

الوطني ، ملأت شعاب قلبي ، ولأمتي مكان الإقدام من نفسي ، وتلك الوفود  
الكثيرة التي بعثت بها إلى بيت الأمة لتعمر جوانبه وتشد أوزري ، وتواسي أم  
المصريين في تجميعها الغائصة ، ارتعتي الوطنية في جلالتياء ، والأخلاص في سموه ،  
فما أكرمك في احسانك الشكور وبرك المحمود

أيها الأمة الرشيدة: لقد وجب علينا ان نتواصى بالحق ، وان نتواصى بالصبر ،  
فينصرف كل مصري الى عمله مشكور المهي ، واسع الأمل كبير الرجاء . ثبت الله  
قلوبنا وطيب نرى قلوبنا وكلأ بمحاطته مصر الخالدة . رئيس الوفد المصري

مصطفى النحاس

بيت الأمة في يوم الاثنين ٧ ربيع الثاني سنة ١٣٤٦ - الموافق ١٣ أكتوبر سنة ١٩٢٧  
ونحن نرفع الى سعادته فروض التهنئة والتبريك ونسأل المولى للتعال ذا العزة  
والجلال أن يؤيده بروح من عنده ويشد أزره ويظليل عمره وينفع البلاد بمجلائل  
اعماله وخدماته انه سميع الدعاء بحسب النداء

## أمراض النساء العصبية والوقاية منها

لخصرة النظامي اتفاضل الدكتور ف . كازا كوف

معلوم ان الجنين: الرجال والنساء معرضون للاصابة بامراض عصبية يكابدون  
منها آلاماً مبرحة . ولكن هنالك أمراضاً عصبية خاصة بالنساء جعلنا مدار كلامنا  
عليها في هذا المقال الموجز فتقول .

ان الأمراض العصبية الخاصة بالنساء ذات علاقة كبرى بتكوين جسم المرأة  
ولا سيما بوظيفة عضو التناسل عندها وهي تسبب للنساء آلاماً شديدة لكنها  
ليست بذات خطر على الحياة

ومن أهم الأسباب الداعية لاجابة النساء بالأمراض العصبية حالة معيشة الهيشة  
الاجتماعية في هذه الأيام . فناء الطبقة العالية الغنيات اللاتي يمرحن في أودية اللهو  
والسمرات وعمش عيشة البذخ والترف ولا يباشرن عملاً من الأعمال يشكون

مر الشكوى من اضطراب أعصابهن وعلى خلاف ذلك اتسا، الفتيات والنسوان  
اللاتي يقمن بالأشغال المنزلية ويعتبن بأنفسهن بترية أولادهن وتلزمهن الظروف  
أحياناً الى مساعدة الرجل في تحصيل ما يقوم بأود المياة

ثم ان الفتيات المتعاتمات اللاتي يضطرن الى العمل لتحصيل قوتهن يكن أشد  
تعرضاً للأمراض العصبية من الفتيات اللاتي يقمن بالأعمال المنزلية او يشتغلن في  
الحقول أو بأي عمل جسدي

أن أكثر النساء يصبن بالأمراض العصبية في جميع أدور حياتهن وأكثر  
ما يصبن في دور الزوجية أي من السنة الخامسة عشرة الى الخمسين وأكثر من  
ذلك يصبن بالمرض المذكور في الدور الذي يقاربن فيه البلوغ الزمني في سني  
الحدائة او في الدور الذي ينتظن فيه عن القيام بواجباتهن الزوجية وذلك عندما  
تدبل المرأة في سني الكبر . واقابهن اصابة بالأمراض العصبية النساء اللاتي بلغن  
درجة البلوغ العالية فلهن عادة في هذا الدور يشعرن بصحة جيدة وسرور واطمئنان  
مع راحة النفس وطمأننتها ولا يخفى انه يكون أيضاً بينهن شدوذ .

وتظاير لدى أكثر الفتيات في دور البلوغ الجنسي مظاهر عصبية ويكون  
ظهورها شديداً عند الفتيات الفتيات الدم واللاتي ورثن الأمراض العصبية فلهن  
يكن مستعدات للرض . ومن جهة اخرى تقول ان اصابة الفتيات بأمراض ثنائية  
في دور الطفولة والنمو التدريجي وكذلك ظروف المعيشة الصحية الرديئة تساعد  
كذلك على اشتداد الأمراض العصبية في دور بلوغهن الجنسي

