اسلوبًا آخر وهو صيد الغواصات بالشباك . ويؤخذ من مقالة في السينتفك امبركان ان السفن الانكليزية الحربية تمكنت حتى اوائل سبتمبر الماضي من تدمير ما يزيد على اربعين غواصة المانية او اسرها بواسطة شباك ثقيلة من الفولاذ (الصلب) مدتها في بحر المانش بين دوفر والساحل الفرنسوي وفي البحر الارلندي . وهذا يعلل عدم تمكن الغواصات الالمانية من مضايقة الملاحة في ذينك البحرين في الاشهر الاخيرة بعد ما فتكت فيها بكثير من سفن الحلفاء في اوائل الحرب . وهذه الشباك تلقى في البحر الى عمق مئتي قدم وهو العمق الذي لا تستطيع الغواصات الغوص الى ما تحته فسد بذلك عليها مسالك الذهاب والاياب والدخول والخروج . وهذه الشباك تثبت في مكانها بمراسٍ تلقى في البحر فلا تزحزحها الانواء من مكانها . وفيها فتحات لمرور سفن الاصدقاء تفتح وتغلق كالكباري المتحركة ولا يعلم مكان تلك الفتحات غير البحرية الانكليزية . وهي تغير آنًا بعد آن كيلا يهتدي الالمان اليها . وتقوم الشباك بعوامات كبيرة تربط بجانبها الفوقي ولا تظهر على سطح الماء فلا يرى الالمان اثرًا للفتاخ التي تمد لهم

باب تدبير المنزل

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

تمريض المرضى

تمهيد

نشرت جمعية الصليب الاحمر البريطانية كُتيبًا ضمّنتهُ القواعد التي يجب على الممرضة مراعاتها فاقتطفنا منهُ الفوائد التالية لان مراعاتها واجبة على كل امرأة تعتني بالمرضى سواء كانت ممرضة او كانت نسيبة للريض كامٍ او اختٍ

ثياب الممرضة

يجب ان تكون ثياب الممرضة التي تدخل بها غرفة المريض مما يسرُّ المريض برويتهِ من حيث لونها ومادتها ومما تتطلبهُ القوانين الصحية راهم ما في ذلك

اولاً ان تكون الثياب مما يغسل او مما ينظف بسهولة

ثانياً ان يكون نسيجها ليس مما يمتص بسهولة المكروبات المرضية وصديد الجروح وما ينفث من الفم والانف وما اشبه فضلاً عما تعلق به هذه المواد بسهولة

ثالثاً على الممرضة ان تقلب المريض من جهة الى اخرى وتراعي جروحه اذا كان مجروحاً فيجب ان تكون ثيابها مما لا يزعجهُ ولا يخشنهُ اذا لمسهُ

رابعاً بعض المنسوجات يبدو منهُ صوت بالحركة فيجب ان لا تكون ثياب الممرضة كذلك اي يجب ان لا يسمع لثيابها اذا مشت في غرفة المريض خشخشة

فالثياب الصوفية لا تصلح للبس الممرضات لانها تمتص المكروبات والمفرزات بسهولة فضلاً عن تكونُ ملمسها خشناً يؤذي المريض

وثياب الحرير لا تصلح للممرضات لانها تخشخش عند كل حركة ولا يسهل تنظيفها اذا تلوثت . وثياب القطن المشاة المكوية لا تصلح لانها تخشخش ايضاً كلما تحركت الممرضة ولكن النسيج القطني اللين الناعم وصوف الالبكا يصلحان لثياب الممرضة فانهما لا يخشخشان ولا يمتصان المفرزات ولا يؤذي لمسهما

ولا يحسن بالممرضة ان تتحلى بالحلى ولاسيما اذا كانت ممكنة بالدبابيس ولا يحسن بها ان تضع سلسلة الساعة حول عنقها او تلبس خاتماً باذنيها لان المريض يضع يدهُ حول عنقها وهي تقبلهُ او تقبلهُ فمتى نزع يدهُ فقد تعلق سلسلة الساعة بها او قد تصيب اصابعهُ الخاتم او يعلق بها زرُّ كمهِ فيؤلمها اذنها او يسيء هو من ذلك ولا يجوز لها ان تضع الدبابيس في ثيابها مطلقاً

