ادوار الحياة

وهي مقالات تتضمن زبدة الحقائق التي يجب على كل انسان معرفتها لحفظ صحته وصحة عياله

لجناب الدكتور امين بك ابي خاطر

الارضاع والمراضع

بسطنا الكلام في الجزء الماضي على النواميس الثلثة الحاكمة على ابدان الاطفال من ابن ستة ايام الى سنتين ووعدنا هناك بأن نذكر القواعد الصحية التي ينبغي مراعاتها فيهم فنقول

ان القاعدة الصحية العامة الواجب اتباعها في اجتناب كل الاسباب المضعفة التي ذكرناها آنفاً . الاّ ان بعض الاحوال تدعو الى التخصيص في الكلام ولا سيما على الارضاع لانهُ اشهرها. فالارضاع معروف واول ما يخطر على بال المتأمل فيهِ هذا السؤال وهو هل الارضاع الطبيعي اي اطعام الطفل من ثدي المرضع افضل من الصناعي اي اطعامهُ حليب بقرة او عنزة. فالجواب بالايجاب بلا ريب لان الطبيعي افضل من كل الوجوه فيهِ غذاء الطفل المخلوق على نوعهِ ما لاجلهِ وهو اسهل هضماً وتمثيلاً من كل حليب يختلف عنهُ تركيباً . نعم ان الارضاع الصناعي قد افاد مراراً وربّى كثيرون من ذوي البنية الجيدة عليهِ ولكنهُ لا يوافق الجانب الاعظم من الاطفال وقد اثبتت احوالهم الصحية وجوب ابطالهِ ان كان ذلك في الامكان لانهُ يحدث فيهم امراضاً والتهابات معوية مستعصية وقد يحدث هزالاً سارياً لا يظهر لهُ سبب في الحالة العضوية للاجهزة المختلفة

وقد ظهر من المراقبات الطويلة الدقيقة في مستشفيات باريس ما يبيّن فضل الارضاع بما لا يبقي في الاذهان ريباً. وهاك جدولاً يتضمن ١٢٧٩ حادثة مات فيها الاطفال بسبب التهاب الامعاء

فالذين ماتوا وكانوا يرضعون الثدي			٤٦٨.
والذين " " "	الرضاعة	٥٨٦	
" " "	الثدي ثم الرضاعة	١٠٨	٧٨١.
" "	بعد ما فطموا باكراً	٨٧.	
			١٢٧٩

فيرى من ذلك افضلية الارضاع الطبيعي ولا سيما في المحلات التي لم يكثر فيها استعمال الرضاعات

ثم اذا فصّلنا الاعمار التي مات فيها العدد المذكور من الاطفال ظهرت لنا افضلية الارضاع الطبيعي باجلى بيان . فقد ظهر بعد هذا التفصيل ان الذين ماتوا وعمرهم من ١٠ الى ١٥ يوماً ٢١٣ طفلاً منهم ١٠٧ رضعوا الثدي و٣٠٥ الرضّاعة و١١ الثدي ثم الرضاعة والجملة ١٠٧ من الذين رضعوا الثدي و٢١٦ من الذين رضعوا غيره

والذين ماتوا وعمرهم من ١٥ يوماً الى شهر ٣٧٧ منهم ٩٩ رضعوا الثدي و١٥٨ الرضاعة و٢٢ الثدي ثم الرضاعة والجملة ٩٩ من الاولين و١٨١ من الآخرين

والذين ماتوا وعمرهم من شهر الى ٣ اشهر ٢١٨ منهم ٩٩ رضعوا الثدي و٩٣ الرضاعة و٢٣ الثدي ثم الرضاعة و٥ فطموا باكرًا والجملة ٩٩ من الاولين و١١٩ من الآخرين

والذين ماتوا وعمرهم من ٣ اشهر الى سنة ٤٦١ منهم ١٩٦ رضعوا الثدي و١٢١ الرضاعة و٥٢ الثدي ثم الرضاعة و٨٣ فطموا باكرًا والجملة ١٩٦ من الاولين و٢٦٥ من الآخرين

