ومن الامثلة في هذا الباب ما تراهُ من خط النور المنسحب على اثر انقضاض الشهب وان هو الاّ رسم نُقَطٍ متتابعة تتصل في العين فتراها خطًّا واحدًا ومثلهُ ما ترى من الدائرة النارية التي يرسمها طرف العود المشتعل اذا دُوّر في اليد وعلى هذا بُني ما يُسمى بالصور المتحركة على ما تكلمنا فيهِ غير مرة . ومن ذلك ان المسافر في سكة الحديد يرى الارض والاشجار تتجارى عن جانبيهِ وتدور الى خلفهِ ويرى الرجلَ او الدابّة يمشي الى عكس جهة القطار فيرى حركة قوائمهِ الى الامام وحركة عامّة جسمهِ الى الورآء . والامثلة في ذلك اكثر من ان تحصى فتبارك من تنزّه عن الزيغ والخطأ وهو الهادي الى سوآء السبيل

طرق استحمام الاطفال ونظافتهم

لحضرة الدكتور محمد عشماوي الحكيم مفتش صحة مركز شبراخيت بالبحيرة

ذكرنا في رسالتنا السابقة الصادرة في العدد الاول من مجلة الضيآء الاغر الاضرار الناتجة من عدم استحمام الاطفال واهمال نظافتهم والامراض المتولدة من امر هذا الاهمال ووعدنا بان نأتي على طرق استحمام الاطفال من يوم ولادتهم ووسائط نظافتهم ثم الوسائل الصحية اللازمة التي تقي الاطفال من الاصابة بالدآء الزهري وهذا اوان وفآء هذا الوعد فنقول

متى وُلد الطفل فبعد اتمام الاهتمامات اللازمة لهُ حال الولادة وربط الحبل السُرّي ربطًا قانونيًّا يلزم اضجاعهُ على مرتبةٍ او فراشٍ نظيف ناعم

ويُلفّ بلفافةٍ ناعمة حتى يكون دافئًا ويستحضر لهُ حمام من مآءٍ فاتر لغسل جسمهِ . وقبل الاستحمام يلزم ان يُدهَن جسمهُ بزيت الزيتون النقي او زيت اللوز الحلو وخصوصًا مثاني الجلد الطبيعية كالابط وما بين الفخذين والاليتين والمأبضين اي باطن الركبتين لاذابة المادة الدهنية المغطية لاجسام الاطفال المولودين حديثًا وسهولة ازالتها

ويبتدأ بغسل العينين اولاً اما بقطعة قطن طبي او بقطعة شاش جديد خالٍ من النشآء ناعم ثم يُغسل الجسم بقطعة اسفنجة ناعمة او بقطعة شاش كالسابقة مرغًى عليها بالصابون البسيط بمقدارٍ كافٍ وبعد تمام استحمام الطفل على هذه الصورة يزال ما على جسمهِ من الصابون بمسحهِ بالاسفنجة بعد عصرها وبعد ذلك يلفّ في مناشف ناعمة تُدفّأ على النار تدفئةً خفيفة ويُجفّف جسمهُ جيداً حتى لا يُترَك فيهِ اثر ابتلال ولا رطوبة ثم يُدثَّر الطفل بملابسهِ الخصوصية بعد تدفئتها ايضًا ويلزم ان تكون واسعة نظيفة ناعمة ملائمة لجسمهِ بحيث لا تضغط على اعضآئهِ ولا يُلفّ فوقها بالاقمطة كالطريقة المتبعة في مصر التي فيها يُشدّ على جسم الطفل وذراعيهِ حتى يصير جسمهُ شبه عصا فهذا من اشدّ الاضرار لانهُ مما يعوق التنفُّس ويقف في طريق نموّ الجسم ويكون سبباً لدخول الحشرات في أثنآء هذه اللفائف وتراكم الاوساخ تحتها . وبعد استحمام الطفل على الطريقة السابقة بكل سرعة حتى لا يتعرّض لتعرية جسمهِ مدةً مستطيلة وتدثيرهِ بملابسهِ يُلقى على فراشهِ لكي ينام ويستريح

