التسمم بملح الطعام

نشر بعض الاميركان منذ مدة ان الاكثار من الملح يعصم من الامراض ويكون سبباً في تقوية الدم واطالة الحياة وقد شاع هذا القول وتناقلتهُ الجرائد والمجلات وربما اغترّ بهِ بعض الحِراص على الحياة فاخذ يستفّ الملح استفافاً. وقد وردتنا عدة اسئلة في استثبات هذا الامر فرأينا افضل جوابٍ على ذلك ان نعرّب فصلاً قرأناهُ في احدى المجلات العلمية للدكتور مُنار قال

ان اسلم الاطعمة في بادي الرأي قد يكون مؤذياً لبعض اجزآء البنية كما ان من الموادّ التي اشتهر انها من اقتل السموم ما لا تتمّ وظائفها بدونهِ. فان الزرنيخ مثلاً على ما أثبتهُ المسيو أرمان جُوتيّاي يدخل في تركيب بعض كُرَيّات الجسم دخولاً بنآئيًّا فيوجد في كُريّات البشرة والشعر ويتجمع على الخصوص في الغُدّة الدرقية. وهو كثير الانتشار في الطبيعة ويمكن ان يُستخرَج من بعض الخضراوات ولا سيما الكرنب. وعلى الجملة فان هذا السمّ الذُعاف لا يخلو منهُ غذآؤنا اليومي ولكن المقدار الذي يدخل اجسامنا منهُ لازمٌ لقيام انسجة البنية بما لا يقلّ لزوماً عما يدخلها من بعض الاملاح المعدنية

على ان الزرنيخ الذي يخالط الاطعمة انما يدخل البنية اجزآءً من الف من الميلغرام وهو اذا لم يتجاوز بضعة ميلغرامات كان في جملة الادوية ولكنهُ اذا بلغ بضعة سنتغرامات لم يؤمن خطرهُ. وكذلك الاملاح المعدنية المذكورة فانهُ مع ما يسبق الى الذهن من صلاحيتها اذا كثرت مخالطتها

للغذآء اليومي الى حدّ الافراط لم تكن سليمة العاقبة

واشهر ما يمثَّل بهِ على ذلك ملح الطعام اوكلورور الصوديوم فانهُ ما زال في كل زمنٍ يُعَدّ من الموادّ التي لا بدّ منها للغذآء وليس من امةٍ في الارض الا تستعملهُ حتى ان سكان اواسط افريقيا يبتاعونهُ باغلى الاثمان ويأتيهم محمولاً مع القوافل فخلوّ تلك الارض منهُ . ومع ذلك فانهُ قد يكون من السموم لبعض انسجة الجسم بل للجسم كلهِ اذا أُفرِط في استعمالهِ الى ما ورآء الاعتدال

ولبيان ذلك نقول ان الاطبآء اخذوا منذ بضع سنين يعالجون المصابين بفقر الدم بمحلول ملح الطعام في المآء المقطر وهو المعروف بالمصل الصناعي يحقنونهُ تحت الجلد بقصد التقوية فكان لهذا الحقن فائدة لا تُنكر لكن وُجد انهُ احياناً يُحدِث تورُّماً . ثم ان التورُّم الذي يصحب علل الكليتين و بعض العلل القلبية يُعالَج عادةً باللبن مع المنع عن سائر انواع الاطعمة وقد عُلم ان هذا العلاج انما يفيد لانهُ بقصر العليل على اللبن وحدهُ يُصرَف عنهُ جانبٌ كبير من الملح الذي يخالط الموادّ الغذآئية لا لأن في اللبن خاصّيّةً تمنع ارتشاح مصل الدم الذي يحدث التورم عنهُ اذ قد ثبت بالتجربة انهُ لو أُعطِي العليل عوض اللبن طعاماً آخر خالياً من الملح سوآء كان من اللحم او الخضراوات او الخبز لحصل النفع عينهُ واذا اعطي اللبن بعد ذلك مضافاً اليهِ عشرة غرامات من الملح في اليوم عاد الورم

وسبب التورم المذكور على ما ذكرهُ الدكتور آشار ان الملح اذا زاد عن المقدار اللازم للبنية او ضعفت الانسجة عن افراز الملح الواصل اليها

بجملتهِ حتى يبقى جانبٌ منهُ مخزوناً فيها فان هذا الباقي منهُ يطلب المآء اللازم لحلّهِ على ما هو شأن جميع المواد المُختزَنة في الجسم ولا سيما الاملاح . وبقآء هذا الملح في خلال الانسجة لا يقتصر ضررهُ على امساك المآء في البنية ولكنهُ يؤذي الغشآء المستبطن للكليتين ايضاً كما ثبت ذلك بالامتحان في الحيوانات

جملة الامر ان الملح من المواد اللازمة للتغذية فقد وُجِد بالاختبار ان الحيوانات اذا غُذِيت بخبزٍ لا ملح فيهِ عرض لها البول الآحيّ (الزلالي) لما يحدث بسبب ذلك من التمزُّق في الغشآء المذكور للكليتين وكذلك الانسان اذا تناول مقداراً كبيراً من الملح مُنِي بالامر نفسهِ اذا لم تكن الكليتان صحيحتين او لم يتمّ افراز الملح بجملتهِ وهذا هو السبب في ان اصحاب الاورام المشار اليها تفيدهم الاغذية التي لا ملح فيها لان انسجتهم يكون قد تجمع فيها ملحٌ كثير

هذا مجمل ما ثبت بالاختبار وبهِ عُلِم ان اسلم الموادّ الغذآئية الذي هو الملح مع كونهِ مما لا بدّ منهُ لقيام البنية فانهُ اذا جاوز الحدّ في المقدار كان سمًّا لا محالة . اهـ ببعض تصرُّف

فوائد

تقسية النحاس — كان الاوّلون يعرفون طريقة لسقي النحاس وتقسيتهِ حتى تتخذ منهُ الاسلحة والآلات وهو المعروف في اصطلاح الصاغة بنحاس الجان ولكن سرّ تقسيتهِ لا يزال مكتوماً في صدر الايام وقد اجتهد اناس