فيرى ما تقدم ان في الخمسة عشر يومًا الأول والخمسة عشر الثواني زاد معدل الموت في الارضاع الصناعي كثيرًا على ما في الطبيعي ومن ثم زاد معدل الموت بالثدي كلما تقدم الطفل سنًّا. ويرى ايضًا ان الطفل الضعيف يموت جوعًا اذا اغتذى بالرضّاعة في اياميه الأول وان الذين يغتذون بالثدي يحتملون اكثر ويعيشون اطول انما يموتون متأخرًا بسبب العوارض المختلفة التي تطرأ على الاطفال

وقد ظهر ايضًا من الابحاث الكثيرة في جمعية الطب في باريس ان معدل الموت في الذين يرضعون الثدي ١٠ في ١٠٠ وفي الذين يرضعون الرضاعة هو ٢٠ في ١٠٠ وان كلًّا من هذين النوعين يؤثر في الطفل الى زمان طويل وعدّلوا انه يموت من الاطفال الذين يغتذون بلبن امهاتهم ٣٥ في ١٠٠ من ساعة الولادة الى خمس سنين و٦٢ في ١٠٠ من الذين يغتذون بالرضاعة

هذا فيما يتعلق بافضلية الارضاع الطبيعي على الارضاع الصناعي. اما الارضاع الطبيعي فيكون بارضاع الطفل من ثدي امه او بارضاعه ثدي مرضع غيرها ومرادنا الآن ان نبين اي هذين النوعين افضل. الارضاع من الام ام من المرضع. وجوابًا على ذلك نقول انه اذا كانت بنية الام جيدة وصحتها تامة ولم تكن منهمكة بملذات العالم او انها انقطعت عن ملذاتها اهتمامًا بتغذية رضيعها فهي افضل من المرضع الغريبة بكثير والّا فالمرضع المستوفية لهذه الشروط انسب منها جدًّا

اما انتخاب المرضع فيراعى فيه اربعة امور الاوّل ان لا تكون جاوزت سن الثلاثين . والثاني ان يكون زمن ارضاعها اقرب ما يمكن من عمر الطفل واذا مرّ عليها اكثر من ستة اشهر وهي ترضع فالاسلم اجتنابها الاّ اذا اجتمعت فيها بقية الشروط. والثالث ان يكون ثدياها ناميين نموًّا كافيًا وحلمتاها بارزتين ومستقيمتين والرابع ان تتوفر في حليبها الشروط الآتية وهي ان يكون بلا رائحة وذا طعم حلو سكري قليلاً وذا قوام بحيث اذا وضع على سطح مستوٍ مائل قليلاً اجتمع على هيئة نقيطات . هذا وقد استخدموا المكروسكوب لمعرفة صفات حليب المرضع وبالغوا كثيرًا في لزوم ذلك والصحيح ان ما يعرف به هو الصديد في الحليب وهذا نادر الحدوث ويكون غالبًا مقترنًا باضطرابات ظاهرة في النسيج الغدي للثدي فيستدل منها واضحًا على وجود القيح وعلى مرور جزء منه مع الحليب . واما ما يطرأ على الحليب من تغير كيفيته وكميته فلا يستدل عليه بالمكروسكوب لان الحليب الجيد والردي يظهران فيه سيين

ومن معرفة التركيب الكيماوي للحليب يستفيد الانسان كثيرًا عمّا . وقد اثبتنا هنا الجدول الآتي للعلم بوشاردا . وهو يدل على تركيب الحليب اجزاءه في ١٠٠

