



مَجْلَدُ الْمَحْتَمَلِ الْعِلْمِيِّ



مَجَلَّةُ الْمَحْتَمَعِ الْعِلْمِيِّ

فصلية محكمة أنشئت سنة ١٣٦٩ هـ / ١٩٥٠ م

الجزء الرابع — المجلد الواحد وأستون

١٤٣٦ هـ - ٢٠١٤ م

شبكة كتب الشيعة



shiabooks.net

رابط بديل < mktba.net

الرعاية الصحية والبدنية لكبار السن في التراث الطبي العربي والإسلامي

الدكتور محمود الحاج قاسم محمد الدكتور عامر عزيز جواد
طبيب أطفال _ الموصل _ العراق فسيولوجيا التدريب الرياضي
معهد إعداد المعلمين _ الانبار _ العراق

الملخص :

تعد فئة كبار السن من الشرائح في المجتمع التي تحتاج إلى اهتمام عظيم ورعاية كبيرة ، لاعتبارات إنسانية ودينية ، وتعد المرحلة العمرية المتقدمة والأخيرة من حياة الإنسان ، التي يمر فيها الشخص المسن بسلسلة تحولات جسمية ونفسية تحدث بسبب مرور الزمن ، وتكون نتائجها عدة تغيرات في التركيب العضوي والوظيفي للجسم .

ونظرا لقلّة البحوث التي تناولت إسهامات الأطباء العرب والمسلمين في رعاية كبار السن ، ارتأينا القيام بهذا البحث ، علما بأن الباحثين لم يجدوا في كتب الأطباء العرب والمسلمين فصولا مستقلة عن تدبير كبار السن ورعايتهم ، وإنما فقرات وردت ضمن مواضيع مختلفة تم جمعها وتبويبها لإعطاء صورة متكاملة لأهداف البحث .

أهداف البحث :

١/ الكشف عما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة عن رعاية كبار السن والشيوخ .

٢/ الكشف عن إسهامات الأطباء العرب والمسلمين في رعاية كبار السن وتدريبهم ، وتشخيص وقايتهم من الأمراض ومعالجتهم والعناية بهم (بدنيا ونفسيا واجتماعيا) .

محاور البحث :

المحور الأول / رعاية كبار السن في القرآن الكريم وأسنه النبوية المطهرة
المحور الثاني/ الأمراض التي تصيب كبار السن وعلاجها

١/ مرض الساد (الماء الأبيض النازل في العين)

٢/ الإصابة بالإمساك

٣/ حصاة الكلى والمجاري البولية

٤/ أمراض المفاصل

أ / أوجاع المفاصل

ب/ مرض النقرس

ج/ أوجاع الظهر

د/ انزلاق الفقرات

هـ/ داء عرق النسا

٥/ مرض داء السكري

٦/ كسور العظام عند كبار السن

المحور الثالث / الغذاء (فوائده ومضاره) لكبار السن
المحور الرابع / الرعاية البدنية والنفسية لكبار السن

أولاً / تدبير كبار السن

ثانياً / الرعاية البدنية لكبار السن

ثالثاً / الرعاية النفسية والاجتماعية لكبار السن

رابعاً / دور رعاية كبار السن

استنتاجات البحث :

١/ أثبت البحث أن لكبار السن في القرآن الكريم والسنة النبوية مكانة متميزة ، إذ احتوى البحث العديد من الآيات والأحاديث التي جاءت في إكرامهم وتعظيم مكانتهم وأوجبت على الأبناء والأقارب رعايتهم وإجلالهم .

٢/ تبين من استعراض مآذكره الأطباء العرب المسلمون عن كبار السن أنهم كانوا روادا في ذلك ، وجاء في تناولهم الموضوع فيه الكثير من الموضوعية والصواب ، وأنهم كانوا دقيقين في معرفتهم أمراض الشيخوخة ومعالجتها .

٣/ أولى الأطباء العرب والمسلمون الرعاية البدنية والنفسية لكهول والنشيوخ عناية خاصة باعتبارهم ضعاف الأبدان ، سريعي الإصابة بالأمراض كأبناء الأطفال والناقهين .

المقدمة وأهمية البحث :

تعد فئة كبار السن من الشرائح في المجتمع التي تحتاج إلى اهتمام ورعاية كبيرة ، لاعتبارات إنسانية ودينية ، وتعد المرحلة العمرية المتقدمة والأخيرة من حياة الإنسان ، التي يمر فيها الشخص المسن بسلسلة تحولات جسمية ونفسية تحدث بسبب مرور الزمن ، وتكون نتائجها عدة تغيرات في التركيب العضوي والوظيفي للجسم . ولو دققنا في مراحل حياة الإنسان لاتضح لنا أن مرحلة الرشد ومرحلة كبر السن (الشيخوخة) تمثل ثلاثة أرباع عمر الفرد . ونجد أن فترة الطفولة والمراهقة القصيرة نالت اهتماما خاصا ودرست دراسة دقيقة من المربين والأطباء منذ وقت مبكر ، في حين لم تحظ مرحلة كبر السن (الشيخوخة) بنصيب وافر من الاهتمام أو بما تستحقه من عناية في المجالات التربوية والطبية حتى عهد قريب . إذ أنه في السنوات الأخيرة وبعد حدوث التقدم الهائل في عالم الطب، زاد الاهتمام بكبار السن، وكثرت الدراسات عن مشاكل الشيخوخة وما يتعلق بالصحة الجسمية والعقلية في مرحلة النضج وتقدم السن .

وقبل الدخول في البحث هناك حقيقتان لا بد من ذكرهما ، الأولى : أن تراث أية أمة هو بذرة بقائها ودعامة وجودها الحضاري ، ودراسته تعني تعرفا على الذات واستشفافا للمستقبل ، وإن أية أمة لن تستطيع أن تسير قدما إلى الأمام بخطى راسخة شجاعة إلا إذا وعت جذور تراثها وربطت خيوط حاضرها ومستقبلها بما ماثلها وشابهها في صفحات ماضيها سواء القريب أو البعيد . الثانية : بأن العلوم على اختلافها ليست من صنع أمة واحدة ولا شعب معين ، وإن الازدهار الذي نجده في مختلف الميادين إنما هو

محصلة حضارات متعاقبة على مرّ العصور . وإن صيحة هذه الحقائق في نظرنا تتجلى بشكل واضح وملموس في دراسة علم الطب . وذلك إن التّقدم الهائل الذي نجده فيه اليوم لم يكن من نتاج الحضارة المعاصرة فحسب ، وإنما كان حصيلة خبرات وتجارب أجيال وأجيال من قوافل الأطباء على مرّ العصور ، والدور الريادي للأطباء العرب والمسلمين في هذه المسيرة التاريخية أثبتته الدراسات المنصفة العديدة^(١) .

وينطلق منهج رعاية المسنين في الإسلام من منطلق إنساني بحت ، بعيدا عن التمييز بين فئات المسنين على أساس الدين أو الجنس أو اللون . فالإسلام لا يقرّ قواعد الرعاية للمسلمين من منطلق عرقي . ونظم الإسلام حقوق المسنين وأمر بحمايتهم ، وطالب كل مسلم برعايتهم ، وشرع لهم الأحكام التي تتناسب مع أعمارهم وطاقتهم .

وبما أن التراث العربي العلمي والطبي منه خاصة ، جدير بالعناية والرعاية والسعي الحثيث لكشفه وتحقيقه ونشره ، تأكيدا لمكانته في تاريخ البشرية ، وإظهار المستوى الحضاري لامتنا في ميدان الفكر والعلم ، ولقلة البحوث التي تناولت إسهامات الأطباء العرب والمسلمين في رعاية كبار السن ، ارتأينا القيام بهذا البحث ، علما بأن الباحثين لم يجدوا في كتب الأطباء العرب والمسلمين فصولا مستقلة عن تدبير كبار السن ورعايتهم ، وإنما فقرات وردت ضمن مواضيع مختلفة تم جمعها وتبويبها لإعطاء صورة متكاملة لأهداف البحث .

(١) محمود الحاج قاسم ؛ الطب عند العرب تأريخ ومساهمات ، ط ١ (جدة ، دار السعودية للنشر ، ١٩٨٧) ص ٧ - ٨ .

أهداف البحث :

١/ الكشف عما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة عن رعاية كبار السن والشيخوخة .

٢/ الكشف عن إسهامات الأطباء العرب والمسلمين في رعاية كبار السن وتدريبهم ، وتشمل وقايتهم من الأمراض ومعالجتهم والعناية بهم (بدنيا ونفسيا واجتماعيا) .

