

بَابُ شُؤْنِ الْمَرْأَةِ وَالْمَنْزِلِ وَتَدْبِيرِ الْبَيْتِ

قد فتحت هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم المرأة واهل البيت مربي
من تربية الاولاد وتدبير الصحة والنظام واللباس والشراب والمسكن والزينة
وسر شهيرات النساء ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

العناية بالاطفال

حجرة الطفل

بعد بضعة عشر يوماً قصد كريم الى عيادة صديقه الدكتور فوجد غرفة الانتظار خاصة
ببيدات واطفال وسمع الدكتور يتحدث الى سيدة في غرفة الكشف وعلى صدرها طفل
عمره ستة اودون السنة بقليل هزبل الجسم شاخص اللون منتفخ البطن باوز الوجتين بمجدد
الوجه غائر العينين وهو يقول لها :

ان ما يشكو منه ولدك هو داء الكساح وهذا الداء كثير الشروع في الاطفال ومن
ام اسبابه سوء التغذية . فلو كانت الوالدة تدرك نتيجة افعالها تذبذبة طفلها وانه يؤدي به
الى هذا المرض لكنت ولا شك تجتنبه وحرصت اشد الحرص على تغذيته وتحيه عوده
على خير نظام وضمة العلماء المتوفرون

ثم التفت الى كريم وقال له الا ترى انه قد حان للحكومات وللجاعات الرائية في كل
امة ان تهض بمعالجة هذا النقص في جزء كبير من جسم الامة بل في ام جزء منه والنظر
الى هؤلاء الاطفال والى ما بهم من مرض . وانت تعلم ان اسباب ما يشكون منه الجهل اولا
والاهمال ثانياً فلترد لهم ان ينشأوا على قواعد صحيحة لكان حفظهم من الحياة اوفر وشاؤمها اقل
كريم — ابي قدمت اليك لاقف على رأيك في الحجرة التي نخصصها لمسدوح والشروط
التي يجب ان تتوفر في تأنيها ولم يكن يدور في خلدي ان الاقرف مثل هذا الجمع الكبير من
الاطفال اميهم في تربيتهم وانما عودهم من غير ذنب اقترفوه سوى انهم ابناء الطبقة
الفقيرة في الامة

الدكتور — إن أهم الشروط الصحية في غرفة الطفل أن تكون واسعة حتى يسهل تجديد هوائها ودخول أشعة الشمس المطهرة إليها لأن الطفل يقضي معظم السنة الأولى ضمن جدرانها وأن يكون أثاثها قليلاً وبسيطاً مريحاً وأن تكون خالية من الستائر وما إلى الستائر والسجوف من الكائنات التي لا حاجة ماسة إليها ويجب أن يبقى هوائها طليقاً وأن لا تطهى المأكول فيها وأن تضاء في الليل بشعلة كهربائية صغيرة الحجم كي لا تؤثر الاضواء الكبيرة في حرارة جوها . كذلك لا يستحسن أن يترك في القرب من سرير الطفل ثياب أو روافد بلولة

كريم — ماذا يجب أن تكون درجة الحرارة فيها في النهار وفي الليل
الدكتور — في النهار بين ٦٤ و ٦٨ ميزان فارنهایت والآ تبريد عن ٧٠ الأ في احوال خاصة مثل ضعف في بنية الطفل أو مرض . وفي الليل ٦٥ في مدة الثلاثة الأشهر الأولى من حياة الطفل وأما بمرور هذه المدة فتنزل إلى ٥٥ في العام الأول وتم إلى ٥٠ أو ٤٥ بعده . وللإستدلال على درجة الحرارة يستعمل الميزان المعروف ويعلق على ارتفاع ثلاثة أقدام من الأرض

كريم — هل يستحسن فتح النوافذ في الليل ؟
الدكتور — متى بلغ الطفل ثلاثة أشهر من العمر لا يحنى عليه من فتح النوافذ وتجديد هواء الغرفة وأبقاء نافذة صغيرة مفتوحة في الليل
كريم — كم مرة يجب تجديد هواء الغرفة
الدكتور — مرتين على الأقل في اليوم فبعد أن يستحم الطفل في الصباح وقبل أن ينام عند المساء ويجب أن يتجدد هوائها وتجديداً تاماً والأ يترك الطفل فيها في أثناء نومه
كريم — ما هي الأعراض التي تظهر على الطفل إذا كان يعيش في غرفة دافئة أي إذا كانت درجة الحرارة فوق المعتاد

الدكتور — يظهر عليه الهزال وعدم الاكثارات للتذاء فيفقد كثيراً من وزن جسمه ويشحب لونه ويسوء هضمه ويتقيأ كثيراً ويتصبب جسمه بالعرق ويصاب بالزكام ولا يشقى من زكام الا ليصاب بزكام آخر وسبب ذلك أن حرارة الغرفة في الداخل اعلى من حرارة الجو في الخارج وقد يشبه أنه مصاب بمرض معوي أو رئوي

