

التدبير العام

في

الصحة العامة

تأليف

الإكبر الكاشي

حكيمباشي محافظة مصر

وحكيمباشي استتالية مديرية النجوم ومفتش صحة مدير
والقليوبية والبحيرة سابقاً

حقوق الطبع محفوظة

A
GENERAL GUIDE-BOOK
IN
HEALTH and DISEASE

obeykandl.com

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مقدمة

الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يراه إلا المرضى . كما قال أحد فلاسفة الأطباء الأقدمين . ولما كانت قوانين الصحة وطرق تدبيرها للوقاية من الأمراض قبل حدوثها ولشفائها بعد الوقوع فيها لا تعلم جيداً ما لم يعلم أولاً تركيب جسم الإنسان ووظائف أعضائه المختلفة رأيت أن أقدم الكلام على تركيب الجسم الإنساني ووظائف أعضائه تمهيداً لما سأورده من القوانين الصحية الشاملة لمعيشة الإنسان في جميع أطوار حياته وقد قسمت ذلك إلى أبواب وفصول متتابعة يتوقف فهم بعضها على بعض كما سترى

الباب الاول

جسم الانسان

يتركب الجسم من أجزاء عديدة وهي النظام . وأجزاء أقل صلابة
وهي الغضاريف . وأجزاء رخوة وهي العضلات . والأربطة والأوتار
والشرايين : والبالوردة : الأعصاب . وسائلة وهي الدم . والسوائل الأخرى
التي عندها مدار الحياة

الهيكل العظمي

يتكون مجموع العظام من الرأس . والجذع . والأطراف
فالرأس — عبارة عن علة عظمية تحتوي على المخ والمخيخ
وتتكون من جملة عظام تتصل ببعضها بتدوير في الجهة الأمامية
للرأس توجد عظام الوجه

الوجه — يتكون من جملة عظام تتكون جملة تجاوي وفيها
أعضاء الحواس كالمعين مجلس البصر . والانف مجلس الشم .

والأذنين مجلس السمع . والفم مجلس الذوق
ويوجد في الجزء المقدم العلوي للعنق بأعلى غضاريف الخنجرية
عظم هلامي يسمى بالعظم اللامي

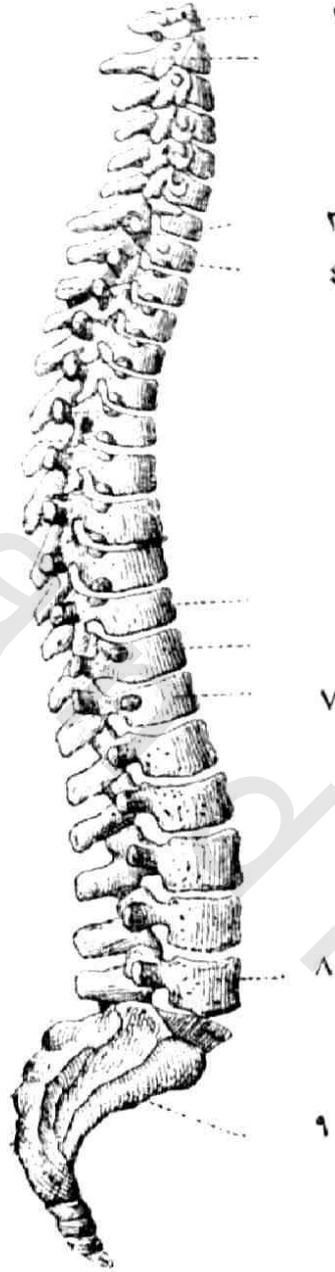
شكل (١) الرأس *



* (١) (العظم الجبهي) (٢) احد العظمين الجداريين (٣) احد العظمين
الصدغيين (٤) العظم المؤخري (٥) العظم الأثني (٦) العظم الوجني (٧)
الفك العلوي (٨) العظم الظفري (٩) الفك السفلي

الجذع — يتكوّن من العمود الفقري المكوّن من جملة عظام
تسمى بالفقرات التي باجتماعها مع بعضها تكوّن ساقاً عظميةً محفورة
من الوسط كقناة فيها نخاع الشوكي وتمتد من الرأس المحمول عليها
الى الحوض

شكل ٢ العامود الفقري — اي سلسلة الظهر *



* من ١ لفاية ٣ فقرات العنق وعددها سبعة ومن ٤ لفاية ٧ فقرات الظهر وعددها ١٢ ولفاية ٨ فقرات القطن وعددها ٥ (٩) متجمعة مع بعضها ويتكون منها عظم العجز والمصعص الاول من خمس فقرات والثاني من اربع وبجانب الفقرات توجد جملة ثقب ثخروج منها اوعية النخاع وأعصابه

الاضلاع — هي أقواس عظمية تتصل بالفتحات من الخلف
و معظم القوس من الامام بواسطة غضاريف وعددها ١٢ من كل جهة وهي
المكونة للقفس الصدري المحتوي على الاحشاء الصدرية القلب والرئتين

الاطراف — أربعة اثنان علويان واثنان سفليان

الطرفان العلويان — يتركبان من المنكب والمضد . والساعد
واليد ومنفصلتهما جذب الاجسام الخارجية جهة الجسم أو دفعها عنه

المنكب — يتكون من عظم الترقوة من الامام ومن عظم

اللاوح من الخلف

المضد — يتصل من أعلى بعظم اللاوح ومن أسفل بعظم الساعد

الساعد — يتكون من عظمين موضوعين بجانب بعضهما وينضمان

بعضر فيهما العلويين مع العضد وبطرفيهما السفليين مع اليد

اليد — تتكون من الرسغ . والمشط . والاصابع

الرسغ — يتكون من ثمانية عظام مكونة في صفين

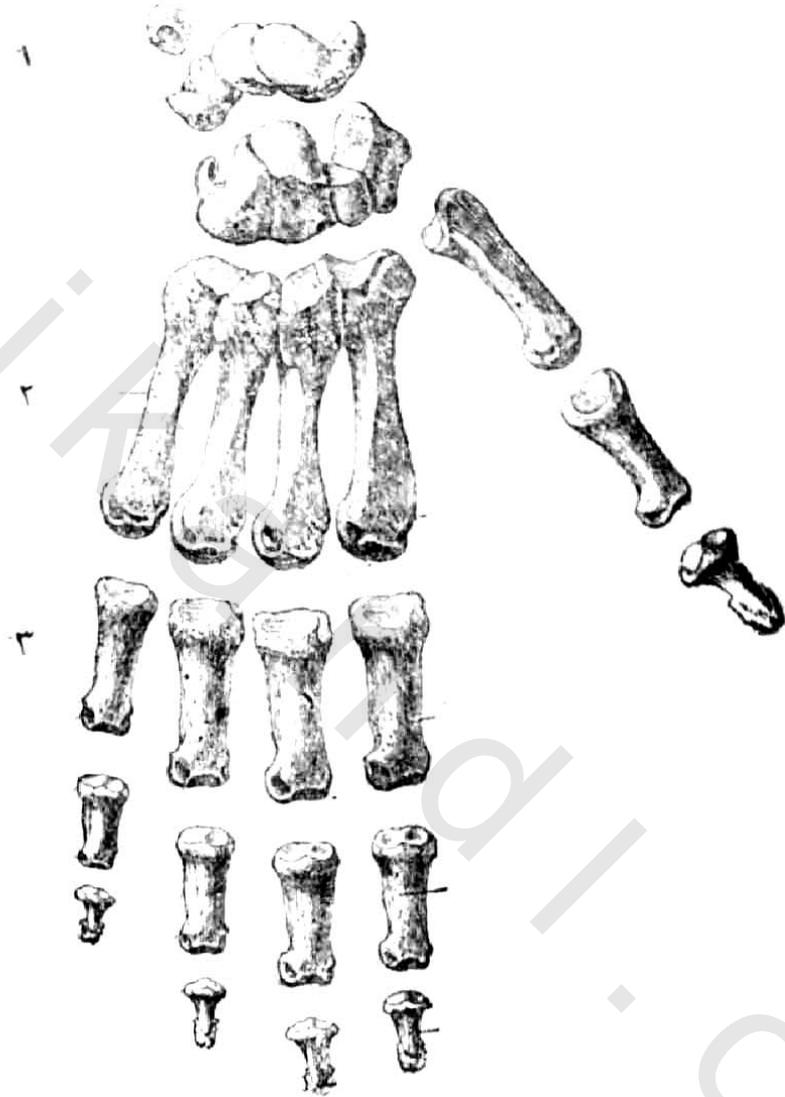
المشط — المعروف بالكف يتكون من خمسة عظام طويلة وهي

تحمل الاصابع

الاصابع — مكونة كل منها من ثلاث سلاميات ماعدا الابهام

فانها مكونة من اثنين فقط

شكل (٣) عظام اليد وسلاميات الاصابع *

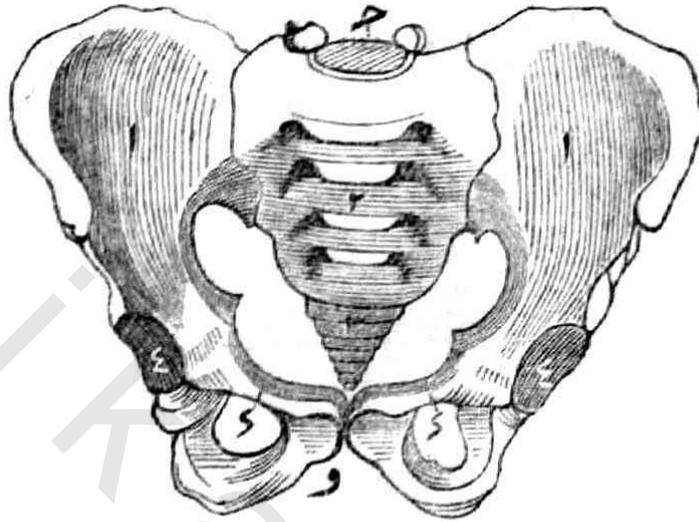


* (١) عظام الرسغ (٢) عظام المشط (٣) عظام سلاميات الاصابع

الطرفان السفليان - مكونان من الحوض والفخذ والساق والقدم
الحوض - مكون من العظامين الحرقفيين وكل منهما مكون من

ثلاثة عظام

شكل (٤) عظام الحوض *



* (١) و (١) العظام الحرقمانيان (٢) العصص (٣) العجز
(٤) و (٤) الحفرتان الحقيتان لرأس الفخذ

الفخذ — عظم طويل يتصل من أعلى بعظم الحرقفة ومن

أسفل مع الساق

الساق — مكونة من عظامين كالساعد يتصلان من طرفهما العلوي

بالطرف السفلي للفخذ ومن الأسفل بالقدم

. وفي المفصل المكون من انضمام الساق بالفخذ أي مفصل الركبة

يوجد عظم صغير مستدير يسمى بعظم الرضفة

القدم — تتكون من عظام الرسغ . والمشط والاصابع كهظام اليد

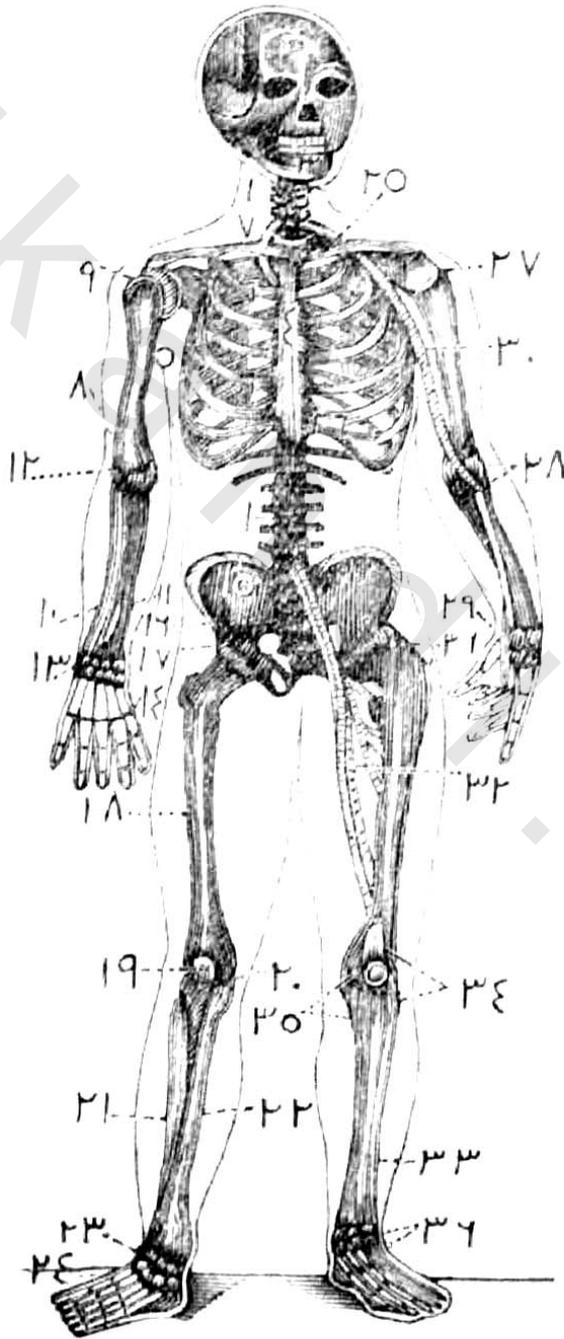
شكل (٥) عظام القدم وسلاميات أصابعه *



* (١) عظم العقب (٢) الكعب الانس (٣) الكعب الوحشي (٤) عظام
الرسغ (٥) عظام المشط (٦) سلاميات الاصابع

شكل (٦) الهيكل العظمي من الامام *

- (١) العمود الفقري (٢) الجمجمة (٣) الفك السفلي (٤) القوس (٥) الاضلاع (٦) غضاريف الاضلاع (٧) الترقوة (٨) العضد (٩) المنكب (١٠) الكعبرة (١١) الزند (١٢) المرفق (١٣) عظام رسغ اليد (١٤) اليد (١٥) العظم الحرقفي (١٦) المعجز (١٧) الورك (١٨) الفخذ (١٩) الرضفة (٢٠) الركبة (٢١) الشظية (٢٢) القصبة (٢٣) الكاحل (٢٤)



- الرجل (٢٥) و (٢٦) اربطة القوس والترقوة والاضلاع (٢٧) و (٢٨) و (٢٩) اربطة المنكب والمرفق والرسغ (٣٠) الشريان المضدي الكبير (٣١) اربطة الورك (٣٢) الشريان الفخذي الكبير (٣٣) الساق (٣٤) و (٣٥) و (٣٦) اربطة الرضفة والركبة والكاحل

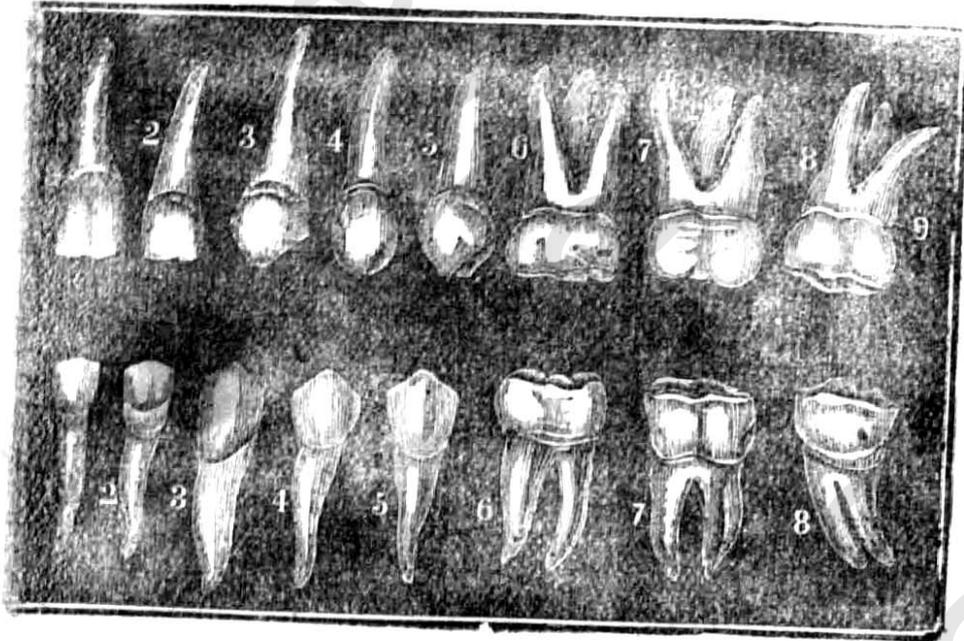
شكل (٧) الهيكل العظمي من الخلف *



- * (١) العظم المؤخري (٢) فقرات الظهر (٣) الاضلاع (٤) العجز
(٥) العظم الحرقني (٦) عظم اللوح (٧) العضد (٨) الكعبره (٩) الزند (١٠)
اللوحة (١١) الفخذ (١٢) القصبة (١٣) الشظية (١٤) الرجل

الاسنان — هي تولدات عظمية توجد في أسناخ الفك العلوي والسفلي وعددها ٣٢ في كل فك ١٦ وهي على ثلاثة أنواع . قواطع ، وأنياب ، وأضراس ، ولكل منها وظيفة خاصة بها فالقواطع تقطع الاطعمة وتفتتها والانياب تمزقها والاضراس تطحنها . وعدد القواطع ثمانية ، اربع في كل فك والانياب اربع اثنان في كل فك والاضراس عشرون في كل فك عشرة منها

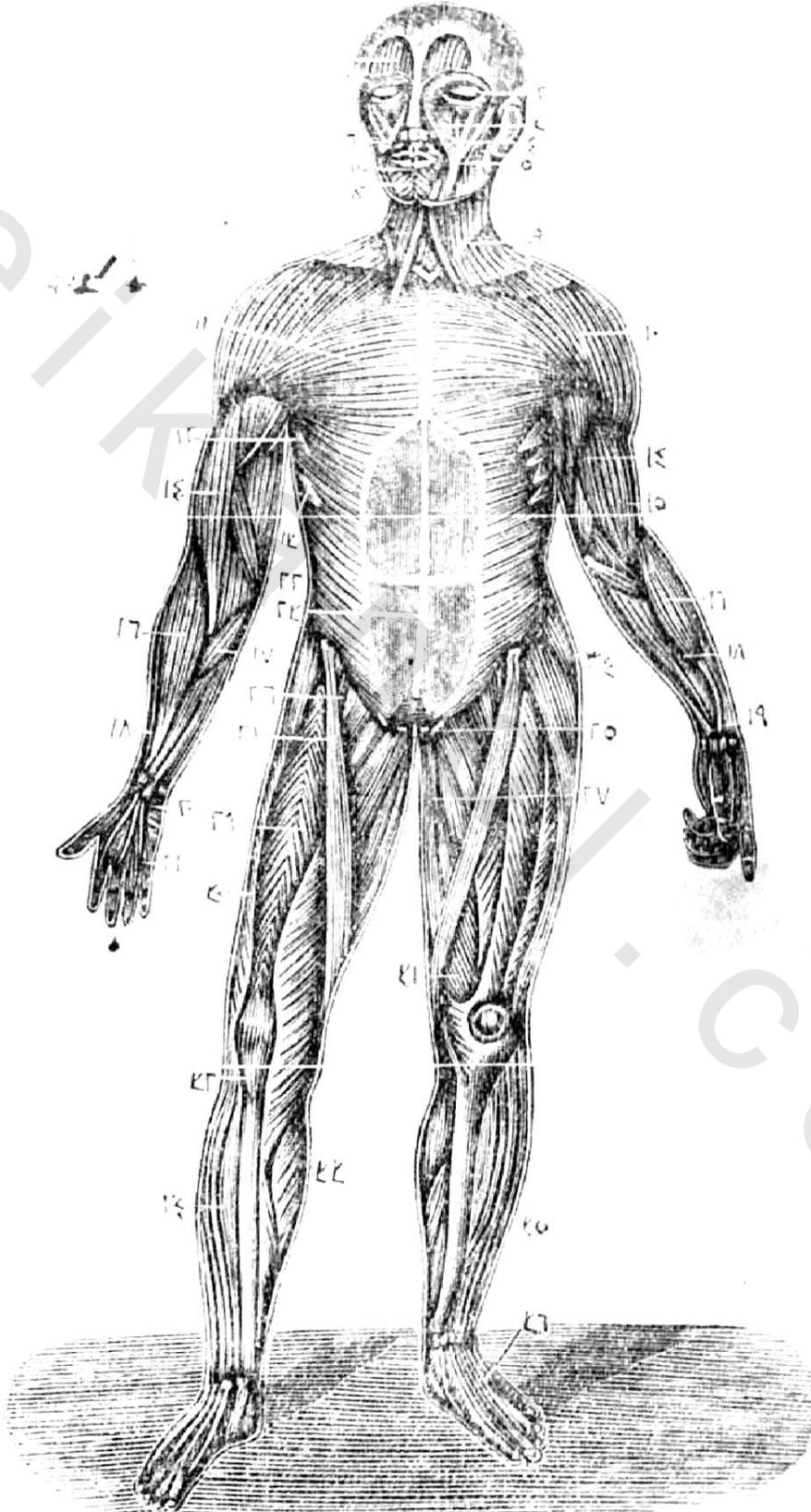
شكل (٨) أسنان نصف الفك العلوي والسفلي *



* (٢٠١) القواطع (٣) انياب (٥٤) الاضراس المتقدمة (٧٦)
الاضراس الخلفية أي الطواحين (٨) ضرس العقل

العضلات — وتعرف عند السامة باللحم وهي التي تكسو العظام ومعدة لحركة الاعضاء بقوة انقباضها وانبساطها وأشكالها مختلفة باختلاف وظائفها وكل منها له وظيفة

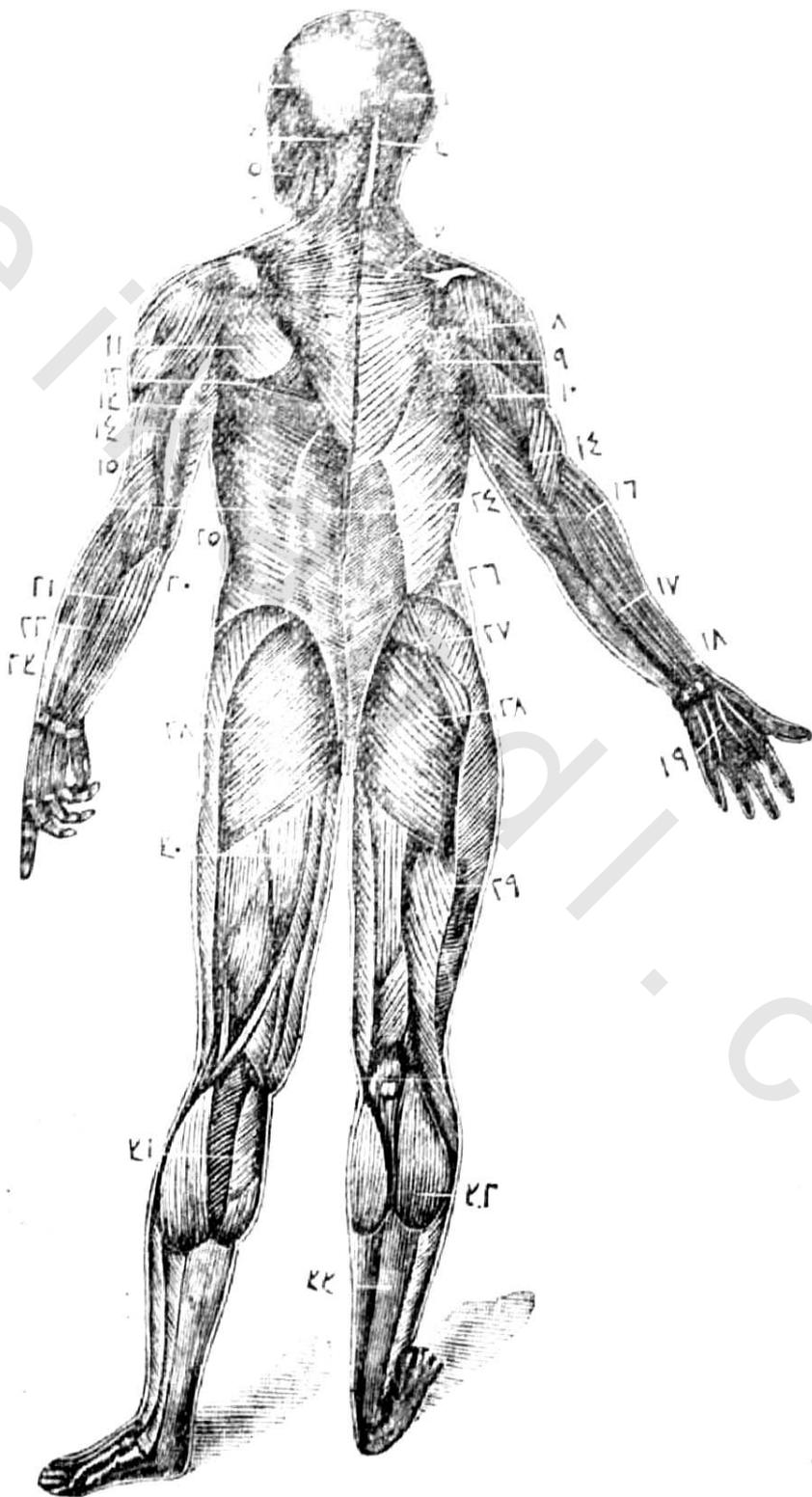
شكل (٩) عضلات الجسم من الامام *



* (١) العضلة الجبهية المؤخرية (٢) الخيطية بالجنين (٣) راحة الكتفة العليا وجناح الانف (٤) العضوية (٧) حاصرة الفم (٨) خافضة الكتفة السفلى (٩) العظيمة الصدرية (١٠) الباطنة الكبيرة (١١) الكتفة البرومة

(١٢) عضلة الكتف (١٣) عضلة الكتف (١٤) عضلة الكتف (١٥) عضلة الكتف (١٦) عضلة الكتف (١٧) عضلة الكتف (١٨) عضلة الكتف (١٩) عضلة الكتف (٢٠) عضلة الكتف (٢١) عضلة الكتف (٢٢) عضلة الكتف (٢٣) العضلة الايقن (٢٤) العضلة الايقن (٢٥) العضلة الايقن (٢٦) العضلة الايقن (٢٧) العضلة الايقن (٢٨) العضلة الايقن (٢٩) العضلة الايقن (٣٠) العضلة الايقن (٣١) العضلة الايقن (٣٢) العضلة الايقن (٣٣) العضلة الايقن (٣٤) العضلة الايقن (٣٥) العضلة الايقن (٣٦) العضلة الايقن (٣٧) العضلة الايقن (٣٨) العضلة الايقن (٣٩) العضلة الايقن (٤٠) العضلة الايقن (٤١) العضلة الايقن (٤٢) العضلة الايقن (٤٣) العضلة الايقن (٤٤) العضلة الايقن (٤٥) العضلة الايقن (٤٦) العضلة الايقن (٤٧) العضلة الايقن (٤٨) العضلة الايقن (٤٩) العضلة الايقن (٥٠) العضلة الايقن (٥١) العضلة الايقن (٥٢) العضلة الايقن (٥٣) العضلة الايقن (٥٤) العضلة الايقن (٥٥) العضلة الايقن (٥٦) العضلة الايقن (٥٧) العضلة الايقن (٥٨) العضلة الايقن (٥٩) العضلة الايقن (٦٠) العضلة الايقن (٦١) العضلة الايقن (٦٢) العضلة الايقن (٦٣) العضلة الايقن (٦٤) العضلة الايقن (٦٥) العضلة الايقن (٦٦) العضلة الايقن (٦٧) العضلة الايقن (٦٨) العضلة الايقن (٦٩) العضلة الايقن (٧٠) العضلة الايقن (٧١) العضلة الايقن (٧٢) العضلة الايقن (٧٣) العضلة الايقن (٧٤) العضلة الايقن (٧٥) العضلة الايقن (٧٦) العضلة الايقن (٧٧) العضلة الايقن (٧٨) العضلة الايقن (٧٩) العضلة الايقن (٨٠) العضلة الايقن (٨١) العضلة الايقن (٨٢) العضلة الايقن (٨٣) العضلة الايقن (٨٤) العضلة الايقن (٨٥) العضلة الايقن (٨٦) العضلة الايقن (٨٧) العضلة الايقن (٨٨) العضلة الايقن (٨٩) العضلة الايقن (٩٠) العضلة الايقن (٩١) العضلة الايقن (٩٢) العضلة الايقن (٩٣) العضلة الايقن (٩٤) العضلة الايقن (٩٥) العضلة الايقن (٩٦) العضلة الايقن (٩٧) العضلة الايقن (٩٨) العضلة الايقن (٩٩) العضلة الايقن (١٠٠) العضلة الايقن

شكل (١٠) عضلات الجسم من الخلف *



* (١) العضلة الصدرية (٢) المؤخرية الخفية (٣) الماخذة (٦) القصبة الرقوية الخفية (٨) الدالية (١٥) الباطنة الكبيرة

(١٦) الكبة الكبيرة (١٧) الباطنة بين الاصابع (١٨) باطنة عظم الابهام (٢٩) ذات الرأسين الفخذية (٣٣) وتر اكل

الاربطة — مادة مرنة أقل صلابة من الغضاريف ووظيفتها
ربط العظام ببعضها وموضوعه بقرب المفاصل ومرتبطة بالعظام
الاقتراب — توجد في أطراف المفاصل وترتبط بالعظام لتحريك
العظام عند انقباض العضلات

الغضاريف — مادة لينة أقل صلابة من العظام ووظيفتها
تنطية أطراف العظام

الاعصاب — عبارة عن حبيبات صغيرة يتضاء متفرعة الى جملة
فروع وفروع متبثة في جميع نقط الجسم ووظيفتها الحس والحركة
الشرايين — هي أوعية ناشئة من القلب بجذعين اصليين تفرع
منها جملة فروع وفروع في جميع نقط الجسم بشكل قنوات
مستطيلة يمر منها الدم الشرياني وليس بها صمامات أي حواجز
الاوردة — هي قنوات مستطيلة كالشرايين يمر فيها الدم
الوريدي جدرها أرق من الشرايين ولذا تنطبق على بعضها عند
فراغها من الدم بخلاف الشرايين فانها تبقى منفتحة وبها صمامات لمنع
رجوع الدم أثناء سيره بها

الغدد — هي أعضاء تختلف في الحجم والشكل ووظيفتها افراز

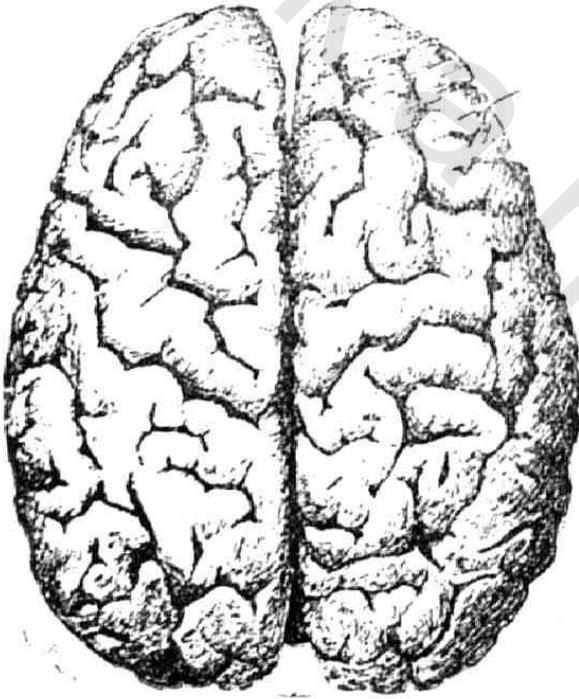
المواد كالكالسيوم من الغدة النبائية في الفم والصفراء من الكبد والبول بواسطة الكلتيين والابن من الثدي . ويحتوي الجسم على أعضاء حيوية لا حياة له بدونها وهي

المجموع العصبي

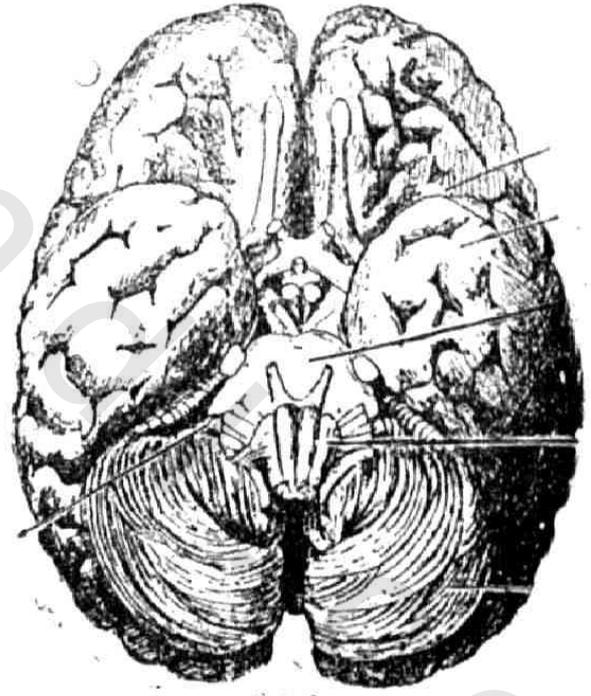
يتكون من المخ والمخيخ والنخاع الشوكي والنخاع المستطيل والاعصاب والنظم السباتوني

المخ --- ويسمى بسلطان الارادة وهو الجزء الاكبر من باقي اجزاء الدماغ وموضوع في الجزء المتقدم العلوي من تجويف الجمجمة وهناك ثلاثة غشاءات تسمى بالسحايا وظيفتها رقابة المخ من الصدمات التي تطرأ على الجسم ووظيفة المخ ادارة الحواس الخمس أي ان الانسان لا يبصر ولا يسمع ولا يشم ولا يذوق ولا يحس ولا يتحرك الا بواسطة ولذا سمي بسلطان الارادة فهو الحاكم العام على تلك الوظائف ويخرج منه اعصاب تمتد لهذه الاعضاء وتغيرها لتوصل له الارادة ليحكم بها

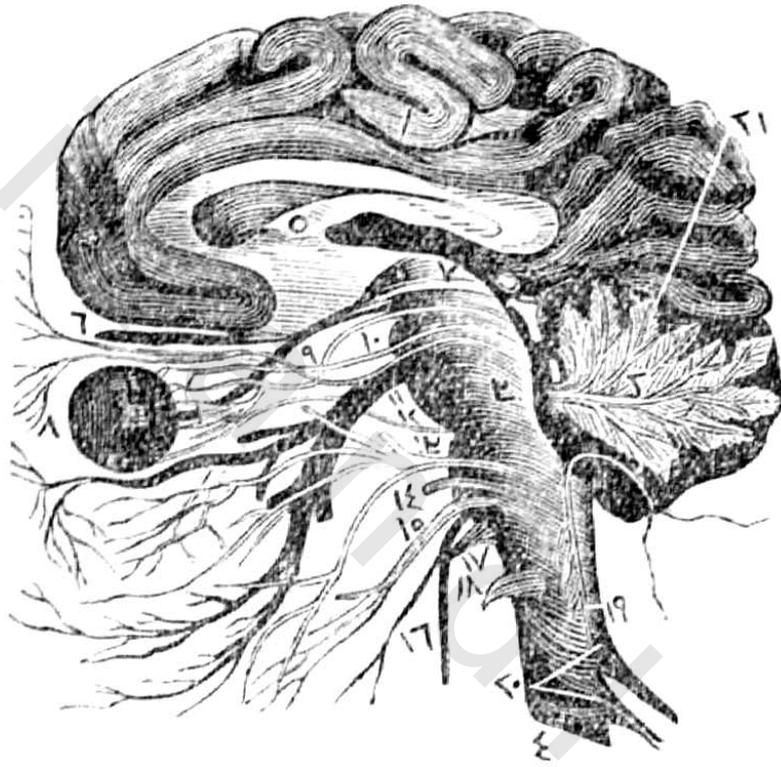
شكل (١٢) السطح العلوي للمخ



شكل (١١) السطح السفلي للمخ

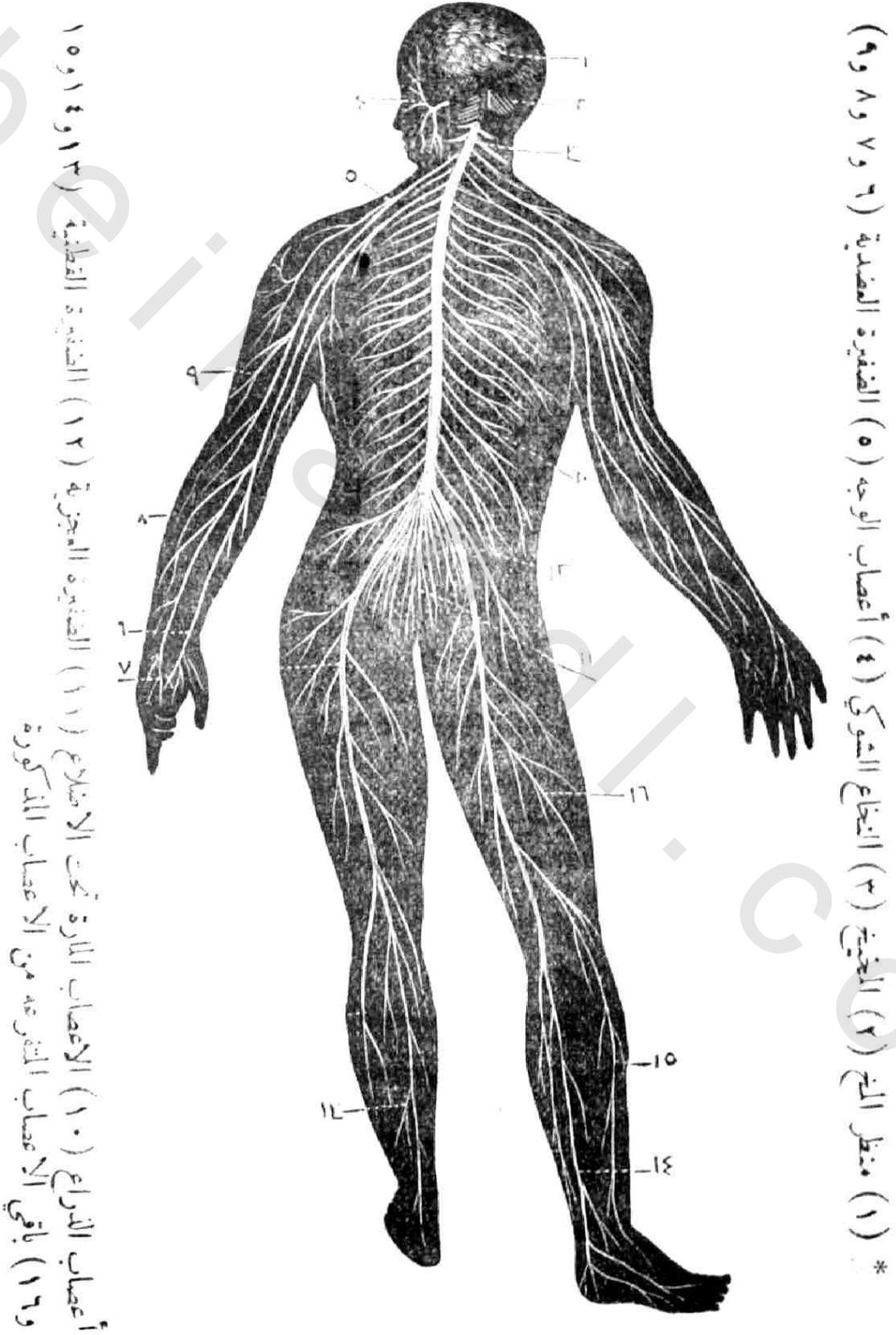


شكل (١٣) مقطع المخ والنخاع وأعلى النخاع الشوكي
والاعصاب الخارجة منه *



- * (١) منظر المخ (٢) النخاع تظهر فيه هيئة شجرة الحياة (٣) النخاع
المستطيل (٤) النخاع الشوكي (٦) العصب الشمي (٧) العصب البصري (٨)
أعصاب القلة (٩ و ١٠ و ١٢) أعصاب تتفرق في عضلات العين (١١) أعصاب
الذوق والاسنان (١٣) الأعصاب المتفرقة مع الوجه (١٤) العصب السمعي
(١٥ و ١٦ و ١٨ و ١٩) أعصاب متفرقة في اللسان والحنجرة والعنق (٢٠)
الأعصاب الشوكية

شكل (١٤) منظر الدماغ والنخاع الشوكي من الخلف والاعصاب الخارجة منه *



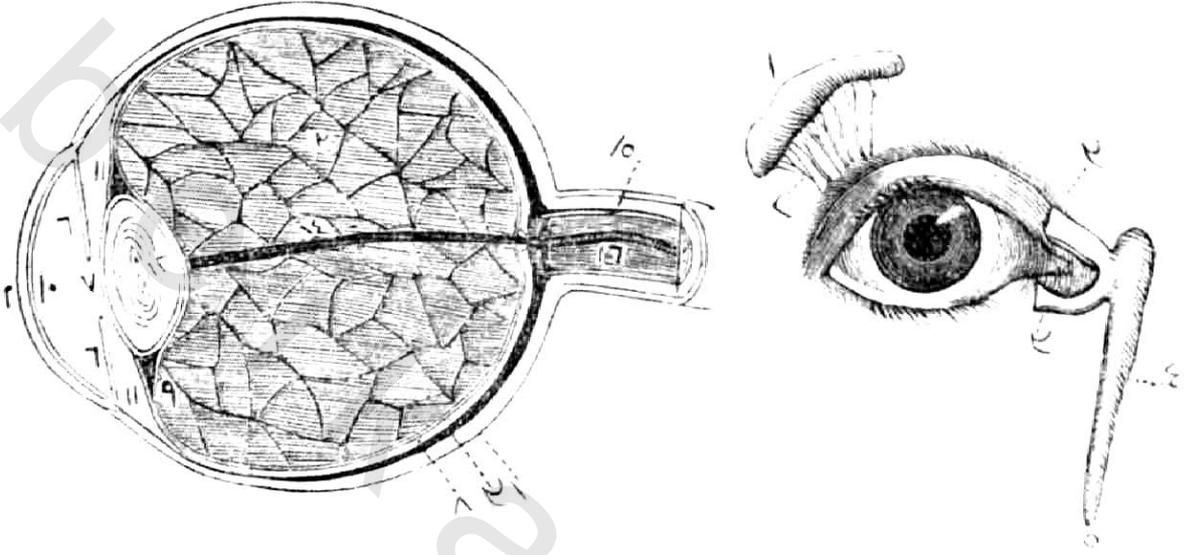
العظيم السمبأوى — يتكون من عدة عقد منضمة مع بعضها بواسطة خيوط عصبية تمتد على طول العمود الفقري ويخرج منه جملة فروع الى الاعضاء تغير الارادية كالقلب والرئتين والمعدة ووظيفته ادارة التنفس والدورة والمضم بدون انقطاع ليلاً ونهاراً

الحواس الخمس

حاسة الابصار — العينان تتضمنا الابصار تتكون من اجزاء اصلية و اجزاء اضافية فالاصلية تتجسم مع بعضها مكونة لجسم كروي الشكل يسمى كرة العين والاتسافية موضوعة حول هذه الكرة ومنفعتها تنحصر في ثلاثة اشياء (الاول) سقفا الكرة من المرثرات الخارجية وهذه الوظيفة تؤدي بواسطة الابصار والحواجب (الثاني) لتنظيف وغسل وانزلاق اسطح الشفاف للكرة وذلك بواسطة الجهاز الدمعي (الثالث) لتحريك كرة العين وجعلها في موضع مناسب لقبول الاشعة الضوئية وتؤدي بواسطة العضلات

شكل ١٥ *

شكل ١٦ مقطوع كرة العين ** *



* (١) الغدة الدمعية (٢) القنوات الخارجة منها الى العين (٣) ميق العين وفيه فتحة القناة الدمعية الواصلة للأنف

** (١) كرة العين مركبة من أجزاء حافظة وهي الاغشية تعد من الظاهر الى الباطن وهي (١) الصلبة (٢) القرنية (٣) المشيمية (٤ و ٥) الفزجية (٦) الحدقة (٧) الشبكية (٨ و ٩) خزانة العين (١٠ و ١١) البلورية (١٢) الجسم الزجاجي (١٣) العصب البصري (١٤ و ١٥) أحد شرايين العين

كيفية الابصار — ان الاشعة الآتية من أي مرئي تدخل في العين من القرنية الشفافة وتمر في الحدقة (النبي) فالأوساط الشفافة ثم تسقط على الشبكية وترسم عليها صورة المرئي وبواسطة العصب البصري المفروش على الشبكية تنتقل الصورة الى المخ فيحكم بها

حاسة السمع — مجلسها الاذن وبواسطتها تعرف الاصوات والحكم

على نفقاتها وتتكون من ثلاثة أجزاء وهي الظاهرة . والمتوسطة .
والباطنة

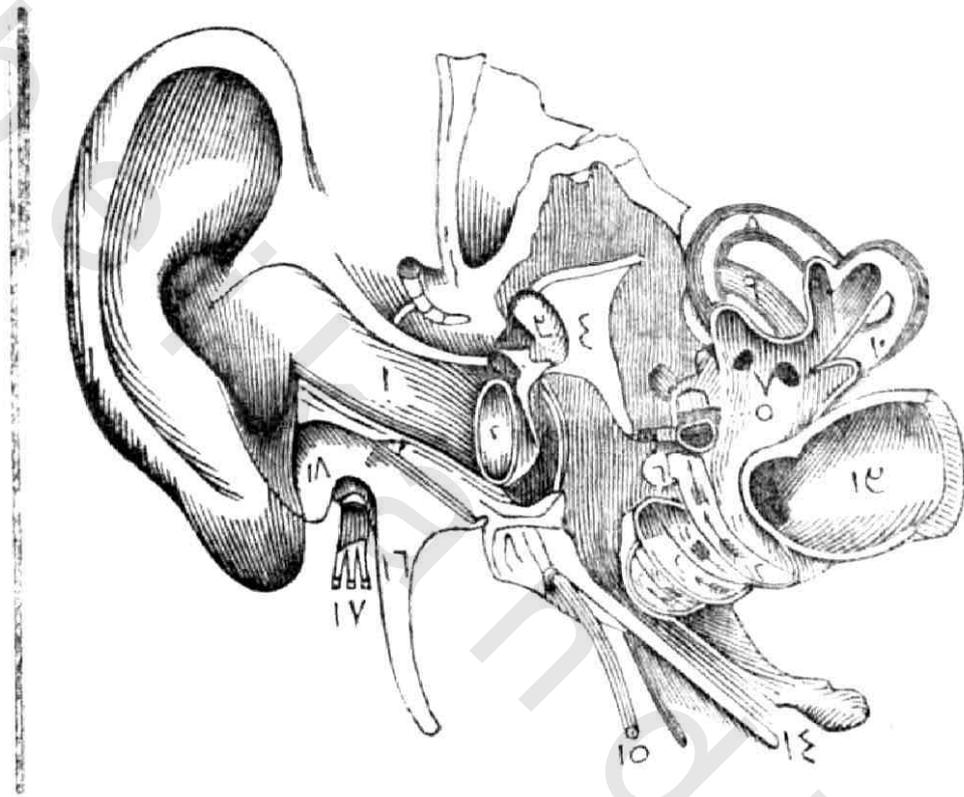
فالظاهرة مركبة من الصيوان والقناة السمعية الظاهرة . والمتوسطة
وتسمى بصندوق الطبلة وهو منفصل عن القناة السمعية بغشاء الطبلة .
وهذا التجويف يتصل مع الجدار الخلفي للحلق بقناة تسمى بوق
استاكوس المتصلة بالبرم ووظيفة هذه القناة توصيل الهواء داخل
الصندوق . ووظيفة غشاء الطبلة الحركة والاهتزاز بالاهتزازات الصوتية
التي تدخل في القناة السمعية فتنقل من الهواء في قناة استاكوس
داخل صندوق الطبلة يحصل توازن في الضغط الجوي الخارجي

وفي باطن الاذن المتوسطة عظام صغيرة متصلة ببعضها على
هيئة سلسلة تمتد في غشاء الطبلة الى الاذن الباطنة (وهي المطرقة
والسندان والركاب) ووظيفتها توصيل اهتزازات الاصوات التي تقع
على غشاء الطبلة الى الاذن الباطنة

أما الاذن الباطنة فتتكون من ثلاثة تجاويف . الدهليز والقنوات

النصف هلالية والقوقعة

شكل (١٧) صيوان الاذن والقناة السمعية والاذن الباطنة *



* (٢ و١) الطبله (٣ و٤ و٥ و٦ و٧) الدهليز وعظيمات السمع (٨ و٩ و١٠) قنوات النصف هلايه (١١ و١٢) القوقعة ١٣ العصب السمعي

كيفية حصول السمع — تمر الاصوات في طبقات الهواء وتصل الى صيوان الاذن فيجمعها ويوصلها الى القناة السمعية الظاهرة فتقرع غشاء الطبله فتهتز عظيمات السمع والهواء الموجود في الاذن المتوسطة ويصل الى الاذن الباطنة فتتأثر فروع العصب السمعي وتوصل الأصوات بمخاتها الى المخ فيحكم بها

حاسة اللمس — ومجلسها الجلد وهو العضو المهم في حاسة اللمس

وهو افاقة تغلف السطح الظاهر للجسم ووظائفه اللمس ومجلس
لافرزاته الفضلية كالعرق والافرازات الدهنية ومجلس لاعضائه
الاضافية كالشعر والاطافر . وتختلف حاسة اجزائه بالنسبة لكثرة
وجود الأعصاب التي تنتهي فيه وقتها . وبعض أعضائه الاضافية
موضوع في سمك الادمة كالغدد الدهنية وغدد العرق وبعضها بارز
من البشرة كالشعر والاطافر ويختلف سمك الجلد باختلاف اجزائه
ففي بعضها يكون سميكاً وفي بعضها رقيقاً وهو مركب من طبقتين
احدهما سطحية تسمى بالبشرة واسفلها يسمى بالادمة فالبشرة هي
الطبقة الظاهرة الخالية من الاوعية والأعصاب وتتركب من خلايا
بشرية موضوعة فوق بعضها متى تمددت وتكاثرت تسقط على هيئة قشور
أما الادمة فهي الطبقة الفائرة من الجلد المكون لهيكله وهي
محتوية على أوعية وأعصاب كثيرة

منفعة البشرة وقاية السطح الظاهر لادمة الجلد ومنع تصاعد
التبخير المائي بكمية عظيمة

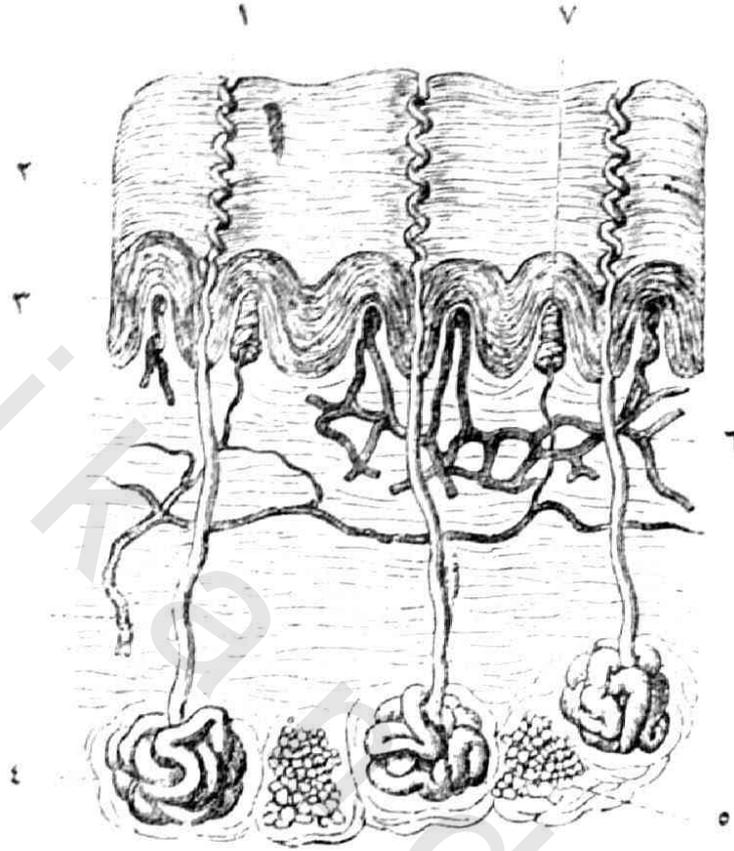
الغدد الدهنية تندي سطح البشرة وتصيره سلساً ذا قوام رخو
ومنع تأثير الهواء والعرق فيه وكذا تمنع انفصال الخلايا البشرية

وتوجد بعض الحيوانات كالأوز والبط فيها الغدد الدهنية بكثرة
وهي التي تعينها على العوم

وأما غدد العرق فتوجد في جميع الجلد تقريباً بحيث أن سطح
الجلد يكون له هيئة غرابالية بسبب وجود فتحات قنواتها وينفـرز
العرق من باطنها

وخرج العرق من البنية نافع جداً ويزداد في بعض الأمراض
كالسعال أو في انتهاء دور الأمراض الحمية كالحمى التيفوسية ويزداد أيضاً
من تعاطي الأدوية المعرقة كالشاي والزيثون والمشروبات الروحية
ومن التعرض للحرارة وعمد الأشغال الشاقة والمجهودات العضلية
وغدد العرق مرتبطة بغدد البول فإذا قل أحدهما زاد إفراز الآخر
ولذا نجد أن العرق يزداد في زمن الصيف وبالعكس في زمن الشتاء
في الحالة الصحية ومن منافع العرق تنقيص درجة الحرارة في الجسم
وتنذية الجلد

شكل (١٨) *



* (١) فوهات غدد العرق (٢) بشرة الجلد (٣) الادمه (٤) غدد العرق
(٥) الغدد الدهنيه (٦) الاوعيه الدمويه (٧) انتهاء فروع اعصاب الحس

أما الاظافر فهي أعضاء مسطحة مربعة منحنية موضوعة على

الوجه الظهري للسلاميات الاخيرة لاصابع اليدين والقدمين

ومنفعة الاظافر وقاية الوجه الظهري لاطراف الاصابع وتكوين

نقطة ارتكاز لللب طرف الاصابع الذي يزيد في احساسها

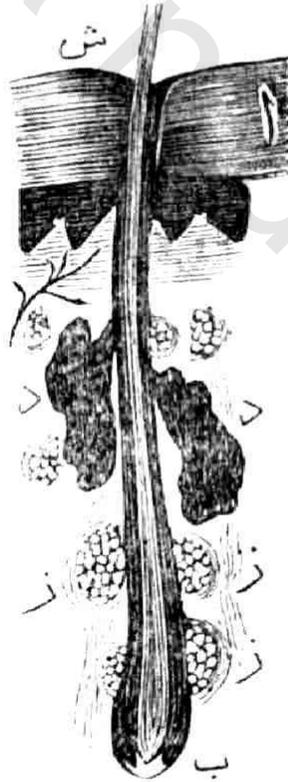
أما الشعر فهو أعضاء خيطية الشكل مفروسة في الجلد في اكياس

صغيرة توجد في جميع سطح الجسم ما عدا راحة اليدين وانحصى

القدمين والوجه الظاهر لمفاصل أصابع اليدين والقدمين وبعض
أعضاء أخرى

ويختلف لون الشعر باختلاف مقدار الحبيبات الملونة الموجودة
في خلاياه فتكون سميكة عند الأشخاص ذوي الشعر الاسود وأما
الشيب عند التقدم في السن فهو من فقد المادة الملونة فيه

شكل (١٩) بصيلة الشعر وغدد العرق والغدد الدهنية
حولها وبشرة الجلد وادمته*



* (ب) بصيلة الشعره (ز وز وز) غدد العرق (د ود) الغدد الدهنيه (ا)
بشرة الجلد فوق الادمه (ش) الشعره

حاسة الذوق — ومجلسها اللسان وهو الذي بواسطة يمكننا
تمييز طعم الاغذية عن بعضها والتكلم ورفع البلعة الغذائية بعد طحنها
بالاسنان وتنديتها باللعاب والقائها في الفم الخلفي لازدراجها ويشترط
ان يكون مندى بافراز اللعاب المنفرز بالغدد اللعابية لانه اذا كان
جافاً لا يمكن ان يميز الطعم

واللسان عضو هورني موضوع في قاع الفم ووجهه العلوي غير
مستو بسبب وجود الملمات اللسانية المخصوصة بالذوق والحلمات
المذكورة المنتشرة على سطحه ذات اشكال مختلفة وكل منها له وظيفة
في تمييز الطعام في اسطالة السحبية

ثم ان الفم محاط بغدد تفرز سوائل تين على الفم وعلى تندية
الفم كالفرد المخاطية التي توجد في باطن الفم والشفتين والخدين
والغدد المركبة المعروفة باللوزة التي هي موضوعة على جانبي قاعدة
اللسان في كل جهة واحدة بين قائمتي اللهاة وكالفرد اللعابية تحت
الفك واللسان

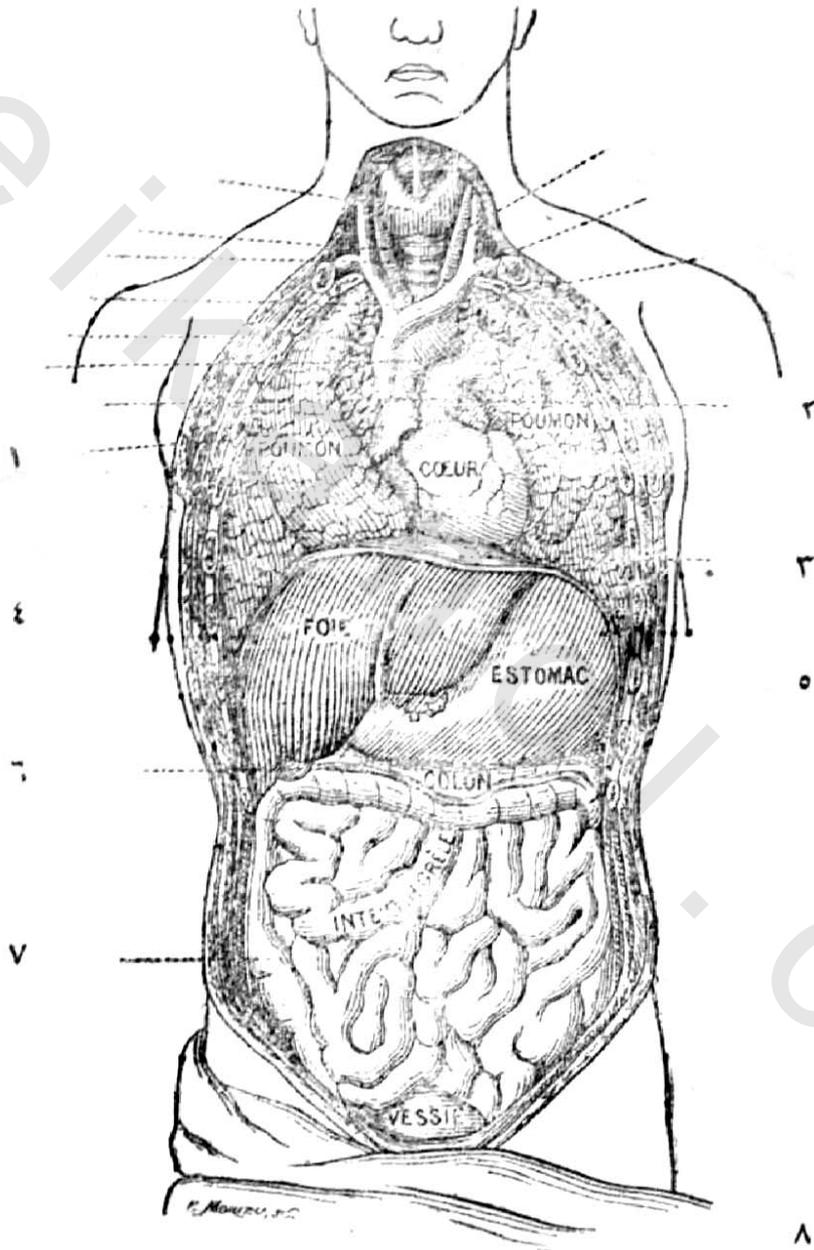
حاسة الشم — مجلسها الانف وهو موضوع في الوجه بكيفية
تجمله متصلاً بمضو الذوق وباعضاء التنفس مفتوح من الامام ومن
الخلف في الفم أعني في البلعوم ومنغلق بغشاء مخاطي يسمى بالغشاء

النخاعي وبه الاجربة المخاطية ومفروش على سطحه العصب الشهي ووظيفة هذه الحامة ضرورية جدا للانسان اذ بواسطتها تتميز الروايح الكريهة عن الروايح المقبولة وبالاخص رواج الطعام ولذا يعتبر الانف كنبه للفم فعند تناول الاغذية اذا كانت مقبولة الرائحة بواسطة الشم يتناولها والعكس بالعكس وتترك الروايح بتأثيرها على أعصاب الشم الموزعة في الغشاء النخاعي فتوصلها الى المخ وهو الذي يحكم بها

الاحشاء

الاحشاء - هي الاعضاء التي تحفظ حياة الانسان وهي : الجهاز الهضمي ، والتنفسي ، والدوري ، والجهاز البولي
الجهاز الهضمي - الجهاز الهضمي مركب من أعضاء كثيرة بعضها يقطع الاطعمة ويمزقها ويطحنها كالاسنان . وبعضها يفرز عليها سائلا يلينها كالغدد اللعابية والبعض يلقى عليها حوامض كالمعدة وقلويات كالكبده وبعضها يمتص الاجزاء النافعة منها كالامعاء والآخر يخرج المواد الغير النافعة منها الى الخارج كالمستقيم فهو كقناة ممتدة من الفم الى الشرج وابتدائها الفم

شكل (٢٢) الرئة اليمنى واليسرى وبوسطهم القلب والمعدة والكبد
والمعي الغليظ والدقيق والمنانة *



* (١) الرئة اليمنى (٢) الرئة اليسرى (٣) القلب بين الرئتين (٤) الكبد
(٥) المعدة (٦) القولون (٧) الامعاء الدقاق (٨) المنانة وعلى تلك الاعضاء
اسماؤها باللغة الفرنسية

الفم ... هو تجويف موضوع في اتجاه بين الفكين وله فتحات
مثنسة مكونة من الشفتين وخلفية من العظمين المنكبين وقاعدة
الاسنان ويمكن انسدادها باستطالة متحركة ناشئة منهما تسمى باللاهة
ويجدره مكونة من الفك العلوي والسفلي والعضلات وجميع تجويف
الفم مغطى بغشاء مخاطي ماعدا الاسنان فيغطي أسنانها فقط ويسمى
في هذه الحالة بالثة ووظيفتها حفظ الاسنان وتثبيتها ويحتوي على كثير
من الغدد المخاطية والأوعية والأعصاب . ولهذا صار حساساً في
الشفيتين والاسنان واللاهة

اللاهة — هي استطالة صغيرة مكونة لحاجز بين تجويف الفم
والبوم ومتجهة من أعلا الى أسفل اتجاهها عموديا وفي وسطها زائدة
تسمى بالفصمة !

