وطول كل من جوانبها الاربعة ٧٠ الى ٨٠ سنتيمتراً ، بحيث يكون بين الحفرة والثانية ٥ الى ٦ امتار (وهو البعد بين الاشجار) ومتى حان وقت الغرس اي في شباط (فبراير) تملأ الحفرة بالتراب حتى ثلثيها وتركز الغريسة وسطحها ثم تملأ الى آخرها ويفيد اضافة ١٥ الى ٢٠ كيلو غراماً من الزبل المحترق جد الاحتراق لكل حفرة بشرط ان لا يمس الجذور مباشرة

ستأتي البقية

مصطفى الشهابي
مدير املاك الدولة بدمشق

باب تدبير المنزل

قد فتحنا هذا الباب لكي تدرج في كل ما يهم اهل البيت معرفته من تربية الاولاد وتدبير الطعام واللباس والشراب والمسكن والزينة ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل عائلة

الزواج والصحة والفحص الطبي

هذه مقالة صريحة في موضوع عمراني حيوي ولا بدّ من مواجهة الحقائق في مثل هذه المواضيع . فكثيرون من الوالدين يرفضون ان يزوجوا بناتهم من رجال ادمنوا المسكرات مثلاً ولكن التقاليد المرعية تمنعهم ان يسألوا هل طالب الزواج مصاب بمرض خبيث معدٍ . لذلك آثرنا نقل هذه المقالة المفيدة عن مجلة الدسكفري العلمية

ان الاحوال التي يطلب فيها من الشاب ان يفحص جسمهُ فحصاً طبيًّا دقيقاً ويحصل على شهادة طبية رسمية قليلة جدًّا اشهرها حين التأمين على حياته في شركة من شركات التأمين الكبرى فيفحصهُ حينئذٍ احد اطباء الشركة . كذلك تطلب الحكومة مثل هذا الفحص ممن يطلب الانضمام الى مصلحة من مصالحها . وهذا العمل القومسيون الطبي هنا . وفي بعض البلدان التجارية تطلب الشركات التجارية ذلك ممن يطلب الانضمام الى مكتب من مكاتبها البعيدة . وفي كل هذه الاحوال لا يحسب طلب الشهادة الطبية او الفحص الطبي اهانة او امراً غريباً

وعلى الضد من ذلك نشاهد قلة الاهتمام بزواج فتيان هذه العصر وفتياته من الوجه الصحي . فشركات التأمين والحكومات والشركات التجارية تطلب شهادة صحية

لتؤمن على مصالحها اذ تعلم ان من يتولى السهر على تلك المصالح كفوء من الوجه الصحي. ولكن ما أكثر الرجال الذين تراهم مستعدين للتضحية بسعادتهم مدى الحياة لانهم لم يهتموا بفحص صحتهم فحصاً طبيًّا دقيقاً والتأكد من انهم صالحون للزواج

فمن الواجب ان تتخذ خطة جديدة في امر الزواج . وكل الذين على اهبته سواء كانوا رجالاً او نساء وكل الآباء يجب ان يطالبوا بحق لهم وهو الوقوف على حالة طالب الزواج الصحية وهل هو سليم من الامراض المعدية . فأمن شاب يجرب ان يخفي عن حبيبته حالتهُ المالية مع ان الاسئلة التي توجهُ اليهِ في هذا الموضوع تحسب مخلة باللياقة ولكن الامور الصحية اهم بما لا يقاس من الامور المالية

كثيرون لا يعيرون علم « اصلاح النسل » Eugenics التفاتاً لانهم يرون أن قواعدهُ تقضي بان يكون المتزوجون من مستوى واحد في العقل والجسم والطبقة الاجتماعية وان عاطفة الحب الجنسي يجبُ الاَّ تكون الدليل الى الزواج وهذه امور لا يحتملها العمران الآن . لكن لماذا نختلف على الاسماء والمسألة المهمة بسيطة جدًّا وهي ان علم الطب ارتقى ارتقاءً كبيراً واصبح الطبيب البارع قادراً ان يشخص الامراض المعدية بدقة تامة . وكثيرون من المصابين بهذه الامراض لا يدرون انهم مصابون بها . لذلك يجب ان ينشأ رأي عام يقضي بفحصهم واذا كانوا مصابين يجب الاَّ يتزوجوا ما زالوا كذلك

فعلى والد كل فتاة ان يعرف هل زوجها العتيد مصاب بالسلّ مثلاً او بمرض زهري . وتلك المعرفة في مصلحة ابنتهِ وهي مما يسهل الحصول عليهِ

مكروب السل معروف شكلهُ وكل بكتيريولوجي يستطيع البتّ في هل هو في بصاق احد او لا . فاذا كان موجوداً فصاحب ذلك البصاق يجب الاَّ يتزوج لانهُ اذا تزوج اعدى امرأتهُ واولادهُ ايضاً . والحوادث التي تؤيد هذا القول كثيرة

