فرنسا الزراعية ومن اخصب الاراضي الزراعية في المكونة وتدلّ التقديرات الحديثة ان ما اصاب هذه الاراضي من الضرر لا تقل قيمتهُ عن عشرين الف مليون فرنك وان ارجاعها الى ما كانت عليهِ يستلزم انفاق اربعين الف مليون فرنك على الاقل

باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي تدرج فيه كل ما يهم اهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والشراب والمسكن والزينة ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

الزكام ومعالجته

يقال عن الزكام انهُ مرض خفيف لانهُ في الغالب يشفى بلا معالجة . والحقيقة ان اكثر الناس لا يعلمون ماذا ينشأ عنهُ من المضاعفات كلما يرون انهُ « خف » ولا يرون حلقة اتصال بينهُ وبين مرض صدري آخر يظهر بعده . يختفي الزكام ولكن على اختفى المكروب الذي سببهُ كلا لان المكروب اذا وجد التربة خصبة وطن نفسهُ واختار مقراً امنع من الاول وهو المسالك الرئوية الاخرى ففي هذه الحالة يجب درء غائلة هذا المرض من اول بدائتهِ وذلك بمساعدة الجسم عليهِ مساعدة عامة ومحلية

ان المكروب في الانف سهل الوصول اليهِ ولكنهُ اذا وجد في الرئة فكيف الوصول اليهِ مباشرة ؟ هنا يستعصي المرض ويتفاقم امره

لا يجوز في اي حال من الاحوال ان نهمل هذا المرض بلا معالجة واذا خفت اصابة منهُ بلا معالجة فهل تخف الثانية وهل تخف الثالثة واذا استمر الحال على هذا المنوال ألا يصبح المرض مزمناً وتكون معارضة المريض لهُ ضعيفة . نعم من الواجب ان لا تطرح ظهريًّا هذه الاصابة الاولى المنبهة للامراض الصدرية الاخرى

يكثر الزكام بين الناس وقت تغير الفصول في الربيع وفي الخريف ثم في فصل الشتاء لبرودته

قد تحصل الاصابة بالزكام بلا سبب ظاهر ولكن هناك اسباباً عديدة معروفة اولاها بالذكر ان يتعرض الانسان بعد الدفء للبرد مباشرة كأن يأخذ حماماً ساخناً ويذهب مثلاً الى كرسي قصر النيل في يوم ريح باردة او يخرج مثلاً من تياترو او محل سينما ليلاً الى الخارج مباشرة ففي هذه الحالة يحسن بالانسان ان لا يتعرض للهواء البارد الا تدريجياً

لاحظ البعض ان الناس ذوي الانوف الكبيرة الحجم اكثر اصابة بالزكام من غيرهم . والزكام يصحب بعض الامراض المعدية كالحصبة والدفتيريا والانفلونزا وسيره في هذه الاحوال والوقاية منه يتوقفان على سير المرض كله

وقد لاحظت ان بعض الروائح الكريهة والعطرية يسبب نزلة زكامية وهذا يحصل في الغالب عند الذين ينتابهم الزكام عادة حتى اصبحوا لاقل شيء يتأثرون منه

وتجد ايضاً في الشتاء عدداً من الناس يشعرون ببرودة في الاطراف (الارجل والايدي) وقد يغلب ايضاً ان يكون ذلك مسبباً فيهم عن نزلة زكامية ففي هذه الحالة يحسن بهم ان يلبسوا جرابات من الصوف وقفازات وقد لاحظت بنفسي ان ذلك كان سبباً في منع الزكام الذي كان يصيبهم غالباً

تبتدىء اعراض الزكام بالعطاس اولاً مرة او اكثر من مرة ثم يلي ذلك شعور بتندية خفيفة داخل الانف وسأذكر هنا المعالجة التي اتبعها في كل حالة تظهر ففي هذه الحالة يحسن بالانسان ان يأخذ من المرهم الآتي قدر بندقة في كلتا فتحتي انفه ثم يتنفس عميقاً وذلك مرتين او ثلاثاً في النهار

محلول ادرنالين واحد في الالف	٢ الى ٥ نقط
منتول	٠٫٠٠١ — ٠٫٠٠٥ جرام
حمض بوريك	١٫٠٠ جرام
كلورهيدرات الكوكايين	٠٫٠٢٥ جرام
فازلين	١٠٫٠٠ »
لانولين	١٫٠٠ »

او يستنشق محلولاً من البوريك الدافىء يستعمل كغسول للانف او يضع نقطتين او ثلاثاً من مزيج الجومتينول في الزيت داخل انفهِ فيستطيع ان يصد الهجمة الاولى للزكام . وهنا اذكر ايضاً فائدة لصبغة اليود وهو انهُ اذا وضع الانسان قليلاً منها في منديل واستنشق من المنديل يستطيع ايضاً ان يتغلب على الزكام في درجتهِ الاولى

