مداواة قصر البصر

لما كنا نطلب العلم في الجامعة الاميركية أُعرينا باستعمال النظارات[1] المقعرة التي يستعين بها قصار البصر على رؤية الاشباح البعيدة بجلاء وكان ذلك اقتداء باحد اساتذتنا فاستعملها اكثر تلامذة الصف الذي كنا فيه ودمنا على ذلك ثلاثين سنة او اكثر واعا كان استعمالنا لها في رؤية الاشباح البعيدة لا غير ونحن في غفلة عن البحث في نفعها او ضررها لاسيما وان اطباء العيون كلهم كانوا يشيرون باستعمالها علينا وعلى غيرنا . واتفق منذ نحو عشر سنوات ان اضطرت النظارات ونحن في مكان يتعذر فيه الحصول على غيرها فجعلنا نفكر في الامر على هذا الاسلوب : —

نحن انما نستعمل هذه النظارات في استجلاء الاشباح البعيدة فاذا كان الشبح بعيداً عنا عشرين متراً مثلاً رأيناه واضحاً مثل شبح على عشرة امتار منا وبدونها نرى الشبح الذي على عشرة امتار كأنه على عشرين متراً . فليكن الامر كذلك واي ضرر ينالنا لو كان يُعدّ كل شيء عنا مضاعف بعده الحقيقي ما دمنا نستطيع القراءة والكتابة بسهولة تامة . ثم ألا يحتمل اننا اذا ابطلنا مساعدة عضلات العين لكي تستجلي صور المرئيات البعيدة صارت هذه العضلات تعتمد على نفسها وتقوى بالمرانة والمزاولة . فاقتنعنا انفسنا بالعدول عن استعمال النظارات بتاتاً . ولم يكن الا شهور قليلة حتى نسيناها واستغنينا عنها وجعلنا ننصح كل من يستشيرنا من قصار البصر بان لا يستعمل النظارات او ان يعدل عنها اذا كان يستعملها . ولم نكن نجهل ما يقال من ان العضلات التي تضغط على بلورية العين فتزيد تحدبها وبقصر البصر بسبب ذلك تضعف في الشيخوخة فيضعف ضغطها عليها ولذلك يطول بصر الشيوخ ويصيرون مضطرين الى استعمال نظارات محدبة ليقوم تحدبها مقام ما قلّ في تحدب البلورية والاّ تعذرت عليهم القراءة اي تعذرت عليهم رؤية الاشباح القريبة اذا كانت صغيرة كالحروف . اما نحن فلا نزال نرى المخطوطات والمطبوعات كما كنا نراها في صغرنا

(١) النظارات في مصر والسوريات في الشام اسماء يطلقان على البلورتين اللتين تركبان في اطارين صغيرين وتلبسان امام العينين وقد اخترنا استعمال الكلمة بصيغة الجمع كما هي بلسان العامة والخاصة واخترنا اللفظ المصري لانه اكثر قراء المتطف في مصر

تقريباً ولذلك استردت عضلات عينيها قوتها في تحكيم البلورية للاشباح القريبة والبعيدة والمرجح ان هذا انما حدث من الاعتماد عليها بعد ضياع النظارات

بلغنا منذ عهد غير بعيد ان بعض اطباء العيون رأى ما يؤيد رأينا وقال ان استعمال النظارات ضار ولا نفع منهُ ولكننا لم نرَ ذلك مسطوراً الا الآن ذلك اننا رأينا مقالة في هذا الموضوع للدكتور بايتس Bates الاميركي من اطباء العيون قال فيها ما خلاصتهُ :—

جعلت منذ ثلاثين سنة اشير على ضعاف البصر باستعمال النظارات جارياً مجرى غيري من الاطباء اي ان يهملوا عيونهم ويعتمدوا على نظاراتهم لكنني اكتشفت بعد ذلك ما قدَّرني على معالجة ضعاف البصر وشفائهم بغير النظارات فصرت اقول اهملوا نظاراتكم واستعملوا عيونكم

