

ومن الامثلة في هذا الباب ما تراه من خط النور المنسحب على اثر انقضا ض الشهب وان هو الا رسم نقط متتابعة تتصل في العين فتراها خطأ واحداً ومثله ما ترى من الدائرة النارية التي يرسمها طرف العود المشتعل اذا دُور في اليد وعلى هذا بُني ما يُسمى بالصورة المتحركة على ما تكلمنا فيه غير مرة . ومن ذلك ان المسافر في سكة الحديد يرى الارض والاشجار تتجاري عن جانبيه وتدور الى خلفه ويرى الرجل او الدابة يمشي الى عكس جهة القطار فيرى حركة قوائمه الى الامام وحركة عامة جسمه الى الوراء . والامثلة في ذلك اكثر من ان تحصى فبإترك من تنزه عن الزيغ والخطأ وهو الهادي الى سواء السبيل



طرق استحمام الاطفال ونظافتهم

الحفزة الدكتور محمد عثمانوي الحكيم مفاتيح صحة مركز شبراخيت
بالبحيرة

ذكرنا في رسالتنا السابقة الصادرة في العدد الاول من مجلة الضياء الاغمر الاضرار الناتجة من عدم استحمام الاطفال واهمال نظافتهم والامراض المتولدة من امر هذا الاهمال ووعدنا بان نأتي على طرق استحمام الاطفال من يوم ولادتهم ووسائل نظافتهم ثم الوسائل الصحية اللازمة التي تقي الاطفال من الاصابة بالداء الزهري وهذا اوان وفاء هذا الوعد فنقول متى وُلد الطفل فبعد اتمام الاهتمامات اللازمة له حال الولادة وربط الحبل السري ربطاً قانونياً يلزم اجماعه على مرتبة او فراش نظيف ناعم

ويُلف بلفافة ناعمة حتى يكون دافئاً ويستحضر له حمام من ماء فاتر لغسل جسمه . وقبل الاستحمام يلزم ان يُدهن جسمه بزيت الزيتون النقي او زيت اللوز الحلو وخصوصاً مثاني الجلد الطبيعية كالابط وما بين الفخذين والاليتين والمأبضين اي باطن الركبتين لاذابة المادة الدهنية المغطيه لاجسام الاطفال المولودين حديثاً وسهولة ازلتها

ويبتدأ بغسل العينين اولاً اما بقطعة قطن طبي او بقطعة شاش جديد خال من النشاء ناعم ثم يغسل الجسم بقطعة اسفنج ناعمة او بقطعة شاش كالسابقة مرغى عليها بالصابون البسيط بمقدار كاف وبعد تمام استحمام الطفل على هذه الصورة يزال ما على جسمه من الصابون بمسحه بالاسفنج بعد عصرها وبعد ذلك يلف في مناشف ناعمة تدفأ على النار تدفئة خفيفة ويُجفف جسمه جيداً حتى لا يترك فيه اثر ابتلال ولا رطوبة ثم يُدثر الطفل بملابسه الخصوصية بعد تدفئتها ايضاً ويلزم ان تكون واسعة نظيفة ناعمة ملائمة لجسمه بحيث لا تضغط على اعضائه ولا يُلف فوقها بالاقطة كالطريقة المتبعة في مصر التي فيها يُشد على جسم الطفل وذراعيه حتى يصير جسمه شبه عصا فهذا من اشد الاضرار لانه مما يعوق التنفس ويقف في طريق نمو الجسم ويكون سبباً لدخول الحشرات في اثناء هذه اللفائف وتراكم الاوساخ تحتها . وبعد استحمام الطفل على الطريقة السابقة بكل سرعة حتى لا يتعرض لتعرية جسمه مدة مستطيلة وتدثيره بملابسه يلقى على فراشه لكي ينام ويستريح

ويحتس الاحتراس التام من استحمام الطفل في محل تكون نوافذه

مفتوحة او في محل بارد كما ينبغي الاحتراس التام من صب الماء على رأسه من بلبل (بزبوز) ابريق كما يفعل البعض لان هذا قد يكون سبباً في اختناقه وازهاق روحه

