات الهيدروكربونية. يشتمل هذا القسم من الاطعمة الغذائية الدهن الاعتيادي 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 سمكية او رقيقة تحت الجلد تقي الاجزاء التي تحتمل من الصدمات والضرر ولما كان موصلاً ردياً للحرارة حافظ على الحرارة الحيوانية الباطنة ومنع اسرافها . وهو مؤنة تخزن الى زمن الحاجة فاذا انتطع الانسان عن الطعام لسبب المرض ان الضرورة اقتتات بما في جسده من الدهن وحل به الهزال

الدهون لا تذوب في الماء ولكنها تذوب في الاثير وقليلًا في الكحول . وهي تَهْتَمُّ في الماء الدقيق بواسطة عمل افراز البنكرياس الذي يحولها الى مستحلب بحيث انها تنجزاً الى دقائق صغيرة جداً ليتمكن امتصاصها بواسطة الاوعية اللبنية ونقلها الى الدورة الدموية

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

اما النشاء فاكثَر وجوده في عالم النبات . وهو على هيئة مسحوق ابيض اذا فُحِص بالماكرسكوب شوهد انه مؤلف من حبيبات يختلف شكلها بحسب اختلاف نوع النشاء . ويُستَحصَرُ بمعنى المادة التي يوجد فيها كالتحجج مثلاً ثم يفسلها بالماء فيذوب فيه الكلوطن وغيره وإما 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 اغلته ويجوله 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 يُستَحصَرُ من جنر نبات وبياع على شكل مسحوق ابيض نقي اذا فرك بين الاصابع يسمع له صوت فرقي . وهو مفيد جداً في طعام المرضى والاطفال خالٍ من الحرافة مغذٍ ولا سيما اذا غلي 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

الفوام ايضاً لبناً ويضاف له سكر اذا اريد مدة تحضيره . والسبب غلاء ثمنه كثيراً ما يُغش ولا يسيل الى معرفة ذلك الا بفحصه بالمكروسكوب ومشاهدة شكل الحبيبات الخاصة به

وتنما التايوكا الذي يستخضر من جذور نوع آخر من النبات ويباع على شكل حبيبات بيضاء غير منتظمة الشكل جرمها من $\frac{1}{4}$ من الفيراط الى $\frac{1}{2}$ يذوب قليلاً في الماء ويُحضّر بخرىك ملعقة كبيرة منه في ١٥٠ درهم ماء سخن ثم يترك 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 النائدة . ويندر غشه فاذا مزج بشي آخر عرف ذلك بالمكروسكوب

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

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

وأما السكر فإخض أنواعه سكر القصب وسكر العنب . وهو لا يختلف في التركيب عن النشاء إلا من حيث عدد مقادير الهيدروجين والأكسجين .
(سبمة النشاء ك ١٢ ١٠ ١٠ ١٠ ١٠ وسبمة السكر ك ١٢ ١٢ ١٢ ١٢)

يُستخَصَّر سكر القصب من النبات المعروف الذي ينمو في جميع البلاد الحارة ويستخضر أيضاً في فرنسا وجرمانيا من جذر الشندور وفي اميركا من عصارة شجر عندهم . وكيفية ذلك انه يُعَصَّر القصب ويُغْرَ مَأْوُهُ 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 القصبى

لا يستعمل السكر وحده طعاماً ولكنه يدخل في تركيب اطعمة كثيرة . وليس في استعماله شيء من الضرر 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 سمناً ظاهراً . غير انه في بعض امراض المعدة لا يجوز اكله لانه قد يضر ويتحول 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 مضرًا . وأما قول العامة انه مضر للاسنان فغير صحيح . ومن فوائد السكر ما علا حلاوته ولذته الطعم التي يكسبها لبعض المأكولات والمشروبات انه مضاد للفساد لانه اذا طبخ مع الفواكه دامت سنيته كثيرة طيبة المأكل

ويُغَشَّ السكر احياناً بالنشاء والطباشير وكبريتات الكلس والرمل ولما كان جميعها لا يذوب في الماء امكن تمييزها في الحال بواسطة ذوبان السكر دونها ويمكن تمييزها ايضاً بواسطة المكرسكوب . واذا غُشَّ 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 النسم 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 وتحتج جلودهم وتكبر بطونهم وتبله عقولهم . فاذا اتفق قيام الحياة بشيء من ذلك كان السبب وجود مواد آلية منتزجة 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 أدى اخيراً الى الموت . ومن فوائد الملح انه مضاد للفساد وانه اذا اضيف الى اللحم منع فسادها زمناً والظاهر ان السبب لذلك هو شرافة الملح للماء فاذا سلبه من اللحم ابطل شرطاً جوهرياً من شروط الفساد . قيل انه يسلب منها الالبومين ايضاً ولذلك كانت اللحوم

المحلجة قليلاً شديداً لتخفظ زمناً طويلاً قليلة التغذية بالنسبة الى اللحوم الطرية وربما كان هذا هو سبب الاستربوط والأمراض الضعيفة من الافتقار 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 المحان 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 اليومي . وكلما يخلو طعام منها والماء اخص المواد التي يبنى 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 للهضم او توليد القوة العصبية والطبيعية . ومن انواعها التوابل والمشروبات الروحية والشاي

والقوة

اما التوابل كاللفل والحردل والحوامض والحل فينبغ بها تطيب طعم
 المأكّل على ان لها فوائد صحيّة ظاهرة ايضاً . لانه من المحقق انها تزيد افراز
 اللعاب وعصارة المعدة بواسطة تنبيهها الغدّي وعلى ذلك تزيد العمل الهضمي .
 غير ان الاكثار منها مضرّ لشدة التنبيه الذي تحدثه والضعف الذي يعتب
 التنبيه المذكور فلا بد اذا 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 فيه او من دفع مضار البرد والحرقانة قد
 تحقق من التجارب ان الجيوش تمهل 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
 الفوصل اليه من الاختبار الطويل وجدنا اختلافاً بين حكم اهل البلاد الشمالية
 وحكم اهل البلاد الحارة فاننا كلما قطعنا المخطوط الطويلة من الارض نحو
 الشمال رأينا عادة الشرب والسكر تشتد بين الناس وكذلك المداغمة عنها
 وبالعكس اذا قطعناها من الشمال الى الجنوب حتى اننا لا نرى والحمد 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 والمنهات التي لا يقوم مقامها شيء في بعض العلل كالحميات
الخبيثة 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 يغضب نفسه عليه في اول الامر قبل
تربية العادة بأباه ويكرهه ويؤذى منه . فقاية ما يقال في هذا الامر ان الانسان
يطلب بالطبع المنهات فلم يرضَ بالطبيعي السليم بل اركن الى القوي منها
وافرط فيه الى ان شهد الجميع بضرره وحرّمته بعض الاديان . وقد ثبت ان
المرتكب عادة الشرب ينال الفصاص لا عمالة ولو تأخر فان كان ذنبه يسيراً
كان عنايته كذلك وان كان كثيراً فشرور السكر تكثفت 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 تتضمنها 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 الكولي خفيف مصطنع من الشعير وغيره من الحبوب الخميرة مع اضافة نبات الدينار اليها . وهي على انواع تختلف كمية الكحول فيها من ٤ الى ٨ في المئة . والمشهور انها تنبه شهوة الطعام وتروي 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 والفرنساوي تتضمن من ٧ الى ١٥ في المئة . وفيها جميعها من الملح الطرطير وانواع من الاثير يتوقف طعم الخمر ورائحة عليها . واما خمور جبل لبنان فجميعها من النوع القوي وهي خالية من اشياء كثيرة مضافة الى خمر اوربا فهي نقية لانها تصطنع من عصير الكرم الصافي ولكنها قوية تسبب ثقلاً في الرأس واحباتاً صلباً 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 تستنطر من الزبيب والخمر ومخمر الحبوب كالشعير وغيره . وهي جميعها قوية يتجاوز بعضها ٥٠ في المئة من الكحول فلا يجوز استعمالها الا عند ضرورة الاعباء والضعف والمرض . وكثيراً ما تؤدي الى امراض الكبد وعلى الخصوص في البلاد الحارة كمصر والهند . ولا يصطنع منها في سورية الا العرق الذي يعرف الجبجبع شأنه واضرارته . قبل 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 والخمور الضعيفة اذا شربها

الانسان بالاعتلال لا تسبب المرض او الميل اليه او النصر 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 المحقق ايضاً ان هذه المشروبات لا تمنع مضاراً شديد البرد والحرّ والمشاقي التي تتعرض لها الجيوش في الحروب واسباب الامراض كالمالاريا والهوامّ الاصفر ولا تؤول الى دقة نظام العساكر ونشاطهم وثباتهم

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

اما القهوة فمشروب معروف يُستخَصَر من البُن. فائدته عظيمة في تنبيه الجموع العصبي فاذا اُكثِر 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 العنلي والعضلي بحيث ان الانسان يستطيع ان يبجهد عقله بعد تناوله على درجة لا يستطيعها بدونه. ومدحونه جداً في الصباح للعساكر ومدّة اتعاب السفر. وقال هوند 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 يُغشّ البُن المسحوق في اوروبا بمواد اخرى وعلى الخصوص بالشكوري ويُعرف ذلك بالمكركسوب

والشاي ورق نبات بُزْرَع في الصين ويَجْنَف ويُنْعَق في الماء الغالي فيصير منه مشروب مفيد . المادة الفاعلة فيه الثاين المركبة مع الحامض التنيك وهي تختلف في الكمية بحسب نوع الشاي . واما عملها في الجسد فتملأ بخلاف عن عمل القهوة على ما سبق . وكثيراً ما يُغشُّ ورقة بورق نباتات مختلفة فيتميز عنها بتسني حافتها وسير اوردها بعد نقعها بالماء وبسطه على زجاجة ليُنْحَص بالمكرسكوب وهو نوعان اخضر واسود الاخضر منها اقوى من الاسود . من شروط انتاج عمل الشاي ان يكون جنسه جيداً والماء غالباً خالياً من الكلس والحديد ما امكن والشكولاتا ويقال لها الكوكوا ايضاً مستحضر من ثمر شجر بهلنا الاسم على هيئة اقراص تؤكل او تحل في الماء الحار . ومادتها الفاعلة يُقال لها ثيورومين ولا تختلف عن المادة الفاعلة في القهوة والشاي . غير انه لما كانت الشكولاتا تتضمن مواد دهنية والبومنية زيادة على الثيورومين فهي غذاء معتبر مفيد في الضعف وعند التعب وقال بعضهم ان المادة الغذائية فيها تعادل ما في اللبن . ولذلك يستعملها السياح ويتفانون بها اياماً اذا انقطعوا عن الاراضي المسكونة . ويُستحضر منها اكبر 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 يُجْنَف ويُستعمل تدخيناً وسعوطاً ومضغاً . واختلاف 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 ويبحث المحققين ان التبغ مسكن للبال منية للعقل معين على التأمل ويسلي الانسان عن هموم الحياة وانشغال المخاطر ولذلك نرى هذه العادة غالبية تقرب ان تكون عامة بين جميع الامم والقبايل غير ان الجميع قد اتفقوا بلا خلاف ان الافراط فيه من الامور التي لا ريب في ضررها وان مضغه مؤذٍ وانه كثيراً ما

يؤدي الى الرعشة وضعف البصر وسوء الهضم . ويشترط في استعماله ما عدا الاعتدال التام ان يتجنب عند فراغ المعدة من الطعام لانه يكون عمله حينئذ قوياً في المجموع العصبي ويتزع شهوة الطعام ويتعرض لوظيفة الهضم خلافاً 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 يباليغون في التدخين ولا سيما مدة اوائل الشباب فلا يضر ضرراً ظاهراً الا بعضهم على انه من المحقق ان الاذى لا يظهر احياناً الا بعد سنين كثيرة وعلى الخصوص عند بلوغ الشيخوخة فنرى الانسان يهرم قبل زمنه العادي ومن اسباب ذلك الافراط من هذا القبيل وكثيراً ما سألت الشيوخ الذين قطعوا انفسهم عن هذه العادة فقالوا ان الفائدة التي شعروا بها في صحتهم ما لا ريب فيه . ولا اري ريباً في صحة القول ان من يريد شيخوخة خالية من مشاق الهرم العاجل وجب عليه اعتدال العيشة في كل الامور وقال رشاردن الانكليزي ان عادة التدخين موجب لتغيير في بناء الدم وتلبك المعدة واضطراب في عمل القلب واتساع الحدقتين وبصر سادبر كاهلوم المتحركة ودوي الاذنين وعمل عقلية ونهيج مزمن في البلعوم وسعال وان كل ذلك ما يصيب الشباب الذين تؤديهم هذه العادة الى تعجيل الهرم وفساد البنية . وقال بوشدرات الفرنسيين ربما كان في هذا الكلام شيء من المبالغة ولكن عندي من المحقق انها عادة غير مفيدة ردية وان علم الصحة ينذر الذين يباشرونها بوجوب تركها

الاطعمة الحيوانية المركبة

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

وموافقاً لحياة الانسان وصحة في كل مكان وقد تقدم القول ان معظم ما يقتات به اهل البلاد الباردة من هذا النوع واما في البلاد المجاورة للقطبين فلا ياكلون طعاماً نباتياً على الاطلاق بل يعيشون على اللحوم والدهون فقط. ولما كان الحليب هو الطعام الاول الذي يقتات 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 فتمو 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 التباثل 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 خضه. واذا ترك ساكناً مدة اطول من ذلك انفصل الى قسمين احدهما مصل والاخر مادة جامدة نetroجينية هي المادة التي يعمل منها الجبن. واما المصل فيتضمن السكر ومعظم الاملاح. وتختلف الكمية النسبية بهذه المواد بحسب نوع الحيوان. وهماك جدول ما يتضمنه لبن البقر:

ماء	-	-	-	٧٧٧
مادة جنية	-			٧٨٠٥٩
زبدة	-	-		٧٣٨٠

سكر	-	-	٤٩٦٣
املاح	-	-	١٠٦٢
			٦٩٠٠٠

واما لبن البشر فيتضمن اقل ما سبق من الزبدة والسكر والجبن كما يظهر من الجدول التالي:

ماء	-	-	٨٨٧٢٠
مادة جبنية	-	-	٢٨٢٧
زبدة	-	-	٢٨٦٧
سكر	-	-	٤٤٢٠
املاح	-	-	١٠٥٦
			١٠٠٠٠٠

ثقل لبن البقر النوعي يختلف بين ١٠٢٠ و ١٠٢٢ و كثيراً ما يُغش بالماء فيخف ثقله النوعي ويُعلم ذلك بالميزان المائي الذي هو انبوب في احد طرفيه انتفاخ موضوع فيه شيء من الزئبق وعلى الانبوب اعداد فاذا وُضع في الماء المستقر كانت مساحة الماء على مساواة الصفر واذا وُضع في سائل مختلفة الثقل النوعي دلت عليه الاعداد المذكورة. وقد يُغش بالماء ولكي لا يظهر الغش باختلاف الثقل النوعي يضيفون ما يخفي ذلك من الملح او النشاء او الطباشير. واذا غش بالماء فقط كما هو مود في هذه البلاد فيستدل على الكمية المضافة من الجدول التالي:

الثقل النوعي

٩	لبن مع ١ ماء	-	-	١٠٢٧
٨٤	" " " "	-	-	١٠٢٥

الثفل النوعي

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

إذا كان اللبن ردياً عليه طبقة زرقاء أو مستقرجاً من حيوان مريض
أحدث تهيئاً معدياً أو اسهالاً أو قلاعاً في الأطفال
وأما المحبين فكثير المادة الغلظية في جرم صغير طيب الطعم سهل الهضم
إذا كان حديثاً تعرف جودته من طعمه

البيض

البيض مركب من ثلاثة أنواع من الاصول الغلظية وهي مادة ندر وجينية
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 الحج التيء
بالحليب والسكر والكنياك صار طعاماً مغذياً منبهاً في الحميات الضعفية والقائمة
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.
ويُعرف 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

الحوم

فائدة الحوم في الطعام انها تتضمن كمية كبيرة من المادة النتروجينية مركبة مع دهن واملاح وانها سهلة الطبخ والهضم . والظاهر ان الطبيعة تمثّلها لنفسها وتغذي بها بنوع اسهل مما تغذي من الاطعمة النباتية ومن الحق ان تجديد الانجبة في الحيوانات التي تاكل الحوم اسرع جدّا مما يكون في التي تاكل النبات . غير انه لا يعلم هل من الاكثار في اكل الحوم 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 والمنصليّة 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 يعودونه . وفي الغالب لحوم الحيوانات البرية اطرى من اللابئة لسبب كثرة رياضتها العضلية وتجديد لحومها . لحم ابقى الحيوانات اطرى من الذكور الا اذا كانت مخصبة فان ذلك يزيد لها ليونة وجودة في الطعم . واما لحم الخنزير اللابئ ففسر 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 اربع وعشرين ساعة . فان كانت صحيحة كانت حركتها نشيطة وعيونها لامعة وغشاء الانف الخاطي احمر رطباً والتنفس منتظماً سهلاً والهواء المزفور بالرائحة والدورة الدموية هادية والابرازات طبيعية . وان كان الحيوان مريضاً كان صوفة خشناً واقفاً

والانف جافاً او مزبناً والعين ثقيلة واللسان بارزاً من النم والتنفس صعباً
والحركة بطيئة وربما كانت الامعاء منسهلة . فيجب على الذين يناط بهم هذا
الامر من الحكم المدني غاية الاعتناء بذلك لانه من المحقق ان اللحوم المريضة
كثيراً ما تسبب المرض في البشر ولذلك قد جعل اليهود فحس 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 الصديدية . واما الخنزير فان اكله فلا يجوز اكله الا بعد
فحص العضل بالمرسكوب حذراً من وجود التريخيما اللولبية فيه . وما يشاهد
احياناً في لحوم بعض الحيوانات اجنة انواع من التينيا وهي ديدان بيضاء 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 الكياوي اذا اراد ان يحل مادة
سختها اولاً لكي تنسع مساحة السطح الذي يعمل فيه الجوهر الذي يحل فان لم
يفعل ذلك افضى للحل زمن اطول . فمكلا عمل الاسنان في تجزئة الطعام
وتسهيل الهضم حتى انه اذا لم يُضغ مضغاً جيداً ابتلع 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
بالروستو عند الالوربيين فانها تزيد لذة الطعم وتسهل الهضم وكذلك الشيء وفي
كلمها لا يجوز تطويل مدة الطبخ لتلاّ يجف اللحم ويتصلب . واما الملق فان
قصد به اكل اللحم وجب وضعه في الماء بعد غليانه لاقبله لان ذلك يجهد
الابوم في الطبقة الظاهرة ويجز المواد الغلائية في الباطن ثم بعد خمس دقائق
تخفف النار دون درجة الغليان . واذا قصد به لا اللحم بل المرق المغذي كما

في الشوربا فيوضع في ماء بارد مقطعا ثم تزداد الحرارة تدريجيا الى درجة الغليان
ويدام ذلك مدة طويلة فتخرج المواد الغلظية من اللحم الى الماء ويصير المرق
لدينا شديدا الغلظا واما اللحم فيصير مشا عديم الفائدة عسر الهضم . واما القلي
فكثيرا ما ينجف اللحم ويعسر الهضم فلا يجوز استعماله الا اذا سلق بعد ذلك
او طبخ كما في البخنة فيصير لذيذا مفيدا . ومن انواع طبخه الجيدة وضعه في الفرن
متبلا على طرق مختلفة . والقاعدة العامة في كل هذه الانواع ان يطبخ اللحم ببطء
على نار خفيفة فكثيرا ما تعطّل لذة الطعم وفائدة الغذاء من مخالفة هذا الضابط
الجوهري

الطيور . كالدجاج والحمام والديك الهندي والاوز وطيور الصيد البرية .
وهي جميعها مغذية لا تختلف اخلافا كبيرا 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
ما لوفة الا عند البعض القليل من الناس . واما الحكم فيها من حيث الصحة
فلا يظهر انها مضره او ان لحومها عسرة الهضم وعلى الخصوص ارجل الضفادع
التي يدحها البعض للضعفاء

الاسماك . السمك طعام جيد مغذ سهل الهضم لا يختلف عن لحوم
الحيوانات التي سبق ذكرها الا من حيث نقص المادة النتروجينية فيه وزيادة
الاملاح الفسفورية . وهو غالبا ما يميل اليه الضعفاء وما يفيدهم على انه اذا تمخ
السمك كالسردين وغيره تغير طعمه بالكليّة ونقصت مواد الغلظية فضلا عن انه
يتصلّب ويعسر هضمه . ومن انواع السمك ما يصير مضرّا في بعض النصول
فيحدث احيانا قيئا وناظا على الجلد . ولما كان لحم السمك سريع الفساد كان
الشرط الاول في اكله ان يكون طريا اي حديث الاستخراج من الماء ويعرف

ذلك من النظر الى الخيشوم والعينين فان كان الخيشوم احمر زاهياً وكانت العينان لا يزال فيها بعض اللعان كان طرياً يجوز اكله والا فبرقص ولا سيما اذا صار ليناً وظهرت فيه رائحة النساد . والاولى ان يوتى به في فصل الصيف حياً في اوعية من ماء البحر . افضل انواع طبيخه السلقي والثي واما المقلي منه فلذيذ الطعم ولكنه عسر الهضم

الحيوانات المفصليّة التي تؤكل في كالسرطان والثريدس . وهي على الجملة عسرة الهضم وقد تسبب نهيماً معويّاً ونفاطاً في الجلد 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 واكلها 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 حر 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 . واولها واخصها الحبوب التي يعمل منها الخبز الذي اتفق على اكله جميع شعوب الارض من القبائل المتوحشة الى ما كان ارفعها مقاماً في المدن . ولهذه الحبوب جميعها كالقمح والشعير والذرة صفة واحدة مشتركة بينها وهي انها تتضمن نشاءً وكلوتين وسكراً واملاحاً فلا ينتقص 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 وفضل 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

حُبُّ القمح الجيد هو ما كان ملائماً وسمره لونه غير زائدة والميزاب الذي عليه ليس غائراً بل رائحة او تغيير اللون او علامة لوجود السوس او طبقة فطرية . وكلما كان ثقبلاً 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 وعفن . 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 مخمورة وهي عبارة عن كلوثن بذاً 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 المضم 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 الباروم 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 التروجينية ونحو ٨ في المئة من زيت دهني . والخبز الذي يُعمل منها مغزٍ يمتن لما فيه من النشاء والزيت ولكنه لا يخلو من عنصر 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

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

والمحمص والعدس والبقول تتضمن مادة تروجينية ونشائية وهي مغذية ولكنها موانة للريح وربما سببت عسراً في الهضم . وفي الغالب لا يجوز استعمالها للمرضى . وقال العلامة لبيك 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 والفقير

والشمندور جذر لذيد مفيد وهو خالٍ من المادة النشائية ولكنه كثير السكر فيصطنع منه كما مر . واما اللفت والجزر فقلما يؤكلان لما فيها 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 تمويض ما

يخسر الجسد على الدوام من دثور ابنته وانفاق حرارته وجب ان تكون كميته تابعة لكمية الخسارة المذكورة. فانه من الظاهر ان الرجل الذي يصرف نهاره في الاعمال الشبطة 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 ونقص 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 والنقل السنوي فان الانسان ياكل في البلاد والنصول الباردة ما لا ياكله في الاقاليم والنصول الحارة. وذلك لان الانسان يخسر من حرارته بسبب البرد ومن ثقل جسده بسبب الاعمال الشبطة التي يؤدي اليها البرد اكثر مما يخسره الانسان في الحر فيحتاج الى زيادة من التعويض الغذائي. ولهذا ترى اهل الهند يقتنون 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 تؤدي الى البطالة والكسل والتحول والمرض. فاذا كان الطعام كثيراً

فقد لا يهضم ولكنه يجمع في الامعاء ويفسد فيسبب امراض المعدة واعتدالاً في الامعاء او اسهالاً لا يكفي لافراغها واحتقاناً في الكبد وكرامة في رائحة 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 أدى ذلك الى الحميات او السكنة او الفالج او النقرس او امراض أخرى . وربما لم تكن الكمية كبيرة في دفعة واحدة ولكنها 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 الامبركاني وغيره اربعين يوماً او اكثر فمن الامور الغربية التي لا فائدة منها . وقد تحققت من المشاهدات المتعددة ان الجوع الذي يحدث في ازمة القحط موجب للاوبئة كالحصى التيفوسية وغيرها التي كثيراً ما نعتبها وبمهلك خلناً 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 الاسترطوب والحصى ويتعسر شفاؤه جروحهم وتبطؤ شفائهم. وقد سبق القول في وجوب تغلب الطعام النباتي على الحيواني في البلاد الحارة

اوقات الطعام . يجب ان تكون اوقات الطعام منتظمة بحيث انه يصبر من ذلك عادة تألفها الطبيعة . فقد شوهد من التجارب انه اذا كانت تناول الطعام في اوقات معينة كان الهضم اجود والتغذية اتم ما لو كان في ازمة غير معلومة . وفضل 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 المنيرة ايضاً في هذا الشأن ان التطور مانع لعل الابجرة الملاربية التي تتولد 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 تجهيداً 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 الهم والغم من اكبر الاسباب لامراض المعدة فلا يجوز مدة الطعام وبعده برهة ان يكون الحديث او الفكر في امر مكدر . فكان القدماء يستأجرون رجالاً من اصحاب الفكاهة والهزل لانشراحهم مدة الطعام

وأوائل الهضم . ومن هذه الشروط الصحة أيضاً ان لا يؤكل طعام قبل هضم الطعام السابق وهو ما كان يسمى القدماء ادخال طعام على طعام وضرره ظاهر لان الهضم الجديد يتعرض للتقديم 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 تناولها فلا يسهنا 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 غلوة من نفس جسده الذي ينزل يوماً فيوماً الى ان يفتى ما يمكن الاغتذاء به وتنف اعمال الحياة . ولهذا كان لا بد له من الطعام على انواعه الاصلية كما سبق بالتفصيل غير انه يختار منها اللطيف ويجعل الكمية ما تستطيع القوة الهاضمة ان تعمل فيه . وقد يحتاج الى الاطعمة النوية 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 والشاء والبيض والخبز واللحم الطرية



الفصل السابع عشر

الرياضة

الرياضة من الشروط الضرورية للصحة . وكان الندماء يمتنون بها اشد الاعتياء لاجل تقوية الجسد والمصارعة وتربين العساكر ولا سيما بعد ان شرعوا في عمار المدن والعيشة المادية فيها فظهر بينهم من اصحاب القوة العضلية ما يعسر تصديقه . واما المتأخرون فقد التفتوا الى تهذيب العقل وجعلوا الممارس مرئي شيائهم 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 أفرط في رياضتها حصل الخلل فيها كما اذا أهملت وعلى هذا يكون الكسل والسكينة في البيوت والحوانيت من الجهة الواحدة والأعمال الشاقة الطويلة من الجهة الأخرى سببا لنقص الصحة او لحدوث المرض

وقال العلامة بوشردات الرياضة المعتدلة ضرورية للانسان لانها مفيدة لنمو العقل والجموع العضلي مقوية للبنية الضعيفة وبصاحبها غالبا انشراح الصدر ولذة التمتع بالصحة وهي منبهة لشهوة الطعام ومعينة للهضم واستطلاق البطن اليومي . واما ما يجب من الرياضة والراحة فتابع للعادة والسن 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 يُخرج من الكربون ومن الخفق 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 مفتوحة فبكثر الدهن في الجسد ويسمن الانسان ويستولي عليه القرس 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 وبرزاز 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 ومدة الشباب

رياضة الاولاد والشباب . بعد السنة الاولى او الثانية من الحياة يشغل الولد اكثر زمانه بقلبه في الحركة ويصير ذلك عادة مستمرة فيه الى ان يرسل الى المدرسة ويُجبر عن اللعب مدة الدرس . ولا مانع لهذا الا اذا كان نحيفاً ضعيفاً فربما لزم احياناً معارضته في حركته الدائمة وتطعيمها بازمنة 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 لم يل حسبهم عنها في البيوت او المدارس . ومن هذا الضرر جموده تحدث في مفاصلهم فتزيل منهم سهولة الحركة ولطفها واتقانها 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 النشط وجب ان يكون الهواء الذي يتنفسونه نقيًا
 على ما سبق في فصل الهواء . بل بين الرياضة والتعرض للهواء الصافي علاقة
 شديدة لان الرياضة لا تتم غالبًا الا خارج البيوت في الحدائق والفلدة حيث
 يكون الهواء متحركًا لاساكنًا محصورًا كما في المساكن . ولذلك نرى اولاد الفقراء
 واهل البر الذين يصرفون اكثر زمانهم في الخارج اصح واقوى غالبًا من اولاد
 الاغنياء واهل المدن الذين يُجْزَوْنَ في البيوت او الممارس

افضل انواع الرياضة للصبيان بين السنة السابعة من العمر والسنة
 السادسة عشرة الملائمة عندم 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 التفرد على الجبل المعهود
 عندهن افضلها جميعًا لانه يشغل جميع العضلات وبروضها ويقويها . وقد
 اصطلموا حديثًا في جميع الممارس على انواع من الترويض الجسدي يُعرف
 بالجورناستيك . 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 يجتمل ما يجتملة غيرهم
 من ذلك فيوضع لهم حد معتدل ربما لم يجاوزوه 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 يبيدهن 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 الحقل او الفلاة او المعامل او الصنائع التي تستلزم العمل العضلي . وهي صفة اهل النرى والقرآ واصحاب الصنائع اليدوية كالحداد 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 الهواى النقي . غير ان كثيرين من اهل المدن كالتاجر والمحيط والصانع لا يبالون 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 الشاقفة في الهواى الخارج ولو كانت مفرطة اوفى للصحة من الاعمال الخفيفة في البيوت او المدن وان اردا 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 بالرياضة 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 ينصرفون في الاعمال العقلية الطويلة ويجهدون انفسهم جهدا دائما ويحمل بهم الضرر العظيم يبالون 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 اللثام 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

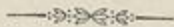
واما رياضة الضعفاء والشيوخ فلا يجوز ان تكون مدة خلو المعدة من الطعام ولا بعده في الحال الا اذا كان خفيفا لانها قد تحدث تعباً وهبوطاً في جميع القوى اذا كانت مدة الجوع ولذلك لا تجوز لم في الصباح الباكر قبل الفطور خلافاً للاقوياء الذين يتنعمون بها حينئذ . واذا كان غناء الظهر خفيفاً فنصح الرياضة بعده ولكن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

مدة النهار للرياضة . انتفى عامة الناس على اوقات معلومة لاجرامهم 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 تجبىز للانسان رياضة في الصباح وراحة في وسط النهار ثم زماً 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 ومجاولا على انفسهم بقدم هرم الشيوخ ونكباتها

ومما يتعلق بكيفية الرياضة ونوعها مزاج الشخص . فان كان دموياً نشيط
 الحياة تعمّر على صاحبه المحصر في البيت او الحانوت لان الطبيعة تطلب منه
 ولا سيما مدة الشباب الحركة والمخروج الى الهواء والتعرض للنور واسباب
 الرياضة والقوة. ولذلك يجب على الوالدين والاصياء 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
 اللغاوي يمتاجون الى التنوية بالوسائط المذكورة خلافاً لاصحاب المزاج
 الضراوي الذين يمتلون من المحصر في البيوت والجلوس في المكاتب ما لا يمتثلة
 غيرهم . وهما 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 وانعطاط التنوي على انه لا يجوز اهما لها على الاطلاق والاركان
 الى الكمل الذميم



الفصل الثامن عشر

الاستحمام

يراد بالاستحمام هنا الاغتسال بالماء مطلقاً لا دخول الحمام والاغتسال بالماء الحار فقط. وربما وجب وضع النصل بين الغسل والاستحمام بناءً على انه يقصد 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 للاهال الناشئ عن الكسل. لانه مع تسر وجود الماء والصابون يغفل كثيرون 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 التفوى النظافة" وربما لم يكن لغة خالية من مثل جهلنا المعنى. والظاهر ان سبب هذه الامثال ما يشعر به الانسان من الفضل الادي 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 وملايسهم ورفضوا من معاشرتهم من كان قذراً او متغافلاً عن واجباتهم لنفسه

وللمجهور 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 يقتصر في العرق المائي فقط بل يتضمن مواد زيتية وحيوانية واملاحاً تمتزج بالغبار وتلتصق بالجسد وتسد مسامه . فيحدث من ذلك انه يغطي الجلد الذي لا يغسل 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 الروح 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 يحتاج الجسد الى الانعاش . اما كيفية العمل فيستحضر طست ماء ويعرّى الجسد بالكليّة من اللباس ثم يؤخذ اسفنجية كبيرة او قطعة فلانلا ناعمة تبلّ بالماء وحده او مع الصابون ويفرك كل قسم من الجسد فرغاً 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 يشف الجسد جيداً بمنشفة ناعمة ثم يفرك بمنشفة خشنة فرغاً سريعاً الى ان يجهر لونه وتنتشر فيه الحرارة . واما النساء والاولاد فلا يحتاجون غالباً الا الى منشئة اعتيادية 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 بكثي 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 يتمتع 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 انوارهم الداخلة 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 لذة الغطس في الماء والبقاء فيه مدة او التمتع 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 يستغم به من الماء في هذا النوع تختلف من ٢٣° ف الى ٧٠° بحسب حرارة او برد الفصل. واما عملة الاول في الجسد فانه يمسك الدم والقوة الحيوية من الظاهر الى الباطن ثم يردّها الى الجسد والمجموع العضلي وهو ما يقال له ردّ النعل. فاذا اندفع الدم من الظاهر الى

الباطن تهبج 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 المزمن وضعف العمل الخاص بوظيفتها الصحية . وعلى ذلك بعلة عن منفعة الاستحمام بالماء البارد في الضعف العام والامراض المزمنة . فاذا قصد به تقوية المجموع العام او قسم ضعيف منه وجب ان تكون صدمة الماء الاولى قصيرة ومدة الفرك طويلة الى ان يصير رد الفعل تاماً . ولهذا السبب يكون الغطس الفجائي افضل الطرق للاقوياء خلافاً للضعفاء الذين يجب ان يحسوا 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 حينئذ تمام رد الفعل وتطول مدة 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 والشيوخ فيجب ان ينقطعوا عنه مدة البرد الشديد ويداروا بالمسح بالاستنجة المبلولة والغسل البسيط على ما تقدم . واذا قصد التنشيط والانعاش فقط بدون صدمة الماء الشديدة وجب ان تكون حرارة الماء نحو عشر درجات اقل من درجة الهواء الجوي مدة الصيف واما في الشتاء فتكون مساوية لها او اعلى منها بعشر درجات . ويجوز حينئذ ان يكون الغطس فيه فجأة وبدوم من خمس الى عشر دقائق ثم يشرع في الفرك حالاً ولا تلبس الثياب الا بعد حدوث الدفء في كل الجسد . ولهذا الاستحمام في الفصل الحار ولاسيا في هذه البلاد من اعظم اللذات المفيدة لنظافة

الجسد وراحته وانعاشه وصحته

٢. الحمام الفاتر. يُبدل الحَمَّ البارد بالناتر متى كان الطقس بارداً جداً أو متى كانت قوى الجسد ممتخّطة أو إذا كان الشخص امرأةً نحيفة أو ولدًا ضعيف البنية. وهو مفيد أيضاً بعد الرياضة العنيفة مدة الحرّ أو في الشتاء متى كان الجسد بارداً لانه يعش القوى ويزيل التهيّج العصبي. وأما فائدته الطيبة فتظهر على الخصوص في بعض الامراض الجلدية وفي أكثر امراض النساء المزمنة ولا سيما في احنتانات اعضاء التناسل الباطنة وخلل الحيض

٣. الحمام الحارّ. اخصّ فوائد الحَمَّ الحارّ تسكين الألم والتهيّج وتوجيه الدم من الاعضاء الباطنة الى سطح الجسد بحيث يحدث من ذلك عرق قد يكون غزيراً. فلا يحتاج اليه الاقوياء عادةً الا بعد التعب العظيم والسفر ولاجل مقاومة ضرر كالصدمات والرضات المفصلية والعضلية. وهو مفيد أيضاً في الدور الاول من التزلتات وللذين جلودهم خشنة جافة ويشير به الاطباء لاجل استرجاع موازنة الدورة اذا حدث شيء يخل بها ولاجل فتح مسام الجلد اذا ضاقت من البرد او المرض وتبديد الاحنتان الدموي في الاعضاء وتسكين العقل عند تهيّجه. غير ان الاكثر منه غير ممدوح فلا يجوز استعماله أكثر من مرة في الاسبوع الا اذا كان هناك داعٍ موجب. ومن هذا النوع الحَمَّ المعهود بين اهل الشرق الا انه اشدّ فعلاً في الجسد لان مائه حارّ 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 والحارّ قبل الطعام لابعده في الحال واما درجة حرارة الاول فتكون من ٨٥° الى ٦٥° 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 بد من الحركة فيه فاذا لم يُعرف السبح يُدلك الجسد بالأيدي 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 بد من فرك الجسد فركاً جيداً بالمناشف اللينة والخشنة الى ان يحمر الجلد ويدفأ كل الجسد. واما الزمان الذي يُستعمل فيه فالصباح قبل التطور افضله للاقوياء وبعده للضعفاء. ومدح جالينوس الشهر فرك الجسد فركاً جيداً الى ان تنشر الحرارة في الجلد قبل الاستحمام على جميع انواعه وقبل ان لذة الاستحمام تنضاعف بعد هذه الوسيلة. واذا كان الشخص ضعيفاً جازله ان يبداً بالاغسال بماء البحر في البيت فاتراً او بارداً فاذا زادت قوته سار الى البحر واغتسل او استتم فيه. وفي الغالب لا يجوز غسل الاولاد في البحر قبل السنة السابعة من العمر ويحذر منه ومن الاستحمام بالماء البارد بعد السنة الخامسة والخمسين الا اذا كانت البنية قوية

