العصبي او النورستينيا

النورستينيا كلمتان يونانيتان معناهما ضعف الاعصاب واذا اشار اليه الجمهور في مصر وعبروا عنهُ بكلمة عربية قالوا العصبي . ويرادبه في اصطلاح الطب ضعف عصبيّ وتيّ شديداً كان او خفيفاً وسببهُ اجهاد القوى العقلية والبدنية معاً . وربما صح القول انهُ « موضة » امراض هذا العصر اذ يكاد كلّ احد يشكو منهُ ومن لم يشكُ منهُ لانهُ مصاب حقيقة حسب انهُ مصاب وهما . وسيبقى هذا المرض « موضة » الامراض ما دام الناس على ما هم عليهِ من الانهماك تهمّ هذه العيشة وما دامت مهامّ متكاثرة عليهم وآخذاً بعضها باذناب بعض

فالهمّ من اعظم بواعث هذا الداء في الرجال والنساء — الرجل يهتم بشؤون عملهِ والمرأة بشؤون منزلها الى حدّ الافراط في الحالتين . ومما يساعد على ظهور هذا الداء الوراثة فان اصحاب الامزجة العصبية اكثر عرضة لهُ من غيرهم

قلنا فيما تقدم ان سبب هذا الداء اجهاد القوى العقلية والبدنية معاً . وانما قلنا « معاً » لان الذين يجهدون قواهم البدنية فقط كاصحاب الحرف اليدوية قلما يصابون بهِ . واشد ما يكون في اهل الحرف العقلية ولاسيما اذا اجهدوا انفسهم وكانوا من ذوي المزاج العصبي . وهؤلاء اذا اصيبوا بالنورستينيا استعصت فيهم على العلاج بخلاف ذوي المزاج البلغمي فان شفاءهم منها امهل بكثير . وقد تنشأ النورستينيا من مرض آخر او حادث طارئ

واعراضها تختلف كمّاً وكيفاً باختلاف المصابين بها ولكن لا بدّ فيهم كلهم من الشعور بالتعب والاعياء وسرعة الانفعال وتهيج الاعصاب اشتد هذا الشعور او قلّ . والاعراض اما ان تكون عقلية وبدنية معاً واما ان تكون احداها وهو الاكثر . والاعراض العقلية هي عدم استطاعة المصاب ان يحصر فكرهُ وانتباههُ في شغلهِ . وضعف ذاكرتهِ . وتناوش المخاوف اياهُ في حين انهُ يدرك غالباً ان مخاوفهُ في غير محلها ولا اساس من الصحة لها . ومع ذلك لا يقدر ان يتخلص منها بالكلية . وكثيراً ما تساورهُ الهموم والغموم الى حدّ يقرب من المالیخوليا والجنون وربما وقع فيهما فعلاً

ومن اعراضها ايضاً الارق فترى المصاب بها متناوماً على الدوام ولكنهُ لا ينام . واذا جاءه النوم كان كثير الاحلام المزعجة . ومنها وجع الرأس عند القفا (اي مؤخر الرقبة) او وجع منتشر في الرأس كلهِ يسحبهُ وجع في الظهر . واذا طلب المصاب التسلي بالقراءة لا تلبث عيناهُ ان تكلا منها . ويغزر عرقهُ في سطح الجسم كلهِ او في مواضع معينة منهُ . ويحمرُّ جلدهُ لاقل عارض ويكون نبضهُ ممتلئاً في الغالب وقلبهُ سريع الضربات غير منتظمها ولذلك كثيراً ما يشكو الخفقان

وتقل قابليتهُ للطعام فلا يأكل الاَّ القليل من الطعام الكثير التوابل التي تجلب القابلية . والغالب ان يصاب بتمدد في المعدة ويشعر بثقل فيها بعيد الطعام. ويرسب من البول راسب ابيض او محمرٌّ وتعوم كايتاه وعومها من اعظم اسباب النورستينيا في النساء . ومن اسبابها ايضاً تهييج الامیال الجنسية . ومن الاعراض الظاهرة ورم الجفنين الاسفلين وامتقاع السحنة ونحافة الجسم على الغالب

اما علاج النورستينيا فيتوقف على طبيعتها . ففي احوال كثيرة يستحيل علاج الامراض العصبية التي النورستينيا منها وذلك لان الانسان لم يهتد بعد الى طريقة لاصلاح الاعصاب التي يفسدها الداء حتى ذهب بعضهم الى ان ذلك خارج عن طوقهِ مهما بلغ اليهِ علمهُ في المستقبل . ولكن يقال من جهة اخرى ان حسن معالجة الامراض العصبية افضى بعض الاحيان الى نتائج مدهشة ولكن سير المرض في معظم الحوادث التي عولجت أوقف عند حدّهِ او ان الاعراض خففت كثيراً . وعليهِ ليس من الحكمة الاستسلام الى اليأس في الامراض العصبية مهما اشتدت ولو كان الانذار في الغالب رديئاً

والعلاج يقوم بشرب الادوية وتنظيم الطعام والراحة والرياضة والدلك والجراحة والكهربائية والحمامات وغيرها من الوسائل . ولكن افضلها كلها توجيه العواطف الصحية والمبادئ الحسنة نحو تقوية العميل وتقويتها وخصوصاً كبح جماح النفس وامتلاك العواطف

