

خطبهم على الجماهير و فرق الموسيقين العمي والحواة والمشعوذين والبلوانية و ارا اقصين  
وكثيرهم يقومون بالاعاب و حركات تستوقف الانظار و تستجلب اليها جماعات المنفرجين .  
يسير اخبانا الانسان بين صئين من الخازن فيعري جمهوراً كبيراً من الناس تجهبوا  
حول شاب في غاية الاناقة بخطب فيهم و يخلب اليهم باهمية موضوعه و بالفاظه العذبة  
الهدوية وهو يرشد العمل الي انطرق التي يستطيعون ان يتوصلوا بها الي جمع الثروة  
العائلة و ينصح لهم بان يقتصدوا من ايرادهم الاسبوغي و يضعوه في شركة كذا  
و كذا او يشترى به اسهما مالية من هذه الشركة او تلك و يبين لهم ان هذه الاسهم  
ترتفع اسعارها في البورصة فيجنون من وراء ذلك ارباحا طائلة و تربي على بعد مائة  
متر منه شاباً آخر متأقفا بخطب على الجماهير التي تكأ كأت حوله و يرشدهم الي جمع  
الثروة من طريق آخر وهو طريق المراهنه على خيل السباق و يدكر لهم اسم الخيول  
الشهيرة التي طالما جلبت للناس ارباحاً وافرة و عند ما ينهي خطابه يعرض للبيم نذاكر  
صادرة من احدي شركات السباق فيشتر منها الناس كثيرا  
و يستخدمون الاسواق عندهم لالقاء الخطب السياسية و لاسهامي في خلال الانتخابات  
العامة و قد جروا على ذلك من قبل مائتي عام و ازيد

## الصحة و العائلة

### الوقاية من التهاب الرئتين

لحفظ الاولاد من التهاب الرئتين يجب ان نراعوا الامور الآتية

- (١) لانسحو الاولادكم بالدفن من الاولاد المصابين باحدى اصابت البرد
- (٢) اتخاذ الوسائل الناجمة لتقوية الجسم و يسهل ذلك بتعويد الاولاد على الطرق  
الصحية الواقية من الامراض التي تنحصر فيها يأتي: في الحمية عن الطعام المضم  
و تنديهم بالأغذية السهلة المضم التي توافق معدتهم النخيفة و يجب تعويد الاولاد ان  
يتناولوا الطعام في اوقات محددة و لا تفلوا كلوئك الامهات اللاتي يحشين معد اولادهن  
بلا كولات المختلفة في أي وقت كان من النهار بلا اقطاع . ثم ترويض الاولاد على  
بوم في اوقات معينة . ثم النوم السكاني . ثم نظافة الجسم و اجتناب ابعفاء الاولاد في

غرف دافئة بواسطة المواقد

(٣) البسوا اولادكم بحسب الطقس . ففي الايام الباردة البسوه الملبس المدفئة  
ولاحظوا أن زيادة غسل جسم الاولاد في أيام البرد مضر  
وإذا كان الولد ينام في غرفة باردة فهذا مفيد له وإنما يجب تنظيفه بغطاء دافئ  
ثقيل . وإذا أدخلتموه صباحاً إلى غرفة دافئة متوفرة فيها الحرارة من الموقد أو من حرارة  
الشمس فلا يجب أن تغطوه بالغطائف الثقيلة التي تضغط على صدره وتزيد حرارة جسمه  
وإذا دخلت الام الي مخزن مع ولدها يجب عليها ان تحمل أزرار معطفه (البالطو)  
وإذا تبللت ملابس الولد من المطر أو من لبعه بالماء فيجب الاسراع الى تغييرها  
بملابس ناشئة

وإذا شعر الاولاد بالبرد فخرسوه على الركض والقفز والحركة حتى يدهأوا  
(٤) لا تهازنوا بأمر البرد وتأثيره . فان التهاب الرئتين يحدث في الغالب عندما  
يتهاون الناس بالبرد وبذلك يضعفون جسمهم  
إذا شعرت بالبرد اليوم فآخذ الطرق النعالة في نفس هذا اليوم ولا تؤجل ذلك  
الى الغد

وإذا شعرت بأن البرد أثر على جسمك فاضطجع حالا في السرير واشرب شرابا  
ساخنًا كالشاي أو الازهار أو التيليو وغط بغطاء ثقيل حتى تترق . وعندما تستيقظ  
من النوم نشف جسمك أو بدل الملابس البيضاء

وإذا رأيت أعراض سحتك مستمراً فاستدع الطبيب حالا  
وإذا مرضت بسبب البرد فاستعمل كأساً خاصة وحمضاً حاماً ومنشفة خاصة  
(٥) يجب توجيه الالتفات الى الناقمين من الحيراء والحصبة (أو السعال) لان  
هذين الداءين يعرضان صاحبهما الى التهاب الرئتين .

