

مِيقَاتُ الْعَمَلِ

مجله شهرية تحت في السنون الصحية



سنتها عشرة شهور

اشتراكها السنوي

خمسة قروش صاغ داخل القطر



محتويات هذا العدد

الصفحة	الموضوع
٣٥	تقدم الكيمياء
٤٠	التهاب الزائدة الدودية
٤٤	العناية بالجلد
٤٨	المشروبات الكحولية
٥١	العناية بالأطفال الحديثة الولادة
٥٥	الجروح
٥٧	صيدلية المنزل
٥٩	باب المسابقات
٦٠	الأسئلة والأجوبة

الرابعة

اليوم

يماوى

يعرفه

عات

اعات

وى

يعة

يون

سات

راعد

فيد

نة

ن في

التي

فيلد

أقراص الكومبرال

زو مفعول أكيد

في شفاء

آلام الرأس والأسنان والأذان
والآلام التي تصحب الحيض

يؤخذ قرص أو قرصان مع قليل من الماء مرة أو أكثر في اليوم



قطرة باير

بروتارجول

لا شك في مفعولها الأكيد في شفاء

جميع أمراض العيون

الاستعمال: - نقطة أو نقطتان صباحاً

ومساءً وأثناء النهار إذا لزم الأمر أيضاً

قطرة باير بروتارجول

تشفي اليرمد والتهاب الجفون

واحمرار العين وتزليل العماص

وتقي العين شر جميع أمراض

العيون المنتشرة في البلاد الحارة



عينها نجلاوان تفيضان بالسحر

والفتنة لم يصابا بمرض قط

لأنها تستعمل قطرة

باير بروتارجول



مجلة العلية

مجلة شهرية بحثية في العلوم الطبيعية

الإدارة: ٣ ميدان سوارس بالقاهرة صندوق بوسنة ٢٠٦٣

السنة الرابعة

أول يونيو سنة ١٩٣٢

العدد الثاني

تقدم الكيمياء

أن الدور الذي يلعبه اليوم الكيمياء وعلى الأخص الكيمياء الصناعي في الصناعات المختلفة لا يعرفه إلا القليل المحك بهذه الصناعات، فما من ناحية من نواحي الصناعات المختلفة تستغنى اليوم عن الكيمياء. ينقسم الكيمائيون إلى أربعة أقسام: القسم الأول وهم الكيمائيون الباحثون الذين يقومون بالأبحاث الكيمائية فقط، فيبحثون عن القواعد الأساسية العلمية الكيمائية. وتفيد نتائج أبحاث هؤلاء العلم على العموم ولا تختص بها صناعة أو ناحية معينة. أما القسم الثاني فهم الكيمائيون الذين يسهلون استخدام نتائج أبحاث الأولين في الصناعة وعليهم أن يجدوا في معاملهم الكيمائية طرقاً جديدة لاستخدام النتائج التي توصل إليها كيمائيو القسم الأول في الصناعة. أما القسم الثالث فهم المهندسون الكيمائيون وعليهم أن يقوموا عملياً بتنفيذ



للإشتراك في مجلة صديق العائلة في الخارج

خابروا

في سوريا: أصفر وسارا وشركاهم - شارع الحميدية - دمشق

في فلسطين: جرين أخوان - صندوق بوسنة ١٠ - تل أبيب

في عدن: ا. بسى - عدن

في العراق: فرتز بوتمان - صندوق بوسنة ٣٣ - بغداد

في الجزائر: ا. ريجال - شارع أورينتال نمرة ٦ - الجزائر

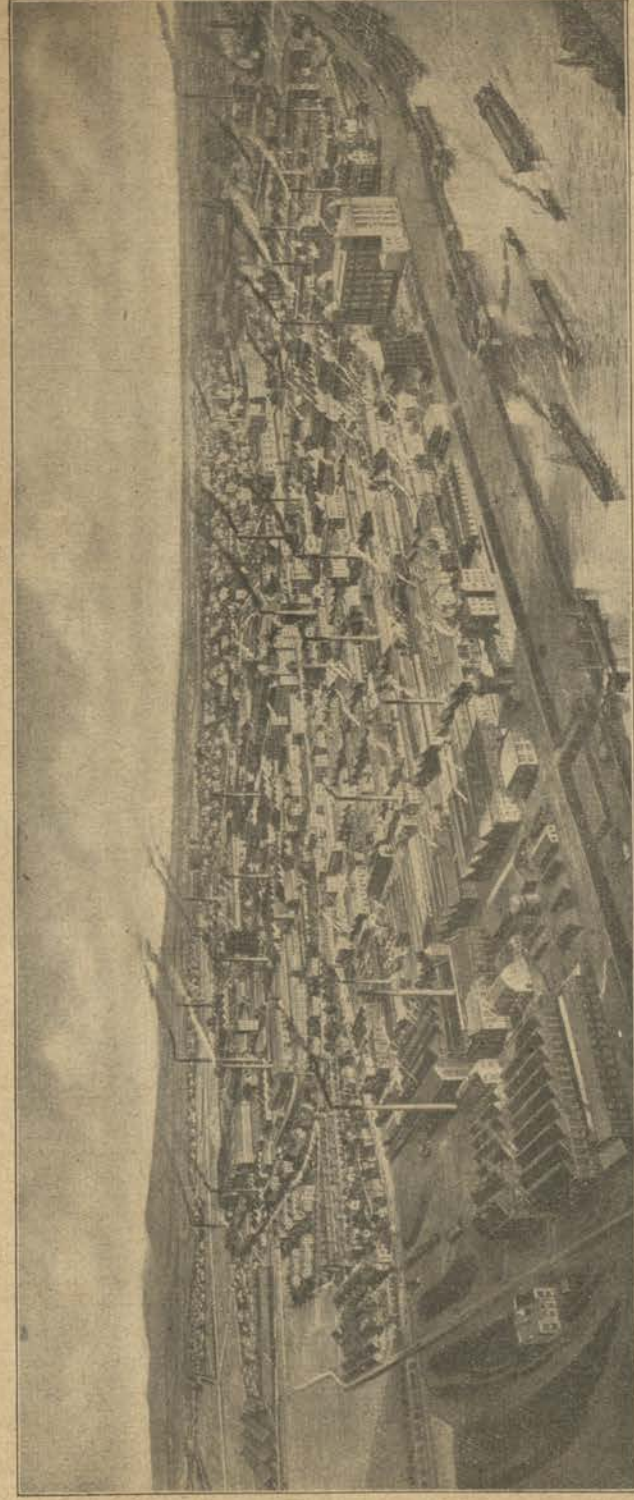


أقراص

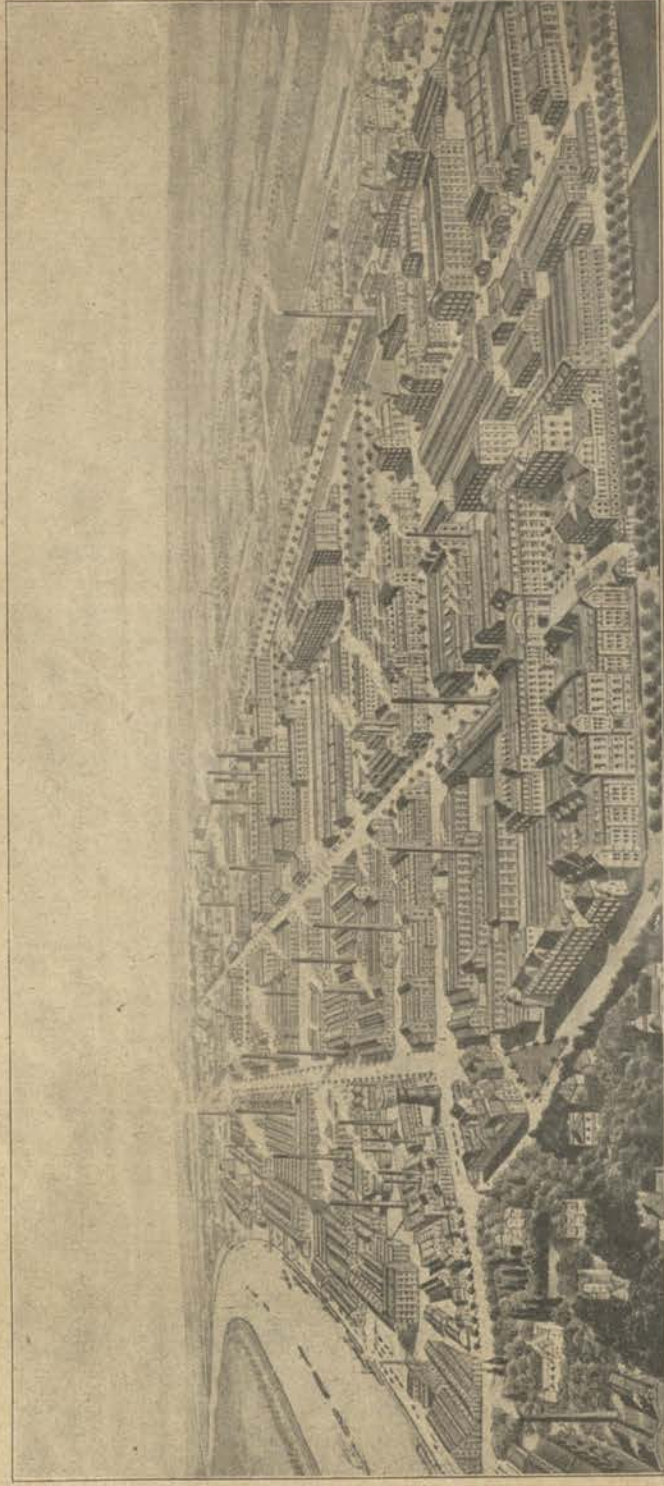
الأسبيرين

تزيل آلام الرأس والأذن والأسنان في الحال

خذ قرصاً مذاباً في قليل من الماء ثلاث مرات في اليوم.