اما اسباب الامراض العصبية فمنها ما هو خارج طوقنا ومنها ما هو ضمن دائرتهِ . فمن القبيل الاول الحوادث الفجائية كالبرد الشديد . فاننا لا نستطيع منعها ولا ان نتحوط لها التحوط الكافي على الدوام . ومن القبيل الثاني ما كان في طاقتنا

التحكم فيه ومنعه على قدر الامكان كشرب المسكرات والمدوى بالامراض الزهرية وهي من اعظم مسببات الامراض العصبية . اما الامراض الزهرية فيجب توقيها واذا ظهرت فالواجب ان تعالج معالجة قاطعة مانعة والاَّ ظهر اثرها الوبيل في الجهاز العصبي ولو بعد مرور السنين . واما المسكرات فلا بدَّ من الامتناع عنها او الاقلال من شربها شيئاً فشيئاً والاَّ كانت عاقبتها شرًّا من عاقبة الامراض الزهرية على الجهاز العصبي

وغنيٌّ عن البيان ان الوراثة خارجة عن دائرة طاقتنا في معظم فروعها لانهُ اذا كان الوالدان من ذوي المزاج العصبي فالغالب ان يكون اولادهما كذلك . واولاد الوالدين العصبيين صغار القدود غالباً قلقو الحركة سريعو الانفعال والحفظ لكن يعوزهم الثبات والمثابرة على العمل. فاولاد مثل هؤلاء اما ان يكونوا مصدر خير كثير او شرّ كثير تبعاً لما يبذل في شأنهم من العناية او الاهمال . فاذا عني بهم فربما بلغوا درجة النبوغ ولكن مقابل كل نابغة الوفاً من المنحطين في عقولهم او اخلاقهم او بليتهم البدنية

والمرأة العصبية شرّ مربية لاولادها لانهم لا يلبثون ان يقتبسوا كلّ عيوبها ولاسيما ان الاولاد سريعو التقليد ولكن يندر ان يستطيع الواحد منا افهام المرأة العصبية هذه الحقيقة من غير ايلام عواطفها كما انهُ يتعذر في الغالب تعيين مربية للاولاد غير امهم العصبية

ويقال بالاجمال ان معالجة النورستينيا مثل معالجة سائر الامراض العصبية فما يصح على الثانية يصح على الاولى . ومدار المعالجة اولاً على الانقطاع عن الاشغال والاعمال مدة والغالب ان الانقطاع عنها شهراً او شهرين يعيد الى العليل قواهُ فيشفى شفاء تاماً ويستأنف عملهُ كأنهُ لم يصب بمرض ما

وثانياً على تغيير المكن الى مكن آخر اصحّ هواء

وثالثاً على نبذ هموم الحياة وتناسي مشاغلها والعيشة كما لو كان المصاب بلا عقل يتكدر به

ورابعاً على الاعتدال في المأكل بالامتناع عن الاطعمة الضخمة والاقتصار على الاطعمة المغذية السهلة الهضم

وخامساً على الامتناع عن كلّ مشروب سوى الماء القراح وما يصفهُ الطبيب
وسادساً على مداواة القبض والارق اللذين يلازمان المصاب بالنورستينيا
وسابعاً على تهييج القابلية بالمقويات والهواء النقي والرياضة المعتدلة

اما اذا اشتد الداء بالمريض فقد قابليتهُ للطعام تماماً وبات لا يستطيع حراكاً فخير ما يمكن العمل بهِ في هذه الاحوال الجري على الطريقة التي وضعها الدكتور وير متشل الطبيب الاميركي المشهور . وخلاصتها :

(١) ملازمة السرير والانقطاع عن كل مجهود عقلي او بدني

(٢) تنظيم امر الطعام وذلك ان يبدأ باطعام العليل مقداراً صغيراً من اللبن ثم يزاد شيئاً فشيئاً تبعاً لحالة هضمهِ حتى يصبح قادراً على ان يأكل كفايتهُ ثلاث مرات كلّ يوم من الطعام القليل الكمية الكثير الغذاء

(٣) الدلك كلّ يوم وهذا يقوم مقام الرياضة

وتدوم هذه المعالجة شهراً او شهرين والغالب ان تعود باعظم فائدة على المريض . ويحسن استعمال الكهربائية ايضاً اذا لزم الامر . وبعد ذلك يجب على العليل ان يسبح سياحة طويلة بحراً او يقيم في مكان معروف بجودة هوائهِ وجمال مناظرهِ الطبيعية قبل استئناف اعمالهِ المعتادة

الدوار واسبابه

ما من داء تضاربت الآراء في اسبابهِ وحارت الافهام في تعليل اعراضهِ مثل هذا الداء الذي سمي لشدة غموضهِ باسماء مختلفة فقيل انهُ ناشئ عن اضطراب الجهاز الهضمي او ضعف الجهاز العصبي وخلل في قوة البصر والتهاب في الكلى وغير ذلك من الادواء . واول من كشف النقاب عن حقيقة امرهِ الاستاذ منيير Menière فانهُ نشر عدة رسائل سنة ١٨٦١ ذكر فيها ان الدوار ناشئ عن التهاب الاذن الباطنة وايد نظريتهُ بعصابة توفيت بعد خمسة ايام لنوبة اصابتها بالدوار ولم يكن يعلم سبب الوفاة فكشف عن الجثة وشرحها فوجد جسماً جامداً مالئاً للقنوات الهلالية ولم يشاهد شيئاً غير عادي في مادة الدماغ ولا في الحبل الشوكي . وبناء على هذه المشاهدة وما كان اثبتهُ فلورانس Flourens بتجاربهِ العديدة في طير