ومن هنا الباب الاستحمام بهواء البارد وهو عبارة عن التجرد من الثياب وذلك الجسد باليد او بمنشفة خشنة نحو دقيقتين صباحاً ومساءً. وفائدته من وجه تشبیط الدورة الدموية كفايدة الحمام بالماء. وله فائدة اخرى مهمة للذين يصيبهم الأرق في الليل ويتضيقون من عدم النوم مع التقلب في الفراش فاذا نهضوا وفتحوا نوافذ الغرفة لاجل تجديد الهواء وتهوية الفراش واستعمال الحمام المذكور وبدلوا قميص النوم بقميص آخر وخففوا غطاء الفراش فكثيراً ما يعودون الى السرير وينامون بعد ذلك نوماً هنيئاً (انظر فصل الأرق 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 انهم ما يكون ومضى انقطع سكنت سكوتاً تاماً او نسبياً. ولما كان
 ظهور النور واحتجابة على شكل دوري متعاقب كان ايضاً العمل الحيوي دورياً
 يظهر ويغيب بالترتيب وهو ما نرى مثله في العالم الطبيعي كدوران السيارات
 وتعاقب الحر والبرد والنور والظلمة والتركيب والتحليل. ومن هذا القبيل
 اليقظة والنوم في الانسان لانه كما ان دثور انسيجة الجسد يحتاج الى التعويض
 بواسطة الغذاء في اوقات دورية كذلك اجهاد العقل وانفاق القوة العصبية
 مدة النهار يوجبان 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 لاحتمال
 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 تنفص تدريجياً كلما تقدم النهار الى ان نعجز الاعضاء عن القيام بوظائفها الا اذا تنهت بواسطة اسباب خاصة فيدوم عليها زماناً قصيراً وينتهي الامر اخيراً بالنوم الجبري ولو في ساحة الحرب وبين اصوات المرافع 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 عليها ولو نقص قليلاً كما يشاهد في بطوه التنفس والنفض وهبوط الحرارة

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

وقد يكون مجيء النوم فجائياً بحيث ان الانسان يتنقل من حالة نشاط العمل العقلي الى السبات التام فجأة على انه يأتي غالباً بالترجيع . وكذلك اليقظة فانها قد تكون فجأة والغالب انها تأتي بالترجيع . 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 بزم وهي الحالة التي اطنب كثيرون في العجب منها على ان ليس فيها شيء يخرق 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 تعودهُ 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 الشعب 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 بالتدرج 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 وتنقص 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 ائتمل . 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 كترديك الكبير ونابوليون الاول والفيلسوف هنتر لم يناموا الا اربع او خمس ساعات خلافاً للقاعدة الاعلوية ان اصحاب الاعمال العقلية يحتاجون الى نوم طويل وان كمية

النوم الواجبة تابعة غالباً لكمية الاجتهاد العقلي . فاذا صُرفَ النظر عن هذه الكيفيات الخصوصية ربما كان الصواب ان الارلاد 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 تدير البيوت وتربية الاولاد شاقّة احتجن الى نوم اطول مما يحتاج اليه الرجال والأ فيكون 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 يستعضون عن هذا النقص في الفصل الحارّ بواسطة النوم في النهار

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

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

النتائج عدم الكفاية من النوم لسبب تهييج الانفعالات النفسانية في اماكن اللهي
او الفساد او تهييج العقل بالازادة لاجل الدرس والمناظرة في مقام العلم . فينشأ
من ذلك صداع وحرارة ونبضان في الرأس وعسر النوم فان لم ينسب 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 بالكليّة
اذا كانت ثنيلة مع الرياضة الطويلة في الهواء الخارج ولا يجوز الالتجاء الى
الدواء الا بعد استعمال هذه الوسائط والحجبة 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 تخفى 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 بالكليّة . 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 وذهوبها 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

لها ولا سيما انها عامة عند اقوام كثيرين لا يشكو ضررها احد. غير ان لها ضرراً كثيراً من العوائد الحميدة. فان كان الغطاء 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 افترط 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 مملكة 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 فيصبر الانسان اشد حساً للبرد ولذلك يحتاج الى التدفئة بالغطاء. وما يؤول الى جودة النوم ابعاد المنبهات الاعتيادية للاعضاء فيجلب النور عن العينين وتمنع 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 الشبايك 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 واعدام 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 للهوَاء ويفعل الغنم وغيرها من الحيوانات مثل ذلك طلباً للدفء وحجز الهوَاء 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 ويجزرون كل منفذ للهوَاء ويتغطأون بالاعطشة الثقيلة فيجب 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 وتهديج الحرارة وهو ما يؤدي الى تعب في النوم او ارقى . فاذا شعر الانسان بشيء من ذلك وجد راحة نامة 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 ارفع 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 يتفن الامر اكثر من ذلك وجب عليه ان يفضل القاسي كفراش الشعر على سرير من زنبك في الصيف وفراش الريش في الشتاء . واما العساكر وقوادم الذين يقصدون اكتساب القوة العضلية والتربن على خشونة المعيشة لاجل تسهيل حياتهم الحربية فيختارون الفراش القاسي او يضطرون اليه . وبعض القوادم الشهيرين يلازمون ذلك ابناً ولو رجعوا الى بيوتهم وتيسرت لهم اسباب الراحة

وإذا كانت غرفة النوم كبيرة لعدد الذين ينامون فيها وكان الفصل بارداً فُتسَد النوافذ في الليل ويُجَزُّ الهوَاء عنها . الا ما دخل من الشقوق فانه

كافي لتبديل الهواء. ولكن اذا كان النضل حاراً او كان عدد الذين ينامون فيها كبيراً لها وجب ابقاء الباب وشباك من الشبايك او أكثر 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 تفرغهم في الغرفات. ويجب تبديل هوائها مدة النهار وتعريضها لعمل نور الشمس ونشر الشراشف في الهواء على ما سبق في فصل المساكن. ومن المدوح ان تكون غرفة النوم في الطبقة العالية من البيت معرضة الى الجهة الجنوبية جاتة قليلة الاثاث والمفروشات

ولحالة الجسد عمل عظيم في صحة النوم. ولذلك يجب ان تكون وظائفه في حال الراحة ما امكن فيجتنب 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 مما جأ الى تكرير الغفَاء وكان الطعام خفيفاً . وما يؤول الى صحة النوم ايضاً هدوء العقل فاذا كان منهجياً من اللعب واللهو او من افراط التفكير ولا سيما في البيوت المحصورة الحارة وجب المثبي في الهواء الخارج نحو نصف ساعة واذا لم يكن ذلك فيقرأ كتاب فكه للتسلية الى ان يسكن التهيج العقلي وبأتي النعاس. واذا حدث آرق فربما زال بواسطة القراءة مع الاضجاع في الفراش او استعمال الوسيلة المذكورة سابقاً وهي ان ينهض الانسان وينفض اثواب نومه في الهواء ويعرض الفراش للهواء فتمت برد جسده واثوابه وفراشه عاد الى النوم وربما احتاج الى تخفيف الغطاء وبعض الموسرين يضع سربرين في غرفة نومه ليتنقل 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

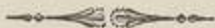
غير ان افضل الوسائل لنوال لذة النوم الصحي هو الطاعة لنواميس الطبيعة في ما يتعلق بتدبير الصحة العام لا استعمال الوسائل الاصطناعية . وخصص هذه الوسائل اولاً النهوض باكراً من النوم لانه لا يأتي بفوائد مادية فقط كفراغ الصباح وصفاء العقل للدرس والاشغال العقلية او الخروج الى الهواء والتمتع بالرياضة بل يسوق الى حدوث النوم وجودته في الليل مع ما يتبعه من صحة الجسد والعقل . ثانياً ضبط ساعات الطعام وكميته وتعيين ساعة النوم . ثالثاً رياضة كافية في الهواء عند المساء او 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 فقدناً تاماً غير انه مع فقد الشعور بالاشياء الخارجة قد يصبح ذلك عمل عقلي نحس به حينئذ وربما ذكرناه عند اليقظة ذكراً تاماً او جزئياً وهو الحلم . والظاهر ان اخص ما يتميز به هذه الحالة الحلية توقف سلطة الارادة 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 تبيلة فرما اتى في الحلم بجلاء الفكر وجود تو 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 تألينا في النظم والنثر وهم نيام . غير ان هذا من النوادر لان الغالب جدا هو عدم الارتباط بين الافكار التي تشغل العقل حينئذ و غرابة عجيبة في الصور العقلية التي تركبها الخيلة . غير اننا لا نستغرب شيئا ونحن في الحلم فترى الموتى احياء ونكالم الفلاسفة القدماء ونشاهد اصدقاءنا ولو كانوا في ابعاد الارض او اننا ننقل البهيم ونحن لا نشعر ببعد المسافة التي تفصلنا عنهم ونصر 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 حينئذ من الحوادث والصور الخيالية التي ربما امتدت اعواما لا يشغل بالتحقيقه اكثر من بضع دقائق او ثوان . 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 اطاله اذا كان لذيذا او قصره اذا كان مزججا وهو ما يدل على عدم فقد قوة الارادة بالكلية في بعض الحالات الخلية

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 وجب عليه مع تلطيف العشاء مراعاة هذه الامور البسيطة
التي لا تحتاج الى اسهاب



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 والعبثة التي تُراعى فيها جميع شروط الصحة فلا حاجة الى اعادة الكلام بهذا الشأن . والمراد من هذا الفصل تنبيه الفارئ 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 أوبئة او امراض وافدة ومثالها الهواء الاصفر والجدرى والحصبة والحمى التيفويدية فانها اذا وجدت في مكان انتشرت لا محالة من المصابين الى السليماء وكثرت بين الاممالي 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 تنساعد من المياه الآسنة او من ملاج الحيوانات او من جثث القتلى في الحرب وانه ينشر فعله 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 كالاغراق 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 لانح المطر والنهار حاراً والليل بارداً والتغيرات الجوية من حيث الحر والبرد والجفاف والرطوبة متواترة سريعة اندرت هذه الاحوال بمحدث الوباء . واما المذهب الحديث في سبب الامراض الوافدة هو ان اجساماً آلية مكرسكوية الحجم تدخل الجسد وتكثر جداً فتحث ظواهر المرض . وهذه الاجسام عسوية الشكل في غاية الدقة لاتشاهد الا بالمكروسكوب القوي وكثير منها لا يشاهد الا بعد الصبغ وهي على انواع كثيرة تدخل تحت اسم البكتيريا (عسوية) كل منها خاص بنوع المرض الذي هو سبب له . واختلفوا في مكان تولدها فقال بعضهم انها تولد داخل الجسد وهي من نتائج المرض لاسبية وقال جمهور العلماء بل تنشأ في الخارج ثم تدخل جراثيمها الجسد وتتم وتكثر وتحث ظواهر المرض وهو القول المرجح . وقد ثبت عندهم بالمشاهدة والتجربة انها سبب الحمى المتكسة والمنقطعة والجمرة والجذام وداء السل والهواء الاصفر وداء الكلب وغيرها ثم لما اثبت وجودها في هذه الامراض بلا ريب 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 البكتيريا 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 طُرِحت الى الخارج بدون تطهير واصاب بعضها منها قُلَّ مياه الشرب افسدتها والنتج 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 تُطهر المبرزات المعدية والمعوية الخارجة من المصابين بالقيء والاسهال مدة وجود الوافد 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 والبلاليع

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 المرحح 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 امتعة المرضى بالغلي او اعلاها بالحرق

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

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

الحصى التيفويدية ويقال لها المعوية . سببها سم خاص بها يتنقل بواسطة براز المرضى كالهواء الاصفر فانه يلوّث ماء الشرب او الطعام وقيل الهواء ايضاً . والوقاية من انتشاره تقوم بفصل المريض في مسكن خاص 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 منعة 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

الحميات النفاطية . لاوقاية من الجدري الا بالتطعيم مدة الطفولية واعادته مرةً اخرى بعد سن الادراك ولا سيما عند ظهور الوارد . واما قول العامة انه لا يجوز اذا كان المرض منتشرًا لئلا يكون التطعيم سبباً له فخرافة محضة ظاهرة الضرر لانه اذا نشأ ولم يُطعم الاطفال ربما اصابهم واهلكهم . واما الحصبة فلاوقاية منها الا بعدم المخالطة فاذا اُصيب احد بها او بالجدري وجب فصل المريض والانتباه الى نفاثة الهواء ووسائط التطهير . وكلاهما شديدتا 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 وأكثر وقوعه في القرى لا في المدن . وسببه الاصيلي فساد في الهواء ينبعث من بيوت الراحة والباليع 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 بماء الحامض الكربوليك ويحتذر من تنفس هواء الزفير الخارج من المرضى او تقييلهم . ثم اذا نته العليل او مات يُجرى اوقية كبريت في الغرفة والنوافذ مغلقة وتُطْرَش المحيطان بالكس وتغسل الارض وتفتح الشبابيك للهواء وتُعدَم الامتعة او تُظَهَّر بالقلبي والتعريض للهواء . ولما كان هذا المرض كثير الانتشار في المدارس وجب على الروسَاء واطباء الصحة ان يلتفتوا الى هذا الامر بكل دقة . وليس هذا المرض من الامراض الراقية من اصابة اخرى بل قد يعود

الشهقة . يندر من لا يصاب بهذا المرض مدة الطفولية وهو اشد مادته المعدية تنشر في الهواء وتمتد الى اماكن بعيدة فلا يمكن الوقاية منه . واذا اصاب احد الاولاد في العائلة امتد الى الباقيين منهم الا الذين اصيبوا به من قبل فمى من الامراض الراقية 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

المحمّرة . خطر امتداد هذا المرض للجرحى خاصة فيكثر في المستشفيات واما في البيوت فخطر انتشاره قليل ومع ذلك يجب فصل المريض وعدم مخالطته الا للذين يجدمونه والنظافة التامة في ما يتعلق بالهواء وغرفة المريض والياب

الاسهال والدوسنتاريا. اخص اسبابها ماء غير نقي او فساد في الهواء
 ناشئ من روائح منبعثة من نتن حيواني او من الكفّ والبلاليع. وقد يكون
 السبب سوء الطعام من حيث الكمية او النوع والتعرض للبرد والرطوبة.
 والوقاية منها قائمة بالحذر 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

السمل الرئوي. قد ثبت الآن عند عامة الاطباء ان هذا المرض معد
 وان سبب العدوى بالشمس خاص به يخرج في نفس المريض وفتحه وبطير في
 الهواء الذي يتنفسه الاصحاء. وقد مدحوا تطهير النفث بواسطة استقباله في
 اوعية تفضن ما يتل هذا الباشمس كحلول السليمانى وحامض الكربوليك. ومع
 ذلك يجب عدم مخالطة المريض مخالطة شديدة وتجديد الهواء في غرفة
 المريض. ولو قاية المرصين له يجب الالتفات الخاص الى هذه الامور الثلاثة وهي
 الطعام الجيد المغذي الحاوي على كمية عظيمة من المواد التروجينية والدهنية
 والرياضة اليومية والهواء النقي

الرمم الصدديدي. كثير الحدوث في البلاد الحارة مدة فصلي الصيف
 والخريف ولا سيما بين الاولاد الذين ينالون العدوى بعضهم من بعض وكثيراً
 ما يكون ذلك في مدارس الصفار فتجب الوقاية من هذا النبل 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 تحقق الآن ان سببه مكروب خاص ينتشر في الهواء او ينقله الذباب من
 الاعين المصابة الى السليمة. 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 النصل 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 كسبونها 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 والهورد . من المعلوم ان شدة المحر كحرارة النار يهلك 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 فصاد للفساد لانه يعارض التحليل الآلي كما هو المعلوم من حفظ اللحم الطرية زمناً طويلاً في البلاد الباردة او اذا

أحيط بالثلج أو الجليد غير أنه يندر استعمال هذه الوساطة الى درجة مفيدة في املاك المادة المعدنية

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

٣. الكبريت عظيم الفائدة في تطهير الغرف الفارغة بعد نفاهاة المريض او موته . وكيفية التبخير به ان تسد جميع النوافذ ويوضع لكل الف قدم مكعب من الخلاء نحو مئة درهم منه في وعاء فخار ويحرق فينتشر بخاره في جميع المكان . واذا كانت الغرفة طويلة يحرق في نقطتين

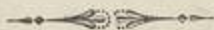
٤. الحامض الكربوليك من اتم المضادات للفساد والمطهرات واكثرها فائدة وشيوعاً بين الناس . اذا كان نقياً فهو على هيئة جامد ابيض بلوري واما الجنس التجاري منه فسائل قطراني الشكل والرائحة سام . ويستعمل في غسل البيوت ونقع الثياب الملوثة وقبول المبرزات الجسدية وكل ذلك وهو مزوج بالماء ويلقى منه كمية في الكنف والمراحيض فهو قاتل لجميع انواع الاجسام الآلية ومانع لجميع النتن . 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 والبلاليج يُزج بالماء ويلقى اليها

٦. الجباز وهو كبريتات الحديد يستعمل كالسابق

واما تدير غرفة المريض بعله معدية فيجب الالتفات الى هذه الامور . اولاً يُجبر عليه حجراً تاماً اي تمنع مغلطته الا لمن يجدهم . ثانياً يلقى على الباب حجاب يرش من وقت الى آخر بمحلول 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 بانواب المريض وشراشف الفراش وتُطهَّر المبرِّزات بمزجها بشيء من مضادات الفساد بحيث لا يبقى شيء ملوِّثاً 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 القمامة 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 تطرَّش 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 بالقاء 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 يصحبه 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 وانلاره 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 الاعتياد 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 مهمياً للمرض وبعضها مهيناً له اي انه اذا كان في حالة عموم الجسد او في قسمٍ او عضوٍ منه استعداد لقبول مرض خاص كان ذلك هو السبب المهيمن 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 مهمياً لعلل مختلفة على ما في الأشخاص من الاستعداد لواحدة منها دون غيرها . غير انه يقال في الجملة ان لأكثر الامراض اسباباً خاصة تعمل في العضو المصاب كعمل البرد في الامراض الرئوية وسوء الطعام والشراب في امراض القناة الهضمية واقراط المجهود العقلي في امراض الدماغ . وسنذكر الآن اشهرها مع قطع النظر عن تقسيمها العلمي على اصطلاح الاطباء

١. السن . بعض الامراض يتغلب في بعض ادوار الحياة على نوعٍ خصوصي وربما اقتصر عليها كعمل زمن بروز الاسنان والشهقة والحصبة في الاطفال والسن في زمن الشباب والسرطان في الكهولة والفالج في الشيخوخة
٢. الجنس . لكل من الذكور والاناث امراض خاصة بهما ولكلٍ منهما استعداد لبعض الامراض أكثر من غيرها بحيث انه تتغلب 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 القلّة والكثرة وامراض سابقة كالحجّيات والشهقة والتهاب المفاصل . وامراض بعض الاعضاء قد يؤدي الى مشاركة في اعضاءٍ آخر قريبة كانت او بعيدة كعمل 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 بالافتقار او المملاريا فلا يقال عند ذلك ان المرض الغالب في الآباء والاولاد ارثياً ضرورة بل قد يكون من التعرض للاسباب الواحدة . والامراض التي تُعدُّ من هذا الباب اولاً الامراض المزاجية كالندرت والسرطان والماء المختزيري والماء الزهري والنهاب المتفاصل . ثانياً بعض علل الجهاز العصبي كالصرع والخوريا والمجنون والهيبوخندريا (اي المزاج السوداوي) والسكينة والناجح . ثالثاً التشويه الخلفي والعمى والصمم . رابعاً الحؤول العاجل اي تغيير الابنية قبل زمن الشيخوخة كحؤول الاوعية والاعضاء والشيب والصلع وسقوط الاسنان . خامساً بعض 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 الماء الزهري في الوالدين سبباً لضعف البنية فقط في الاولاد . ومن الخلق 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 الخلق ايضاً ان الاستعداد الارثي يشتد متى كانت العلة في كل من الاب وام كالعسل الرئوي ومتى كان الزوجان قريبين في العصبية او حديثين او متباعدين في السن بان

يكون الاب مثلاً مرماً عاجزاً

٥. الهواء الجوي. يمل الهواء الذي يتنفسه الانسان في صحته على طرق مختلفة. فقد يكون فاسداً لسبب عدم تبدله 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 الهواء او نقصت او جبت الضرر احياناً. وربما كانت حالته الكهربائية 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 للهواء البارد وهو حام او عرقان او كانت ثيابه مبتلة وشعره بالبرد ولم يبدلها في الحال ويستند في النار او الفراش فكثيراً ما يكون ذلك سبباً للرض. وهو كفول 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 الصلع او النزف او الرعن اي ضربة الشمس. ومن المعلوم ان النور الساطع ككور البرق قد يخطف البصر ويسبب العمى كما ان اجتهاد البصر في نور ضعيف كالقراءة في الليل على نور مصباح غير كاف ولا سيما اذا كان الخط دقيقاً بهج العينين او يضعف البصر

او يجعله قصيرا (انظر الفصل الثامن صفحة ٤٨)

٨. الطعام . وهو اما ان يكون ناقص الكمية او زائدا او ردي الكيفية فيكون سببا 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 متواترا وعلى الخصوص متى كانت المعدة خالية من الطعام هنا وان كثيرا من البيرا والخمور والارواح كالكيماك ممزوج بمواد غريبة مضره . واما الماء فاذا كان قليلا لا يكفي لحاجات النظافة في البيوت وغسل الثياب والاستحمام حصل منه اذى ظاهر وكذلك الافراط في شربه عند الطعام . وقد يكون حاملا مواد مضره كعص الغازات والاملاح وييوض الدبيلان ومواد آتية حيوانية وخصوصا ما يأتي من المبرزات المعوية في الهواء الاصفر والحجى التيفويدية ومواد نباتية متعفنة . واللبن يضر اذا كان فاسدا او مخلوطا بما يؤذي وقد تحقق انه يجهل احيانا جرائم بعض الامراض المعدية . وبناء على ما سبق كان من اوجب الاشياء الالتفات الى نقاوة ما يؤكل ويشرب . وكذلك الافراط في التوابل الحارة وشرب الشاي والقهوة وعادة التدخين والتعويل على المخدرات كالاقبون والمورفين والكلورال فهو جميعه اذا كثر كان من اسباب المرض وخمارة القوة والعافية (انظر الفصل السادس عشر صفحة ١٢٠)

٩. اللباس . وهو يضر سواء كان ناقصا او زائدا وعلى الخصوص للاطفال . وكذلك اذا ابل ولم يبدل في الحال . وقد سبق الكلام على الاذى الناشئ من ضيق الثياب للنساء اللواتي يشوهن شكلهن الطبيعي ويجهن باعظم الانعام الربانية وهو الصحة اتباعا للزبي الجاري 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 كرامة القذر واسباب المرض. ومن هذا الباب عدم تطهير الكُنف والبلايع والاسراب وضررها على وجهين الاول انبعثت غازات سامة وروائح كريهة من تحليل المواد الآلية التي تتضمنها 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 لاريسب فيولنقص المرض والموت وبالعكس حيث بهل في الاماكن التي تكثر فيها الاقذار فان الموت يفتك فيها ولا سيما في زمن الاوبئة. ويؤيد ذلك ما رأيناه في البلاد الشرقية من ان الاقوام واحياء المدن المشهورة بالوسخ والقذر عرضة للمرض والوباء أكثر من سواهم. وقد سبق الكلام على ما في الفباحة واسباب المرض من وضع المستراحات في المطابخ بدلاً من عزها الى جانب والالنفات الدائم الى نظافتها

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

١٢. الاسباب العقلية. مما يهيج الجسم للمرض او يعجزه اجهاد العقل المنرط في العمل والتفكير الطويل والدرس الشديد ولا سيما اذا اجتمع ذلك مع نقص النوم وكثرة الهم وشدة الانفعالات التنسانية كالغم الدائم والخوف العظيم. ومن الامور المنفرة 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 بينا لحواس المشاهد كالحمة والورم والباطنة ما يشعر به المريض كالإلم . ثالثاً ذاتية وسهباتوية وبرد بالاولى الاعراض التي تتعلق بالنفس المصاب رأساً كآلم الظهر في التهاب الكلية وبالثانية ما يتعلق بتسمم بعيد عن مجلس المرض كالقيء الذي يصاحب الالتهاب المذكور . رابعاً منذرة او سابقة وهي التي تُنبئ بما سيحدث من نوع المرض كالدوار الذي كثيراً ما يسبق داء السكتة . 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 والبرقان 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 السكتة الحمية التي تنتهي الى الفالج وفي الاعضاء وبعض انواع النزف . وكثيراً ما يكون المرض حاداً فيأتي سريعاً غير انه يسبته غالباً اعراض منذرة ويكون شديداً ومدته قصيرة . ولاكثر

العلل الحادة سير محدود كالحمى المعوية والحميات النفاطية والالتهابات .
 والمرض المزمن هو ما ظهرت اعراضه تدريجياً بدون شدة وكان سيره بطيئاً
 طويلاً وقد يكون ممتداً من الحاد . وتتميز بعض الامراض بأنها تأتي على هيئة
 ادوار او نوب متقطعة ينفصل بعضها عن بعض بفترات خالية من اعراض
 المرض وامثلتها الصرع والبرد أعور الربو . وقد يظهر في سير المرض اختلاطات
 وهي احوال مرضية لا تكون قسماً لازماً منه كحدوث التهاب رئوي في اثناء
 الشئقة والحصبه 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 والمخجرة 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 بمجلس العلة وماهيتها واصولها وانتشارها وهما لا يتأتى الا للطبيب
 بعد البحث الوافي والاعتناء والتروي الا اذا كانت المسئلة بسيطة تدرکها

العامه او يعرفها المريض من تردد المرض عليه . ولما كانت معرفة المرض وسيره وانذاره وتدييره تابع بالكلية لتمييزه اولاً كان الشخص في رتبة رفيعة من واجبات الطبيب وملازماً 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 قاطنة 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 يربح او يخفق 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 يربح 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 خطرهما للحياة ونسبة الذين يموتون منها للذين يشفون ومدتها الغالبة وعلاماتها الردية واختلاطاتها وعواقبها وجب في كل حال التروى الشديد قبل الحكم وذلك يقتضي غالباً

الفصل الثاني

في الامراض الغالبة^(١)

الأذن (امراضها)

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

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

(١) اكثر هذا النعم مأخوذ عن كتاب حديث للطبيب الجوزال مور من اطباء الجيش الانكليزي الهندي اجازته الدولة عليه وطبعته بنقته لاجل فائدة الشعب الانكليزي الذين يسكنون تلك المملكة . فاني لما رأيت فردياً في بايو على غاية ما يكون من البساطة والمناسبة لهم العامة جعلته قاعدة لهذا النعم من الكتاب وكثيراً ما نقلت نقلاً حرفياً عن كلام المصنف . وقد بدلت جهدي في سبيل التوضيح وتحاشيت كل ما من شأنه ان يشوش عقل المطالع او يؤدي الى استعمال 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 وإذا ازمن بهم
أكسيد التوتيا

وجع الاذن ألم عصبي حاد يمتد 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 وقمحزين
من الكينا كل اربع ساعات. ويجوز وضع خردلية وراء الاذن او ليخ حارة او
بصلة مشوية حارة في كيس على الاذن وتجنب الوضعيات الباردة. وإذا كان
السبب سناً متخوراً فينلع او ينجس

التهاب الاذن. قد يمتد التهاب من القناة الظاهرة الى باطن الاذن او
بالعكس. فان كان مجلسة القناة الظاهرة كان الألم ناخساً يزيد عند الحركة
او مضغ الطعام ويشعر بحمارة وجفاف في الاذن. ثم بعد يوم او يومين يخرج منها
مادة مائية او صديدية. ويعالج بقنطيل الاذن بمغلي الخشخاش والمسهلات والليخ
الحارة ووضع خمس علفات بقرب الاذن. ومتى ظهر النز منها تجفن الصماغ
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 عتب ذلك
الصم اللائم. ويعالج بالعلق مكرراً والمسهلات والنطول الحارة

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

يجب على المصاب به تجنب مجاري الهواء وتنشيف الأذن بعد غسلها ووضع قليل من القطن في فتحتها 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 لطفة او صدمة او صوت قاصف . وقد يكون ناشئاً من عمل بعض الحبيبات الخبيثة او من تأثير كميات كبيرة من الكينا او من ضعف عام او من مرض في الدماغ. ويعالج بحسب نوعه وسببه . واكثر الوسائط الموضعية فائدة المصرفات وراء الأذن كصبغة البود التي تُطلى بقلم من الشعر مرة في اليوم والمحاربيق . واذا كان السبب تضخم اللوزتين ربما وجب قطع قسم منها بمل جراحي . واذا كان من ضعف عصبي تُعطى المتويات والطعام المغذي . وفي الاحوال المستعصية تستعمل آلة لجمع التوجات الصوتية وتوجيهها الى باطن الأذن يقال لها القرن او البوق السمعي . ويجب الوقوف على رأي الطبيب من اول الامر

الأرق

الأرق حالة مزعجة جداً تُفقد فيها شهوة النوم او القدرة عليه وهو عرض لامراض كثيرة ومن اخص اعراض هذيان السكرى والتسم المزمن بالكحول اي المادة الفاعلة في المشروبات المسكرة . واذا لم يكن عرضاً لمرض خاص كان سببه سوء الهضم او الهم الشديد او التبع 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 لعماء خفيف ويحتمن التبغ والقهوة والشاي في المساء .

ويجب تعود ساعات معلومة للنوم والرياضة حتى التعب وصرف اعمال النهار من العقل واجتناب قراءة الكتب المهيبة. ويجب ايضاً تهوية غرفة النوم وتخفيف الغطاء ان كان ثقيلًا ويشرب كأس ماء بارد قبل الرقاد. واذا يقط الانسان ولم يستطع النوم فليعمل ما تقدم في الاستحمام بالهواء (صفحة ١٤٦). واما الادوية التي تحدث النوم كمشرين قمحة 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 والهيبوخندريا اي السوداء وربما كان عرضاً منذراً ببعض انواع الجنون

تشقق الاست

هو غالباً شق واحد واقع عند اتصال الجلد بالمعى وممتد الى الباطن . وسببه القبض المستمر وخروج قطع كبيرة من الفرث الصلب وكثيراً ما يصاحب البواسير . اخص اعراضه ألم شديد عند النفوٲٲ ربما دام ساعات كثيرة . وكثيراً ما يكون الغائط منقطعاً بالدم واذا كان الشق غائراً كبيراً فقد يحدث نزف كلما عمل المعى . وتشنج غالباً العضلة العاصرة المحيطة بالاست فتسبب آلاماً شديداً . علاجه بالمليينات الخفيفة كالمياه المعدنية والحفن 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 النسيج الخلوي تحت الجلد او في بعض تجاويف الجسد . وسبب هذا الارتشاج

عاقبة الذورة الدموية لعل ما بحيث ان الاوردة تمتد من اجتماع الدم فيها فينبذ
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 المحل
مع فنجاني ماء كل اربع ساعات والمعرقات كخمس قمحيات من مستحوق دوفر
ثلاث مرات في اليوم . وان كان سببه مرض القلب فيبدأ الاستسقاء في الرجلين
واليدنين 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 كمياه كرلسباد والمساهل
المحمية كملح الطرطير كل يوم او يومين بحسب طاقة المريض

الاسقربوط

الاسقربوط علة ناشئة من قلة المواد النباتية في الطعام والاقصرار على
طعام واحد زمنا طويلا . وهي ما يصيب النوتية في اسفارهم الطويلة وانقطاعهم
عن الخضر والبقول والنواكه ولكنه يظهر احيانا بين سكان الياسة 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
تخفخت 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 والمنفويات

الاسنان (وجعها)

وجع الاسنان ينشأ غالباً من تهيج او التهاب العصب الذي يكسّف 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 جذر السن المغروس في الفك لاني التاج البارز ويصعبه غالباً حينئذ
دمل في اللثة . وقد يكون عصبياً والاسنان سليمة فيشفي بواسطة المساهل وكريات
صغيرة من الكينا . اذا كان النخر كبيراً والألم شديداً ينشّف التجويف بقطعة
نسل او قطن ثم بمحشى مزيج مؤلف من قحمة كافور وقحمة افيون او بنقظ من
الكر بوسوت او الكلوروفورم او صبغة الافيون او زيت النعنع على قطعة قطن
وبحشى التجويف بها . وربما نصح وضع قطعة قطن في الاذن مبلولة بالكلوروفورم
او بدونه . ومن الوسائط المنفذة مزيج ثلاث نقط من الكريوسوت ونقطتين
من الكلوديون بوضع في باطن التجويف فيجف ويصير كتلة صلبة تقب الخلل
من الهواء وتزبل الألم . او بمحشى بقطعة شمع . غير انه اذا كان النخر متقدماً
لا يقدر بواسطة الحشي 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 منظم او من برد . فان حدث من السبب الاول كما كل الفواكه غير الناضجة او الاكثر من الناضجة او الاطعمة الضخمة فيكون الاسهال عملاً طبيعياً لنذف المواد الحريفة من الامعاء فلا يجوز قطعها وانما يتسك عن الطعام . وان كان مصحوباً بغص فيعطى جرعة من زيت الخروع وتعاد اذا اقتضى الحال . وان كان هناك قي لا توضع خردلية على المعدة وان كان المغص شديداً تمتد على جميع البطن . وفي كل حال لا بد من الانتطاع عن الطعام او الاقتصار على قندح حليب حار كل ثلاث ساعات . وان حدث الاسهال عن التعرض لهواء الليل الرطب فيعالج كما سبق . واذا طال وزال المغص بالكلية يجوز اعطائه عشر نقط من صبغة الافيون ويعاد 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 الحريفة 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 ومعها 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 واسلمها عاقبة في جميع انواع الاسهال الحاد مسحوق غريغور بوس الانكليزي وهو مركب من الراوند والمغنيسيا والزنجبيل فيعطى منه من قحجين الى ثلاث كل ساعتين او اربع ساعات الى ان يبصر البراز طبيعياً . وان كانت اللثة واردة فتشق . واذا طال الاسهال ووجب قطعه فن الادوية البسيطة النعالة كربونات البزموت يعطى منه من قحجين الى خمس قححات كل ثلاث ساعات

الاعْغَاءُ

اسباب الاعْغَاءُ خروج الدم من الجسد كما يحدث في الجروح والخوف واللطمات على المعدة والالم الشديد والاخثار الفجائية بما فيه شديد الحزن او الفرح وربما نشأ من روائح او اصوات رديئة . 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 وورش وجهه بالماء البارد او يسكب عليه وتفتح الشبابيك والابواب لاجل دخول الهواء وتترك البدن والرجلان . واذا طال الاعْغَاءُ توضع خردلية على جهة القلب ومتى استطاع المريض البلع يعطى قليلاً من الخمر او العرق . ويتبع الاعْغَاءُ 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 والآلم. اشد الالتهاب خطراً ما اصاب الاعضاء الباطنة حيث تشارك كل الطبيعة الجسم 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 يصبر الوجع نابضاً وترافق بدايته غالباً قشعريرة. في اول الامر بوضع العلق على محل الالتهاب واذا كان ما يمكن الوصول اليه يغطى بمخرقة 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 توجع السائل عند السطح تفتح الخراجة بالبضع ويستخرج الصديد

الامعاء (امراضها)

التهاب الامعاء. يتميز بحجى و ألم دائم في البطن يزيد عند الضغط فيستلني المريض على ظهره ويرفع ركبتيه ويأتي بالحركة خوفاً من الالم. ويصحب هذه الاعراض غالباً النبض والغثيان او القيء. واذا تقدمت العلة نحو الموت ينتفخ البطن وتبرد الاطراف ويحدث عرق بارد على جميع سطح الجسد وتكمش السخنة. واسبابه التعرض للبرد ولا سيما كشف البطن وجري الهواء البارد عليه. وقد ينشأ من لطفة 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 اعطائه مسهل الا اذا سبق العلة قبض الامعاء فيجوز استعمال
 زيت الخروع عند بداية الامر . ولا يجوز من الطعام الا انواع المرق
 سدود الامعاء عبارة عن قبضها مع مفص بطني ويتبع ذلك في الم والم
 وتعدد في الامعاء . وكثيرا ما يشاهد ورم صلب في بعض جهات البطن مؤلم
 عند اللمس . وعلاجه اولاً مسهل من زيت الخروع ويعان ذلك بالحقن بماء
 الخبازي الفاتر فاذا لم يحصل فائدة من ذلك يعطى عشرين قحمة من هيدرات
 الكلوورال ثلاث مرات في اليوم ويحتمن بالماء الفاتر مرات كثيرة في اليوم . ويوضع
 الملق على الحبل المتألم وتستهمل المغاطس بالماء الحار والفاتر . ولا يعطى من
 الطعام الا المرق . واذا كان هناك عطش شديد او في لا فيعطى قطعاً من الثلج .
 واذا دام الحال لا تجوز المساهل بل يعطى من الاقيون نحو نصف قحمة كل
 ساعتين او اربع ساعات . وعند النفاثة يجب الانتباه الى كون الطعام لطيفاً
 والامعاء متليئة