صورة مأخوذة من الجو لمامل شركة صناعة الأصبغ المساهمة ا.ج. بلدة هوكست على نهر اللان أحد فروع نهر الراين .



صورة مأخوذة من الجو لمامل شركة صناعة الأصبغ المساهمة ا.ج. بلدة ليفركوزن على نهر الرين بألمانيا .
وتوجد بها مسكن خاصة لوظفائها وعملها ومستشفيات خاصة لهم ومساحات ألعاب رياضية ألى غير ذلك مما يساعد على راحتهم .

التهاب الزائدة الدودية

يعد مرض التهاب الزائدة الدودية اليوم شجعا خفيفا يخشاه كثير من الناس وهم في ذلك على حق نظرا لنوبات هذا المرض الفجائية التي كثيرا ما تكون في غاية الشدة أن لم تكن في بعض الأحيان خطيرة ميمته .



الزائدة الدودية

كثير ما يتساءل هل أصابات التهاب الزائدة الدودية كثيرة الحدوث ؟ ولا يمكن الإجابة على هذا السؤال أجابة قاطعة ، لأنه فقط من مدة أربعين سنة كان لا يعرف من حالات هذا المرض إلا الحالات الشديدة المصحوبة بخراج أو بالتهاب البريتون ، ولكن من غير شك الآن بتقدم معرفة الطب بياتولوجيا التهاب الزائدة الدودية وتقدم طرق التشخيص أمكن تشخيص كثير من حالات

التهاب الزائدة الدودية ما كان من الممكن معرفتها من عشرين أو ثلاثين عاما مضت .

تحدث أصابات التهاب الزائدة الدودية في كل وقت من السنة وتصيب الإنسان في كل سن وأن كان أكثر ما تصيبه فيما بين العاشرة والأربعين من عمره وتصيب الذكور أكثر من الإناث بنسبة تقرب من ٦٠ : ٤٠ ، وهذا ما قد يتعارض مع النظرية القائلة بأن الأمساك من الأسباب التي تؤدي إلى التهاب الزائدة الدودية حيث أنه من المعروف أن النساء تصاب بالأمساك أكثر من الرجال .

ما هو سبب التهاب الزائدة الدودية ؟ لم يتأكد للآن من سبب يؤدي إلى التهاب الزائدة الدودية ، ولكن يغلب على الظن أن هناك ظروفًا خاصة أو بالآحرى أسبابا إذا اجتمعت تسبب هذا الالتهاب .

الزائدة الدودية عضو أثري فقد وظيفته التي كانت له في الإنسان القديم وذلك ما أدى إلى ضمور تكوينه . وهي معى أنبوبي الشكل صغير يتصل بالمعى الغليظ وعضلات جدرانها ضعيفة وليس بها أوعية دموية كثيرة . وتدخل السوائل وأشباه السوائل التي في الأمعاء والتي تمر بها في الزائدة الدودية ، فيصادف في بعض الأحيان أن يدخل فيها جسم غريب أو قطعة صلبة من الغائط فلا تقدر عضلاتها الضعيفة على إخراجها ثانية فبذلك من الجائز أن يسبب الجسم الغريب هذا اضطرابا موضعيا بالجزء الداخلي منها أو بجدرانها أو يسد فتحتها . ولكن ذلك لا يكفي لتسبب التهابها بل لا بد وأن تكون هناك جراثيم معينة حتى يتسبب الالتهاب . وهذه الجراثيم التي تسبب الالتهاب تختلف في صفاتها وفي شدة سموميتها . ومن الغريب أنه كثيرا ما توجد هذه الجراثيم في إفرازات الأنف والحلق أو في القناة المعوية بدون أن تسبب ضررا ما أو أن تظهر أى علامة تدل على وجودها لأن قوة مقاومة الإنسان السليم الموضعية والعمومية تغلب عليها . ولكن إذا كان هناك عامل يؤثر على مقاومة الأنسجة الموضعية أو على وصول كمية كافية من الدم إلى عضو ما أو يضر بجلد عضو ما أو بأغشيته المخاطية فسرعا ما يظهر تأثير هذه الجراثيم وبذا يحدث الالتهاب الذي يختلف في شدته باختلاف نوع هذه الجراثيم .

أن وجود جسم غريب في الزائدة الدودية بما يسببه من اضطرابها ، أو وجودها أو الأجزاء التي حولها في حالة غير طبيعية عاملان يعدانها للالتهاب ، فأذا دخلت إليها جراثيم الالتهاب سواء عن طريق الدم أو عن طريق الأوعية الليمفاوية أو عن طريق الأمعاء فسرعا ما يحدث التهابها .

قد تكون النوبة الأولى لالتهاب الزائدة الدودية خفيفة تزول بسرعة ، ولكن مهما كانت النوبة خفيفة ومهما كان زوالها سريعا فأن بناء الزائدة الدودية قد أتلف ومن المنتظر بعد ذلك تكرار النوبات ، ولذلك ينصح الكثير من الأطباء بإزالة الزائدة الدودية جراحيا بعد النوبة الأولى مهما كانت خفيفة .

كما سبق ذكره يمكننا أن نفهم صعوبة العمل على الوقاية من الإصابة بالتهاب الزائدة الدودية حيث أنه ليس ممكنا حفظ الأمعاء طاهرة من الجراثيم التي تسبب الالتهاب كذا من غير الممكن منع دخول الأجسام الغريبة أو قطع الغائط الصلبة إلى الزائدة الدودية ، ولكن ما يقى تماما من الإصابة بالتهابها هو استئصالها . ولكن لما كان من الصعب أن يرضى الإنسان السليم أن يقدم على العملية الجراحية طالما كان لا يشعر بالأم أو بخطر ما ، فلا فائدة إذا من التوصية بذلك . وهناك كثير من الجراحين إذا عنت لهم فرصة فتح البطن في عملية جراحية يزيلون فيها الزائدة الدودية حتى ولو كانت سليمة .

سبق أن ذكرت الأمسك كعامل مساعد على حدوث التهاب الزائدة الدودية ، وما دعا إلى التفكير في ذلك هو ندرة الإصابة بهذا المرض بين المتوحشين الذين قلما يصابون بالأمسك نظرا لخشونة طعامهم وكيفية معيشتهم ، كما أنه قد لوحظ أن سكان شمال أفريقيا حينما يقطنون المدن يزيد مقدار الإصابات بالتهاب الزائدة الدودية بينهم عنها بينهم قبل ذلك عند ما كانوا رحلا يضربون في البيداء . ولاتقاء هذا العامل المساعد يوصى بمكافحة الأمسك بتناول المليينات الخفيفة المعروفة بعدم ضررها مثل الاستيزين وغيره من المهم في حالة الإصابة بالتهاب الزائدة الدودية معرفته والعمل على اتخاذ الإجراءات الضرورية . ولكن ليس من السهل دائما تشخيص هذا المرض لأنه كثير ما تختلف أعراض نوباته ، فقد تكون النوبة كما سبق أن ذكرنا خفيفة جدا تزول سريعا بدون أن يستدعى الطبيب أو أن يفكر المريض أو من حوله في هذا المرض مطلقا . وقد تكون الحالات أشد وأكثر ظهورا فيعرف المرض ولكنها تزول سريعا حتى أنه لا يفكر في إجراء العملية الجراحية . وفي حالات أخرى تكون النوبات شديدة جدا وتسوء الحالة سريعا حتى أنها في بحر ٢٤-٤٨ ساعة تؤدي أن لم تجر العملية الجراحية إلى التهاب بريتوني ، وهذا مضاعف خطر قد يكون في كثير من الأحيان مميتا . وهناك شكل آخر لهذا المرض خداع ، فقد تكون النوبات شديدة ولكن بعد مضي بعض من الزمن تزول الأعراض فجأة فينخدع المريض بذلك ويظن أنه شفى ، ولكن

لا تمر ساعات قليلة حتى يظهر عليه أعراض التهاب البريتون . وزوال الأعراض في هذه الحالة يتسبب عن انفجار الزائدة الدودية نفسها فينزل ما فيها من القيح وجراثيم الالتهاب في التجويف البطنية وهذا ما يؤدي إلى أشد وأخطر التهاب للبريتون .

أعراض التهاب الزائدة الدودية الحادة :

تظهر أعراض التهاب الزائدة الدودية على هيئة نوبات فجائية فيعترى المريض ألم شديد يزيد عند اللمس في الربع الأسفل الأيمن من البطن ، ويشعر المريض بغثيان (غمان النفس) أو يعتريه القيء وترتفع درجة حرارته .

لسوء الحظ كثير ما يصحب الأعراض السابق ذكرها أمسك أو تحدث عقب أمسك فيتناول المريض مسهلا أو ملينا ظنا منه أن ذلك يزيل الألم ، وفي هذا كل الخطر لأن المليينات والمسهلات تنبه وتزيد عمل عضلات الأمعاء ، فإذا كانت الزائدة الدودية ملتهبة فتؤدي الزيادة في عمل العضلات إلى انفجارها .

ما يجب عمله عند حدوث النوبة هو الاستلقاء في الفراش والراحة التامة ، ولا يتناول طعام ما ، ويوضع على منطقة الزائدة الدودية كيس مملوء بمجروش الثلج وذلك لحين حضور الطبيب .

