

يوجد من فقدوا حاسة النظر ووضعوا ظلاما بين ذوي العاهات الدائمة ان لبعض هؤلاء المساكن شيئا من الأمل يجيز للطبيب ان يجرب معهم العملية الجراحية «

عسر الهضم

عسر الهضم الحقيقي هو التلبك المعدي الثقيل وهذا ينجم من ان المعدة تكون متعبة ومثلثة الى اكثر من الحد اللازم أو ان تكون بها أغذية يكون من نتائج عمل الهضم الجدي ان يفني قواها اما بطبيعة هذه القوى الخاصة او ان تكون المعدة متعبة من قبل فلا تقوى على العمل وفي هذه الأحوال يجب ان يرجع الانسان الى التروموت حتى يعلم اذا ما كانت هناك حمى ، وتعد سرعة حركة الزنتين والعرق البارد والتنفس الحار ظواهر قد تكون خادعة ولا تكون مصحوبة بأرتفاع حقيقي لدرجة الحرارة لأن اجهاد المعدة هما كانت اسبابه يكون مصحوبا عادة بزيادة حركة الزنتين بكثرة .

على ان هذه ظاهرة بسيطة قد يزول قبل ان تنتهي مدة الهضم ولكن قد ينجم من ذلك تلبك معدي معتد يمكن ان يدوم عدة ايام ولا يزول الا بزوال اسبابه ومن مظاهر ذلك انتفاخ البطن والظأ وسيل الحاط وكثرة اللعاب وقد تكون أيضا في جفاف الفم والارتعاش والأجلام المزعجة كالكابوس وألم يصيب الرأس وحدث العرق البارد وألم يصيب الأضشاء أحيانا وهذه الظواهر الأخيرة تدل على أن جزءا من المعدة قد فرغ وان قد كان بها بين الأغذية بعض مواد سامة تنتج من الطيور واللحم والأسماك الفاسدة واللحوم المحفوظة الفاسدة

وأسباب التلبك المعدي من هذا النوع متباينة منها ما يرجع بالطبع الى الافراط في كمية الطعام لاسيما اذا ما تنوالت بسرعة مع عدم مضعها مضغا كافيا وهذا ما يجعل في المعدة قطعا كبيرة يكون عمل المعصر الهضمي في تحايلها طويلا وكذلك يرجع الى

كثرة كمية الخبز والفظائر لا سيما النوع المعروف منها باسم « البربوش » الذي ينتفخ في المعدة عند ما تصيبه المشروبات فيزداد حجمها . ومما يحمل الهضم ببطئاً تناول المواد الدسمة الدهنية والزبدة والسوس والمايونيز والسلطة الروسية والكريمه واللوز المحمص وغيرها فإن تناول مثل هذه المواد لا سيما بعد عمل شاق من المعدة من شأنه ان يضعف عملها ويوقفه وترسب الأغذية فيها وقد ينجم من طول هذا الرسوب ان تنتج أحماض ويحدث تعفن ويقضي الأمر الى سد المعدة ومن هنا يزداد الرسوب وتنتج تفتات غازية تزيد في ضعف المعدة وتبقى هكذا ضعيفة .

وإذا لم يحدث سيل مخاطي وكف المرء عن تناول السوائل مهما اشتد به الظمأ وإذا اخذله قنطاً من الراحة ودفاً بطنه فإن هذا مما يحمل المعدة تأخذ في عملها شيئاً فشيئاً وتمتحن الحالة ويجب في مثل هذه الحال الكف عن تناول الشاي والقرفة والنمغ والسوائل الحارة من نوعها لأنها تعد من المشروبات السائئة . وكذلك عدم تناول الكحول لأن هذه السوائل تعيق عمل المعدة وخير وسيلة لعلاج هذه الحال تناول بعض نقط من مقهي، توضع في قليل من الماء البارد على ان يؤخذ هذا المقهي بدرجة تبعاً للجزء المعتلي من المعدة

على ان الافضل من هذا كله أن لا يفرط الانسان في تناول الأغذية ولا ان يتناولها بسرعة وان لا يأكل الانسان مرة عقب مرة أكالات كثيرة الالوان حتى تكون المعدة قد هضمت الأكلة السابقة وحتى لا تحمل فوق طاقتها وان يقلل الانسان من كمية الخبز والفظائر ما امكن وان يشرب قليلا ما امكن ايضا وان يتناول اقداحا صغيرة من النبيذ أو الشمبانيا لأنها تساعد الهضم اذا كانت جيدة النوع وان يمتنع الانسان عن تناول القهوة وان يكون قنوعا للغاية في تناول المشروبات ولا بد له ان يتنزه على قدميه قبل ان ينام وان يلعب البلياردو اذ مما يحدث سوء الهضم حتما هو النوم عقب أكلة كبيرة .

قال المثل العربي : أقلل طعامك محمد منامك