

بلاد الاستيلاء في العالم

١ - في فرنسا

بقلم

الساعي — حكيم الاستيلاء

ومدير مصلحة سفنكس بحلوان

obeykandi.com

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمة

حاجتنا الصحية

نحن الشرقيين محتاجون الى الغرب حاجات لا تحصى ، وليس من شأننا في هذا الكتاب الذى نصدره انشاء الله اجزاء متوالية أن نبحث فيما عدا الحاجة الصحية ، اذ كنا لا ندعى الامام بشي نافع فيما عداها ، وانما نترك غيرها من الابواب التى تظهر فيها حاجة الشرقيين للغرب الى سوانا نحن نوفرنا على دراستها ، والمواصفات ، وهذه الحاجة الصحية لانريدها عند الاطباء ، ولا عند مصانع الادوية ، ولا فى مختلف العقاقير ، ولكننا نريدها عند الطبيعة التى اودعها الله اسرار الحياة وبت فيها عناصر الصحة والعافية وستتكلّم عن المصحات الطبيعية ، ومواقعها ، بما اختصت به من هواء نقي ، ومناخ طيب ، وينابيع متفجرة ، تفيض بخواص الشفاء من الادواء ، وه سائل البرء من العلل والاسقام ولا ندعى ان الله قد جعل هذه الينابيع وتلك المواقع الصحية هبة للغرب ، لا يشاركه فيها الشرق ، وانما نقول ان الغربيين عرفوا

كيف ينظمون هذه الينابيع والمصحات تنظيما فنيا راقيا يضمن الاستفادة بها ويكفل الانتفاع بما فيها من اسباب الشفاء والعافية. بينما لم يدرك الشرقيون قيمة ما في بلادهم من ينابيع ومصحات فاهملوها اهمالا عطل فائدتها، او جعلها تنقلب ضارة لنافعة وانا نلح بارتداد المصحات والينابيع الغربية حتى يرشدنا الله الى اسباب الانتفاع بينابيعنا ومصحاتنا؛ كما نلح كل الاحاح بان تلتفت حكومات الشرق الى ما في بلادها من هذه الينابيع والمصحات فتنظمها تنظيما يضمن فائدتها، ويضمن أيضا ان تكون مصدر ثروة ويسر، كما ترى في تلك المصحات والينابيع الغربية

الاستشفاء بالينابيع

للاستشفاء بالينابيع فائدة لا يتطرق اليها ذلك الشك الذي يتطرق دائما الى وسائل العلاج الاخرى. واذا لاحظنا أن جميع العقاقير الطبية التي توصف لمداواة الامراض انما هي عناصر طبيعية. مستخلصة من النبات، أو الحيوان، أو المعادن، وانها تفقد كثيرا أو قليلا من تأثيرها بمقدار ما تبقي بعيدة عن تكوينها الاصلى امكننا ان ندرك ان فائدة هذه العقاقير تكون اتم واوفر اذا استعملت للعلاج وهي في ترابيها الطبيعي. واذا لاحظنا ايضا ان مياه الينابيع تفحص فحسا كيميائيا تعرف به عناصرها ومقادير

هذه العناصر، نسبة كل عنصر الى غيره ثم تطبق بعد ذلك على حالات الامراض وانواعها ليثبت ما يشفى بها وما لا يشفى امكثنا ان ندرك ان العلاج بالينابيع لم يتقرر الا بعد ان ثبتت فائدته بالطريقة العلمية القاطعة

ومما لا ريب فيه ان علاج الامراض بالعناصر الطبيعية اذا كان مفيداً فانه يكون اتم فائدة اذا اضيف اليه الارتفاع بقوى الطبيعة ومظاهرها الفعالة، فاجتماع الهواء النقي، والمناظر الجميلة، الى جانب العلاج الطبي يكون ادعى الى الشفاء، والى سرعته، والى سلامته من كل خوف، مما اذا كان علاجاً قاصراً على هذه العناصر ولا تتوفر هذه الغاية الا في الينابيع حيث تتضامن الطبيعة وجمالها مع العلاج العنصرى في اكتمال الامراض وهزيمة الاسقام

نحن في مصر

لا اكاد اصدق انه يوجد في مصر انسان واحد لا يحمل جرثومة مرض معين، ويحمى على هذا الشك مجرد النظر الى النشأة الاولى التى ينشأها الطفل المصرى. ولعل قراء هذه المقدمة يوافقوننى على ان نظام الارضاع، ونظام المعيشة، ونظام النظافة وغير ذلك، كلها مختلفة مضطربة في العائلة المصرية. فالطفل المصرى إذن معرض على وجه التحقيق الى الاصابة بمرض ينشأ عن سوء

الرضاعة ، او سوء القيام على تربيته الجسمية ان لم يكن عرضة
للإصابة بعدة امراض . و النتيجة المحققة لذلك هي احد شيئين :
فاما ان يمرض الطفل مرضا يقضى على حياته . واما ان يمرض
مرضاً يلازمه ، او على الأقل يفقده قوة المقاومة على توالي الايام
واذا جاز ان يسلم طفل من احدى هذه الحالات ، فلا تكون
سلامته الا باعجوبة ، ولا يكون ذلك الا نادرا لا حكم له ، اليك مثلا
مرض البلهارسيا ومرض الانكلستوما . هذان المرضان لا يكاد يسلم
منهما احد في بلاد الريف . فاذا قلنا ان السبب في ان اصابة الريفيين
بهما عامة يرجع الى اهمهم معرضون دائما الى ميكرو وبهما فكيف نقول
في اصابة ابناء المدن بهما وهي اصابة تنطق الاحصاءات الصحية
بفداحتها وخطر انتشارها ؟ فهل يرجع ذلك الى سوء المعيشة و عدم
العناية باسبابها الصحية اللازمة !!

و نترك البلهارسيا و الانكلستوما ، لننظر الى كثرة الاصابات بامراض
المسكر ، والسل ، و الروماتزم ، و امراض المعدة . فكيف نعلل اسباب
انتشارها الى هذا الحد المفزع ان لم يكن في مقدمة هذه الاسباب
سوء المعيشة و عدم العناية بوسائل الصحة !!

لقد عنيت الاوساط الطبية بمكافحة هذه الامراض واتخذت
لمعالجتها آخر ما وصل اليه العلم من المكتشفات ، ولكن هذه العناية

المحمودة لا تؤدي دائماً الى نتيجة مرضية، وليس ذلك لقصور عند
الاطباء المعالجين، ولكنه لقصور في عناصر العلاج نفسها، فليس
من الضروري ان ينفع دائماً كل مريض بهذه العلاجات
ومادامت هناك وسائل للعلاج محققة الفائدة، مضمونة
النتيجة، فمن الواجب على كل مريض ان يطلبها في مكانها متى كان
مستطيعاً ان يذهب اليها. اما هذه الاسباب المحققة الفائدة المضمونة
النتيجة فهي الينابيع والمصحات

ولاجل ان نقرب الى الازهان هذه الحقيقة، نضرب لها امثلة
من المشاهدة الواقعية، فنحن نعرف أن لدينا في مصر ينابيع حلوان
ونعرف بالمشاهدة ان القادرين على السفر من الغربيين يفدون كل
سنة على مصر للاستشفاء بهذه الينابيع. فهل ذلك لقلة الاطباء في
بلادهم؟ او لعدم اهتمامهم الى غيرها من وسائل العلاج وعناصره
وعقاقيره؟ كلا: وانما هو لانهم يعلمون ان هذه الينابيع التي استودعها
الله اسرار الشفاء العجيبة تشفى ما لا تشفيه وسائل العلاج الاخرى
هذا مثل الغربيين واليك مثلاً آخر منا نحن المصريين وذلك
ان صاحب هذا الكتاب بعد أن طاف كثيراً من بلاد
الاستشفاء في اوروبا واختبر بنفسه ما لم يختبره سواه، عاد ينصح
لاصحاب الامراض المزمنة والخطرة الذين عرفهم في مصحته

بحسب ان ان يذهبوا للاستشفاء بالينابيع التي توافق امر ارضهم
في اوروبا . وقد عمل كثيرون منهم بنصيحتته فحقق الله لهم
الشفاء بعد ان يتسوا منه وعادوا الى بلادهم اصحاء الاجسام يتمتعون
بطيب الحياة ونعيمها

ولسنا نذكر هذين المشلين على انهما وحيدان فالامثلة من
نوعها تفوق الحصر ، وانما نذكرها لنقرب الحقيقة الى الازهان
كما قدمنا

الفائدة الادبية

على ان الذهاب الى المصحات والينابيع لا تقتصر على نتائجها
الصحية ، وانما تتجاوزها الى فائدة أدبية واجتماعية لا تخفى على من
يعرفون ما في الاسفار والسياحات من خير ومنفعة ، فانك اذا
التزمت في أقامتك هناك حدود الواجب لنفسك ، ووطنك
ولا اهل البلاد التي ترحل اليها امكنت ان تستخلص خير ما عندهم من
اخلاق ، وعادات وكثير من اساليب الحياة ونظم المعيشة كما امكنت
ان تقتبس طرائقهم في العمل ، وتنطبع في ذهنك صورة صالحة
من نشاطهم واعتمادهم على انفسهم ، وحبهم لأوطانهم وعنايتهم
بحياتهم المنزلية ، واستعطت ان ترى من قرب كيف يعودون
ابناءهم منذ الصغر ، الاعتماد على النفس ، والاستقلال في الرأي