هل تعلم ؟ ؟

أنه قطرة باير بروتارجول

ذات مفعول ثابت وأكيد

في شفاء الرمد الحديبي واحمرار العيون والتهاب الجفون





بالجلد

في بطن أمه، ولكنه بعد ما يذوق لذة النظافة التي تمنحه يخضع لوالدته أثناء الاستحمام، بل أن هناك من الأطفال المعتادة الاستحمام من يطلب والدته به إذا سهي عليها. ونجد هذا الطفل المحب للنظافة يبقى طول يومه بعد أن يستحم نظيفاً مع أنه يلعب ويمرح آخذاً لنفسه من الحرية في ذلك ما لطفل آخر لا تمر عليه بضع دقائق إلا ويصبح كما كان قبل الاستحمام قدراً، وذلك لأنه لم يراع في تربية الأخير تعويده على حفظ نفسه نظيفاً، وهذا ما سوف يبقى معه ملازماً له حتى يشب ويكبر.

لا وسيلة لتنظيف الجلد غير الاستحمام، ولكن ليست جميع أفراد الشعب متوفرة عندها الشروط التي تساعد على ذلك، ولذا تعمل في كثير من الممالك (في مصر أيضاً) حمامات خاصة للفقراء وللعمال بتيمة زهيدة أو بدون أجر. أما طلبة المدارس فعملت لهم في ألمانيا حمامات في مدارسهم يستحمون فيها أثناء الدراسة كما يأتي:

تجهز في الطابق الأرضي حمامات ساخنة (٣ دوشات لكل ثلاثة من الطلبة) وبدا تستحم طلبة فصل واحد يبلغ عددهم ٥٠ طالباً في مدة ٥٠ دقيقة تقريباً. وتترك الطلبة الحصة على دفعات. فيغيب الطالب ١٠ دقائق عن الدرس. ويأتي دور كل فصل بعد أسبوع أو أسبوعين. ويختار للاستحمام حصة المطالعة أو الأعادة أو ما شابهها



العناية

أن فكرة العناية بالجلد قديمة بقدم الإنسان، وكل ما عمل أو يعمل لذلك إنما يرمى إلى شيء واحد وهو نظافته بحفظه من الأوساخ كذا أزالته عنه. وأنا لا نبحت هذا من الوجهة التاريخية إنما نتكلم عن تلك النظافة في عصرنا الحالي.

قلنا أن دعامة العناية بالجلد هي حفظه من الأوساخ كذا تنظيفه منها. ولحفظ الجسم من الأوساخ يغطي بطبقة من الملابس تمنعها عنه كما تمتص ما يفرزه الجسم. ولكن ذلك غير كاف، فأن ما يفرزه الجسم وما يعلق بسطحه لا يمتص جميعه بواسطة الملابس وألا كان تبديلها كافياً لنظافة الجلد، بل لا بد من الاغتسال لأزالة الطبقة الدهنية الملوثة بالكثير من الجراثيم والأقدار التي يمكن أن تحدث اضطرابات شتى في الصحة عموماً وأمراضاً جلدية على الأخص. ولذا كان من الواجب أن يتعود كل شخص من صغره على الاستحمام بالماء الدافئ والصابون، ويكرر ذلك حسب ما يرى أن طبيعة جسمه تتطلبه. فمن الناس من يكفيهم أن يستحم مرة في الأسبوع، ومنهم من يلزمه عمل ذلك مرتين، ومنهم من لا يمكنه أن يستغنى عن الاستحمام يومياً.

أن النظافة ملكة تترن في الإنسان من صغره فب الاستحمام يتوقف على ما عودته عليه أمه أيام كان رضيعاً، فالطفل يصرخ عند ما يستحم لأول مرة لأنه لم يتعود ذلك



أن للجلد تأثيراً كبيراً على الصحة العامة يعرف ذلك من ابتابه مرض جلدى مرة وذاق ما يسببه من توعك في المزاج خلاف الألم الموضعى . وهناك من الأمراض ما ينتاب الجلد رغم العناية به ، ألا أنه بالأسراع في معالجتها يمكن تدارك ما قد تسببه من اضطراب في الصحة العامة ، ولذلك من الأمثال الكثيرة نذكر منها أمراض الجلد المصحوبة بأكلان يجب أن تدهن توأ بالميتيجال حتى لا يمر وقت يكون كافياً لتعكير المزاج واستفحال المرض . ومعلوم أن الأمراض الجلدية تنتقل بالعدوى لذا يجب أن يعمل على الوقاية منها قبل أن تظهر ، وأحسن طريقة لذلك هي أنه إذا شك في إمكان حدوث العدوى بمرض جلدى يستحم بالماء الدافئ، وصابونة الأفريدول بشرط أن تترك الرغبة على الجسم حتى تجف ثم تغسل بالماء .

استعملوا دائما

أقراص الكومبرال

لتسكين آلام الحيض عند النساء



حتى لا تعرقل الدراسة .
وبذلك تترى في الطلبة
ملكة نظافة الجسم والملبس .
ليست العناية بالجلد
قاصرة على هذا النوع من
الاستحمام بل أن لغسل
الجسم بالماء البارد ، كذا
للحمامات الباردة (السباحة)
أهمية كبرى خصوصاً في



بلادنا أثناء فصل الصيف لتبيط حرارة الجسم . ولها فائدة أخرى إذ أنه بالعود عليها يترى الجلد على مقاومة الأجواء وتقل القابلية للأصابة بالبرد . أما السباحة فأنها فوق ذلك تقوى العضلات وحركات التنفس ، ولذا ينصح بها لأسباب كثيرة وخصوصاً في سن النمو .
ينصح أيضاً من جميع النواحي بحمامات الهواء فأن هبوب الرياح على الجلد العارى أو المغطى بقميص رفيع يهبط الحرارة وينعش الجسم ويقوى الاستحالة الغذائية ويزيد مناعة الجسم . وهناك نوع آخر من الحمامات لا يمكننا تقدير نفعه ألا وهو حمام الشمس خصوصاً للأطفال الكسيحة وذوى المزاج الخنازيرى (الدرئى) أنما يجب أن نعرض هؤلاء الأطفال لأشعة الشمس عرايا مع مراعاة وضع قبعة فوق الرأس لحفظ الرأس والرقبة من مفعول الأشعة ، ولبسهم قميصاً رفيعاً أو لباساً قصيراً (بنطلون) أو لباس البحر ، أنما يجب أن يكون من قماش أبيض اللون . ونعرض هذه الأطفال في مبدأ الأمر للأشعة مدة ما بين ٥ و ١٠ دقيقة ثم تزداد هذه المدة تدريجياً من ٥ - ١٠ دقائق كل مرة .
ليس نفع حمامات الهواء والشمس قاصراً على الأطفال المرضى بل يفيد الأصحاء منهم كذا البالغين ، لذا يجب أن تتمتع بهوائنا وشمسنا اللذين لا تتمتع بهما معظم البلدان الأخرى التي عرفت فضلها وتستخدمهما بكل الوسائل وعلى جميع الطرق الممكنة .

المشروبات الكحولية

أن تعاطى الإنسان للمشروبات الكحولية قديم جدا ثبت ذلك الأوانى والجرار التي عثر عليها المنقبون على الآثار، وأن كان تحضير هذه المشروبات يختلف في كل عصر عنه في الآخر ولكن المادة الفعالة فيها هي نفسها في كل العصور لم تتغير ونعني بها مادة الكحول.



انتشر تناول المشروبات الكحولية في قطرنا المصرى كذا فيما يجاوره من الأقطار الشرقية بدرجة لم تكن معهودة من قبل وحتى انتشر تعاطيها بين أوساط لم يكن يعهد فيها ذلك، فالיום تتعاطاها الفقراء قبل الأغنياء والشبان قبل الشيوخ والشابات قبل العجائز، حتى الأحداث أقبلت على تعاطيها بنسبة كبيرة تنذر بسوء المصير، ونحن لانبالغ إذا قلنا أن آنية وكؤوس الشرب أصبحت جزء ضروريا من جهاز العروس. وهذا ما دعانا إلى كتابة المقال الآتى لتبين بعض ضرر الكحول.

أن مفعول الكأس الأول من شعور شاربه بالدفيء والانسراح وفتح الشهية مفر بتعاطى الكأس الثانى وفى بعض الأحيان الثالث (أو كما يقول أحد السكيرين أنه عند ما يتناول كأسا يصبح أنسانا ثانيا وهذا الإنسان الثانى يتطلب كأسا ثانية) وهذه هي الجرعة الشهرية فى بادى الأمر، ولا يمضى وقت طويل حتى تصبح أسبوعية ثم بعد ذلك تصبح يومية. وتتعاطى الإنسان هذه الجرعة اليومية يتعود عليها فلا يكون لها مفعول قوى وذلك ما يغيره على تناول كمية أكبر وهكذا يستمر الحال إلى أن يصبح الإنسان مدمنا للمشروبات الكحولية يتناولها بضعة مرات فى اليوم بكميات كبيرة.

أذا أكثر الإنسان من تعاطى المشروبات الكحولية وأدمنه وهذا ما آت إليه معظم الشاربين لها، فستسبب له أضرارا كثيرة جسمانية وعقلية عاجلا كان ذلك أو آجلا. فمن أضرار الكحول بجسم شاربه تمدد القلب واضطرابات المعدة والكبد والتهاجات الكلية وضمف القوة التناسلية أن لم تتلاش بالكلية.

