

## العصي أو النورستينيا

النورستينيا كلمتان يونانيتان معناهما ضعف الاعصاب وإذا أشار اليه الجمهور في مصر وعبروا عنه بكلمة عربية قالوا العصي . ويراد به في اصطلاح الطب ضعف عصبي ونقي شديداً كان او خفيفاً وسببه اجهاد القوى العقلية والبدنية معاً . وربما صح القول انه « موضة » امراض هذا العصر اذ يكاد كل احد يشكو منه ومن لم يشك منه لانه مصاب حقيقة حسب انه مصاب وهماً . وسيبقى هذا المرض « موضة » الامراض ما دام الناس عنى ما هم عليه من الانهماك بهذه العيشة وما دامت مهامهم متكاثرة عليهم وآخذاً بعضها باذئاب بعض

فاهم من اعظم بواعث هذا الداء في الرجال وانساء — الرجل يهتم بشؤون عمله والمرأة بشؤون منزلها الى حد الانراط في الحائتين . وما يساعد على ظهور هذا الداء الوراثية فان اصحاب الامزجة العصبية أكثر عرضة له من غيرهم

قلنا فيما تقدم ان سبب هذا الداء اجهاد القوى العقلية والبدنية معاً . وانما قلنا « معاً » لان الذين يجهدون قواهم البدنية فقط كاصحاب الحرف اليدوية قلما يصابون به . وانما ما يكون في اهل الحرف العقلية ولا سيما اذا اجهدوا انفسهم وكانوا من ذوي المزاج العصبي . وهؤلاء اذا اصابوا بالنورستينيا استعصت فيهم على العلاج بخلاف ذوي المزاج اللطيف فان شفاهم منها انهل بكثير . وقد نشأ النورستينيا من مرض آخر او حادث خفي

واعراضها تختلف كما وكيفاً باختلاف المصابين بها ولكن لا بد فيهم كلهم من الشعور بالتعب والاعياء وسرعة الاتعبال وتبيح الاعصاب اشتد هذا الشعور او قل . والاعراض اما ان تكون عقلية وبدنية معاً وانما ان تكون احدهما وهو الأكثر . والاعراض العقلية هي عدم استطاعة المصاب ان يحمص فكره وانتباهه في شغله . وضعف ذكرااته . وتناوش المخاوف اياه في حين انه يدرك غالباً ان غاوة في غير عنها ولا اساس من الصحة لها . ومع ذلك لا يتدر ان يتخلص منها بالكيفية . وكثيراً ما تساوره الهوس والقسود الى حد يقرب من المايخوليا والجنون وربما وقع فيها فعلاً

ومن اعراضها ايضا الازرق فترى المصاب بها متناوفاً على الدوام ولكنه لا ينام . واذما جاءه النوم كان كثير الاحلام المرعبة . ومنها وجع الرأس عند التقاء ( اي مؤخر الرقبة ) او وجع منتشر في الرأس كله يسجبه وجع في الظهر . واذما طلب المصاب التسلي بالقراءة لا تثبت عيناه ان تكلأ منها . وينزور عرقه في سطح الجسم كله او في مواضع معينة منه . ويحمر جلده لاقط طارش ويكون نبضه منتفخاً في الغالب وقلبه سريع الضربات غير منتظماً ولذلك كثيراً ما يشكو المصنفان وتقل قابليته للطعام فلا يأكل الا القليل من الطعام الكثير التوابل التي تجلب التابلية . والغالب ان يصاب بتعدد في المعدة ويشعر بثقل فيها بعبء الطعام . ويرسب من البول راسب ابيض او محمر وتقوم كآباته وعودها من اعظم اسباب النورستينيا في النساء . ومن اسبابها ايضا تهيج الاميال الجنسية . ومن الاعراض الظاهرة ورم الجفنين الاسفلين وامتزاج السحنة ونحافة الجسم على الغالب

اما علاج النورستينيا فيتوقف على طبيعتها . في احوال كثيرة يستحيل علاج الامراض العصبية التي النورستينيا منها وذلك لان الانسان لم يمتد بعد الى طريقة لاصلاح الاعصاب التي يسدها الداء حتى ذهب بعضهم الى ان ذلك خارج عن طوقه مما بلغ اليه علمه في المستقبل . ولكن يقال من جهة اخرى ان حسن معالجة الامراض العصبية انضى بضر الاحيدان الى نتائج مذهشة ولكن سير المرض في معظم الحوادث التي عولجت اوقف عند حد ما وان الاعراض خففت كثيراً . وعليه ليس من الحكمة الاستسلام الى اليأس في الامراض العصبية مهما اشتدت ولو كان الاذار في الغالب رديفاً

والعلاج يفرم بشرط الادوية وتنظيم الطعام والراحة والرياضة والدلك والجراحة والكهربائية والحمامات وغيرها من الوسائل . ولكن افضلها كلها توجيه النواصير العصبية والادوية في تعال نوى التصيل وتقريرتها وخصوصاً كبح جماح النفس وامتلاك العواطف

اما اسباب الامراض العصبية فثما ما هو خارج طوقنا ومنها ما هو ضمن دائرتنا . فمن التصيل الاول الحوادث الفصائية كالبرد الشديد . فاننا لا نستطيع منعها ولا ان نتحوط لها نتحوط الكافي عن الدوام . ومن التصيل الثاني ما كان في طاقتنا