		البقرة	الحمارة	العنزة	النجيبة	المرأة
اغذية مولدة للحرارة	زبدة	٣٨٫٥٩	١٣٫٧٣	٤٢٫١٣	٤٧٫٥	٣٠٫٧٦
	لبين ومواد خلاصية	٥٣٫٢١٥	٦٦٫٤١٥	٤٨٫٦٣٠		٧٤٫٣٠
	لبين صرف				٤٨٫٢	
اغذية تكوينية	جبين واليومن	٢٧٫١٩٥	٢٠٫٣٥٨	٤٤٫٢١	٥٦٫٧	١٢٫٦٨
اغذية غير عضوية	املاح	٤٫٢١٠	٢٫٧٨٧	٥٫٢٨	٥٫٧	١٫٤٨
	ماء	٨٦٦٫٦٩٠	٨٩٢٫٧٣٠	٨٥٩٫٧٧٠	٨٤١٫٨	٨٨٩٫٨٧
اجزاء جامدة		١٣٣٫٢١	١٠٦٫٢٨	١٤٠٫٢٢	١٥٩٫٩	١١٠٫١٣
ثقل نوعي		١٫٠٣٢٣٨	١٫٠٣٤٩	١٫٠٤٢٩		١٫٠٣٠١

ومما يجب الانتباه اليه ايضًا انتخاب المرضع فيجب ان تكون سالمة من كل مرض قابل الانتقال كالزهري والخنازيري الخ وان تكون جيّدة التنية تامة الصحة ذكية العقل ذات اخلاق لطيفة حسنة الانسان سمراء اللون سوداء العينين او عسليتهما وسوداء الشعر او كستنيته لان الجلد الابيض والعينين الناعمتين والشعر الاشقر الاشهب يغلب ان يكون حليب التي هي فيها غير موافق

وقد يؤخذ الطفل الى بيت المرضع فيلزم اذ ذاك الالتفات الى غير ما ذكرناه اعني الى ما

يختص بمكن المرضع وطبيعة البلدة التي هي فيها (كما اذا كانت غالبة مثلاً فتجنب) وصحة عائلتها ورفاهيتها ومعدل الموت فيها وهي امور يندر جدًّا ان تكون كلها على ما يرام في بيت المرضع مع انها ضرورية جدًّا لتأمين الوالدين على رضيعهم . لان المرضع التي تأخذ الرضيع الى بيتها انما تأخذهُ لتربح الدراهم وتحصّل ما تسد به رمقها وتتقي بلايا الفقر عنها فوضع الرضيع في بيتها عرضة لمحذورات شتى من هذا القبيل . ولذلك الاجدر بالوالدين عدم تسليم اطفالهم لمراضع يأخذنهم الى غير بيوتهم لانهُ قلما يعتنى بهم الاعتناء الواجب خارج بيوتهم

وبعد ابتداء الرضاعة طبيعيةً كانت او صناعية يضاف اليها تدريجًا بعض المواد الغذائية كالنشائية ثم الخضراوات

اما الارضاع الصناعي فانتخاب الآلة له امر شديد الاهمية لان حالة الرضّاعة يجب ان تكون لينة (كضرع البقر او العاج الليّن) وان يعتنى شديد الاعتناء بنظافتها فقد تختنق في المانيا ضرر الحلمات او افواه الرضّاعات الملغمة التي تحتوي غالبًا رصاصًا وتوتيا ولذلك جعلتها الحكومة تحت نظارة الپوليس . فمن جملة اضرارها ان احد الاطباء شاهد اعراض المغص الرصاصي في طفلٍ عمرهُ ستة اشهر ووجد بعد الفحص ان سببهُ في حلمة الرضاعة لانها كانت مركبة من رصاص وغيره فلما غُيرت الحلمة شفي الولد . وكُلف احد الكيماويين في معمل دائرة البوليس ان يفحص الحلمات المستعملة في منزل الرضّع ليكتشف السبب في سرعة فساد الحليب هناك وانبعاث الرائحة الكريهة منهُ فوجد بعد الفحص ان في الحليب الذي في الرضّاعات وفي قصباتها عددًا عظيمًا من البكتيريا الشيطة وفي الحلمات كتلاً من النباتات الدنيا على هيئة خيوط طويلة . وان هذه البكتيريا هي سبب حموضة الحليب وتخثرهِ

اما زمن الفطام فقد اختلف الاطباء في تعيينهِ فقال اكثرهم انهُ يكون بعد تمام السنة الاولى من العمر وقال غيرهم واخصهم تروسوانهُ بعد تمام السنين اي بعد السنين الاول . والحق ان تعيين ذلك على الاطلاق صعب جدًّا لان الفطام يتعلق من جهة واحدة بدرجة نمو الطفل وجودة صحتهِ وقوة بنيتهِ ومن جهة اخرى باستطاعة الام على احتمال اتعاب الرضاعة . وعلى كل حال يجب ان يكون الفطام تدريجًا بقدر الامكان