والعمل ، والصدق في القول ، والتخلق بكل ما يضمن سعادة المستقبل من حسن في المعاملة ومحافظة على الآداب العامة ، ثم اذا عدت الى بلادك واهلك ان تكون قد تزودت من هذه الظواهر بشيء ان لم ينفعك مباشرة ، نفع ابناءك واهلك بطريق القدوة والارشاد

ولا نذهب بعيدا في اثبات هذه الحقيقة ، فأنا نشاهد ان رحلتنا نحن المصريين الى بلاد الغرب اصبحت بعد الحرب الكبرى اكثر منها فيما سبق ونرى كيف ان شبانا المتعلمين ذهبوا الى تلك البلاد ليقتبسوا معالم حضارتهم ، واساليب حياتها العملية ثم عادوا فكان من اثر ارتحالمهم هذا النشاط الذي نراه في كل نواحي نهضتنا العملية

والواقع انه كما يجب علينا ان نحجب الغربيين الى بلادنا في تنشيط وسائل السياحة ووفود السياح الى مصر في فصل الشتاء ليروا دلائل عظمتها التاريخية ، وجمال ارضها وصفاء سمائها ، وليقفوا بانفسهم على مظاهر نهضتنا العصرية الجليلة ، فكذلك يجب علينا ان ندعوا انفسنا الى السياحة في بلادهم لنظفر بفوائدها الكثيرة المحققة

نهضتنا الصحية

ولقد شملت بلادنا في السنوات الاخيرة نهضة عامة تبشر

بمستقبل نرجوان يسد حاجتنا من الوجهة الصحية ، ويغنيانا عن التماس الشفاء في غير بلادنا ، فقد شمل حضرة صاحب الجلالة ملكنا المعظم بعنايته كل اسباب السعادة والهناء لبلاده الكريمة وشعبه الخالص ، وكانت هذه النهضة المصرية بما اقتضته ارادته وهدى اليه نور تفكيره ، فانبعث رجال حكومته الاجلاء ينفذون ماقتضته هذه الارادة العالية ، ويستترشدون بنور ذلك التفكير السامي ، وكان في مقدمتهم رجل جمع صدق العزيمة الى نفوذ البصيرة ، الى غزارة العلم ، الى الاخلاص في العمل ، الى السهر الدائم على هذه الغاية الجليلة ، ذلك الرجل هو حضرة صاحب السعادة العلامة الدكتور محمد شاهين باشا وكيل وزارة الداخلية للشؤون الصحية

ولست استطيع في هذه المقدمة أن ألم بكل ما أنشأ من عمل صالح ، ومشروع نافع ، ولكني احيل القارئ الى ما يراه كل يوم من المشروعات الصحية التي ينتجها تفكير هذا الرجل وعلمه و الحق ان هذه النهضة الصحية بما تتناوله من مشروعاتها العظيمة لاتزال بمثابة الغرس الجديد اعنى ان ثمرتها لا تزال رهينة وقتها ، ونحن واثقون مع الرجاء في توفيق الله ان الغرس سيؤتي ثماره قريبا وان اليد العظيمة التي وضعت بذوره

ستتعده بالعناية والغيرة حتى تجنى الامة تلك الثمار المنتظرة ،
ولكننا في انتظار هذه النتيجة سنبقى محتاجين الى سد النقص
في حاجتنا الصحية بما عند سوانا، اى بالتماس الشفاء فى بلاد الغرب
وكل ما نتمناه ان يكون يوم استغنائنا عن الغرب فى هذه الحاجة
وغيرها من حاجات الحياة قريبا

مشمات الكتاب

ولعلنا نكون قد وفقنا فيما تقدم من الكلام الى بيان اغراضنا
الصحيحة من هذا الكتاب، او هى على كل حال اغراض تنحصر فى
كلمات بسيطة هى: ان الصحة اثن شئ فى الحياة فيجب ان نطلبها
أينما كانت مصادر ها

امامو ضوع هذا الكتاب فهو منحصرفى الكلام عن المصححات
الطبية النافعة فى الغرب والشرق بقدر ما يتسع له المقام
ولسنا نعتمد فيها سنبدية من المعلومات والحقائق عن هذه
المصححات الا على مشاهدتنا الشخصية أولا فى اكثر بلاد الغرب
ثم على اصدق المصادر التى لا يتطرق اليها شئ من الشك .

وحيث كان اكثرنا نحن المصريين لا يزالون يختارون الى
الآن بلاد الاستشفاء الفرنسية فقد رأينا ان نبدأ بالكلام

عن هذه البلاد وان نفرد لها الجزء الاول من هذا الكتاب
كلمة ثناء

ولا يفوتني ان اتقدم بوافر الشكر وعظيم الثناء الى حضرات
اساتذتي واصدقائي الاجلاء الذين استحثوني لوضع هذا الكتاب
واستتجزوا اتمام طبعه ونشره ، وفي مقدمتهم حضرتا العلامة
الجليلان صاحب السعادة احمد زكي باشا . وصاحب العزة
احمد بك فهمي العمروسي

(المؤلف)

فرنسا

France

لا نحتاج فرنسا الى تعريف او وصف ، فليس احد في الشرق والغرب يجهل انها ام الحضارة العصرية ، وانها اول بلاد قررت حقوق الانسان في التاريخ الحديث ، وانها صاحبة الثورة التي علمت الافراد والجماعات ان لهم حرية يجب ان تكون مقدسة أمام انفسهم ، وامام غيرهم ، والتي ساوت بين ابناء الانسان ، واتتجت للبشرية شرائع العدل التي لا تزال شعوب هذا العصر تقتبسها وترجع اليها ؛ واذا كنا نحن المصريين نعد من آيات مجدنا ، ومعجزات فخرنا ، ان أمتنا هي معلمة الشعوب في التاريخ القديم ، وان حضارتنا الاولى هي الشمس التي اضاءت الارض في اقدم عصور التاريخ ، فان للفرنسيين ان يعدوا من آيات مجدهم ومفخرات حضارتهم أن أمتهم هي معلمة الشعوب في التاريخ الحديث وان حضارتها هي الحضارة التي يمشى على نورها كل شعب يلتمس نور الحياة في العصور الاخيرة

ليس ادل على صدق هذه الحقيقة من النظر الى ارقى الشعوب
المتمدنية في هذه الايام ، فانه مهما كان الشعب من هذه الشعوب
مستقلا بحضارته الخاصة ، ومهما كانت له مدنية قائمة بذاتها ، فانك اذا
فتشت في نواحي مدينته لا بد ان تجد فيها اثرا للحضارة الفرنسية
اما في آدابه ، او في علومه وفنونه ، او في العناصر الاولى المكونة
لهذه الاداب والعلوم والفنون في نشأتها الاولى ، فان لم تجد هذا
الاثر في ناحية من هذه النواحي فلا اقل من ان تجده في بواعث
هذه الحضارة ، واطهر هذه البواعث الاحتكاك والمجاراة !!
واذا علمت ان الامة الفرنسية هي اسبق امم الغرب الى الاخذ
بوسائل الحضارة العصرية امكنت ان تدرك ان هذا السبق نفسه
هو المؤثر في حضارات الامم الاخرى ، وحسبك ان تلاحظ
ان اللغة الفرنسية كانت ولا تزال منذ بدء الحضارة الاخيرة : لغة
السياسية والعلم والتشريع عند جميع الامم المتمدنية .

والنتيجة اللازمة لما تقدم ان هناك روابط ادبية تربط فرنسا
بكل امة سواها وان هذه الروابط فرنسية الاصل على وجه عام
ولكنها روابط تختلف قوة وضعفا ، وبقاء وفناء ، ويلوح ،
لنا اننا نحن المصريين نأخذ من هذه الروابط بأقواها وابقاها
فاللغة الفرنسية لا تزال هي المقدمة عندنا كلما اردنا ان نتزود

شيئاً من الآداب والفنون والعلوم الغربية كما أنها هي التي تظفر بعطفنا واختيارنا كلما اردنا ان نتخذ لانفسنا لغة اجنبية مع لغتنا القومية . ثم نحن نقتبس من مدينة الغرب ما ندخله على كل شؤوننا في الحياة ، ولكننا لانجد ما يتناسب مع ارواحنا ، واذواقنا ، وعواطفنا اكثر مما تتناسب معها عناصر المدنية الفرنسية ، واطن ان السبب في ذلك يرجع الى قرب الروح الفرنسية من روحنا الشرقية ، ويمكننا ان نفهم ذلك بسهولة اذا لاحظنا ان الامة الفرنسية اقدم امم الغرب اختلاطاً بنا ، كما أن صلاتنا بها اقدم من صلاتنا بسواها ، واذا لاحظنا ايضاً اننا لم نهتم بورد مناهل العلم في بلد غربي قبل موارد في فرنسا ، كما انها لم تهتم بنشر علومها وادابها بيننا بواسطة المعاهد والمدارس التي تقيمها في بلادنا قبل ان تهتم بذلك عندنا . كل هذا يجعل رابطتنا بالامة الفرنسية اقوى وابقى من كل رابطة لنا بغيرها ، أو لغيرنا منها