أما ضرر النحول بقوى الإنسان العقلية فهو أكبر من ذلك بكثير، وأذا تصفحنا أحصائيات مستشفيات الأمراض العقلية نجد أن أكثر من نصف ساكنيها يرجع سبب اختلال قواهم العقلية إلى أدمان الكحول أو أدمان آباءهم أو أمهاتهم له.

يقسم تأثير الكحول (يسمى طبييا بالتسمم الكحولى) على قوى الإنسان العقلية إلى نوعين نوع حاد يحدث وقتيا بعد تناول الكحول ونوع مستمر مزمن يسبب عن أدمان الكحول. ويقسم النوع الحاد بدوره إلى نوعين، تسمم بسيط (تخدير أو ما يسمى بسكر) فيصعب على الإنسان فى هذه الحالة تمييز المرئيات، ويصبح صوته عند التكلم عاليا أو يغنى حتى ولو كان صوته أنكر من صوت الحمار أو يصرخ، وينسى قواعد التهذيب البسيطة فيكثر من النكات الوقحة والمزاح الثقيل ويعتد بقوته العقلية والجسمانية.

أما النوع الثانى من التسمم الحاد فهو التسمم أو التخدير المرضى (الباتولوجى) ويصيب الشاربين المريضين بأمراض نفسانية أو المصابين بالصرع أو المهروعين (المصابين بالهستيريا) أو المتقدمين فى السن. ومن الجائز أن تظهر أعراض التسمم المرضى حتى بعد تناول كميات صغيرة من الكحول. وتظهر الأعراض فى هذه الحالة فجأة فيتهيح الإنسان ويضعف وعيه، ولاى سبب تافه أو حتى بدون سبب ما ينقض على من حوله ركزا ولكما ويقذف بالزجاجات والأكواب يحطمها. فإذا ما جاء رجال الشحنة (البوليس) انقض عليهم يقاومهم أشد مقاومة، وفى بعض الأحيان يحاول بعد ذلك قتل نفسه. ولكن بعد مضى وقت قصير يهدأ فجأة ويرجع إلى رشده أو يستغرق فى نوم عميق ولا يتذكر ما بدا منه أثناء النوبة الأقليل أو لا يتذكره

بالكلية. وكثيرا ما يرتكب أمثال هؤلاء أثناء النوبة بعض الجرائم كالقتل أو الحرق عمدا.

التسمم الكحولي المزمن: - يسبب تناول كمية كبيرة من المشروبات الكحولية يوميا (ما يقرب من ٣ لترات من الجعة (البيرة) أو ١ لتر من المشروبات الكحولية المقطرة (كالكونياك والوسكى وغيرها) أضراراً دائمة مزمنة بجسم الإنسان وبقواه العقلية. وتتوقف شدة هذه الأضرار على قوة مقاومة الإنسان وعلى كمية ما يتناوله من الكحول. وتصيب هذه الأضرار كل قوى الإنسان العقلية المختلفة وأن كانت تظهر في بعض منها أكثر منها في الأخرى، فتقل مقدرة المدمن على الفهم وتضعف ذاكرته وقوة ملاحظته ويلاحظ في هذه الحالة أنه طالما كان الإنسان تحت تأثير الكحول يكون جذلاً مسروراً مغتراً بنفسه ثرثاراً ولكنه في نفس الوقت يكون سريع التهييج، لأقل سبب يثور ويغضب ويصرخ ولكن إذا زال تأثير الكحول أصبح هادئاً وديعاً حزينا في بعض الأحيان وأن كان وجهه يتهلل أحيانا وعلى الأخص عند ما يتذكر ساعات عربده. زيادة عن ذلك قد يفقد المدمن كل شعور بالحجل والمسئولية فيترك زوجته وأطفاله تتضور جوعاً عرايا يقرصهم البرد لينفق نقوده وكل ما حصلت عليه يدها في شراء مشروبه، بل كثيراً لا يتحاشى أن يمد يده ويغتصب نقود زوجته وحليها ليطفئ بشمها جذوة عطشه، وإذا ما رجع إلى المنزل قابل زوجته بأقبح ألفاظ الشتائم والسباب أمام أطفاله، بل لا يتورع أن يتهتك أمام الصغار البؤساء دون أن يشعر بنجس ما بل في بعض الأحيان يدفعه جنونه إلى أن يتهتك عرض بناته. زيادة عن ذلك قد يصيب مدمن الكحول نوبات صرع، كذا مما يلاحظ كثيراً على مدمن الكحول الغيرة الشديدة على نسائهم التي تثور لأوهى الأسباب إذا رجع إلى منزله ووجد الباب أو الشباك مفتوحاً مثلاً أو وجدها متعبة إلى غير ذلك من الأسباب التافهة التي تثير شبهته، فتثور نأثرته وينقض على زوجته بالضرب. وكثيراً ما تلاقى الزوجة التعسة حتفها في إحدى هذه المرات. وباستمرار أدمان الكحول تختل كل قوى المدمن العقلية، ويصبح بائساً من سكان مستشفيات الأمراض العقلية.

العناية بالأطفال الحديثة الولادة

أن مدة الطفولة
الحديثة زمن
فتان ساحر لذيذ
للأمهات ولكنه
في نفس الوقت



يحتاج إلى تعب وعناية خاصة، فالطفل الحديث الولادة يحتاج إلى رعاية خاصة من ناحية والديه وطبيبه ومربيته.

يجب ألا ينظر إلى الطفل الحديث الولادة من ناحية تركيب أعضائه كأنسان بالغ فقط يختلف عنه بصغر جسمه. فإذا نظرنا إلى طفل حديث الولادة نجد أن رأسه كبير الحجم نسبياً، كذا بطنه، أما رقبته فيكاد لا يكون له واحدة، ونجد قفصه الصدرى برميلي الشكل أضيق بقليل من رأسه. ففي الطفل الذي يبلغ سنة من عمره نجد أن المسافة من حافة الذقن السفلى إلى قمة رأسه تعادل ١/٢ طول جسمه بأجمعه ونجد بطنه ممتلئة بارزة إلى الأمام وذلك ما يجعل شكل قفصه الصدرى يظهر منقبضاً ضيقاً. وكلما تقدم الطفل في السن كلما تغير شكل جسمه تبعاً للجنس ذكر هو أم أنثى.

يمكن ملاحظة الراحة التامة على الطفل السليم النائم من ملامح وجهه ومن وضع جسمه، فتكون رأسه في وضع مريح على الوسادة ويكون الجسم مائلاً إلى الورا قليلاً والأطراف في وضع رشيق، ويدل ارتفاع البطن وانخفاضها الخفيفان على انتظام التنفس يجب أن يكون استحمام الطفل الحديث الولادة في غرفة دافئة تتراوح درجة حرارتها بين ٢٤-٢٦° سنتيغراد. وإذا لم يكن ذلك في الأماكن فيجوز استحمامه

بقرب مدقّة، ويفضل أن تكون مدقّة كهربائية. ويجب ألا يستحم الطفل في حوض الاستحمام قبل سقوط بقية الحبل السرى، وأذا وجدت بقية الحبل السرى رطبة فيجب عرض الطفل على الطبيب أو على طبيب مركز رعاية الطفل ليرى سبب ذلك ويصف ما يجده ملائماً. وبعد سقوط بقية الحبل السرى يرش مكانه قليل من بودرة الدرما تول يومياً ويوضع عليه قطعة من الشاش المعقم إلى أن يتم التئامه، وهذا يتم حوالى اليوم التاسع من ولادة الطفل. ويجب أن تكون درجة حرارة ماء استحمام الطفل حوالى ٣٧,٥° سنتيغراد، ولا يستعمل في استحمام الطفل إلا الصابون غير

المهيج للجلد. وهناك أنواع كثيرة من الصابون الخاص بالأطفال. وأذا لم يمكن الحصول على مقياس لدرجة الحرارة (ترمومتر) فتختبر درجة حرارة الماء بوضع بعض منه على جلد الذراع الغض. وأذا تهيج جلد وجه الطفل أو جلد رأسه فيقتصر على استعمال زيت الزيتون النقى لوحده، وهذا يمنع إصابة الطفل بالأكزيما.



أن تنظيف أنف وأذن الطفل بعنف يسبب تسليخ جلدهما السريع التأثير، كما أن تنظيف فم الطفل بقطعة من الشاش أو القطن عملية قد تؤدي إلى ما لا يحمد عقباه من عدواه أو تقرحه، ولا تحتاج أغشية فم الطفل المخاطية إلى تنظيف ما طالما لم تنبت أسنانه بعد. وأذا كان ثدى الطفل متورماً أو يفرز إفرازاً ما، فيجب ألا يعصر بل يوضع عليه حفاظ ثابت.

يجب فصل شفري (شفتي) أعضاء الطفلة التناسلية عن بعضها مرة كل يوم ويمسح بقطعة من الأسفنج المبلل بالماء الدافئ لأزالة ما قد يكون عالقاً بهما من الإفرازات ويراعى عند تنظيف شرح الطفلة بعد التغوط أن يكون اتجاه سير الأسفنجة من الأمام

إلى الخلف حتى يتجنب إدخال بعض مواد البراز في مهبلها فتسبب التهابات شديدة فيه. أما أعضاء الطفل الذكورية التناسلية فلا تستلزم عناية خاصة اللهم إلا إذا كان الطفل مصاباً بضيق الغلفة، فترجع إلى الوراء باليد إذا أمكن ويمسح مكانها لازالة الإفرازات، وعملية الختان هي العلاج المعقول لهذه الحالة. وأحياناً تصاب الأطفال السليمة ببقيلة مائية (سائل مائي في كيس الخصية) وهذه لا تحتاج إلى علاج خاص، لأنها تزول عادة من نفسها.