هبوط المتعدة . هي علة كثيراً ما تصيب الاولاد ولا سيما في الاسهال المزمن
 فيخرج بعض المستقيم على هيئة بروز احمر يرتد احبائناً من تلفاء 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
 فتعطى المنقويات ويفيد الغسل بماء البحر اذا سمح الفصل بذلك . وكثيراً ما
 رأيت هذه العلة تثنى برّد المعى بواسطة منشفة مبلولة بالماء البارد ثم بضعفها
 على المنعدة وابقائها هناك بالحفاظ الاعبيادي مع تقوية الطفل ومراعاة الطعام

البثرة الخبيثة

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

المغاوية ويفسد النفس وربما مات العليل من سم الدم . وسببها انتقال مادة سامة من الحيوانات الى الانسان اما بواسطة اكل لحومها او بواسطة الهوام التي تحملها من الحيوان المصاب وتلقبها في جلد السليم . ولما كانت هذه العلة شديدة الخطر وجب تخيصها والاعتناء بها من اول الامر واما علاجها فمقوم خاصة بالشق والكلي 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 وحى وقبض الامعاء . وقد ينتهي الى تكوين خراجة تنفخ الى المستقيم او مجرى البول او العجان . وعلاجه العلقى على العجان او الاست والبخ الحارة والمغاطس النائرة وتليين الامعاء وملازمة الفراش . ومن امراضها ايضا 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 يلتهب بالحصاة المثانية والتصيق الجروي فلا بد من الاستقصاء الكافي عند احد المهرة من الجراحين . والبرد من هذه العلة نادر وانما يؤخر سيرها بواسطة انتظام المعيشة واجتناب البرد والتعب والافراط في الجماع مع تليين الامعاء

بصق الدم

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 فيجئى 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 المنجبة وإذا دام أو اشتد 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 فجائناً من الحليب أو المرق كل ثلاث ساعات إلى أن يحضر الطبيب

الخنزيرية (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 وخشونة وسماكة الشفة العليا واتساع المنخرين وعدم المناسبة في شكل اليدين والجسد والأطراف . ويكون الولد المتميز بهذه البنية عرضةً لتضخم غدد العنق التي كثيراً ما تنتهي إلى النقيع وتضخم اللوزتين ونزول الأذنين وإوجاع العين والمفاصل

وبعض الامراض الجلدية . والثاني الالبيص الذي يتميز برقة الجلد وصفاه
 اللون واحمرار الخدين والشفتين وزرقة العينين ولعائتها وانساع الحدقتين
 وطول الاهداب ونعومة الشعر وظهور الاوردة تحت الجلد وحذق العنل وهو
 ما تجتمع فيه الصفات التي تُعدّ جمالاً عند البعض . والاولاد التي هذه هي صفاتهم
 الطبيعية عرضة للهنال 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 البود والحديد والاستحمام بماء البحر

البواسير

البواسير اورام صغيرة تظهر عند الاست اما الى الظاهر او الى الباطن منه
 ولذلك تُقسّم الى ظاهرة وباطنة وقد يكون عددها واحداً او كثيراً . وتظهر اولاً
 مدة قصيرة ثم تختفي زمناً طويلاً ثم تعود مرة اخرى وتسبب حرارة والمآ عند
 المتعددة ويصحب ذلك احياناً نزف دموي . واخيراً تصبح مستمرة فتحدث ثقبلاً
 وتعباً في الاسفل والمآ في الصلب او انها تلتهب وترم ويسيل منها الدم وربما
 سببت المآ وزحيراً عند النفوط 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 عُرِف 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
 النفوط 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 والبنج الحارة والمسهلات المحجة كالمخ الانكيزي او شترات المغنيسيا اذا كان هناك اعتقال ويلازم المريض الفراش الى ان يكون قد زال الالتهاب ثم يرد الماء البارد على المتعدة مراراً في اليوم ويعول على الرياضة النشيطة واستطلاق البطن كل يوم بالترتيب (انظر قبض الامعاء) . واذا كانت البواسير الملتته باطنة فتلين الامعاء وتستعمل الحنن بالماء الفاتر ويلطف الطعام . وعلى الجملة تنيد الوسائط العيجينية ابي الصحة اكثر من الادوية غير انه من العلاج المترر الفائدة في البواسير الظاهرة مرهم مركب من ٨٠ قحمة مسحوق العنص 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 قائماً واذا كانت كمية الدم كثيرة رسب راسب اسمر قائم . اسبابه كثيرة اخصها احتمالان الكليتين فيكون حينئذ مصحوباً بالحمى وتثقل في الظهر وقد يكون نتيجة التهاب الكليتين (انظر التهاب الكلية) . وقد يكون سببه استعمال التريبتينا او الذرايح او آفات الكلية او مرور حصة من الكلية الى المثانة او من تضيق الجري او من حصة في المثانة او التهاب غشائها المخاطي او من بعض الحميات الحثيثة . وبناءً على ذلك للتطبيب ان يكشف السبب ويعالجه . ومن الاحوال المرضية للبول البول السكري (ديابيطس) والبول الالبوميني (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 كريهة 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 المتقي مرتين في اليوم لولد بين السنة الثالثة والسنة الخامسة عشرة مع الغسل بالماء البارد صباحاً في الصيف . ولا يجوز ضرب الولد بل يُحرّض 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 يبداً غالباً بتيبس الفك ثم بطبقه وعدم امكان فتح الفم . وكثيراً ما يرافقه صعوبة البلع بحيث ان السوائل تندفع من الفم او الانف . وربما توقّف المرض عند هذا الحد وشفي المريض والغالب انه يتقدم وتحدث التشنجات في الاطراف والجسد وربما التحن المريض كالقوس واستمرّ على عنيفه وقنأه رأسه . وبصاحب ذلك ألم شديد في الاطراف وعند فم المعدة يمتد منها الى الظهر ويحترّ الجلد ويعرق عرقاً غزيراً . وتكرّر التشنجات كل بضع دقائق وتبقى العضلات متوترة في اثناء الفترات الآ

إذا نام المريض. وربما مات العليل من الاختناق بسبب تشنج عضلات التنفس
 أو من الأعياء. وهذه العلة شديدة الخطر وأكثرها ينتهي بالموت. وأسبابها
 التعرض للبرد أو انها تعقب الجروح وعلى الخصوص اذا نشأت من آلة حادة
 تنفذ في اليد أو القدم. وقد تلتبس بماء الكلب فتتميز عنه بعدم الخوف من
 الماء والأسباب الخاصة بكلٍ منها. وقد يلتبس بالتسمم بالاستركنيا فتتميز العلتان
 بالاسباب وبان طبق الفم دائماً في التنبؤس وينفخ في الفترات بين تشنجات
 التسمم بالاستركنيا وبأن سير التنبؤس بطيء بالنسبة الى التسمم المذكور وان
 الفترات بين التشنجات تامة في التسمم وغير تامة في التنبؤس. واما التباسها
 بالمستبريا 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 يتنقل 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 التخفيف 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 ترطببت.
 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 كفضائه 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
 قمحات لطفل ابن سنة كل ثلاث ساعات الى ان يخرج . واذا تأخر بروز السن
 وصار قرب السطح واللثة وارمة لامعة بيضاء وكان الطفل قائماً محبباً جاز شق
 اللثة لاجل تسهيل نفوذ السن

واما الامراض الغالبة التي تصاحب التسنين او التي هو يفتيحها 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 اخبار . 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 والفتنوس
 وداء الكلب او يكون موضعياً اي خاصاً بعضلة واحدة او مجموع واحد من
 العضلات كالربو التشنجي والمفص 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 فتنتقل عضلات بطن الساق وتصبح 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 كانت سببهُ ضغط الرحم المتدد على
 العصب العظيم الذي يتوزع في الساق فتمت ولد الطفل زال التشنج . وقد يكون

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

التشنجات العصبية في الاطفال

اكثر حدوث هذه التشنجات في الاولاد الخنفاء مدة التسنين ولا سيما اذا اطعموا طعاماً ثقيلاً بدلاً من لبن مرضعتهم. 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 متقبضة لانتاثر من النور. وتدم هذه الحالة بضع دقائق فقط غالباً وتتردد احياناً بسرعة بضع ساعات والطفل غير واع الى انه ينام اخيراً ويستيق صاحياً او لا يستيق ابداً

العلاج. مدة النوبة يجب حل كل ما هو ضيق من اللباس حول العنق والصدر والبطن ويدخل الهواء الى الفرفة 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 تنقّي الامعاء ما فيها. ويجوز استعمال الكتف بالمواد البسيطة الاعتيادية او ممزوجة ببضع نقط من صبغة الكلثيت او ببضع قححات منه محلولة في السائل الذي يمتن به.

وتوضع خردلية على المعدة الى ان يجمر الجلد وان كانت اللثة متفتحة من عدم بروز الاسنان فتشوق . ثم لا بد من ابقاء الامعاء منسهلة اياماً وان كان ريح في الامعاء يعطى شي من مسحوق غريغوربوس . هذا مع الحمية العظيمة عن كل ما يكون ثقيلاً في المعدة واذا كانت المرصعة غير موافقة تبدل 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 المنهكة . فان كان السبب من سوء الطعام ربما رافقة صلاخ او قيء صفراوي او ربما حدث ألم عند فم المعدة وعطش وغثيان او قيء وينذر 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 بداية 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 بنادير يسيرة . وان كان العطش شديداً فتمص قطع من الثلج

واما تلبك المعدة في الاطفال فاخص اسبابه عدم نظافة الفمينة التي يمص الطفل الحليب منها ولا سيما حول سدتها وكثرة الارضاع وسوء الطعام . واعراضه الخاصة بالنفس الحامضي والتي بعد الطعام واشارة الألم عند ضغط فم

المعدة والرباع 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 المنتفخة التيفويدية او النزاع 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 تلك المعدة فاذا قاء الطفل ما لاطاقة 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 منصوراً 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

النَّالِيل

النَّالِيل نَوَامٍ 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 قُرْبَطٍ يجيظ حريز مشمع وتشدُّ وبعد يومين تسقط . والآفة تنسُّ بالحامض الحليك الصرف مع الحذر من مسِّ الجلد حولها مرة في اليوم فتزول بعد بضعة ايام

الثدي (امراضه)

الثهاب الثديي 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 وحجى 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 بمنديل مبرّتحنه ويُعلّق 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 فالأوفى استخراج الحليب بالآلة الماصة . واذا غُيّل عن خراجة الثدي ولم تنفخ وامتد الصديد في جوهر الغدة تكوّنت قنوات ناسورية تحتاج الى شقوق جراحة 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 قُلاع في فم الطفل فتنبجها المعالجة حينئذ الى الطفل والمرضعة معاً . اذا كانت الحلمة مؤلمة فقط غير مشققة كفاها وضع الزيت المحلو 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 الالبيض او بعرق وماء بقدر متساو ثم تدمن بالزيت المحلو 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 . وينبغي ايضاً كشف الحلمة للهواء مرة كل يوم لاجل الغاية المذكورة . وربما اقتضى في تشقق الحلمة استعمال الادوية الكاوية حسب استحسان 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 الألم متقطعاً دورياً افادته الكينا

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

الجدرى

هو حي 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 وفرشه. واما المدة التي تتوسط بين اول زمن العدوى وظهور المرض فتعقباته عشر يوماً. الاعراض الاولى قشعريرة وحرارة محرقة وفيه صداع وآلم شديد في الظهر والمخفوفين. 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 وتختف الحمى حينئذ. وفي اليوم الخامس تصير كل بثرة حويصلة في قمتها مائة متخضبة المركز وقاعدتها حمراء ملتصقة وهذا الانخفاض في المركز يميز الجدرى عن الحماق وغيره. ثم في الايام الثلاثة القابعة يتكوّن صديد في الحويصلات ويشد بروزها وتظهر حينئذ الرائحة الخاصة بالجدرى. وعند ذلك اذا كان الحال ثقيلاً يرم الوجه وتنطبق العينان من شدة الورم. ونحو اليوم العاشر تأخذ البثور تجفّت 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 اى من اليوم الثامن الى الحادي عشر تشتد الحمى ويزيد الخطر وربما مات العليل حينئذ من الاعياء. وفي الاحوال الثفيلة تخلط البثور بعضها ببعض وتمتد الى باطن الانف والتم والحلق وتكون الحمى شديدة مصحوبة بهذيان وربما مات المريض غائب الوعى. واما الاطفال فتصيرهم تشنجات عند ابتداء ظهور النفاط ولا سيما في مدة التسنين

العلاج. يفرّد المريض ما امكن عن بقية العائلة ويوضع في غرفة فسيحة يحدّد الهواء فيها معتدلة الحرارة ويخفف الغطاء خلافاً لقول العامة. وليس للدواء فائدة في تصيير سير المرض فغاية ما يمكن عمله لتلطيف الاعراض

بالمسهلات الخفيفة اذا اوجب الحال وبل الجسد بما فاتر بواسطة اسنجية .
ويقتصر من الطعام على الحليب ومرق اللحم . واذا كان النبض ضعيفاً والقوى
مفحطة ربما وجب استعمال المنبهات كالمخمر والنقادر . ومدة النقاهة تفيد الكينا
للثقبية . ومن الوضعيات التي تستعمل على الوجه لاجل منع الحك والتفتير
يفيد رش الطحين او النشاء او الدهن بزيت الزيتون واذا كان المريض طفلاً
ربما وجب لف يديه لئلا يخدش وجهه

التلحج وهو المعروف عند العامة بالتطعيم . لما كان داء المجدري من
اخبث الامراض وله اخبار رائعة في القرون السالفة وكان بروه بواسطة الدواء
غير ممكن كان منعه بواسطة التلحج من الامور الواجبة المقررة 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 بطم 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 التلحج 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 لبس عندهم التلحج تصيب المجدري ٩٠ في المئة من
السكان واما في البلاد التي يارسون فيها التلحج فاقل 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 التلحج 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 احياناً من الآلات
الجارية لا يمنع احداً من التعويل عليها . ثم كثيراً ما يكون زمن التلقيح زمن
التسنين فربما ظهرت علة في الطفل من التسنين وتُثبت 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 الجدرى موجوداً وافداً وربما هو قول باقى
من ايام التطعيم في القرن الماضي حيث كانوا يطعمون من قشور الجدرى
الحقوى ولكن في غير زمان وفده . غير انه اذا كان الطفل ضعيفاً او سهولاً
او مصاباً بيبور جلدية فيستحسن تأخير العمل الى زمن آخر ان لم يكن الجدرى
في المكان حتى بعد بروز اكثر الاسنان . وقد ساعدت في هذه البلاد عدم
امكان التلقيح في الفصل الحار لسبب سرعة جفاف المادة وفسادها . وكيفية
العمل في ذلك ان تُنقل اللعنا بدون ان يخالطها شيء من الدم من ذراع طفل
صحيح البنية الى ذراع طفل آخر بواسطة خمش الجلد ثلاث او اربع خمشات
خفيفة . وتُنقل الذراع اليسرى لقله حركتها بالنسبة الى اليمى وليكون المكان
معلوماً يُطلب في المستقبل ليعلم هل تلقح الشخص او لا غير انه يجوز التلقيح في اى
قسم كان من الجسد . وفي اليوم الثاني بعد التلقيح تظهر بقعة صغيرة حمراء عند
الخمش بالريشة وفي اليوم الخامس تتكون حويصلات لؤلؤية مستديرة تتضمن
سانلاً صافياً . وفي اليوم الثامن يتم تكويتها وتُخفف كل منها عند المركز وتحيط
بها حلقة حمراء ملتفة عرضها يتجاوز الفيراط . 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

اللغا من الملقح من اليوم الخامس الى العاشر والافضل اليوم الثامن . ويجب الاعنائه في مدة التلقيح لئلا يندش الطفل البشرة ويلتهب المكان ويتكون 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 الحيازة مرة في الطفولية ومرة نحو السنة السابعة عشرة

المجدري الخفيف الذي يحدث احيانا بعد التلقيح او بعد جدري سابق يتميز عن المجدري الحقيقي بمحنة اعراضه وعدم بلوغ الحويصلات دور الصديد فتحب في اليوم الخامس او السادس وعدم ظهور الحبيبات 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 وسبابة في جلد الوجه مع لمعان وتغيير السحنة . وليس هذه العلة دواء وانما تنوقف بواسطة الطعام الجيد والهواء النقي والاستحمام والنظافة والمقويات ولا سيما الزرنج . اسبابه الفقر والوسخ والازدحام وعلى الخصوص الارث في العمال . وقد شاهدت في هذه البلاد اكثر من ٢٠٠

من المصايين به وكانوا جميعهم من اهل الجبال وعامتهم من اهل الفاقة واستنصبت العلة غالباً الى وجودها في العائلة . وقد انقرض هذا الداء من اوربا بعد وجوده فيها بواسطة تحسين المعيشة وعلى الخصوص النظافة فلم يبق شي منة الا في بلاد نروج . وسوف ينقرض من هذه البلاد ان شاء الله متى ارتفعت معيشة اهلها الى ما ننتضيه شروط الصحة من جودة الطعام والنظافة التامة في الجسد واللباس والمسكن والقرى . واما قول العامة ان هواء دمشق يوقف هذا المرض فوهم باطل الا من حيث ان فيها المصايين دارين ربما نالوا هناك من الاحسان معيشة اجود مما ينالونه في فقر الضياع وقذرهما . واختلفوا في هذه الايام في كونه معدياً . والارجح انه غير معدٍ الا على سبيل التلقح وذلك انهم اكتشفوا في هذه العلة باشلس خاصاً بها شاهدته في صديد المصايين . 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 الجذمي الى قرى خاصة بهم يعيشون فيها على النفقة العامة وان يدام 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 للتخلص من هذا البلاء العظيم

الجلد (امراضه)

نقسم 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 تنتهي الى افراز مائي ان

صددي

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

القسم الرقشي

النمش هو بقع صغيرة ملونة تظهر غالباً في الناس البيض من التعرض للشمس. وعلاجه اجتناب الشمس وغسل بماء بارد من اللوز الحلو يضرب منه عشرون لوزة في هاون ثم يضاف اليه ١٥٠ درهماً ماء سخناً ويترج جيداً ويصفى. وما يفيد ايضاً غسل آخر مكون من ماء الكلس والحليب بمقادير متساوية يطلى به الجلد ويترك لينشف هناك ثم بعد نصف ساعة يغسل بالصابون والكلف بقع مختلفة الحجم كامدة متغيرة اللون عما بقي من الجلد. وسببه انحراف في عموم الصحة وضعف الدم وعدم انتظام الحيض. وعلاجه علاج الخلل الواقع في الصحة بعد الاستنصاء عن السبب والحمامات الفاترة. وما يفيد من الوضعات 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 او اربعة 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 بندران يكون معها حتى. وعلاجها مسهل خفيف والحمية عن الطعام

الوردية بقع حمراء صغيرة تحدث غالباً للأطفال مدة التسنين وتنبز
عن الحصبة مجدونها بغنة بلا زكام سابق . وهي علة خفيفة لا تحتاج إلا الى ابسط
العلاج . فاذا اصابت البالغين كانت ناشئة غالباً عن سوء الهضم فيُنظر الى ذلك
الشَرِي نفاط يشبه ما يحدث من شوك الفُرَيْص . وكثيراً ما يحدث بغنة
وربما دام بضع دقائق او يوماً او يومين ثم يزول وربما اخفى في النهار وظهر
في الليل وقد يصاحبه في بعض الأحيان خفيفة . اسبابه غالباً سوء الهضم فيعالج بمسهل
خفيف والحمية عن الطعام . وقد يكون سببه شرب الكويابيا او الكينا

القسم الحويصلي

الحزازة . لا يقتصِر 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 معدٍ ناشئ عن وجود فطر نباتي دقيق لا يتميز الى
بالمكركسوب . علاماته الاولى حمرة خفيفة او قشور يُغفل عنها ثم يتكوّن حلقات
من بثور دقيقة تُتحول الى حويصلات وتنفجر فتكوّن قشرة رقيقة . ثم تنسع الحلقات
المذكورة وتسلق القشور ويصير المرض شبيهاً بالقرعة . وعلاجه عند العامة وضع
حبر الكتابة عليه وهو مفيد غالباً وبله بلعاب الفم ايضاً . واذا استعصى او كان
بين شعر الراس فيستعمل له مرهم الكلس او الطلي بصيغة اليود او مرهم الليمون
المجرب يبدأ على هيئة حويصلات دقيقة نحو راس الدبوس بين الاصابع
غالباً ثم يمتد الى اقسام اخرى من الجسد . وسببه حيوان صغير لا يشاهد الا
بالمكركسوب يخر في الجلد بقرب الحويصلة . والحك الذي يصاحب المجرّب
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

نقاط الصيف (وهو الحصف) ويسمى عند العامة بالحجارة . اعراضه حك
 وتقرص وعرق وناط احمر زاه ينتهي الى تكوين حويصلات صغيرة فيها
 مادة مائية او بيضاء . ويكفيه تخفيف اللباس والطعام والمسامل الخفيفة وما
 يلطف الحكاك درهم كربونات الصودا مع عشرة فناجين ماء يُطلى به من الخارج
 الحكمة علة من علل الجلد بصاحبها حكاك شديد يزيد في الليل وربما لم
 يظهر شي في الجلد الا احمراره او خشته من الحك والغالب انه يكون نفاطاً
 احمر مرتفعاً عن الجلد عليه نفض سود . ويجلسه الغالب الايتان والاماكن
 المجاورة لاجزاء التناسل وربما اصاب غير هذه الاجزاء من الجسد ككثنيات
 الاطراف والكثفين . وهو كثير الوجود في الشيوخ والاولاد والنساء مدة الحمل
 وفي مرض الديابيطس واليرقان . وعلاجه تلطيف الطعام والغسل بالمياه
 الفلوية الضعيفة والدهن بالمروحات الملبنة كالانولين وقتلما يفيد الدواء اذا
 طال مدته

القوية . هذه العلة انواع مختلفة جميعها مكونة من حويصلات تنفجر وتحدث
 قشرة سمكة . منها نوع يظهر عند نهاية الحميات البسيطة عند الشنتين وهو
 المعروف عند العامة بعقائل الحمي او بتقيلها . ونوع آخر يظهر على الفلقة . 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 ويصحب هذا النوع وجع وحرارة وانفجار الحويصلات

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

الأكريما حويصلات صغيرة مرتفعة خشكة مستفزة على بقع عريضة غير
 منتظمة الشكل من الجلد الذي يكون لونه احمر زاهياً. ويصاحبه حكاك وحرقة
 ويظهر غالباً عند ثنية الاطراف كاربوية الخبز والابط. ويكون ما في باطن
 الحويصلات مائياً أولاً ثم يصير لبني 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 الاذنين او على
 الوجه فيقال له حينئذ عند العامة الرية. وعلاجه العناية بعوم الصحة واصلاح
 الهضم ووضع زيت الزيتون على التشور صباحاً ومساءً والغسل احياناً بالاستنجية
 والماء الفاتر والصابون اللطيف. واذا لم يند زيت الزيتون فيبدل
 بالكيسرين. واما المرام المختلفة التي تمدح في هذا المرض فللطبيب ان يأمر بها
البسفنجوس حرقات 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
 حافاتها 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 الحرقات
 وتغطى بقشرة ويبرأ الجلد تحنها. غير انه قبل برء الحرقات 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 المرام البسيطة. وبعد

الشفاء يفتي 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 وتنمو عند اصول الشعر . وهو يبدأ بنقاط احمر مرتفع غير منتظم الشكل مكوّن من نقط صغيرة حمراء تتضمن مادة صديدية متى انفجرت كوّنت قشرة سميكه ينفذ منها الشعر . ثم اذا تقدّم 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 درم قطران و ٨ دراهم مرهم بسيط وهو يحتاج الى معالجة طويلة والغسل والنظافة وتقوية الجسد بزيت السمك

الامبتيجو شبيه المنظر بالقرعة الا انه لا ينحصر في الراس بل يظهر في اقسام اخرى من الجسد وليس له علاقة بالنظر الحلي الذي سبق ذكره . وهو مجاميع بثور صديدية صغيرة مرتفعة قليلاً عن الجلد تنفجر بعد ثلاثة ايام فيخرج منها سائل غليظ يجلّ ويكوّن قشوراً سميكه صفراء مستقرة 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 الطيب ببعض المستحضرات الزرنيخية

الاكّة ويقال لها حسب الصبا بثور صديدية متفرقة مستقرة على قاعدة حمراء صلبة تظهر على الانف والخدين والجبهة والصدر . وهي غالباً متعلنة بسموم 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 الخلل الواقع في وظائف الجسد
 ميكوسيس بثور تظهر على الذقن افواجا وتنفجر وتجف فتكون قشورا
 ويدوم ذلك اسابيع عديدة ويستقط شعر الذقن . اخصّ اسبابه تغليب الطعام
 وعلاجه بقص الشعر ووضع اللبغ الحارة الى ان تستقط القشور ثم يطلى السطح
 المنتهب بمزج الحامض الكربويك مع استعمال المساهل اللطيفة

القسم الفشري

اخصّ انواع هذا النسم البثور ياحس وهو يبدأ على هيئة بقع صغيرة حمراء
 لامعة مصحوبة بحكاك ثم تكون عليها قشور رقيقة بيضاء ويظهر الجلد تحتها احمر
 اللون . ثم تنسع البقع المذكورة غير انها تبقى مستديرة الشكل الى ان يبلغ ربما يبلغ
 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 ومزج الحامض الكريسوفانيك والطلبي
 بالتربتينا مع تلبين الامعاء ومراعاة عموم الصحة

القسم الدرني

اخصّ انواع هذا النسم جنس من الجلام (انظر الجلام)

الجحمة

هي دمل كبير صلب شديد الالم لونه احمر قائم مجلسه الغالب قفاه العنق
 والظهر والاليتان . 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 يتد تحت الجلد المجاور. ويصحبا عادة اضطراب عام وحى وعرق وضعف . وهي تصيب غالباً المنهوكين 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 والانجحة المتعنتة ووضع مرهم الحامض الكربوليك بعد ذلك

حموضة المعدة

هي من اعراض سوء الهضم وتنشأ من تحويل بعض الاطعمة الى حوامض مختلفة وكثيراً ما يصحبا صداع وجشأه 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 فيجاني ماء وتاوين الامعاء اذا اقتضى الحال ثم استعمال المقويات للمعدة (انظر عسر الهضم)

الحماق

ويقال له جذري الماء هو نفاط معد مصحوب بحجى خفيفة يصيب غالباً الاولاد وبعده البعض نوعاً لطيفاً من الجدرى وهو خطأ . اعراضه حتى 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 وينجر في اليوم الرابع وبزول في اليوم السادس ولا يعقبه اوسام كما يكون في الجدرى . وهي علة خفيفة لا تستدعي من العلاج الا مسهلاً خفيفاً والتحفظ من البرد وملازمة البيت او الفراش

الحمراء أو الحمرة

الحمراء التهاب قسم من الجلد والتسج الخلوي الذي تحته . وهي تتميز بجمرة الجلد وورمه اللذين يتقلان من قسم الى قسم آخر مجاور له وتصاحبها غالباً حُمى . وأكثر ظهورها في الوجه وقد يتعاظم الورم فيه الى ان تقض العينان وتخني هيئة الوجه المألوفة . وكثيراً ما يرافقها صداع وغثيان وقىء وحُمى وقبض الامعاء وربما ظهر على الورم فقاقيع مائية . واسبابها التعرض للبرد وضعف الجمد العام والنفز والنذر والتعرض لهواء المستشفيات والسجون الناسد . 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 خطره . واذا جاز من الظاهر الى الدماغ كان سيره سريعاً خطراً . ويعدّه عامة الاطباء من الامراض المعدية ولا سيما لمن كان به جرح

العلاج . يرشّ النسم المصاب بالطحين او النشاء ويوضع فوق ذلك القطن المندوف ويكرّر كل بضع ساعات . ويُعطى مسهلاً خفيفاً في بلادة الامر اذا دعا اليه الحال كثرت 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 اللعج الحارة عليه . ولا بد ايضاً من تهوية المكان ليدخله الهواء النقي وتجديد الثياب والشرشف 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 فحمى 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 وتخلط فتكون اشكالاً هلالية قرمزية اللون مرتفعة قليلاً عن
 سطح الجلد . اذا 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 الحمى . اذا ارتفعت الحرارة فوق 103° ف كان الحال
 ثقبلاً 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
 يخالط 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 للولد فيوضع في حمام سخن . ولما كانت العلة معدية وجب

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

الْحَنَجْرَةُ (التهابها)

الحنجرة هي القسم العلوي من القصبة وتتضمن آلة الصوت وكثيراً ما يكون التهابها امتداداً من التهاب الحلق او اللوزتين. وسببه البرد او اجتهاد الصوت وعلامته الخاصة بحج الصوت او فنده بالكلية. اذا كانت شديداً ربما ادى الى الخطر من الورم الحاد ومعارضة التنفس. اعراضه ألم وحى وضيق في الحلق وحمية الصوت وعسر التنفس والازدراد واذا نُظِر الى الحلق شوهد انه احمر ولام

العلاج. اذا كان المرض خفيفاً لا يوجد من اعراضه الا حمة الصوت فيجب تب البرد ولا سيما برد الليل ومحاط الحلق بقطعة من الفلانلاطيو خردلية. واذا كان شديداً فيوضع الملق على القسم العلوي من الصدر وبعاد اذا اوجب الامر وتلبن الامعاء وينشق المريض بخار الماء الحار ويمنع من التكلم ويحصر في غرفة ويبعد عن مجاري الهواء وينتصر من الطعام على الامراق

الحصى الصفراوية

هي كتل صغيرة قدر الواحدة منها كالحصية تتكون في الحوصلة المرارية من بعض اصول الصفراء. ومثى 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 وبرقان احياناً. ويتعاقب هذا الألم باوقات راحة. والضغط يحنق الألم فينتقل الشخص في الفراش ويعصر بطنه يديه او فخذيه طلباً للراحة وهو ما يميز هذه العلة عن الالتهاب حيث تكون الحركة موجبة للألم. واذا انحسرت الحصى في القناة صارت سبباً للبرقان

العلاج . بوضع العليل في مغطس ماء حار نحو نصف ساعة ومتى خرج منه بوضع على الحبل المائل لزق حارة . وان حصل هجوم الالم بغتة بعد طعام ثقل يعطى عشرين قمحاً من مسحوق عرق الذهب لبني 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 وتصفيته في قطعة قماش وتمييز بلونها الاسمر او الاصفر المائل الى الخضرة واستدارة 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 لثلاث تبنى حصة في الامعاء وتسير نواة تسدها . ويجب ان يكون طعامهم بسيطاً 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 تكوّنت على سطحه طبقة رقيقة بيضاء . وقد يصرّ الوجه او قد يظهر عليه نفاط . وعلاجه المليينات اللطيفة والافتصار على الطعام الخفيف المغذي
 ٢. الشعور بالاغماء 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 الاغماء والخفقان كالحرق والتعب والشهيق العقلي . وربما تأثرت من اضعف الاسباب

وتوهّمت حدوث امر كرهيه. وعلاجه المنبهات الخفيفة كماه زهر اللبون او ملعنة صغيرة من روح الشادير العطري مع فنجان ماء او ملعنة خمر كبيرة والاستلقاء على الظهر والراحة . وتُجنَّب الألبسة الضيقة واسباب التعب والتنهج لتلاّ يودي الامر الى اسقاط الجنين

٢. قيه 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 والقية على الصباح بل يمتد الى النهار ويصبر مزعجاً جداً . فان كان خفيفاً فهو طبيعي لا يحتاج الى تدبير وان كان شديداً فرمما كان ناشئاً عن طعام خاص يجب اجتنابه . وتلبّن الامعاء اذا كانت قابضة وتُعطى بعض قححات من كربونات الصودا اذا كانت حموضة في المعدة او المشروبات الثوّارة وربما افاد شرب مقدار صغيرة من الشبانيا الثلجة او نقطة من خمر عرق الذهب مع ملعنة ماء صغيرة كل ساعة او خردلية صغيرة على فم المعدة او وضع خرق مبلولة بالماء البارد على المعدة ثم تُعطى بالحرير المزيّن او المشعّ الرقيق . واذا كان القيه مستعصماً وجب اعطائه الحامل ملعنتي مرق لحم قوي مع بعض نقط من الكينيك كل نصف ساعة واذا اوجب الامر فتحقن بالمرق كل ثلاث ساعات دفعا للمهبط او الموت من الجوع

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

٥. ورم الرجلين كبير 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 والمشي. ولادواً له الآ الصبر الى حين الولادة وزوال السبب غير انه يُلطف كثيراً بالنوم في الفراش ورفع الرجلين على كرسي عند الجلوس واجتناب الوقوف والمشي الا 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 يعتديها الا اذا كانت مزعجة فتتلطف 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 يمنع تشققها مدة الارضاع. واذا شعر بشغل وآلم في الثدي فيستد 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 يودي 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
المثانة

٩. تهيج الفرج يؤدي الى سيلان الابيض (انظر السيلان الابيض)
او الى حكة مزعجة مع نفاط دقيقي مائي او بدونه تعالج بالفسل بالماء البارد او
المنخلج او بفلي الخشخاش البارد واذا صاحبها نفاط فيها الشب الابيض (درهم
ا منة الى ١٠٠ درهم ماء)

١٠. الاستقاط. اكثر حدوث الاستقاط يكون نحو الشهر الثالث
والاقرب انه يتم في الاسبوع الذي يتايل زمن الحيض لو لم يكن الحمل موجوداً.
واذا حدث فكثيراً ما يضر بصحة الانثى واذا حدث مرة فربما 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 رحيم. وبعض النساء ضعيفات البنية طبعاً لا يستطعن
الحمل الى نهاية مدته

علاماته. تشعر المرأة بتعب عام وانحطاط القوة وارتخاء ووجع الظهر
والحنون والوركين وكثيراً ما يصاحب ذلك افراز مخلوط بشيء من الدم.
ويعد دوام هذه الاعراض زمناً مجهول المدة بصبر الوجع كوجع الخاض وبصحبة
غالباً في الاحيان نزف دموي زاهي اللون. وربما دام ذلك اياماً مع تقطع الالم
والنزف الدموي او انتهى الاستقاط 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 الالم والنزف. والضرر الحاضر
والمستقبل يتوقف في الاستقاط على مقدار الالم والنزف الدموي

العلاج. الامر الاول في ذلك منع الاستقاط اذ امكن. فان كان النزف
خفيفاً والالم قليلاً قد يمنع الاستقاط بالراحة النامة 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 فيخندّر
حينئذ من شدة التزف ويتم ذلك بالزام المرأة الفراش ووضع مناشف مبلولة
بالماء البارد على الفرج . وبعد الإسقاط يُعنى بتدبير المرأة كتدبير الوالدة
حديداً فتلزم الفراش اياماً ولا تعود الى اعمال بينها الا بالتدرج فاذا اسرعت
في النهوض الى اعمالها ربما صار ذلك سبباً لعلّة مزمنة في الرحم تمتد ضررها الى
زمن طويل

الحلق (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
قزيمان وقد يصيب التفرح او التفتح واحدة منها او اثنتيهما . فاذا حدث التفرح
اشتد الألم وتعمّر البلع وعند النظر الى مؤخر الفم شوهد قروح على اللوزة او
اللوزتين . واذا حدث التفتح اشتد الورم وتعمّر البلع والتنفس وصار الألم
ناصباً الى ان تنفجر الخراجة او تنفخ بالمبضع . علاج النوع الخفيف خردلية توضع
من الخارج ومسهل . وعلاج النوع المتفرح الفراغ بحلول الشب الايض
(اربعة دراهم منه لمئة درهم ماء) او مسّ القروح بحلول نترات النضة . وعلاج
النوع المتفتح اللبج الحارة من الخارج وفخ الخراجة بالمبضع وهو من اعمال
الطبيب

وقد يكون تفرح اللوزتين من اعراض الدفتر يا او اللآء الزهري فيراجع
الكلام في بابها

بحة الصوت تنشأ من نهج الزكام الاعتيادي وهي من اعراض الذبحة

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

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 فتند الى قاعدة اللسان او الى الحلق فتنبج السعال وبحة الصوت
 وربما سببت الغثيان والقيء . العلاج الفراغر الفابضة كغلي قشر شجر السنديان
 او محلول الشب الابيض ومس الغلصمة بمحلول نترات النضة (عشر قححات
 لثانية دراهم ماء مستنطر) 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 بلاسبب ظاهر ولا سيما في الاولاد والاحداث . اعراضه كبرحيم
 اللوزتين وتعسر قليل في البلع والتنفس وعدم توضيح الكلام مع خنة في الصوت
 وفتح الفم والشخير عند النوم وربما تعسر السمع قليلاً . ويصير المصاب به عرضة
 لالتهاب اللوزتين عند التصدي للبرد الخفيف . العلاج اجتناب التمرض
 للبرد وتحسين عموم الصحة بتغيير الهواء والمقويات كالكيما والحديد وزيت
 السمك . وكثيراً ما نتطعمان بالعمل الجراحي على ان ذلك لا يجوز الا عند
 الضرورة

