

باب تدبير المنزل

قد نعلمنا هذا الباب لكي نخرج فيه كل ما نحتاجه من البيت معرفة من فريده الإزلاذ وتدبير الطعام والثياب والمسكن، وإثريته وغير ذلك ما يعود بالنفع عن كل عائلة

النباتات الاهلية وفوائدها الطيبة

الفليفلة A. Cayenne pepper, F. Piment, L. Capsicum. ثمر نبات من الفصيلة البطاطية اخضر قبل النضج واحمر بعده، ضممه حار يستعمل لتبيل الطعام ولا سيما في البلاد الحارة وهو منه ومقوّم للعدة ويستعمل من الخارج في الثميلة وضد سقوط الشعر وتعمل منه غرغرة لشفاء الحكة

القول A. Horse bean, F. Fèves, L. Faba vulgaris. حب نبات من الفصيلة القرنية كثير المادة الغذائية وينش به دقيق القمح وهو غير مضر الا انه يجعل لون الخبز اسمر سودا وبصعب هضمه وزهر القول ملين لطيف

قثاء الحار A. Squirting cucumber, F. Concombre sauvage, L. Ecbalium elaterium. ثمر نبات بري من الفصيلة اليقطينية عسيرة كاور وقطرات قليلة منه تسهل اسهالا عنيفا ويستخلص منه خلاصة فعالة elaterine لا تستعمل الا بارشاد الطيب القرع : انظر اليقطين

القرفة A. Cinnamon, F. Cannelle, L. Cortex cinnamoni. قشر شجرة من الفصيلة الغارية رائحة زكية وطعمه عطري مقبول حار الى حلاوة خفيفة وانضلة ما يرد من جزيرة سيلان وهو منه ومضاد لتشنج يعطى مقويا للعدة وللقلب في الحيات العنقية ويضاف الى الخمر المقوية لتبين طعمها وزيادة فعلها المقوي وهو من البهارات النافعة الكثيرة الاستعمال

القرنفل A. Pink, F. Oeillet, L. Caryophyllus. زهر نبات من الفصيلة القرنفلية يحضر من ورق زهره شراب يفيد منها ومسكنا للاعصاب

التصمين A. Sage, F. Sauga, L. Salvia. اعشاب عطرية من الفصيلة الشفوية

أكثرها منه ومقوِّر وأكثر ما يستعمل منها رؤوسها وتؤخذ قيمًا بنسبة ٤ - ٥ كرامات في ٥٠ كرم ماء ويقطر منها ماء عسري وزيت طيار

القطران *A. Ficus, F. Goudron, L. Pix navalis.* هو سائل اسود بقوام الشراب كزيت الرائحة والظلم يستخرج من خشب الصنوبر والشربين وينفذ كثيرًا في امراض الصدر ولا سيما في السل وتزيد فائدته فيه اذا استعمل استنشاقًا وذلك بان يوضع شيء منه في وعاء فيه ماء يوضع على نار خفيفة بحيث لا يبلي

وللقطران فائدة كبيرة في معالجة غلغاسيا الجلد وفي كثير من الامراض الاخرى كالاكزيما وامثالها سواء كان من الداخل او من الخارج وينفذ في زكام الحلق والتهانء وبالاجمال هو من الادوية المنظرة للسالك التنفية والمقوية ويستعمل في امراض مزوجة بانسوس او الماشول او بلسم طونو وفضل استحضارته وأكثرها استعمالاً المله المعروف بماء القطران وجرعة ملقعة صغيرة مع نصف كوب ماء ثلاث مرات في النهار

القطن *A. Cotton, F. Coton.* نجح من الفصيلة الخبازية يستعمل في الهند سلقًا كما يستعمل الخبازي واخطبة عندنا ويستخرج من بزور زيت حلوي يستعمل في الطب والطبخ وخالصة جافة تباع في الصيدليات على هيئة مسحوق حبيبي باسم الكاشغول *la-cashgoul* تزيد فائدة واضحة في زيادة اراز اللبن وتقوية خواصه الغذائية وتظهر هذه الفائدة بعد اخذ خمسة تراوح بين اربع وعشرين ساعة وثلاثة ايام وتدرج كل مدة استعماله ولو طالت ونقبت بعد الاتساع عنه وتعود بعد الرجوع اليه وجرعتها ملقعة صغيرة ثلاث مرات في النهار