قد اهتم الكثير من أطباء الأطفال بالعناية بالطفل الحديث الولادة لما لها من أهمية كبيرة، ووضعوا إرشادات كثيرة للأمهات أو المربيات نستخلص هنا أهمها:

(١) يجب أن تكون تغذية الطفل في مواعيد منتظمة، فاذا حان وقت غذائه وكان نائماً فيوقظ من نومه، أما إذا استيقظ قبل ذلك فيعطى قليلاً من الماء المعقم.

(٢) إذا أظهر الطفل رغبة في تناول شيء ما بين وجبتى طعامه فيعطى قليلاً من الماء

المعقم غير المحلى.

(٣) يوصى في الأسابيع الأولى من عمر الطفل بوزنه يومياً في ميعاد محدد، ويفضل أن يكون قبل الاستحمام.

(٤) يجب ألا يمسح فم الطفل الحديث الولادة.

(٥) تغيير كقولة الطفل (لفائفه) حالما تتسخ أو تبتل

(٦) يجب قص أظافر الطفل بالمقص

(٧) لا تنظري إلى الطفل كدمية (لعبة) فتريه لكل زائر أو زائرة تحضر

(٨) أعملي على أن يكون الطفل هادئاً بعيداً عن كل ضوضاء أو أي شيء يزعجه



(٩) أتركى كل انفعال عصبي بالقرب من الطفل

(١٠) لا تكثري من ملابس الطفل لئلا يعرق

(١١) بعد تغذية الطفل أرقديه على جانبه الايمن ، فان ذلك يساعد معدته على الهضم
(١٢) ليس من الضروري أن يبرز الطفل حديث الولادة يومياً ، طالما لم يكن برازه متجمداً ولم يكن يشعر باضطراب ما ، فيكفى أن يتغوط كل يومين مرة . ولا خوف من البراز الأخضر اللون إذا كان الطفل يتغذى بلبن أمه ، وطالما كان يتناول كمية كافية من الغذاء وكان مستمر النمو .

(١٣) أياك وأن تعطى الطفل مسهلاً قوياً مهما كان نوعه ، وتكفى أقجاع (لبوس) الجليسرين ، وفي بعض الأحيان حقنة شرجية لتنشيط حركة أمعائه .

(١٤) يستحسن عرض الطفل على الطبيب من حين لآخر حتى ولو كان لا يشكو من مرض ما ، وأياك وأن تعيرى وصفات العجائز أذنا واعية .

(١٥) أياك والاء كثار من تغذية الطفل ، ومن المهم معرفة مقدار ما يرضعه الطفل من كل ثدي في اليوم ، ويمكن معرفة ذلك بوزن الطفل قبل أرضاعه وبعدها

(١٦) لا يحمل الطفل من فراشه كلنا بكى ، فإنه يستحسن أن يصرخ الطفل الحديث الولادة بعضاً من الزمن كل يوم لأن ذلك يقوى رثته .

(١٧) لا تقتربي من الطفل إذا كنت مصابة بمرض معدى ، فاذا لم يمكن الاستغناء عن ذلك ، فيجب تغطية مكان الإصابة قبل اقترابك من الطفل . فضعى غطاء على أنفك وفك إذا كنت تشكين من الزكام أو السعال ، أو ألبسى قفازا من المطاط إذا كان بيدك أو باصبعك دمل أو خراج أو ما شابه ذلك .

إذا عدت مريضا فلا شك أنه يلزمك

تطهير يديك ووجهك وثيابك

بصابون اوفريدول

الذى هو اقوى مطهر من نوعه



الجروح

يتركب جسم الانسان من أجزاء صلبة (العظام) وأخرى طرية (مثل الجلد والعضل... الخ) وكل أجزاء الجسم عبارة عن مجموع أنسجة متصلة ببعضها . ويتكون كل نسيج من عدة خلايا دائمة الاتصال أيضا فإذا حدث أى انفصال فى هذا الاتصال مهما صغر أو كبر سمي ذلك فى علم الطب جرحا . فلو كان الانفصال هذا فى حجم جزء من المليمتر حتى يصدوب رؤيته فهو جرح أيضا ويكفى لمئات الميكروبات التى هى فى حجمها جزء من المائة من المليمترات أن تنفذ منه وتسبب مرضا .

يقسم الطب الجروح الى أنواع عديدة تبعا لمسبباتها فهناك القطع بألة حادة أو الوخز كذا التمزق وجروح العض أو القذائف كذا الفرغ أو السحق كما تحدث جروح من شدة البرد أو من الحرق . وتختلف الجروح فى درجاتها كبيرة أو صغيرة عميقة أو سطحية ، وفى أهميتها بالنسبة للعضو المجرى فجرح القلب أشد خطرا من جرح الجلد . ولكن هناك خطر آخر يخاف منه على أى جرح مهما صغر حجمه وقلت أهميته (مثل لدغة حشرة أو وخزة دبوس) وهو أن تحدث فيه عدوى وهذا ما يعبر عنه بتوسخ الجرح . وهذا التوسخ يسبب أمراضا عديدة تسمى بأمرض الجروح .

توجد الميكروبات فى كل مكان حتى فوق جلد الانسان بعد الاستحمام ومن هنا نفهم الخطر الذى يتعرض له أى جرح وعلى الأخص الحديث من أن يلوث . وقد يحدث هذا التلوث أما من الجراثيم الموجودة فوق سطح الجلد أو الأغشية المخاطية ، أو من نفس الجسم الذى أحدث الجرح كقطعة خشب قدرة أو زجاجة أو عظم أو شوكة سمك أو سلة أوسكين وخلاف ذلك مما يمكن أن يسبب جرحا ويلوثة فى آن واحد . وقد يتلوث الجرح من الملابس الملاصقة له أو من التراب المملوء بالميكروبات . وأهم منبع يعدى منه الجرح هى أيدي المصاب نفسه أو أيدي الآخرين الذين يريدون أسعافه فيلوثرن الجرح . كما قد يحدث التلوث من الماء الذى يستعمل لغسل الجرح أو من الأربطة أن لم تكن معقمة .

كلنا جرب الجرح مرة ولاحظ أن أول ما يشعر به هو الألم ثم شاهد احمرار الموضع المجرّوح ولاحظ ارتفاع درجة حرارته عن الجزء المجاور له كذا سيلان الدم . وهذه هي أعراض الجرح الأولية . ولكن لا يعرف أغلبنا لماذا يحدث ذلك ؟ فالألم يحدث من حساسية الأعصاب الموجودة في هذا المكان أما ارتفاع درجة الحرارة والاحمرار فيحدثان لأن الجسم يرسل كميات الدم اللازمة إلى الأغشية حول هذا الجرح للكفاح ولإصلاح مافسد وهذا ما يرفع درجة الحرارة ويحدث الاحمرار ويسيل الدم ولا يمضي زمن حتى تزول كل هذه الأعراض ويلتئم الجرح . أما إذا تلوث الجرح فان كريات الدم البيضاء الموجودة في الدم المرسل إلى هذا المكان تقوم بعملها فتلتهم الأجسام الغريبة (منها الميكروبات المسببة للقيح) وتغادر بها الجسم فينتج ما نعرفه باسم المدة . وقد لا يتسرب القيح الى خارج الجسم أما لأخذه طريقا آخر أو لانسداد المخرج الذي كان يجب أن يخرج منه فيسرح إلى الداخل فيضطر إلى شق الموضع لإيجاد مخرج كاف يغادر القيح منه الجسم .

نعلم أن الميكروبات متعددة الأنواع ولكل منها خواص تختلف عن الأخرى وتسبب من الأمراض خلاف ما يتسبب عن الأخرى فنجد جرحا بسيطا يتسبب عنه في بعض الأحيان مرض الحمى وآخر يسبب مرض الكزاز وغيره يسبب تسمم الدم وخلاف ذلك من الأمراض التي خصص لها مبحث واسع في علم الطب مما يضيق بنا المقام هنا عن ذكره ووصفه ولذا نقتصر على النصيح بعدم أهمال أي جرح مهما صغر فقد لا يتسبب عنه أي مرض ما ولكن من يدري بذلك قبل حدوث المرض ؟ ولذا فانا نعمل أولا على الوقاية مما قد يتسبب عن الجرح إذ نعلم أنه كثير بل كثير جدا ما يحدث للجرح مضاعفات شديدة كانت أو بسيطة ولذلك يجب أن ينظف الجرح توا بمحلول مطهر (ليس بالماء العادي) مثل ماء الأوكسيجين ويدهن بمحلول اليوتيون ويوضع عليه شاش معقم ثم يربط جيدا . إلا أنه إذا كان هناك أي شك في إمكان حدوث عدوى بمكروب مرض الكزاز (التيتنوس) الذي يوجد على الأخص في أرض الفلاحة والحدائق وفي سبلة الخيل فيحقن المصاب توا بالمصل الواقي من هذا المرض . وعند تغيير رباط الجرح يبل الشاش بماء الأوكسيجين

أذا كان لاصقا بالجرح فينجل الاتصال وينزع الشاش بسهولة ثم يوضع على الجرح مرهم البليدول ويغطي ثانية بالشاش المعقم ويربط وهكذا .
بديهى أن ما ذكر يعمل في الحالات البسيطة أما الجروح الكبيرة والأخرى ذات المضاعفات فبعد أن تربط كما سبق ذكره تعرض توا على الطبيب .

صيدلية المنزل

أن وجود صيدلية تحتوى على الضرورى من الأدوات والأدوية اللازمة للاسعافات الأولية بكل منزل ضرورى كضرورة أهم حاجيات المنزل بل قد تكون أهم ما يجب أن تملكه كل أسرة .