محاور البحث :

المُسن ((هو كل فرد أصبح عاجزا عن رعاية نفسه وخدمتها أثر تقدمه في العمر وليس بسبب إعاقة أو شبهها))^(٢). ويقال ((هرم الرجل هرما : أي بلغ أقصى الكبر ، وضعف فهو هرم))^(٣).

وبداية نشير إلى تقسيمات مراحل العمر التي اعتمدها الأطباء العرب والمسلمون في تناولهم تدبير صحة الإنسان :-

يقول "ابن سينا" في أمزجة الأسنان والأجناس ((الأسنان أربعة في الجملة ، سن النمو ويسمى سن الحداثة . وهو إلى قريب من ثلاثين سنة . ثم سن الوقوف وهو سن الشباب وهو إلى نحو من خمسة وثلاثين سنة وأربعين سنة ، وسن الانحطاط مع بقاء في القوة وهو سن المتكهلين وهو إلى

(٢) عبدا لله بن ناصر ؛ رعاية المسنين في الإسلام ، ط١ (الرياض ، العبيكان ، ١٩٨٨) ص١٦ .

(٣) مجمع اللغة العربية ؛ المعجم الوجيز (القاهرة ، وزارة التربية والتعليم ، ١٩٩٠) ص٤٦٨ .

نحو من ستين سنة . ومن الانحطاط مع ظهور الضعف في القوة وهو سن الشيخوخة إلى آخر العمر))^(٤).

ويقول "البليخي" ((الأسنان هي طبقات العمر أربع : الصبا والشباب والكهولة والشيخوخة . وحصة كل طبقة منها عشرون سنة في الطبائع القوية))^(٥).

ويقول "القرطبي" فأما الأسنان فتجزأ على أربعة أجزاء في قول عامة الأطباء . وخوف الإطالة نلخص ما ذكره^(٦) :- ١/ سن الصبا حتى ١٨ سنة من العمر ٢/ سن الشباب حتى ٣٥ سنة من العمر ٣/ سن الكهولة حتى ٦٠ سنة من العمر ٤/ سن الشيخوخة حتى أن يفنى العمر .

وفي ضوء هذه التقسيمات كان تناولنا للبحث ضمن خمس محاور كما يأتي:-

المحور الأول / رعاية كبار السن في القرآن الكريم وأسنه النبوية المطهرة أكد الإسلام للمسنين حقوقا شاملة بمقتضى حاجتهم للرعاية الأخلاقية والاجتماعية، ونظم الاهتمام بهم بأدق تفاصيله قبل أربعة عشر قرنا، وانعكس هذا على أفراد المجتمع الإسلامي آنذاك سلوكا وممارسات في تعاملهم مع المسنين ، ولم يُنظم الحقوق فحسب بل نادى بحمايتها وطالب

(٤) ابن سينا ، أبو علي الحسين ابن علي ؛ القانون في الطب ، ج ١ (بغداد ، مكتبة المثنى ، ب . ت) ص ١١ .

(٥) البليخي ، أبي زيد احمد بن سهل ؛ مصالح الأبدان والأنفس ، تحقيق محمود مصري (القاهرة ، معهد المخطوطات العربية ، ٢٠٠٥) ص ٤٨٩ .

(٦) القرطبي ، عريب ابن سعد الكاتب ؛ خلق الجنين وتدبير الحبالى والمولودين (الجزائر ، مكتبة فراريس ، ١٩٥٦) ص ٨٥ .

الكل برعايتها بين المسنين ، وشرع لهم الأحكام التي تناسب أعمارهم وطاقاتهم . فقد جاء ذكر الشيخوخة باعتبارها آخر أيام العمر في القرآن الكريم في عدد من الآيات منها :-

قال تعالى (وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّاكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَى أَرْدَلِ الْعُمْرِ لِكَيْ لَا يَعْلَمَ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْنًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ) (النحل: ٧٠) وقال تعالى أيضا في آية أخرى (... ثُمَّ لَتَبْلُغُوا أَشَدَّكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَى أَرْدَلِ الْعُمْرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْنًا ...) (الحج: ٥) وقال تعالى (هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لَتَبْلُغُوا أَشَدَّكُمْ ثُمَّ لَتَكُونُوا شُيُوخًا وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى مِنْ قَبْلُ وَلَتَبْلُغُوا أَجْلا مُّسَمًّى وَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ) (غافر: ٦٧)

وذكرت الشيخوخة في القرآن الكريم على أنها نهاية مطاف الإنسان في مرحلة تطوره على هذه الأرض تمهيدا لرحلته الأبدية إلى العالم الآخر . فقال عز وجل (وَمَنْ نُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ) (يس: ٦٨) وقال تعالى (وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّاكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَى أَرْدَلِ الْعُمْرِ لِكَيْ لَا يَعْلَمَ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْنًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ) (النحل: ٧٠) وقال تعالى (وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّاكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَى أَرْدَلِ الْعُمْرِ لِكَيْ لَا يَعْلَمَ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْنًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ) (النحل: ٧٠) وقال تعالى (يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنْ كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِنْ مُضْغَةٍ مُخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ وَنُقَرُّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَى أَجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لَتَبْلُغُوا أَشَدَّكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَى أَرْدَلِ الْعُمْرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْنًا ...) (الحج: ٥) وقال تعالى (اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ

ضَعَفَ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ) (الروم : ٥٤) فالإنسان يبدأ من ضعف ، ثم ينمو ويشد عوده ويقوى، ثم يعود إلى أصله بعد أن يبلغ أرتل العمر إلى حالة من الضعف وبعد أن يصل إلى نهاية أيامه على هذه الأرض .

وفي سورة أخرى جاء وصف الشيخوخة وصفا رائعا في هذه المناجاة بين الله سبحانه وتعالى و"زكريا" (عَلَيْهِ السَّلَام) يسأل فيها الله سبحانه وتعالى أن يهب له وليا يرث "آل يعقوب" خاصة وقد بلغ سن الشيخوخة وكانت امرأته عاقرا ، تظهر بعض الصور اللغوية الجميلة التي تصف مرحلة الشيخوخة . قال تعالى (قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَاشْتَعَلَ الرَّأْسُ شَيْبًا وَلَمْ أَكُنْ بِدُعَائِكَ رَبِّ شَقِيًّا * وَإِنِّي خِفْتُ الْمَوَالِيَ مِنْ وَرَائِي وَكَانَتِ امْرَأَتِي عَاقِرًا فَهَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ وَلِيًّا * يَرِثُنِي وَيَرِثُ مِنْ آلِ يَعْقُوبَ وَاجْعَلْهُ رَبِّ رَضِيًّا * يَا زَكَرِيَّا إِنَّا نُبَشِّرُكَ بِغُلَامٍ اسْمُهُ يَحْيَى لَمْ نَجْعَلْ لَهُ مِنْ قَبْلُ سَمِيًّا * قَالَ رَبِّ أُنَّى يَكُونُ لِي غُلَامٌ وَكَانَتِ امْرَأَتِي عَاقِرًا وَقَدْ بَلَغْتُ مِنَ الْكِبَرِ عِتِيًّا) (مريم : ٤-٨) .

وجاء ذكر الكهل في القرآن الكريم في آيتين يخاطب بها نبي الله "عيسى" (عَلَيْهِ السَّلَام) ، في قوله تعالى (وَيُكَلِّمُ النَّاسَ فِي الْمَهْدِ وَكَهْلًا وَمِنَ الصَّالِحِينَ) (آل عمران : ٤٦) وقال تعالى (إِذْ قَالَ اللَّهُ يَا عِيسَى ابْنُ مَرْيَمَ اذْكُرْ نِعْمَتِي عَلَيْكَ وَعَلَىٰ وَالِدَتِكَ إِذْ أَيَّدْنَاكَ بِرُوحِ الْقُدُسِ تُكَلِّمُ النَّاسَ فِي الْمَهْدِ وَكَهْلًا ...) (المائدة : ١١٠) . ولقد ذهب المفسرون لقول الله تعالى في هاتين الآيتين ، الى أن ذكر الكهل هنا يعنى الحليم العاقل ، لان نبي الله "عيسى" (عَلَيْهِ السَّلَام) رفع إلى السماء وهو في عمر الشباب .

وقد حث الإسلام الإنسان على بر الوالدين والإحسان إليهما في كل مراحل العمر وضرورة رعايتهم ولاسيما عندما يكبرون ، حيث يصبحون أكثر حاجة الى الرعاية والعناية والشعور بالطمأنينة والأمن بعد أن أدوا الرسالة تجاه أبنائهم وأوطانهم . يقول سبحانه وتعالى (وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنْ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ) (لقمان : ١٤) وفي آية أخرى قال تعالى (وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا حَتَّى إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ) (الاحقاف: ١٥) ويقول جل جلاله في آية أخرى (وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أَفْ ، وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا * وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا) (الإسراء : ٢٣-٢٤)

((ولم تنه الآية الكريمة الإنسان عن أن ينهر والديه أو يؤذي شعورهما بالقول الخشن أو التعبير عن التبرم من باب الاحترام والتوقير فحسب ، فذلك مطلوب سواء كان الوالدان في حال قوتهما أو ضعفهما ، ولكنه نهى يحمل في جوهرة تقديرا إلهيا لطبيعة الحالة النفسية التي يكون عليها المرء حين يكبر وتهن قوته ويضعف))^(٧) .