وهذه الامور طفيفة لذاتها لكن مراعاتها ضرورية جداً وقد احسن من قال

لا تحقرن شيئاً صغيراً تحتقر فطالما اسالت الدم الابر

وما قيل عن الممرضة يقال عن كل امرأة تمرض زوجها واولادها في بيتها فانها يجب ان تراعي القواعد المتقدمة

عوّاد المريض

اذا كان المريض مصاباً بمرض يعدي بسهولة وجب ان يمنع كل العوّاد عن دخول غرفتهِ . ولكن اذا كان المرض غير معدٍ او اذا طلب ذوو المريض ان يروهُ بعد ما عُملت لهُ عملية جراحية كبيرة او اذا كان المرض شديداً جداً فعلى الممرضة حينئذٍ ان تجري

حسب اوامر الطبيب ولكن اذا كان المريض في حالة الخطر فلا بدَّ من استدعاء ذويه واذا كان المرض شديداً وجب على الممرضة ان لا تفارق المريض وقتما يكون الزوَّار عنده لئلاَّ يعطوهُ شيئاً لم يأكلهُ يضرُّ به ولاسيما اذا كان مريضاً بالتيفو يد او في حالة النقه منها. ولا بدَّ من مراعاة حالة الزائر فمن الزوَّار مَن يمكن اتمانهُ على المريض لانهُ لا يمكن ان يفعل ما يضرُّهُ ومنهم مَن لا يؤتمن مطلقاً

وكثيراً ما يُحضر الزوار ازهاراً للمريض وذلك حسن على شرط ان لا تكون الازهار مما رائحتهُ قوية جدًّا . ولا بد من اخراج الازهار من غرفة المريض ليلاً . ويجوز ان يأتوهُ بشيء من الاثمار ونحوها من المآكل التي يجيز الطبيب اكلها للمريض ويجب ان يجلس الزائر على كرسي مواجهاً للمريض ولا يحسن ان يجلس على سرير المريض

غرفة المريض

اذا اقام المريض في بيتهِ وجب ان تكون الغرفة التي يوضع فيها مستكملة للشروط التالية

اولاً ان تكون متجهة الى الجنوب حتى يدخلها النور الكثير وتدخلها الشمس شتاءً

ثانياً يجب ان تكون منفصلة عن سائر غرف البيت على قدر الامكان وهذا لا بدَّ منهُ اذا كان المرض معدياً . وان تكون بعيدة عن مدخل البيت على قدر الامكان . واذا كان الفصل حارًّا وجب ان تكون من ابرد غرف البيت ولا بدَّ من كون المرتفق قريباً منها حتى يسهل قيام المريض اليهِ اذا كان ذلك ممكناً

ثالثاً ان غرف النوم سواء كانت للمرضى او للاصحاء يجب ان تكون واسعة تكفي سعتها لتجديد هوائها من غير ان يتولَّد فيها مجرًى للهواء لان مجرًى الهواء يؤذي المريض بتبريد ظاهر جسمهِ ولاسيما اذا كان الجسم مغطًّى بالعرق فان العرق يتجفَّف حينئذٍ بسرعة فيزيد برد الجسم . وقلما يسرُّ الانسان بمجرى الهواء الاَّ وهو مخرف الصحة او مخرف صحتهُ . والبرد يقلِّص الاوعية الدموية التي في الجلد ويرد الدم الى الرئتين والكبد والامعاء ويسبب احتقانًا والتهابًا فيها

ومن الخطإ ان يتعرَّض جسم الانسان النائم في فراشهِ لهواء يسير بسرعة اكثر من ثلاثة اميال في الساعة سواء كان مريضاً او صحيحاً

ثم ان الانسان يحتاج الى ١٠٠٠ قدم مكعبة من الهواء كل ثلث ساعة فاذا كان طول غرفتهِ ١٠ اقدام وعرضها وعلوها كذلك كفتهُ وتجدَّد هواؤها كل ثلث ساعة ويحسن ان

تكون مساحتها مضاعف ذلك حتى يكفيهُ هواؤها و يكفي المرضة اي ان يكون طولها اربعة امتار وعرضها وعلوها كذلك

