باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم اهل البيت معرفته من قريب او بعيد من تدبير الطعام واللباس والشراب والمسكن والزينة وغير ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

نصيب المرأة

المرأة اما ان تكون زوجة لاحد الاغنياء فتعيش بالراحة والرفاهة وتستطيع ان لا تعمل عملاً ولا تُسأل عن شيء تراها في هذه العاصمة وغيرها من العواصم تنام الى الظهر وتسهر الى نصف الليل وتركب اثمن المركبات وزوجها يدير اطيانهُ واعمالهُ ويجادل ويناضل ويسعى ويكدح حتى يكسب ما يكفي لنفقاتها وتنعمها

واما ان تكون زوجة لاحد الاواسط او الفقراء وهو الاكثر فيكون نصيبها التعب والنصب نهارًا وليلاً غير مأجورة ولا مشكورة

كتبت الكاتبة الانكليزية البصابات غلز فصلاً وصفتها فيه ابلغ وصف قالت ما تعريبهُ

حينما تخولتُ توزيع الهباشين التي وهبها كارنجي لتوزع على الابطال فكنت اوزعها على هؤلاء النساء لعلم انهنَّ لم يركبن القوارب التي تنجي الغرقى ولا خضن الانهار لتخليصهم ولا اوقفن فرسًا جامحًا ولا اقتحمن بيتًا مشتعلاً ولكنهنَّ فعلن ما هو اعظم من ذلك فان المرأة منهنَّ تقيم ثلاثين سنة او اربعين او خمسين تحارب الفقر والوحدة والمرض من غير ان تسمع لها صوتًا او تسمع منها شكوى حتى لا يكاد الناس يشعرون بوجودها ولكن اذا التقى بها اشجع بطل شهد المعارك الكبار وامتلأ صدرهُ بهباشين الشرف والفخار وجب عليهِ ان يقف امامها مطرقًا حاسر الراس لانهُ يرى امامهُ شجاعًا اشجع منهُ

لاشيء في منظر هذه المرأة يدل على شجاعتها وبسالتها فهي مثل غيرها من اخواتها في هيئتها ولبسها تراها كل يوم فلا تلتفت اليها وفي مع ذلك تستحق الالتفات والاكرام مثل ابسل بطل خاض معامع القتال

لقد كانت منذ سنوات كثيرة فتاة غضة الشباب وكانت كثيرة الامالي والآمال مثل

غيرها من الفتيات فتزوجت وهي تحسب ان زوجها تمتاز بين الرجال وانهُ يحبها حبًّا مفرطًا فيراها جنتهُ وملاكهُ كما كان يقول لها . ثم تزول هذه الاحلام رويدًا رويدًا وترى فتورًا في محبتهِ لانهما كمر باعمالهِ ولا يعود يتعجب بجمالها كما كان يفعل من قبل فتكلف على اعمال بيتها تخيط وتطبخ وتغسل وتنظف لكي يكون زوجها مستريحًا في معيشتهِ وهي لا تسمع منهُ الاَّ كلام اللوم والتعنيف واذا لم يوفق في اعمالهِ ويكتسب منها ما يكفي لنفقات بيتهِ او يزيد عليها اضطرَّت ان تحارب الفقر بكل جهدها فتراها توفر من هنا ومن هناك لكي يظهر زوجها بثياب لائقة بين الناس ولا يكون اولادها دون اولاد جيرانها في ملابسهم وتحرم نفسها كل الملذات والمسرات لاجل زوجها واولادها فتكتفي بفضلات الطعام لا لانها تفضلها على غيرها بل لانها تحرم نفسها لكي تطعم زوجها وأولادها

اما تعبها الاشد وشجاعتها العظمى فليس هنا بل في ولادة الاولاد وتربيتهم والسهر عليهم . تمضي الايام والسنون وهي لا تنام ليلة واحدة من غير ان تقوم لاولادها ترضع هذا وتغطي ذاك . واذا مرضوا — وايُّ ولد لا يمرض مرارًا في صغره — فهي المرضة والممتنة فوق واجباتها البيتية الكثيرة تمر بها الايام وهي لا تجد راحة لا نهارًا ولا ليلاً وكثيرًا ما تمرض وتخور قواها ولكنها لا تغفل الاهتمام باولادها اذا نادوها

لا احد يصفها بالشجاعة ولكن يأتي ابنها والدفتيريا في حلقهِ فلا تتركهُ لحظة بل تخاطر بحياتها الف مرة كل يوم لاجلهِ وهي تضع فمها فوق فمهِ وتقبل شفتيهِ واذا تقيأ مخيهُ ودنن في رمسهِ فهي اول من يظهر الجلد وتعود للاهتمام ببقية اولادها مع قرط حبها لهُ وحزنها عليهِ

تحرم نفسها كل راحة لكي تعلّم اولادها وهي تعلم انهم يرتقون بذلك ويملون عليها ولا يعود يرضيهم طعامها ولا لباسها ولاحديثها لكنها تفعل ذلك يرضاها وتزيد في حرمان نفسها حتى يرتقي اولادها وينوفوا عليها . تخيط وتطبخ وتغسل وتكوي وتحفر بيديها المرَّة التي تفصل بينها وبين اولادها ولكنها تفعل ذلك مسرورة ولو كان فيهِ موتها

هذه هي المرأة الباسلة التي تستحق ياشين الافتخار ولو اغضى الناس عنها ولم يخصوها بكلمة واحدة من الاكرام