ويحترَس الاحتراس التامّ من استحمام الطفل في محلٍّ تكون نوافذهُ

مفتوحة او في محلٍّ بارد كما ينبغي الاحتراس التامّ من صبّ الماء على رأسهِ من بُلبُل (بزبوز) ابريق كما يفعل البعض لان هذا قد يكون سبباً في اختناقهِ وازهاق روحهِ

ثم يداوَم على استحمام الطفل ونظافتهِ بالطرق الآتية

اما الاستحمام فينبغي ان يكون كل يوم دفعتين صباحاً ومساءً او دفعةً واحدة على الاقل يومياً في الصباح . وهو اما ان يكون في حمّام من الزنك او في طستٍ يحتوي على ماءٍ فاتر بحيث اذا مست اليد فيهِ شعرت بانهُ أعلى من درجة حرارة الجسم بقليل . وهذا الحمام يُغمَر فيهِ الطفل ما عدا رأسهُ ويُغسل جسمهُ باسفنجةٍ ناعمة او قطعة شاش ناعمة مرغًى عليها بالصابون البسيط كما اسلفنا وبعد نهاية الاستحمام يلزم تجفيف جسمهِ بمناشف ناعمة قد دُفّئت على حرارة النار قليلاً كما تقدم شرحهُ ويحسن ان يدلك جسم الطفل دلكاً لطيفاً بعد الاستحمام ثم يُلبَس ملابسهُ

ومع المداومة على ذلك من المفيد تنقيص درجة حرارة الحمام شيئاً فشيئاً بحسب تحمُّل بنية الطفل بحيث لا ينزعج من هذا العمل. ويتوصل لتنقيص درجة حرارة الحمام الفاتر بالتدريج باضافة الماء البارد عليهِ بعد وضع الطفل فيهِ شيئاً فشيئاً حتى اذا ناهز الطفل الشهر الخامس او السادس اي اذا بلغ طور التسنين الاول امكن تدريجياً ان يوضع في حمام بارد اي درجة حرارتهِ عاديّة وخصوصاً في فصل الصيف

هذه هي طريقة الاستحمام العام للاطفال واما مداومة نظافة اجزاء بدن الطفل فتكون بالطريقة الآتية

اولاً (نظافة العينين) يلزم تنظيف العينين كلما شوهد فيهما اثر للوسخ وخصوصاً ما يتجمع في الموقين من الرَمَص وهو الوسخ الابيض المتجمد وما يتجمع من ذلك في الاهداب وكذا ما يقع في العين من الغبار او القذى او ما شابه ذلك ويكون غسل الاعين بقطعة قطن طبي او شاش نظيف جديد ناعم بماءٍ فاتر لا بأس ان يرغى عليها بالصابون البسيط ارغاءً خفيفاً لكن يحترَس من دخول الصابون وملامستهِ المقلة بحيث يهيج العين ويؤلمها وافضل من ذلك غسل العينين بمحلول حامض البوريك ويمكن استحضار هذا المحلول استحضاراً منزلياً بان يوضع في زجاجة كبيرة تَسَع خمسة ألتار نصف كيلوجرام من حامض البوريك المتبلور او المسحوق ثم تملأ الزجاجة بالماء المقطر وتترك مدةً حتى يذيب الماء من حامض البوريك مقدار ثلاثة الى اربعة في المائة وعند استعمالهِ يصفى من الزجاجة ويزاد الماء الذي فيها كلما نقص الى ان يتمّ ذوبان الملح ثم يجدَّد

ولا بد من غسل عيون الاطفال في اليوم الواحد اربع دفعات على الاقل ويحترَس الاحتراس التام من وضع الكحال او مواد مهيجة في العين كما يفعل بعض القابلات مما يحدث فيهما ضروباً متنوعة من الرمد

ثانياً (نظافة الاذنين) فانهُ كثيراً ما لا يلتفت الى تنظيف آذان الاطفال فتتراكم فيها الاوساخ ومنهم من يضع فيها موادّ تتعفّن وينشأ عنها اوساخ تكون مجلبةً للحشرات ولاجل منع ذلك يجب الاعتناء التام بنظافتها وذلك ان محارتي الاذنين (الصيوانين) لما كانتا كثيرتي التعاريج كانتا معرَّضتين لان تتجمع فيهما الاوساخ ولذا يلزم غسلهما من الظاهر فقط اما