كذلك امتحان الدم يظهر بصورة لا تقبل الشك هل صاحب الدم مصاب بمرض زهري. ولا شك ان القارىء يستطيع أن يعدّد الامثلة التي هدمت فيها سعادة عائلة اتصل مكروب احد هذه الامراض الخبيثة الى افرادها لان الوالد لم يهتم بفحص جسمهِ قبل اقدامهِ على الزواج

فالواجب يقضي اذاً على كل رجل شريف ان يكون على بينة من حالتهِ الصحية قبل ان يقدم على الزواج . ولكن كثيرين من الرجال يصابون بمرض خبيث معدٍ ولا يدرون. لذلك يقع الواجب على والد الفتاة بان ينبه صهرهُ العتيد الى ذلك الامر

وان لا يكتفي بعد ذلك الاّ بشهادة طبية رسمية . وذلك لا يعني انهُ في حالة الاصابة بمنع عقد الزواج بين شاب وفتاة قد تحابّا بل يؤجل الزواج ما زال احدهما مصاباً وعلى المصاب ان يتعالج حتى ينال الشفاء التام وهذا ليس بالامر المستحيل على الطب في هذا العصر!

وهنالك مسألة الامراض العقلية الموروثة وهي معقدة لا يسهل البتّ فيها كالسلّ وغيره . فقد تعلم فتاة ان خطيبها من والدين ماتا في بيمارستان المجانين وترفض الانفصال عنهُ وقد تكون في ذلك على حق ولكن خير لها ان تعرف ذلك قبل ان تعلن عزمها النهائي فان كون والديه مجنونين لا يستلزم انتقال الجنون اليه وهذا تشارلس لام احد كبار الكتّاب عند الانكليز كان ابن معتوهين واخا معتوه

كذلك قد يظهر الفحص الطبي ضعفاً في القلب وقد يصاب صاحب القلب الضعيف بما يقعده عن العمل كل حياته . فيقول قائل ان زواجاً أُبطل لهذا السبب يكون ابطالهُ مدعاة للخجل فنقول ان الاهتمام بمثل هذه المسألة يوازي الاهتمام بمسألة ثروة الخطيب على الاقل

لم نذكر حتى الآن فوائد فحص المرأة فحصاً طبيًّا قبل زواجها لان الرجل في الاسرة عليه المعوّل في اعالتها ولذلك يجب ان نعير صحتهُ التفاتاً كبيراً

لكنّ على المرأة ان تعرف بعض الحقائق عن حالتها الصحية لئلا يكون زواجها مجلبة للتعس والالم والشقاء . فبعض النساء تعسر عليهنّ الولادة لسبب في تكوين اعضاء الولادة . وهناك بعض الامراض الوراثية التي لا تنتقل الاّ بالنساء اشهرها النزف الدموي ولكنهُ نادر جدًّا لا يهمنا بحثهُ هنا

فالحاجة اذاً جلية غاية الجلاء وقد يأتي يوم يصبح الزواج المنعقد بين اثنين احدهما مصاب بمرض معدٍ جريمةً يعاقب عليها . والوالد الذي يهمل البحث عن صحة صهره العتيد باخلاص مسؤول لدى ابنته التي يحق لها ان تعتمد عليه في ذلك

العناية بشعر الرأس وجلده

لا نتعرض هنا للكلام على الصلع الذي يصيب الكهول والشيوخ فانهُ ناجم عن قلة الغذاء في اصول الشعر الذي يصحب التقدم في السن

وبعض الناس يسقط شعرهم بعد الاصابة باحدى الحميات القوية وفي بعض الاسر الصلع وراثي ينتقل من الاباء الى الابناء

في ما عدا الاحوال المتقدم ذكرها ٩٠ في المائة من حوادث الصلع البا كر ينجم عن مكروب خاص يدعى مكروب « الزجاجة » لانهُ يشبه الزجاجة في شكلهِ . هذا المكروب يفرز في فروة الرأس ويعيش فيها فيسبب القشرة المشهورة (الهبرية) وهي رقائق بيضاء تنفصل من فروة الرأس وتتجمع عند اصول الشعر . وبعد ان يبقى هذا المكروب زمناً في فروة الرأس يؤثر في بصيلات الشعر فتضعف ويأخذ الشعر بالسقوط . والمشهور ان الصلع في النساء اندر منهُ في الرجال . وقد لاحظ ارسطو هذه الحقيقة فكتب عنها ما يأتي «لا النساء ولا الاولاد ولا الخصيان يصابون بالصلع» وبعد ان تموت بصيلة الشعر يستحيل انبات شعر جديد مكانها . لكن العناية بالمرض قبل ان يصل الى تلك الدرجة توقفهُ عند حدهِ وقد يرجع الشعر بعدئذٍ الى حالتهِ الطبيعية من حيث النمو