ثم يداوم على استحمام الطفل ونظافته بالطرق الآتية

اما الاستحمام فينبغي ان يكون كل يوم دفعتين صباحاً ومساءً او دفعة واحدة على الاقل يومياً في الصباح . وهو اما ان يكون في حمام من الزنك او في طست يحتوي على ماء فاتر بحيث اذا مسّت اليد فيه شعرت بانه أعلى من درجة حرارة الجسم بقليل . وهذا حمام يغمر فيه الطفل ما عدا رأسه ويُغسل جسمه بأسفنج ناعمة او قطعة شاش ناعمة مرغى عليها بالصابون البسيط كما اسلفنا وبعد نهاية الاستحمام يلزم تخفيف جسمه بمناشف ناعمة قد دُفئت على حرارة النار قليلاً كما تقدم شرحه ويحسن ان يدلك جسم الطفل دلماً لطيفاً بعد الاستحمام ثم يلبس ملابسه

ومع المداومة على ذلك من المفيد تنقيص درجة حرارة الحمام شيئاً فشيئاً بحسب تحمل بنية الطفل بحيث لا يزعج من هذا العمل . ويتوصل لتنقيص درجة حرارة الحمام الفاتر بالتدرج باضافة الماء البارد عليه بعد وضع الطفل فيه شيئاً فشيئاً حتى اذا ناهز الطفل الشهر الخامس او السادس اي اذا بلغ طور التسنين الاول امكن تدريجياً ان يوضع في حمام بارد اي درجة حرارته عادية وخصراً في فصل الصيف

هذه هي طريقة الاستحمام العام للاطفال واما مداومة نظافة اجزاء بدن الطفل فتكون بالطريقة الآتية

اولاً (نظافة العينين) يلزم تنظيف العينين كلما شوهدها فيها اثر للوسخ وخصوصاً ما يتجمع في الموقين من الرمض وهو الوسخ الابيض المتجمد وما يتجمع من ذلك في الاهداب وكذا ما يقع في العين من الغبار او القذى او ما شابه ذلك ويكون غسل العينين بقطعة قطن طبي او شاش نظيف جديد ناعم بماء فاتر لا بأس ان يرغى عليها بالصابون البسيط ارغاء خفيفاً لكن يحترس من دخول الصابون وملامسته المقلة بحيث يهيج العين ويؤلمها وافضل من ذلك غسل العينين بمحلول حامض البوريك ويمكن استحضار هذا المحلول استحضاراً منزلياً بان يوضع في زجاجة كبيرة تسع خمسة ألتار نصف كيلوجرام من حامض البوريك المتبلور او المسحوق ثم تملأ الزجاجة بالماء المقطر وتترك مدة حتى يذيب الماء من حامض البوريك مقدار ثلاثة الى اربعة في المائة وعند استعماله يصفى من الزجاجة ويزاد الماء الذي فيها كلما نقص الى ان يتم ذوبان الملح ثم يجدد

ولا بد من غسل عيون الاطفال في اليوم الواحد اربع دفعات على الاقل ويحترس الاحتراس التام من وضع اكال او مواد مهيجة في العين كما يفعل بعض القابلات مما يحدث فيها ضرراً متنوعاً من الرمد

ثانياً (نظافة الاذنين) فانه كثيراً ما لا يلتفت الى تنظيف آذان الاطفال فتتراكم فيها الاوساخ ومنهم من يضع فيها مواد تتعفن وينشأ عنها اوساخ تكون مجلبة للحشرات ولاجل منع ذلك يجب الاعتناء التام بنظافتها وذلك ان محارتي الاذنين (الصيوانين) لما كانتا كثيرتي التعاريج كانتا معرضتين لان تتجمع فيهما الاوساخ ولذا يلزم غسلهما من الظاهر فقط اما

