باب شؤون المرأة
وتدبير المنزل

قد قصدنا هذا الباب لكي نعرج فيه كل ما يهم المرأة واهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الصحة والطعام واللباس والتراب والمسكن والزينة وسير شهيرات النساء ونبذتهن وغير ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

احاديث المقتطف الصحية

للدكتور شخاشيري

سوء الهضم

كثيراً ما نسمع هذه الجملة تُردَّد باسراف ومن غير تدبير ويظن الاول وهلة ان قائلها يعني بها حالة خاصة يشكو منها لسبب يعلمه والحقيقة انها قد تشمل عدة حالات منها حرقة القلب (Heart burn) وغاز في المعدة (Gas on the Stomach) وحموضة المعدة (Acid Stomach) والتهاب المعدة —(Gastritis) وغير ذلك من انواع هذه الحالات والادواء التي نقرأ عنها في المجلات العلمية والنشرات الصحية . وقد تكون اعراض هذه العلل مزعجة يرافقها الم او غير مزعجة كالشعور بحرقة في المعدة او حول القلب وهي حالة يشكو منها في اغلب اصحاب الصناعات والاعمال غير المنظمة وتنشأ فيهم عن اسرافهم في الاكل وعدم مضغهم الطعام جيداً وهذان العاملان من اشد اسباب امراض المعدة واضطراب الجهاز الهضمي ولا سبيل الى دفعها والوقاية منها الا باتباع اهم القواعد الصحية

الشراهة في الاكل

ان الشراهة في الاكل وادمان المشروبات الروحية يمرضان المعدة لامراض عديدة وقد دلت الاحصاءات على ان المصابين باضطرابات الجهاز الهضمي هم المفرطون في الاكل فلا يكاد احدهم ينتهي من اكلة الا ويبتدىء بأخرى وليس هذا فقط بل يقول انه لم يأكل كثيراً ويشعر انه لا يزال بحاجة الى المزيد . والقابلية للاكل في بعض حالة مرضية تحتاج الى مداواة كما تحتاج القابلية الضعيفة الى معالجة . وللحالتين اسباب جلية كداء

السكر في الاولى وفقر الدم في الثانية وكثيراً ما نسمع او نشاهد افراداً يتباهون بسرعة الاكل ولكن الاسراع كما تقدم من اهم اسباب التلبك وسوء الهضم

اعراض بعض انواع سوء الهضم

ومن اعراض وجود الغاز في المعدة التجشؤ وقد يكون ضعيفاً او شديداً او ارادياً او غير ارادي واهم اسبابه ، اكل طعام غير ملائم . واعراضه حموضة المعدة وتقيؤ مقادير من مواد حمضية. وفي المعدة عدا عن الحمض الهدروكلوريك احماض اخرى تنشأ عن فعل الخمائر فيها واذا نضبت المعدة من هذا العصير الحمضي اصبحت معرضة للاصابة بداء السرطان. وان اسباب التهاب المعدة كثيرة منها الحمض الكبريتيك والزرنيخ والزئبق وجميع التوابل والمقبلات والمآكل الساخنة وكذلك المشروبات الروحية على اختلاف انواعها فادمانها يفعل في اغشية المعدة كما تفعل السموم فيها. وقد تنشأ اضطرابات المعدة عن خلل في نظام الدورة الدموية فيعجز القلب عن امداد المعدة بالمقادير اللازمة لها منه والمعدة كسائر اعضاء الجسم تتأثر من هذا الخلل . ومن الاعراض التي يشعر بها المريض ويشكو من شدتها عليه الالم وهذا الالم ينشأ في الغالب عن قرحة خبيثة او مليمة في المعدة واحياناً يحدث من هذه القرحة مضاعفات خطرة منها خرق جدار المعدة ونزف شديد يهدد حياة المصاب. وهذه الاعراض وغيرها قد يسبقها ما يدلُّ عليها قبل ظهورها بساعات او ايام وقد تأتي فجأة . وقد تحدث الوفاة الفجائية بسبب فتاة تبقى في البنكرياس ووظيفة هذا العضو المحافظة على توازن الطعام واصلاح ما يطرء عليه من خلل واذا طرأ على هذا العضو طارىء اجبره على الاخلال بهذه الوظيفة بدت في الحال اعراض داء السكر على المريض. هذه بعض انواع اضطرابات المعدة فما دامت اسبابها متعددة واعراضها مختلفة كما تقدم فلا شك ان مداواتها والنجاح في ازالتها والشفاء منها يتوقف على مقدرة الطبيب في الكشف عن اسبابها والتدليل على مهيآتها. ومما تقدم يتضح للقارىء الخطأ في استعمال جملة « سوء الهضم » لعدة حالات من غير ان تدل دلالة صحيحة على حالة واحدة منها