والقطن نفسه كثير الاستعمال في الجراحة وكبير الفائدة في تصيد الجروح. فانه يطفئ ألمها ويسكنه ويسرع اندمالها - واشكالة كثيرة منها اسمع المعروف باليدرويل ومنها المطهر باضافة مادة مضادة للفساد اليه كاليود والملياني والفنيك واليودوفورم والدرماتول والشيول الخ

القنب *A. Hemp, F. Chanvre, L. Cannabis sativa.* نبات من الفصيلة الانجيرية تنبت من كل اقسامه رائحة مسكرة وتحتوي بزرة على لوزة يضاء لتضمن شيئًا كثيرًا من زيت دهني

ومن القنب الهندي يستخرج الحشيش الذي يستعمل مسكرًا في أنحاء كثيرة من الشرق

يفعل كالافيون والمشروبات الروحانية . ولذواعتين به طرق كثيرة لاستعماله أكثرها شيوعاً
تسخينه بالنار الجيلة وهو يؤدي إلى عواقب وخيمة فيضعف البنية والاعصاب ويهجر إلى البله
ويجلبون والموت

والقنب مكن ومخدر وله مستحضرات كثيرة أهمها الخلاصة تعطى حيوياً بجرعة ٥
سنكرامات

القنطار يون *A. Centaury, F. Centaurée, L. Erythroca centaarium*

تربح اعصاب جميع اجزائها ولاسيما جذورها مرة ومنها العشب المعروفة بالشوكه الماركة
وهي مقوية ومضادة لحمى المتقطعة وقد تقوم مقام الكينا فتشمل تقيحاً او تنقع بالخلر
وتؤخذ صكناً للتقوية في النقاغة بعد الحلى المتقطعة وجذورها مسهلة ومعرفة

القهوة *d. coffee, F. Café, L. Coffea* تحضر القهوة من البن وهو ثمرة شجرة من
الفصيلة القهوية يحتوي على زيت عطري يظهر بالتحميص فيكسب القهوة نكهتها وخاصيتها
المنبهة ويستخرج منه مبدأ فعال هو الكافاين الذي يستعمل مقوياً. للقلب في كثير من
الاحوال المرضية وافضلها العربي الذي يرد من اليمن والحجاز وأكثره سعة تجارة البرازيلي
والقهوة شائعة الاستعمال في كل اقطار المسكونة وفضل طرق استعمالها الطريقة العربية
باسترات اهل القرب وهي مشروب للذيذ مفيد ولاسيما بعد التعب وتعطى في الاعمال والحمول
والاضطراب ولضادة التسمم بمستحضرات الافيون وتستعمل لاختفاء الطعم الكريه للسهلات
الحلوة ككبريتات الصودا والملح الانكليزي وطم زيت السمك

ويستعملون في الحجاز والعراق والاوراق والطرايين الطريقة بدلاً من البن فيغترفها بدون
تحميص ويشربون الخلي فيقوم مقام القهوة ويقولون انه لا يقل عن قهوة البن نفاً ونكهةً
ويفيد مني البن النبي في شفاة الحصى المتقطعة وكثيراً ما يقوم مقام الكينا
الكباد . انظر ليون حامض

كبش الترفن *A. Clove, F. Clou de girofle, L. Caryophyllus aromaticus*

زهرة نبات من الفصيلة الآسية يعني قبل تفتحه حينما يكون ورق الزهر لا يزال ملتصقاً بصفة
على بعض وبارزاً قليلاً من الكاس ويحتم في الشمس ويعرض للتجارة وهو عطري زكي
الرائحة يحتوي على زيت طيار وآخر ثابت . وأكثر استعماله لتطيب العقودات واخفريات
وهو منبه ومقو للعدة وللقلب ويستقطر منه ماء يؤخذ بجرعة ٣ كراماً الى ٦ ويؤخذ
تقيحاً بنسبة ١ الى ١ في الالف

كباش الارض او القش . *Fragaria* . *F. Fransa* . *A. Strawberry* .
 ثمرات من الفصيلة الوردية لذيذ الطعم طيب الرائحة يحضر منه شراب مبرد يؤخذ حسب
 الارادة . وجذوره قابضة قليلاً ومنبهة للقابلة ومدرة للبول تشمل نقيعاً بنسبة
 ٢٠ كراماً منها الى لتر ماء ولغليها لون احمر جميل يسود مع الحديد . واوراقها الطرية
 تدر البول فتعمل نقيعاً كالشاي ويعزولها البعض خاصة شفاء القروح لوجود مباد
 قابض فيها