باطن المحارة اي الصيوان فينظف بقطعة من القطن الطبي مغموسة في الماء الفاتر او قطعة من الشاش الناعم النظيف مع الاحتراس من دخول الماء في القنوات السمعية . واما داخل الاذن فينبغي ان لا يمس بشيء مطلقاً الا اذا ظهر هنالك التهاب او تقيح او ظهر من الطفل علامات تألم من داخل الاذن فيجب في هذه الاحوال عرضه على الطبيب واما صملاخ الاذن وهو الوسخ الذي يخرج من القنوات السمعية على هيئة مادة صفراء فيلزم تنظيفه بالطريقة السابقة وبعد ذلك يجب تشييف الاذن من البلل ثالثاً (نظافة الانف والحفر الانفية) اما نظافة الانف من الظاهر فسهلة للغاية واما الحفر الانفية عند الاطفال فيتكون عادة على جدرانها قشور سنجابية من المادة المخاطية المتجمدة وهذه قد تكون ملتصقة فما كان منها يخرج من الحفر الانفية من نفسه يجب رفعه بسهولة وما كان منها داخل الانف او ملتصقاً بجدران الحفر الانفية فلا ينبغي جذبه لئلا تحدث تسليخات في الغشاء المخاطي للحفر الانفية عسرة الشفاء واما اذا شوهد تراكمها داخل الحفر الانفية ومضايقتها لتنفس الطفل فيلزم تليينها بالماء الدافئ المضاف عليه قليل من ملح الطعام بنحو شعرية (فرشة) او قطعة قطن مائوفة على عود دقيق وبعد لينها تنفصل وتخرج وعند سيلان مواد مخاطية من الانف لا ينبغي تركها بالقرب من القم بل ترفع وينظف موضعها في الحال رابعاً (نظافة القم) وذلك ان الطفل الحديث العهد بالولادة قد يوجد في فيه مواد مخاطية ورغوية فيلزم ازالتها بمسح القم من الباطن بقطعة شاش لينة جديدة مغموسة في ماء فاتر . ثم انه ينبغي غسل القم بعد كل رضاعة

بقطعة شاش بهذه الصفة ايضاً حتى ان بقايا اللبن لا تتخمر وتتغفن في القم وتحدث التهابات فيه ولا يجوز ان تكون القطعة الشاش المستعملة متحملة لكثير من الماء خشية نفوذ الماء الى الحنجرة وقت العمل بل ينبغي عصرها عصرًا كافيًا . ولا ينبغي للامهات او المراضع ان يتركن اثناءهن في افواه ابنائهن وهن نيام اذ هذا قد يكون سبباً في هلاك الاطفال اما من دخول اللبن في الحنجرة او من سد القم والحفر الانفية بجرم اثدي وقد تسيل بقايا اللبن في القم بعد ترك الطفل للثدي وهذا خطأ واضح .

ويحتسب جيداً من وضع ايدي الاطفال في افواههم لانها قد تكون وسخة او ذات اظافر حادة تساخ القم ومن عادة الاطفال عند وصولهم الى الشهر الثالث فما بعده انهم كلما وجدوا شيئاً يوجهونه الى افواههم وهذا من اشد الخطر عليهم لان هذه المواد لا تخلو من ان تتحمل شيئاً من الاوساخ او جراثيم الامراض المعدية او تكون من الاشياء السامة فتؤدي بحياتهم ولا ينبغي وضع اصابع الغير في فم الطفل ما لم تكن نظيفة وعند وجود داعٍ موجب لذلك

خامساً (نظافة فروة الرأس) فانها كثيراً ما تكون بعد الولادة مغطاة بقشور سمراء ملتصقة بجلد الجمجمة والشعر الوربي فهذه لا ينبغي الاهتمام بها كثيراً وتفصل مع المداومة على الاستحمام بالطريقة السالفة وان لم تنفصل فلا بأس من دهنها بزيت الزيتون او زيت اللوز الحلو والجليسرين النقي او الفازلين حتى تلين وتفصل

