

باب تدبير المنزل

قد فتح هذا الباب لكي تدرج فيه كل ما يهم كل بيت معرفة من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والشراب والسكن والريشة وغير ذلك مما يورد بالنفع على كل عائلة

مسامرات طبية وفوائد اجتماعية

المسامرة السادسة

في الخشيش

ان السكر بالخشيش لا يقتصر على القطر المصري بل هو كثير الشروع في افريقيا من شطوط البحر المتوسط الى رأس الرجاء الصالح ويتعاطاه في اسيا أكثر من سني مليون ان المعدات السنية تتقل عدواها بالقذوة والتقليد وتنتشر بنوع خصوصي في الصغار الذين يملكون الى تقليد الكبار في كل اعمالهم وحركاتهم لانهم لا يزالون في طور النمو فيرون كل ما فوقهم حسنا ويحاولون ان يحاكيوا من كان أكبر منهم سنا ورتبة فاذا بلغ الولد الرابعة او الخامسة من سنه اخذ يمشي شارباً على شئيه العليا ورؤبان يدعي انه رجل وفي نحو الثانية عشرة يسرق سيكارة ويشعلها ويمسكها بطرفي اصبعيه وينثف دخانها الى الاعلى وينظر اليه معجباً مسروراً واذا اخرج الدخان من انفه حسب تقسة قد بلغ درجة الكمال والسعادة ولا بد ان تحصل له عند ذلك اعراض الشحم باليكوتين الا انه اذا لم يردعه رادع استأنف العمل واعاد بعد مدة قصيرة التدخين بلا انزعاج

مررت بفتى على رصيف بقي قيثاً متواتراً ورأيت الماء يتدفق من فوقه كما يتدفق من حنية فدنوت منه وعرضت عليه مساعدتي فالي وقال من حوله ان ليس ما يدعو الى مساعدة طبيب لان الحادثة عادية بسيطة وعملت بعدئذ ان ذلك الفتى كان قد تناول الخشيش لأول مرة

خصصت الكلام على الخشيش في هذه المقالة لشروع تعاطيه في هذا النظر وبيان ماله من النفس السيئ بالمرآة العصبية عني ان يكون في ما اكثبه فائدة وعني ان تصادف النصيحة آذاناً صاغية وقلوباً واعية

بعض الخشيش تدخيناً مع الدخان او بلاه وعني هيئة مخجون او اقراص او ميساخ

ويختلف تأثيره باختلاف الجنس والعمر والبنية فهو شديد في النساء والاحداث والضعفاء .
ويفعل شرع خصوصي بالجهاز العصبي ولا سيما مناطق الدماغ العقلية فيفعل بها فعلاً منبهاً
ثم يحدوها ويضعفها ويشوشها . ويتوقف التسمم به على جرعه وكيفية استعماله وهو مثل
التسمم بمائر المخدرات حاد ومزمن

فالتسمم الحاد يحصل لمن لم يكن معشاداً عليه واعراضه هذيان شديد ينتهي بالحرل
والاغماء واذا لم تكن كمية الخشيش كبيرة سكر متناوله فشر بنوع من المادّة وانشر آج
الصدر وعقب شعوره هذا خدر عمومي ودوي في الاذنين وتنبيل في اطراف الاصابع ثم
تنبّه قوّة العقلية انتباهاً زائداً ولا سيما القرينة ولهذا يكون الخشاش سريع الظاهر الا
ان هذه السرعة لا تلبث طويلاً حتى تضعف فتصير افكاره قليلة الارتباط عديدة التناقض
ويضلّ عقله ضلالاً غريباً ولا سيما فيما يتعلق بالزمان والمكان فيشعر القريب بعيداً والبعد
قريباً . ويرى رؤى غريبة فينبيل له ان امامه نهراً فيشعر عن ساقيه ليقطعه او حوة عميقة
فيقفز للوثوب من فوقها . ويعقب ذلك نوم مضطرب يقطع بالاحلام المفزعة والكابوس وبعد
بضع ساعات يستيقظ من غير ان يشكو تعباً اذ ان يظهر فيه اقل الخراف في التذكّرة لانه
يذكر ما حصل له من الرؤى والتخيلات بوضوح وجللاء

