باب تدبير المنزل

قد شحنا هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم المرأة واهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والشراب والمسكن والزينة وسير شهيرات النساء وغير ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة.

الصحة العامة في مصر

ومبادئها الاساسية

بيان جامع

زاد اهتمام الجمهور في مصر بمسائل الصحة العامة تبعاً لتطور الفكري الذي تناول جميع مرافق الحياة في انحاء العالم بعد الحرب العظمى وقلما يجد القارئ صحيفة من الصحف السيارة او مجلة الا وفيها قليل او كثير من المباحث الصحية وهذه حال تبشر بالوثوق من مساعدة الشعب للمشاريع الصحية والعمل على نجاحها النجاح الذي لا يأتي الا من اشتراك جميع الهيئات في العمل لهُ

ولكي يمكننا تقدير الحالة الصحية في بلادنا او اي بلد اخر يجب النظر في ثلاثة امور رئيسية (١) زيادة عدد السكان او نقصهُ (٢) معدل حالة الافراد من حيث الصحة البدنية (٣) مبلغ انتشار الامراض المعدية

نظرة الى احصاء سكان القطر في ربع القرن الاخير تبيّن جليًّا ازدياداً مطرداً فقد كان عدد السكان في سنة ١٩٠١ — ٠٠٠ ,٦٢٠ ,٩ نفساً تقريباً فبلغ في سنة ١٩٢٥ حوالى ١٤٩٠٠٠٥٠٠٠ وهذه حالة لا تتوفر في كثير من البلاد. والزيادة في عدد السكان هي اهم العوامل الرئيسية في مقياس تقدم الصحة وهي بذاتها كافية للاطمئنان على حالة البلاد الصحية . اما حالة الافراد الصحية فتليها في الاهمية . فقد تكون زيادة السكان مطردة ولكن الافراد لبسوا في نمو جسمهم وقوتهم كما يجب ان يكون عليه الاشخاص الاصحاء . ويصعب في مصر تقدير حالة الصحة الفردية لانهُ لا يوجد معيار للنمو الطبيعي للمصريين وهو نقص يحسن تلافيهِ في اقرب آن ورغماً عن ذلك فانهُ يبدو للخبيرين ان اغلب سكان القرى في حالة تأخر جسماني . كذلك يدل مبلغ انتشار الامراض المعدية وغير المعدية

على حالة البلاد الصحية والاحصائيات المصرية عن تلك الامراض ليست من الدقة بحيث تدل دلالة صحيحة عن اثر ذلك العامل . الا انهُ يمكن القول بان الامراض المعدية على العموم منتشرة انتشاراً كبيراً اذا قورنت بالبلاد الاوربية واكثر ما يقلق بال الجمهور هو كثرة وفيات الاطفال عند مقارنتها بمثلها في الخارج فتبلغ نسبة وفيات الاطفال عندنا ٣٠٠ في الالف من عدد المواليد والنسبة في الامم الاخرى كما يأتي

المانيا ١٥٢ في الالف ايطاليا ١٤٢ في الالف اسوج ٧٥ « «

نرنسا ١١١ « « انكلترا ١١٠ « «

فيبدو لاول وهلة ان حالة الاطفال المصريين في درجة سيئة ولكن هناك عوامل هامة لا بد من تقديرها قبل الاخذ بظاهر الارقام فاهم العوامل التي تؤثر في نسبة وفيات الاطفال في مصر هي

١ كثرة المواليد فكلما كثرت المواليد زادت الوفيات في عائلة ما تجد ان العناية التي يناها طفل او اثنان من والديهما تفوق كثيراً ما يناالاثنو لو كان لهما خمسة اخرة او ستة وخصوصاً اذا كان مورد العائلة المالي قليلاً

٢ كثرة تناسل الطبقات الفقيرة في الامة وهؤلاء هم الذين لا يمكنهم بذل العناية الواجبة لتربية اطفالهم الكثيرين

٣ جهل الامهات المبادئ الصحية البسيطة خصوصاً ما يتعلق منها بتربية الطفل وهذا الجهل اكثر انتشاراً بين الطبقات الفقيرة الكثيرة التناسل

