باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم اهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس بالنسبة الى المسكن والرياضة ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

الشهقة[1] والحصبة

في الخمسة الاشهر الاولى من كل عام يتفشى هذان المرضان فيشغلان بال الامهات ويرديان بحياة كثير من اطفالهن ولاسيما في هذا القطر حيث تقل عناية السواد الاعظم بالاطفال وقت الاصابة بهما لاعتقاد العامة انهما مرضان بسيطان لا يقاسان بغيرهما من الامراض الشديدة الخطر كالحميات وغيرها ولقد عثرت على مقالة لطبيب انكليزي عن ذينك المرضين فرددت نقلها لانها كثيرة الفوائد قريبة التناول قال

خير ما اوجه الكلام اليه تحذير الامهات من اهمال واحد من مرضين هما الشهقة والحصبة لانهُ ثبت بالامتحان ان جراثيمها تقوى وتشتد عاماً بعد عام وفتكها يتعاظم بالاطفال كلما سار الزمن بنا وهذا ما اروم الكلام عليهِ . فالواجب ان لا نستخف بمرض منهما بل ان نصرف اليهما كل عناية واهتمام

فالشهقة مرض سببهُ مكروبات كغيرهِ من الامراض ولقد عرفنا ذلك من كونهِ معدياً سريع الانتشار ومن سريانهِ في جسم المصاب بهِ ولكننا لم نكتشف بعدُ الميكروبات نفسها. على ان بعض الباحثين يقول بوجودها في البصاق الذي ينفثهُ المريض من رئتيهِ والامل وثيق ان مزاولة البحث تؤدي الى اكتشاف المكروب الحقيقي كما اظهر البحث مكروبات الدفتيريا والحمى التيفوئيدية وغيرهما

والشهقة دور هو دور الحضانة واعني بهِ المدة التي بين بدء المرض وظهورهِ وهي من ثلاثة ايام الى اربعة عشرة يوماً . فيعتري المصاب في اثنائها زكام شديد وانزعاج وتململ وضجر فلا يرضيهِ امر . اما بدء هجوم المرض فيعرف من صوت السعال القوي الذي يميزهُ عن السعال العادي ويحاول الطفل ان يمسك بكلتا يدهِ كل ما تقعان عليهِ ويشتد تنفسهُ

(١) وتسمى بالسعال الديكي

ويتحرك صدره كمن يلهث من تعب مضنٍ ويحاول اخراج كل ما في رئتيه من الهواء ثم تظهر عليه اعراض الاختناق فيزرق وجهه حتى يظن ان ساعته اتت ويعقب ذلك فرج بدخول الهواء الى رئتيه فيسمع عندئذٍ الصوت النوبي ويتنعش كمن ترد روحه اليه . وهذا الصوت يشبه صفارة البخار وسببه حدوثه ان الهواء يدخل القصبة الهوائية وهي مقفلة نصف اقفال ولو كانت مفتوحة تماماً كما تكون في حال الصحة لما سمع الصوت

ويشتد المرض ليلاً فيحرم اهل المصاب الراحة ولذة النوم . وينفث المصاب بادئ بدء بلغماً خفيفاً ثم يرق كما تقدم سير المرض الى ان يسهل نفث البلغم ولا تكون درجة الحمى قوية . وكثيراً ما يظهر من هيئات الاطفال بين نوب السعال انهم مستريحون تماماً فعلى الامهات ان لا يخدعن بالظواهر فيهملن العناية بهم لانه ما دام المرض موجوداً فهم عرضة لخطر شديد ينجم عن اختلاط في الرئتين ولاسيما اذا تعرض الطفل للبرد القارس

هذا ولما كان هذا المرض معدياً وجب على الامهات عزل المرضى عن الاصحاء . اما السبب في انتشاره فما ينتشه المصاب في اثناء السعال فيجب وضع منديل نجاه فمه كلما سعل وغسله فوراً بالماء النقي او بمحلول مطهر او حرقه . ويجب غسل ملاءات السرير بالماء النقي والصابون او نقعها بمحلول مطهر وغسل « الناموسيات » ايضاً لانها من وسائط نقل العدوى

اما مرض الحصبة فهو في الغالب يعقب مرض الشهقة

اما معالجة الشهقة فلا تخلو من صعوبة لان ما ينجع في حال منه لا ينجع في حال آخر وقد جربت فيه عدة وصفات نذكر اهمها

(١) الاثيرين فيعطى الطفل قمحة واحدة منه عن كل سنة من عمره وتعطى الجرعة كل اربع ساعات اوست او ثمان بحسب اشتداد المرض