الحُمى

اعراض جميع انواع الحمى 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 فتكون على انواع مختلفة نذكرها الآن بالترتيب

الحمى المتقطعة وهي المعروفة بالدورية عند العامة وصفاتها واعراضها مشهورة عندهم . انواعها اليومية اذا جاءت الحمى مرة في ٢٤ ساعة والمثلثة اذا جاءت مرة في ٤٨ ساعة والمربعة اذا جاءت مرة في ٧٢ ساعة . ويقال للمدة المتوسطة بين دور ودور الفترة ولها ثلاثة ازمته وهي البرد والحمى والعرق ومدة دوامها غالباً من ثلاث الى عشر ساعات . واسبابها الملاريا (انظر صفحة ٤٢) مع ما يحدث من هيمية الجسد لعلمها فيه كالنعيب المنفرط والنفور ورطوبة الليل والاسباب التي تلبك المعدة او تضعف الجسم . ومنها نوع يعرف عند الاطباء بالحمييث وهو ما يصاحبه ما علا الاعراض الاعتيادية احنفانات باطنة 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 فقتالة 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 مدة زمان البرد وسقائه الماء البارد مدة زمان الحمى والتخفظ من البرد متى بدل الثوب بعد نهاية العرق . واما مدة الفترة فعلاجها العظيم هو الكينا وذلك ان يعطى نحو عشرين قحمة في صباح الفترة وعشر قححات في الصباح التالي . وما ان

العوام يخافون من الكينا دفعة واحدة ويفضلون تقسيمها حبوباً او اوراقاً فلا بأس من ذلك ولكني بعد التجربة 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 قمحات في صباح وخمس قمحات في صباح ثانٍ ولا ين خمس سنين ثمان قمحات في صباح واربعة في صباح ثانٍ ولا ين ستة ثلاث قمحات وقمحان . واذ كانت الامعاء قابضة واللسان قذراً فيجب اعطاء مسهل قبل الكينا . واذ تردد الدور رغماً عن الكينا يُعطى متنوع اربع دراهم من ورق اليوكالبتس كل يوم الى اربعة ايام او اكثر وكيفية ذلك ان يُغلى نحو عشرة فناجين ماء ويصّب على الورق ومتى برد يشربه المريض بالتفريق مدة النهار واذ استعصت على ذلك فبتقطع الدور بالكينا كالعادة ويُعقب بحبة من ارسينيات الحديد ثلاث مرّات في اليوم ويدام ذلك شهراً او اكثر . وما ينبغي في هذه الاحوال العاصية تغيير الهواء والاستحمام مدة الصوف 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 قمحات كل ساعتين مدة الفترة الاولى الى ان يتناول من اربعين الى ستين قحمة . 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 تُعطَ 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 وارتخاؤ

وصداع وتعب عام مدة يوم او يومين ثم يعقب ذلك برد ووجع في الرأس
والفتلين والظهر والاطراف وغثبات وفيه 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
ونقل التنفس وقلق وحرارة قد تبلغ ١٠٦° ف واحمرار الوجه والعينين وقد
يصاحبها المذبان والتي في المفراط. 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 تنع في الصباح الباكر وتدوم الى
الظهر وربما كانت خفيفة يصعب تحقيتها. 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 ويحبب المريض نحو النقاهة. وقد ينقل المرض وتختلط
معها التهابات باطنة كالتهاب المعدة او الدماغ او الكبد او الرئتين او الامعاء
وربما أدى ذلك الى الموت

العلاج. تُعطى اولاً المساهل الخفيفة كشترا المغيصيا نحو ملعنة كبيرة في
الصباح ثم نحو ملعنة صغيرة كل ثلاث او اربع ساعات. وان كان الصداع
شديداً يوضع الماء البارد على الرأس او عشر قطرات وراء الاذنين. ثم متى بدأ
العرق وظهرت الفترة عند الصباح الباكر ولو كانت غير كاملة فيعطى عشر
قمحبات كينا ثم خمس قمحبات 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 فيجفن بعشرين قحمة منها. واما الطعام فيُنصَر على مرق اللحم وكثيراً ما تصيب هذه الحصى الاطفال من اسباب كثيرة وتتميز بآثار 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 وقدر اللسان. وكثيراً ما يظهر على الجلد بعد اثني عشرة ساعة نفاط احمر يدوم نحو ٤٨ ساعة ثم يقبب النفاط المذكور وتختف 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 وينقعه المريض ولكنه يبقى ضعيف القوة مدة. وهي من الحصىات الوافدة المعديّة وتصيب الكبار والصغار حتى الاطفال
العلاج. لهذه الحصى سبب معلوم لا يُفطَع بواسطة الدواء ولما كانت بسيطة سليمة العاقبة كان الانسب تركها للطبيعة مع تلطيف الاعراض بالمبادئ العامة لمعالجة 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 سير المرض

حصى الشمس ويقال لها المحرقة تظهر غالباً في مدة الحر الشديد وبعدها
 بعض الاطباء نوعاً من ضربة الشمس والبعض الآخر نوعاً شديداً من الحصى
 الملازمة البسيطة التي سبق ذكرها . تبدأ غالباً فجأة ببرد تعقبه حرارة عظيمة
 وعطش شديد وجفاف اللسان واحمراره وسرعة النبض وقوته وصداع ونبضان
 الصدغين وقلنى 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 والمسائل المكررة

الحصى 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 لا من ابراز المصابين بهذه الحصى (انظر صفحة ١٩) .
 وقد يكون فساد الهواء الناشئ من تصاعد غازات مضرّة من بيوت الخلاء
 والاسربة والباليع (انظر صفحة ١٠) . وبناءً على ذلك يعدونها من الامراض
 التي تنشأ من سم خاص متى ظهر مرة في بيت ربما انتقل بالعدوى من السليم
 الى الصحيح وعلى الخصوص في الاسبوع الثاني والثالث من سير الحصى . وهي تصيب
 الاولاد والشباب اكثر من الشيخوخة

اعراضها . تبدأ هذه الحصى ببطوئها 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 تفتُر قليلاً في الصباح وتشدُّ بعد الظهر ويجهِر البول ويتنص وتحدث قلق في الليل وكثيراً ما يصفُر الوجه وتحمُر الوجنتان ونصف العينان وتلعان. ويظهر الاسهال غالباً في الاسبوع الثاني ويكون البراز رقيقاً اصفر شبيهاً بشوربا الحمص واذا ضُغِط الجانب الايمن من اسفل البطن شُعر بقرقر عند الجس وشعر المريض بشيء من الالم . وكثيراً ما يظهر بين اليوم السابع والثاني عشر نفاط قليل وردي اللون كعنقس البراغيث على البطن والصدر والظهر يغيب بعد يومين او ثلاثة ويظهر عروضة فوج جديد . وان كانت الحُمى خفيفة ياخذ المريض في اصطلاح الحال نحو نهاية الاسبوع الثاني فتصير الفترات اوضح ويقل الاسهال وينظف اللسان ويبطل وجع الاطراف وينام المريض في الليل براحة وتخفص الحرارة وتعود شهوة الطعام . وان كانت ثقيلة يظهر الهذيان نحو نصف الاسبوع الثاني اولاً في الليل ثم يمتد الى النهار ويشتد . ويحف اللسان ويحمُر ويتشق وتكون طبقة سوداء على الاسنان وربما تشققت الشفتان وخرج منها الدم . وفي الاسبوع الثالث يهزل المريض ويضعف ويستلقي على ظهره غائب الوعي واذا ادّى الامر الى الموت اشنتت الحرارة وكثرت الهذيان وربما حصل نزف من الانف والامعاء . غير انه لا يجوز اليأس من الشفاء لانه مها اشنتت الاعراض وظهر الخطر العظيم فقد تزول ويتعافى المريض . وما يزيد هذه الحمى خطراً شدة الاسهال والنزف الدموي من الامعاء او انتناب المعى بين اليوم الخامس والعشرين والثاني والثلاثين فاذا حدث الانتناب المذكور ظهرت اعراض النهور وهو هبوط القوى الحموية هبوطاً عاماً ومات العليل بعد بضع ساعات . وقد تشد اعراض التهبج المعدي فيحدث قيء منرط فيسميها البعض الحمى المعدية وليست كذلك . وقد تلتهب 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 من نقاوة الهواء . ويمنع سقوط النور على عينيهِ وجميع الاصوات المزعجة . وتستعمل كل وسائل التطهير الممكنة مع استقبال البراز في وعاء فيه شيء من الحامض الكربوليك او منغنيات البوتاسا . ويسخ الجسد كل يوم مرة بماء فاتر بالاستنجية لاجل النظافة وازالة الرائحة التي تصاحب وجود الحُمَّى . ويُخفَّف 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 فيخفف المريض بالماء والنشاء ويضاف الى كل قدح حليب بشرته نحو فنجان ماء الكلس . ولاجل مقاومة الارق وقلق الليل يعطى عشر قححات من هيدرات الكلوورال مع فنجان ماء كل ساعة الى ان ينام العليل . واذا اشتدَّت الحُمَّى فيُسخ الجسد بالماء البارد مرة كل ساعتين او ثلاث او يُخفَّن المريض بقدح ماء بارد كل ساعة الى ان مهبط الحرارة . واما الادوية فلا يجوز اعطاؤها الا بأمر الطبيب على ان معظم علاج هذه الحُمَّى بالوسائط المذكورة آنفاً وحسن خدمة المريض والاعتناء به لا بالدواء

وقد اجاب السار وليم كل الذي داوى وريث المهدي الانكليزي لما اصابته هذه الحُمَّى على اسئلة التيتم اليه بهذا الشأن على ما يأتي :

١ . الحُمَّى 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

٢. لا يجوز استعمال المساهل القوية
٤. متى تقدّمت الحمى وهبطت القوة يُعطى طعام خفيف دفعات متواترة
كماء الخبز المحمص وماء الشعير والحليب مع الماء والمرق الخفيف اي ان
لا يكون قوياً هلامياً
٥. اذا حدث قلق واشتد الاضطراب العصبي تعطى الخمر والارواح
بحسب معرفة الطبيب
٦. تُترك الامعاء لحالها واذا مرّ أكثر من ٢٤ ساعة بدون استطلاق
البطن فيعطى حقنة ماء فاتر
٧. يُقاوم التلق والآرق بالخمر والارواح المزوجة بالماء ولكن بالحذر
ومراقبة الطبيب. واما المسكنات كالافيون فلا تجوز لانها مُضرة غالباً
٨. تُجعل حرارة غرفة المريض على درجة ٦٢ الى ٦٤ ف (اي ١٧ س)
٩. يُحافظ على نظافة الفراش غايه ما يكون وذلك بنقل المريض من
فراش الى آخر كل يوم اذ يهوى الآخر وتُبدل الشراشف
١٠. يُجنّب كل نعب للمريض ويُمنع دخول الزائرين ولا يكون في الغرفة
الاّ خادمة المريض او خادمتان
١١. لا يترك المريض وحده ابداً لئلا يقوم من الفراش في حالة الهذيان
ويضر نفسه
١٢. معالجة المرض واختلاطاته منوط بالطبيب فقط
١٣. لما كانت الابرازات المعوية سبباً للمعدوى فنُزج بشي من
مضادات الفساد (صفحة ١٦١) قبل الفاعل في المستراح. ويُحافظ اشدّ المحافظة
على نظافة الغرفة
١٤. هذه الحمى غير معدية بمجرد مخالطة خدّمة المريض له. غير انه
لا بد من غسل ايديهم مراراً كثيرة ولا سيما قبل تناول الطعام

الحُمى التيفوسية . هذه الحُمى خبيثة قنالة ولكنها نادرة جداً في هذه البلاد وهي معدية على سبيل الرائحة والمجاورة لا بواسطة الماء . اعراضها الميزة متى تقدّم المرض استلثناه المريض على ظهره وخمول في هيئته وكمودة في الوجه وهذيان وارتجاف الاعضاء وتجفّت الشفتان والنفم واللسان وتغطى 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 الحُمى والحارّة مع الاعراض المذكورة غالباً نحو اليوم السابع ثم تزداد بعد ذلك ولكنّها لا تكون ثقيلة في الحوادث التي تنهي الى الشفاء خلافاً للتي تؤدّي الى الموت فانها تنقذ وتصححها الاخطاط الزائد والمذبان الدائم وتنف الشرف او الخاف ونزف من الانف او الامعاء وانتفاض الاطراف والسبات مدّة هذه الحُمى 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 السالماء وقد يتولّد من ازدحام البشر في بيوت او سجون ردية الهواء . ومن اسبابها ايضاً الفقر والفقر وفساد البنية من قلة الطعام الصالح وكثيراً ما تظهر بعد النخط

العلاج . علاج هذه الحُمى كعلاج الحُمى التيفويدية الا انه يضاف الى ذلك استهال المنبهات كالكنبيك 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 والمدو . ولما كان الخطر منها شديداً زيد عن ٢٠ في ١٠٠ وجب ان يراقبها الطبيب

الحُمى المتكسّمة . تبدأ هذه الحُمى ببرد وصداع في الجبهة ووجع في الظهر

والاطراف وانحطاط القوى وتقدم الى ارتفاع الحرارة واعراض الحصى الاعتيادية وكثيراً ما يصاحبها يرقان وتضخم الكبد والطحال ويتغطى اللسان بطبقة صفراء ثم يجف ويسمر في مركزه ويندر المذيان . 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 الحصى ويتكس المريض ويدوم الانتكاس من ثلاثة الى خمسة ايام وربما انتكس المريض مرتين او ثلاث مرات . ولذلك سموا بالحصى المتكسة . اسبابها الخاصة المجموع والفاقة والازدحام وفساد الهواء وهي من الحميات المعدية . وعلاجها كعلاج الحميات العام ولا يظهر ان استعمال الكينا عند النقطة الاولى يمنع الانتكاس . ولم نغير هذه الحصى الى الآن في هذه البلاد

حصى اللبن حصى 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 سريرة الزوال لا تحتاج الى علاج الا ما ندر فيقتصر على الوسايط البسيطة

حصى النفاس هي حصى شديدة الخطر ويظهر انها ناشئة من امتصاص مواد عنقية من باطن الرحم وانسجام الدم بها . فتى وادت المرأة واصابها بعد ذلك بفيل قشعريرة وحصى مع انتفاخ الثديين ودوام الافراز المهبل الاعتيادي كان ذلك غالباً حصى اللبن سليم العاقبة . ولكن اذا لم يحصل راحة بعد العرق وانهمزل الثديان ونقص الافراز المهبل او انقطع بالكلية ودوام النبض اكثر من ١٢٠ مرة في الدقيقة وجب الاخشاش من حصى النفاس . ثم اذا صار انحطاط في القوة وعسر في التنفس وانقطاع افراز اللبن وحدث وجع في البطن وقدر في

اللسان والنفس وإسهال الأمعاء تخفق وجود هذا المرض . وهو شديد العدوى وربما حُجِل من والده الى اخرى بواسطة القابلة
العلاج . لما كانت هذه الحصى شديدة الخطر وحجت المبادرة الى التدبير
الطبي في الحال . فتُعطى المرأة جرعة من زيت الخروع اذا كان هناك قبض
شديد . ويُحْتَمَن المهبل بماء فاتر ويُعْطَى البطن بالزرق الحارة . ويُجَدِّد هَوَاءَ
المكان ويُعْتَنَى بِضادات الفساد الى ان يحضر الطبيب

حصى الدِق . تنشأ عن افراز غزير طويل من خِراجة او من الرئتين او
من مرض في المفاصل . وهي تبدأ عند المساء وتختف في الصباح الباكر واعراضها
حرارة الجلد وجفافة ولعان العينين وحمرة الوجنتين وارتفاع النبض الى ١٢٠
في الدقيقة وكدر البول وقبض الأمعاء في اول الامر ثم انسها لها واكتسأه مركز
اللسان بطبقة بيضاء اذ يكون رأسه وحافته نظيفة حمراء . وكثيراً ما يصاحبها
صداع وقلق وحرارة تُجَسُّ 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 الرنق . وكل
ذلك يشاهد في السل الرئوي (انظر السل الرئوي)

العلاج . علاج هذه الحصى بالطعام المغذي كاللحوم والخرامج وطيور الصيد
الى غاية ما يستطيع المريض هضمه وربما افاد الخمر مع الطعام . ومن الادوية
زيت السمك والكيينا والحديد مع الرياضة الى ما يجتمه 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 يسخ الجسد بالماء والخل قبل النوم او بفنجان مغلي خشب الكينا

مع خمس نقطات من الحامض الكبريتيك ثلاث مرات في اليوم ويعالج الاسهال بعشرين قسمة من كربونات البزموت ثلاث مرات في اليوم او أكثر

المخرجة

المخرجة ورم مؤلم احمر اللون ينتهي الى اجتماع صديد وهو غالباً يطلب السطح وترق الانسجة فوقه الى ان تنفخ المخرجة ويخرج الصديد. وفي تصيب 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 والختنبرية والزهرية ويجب التمييز بين الحادة منها والمزمنة . اما الحادة فاعراضها ورم بصير في يومين حاراً مؤلماً احمر اللون ولا سيما عند المركز . ثم كلما تقدم الورم زاد الالم وشعر المريض بنضان فيه وحرارة عامة اوحى ويدوم ذلك الى ان تلبس الصلابة ويرق الجلد ويتأس المركز واذا وضع اصبع اليد الواحدة على جهة من الورم واصبع اليد الاخرى على جهة مقابلة ثم ضغطاً ضغطاً خفيفاً بالتعاقب شعر بحاسة 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 حتى الدق العلاج . تلبس الامعاء اذا كانت منقبضة واستخراج الاجسام الغريبة اذا وجدت ووضع العلق في بداءة الامر او خرق مبلولة بماء بارد . واذا تقدم الحال فالبلع الحارة على الدوام لاجل تعجيل تكوين الصديد وخروجه . ومتى ترأست وظهر التموج نشق شقاً واسعاً بالمبضع وتوضع قطعة قماش في باطن الجرح لئلا

يسد قبل اوانه وتعاد اللبغ ومع ذلك تستعمل المرام البسيطة او مرهم الحامض الكربوليك. ولكن اذا كانت الفتحة صغيرة فقد ينهي الامر الى بقاء تجريف يرشح صديدا دائما هو الناسور (انظر الناسور)

الخوريا

الخوريا مرض يصيب الاطفال عادة ويبدأ بحركات تشنجية في الوجه والرجلين ثم يمتد ذلك الى جميع الاطراف بحيث متى مشى المريض اندفعت الرجل بقية الى جانب او الى الوراء واذا قصد حمل يده نحو فم اندفعت نحو جبهته او كتفه. واسبابه التهييج المعوي من القبض او الدبلان وعدم انتظام الحوض في البنات الحديثات والخوف وطحات على الراس او العمود الشوكي وعادات قبيحة وربما كان ارثيا. ولذلك يُنظر في علاجه الى سببه حتى اذا ازيل سبب المرض زال المرض نفسه. واذا كان سببه الضعف العام فعلاجه المغويات والاستحمام بالماء البارد والرياضة الى غير ذلك مما يشدد البنية

الخيلان

الخيلان بقعة او شامة في الوجه او غيره من اقسام الجسد يختلف حجمها من راس الدبوس الى الريال المجدي او اكثر. ويشتهر لونها متى بكى الطفل وربما زاد حجمها مع الزمان. وهي تحتاج غالبا الى عمل جراحي خفيف

الخصية (التهابها)

اسباب التهاب الخصية الاذى الميكانيكي كاللطمه والتهاب الغدة النكفية والتهنبية. واعراضه ورم فيها واحمرار وحرارة وآلم ربما امتد الى الظهر والخصية ويصعبه غالبا 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 بكبس يباع عند الصيدلي او يربط مندبل
حول البطن ثم يربط به مندبل آخر من احد طرفيه من الخلف ويوثق به بين
الايدين ويربط من طرفه الآخر من الامام رافعاً الصفن ومائماً 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
مختنق . 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 ٣٠ يوماً يحدث ورم مؤلم في غدد الاربية بقدر البيضة او اكبر منها
يسمى احياناً بالخيرجل . والورم المذكور اقرب الى التحلول اذا نشأ من البثرة
الصلبة والى التئج 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
الشفاه وكثيراً ما تضرب بينية المصاب مدة الحياة بل ربما كان المسموم بهذه العلة
صحيح العافية سنين عديدة والسلم كامن في جسمه فاذا حدث له ضعف هاج السم
وظهرت الاعراض الثانية . غير ان الزمن الذي تظهر فيه غالباً هو بعد ستة

اسابيع وفي اكثر الاحوال يكون سيرها على ما يأتي : يشعر المريض بكرب النفس وفقد شهوة الطهام وقلة النوم وربما شكاً او جاعاً او ماتزمية ولا سيما في قصبي السابقين . 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 تصحبه 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 ممرآة . وعند سقوط التشور قد تبقى قروح ردية لانثني الأ 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 قصبنا الساق فترم وتنالم وربما تقيحت وتقرحت قروحاً غائرة ردية تحتمها عظم ميت . وقد نصاب الحنجرة وتنفرح وتهلك الاوتار الصوتية ويفقد الصوت وربما دام ذلك مدة الحياة . واخيراً قد نصاب الاعضاء الباطنة كالدماع والكبد فتكون امراضاً خاصة لا يدركها الا الطبيب

وايس فلما كل ما يحدث من الداء الزهري . فان النساء الحوامل كثيراً ما يستطن من وجود السم الزهري في اجسادهن والاطفال كثيراً ما يولدون وقد رثوا 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 البسفنجيوس (انظر امراض الجلد) بعد ولادته ببضعة ايام . واذا عاش كان قريباً للضمور والهزال (انظر الضمور) واذا شب صار عرضة للسمل الرئوي والداء الخنزيري

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

فتكوى بنترات النضة قبل تقدمها الى درجة التئج والتفريح . وان لم يمكن ذلك فيغسل العضو ويحفظ بحالة النظافة التامة ويوضع عليه خرق مبلولة يجلول الشب الايض ويلازم المصاب الراحة التامة ويأخذ مسهلاً خفيفاً . فان كانت البثرة من النوع اللين سُئبت بالوسائط المذكورة ولكن ان كانت من النوع الصلب اي اذا بَلَّت 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

الدَّاحِس

للداحس انواع اعما واخفها ما يحدث بجانب اصل الظفر فيبدأ بالتهاب قليل وينضان ثم تكون نفاخة بيضاء تنفجر وتزول العلة . ولا يحتاج هذا النوع الا الى فتح النفاخة ووضع اللبخ او المرهم 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 وتند الألم عادة الى اليد والذراع ويسقط الظفر غالباً . وعلاجه شق الاصبع شقاً غائراً على اتجاه طولو ووضع اللبخ ثم المرهم البسيطة

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

ويضع القسم الملتصق حتى العظم اول ما يمكن ثم وضع اللنج والمرام . وكثيراً ما يحدث بعد ذلك شيء من التشويه في الاصبع او اليد ولو نال المريض كل العناية اللازمة . وفي كل انواع الداحس لابد من حمل اليد المصابة في مندبل مربوط في العنق والاناامل متجهة 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 الاقارن 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 الاحمره اللون ثم اذا تقدم المرض يوماً او يومين شوهد بقع بيضاء صغيرة تمتد وتختلط فتصير كبيرة وربما غطت كل اللهاة واللوزتين وتتن راحة النفس . واذا نزع الطغفة البيضاء المذكورة شوهد ان السطح الذي تحتها احمر مدم . وقد يمتد هذا الغشاء الابيض الى الفم والانف او الحنجرة والقصبة . وترم حينئذ الغدد التي بقرب الاذن وفي اعلى العنق ويظهر سعال ايج وعسر البلع وحتى . واذا امتد المرض الى الحنجرة زاد عسر التنفس وصار العليل 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 عمر النفس وازرقّ الوجه والشفتان كان ذلك منذراً بالموت . وكذلك اذا حدث نزف دموي من الفم او حمرة او بقع حمراء مكيدة في قسم من الجسد

ولكن اذا كانت اعراض المرض خفيفة فتأخذ 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 ترفع 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 والاستنج المبلول بالماء الحار ويجوز مص الثلج ويطلق الحلق المنفوح في الحلق يقلم من الشعر ممسوس بشيء من مضادات الفساد كزيت البترول الذي ينار بؤ في البيوت او بهنا المحلول وهو درهم حامض سليسيليك وفنجان الكحول وفنجان 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 فحج النصبه بالعمل الجراحي وانتهت العلة بالشفاء بعده

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

العائلة فتستعمل المضادات للفساد (انظر صفحة ١٥٦) وتبقى الارعية 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 القائمون بخدمة
 وبعد النقاية يهوى البيت او يطرش بالكلس وتُستعمل بقية الاحتياطات
 بالتنظيف العام

دِقُّ 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 يُشعر بها من الخارج باللمس وتعاقب التقيؤ والاسهال
 وظهرت حتى ذقبة وعرق في الليل وربما حدث قيء وورم الرجلين واذا تقدم
 المرض اكثر من ذلك فسد الغائط وبخر النفس وقلت البول ورسب منه
 راسب ابيض وفسدت شهوة الطعام فاما انها تكون مفردة او مفقودة . ثم يزيد
 هزال الولد وينكش الوجه الى ان يصير سمحة كسمحة 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
 الحيطان

العلاج . اخصة لابلدواء بل بالنديير الصحي كنفارة 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 المنويات وعلى الخصوص الكينا بكميات صغيرة كخمسة واحدة ثلاث مرات في اليوم. واذا كان البطن كبيراً يمسد بالزيت صباحاً ومساءً ويلبس حزاماً من الفلانلا. ومن الوسائط المنفيدة 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 العنل الطويل والحُمّ وقد يند من التهابات خارجة كالمحمورة والتهاب الاذن. واعراضه حتى وآلم حاد محرق في الراس وعلى الخصوص في الجبهة وفيه 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 فاجح. وقد لا يتجاوز المرض الاحتقان البسيط فتكون الاعراض خفيفة تزول بواسطة الراحة والمساهل. واما علاج التهاب الحاد فبوضع العلق وراء الاذنين او على المنعده 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

تَصْرُ الأسنان . ويكتسي اللسان طبقة بيضاء وبصير النفس كريهاً والمشي مهتماً
والراس مؤلماً . ثم بعد دوام هذه الاعراض مدةً طويلة أو قصيرة تظهر اعراض
المرض الحقيقية وهي حتى شديدة وفيه ملازم وعدم احتمال النور وتعاقب احمرار
الوجه واصفراره ونشوفة الجلد وألم 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 ينكش البطن بدون ألم ويدوم التيء
وتحول العينان ويحدث الهذيان والتشنج . وبعد ذلك تجمع الاعراض مدة
قصيرة ولكنه هجوع وفيه يمدح اهل المريض لانها تعود مرةً اخرى نحو الاسبوع
الثاني او الثالث من بلاءة المرض فيبطل التيء ويحدث اسهال ويبطؤ النبض
ويصحب النفس تهمة او اثنين وتوسع الحدقة ويقع الولد في السبات الى زمن
الموت

علاج تدرث الدماغ تعيم الخدع والهدو التام مع المحافظة على تبديل
الهواء وتفاوته ومنع الناس عن الدخول الى المريض الا الذين يباشرون
خدمته . وان كان الولد مرضعاً فيُنظَر الى لبن والدته او مرضعته فاذا كانت
شبهة بصلاحيته يُبدَل بلبن مرضعة صحيحة الجسم . وان كانت اللثة متفتحة وبروز
بعض الاسنان متعسراً 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 الاتباه الشديد الى
من يأتي بعده من الاولاد وغالباً يجب ارضاعه من مرضعة صحيحة البنية لامن
والدته مع مراقبة طعامه ورياضته اليومية وتفاوت الهواء وغير ذلك من شروط
الصحة وعدم حصره في المدرسة قبل بلوغه السنة السابعة والثورة التامة

وقد ينتهي المرض باستسقاء الدماغ المزمن فيكبر الراس وتنفرق 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 الحُميات . واما حجمها فيختلف من الحمصة الى البيضة او اكبر منها وتظهر الكبيرة منها غالباً في الاطفال وقنآء العنق والابط وعند الاليتين وكثيراً ما تكون بطيئة السير قبل ان تفتح ويخرج منها الصديد وربما ذابت مع الوقت بدون ان تنتهي الى درجة التفتح . 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 المسامل اللطيفة ويحى المريض عن الاطعمة الغليظة والاكثار من اكل اللحوم واستعمال كميات صغيرة من كربونات الصودا عند الطعام والبلخ 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 ويطلب الهواء البارد على ظهر السفينة وتجنّب القراءة

في أول العسر. وإذا حدث الغثيان والتي فيبلازم الفراش ويتقطع عن الطعام والشراب

الدوالي

الدوالي غلظ وتمدد في الاوردة مع اعوجاج في سيرها. ومن انواعها دوالي الحبالى في الساقين (انظر الحبل) والبواسير ودوالي الحبل المنوي التي يشعر بها من الخارج كأنها دبلىن. وسببها عاقفة او بطوة دورة الدم في الاوردة التي ترد الدم من اطراف الجسد و سطحه الى القلب ولذلك كانت اوردة الساقين التي تحمل عموداً عظيماً من الدم اشدها عرضةً لهذه العلة ولا سيما في الحمالين وغيرهم من الذين يتعاطون الاشغال الشاقة. وقد توجد في غيرها ومتى وجدت شوهد ان الاوردة منتفخة مظلمة اللون واذا جست 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 الاوردة

العلاج. يُسَخ الساق او النسم المصاب مكرراً بالماء البارد ويمنع الوقوف ما امكن وتعطى المفويات او المسهلات عند الاقتضاء. غير ان العلاج الشافي لا يتم الاً بهل جراحي خاص. واذا كانت في الساقين فرما زالت بواسطة رفادة محكمة الوضع او بلبس جورب لدن يباع عند الصيدي

الدوسنطاريا وهو الزحير

هي من امراض البلاد الحارة على الخصوص واسبابها التعرض للبرد بعد الحر او للانتقال الفجائي من حر النهار الى برد الليل كما يحدث كثيراً في الخريف او لتخفيف الثياب عند الحر بلا موجب كافٍ او للنوم على الارض الرطبة. ومن اسبابها الخاصة شرب المياه الفاسدة (انظر صفحة ٢٩) والطعام الرديء والنواك

غير الناضجة والقحط والفقر والسكن في بيوت ردية الوضع والهواء والتي يُغفل عن ضبط اسرمتها . ويظهر انها تسري 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 المثانة ويصير البراز مخاطيا دمويا مصحوبا بزحير وارجاع حادة ويكثر طلب الخروج وربما صار متواصلًا والفترات بينه بضع دقائق فقط . واما الحمى التي تصاحبها فقد تكون خفيفة لا يعباُ بها وقد تكون ثنيلة مصحوبة باحمرار الوجه وجفاف الجلد وصلابة النبض مع سرعته واكتساء اللسان بطبقة بيضاء وقد يكون احمر جافا شققا . واذا كان الألم في المثانة فقط بلا حمى او مقص في البطن فيكون المرض محصورا في المستقيم وهو المعروف عند العامة بالنفل والتعفي . واذا صارت رائحة المريض كرائحة الرمة والسحنة مضطربة منكشدة والنبض ضعيفا والفواق المعروف بالحزقة موجودا كان الموت قريبا

العلاج . يلزم المريض الفراش ويُعطى عشرة دراهم زيت الخروع ويُتصر على قدح حليب حار يترع 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 فحمة من مسحوق عرق الذهب مع فنجان ماء ويستلقي المريض على ظهره ويسكن حتى لا يقيء الدواء الذي من شأنه التيء ويكرر كل ست ساعات الى ان يصير البراز طبيعيا وينقطع المنص والزحير . وربما افادت اللبخ الحارة على البطن والحنن بماء الخبازي الفاتر ووضع من عشر الى عشرين حلقة على المثانة اذا كانت البنية قوية وشرب ماء الارز غير ان العدة على ما تقدم اولاً مع الاقتصار على الحليب الحار ما دام المرض حادا .