واذا فتح شباك ليدخل منهُ الهواء و يجدد هواء الغرفة وجب ان يدبَّر تدبيراً خاصًّا حتى لا يقع مجرى الهواء الداخل منهُ على المريض او على النائم ولو لم يكن مريضاً · واسهل سبيل لذلك ان يكون زجاج الشباك بجرارين اعلى واسفل فيرفع الاسفل نحو عشرة سنتمترات ويوضع لوح من الخشب تحتهُ سعتهُ كسعة الشباك فيصير بين الجرارين فسحة ضيقة الى الاعلى يدخل منها الهواء الخارجي الى سقف الغرفة فيتجدد هواء الغرفة به و يتنقى من غير ان تمرَّ مجاريهِ على النائم · او يجب ان يدبَّر تدبير آخر حتى يصعد الهواء الداخل الى اعلى الغرفة ولا يمر على النائم بخط مستقيم

غش الطعام

ليس بين « المخالفات العمومية » ما هو شرٌّ من غش الاطعمة المخلفة بمواد اثقل او ارخص منها فيزيد ربح الغاشّ من ذلك المزج ولكنهُ ربح محرَّم يعود على صاحبهِ بالعار والشنار · والمادة المضافة قد تكون طعاماً سليماً من الضرر بنفسها فلا يؤاخذ مضيفها الاَّ بالطمع في الربح · وقد تكون ضارة وفي هذه الحالة تكون مؤاخذتهُ مزدوجة · ففي انكلترا يمزج الغاشون البنّ ورطلهُ بنصف رطل بالشيكوريا المجففة ورطلها بنحو غرشين وغرضهم من ذلك زيادة الربح غير المشروع لا الضرر · ومن التجار في اوربا من يمزج الباسلاَّ المجففة والخلالات بالزنجار (خلات النحاس) او كربونات النحاس ليبقى لها لونها الاخضر ومعلوم ان الزنجار سمّ زعاف · ومنهم من يمزج اللبن بالحامض البوريك وغيرهِ لحفظهِ من الفساد مدة طويلة ليمكن ارسالهُ من بلاد الى بلاد

واكثر المواد عرضة للغش الدقيق · والغرض من مزجهِ اما زيادة الربح واما تحسين لونهِ اذا كان اسمر وفي هذه الحالة يمزجونهُ بالشبّ الابيض ومزجهُ بالشبّ يجعل هضمهُ عسراً · ومنهم من يضيف اليهِ دقيق البطاطس ولكنهم لا يكثرون منهُ لسهولة اكتشافهِ وخصوصاً بالمكرسكوب

ومنها السمن والزبدة · وغاشوها اما ان يضيفوا اليها الحامض البوريك للحفظ والمواد المولَّدة وفي هاتين الحالتين لا ضرر يذكر من هذا المزج · واما ان يضيفوا اليها الدهن والشحم والزيت وهي لا ضرر منها اذا كانت غير فاسدة ولكن ذلك لا يبرئ الغاشين من الغش الحاصل من بيعها بالثمن السمن والزبدة وهي ارخص منها

وفي مصر تمزج القهوة « المحمونة » بدقيق الفول السوداني او دقيق الحمص محمصين. وربما مزجوا بها اشياء أخرى لا نعلمها

وفي اوربا يجمعون اوراق الشاي المفلاة والمستعملة فيجففونها ويخلطونها بالشاي الجديدة ويبيعونها باثمانها . ومنهم من يخلطها بورق الكستنا والاجاص البري او يصبغ اوراق الشاي الخضراء الرديئة باصباغ كيماوية لتسود وتلوح كاوراق الشاي السوداء الجيدة

ويغشون العسل بمزجه بدقيق البطاطس والحامض الكبريتيك . وفي مصر قلما يرى العسل نقياً الا في اقراصه لانهم يكثرون مزجه بالسكر الدون وبمواد اخرى . ومعظم العسل الذي يباع في العلب يرد من كريت وسائر الجزر اليونانية ويقول جالبوه انه في كريت برّي وكثير الى حد انه مشاع لا يكلف الا تعب اشتياره من وقباته . وله نكهة طيبة ولا نعلم حل هو خالص او مشوب بمواد اخرى . ولكن اذا صح ما يقوله تجاره عن رخصه فلا داعي الى غشه بشيء

