تقديم

انتشرت فى انحاء البلاد أعمال الاصلاح والبر التى تنفذها الحكومة المصرية بأرشاد حضرة صاحب الجلالة مولانا الملك المعظم الذى امتازعهده السعيد بما تراه العين من بوادر التحسينات والاصلاح فى شتى مرافق البلاد ولا غرو ان تنشط هذه النهضة المباركة مادام يرعى شؤونها ملك كريم ساهر على خير رعيته عامل على اسعادها وترقية حالة ابنائها .

ولما كان يتحتم على كل فرد من افراد هذه الأمة الكريمة أن يساهم بنصيبه فى هذه الحركة بقدر ما تسمح له مؤهلاته وظروفه .

ولما كثرت الآفات الصدرية وتفشت اصاباتها فى القطر حتى زادت على عشرات الألوف سنويا ، اصبح لزاما على أن امد يدى فأنشر على الجمهور ما وصل اليه العلم الحديث وابحاث أئمة الطب الذين اشتركت معهم فى المؤتمرات الدولية فى القارة الاوربية ما يكون عونا له لاتقاء شر هذه الأمراض ولعلى إذ أنشر هذا المؤلف الذى يجمع بين دفتيه ما استطعته فى هذا السبيل اكون موفقا فى خدمة مواطنى الكرام ..

نظره عامـــه

قد يتبادر الى الذهن عند التأمل فى حسن مناخ مصر وانها تتمتع بقسط وافر من اشعة الشمس على مدار السنة ان هـذا المرض لا يجد مرعى صالحاً لنموه بين ظهرانينا وان اصاباته قليلة فيه بالنسبة لغيره من الاقطار ولـكن التطلع للارقام السالفة الذكر يدهشنا ويدلنا على مبلغ الحقيقة المؤلمة وهى كثرة ضحاياه . تعمل على ذلك عوامل كثيرة منها الرطوبة المنتشرة هنا وهناك باعتباره بلداً زراعياً تروى أراضيه فى اغلب اوقات السنه .

ومنها التقلبات الجويه التى يكابدها القطر ويتعرض لها لانبساط اراضيه وهبوب الرياح الساخنه والباردة على التعاقب فى اكثر الأحايين وهذا ما يضعف مقاومة الاجسام . وزيادة على ذلك فهناك عوامل اخرى وهى ما تسمى بالأستعدادات الشخصيه وقد حللناها تحليلا علميا فى ابحاث القيناها على هيئه المؤتمر التاسع للاتحاد الدولى ضد السل الذى انعقد فى مدينة وارسو عاصمة بولونيا سنة ١٩٣٤ . وسنعود لذكرها تفصيلا فيما بعد .

المسكن زد على ذلك سوء حالة المسكن وافتقاره للضوء واشعة الشمس وهذا راجع لازدحام الازقة والشوارع بالبيوت وتلاصقها بعضها ببعض الشىء الذى يجب ان يوضع له تشريع خاص تتكفل بتنفيذه مصلحة التنظيم واشراف وزارة الصحة .

النوم والسهر مع مدنيتنا الحاضرة

اذا بحثنا عن طريقة انتشار هذا المرض فاننا نجد ان العدوى وحدها ليست كافية لانتشاره وان العامل الذى يمهد لسريان العدوى هو انكباب الطبقة العاملة على العمل دون تحديد ساعاته

بخلاف الحال فى أوربا فمثلا باعة المأكولات والخضر واللحوم والبقالة والصيادلة وباعة السجاير مقيدين بغلق محلاتهم فى الساعة السابعة مساء فاذا ما خالف احدهم اللائحة جوزى وبذلك يتمكن موظفو هذه المحلات من الراحة الكافية ويأمنون شر مرض السل الذى يأتى غالباً من الاجهاد والسهر وعدم النوم الكافى . أما هنا فانى أعجب اذ أذكر ان بعض موظفى بعض المصالح لا يزالون يعملون ١٢ أو ١٤ ساعة يوميا بدون انقطاع

ان أهم مجدد للقوى وواق من المرض هو النوم الكافى فى جو مشبع بكهربائية الشمس أى ان تكون غرفة النوم دخلتها أشعة الشمس نحواً من ٣ ساعات فى اثناء النهار واذا واظب على ذلك أى انسان ووضع نصب عينيه اعطاء جسمه نصيبا من الراحة كلما احس بالتعب فلا أعتقد أبداً انه يكون عرضة لهذا المرض يوما ما

