

## باب تدبير المنزل

قد نفا هذا الباب لكي ندرج فيه كل ما يهم عمل البيت معرفة من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والشرب والسكن والزينة وغير ذلك مما يورد بالتفصيل على كل عائلة

### اللبن

#### تعبئة وتركيبه وغشاه

اللبن او الحليب اكثر مواد الطعام شيوعاً بين الناس يرضعه الاطفال في السنة الاولى من عمرهم ويكون مدار تغذيتهم عليه في السنوات التالية لها على التالاب . ومنهم من ينقطع عن تناوله الا في اسواق قليلة ومنهم من يتخذ طعاماً له الى آخر العمر يشربه مع طعام الصباح ويطلع منه الراتاق شي يتناولها مع اطعمة اخرى . وزد على هذا كله انه طعام السماء يجوز لم تناوله حينما لا يجوز لم تناوله غيره . ويظهر كذلك انه احد مقاييس المدينة الحاضرة . فالام التي تكثر من تناوله هي ارقى في سلم الحضارة من المقلدة منه . خذ الولايات المتحدة الاميركية ومنزلتها بين الامم معروفة فان متوسط ما يتناول الاميركي من اللبن كل يوم يبلغ بين نصف رطل وثلاثي رطل اي ان الامة كلها تشرب كل يوم منه بين ٥٠ و ٦٠ مليون رطل . ومتوسط ثمن الرطل هناك بالمفرق ١٢ غرش تقريباً الجميع بين ٢٥٠ و ٣٠٠ الف جنيه . هذا في اليوم فيكون ثمن ما يشربونه في السنة نحو ١٠٠ مليون جنيه

اول ما يجب عمله بعد حلب الماشية من بقر وجواميس ان يؤخذ اللبن الى غرفة نظيفة ليصنق بظن منقح ثم يبرد حالاً لتنعق في البكتيريا وتكاثرها فيه . فقد عرف بالاختبار ان الميكروبات في اللبن المحفوظ تحت حرارة قدرها ٥٠ درجة بقياس فارنهایت ( ١٠٠ س ) تبيت في ٢٤ ساعة خمسة اضعاف ما كانت عند حلب اللبن . اما اذا كانت حرارة اللبن ٧٠ فارنهایت ( ٢١ س ) فانها تزيد ٧٥ ضعفاً . وقد سفت بعض البلاد قوانين تجوب فيها على باعة اللبن ان يحفظوه قبل بيعه على حرارة لا تزيد عن ٥٠ او ٥٥ درجة بميزان فارنهایت وما يدل على فضل العناية والنظافة والبرد في بناء اللبن سليماً مدة طويلة هو ان ثلاث شركات اميركية عرضت لبنها في معرض باريس سنة ١٩٠٠ فبقي معروضاً اربعة اسابيع في فصل الصيف من غير ان يفسد

## تعقيم اللبن

تعقيم اللبن أو «بسترته» لئلا يفسد، يتم بعمله برفع الحرارة إلى ما بين الدرجة ١٤٠ و ١٤٥ ف (٦٠-٦٣ س) وإبقائه على تلك الحرارة ٢٠ إلى ٣٠ دقيقة وبذلك تموت ميكروبات جميع الأمراض التي تنتقل مع اللبن. ويجوز رفع الحرارة إلى ما هو أعلى من ذلك لتقصير مدة التعقيم ولكن عدم رفعها أفضل لأن رفع الحرارة قد ينضج اللبن إلى تغيرات كيميائية في بعض المواد التي يتكون منها اللبن ولأن الحرارة العالية تقتل عدداً كبيراً من ميكروبات الحامض اللبنيك في حين أنها لا تقتل الميكروبات التي هي مصدر الفساد والانحلال في المادة الجبنة التي في اللبن وعليه إذا بقي اللبن طويلاً فقد يفسد ويصبح غير صالح للشرب بل حموضاً.