المشط — يجب ان لا تكون اسنان المشط محددة جداً لئلا تجرح جلد الرأس ويجب تنظيفهُ وتعقيمهُ مرة في الاسبوع على الاقل

الفرشاة — يجب ان تكون الفرشاة نظيفة على الدوام فتغسل بماء الصودا مرة في الاسبوع ثم تعقم بتغطيسها في محلول خفيف من اللايزول او الفورمالين . ويجب ان يحذر كل أحد من استعمال فرشاة غيرهِ لان مكروب الصلع ينتقل من رأس الى آخر كما ينتقل مكروب احدى الحميات من مصاب الى سليم

ويجب ان يُبرَش الشعر في الصباح وفي المساء وان يغسل الرجل رأسهُ بالصابون مرة كل الاسبوع والمرأة مرة كل اسبوعين على الاقل

ووجود قشرة الرأس (الهبرية) دليل على وجود عدوى مكروبية فيجب غسل الرأس بالصابون يومياً ويستطاع تركيب محلول نافع للشعر وجلد الرأس كما يأتي :

٤ نقط من زيت اللوز و٦ نقط من ماء الامونيا قوتهُ ١٠ في المائة واوقية ونصف من روح الحصلبان واوقية ونصف من الكولونيا ونقطتان من صبغة الزعفران . يمزج اولاً الزيت بالامونيا جيداً ثم تضاف المركبات الاخرى

صبَّ في كفك نحو ملعقة من هذا المحلول وافرك بها الشعر والجلد جيداً واتركهُ على رأسك نحو عشر دقائق ثم إشطفهُ بضع مرات بالماء النقي ونشفهُ

وبعض السيدات يتذمرن من ان شعرهن يصير بعد الغسل « لزج الملمس » والسبب انهن لم يشطفنهُ جيداً بعد غسله بالصابون . اما اذا بقي كذلك بعد شطفهِ جيداً بالماء النقي فيحسن ضرب ع بيضة في كأس ماء وفرك الشعر بهِ

على ان الغسل بالصابون يزيل ما على الشعر من زيت فيصير الشعر قصفاً والفروة ناشفة لذلك يحسن فرك فروة الرأس بقليل من زيت الزيتون او زيت اللوز بعد غسله

ولا يخفى ان النور والهواء اللذين يقتلان المكروبات لذلك من المستحسن حين المشي في الفضاء او لعب التنس ان يكشف الرأس للنور والهواء

ومن المهم جداً ان لا يبقى الشعر رطباً لان الماء يخرج بعفرزات الغدد في جلد الرأس فيتكون مستحلب يسد مسام البصيلات فتضعف رويداً رويداً حتى تموت

اتقاء العث

العث يقع في كل ما يصنع من صوف او شعر او ريش فالثياب الصوفية على انواعها معرضة لهُ وكذلك الفراء والبسط والريش . والعثة صغيرة تحيفة تمس بسهولة وهي تبيض في طيات الثياب وبين خيوطها او بيضها تحيف ايضاً يتكسر بمسح الثياب بفرشاة. ويخرج العث من البيض في نحو اسبوع من الزمان ويعيش من اربعة اشهر الى سنتين قبلما يبلغ اشدهُ ثم يصير فراشاً مجنحاً . وخير الطرق لحفظ الثياب والفراء من العث ان توضع في مكان جاف وتنفض وتبرش كل اسبوع او اسبوعين واذا كان لا بدَّ من تركها من الصيف كما في مصر فاوفى واقي لها ان تنفض جيداً وتوضع في اكياس البفت (الخام) تخاط درزاً حتى لا يبقى فيها ثقب يدخل العث منهُ واللف الجيد بالورق يغني عن اكياس البفت . اما البسط الكبيرة التي يعسر وضعها في اكياس او لفها بالورق فتوقى من العث بوضع كرات النفثالين بين طياتها

قتل البق بالغاز السام

استعمل الالمان الغاز السام لمحاربة الحلفاء واستعمل الحلفاء نوعاً من الكمامة لاتقائهِ والآن يستعمل الغاز السام لتنظيف المساكن من الحشرات كالبق وامثالهِ والكمامة لوقاية من يستعمل هذا الغاز . ويعلم الآن ان ضرر البق في اقلاق النيام لا يمدُّ شيئاً في جنب ضررهِ الصحي فانهُ علة العدوى في كثير من الامراض المعدية كالحمى الراجعة والكلازار والتيفويد والانفلونزا . ومن مزاياهُ ان العيشة اسهل عليهِ في البلاد الباردة منها في الحارة فاذا بلغت الحرارة درجة ١٠٠ بميزان فارنهيت مات واما اذا بلغت درجة الجليد بقي حيًّا . ويقال ان مدينة نيويورك وحدها تنفق في السنة ثلاثة ملايين من الريالات على تنظيف منازلها من البق وان فيها اكثر من الف رجل عملهم الخاص محاربة البق وهم من المتعلمين المختصين بهذا العمل