

الغرائب التي لم يقلها قائل ولا نقابا ناقل « غير أن صاحب التاج قد قال في ترجمة
عنتق: « لكن المصنف (صاحب التاموس) ثقة فيما نقله فينبغي ان يكون ما
يأتي به مقبولاً » ولو اغفله سائر اللغويين

الارق واسبابه ومعالجته

للدكتور كامل سليمان اتوري

الارق عرض من الاعراض المزعجة التي ترافق كثيراً من العليل الحشوية
والجلدية ومدار هذه المقالة على الارق بحد ذاته دون ان يكون مربوطاً بحالة
مرضية معروفة. ولا يبرح عن البال ان الارق كثيراً ما يكون ظاهرياً وليس حقيقياً
فيخال للمريض المبلى به انه لم ينف مع انه يكون قد نام نوماً متقطعاً انا يورد عليه
ازهم بانه لا ينام

ومن اكبر دواعي الارق تمب الجسم المرهق وانتقال البال ازائد. فكثيرون
يعروهم الارق لاقل نصب يعانونه. واحسن واسطة تعمل لإراحتهم حمام فاتر على
٣٤. او ٣٥ مع غلاية الزيزفون مقدار خمائة جرام من الزهر مدة ربع ساعة فقط.
وان زاد التيب يكرر هذا الحمام كل يومين. كما ان تغطيس الرجلين او اليدين في
ماء حرارته على ٤٠ مدة نصف ساعة يولي المأروق راحة تذكر عند ما يآوي الى
الفرش. بيد ان العرق الغزير الذي يرافق ذلك يفقد هذه الواسطة شيئاً من خواصها
المفيدة ولذلك قد وصف « هوشار » تغطيس الرجلين او اليدين متناوبة في ماء حار
وما بارد بان يوضع امام الشخص وعان الواحد يحتوي ماء على ٤٠ والآخر على ٢٠
تغطس الرجلان لحد نصف الساق في الماء الذي على ٤٠ مدة ثلاث دقائق ثم في الماء
الذي على ٢٠ مدة نصف دقيقة يكرر هذا العمل ثلاث مرات بالتتابع. يعمل هذا
المنظ عند النوم اي بعد اخذ طعام المشاء خفيفاً وسهل الهضم
ولا بُد من مراقبة الانبوب الهضمي باعتناء تام لان تلك وظيفة الهضم كثيراً
ما يساعد على الارق وحضول الكابوس وتوهم الادواء والغل واحسن ما قيل في

هذا قول الدكتور فانديك في باثولوجيته على سبيل المزل: « تأخر زيد في عشاءه ثم اكل كيبية وسكاً ورزاً وجانباً من التوابل والخللات وشرب كاساً من الحمر الصفراء ثم اكل كثافة وبقلاوة وبعض الربيبات وشرب كاساً من الحمر السوداء ثم اكل فاكهة مختلفة الانواع من موز وتفاح وبرتقال وشرب قينة من الشبانيا وطلب النوم بعد حين فركبه الكابوس وشاهد الشياطين والابالسة وقام في الصباح قلقاً مندوماً. التفتت به وهو نازل الى مخزنه وسأته عن سلامته فقال: ان صبر علي اصحاب الديون في هذا النهار بعث املاكي واوفيت ما علي واقفلت علي لاني علي حافة الافلاس. وزد علي ذلك اني اخشى علي صحة عائلتي فانا مضطر الى ان اخرجها الى خارج المدينة سريعاً لتلايموت احد اولادي. ولما سأته عما اكل البارحة واخبرني سكت وقلت في نفسي: الكابوس من الكيبية. والابالسة والشياطين من السمك والتوابل. والافلاس وخراب المحل من الحمر. وفساد صحة العائلة من التواكه والمحالي. ثم التفتت به بعدما صاز لمديته فرصة لتعزيل تلك البالوعة التي ملأها بها. فوجدت المحل ناجحاً لا دين عليه والتفتت معتدلة. وصحة العائلة جيدة. ولا خوف من الافلاس ولا من خراب البيت وقد عدل عن بيع الاملاك وعن الذهب من المدينة... وكم من مشاجرة سببها طعام غير مهضوم وكم من امره حمله سوء الهضم على قتل نفسه » اه

وعليه فاذا كان هضم الماروت شيئاً يُعرف من وسخ اللسان واكتسائه طبقة بيضاء غليظة ومن الدوار النخ وجب عليه ان يأخذ ملء ملعقة قهوه من الزنجب الآتي في قدح من الماء الساخن:

كبريتات الصودا	٢٠ جراماً
فوسفات	٢٠
يكربونات	١٠ جرامات

تُنقص الجرعة حينما تستطلق الباطنة وتزداد في حالة التبعث. واذا كانت مواد البراز جافة بنوع ان يعجز اللين المار ذكره عن التأثير يؤخذ قبل الطعام حبة تحتوي على الصبر. ويجب على المداوي جس بطن مثل هؤلاء المرضى جيداً لانهم كثيراً ما يكونون عرضة لحالة قيض مجهولة عندهم فان جذر امثانهم للكسوة مواد برازية