٤ موقع البلاد الجغرافي وارتفاع درجة الحرارة صيفاً مما يسبب انتشار الامراض التي تذهب بحياة كثير من الاطفال . فلو قارنا نسبة المواليد ونسبة الوفيات في الممالك السالفة الذكر بما يقابلها في مصر لوجدنا ما يأتي

	المواليد في الالف من عدد السكان	نسبة وفيات الاطفال للمواليد
مصر	٤٤	٣٠ في المائة
المانيا	٢٨	١٩ «
ايطاليا	٣١	١٤ «
فرنسا	١٨	١١ «
انجلترا	٢٤	١١ «
اسوج	٢٣	٧٫٥ «

يتضح من ذلك ان الحالة في مصر سيئة ولكنها ليست بالدرجة المخيفة التي يراها المطلع على احصاء وفياتها وذلك لكثرة الحالة في نسبة المواليد عندنا ولكن يخشى ان تقل هذه النسبة كثيراً في المستقبل تبعاً لارتفاع مستوى المعيشة وكثرة مطالب الحياة كما يشاهد في إعراض الطبقات المتعلمة في مصر عن الزواج وسعي المتزوجين منهم في تقليل نسلهم. لذلك كان الوقت الحاضر خير زمن للقيام بحملة جديدة للمحافظة على حياة اطفالنا الكثيرين ومقاومة اسباب الوفيات ويتلخص ذلك فيما يأتي

١ — تعليم البنات مبادىء الصحة العامة خصوصاً تربية الطفل حتى يكنّ امهات عارفات بحاجات اطفالهن وهذا خير ضمان للمحافظة على حياة اطفال المستقبل

٢ — العناية التامة بتدريب مولدات (قابلات) ارقى من الطبقة الحاضرة وتعليمهن الطرق الصحيحة للعناية بالام والطفل وقد خطت مصلحة الصحة فعلاً اول خطوة في هذا العمل بتدريب مولدات في عواصم البلاد واعطاء الناجحات منهن شهادة تسمح لهن بتعاطي الصناعة وبذلك يتمكن من المحافظة على الاطفال في اثناء الولادة وفي الاسبوع الاول من حياتهم وهو الوقت الذي تكثر وفياتهم فيه اذ تبلغ ربع وفيات السنة الاولى

٣ — تعميم المستوصفات ودور العلاج في انحاء القطر حيث تعطى للامهات ارشادات في كل ما يتعلق بصحة الطفل وكذلك يمكن اكتشاف الحالات المرضية قبل استحكامها وعرضها على الطبيب لاعطاء العلاج اللازم ونجاح تلك المستوصفات يتوقف على حسن اختيار من يقمن بالعمل فيها حتى يستطعن استمالة الامهات لزيارة المستوصف بانتظام لمراقبة نمو الطفل وليس الغرض من المستوصف ان يكون دار علاج فقط بل ان مهمته الاولى هي المحافظة على صحة الاطفال لاعلاجهم بعد اصابتهم

يرى مما تقدم ان العناية بالطفل يجب ان تكون في مقدمة المسائل الصحية فان ما يصرف من المال في هذا السبيل يربي على ما ينتظر الحصول عليه من المشاريع الصحية الاخرى و يجب ان يعهد في المحافظة على صحة الاطفال الى اختصاصيين في هذا العلم و يجب ان يكونوا قسماً خاصاً في الادارة الصحية بالقطر

و يلي العناية بالاطفال الاهتمام بتحسين طرق المعيشة على العموم وفائدتها لا تشمل الكبار فقط بل لها الاثر الطيب في حفظ حياة الاطفال ايضاً

١ ﴿ العناية بالمسكن ﴾ مما يؤسف له ان المساكن في القرى بل وفي المدن لا يعتنى بانتقاء موقعها ولا ببنائها فترى الشوارع ضيقة لا تنيرها اشعة الشمس ولا يتخللها

