

يوجد من فقدوا حاسة النظر ووضعوا ظلاما بين ذوي العاهات الدائمة ان لبعض هؤلاء المساكن شيئا من الأمل يجيز للطبيب ان يجرب معهم العملية الجراحية «

عسر الهضم

عسر الهضم الحقيقي هو التلبك المعدي الثقيل وهذا ينجم من ان المعدة تكون متممة وممتلئة الى أكثر من الحد اللازم أو ان تكون بها أغذية يكون من نتائج عمل الهضم الجدي ان يفي قواها لما بطبيعة هذه القوى الخاصة او ان تكون المعدة متممة من قبل فلا تقوى على العمل وفي هذه الأحوال يجب ان يرجع الانسان الى الترويض حتى يعلم اذا ما كانت هناك حمى ، وتعد سرعة حركة الرتئين والعرق البارد والتنفس الحار ظواهر قد تكون خادعة ولا تكون مصحوبة بأرتفاع حقيقي لدرجة الحرارة لأن اجهاد المعدة مها كانت اسبابه يكون مصحوبا عادة بزيادة حركة الرتئين بكثرة .

على ان هذه ظاهرة بسيطة قد يزول قبل ان تنتهي مدة الهضم ولكن قد ينجم من ذلك تلبك معدي معتد يمكن ان يدوم عدة ايام ولا يزول الا بزوال اسبابه ومن مظاهر ذلك انتفاخ البطن والظلم وسيل الحائط وكثرة الالعاب وقد تكون أيضا في جناف الفم والارتماش والأجلام المزعجة كالكابوس وألم يصيب الرأس وحدوث العرق البارد وألم يصيب الأضواء أحيانا وهذه الظواهر الأخيرة تدل على أن جزءا من المعدة قد فرغ وان قد كان بها بين الأغذية بعض مواد سامة تنتج من الطيور واللحم والأسماك الفاسدة واللحوم المحفوظة الفاسدة

وأسباب التلبك المعدي من هذا النوع متباينة منها ما يرجع بالطبع الى الافراط في كمية الطعام لاسيما اذا ما تناولت بسرعة مع عدم مضغها مضغا كافيا وهذا ما يجعل في المعدة قطعا كبيرة يكون عمل العصير الهضمي في تحليلها طويلا وكذلك يرجع الى

كثرة كمية الخبز والفطائر لا سيما النوع المعروف منها باسم « البريوش » الذي ينتفخ في المعدة عند ما تصيبه المشروبات فيزداد حجمها . وبما يحمل الهضم بطيئا تناول المواد الدسمة الدهنية والزبدة والسوس والمايونيز والسلطة الروسية والكريمه واللوز الحمص وغيرها فإن تناول مثل هذه المواد لا سيما بعد عمل شاق من المعدة من شأنه ان يضعف عملها ويوقفه وترسب الأغذية فيها وقد يتعجم من طول هذا الرسوب ان تنتج أحماض ويحدث تعفن ويقضي الأمر الى سد المعدة ومن هنا يزداد الرسوب وتنتج تفتات غازية تزيد في ضعف المعدة وتبقى هكذا ضعيفة .

وإذا لم يحدث سبب مخاطي وكف المرء عن تناول السوائل مهما اشتد به الظما وإذا اخذ له قسطا من الراحة ودفاً بطنه فإن هذا بما يحمل المعدة تأخذ في عملها شيئاً فشيئاً وتتحسن الحالة ويجب في مثل هذه الحال الكف عن تناول الشاي والقرفة والنعنع والسوائل الحارة من نوعها لأنها تعد من المشروبات السائئة . وكذلك عدم تناول الكحول لأن هذه السوائل تعميق عمل المعدة وخير وسيلة لعلاج هذه الحال تناول بعض نقط من مقهى توضع في قليل من الماء البارد على ان يؤخذ هذا المقهى بدرجة تبعا للجزء المعطليء من المعدة

على ان الافضل من هذا كله أن لا يفرط الانسان في تناول الأغذية ولا ان يتناولها بسرعة وان لا يأكل الانسان مرة عقب مرة أكالات كثيرة الالوان حتى تكون المعدة قد هضمت الأكلة السابقة وحتى لا تحمل فوق طاقتها وان يقلل الانسان من كمية الخبز والفطائر ما يمكن وان يشرب قليلا ما يمكن ايضا وان يتناول اقداحا صغيرة من النبيذ أو الشبانيا لأنها تساعد الهضم اذا كانت جيدة النوع وان يمتنع الانسان عن تناول القهوة وان يكون قنوعا للغاية في تناول المشروبات ولا بد له ان يتنزه على قدميه قبل ان ينام وان يلعب البلياردو اذ مما يحدث سوء الهضم حتما هو النوم عقب أكلة كبيرة .

قال المثل العربي : أقلل طعامك محمد منامك