

صحة العائلة

الوقاية من الانفلونزا

بدأت طلائع جيوش البرد تتوافد على البلاد حاملة في حثائها شتى الأمراض وعلى رأسها الحمى الوافدة التي تعددت أسماؤها واتعمت أعراسها فالغريون يسمونها الانفلونزا أو الجريب وفي سوريا وفلسطين ومصر « أبو الركب » أو الدنج وغير ذلك من الاسماء المتعددة . ومن يطالع صحف مصر في هذه الأيام يجدها مלאى بأخبار هذا المرض المخزي للأجسام السريع الأنتشار في الاسكندرية أعيب بها أكثر من ٣٠٠٠ نفس وكذلك في القاهرة وفي المنيا أفتلت المدارس لا انتشار المرض بين تلامذتها وأصيب في طنطا ٩٠ من عمال السكة الحديدية و٥٠ تلميذاً في إحدى المدارس وقل مثل ذلك عن جميع مدن التطر المصري

انتشر هذا الداء ونحن على أبواب الشتاء فكيف يكون انتشارها لدى اشتداد البرد وقد نشرنا في العام الماضي من مجلتنا بعض طرق الوقاية من هذا الداء ورأينا أن نشير الى شيء منها مع نصائح أخرى للوقاية من هذا المرض الفتاك فتقول :

الانفلونزا مرض حاد معد يؤثر تأثيراً شديداً على مجاري التنفس ويتبعها كثيراً ما مضاعفات ذات وطأة شديدة تعرض الحياة للخطر

وقد اتفق أكثر الأطباء في جميع أنحاء الأرض على أن عدوى هذا المرض الويل تسري بواسطة رشاخ البصاق الذي يندفع من فم المصاب في خلال السعال أو العطاس أو الكلام . وكذلك من لمس المصاب أو الجلوس بجانبه أو مصاحته باليد أو الشرب من كأس يشرب منها أو غير ذلك من طرق الملامسة

ومن أهم الأمور بل في مقدمتها للوقاية من هذا الداء حفظ الجسد نظيفاً وكذلك نظافة المنازل ومهوية الغرف مرات عديدة في النهار والليل ومداومة مسح أرض الغرف وغسلها وغرغرة الفم والحنجرة مرات عديدة في النهار بجمامض البوريك أو بالماء المغلي . ومن النافع المفيد عدم تعريض الجسم للبرد الذي هو من أهم الاسباب الداعية للاصابة بالانفلونزا

ثم ان الواجب الصحي يقضي على الانسان ان يتجنب الاجتماعات التي يزدحم فيها الناس كمحلات السينما والمسارح وقطارات الكهرباء والسكك الحديدية ومن أهم طرق الوقاية : أن الانسان اذا شعر بتوعك في مزاجه وظهور الحمى الحنيفة على جسمه أن يبادر الى سريره ويأخذ مسهلاً ولا يتحرك حتى تزول الحمى لأن ذلك يقيه من ظهور المضاعفات التي تعرض الجسم للخطر
وإذا أصيب أحد الأولاد في المنزل يجب منع بقية الأولاد من الاختلاط به وخبر من ذلك أن يرسلوا الى منزل أحد اقاربهم يكتفون فيه حتى يشفى المصاب
علاج بسيط ضد الاتليوزا

اعصر رأس بصل أو عدة اسنان ثوم بحيث يجمع عندك مقدار ماعتين أو ثلاث من مائه وامزج هذا العصير بكأس (كباية) حليب مغلي سخن واطف اليه ماعقة سكر صغيرة واشربه جرعات متعددة قبل النوم
ان البصل المطبوخ أو النيء يطهر الأغشية المخاطية ويشفي الزكام وامراض الحنجرة ويوقف السعال ويؤثر تأثيراً نافعاً على المعدة والأمعاء والنظام العصبي ومن خواصه انه ينظف داخل مؤخر الانف التريب من المخ ويسكن الأعصاب المألمة ويهدئ الأرق ويجعل الانسان ينام نوماً هادئاً مرشحاً
وما قيل عن البصل يقال أيضاً عن الثوم ذي الخواص الطهرة وهذا وذاك يفيدان كثيراً اذا استعمالا غير مطبوخين

ويحسن في خلال اصابة المريض بالانفلونزا أن يكثر من شرب المعرقات كخلاصة الأزهار وماء الشعير المغلي والكرابوا وغيرها مع التزام الراحة التامة والابتعاد عن كل ما يهيج الاعصاب والواجب يقضي أيضاً اذا عرق المصاب أن يغير ملابسه ويجب عند ذلك قتل نوافذ الغرف حتى لا يتعرض المصاب الى البرد

الدكتور ف. كازاكوف

قل الدكتور ف. كازاكوف الشهير عيادته من شارع بورسه نمرة ٢ بشارع فزاد الأول الى عيادته الجديدة الواسعة بشارع سليمان باشا نمرة ٣٢ أمام ناسيونال
او تيل وقد زاد استعدادده لارضاء مرضاه العديدين