(٧) منظمة الصحة العالمية ؛ الشيخوخة بتديد الخرافات (مصر ، المذآب الإقليمى لشرق

ومن النماذج الحية على توقير الكبار في السن واحترامهم في الإسلام إعطاء كبير السن أفضلية في إمامة المسلمين في حالة التساوي في حفظ القرآن وقراءته والعلم بالسنة ، وكذلك إعطاء الكبير حق الكلام قبل الصغير في المجالس ، ويشكل عام وجوب إجلاله كما جاء في أقواله صلى الله عليه وسلم البليغة يقول (ﷺ) [إن من إجلال الله تعالى إكرام ذي الشبهة المسلم وحامل القرآن غير الغالي فيه والجافي عنه وإكرام ذي السلطان المقسط]^(٨) . ومن أقواله (ﷺ) أيضا [ما أكرم شاب شيخا لسنه إلا قبيض الله له من يكرمه عند سنه]^(٩) .

والمجتمع المسلم مجتمع متراحم متماسك متواد ، ومن أولياته توقير كبار السن واحترامهم ، وتقدير مكانتهم وفاء لما قدموه من إسهام في إرساء بناء المجمع ونهوضه ، يقول (ﷺ) [ليس منا من لم يرحم صغيرنا ويوقر كبيرنا]^(١٠) . وفي حديث آخر يقول (ﷺ) [إن من إجلال الله إكرام ذي الشبهة المسلم ، وحامل القرآن غير الغالي فيه والجافي عنه ، وإكرام ذي السلطان المقسط]^(١١) .

(٨) سنن أبو داود ، كتاب الآداب (برقم ٤٨٤٣) .

(٩) رواه الترمذي ، كتاب البر والصلة ، ما جاء في إجلال الكبير (يرقم ٤٥٧ / ٢٠٠٢) وقال انه ضعيف .

(١٠) رواه الترمذي ، كتاب البر والصلة ، باب ما جاء في رحمه الصبيان (برقم ١٩١٩ / ٤٣٨) .

(١١) سنن أبو داود ، كتاب الآداب (برقم ٤٨٤٣) .

والمسن المؤمن له مكانته عند الله ولا يزداد في عمره إلا كان له خيرا يقول (ﷺ) أيضا [خياركم أطولكم أعمارا وأحسنكم أفعالا]^(١٢). ويقول أيضا (ﷺ) [ما شاب رجل في الإسلام شبيبةً إلى رفعه الله بها درجة ومحيت عنه سيئة وكتب له بها حسنة]^(١٣). وفي حديث آخر يقول (ﷺ) [من شاب شبيبة في الإسلام كان له نورا يوم القيامة]^(١٤). ويروي أمير المؤمنين "علي بن أبي طالب" (عليه السلام) قول الرسول (ﷺ) [من قرأ شبيبة لشبيته آمنه الله عز وجل من فزع يوم القيامة]^(١٥).

ومما رواه "نس ابن مالك" (ﷺ) أن النبي (ﷺ) قال [ما من معمر يعمر في الإسلام أربعين سنة ، إلى صرف الله عنه ثلاثة أنواع من البلى : الجنون ، والجذام والبرص ، فإذا بلغ خمسين سنة لين الله عليه الحساب ، فإذا بلغ ستين سنة رزقه الله الإنابة إليه بما يحب ، فإذا بلغ سبعين سنة أحبه الله وأحبه أهل السماء ، فإذا بلغ الثمانين قبل الله حسناته

(١٢) مسند أبو يعلى الموصلي (برقم ٢١٤/٦) - قال الهيثمي ، مجمع الزوائد إسناده حسن (برقم ٢٠٦/١٠) .

(١٣) رواد أحمد في مسنده ، كتاب العشرة المبشرين بالجنة ، مسند المكثرين من الصحابة (برقم ٦٧٦٢) .

(١٤) مصنف بن أبي شيبة ، كتاب الأدب ، باب في تنف الشيب (برقم ٢٥٣٥) وقال الترمذي حديث حسن صحيح غريب

(١٥) النوري ، مرز حسين ؛ مستدرک الوسائل ومستنبط المسائل ، ج ٨ ، تحقيق مؤسسة آل البيت ، بيروت ، مؤسسة آل البيت ، ١٩٨٧) ٤٦٧ .

وتجاوز عن سيئاته ، فإذا بلغ تسعين غفر الله له ما تقدم من ذنبه وما تأخر ، وسمي أسير الله في أرضه وشفع لأهل بيته [(١٦)] .

وقد جاءت أحاديث كثيرة عن بر الوالدين و قدمها (ﷺ) على الجهاد في سبيل الله ، وساوى عدم برهم بالإشراك بالله وجعله من أكبر الكبائر إذ سؤل رسول الله (ﷺ) أي الأعمال أفضل قال [الصلاة لميقاتها ثم بر الوالدين ثم الجهاد في سبيل الله] (١٧) . وفي حديث آخر قال (ﷺ) [رضا الرب من رضا الوالد ، وسخط الرب من سخط الوالد] (١٨) . وفي حديث ثالث يقول (ﷺ) [ألا أحدثكم بأكبر الكبائر ، قالوا بلا يا رسول الله ، قال الإشراك بالله وعقوق الوالدين] (١٩) .

وعندما يصبح الشيخ ضعيفا عاجزا فإن زوجته أولى الناس برعايته ، فهي السكن وهي التي جعل الله في قلبها وفي قلبه المودة والرحمة المتبادلة ، وأنى لها أن تتركه في شيخوخته فهي نعم القرين عليها واجب نظافته

(١٦) مختصر الزوائد ، مسند البزار ، لابن حجر (برقم ١٨٨/٢) ، وقال الزرقاني صحيح ، ينظر مختصر المقاصد الحسنة للزرقاني (برقم ٨٢) - والطبراني ، في المعجم الكبير (برقم ١٠٨) .

(١٧) سنن الترمذي ، أبواب البر والصلة عن رسول الله ﷺ (برقم ١٩٦٠) ، وقال حيث حسن صحيح .

(١٨) سنن الترمذي ، أبواب البر والصلة عن رسول الله ﷺ ، باب الفضل في رضا الوالدين (برقم ١٩٦٢) .

(١٩) سنن الترمذي ، أبواب البر والصلة عن رسول الله ﷺ ، باب ما جاء في عقوق الوالدين (برقم ١٩٦٤ - صحيح البخاري ، باب عقوق الوالدين من الكبائر ، كتاب الآداب (برقم ١٤٠٧) .

إطعامه ، وعليها واجب الصبر إن بدا منه ما تكره فللشيخوخة في الإسلام حرمتها . وكلما طال أمد رعايتها ازداد رصيدها في الآخرة وعلت منزلتها بإذن الله . وبعد الزوجة حق الشيخ العاجز على أولاده (وطبعا حفته من الأولاد) وقد ذكرنا حق الوالدين على الأولاد ولا داعي لتكرار ذلك . ومع الأولاد أو بعدهم يكون حق الشيخ على باقي أقاربه كالأخوة والأصهار ، وأولاد العم والخال وغيرهم من الأرحام . ولصلة الأرحام مكانة خاصة في الإسلام لما فيها من توثيق للروابط وحماية للأسرة ومساندة للضعفاء ، فعن النبي (ﷺ) قوله [من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليكرم ضيفه ، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليصل رحمه ، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيرا أو ليصمت]^(٢٠) . ومن وصاياه حثّه (ﷺ) للشباب على بر أقاربه وأصدقاء أبيه ، فعن "انس بن مالك" (رضي الله عنه) قال رسول الله ﷺ [من سره أن يمد له في عمره ، ويزاد في رزقه ، فليبر والديه ، وليصل رحمه]^(٢١) . ويقول (ﷺ) [من أحب أن يصل أباه في قبره فليصل أخوان أبيه بعده]^(٢٢) .

وقد أوصى الإسلام ببر الوالدين في حياتهما ، كما فتح باب البر حتى بعد وفاتهما ، وجعل من أبواب برهما صلة صديقهما بعد وفاتهما ، فلقد

(٢٠) صحيح البخاري ، كتاب الآداب ، باب من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يؤذ جاره (برقم ٥٧٨٧) .