دعي شاب ادب الى فرح فاطمته احد معارفه مليحة فاكلها وما كادت تستقر في
جوفه حتى شعر باعراض التسمم فركب عربة واسرع الى بيته وما كاد بطأ ارض غرضه
حتى وقع مصروعاً كاليت فأنخفضت حرارة جلده انخفاضاً زائداً واصفرّت سمته وغازت
عيناه وبلل العرق البارد جسمه وضعف نبضه وكاد يقف قلبه وتوترت عضلات اطرافه
وتواتر قيؤه واشتد كثيراً فمرّضه الزاح الى خطر شديد لم ينج منه الا بعد شق النفس
اما التسمم المزمن فيظهر بعد اكتساب عادة الخشيش بالاستمرار على استعماله يومياً فتخطّ
القوى العقلية ويضعف عمل التغذية العمومية وتكتسب السمّة هيئة البله والبلادة ويضع
المزاج سوداوياً فيبيل الخشاش الى العزلة والافتراء ويمشوا ساكناً او مستغرقاً في تخيلات
واوهام ولا ينبه لما يجري حوله من حركة او عمل وتضعف قوّة العضلية فلا يقوى
على تحكيم حركات يديه . وكثيراً ما يصاب بالارتجاف وقد يصاب بالهذيان الارتجافي وينقد
قابلية الطعام ويصاب بفتيان وفيه واسهال وتنعطل وظيفة التناسلية واخيراً يهزل شيئاً
شيئاً الى ان تنطفئ حياته . ومن الخشاشين من يصاب بالجنون النوعي (المونومانيا) او
الجنون المطبق واذا لم يبلغ هذه الحالة فهو بكل حال قد صار ابله وعُدّ في صف الخاذايب

نرى مما تقدم ان اعراض التسمم بالحشيش خطيرة وغواقبه سيئة والشفاء منه غابة في الصعوبة لان عادته اذا تمكنت من احد تمذر عليه الافلاج عنها فيتمذر عليه امتلاك محبة فيجب على الاهل ان يكونوا شديدي الحذر على ذويهم واولادهم من سريان هذه العدوى اليهم بسوء المعاشرة والمخالطة ويجب على رجال الوطن ان يذلوا ما في وسعهم لاستئصال جذورها وقتل جراثيمها

الدكتور امين أبو خاطر

بعض اطوار الصغار

يجب الانتباه لكل امر يبدو من الصغار مما لا يكون فيهم عادة لانه قد يكون نتيجة اختلال في اجسامهم . والصغار لا يبالون كثيراً ببعض الادواء اذا اصابهم ولا يعرفون اهمية التدوي واوقاية وقد يصيب احدهم الداء الحيت فلا يعرف اهله ذلك الا بعد ان يكون قد تمكن منه . واذ كان الصغير طفلاً لم يكن من سبيل الى معرفة ما يصيبه الا بالانتباه لحركاته وملاحظه جميع ما يبدو منه . زد على ذلك ان جسم الصغير رخص يؤثر فيه اقل المؤثرات وتتموه وان اكثر الساعات يمكن اصلاحها في الصغير بنير عنه كثير ويتمذر اصلاحها بعد ذلك . وهالك بعض الامور التي يجب الانتباه لها اكثر من غيرها

الحركة - اكثر ما يبدو من حركات الطفل في الاسابيع الاولى بعد ولادته حركات شفيه وراسه واطرافه . فاذا نظرت اليه وهو يقظان رايته لا يتفك يقبض اصابعه ويسطها ويرفع رجله ويضعها ويضم شفيه ويمكن الاستدلال من حركاته هذه على مبلغ قوته وصحته وعلى ما سيكون له من المقدرة الدماغية . ويجب ان تظهر فيه قوة الانتباه حوالي الشهر الثالث او الرابع من العمر وتظهر بشخص عينية الى ما يحرك امامها او الى ما يكون لونه لامسا ويدني منه ثم بعد عنه . وفي الشهر السادس تبدأ الاسنان تثبت ويرافق نبتها بعض الاعراض في القناة العظمية والجلد وغيرها . وتأخرت الاسنان من علامات داء الكساح . واذا اتم الحول وجب ان يكون قد بدأ يقف ويمشي

العويل - هو علامة الالم في الاطفال واكثر ما يتألمون من سوء الهضم ويكون عويلهم عند ذلك قريباً من بكاء الحزن ترافقه علامات الغضب وعدم الرضا . اما العويل بسبب وجع الرأس فيكون صراخاً عالياً . وتقطب الوجه في الاولاد يدل غالباً على انهم يعانون بوجع الرأس خصوصاً وجع الراس الذي يسبب عن نصب العينين