الاعضاء المؤثرة على المعدة

يحيط بالمعدة اعضاء لها اثر كبير في عملية الهضم فالكبد يقع عن يمينها والطحال عن يسارها والبنكرياس من خلفها والمعى من امامها واي خلل يطرأ على عضو من هذه الاعضاء يظهر اثره في الحال في وظيفة المعدة وقد نصيب عليها تقصيرها في تأدية عملها وتهيبها بالخمول والضعف والتمرد وهي في الواقع تكون بريئة من هذه التهم لا خمول في عملها ولا ضعف ولا تمرد بها وانما تكون العلة آتية من بلادة الكبد في افراز المرارة او ناشئة عن اضطراب

في الطحال او التهاب الزائدة الدودية وليس على المعدة ذنب سوى انها ترد صدى ما تكون عليه هذه الاعضاء من حال . كذلك ليس للجسم عيار تقاس به مراتب صحته وسموه الا هذا العضو الذي يعمل دائماً لمصلحة الجسم في غير هوادة . فان كان يقبل الاكل ويهضمه جيداً كانت صحة الجسم سائرة سيراً حسناً وسموه مطرداً وعلى الضد من ذلك اذا كان ذلك العضو الذي هو المعدة لا يهضم الاكل جيداً لسبب من الاسباب بدت على الجسم علامات الضعف والهزال ويسوء حاله ويتمى على الحياة وجوده . ومن الاعراض التي تنسب الى المعدة مع بعد نشأتها منها التهاب الزائدة الدودية فكثيراً ما يظن انها منبعثة من طعام غير مهضوم فيها والذي يقوي هذا الظن ما يرافق تلك الاعراض من غثيان وقيء وهذا الخطأ يؤدي في حالات عديدة الى اوخم العواقب . ومن الادواء التي تتوارى مدة في جملة « سوء الهضم » وتنتهي بأسوإ نتيجة « القرحة الخبيثة » او سرطان المعدة فانه يبتدىء بأعراض خفيفة الوطأة ثم يتدرج في الشدة الى ان يستفحل امره وتتعذر قهره والتغلب عليه وللجراحة اليوم فضل عظيم في الحط من اخطار ادواء المعدة ونصيب كبير في تخفيف اعراضها او ازالتها ولا سيما التي يعبرون عنها بجملة سوء الهضم . واهم القواعد التي يسيرون عليها في الوقاية من هذه الطوارىء والعلل والتثبت من صحتها هي كما يأتي (اولاً) البحث بالاشعة مرتين في السنة . (ثانياً) عدم الاعتماد على اقوال غير الاطباء في مداواتها والشفاء من الامراض يتوقف النجاح فيه على صحة التشخيص اكثر منه على صحة الدواء ويحسن كثيراً ان يعرض المريض نفسه على الطبيب بعد ظهور الاعراض بقليل ومن الناس من اعتاد الذهاب الى الطبيب مرة كل ستة اشهر للبحث والاطمئنان على صحته وهي عادة مفيدة جداً

