قصة الفيتامين

تجربة غذائية عرضية

في ربيع عام ١٩١٥ قبيل دخول الولايات المتحدة الأمريكية الحرب الماضية ألقت الباخرة البرنس ولهلم الألمانية مرساها أمام الساحل الشرقي لأمريكا الشمالية . وكانت تعمل هذه الباخرة قبل الحرب في خدمة المسافرين والنقل ، فأصبحت بعده تؤدي واجبها في البحرية الألمانية كطراد تجاري وأجري تعديلها تبعاً لذلك فحوّلت ردهاتها وأبهاؤها الفاخرة إلى مستودعات للذخيرة والوقود ونُصبت فوق ظهرها المدافع الضخمة

تغلبت البرنس ولهلم على الكثير من البواخر المعادية واستولت منها بحكم الغلبة على وافر من المواد الغذائية من دقيق وزبد وخبز جاف ولحوم وخضر جافة ومحفوظة . وبهذا أصبح الدين على ظهرها في سعة ومتعة غارقين فيما استولوا عليه من غذاء

ظهرت بعدئذ على رجالها حال مرضية لم تكن منتظرة لمثلهم في هذه السعة والوفرة الغذائية ، وطرأت على الكثير منهم أعراض مرضية غريبة كتنوبات عصبية تصيب البعض ، واضطرابات في القلب والتنفس ، وتضخم في المفاصل عند البعض الآخر ، ووقفت إصابتا كسر في العظام بلا شفاء يرجى رغم العناية والمحاولات التي بذلت في هذا السبيل . وذكّرت صورة المرض هذه بالأقصوصة الشائعة حينذاك عن مرض البري بري الذي أصاب رجال المركب الشراعي الذين كان قوام غذائهم المواد المحفوظة . ولكن شتان بين وجهي الشبه في الحالتين ولا سيما أن رجال البرنس ولهلم يتمتعون بغذاء متنوع وعلى حساب المدوهائتين بوافر من الدقيق والبسكويت والبطاطس والزبدة وأنواع الجبن حتى البن والشاي كان في متناولهم بلا حساب

ذهبت محاولات طبيب الباخرة وقائدها في علاج المرضى أدراج الرياح حتى امتلأت بهم عيادة الباخرة التي تحولت إلى مستشفى عائم في أمد وجيز . وعند ما طوح المرض بمائة وعشرة من ملاحي الباخرة البالغ عددهم خمسمائة لم يجد طبيب الباخرة ولا قائدها بداً من اللجوء إلى أقرب ميناء محايد . وفي ١١ إبريل من نفس العام ألقت الباخرة مرساها أمام ميناء نيويورت نيوز الأمريكي

سرى خبر هذا المرض العجيب في الأوساط العلمية الأمريكية مسرى البرق وتقلب على ظهر السفين الكثير من العلماء والأطباء كي يشاهدوا هذه الحالة الشاذة عن قرب ويتبادلوا الآراء والتعليلات الممكنة ، وجاء على لسان بعضهم مرض البري بري الذي سبق ذكره وتعليل أثره في السطو على الأعصاب بكائنات صغيرة حية ، وهكذا تضاربت الآراء واختلفت الأفكار حول إمكان انتشار هذا المرض بالعدوى أو غيرها . ولم يهتد طبيب أو مفكر إلى أية نتيجة تفيد الموقف ، لأنه ما من أحد حتى هذه السنة كان ليهديه التفكير إلى أنه قد ينقص الغذاء الكثير المتنوع تلك المركبات الدقيقة اللازمة لإتمام عمليات التفاعل الكيميائي في الجسم

كان أسبق الناس في التفكير والتطلع إلى هذا النحو الجديد الفسيولوجي الإنجليزي هوبكنز Hopkins إذ ذكر في محاضرة له في مؤتمر الطب العالمي الذي عقد في لندن في عام ١٩١٣ نتائج تجارب غذائية قام بها في كمبردج على الفيران ، وكان قد قدم لها غذاء خاصاً يحتوي على جميع المواد اللازمة التي يُقرها علم التغذية من مواد زلالية ودهنية ونشوية وممدنية بنسب مضبوطة وفي شكل واحد ، وبالرغم من هذا نفقت الحيوانات في وقت قصير

ولقد جاءت آراء هوبكنز هذه سابقة لأوانها لأن الأذهان لم تكن لتفقه وتعي بعد ارتباط نتائج تلك التجارب الغذائية بتلكم المواد التي ما زالت مجهولة . ولم تُجدِ زيارات الأطباء والعلماء المرضى نفعاً ، وعجز الجميع عن تقديم أية مساعدة فعالة تقي هؤلاء البحارة مصرعهم البطيء المؤلم

وفق بعدئذ الكيميائي النيويوركي ألفرد مالك كان Alfred W. McCann في تتبع آثار النكبة التي حلت برجال الباخرة .