الاشعة الضوئية وتقوية الجسم عامة والصدر خاصة

ويهمنا استيعاب الجديد عما له علاقة بالصحة العامة وكيف يمكن ان تكون الاشعة الضوئيه واقية للجسم من الامراض والى اى مدى تتمشى مع المناعة الحيوية الاشعة فمن الابحاث التى طرحت على مؤتمر الدانمرك وكان لى شرف الاشتراك فى اعماله ما سبق تقريره فى مؤتمر باريس الدولى للاشعة فى سنة ١٩٢٩ من ان لتوفر هذه المناعة المكتسبة بالتعرض للاشعة يجب تحاشى اسوداد البشرة كلية . ولهذا السبب اعتبر علماء الاشعة وخاصة المشتغلون فى المصحات المنتشرة فى جبال سويسرا انحجاب اشعة الشمس بين حين وآخر وراء السحاب رحمة ربانية للمرضى الذين هم فى شدة الاحتياج لموجات الاشعة فوق البنفسجية الموجودة بكثرة فى ذلك العلو لئلا تتعود بشرتهم عليها فيضيع الغرض المقصود . اكثر من ذلك ان وجود الغمام الابيض فى السماء

وانعكاس اشعة الشمس عليه يزيد الضياء قوة فى الاشعة فوق البنفسجية .

ومن الامراض الهامة التى اتجهت انظار العالم لاستعمال الأشعة للوقاية منها سل الاطفال ولين العظام وما يتبع الأخير من مضاعفات شعبية الكثيرة الانتشار فى القطر المصرى وقد اصبح من المعتقد مع تقدم الابحاث انه اذا عرض كل رضيع بضع مرات لاشعة فوق البنفسجيه فان مرض لين العظام يزول من الوجود وبذلك تعدم اهم سبب من اسباب كثرة وفيات الاطفال وفى هذا الطريق تسابقت الدول فى تأسيس المنشئات ذات الاشعة للوقاية ضد هذه الامراض خاصة ولغيرها عامة . فشاهدنا فى عواصم اوربا مستوصفات ضوئية كبيرة لعامة الجمهور مجهزة باجهزة قوتها تبلغ العشرة آلاف كيلووات ومرتب بناؤها ترتيبا مخصوصا بحيث ان المرضى يدخلون من احدى نهايات البناء ويمشون عراة الاجسام بين صفين من مصابيح هذه الاشعة لمسافات معينة يقدرها الطبيب المختص ثم يخرجون من النهاية الاخرى وقد اكتسبت اجسامهم وفى اسرع وقت جرعة واقية من الاشعة ضد الامراض المذكورة والنزلات الشعبية والزكام وكثير من الأمراض التى تنتج غالبا عن ضعف المقاومة الدموية .

وبحث المؤتمر فأقر الفكرة التى ترمى اليها لجان مكافحة الامراض فى فرنسا من انشاء مراكز وقائية مجهزة بالاشعة بحيث تكون قريبة من المدارس واحياء العمال حتى اذا نصح احد الاطباء فترسل الاطفال بعربات معدة لهذا الغرض لاقرب مركز منها وفى وقت فراغهم المدرسى ليأخذوا جرعات واقية من هذه الاشعة الكيماوية . أما اذا كان بينهم مرضى بغدد خنازيرية أو سل الجلد أو العظام فتباشر علاجهم هذه المراكز بنظام يعينه طبيبها المختص وتصرف للمعوزين منهم الغذاء الكافى طول مدة العلاج .

وهذه الطريقة تغنى عن « المصحات الوقائيه » وكذا السولاريوم

التى يراها الرائح والغادى على سواحل الدانمرك الشرقيه والتى شاهدنا مثلها بكثرة فى السواحل الممتدة الى الشمال من نابولى ولشد ماكان اعجابى بالاستاذ موريلى ولاعجب اذا كان دائم السعى وراء التجديدفى العلاج الضوئى فى مصحة روما فهو احدتلاميذ العلامة فورنالينى الايطالى المشهور مكتشف عملية الاستيواح الصدرى لعلاج السل الرئوى .

وقد دل البحث على أن تأثير الاشعة تحت الحمراء وهى المتولدة من كل جسم ساخن والتى تكثر فى الضوء الشمسى لا سيما فى الاوقات الحارة وفى وسط النهار تحدث تفاعلا مصحوبا بحمى فى الفيران البيضاء المصابة بالدرن عند تعرضها لها بينما أن الاشعة فوق البنفسجية لا تسبب لها أى حمى ومن ذلك يفهم الضرر الكبير الذى يتعرض له المرضى أو نحفاء البنية من وجودهم فى أشعة الشمس القوية وخصوصا فى البلاد الحارة حيث تكون نسبه هـذه الاشعة فى الضوء الشمسى مرتفعة جدا .

وزيادة على ذلك فقد اثبات الابحاث أن الاشعة المفيدة تتناقض تماما مع الاشعة تحت الحمراء ذات الحرارة بمعنى انها تفقد فائدتها متى تعرض الجسم للاثنين معا . ولذلك يتضح لنا كيف أن سكان خط الاستواء حيث يعيشون عراة الاجسام هم أكثر عرضة للامراض ويموتون بغاية السرعة اذا انتابتهم اية عدوى وكذلك الاوربيون الذين يعيشون فى تلك الجهات لان المناعة وقوة المقاومة التى تكسبها الاشعة فوق البنفسجية للجسم فى هذه المناطق معدومة تقريبا .