## تركيب اللبن

عرف العلماء اللبن بأنه محلول مائي مؤلف من سكر اللبن والليوبين (الزلال) وبعض الأملاح. ويعوم في هذا المحلول كريات دهنية ومادة معدنية والمادة الجبنة المعروفة باسم كاسيين مع مواد أخرى قليلة. أما صفرة اللبن فنسبها وجود مادة صفراء في اللبن. وأما كثافته (أي عدم شفافته) فنسبها وجود الدهن والليوبين وخصوصاً الكالسيوم فيه. ونسبة المواد المذكورة بعضها إلى بعض فيه تختلف باختلاف عدة حالات أهمها التربية والاصل والرضاعة وفصل السنة والملف ووقت الحلب وكيفية إلى غير ذلك. وكما قلنا لبن البقرة أو الجاموسة كان أكثر احتواء للمواد الدهنية والذاتية. والغالب في أوروبا أن يكون لبن الشاة أدهم من لبن الصيف ولا سيما أن المواشي تعلق أظفارها جافاً كغذاء. ويقال بالاجماع إن متوسط نسبة المواد المذكورة بعضها إلى بعض في لبن البقرة هي على ما يأتي: دهن ٤ في المئة. مراد جبنة ٣٣ في المئة. كربوهيدرات ٤٨٥. مواد معدنية ٧٢. جوامد غير دهنية ٨٩٠. والباقي ماء. أما المواد المعدنية فهي الكبريت والفوسفور والكلور والصوديوم والبوتاسيوم والكالسيوم والمغنسيوم والحديد.

## غش اللبن

في اللغة الانكليزية ترجمة دينية أو لها «هل تلتقي عند النهر». وفي بعض كتب الانكليز ان اصحاب المواشي يحبون ترقيم هذه الترجمة. اخبرنا بعضهم ان معلماً سأل أحد

تلاميذه لم يجب اصحاب المواشي الترمم بهذه الترتيبة فاجابة لكي يمزجوا لبنهم بالماء . فغش اللبن معروف في كل زمان ومكان لان الانسان انسان حريشا كان ولكن هذه الخصلة الطبيعية فيه تزول بالتربية او تصف

وغش اللبن يكون بطريقة من الطرق الآتية وهي مزج ماء . ونزع قشدة . واطافة بعض المواد اليه لاختفاء حموضته وفساده . اما مزج ماء قذنب مزدوج لان القرض منه الغش اولا . ثم ان مزج ماء قد يكون سببا لادخال مواد ضارة عليه لان الماء لا يكون في الغالب نقياً

واما نزع قشدة فحرم يأتيه الذين يبيعون اللبن ويصنعون الزبدة على الغالب واما المواد التي تضاف اليه فهي البورق او غيره . وكثيراً ما يلون اللبن المنشوش بمادة صفراء كما يلون السمن ليوم مشتريه بان قشدة لم تنزع منه . ومنهم من يضيف اليه مادة مكثفة ليظهر ملآن مواد دهنية او يضيف اليه شيئاً من بيكر بونات الصودا ليخفي حموضته ويقال ان اهل لندن يدفعون ثمن اللبن الذي يشربونه في السنة مليوناً ونصفاً من الجنيهات منها ٧٥ الف جنيه ثمن ماء يمزج به اللبن . ومزج اللبن بالماء قديم العهد في الشرق بين العرب بدليل قول شاعرهم

حتى اذا جن الغلام واختلط جأؤوا بتدقر هل رأيت الذئب قط  
والمدق اللبن الممزوج بالماء . يقول : فلما اقبل الليل جأؤوني بلبن قد اكثروا الماء فيه حتى ازرق لونه فامسى شبيهاً بلون جلد الذئب

اما الطريقة المصطلح عليها لاكتشاف غش اللبن الممزوج بالماء فهي اخذ القفل النوعي اللبن وهو بين ١٠٢٩ و ١٠٣٢ فان كان اقل من ذلك فاللبن منشوش . وهناك طريقة اخرى وهي ان يوضع بعض اللبن في انبوبة ضيقة مقسمة الى درجات حتى تكون القشدة على وجه اللبن فان كان مجعها مارياً لعشر حجم اللبن كله كان اللبن صحيحاً لا غش فيه والا فقد رفعت القشدة عنه لاول مرة . اما المواد التي تضاف الى اللبن لازالة حموضته كما تقدمت الاشارة الى ذلك كالبورق والخواض السليسيليك فهي مبيجة للمدة . والمرجح ان كثيراً من وفيات الاطفال بمدة الصيف ناشئة عن هذا السبب

ونقاس صفة اللبن ايضاً باستعمال موازين خاصة بذلك وهي قليلة النفع اذا مزج اللبن بمواد مكثفة فلذلك لا يعول عليها وحدها في تحقق صفة اللبن