صاحب السعادة مصطفى باشا النحاس رئيس الوفد المصري

ذكرنا في عدد الاخاء الماضي اتفاق حضرات أعضاء الوفد المصري باجماع
الآراء على اختيار حضرة صاحب السعادة الصادق الوطنية مصطفى باشا النحاس
رئيساً للوفد المصري وما ذاع هذا النبأ حتى أثابجت الصدور وعم الفرح والسرور
في جميع أنحاء القطر المصري . وكنت تلك الأفواه التي كانت تنذر بنوء مصير
مصر وقرب انحلال ذلك الائتلاف المتين الذي وحد القلوب وصان الدستور وأعلى
كلمة الأمة فوق كل كلمة وصار لها القول الفصل في تسيير دفة شؤون البلاد وإطاراد
رقبها ورفعتها

أجل لقد جاء تعيين الرئيس الجديد قطعاً لتلك الأمانة الأفاكة محطماً لتلك الأرقام النطعمة بالخيانة والتذلة التي كانت تسعى للتضياء على دستور البلاد وأمانى الأمة

ان الوفد المصرى أعطى القوس بلربها وأسكن الدار بانبيها وأسند رئاسته الى رجل تاريخه الوطني ناصع متلألي، تلالؤ البدر : أسند اثرثاسة الى ذلك الوطني الغيور الجري، المتدهام الذي قاسى في سبيل الوطن أشق الأهوال وشارك زملاءه في النفي والشذائد ولم يأن عوده ولا تثبطت عزيمته ولا لانت كلمته بل برهن على وطنية صادقة واخلاص شديد وعلنا كيف تكون التضحية على مذبح الوطنية ذلكم هو سعادة مصطفى النحاس باشا وليس أدل على صدق وطنيته وعزيمته من تلك الحكامة التي وجبها للأمة المصرية على أثر تعيينه وقد رأينا ان تثبتها برمتها وما هي :

الى الامة المصرية

أيها الامة الحزينة: لجمعت في سعد ابر ابائناك، وحامل فوائناك، وجمع وحدتنا، وناشر عظمتك، والمدافع عن قضيتك، فكنت في حزنك الريب حريصة على مبادئه، حفيظة على ما اورثك من حكمة وحزم، متلغية الى وفدك بتقة كاملة وبقين عظيم: ثبات برويه الايمان بقضاء الله، وتماسك يشده الاعتصام بحبل الله. كرمت امة أنجبت سعداً ومجدته حياً وميتاً

أيها الامة العظيمة. ندبني الوفد المصري لحمل رايته، ومواصلة السعي معه لتحقيق غايته، فاستعظمت مقاماً جليلاً، واستشعرت من نفسي ضعفاً وقصوراً، والسكني امام اجماعه الرائع لم يسغني الا النزول على ارادته معتزلاً بقوتك، مؤازراً بتضيد ممثلك الكرام شيوخاً ونواباً مستمنجار عايتك جاعلا نصب عيني ما اورثنا سعد من وحدة وثق عراها، وكرامة اعزها وحماها، ودستور كافح اثورة المشبوبة عليه، وحكمة خاطب بها الشعوب، وود أسكنه جميع القلوب

أيها الامة الكريمة لقد أوليتني فضلاً سابقاً وخبوتني كرمياً غامراً فهذه الرسائل الحكيمة والبرقيات البليغة، انما هي ذوب العواطف النبيلة، وحصارة الايمان

الوطني، ملأت شباب قلبي ولامست مكان الاقدام من نفسي، وتلك الوفود
الكثيرة التي بعثت بها الى بيت الامة لتعمر جوانبه وتشد أزرعي، وتواسي ام
المصريين في فجيعتها المازحة، ارتعتي الوطنية في جلالتها، والاخلاص في سمود،
فما أكرمك في احسانك المشكور وبرك المحمود

أيها الامة الرشيدة: لقد وجب علينا ان نتواصى بالحق، وان نتواصى بالصبر،
فينصرف كل مصري الى عمله مشكور المسعى، واسع الامل كبير الرجاء. ثبت الله
قلوبنا وطيب ثرى قلوبنا وكلأ بحياطته مصر الحفلة. رئيس الوفد المصري

مصطفى النحاس

بيت الامة في يوم الاثنين ٧ ربيع الثاني سنة ١٣٤٦ - الموافق ١٣ أكتوبر سنة ١٩٢٧
ونحن نرفع الى سعادته فروض التهنئة والتبريك ونسال المولى المتعال ذا العزة
والجلال أن يؤيده بروح من عنده ويشد أزره ويظيل عمره وينفع البلاد بجلالات
اعماله وخدماته انه سميع الدعاء محيى النداء

أمراض النساء العصبية والوقاية منها

لخضرة النطاشي انفاض الدكتور ف. كازاكوف

معلوم ان الجنسين: الرجال والنساء معرضون للاصابة بامراض عصبية يكابدون
منها آلاماً مبرحة. ولكن هنالك أمراضاً عصبية خاصة بالنساء جعلنا مدار كلامنا
عليها في هذا المقال الموجز فنقول:

ان الأمراض العصبية الخامة بالنساء ذات علاقة كبرى بتكوين جسم المرأة
ولا سيما بوظيفة عضو التناسل عندها وهي تسبب للنساء آلاماً شديدة لكنها
ليست بذات خطر على الحياة

ومن أهم الأسباب الداعية لاجابة النساء بالأمراض العصبية حالة معيشة الهيثة
الاجتماعية في هذه الأيام. فنساء الطبقة العالية الغنيات اللاتي يمرحن في أودية اللهب
والمسرات ويعشن عيشة البذخ والترف ولا يباشرن عملاً من الأعمال يشكون