قانون الصحة

اجتهد المصريون في تطبيق القوانين الطبية على مقتضيات الحالة الصحية علميا بما يناسب مواقع البلادن والاحتياط لدرء غوائل الأمراض قبل وقوعها ومنع انتشارها إذا حصلت. وكانت القواعد الصحية ينص عنها في كل قانون بما يناسبة لتكون المبادئ الطبية متداولة بأيدي الطبقات فيما يكلفونه باتباعه مساعدة لهم في التحفظات الشخصية. وتلبية للأوامر النظامية في كل ما يستدعيها حتى صار من المألوف عندهم النظام الخاص بالمواد الغذائية وأوقاتها. وكانت هذه القواعد متبعة أيضا على أشخاص من الملوك فلا يتناولون أكثر مما يقرره لهم أطباؤهم في مواد الغذاء والشراب وأوقاتها، وتحديد الأزمنة لرياضتهم وانعكافهم على مباشرة الشئون العامة الحكومية، فيكونوا على الدوام في قوة متكافئة للقيام بالأعمال المجمولة م سئوليتها عل عاتقهم طبقا للنظام العام.

قال دبودور الصقلي أن الأمور الطبيعية كالمباضعة كانت منظمة عنهدم حتى خصصوا لها أوقاتها معينة وقال هو مير وبلوتارك أن كل مصري في ذاته كان كطبيب خاص لعائلته، ويكتفي بتجاربه ومعلوماته لصيانة صحته لاعتيادهم عل اتباع القوانين الصحية منذ نشأتهم. وكانوا يعتبرون الأطباء كعلمين يتلقون عنهم العلوم الصحية ويلقبونهم (محامي الصحة) واعتبرهم اليونان انهم منشئو علم صحة الأبدان، وقالوا أن المصريين هم الشعب الوحيد السليم البنية الذي يمكنه أن يعمر طويلا مع بساطتهم في أدوار الحياة تناول الأغذية البسيطة وليست كذلك الشعوب الأخرى.

واشتهر الشعب المصري بالأيناس والبشاشة والنظافة. وكان الكهنة يزيلون عن أجسامهم كل يوم الأدران والشعر، ويغتسلون بالماء البارد مرتين في كل أربعة وعشرين ساعة، وكانوا دائما يحرصون الشعب على الاقتداء بهم في ذلك، خصوصا للفريق

الذين تدعونهم شئونهم المعاشية للتلوث بالأتربة ونحوها، وكانوا يحتمون عل أنفسهم الاغتسال قبل الدخول إلى الأماكن المقدسة وأماكن العبادات وكذلك بعد مباضعة النساء.

وكان المصريون القدماء يفضلون المعيشة في الخلاء بقدر الأماكن،ز ويجعلون لهم المنازل الفسيحة وفيها البساتين، ويبنون في أعالى دورهم أماكن تساعد على الانتفاع بطلاقة الجو ونقاوة الهواء، ويلبسون في أوقات الاستراحة من الأعمال الملابس البيضاء كرياضة جسدية لاجسامهم. وكانوا على جانب من المحبة للأعمال الرياضية بأنواعها بما فيها الصيد والقنص. قال شامبليون أنه وجدت في مقابر بني حسن رسوم للأسرة الحادية عشرة أي منذ (٢٠٠٠ سنة ق.م) تدل على أن المصارعة كانت معروفة عندهم واشتهروا بالبراعة فيها، وكانوا يعتنون بغسل الأيدي قبل الطعام وبعده وغسل كافة الأواني والأدوات المنزلية المخصصة للطبخ وغيره، وكانوا يعتمدون عدم التكلف والتأنق في الأغذية، وكثيرا ما كانوا يقصرون طعامهم في أغلب الأوقات على الخبز والكعك والخضروات والثمار والأسماك والطيور ويمتنعون عن أكل لحم الخنزير لخبث تغذيته، وكذلك أكل لحم الكركي والتمساح وجاموس البحر ، وكانوا يصومون أياما عديدة في السنة وكان الصيام يسبق عيد المعبودة إزيس، ولا يتعاطي الكهنة شيئاً من الخمور ولا يأكلون الفول والبصل لانهما يساعدان على زيادة التبخر المعدى وتوليد الغازات، وعن السمك أيضا لأن لحمة منبه للدم وهم بحسب مهنتهم يطلب منهم أن لا تثور حواسهم بما يمنعهم عن التفرغ لأدائها بخشوع واستكانة.