باطن المحارة اي الصيوان فينظف بقطعةٍ من القطن الطبي مغموسة في الماء الفاتر او قطعة من الشاش الناعم النظيف مع الاحتراس من دخول الماء في القنوات السمعية . واما داخل الاذن فينبغي ان لا يمسّ بشيءٍ مطلقاً الاّ اذا ظهر هنالك التهاب او تقيح او ظهر من الطفل علامات تألم من داخل الاذن فيجب في هذه الاحوال عرضهُ على الطبيب واما صملاخ الاذن وهو الوسخ الذي يخرج من القنوات السمعية على هيئة مادة صفراء فيلزم تنظيفهُ بالطريقة السابقة وبعد ذلك يجب تنشيف الاذن من البلل

ثالثاً (نظافة الانف والحفر الانفية) اما نظافة الانف من الظاهر فسهلةٌ للغاية واما الحفر الانفية عند الاطفال فيتكون عادةً على جدرانها قشور سنجابية من المادة المخاطية المتجمدة وهذه قد تكون ملتصقة فما كان منها يخرج من الحفر الانفية من نفسهِ يجب رفعهُ بسهولة وما كان منها داخل الانف او ملتصقاً بجدران الحفر الانفية فلا ينبغي جذبهُ لئلا تحدث تسلخات في الغشاء المخاطي للحفر الانفية عسرة الشفاء واما اذا شوهد تراكمها داخل الحفر الانفية ومضايقتها لتنفس الطفل فيلزم تليينها بالماء الدافئ المضاف عليهِ قليل من ملح الطعام بنحو شعرية (فرشة) او قطعة قطن ملفوفة على عودٍ دقيق وبعد لينها تنفصل وتخرج وعند سيلان مواد مخاطية من الانف لا ينبغي تركها بالقرب من الفم بل ترفع وينظيف موضعها في الحال

رابعاً (نظافة الفم) وذلك ان الطفل الحديث العهد بالولادة قد يوجد في فمهِ مواد مخاطية ورُغوية فيلزم ازالتها بمسح الفم من الباطن بقطعة شاش لينة جديدة مغموسة في ماءٍ فاتر . ثم انهُ ينبغي غسل الفم بعد كل رضاعة

بقطعة شاش بهذه الصفة ايضاً حتى ان بقايا اللبن لا تتخمر وتتعفن في الفم وتحدث التهابات فمية ولا يجوز ان تكون القطعة الشاش المستعملة متحملة لكثير من الماء خشية نفوذ الماء الى الحنجرة وقت العمل بل ينبغي عصرها عصراً كافياً . ولا ينبغي للامهات او المراضع ان يتركنَ اثداءهنَّ في افواه ابنائهنّ وهنّ نيام اذ هذا قد يكون سبباً في هلاك الاطفال اما من دخول اللبن في الحنجرة او من سد الفم والحفر الانفية بجرم الثدي وقد تسيل بقايا اللبن في الفم بعد ترك الطفل للثدي وهذا خطأٌ واضح

ويحترَس جيدًا من وضع ايدي الاطفال في افواههم لانها قد تكون وسخة او ذات اظافر حادة تسلخ الفم ومن عادة الاطفال عند وصولهم الى الشهر الثالث فما بعدهُ انهم كلما وجدوا شيئاً يوجهونهُ الى افواههم وهذا من اشد الخطر عليهم لان هذه المواد لا تخلو من ان تتحمل شيئاً من الاوساخ او جراثيم الامراض المعدية او تكون من الاشياء السامّة فتودي بحياتهم ولا ينبغي وضع اصابع الغير في فم الطفل ما لم تكن نظيفة وعند وجود داعٍ موجب لذلك

خامساً (نظافة فروة الرأس) فانها كثيراً ما تكون بعد الولادة مغطاة بقشورٍ سمراء ملتصقة بجلد الجمجمة والشعر الوبري فهذه لا ينبغي الاهتمام بها كثيراً وتنفصل مع المداومة على الاستحمام بالطريقة السالفة وان لم تنفصل فلا بأس من دهنها بزيت الزيتون او زيت اللوز الحلو والجليسرين النقي او الفازلين حتى تلين وتنفصل

