

باب الصحة والعلاج

طعام المرضى

للدكتور الرديس بكروث طبيب زوجة ولي عهد انكلترا

تمتاز صناعة الطب في هذه الايام باتجاه فكرة الاطباء الى طعام المرضى فانهم صاروا يهتمون بالمطبخ كما يهتمون بالصيدلية اي انهم يهتمون بالطعام كما يهتمون بالدواء (١) . وقد بحث العلماء في الطعام بحثاً نسيولوجياً وكيمائياً مدققاً منذ خمس وعشرين سنة الى الآن فأثبتوا اموراً كثيرة يمكن الاعتماد عليها في معالجة كثير من الامراض وعلى الطبيب ان يستخدم هذه الامور لرد الصحة . وشأنه في ذلك شأنه في استعمال الدواء اي النظر الى فعل الطعام بالمرضى الذي يعالجه . فان علم الطب قد تقدم واتسع بواسطة مباحث النسيولوجيين والكيمائيين ولكن المقياس الحقيقي لهذا التقدم هو فائدته في معالجة المرضى . ولم تزل الآراء مختلفة كثيراً في مسألة الطعام اما لجعلنا خواص كثير من انواعه او لاعتماد البعض منا في معالجة المرضى على ما علموه بالاستقراء القليل الذي لا يبنى عليه حكم

ولمسألة الطعام شأن كبير عند كثيرين من المرضى ولا سيما اهل الترف والمصابين بالهيبوخنديريا او بالدسبسيا . فان هؤلاء يستعملون كثيراً من الادوية وحين لا يرون منها فائدة يلجأون الى الحمامات المعدنية والدلك وشرب الماء الحار وينتقلون من طبيب الى طبيب آخر يتطلبون احدث علاج اكتشفه الاطباء لدوائهم ويواظبون على ذلك ولا سيما اذا اخلص اطباؤهم نصيحهم فانهم يكرهون الطبيب المخلص ولا يستفيدون منه ونحن في خطر من ان نضيع بين انواع الاغذية الكثيرة التي يعلن عنها بوميماً . فان الكيمائيين في اوربا واميركا ارادوا ان يساعدوا الطبيب فاستبعلوا انواعاً مختلفة من الاغذية ولم يكتفوا بذلك بل في نيتهم ان يأنفوا الادوية كلها ويستعضوا عنها بالطعام والتدبير الصحي . ومن القريب ان كثيرين يتقادون اليهم قبل ان يتدبروا الامر جيداً

(١) (المتطف) نعلم عن ثقة ان احد اطباء الاسكندرية المشهورين لا يعالج مريضاً الا ويدخل مضجعه ينز ويرانب كينية اعداد الطعام له ويرى مرتفات البيت وبوالمة وما اذا كانت محكمة تمنع انتشار الغازات السامة في البيت

فيستعملون لمراضهم اغذية كباوية لا يملعون خواصها ولا نفعها ولا ضررها
والمضرّة الكبرى من كل ذلك ان الطيب يحاول ان يجاري الزمان فيستعمل ما
يجد من الادوية والاغذية قبل ان يثاكد نفعه ويهجر الادوية والاغذية القديمة المثبتة
النفع ولذلك تجد صناعة الطب الآن اقل رسوخاً مما كانت عليه منذ خمسين عاماً بسبب
تهافت الاطباء على كل جديد

وقد اتقلت آراء الاطباء في اشهر الاغذية التي يغدّي بها المرضى . فقد كانوا
يرون ان جلاتين ارجل العجول مثلاً من اكثر الاطعمة تغذية ثم عدلوا عن هذا الرأي
فقل استعمال هذا الجلاتين وعادوا الآن الى القول بنائده فعادوا الى استعماله وعندى
ان نفعه قليل فلا يجب تركه ولا يجب الاعتماد عليه دائماً