الامراض المعدية

الامراض المعدية كثيرة ولكل مرض منها مدة بين دخول العدوى في الجسم وظهور المرض فيهِ تسمّى مدة الحضانة كأن يزور المرض يقيم في الجسم مدة معلومة قبلما تفرخ كما تقيم

البيضة تحت الدجاجة اياماً معلومة قبل تفريخ . ثم ان لكل مرض من الامراض المعدية زماناً معلوماً تبقى العدوى فيه من المصاب وفرشه وتزول بعد ذلك . وترى في الجدول التالي اسماء الامراض المعدية ومدة الحضانة في كل منها ومدة العدوى

اسم المرض	مدة الحضانة	مدة العدوى
الاسهال (الديريا)	يوم الى ٤ ايام	اسبوعان
التهاب النوزتين	١٤ يوماً الى ٢٢	٣ اسابيع
الانفلونزا	١ " " ٢١	٣ "
التيفوس	٦ " " ١٤	٤ "
التيفويد	٨ " " ١٤	٦ "
الجدري	— " " ١٢	٦ "
الحصبة	٨ " " ٢٠	٤ "
الحمّاق	١٠ " " ١٤	٣ "
الحمرة	١ " " ٥	١ "
الدفتيريا	١ " " ٨	٣ "
السل	مجهول	مجهول
الشهقة	٤ " " ١٤	٨ "
القرمزية	١ " " ٦	١٦ الى ٨
الكوليرا	١ " " ٥	٣

قواعد لمنع انتشار الامراض المعدية

(١) التطعيم يفيد في كثير من الامراض المعدية لانهُ يقي الجسم منها او يجعلهُ قليل التأثر بها

(٢) الاعتناء بالصحة بنوع عام يقوي الجسم على مقاومة الامراض المعدية

(٣) لا بدَّ من عزل كل من يصاب بمرض معدٍ عن غيره

(٤) لا بدَّ من اتلاف كل الثياب الملوَّثة بميكرباته او تنقيته

(٥) لا بدَّ من تطهير ثيابه وفراشه وملابسه بالبخار . والبخار افضل من الهواء الساخن لهذه الغاية لانهُ يغسل حرارة كثيرة

(٦) ان المحلول الذي فيهِ جزءٌ من خمسة آلاف جزء من السليماني يقتل كل الميكروبات والمحلول الذي فيهِ جزءٌ من الف من السليماني يقتل كل بزور الميكروبات

(٧) مفرزات المصابين بالتيفويد لا يطهرها الحامض الكربوليك لانهُ لا يقتل جراثيم التيفويد مع انهُ يقتل جراثيم كل الامراض المعدية وانما يقتلها الحامض الكبريتيك وبرمنغنات البوتاسيوم ثم يضاف اليها ما يكفي من الجير (الكلس) قبل صبها في المرتفق لكي لا يتلف الحامض الكبريتيك انابيب المرتفق

المنزل الصحي

اذا اريد ان يكون المنزل مستوفياً شروط الصحة وجب ان يبنى في ارض جافة غير رطبة . واذا كانت الارض رطبة من طبيعتها ولا بدَّ من بنائهِ فيها وجب ان يرفع تحتهُ طبقة من الخرسانة تمنع نفوذ الرطوبة اليهِ . ويفضل ان لا يوجه الى الجهات الاربع بل ان تكون زواياهُ في الجهات الاربع اي تكون جهة منهُ شمالية شرقية وجهة شمالية غربية وجهة جنوبية شرقية وجهة جنوبية غربية فالغرف التي يقيم فيها اهل البيت يجب ان تكون متجهة الى الجنوب والغرب والغرف التي يأكلون فيها ويصعدون منها الى الطبقة العليا ويضعون فيها المؤونة يجب ان تكون متجهة الى الشمال والشرق وغرف النوم تكون الى الشمال الشرقي فتدخلها شمس الصباح ولا تدخلها شمس المساء فتخف حرارتها ليلاً وبعد الظهر . والغرفة التي يقيم فيها المرضى والغرفة التي يلعب فيها الاولاد يجب ان تكونا متجهتين الى الجنوب الشرقي . ولا بدَّ ان تكون حيطان البيت الخارجية سميكة حتى تمنع دخول الرطوبة اليهِ وان يكون سقفهُ مانعاً لنزول ماء المطر منهُ وان يدخل نور الشمس كل غرفهِ ويتجدد الهواء فيها وفي كل دورهِ وممراتهِ

الطوب الاخضر والاحمر يحتويان مقداراً كبيراً من الماء وهذا الماء يتبخر مع الزمن ويقوم الهواء مكانهُ فالبيوت المبنية بالطوب الاخضر او الاحمر لا تكون صالحة للسكن الاَّ بعد ان يمضي عليها مدة طويلة حتى تجف جيداً ويتبخر الماء منها

الورق الملون الذي تبطَّن بهِ جدران البيوت من الداخل قلما يخلو من الزرنيخ والزرنيخ يتحات من الورق ويطير مع الغبار فيسمم السكان ويكون فعلهُ طفيفاً لا يشعر بهِ وقد يكون شديداً فيظهر السم فيهم باعراضهِ المختلفة فلا يجوز استعمال الورق لتبطين غرف البيوت الاَّ بعد ما يثبت انهُ خالٍ من الزرنيخ