(٢١) رواه أحمد ، الحافظ المنذري ؛ الترغيب والترهيب من الحديث الشريف ج ٣ (بيروت ، دار الفكر ، ١٩٨٨) ص ٣١٧

(٢٢) الترغيب والترهيب ، ج ٣ ، ص ٣٢٣ - الألباني ، سلسلة الأحاديث الصحيحة ، ج ٣ (برقم ١٤٣٢) .

روى "عبد الله ابن عمر" (رضي الله عنه) أن رسول الله (ﷺ) قال [من البر أن تصل صديق أبيك] (٢٣) ، بل عده الرسول (ﷺ) من أبر البر ، إذ قال رسول الله (ﷺ) [إن من أبر البر صلة الرجل أهل ود أبيه] (٢٤).

وأخيرا وبعد الأقارب يكون حق الشيخ على الجار وأهل المحلة الذين تعودوا رؤية بعضهم بعضا في أوقات الصلاة في الجامع ، فإذا مرض الشيخ وجب السؤال عنه وعيادته والإنفاق عليه إن كان معسرا (٢٥) . ومما لا شك فيه أن لكبار السن أنفسهم دورا مهما في الاستعداد لمرحلة الشيخوخة ، وتخفيف معاناتهم من أمراضها يقول (ﷺ) [أغتنم خمس قبل خمس ، شبابك قبل هرمك ، وصحتك قبل سقمك ، وغناك قبل فقرك ، وفراغك قبل شغلك ، وحياتك قبل موتك] (٢٦) . ((وهذا يعني أن يعد المرء العدة المناسبة ليعيش صحيحا معافى في الكبر بأن يحافظ على صحته في شبابه ويرعاها ويجنبها ما يضرها من عادات مذمومة كالتدخين وتعاطي الخمر وسائر أشكال الإدمان ، وأن يحافظ على نشاطه بمداومة الحركة المفيدة - كالمداومة على الصلاة في المساجد - وممارسة الرياضة ، وإحداث التوازن المنشود بين أوقات العمل والراحة ، بحيث لا يركن إلى الكسل والاسترخاء أغلب الوقت ،

(٢٣) ذكره الألباني ، سلسلة الأحاديث الصحيحة ، ج ٥ (برقم ٢٣٠٣) .

(٢٤) صحيح مسلم ، ج ٨ ، ص ٦ - صحيح البخاري ، الأدب المفرد ، ص ٣١ ، والفظ لمسلم .

(٢٥) وجيه زين العابدين ؛ صحة الشيخ (بغداد ، إيداع المكتبة الوطنية ، ١٩٨٦) ص ٨٣ .

(٢٦) رواه الحاكم في المستدرک ، وصححه الألباني .

ولا يهلك جسده في عمل متواصل وإجهاد دائم ، وأن يتحرى التغذية الجيدة التي تمد جسمه بما يحتاج دون إفراط أو نقصان ((^(٢٧)).

ولما كان كبار السن معرضين لبعض الأمراض التي تتطلب زيارة الأطباء وأخذ العلاجات فقد حث (ﷺ) على التداوي من كل مرض . وفي ذلك يقول (ﷺ) [ما أنزل الله داء ، إلا أنزل له شفاء]^(٢٨). وقال (ﷺ) [إن الله لم ينزل داء إلى أنزل معه دواء جهله من جهله وعلمه من علمه]^(٢٩). وذلك يشير إلى أن الطب من حيث الأصل مشروع ، والتداوي مطلوب شرعا للجميع .

المحور الثاني/ الأمراض التي تصيب كبار السن وعلاجها :

على الرغم من محدودية ما جاء في كتب الطب العربية عن أمراض الشيوخ ومعالجتها ، إلا أنهم كانوا روادا في ذلك ، وجاء تناولهم الموضوع تناولاً فيه الكثير من الموضوعية والصواب ، وفي معالجتهم الشيوخ كانوا دقيقين وأولوهم عناية خاصة باعتبارهم ضعاف الأبدان سريعى الإصابة بالأمراض كأبدان الأطفال . يقول "ابن هبل" ((وأما الشيوخ فيدبروا تدبيراً رقيقاً كتدبير الأطفال لأن مزاجهم بارد في غاية الببوسة))^(٣٠).

(٢٧) منظمة الصحة العالمية ؛ مصدر سبق ذكره (١٩٩٩) ص ٢٥ .

(٢٨) صحيح البخاري ، كتاب الطب (برقم ٥٣٥٤) - مستدرک الحاكم (برقم ٧٤٣٣) .

(٢٩) صحيح ابن حبان ، كتاب الطب (برقم ٦٠٦٢) .

(٣٠) ابن هبل ، مهذب الدين على بن أحمد ؛ المختارات في الطب ، ج ١ (الهند ، مطبعة حيدر آباد : ١٣٦٣ هـ) ص ١٩٨ .

ويمكن إجمال ما جاء لدى الأطباء العرب والمسلمين عن أهم الأمراض التي يصابون بها وطرق معالجتها كما يأتي :-

١/ مرض الساد (الماء الأبيض النازل في العين) :-

لقد كانت العملية السائدة عند البابليين والمصريين هي دفع العدسة المعتمدة إلى داخل العين بواسطة إدخال إبرة حادة في العين وعند وصولها إلى العدسة تدفع الأخيرة بلطف إلى الأسفل لتستقر داخل كرة العين بعيدة عن منطقة البؤبؤ ، واستمرت هذه الطريقة في الحضارة اليونانية واستعملها "أبقراط" و"جالينوس" (وهناك من يقول بأن أنطليموس البيزنطي كان أول من مارس هذه العملية) . ثم اقتبس العرب عنهم هذه العملية وطوروها وحوروا بها .

فقد ذكر "الرازي" أنه من الممكن استخراج الماء الأبيض من العين بعد قص قسم من قزحية العين . وعملية قص القزحية لتوسيع البؤبؤ هي الخطوة الأولى في العمليات الحديثة لهذا المرض التي تعرف (Iridectomy) . وجاء بعده "عمار بن علي الموصلي" (ت ٤٠٠ هـ = ١٠١٠ م) وذهب إلى أبعد من ذلك بكثير بأن استعمل أنبوبا زجاجيا دقيقا ليدخله في مقدمة العين ويفتت العدسة المعتمدة ثم يمتص هذه العدسة المتفتتة وكانت هذه العملية هي أول عملية حديثة للساد . ظلت هذه العملية سائدة في الشرق ولم تنتشر في الغرب في القرون الوسطى . حتى انتقلت بواسطة العرب إلى أوروبا فمارسها (برسيغال بوث بإنجلترا سنة ١٧٨٠ م) . وفي عام (١٩٧٠) نشر "جارلس كليمان" من الولايات المتحدة مقالة في مجلة الجمعية الطبية العينية البريطانية ، ذكر فيها بأنه قام بإجراء ما يزيد

على (١٥٠) عملية بواسطة إدخال إبرة مجوفة داخل العين تتحرك بذبذبة عالية لتعمل على تفكيك العدسة واستحلابها ومن ثم سحبها بواسطة جهاز خاص متصل بجوف الإبرة . وكانت نسبة نجاح هذه العملية أكثر من (٩٨ ٪) وإذا رجعنا إلى محاولة "عمار بن علي الموصلي" رأينا الشبه بينهما وبين ما توصل إليه الطب الحديث كبيرا ، وعلى القاعدة نفسها ولكن بآلات حديثة جدا . فالفكرة القديمة هي لب العملية والتقنية هي عائدة العصر لإعادة أجمل وأروع ما في الإنسان عينه^(٣١).

٢/ الإصابة بالإمساك :-

الإمساك بالنسبة للشيخ أمر غير مريح ومقلق لذا يحرص الشيوخ دائما على تحاشي حدوثه ، وقد دأب الأطباء قديما وحديثا على إرشاد المسنين إلى الأغذية التي تحول بينهم وبين الإمساك كما ذكرنا سابقا . نذكر فيما يأتي بعضا من أقوال أطبائنا القدامى ، يقول "ابن هبل" ((وتلين طبائعهم فإن الطبع يحتبس عندهم بسبب قلة المراد في أبدانهم وفرط لزوجات رطوباتهم وتلين طبائعهم بمثل الترنجبين أو بمثل جوارش التمر ... والحقنة المليئة صالحة لهم خاصة بالزيت. ومنهم من يلين بطنه فيجب أن يعدل ببعض ربوب الفاكهة القابضة ولا أجود من رب السوس ، وقد يعرض لهم إدرار البول وينتفعون بهذا الرب وبحب ألأس نفسه مع التين))^(٣٢).