البوم — تجويف قنوي خلف تجويف الفم ويتصل معه من
الامام وتفتح فيه من الامام الفتحان الخلفيتان للحفر الانفية وتفتح
الخنجرة ويتصل من أسفله باول المري وهو مركب من عضلات
وغشاء مخاطي وأوعية وأعصاب

المري — قناة طويلة ضيقة متصلة بالبوم والمعدة ووظيفته
توصيل الأغذية من البوم الى المعدة وموسوعة في العنق امام

السود القشري .تخالف القصبة الرئوية ومعنى وصلت الى الفتحة العليا
للصدر تمتد في الحجاب الحاجز لتنتهي في الجزء الفؤادي للمعدة
المعدة — هي تجويف على هيئة كيس ويمكن تشبيهها بقربة
وهي ابتداء الجزء الموضوع في تجويف البطن من القناة الهضمية
موضوعة في القسم الشراسبي وفي المراقين ولا يساقي المراق الايسر
تحت الحجاب الحاجز والكبد على يمينها والطحال على يسارها ولها
فتحتان يمتصان بالاثني عشرية وتسمى بالبواب ويسرى متصلة
بانتهاء المرئ وتسمى بالفؤاد وهي مركبة من ثلاثة أغشية مخاطية ،
وعضلي ، ومصلي ، ووظيفته فتحه الفؤاد اغلاق المعدة بعد وصول
الاغذية لها والبواب يمنع رجوع الاغذية للمعدة بعد خروجها منها
وتحتوي المعدة على اوعية دموية واورية لينفاوية وأعصاب من العظيم

السمبائي والانسب الرئوي المعدي

وظيفة المعدة — للمعدة وظائف

١ تخزين بها الاطعمة

٢ تفرز سائلا يسمى بالمصير المعدي له تأثير مهم على هضم

المواد الأزوتية

٣. تفعل بانقباض عضلاتها في الاطعمة جملة تقلبات فائدتها

سهولة اختلاط العجينة الغذائية بالمصير المعدي

المصير المعدي — سائل عديم اللون يحتوي على أملاح أهمها ملح

الكلوريد (حمض الكلوريدريك) بنسبة واحد من الحمض الى ١٠٠٠

من المصير المعدي ويحتوي على خيرة قابلة للذوبان تسمى (بيسين)

بنسبة ٣ % ١٠٠٠ من المصير

وظيفة المصير المعدي اذابة المواد الزلالية الموجودة في الاطعمة

تغير انما ذابة الذوبان واحالتها الى مادة كثيرة الذوبان سهلة الامتصاص

تسمى (بيتون)

الأعضاء — قناة ممتدة من المعدة الى الشرج مرسوعة في

تجويف البطن والحوض وتنقسم الى قسمين دقيق وغليظ *

٣. المعي الدقيق — يتندي من أعلا من البواب وينتهي من أسفل في الصمام

الاحشوري اللثائي وطوله من ١٥ الى ٢٠ قدما وهو مكون من ثلاثة طبقات غشائية

كالهبة وغشاؤها المخاطي يحتوي على ثنيات واخل وغدد يبر وفي باطن كل خلة

أنتهاء وعاء كيلوسي والمدد ممددة لافراز العصارة المعوية وتنقسم الى ثلاثة أجزاء

ثلاثي عشري . وصائم . ولفائي

المعي الغليظ — هو نهاية القناة الهضمية ويتصل بانتهاء اللثائف بأنتائه

لهيكل لا تتصل اللثائف باوله بل باعلى منه بقليل وهذه الكيفية يترك من المعي

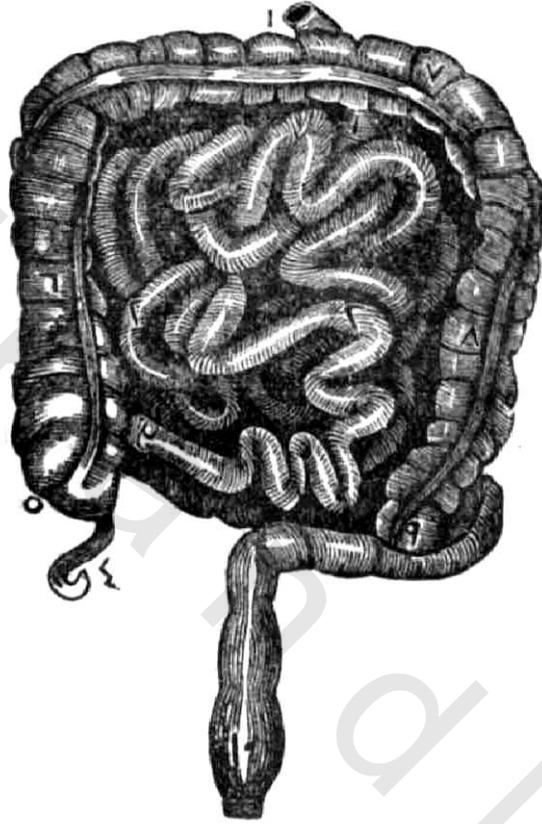
بالفلاحة أسفل من اتصاله بانتهاء قعر كيس يسمى بالاعور الموضوع في الحفرة الحرقفية

اليميني وتدفناً في أسنانه استتالة تسمى بالزائدة الدودية وطول الممي انفاخذ من
أربعة أقدام الى خمسة وهو مكون من ثلاث طبقات كباقي القناة الهضمية وتتمثلها
الخطاطي خال من الحمل وينقسم الى ثلاثة اجزاء أصليته وهي الاعور . والقولون
والمستقيم

الاثني عشرى — موضوع في الجزء العلوي المتوسط من تجويف البطن
امام العمود الفقري وخلف القولون المستعرض وبين الكبد والمعدة وهو سائل
ليس يتحرك وفيه القناة الصفراوية وفتحة القناة الداخلة الاقراز البكرياخي
أما الصائم والاثناي فثنان مع بعضهما ويتميز الاول بكثرة وجود تليته
فيه وقد تعدد يبر منه ويكون خالياً في الغالب ولذا يسمى بالصائم والاثني عشرى
اوعية وأعضائه من العظيم السمباتوي
والمى النايظ ينقسم الى خمسة اجزاء وهي القولون الصاعد . والقولون
المستعرض . والقولون النازل . والتعريج السيني والمستقيم
فالقولون الصاعد يتجه الى أعلا الى أن يصل للوجه المقدم للكبد ويجاور
الخلف الكلية اليميني

والقولون المستعرض يمتد من المراق الايمن الى الايسر
والقولون النازل يتدى من انتهاء القولون المستعرض بجانب الطحال وينتهي في
التعريج السيني في الحفرة الحرقية اليسرى
والتعريج السيني يتدى من انتهاء القولون النازل ويمتد من الحوض لاذية
المستقيم
والمستقيم هو الجزء الاخير الذي ينتهي بالشرح

شكل (٢١) المعاء الدقيق والغليظ والمستقيم *



* (١ و ١) الاثنى عشري (٢ و ٢) الامعاء الدقيقة (٣) محل اتصال الامعاء الدقيقة بالغليظة (٤) الزائدة الدودية (٥ و ٦ و ٧ و ٨ و ٩) الامعاء الغليظة (٦ و ٧ و ٨ و ٩) القولون (١٠) المستقيم وينتهي بالشرج

البنكرياس — غدة لعابية موضوعة في تجويف البطن خلف المعدة ولها طرفان يميني غليظ يسمى برأس البنكرياس وموضوع في تقعر الاثنى عشري ومرتبطة به ، ويساري دقيق يسمى بذنب البنكرياس وقناته الدافعة منفتحة في الاثنى عشري اسفل من انفتاح

القناة الصفراوية وهو يفرز سائلاً مخصوصاً يسمى العصير البنكرياسي له وظيفة مهمة في الهضم

وظيفة البنكرياس - السائل المنزج منه يؤثر في ثلاثة أحوال أولاً يؤثر على المواد الزلالية كتأثير العصير المعدي تماماً ويحيلها الى بيتون كي يتم هضم تلك المواد التي لم تهضمها المعدة .
ثانياً يؤثر على المواد النشوية ويحيلها الى سكر أي أنه يتم هضم المواد النشوية التي لم يتم هضمها باللعاب

ثالثاً يؤثر على المواد الدسمة كالكوليسترول والدهونات ويحيلها الى مستحلب قابل للامتصاص أي أنه يتم ذوبان تلك المواد التي لم يتم ذوبانها بالصفراء ومنه يعلم أهمية هذا العصير في البنية الكبد - هو العضو الأكبر والأثقل من الأعضاء الإضافية

وهو موضوع في المراق الأيمن تحت الحجاب الحاجز على يمين المعدة
أنظر شكل (٢٠) (١) صحيفة ٣١

الحوصلة المرارية - موضوعة في الجزء المقدم من الكبد ووجهها العلوي ملتصق بنسوج الكبد . وبنسيج الكبد جملة خلايا تجهز الصفراء وجملة قنوات صفراوية توصل السائل المنزج من الخلايا الى خارجها

وتنتهي بقناة عمومية هي القناة الكبدية التي توصل هذا الإفراز بعضه
الى الحويصلة الصفراوية لتخزينه وبعضه للامعاء مباشرة
وظائف الكبد — للكبد وظيفتان مهمتان

الاولى افراز الصفراء وهو سائل مر جدها مكون من املاح
معدنية أهمها الفوسفات وأملاح شحمية وهي التي تعطي الصفراء
مرارتها المملومة ومادة ملونة وهذه الاملاح ترسب أحيانا في احدى
القنوات الصفراوية وتكون حصوات تكون سبباً لآلام ثقيلة جدا
تسمى بالمنص الكبدى

الثانية افراز السكر عند احتياج البنية اليه
وللكبد وظائف أخرى كحماية الجسم من المواد السامة لدرجة
مخصوصة وعدم تسممه بها لحد معلوم

وظيفة الصفراء — اذابة المواد الدسمة الموجودة في الاغذية
كاليوت والمواد الدهنية وصيرورتها قابلة للامتصاص وذلك بانصبابها
من الحويصلة الصفراوية في الاثنى عشرى وتأثيرها على المواد الدسمة
كان معروفا من زمن

ولذا كان بعضهم يستعمل الصفراء في ازالة بقع المواد الدسمة
من الملابس

الطحال — في المراق الايسر على يسار قعر المعدة ويجاور
من أعلا الوجه السفلي للحجاب الحاجز ومن الامام والخلف جدران
البطن والآب لم تعرف له وظيفة حقيقية . وقيل انه يقوم بتكوين
الكريات البيضاء للدم وفي حالة استئصاله الغير عميت تقوم مقامه الغدد
اللينفاوية في هذه الوظيفة وتزداد في الحجم عن طبيعتها كما انه يشترك
في تكوين حمض البوليك من المواد الزلالية

البريتون — غشاء مهصلي على شكل كيس سطحه الباطني أملس
متمدى بكية من سائل مهصلي

وظيفة البريتون — صيرورة سطح الاحشاء البطنية أملس لاجل
سهولة حركاتها وربط احشاء مختلفة بما يجاورها بحيث أن بعض هذه
الاحشاء يكون ساكناً وبعضها يكون متحركاً

كيفية حصول هضم الاغذية

بتناول الاغذية ووضعها في الفم تمزقها الاسنان وتطحنها وتهرسها
بحركة الفكين ومن حركة المضغ ينفرز اللعاب من الغدد اللعابية فيؤثر
على المواد النشوية الموجودة في الاغذية ويجعلها قابلة للهضم مبدئياً
وكما كان المضغ كثيراً كان الهضم أسرع ومتى تم المضغ يحمل

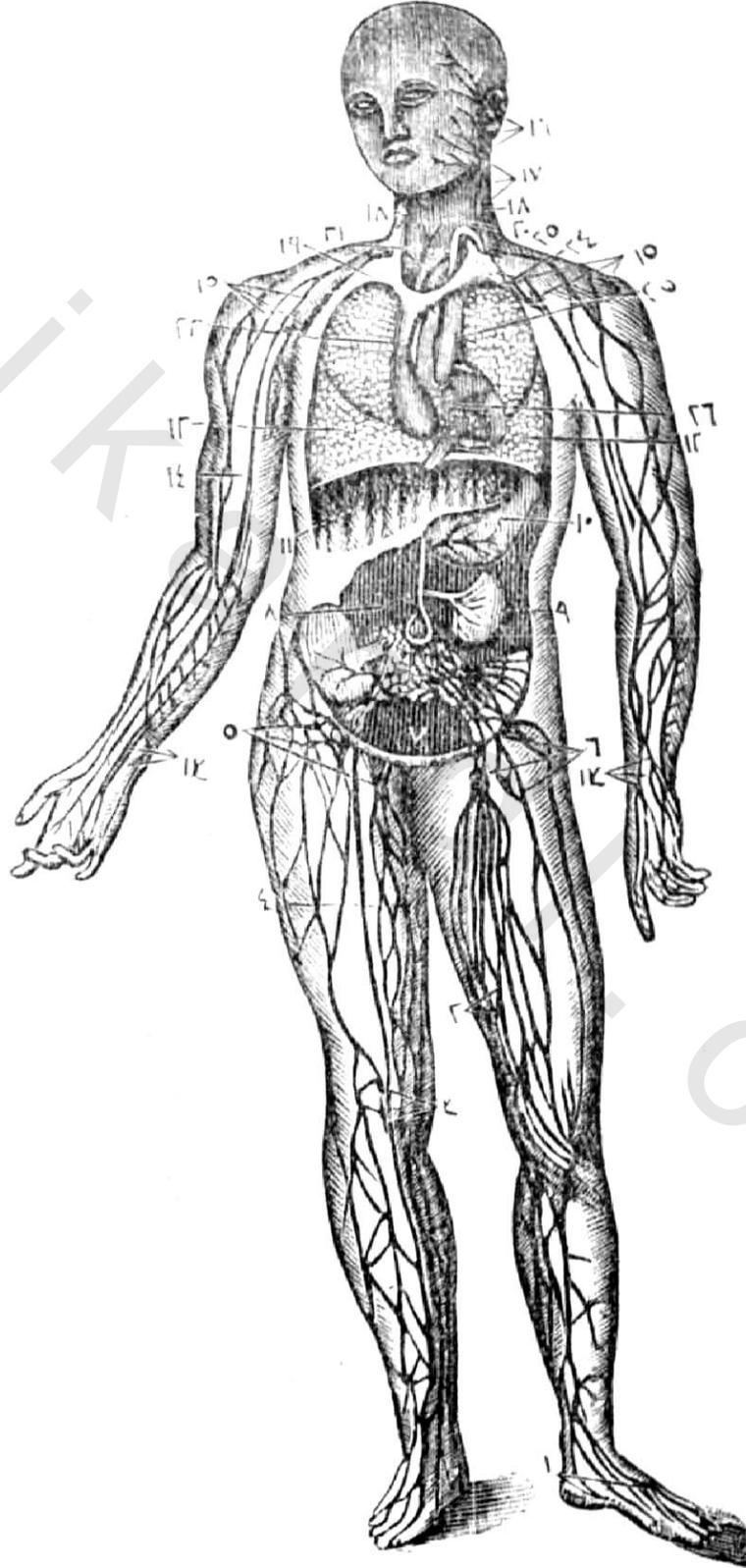
اللسان المكتبة الغذائية على سطحه بمر كانه ويظهرها الى الفم الخلفي
للبلع وعند ذلك تضغط الباحة الغذائية على اسان المزمار عند مرورها
لينطى فتحة المنجرة ويمنع دخول الاغذية فيها وتقترب قائمتا اللهاة
الخلفيتان من بعضهما وترتفع الغامصة فتسد الفتحة الانفية الخلفية لعدم
دخول الاغذية في تلك الفتحة ثم تنقبض عضلات الباعوم من اعلى الى
اسفل فتطرد الباحة امامها الى أن توصلها الى المري ومنه تفتح فتحة
الفؤاد فيسقط الغذاء في تجويف المعدة وتتفاق تلك الفتحة لعدم
رجوع الاغذية وتتحرك المعدة لمزج الكتلة الغذائية ببعضها وينفرد
من سطحها المصير المعدي السابق ذكره فيؤثر على الاغذية ويحياها
الى عجينة رخوة تسمى بالكيموس ثم يفتح البواب فتمر منه الكتلة
الغذائية الى الاثني عشري وينفاق لعدم رجوع الاغذية للمعدة
وهناك تنصب عليها الصفراء وافراز البنكرياس فتستحيل الى عجينة
رخوة سائلة قابلة للامتصاص تسمى بالكيلوس فتمر في المعى الدقيق
وجزء من المعى الغليظ فينصب عليها المصير المعوي فيؤثر على المواد
النشوية ويحياها الى سكر فالقابل منها للامتصاص يمتص بواسطة
الاوعية الليفارية والاوعية الشعرية والغدد الماصة وما يبقى من
الفضلات يخرج برازا

جزء من الكيلوس يتمس بواسطة الأوعية الشعرية التي تنتهي في
جذع كبير يسمى بالوريد الباب الذي يدخل الكبد ويتفرع فيه إلى
بجلة فروع وفريعات دقيقة جدًا تنتشر بين الخلايا الكبدية التي
تؤثر على بعض متصلات المهضم وتحيلها إلى بجليكوجين أي
مادة سكرية قابلة للامتصاص في الدورة الدموية ثم تجتمع هذه
الفريعات إلى فروع وتنتهي ثانيًا إلى الوريد الكبدي وهو ينقلها
إلى الأجووف السفلي ومنه إلى القلب وعند ذلك تتم الدورة الصفري
أما الباقي من نتج حاصل المهضم فيتمس بواسطة الفئدة والأوعية
البنفاوية والأوعية الشعرية فيتمسب في القناة الصدرية التي تقبل
أيضًا نتج حاصل امتصاص الفئدة الليفافية لباقي أعضاء الجسم ومنها
تتمسب تلك المواد في الوريد تحت الترقوة اليسرى ثم في الأجووف
السفلي ومنه إلى القلب

وتتم هذه الأفعال بواسطة الجهاز الدوري

شكل (٢٢) أشهر الاوعية والغدد الينفاوية في الجسم *

٥ (١٥ و١٦ و١٧ و١٨ و١٩ و٢٠ و٢١ و٢٢) الاوعية والغدد الينفاوية من الطرفين السفليين (٧) غدد مسارية (٨) مصدر القناة الصدرية (٩) اوعية الكلى الينفاوية (١٠) اوعية المعدة الينفاوية (١١) اوعية الكبد الينفاوية (١٢ و١٣) اوعية

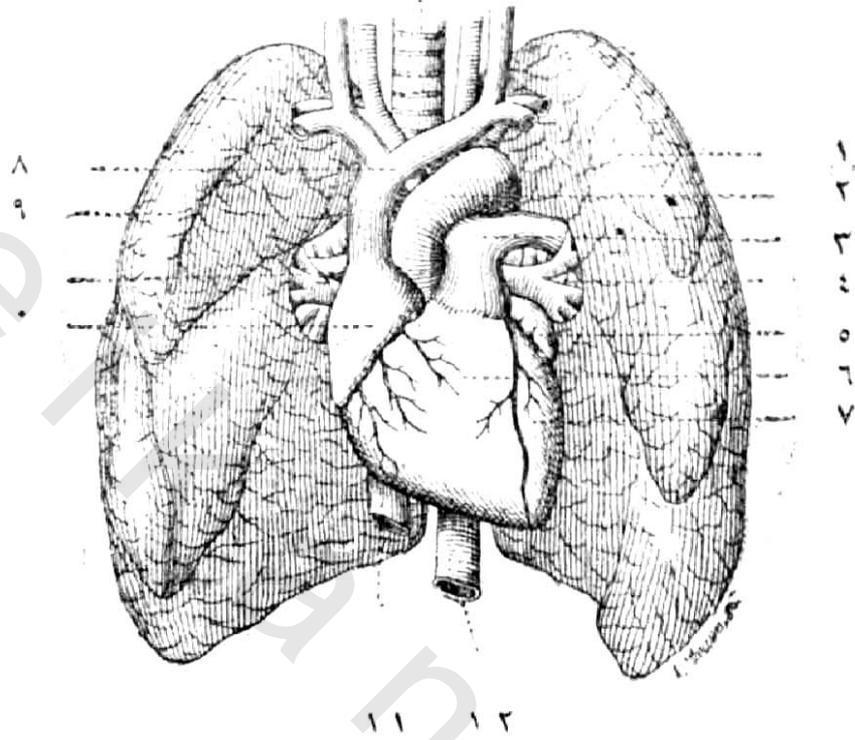


الرئتين الينفاوية (١٥ و١٦ و١٧ و١٨ و١٩ و٢٠ و٢١ و٢٢) الغدد الينفاوية بالذراع (١٦ و١٧ و١٨ و١٩ و٢٠ و٢١ و٢٢) الاوعية الينفاوية بالعنق (٢٠ و٢١) ووريدان كبيران (٢١) القناة الصدرية عند صهاري في الوريد تحت الترقوة (٢٢) الاوعية الينفاوية للقلب

وظيفة الجهاز الدوري

- ١ توصيل الدم الى الانسجة لتغذيتها
 - ٢ حمل أو كسجين الهواء الى الانسجة وأخذ حمض الكربونيك منها لطرده من الجسم بالرئتين
 - ٣ حفظ حرارة الجسم بدرجة واحدة
- فالجهاز الدوري يشمل على الأوعية الدموية المتوزعة في عموم الجسم فالشرايين تحمل الدم النقي الشرياني لتوزعه على جميع أجزاء الجسم والاوردة تعيد الدم الفاسد الى القلب الذي هو الآلة أو الطوربينة الدافعة التي تحرك الدم بعموم الجسم
- القلب — هو عضو من أعضاء الجسم المهمة ان لم يكن أهمها موضوع في الصدر بين الرئتين مرتكز على الخجاب الحاجز يحس بضربات قلبه في موازاة حاملة الثدي الأيسر ومفلف بكيس مصلي يسمى بالتامور منقسم الى قسمين كل منهما به تجويفان يسميان أذينا و بطينا أيمن وأذينا و بطينا أيسر ويوجد في فتحتي اتصال الأذين الأيمن بالبطين الأيمن صمام يسمى تريكو صبيدس وفي فتحتي اتصال الأذين الأيسر بالبطين الأيسر صمام يسمى متراالا ووظيفة هذين الصمامين منع رجوع الدم مدة انقباض البطينين

شكل (٢٣) القلب وأوعيته الرئيسية والرئتين من الامام *



* (١) الرئة اليسرى (٢) قوس الاورطي (٣) الشريان الرئوي (٤) الشعبة اليسرى (٥) الاذنين الايسر (٦) البطين الايمن (٧) البطين الايسر (٨) الاجوف العلوي (٩) الرئة اليميني (١٠) الاذنين الايمن (١١) الاجوف السفلي (١٢) الاورطي

فالاذنين اليميني مفتوحة فيه الاوردة الرئوية

والبطين اليميني به فتحتان احدهما موصلة للاذنين الايمن

والاخرى الى الشريان الرئوي

والشريان الرئوي من البطين الايمن والأورطي من البطين

الايسر وفي ابتداء منشأ هذين الوعاءين صمامات وظيفتها منع رجوع

الدم عند انقباض القلب ثم ان هذين الفرعين ينقسمان الى فروع

والفروع الى فريسات في جميع أجزاء الجسم وكل فرع منها يتصل
بفرع وريدي أي يتصل باحد أطراف الاوردة

ثم ان الشريان الرئوي يتفرع الى فرعين أحدهما للرئة اليمنى
والثاني للرئة اليسرى وبواسطة تسمى الدورة التي تحصل في الرئتين
أي الدورة الصغرى

أما الاورطي فهو أكبر وعاء شرياني في الجسم فيتجه من
البطين الايسر حاملاً للدم النقي الشرياني وبواسطته يتوزع الدم في
جميع أجزاء الجسم وتسمى الدورة الكبرى

والاوردة التي تنتهي بفريسات صغيرة عديدة تنقسم أخيراً
الى فرعين عظيمين يسميان بالوريدين الاجوفين النازل والصاعد
ووظيفتهما رجوع الدم الى القلب بعد دورانه في جميع أجزاء الجسم
بواسطة الشرايين

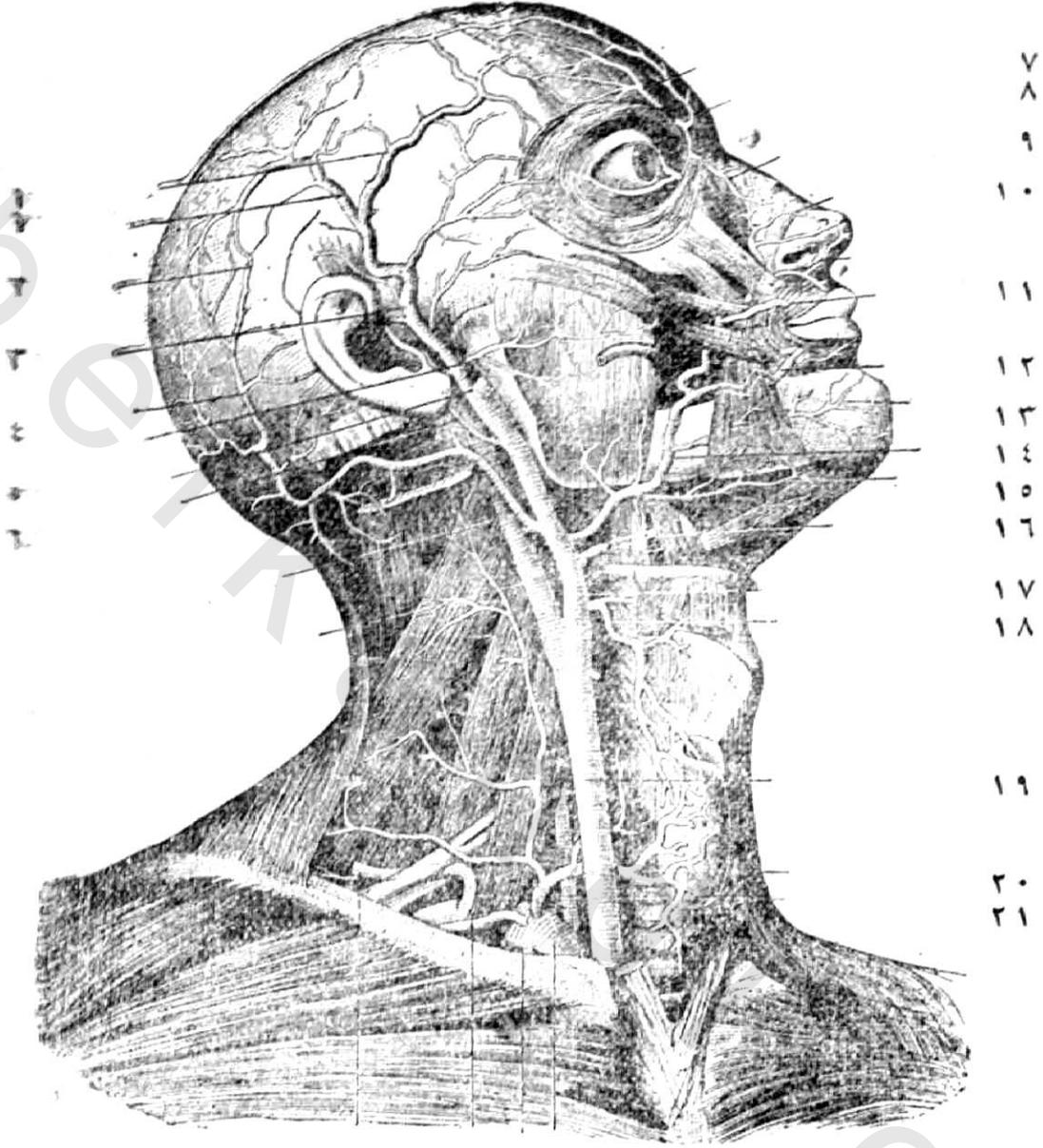
وبهذه المعلومات سهل علينا معرفة سير الدورة الدموية فالدم
الذي يدفعه القلب في شريان الاورطي يمر فيه ويتوزع بواسطة
فروعه وفريعاته في عموم الجسم وينتهي بالأوعية الشعرية وفي هذه
الاحيرة يغذي الجسم وبعد ذلك يحمل الفضلات من الأنسجة ويمر
في أصول الشرايين ويسير في الفروع والفريعات المختلفة لها وينتهي

أخيراً إلى الوريدين الأجوفين ومنهما إلى الأذين الأيمن ومنه إلى
البطين الأيمن ليطرده إلى الشريان الرئوي وبواسطة يفتشر في
الرئتين بالأوعية الشعرية ليتخلص من غاز حمض الكربون ويكتسب
بذلك غاز الأوكسجين بواسطة التنفس وبذلك يستحيل الدم الوريدي
على دم شرياني صالح للتنذية فيدخل في الأوردة الرئوية ويسير
فيها حتى يصل إلى الأذين الأيسر ومنه إلى البطين الأيسر فيطرده
إلى الأورطي وهكذا تتابع الدورة الدموية في الجسم
أما الدورة الصغرى أي دورة الوريد الباب فقد سبق ذكرها
في الكلام عليه

ثم إن دم الإنسان يدور هذه الدورة في الجسم في مدة ٢٣ ثانية
تقريباً بمعنى أن الوقت الذي يمضي من خروجه من القلب إلى
عودته إليه هو هذه المدة

ومن انقباض القلب لطرده الدم للأوعية وقبولها فيه ثانياً ينشأ
صوت يدرك بالسمع يسمى بضربات القلب التي تكون منتظمة
في الحالة الصحية وبالعكس في الحالة المرضية وتدرج باللمس في
الشرايين الظاهرة من الجسم كالشريان الكعبري الذي منه
يعرف النبض

شكل (٢٤) الشرايين وتفرعاتها في الرأس والوجه والعنق



٢٥ ٢٤ ٢٣ ٢٢

- * (١٠١) الشريان الصدغي السطحي (٢) الشريان المؤخري (٣) الشريان الصدغي السطحي (٤) الشريان الوجهي الظاهر (٥) الشريان الفكي الباطني (٦) الشريان الصيواني الخلفي (٧) الشريان فوق الحجاج العلوي (٨) الشريان الجبهوي (٩) الشريان الانفي الظاهر (١٠) الشريان الجناحي الانفي (١١) الشريان الاكليلي العلوي (١٢) الشريان الاكليلي السفلي (١٣) الشريان الذقني (١٤) الشريان الوجهي (١٥) الشريان تحت الذقن (١٦) الشريان اللساني (١٧) الشريان السباتي الظاهر (١٨) الشريان الدرقي العلوي (١٩) الشريان السباتي المشترك (٢٠) الشريان الدرقي السفلي (٢١) الشريان الفقري (٢٢) الشريان تحت الرقوة (٢٣) الشريان الثديي الباطن (٢٤) الشريان فوق اللوح (٢٥) عظم الرقوة

الدم — هو سائل لزج لونه أحمر فاتح ان كان شربانيا وأزرق
عماق ان كان ورديا

وظائف الدم — هي انه يحمل الانسجة المواد المعدنية الزمعية
بالجهاز الهضمي والاكسجين بواسطة الرئتين — وبواسطة الاخراج
جميع الفضلات الى الخارج اما بواسطة الجهاز التنفسي أو بإتريق
لجهاز البولي أو الجلد . ويحفظ حرارة الجسم بدرجة واحدة

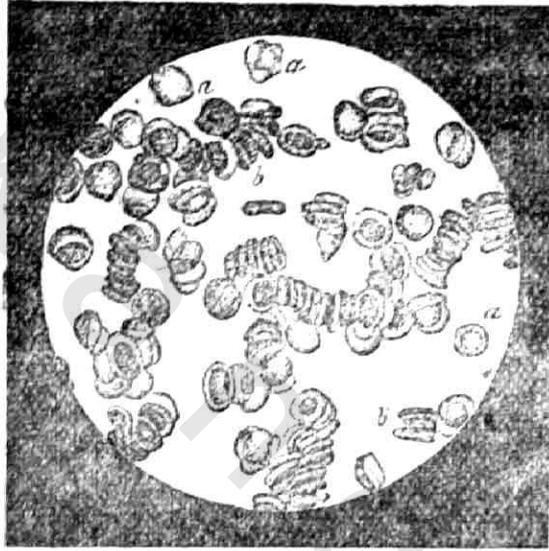
تركيب الدم — ينحص الدم بالميكروسكوب نجده مكونا من
سائل أصفر اللون يسمى بلاسما تسبح فيه أجسام صغيرة تسمى
بالكرات البيضاء والحمراء

والكرات الحمراء أكثر عدداً من الكرات البيضاء حيث نجد
مقابل كل كرة بيضاء ٥٠٠ الى ٦٠٠ كرة حمراء وفي الدم السليم
نجد في كل متر مكعب خمسة ملايين كرة حمراء في الذكر وأربعة
ملايين ونصف في الانثى

وظيفة كرات الدم — هي نقل الاوكسجين من الهواء الموجود
في الرئتين الى الانسجة وداخل الكرات الحمراء مادة ملونة مهمة
تسمى هيموجلوبين وأهمية هذه المادة انها تتحد مع الاوكسجين
بسهولة

ومن وظائف كرات الدم البيضاء حماية الجسم من الميكروبات
المرضية لأنها تقتلها اذا تغلبت عليها وتساعد على امتصاص المواد
الزلاية والدمية

شكل (٢٥) كرات الدم الحمراء والبيضاء



الجهاز التنفسي

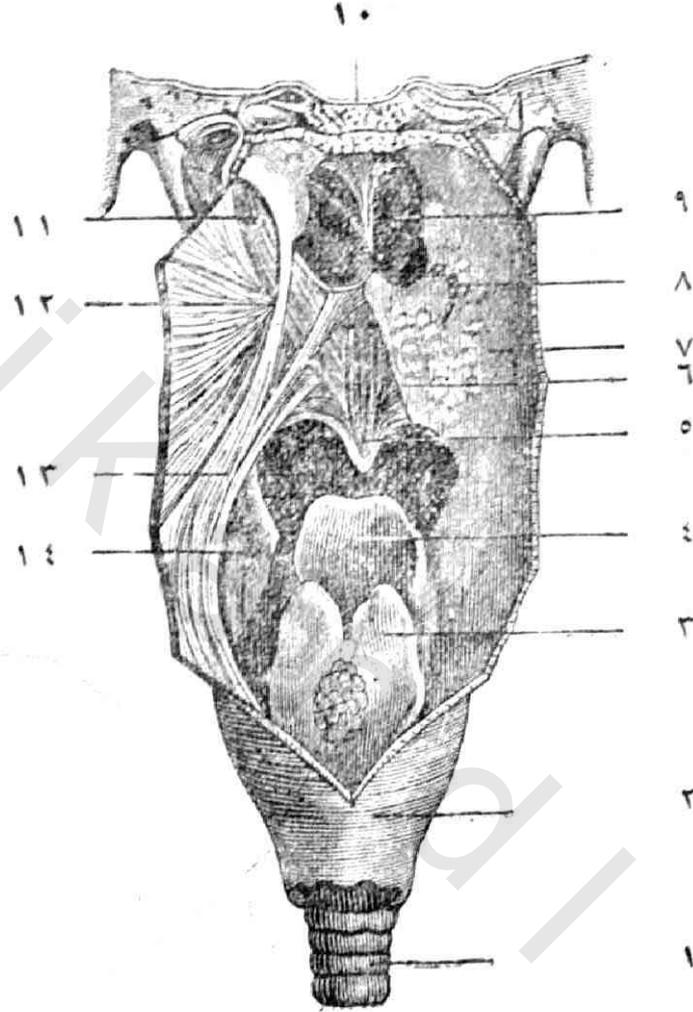
هذا الجهاز مركب من أعضاء تقبل الهواء لتعطي أوكسجينه
للدّم لأصلاحه وتخرج الغاز الذي لا منفعة له في الجسم وهي الحنجرة
والقصبة الهوائية . والشعب والرئتان

الحنجرة — هي ابتداء أعضاء التنفس ولها زيادة عن ذلك
وظيفة تكوين الصوت وهي موضوعة في الجزء العلوي المتوسط المقدم

من العنق بين العظم اللامي من أعلى والقصبة من أسفل وامام المريء
وخلف الجلد وعضلات العنق المقدمة وتكون في العنق بروزاً يسيراً
بتناسخ آدم مركبة من غضاريف متصلة ببعضها بأربطة وتتحرك
على بعضها بمضلات

أما لسان المزمار فموضوع بين قاعدة اللسان والغضروف اللامي
وشكله مثلث ممد لسد فوهة الحنجرة وقت الأزداد والغضاريف
منضمة لبعضها بواسطة أربطة

شكل (٢٦) الحنجرة والبلعوم من الخلف *



* (١) القصبة الهوائية (٢) الغضروف الخافي (٣) الغضروف الطرجهالى
(٤) لسان المزمار (٥) الغاصمة (٦) سقف الحنك اللحمي (٧) جدار البلعوم
(٨) بوق استاكيوس (٩) فتحة الحفر الانفية الخلفية (١٠) العظم الوتدي أحد
عظام الجمجمة الموضوع بقاعدتها (١١ و١٢ و١٣) عضلات البلعوم (١٤) اللوزة

المزمار — هو الجزء الضيق من الحنجرة وهو المسافة المثلثة
المحصورة بين الاربطة الصوتية اليمنى واليسرى ولاقطاره المختلفة على
حسب الاشخاص ارتباطاً بأوصاف الصوت والسطح الباطن للحنجرة

مفعل بنشاء مخاطي هو امتداد من الغشاء المخاطي للباور
القصبة - هي امتداد من الخنجره موضوعة في الجهة المقدمة
الوسطى من المنق أمام المرئ وتتفرع في الصدر الى فرعين يسميان
بالشعبتين اليمنى منهما قصيرة واليسرى دقيقة واليمنى تنقسم الى ثلاثة
فروع واليسرى الى اثنين وهذا الانقسام مقابل اعداد الفصوص
الموجودة في كل رئة وهذه الفروع جميعها تدخل في المنسوج الخاص
للرئين وتتفرع فيه الى فروع كثيرة

الرئتان - عضوان شكاهما مخروطي ونسوجهما المركب لهما
ذو طبيعة اسفنجية موضوعان في تجويف الصدر ومنفتحين احالة الدم
الوريدي الى دم شرياني وكل رئة مائة نصف الصدر وقاعدتهما
مرتكزة على الحجاب الحاجز وقتهما متجهة الى أعلى ملاسمة للفتحة
المايا للصدر الموجودة بين الضلعيين الاولين والعمود الفقري منفصلان
عن بعضهما بحاجز من البورا

وكل من الرئين منقسم الى فصوص فاليمنى منقسم الى ثلاثة
واليسرى الى اثنين ولونهما يختلف باختلاف السن وحالة الصحة
والمرض . فيكون الاختلاف المذكور من اللون الاحمر الوردي الى
اللون الازرق المسود وسطح الرئة مغطى بتمامه بالبورا وتتكون من

جهاة حوي يوصلات تسمى بالحوي يوصلات الرئوية وجهاة أوعية ويأخذ
الدم حال مروره في الشبكة الوعائية المحاطة بالحوي يوصلات الرئوية
أو كسجين الهواء الموجود في هذه الحوي يوصلات ويعطى بداه حمض
كربونيك أو بخاراً مائياً يخرجان مع الزفير

وأعصاب الرئة تأتي من الرئوي العدي ومن العظيم السمباتوي
البورا - هي غشاء منفذ للرئتين مكون لثلاثة أكياس
مصلية اثنان كبيران جانبيين وواحد مقدم متوسط . فالأولان
يحتويان على الرئتين والآخر على القلب وسطحها الباطن يفرز مواد
مصلية تسهل حركة الرئتين

أنظر شكل ٢٣ صحيفة ٤٤

الحجاب الحاجز عضلة مفرطحة تفصل التجوييف الصدري عن
البطن وهو أعظم عضو فعال في حركة التنفس بانقباضه وانبساطه
التنفس ضروري جداً للحياة وأي مانع يمنعه ينشأ عنه
الموت في الحال ويسمى الموت بالاسفكسيا كالموت بالفرق والحقق
والشنق وكم النفس وكما كانت كمية الهواء النقي الداخلة للجسم
كثيرة كانت استفادة الجسم منها أكثر وبالعكس

مثال ذلك الاولاد الذين يعيشون في الخلاء المحتوي على هواء نقي فانهم يكونون اقوى بنية وصحتهم معتدلة بخلاف الاولاد الذين يعيشون في جو المدن غير النظيفة الحامل للأتربة

ويتم التنفس بحركتين شهيق وزفير وفي حركة الشهيق تنقبض عضلة الحجاب الحاجز وترتفع الاضلاع بهضلاتها وتنخفض أحشاء البطن الى أسفل فيتسع تجويف الصدر فيدخل الهواء من الأنف والفم ماراً في المنجرة والقصبية الهوائية والشعب الى أن يصل الى الحويصلات الرئوية فيلامس الدم الوريدي بنشاء الحويصلات فيحصل بينه وبين الدم الوريدي تبادل عنصري فالهواء يأخذ من الدم الوريدي المواد غير الصالحة للبناء (حمض كربونيك) ويمطي الدم المواد الصالحة (أو كسجين)

وفي حركة الزفير تهبط الاضلاع وترتفع أحشاء البطن بانبساط الحجاب الحاجز ومنها يخرج الهواء غير الصالح للتنفس (حمض الكربونيك) من مجاريه التي دخل منها

الجهاز البولي

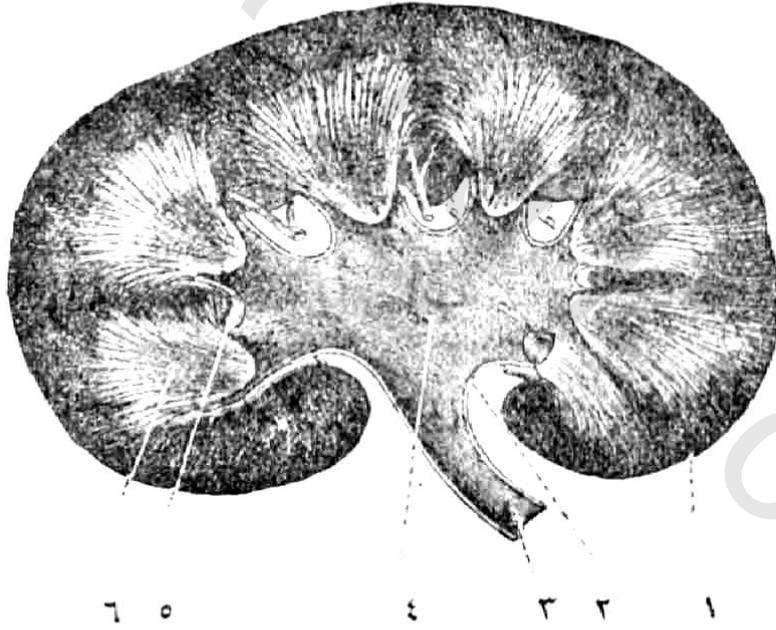
هذا الجهاز يتكون من غدتين مفرزتين وهما الكليتان ومن قناتين موصلتين لسائل الإفراز وهما الحالبان ومن مستودع يتجمع فيه سائل الإفراز وهو المثانة

الكليتان — عضوان مزرعان في الجدار بين الحنفيين تتجويف البطن وشكلهما كشكل حبة لوبيا وبالحنفية الانسية لكل منهما تجويف يسمى بفرجة الكلية تخرج منه أوعيتها وأعصابها وتدخل ولون الكلى أحمر مائل للسواد ونسوجها مكون من عدة قنوات تسمى بالقنوات البولية وبها أوعية وأعصاب

الحالبان — يتدفقان من الكلى وينفتحان في باطن المثانة المثانة — هي كيس عضلي غشائي يتجمع فيه البول قبل خروجه الى الخارج ومنفتحةا عدم خروج البول على الدوام وموضوعة في الجهة المقدمية من الحوض الصغير وتجاور من الحنفي المستقيم وتتركب من ثلاثة أغشية مصلي وعضلي ومخاطي ومتى امتلأت المثانة يخرج منها البول بالارادة الى الخارج بواسطة قناة مجرى البول والكليتان من أعضاء الإفراز المهمة جدًا لتنقية الدم لتنظيم

وظائف الحياة والسائل الذي تفرزه وهو (البول) مختلف التركيب
والمقدار بالنسبة للسن والصحة والمرض وسيأتي الكلام عليه في باب آخر
وان حصل عطل في احدى الكليتين لاصابتها بحالة مرضية
تعوضها الاخرى وان أصيبتا معا بحالة مرضية توجب عطل وظيفتهما
مات الانسان بتسمم الدم

شكل (٢٧) *



- * (١) الجوهر القشري للكلى (٢) فرجة الكلى (٣) الحالب وهو القناة
الموصلة البول من الكلى للمثانة وفي بعض الاحيان تنسد تلك القناة برسوب مواد
رملية بها أو حصى صغيرة فيحدث عند ذلك المغص الكلوي (وجمع الجنب)
(٤) حوض الكلى (٥) حويض الكلى (٦) كؤس الكلى أو هرميائها

وقد اكتفينا بشرح تركيب الجسم ووظائف أعضائه وفيما ذكرنا
كناية ولم نعرض لذكر الباقي من الأعضاء التي سنشرحها
في مؤلف خاص لإطلاع من يحتاج مهته الرجوع إليه
ومنشرح بذلك القوانين الصحية الشاملة لميشة الانسان في
جميع أطوار حياته وما يعارأ عليه من الامراض وكيفية الوقاية منها



الباب الثاني

الوسائط الضرورية للحياة

حيث ظهر لنا الآن تركيب جسم الانسان وما يحتوي عليه من الاعضاء ووظائف كل منها وجب علينا معرفة الوسائط الضرورية لمعيشته التي بدونها لا تتم الحياة

الفصل الاول

الهواء

الهواء — غاز مركب من الأوكسجين والازوت محيط بجميع الكرة الأرضية وهو من العوامل الضرورية للحياة كالطعام ويختلط بالهواء غاز آخر يعرف بحمض الكربونيك وأبخرة مائية من تصاعد المياه وغبار منتشر من سطح الارض وأرجون واوزون ونوشارد وخلاف

ذلك ومنزلة الهواء خارج الجسم منزلة الدم داخله يتنفس منه الانسان غاز الأوكسجين بحركة الشهيق لاصلاح الدم الفاسد. ويخرج حمض الكربونيك غير الصالح للتنفس بحركة الزفير كما تفعل ذلك جميع النباتات بعكس ما كان يعتقد من قبل من أن النباتات تأخذ حمض الكربونيك وتخرج الاكسجين في عملية تنفسها والحقيقة هي

ان جذور النباتات غير قادرة على امتصاص الكربون ضمن باقي المواد الأخرى التي تتغذى منها باقي النبات وحيث ان الكربون ضروري لتكوين موادها العضوية فهي تحصل عليه من غاز حمض الكربونيك الموجود بالجو" بأن تأخذه بواسطة المسام الموجودة في بشرة أوراقها (الثغور) فتتحد مع العصارة الصاعدة غير المجهزة حتى اذا تلامست مع غاز حمض الكربونيك الآتي في الجو" يحصل بينهما تبادل عنصري ينشأ عنه تكوين مواد عضوية أهمها النشاء الا ان هذا النشاء غير قابل للذوبان في عصارتها فهو لا يستطيع حينذاك أن ينتشر في جدران الخلايا فتستعين بنوبانه أي النشاء باستنشاق غاز الاوكسجين لكي يؤثر على المواد النشوية بمساعدة الخميرة الموجودة داخل خلاياها المعروفة بالدياستاز فتستحيل المواد النشوية الى مواد سكرية قابلة الامتصاص وبهذا التفاعل أي

احتراق المراد النشوية الى سكرية ينتج عنه خروج حمض الكربونيك
كما تفعل ذلك الحيوانات

فالهواء عليه مدار التنفس لانه متى لامس الدم الوريدي يحمله
الى دم شرياني صالح لتنفيذة الجسم بحيث انه اذا انقطع عن
الحيوان والنبات هلكا جميعاً

وكل الف جزء من الهواء النقي الصالح للتنفس يحتوي على
النسبة الآتية

أوكسجين	١٩٧	جزء
أزوت	٧٨٨	»
أبخرة مائية	١٤	»
حمض كربونيك	١	»

١٠٠٠

وان زاد مقدار الأوكسجين عن النسبة المذكورة فاستنشاقه
يسرع دورة الدم وان زاد مقدار حمض الكربونيك فاستنشاقه
يحدث آلاما في الرأس وانحطاطا وهبوطا في الجسم ثم الاختناق
ويختلف التركيب الكيماوي بحسب ابتعاده واقترابه عن سطح
الأرض وكل مائة جزء من الهواء النقي الصالح للتنفس تحتوي على

النسبة الآتية بحسب ابعاده عن سطح الأرض حسب الجدول الآتي

الابعاد بالكيلومتر	حصى الكربونيك	او كسجين	أرجون	أزوت	ايدروجين
٠	٠.٣	٢١.٦	١٦.٢٠	٧٧.٦٧٥	٠.٢
١.	٠.٢	١٨.٦٤٣	٠.٦٧٥	٨٠.٦٧٤	٠.٦
٢.	٠.١	١٦.٦٠٧	٠.٦٤٦	٨٣.٦٢٦	٠.٢٠
٣.	—	١٣.٦٩٠	٠.٦٢٨	٨٥.٦١٨	٠.٦٤
٤.	—	١١.٦٨٦	٠.٦١٦	٨٥.٦٩٤	٠.٤
٥.	—	٠.٦٨٣	٠.٦١٢	٨٣.٦٩٤	١.١

ومن هذا الجدول يعلم ان الانسان لا يستطيع أن يعيش في هذه الابعاد ويمكنه أن يعيش على بعد لا يزيد عن الف متر من سطح الأرض وان كان بعض السواح مثل Zurbriggin زوربريجن استطاع أن يرتفع الى ستة آلاف قدم فوق جبال الجلايا بالهند الا أنه أصابه الضعف والانحطاط وضيق في التنفس وارتخاء في العضلات وخروج الدم من الاغشية المخاطية (الرعاف)

وأغلب المشتغلين بالطيران استطاعوا أن يرتفعوا لغاية ٨٦٠٠

قدم مثل ما حصل لكروسيه سينيل وسيفيل اللذين ماتا بسبب هذا
الارتفاع

ثم ان التأثيرات التي يشتر بها الانسان في الارتفاعات الزائدة
عن الف متر هي سرعة ضربات القلب وانقباض

فساد الهواء — يخالط الهواء في حالته الطبيعية مواد خلاف تركيبه
أخصها حمض الكربونيك الذي يزداد في المدن والاماكن المزدحمة
بالسكان وفي أود النوم غير المتجدد هواؤها ومن طبيعة هذا الغاز
انه ينحدر الى أسفل لثقله فيوجد بكثرة في قاع الآبار وهذا سبب
موت كثير من الفواصين الذين ينزلون في الآبار لاستخراج شيء
منها ويعتقد العوام ان سبب موتهم وجود عفريت في تلك المحلات
ومن علامات هذا الغاز انه يطفى النور وعند ذلك لا يجوز
الدخول في المحلات المذكورة غير المتجدد هواؤها الا اذا أشعل نور
فيها فاذا طفي كان دليلاً على وجود حمض الكربونيك فلتنقية الهواء
تلك المحلات يطرح فيها كمية من الجير الحي وبعد ذلك يوضع بها
مصباح فاذا استمر نوره كان ذلك دليلاً على زوال حمض الكربونيك
فيسوغ الدخول فيها بدون خطر

ومن المواد التي تفسد الهواء ما يخرج من الجسم بواسطة البخار

الرئوي والجلدي والابخرة المذكورة وأتحة مخصوصة تنشر بها الثياب
والاثاث فتمين على فساد الهواء خصوصاً في الأماكن المزدحمة بالناس
كما يشاهد في بعض السجون غير الصحية والتي قد ينشأ من فساد
هوائها انتشار بعض الأمراض بين المسجونين ولكية البخار المائي
في الهواء تأثير عظيم في صحة الانسان فاذا كان الهواء متشبعاً بالبخار
كان العرق قليلاً وكذا الافراز البولي وبالعكس اذا كان الهواء جافاً
واذا كان الهواء رطباً حاراً أحدث ارتخاء وضعفاً في الجسم ومن
المشاهد أن المرضى ينهون بسرعة متى كان الطقس جيداً
واذا كان الهواء بارداً رطباً يتسبب عنه أمراض الصدر
والمفاصل والاسهالات لانه يحيط درجة الحرارة الحيوانية فينقص
العرق الجلدي

واذا كانت جافاً ودرجة حرارته مرتفعة زاد التبخر الجلدي
والرئوي وعند ذلك يحدث نقص ظاهر في ثقل الجسم
أما اذا كان جافاً بارداً فيكون منهشاً للجسم
ومن أسباب فساد الهواء الابخرة الغازية المتصاعدة من البرك
والمستنقعات والمراحيض ومن مداخن الواورات والقابريات
المجاورة للمساكن غير المستوفية الشروط الصحية

الوقاية من فساد الهواء

- ١ يمنع نوم جملة أشخاص في مكان واحد متناق الأبواب والنوافذ وإذا كان غير ممكن تقليل النائمين في غرفة واحدة وجب ترك بعض النوافذ مفتوحاً فتحاً كاملاً أو بعض الفتوح . أما الخوف من دخول البرد فوهم لأن دخول الهواء البارد أقل ضرراً من التنفس في الهواء الفاسد
- ٢ يجب أن تكون محلات الاجتماع كالمدارس والمساجد والكنايس والسجون بها منافذ كافية للتهوية
- ٣ يجب فتح نوافذ غرف النوم مدة النهار وإغلاقها قبل وقوع رطوبة المساء في النصول الباردة وفي زمن الصيف لا مانع من فتح بعضها في الليل بشرط أن لا يكون مجرى الهواء ماراً على سرير النوم ولا سيما بالنسبة للأطفال
- ٤ يجب التحفظ من الهواء البارد الرطب في كل زمان ولا سيما مدة النوم وبعد التعب وعند وجود العرق
- ٥ يجب تعريض الفراش للهواء بضع دقائق
- ٦ يجب طلاء حوائط المنازل بالجير من زمن لا آخر لاجل تنقية

الهواء من المواد العفنة والابخرة المناسبة كما دعت
الضرورة لذلك

٧ يجب رش الأرض بالماء قبل الكمنس لمنع تطاير الغبار سريعاً
ودخوله بمجاري التنفس بواسطة الاستنشاق الذي قد يسبب
في بعض الاحيان ثقل بعض الميكروبات الضارة للانسان

٨ يجب ردم البرك والمستنقعات المجاورة للمساكن

٩ يمنع التصريح بانشاء وابورات أو فابريكات أو معامل بحقول
المساكن ما لم تكن مستوفية الشروط الصحية تحريزاً من
فساد الهواء بما يتصاعد منها من الدخان وعلى العموم يرشد
رأي الادارة الصحية فيما يماثل تلك المحلات

معرفة كثافة الهواء — تعرف بالآلة المعروفة بالبارومتر الذي
ينخفض فيه عمود الزئبق في الاماكن العالية ويرتفع في الاماكن
المنخفضة لزيادة ثقل الهواء وبواسطة الآلة المذكورة يستدل على
التغيرات الجوية فان ارتفاع الزئبق يدل غالباً على الصحو وانخفاضه
يدل على حدوث المطر أو الرياح الشديدة

الفصل الثاني

الغذاء

القصد من تناول الغذاء اعطاء الجسم المواد التي تبين على نموه
وتعويض ما يفقده الجسم والانتفاع بها كمراد احتراق يحفظ الجسم
بها حرارته

وكي نعرف أنواع الأطعمة التي تؤدي الى هذه النتيجة يلزمنا
أن نعرف المواد التي يتركب منها الجسم نفسه
فالجسم يتركب من المواد الآتية

(١) ماء وهو يكون الجزء العظيم من الجسم لاننا لو فصلنا الماء
عن الجسم لنقص منه ثلثا وزنه

(٢) أملاح معدنية وأهمها كورور الصوديوم (ملح الطعام)
و كربونات وفوسفات الجير وهذان الملحان هما المعول عليهما في
تكوين العظام

(٣) المواد السكرية والنشوية وهي المواد التي عليها المعول في
الاحتراق

(٤) المواد الدسمة وهي من مواد الاحتراق أيضاً

(٥) المواد الزلالية وهي قاعدة تكوين الأنسجة وعضل الدم
والعكرات الدموية بل وجميع أعضاء الجسم

وخلاف ما ذكر توجد مواد أخرى بمقادير قليلة جداً مثل
الحديد وهو عنصر مهم بالنسبة للدم وهو ان قل مقداره في الجسم
أحدث المرض المسمى بالانيميا (فقر الدم)