وكانت لهم عناية عامة بالأحوال الصحية حتمها عليهم تضلعهم في الفنون الطبية، ورأوا من مقتضيات اتخاذ كل ما يمكن لتوقي الأسباب المؤذية لاي خطر صحي على الأجسام سواء بإصابات مرضية أصلية أو بعوارض العدوي ونحوها.

وكانوا يرون أن العناية بمياه الشرب في مقدمة الاحتياطات الواجبة، وكانوا يفضلون الماء القراح على كل الأشربة ويعمدون إلى تطهيره من المكروبات بواسطة

غليانه على النار حتى يبلغ أشد درجات الحرارة، ثم يجعلونه في الآنية المناسبة لاكتساب البرودة حتى يكون صالحا سائغا للشرب، ويبالغون في هذه الاحتياطات توقيا من الأمراض الباطنية وعند ظهور نوع من الأنواض الخطرة ذات الأنتشار والعدوي.

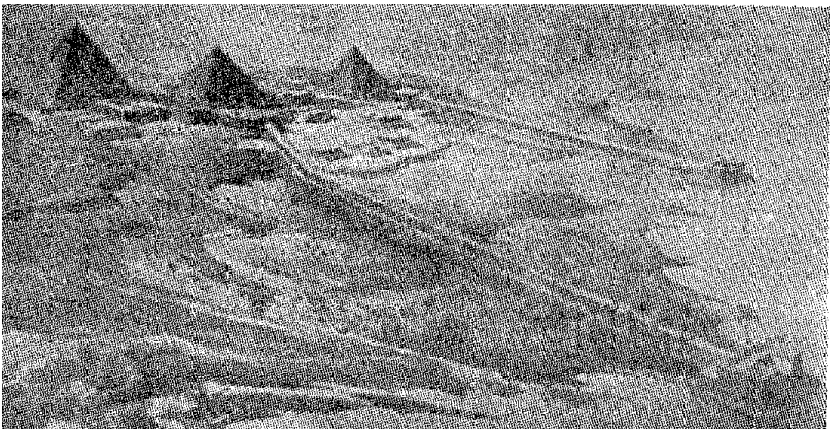
وعرفت العناية بتقطير المياه وغليانها عند أغلبية الطبقات اقتداء بنصائح الأطباء، وعنهم أخذ الملوك هذه القواعد الصحية. ومن الأدلة على ذلك أنه في سنة ٥٥٠ ق.م. وعندما عزم الملك شورش على القتال اتخذ معه كميات من الماء في أواني فضية، ثم تقررت هذه القاعدة في كل حركات للملوك حالة ابتعادهم عن عاصمة مملكتهم. وقال هيردوت أن هذه العادة قررها الملك المذكور في نظامات هيئته الملكية وتنقلات الجيش ونحوها، امتثالا لنصائح اثنين من اطبائه الثقاة تلقيا علومهما الطبية عن أساتذة من الأطباء المصريين. وهذه التفصيلات تثبت لنا من طر آخر أن العناية باستصحاب المياه المقطرة في حملات الجيوش ليست من مخترعات العصر الحاضر، بل هي مما أرشدت إليه سلامة البداهة وقوة العناية والفطنة في عهد قدماء المصريين. وهذه المسألة وأمثالها مما يصدق عليه المثل المتداول "لم يترك الأوائل شيئا من الفضائل للآواخر" وهكذا يؤثر عن تطور الشعوب في ترقيها العمراني والملكي، لأن مصر كنت قبل براعتها في الفنون الطبية عبارة عن مستنقعات وتنتشر منها في البلاد أنواع الحميات البطاحية وغيرها. وقد اجتهدوا في تلك الأدوار في تجفيف المساحات الواسعة من الأراضي حتى تلاشت المضار التي كانت تتولد أغلب الشهور من الحشرات المائية وغيرها. وبتداول الاوقات والاستمرار في الأرتقاء العملي والعمراني أصبحت مصر ملجأ للعلوم العظيمة، يقصدها الناس من كل فج لتلقى العلوم من كبار اساتذها والاستشفاء بجوها المغتدل؟، ولا زالت مصر إلى الآن موئلا لا لتماس الشفاء في أغلب فصول الشتاء، فإن للمئات من آلاف السياح يقصدون مصر لهذه الغاية قصدا أكيدا لا يذكر في جانبه تظاهرهم بكونهم يقصدون السياحات المحضة ورؤية الآثار والمرور على قفارها.