الهواء الكافي فهي كثيرة الشوارع مزدحمة بالسكان وفي القرى يعيش فيها الحيوان الى جانب الانسان . فعلم كلنا أن اصلاح حال المساكن ضروري جداً الا ان دون ذلك مصاعب كثيرة وقد عنيت جميع الامم بوضع نظام خاص لبناء المساكن سواء في المدن او في القرى حتى تضمن ملاءمتها لسكنى الناس ففي انجلترا مثلاً لا يؤذن ان يتجاوز ارتفاع البناء عرض الشارع الذي امامهُ فاذا كان عرض الشارع عشرة امتار فلا يقام بناء على جانبيهِ يزيد على عشرة امتار كذلك يراعى توافر النور الكافي بتحديد مساحة النوافذ تبعاً لمساحة الغرف وباتخاذ الاحتياط لمنع تسلق مياه الرشح على الجدران وان يختار موقع المراحيض بكل عناية

وقد آن ان توضع في مصر نظم خاصة لتخطيط المدن والقرى وتسن قوانين لبناء المساكن التي تستجد حتى يضمن تحسين الحال على مر الايام واندثار المباني غير الصحية بالتدريج واظنكم جميعاً شاهدتم الخطوة الحميدة التي بدأتها جريدة السياسة اعمل مسابقة عن تصميم صحي لبيت قروي روعيت فيهِ الحالة الاقتصادية والاجتماعية للبلد ولو ان البيت الذي اقيم نموذجاً بالمعرض الصناعي الزراعي لا يخلو من بعض العيوب الصحية كاقتراب المراحاض من مورد الماء وصغر النوافذ الا انهُ لا شك مجهود نافع

٢ ﴿العناية بماء الشرب﴾ ربما كانت اكثر الامراض فتكاً بالانسان هي التي تنتقل عداوها بواسطة مياه الشرب التي لم يُعْنَ بترشيحها او غليها قبل الاستعمال

فالحمى التيفوئيدية والكوليرا والدوسنطاريا والبلهارسيا تصيب الانسان من المياه الملوثة ومياه النيل بعد جريهِ بين القرى والمدن يُنقَل بفضلات الانسان والحيوان مما يجعلهُ غير صالح للشرب دون تنقيتهِ فلا بدَّ اذن من ترشيح مائهِ قبل استعمالهِ بواسطة الحكومة او مجالس المديريات اذ لا يمكن الاعتماد على الترشيح بالمنازل. اما مياه الآبار المفتوحة ففي عظيم الضرر اذ تشرب جميع القاذورات اليها بواسطة الدلاء المستعملة لاستخراج مياهها ومن الصالح العام ان تردم جميع تلك الابار . وقد قلَّت فعلاً في الوقت الحاضر في المدن اما الطلمبات الحبشية فهي مورد جيد للمياه اذا احسن اختيار موقعها وكانت بعيدة عن موقع المراحيض وخزان القاذورات اذ ان تلك المواد تتسرب مع مياه الرشح في باطن الارض فتلوث ماء الطلمبات القريبة منها . ونظراً لضيق المساكن فانهُ يصعب اختيار مكان لائق لوضع الطلمبة على بعد كاف من المراحيض والخزانات ولذلك فانهُ من المستحسن في القرى الصغيرة التي لا يمكنها القيام بمشروع

خاص لترشيح المياه ان ينتخب موقع خارج البلدة لوضع الطلمبات به واعداد خزان للمياه يأخذ الاهالي منهُ حاجتهم . ومما يدعو الى السرور ان كثيراً من البلاد قد وجدت بها مرشحات لتنقية الماء وتوزيعهِ على السكان و يجدر ان تعضد هذه المشروعات على قدر الامكان

٣ ﴿ اقامة المراحيض الصحية وصرف الفضلات ﴾ لا نبالغ اذا قلنا ان التقدم الصحي في اوربا واميركا وسلامة الجيوش العظيمة ابان الحرب العظمى من كثير من الاوبئة انما يرجع الى العناية باقامة المراحيض الصحية اولاً وانتقاء موارد الشرب ثانياً ولادراك اهمية ذلك اذكر لكم انهُ قبل تقدم وسائل الوقاية الصحية فقد الجيش البريطاني في حرب الترنسفال بسبب عدوى الحمى التيفوئيدية التي تنتقل من المواد البرازية اكثر مما فقدهُ في ميادين القتال