(٣١) عبد المنعم عبد الحميد ؛ الساد (الماء الأبيض) بين القديم والحديث (الموصل ،

مجلة جامعة الموصل ، عدد ١٥ ، ١٩٧٢) ص ٦٧ .

(٣٢) ابن هبل ؛ مصدر سبق ذكره (ج ١) (١٣٦٣ هـ) ص ١٩٨ - ١٩٩ .

ويذهب "البليخي" بنفس المنحى فيقول ((وأما الشيوخ : فمدادانهم بالإسهال فأمر نافع واجب ، وذلك أن الفضول النيئة الفجة تكثر في أبدانهم لقلة الهضم . ونقصان الحرارة الغريزية فيهم ، فيحتاج إلى إخراجها منهم بالأدوية المسهلة . إلا أن التدبير في استفراغهم يجب أن يكون مبنيا على أن يتعهد أبدانهم للاستفراغ في الأوقات المتقاربة ، وإن لا يسقوا مع ذلك الأدوية القوية)) (٣٣) .

٣/ حصة الكلى والمجاري البولية :-

موضوع الحصة من المواضيع التي نالت اهتماما خاصا من الأطباء العرب والمسلمين ، إذ لا يخلو كتاب من كتبهم المعتمدة من ذكره ، وقد تناولوه من جوانب مختلفة .

ولقد أصاب "الرازي" و"ابن الجزار" عندما أكدا أن الحصة تتكون من نواة يتراكم حولها ما في البول من أملاح وغيره إذ يقول "الرازي" (٣٤) ((ويتقدم تولد الحصى في الكلى رسوب في البول)) ويقول أيضا ((إذا اتسع المجرى الذي يحمل مائبة الدم إلى الكلى دخل فيه شيء غليظ ، فإذا انفلق في بطون الكلى وانطبخ بالحرارة ، فإذا جمد مرة أمكن أن يتعلق به أبدا ما يجيء حتى تعظم الحصة)) . ويقول في أسباب تولد الكهول ((الحصى يكون في الكلى في الكهول أكثر وذلك لأن الأفعال الطبيعية فيهم ليست في غاية

(٣٣) البليخي ؛ مصدر سبق ذكره (٢٠٠٥) ص ٤٩١ .

(٣٤) الرازي ، أبو بكر محمد بن زكريا ؛ الحاوي في الطب ، ج ١٠ ، ط ١ (الهند ، دائرة المعارف العثمانية بحيدر آباد ، ١٩٦٢) ص ٩٥ ، ١٢٥ .

الرقّة والإنطباخ ، ولكن فيها غلظ ماء . ولذلك يتحجر منها شيء في بطون
أنّخل في بعض الأحوال ... فإذا جمد مرة أمكن أن يتعلّق به أبدا ما يجيء
حتى تعظم الحصاة)) ويقول ((وتولدها في الكهول لان الحرارة
الغريزية فيهم من ناحية الكلى ليست بالغة القوة فيمكن أن يغلظ فيهم هناك
ما يجيء)) .

ويقول "ابن الجزار" ((وتولد الحصى مرض خاص بالصبيان في
الدرجة الثانية (من أعمارهم) فتجتمع في بدنه أخلاط كثيرة فينحدر
من أعلاها شيء في البول إلى المثانة فتصبح مادة تولد الحصى في
المثانة))^(٣٥) .

و"لابن سينا" ملاحظة مهمة حول تكون الحصى في البلاد الباردة إذ
يقول ((وإعلم أن حصاة المثانة تكثر في البلاد الشمالية وخصوصا في
الصبيان))^(٣٦) .

ويقول "الرازي" في كتاب التقسيم والتشجير ((فإن دليل حصاة
الكلى ، وجع في القطن والخواصر والحالبين مع ثقل وتمدد حتى كأن بها
معلق))^(٣٧) .

(٣٥) ابن الجزار ، أبي جعفر أحمد ابن إبراهيم ؛ سياسة الصبيان وتدريبهم ، تحقيق
محمد حبيب النويلة (تونس ، مطبعة المنار ، ١٩٦٨) ص ١٣٠ .

(٣٦) ابن سينا ، مصدر سبق ذكره (ج ٢) ص ٥٠٩ .

(٣٧) الرازي ، أبو بكر محمد بن زكريا ؛ التقسيم والتشجير ، تحقيق صبحي محمود
حمامي (حلب . معهد إحياء التراث العلمي العربي ، ١٩٩٢) ص : ٣٤ .

وتأكيد "الرازي" بأن المريض إذا ما أحس الرغبة في التبول فإن المثانة تتمدّد ويكون الحصر ملاحظة جيدة ومقبولة . وبأن الدم الغزير في البول الذي يحدث بغتة وبلا وجع أو سبب ظاهر هو في أغلب الأحيان نتيجة سرطانات الكلية أو المجاري ملاحظة صحيحة^(٣٨).

ويقول "الزهرائي"^(٣٩) علامة الحصة إذا كانت في الكلى ((الوجع الشديد في الخاصرة وجع ثابت غير متقل ، وتعتقل طبيعة العليل مع إحساسه بالحاجة إلى التبرز حيناً يعد حين فإذا استحك الوجع عرض القيء والغشي ، وتتخدر اليدين والرجلان ، وأخص علامات الحصة ما يظهر في البول من الرمل)) ويضيف في صعوبة شفاء الشيوخ منها بقوله ((إن الحصة المتولدة في المثانة أكثر ما تعرض للصبيان ومن علاماتها أن البول يخرج من المثانة شبيهاً بالماء في رفته ، ويظهر فيه الرمل ويحك ذكره ... ويسهل براء الصبيان منها إلى أن يبلغوا أربع عشرة سنة ، ويعسر في الشيوخ)) .

وللتخلص من الحصة سلك الأطباء العرب والمسلمون طرقاً مختلفة هي الآتي:-

(٣٨) محمد كامل حسين وعبد الحليم العقبي ؛ طب الرازي - دراسة تحليلية (القاهرة ، شروق القاهرة ، ١٩٧٧) ص ٩٦ .

(٣٩) الزهرائي ؛ أبو القاسم خلف بن العباس ؛ التصريف لمن عجز عن التأليف ، المقالة الثلاثون (لندن ، معهد وليكم لتاريخ الطب ، ١٩٧٣) ص ٤١ .

يقول "الرازي"^(٤٠) ((وعلاج الحصى في الكلى ، إما في وقت هيجان الوجع ، فأن يدخل في الأبرزن (حوض ماء ساخن) ويمرّخ الصلب ، ويركب دابة قطوفا (التي تبطئ في السير) ، أو يحجل على رجل أو ينزل من درج إلى درج ، حتى تخرج منه الحصاة في البول . فإن كفى وإلا فأسقه الأدوية المفتتة للحصاة في الكلى ، ثم ترجع إلى التدبير ، وتضمّد قطنه وخاصرته)) ثم يذكر الأدوية المفتتة للحصاة والمستعملة في التضميد .

وابتكر "الزهراوي"^(٤١) طريقة في تفتيت حصاة مجرى البول لم يسبقه إليها أحد ، يقول ((إن كانت الحصاة صغيرة وصارت في مجرى القضيب ونشبت فيه وامتنع على البول الخروج فعالجها بما أنا واصفه ... فكثيرا ما استغنيت بهذا العلاج عن الشق فقد جربت ذلك وهو أن تأخذ مشعبا (مثقبا) من حديد الفولاذ مثلث الطرف حادا في عود ، ثم تأخذ خيط وتربط القضيب تحت الحصاة لئلا ترجع إلى المثانة ، ثم تدخل حديد المشعب في الإحليل برفق حتى يصل المشعب إلى نفس الحصاة وتدوير المشعب بيدك في نفس الحصاة قليلا قليلا وأنت تروم ثقبها حتى تنفذ من الجهة الأخرى فإن البول ينطلق من ساعته ، ثم تزم يدك على ما بقي من الحصاة من خارج القضيب فتتفتت وتخرج مع البول ويبرأ العليل)) . وهذا وصف آخر لتفتيت حصاة مجرى البول لم يسبقه إليه أحد أيضا ((فإن لم يتهيا لك هذا العلاج فاربط خيطا تحت الحصاة وخيطا آخر فوق الحصاة ثم تشق على الحصاة في نفسه القضيب بين الرباطين ثم تخرجها تحل الرباط ... وإنما وجب ربط

(٤٠) الرازي ؛ مصدر سبق ذكره (١٩٩٢) ص ٢٤١ - ٢٤٢ .

(٤١) الزهراوي ؛ مصدر سبق ذكره (١٩٧٣) ص ٤٢١ - ٤٢٣ .