وعصير لحم البقر (الذي يستخرج بوضع اللحم في فبينة واغلاقه ثم عصره) تضاربت
الاقوال فيه بين مادم وفادح . ولا شبهة الآن في انه منه معوض . ولكنه يضر كثيراً
حينما لا تدعو الحاجة الى استعماله كما في الحمى الروماتيزية . وله فعل ملين فلا يصح
استعماله في الحمى التيفريدية ولا الاسهال اذا كانت الامعاء في حالة التبيح . ولكن يمكن
استعمال خلاصات لحم الضأن والعجول والفراخ لانها ليست ملينة . ويجب ان نفرق بين
الطعام المناسب للأمراض الحادة والطعام المناسب للضعاف والناهين من المرض فان
كثرة الغذاء في الطعام ليست اهم ما يسأل عنه في الامراض الحادة . ففي اكثر
الامراض الحادة يمكن تناول عصير لحم البقر المستخضر حديثاً وهضمه بسهولة . وكثيراً
ما يضاف اليه البيسين ولا يرى لذلك لزوماً الا اذا ثبت ان عصارة المعدة قليلة او
ضعيفة . وهذا يصدق على اللبن ايضاً الذي يعطى كثيراً ممزوجاً بالبيسين . وعندى
ان الاجدر بالاطباء ان يصفوا الاغذية كما هي في الطبيعة بدون ان تكثر معالجتها
بالطبخ والدواء

وفي كثير من الامراض يحسن ان يتوع المرق فيعطى المريض مرق لحم العجول
مرة ومرق لحم الضأن اخرى ولحم الفرائج اخرى . ويمكن مزج اللبن بالمرق او بالروم
او البرندي او الوسكي

ولا بد من اغلاء اللبن ولا سيما قبل استعماله طعاماً للصفار . والاغلاء يزيل كثيراً من
مضار مويبي من الامراض المعدية التي قد تكون جراثيمها فيه . واذا اضيف الى
اللبن ماء الشعير او ماء الجير او مذوّب بي كربونات الصودا صار اسرع هضمًا في الصحة

والمرض سراة اغتذى به الصغار او الكبار . وتفضل الي كربونات اذا كان الانسان مصاباً بالقبض . ومثل اللبن مفيد جداً في الدسبيا والتهاب الامعاء والتهاب الاعور وانداد الامعاء ويمكن اعطاؤه بكثرة . وغراه السمك المغلي مع اللبن مفيد جداً ويتناوله الاولاد بسهولة اذا لم يكن شديد القوام . والمصل المحصول بالشب الابيض مفيد في الاسهال والحمى المعوية المصحوبة بالنزيف فيضاف درهم من مسحوق الشب الابيض الى الرطل من اللبن ويصني المصل . واذا لم يستطع المريض اخذ اللبن فيستغنى عنه بالقشدة المزوجة بما يعادلهما جرماً من الماء الساخن

واذا كان الغشاء المخاطي كثير التهيج فللبن الخليل فائدة كبيرة . واذا استعصى التي يسبب فعل منعكس في المعدة فاحسن علاج له اللبن الممزوج بثلاث جرمة من ماء الجير تؤخذ منه ملعقة صغيرة كل ربع ساعة ولا تزد الجرعة على ذلك

ومعلوم ان المريض لا يستطيع هضم الاطعمة النشوية ما دامت الحمى ولذلك يُعتمد على اللبن وعصير لحم البقر في الحيات . واني اشير بان يسقى المحموم ماء بارداً من وقت الى آخر فان الذين يميزونهم يسقونهم من خلاصات اللحم والاشربة القوية ويخلطون عليه بالماء البارد وحذا خطأه لانه يفضل الماء البارد على غيره وهو نافع له لانه يقوي قابليته للطعام وينظف فمه

وقد ذهبت الاطعمة النشوية بناء على انها غير مغذية ولكن ليس لذلك من سبب حقيقي على ما يظهر لي . فالاروروت المطبوخ بالماء او باللبن يكفي لتغذية كثيرين من الضعفاء الذين لا يستطيعون اكل الخبز . واذا مزج فنجان الاروروت المطبوخ باللبن بنصف ملعقة صغيرة من مسحوق الاروروت وعشر تمحات من مسحوق الترفة فهو نافع في الزكام المعدي او المعدي المعوي . ويمكن توقيف الاسهال به احياناً والبيض لا يوافق كثيرين لما فيه من الزلال ولكن محم يمكن ان يزرع بالشوربا او باللبن او يخيط بالسبوتو