التحكم فيه ومنعة على قدر الامكان كشرب المكدرات والمدوى بالامراض  
ازهرية وهي من عظم مسببات الامراض العصبية . اما الامراض الزهرية فيجب  
توقها واذ ظهرت فالواجب ان تعالج معالجة قاطعة مانعة والاظهر اؤها الويل  
في الجهاز العصبي ولو بعد مرور السن . واما المكدرات فلا بد من الامتناع عنها  
او الاقلال من شربها شيئاً فشيئاً والا كانت عاقبتها شراً من طاقبة الامراض  
الزهرية على الجهاز العصبي

وغني عن البيان ان الوراثية خارجة عن دائرة طاقتنا في معظم فروعها لانه  
اذا كان الوالدان من ذوي المزاج العصبي فالغالب ان يكون اولادها كذلك .  
واولادنا الذين العصيين صغار القدود غالباً قلقوا الحركة سريعو الاعمال والحفظ  
لكن يعوزهم الثبات والمثابرة على العمل . فاولاد مثل هؤلاء اما ان يكونوا مصدر  
خير كثير او شر كثير تبعاً لما يبذل في شأنهم من العناية او الامل . فاذا عني  
بهم فربما بلغوا درجة النبوغ ولكن مقابل كل نايبة الوفا من المنحطين في عقولهم  
او اخلاقهم او بليتهم البدنية

والمرأة العصبية شريرة لاولادها لانهم لا يلبثون ان يقتبوا كل عيوبها  
ولاسيما ان الاولاد سريعو التقليد ولكن يندر ان يستطع الواحد منا افهام  
المرأة العصبية هذه الحقيقة من غير ايلام عواطفها كما انه يتعذر في الغالب تعيين  
مرية للاولاد غير اهم العصبية

ويقال بالاجمال ان معالجة النورستينا مثل معالجة سائر الامراض العصبية فا  
يصح على الثانية يصح على الاولى . ومدار المعالجة اولاً على الاقتران عن  
الاشغال والاعمال مدة والغالب ان الاقتران عنها شهراً او شهرين يعيد الى العليل  
قواه فيشفى شفاء تاماً ويستأنف عمله كأنه لم يقب بمرض ما

وثانياً على تغيير المسكن الى مسكن آخر اصح هواء  
وثالثاً على تدهوم الحياة وتناسي مشاغليها والعيشة كما لو كان المصاب بلا  
عقل يتكره

ورابعاً على الاعتدال في المأكل بالامتناع عن الاطعمة الضخمة والاعتدال  
على الاطعمة المنفذية السهلة الهضم

وخامساً على الامتناع عن كل مشروب سوى الماء القراح وما يصفه الطبيب  
وسادساً على مداواة القميص والارق اللذين يلزامان المصاب بالنورستينيا  
وسابعاً على تبييض القابلية بالمقويات والهواء التي والرياضة المعتدلة  
اما اذا اشتد الداء بالمريض ففقد قابليته للطعام تماماً وبات لا يستطيع حراكاً  
غير ما يتمكن العمل به في هذه الاحوال الحرجي على الطريقة التي وضعها الدكتور  
وير مثل الطبيب الاميركي المشهور . وخلصتها :

- (١) ملازمة السرير والاقطاع عن كل مجهود عقلي او بدني
- (٢) تنظيم امر الطعام وذلك ان يبدأ باطعام الطليل مقداراً صغيراً من اللبن  
ثم يزداد شيئاً فشيئاً تبعاً لحالة هضمه حتى يصبح قادراً على ان يأكل ككفاية  
ثلاث مرات كل يوم من الطعام القليل الكمية الكثير الغذاء
- (٣) الدلك كل يوم وهذا يقوم مقام الرياضة  
وتدوم هذه المعالجة شهراً او شهرين والغالب ان تعود باعظم فائدة على  
المريض . ويحسن استعمال الكهربائية ايضاً اذا لم الاسر . وبعد ذلك يجب على  
الطليل ان يسبح سياحة طرية بجزراً او يقيم في مكان معروف بمجودة هوائه  
وخال مناظره الطبيعية قبل استئناف اعماله المعتادة

## الدوار واسبابه

ما من داء تقاربت الاراء في اسبابه وحارت الافهام في تحليل اعراضه مثل  
هذا الداء الذي سمي لشدة غموضه بانحاء مختلفة فقيل انه ناشى عن اضطراب  
الجهاز الهضمي او ضعف الجهاز العصبي وخلل في قوة البصر والتهاب في الكلى  
 وغير ذلك من الادواء . واول من كشف النقاب عن حقيقة امره الاستاذ منير  
Monière فانه نشر عدة رسائل سنة ١٨٦١ ذكر فيها ان الدوار ناشى عن التهاب  
الاذن الباطنة وايد نظريته بحصاة توفيت بعد خمسة ايام لتوبة اصابتها بالدوار ولم  
يكن يعلم سبب التوفاة فكتشف عن الحجة وشرحها بوجد جسماً جامداً مالئاً لفقنوات  
الخلالية ولم يشاهد شيئاً غير حادي في مادة الدماغ ولا في الجبل الشوكي . وبناء  
على هذه المشاهدة وما كان ابنة فلرانس Flourens بتجاربه العديدة في طير