كباش الملبق *Rubus* . *F. Framboise* . *A. Blackberry* . ثمرانج من
 الفصيلة الوردية مبردة مثل كل الثمار الحامضة وشرابها مبرد يؤخذ حسب الارادة وتحتل
 في الادوية

انكتان *Linum* . *F. Lin* . *A. Linen* . نبات من الفصيلة الكتانية يزوره
 كثيرة الاستعمال في الطب الاهلي فمن دقيقها تحضر الضمادات المليئة ويستخرج منها زيت
 تحضرمه والشعج المرنة

وبذر الكتان كثير الغاب اذا نقع بالماء سخن كان منه نقيع لزج يشمل غسولاً وضماداً
 وحقناً في كل الاحوال الالتهابية واذا اخذت لبصة منه وصب عليها ماء غال حصل شراب
 لطيف جداً يشمل ملحقاً ومحللاً للبلغم واذا اخذته ملقعة او منقعات صغيرتان صرقاً فصل
 فعلاً مليئاً او فعلاً سهلاً بدون تعب وانزعاج وبالاجمال ان بذر الكتان عقار اهلي نافع
 خال من الضرر

الكراويا *Carum* . *F. Carvi* . *A. Caraway* . عشبة من الفصيلة الصوانية
 يزورها عشوائية من البزور الاربعة اشارة عند القدماء وتشبه الايسون بخواصها

الكرز *Cerasus* . *F. Cagisa* . *A. Cherry* . شجرة من الفصيلة الوردية اصلها
 من سيرازونت *Cerasonte* المعروفة الآن باسم كرزون على جسر اوكون في البحر الاسود .
 يشمل قشرها محل استعمال خشب الكينا وقشرها صحي لذيد مبرد وملين يحضرمه شراب .
 واذا ناب الثمر مدرة للبول وتشمل نقيعاً بنسبة ١٠ الى ١٠٠

الكرفس *Apium graveolens* . *F. Céleri* . *A. Celery* . عشبة من
 الفصيلة الصوانية طعمها حار وكل اجزائها عطرية تحتوي على زيت طيار وخواصها منبهة
 ومدرة للبول . بزورها من البزور الاربعة الحارة وجذورها من الجذور الخمسة المنتجة عند
 القدماء يدخل في شراب الجذور الخمسة وفي شراب الشكوري المركب

الكرم *A. Crocus, F. Curcuma, L. Curcuma* جذر نبات من الفصيلة
الزنجبيلية عطري منه ومنذر للبول يحضرون منه ورقاً للكشف الكجاوي
كبرية البئر *A. Maideubair, F. Capillaire, L. Adiantum* عشبة طليعية كثيرة
الاستعمال في الطب وأختها مقبولة وضمها قابض قليلاً وهي ملطفة ومحللة للبانم والمرة
للبول تستعمل نقيماً بنسبة ۱۰ - ۱۰۰ ويستقطر منها ماءً ويحضر منها شراب وهي من
طارقات الریح عند القدماء.

الدكتور امين ابو خاطر

النوراستينيا او ضعف العصب

هي ضعف في الاعصاب عموماً لا يرافقه تعطيل عمل مخصوص من اعمال الجسم ولا
أم مخصوص ولكن المصاب به يمسى غير قادر على العمل ساعات متوالية . وهو قريب من
المستير يا حتى يتضر الحكم في بعض الاحصاءات امن النوع الواحد هي ام من النوع الآخر .
واظهر امراض النوراستينيا الشعور بالضعف عند العمل وسرعة الاعياء . وقد يشعر المصاب
بها في اول النهار ان في امكانه انما اعمال كثيرة فلا يكب على العمل قليلاً الاً يأخذ منه
الاعياء ويرغمش . ويتغير منظره فيشعب لونه ويقل دمه وينفخ ما تحت عينيه ويهزل في
الثالب ولكنه قد يسن ويرهل . ويحيط جسمه عموماً فيشعر بحفتان قلبه ونقل شهوته
لظمام ويسوء هضمه . وفي اول الامر ينس كفاً تعب ولكن اذا قويت عليه النوراستينيا
تولاه الارق . وتضييق اخلاقه فيمسي شديد التأثير بهمة الامر التافه وبجرمة الراحة ولا
يبيد من المهم والتافه من الامور وقد يقوم في نفسه انه لا يقوى على اتمام امر من الامور
وتكثر المواد التصفاتية واليراثية في بولها