أما فرنسا من حيث انها بلاد الجمال والفن ، فتلك حقيقة لا يتنازع فيها أثنان ، واذا قيل انها مراح اللهو ، ومنار الشهوات ومبعث اللعب والنزق ، فذلك لون من الوان الحياة لها فيه تقاليدها الخاصة ، وانما الذي يجب أن لا ننساه ان هناك عزلة تامة بين الجد واللعب ، وبين اللهو والعمل . وان فرنسا الجادة الحازمة قد لا تعرف

فرنسا اللاعبة الالهية ، ومهما يكن فمما لا شك فيه ان الامة الفرنسية استقلت بفضل السبق الى عظمة الحياة فهي مصدر النور ومبعث العرفان وهى بعد ذلك كله وطن من لا وطن له

هذه كلمة اجمالية همنابعدھا ان نشير بايجاز الى الاقاليم الصحية التى تغنيها من البلاد الفرنسية ، واهمها يقع فى القسم الشرقى الذى يمتد من الشمال الى الجنوب فى محازاة الحدود السويسرية والبعض الآخر فى الجنوب الغربى فاصلا عنها بلاد اسبانيا . وكل هذه الاقاليم قد استودعتها الطبيعة اسرار الصحة و الشفاء فى ينابيعها الفياضة ، ومصحاتها الجميلة
والا ن نبدأ بالكلام عن هذه الاقاليم

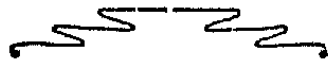


اقليم الفوج

Vosges

احد الاقاليم التي امتازت بشهرة واسعة ، لوقوع اهم مدن الاستشفاء بها ، ولما ينشأ عن ذلك من ارتفاع سمعتها بين الاوساط الطبية في العالم ، وكذلك لما اختصت به من جودة المناخ ، وما حبتها به الطبيعة من جمال ورواء

ويشتمل اقليم الفوج على مصحات كثيرة عرفت ، منها بوجه خاص المصحات الآتية :



فيتيل

Vittel

مدينة من مدن المياه الطبيعية ، تجري منها ينابيع كثيرة اهمها

وانفعها نبع جراند سورس اى (النبع الاكبر) ونبع هيبسار
الممتازان بحسن موقعهما، ونقاء الهواء حولهما، الى ما هنالك من غابات
تزيدهما روعة وجمالا، وابنية فخمة، تكسبها عظمة وجلالا
اما اهم ما يستشفي منه بيماء فيتيل هو امراض المعدة والامعاء
على العموم، وامراض الكبد وامراض المفاصل كالنقرس
والروماتزم ونحوهما

وترتفع فيتيل عن سطح البحر ٣٣٥ مترا تقريبا مما يجعل
الافق حولها آية فى الجمال، لما يمتد حولها من الزروع الناضرة.
والاشجار الباسقة. والهضاب المتدرجة بين الارتفاع
والانخفاض. تارة فى ظل روضة غناء، وتارة اخرى فى ظلها
بستان افيح

ويقصد فيتيل عادة للاستشفاء، او التمتع بجمالها، او اتجاعا للراحة
واقتناسا للصحة، اكبر الطبقات من جميع الامم كالمملوك ورؤساء
الجمهوريات وعظماء الرجال فى الدول من الوزراء ورجال المال
وقد شرفتها فى صيف عام ١٩٢٧ حضرة صاحبة الجلالة ملكة
مصر ومعها حضرة صاحب السعادة والدها المحبوب فاستقبلا
هناك بما يليق بمقامهما السامي من الاجلال والتعظيم، وكان
وجودهما فى هذه المدينة المزدحمة بأهل الطبقات العليا من

الشعوب المختلفة فرصة رفعت كرامة مصر في اعينهم وذلك لما كان من شديد تمسك جلالة الملكة وجميع افراد حاشيتها بآداب و اشرف الاخلاق

و مما يستوجب الفخر ما سمعته بنفسى من مدير مصحات فيتيل الاستاذ ريموند، فقد حدثنى انه لم ير بين قصاص فيتيل من اهل الطبقات العليا سواء الامراء و الاميرات، والعظماء و عقائلمهم، من تحلى بمثل الفضائل التى تحلت بها جلالة الملكة حتى لقد اضاف الى ذلك ان جلالته تركت بهذه السيرة الشريفة، و بما تبرعت به للخير اثناء اقامتها فى فيتيل اشرف الذكر و اجمل الاحدوثة، ولا ريب ان هذا الفضل الذائع فى تلك المدينة راجع فى بدءه و نهايته الى جلالة مولانا الملك

ولأدارة المصحات فى مدينة فيتيل عناية عظيمة بكل ما يضمن للغرباء النازلين بها راحتهم التامة، فهناك تجد جميع ما تصبو اليه نفسك و يتفق مع ميولك الخاصة فى الحدود الصحية التى يحافظون عليها هناك أدق المحافظة، فمر اسح التمثيل عامرة بالليل، و الموسيقى تصدح فى فترات مختلفة بين الصباح و المساء، و الحدائق الغناء مفتحة الابواب لمن يطر بهم جمال الطبيعة، و ينعش نفوسهم منظرها البديع. و بين هذا كله العاب، و ياضية مستكملة شرائطها النافعة

فإذا رأيت الحمامات فهناك أقصى ما بلغه العلم من وسائل الصحة والعافية من ادوات كبرائية للتدليك ولعلاج الامراض المختلفة علاجات تجيء العافية على اثره من غير شك

وللنبع الاكبر خصائص معينة تشفى الامراض الآتية:

تصلب الشرايين - التهاب المثانة المزمن - حصا الكلى ورمها -
النقرس - الحصوة الكبيرة - المغص الكلوى - السكر - الصفراء
أنحباس البول .

ويشتمل ماؤه على العناصر الآتية .

كربونات الكلس - كربونات المنيزيا . كربونات الحديد
سلفات الكلس . سلفات اللتيوم . سلفات المنيزيا . كلورور الصديوم
كلورور البوتاسيه . سليكات الصديوم - حامض الكاربونيك
نصف الممتزج . حامض الكاربونيك الطلق . الى غير ذلك من
حوامض الفسفور والبوريك والفلوريد

أما نبع هيبار فخصائصه تشفى من هذه الامراض : - انتفاخ
البطن . المغص الكبدى . قلة افرازات الصفراء . امراض الكبد
الناشئة من الاجواء الحارة تلوث مجارى الصفراء

ويشتمل ماؤه على هذه العناصر . سلفات الكلس . سلفات
اللتيوم . سلفات المانيزيا . كربونات الكلس . كربونات الحديد

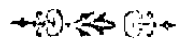
كربونات المانيزيا . كلورور الصديوم . سلكات الصديوم
كلورور البوتاس . حامض الكاربون نصف الممتزج . حامض
الكاربون الطلق . وكذلك اجزاء حوامض البوريك والفلوريد
والفسفور

وللعلاج بهذه المياه طريقه فنية ذات نظام معين فمثلا اذا
كان العلاج هو شرب شئ من الماء بمقادير خاصة وفي اوقات
معينة فانه يضاف الى ذلك الاستحمام بالماء البارد او الحار على
حسب ما يراه الطبيب ، كما قد يضاف اليه العلاج بنوع من انواع
رياضة الجسم او تدليك

والمرضى في هذا المصح درجتان : درجة أولى ودرجة ثانية
ولا أثر للخلاف بينهما في العلاج ونتيجته وكل ما هناك من
مظاهر الخلاف ينحصر في الامور السكالية المعتادة كالانفراد
بمحجرة الخلع الملابس أو عدم الانفراد، والاشتراك في غرفة
الدوش او عدم الاشتراك

وعلى الجملة فهذا المصح يستوفى جميع اسباب الراحة . كما
يستوفى كل الضمانات لفائدة العلاج وتحقيق الشفاء، ولا تظن ان
هذه العناية خاصة بالمرضى من الرجال فقط فانها تتناول السيدات
كما تتناول الاولاد ، فالاسرة الى تتألف افرادها من اشخاص

مختلفي الاسنان ، تجد هناك كل وسائل الراحة والهناء . وذلك لان عناية القائمين بادارة المصح كفلت لكل فريق اسباب راحته وهنائه ، فهناك الاطفال العابهم المختلفة في الحدائق والمنتزهات وللرجال اسباب التسلية والرياضة النافعه كالتنس ، والجولف وركوب الخيل ، والسباحة وغيرها



لكساييل

Luxeuil

هي احدى البلدان الصغيرة الواقعة في سفح جبال الفوج و يبلغ ارتفاعها عن سطح البحر ١٥٠ مترا وهي مشهورة بمياهها المعدنية التي يقصدها كثيرون من الشرق والغرب طالبا للشفاء و انتجاعا للصحة والعافية ، وقد شتمتها عناية القائمين بادارة حماماتها فتوفر بها من النظم ووسائل الهناء والراحة ماتوفر لغيرها من بلاد الاستشفاء الفرنسية ، وهي وان كانت لم تبلغ من الفخامة و بعد الصيت ما بلغت فيتيل فانها تمتاز بفضائها السابق على الانسانية فمياهها معروفة قبل ان تعرف مياه فيتيل ، والانتفاع بهذه المياه اقدم جدا من الانتفاع بمياه فيتيل ، على ان فضل مياهها على جميع المياه