ثم لا بد 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 الحادة الى الحالة المزمنة او انها تبدأ على درجة خفيفة وتدوم كذلك . وتتميز عن الاسهال المزمن بكون الخروج مخاطياً دموياً مصحوباً بشيء من الثقل في المنقعة والزحير . افضل علاج لها الحمية عن الطعام والاقنصار 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 عنيب الاسهال البسيط . وتتميز بالبراز المخاطي الدموي والزحير او المغص وبكاء الطفل الى ان يخرج فيرتاج الى ان يعود التكلف الى البراز . وعلاجها لطفل ابن سنة نصف درهم من زيت الخروج كل اربع او ست ساعات الى ان يصبر الخروج طبيعياً مع الاقنصار على حليب مرضعه او الحليب الاعيادي اذا كان منظوماً واستعمال اللبخ الحارة على البطن والحمن بقليل من النشاء والبيض والماء . واذا دعا الامر الى استعمال وسائط اقل من ذلك فلا يجوز الالتجاء اليها الا بامر الطبيب

الدياتيپس وهو البول السكري

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

كالتخيز 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

الديبان المعوية

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

١ . الدودة العريضة مقرها 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 يتكوّن 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 فرمما 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 منقودة 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 والترك وفي النساء اعراض هستيرية وربما حدث منها في الاطفال تشنجات عصبية او حيمات متفترة 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 التربينينا والكوسو وهو المعروف بالعشبة الحشبية . اما بزر الكوسا او النرع او اليقطون فهو سهل المأخذ فعال غالباً يؤخذ منه للبالغ ١٠٠ درهم ويفشر وي سحق 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 التربينينا يؤخذ منه اربعة دراهم مع ثمانية دراهم زيت الخروع للرجل القوي ولا يعطى للاولاد . ومحمق العشبة الحشبية يؤخذ منه درهمان عند النوم ودرهمان 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 فيجنانان صباحاً باكر آكل نصف ساعة الى ست جرعات فان لم تُسهَل الامعاء يؤخذ حينئذ ٨ دراهم زيت خروع

فتخرج غالباً الدودة مع البراز. وفي كل حال اذا لم يخرج راس الدودة الدقيق المثلث الشكل فتمو 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 ايض نصف شفافة خلف راسها التخناس مستدير وعليه ثلاث برورات صغيرة والنم 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 السنونين يعطى منه للولد من قمحة الى ثلاث قمحات وللبالغ خمس قمحات عند النوم ومثل ذلك صباحاً وبعد ساعتين جرعة من زيت الخروع. ويصنع منه افراص تُباع عند الصيدلي ويؤخذ منها بحسب الكمية اللاخلة فيها والسّن

٣. الديدان المخيطية. اكثر مفرها في القسم السفلي من المي في الاولاد الضعفاء النذرين فتسبب حكاً شديداً في المنقعة وتخرج مع البراز وتخرج في الليل على الثياب وربما دخلت مهبل الانثى او بين حشفة وقلنة الذكور وسببت هناك حكاً وافرازاً. علاجها حقن المي بملعقة ملح كبيرة او خمس قمحات كونا مع ٨ فناجين ماء. ويعاد ذلك مرتين في اليوم الى ان ينقطع الدود والحكة في المنقعة. ومن الحنن المنقعة منقوع خشب الكواسيا وربما وجب استعمال زيت الخروع مع الوسائط المذكورة

ذات الجنب وهو التهاب البلبورا

البلبورا غشاة مصلي يغطي ظاهر الرئة وينعكس ويبطن جدار الصدر الباطن بحيث يتكوّن من الانعكاس المذكور خلافاً بين الرئة وجدار الصدر. واعراضه الاولى قشعريرة 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 الشكّة وألم يزيد عند السعال والتنفس الطويل ويكون النبض سريعاً صلباً متوتراً واللسان ابيض والبول قليلاً احمر والجلد حاراً جافاً . ولا يضيح العليل الا على الجانب المصاب . اسبابه البرد او لطات 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 ارتشج سائل دام السعال وعسر التنفس زمناً ليس له حد معلوم

ويتيز التهاب البلبورا عن التهاب جوهر الرئة بكون الالم واخراً في الاول ثقيلاً في الثاني ويان السعال قصير جاف خال من النفث في ذات الجنب واطول في ذات الرئة مصحوباً بنفث مزبد قريميدي اللون من اخلاطه بالدم . ويتيز عن ثقلها البلبورا اي ألمها العصبي بوجود الحصى مع الالتهاب

العلاج . يلائم المريض الفراش ويحفظ من البرد ويقلل الحركة والطعام ويحفظ الطعام . ثم ان كان العليل قوياً والالم شديداً فقد ينفد 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 قمحات من مسحوق دوفر كل اربع ساعات ونحو عشرين قمحة من الكلورال عند المساء لاجل راحة الليل

وقد تزن 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 قمحات بودور 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 بالبرز الجراحي

الذبيجة

الذبيجة 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 أحمق 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 .
 واذا لم ينته المرض على الكيفية المذكورة تكوّنت مواد غشائية بيضاء في الحنجرة على شكل انابيب لا تنفث الا بالمجهود العظيم فيجهر الوجه او يكمد ويعرق الجسد وتنقبض الاصابع ويرمي الولد ما عليه من الغطاء ويجلس أحياناً في الفراش متكناً التنفس ونحظ العينان ويحمر بياضها ويسرع النبض ويتصلب ويرفع الولد يديه نحو عنقه كأن هناك سدة . ثم في الصباح تحسن الحال وربما بقيت كذلك طول النهار الى ان يأتي الليل فتعود اعراض التنفس الاختناقية .
 ويدوم المرض من يوم واحد الى خمسة ايام فان انتهى بالشفاء كان ذلك على سبيل نفث كمية وافرة من المواد المذكور آنفاً وتلطّف الاعراض شيئاً فشيئاً .
 وان انتهى بالموت اشد السعال وعسر التنفس والضعف واعراض الاختناق وربما سبقه الشنخ . أكثر حدوث هذا المرض بين السنة الاولى والخامسة من العمر ويندر بعد ذلك كلما تقدّم الولد في السن واذا حدث فيكون خطر الموت منه قليلاً

اسباب هذه العلة البرد والتعرض للهواء الرطب السريع التغير من
الحر والجناف الى البرد والرطوبة . غير ان في بعض الاولاد ميلاً خاصاً لها
فتنفل فيهم الاسباب المذكورة ولا تنفل 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 والذقيبريا
فذكر في الكلام على الذقيبريا

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 ويدهن 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 على المتقي بوضع الولد في مغس
ماء فاتر نحو ثمان دقائق . فان حصلت راحة يعاد المتقي 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 النسم 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 انتقع 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
الطم النوية 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 احياناً فحغ القصبه بواسطة عمل جراحي في اشتداد

المرض والخطر

وهناك نوع من الذبحة يقال لها الذبحة التشنجية او الكاذبة ويتميز بعدم وجود الحُمى والسعال وبشيق صباحي كصباح الديك . وهي علة عديمة الخطر تُعالج بالمخدرات والحمام الفاتر وتلين الامعاء ومقادير صغيرة من بروميد البوتاسيوم اذا طالت

الرئتان (التهابها)

يبدأ هذا المرض عادةً ببرد وحُمى وبصاحب ذلك سعال يكون اولاً قصيراً جافاً ثم يصحبه نفث رقيق رغوي يتحول بعد ذلك الى ما لونه كالفرديد او صلباً الحديداً او يكون مختلطاً بالدم . واللون المذكور هو المميز العظيم بين هذه العلة التي مجلسها جهر الرئة والتهاب شعب الرئة التي تستطرق اليها . وتُعرف الاولى بلك الرئة وهي اشد خطراً من الثانية . ولا يصاحبها ألم الا اذا امتد الالتهاب الى البلبورا اي الغشاء الذي يغطي الرئة فيكون حينئذٍ ألمٌ ناخس في الجانِب المصاب او تحت حامة الثدي يشند عند السعال او النفس الطويل (انظر التهاب البلبورا) . غير انه سوائه ووجد هذا الالم الحاد او لم يوجد فيشعر بوجع ثنيل في الصدر ويسرع التنفس ويقصر فيرتفع عدده من ست عشرة مرة في الدقيقة الى اربعين مرة او اكثر وترتفع الحرارة الى 104° ف 105° . 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 104° ف والنفض 120 في الدقيقة والتنفس 25 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 ويعسر وتزداد سرعة النفض وتشد الحرارة ويظهر الهذيان ثم السبات

اسباب البرد والتعرض للشمس وبرية 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 . وتُمنع المريض من الكلام الكثير والحركة لان ذلك يسرع التنفس .
 اذا كان الالم موجوداً والعليل حدثاً قوياً فيوضع من العلق عدد مساوٍ لعمره
 الى ثلاثين علقة على المحل المتألم ويُعقَّب ذلك ببلخ بزر الكتان الحارة وتُدلم اللبخ
 المذكورة الى نهاية المرض واذا كان المرض ثقيلاً فيحاط جميع الصدر والظهر
 بها على هيئة صدرية تُبدل كل ساعة او ساعتين فان ذلك يوجه الدم من
 العضو الباطني المتهب الى ظاهر الصدر ويسبب عرقاً مقيئاً وقد شاهدت
 فائدة عظيمة من هذه الوساطة البسيطة . واما الادوية فربما 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 الرئة 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 كالحمية والحجيات والامراض المعوية
 وغيرها . ولا ينبغي المرض غالباً اذا كان سببه البرد وهو السبب الغالب اولم
 يجبه مرض آخر . عند بدهاء المرض تظهر الحمى ثم سعال جاف ونشوة الشفتين
 واحمرار الوجه وقدر اللسان وحرارة الجلد وقصر التنفس وعسره وتعدد المتخزين
 عند كل شهقة . ويكون النم متنوعاً لدخول زيادة الهواء ولذلك يجهت . 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 المميزة 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 ضجراً. 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 الممهلات الخفيفة والبخ 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 ويكتم لون الوجه وتحفظ العينان ويكتسي الجلد بالعرق البارد ويطلب الهواء فكان المريض يموت خنقاً . ثم بعد ساعة او بضع ساعات تهيج 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 يحمى الجلد احمراراً جيداً وتوضع القدمان في ماء حار مزوج بالخردل. فاذا لم يحصل فائدة من ذلك يعطى المريض نصف درهم من صبغة الافيون ودرهم ابيبر مع نصف قدح ماء او يُخَنَّن بالمورفين تحت الجلد . وكثيراً ما يفيد البرش بالنارجيلة او السيكاارة وكذلك استنشاق نحو نصف درهم من

الكلوروفورم موضوعاً على محرمة . وان جاءت النوبة عنيب طعام ثقيل يُعطى
عشرين قمحة من مسحوق عرق الذهب (ايكايوانا) ليحدث النقي وان كانت
الامعاء منتبضة يُعطى مسهلاً من الملح الانكليزي او زيت الخروع

واما العلاج مدة الفترات فيقوم بتدبير المعيشة ومراعاة شروط الصحة
ولاسيما في ما يتعلق بالطعام والتخفظ من البرد وتجنب الاسباب المنجبة 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 المنوية للعدة ولعموم الصحة وعلى
الخصوص نحو فنجان من مغلي خشب الكينا مع عشر قمحات من بودور
البوتاسيوم ثلاث مرات في اليوم قبل الطعام بنصف ساعة او حبوب زرنينيات
الحديد واحدة منها مرتين او ثلاث مرات في اليوم وبدم ذلك مدة طويلة

الرحم (امراضها)

انقطاع الحيض . يبدأ الحيض بين السنة الثالثة عشرة او الرابعة عشرة
وينتهي نحو الخامسة والاربعين . وقد ينقطع لهذه الاسباب اولاً مدة الحمل والارضاع
غالباً . ثانياً قد يتأخر ظهوره في الزمن الواجب . ثالثاً قد تنحصر المرأة مدة ثم
ينقطع حيضها . 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 يتعرض له

٢ . اذا تأخر ظهوره في السن الاعتيادي كانت الاعراض غالباً ضعف

البنت واصفرار لونها وقلة بروز الثديين ووجاع دورية في الظهر والمخوين
وصداع يتردد في اوقات غير معلومة وفساد شهوة الطعام وربما صار لون الوجه

مظالمًا مخضراً وعليه حُب الصِّبَا . 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
 والمخوين واحمرار الوجه ودوار وصداع في الرأس فتعطى المساهل وتوضع
 المخردليات على اسفل البطن ويلقى خمس علفات عند الاربية اي اصل الفخذ
 على الجانبين ويُدَام 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 بشورة 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 بغنة فيحدث حينئذ
 صداع 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 ذُكرت 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
 بغنة بعد ظهوره في دوره الشهري فيستعمل حمام حارّ حالاً بعد التعرّض لسبب
 الانتطاع

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 وناط جلدتي ورعاف ونزف باسوري . وربما شككت المرأة ثللاً 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 فتذهن الجبهة والصدغان بماء كولون المشبع بالكافور وللارق عشر قهجات من هدرات الكلورال مع فنجان ماء عند النوم او مثل ذلك من بروميد البوتاسيوم . وللخفقان والضعف العام المنويات كالكينيا والحديد . وللاعراض الهستيرية فلرينات الكينا قهجان ثلاث مرات في اليوم

عسر الحيض . اعراضة 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 ويفيد ايضاً تغطيس الثالانلاً بالماء الحار وعصرها

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

كثرة 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. والفائدة الاعلوية 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 واوجاع في الرأس والحفوف واحمرار الوجه وارتفاع الحرارة. وان كان سببه الضعف وهو الاغلب فيصاحبه اصفرار الوجه وضعف عام واغماء واوجاع عصبية وكرب النفس وفرار وقبض الامعاء والتم ثابت في الظهر والحفوف والغثدين. واكثر النساء اللواتي يصبن بهن العلة من 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 الغثدين. وان كانت العلة دموية المزاج يخفف الطعام فتقتصر على الارز والحليب والشوربا. وان كانت ضعيفة البنية مصفرة الوجه فتعطى طعاماً مغدياً وربما وجب لها الكينا والمنقيات 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 أحيانا بشعيرة تعقبها سرعة النبض وحى غير ان الاعراض المميزة هي ألم في اسفل البطن يشند عند الضغط وألم في الحفوين والفخذين وعسر التبول وتواتره ويكون البول حاراً محرقاً وإذا سكن في الوعاء تكدر وتفل وانتفاخ في البطن وحى وكثيراً ما يكون غثيان وقىء . ثم بعد يومين او ثلاثة يخرج من المهبل سائل خفيف اللون أولاً ثم يثقل ويصعب الثوب او المنشفة بلون احمر مائل الى الصفرة . وكثيراً ما يصحب هذه الاعراض اسهال والتهاب البواسير اذا كانت العلياة عرضة لها . اسبابه البرد وعلى الخصوص بعد الولادة واللطمات او السقطات وخلل المحيض وربما حدث من استعمال الحفن القوية او المحمولات التي تصنها القوابل الجاهلات لاجل الحمل والنزر عند الولادة والتعب المفرط والتعرض للبرد في وقت الطمث

العلاج . يوضع العلق على القسم السفلي المتألم من البطن ويُعقَب باللبغ الحارة وإذا كان الالتهاب خفيفاً فيستغنى عن العلق بالتحردليات . 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 الحفوين وعسر الطمث . واذا طالت هذه الاعراض صارت سبباً لعلل كثيرة كتضخم الرحم وانحراف وضعه وحدوث التقيح بقربه 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 الماء البارد بضع دقائق كل يوم والمقويات كالكتينا
والحديد . وإذا استعصى على هذه الوسائط نعطى خمس قححات 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 وارْتخاء الانبجعة . وتختلف درجته من هبوط
يسير الى خروجه الى الظاهر . واعراضه نفل في اسفل البطن واوجاع عند
الاربيتين والغذنين 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 المهيّل بالماء البارد والعليّة مستلقية على الظهر وربما وجب
استعمال الحقن الفابضة المذكورة في فصل السيلان الابيض واستعمال احزمة
والآلات خاصة لهذه العلة . وربما كان هناك نقرح للطبيب ان يعالجه

الرمل البولي

الرمل رسوب في البول وهو على نوعين احمر وبيض . اما الاحمر فيكون
من الحامض اليوريك وينشأ غالباً من سوء الهضم او مرض في الكبد او التهاب
المناصل المحاد او التقرس او حصى او علة النهائية . والايض مكون من فصات
الامونيا والمغنيسيا والكلس (الفصات الثلاثي) وهو يخرج مزوجاً مع البول
مكدرّاً له واذا اُحِمّ البول قليلاً في انبوبة لم يذب الراسب خلافاً للحامض
اليوريك الذي لا يكثر البول عند خروجه بل يرسب متى برد واذا اُحِمّ
البول قليلاً ذاب الراسب . والراسب الابيض يدل على مرض اشد ما يدل
عليه الراسب الاحمر وقد يمزج النوعان في البول الواحد . متى كان الراسب

ايض او مائلاً الى الصفرة كانت الاعراض غالباً أليماً ناخساً في الصلب يتد الى
 الفخذ وطلب التبول وحرقة عند خروج البول وتفصل الخصية في الذكور
 وترتفع الحرارة قليلاً في الجسد . وحياناً يشكو المريض فجأة أليماً حاداً في الظهر
 والمفويين مصحوباً بغثيان وفيه مع طلب التبول ويكون البول حينئذ قليلاً
 احمر او دمويًا ثم في بعض النوب الاليمه يشعر فجأة 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 بوضع المريض في حمام حار ومتى خرج
 منه يُعطى خمساً وعشرين قحمة من هيدرات الكورال وبعاد ذلك بعد ست
 ساعات اذا بقي الألم . وما يفيد الحجامات الجافة (كاسات الهواء) على الصلب
 وتليين الامعاء وشرب كميات كبيرة من ماء الشعير . ومتى زالت النوبة فعلاج
 الرمل الاحمر بتخفيف اكل اللحوم 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 كحوض عشرة نقطات من الحامض
 النتريك المخفف مع ماء نقيع قشر البردقان . وما يفيد ايضاً الطعام الغذي
 والمقويات كالكيينا

الروماتزم وهو داء المفاصل

يقسم الروماتزم الى حاد وهو المصحوب بحجى ومزمن وهو الخالي منها
 اما الروماتزم الحاد فيصيب غالباً الاحداث في السن ويندر في الشيخوخة .
 وسببه التعرض للبرد الرطب . واعراضه حتى 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 يطبق الحركة واللس . وقد يصيب

الالتهاب جملة مفاصل او جميعها ولكن الغالب انه يصيب مفصلين او ثلاثة في زمن واحد ثم ينتقل الى غيرها بغتة ويزول 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 دل ذلك على ان غشاء القلب الظاهر او الباطن قد أصيب ايضاً بالالتهاب وهو امر خطر يستوجب المراقبة الشديدة . وعلاماته ألم في الجانب الأيسر 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 فحلت القلب ورسبت عليها مادة من الدم فتنبض 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 مشمع لطيف لكي يمنع تبخر الماء . وتلين الامعاء عند الاقتضاء ويعطى المريض نحو عشر قنحات من مسحوق دوفر عند النوم لاجل راحة الليل . واما بقية العلاج فللطبيب ان يأمر به

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

بجيت 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

الريح البطني

هو اجتماع غازات اكثرها الهيدروجين المكبرت في المعدة والامعاء
 وخروجها منها . وقد تسبب ألماً وجشاً 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 ريح الاطفال فاكثرة من طعام لا يوافق الطفل او من كثرتهم ولذلك
 يُبدل او تقلل كميته . واما المغص الناشئ عنه الذي يدل عليه الصراخ ورفع
 الرجلين نحو البطن فيعالج بفرك البطن فركاً لطيفاً بشيء من الزيت الفاتر
 وتقليل من ماء البانمون والمغنيسيا . واذا ازم من فبالعاطس الفاترة اليومية
 ومحموق غريغوريوس من ثلاث الى خمس قححات منه ثلاث مرات في اليوم

الزكام وهو النزلة والرشح

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 وقلل الراس والعينين
 وحرارة . وكثيراً ما يصاحبها سعال وخشونة في الحلق والصوت وربما ظهر
 نفاط عند الشفتين . وعند نهاية ثلاثة ايام تخفئ الاعراض وقد تنهي 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 تقصر مدته بلزم الفراش ويؤخذ نقطتان من صبغة الاكونيت مع ملعقة ماء كل ساعة او ساعتين

واما النوع الوافدي فاعراضه كاعراض الزكام الاعتيادي الا انها اقل 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 ١٨٦٢ اضرار كثيرة بالصحة والحياة واما في البلاد الشرقية فقد اتاها ايضاً ولكنه كان سليم العاقبة الا في ما ندر وهم الشيوخ والمصابون بعزل صدرية سابقة. وقد ثبت بالتحقيق انه معدم بحيث يأتي بلداً بواسطة احد حامل العدوى من بلد اخرى هو منتشر فيها ثم يظهر في افراد قليلين ثم بصير عاماً بين كثيرين. وهو على ذلك من الامراض السائرة في مسير الناس واسفارهم كبقية الامراض المعدية ويشبهها بانه يزداد عدد المصابين به تدريجياً 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. وينتج على ذلك اوصوا بفصل المرضى وعدم مخالطة الاصحاء لم الآمن بخدومهم وتجنب الاماكن التي يزدحم فيها الناس ومراعاة الصحة والابتعاد عن الاسباب المضعفة

واما اعراضه المميزة فهي قشعريرة يعقبها حثي 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 اسهال . ولذلك قسمه بعضهم الى ثلاثة
انواع الاول ما تشد فيه اعراض الراس والمفاصل والثاني ما تغلب فيه
اعراض الصدر والثالث ما تغلب 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 ومجلسها الغالب الثدي والرحم والمعدة والخصية والكبد والجلد . وقد
سبق الكلام على سرطان الثدي
سرطان الرحم يسبب ألماً شديداً وافرازات رائحة كريهة وضعفاً عظيماً
وهذا لا . ولا يظهر غالباً قبل السنة الاربعين
سرطان المعدة يسبب ألماً شديداً وفيه مواد دموية سوداء وهزال

الجسد وورماً صلماً يُشعر به غالباً تحت الاتصال على الجانب الايسر
سرطان الجلد يتميز عن بقية الامراض الجلدية بانتشاره وامتداده الى
الاجزاء المجاورة وتقرحو وكراهة رائحة ما يسيل منه وتضخم الغدد المجاورة وألمها
وليس لجميع انواع السرطان علاج شافي الا الاستئصال في بناءة الامر
اذا امكن . فاذا لم يمكن ذلك او أعيق 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 فيجهر الوجه ويصير التنفس صعباً وربما صحبه
الشخير والتفخ وربما انحذب الوجه الى جانب واحد وحدثت تشنجات عصبية .
وغالباً تسبقه اعراض مندره كدوار الراس ولا سيما عند الانحناء وصداع وطنين
الاذنين وقبض الامعاء وتشويش العقل ورعاف وروية الاشباح مزدوجة وشهب
لامعة . وربما ظهر فجأة على شكل فالج نصف الجسد ونفل 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 أكثر من النساء . والبنية متى كانت العنق قصيرة غليظة والصدر
واسعاً واللون احمر والجسد سميناً والاعتماد الارثي في العيال والشرابة في
الطعام والشراب وامراض القلب . واما الاسباب المهيبة فهي الرياضة العنيفة
والزحير في رفع الاحمال الثقيلة وعند التعوط والانفعالات النفسانية الشديدة
والحرارة الزائدة وتقليب 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 وتعددها بدون انفجار شيء منها وخروج الدم منها او ارتشاج سائل يأتي في تجاويف الدماغ من الاحتقان 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 وبيتي القدمان في الماء الحار نحو عشر دقائق ثم توضع قناني مملوءة ماء حاراً على القدمين وتنام الخردليات على بطن الساقين نحو ساعة. ولا يجوز الفصد الا اذا اشار به الطبيب. ثم متى استطاع المريض ان يبلع يعطى ثمانية دراهم من الملح الانكليزي ويحقن بدرهمين حليب مع قدح ماء كبير. ومتى فاق المريض يشاهد غالباً انه مفلوج اليد او الرجل او نصف الجسد وقد يفقد قوة التكلم وتشل عضلات الوجه

تتبع السكتة غالباً بتغيير المعيشة والعادة كالنفاة في الطعام والشراب والرياضة وهدو البال وتجنب الانفعالات النفسانية وحفظ الامعاء بحالة لينة دائماً والتخفظ من عمل الشمس في الراس. واذا ظهرت العلامات المنذرة التي سبق ذكرها وجب الالتفات اليها

السل الرئوي

السل الرئوي دثور انجيبة الرئيين الناشئ عن رسوب مادة فيها اصلها من الدم يقال لها عند اطباء الدرن. اعراضه الاولى سعال قصير ناشف اكثر 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 ونصاحب ذلك حتى الدق الثقب يعقبها عرق غزير وهزال وضعف . وفي الدور الثالث تتكون بثورات 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 راجياً الشفاة الى النهاية وكثيراً ما لا يعرف ما هو عليه من الخطر الشديد

العلاج . هذا المرض كثيراً ما يكون ارثياً 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 وياكلوا الاطعمة المغذية ويمارسوا الرياضة اليومية في الهواء المطلق وان لا يتعرضوا للبرد والرطوبة وان يلبسوا الفلانل على الجلد . ومتى ظهر المرض فعلاجهم زيت السمك والاذوية المقوية والمسكنة للسعال والمضادة للاعراض الحالبة 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 بمحوو له الدهني وجب الانتباه الى ذلك ومناومته بتقليل كمية الطعام ولا سيما اللحوم الدهنية والاطعمة النشائية والحلويات فيُعَوَّل على اللحم الاحمر والسك والفراريج والخضراوات مع الرياضة المعتدلة واجتناب كثرة النوم . واما الادوية الموصوفة له عند العامة فاكثرها مؤذرة

السوداء وهو الهيبوخندريا

الهيبوخندريا مرض في الذكور يقابل المستيريا 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 والعمل 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 ويجس نبضة وينظر الى لسانه ويجس 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 ونوم اقبال المصائب وربما ظن ان القلب او الرئتين او الكبد مجلس امراض عضالة . وبالاجمال يكون السوداوي اسيرا للبراجس والوساوس التي تشغل صدره من جهة صحته واحوال ديناه وظنون الناس به واعمالهم نحو العلاج . اذا كانت العلة ناشئة من رفاهة العيش وبطالة العقل وجب مباشرة الاعمال التي من شأنها تسليية 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. وبصاحبه غالباً ضعف شهوة الطعام وقبض الامعاء وخفقان ودوار ووجاع عصبية وقرقر ووجع الظهر او الجنب 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 حبيلى . ومن الادوية المفيدة المقويات الحديدية والاحتمان بالتقريب كخلول الشب الأبيض (نصف درهم لستين درهم ماء) او متنوع ورق الشاي او مغلي قشر شجر البلوط (نحو اربعة دراهم ثلثة درهم ماء) . ويستعمل الحفن والعليلة مستلنية على الظهر وسادة تحت وركبها حتى يصيب السائل كل المحل المصاب

الشعر (سقوطه)

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

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

الشهقة

الشهقة سعال معدّ 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 النوب 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 برجله ضرباً تشغيلاً
 وامسك بشيء ثابت ليمهداً به . وكثيراً ما يصحب التيه السعال وكان الولد
 يخنق حينئذ 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
 الراقد 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 تارة اقل من ذلك واخرى

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 تقطع . فغاية ما يمكن عمله تلطيف شدة السعال وتقليل
عدد نوباته والتخفيف على الولد من الاختلاطات المرضية التي ربما أدت الشهنة
اليها . اذا كان الولد صغيراً وجاءت نوبة السعال فيجلس اذا كان مضجماً
ويُسند ظهره باليد الواحدة وجبهة باليد الاخرى ويُفتح ما يخرج من فوه بالسعال
او النبيء ويُفرك الظهر فركاً لطيفاً . وفي مدة الفترات يُدلك الصدر والظهر
بزيت الزيتون المحلو او بزيت اللوز كل يوم وتصلح حالة الانعاش بالمسهل
اللطيفة اذا اوجب الامر ويجتنب 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 وبرويد البوتاسيوم والحامض
النريك المخفف والحامض الهيدروسيانيك والكلورفورم وهي جميعها مما لا يجوز
استعماله الا بامر الطبيب لانها قوية وتعين كميتها بالنسبة الى سن الولد من
الامور التي يجيب الحرص فيها . متى انحطت شدة المرض واخذ في الانحطاط
تغير الهواء والمثويات 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
المجسد وسعال جاف اولاً وضيق الصدر . وبعد ذلك تُنبت مادة رغوية
كبياض البيض ثم تشد ويصير لونها اصفر مائل الى الخضرة ويزول 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 ليخ بزر الكتان الحارة بحيث تحيط بجميع الصدر والظهر وبدلها 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 يكن الوصول اليه يُعتمد على بعض الوسائط البسيطة المذكورة آنفاً وقد يكون مزمناً في الشيوخ فيشتد في الشتاء ويخف في الصيف فيكون السعال تارة شديداً وتارة خفيفاً مع نكث كثير من المواد البلغمية . وهو لا يقبل الشفاء غالباً ولكنه يُلطّف كثيراً بالتخفّض من البرد ولبس الفلانل وانتظام المعيشة الصحية واستعمال ماء الفطران اذا كان النكث مفرطاً وغير ذلك مما يشير به الطبيب

الشياتيكا وهو عرق النسا

هو علة مؤلمة تصيب العصب الرربي العظيم فيمتد الألم من الالية على مؤخر الفخذ الى مؤخر الركبة وربما بلغ القدم . ويتميز بمجلس الالم وسيره المذكور وعدم وجود حنّ 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 حراريق صغيرة على اصل الالم عند اعلى مؤخر الفخذ والمسا هل وعشرون قحمة كينا في صباح يوم وعشر في الصباح التالي ثم فحمان ثلاث مرات في اليوم . واذا كان الالم شديداً يحقن بثلاث قحمة

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

الصداع وهو وجع الرأس

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 الوتأب . 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 قحمة
انتبيرين او درهم كوارانا منقوع في قدح ماء غالي متى برد . وربما وجب اخذ
مسهل وفي كل حال لابد 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 بألم ممتد على الجبهة من الجانب
الواحد الى الآخر وكثيراً ما يصحبه الغثيان . ويزول غالباً بواسطة المزيج الفوار
المركب من كربونات الصودا وجامض الليمون . وان كان اللسان قذراً ورائحة
النفس كريهاً فيؤخذ مسهل او ماء معدني يلبن الامعاء ويعاد اذا لزم
٣ . الصداع العصبي . يحدث هذا الصداع بعد التهيج العنفي او الانفعال

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

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 منتظمة كالنوب الدورية فلا يتميز عن الدور الاعتيادي الا من حيث عدم وجود الحمى . وتطلق كلمة النفرالجبا على جميع انواعه . واسبابه الملاريا او سوء الهضم او الضعف الناشئ في النساء من كثرة الحمل والارضاع والحيض او التعب والبرد والسهر الطويل او دلة في الاسنان كوجود نخر فيها او قرمة . وعلاجه الكينا بكثرة مدة الفترة اذا كان دورياً محضاً واذا لم يأت على هيئة نوب منتظمة فثلاث قححات من الكينا او فالرينات الكينا ثلاث مرات في اليوم . وما يوقف الالم الانتيبيرين كما سبق في الصلع المعدي والضغط بالاصبع على محل الوجع او بمصاصة شديدة مبلولة بالماء البارد حول الراس والهدوء التام في نعيم الخدع والخردليات . وما يفيد في منع النوب زرنينجات الحديد والحمام البارد ومراعاة شروط الصحة العامة

٥. الصلع الدماغي . الانواع السابقة تصيب غالباً الاحداث في السن وهما يصيب الكحول والمتندمين الدمويين وربما انذر بالسكته او ضربة الشمس . وصفة الالم انه نابض مصحوب بحمرة العينين والوجه وطيبين الاذنين وقد يصحبه عطش وارتفاع الحرارة وهو بالحققيقة 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 . الصلغ الروماتزمي ألم في عضلات جلد الراس يُشعر به ويُبيّن بكونه ظاهراً سطحياً يزيد اذا أُجعد الجلد او عند تحريك عضلات تلك الجهة . وعلاجه كعلاج الروماتزم ولا سيما بيودور البوتاسيوم وربما وجب استعمال القلوبات والكلشيكوم 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 فينتقع الانسان عما كان عليه من الكلام او العمل ثم يعود اليه في الحال وربما اصابة 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 صُداع او دوار في الراس او صرخة حادة ثم يسقط المريض الى الارض ويفقد الشعور والقوة ويتشجج تشجات عضائية في الوجه والاعضاء ولا سيما على احد الجانبين وتغير هيئة الوجه ويرتفع سواد العين الى الاعلى فلا يظهر الا البياض وتدور المتلة وتوسع او تنقبض الحدقة ويصفر الوجه اولاً ثم يحمر وتنقبض البدن ويعسر التنفس وتصر الاسنان ويخرج زبد من الفم ربما كان دموياً من عض اللسان وتارة يخرج البراز او البول بلا اختيار . وتدوم التشجات 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 الإرثي وشدة التهيج العقلي والجسدي وبعض امراض الدماغ. وما يبيح في الذين 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 اختناق الرحم) بفقد الشعور ففداً تماماً ونشجات الوجه والصراخ الذي يسبق النوبة والنوم الذي يتبعها ويميز عن السكنة بوجود التشنجات وعدم وجود التخير 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 فتأين 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 قمحاً مع فنجان ماء ثلاث مرات في اليوم واذا اقتضى الامر تزداد هذه الكمية الى عشرين قمحاً

ضربة الشمس وهو الرعن

يحدث من عمل الشمس في الانسان ثلاث علل متميزة وهي اولاً الاغماء
ثانياً ضربة الشمس الحقيقية ثالثاً حتى الشمس . وهي جميعها ناشئة من التعرض
لحرارة شديدة ولا سيما اذا طالت مدته ولا فرق بين كون التعرض المذكور
لاشعة الشمس رأساً او للحرارة الناشئة منها . وما يعين في احداث ذلك التعب
والتهيج العنفي 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 والشمس شحيحة
وراء طبقة رقيقة من السحاب او الغبار والهواء مشبعاً بالكهربائية فنجد يكون
حينئذٍ وافئداً

وكثيراً ما يسبق العلة اعراض تنذر بغيثها وهي ان الانسان يصب رضيع
الخلق قلناً 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 يلبث بغثيان المعدة ودوار الراس وتشويش العقل
والبصر وكثرة الكلام وبرد الاطراف وطلب التبول الزائد . ثم يصفّر الوجه
ويبرد سطح الجسد وكثيراً ما يكتسي بالعرق ويصبر التنفس تنهدياً ويضعف
عمل القلب والنبس وربما صار منقطعاً وتنقبض الحدقتان ويغيب الوعي اما
كله او بعضه

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

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 الخفية وتظهر الاعراض المذكورة آنفاً . وتتميز ضربة الشمس الحقيقية عن الإغماء من الحر باحمرار الوجه وشدة النبض وتشخير 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 فيضج على ظهره في الظل وتفرك اطرافه وتحل البسطة ويُعطى منبهاً كقيل من الخمر او الكنيك مع الماء . ولكن لا يُعطى من المنبهات الا القليل كئلا 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 كمانية دراهم من الملح الانكليزي ويحتمن بالماء البارد . وتفرك الاطراف وتوضع الخردليات على قفا العنق وعلى الاطراف . واذا غاب وعيه يوضع عشرون علفه وراء الاذنين او على الصدغين . وربما وجب لف المريض بشرف مبلول بالماء البارد . واذا كان التنفس عمراً غير منتظم بلا تشخير 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 وتبليط لباس الراس بالماء عند الخروج الى الشمس واجتناب المسكرات واعتدال 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 الأيسر من الصدر. وقد يحدث في وقت 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 كالتوابل الحامض والفصل 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 مهلك خلقاً كثيراً متى فشت بين قوم. وله اخبار هائلة في التاريخ القديم والحديث واكتنه

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 وسخول وهذيان وخراجات في العنق والابط والاربية ابي عند اصل الفخذ ويظهر اخيراً رقص احمر كآمد كلون الثوب الشامي . اذا حدث عرق غزير فذلك دليل حميد خلافاً للاسهال والتنف الدموي من الامعاء 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 بملامسة المريض او بانشارها في الهواء او تضبط مدةً في ثياب المريض او امتعه

سببه الاصلي مجهول الا انه من المحقق انه ينشأ في الحال الحارة الرطبة المنخفضة بقرب شواطئ الانهر وان ازدحام البشر في بيوت لا يتجدد الهواء فيها والابخرة المتصاعدة من الحيوانات الميتة والنباتات المتعفنة وقلة الطعام وردائه وشتاء القفر والحاجة والتذر هي الكيفيات الموافقة لتولده . ثم متى ظهر مرة انتشر بين الناس وسار الى الاماكن المجاورة بقطع النظر عن الكيفيات المذكورة على ان الطاعون كبقية الامراض الوافدة ينحصر 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 اصطلموا لها في هذه

الازمنة المتأخرة على تفريق الاصحاء عن المرضى والمجر على سكان الاماكن التي يظهر فيها الوباء عن مخالطة الجاورين لهم بواسطة خنجر عسكري محيط بالفري والمناطق المصابة وهو المعروف بالكورتيينا. وانكر افضل علماء هذا الزمان فائدة ذلك وقد اظهر الدكتور تولزان طبيب شاه العجم في كتاب طبعة 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 الكورتيينات والخنجر العسكري
علاج الطاعون كعلاج التيفوس ومعظمه نقاوة الهواء وتعريض المكان لنور الشمس والطعام الخفيف المغذي والمنبهات الروحية. وتعالج الخراجات والمجمرات 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 بوضع العلق على النسم 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 بالمحي 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 والانتقال الى بلاد باردة وشرب المياه المعدنية فهي جميعها من الوسائط النافعة وربما حدث منها الشفاء

عُسْرُ الهَضْمِ وَهُوَ الدِّسْبِيسِيَا

كثيراً ما يكون عسر الهضم عرضاً ناشئاً من مرض آخر. فان كان مرضاً قائماً بنفسه فاسبابه الغالبة التغلظ في الطعام والافراط في تدخين التبغ وإهمال الرياضة والممّ 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 فقد شهوة الطعام او عدم انتظامها وآلم في المعدة كثيراً ما يمتد الى الصدر او الظهر وحموضة وحرقة فيها وجشأء ونعب بعد الطعام وصلحاق وقدّر اللسان 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 رديّة. ويعسر احياناً تشخيص هذا المرض لكثرة اشكاله وتركيب اعراضه بعضها مع بعض وقد لا يدركه الاّ الطبيب الخبير

العلاج. أوّل ما يلتفت اليه في علاج هذا المرض تدبير الطعام فيجب ان تكون كميته معتدلة لا تتجاوز طاقة المعدة وهي في حالة الضعف وان تكون النثرة بين الطعام والطعام نحو ست ساعات وان يكون من الانواع السهلة الهضم كاللحوم والخضراوات المطبوخة طيخاً بسيطاً وتجنب النبي منها والمملح والمتدّد وربما وجب الابتعاد عن البطاطا والحلويات والفواكه والخبز الاّ اذا كان محمّصاً والمشروبات الاّ 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 المتويات للمعدة ولما كان يُنظر فيها الى الاعراض الخصوصية فيجب اتباع مشورة الطبيب اذا رأى لزوماً لها . ومن البسيط المفيد منها قهنا كينا قبل الطعام وملعقة كبيرة من خلاصة الملت بعدة

العين (امراضها)

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

السلاق بثرات صغيرة جداً عند اصول الاملاب تفرز سائلاً اسمر يميل الى الصفرة ويلصق به الجفنان . وهو يصيب غالباً الاولاد الذين مزاجهم خنزيري واذا أهول كثيراً ما يهلك البناء الذي تخرج منه الاملاب فيتعمرى الجفن من شعره الطبيعي . علاجه بالغسل الكثير بالماء الفاتر ومرهم نظلي به حافة الجفن بدون ان يدخل العين مرة كل يوم عند النوم وهذه صفتها 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 وبصمجه احمرار وآلم وهطل الدمع ويصير الافراز اخيراً غليظاً ايض . سببه البرد او العدوى ومدته بضعة ايام الى اسابيع . وعلاجه تعقيم المخدع والغسل بالماء الفاتر ومغلي الخشخاش والمسهلات

واذا كان هناك ألم شديد بوضع 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 وكثرة الألم. وربما امتد الالتهاب الى انسيجة العين الغائرة واملحها او
احدت قروحا في القرنية وغشاوة او بياضاً فيها. وعلاجه غسل العين بغلي
الخخاش او الماء الفاتر غسلأ جيداً كل ساعتين غير انه يُجنَدَر غايه الاحتلار
من عدوى العين السليمة من العين المصابة بواسطة المناشف وغيرها مما يستعمل
في الغسل. ويجب ان يوضع على العين قطن او نسل ثم تُرَبَط ولا بد من ابدال
القطن او النسل بشي 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 السليمة العاقبة المفيدة رش نحو ربع قشعة من المورفين الجيد على نفس
العين بعد شق الجفنين ويعاد ذلك مراراً بلا خطر الاذى. ولا يجوز وضع شي
آخر بدون امر الطبيب

قروح القرنية. القرنية هي النسم المتوسط من العين الشفاف الموضوع
الى مقدم الشقة الملونة المعروفة بالقرنية وكثيراً ما يتكون عليها قروح مسببة
عن الرمذ تبيض اخيراً وتعارض سلامة البصر وربما افقدته بالكلية. ويخفق
وجود القروح من رؤيتها على هيئة انخفاضات صغيرة على سطح القرنية وبصاحبها
عدم احتمال النور ودمع العين. معظم العلاج يقوم بتحمين الصحة فتعطى الاطعمة
المغذية وقحمان من الكينا ثلاث مرات في اليوم والرياضة اليومية مع التحفظ
من النور والرياح والغبار. والطبيب ان يستعمل وسائط افعل ما 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 بيضاء اللون او بيضاء مائلة الى الزرقة او الصفرة واضحة المنظر وراء الحدقة اي البؤبؤ. وهي غالباً بطيئة السير فلا تكامل 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 الاشياء 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 والحدبة في طول 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 التسنين او لسبب وجود الدود في الامعاء او لضعف عام يعتمد الحميات. ان كان الحول ناتجاً عن بعض هذه الاسباب فيزول اذا زالت وان كان خلفياً او متمكناً فله عمل جراحي