ويغش الفلفل « المحمون » في اوربا بمزجه بالرمل ودقيق الرز

ويغش الخل بان يضاف اليه مقدار كبير من الحامض الكبريتيك او بيع الحامض الخليك المستقطر من الخشب كأنه خل . وفي ظننا ان معظم ما يباع خلاً في الاسواق المصرية هو من الصنف الثاني . فان « الفياسكو » منه وقيها نحو ثلاثة كيلوات تباع بقرش او غرش ونصف وهذا لا « يخلص » اذا كان ما يباع خلاً خالصاً

على ان شر الغش في هذا الباب غش اللبن كما ابنا في فصل سابق وذلك لسهولة غشه وشدة قابليته للتلوث بالمكروبات المختلفة . وقد احسنت مصلحة الصحة بتعريضه للفحص والكشف كل اسبوع ومعاقبة كل غاش طالب الربح القبيح . وبهذا الرشملت مراقبتها سائر الاطعمة القابلة للغش بمثل هذه العناية

شوربة البطاطس

نشرت الحكومة الالمانية ٢٤٨ وصفة لعمل الاطعمة الرخيصة زمن الحرب ومنها الوصفتان التاليتان لعمل الشوربا

(١) شوربة البطاطس مع الارز او الشعير — اغلِ نصف رطل من البطاطس المقشور وزلّ الماء عنها وصب عليها رطلين ونصف من الماء او مرق اللحم ونصف فنجان كبير

من الارز او الشعير المقشور واغلِ الكل جيداً وانت تحركهُ دواماً الى ان يشتد قوامهُ ويصير كاللبن ثم صفِّهِ واضف اليهِ زلال بيضة وملعقة كبيرة من الزبدة

(٢) شوربة البطاطس مع الاوتميل — خذ فنجاناً كبيراً من الاوتميل لكل ستة انفس واغسلهُ جيداً بماء بارد ثم بماء غالٍ وصبَّ عليهِ ماء بارداً وضعهُ على النار وقبلما يغلي صفِّ الماء عنهُ وصب عليهِ ماء بارداً وضعهُ على النار ودعهُ يغلي وينطبخ جيداً فيبيض تماماً وحينما ينضج اضف عليهِ من البطاطس الذي قشر وسلق مع قطع صغيرة من اللحم المقدَّد او المدخَّن واتركهُ حتى يغلي ثانيةً

الاسراف

كتبت لادي رندلف تشرشل التي كانت قدوة نساء الانكليز في الازياء ومقدمة عليهنَّ بما تلبسهُ من ثمين الحلى وفاخر الحلل مقالة تحثُّ النساء فيها على الاقتصاد التام في المأكل والملبس بسبب الحرب الحاضرة وما تكبدتهُ الامة من النفقات الطائلة قالت

الاقتصاد فضيلة غير محبوبة ولكن الضرورة جعلتهُ ضربة لازب

ولا شبهة انهُ مضى علينا عشرون سنة قبل الحرب ونحن راكبون طرق الاسراف حتى قالت مسز اسكويث زوجة كبير الوزراء منذ سنة او سنتين ان الاسراف صار سبيلاً للدخول بين جماعة الاشراف

ومنذ ثلاثين سنة او اربعين كان الكبراء يحسبون ان الشاب الذي دخلهُ الفا جنيه في السنة هو في سعة واذا تزوَّج امكنهُ ان يعيش بالرخاء ثم تغيرت الحال حتى صار دخل مثل هذا لا يعتدُّ بهِ . ولذلك قلَّ عدد الذين يتزوجون

غير ان هذه الحرب غيَّرت كل شيء وارجعت الناس الى البساطة فكفُّوا عن حسبان الفقر عاراً . وسيدوم ذلك جيلاً او جيلين بعد انتهاء الحرب لانهُ كما زادت الامة شجاعة وعزة نفس زادت بساطة وبُعداً عن التظاهر بما ليس فيها . ونرى الآن ان كل اساليب الادعاء والتغالي التي كانت تشوب عمراننا قد اخذت تتقشع كما يتقشع الضباب امام شمس الصباح