يستتج مما تقدم ان الاغذية لاجل أن نقوم بوظائفها المطلوبة
منها يلزم أن تشمل على هذه المواد التي ذكرناها

فالهاء نجد في المشروبات التي نشربها وداخلا في تركيب كل
المواد الغذائية

والاملاح المعدنية نجدها بكثرة في الخضروات

والمواد النشوية والسكرية نجدها في السكر والنشا والارز
والخضروات كالبطاطس وغيرها

والمواد الدسمة نجدها في الزيوت والدهن والسمن

والمواد الزلالية أي المواد الازوتية نجدها في اللحم وزلال

البيض والجاوتين الموجود في القمح والكاربين الموجود في اللبن

يُتَاجَرُ مما تقدم ان الانسان يلزمه أن يجمل غذاءه من الانواع
الذكَورة وان كان أغلب الاغذية على حدتها تحتوي على جميع
المواد المطلوبة للجسم

فالخبز مثلاً يحتوي على مواد هي الجلوتين والنشا وأملاح أهمها
صالح الطعام فلو أضيف الى الخبز قطعة من السن وقليل من الماء
تكون منهما غذاء تام

ثم ان طعام الفقير مهما كان بسيطاً فهو عادة يحتوي على كل
المواد الغذائية على بساطتها وطعام الغني مهما كان متنوعاً فهو لا يزيد
عن المواد الغذائية المطلوبة

ركبة الغذاء الذي يحتاج اليه الانسان تختلف بالنسبة للسن
والنوع والحالة الصحية وأحوال أخرى استثنائية فالرجل يأكل أكثر
من الطفل والذكر أكثر من الانثى عادة والسليم أكثر من
المريض وبالعكس في بعض الامراض كالبول السكري

أنواع الاغذية

حيوانية ونباتية ومعدنية

الاعذية الحيوانية

اللبن - سائل أبيض معتم يحتوي على كرات من مواد دسمة ومواد زلالية وسكر اللبـن وأملاح معدنية وأنواع اللبـان المستعملة في التغذية ليست متحدة في التركيب بل تختلف باختلاف المواد الداخلة في تركيبها

وأكثر اللبـان حلاوة لبـن المرأة وكذا لبـن الانان فان هذين النوعين يحتويان على كمية قليلة من السمن والمواد الزلالية الموجودة في لبـن البقر

ويختلف تركيب لبـن المرأة في الاحوال الآتية

أولاً زمن الرضاعة فان لبـن المرأة كلما صار قديماً كلما نقصت المواد الزلالية الداخلة في تركيبه

ثانياً الغذاء فان كان حاوياً لمواد زلالية كثيرة كان هذا داعياً الى ازدياد نسبة السمن والسكر وان كان حاوياً كمية عظيمة من المواد الدسمة كان هذا داعياً الى تقليل كمية السمن في اللبـن وان كان غذاؤها قليلاً قل

وجود الكاسيين والمواد السامة في لبنها ولكن السكر يبقى
على حالته

ثالثاً الاملاح المعدنية والكحول والعلاجات التي تدخل في
الجسم كذلك يدخل جزء منها في اللبن وهذا هو السبب
في أنه لا بد من الاعتناء الشديد بأغذية المرضعات حتى
يكون لبنهن صالحاً لنمو أولادهن

أما ابن الموز فتكثر فيه القشطه وله رائحة تفوق رائحة ابن
البقر مع أنه يقرب منه في التركيب

ابن الغنم يكثر فيه السمن والكاسيين

ابن الاتان — يقرب من ابن المواة في التركيب الكيماوي فهو
سهل الهضم وهذا هو السبب في أن كثيراً من الأطباء يصفونه
لكثير من المرضى الذين يتألمون من القناة الهضمية التي لا تقوى على
تحمل أي نوع آخر من الالبان

ابن الجاموس — كثير الاستعمال في تركيا والقطر المصري وفيه
كثير من المواد السامة لدرجة أن كل لتر منه يحتوي على كمية
من المواد السامة من ٧٥ الى ٨٠ جراماً . وهذا هو السبب في

٧ لبن مع ٣ ماء = ١٠٢١

٦ » » ٤ » = ١٠١٨

٥ » » ٥ » = ١٠١٥

اللبن المغلي — غلي اللبن يلطّف في خاصياته فيغيّر طعمه ويجعله
لذيذ المذاق خصوصاً فيما يختص بالسكر ولا شك ان الحرارة تقلل
كمية الكاسيين الداخلة في تركيبه وذلك لان جزءاً من هذا الزلال
يصعد على سطح اللبن ويكون قشرة وزيادة على ذلك فان غليه يعدم
المحمرات الذاتية فيه وهذا ما يجعل اللبن عسر الهضم والغلي له فائدة
عظمى هي قتل الميكروبات الضارة

دقيق اللبن — قد تمكن الكثير من الباحثين من إيجاد طريقة
جيدة لحفظ ونقل اللبن من مكان الى آخر وذلك بتجفيفه وسحقه
ولعمل اللبن السائل من هذا المسحوق يكفي أن يخالط بالمسحوق
كمية من المياه درجة حرارتها ٦٠ ولقد عملت التجارب في مدينة
نيويورك وأنتجت نتائج حسنة جداً خصوصاً بالنسبة للاطفال وشوهد
أن اللبن المذكور عند ما يصل معدة الطفل يصير كأنه لبن امرأة

لبن الياغورت (المعروف بلبن الزبادي) — هو اللبن الرايب
عند البلغار بين ومزيته تجرده عن الميكروبات الضارة لغليه وهذا

ما جعل كثيراً من الأطباء يصنفونه المرضي بالسل والذوي الأمراض
المموية والحميات السفنة فانه دواء ناجع بلا ريب

الزبدة — لون الزبدة يختلف ما بين الأبيض والأصفر البرتقالي
وتستعمل خالية من الملح أو مضافاً إليها قليل منه لا يزيد عن خمسة
في المائة

والزبدة كاللبن تحدث أحياناً أضراراً جسيمة ينتج عنها أمراض
معدية كالدرن وكثيراً ما نجد الزبدة منشوشة فللاحتراس من
ذلك يجدر بنا في هذه الحالة ان نعود الى التحليل الكيماوي لتأكيد
من جودتها ولذا نكون بما من من الأمراض التي تنتج من تناول زبدة
لعبت في تركيبها أيدي الغش : ويمكن تقليد الزبدة بسهولة باستعمال
أنواع مختلفة من شحوم الحيوانات

القشطة — اذا أخذنا كمية من اللبن وعرضناها للهواء وتركناها
على هذه الحال مدة ترى أن المواد الدسمة الداخلة في تركيب
اللبن ترتفع شيئاً فشيئاً على سطح اللبن وتكون قشرة سميقة تعرف
بالقشطة

والقشطة تحتوي على الكاسيين وقليل من زلال اللبن وسكر اللبن

(الأكثوز) وكمية وافرة من الخيرة علاوة على المواد الدسمة الداخلة في تركيبها

إذا فالتشطة غذاء مفيد ولها مزية أخرى وهي سهولة الهضم الجبن — الجبن على اختلاف أنواعه في الغالب سهل الهضم لأنه يحتوي على جزء كبير من العناصر الغذائية وليس الحصول عليه صعباً فان أثمانه في الغالب زهيدة جداً وهذا هو السبب الذي جعل قسماً كبيراً من الطبقة المتوسطة والفقيرة من الناس وخصوصاً العمال يأتمنون به

وبما أن الجبن لا يحتوي على مواد زلالية ولا مواد دسمة والغرض من المواد الدسمة هنا الشحوم نرى الاطباء يصفونه كعلاج نافع للمصابين بداء البول السكري

إذا استعمل الجبن مع الخبز كان غذاء كاملاً وكذلك لا ضرر في أن يدخل الجبن في كثير من الاطعمة العادية

الشحم --- شحم الخروف والتمر يستعمل غالباً في الطبخ وهو يحتوي على مقدار كبير من الاستيارين وهو أقرب إلى الهضم من الزبدة

البيض -- يتأتون من قشرة ظاهرة أسفلها غشاآن رقيقان
نح البياض أو الزلال وبسببه الصفار ويحتوي البيض على العناصر
التي لا بد منها لنمو الحيوان الصغير فهو للإنسان من أهم الأغذية
سهل الهضم قابل للتمثيل ويصلح للمسوجات وقد أظهر التحليل
الكيمائي أن صفار البيض هو أهم جزء للتغذية لما احتوى عليه من
المواد الدسمة والحديد

ويختلف لون صفار البيض باختلاف أطعمة الدجاج فاحسن
البيض ما كان صفاره نقياً فإن ذلك دليل على أن الدجاجة تغذت
بالحبوب ونحوه كان اللون باهتاً كان هذا دليلاً على أن الدجاجة تغذت
بالمحوم ويخضر لون صفار البيض إذا تغذت الدجاجة بالأعشاب
ويسود إذا تغذت بالحشرات وقد يؤثر طعام الدجاجة إذا كان رديئاً
على البيضة فيجعل لها مذاقاً تنقبض له النفس

والبيض سهل الهضم إذا كان مصلوقاً صلغاً خفيفاً وهو المعروف
عند العوام بالبيض البرشمت ويستعمل مقويّاً في الحيات الضعيفة وفي
زمن النقاهة من الأمراض يمزج الصفار بالابن والسكر وإضافة بعض
نقط من منقوع القرفة

كيفية سهرقة البيض الحديث من القديم العفن — هي أن تذاب
ثمانية دراهم من ملح الطعام في ثمانية دراهم من الماء فإذا كان البيض
حديثاً غطس فيه وإن كان قديماً عام على سطحه وإن كان رديئاً جداً
عام في الماء الصّرف غير المضاف إليه ملح

بيض الأسماك — المعروف بالبطارخ لا يختلف كثيراً عن
بيض الدجاج فهو يحتوي على مواد أزوتية كثيرة وكذلك جزء من
الفسفور ولكنه لا يدخل في كمية كبيرة من الأغذية وإنما يستعمله
الروسيون في استحضار نوع من الأغذية اسمه الكيفيار يستعملونه
كثيراً لغذائهم وهو كما يقولون غذاء مفيد جيد صالح

اللحوم

الإنسان يغذي نفسه باللحوم وكذا بالنباتات لأن الوسط الذي
يعيش فيه يعتمد عليه استخراج معظم أغذيته إما من الحيوانات أو
النباتات . وسكان المدن يفتنون باللحوم أكثر من سكان الأرياف
واقدم اتضح من المباحث الحديثة أن استهلاك اللحوم يقل شيئاً فشيئاً
ويدخل ضمن أنواع اللحوم لحم الثور والمجمل والخروف

أنواع اللحوم المختلفة

تنقسم اللحوم بحسب أنواعها الى ثلاثة أقسام اللحوم البيضاء
واللحوم الحمراء . واللحوم السوداء

أما اللحوم البيضاء فيدخل ضمنها أولاً لحوم الحيوانات الصغيرة
السن كالمجمل والجدي والحمل أي الخروف الضئير ثانياً لحوم بعض
الحيوانات المنزلية كالدجاج والاوز والبط والحمام والارانب فهذه
اللحوم أغلبها يتكوّن من خيوط عضلية رفيعة تقل فيها المواد السامة
وهذا هو السبب في كونها سهلة الهضم وتصلح للمصابين بامراض
المعدة

أما اللحوم الحمراء فهي لحوم الحيوانات الكاملة كالثور والخروف
فيكثر فيها الدم وكذا الحديد وهي أكثر اللحوم عصارة وأرقها
للمصابين بققر الدم

وأما اللحوم السوداء فهي لحوم الحيوانات المتوحشة سواء كانت
من ذوات الريش أو ذوات الوبر كالديك البري والحجل وذكر
البط والتميس البري والخنزير البري والأرنب البري وغير ذلك من
الحيوانات

ويحتم الخنزير عسر الهضم ضاراً جداً في البلاد الحارة لما
يتسبب عنه من اصابة المتأدين على أكله بآء التريشين (مرض
يعرف بظهور كثير من الديدان في عضلات الجسم)

ويستحسن لحم المعجل اذا كان صغيراً أي اذا بلغ عمره من
شهرين الى ثلاثة وأن يغذى باللبن أو البيض والمعجول التي عمرها
أقل من ثلاثة أسابيع تضر لحومها أكثر مما تنفع
أما لحم الخنزير أي الخروف الصغير فيستحسن أكله اذا زاد
عمره عن ستة شهور ولكن يشترط أن يغذى بالثدي ثم بالخبز
لمنوس في اللبن وأسهل اللحوم هضمًا ما قل فيها وجود المواد
السامة

ويشترط في أكل لحوم الحيوانات أن لا تكون كبيرة السن
وأن تكون خالية من الأمراض وعلى ذلك يجب الكشف عليها قبل
الذبح بأربع وعشرين ساعة

ويعرف السليم منها بأن يكون نشط الحركة لامع العينين
أحمر الأنف المخاطي منتظم التنفس سهله وان يكون بهواء زفيره بلا
زئجة وروثة طيبيا

وان كان الحيوان مريضاً كان صوفه في بعض الامراض مخشنا

واقفاً والانف جافاً واليمين ثقيلة واللسان بارزاً من الفم والتنفس صعباً
وحر كاته بعظيمة وربما كان به اسهال

وبعد الذبح ينظر الى لون العضلات والى خلو الرتين والكبد
من الديدان والخراجات الصديدية فاذا وجدت أعضاؤه بهذه الكيفية
يازم احراقها وعدم استعمالها في الأكل لانه من المحقق أن اللحوم
المریضة كثيراً ما تسبب المرض للانسان

ولا يتم هضم اللحوم كما ينبغي الا اذا تجزأت أجزاء صغيرة
بحيث تتمكن عصارة المعدة والأمعاء من العمل فيها
ومن الشروط التي تتعلق بهضم اللحوم كيفية طبخها وأفضلها
ما يعرف بالرسوة عند الاوروبيين فانها تزيد لذة الطعم وتسهل
الهضم وكذلك الشواء (اللحم المشوي)

أما اللحم المسلق فان كان الغرض من سلقه أكل اللحم وجب
وضعه في الماء بعد غليانه لاقبله لان ذلك يجمد المواد الزلالية في الطبقة
الظاهرة ويحجز المواد الغذائية في الباطن ثم بعد خمس دقائق تخفف
النار دون درجة الغليان واذا قصد من سلق اللحم تعاطي مرقته كما
في الشوربا فيوضع في ماء بارد مقطوع ثم تزداد الحرارة تدريجياً الى
درجة الغليان ويديم ذلك مدة طويلة فتخرج المواد الغذائية من

اللحم الى الماء ويصير المرق لذيذاً قوي التغذية . أما اللحم فيصير
شئاً عديم الفائدة عسر الهضم

وأما اللحم المقلّي فحسر الهضم ولا يجوز استعماله الا اذا سلق
بعد ذلك أو طبخ فيصير لذيذاً مفيداً

ومن أنواع الطبخ الجيد وضع اللحم في أوان مخصوصة في الفرن
مختلطاً بالتوابل (المعروف عند المصر بين بالطواجن)

والقاعدة العامة في أكل هذه الأنواع أن يطبخ اللحم ببطء
على نار خفيفة حتى يتم نضجها لان بعض أنواع اللحوم كالبسطرما
والسجق ان لم يطبخا جيداً كان اكهما سبباً لاصابة بعض الناس
بالديدان كالودودة الوحيدة

الطيور

منها الدجاج والحمام والاوز وطيور الصيد البرية وجميعها مغذية
ولا تختلف اختلافاً كايًا عن لحوم ذوات الثدي من جهة التغذية أو
من جهة نوع طبخها

الاسماك

الاسماك طعام جيد سهل الهضم لا يختلف عن اللحوم المذكورة
الا في نقص المواد النتروجينية وزيادة الأملاح الفوسفاتية

ولما كان السمك سريع الفساد كان الشرط الاول في أكله أن يكون طريا حديث الاستخراج من الماء ويعرف من النظر الى الخيشوم والعينين فإن كان الخيشوم أحمر زاهياً وكانت العينان لا يزال فيهما الدمعان جاز أكله والا فيرفض ولا سيما اذا ظهرت فيه رائحة الفساد وأفضل أنواعه المسلوقة والمشوي أما المقلبي منه فلذي الطعم ولكنه عسر الهضم لكثرة المواد الدسمة فيه

وأما أنواع الأسماك المسالحة كالسردين وغيره فقليلة المواد الغذائية فضلا عن أنها عسرة الهضم وفي بعض الأحيان تكون سامة اذا طال زمن هكسها في علب من صفيح ليست من نوع جيد

ومن أنواع الأسماك البحرية الصدفية كأم الخلول . والجنبري . والاستريديا . وبلح البحر فلا يؤكل منها الا ما كان مطبوخاً لانها قد تكون سبباً في نقل بعض أمراض معدية للانسان

الأغذية النباتية

يجب أن تكون أغذية الانسان مشتملة على كمية عظيمة من النباتات وقد شوهد كثير من الناس يندبون اللحوم ويمتنعون من أكلها وهم النباتيون الذين يقتاتون بالفواكه والخضروات

وقد أظهرت المباحث العلمية أن الأغذية النباتية فضلا عن

احتوائها على مواد زلالية تحتوي على مواد دسمة وكية عظيمة من مواد معدنية والأغذية النباتية لا تفوق الأغذية الحيوانية لأنها لا تشمل بسهولة وأهم الأغذية النباتية الحبوب والخبز والبنور والفواكه والخضروات والمشروبات المتخمرة

الحبوب ودقيق القمح — الحبوب تحتوي على مواد زلالية والغالب فيها هو النشاء والسكر الموجود بكمية عظيمة وايست الحبوب واحدة في تركيبها فالارز مثلاً يحتوي على كمية عظيمة من النشاء أما الذرة والشوفان فيكثر فيهما وجود المواد الدسمة أنواع الحبوب المختلفة — الحنطة على أنواع عديدة منها القمح اليابس ويكثر فيه وجود المواد الأزوتية . والقمح الأخضر ويستعمل في استحضار المرققات والمفليات . ودقيق الشعير لا يصلح لعمل الخبز منه أما الشعير المنزوع عنه قشره اذا غلي مع الماء أو في اللبن فانه يحدث غذاء نافعا جداً

الذرة — لا تزرع بكمية كبيرة في أوروبا وهي أساس التغذية عند الأتراك والايطالين وسكان أميركا الجنوبية وصنف الذرة العويجه كثير الاستعمال في القطر المصري

الارز — هو أهم الاغذية عند أهالي الجنس الاصفر وكذلك

في أوروبا وفي أميركا ولكن منتهى الغذائية عالية جداً حتى أن بعضهم فضلوا على الخبز وكثيراً ما يكون الأرز غذاءً مهما للجيش

الخبز - قد أصبح الخبز الآن الغذاء الأساسي لكثير من الحيوانات حتى أخذت وضع الفعائل التي كانت تصنع قديماً والتي كانت تفوق الخبز الحالي بالخميرة التي تدخل في تركيب الخبز

الخبز المصنوع جيداً يحتوي على ٦٦ في المائة من المواد الصلبة و ٣٤ في المائة من الماء ونسبة جفافه في الفرن بدون أن يهمر فإنه لا يتعدى أكثر من ٣٥ في المائة من ثقله أما الخبز الذي يحتوي على أكثر من ٣٥ في المائة من الماء فهو خبز مغشوش ويخشى حصول الفس من وجوده في الأوعية الكبيرة الحجم وهذا ما يقلل من قيمة الخبز الغذائية ويجعله عسر الهضم

والخبز مضار منها أنه قابل لأن يكون مهيئاً وسبب ذلك المراد الفعنة التي يحتوي عليها إذا أهل حفظه وكذلك المواد التي يضيفونها للخبز حتى يكون لونه أبيض . ومن مضار الخبز تلوثه ببعض البكتروبات الضارة من أيدي الخدم أو من أيدي الذين يوزعونه على المنازل لأن بعض الخدم يضع الخبز في ملابسه أو يحمله تحت أبطه ولذلك يجب تجميره على النار قبل تعاطيه وبذلك تتحقق

نظافته ويتحول النشاء فيه إلى ديكسترين وهو أسهل هضماً وأسرع امتصاصاً حتى قيل إن كل جرام من النيش الرقيق المخصص بدون احتراق يقوم في التغذية مقام عشر جرامات من اللحم والمصايين بالبول السكري خبز مخصوص وهو خبز الجاوتين لأنه يحتوي على جاوتين ومادة دسمة ويحتوي أيضاً على كمية من النشاء بنسبة ٥ إلى ٢٥ في المائة

أما ما يسمونه بالبسكريت وهو قطع صغيرة من الخبز يجففونها في الأفران فهو سهل الهضم عن الخبز العادي ولكن مع الأسف يزيدون عدداً كبيراً من المواد الأخرى على عجينة البيض والسمن حتى يصير لذيذاً ولكنهم مع هذا يضمفون قوته الهضمية . وتوجد أنواع من البسكريت لم يدخلها خاليط في تركيبها سهلة الهضم يصفها الأطباء للمصايين بأمراض المعدة

الخضروات

الخضروات من المواد الضرورية للتغذية حيث أنه بدونها يظهر داء الحفر فالخضروات علاوة على أنها تحدث في الجسد حرارة تساعد الإنسان على أعماله وتجلب للجسم مواد مغذية مفيدة

فالبقول الخضراء تجلب كمية من الماء وهذا الماء يمثل من مقادير
وصلابة المواد البرازية أي أنها تمنع الإمساك

الفراكة — سهولة الهضم نافعة للجسم لاحتوائها على مواد
سكرية وكمية عظيمة من الماء وتساعد على عدم تصلب المواد البرازية
أيضاً

أما البقول الجافة كالبسلة . والفاصوليا . والفاصوليا . والعدس
وغيرها فهي أغذية تحتوي على كمية كبيرة من الزلال والمواد النشوية
وان كانت هذه البقول لا تهضم بسهولة كالحوم والدقيق لكن لها
قيمة غذائية عظيمة

وبما أن هذه الأغذية منفعتها الغذائية عظيمة وكمية المواد الزلالية
الداخلة في تركيبها عالية وأملاحها عديدة فلا شك أنها مفيدة للجسد
لأنها تصلح ما فسد من المنسرجات

وبعض تلك الأنواع كالعدس والفاصوليا يحتوي على
كمية من الحديد وكثيراً ما تقوم مقام اللحوم

ولكي تكون البقول الجافة سهلة الهضم يلزم أن يخرج منها
الغلاف الظاهري الذي إذا بقي كان صعباً على العبارة الهضمية فيلزم
وضع هذه البقول الجافة في الماء وتنقع ١٢ ساعة فبعد ذلك تنفتح ثم

يرضع في الماء للدرجة الغليان تتنزل منها تلك القشرة العسرة المضم
المراد النشوية والسكرية ... تتكون هذه المراد الغلثائية من
الكربون والهيدروجين والأكسجين وقائمتها أنها ذاك كسد ونحوه
الحرارة الحيوانية

النشاء ... يوجد في رقيق القمح ومن أنواعه الأرز والذرة وهو
على شكل مسحوق أبيض إذا فرك بين الأصابع يسمع له صوت
وقائده الدرعي والانسفال عنيفة ولا سيما إذا مزج وتعلي مع
اللبن . وكيفية تجهيزه لخداء الاطفال ان يمزج منه ملعقة كبيرة مع
فنجالين من الماء ثم يضاف اليه شيئاً فشيئاً نحو ١٥٠ درهماً ماء مغلياً
أو لبناً مغلياً يعلى بالسكر أو غير يعلى به ويحرك المزيج الى أن يتم
العمل وقد يقوم مقامه نشاء التايو كا

السكر - أحسن أنواعه سكر العنب وسكر الفنب وهو لا يختلف
في التركيب عن النشاء إلا من حيث وجود مقادير الأيدروجين
والأكسجين ولا يختلف قائده عن النشاء الذي لا بد من تحويله
الى سكر قبل امتصاصه ودخوله الدم

ومن فوائد السكر علاوة على حلاوته ولذة طعمه انه مضاد
للفساد فتحفظ منه المرببات التي تمكث زمناً طويلاً بدون تعفن

الإملاح المعدنية التي تدخل في تكوين الأطعمة العادية — هي ضرورية للحياة لأن جسم الإنسان يدخل ضمن تركيبه أملاح معدنية فلا بد من تجديدها

ومن العادات الرديئة أن يأكل بعض الأولاد والنساء نوعاً من الطين فيصفر لونهم وتضعف عضلاتهم وتكبر بطونهم وتبale عقولهم ويصابون بمرض الانكاستوما

الملح — هو من أهم المواد المعدنية التي توجد في الأطعمة في حالتها الطبيعية ومن فوائده المهمة أنه هو الذي يكون حمض الكلو رايدريك في العصارة المعدنية الذي له دخل عظيم في الهضم وقد دلت التجارب على أن انقطاع الملح عن الإنسان ينشأ عنه ضرر ربما أدى أخيراً إلى الموت ومن فوائده أنه مضاد للفساد ولذا تحفظ به اللحوم زمناً طويلاً

ومن الأملاح الضرورية للجسم فوسفات الجير الموجود بكثرة في أنواع الحبوب والخضروات واللحوم لأنه يتكون منه معظم ثقل العظام وبعض أجزاء الأنسجة وإذا منع منه الأولاد أصيبوا بالكساح والحديد الموجود في الدم يوجد في أكثر أنواع الأطعمة

الحيوانية والنباتية والكبريت والفوسفور فلا يخلو طعام منهما

البهارات — هي الفلفل والخردل والحوامض والحل ونحوها وهي تزيد افراز اللعاب وعصارة المعدة وتعين على الهضم ولكن الأكثر منها ضار وكذلك يقال في البصل والثوم والفجل والجرجير والكراث وشبهها

أوقات الطعام

غذاء الصباح — يلزم أن يكون بعد القيام من النوم لكي ينال الجسد من القوة والنشاط ما يحتاج اليه قبل الشروع في أعمال النهار وقد اتفقت عامة الناس على أن يكون الطعام خفيفاً كالقهوة والشاي واللبن والخبز والزبدة والبيض البرشت

غذاء الظهر — يلزم أن يعقبه زمن راحة من الاشغال الجسدية والعقلية

غذاء العشاء — يجب السكون بعده وعدم النوم قبل مرور مدة كافية للهضم أقلها ثلاث ساعات وانا نفضل عدم الافراط في غذاء العشاء ان لم يمكن تركه لراحة المعدة

أسباب الهضم الصحي

أولاً اجتناب الانفعالات النفسانية خصوصاً للضعفاء

والاطفال لانه من الملتق أن اللم والقم من اكبر أسباب أمراض
المعدة

- ثانياً عدم الحديث في أمر مكرر
- ثالثاً ترك شرب الماء قبل تمام الهضم
- رابعاً عدم ادخال طعام على طعام قبل هضمه
- خامساً الاكثار من المضغ والتأني في البلع

شروط الطعام الصحية

بعض الناس شديد الميل الى الاكثار من الاكل وذلك
سبباً لسوء الهضم وحصول الامساك أو الاسهال فالواجب الاعتدال
في تناول الاغذية لان الطعام الكثير وان انهضم لكنه ينشأ عنه احتقان
في الاعضاء الباطنة وربما أدى ذلك للاصابة بالسكته أو الفالج أو
أمراض أخرى فيجب الانتباه لهذا الامر فلا يأكل الانسان الا
اذا اشتهى الطعام واذا أكل لا يشبع

نوع الطعام

يصعب على الانسان أن يقتصر على نوع واحد من أنواع الطعام
فيجب أن يكون طعامه من الاغذية الحيوانية والنباتية والمعدنية كما

قلنا وينبغي ابدال صنف بآخر من مدة الى مدة والخبز واللحم والخضروات من اصالح ما يؤكل لكن الاوفق عدم المداومة على هذه الاصناف بل يستبدل اللحم بشي آخر كالمسك والدجاج لان عدم ابدال الاغذية بعضها ببعض يحدث ضرراً بالجسم و يازم الاكثار من الخضروات والفواكه والتقليل من اللحوم في البلاد الحارة

الفصل الثالث

المياه

الماء — ضروري جداً للحياة لان جسم الانسان يحتوي على ٧٠ جزءاً في المائة من الماء تقريباً وقد يتقذ الجسم كل يوم من ٢٠٠٠ الى ٢٥٠٠ جرام من الماء بواسطة الافرازات المختلفة (التبخر الجلدي والتبخر الرئوي والبول والعرق) وغير ذلك من الافرازات التي تخرج من الجسم فيكون الانسان محتاجاً اذا الى تعويض هذه الكمية المفترزة يوميا بواسطة المشروبات والاعذية التي يتعاطاها

وهو مركب من الايدروجين والاكسجين بمقدار ثمانية
أجزاء من الأول لجزء من الثاني وهو يغطي نحو ثلاثة أرباع سطح
الأرض ويتكون منه معظم أجساد البشر والحيوانات والنباتات وتختلف
صفاته بحسب المواد التي يكتسبها من مصادر مختلفة وكثيراً ما توجد
فيه حيوانات ونباتات طفيلية فلا يكون أبداً نقياً صرفاً

ماء البحر المالح — لا يصلح للشرب لكثرة ما فيه من الملح
الاعتيادي وأملاح أخرى وأستكثر البحور أملاحاً البحر المتوسط
والبحر الأتلانتيكي عند خط الاستواء وطعمه مالح مر

ماء الشتاء — هو ناشئ عن البخار المتصاعد من سطح البحر
الذي يتكون عنه السحاب الذي اذا تكاثف وأثرت عليه برودة الجو
يستحيل الى مطر ويسقط على الأرض وهو في نفسه نقي ولكنه يختلط
ببعض الآثار التي يكتسبها من الهواء عند نزوله

الثلج — تركيبه كتركيب ماء الشتاء الا أنه يحتوي على مقدار
كثير من النوشادر وكذلك ماء الضباب الذي يجتمع فوق المدن
ولهذا السبب كان حريفاً مهيئاً للسعال . وماء الشتاء اذا جمع في أوان
من النحاس أو الزنك فلا يصلح للشرب لأنه يذيب بعض أجزاء
هذه الأواني ولكن ان كان نقياً كان عذبا في غاية الصلاح للشرب

والا كان ثقيلاً قليلاً الهواء

ماء العيون والآبار — هو ما ينفذ من ماء الشتاء في باطن الأرض ويجري فيها الى محل خروجه منها وفي أثناء سيره يذيب بعض الأملاح القابلة للذوبان في الأرض فاذا كانت تلك الأملاح كثيرة صار الماء معدنيا لا يصلح للشرب إلا في الأحوال المرضية ماء الأنهر — يكون مختلطاً بالتراب والرمل وبالواد الآلية من بقايا النباتات والحيوانات وبقدر منسوبة فيه من متحصل المراحيض والمعامل كنهر النيل والابحر والترع الخارجة منه ونهر التامس في لندن والسين في باريز والفرات والدجلة لبلاد العراق والجنج في الهند مياه المستنقعات والبرك — لا تصلح للشرب لسفوتها واحتوائها على حيوانات دنيئة وميكروبات ضارة

الشروط الصحية لمياه الشرب

- ١ يشترط فيها أن تكون خالية ما أمكن من المواد الآلية
- ٢ وان تكون عديمة اللون والرائحة والطعم شفافة لا يحس بطعم ملحي فيها
- ٣ أن لا توضع في أوانٍ من التوتيا أو النحاس أو الرصاص

لان مكث المياه في تلك الأواني ربما أحدثت بها مادة
سامة فاستعمالها للشرب والمخالة هذه ضار وكذا الأواني
الرصاصة فلا يجوز استعمالها في مياه الشرب أو الطبخ
٤ أن تكون خالية من الجراثيم المرضية ولذا يمنع اقتراب
مياه الشرب بجاري المرحاض والمقابر لما ينشأ عن
ذلك من الضرر البالغ لان استعمال تلك المياه يكون
سبباً لنقل الامراض الثقيلة كالكويرا والحملى التيفودية
فالمحافظة على نظافة مياه الشرب من أقدم الواجبات ولذا
يلزم اعطاء النصائح اللازمة بعدم التبرز على شواطئ الاتهر
والاستحمام وغسل ملابس المرضى فيها
٥ لا يجوز استعمال مياه الشرب من الآبار والعيون الا بعد
تحليلها كيمابا وميكروسكوبيا والاقرار من الادارة الصحية
على استعمالها للشرب فان كانت نقية فيكون استخراج المياه
منها بواسطة الطلومبات مباشرة لا بواسطة الجرادل
والدلاء كما هو حاصل بيهض البلاد اذ بهذه الوسطة تلوث
المياه النقية بالماء المتساقط على أيدي وأرجل العمال التي
لا تخلو غالباً من الأوساخ

٦ لا يجوز استعمال المياه للشرب من الأنهر والفرع الخارجية
منها الا بعد ترشيحها وغليها وتبريدها في مدة انتشار
الامراض المعدية كالكوليرا والحمى التيفودية

تطهير مياه الشرب (ترشيحها)

ترشح المياه من اكدارها وخصوصاً الميكروبات الضارة في المدن
الكبيرة بمعرفة قومية انية المياه بمرشحات مخصوصة مفرقة بمعرفة
الادارة الصحية .

ترشيح مياه الشرب في المنازل — ترشح مياه الشرب في المنازل
بواسطة المرشحات المعروفة كمرشح باستور وبريكفيلد وشوقي المصري
وغيرهم وبالازيار ان لم يتيسر الحصول على مرشح من المرشحات
المذكورة وفي زمن الأوبئة تغلى في أوان من الفخار أو من النحاس
المقصد جيداً وتترك حتى تبرد ويتخللها الهواء وبهذه الطريقة تكون
جيدة صالحة للشرب خلوها من الميكروبات المرضية

تنظيف مرشحات مياه الشرب — تنظف المرشحات السابق
ذكرها بغسل شمعها يوميا بالماء المغلي النقي بواسطة فرش مخصوصة
لازالة الاوساخ من سطحها وبعد ذلك تغسل بالكول النقي

ويداوم نظي هذا الفسل خصوصاً في زمن فيضان النيل الذي
يكثُر في مائه الاقدار وتنسل الازيار أيضاً يوماً بعد آخر بماء مغلي
وينظف قاعها جيداً بفرش مخصوصة ويحترس من تلوث المياه المرشحة
منها في المواجيز. الموضوعه أسفلها بوضع الايدي فيها وقت أخذ الماء
بواسطة البكران المملوءة

وترشيع مياه الشرب ضروري جداً لوقاية الانسان من
الامراض خصوصاً اذا كان الماء مجلوباً من الانهر أو الترع مباشرة
بدون ترشيع

اضرار الماء بالصحة — يوجد الضرر في هذه الحالة لقلّة
المطلوب منه أو لفساده فان كان قليلاً نشأ عن ذلك قلّة الاستحمام
وغسل الملابس ورش الشوارع وغسل المساكن وغير ذلك من
الاضرار كما ينشأ فشو الامراض بين الناس. وان كان الماء فاسداً
وذلك يكون باحتوائه على كمية كبيرة من المانيزيا أو أملاح جيرية
فينشأ عن شربه الاسهالات أو الدوسنطاريا

ومن أسباب فساد مياه الشرب احتوائها على كثير من
الميكروبات المرضية كميكروب الكوليرا والحمى التيفودية خصوصاً اذا
اختلطت به فضلات المصابين بهذه الامراض. واحتوائها على أجنة

بعض الديدان المعروفة بالبلهارسيا المرض الكثير الانتشار بين
المصر بين وسببه شرب المياه غير النقية ويوجد هذا المرض بكثرة
في البلاد الواقعة عند انتهاء مصب النيل كدمياط ورشيد والبلاد
المجاورة لهما وهذا المرض هو المعروف عند المصر بين بالبول الدموي
والآن لم يعرف له علاج حقيقي وياحبذا لو نيط بحث هذا المرض
بحثاً دقيقاً بجمعية طبية بكترواوجية للوقوف على طريقة شفائه وقد قل
هذا المرض عن السابق بكثير لانتقام أهالي الى نظافة المياه
وعناية الحكومة بترشيح المياه في المدن وستمعهم طريقة الترشيح
في جميع البلدان بنضي الزمن

ومن ضمن أضرار فساد الماء اصابة البعض بالذودة المعروفة
بالفريت وخلاف ذلك من الأمراض التي لا تحصي فالأء وبعض
الأغذية غير المطبوخة من الأسباب القابلة لنقل الأمراض الى
الإنسان ان لم يمتن بتطهيرها

مياه الغسل والاستحمام — المياه التي تستعمل للغسل والاستحمام
لا تختلف عن ماء الشرب التي ترغى الصابون

المياه المعدنية

هي التي تحتوي على أسلح وغازات مفيدة في بعض الأمراض وأنواعها كثيرة جداً فلا تخلو بلاد من بعض أنواعها وهي إما حارة خارجة من أماكن شديدة الفوران أو باردة سطحية المنشأ وأما أن تكون قلوية أو حديدية أو كبريتية أو زرنيفية فاختلافها هو بحسب الأملاح الداخلة في تركيبها فنذكر البعض منها افادة للقراء

مياه حمامات حلوان الكبريتية المصرية

EAUX SULFUREUSES
D'HÉLOUAN - LES - BAINS
(Le Caire - Egypte)

تحتوي على كبريت و كلس ومغنيسيا و صودا وغازات كربونية وهي مفيدة جداً في الروماتزم والأمراض الجلدية على اختلاف أنواعها والأمراض الزهرية في وقت معالجتها بالمركبات الزئبقية لأن الحمامات الكبريتية تساعد على تأثير الزئبق على الأمراض المذكورة وتستعمل أيضاً في أمراض الكبد حتى كانت تسمى قديماً بالمياه الكبدية

وحماماتها كحمامات أوروبا المعدنية ولكن ينقصها زيادة الرزق
وباقى منتزعات الحمامات الشهيرة ويمكننا أن نقول انها أنفع المرضى
من كثير من الحمامات التي يقصدها المصريون ويصرفون فيها
المصاريف الباهظة وما يزيد منفضتها المؤكدة وجودها ببلدة حلوان
الشهيرة بمجودة هوائها النافع للمصابين بالروماتزم المزمين ومرض النقرس
(داء الملوك) وأمراض الصدر على العموم خصوصاً المصابين بالدرن
والأمراض العصبية والنوراستيني ولذا يقصدها كثير من السائحين
لزيادة وثوقهم بفائدتها غير أنه ينقص هذا الحمام الرصيد في العالم في
زمن الشتاء سهولة المواصلة بينه وبين مصر وسيرتفع قدره وتسم فائدته
قريباً بهمة رجال الحكومة الفخام

مياه كراسباد

CARLSBAD

مياه كراسباد بالنمسا مياه حارة تحتوي على سلفات الصودا وأملاح أخرى
وتستعمل بنجاح عظيم في أمراض السكبد وحصىاته ومرض البول السكري
والنقرس وبجوارها اكتشف حديثاً ينبوع تحتوي مياهه على الراديوم يسمى
Sankt yochims. thal Radium تستعمل مياهه بنجاح عظيم في الروماتيزم
والنقرس

مياه شاتاليجيون

CHÂTEL-GUYON

توجد في فرنسا وتحتوي على حمض الكربونيك وكأورور المغنسيوم وكأورور الصوديوم
وإني كربونات الجير وبي كربونات الصودا وبي كربونات الحديد تخرج من ٢٨
ينمو عا تقريبا وتقدر قيمة المياه الخارجة من هذه الينابيع بخمسة ملايين لتر في اليوم
وتستعمل هذه المياه بنجاح عظيم في أمراض المعدة المزمنة وأمراض الامعاء
المزمنة أيضا والامساك المستعصى الزمن والدوسنطاريا ومرض الاغور Appendicite
والهواسير وأمراض الكبد وتعد من أعظم المياه المعدنية في معالجة الامراض
المذكورة

حمامات بوربون

BOURBONNE LES-BAINS

حمامات بوربون بفرنسا وتحتوي مياهها على بي كأورور الصوديوم وسلفات الجير
وكأورور المغنسيوم وبرومور الصوديوم وكأورور الليتيوم ويود وزرنيخ وحديد
تستعمل بنجاح عظيم في أمراض تصلب الشرايين ومرض النقرس والروماتزم
والشلل الزهري والبول السكري النقرسي والدوراستيني

مياه بوربول الزرنيجية (بفرنسا)

BOURBOULE

مياه بوربول تحتوي على كأورور الصوديوم وبي كربونات الصودا وكأورور
البوتاسيوم . وسلفات الصودا . وزرنيخات الصودا وهي من أشهر الحمامات الطبية
مفيدة جدا للمرضى بالتزلات الشمية المزمنة والحيات الاجامية
intermittentes et la cachexie وضعفاء البنية الانماوين والدرينين

مياه كونتريكسيفيل (بفرنسا)

CONTREXÉVILLE (Source le Cler)

تحتوي مياه كونتريكسيفيل على سلفات الجير وبي كربونات الجير وبي كربونات الليتين وتستعمل لادرار البول في أمراض الكلبي وفي الرمل البولي الفانج من زيادة حمض البولييك وفي مرض القنرس وفي النزلات المثانية المزمنة وفي ضخامة البرستا

مياه افيان (بفرنسا)

EVIAN-LES-BAINS

مياه افيان أحسنها ينبوع (Evian cachat) تحتوي على كربونات الكلسيوم وكربونات الصوديوم . وكربونات المغنسيوم . وحمض كربونيك . وآثار من الليتيوم واليود وتبمد عن مدينة جنيف بساعة ونصف بطريق البحيرة وطعمها لذينة جدا كياه نيل مصر النقية وتستعمل في النزلات الممدية المزمنة وداء القنرس وأمراض البول المزمنة والنوراستيني

مياه مندور (بفرنسا)

MONT-DORE

تحتوي على كربونات الحديد والزرنيخ وتستعمل بنجاح عظيم في الربو العصبي والالتقربمباري وأمراض الأنف والزور والنزلات الحلقية المزمنة والنزلات الشعبية المزمنة

مياه مارينباد (بالتمسا)

MARIENBAD

تحتوي على سلفات حديدية وكورور الصوديوم وتبمد عن كارلسباد بساعة وهي كياه كارلسباد في الخاصة تقريباً

مياه اورياچ (بفرنسا)

URIAGE

تحتوي على كاورور الصوديوم ، وسلفات الجير ، وسلفات الصوديوم وحمض
كربونيك وحديد

وتستعمل في ضخامة المقعد الليفنافية الخنازيرية والامراض الزهرية والامراض
الروماتيزمية المصبية بنجاح عظيم

مياه فيشي (بفرنسا)

VICHY

مياه فيشي تخرج من ينابيع كثيرة تسمى بأسماء مختلفة منها ما يحتوي على بي
كربونات الصودا بدمية عظيمة وبي كربونات الجير وبي كربونات البوتاسا وبي
كربونات المانزيا وكاورور الصوديوم وحمض كربونيك واستعمالها الطبية تختلف
بحسب تركيبها منها فيشي Hôpital وفيشي Celestins وأنواع أخرى
وتستعمل في أمراض السكبد وأمراض المعدة والمثانة وعلى العموم في أمراض
الجهاز البولي والبول السكري

مياه فيتيل (بفرنسا)

VITTEL

تحتوي على سلفات الكالسيوم والمغنسيوم وتستعمل بنجاح عظيم في أمراض
البول وزيادة حمض الاوريك وفي الروماتيزم وأمراض القاب وتصلب الشرايين
والرمل البولي . وقد اقتصرنا على ذكر أنواع المياه المعدنية المشهورة التي يتصدها
المرضى في زمن الصيف واستعمالها الطبية لفائدة القراء

المشروبات الروحية

المشروبات الروحية هي المشروبات الكحولية وهي مضرّة بالصحة وينشأ عن كثرة تعاطيها بعض الأمراض كأمراض المعدة وأمراض الكبد وأمراض البول وضعف الأعصاب وضررها أشد في البلاد الحارة كبلاد مصر وفضلاً عن ضررها بجسم الإنسان فإنها تجرى من تعاطيها على مخالفة القوانين الشرعية وخلافها . والتمتعون في تعاطيها يصاب كثير منهم بالجنون . وبالجملة فإنها تجعل الموت ومن الجدول الآتي يعلم مقدار ضررها لاختلافها على كمية زائدة من الكحول

نسبة الكحول في المائة من المشروبات الآتية

الكرنيك	من ٥٠ الى ٦٠
الويسكي	» ٥٠ » ٦٠
الروم	» ٦٠ » ٧٧
نبيذ بورد	» ١٦ » ٢٥
الشمبانيا	» ٥ » ١٣
البيرا	» ١ » ٤ تقريباً
العرقى المعروف بالمصطكى	» ٨٠ » ٩٠

فيجب على من يراعي صحته أن يعتمد عن تعاطي هذه المشروبات جميعها بحيث لا يتعاطى شيئاً منها إلا بأس الطيب في أحوال مرضية استثنائية تستدعي تعاطيها

المشروبات الفازية — المشروبات المذكورة تحتوي على كثير من حمض الكربونيك فإما أن تكون سكرية كالكاروزا أو غير سكرية كالصودا ونرى أن لا فائدة من استعمالها فإنها تمدد المدة لكثرة وجود الحمض المذكور فيها وموادها السكرية تتحمض في المدة خصوصاً من كان معدته حمضية

المنقوعات المنبهة — هي منقوع الشاي والقهوة والزيزفون ونحوها . فالقهوة وإن كانت منبهة إلا أنها تحدث الأرق وتنبه القلب عند المصابين بأهراضه فيلزمهم تركها كما يلزم غيرهم التقليل من تعاطيها ومثلها الشاي

التدخين — تدخين الدخان أو التبناك ضارٌّ جداً للقلب وزد على ذلك أنه يفقد الشهية ويضعف الأعصاب

الاستحمام

النظافة من ضروريات حياة أهل المدن فكما ارتقت أمة فيه زاد الناس اعتناء بنظافة أجسامهم وملابسهم ورفضوا مباشرة من كان قذراً أو متغافلاً عن واجبات نفسه وقد جعلت النظافة من شعائر الدين وحرمت الشريعة على تأخيرها الصلاة والطواف الآ إذ راعوا الطهارة الجسدية أولاً وقد ورد (النظافة من الإيمان) وفي الأمثال الإنكليزية (بعد التقوى النظافة)

والغرض من الاستحمام هو إزالة الإفرازات الجلدية كالعرق والمواد الدهنية التي تمتزج بالفيار وتلتصق بالجلد إذ بدون ذلك تلتصق تلك المواد بالجلد وتكون قشوراً تمنع إفراز العرق والتنفس الجلدي وتسبب أمراضاً عظيمة . وقد تحقق من التجارب أنه إذا طلى جلد حيوان بمادة تمنع خروج ما ينبعث منه مات كما يموت إذا حججز عنه الهواء

ومن فوائد الاستحمام فتح مسام الجلد وانعاش الجسم وتسكين أعصاب الجلد ومنع البثور الجلدية . وأفضل الأوقات للاستحمام وقت النهوض من الفراش

والاستحمام الساخن أن يكون بماء بارد أو بماء حار
الاستحمام بالماء البارد - إذا قصد به التقوية يازم أن تكون
مدته قصيرة وإن يدلك الجسم بمخرقة ناشفة مدة طويلة ولا يجوز أن
يقف الإنسان في الماء ومظام جسمه غير مضمور به لأن ذلك يوجب
احتقان القلب . ومن أحسن انواع الاستحمام بالماء البارد أن يصب
الماء على الجسم لأن ذلك مفيد للضعفاء والنساء والأولاد وهو أحسن
من (الماءوش) الذي لا يحميه إلا الأقوياء وهو مفيد لهم
الحمام الفاتر - هو مفيد جداً بعد الرياضة العنيفة مدة الحار
ومدة الشتاء متى كان الجسم بارداً لأنه ينعش القوى ويزيل التهيج
المصلي بشرط أن تكون درجة حرارة الماء من ٨٥ الى ٩٥ فهرنهايت
الحمام الحار - لا يجوز استعماله أكثر من مرة في الأسبوع
ومن فوائده تسكين الألم والتهيج وفتح مسام الجلد إذا ضاقت
من البرد ولا يحتاج إليه إلا الأقوياء والذين جلودهم خشنة ولا
يجوز استعماله للضعفاء فإنه كثيراً ما يحصل لهم الانغماء بسببه ودرجة
حرارته تكون من ١٠٠ الى ١٠٥ فهرنهايت

ويكون الاستحمام بالماء البارد أو الفاتر أو الحار قبل الطعام

لا بعده

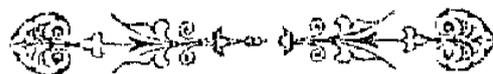
حمام البحر — هو أفضل أنواع الحمامات الاقوياء ومتوسطي
القوة وفائدته رياضة السبح والتعرض لهواء البحر ولا يجوز المكث
فيه طويلاً لما ينشأ عن ذلك من الضعف ومدته عشر دقائق للضعفاء
ونصف ساعة للشبان ويكون الاستحمام به مدة الصباح قبل الاكل
ولا يجوز للضعفاء السبح في البحر بل يلزم الاستحمام بمياهه في المنازل
وكذا لا يجوز استحمام الاولاد في البحر قبل السنة السابعة
ويجتنب الاستحمام بماء البحر من بلع الحامسة والخمسين من سنه الا
اذا كانت بنيته قوية

ويلزم بعد الاستحمام بماء البحر تشييف الجسم تشييفاً جيداً

حتى يحمر

الاستحمام بالهواء — يكون بنزع الملابس وذلك الجسم باليد

او بمنشفة مدة دقيقتين وفائدته منع الارق



الفصل الرابع

الملابس

هي من ضروريات المعيشة وفائدتها حفظ حرارة الجسم ، ووقاية الجلد من أشعة الشمس ، وحمل رطوبة العرق الى الهواء الخارج ، وانتصاص المواد الحيوانية التي تخرج من الجسم مع العرق

المواد المستعملة في الملابس — تصنع الملابس اما من القطن أو الصوف أو الحرير أو الكتان أو الجلود

وهي اما أن تكون سميكه وهي المستعملة للوقاية من البرد أو رقيقة وهي المستعملة في زمن الصيف لمقاومة حرارة الجو واما أن تكون بيضاء وهي المستعملة في زمن الصيف أيضاً لان اللون الأبيض يعكس حرارة الشمس أو سوداء وهي المستعملة في زمن الشتاء لان اللون الاسود يمتص الاشعة . والدليل على ذلك اننا اذا وضعنا قطعة قماش سوداء على قطعة ثلج وقطعة أخرى بيضاء على قطعة ثلج أخرى نجد قطعة الثلج المغطاة بالقطعة السوداء تذوب بسرعة بخلاف المغطاة بالقطعة البيضاء

ملابس الأطفال — بما أن مقاومة الأطفال للبرد ضعيفة، وضررهم منه شديد يجب أن تكون ملابسهم كافية للوقاية من ذلك ففي بدء الطفولية يكون الثوب الملاصق للجسم من القطن وفوقه آخر من الفلانيا وعند تقدمهم في السن وأخذهم في الرياضة توضع لهم الفلانيا من الباطن وقيص القطن من الظاهر ويجب أن تكون ملابسهم واسعة غير مربوطة بأربطة ضيقة ليتمكنوا من الحركة والرياضة اللتين بدونهما لا تقوى الاعضاء

وعلى العموم يجب أن تكون الملابس قصيرة بحيث لا تلامس سطح الأرض أثناء المشي لئلا تلوث بالاقذار وان لا تكون إلا كمام طويلة تستر الاصابع كما هو متبع في تفصيل القفاطين عند المصرين لان ادامة تغطية الاصابع واليد بالملابس تجعلها عرضة للتلوث بمرض الميكروبات الضارة

أما ما يختص بتغطية الرأس فلآن لم يصطلح على شيء صحي يقي الرأس من المؤثرات فالعمائم ثقيلة ولا تمنع تأثير حرارة الشمس الشديدة والطربوش كذلك بل أقل تعباً من العمائم وكثير من أنواع البرانيط لا يفي بالغرض المطلوب ويمكننا أن نقول ان البرنيطة الانجليزية المصنوعة من قشر بعض الأشجار التي تمتد منها زائدتان من

الامام والخائف لوقاية العينين وموخر العنق المثقبة من جوانبها لاجل تبديل الهواء وتخفيف حرارته على الرأس هي صحيا اوفق من جميع الانواع المذكورة ولكن لعدم تغيير الزي عند من يلبسون العمامة والطر بوش يجب أن تكون العمامة خفيفة جدا اوفي زمن الصيف تغطى بالكوفية أو قماش أبيض بكيفية تجعلها ساترة للوجهة وموخر الرأس ويقوم مقام ذلك وضع الشمسية فوق العمامة الخفيفة أو الطر بوش

ثم انه يجب عدم تغطية العنق بملابس ضيقة لان ذلك ينشأ عنه احتقان في الوجه وآلام في الرأس

ويتأوم حرارة الشمس وبرودة الجو . ويصون الايدي والارجل من الاقدار لبس الكفوف المستعملة من الكتان أو القطن أو الجلد أو الخرب أو الصوف والجزم التي يلزم أن لا تكون ضيقة لان ضيق الجزمة يعرض الاقدام لاصابتها بما يعرف عند العامة بالمسامير أو عين السمكة

الفصل الخامس

في المساكن

هي من ضروريات المعيشة إذ هي التي تقي الإنسان من المؤثرات
الجوية فيجب أن تكون مستوفية للشروط الصحية الآتية

١ أن يكون بها المناور الكافية للضوء والتهوية ونفوذ أشعة
الشمس إذ بدون ذلك يكون هوائها فاسداً مسبباً لكثير
من الأمراض

٢ أن لا تشيد في نقط رطبة بل تكون في موقع جاف متجه
نحو المناظر البهجة كالسائين لتشرح الخاطر

٣ أن تكون بها دورة مياه تامة ومستودع يجتمع فيه
متحصل مياه الفسل والمواد البرازية ويكون هذا المستودع
أصم كافياً لتخزين تلك المواد وإخراجها عند اللزوم

٤ أن يكون بالمراحيض والحمامات المواسير الصحية الكافية
للتهوية وتكون فتحات المراحيض بسيفونات لاغلاقها
بعد قضاء الحاجة لمنع تصاعد الروائح الكريهة منها

٥ ادخال كمية كافية من الماء للنظافة التامة والاحسن أن تكون
دورة المياه بالجهة القبليّة

٦ أن تكون بعيدة عن المعامل الصناعيّة التي تخرج منها أبخره
ضارة تفسد الهواء كالوابورات والفايريقات ومعامل الجير
وعن الاماكن التي تحلل فيها المواد الحيوانية كالساخانات
والمدايع والمقابر

٧ أن تكون بعيدة عن الأنهر والبحيرات والافوق أن
تكون في محال مرتفعة لأن ذلك يسهل تجفيف الأرض
وحركة الهواء ويقلل الرطوبة . ويختار من الأرض التي
تبنى البيوت عليها الأرض الحجريّة والرماية

٨ أن تغطي حوائط المساكن بالجير من وقت لآخر
والشبابيك والسقوف بالبويه للتوقي من الحشرات

٩ أن تكون المساكن خالية من الزخارف بقدر الامكان في
زمن الصيف مثل الستائر لأنها سبب قوي لتجمع الحشرات
ويمكن وضعها في زمن الشتاء فقط بشرط أن تكون في غاية
البساطة . وان تكون أرضية المساكن من الخشب المدهون بالبويه

التي لا تمتص الارض ما يسقط عليها من السوائل أو
ما تنسل به من المياه

أن تكون مشيدة على شوارع منتظمة متسمة لا يقل

انساعها عن ستة أمتار لتجدد هوائها على الدوام

تنبيه — لا يجوز الإقامة في المنازل الجديدة إلا بعد جفاف

رطوبتها وانقطاع رائحة دهانها

ويجب الاهتمام جداً في تقايل وجود الذباب في المنازل لأنه

ينقل بعض الأمراض إلى الإنسان ويكون ذلك بتجدد هوائها على الدوام

بفتح منافرها واغلاقها لمنع دخول الذباب وكذلك الناموس الذي

ينقل مرض حمى الملاريا وسبب الكلام عليه في باب آخر وذلك

بوضع مقدار من الجاز غير النقي في فتحات المراحيض وبالوعات مياه

الغسيل . وبعناية الحكومة قد تلاشى هذا المرض الناتج من كثرة الناموس

ببعض بلاد القطر وذلك بتعميم وضع الجاز بدورة مياه كل منزل بالبلاد

التي بها مجالس محمية كحلوان وستعمم هذه الطريقة ان شاء الله بمدينة

مصر وغيرها

الفصل السادس

النور

هو من ضروريات الحياة لنمو النباتات والحيوانات لا فائز أن النبات الذي لا يكون معرضاً للنور سقيماً يذبلت اللون بخلاف المرض للنور الساطع فإنه يشمر ثمراً جيداً وكذا الحية إن فسكان المدن الذين تعرضهم للنور قليل لا يكرون في كمال النهم والصحة. وقد تحقق أن منع النور عن الناس يسبب نقصاً في أجزاء دهم الضروري للحياة وزيادة في قسمة المائي فيبهت لون الوجه وبعير كالشمع وتختفي الاوردة الجلدية ويتواتر النبض بدون زيادة في حرارة الجلد ويكثر نغمتان القلب وتنحط القوى. وبهذا نمك بضرورة النور للصحة كضرورة الهواء النقي ومن المقرر أن المصابين ببعض الامراض المزمنة الصدرية كالربو والالتهابات الشعبية الرئوية يستفيدون فائدة عظيمة من تعرضهم لنور الشمس ولذلك يكون تعود الجمهور اغلاق الشبايك ومنع النور عن المرضى خطأ عظيماً الا اذا أمر الطبيب به لامراض خصوصية ومما يجب الالتفات اليه عدم حمز الاطفال في بيوت مظلمة

أو في مدارس ليس بها المناور الكافية للضوء، وللهوية لما في ذلك من الضرر. وأقوى شاهد على ذلك اننا نرى اكثر أولاد الفلاحين المرضيين للشمس والهواء بصحة تاماً وهذا نتيجة ما نالوه من التربية في الجو المعتدل والنور ونشونة المباشرة

أما البنات والنساء فكثيراً ما يحجر عليهن داخل البيوت خوفاً من نور الشمس والهواء الجيد فيقل الدم فيهن ويصبن بعسل مختلفة إذا فالرياضة الكافية اليومية هن في وسط الهواء والنور أهم من كل علاج

وللنور تأثير مفيد على الابصار أي أنه ضروري للبصر فانه اذا كان ضعيفاً اتسعت الحدقة انفراد ما يمكن منه الى باطن العين لكي يتم ابصار الاشباح واذا أجهد الانسان بصره زماناً طويلاً في تحقق الاشياء ولا سيما اذا كان النور ضعيفاً أدى ذلك الى الضعف المعروف بقصر النظر وهو علة منتشرة بين الذين يقرؤن ويكتبون الخط الدقيق والذين يتعاطون صناعة الجواهر

واذا كان النور قويا ساطعاً كلما ان البرق كان سبباً لضعف الابصار. ولذا يقال ان من أسباب الرمد الكثير في مصر زيادة نور الصيف وانعكاسه في التربة البيضاء زيادة على النهار ورطوبة

المساء والغبار الطائر في الهواء

والنور تأثير على الجلد فالمرضون للنور الساطع يكون لونهم أسمر
والمرضون للنور الضعيف يكون لونهم أبيض وشعرهم شقراء وعميونهم
زرقاء

والسبب في اختلاف اللون المذكور هو أن في بشرة الجلد طبقة
من حويصلات صغيرة في باطنها مادة ملونة يختلف لونها في البيض
والحمر والسود وهذا اللون يشتد ويضعف بحسب كمية نور
الشمس. وقد قال أحد العلماء ان الذين يتضون جانباً عظيماً من
حياتهم في الأماكن المظلمة أو التي نورها ضعيف يتميزون بضعف اللون
ويكونون ضعيفي التنفس والتنغذية وتكون عضلاتهم لينة ودمهم مائياً
رقتهم قليلة وعلاهم كثيرة وبالعكس قبائل البادية رجالهم ونسائهم
أشداء

