

بَابُ شُؤْنِ الْمَرْأَةِ وَتَدْبِيرِ الْمَنْزِلِ

قد فتحت هذا الباب لسكي نخرج فيه بكل ما يهم المرأة واهل البيت مسرى
من تربية الاولاد وتدبير الصحة والنظام واللباس والصراف والمسكن والزينة
وسر شهرات النساء ونحو ذلك مما يعود بالنفع على كل حاله

العناية بالاطفال

حجرة الطفل

بعد بضعة عشر يوماً قصد كريم الى عيادة صديقه الدكتور فوجد غرفة الانتظار خاصة
ببيدات واطفال وسمع الدكتور يتحدث الى سيدة في غرفة الكشف وعلى صدرها طفل
عمره ستة اودون السنة بقليل هزبل الجسم شاحب اللون منتفخ البطن باوز الوجتين مجسد
الوجه غائر العينين وهو يقول لها :

ان ما يشكو منه ولدك هو داء الكساح وهذا الداء كثير الشوع في الاطفال ومن
اهم اسبابه سوء التغذية . فلو كانت الوالدة تدرك نتيجة اهمالها تذبذبة طفلها وانه يؤدي به
الى هذا المرض لكنت ولا شك تحبته وحرصت اشد الحرص على تغذيته ونحمة عوده
على خير نظام وضمة العلماء المتوفرون

ثم التفت الى كريم وقال له الا ترى انه قد حان للحكومات وللجاعات الرأية في كل
امة ان تهض بمعالجة هذا الضعف في جزء كبير من جسم الامة بل في اهم جزء منه والنظر
الى هؤلاء الاطفال والى ما بهم من مرض وانت تعلم ان اسباب ما يشكون منه الجهل اولا
والاهمال ثانياً فلنودر لهم ان ينشأوا على قواعد صحيحة لكان حفظهم من الحياة اوفر وشاؤمها اقل
كريم — اني قدمت اليك لاقف على رأيك في الحجرة التي نخصصها لمسدوح والشروط
التي يجب ان تتوفر في تأنيها ولم يكن يدور في خلدي ان الاقفي مثل هذا الجمع الكبير من
الاطفال اميهم في تربيتهم وانما عودهم من غير ذنب اقترفوه سوى انهم ابناء الطبقة
الفقيرة في الامة

الدكتور — إن أهم الشروط الصحية في غرفة الطفل أن تكون واسعة حتى يسهل تجديد هوائها ودخول أشعة الشمس المطهرة إليها لأن الطفل يقضي معظم السنة الأولى ضمن جدرانها وإن يكون أثاثها قليلاً وبسيطاً مريحاً وإن تكون خالية من الستائر وما إلى الستائر والسجوف من الكائنات التي لا حاجة ماسة إليها ويجب أن يبقى هوائها طليقاً وإن لا تطهى المأكول فيها وإن تضاء في الليل بشعلة كهربائية صغيرة الحجم كي لا تؤثر الاضواء الكيرة في حرارة جوها . كذلك لا يستحسن أن يترك في القرب من سرير الطفل ثياب أو رؤاقد بلولة

كريم — ماذا يجب أن تكون درجة الحرارة فيها في النهار وفي الليل
الدكتور — في النهار بين ٦٤ و ٦٨ ميران فارنيت والآ تبريد عن ٧٠ الأ في احوال خاصة مثل ضعف في بنية الطفل أو مرض . وفي الليل ٦٥ في مدة الثلاثة الأشهر الأولى من حياة الطفل وأما بمرور هذه المدة فتزل إلى ٥٥ في العام الأول وتم إلى ٥٠ أو ٤٥ بعده . وللإستدلال على درجة الحرارة يستعمل الميزان المعروف ويعلق على ارتفاع ثلاثة أقدام من الأرض

كريم — هل يستحسن فتح النوافذ في الليل ؟
الدكتور — متى بلغ الطفل ثلاثة أشهر من العمر لا يخشى عليه من فتح النوافذ وتجديد هواء الغرفة وأبقاء نافذة صغيرة مفتوحة في الليل
كريم — كم مرة يجب تجديد هواء الغرفة
الدكتور — مرتين على الأقل في اليوم فبعد أن يستحم الطفل في الصباح وقبل أن ينام عند المساء ويجب أن يتجدد هوائها وتجديداً تاماً والآ يبقى الطفل فيها في أثناء نومها
كريم — ما هي الاعراض التي تظهر على الطفل إذا كان يعيش في غرفة دافئة أي إذا كانت درجة الحرارة فوق المعتاد

الدكتور — يظهر عليه الهزال وعدم الاكثارات للنساء فيفقد كثيراً من وزن جسمه ويشحب لونه ويسوء هضمة ويتقيأ كثيراً ويتصبب جسمه بالعرق ويصاب بالزكام ولا يشفى من زكام الا ليصاب بزكام آخر وسبب ذلك أن حرارة الغرفة في الداخل اعلى من حرارة الجو في الخارج وقد يشبه انه مصاب بمرض معوي أو رئوي