قديمة وملتصقة يشتر بها من الخارج مثل قطع معانق مسترخية أما بقية الغائط النائل فيخرج بواسطة مجرى مركزي. واعلم ان مثل هؤلاء المرضى لو سألتهم عن حالة امعاتهم اجابوك بانها ليست قابضة وسبب ذلك تنوؤتهم من وقت الى آخر ولكن هذا التفوط يصح تسيته باندفاقي لان الما لا يعود يستطيع سعة ما ترساه له المعدة ولذا يتوجب تفريغ محتوياته ليعود النوم واحسن الوسائط للوصول الى ذلك استعمال مستحضرات الصبر والحقن المليئة الساخنة

ولسا كان الضجر والقلق من اعظم مسببات التعب وجب والحالة تلك تطمين المريض بالكلام اللطيف المنع بان هذا الارق ليس موزدياً الى الدرجة التي يتصورها هو وانه ينام نوماً كافياً بدليل انه كثير اما فوجي شائراً حال كونه كان يتصور بانه لم ينام ومع ذلك فاذا لم ينام هذه الليلة سينام في غيرها ويكفي انه باضجاعه لئلا قد جدد قواه وهكذا يجب ملاطفة المريض بما امكن من الطرق لاقتناعه بعدم خطورة الحال حتى تبدأ افكاره ويستريح ضميره فلا يعم من ثم ان يعاوده النوم الذي كان قد فارقه ايلماً بل لسابع

أما التمرات فلا يسوغ استعمالها الا في الدرجة القصوى فهي اذا قاومت النتيجة اي التمهيج تريد في قوة السبب اي التعب . ومع هذا فاقبل التمرات ضرراً هي فوائد الشادر والايشير على هذا الترتيب :

فوات الشادر	گرامان
ماء المنع	٩٠ جرامات
صبة الواليريانا الايشيرية	١٠ جرامات

يؤخذ منه ملعقة قهوة عند النوم في نصف قدح ماء .

ويجوز استعمال ماء زهر البرتقال . انة كرام عند النوم او برع خفيفة من « الكودئين » (codéine) مزوجة مع الايشير اذا كان الضجر زائداً :

شراب الكودئين	٦٠ كراماً
ايشير كبيرتي	٥٥ كرامات
ماء الواليريانا	٦٠ كراماً

يؤخذ ملعقة طعام عند النوم في قليل من الماء . اما مستحضرات البروم فلا يسوغ

الاستمرار على استعمالها زمناً طويلاً لأنها سببته التأثير في الافكار والذاكرة
ويمكن استعمال الترتيب الآتي مدة من الزمان :

برومور البوتاسيوم
شراب قشر البرتقال المر

١٠ كرامات

١٠٠ كرام

ويؤخذ منه ملعقة شوربه عند طعام المساء في قليل من الماء . أما السلفونال
فيجب استعماله بزيادة الحذر لأن له تأثيراً ساماً وخصوصاً في الكليتين . ويوتر عليه
« التريونال » بجرعة ثلاثين سنكراماً في برشان يكرر ذلك ليلتين متواليتين . أما
اذا زيدت هذه الجرعة لحد خمسين سنكراماً فيخشى حصول عوارض انسجام . ويجوز
أيضاً استعمال « التريونال » بجرعة خمسين الى خمسة وسبعين سنكراماً في برشانه عند
النوم . وهناك عقاقير عديدة لا أرى لزوماً لتعدادها والأمر المهم هو عدم الاستمرار
مدة طويلة فلا يجوز استعمال الملاج أكثر من يومين الى ثلاثة . ثم يعاد الى استعمال
القوات وما . الزهر

اتذكر انه كان اعتراني أرق خفيف في صيف حار فافادني كثيراً استعمال الحمام
المتشلل قبل النوم فكنت اجد راحة عظيمة فليجرب اذا من أصيب بالأرق . هذا
وكثيراً ما يارق المر . لسبب لسع البق او الناموس او البواغيث وتلك علة لا تبتأ إلا
بالنظافة والاعتناء . بازالة هذه الحشرات المؤذية

العقائد الوثنية في الديانة النصرانية

انتقاد للاب لويس شيخو البسوي (تتمت)

٢ السيد المسيح وبقية المعتقدات النصرانية

عرف القراء من مقالنا السابقة حصة بضاعة عمده طاهر التير بنقله اقوال
بعض الزنادقة في حق النصرانية ولا يمدده كونه اخذ منقولاً عن كتب انكليزية
بل رأى البعض عنده اقباح من ذنب وكلنا يعرف ان « البضاعة الانكليزية »
ترادف البضاعة السيئة