باب شؤون المرأة
وتدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي نعرج فيه كل ما يهم المرأة واهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الصحة والطعام والملابس والشراب والمسكن والزينة وسير شهيرات النساء ونبغاتهن ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

احاديث المقتطف الصحية

للدكتور شاهين

١ — السرطان وأسبابه

لا تزال اسباب السرطان الاولى مجهولة او محاطة بحجب كثيفة — بخلاف الاسباب الثانية المهيجة التي تحرض على ظهوره ولا سيما في النساء فانها اصبحت معلومة وفي الامكان دفعها وملافاة ما ينتج عنها من خطر . ومن النادر ان ينشأ السرطان سرطاناً في بدء تكوينه اي لا يتكون من اغشية وخلايا سرطانية في بداءة نشوئه سواء كان ذلك على سطوح الجسم او في الاعضاء الداخلية . وانما ينشأ عن ورم مهما كان صغيراً في حجمه او بثرة او قرحة او جرح اهملت مداواته ولم يبرأ وهذه وان تكن اولى مهيآته فانها في هذا الدور ليست بسرطان وهي قابلة للمعالجة والشفاء . ولكنها في الغالب تهمل ولو نالت من العناية والاهتمام على قدر ما تستحقه لقل انتشار السرطان ولعدم ظهوره بأقل من عشرين سنة . اي ان المراقبة الدقيقة واتخاذ شروط الوقاية من هذا الداء الوبيل لمدة عقدين من السنين كافية للتغلب عليه ونحو اثره من الوجود

الوقاية من سرطان الرحم

وقد يظهر هذا الداء في المرأة في اي سنة من سني حياتها وقد تصاب به الفتاة ايضاً وهذا نادر . ومعظم الحالات بين سن الاربعين والخمسين وتزيد عدد وفياته على وفيات الامراض المعدية مجتمعة . وليس من عضو في الجسم بمنجاة منه ولكن الاعضاء التي هي اكثر تعرضاً للاصابة به هي الثدي في المرأة العقيم والرحم في المرأة الولود

ودلت الاحصاءات على ان ثلث الحالات مصابة بالرحم وان ٩٥ في المائة من هذه

الاصابات في النساء ولدن اكثر من ولد . والذي يؤيد هذه الاحصائية ما نشاهده في الحالات الاكلينيكية بعد الولادة فانه من النادر جداً ان تضع المرأة مولوداً من غير ان تصاب بجرح او خدش صغير او كبير في جزء من قناة التوليد او عضو من اعضاء التناسل. وأكثر الاعضاء تعرضاً لهذه الجروح والخدوش عنق الرحم فقد ثبت ان ٧٥ في المئة من الحالات السرطانية تنشأ عن جروح في عنق الرحم اهملت ولم تداوى . وانت ترى مما تقدم ان مسؤولية الوالدة خطرة جداً وخطورتها آتية من الاعباء الملقاة عليها وليس عليها في ازاء هذه الاعباء الاّ ان تعمل بحسب ارشادات الطبيب والنظام الذي وضعه لها وهي حامل . وعليها بل على من حولها من أهل ان يراعوا ذلك النظام ويعملوا على تنفيذ ما ورد فيه من شروط ولا سيما الخاص منها بعد الولادة . فالجروح التي تحدثها عملية الولادة يجب ان تداوى في الحال وما الاهمال في مداواتها الاّ سبباً كبيراً لداء السرطان وعاملاً قوياً على انتشاره . فاذا اردت ان تكوني بمأمن من هذا الداء وعواقبه الوخيمة فما عليك الاّ ان تأكدي من سلامة جسمك خصوصاً بعد الولادة من الجروح واذا كان ثمة جرح ولو كان خدشاً بسيطاً يجب ان يداوى وان يعتنى به الى ان يزول اثره . وقد ثبت من درس بضعة آلاف حالة انه لا ينشأ السرطان في رحم تداوى من تمزق حصل فيه وشفي منه وبالعكس اذا لم يداوَ هذا التمزق فانه يكون صالحاً لاثارة ذلك المرض المخيف . ومن اصلح الطرق لوقاية المرأة من داء السرطان هي ان تعنى بجميع الجروح والخدوش والتمزقات المتسببة عن الولادة عناية تامة وقد قيل ان العناية بها عبارة عن تأمين المرأة على حياتها