الحرارة - لا يعزى على الحرارة كثيراً في معرفة حالة الولد من الصحة والمرض لأنها قد ترتفع فيه وقد تهبط لمرض غير ذي بال فقد ترتفع حرارته الى الدرجة ١٠٣ فهرنهايت اذا ضرب وتظل عند هذه الدرجة من غير ان يخل شي من اعمال جسمه
انتفاخ ما تحت العينين - يدل على ارتقاء عضلات الوجه الذي قد يكون سبباً للتعب ولكنه اذا طال امره كان من علامات الضعف العمومي . واذا طال امر هذا الانتفاخ ولم يتمكن العين بسببه من ان تنفتح بقدر ما يجب ان تنفتح وكان يزيد بعد النوم فهو في الغالب من اعراض مرض يربط ويجب المبادرة الى مداواة الولد
التنفس من الفم - سبب في الغالب ورم اللوزتين او نمو النسيج الغدي في اعلى الحلق نمواً يعوق التنفس خصوصاً اذا رافقه ثقل السمع وسرعة التنفس ويرافق التنفس من الفم الغطيط في النوم

ويرافقه ايضا في الاولاد الكبار انفراس نصبة الانف وتضيق قنبيعه وقد يصحبه تضيق الحلق ويبرز الاسنان الى الامام

مظاهر الوجه - لمظاهر الوجه اهمية كبيرة في معرفة حال الاولاد ومن علامات امراض الدماغ انتفاخ عضلات الوجه حتى تظهر فيه اسرّة لا تظهر عادة الا في الكهول وانتصاب الراس وتقوس الظهر . واذا غارت عينا الطفل عند اصابته بالاسهال الصيفي والتي كان ذلك دليلاً على انحطاط قواه . والتخلف في الاحتفال عند ولادتهم كبير الحجم نسبتاً الى وجوههم كنسبة ثمانية الى واحد ولكن الوجه يأخذ يكبر الى ان يتناسب حجمه وحجم الحقف . ويكون في قبة راس الطفل عند ولادته بقعة لينة تبلغ بوصة مربعة وتضمر شيئاً فشيئاً بنمو العظم حولها الى ان تضمر مثل باقي الراس عندما يصير عمر الطفل سنتين . واذا نما العظم في هذه البقعة وسدّها قبل الموعد العادي وكانت جبهة الطفل ضيقة فقد يضاعف حقله بسبب ذلك . واذا تأخر انسدادها بالعظم عن الموعد العادي وكانت جبهة الولد عالية كان ذلك من علامات الكساح

وقوف الاولاد وجلسهم - يجب ان يعلم الاولاد كيف يقفون وكيف يسقطون فيتمتعوا مثلاً من الوقوف على رجل واحدة ومن ارجاء الاكتاف حتى تقوس عند الوقوف ومن الانحناء على المرائي في المدارس لان هذه الامور تشوههم . واذا اعتاد الولد ان يسند الى احد مرفقيه فقد يلتوي عموده الشوكي ويؤثر صدرة في اضرار قليلة
مظاهر المزاج العصبي - لا يقدر الولد العصبي المزاج ان يضبط حركاته فيظهر غير ليق

منسرحاً - ومن الوالدين من يعاقب اولاده على ذلك ويأخذهم بالشدة فيضرم من حيث يريد ان ينقهم لان اخوف لا يكسبهم اللباقة بل يعدم عنها وشئ ذلك يقال في معاقبتهم على كلوح الوجه . وقد يكون سبب هذه المظاهر في الاولاد مرض الطور يا (الرقص السخي) لانها من اعراضه الاول . اما الضحك لكل امر سواء كان تافهاً او خطيراً فدليل على ضعف الدماغ وعدم احتكامه في عضلات الوجه وتربية من كان فيه هذا الخلق تقتضي كثيراً من العناية والدراسة . وتكثر اصابة الصغار بنوبات الشنج العصبي وقد يكون سببها فيهم بعض الاختلال في جهازهم العصبي ولكنها في الغالب ليست ذات بال فيهم كما في الكبار . والتبول في الفراش ليلآعادة في بعض الصغار العصبي المزاج وتدرع لازالتها منهم بمعالجة اخلاقهم ولكنها في الغالب امر لا شأن لارادة الولد فيه وقد يزيله ختن الولد او مداواة الاختلال اندي حبيب

الاعصار - يتخذ البعض الاعصاري العمل باليسري دون المعنى دليلاً على البلر وضعف العقل ومن الوالدين من يعاقب اولاده على هذا الامر وذلك غلط لانه سبب الاعصار امر فيسيولوجي هو نمو جانب الدماغ الموكل بالثقب الابر من الجسم اكثر من جانبه الموكل بالثقب الايمن ولكن يمكن تمرين الولد الاعصر على العمل يتناه فيصير اعصر يسر اي قادراً على العمل بكتنا يديه على السواء