والظاير العصبية تتمثل جاكياً بتسيج الفتيات واضطراب نفوسهن بدون سبب  
وكذلك اتضالهن من الهدوء والنكبة الى النزق والهيجان وشوهدت حوادث عديدة  
تصاب بها الفتيات بنوبات عصبية وتشنجات مصحوبة بضحك ودموع وكثيراً يصبن  
بالآم في الرأس ودوار وخفقان قلب وأرق وغير ذلك من الظواهر العصبية الشديدة  
ولوقاية الفتيات في هذا الدور من الظواهر العصبية يجب اعطاهن غذاء منظماً مغذياً  
ولا سيما للمصابات منهن بقر الدم وعدم اعطائهن شيئاً من المنبهات للنظام العصبي مثل  
القهوة والشاي الثقيل والخمور على اختلاف أنواعها وكذلك الأطعمة المملحة والحريفة

ويصننون انطاة من كمية كبيرة من الخايب ونبيض وانسكا كدووقليلا من اللحم وكثيراً من الفواكه والخضروات، ويمنعون عن تدخين التبغ ويجب الانتباه كثيراً الى هضم الطعام النظم ومن الضروري جداً ممارسة الألعاب الرياضية ولا سيما في الهواء النقي الطلق ويجب على كل فتاة أن تشغل بالأعمال المنزلية والأشغال الأخرى التي لا تسبب لها تعباً منهكاً. ويصرح لها بطاعة الكتب الأدبية المفيدة واجتناب مطالعة الروايات الغرامية والكتب الساقطة

وفي خلال الطمث ( العادة الشهرية ) لدى الفتيات والنساء المتزوجات يحدث هن أوجاع في أسفل البطن ويحدث ذلك بسبب احتقان الدم في الرحم وانكماش العضلات فيه وتحدث هن أحياناً آلام في الصلب والخصيتين وعدا ما تقدم فانه في أحيان كثيرة ولا سيما قبيل الطمث تظهر لدى النساء حالة اضطراب ومهيج ويصبن بوجع في الرأس ويفقدن الشهية للطعام والنوم واحياناً أخرى يصبن بالآم يضطرون معها الى المكوث في السرير عدة أيام

وفي مثل هذه الحالة يعرف لها التزام الراحة التامة والطعام الخفيف ويلاحظ نظام الأمعاء حتى لا تصاب بالامساك. وفي حالة التهييج تبعها كثيراً «تقطنا ليربان» وقليل من البروم. وأما الآلام في أسفل البطن فانه من المفيد لها وضع مكدمات سخنة من متوع البايونج على البطن أو وضع كيس من المناط مملوء بالماء الساخن وكثيراً ما يفيد المرأة فائدة محسوسة وضع مكدمات من مزيج زيت الكافور والكلودوفورم على البطن ومن المفيد لها لدى ظهور الآلام في الرأس واضطراب الشعور عمل حمامات قدم أو نصف حمام تجلس في خلاله الى نصفها في الماء

ومن المفهوم أيضاً انه في خلال الطمث يجب عليها اجتناب كل عمل متعب وكذلك يلزمها أن لا تجلس ساعات منحنية تشغل الاشغال اليدوية وتمنع من الخياطة على ( ماكنة ) الرجل وحمل الأثقال وتمنع كذلك عن « الرقص » وغير ذلك من الشؤون وتمنع كذلك عن لبس المشد ( الكورسيه ) في دور الطمث لأن كل مشد مما كان متين الصنع فإنه يضغط على البطن ويعيق الدورة الدموية وإذا أصيبت المرأة في خلال الطمث بمرض شليل يجب عليها استشارة الطبيب في

الحبل ولا يجب إعطائها دواء ما ربما يضر صحتها أو كيفنك تمنع من شرب واستعمال  
 العلاجات الجاهزة التي ظهرت في السوق كثيراً والتي ملاًوا أئدينا إعلانات عنها وقد  
 عرفنا بالاختيار أن كثيراً منها مغشوش مزيف يجلب للناس الضرر بدل النفع ونحيز  
 من هذا استشارة الطبيب الذي يشرح أسباب المرض ويعين طريق المعالجة الصحيحة  
 وما يجب الإشارة إليه أنه يظهر لدى النساء المتزوجات كثيراً من أمراض  
 الرحم والبيضين وغير ذلك من أمراض عضو التناسل عندهن . ولظهورها أسباب  
 عديدة : منها البرد وعدم سير ولادة المرأة سيراً طبيعياً وكذلك الدور التالي لولادتها  
 المعروف « بدور النفاس » وأكثر من ذلك تظهر تلك الأمراض من إصابة الرجال  
 بالأمراض الزهريه والجلدية ولا يعالجون تلك الآثام التي ارتكبوها في سنن الشباب  
 قبل الزواج وأمراض الرجال هدم تؤثر تأثيراً بيناً على جسم المرأة وتكون « سبباً  
 لظهور أمراض عصبية متسللة عندها . ويجب أن نفهم ذلك النساء وتقدره حق  
 قدره وكذلك الرجال الذين يرتكبون جريمة لا تتغير إذا تزوجوا دون أن يعالجوا  
 أمراضهم ويشفوا منها شفاء تاماً .