واكثر منازل القرى في مصر خال من المراحيض يتبرز سكانها في الخلاء بالقرب من مجاري المياه فيلوثونها وتنتشر بذلك عدوى الامراض الخطرة . والقليل من المنازل التي فيها مراحيض تجد هذه المراحيض مبعثاً للروائح الكريهة لقلة العناية بها ولاتصالها مباشرة بالخزان فتخرج منها دائماً الغازات و يتربى فيها البعوض والذباب . واختيار المراحيض الوافية بالشروط الصحة مع ملاءمتها لمنازل القرى وعادات سكانها ومراعاة الاقتصاد من الامور الدقيقة التي لم تدرس بعد درساً كافياً وهي تدعو الى العناية المستعجلة في الوقت الحاضر و يحسن تشكيل لجنة من الخبراء في مختلف الاعمال التي لها علاقة بهذا الموضوع كالصحة والزراعة والري والمباني وطبقات الارض لدرسهِ فنياً ووضع انموذج صحي لتعميمهِ في القرى . ولا تأخذكم الدهشة اذا قلت لكم انهُ اذا توفقنا الى تعميم المراحيض الصحية بالقرى دفنا خطر كثير من الامراض ورفعنا مستوى الصحة بالبلاد الى درجة لا يمكن تقديرها

والطريقة المثلى للتخلص من فضلات الانسان هي تصريف تلك المواد بواسطة المجاري العامة لذلك يجب ان نعنى بتعضيد هذا المشروع ما امكن ذلك و يجب التنبيه الى الخطاء الشائع في مصر من انشاء مزارع عند نهاية المجاري للتخلص من الفضلات تزرع فيها انواع الخضروات والفواكه التي يأكلها الانسان وكذلك تخضير السباد و بيعهُ للمزارعين والغاية من كل ذلك استثمار المزرعة الى اقصى حد ممكن مع ان المزرعة لم توجد الاَّ للتخلص من فضلات الانسان لا ان تكون مصدراً لنقل العدوى واعتبارها مشروعاً اقتصادياً

٤ ﴿ مراقبة المأكولات و بيعها ﴾ ان المأكولات وخصوصاً ما يعرض منها في الاسواق عرضة للتلوث ونقل كثير من الامراض من ايدي العمال الذين يتداولونها

الى ان تصل الى المشتري فيجب مراقبة تحضير تلك الاصناف مراقبة دقيقة ويلزم ان يتنبه الجمهور الى ان عليهِ واجباً كبيراً في تلك المراقبة بالاقبال على المحال التي تعنى بنظافة معروضاتها. واكثر الحكومات وضعت القوانين الشديدة لمراقبة المأكولات ومعاقبة من يغش المواد المهمة كالبن والجبن والزبدة واللبن والزيوت والخبز واللحوم ولكن للاسف تقف الامتيازات الاجنبية عقبة في التسوية بين الاجانب والمصريين في العقوبة

٥ ﴿ مقاومة الامراض ﴾

١ — الامراض الوبائية — يرجع انتشار الامراض الوبائية الى العيوب التي اشرنا اليها في المسكن والمأكل والمشرب ولذلك تبذل عناية كبيرة في الاستعداد لمقاومة تلك الاوبئة كلما ظهرت بالبلاد. ومما يزيد في المصاعب التي يواجهها القائمون بهذا العمل عدم تعضيد الاهالي والاطباء الخصوصيين لهم بالتبليغ عن الاصابات بتلك الامراض. ولذلك كان المرجع المعول عليهِ هو ظهور وفيات كثيرة في جهة ما. ورغم هذا التقصير فان النجاح في ايقاف تيار الوباء بعد انتشاره مما يدعو الى الاعجاب بما يبذلهُ الاطباء الشبان الذين يشغلون اقل المناصب في مصلحة الصحة اعني اطباء الاوبئة. ولا يتسنى تقدير ذلك المجهود الا لمن رأى هؤلاء الشبان في القرى النائية يصلون بكل همة داخل خيام لا تقيهم من حر الصيف ولا من برد الشتاء — ولكن تلك المجهودات لا داعي لها اذا تم اصلاح الحالة الصحية على الوجوه التي سبقت الاشارة اليها