سادساً (نظافة المغابن اي المطاوي الجلدية) وهي المطاوي التي خلف

الاذنين ومغابن العنق والابطين والمرفقين والبطن والاربتين وما بين
الفخذين والاليتين والمابضين فهذه كلها بعد المداومة على استحمام الاطفال
ونظافتهم بالطرق السابقة ينبغي تفقدوها على الخصوص فاذا وجد فيها اوساخ
في مدى الاربع والعشرين ساعة يلزم تنظيفها بالماء الفاتر كما اسلفنا وبعد
تنشيفها جيداً يذّر عليها مسحوق الارز الناعم جداً او مسحوق النشاء
الناعم ايضاً لمنع احتكاك جلد هذه المطاوي الرقيق وتسلخها . ويحترس
الاحتراس التام من وضع مسحوق الاسفيداج وهو مركب رصاصي او
مسحوق السيلقون وهو مركب زئبق فان هذه المركبات كثيراً ما يضعها
الجهلة في هذه الاماكن الرقيقة الجلد حتى مع تسلخها فتكون من اشد
السموم فضلاً عن تهيج الجلد بها وظهور طفحَات جلدية منها مؤلمة تكون
عائقة لنمو الطفل

سابعاً (نظافة الايدي) وهي من الواجبات المهمة وكذلك تقليم
الاظافر كلما طالت لانه كثيراً ما يحدث بها الاطفال تسلخات في وجوههم
واعينهم وافواههم فضلاً عن الاوساخ التي تراكمت تحتها . ويحترس جيداً عند
تقليم الاظافر من حدوث جروح في اطراف الانامل فانها قد تؤدي
الى خطر عظيم

ثامناً (ملاحظة ملابس الطفل) تختلف ملابس الطفل بالنسبة الى
ثروة اهله وافضل الملابس هي التي تكون من نوع الفلانلة الناعمة وعلى
العموم ينبغي ان تكون ملابسه واسعة لينه ولا يكون فيها حافات حادة ولا
تكون مشدودة على اعضائه حتى تضايقه بل يلزم ان تكون اعضاؤه حرة

يحركها كيف شاء لان هذا مما يساعد على نموه . ويلزم استبدال ملابس
الطفل بعد كل استحمام وعلى ذلك يلزم ان تكون نظيفة وعلى كل حال يلزم
استبدالها كلما لحقها شيء من المواد والرطوبات الفضيلة
واذا عود الطفل لبس القطنسوة (الطاقية) يلزم ان تكون خفيفة نظيفة
من نسيج لين وزناقتها يلزم ان يكون شريطاً ليناً ناعماً خشية ان يحتك بعنق
الطفل ويسلخه والا فلا بأس ان يترك عاري الرأس الى ان يكبر ويستغني
عن الزناق . واذا لبس جوارب يلزم ان تكون نظيفة ورباطها مرخي خشية
ان يعوق دورة الساق

ومتى كبر الطفل على هذا المنوال وبلغ سن السنة فلا بأس من
الاقتصار على استحمامه ثلاث دفعات في الاسبوع مع المداومة على نظافة
اجزاء بدنه كما اسلفنا ومتى صار يأكل يلزم وضع فوطه على صدره حتى
لا تتناثر الاطعمة على صدره وملابسه وتوسخها وعقب الاكل يلزم غسل
فيه يديه وتنشيفها جيداً

تاسعاً (فراش الطفل) فراش الطفل يلزم ان يكون ليناً ناعماً نظيفاً
ومن الحسن ان يوضع عليه مشمع طريء مغشى بطبقة من الفلانلة تغير
كلما تلوثت ويفسل المشمع بالصابون والعادة ان ينام الطفل في حضن والدته
او مرضعه او في سرير خصوصي فينبغي في كل حال ان يكون تنفسه
حرّاً وكذلك حركات اعضائه كلها بحيث لا يضغط عليه في شيء من ذلك
كما قدمناه قيل هذا . واما طرق وقاية الاطفال من الاصابة بالداء
الزهري فستكلم عليها في الجزء التالي ان شاء الله