يتضح من ذلك ان نور الشمس له فوائد عظيمة بالنسبة
للصحة العمومية غير انه اذا كان قوياً مفرطاً يكون ضاراً للبصر
هذا فضلاً عن أن نور الشمس شديد الحرارة فاذا أصاب الرأس
ولم يكن عليه غطاء كافٍ أحدث أمراضاً دماغية كالصداع الشديد
والسكتة والتهاب الدماغ والجنون والمرض المعروف بضربة الشمس

(الرعن) فلاوقاية من ذلك تغطي الرأس في زمن الصيف بالشمسية أو بالممامة أو الكوفية ذات العقال . ولبس الطربوش في مثل هذه الاحوال لا يفي بالفرض المقصود من الوقاية من حرارة الشمس فيلزم الاشخاص الذين يحتاج صناعتهم للتعرض لحرارة الشمس في زمن الصيف حفظ الرأس بلبس الممام أو الكوفيات و يمنع تعرض الاطفال لحرارة الشمس مكشوف في الرؤس

الرياضة

الرياضة من الامور الضرورية للصحة فكما أن الحياة لا تقوم الا باجراء وظائف الجسم كذلك الصحة لا تقوم الا بترويض هذه الوظائف لان الاعضاء اذا لم تروض نقصت تنفيذها واذا افراط في رياضتها حصل الخلل فيها فينتج عن ذلك أن السكون الدائم والمكث في البيوت والحوانيت بلا حركة والاعمال الشاقة الطويلة تكون سبباً لنقص الصحة وحدوث المرض

أما الرياضة المعتدلة فمنبهة للمقل والمجموع العضلي مقوية للبنية الضعيفة ويصاحبها غالباً انشراح الصدر والتمتع بالصحة كما انها منبهة لشهوة الطعام ومقوية للهضم واستطلاق البطن اليومي

والقاعدة العامة في الرياضة هي الراحة عند حدوث الشعور

بالثعب

واكثر الناس حاجة الى الرياضة المدرسون والكتاب خصوصاً
من كانت صناعتهم تحتاج الى الجلوس مدة طويلة فهؤلاء عرضة
للإصابة بالاحتقانات الباسورية كما أن أصحاب الصنائع التي تحتاج
الى الوقوف مدة عرضة للإصابة بمرض الدوالي ونحوه

أما من تحتاج صناعتهم لكثرة الحركة كالمشتغلين في المامل
والمزارعين وأصحاب الصنائع اليدوية كالحدادين والنجارين فليسوا
محتاجين الى الرياضة بل الى الراحة بعد العمل

منافع الرياضة — اسراع الدورة والامتصاص وخروج حمض
الكربونيك والماء وغيرهما من الجسم ونتيجتهما تقوية جميع الأعضاء
بشرط أن تكون معتدلة فينبغي للانسان ألا يصرف زمانه ساكناً
ثم يحاول اصلاح الضرر برياضة عنيفة قصيرة

رياضة الاولاد والشبان

أفضل أنواع الرياضة للشبان من السنة السابعة الى السنة السادسة
عشرة مزاوله الملاعب المألوفة عندهم فلا يكفيهم المشي كما يكفي الكهول

بل يحتاجون الى رياضة كل مضلاتهم في الركض والوثب كالمتمتع
بالمدراس

رياضة البنات

لا تختلف رياضة البنات عن رياضة الصبيان الا من حيث
تجنب العنيف منها وربما كان القذف على الجبل الممهور عندهن
أفضاها لانه يشغل جميع العضلات ويروضها ويقويها وقد اصطلحوا
حديثا في جميع المدارس على أنواع من الترويض الجسدي تعرف
بالجناستيك ورشد الجبل والكرة كما هو جار بها الآن ولكن لا بد من
الاتباه الى أن بعضهم ضعاف البنية لا يحتمل ما تحتمله القويات
من ذلك فينبغي لأئلك الاعتماد في الرياضة

ضرر البنات من احتجابهن في البيوت

يمتد البعض أن من ضمن واجبات تعليم البنات أن يلزم
السكون والاحتجاب داخل البيوت ولا سيما بعد البلوغ وان المشي
واللعب من الامور المعيبة وهذا غلط لان تركهن الحركة والرياضة
مضر بصحتهن وخصوصاً النحيفات الضعيفات فان ذلك يزيدهن
ضعفاً على ضعفهن

رياضة الضعفاء والشيخوخ

لا يجوز أن تكون رياضتهم عند خلو المعدة من الطعام ولا بعده مباشرة الا اذا كان قليلاً لانها قد تحدث تعباً وهبوطاً في جميع القوى اذا كانت مدة الجوع فلا يجوز لهم الرياضة في الصباح قبل الفطور بعكس الاقوياء واذا كان غداء الظهر خفيفاً فلا بأس بالرياضة بعده أما اذا كان ثقيلاً فلا تحسن الرياضة الا بعد مضي ساعتين على الأقل

أنواع الرياضة — كثيرة أهمها المشي وركوب الخيل والدراجات والعربات والأتومبيلات

فر كوب العربات والأتومبيلات يناسب الشيخوخ والضعفاء

ومن اعتاد الراحة وعدم الرياضة من الصغر واستمر على ذلك

فقد عجل قدوم الشيخوخة ونكباتها

والرياضة تكون بحسب مزاج الشخص ولذا يجب على الوالدين

والأوصياء أن يراعوا مزاج أولادهم وميلهم الطبيعي في اختيار مهنة

لا تناسب معيشتهم لأن اكرههم على ما ينفرون منه يضعف صحتهم

ويوقهم عن أداء اعمالهم

والفصول دخل في الرياضة ففي زمن الشتاء تفسن الرياضة لتسرع
الدورة وتدفع الجسم . والأكثر من الرياضة في زمن الصيف يورث
التعب وانحطاط القوى وبالجمل فالرياضة المعتدلة محمودة لما يسود منها
على الجسم من الفوائد الجليلة

الفصل السابع

الأقليم أي المناخ

هو المكان الذي يقطنه الانسان ويقوم فيه وتنقسم الأقاليم
بالنسبة لهوائها ودرجة حرارتها وارتفاعها ومائها الى ثلاثة أقسام أقاليم
حارة وأقاليم باردة وأقاليم معتدلة

الأقاليم الحارة — هي التي ترتفع فيها الحرارة في زمن الصيف
الى ١٢٠ بترمومتر فهرنهايت وتلك هي الواقعة تحت خط الاستواء
الى درجة الثلاثين من العرض شمالاً وجنوباً ونصف سنتها صيف

مشرق والنصف الآخر شتاءً ، تشبع بالرطوبة وهذه الاقاليم غير صحية
لما ينشأ عن سكانها من ضعف التنفس وشبهية الطامام وكثرة العرق
وقلة افراز البول وضعف الاعصاب وأمراض الكبد وضربة الشمس
الاقاليم الباردة — هي الواقعة بين درجة ٥٥ من العرض حتى
القطب شمالاً وقد يصل يريدها الى الزمهرير وبعضها معتدل بسبب
احاطتها بالبحر كشمال ايرلندا ولا ينشأ عن سكانها أمراض كثيرة
كالسابقة

الاقاليم المعتدلة — هي الواقعة من الدرجة الثلاثين الى الخمسة
وخسين فهي بالنسبة الاقاليم الحارة والباردة متوسطة فتصعد
الحرارة فيها الى ١٠٥ فهرنهايت وتنخفض الى ٤٠ فهرنهايت وتنداخل
الفصول بعضها في بعض تدريجياً ومنها ما هو اؤه جاف وحرارته
معتدلة كصعيد مصر . ويمكننا أن نقول ان القطر المصري جوؤه
معتدل في كل الفصول عن غيره من الاقاليم ولذا يكثر فيه وجود
السواح في زمن الشتاء

ويمكن الانسان أن ينتقل من اقليم حار الى اقليم بارد وبالعكس
فالمتقلون من اقليم بارد الى اقليم حار يلزمهم اتباع ما يأتي

أن لا يكتر المنتقلون من بلاد باردة الى بلاد حارة من الطعام
وتحسبوا اللحوم السمينية والأطعمة المسرة المهضم وتوافقهم الخضروات
والفواكه والمواد النشوية ويجب عليهم ألا يستعملوا المشروبات
الروحية والرياضة العنيفة وألا يتعرضوا للشمس في النهار كما يجب أن
تكون ملابسهم خفيفة وأن يستعملوا الماء الفاتر يوماً لازالة الأوساخ
الناتجة من كثرة السرق . أما الذين ألفوا مناخ هذه البلاد فيوافقهم
الاستحمام بالماء البارد
والمنتقلون من اقليم حار الى اقليم بارد — يجب عليهم المحافظة
على عكس ما ذكرناه في المنتقلين من البلاد الباردة الى البلاد الحارة

الفصل الثامن

النوم

النوم من ضروريات الحياة لراحة الأعضاء إذ بدونه يكون الجسم معرضاً لأضرار مهلكة . وكيفية النوم التي يحتاج إليها الانسان تختلف بحسب السن والمزاج والمادة ومقدار التعب فالاولاد الى السابعة يحتاجون الى النوم ١٢ ساعة في الشتاء وأقل من ذلك الصيف . ومن السنة الرابعة عشرة الى السادسة عشرة من تسع الى عشر ساعات ثم بعد ذلك تكون مدة النوم ثمانية ساعات . أما الذكور فأعمالهم في تدبير البيوت وتربية الاولاد شاقة فيحتاجون الى نوم أطول والشيوخ يحتاجون في فصل الشتاء نوماً أطول من النوم في الصيف لطول الليل

والضعفاء وأصحاب الامراض المزمنة والناقمون من الامراض والواقعون في الحزن يفيدهم النوم فائدة عظيمة وأفضل أوقات النوم هو ما كان بعد تمام الهضم والتبكير لراحة الاعضاء مفيد جداً لان السهر الطويل يضعف الجسم

وحيث ان النوم ينقص توليد الحرارة الحيوانية فيصير الانسان أشد
احساساً للبرد فيحتاج الى التدفئة بالغطاء ومما يهين على جودة النوم
تترك المنبهات للأعضاء فيجب منع النور عن العينين والأصوات
المزعجة والاجتهاد في منع الأفكار عن الخيلة



الباب الثالث

في

تدبير صحة المولود

بعد تحقق حياته يربط الحبل السري بالحيط الحريري المعقم
اعلى من السرة بأربعة سنتيمتر وقبل الربط يلزم التحقق من عدم
وجود فتق سري خلقي ثم يقطع الحبل من أعلى الرباط باثنين
سنتيمتر ويغطي محل القطع بمرهم معقم كالكافازيلين أو قطعة قماش معقم
فقط ثم يلف الطفل بفوطة نظيفة

استحمام الطفل عقب ولادته

استحمام الطفل عقب ولادته مفيد جداً لتبنيه قواه الحيوية
الجلدية خصوصاً الأعضاء المفرزة للعرق فيدهن جسمه بزيت الزيتون

النقي ثم يغمر في ماء فاتر درجة حرارته من ٣٠ الى ٣٥ بترموتر
سنتي جراد مع رفع رأسه ووجهه عن الماء ويهمل له الحمام في السنة
شهور الأولى كل يوم مرة مدة خمس دقائق وينظف جسده بواسطة
المسح بالقطن وتنظف الرأس أيضاً بقطعة من القطن وإذا شوهد بين
الشفتين مواد مخاطية تزال بقطعة من القطن المعقم وكذا العينان وفي
السنة الثانية يقتصر على ثلاثة حمامات في كل اسبوع ويجب ألا
يعرض الطفل وقت الاستحمام للهواء البارد خصوصاً في زمن الشتاء
ولا يمنع الاستحمام إلا إذا كان مصاباً بنزلة شعبية أو رئوية أو
أمراض جلدية ففي هذه الأحوال يلزم استشارة الطبيب ويجب أن
لا يلتفت الى الاعتقادات الخرافية التي تمنعها العامة من عدم جواز
استحمام الطفل وبله بالماء إذا كان أحد أبويه مصاباً بالزهري
(التشويش) فلا صحة لهذا الاعتقاد الفاسد لان ترك الطفل بدون
استحمام يكون سبباً لاصابته بالامراض

ثم بعد الاستحمام ينظف بفوطة كثيفة ذات وبر ناعم وتندر
البودرة حول عنقه وتحت أبطه وبين الفخذين وثنية الاوربيتين
والمرفقين ونحن نفضل التركيب الآتي

سحق النشاء ٣٠ جرام
كبريت نباتي ١٠ »

ملابس الطفل

تختلف باختلاف عوائد البلاد وأبسطها ما كان قاصراً أعلى القميص والحزام ويضاف إليها صديري من القطن وفوقه ثوب من الصوف في فصل الشتاء ويترك مكشوف الرأس في المنزل . أما الاحذية فلا تستعمل إلا إذا خرج الطفل من المنزل للرياضة في زمن الشتاء والافق أن تكون الملابس غير ضاغطة لأنها توقف نمو الطفل ويحاط متوسط جسمه بقطعة قماش طويلة عريضة بشكل حزام وتغير تلك الملابس بغيرها بمجرد ظهور بال بها من البراز أو البول وتفصل الاعضاء التي لامسها شيء من ذلك وتجفف ويوضع عليها البودرة المذكورة

غذاء الطفل في الثلاثة الايام الاولى

عقب الولادة يكون لبن الأم مائماً غير متوفرة فيه العناصر الغذائية لاحتوائه على مادة تسمى Collostrum قد لا تكفي لغذاء

المولود وفي بعض الاحيان يتأخر ظهور اللبن فيجب اذا تنذية الطفل
بقليل من لبن البقر المقم المختلف بتليل من الماء بعد نزع قشطته محلي
بالسكر أو بهاء الزهر

أوضة المولود

يجب أن تكون متسعة وبها المناور الكافية للضوء وجلب الهواء
وأن يكون نورها ضئيفاً لان النور القوي يضمف بصير الطفل وفي مدة
الليل لا يجوز انارتها بالماز أو البترول لان ذلك يشد الهواء ويوضع
سرير الطفل وسط الاوضة ويكون محاطاً بالناموسية لمنع وصول الذباب
والناموس اليه ويلزم أن ينام الطفل على الجانب الايسر أو الايمن لا
على ظهره حتى اذا نقياً سقط التي خارج فهو لا يفحدر الى مجاري تنفسه
كما يحدث فيما اذا كان مستلقياً على ظهره وعند حصول بكاء أو أرق
يجث عن السبب الذي قد يكون من ضفط الملابس أو من ابتلاها أو
من أغطية ثقيلة على جسمه فيتلافى كل سبب بما يناسبه ويمنع تهويد
الاطفال على النوم بهز السرير لانها عادة غير صحية وقد تكون سبباً
في تعود أعصابهم على التنبيه فضلاً عن اعتيادهم ذلك فلا ينامون الا
اذا هز سريرهم . وفي ذلك من عناء من يقوم بتربيتهم ما فيه

نعم اذا تراءى أن الطفل قليل النوم شديد الأرق سريع التهيج
ينظر في مميثة مرضته وتمنع من استعمال المنبهات كالقهوة والشاي
والمشروبات الروحية

تغذية الرضيع

- لتغذية الرضيع أربع طرق وهي
أولاً — تغذيته بواسطة ثدي أمه
ثانياً — تغذيته بواسطة مرضعة
ثالثاً — التغذية الصناعية بواسطة الثدي الصناعي
رابعاً — الارضاع المختلط

تغذية الرضيع بواسطة ثدي أمه

ان خير الطرق المذكورة تغذية الرضيع بواسطة ثدي أمه وهي
الطريقة التي يلزم أن تتبع في كل الظروف اذا أريد أن يكون
الطفل شديد البنية حتى قالوا ان ابن الأم ملك للابن واقد أظهر
الباحثون منافع ارضاع الأم وأبائوا ان الطفل باستعماله ابن

والدته ينمو ويكبر ويشتهد أسرع مما لو استعمل لبن أجنبية . وعلاوة على ذلك فإنه لا يكون معرضاً للأمراض والطوارئ التي تحدث من استعمال غير لبن الأم ولا ريب في ذلك فإن لبن الأم مفيد للطفل وقناة الطفل الهضمية مهددة لاستقباله لأن لبن البقر أو غيره يختلف في التركيب عن لبن المرأة

ومع ان معظم النساء يعرفن فائدة ارضاع أولادهن بأنفسهن وبرفقة ذلك لصحتهن وصحة أطفالهن نرى بمزيد الأسف ان معظمهن يمتنعن عن ارضاع أطفالهن حتى يكون هنّ فسيح الوقت للترفيه والرياضة خارج المنازل غير مباليات بما ينتج عن ذلك من ضعف صحة أطفالهن فضلاً عن تعبهن الشديد الذي يعود عليهن من مراقبة المرضعات أو الرضاعة الصناعية

نعم ان هناك فئة قليلة جداً من النساء لا يمكنهن ان يرضعن أولادهن بأنفسهن وذلك لعدم وفرة اللبن في ثديهن وفئة أخرى لا يسمح الطبيب لهن بان يرضعن أطفالهن لاصابتهن بمرض من الأمراض التي تمنع الوالدة من ارضاع ولدها حفظاً لصحتها وصحته ولذلك لا بد لنا من أن نمن النظر في كل حالة من أحوال الارضاع التي سبق لنا ذكرها

ولنذكر الآن أهم القواعد الصحية لكل نوع من أنواع

الرضاعة

الارضاع بواسطة الأم — نرى كثيراً من الامهات عند ما يربن أولادهن يكون يسطينهم ثديهن وهذه طريقة عقيمة جداً فان الولد اذا أعطى الثدي كلما بكى أصيب بمرض التخممة بلا شك . وليس للولد أن يحكم على والدته بل هي التي تحكم على أغراض ابنها وعلى الأم أن توجد في طفلها عوائد صحية طيبة ولذلك فلا بد أن يعطى الثدي في أوقات مخصوصة معينة واذا بكى الطفل خلال هذه الاوقات الممينة فلا بأس بأن تتركه يبكي اذا كان السبب طلب الغذاء في غير أوقاته الممينة . واذا ذلك لا يمضي عليه زمن حتى لا يقوم من نومه الا عند ما يجيئ ميماد الارضاع فتصبح هذه سجية فيه وعادة تنطبق في ذهنه

الرضاعة في مدة الستة الشهور الأولى — لا يعطى الطفل الثدي الاكل ساعتين فيكون مجموع الارضاع في الأربعة والعشرين ساعة ثمانى مرات وهذا كاف

وبعد انتهاء مدة الستة الشهور الاولى لا يعطى الطفل الثدي الا كل ثلاث ساعات وهذا ما يجعل عدد مرات الارضاع مدة الاربع

والعشرين ساعة سبع مرات و بعضهم ينصح باعطاء الثدي للطفل مرة
في منتصف الليل

وفي أوائل أيام الارضاع تضطر الأم لان تعطى ولدها ثدياً
بعد آخر وفيما بعد تكتفي بأن تعطيه ثدياً واحداً في كل رضعة
ويلازم أن لا يستعمل الثدي الواحد مرتين متواليتين ولا بد من
أخذ الاحتياطات اللازمة حتى لا يهون ضرر ما على الثدي ومن
ذلك غسل فم الطفل بالمياه الفاترة المعقمة وكذا الحلمة قبل وبعد
الارضاع

كمية مدة الارضاع — تختلف مدة الارضاع . ففي الأيام
الأولى من حياة الولد لا بد أن تكون مدة الارضاع قصيرة أي
لا تتجاوز الخمس عشرة دقيقة

شروط الرضاعة — لا بد أن تأخذ الأم احتياطات شديدة
في مدة الرضاعة حتى يكون لبنها كثيراً سليماً وصحياً لنمو طفلها
ولذا تحتاج لأن تكثر من الاكل عن المعتاد وعلى الخصوص الألبان
والمواد النشوية وينبغي أن تمتنع عن تعاطي بعض الأغذية كالشوم
والخرشوف وغير ذلك من المواد التي تكسب اللبن مذاقاً

ببفضه الطفل وكذلك لا تتناول المشروبات الروحية وتعضي وقتها في
الراحة والسكون ولا يحسن أن تتناول الأدوية بغير اذن الطبيب

الارضاع بواسطة مرضعة أجنبية

لا يحسن الاعتماد على المرضعة الأجنبية الا اذا كانت الأم
عاجزة عن ارضاع طفلها بنفسها للأسباب السابق ذكرها

انتقاء المرضعة

عند اختيار المرضعة لا بد أن تكون مستوفية لشروط مخصوصة

وهي :

١ أن تكون سايمة البنية لا يتجاوز عمرها الثلاثين سنة مولودة
من أبوين سليمين من كل عاهة أو مرض معدٍ أو تشويه
في الخلقة أو نقص في النمو الطبيعي

٢ أن يكون ثديها ضخماً ولينها لا يزيد عمره عن ثلاثة شهور
وتكون قد سبق استخدامها كمرضعة أو تكون أرضعت
بكرها حتى تكونت بذلك على خبرة تامة بالارضاع
ومعرفة كبرى بما يحتاجه الطفل أثناء الارضاع ويكون منظرها

مقبولاً مؤلفاً ذات طباع حسنة وأخلاقى هادئة وذكا

وفطنة وحنو طبيعى وميل غريزى الى النظافة

وبالجملة تفحص المرضعة فحصاً دقيقاً بمعرفة الطبيب قبل أن
يوكل اليها ارضاع الطفل وبعبارة قبل أن توكل اليها حياة الطفل .
والوالدة التي ترضى أن ترضع طفلها بواسطة المرضعة عليها أن تعتقد
كل الاعتقاد انها هي المسئولة عن ارضاع طفلها فلا يجوز لها أن
تهمل أمره معتمدة في ذلك على المرضعة . كما انه يجب عليها أن تعتهد
المرضعة من حين لآخر طوراً من جهة الأكل والشرب وآونة من
جهة المسكن والحالة المعيشية ويجب أن يكون محل نوم المرضعة قريباً
من محل الوالدة حتى تتمكن هذه من الاشراف على الموضع ليلاً
ونهاراً ولا يسمح للرضعة أن تنم الطفل في حضنها بل يكون نومه
منفرداً وتكون هي قريبة منه

ويجب أن يعتنى بغذاء المرضعة بأن يكون غذاء صحياً مفيداً
ويلتفت دائماً لصحة المرضعة وكذلك تنظم أوقات الارضاع في
ساعات معلومة لا تتعداها (كما سبق الكلام على ذلك في ارضاع
الطفل من ثدي أمه) ولكي يكون اللبن مغذياً ومفيداً للطفل يناط

بالمرضعة بعض أشغال منزلية تؤديها بسهولة بحيث لا تعوقها عن
ارضاع الطفل في الاوقات المهيئة

علاقة الام بالمرضعة

تبتنى الوالدة من أول يوم دخول المرضعة في أن تبت لها
بعض التعليمات اللازمة وتعرفها عادات المنزل وأحواله وتنهاها عما
تستهجنه من المادات أو الخرافات وتبين لها ما تألفه من حسن
الطباع والحصول وتوقفها على حركات الخدم وسكناتهم وما يسرها وما
يفضنها

وعلى الوالدة الماقلة أن تستعمل كل ملاطفة وبشاشة مع
المرضعة خصوصاً عند ما تنهها على الامور اللازمة أو على العادات
المستهجنة

الارضاع بواسطة الثدي الصناعي (BIBERON)

مسألة اختيار اللبن للرضيع من المسائل التي دار عليها البحث زمناً
طويلاً ولقد ظهر أن لبن الاتان هو الذي يقرب من لبن الام ولكن
ثمنه غال على الطبقة الوسطى والفقيرة من الناس فضلاً عن قلة وجوده
أما لبن الممز فانه يختلف كثيراً عن لبن الام ومع ذلك فقد

استعمله كثير من الاطباء في ارضاع الاطفال بنجاح
أما ابن البقر فهو كثير الاستعمال لرضاعة الاطفال بواسطة
الثدي الصناعي

يملى اللبن للطفل بواسطة الثدي المذكور وهو عبارة عن زجاجة
في طرفها العلوي قطعة من الكاوتشو ويشترط أن يكون منفصلاً دائماً
بماء مغلي في جميع الاوقات وقد كانوا في الزمان القديم يستعملون ثدياً
صناعياً بماسورة من الكاوتشو ولكن ظهر أن هذا النوع يصعب غسله
وتنظيفه لتراكم بعض الأوساخ بالماسورة فيصعب تنظيفها وتكون سبباً
في جلب الامراض للطفل

وهناك أمر آخر يجب العناية به وهو أن عدد مرات الارضاع
بواسطة الثدي الصناعي لا بد أن تكون أقل من الرضاع بثدي الام
لان ابن البقر أثقل هضمًا على الطفل ويبقى كثيراً في معدته ولذلك
لا بد من أن تطول المدة بين الرضعتين حتى يتم هضم اللبن

كيفية غلي اللبن قبل تغذية الطفل به

يجب أن يوضع اللبن في اناء نظيف من النحاس مقصود جيداً أو
في اناء من الفخار ويوضع الاناء فوق النار لدرجة الغليان ولا يملأ

الاناء تماما لانه عند ارتفاع اللبن (فورانه) يسقط من الاناء ويلوث ما حواه فيلزم أن يكون اللبن الى نصف الاناء وبعد قليل يظهر على سطحه قشرة تأخذ في السماكة فتزع هذه القشرة بمسقة نظيفة (تغمري في ماء مغلي أولاً) فيظهر تحت هذه القشرة جملة فقائيع يعلم منها ان اللبن أخذ في الغليان فيتترك على هذه الحالة مقدار خمس دقائق وبعد ذلك يرفع الاناء ويغطى بغطاء محكم نظيف قد سبق وضعه في ماء مغلي وبهذه الطريقة نحصل على لبن جيد خال من جميع الميكروبات الضارة ولكن هذه الطريقة لا يمكن بواسطتها حفظ اللبن زيادة عن يوم واحد ويلزم لحفظه جملة أيام تعقيمه

تعقيم اللبن

يعقم اللبن بواسطة جهاز خاص لذلك (Appareil Soxhlet) وهو عبارة عن اناء من المعدن بغطاء يشبه الجرنل داخله قرص من سلك الحديد ذو ثقوب عديدة تتركب فيها زجاجات من البلور ملأة باللبن من ١٠٠ الى ١٥٠ جرام حسب سن الرضيع وقوته على الرضاع وكيفية ذلك أن يوضع اللبن خالصاً أو مخففاً بالماء في الزجاجات

الى نحو نصفها أو ثلثها ثم تركيب في القرص المثقب وتغطى بأغطية من الكاوتشوك خاصة بها ويملاً الاناء بكمية من الماء لا يتجاوز سطح اللبن الموجود في الزجاجات ويوضع الاناء على درجة حرارة ٩٥ مدة ثلاثة أرباع الساعة ثم يرفع من فوق النار ويترك للتبريد ولا تفتح الزجاجات الا عند ارضاع الطفل واذا بقي فيها لبن بعد نوبة الرضاع لا يجوز استعماله مرة ثانية ومن الضروري وضع ذلك الاناء في محل بارد اذا أريد ابقاء اللبن وحفظه من الفساد

وان لم يتيسر الحصول على هذا الجهاز انقلو منه مثلاً فيستبدل التعقيم بزجاجات نظيفة يسع كل منها من ١٠٠ الى ١٥٠ جرام حسب عمر الرضيع وما يتناوله في رضعة واحدة ثم تقفل بقطعة من القطن النظيف وتثبت بقطعة من الشاش وتوضع الزجاجات في حلة نظيفة مملئة ماء الى نصفها ثم تغلى على النار مدة ثلاثة أرباع ساعة ثم تبرد تبريداً تدريجياً وتحفظ في محل بارد ولا تفتح الا حين ارضاع الطفل فاذا أريد التعقيم في المنزل بهذه الطريقة يجب تعقيمه حالاً بعد حلبه واعطاؤه للطفل في خلال ٢٤ ساعة وما بقي منه لا يحسن استعماله

ويعطى للطفل بارداً أو فاتراً وفي حالة المرض يأخذه فاتراً وذلك

بأن توضع زجاجة اللبن برهة من الزمن في حلة حرارة مائها ٣٧ إلى
أن تسخن قليلاً

كيفية اعطاء اللبن المعقم للرضيع

أحسن طريقة هي إعطاؤه بواسطة الثدي الصناعي أي الزجاجية
السابق ذكرها و يلزم غيها بالماء المنقي حسب كل رضعة وبغلي حلتها
الكوارث وتغييرها من وقت إلى آخر ولوقايتها من التلف مخصوصا
في بلادنا الحارة يجب وضع الحلة في اناء مملوء بالماء المعقم بين فترات
الرضاع حفظا لها من الفساد

الرضاعة المختلطة

الارضاع المختلط هو الجمع بين الارضاع بواسطة الام والارضاع
بواسطة الثدي الصناعي وهذا النوع من الارضاع يحسن في حالة ما
إذا كانت أشغال الام تضطرها لان تفارق ابنها أثناء النهار أو كان
لبنها لا يكفي الطفل

تغذية الطفل بعد مضي الثمانية الأشهر الاول

عند بلوغ الطفل الشهر الثامن من عمره يقتصر في تغذيته على

اللبن وفي بعض الاحيان تطول مدة الارضاع خصوصا اذا كان من الثدي الام الى الشهر الثالث عشر بدون أن يكون من وراء ذلك خطر

ولكن اذا وجد أن وزن الطفل لا يتغير فلا بأس باعطائه غذاء اضافيا يقرره الطبيب في الشهر الثامن لمساعدة الارضاع بواسطة الام أو بواسطة الثدي الصناعي ويجب أن يكون مقداره كمقدار اللبن الذي كان يتناوله بواسطة الثدي فاذا وجد أن الطفل يستطيع أن يتحمل هذا الغذاء يعطى بعد بضعة أسابيع كمية أخرى مناسبة

والاغذية المذكورة هي المصنوعة من المساحيق النشوية كدقيق القمح أو دقيق الارز أو الشعير أو الذرة أو البطاطس أو الاراروط

كيفية صنع هذه الاغذية — تضاف ملعقة صغيرة من المساحيق النشوية الى كمية قليلة من الماء البارد وتمزج به مزجا تاما ويوضع هذا المزيج في اناء محتو على ١٠٠ أو ١٥٠ جرام من اللبن المغلي ويغلى مدة عشر دقائق ويضاف اليه قليل من الملح أو السكر وبعد ذلك بزمان يضاف اليه قليل من الزبدة ويتناوله الطفل بالملعقة فاذا أصابه اسهال بسببه وجب صنعه من مسحوق الارز واذا أصيب

بإسماك يصنع من الشمير ولا يتناول الطفل إلا نوعا واحدا من الأغذية النشوية قبل بلوغه الشهر الماشر وتستأنف الرضاعة من الموضع أو من الثدي الصناعي وتكون الفترة بين الطعام النشوي ونوبة رضاعة اللبن كافية بحيث تتمكن المعدة فيها من الهضم

وإذا بلغ السنة يأخذ نوعين من الغذاء من مستحضرات اللبن في ٢٤ ساعة وتنفص نوب الرضاعة وتجتنب كثرة اعطاء الأطفال هذه الأغذية وقاية لهم من إصابتهم بالنزلات المعدية المعوية وإن شوهد أن الطفل لا يقبل الأغذية النشوية المذكورة استبدلت بالمسحوقات الآتية

(١) دقيق اللبن (Farine lacté) وهو عبارة عن لبن ركز وعقم وأضيف إليه قليل من الخبز المحمص والسكر وأحسن نوع منه هو المسمى (Farine lacté Nestlé) والحصول عليه سهل لأنه بخس الثمن

(٢) فوسفاتين فالير (Phosphatine Falières) مكون من دقيق الارز ونشاء التايوكا ودقيق البطاطس والاراروط بأجزاء متساوية وكاكو وسكر وفوسفات الجير وتمجهيزه لتغذية الطفل تضاف ملعقة صغيرة منه الى كمية من اللبن

فبكون طعاما لذيذا يحبه الاولاد كثيرا ولا يكرهونه كباقي
الاطعمة غير أنه لا يحسن اعطائه للطفل إلا عند بلوغه
الشهر الثامن أو الشهر التاسع

(٣) بناد بسكوت (Bannades Biscottes) مكون من خبز
منقوع في اللبن أضيف اليه قليل من الزبدة وصفار بيضة
واحدة ولا يجوز اعطائه للطفل قبل أن يتم السنة الأولى
والبسكوت نوع من الخبز المخصص للجفف

(٤) را كاهو وتراكيبه (Racahout et similaires) مركب
من دقيق البطاطس ودقيق الأرز والسحلب والقانيل
والسكر ويضاف اليه كمية معلومة من اللبن

(٥) ملتزفود — مركب انجليزي كالانواع المذكورة

تغذية الطفل في الشهر الثامن عشر — يعطى بعض الأطعمة
كالفاكهة المطبوخة أو المرابي وبعض المواد النشوية المهوكة كالبطاطس
والعدس والباذلا ويسمى الافرنج (Purees)

ويسمح لهم ببعض الامراق الخفيفة الخالية من الدهن ولا يسمح

لهم باللحوم

التبليغ عن المولود بعد الولادة

- ١ ينبغي في ظرف الثمانية والأربعين ساعة التالية لولادة التبليغ عن المواليد للشخص الموضوع عنده دفتر الجهة التي حصلت فيها الولادة
- ٢ يصير التبليغ عن ولادة الطفل بمعرفة والده وفي حالة عدم وجوده يبلغ أحد أقاربه الذكور أو الحكيم أو القابلة أو أي شخص حضر الولادة أو شيخ البلدة
- ٣ إذا حصلت الولادة أثناء السفر داخل القطر فعلى أهل الطفل عند وصولهم أن يبلغوا عنها في ظرف ثلاثة أيام مكتب الصحة أو مأمورها في الجهة التي حضروا إليها
- ٤ إذا حصلت الولادة أثناء السفر خارج القطر فعلى أهل الطفل عند عودتهم إلى محل إقامتهم أن يقدموا للشخص الموجود لديه دفتر المواليد عمدة الولادة المحرر بمعرفة حكومة الجهة التي حصلت فيها الولادة وفي الحال يصير قيد هذه الشهادة في الدفتر المذكور
- ٥ إذا حصلت الولادة في أثناء الحج يبلغ عنها مندوب الصحة الموجود بالفاقة وهو يعطي أهل المولود شهادة بذلك وهم عند عودتهم يقدمونها للشخص الموجود لديه دفتر مواليد جهتهم لأجل قيدها فيه بدون تأخير إذ كل من خالف ما ذكر يعاقب بدفع غرامة قدرها ٢٥ قرشا إلى ١٠٠ قرش صاغ وبالسجن من ٢٤ ساعة إلى أسبوع

التطعيم بالمادة الجدريّة

تطعيم الطفل بالمادة الجدريّة من الضروريات وقاية لهم من الإصابة بالجدري الطبيعي ويعمل لهم التطعيم بالمادة الجدريّة البقرية بمعرفة الطبيب لانه هو المسئول عن هذه العملية البسيطة الضرورية في نقاوة المادة وتطهير مبضع التطعيم قبل العملية وخلاف ذلك من الضروريات ثم ينظر الطفل بعد سبعة أيام تمضي بعد العملية لمعرفة ما اذا كان حصل النجاح أو لا

ويجب تطعيم الطفل في ظرف ثلاثة شهور من يوم ولادته ويجوز عمل التطعيم قبل مضي هذه المدة متى كانت بنيته تساعد على ذلك وكان خالياً من الامراض ويجوز عمل هذه العملية بمعرفة أي طبيب بشرط تقديم شهادة منه دالة على اجرائه التطعيم ونجاحه وتقدم تلك الشهادة الى الادارة الصحية وهي تثبت ذلك مقارناً لاسم الطفل بذلك

وإذا مرض الطفل وكان مرضه سبباً لغني الثلاثة شهور المقررة للتطعيم فالواجب على والد الطفل أو المتولى أمره اثبات مرضه بشهادة طبيب وحينئذ تؤجل عمية التطعيم اليه وينذكر ذلك مقارناً لاسمه وكل من خالف ما ذكر يعاقب بدفع غرامة من عشرة قروش الى مائة قرش

فطام الطفل

لا فائدة للطفل من استمرار ارضاعه الى ما بعد السنتين من عمره لان ثدي المرضع يفرز اللبن كالمادة ولكن عناصره المغذية تفقد حتى لا يصلح لغذاء الرضيع فضلاً عن ان المرضع قد يعتريها بسببه ضعف في جسمها

فاذا كان الطفل ضعيف البنية أخرج دور الفطام بشرط ألا يكون ذلك في زمن الصيف أو في وقت بروز الاسنان وكذا اذا كان مصاباً بمرض ما فيؤجل الفطام الى أن يبرأ

وقد يكون الفطام ضرورياً اذا جف اللبن من ثدي والدته أو أصيبت بمرض حال دونه فيجب الاتفات الى ذلك ويكون

نظام الطفل بحسب حالته أي لا يجوز فطامه قبل الشهر الثامن أو التاسع لأن ذلك يعرضه للأمراض الشديدة . والافوق أن يكون الفطام تدريجياً وبتبدأ من الشهر التاسع فيعطى الطفل مرة أو مرتين في اليوم بعض الأطعمة المصنوعة باللبن وتبدل نوبة رضاعه الطبيعية بنوبة من (الثدي الصناعي) أو بطعام نشوي وهكذا تزداد نوب الأطعمة وتنقص نوب الرضاع الطبيعية بالتدرج الى أن يترك الطفل ثدي أمه من تلقاء نفسه بدون أن يشهر بتهب

التسنين وأدواره

في الشهر السابع تقريباً تبرز غالباً القاطعات في الفك الاسفل ثم في الفك الأعلى ثم القواطع الجانبية بين الشهر الثامن والعاشر ثم الأضراس المقدمة في الشهر الثاني عشر ثم الأنياب في الشهر الثامن عشر ثم الأضراس الخلفية بين تلك المدة والسنة الثالثة ويقال لها الاسنان اللبنية لأنها تسقط وتبدل بغيرها بعد السنة السابعة بالاسنان الدائمة منها أضراس العقل التي تظهر من السنة السابعة عشرة الى الحادية والعشرين

اعراض التسنين — عند ظهور الاسنان يظهر بالاشه ورم محمر
يوئم الطفل فيضع أصابعه بين فكيه ويضغظ عليها ويبيكي وقد يصاب
بتشنجات عصبية وقئ واسهال ويؤداد افراز لعابه

معالجة عوارض التسنين — عند ظهور الاعراض المذكورة
يعنى بتنظيم غذائه ونظافة جسمه ويفسل الفم بمحلول حمض البوريك
عقب كل رضعة أو تدهن اللثة بشراب دي لا بار (Sirop delabarre)
أو بشراب القوت مع البورق فتضاف خمسة جرام من البورق الى
خمسين جراما من الشراب ثلاث مرات في اليوم وتعالج العوارض
الأخرى بما يلزم وسيأتي الكلام عليها

رياضة الاطفال

لا يخرج الطفل من البيت قبل اليوم الخامس عشر ومتى كان
الطقس والفصل موافقين يرسل الى خارج البيت كل يوم مرة الى
أن يتعود الخروج اليومي طالبا للهواء النقي مع الاحتراس من الحر
والبرد الشديدين ويفطي وجهه بالشاش الرفيع وقاية له من الذباب
والناموس اللذين قد يكونان سببا لعدواه ببعض الامراض

اسهال الاطفال

في الحالة الصحية يكون براز الطفل لينا أصفر اللون ويحصل ثلاث أو أربع مرات في اليوم خاليا من الراتحة الكريهة . أما الاسهال فيصحبه في الغالب القيء وغروج غازات ومغص يستدل عليه بكاء الطفل وقبض رجائه نحو بطنه عند حدوث الألم وفي هذه الحالة اذا كان البراز أصفر كان الاسهال بسيطا وتبي كان أخضر وراثته كريهة ومصحوبا بنسف بيضاء متجمدة من اللبن دل على تهيج معوي وان كان أبيض دل على تكدر في الكبد وان كان مصحوبا بدم ومخاط دل على أن الاسهال من النوع الدوسنطاري

العلاج — لا يجوز قطع الاسهال مرة واحدة خصوصا في مدة بروز الاسنان ولكن اذا كان شديدا يعطى الطفل من نصف ملعقة صغيرة الى ملعقة من زيت الخروع لتنظيف الامعاء وان كانت راتحته حامضة أعطى بمقادير صغيرة من المايزيا أو يضاف ماء الجير الى اللبن بمقدار ملعقة من ماء الجير وثلاث ملاعق من اللبن

وان كان الاسهال نتيجة ورم في اللثة من بروز الاسنان فيجب شق اللثة بمعرفة الطبيب ويقاوم الاسهال بالأدوية البسيطة مثل

كربونات الزنك فيعطى منه قمتين الى خمس قمتات كل ثلاثة ساعات ممزوجة في اللبن

وان كان الاسهال نتيجة النظام يلزم ارجاع الطفل الى الرضاعة أو تغذيته بالألبان ولا يعطى أغذية نشوية ويبادر باستشارة الطبيب

الاسهال الاخضر

هذا المرض نتيجة ميكروب يسمى (Coli-Bacille) كولي باسيل ويعرف بتكرر التبرز والقيء وكون البراز أخضر ذا رائحة كريهة المعالجة — يوضع الطفل تحت حمية شديدة فلا يعطى أغذية ولا يرضع مدة ٢٤ ساعة وإنما يعطى ماء الارز أو اللبن مع ماء الجير أو ماء فيشى والجرعة الآتية

حمض للبنيك ٢ جرام

ماء مقطر ١٠٠ جرام

كل ساعة ملعقة صغيرة

وإذا استمر الاسهال وصار الطفل في حالة ضعف زائد فيستعمل

له الحقن بماء البحر (Plasma de quinton)

سعال الاطفال أو النزلة الشعبية

يعرف هذا المرض بسعال خفيف أو سعال جاف مؤلم يكثر

عند استيقاظ الطفل

المعالجة — يلف الصدر بالقطن أو بالصوف بمد دهنه بزيت
الترينتين أو الكحول أو الكولونيا ويعطى مشروباً صدرياً كالتوت
زهو البنفسج أو الخطمية وتقاوم باقي الاعراض بما يترامى للطبيب

الامساك الذي يحصل للاطفال

يكثر حصول هذا المرض في السنة الاولى والثانية للاطفال
الذين يتغذون بالمواد التشوية أو بالرضاع الصناعي فينشأ عن الامساك
ارتفاع درجة الحرارة ويمتنع الطفل عن الغذاء

المعالجة — تعمل له وقتياً حقنة شرجية بماء معقم مضاف اليه
الجليسرين أو توضع له أقواع شرجية مخصوصة تسمى

(Glycerine Enulée suppositoire)

وهي الافضل لان الاستمرار على الحقن يمدد الامعاء فيوضع منها قمع

داخل الشرج فيحصل الاسهال ولا ينشأ من تكرارها ضرر وهي
أحسن من الأقياع المتخذة من الصابون المتداول استعمالها

زكام الاطفال

هذا المرض يسرف بكثرة العطاس وسيلان عواد مخاطية
من الأنف فان لم يكن نتيجة إصابة الطفل بالحصبة أو تابعا لمرض
الأمراض كالنزلة الشبيهة تستعمل له المعالجة الآتية

وهي حمام قدمي من الماء الساخن تكون حرارته مناسبة ووضع
قطن على الجبهة ودهن باطن الأنف بزيت اللوز ومس الحفر الأنفية
بمحلول الشب بمقدار جرام على عشرين جراما من ماء مقطر

التشنجات العصبية في الاطفال

يطارأ هذا المرض في بعض الأحيان للاطفال مدة التسنين وقد
يكون نتيجة اعطائهم الاطعمة الثقيلة أو الامساك أو رضاع ابن
عرضة بعد انفعال نفسي شديد حدث لها وقد يكون من اعراض
التهاب سحائي

علامات هذا المرض — انقباضات تشنجية في اليدين والقدمين
وعضلات الوجه وانجذاب الرأس الى الخلف أو الى جانب واحد
وظهور زبد رغوي من الفم وعرق بارد واتساع حدقة العينين أو
انقباضها بحيث لا تتأثر من النور وتادوم هذه الحالة بضع دقائق
وتزداد أحيانا بسرعة بضع ساعات وتنتهي بالموت في بعض الأحيان
العلاج — يجب حل الملابس خصوصا التي حول العنق والصدر
والبطن وتفتح الشبايك لتجديد الهواء ويرش وجه الطفل بالماء البارد
ثم يعمل له حمام فاتر من ٥ دقائق الى ١٥ دقيقة وترفع الرأس عن الماء
وبعد خروجه منه توضع أوراق خردلية على الساقين الى أن يحمى
الجلد ويعمل له حقنة بالماء المعقم الفاتر وإذا كانت اللثة منتفخة يبادر
بشقها وان كان بالبطن غازات اعطى مسحوق غريز يفور يوس
الانكليزي الماركب من الراوند والمفيسيا والزنجبيل فيعطى منه من
قمتين الى ثلاث كل ساعتين أو أربع ساعات وينتدب الطبيب
ليأمر بما يراه

التهاب فم الاطفال (Muguel) (المعروف بالقلاع)
(ويعرف عند النساء بالحر)

هذا المرض كثير الحصول لدى حديثي الولادة ومن أسبابه
رداءة لبن المرضعة أو الرضاعة الصناعية أو تفتيته بالمواد النشوية
أو العساية وهو مرض معدٍ وتنتقل عدواه بثدي المرضع
ويعرف هذا المرض بظهور نقط بيضاء منتشرة على اللسان
وجميع تجويف الفم ويصطحب بإسهال أخضر وحمى

العلاج — يمنع الطفل من الاغذية النشوية وخلافها ويعطى مسهلاً
خفيفاً من زيت الخروع ويعطى مياه فيشي شرباً ويغسل فمه بها
ويكون غذاؤه من اللبن مع ماء الجير ويمس فمه بالبورق بمقدار
جرامين الى عشرة جرامات من العسل ثلاث مرات في اليوم وينتدب
الطيب بما يراه

احتقان اللوزتين في الاطفال

يُعرف هذا المرض بتعسر في الازدراد والتنفس ويكون
الصوت أنفياً (صوت الاخنف) فيكون فم الطفل مفتوحاً وتصير
اللوزتان داخل الفم كبيرتي الحجم

الملاج — مس اللوزتين بعصير الليمون أو مسحوق الشب
الكلس ووضع لبخ ساخنة من بذر كتمان على العنق وانتداب الطبيب
ليفحص المرض فر بما يكون مصابا بمرض الدفتريا الذي سيأتي
الكلام عليه

السعال الديكي للاطفال

يعرف هذا المرض بسعال جاف متكرر قوي يكون فيه الصوت عند
حركة الشهيق كهباح الديك ومتى اشتدت النوبة تنتهي بتي ويكون
الوجه عند النوبة محمّتا والتنفس عسرا وينشأ من تأثر الطفل وقت
النوبة بحصول رعاف أحيانا وهو مرض معدٍ بميكروب مخصوص

الملاج — يمرض الاطفال المصابون بهذا المرض عن غيرهم
الاصحاء وتكون اقامتهم في جهة جافة ويوضعون في حمية فلا يعطون
الا الالبان ووقت النوبة ترفع ملابسه الضاغطة على جسمه خصوصا
ما كان منها حول العنق

وقد يفيد استنشاق بعض الابخرة الكبريتية كلابخرة المتصاعدة
من متحصلات تجهيز غاز الاستصباح وينتدب الطبيب ليأمر بما يراه

النزلة المثانية للاطفال

يعرف هذا المرض بحصول بول متكرر مصحوب بآلام وزحير
ويكون لون البول أحمر أو دموي أحيانا ومحتويا على مواد مخاطية
العلاج — الحمامات الفاترة والاقامة في جهات جافة ووضع اللبخ
الحارة على قسم المثانة والتدثر بملابس الصوف وشرب المياه المرشحة
النقية والمنقوعة المدرة للبول كمنقوع شواشي النزة الشامي أو غنب
الذئب أو (اللبان) وان لم تفد هذه الوسائط فيتبع ما يأمر به
الطبيب الذي يبحث عن السبب ويعالجه

الرمم الصددي للاطفال

يعرف هذا المرض باحتقان عين أو الاثنتين معا وكثرة الدموع
وتورم الاجفان وانطباقها على بعضها وخروج مواد قيحية حال انفتاحها
وينتقل هذا المرض من طفل لآخر بالمدوى لان له ميكروبا مخصوصا
وتنتقل عدواه أيضا بواسطة الذباب والعصائب والمناديل وأيدي
الامهات والمراضع اللاتي لا يحافظن على نظافة أيديهن وتطهيرها
المعالجة — عدم تعريض الأطفال مكشوفى الوجوه لتساقط
الذباب عليها بل يلزم تغطيتها بشاش خفيف جدا وقاية من ذلك

ومسح الاجفان بالماء المسمم المضاف اليه قليلا من عصارة الليون
بقطعة من القطن تحرق أولاً بأول بعد استعمالها أو غسل العينين
بمحلول حمض البوريك بنسبة ٣ في المائة ووضع مكدرات فاترة من
منقوع البابونج ويحترس من إعادة غطاء العين الملوثة بالمواد القبيحة
على العين بل يبدل بغيره كما يظهر به تلوث ويدعى الطبيب في الحال
ليأمر بما يراه ولا يترك بهذه الحالة اتكالا على الاسعافات المذكورة
لان هذا المرض قد يتلف العين في مدة ٣٤ ساعة في بعض الاحيان

بكاء الطفل

قد يكون الطفل بطبعه قليل النوم سريع التهيج عصبي المزاج
فيجب النظر في مهيئة مرضته ومنها من استعمال المنبهات كالتفوية
والشاي والمشروبات الروسية

ويجتنب اعطاؤه مخدرات مثل (أبو النوم) فقد يكون سببا
في اعتياده عليه فتضعف أعصابه ويكون عرضة الامراض بل ويجب
استخدامه قبل النوم بماء فاتر يضاف اليه قليل من الزيتون
ودلك جسمه دلكا بسيطا بفرطة وقد يكون عدم النوم من افراطه
في الغذاء واكثار الرضاع فيجب اجتناب هذه الاسباب واعطاء

لمرضع مسهلا وان يحصل له اسماك فتعمل له حقتة شرحية بالماء المقدم

تعويد الطفل على الالعب

الفرض من ذلك تنبيه أفكاره الى الاشياء التي تحيط به ونمو عقله ولكن يجب أن تكون الالعب موافقة لسنه من حيث الشكل والحجم خالية من الالوان المضرية كالزرنينخ والرصاص ويجب الاحتراس من اعطائه أشياء صغيرة كمنقود أو حبوب خوفا من أن يتناولها فتضره

التربية الاخلاقية

من أهم واجبات الوالدين الالتفات التام الى اصلاح تربية اولادهم على الخصال الحميدة ووقايتهم من الاخلاق الرديئة وتبئيرهم بلطف على الاقلاع عنها اذا تلبسوا بها لئلا يتمكن فيهم فيعسر زوالها فعند ما يتبدى الطفل في النطق يلزم تعويده على الألفاظ الحسنة بمعرفة مربيته وعلى ترك الطعام في غير أوقاته وعلى النظافة التامة كالأستحمام والملبس وعلى احترام والديه وعموم الناس وتعليمه آداب المباشرة وآداب الجالس على المائدة ونحو ذلك من العادات المستحسنة حتى يكون بسد ذاك في صف العقلاء محترما بين أقرانه اذ بدون ذلك تكون حياته تعيسة ويكون محقرًا ليس له لذة في الحياة

مشي الاطفال

قد تصاب الاطفال بالزمانة المبروفة بالكساح فيموتهم ذلك عن المشي وينشأ عنه لين واعوجاج في العظام سببه ضعف البنية والاقامة في المساكن الرطبة المظلمة ويظهر هذا المرض بين الشهر السادس والسنة الثالثة من العمر فيصاب الطفل بضعف عام وانتفاخ في البطن وحمى خفيفة وورم مفصل الركبة والرسغ واعوجاج العظام وتشوه العمود الفقري (سلسلة الظهر)

المعالجة — يماجون بالاغذية الخفيفة والاقامة في مساكن جيدة الهواء تدخاها أشعة الشمس والاستحمام بالماء المالح المضاف اليه منقوع ورق شجر الجوز ويمنع الطفل من المشي ويبقى مستلقيا ان كان ظهره مصابا ويمطى من شراب هيبو فوسفات الجير كل يوم ثلاثة ملاعق Sirop Hypo phosphites du Dr. Churchill ويستدعى الطبيب ليحعمل له الاجهزة المخصوصة لحفظ العظام من التشوه ويمكن علاجه أيضا بالحقن بماء البحر بمعرفة الطبيب

اطوار الحياة

يتقلب الانسان في أطوار حياة مختلفة من العمر وهي

- ١ الطفولية الأولى الى السنة السابعة
 - ٢ الطفولية الثانية الى الخامسة عشرة
 - ٣ البلوغ ويمتد الى السنة الحادية والعشرين
 - ٤ الشباب الى السنة الخامسة والثلاثين
 - ٥ الكهولة الى السنة الخامسة والاربعين
 - ٦ سن التقهقر الى الستين
 - ٧ سن الشيخوخة الى الهرم فالموت
- غير أن هذه الفواصل تقرب أن تكون وهمية لان الأدوار متداخلة بعضها في بعض يتعسر التمييز بين نهاية الدور الأول وبداية الدور التالي وتعاقب هذه الأدوار لا يكون في جميع الافراد بالسرعة الواحدة ولو كان ترتيبها لا يقبل الخلل بل السرعة والبطء متوقفان على المناخ والغذاء والمهنة والعوائد والشهوات فانا نرى هرما منهوك القوى وهو لم يجاوز الثلاثين ونرى ابن السبعين قوي البنية نشيطا في الاعمال . وللوراثة دخل عظيم في ذلك فان أصحاب البنية القوية والعمر الطويل والنشاط كثيرا ما يورثونها ذريتهم وعلى هذا لا يوجد دليل قاطع على أن الانسان يكون في كل دور منها بحالة مخصوصة

الباب الرابع

الميكروبات

قد علمنا الآن الوسائط الضرورية لمعيشة الانسان التي بدونها
لا تتم الحياة وتدير صحة المولود من وقت ولادته وبعض الامراض
التي تطرأ عليه ومداركتها بالعلاج ولكننا لانكتفي بالعلم بما ذكر فقط
بل يجب علينا معرفة ما يطرأ على الجسم من الامراض الاخرى
وتلافيها بالعلاج وقبل ذلك يجب علينا معرفة أسباب الامراض وهي
الميكروبات لان معرفتها من الواجبات الضرورية اذ هي عدوة الانسان
لكي نكون مستعدين لها في كل وقت ونقاومها بما يلزم من وسائط
العلاج

الميكروبات هي كائنات عضوية حية نباتية أو حيوانية صغيرة
جدا لا ترى بالعين المجردة ويلزم لمشاهدتها استعمال النظارة
المعظمة المسماة (ميكروسكوب)

وأول من شاهد هذه الميكروبات (Lauven Hook) لوفن هوك
و (Spollanzani) سبولانزاني والميكروبات التي تنشأ عنها الامراض
لم تكتشف الا في سنة ١٨٥٠ وأول من اكتشفها (Davain) دافين
الفرنساوي فقد اكتشف ميكروب الجرد الخبيثه أي المرض الفحمي
ثم أظهر العالم الملامة (Pasteur) باستور بأبحاثه العلمية كيفية فصل
وتربية وقتل تلك الميكروبات التي تنمو بكثرة وسرعة غريبة وتوجد
في كل مكان

١ في الهواء — ان وجود الميكروبات في الهواء نادر لانها
بمحم ثقلها تسقط على الارض أو على الاجسام التي تقابلها
فكل جسم معرض للهواء هو مسكن للميكروبات التي تقع
عليه ومن ذلك نستنتج أن تنظيف المساكن بدون تنديتها
بالماء مما ينشر الميكروبات بانتشار الاتربة فتكون العاقبة
ردية جداً وخطرة |

فمن الواجب أن تكون المساكن خالية من الثقوب ومن
الزخارف البارزة أو المحجوفة لان تلك التعجواف
والزخارف تكون مسكنًا للميكروبات ويجب أيضاً أن يعلم
أن الشمس تضعف الميكروبات ان لم تمتها وأن الهواء النقي

سبب قوي لصحة المرضى والأصحاء بمكس الرطوبة فأنها
تساعد على انتشار الميكروبات

٢ في الماء - ماء الينابيع لا يحتوي الا على كمية قليلة جداً
من الميكروبات بخلاف المياه التي تصب في المجاري فأنها
تحتوي على ٨٠ مليون ميكروب في اللتر أما الماء العادي
الذي نستعمله للشرب وللنظافة يومياً فيحتوي على مقدار
ليس يقابل من الميكروبات ولذلك لا يجوز استعمال هذه
المياه لنظافة الجروح الا بعد غليها ولا تستعمل للشرب
الا بعد ترشيحها جيداً وغليها ان أمكن كما سبق الكلام
على ذلك في فصل المياه

٣ في الارض - الارض تحتوي على معظم أنواع
الميكروبات بكمية عظيمة جداً ولذلك نرى ان كل جرح
تصله الأوساخ من الارض أو من التربة يكون عرضة
لاخطار كثيرة مثل التيتانوس وسبأني الكلام عليه
وعلى ذلك لا يجوز للانسان المشي على الارض عارياً
الاقدام

على سطح الجسم — الجلد يحتوي على عدد عظيم من الميكروبات
وخاصةً الجراثيم المنطوقة بالشعر وهي (التجارييف الطبيعية)
مثل الخمير الأذنية والفم وأعضاء التناسل والشرج الخ
وبذلك بسبب اتصالها بالهواء ولو بمسود رطوبة ودرجة
حرارة بها مناسبة لتمر الميكروبات ومن ذلك تظهر لنا
أهمية الاعتناء بنظافة هذه التجارييف ونظافة الجلد فنتنتج
من ذلك لزوم غسل الأيدي والفم قبل الغذاء وبمده
والاستحمام دائماً وغسل الوجه وتجاويفه وغسل
القدمين وتنظيف ما بين الأصابع يومياً لما في ذلك من
الفائدة

ثم ان الميكروبات المذكورة تصل للجسم بالهواء . وذلك
كميكروب السل الرئوي لان بصاق المسولين وموادهم المخاطية
الذائفة تجف على سطح الارض وتطير في الهواء وتصل
لغيرهم بالتنفس ولذلك يلزم أن يكون بصاقهم في أوان
مخصصة بها محاليل مطهرة كحمض الفينيك . ومناديل من
الورق تحرق أولاً فاولاً

و بسبب الماء — كميكروب الكوليرا لان متحصل افراز

المصابين بالكوليرا كمواد البراز والقيء إذا أُلقيت في مياه الشرب
تصير تلك المياه مملوثة بميكروباتها فيجب غلي مياه الشرب
في زمن انتشار الكوليرا واتباع جميع النصائح الطبية للوقاية من هذا
المرض القاتل

وقد تصل الميكروبات للجسم بواسطة الغذاء كالميكروب الحمي التيفودية
والدفتيريا أو بواسطة الحشرات (الذباب والناموس) كالميكروب
مرض النوم Trypanosomose وحى الملاريا أو بواسطة البراغيث
والفيران والجردان كالميكروب الطاعون

وتنقل وصلت هذه الميكروبات للجسم بأحدى هذه الطرق
أثرت عليه بحسب الاستعداد الشخصي إذ يوجد في الجسم عوامل
دفاع ضد الأمراض ومن أهم هذه الوسائل الطبيعية وظيفة كريات الدم
البيضاء - لأنها تقوم بإبتلاع الميكروبات كلما اجتمعت بها وقويت عليها
فيكون جسم الانسان ميدان قتال مستمر وجهاد دائم في سبيل الحياة
يحدث من اجتماع هذين الخصمين الميكروب من جهة وكريات الدم من
جهة أخرى منازعات قوية يكون الفوز فيها للجانب القوي فإما إن
يتغلب الميكروب على كرات الدم ويقهرها فيمتلك المواقع المتنازع