اهالي فرنسا لا يزالون اقرب منا الى البساطة ومع ذلك قللوا نفقاتهم كثيراً حتى اغنى اغنيائهم لم يتركوا في بيوتهم الاَّ خادمتين واقتصروا على لونين من الطعام على موائدهم وبعضهم صاروا يكتفون باطعمة من الحوافر من ابسط ما يكون يضعونها على المائدة ويقفون حولها ويأكلونها باردة من غير طبخ فاستغنوا عن الخدم

ونحن في انكلترا اخذنا نقتدي بالفرنسويين مثال ذلك ثياب النساء فان المرأة الغنية التي لم تجعلها الحرب تشعر بالفاقة صارت تخشى ان تشتري ثياباً جديدة وتتحامى ان تلبس على الزي الاخير . واذا اتفق انها خرجت بثوب جديد فانها تعتذر الى اللواتي تقابلهن بقولها ان ثيابها صارت خرقاً فاضطرت ان تشتري ثياباً غيرها او ان خادمتها اصلحت لها هذا الفستان حتى تخرج به . وكذلك اقتدينا بهم في الطعام فصرفنا الخدم ولم نبقِ الا خادمة واحدة وصار من يولم وليمة منا لا يرسل الى الذين يدعوهم اليها اوراق الدعوة بل يكلمهم بالتلفون قائلاً ارجو ان تأتوا وتتعشوا معنا ولا تؤاخذونا اذا لم نقدم لكم الا طعام الحرب . والخدم الذين كانوا يخدمون في البيوت و يرشون المساحيق البيضاء على شعرهم خرجوا من الخدمة وانتظموا في الجيش المحارب حيث تظهر رجولية الرجل فانتصبت قاماتهم وابرقت عيونهم وصرت تصافح الواحد منهم كأنهُ قرينك بعد ان كنت بالامس لا تملكُ يدك وتدعو لهُ بالتوفيق والنصر في الدفاع عن بلاده وتبذل جهدك في الاعتناء بمن لهُ في غيبته لانهُ يدافع عنك وعن ذويك

وقد اختلف البعض في اي الفريقين اكثر اسرافاً الرجال ام النساء . فالنساء يسرفن كثيراً في الملابس والرجال في الملاهي ولكن لا شبهة في ان الذي يتعب في تحصيل ماله لا ينفقهُ بسهولة ولا يسرف فيهِ كالذي لا يتعب في تحصيلهِ ولذلك فالنساء اميل الى الاسراف من الرجال لكن هذه القاعدة غير مطردة وكثيراً ما تكون المرأة شديدة الاقتصاد الى حد التقتير ولو كان المال مال زوجها لا مالها . وقد حدَّ بعضهم اقتصاد الرجل واقتصاد المرأة بقولهِ ان الرجل يدفع عشرة غروش ثمن ما يساوي غرشين اذا كان محتاجاً اليهِ والمرأة تدفع غرشين ثمن ما يساوي عشرة غروش وهي غير محتاجة اليهِ

هذه خلاصة ما كتبتهُ هذه السيدة التي كانت في صباها زهرة نساء الانكليز وهي من اخبر الناس باحوال البيوت الكثيرة في انكلترا وفرنسا . واذا لم تكن لهذه الحرب فائدة غير حمل الاغنياء والاواسط على الاقتصاد في نفقاتهم والعود الى بساطة المعيشة في المأكل والمشرب والملبس فكفى بها فائدة . ونحن في هذا القطر احق الناس بالاقتصاد والابتعاد عن الاسراف الذي كبَّل اغنياءنا بقيود الديون فان دخل البلاد قليل جداً وقد كانت نفقاتها كثيرة في السنين الاخيرة زادت على مضاعف ما كانت عليهِ منذ ثلاثين سنة في المأكل والملبس وبناء البيوت وتأثيثها بفاخر الاثاث واقتناء المركبات والاوتوموبيلات . هذا والدين تزيد ثقلاً عاماً بعد عام . فعسى ان يكون كلام لادي تشرشل حافزاً للسيدات قارئات المقتطف على الرجوع الى بساطة المعيشة والبعد عن كل سبل الاسراف