واما العوارض التي تطرأ على الطفل وقت السنين فتقتضي ان يعتني بهِ اهلهُ وطبيبهُ اعتناء زائدًا لانهُ يكون شديد التأثر من كل مؤثر مرضي ومن البرد والحر والنور والرطوبة التي يخشى منها في ذلك الوقت اكثر مما يخشى منها في كل وقت سواهُ لانهُ وقت نشوء الامراض الثقيلة في الاطفال وهذه الامراض قد ترافقهم عوافيها كل ايام حياتهم

المراضع * ان وجود المراضع الموافقة قلّما يتيسر للوالدين ولا سيما في المدن الكبرى ولذلك اضطروا في بعض البلدان ان يفتحوا محلات تجمع اليها المراضع . ويكون على المحل مدير يقبل المرضع باجرة معينة والغالب ان يقبلها اوّل شهر بلا اجرة وهو يدبّر لكل المراضع اللواتي في محلهِ اطفالاً يكونون ايضاً تحت ادارتهِ ونظارتهِ ويكون هو المسؤول بالرضيع والمرضع معاً ولا يعرف الوالدون سواهُ ولا مسئولية على المرضع واذا طلبت منهُ عائلة مرضعاً قدمها لها . فيخف بذلك عناء آباء العيال في وجود المراضع وانتخاب اجودهنّ

الاّ ان هذا الاصطلاح محذور لاسباب منها انهُ لا يطمئن بوبال الوالدين ولا المرضع وان الصلات الواجب احكامها بين اهل الطفل ومرضعهِ لا وجود لها وان المرضع ربّما كانت عائشة على عكس ما يرام فيخشى من عاقبة ارضائها للطفل الذي ترضعهُ بعيد دخولها الى المحل وان هذه المحلّات تكون غالباً مزدحمة بالمراضع فاسدة الهواء فلا تناسب صحة الرضيع

ولذلك انشأت الحكومة في اوربا محلات اضافتها الى ادارة المستشفيات فهي جديرة بان يعوّل عليها ويقتدى بمنشئيها لان مديريها لا يتجرون بالمراضع ولا يطعمون عليهنّ باجرة الشهر الاول ولا يتفرّون عليهنّ في الطعام ولذلك تكون ظروفهنّ فيها افضل واحوالهنّ الصحية اكمل ولا سيّما لان مديريها خبيرون بالقوانين الصحة وهم اطباء يعتنون بالاطفال والمراضع ولا يجلون العيال نفقة . وهذه المحلّات مفيدة للجمهور غاية الافادة وان كان منها خسارة ماليّة للحكومة

بيوت الاطفال * وقد انشأوا في اوربا بيوتاً لتربية الاطفال واناطوا بادارتها رجالاً عقلاء ووضعوا فيها نساء يعلن الاطفال وادارة طبية تلاحظهم . وهم يفتحون هذه البيوت الساعة الخامسة صباحاً ويغلقونها الساعة الثامنة مساء ويقبلون فيها الاطفال الذين لا تتدر امهاتهم على الاعتناء الواجب بهم انفرادهنّ فتضع الام ولدها فيها وتذهب الى اشغالها نهاراً ثم تعود مساء فتاخذهُ الى بيتها غير ان الحكومة لم تعترف بهذه المحلات حتى الآن لانها لم تر منها فائدة ووجدت معدل الموت فيها عظيماً لكثرة تجمع الاطفال والناس فيها ولكون المرأة الواحدة تلتزم فيها ان تعول من ستة الى ثمانية اطفال حال كون الام تعجز عن الاعتناء بابنها الوحيد هذا عدا عن انهُ لا يتوب احد مناب الام نهاراً فتسكنهُ وتلاطفهُ وترفق بهِ بحنوّ لا يكون في غيرها . ففائدة هذه المحلّات لا يعتد بها الاّ بعد النظام