المعدنية في البلاد الاخرى يظهر جليا لمن يعلم ان فيها الشفاء من العقم وعدم النسل . ومتى علمنا ان نعمة النسل اكبر نعمة في الحياة علمنا ما لهذه القرية الصغيره من فضل كبير

اما مياه لكسايل فنوعان : نوع يعالج به امراض العقم وعدم الحمل وذلك انها تشفى التهاب عنق الرحم . والتواء الرحم ، والالتهابات المزمنة للرحم ايضا ، كما تشفى الالتهاب الذى يصحبه نزيف رحمي وكذلك التهاب المبيض ، واءصاب الحوض . وهذا النوع من المياه قوى مرتفع الحرارة ، مزيل للاحتقانات - النوع الثانى عظيم الفائدة فى علاج امراض كثيرة ، وخصوصا الروما تزم و الانيميا (فقر الدم)

وتقع لكسايل وسط حدائق جميلة ، ورياض ناضرة ، تكسوها انحدارات الجبال وسفوحها ، ولا تنقصها شئ من اسباب التسلية واللهو المباح ، ففيها التمثيل ، والغناء ، والموسيقى ، والالعاب الرياضية على اختلاف انواعها

ومهما يكن فكل وصف يقصر عن تصوير ما فى هذا المصح من جمال وفائدة على حد ما قيل (فما راء ، كمن سمع)

بلومبيير

Plombières

ليست بلومبيير ذات شهرة تجارى بها شهرة المصحات الاخرى
ولكنها مع ذلك تشتمل على ينابيع معدنية ذات اثر محقق فى
شفاء الامراض المعينة لها

وتقع هذه البلدة الصغيرة على ارتفاع ٤٥٦ مترا عن سطح
البحر وينفجر منها ستة وعشرون ينبوعا كلها تتدفق ماء حارا
وتمتاز بخصائصها الطبيعية التى تفعل فعلها المحقق فى شفاء كثير
من الامراض الخطرة

ويحسن بنا فى هذا المقام ان نشير الى ان مرض الامساك
المزمع منتشر فى بلادنا المصرية انتشارا لاحد له ، فانك لا تكاد
ترى احدا من المصريين لا يشكو من الشكوى من الامساك ويرجع
السبب فى ذلك الى جو بلادنا الحار من جهة والى عدم عنايتنا
بنظام المعيشة من جهة اخرى

ولو كان خطر الامساك يقتصر على الاصابة به وحده لكان
أمره هينا ولكنه خطر يجر الى اخطار كثيرة
فالمصابون بالامساك معرضون حتما الى أخطر امراض

المعدة. والامعاء. والحيات. والاعصاب. وتصلب الشرايين. وليس هذا عجيبا فان الامساك الذى يحبس فى الجسم السموم القاتلة التى تنفثها المعدة ولا تسلم الحياة الا بالقائها فى الخارج، غير كثير عليه أنه ينشر السموم فى جميع اطراف البدن

فاذا اراد المصابون بهذا المرض ان ينقذوا أنفسهم منه فليس أمامهم الا وسيلة واحدة هى المعالجة بمياه (بلومبيير)

أما الفقراء فلا حيلة لهم الا ان يلجأوا الى وسائل العلاج الطبيعية وذلك فانهم ينظموا معيشتهم ويعملوا بالحديث الشريف (نحن قوم لا نأكل حتى نجوع وإذا أكلنا لا نشبع)

كنتر كسفيل

Contrexéville

مصنع كنتر كسفيل أقل شهرة من المصحات التى تكلمنا عنها فيما تقدم، ويرجع السبب فى ذلك الى عدم التفات الناس له، والى أنهم يهتمون قبل كل شئ بالمدن الكبيرة لما يتوفر فيها من أسباب

اللم، ووسائل الاختلاط، ولكن الذين يطلبون الصحة لذاتها
يجب أن يكون اهتمامهم قبل كل شيء بما يضمن لهم هذه الغاية
المحبوبة

ومن المهم جدا ان نعرف ان مياه المصحات اذا كانت
تشارك في فائدة الشفاء من عدة امراض فان بعضها يختص بالشفاء
من امراض معينة أكثر من سواها فمثلا مياه كنتر كسفيل تفيد
في معالجه امراض السكلي والنقرس والامراض الروماتيزمية
وامراض المفاصل ولكنها اكثر فائدة من غيرها في معالجة
مرض السكر وحينئذ يجب على المصابين بهذا المرض ان يقصدوها
دون سواها

ونقول هنا أيضا ان من دواعي الاسف ان مرض السكر اصبح
منتشرا في مصر الى حد يدعو الى العناية والاهتمام. وقد يكون
لنا ان نعجب لانتشاره بصفة لم نعهدها من قبل، غير اننا اذا التفتنا
الى ما طرأ على نظام حياتنا فبدلها تبديلا كلياً زال هذا العجب
فقد كان آباؤنا الاقربون لا يعرفون الجنول ولا الترف كما كانوا
من النشاط والحركة بحالة تضمن انتظام الدورة الدموية وتساعد
كل عضو من أعضاء الجسم الرئيسية على اداء وظيفته، فلما اخذنا

باسباب الترف فاكثرنا من الطعام والشراب وأنكببنا على
الملذات والشهوات وأصبحنا نستتكف السير على الاقدام صرنا
عرضة لكثير من الامراض الخبيثة وخصوصا مرض السكر .
وليس ادل على ذلك من النظر من مقارنة الفقراء بالاغنياء
والموسرين ، فان داء السكر أقل أنتشارا بين الفقراء وبين سواهم
والسبب في ذلك ان الفقراء لايزالون ابعد عن الترف من غيرهم
واكثر حركة ونشاطا من سواهم

وما دام الاغنياء والموسرين لا يستطيعون بحكم العادة والوسط
ان يرجعوا الى ما كان عليه اباؤنا قبل ان تدهمنا مدنية هذا
العصر ، فلم يبق لهم الا أن يدفعوا عن أنفسهم خطر داء السكر
الخبيث بمعالجة في مكان المياه التي يتحقق بها الشفاء منه

اقلیم الالیة

Allier

هذا الاقليم يتلو اقليم الفوج في الشهرة بالمياه المعدنية ومصحاتها والطرق الحديثة التي تتخذ للعلاج بها ، وترجع شهرتها في الاكثر الى الشهرة التي انفردت بها مياه فيتيل في الفوج ومياه فيشى في الالية وكل من هذين الاقليمين سهل منبسطة تقل فيه المناطق الجبلية المرتفعة وتجمع الى انبساطه جمال المناظر الطبيعية وصفاء الجو ، الا ان كلا منهما أيضا اقليم زراعي يجود لاهله بنعمة الزراعة من غلال وفاكهة وخضر وغير ذلك مما في تلك الارض الخصبة الزاهية

وكما يوجد في اقليم الفوج بلاد صغيرة ذات ينابيع ومياه معدنية الى جانب فيتيل الكبيرة ذات الشهرة الواسعة كذلك يوجد في اقليم الالية وبعض الاقاليم التي تجاوره بلاد وقرى صغيرة تنبع بها المياه المعدنية التي تفيد في علاج الامراض المختلفة الى جانب فيشى ذات الشهرة التي لم تباغها شهرة بلد آخر من بلاد الاستشفاء

فيشي

Fichy

إذا اردت أن تقارن بين هذه البلدة الصغيرة وبين هذه السمعة الصيت والشهرة الذائعة التي بلغت في جميع اطراف المعمورة فانك لا تدري أذن كيف تصل بهذه المقارنة الى نتيجة توفق بين ما تسمع وما ترى

ولكن فيشي البلدة الصغيرة أختصتها الطبيعة وحبها الله بسر اصبحت به خليقة أن تنال اضعاف شهرتها وان تنزل عند العالم اضعاف هذه المنزلة العالية التي وصلت اليها

ويكمن هذا السر في كل شيء يتصل بفيشي . في مناخها ، في جوها في شمسها ، في ليلها ، ثم في هذه الينابيع التي تفيض بالعافية وتجري بالصحة وتحمل في قطراتها بشرى شفاء المرضى وهناك نفس المحزونين أما مياهها فتفيض من ينابيع كثيرة أهمها ينبوع الايتال وينبوع شميل ، وينبوع الجراند جريل ، وينبوع سالستين ، ولكل واحد من هذه الينابيع ناحية تمتاز بها في العلاج وشفاء الاسقام ولكنها على العموم محققة النفع في الامراض التي تعالج بها وخصوصا المعدة وامراض الكبد والكلى والسكر وسرطان المعدة وقرحها وحموضتها والدسبسيا على اختلاف انواعها واليك تحليل العناصر الموجودة في ينابيع فيشي الثلاث :