وكان الفراعنة على جانب عظيم من الرأفة بالرعايا مهما بلغت بهم الظروف في بعض الأحوال لاستعمال القسوة والشدة، ومما يؤثر في هذا المعنى للملك خوفو منشئ الأكبر أنه استمر في بنائه نحو ثلاثين عاما وكان عماله ١٠٠٠٠٠ فبإشارة الأطباء لمنع انتشار الأمراض والعدوى كان يكعد لهم بعض الملابس، ويأمرهم بالاغتسال يوميا في الأوقات المعدة للراحة من العمل، ويجعلون لهم أماكن خاصة بعيدة عن محل اشتغالهم لتأدية كل احتياجاتهم على أبعاد متفاوته، حرصا على نقاوة الهواء وعلى سالمة أبدانهم من مضار التلوث بالمواد القذرة ونحوها. وكان الأطباء يرتبون لهم محاجر صحية ويجعلون فيها من يتقرر عزلهم عن باقي الأصحاء في أمكنة خاصة على صخرة مرتفعة. وفي كل عام كانوا يحرقون مساكنهم ويجددون غيرها حتى لا تصيبهم المضار من مكروبات تكون كامنة بين بناتها.

وتحنيط الجثث كان من أقوى البواعث عليه في مبادىء أمره الاعتناء بالاحتياجات الصحية العامة (لأن حرارة الجو تساعد على انتشار المكروبات عند تعفن الجثث إذا كان دفنها في المقابر غير مستكمل للأشتراطات الصحية) وكانوا يكتفون في مبادىء الأمر بتجفيف الجثث بواسطة دفنها في مناطق رملية تكفي لامتصاص السوائل، وارتقوا بعد أجيال إلى جعل التحنيط عملياً ثم إجباريا في بعض الظروف ليحفظوا البالد من تلويث الهواء، بما ينتشر عقب فساد الأجسام من أماكن الدفن الغير صحي. وبهذا نتأكد أن مصر استمرت معظم أجيالها في الاكتشافات العلمية النافعة، وفي الترقي لوقاية الإنسان بكل ما تصل إليه الاستطاعة في العناية بالفنون الطبية، وان الطب كانت له المكانة الأولى عندهم قبل هيبوكرات الذي يلقب أب الطب ويرجع تاريخه عند قدماء المصريين إلى ٦٠٠٠ سنة.

فمصر بهذا المعنى جديرة بأنم نلقبها (معلمة الجنس البشري) وآثار قدمائها تذكرنا بما كانت عليه مدنيتهم من التفوق والإبداع، خصوصا أن أغلب هذه الآثار الشاهقة والمعابد والهياكل يرجع تاريخها إلى ٥٠٠٠ سنة، أي قبل التوراة وقبل أسكولاب وهومير. ففي الوقت الذي كانت فيه أوروبا مستغرقة في أحوالها الهمجية

والعقول الحجرية، كان بمصر رجال فضلاء يبذلون كل مجهود في الرقي الإنساني وزخارف الحياة التي بها قضوا حياتهم العزيزة وأدوارهم الساطعة في رفاهية وعرفان، استطاعوا بهما سعادة المجتمع الإنساني وتخفيف ويلات الأمراض التي كان فتكها بالأمم الأخرى فوق ما تتصوره الأفهام.



رسم الأهرامات الثلاثة بدهشور (سقارة)