صحيات

حذار

من أمراض البرد

« امراض البرد هي الطاعون الجديد ، تعطل الناس عن العمل ملايين الساعات وضاعفاتها أكثر وأعظم أثراً من اي مرض آخر » .

قال بعضهم : « إذا أردت أن تتقي البرد فامضغ قليلاً من الثوم ، وبذلك يتقيك المصابون به فلا تنقل اليك العدوى » . والبرد من الامراض المستعصية على العلاج ، فمنذ خمسة آلاف سنة لم يعثر على علاج شاف له . فهو مرض يأتي ويذهب على غير ارادتك . وفي الوقت الذي بني فيه الهرم الأكبر كانت أمراض البرد تعالج بنفس ما نعالج به الآن . ونحن لا نعرف الجراثيم التي تسبب هذه الامراض ، ولكنا لا نشك في انها معدية .

وتختلف اصابات البرد سنة عن سنة ، بل فصلاً عن فصل . لهذا شك الاطباء أن يكون نوعاً بعينه من المترشحات (Viruses) هي السبب في احداثها . ويعتقد دكتور « ترسيوس بوش » انها انما تحدث باجتماع عدة أنواع أو ضروب من الجراثيم ، واستنتج من ذلك أن هذا الوباء قد يسبب لبعض المصابين به سعالاً دائماً في بعض الاحيان ، وقد يسبب رشحاً أنفياً أحياناً أخرى ، او التهاباً في الزور ، وكل مجموعة من هذه الجراثيم لا بدّ من أن تنتقل من شخص لآخر ، فتغزو هذه المجموعة نفس المكان الذي أصيب به حامل المرض ، وتنتج أعراضاً مشابهة للاعراض التي تكون فيه .

كيف تبدأ اصابات البرد ؟

كيف نستطيع ان نمثل انتشار هذا الوباء ؟ وأين تحدث أول اصابة فينتشر منها المرض؟ والجواب على هذا السؤال ليس صعباً كما يتبادر اليك لأول وهلة . فكل الجراثيم التي تسبب اصابات البرد موجودة فعلاً في منطقة الزور في كل انسان صحيح الجسم . والمعلوم ان كل انسان يحمل قليلاً من ضروبها المختلفة وبين الناس من الاختلاف والتباين ما يحملنا على الاعتقاد بأن الصورة التي تلابس المرض انما ترجع الى استعداد أول من يصاب به . وقد تسأل كيف يستحدث البرد في أول من يقع فريسة له .

لجراثيم أمراض البرد ، كمثل صنوف الجراثيم الأخرى كالسبحيات Streptococci والعنقوديات Staphylococci التي تحدث الصديد ، تنتعش وتتكاثر إذا حبس عنها الهواء ولم يتصل بها . والحقيقة أن تلك الظاهرة هي من خصائص عدد كبير من الجراثيم المعدية . فالكزاز (التتانوس) وعصيات القولون Colon bacilli وكثير غيرها ، هي من هذا الطابع . فاذا اتصلت بالهواء ، فان ضررها يصبح قليلاً نسبيًا ، فاذا حبست عن الهواء ولم تتصل به ، تحدث الالتهابات بسرعة ، وتبدأ هذه الجراثيم في التكاثر بنسبة لا تصدق .

وقد يتفق لأول من يصاب بالبرد أن يجلس في تيار هوائي وجسمه دافىء ، فيسبب هذا تبريداً سريعاً في أنسجة العضلات فتنقبض وتسبب ضغطاً على بعض الأعصاب الرئيسية ، وبخاصة أجزاء الأعصاب عند تفرعها من النخاع . فتيار هوائي يصيب الرقبة قد يحدث تأثيراً في الأعصاب المنظمة للدورة في الرأس والزور ، فينتج عن ذلك ورم في الغشاء المخاطي الحاف بتلك الأجزاء . وهذا الورم والتضخم قد يظهر في صورة التهاب في الزور أو جفاف في الأنف . ولكن أهم ظاهرة في كل ذلك هو أن الأنف تسد فلا يتخلل الهواء كل أجزائها في تلك الأجزاء التي لا يصل اليها الهواء تأخذ الجراثيم في التكاثر بسرعة عجيبة . ويزداد الاحتقان في تلك الأجزاء وتأخذ خلايا المخاطية في افراز كمية كبيرة من المخاط محاولة بذلك الافراز كنس الجراثيم التي تمزوها إلى خارج الأنف . وبذلك تبدأ الاصابة بالبرد وتأخذ العدوى طريقها المألوف . وقد تحدث الاصابة من أسباب أخرى غير التعرض للتيار الهوائي ، فالاسعاف في الأكل والشرب أو التعب قد يهيىء ظروفاً للاصابة . والنتيجة مع جميع هذه الأسباب واحدة : كتم مجاري الأنف وامتناع الهواء عن الوصول اليها . هنالك تحدث الاصابة .