عليها أنهي أعضاء الجسم وأما أن تغلب كريات الدم وتقوم بوظيفتها
غير قيام قتلهم الميكروب وتهشمه وتبيده
فمن كانت أسباب الدفاع متوفرة فيه ضد الأمراض تنذر على

الميكروب اتخاذ جسمه محلاً لضيافته والعكس بالعكس
أما إذا وصلت هذه الميكروبات للجسم بالطرق المذكورة ولم تجد
مقاومة تفرز افرازاتها المسماة بالتوكسين فتحدث تلك الافرازات
مثلاً بالأوعية وبتى ازداد الافراز بتكاثر تلك الميكروبات نتج
عنها نسم الجسم بالتوكسين وموت المصاب

مثال ذلك أنه إذا عملت عملية جراحية كفتح البطن نرى في
بعض الأحيان أنها تضعف بالتهاب بريوني ويموت المريض —
ولماذا — لأنه في مدة العملية دخلت بعض ميكروبات في البطن
بواسطة الشاش أو الخيط أو أيدي الجراح ومساعديه أو الآلات
كذلك نرى مثلاً رجلاً مشلولاً لا قدرة له على افراز البول
فيعمل له الطبيب قسطرة ثم نشاهد أن تلك العملية البسيطة تضعف
بالتهاب في المثانة وفي الكليتين فيموت المريض — ولماذا — لأن
القسطرة لم تكن معقمة فنقل بعض ميكروبات الى المثانة

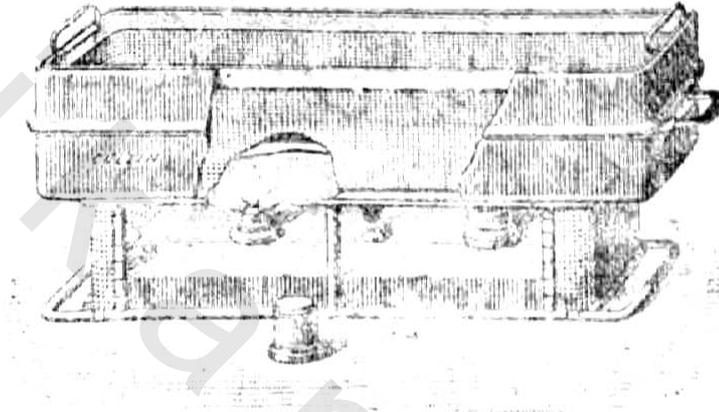
كذلك نرى رجلاً جرحت يده وهو يشتغل ثم لا يلبث أن

يموت بالتهيتانوس — لماذا — لان ميكروب التيتانوس الوجود بكثرة
في التراب قد عفن الجرح فتتج عنه موت المصاب
وكذا نرى جرحنا لا يلتئم بسهولة ويستمر تقيحه مدة طويلة
ونما عن الغيارات — لماذا — لان بعض الميكروبات قد وصل الى
الجرح بواسطة السبب لذا الجرح أو بواسطة الغيار
وهكذا من الامثال التي ينشأ عنها تأثير الميكروبات على الجسم
وضرورة مقارنتها بواسطة التعقيم والتطهير لان أقل خطأ أو هفوة
في النظافة يمكن أن ينتج عنه خطر عظيم فاذا لاحظنا جميع
القواعد المقررة الخاصة بالنظافة سهل علينا مقاومة الميكروبات بالتخاذ
الاحتياطات اللازمة لمنع دخولها الجسم فيجب علينا معرفة الوسائط
الضرورية والعقاقير الطبية التي تؤثر على الميكروبات وتميتها قبل
أن تتمكن من الانسان وهي

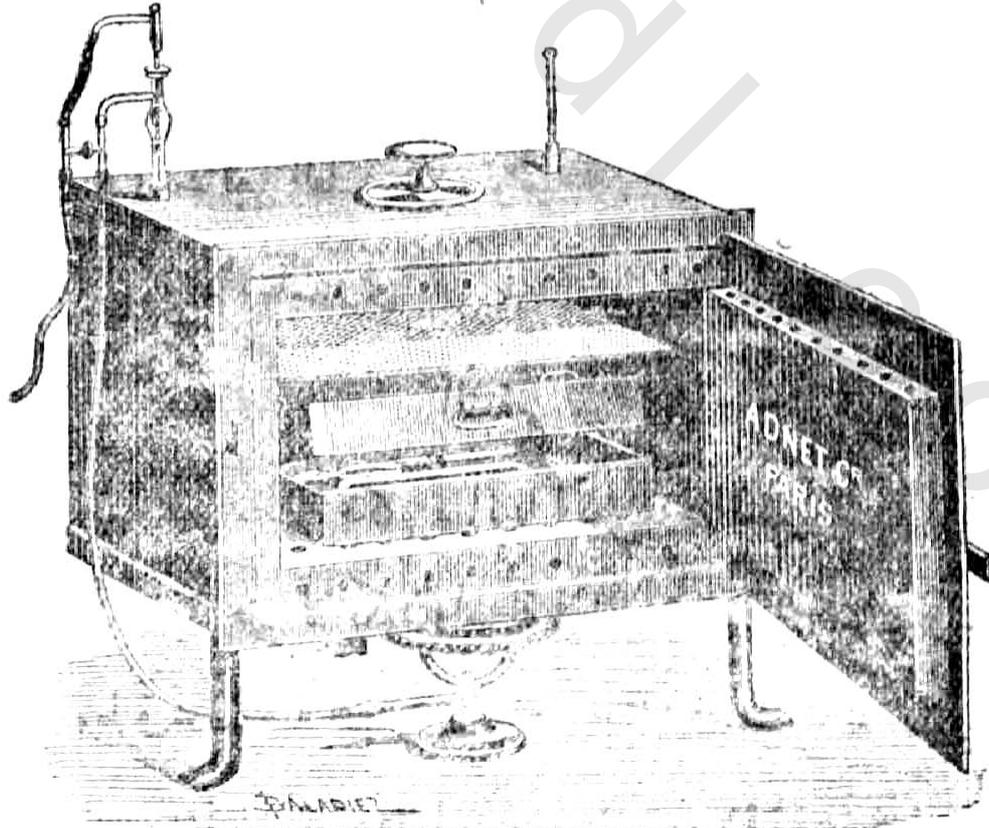
التعقيم

التعقيم هو النظافة بكل مبادئها ونعني به هنا تعقيم الشيء أي قتل
جراثيمه المرضية حتى لا يكون واسطة في نقل تلك الجراثيم . وللتعقيم
شروط وطرق مخصوصة أهمها وأبسطها هو غلي الأشياء المراد تعقيمها في الماء
فاذا غلي الشيء المراد تعقيمه في الماء مدة عشرين دقيقة على درجة ١٠٠

أي درجة الغليان كان بعد تلك المدة خالياً من الميكروبات الضارة
وتغلي الأشياء أي تعقم في أوان نظيفة أو في أجهزة مخصوصة
كجهاز التعقيم بالماء شكل (٢٨) أو بالحرارة الجافة شكل (٢٩)
شكل (٢٨) التعقيم بالماء



شكل (٢٩) التعقيم بالحرارة الجافة



أو بالبخار كيميائياً الأوكالانف راجع تأليفنا (الاسعافات الطبية
الجراحية والباطنية) صحيفة ٧٤

المواد المظهرة أو المنضادة للنفونة

يمكن قتل الميكروبات بواسطة استعمال بعض مواد كيميائية
من خاصيتها قتل الجراثيم الفسدة وهذه المواد كانت كثيرة
الاستعمال في الزمن الماضي ولكن أهميتها أخذت تقل الآن بسبب
استعمال طرق التلقيح في جميع الاعمال الجراحية
وجميع المواد المظهرة هي سبب قتلها ولذلك يلزم استعمالها مع
الاحتراس وبأمر الطبيب مع مراعاة المتدابير المقررة لكل واحد منها
وسنذكر بعضها التثيرة الاستعمال

السليمانى الاكال

هو من أقوى المظهرات وهو سم قاتل ينشأ عنه اخطار عظيمة
فيلزم الاحتراس عند استعماله وهو ملح عسر الذوبان في الماء
ولكنه يذوب في الكحول وفي الماء باضافة ملح الطعام عليه ومقداره
من عشرة سنتي جرام الى جرام في الالف ولا يجوز استعماله في تطهير
الألات الجراحية لانه يتلفها

والأوفق استعماله بهيئة أقراص ويوجد منه في الصيدليات
أقراص داخل أنابيب زجاج كل قرص منها يحتوي على نصف جرام
ملونة باللون الأحمر أو الأزرق لتمييز السائل المحتوية عليه
ومن رأينا عدم استعمال محلول السليماني لفصل الجروح فإنه
يجمد المادة الزلالية فتكون حافظة في وسطها الميكروبات بدون
أن تميتهما فالأصوب استعماله في تطهير أيدي الجراح ومساعديه وفي
تطهير المنازل عقب وجود الأمراض المعدية بها بمعرفة الطبيب

صبغة اليود

تستعمل مطهرة ومضادة للفوتة فتستعمل دهاناً في الجروح عقب
حصولها لمقاومة تأثير الميكروبات عليها وخصوصاً الجروح التي لامست
الأرض أو أشياء أخرى غير مطهرة

حمض الفينيك

هو سائل كاوتنيز يذوب في الكحول ويستعمل مطهراً في الجروح
بنسبة ٢ : ٥ في ١٠٠ وغير النقي منه يستعمل في تطهير المراحيض
والمنازل عقب حصول الأمراض المعدية بها ممزوجاً بالماء بنسبة ٢٥
جرام في ١٠٠

الكحول

مطهر مضاد للبكتيريا وقاطع لأنزفة الأوعية الصغيرة بتجميده
نزلال الدم وينقص تكوين الحديد وينزل رائحته

زهرا الكبريت

زهرا الكبريت يستعمل لتطهير الغرف بالكيفية الآتية وهي أن
تغلق جميع النوافذ وتسد الفتحات ويحرق في اناء من الفخار مقدار
من الكبريت يوازي ٢٥ جراماً لكل متر مكعب بعد تنديته بالكحول
ثم تفتح النوافذ بعد ٢٤ ساعة ويأتم إزالة كافة المفروشات قبل اجراء
هذه العملية لانه يتلف الالوان ويحسّن غسل الحيطان وجميع الاشياء
القابلة للغسل بواسطة جلاب من محلول السابون

ويوجد جهاز مخصوص لرش الحيطان والسقوف والارض يحمل
على الظهر وقت الاستعمال يمائل الجهاز المستعمل في الزراعة لرش
زهرا الكبريت على كروم العنب ويستعمل الفورمول بهيئة بخار في
الاماكن باجهزة مخصوصة والنفاين لحفظ الملابس من الارضة على
حالة مسحوق أو أقراص مخصوصا الملابس والاعطية التي من الصوف
وتستعمل المطهرات في الاماكن على حالة بخار بقصد اعدام

الحشرات الضارة التي قد تكون سبباً في نقل ميكروبات الامراض
كالبزغيت والبق وغير ذلك

الجير

يستعمل لتطهير المنازل والمراحيض عقب الامراض وذلك باذابة
الجير المحروق أي غير المطفي في الماء في أوانٍ من الفخار أو الزنك
ويحرك الخليط حتى يصير سائلاً رخواً وهو المسمى بابن الجير فيعصب
في تلك المحلات في حالة حرارته الناتجة عن اطفاء الجير في الماء فيطهرها
من ميكروبات الامراض

الفصل التاسع

حرارة الجسم والنبض والتنفس والبول

في الحالة الصحية والمرضية

قبل التكلم على الأمراض التي تؤثر على الإنسان يجب معرفة
حرارة الجسم والنبض والتنفس والبول في حالتي الصحة والمرض حتى
يمكننا تمييز السليم من المريض

درجة الحرارة الطبيعية في الانسان — تعرف بترمومتر سنتيجراد
ونومومتر فرنهيت ، في حالة الصحة تساوي الحرارة ٣٧ بترمومتر
سنتيجراد ، تساوي ٩٨.٦٥ بترمومتر فرنهيت . ولا تختلف الحرارة في
الانسان باعتبار الجنس والسنة والفصل الا شيئاً قليلاً بل هي ابدأ على
درجة واحدة تقريباً الا في بعض الأمراض كالحمى فانها قد ترتفع فيها الى
٤١ بترمومتر سنتيجراد ويندر أن يتجاوز هذا القدر . واختلاف درجة
الحرارة في حاتي الصحة والمرض له اعتبار عظيم في تشخيص بعض
الأمراض فيجب في حالة المرض معرفة درجة الحرارة في الصباح
والمساء ومن يوم لا آخر للوقوف على سير المرض كما ترى في الجدول
الآتي شكل (٣٠) صحيفة ١٧٢

شكل (٣٠) جدول لبيان درجة الحرارة في الحالة الابتدائية

Nomme:																				
2000	6000																			
100	200																			
300	400																			
500	600																			
700	800																			
900	1000																			

يبدأ من درجة ٣٥ إلى ٤٢ في الحالة الابتدائية (Nom) يكتب اسم المريض والحانات التي بأعلى رقم ٤٢ يكتب فيها تاريخ اليوم من اليسار إلى اليمين والحانات التي على يسار رقم ٤٢ تقسمه بخط رفيع إلى قسمين أحدهما عن يسار رقم ٤٢ يكتب فيها حرف من علامة الصباح وعلى يسارها

يكتب فيها حرف م علامة المساء فإن كانت الحرارة زائدة عن ٣٧ الطبيعية ك ٣٨ مثلا توضع أمام هذا الرقم ٠ وكما ارتفعت الحرارة توضع الاضمار أمامها بحسب ارتفاعها وانخفاضها وبسند الكيفية يمكننا معرفة سير الحرارة من يوم لآخر

فيجب إيجاد ترمومتر من هذين النوعين لاستعماله عند الترمومتر
وعند استعماله بغسل الترمومتر بماء مقم والاحسن غسله بالكحول
أو الكاونيا ثم ينظر امامود الزيتق فان كان ارتفاعه زائداً عن
الحرارة الطبيعية فيمسك طرف الترمومتر الخالي من الزيتق باليد
وسبابة اليد اليمنى ويرج بقوة حتى ينخفض عامود الزيتق أسفل من
رقم ٣٧ فيوضع طرفه الموجود به عامود الزيتق في الفم تحت اللسان
ويؤمر المريض بضبط الترمومتر بالشفنتين مدة خمس دقائق ثم يؤخذ
من فم المريض وينظر الى عامود الزيتق فيعلم من ارتفاعه فوق رقم ٣٧
درجة الحرارة المرضية . ويجوز وضع الترمومتر تحت الأبط بدلاً من
وضعه في الفم

أما الاطفال فيوضع لهم الترمومتر في الشرج بماء دهنه بالجليسرين
أو الزيت ويختبر من كسره بحركة الطفل ويوجد نوع ثالث من
الترمومتر يسمى ترمومتر ريمور Thermometre reamouré مقم
من صفر الى ٨٠ وهو مستعمل في المانيا والنمسا

أما ترمومتر الحمام المسمى Thermometres de Bain فالغرض
منه معرفة درجة حرارة الماء المستعمل للاستحمام داخل الماء وهذا
النوع مغلفة جوانبه بالخشب لصيانته من الكسر ويوضع داخل الماء

المراد معرفة درجة حرارته وينظر لارتفاع عامود الزئبق حتى يصل
الى الدرجة المطلوبة بحسب أمر الطبيب

النبض — معرفة النبض مهمة جدًا للوقوف على الحالة الصحية
والمرضية ففي الحالة الصحية يكون من ٧٠ الى ٧٥ في الدقيقة ويكون
في الاطفال بالنسبة الآتية

بعد الولادة	١٣٠	في الدقيقة
عند بلوغ الطفل سنتين	١١٠	» »
» » »	١٠٠	خمس سنوات
» » »	٨٠	عاشي سنوات

والنبض لا يستدل منه على الحالة الحية ولكن يستدل منه على
حالة القلب وذلك يكون بوضع سبابة ووسطى اليد اليمنى على الطرف
السفلي لعظم كهبرة ساعد المريض في مقابلة أصبع الإبهام فيحس
بضربات الشريان الموافقة لضربات القلب فتعد بالدقيقة فيوجد
النبض في الحالة الصحية ممثلًا منتظمًا موافقًا لضربات القلب بدون
تقطع وفي الحالة المرضية يزداد عن عدده الطبيعي . وقد يكون منقطعًا

التنفس

عدد حركات التنفس في الحالة الصحية من ١٦ الى ١٨ مرة
وتعرف بالنظر لارتفاع الصدر وانخفاضه بحركتي الشيق والزفير
وكذا من ارتفاع البطن وانخفاضها فان زادت حركات التنفس عن
ذلك أو نقصت دلت على حالة مرضية يجب البحث عنها وتشخيصها

البول في حالة الصحة والمرض

البول في حالة الصحة يكون بمقداره في مدة الأربع والعشرين
ساعة في زمن الشتاء من ١٢٠٠ جرام الى ١٥٠٠ وفي زمن الصيف
يكون أقل من ذلك بسبب المرق ويكون مصفرًا قليلاً خالياً من
الدم والزال والسكر والميكروبات والأملاح الزائدة اما في
الحالة المرضية فيكون مقداره قليلاً ويحتوي على بعض ما ذكرنا أو
كثير منها فيعتبر البول حينئذ من أهم الأمور للوقوف على صحة الانسان
ومرضه وبدونه لا يمكن للطبيب الوقوف على تشخيص حقيقة الأمراض
فيجب على كل انسان فحص بوله عند ما يطرأ عليه أدنى تغير في

صحت . ولاهية ذلك نشرح كيفية فحص البول بطريقة مختصرة تفيد
الآلية وقتية ويمكن كل نبيه متمرن بواسطتها فحصه بنفسه . والمهم في
ذلك معرفة وجود الزلال والسكر فتنحصر على ذلك ونترك غيره
للطبيب أو الكيمائي الاختصاصي

فحص الزلال في البول — يفحص الزلال في البول بطريقة بسيطة
جداً بيسر لكل انسان معرفتها وذلك بواسطة أنبوبة اسباخ التي
هي عبارة عن أنبوبة من زجاج مدرجة ومرسوم عليها حرف U
وحرف R رمزطاة بسدادة من الكاوتشو فيوضع البول في الانبوبة
أفراد معرفة كمية الزلال فيه لنهاية علامة حرف Ta ويضاف على البول
سائل اسباخ المسمى (Reactil' esbach) لنهاية حرف R ثم ترج
١٥ مرة تقريباً وتوضع الانبوبة على حامل لها مخصوص في محل رطب
وحملاً عامودياً مدة ٢٤ ساعة فان كان به زلال رسب وتعرف كميته
بالأرقام الموجودة على الانبوبة فيبين مقداره في الالف

معرفة وجود السكر في البول — أولاً يبحث عن الزلال فان وجد يسخن
البول ليتجمد الزلال ويرشح ثم تؤخذ كمية صغيرة من البول المرشح
وتوضع في أنبوبة اختبار ويسخن على لهب مصباح كحولي وأنبوبة

أخرى يوضع فيها مقدار من سائل فهلنج (Liq. de Fehling) بنسبة جرام من البول الجرامين من سائل فهلنج ويسخن أيضاً ثم يضاف السائل المذكور على البول وتسخن الأنبوبة فان كان البول محتويًا على سكر تلون باللون الاحمر ويشترط أن يكون سائل فهلنج مجهزًا حديثًا بالاجزاخانات أي غير فاسد ولمعرفة ما اذا كان قديمًا أو حديثًا يوضع مقدار منه داخل أنبوبة ويسخن فان كان قديمًا فاسدًا تلون باللون الاحمر وان كان جديدًا أي حديثًا بقي على حاله بلونه الازرق

ولملاحظ أن هذا السائل وان كان غير فاسد لكنه يتلون باللون الاحمر اذا كان المريض تماطى أدوية كالسالول أو كان البول محتويًا على كمية زائدة من حمض البوليك أو به أسيتون

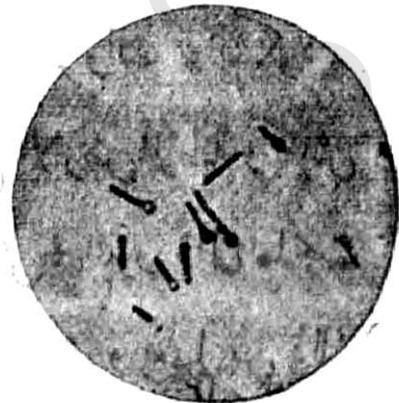
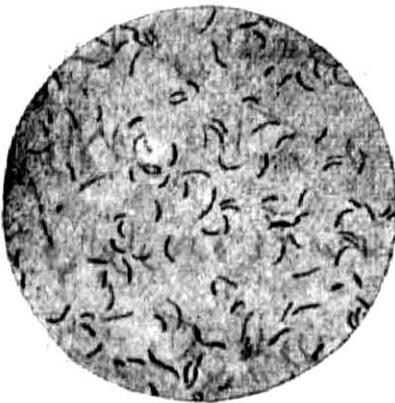
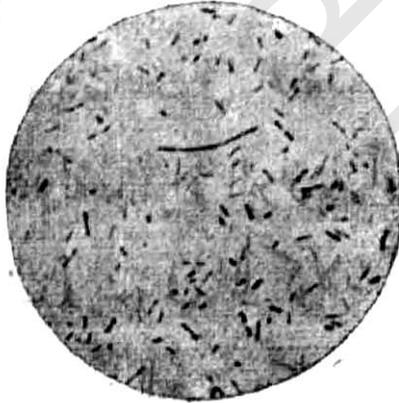
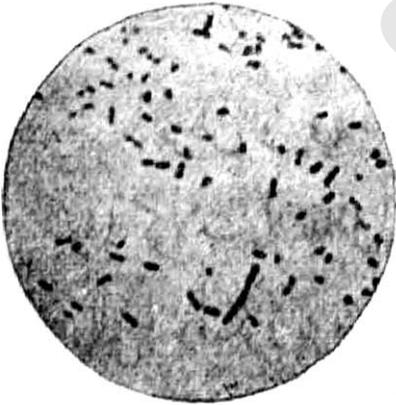
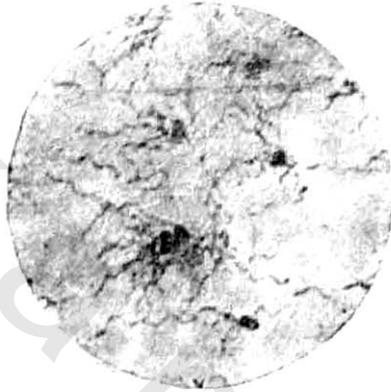
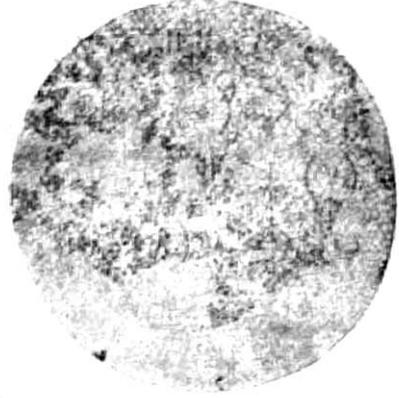


الباب الخامس

الامراض المعدية وطرق الوقاية منها واسماؤها بالعلاج

أنواع هذه الأمراض كثيرة تصيب الانسان بتأثير ميكروبات
مخصوصة وتنتقل من شخص لآخر بالعدوى وفي بعض الأحيان
تنتشر بسرعة انتشاراً وبائياً ولذا تسمى أيضاً بالأمراض الوبائية
ويكون انتشارها في الغالب بين الذين يهملون مراعاة القواعد الصحية.
ولندكر أشهر هذه الأمراض وطرق الوقاية منها واسماؤها بالعلاج
وغير ذلك من الضرورات الواجبة للتنبه اليها

شكل (٣١) اشكال بعض أنواع ميكروبات الامراض المعدية



انظر تفسير هذه الاشكال في الصفحة التالية

* (١) ميكروب الحرارة وهو كروي منتظم كالمقد (٢) ميكروب الصديد ويسمى بالميكروب المنقودي لاجتماعه كالمناقيد (٣) ميكروب الطاعون وهو عصوي قصير (٤) ميكروب ذات الرئة وهو كروي وبيضاوي (٥) ميكروب الكوليرا وهو هلالى الشكل (٦) ميكروب التيفانوس وهو مدق الشكل (٧) هو ميكروب التيفويد مكبراً وقد أحاطت به خيوط دقيقة (٨) ميكروب التيفويد وهو عصي دقيقة

الكوليرا

مرض وبائي يصل ميكروبه أي جرثومته للجسم بواسطة المياه والمأكولات ولا تنقل العدوى به بواسطة الهواء بل بواسطة براز المصابين والقيء، وميكروبه ينمو ويتضاعف في الأقمشة المبلولة وهذا ما ينشر العدوى بالملابس الملوثة بالمواد البرازية أو مواد قيء المصابين وانتقالها بها كما يتضاعف وينمو في المأكولات كاللبن والبيض والمرق والبطاطس المسلوقة والخبز واللحوم وكافة الخضروات والشكولاته والأشربة المسكرة والمربات وكذا على سطح الأرض الرطبة ويعيش في البراز مدة ٢٤ ساعة من ساعة التبرز ويعيش في البرودة إلى ماتحت الصفر ولكن بدون حركة ثم ينمو بارتفاع الحرارة ويعلم من ذلك أن البرد يضعفه والحرارة تقويه كسائر المخلوقات الحيوانية والنباتية

وإذا دخل ميكروب هذا المرض في البنية بواسطة الماء أو
المأكولات تمضي مدة من الزمن قبل ظهور أعراضه المرضية
ويسمى هذا الزمن بدور النفرنج وتختلف مدته من ثلاث إلى خمسة
أيام وفي هذا الزمن لا يحس المصاب بشيء ثم تظهر الأعراض المرضية
وتنتقل منه العدوى بالبراز والقيء

أعراض الكوليرا

يعرف هذا المرض في مدة انتشاره بتهرز وقى متكررين وظمأ
ونقص في البول واحتباس في الصوت وآلام شديدة بسماطي الساقين
وتلون الجسم وخصوصاً الشفتين والاطافر بلون أزرق وغور في العين
وانحطاط شديد في القوى وبرودة وقشعريرة وتكون مواد البراز سائلة
شبهية بسائل غسيل الارز

الوسائل الصحية الوقائية

١ يجب على كل انسان ظهرت الاصابة في جواره أن يجتنب
مخالطة المصاب ويسارع الى استدعاء الطبيب يرشده الى
ما يلزم من الوسائل لنجاة المريض وسلامة غيره من
عدوى هذا الداء

- ٢ الاستحمام يومياً بماء طاهر أي مرشح مقلي (بمستبريده)
مع تجنب الاستحمام والوضوء والشرب من ماء النيل
المكر تجنباً لما عسى أن يكون فيه من ميكروب الداء
- ٣ تقصير الثياب بحيث لا تصل سطح الأرض اتقاء لما
يمكن أن يعلق بها من الميكروبات ونخاع الأضحية وعدم
الدخول بها في محال الملابس والاستقبال
- ٤ ترك شرب الخمر من أي نوع كان لأن شربه في بلادنا
الحارة يضعف الجسم فيكون الانسان عرضة للاصابة بهذا
المرض
- ٥ تجنب السهر الطويل والتعرض للبرد والاعتماد في الأكل
وعدم الإفراط فيه ويحسن اجتناب المصافحة باليد مع
غسل اليدين قبل الطعام وبعده وقص الأظافر وتنظيف
اليدين جيداً
- ٦ الامتناع من أكل الخضروات غير المطبوخة كالجزير
والفجل والأسماك البحرية الصدفية كأم الخلول والجنبري
والأستريديا وبلح البحر ونحوها وكذا الفواكه غير
الناضجة

- ٧ تطهير أطباق الأكل بوضع قليل من الكحول النقي بها واشعالها ان لم تفعل بماء غلي وكذلك الملاعق والشوك والسكاكين ومنع الطهارة من مسح الاطباق بمناشفهم القدرة
- ٨ عدم أكل الخبز الا بعد تجهيره على النار أو على طبخ الكحول النقي والامتناع من التدخين أو التقليل منه لانه يصف المساة والقلب
- ٩ غلي مياه الشرب مدة الوباء بمد ترشيحها
- ١٠ تغطية الطعام عند وضعه على المائدة بمكبات من السلك لوقايته من الذباب
- ١١ عدم أكل الزبدة المصنوعة في بلادنا أما الزبدة المحضرة من الخارج أي من بلاد غير موبوءة فلا بأس بأكلها وتوضع في دولاب (علية) من السلك لوقايتها من الذباب وكذلك الجبن
- ١٢ منع الزائرين من أن يأتوا بشيء من الأطعمة لأقاربهم أو أصحابهم المصابين بهذا المرض . وتمنع الزيارات عمومًا في مدة انتشار هذا المرض

- ١٣ تطهير المبال و المراحيض المائية كل يوم بلبن الجير
والمراحيض ذوات السيوفون تطهر بكلوريد الجير
- ١٤ نقل جميع الاقدار والزباله مهما كان نوعها يوميا ولا يجوز
تركها بالمحل وانما ماكن الرطبة تطهر بمحلول حمض الفينيك
- ١٥ تبيض جميع الغرف القذرة والمستعملة لحزن الأظعمة
والملابس بلبن الجير ويكرر ذلك مرارا

(واجبات الطباخين ومساعديهم والخدمة المعينين لتحضير الطعام

تقديم ٤٤)

- ١ يجب اقامة هؤلاء الخدمة في المحل متى أمكن ذلك
- ٢ اعطائهم ملابس نظيفة كل يوم وفي آخر النهار توضع هذه
الملابس في محلول البلياني بنسبة ١:٣ مدة ساعتين
وتنشر لتجفيفها بحرارة الشمس
- ٣ تخصيص غرفة لهم لتغيير الملابس التي يهطلونها من المحل
وتحفظ ملابسهم الشخصية في دواليب تعد لذلك داخل
هذه الغرفة

- ٤ لا يجوز لهم لأي سبب من الاسباب أن يضعوا ملابسهم
في المطبخ أو المحل المد اغسل الأواني

٥ على كل من الطباخين والخدمة المذكورين بعد تبديل
ملابسهم أن يظفروا أيديهم بمحلول السليمانى بنسبة ١:١٠٠
بمضور شخص يكون مسئولاً عن ذلك

٦ يجب تجنب الوهم والخوف بقدر الامكان فان خطر
العدوى بهذا المرض ليس عظيماً متى كان الانسان متمسكاً
بالشروط الصحية المذكورة

ثم ان تركيب طبقة الأرض له دخل في انتشار هذا المرض
فكلما كانت الطبقات السطحية للأرض ذوات مسام كثيرة كان
الوباء أشد وبالعكس . وعند حصول الإصابة توجد ادوية مفيدة
توقف نمو ميكروبه بل تميته كمحلول الشب بنسبة ١:١٠٠ وعطر النعناع
لنفلي ١:١٠٠ أو حمض الليمون ١:١٠٠ أو حمض اللبنيك ١:١٠٠

والحرارة تميته فالملابس الملوثة بالماء المحتوية على ميكروبات
هذا المرض اذا جففت في الحرارة الكافية وبجئت فيما بعد بجثاً
بكروسيكوبيا لا يوجد بها ميكروب هذا المرض

المطهرات التي ينبغي استعمالها وتقاديرها

محلول السالجابي ١ على ٢٠٠٠ من الماء
حمض الفينيك النقي ٣ على ١٠٠ من الماء
لغسل اليدين

(تنبيه) هذان المطهران من السموم ولهذا يجب وضعهما في
مكان مأمون لا يتيسر للأطفال القرب منه

كلورور الجير ١٠ على ١٠٠ من الماء
لبن الجير ٣٠ من الجير النقي على ١٠٠ من الماء
لتطهير المراحيض

ويجب تحريك لبن الجير جيداً قبل استعماله

الاسعافات الوقائية

تتخصر تلك الاسعافات في مقاومة ثلاثة أمراض مهمة وهي
القيء . والاسهال . وبرودة الجسم . فيقاوم القيء بمطلي شراب الليمون
المثلج . أو منقوع النعناع المثلج المحلى بالسكر . أو شراب حمض
البنيك كالمشروب الآتي

حصى البنيك من ١٠ الى ١٥	جرام
»	٩٠
»	٢٠
»	١٠٠٠

يؤخذ منه كل ساعة فنجان

الاسهال - تستعمل له حقن شرجية من محلول الشب من ١٠ الى ١٥ جرام في الاثنا تذاب في ماء مغلي ثلاث مرات في اليوم والحقن بماء البعير بمسرة الطيب (Serum Artificiel)

برودة الجسد - - يدلك عموم الجسم بقطع من الصوف بعد غسلها في روح الكافور وتوضع بجملة زجاجات مملوءة ماء ساخناً حول الجسم بعد لفها بالقماش وتثبيت سداداتها جيداً ثم يستدعى الطبيب في احوال الاجراء الوسيطة الصحية اللازمة وتتميم العلاج حسبما تستدعيه حالة الاعراض

(تنبيه) يلزم أن تكون الاسعافات المذكورة بمعرفة ممرض مخصوص أو شخص آخر له المام تام بالوسائل الصحية الواقية المذكورة وعند حضور الطبيب يتخذ الاجراءات الصحية الباقية مثل عزل

المصاب وتطهير محله وغراشه وما يوساته وبقية الاجراءات المقررة بأوامر
الصحة العمومية الواجب على كل فرد اتباعها بدون معارضة ليأمن
عدوى هذا المرض

الطاعون

هذا المرض يضى على وجوده عدة سنين بمصر وأولا الاحتياطات
الصحية المتخذة من اذارة الصحة العمومية رغماً عن مقاومة الاهالي
واخفائهم المرضى لانتشر هذا المرض انتشاراً وبائياً وعم جميع
القرى كما كان في الزمن السابق حيث كان الطاعون يفتك بالاهالي
فتكاً ذريعاً لعدم معرفتهم الوسائط الصحية المستعملة الآن

وهذا المرض تنتقل عدواه بواسطة أمتعة المرضى والبضائع الملوثة
بجراثيمه وأهم عوامل انتشار العدوى بهذا المرض (الفيران والجردان)
لانها تعيش بين الأمتعة وبين جثث المتوفين ثم تنقل المرض الى
الأصحاء بواسطة الاغذية والبضائع وكذا البراغيث التي تنتقل من
الفيران والجردان المصابة الى الانسان من أهم أسباب العدوى
والبرغوث الذي ينقل العدوى يسمى *Rulex chéspis* ويعيش على
الفيران والجردان وينقل العدوى منهم الى الانسان

وعند وصول الفيران والجردان المظومة لحالة النزح نتركها
البراغيث وتنقل غيرها وتموت اذا انتقلت لحيوان آخر ولا تعيش
الا على جسم الانسان ولذلك نرى من الضروري مقاومة الفيران
والجردان بقتلها واحراقها في زمن وجود هذا المرض

علامات هذا المرض — يتبدى المرض بحمى قد تصل الى ٤٠ درجة
والآلام في اراس والمخاط في القوة ثم يظهر ورم بالجذء العلوي الانسي
للغدة اليمنى أو اليسرى أو تحت الفك السفلي أو بالجذء العلوي الانسي
للعضد اليمنى أو اليسرى

وهذا الورم يزداد حجمه ويحمر لون الجلد ويتالم المريض
بالضغط عليه ويسبى في هذه الحالة بالطاعون الدملي

أما الشكل الثانى المسمى بالطاعون الرئوى فهو خطر جداً وسريع
العدوى وأعراضه الحمى والسعال الشديد المصحوب ببصاق دموي
وتنقل عدواه (بالنفث) ويموت ٩٥ في المئة من الذين يصابون به
أما الطاعون العادى أى الدملي فلا ينتقل (بالنفث) ولا بالطعام ونحو
ذلك من وسائل العدوى بل ينتقل بالبراغيث فانه يتولد في الجردان
كما تقدم ومتى أصيب به الجرذ كثر ميكروبه في جسمه وصار في
كل نقطة من دمه الوف الألوف فان البرغوث يعيش في بدنه

بامتصاص دمه المحتوي على الميكروبات المذكورة وينقل الجرذان أخرى
فيتم نقل إليها العدوى الطاعون وهكذا إلى أن تموت الجرذان فلا تجد
البراغيث بعد ذلك حيواناً آخر تعيش من دمه فتهاجم الإنسان
وتنقل إليه العدوى

والجرذان التي تسكن البيوت هي منشأ الخوف خصوصاً جرذان
المراعيض والأسراب ولونها رمادي ومنها ما لونه أسود ويتميز
بطول ذنبه واتساع أذنيه واقامته في البيوت ويوجد غالباً في البيوت
المبنية بالطوب (الابن) وبين ألواح السقوف وتحت السمنايق وأكثر
انتشار الطاعون يكون به . والبراغيث هي الصلة بينه وبين الإنسان
وثلاث أنواع منها كثيرة الوجود في الحرذان (انظر شكل ٣٣)

برغوث الدار ولكنه لا يلدغ الإنسان وبرغوث الجرذ الأوربي وهو
لا يلدغه إلا إذا جاع يومين أو ثلاثة وبرغوث الجرذ الهندي وهو يعيش
من دم الجرذ ومن دم الإنسان وهو قليل التنقل فإذا وصل إلى سفينة
انتقل منها إلى حيث تنقل فتنتقل معه العدوى (انظر شكل ٣٣)

شكل (٣٢)



برغوث الجرذ الهندي

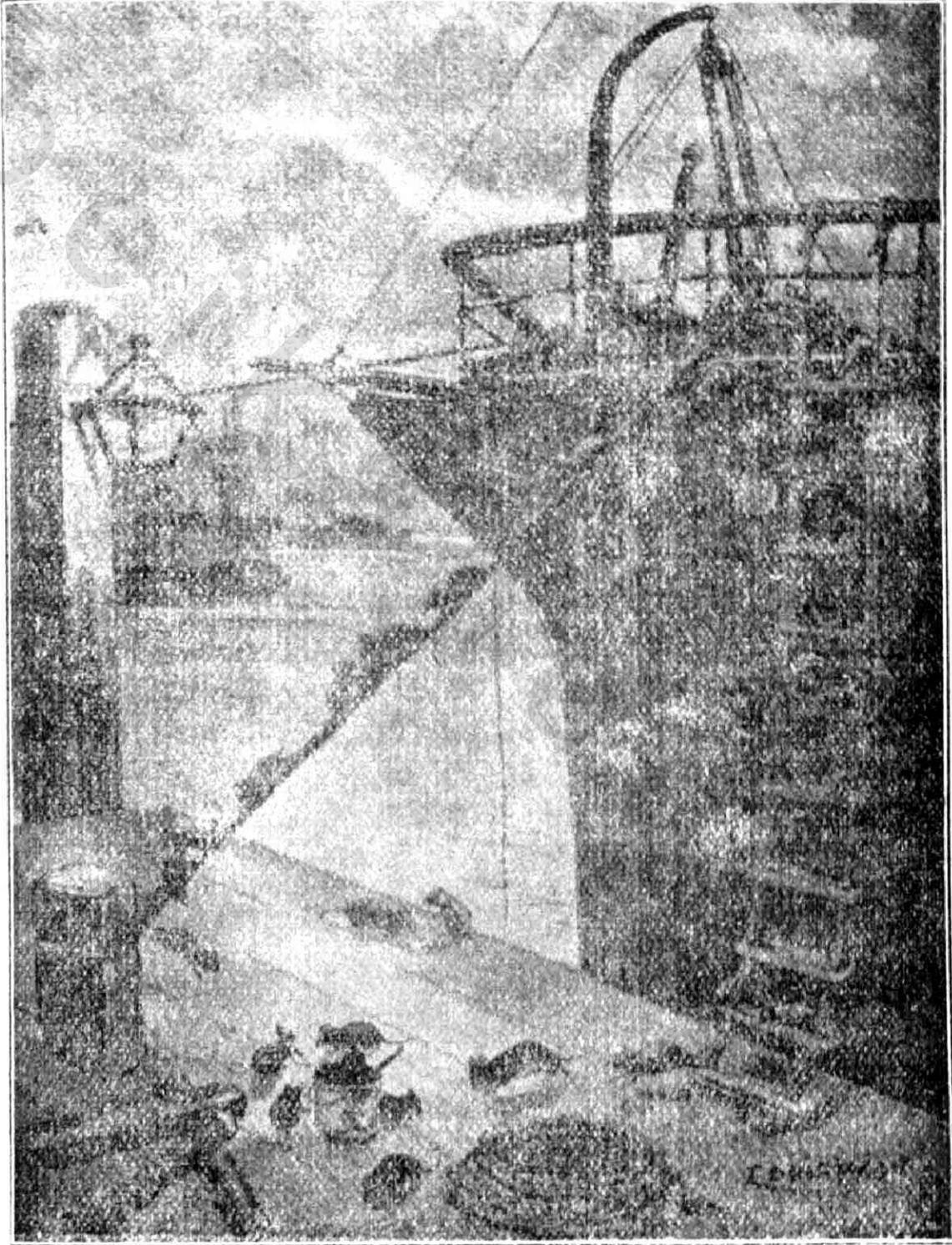


برغوث الفار



برغوث الجرذ الاوربي

وقلما يوجد جرذ مطعون الا وفي بدنه عشرون أو ثلاثون
برغوثاً وقد وجدوا في جرذ مطعون مائة برغوث وفي بيت واحد في
قرية من قرى الهند ثلثمائة جرذ فاذا كان في كل منها ثلاثون برغوثاً
فقط كان في ذلك البيت تسعة آلاف برغوث ينقل كل واحد منها
مدوى الطاعون الى السكان



• سفينة من سفن الهند وصلت الى بلاد الانكايز والجرذان تنزل منها كائناتها من البحارة والركاب.

الوسائط الراقية - أهم ما يجب عمله مدة وجود هذا المرض
عزل المريض عن الأصحاء وتطهير المنازل بالطرق المنوّه عنها في
الأواص الصحية وصية الفيرانز والجريزان بالمصائد المحصنة وراقبوا
وسد الشقوق التي تخفي فيها وصد حمض البينيك فيها فاتها وسائط
مفيدة جدًا في تلاشي هذا المرض

الاسهافات العلاجية - يلزم في هذا المرض الحمية الشديدة
ووضع مكدرات مثابجة تلي الورم الذي يظهر كما قدمنا وانتداب
الطبيب فورًا لمداواة الاعراض حسبما يراه
و يلزم ترك هذا الورم الى أن يتقيح ولا يعجل بفتحه لأن
التقيح يميت ميكروب الماعون

الحمى التيفودية

مرض حمى عفن له ميكروب مخصوص يسمى باشاس ابرت
(Bacille Eberthe)

علامات هذا المرض - يتبدى باعراض خفيفة وهي تعب
عام وتكسر في الاطراف وصداع وققد الشبيهة وغيثان ثم تزداد

الخسارة ويحجف اللسان ويحمر وينقص البول . وإذا ضغط على الجانب الايمن من أسفل البطن تحصل قراقر عند الجس ويشعر المريض بشيء من الألم ويمكنك هذا المرض ثلاثة أسابيع عادة في الأحوال الحقيقية وتشتد اعراضه في الاسبوع الاول ولذا يسمى بدور الهجوم ثم تأخذ في الانحطاط في الاسبوع الثاني ويسمى بدور الانحطاط وفي الاسبوع الثالث يكون الجسم منهكاً جداً ويسمى بدور النقاهة وقد يعاني المصاب في الاسبوع الاول هذيان ينتج من شدة الاعراض يستمر الى نصف الاسبوع الثاني ومن اعراض هذا المرض الثقيلة الاصابة بالرعاف والتزيف المعوي

وفي بعض الأحوال الثقيلة لهذا المرض تستمر الأعراض ٥ أسابيع الى ٣ أشهر والطبيب والدواء يميزان عن شفاء المرض أو ابقائه . ولكن الاعتناء وحسن التمريض ربما يحفظان الحياة والاهمال ومخالفة أوامر الطبيب تكون نتيجةهما ازدياد الخطر لان الانتكاس سهل جداً في هذا المرض على ان في وسع ربة المنزل ان تريح المريض وتساعد على نيل الشفاء العاجل بالوسائل الصحية الآتية وليعلم أنه مهما اشتدت اعراض هذا المرض فلا بأس من الشفاء لانهما اشتدت اعراضه وظهر الخطر العظيم فانها قد تزول ويبرأ المريض

الوسائط الصحية والملاجية هي :

- ١ أن يوضع المريض في غرفة خاصة به بها المناور الكافية للضوء مفتوحة على الدوام لتجديد الهواء ويمنع عنه الاصوات المزعجة وتنزع ملابسه ويدلك جسمه بالكحول أو روح الكافور
- ٢ أن تخفف آلام الرأس بقص الشعر ووضع الثلج داخل كيس على الرأس أو الماء البارد
- ٣ يتلقى البراز في وعاء (قصرية) بغطاء ويوضع فيها جزء من حمض الفينيك ويطرح ما فيها داخل المراضن أولاً بأول مع غسل القصرية بمحلول حمض الفينيك
- ٤ أن لا يعطى المريض الا اللبن ممزوجاً بماء الجير بمقدار الربع منه وثلاثة أرباع من اللبن الحليب أو لبن الزبادي وإذا اشتدت الحمى يمسح الجسم بالماء البارد كل ساعة الى أن تهبط الحرارة
- ٥ أن تجعل حرارة غرفة المريض على درجة ١٧ سنتيغراد
- ٦ أن يحافظ على نظافة الفراش بعناية ما يمكن وذلك بنقل

المريض من فراش الى آخر كل يوم بحيث يزال الفراش
المبتل ويبدل بفراش ومالات نظيفة

٧ أن يمنع دخول الزائرين ولا يكون في الغرفة إلا ممرض
أو اثنان يتناوبان التمريض

٨ أن لا يترك المريض وحده لثلا يقوم من الفراش في حالة
غير اعتيادية فيضر نفسه

٩ أن تغسل أيدي الممرضات بالاطهرات أولاً بأول ويكرر ذلك
بعد ملامستهم لأواني البراز مراراً كثيرة ولا سيما قبل
تناول الطعام منعا لما يحصل من العدوى

١٠ معالجة المرض منوطة بالطبيب فقط وعلى ربة المنزل
والممرضة تنفيذ أوامر الطبيب جميعها. وإذا كانت أهل
المريض لا يثقون به لزمهم أن يبدلوه بآخر الا اذا كان
هو القائم بمعالجة المريض فيجب التسليم التام له لان
الطبيب لا يقدر أن يقصر ميعاد أدوار هذا المرض
يوما واحدا

١١ أن يكون سرير المريض بعيدا عن الحائط لان ذلك أنفع
للصحة وأسهل على المريض والممرضة إذ يتيسر لها

الوصول اليه من كل جهة ويجب أن تكون غرفة المريض خالية من الاثاث الكثيرة فيلزم اخراج نحو الستجاجيد والستائر وكل ما يمكن الاستغناء عنه

١٢ أن توضع الأدوات الخاصة بالمريض مثل القصيرية والمبولة في دولاب مخصوص بجانب المريض

١٣ أن يحترس جدًا من اعطاء المصاب بهذا المرض شيئًا من الأغذية غير ما يأمر به الطبيب المعالج لان مخالفة ذلك مضرّة بصحة المريض بل قد تسبب له الموت فلا يجوز أن يعطى المريض قليلا من الخبز أو البسكويت مثلا ائلا ينشأ عن ذلك تمب الأمعاء ويحدث بها زيادة التفرح الذي قد يكون سببا لموت المريض

١٤ كل شخص حدثت اصابة في بيته بهذا المرض يجب عليه اتداب الطبيب في الحال ليأمر بما يراه ولكي بواسطته تبلغ الادارة الصحية لتتخذ الاجراءات اللازمة ويعمل له الحقن بالمصل ضد هذا المرض بمعرفة الطبيب

الحمى التيفوسية

مرض حمى عفن ينتقل من شخص الى آخر بالمدوى
علامات هذا المرض — انحطاط في الجسم وارتفاع درجة الحرارة
الى ٤٠ ووجفاف الشفتين وتنطية اللسان بطبقة سوداء وفي اليوم
الرابع أو الخامس يظهر على البطن والصدر طفح لونه أحمر قائم على
هيئة بقع مختلفة الحجم من نقطة الى ثلاث أو أربع وتخف الحمى
والحرارة في اليوم السابع ثم تزداد بعد ذلك وفي بعض الاحوال
قد يصحبها الهذيان الدائم ونزيف من الأنف أو الامعاء ومدة هذا
المرض ثلاثة أسابيع تقريبا

الملاج — علاج هذا المرض كعلاج الحمى التيفودية وتبع فيه
جميع الشروط الصحبة المتبعة فيها

الحمى الراجعة

مرض معد يعرف بالآلام في الاطراف والرأس والظهر وانحطاط
في القوى وارتفاع في درجة الحرارة قد يصل الى ٤٠ سنتيجراد وقد
يصاحبها ضخامة في الكبد والطحال ويكون اللسان مغطى بطبقة صفراء

ثم يحف ويسود في مركزه ويندر حصول الهذيان وتنازل أعراضه
بين اليوم الخامس والسابع وتنهى بهرق غزير واسهال في بعض
الاحيان أو زيف من الانف أو من الامعاء ثم ينظف اللسان
وتعود شهوة الطعام . ثم بعد أسبوع تعود الحمى وينتكس المريض
ويدوم الانتكاس من يومين الى خمسة وربما انتكس مرتين أو ثلاثة
الوسائط الوقاية والعلاجية — عزل المريض عن الأصحاء
واتباع الشروط الصحية المذكورة في الحمى التيفوذية

حمى الدنج

(المعروف عند العامة بأبي الركب وبحمى البلح)

نوع من الحميات الوافدة الممدية وتصيب الكبار والصغار حتى
الأطفال

ويعرف هذا المرض بالآلام في الظهر والمفاصل والركبتين وقد
شبهية الطعام وارتفاع درجة الحرارة ويظهر على الجلد طفح جلدي
أحمر يشبه طفح الحصبة ثم تزول الحمى وتعود بعد يومين أو ثلاثة
وهذا المرض من الامراض التي لا بد أن تقطع أدوارها رغما

من استعمال العلاج

المعالجة — قد يفيد فيها تعاطي مسهل ملحي مثل سلفات الصوديوم أو مياه معدنية مسهلة مثل فيلا كارا (Villa Cabras) وفي عدة فترات الحمي يعطى الكيبن بمقادير قليلة ويقع فيها الشروط الصحية السابقة في الحيات المذكورة كقول الصائين عن الامعاء وغير ذلك من الوسائط الصحية.

الالتهاب السحائي الحمي الشوكي

ويسمى بالحمي الدماغية النخاعية أو الحمي النخاعية

مرض شديد الخطير ينتشر بحالة وبائية غالبا

العلامات — يتبدى هذا المرض بالآلام في الرأس تمتد الى الجزء الخلفي من العنق وعلى مسير العمود الفقري والحمي في مبدأ الاصابة لا تكون شديدة ويعتري المريض غثيان وقئ ويتألم من الضغط على المعدة والبطن وفي معظم الاحيان يعتبره هذيان بحيث لا يمكنه الاجابة عما يوجه اليه من الاسئلة ويكثر حصوله مدة الليل واذا لم يحصل الهذيان يكون المريض في حالة رعب ويقبل سعه ويضعف بصره وتنقبض عضلات العنق والظهر وعضلات أخرى من الذراعين والساقين ويكون اللسان عريضا مرتجيا ويتكون

تحتى الشفتين والاسنان مادة وسخة سوداء ويظهر على سطح الجلد بقع
في الصدر والبطن وأسنانا لا تظهر في الاحوال الخطرة وهذا المرض
يصيب الاطفال كثيرا ويميتهم في الغالب

الوسائط العلاجية — عزل المصابين عن الاصحاء واستعمال
الحمامات الساخنة والحقن تحت الجلد بمصل مخصوص يسمى
(Sérum Antiméningococcique) بمسرفة الطبيب

الجدري

هو مرض معدٍ وبائي ينتقل بالعدوى بسهولة ويصيب أي
انسان مهما كانت سنه أو نوعه وينتقل من المصاب الى السليم في
دور النكس وان أصيب به شخص مرة فقد يصاب به مرة أخرى
ولكن هذا نادر وميكروبه مجهول الآن

علامات هذا المرض — لهذا المرض أربعة أدوار — الدور
الاول . يمتري المصاب فيه قشمية متكررة وارتفاع في الحرارة قد
تصل الى ٤٠ درجة وآلام في الرأس والظهر وفي مدة يومين تقريبا .
الدور الثاني علاماته ظهور حبيبات صفيرة حمراء على سطح
الجلد في الوجه واليدين والرأس والصدر والبطن والاطراف

وهي اما أن تكون خفيفة أو ثقيلة . الدور الثالث تلقيح تلك البثرات وترتفع الحمى وقد تمتد تلك البثرات للحلق والحنجرة والدور الرابع . تجف فيه البثرات وتنتشر

الوسائط الصحية الواقية — أهم طريقة للوقاية من الجدري التلقيح بالمادة الجدريه البقرية في كل سبع سنوات لان التطعيم بالمادة الجدريه البقرية مرة واحدة لا يكفي لحفظ الجسم من الاصابة بالجدري الطبيعي . وفي زمن انتشار هذا المرض يلزم أن يكون التطعيم دائما للعصير والكبير والذكور والاناث بدون مراعاة الزمن الذي مضى بعد التلقيح لان تكرار التلقيح بالمادة الجدريه البقرية يكون الانسان معه معامتنا آمنة من الاصابة بهذا المرض الثقيل المشوه للعنققة . ومن الوسائط الواقية عزل المريض عن السليم وتطهير منزله واتباع الأوامر الصحية بتامها

التلقيح بالمادة الجدريه البقرية — راجع صحيفة ٢١٤ من تأليفنا الاسعافات الطبية الجراحية والباطنية وصحيفة ١٤٣ من هذا الكتاب الاسعافات الطبية — هي وضع المريض في مكان مخصوص ذي حرارة معتدلة ويلزم أن تكون ملابسه من الاقمشة الخمره وان كان من الاغنياء تكون ستائر غرفته من القماش الاحمر وكذا التاموسية

وقد أشار الأقدمون بوضع ساتر على الوجه والأجزاء المكشوفة من الجسم لوقايتها من الضوء الذي ينمو به ميكروب هذا المرض فيضعف تأثيره كوضعهم الصفائح المعدنية المروقة عند العموم بالهرجان على الوجه . وذلك لان من وضعت لهم هذه الصفائح يكون بوجوههم أثر الالتحام الجذري خفيفا جداً غير ظاهر تقريباً بخلاف غيرهم فيكون أثر الالتحام فيه ظاهراً جداً مشوهاً للوجه . ومن البراهين على ذلك ان المصابين بالجذري يكون فيهم أثر الالتحام واضحاً في الاعضاء الممرضة للضوء كالوجه واليدين . وباقي الاعضاء المنظفة بالملابس يكون أثر الالتحام فيها خفيفاً جداً يكاد لا يكون له أثر

ومن الاسماجات الطيبة وضع قطرة في العين من محلول حمض البوريك لوقاية العين من بثرات الجذري ومداركة كل عرض يطرأ على المريض بما يلزم من العلاج كما صابته بالنزلة الشعبية بما يتراءى

للطبيب

الجدري

مرض خفيف الوطأة وعلاماته هي خفيفة وظهور بثور على الصدر والكتفين وهذه البثور تزول سريعاً وميكروب هذا المرض معدٍ جداً

الامعافات الطبية — ابقاء الاطفال في الفراش واعطائهم طعاماً خفيفاً وملاحظة امعائهم واتباع الاجراءت الصحية السابق ذكرها في مرض الجدري وانتداب الطبيب ليأمر بما يراه

الحصبة

مرض هي طفحي كثير الانتشار في الاطفال من سن ثلاث الى عشر سنوات ولا يصاب به الانسان عادة الا مرة واحدة غالباً وتقدر اصابته به مرة أخرى

علامات هذا المرض — حصول هي شديدة قد تصل الى ٤٠ درجة واحمرار الاعين وكثرة دمعها وعطاس مستمر ويعقب ذلك ظهور طفح أحمر خاص بهذا المرض في الوجه والصدر والبطن والاطراف ثم ينطفئ بدون أن يتقيح ومن مضاعفات هذا المرض السعال (التهاب شعبي) قد يمتد الى الرئة في بعض الاحيان

الوسائط الصحية الواقية والملاجية — عزل المصابين وتطهير
أمتعتهم ومنازلهم كسائر الأمراض المعدية واتباع كافة التعليمات
الصحية

الأسعافات الطبية — وضع المصاب في محل معتدل ومنجبه عن
الضوء وجعل سلابسه من القماش الأحمر كما ذكرنا في المصابين
بالجدري . والحكمة في ذلك انه قد ثبت الآن ان اللون الأحمر
أحد ألوان الطيف لا ينفذ في الأقمشة الحمراء وبسبب عدم نفوذه
يضعف ميكروب هذا المرض الذي يقوى بتأثير هذا اللون اذا نفذ
من الأقمشة الأخرى والفضل في ذلك للأقدمين الذين أرشدوا الى
ذلك . وغسل العين بمحلول مطهر كمحلول حمض البوريك أو
وضع الكحل المعروف لحفظ شعر الأهداب من السقوط وتغذية
المرضى بأغذية لبنية في مدة الحمى واستعمال المنقوعات المنفشة كمنقوع
البنفسج أو زهر الخطامية محلاة بالسكر مع معالجة المضاعفات بما
يلزم من العلاج الذي يأمر به الطبيب

القرمزية

مرض حمى مهدٍ وله ميكروب مخصوص ككسائر الأمراض

المعدية يصيب الأطفال والشباب والبالغين

علامات هذا المرض — حمى تصل الى ٤٠ درجة في بعض الأحيان

وتلون الجلد بلون محمر في الفخذين والساقين وبعض لطفح حمراء

عريضة بالبطن وتمسر في الأزدرد وظهور لطفح بيضاء على اللوزتين

والثة والشفتين في بعض الأحيان وهذه اللطفح تكون شبيهة بعلامات

الدفتريا حتى يخيل للرأي ان المريض مصاب بها

الوسائل الصحية الواقية — العزل والتطهير كسائر الأمراض

المعدية الأخرى وخصوصاً في المدارس والكتاتيب

الأسعافات الوقية — عزل المصاب في مكان مفرد واناطة تمر يرضه

بمرض مخصوص به كباقي الأمراض المعدية الأخرى واعطائه

سهلاً خفيفاً من المانيزيا أو زيت الخروع ووضع لبخ على العنق من

بذور الكتان وخرقة من عصير الليمون وانتداب الطبيب لمعالجته

بما يراه كاللحقن بالمصل المضاد للمفونة Surum antistropococcique

الدفتريا

مرض حمي عفن له ميكروب مخصوص ويصيب الانسان مهما
كانت سنه وتكثر اصابته للاطفال وقد يشترك ميكروب آخر عفن مع
ميكروب الدفتريا فيزيد خطر المرض

الوسائط الصحية الواقيه - العزل والتطهير كسائر الامراض
الاخرى الممنه وكافة التعالجات الصحية

علامات هذا المرض - اصابة الطنل بحمى وعسر الازدراد
وظهور نقط بيضا في اللوزتين والجزء الخافي من الحلق وتزداد هذه النقط
وتختلط ببعضها وتكون غشاء كاذبا يغطي اللوزتين تقريبا والجهة الخلفية
من الحلق وتحتقن المقدم تحت الفك ويكون الصوت أنفيا (صوت
الاخنف) واحتموا البول على زلال

الاسعافات الطبية --- مس الحلق بعصير الليمون كل ساعة
ووضع لبخ من بزر انكتان على العنق كل ثلاث ساعات مرة

والحقن بالمصل ضد الدفتريا Serum anti Dephterique

المقدار الشافي من ٤٠٠٠ وحده

المقدار الواقي من ١٠٠٠ وحده

بمعرفة الطبيب الذي يجب استدعاؤه في الحال

الحمرة

مرض جلدي عرض معدله له ميكروب مخصوص يسمى
(ستر بتموكوك) وينتقل هذا المرض من المصاب الى السليم اذا كان
في جلد السليم جرح كما انه يصيب المصابين بجروح بواسطة أدوات
الفيار غير المعقمة