وساعده على ذلك قراءة ما تركه هوبكنز عن اختباراته ، وبفضل اختباراته الشخصية ودراساته لعلم التغذية ظهر له ما قد ينقصه غذاء هؤلاء المرضى ويقض مضاجعهم . وبمجهود أمكنه الاتصال بطبيب الباخرة، ودعا طاهيها إلى الحديث، فظهر له بالتحري والسؤال أنه برغم توفر اللحوم المحفوظة والدقيق واللبن الطلب والخضروات الجافة لم يحصل البحارة المكودون على فواكه طازجة ولم يتذوقوا خضراً نيئة، عندئذ صاح مظفراً وقال مخاطباً طبيب الباخرة الذى وقف مشدوهاً : لقد سلبت القوة الحيوية الطبيعية من جميع أنواع الغذاء الذى قدّم لهؤلاء البحارة التعساء، فاللحوم المجففة والبطاطس قد فقدت أملاحها الفوسفورية عند تحضيرها للتعبئة ومعالجتها بماء الأملاح الحمضية لحفظها ، كما فقدت الخضروات قوتها الحيوية بمعالجتها بالقواعد ، كما فصل الدقيق من أغلفته ونزع من الأرز قشوره ، وبهذا لم تكن التغذية على ظهر السفين طبيعية مستوفاة متنوعة ، ونصح بتغيير قائمة الطعام وإضافة الخضر الطازجة والفواكه الطازجة وعصيرها واللبن الكامل واللحوم غير المحفوظة . تبادل طبيب الباخرة وطاهيها النظرات مستبعدين صحة ما يدلى به هذا الشاب ولكن ما يمنعهم من تجربة ما يقول وقد أعيتهم الحيل ، ولتكن محاولة أخيرة علّ فيها الشفاء

وباتباع قائمة الغذاء الجديدة تبدل الحال وسرى فى المرضى تيار الصحة وظهرت عليهم أعراض الإبلال فهبطت أورام المفاصل وخف ضغط الأعصاب وزحف الذين أقعدهم المرض . وبانقضاء أسبوع واحد على نظام التغذية الجديد الذى أشار به ماك كان غادر مستشفى الباخرة الفوج الأول من المرض، وبعض أسبوعين وقف المقعدون ومن حل بهم المرض ودب فى الجميع دبيب الحياة

* * *

لقد كان فى المأساة التى حلت برجال الطراد وأودت بأرواح مائة وعشرة من الأنفس الخاطرة القوية أسى وعبرة ومثل واضح لقوم لم تعنهم وفرة الغذاء ولا ترف العيش من التعرض لأصناف الهلاك والضعف إذا ما سلب من هذا الغذاء القوة الحيوية الغامضة التى أودعتها الطبيعة إياه، وكم كان جيلاً وطبيعياً من الإنسان الأول الذى عاش على الفطرة ونما مع الطبيعة أن كان يحصن نفسه ضد هذه العوارض إذا أقبلت عليه بمضغ الخضروات وتبلع الأعشاب كى يقاسمها بعض ما أودعتها الطبيعة من قوى حية كامنة

أما بعد ذلك وبدافع التطور والمدنية فقلما يفعل الإنسان ما كان يفعله السلف الغابر ، بل قد ادعى الأفضلية على الطبيعة فعمل على تهذيب ما تهبنا من غذاء عالجه للحفظ تارة بالتسخين وأخرى بالغلى أو التعقيم أو التمليح أو النضل بالحوامض والقلويات حتى التكرير والتبييض والتلميع . وبهذه العمليات القاسية أبعد الإنسان من غذائه هذه المواد التابعة التى لم يعرها أى انتباه ما دام يرضى بالغذاء الذى يتسيغه ويروقه ، والذى يعتقد احتواءه على النسب اللازمة من المواد الغذائية والوحدات الحرارية (الكالورى)

(يتبع)

أعظم تجربة !

لو أن السيدة التى تقرأ هذه العبارة لم يكن أحد أعضاء أسرتها من الشباب أو الشابات لما قرأت هذا الإعلان

فى الواقع أن لوزنبطس تصور تجربة تدل أن لا يجوز فى نفس كل سيدة يستعمل سر الذهب ضعفت قواهم الناسلية لأى سبب كان، سواء كان ذلك ناتجاً عن مرض أو سن تقدم السن، أو سن الأفراط، أو سن أى باعث نقصان كالزن وغيره. ويعيد الفضل فى اكتشاف طريقة تنقية وتعادل تركيب الهرمون العجيب الذى يحتوى عليه، لوزنبطس، الى معهد الناسليات بمدينة برلين الذى توصل الى هذه النتيجة العلمية البالغة بعد القيام بأبحاث مضنية دامت عدة سنين بحيث أصبح يجدد الشباب مضمونا باستعمال هذا المستحضر. طالع الكتيب العلمى، الحياة الجديدة، فتعرف كثيراً من الأمور المتعلقة بالحياة الناسلية التى قد تكون مجهولة لديك الى الآن. وتصر يرسل اليك نظير مجانى للنسخة الفرنسية أو الانجليزية المجلدة برسوم ذات ٥ ألوان و ٣ فروسم للنسخة العربية.

جلا نهوزمين صندوق بوستة ٢١٠٥ بمصر

(سجل تجارى ٥٢٢٧)