

## الشغل والهلم وادواء القلب

القلب اهم الاعضاء وأكثرها عملاً فإنه يعمل مادام سراج الحياة موقداً في الراحة والتعب والنوم واليقظة ويزيد عمله عند اقل الدواعي . فاذا أسرع الانسان في السير او أغرب في الضحك او افراط في الأكل شعر بزيادة الحركة في قلبه والنضان في عروقوه . ولكن هذه الزيادة لا تستمر بل تتبعها النقص لان القلب يعي من كثرة العمل ويشكو من شدة التعب ويبادر الى الراحة والسكينة والحال يضعف على المعنى والدماغ وكل اعضاء الجسد لانها لا تعمل اعمالها بنشاط ما لم يتوارد اليها الدم الغزير

وقلوب الناس مختلفة في قوتها طبعاً فتها ما هو قوي يدفع الدم بغزارة الى كل اطراف الجسد وذووه دموي المزاج اقوياء الابدان ميالون الى الحرب والخصام . ومنها ما هو ضعيف طبعاً لا يزيد عمله عما يقتضيه حفظ الحياة وذووه عصبي المزاج اذكيا العقول . والاولون اكثر الناس تعرضاً لادواء القلب لانهم يجهدون انهم في صحة وعافية فيطمعون ويجهدون قواهم العقلية والجسدية ومثلهم مثل من يشب في نعمة وافرة فيتحذ النذير له ديدناً ويزيدة تملق اصحابه له واعجابهم بقوته اسرافاً فلا يلبث ان يداهم الفقر المدقع والفاقة الشديدة . واصحاب المزاج العصبي قد لا يتنجون من ادواء القلب لان كل ما يؤثر في النفس فينبسط له او تنبض يؤثر في القلب ايضاً والآفات سبب الاصفرار الذي يعلو الوجه عند الوجع والاحمرار الذي يعلو عند الخجل وما معنى ضيقة الصدر التي يشعر بها الانسان عند الهلم والغم

واول عرض يظهر في الناس الذين يسرون هذا المسمى الرغبة الشديدة في مواصلة الاشغال فيجتنبون اسباب اللهو والطرب لانها تمنعهم من مواصلة اشغالهم وينفرون من زيارة الاصدقاء لكلاً بضع بها شيء من وقتهم . ثم يشتد همهم وحرصهم حتى لا تأخذهم هزة الطرب مها اصابوا من النجاح . ويتوارد عليهم الاحلام المرعبة وهم نيام فيعملون باعمال النهار ويهتمون في تديرها على غير هدى فيعملون العمل فيأتي على عكس ما ارادوا ولا يزالون يكررون عمله ويفشلون الى ان يستبطلوا بفتة مذعورين . ثم يشتد همهم والهلم والارق حتى يعدموا الراحة . وحينئذ يخرف عمل الهضم فيصرون يظنون الطعام في غير اوقاته ويشتهونه بسرعة لا يقابلة لانهم يشعرون بامتلاء المعده حاملوا يشرعون في الأكل . وقد تأخذهم الآلام الشديدة بعيد الطعام فلا يرتاحون ما لم يتقيأوه ومن ثم تصير مسألة الطعام شغلاً شاغلاً لم فيقتلون منه ما امكتهم ويفتصرون على الوان قليلة لا تكفي حاجات الجسد كلها ويصيبهم سوء الهضم ابي تعجز

معدم عن هضم الطعام لان الدم الوارد اليها من القلب قليل غير كافٍ لافراز العصارات اللازمة للهضم . واذا اضطربت المعدة اضطرب الجسد كله فيشعر الانسان بالضعف ويقل نومه ويزيد قلقه وعشه . واذا اصغيت الى نبضان قلوبهم وجدته غير مكون من نبضة طويلة واخرى قصيرة بل من نبضة طويلة يلوها اثنتان قصورتان مثل نبض الشيوخ لتغير في بناء القلب او في الاعصاب المتسلطة عليه . واذا واظب الانسان مع ذلك على اشغاله الكثيرة زاد ضعف قلبه واضعف صحته فترأه يوماً مصاباً بالاسهال التدبند ويوماً بالنفث الشديد وينتهي امره على وجه من اربعة اوجه الاول ان يصاب بضيق الصدر . واكثر ما يحدث ذلك من الظهر الى العنق او قبيل النوم فيشعر كأن صدره يكاد ينطبق على نفسه ثم يزيد هذا الشعور ويصعب اصفرار الوجه والمعدة والامعاء واعتقال الاطراف وعسر التنفس . واذا هذه الاعراض آلم شديد ناخس ممتد من الصدر الى منتصف الصلب وينفي الانسان نجبة في نوبة من هذه النوب

الثاني ان يصاب بالسوداء او المالتوليا وهي ضعف في الدماغ من قلة توارد الدم اليه . وكثيراً ما تحدث مصحوبة بضيق الصدر المذكور آنفاً فيسأم المصاب بها الحياة ويود دنو الأجل الخنوم وقد لا ينتظره فيعاجل نفسه وينفي نجبة متتراً . قال الدكتور رنر دصن الشهير عرفت رجلاً جيد البنية حسن الطلعة جمع ثروة وافرة بكده وجدته واعتزل الاشغال وهو في الخامسة والاربعين من عمره وبني ائسباً جيداً خارج المدينة ليقتضي غابر هذه الحياة بالراحة والسكينة . فلم تمض عليه ايام كثيرة حتى جاءني يستشيرني في امره فوجدته مصاباً بالسوداء من ضعف قلبه فاشرت عليه بالزواج والسفر فصوب رأبي وذهب فاصداً ان يعمل به ولكنه لم يلبث الا اياماً قليلة حتى بادرت نوبة شديده من نوب اليأس فنقض نجبة متتراً

الثالث ان يموت بانصداع القلب اي انشقاقه . قال رنر دصن المذكور آنفاً عرفت رجلاً اصابه ضعف القلب من شدة الشغل والم فاسرع مرة ليدرك مركبة من مركبات السفر فوقع في الطريق ميتاً ولدى الفحص وجد البطين الايسر من قلبه مشقوقاً . وقد لا ينشئ القلب بل يقف عن العمل بغتة عجب عمل شاق فينطفي سراج الحياة بغتة

الرابع ان يشتد تأثير الانسان من اسباب المرض المختلفة فالزكام المادي يحدث فيه احتقاناً في الرئتين والحمى المادية تضعفه ضعفاً لا يقوم منه فيقتضي نجبة قبل وقته

منه اشهر الادواء التي تنتج بسبب الشغل الكثير والم شديد والعلاج الانجع فيها ان يرتب الانسان اوقات الشغل حتى يحكم عليها ولا تحمك عليه ويتنوع اشغاله حتى يرتاح الدماغ من شغل بابدالو بأخر . وان تبطل اسباب المسابقة والمناظرة اللتين يجهدان الانسان فوق طاقته