تتكون صيدلية المنزل البسيطة من خزانة مقسمة إلى ثلاثة أقسام : قسم خاص بالأدوات وآخر خاص بالأدوية التي تستعمل عن طريق الفم وثالث للأدوية التي تستعمل من الخارج . ويجب أن توضع في مكان ليس في متناول كل الأيدي وخصوصا أيدي الأطفال وتكون ذات قفل يوضع مفتاحه بجوارها حتى يمكن العثور عليه سريعا عند اللزوم . وسنذكر هنا أهم ما يجب أن يحتفظ به داخل هذه الخزانة الصغيرة من الأدوات والأدوية لتكون حاضرة عند الحاجة إليها .

الأدوات : (ويستحسن أن يخصص لها القسم الأسفل من الخزانة)
حفنة شرجية (من الزجاج أو المطاط) ويجب أن يكون لها مبسم للشرح وآخر للرحم .
حفنة مطاط صغيرة .
حفنة زجاجية للحقن تحت الجلد .
ترمومتر طبي .
كاسات حجامه (كاسات الهواء) .
حوض زجاجي صغير لغسل العين .
مقص صغير .
أثناء لغلى الأدوات .
قطن طبي .
أربطة شاش درماتول .
أربطة للجروح عرض ٥ و ٧ و ١٠ سنتيمترات .
كيس للثلج .
كيس للماء الساخن .

أدوية للاستعمال من الخارج :

٥٠ جرام صبغة يود .
زجاجة زيت اليوتيون (يستعمل في كل ما تستعمل له

صبغة اليود أما يفضلها بعدم صبغها للجلد أو الملابس). ١٠٠ جراما حامض البوريك (يذاب ٣٥ جراما من المسحوق في لتر ماء). ١٠٠ جراما ليزول. نصف لتر كحول نقي. محلول خلاص الرصاص. ٢٠٠ جراما خل عطري. نصف لتر ماء كولونيا. ٥٠ جراما ايثير. ٥٠ جراما سائل روح النوشادر. ٢٠٠ جراما جايسيرين نقي. زيت زيتون نقي. نصف لتر ماء أو أكسيجين. ١٠٠ جراما بابونج. صابون أفريدول. زجاجة دهان ميثيجال. ٢٠ جراما برمنجنات البوتاسيوم ($\frac{1}{10}$ جرام في لتر ماء نقي). زجاجة سبيروزال. زجاجة قطرة باير بروتارجول. نصف دستة ورق خردل. نصف كيلو جراما بذركتان. ٥٠ جراما مسحوق الشب. ٥٠٠ جراما بودرة طلق. علبة بودرة درما تولى. أقراص سليمانى. مرهم بلليدول. مرهم زئبقى. مرهم زنك. مرهم بوريك. أنبوبة فازلين أمريكانى نقي.

أدوية للاستعمال من الرافل :

٦ برشامات سلفات الكينا ٠,٢٠ جراما. أنبوبة أقراص أسبيرين باير. أنبوبة أقراص الكومبرال. $\frac{1}{4}$ كيلو جراما بيكربونات الصودا. ملابس الاستيزين. ٢٠٠ جرام زيت خروج. أقراص البانقلابين. أقراص الأداين.

بهذا تقتصر على ما ذكر وهو ما يجب أن يكون موجودا في كل منزل مع العلم بأن بعض الأسرات قد تحتاج إلى بعض أدوية أخرى يجب أن توجد دائما عندها تبعا لما قد يكون هناك من مرض في أحد أفرادها فيحفظ بهذا الدواء علاوة على ما سبق ذكره.

لا يجب أن نفهم مما كتبناه أن هذه الأدوية تغنى الأسرة عن الطبيب بل أنها تساعد المصاب لحين حضوره. وقد يحتاج الطبيب إلى بعضها في وقت الضرورة كما أننا نقول علاوة عن ذلك بأن أهم ما يجب أن تحتفظ به أسرة هو الطبيب نفسه بأن تختار لها طبيبا خاصا يعودها في المرض وفي غيره لأن عين الطبيب تكشف ما لا تراه عين غيره فربما كان هناك ما يحتاج إلى علاج ولا يراه الآخرون أو المصاب نفسه ظنا منه أن ذلك شيء خفيف لأنه يجهل عواقبه كما يجهل المرض نفسه.

باب المسابقات

تسليه لمشركى مجلتنا رأينا أن نكثر من المسابقات ونورد في هذا العدد لغزاً من الكلمات المتقاطعة وقد وضعنا لمن يحله جائزة مقدارها خمسون فرشا صافا.

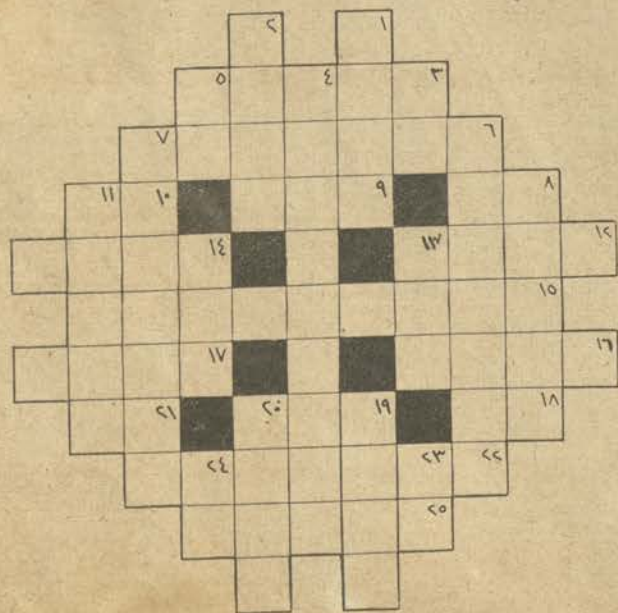
شروط المسابقة

- (١) لا بد للحصول على الجائزة من حل اللغز حلا صحيحا يطابق الحل المحفوظ بأدارة المجلة مع مراعاة باقى الشروط المطلوبة بكل دقة.
- (٢) إذا حل اللغز أكثر من متسابق واحد فسوف يقترع بين الحلول الصحيحة.
- (٣) يكتب حل اللغز في الجدول المعد لذلك بعد أن يقص. وأن أريد الاحتفاظ بالمجلة سلبية فيرسم مثله على ورقة بيضاء ويكتب فيه الحل.
- (٤) يكتب اسم وعنوان المتسابق على ورقة الحل.
- (٥) يجب أن يكتب الحل (بالمداد).
- (٦) يوضع الحل في ظرف يكتب عليه من الخارج كلمة مسابقة ويرسل إلى أدارة تحرير المجلة صندوق البوستة ٢٠٦٣ ويشترط أن يصل قبل أول يونيه سنة ١٩٣٢ للمشاركين داخل القطر المصرى وقبل ٧ يونيه للمشاركين خارج القطر المصرى.
- (٧) يشترط في كل من يدخل هذه المسابقة أن يكون مشتركاً في هذه المجلة مسدداً قيمة اشتراكه عن سنة مقدما. ولنغير المشترك أن يشترك فيها ويرسل قيمة اشتراكه — وقدرها خمسة قروش صاغ داخل القطر — مع الحل.
- (٨) حكم أدارة المجلة نهائى.

اللغز

المطلوب ملء المربعات الخالية في هذا الجدول كل منها بحرف بشرط أن تتكون من هذه الحروف من مبدأ الحرف الذى في المربع الذى به العدد إلى المربع الاسود كلمات تدل على ما يأتى :-

- (١) طائر يطير
- ليل (٢) الراجع عن دينه (٣) من الزواحف (٤) شاعر عربى قديم
- (٥) ظاهرة طبيعية (٦) خشب ثمين (معرف) (٧) نوع من الكسور



(في علم الحساب) (٨) جمع سفرجلة (١١) مصاب بمرض عقلي (١٣) يلبسه المحامون وقت المرافعة (١٤) قطر في أفريقيا (١٩) أحد الرسل (٢٠) وظيفة عسكرية (٢٣) حرف نهى (٢٤) بمعنى قفز .
أفيا : — (٣) السيوف القاطعة (٦) اصطلاح في علم النحو (٨) مرض معد (٩) اسم علم (للاثني)
(١٠) أحد أفراد الأشره (١٢) الأراضي الخالية من السكان (١٤) مكان التجارة (١٥) حيوان اشتهر بمكره (١٦) إحدى الحضرات (١٧) الذي يقص القصة (١٨) ما بين السماء والأرض (١٩) فعل ماض بمعنى صوت الذئب (٢١) فعل ماض بمعنى طن الذباب (٢٢) مادة مطهرة (٢٥) بلدة بالوجه القبلي .
ملحوظة : — الحرف المشدد يكتب حرف واحد والتاء المربوطة تكتب (هـ) .

نتيجة مصابفة عدد شهر مارس

وصلتنا حلول كثيرة صحيحة فاقترعنا بينها ففاز بالجائزة وقدرها خمسون قرشا صاغا محمود حسنين العتريس أندى بمراقبة بريد أسكندرية .

الحل الصحيح

رأسيا : — (١) جوهر (٢) هانف (٤) زيزب (٦) قرصات (٧) ثواني (٩) ثوب (١٢) حسام (١٤) علة (هـ) (١٧) أعور (١٨) ليون (١٩) دانوب .
أفيا : — (٣) قوزاق (٥) هيت (٦) قرنفل (٨) ككوثر (١٠) أوصد (١١) انا (١٣) نسمات (١٥) باع (١٦) نلمود (٢٠) يراع (٢١) امون (٢٢) وحوش .