اذا التفتنا الى الذين حولنا رأينا اننا صرنا امة من ذوات الاعين الاربع .فقد بلغ من تطرُّف اطباء العيون انهم صاروا يشيرون على كثيرين باستعمال النظارات ولا حاجة بهم اليها . يذهب الواحد الى الطبيب شاكياً من عينيهِ او رأسهِ او معدتهِ وما اشبه فيشير عليهِ بلبس النظارات .كان عدد لابسي النظارات منذ خمسين سنة اقل جداً مما هو الآن فان استعمالها انتشر بينهم بالقدوة والتقليد كما تنتشر امور كثيرة ولاسيما اذا استعملها ذوو الوجاهة اولاً

وقد تطرَّف بعض اطباء العيون فقالوا انهُ يجب على كل تلميذ ان يستعمل النظارات دائماً إمَّا ليساعد عينيهِ على البصر اذا كانتا ضعيفتين او ليقيهما من الضعف اذا كانتا سليمتين . وانظر في هذه المسألة ديوان المعارف بمدينة نيويورك سنة ١٩١٢ فاجمع الاطباء كلهم على وجوب استعمال النظارات وانفردت انا وحدي بمخالفتهم واشرت باستعمال الطريقة التي شفيتُ بها ضعاف البصر من تلامذة المدارس

وبلغ التطرف من البعض ان اشاروا باستعمال النظارات للاطفال . وهو خطأ فظيع يدلُّ على ان رجال الطب قد اهملوا ما يجب عليهم من هذا القبيل . لا ينكر انهم افادوا نوع الانسان فوائد جلَّى بمباحثهم عن اسباب الامراض وطرق علاجها والوقاية منها ولكننا اذا اتينا الى العيون وجدنا انهم اقتصروا على وصف النظارات. اما انا فقد اراني البحث اموراً كثيرة كبيرة الفائدة

اولاً ان كل الاولاد الذين سنهم تحت الثانية عشرة وفي بصرهم شيء من الخلل

يمكن أن يشفوا من غير نظارات ولا استثني أحداً من ذلك. ولا داعي لان يأتوا اليّ او الى طبيب آخر لمعالجتهم بل ان العلاج ميسور لوالديهم ومعلميهم

زرت مدرسة ذات يوم وقلت للمعلمة ، استطيعين ان تأتيني بكل الاولاد الذين بصرهم غير سليم فالتفت الاولاد الذين يزرّون عيونهم اي يقصرونها او يضيقونها حينما ينظرون الى شيء بعيد وكان بعضهم يستعمل النظارات فعرضتُ عليهم ورقة عليها حروف كبيرة وهي ممّا يُمتحن بها البصر فقرأوها كلهم ولكن الذين يستعملون النظارات عجزوا عن قراءتها لما رفعوا النظارات عن عيونهم . فطلبت منهم ان يرفعوا النظارات ويغمضوا عيونهم خمس دقائق ففعلوا ولما فتحوها حسنت رؤيتهم للحروف حتى كادت تشبه رؤية سليمي العيون . وكل التلامذة في غرفة اخرى كانوا من قصار البصر فلما علّمتهم ان يغمضوا عيونهم ويريحوها ولا يزرّوها وتمرنوا على ذلك زال ما كانوا يشكون منهُ من قصر البصر

وظهر لي بالاستقراء ان المعلمين والمعلمات الذين يستعملون النظارات تكون نسبة ضعاف البصر بين تلامذتهم اكثر من نسبتها بين تلامذة المعلمين والمعلمات الذين لا يستعملون النظارات وما ذلك الا لان التلامذة يقتدون بمعلميهم . فيجب ان لا يكون معلمو المدارس من الذين يستعملون النظارات لئلا يقتدي بهم تلاميذهم ولو عن غير قصد منهم فيضعف بصرهم . وما يصدق على المعلمين والمعلمات يصدق على الوالدين[1] فمن يستعمل النظارات منهم يضطر ان يزر عينيه من وقت الى آخر حينما يحاول ان يرى شيئاً بعيداً يقتدي به اولاده في الغالب فيقصر بصرهم