وكثيراً ما يهمل الشاي والقهوة في معالجة الحيات بدون سبب كافي . فالشاي البارد الممزوج بالقشدة مناسب جداً للمصابين بالسبل اذا اخذوه في الصباح بعد عرق الليل . وكثيراً ما ينجح المريض من اكل لحم الضأن والبقر ويسمح له باكل لحم الفراخ ولا اعلم سبباً لذلك وعندني ان لحم الفراخ اعسر هضماً من لحم الضأن والبقر الجيد الطري . اما لحم السمك فيحسن ان يؤخذ لمن يميل الى الاكثار من اكل لحم البقر

والضأن لان الانسان غير ميال الى الاكثار من اكل السمك وهو يغذي تغذية كافية والافضل ان تبذل الحمة في معالجة المريض نفسه لاني معالجة المرض . فاننا كثيراً ما نرى الحمة مصروفة كلها الى المرض بدون التفات الى المريض كما في وصف الحمور والمنهيات وفي معالجة مرض بربط والقرص المزمن وهذا خطأ

واني استحسن استعمال اللبن المنزوعة تشدته في معالجة التهاب الكلية الابروي المزمن ولكن المريض قد يعافه او لا يفتدي منه فيجب ابداله بغيره . والاعذية التي يمكن تناولها حيثنر كثيرة كالخبز والزبدة والبطاطس والاسابنج ونحو ذلك من الخضر والبقول والاثمار المطبوخة . ولا يزيد البول الزلالي زيادة تذكر في الحالات المزمنة اذا اكل المريض سمكا مرة في اليوم او اذا اضيف الى طعامه مع يفتين . ويمكن ان يأكل قليلاً من اللحم مرة كل يومين فينتفع بذلك بدون زيادة في المرض . ولا بد من الانتباه الى حالة البول حيثنر . ومن المؤكد ان الكلية الكبيرة البيضاء في بعض الاحوال تدل على ضعف البنية ولذلك فالاعتناء بتغذية الجسد كله يساعد الكليتين على الشفاء . ومن الخطأ القطيع ان نيمت المريض جوعاً لكي نجيئه من مرضه . ولا بد من الانتباه للسنان والعادة والبنية والاستعداد

وعندي ان الاتصار على اللبن الصرف في معالجة الدميميا حسن جداً . ووافق الاطباء الذين لا يبيحون ان يضاف اليه شيء من مرق اللحم او المواد الشوية عدة اسابيع متوالية

وكثيراً ما لا تكون الاطعمة مناسبة للمصابين بالقرص فينحل الجسم وينصف . ولا بد في هذه الحال من ان يدرس كل شخص على حدته وتعلم عوائده السابقة واستعدادة الوراثي . ومنع اللحم والخمر مضر غالباً . وكثيراً ما تزول اعراض القرص بواسطة الطعام الجيد والخمر الصحيحة . وقد جرت العادة الآن ان يتبع المصابون بالقرص من اكل اللحم وشرب الخمر فاذا امتنعوا عمماً اعتادوه هم واسلائهم من قبلهم لم يتغلبوا على القرص بل تغلب القرص عليهم فيجب ان يعتنوا بصحتهم العامة وتغذية ابدانهم لكي تغلب على القرص والآساءت حالهم

الكوليرا في روسيا

كان المظنون ان الكوليرا لا تنتشر في البلدان الباردة ولا تشد وطأها في فصل الشتاء لشدة البرد فيه . لكن يظهر من تقرير تفصل الولايات المتحدة في مدينة بطرس برج

ان الكوليرا بقيت في روسيا كل فصل الشتاء البارد وكانت الوفيات فيها غير قليلة. وعلم من اخبار اميركا الاخيرة ان بعض الروسيين الذين هاجروا اليها ظهرت الكوليرا فيهم وهم في كندا قبل ان دخلوا الولايات المتحدة

الصحة في يابان

قال الدكتور اشמיד ان لبن البقر غير موجود في يابان فيضطر الامهات ان يرضعن اطفالهن من لبنهن وهذا ينجي الاطفال من امراض كثيرة ولاسيما من داء الكساح فان هذا الداء غير موجود هناك. وقال ان النساء اليابانيات لا يقبلن اطفالهن في شفاهم فينجون بذلك من الامراض التي تنتقل عدواها من شخص الى آخر بواسطة القليل. وكل اهالي يابان لا يشربون الماء الا بعد اغلائه مع الشاي فتقتل جراثيم الحمي التيوبيد منه ويروض بعض الديدان التي تعيش في بدن الانسان