(٢) مزيج البروموفورم يعطى حسب اشارة الطبيب وهو يركب من عشر نقط من البروموفورم ودرهمين من الالكحول المصحح و ١٢ درهماً كلسرين ودرهمين من صبغة حب الهال

(٣) ويعطى بروميد البوتاس لتخفيف نوب السعال

(٤) ضع نقطاً قليلة من الحامض الفنيك في صحن يحمى على النار فينبعث منه بخار ينشقه المريض . اوضعها في عشرين اوقية من الماء الغالي واضف اليه اوقية من الحامض الفنيك واوقية من الكسرين

ومن التجارب التي مدحت لتمكين نوبات السعال ان يمسك ذلك المريض الاسفل في بدء النوبة ويحركه الى الامام والى اسفل . وكذلك استنشاق القطران متى طال المرض

رحمه صروف

فلورنس نيتنغايل

سيدة فاضلة حازت من اكرام الملوك ما لم تحزه سيدة قبلها لانها افادت نوع الانسان اكثر مما افادته اية امرأة اخرى غيرها

لا يخفى ان تمريض المرضى والجرحى صناعة خاصة بالنساء لا يستطيعها غيرهن كما يستطعنها . اما تمريض المرضى في البيوت والمستشفيات فتسهل الناطقة بالمرضات واما تمريض الجرحى من الجنود في ساحات القتال فكان موكولاً في الغالب الى الرجال او الى ممرضات يستأجرن لهذا وهن غير متمرنات في صناعة التمريض ولا متربيات تربية حسنة فيقضين اوقاتهن في السكر والخلاعة . ولم يخطر على البال ان النساء الشريفات الاصل المتربيات افضل تربية يتتدبن الى تمريض الجرحى في ساحة القتال او يتبرعن لهذا من انفسهن تبرعاً ولكن الامر الذي لم يخطر على البال ولا حُسب في دائرة الاحتمال نعلمهُ هذه السيدة وهي فتاة في غضاضة الصبا لا قصد التعيش لانها ابنة رجل واسع الثروة ولكن شفقة على جرحى الحروب الذين يموتون بالوجع والالم ولا احد يبرد السنتهم بشربة ماء — على الجرحى الذين يكون كثيرون منهم من نخبة شبان البلاد المتادين رفاهة العيش ومع ذلك يتركون بعضهم فوق بعض اكداساً حتى ينزف دمهم او تتعفن جراحهم او تأكلهم الضواري والكواسر او يسلمون لعناية جنود جهلاء فظاظ الطباع او نساء لا يعرفن التمريض وحسن التربية

ابتدأت هذه السيدة عملها الشريف قبل حرب القرم فتركت بيت ابيها وما يحيط بها من رفاء العيش ومعاشرة الاصدقاء ودرست علم التمريض في بلاد الالمانيز وفي المانيا وقضت في الدرس والممارسة عشر سنوات وكان النساء اللواتي يستخدمن ممرضات يقضين اوقاتهن في السكر فيكن اقل من الجنود شفقة فلما حدثت واقعة الما من وقائع حرب القرم ووصلت اخبار ما اصاب جرحاها الى بلاد الانكليز قامت البلاد وقعدت وتبرع كثيرات من النساء للذهاب الى ساحة القتال وتمريض الجرحى لكنهن لا يعرفن شيئاً من فن التمريض وخاف وزير الحربية ان يسمح لهن بالذهاب فيمرضن من مجرد رؤية الجرحى ولكنهُ كان يعرف فلورنس نيتنغايل ويعرف مقدرتها العلمية والادبية فكتب اليها وطلب منها ان تذهب

لتمريض المرضى والجرحى وتختار المرضات اللواتي تتوسم فيهنَّ الكفاءة وتتولى ادارتهنَّ وقال انها اقدر امرأة في البلاد الانكليزية على ادارة هذا العمل . واتفق انها هي كتبت اليهِ في ذلك الوقت نفسهِ تعرض نفسها لتمريض الجرحى فوصل كتابهُ اليها حينما وصل كتابها اليهِ فتم الاتفاق على ارسالها الى مستشفى اسكودار تمام الاستانة وفي اقل من اسبوع اختارت من المستشفيات الانكليزية ٣٨ ممرضة وسافرت بهنَّ في الحادي والعشرين من اكتوبر سنة ١٨٥٤ ومعها المستر سيدني هربرت وزوجتهُ وهو صديق ابيها . وكان لسفر هؤلاء المرضات شأن كبير في فرنسا فكان الخيَّالون يحملون امتعتهنَّ ويمتنعون عن اخذ الاجرة وعرَّض اصحاب الفنادق ان ينزلوهنَّ في فنادقهم مجانًا لان الجميع كانوا يعلمون انهنَّ ذاهبات لتمريض الجرحى من الفرنسويين والانكليز وغيرهم . ووصلنَ اسكودار في الرابع من نوفمبر بعد سفر شاق كادت سفينتهنَّ تغرق فيهِ