الوسائط الصحية الواقية — نظافة الجروح مهما كانت ولا
يستعمل لها سوى الفيارات المعقمة حفظها من ميكروب الحمرة
وميكروب التيتانوس

علامات هذا المرض — الاحساس بقشعريرة توحى شديدة قد
تصل الى درجة ٤٠ مع قيء متواتر وآلام شديدة في الرأس وأكلان في
الجلد ثم ظهور طفح أحمر على سطح الجلد بشكل حبوب صغيرة تفرز
سوائلًا مصليًا ذا لون أصفر وقد يمتد هذا الطفح الى جزء عظيم من
سطح الجلد وقد لا يتعدى هذا المرض الوجه والرأس فينتفخ الوجه
وتظهر به الحبوب المذكورة

الاسمات الطيبة — استعمال مكدرات فاترة من محلول حمض
الفينيك ٣ في المائة على الجزء المصاب أو محلول تحت خلاص الرصاص

بمقدار خمسة في الالف وسهل من سلفات البودا والحقن تحت الجلد
يُعمل ضد العفونة يسمى Serum Antistropococcique مع عزل
المصاب واتخاذ الطرق الصحية المتبعة في سائر الامراض البغنة السابقة
وينتدب الطبيب ليحصل بما يراه مناسب الاعراض

الجمرة الخبيثة

مرض معدٍ يصيب الحيوانات والانسان وذكر عنه في الجزء
الثاني من التوراة في السورة التاسعة والآية العاشرة أنه الطاعون
السادس في مصر وفي الجزء الثالث من التوراة أن تقل العدوى في
هذا المرض ممكن بواسطة الملابس ووصفه هو يروس (Howerus)
بالوباء الذي أفتى عددا عظيما من الناس والحيوانات
وسماه أطباء العرب بالنار الفارسية وفي سنة ١٨٥٥ اُكتشف
بولندر الالماني (Pollender) جرثومة هذا المرض في الثيران وهو
يصيب جميع الحيوانات كالبقرة والغنم والماعز والخيل والبغال والحمير
والجمال ويصيب من الطيور الفراخ والاوز والحمام فقط والاسماك
والضفادع تقل العدوى أيضا

واكثر الناس اصابة به من لهم علاقة بالحيوانات مثل الجزارين
والدباغين والاطباء البيطرية والمزارعين وكلافي المواشي

علامات المرض في الانسان — اضطراب عام في الجسم وحى
وعرق وظهور دُمل كبير صلب شديد الالم لونه أحمر قائم مجلسه
العنق أو الظهر أو الايتان ثم يتهيج وتتمفن الانسجة تحته وقد يكون
مجلس الجمة في الامعاء بسبب أكل لحوم بعض الحيوانات المصابة به
ومدة تفريخ هذا المرض يومان أو ثلاثة

علامات المرض في الثيران — حى وسرعة في النبض واحتقان
في الاغشية المخاطية للفم والانف وتدمع ووقوف الشعر وقلة الغذاء
والاجترار وانتفاخ البطن وتدم البول وتظهر الجمرات وتنتشر في
جميع الجسم كالرأس والصدر والبطن والشدى ولونها إما أن يكون
أزرق مسودا أو أحمر غامقا وتنتشر في اللسان أيضا وفي الحلق
ويتعذر الازدراد

الوسائط الصحية الواقية — يستعمل الحقن بمصل مخصوص
ضد الانتراكس أي الجمة بمعرفة الطبيب وكى الجمرات بالحديد
الحمي وغسائها بالمطهرات كحمض الفينيك أو الكريولين وعزل المريض
عن الاصحاء وتطهير المنازل والاسطبلات واحراق المواشي بعد

موتها وتجهيف المستنقعات وتطهير الآبار ونظافة الغذاء والماء
وابلاغ الادارة الصحية للناس بما تراه

الحمى الصفراوية

مرض حمي وبائي في بعض (الاحيان)

العلامات — يتبدئ هذا المرض بقشعريرة وحمى ويتغطى
اللسان بطبقة وسخة ويحدث عادة غثيان وقيء وألم في المعدة وآلام
شديدة في الرأس واحمرار في العينين وتدمع وامسك ويحصل أحياناً
هذيان في الاحوال الثقيلة وتستمر الحمى وأعراضها بضع ساعات
أو يومين أو ثلاثة ثم تخط الأعراض ويصفر الجلد اصفراراً زائداً
ومن أعراض هذا المرض المميزة له القيء الاسود الذي يحدث
في جميع الاحوال سواء كانت خفيفة أو ثقيلة ومواد هذا القيء هي
دم يصل الى المعدة ويتغير لونه بالمصارة المعدية ويحصل القيء بهذه
الكيفية في الدور الاخير لهذا المرض وتكون مواد البراز كمواد القيء
شبيهة بالقطران وكذلك البول يكون ملوناً أيضاً

ومن الغريب أن هذا المرض تكون الاصابة به خفيفة ثم يموت

المصاب بفترة وربما كان ذلك حال أدائه أعماله الى ما قبل الوفاة
ببضع ساعات

المعالجة - يتبع في هذا المرض الوسائط الصحية المتبعة في
الامراض الحمية العفنة السابق ذكرها واتداب الطبيب ليأمر بما يراه

الحمى المالطية

(وتعرف بحمى البحر الابيض المتوسط)

مرض حمى عفن كالمالاريا ولها ميكروب مخصوص وقيل انها
تنتقل للانسان بواسطة ابن المم

العلامات - انحطاط في الجسم وارتفاع درجة الحرارة ثم
تحسن أعراضها وتعود وتستمر مع المصاب مدة من الزمن

الوسائط الوقاية والعلاجية - قيل ان هذا المرض أصيب به
كثيرون ببور سعيد وتناقص جدا بدمج المم المسبب لهذا المرض

ويفيد في معالجته تماطلي كلور ايدرات الكينين حقمنا في المضلات
بمعرفة الطبيب

الكلب

مرض يصيب الانسان بعدوى من حيوان مصاب به

وهذا المرض خاص بالحيوانات التي هي من فصيلة الكلاب
مثل الذئب . والثعلب . أما الحيوانات الأخرى مثل الخيل والحمار .
والقروء . والبغال . والمعز . والغنم . وبعض الطيور مثل الدجاج .
والحمام . والخزال . والفيرن . والأرانب . والقطط . فتصاب غالباً
بعدوى من حيوانات أخرى مصابة به

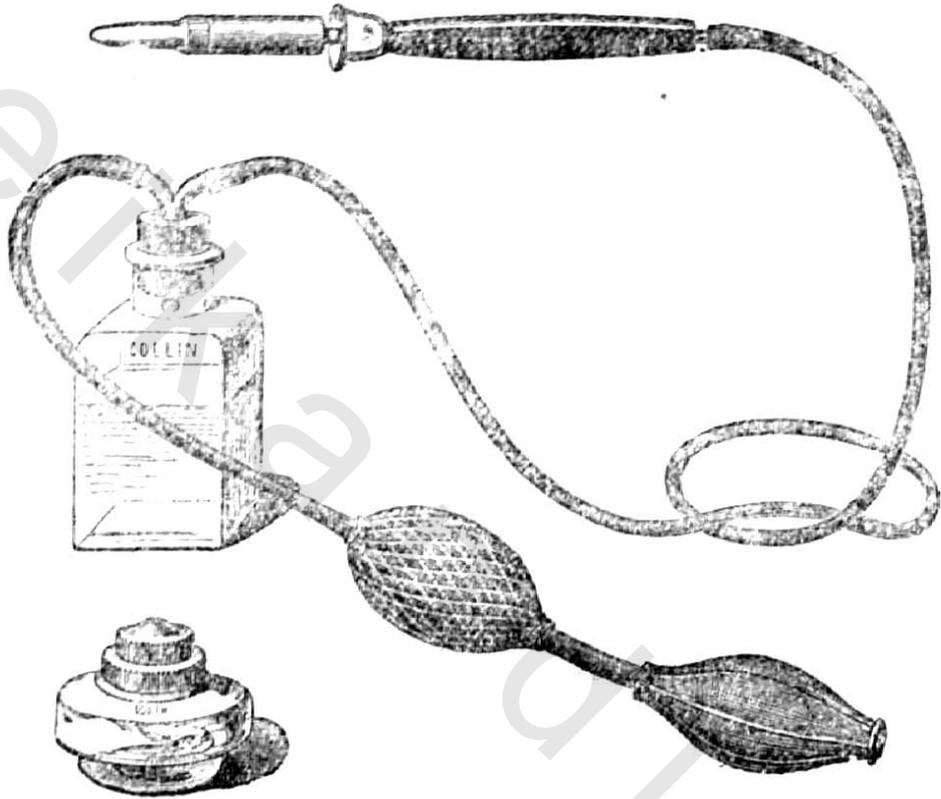
وهذا المرض كان منتشرًا في جميع أنحاء العالم من زمن ويكاد
أن يهدم من بلاد الانجليز وذلك بطريق الاحتياط الذي سلكوه في
مسئلة دخول الكلاب الاجنبية فانهم يحتمون على كل سائح أو غريب
يدخل انجلترا ومعه كلب أن يبقى هذا الكلب تحت الحجر الصحي
والملاحظة مدة ستة أشهر . وسبب هذا المرض عضه حيوان مصاب
بهذا المرض ونفوذ لعابه من الجرح الى الدم الا انه لا يظهر في
كل من بعض بل قد يسلم المعضوض اما لان الاماب يذهب في
الثياب أو الشعر أو لسبب آخر . وزمن تفرخ هذا المرض أي الوقت
الذي يمضي من ابتداء الاصابة لغاية ظهور الاعراض يكون ٢٥ يوما

الى ٤٠ يوماً وقد يمتد التفريخ الى سنتين ولكن هذا نادر وفي هذا الزمن لا يحس المريض بهوارض شديدة فقط بل بأكلان في الجرح ومتى تمت ولادة التفريخ تظهر الاعراض الآتية

علامات المرض في الانسان المصاب بالكلب — ارتفاع درجة الحرارة وصعوبة في الازدرات وضيق في التنفس وعسر في شرب الماء والخوف منه مع اشتداد الظمأ وبحة في الصوت وحصول نوب تشنجية اذا سمع المريض اسم الماء أو رآه على بعد ثم تزداد الاعراض حينئذ بشال في القلب ويموت المصاب

علامات مرض الكلب — فقد شبيهة الأكل واحمرار العينين وكثرة الدموع وأكل القش والورق وحك الانف بالحائط أو بأي جسم بارز وبحة الصوت ووقوف الشمر والهجوم على الاولاد وغيرهم ممن كان يألفهم المريض من قبل وسيلان اللهاب من الفم وعدم الخوف من الماء كالمجنون وعلق الماء وخروجه من الفم بدون أن يبلمه المعالجة — تطهير جرح الحيوان المصاب تطهيراً جيداً باحد المطهرات الكيماوية ثم كي الجرح حالاً بالحديد المحمي بالنار بواسطة الترمو كثير بمعرفة الطبيب

شكل (٣٧) الترموكتير



والحقن بالمصل ضد الكلب بمعرفة الطبيب الاختصاصي ويحتمس
من تأخير علاج المصاب لانه بعد ظهور الأعراض عليه لا يفيد

العلاج

الاحتياطات التي يجب اتخاذها في أحوال الكلب — راجع

الامر العالي الصادر في ٢٢ يونيو سنة ١٩٠٥

الجُدَام

مرض من أخطر الأمراض يعيش من يصاب به مدة سنين
في حالة قدرة مشوهة الخلقة . وقيل ان مدوى هذا المرض تنتقل
بواسطة البق

العلامات - يتدنى هذا المرض بخدر في أطراف أصابع
اليدين والقدمين وأمان في الجلد وتغيير في السحنة ويضعف الحس في
الوجه وأناهل الأصابع ثم بعد ذلك تظهر جملة تدرجات بالوجه وتقرح
الأصابع فينبعث منها رائحة كريهة ثم تسقط أطرافها

الوسائل الوقائية - عزل المريض عن الأصحاء باستناتات
مخصوصة واستعمال المعالجة القوية في ابتداء المرض كالمركبات
الزئبقية والحقن في المضلات بزيت شولنجيرا بمعرفة الطبيب

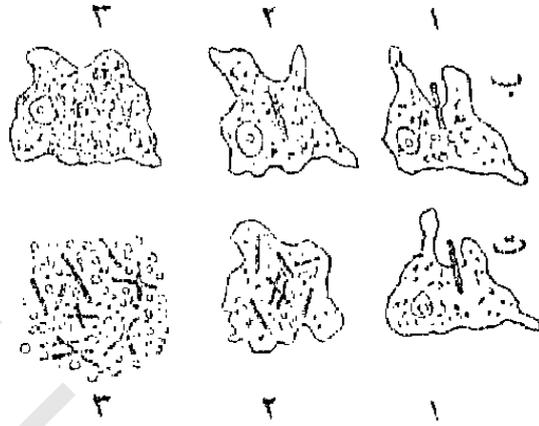
السل الرئوي

مرض معد له ميكروب مخصوص يسمى باشاس كوخ وينتقل
بالمدوى من المريض الى السليم بواسطة البصاق وافرازات الفم
والأنف ويكثر في البلاد الباردة وميكروبه على هيئة عصي طويلة

العلاجات — لهذا المرض ثلاثة أدوار . ففي الدور الأول يصاب المريض بسعال جاف يكثر في الصباح وتعب سريع عند الحركة ثم يقب ذلك نفض مادة مخاطية ربما خالطها قليل من الدم وسرعة في النبض وارتفاع الحرارة عند المساء وقد تستمر هذه الأعراض في هذا الدور عدة أسابيع أو شهور أو سنين . وفي الدور الثاني يبدئ السعال ويكثر النفض ويصفر لونه ويسير على هيئة كتل تطفو على سطح الماء تكون مخططة أحيانا بالدم وتستمر إلى . وفي بعض الأحيان يحصل نزيف رئوي عميق السعال وعرق غزير وهزال وضعف . وفي الدور الثالث تكون بورات أي كهوف في تجويف الرئة بها مواد قيحية واسهال وخفوت في الصوت

وعندئذ هذا المرض بحسب الاستعداد الشخصي ففي كانت قوة الدفاع في الانسان متوفرة لا يتمكن منه المرض ويشفى منه كما في التفسير الآتي

شكل (٣٨) ميكروب السل في ستة أحوال *



١ شكل ب يدل على وصول ميكروب السل الى جسم الانسان في شكل
٢ نمره ١ من صف ب هيئة ابتداء وصول الميكروب الى جسم الانسان وفي نمره ٢
هيئة عمراك الكرات البيضاء وهطاريتها للميكروب ونمره ٣ يدل على فناء
الميكروب بتغلب الكرات البيضاء عليه

وفي الصف الرموز له بحرف ت . . في نمره ١ منه كيفية وصول الميكروب
الى جسم الانسان وحصول الدفاع من الكرات البيضاء وفي نمره ٢ تغلب
الميكروب على الكرات البيضاء واضافها وفي نمره ٣ انتشار الميكروب بشكل
يدل على تمكن المرض في جسم الانسان بفناء الكرات البيضاء

يفتج من ذلك أن الإصابة بالسل ليست قاضية على حياة
المريض اذ بقوة جسمه التي تبني عليها قوة الكرات البيضاء تغلب
تلك الكرات على الميكروب وتبيده فيشفى المريض وحينئذ فلا ينبغي
اليأس من الشفاء

الوسائط الصحية والمعالجة — هذا المرض كثيراً ما يكون
وراثياً . وأهم ما يلزم الوالدين والأوصياء تربية أولادهم المرضى لهذا

المرض على أتم ما يكون من القواعد الصعبة السابق الكلام عليها
فيجيدون غذاهم ويندثرونهم بالملايس الملائمة للفصول ويروضونهم
ويجنبونهم الرطوبة وكل ما يخل بنظام الميثة . والخاصة ان هذا
المرض تنحصر معالجته في الوسائط الآتية :

غذاء جيد . اقامة في جهات جافة . منزل صحي . ملايس
نظيفة . راحة تامة . اجتناب كل ما يتعب الجسم . مداركة كل
عرض يطرأ بما يلزم من العلاج بواسطة الطبيب
والادوية المستعملة في هذا المرض كثيرة

ففي الدور الأول تستعمل المقويات مثل محلول كيبيل المحتوي على
زيت السمك (Solution Kibler) والهيستوجينول (Histogenol)
والمركبات الزرنيخية من الباطن أو حقناً تحت الجلد بمعرفة الطبيب
وفي الدور الثاني يستعمل الكاناليزين لتخفيف السعال (Katalysine)
ويقاوم باقي الاعراض بما يتراءى للطبيب كقاوية الحمى باستعمال
أقراص الكريوجينين والاسهال بتماطي قشطة البزموت ومقادير
الادوية المجيزة المذكورة مكتوبة على غلافاتها

التهاب الغدة النكفية

(مرض معدٍ يصيب الأولاد والبالغين أحيانا)

علامات المرض — يتبدى بحصى خفيفة وورم صلب موزن في
مقدم وأسفل الأذن يستمر نحو أربعة أو خمسة أيام ثم يزول بالتدريج
ويذكر أن ينقيح وقد يصيب الجهتين معا
العلاج والوسائط الصحية — عزل المريض عن الأصحاء
خصوصا في محلات الاجتماعات كالمدارس واستعمال الدهان المحلل
للورم وابتخ من بذر الكتان والمسيلات الخفيفة وانتداب الطبيب
ليأمر بما يراه

السعال الديكي

راجع صحيفة ١٥٣ من هذا الكتاب

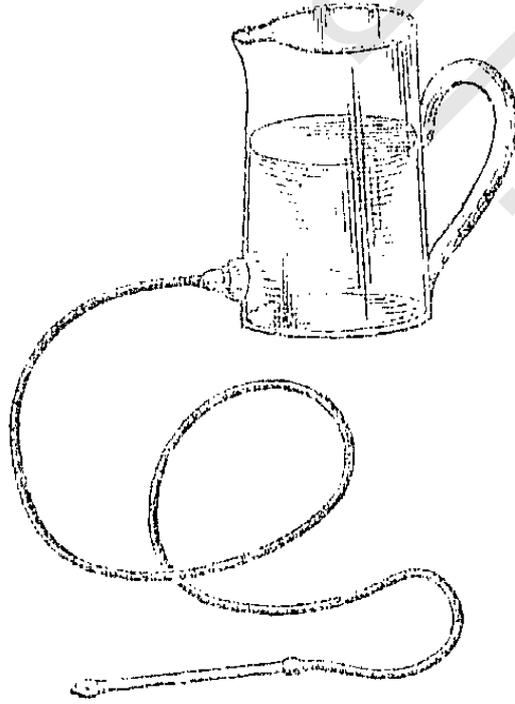
حمى النفاس

مرض شديد العدوى والخطار وهو نتيجة امتصاص مواد عفنة
من باطن الرحم وتسمم الدم بها تصيب بعض السيدات عقب الولادة
علامات هذا المرض — ارتفاع درجة الحرارة الى ٤٠ في

بعض الأحيان ووصول النبض الى ١٢٠ وانحطاط القوى والاحساس بالام في قسم البطن وعسر في التنفس ويكون اللسان مغطى بطبقة بيضاء والافراز الرحي يكون قليلا ذا رائحة كريهة وينقل هذا المرض من والدة الى أخرى بواسطة القابلات

الوسائط العلاجية الوقائية — تعطى الوالدة مسهلا من زيت الخروع اذا حدث عندها امساك أو تستعمل لها حقنة شرجية بماء معقم فأنه يجدد هواء الغرفة ويستدعى الطبيب في الليل لعمل الحقن بالاصل ضد العقونة و باقي المعالجات الأخرى Surum antistropococcique

شكل (٣٩) حقنة شرجية (Erryature)



تستعمل هذه الحقنة عند الحاجة الضرورية اليها كالحالة المذكورة وأشباهاها

حمى الملاريا

مرض يصاب به الانسان بتلقيح حيوانات دنيئة لا بالهواء ولا بالنباتات كما كان يعتقد قديماً وتعرف هذه الحيوانات (بالبلازموديوم) (Plasmodium) والحيوان المذكور المسبب للمرض على ثلاثة أنواع كل منها ينشأ عنه نوع خاص من المرض

النوع الاول يسمى بلازموديوم فيفاكس (Plasmodium-Véax) وتنشأ عنه الحمى الثلاثية أي أن دور المرض يأتي للمصاب كل ٤٨ ساعة النوع الثاني بلازموديوم مالاري (Plasmodium-Malaria) وتنشأ عنه الحمى الرباعية أي أن دور المرض يأتي للمصاب كل ٧٢ ساعة

النوع الثالث بلازموديوم فالسيباروم (Plasmodium-Falciparum) وينشأ عنه الحمى المستديمة يوميا في وقت مخصوص أو تستمر الاعراض طول الوقت

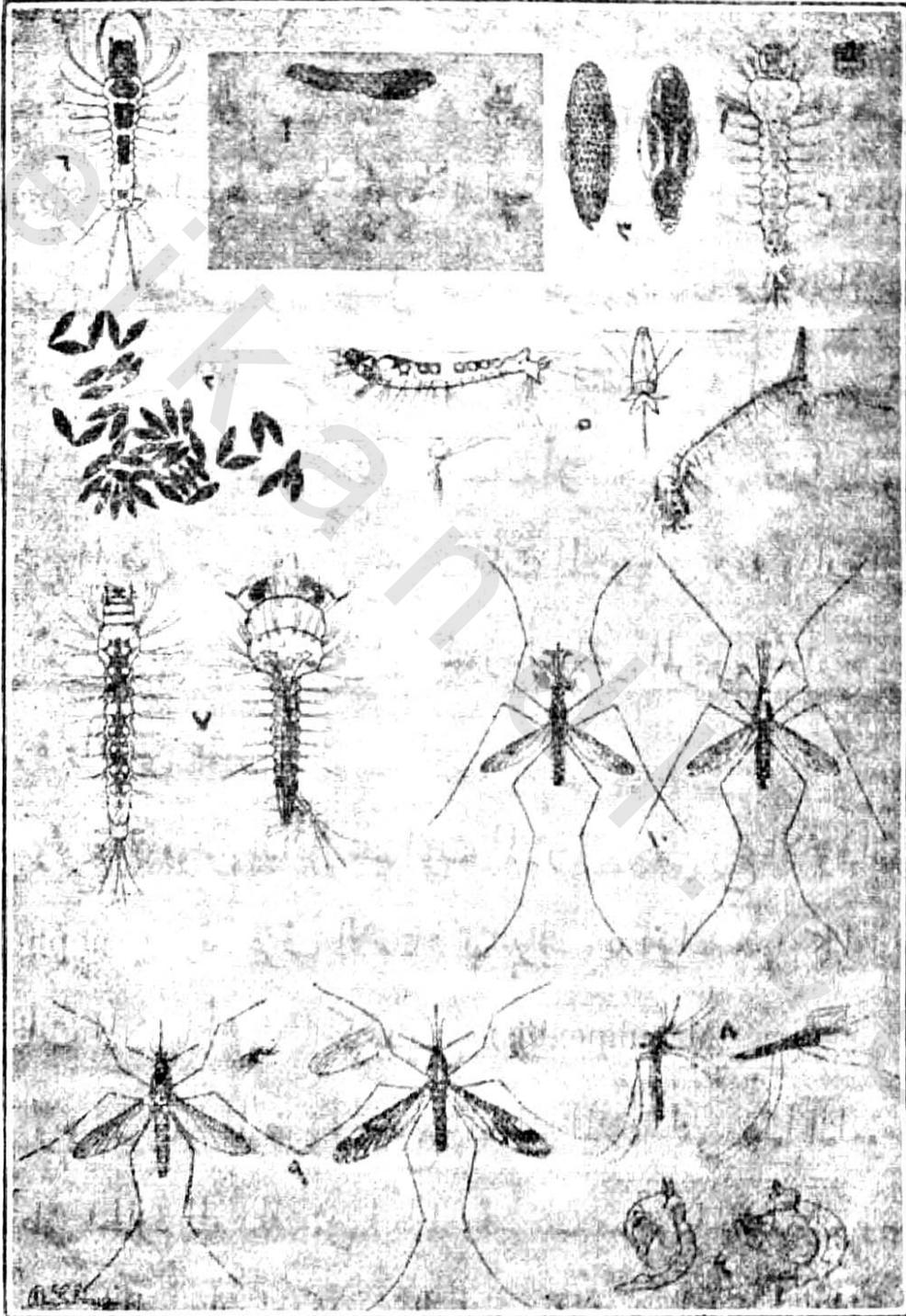
وهذه الانواع الثلاثة من الحيوانات المذكورة تصل الى جسم بعض الحيوانات الدموية التي تعيش في المستنقعات والبرك الصغيرة والكبيرة بواسطة غذائها فتصل الى دمها فيصاب بهذا المرض الضفادع وغيرها وقد شاهد السير لانكستر حيوانات الملاريا في دم الضفادع

في سنة ١٨٧١ وذلك انه اذا أتى بعض الناموس المتخاص بنقل الملاريا (وسياتي الكلام عليه) لامتصاص بعض الدم من تلك الحيوانات المريضة يدخل حيوان الملاريا ضمن الدم الى الجهاز الهضمي للناموس ومنه الى غده المفرزة اللعابية الموجودة على جانبي الجزء الامامي من الصدر والتي تتصل بقاعدة خرطومها فاذا صادفه انسان أو حيوان وانفذ خرطومها لمص دمه ليتغذى به لتقحه بهذه الحيوانات المعدية فيصير هذا الانسان أو الحيوان مستعدا لظهور أعراض المرض بعد زمن تفرخ حيوانات الملاريا في دمه والمدة التي تمضي من وقت التلقيح الى ظهور أعراض المرض تتراوح بين العشرة والاثنى عشر يوما

ونوع الناموس الناقل لحيوانات الملاريا هو من نوع الانوفيليس (Anopheles) وقد عرف الاستاذ تيم بولد ٥٠٠ انواعا منها كلها نقالة لحيوانات الملاريا أهمها الماكولينييس (Maculipennis)

ويوجد هذا المرض في جميع المناطق الملائمة لنمو هذا الناموس كالناطق الحارة المعتدلة مثل ايطاليا وفرنسا كان موجودا بانجلترا ويوجد قليلا بمصر والسودان والكنجور والسفغال والهند وجاوا والجزر الهندية الشرقية والعربية وأغلب جزر المحيط الهادي

شكل (٤٠) الناموس العادي وناموس حمى الملاريا وأشكاله •



انظر تفسير هذا الشكل في الصحيفة التالية

١٠ (١) بين الناموس وعمومه في الماء (٢) بين ناموس الحى الربامية
الملاوية أي التي تظهر أعراضها كل أربعة أيام (٣) بيضة مكبرة كثيراً من عندنا
البيضاء تظهر من وجهها (٤) عوم الناموس في حالة الترتقة اليمنى لناموس الحى
واليسرى للناموس الاعتيادي (٥) اليمنى عومة الاعتيادي وهي تنفس واليسرى
عومة ناموس الحى لاحقة بسطح الماء (٦) اليسرى عومة ناموس الحى حال
ظورها من اليمنى واليسرى بعد ما تنور (٧) عومة الناموس العادي الى اليمنى
وعومة ناموس الحى الى اليسار (٨) شكل الناموس في وقوفه فالتى عن يمين
الرقم ناموسة الحى والتي عن يساره ناموسة عادية (٩) التي عن يمين الرقم ناموسة
الحى وهي مبرقشة الجناحين وقرناها الاذنان حول خرطومها طرفان والتي الى
اليسار ناموسة عادية وقرناها قديمان (١٠) ناموسة الحى الاثني عن يمين الرقم
والذكر عن يساره

علامات مرض حى المذريابا - اساس المرض بعض علامات فحاني
في جميع الجسم بعد صحة تامة ثم يشترى برودة في الجزء الخلفي من
الظهر حتى تنتشر في جميع الجسم وتصل درجة البرودة الى ارجلها
واصططكك الاسنان يصير لون الوجه باهلا ذلك اصغر وشهور كدم أم من
الأبجان أزرق اللون وتبيض الأصابع والأطراف وتزرق الأنفاس
ويكون النبض خفيفا أو متواترا أحيانا ويكبر الطحال ويكون البول
رائقا مائيا وترتفع درجة الحرارة فجأة في الحالة الطبيعية الى ٤٠ متبجرداد
وبعد ذلك يحس المريض بضآ شأ يده ويحمر لون الجسم بهد

اصفراره ويحمر البول أيضا ، وبعد زوال دور المرض يحس المريض
بالخبطاء في الجسم ويفاجئ التورم وعند استيقاظه يشعر بصحة في
الجسم وتمود الحرارة الى الدرجة المتأدة أو أقل

أما الطحال فيستمر على احتقانه ويكون البول حافظا لصفاته

الوسائط الواقية من هذا المرض — ردم البرك والمستنقعات
أو حصب الجاز على سطحها وفي البالوعات والمراحيض في المنازل لأن
ذلك يبيد بيض التاموس الناقل لهذا المرض ولا يقتصر على هذا
العمل في بيت واحد بل تكون هذه الاجراءات الصحية في جميع
بيوت المدينة

العلاج — تعاطي الكينين من الباطن بمعرفة الطبيب أو حبوب
الايذوفيل (Esanofelè) فيعطى منها للكبار ٦ في اليوم ويفضل
استعمال دواء حديث يسمى بام — الا Pam-Ala فيستعمل بنجاح
عظيم ضد الماريا فقد يفيد أيضا في الحمى المتقطعة والحمى الراجعة
وجميع أنواع الحميات على العموم ويفضل على الكينا في أحوال الماريا
الحادة يؤخذ مقدار ملعقة شورية من هذا الدواء في نصف كوب
ماء ثلاث مرات في اليوم ويعطى قبل نوبة الحمى بساعة

ويستعمل أيضا في الرقاية من هذا المرض مقدار ملعقة شورية
في قليل من الماء مرتين أو ثلاثا في الاسبوع
وكان قديما يستعمل منقوع ورق شجر الصنم صاف في هذا المرض

مرض النوم

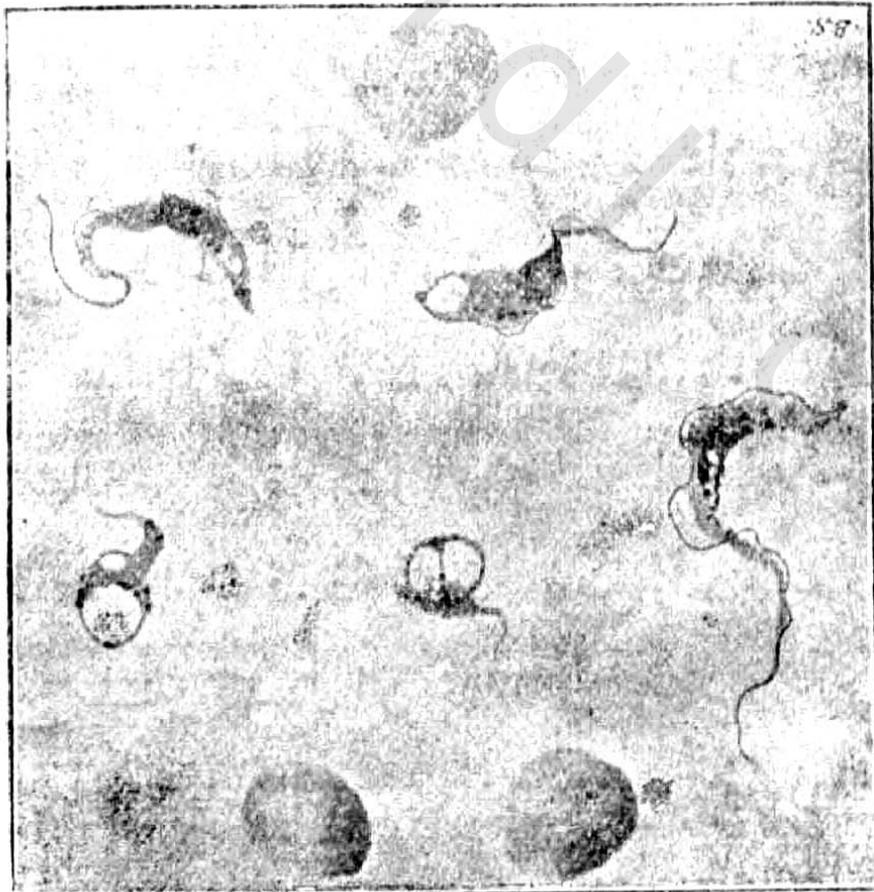
تسمية هذا المرض بمرض النوم توهم السامع غير الواقع فان النوم
لا يعترى المريض الا عند آخر درجة من درجات المرض وقد لا يعتريه
مطلقا بل يصاب بتكدر في قواه العقلية بدلا من النوم
وأهم أعراض هذا المرض ضخامة الغدد الليمفاوية وخصوفا
العنقية منها في أوائله. أما درجة الحرارة فتتفاوت فجأة وتعود فتهبط
وهكذا حتى تهبط أخيرا الى ٩٢ فارنهایت ويموت المريض
انتشر هذا المرض في أوغنده والبلاد المجاورة لها الواقعة على
الضفاف الشمالية من بحيرة فيكتوريا نيانزا .

ثم ان علماء العرب قد ذكروا هذا المرض وأثبتوا وجوده منذ
مئات من السنين فقد قال ابن خلدون في تاريخه عند ذكر ملوك
السودان ان الملك جاطه الذي كان تجار مصر يترددون الى بلده
اصابه مرض سلة النوم وهو مرض كثيرا ما يطرق أهل ذلك

الاقليم وخصوصا الرؤساء منهم يغشاه النوم عامة أزماته حتى يكاد لا يفيق ولا يستيقظ لا في القليل من أوقاته فيضر صاحبه ويتصل سقمه بالهلاك ودامت هذه العلة بالملك جاطه مدة عامين وهلك سنة ٧٧٥ وهذا نص صريح في ان مرض النوم كان معروفا عند العرب منذ ٥٥٠ سنة وان العرب سموه علة النوم وكان منتشرا حيث هو منتشر الآن

وسبب هذا المرض ميكروب مخصوص يشبه العوم

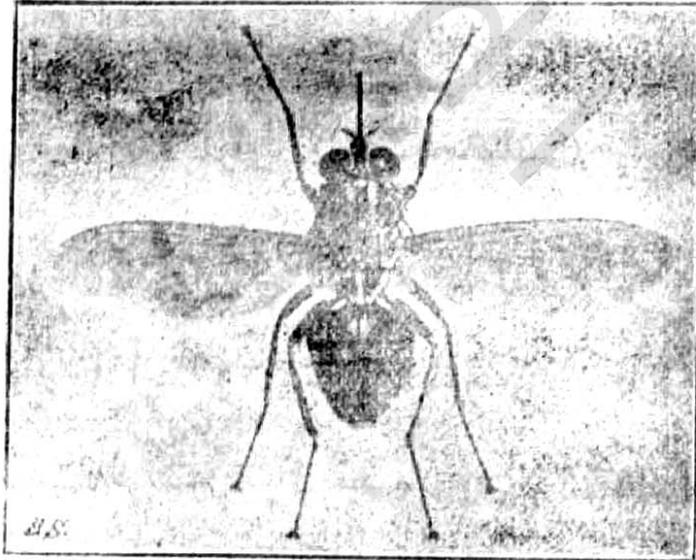
شكل (٤١) ميكروب مرض النوم



وثبت ان الاطباء المشتغلين بدرس هذا المرض لقحوا قروداً
من دم المصابين به هذا الميكروب فأصابت بمرض النوم وان هذا
المرض علة من علل الجهاز الليفناوي في الجسم

وقيل ان الواسطة في انتقال هذا المرض من شخص الى آخر
ذبابة من الذباب المعروف بالـ ^{تسي تسي} ~~بالتستس~~ وهذا الذباب أنواع منها نوع
يلسع الدواب والمواشي فيقتلها وهو غير ذباب مرض النوم يشبه
ذباب البيوت

شكل (٤٢) ذباب مرض النوم



وقيل ان معظم لسع هذا الذباب يكون نهاراً حيث يجول
الناس للبيع والشراء ومزاولة الاعمال

وقد ربي الباحثون عن هذا المرض ذبابة من هذا النوع وجربوا
تأثير لسهها للقروء بعد امتصاصها دم المرضى من البشر فأصيب القرد
بالمرض بعد ذلك بست ساعات أو ٢٢ ساعة أو ٢٨ ساعة ولا يعدي
الانسان به غير القرد من أنواع الحيوانات
أما علاج هذا المرض فقال الدكتور سنفنس انه لا علاج له
وقيل ان اطباء جربوا علاج (دواء ٦٠٦) فأفادوا اكتشافا حديثا
مصلا يداوى به هذا المرض وقانا الله شره
وقد اسنحسنا شرح هذا المرض وتاريخه ليحيط القارئ علما
به ونرجو أن لا يصل الينا بفضل الاحتياطات الصحية

كالا ازار (GALA-AZAR)

مرض معد اكتشفه لافيران (Laveran) في تونس في ٢٣ مارس
سنة ١٩٠٤ ويوجد أيضا في المنطقة الشمالية من قارة أفريقيا وفي
السنة نفسها أثبت الدكتور شيفلد نيف (Cheffield Neave) وجوده
في السودان المصري ويعرف هذا المرض في الصين والهند بحمي
دم دم وقد تصاب بهذا المرض الكلاب أيضا كما قال الدكتور

والواسطة في نقل هذا المرض للانسان نوع من القمل يسمى
(Cimex lectularins) ونوع آخر من القمل يعرف باسم
(Cimex ratundatus) وجد في بور سودان وسواكن

علامات هذا المرض — حتى مستديمة تستمر غالباً عدة أشهر
ينشأ عنها ضخامة الطحال وانكبد واضمحلال الجسم وتورم في الساقين
والقدمين ويظهر بالوجه نقط سوداء . وخطر هذا المرض أشد من
حمى الملاريا وقد يسبق الحمى في بعض الاحيان في واحساس
المريض بالآلام الروماتيزم وصبوورة لون الجلد مصفرا وجفاف الشعر
وسقوطه وقد يتضاعف هذا المرض بالدوسنطاريا واذا بحث دم
المصابين به تشاهد فيه حيوانات وقد اكتشفها ليشمان (Leishman)
وسميت باسمه وتعرف باسم (Herpotomonas-Donavani)

ومن مضاعفات هذا المرض أيضا اصابة المريض به بنقرحات
في الامعاء الدقيقة وفي الجزء الابتدائي من القولون

الوسائط الصحية والملاج — أهم هذه الوسائط عزل المريض
عن الاصحاء ونظافة الفراش . والأوفق حرقها واستبدالها بغيرها
وغلي ملابسها وتطهير غرفته بعد شفائه لقتل الحشرات التي بها كالقمل
الذي ينقل العدوى وغير ذلك وانتداب الطبيب ليأمر بما يراه

واشياء الادارة الصحية لتتخذ اجراءات

قانون الاحتياطات الصحية

للقاية من الأمراض المعدية وبما كلف من جهل في التبليغ عنها

إذا أصيب شخص أو انتبه في اصابته باحد الامراض المعدية المبيته بهذا القانون وجب ان يبلغ عنه في مدة ٢٤ ساعة مكتب الصحة في المدن والسمدة في النواحي . والمكانوز بالتبليغ هم العلييب القائم بملاج المريض . مستأجر أو صاحب المحل المتيم بالفرقة أو المسكن الذي حدثت فيه الاصابة سواء كان فندقاً أو خاناً أو منزلاً عمومياً أو أي محل آخر من هذا القبيل والقائم بشؤون المحل أو بادارته هو المكلف بالتبليغ وكذلك نظار المدارس سكانون بالتبليغ من الاصابات التي تحدث في المدرسة للتلاميذ أو المستخدمين.

وإذا أصيب الشخص المكلف بالتبليغ باحد الامراض المذكورة أو كان صاحب أو مستأجر المحل نائباً أصبح الاشخاص الذين يولون المريض هم المكلفون بالتبليغ وإذا أصيب أحد تلاميذ مدرسة بمرض معد وجب على الناظر أو المدرس ابعاده في الحال عن المدرسة ومنه غيره من الاشخاص التيمين مع من الحضور اليها الى أن يزول خطر انتشار العدوى وفي حالة انتشار المرض انتشاراً وبائياً يجب على كل ناظر مدرسة أن يمد دقراً لقيد حضور التلاميذ في كل يوم للمدرسة وأن يقدم هذا الدقتر للادارة الصحية كما طلبت منه ذلك

وكل مخالفة لحكم من الاحكام السابقة أو لما تقره الادارة الصحية تنفيذاً لهذا القانون يعاقب مرتكبها بغرامة لا تزيد عن مائة قرش ولا يجوز الصلح

راجع الديكرتو الصادر في ١٢ يونيو سنة ١٩١٢ المدرج بالوقائع الرسمية نمرة ٧٠ بتاريخ ١٥ يونيو سنة ١٩١٢ وبه جدول الامراض المعدية الواجب الاخبار عنها وراجع أحكام الامر المالي للصادرة بتاريخ ٢٧ مايو سنة ١٨٩٩ موافق ٢٧ محرم سنة ١٣١٢ بخصوص السكوليرا والطاعون

الباب السادس

الاسعافات الطبية

الاسعافات الطبية هي الوسائط التي تعمل لتخفيف آلام المصاب ووقايته من الخطر . مثال ذلك شخص أصيب بجرح بضربة آلة معادة كسكين أو مقذوف ناري من يد نفسه أو يد أجنبية ونشأ عن هذا الجرح نزيف موي فإن ترك هذا الجرح بدون اسعاف يميت المصاب بالتزيف بخلاف ما اذا اسعف بالملاج في الحال فإنه يخفف آلامه ويقف نزيفه ويحفظ الجرح من تعرضه للميكروبات التي تضره وبذلك يكون المصاب قادراً على التكلم والإرشاد الى ما حصل له . وكشخص أصيب بحرق أو بتسمم من تعاطيه مواد سامة فلا يجوز ترك هذه الاصابات حتى يحضر الطبيب بل يلزم اسعافها بالملاج لان الانتظار في مثل هذه الأحوال قد يكون سبباً لموت المصاب .

والأمثال في هذا الموضوع عديدة . والخلاصة ان عوارض الامراض
الوقعية التي تحتاج الاسماء خصوصا في الاوقات التي لا يتيسر فيها
استشارة الطبيب كثيرة فيتحتم على كل فرد معرفة الاسماء الطبية
التي سيأتي الكلام عليها

الفصل الاول

الرض

هو عبارة عن تصادم الجسم بالاجسام الصلبة الكالة كقطع
الاحجار أو الاخشاب أو الضرب بالعصي وغير ذلك فينشأ عنه تمزق
الانسجة تحت الجلد وسيلان الدم وانتشاره في خلايا الانسجة المصابة
أو تجمعها في بورة مركزية

فان كانت الاصابة قاصرة على الجلد نوتد بلون أحمر مزرق
في الحال ثم يصير أخضر رصاصيا ثم بنفسجيا ثم يصفر ويبهت شيئا
فشيئا . وقد يقع الرض على جدر البطن فنتمزق الاحشاء ويموت
المصاب بدون ظهور علامات في الجلد تدل عليه لرخاوة البطن

الاسعافات الطبية — يوضع على العضو المصاب مكدمات بماء معقم بارد أو مكدمات ساخنة وهي أفيد من محلول تحت خلات الرصاص بنسبة ٥ جرام في الالف بمعرفة الطبيب وراحة العضو من الحركة

الفصل الثاني

الجروح

الجروح — هي تفرق اتصال في الجلد أو فيه وفي الاجزاء الرخوة تحته وتسمى بأسماء مختلفة بحسب السبب الذي نتجت عنه وهي الجروح القطعية — تحدث من الآلات القاطعة الحادة كالسكين أو السيف أو الموسيقى وما يماثلها الجروح النارية — تحدث من اطلاق آلة نارية كطبنجة أو بندقية أو ريقولقر مملوءة بالبارود والرش أو بالبارود والرصاص أو بالبارود والحشار أو بالبارود وأجسام أخرى كالزلط من يد الشخص نفسه أو من يد أجنبية

والمقذوف الناري أما أن يخرج من العنبر المصاب فيحدث
فتحتين دخولا وخروجاً أو فتحة دخول واحدة فقط
الجروح الرضية — تحدث من مصادمة الأجسام الصلبة كتقطع
الأخشاب أو الأسمجار أو المعني
الجروح الوخزية تحدث من الآلات اليدوية الحادة كالشيش
أو المسامير أو السكاكين ذات اتصال الرفيع أو ما يماثلها
الجروح العنسية — تحدث من بعض أسنان إنسان أو حيوان
الجروح النزعية — تحدث من الآلات الميكانيكية كاصابات
الوابورات والعربات والآتومييلات وما يماثل ذلك
والجروح المذكورة إما أن تكون مصحوبة بنزيف أي سيلان
الدم منها أو كسور في العظام أو غير مصحوبة بهما

الفصل الثالث

النزيف

هو خروج الدم من الجسم بسبب تمزق الأوعية وهو إما شرياني . أو وريدي . أو شعري

النزيف الشرياني — ينشأ عن قطع الشرايين فيكون الدم فيه ذا لون أحمر خارجاً من الجرح على هيئة سائل فضيل مستمر مع وثبات مرافقة لضربات القلب

النزيف الوريدي — ينشأ عن قطع الأوردة ويكون الدم فيه ذا لون أحمر مسود وخارجاً من الجرح على هيئة سائل رقيق بدون تقطع

النزيف الشعري — يعرف بسيلان الدم من جميع سطح الجرح على هيئة نقط أو سائل دقيق جداً ويكون الدم فيه أكثر احمراراً من الدم الوريدي وأقل احمراراً من الدم الشرياني

الاسعافات الطبية للنزيف والجروح — اذا كان الجرح في أحد الأطراف خارجاً منه دم شرياني يربط طرف العضو من أعلى

الجرح برباط من شاش أو منديل بضغط شديد ويثبت طرفه بدبوس
أو بمقدمة

وإذا كان التزيف وردياً فيجعل الربط بالكيفية المذكورة
أسفل الجرح فيقف التزيف الذي لو ترك بدون اسفاف يقع المصاب
في الاغماء وربما مات

أما إذا كان التزيف ناشئاً عن جرح غير الأطراف كالصدر
أو البطن أو الوجه أو الرأس فيوقف التزيف وقتياً بوضع الشاش
المهتم والقطن على الجرح ويضغط عليه بالرباط

ثم انه في بعض الاحيان قد يكون الجسم الغريب الناشئ عنه
الجرح كالرصاصة أو خارجه باقياً بالجرح وظاهراً جزء منه أو مخفياً
ومحسوساً بالجلس فلا يجوز اخراجه في الحال باعتقاد أن ذلك يخفف
آلام المريض وذلك لانه قد يكون قاطعاً لوعاء مهم من الأوعية
وساداً له فباخراجه يحصل التزيف الذي قد يكون عظيماً جداً
وينتج منه موت المصاب فيلزم في هذه الحالة ترك الجسم الغريب
وتطهير الجرح والغيار عليه بضعة أيام حتى يتحقق التئام الوعاء المقطوع
ويجوز اخراجه متى كان الطبيب مستعداً كل الاستعداد بأدواته اللازمة
لايقاف التزيف اذا طرأ بعد اخراج الجسم الغريب في الحال

ويستتج من ذلك أوقية عدم سبر أي جس الجروح النارية أو
خلافها بالآلات بعد حدوثها لمعرفة كمية غورها لان ذلك يسبب
حصول النزيف بإزالة الجلط الدموية السادة للأوعية المقطوعة

ثم بعد ربط العضو المنزوف من أعلى الجرح أو من أسفله كما
ذكر تستحضر الادوات الآتية

قطن وشاش معقم . رباط . ماء مغلي مبرد . ثلاثة أوان من
الصيني أو الصاج المدهورت أحدهما لوضع المحاليل المطهرة كحلول
السلجاني أو حمض الفينيك (راجع صحيفة ١٦٧ و١٦٨ من هذا الكتاب)
به والثاني لوضع أدوات الغيار والثالث لوضع مياه غسل الجرح فيه
ثم يبدأ بغسل الجرح بالمحلول المطهر غسلًا جيدًا ويطهر سطحه

بالكحول أو صبغة اليود أو بأحد المحاليل المذكورة ويغطي بالشاش
وفوقه طبقة من القطن ويثبت هذا الغيار برباط مع بقاء الرباط
الضاغط أعلا الجرح أو أسفله مؤقتا كما قدمنا لعدم حصول النزيف
وينتدب الطبيب ليجري ربط الأوعية المقطوعة الناشئ عنها النزيف
بمعرفة (راجع تأليفنا الاسعافات الطبية من صحيفة ١٢٠ لغاية ١٢٤)

ويهمل الغسل والتطهير وكى سطح الجروح بالكيفية المذكورة

لأي جرح أو خدش يحصل فيها سكتت بسيطاً بجروح الأبر أو
الدبابيس أو أظافر القمل وغيرهما

التزييف الناشئ عن العلق

قد يحصل التزييف نتيجة تركيب العلق ودما أدى إلى الضرر
ولا سيما في الأطفال الضعفاء فيعالج بوضع الماء البارد المعقم أو
الضغط بالشاش والتمطن المعقم أو ذر مسحوق الشب أو مسحوق
البن على الجرح أو دهن مطح الجرح بالكاوديون

الغيار على الجروح

الغيارات: — على ثلاثة أنواع: غيار جاف - وغيار رطب.

وغيار دهني

الغيار الجاف — يستعمل في الجروح النظيفة أو المطهرة فبعد
تطهير الأيدي جيداً يوضع على الجرح شاش معقم ليقطع جميع سطحه
ثم طبقة من القطن سميكاً لامتصاص السوائل التي تنفرز منه ويحفظ
الجرح من التأثيرات الجوية كي لا تصل إليه ميكروبات من الخارج
ويثبت القطن والشاش برباط

الغيار الرطب — يستعمل في الجروح التي لا يمكن تطهيرها
تطهيراً تاماً والجروح الملتئمة عند ما يشعر المريض بالآلام ناتجة عن
ضغط الأوعية من الالتهاب الحاصل فيعمل الغيار بوضع شاش معقم
على سطح الجرح وفوقه طبقة سميكة من القطن المفرد في محلول
السايجاني بـ ١٠ بـ ١٠٠ بعد عصرها جيداً ويوضع فوق ذلك مربع من
مشع صمغي *laffeta gomme* ويثبت الغيار برباط

الغيار الدهني — يستعمل في بعض الأحيان على الحروق اذا
كانت ذات سطح متسع لمنع التصاق الشاش على سطح الجرح لان
وضع الشاش في هذه الاحوال بدون دهنه بالمراهم المعقمة يسبب
آلاماً شديدة حال رفع الغيار لالتصاقه بالجرح . والمراهم المستعملة
لذلك هي مثل قازيلين سقم أو قازيلين مع حمض البوريك أو مرهم
أوكسيد الزنك بنسبة جرام الى عشرة

الفصل الرابع

الاربطة

الاربطة هي قطع من القطن . أو التيل . أو الكتان . أو الصوف
أو من الصمغ المرن على هيئة اسطوانات طولها من متر الى عشرة
أمتار وعرضها من ٢ الى عشرة سنتي لتثبيت الأجهزة وادوات
الغيار على العضو المصاب . وطريقة افها تختلف بحسب مجلس الاصابة
(راجع تأليفنا الاسعافات الطبية من صحيفة ١٣١ الى ١٤٨)

الفصل الخامس

الحرق

الحرق هو تلف الانسجة الحية من تأثير سوائل شديدة
الحرارة أو لهب مواد محتركة أو أجسام محماة بالنار أو من تأثير
سوائل كياوية كحمض الفينيك أو حمض النتريك . والحروق اما

أن تكون سطحية أي قاصرة على ظاهر الجلد أو البشرة والادمة .
أو الادمة والمضلات . أو العضلات والمظام

الاستنافات الطبية — تعالج الحروق السطحية القاصرة على ظاهر
الجلد بالماء المعقم مكدمات أو الماء الممزوج بمحمض الكرونيك (صورة
وتر) أو البطاطس المبشور أو الفيار بمحلول حمض البكريك بنسبة
جرام في ١٠٠ جرام من الماء أو تغطية الجزء المصاب بشاش مجهز من
محلول حمض البكريك أو استعمال دهان كريم سيمون crem simon
أو ثلج هازيلين (Neige Hazeline) أو الجليسرين أو الفازيلين أو
زيت الزيتون . والأوفق عدم استعمال محلول حمض البكريك في
حروق الوجه السطحية لأنه يلون الجلد باللون الاصفر . أما الحروق التي
تصيب الأدمة وباقي الاجزاء الرخوة فالأفيد فيها استعمال المروخ
الجيري المكون من ماء الجير وزيت الزيتون بمقادير متساوية . ويمكن
الحصول عليه من الاجزاخانات وقد يجهز بالمنازل . وكيفية عمل
الفيار به هي أن ترحج الزجاجية المحتوية على المروخ ويوضع منه جزء
في اناء نظيف ثم تدهن به قطعة من شاش معقم وتوضع على سطح
الحرق وتوضع فوقها طبقة من القطن ويثبت برباط وينتدب الطبيب
ليأمر بما يلزم لتخفيف آلام الحرق والموارض التي تنشأ عنه

كيفية تجهيز ماء الجير بالمنزل. — يوضع مقدار ١٠ برامات
من الجير النقي المنظف حديثاً في زباجة زجاجية محتوية على كيلو جرام
من الماء وتسد بمداة من الفلين وترج جيداً وتترك لمدة ١٢ ساعة
ثم يصفى السائل الصافي ويترك الراشح وهو المستعمل من الباطن
في بعض أحوال مرضية الاطفال كما سبق . وقد يستعمل الفيار على
الحروق بزيت الفول السوداني المضاف اليه أو كسيد الزنك بزيت
الاوركاليتوس بمعرفة الطبيب .