العناصر	سلسلتين	جواند جريل	اويديال
يكر بونات الصودا	٢ / ٣٠٩٠	٥ / ٥٨٣٠	٥ / ٥٨٥٢
يكر بونات البوتاس	٪٢٤٩٠	٪٣٥-٢	٪٤٤٠٧
يكر بونا اللبني	٪٠٢٨١	٪٠٣٥٠	٪٠٤١٨
يكر بونات الكالسيوم	٪٧٤٠٠	٪٣٦٤١	٪٠٥٤٤٥
يكر بونات المايزيا	٪١٠١٦	٪٠٧٣٦	٪٠٧٩٥
يكر بونات حديدية	٪٠٠١٢	٪٠٠٣٨	٪٠٠٣٨
كلورير الصديوم	٪٢٨٣٠	٪٠٥٧٣٧	٪٠٥٦٧٥
سلفات الصوديوم	٪٢٤٣٠	٪٠٤٨٩٥	٪٠٣٦٦٧
سيليس	٪٠٣٠٠	٪٠٠٦٥٢	٪٠٠٦٢٠
ارستيئات و فوسفات و تترات الصودا	موجود	انار	انار
غاز حمض الكربونات	٢ / ١٧٥٠	٪٠٨٤٩٤	١ / ١٧٧٠

ولسنا نقول ان يناع بلاد الاخرى لا تشترك مع يناع
فيشى فى هذه الصفات، ولكننا نقول ان يناع فيشى تمتاز على غيرها
بان ماءها سائغ مقبول ، وانه بعد قليل من استعماله يصبح شهييا
للنفس حتى ان الانسان ليطالبه اذا لم يحده وقد اهتمت ادارة هذا
المصح بتنظيمه وتوفير اسباب السرور والراحة فى جميع نواحيه
وساعدها على ذلك ان الاقبال على فيشى من جميع العالم عظيم الى
حد لا تجاريها فيه بلد اخرى من بلاد المياه، وليس فى يدى الان
رقم الاحصاء الدقيق لمن يفدون على فيشى كل سنة ولكنى أقول
انها دائما مزدحمة بمن يذهبون اليها من مختلف الاقطار للاستشفاء
وفى ذلك دليل على أن عدد زائريها يبلغ من الكثرة فوق الوصف
وفيشى معروفة عند المصريين معرفة لا يكاد يحفلها أحد
منهم وذلك ان الذين يذهبون اليها كل سنة من كبرائهم لا يصل
اليهم الحصر، فضلا عن ان زيارة الزعماء بها فى السنوات الاخيرة
جعلت اسمها يتردد فى مصر دائما على انه اذا كان احد من
المصريين لم يعرفها بعد زيارة الزعماء لها، فكل المصريين عرفوها
معرفة وافية منذ شرفها حضرة صاحب الجلالة ملك مصر فؤاد
الاول ، فى صيف سنة ١٩٢٧ فقد كانت امته المخلصة تتبع اخبار
رحلته الشريفة لتقف على ما يبعث فى قلبها الاطمئنان عليه

والفخر بما يلقاه في البلاد التي زارها من دلائل الحضارة
والتعظيم .
وفي إقليم الالبية بلاد أخرى بها ينابيع لها أهميتها كبلدة ساي
وبلدة نيريس

إقليم السافواه

La savoie

يخالف إقليم السافواه جميع أقاليم البلاد الفرنسية في أنه إقليم
جبلی و يقع كثير من بلاد الاستشفاء فيه على الحدود السويسرية
ولهذا يفضله الاوروبيون على غيره من الاقاليم ذات السهول
المنبسطة ، و شهرة مصحاته في أوروبا أوسع من شهرة المصحات
الأخرى لان الاوربيين يفضلون المصحات الجبلية على غيرها
لشغفهم بالرياضة البدنية فوق الجبال

وهذا الإقليم يقع في مقاطعتين مقاطعة السفواه العليا
(Houte Savoie) وفيها من البلاد ذات الينابيع الشهيرة
بلدة : افيان - بريد - اكسنفيه - سان جرفيه - تونون -
ومقاطعة السفواه السفلى ومن مصحاتها الشهيرة أيضا البلاد الآتية
شال - فورتيه - البرت فيل - اكس لبيان - بنفال - الخ

ويضيق بنا المقام اذا أردنا ان نتكلم عن كل مكان من امكنة
الاستشفاء في اقليم السفواه ولهذا نكتفى بالكلام عن اشهر
المصحات في هذا الاقليم

افيان

Avian



تقع بحيرة ليان المشهورة بجمالها البديع بين الحدود الفرنسية
والحدود السويسرية . ومن البلاد في سويسرا وفرنسا ما يمتاز
على غيره لشيء واحد هو انه واقع على هذه البحيرة فاذا اتفق
لبلد واحد ان ينال فخر وقوعه على شاطئ بحيرة ليان مضافا اليه
فخر من اياه الطبيعية واختصاصه بانفع المياه المعدنية كان هذا البلد
من غير شك خير بلاد الاستشفاء .

ولكنك قد تسأل بعد هذا ، هل هناك بلد له هذه الصفة
الممتازة ؟ فتجيبك ان ايفان هي هذا البلد الممتاز بموقعه على البحيرة
ومياهه المعدنية الشافية

واللاقامة في ايفيان ميزة لا تشاركها فيها الا المدن الواقعة على البحيرة فان الذي يتقيم في افيان مثلاً يعد كأنه مقيم في فرنسا وسويسرا معاً، فهو اذا اراد ركب البحيرة للرياضة ثم خرج منها الى الشاطئ، فاذا هو في مدينة سويسرية ، أو عاد الى افيان فاذا هو في مدينة فرنسية هذا من حيث جمال الموقع الطبيعي ، اما مياهها المعدنية فالمسلم به طيباً انها اخف المياه المعدنية على الاطلاق وبهذا لا يشترط في تناولها الرجوع الى رأى الاطباء مهما كانت حالة الشخص الذي يريد تناولها

وهي ناجعة في الشفاء من الامراض التي تنشأ عن الأملاح والحميات كما انها عظيمة الفائدة للامعاء الرقيقة والمعد الضعيفة وخصوصاً حينما تؤخذ في دور النقاهاة من الامراض

اكس

Aix

لها شهرة تنافس بها شهرة المصحات الراقية في كل بلاد
الاستشفاء سواء في فرنسا أو غيرها ولا تشبه اكس فيما تتميز
به على سواها الا بلدة بادجستين بالنمسا وسيأتيكم عنها
الكلام على المصحات في البلاد النمساوية

اما الامر الخاص الذي تتميز به اكس فهو انها محط رجال
الطبقات العالية واصحاب المال الوافر من اميركا وغيرها . والسبب
في ذلك ان ما يجدونه فيها من اسباب اللهو والنعيم الى جانب
الاغراض الصحية التي يقصدونها من أجلها

وتتفق اكس لبيان مع بلدة لسكسايل في ان كلا منهما
معروفة قديما بمياهها المعدنية وبالفوائد الصحية التي تنتج عن
الاستشفاء بهذه المياه

وأهم ما تنجح معالجته بمياهها من الامراض ،جميع الامراض
الروماتزمية والتهابات عرق النساء ولهذا كان اقبال الاغنياء
عليها عظيما ، فانهم اكثر من غيرهم تعرضا لهذه الامراض بسبب

حياة الترف التي يتعودونها فيتعودون منها قلة الحركة وعدم النشاط و بذلك تكثر الاملاح في اجسامهم و يكون عرق الانثى عندهم مستعدا للاصابة بالالتهاب لاقبل سبب

و بما تختص به اكس ان مصحها مستعد لاستقبال الزائرين في كل وقت من اوقات السنة وهذه ميزة لا تتوفر الا في قليل من المصححات فقد جرت عادة المصححات على ان يكون العمل فيها محدودا في زمن معين من السنة . ثم تقفل ابوابها حتى يحين موعدها من السنة الاخرى

ولا يظن انسان ان ازدحام هذا المصح بكبار الاغنياء والارستقراطيين يجعله ضيقا عن ان يسمح غيرهم من الطبقات المتوسطة او التي دون المتوسطة فان هناك ضواحي جميلة تتصل باكس وتتوفر فيها اسباب الراحة والهناء لمن لا تساعدهم استطاعتهم المالية على الإقامة في اكس نفسها

واذا كان هناك ما يمكن ان يفوتهم من مظاهر الحياة في اكس فذلك لا يتجاوز مظاهر الاسراف في اللهو والمقامرة ونحوهما مما قد يكون مفسدا في كثير من الاحيان للفوائد الصحية التي هي أول ما يجب ان يقصد من الذهاب الى هذا المصح

بريد

BARID

لم تكن هذه البلدة معروفة بين بلاد الاستشفاء الى عهد قريب
غير انها نالت في زمن وجيز جدا شهرة تحسدها عليها زميلاتنا
الآخرى

ولعل هذه الشهرة السريعة يرجع الى ما ثبت اخيرا من
اشتمال مياهها على اهم العناصر المفيدة في كثير من الامراض
وخصوصا مرض السكر

و بقدر ما نالت بهذه السرعة من شهرتها الحديثة و جدت من
عناية القائمين بمصحتها ما يتكافأ مع المنزلة التي يريدون ان تبلغها
بين المصحات المشهورة

وقد ظهرت نتيجة هذه العناية بما يشاهد في السنوات الاخيرة
من اقبال الكبراء عليها واتجاه انظارهم الى الاقامة بها .