تعليم الاولاد - يبدأ بتقويم اخلاق الصغير عند ولادته ومن وجوه ذلك ان ترتب اوقات اكله ونومه الى غير ذلك ولا يعدل عن الوقت المرتب معها اعمل . ولا يلبث الصغير ان يعتاد النظام الذي يوضع له فلا يورد يعول طلباً للطعام في غير مواعيد . وبعد السابعة يصير دماغ الولد قادراً على العمل واحتمال التعب القليل فيجب ان يبدأ بتعليمه عند ذلك واذا ترك وشأنه اعتاد البطالة والكسل . ويجب ان ينظر في تعليم الصغير الى ترقية مداركهم وجعلهم يكشف الحقائق لنفسه (انظر صفحة ٦٨ من متنطف يناير هذه السنة) وينظم الوالدون الذين يشجعون اولادهم على حفظ كلام غيرهم ونقله من غير ان يفهموه وخير للولد ان يكون متأنياً يفكر في كلامه قبل ان ينطق بور ذلك في الغالب دليل على القدرة على التفكير والتروي والحكم في الامور

النوم - ينام الصغير اكثر مما ينام الكبير والنوم الكافي ضروري جداً لنمو المزاج العصبي وهناك جدولاً فيه اقل عدد للساعات التي يجب ان ينامها الولد كل يوم

في السنة الاولى من العمر	٢٠ ساعة
• • الثانية	من ١٤ ساعة الى ١٦
من السنة الثانية الى الرابعة	١٢ • • ١٤
• • الرابعة • السادسة	١٠ • • ١٢ ساعات الى ١٢
• • السادسة • الثانية عشرة	١٠ ساعات
• • الثانية عشرة الى السادسة عشرة	٩ • •

نزف الدم وإيقافه

اهم الشرائع التي يجدر بها إيقاف النزف من الجراح التي تصيب ظاهر الجسم أربع الضغط على البقعة التي ينزف الدم منها ورفع العضو المجرع فوق سائر الجسم والضغط على الشريان الذي يحمل الدم إلى العضو المجرع ومعالجة الجرح بالحرارة أو البرد أو الأدوية التي تقبل الاوعية الدموية تنكش أو تساعد الدم على التجمد

(١) الضغط على البقعة التي ينزف الدم منها - إذا كان الجرح مفتوحاً غير بعيد عن الفرز وكان الدم يشخب من بقعة مخصوصة فيد بفؤارة فافضل طريقة لإيقاف نزف الدم منه أن يضغط على البقعة التي يشخب الدم منها بالإصبع إلى أن يشفى إيقانه بوسيلة أخرى أو إلى أن يحضر الطبيب • وإذا كان الجرح قريباً من العظم في قسم رقيق اللحم كقاعدة الرأس فيوقف النزف منه بضم جانبيه وضغطه على العظم بلقافة من السيج توضع على الجرح وتربط

(٢) رفع العضو المجرع - لا يمكن الاتجاه إلى هذه الوسيلة إلا إذا كان الجرح في اليد أو الرجل فإذا رفعت اليد أو الرجل قل ورود الدم إليها وزاد انصرافه منها إلى القلب بالأوردة فيقل النزف

(٣) الضغط على الشريان الذي يحمل الدم إلى العضو المجرع - هذه أوفى الطرق بالمرض المطلوب غير أنها لا يمكن العمل بها إلا حيث يكون الشريان الذي يحمل الدم إلى القسم المجرع قريباً من ظاهر الجسم في جوار عظم • ويهتدى إلى الشريان المطلوب بطن نبضه وهناك الأقسام التي يمكن بهذه الطريقة في إيقاف النزف منها إذا كان الجرح في أعلى الرأس أوقف النزف منه بالضغط على الشريان الذي ينبض في الصدغ على موازاة أعلى الأذن وإذا كان في مؤخر رأس أوقف النزف منه بالضغط على الشريان الذي يمر خلف العظم الناقص وراء الأذن

ويوقف النزف من الوجه بضغط الشريان الوجهي الذي يمر بين الدفن والرأد (زاوية عظم الفك التي تحت الاذن) على نحو بوصة من الرأد ويضغط على عظم الفك ويمكن تقليل النزف من الوجه والرأس عموماً بضغط الشريان الباقي في العنق وهو يمر وراء فتحة آدم تحتها بقليل ويضغط من الامام الى الوراء على عظام الفقار العنقية ويوقف النزف من الكتف والابط بوضع الايدي في النقرة التي وراء عظم الكتف عند اصل العنق والضغط الى تحت فيتضغط الشريان الذي يمر هناك على الفم الاص

واذا كان النزف من الشراع او جوار المرفق قلوس الشريان الذي في الجهة الداخلية التي تلي البدن من العضد وضغط على عظم العضد بالاصابع