اصابات البرد لا تعدي دائماً

هنالك حقيقة فذة نعرفها عن تلك الجراثيم التي تسبب اصابات البرد ، هي إنه بالرغم من أننا جميعاً نحملها فان اختلاطنا بأناس آخرين لا ينقل الينا العدوى ، ما لم يكن الاختلاط بشخص أو أشخاص نشطت فيهم تلك الجراثيم فأحدثت فيهم أعراض البرد . فقد ذكر دكتور «لوسيوس بوش» إنه رأى رجلاً مصاباً بزكام مزمن وزوجه غير مصابة به ، ورأى امرأة مصابة بالتهاب الجيوب المزمن وزوجها غير مصاب به . وهذا يدل على ان الجراثيم لا تصبح خطرة إلا إذا نشطت بصورة حادة . فالاصابات المزمنة غير معدية إلى حدّ ملحوظ . وحتى الجراثيم المنقولة عن شخص مصاب بحدّة ، قد تقاوم عند ما تنتقل منه إلى شخص آخر ، إذا ما ظلت فتحات الأنف مفتوحة بحيث تسمح للهواء بتخللها فيظل الغشاء المخاطي صحيحاً محتفظاً بقوة المقاومة .

الهواء النقي أسلم من العقاقير

الهواء النقي هو عقار « السُّلفا » الطبيعي ، بيد ان استعماله أسلم عاقبة . وقد يصف الأطباء عقار « السُّلفا » لكثير من المصابين بهذه الأمراض . وقد وجد ان هذا العقار لا يقتل تلك الجراثيم بالفعل ، ولكنه يعمل فقط على وقف نماثها وتكاثرها . ويحدث هذا الأثر نفسه من تعرض هذه الجراثيم للهواء . وهنا نجد أن الطبيعة قد سبقت الكشف العلمي آلافاً مؤلفة من السنين . وكما ان كريات الدم البيض تستطيع قتل الجراثيم بطريقة أسلم من كل عقار مطهِّر ، كذلك الهواء يستطيع أن يقف تكاثرها ونماءها ، من غير أن يخلف نتائج سيئة ، كتلك التي يتقى أن يخلّفها تعاطي عقار « السُّلفا » .

ومنذ أن قال العلماء بنظرية الجراثيم وتقلها الأمراض ، حاول الباحثون أن يصلوا إلى طريقة للوقاية من الاصابة بالأمراض ، فعمدوا إلى الحقن ليزيدوا به مقاومة الجسم . ولاشك أن الأطباء قد يقبلون هذه الطريقة مستدلين على كفايتها بأمراض لا تصيب الانسان ثانية إذا أصابته مرة سابقة كالحصبة والحمى القرمزية . ولكن أمراض البرد من طابع غير هذا الطابع . فإصابة بالبرد لا تمنع إصابة أخرى . وقد يتفق أن يصاب أحدهم بالبرد بعد أسبوع واحد من إصابة سابقة . والنظرية التي تقوم عليها نظرية الحقن بالطعم الواقي هي أن يصاب الجسم إصابة خفيفة ، فتحدث فيه مناعة تقيه إذا تعرض للعدوى بذلك المرض . فإذا لم تحدث للناعة من إصابة شديدة بالمرض نفسه ، فالحقن يكون تضييعاً للوقت لا فائدة منه . هذا موقف الطعم الواقي من البرد في الوقت الحاضر ، وكل الذين جربوه من قبل أخذوا يفقدون الثقة به الآن .