الوقاية من سرطان الثدي

اما سرطان الثدي فليس من السهل تعيين اسبابه فهي كثيرة ولكل منها ظروف واحوال خاصة . فظهور كتلة صغيرة فيه صلبة وغير مؤلمة لا تكون في اول نشأتها سرطاناً وانما تكون مقدمة لذلك المرض . واسهل ان تنزع في هذا الدور وهي بريئة من ان تترك الى حين يشتبه بها . والالم لا يرافق السرطان عادة في دور تكوينه ولذلك لا يصح ان يتخذ نذيراً له بحال . والمرأة التي تشعر بالالم من ورم ظهر في ثديها تكون في الغالب بمأمن من السرطان ولا يكون ذلك الورم بطبيعته الا خراجاً عادياً لا خوف منهُ . والمعروف عن السرطان في دور تكوينه انهُ غير مزعج وغير مؤلم ولا يصير كذلك الا بعد ان تتشعب اصوله ويكبر حجمهُ وتتعدم كل وسيلة فنية في دفع خطره ويقطع كل رجاء من مداواته . فتجاهل الاورام الصلبة الصغيرة وتركها وشأنها من غير معالجة او استئصال خطر يجب ان لا تستهدف له امرأة وان يعمل على ملافاته ودفع ما ينشأ عنه من عواقب سيئة

٢ — واجبات القابلة

دعيت لمعالجة بعض النساء من الطبقات الفقيرة فهالني ما أصبن به من امراض ناتجة عن جهل القوابل غير المتعلمات فرأيت ان اكتب كلمة عملية في هذا الموضوع أخاطب بها تلك القابلة :

قبل ميعاد الوضع بثلاثة اسابيع زوري الحامل في بيتها مرة في النهار ولاطفيها وشجعيها واذكري لها حوادث يشرح لها صدرها . وفي خلال زياراتك ادرسي احوالها وأحوال من في البيت معها وارشديها الى امور ينبغي ان تعلمها حتى تتمكني من ثقتها . فيهون عليك ان تلقي عليها اسئلة تدركين من الجواب عنها مقدار ارتياحها الى مكالمتك . تنفقدي بنفسك ثياب الجنين وثيابها عند الوضع وبعده وما يجب وجوده ساعة الولادة وبعدها من الاربطة والقطن المعقم والحفاضات والوسائد والاواني من صحون ومغطس او حوض صغير وحقنة ورباط الحبل السري وعقاقير لتعقيم الماء . وانتقي للولادة غرفة واسعة مطلقة الهواء خالية من الستائر والفرش ليس فيها الا طاولة لوضع الادوات عليها . وتغسل القاعة او تبخر بحرق الكبريت فيها بعد سد منافذها ٢٤ ساعة . وتغسل الطاولة بالماء الفاتر والصابون جيداً ثم تجفف وتغطى بملاءة نظيفة معقمة . ويلزم للحامل سرير تلد عليه فاذا تعذر وجوده ففرشة فوقها مشمع وشرشف وبطانية وفوق هذه الفرشة طراحة توضع تحت مقعدة المرأة ومشمع وملاءات لامتصاص السوائل التي تخرج في اثناء الولادة . وبعد انتهاء الوضع ترفع الطراحة وما عليها ويبقى ما تحتها كما وصفناه . ولا أخالك تجهلين ان المدة الكاملة للولادة من ابتداء الطلق الى انتهائه في بكريات الولادة اطول منها في الوالدات . فالاولى تستغرق من ١٨ ساعة الى ٢٢ والاخرى من ٨ ساعات الى ١٠ وقد يختلف هذا التعديل