فاذا اهمل المصاب العلاج دخل الزكام في دور ثان فيجد ان انفهُ يفرز سائلاً مائياً خفيفاً لا لون لهُ وهذا السائل يسبب احمراراً بطرف الانف وهذا الاحمرار يكون في الغالب دلالة للطبيب على ان هناك زكاماً وهنا يصعب على المصاب ان يتنفس بواسطة انفهِ فيأخذ يتنفس من فمهِ

ان التنفس بالانف هو المسلك الطبيعي للتنفس وقد شوهد ان الذين يتنفسون بافواههم يكونون في الغالب ضعاف العقول وقد رأيت مصاباً علم بهذه المسئلة يجتهد ان يتنفس بانفهِ رغم اصابتهِ بالزكام ولكني اشير على كل الذين يصابون بالزكام ان لا يتنفسوا من الانف بل من الفم وذلك لاسباب (١) في معالجة كل عضو مريض يحتاج الطبيب ان يعطي هذا العضو الراحة الكافية لهُ من عناء القيام بوظيفتهِ الفسيولوجية فيجب والحالة هذه ان يريح الانف من اعمالهِ اليومية وهو في حالة مرضية وذلك بايقاف التنفس بواسطتهِ . (٢) ان تيار الهواء بمرورهِ بالانف يحمل المكروبات والافرازات الناشئة عن الزكام الصنجرة والقصبة الهوائية وينقل المرض من مكان لاخر وقد يسد فتحة قناة اوستاكيوس ايضاً فيسبب ضعفاً في قوة السمع . (٣) ان الاعصاب المتفرقة في الغشاء المخاطي للانف زيادة على تأثرها من التهاب هذا الغشاء تزداد تهيجاً بمرور تيار الهواء فتسبب آلاماً عصبية في الرأس فلهذه الاسباب أرى ان المصاب بالزكام يجب عليهِ ان يتنفس من فمهِ وقد لاحظت ان الاصابات التي يتنفس المصابون فيها من الانف تطول معالجتها

المعالجة التي يجب اتباعها في الدور الثاني هي ان يغسل المريض انفهُ بمحلول الماء والملح الساخن المضاف اليهِ نقطتان او ثلاث نقط من الادرنالين مراراً في النهار هذه الطريقة ناجعة في هذه الحالة واوصي باستعمالها

يدخل المريض في الدور الثالث او النهائي للمرض وفي هذه الحالة يتغير الافراز فيظهر بلون مائل للصفرة او يكون اصفر ويصير لزجاً وهذه الخاصة الاخيرة هي التي تجعلهُ يلتصق بغشاء الانف المخاطي فلا يخرج منهُ مهما حاول المصاب وقد تنجح في اخراج القليل منهُ وقد تصعد منهُ رائحة غير مقبولة وذلك نتيجة التعفن اذا مكث مدة في الانف ففي هذه الحالة يحاول الطبيب ان يذيبهُ حتى يسهل خروجهُ ولهذا الغرض يستحسن محلول بيكربونات الصودا او البورق الداقيء وهو مفيد جداً وتقرن هذه المعالجة باستعمال مطهر كالجومينول

الى هنا ذكرت المعالجة التي اتبعها محلياً ولكن هناك ادوية اخرى تعطى من الداخل لتأثيرها العمومي مثلاً مسحوق دوفر لهُ تأثير ذو فائدة واعطهِ ليلاً قبل النوم ثم غسل الرجلين بماء سخن لهُ فائدة لا تنكر ولكن اوصي ايضاً باستعمالهِ قبل النوم وانني استعمل ايضاً المزيج الآتي

صبغة البلادونا } ٢٠ نقطة من كلٍّ
صبغة الافيون }
ماء كافور ١٢٠٠٠٠ سنتمتر مكعب

يؤخذ معلقتان بعد الاكل بساعتين

قد سمعت « وصفة بلدية » ايضاً وهي ان تذاب قطعة صغيرة من الافيون في كأس من القهوة وتشرب وهي وصفة طيبة ولها فائدة بعض الاحيان

بعد الشفاء من نزلة زكامية اعطي المصاب عادة مستحلب زيت السمك مضافاً اليهِ محلول زرنيخات البوتاسيوم على حسب الدرما كوبيا الاميركية) وذلك لتقوية المصاب ضد اصابات اخرى

ولا يغرب عن البال ايضاً ان « الشربة » لها تأثير مفيد ايضاً فيحسن بالمصاب ان يأخذ عند بدء المرض شربة ماء الجاويري او زيت خروع

الدكتور رزق باسيلي
طبيب مركز الطور

اسهال الاطفال

تابع ما قبلهُ

المعالجة

نذكر معالجة القسمين الثاني والثالث معاً لانهما يكادان يكونان واحداً ولو اختلفا في الاعراض والاسباب