باب الأسئلة والأجوبة

- (١) لا جواب على أسئلة غير المشترك .
- (٢) الأسئلة غير الموضحة توضيحا كافيا والتافهة تهمل .
- (٣) كل سؤال ليس عليه الاسم والعنوان كاملين يهمل كذلك .
- (٤) يجب أن يوضح كل سائل كل ما يختص بسؤاله فثلا إذا كان مريضا أن يشرح مرضه وما أصيب به من أمراض قبل ذلك وسنه وإذا كان متزوجا أو أعزب وعلى العموم كل ما يختص بحالته الصحية والنفسية والا سرار الخاصة تبقى محفوظة دون خوف .
- (٥) الأسئلة التي يطلب الاجابة عليها بخطاب خاص ، أو التي لا يمكننا نشرها لاحتوائها على أشياء جنسية لا يصح لسلك فرد الاطلاع عليها يجب أن تصحب بمصاريف البريد والا فتهمل .

س ١ — عندى شاب يبلغ من العمر ١٥ سنة ينزل منه دم بعد التبول كذا بعد التغوط ؟ ا. ع. أشمون
ج ١ — أن هذا اللثاب مصاب بنوعى البلهارسيا وهذا ما يحدث عنده هذه الأعراض فيجب علاجه بالعلاج الخاص عند طبيب أو في مستشفيات الحكومة . والعلاج هو أما حقن الطرطير في الوريد أو حقن الفؤادين في العضل ويفضل الاخير من الكثيرين .

س ٢ — أبتى تبلغ من العمر ٦ سنوات أصيبت بسعال بسيط وبمد مضى شهر عليه أنقلب إلى سعال ديكى ، وقد عولجت فلم يجد ذلك نفعاً فهل يقيدها الهواء الطلق قبل الظهر وفي العصر ؟ ا. م. ا. طنطا
ج ٢ — كان إلى عهد قريب من الصعب علاج السعال الديكى بالأدوية حتى عمل له لقاح للوقاية منه ولملاجه ، والهواء الطلق يفيدها جداً وليس ذلك فقط بل أن أم ما يعمل في علاج هذا المرض هو أبعاد الطفل عن البيئة التي هو فيها وليس ضرورياً أن ينقل إلى مكان أصح بل الفكرة هي تغيير الوسط فقط .

س ٣ — ماذا تشيرون بعمله لطفل في سن الستين يشك في عدواه بالدرن الرئوى فقد توفت والدته بهذا المرض وعنده سعال خفيف يماوده مراراً ؟ ا. م. ا. طنطا

ج ٣ — أن أم ما أنصحك به هو الاعتناء بتغذيته وتقوية بنيته فأكثر من تعريضه لبرواء الطلق والشمس وأكثر من الفواكه في تغذيته واستعمل له الفيجاتول الذي هو عبارة عن الفيتامين د ولا خوف عليه إذا اعتنت به جيداً .

س ٤ — مصاب بكثرة القشر في شعر رأسى ولا ينقطع بالرغم من مداومة الغسيل فماذا أفعل ؟ م. ر. القاهرة

ج ٤ — يمكنك غسل رأسك مرة في الاسبوع أو مرتين بلقاء الساخن وصابونة الافرديول .

س ٥ — قدمائى يرقان كثيراً حتى تقبلل جواربى التي أن لم أبدلها يوميا أدى ذلك إلى تشقق جلد الحذاء من كثرة العرق بعد شهرين على الاكثر ، صحتى جيدة فماذا تنصحون ؟ م. ح. القاهرة

ج ٥ — يجب عليك أن تضع قدميك مساء كل يوم كذا في الصباح في ماء دافئ مضاف اليه قليل من الشب مدة ربع ساعة وبعد تنشيفها جيداً تمسحها ببودرة طلق مضاف اليها قليل من مسحوق الشب .

س ٦ — لي قرية متزوجة تبلغ من العمر ٦٧ سنة مصابة من منذ ٥ سنوات بداء الفيل في رجلها اليسرى ، عرضت على أطباء كثيرين فلم يفلح فيها علاج فماذا تفعل ؟ م. م. ج. أبو كبير

ج ٦ — لم ينجح إلى الآن دواء في علاج داء الفيل ويجرب أخيراً الفؤادين لذلك ، وما أنصحك به هو أن تدخلها إحدى المستشفيات حتى يفحصها أطباء عديدون في آن واحد ويقروا رأيهم في مرضها وطريقة علاجه .

س ٧ — (١) يبلغ والدى من العمر ٦٠ سنة ، صحته تتناسب مع سنه لم يتعاط أى مكيف منذ صغره ينتابه دق بسيط في القلب إذا أجهد نفسه في أى عمل مثل صعود السلم أو سرعة المشى وذلك منذ ٦ أشهر تقريباً . وينتابه أحياناً سعال بسيط مع شرفان عقب شرب الماء فإ رأيكم . (ب) أبلغ من العمر ٢٣ سنة أعزب كامل الصحة لا أتعاطى المكيفات إلا نادراً مثل السيجار والكحول ، لا يقلبى النوم قبل مضى ساعتين على أيوائى إلى الفراش فماذا تعلقون ذلك ومما يتسبب عرق الايدي صيفاً ؟ م. ز. المنصورة

ج ٧ — (١) أن ما يذنب والدك هي أعراض السكر ولا يمكنني أن أنصحك إلا براعاة سنه في كل عمل يعمله فأن التفريات التي في قلبه تتطلب الراحة وعدم أجهاد جسمه والشرفان بعد شرب الماء يحدث من ضعف قفل الطريق المؤدى إلى الشعب الهوائية الموصلة إلى الرئة فتتسرب بعض قط من الماء اليها تضطرها إلى السعال فيجب أن يتهمل جداً أثناء الشرب ويمكن تقوية صحته العمومية بتعاطيه الفروسوماتوز . (ب) يتسبب ذلك عن عدم أجهاد جسمك أثناء النهار حتى يتطلب الراحة مباشرة عند ما تذهب إلى النوم ويمكنك في بعض الأحيان استعمال الا دالين . أما عرق الايدي فيدهى أنه ناشئ عن حرارة الصيف ويزداد بازدياد شرب السوائل .

س ٨ — (١) تقولون أن مرض السكر وراثى فهل إذا كانت الأم مصابة بهذا المرض تصاب أولادها به وهل هذا المرض معد . (ب) بمنزلي آلة لرفع الماء (طلبية) فهل شرب ماثا مضر بالصحة وما الطرق التي تجعلها صحية ؟ ع. ش. ملوى

ج ٨ — (١) أن هذه نظريات لا يمكن تطبيقها على المجموع ويقال أنه إذا ظهرت حالة جديدة لمرض

السكر في عائلة فأني في هذه العائلة مريضا آخر بالسكر ، ومن هنا يقال أنه ورثي ومعدى ولكنه لم يثبت ذلك ببرهان قاطع وليس بضروري أن تصاب الام* وولاد بمرض السكر اذا كانت الام* مريضة به ، ألا أنت هناك احتمالا آخر وهو أن الام* وولاد ترث البنية من والديها أيضا فقد يكون ذلك معللا لمرض الام* وولاد بالسكر فيما بعد ألا أن ذلك ليس بالام* الحتم . (ب) يمكنك أن ترجو طبيب المركز أن يأخذ عينة من هذا الماء ويرسله لمصلحة الصحة للكشف عليه في المعمل ويعطيك النتيجة اذا كان صالحا للشرب أم لا لأنه لصاحبة الماء للشرب شروط يجب أن تتوفر فيه وقد ذكرنا ذلك في مقال « الماء » في العدد السادس من السنة الثالثة ووضيق بنا المقام هنا عن ذكرها .

س ٩ — ما سبب سقوط شعر أهداب العين وما علاجه وما سبب مرض الجنب وما علاجه ؟

ع. ا. ب. بنى مزار

ج ٩ — يجب أن تعلم أولا أن الام* هذاب عادة تسقط وينبت غيرها أتما أظن أنك تتنى بسقوطها مريضا حيث تجد الام* جفان خالية من الام* هذاب وتجد طرف الام* جفان محمرا قليلا أو كثيرا به قشور دقيقة رقيقة وهذا يحتاج إلى علاج طويل بواسطة طبيب العيون كذا تقوية البنية بتناول الفيجاتول أو الفيديولون ومرعاة المعيشة الصحية من التمتع بالهواء والشمس وحسن التغذية . أما مرض الجنب فهو عبارة عن التهاب البللورا ولا علاج له غير المسكنات مثل الام* سبيرين والراحة التامة وتدفئة موضع الام* .

س ١٠ — وضعت صديقتي وتشعر الآن بحرقة في المعدة ومهدان في جميع جسمها حتى لا يمكنها القيام من مضجعتها فهل تنصحون بدواء موافق ؟

ح. م. ح. منفلوط

ج ١٠ — يغلب على ظني أن عندها اضطراب في الجهاز الهضمي فأنصحها بأكل الخفيف من الام* طعمة مثل الخضار على هريضة أن يراعى في طهيها أن تكون غير حريفة وتتناول أثناء الطعام الفروسوماتوز وبعد الام* كل قليلا من بيكرينات الصودا .