الفيتامينات وطبيعة الارض

س . هل للاعتدة الكيائية على اختلاف انواعها اثر ما في مقادير الفيتامينات وطبيعتها في الطعام . ومن اين لي معرفة مقدار ذلك الاثر . لقد اصبحت شديد الاهتمام بالفيتامينات وتأثيرها في صحة الجسم واسنان الاطفال ، ولا شك ان عملية تحليل التربة تساعد على معرفة العناصر المكونة منها ولكن تظل امامنا معرفة هل لاختلاف التربة اثر في تكوين الفيتامينات التي تدخل في طعامنا . فهل لكم من الوقت متسع لافادتنا بأحدث ما وصلت اليه ابحاث العلماء في هذا الشأن

ج . ليس من دليل على ان طبيعة فيتامينات الخضرة تمكن تغيرها عمداً او عرضاً في احوال زراعية مختلفة ، ولكن لا شبهة ان مقادير هذه الفيتامينات تتغير باختلاف التربة والاعتدة

وما يقسم التربة والاسمدة من اقليم وجو وماء وهواء وغير ذلك من العوامل الطبيعية التي لا تدخل في طوق الانسان . ولا شك ان هذه العوامل جميعاً تؤثر في نمو النبات تأثيراً متفاوتاً ، فنسبة نمو الورقة الى الغصن يختلف عن نسبة نمو الساعد الى الجذع ويختلف هذا في نموه عن الجذر ومثل هذا الخلاف في النمو نجده في الثمار وطعمها لذلك . فان مقدار الفيتامين الموجود في نوع من النبات يختلف باختلاف الاجزاء. فالورقة الخضراء مثلاً اغنى بفيتامين (ا) من الساق او غير الساق من اجزاء الشجرة ، والخلاف في مقادير الفيتامين الموجود في الورقة الخضراء والصفراء ظاهر لا يحتاج الى دليل. وكذلك يوجد خلاف في قوة فيتامين (د) المضاد لداء الاسكربوط الموجود في بعض النبات والذي يرجع الى اختلاف ادوار نمو ذلك النبات والى التربة والعوامل المحيطة بها ، وهذا البحث يشغل اهتمام العلماء في كل بلاد زراعية وقد وجدوا بعد البحث ان تربة جنوب افريقية تنقصها المادة الفصفورية وان هذا النقص ظهرت اعراضه على الحيوانات في امتناعها عن اكل الخضراوات مدة واقدامها على الاكل من العظام وغير العظام لتعوض منها فقدته في طعامها من تلك المادة الفصفورية ، والمواشي في جنوب شرقي الولايات المتحدة تأكل في بعض فصول السنة العظام لتسد بها جوعها الى ذلك العنصر. واسباب مرض اسنان الاطفال وظهور السوس فيها هي اكثارهم من اكل الحلوى وعدم وجود فيتامين (C) والاقلال من فيتامين (D) في طعامهم فضلاً عن الاهمال في النظافة والمعيشة في نظام صحي

احصاء المصابين بالاديتويد

امر موسوليني رئيس حكومة ايطاليا باجراء احصاء لعدد المصابين من الاطفال بالتهاب غدة الاديتويد في معظم المدن الكبيرة . ومكان هذه الغدة بين قاعدة الانف والحلق . والاعراض التي تظهر على الطفل المصاب بهذه الحالة هي ضيق بالتنفس فيقام الطفل وفمه مفتوح ويسمع له شخير وعند ما يتكلم يخرج الصوت كأنه مضغوط عليه لا يفسر تقاطيع الكلام كما يجب ويرافق الالتهاب في بدايته حرارة وسعال واضطراب في الجهاز الهضمي والعصبي فضلاً عن التشنج . وقد أجري الاحصاء في روما ونابولي وميلان وفلورنس وتورن وكانت نتيجة بحث اللجنة لخمسة وخمسين الف تلميذ في مدينة ميلان ان ١٣ في المائة منهم مصابون بالتهاب انسجة الاديتويد. ويُحث خمسة وعشرون الف تلميذ في مدينة نابولي فوجد ان نسبة المصابين فيهم بتلك العلة ١٧ في المائة وهي اعلى من نسبتها في ميلان وان ٢ ½ في المائة من هؤلاء اجريت لهم عملية استئصال الاديتويد . وذكر الاستاذ شيوبا Cioppa ان الطفل المريض بالاديتويد اقل تحصيلاً في العلوم واشد تعرضاً للامراض المعدية