والمستشفى العسكري في اسكودار تكنة عسكرية على مرتفع من الارض في بقعة من اجمل بقاع الدنيا وهو اوسع المستشفيات العسكرية في المسكونة يستطيع اثنا عشر الف عسكري ان يتمرنوا في ساحتهِ الداخلية ومع ذلك امتلأت غرفهُ كلها بالجرحى ووضع كثيرون منهم في ساحتهِ لانهُ لم يبقَ لهم مكان في الغرف

وكانت السفن تأتي من بلاد القرم مملوءة بالجرحى بعد ان يكونوا قد تركوا اياماً في ساحة القتال فيصلون وجراحهم ملتهبة او متعفنة وثيابهم يابسة من الدم الذي جفَّ عليها وحالتهم تفتت الاكباد وفشت فيهم الكوليرا وفشى الطاعون ايضاً فكانا فتكا على اثالة

قلنا ان هذا المستشفى كان تكنة عسكرية فحوِّل حينئذٍ الى مستشفى ولكن لم يكن فيهِ شيء من لوازم المستشفيات لا ملاآت ولا شراشف ولا طسوت ولا اباريق ولا مناشف ولا ثياب ولا صابون ولا اطعمة مناسبة . وكان الجراحون قليل العدد جدًّا وهو في بقعة من اجمل البقاع الطبيعيَّة كما تقدَّم ولكن احاطت بهِ الاقذار من كل ناحية وملأتهُ الجرذان الكبار حتى انها كانت تنهش اعضاء الجرحى وتأكل طعامهم

ومع كل هذه المصاعب والحوائل لم يمضِ عشرة ايام حتى نظفت هذه السيدة امرَّة ثمانمئة من الجرحى واعدَّت لهم الطعام الكافي الصالح . واستأجرت بيتاً كبيراً اقامت فيهِ النسالات لغسل الثياب والامتعة وفي اقل من ثلاثة اشهر اعدت عشرة آلاف قميص للجرحى

وغنيٌّ عن البيان انها كانت تضطر ان تقف على رجليها نهاراً وليلاً لكي تستطيع ادارة هذا العمل الكبير الشاق ولولا ما خُصَّت بهِ من كبر العقل وحسن الادارة والشفقة الشديدة

لما استطاعت ان تعمل ربع العمل الذي عملتهُ . ورأى الجرحى والمرضى منها ذلك فعبدوها عبادةً ولم يعودوا يخالفون لها امرًا . وكانت تعمل بيديها ما لا يعملهُ غيرها من الممرضات فتغسل الجراح وتواسيها وتطعم المرضى والجرحى وتسقيهم الادوية وتطيب قلوبهم ولا تكفّ عن ذلك لا نهارًا ولا ليلاً واذا احتضر احدهم وقطع الرجاء من شفائهِ نادتهُ اليهِ وطلب منها ان تكتب وصيتهُ وتستلم ما معهُ من ساعة او خاتم او ما اشبهُ لكي تسلمهُ لاهلهِ . ومرض ثمانية من الاطباء الذين معها ومات سبعة منهم واثنتان من الممرضات لكنها صبرت على ذلك وبقيت ادارة المستشفى على حالها كانها اخذت اعمال كل الذين ماتوا

ولما نظّمت امر هذا المستشفى مضت الى القرم الى ساحة القتال فقابلها القائد العام لورد رغلان فالترحاب والاحترام وجالت بين الجنود ورأت المستشفيات التي هناك ونظّمتها ولما رآها الجنود الذين كانوا يحاصرون قلعة سباستوبول حقروا لها هتافًا شديدًا تعجب لهُ الروس . واصيبت بالحمى وهي هناك فمرّضتها مسز روبرتس وعادت الى عملها حالما شفيت وبقيت فيهِ الى ان وضعت الحرب اوزارها واقفلت المستشفيات فعادت الى بلادها متذكرة لكي لا يحتفل بها احد ولكن البلاد كلها عرفت قدرها فاحتفلت بها احتفالاً عظيمًا وارادت ان تقدم لها هدية نفيسة فلم تقبل وخصصت المال الذي اريد ان يهدى اليها لانشاء مستشفى فانشئ وسمي باسمها واستدعتها الملكة فكتوريا اليها وشكرتها اعظم شكر على عملها