الغَنغَرِينَا

براد بالغنغرينا موت قسم من الجسد كموت الرجل مثلاً من الشينوخة او الفتر والجوع والضعف او البرد العظيم او مرض في الشرايين او آفة ميكانيكية

تصيب الاعصاب او الشرايين. منى بات قسم من الجسد واسود لونه واهترى
وانتن وجب قطعة

الفالج

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

١. الفالج الناشئ من مرض في الدماغ كالسكتة الخفية او مرض آخر.
وعلاماته عدم استطاعة تحريك العضو المصاب وربما يجذب الوجه الى جانب
واحد ولم يمكن مد اللسان بالاستقامة . وهو غالباً بعم 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 ووجاع منقطة
ربما خسيت روماتزمية . ثم اذا تقدم المرض زاد الألم ورأى المريض انه لا يضبط
حركة رجليه فيتذبذب في المشي وعلى الخصوص متى بدأ قيو ويحتاج الى شيء
يتوكأ عليه . وكيفية مشيه انه يرفع رجليه اعلى ما يلزم ثم يدفعها الى الامام
والوحشية ويحبط بعقبه الارض وينظر الى رجليه اذا مشى فاذا اغمض 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
البيطة

علاج الفالج عسر وهو من متعلقات الطبيب وكثيراً ما لا يزول

الفواق وهو الحازوقة عند العامة

هو حركة تشنجية قصيرة مصحوبة بصوت خاص بها تأتي على هيئة نوب تتعاقب كل بضع ثوان 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 قحمة من كربونات الصودا مع بعض نقط من صبغة الزنجبيل او ملعقة صغيرة من الخمر او الكنيك او العرق وربما اوجب الامر الى منقي . وربما زال بواسطة ازدياد قطعة من الثلج او شد حزام على المعدة او وضع حراقة صغيرة عليها . ومن الادوية المفيدة السليمة قمحنا مسك كل ساعتين الى ان يبطل النواق

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 البومي هو الطعام الذي يكون قد هضم هضمًا جيدًا . ولذلك لا يجوز مباشرة المسهلات على الدوام بل ينال الغرض بمضغ الطعام جيدًا اي مضغاً بطيئاً وشرب قدح ماء كبير قبل النوم وعند النهوض حالاً والرياضة الكافية والاكتثار من الخضراوات والنواكه . ومن افضل الوسائط البومي الذهاب الى بيت الخلاء كل يوم بعد فطور الصباح والتدخين قليلاً اذا كان ذلك من عادة الانسان وتعود الطبيعة رغماً عنها على الاستطلاق في تلك الساعة وربما لم تنجح هذه الطريقة في المرات الاولى ولكنهما تنجح اخيراً ثم براعيها الشخص الى ان تصبح معه عادة مستمرة لا يغفل عنها ولا يسمع لشيء ان يتعرض لها . ولا يجوز الانجاء الى المساهل الا عند الضرورة الشديدة . ومن الوسائط المفيدة لاحداث

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

وكثيراً ما يصيب النفض الاطفال 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 واحجج الى الدواء فيعطى الطفل
قليلاً من زيت الخروع او مكلس المغنيسيا او مسحوق غريغور بوس وهو مزيج
من الراوند والمغنيسيا والزنجبيل يُعطى منه لطفل ابن سنة من ٣ الى ٥ قححات
كل ساعتين الى ان يصر البراز طبيعياً

الفرمزية

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

القروح

القروح سطوح منخفضة غالباً عن مساحة الجلد يجري منها الصديد وهي
تنشأ 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 المنهوكين 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 والشفين وباطن الخدين واللثة ويُعرف عند النساء بالحرث وهو ابيض اللون تخرج منه مادة بيضاء كقطع اللبن الجامد فيظهر تحتها قروح صغيرة. ويصيب الاولاد غالباً بدون خطر للحياة غير انه قد يتد الى الحلق ويحدث عسر التنفس والبلع وربما سبب في الاطفال الضعفاء قروحاً متسعة. اسبابه الضعف العام وسوء الطعام والحليب الحامض وفساد الهوام والتسنيف. وعلاجه مقاومة الاسباب المذكورة وطلاء التم بلطف بمزيج درهم من البورق واربعة دراهم من العسل. وربما وجب استعمال قحمة 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 صاحبه اعراض اخرى لا يستطيع ان يميزها الا الطبيب المحاذق لانه كثيراً ما ينشأ عن سوء الهضم والارياح البطنية وضعف الدم والهستيريا وقطع الحيض ومدة الحمل. وعلاجه نحو درهم من السائل الشادري مع فنجان ماء او مثل ذلك من الاثير او قليل من الخمر او الكنيك مع تليين الامعاء. وربما وجب تخفيف استعمال

الشاي القوي والنهوية والتبع لان الاكثار منها سبب الخفقان
 تشنج القلب ويقال له الألم القوادي. أكثر 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 أكثر من دقيقة او
 دقيقتين غالباً وربما دامت أكثر 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 يتد من الضلع الخامس اسفل حلة
 الثدي اليمين الى اسفل الاضلاع ومن اليمين حتى اليسار. وظينته افراز الصفراء
 التي تدخل في هضم الطعام وتكوين مادة ناكسد وتعين في اقامة الحرارة الحيوانية
 وازراز مواد من الدم لم يبق لها حاجة في الجسد تختلط بالفائط وتصلح. ولذلك
 اذا نشوت وظائف الكبد نشوت عموم الصحة وهو عرضة لامراض كثيرة في
 البلاد الحارة اخصها ما يأتي :

١. القيء الصفراوي . سببه مواد حرينة تدخل المعدة او كثرة الطعام
 وغلظة او احتقان الكبد . واعراضه سقوط القوة وغثيان وفيه ما في المعدة اولاً
 ثم مادة صفراوية وربما اشتد القيء وصاحبه مغص معوي واسهال صفراوي .
 وعلاجه بالمشروبات الفوارة (اي مزيج من حامض الليمون و كربونات

الصودا) والمسهلات اللطيفة والمخدرليات على المعدة واكل الثلج والحمية الشديدة

٢. احتقان الكبد. اسبابه عمل البلاد الحارة في تنقيص الابرار الرئوي وتحميل الكبد في الافراز ما ينقص من عمل الرئتين والذغيرات الجوية السريعة والتعرض للبرد وتكرار الحمى الدورية وكثرة الطعام والشراب والمشروبات الروحية والتعرض للشمس وقلة الرياضة وكثرة النوم. واعراضه قذر اللسان وكراهة طعم الثم عند الصباح ونقص شهوة الطعام وصلع وعدم انتظام عمل الامعاء وفساد الغائط وغثيان وحاسة ثقل في الجانب الايمن. وعلاجه المسهلات المحببة والحمية عن الطعام والمخدرليات 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 ويصاحب ذلك ألم في الكنف الايمن. ويشتد لون البول ويحدث غثيان او قيء مع قبض او اسهال وحمى غالبا وربما وجد برقان. وعلاجه اذا كانت بنية المريض قوية بالنصد العام او وضع العلق على الجانب المصاب والمساهل المحببة كشتات المغنيسيا او الملح الانكليزي وتكرر اذا وجب الامر كل يوم او يومين ولبخ بزر الكتان والحمية وتفيد المشروبات الفزارة 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 بالندرج بحيث يغفل 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 زحم الرئة واحداث سعالاً وعسراً في النفس الطويل وألماً في الكتف او الكتفين . ويصفر الوجه ويحفت الجلد وتضعف القوة وتنقبض النفس . وعلاجه بالمسهلات اللحية او المعدنية والحمية عن الطعام واجتناب المنبهات . واذا دام الحال وجب الانتقال الى مناخ بارد . ومن الادوية المدوحة في هذا المرض الحامض النثروبيورياتيك والراوند والبودوفيلين وبودور البوتاسيوم ولكنها جميعها ما لا يستعمل الا بامر الطبيب

٥. خُرَاجَةُ الكَبِدِ . قد تظهر خراجة الكبد فجأة مدة احقنانه او التهابه الحاد وتكون اعراضها حينئذٍ قشعريرة يعقبها عرق بارد وقذر اللسان وقلة البول واحمراره ورسوبه وحتى تزيد في الليل واسهال . والغالب انها تظهر مدة سير الالتهاب المزمع واعراضها ان المريض لا يتعافى بل يبقى ضعيفاً ويعرض له برد وحتى 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 يختلط المرض فيهم بخراجة الكبد فاذا كانت الحصى اشد ما تكون في الدوسنتاريا وكان اللسان قذراً في مركزه احمر عند راسه وجانبه وشعر المريض بثقل في الجانب الايمن وقعت الشبهة بوجود الخراجة الكبدية واذا اضيف الى ذلك حدوث القشعريرة فتحق الامر تقريباً . ومتى تكوّنت الخراجة على احدى الطرق التي ذُكرت فظهر تارة على هيئة ورم في الجانب او عند فم المعدة فتفتح الى الظاهر وتفتح احياناً الى المعدة فينقل 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 نُشِقَ بالمبضع وهو من عمل الجراح واذا فتحت الى بعض الاحشاء فلم يكن من العلاج في غياب الطبيب الا اسناد قوة المريض بالغذاء الجيد وراحته من الالم بواسطة عشرين قمحة من الكلورال او قمحة من الافيون

٦. نفرالجيا الكبد وجع عصبي يسبب هذا العضو فيظهر نارة ويخفي اخرى ويكون احيانا مؤلماً وربما توه المريض علة كبيرة وشغلت المواجس باله على ان شهوة الطعام والهضم والنوم تكون جيدة . وهي علة خفيفة لا تحتاج الا الى خردلية والمقويات 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 بينهم خثريرية . 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 مفصل الركبة والرِخ وتعوج العظام وربما نشوء العمود الظهري والصدر . وقد يدوم المرض شهوراً وينتهي بالموت من الضعف او الاسهال او علة اخرى واذا انتهى بالشفاء فتشدد قوة الولد ويقال الهزال ويصير البراز طبيعياً

العلاج . العناية في خدمة الولد والطعام الخفيف المغذي والكيفيات التمييزية كتنافه الهواء واللباس الدافئ واجتناب الرطوبة والغسل بماء البحر او بالمياه المحببة واذا كان الولد ضعيفاً لا يطبق ذلك فبالسح بالاسفنجية . وينبع الولد من المشي لثلاً تتعوج عظامه ويبقى مستلقياً اذا كان ظهره مصاباً لثلاً

يحدث التشويه فيه . ومن الادوية يفيد زيت السمك وشترا الكينا والحديد
وماء الكلس ممزوجاً بالحليب بمقادير متساوية

الكلب

سبب داء الكلب عضه حيوان مصاب بهذا المرض وتفوذ لعابو في الجرح
وامتصاصه الى الدم . غير ان المرض لا يظهر في كل من بعض 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
المرضى 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 بالمخدرات القوية كالافيون والكلوروفورم والكلورال وتخفيف
العطش الشديد مع الخوف من الماء بواسطة اطعام المريض الخمج

علامات الداء في الكلب انه يكون اولاً قليلاً ويطلب الاختباء ويرفض
الطعام ويهبط الذنب وتحمّر العينان وتدمعان ثم يذهب تائماً يطلب قطعاً
من الفس والورق فاذا وجدها أكلمها وكثيراً ما يحك انفه بالاجسام الباردة .
وبصير نجة ابيض وشعره واقفاً ويهجم على الاولاد وغيرهم من كان يألفهم من قبل .
ثم يفرض اللعاب من فمو ويلتهم الحلق ولا يخاف من الماء كالانسان المصاب
بل يلغظه ولكن اكثره يخرج من الفم بدون ان يبلغه

اذا عض 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 عنده التلقيح المذكور

الكليتان (التهابها)

هما عضوان لافراز البول موضوعان في مؤخر البطن عند الظهر. ويتميز
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 الصفن من تشنج العضلات . وهو ثابت غائر يزيد عند
الضغط او عند السعال او العطاس او عند بسط فخذ الجهة المصابة ولذلك
يكون المريض غالباً مضجعاً على ظهره والفخذ الواحد او الاثنان منتبضان .
وبصاحب ذلك عادة حى وقيء وبول قليل الكمية متواتر وربما كان دموياً .
اسبابه البرد والآفات الميكانيكية والركوب الطويل والرمل وامراض المثانة
والمسالك البولية

العلاج . وضع العلق على الخلل المصاب ويكرر اذا لزم وتلبيث الاعماء
والحمية عن الطعام الأخفيف 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 الالتهاب 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 الكويبا والذراريح او من

استعمال الآلات الجراحية او من المخاض الطويل . واعراضه حى وألم في النسم 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 النسم المصاب اما اعلى العانة او اعلى العجان والبلج الحارّة على اسفل البطن والمغطس السخن وشرب مغلي الشعير والمليينات للامعاء اذا كان هناك قبض او الحفن بالماء الفاتر وملازمة الفراش . ويؤخذ قهقه افيون عند النوم او خمس عشرة قهقه من هيدرات الككولرال

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 والحفن بالماء الفاتر وتليين الامعاء وملازمة الفراش او الراحة ما امكن . ويجب ان يكون الطعام بسيطاً مغذياً

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 فتستطبل وتحمّر وتلتهب . وكثيراً ما ينقطع البول فجأة لسبب اندفاع الحصة الى الامام عند فحمة المجرى . وتخصيص وجودها بالتحقيق وعلاجها من متعلقات الجراحة

مجرى البول (امراضه)

التهاب مجرى البول وهو المعروف عند العامة بالتعقبة ينشأ من العدوى ويصيب الذكور والاناث . وهو يبدأ غالباً نحو اليوم الثالث بعد التعرض للعدوى بمحكة واحمرار في المجرى البولي مع افراز رقيق ابيض . ثم

يحدث ورم وحرقة شديدة عند التبول ويصير الافراز غزيراً غليظاً مائلاً الى الصفرة مع ألم عند اضل الفخذين والمخصبتين 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 اللعاقوية في الأربية او ورم الفلغة او الروماتزم الخاص بهذا المرض . وعند زوال مدة الالتهاب قد تبقى منه حالة مزمنة تُعرف بالكليث تؤدي الى تضيق المجرى

العلاج . يجب على المصاب ان يلائم الفراش في اول الامر وتلين الامعاء بالمسهل اللطيفة كشتراة المنيسيا . ويحْتَفَى الام بالجلوس في الماء البارد ويأخذ نحو عشرين قهقهة من هيدرات الكلورال . واذا حدث انتصاب مؤلم يُغْتَسُ 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 تندلي . وعند زوال حدة الالتهاب يؤخذ كبسول السنثال او بلسم الكويابي . 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 والانقطاع عن حقن المجرى . واذا حدث التهاب في المثانة يمتنع الحتن ويعالج كما ذُكِرَ في امراض المثانة . واذا التهابت غدد الأربية وحدث فيها ورم يبقى المريض في الفراش ويضع على المحل المتألم لوزق ماء بارد او منخلج او مضاف الى ١٠٠ درهم منه ١٥ درهماً من روح الخمر المعروف بالكحول و ١٥ درهماً من الخل . فاذا لم ينته الامر بالتخليل بل تقدم الى تكوين الصديد صار الام نابضاً والصفن احمر متفتخاً فيعالج معالجة الخراجات اي انه تلام اللزق الحارة وعند تكوين الصديد يُنْفَخُ بالمضع . واذا ورمت الفلغة 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 مآكة تحدث من التعقبة المتكررة او المهلة او التي كان علاجها ردياً . واعراضه اولاً خروج نفض 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 اُمهل التضييق المجري الثابت فرما أدى الى خراجات تنتهي الى نواسير في العجان اي بين الصفن والاسن . وعلاجه باصلاح المعدة والامعاء والراحة وانتظام المعيشة ومع ذلك يجب توسيع المجرى بادخال جس معدني وهو من اعمال الجراح الخبير

اما التضييق التشنجي فيحدث غالباً في المصابين بالتضييق الثابت الخفيف وقد يحدث من التهيج المجري البسيط الناشئ غالباً من التعقبة الحادة او المزمنة . واسبابه المهيجه كثره شرب المسكرات وحس البول زمناً طويلاً والتعرض للرطوبة وركب الخيل والتهيج الباسوري وحالة مرضية في البول . واعراضه اعراض حس البول بحيث ان المريض يمتني التبول ولا يقدر ان يبول فتمتلئ المثانة وتندد وترتفع الى اسفل البطن حيث يشعر بها عند اللس على هيئة ورم صلب . ومع ذلك يحتل المريض مضداً عظيماً ويجم وبزحرا لاطلاق البول وربما انفجرت المثانة او المجرى من شدة الزحير فيشعر براحة وقنية ولكنه يعتبرها اعراض الغنغرينا والموت الا اذا كان الانثناق محصوراً في المجرى فرما انتهى الامر الى خراجة في العجان وسلامة المريض . وعلاجه متى حدث من التضييق التشنجي حس البول وضع المريض في حمام حار نحو نصف ساعة وعند

خروجه منه ليخ حارة على اسفل البطن وعلى العجان اي بين الصفن والاسن
 ويُعطى 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 يُعطى ثلاثين قحمة من هيدرات الكلورال ويوضع ثلاثون علفة
 على العجان ثم اذا لم يجر البول يدخل القناطر لاجل استخراجهِ . واذا حدث
 انفناق الجري وتخلل البول الانسجة تحت الجلد فعلى الجراح ان يوضع الجلد في
 الخط المتوسط على الصفن الوارم او العجان بضعا طويلا غائرا طوله نحو ثلاثة
 قراريط وغوره نحو قيراط ويعقب ذلك بالليخ الحارة ووضع قناطر في المانة
 وايضا هناك . وكل ذلك من اعمال الجراح

المعدة (امراضها)

تقدم الكلام في فصل سابق على عسر الهضم (صفحة ٢٨٢) وسنذكر الآن
 اخص ما بقي من امراض المعدة

التهاب المعدة الحاد ينشأ من التعرض للبرد او من شرب الماء البارد
 او الثلج متى كان الجسد حاراً . ويحدث احيانا على هيئة اختلاط لامراض آخر
 كالحبوبات وغيرها . وقد يكون سببه شرب بعض السموم كالسليمانى والزرنج
 (طعم الفار) عينا او على غير قصد . اعراضه ألم كثيرا ما يكون محرقا او يتد
 الى جهات مختلفة ولا سيما نحو الظهر ويزيد عند ضغط المعدة باليد . وبقي
 المريض غالبا ويعقب ذلك تارة الراحة وتارة زيادة الالم . ويكون اللسان
 غالبا جافا احمر والعطش شدينا . وفي الاحوال الثقيلة وخصوصا بعد شرب
 السموم تهبط القوى وتغطى الجلد بالعرق البارد وينكس الوجه ويضعف
 النبض ويتواتر وربما حدث فواق وسرعة التنفس وانذر ذلك بالموت . وليس
 في غير هذه الاحوال الثقيلة خطر لان هذه العلة تنتهي غالبا بالشفاء الا اذا

اصابت الاطفال والاشباخ والمحمومين بحميات حادة

العلاج . اذا كان في المعدة مادة سامة او مهيجة فيشرب المريض كميات كبيرة من الحليب الى ان يفي قيتا غزيرا متواليا . ثم تُترك المعدة مرتاحة مدة ولا يُعطى المريض غذاء بعد ذلك الا فنجان حليب ممزوج بربع من ماء الكلس كل ساعة او ساعتين او يُخفّن بالمرق . اذا كانت الامعاء متقبضة فتلقن بالحقن لا بالمساغل ولقاومة العطش يهص الثلج ولا يباح للمريض ان يكثر من الماء . ويوضع العلق على المعدة او الماء البارد او الثلج ويُعطى مرارا خمس قحبات من كربونات الصودا مع فنجان ماء مثنج . وعند النفاثة يُعنى جدا بتلطيف الطعام

زكام المعدة المزمن قد يعقب التهاب المعدة الحاد . وقد ينشأ من سوء الطعام او المشروبات الروحية او الاكثار من التوابل الحارة والندخين . وقد يكون مصاحبا لامراض مختلفة . وعلاماته تعب في المعدة ولا سيما بعد الطعام وعطش واحمرار اللسان وسوء هضم وجشاع وحموضة في المعدة وبخر النفس وقبض او اسهال الامعاء وغثبان او قيء مادة مخاطية . وربما حصل اضطراب عام في الجسد كالفزال وحرارة الجسد وكثير البول وصفرة الوجه

قرحة المعدة . اسبابها الغالبية السكر وسوء المعيشة والحم وقد لا يكون لها سبب معروف . وتصيب غالبا الذين عمرهم بين السنة الثامنة عشرة والثلاثين والشيوخ وقيل انها تصيب النساء اكثر من الرجال . علاماتها ألم في قسم خاص من المعدة وفي لا بعد الطعام خصوصا واحيانا في مادة دموية او سوداء كتفل التهوع وسوء هضم وضعف عام . وهي علة مزمنة تنتهي اخيرا بالشفاء وقد تنتهي بالموت بواسطة انتقاب المعدة وحدث التهاب البريتون او بواسطة هبوط القرى

سرطان المعدة علة خبيثة تصيب غالبا الذين سنهم بين الاربعين

والسببين 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 يزيلان 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 الطبيعى 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 امكها هضمه بالراحة ولذلك يمنع عن اكل الاطعمة
 العجينية والجبن واكثر انواع الفواكه والخضراوات والخبز الطري ويعول في
 ضعف الهضم على اللحوم الالم العجل والسمك الالملح . واذا كانت المعدة
 متهيجة فترتفع 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 العليل ويجب
 طلب المعاشرة الانيسة السارة وتبدل الهواء والمناظر والابتعاد عن العادات
 الرديئة والافراط على كل انواعه . ومن المنهد في هذه الامراض الاستحمام بالماء

البارد للشبان في الصيف وبالماء الفاتر والحار لهم وللشيوخ في الفصول الباردة
ودفاً للباس كلبس الفلاناً على المجلد

واما الادوية فللطبيب ان يصنها وهي غالباً المقويات للمعدة وافضلها الكينا
والزيموث وخالصة الجوز التيء والفلويات ككربونات الصودا او الحوامض
المعدنية وافضلها حامض الهيدروكلوريك . وما يعين الهضم خلاصة الملت
(انظر عسر الهضم)

المغص

المغص ألم حاد في البطن منقطع غالباً ويصحبه عادة القيء 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 والقالب ان المريض
يتقلب في فراشه ويشد بطنه يديه ليجد شيئاً من الراحة خلافاً للالم الالتهابي
الذي فيه ضغط البطن بسبب 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 وخدر 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 يهيجه . فان كان من طعام ثقيل غير
مهضوم دخل المعدة حديثاً يعطى المريض عشرين قحمة من مسحوق عرق
الذهب في قدح ماء فاتر ليقىء 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 قيء يعطى مسهلاً خفيفاً أو يُجتنن بالماء الفاتر والمخ . وفي كل حال يجب

وضع ليخ بزر الكتان الحارة على كل البطن وتعاد . ولا مانع ايضاً عند انقضاء الامر من وضع المريض في حمام فاتر او سخن وقد ينشأ المص من سدة في المي او انقلاب قسم منه في قسم آخر يُعرف بالنفد . وعند ذلك لا يجوز اعطاء المسهلات بل يُعتمد على الحنن والحمام الفاتر او السخن والليخ الحارة على البطن (انظر سدد الامعاء)

المفَاصِل (التهابها)

التهاب المفاصل من عواقب الروماتزم والنقرس والداء الختيري وربما التهاب مفصل بلا سبب معلوم او من اذى ميكائكي . وعلاماته ورم المفصل وآلمة . وعلاجه بالعلق والنطول الفاترة والراحة النامة . اخص انواعه المهمة التهاب المفصل الوركى والتهاب مفصل الركبة

التهاب المفصل الوركى يصيب غالباً الاولاد الذين يرثون مزاجاً ختيرياً وكثيراً ما يظهر بلا سبب معلوم او قد يُنسب الى لطفة خفيفة . الاعراض الاولى طفيفة لا يلتفت اليها ثم يشكو الولد المآ في الورك او الركبة ويعرج عند التعب او يجر 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 تقدم المرض تسر المشي وزاد العرج وانتهى الامر الى عدم امكان الوقوف فتنهزل الالية من ضهور العضلات ويزيد الم المنصل وحينئذ يأخذ العضو في الفصر ونتجه ركبة الطرف المصاب نحو الطرف الآخر وتعرف القدم نحو الانسية وتشكو الخراجات وتظهر حصى الدق

العلاج . اهمّ ما يكون في علاج هذه العلة الراحة التامة للعضو المصاب من بدانة الامر . فيُحصَر الولد في الفراش وربما وجب ربط العضو رباطاً لا يميز له ادنى حركة . ومن الضروري نقاوة الهواء وتنقية الجسد بالكينا والحديد وزيت السمك والطعام المناسب وربما وجب استعمال يودور البوتاسيوم او 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 وقمة ولكنه بالحنيفة مرض عائد الى البنية . اعراضه الم وورم وتيبس في المفصل وهذه الاعراض تكون خفيفة في اول الامر تخفي حقيقة المرض ثم اذا ازدادت توّصّحت العلة واذا طالّت انتهت الى تكوين الخراجات ومرض عظام المنصل . وهي من الامراض الجراحية العسرة وتحتاج كالمرض السابق الى طعام خفيف مغذّي والى نقاوة الهواء

النَّاسُورُ

الناسور تجويف يتكوّن 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 وُجد وكل ذلك من متعلقات الجراح . وربما كفى في بعض انواعه البسيطة الحتن بالمواد المحرّفة 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 والمالريا وعلى الخصوص ضعف عام في البنية يهيئ الشخص لحدوث المرض . ولذلك كان علاجه عائداً الى السبب فان كان سناً مخوراً فينقع او يبخس وان كان سوء هضم فيعطى مسهلاً ويحذر المريض من تغليظ الطعام وان كان خللاً في الحيض الشهري فيأنتفت اليه وان كان المالريا فيعالج بالكينا ولاسيا اذا كان الألم يعود على هيئة ادوار منتظمة . وفي كل حال لابد 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 قمحاً انتبيرين او منقوع درهم كوارانا في قرح ماء يشرب دفعة واحدة او تدريجياً واذا كان الألم شديداً لايسكن بالبخ الحارة والخردليات ربما وجب الحفن تحت الجلد بربع قمح 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 حملة وجوه ويختلف عنه بأنه يصيب المفاصل الصغيرة في الكسالى المترقي 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 النسم المصاب وهو ايهام 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 . ويتردد الألم في الليل غير انه يخف عادة كلما زاد الورم ومتى زال الألم والورم ظهرت قشور على الجلد . ثم

بزول المرض وربما يظهر مرةً أخرى قبل مرور ستة اشهر او سنة . وقد يكون
مجلسة اصابع اليد وربما سبب فيها اوراماً طباشيرية . وقد ينتقل من المفاصل
الى الاعضاء الباطنة كالمعدة والقلب والدماغ

العلاج . عند ظهور نوبة المرض يعطى مسهل لتليين الامعاء ان كانت
قابضة وبعد ذلك عشرون نقطة من خمر الكلكشيكوم وخمس قشحات من ملح
البارود مع فخبان ماء كل اربع ساعات الى ان يسكن الألم او يحدث غثيان
فيُنقطع حينئذ عن الدواء . واما العلاج الموضعي فيقوم بلفّ القسم المصاب
بالظنن ورفعها قليلاً على وسادة وعدم تحريكها . 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 (التها بها)

الغدة النكفية أكبر الغدد اللعابية وهي موضوعة الى مقدم الاذن وممتدة
الى اسفلها وراء الفك . والتها بها واقدي معدي يصيب الاولاد غالباً والبالغين
احياناً وهو المعروف عند العامة باني كعيب . يبدأ المرض بمجمّع خفيفة وورم
صلب مؤلم في الغدة المذكورة يدوم نحو اربعة او خمسة ايام ثم يزول بالتدرج
ويندرانه يتنجح . وقد يصيب المجانين معاً ويندرانه يصيب الشخص الواحد
أكثر من مرة . وهي علة خفيفة خالية من المخطر غير انه ربما صاحبها او اعتمها
ورم في الثدي او الخصية . وعلاجها العلق اذا كانت شديدة تعارض البلع او
النفس والغالب انه يكفي وضع الثلج الحارة او الظنن او الفلانلا على القسم
المصاب مع تايبين الامعاء اذا اوجب الامر

المِستِيرِيَا

المستيري 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 وحيانا 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 بالاخناق كأنَّ كُرَّةً تسدُّ الحلق وفقد الصوت . ومنها اوجاع عصبية في محال مختلفة من الجسد قد تلبس بالنهاب الرحم والامعاء والمفاصل وغيرها وهي جميعها تميز بعدم ارتفاع الحرارة الذي يحدث في الالتهابات وبالمزاج المستيري والنظر العام الى حالة المريضة . واما التشنج المستيري فيختلف عن بقية الال تشنجية بان الوعي لا يقبض ولو لم تستطع المرأة الكلام والسحنة لا تتغير والحركات التشنجية تكون تحت بعض سلطة الارادة وكثيرا 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 جرَّة على الراس وفرك الاطراف واذا امكن المريضة البلع فتعطى ملعقة صغيرة من روح النشادر العطري مع فنجان ماء . ومدة الفترات الرياضية اليومية والاستحمام في الماء البارد واصلاح الامعاء وجودة الطعام ونقاوة الهواء . وكثيرا ما ينشأ هذا المرض عن داء رحيم او اديية فيجب الانتفات اليها واصلاح الخلل ما يكون في عموم الصحة

الهواء الأصفر

يبدأ الهواء الاصفر على نوعين الأول نجاة والثاني بعد تعب عام وإسهال بلا ألم بدوم من يوم واحد الى عشرة ايام او اكثر وكثيراً ما يكون هجوم المرض مدة الليل او في الصباح الباكر. واعراضه الاولى اسهال مائي غزير وفي مواد ملونة اولاً ثم سائل ابيض يكاد يكون بلا رائحة شبيه بماء الارز المسلووق. ويصعب ذلك تشنج وآلم في الساقين والفخذين وعضلات البطن وعطش شديد وحاسة احتراق في المعدة وضعف النبض وقلة البول ثم انقطاعه وقلق الليل وتقلبه في الفراش. ثم تغور العيانات وتحيط بها هالة زرقاء وتتكش السحنة وتبرد الاطراف ويختفي النبض ويصح الصوت ويترق الجلد ويكتسي بعرق بارد ويعسر التنفس. وهذه الاعراض منذرة بالموت الا اذا انقطع الاسهال والتي وعاد لون الغائط وخروج البول واشتد الصوت ورجع النبض الى القوة بعد اخفائوه او وضعفه فيرجى حينئذ شفاء المريض

اسبابه. 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. وخص 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 يهيم بها الناس له هي الضعف الناشئ من السكر والخوف والتعب المفرط وازدحام البشر ورداءة المساكن واقذار الازقة والرطوبة والفقر والجوع والتخط. وقد شوهد كلما ظهر واقد هذه العلة ان اكثر الموت يكون في المواضع غير الصحية وبين الناس الذين يتميزون

بالنذر والنفقة والازدحام في البيوت والازقة والمدن

العلاج . عدة العلاج في هذا الماء مقابلة الاعراض الاولى التي تظهر وذلك انه متى كان الواصل موجوداً وبدأ السعال 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 بالسعال . واذا ظن المريض ان السعال منيد 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 يباح 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 وبرد العليل بطلت فائدة الدواء فتُمنع ويُشرع بالوسائل لاقامة الحرارة الحيوانية كفرك الجسد ولا سيما الاطراف بالقلانلا والخردليات على البطن والساقين ووضع اكياس من الخالة الحارة على الظهر وبين الرجلين وعلى البطن . ولا يُمنع المريض عن الماء البارد او الثلج ولو قاه على الدوام . وعند انقطاع البول بالسعال 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 بنفخ النوافذ واستقبال مبرزات المريض في وعاء حار على بعض العنقارات المضادة للنسار كالجهاز والحامض الكربوليك وتطهير بيوت الماء وغسل ايدي الذين يخدمون المريض بما ذكر . ومدة النعامة لا يُعطى الا مرق اللحم والاروروت والنشا الى ان يتعافى وتصدر المبرزات طبيعية

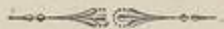
وقد يعقب دور التهور رد النعل وربما بلغ ذلك درجة الحمى فان كانت خفيفة زالت من تلقاء نفسها وان كانت شديدة فتلطف بسخ الجسد بالماء البارد

والادوية المبردة التي تستعمل في الحميات البسيطة ويحافظ على القوة بالامراق
 القوية دفعات متواترة ولكن بمكيات صغيرة
 واما الوسائط المانعة لهذه اللمة فارها النظافة الشخصية والعمامة . 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 الغاصة بالناس والصعود الى الجبال العالية
 من الامور التي تنفيذ الخارجين لاتهم بخلاصون من خطر الوقوع في المرض
 والباقيين لانه ينقص ازدحام الناس ويتلطف جداً عمل الوباء . ثالثاً يتنبه الى
 الهيجيين الشخصي فنظم المعيشة على الترتيب الصحي ويحذر من الخوف الذي
 يعد الشخص للمرض ومن اكل الفواكه غير الناضجة والتعرض لحر الشمس
 وبرد 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 نغطة من صبغته بعد كل مرة من
 البراز الى ان ينقطع

البرقان

البرقان حالة مرضية تتميز بصفرة او خضرة لون العينين والجلد وقبض
 الامعاء وبياض الغائط ومشابهته للطين الابيض وصفرة البول الشديدة التي
 تصبغ الثياب ومرارة الفم وقدر اللسان والفتيان 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 التهابها 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 وتبيع 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 والعوارض

بسم الله الرحمن الرحيم

قبل ذكر الآفات والعوارض بالنفصيل يجب وضع التواعد العامة في تدبيرها حال حدوثها الى ان يحضر الجراح او الطبيب وهي:

١. تُستعلم قصة الحادثة ومحل الاذى بواسطة اسئلة قليلة بسيطة واضحة من المصاب نفسه ان كان واعياً يستطيع التكلم والآمن المحاضرين

٢. ان كان المصاب غائب الوعي فيُلقي على الارض ويسند راسه بوسادة او شيء آخر لين يحمي يكون الراس على مساحة الجسد لا اعلاها . ويجب ان يكون وضعه مائلاً الى احد الجانبين لان التنفس يكون اسهل حينئذٍ مما لو كان مُلقى على ظهره . ثم تُحل اربطة العنق وازرار ثياب الصدر والبطن لكي لا يضغطها شيء

٣. يُرَش الوجه والصدر بماء بارد ثم يُنَشَف ويسقى ماءً بارداً اذا كان يستطيع البلع . ولا يُعطى مشروباً روحياً منها كالكحور او العرق الا اذا اوجب الامر

٤. لا يجوز النصد غالباً في الحال بعد حدوث الآفة

٥. تُفحص 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 فيجمل

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 يستحضر الجراح او الطبيب اول ما
 يمكن ويكون الرسول او الرسالة ما يفهم منه الواقع بالصریح . 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
 والحديد وقطع خشب او حديد او لباس او اشياء اخرى . وقد تنفصل قطعة
 من العظم وتموت فتصير جسماً غريباً
 اجسام غريبة في الانف كبعض الحبوب وحمى صغيرة وازرار تدخله
 احياناً في الاولاد اما عيناً او بلا قصد . وكثيراً ما تُخرج بضغط المنخر الواحد
 بالاصابع ثم النخ بشدة من المنخر الثاني المسدود . وقد يؤخذ سعوط لتنهيج
 العطاس او يمتحن الانف بماء فاتر . او يعطى مقي من ماء فاتر وملح ومتى
 حدث الشيء يطبق النم باليد فلا يجد السائل الصاعد من المعدة منفذاً 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 . واذا لم يمكن استخراجُه فكثيراً ما يخرج من تلقاء نفسه بعد مدة
 اجسام غريبة في الاذن . اذا لم يكن الجسم الغريب ما يتنفخ كالحبوب
 فيجب حن الاذن بالماء الفاتر او يستخرج بحن دقيق او بعكف 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 تمزق الطلبة التي هي غشاة ممتد عند قاع الصاغ . واما الهوام فتنزل او تستخرج بسكب قليل من الزيت في الاذن . وبعد خروج الجسم من الاذن تحنن احياناً ويوضع في فتحها قطعة قطن بضعه ايام لتفها من التئج والالتهاب

اجسام غريبة في العين . تُزال هذه الاجسام احياناً يجذب الجفن العلوي عن المقلة ثم على الجفن السنلي ويُترك عليه مرة او مرتين . او تُفتح العين ويُستخرج الجسم بطرف منديل ناعم . واذا استقر تحت الجفن العلوي فيقلب باطن الجفن المذكور الى الظاهر بان بوضع عليه سنارة كلسات او قلم وضعاً اقرباً وتُبص الاهلاب بالاصابع ويُقلب الجفن على النلم فيظهر باطن الجفن ويُستخرج الجسم بطرف منديل . واذا سقط في العين كلس فيجب فتح العين في الحال واسترجاه بلطف ثم غسل العين بتدار من الحُل لقتارين من الماء . واذا انقرزت قطعة صغيرة من معدن في القرنية ابي التسم المركزي من العين فالغالب انه يستخرج 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 والاسنل فان كان الجسم ما يمكن الوصول اليه يُعكف الاصبع ويستخرج الجسم به وما يسهل هذا العمل ان يمد اللسان الى الامام وتُبص بجرمة . وان كان المصاب ولدناً وغص يعمل ما ذكر فان كان الجسم بعيداً لا يصل اليه الاصبع يلقي على بطنه على الركبتين ويلطم براحة اليد على الظهر وقد يجب اعطاء مقي . وربما وجب استئصال الجراح لاستخراج الجسم او لدفعه الى المعدة . وقد تبتلع ابرة او دبوس فان لم يمكن استرجاه يُترك للطبيعة ويندر الضرر منه