تعديل قانون تشريح الحيوانات الحية

وافق مجلس الوزراء الايطالي على تعديل القانون المختص بتشريح الحيوانات الحية للابحاث العلمية وهذا التعديل يقضي بعدم تشريح الحيوانات من غير مخدر عمومي أو موضعي رحمة بها من الالم ومعاقبة من يخالفه

طعام الحامل

تسعى جمعية حماية الام والطفل الايطالية في درس انواع المآكل التي تلائم الحامل ووضع لائحة بها في جميع المعاهد التابعة لها والذي دفعها الى ذلك معرفتها بما للغذاء من الشأن الكبير في وقاية الجنين والام معاً من مختلف الامراض ولا سيما في ادوار الحمل والنفاس والرضاعة وقد الفت لجنة من اساتذة في الفسيولوجيا والاقرباذين والتوليد وأمراض الاطفال ونحن ننصح للقارئ ان يراجع مقالة اهمية العناية بالحامل المنشورة في مقتطف نوفمبر الماضي

احصاء الطبيبات في المانيا

كان في مدارس المانيا الطبية سنة ١٩١١ خمسمائة وخمسين طالبة فزاد هذا العدد في سنة ١٩٢٩ وسنة ١٩٣٠ الى ٣٤٢٨ تلميذة اي زيادة ستة اضعاف مما كان عليه سابقاً بينما الزيادة في طلبة الطب من الرجال لم يتعدَّ الخمسين في المائة ويوجد في جامعة برلين وحدها ٦٠٣ طالبة وفي جامعة مونيخ ٤١٤ وفي بون ٢٦٢ وفي فرايبورك ٢٤٩ ومعظمهنّ من الطبقة الوسطى ونحو ٣٠ في المائة منهنّ والدهنّ اطباء واساتذة و١٢٨ تلميذة والدهن من العمال ويوجد بينهنّ نحو مائة طالبة يشتغلنّ لسد نفقات معيشتهن فضلاً عن نفقات التعليم ولم يكن في المانيا سنة ١٩٠٩ سوى ٨٢ طبيبة فأصبح عدد الطبيبات فيها سنة ١٩٢٩ نحو ٢٥٦٣ او خمس ما فيها من الاطباء وعدد هؤلاء ٤٥٣٣٢ طبيباً، وفي الغالب ان الطبيبة تميل الى الاقامة في المدن الكبيرة ففي برلين وحدها يوجد ٤٧٦ طبيبة وفي بروسيا ١٣٠٩ وفي بافاريا ٢٨٢ وفي سكسوني ١٤٧ وفي همبرك ١١٤١ وفي بادن ١٠٧ وفي ورتمبرك ٨٩ وقد يكون لطبيبات الاسنان مستقبلاً باهراً اكثر مما كان لطبيبات الجسم

داء الملاريا

تبدي حكومة مدينة الكاب اهتماماً كبيراً في مكافحة مرض الملاريا المتوطن والمنتشر انتشاراً مخيفاً في انحاء البلاد ولا سيما في الولايات الجنوبية حيث كانت وطأته شديدة عند اول ظهوره فيها ومع ان مدينة الكاب ذاتها وولاية البرتقال Orange Fru State خاليتين منه فان البعوضة الناقلة لجراثيمه موجودة فيها وتتكاثر اصابته وتشتد لطاق انتشاره في ترنسفال