شال

Challes

كل مياه المصحات التي تكلمنا عنها فيما مضى خاصة بالعلاج من الامراض غير العصبية و قليل منها ما يتفق العلماء على ان له في هذه الامراض نفع ومهما يكن فان الجمع عليه ان هذا النفع اذا وجد يكون في الدرجة الثانية أو الثالثة بعد نفعها لهذه الامراض اما مياه شال فهي المياه التي تنتج فائدتها مباشرة الى الاعصاب والى الامراض الجلدية أيضا حتى يمكن ان يقال انها هي المياه الوحيدة في فرنسا التي ينتفع بها ضعفاء الاعصاب والمصابون بالامراض الناشئة عن هذا الضعف مثل الهستيريا والنورستانيا والمانيخوليا الخ

وكما انها تمتاز بهذه الفائدة في امراض الاعصاب كذلك تمتاز لفائدتها المحققة في الامراض التي تصيب اعضاء التنفس ويضاف الى هذه الفوائد الصحية جمال مناظرها وامتيازها ببعض القصور القديمة التي تبعث ذكريات الماضي البعيد

موتية

Mottier

إذا وجب ان يعترف أحد بالفضل لهذا المصحح الجميل فان على السيدات ان يعترفن بفضله قبل الرجال وذلك أن مصحح موتيه هو المصحح الوحيد بين المصححات الفرنسية الذي تكاد تنحصر فائدته في أمراض النساء ، وليس هناك مصحح آخر تجتمع فيه اسباب العلاج الشافية لكل الامراض النسوية تقريبا الا هذا المصحح ومن هنا كان السيدات اكثر الزاهبين اليه بقصد الاستشفاء

وبديهي انه حيثما وجدت السيدات وجدت معهن النعمة السابغة والرخاء العظيم . وهذا هو التفسير الصحيح فيما نظن لمظاهر الرواج والترف التي تتمتع بها موتيه

واهم ما تمتاز به ميا هذا المصحح النسوي ان مياها تمتاز بكثرة الاوديوم فيها ، ووفرة املاحه وعناصره في منابعها

سان جرفيه

St Gervais

قدمنا ان اقليم السافواه يمتاز عن غيره من الاقاليم الفرنسية
الاخرى بجباله و كثرة ما فيه من الهضاب والربوات وبما يحال هذه
البقاع المرتفعة من اشجار وزروع تكسوها جمالا على جمالها
وتضيف الى رونقها ما شئت ان تضيفه الطبيعة من حسن
وابداع

غير ان بلدة سان جرفيه تمتاز على غيرها من بلاد السافواه
بانها جبلية الموقع والهواء والمناخ قمصحا يجمع الى جماله الطبيعي
تلك الميزة التي تكون عادة للمصحات الجبلية

وينبع في هذا المصح مياه معدنية حارة تشتمل على عناصر
الكبريت واللتينية والكلورور فهي بذلك مضمونة الفائدة
في الامراض الجلدية والعصبية فضلا عن فائدتها في الامراض
الناشئة عن الاملاح

ولما كان مناخها جبليا وهواؤها نقيا جافا كانت فائدتها
للاطفال عظيمة لاسيما الاطفال المصابين بالامراض الناشئة عن
لين العظام مثل الكساح وغيره

مصحات اخرى

ليست هذه المصحات التي اسلفنا الكلام عنها هي كل ما في اقليم السفواه من مواطن الاستشفاء ومنتجات الصحة والعافية بل ليس هذا القدر الذي وصفنا به بعض المصحات الا موجزا مختصرا لما يجب ان يقال فيها وانما قصدنا ان نعطي القارىء صورة اذا كانت محملة فهي صادقة في تقريب الحقيقة الى نفسه واذا اتاحت لنا فرصة اخرى فسنبدي في الكلام عن هذه البلاد مع وضع صورها الفتوغرافية وصور البلاد التي تكللنا عنها في هذا الجزء لتكون الفائدة اوفى والنفع اتم

اقليم الايفورون

Auvergne

يملن ان يقال ان لكل اقليم من اقليم الاستشفاء الفرنسية ميزة تختص به دون غيره فاقليم الفوج يمتاز بسهولة وانبساط نواحيه ، وبان المياه المتفجرة في مصحاته اكثر ما تفيد في انواع

معينة من الامراض الباطنية - واقام السفواه يمتاز بانه جبلى
وبان هواؤه هواء المناطق الجبلية وبما تنكاد تنحصر فيه فائدة
مياهه المعدنية من الامراض المعينة لها والخاصة بها

أما أقليم الايفورن فهو يجمع كل ما يمتاز به الاقليمان
السابقان وينفرد بعد ذلك بأن اكثر مياهه المعدنية
مكونة من الكبريت واليود والحديد الى الدرجة التى تتحتم فى
معالجة أمراض الكلى مثلاً ولا تصل اليها غيرها من المياه الاخرى
فالذين يقصدون مصحات الايفورن يجدون كل حاجتهم
من العلاج على اختلاف انواعه وعلى اختلاف الامراض التى
يتطلبون الشفاء منها - ومعنى هذا ان الذين تقضى حالتهم ان
يعالجوا علاجاً جبلياً أو معدنيا يستطيعون أن يجدوا مطالبهم
فى هذا الاقليم

وستكلم فيما يلى عن اشهر المصحات فى أقليم الايفورن
ونبدأ بمصح سان نكتير الذائع الشهرة فى جميع الاقطار

سان نكتير

St. Nactir

هي أول مصح طارت شهرته في الافاق من بين مصحات
الايفورن ويرجع الفضل في اتساع شهرة هذا المصح الى عدة
أسباب اختصت بها الطبيعة هذه البلدة الجميلة . فهي واقعة في
طرف جبال المندور من ناحية الشرق على ارتفاع ٧٠٠ متر عن
سطح البحر وبذلك تكون معتدلة المناخ بحيث يندفع بالاقامة
فيها من يحتاجون الى هواء الجبال ومن يحتاجون الى غيره . هذا
من جهة موقعها ومناخها

أما من جهة منابعها وما أودع الله منها من اسرار الحياة
والمصلحة فحسبك ان نضع أمام عينك التفاصيل الآتية :

تفيض بالمياه المعدنية في هذا المصح اربعة وعشرون ينبوعا
لكل واحد منها ميزته الخاصة ومنفعته المعينة وقد يشترك
ينبوعان او اكثر في فائدة واحدة ومع ذلك يكون لكل واحد
عند هذا الاشتراك ناحية أو عدة نواح تظهر منها فائدته حيث
تظهر فائدة الينبوع الآخر في نواح أخرى

واشهر هذه الينابيع ينبوع روج . جواح . وينبوع موارنج

وينبوع دور كرنادور . وينبوع سانت ماري . وينبوع بايون
وينبوع بوجيه . ينبوع اندرية . ينبوع لكسييفيا الخ

ولا يمكن ان نحصي انواع الامراض التي يتحقق شفاؤها
بالمعالجة بمياه سان نكتير ولكننا نذكر اهم الامراض المشهورة
التي يعاني اصحابها اشد الآلام ويتعرضون الى اسوأ الاخطار

وهذه هي الامراض الزلالية وامراض التهابات الكلى المزمنة
والحاددة وامراض المعدة والتهاباتها وعجزها عن القيام بوظيفتها
وامراض النساء على وجه عام وكذلك فقر الدم المزمن وما
ينشأ عنه من الامراض الخطرة الاخرى . والسر في هذا النجاح
المؤكد للعلاج بمياه سان نكتير ان ينابيعها تحمل اهم العناصر
المعدنية بنسب مضبوطة موافقة تمام الموافقة لحالات المرضى
وحالات الامراض . ففيها عناصر الصودا ويكر بوناتها والعناصر
الحديدية والزرنيخية وفيها المغنسيوم والليتيوم والاكزوت
والكلورور وغير ذلك من عناصر الحياة والمهم في الامر كما قدمنا
وجود هذه العناصر بالمقادير والنسب المطلوبة لكل حالة من
حالات العلاج

اما اسباب الراحة والهناء فمتوفرة في سان نكتير ، الى حد
كبير . فمنها الحدائق والمتنزهات الى جانب مسارح التمثيل

والغناء والرقص والموسيقى
وهناك الألعاب الرياضية النافعة كالتنس والجولف الى جانب
العاب القمار كالبوكر والبكره وغيرها

شتالجيون

Chatel-Guyon

مصنع من المصحات المتوسطة الشهرة وأن كان له من
الفائدة ما يجب ان ينيله شهرة أوسع وأعم

و تقع شتالجيون في مرتفع عن سطح البحر بنحو ٤٠٠ متر
تقريبا فهي أوطأ من سان نكتير ولكنها مع ذلك جميلة
المناخ معتدلة الجو طبيعة الهواء

ويقصد مصنع شتالجيون في العادة المصابون بامراض
المعدة والكبد وبالأمساك والاسهال المزمنين فيعودون منها
وقد تمتعوا بالشفاء والعافية

تحتوى مياهها على عناصر الكربونات والغاز والصودا

والسلسلات والبيكار بونات والمانيزيا واللتينية والحديد وغيرها مما يجعلها كبيرة الفائدة في مختلف الامراض

