

كيف نجح الغربيون و تقدروا و تفوقوا؟ ولم كثرت عندهم
الغرائب المدهشات ، ولا يزالون ياتون بعجائب الاختراعات ؟ ذلك
لانهم لا يطفئون شعلة الروح انما يزيّدونها ناراً ونوراً
لو اطفأوها لبقيوا على تاخرهم بل على توحشهم السابق ...
لقد انتبهوا ففازوا . فياسعد الذين من غفلتهم ينتبهون !
اما نحن ! ويا للأسف علينا !

فان لاح لنا من ارواح بعضنا وميض نور وبشر بالامل ،
ومستوجب للتنشيط هبت عليه عيمناً وشمالاً عواصف شديدة ، تثيرها
الاغراض الشخصية المتنوعة ، محاولة اطفاءه ؛ وهو ، من بينها يخفق
ويص طالباً الاغاثة وقد عز عليه نيلها ! ...
ومن الغريب المذيب كدّاً ان رجالاً عقدت عليهم الآمال
يمرون به ، وهو في تلك الاهوال ؛ فبعضهم لا يكتفون له ، وبعضهم
يقترّبون اليه ، ولكن لينفخوا فيه نفخة اخاد و اطفاء !

حتى متى نطفىّ الارواح و نكسف الانوار ؟
اواه الى من المشتكى !! الى عقول نيرة ، الى نفوس كريمة ،
الى دماء غالية في قلوب حية ! والعراق ليس بخال منها ؛ فهي القديرة
على تعزيز شعلة الروح وتاجيجها ، وعلى اضرام الثورة الادبية الحقّة
التي بها تندلع السنة اللهبّات الروحية ، المصاحبة ، المجددة

قانون صحة الحامل

بقلم الدكتور جورج حيقاري

وهي فاتحة سلسلة مقالات صحية في تربية الطفل تكرم باعداؤها الى مجلة ليلي
خدمة الاسر فحق له مزيد الشكر والثناء « ليلي »

قد اثبت الاختبار ان المرأة تكون في اثناء الحمل معرضة
للأمراض اكثر منها في غير وقت . او ان الامراض تكون حينئذٍ
اشد وطأة فيها . وشهادة لذلك نذكر قول موريسو المولد الشهير :
« ان الحمل كبحر عجاج يتلاعب بالام والجنين مدة تسعة اشهر » .
ونستنتج من هذا الكلام ان الخطر يلحق الام والجنين معاً وان
قانون صحة الام يومن نمو الجنين كذلك . لان الامراض لا تنحصر
في جسم الام فقط بل تتسرب احيانا الى الجنين اما بسرّيات المرض
ذاته اليه واما بتاثير عواقبه في مجموع حيوية الام ففيه ايضا

ويمكنني القول ان القوانين الصحية المتبعة اثناء الحمل تأتي
باحسن النتائج على صحة الجنين وبنيتها اكثر مما تفعل في جسم المرأة .
لان بعض الامراض لا تؤثر في الحامل الا تأثيراً خفيفاً ووقتياً بينما
تكون احيانا هذه الامراض ذاتها السبب القاسي على حياة الجنين اما
بموته تسماً او بالاسقاط ام بغير طريقة تذهب بحياته

وهب ان حياته حفظت فقد نرى مراراً كثيرة انه يولد مشوهاً او ناقص الاعضاء وما ذلك الا لتاثير حالة امه المرضية في تكوينه ونموه اثناء حياته الرحمية

وعدا ان الامراض تسبب احياناً العقم فانها تقلل غالباً الايلاد ايضاً. ولكن الامراض ليست فقط الاسم او الحالة التي تقرر فهمها ومعناها بل هناك حالات اخرى تعمل عمل الامراض واكثر. وتجلب نتيجة امراض البدن ذاتها الا وهي جهل القوانين الصحية وعدم التمسك بها

فقد جاء في التقرير السنوي لادارة الصحة العامة في العاصمة لسنتي ١٩٢١-١٩٢٣ ان معدل الولادات هي بنسبة ٨٥١-٨٥٦ في كل الف نسمة. بينما نرى ذلك المعدل يتجاوز الثلاثين والاربعين في البلاد المصرية والمدن الغربية والشرقية الراقية. والحال انه كان ينتظر العكس اذ في البلاد الراقية يكون الايلاد اقل منه في غيرها نظراً لما تشترك المرأة في الحياة الاجتماعية مع زوجها ومواطنيها فلا يسمح لها مقامها الاجتماعي او حالتها الاقتصادية بتربية الاولاد مثلاً عندنا. وفي التقرير المذكور يقدر ان عدد الولادات المسجلة ليس الا ثلث الولادات الحقيقية. فالنقص المرقوم ليس حقيقياً بل ظاهر فقط وسبب ذلك كتمان الولادات. الا اننا نوكد ان نقص الولادات ناتج ايضاً من كثرة الاسقاطات الحاصلة من امراض الام وفي اولها داء الزهري، او من جهل