وقد حملت الينا الاخبار منذ مدة ان ملك الانكليز اهدى اليها نشان الاستحقاق الذي لم يهدَ الاَّ الى الاربعة والعشرين القدين هم اعظم عظماء السلطنة الانكليزية كنورد كروس ولورد روبرتس ولورد كتشنر ولورد كتفن ولورد لستر وهي المرأة الوحيدة التي حازت هذا الشرف . وبعث اليها امبراطور المانيا طاقة من الازهار البديعة وكتب مهنئًا اياها ولقّبها في كتابهِ بملكة الممرضات مفتخرًا بانها درست فن التمريض في المانيا . ثم منحت حرية مدينة لندن وهي الآن في الثامنة والثمانين من عمرها

آداب المائدة وقت العشاء

تكتب الوان الاطعمة في ورقة توضع امام كل صحفة حتى يقرأها كل احد فيعلم ما يختارهُ من الوان الطعام التي تقدَّم لهُ

يوضع الخبز على اليسار ويكسر باليد لا بالسكين لئلاَّ يتطاير منهُ فتات الى عيون الجلوس يوضع ما يختص بالطعام نحو من الملاعق والشوك والسكاكين على جانبي الصحفة واما

ما يختص منها بالحلو فيوضع امام الصحفة وما يختص بالفاكهة فيوضع على صحفة الفاكهة التي يؤتى بها بعد اكل الحلو وتوضع الكاس التي فيها امامها على الملاءة الصغيرة التي تحتها

ويؤكل الحلو الجامد بالشوكة والسائل بالملعقة والسلطة بالسكين والشوكة واذا كانت الخضر مطبوخة وتحتها قطع خبز فلا تؤكل قطع الخبز بل تترك مكانها لانها لامتصاص الماء الذي يتحلب من الخضر . ويؤكل الجبن بقطع قطعة منهُ بالسكين ووضعها على قطعة الخبز وهي ممسوكة باليسرى بين الابهام والسبابة

ويؤكل الجرجير باليد والبعض يأكلون الطليون باليد ايضاً والبعض يأكلونهِ بالشوكة

كريما الموز

خذ اثني عشرة موزة ناضجة جداً وقشرها وامرسها حتى تصير كالعصيدة واضف اليها من السكر الناعم ما يكفي لتحليتها واضف اليها ايضاً فنجاناً كبيراً من القشدة (الكريما) وامزج الموز بالقشدة جيداً حتى يكون من ذلك مادة كالزبد بعد ان تضيف اليها نقطاً قليلة من عصير الليمون

ضرر السهر

سئل رجل بالامس عن صحة زوجتهِ فقال انها على تمام الصحة هذا العام خلافاً لما كانت عليهِ في الاعوام السالفة مع انها ملازمة بيتها الآن ولم تسهر ليلة واحدة في الاوبرا . وقد ذكر عدم سهرها في الاوبرا كعلة لاستفاديهِ من تحسُّن صحتها ولو امعن نظرهُ لرأى ان عدم سهرها هو الذي اجاد صحتها لانهُ لا شيءٌ يضني الجسم مثل السهر الطويل ولا شيءٌ يريحهُ ويقويهِ مثل النوم الباكر الكافي

وقال آخر لطبيب وقد سألهُ عما فعل حتى بقي في صحتهِ وكاد يبلغ السبعين وهو لا يزال كأنهُ ابن اربعين سنة اني انام باكراً فلا تأتي الساعة العاشرة ليلاً حتى تجدني في فراشي ولم ادخن التبغ في حياتي ولا شربت مسكراً . فقال لهُ الطبيب فهذا سر تتمتعك بالصحة التامة

وقيل لاحد كبار الكتّاب كيف استطعت ان تؤلف هذه الكتب الكثيرة وكم ساعة تشتغل في النهار . فقال اني لا اشتغل اكثر مما يشتغل غيري ولكني انام باكراً وانهض باكراً واكتب اكثر ما اكتبهُ في الصباح فلا ينتصف النهار حتى اكون قد اتممت شغلي وكل ما اكتبهُ حينئذٍ لا احتاج الى مراجعتهِ وتنقيحهِ لانهُ من احسن ما استطيعهُ ولولا النوم الباكر ما قدرت ان أؤلف نصف ما الفتهُ واذا اضطررت ان اسهر في بعض الليالي الى نصف الليل اضعت النهار التالي لاني لا استطيع ان اكتب فيهِ شيئاً يرضيني