ويحمل الدم الى الكتف شريتان يمر كل منهما عند طرف من طرفي عظمي الذراع عند اتصالها بالكتف في الجهة التي تلي البدن من اليد واحدهما هو الشريان الذي يجه الطيب عادة اذا اراد جس البض ويوقف النزف من الكتف بضغط احدهما

اما شرايين الرجل فتأثر في العضل بسبب الاهتداء اليها ولكن يمكن ايقاف كل نزف من الرجل بضغط الشريان الفخذي على راس عظم الفخذ في الجانب الداخلي من الفخذ عند اتصاله بالبدن

ويوقف النزف من اخمص القدم بالضغط على الشريان الذي يمر في الوحدة التي بين العقب والكتف في الجانب الداخلي من القدم

ومن الوسائل لايقاف النزف من الاطراف عطف المرفق او الركبة او المنصل الفخذي على لفافة من السجج توضع فيه وربط الذراع او الساق ربطاً عتيقاً يظل في ذلك الوضع فيلتوي بذلك الشريان على نفسه

ومنها ايضاً ربط قطعة جبل او متدبل او غيرها حول الرجل او الذراع وادخال قطعة خشب او ما يشبهها في ارتباط وادارتها على نفسها الى ان يشد الرباط ثم تربط الخشبة نفسها لكي لا يرخي الرباط ويربط هذا الرباط في الاقسام التي يكثر فيها النهم من العضد والذراع والفخذ والرجل ويوافقة في الغالب اتم خفيف يمكن اجتنابه برفع اليد او الرجل قبل الربط ليقفل الدم الذي في اوردها

واذا كان نزف الدم غير متقطع او كان من جرح بعيد الغور كلعنة الخنجر او كان من اصل اللسان تضر ايقاف النزف الا على الجراح الذي يحال على الوصول الى الشريان وربطه بحيث من الخيوط التي تشمل لهذا الغرض

(٤) الادوية والبرد والحرارة - يلجأ الى هذه الوسائل اذا تعذر العمل بالوسائل الاخرى كما لو كان النزف من جرح في الخاصرة او رطاقاً من الانف او اذا كان الدم يسيل من جميع اقسام الجرح على السواء . والبرد والحرارة افضل من غيرها في مثل هذه الاحوال . والحرارة الخفيفة تزيد النزف ولكن اذا كانت حرارة الماء بين الدرجة ١١٥ والدرجة ١٢٠ بمقياس فرنهيت ساعدت على تجميد الدم وانكماش الاوعية الدموية كما يساعد البرد الشديد . واذا امكن اوصول الحرارة الى الجرح مباشرة كانت المنفعة من البرد في توقيف النزف . ومن الادوية ما يعمل فعل الحرارة والبرد مثل يركوريد الحديد والجزلين . وانفع منها المستحضرات التي تستخلص من الحفظات التي تفرق كلى الفم ومنها الادريثالين والريثاغالدين والسيورثالين وقد صار الجراحون يعتمدون على هذه المستحضرات كثيراً

فوائد منزلية

وقاية ادوات الحديد من الصدأ

ضع في الخزانة او الصندوق الذي تحفظ فيه الادوات الحديدية قطعة من الكلس الجديد غير المروى فتتخلص ما في الخزانة من الرطوبة وتبقى الادوات من الصدأ . وقبل ان تستعمل ادوات الحديد افركها جيداً بمخزقة صوف

حفظ البطاطس

اذا اردت ان تحفظ البطاطس مدة طويلة فاقرش غاطبة من الكلس الناعم غير المروى واجعل البطاطس فوقها طبقة سمكها من ٤ بوصات الى خمس ثم ذر على هذه الطبقة كلساً ناعماً ايضاً وصف فوقها طبقة اخرى وهلم جرا . ويمكن الاستعاضة عن الكلس بالقش الجاف او الجبس

منع نبت العشب

اذا اردت ان تبي مرة في حديقة او في غيرهما من ان ينبت العشب فيه فرشاً بالماء الملح المحضر على الطريقة الآتية . اغسل الملح في الماء بنسبة رطل من الملح الى جالون من الماء ثم صب المحلول وهو يغلي في مرشّة وورث المريخ فلا ينبت العشب فيه ولا يقيم فيه الدود نحو ثلاث سنوات . واذا عابثت المر على هذه الطريقة لاول مرة فاجعل لكل يرد مريع منه رطلاً من الملح

منع صريف الابواب

يمنع صريف الباب وقمقته بفركه بصلاته بالصابون او دهنها بزيج من جزء من الشمع وجزء من الرصاص الاسود (البلماجين) وجزء من الصابون