—•••—

بور بول

Bourboul

يجوز ان نسمى بوربول مصحح الاطفال لكثرة الاطفال التي يفد بهم أهلهم اليها أما للاستشفاء من امراض معينة وأما لتبديل الهواء والارتفاع بالرياضة في اجمل جو ينفع الاطفال الناشئين

ولسنا نبالغ اذا قلنا أن عدد الاطفال الذين يفد بهم أهلهم على بوربول كل سنة يتجاوز عشرات الآلاف . فقد عرف الناس في أوروبا فائدة انتقال الاطفال الى هذا المصح والى غيره من المصحات التي تناسبهم فلم يتمصروا في واجب اعدادهم للمستقبل بتقوية أبدانهم ووقايتهم من خطر الامراض وضعف الاسقام

ولا بد لنا وقد أشرنا الى عناية الاوروبيين باطفالهم ان
نشير الى حظ الاطفال عندنا وعند غيرنا من الشعوب الشرقية
فانا لا نخشى لو ما اذا قلنا انه حظ كله نكد وسوء

واقبل مانعرفه جميعا هذا الاهمال الذى يصيب الاطفال فى
مصر وغير مصر من اهلهم اولا ، ومن الامة ثانيا ، وهو اهمال
لا يعود عليهم باتلاف ابدانهم فقط ولكنه يعود عليهم باتلاف
عقولهم واخلاقهم

ولسنا فى حاجة الى توضيح هذه الحقيقة بأمثلة وتفصيل
فكلنا يعلم صدق هذه الحقيقة ويأسف لها ولكننا نتعزى بعض
التعزية بما نشاهده من ان الجمهور المصرى اخذ يدرك خطاه
السابق فى اهمال الاطفال وعدم احاطتهم بعناية تحفظ ابدانهم
وعقولهم واخلاقهم وتخرج منهم رجال صالحين لبناء مجد
الامة فى مستقبل ايامها كما تتعزى بما رأيناه من عناية الحكومة
واصحاب الغيرة بهذه المسألة واعطائهم اياها نصيبا من العناية غير
قلييل

ونعود الى الكلام عن بوربول فنقول ان مياهها تمتاز
بكثرة العناصر الزرنيخية فيها كثرة تفوق مثلها فى المياه الاخرى
ولذلك يقصدها المصابون بضعف الاعصاب وبالامراض

العصبية كالنورستانيا ونحوها كما يقصدها المصابون بالامراض
الجلدية وامراض التنفس وما يشا كلها

روايا

Royat

ليست روايا اقل من بلاد الايفورن الصحية في حسن موقعها
وطيب هوائها ، فهي في ذلك بماثلة لمن ان تكن تفوق البعض
وفيها ينابيع مشهورة بفائدتها في الشفاء من الامراض الخطرة
الكثيرة ولكن اهم ما يظهر فيه فائدتها هو امراض القلب

ومن هنا كانت محط رجال المصابين بهذه الامراض
على ان لها فائدة محققة في الامراض الروماتزمية والنقرس
وفقر الدم

وفي روايا ما في غيرها من معاني الترف واللهو ومعاهد
الرياضة واللعب الى متنزهات جميلة ، وحدائق غناء

مون دور

Mont-dore

يقع مصح مون دور في منطقة جبلية ترتفع من سطح البحر نحو ١٠٥٠ متر وتحيط بها غابات كثيفة ، واشجار باسقة ، وتمتاز بجودة هوائها ونقاؤه وجفافه

في هذه البقعة عينها تخرج الينابيع الشافية المعروفة باسم (مون دور) وبهذه الصفات الطبيعية التي انفردت بها هذه الناحية كانت مختصة بنفعها التام في أمراض الصدر والحلق والحنجرة . وقد التفتت الى ذلك احدى الشركات فشيدت حول هذه الينابيع قصرا فخما اقامت به الحمامات المختلفة للاستشفاء والعلاج واعدت الى جانب الحمامات كل ما تتوفر به اسباب الراحة من متنزهات وأندية وما يتصل بذلك من كل ما تصبو اليه النفس في حدود الاعتدال

لوشون

Lochon

لا تقل لوشون في شهرة مياهها المعدنية عن غيرها من أشهر بلاد المياه ولهذا يقصدها كثيرون من أهل الطبقتين العليا والتي تليها للتمتع بحماماتها وللإستفادة من هوائها وحسن موقعها وبها ٤٠ ينبوعا و ترتفع عن سطح البحر ٦٢٥ مترا

ومما يجيبها اليهم انها واقعة الى جانب جبال ترتفع بعضها عن سطح البحر ٢٨٠٠ متر وتمتاز باختلاف مناظرها الطبيعية عليها مما يكسبها جمالا حسنا وبهاء وأى منظر للطبيعة امتع للنفس وأروح للقلب من منظر هذه الجبال حين تشرق عليه الشمس فى يوم من أيام الشتاء فتُرسل نورها الساطع فى نواحيها بينما يكون الرعد قاصفا والبرق خاطفا والثلج ينسج من خيوطه البيضاء تيحانا لهذه الجبال المنيرة

وهذا المصح واقع فى اقليم البرنيه ذات الجبال الشاخنة والمناظر الطبيعية الجميلة ، والذي يعد بحق انه افضل اقليم للمصحات الفرنسية لمزاياه الثلاث . البحر ، والجبل ، والشمس

اقليم جبال البرنيه

Pyrénées

يختص اقليم البرنيه من بين الاقاليم الفرنسية بأنه موقع لجبال فرنسا الشاخنة المشهورة بجمالها وبما صنعت لها الطبيعة من بين مظاهر الحسن واسباب الجلال

ويقع هذا الاقليم في الجنوب الغربي لفرنسا ممتدا من الشرق الى الغرب فاصلا بينها وبين البلاد الاسبانية ، فهو بموقعه هذا يجمع الى جمالة وجلال مظاهر الطبيعة فيه الاثار الفخمة الخالدة التي تركتها العرب والتي تركها كذلك ملوك فرنسا ونبلاؤها السالفون ، وقد دخله عرب الاندلس بعد ان اخضعوا الاسبانيين الى سيطارتهم ، ومدوا رواق حضارتهم الزاهية على بلاد القوط كلها ، فانشأوا فيه على عاداتهم حضارة زاهية لاتزال تنطق بجلالها وروعيتها آثارهم الباقية هناك

وكما أنك ترى هذه الاثار العربية في هذا الاقليم من القصور

البديعة ، والمعالم الجميلة ، ترى كذلك مابقى من آثار ملوك فرنسا ونبلائها متمثلا فى قصورهم التى كانوا يسكنونها ، وفيما تحويه هذه القصور من أثاث ومتاع

ولانستطيع ان نستوفى كل ما للبرنيه من المزايا العظيمة ولكننا نشير اليها اشارة اجمالية تقرب الحقيقة الى الذهن بقدر المستطاع

يقع على سلسلة جبال البرنيه جملة مقاطعات اهمها : مقاطعة أورينتال بيرنيه - وهوت برنيه - وبرنيه الخ وتمتد سلسلة جبال هذا الاقليم من الشرق الى الغرب متعرجة فى وضعها الطبيعى ، مختلفة الارتفاع والانخفاض ، الى حد لا تدرك الابصار وفى متناول النظر القريب انخفاضا

وهذه الجبال على تفاوتها فى هذا الشأن لا تتفاوت مطلقا فى مزاياها الطبيعية ولا فى هذه الجبال التى اختصتها بها الطبيعة فانت لا تشعر بشيء من التفاوت فى حسن الجو وطيب الهواء وجمال المنظر بين منطقة وأخرى وانما تأخذك روعة هذه المحاسن وتشبعك لذتها سواء كنت فى اعلا جهة الجبل أو فى سفحه . فاذا اضفت الى هذا الجمال الطبيعى ما هناك من ينابيع تضمن الصحة وتكفل العافية تحققت ان اقليم البرنيه

هو جنة الله في أرضه

من السهل جدا ان يجد المقيم في البرنيه وسائل راحته
وأسباب استشفائه منها كانت انواعها وأراء الاطباء فيها
فانك مثلا حين تذهب اليها لمجرد تبديل الهواء والاستراحة
من الصحة ترى اسباب هذه الغاية متوفرة تمام التوفر. فان أردت
الاستفادة بالرياضة البحرية في حمامات البحر فهناك اجمل الحمامات
على انهاره وبحاره

وان كانت حاجتك هي الاستشفاء بهواء الجبال ومناخها
فانك لا تجد حاجتك هذه كما تجدها في جبال البرنيه

وان كان مقصدك العلاج من مرض وييل أو داء مستعص
ففى ينايع البرنيه المختلفة العناصر خير ضمان للشفاء من كل داء
ولكل المصاييف المعروفة في جبال البرنيه شهرة ذائعة في
اوروبا وغيرها ولكن اشهرها مصيف بيارتس ويرجع
السبب في تفوقها بالشهرة الى موقعها البديع فهي واقعة على النهر متصلة
بالبحر الابيض من جهة وواقعة في سفح الجبال من جهة اخرى ولهذا
توفرت لها مزايا المصيف البحرى والمصيف الجبلى في آن واحد

وفوق ذلك فهي صافية الجو جميلة المنظر لا تكاد تفارقها اشعة
الشمس الساطعة المنعشة

وما يحببها لأهل الطبقات العليا أنها تسعفهم بما يلذ لهم
من اسباب الترف واللهو والنعيم