ومما يؤسف لهُ ان الاعمال التي تبذل في مقاومة الاوبئة اعمال ذات صبغة وقتية لابد من تجددها كلما ظهر الوباء

واهم طرق مقاومة الاوبئة في مصر الآن هي عزل المصابين ومراقبة المخالطين لهم فيقيم المصابون في خيام او عشش تقام خارج القرية لا تتوافر فيها وسائل راحتهم وعلاجهم كما وان الاهالي يرون غضاضة شديدة في نقل مصابيهم الى تلك الاماكن. وقد بدأت حركة مباركة في انشاء مبانٍ خارج بعض القرى لتكون معزلاً صحياً يستعمل وقت ظهور الاوبئة فيجب ان يكثر من انشاء مثل هذه المعازل. والمكلف بمراقبة صحة الاهالي في القرى والتبليغ عن ظهور الامراض المعدية بها هو حلاق الصحة وهو يقوم بهذا العمل بلا اجر. وليس من الصالح ان توكل هذه المهمة الخطيرة الى شخص يجهل مسؤولية عمله ويعتمد في معاشهِ على ما يجود بهِ الاهالي عليهِ لذلك هو بين عاملين اما القيام بواجبهِ فيغضب الاهالي واما ارضاء الاهالي فيهمل واجبهُ فيجب ان يختار لهذا العمل اشخاص مدربون على الاعمال

الصحية مسؤولون امام الاطباء الصحيين عن تلك الواجبات ويكفي ان يناط شخص واحد بمراقبة الحال في جملة قرى متقاربة

وتوكل العناية بالمرضى وتطهير المنازل الموبوءة الى ممرضين يعين اكثرهم من اهالي القرى وليس عندهم اقل دراية بهذه الواجبات ومن الصعب مراقبتهم في تنفيذ الاعمال المطلوبة منهم . ولاهمية اعمال التمريض والتطهير يجتمع تدريب اشخاص مخصصين لذلك يمنحون اجوراً كافية حتى يضمن قيامهم بواجبهم خير قيام وعدم التفريط فيها لقليل من الدراهم تعطى لهم

ب — مقاومة الامراض المتوطنة — في مصر امراض خاصة تصيب السواد الاعظم من السكان واهم تلك الامراض البلهارسيا والرمد الحبيبي والانكلستوما والبلاجرا والملاريا . ونظراً لاهميتها الخاصة بمصر وعدم العناية بالبحث فيها في الممالك الاوربية لقلة انتشارها هناك يجتمع على القائمين بالشؤون الصحية في مصر الوقوف على اسباب هذه الامراض وطرق انتشارها وعلاجها ومعرفة خير الطرق لمعالجتها وقد بدأت في مصر حملة واسعة النطاق لمعالجة امراض العيون ومرض البلهارسيا والانكلستوما ولمقاومة الملاريا ونرجو ان تتناول العناية باقي الامراض المتوطنة ليس بالعلاج فقط بل بالاستقصاء العلمي لجمع المعلومات الصحيحة وعمل الابحاث الفنية التي يبنى عليها الاساس الصحيح في مقاومتها

ج — العناية بمقاومة الامراض السرية بنشر المعلومات عنها وتسهيل علاجها ومقاومة البغاء وبيوت الدعارة

٦ ﴿ معالجة الامراض واسعاف المصابين ﴾ ان عدد الاطباء في القطر المصري قليل بالنسبة لمجموع السكان وزيادة على ذلك فان معظم الاطباء يقيمون في المدن الكبيرة وعواصم المديريات وتخلو منهم مساحات كبيرة يسكنها كثيرون من السكان في قرى مختلفة فلا يحظى هؤلاء القرويون باستشارة طبية الاّ بعد قطع مسافات طويلة وتكبد مشاق ونفقات كبيرة وقد آن الاوان لتشجيع الاطباء حديثي العهد على انشاء عيادات في الجهات النائية عن البنادر وزيارتها بانتظام لقاء اعانة مالية تتفاوت بتفاوت الاحوال

