

وفي ٢٠١ هلكت هذه الجراثيم بعد مضي ٦ الى ٧ ايام من ظهور الاغشية الكاذبة في الحلق وفي ٨٤ حادثة بقيت هذه الجراثيم الى اليوم الثاني عشر وفي ٦٩ حادثة الى اليوم الخامس عشر وفي ٥٧ حادثة لم تزل الا بعد مضي ثلاثة اسابيع وفي ١١ بقيت الى آخر الاسبوع الرابع وفي ٥ بقيت الى آخر الاسبوع الخامس وفي حادثة واحدة بقيت الى آخر الاسبوع السادس . والحاصل ان مدة حياة جراثيم الامراض المعدية لم تزل غير معروفة كما يجب ولذلك لا يستطيع الطبيب ان يعين الوقت الذي يؤمن بعد مضي من انتقال العدوى في كثير من هذه الامراض

وكنا نود ان نشبع الكلام في هذا الموضوع المهم لو اتسع لنا مجال القول فنقف القلم عند هذا الحد وفي ما تقدم كفاية للدلالة على وجوب الاعتناء بصحة العموم في هذا القطر على ما تقتضيه مبادئ العلم فعسى ان تدب روح المروءة في بعض ذويه ليتألفوا جمعية وطنية تهتم ببناء مستشفى واحد لتمرّض الذين يصابون بالامراض المعدية اقداءً بجمعية لندن التي تهتم بكثير من المستشفيات

وتشبهوا ان لم تكونوا مثلهم ان التشبه بالكرام فلاح

العادات ونتائجها

لحضرة النطاسي الفاضل الدكتور الياس افدى سماحة

العادة سيئة مكتسبة للنفس تحدوها الى فعل قد كرّر استعماله او طال اولوع به فاذا بلغت مبلغها من الانسان بسطت عليه يداً مطلقة التصرف تقوده بلا معارضة فينقاد لها ويستعبد لاحكامها قلبه وحواسه وسائر اهوائه وامياله

ولذا قيل انها خامسة الطبائع او ثاينتها على قول ومن تحرى الدقة في البحث عن الكائنات الحية تبين ان جميع وظائفها تتم بالعادة في اوقات معينة وهي منذ نشوءها ونموها في الادي تنفعل بها المواد المركب منها جسمه حتى يصير كأنه قد فُطِر عليها ودخلت في تركيبه.

ولما كان غرضنا من هذه العجالة غرض الطيب لزمنا ذكر مضار بعض الموائد السائدة علينا الناشئة الوية عداًتها على ربوعنا فنقول

ان العادة السيئة المضرة هي ولوع التلب ببعض الملاذ ولوعاً يتعدى الحدود الطبيعية ويخطئ الشرائع والنواميس الادبية وعاقبتها حصر القوى العقلية والجوارح البدنية في دائرة ضيقة تجعل الحس والعقل في ظلال الخفاء وظلمات التيه فيقصر عن الشعور بما يجري فيه وما يحيط به حتى يصاب بالوهن والخرق وترى صاحبه يخالط الناس حاضراً كالفائب كأنه من التمايل الحشوية وربما انتهى به الامر الى الجنون

وكما تؤثر العادة المضرة في الاعمال العقلية تؤثر في الاعمال الادبية والمضوية والغذائية والتنفسية والدورية والافرازية وتعدنا لاصابات مرضية عديدة اما يجعلها الاعمال الارادية العادية دورية قسرية واما باخلالها في نظام الوظائف الطبيعية فنشأ عنها اضطرابات قد تكون ثقيلة تؤدي الى امراض عضالة . فسوء تدبير غذاء الطفل يمينه بالنزلات المعدية المعوية والتي والمنص والاسهائ وسوء معالجته يؤدي الى ثقلها وخطرها على حياته . والام الجاهلة تجازف بحياة فلذة كبدها وثمره احشائها ليس بمجاهداها عن جادة حسن تدبيره الغذائي فقط فانه قد يعتاده ويستمر عليه بل تزيد على ذلك تعريضه لان يتلى بانواع الرمد والزكامات الشعبية والرئوية واحتقان الخ وما يتولد عنه من جراثيم

عصب رأسه والختازيري على اشكاله من جرّاء الإقامة في الأماكن الرطبة
الكثيرة العفونة كما تجعله حجر عثرة للناس بفساد آدابها يستحلون سحقه برحى المراحة
الكونية وهي سارحة في مجاهل الغباوة والبله وقد يكون من خيارهم لو تربى
وتؤثر العادة المستهجنة في البالغ سن الرشد تأثيرات مرضية مختلفة بحسب
نوعها ومدتها وكيفيةها والعضو الفاعلة فيه وغير ذلك مما يطول شرحه ويستغرق
مجلدات كثيرة ولذلك نوجز في الكلام فنقول