وتقوم الى جانب ييارتس مصحات كثيرة ومصايف
متعددة يراها الانسان اينما ذهب في نواحي الاقليم واينما صعد
أوهبط تلك الجبال الرائعة . وكلها تقصد اما لتبديل الهواء
والاستزادة من الصحة وراحة الاجسام والنفوس من العناء واما
للمعالجة من الامراض

ونخص بالذكر من بين هذه المصحات مصنع الاسكلدس فانه
يرتفع عن سطح البحر الف متر ويقع في بقعة تحديق بها الجبال
الشاهقة من كل ناحية وينفجر منه ينبوع حديدى حار له مزية
كبيرة في علاج امراض الصدر على اختلافها وخصوصا السل

وبعد ييارتس والاسكلدس تتفاوت المصحات والمصايف
الاخرى في اهميتها وقد يكون من المفيد ان نذكر ما يحضرنا
منها بقدر الامكان فمنها مثل (باريج) التى يفيض
منها ينبوع كبريتى خالص . وسان . كرستو . التى يجمع ماء

ينابيعها بين الكبريت والنحاس . (وأويون) التي يوجد في
مياها الكبريت والملح . (واميلي) التي يجتمع الكبريت
والبيكاربونات في ماء ينابيعها . وكذلك (الايرتيج) التي تسكن
فيها الينابيع الكبريتية الحارة ذات الخاصية العجيبة في معالجة
الروماتزم والنقرس وامراض الجلد والأضرار العصبية
(ومولتيج) التي تختص بمياها بشفاء الاكزيما المزمنة
والحادّة

(لبرست) التي تنفع مياها المعدنية منفعة ناجعة في معالجة
امراض المسالك البولية

سان سوفير — المحضة بالشفاء من العقم وغيره من
امراض النساء

و باريج — ذات المياه المحققة النفع في معالجة امراض العظام
بايبي دي بجور - ويخرج منها ينابيع مفيدة في معالجة
الامراض العصبية

داكسي — التي تعالج بمياها الصدمات الحادة للروماتزم
لاملور - تنبع منها مياه بيكاربونية حارة ذات فائدة محققة
في معالجة الشلل والنفرجيا والامراض العصبية

ساليس دى بيارن - وهى معروفة بالهدوء واعتدال المناخ
محاطة بغابات جميلة واشجار باسقة الى جانب ينابيعها التى تتوفر
الكلور و ر والصدىوم فى مياهها بنسبة تماثل نسبتها فى المياه
الشديدة الملوحة

بيارتس بريكور - وتوجد فيها الينابيع الشديدة الملوحة ايضا
وسالين دى سلات - ويوجد بها ايضا هذه الخاصية السالفة
ولهذا يلجأ المرضى اليها حينما يتغير الجو فى بيارتس
وبالجملة يمكننا ان نقول ان ينابيع مصحات البرنيه
مؤكدته الشفاء من الامراض الاتية :

فلامراض المعدة والكبد ينابيع بولو كوتيريه - كابفرن
والامراض البولية ينابيع - لارست . ولامراض العظام
باريج ساليس . بيارتس . ومرض السيلاميلى كلسبو . وبو . كامبو
بانوبل . ساليس دى سلات . ولامراض الروماتزمية - باربوتان
دكسى - فرنيه - أميلى

ولامراض الاعصاب - بانيردى بيجور ولامالو
امراض الانف والحنجرة والشعب الصدرية : لوشون
كتريه . أبون

اقليم نيفر

Nievre

هو احد الاقاليم الفرنسية الجميلة القريبة من باريس عاصمة فرنسا وهو ان لم تكن له شهرة في الاستشفاء تعادل شهرة غيره من الاقاليم فان به بلدا تعادل شهرته الصحية شهرة المصحات الاخرى ولهذا رأينا ان لا يفوتنا الكلام عنه
اما هذا البلد فهو :—

—...—

بوج

Bougues

تقع بوج على خط السكة الحديدية بين باريس وفيشي على بعد ثلاث ساعات من باريس

وقد عنيت ادارة مصحها بتوفير اسباب الراحة لمن يقصدونها للاستشفاء. ففيها ميدان للالعاب الرياضية المختلفة وملاهي للتمثيل والرقص والسينما والى جانب ذلك حدائق ناضرة ورياض غناء

ويستشفى بمياهها المعدنية في امراض المعدة والكبد
والامعاء والسكر والمجارى البولية كما تفيد الناقين فائدة
عظيمة

وهناك الى جانب هذا العلاج الطبيعى وسائل علاج طبية
اخرى كالمعالجة بالاشعة والتدليك وغيرها

وتفد على بوج طوائف السائحين طول فصل الاستشفاء
واحيانا يستمر وفودهم عليها الى مابعد ذلك كثيرا

اقليم بوى دى دوم

Puy-de-Dome

كذلك من الاقاليم الفرنسية اقليم بوى دى دوم وهو من
الوجهة الاستشفائية كاقليم النيفر فليست له شهرة الاقاليم
المعروفة بكثرة مصحاتها

وكل ما هناك ان به بلدان متجاوران تجاورا جعلهما
في حكم المصح الواحد وهما :

بريه وبروك

Breuil et du Broc

والمصحح برييه وبروك شهره طيبة عظيمة كما ان لمياهه فوائد في شفاء كثير من الامراض ذات الخطر تأثيرا محققا فهي عظيمة النفع في معالجة روماتزم المفاصل على اختلاف انواعه وفي فقر الدم والشلل

و تشتمل مائه على مقادير كثيرة من الاملاح والمواد العضوية غير الازوتية كما تشتمل على الاليوم والكلسيوم والجير والمنيزيا والحديد والصودا والبوتاس والنحاس والارزنيك والزنك و آسيد سالسيلك و آسيد سالفريك وغير ذلك وتختلف طرق العلاج لهذه المياه على حسب مشورة اطباء فاحيانا تكون طريقة العلاج بشرب المياه و احيانا اخرى تكون بالحقن بها او الاستحمام او التكميد

وقد اتفق رأى كبار الاطباء والكيميائيين على ان مياه هذا لمصحح التى تسمى (الهيدر واسكيداس) هى الوحيدة التى تشتمل على العناصر الطبيعية الحيوية ذات الخواص النافعة

اقليم مورت ايموزيل

Meurthe et Moselle

يتصل هذا الاقليم من جهة الشمال ببلاد الالزاس واللورين ولم يكن في بلاده أى بلد يذكر له خاصية طيبة قبل سنة ١٩٠٩ أى قبل ان يظهر نبع نانسى الكبرى الحار فلما ظهر هذا النبع أصبح يعد هذا الاقليم بين البلاد الفرنسية التى تقصد للاستشفاء وبعبارة اخرى الذى يقصد منه للاستشفاء بلد ذات اهمية هو:

نانسى

Nancy

وقد كانت نانسى قبل ذلك مستغنية بشهرتها التى ترجع الى مركزها الاجتماعى والعلى بفضل جامعتها الكبرى عن ان

تحتاج الى شهرة تظهر بها بين المدن الفرنسية ومع ذلك فقد اكتسبت شهرة جديدة منذ اصبحت مصححا عظيما بفضل ظهور هذا النبع فيها

و يرجع فضل اكتشاف مياهها المعدنية الى محل بلانشين في فيشى فهو الذى ساعد احد كبار المهندسين على البحث عن هذه المياه فى طبقات الارض فلم يزل يواصل بحثه حتى فاض بين يديه هذا النبع الشافى فى سنة ١٩٠٩ و حينئذ اجريت مباحث التحليل الكيماى لمعرفة ما فى هذه المياه من عناصر و خواص و لتعين الامراض التى تعالج بها بالوسائل العلمية الدقيقة ، فلما أظهرت هذه المباحث فائدة تلك المياه ، الفت شركة لتنظيم استغلالها طبييا فوضعت التصميمات لبناء الحمامات ومشمولاتها ، وجرى العمل بنشاط غير ان الحرب الكبرى جاءت فلم تبلغ المشاريع التى كانت التصميمات موضوعة لها نهايتها المقصودة ، ولما انتهت الحرب عادت تلك الشركة فامت بعض هذه المشاريع

وهذه المياه كبريتيه حارة تحتوى على كلورور الصديوم وكلورور المانيزيا وكلورور الكالسيوم وبومور البوتاسيوم وكميه من الليتين ثم عدة عناصر اخرى معدنية وعضوية و خاصة عنصر الهليوم الذى يوضع مياه نانسى فى الدرجة

الرابعة كباقي المياه المشهورة الاخرى . وهذه المياه تفيد فائدة
محققة في الامراض الروماتزمية وعرق الانثى والامراض
الناشئة عن املاح الكلى والجهاز البولى والامراض العصبية
ولا يسمح لضعاف القلوب والمصابون بتمدد المعدة وبعض
امراض المثانة بان يستعملوها

وقد جربت بنفسى العلاج بها فقد ذهبت اليها فى صيف
العام الماضى سنة (١٩٢٨) لاستشفى من الروماتزم فزرقنى الله
الشفاء منه باستعمالها والحمد لله

انتهى الجزء الاول و يليه الاجزاء الاخرى لباقي الدول