الاجسام الغريبة في المهنة كانبواع الدرامم وقطع زجاج واسنان
اصطناعية تخرج من تلقاء نفسها مع الغائط . واذا دخلت علقه فيُشرب معلقة
كبيرة من الملح الاعنيدادي مع الماء فاما انما تموت او تُستفرغ
اجسام غريبة في الجلد . ان كان الجسم شظية خشب او عظم او شوكة
فتمسترج بالجبث وربما وحس قبل ذلك توسيع المرح قليلاً براس المبضع .
او تترك يوماً او يومين وترضع عليها اللبخ الحارة فاذا تخلخلت صار استخراجها
سهلاً . وان كان ابرة فتمسترج غالباً بدفعها من راسها من الجلد واذا غارت ولم
يُشعر بها من الظاهر فالاذنى تركها للطبيعة فانها تجول في الجسد الى اماكن
بعيدة ولا يُعرف مقرها ويندر الضرر منها

اجسام غريبة تحت الاظفار كالشوك والشظايا تُسترج بتفليم الظفر
الى ان يظهر الجسم ويمكن قبضه بالجبث . فان لم يمكن ذلك توضع اللبخ الحارة
يوماً او يومين ثم يُسترج

اذى الكليتين

يحدث من لطة على الصلب او من سقطة على الفناء . اعراضه ألم شديد
في محل الاذى وغثيان وعدم استطاعة الاتصاب واختلاط دم مع البول وتواتر
التبول . وعلاجه الراحة في الفراش بضعة ايام الى ان تزول جميع الاعراض
والأفر بما حدثت علة مزمنة في الكليتين يطول او يستحيل شفاؤها . وتوضع
النطول الحارة على المكان او العلق وتلبن الامعاء ويُخفف الطعام

انضغاط الدماغ

سبب انضغاط الدماغ انسكاب دم في باطن الجمجمة او انخفاض 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 كلتاها متسعة والنبض بطيئاً ممتلئاً وخرج دمٌ او ماءٌ من الاذنين او الانف فالآفة شديدة تحتاج الى عناية جراح ماهر وربما وجب نشر العظم نشرًا دائياً واستخراج الجسم الضاغط .
العلامات المميزة بين اهتزاز الدماغ وانضغاطه على ما يرى اسفله

علامات الانضغاط

الغبوية ثانی غالباً تدريجياً
التنفس بطيء بشخيري غالباً مصحوباً
بمركبة نفثية من الشفتين والحدقتين
النبض بطيء ممتلئ
الحدقتان منبسطتان غالباً
الجلد غير حاس
سطح الجسد حار رطب طبيعي
لا يمكن تيقظه
عدم وجود الغثيان والغثي

علامات الاهتزاز

الغبوية حلاً عند حدوث الآفة
التنفس منقطع نهدي غالباً لا شخيري
النبض ضعيف منقطع سريع احزاناً
الحدقتان مقبضتان غالباً
الجلد يحس بوزن الدبوس او بقصة
سطح الجسد بارد مصنر
يمكن تيقظ الماوف لاجابة السؤال
وجود الغثيان والغثي

اهتزاز الدماغ

يراد باهتزاز الدماغ توقف وظائفه بغثة من ضربة او آفة اخرى تصيب الراس . وهو على درجات من الشدة فالدرجة الخفيفة منه متى شعر الليل عند حدوث الآفة فجأة بضعف وارتياب 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 أكثر 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 عينيهِ واجاب بسرعة ثم عاد الى الغيبوبة . وبعد نحو ساعة غالباً يتحرك وبقية ويعود وعيهُ ولكنه يبقى مشوش العقل نعساناً بضعة ساعات . والدرجة الثالثة الشديدة متى كانت غيبوبة الوعي تامة وكان سطح الجسد مصفراً بارداً والنبض ضعيفاً متقطعاً والتنفس 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 كضميق 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 هادئة مظلمة وتُحَلَّ البسة العنق والصدر والبطن ويرفع الراس قليلاً ويوضع الماء البارد على الجبهة . وان كان الحال ثقيلاً والجسد بارداً فيُغَطَّى وتوضع المسودات الملوّنة بالماء الحار ملنوفة بالمناشف او الفلانلا عند القدمين والابطين وتُفَرِّك اليدين والرجلان فركاً جيّداً . ولا يُعْطَى منبهات روحية بل يُعْطَى الماء والمرق . واذا طال عدم الوعي وابطأ رد الفعل فيجتن بدرم حليب . ثم متى زالت الاعراض وجب راحة الجسد والعقل وتليين الامعاء واكل الطعام المغذي الخفيف . وربما اوجب الامر وضع الخردليات على قنّاء العنق او الحرقاات 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 البجار . 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 فنزول في اسبوعين او ثلاثة ويبرأ المريض تماماً وان كانت ثقبلة فرما بقي ضعف مستمر في الطرفين السفليين او فالج كامل مع عسر البول او حبسه ونظيره . علاج الراحة التامة في الفراش ووضع العلق على محل الاذى واذا ازم من فلطبيب ان يعالجها

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 الجروح ووضع الماء البارد عليه وضغطه باسفنجة ولكن ان كان جرح شريان وكان النزف شاقاً فتستعمل الوسائط المذكورة في الكلام على النزف . وينظف الجرح بسكب الماء البارد عليه او بالاسفنجة ثم تضم شنتاه وتثبتان بقطع من الشمع ان كان الجرح صغيراً او تخاطان بالابرة ان كان كبيراً وتوضع عليه خرق مبلولة بالحمض الكربوليك والماء (درهم ٢ من الحمض لثلاثة 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 كتان وتُغبر يوماً او يومين. وحتى 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 الحدب منها ميزاب غائر موضوعين في نقطة متوسطة بين العين والتمخر. طولها ضعفا طول بقية الاسنان الموضوعه في الحنك لاني قوس الفك. وبناء على ذلك قال ان للسعة الحية السامة وممين على هذه الصورة: فان كانت الاوسام اكثر مثل هذه الصورة ... فتكون الحية غير سامة او ان الجرح حدث من اسنان غير التايين السامين المذكورين. والا فرب ان هذا القول يصدق على حيات هذه البلاد ايضا

اعراض لسعة الحية ألم في الجرح الذي يكون مجلسة غالباً الاصابع او الايدي او الارجل. والالم المذكور يكون خفيفاً اولاً ثم يشتد ويمتد بسرعة نحو الجسد ويحدث اغماء وغثيان وفي غالباً يعسر التنفس ويسرع النبض وينتطح وكثيراً ما يعقب ذلك عرق بارد وتشنجات وسبات ينهي 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 يتفوق منه

العلاج . ليس لعلاج سم الحية دواء قاطع بالشفاء وإنما كثيراً ما يشفى
المسوع 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 قائماً . ثم يُصن الجرح مصاً جيداً او يُشْرَط الجرح
وما حوله ويُغَطَّس في ماء حار ليخرج الدم منه . ومتى انقطع الدم نجى شيش
حديد مستدق الطرف بالنار الى ان يصير احمر ويُغَرَز بلا خوف في الجرح
ثم يُجَلِّ 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 ولزق بزر الكتان الحارة على الجرح ويُزَم
المسوع 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

النسم المسوع يرم ويحتر 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 اليها فتوضع خرق مبلولة بالخل او ماء
ملح وان كان الألم شديداً فيوضع العلق على النسم المتألم . واما لسعة الزنبور او
النحلة فعلاجها باستخراج الشوكة التي يتركها الحيوان اللاسع في الجرح وكيفية
ذلك ان يُضَغَط انبوب مفتاح صغير على النسم المسوع بحيث تخرج الشوكة
او ماء حامل بعض السم معه . او اذا كان هناك عدسة مكبرة فتطلب الشوكة
بواسطتها وتُستخرج بيمينت صغير . ومع ذلك توضع الخرق المبلولة بماء النشادر
او الخل او ماء كولون

حبس البول

يقال له عند الاطباء إسْر البول ويُراد به اجتماع هذا الافراز في المثانة بدون طائفة اخراجه منها. وتقسم اسبابه الى سدة تمنع خروج البول او الى شلل في المثانة نفسها يمنعها من اخراجه. اما السدة فتنشأ من تضيق المجرى (صفحة ٢٦٨) او من تضخم البروستاتا (صفحة ١٨٧) او 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 ابي بين الصفن والامت او العلق واللبخ الحارة ويُعطى العليل جرعة من هدرات الكورال. وان لم يكن ذلك فيدخل الثناطير لاجل استخراج البول

وان كان سبب حبس البول شلل المثانة من آفة للعمود الشوكي فيمنع فيها الى ان تبلغ الغاية من التمدد ثم يخرج تقطيراً ويكون غليظاً متناً. وعلاجه اخراج البول بالثناطير مرتين او ثلاث مرات في اليوم مع علاج العلة الاصلية

المحرق

يحدث المحرق اما من النار او السوائل العالية ويميز له ثلاث درجات من الشدة فالاولى متى حدث احمرار السطح فقط والثانية متى ظهرت حراقات عليه والثالثة متى انتهكت الاجزاء المأوفة. متى كان المحرق خفيفاً يعالج بوضع خرق مبلولة بزيت او يُعطى التسم بالطحين او النشاء ثم يقطن مندوف ويربط برباط خفيف. اهم المحروق التي تحدث في البيوت هي ما كانت من اشتعال الثياب فيجيب عند ذلك ان الذي اشتعلت ثيابه لا يركض لان ذلك يزيد بها التهاباً بل ينام على الارض ويتدهرج او يلف بما يتيسر من سجادة او حرام او لحاف ويتدهرج الى ان ينطفئ اللهب واذا تيسر وجود الماء فيُصب عليه بلا

تردد . ثم يُصَبَّحُ المحروق على فراش ويسقى قهوة حارة او خمر وماء او عرق مما
 يتفق وجوده ونوضع قناني مملوءة ماء حاراً بقرب الجسد لاجل مقاومة الصدمة
 التي تحدث من المحروق الشديدة والتي علامتها النشعريرة واصفرار الوجه
 والاعماء . وبعد ذلك تُنْقَعُ الثياب بالمنص عن الاجزاء المأوفة وان كان
 الجلد قد التصق ببعض الثياب فتترك تلك القطع ولا يُسْلَخُ الجلد معها . ولذلك
 تنزع الكلسات بمحذر عظيم لئلا تنزع معها بشرة الجلد وما يسهل ذلك بلها
 اولاً بالزيت . واذا كان مجلس الحرق البدن او الرجلان فنغطس في ماء بارد
 ثم ترفع بعد بضع دقائق وتنشّف تنشيفاً خفيفاً بمنشفة وترطّب بماء وعرق وبعد
 ذلك نقطع الكلسات بالمنص بانتباه وحذر . واذا كان هناك حراقات فتُجَمَّرُ
 براس المنص ولا تُكْسَطُ البشرة بل تُبْقَى لوقاية الجلد . واما الوضعميات
 فافضلها مرهم الكلس المركب من مقادير متساوية من زيت بزر الكنان
 او زيت الزيتون وماء الكلس ومتى ازمنت قروح الحرق تعالج برهم اكسيد
 الزنك

الحروق المنعومة المساحة البالغة الى الاجزاء الغائرة تحت الجلد شديدة
 الخطر ومتى كانت على الصدر والبطن فهي اشدّ خطراً مما اذا كانت على
 الاطراف . والنشعريرة 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 وبرقد 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 ومص ومعلقة

صغيرة من زيت الزيتون كل ثلاث ساعات . وربما احتجج الى فتح النصبه بعلم
جراحي

خلع العظام

براد بالخلع متى خرج راس عظم من المفرة 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 المخلوع . ٣ فقد
حركة المنصل الطبيعية . ويتميز الخلع عن الكسر اولاً بدم وجود الخشخشة
او الفرقة عند تحريك الاجزاء المأوفة . ثانياً بجُرك العظم المكسور الى مجال
اوسع مما يمكن تحريكه في الحال الطبيعي خلافاً للمخلوع . ثالثاً اذا جذب
العظم المكسور الى مكانه الطبيعي لم يبق هناك الا مدة الجذب واما العظم المخلوع
فاذا أعيد الى مكانه استمر فيه . رابعاً يقاس طول العظم فان شوهه 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 تنقل العضلات وتثبت العظم في وضعه المخلوع

الرض

براد بالرض ما يحدث من ضربة او وقعة بدون ان يمتزق الجلد وهو
اما ان يكون خفيفاً او ثقيلاً . فان كان خفيفاً فلا يقع ضرر الا في سطح الجلد
حيث تنتفخ او عينه الدموية وينشر الدم في جوفه ويتغير اللون فيكون اولاً
اسود مائلاً الى الزرقة ثم يصير بنفجياً ثم اخضر ثم اصفر ثم يزول بالكلية بعد
عشرة او خمسة عشر يوماً . وان كان ثقيلاً فتنفخ الاوعية الدموية وينشر 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 بصبغة 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 لتفي الجلد . ثم بعد يومين يبطل النطول بالماء
 الحار ويبدل بالوضعيات الباردة كفتح 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 . ويعتب ذلك بطوه التنفس وضعف النبض وكودة الوجه
 وانقباض الحدقتين الى اثنائها قد تبلغان راس الدبوس . وعلاجه متي في
 الحال مما يتيسر في البيت او من الصيدي واقرهها 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 افداحا من الماء الفاتر 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 بطم وجهه
 بالماء البارد ويجره في البيت

التسمم بالزرنيخ وهو المعروف عند العامة بطعم الفار . علاماته تبدأ

بعد المناولة بنصف ساعة او بساعة وهي الاعماء والغيبان وفيه مواد سمرآء
مخططة بالدم وآلم محرق في فم المعدة يتند بالتدرج الى جميع الاعماء واسهال
وصداع وعطش شديد وضعف النبض وقلق عام وتوت السموم غالباً قبل
مرور اربع وعشرين ساعة . علاجه استفراغ المعدة في الحال بالمقنثات كلعفة
خردل كبيرة او ملح اعنبايدي 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
فبقي بعد ما 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 المتقي) . 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 التنوس بعلامات ذكرت في باب
(انظر صفحة ١٩١) . علاجه المقنثات في الحال ثم نصف درهم كلوروفورم (اي
نصف ملعقة صغيرة) يرش على محرمة مطوية وتمسك على بعد قبراطين من
انف المسموم وفيه وياد ذلك كل عشر دقائق . او يعطى عشرين قحمة من
هيدرات الكلورال كل ساعتين . واذا امكنه البلع يعطى كميات كبيرة من مسحوق
التخم مع الماء
التسمم بالحوامض القوية كالحامض الكبريتيك (هو روح الزاج)
والحامض النتريك (ماء الفضة) والحامض المورياثيك او الهدروكلوريك .

اعراضه ألم محرق هائل يند من النخ إلى المعدة مع امتراء الشنقين والنخ والحلق وعطش شديد وإسهال دموي . علاجه ٨ دراهم من المغنيسيا المكسفة توضع في ١٥٠ درهما ماءً ويعطى منها فيجان كل دقيقتين أو ثلاث دقائق
التسمم بالنحاس يحدث من أكل جبن أو طعام آخر مستحضر في أوعية من نحاس أصابها الصدأ (انظر صفحة ١٠١) . اعراضه غثيان وقيء وإسهال ومغص . وعلاجه كميات كبيرة من الحليب وبيض البيض يُعقَّب بمنقوع الشاي القوي

الشنق

إذا حلق إنسان بجبل حول عنقه وكان سقوط الجسد كبيراً مات في الحال من خلع عظام العنق وضغطها على الحبل الشوكي . وإن لم يكن السقوط كافياً لاحتكاك الخلع المذكور فرمما تسبب عن ضغط الحبل لأوعية العنق الدموية توقيف سير الدم وانفجار وعاء في الدماغ فموت الإنسان كما يموت من السكتة (انظر صفحة ٢٦٦) ويكون الموت غالباً في الحال . وقد يموت المشنوق من ضغط الحبل النضبة فينتقطع التنفس ويكون الموت عند ذلك من باب الخنق . وذلك إذا قطع الحبل سريعاً فرمما عادت الحياة بواسطة التنفس الاصطناعي على الكيفية الآتية . وهي أن يُسدَّ أحد المنخرين ويوضع في الآخر قصبه أو أنبوب ويُنفخ بلطف نحو نصف دقيقة أو يوضع أنبوب منفوخ في المنخر إذا تيسر وجوده ويُنفخ به بلطف كما سبق ثم يُضغَط البطن لإخراج الهواء من الرئتين . ويعاد العمل نحو ثلاث مرات في الدقيقة . ويلطم الوجه بالماء البارد وإن كان الوجه شديد الحمرة فيُنصَد ويريد العنق المعروف بالوداجي

الصَّاعِقَةُ

اذا اصابته الصاعقة احداً سقط غالباً مفضياً عليه فاقد الوعي اما من عمل البرق او من الخوف . فان كان من الخوف فهو سريع الزوال وان كان من البرق فمصحبه فالج وعلى الخصوص في الطرفين السفليين ربما دام شهوراً . وقد تحدث الصاعقة حروقاً واوراماً 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 والنهور (انظر الصدمة)

الصدع وهو الوثي

يراد بالصدع عند العامة تمدد عنيف يحدث في الاوتار او الاربطة او العضلات . وهو يصيب غالباً المفاصل واطرافها مفصل الرسغ والركبة . واعراضه ألم شديد عند حدوث الآفة يعقبه ورم وتغير لون الجلد ثم ضعف وبوسة . 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 مندبل معلق بالعنق وان كان رسغ القدم او الركبة فيلازم الفراش ويسند الساق على وسادة . وتستخدم الوضعيات الحارة او الباردة بحسب اشتباه العليل . وان حدث التهاب شديد وحى فيوضع العنق وتعطى المساهل . ولا يعاد الى الرياضة الاعتيادية الا تدريجاً ولا سيما للاولاد الذين ربما ادى الصدع فهم الى مرض عضال في المفصل . وقد يحتاج الى ربط المفصل برفادة تمنعه من الحركة

الصدمة والنهور

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 يشعر به . فهي حالة اشبه بالاعماء المستطيل
وربما كان معها غثيان وقيء وفواق . وان حدثت الآفة للعمود الشوكي او المعدة
او الصدر او أعضاء التناسل كانت الصدمة قوية . وان حدثت للدماغ كانت
غيوبة الوعي تامة . وكثيراً ما يكون النبي سابقاً لرد الفعل وهو متى اشتد
عمل النبض والتنفس وعادت الحرارة لسطح الجسد واخذ المريض يتحرك وهزل
الى الاضطجاع على احد جانبيه وربما ظهرت بعد بضع ساعات حتى يصبحها احمرار
الوجه وحرارة الجلد وسرعة النبض وتزول هذه الاعراض في الاحوال التي
تتقدم الى الشفاء وتنتهي الى التلق والمذيان والعرق البارد والفواق في الذين
يموتون . مدة النهور تختلف من بضع ساعات الى يومين

العلاج . يُضجّع العليل في الفراش وان كانت الصدمة من سبب غير
النزف الدموي يُغطى جيداً وتوضع قناني مملوءة ماء حاراً او قريميد حاراً
ملفوف بالفلانلا عند القدمين وتحمى الاطمين مع الانتباه لئلا يؤدي العليل
من شدة الحرارة . ويُسقى شيئاً من المشروبات الروحية كالمخمر او العرق مزوجاً
بماء سخن نحو ملعقة صغيرة من العرق وكبيرة من المخمر كل نصف ساعة . ولكن
اذا كان النهور ناشئاً من نزف 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 بالمسامل الخفيفة وان كان العليل ضعيفاً فيقوى بالامراق المغذية وان كان هناك تهيج عصبي فيعطى المخدرات التي افضلها هدرات الكلوورال نحو ١٠ فحات مع فجان ماء كل نصف ساعة الى ان يهيج المريض

الغرق

سبب الموت من الغرق والخنق وتنفس الهواء الناقص الاكسجين واحد وهو انقطاع وصول الاكسجين الى الرئتين وعدم تطهير الدم (انظر صفحة ٢٧). وفي علاج جميع هذه الانواع يؤول على التنفس الاصطناعي وهو ينج اذا بوشر بعد حدوث الآفة بزمن قريب ودام عملة زمناً كافياً. وكنية ذلك اولاً يُخرج الماء الذي في الفم ويُنظف مع الانف ويُفتح الفم ويجذب اللسان الى الامام والمخارج ويمسك بمندبل وتُزرع كل الالبسة الضيقة حول العنق والصدر. ثانياً يُضجع العليل على ظهره ويرفع الراس والكتفان قليلاً ويسندان على وسادة واطية. ثالثاً تُمثل حركات التنفس الطبيعية بان يقبض الذراعان اعلى المرفقين بقليل ويجذبان بلطف نحو الاعلى الى ان يلتفيا فوق الراس وفائدة هذه الحركة ادخال الهواء الى الرئتين ثم برّدان الى جانبي الصدر وبضغطهما عليه لاجل اخراج الهواء من الرئتين. ويعاد هذا العمل على اثناعشر نحو خمس عشرة مرة في الدقيقة وبنام مدة طويلة الى ان يشرع العليل في التنفس من تلقاء نفسه. وتعان الوسائط المذكورة بضغط النص 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 فركاً شديداً تحت الغطاء. وتوضع الوضعيات الحارة كالفلانلا الحارة والقناني المملوءة ماء حاراً على المعدة وتحت الاطمين وبين الفخذين وعند

القدمين . ومتى عادت الحياة واستطاعة البلع يسقى كميات صغيرة من الماء الحار أو الخمر أو العرق أو التمهوة ما يتيسر وجوده . ويوضع العليل في فراش وإذا أراد النوم فليتم . وعند حدوث ردّ الفعل إذا تعسر التنفس فتوضع الحردليات على الصدر والظهر

العلامات التي تدل على الموت غالباً هي انقطاع التنفس وعمل القلب والجفنان منطبقان انطباقاً غير كامل والحذقتان ممددتان والكفان منطبقان

الفتق

الفتق عبارة عن خروج قسم صغير من الامعاء من جدار البطن يظهر على هيئة ورم صغير عند اصل الفخذ اذا ترك لنفسه انحدر مع طول المدة في الذكور الى الصفن ابي الكيس الذي يتضمن الخصيتين . وقد تنشأ هذه العلة تدريجياً من ارتخاء طبيعي في الاجزاء المذكورة على انها تظهر غالباً فجأة من اجهاد غير اعنيادي كالركض والوثب والمصارعة ورفع الاحمال الثقيلة والزحير عند التفرط والسعال الشديد المزمن . وعلاماته الميزة ان الورم المذكور يردُّ الى البطن بواسطة الضغط طويلاً بالاصبع ويزول بحسب الظاهر ثم اذا سعل العليل وكان الاصبع على المحل شعر بان دفاع وربما خرج المني حينئذ . وهو يصيب الاطفال والكهول والشيوخ وربما كان فيه شيء من الاستعداد الارثي . علاجه رباط خاص له زنبك يستحضر من الصيدلي وفائدته ان له وسادة صغيرة اذا كانت محكمة الوضع على محل الفتق منعت خروج المني ولذلك يجب لبسه قبل النهوض من الفراش صباحاً ولا ينزع الا عند النوم . وقد استنبطوا في هذه الايام الحديثة عملاً جراحياً لتضييق الفتحة التي يخرج منها المني يعقبها غالباً البره التام بحيث يتخلص العليل من ثقله الرباط مدة الحياة

واما اخنثاق الفتق فخالة شديدة الخطر تحدث احياناً للمصابين بهذه

العلة وهي انه تلتهب وترم الاجزاء المتعلقة بالفتق بحيث انه يعمس او يستعمل
 رده فتحصل سدة في الجري المعوي . واعراضه حينئذٍ قراقرز ومغص وشدة في
 البطن واحساس الغائط فلا يخرج منه الا ما كان اسفل الفتق الملتصق . ويعقب
 هذه الاعراض في ما في المعدة اولاً ثم مادة صفراوية ثم مواد رائحتها كرائحة
 الغائط وكثيراً ما تشبهه . واما الورم الفتقي فينتفخ 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 الملتصق
 يقوم برد النسج الملتصق من المي الى التجويف البطني . وكيفية العمل ان تُفَرَّغ
 المثانة من البول ويُصَبَّح العليل بحيث يكون كنفاه مرفوعين قليلاً ومخلّاه
 منثنيين نحو البطن ومتنارين فترتخي حينئذٍ جميع العضلات . ثم يُقبض الورم
 بالاصابع اذا كان صغيراً وراحة اليدين اذا كان كبيراً ويضغَط ضغطاً خفيفاً
 بلطاف بحيث يطرد ما في المي من الريح وغيره الى تجويف البطن . ثم يجذب
 الورم من عنده نحو الامام برفق ويضغَط ضغطاً خفيفاً قسماً بعد قسم بحيث يكون
 الضغَط اولاً للنسج 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 والحفن . فان لم ينجح
 يوضع العليل في حمام حار او يُنَجَّج بالكوروفورم ويعاد العمل وهو مبنج او يعطى
 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 ثنيلة
 فلم يبق امل للمشفاه الا بعمل جراحي

ومن انواع الفتق ما يحدث غالباً للاولاد عند السرة ويقال له الفتق
 السري . وليس له علاج الا رباط خاص يُعمل او يُستحصَر

كسر العظام

يُعرف كسر العظم بعدم استطاعة المأوف ان يجرِّك 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) . ويُسم 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 تديراً من الاول

تدير جميع انواع الكسور يعود الى شيء واحد وهو وضع قطعتي العظم المكسور وتسيدهما على الشكل الطبيعي مع الراحة التامة الى ان يكون قد جبر العظم والغالب ان ذلك يتم بعد شهر او ستة اسابيع . غير انه قبل التدير المذكور يجب النظر الى تدير 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 عماله قبل نقل المأوف هو كشف التسم المصاب بقطع الثياب والحذاء لا يخلعها وتسلخها ثم الوقوف على حقيفة الضرر الذي حدث . ومتى عُرف 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 بحارم 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 الدارس لا المجرب الجلي
 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 العنق

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 نخطر ولا ينقطع بدون عمل
 جراحي . واما اذا كان من شريان صغير فيندر الخطر منه وفي الغالب ينقطع
 عند الضغط على محل الجرح او اذا اغشي على الجروح . وكذلك النزف من
 الاوردة فهو غالباً سليم وينقطع بدون عمل جراحي
 وسائط توقيف النزف . اذا كان النزف من شريان وكان شديداً تَبَلَّ
 اسنجة بآء وتُعَصَّر جيداً ثم تحشى في الجرح ويضغط عليها بالاصابع او جميع اليد
 ويدام ذلك الى ان يحضر الجراح ويربط الشريان او يفتله وان كان خفيفاً
 فينقطع غالباً بوضع الماء البارد او بالضغط بالاصبع او الاسنجة ولا سيما اذا كان
 الجرح فوق عظم يسند الضغط كما اذا كان في الراس او الوجه . ويجب ان
 يرفع القسم المجرح اعلى مساحة القلب ما يمكن

النزف من الانف وهو الرعاف

قد يكون ذلك من آفة كلطمة او من علة اخرى . فان كان من لطة

فالقالب انه ينقطع بعد بضع دقائق ووضع الماء البارد على الوجه . وان دام يستنشق مسحوق الشب الابيض . واذا كان مستعصياً 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 فرما كان مفيداً غير انه يخفف باستعمال المساهل والراحة والماء البارد . وان كانت العلة ضعف البنية فتتوسى بالكينا والاستحضارات الحديدية والوسائط الاخر التي سبق ذكرها في الكلام على ضعف الدم

النزف من العلق

قد بوجوب 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 برهة

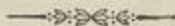
النزف من سنخ الاسنان

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 المنفلوع ليكون بمنزلة سداة وترفد الذقن كما سبق آنفاً

النزف الباطن

يجدث 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 . ويصحبها جميعها
المخاطات 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 وتدير النواصس والاطفال

مدّة حمل النساء من ٢٧٢ يوماً وهي عبارة عن تسعة اشهر شمسية الى ٢٨٠ يوماً وهي عشرة اشهر من الشهور القمرية او اربعون اسبوعاً . ويتسهّل حساب زمن الولادة للحامل من الجدول التايح للشهور الشمسية

ايام	الى	من
٢٧٢	٢٠ ايلول	١ كانون ثان
٢٧٢	٢١ تشرين اول	١ شباط
٢٧٢	٢١ تشرين ثان	١ اذار
٢٧٢	٢١ كانون اول	١ نيسان
٢٧٢	٢١ كانون ثان	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 ثان
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 الحساب لزمن ولادة الحامل من هذين الجدولين انه اذا انتهى
حيضها الاخير في ١ تموز مثلاً فيكون زمن ولادتها بين ٢١ 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 . وقس
على ذلك

واما الاعراض التي تصاحب الحمل عادة فهي اولاً غثيان وفيه في الصباح

وبعد ذلك غالباً بعد الحمل بشهر وقد يكون قبل نهاية الشهر. ثانياً انقطاع
 الحيض ويندر دوماً. ثالثاً انتفاخ الثديين بعد الشهر الاول وقد يظهر قبل
 ذلك. رابعاً قمام لون الحلتين والثديين نحو الشهر الثالث ثم نزائل لبني.
 خامساً زيادة حجم البطن نحو الشهر الثالث. سادساً ارتكاض الجنين وهو
 حركته في بطن امه نحو بلاءة الشهر الخامس وكثيراً ما يصعبه حاسة اشبه
 بالاعماه. سابعاً نبضان قلب الجنين وهو يشبه صوت الساعة وهي تحت
 وسادة ويسمع اولاً نحو الشهر الخامس بين السرة وروز العظم الوركي تارة الى
 اليمين وتارة الى اليسار. ويبرز نبضانه عن نبضان قلب الام بسرعه اذا وضعت
 الاذن او المستنصية على الحبل 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 الفاطع

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 بوساطة تابعاً لذوق الحامل الا اذا كان منحرفاً يطلب الطعام العسر
 الهضم. ولا بأس من الحركة المعتدلة والرياضة ولكنه يُجنّب حمل الاثقال
 والوثب والسقوط والاهتزاز العنيف من ركوب الخيل والعربات المزعجة لان
 ذلك قد يسبب الاسقاط او الأذى لوضع الجنين. ولما كانت مخاطر الامراض
 تشدّد مدة الحمل وجب الاحتراس من اسبابها والاعتناء التام بنقاوة الهواء
 والنظافة الشخصية. ويجب على الخصوص ان لاتنام الحامل في مخدع لا يتبدل
 هواؤه بالهواء النقي لانه كلما نما الجنين اشتد اللزوم للهواء الجيد. ويجب على
 الحامل ان تجنب المناظر الرائعة او الكريهة لان ذلك مضرٌ بجهازها العصبي
 ويجنبها. 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 هي بوط البطن الى اسفل وصغرة والشعور بتخثره وكثرة طلب التبول وافرار 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 هوأته معتدل البرد والحرارة بحسب الفصل والمكان . ثم متى ظهرت علامات قدم المخاض يُجهَّز فراشها اذا كانت ولادتها على الاصطلاح الافرنجي بان يوضع على الشرف قطعة من قاش لا ينفذ منه ماء ويلقى عليها حرام مطوي اربع طبقات ثم شرف فوقه مطوي مثله . وفائدة ذلك حفظ الفراش وشرفه من وصول السوائل اليه . وبعد نهاية الولادة يُنزع القاش والحرام والشرف فيبقى الفراش جافاً صالحاً لتنام المرأة فيه . ويربط طرف منشفة طويلة في اسفل السرير لتمسك به الماخض كما سيأتي

ويجب ان يكون لباس المرأة ما يسهل نزعه بعد الولادة وربما كان اوفق اللباس لما مدة المخاض قيصاً طويلاً كقبص 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 يُرَجَّح طولها فيخَصَّر مرق اللحم . ويُجهَّز وعاء لاستقبال المشيمة ومخمدة تستعمل اذا دعت اليها الحاجة . واما بقية الاشياء التي تُعد للولادة فهي منطقة اللام مكونة من خام لين بلا نشاء عرضها نحو

اربعة عشر قيراطاً وطولها نحو ذراعين او ذراعين ونصف ومنطقة للطفل مكوّنة من الفلانلا 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 نهرم خيطاً واحداً برماً رخياً لاجل ربط السرة ومقص لقطع الحبل السري وقطعة صابون لطيف كصابون الكلبسرين واسفنجية ناعمة لاجل غسل الطفل وعلبة مسحوق الارز او النشاء المعروفة عند العامة بالبودرا مع مرشمتها لرش المسحوق وكمية صغيرة من الزيت المحلو في قنينة واسعة الفم او قنجان

وعند اول بدآة المخاض يستعمل عن حالة الامعاء فان كان قد مضى ست ساعات لم يحدث فيها استطلاق البطن فتعمل حقنة من الماء الفانر وملعنة ملح وقيحاني زيت وذلك يسهل عمل الولادة ويمنع 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 يصحب ذلك قشعريرة وغثيان وقيء. 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 التترات بينها وتشتد وتطول وعند ذلك يجب على المرأة ان تلازم الفراش او الكرسي المصطلح عليه عند اهل الشرق. واما الافرنج فيفضلون استلقاء المرأة على جانبها الايسر والورك ان على حافة السرير والركبتان متبضتان نحو البطن منفصلتان بواسطة وسادة. ومدة اشتداد المخاض لا يفي غيرها يجب على المرأة ان تجلس نفسها وتضغط بقدمها لوجاً موضعاً عند اسفل السرير او على احد جالس عند اسفل الفراش وتشد بالطرف السائب من المنشفة المربوطة باسفل

المرير 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 بالوسائل العلمية

واما مسألة التفضيل بين الاطباء والتوابل في توليد النساء عموماً فهي من
مصطلحات النوم وتختلف بحسب اختلاف البلاد وعوائد الناس . ولا يخفى ان
عادة اهل الشرق تسليم الامر الى التوابل اللواتي يتعلمن قبول الطفل وتديره
وتدير الأم من التوابل اللواتي سلفن والعادة والمخبرة 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 عملهن
محصوراً في قبول الطفل ومبته اسمهن وقطع سررتو وغسلو والباسه ثيابه والاعتناء
بنظافة الام . ولا بأس من كل ذلك اذا لم يتعرض لاهل الطبيعة وكفنن عن
النضول والصباح والادعاء الباطل . واما الافرنج فيعمل بعضهم على الاطباء
الذين يدرسون فن الولادة درساً متقناً من جملة دروسهم ويمتحنون فيه كما
يمتحنون في غيره من النروع الطبيّة والبعض الآخر على التوابل اللواتي
يدرسن هلا الفن في الممارس وينلن الشهادة الخاصة به . وقد اصطلحت
المدرسة الطبية الخندبوية على النمط الاخير فيخرج منها كل سنة عدد كافي 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 المقابلة طبيباً يعينها في العمل او يتوض اليها الامر

بالكعبة . ولعل هذه الطريقة افضل مما سواها للبلاد الشرقية وليت كان لنا في سورية مدرسة للقوالب فكانت تأتي بخير عظيم ونفع جزيل لاهل هذه البلاد يولد رأس الجنين أولاً 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 فيقاوم العطش مدة المخاض بالماء البارد واذا طالت الولادة فمهرق اللحم ولا تعطى طعاماً جامداً كالمخبز واللحم . واذا ارادت النوم في فترات الوجع فلا تعارض في ذلك . ومتى خرج راس الجنين يضغط باليد على البطن فوق الرحم ضغطاً معتدلاً ويُدَامُ الى ان تخرج المشيمة واذا حصل نزف فيزداد 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 . وبصاحب خروج المشيمة شيء لا من اوجاع المخاض واذا طالت المدة بين ولادة الطفل وخروج المشيمة كان خروجها مصحوباً بانفعال بعض جلاطات دم . وقد تعذر الى المهبل فيصير استخراجها باليد امراً سهلاً . ثم متى خرجت المشيمة تنطقت المرأة بالمنطقة التي سبق ذكرها (صفحة ٢٢٦) وذلك بان تُلْفَ وتُغْرَى تحت الصلب والمرأة مضطجعة على ظهرها ويثبت طرفها الواحد هناك ويديرها آخر واقف عند الجهة المخالفة حول البطن ويشدّها شداً معتدلاً ثم تُثَبَّتْ بالدبايس الخاصة بذلك او تُخَاطُ من اعلى الى اسفل بحيث تكون منطقة عريضة تُلْفَ 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 فنقبض الرحم وينقطع نزف الدم . وتترع المشيمة في اليوم التالي واما المنطقة فتدام 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 اولمهدو الثام ساعة او ساعتين. وبعد ان تستريح
 او تنام مدة تُعْمَل 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 شبتا من العدوى لانها تكون حينئذ اشد القبول للأمراض المعدية.
 واما عادة اهل الشرق في اجتماع النساء في غرفة الوالدة لاجل ما يحسنه من
 باب الوجوب واللياقة اولسبب آخر فمن العادات القبيحة الكثيرة الضرر التي
 يجب ابطالها حالاً وابدأ