المرأة وعدم تمسكها بالقوانين الصحية التي تأول الى حفظ صحتها وبلوغ ثمرة احشائها. وبرهاننا على ذلك ماخوذ من ملاحظتنا كثيراً من الامهات التي راجعتنا في محل عيادتنا ومبني على اساس لا يقبل الشبهة من عدد الاسقاطات. حتى اننا لو جمعنا عدد الاولاد المحفوظين لرأينا ان اقل من عدد المفقودين ولا سيما اذا اضفنا الى ذلك وفيات الاولاد والاطفال ايضاً التي تعادل ٥٠ بالمائة تقريباً من مجموع الوفيات

هذا ما يخص ثمرة الحمل. اما اذا فحصنا الام بعد طورها التناسلي فقد نلاحظ ان جسمها تعب وشاخ قبل الاوان بعكس ما نلاقي عند المرأة الغربية التي اذ تكون في عمر مقارب لعمر الاولى لا تزال في نشاط غريب بالرغم عما اتته من الاعمال الزوجية والبيتية والاجتماعية والتمرينات الدماغية التي من شأنها تذليل الجسم لولا التمسك بالوسائل الصحية الفعالة لتقويته وحفظه سلباً رغماً عما يلاقي من الاتعب فالى اي شيء يمكننا نسب ذلك النقص في الايلاد وعدم حفظ ثمرة الحمل، اي رفيات الاطفال وتقهقر صحة الام العاجل؟ اليس الى جهل الارشادات الصحية وعدم التمسك بها

وكما ان النبات يربو حسب تربته والتغيرات الجوية والارضية الكائنة اثناء نموه كذلك يتاثر الجنين في بنيته وصحته وشكله، نعم حسب الاصل الذي نشأ عنه ولكن ايضاً حسب التقلبات التي تجري في

جسم امه والقوانين الصحية التي تتبعها. فالعناية بصحة المرأة تعني العناية ايضا وخاصة بصحة الجنين كما ان العناية بالشجرة يتصد فيها الثمرة ايضا عدا مراعاة المنفعة الشخصية والعائلية لحفظ الصحة والحصول على نسل سليم بواسطة استعمال التحوطات الصحية ، قد تجب مراعاة المصلحة العمومية ايضا التي وان لم تفق الاولى اهمية فانها تساويها على الاقل اذ ليس الفرد الا عضواً في جسم الهيئة الاجتماعية التي لا يستغني عنها اي انسان كان

ومن المعلوم ان قوة وغنى البلاد متعلقة بعدد اولادها وصحة اجسامهم وكفاءة عقولهم ولا يصح العقل عمومًا الا في الجسم السليم لان جودة البنية هي التي تومن صلاحية المواد الغذائية الضرورية للتمرينات والاكتسابات العقلية ، وهي التي تعوض عن الالتهاب العصبية والضغط الناتج على الدماغ من الالتهاب الفكرية التي لا تزال تتضاعف حسب تقدم الحضارة

فاذا صح جسم الولد صح عقله ايضا والولد هو في المستقبل سائس البلاد بعقله او خادماً بذراعه فيصبح سنداً وفخرًا لوطنه وقومه اما اذا كان ضعيف البنية غير كفوء بما يحتاج اليه ويطلب منه او كان سقيماً فاقداً احدي وظائف جسمه الاساسية اضحى خسارة وحملًا ثقيلاً على اهله ومواطنيه اجمعين ، عدا ان حياته تكون له ميدان

شقاء وبأس ، فلا يزال ساخطاً على من سبب وجوده التعيس لعدم تمكنه من الحصول على ما يحق له بعد الكد والجهد في عالم التقدم الانساني والتمتع به ادياً او مادياً

فعلى الحامل اذاً من باب الفائدة الشخصية والمصلحة العمومية معاً ان تهتم بصحتها اثناء الحمل اكثر بكثير مما في غير هذا الوقت . وبذلك تشترك متساوية مع رجلها في عمران وتقدم الوطن وتكمل واجباً مقدساً مبرهنة على تفوقها على الرجل اذ ان الرجل يعمل الاعمال العظيمة واما هي فتعمل الرجل مادياً ومعنوياً

وقبل ان نخوض البحث في العناية بالحامل (غاية مقالنا هذا) نقول اننا لا ندخل في موضوع علامات الحمل واعراضه كالقي والوحام وغيرهما : هذه اعراض تتطلب مشاورة طبيب العائلة الخصوصي وليست غايتنا المعالجة بل وقاية العوارض الممكن حدوثها باعطاء الارشادات الصحية . وتسهيلاً للقارئ نحصر هذه النصائح في ثلاثة افكار :

١ : يجب على الحامل الابتعاد عن كل ما يمكنه توقيف الحمل (موت الجنين والاسقاط)

٢ : التيقظ على نظام اعضائها وابعاد التسمم عنها لتحفظ صحتها وتساعد نمو الجنين جيداً

٣ : تسهيل ولادة الطفل في وقتها وتهئية ما يلزم في اثنائها وبعدها (لها تلو)