الفصل السادس

في الكسور

هي اما أن تكون بسيطة أو مضاعفة بجروح
الاسماعات الطبية في الكسور البسيطة — يلزم عمل الاسماعات
الاولية في الموضع الذي حصلت فيه الاصابة بدون نقل المصاب لمكان
آخر لان نقله بالحالة التي هو عليها بواسطة عربة أو نقالة بدون
عمل اسماعات وقتية يضر جداً بالمصاب وربما كان مساعداً على

تمزيق الجلد وخروج يارف العظم المكسور الى الخارج فيتمسك الكسر
البسيط الى كسر متضاعف لان الفرض من الاسعافات يمنع الحركة
بالكلية ذراحة العنق المنساب

اسعافات كسور الفك الأسفل — يمنع حركة الفك الأسفل
اذا كان مكسورا أو مخلوعا من باط مخصوص هو عبارة عن قطعة من
القماش طولها متر ثمانية وعرضها خمسة سنتيمتر يشق طرفها ويترك
وسطها بلا شق بمسافة عشرة سنتيمتر فتصير ذات أربعة أطراف
ويوضع وسطها على اللقن في وجه الطرفان العلويان نحو صيوان
الأذنين ويمر من تحتها ويوضعان على دوخر الرأس ويثبتان
بدبوس أو بواسطة مساعد ثم يوجه الطرفان السفليان نحو الصاعين
ويثبتان على قمة الرأس ثم يؤخذ الطرفان العلويان المثبتان أولا فيلفان
حول الرأس أملى صيوان الاذنين ويثبتان في مقدم الجبهة

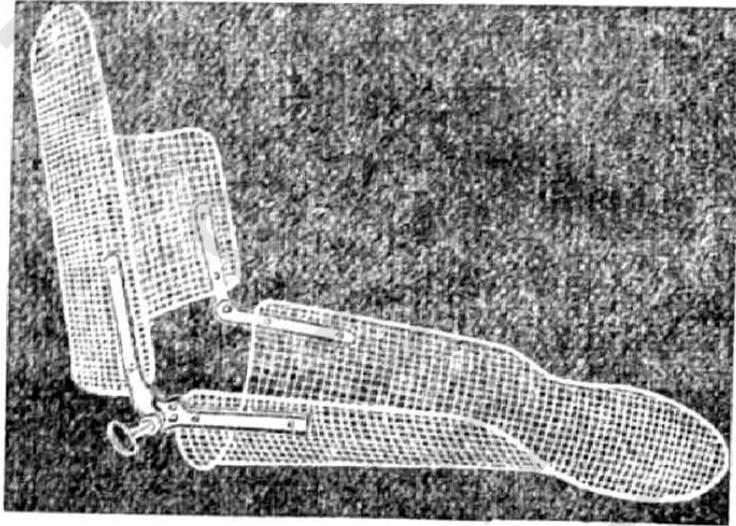
انظر شكل ٤٣ في الصحيفة التالية

شكل (٤٣) رباط الفك الاسفل اذا كان مكسوراً، أو مخلوعاً



اسعافات كسور العضد والساعد — يلف الطرف المصاب
بالقطن وورباط ثم يوضع داخل ميزاب أي جبيرة على هيئة زاوية قائمة
مبطنة بالقطن أو من صفيح أو زنك كشكل ٤٤ ويوضع الطرف في
علاقة تثبت في الجهة الخلفية من العنق كشكل ٤٥

شكل (٤٤) جبيرة بهيئة زاوية قائمة
حفظ كسور وخلوع العضد والساعد بزاوية متحركة



أما كسر الساعد اذا كان قاصرا على أحد عظميه وكان العظم
السليم بمثابة جبيرة للعظم المكسور فيكتفي بلفه بالقطن ويثبت برباط
ويوضع الطرف في علاقة تثبت في الجهة الخافية للعنق كشكل ٤٥
وقد تستعمل هذه العلاقة في كسر الترقوة

شكل (٤٥) علاقة كسور وناوع العضد والساعد واليد
وتستعمل في كسور الترقوة



أما إذا كسر العظامان فتستعمل الجبائر المتخذة من الخشب
وطولها وعرضها يكونان بحسب طول الساعد وعرضه كالشكل الآتي

شكل (٤٦) جبيرة من الخشب



تلف بالتماش و يوضع على سطحها المتقابل للعضو طبقات من القطن بشكل هرمي ثم يلف بالساعد بالتماش ويثبت برباط يمتد من أصابع اليد إلى نهاية المرفق بضبط مستقيم وتوضع أحادي البياض في الجهة الوحشية والآخرى في الجهة الانسية وتثبت برباط كالشكل الآتي

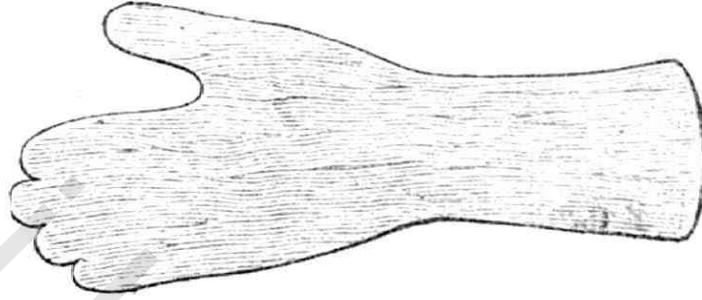
شكل (٤٧) جهاز كسر عظمي الساعد



ثم يثني الساعد على العضد ويلاق ببلاقة برباط طرفاء بالجهة الخلفية للعنق كشكل ٤٥

الاسعافات الوثيقية في كسور عظام اليد البسيطة والمضاعفة بجروح — تلف الاصابع بسطحها بالتماش والرباط وتوضع فوق كف من الخشب يغطي بالتماش كشكل ٤٨ ثم توضع في بلاقة تثبت في الجهة الخلفية من العنق كشكل ٤٥

شكل (٤٨) كف من الخشب
لحفظ كسور وجروح الاصابع وخلع عظام الرسغ



الاسعافات الوقتية في كسور الضلوع — يلف الصدر بالقطن
ورباط حلقي بعد تطهير الجلد بالكحول ويثبت الرباط من الأعلى
ومن الخلف بشريطين يلفان على الكتفين (انظر شكل ١٣٥ من
تأليفنا الاسعافات الطبية)

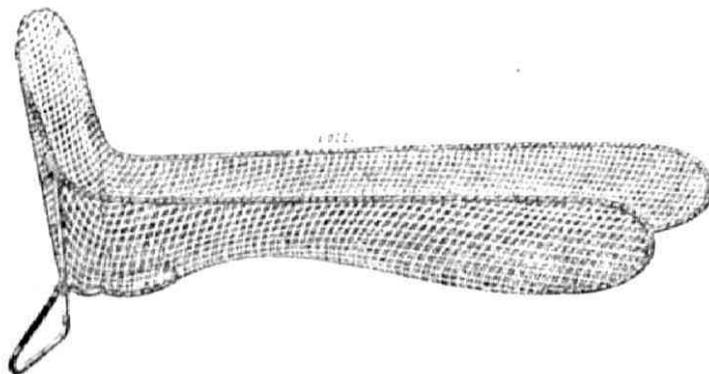
الاسعافات الوقتية في كسور عظام الحوض — يلقى المريض على
ظهره فوق الفراش ويثبت جانبا الجذع والطرفان السفليان بوضع
وسادتين مستطيلتين محشوتين رملاً

الاسعافات الوقتية في كسور وخلوع عظم الفخذ وكيفية حمل
المصاب — يجب أن تزال الملابس برفق ويحتمل خلع النعال فان
كان الساق أو الفخذ هو المكسور وضع المريض على نقالة أو باب
أو شباك أو سلم عليه فراش وبحمل بالأيدي ان أمكن ويقرب

العضو السليم الى المكسور ويربطان لمنع الحركة أو يسند العضو المكسور بوسادة محشوة بالرمل ثم ينتدب الطبيب الجراح لا المجبر ليعمل له الجهاز اللازم لشفاء الكسر ويستحسن ترك العضو المكسور يوماً أو يومين بلا تجبير اذا كان الكسر مصحوباً بورم رضي حتى يزول الورم ويعالج بمكمدات بالماء البارد أو محلول تحت خلاص الرصاص بنسبة ٥ في الالف ويحفظ الطرف المكسور من الحركة بوضع جبيرة طويلة تمتد من القدم الى ما تحت ابط الجهة المصابة وتثبت برباط

الاسعافات الوقتية في كسور الساق — اذا كان الكسر بالعظمتين يلف الساق بالقطن والرباط ثم يلف بالجباثر لحفظه من نتائج الحركة أو يوضع الساق في ميزاب

شكل (٤٩) ميزاب من سلك لكسور الساق



الاسماعات الرقمية في شكسور القدم زبرور، - يلف القدم
بالقطن ريزبا بعد تطهير زبرور، اذا كانت الكسور صجوبة
بجروح ريثبت القدم على جبيرة من خشب تالف بالرباط الذي يثبت
طوقه بالساق كشكل ٥٠

لاسماعات المذكورة جميعها وقيمة تمت استشارة المراح لعمل
بمعرفة الاجهزة اللازمة لشفاء الكسور المذكورة

شكل (٥٠) قدم من خشب



الفصل السابع

المخلوع والوتى والمثرة

هي تغير يحصل في مفاصل النظام من ضربة أو سقطة أو من
جذب الطرف بقوة . وتعرف بعدم إمكان حركة المضمون المخلوع في
حذاء مفصله فيعمل فيها اسماعات الكسور وينتدب الطبيب لرد

الجراح وتعمل أجهزة الملازم لتنظف المصل في رضعة الطيب . وتعمل
الاسفافات المذكورة في (التوي) و (الحرة) ويستشار الطيب

التيتانوس

عرض منه حروب بتشنجات في جميع الجسم تقريبا وبتدئ
بسر في حركة انك السفلى ثم يمتدق ويسر فتحه ويصعب الازدراد
بميت تخرج السوائل من الفم والأنف وتحصل التشنجات تدريجا
وعند ما تم الجسم يصعب رنج الجسم فينف تلي عقبيه كأنه عص
وتبقى العضلات متوترة اذا نام المريض ويموت المصاب بشلل القلب
أو عضلات التنفس

وهذا المرض شطر ببلدا وهو في الغالب نتيجة اصابة الشخص
بجرح وصل اليه ميكروب هذا المرض

الاسفافات الطبية — تعمل له حقنة شرعية وحمام ساخن
بدرجة ٣٧ درجة يظهر الجرح الناشئ عنه هذا المرض بالكحول أو صبغة
اليود أو الكريولين وينتدب الطيب لعمل الحقن بالمصل ضد التيتانوس
Serum Antitetanique بمقدار ١٠ جرام

الجروح الناشئة عن لدغ الثعبان وبعض الحشرات

أعراض لسم الحية أو الثعبان ألم في الجرح يسري بسرعة في جميع أجزاء الجسم يصاحبه قيء وعسر في التنفس وسرعة في النبض وبرودة في الجسم وتشنجات تنتهي غالبا بالموت

الاسعافات الطبية - يربط العضو المصاب برباط في أعلى الجرح رباطا جيدا اذا كانت الاصابة في الاطراف بحيث يصير لون باقي العضو احمر قائما ثم يشرط الجرح بمشرط أو موسى بعد تطهيره بمحرقه على لهب الكحول ويوضع الجرح في ماء حار ليخرج الدم منه ثم يكوى بطرف نحو سمار من حديد بعد وضعه على لهب الكحول حتى يحمر أو يكوى بروح النوشادر أو صبغة اليود ثم يحل الرباط ويلزم المسوع بالمشي ولا يمكن من النوم ويسقى من روح النوشادر ثلاثة نقط في فنجال ماء محلى بالسكر كل ١٥ دقيقة وتلك الاطراف بالكحول وتوضع زجاجات مملوءة بماء ساخن حول الاطراف وينتدب الطبيب ليعمل له الحقن بالمصل ضد سم الثعبان

Serum Antivenineux (de calemette)

ومقداره للبالغ ١٠ جرام وللاطفال ٥ جرام

الجروح الناشئة عن لسع العقرب

الاصفاقات الطليقة — مكدمات ساخنة من الماء المضاف اليه
الحل أو الملح ويسقى الملسوع روح النوشادر كما سبق في جروح لسع
الثعبان ويعمل باقي الوصفات ويعمل له الحتن حلاً بمعرفة الطبيب
بالمصل ضد سم العقرب Serum Antiscorpions ومقداره للبالغ ١٠
جرام وللأطفال ٥ جرام

الجروح الناشئة عن لسع بعض الحشرات

كأبي شبت والزبور والنحل

العلاج — يطهر سطح الجرح بصبغة اليود أو بروح النوشادر
أو بالكحول ويسقى من النوشادر المقادير السابقة في الجروح الناتجة
من لسع العقرب وان أمكن اخراج الحمة (أي الشوكة) التي يتركها
الحيوان اللاسع في الجرح. وكيفية ذلك هي أن يثنى الجلد الموجود به
الجرح ويضغط عليه وعند ظهور الشوكة تستخرج بواسطة جفت
(مقاط) ويكوي محلها بروح النوشادر أو صبغة اليود أو الحل أو
الكلونيا

الفصل السابع

اصابات الدماغ

الارتجاج المحي

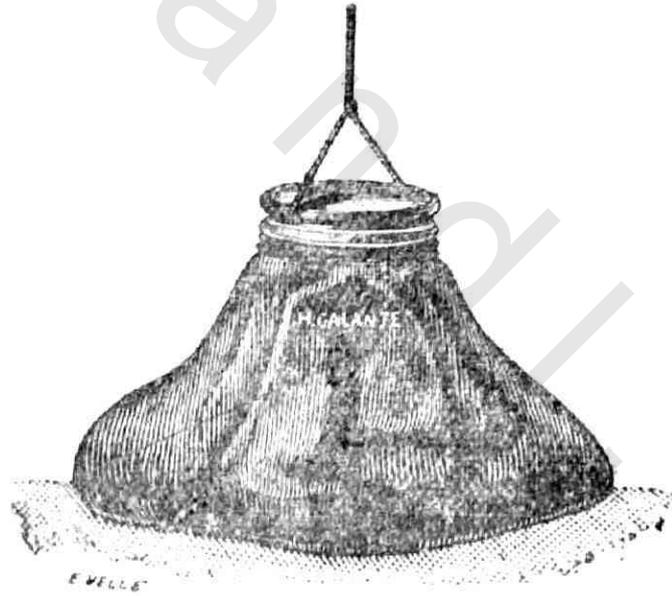
يحدث هذا المرض بسبب واصل كضربة على الرأس أو غير
واصل كسقطه على القدمين أو الاليتين أو الركبتين وقد يحصل عن
مصادمة أجسام ثنية غير صلبة كخضرة وقد شوهد حصوله أيضا عن
السقوط في الماء من مكان مرتفع وهو إما خفيف أو شديد

علامات الارتجاج الخفيف وانعاشا بالعلاج — دوران يحصل
في رأس المريض وطين في أذنيه وظلمة في بصره وتقد الخس والحركة
والمقل أحيانا بضع دقائق أو ساعات ثم يعود المصاب إن حالته
الأصلية . ويعالج في هذه الحالة باستنشاق المريض أرواحا عطرية
كروح النوشادر أو ملح اللواندا (salt de lavnd) وذلك أطرافه
وسقيه منقوع القرفة أو النعناع وتعمل له حقنة شرجية

علامات الارتجاج الشديد وانعاشه بالعلاج — سقوط
المصاب على الأرض فاقد النطق والادراك والحركة ويحصل له في

متى كانت المعدة ممتلئة واذا خوطب أن أو نطق بكلمات غير مفهومة ويصير تنفسه ونبضه بطيئين جداً . فيعالج بوضع أوراق خردلية على الساقين والفخذين وحقنة شرجية واذا كان وجهه محمقنا بالدم ونبضه ممتلئا يوضع له العلق خلف الاذنين ونحلق رأسه ويوضع عليها كيس من الكاروتشو مملوءا ثلجا كشكل ٥١ وينتدب الطبيب

شكل ٥١) كيس لحفظ الثلج بوضع على الرأس



رض الدماغ

علامات رض الدماغ تقرب من علامات الارتجاج الدماغى
واسعافاته هى اسعافات الارتجاج الدماغى الشديد وينتدب له الطبيب

انضغاط الدماغ

له أسباب كثيرة كأنخساف القطع العظمية في أحوال كسور قبة عظام الجمجمة من ضربة على الرأس أو سبب آخر وضغطها على المخ أو من انسكابات دموية كالتى تحصل من كسور قاعدة الجمجمة علامات ضغط الدماغ واسمافه بالعلاج — فقد الإدراك والنوم العميق وألم دائم في جزء من الرأس والشلل والشخير وإذا كان الضغط نتيجة كسر في قاعدة الجمجمة يصاحب الأعراض المذكورة سيلان الدم من إحدى الأذنين أو منهما مما ومن الأنف والغم وظهور زرقة حول الأجنان في بعض الأحيان . وعلاجه وضع المصباح في محال طاق الهواء ونزع ملابسه الضاغطة وحلق الرأس ووضع كيس الشاج شكل ٥١ عليها وحقنة شرجية وانتداب الطبيب لي عمل ما يراه

الاغماء واسمافه بالعلاج

أسبابه كثيرة منها التزيف أي خروج الدم من الجسم والاختبار المحزنة أو المفروحة الفجائية أو سماع أصوات مزعجة أو رؤية أشياء ضئيفة وأكثر الناس استعدادا له النساء والبنات ذوات المزاج العصبي

وقد يحصل من دوام التعرض للشمس أو الحرارة الناشئة عنها
فيصاب بدوار في الرأس واصفرار في الوجه وضيق النبض والتنفس
وفقد الادراك كلاً أو بعضاً . وعلاجه القاء المريض على ظهره ونزع
ملابسه الضاغطة ونضح وجهه بالماء البارد وفتح النوافذ وفرك
اليدين والقدمين بالكحول ووضع أوراق خردلية على ساقيه وتنشيقه
بروح الخلل أو الكالونيا أو النوشادر فاذا استمرت الاعراض يقتدب
الطبيب

السكتة المخية واسعافها بالعلاج

تحصل من تمزق أحد أوعية الدماغ أو احترقائها بدون تمزق
فيسقط المريض بفتة الى الارض فاقد الادراك والحركة ويحمر وجهه
ويكون تنفسه شخيرياً وقد يتحول الوجه الى جانب واحد وقد تكون
الاعراض خفيفة فتظهر بشكل فالج مصحوب بعسر الكلام وشلل
في نصف الجسم . ومن الاسباب المهيئة للاصابة بهذا المرض السن
من الخمسين فما فوق . والجنس فيصيب الرجال أكثر من النساء والبنية
متى كان العنق قصيراً غليظاً والصدر واسعاً واللون أحمر والجسم
سميناً وأعراض القلب والشراية في الأكل وحمل الأشياء الثقيلة

والانفعالات النفسانية الشديدة والحرارة الزائدة وتضيق رباط الرقبة
فتعالج بإزالة الملابس الضاغطة وفتح المنافذ لتجديد الهواء ووضع
كيس من الكاوتش ومملوء ثلجاً على الرأس شكل ٥١ ووضع القدمين
في ماء حار مدة عشر دقائق ووضع أوراق غردلية على الساقين وتعمل
له حقنة شريانية من الماء الفاتر المضاف إليه سلفات الصوديوم بمقدار
٣. إلى ٥ حراماً في اللتر ولا يجوز الفصد إلا بعزلة الطبيب
فبتدب ليحصل ما يراه

الصرع (المعروف بداء النقطة عند العامة)

أعراض الصرع إما خفيفة أو ثقيلة ففي الأحوال الخفيفة يصاب
المريض بفقد الشعور لحظة قصيرة فينقطع كلامه وتصديه رعشة خفيفة
في بعض أعضائه وربما سقط على الأرض قليلاً أو يستند إلى حائط
وفي الأحوال الثقيلة يتبعها صداع ودوار في الرأس ويفقد
الشعور والقوة وتشنج عضلات عينيه إلى الأعلى فلا يظهر منهما إلا
البياض ويصفر الوجه ثم يحمر وتقبض اليدين ويمسر التنفس
وتنطبق الأسنان على بعضها ويخرج من الفم زبد قد يكون مدمماً
بسبب عض اللسان وينام المصاب بعد ذلك نوماً ثقيلاً وقد يحصل هذا

المرض جملة مرات في اليوم وتارة تغيب النوب أسابيع أو أشهراً .
ومن أسبابه الاستعداد الوراثي والتعب العقلي الشديد والإفراط في
الشهوات والانفعالات النفسانية وسوء الهضم وانقطاع نريف عادي
كدم البرامير ودم الحيض والمشروبات الروحية وباقي المنبهات
كالشاي والقهوة . والأسعافات الملاجية في وقت النوبة تكون بالقاء
المريض على ظهره وتزع الملابس وصب الماء البارد على رأسه ووضع
أوراق شرداية على ساقيه وقطعة من خشب الغابن أو من الكمان بين
أسنانه لوقاية اللسان من العض وتمسك يديه ورجلاه وقت حصول
التشنج

أما في مدة الفترات بين النوب فيعالج بمنع الأسباب المهيئة
لحصول المرض السابقة ويجب على من كان مصاباً بهذا المرض أن
لا يهمل نفسه بل يستشير الطبيب لأن هذا المرض من الأسباب
المهيئة للإصابة بالجفون

ضربة الشمس وأسعافها بالعلاج

يصاب الانسان من التعرض للشمس مباشرة أو للحرارة
الناشئة عنها بالأغماء و بضربة الشمس الحقيقية ويحمى الشمس

علامات ضربة الشمس الحقيقية — قد تبدئ بأعراض الاغماء
وتتميز عنها باحمرار الوجه وقوة النبض وشمخير التنفس
علامات حمى الشمس — تبدئ ببرودة في الجسم ثم ارتفاع
درجة الحرارة وعطش زائد وجفاف في اللسان واحمراره وتقي صفراوي
وتستمر الأعراض نحو ٦٠ ساعة وقد تتضاعف أعراضها بالسعال
وزحير مدم وآلام في الرأس والصدغين
الاسعافات الطبية — وضع مكدرات باردة على الرأس وذلك
الأطراف بالكولونيا أو الكحول وحقنة شرجية ووضع العلق خاف
الاذنين وإذا تيسر للمريض البلع اعطى مسهلا من كبريتات الصودا
بمقدار ١٥ لغاية ٣٠ جراما وإذا كانت الحرارة شديدة أي ٤٠ درجة
يلف المريض بملاءة مبلولة بالماء البارد بعد عصرها جيدا حتى تنخفض
الحرارة وينتدب الطبيب لمعالجة باقي الاعراض بما يتراى له

الارق (عدم النوم)

الارق عرض لأعراض كثيرة ومن أسبابه سوء الهضم .
والافراط في تدخين التبغ وشرب القهوة والشاي والمشروبات
الروحية . وقلة الرياضة . والحر الشديد . والحزن والكدر . ولذلك

يعالج بإزالة السبب الذي أوجبه . فيجتنب النوم قبل الهضم والابتعاد عن الأسباب المهيئة المذكورة واستعمال حمام ساخن قبل النوم وان لم تفد هذه الوسائط استشير الطبيب ولا يترك المصاب بهذا المرض بدون علاج لانه ربما يكون عرضا شديدا منذرا بحدوث بعض أنواع الجنون

الصداع (آلام الرأس)

ويسمى بأسماء مختلفة على حسب منشئه

الصداع المعدي -- يعرف بآلام في الجهة أو العين أو حولها يصحبه في بعض الأحيان قيء بعد الطعام غالبا فان كان نتيجة عسر هضم زال بالقيء وان لم يكن له علاقة بالطعام زال بتعاطي مسهل من سلفات الصودا بمقدار ٢٠ جراما وتنظيم المعيشة والاستحمام بالماء البارد يوميا ان أمكن والرياضة فان استمرت آلام الرأس تعالج عند عدم امكان استشارة الطبيب باستعمال برشام انيجريبين

(cachetes antigripine) كل ساعتين واحدة للبالغين الى أن يزول الألم أو برشام الدكتور فيفر (cachetes Dr. Faivre) فتؤخذ منه برشامة واحدة وبعد ساعة ان لم يحصل الشفاء تؤخذ واحدة أخرى فيزول الألم

الصداع العصبي — يحدث نتيجة الانفصالات النفسانية و يترجم
ضعفاً البنية عصبية المزاج و يكرر، الألم شديد خصوصاً في قسم واحد
في الرأس، أو عاماً بين مقدمه . فيعالج باجتناب تعاطي المنبهات
كالشاي والقهوة والمشروبات الروحية والسهر الطويل والاسباب
الأخرى المذكورة وعند عدم امكان استشارة الطبيب تستعمل
أقراص بيجرينين لا-كتور أوفيرلاخ

(Tablettes de Migraine du Dr. Overlach)

فيؤخذ منها قرص كل ثلاث ساعات يداب في كأس ماء أو أقراص
الفيناسيتين المركبة (3) (Tabloid Phenacetin compound) يؤخذ
منها من ١ الى ٣

الصداع الصفراوي — يعرف بألم يمتد على الجهة من جانب
لجانب آخر يصحبه غثيان وقيء صفراوي غالباً و يعالج بتجنب تعاطي
المأكولات المهيجة المعدة والمشروبات الروحية و يحسن في هذه
الحالة تعاطي مسهل من السدلس أو صافقات الصودا

الصداع الحاجبي — يعرف بألم شديد يصيب الجهة ينشر
على نصف الرأس و يأتي على نوب . ومن أسبابه سوء الهضم أو
الضعف الناشئ من كثرة الحمل والارضاع وعدم انتظام الحيض

والتعب والبرد والسهر الطويل أو تسوس الأسنان، فيعالج بإزالة
السبب ومراعاة الشروط الصحية و بالمقويات باستشارة الطبيب
وفي مدة التروية قد يفيد الضغط حول الرأس بمصابة قد غمرت
بالماء البارد (طريقة العوام)

الصداع الروماتيزي — يعرف بألم في عضلات جلد الرأس
يزيد عند تحريك عضلاتها ويعالج بعلاج الروماتيزم الآتي الكلام
عليه

الفصل الثامن

اصابات الاذن

الاجسام الغريبة في الاذن

الاجسام الغريبة التي توجد في الاذن اما أن تكون فيها من الجسم كالصملاخ والدم والصديد واما أن تدخل من الخارج والأجسام التي تدخل فيها من الخارج على نوعين حيوانية كالصرصار وثاقب الأذن والبرغوث وأجنة الذباب، (الدود) والبعوض وغير ذلك أو غير الحيوانية كماء الحمامات والقطن . والصوف . والورق . والقماش . والطين الابيض . والحجین . والشمع والزفت . وجبوب الفول . واللوبيا . والحصص . وبذر الخرنوب . والحرز . والرش . وقطع الزجاج . والزاط . واللؤلؤ الخ

فدخول هذه الاجسام الغريبة في الاذن تنشأ عنه آلام شديدة وحى وتشنجات ويمكن أن تسبب الموت ان لم يبادر باخراجها الاسعافات الطبية — تستعمل الزروقات العنيفة داخل القناة السمعية بواسطة محتمنة من الكاوتشو أو المعدن فتيار الماء الذي يمر

خلف الجسم الغريب يزحزحه من الخلف الى الامام فتى صار في
الجزء المتسع من القناة السهمية سقط الى الخارج ويكرر الحثن مرارا
أياما متوالية اذا تحقق وجود حبات من الرش أو الخرز أو القمح أو
غيره من الحبوب ويمكن اخراج الجسم الغريب بواسطة الهلال
المعروف (أي الملققة) أو بواسطة جفت المعروف عند العوام
(بالمقاط) واخراج الاجسام الحية كالديدان فيكون بواسطة الزرق
بالماء بالحقنة بعد أن يوضع في الاذن قليل من الصبر أو المر
وقد يفيد في اخراج الاجسام الغريبة الملسا كالخرز أو اللؤلؤ
ادخال فرشاة صغيرة تغمس في الفراء المذاب على النار الى أن تلامس
الجسم الغريب ومتى تم التصاقها به تجذب فيخرج معها
وان لم تفد هذه الوسائط استشير الطبيب الاختصاصي

الفصل التاسع

اصابات العين

الاجسام الغريبة في العين

يدخل في العين في بعض الاحيان اجسام غريبة كقطع الفحم الساقطة من مداخن الآلات البخارية وشظايا الحديد والصلب والاحجار وحبوب البارود وقطع الزجاج الصغيرة وحسك سنابل القمح وحبوب الدخن . وهذه الاجسام اما أن تلتصق بنفس كرة العين أو تنق على سطحها وبحركة العين تختفي أسفل الأجفان فتحدث آلاما شديدة وتدمع فينظر المقلّة العين فان لم يشاهد بها الجسم الغريب تقلب الأجفان ويرفع منها الجسم الغريب اللاصق بسطح الجفن بقطعة من القطن مضموسة في محلول حمض البوريك أو ماء الورد أو ماء نظيف وان كان الجسم الغريب منفرسا بسطح المقلّة وكأف من برادة الحديد الصغيرة استخرج بالمغناطيس الذي يستخرج به قطع الصلب أو الحديد وكيفية ذلك هي أن يبعد الجفنان عن بعضهما وتوضع قطعة المغناطيس أمام الجسم الغريب

المذكور فتلقاها وبعد ذلك تنسل العين بقاء الورد أو محلول حمض البوريك وتقبل هذه الطريقة في الاحوال الاضطرارية التي لا يتيسر فيها استشارة الطبيب وفي غيرها يستشار الطبيب بلا بطء

الفصل العاشر

اصابات الأنف

الرعاف (سيلان الدم من الأنف)

يحصل الرعاف اما من صدمة وقعت على الانف أو نتيجة عملية جراحية بداخل الانف أو دخول أجسام غريبة فيه فقد شوهد أطفال أدخلوا حبات السنبل في خياشيمهم فكان سببا في الرعاف الانسافات الطبية - يؤمر المريض برفع ذراعه التي في جهة الخيشوم المنزوف وابقائها مرفوعة على رأسه أثناء ضغط المنخر الخارج منه الدم وفائدة هذا الرفع سهولة رجوع الدم من الرأس الى القلب . ثم تجبل الرأس مرتفعا وتوضع على الجهة مكدرات من الماء البارد أو الثلج أو الممزوج بالخل واستنشاق الماء الممزوج بالخل أو بالشب مفيد

وقد يفيد ادخال كرات من القطن مغموسة في الماء المضاف
اليه الشب، وتثبت تلك الكرات بخيط أو يسهط الراءف بمساحيق
قابضة كسحوق الكندر أو العفص أو الكاد الهندي وهذه المساحيق
فوائد عظيمة

وان لم تفد هذه الطرق ينتدب الطبيب اي عمل ما يحسم الدم
بمحس بالوك أو غير ذلك

الاجسام الغريبة في الخياشيم

أي داخل الانف

الأجسام الغريبة التي تدخل في الحفر الأنفية عديدة مختلفة
جدًا كحب الحمص أو الفول أو الاحجار الصغيرة أو الخرز أو قطع
الحشب أو نحو ذلك مما يلعب به الاطفال في أنوفهم
العلامات — يحس المصاب بدغدغة في باطن الأنف وزكام
وتسمر مرور الهواء وآلام عصبية في الجهة

الاسعافات الطبية — يستخرج الجسم الغريب بواسطة جفت
(مقاط) أو بواسطة المعلقة أي الهلال المستعملة في تنظيف الأذن
أو باستنشاق المصاب بالسعوط (النشوق المعروف) فبالعطاس يخرج

الجسم الغريب . وان لم تفد هذه الطرق استشير الطبيب

ديدان الانف — يوجد أحيانا في الخيشوم ديدان يحصل من

وجودها فيه دوار وهذيان وهيجان وتشنجات . والديدان المذكورة

نتيجة بيض بعض الذباب الذي يدخل في الحفر الانفية فينقس فيها

فتعالج بزرق روح الترنبتينا مع الماء داخل الحفر الانفية أو بالماء المضاف

اليه حمض الفينيك بنسبة جرام واحد الى مائة من الماء و بعضهم يستعمل

سعوطا مسحوق الثيراتروم ساباديللا (Veratrum Sabadilla) واذا

لم تفد يستشار الطبيب

الفصل الحادي عشر

اصابات الاسنان

التزيف السني

يحصل التزيف عقب استخراج السن المتسوس مباشرة أو بعده
ببضع ساعات أو أيام ويعالج بالمضمضة بالماء المضاف اليه الشب
أو عصارة الليمون أو سد السنخ الخارج منه اللصم بوضع كرة من
القطن مغموسة في مسحوق الشب أو يذاب قليل من الجبس النقي
المستعمل في أجهزة الكسور في قليل من الماء حتى يكون شبه عجينة
يملأ بها السنخ أو يملأ السنخ بالشمع الاحمر المستعمل في الاختام
بعد اذابته على النار. واذا لم تفد هذه الوسائط يستشار الطبيب
بدون اهمال

وقاية الاسنان من التسوس

يلزم قبل تناول كل طعام وعند القيام من النوم تنظيف الاسنان
لازالة المواد التي تبقى بينها من بقايا الاغذية فيفصل الفم اما بالماء
الصرف أو المضاف اليه عطر النعناع بالاصبع أو ينظف بفرشة ناعمة

أو بالمسواك الناعم ركنتهخرج بتايا الغذاء بميدان الخلة وهي أجود
من الريش المستعمل بعد غايه في الماء وتنظيف الاسنان أيضا ببعض
المساحيق البسيطة المكونة من مسحوق الفحم ومسحوق الكينا وعطر
النمناح أو بعجينة بيير Pâte dentifrice du Dr. Pierre

تسكين آلام الاسنان في حالة التسوس

تنظف تجاريف الاسنان المسوسة بكرات صغيرة من القطن
وتسد بكرة من القطن قد غمست في محلول مكون من روح الترنيتينا
وروح الصنوبر بمقادير متساوية أو يوضع في ثقب السن المسوس
قطعة قطن صغيرة غمست في الكريازوت ويخترس من سيلان الكريازوت
على اللثة وكل هذه وسائل مسكنة . وان لم تفد استشير طبيب
الاسنان

الفصل الثاني عشر

أمراض الحلق

التهاب اللوزة

هذا المرض يندر أن يصيب اللوزتين معا والغالب أن يصيب جهة واحدة وان أصابهما فيصيب احدهما أولا ثم يمتد الى الاخرى والاسباب المهيئة له هي الآفات الجراحية والاجسام الغريبة والمؤثرات العفنة وتعاطي المشروبات المثاجة جدا والتأثيرات الجوية لها أيضا دخل عظيم في احداثه ولذا يكثر في فصل الربيع والخريف بسبب التغير المفجائي لدرجتي الحرارة فيحصل للمريض حمى شديدة ويصير الصوت غليظا أبح أنفيا والتنفس شاقا شخيريا ويحس المريض باحتياج متكرر للتنخيم ويتألم مفصل الفك وأحيانا لا يمكنه أن يتكلم فلا يفهم مقصوده الا بالإشارة أو الكتابة

الاسعافات العلاجية الوقية — يعطى المريض مسهلاً من كبريتات الصودا وتوضع له لبخ من بزر الكتان على العنق أو مكدمات بماء ساخن على العنق ويتغرغر بماء دافئ مضاف اليه عصارة

الليمون و يطلى سطح اللوزة بمسحوق الشب المنكلس واذا لم تفد هذه
الوسائط يستشار الطبيب

وفي الاحوال التي تنتهي فيها اللوزة بالضعامة يفضل استعمال
محلول كيبلر (Soliction Kibler) أو شراب الفجيلة البرية
(Sirop Raifort iodé) ويستشار الطبيب

الفصل الثالث عشر

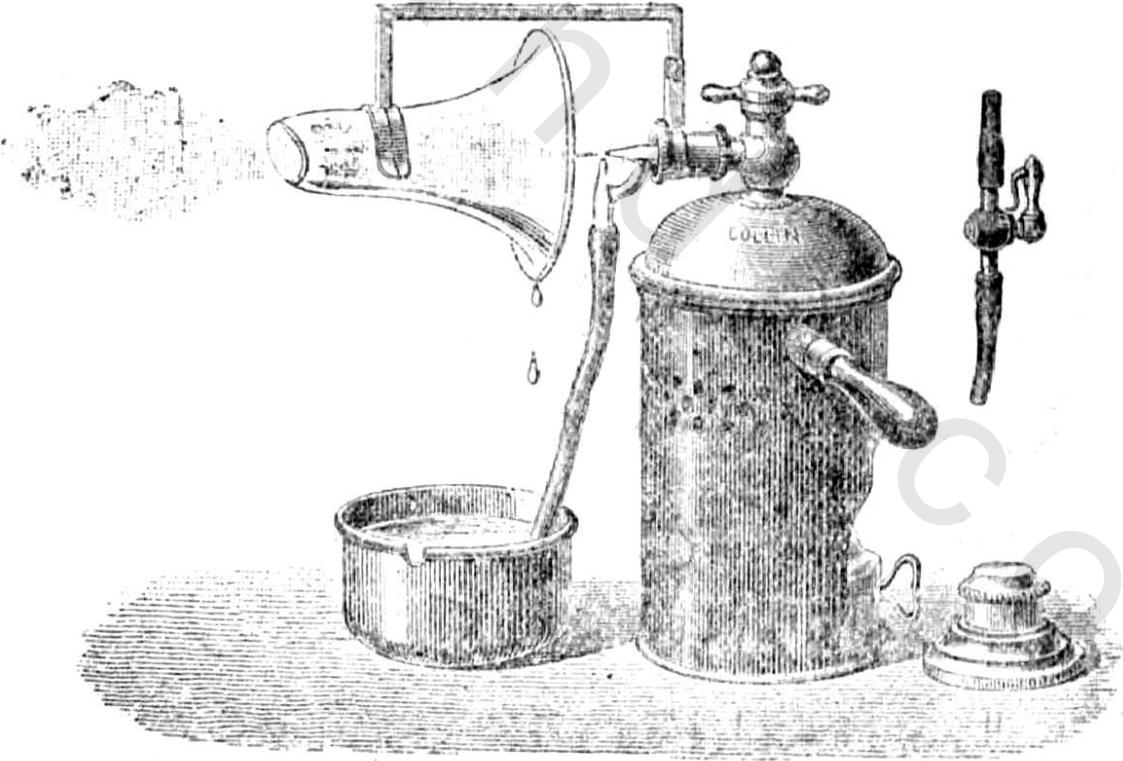
أمراض واصابات الحنجرة

النزلة الحنجرية (بحة الصوت)

هذا المرض ينشأ غالباً من تأثير هواء بارد أو استنشاق أتربة أو
الغناء الزائد أو السعال المتكرر أو الصراخ أو كثرة تناول المشروبات
الروحية أو الثلجة وقد يكون نتيجة اصابة زهرية أو عرض لمرض
السل فيتمري المصاب حتى خفيفة وحرقة في الحنجرة ويصير الصوت
ابح خشناً. ويعالج بتدفئة العنق وحمام قدمي وتعاطي مسهل واستحلاب
مابس جازيرين (Dragée Gasierine (Dallose من ٦ لغاية ١٠

ملبسات في اليوم وللاطفال من سن ٧ لغاية ١٥ من ٢ الى ٤ في اليوم
أو أقراص أوريكا (Pastilles Eureka) من ٨ الى ١٢ في اليوم
وللاطفال من سن ٧ الى ١٥ من ٢ الى ٥ في اليوم
وقد تستعمل في هذه الحالة الابخرة العطرية من زيت الترنبتينا
أو أبخرة المياه الكبريتية كماء حلوان المعدنية بجهاز مخصوص
كشكل ٥٢

شكل (٥٢) جهاز بخاري للحلق (Pulvérisateurs)



وان كانت الحالة المذكورة نتيجة الاصابة بالزهري أو السل

فيستشار الطبيب

الاجسام الغريبة التي تدخل في الخنجر

الاجسام الغريبة الداخلة من فتحة المزمار الى الخنجر كثيرة فلما ان تكون من سمرب القمح أو بذور القرع أو الحص أو اللويا أو الفول أو من الازرار أو نوى الثمار والكرات (المعروفة بالبليا) أو قطع النشود أو علق الخيل الذي يزدر مع ماء المستنقعات ويعلق بالعموم ثم ينقل الى فوهة الخنجر واليديات التي تنقل من القناة الهضمية الى المسالك الهوائية أثناء النوم والذباب الذي يمكن أن يدخل في هذه المسالك وينشأ عنه الموت كما حصل للبابا أدريان (Papa Adrien) وعلى العموم متى دخلت هذه الاجسام في الفم تجذب بحركة شبيهة قوية للخنجر وهذه الأسوال تشهد بكثرة في الأطفال لشغفهم بوضع آلات الملاهي في أفواههم فمتى دخل الجسم الغريب في المجاري التنفسية بواسطة المزمار تحصل نوب اختناق فجائي فيحمر وجه المريض وتحصل مجهودات تنفسية عنيفة وسعال شاق ربما أعقبه الموت

الأسعافات الطبية الوقتية — تحريض السعال والمعطاس والقرع على الصدر وتنكيس المصاب بحيث يصير رأسه الى أسفل وقدماه الى أعلى . وهذه الطريقة معروفة لدى العامة وهي مهمة في الحقيقة

وبها استخرجت عدة أجسام غريبة في أسعال كثيرة فنجاح تام .
وان لم تفد هذه الطرق انتدب الطبيب في الحال

الشنق واسعافه بالملاج

إذا علق انسان بحبل حول عنقه وانقطع الحبل سريعاً قبل
سقوط الجسم فربما عادت الحياة بواسطة التنفس الصناعي وهو أن
تسد إحدى فتحتي الأنف ويوضع في الأخرى أنبوبة المنفاخ المعروف
وينفخ بلطف ثم يضغط على البطن لإخراج الهواء من الرئتين ثلاث
مرات في الدقيقة ويصب الماء البارد على الوجه وتعمل باقي الإسعافات
كالتنفس الصناعي ويستدعى الطبيب

الغرق واسعافه بالملاج

إذا أخرج الغريق من الماء بعد الغرق بزمن قريب يلزم عمل
الإسعافات الآتية وهي فتح الفم لإخراج الماء منه واجتذاب اللسان
بنحو منديل إلى الأمام ونزع الملابس الضيقة حول العنق والمصدر
والقاء المصاب على ظهره ورفع رأسه وكتفيه قليلاً واسنادها إلى
وسادة واطئة ويعمل له التنفس الصناعي بأن يقبض الذراعين بأعلى

المرفقين ويجذبها بلطف الى الاعلى الى أن يلتقيا فوق الرأس
وفائدة هذه الحركة ادخال الهواء الى الرئتين ثم يردان الى جانب
الصدر ويضغط بهما عليه لايخراج الهواء من الرئتين ويعاد هذا
العمل على التعاقب نحو خمس عشرة مرة في الدقيقة ويديم مدة
طويلة الى أن يأخذ العليل في التنفس ويفرك الصدر والوجه ويصب
عليه قليل من الماء البارد والحار على التعاقب وينشق روح النوشادر
ومتى أخذ العليل يتنفس ياف بأحرمة من الصوف وتفرك
الاطراف تحت الغطاء وتوضع له زجاجات مملوءة ماء ساخنا حول
الاطراف وعلى المدة وتحت الاطباء ومتى عادت الحياة يسقى كميات
صغيرة من الماء الحار ويترك لينام واذا تعسر التنفس بعد ذلك
توضع له أوراق خردلية على الصدر والظهر وهذه الوسائط تعمل
في كتم النفس والحنق والشنق واذا لم تفد هذه الوسائط ولم تعد
الحياة كان ذلك دليلاً على اليأس منها ويعرف ذلك بعلامات الموت
علامات الموت — انقطاع النفس وضربات القلب وانطباق
الاجفان انطباقا ضعيفا وعدم تحريكها عند وضع طرف الاصبع على مقلة
العين وسقوط اطرافه اذا رفعت ويعرف وقوف التنفس بوضع مراية
أمام الفم فلا تنعبر

الفصل الرابع عشر

أمراض الشعب والرئتين

الانفلونزا

مرض حمى معدله ميكروب مخصوص يكثر في زمن الشتاء
ويصيب الأطفال والرجال ذكورا وإناثا على حد سواء

علامات المرض — ذكاه شديد وارتفاع درجة الحرارة وآلام
شديدة في الرأس وآلام عصبية بين الأضلاع وسعال وقلة إفراز
البول

الاسعافات الطبية الوقائية في حالة عدم إمكان استشارة الطبيب
والوسائط الواقية — عزل المريض عن الأصحاء ومقاومة الحمى
بإعطاء مسهل من كبريتات الصودا بمقدار ٢٠ جراما للرجال أو
كوبية ماء معدني مسهل Villa Cabras وذلك الجسم بروح الكافور
أو الكولونيا أو الكحول

معالجة آلام الرأس الوقائية في الانفلونزا — يعطى المريض من
برشام أنتيجريبين Cachetes Antigripine برشامة كل ساعتين

للبيالين إلى أن يزول الألم أو أقراص الفيناسيتين المركبة

Tabloid Phenacetine compound No. 2

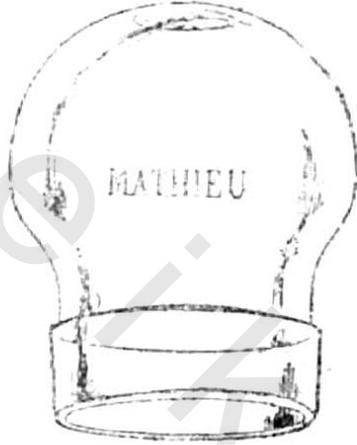
يؤخذ منها من ١ إلى ٣ البيالين

معالجة الزكام الرقبي في الأنفلونزا — حمام قدمي ساخن مع
ملح الطعام والحمية أي تناول غذاء من اللبن فقط والراحة وتخفيف
المطاس يوضع في فتحة الأنف قطن فورمان Coton-Forman أو دهان
فتحة الأنف بالريولين Rhinoline أو استعمال نشوة من المانتول
Menthol snuff

معالجة السعال الوقية في الأنفلونزا — استعمال المقوعات
الصدوية كتقوع البنفسج أو القطسية أو بعض الأدوية المجهزة بمعرفة
الطبيب كالبنساول Balsamol أو شراب رامي Sirop Rami أو
نقط رامي Gouttes Rami والتي حصل ضيق في التنفس تستعمل
الحجامة الجافة (أي كاسات الهواء) على الصدر والظهر (١)

(١) وضع كاسات على الجلد بعد إخراجها من الهواء بوضع قطعة من القطن
أو الورق مشتملة بالنار بداخلها

شكل (٥٤) حجم عادي



شكل (٥٣) حجم بخرية



وينتدب الطيب كما قدمنا ليعمل ما يفيد من العلاج

الربو العصبي (ضيق النفس)

يشاهد هذا المرض عند الرجال أكثر من النساء وعند الشبان والشيوخ ويندر عند الاطفال وفي أغلب الاحيان يكون مرتبطا بمرض بنبي كالروماتيزم أو داء الملوك (النقرس) ومن الأسباب المهيئة لحصوله البرد . او استنشاق الأتربة المهيجة . والانفعالات النفسانية . والافراط في المشروبات الروحية والتدخين بالتبغ ويأتي على نوب فيصاب المريض في النوبة بضيق في التنفس فيستيقظ من منامه كأنه محتق و يكون الشهيق شاقا صغيريا وفي ابتداء النوبة يكون

الوجه باهتا ثم يترق من كثرة المجهودات في التنفس والاعين تصير
حراء داممة والتكلم ينقطع والبلغم يكون جافاً أولاً ثم يصير رطباً
وتتمكث النوبة من ساعة الى ساعتين ثم تخط الاعراض وينام المريض
الاسماقات الطبية وقت نوبة الربو — يجلس المريض في ابتداء
النوبة منحنيا نحو الامام وتفك أزرار ملابسه وأحزمته ويعطى له
فنجان من القهوة ويحرق له ورق مخصوص ليتنفس من أبخرته
وكيفية ذلك أن يوضع ورقة منه على النار ويتنفس من أبخرتها فتزول
النوبة ويسمى هذا الورق Papier anti Asthmatic A. Fontaine
ورق فونتين ضد الربو أو يوضع مسحوق مخصوص يسمى مسحوق
ضد الربو Poudre anti-Asthmatique فيوضع مقدار قليل منه على
النار ويستنشق بأبخرته أو يدخن سجائر امبيك ربع أو ثلث
سجارة Sigarettes Espic أو سجائر الداتورة
Sigarettes Pectorales

وبعد زوال النوبة يستشار الطبيب في معالجة المرض

النزيف الرئوي (أى البصق الدموي)

قد يحصل البصق الدموي من الشعب أو من الرئة بسبب اصابة
الشخص بالدرن الرئوي أو مرض رئوي آخر أو عقب مجهودات

زائده كحمل الاثقال أو ما يماثل ذلك ولكن يلزم التأكد من البصق
الدودي لربما أن يكون من تفرح في لثة الأسنان أو من الحلق
والصلاة الأكيدة له هي انقذاف الدم الى الخارج أو مختلط
بالبصاق عقب مجهود السعال والزيغ الشبي منه يكون أهدر وأقل
مقدارا من الزيغ الرثوي

الأسهافات الوقية — يؤمر المريض بالسكون وتعاطي المشروبات
الباردة ووضع الجليد على الصدر بواسطة كيس شكل ٥١ صحيفة ٢٥٧
وأوراق خردلية على الأطراف وحقنة شرجية من الماء ويستشار
الطبيب

الفصل الخامس عشر

أمراض القلب واصابات المرئ

خفقان القلب

يحصل الخفقان من التأثيرات القوية المصبية كالفرح أو الخوف
أو الحزن أو الانفعالات النفسانية أو من الإفراط في الاشغال العقلية
أو السهر الطويل أو شرب التبغ أو الشاي أو القهوة أو المشروبات

الروحية أو من عسر الهضم أو من مرض في القلب وعلاماته تقطع في ضربات القلب وسرعة في النبض وضيق في التنفس وعرق وبرد الأطراف وأحياناً يحصل غثيان أو اغماء

الاسماقات العظيمة والمعالجة الوقائية — اجتناب الاسباب التي تحدث المرض وفي وقت النوبة يترك المريض في راحة تامة ويسقى قليلاً من ماء الزهر المضاف اليه قليل من نقط الايتير أو يعطى الفاليدول Valydol بكمية من ٥ الى ٣٠ نقطة مع قليل من الماء وان كان نتيجة امساك اعطى مسهلاً من سلفات الصودا أو يعمل له حقنة شرجية وتذلك الاطراف بالكحول وان كان نتيجة عسر هضم فيماج القيء بالاصبع أو يؤخذ قليل من بي كربونات الصودا في قليل من الماء

الذبحة الصدرية أي ألم القلب

يحصل هذا المرض من جملة أسباب منها الانفعالات النفسانية الشديدة والنفخ في الآلات الموسيقية أو مرض النقرس أي داء الملوك والروماتيزم والصرع والتعب الشديد والصعود الى المحلات المرتفعة وعسر الهضم والافراط في شرب التبغ وأمراض القلب

العضوية وعلاماته حصول ألم شديد فجائي شاغل لقسم القلب في محازات الثدي الايسر وألم يمتد نحو الذراع الايسر والعنق

الاسعافات الطبية والوسائط الواقية — ازالة الملابس ووضع الماء البارد على الصدر والذراع بالاتيير على قسم القلب وفرك الاطراف واستنشاق روح النوشادر أو نيتريت الاميل وهو الافضل فيوجد داخل زجاجات صغيرة يكسر واحدة منهم على منديل ويشم منه Ampoules Amil Nitrite وفي مدة زوال النوبة يجتنب المصاب الاسباب المهمة لحصول هذا المرض الخطر ومعالجة المرض المنسب عنه بما يقرره الطبيب

دخول الاجسام الغريبة في المرئ واسعافها بالعلاج

قد تدخل الاجسام الغريبة في المرئ وتقف فيه لكبر حجمها كازدراد قطعة كبيرة من اللحم أو الخبز أو الخضروات بدون مضغ كاف وهذا يحصل غالباً من الشيوخ فاقدى الأسنان والمجازيب ذوي الشره وقد يدخل مع الاطعمة اجسام متوسطة أو صغيرة كشوك السمك وشظايا العظام والابر والمسامير واللبايس والاسماك الصغيرة الحية والعلق التي تزرد مع ماء الشرب . وقد تدخل هذه الاجسام

في المرى قهراً عن الشخص وتقف فيه وكذا الاسنان المخلوعة وقطع
المعاملة (الفتود) والاسنان الصناعية مع مشابكها أثناء استفراق الشخص
في نومه العادى أو في حالة السكر أو غير ذلك فتمى حصل ازدراد نوع
من هذه الأنواع الكبيرة الحجم يحصل للشخص عوق في الازدراد
والتنفس ويحمر وجهه ثم يزرق ويهلك بالاسفكسيا اذا لم يخرج الجسم
الغريب

الاسعافات الطبية - ياتى المريض على بطنه ويجعل رأسه الى
أسفل خارجاً عن طرف السرير ورجلاه الى أعلى وبعد ذلك يمكن
أن يخرج الجسم الغريب بثقله أو بالقبض بالاصبع وقد يفيد دفع
الجسم الغريب الى المعدة اذا كان عظيم الحجم مجرداً عن الاجزاء
البارزة بعمل بعض دلكات من الظاهر بمحاذاة الجسم الغريب
اذا كان محاذ الجزء العنقى للمرى وقد يستعان على دفع الجسم الغريب
أيضاً بتفتته من الظاهر ان أمكن اذا كان سهل التفتت كالبطاطس
أو استعمال جرعة من الماء اذا كان قابلاً للذوبان كقطعة سكر أو
صمغ أو استعمال بعض قطع غذائية من نوع الحلوى المعروف عند
العامة (بزاحة الخلقوم وسد الحنك) اذا كان الجسم الغريب صغير
الحجم ورقيقاً مدياً كشوكة السمك أو الابر أو الدبايس أو جسماً

آفة صغيرة الحجم جداً لأنه في ... إذا نالته فحيط به البلعة الغذائية
ويقتصر في باطنها وينزل إلى المعدة

وقد يستعان بتبل دافع الجسم الغريب إلى المعدة بالضرب بتبل
الظهر وكيفية التبل عدة صدقات على الظهر يجمع اليد بلطف
ويكون المريض جالساً على أنيقه وينفذ في ازدياد العلق شرب الماء
المضاف إليه بلح الطعام

وان لم ينفذ هذه الطرق يتقدم الطبيب

الفصل السادس عشر

أمراض المعدة

النفص المدي (أي الألم المدي العصبي)

للنفص المدي جملة أسباب منها سوء الهضم واضطراب الحيض
والإفراط في تعاطي القهوة والشاي والتدخين بالتبغ أو الأكل المتبل
كثيراً بالأفاويه (البهارات) والمشروبات الثلجة أو تعاطي مواد
سامة فيحس المريض بضغط شديد في قسم المعدة يسري إلى الظهر
والصدر والكلى والضغط براحة اليد يسكنه قليلاً وربما نشأ عنه قيء

الاسمافات الطبية — اذا كان نتيجة عسر هضم محصول القى
يكفي لزواله وان كان نتيجة سبب من الاسباب الاخرى فتخفف
الآلام وقتيا بتعاطي قليل من الايتير مع مقدار من الماء محلى بالسكر
مضاف عليهما قليل من بي كربونات الصودا ووضع مكعبات أو لبخ
دافئة على قسم المعدة واستشارة الطبيب لمعالجة السبب

النزيف المعدي (المعروف بالقيء الدموي)

قد يحصل النزيف المعدي من أمراض القلب أو من وجود
أجسام غريبة وصلت الى المعدة كقطع زجاج عند الاشخاص الذين
يتناولون الزجاج (المروفين بالسعدية) أو من وجود ديدان في المعدة
أو من أمراض أخرى فيحس المريض بألم في قسم المعدة يصحبه قي
دموي أحمر أو اسود ويكون برازه سودا

الاسمافات الطبية — يوضع المريض في حمية تامة أي لا يتناول
طعاما ما وراحة تامة في غرفة ذات حرارة قليلة الارتفاع ويوضع له
كيس من الكاوتشو على قسم من المعدة مملوء بالثلج انظر شكل
٥١ صحيفة ٢٥٧ وأن يستحب بعض قطع من الثلج أو يبلها
وينتدب الطبيب لمعالجة السبب الذي حدث عنه هذا المرض

الفصل السابع عشر

أمراض الكبد

اليرقان الكبدي

يحصل هذا المرض بسبب تأثير البرد أو الإفراط في المآكل أو من الحصيات الصفراوية فيحس المريض باللام في البطن وامسك وبعد يومين أو ثلاثة يصفر لون الوجه ثم باقي جلد الجسم ويصير البول أصفر فاقعا ويحدث أكلان شديد في الجلد ويصير النبض بطيئا ويبيض لون البراز

الاسعافات — يوضع المريض في حمية تامة ويعطى مسهلا من كبريتات الصودا ومشروبات حمضية كالليموناد الخلية المتخذة من الماء والسكر وقليل من الخل ويسطى مياه فيشى بكثرة أو يعطى مياه كارلسباد ويعالج أيضا بالحقن في الشرج بمحتمة شكل ٣٤ صحيفة ٢٣١ بالماء البارد من كيلو الى اثنين ويكرر الحقن مرارا في اليوم والحمامات الفاترة وتعاطي مدرات البول كسكر اللبن ومقداره

من ٥ جرام الى ١٠٠ في لتر من الماء يشرب تدريجياً في اليوم
ويستشار الطبيب

المفص الكبدى (الحصيات الصفراوية)

هذا المرض تندر اصابته للشبان ويكثر بعد سن الأربعين
مخصوصاً بالنسبة الى النساء السمان . ومن أسبابه المعيشة الجلوسية
وكثرة التغذي باللحوم فتكون حصيات صفراوية تقف في سيرها في
القنوات الصفراوية وتحدث المفص المذكور فيعس المريض بالام
حاددة ممزقة في محاذة الكبد فياتوي المريض ويضعف نفسه
وينقياً وعند سقوط الحصاة في الأمعاء تزول هذه الاعراض
الاسهافات — يوضع المريض في حمام فاتر مدة نصف ساعة
ويعمل له حقنة شرجية أو يعطى مسهلاً من زيت الخروع ويفيد
جداً تعاطي زيت الزيتون الجيد كل يوم في الصباح بمقدار فنجال
وشرب مياه فيشى ويستشار الطبيب

أمراض الأمعاء

الديدان المعوية

تولد الديدان في الأمعاء من أكل اللحوم غير الناضجة كاللحوم

المرونة (بالسطرمة والسحق) ولحم الخنزير ومن مياه الشرب نهر
المرشحة ترشيداً جيداً وبعض أنواع الجبن أو من بعض الخضروات
وأشكالها كثيرة نذكر المهم منها وهي

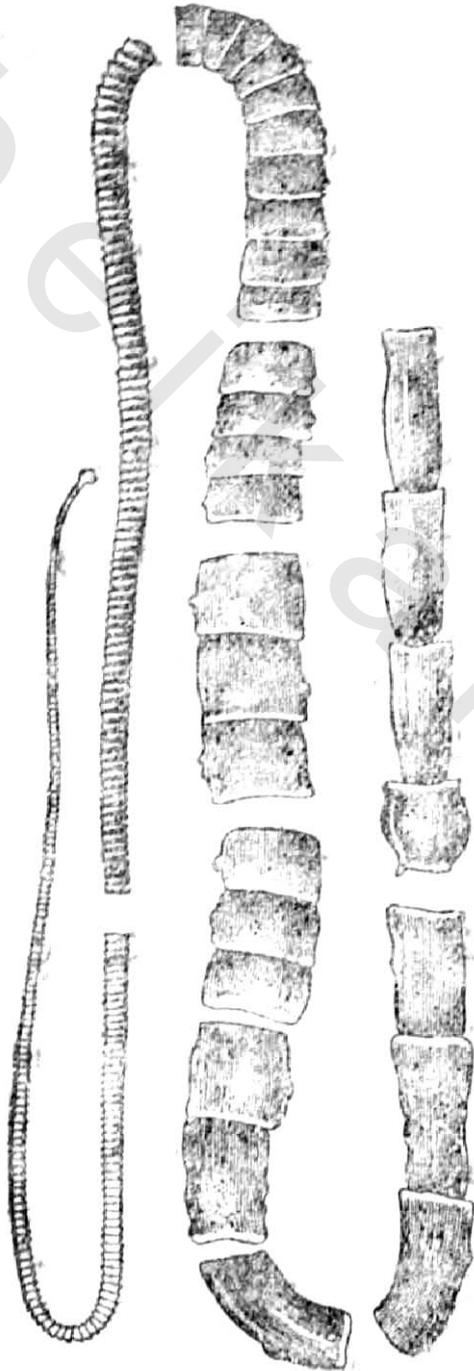
الديدان الاسطوانية — مقرها الامعاء الدقاق وأحياناً تسبح
نحو المعدة والمرئ واللفج الأنفية أو الشعب في مدة النوم وينشأ
عنها الاسفنجيا (أي كتم النفس) وأشكالها اسطوانية دقيقة
الطرفين وطولها من عشرة الى ثلاثين سنتيمتر وهي المروفة (بشامبين
البطن)

ديدان المستقيم — مقرها المستقيم أو بالقرب منه تشبه دود
الجبن دقيقة بيضاء شفافة اللون وتوجد بكثرة في الاطفال بعد الرضاعة
وقد توجد عند الشبان القدرين والشيوخ أيضا

الديدان الشمرية — مجدها الامور أو القولون أو المعى الدقاق
وهي مخططة عرضاً رقيقة

الدودة الشريطية الوحيدة — مقرها المعى الدقاق وقد يصل
طولها ١٠ أمتار الى ٣٠ متراً رأسها في حجم رأس دبوس ذات
شكل مربع محاطة بصفيين من كلايب بها تعلق في المعى وهي
هكوة من جملة عدل كل عدلة فيها ذكر وأنثى

شكل (٥٥) الدودة الوحيدة



علامات وجود الديدان —
الديدان الاسطوانية (ثعابين البطن)
اذا صعدت الى الحفر الأنفية أو
نزلت في الشعب تحدث عسرا في
التنفس . أما الديدان الخاصة
بالمستقيم فتحدث تهيجا فيه وآلاما
ناخسة وأحيانا زحيراً وأكلانا
شديداً يمتد أحيانا الى أعضاء
التناسل البولية . وعلى العموم من
علامات وجود الديدان ازدياد في
افراز اللعاب وتمدد في الحدة
وأكلان في الانف ونحافة المريض
وبهاتة لونه ومغص وخررج ديدان او
قطع من الدودة الوحيدة وقت
التبرز

الاسعافات الواقية والمعالجة — عدم أكل اللحوم الا بعد طبخها
جيداً والامتناع من أكل السجق والبسطرمة مع البيض ما لم تطبخ

تلك اللعوم جيادا قبل وضعها مع البيض ونحصر صالح الحنزير كما قدمنا
وعدم شرب المياه بدون ترشيح أو غلي . وأما المعالجة من اللبدان
الاسطوانية فيستشار فيها الطبيب وذيدان المستقيم تعالج باستعمال
الحقن بالماء البارد المضاف اليه قليل من الخل في المستقيم وأما اللودة
الوحيدة فتعالج بلب القرع الكوسة المتشور بمقدار ٥٠ الى ٦٠ جراما
وبعد ثلاث ساعات من تعاطيه يعطى المريض مسهلا من زيت
الخروع وأدوية أخرى عديدة تعطى بمعرفة الطبيب

النزيف المعوي

هو سيلان الدم من الامعاء وخروجه من المستقيم وأسبابه
كثيرة منها البواسير أو أمراض الكبد أو الدرن فيصاب المريض
بدوار وبرودة في الاطراف وقد يفشى عليه

الاسعافات الطبية - يؤمر المريض بالاستلقاء على الظهر
والحمية وتوضع على بطنه مكدرات باردة أو كيس كاوتشو مملوء ثلجا
أنظر شكل ٥١ صحيفة ٢٥٧ ويسقى السوائل الباردة المحضية
كشرب الليمون أو تعمل له حقنة من الماء البارد الصرف وينتدب

الطبيب

الاسهال البسيط

من أسبابه تناول الاطعمة الرديئة والافراط في المأكل وأكل الفواكه الفجة والبرد والرطوبة والحرارة والاشغال الشاقة وسوء الهضم الاسعافات — يعطى المصاب مسهلا من زيت الخروع ومنقوع الشاي مضافا اليه عصارة الليمون ووضع وضعيات ساخنة على البطن وتعمل له حقنة في المستقيم بالماء الفائر المضاف اليه قليل من النشاء ويلتزم الحمية ويستشار الطبيب

الدوسنتاريا

يعرف هذا المرض بكثرة التبرز ونزول المواد البرازية قليلة محتاطة بمواد دموية مخاطية مصحوبة بزحير وتتمن يسبقه مفص الاسعافات الطبية — تعاطي مسهل من سلفات الصودا أو زيت الخروع ووضع وضعيات ساخنة على البطن كوضع كيس مملوء بالنخالة الساخنة على البطن أو وضع كيس من الكاوتشو مملوء ماء ساخنا لتدفئة البطن والتغذي بالامراق واللبن المضاف اليه ماء الجير والماء الزلالي المكون من خفق زلال أربعة بيضات في لتر ماء وقد

يستعمل بنجاح في عرض الدوسنتاريا البسيطة أقراص الكوزام
El Kosam بمقدار ١ الى ٣ فيوتف المرض وينقطع سيلان الدم
وان لم تنه هذه الوسائط استشير الطبيب

الامساك

هو احتباس البراز في الاوقات الاعتيادية وبسببه يصاب الانسان
باحتطاط زائد في عموم الجسم وآلام في الرأس واضطراب في
الاعصاب من الامتصاص العفن واهمال معالجته من الأسباب
المهيئة لسرعة الهرم والشيخوخة ومن أسبابه تعاطي المأكولات العسرة
الهضم وكثرة الجلوس وعدم الرياضة والاشغال العقلية الشاقة
الوسائط العلاجية — تحديد وقت للبرز كل يوم والأجود أن
يكون ذلك في وقت الصباح والتقليل من أكل اللحوم والاكثار
من أكل الخضروات والفواكه واجتناب الاغذية العسرة الهضم
واستعمال حمامات باردة أو فاترة من وقت لآخر حسب اعتياد
الشخص وعدم النوم قبل تمام الهضم والرياضة يوميا وتماطي المليينات
عند الضرورة وعدم تعمد استعمالها لان الاكثار منها قد يضر
وأنواع المسهلات عديدة لكنها تعطي بحسب الحالة المرضية باستشارة