الخييط تحت الحصة لئلا ترجع إلى المثانة والربط الآخر من فوق لكيما إذا حل الخييط بعد خروج الحصة يرجع الجاد إلى مكانه فيغطي الجرح ((. ولم نعثر على ما يشير إلى إجراءات العمليات الجراحية لاستخراج حصة الكلى مباشرة منها ، وكل ما جاء عندهم كانت محاولات لإنزال حصة الكلى إلى المثانة ومن ثم إجراء العمليات الجراحية لاستخراجها من المثانة .

٤/ أمراض المفاصل :-

هناك أمراض كثيرة تتناب مفاصل كبار السن وهي متنوعة منها الخفيف لبضعة أيام ، ومنها الشديد الذي يدوم لأيام أو أسابيع أو أشهر ، ومنها ما تلازم مفاصل الجسم حتى نهاية العمر . وفي الحقيقة أن وجع المفاصل بأنواعه لا يستثني عمرا فالكل يصابون به من ستة أشهر إلى أرذل العمر ، ومما يلفت النظر تناول أغلب الأطباء العرب مختلف أنواع الأمراض التي تصيب مفاصل كبار السن ، وهذا ما دفعهم أن يهتموا بها اهتماما كبيرا استنادا إلى ما نقلوه عن سابقيهم أو ما أضافوه من تجاربهم وخبراتهم حول تلك الأمراض وكيفية معالجتها بوسائل معروفة في زمانهم . وجاءت بعض آرائهم مطابقة مع ما هو معروف في الطب الحديث ، نذكر فيما يأتي نماذج مما قالوه :-

أ/ أوجاع المفاصل :- إن أول من كتب بهذا الموضوع من الأطباء المسلمين هو "أبو الحسن علي بن الطبري" في كتابه (فردوس الحكمة) ، وهو يفرق بين آلام الورك وآلم الظهر ، ومن ثم بين النقرس من جهة وبقية أمراض المفاصل . وكان استدلاله بحالات المريض وتاريخ وتطور مرضه استدلالا يكاد يكون مشابها لما هو معمول به في الوقت الحاضر فيقول ((انه

ينحدر إلى الوركين من عظم المتن عصب قوي ثم يمر بأطراف الأصابع ،
وتجري إليهما فضول من اندم والبلغم والرياح فيهيح من ذلك وجع الوركين
والمفاصل والنقرس ، ويستدل على جنس المرض من حالات المرض في
سنه وطباعه وعاداته وغذائه ، ومن علامات الحر والبرد))^(٤٢).

ويقول "ابن ما سويه" ((تكون أوجاع المفاصل إما من دم حاد
أو بلغم ، فإبدا في علاج الدموي بالفصد أولا ثم بالإسهال بما أشبه ذلك ،
ثم بعد ذلك اسقي ماء البقول وما يطفئ حدة الدم))^(٤٣).

ويقول "الرازي"^(٤٤) ((وجع النقرس والمفاصل وعرق النسا من جنس
واحد ، وذلك أن الوجع إن كان في المفاصل سمي وجع المفاصل هو
بعينه ، وإذا كان في الورك سمي عرق النسا ، وإذا كان في القدمين سمي
نقرسا)) ثم يقول ((قد رأيت الذين بهم وجع المفاصل يهيح عليهم إذا تعبوا ،
وإنما يكون ذلك لأنه ينصب إليها شيء خاصاً إذا كان الجسم ممتلئاً ، لأن
المفاصل تتعب كثيرا في الحركة ، ولا شيء انفع لهم من الحركة . ولكن
ينبغي أن يتدرجوا إليه قليلا قليلا ، ولا يحمل احد منهم نفسه على ما لم يعتاد
منه ضربةً ، لكن يعتادوا قليلا قليلا ، فانه إذا تدرج فيها احتمل الشديد وذهب
أصل الوجع البتة)) وينقل عن "رؤف" فيقول ((وينفعهم الحمام اليابس
والدفن بالرممل ووصف الحمام اليابس ومدحه ، قال : فليحذروا الأغذية

(٤٢) الطبري ، أبو الحسن علي بن سهل رين ؛ فردوس الحكمة (برلين ، مطبعة آفتاب
، ١٩٢٨) ص ٣١٧ .

(٤٣) الرازي ؛ مصدر سبق ذكره (ج ١١) (١٩٦٢) ص ١٥٢ .

(٤٤) الرازي ؛ مصدر سبق ذكره (ج ١١) (١٩٦٢) ص ٩٨ ، ١١٢ ، ١٦٣ ، ١٨٢ .

الرطوبة السريعة الفساد ، وقال : واللحوم كلها تضرهم لأنها رطبة كثيرة الغذاء فليقل منه ، ويؤكل أيسرها)) . ويقول "الرازي" أيضا ((إنما يكثر وجع المفاصل لمن لا يستعمل الرياضة ، ولا يستمرء الغذاء ويكثر السكر وشرب النبيذ على الريق والإفراط في الجماع والحمام)) ويقول ((علل المفاصل والنقرس تزيد في الربيع . وربما هاج في الخريف . والذي يجتمع فيه في الصيف في وقت الفواكه خلط رديء ، وأكثر ما يهيج في الربيع فيمن كان تدبيره في الشتاء كثيرا رديا)) ويضيف ((النقرس والنسا ووجع المفاصل ونحوها من العلل إذا كانت من رطوبات غليظة في المشايخ لا يبرأ ، لأن هذه يعسر نضجها في الشباب فضلا عن الشيخوخة)) ويؤكد ذلك بقوله ((رأيت مشايخ وشبابا بهم أوجاع المفاصل الحارة الغلغومية جلهم تهيج عليه العلة والثبور متى تعبوا ومشوا)) .

ووصف "ابن سينا" حالات سوفان المفاصل الذي يصيب كبار السن ، ويعطي وصفا جيدا لحالات الرثية المفصلية (الروماتيزم) وما يرافقها من اعوجاج مفاصل أصابع القدمين واليدين ، ولم يفرق بين حالات الرثية التي تبدأ في القدمين فقد اعتقد أنها النقرس، كما أشار بشكل علمي على أهمية عامل الوراثة في إصابات النقرس وأمراض المفاصل فقال ((وكثيرا ما تتحجر المواد في المفاصل وتصير (كالجص) ... وكثيرا ما ينبت اللحم في مفاصلهم وخصوصا بين الأصابع فتتلقى الأصابع وتتققع ويشتد الوجع حيناً وسكن حيناً ... وأكثر ما تعرض له أوجاع المفاصل يعرض له أولا النقرس .

وأوجاع المفاصل من جملة الأمراض التي تورث ، لان المني يكون على مزاج الوالد))^(٤٥).

ويعلل "ابن زهر" كيفية تكون أوجاع المفاصل فيقول ((ويحدث في البدن أوجاع تكثر في الأكثر نحو المفاصل ، وإنما ذلك لأخلط غليظة لزجة تنصب إلى المفاصل بالحركات ، وربما جففتها الحركة فيتحجر من تلك الأخلط شيء ، وما كان قد تحجر هنالك فبعسر ما يكون له براء))^(٤٦).

وأما في علاج المفاصل يقول "الرازي"^(٤٧) ((يستعمل في أوجاع المفاصل الأدوية التي تلطف غاية التلطيف والتي تدر البول غاية الإدرار (كبزر السذاب والزراوند المدحرج والتقطريون الدقيق والجعدة والبطراساليون ...) فهذه تفرغ البدن دائما بالعرق والبول والتحليل الخفي وتفني الفضول)) ويقول أيضا ((رأيت رجلا به وجع المفاصل يستريح راحة عظيمة متى غمرت مفاصله غمزا رفيقا بأيدي حارة لينه ، لان علته كانت عن انصباب أخلط كثيرة إلى مفاصله بعضها دموية وبعضها مرارية وبلغمية ، وبالجملّة نية غير نضيجه)) . ثم يقول ((الماء البارد يسكن أوجاع المفاصل والنقرس من غير قرحة إذا صب عليه منه شيء كثير بارد لأنه يخدر قليلا والخدر البين يسكن الوجع))

(٤٥) ابن سينا ؛ مصدر سبق ذكره (ج ٢) ص ٦١٤ .

(٤٦) بن زهر ، أبي مروان عبد الملك ؛ التيسير في المداواة والتدبير ، ج ٢ (دمشق ، دار الفكر ، ١٩٨٣) ص ٣٧٢ .

(٤٧) الرازي ؛ مصدر سبق ذكره (ج ١١) (١٩٦٢) ص ١٠٨ .