اطرح نظاراتك فيشفى بصرك. ولقد ثبت لي ان كل الذين أمتحنتهم من مستعملي النظارات شفاؤهم محقق اذا طرحوها. فقصار البصر اذا نظروا الى حائط ابيض بعيد من غير نظارات ومن غير ان يحاولوا رؤية ما فيه رأوهُ جليّاً وهذا شأن طوال البصر والذين يرون للشبح الواحد اكثر من صورة واحدة Astigmatism

ومن المقرر ان الذين بصرهم سليم اذا حاولوا رؤية الاشباح البعيدة بالتحديق او بالتحازر اي بعصر عيونهم يصيرون من قصار البصر من غير استثناء وهذا شأن الذين يزرون عيونهم ليروا الاشياء الدقيقة القريبة فان رؤيتهم لها تقلّ وضوحاً

(١) (القتطف) يقول لنا اطباء اليهود ان قصر البصر يأتي بالوراثة وهذا غير صحيح بل سببه الاكبر القدوة

رويداً رويداً ويصيرون من طوال النظر . وهذا ايضاً شأن رؤية صور كثيرة للشبح الواحد فان كل احد يستطيع ان يضغط على عينيهِ حتى يرى بهما اكثر من صورة

العين السليمة مخلوقة للرؤية الجلية وهي ترى جيداً من نفسها اذا لم يحاول صاحبها ان يرى بها فاذا حاول ذلك محاولة اخرجها عن وضعها الطبيعي فوقع الخلل في رؤيتها . ومن هنا نعلم ماهية العلاج الشفائي والمنعي وهو اراحة العين ومنع كل محاولة لجعلها ترى الاشباح واضحة. كل طبيب وكل ولد وكل رجل وكل امرأة من الذين يستعملون النظارات يضطر ان يعصر عينيه حتى توافقا نظاراته فيصاب بقصر البصر او بطوله حسب نوع النظارات . ومسؤلية الطبيب كبيرة لان الناس يقتدون بهِ وللقدوة شأن كبير في ما يصيب العينين من الخلل

ومن الناس من يخاف النور فيستعمل نظارات مظلمة ويقي رأسه بشمسية لكي يحجب اشعة الشمس عن عينيهِ . والتلامذة في المدارس اذا درسوا ليلاً وضعوا فوق عيونهم شيئاً يقيهما من نور المصباح كأن النور يؤذي العين وهذا خطأ. نعم اذا كان الانسان في غرفة مظلمة ثم خرج بغتة الى نور الشمس الساطع اشتد فعل النور في عينيهِ حينئذٍ لان حدقتيهِ تكونان قد اتسعتا جداً وهو في الغرفة المظلمة فتكثر اشعة نور الشمس الداخلة منهما ويزيد فعلها بالعصب البصري ولكن ذلك وقتي والنور الكثير لا يضرُّ العصب ولو بهر البصر

اعرف فلاحاً بقي خمس عشرة سنة لا يعمل عملاً في الشمس مدّعيًا ان نور الشمس يبهر عينيهِ حتى لا يرى فكان يقيم نهارهُ كلهُ في غرفة مظلمة . وكان لهُ عائلة كبيرة فبذلت جهدها في اراحتهِ وحجب النور عن عينيهِ حتى اذا اتفق وفتح باب غرفتهِ لنور النهار هرع اولادهُ واغلقوهُ حالاً