تعرض الطفل للهواء الدافئ

كريم — متى يبدأ بتعرضه للهواء وكم من الوقت تستغرق مدته ؟
الدكتور — يبدأ بتعرض الطفل للهواء عندما يتم الشهر الأول ولا ينصح ذلك اذا

كان الطقس بارداً إلا إذا كان الطفل مريضاً أو ضعيف البنية . ومدة التعرض يجب ألا تتجاوز في البدء خمس عشرة دقيقة على أن تزداد كل يوم قليلاً إلى أن يصبح الوقت الذي يمرض فيه الطفل للهواء كل يوم ٤ ساعات ويجب المحافظة على هذا النظام من غير خوف ولا اعتبار لخلاف احوال الجو

كريم — ألا يخشى على الطفل أن يصاب بالزكام إذا تعرض للهواء كما ذكرت الدكتورون — كلا لا ضرر ولا خوف عليه إذا كانت مدة التعرض قصيرة في البداية ثم تزداد بالتدرج إلى أن يتعودها جسم الطفل ويألف ما فيها من تغير سواء كان هذا التغير في الاحوال الجوية أو في الزمن الذي يستغرقه التعرض . وهذا التعرض التدريجي يكسب جسمه المناعة ويقيه من مرض الزكام وبضاعفاته التي تنشأ عنه وهي كثيرة ومعظمها خطير

كريم — كيف نعرض ممدوح للهواء أرجو أن تعرف لي ذلك تماماً
الدكتور — يعطى رأس الطفل ويلبس ثياباً خفيفة ثم يوضع في سريره على مسافة غير قصيرة من الباب ثم تفتح نوافذ الغرفة . ويجب أن نحترس من أن تضع الطفل في مجرى الهواء

تعرض الطفل للهواء الخارجي

كريم — في أي سن يمكن أن يخرج بالطفل إلى الفضاء
الدكتور — يمرض الطفل للهواء الخارجي في زمن الصيف وهو في الأسبوع الأول أما في الربيع والخريف فالأفضل أن يبقى في البيت إلى أن يبلغ من العمر ثلاثة أسابيع على الأقل

وأما في فصل الشتاء فنخرجه يتوقف على جو الاقليم الذي يعيش فيه . ففي المدن الكبرى يخرج به في الأيام غير الممطرة وهو في الثلاثة الأشهر الأولى من العمر ويستحسن أيضاً بقاءه في البيت وقاية له من الغبار وما يحمله من الجراثيم وتعرضه للهواء الداخلي على الطريقة المذكور لها إلى أن يصير عمره ستة أشهر

كريم — ما هي أفضل الاوقات التي يخرج بها الطفل إلى الفضاء
الدكتور — في الأيام الحارة يفضل خروجه في الصباح والمساء على وقت الظهر وأما في أيام البرد فتسكن زهرته بين الماشرة صباحاً والثالثة بعد الظهر ويتوقف تعيين هذا الوقت على اقليم البلد الذي يكون الطفل مقبلاً فيه

كريم — ما هي الاوقات التي يجب أن لا يخرج الطفل فيها للزهرة

الدكتور — يوم تشتد الرياح وترداد برودة الهواء وتنطى الارض بالثلج ولا يخرج بالطفل في اى الاحوال الجوية الرديئة قبل ان يصير عمره ثلاثة اشهر ولا تنطق هذه القواعد على الاطفال الضعفاء فهؤلاء يحتاجون الى الهواء الطلق كثيراً بقدر ما هم في حاجة الى وقايتهم من البرد او الزكام

ثم الفت الى السيدة الجليلة في القرب منه وقال لها : كم عمر طفلك ؟

قالت — تولد في العيد الصغير اللي فات

قال — ومتى مرض ؟

قالت — انه مريض من زمان قوي

قال — من شهرين او ثلاثة اشهر

قالت — زي كده

قال — اتذكرين كيف ابدأ مرضه

قالت — تولد حلو وسمين وبعد شوي ابدأ يخس وصار سهل ويقع ويتقيأ وماعدهش

ينام في الليل زي عادته وكان يوقف ويقعد وحدو

قال — كيف كنت تتدبئه ؟

قالت — كنت اعطيه البرز (اى انثدي) كلما تمتعو بيكي وعند النوم اترك البرز في بقو

(قه) وكان ياكل شيء ولما صار معو اسهال قالوا اعطيه لبن ذكر ولبن بقر فصرت اعطيه

لبن بقر ووكلوكل شيء مناكوا . وكان الطفل نائماً في حجر والدته وقدماء عاربان وثياب به

رثة وقذرة

فقال الدكتور — الا تبيرين ثيابه

قالت — بقالي جبه كبيرة ماغيرتش ثيابو ولا غسلت عييه ولا وشو وبتقول بينتي

حتى بلوش ابدأ

فقال الدكتور موجهاً كلامه الى كريم — هذا الطفل له امثال يمدون بانثات بن

بالآلاف والامراض فتابعهم وتحصدهم من غير شفقة ولا حنان

الدكتور شخاشيري