ب/ مرض النقرس :- يفرق "الرازي" بين النقرس وأمراض المفاصل ، فذكر أولاً وصف لمرض النقرس فقال ((يعرض للمنقرسين الورم أو وجع القدم فيبدأ الوجع من أبهام الرجل ، ومنهم من يبدأ به من العقب أو من أسفل القدم ، والورم الكائن في القدم ربما تغير لونه عن لون البدن ، وربما كان بلونه . وربما كان الوجع مع حرقة ، وربما كان بلا حرارة البتة ، وربما كان مع برودة شديدة ، وقد يكون في القدمين جميعاً ، وربما بلغت شدة الوجع إلى الساقين والركبة))^(٤٨). وكان مصيباً في وصفه لكثير من حالات النقرس ، وقد فرقه عن ألم المفاصل الأخرى فيما سبق .

ونجد عند "ابن الجزار" "ابن النفيس" وصفاً فيه الكثير من الصحة والدقة في وصف النقرس إذ يقول "ابن الجزار" ((أن هذا الداء المسمى بالنقرس وجع مخصوص بالقدمين شديد مؤذٍ يصحبه امتداد في العصب وضربان دائم . وإنما يتولد من قبل تحلل كيموس رديء إلى القدمين . فان كان ذلك الكيموس حاراً تولد عن ذلك شدة الوجع ، ودمومة الضربان ، وحرقة واشتعال في القدمين ، وان كان ذلك الكيموس بارداً غليظاً، تولد عن ذلك ثقل شديد، وتمدد في القدمين، وانتفاخ بلا وجع ولا ضربان))^(٤٩).

ويقول "ابن النفيس" ((فان كان في مفاصل القدمين مثل مفصل الكعب والأصابع فيقال له النقرس ، وإنما تشتد هذه الأوجاع خاصة وجع

(٤٨) الرازي ؛ نفس المصدر السابق (ج ١١) (١٩٦٢) ص ١١٧ .

(٤٩) ابن الجزار ، أبي جعفر احمد بن إبراهيم ؛ زاد المسافر ، المقالة السادسة في الأدوية التي تعرض في آلات التناسل ، تحقيق جمعة شيخة والراضي الجازي، (تونس ، المغاربية للطباعة والنشر ، ١٩٩٩) ص ٦٩ .

النقرس لضيق المفاصل بالنسبة إلى أوعية البدن فإن المفاصل جعلت آلةً للانتشاء والانبساط ولم يكن أن يأتي منها ذلك أو كانت وصمته أو ضيقة قصيرة الرباطات))^(٥٠).

ويؤكد "الزهرابي" ما ذكره الآخرون في النقرس ((إذا كانت أوجاع المفاصل عن رطوبات باردة تنصب إلى أي عضو كان من الجسم ، فإذا حدثت الأوجاع في الرجلين عادة الأطباء أن يسموا ذلك (نقرسا) خاصةً ، فإذا عولج النقرس البارد السبب بضروب العلاج الذي ذكرنا في التقسيم ولم تذهب الأوجاع ، فإن الكي يذهب بها وهو أن تكويه بعد الاستفراغ حول مفصل الرجلين كيّاتٍ كثيرةً))^(٥١).

وعن معالجة النقرس يقول "المجّوسي"^(٥٢) ((وأما مداواة النقرس ووجع المفاصل فينبغي أن تنتظر فإن كان حدوث ذلك من مادة دموية ورأيت لون المفصل الالتم إلى الحمرة .. فينبغي أن يبادر بفصل (الباسليق) من الجانب العليل وإن يخرج لصاحبه من الدم بحسب مقدار المادة وبحسب ما تحتمله القوة والسن والزمان ، ويغذى في يوم الفصد (بمرق الفروج أو بماء الرمان المز) ...)) ويذكر أنواعا أخرى من الأدوية والأغذية إلى أن يقول ((وإذا

(٥٠) ابن النفيس ، علاء الدين أبو الحسن ؛ شرح تشريح القانون (www.kotobarabia.com) ص ٢٢ .

(٥١) الزهرابي ؛ مصدر سبق ذكره (١٩٧٣) ص ١٣١ .

(٥٢) المجّوسي ، علي بن العباس ؛ كامل الصناعة الطبية ، ج ٢ (مصر ، المطبعة الكبرى ، ١٢٩٤ هـ) ص ٤٤٥ .

اشتد الوجع وبرح بالعليل فينبغي أن يضع على العضو الأضمة المخدرة من ذلك الداء)) .

ج/ أوجاع الظهر :- تناول الأطباء العرب والمسلمون أوجاع الظهر وعرق النسا وعلاجها بشكل بين ، إذ أنهم لم يفرقوا بينها وذلك لتداخل أعراضها . وعلى سبيل المثال نذكر بعض مما جاء عندهم :- يقول "ثابت بن قرة" ((حدوث هذه العلة في الوركين وموضعها هو ملتقى عظم الظهر والفخذ ، واليهما انتهاء العروق من أعلى البدن ولذلك يكثر انصباب فضول البدن فيقتلانها لضعف طبائعهما ، ويحدث الزجع فيهما عن الحر والبرد ، وعلاج الحار منه مثل علاج النقرس الحار بالأطلية بالأدوية المانعة فإن ذلك يدفع الفضول الحاصلة إلى الفور فيصير انحلاله . ومما قيل انه من المجرب من العلاج لهذا النوع ، أن يرطب المزاج باستعمال الاستحمام بالماء الحار ، والأغذية الرطبة وتمريخ العضو أسبوعيا ثم يفصد عرق النسا بين الخنصر والبنصر بعد فصد (الباسليق) من اليد المحاذية))^(٥٣).

ويعلق "راجي عباس" قائلا ((يذهب هنا "ثابت بن قرة" مذهب الأطباء الإغريق من أن نزول الفضول إلى الأجزاء السفلى من الجسم تسبب آلام الظهر ، وكذلك النقرس في القدم ويصفها إلى الحار البارد ، وربما كان الحار منها إذا ما أصيب الجذر الخاص بالإحساس حيث يكون الألم شديدا أو عندما يكون الألم بسبب التهابات جرثومية ، أما البارد منها وهي عندما يكون هناك آلاما مزمنة بسبب سوفان الفقرات أو جهد الأنسجة الرابطة

(٥٣) ثابت بن قرة ؛ الذخيرة في علم الطب (القاهرة ، المطبعة الأميرية ، ١٩٢٨)

للفقرات أو مفصل العجز أو الورك ، ولا يوجد تبرير علمي نستطيع أن نركل إليه لنعلل فائدة الفصد (لعرق الباسليق) من الجهة الثانية للإصابة لشفاء عرق النسا ، أو حتى فصد العرق بين الخنصر والبنصر))^(٥٤).

وبصنف "ابن النفيس" أسباب وعلامات وعلاج وجع الظهر إلى أربع أنواع هي كالآتي^(٥٥) :-

١/ وجع الظهر يكون إما لبرد مزاج ساذج أو بلغم خام ، فان الظهر لكونه ابرد الأعضاء وأكثرها بسبب النخاع وكثرة العظام والأعصاب والريباطات وقلة اللحم وقلة الحركة والبعد عن القلب لكثرة استيلاء البرد ، وتوليد البلغم الخام في عضلاته وأوتاره وريباطاته ، فيمتد ويتألم .

علامته/ أزمانه وان حدث قليلا قليلا إلى أن يشتد البرد ويكثر البلغم فيصعب الألم ، وان المشي والرياضة يسكتانه في الأكثر للتسخين والتحليل .

علاجه / استعمل فيها بعض الأدوية النباتية ، تؤخذ عن طريق الفم ، وبعضها للتمرخ .

٢/ وإما من التعب لتحريكه خلطا بلغميا ساكنا وتحريكه وتفرغته له في العضلات والأوتار والريباطات والأعصاب بكثرة التحليل أو من كثرة الجماع .

(٥٤) راجي عباس التكريتي ؛ الظهار والفصال في التراث العربي (بغداد ، دار الشؤون

الثقافية العامة ، ١٩٩٠) ص ٤٩

(٥٥) ابن النفيس ، مصدر سبق ذكره ، ص ٣٣٥ .

علاجه/ الراحة والحمام للترطيب والتحليل والتليين والمرخ بدهن
(الخيرى والبنفسج) الممزوجين .

٣/ وإما من ضعف الكلى أو علل فيها ، يوجب ألما في الظهر، أي
عضلاته وأغشيته ، أو يوجب ألما في نفس الكلى .

علامته / أن يكون الوجع في القطن لمكان الكلية .

علاجه / علاج ضعف الكلى وأمراضها .

٤/ وإما من امتلاء العرق الكبير الموضوع على الصلب وتمدده .

علامته/ وجع في جميع الظهر ، من أول ما يتوكد عليه الأجوف من
فقرات الظهر إلى آخر فقرات القطن ، مع ضربان لامتلاء الشريان
النازل المجاور له المنكي على الصلب .

علاجه / فصد (الباسليق) وشرب ماء الرمان ... والدخول في الماء
البارد .