اما المستشفيات العامة والرمدية والخاصة بعلاج الطفيليات فقد زادت في السنوات الاخيرة زيادة مطردة وتبارت مجالس المديريات والهيئات الخيرية والافراد في الاكثار منها ولكن ينقص هذه المستشفيات ركن هام من اركان نجاحها وهو ايجاد الممرضين الاكفاء للقيام بالامر فهم الواسطة المباشرة بين الطبيب والمريض واليهم يوكل الاعتناء

بالمريض والقيام بحاجياته واعطائه الادوية في المواعيد المقررة وملاحظته ملاحظة فنية كاخذ حرارته وعد نبضه وقياس افرازاته وغير ذلك وليست الطبقة التي يختار منها هؤلاء الاشخاص ولا المرتبات التي تمنح لهم كفيلة بقيامهم بتلك الواجبات على أحسن حال والمرضون الحاليون هم نكبة المستشفيات ولو ان بينهم عدداً قليلاً تشرف بهم مهنتهم. ويرجى ان تكون المدرسة المزمع انشاؤها لتخريج ممرضين اكفاء نواة لمشروع نافع واسع النطاق كاف لسد حاجة البلاد وحبذا لو عهد بالتمريض الى فتيات متعلمات فهن خير من يقوم بهذا العمل الانساني

٧ ﴿ التعليم الصحي ﴾ ليس القصد من تعلم الطب علاج الامراض فقط بل انه يرمي الى غاية اسمى من ذلك وهي مقاومة الامراض والمحافظة على صحة الشعوب. وقد تقدم علم الوقاية الصحي تقدماً سريعاً في السنوات الاخيرة بحيث لا يتسنى للطبيب ان يلم به علاوة على قيامه بواجب العلاج وقد عنيت جميع الامم الراقية بوضع اعمالها الصحية في يد اطباء تخصصوا لتلك العلوم وقفوا اوقاتهم عليها وللاسف لم تبدأ مصر بعد باقتفاء اثر تلك الامم في هذا الطريق فاطباء الصحة عندنا يقومون بالكشف على حوادث البوليس وتقديم التقارير الصحية السريعة والتفتيش على الاعمال الصحية ومقاومة الاوبئة علاوة على عملهم الخاص بمعالجة المرضى وهذا لا يمكن اي فرد من القيام باعماله لانها اعمال تحتاج الى ثلاثة اطباء احدهم خاص بحوادث البوليس والكشوف الطبية الشرعية والثاني طبيب صحي يصرف كل وقته في رقابة الشؤون الصحية العامة كمراقبة الاوبئة والوفيات والاعمال المضرة بالصحة وتفقد الاعمال الصحية بالقرى. والثالث طبيب معالج لا داعي لان يكون موظفاً بالحكومة اذا كان هناك اطباء خصوصيون. وتنفيذ هذا المشروع يحتاج الى انشاء معهد خاص يدرس فيه الاطباء الذين سيختصون بالاعمال الصحية العامة الدروس اللازمة

ومما تقدم يتلخص الاصلاح الصحي الضروري لبلادنا اجمالاً في النقط الآتية مرتبة بقدر الامكان بحسب اهميتها

١ — نشر التعليم بين طبقات الشعب حتى يكون عوناً في تنفيذ كل ما يتعلق بالصحة العامة قادراً على الانتفاع بالوسائل والمعاهد المخصصة لخدمة الجمهور من الوجهة الصحية

٢ — تعليم البنات والامهات طرق العناية بالاطفال

٣ — ايجاد تشريع خاص لاقامة ما يستجد من الابنية بطريقة صحية ومراعاة ما يلزمها من الملحقات الصحية كالمراحيض وغيرها

٤ — العناية بمياه الشرب وتعميم مشروع توزيع المياه الصالحة للشرب في البلاد