إن الحبل كثيراً ما يسبب اضطراب النظام العصبي عند المرأة فتشعر كثيراً ما بالآلام  
 في رجليها وصلبها وكذلك بدوار شديد وانحاء وتميل للقيء وفي وسيلان العناب بكثرة  
 وكرهه للطعام وغير ذلك من الظواهر التي تحدث بسبب هيجان النظام العصبي ويحدث  
 هذا الهيجان من تضخم الرحم ومن أسباب التغيرات التي تطرأ على تجسم المرأة الحبلية  
 وفي مثل هذه الحالة يجب المحافظة على نظام الطعام المناسب ومما يفيد المرأة  
 أيضاً عمل حمامات دافئة تتراوح مدتها بين ٥ و ١٠ دقائق وفي حالات الأعصاب  
 الشديدة يجب استشارة الطبيب .

وفي دور النفاس التالي للولادة الذي يمتد الى ستة أسابيع شوهد مرات عديدة ظهور  
 أمراض عصبية ثقيلة أو مبهج شديداً وميلانحويا وضراع وغير ذلك وبناء على ذلك يجب  
 المحافظة الدقيقة على جسم ونفس المرأة وعدم تعريضها للمبهج بمختلف الاسباب وكذلك  
 يجب على النساء اجتناب كل ما يدعو الى التعب وهيجان المصروع العصبي . وكذلك  
 تظهر في هذا الدائر ظواهر نسبية مؤلمة يمكن أزالتهل وشفاؤها لدى المعالجة التداوية

ويحدث أحياناً للنساء المرضعات انه يظهر عندهن أوجاع في الثديية ربما  
أنها مسببة عن الأمراض العصبية ولكنها في الغالب تكون مسببة من أن الثدي  
المملوء باللبن ينحني الى الأسفل ويجرح وراة عضلات الثدي والأعصاب وذلك  
يستدعي الألم ويوجب على أمثال هاته النساء ان يرتدين قميصاً مناسباً يصبون الثديين  
ويحفظ مركزهما ولا يجب في مثل هذه الحالة قطع الرضاعة عن الطفل .

تصاب النساء المرضعات أحياناً بضعف في الأعصاب والشعور سريعاً بالتعب  
وسرعة التبيح ودوار ويلاحظ ذلك كثيراً عند النساء المصابات بفتور الدم اللاني  
ورثن الأمراض العصبية والمعرضات للاصابة بها وفي مثل هذه الحالة يجب استشارة  
الطبيب الذي يوضح اسباب هذه الظواهر ويعين للمعالجة الصحيحة ولا ينبغي الاسراع  
في إيقاف الطفل عن الرضاعة الامر الذي لا يكون الا في احوال مخصوصة

وبعد ما تقدم ننتقل الى دور كنبولة المرأة الذي له علاقة شديدة بدور  
الشيخوخة الذي تلوه وفيه ينقطع الطمث . وهذا الدور الذي يسمونه بالدور الحرج  
صعب على المرأة لأنه يجلب لها آلاماً ومصاعب شتى واحمها الأمراض العصبية .  
والدور الحرج ينتديء في الغالب بعد اجتياز سن الأربعين ويشتد كثيراً بين  
٤٥ و ٥٥ سنة . وفي بدء هذا الدور يصبح الطمث ( المادة الشهرية ) يأتي كل  
شهرين أو ثلاثة مرة ثم يتأخر أكثر من ذلك ويكون الدم أحياناً قليلاً وأحياناً  
غزيراً جداً ثم يتدرج الطمث في التقله حتى ينقطع تماماً

وفي هذا الدور تكون حياة المرأة كثيرة الاضطراب والتبيح والكدر وتصاب  
كثيراً ما بصداع وخفقان قلب وأرق وغير ذلك من ظواهر الأمراض

ولدى انقطاع الطمث يهدم نظام سريان وخروج الدم الى ومن البيضين الذي  
يجز وراة علم انتظام الدورة الدموية في جميع اجزاء الجسم وبسبب ذلك يلاحظ  
سريان الدم الى الرأس والوجه والقلب . وتشعر المرأة بأن الدم يسري الى وجهها  
وتصاب بخفقان القلب وعرق شديد وهذه الظواهر تظهر كثيراً ما فجأة بدون انتظار  
وتجلب معها الشعور بالخوف والتبيح الأعصاب وكل هذه الظواهر لا تهدد الحياة  
بالخطر ولكنها تسبب آلاماً وعذاباً للمرأة ( البقية في العدد القادم )