وناتال وقدرت خسائر الاهالي المادية منه وما يصيب الصناعات من العطل بسببه بستة ملايين جنيه في السنة وسعت الحكومة في ملافاة هذه الخسارة والانتقاص من اضرارها ولكن مع الاسف لم توفق كثيراً وهي تتبع طريقة لا بأس بها في تشجيع العمل في البلاد الشمالية حيث تفشى هذا الداء تفشياً ذريعاً فتكافىء الموظفين بعلاوات مختلفة على ماهياتهم وقد رسمت مصلحة الصحة خريطة لاحدى الولايات اظهرت فيها الاماكن الموبوءة والخالية من المرض وعينت للطبين ماهيات تختلف اقدارها باختلاف المكان . وكتب اطباء المدارس في ترنسفال سنة ١٩٢١ تقريراً عن صحة تلامذة المدارس في البلاد الموبوءة بمرض الملاريا ذكروا فيه ان الحالة الصحية على العموم سيئة وان اسباب ذلك يرجع الى سوء التغذية . وقد تألفت لجنة من موظفي معهد كرنجي لدرس حالة الشعب الابيض وكتابة تقرير عنه ولكن مع الاسف تقول انهُ ليس بين اعضائها اختصاصي بداء الملاريا . ورأت الحكومة ان تستدعي اطباء اساتذة متوفرين على هذا المرض لدرسه وكتابة تقرير في سيره . وليس غريباً ان البلاد المتفشي فيها ذلك الداء تعنى كثيراً بدرس الاسباب المهيأة له والدافعة الى تفشيه والمضاعفات التي تنشأ عنه والآثار التي يتركها في الدماغ والكليتين والقلب والبعض يدرس بعوضة الملاريا وضغط دم المصابين بها اصابة مزمنة

التهاب الدماغ

بحثت اكاديمية الطب في باريس موضوع التهاب الدماغ بحثاً كاد يشغل معظم الفصل لمعين لأبحاث مختلفة . وهذا المرض غريب في ظهوره بفصل من فصول السنة واصابه لا تزال غامضة . وقد ذكر الدكتور الدرشوف Aldershoff في تقرير قدمه عن تجاربه التي قام بها باحثاً عن اسباب المرض . ان التهاب المادة السنجابية الشوكية الحاد والتهاب الدماغ سببهما واحد اي انهما ينشآن عن جرثومة صغيرة دون الجراثيم المعروفة في حجمها وجدها في بلعوم المصابين وانهُ بعد ان حقن بها بعض الحيوانات المصابة بالمرض زالت عنها الاعراض وشفيت من المرض فضلاً عن ذلك انهُ وجد الجرثومة ذاتها في السائل الشوكي في تلك الحيوانات وفي ادمغتها واذا ثبت للعلماء صحة هذه الابحاث فان معرفتنا تتغير في اسباب الداءين وفي نوع السلاح الذي نقاومهما به

البحث في معالجة الدرن

ودرست ايضاً الاكاديمية في بعض الجلسات مرض السل ومختلف الطرق في مداواته ومما ذكرهُ الاستاذ برانسون Bezancon في هذا الصدد قوله « ان معالجة هذا الداء تتيرت

كثيراً من يوم ظهر تأثير عملية استرواح الصدر Pneumothoron في مداواته وكانت المعالجة قبل هذه العملية قائمة على جودة التغذية والهواء والراحة وعزل المصاب في مصحة وتقييده بنظام معيشة مرهق . اما اليوم فيمكن معالجته بفضل عملية استرواح الصدر في اي مكان في المدينة على شرط ان يتولى علاجه والعناية به طبيب متوفر . وقال ان معالجة مرضى السرن في بيوتهم افضل لهم من عزلهم في مصحات لمداواتهم فيها وافضل لذويهم ايضاً لان اساليب المعالجة الحديثة تعلمهم طرق الوقاية من هذا الداء ورعا نجعلهم في مناعة منهُ على رأي البعض . وقد صادف رأي الاستاذ برانسون قبولاً من بعض الاعضاء واعتراضاً من البعض الآخر ومن الذين اعترضوا عليه الاستاذ سرجنت Sergent بقوله بافضلية عزل المريض في مصحة بعد اجراء عملية استرواح الصدر ومن الذين ايدوه الاستاذ لابي l'abbé فقال بفائدة العملية وان هذه الفائدة لا تحصر بمرضى السرن فقط بل تتعداهم الى من تضايق مرضهم الدرني بالسكري . وقال الاستاذ غويتارد Guinard رئيس اطباء مصحة بليجني Bligney القريبة من باريس وهي تعد من افضل مصحات فرنسا استعداداً « ان فائدة المصحات محدودة وان جلَّ ما تفعله هو تخفيف وطأة الداء ليس الاَّ ولذلك فهي لا تستحق كل هذه العناية والتكاليف في انشائها وتجهيزها » وذكر ان ٦٣ بالمائة من المرضى الذين برحوا المصحة بين سنة ١٩٠٣ و١٩١٣ قضوا نحبهم بعد خمس سنين من خروجهم من المصحة و٧٥ بالمئة ماتوا بعد عشر سنين . وهو يقول ان من كانت اصابتهُ بالداء خفيفة وحصل على العناية الصحية التامة فقد يعيش اكثر من عشر سنوات وقد لا يعيش . واما الذي اصابتهُ شديدة وتداوى بالاساليب الحديثة وبعملية استرواح الصدر فالامل بمدّ اجله بضع سنوات ليس ببعيد