اجور الاطباء

دعي الدكتور فريز لمعالجة نائب رامبور في بلاد الهند فعالجه ثلاثة اشهر وكان مصابا بداء المفاصل فدفع اليه عشرة آلاف جنيه. ولم يدفع الي طيب اكثر من ذلك الا الى الدكتور دمسدايل الذي دعي من لندن الى بطرس بروج لتطعيم الامبراطورة كاترينا الثانية فانها دفعت اليه عشرة آلاف جنيه اجرة والتي جنيه نفقات السفر واهدت اليه رسمها ولقب بارون وخمس مئة جنيه تدفع اليه سنويا مدة حياته

امراة ولود

جاء في السجل الطبي ان امراة عمرها ست عشرة سنة ولدت صبيين وبتين دفعة واحدة ولم يزالوا سيف قيد الحياة. وهي اول ولادة فاذا جرت على هذا النسق نابت مناب اربع من الموافر في تكثير نوع الانسان

الوقاية من الكوليرا بالتطعيم

وجد الدكتور كاين الشهير انه يمكن الوقاية من الكوليرا بالتطعيم بالبروتوبلازم المستخرج من انواع مختلفة من البكتيريا غير بائس الكوليرا فلا يتعرض المطعم به للكوليرا كما يتعرض لوطنم بالمادة المستخرجة من بائس الكوليرا. ومعلوم ان الدكتور كلين هذا من اشهر علماء البكتيريا ومن الذين قاوموا كوخ اشد المقاومة

عن الادوية

قابل بعضهم بين اثمان اشهر الادوية في اشهر المالك فوجد انها ارخص في بلاد
الدانميرك ثم تزيد في بقية البلدان على هذه النسبة اذا حُب متوسط ثمنها في بلاد
الدانميرك مثلاً

١٤٩	في سويسرا	١١٦	في نروج
١٦٣	• البرتغال	١١٧	• النمسا
١٩٧	• روسيا	١٢٥	• المجر
٢٤٢	• ايطاليا	١٢٦	• اسوج
٢٤٧	• فرنسا	١٤١	• بلجكا
٢٥٩	• انكلترا	١٤٥	• جرمانيا
٣٥٠	• الولايات المتحدة	١٤٧	• هولندا



عدد السكان وعدد الاطباء

ظهر من الاحصاء الاخير ان في مدن ايطاليا من السكان والاطباء كما في هذا

الجدول

عدد الاطباء	عدد السكان	
١٣٢٣	٨٧٨٨٠١	نابلي
٤٣١	٦١٣٩٩٥	تورين
٣٩١	٥٧٥١٦٤	ميلان
٢٨١	٥٣٩٨٥٥	فلورنسا
٥٠٦	٥٠٧٥٠٤	رومية
٣١٦	٤٨٦٤٤٨	بالرمو
٢٤٠	٤٢٥٨٥٤	جنوى
٢١٥	٣٥٤٥٨٤	بولونا
١١٧	٢٣٨٢٩٤	سينا
١٢٤	١٤٩٦٨٦	فيسيا

الكريوسوت في السل

بحث الدكتور البا في هذا الموضوع في جمعية برلين الطبية فقال ان بعض المرضى الذين يعالجون بالكريوسوت تظهر له فائدة فيهم ولكن هذه الفائدة عرضية اوهي خاصة ببعض الاعراض ولكنه لا يبيد في ازالة الداء على الاطلاق اي ان بائس السل لا يتأثر به فلا يقل عدده ولا يزول ضرره . والفائدة التي تحصل من الكريوسوت تحصل ايضا لو ترك المريض بلا علاج او عولج بتدبير الغذاء فقط . وقال الدكتور فرينجر انه لم يصف الكريوسوت مدة السنتين الماضيتين . وان نصف الذين كان يعالجهم به لم يكن له فعل بهم على الاطلاق وربعهم كان ينضرب به باضعافه قابليتهم للطعام والربع الاخير كان يستفيد او يشفى . ولكنه رأى ان الذين يعالجهم بدونه ويعتمد في معالجتهم على التدبير الغذائي والصحي فقط يستفيد ربعهم او اكثر فلا مزية للكريوسوت ان لم يكن منه ضرر