س ١١ — (١) أبلغ من العمر ٤٣ سنة متزوج لى أربعة أولاد صملى كتابي في قليل الرياضة أميل إلى الهدوء والسكينة أتناول طعامي في ميعاد معين أشعر بالتهاب في الصدر بعد الام* كل بنصف ساعة ، أتعاطى بعدها بيكرينات الصودا فأستريح ويحدث لى ذلك حتى بعد شرب اللبن بالشاي وتناول قليل من الخبز (طعام الإفطار) فأرايكم مع العلم أن ذلك عندى من منذ سنتين تقريبا . (ب) تباع زوجتي من العمر ٢٥ سنة كثيرا ما تنتابها آلام خصوصا في أعلا الرأس ، نحيفة جدا ترضع طفلا سنة الآن سنة ، عملها المنزلى مجهد للغاية فضلا عما تسببه تربية الأطفال ، أظن أن عندها فقر دم فاذا أفعل ؟

ع. ا. السويس

ج ١١ — (١) يدل ذلك على زيادة الحموضة بمعدتك وقد يكون ذلك ناشئا عن مرض بها أو أن معدتك كثيرة الإفراز وهذا لا يثبته إلا الفحص ، وعلى العموم أنصحك بأن تصوم يوما لا تتناول فيه طعاما بالمرّة وتبدأ من ثاني يوم بطعام خفيف مثل الخضار المسلوق فقط فقير الملح وتجعله فقير الماء جدا (تصفية) وتتناول منه كمية صغيرة جدا (ملء طبق فنجان شاي) كذا مطبوخ الفواكه وتأكل خمس مرات في اليوم وتأخذ عقب كل أكلة مرة قليلا من بيكرينات الصودا وأخرى من الماينيزيا وتستمر على ذلك مدة لا تقل عن الثلاثة أسابيع تستريح أثناءها في الفراش وتقلل من مشرب الماء جدا . (ب) يجب عليها مراعاة تنظيم الجهاز الهضمي وحسن التغذية وذلك بأن تأخذ من آن لآخر قرصا من الام* ستيزين قبل النوم وتتغذى جيدا ويجب أن يكون في طعامها يوميا نصف رطل من الكبد وتستعمل الفروسوماتوز وتأخذ قرصا من الام* سبيرين عند الحاجة مع العلم بأنها يجب عليها أن تريح نفسها كثيرا وتكثر من التريض والنوم كما يجب أن تقضم طفلها .

س ١٢ — (١) تبلغ والدتي من العمر ٦٠ سنة ، عندها أسماك مستمر تتغذى بغذاء خفيف مثل شوربة

القول النبات وخلافه ، أكلها ضعيف تشكو دائما من مفس بالمصارين فهاذا تشيرون عليها . (ب) هل يضرب بالنظر أكل البصل نيشا ؟

ع. ا. دمياط

ج ١٢ — (١) يغلب على ظني أن والدتك مصابة بديستاريا مزمنة وعلاجها يحتاج إلى عناية وعلاج خاص يجريه الطبيب ، ويمكنك مساعدتها بأعطائها كل أسبوع مرتين قرصا من الام* ستيزين قبل النوم . (ب) لا يضرب أكل البصل بالعينين ألا إذا أفرط في أكله فإن كثرة ما يسببه من أدماع العينين قد يسبب فيها التهابا ألا أنه مفيد للصحة أيضا لما يحويه من الفيتامينات .

س ١٣ — (١) سيدة في الخمسين من عمرها تشكو من نزيف رحمي قد يستمر ربع ساعة ثم يزول ثم يعيد السكره بعد ذلك آنا بعد آخر منذ شهرين ويغلب على ظني أن ذلك نتيجة أحد أمرين أما جرح في الرحم أو ورم سرطاني فأرايكم مع العلم بأنها تتماخ في توقيع الكشف الطبي عليها . (ب) يأرق صديقي طول ليل أسبوعه ولا ينام في الأسبوع ألا ليلة أو ليلتين نوما متقطعا . يبلغ من العمر ٣٠ سنة ، يصيبه الام* مساك في ليالي الأرق معتدل التبرز في ليالي النوم ، يشعر بتعب وارتخاء عقب قيامه من النوم مباشرة ، تسرع دقات قلبه عند صعوده سلما طويلا فأرايكم ؟

ع. ا. الفيوم

ج ١٣ — (١) قد يكون ما تظنه هو سبب هذا النزيف ألا أنه يغلب على ظني أنها مصابة بورم عضلي في عضلات الرحم ولا يثبت ذلك غير الكشف الطبي ، وما دامت تأتي إجراء الكشف عليها فلا يمكن مساعدتها مطلقا . (ب) يغلب على ظني أن صديقك مصاب باضطراب مزمن في الجهاز الهضمي فدع طبيبا يفحصه وانصح لصديقك باتباع أوامر الطبيب والام* استمرار على العلاج الذى يحتاج إلى مدة طويلة . أما بقية أسئلتك فراجع مقال الزائدة الدودية في هذا العدد وللطحال سنكتب عنه مقالا في عدم قادم . أما تقوية الأعصاب فيتوقف على السبب في ضعفها .

س ١٤ — يظهر حول أطراف يدي جلد (أشبه بالوذنة) يؤلمنى جدا فأضطر إلى أزالته . في بعض الأحيان تدمى الأصابع ويشوه منظرها . فما هو العلاج الناجع لهذه الحالة ؟

ف. ج. بى سويف

ج ١٤ — أن ذلك مرض جلدي ويمكنك دهن هذه المواضع باليوتيون .

س ١٥ — هل لذلك أساس علمي وهو أن قلة الحديد في مواد الجسم تسبب شيب الشعر ؟ وإذا كان كذلك فهل يمكن تحسين الحالة بالام* كمنار من المواد الغذائية المحتوية على الحديد بكثرة ؟ وهل يمكن إيقاف ازدياد هذا الشيب باستعمال زيت كبد الحوت المضبوط العيار (الفيديولون) كنتيجة لتقوية البنية ؟ ع. ك. القاهرة

ج ١٥ — لم تثبت أي علاقة بين كمية الحديد في الجسم ولون الشعر ومن المحتمل أن الفيديولون لا يفيد ضد شيب الشعر ولكنه قد يفيد إذا كانت حالة الجسم الغذائية تحت مستواها الطبيعي ، وحق عندئذ قد لا يكون له أي تأثير على لون الشعر .

س ١٦ — تعرتني دوخة شديدة إذا ركبت أوتوموبيليا وتصل الدرجة لى إلى التيء في بعض الأحيان خصوصا إذا كان الأوتوموبيل مقفلا فهاذا تمللون ذلك وهل هناك علاج لذلك مع العلم بأن صحتي ليست ضعيفة ؟ ص. ج. سوهاج

ج ١٦ — أن هذا ما يسمى بدوار البحر لأنه يحدث على الأخص لراكبي السفن ويتسبب ذلك عن عدم التوازن في جهاز خاص بالأذن الباطنة ويحدث ذلك لأشخاص كثيرين أثناء السفر بالقاطرة والعربات وركوب (الأرجوحة) وغير ذلك . وكل ما يمكن عمله أن يتعاطى الشخص الذى عنده استعداد لذلك دواء خاص مثل الام* وركسين . أما شفاء هذا الداء بمعنى أنه لا يعود ثانية فغير ممكن .

س ١٧ — (١) ما أسباب التثليج في الشتاء ؟ . (ب) لي صديفة كلما تسافر ينتابها دوار في الرأس وتتقأب جربت الام* كل والصوم قبل السفر والحالتين سواء فما يحدث ذلك وكيف تنقيه ؟ ا. ب. بئر سبع

ج ١٧ — (١) يحدث ذلك نتيجة شدة البرد وهو كما يحدث تماما من شدة الحرارة (النار) ، وأظن أنه بدوي أن أقاء التثليج يكون باتقاء البرد بالتدفئة من الخارج (ملايس مدفئة وتدفئة الغرف) كذا كثرة الحركة التي تجري الدم في العروق والفرامين وينتج عنها الحرارة في الجسم ، كما ينصح أيضا بشرب السوائل الحارة المدفئة مثل الشاي الساخن وخلافه . (ب) يمكنك الرجوع إلى سؤال ١٦ .

صابون الأفريدول

يساعد على شفاء الأمراض الجلدية وعلى الأخص حمى النيل
أن عوامل الشفاء تظهر مباشرة بعد استعماله



(طريقة استعماله :)

أما أن يغتسل به كالصابون العادي، أو تترك الرغوة حتى تجف على الجلد
لمدة عشرة دقائق وبعد ذلك يغسل الجسم بالماء العادي



يطلب من جميع الصيدليات ومخازن الأدوية



هل عندك التهاب بالمثانة أو في مجرى البول أو في الكليتين؟
عليك باستعمال :

اقراص الهلميتول

فهي مطهرة للبول شافية لأمراض المجارى البولية . ويمكن
استعمالها وتحملها مدة طويلة بدون أن تتعب الجهاز الهضمي

ولاقراص الهلميتول

مفعول أكيد في علاج السيلان الحاد والمزمن مهما كان عنيداً

طريقة الاستعمال : خذ قرصين - ثلاث ألى أربع مرات في اليوم -
تذاب في ماء بارد مضاف إليه قليل من السكر

التعبئة :

يباع في أنابيب زجاجية تحتوي الواحدة على ٢٠ قرصاً



إذا أصبت بأحدى الأمراض الجلدية
أيا كان سببها فعليك باستعمال

دهان الميტიجال

فهو أحدث دواء لعلاج الجرب
كذا الأمراض الجلدية المصحوبة بأكلان

طريقة الاستعمال :

يستحم أولاً بالماء الدافئ والصابون ثم يدهن الجلد ثلاثة أيام
متتالية ثم يستحم بها جيداً.

التعبئة :

زجاجة سعتها ١٥٠ جم — زجاجة صغيرة (للأطفال سعتها ٧٥ جم)