يصاب بالنوراستينيا الممرض لما بطبيعة اعصابه وضعفه الفطري اذا اجهد قواه العقلية
او توالى عليه انكوارث واورثته المصوم والضموم وقد يصاب بها المتعود عيشة الرفاه
والرخاء وخفر اليان من الم اذا اصابته كارثة ولو كانت محلاً لا يؤثر سلباً غيره ممن تعودوا
العمل والعمل . وقد يسببها عطب في الرأس او الظهر من جراء حادثة يرافقتها خوف شديد
كاستخدام قطر بأخر او ارتطام سفينة

علاجها - اذا كانت النوراستينيا في بدايتها فتسهل مداوانها بانقطاع المصاب عن
العمل شهراً او شهرين في مكان لا يعم فيه شيئاً عن اهله واعماله وكل ما ينسه وتناولها

للقوات تقوية الشهوة للطعام وعكفه على الرياضة البدنية في الهواء الطلق وتخصو من الارق والامساك بما يربها اذا ظهر فيده . اما اذا قويت النوراستيبا حتى ذابت شهوة الطعام جملة وصل العليل لا يقدر ان يقوم بعمل فيقيم في فراشه لا يخرج منه ولا يعمل عملاً عقلياً او بدنياً ولا يأكل في اول الامر الا اللين بمقادير يسهل على معدته هضمها . ويزاد له تدريجاً كلما قوي هضمه الى ان يصبح قادراً على تناول الاطعمة الاخرى . وبذلك بدنه وتحرك اطرافه كل يوم فيقوم ذلك مقام الرياضة ويمكن جمعه من هضم الطعام وتثليله . واذا تحسنت حاله وصار قادراً على الذهاب والمجيء يخرج للسياحة قبل عودته الى اعماله .

الاعضاء وكيف يعالج

الاعضاء هو الغياب عن الوعي لتقصير القلب وقلة الدم في الدماغ اذ يتقطع عمل الدماغ او يضعف . ويمكن تجنب الاعضاء اذا شعر المرء بدنوه بالاستلقاء على الارض او بالجلوس والاعضاء الى الامام حتى يصير اژاس دون الركبتين . اما سبب لتقصير القلب فقد يكون تعباً وهو مصاب بمرض او ضعف وقد يكون ارتخاء عضلات الجسم عموماً كما يقع لقضاء في الحمام الساخن . ومن اسباب الاعضاء شدة تحيج المواقف خصوصاً الجزن والالم المبرح كالم الرجل التي دهسها التطر والظلمات المنيفة على اژاس او على البطن وتتشق الهواء غير النقي والروائح الكريهة وروؤية ما يشير الجزن او انكره . وقلا يفنى على احد الا اذا اجتمع عليه اكثر من سبب واحد من هذه الاسباب . اما المصابون بالهستيريا وبعض الامراض الاخرى فيفنى عليهم لاقبل سبب وقد يصحون من اعضاء فيصومون في آخر . واسببه ايضاً بعض الادوية كالنخج والكلوروفورم اذا اكثر منها

اما اعراض الاعضاء فعروفة وقيل من لم ير شخصاً منحنى عليه . ويستقره ضعف النبض واستفحال اللون والشعور بالعمطاط القوة وثقل السمع وعدم تبين المرئيات بجلاله . ويتقطع المنسى عليه عن كل حركة ويقل تنفسه كثيراً ويضعف نبضه وتظهر في الغالب قطرات العرق على وجهه . ولا يدوم الاعضاء عادة اكثر من ثوان او دقائق قليلة ولكنه قد يدوم ساعات علاجها - يمكن منع الاعضاء في الغالب كما تقدم ولكن اذا اغمي على شخص فكل ما يجب عمله هو تربيته على الارض على ظهره وازالة كل ما يوق نفسه وجعله يبيت بسلامة الهواء النقي . ويجوز فرك اطرافه او تربيتها ورش الماء على وجهه وتثيقه بعض الارواح كماء كولونيا وازاحة التي لتساعد من حرق ريش الطيور

فوائد منزلية

ضربة الشمس

تحدث ضربة الشمس (الرعن) من شدة حرارة الشمس إذا أصابت قفا العنق فيجب عدم تعريضه للشمس وحرارتها . وإذا أصيب أحد بضربة الشمس تفك ازوارده و يوضع ماء بارد أو تلج على رأسه