## مقام اللبن بين الاطعمة

في كل رطل من اللبن العادي ٣١٤ فيمكا (اي وحدة من وحدات الحرارة) فهو بذلك ساوياً لنصف رطل من لحم البقر أو لاربع بيضات ونصف بيضة من بيض الدجاج الكبير . والبروتايين الذي فيه عظيم القيمة في تغذيته فان ٩٧ الى ٩٨ في المئة منه يهضم ويخلص تولد مزبلة على البروتايين الذي في الاطعمة الاخرى ومن جهة انه خالٍ من المواد التي تولد الحامض البوريك في الجسم وليس عرضة للفساد السريع في الامعاء

## تأثير اللحم والتم في الصحة

نشرت جريدة الديلي مايل مقالة بقلم طبيب جعل عنوانها « لا تعبس » بسط فيها تأثير اللحم والكتابة في الاجسام قال :

من اصعب الامور في ابان الحوادث العظيمة والحروب الكبيرة ان يتخلص المرء من المخاوف ويتبدد القلق والغم ولكن المخاوف وما ينشأ عنها من القلق تولد الامراض في اجسام الاصحاء لما قال الامتاذ تشنيكوف عبارة الشهيرة وهي « اشربوا اللبن ( لبن الزبادي ) واحيوا الى الابد » كان الاطباء يعلمون ان جانباً عظيماً من الامراض والعلل التي يصاب بها الناس تأتيهم من امتصاص الدم لمواد سامة تنشأ في الامعاء في اثناء هضم الطعام . ولما بدأت هذه الحرب انشأ الدكتور جنسن طبيب مستشفي الضباط في كينستون مقالات بين فيها ان المخوف والقلق يسهلان امتصاص الدم لهذه السموم وقد نشر هذا الطبيب في جريدة اللنسبت الطبية مقالة ضافية فسنم فيها المواطف التي يتطوي تحتها مبدأ الخوف الى ابواب منها باب القلق وباب الحزن ( من جراء مصاب حناضر وتوقع مصاب مقبل ) وباب اجهاد الجسم والمقل بالعمل والنصب ( ويتطوي تحتها المخوف من السوى ) وباب خوف الانتقاد وباب الالم وما يفرغ منه من الاخطاط والاعياء والنصب . قال واذا اشتد الخوف بامرء او تولاه النصب او نحو ذلك من المواطف انعمل واشرف على الاعماء وقد يقبى عليه فعلاً . وان وراء هذه الاعراض الظاهرة اموراً اخرى تحدث في الجهاز الهضمي من جراء تغلب المواطف المذكورة ويعلم الجراحون ان عمل العمليات الجراحية في البطن مثلاً يحدث تغييراً عظيماً كبير الشأن في الجهاز الهضمي بسبب ما يسمونه « الصدمة » فاذا صح ما يقوله الدكتور جنسن فان هذا التغيير يقع بعضه في الجهاز المذكور اذا اشتد بالمرء الخوف او ملاساته

وامم التنبير الحادث هو ان الامعاء تكبر وتفظ فتتسع مساحة جدرانها من الداخل فتند هذه الجدران وتندق ويكثر الدم في الارعية الدموية المجاورة لها فتندق جدرانها ايضا وهذا التنبير يسهل امتصاص السموم التي تكون في الامعاء

اذا ابصر المرء منظرًا مخيفًا او رأى ما يقشع منه البدن فإنه يشعر بضعف وخفقان في « قلبه » وسبب ذلك ان الاعصاب التي تتحكم في الامعاء تشل مؤقتًا فيبطل فعلها فتنتفج الامعاء بما فيها من الغازات وتضبط القلب وتحدث فيه هذا الخفقان الذي يعتبره في موافق الظروف فاذا اتفى العامل عادت الامور الى مجراها واستأنفت الاعصاب عملها وعادت الامعاء الى حجمها الطبيعي وارتفع ضغطها عن القلب ولعل ذلك هو اصل المادة الشائمة من قديم الزمان من شد الحقوين اذا عول المرء على الاقدام على عمل يقتضي شيئًا من الجرأة او التعب ومنه وصية الكتاب « بشد الحقوين »