عند ما تنون الضحاب الى بيت الحامل في وقت المخاض خذي معك قميصاً طويلاً او كسوة شبه مريول من الكتان الابيض معقمة ومقراضاً (مقصًّا) لقص الحبل السري وقليلاً من الحامض البوريك ولفافة قطن معقم . وحالما تدخلين البيت قابلي اهله بالبشاشة ثم اقتربي من الحامل وسري اليها سؤالك عن نوع الطلق والوقت الذي ابتدأ به ومدة النوبة والفترة بين النوبات فاذا كانت الفترة نصف ساعة تكون مدة النوبة نصف دقيقة والالم خفيف . ومتى حصلت النوبة وكانت الحامل ماشية واضطرت الى الوقوف والاستناد الى ما تجده بجانبها وترتسم على وجهها علامة التألم لكنها تزول عنها بسرعة . واذا كان قد مضى عليها في هذا الدور بضع ساعات اشيري عليها بالمغطس او الاستحمام بماء فاتر وان تلبس ثياباً نظيفة . وبعد قليل لابدَّ من الحقنة الشرجية بماء فاتر مع مقدار من الزيت في المستقيم

وعندما يشتد الالم ويتكرر الطلق مرة كل عشر دقائق وتمكث النوبة دقيقة وأحياناً يرافق هذا الدور اعراض اخرى مثل تكرار التبول والشعور بحيث تظنه ماء الرأس يجب ان تذهب الحامل الى فراشها ويجب ان يكون بالقرب منك الماء الحار والفانر ومغطس صغير او حوض لاجل الطفل الذي ستستقبليه مع بقية الادوات التي ذكرناها من ناشف وقطن ووسائد

والعادة في الشرق ان تجلس الحامل على كرسي تسهيلاً لقذف الجنين من جوفها وهذا وهم وخطأ فضلا عن الاضرار التي تنشأ عنهُ. والافضل ان تستلقي على ظهرها توفيراً لقواها ودفعاً للخطر الذي ينجم عن جلوسها في الكرسي . وتكونين انت قد لبست قميص التوليد وشمرت عن ساعديك الى فوق الكوع وجئت عن يصب لك الماء الفاتر فاغسلي يديك وساعديك بالماء والصابون الى الكوع وقلمي اظافرك قبلاً وليطل وقت غسل يديك خمس عشرة دقيقة واغسلي يديك بمحلول الحامض البوريك وهو الوحيد الذي يمكنني وصفه لك مع وجود سواه افضل منهُ ولكن لا بأس به فضعي مقداراً كبيراً بوعاء يسع لثماء فاتر . ومتى صار الطلق مصحوباً بالم اشد من السابق وطالت مدة النوبة دقيقة ونصف وسمعت للمرأة الحامل صراخاً شديداً استعدي للعمل الذي دعيت اليهِ فاجلسي بجانبها . وقوي عزيمتها بكلام ترتاح اليهِ . وفي بدء هذا الدور ينسكب في الغالب ماء الجيب فتنظفي جسمها منهُ . واشير عليك باستعمال الجس الخارجي فقط فاذا شعرت بتمدد عنق الرحم واندفاع الرأس الى الخارج مع كل طلق تنهي المرأة ان لا تصرف قواها في الطلق الاعتصابي الا متى رأيتِ الرأس ابتدأ في الظهور فدي يدك اليمنى من تحت فخذها اليمنى واستندي الاجزاء الواقعة هناك بكفك عند كل طلق . وعند بزوغ رأس الجنين امتديه بيدك الثانية واعترضي مروره فجأة وكلما مددت يدك الى جسم المرأة اغسليها بالماء المعقم ولا تلمسيها بدون ذلك . واياك ان تستعملي الجس الداخلي فان الطبيب مع الوسائط التي يتخذها للتعقيم والتطهير يحجم عن الجس الداخلي الا بظروف قاهرة . وقبل ان يقدم عليهِ يصرف نصف ساعة في غسل يديهِ لعلمهِ ان الولادة رغم هذه التحوطات لا تنجو من خطر العدوى

وعندما يظهر الرأس جسّي حول عنقه اذا شعرت بحبل السرة ملتفاً عليها. لا تخافي ولا يظهر عليك الوجل بل قولي للمرأة ان تطلق طلقاً صناعياً وانزعي الوسائد من تحت رأسها بحيث يكون استنادها على ظهرها مستوياً . وفي بضع دقائق يحلُّ المولود من عقاله واذا تأخر وكان الحبل السري ينبض فلا تخافي عليهِ فالطبيعة تساعده على النجاة انما اجتهدي أن تخلصيه بمرور اصبعك بين الحبل والعنق وأسحبيه الى فوق الرأس . واذا عجزت عن ذلك وكانت علائم الاختناق قد بدت على وجه الجنين ولم يكن بقربك طبيب فاربطي الحبل السري