سادساً (نظافة المغابن اي المطاوي الجلدية) وهي المطاوي التي خلف

الاذنين ومغابن العنق والابطين والمرفقين والبطن والاربيتين وما بين الفخذين والاليتين والمأبضين فهذه كلها بعد المداومة على استحمام الاطفال ونظافتهم بالطرق السابقة ينبغي تفقُّدها على الخصوص فاذا وجد فيها اوساخ في مدى الاربع والعشرين ساعة يلزم تنظيفها بالماء الفاتر كما اسلفنا وبعد تنشيفها جيدًا يذرّ عليها مسحوق الارزّ الناعم جدًا او مسحوق النشاء الناعم ايضاً لمنع احتكاك جلد هذه المطاوي الرقيق وتسلخها . ويحترس الاحتراس التام من وضع مسحوق الاسفيداج وهو مركب رصاصي او مسحوق السيلقون وهو مركب زئبقي فان هذه المركبات كثيراً ما يضعها الجهلة في هذه الاماكن الرقيقة الجلد حتى مع تسلخها فتكون من اشدّ السموم فضلاً عن تهيج الجلد بها وظهور طفحات جلدية منها مؤلمة تكون عائقة لنموّ الطفل

سابعاً (نظافة الايدي) وهي من الواجبات المهمة وكذلك تقليم الاظافر كلما طالت لانهُ كثيراً ما يحدث بها الاطفال تسلخاتٍ في وجوههم واعينهم وافواههم فضلاً عن الاوساخ التي تتراكم تحتها . ويحترس جيدًا عند تقليم الاظافر من حدوث جروح في اطراف الانامل فانها قد تؤدي الى خطر عظيم

ثامناً (ملاحظة ملابس الطفل) تختلف ملابس الطفل بالنسبة الى ثروة اهلهِ وافضل الملابس هي التي تكون من نوع الفلانلة الناعمة وعلى العموم ينبغي ان تكون ملابسهُ واسعة لينة ولا يكون فيها حافات حادّة ولا تكون مشدودة على اعضائهِ حتى تضايقهُ بل يلزم ان تكون اعضاؤهُ حرة

يحركها كيف شآء لان هذا مما يساعد على نموّهِ . ويلزم استبدال ملابس الطفل بعد كل استحمام وعلى ذلك يلزم ان تكون نظيفة وعلى كل حال يلزم استبدالها كلما لحقها شيءٌ من الموادّ والرطوبات الفضلية

واذا عُوّد الطفل لبس القلنسوة (الطاقية) يلزم ان تكون خفيفة نظيفة من نسيج ليّن وزناقها يلزم ان يكون شريطاً ليناً ناعماً خشية ان يحتك بعنق الطفل ويسلّخهُ والاّ فلا بأس ان يترك عاري الرأس الى ان يكبر ويستغني عن الزناق . واذا أُلبس جوارب يلزم ان تكون نظيفة ورباطها مرخى خشية ان يعوق دورة الساق

ومتى كبر الطفل على هذا المنوال وبلغ سن السنة فلا بأس من الاقتصار على استحمامهِ ثلاث دفعات في الاسبوع مع المداومة على نظافة اجزآء بدنهِ كما اسلفنا ومتى صار يأكل يلزم وضع فوطة على صدرهِ حتى لا تتاثر الاطعمة على صدرهِ وملابسهِ وتوسخها وعقب الاكل يلزم غسل فمهِ ويديهِ وتنشيفهما جيدًا

تاسعاً (فراش الطفل) فراش الطفل يلزم ان يكون ليناً ناعماً نظيفاً ومن الحسن ان يوضع عليهِ مشمع طريء مغشى بطبقة من الفلانلة تغير كلما تلوثت ويغسل المشمع بالصابون والعادة ان ينام الطفل في حضن والدتهِ او مرضعهِ او في سرير خصوصي فينبغي في كل حال ان يكون تنفسهُ حرًّا وكذلك حركات اعضائهِ كلها بحيث لا يُضغط عليهِ في شيءٍ من ذلك كما قدمناهُ قبيل هذا . واما طرق وقاية الاطفال من الاصابة بالدآء الزهري فستتكلم عليها في الجزء التالي ان شآء الله