ويزو هذا الطيب الذوار في البحر الى السبب عينه فان رطوبة الامواج تحدث « صدمة » خفيفة كالتى تحدثها العمليات الجراحية في البطن على تفاوت في المقدار فتشل عضلات المعدة والامعاء ويشرع الدم يمتص المواد السامة التي في الجهاز الهضمي ويمتثل ان الدم متى سم كذلك يهيج في الدماغ الجزء الذي يتحكم في اليدين وسائر اعراض الدوار . وما يؤيد هذا الظن ان شد الحزام على البطن يخفف الدوار وقد ينعى

وما يدل على تأثير الظروف في الاعضاء الباطنية وتعرض الدم لامتصاص السموم من القناة الهضمية ما هو معلوم ومشهور من ان النغم او القلق او الظروف يؤخر شفاء المريض والعكس بالعكس

وخلاصة ما تقدم ان قوة الجسم على مقاومة امتصاص السموم التي هي على الدوام في القناة الهضمية لتوقف على صحة المعدة والامعاء وهذه لتوقف على حالة المرء العقلية وما يتسلط عليه من الشغور والعواطف . فرباطة الجأش ونجورد الفكر من فعل المسموم والغموم يحسنان حالة القناة الهضمية ويقويانها وينعنان امتصاص هذه السموم

خور القوي بعد الاربعين

ما يجب على الكهول

في تاريخ العمران شواهد جمة على ان كثيرين من عظام الرجال جلوا في حلبة السباق بعد ان جازروا من الاربعين سواء كانت ذلك في ميادين التجارة او السياسة او العلم او

الادب . وان معظم الذين اشتهروا منهم انما اشتهروا بعد الاربعين والذين اتوا جلائل الاعمال انما اتوها بعد الاربعين . مع ان المعروف عند الباحثين ان الناس عامة لا يلبثون الاربعين حتى يبدأوا يشعرون بالمحطاط قوتهم البدنية . وضعف قوتهم المعنوية من حيث وعزيمة واقدام على عظام الامور . وهذا ما كان يشعر به الشاعر العربي لما قال وماذا نتبني الشعراء مني وقد جاوزت حد الاربعين

كتب الدكتور بولدوان من اطباء الصحة في مدينة نيويورك مقالة في «السينتك اميركان» بعنوان لم «تخور قومي الرجال الذين يجاوزون سن الاربعين» قال : «سؤال هين - واذا اردت الجواب عنه فسل جميعات تحريم المفكر تجيك ان المسكر سبب ذلك الخور - او تلك من عشاء كيمياء الطعام يقل لك ان سبب نذ الطعام الطبيعي واحلال الصناعي محله . او جميعات عناف الشبان تخبرك بان الانقاس في الشهوات هو السبب - او جميعات تحريم التدخين تنبئك بان الدخان هو السبب . او رجال الاعمال يخبروك بان سبب قصف الاعمار في اوائل الكهولة انما هو شدة الاندفاع في ميار الاعمال والاشغال اندفاعا لا يعرف سكوتا ولا راحة

اما كون الناس اكثر عرضة لموت في اوائل الكهولة بعد الاربعين فظاهر من هذا الجدول وفيه مقابلة بين متوسط الوفيات في كل الف من اهل اميركا سنة ١٩٠٠ وسنة ١٩١١ .

النس	سنة ١٩٠٠	سنة ١٩١١
تحت ٥٠	٥٤٢	٣٩٨
٥٠ الى ٦٠	٥٤٧	٣٣٤
٦٠ الى ٧٠	٥٢٩	٢٤٤
٧٠ الى ٨٠	٥٤٩	٣٣٧
٨٠ الى ٩٠	٥٧٠	٥٥٣
٩٠ الى ١٠٠	٥٨٣	٥٦٧
١٠٠ الى ١١٠	١٠٠٨	١٠٠٤
١١٠ الى ١٢٠	١٥٠٨	١٦١
١٢٠ الى ١٣٠	٢٨٢٩	٣٠٢٩
١٣٠ الى ١٤٠	٥٩٦	٦١٦
١٤٠ فما فوق	١٤٦١	١٤٢٤