واما الطفل فحالما يولد يُسَمَح ما يكون على فوه من الزبد او السائل
 ويكشَف الوجه للهواء ومثي يربط الحبل السري ويقطع على الكيفية الآتية.
 يربط رباطان (انظر صفحة ٢٤٠ من هذا النصل) رباطاً معتدل الشد احدهما على
 بعد قيراطين من سرّة الطفل والآخر على بعد ثلاثة قراريط منها ثم يقطع الحبل
 بينها بواسطة منقّس فينصل الطفل عن الام ويُلَفّ بحرام او بقطعة فلانلاً
 ويُلْتَقَى على جانب في موضع دائي لا يصيبه هواء بارد الى ان يُجَصَّر حَمَام ماء
 معتدل الحرارة . ثم يُغْسَل باستنجة لينة وصابون لطيف لازالة المادة الشمعية
 المنصقة بجسده ولا سيما تحت الابطين وبين الفخذين وعلى الحاجبين ويحذر من
 دخول الماء الرسخ في العينين لثلاً يحدث من ذلك التهاب . ولا يجوز ان يبنى
 الطفل في الحَمَام اكثر من ثلاث اواربع دقائق واذا لم تُنزع كل المادة المذكورة
 عن الجسد في الغسل الاول فنزول في الثاني ويعاد الغسل كل يوم مرّة صيفاً
 وشتاء الى ان يصير عمر الطفل سنتين . ولما كانت عظامه لينة وجب مدة غسله

ان يستقر في قاع الوعاء او على اليدين . ومتى انتهى غسلة بوضع على وسادة طرية على حضن التي نعمله وينشف بمناشف لينة جافة دافئة بكل لطف ثم يرش بمحموق الارز المعروف في الاماكن المنخفضة . ثم يعاد النظر الى رباط الحبل السري فان كان غير ثابت او كان نرف دموي فيعاد الرباط والآن فيباشر بتدبير الامر على هذا الوجه وهو ان يؤخذ قطعة كتان او قاش قطن قديم لين وتطوى على هيئة طبتين وتقطع بالمنص على هيئة مستديرة قطرها نحو اربعة قراريط ويقطع في وسطها ثقب مستدير وتزيت وتوضع على البطن بحيث يخرج الحبل من الثقب ثم يلف بها ويربط ربطاً خفيفاً ويثني على البطن ويحاط بالمنظفة التي سبق ذكرها (صفحة ٢٤٠ من هذا الفصل) ولا يجوز ان تشد لئلا تعرض لتنفس الطفل بل تبقى رخوة تدخل تحتها الاصابع بسهولة . ويجب تجديد ذلك كل يوم عند الغسل الى ان يسقط الحبل من تلقاء نفسه ونحو اليوم الخامس او السادس او بعد ذلك . واما المنظفة فيلام وضعا مدة الطفولية

تدبير الام بعد الولادة

يجب ان يكون طعام المرأة في الايام الخمسة الاولى مرق اللحم والخبز المحمص والارز بجليس وما اشبه ذلك من المااكل الخفيفة . ثم تعطى بعد ذلك من لحم الغنم والذرايح وهكذا تدرج الى الطعام الاعتيادي . واذا لم تدفع الامعاء الى اليوم الثالث فتعطى ملعنة زيت خروع او حفنة بسبطة ولا يجوز اعطائه المساهل القوية في هذه المدة

يظهر بعد الولادة افراز من المهبل يقال له الهلابة له رائحة خاصة ويدوم بضعة ايام وقد يمتد الى عشرين يوماً . وهو عمل طبيعي لا يحتاج الا الى النظافة التامة . ويصاحبه في اوله عادة اوجاع كارجاع الحاض الخفيفة تعرف عند نساء سورية بالحوالف ناشئة من انقباض الرحم لاجراء ما يبني في باطنه من خثرات

الدم وغيرها وهي تشد عند ارضاع الطفل وتدوم يوماً او يومين ثم تزول .
 ولما كانت هذه الاوجاع عملاً طبيعياً فلا يجوز التعرض لها الا اذا اشتدت جداً
 ومنعت نوم الليل فوعطى ثلث قهقهة مورقين 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 المخضرة . اذا
 طالت مدتها دلت على ضعف عام او موضعي ربما استلزم استعمال القويات .
 واذا انقطعت دفعة واحدة في الايام الأولى بعد الولادة دلت على انقطاع اللبن
 او حدوث حمى النفاس (انظر حمى النفاس) فيجب استدعاء الطبيب في
 الحال

ويكبر الثديان ويتألمان غالباً بعد الولادة بيوم وذلك لسبب توارد الدم
 اليها ليتكون منه اللبن . وقد يحدث حينئذٍ شعيرة يعقبها حرارة هي بلاءة
 حمى اللبن (انظر صفحة ٢٢٩) . وكلما اصاب المرأة بعد الولادة شعيرة فيجب
 المبادرة في الحال الى وضع فنانها مملوءة ماء حاراً للقدمين والتدفئة بالغطاء .
 وقد تكون الشعيرة سابقة لحمى النفاس او لالتهاب الثدي فيبادر الى ما
 يقتضي 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 فيجذبان بواسطة مص طفل كبير او بالغ لما او بواسطة
 قنبلة حارة . واما صفة اللبن الذي يخرج اولاً فهي انه يكون مائياً فيه مواد
 صغراً وهو مهمل حينئذٍ للمادة 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 بمدة الطفل . ويجب ايضا ان يغسل الثديان والحلمات
بماء فاتر وصابون صابحا ومساء لاجل منع امراض الثدي . والاصوب ان
ترضع 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 زيانه او تفرجه ولذلك تجنب ما
امكن . واذا كانت المرأة عرضة لمرض رحي فيجب ان تبقى مستلقية على ظهرها
شهرًا كاملاً . واذا حدث افراز دموي فهو دليل قاطع على وجوب مراجعة
الفراش . ولا بد من الالتفات الى تبادل هواء الخدع واخراج كل الامنة
الوسخة منه في الحال

ثم متى عادت المرأة الى لباسها الاعتيادي فيجب النظر الى اسناد الثديين
بدون ضغطها . ولما كانت الغلط في الطعام والعادات شديد التأثير في لبنها
وعدم مراعاة شروط صحتها مضرًا بالطفل وجب عليها الالتفات الى ذلك
والقيام بكل ما يؤول الى جودة صحتها وصحة طفلها
كل ما سبق يتعلق بالولادة الطبيعية وهي الغالبة غير انه قد تعرف عن
مجراما 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
الحم وعشرين فحمة من الكلورال لعلها تنام وتعود الاوجاع فاذا لم تُعد يُدعى
الطبيب

٣. قد يكون الحبل ملفوقاً حول عنق الطفل وهو يحدث نحو مرّة
واحدة في اثني عشرة مرة . وربما كان السبب طول الحبل السري حتى يمحط
بالعنق فيزلق فوق رأسه باليد

٣. قد تُتقدم المتعدة اولاّ عوض الراس وهو يحدث نحو مرة واحدة
في ستين مرّة فنطول الولادة . ولا يجناح عادة الى التعرّض لعل الطبيعة الى
ان تظهر المتعدة والقدمان الى الخارج فيصير تدبير الامر كما سياتي 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 ويقدم الثاني وقد يكون بالعكس . ومتى وُلد الاول فيُعرف وجود الثاني
من بقاء كبر البطن كما كان اولاّ تقريباً . وتارة تخرج مشيمة الطفل الاول قبل
ولادة الثاني وتارة بعدها ولا يجوز محاولة اخراجها لانه قد يكون مشيمة واحدة
للطفلين . ومتى عُرِف انه يوجد طفل ثانٍ بعد ولادة الاول فيُهيّج 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. تقدّم الرجلين وهو يحدث نحو مرة في مئة مرة . وقد تخرج الرجل الواحدة أولاً ثم الثانية او الثنتان سوياً . وهذا النوع من الولادة سليم عادةً للامّ واما الطفل فقد يموت من ضغط الحبل والتعرض للدورة الدموية فيه عند ولادة الرأس . ومثي ولد الطفل فان شعره ينبتان في الحبل فلا يُقَطَّع الى ان يبكي الولد

٦. تقدّم الوجه . عوض ظهور قمة الرأس أولاً قد يتقدّم الوجه وهو يحدث نحو مرة في ٢٢٠ مرة وتكون الولادة حينئذٍ عسرة طويلة . ولا خطر كبير من ذلك على حياة الطفل غير ان الوجه يكون وارماً مشوهاً وهو يزول مع الوقت فتختبر الامّ بذلك قبل مشاهدتها للطفل لئلا يحدث لها صدمة قوية مضرّة . وفي غياب الطبيب يُترك هذا النوع من الولادة للعمل الطبيعي

٧. تقدّم اليد او الكتف وهي الولادة المستعرضة التي تحدث نحو مرة في ٢٢٠ مرة . وعند ذلك يجب غالباً تدوير الجنين وهو عبارة عن تشعب اليد الخارجة الى باطن الرحم والاسملاء للقدمين واخراجها فتسهل الولادة بعد ذلك وهذا العمل من اعمال الطبيب لان التواليد لا يعرفه

٨. النزف وهو يحدث اما قبل ولادة الطفل او بعدها . فان حدث قبل الولادة فهو ناتق غالباً عن وضع المشيمة على فم الرحم او بقربها لا عند فاهو في الاعلى بحيث انه كلما تمدد فم الرحم تمزقت اوعية المشيمة وسببت النزف . وهذا النوع يظهر غالباً بعد الشهر السادس واشدهُ بين الشهر الثامن والتاسع لانه في ذلك الوقت يشتدّ تمدد عنق الرحم . وفي كل احوال النزف ولا سيما مدة الحمل يجب على المرأة ملازمة الفراش والراحة التامة والطعام الخفيف وتجنب اللحوم والمأككل الحارة وتبريد العرقه بالهواء والوضعات الباردة على اسفل البطن والفرج . واذا تكرّر النزف في الشهور الاخيرة من الحمل فلا بد من استحضار الطبيب واذا حدث نزف مدة الولادة فالعالم وجوب تدوير الجنين

وهو من اعمال الطبيب 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 وإذا لم يتجاوز كميته ثمان او عشر اواق طيبة اي نحو ستين درهماً
 فهو طبيعي . وإذا تجاوز هذا القدر أدى الى الاغشاء بحيث يصفر لون المرأة
 وتبرد اطرافها ويتعسر النفس وعند ذلك تكون الرحم مرتخية لينة فيُضغَط
 اسفل البطن باليد او اذا امكن تُقبض الرحم نفسها من خارج البطن عند اسفله
 بواسطة الجلد وتوضع مناشف مبلولة بالماء البارد على اعضاء التناسل الظاهرة
 وتشرب المرأة الماء المثلج او البارد ويلقح الطفل حلبة 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 محملاً وبنام ذلك حتى ينقطع
 النزف وربما اقتضى لذلك بضع ساعات وفي الاحوال القديمة يسكب ماء بارد
 على اسفل البطن من علو ذراع ويحقن المهبل بالماء البارد . غير انه لا بد من
 استدعاء الطبيب لذلك

وإذا حدث النزف بعد الولادة يبضع ساعات او ايام فيكون سببه اما
 ارتخاء جري في الرحم او انجاس قطعة من المشيمة او جلطة دم فيها مانعة
 للانقباض التام او قد يكون السبب الخوف او التهيج العقلي . وافضل الوسائل
 لنقطع هذا النوع من النزف وضع المناشف المبلولة بالماء البارد على اسفل البطن
 واعضاء التناسل الظاهرة وحقن المهبل بالماء البارد . ويعالج الاغشاء 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 . وإذا كانت العليقة باردة الاطراف
 فتفرك بالابدي او تحاط بالفلانلا المخبنة . 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 فيجلى 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 حنينة مؤلفة من درهم حلتيت ودرهم صابون
 وثمانية دراهم زيت خروع وخمسين درهم ماء فانر

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 ويسبب قشعريرة وحى وعطش وسرعة النبض وغثيان وآلم في الحفوين. ويكون الطرف الوارم حاراً مؤلماً باهت للون لامعاً فاقداً قوة الحركة . وهذه العلة تزول 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 والمسامل المحمية كشتات المغنيسيا والمعرقات والمدرات للبول كمزيج من نترات البوتاسا وروح ملح البارود الحلو (خمس قمحات من الاول وعشرين تنطلة من الثاني مع فحجان ماء كل اربع ساعات) . ويعطى عشرين قحمة من الكلورال لاجل تخفيف الآلم والنوم في الليل . ثم زالت الحصى وخفف الآلم فيفترك 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 بالفلانلاً ويعطى المقويات مع الغذاء الجيد

١١. تمزيق العجان . بعد الولادة الاولى كثيراً ما يُجرَح العجان اي القسم الواقع بين النرج والامت 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 النوافس . هو نوع من الجنون قد يصيبن بعد الولادة أو عند النظام ولا سيما إذا كان قد طال زمن الإرضاع . ويسمى غالباً ضعف وهم وكرب النفس وربما بدأ بشيء من الحمى أو عتسب التشجات العصبية أو حتى النفاس . وتختلف مدة المرض فإن كان في العائلة ميل للجنون كان البره عسراً بطيئاً والغالب أنه يزول بعد بضعة أسابيع . ولما كانت هذه المرض ما يعود فالأولى أن المرأة التي أصيبت به مرة لا ترضع طفلها كلما ولدت . وفي أكثر الحوادث تكون الأمعاء منتبضة فتعطي المساهل اللطيفة كزيت الخروع والحخن . وتعطى أيضاً المتويات 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 لحركاته التي تمرن أعضائه وتقويها دافئاً لأن قوة توليد الحرارة في الطفل المولود حديثاً ضعيفة جداً . وأفضل الأنسجة لذلك الفلانلاً الرقيقة . ويجب أن تعمل الأكمام والثقوب التي تمر منها اليدان واسعة حتى يكون تلبس الطفل سهلاً لا يحتاج إلى العنف ممعاً للضرر وللآلم وهو كثيراً ما يحدث من ضيق الثياب وخشونة نسيجها . ولجل اليد فتمت يجب أن ينام الطفل مع والدته أو مرضعته مع الحذر من النوم عليه وقد شاهدت أكثر من مرة اختناق الطفل من نوم المرضعة وثديها يغطي وجهه الطفل وإنه وفه ولذلك لا يجوز أبداً للام أن تنام وهي ترضع الطفل . ثم بعد أسبوعين أو ثلاثة يجب أن يفرد للطفل سرير خاص به

وفي كل مدة الطفولة يجب الاعتناء التام بتنظيفه وتشفيفه لان دفع البول
والغائط متواتر فاذا بقيت البرازات حول جسمه سببت تهيجاً في الجلد .
ولذلك يجب تبديل حفاظه كلما تلوث . ولا ريب ان عادة الافرنج 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 تُخْرَج في الحال وتُغْسَل وتُنشَف في الخارج
بعد ولادة الطفل يُغْسَل ويُشَف وتُدَبَّر 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 لخاله بدون ايقاظه 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 المنرز اولاً خاصة الاسهال فهي
اوفق الاشياء للطفل فلا يجوز اعطائه حليباً آخر او شرباً او برضع من غير امو
بناءً على الوهم انه جائع او انه يحتاج 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 يصفر الغائط بل بقي
اسود في اليوم الثاني بعد الولادة

ومن الموافق ان يرضع الطفل كلما اتعبه 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 مرة كل اربع ساعات . ويجب ان يكون
الارضاع من الثديين على التعاقب لئلا يمتلئ احدهما ويؤدي ذلك الى التهابه
وتكوين خراجة فيه

واما الحوادث التي يمكن ظهورها بعد ولادة الطفل فهي اولاً تغير شكل

الراس او تشويه الوجه من الضغط عليها مدة الولادة وهو ما لا طائل تحته 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 فخذييه نحو البطن فيوضع في حمام معتدل الحرارة ثم توضع على اسفله بطبو اللزق المغنن 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 ويدفنان بزيت حلوا او بوضع عليها لزقة خفيفة من لب الخبز . رابعاً قد يحدث للطفل علة في العينين وهي التصاق الجفنين بعد النوم وحرارة 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 للنار . 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 بستة او سبعة ايام فيضغط المكان بالاصبع بضع دقائق فاذا لم ينقطع يرش رشا خفيفاً بمحموق الشب الابيض او يس مساً خفيفاً بحجر جهنم . سادساً قد تبقى السرة بعد سقوط الحبل حمراء رطبة او متقرحة وعلاجه كما ذكرنا بالشب الابيض او حجر جهنم . سابعاً بعض الاطفال يتيء حالاً بعد ان يرضع وهو غالباً ناشئ عن كثرة ادرار اللبن او شراة الطفل فتخفف كمية اللبن كل مرة وبعضها يتواتر دفعات الارضاع . ثامناً قد يولد الطفل مقيد اللسان اي ان ثنية الغشاء المخاطي 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
ينوم العامة وينفي وجودها امتداد اللسان على الشفة السفلى مدة الرضاع وعدم
وجود العلامات المذكورة آنفاً . وعلاج ذلك بقطع القيد الى مسافة ربع
قبراط بواسطة منقص منجى الراس نحو الاسفل لثلاً يقطع 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 وعلائمة
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 والعينين اياماً قبل زوالها بالكافية . 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 فيهم غير نامة 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 للضغ وكل ذلك اشارة
واضحة الى ان طعام الطفل يجب ان يكون اللبن الذي اعتدته له الطبيعة .
ويتضح ان اطعام الطفل شيئاً من الجوامد قبل نموه الى الزمان الذي يستطيع
فيه الطعام الجامد من باب الحماقة ومخالفة ما يعلمه ناموس الطبيعة

وما تنتضيه الطبيعة ان الامم الصحيحة الجسم ترضع طفلها . ومن اضرار مخالفة
هذه القاعدة سرعة الحمل وكثرة الولادة وانتهاك قوة الام . على انه قد يكون
من الواجب عدم ارضاع الام طفلها لسبب مرض او ضعف شديد فيها . وعند

ذلك تصير المسئلة جبرية بين استعمال مُرضِعة او تغذية الطفل بلبن الحيوانات
ولاخلاف في تفضيل المرصعة عند الامكان

ويشترط في انتخاب المرصعة اولاً ان عهد لبنها يجب ان يكون مائلاً لهد
لبن الأم او قريباً منه لان صنات اللبن تختلف بحسب الزمان بعد الولادة
فينبغي ان يكون عهده بحسب سن الطفل ما امكن . ثانياً يجب ان تكون
صحتها جيدة خالية من كل مرض ولا سيما من آثار المرض الزهري المعروف
بالاقرنجي . ثالثاً ينظر الى ثديها بحيث يكونان مستديرين بارزين صليبين
اوردتها ظاهرة لارخوين مدليين ويكون جرمها معتدلاً والحلمتان بارزتين
خاليتين من الشقيق . رابعاً ينظر الى اللبن فان كان ايض مائلاً الى الزرقة
حلو الطعم اذا فُحص بالمكروسكوب شوهد ان كرياتة الدهنية متفرقة ساجحة
لا مجمعة واذا مزج 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 والا قرب انه يجف بعد مدة قصيرة .
سادساً يُنظر الى طفل المرصعة فان كان ضعيفاً سقيماً ولا سيما اذا شوهدت
بثور حول الألبتين 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 حامت او حاضت ينقطع الطفل عنها . غير انه يتعسر اجتماع
هذه الشروط فيعول على اهمها . ثم انه قد يتفق احياناً لسبب مجهول ان لبن
امرأة لا يوافق الطفل فاذا ابدلت المرصعة بغيرها وافقه لبنها . فتي تحق
ذلك وجب تغيير المرصعة الا اذا كان الامر عرضياً ناشئاً عن انحراف وقتي في
صحتها يستلزم علاجاً بسيطاً وتجنب الطعام الغليظ

واذا لم تستطع الأم ارضاع طفلها ولم يمكن استعمال مرصعة فيعول على تغذيتو
بلبن الحيوانات بواسطة الفئينة المعروفة لذلك . وافضل انواع اللبن للاطفال

الضعفاء المعدة الخبيثة الاجسام لبن الاتان والاقويام الصحيحى الابنان 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 بثلث 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 نصف من الماء مدة الايام العشر الاول 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 بفليل 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 ينجح
افراز اللعاب الذي يمتزج باللبن ويعين الهضم. ويجب ان يُطعم وهو منتفض
قليلاً ومتى فرغ يترك للراحة ولا يُلاعب. والاصوب تسخين اللبن بغس القنينة
في ماء حار 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 والنواق 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 حديثاً ولم يعرض عليه شيء من المحووضة 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 بالانوية او الفلينة او القنبية شيء من اللبن القديم ولا يجوز
 ان يوضع في القنبية 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 زماناً طويلاً بدون ان يفسد . والغالب ان
 الاطباء يملون اليه كثيراً 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 يقتاتون بهما اللبن ويسمنون منه
 معرضون للعلل الضعفية ولذلك وجب تفضيل اللبن الحديث . واما عند
 الاضطراب فيوضع ملعقة صغيرة منه في نحو ثمة 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 كالأروروت
 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 فلما وان النشأ ليس من المواد التي يتكوّن منها اللبن . وفضلاً عن ذلك ان معدة الطفل صغيرة الجرم مستقيمة الشكل لا يوافقها كل ما يكون بطيء المهضم ويتنضي طول المدة في المعدة فينشأ منه الجشأ والقيء والمغص والاسهال . ثم ان للطعام فائدتين احدهما 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 اثنتي من الثانية . واما في الاروروت والنشأ 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 الكيماوي الشهير ان كثرة الاطعمة الطحينية سبب لاكثر امراض الاطفال وموتهم

فيتضح ما تقدم انه لا يجوز اطعام الطفل سوى اللبن الى ان يظهر 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 والنشأ 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 الحخالي من الدهن والبيض المسلوق الرخو وباندرج يعطى اللحم المدقوق او المفروم فرماً جيداً بلا دهن ويحذر 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 تأخر ظهور

الاسنان وجب تأخير الطعام غير انه يعان الارضاع بشي من الاطعمة الخفيفة التي مر ذكرها . ومتى نقرّر الطعام 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 افجع العوائد الشرقية نسكيت 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 والارقي ووجع في الجانب الايسر و ألم الراس والدوار ورناء وضعف عام وقلة افراز اللبن او كثرتة مع كونها رقيقة مائياً قليلاً الغداء . وربما عاد الحيض مع عدم انتظام او بافراط وظهر السيالان الابيض واصفر الوجه وانزل الجسد . فتي ظهرت هذه الاعراض وكانت جودة الاطعمة والمنبهات والادوية المنوية قلما تجدي نفعاً فالواجب فطم الطفل . والغالب انه متى كان النظام بالتدرج لا يحدث ضرر للتدين فاذا ظهر فيها صلابة يُخفّف شرب الماء والسوائل وتوضع الضمادات الحارة وتعمل المسهلات الخفيفة . ولا يمدح استعمال الآلة لاستخراج اللبن الا عند الاضطرار الشديد لانه يهيج الثدي ويزيد افراز اللبن ومن الامور المفيدة للامّ الاتباه لنوع صراخ الطفل لانه كثيراً ما يدل ذلك على ما بوجهه . 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 شكيماً منقطعاً فهو بكاء التسنين . وان كان حاداً قصيراً مصحوباً بحركة اليد نحو الاذن او بتدوير الراس فهو دليل على ألم الاذن . وان كان زحيراً مصحوباً بمجذب الساقين فهو دليل على مغص بطني . وان كان

الصوت ايج فرها دل على بدائة المرض المعروف بالذئجة . وان كان حاداً
 يتخلله الأنيث فرها دل على التهاب الدماغ . وربما كان سبب البكاء شكة
 دبوس او رباط ضيق او شيء آخر من سوء الهباب . ومتى كان الطفل شاكساً
 ووجهه زائد المحمرة او الصفرة لا يميل الى اللعب ثقيل الراس فذلك يشير
 الى مرض قادم يتضح نوعه من الاعراض التي تظهر بعد ذلك
 ولا يجوز ايقاف 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 الناقص . وكثيراً ما يستدل على زمن بدائة المرض من الزمن
 الذي بدأ فيه الأرق . اما اعطاء الدواء للاطفال فان كانوا بلغوا سن العنل
 يُخاطبوا بكلام العنل ولا يُغشوا لان الخداع يوجب التعب معهم بعد ذلك . وان
 كانوا صغاراً لا يعنلون ولم يريدوا شرب الدواء فيجب اجبارهم . وكيفية ذلك
 ان يُلقى الطفل على الظهر وتُبصّ يده ورجلاه وُبصّط انفه بالاصبعين وُبصّب
 الدواء في فم قبيلة . على انه يجب ان يكون الدواء مركباً بنوع ان لا يكون
 عسراً لانه اذا كان على غير هذه الصفة فرها هيج الطفل واضرّه وكان
 الضرر اكثر من الفائدة

فهرس الامراض والآفات

صفحة		صفحة	
١٨٧	البروستنا (امراضها)	٢١٢	اجسام غريبة في الجسد
١٨٨	بصق الدم	١٧٧	الاذن (امراضها)
١٨٨	البنية المخزيرية	٢١٥	أذى الكليتين
١٨٩	البواسير	١٧٩	الآرق
١٩٠	البول الدموي	١٨٠	الاست (تشققة)
١٩١	تبويل الاولاد في الفراش	١٨٠	الاستثناء
١٩١	التنوس	١٨١	الاستربوط
١٩٢	التسنين	١٨٢	الاستنان (وجعها)
١٩٢	التشنج	١٨٢	الاسهال
١٩٤	تشجات الاطفال العصبية	١٨٣	اسهال الاطفال
١٩٥	تليك المعدة	١٨٤	الاعماء
١٩٦	التأليل	١٨٥	الالتهاب
١٩٦	الثدي (امراضه)	١٨٥	الاعماء (امراضها)
١٩٨	المجدرتي	٢١٥	انضغاط الدماغ
٢٠٢	المجلام	٢١٦	اهتزاز الدماغ
٢١٨	المجروح	٢١٨	اهتزاز الحبل الشوكي
٢١٩	جروح الكلب والقط	١٨٦	البثرة الخبيثة

فهرس

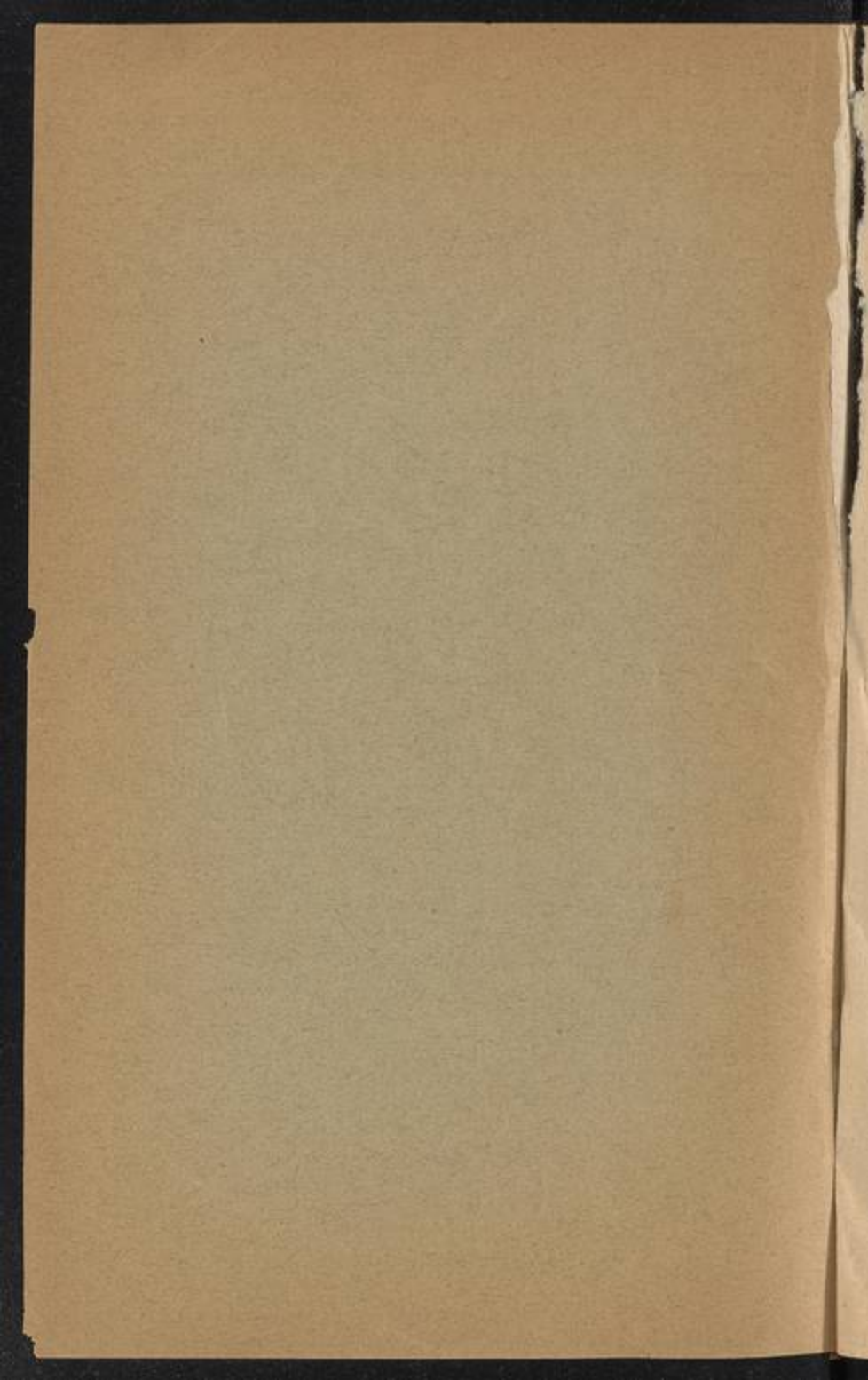
صفحة		صفحة	
٢٢٩	الدماغ (التهاب)	٢١٩	جروح الحيات
٢٢٦	الدفنبريا	٢٢٠	جروح العنق والحل والزنبور
٢٢٨	دق الاولاد	٢٠٢	الجلد (امراضه)
	الدماغ (امراضه)	٢٠٩	الجذرة
٢٤١	الدمامل	٢٢١	حبس البول
٢٤١	دوار البحر	٢٢١	الحرق
٢٤٢	الدوالي	٢١٠	حموضة المعدة
٢٤٢	الدوسنطاريا	٢١٠	الحماق
٢٤٤	الدوسنطاريا المزمنة	٢١١	الحمرآة
٢٤٤	دوسنطاريا الاطفال	٢١٢	الحصبة
٢٤٤	الديبايطس	٢١٢	الحنجرة (التهابها)
٢٤٥	الديبان المعوية	٢١٢	الحصى الصفراوية
٢٤٧	ذات الجنب	٢١٤	الحمل (امراضه)
٢٤٩	الذبيجة	٢١٨	الحلق (امراضه)
٢٥١	الزئمان (التهابها)	٢٢٠	الحميات
٢٥٢	الزبو	٢٢١	الخراجه
٢٥٤	الرحم (امراضها)	٢٢٢	الخلع
٢٢٢	الرض	٢٢٢	الخصية (التهابها)
٢٥٩	الرمل البولي	٢٢٢	الخوريا
٢٦٠	الروماتزم	٢٢٢	الخيلان
٢٦٢	الريح البطني	٢٢٢	الدآة الزهري
٢٦٢	الزكام	٢٢٥	الناحس

فهرس

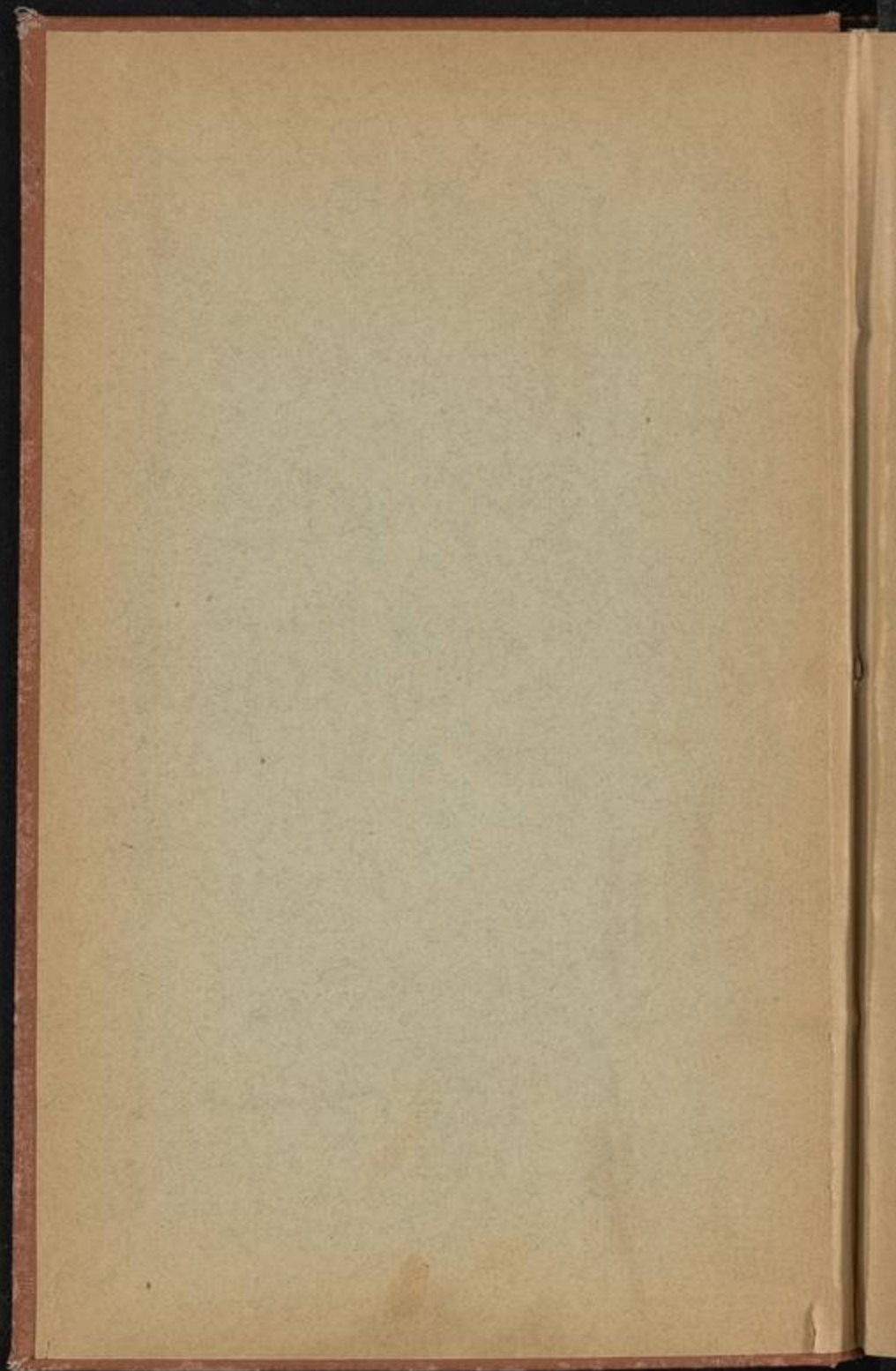
صفحة		صفحة	
٢٢٩	الفرق	٢٦٤	السرطان
٢٨٥	الغنفرينا	٢٦٥	السكنة
٢٨٦	الناج	٢٦٦	السل الرئوي
٢٣٠	النفق	٢٦٧	المن
٢٨٧	الفواق	٢٢٤	السموم
٢٨٧	النبض	٢٦٨	السوداء
٢٨٨	الفرمزية	٢٦٩	السيلان الابيض
٢٨٨	الفروح	٢٦٩	الشعر (سقوطه)
٢٨٩	الفلاع	٢٧١	الشعب (التهابها)
٢٨٩	(امراضه) القلب	٢٢٦	الشنق
٢٩	(امراضه) الكبد	٢٧٠	الشهقة
٢٩٢	الكساحة	٢٧٢	الشيائيكنا
٢٩٢	كسر العظام	٢٢٧	الصاعقة
٢٩٤	الكلب	٢٧٣	الصداع
٢٩٥	الكلبتان (امراضها)	٢٢٧	الصدع
٢٩٥	المثانة (امراضها)	٢٢٨	الصدمة والنهور
٢٩٦	مجري البول (امراضه)	٢٧٧	ضربة الشمس
٢٩٩	المعدة (امراضها)	٢٧٩	ضعف الدم
٣٠٢	المغص	٢٧٩	الطاعون
٣٠٣	المفاصل (التهابها)	٢٨١	الطحال (امراضه)
٣٠٤	الناصور	٢٨٢	عسر الهضم
٢٣٣	الترف	٢٨٣	العين (امراضها)

فهرس

صفحة		صفحة	
٢٠٦	النكته (النهاجا)	٢٠٤	النفرالجبا
٢٠٧	المستبريا		التزلة الصدرية (الزكام)
٢٠٨	الموااة الاصفر	٢٦٢	الوافدي
٢١٠	البرقان	٢٠٥	النفرس



۵۵



COLUMBIA LIBRARIES OFFSITE



CU59576790

ME06702

Kitayat al-awam fi h

AP