ربطاً محكماً رباطين يبعد الواحد عن الآخر قليلاً وقصي الحبل بين الرباطين فيخرج الجنين بسرعة تسمعين بكاء الطفل عقب ولادته بمدة قصيرة. وهذا البكاء اشارة على وجوب قطع الحبل السري اذ لم يعد في حاجة الى الغذاء بواسطته . فربطي الحبل السري على بعد بادخال اصبعك بينه وبين السرة ربطاً متيناً. واربطه رباطاً ثانياً يبعد عن الاول قليلاً واقطعي الحبل بالمقراض المعقم وسلمي الطفل الى من يعتني به كما يجب ولا حاجة الى انتظار خروج الخلاص حتى تربطي الحبل السري وتقطعيه . فقد يتفق ان لا يخرج الخلاص الا بعد نصف ساعة او اكثر

وبعد ذلك الزمي جانب الوالدة وضعي يدك على بطنها واضغطي بلطف على جسم الرحم فيتنبه الى وجوب قذف الخلاص . وعند خروجه افحصيه جيداً بعد ان تنظفي جسم المرأة وترفعي من تحتها الخرق الملوثة وفي ثالث يوم لولادتها اعطها شربة زيت خروع ولا تشيري عليها بالاكل الاعتيادي قبل مرور اسبوع . اما الطفل فادهني جسمهُ بالزيت واغسليه بالماء الفاتر والصابون ثم طهري السرة وضعي عليها قليلاً من الحامض البوريك وغطيها بقطن معقم برباط على وسطه لحفظها ولا يتغير هذا الرباط الا عند وقوع قلفة السرة بعد ثلاثة الى اربعة ايام

٣ — امراض الاسنان وتأثيرها في الجسم

الحالة الثامنة : امرأة عمرها ٤٠ سنة اصيبت في شهر فبراير سنة ١٩٢٤ بالتهاب حاد بالمفاصل تضاعف بالتهاب حاد كلوي ولم يسمح لها بغير اللبن طعاماً وقد تحسنت صحتها كثيراً على هذا الغذاء وذهب الورم او كاد عن اطرافها السفلى الى حد السرة ولما عاينها مادن بعد مضي ستة اشهر وجد ورماً خفيفاً في القدمين وعثر في البول على اسطوانات وزلال وكريات حمراء . وكانت قد اجريت عملية استئصال اللوزتين من بضع سنين وخلعت ثلاث اسنان في مدة مرضها الحالي واتضح من البحث ان ثلاث اسنان اخرى دب فيها النخر وفقدت قوة الاحساس فخلعها وزرع الجراثيم التي عثر عليها فيها ثم حقن بما استنبتهُ منها ارنبتين وبحث بعد ثلاثة ايام في جثتيهما فوجد كلى الارنبتين متضخمة ملتهبة وباهتة اللون وبها نزف والمفاصل ملتهبة وكذلك عضلات القلب والعين والمعدة . وبعد مضي شهران على خلع الاسنان شفيت المريضة

الحالة التاسعة : تلميذ في مدرسة الطب عمره ٢٤ سنة قال انهُ وهو في الثانية عشرة شعر بان قلبهُ يسرع في ضرباته واستمرَّ على ذلك مدة ثم عاد الى سابق عادته ولم يكن من سبب يربط هذه الطارئة على القلب وانما لما عاودتهُ وهو في سن ١٨ سنة وجد خراجاً في جذور سن . وفي مايو ١٩٢٥ عاودتهُ هذه النوبة وظلت بضع ساعات وكان قد شعر بألم بسن الضاحكة فخلعها وحقن بما استنبتهُ من الجراثيم التي وجدها فيها أرنبتين واظهر البحث في جثتيهما تزفاً في عضلات القلب وفي أكتوبر عاودتهُ النوبة القلبية ومات بها واظهر البحث الرمي التهاباً بعضلات القلب