فقرى من هذا الجدول ان كمول الاميركيين لا يعيشون في هذا الزمان قدر ما كانت الكمول قبلهم يعيشون وهذا الامر يزجهم ويدعشهم ولا سيما ان متوسط الوفيات آخذ في المبروط منذ ٢٠ سنة . قبل اخطأ الاحصائيون في احصائهم ؟ كلاً لم يخطئوا ولكن من ينم النظر في هذا الجدول يرى ان متوسط الوفيات في الطفولة والحدائة هبط هبوطاً عظيماً اي ان اعظم ما فازت به وسائلنا الصحية هو انها اقتصدت في مرت الاطفال - اتصداً كثيراً واقتادتهم الى الحدائة فالتياب فاراسط الكموله لتراهم يموتون عند هذا الحد باسرع مما كان الكمول يموتون في السنين السابقة . وهذا الامر يفيدنا في معرفة السبب الحقيقي الذي افضى الى زيادة متوسط الوفيات في الكموله وما يبعدها وهو ان كثيرين من الاحداث الذين انجبتهم من الموت في الصغر تموزهم قوة المقاومة الحيوية فتقلبهم امراض دور الكموله وعلو اقول ان من سجلة الاسباب التي تؤدي الى خور قوة الرجال بعد الاربعين كونهم اصبوا في طفولتهم بمرض او أكثر من امراض الطفولة كحمى الدق او القرمزية او الحصبة او الدفتيريا او غيرها

ومعظم الامراض التي يموت بها الكمول في هذه السنين هي امراض القلب والشرابين ومرض بربط وبعض امراض الجهاز العصبي . ولهذه الامراض علاقة بعضها ببعض وكثيراً ما تكون اسبابها مشتركة . ومن هذه الاسباب السكر والتدخين والزهرية والنقرس والروماتزم والانزفط في الاكل وخصوصاً اكل اللحم والسم بالرصاص واجهاد العضلات بالاعمال اليدوية والتعرض للبرد والرطوبة والحر الشديد

وهناك عوامل كثيرة تعسر على رجال الصحة مقاومة هذه الامراض . منها ان هذه الامراض تدخل الاجسام خلسة فلا يشعر بها الأبعد تأصلها فيها . ومنها انه ليس من السهل الناع العليل بسبب المرض المتسلط عليه ولمعرفة الطبيب تمام المعرفة . ومنها ان معظم الاسباب المذكورة آتفاً كالسكر والدخان والتخمة والزهرية ذات علاقة عظيمة بشكل من اشكال الانفاس في الشهوات وهذه يصعب كبحها والتحكم فيها

ويؤخذ من الاحصاء ان متوسط الوفيات السنوية في اميركا ١٤ في كل الف من السكان . وعندى انه اذا امكن استئصال الزهرية والسكر تمام الاستئصال هبط متوسط الوفيات المذكورة من ١٤ الى ١٢ في الالف كل سنة او الى ما تحت ذلك . وقتلا تنشر الصحف الاميركية شيئاً عن الزهرية بدعوى المحافظة على آداب اللياقة وهي دعوى كاذبة . ونتيجة عملها هذا ان قليلين من الاميركيين يعرفون شيئاً عن تلك هذا الداء العياة فان ١٠

في المئة من البالغين مصابون به على القليل وهو يفضي بهم الى شقاء لا يوصف ثم الى الموت الباكر فضلاً عن ان له اليد الطولى في جعل مستشفياتنا تنص بالمجانين ويوتنا بالبله وضعاف العقول . وان ٢٠ في المئة من الذين يدخلون احد مستشفياتنا الكبرى وهو مستشفى باثو مصابون بالزهري . ومع هذا كله لا تكاد ترى جريدة تسمي هذا المرض باسمه بل ترمز اليه بنوت مختلفة كان تسميه مرض الاجتماع او فساد الدم او غيرها من الاسماء التي لا معنى لها اما تأثير السكر الذي في الصحة العامة فما لا يحتاج الى بيان ويستحيل الآن لناس ذلك التأثير بالدقة . ثم ان العاديين من الاطباء مختلفون كثيراً في تأثير الخمر والخلقية او البيرة مثلاً في الجسم ولكنهم يجهلون على ضرر المشروبات الروحية في مدنها .