الطبيب وفي الاحوال التي لا يتيسر فيها استشارة الطبيب يكفي
الحصول الاسهل في الاحوال البسيطة اعطاء مسهل من مسافات الصودا
من ١٥ الى ٣٠ جراما مذابة في كوب ماء فاتر أو مياه معدنية مسهلة
مثل قيثا كابرا . وتوجد حيلة ترا كيب مسهلة مجهزة تستعمل عند
الضرورة تفيد أولا ولكن بتكرار استعمالها قد لا تأتي بالنتيجة لان
الانسان اذا تعود على شيء يكاد لا يتأثر منه فيما بعد وتلك جهرت
أقراص الثار يلاكسين Varilaxine المستعملة في الامساك المزمن
موضوعة في خمس زجاجات صغيرة داخل علبة وتلك الزجاجات منمرة
من المرة ١ الى المرة ٥ فيؤخذ أولا لازالة الامساك قرص واحد
من المرة ١ وفي ثاني دفعة يؤخذ قرص من المرة ٢ وهكذا بالترتيب
الى المرة ٥ ثم يعود الى المرة ١ وهكذا

وأما أنواع المجهزات الاخرى فمليدة منها

Chatel-guyon Miraton

أقراص شتلجيون

Végétaline dubou

حبوب فيجيتالين

Cascara Midy

أقراص كاسكاراميدي

Grains de Vals

حبوب فالس

ومقادير كل منها واضحة على غلافاتها

وتوجد أقراص سكرية لذينة الطعم سهلة التماطي خصوصا
عند الاطفال وهي

Fructins - Vichy أقراص مربى فيشى

Tamar indien أقراص التمرهندي

ومقاديرها موضحة على غلافاتها

وقد يفيد في الامساك المصحوب باحتقان باسوري تماطي
مسحوق العرقسوس المركب Poudre de Reglise composé كل ليلة
بمقدار ملعقة مربى في كوبة ماء عند النوم

والانفع للمصاب بهذه العلة أن يتبع التدبير الغذائي الذي
سيأتي الكلام عليه في الغذاء المرضي ويزاد على ذلك استعمال
مياه شاتلجيون في حماماتها المعدنية لمن يمكنه ذلك لان هذه المياه
وطرق غسل الامعاء بها مفيدة جداً في ضعف الامعاء الذي هو من
أسباب الامساك راجع صحيفة ٩٩ من هذا الكتاب على مياه
شاتلجيون

التهاب الاعور

التهاب الاعور له أسباب منها الامساك الناشئ من تجمد الفضلات
في الاعور فتكون سبباً في التهابه أو وجود مواد غريبة انغرست فيه

كشوك السمك أو بعض القطع المظلمة الصغيرة التي تبلى مع الأغذية فيصاب المريض به بألم في الحفرة الحرقفية اليمنى يزداد بالضغط ويحصل فيه ورم يحس بالأصبع إذا وضع عليه واماك شديد وينتهي هذا الورم اما بالتحليل أو بالتقيح

الاسعافات الوقائية — ياتزم المريض الراحة التامة والحمية الشديدة وتعمل له الوضعيات الجليدية على الورم ويستشار الطبيب ليأمر بالعلاج اللازم . واني أشير على من كان عنده استعداد للإصابة بهذا المرض باستعمال غسيل الأمعاء بمياه شاتاجيون في حماماتها المعدنية وشرب مياهها بها

البواسير

أسباب البواسير كثيرة منها الامساك والمعيشة الجلوسية وأكل الاطعمة المطبوخة بالافاويه كالفلفل والشطة وأمراض أخرى فيحس المصاب بجسم غريب في المستقيم وألم شديد خصوصا عند التبرز يصحبه نزول الدم منه وقت التبرز أيضا اذا كان مصحوبا بنزيف الاسعافات والوسائط الصحية — اجتناب الأسباب المهيئة لحصول هذا المرض واعطاء مسهل من زيت الخروع أو من سلفات

العصودا وتخفيف الآلام بوضع الأقماع أو المراهم الآتية المجهزة في حالة إذا لم يمكن استشارة الطبيب وهي

أقماع البواسير لميدي *Suppositoires Hémorrhoides Midy*

أقماع رويير *Suppositoires de Royer*

أقماع الهازيلين المركبة *Hazeline Suppositoires*

فتوضع هذه الأقماع بعد إزالة غلافها وتدخل في فتحة الشرج من قمع الى ثلاثة في اليوم لتخفيف الآلام وتحسين حالة الاستئمان الباسوري

ويلازم وضع الأقماع في اناء به ماء بارد لئلا تدوب من حرارة

الجو

وان لم يتيسر الحصول على تلك الأقماع فيستعمل دهان رويير

Pommade de Royer مرتين أو ثلاثا في اليوم

وان كانت البواسير ظاهرة ومخنقة جدا تعمل مكدمات فاترة

من منقوع البابونج مع رؤس الخشخاش (ابي النوم) مضاف اليها بعض

نقط من الكريولين وينتدب الطبيب ليامر بما يراه

الفصل الثامن عشر

أمراض الكلى

المفص الكروي

هو نتيجة حصيات ملحية تكون في نقط مختلفة لمسالك البولية وتُشاهد في الأشخاص الذين يتعاطون الأطعمة الحمضية بكثرة واصابته للرجال أكثر من النساء وللأغنياء أكثر من الفقراء وعلامات وجود الحصيات المذكورة مختلفة فبعض الأشخاص يشاهد عندهم خروج رمل مع البول بدون أن يصاحبه أدنى اضطراب وبعضهم يعتبره مفص كروي شديد يأتي على نوب وفي مدة النوبة يتعري المصاب قئاً وألم شديد جداً يمتد نحو الأوربية ويختبس البول الأسماقات الطبية — يوضع المريض في حمام ساخن وبسمل له حنطة شرجية ويسطلى كوبة ماء مضافاً عليها عصارة الليمون وقليل من بي كربونات الصودا محلاة بالسكر ومياها قلوية كياه فيشي ومنقوع استجماعات الذرة الشامية (شواشي الذرة) وقد يفيد استعمال منقوع بزر الخلة يؤخذ كل يوم فنجال في الصباح ومثله في المساء

ويستشار الطبيب ويتبع التدبير الغذائي الذي من ذكره في الفداء
المرضي لهذا المرض

البول اللبني للبلاد الحارة

يصيب هذا المرض النساء أكثر من الرجال والبيض أكثر
من السود فيكون البول ذا لون أبيض كاللبن وسببه وجود ديدان
صغيرة والوسائط المصحبة التي تعمل في هذا المرض هي تغير هواء
البلاد أو الاقليم وشرب المياه القلوية كياه فيشي والحمامات البحرية
ويستشار الطبيب

احتباس البول

احتباس البول له أسباب منها وجود أجسام غريبة في المثانة
أو في قناة مجرى البول (حصاة) أو من حالة نزلية في المثانة فتحدث
للشخص المصاب ألم شديد وتعالج بإزالة السبب والحمامات الفاترة
واستعمال المشروبات المدرة للبول كسكر اللبن من ١٠ جرامات
إلى ٥٠ جراما مذابا في الماء وفائده حصول الاسهال وادرار البول
أو منقوع عرق النجيل وان لم تفد هذه الوسائط ينتدب الطبيب
لقسطرة المصاب ومعالجته بمرفته

الفصل التاسع عشر

أمراض الرحم

عسر الحيض والمنص الرحمي

عسر الحيض ينشأ عن أسباب كثيرة تشخص بمعرفة الطبيب فيحدث عند الإصابة به آلاما رحمية قطنية تتكرر في كل حيضة وتكرار البول وزحيرا وربما حصل قي وتزول تلك الاعراض بتزول دم الحيض وتعالج وقتيا باستعمال حمام ساخن مضاف اليه قليل من مطبوخ رؤس الخشخاش (أبي النوم) وذلك البطن بزيت البابونج وتعطى باللبخ الحارة وحقنة شرجية ويستشار الطبيب

النزيف الرحمي

قد يخرج الدم من الرحم في غير زمن الحمل وقد يحصل النزيف عقب الحيضة ويستمر الى الحيضة الاخرى والاسماقات التي تعمل هي أن تلقى المريضة على ظهرها ويوضع لها مخدة أسفل الحوض وتعطى مشروبات باردة من الماء وعصارة الليمون بمحلاة بالسكر

ويوضع لها رفائد مبتلة بالماء البارد على البطن تغير كل خمس دقائق
أو كيس من الكاوتشو محشو على قطع من الثلج على الجزء الأسفل
من البطن (أنظر شكل ٥١ صحيفة ٢٥٧) وحقن في المستقيم بماء
بارد وينتدب الطبيب

تدبير صحة الحامل

راجع تأليفنا الاسماقات الطبية من صحيفة ١٥٧ لغاية ١٦٥

مواقيت الولادة

يلزم لضبط تاريخ ميعاد الولادة أن تسأل المرأة عن آخر يوم
انتهى فيه الحيض الاخير فاذا كان آخر حيض للمرأة في ١٤ رمضان
تضاف ٧ أيام على هذا التاريخ أي $١٤ + ٧ = ٢١$ فيعرف
إذا أن المرأة تضع حملها في ٢١ جمادى الثانية

ومثل آخر اذا فرض ان تاريخ آخر حيض انتهى في ٢٩ يناير
يضاف ٧ أيام على هذا التاريخ $٢٩ + ٧ = ٣٦$ وبما ان شهر
اكتوبر ٣١ يوما فيكون الوضع في ٥ نوفمبر وهكذا ومع ان هذا
الحساب تقريبي فالفرق لا يتجاوز خمسة أيام تقديما أو تأخرًا

الفصل العشر

أمراض المثانة

البول الدموي (البهارسيا)

هو مرض كثير الوجود بمصر سببه حيوان مخصوص يصل الى الانسان بواسطة مياه الشرب غير المرشحة أو في بعض الأغذية النباتية كما قدمنا الكلام على ذلك راجع صحيفة ٩٥ من هذا الكتاب وحيوان هذا المرض لا ينحصر على وجوده في المثانة بل يوجد في المستقيم وفي قناة مجرى البول وينقل للكلى والسكري وتحدث عنه أعراض رديئة جداً كآتهاب المثانة والكلى والمستقيم ونزيف كلوي أو مثاني في بعض الأحيان وحرقة شديدة وقت التبول وزحير وأورام في المستقيم وغير ذلك . وقد جرب في علاجه كثير من الأدوية كخلاصة السرخس الذكر حتى علاج (٦٠٦) وغير ذلك من الأدوية ولكنها لم تفد . وكل الأدوية التي يقاوم بها هذا المرض

مسكنة فقط ولذلك يلزم هذا المرض المصاب به عدة سنين يقاسي فيها المذاب ولذا عدوه من الامراض التي تحتاج معالجتها المفيدة للبحث والتنقيب . وأهم الوسائط الصحية الواقية التي تعمل الآن هي تجنب شرب المياه بدون ترشيح واجتناب أكل الخضروات مثل الفجل والجرجير وما يماثلهما بدون غسلها بالماء المنهلي مرارا وتلافي العوارض بالعلاجات المسكنة بمعرفة الطبيب وليعلم ان وصول حيوان هذا المرض للجسم يكون من امتصاص الجلد له بالاستحمام بماء الأنهر فيلزم اجتنابه بقاتا

الباب السابع

أمراض الجلد

سقوط الشعر

قد يسقط الشعر بسبب ضعف البنية أو عقب حصول الحميات وعلاجه تقوية البنية وغسل الرأس صباح كل يوم بالماء البارد وفركه بمنشفة خشنة حتى يحمر الجلد أو بواسطة فرشاة ويستعمل دهان الكابتال بالفرشاة Capital أو دهان آخر مفيد جدًا يسمى كابيليتيا لادكتور بوهر Capilitia du Dr. Pohr أو دهان زيت البنديق والكنيا المجاز Huil du Noisette au quinquina ويستعمل للاطفال المويل Moelle de Bœuf

ولما كان الشعر من متممات زينة النساء التزمنا ذكر هذه

الفوائد المهمة التي تحفظه من السقوط للانتفاع بها

الاجزيما

مرض جلدي سلاته احمرار الجلد وأكلان فيه ووجود
حويصات صغيرة تفرز سائلاً مصلياً
الاسماقات الطيبة — يندر على سطح الجلد مسحوق النشاء أو
مسحوق الارز أو يغسل المحل المصاب بالماء المضاف عليه بي كربونات
الصودا بنسبة ١٠ جرام في المائة أو دهان الجليسرين النشوي
المصنوع من مزج الجليسرين مع النشاء على الحرارة وان لم تفد هذه
الوسائط استشير الطبيب

القوبة الصفراء

يعرف هذا المرض بنقط حمراء ذات أكلان ووجود بشور
صغيرة تتهزق ويخرج منها سائل يجف ويكون قشوراً صفراء وهذا
المرض يشاهد كثيراً في الاطفال فتغطي وجوههم بشور منفصلة
فتعمل لهم لبخ من دقيق البطاطس و يغسل القوب بمطبوخ الخبيزة
ويندر عليه مسحوق النشاء أو تدهن بالجليسرين مع القطران وان
لم تفد هذه الوسائط استشير الطبيب

الدمامل والخراجات

اما أن تكون مفردة أو متعددة وحجمها يختلف صغراً وكبراً من الحمصة الى البيضة وتظهر في مؤخر العنق وتحت الابط والاليتين فيحمر الجلد أولاً ثم ينتح فلتخفيف الآلام يدهن الدم بصبغة اليود ويوضع عليه لبخ بذر الكتان حتى يتم التقيح أو يزول وتعمل هذه الاسعافات في الخراجات الثديية وغيرها ويستشار الطبيب

الجرب

هو مرض معد يعرف بوجود حويصلات ذات أكلان شديد وسببه وجود حيوان مخصوص يسمى (الكاروس) ومجاس الجرب يكون عادة بين الأصابع وثنيات المفاصل والاليتين والعدوى به تحصل بواسطة ملابس المصابين به أو من اختلاط المرضى بالاصحاء وقد تكون عدواه الانسان من بعض حيوانات كالكلاب فانها تصاب بهذا المرض وبمخالطها الانسان ينتقل المرض اليه الاسعافات الطبية — عزل المريض عن الاصحاء وغلي الملابس الخاصة به وكذا الفراش يطهر اما بوضعه في آلات التبخير أو

أحراق قش المراتب وغلي أكياسها ودلك الجسم بالصابون الأسود
مدة نصف ساعة ثم غسله بالماء ودلكه بمرهم الكبريت أو بمرهم الميعة
السائلة وبعد الدهان بساعتين يغسل بالماء الفاتر والصابون الفينيكلي
ويكرر هذا العلاج مع تغيير الملابس يوميا وان لم يفد يستشار
الطبيب

القدم

يوجد منه ثلاثة أنواع قمل الرأس ويعالج بقص الشعر وغسل
الرأس بالصابون ثم ذر مسحوق بذر البقدونس . وقمل الجسم
ويزول باستعمال الحمامات الكبريتية كماء حلوان وقمل العانة الذي قد
ينتشر في الاحية وتحت الابط وشعر المستقيم ويعالج بالدهن بالمرهم
لزبقي بكمية خفيفة جدًا والحمامات الكبريتية

الباب الثامن

الاغذية في الامراض

معرفة كيفية التغذية في الامراض أمر ضروري جداً لان العلاج لا يفيد المريض بدون معرفة الغذاء المناسب له

الغذاء في مرض التهاب اللوزة

وأمرض الحنجرة (الدفترية)

الغذاء في هذه الامراض يكون من الاغذية السهلة البلع مثل اللبن الساخن ومطبوخ الارز (المعروف بالهلبيه) وصفار البيض المزوج مع اللبن

الغذاء في أمراض ضيق المريء

ضيق المريء ينشأ من الاصابة بالسرطان أو خلافه فيمنع مرور

الاغذية وعلى حسب درجة هذا الضيق يلزم استعمال طرق خصوصية للاغذية ففي احوال الضيق البسيط تستعمل الاغذية السائلة أو الرخوة كاللبن والبيض والامراق وتكون تلك الاغذية دائنة أي بين البرودة والحرارة وتعطى للمريض كل ساعتين أو ثلاثة ويمكن مساعدة ذلك بواسطة حقن الاغذية السائلة في المستقيم بواسطة الحقن الشرجية أو بواسطة أنابيب تدخل في البلعوم بواسطة الطبيب وإذا لم تفد هذه الطرق وكان المريض آخذاً في الضعف تعمل له عملية جراحية أي فتحه في المعدة بواسطة الجراح لتغذية المريض منها وهذه العملية بسيطة لا خطر فيها

الغذاء في حالة زيادة الحموضة في المعدة

أو وجود قروح بها

يلزم الاعتناء الزائد بصنع الاطعمة والراحة بعد الانتهاء من الاكل وغذاء هؤلاء المرضى يكون مركباً من الالبان الباردة أو الساخنة والامراق والجبن الجديد والبيض (البرشت) والمواد النشوية والخضروات الناضجة والفواكه المطبوخة غير الحامضة والمياه المعدنية كياه افيان ومنقوعات الزيزفون أو البابونج

أما الاغذية المتنوعة في هذه الحالة فهي الطيور المصيدة وجميع
اللاحوم المملحة كالسردين والاسماك المدسمة والحیوانات الصدفية
كأم الخول وعيش الغراب والحمض والطماطم والحمص واللوبيا
الخضراء وأنواع السطاطات الخضراء والفواكه غير الناضجة والكاكاو
والشكرلاند والحلويات واللبن الحامض والبهارات والحل والجبن
الكثير الملح والمشروبات الروحية ومنقوع الشاي

الغذاء في حالة تمدد المعدة

الفرض من ترتيب الغذاء هو عدم ازدحام المعدة بالأطعمة وعدم
حصول أي تخمير بها

الاغذية الصالحة لهذا المرض — اللاحوم المفرومة الناضجة جيدا.
البيض . البقول المهروسة Purée و بعض الفواكه المطبوخة وشرب
الماء قليلا بحيث لا يتجاوز ثلاثة أرباع اللتر في اليوم ويتنعم المريض
من استعمال الشوربة والامراق وشرب الماء يكون بعد الاكل
بساعتين على الاقل ويمكن تعاطي بعض المنقوعات الساخنة مثل
منقوع الشاي أو البايونج أو الزيزفون قبل الاكل وبمده ويجتنب
تعاطي المشروبات الغازية مثل الكازوزه والصودا وتؤخذ الاغذية

على دفتين بصيدتين عن بعضهما بمقدار سبع ساعات فتؤخذ مثلا
في الظهر وفي الساعة ٧ مساءً أما في الصباح فيؤخذ غداء خفيف
جدا في الساعة ٨

الغذاء في الدسبيسيا (سوء الهضم)

الدسبيسيا هي سوء الهضم الناشئ من جملة أمراض كالسل
الرئوي وأمراض الكلى والمثانة والقلب والأمراض العصبية على
اختلاف أنواعها وأمراض أخرى
يلزم أن يكون الأكل بتأن وجودة المضغ والاقبال من الشرب
أثناء الأكل وغسل الفم والاسنان وتنظيفها بعد كل أكل والاستراحة
سدة نصف ساعة على الأقل بعده بأن يضطجع على كرسي ولا بأس
بالحديث الخفيف وترك الشغل والنوم في هذه المدة

الاطعمة النافعة في حالة سوء الهضم — الامراق . مرقة دجاجة
أو شربة خضار أو أرز أو شعرية أو بيض برشت . لحوم مشوية
كلحوم الضأن والمعجول والدجاج البسلي والرومي . المخ والاسماك
المقلية منزوعا جلدها . ومن الخضروات . البطاطس المسلوق أو
المهوك . كراث أبو شوشه . اللوبيا الخضراء . البسله . الشكوريا .

الباميا . القرقييت . ومن المواد النشوية . المكرونة الناضجة . الشمرية .
الأرميك . التايوكا . الأرز . الجبن الأبيض الجديد . جبنة جريشيرا
أو هولانده . والفواكه الناضجة واللبن الحامض حديثا المعروف بالبن
الزبادي والخبز المحمص . ومن المشروبات : منقلي البابونج والزيزفون
وورق البرتقال والمياه المعدنية كياه افيان أو الماء العادي

الأطعمة الضارة في مرض سوء الطضم — السلطة الخضراء . البهارات
الخل . عجة البيض . لحم الأرنب . الأرز . البط . الصافير .
ومن الأسماك : الأسماك الصدفية . كأم الخاول والجندفلي . ومن
الخضروات . الحصى . الهليون . الباذنجان . عيش الغراب . الفطورات
الدمية . الجبن الناعم مثل روكفور . الفواكه الفجة والحامضة .
والدمية مثل اللوز والجوز والبندق . والمشروبات الريحية بأنواعها .
والمياه المعدنية الغازية

الغذاء في الأسهال والدوسنطاريا

يعطى المريض الماء النقي أو المضاف عليه كمية خفيفة جدا من
اللبن أو ماء الأرز أو الماء الزلاي أو منقوع الشاي ولا يحسن أن
يعطى الماء باردا لئلا يزيد الآلام والتعني . وعند تحسن الحالة يمكن

التصريح باعطاء شوربة الأرز الخفيفة أو الاراروط ثم بعد ذلك يضاف الى الشوربة قليل من اللبن و بعدها يصرح بالتدريج بأخذ شوربة خضار أو شوربة دجاجة

الغذاء في الامساك المزمن

أهم علاج للامساك المزمن هو جودة ترتيب الاغذية الصالحة لدفع هذا المرض

الاغذية الجائزة في الامساك — لبن الزبادي . مصل اللبن (الشرش) الجبن الحديث العهد . الزبدة . عسل النحل . سكر اللبن . زيت الزيتون . الشمير . خبز الشمير . الخضروات الجديدة وكذا الفواكه خصوصاً العنب . الماء البارد في الصباح . بعض اللحوم البيضاء كالدجاج . صفار البيض

الاغذية الممنوعة في الامساك — اللحوم الحمراء . بياض البيض . اللبن العادي . المسلي . النشاء . الأرز . الخبز غير الناضج . الشاي

غذاء المرضى بالبواسير

المستعمل في هذا المرض هو الغذاء اللين والخضروات ويلزم الامتناع عن تناول الفلفل وعموم البهارات نحو الخردل والقرفة والقرنفل

الغذاء في ارتخاء الأمعاء

يلزم في هذا المرض تناول اللحوم المهروسة المشوية والبيض البرشت والخبز الناشف والقهوة مع اللبن والشوربة والمربات والشاي ويجتنب أكل اللحوم المسلوقة والخضروات والارز والفواكه كالعنب والبيض المقلي والكبد والسلطة واللبن لمدم قوة الامعاء على هضمها

الغذاء في البول السكري

أهم شيء في معالجة هذا المرض ترتيب الغذاء بالكيفية الآتية الاغذية الموصى بها في مرض البول السكري - جميع اللحوم الجيدة وكذا الاسماك والبيض والاسماك المحفوظة بالزيت كالسردين بكمية قليلة والزبدة والقشطة وأنواع الجبن جميعها وزيت الزيتون . ومن الخضروات : الكراث . الشكوريا . الخرشوف . القرنبيت .

الكرفس . الهندباء . البطاطس . الجريبير . الفجل . الكرنب . السبانخ .
الفصوليا الخضراء . الخبز المخصوص الخالي من النشاء . البيض .
ومن المشروبات : ماء افيان أو ماء فيشي أو ماء عادي ومنتوع
الزيفون أو منقوع البابونج والشاي والقهوة بدون سكر أو محلاة
بالسكرين

الاغذية المحظورة في البول السكري — اللحوم المفضة . السكر .
الشكولاته . جميع أنواع المربات والحلويات . اللبن . العيش العادي .
المكرونه . الشعيرة . التايوكا . السلطة المصنوعة من الدقيق .
البرغل . البسلة . الفول . العدس . الذرة . الطماطم . البنجر .
الجذر . عيش الغراب . ومن المشروبات : البيره الانجليزي والالمانى
المادير . نبيذ ملحجا . الشرتروز . وعلى العموم جميع السوائل السكرية
ما عدا السكرين

الغذاء فى مرض النقرس والحصىات الكلوية

والاملاح البولية

الغذاء المستعمل فى هذه الامراض هو اللبن والخضروات وهالك

بيان الاغذية المباحة والممنوع استعمالها

الاعذية المصرح بها - الالبان . الجبن الجديد . البيض .
النشا . الفطورات . البطاطس . الارز . السكر . الخضروات الجديدة .
الفواكه الجيدة كالكرينز وعصير العنب . منقوع استجمانات الذرة
الشامى (المعروف بشواشي الذرة) . منقوع عرق النجيل . عصير
الليمون . ماء افيان ويجوز مع الاستراس أكل لحوم الدجاج وأسماك
نهر النيل فقط وبيض الاسماك (المعروف بالبطارخ الجيد غير المملح)
الاعذية الممنوعة - اللحوم الحمراء . الكبد . المخ . الكلى .
خلاصة اللحوم . السباح . اللوبيا . البنجر . الحمص . البصل . الهليون .
عيش الغراب . الشكولاته . الشاي . القهوة . السلاطة . الطماطم .
البصل . الباذنجان . اللوبيا الخضراء . وهاك ترتيب الغذاء
غذاء الصباح - لبن وعيش وزبدة وفنجان منقوع عرق النجيل
غذاء الظهر - بطاطس ممهوك . بيض برشت . مكارونه
مسلوقة . مربة التفاح أو الخوخ . بسكويت ناشف
خبز . ماء افيان . كوبة منقوع شعير محمص . لحوم
فراخ أو أسماك
غذاء العشاء - شوربة البطاطس . ارز بالقرنبيط . سلطة خص .
برتقال . خبز . ماء افيان . منقوع الزيزفون

الغذاء في البول الزلالى

أهم علاج لهذا المرض استعمال الغذاء بالكيفية الآتية

يعطى المريض أول يوم ٢٠٠ جراما من اللبن المتلج وصفار
بيضتين ويزاد مقدار اللبن يوميا ١٠٠ جرام وصفار بيضة الى أن
يصل ١٠٥٠ جرام وصفار البيض الى ٨ بيضات وفي اليوم السابع
يعطى أرزا بلبن بمقدار ١٠٠ جرام مع الزبدة ويزاد مقدار الأرز
واللبن يوميا الى ٤٠٠ جرام في اليوم وبعد اسبوعين يئذى باللحم
المسلوق ثم بعد اسبوعين يعطى صفار ٨ بيضات و ٢٠ جراما من
السكر ولتر لبن و ٧٠ جراما من اللحم المسلوق و ٤٠٠ جرام من
الأرز واللبن

الغذاء في الروماتيزم والام المصعبى الوركي عرق النساء

وفي أحوال زيادة حمض البوليك في البول

الاغذية الجائز استعمالها - الألبان . الجبن الجديد . البيض
لحوم بيضاء مع الاحتراس . الفطورات . البطاطس . الأرز . السكر
الخضروات الخضراء . الفواكه الحديثة كالكرينز . عصير العنب .
ومن المشروبات : ماء قيتيل وشراب الليمون وماء افيان

الاغذية المتنوعة — اللحوم الحمراء . الكبد . الخ . الكلى .
خلاصة اللحمة . السباح . اللوبيا . البنجر . الحمص . البسلة . العدس
الهلجون . عيش الغراب . الشكولاته . الشاي . القهوة . السبلاطة .
الطماطم . البصل . الباذنجان . اللوبيا الخضراء . ويستشار الطبيب
في العلاج

السمن المفرط وبيان علاجه الصحي

يعالج السمن المفرط بالوسائل الصحية الآتية لا باستعمال
الادوية التي لا تفيد بدون تنظيم الغذاء
تلك الوسائل هي : السفر والتقوية الجلدية باستعمال ذلك
بالروائح العطرية والحمامات باردة أو ساخنة بدرجة ٣٠ الى ٣٩
والتمرينات العضلية بالالعاب والمشي والرياضة اليومية وركوب الخيل
والبسكيت وتحديد ساعات للنوم من ٦ الى ٨ ساعات واجتناب
النوم بعد الاكل وتقوية وظيفة الكبد باستعمال المياه المسهلة التي

قاعدتها كبريتات الصودا مثل فيلا كبرا Villa Kabras

و يبدأ بمعالجة المريض بالغذاء بان يعطى كل يوم لبنا بمقدار ١٢٥٠
جراما يوميا وخمس بيضات وهذا القدر يؤخذ على خمس مرات

عدة عشرين يوماً وبعد انتهاء تلك المدة يعطى اللحوم الخالية من
الشحم والملح والأسماك المسلوقة وقليلًا من الخبز ويجتنب المشروبات
السكرية والروحية

أما المأكولات الممنوعة فهي : الزبدة والسمن والزيت والنشاء
والخضروات الناشفة كالحمص واللويصا والبقول والعدس وأبو فروة
والأرز . والفظورات والقشعة والبيرا وهناك ترتيب الغذاء

غذاء الصباح — ٢٥ جراما من الخبز . ٥٠ جراما من اللحم البارد
بدون سمن . ٣٠٠ جرام من الشاي الخفيف بدون سكر
غذاء الظهر — ٥٠ جراما من الخبز المحمص ١٠٠ جرام من اللحم
أو بيضتان ١٠٠ جرام من إحدى الخضروات
الخضراء . سلطة ١٥٠ جراما من اللبن الجديد
فاكهة ناضجة

غذاء العشاء — ٥٠ جراما من الخبز ١٠٠ جرام من اللحم ١٠٠ جرام
من الخضروات . سلطة . فاكهة ناضجة . ويلزم
ترك شرب الماء على الأكل أو التقليل منه ويفضل
شرب الماء بعد الطعام بساعتين ماء عادي أو ماء
افيان وقبل النوم فتجال منقوع البابونج أو عرق النجيل

الباب التاسع

الاسعافات الطيبة في أحوال التسمم

يلزم مراعاة ثلاثة أشياء أولاً إخراج السم . ثانياً استعمال مضادات السم . ثالثاً اصلاح ما أفسده السم . فنبداً هذا الموضوع بذكر الاسعافات الوقتية التي يمكن عملها قبل استدعاء الطبيب لان الانتظار في هذه الاحوال بدون اسعاف قد ينشأ عنه موت المصاب ثم يتدب الطبيب في كل حالة من الاحوال الآتية المذكورة

التسمم بالاحماض مثل حمض الفينيك — يعطى المصاب مانيزيا مكسبة من ٢٠ الى ٣٠ جراماً مذابة في كوبية ماء أو ماء الصابون بكمية وافرة أو الطباشير ممزوجاً بالماء و يثار القيء بالاصبع ويكرر تعاطي احد المحاليل المذكورة حتى يخرج القيء بدون رائحة ثم يسقى المصاب الماء الزلالى المكون من خفق زلال عشر بيضات في لتر من الماء

التسمم بالسليمانبي — يعطى المصاب بياض البيض بكمية زائدة
التسمم برواسب الصابون والنوشادر القوي — يعطى المصاب
ماء ممزوجا بالخل بكمية زائدة أو عصير الليمون في الماء وبعد ذلك
كمية وافرة من اللبن أو زيت الزيتون بمقدار ١٠٠ جرام في ٥٠٠
جرام ماء أو الماء الزلالي (بياض البيض مع الماء)

التسمم بالزرنيخ — يعطى المصاب زلال البيض أو اللبن أو
زيت الزيتون بمقدار ١٠٠ جرام في ٥٠٠ جرام ماء أو ماء الشير
ومصن قطع من الثلج لدفع الظأ والتدفئة بوضع زجاجات مملوءة ماء
ساخنا حول الاطراف ووضع كيس من الكاوتشو مملوء ماء ساخنا
على البطن

التسمم بالجزار والزاج الازرق — يعطى كمية وافرة من اللبن
وزلال البيض

التسمم بصبغة اليود ويودور البوتاسيوم واليودوفورم — يعطى
بي كربونات الصودا بمقدار ١٠ جرامات في كوب ماء أو ملعقة من
النشاء في كوب ماء

التسمم بنترات الفضة — يعطى المصاب ماء زلاليا وبعده كوب
ماء محلول بها ملح الطعام بمقدار ملعقة صغيرة

التسمم بأملح الرصاص - يعطى بياض البيض والمانيزيا المذابة
في الماء

التسمم بالبتروول (المعروف بالجاز) - يعالج باعطاء ماء زلالي
والتدفئة والدلك

التسمم بمجينة الفيران ورؤس عيدان الكبريت - يعطى زيت
ترينتينافرنساوي بمقدار ٣ جرامات في ٢٥ جرام ماء كل ربع ساعة
مدة ساعة ثلاثة مرات في اليوم ويحترس من استعمال زيت الترينتينافرنساوي
الاميركاني أو النمساوي

التسمم بالزاج الابيض - يعطى كمية وافرة من بياض البيض
واللبن ومنقوع الشاي

التسمم بالكحول أي المشروبات الروحية - يعطى ٥ نقط من
روح النوشادر في كوب ماء ويصب الماء البارد على الرأس وبعد ذلك
تستعمل المنبهات كالقهوة أو الشاي وان كان التنفس ضعيفا يستعمل
له التنفس الصناعي (راجع صحيفة ٢٧٩ من هذا الكتاب)

التسمم بببزر الخروع - يعطى اللبن بكمية زائدة ويشار القى
بالاصبع أو يعطى زيت الزيتون بمقدار ١٠٠ جرام في ٥٠٠ جرام ماء
التسمم بالأفيون ومركبانه كاللودانوم والمورفين - يعطى كمية

واقرة من القهوة ويستعمل التنفس الصناعي كما ذكر واستنشاق الأوكسيجين Sacs à oxygéné يباع في الاجزاخانات داخل أكياس من الكاونشر

التسمم بالترينيتينا - يعطى ٢٥ جراما من الملح الانكليزي في كوب ماء

التسمم باللحم والأسماك العفنة - يعطى مسهلا من كبريتات الصودا أو ماء معدنيا مثل قايلا كبراس ومنقوع الشاي أو القهوة

التسمم بالغازات السامة كغاز الفحم أو غاز الاميتيان - يوضع المصاب في محل طلق الهواء ويستعمل له التنفس الصناعي (راجع

صحيفة ٢٧٩ ن هذا الكتاب) وتلك أطرافه وبشم روع النوشادر وتعمل له حقنة شرجية من الماء المضاف اليه ملح الطعام ويصب

الماء البارد على الرأس بهيئة (دوش) ويفيده استنشاق الأوكسيجين كما قدمنا في التسمم بالافيون

التسمم بالكلوروفورم - يلزم اخراج لسان المصاب بجذب طرفه بمنديل وامالة الرأس ويوضع المريض في محل طلق الهواء ويعمل

له التنفس الصناعي وحقنة ايتير تحت الجلد والتنبيه بالقرع بالاصبع على الانف أو القرع بلطف بفوطة مملوءة بالماء على البطن

الاجز خانہ المنزلیہ

للاسعافات الوقتیة

- أقراص حمض البوريك بروس ولكم
لينزل يستعمل بارشاد الطيب
صبغة اليود » » »
كحول
روح النوشادر يستعمل من الباطن بارشاد الطيب
بي كربونات الصودا
مانيزيا مكلسة
زيت خروع
ايتير كبريتيك
جبر مصغ
مشع بسيط
قطن . شاش . أربطة

جليسرين	
كونياك	يستعمل بارشاد الطبيب
فاليدول	« » « راجع صحيفة ٢٧٥
أقراص الفيناسيتين المركبة	« » « ٢٦٤
أقراص التمر هندي	« » « ٢٩٨
أقراص مرية فيشي	« » « ٢٩٨
مسحوق المرقسوس المركب	« » « ٢٩٨
ورق خردل	
حقنة شرجية	« » « ٢٢١
حقنة كارتشو	
كيس كارتشو لحفظ الناج	« » « ٢٥٧
كيس من الكارتشو لحفظ الماء الساخن	
ترموتر	
كامات هواء	« » « ٢٨٢

يجب حفظ هذه الادوية والادوات داخل دولاب مخصوص ومفتاحه يحفظ بعرف رب المنزل ولا يستعمل شئ منها الا عند الضرورة وهو المسئول عنها

يقول مصححه علي بن احمد الهواري

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قد صححت كتاب التدبير العام في الصحة والمرض لمؤلفه
حضرة الفاضل الدكتور محمد بك رشدي حكيمباشي محافظة مصر
ذلك الكتاب الذي هو مع سهولة عبارته ولطيف اشارته قد
حوى من علم الطب كنوزه . وجمع شوارده وحل رموزه . ولا
غرو فعناية مؤلفه وتنقيبه على المفيد من الدواء وتشخيصه الداء
بما حلاه به من الأشكال والرسوم التي وضح بها حقائق الادواء
والعلاجات وقرب الى الافهام ما كان منها مجهولاً غير مفهوم
وخبرته التامة بذلك الفن تنادى ما أحسن الصنع بعد الاختبار
والتجربة . وبالجملة فهذا الكتاب على عملي . أتى على نهج
قويم واسلوب بالمرام وفي . يجدر بالمدارس أن تعول في تعليم

قواعد الصحة عليه . وتلفت أنظار نظارها وطلابها تبه . ولا
أكون مبالغا ان قلت ان افناء كل من تهه صحتة لهذا
الكتاب يقنيه في كثير من الأحوال عن اقتناء الطبيب .
ويجمله حائزا من الصحة أرفى وأوفر نصيب . جزى الله مؤلفه
عن صنيعه أحسن ما جازى به الساعين في النفع العام . وكان
أعماله بالنجاح التام آمين

قد تم طبع هذا الكتاب في يوم ٢٧ شعبان سنة ١٣٣٠ هجرية
موافق ١٠ أغسطس سنة ١٩١٢



فهرست الكتاب

صفحة	صفحة
مقدمة الكتاب	١١
٢	شكل الهيكل العظمي من
٣	جسم الانسان والهيكل
٤	الأمم
٥	شكل الهيكل العظمي من
٦	الوجه
٧	شكل الرأس والذراع
٨	الخلف
٩	شكل العمود الفقري (سلسلة)
١٠	الاسنان
١١	شكل الاسنان
١٢	الظفر
١٣	الاضلاع والاطراف واليد
١٤	العضلات
١٥	شكل عضلات الجسم من
١٦	الاصابع
١٧	شكل عظام اليد وعضلاتها
١٨	الاصابع
١٩	الطرفان السفليان والحوض
٢٠	شكل عظام الحوض
٢١	الاربطة
٢٢	الفخذ والساقي والقدم
٢٣	الاورتار
٢٤	شكل عظام القدم
٢٥	العضلات
٢٦	الاعصاب
٢٧	عضلات اصابعها

(ب)

صفحة	صفحة
الشرايين	١٦
الأوردة	١٦
الغدد	١٦
المجموع العصبي	١٧
المخ	١٧
شكلا السطح العلوي	١٨
والسفلي للمخ	١٩
شكل مقطوع المخ والنخ	١٩
وأعلى النخاع الشوكي	٢٠
والاعصاب الخارجة منه	٢٠
شكل منظر الدماغ	٢٠
والنخاع الشوكي من الخلف	٢١
والاعصاب الخارجة منه	٢١
الغضيم السمبائي	٢١
الحواس الخمس	٢١
شكلا العين ومقطوع كرة العين	٢٢
كيفية الابصار	٢٢
حاسة السمع	٢٢
شكل صمغوان الاذن والقناة	٢٤
السمعية والاذن الباطنة	٢٤
كيفية حصول السمع	٢٤
حاسة اللمس	٢٤
الجلد والأدمة والبشرة	٢٥
والغدد الدهنية	٢٥
غدد العرق	٢٦
شكل فوهات غدد العرق	٢٧
والغدد الدهنية وانتهاء	٢٧
فروع أعصاب الحس	٢٧
الاذافر والشعر	٢٧
شكل بصيلات الشعر وغدد	٢٨
العرق والغدد الدهنية حولها	٢٨
وبشرة الجلد وأدمته	٢٨

(ج)

صفحة	صفحة
حاسة الذوق ٢٩	حاسة الذوق ٢٩
حاسة الشم ٢٩	حاسة الشم ٢٩
الاحشاء والجهاز الهضمي ٣٠	وظيفة الصفرا ٣٨
شكل الرئة اليمنى واليسرى ٣١	الطحال ٣٦
ومعظم الاحشاء من الامام ٣٩	البريتون ٣٩
الفم والالاهة والباعوم والمرئ ٣٢	وظيفة البريتون ٣٩
الامدة ووظائفها ٣٣	كيفية حصول هضم الاغذية ٣٩
العصير المعدي ووظيفته ٣٤	شكل أشهر الاوعية والغدد ٤٢
الامعاء ٣٤	اللينفاوية في الجسم ٤٢
الاثنا عشري والمعى الغليظ ٣٥	وظيفة الجهاز الدوري ٤٣
والقولون والمستقيم ٣٥	القلب ٤٣
شكل المعى الدقيق والغليظ ٣٦	شكل القلب وأوعيته ٤٤
والمستقيم ٣٦	الرئيسية والرئتين من الامام ٤٤
البنكرياس ٣٦	سير الدورة الدموية ٤٤
وظيفة البنكرياس ٣٧	شكل الشرايين وتفرعها ٤٧
الكبد ٣٧	في الرأس والوجه والعنق ٤٧

(د)

صفحة	صفحة
٤٨	الدم ووظائفه وترسباته
٥٥	الكليتان
٥٥	المثانة
٤٩	شكل كرات الدم الحمراء
٥٦	والبيضاء
٥٨	الجهاز التنفسي
٥٨	المخبرة
٦٢	لسان المزمار
٦٤	شكل المخبرة والبلعوم
٦٥	من الخلف
٦٦	المزمار
٦٨	القصبية
٦٩	الرئتان
٦٩	البلورة
٧٠	الحجاب الحاجز
٧٠	التنفس
	الجهاز البرلي

صحيفة	صحيفة
٧١	غش الثمن ومعرفة غشه
٧٢	الاسماك المملحة وانصدفية
٧٢	الذبن المفلج
٧٢	دقيق الذبن
٧٢	الحبوب ودقيق القمح
٧٢	بن الياغورث (بن الزبادي)
٧٣	الذرة
٧٣	الارز
٧٤	الذبن
٧٤	الخضروات والبقول
٧٥	الخضراء
٧٦	معرفة البيض الحديث من الفواكه
٧٦	التقسيم
٧٦	البيض الاسماك
٧٦	الذشا
٧٧	أنواع اللحوم المختلفة
٨٠	الطيور
٨٠٠	الاسماك
٨١	الاسماك المملحة وانصدفية
٨١	الاعذية النباتية
٨٢	الحبوب ودقيق القمح
٨٢	أنواع الحبوب المختلفة
٨٢	الذرة
٨٢	الارز
٨٣	الذبن
٨٤	الخضروات والبقول
٨٤	الخضراء
٨٥	معرفة البيض الحديث من الفواكه
٨٥	البيض الجافة
٨٦	المواد النشوية والسكرية
٨٦	الذشا
٨٦	السكر
٨٧	الامزاج المعدنية التي تدخل
٨٧	في تكوين الاطعمة العادية

صحيفة	صحيفة
٩٤ تطهير مياه الشرب	٨٧ الملح
(ترشيحها)	٨٨ البهارات
٩٤ ترشيح مياه الشرب في	٨٨ أوقات الطعام
المنازل	٨٨ غذاء الصباح
٩٤ تنظيف مرشحات مياه	٨٨ غذاء الظهر
الشرب	٨٨ غذاء العشاء
٩٥ اضرار الماء بالصحة	٨٨ أسباب المضم الصحي
٩٦ مياه القسل والاستحمام	٨٩ شروط الطعام الصحية
٩٧ المياه المعدنية	٨٩ نوع الطعام
٩٧ مياه حمامات حلوان	٩٠ المياه
المصرية الكبرى	٩١ ماء الشتاء
٩٨ مياه كرلسباد	٩١ الثلج
٩٩ مياه شاتلجيون	٩١ ماء العيون والآبار
٩٩ حمامات بوربون	٩٢ مياه المستنقعات والبرك
٩٩ مياه بوربون الزرنيخية بفرنسا	٩٢ الشروط الصحية لمياه
١٠٠ مياه كونتريكسفيل بفرنسا	الشرب

(ز)

صحيفة	صحيفة
١٠٨ ملابس الاطفال	١٠٠ مياه افيان بفرنسا
١١٠ المساكن	١٠٠ مياه مندور بفرنسا
١١٣ النور	١٠٠ مياه مارينباد بالتمسا
١١٦ الرياضة	١٠١ مياه أورياج بفرنسا
١١٧ منافع الرياضة	١٠١ مياه فيشي بفرنسا
١١٧ رياضة الاولاد والشبان	١٠١ مياه فيتيل بفرنسا
١١٨ رياضة البنات	١٠٢ المشروبات الروحية
١١٨ ضرر البنات من احتجاجهن	١٠٣ المشروبات الغازية
في البيوت	١٠٣ المنقوعات المنبهة
١١٩ رياضة الضعفاء والشيوخ	١٠٣ التدخين
١١٩ أنواع الرياضة	١٠٤ الاستحمام وفوائده
١٢٠ الاقليم (المناخ)	١٠٥ الاستحمام بالماء البارد
١٢١ الاقليم الباردة	١٠٥ الحمام الفاتر والحمام الحار
١٢١ الاقليم المعتدلة	١٠٦ حمام البحر
١٢٢ المنتقلون من اقليم حار الى	١٠٦ الاستحمام بالهواء
اقليم بارد	١٠٧ الملابس

(ح)

صفحة	مكتبة
١٢٣ الارضاع بواسطة مرضعة	١٢٣ اليوم
أجنبية	١٢٥ تدبير صحة المولود
١٢٣ انتقال المرضعة	١٢٥ استعمال الطفل عقب
١٣٥ علاقة الأم بمرضعة	ولادته
١٣٥ الارضاع بواسطة الثدي الصناعي	١٢٧ ملابس الطفل
١٣٦ كيفية غلي اللبن قبل تغذية الطفل به	١٢٧ غذاء الطفل في الثلاثة
١٣٧ تعقيم اللبن	الايام الاولى
١٣٩ كيفية اعطاء اللبن المعقم للرضيع	١٢٨ غرفة المولود
١٣٩ الرضاعة المختاطة	١٢٩ تغذية الرضيع
١٣٩ تغذية الطفل بعد الثمانية الشهور الاولى	١٢٩ تغذية الرضيع بواسطة
الشهور الاولى	ثدي أمه
١٤٠ كيفية صنع الاغذية من المواد النشوية	١٣٤ الارضاع بواسطة الام
	١٣٩ الرضاعة في مدة الستة
	الشهور الاولى
	١٣٢ كمية مدة الارضاع
	١٣٢ شروط الرضاعة

(ط)

صحيفة	صحيفة
١٤٧ اسهال الاطفال ومعالجته	١٤١ دقيق اللبن
١٤٨ الاسهال الاخضر الذي	١٤١ فوسفاتين فالبير
يعتري الاطفال ومعالجته	١٤٢ بناد بسكوت وتركيبه
١٤٩ سعال الاطفال ومعالجته	١٤٢ راكمو وتركيبه
١٤٩ الامساك الذي يحصل	١٤٢ مسحوق الملتزفود
للاطفال ومعالجته	١٤٢ تغذية الطفل في الشهر
١٥٠ زكام الاطفال ومعالجته	اثامن عشر
١٥٠ التشنجات العصبية في	١٤٣ التبليغ عن المولود بعد الولادة
الاطفال ومعالجتها	وعقاب من يتأخر عن التبليغ
١٥٢ التهاب فم الاطفال المروف	١٤٣ تطعيم الأطفال بالمادة
بالقلاع وعند النساء بالحر	الجدرية وعقاب من يتأخر
ومعالجته	عن التطعيم
١٥٢ احتقان اللوزتين في الاطفال	١٤٤ فطام الطفل
ومعالجته	١٤٥ التسنين وأدواره
١٥٣ السعال الميكبي للاطفال	١٤٦ معالجة عوارض التسنين
ومعالجته	١٤٦ رياضة الاطفال

صفحة	صفحة
١٥٤	الفترة المانوية الاطفال
١٦٧	السايجاني الاقال
١٦٨	ومعالجتها
١٦٨	الرمم الصديدي الاطفال
١٦٨	حمض الفينيك
١٦٩	ومعالجته الوقية
١٦٩	الكحول
١٦٩	زهر الكبريت وكيفية
١٥٥	بكاء الطفل
١٥٦	تعويد الطفل على الالعب
١٥٦	التربية الاخلاقية
١٧٠	المشترات
١٥٧	مشي الاطفال ومعالجته
١٧٠	الجير
١٥٧	أطوار الحياة
١٥٩	المكروبات
١٧٠	حرارة الجسم والنبض
١٦٥	التعقيم
١٧١	درجة الحرارة الطبيعية في
١٦٦	شكل جهاز التعقيم بالماء
١٦٦	شكل جهاز التعقيم بالحرارة
١٧٢	الانسان
١٧٢	شكل جدول لبيان درجة
١٦٧	الجافة
١٧٣	الحرارة في الحالة المرضية
١٦٧	النواد المطهرة أو المضادة
١٧٣	أنواع الترمومتترات
	للعفونة

(ك)

صحيفة	صحيفة
١٧٤ النبض	ومقاديرها
١٧٥ التنفس	١٨٦ الاسعافات الوقائية
١٧٥ البسول في حالتي الصحة ١٨٨ الطاعون	
والمرض	١٩١ أشكال برغوث الجرذ
١٧٦ فحص الزلال في البول	الأوروبي وبرغوث الفار
١٧٦ معرفة وجود السكر في	وبرغوث الجرذ الهندي
البول	١٩٢ شكل سفينة من سفن الهند
١٧٨ الأمراض المعدية وطرق	وصلت الى بلاد الانجليز
الوقاية منها واسعافها	والجرذان تنزل منها كأنها
بالعلاج	من البحارة والركاب
١٧٩ أشكال بعض أنواع	١٩٣ الحمى التيفودية ووسائطها
مكروبات الامراض المعدية	الصحية والمرضية
١٨٠ الكوليرا	١٩٨ الحمى التيفوسية وعلاجها
١٨١ أعراض الكوليرا	١٩٨ الحمى الراجعة
١٨١ الوسائط الصحية الواقية	١٩٩ حمى الدنج
١٨٦ المطهرات الواجب استعمالها	٢٠٠ الحمى الدماغية النخاعية

(ل)

صحيفة	صحيفة
٢٠١ الجدي ووسائله الصحية	٢١٤ علامات الكلب المصاب
الوقاية	بالكلب
٢٠٤ الجديري	٢١٥ شكل الترمو كثير المستعمل
٢٠٤ الحصبة ووسائلها الصحية	في كي شرح الكلب
والعلاجية	٢١٦ الجنام وطرق الوقاية
٢٠٦ القرمزية ووسائلها الصحية	عنه
والعلاجية	٢١٦ السل الرئوي
٢٠٧ الدفتريا وعلاجها	٢١٨ شكل ميكروب السل في
٢٠٨ الحمرة وعلاجها	حالي الشفاء والموت
٢٠٩ الحمرة الخبيثة ووسائلها	٢١٨ الوسائل الصحية والمعالجة
الصحية الوقاية	في مرض السل
٢١١ الحمى الصفراوية	٢٢٠ التهاب الغدة النكفية
٢١٢ الحمى المالطية	٢٢٠ السعال الديكي
٢١٣ الكلب	٢٢٠ حمى النفاس
٢١٤ علامات مرض الكلب في	٢٢١ شكل حقنة شرجية
الانسان	٢٢٢ حمى الملاريا

(م)

صحيفة	صحيفة
٢٢٤ أشكال الناموس العادي ٢٤٠	٢٤٠ النزيف الناشئ عن العلق
وفاموس حمى الملاريا	ومعالجته
٢٢٧ مرض النوم	٢٤٠ النيار على الجروح
٢٢٨ شكل ميكروب مرض النوم	٢٤٢ الاربطة
٢٢٩ شكل ذباب مرض النوم	٢٤٣ الحرق ومعالجته
٢٣٠ مرض كالا ازار	٢٤٤ كيفية تجهيز ماء الجير
٢٣٢ قانون الاحتميات الصحية	بالمنازل
الوقاية من الامراض المعدية	٢٤٤ الكسور واسماقتها الطبيعية
ومحاكمة من يهمل التبليغ	٢٤٦ شكل رباط الفك السفلي
عنها	اذا كان مكسورا أو مخلوعا
٢٣٣ الاسماقات الطبيعية	٢٤٦ اسماقات كسور العضد
٢٣٤ الرض واسماقه	والساعد
٢٣٥ الجروح وأنواعها	٢٤٧ شكل جبيرة بهيئة زاوية
٢٣٧ النزيف وأنواعه	قائمة لحفظ كسور وخلوع
٢٣٩ اسماف الجروح بالعلاج	المضمد والساعد بزاوية
وايقاف نزيفها	متحركة

(ن)

صفحة	صفحة
٢٤٨	شكل علاقة كسور وخلوع
٢٥٠	الاسعافات الوقائية في كسور
	العضد والساعد واليد
	وتشتمل في كسور الترقوة
	وخلوع عظم الفخذ وكيفية
	حمل المصاب
٢٤٨	شكل جبيرة من الخشب
٢٥١	الاسعافات الوقائية في كسور
	الساق
٢٤٩	شكل جهاز كسر عظمي
٢٥١	شكل ميزاب من السلك
	الساعد
٢٤٩	الاسعافات الوقائية في كسور
	لكسور الساق
٢٥٢	عظام اليد البسيطة والمضاعفة
٢٥٢	الاسعافات الوقائية في كسور
	القدم وجروحها
٢٥٠	شكل كف من الخشب
٢٥٢	شكل قديم من خشب
٢٥٢	الخلوع والوئي والعترة
٢٥٣	مرض التيتانوس واسعافاته
	الطبية
٢٥٤	الجروح الناشئة من لدغ
	الضلع
٢٥٠	الاسعافات الوقائية في كسور
	الثعبان وبعض الحشرات
	عظام الحوض
	واسعافاتها الطبية

(س)

صحيفة	صحيفة
٢٥٥ الجروح الناشئة من لدغ العقرب واسعافاتها الطبية	النقطة عند العامة (
٢٥٥ الجروح الناشئة من لدغ بعض الحشرات ككأبي شبت والزنبور والنحل	٢٦١ ضربة الشمس واسعافها بالعلاج
٢٥٦ الارتجاج المحي واسعافه	٢٦٢ علامات حمى الشمس واسعافاتها الطبية
٢٥٧ شكل كيس لحفظ الثلج يوضع على الرأس	٢٦٣ الصداع (آلام الرأس) ومعالجة كل منها وأنواعه
٢٥٧ رض الدماغ واسعافه	٢٦٦ دخول الأجسام الغريبة في الأذن واسعافها
٢٥٨ انضغاط الدماغ واسعافه	٢٦٨ دخول الاجسام الغريبة في العين واسعافها
٢٥٨ الاغماء واسعافه بالعلاج	٢٦٩ الرعاف (سيلان الدم من الانف) وعلاجه
٢٥٩ السمكة المخية واسعافها	٢٧٠ دخول الاجسام الغريبة في داخل الانف واسعافها
٢٦٠ الصرع (المعروف بداء	

(ع)

صفحة	صفحة
٢٧٢	التزيف السني الذي يحصل
٢٨١	معالجة الزكام في
	الانفلونزا
٢٧٣	عقب استخراج السن
٢٨١	المسوس ومعالجته
٢٧٤	وقاية الاسنان من التسوس
٢٨٢	شكل مجسم بحفوية
٢٧٥	تسكين آلام الأسنان في
٢٨٢	شكل مجسم عادي
٢٧٦	حالة التسوس
٢٨٢	الربو العصبي (ضيق النفس)
٢٧٧	التهاب اللوزة ومعالجته
	ومعالجته
٢٧٨	بحة الصوت ومعالجتها
٢٨٣	التزيف الرئوي (أي
٢٧٩	شكل جهاز بخاري للحلق
	البصق الدموي) ومعالجته
٢٨٤	الاجسام الغريبة التي تدخل
	خفتان القلب ومعالجته
٢٨٥	في المنجرة واسعافاتها
	الذبحة الصدرية (أي ألم
	القلب) ومعالجتها
٢٨٦	الغرق واسعافه بالعلاج
	دخول الأجسام الغريبة
	في المرئ واسعافها
٢٨٨	علامات الموت
	المغص المعدي (أي الألم
	المعدي المعوي) ومعالجته
	الانفلونزا ومعالجتها

(ف)

صحيفة	صحيفة
٢٨٩	التزيف المعدي واسعافه
٢٩٩	البواسير واسعافاتها
٣٠١	المفص الكلوي واسعافه
٣٠٢	البول اللبني للبلاد الحارة
٣٠٢	المتص الكبدي (المصبيات)
٣٠٣	عسر الحيض والمفص الرحمي
٣٠٣	التزيف الرحمي
٣٠٤	تدبير صححة الحامل
٣٠٤	مواقيت الولادة
٣٠٥	البول الدموي (البلمارسيا)
٣٠٧	سقوط الشعر وعلاجه
٣٠٨	الاكزيما
٣٠٨	القوبه الصفراء
٣٠٩	الدماغل والخراجات
٣٠٩	الجرب واسعافاته
٣١٠	التهاب الاعور واسعافاته

- ٣١١ الاغذية في الامراض ٣١٧ الغذاء في ارتخاء الامعاء
٣١١ الغذاء في مرض التهاب ٣١٧ الغذاء في البول السكري
اللاوزة وأمراض الخنجرية ٣١٨ الغذاء في مرض النقرس
(الدفترية) والحصى الكولية
٣١١ الغذاء في أمراض ضيق
والملاح البولية
٣٢٠ الغذاء في البول الزلالي
٣١٢ الغذاء في حالة زيادة ٣٢٠ الغذاء في الروماتيزم والالم
الحوضة في المعدة أو وجود
العصبي الوريكي (عرق النساء)
قروح بها وفي أحوال زيادة حمض
٣١٣ الغذاء في حالة تمدد المعدة
البوليك في البول
٣١٤ الغذاء في حالة الدسببسيا ٣٢١ السمن المفرط وبيان علاجه
(سوء الهضم) الصحي
٣١٥ الغذاء في الاسهال ٣٢٣ الاسعافات الطبية في أحوال
والدوسنطاريا التسمم
٣١٦ الغذاء في الامساك المزمن ٣٢٣ التسمم بالأحماض مثل
٣١٧ غذاء المرضى بالبواسير حمض الفينيك

(ق)

صحيفة	صحيفة
٣٢٤ التسمم بالسليماي	٣٢٥ التسمم بالزاج الابيض
٣٢٤ التسمم برواسب الصابون والنوشادر القوي	٣٢٥ التسمم بالكحول (المشروبات الروحية)
٣٢٤ التسمم بالزرنيخ	٣٢٥ التسمم ببنز الخروع
٣٢٤ التسمم بالجوزار والزاج الازرق	٣٢٥ التسمم بالأفيون ومركباته كالودانوم والمورفين
٣٢٤ التسمم بصبغة اليبود .	٣٢٦ التسمم بالترينيتينا
ويودور البوتاسيوم .	٣٢٦ التسمم باللحوم والأسماك والبيودوفورم
٣٢٤ التسمم بنترات الفضة	٣٢٦ التسمم بالفازات السامة
٣٢٥ التسمم بأملح الرصاص	كغاز الفحم أو غاز
٣٢٥ التسمم بالبترول (المعروف بالجاز)	الاستيلين
٣٢٥ التسمم بعجينة الفيران	٣٢٦ التسمم بالكوروفورم
ورؤس عيدان انكبريت	٣٢٧ الاجزخانة المنزلية للسمافات الوقتية