جاء في هذا الرجل ذات يوم وعلى عينيهِ عصابة تقيهما من النور فاقفلت كوى غرفتي حتى اظلمت وادخلتهُ اليها ونزعت العصابة عن عينيهِ وفتحت جفن احداهما والقيت عليها نوراً كهربائياً ساطعاً ثم جمعت عليها نور الشمس ببلورة فكانت النتيجة مدهشة. نهض ضاحكاً وجعل يمشي في الغرفة ويتطلّع من الكوة ثم خرج الى الشارع وعاد منهُ اليَّ وهو لا يشكو ضيراً وصار من تلك الساعة يسرُّ برؤية نور الشمس مهما كان ساطعاً . وقد نتج كل ذلك من جمعي النور على عينيهِ

واعرف رجلاً ذهب الى بلاد بورنيو وسكنها وهي على خط الاستواء وكان

يجول فيها حاسراً (مكشوف الرأس) لان السكان لا يلبسون شيئاً على رؤوسهم فاقتدى بهم كما اخبرني ولم ينلهُ من ذلك اقل ضرر. وقد اقام في بوريتو ثلاثين سنة او اكثر وقال انهُ لا يعرف احداً اصيب بالزعن (ضربة الشمس) في تلك البلاد

وفي الشمال الغربي من كندا يشتد اشراق الشمس صيفاً فتبلغ الحبوب وتحصد في شهور قليلة ولم نسمع ان احداً اصيب بضربة الشمس فيها وهو يعمل في حقول الحنطة. اما في مدينة نيويورك فيصاب كثيرون بضربة الشمس زمن الحر. وقد دعيت مراراً لمعالجة اناس اصيبوا فيها بضربة الشمس وهم لم يروا الشمس . وقد كنت في العهد القديم اسمع اطباء العيون يقولون انهُ لا بدّ من منع الاولاد من اللعب في الشمس وليس على رؤوسهم شيء يقيهم منها. اما الآن فقد تغيرت وجهتنا وصرنا نعالج الاولاد المصابين بالسل بتعريضهم للشمس ابدانهم ورؤوسهم وعيونهم والعلاج ناجع . والصغار الذين يقل تعرضهم للشمس لا تخلو عيونهم من مرض وكذلك كل الذين يستعملون نظارات مظلمة لا تخلو عيونهم من آفة

رأيت مرةً امرأة اقامت في مستشفى في نيويورك سنتين في غرفة مظلمة وعلى عينيها عصابة سوداء لكي لا تصل اليها شعاعة من النور فلما انتهت معالجتها خرجت من المستشفى وحالها اردأ مما كانت عند دخولها. فعالجتها بان جعلتها تمرن عينيها على النظر الى الشمس فلما فعلت ذلك في المرة الاولى زال بصرها تماماً ولكن لم يمض عليها اسبوع حتى صارت تنظر الى عين الشمس مواجهة من غير ضرر وكانت تستعمل النظارات وبصرها عشر البصر العادي فعاد بصرها عادياً من غير نظارات وقد امتحن بعض العلماء فعل النور الساطع بعيون الارانب فكان يجمع النور بعدسية على عين الارنب فلا يجد اقل ضرر في شبكيتها لا من نور الشمس ولا من النور الكهربائي

زرت مرةً صديقاً لي عندهُ مصباح البين Albine وهو ساطع النور جداً فقال انهُ ما من احد يستطيع ان ينظر اليهِ ما لم يلبس نظارات سوداء . فطلبت ان يديرهُ على اسطع ما يكون ثم نظرت اليهِ بعيني ولم يناني اقل ضرر او تعب . وقد كان ذلك منذ سنوات كثيرة . ومنذ عهد قريب اخبرني احد معارفي انهُ شاهد اربعاً وسبعين حادثة من آفات العيون ناتجة من رؤية النور الكهربائي الساطع فقلت لهُ ان ما رآهُ غير عادي وقلت في نفسي انهُ كاذب . وسآتي في الجزء التالي على تتمة هذه المقالة النفيسة راجين ان يكون منها فائدة كبيرة في حفظ العيون وازالة خرافة النظارات