مستشفى السل

انشأ البارون روشيلد مستشفى لمرض السل في بلاد النمسا حيث يمكن معالجته بمجودة الهواء وقد اتفق عليه خمسة عشر الف جنيه

طعام المصابين بالتهاب الكلية المزمن

قال الدكتور ده جاردن بومتر في أكاديمية العلوم بباريس انه يجب الالتفات الى المواد السامة التي تتكون في بدن المصابين بالتهاب الكلية المزمن لا الى البول الزلالي اي يجب استخدام كل الوسائل لاجراج هذه السموم من البدن ولتغذية المريض بغذاء يقل تولدها ومنه من اجهاد قواه العقلية والجسدية . فالحم الذي يأكله المريض يجب ان يكون جديداً لانه اذا مضى عليه ثلاثة ايام تولدت فيه المواد السامة (تكسين) ويجب الامتناع عن اكل لحم السمك ولحم الصيد والحار والجبن لهذا السبب عتبه . ويجب ان يكون اكثر الطعام من اللبن الجديد ولا بد من تعميمه اي امانته الجرائم منه بالاعلاء . ولا بد من طبخ اللحم جيداً قبل اكله . وقال انه لم ير ان البيض يزيد البول الزلالي . وخير اللحوم ما كثر فيه الجلوتين . ومدح الارز من بين الحبوب النشوية . واثار بان يمنع تكوّن المواد السامة في القناة الهضمية باستعمال المواد التي تزيد الفساد من الامعاء كالبنزوتشول والعالول

واشار الدكتور سه بهذا الطعام وهو لتر من اللبن و ٢٥٠ غراماً من الخبز الابيض

و ٥٠٠ غرام من الثاي او القهوه و ١٠٠ غرام من المعرونة . وفي رأيه ان الادوية لا تنيد المصابين بالبول الزلالي . ويجب تجنب مدرات البول ما عدا القهوين واللكتروس . واما الدجيتال فيضر الكليتين . ومختضرات الحديد قد تزيد التفض . واليوديدات و املاح السترنسيوم والجبر تنيد بعض الفائدة

باب الزراعة

انتفاع الزراعة من العلم

للعالم بلبل مندر دار الامتحان الزراعي بانديانا

اشتهر العالم ليغ الاملاي منذ خمسين سنة بمكتشفاته الكيماوية المتعلقة بالزراعة فلقب ابا الكيمايا الزراعية . وكان اكثر بحثه في تركيب التربة وغذاء النبات . وهو اول من اثبت ان النبات يتغذي من مواد مخصوصة في التراب وان الاتربة والنباتات تختلف في تركيبها الكيماوي . وقد اتسع نطاق المعارف الزراعية من ايام ليغ الى الآن اتساعاً عظيماً واستفادت صناعة الزراعة منها فوائد لا تقدر

ولم يطرق العلماء طرق التفع قبلاً كما طرقوها في هذا العصر فصار عصرنا عصر الفائدة والفهم و صار العلماء يبذلون الجهد في حل المسائل التي منها نفع عمومي كالمسائل الزراعية ونحوها . وقد عضدتهم حكومة الولايات المتحدة الاميركية في ذلك وخصصت في السنة الماضية نحو مليون ريال للتجارب الزراعية . ولم يزل كثيرون يجهدون مقدار الفوائد التي نالتها صناعة الزراعة من العلوم الطبيعية . ومرادي الآت ان اذكر بعض الامثلة التي يظهر منها ان اهل الزراعة قد رجحوا ملايين من الريالات بواسطة المباحث العلمية الطبيعية وسيرجحون ملايين كثيرة بواسطة

وقد نتجت الفائدة الحقيقية الاولى من امتحان الاسمدة التجارية قد اثبت ليغ ان النباتات تستمد اكثر غذائها من الارض فتأخذ منها النيتروجين والبوتاسا والحامض الفسفوريك ولذلك تقل هذه المواد في الارض عاماً بعد عام فيقل خصبها بقلتها فيها ونقل حاملاتها . وفي الاسمدة الطبيعية نيتروجين وبوتاسا وحامض فوسفوريك ولذلك تعود الارض الى خصبها اذا سمدت بها . ولكن الاسمدة الطبيعية لايسهل الحصول