التياب المبللة

التياب المبللة مضره جداً سواء كان تبلتها من العرق أو المطر أو ما أشبه فيجب تجنب خطتها حالاً وابدالها بغيرها وكذا الشرشف والملايات المبللة

تهوية الفراش

يجب ان يُنمّ الاولاد ان يفتحوا شبابيك الغرفة التي ينامون فيها قبلما يخرجون منها صباحاً وان يرفعوا ما على امرتهم من الملايات وينشروه في الهواء أو يعرضوه له

القناديل في غرف النوم

إذا أضيئت شمعة في غرفة النوم اخذت من أكسجين هوائها مدة الليل قدر ما يأخذ رجل نائم فيها . وإذا اضيئ الغاز فيها اخذ من أكسجين هوائها مقدار ما يأخذه ثلاثة من النيام . فيجب ان يتعلم الناس ان يناموا ولا مصباح موقد في غرفة النوم لانه يقتل صلاحية الهواء للتنفس ولا سيما إذا كانت الغرفة مقفلة الكوى

لم الكهرياء

إذا كسرت اداة من الكهرياء (انكهربان) واردت عليها فاذنّب قليلاً من الكهرياء في الككورو فوروم وادهن به قطعتي الاداة حيث يواد لحما معاً بعد ان تنظفها جيداً والصقها فلتصقان جيداً

مسحوق يقتل النمل

اذب ثلاثة اجزاء من الكبريت وجزئين من كربونات اليوتاس في اناء من الخزف على النار وحينما يبرد مزيجها اصغفه بعمقاً ناعماً وذره حيث ترى النمل

ماء الاستحمام

ماء الحمام اما يارد ودرجة حرارته ٣٥ الى ٦٥ بميزان فارنهایت واما فاخر ودرجة حرارته من ٢٥ الى ٩٠ واما حار ودرجة حرارته من ٩٨ الى ١٠٠

ولا يجوز الاغتسال بالماء البارد او الحمام البارد الا اذا كانت البنية لمرية والصحة غير مخرفة . ويجب ان لا يقوم الانسان في الماء البارد طويلاً بل يخرج منه حالاً ويفرك بدنه جيداً وما يقان عن انقسط البارد يقان عن الرشاش (الدوش) البارد ولا يجوز الاغتسال بالماء البارد اذا كان الجسم حاراً جداً او كان فيه مرض .
ومما كان نوع الحمام فلا يحسن بالانسان ان يبقى فيه اذا شعر بشدة برد بل يجب ان يخرج منه حالاً ويفرك بدنه جيداً حتى يبدأ .
ولعل الحمام التركي خير انواع الحمامات لان غرفته تكون دائمة فلا يبرد فيه الجسم ولا يتعرض للاحتضانات الدموية . وما يجتمع من الدعك افضل في تحريك الدم من الدوش البارد الذي يقصد به دفع الدم من ظاهر الجسم الى باطنه .

باب الزراعة

تربية الماشية (البقر) في مصر

العناية بالبقرة الحلوب

ان العناية بالماشية الحلوب في مصر على غير ما يراد . والفلاح لا يقتني غير البقرة القادرة على العمل واللين والعمل على طرفي تقيض لان العمل يضعف البقرة ويجعل معظم غذائها يذهب الى تعويض ما تفقده في الشغل ولا يبقى منه غير جزء يسير يذهب لشكوى اللبن وان اتنى احد الفلاحين بقرة للحلب كان عليها من الاصابة بالعين فيجبها عن جميع الابصار يربطها في زريبة محاطة بسور من حطب القطن لا تقيها حرارة الشمس ولا يبرد الليل فتنام على روثها فيسحق جسمها وضربها ويصير لبنها عرضة للاوساخ وجسمها عرضة لكثير من الامراض واحياناً يبلع يد الخنزير سلفاً يدقعه الى تلطيخ جسمها بالطين فيجعلها عرضة للامراض . والملاك فيجب ان تبنى الزريبة نبي طريقة يتجدد معها هواؤها ويدخلها النور وان يرش التراب الزفير على الروث فيها وان يقام بقرها مظلة تستظل بها البقرة مدة النهار .
اما البجور الصغيرة فتربط من يوم ولادتها فتنشأ ضعيفة هزيلة عديمة النشاط قليلة الشهوة للاكل . ولربطها في مكان واحد مع انها ضرر آخر وهو تعود الام على رؤية ولدها