ولهذا تشأ بينه وبين اقرباءه هذا النفور

ولما ادركت الام هذا السر البسيط واظهرت لبطرس خطأه ادرك انه كان محتقراً جداً لان جيران لم ينصفه وعلم نقصه لانه لم ينصف ماري وان ما قاله بحقها بسبب لهما ولوالدتها اهانة وعلما انه لا بد من مراعاة الاخلاص في جميع ظروف الحياة وانه لا يجب ان نبدي للتوب عواطف لا نشعر بها نحوه بل يجب ان نميز بين حسنات غيرنا وسيئاته عندما نبدي رأياً صادقاً في الغير وننظر اليه بانعطاف · وقد يكون الاخلاص معدوماً اذا لم نراع الصدق في حكمنا عليه

الناصرة عبده ابو جمره

حفظ الصحة

غرفة المريض

للسيدة اكابر صليبا رئيسة مستشفى مار جرجس للروم الارثوذكس

اذا دخل مرضٌ بيتاً ما فلا بدَّ من اجراء هذه المعاملات القانونية

اولاً يجب ان تكون غرفة المريض عديدة النوافذ المتقابلة لتسهيل تغيير هواء الغرفة وان تكون خالية من الفرش بقدر الامكان فالسجاد والبردايات وغيرها من الاشياء التي لا يحتاجها المريض · فليكن فقط سرير المريض وكرسيان وطاولة ومفرشة بسيطة وحصير في الارض اذا كان الطقس شتاء واما في الصيف فبدونها لان كثرة الاثاث والفرش مما يجمع الغبار الذي هو مراكب سيارة لجميع الميكروبات ويمنع دخول النور الكافي ولا سيما اشعة الشمس التي من شأنها تطهير الهواء وتنقيته من المواد الفاسدة · بل انه من المقرر ان المرضى في بعض الامراض المزمنة ولا سيما الصدرية يستفيدون فائدة ظاهرة من تعرضهم لنور الشمس ولما عادة الجمهور في اغلاق الشبابيك وحجب النور عن مخدع المريض فهي خطأ جداً الا اذا امر الطبيب لعلة خصوصية

ثانياً يجب ان يكون هدوء تام في الغرفة فلا يسمح لاحد من الاصدقاء والاقارب بالاجتماع فيها ولا بالاحاديث الطويلة كجاري العادة في بلادنا فذلك مما يفسد هواء الغرفة ويضايق المريض فيزداد مرضه بسبب احبائه وانسبائه بينما هم قاصدون منفعته وتسليته وان لا يحدث قرقعة في داخل البيت بواسطة الخدم او الزائرين

ونلّى الذين يعتنون بخدمة المريض اذا تكلموا فليكن كلامهم همساً بصوت منخفض ولكن لا يجوز لاحد منهم ان يتكلم في اذن الآخر لئلا يوجس العليل خيفة فيظن انهم يتكلمون عن مرضه الخطر . فاذا ارادوا بان يقولوا شيئاً خفية عنه فليكن خارج غرفته

ثالثاً النظافة التامة تمنع المرض واذا جرت عن ذلك فانها ترد الصحة بعد حدوث العلة وليست النظافة بالغسل والمسح فقط بل هي ايضاً بعدم وضع الثياب الوسخة في الجوار وتحت السرائر و بعدم حفظ فضلات الطعام والخضر والفاكهة لئلا تفسد وتنشر رائحتها

كم مرة شاهدت المرضى في بيوت شاهقة البناء متقنة الفرش وهم في حالة تستنكف منها النفس اذ لم يغتسلوا من ابتداء مرضهم و بذلك قد اهملوا الانتفاع بوظيفة الجلد بسد مساماته التي من وظيفتها افراز المواد الفاسدة من الجسد فعند ذلك يتجدد مرضهم ولا يكونون اثناء من مرض آخر اشد من الاول . وذلك بعكس الحال بين مرضى المستشفيات فانه حالما يؤتى بالمريض اليها يؤخذ حالاً الى الحمام وتنزع عنه ثيابه و يغسل بدنه اذا كان مرضه لا يمنع ذلك والا يغسل وهو ملقى على فراشه بكل راحة و يمسح بدنه بالماء والصابون و ينشف بمناشف نظيفة و يلبس ثياب نقية ومن ثم يفتح له نوافذ الغرفة ليتجدد الهواء و ينشقه نقياً وهو تحت غطائه المدفى، بحيث لا يمكن بان يبرد ولو كان في نصف الشتاء و يعطى كأس لبن او حليب فتلتهمش قواه و ينام ملء عينيه و ينسى ما لقيه في بيته .

رابعاً يجب ان يكون فراش المريض وغطاؤه ووساداته مناسبة لحال مرضه . فمن السهل عند الجميع و بسيط جداً ترتيب فراش لاجل انسان صحته جيدة ينام الليل بلا حراك وفي الصباح يترك الفراش ولا فرق عنده اذا كان الفراش مصنوع جيداً طالما هو نظيف ومدفى، . واما الذين يصرفون لياليهم ونهارهم يتقلبون على فراش الالم فيحتاجون لصنع فرشهم مطابقة لما يجلب لهم الراحة كالمصاب بالتيفويد مثلاً توضع له وسادة تحت ركبتاه فراش المصاب بالفالج يجب ان يكون ليناً جداً واما فراش من كسرت ساقه فيجب ان يكون قاسياً

خامساً لا يجوز ان يكون السرير من خشب اذا كان ممكن بان يكون حديداً اذ يسهل حفظه بغاية النظافة ولا يمتص رطوبة ولا تقدر الهوام بان تخرق فيه بيوتاً بصعب تنظيفها كالبق في الخشب واذا وجد في فعل رية البيت بان تمسح المواضع المبقعة بمحلول السليماني ٦ — ١٠٠٠ وهو الدواء المحقق لذلك او تستعمل هذه الوصفة