

العائلة والصحة

سنكتب تحت هذا العنوان بين حين
وآخر إرشادات صحية وقوائم طبية
جزيلة الفائدة
الاسماء

الشفاء من السرطان

تلا الاستاذ الكبير أرسونفال في الأكلاديمية العلمية محاضرة ذكر فيها حديثاً هاماً جداً عن طريقة جديدة ناجحة ناجحة في معالجة السرطان الذي يصرف العلماء جهودات عظيمة في إيجاد علاج شاف منه ولا سها بطرقة معالجته بواسطة أشعة الراديوم . وأما الحادثة التي ذكرها الطبيب فلها تلخيص فيما يأتي : ان مديرتصر المعالجة بالراديوم النسوجون ديبيدا في مستشفى القديس اندريا بمشني بوردو تحمل آلاماً شديدة من ورم السرطان الذي أصاب أصابع يديه وقد أشار عليه الأطباء بلجراء عملية بتر أصابعه فرفض ذلك رفضاً باتاً وأخذ يعالج نفسه بواسطة تسليط التيار الكهربائي الشديد على أصابعه وبعد أول مرة شعر براحة وأخذ الورم يشجراً ويتناقص وبعد مداومة المعالجة ستة أسابيع بواسطة التيار الكهربائي زال الورم برزته بحيث لم يبق له أثر وشفي الرجل شفاء تاماً

(فرشة) الخلافة والعدوى

عرفوا من عهد بعيد الفرشة الخلافة التي يضمون بها الصابون على الوجه والذقن تنقل العدوى بسهولة الأمر الذي وجبه الأئمنات الى تطهيرها والعناية بنظافتها في دكاكين الخلافة حيث تستعمل تلك الفرشة لأشخاص عديدين وتنقل عدوى الامراض المعدية من شخص الى آخر بل والى آخرين وهذا أمر واضح لا يحتاج الى برهان لأن الكروبت نجد في شعر تلك الفرشاة تربة خصيبة للعيش والتناسل فيها وكثيراً ما تظهر على وجه الانسان بعد الخلافة عند الخلائق بنور لا يعرف لظهورها سبباً

وقد وجد الأستاذ الدكتور بالماسي طريقة نافعة لتطهير هذه الفرشاة وعدم تلفها العدوى
الى الآخرين

وطريقته في ذلك هي انه عند جمع شعر الفرشاة وقبل وضعه في مقبضها تقم
بواسطة البخار المضغوط للدرجة ١٠٠ ثم يفرز الشعر في المنبض ويعد أن يستعمل
المخلوق الفرشاة يجب عليه أن يضعها مدة عشر دقائق في ماء غل مضاف اليه عشرة
أجزاء من الفورمالين وقد التفتت الحكومات الأوروبية الى هذه المسألة وعهدت الى
مفتشي الصحة بدخول محلات الخلابين بملاحظة هذه المسألة ولرغاب كل واحد منهم
على تطهير فرشاة الخلافة بواسطة الفورمالين

عسل النحل والعيون

قرر أحد الأطباء الاميركيين بأنه لدى اصابة العيون بالمرض المعروف بالماء
الزرقاء يفيد قطر العين بقطرة بسيطة تؤخذ من العسل الممزوج بالماء الساخن وقال ان
الذين أشار عليهم باستعمال هذه القطرة استفادوا كثيراً جداً

الوصايا العشرة الصحية

(أولاً) اذا نمت من النوم فانتح في الحال نوافذ غرفتك وانشر فراشك حتى
ينجوى . وقبل أن تنام افتح نوافذ غرفتك ولو مدة نصف ساعة معها كان البرد
قارساً والهواء شديداً

(ثانياً) من النافع جداً للصحة أن تعمل كل صباح حركات جسدية وتحسن فعلا
اذا تريضت كل يوم ماشياً مسافة طويلة

(ثالثاً) يجب أن تنام كل يوم ثمان ساعات

(رابعاً) يجب أن تحافظ على نظافة أسنانك بحفاضة دقيقة ومعا كانت أسنانك
قوية مينة يجب أن تربها لطيب الأسنان ولو مرتين في السنة

(رابعاً) امضغ الطعام مضغاً شديداً بنان دون عجلة . واذا ذلك يكون المضم
عندك جيداً مرتجاً وترجج نفسك من تناول العلاجات المرة السكرية

(خامساً) حافظ على الآنية التي تدخر فيها الماء بحيث لا يقع فيها طائر أو قار
أو ذبذب لأن ذلك يكون مجلبة للأمراض عندك . ولا تشرب الماء اذا لم تكن

وإنما من نظافته وتحسن منماً اذا غابت الماء الذي يشربه ويردنه بعد غلبه في آنية من الفخار

(سادساً) يجب أن تغطي جميع المواد الغذائية حتى لا يصل إليها الذباب لانه اذا وصلها ينث فيها ميكروبات متعددة وأنت تعلم ان الذباب يتناسل ويشكك في أركوالم الاقذار والزبنة ويحمل على جسمه سموماً فتأله لا ترى بالعين المجردة (سابعاً) اللبن واللحم وجميع المواد الغذائية يجب تغطيتها بالكاش أو ماشابهه ويجب أن تحفظ في مكان بارد

(ثامناً) من العلامات الدالة على صحة الاولاد انك تراهم يرحون ويركضون ويصرخون ويطنون . اترهم يفعلون ذلك في الهواء الطلق بعد أن تلبسهم ملابسهم . ان اولادنا كالكليات يتنجسون الى النور والهواء ويجب علينا أن نوفرها لهم (تاسعاً) حافظ على نظافة اجسام الاولاد واغسل اجسامهم كثيراً وتعلمهم على استعمال الدوش منذ صغرهم

(عاشرأ) واذا كنت تحافظ على هذه الوصايا البسيطة فانك تحفظ صحتك وصحة اولادك ودرهمهم على العمل بهذه الوصايا منذ نعومة اظفارهم وهذا يوجد عندهم عادات ترسخ في نفوسهم وتنمو مع نموهم وبذلك تقدم لوطن شباباً اصحاء اقوياء

قرأنا هذه الايات في المستظرف منسوبة للإمام علي رضي الله عنه

توق منسئ الايام ادخال مطعم	على مطعم من قبل هضم المطاعم
وكل طعام يعجز البن مضغه	فلا تقرضه فهو شر لطاعم
ووفر على الجسم الدماء فاتها	لقوة جسم المرء خير الدعائم
وفي كل اسبوع عليك بغيضة	تكن آتياً من شر كل البلاغم
وعاد الفرزدق مريضاً قتل	

يا طالب الطب من دام نخوف	أن الطيب الذي أبلك بالدم
فهو الطيب الذي يرجى لما نية	لا من يذيب لك الترياق بالامه