كل جسم يضعف بسبب المرض والجسم الضعيف يندو بسهولة ضحية لمرض آخر  
والمعلوم أن الجسم الضعيف بسبب المرض ينجي له عدة أسابيع لكي يصح تماماً  
وفي خلال هذه الاسابيع يجب وقاية الناقه من زيادة المل والتهاك الجسم ومن  
جميع الاضرار الاخرى

ومن المعلوم أيضاً أن المريض الناقه لا يجب أن يعود الي عمله الا برأى  
الطبيب و اشارته  
وبهذه الوسائل السهولة البسيطة يمكن حفظ الانسان من التهاب الرئتين الذي  
طالما حمل الي القبر ضحايا عديدة

### فالج القلب

اهتم الناس كثيراً بأنواع الموت الفجائي وبتسرع خاص وجهوا التفاهم الي  
فالج القلب الذي يسبب الموت الفجائي بدون انتظار أو بلحظة واحدة و كثيراً ما يقف  
الناس حيارى لعدم معرفتهم أسباب الموت الفجائي التي ينسبها الطبيب في الغالب  
الي فالج القلب

وفي هذه المقالة نحاول أن نوضح لحضرات قراننا ماذا يجب أن يفهموا من  
فالج القلب وفي الوقت نفسه نزيل الالتباسات التي نشوش أفكارهم لدي حدوث  
موت فجائي لبعضهم

ان علم الطب يسمي قلباً كل عضو من أعضاء الجسم توقف عن العمل فجأة كالمنخ  
أو مجموع بعض العضلات مما نراه كثير للحدوث في العضلات المتحركة كاللسان والوجه  
واليدين والرجلين وأحياناً نصف الجسم يرمته .

وبما أن القلب الذي هو عضو كامل مؤلف من عضلات فلا عجب اذا رأينا  
الانسان يصاب بفالج القلب

ومما تجب الاشارة اليه أن خاصة التقلص أو الانكماش وخاصة الارتخاء متعلقتان  
بالشرايين الرفيعة التي تتألف منها العضلات (بري أناظر في اللحم المسلوقة كثيراً أن  
العضلة تنجزاً الي أجزاء صغيرة كثيرة مؤلفة من عروق زرقية) ولكي تستطيع قوة  
التقلص ان تصل عملها نحتاج الي محرك يدفعها الي الحركة وهذا المحرك يأتيها من المركز  
العام لتنظيم العصبى أو عبارة أوضح من مخ الرأس أو من مخ الظهر . فلذا نحن مثلاً أردنا  
أن نحني يدنا فانه يجري من مخ الرأس ما يشبه الجري الكهربائي ويسير الي جانب  
مخ الظهر ثم يتصاعد من قناة الظهر وبمحاذاي الكنف ويسري الي اليد ويحركها  
وذلك يسمي بالحركة الاختيارية . وإذا نحن لم نفكر بتحريك يدنا ولا مست سهواً

جسماً حراً فإن اليد تنفض بسرعة قبل أن يصل الألم إلى الشعور . وهنا تعمل آلة أو توماتيكية موجودة في المخ الظهري ونسبى هذه الحركة غير اختيارية أو حركة منمكة أن حركة عضلات القلب تشتمل في خفقانه أو ضرباته المتواصلة بدون انقطاع أعنى بانكاشه وارتخائه وهذه الحركة يديرها النظام العصبي العام الذي يتند منه الى القلب عدة أعصاب وعدا ذلك ففي داخل القلب موضوعة أيضاً عقد عصبية متصلة تساعد بدورها القلب في عملية النقبض ولها أهمية عظمي في حياة الانسان وسلامة القلب لانها اذا تأثرت بسبب مرض من الامراض يتوقف القلب عن الحركة وقد أصبح مفهومنا أن عمل العضلات يتوقف لاسباب مختلفة : (١) اذا كانت العضلة تسعدت بسم من السموم أو اذا أصيب بصدمة قوية (٢) إذا توقف العصب عن العمل وتريد به العصب الذي يعطيها الحركة (٣) إذا تار المركز العصبي في مخ الرأس أو مخ الظهر الذي يدير حركة العضلات

وعضلة القلب لا تمتاز في شيء عن بقية العضلات وتوقف حركة القلب تحدث بسبب مرض العضلة القلبية أو بسبب مرض الأعصاب التي تمتد إلى القلب أو من مرض المراكز العصبية لمخ الرأس التي تدير حركات القلب

أن كل مرض تقبل بصيب الانسان يؤثر على القلب تأثيراً شديداً ويتأثر أيضاً من انهالك الجسم بالنعيب المضني واذا زاد المرض أو زاد النعب فان القلب يتوقف عن الحركة وفي مثل هذه الحالة يكون الموت محققا ويجوز لنا بهذا المعني أن نقول أن كل موت هو مسبب من فالج القلب وفي بعض الاحيان تتوقف حركة القلب قبل الوقت الذي قدره لها حتى أن الأطباء يجارون في هذه الحالة ولا يجدون مخلصا للاجابة عن حالة المريض إلا بقولهم أن القلب أصيب بالفالج ويحدث أحيانا أن الانسان يكون صحيح الجسم وفي صحة تامه ويقع فجأة ميئاً على أثر اصاب جسمه أو اصابته بفترة على صدره أو بطنه أو وجوده في حالة غضب شديد أو خوف مرعب ولدى تشريح جسمه يظهر أن موته تسبب عن توقف حركة القلب ثم أن مرض الزهري وغيره من الامراض الفتاكة التي تسري في الجسم في الخفاء تؤثر على القلب تأثيراً شديداً وتوقف حركه وتعود المصاب إلى الموت المحقق السريع