واقٍ محمود العاقبة

هنالك طريقان : طريق الوقاية من البرد ، وطريق لتقصير مدته إذا حدث .

إن اصابات البرد تحدث بمضاعفاتها نسبة كبيرة من أمراض الانسان . ولولا البرد لما كان الصمم إلاّ نادراً جداً . والتهاب الجيوب مرض مقضيٌّ عليه إذا لم تكن إصابات البرد . وزكام الأنف ، وما يترتب عليه من إصابات بأمراض تنشأ عنه في الأمعاء والعدة والقولون تصبح جميعاً في حكم العدم . وقد يقل الصداع بأنواعه . وكذلك ذات الرئة والسل قد تقل نسبتهما ، وأما حمى القش والربو فقد يصبحان من النوادر .

ولا يستطيع أحد أن يمنع كل إصابات البرد . ولكن دكتور « بوش » قد استطاع أن ينزل عدد الاصابات التي أصيب بها بعض مرضاه بنسبة الثلث . وقد سجل ذلك مدى

ثلاثين عاماً اتخذ فيها نوعاً خاصاً من العلاج . ومرمى هذا العلاج هو أن يجعل الهواء يتخلل الأنف والزور ويبسّره بحالة سوية . ولكي يصل الانسان إلى هذه النتيجة ينبغي له أن يزيل كل العوائق الآتية بأن يوسع مجاريها بواسطة أصبعه البنصر . ولا تحيق هذه الطريقة دورة الدم ، فإن شعيرات الدم بعيدة عن التأثر بذلك فلا تتمزق . فإذا كانت العظام قد انتقلت من مكانها السوي بحادث سابق أو تكون قد عيقت عن النماء بفعل طبيعي ، فمن الممكن ردها إلى مكانها ، فلا تعوق المريض عن التنفس بفتحتي أنفه تنفساً حرّاً . ومالم يكن الأنف مصاباً بعرض آخر يعوق ذلك ، فإن هذا العلاج يمنع كثيراً من إصابات البرد بالرغم من التعرض لعدواها .

فلذا انفتحت مجاري الأنف زالت العوائق التي تسد الجيوب أيضاً فتتنقى وتظل تقية بالتخط ، وهو الطريق الذي ابتدعته الطبيعة لتطهير الجيوب من نفاياتها . ويمكن أيضاً إزالة الالتصاقات « الأنفيبُلْعُومية » — nasopharynx (الأنفية البلعومية) وتزول معها الجيوب التي تحدثها تلك الالتصاقات . وزوالها يزول سبب آخر من الأسباب المهدئة لاصابات البرد والزكام الآتي . وكذلك يمكن إزالة النماءات الغدية فلا تعوق التنفس الأنفي ولا تمنع القناة الاوستاشية — eustachian tube — من تأدية وظيفتها فلا يكون هنالك أي تأثير على السمع بصورة سوية . إنا لا نستطيع أن نتخلص من الجراثيم ، ولكن في مكنتنا أن نقضي على قدرتها .

في طوقنا بعد أن نصاب بالزكام أن نقصر مداه ونخفف من أعراضه بطريقة مشابهة لهذه الطريقة . فان في قدرتنا أن نفك أسر الأعصاب إذا ضغطت عليها العضلات المتقبضة فأعاقتها عن اداء وظيفتها السوية . يمكن ذلك بتقويم العظام بواسطة اليد . فان مجاري الأنف يمكن فتحها واخراج ما بها من مصادر الداء . وتصريف النفايات يمكن تحسينه حتى تسد مصادر الاصابة وتعود حالة الصحة . ولا تقتصر فائدة هذه الطريقة على تقصير مدى الاصابة وتخفيف آلامها ، بل إنها تمنع مضاعفاتها ، فتقل الاصابة بذات الرئة والسل ، وكذلك خراجات الأذن والصمم .

وإن اصابات البرد من حيث علاقتها بالانتاج وضياع كثير من ساعات العمل ، أمر ينبغي النظر فيه . فان ما يفقده الافراد والمجموع من جراء ذلك ، كفيل بأن يجعلنا نصرف من العناية بها والعمل على التخلص منها أضعاف ما نعمل الآن . ولا شك أن لهذه الأمراض علاقة بالناحية الاجتماعية لا ينبغي اهمالها .