تعرض الطفل للهواء الساخن

كريم — متى يبدأ بتعرض مدوح للهواء وكم من الوقت تستغرق مدته ؟
الدكتور — يبدأ بتعرض الطفل للهواء عندما يتم الشهر الأول ولا ينصح ذلك اذا

كان الطقس بارداً إلا إذا كان الطفل مريضاً أو ضعيف البنية . ومدة التعرض يجب ألا تتجاوز في البدء خمس عشرة دقيقة على أن تزداد كل يوم قليلاً إلى أن يصبح الوقت الذي يمرض فيه الطفل للهواء كل يوم ٤ ساعات ويجب المحافظة على هذا النظام من غير خوف ولا اعتبار لخلاف احوال الجو

كريم — إلا يخشى على الطفل ان يصاب بالزكام اذا تعرض للهواء كما ذكرت الدكتورون — كلاً لا ضرر ولا خوف عليه اذا كانت مدة التعرض قصيرة في البداية ثم تزداد بالتدرج الى ان يتعودها جسم الطفل ويألف ما فيها من تغير سواء كان هذا التغيير في الاحوال الجوية او في الزمن الذي يستغرقه التعرض . وهذا التعرض التدريجي يكسب جسمه المناعة ويقيه من مرض الزكام ومضاعفاته التي تنشأ عنه وهي كثيرة ومعظمها خطير

كريم — كيف نعرض مدوح للهواء ارجو ان تعرف لي ذلك تماماً
الدكتور — يغطي رأس الطفل ويلبس ثياباً خفيفة ثم يوضع في سريره على مسافة غير قصيرة من الباب ثم تفتح نوافذ الغرفة . ويجب ان نحترس من ان تضع الطفل في مجرى الهواء

تعرض الطفل للهواء الخارجي

كريم — في أي سن يمكن ان يخرج بالطفل الى الفضاء
الدكتور — يمرض الطفل للهواء الخارجي في زمن الصيف وهو في الاسبوع الاول اما في الربيع والخريف فالأفضل ان يبقى في البيت الى ان يبلغ من العمر ثلاثة اسابيع على الأقل

وأما في فصل الشتاء فخروجه يتوقف على جو الاقليم الذي يعيش فيه . ففي المدن الكبرى يخرج به في الايام غير الممطرة وهو في الثلاثة الأشهر الاولى من العمر ويستحسن ايضاً بتأوّه في البيت وقاية له من الغبار وما يحمله من الجراثيم وتعرضه للهواء الداخلي على الطريقة المار ذكرها الى ان يصير عمره ستة اشهر

كريم — ما هي أفضل الاوقات التي يخرج بها الطفل الى الفضاء
الدكتور — في الايام الحارة يفضل خروجه في الصباح والمساء على وقت الظهر وأما في ايام البرد فتسكن زهته بين العاشرة صباحاً والثالثة بعد الظهر ويتوقف تعيين هذا الوقت على اقليم البلد الذي يكون الطفل مقبلاً فيه

كريم — ما هي الاوقات التي يجب ان لا يخرج الطفل فيها للزهة

الدكتور — يوم تشتد الرياح وترداد برودة الهواء ونسبى الارض بالثلج ولا يخرج بالطفل في اى الاحوال الجوية الرديئة قبل ان يصير عمره ثلاثة اشهر ولا تطبق هذه القواعد على الاطفال الضعفاء فهؤلاء يحتاجون الى الهواء الطلق كثيراً بقدر ما هم في حاجة الى وقايتهم من البرد او الزكام

ثم التفت الى السيدة الجالسة في القرب منه وقال لها : كم عمر طفلك ؟

قالت — تولد في العيد الصغير اللي فات

قال — ومتى مرض ؟

قالت — انه مريض من زمان قوي

قال — من شهرين او ثلاثة اشهر

قالت — زي كده

قال — اتذكرين كيف ابدأ مرضه

قالت — تولد حلو وسمين وبعد شوي ابدأ يحس وصار يسهل ويشق ويتقيأ وماعدهش

ينام في الليل زي عادته وكان يوقف ويقعد وحدو

قال — كيف كنت تعذبينه ؟

قالت — كنت اعطيه البرء (اى انثدي) كلما تمتعو بيكي وعند النوم اترك البر في بقو

(قه) وكان ياكل شيء ولما صار معو اسهال قالوا اعطيه لبن ذكر ولبن بقر فصرت اعطيه

لبن بقر ووكلوكل شيء مناكوا . وكان الطفل نائماً في حجر والدته وقدماء عارشان وثيا به

رثة وقذرة

فقال الدكتور — الا تبين ثيا به

قالت — بقالي جبه كبيرة ماغيرتش ثيا بو ولا غسلت عييه ولا وشو وبتقول بينتي

حتى بلوش ابدأ

فقال الدكتور موجهماً كلامه الى كريم — هذا الطفل له امثال يمدون بانثت بن

بالآلاف والامراض تقايمهم وتحصدهم من غير شفقة ولا حنان

الدكتور شخاشيري