من الخطأ ان نعتمد في مداواة اصابات الاسهال على اعطاء المصاب قبل كل شيء شربة زيت ولاسيما اذا كان برازهُ سائلاً ومتعاقباً كل ربع ساعة ولم تكن حرارة جسدهِ مرتفعة فتأثير الزيت يكون في مصلحة الداء لا في مصلحة المريض لان المعى يدفع ما فيهِ بسهولة لا يزيد عليها الزيت شيئاً ويكون تأثير الزيت حسناً اذا احضر المصاب للمعالجة في اول يوم او ثاني يوم من الاصابة في اليومين الاولين تكون حرارة الجسد مرتفعة ويكون المعى محتويا على كمية كبيرة من المكروبات ومفرزاتها فضلاً عن المواد التي حل بها الفساد . ومن هذا البيان يتضح ان الزيت لازم في اول المرض لا في آخره لانهُ يساعد الجسم على التخلص من المكروبات. ويأتي بعدهُ منع الطعام عن المصاب مدة بضع عشرة ساعة وفي منع الطعام وسيلة اخرى لمكافحة عوامل الداء وتلطيف فعلها وربما استرجع الغشاء المبطن للجهاز الهاضم صحتهُ ونظامهُ . ويجب ان يكون طعام الطفل المصاب لطيفاً خالياً من المادة النشوية بقدر الامكان — معسل الحليب او الحليب الذي نزعت منهُ قشدتهُ ويضاف اليهِ ماء الشعير او الحامض اللبنيك او لبن رائب وماء فان عدداً كبيراً يموت بسبب العطش . وفي مصر عادة شائعة في الطبقة الجاهلة وهي منع الماء عن الاطفال في حالتي الصحة والمرض قبل بلوغهم ثلاثة اشهر او ستة . ولا تنسَ قط المقاومة التي نصادفها في محاولتنا اقناع الامهات بان يعطين اطفالهنَّ ماء بعد كل رضعة بساعة وبان يغسلن وجوههم وايديهم بضع مرات في اليوم وتمر السنون على هؤلاء الامهات الجاهلات من غير ان يتأثرنَ بحوادثها او يتنازلنَ عن اعتقادهن السخيف . وتخسر الامة بسبب ذلك ويا للاسف المئات والالوف من ابنائها وهم في المهد

وقد جرينا على قاعدة حميدة رأينا حسن نتيجتها في اصابات داوياناها ونالت

الشفاء بعد ان قطعت الرجاء منه وهي اعطاء المصاب بالاسهال المزمن بكربونات الصودا تلافياً للتسمم الحمضي وان لم تكن قد بدت اعراضهُ بعد .ومن الادوية التي جربناها طويلاً واختبرنا فعلها البزموت والتنالبين .ومن المنبهات الكحول وزيت الكافور حقناً . ولصادف احياناً اصابات باسهال سببهُ تخمير البروتين وافسادهُ بالمكروبات المرضية .وبراز المصاب به يختلف عن براز المصاب باختمار النشويات فلونه اغبر باهت كريه الرائحة تتن ومداواته لا تختلف عن مداواة الانواع المتقدمة ولكن الاختلاف في الغذاء ففي هذه الحالة يجب ان يكون مؤلفاً من النشويات مع اعتبار سائر مراتب المعالجة

(٣) الاسهال المكروبي

ونذكر في ختام هذا المقال نوعاً آخر من الاسهال اسبابهُ مكروبات معروفة بتأثيرها الخاص في الغشاء المخاطي المعوي واعدائهِ بامراض لا يصح اسنادها الاَّ لها مثل مكروبات الدوسنطاريا والمكروبات المولدة للغازات وهو يتفشى بشكل وبائي كسائر الامراض المعدية واصاباتهُ تقع في اطفال لم تبلغ الحول الاول من عمرها ويحدث في اشهر الصيف وعند ما يشتد الحر .واعراضهُ الاولية لا تختلف عن اعراض الاسهال التعفني او الميكانيكي في شيء وقد تبدو فجأة واحياناً يسبقها تشنجات وارتفاع في الحرارة الى درجة ١٠٥ ف ويبتدىء الاسهال في اليوم الثاني او الثالث ويبلغ اشدهُ في اليوم الخامس والسادس فقد يتبرز المصاب بضعاً وعشرين مرة في ٢٤ ساعة ويضطرب الجهاز العصبي فتتوتر بعض العضلات ولاسيما عضلات العنق وهي علامة منذرة بالخطر ويظهر الدم والصديد في البراز

ويقسم الاسهال الوبائي الى قسمين الدوسنطاريا والمكروبات المولدة للغازات ويتعذر على الطبيب ان يفرق بين الاثنين من غير امتحانات ومجاربَ يجريها في براز المصاب وعند ما يثبت له سبب الداء تهون عليهِ مداواتهُ . والمعلوم ان المكروبات الدوسنطارية تتسمم على البروتين بخلاف المكروبات المولدة للغازات فانها تتسمم على النشويات . واذ تعذر اجراء عملية البحث للتثبت من مسببات المرض يعالج المريض كانهُ مصاب بالدوسنطاريا الى ان يقوم من نتيجة المعالجة والاعراض ما يدعو الى الاعتقاد بانهُ مصاب بالقسم الثاني المتسبب عن المكروبات المولدة للغازات

الدكتور شخاشيري