المدرسة المصرية الاولى

في الجامعة المصرية

في صيف سنة ١٩٢٣ كانت الآنسة زينب كامل اولى الطالبات بالمدرسة السنية في القاهرة فاختارتها وزارة المعارف لاتمام دراستها العلية في جامعات انجلترا . وفي سنة ١٩٢٥ حصلت على امتحان دخول جامعة لندن . وبعد سنتين من دخولها الجامعة حصلت على الامتحان المتوسط . وفي سنة ١٩٢٩ حصلت على شهادة من الدرجة الاولى في الباكتريولوجيا المتعلقة بالاطعمة والعقاقير . وبعد حصولها على هذه الشهادة بعام اي في سنة ١٩٣٠ تقدمت

لامتحان بكالوريوس في الكيمياء فحصلت عليها بتفوق كبير

وعينتها وزارة المعارف المصرية أخيراً في وظيفة منقطة ومعيدة بالجامعة المصرية تلقي الدروس على الطالبين والطالبات على السواء .. وهي اول آنسة مصرية تشغل هذا المنصب العلمي في الجامعة . وهي تستعد الآن لامتحان الدكتوراه في الكيمياء

وقد نظم محمد افندي عبد الغني حسن الطالب بدار العلوم القصيدة التالية في تهنئتها

نجاح يسر العلى طيب ... وفتح من الله يا زينب
دنوت فلا العلم في بعده ... زهاك .. ولا غرك المنصب ..؟
دأبت على الدرس في عزمة ... وغيرك في الدرس لا يدأب
صديقك في العلم هذا الكتاب ... وصاحبك المخلص المكتب ..!
وسلوتك البحث عما يفيد ... وغيرك سلوته الملعب
عجبت لنيلك تلك العلوم ... وصبرك في نيلها أعجب ..!!

***

فتاة .. ولكنها تبتني ... وأنثى .. ولكنها تنصب ..!
فما صدها مذهب الجامدين ... ولا غرها ذلك المذهب ..!
ولكنها أطربتها المعالي ... وكل كريم بها يطرب ..!

***

خلقت من الصبر ما تستنيم ... بأتعابه الرجل الأدأب
فدتي على العلم صبر الحليم ... فان الحليمة لا تنصب ..
وهيا اكشفي عن خبايا العلوم ... كما يكشف الظلمة الكوكب !!
(اعيدي) الحديث على مسمعي ... فان (المعيدة) قد تطرب
وقصي علي حديث المعالي ... فان حديث العلى يعذب ..!
وكيف الارادة لا تستريح ... وكيف العزيمة لا تتعب ؟!!!
وكيف يكون اصطبار الفتاة ... على حين صبر الفتى ينضب ! ؟

***

رمى الشرق منهم بالقديم ... فهات جديدك يا مغرب ! ! ؟
خطا الآنسات في الجامعات ... وكانت طليعتنا (زينب) ! !

دار العلوم العليا عبد الغني حسن