وقد كشف أخيراً عن ٧٠٠ من مستخدمي مصلحة الصحة في مدينة نيويورك كمثالاً طبيياً ومتوسط اعمار الرجال منهم  $\frac{1}{3}$  سنة والنساء ٣٢ سنة فوجد ان ٢,٨ في المئة منهم كثيرو السمن الى حد يهدد صحتهم باخطار ٠ و ٣,٥ في المئة ضغط الدم في عروقهم يفوق المعتاد وفي البول بعض الزلال ٠ و ١٣,٣ في المئة مصابون بصل قلبية مختلفة في الشدة . ووجد ايضاً ان ٤ في المئة من المجموع اي ٣٢٧ من ٧٠٠ مصابون بامراض انت لم يبالغوا نصرت اجالم وهم لا يعلمون انهم مصابون بها

ومعزى ما تقدم انه اذا قارب شخص ما حد الاربعين او جاوزه يجب عليه ان يستشير طبيباً في صحته مرة في السنة فيفحص جسمه فحصاً كلياً وفي الجملة بوله . ثم يجب عليه العمل بشورة طبيبه بلا خذل . ومن الجهل الانتظار الى ان تظهر اعراض يشبه فيها فان الاعراض لا تظهر غالباً الا بعد فوات الفرصة

وما لا بد من الاشارة اليه هنا خطر الافراط في الاكل . فان معظمنا فرائس الافراط لا للتفريط . ولغير ما نعمل ان نتبع مشورة جورج شايين الطبيب الانكليزي الشهير وهي : يجب على كل عاقل يبلغ الخمسين ان يقلل كمية طعامه . واذا شاء ان يكون خلوياً من العلل ذات الخطر وان يحتفظ نواه سليمة الى النهاية ينبغي ان يمتنع تماماً عن تناول الخمر كثيراً كل سبع سنوات وان ينزل من هذه الحياة كما صعد اليها حتى لا يتناول أخيراً الا دعام الطمونة . والغلاصة ان الانتناس في المذات على انواعها هو سبب خور القوى بعد سن الاربعين



## ثياب السيدات

اثرت هذه الحرب اعظم تأثير في التجارة والاعمال والاحوال الاقتصادية بوجه الاجمال  
واحدثت تغييراً كبيراً في جميع ما افقه الناس حتى بلغ هذا التأثير ما لم يكن بالحيان فقام  
الكتاب في اكثرها اليوم يشيرون بوجوب اقتصاد النساء في ما يلبسن من الثياب في الخفلات  
والسهرات والقرعة

فقد كتب الميتر وشفور مجبور الى جريدة التيمس يقترح على نساء بلاده ان يحترن  
لمدة الحرب ثوباً واحداً للسهرات والخفلات كما يفعل الرجال و يقتصرن عليه وان يغلتن  
مثل ذلك في البرانيط فيصطلحن على برنيطة رسمية للخفلات كالبرنيطة الحريرية التي يلبسها  
الرجال في الخفلات الرسمية وان يعتمدن على نوعين او ثلاثة من البرانيط لبس النهار في  
المدن والارياف

فكشبت اللادي تري تقول ان اختيار ثوب رسمي للنساء يلبسنه في السهرات والخفلات  
اقترح نافع معقول وغير ما يصلح لذلك ثوب من الاطلس الاسود فانه يناسب جميع النساء  
وهو يلائم الايام التي نحن فيها

وقالت اللادي جارفاغ يستحيل ان نتفق النساء على ثوب خاص للسهرات والخفلات  
لانهن لا يتفقن على اي الاثواب اصلح من سواه فبعضهن يختار الالوان القائمة والبعض  
يختار الالوان الزاهية واصعب من ذلك اختيار نوع من البرانيط ومع ذلك فالمشروع حسن  
وحبذا لو اتجهت الانظار الى تحقيقه

هذا ويليق بالشرقيات كلهن ولا سيما باللواتي يستظمن ان يلبسن ما شئن من الملابس  
ولو كانت مطرزة بخيوط الذهب واسلاك اللؤلؤ ان يغفن فرصة العصر الحالي ويكتفين  
بالبيط الساذج من الثياب والحلي الرخيص الثمن الذي يستمر البدوت ويريمه ويدل على  
الحشمة مع الياقة والظرف و يصعب على المتوسطات الحال ان يتدنن بذلك ليكن قدوة  
لغيردن وانكنه لا يصعب على الغنيات لان الغنية معها ليست استعفت ثيابها عليها ولو  
ارادت نساء الازواسط والاغنياء في هذا القطر ان يقتصدن في ملابسهن لوفرن الوقتاً كثيرة  
من الجبهات كل سنة تكفي لانشاء مدارس كثيرة للبنات