ان الاكثار من النوم والافراط في الاكل والشرب والسهر ومعاورة
الشراب والوقوع في مهاوي العشق وضبط المفرزات الطبيعية كل ذلك يعدّ المرء
لنمو جراثيم الامراض فيه فينجم عنها الامتلاء الدموي والحميات المخاطية البطنية
والصدرية وعسر الهضم وفقد شهوة الطعام والنفرس والحصىات الكبدية والكاوية
والسكر والارتعاش الكحلي والتهاب الحبل الشوكي والتشنج والآلام العصبية
والنزلة المثانية والامساك والبواسير وداء السويداء وما شاكل . وعادة التحديق
في الاشياء الدقيقة كالبث المجهرى والرسم الدقيق تؤدي الى قصر النظر
وادمان شم الروائح الكريهة يثلم حاسة الشم واستماع الاصوات القوية يتبلى بفقد
السمع والاخلاد الى الاراجيف والاكاذيب يفسد الضمائر

ويجدر بنا ان نسهب القول قليلاً في العادات المضرة الناتجة من
استعمال انواع الكسوة التي انما تتخذ لوقاية الجسم من المؤثرات الخارجية الناشئة
عن قلبات الفصول او اختلاف الاقاليم والسن والمزاج والحالة الوظيفية الطبيعية
كالحمل والارضاع والصحة والمرض والنقه كما يقصد بها احاطة البدن بسياج
الغلاف وتسويده بسور الوقار والهيبة فان الملابس الحافظة للحرارة كالصوفية
والحريرية تلائم الاحداث والمرضى المنهوكين وتضر بالبالغين لما ينشأ عنها من

افراز عرق غزير الكمية متعب يلتبس طمحه بطفح الحميات وقلماً ينجو المصاب به
من مضار الخطأ في التشخيص وسوء العلاج . وهي تسبب تبعاً جزيلاً لأمراضها
دوران الدم وتتهيأ لابسها للاصابات المرضية فلقافات الرأس تتهيأ للاحتقان
الدماغي ومحيطات العنق للذبحات

والملابس الغير الحافظة للحرارة يتوقف تأثيرها على البيئة من حيث البرد
والحر والجلفاف والرطوبة فهي كالعري من الاثواب

وتعريه الصدر والعنق والذراعين والمضدين اتباعاً لاهواء الازياء السيئة
العقبى التي يتبعها الجنس اللطيف تقودهن الى ملاقاته جيوش الآلام الروماتيزمية
والزكامات الانفية وذات الجنب وذات الرئة والسيل الرئوي وهن غافلات عن
نصائح مرشدهن راضيات بأمل الحصول على استحسان الرجال للطف اعضائهن
ونصاعة بياض الوانهن وبئست الاماني القائلة

والضغط على البدن يعوق نمو العضو المضغوط فتضطرب وظائفه وينشأ
عن ذلك مضار تختلف باختلاف الاعضاء المضغوطة فضغط قبعة الرأس يحدث
الشقيقة وضغط عصاة العنق يعقب الرعاف والاحتقانات الدماغية وضغط الحذاء
يولد ما يسمى بعين السمكة في اجزاء مختلفة من القدم قد تلجئ المريضة والطبيب
بعد طول معاناة الآلام الى بتر الاصبع الموجودة فيه وضغط الاحزمة والسراويلات
ومشدات الصدور يعطل الهضم ويعوق حركات التنفس ويورث الفتوق وقد
يتلف حياة المبتلى به وهو راض بتصوره السقيم انه ذو قوام مياس وخصر نحيل
اما مشد الصدر (الكورسه) فحدث عن اضراره ولا حرج واذكر
جسم بلائه ولا تحش الخطأ في القول انه وباء بنات التمدن الكاذب لانه يغير
شكل صدورهن فتضيق قواعدها ويقلل من حركات اضلاعهن فيضيق منفرج

الرثين ويقل تطهير الدم بالتنفس الطبيعي وتضغط الرئة اليمنى منها على الكبد فتضطرب وظائفها ويكون من الاسباب المتممة لتوليد الحميات فيه ويمنع بروز حلمتي الثديين فتضمران كما تضمر عضلات القفص الصدري وينشوه العمود الفقري بالالتواءات العارضة وتخلع الكلية ويبرز البطن ويخفق القلب وتنقص شهوة الطعام وتصير جميع العواطف محزنة وربما انفجرت بعض العروق في الانف فيسيل الدم رعافاً وينذر بالسّل الذي تستك من ذكره المسامع وتهلع القلوب وتنهر شآبيب الدمع دماً واذا لم تواته الاحوال ولم يجد سيلاً للحلول في اهم اعضاء الشابة ينيب عنه اعواناً له كآفة من آفات القلب او علة من علل الدماغ ولعلم ان قوام المرأة الادبية الفاضلة يكون باعتدال الصحة وجودة العقل وحسن الادب والصبر وابهى حلي لها هو الحياء الذي لم تعطله وساوس سوء المعاشرة ولم تتلفه سموم الولع بمضرات الاهواء فان العادات المؤذية من شر ما ابتلي به الانسان لان لكل امرئ من دهره ما تعود

❦ اسئلة واجوبتها ❦

القاهرة - ارجو الافادة عن هذين السؤالين

(١) ما اصلح الاستضائة ليلاً لمن اراد القراءة والكتابة والرسم وما

الطريقة التي ثقي نظر المدمن عليها من الضعف

(٢) ما الذي يعين الانسان على الاشغال العقلية وصرف الهوم

يوسف احمد

القلبية

رسام لجنة الآثار

العربية