هكذا وصف الحكيم "ابن النفيس" أوجاع الظهر وفسرها تفسيراً علمياً
صائباً إلى حد كبير ، لأن الأسباب تكمن في كثرة العظام والرباطات والنخاع
وقلة اللحم ، ومن ثم فعلا يكثر إزمان ألم الظهر في الكثير من المرضى
ووجع الظهر قد يكون مرافقاً للحميات والجهد والتعب وأمراض الكلى ،
وامتلاء الشريان الأبهر ، وهو يشير إليها ويفسر أسبابها ومن ثم يصف
العلاج لكل منها^(٥٦) .

(٥٦) راجي عباس التكريتي ؛ مصدر سبق ذكره (١٩٩٠) ص ٩٠ .

د/ انزلاق الفقرات :- تطلق كلمة انزلاق الفقرات عندما يكون هناك تحرك واضح للفقرات بعضها فوق بعض ولاسيما إلى الأمام ونادرا إلى الخلف ، واكبر نسبة من هذا الانزلاق يحدث عند الفقرة القلنبية الخامسة ويأتيها عند الفقرة القطنية الرابعة ، وأحيانا عند الفقرة القطنية الثالثة^(٥٧).

وقد أجاد الأطباء العرب والمسلمون الحديث عن ذلك ، فعلى سبيل المثال نذكر ما جاء عند "ابن جميع"^(٥٨) حول أنواع انزلاق الفقار وعلاجه ، فجعله في ثلاثة أقسام وكما يأتي :-

القسم الأول : الخلع في الفقار والفك التام

القسم الثاني : الزوال الكبير الذي يقارب الخلع

القسم الثالث : الزوال الذي لا يبلغ الحدين السابقين

ويصف "ابن جميع" حالة المريض في القسم الأول والثاني قائلا ((والخلع التام وما يقاربه من الزوال يضغط الذخاع لا محالة ضغطا شديدا وربما ورمه ، وربما هتكه ، وإذا انهتك الذخاع بطل من جميع الأعضاء التي يأتي عصبها من موضع الهتك ، أو مما دونه حسها وحركتها. وإذا تورمة تشنجت ، ولذلك صار الفك التام وما يقاربه من الزوال إذا عرض في الفقرات العليا من العنق قتل صاحبه ، لانه يعدم التنفس على المكان من أجل أن

(٥٧) راجي عباس التكريتي ؛ مصدر سبق ذكره (ب،س) ص ٨١ .

(٥٨) مريزن سعيد مريزن عسيري ؛ الاستبصار في زوال الفقار لهبة الله بن الحسن بن

جميع المصري ، دراسة تحليلية مقارنة ، ج١٧، عدد ٢٩ (السعودية ، جامعة

أم القرى لعلوم الشريعة واللغة العربية وآدابها ، ١٤٢٥ هـ) ص ٣٩٥-٣٩٩

مخارج العصب المحرك لآلات التنفس من تلك الفقرات . وأما علاج حالة المريض في هذين القسمين ، فهي مستحيلة)) .

وأما القسم الثالث من أقسام انزلاق الفقرات ، فهو ما لم يصل إلى الفك التام أو الزوال الكبير المقارب للخلع ، وهذا القسم جعله نوعين :-

الأول : زوال بسيط ويعني بذلك أن يكون الزائل من الفقرات واحدة أو أكثر ، إلى أن زوالها جميعا إلى جهة واحدة .

الثاني : زوال مركب وفي هذا يكون الزائل مجموعة من الفقرات بعضها ، إلى جهة والبعض الآخر إلى الجهة الأخرى .

وفي علاج ذلك أعطى أهمية كبيرة لضرورة معالجة العضو المصاب بالضمادات والمسوحات والمروخات ، وحدد أدوية معينة لمثل هذه الطرق العلاجية . كما وأكد على أهمية الرياضة ودورها الكبير في استعادة العضو المصاب لطبيعته . والغذاء واحد من أهم الأسباب التي أعطى لها أهمية كبيرة في معالجة هذه الحالة المرضية . وعن حدة الكبار التي يسببها الورم الجاسي فيقول ((إن حالتهم إذا أزمنة واستحكمت واستقرت الحدة زمنا على حالها ، فإنه يصعب معالجتها وعودتها إلى حالتها الطبيعية ، حتى لو زالت العلة المسببة لزوال الفقرات))

هـ/ داء عرق النسا :- نبدأ بذكر ما ذكره "ابن ما سويه" إذ يقول ((يهيج عرق النسا من الجلوس على الأشياء الصلبة ، ولا يكاد يعرض للغلمان ، ويعرض للشباب والكهول . ومتى أزمنة هذه العلة ، عرج صاحبها ، وهي في الجانب الأيسر أشد))^(٥٩).

(٥٩) الرازي ؛ مصدر سبق ذكره (ج ١١) (١٩٦٢) ص ١٨٤ .

ويعطل "ابن الجزار" كيفية حدوث عرق النسا فيقول ((إن هذا الداء المسمى عرق النسا يتولد من تحلب الكيموسات في العصب الغليظ المجاري . . وهو بين عضل الفخذ . وأكثر ما يتولد من الكيموس البلغمي اللزج إذا رسب وتغفن في حق الورك . . فيعرض من ذلك وجع في الورك... وأكثر ما يعرض ذلك في الكهول والمشايخ))^(٦٠).

ويقول "الرازي"^(٦١) عن علامات وجع عرق النسا ((يعرض لصاحبه وجع في الورك وثقل وإبطاء في الحركة ومجسته ضعيفة صغيرة كثيفة جدا وربما عرضت له الحمى فلا يَقدر أن ينقلب على جانبه ، وربما بلغ الوجع من الورك إلى الركبة وربما بلغ إلى الكعب ، وربما لم ينزل من حد الإربية ، وإذا طال هذا السقم هزل هذا العضو هزالا شديدا بوجع وألم شديد وينطلق البطن ويجد إذا غمز راحة كثيرة ، ويشد عليه المشي في أول علته فإذا أزمنة قل توجعه له ، ومنهم من يمشي على أطراف أصابعه ويمد صلبه ، ولا يقدر أن يركب ، ومنهم من يركب ويمشي متكئا لا يقدر أن يسوي قامته)) . ويقول عن عرق النسا ((يكون من كثرة الدم ، وإذا كان كذلك فعلاجه سهل ، فصل العرق الذي تحت مثني الركبة أو العرق الذي بجانب الكعب ، وأعظم الأشياء ضررا ترك الفصد ووضع الأدوية الحارة على الورك والجسم ممتلى مما يزيد بالانجذاب إليه وينعقد فيه شيء كثير ، فأبدا أولا بالفصد والاستفراغ بالإسهال مرات ثم ضع الأدوية الحارة)) . ويقول في علاجه ((عالج عرق النسا بنبات (الشيطرج) قال خذه وهو ناظر في

(٦٠) ابن الجزار ؛ مصدر سبق ذكره (١٩٩٩) ص ٦١ .

(٦١) الرازي ؛ نفس المصدر السابق (ج ١) (١٩٦٢) ص ١٠٠ ، ١٠٣ .

الصيف لأنه في الشتاء أضعف وأنعم دقة فإنه عسر الدق واسحقه نعماً مع شيء من شحم ثم ضعه على حق الورك والرجل كلها واربطه ودعه أربع ساعات إلى ست ، ثم ادخله الحمام فإذا ندى بدنه ادخله (الأبرزن) ثم خذ عنه الضماد ، وضع على الموضع صوفاً تغطيه به . ولا يحتاج إلى شيء آخر فإنه يكفيه البتة ، فإن بقي شيء فعاوده مرة أخرى فقط ، وفي الأكثر لا يبقى شيء البتة ولا تعده إلى بعد عشرة أيام ، ثم أرحه في الوسط))

ونحن مع قول "راجي عباس" إذ يعلق على ما ذكره "الرازي" ((في وصفه لإعراض وعلامات عرق النساء فيه الكثير من الوصف الدقيق ، إلا أنه لا يوجد تفسير عن العلاقة بين عرق النساء وامتلاء الأوعية بالدم ، وكذا لا يوجد فائدة أو تفسير علمي بين الفصد أو الاستفراغ بالإسهال أو القيء وشفاء الآلام الناتجة من عرق النساء . أما قوله في العلاج فإنه يبدو من الناحية العلمية الحديثة أكثر منطقية ، حيث هذه التركيبة في الطلاء على الورك والساق وإعادتها مرة أخرى بعد عشرة أيام والراحة بين العلاجين قد يساعد في تخفيف الألم ومن ثم ربما بالراحة تحرير العصب من الضغط الذي يتعرض له))^(٦٢).

ويذهب "المجوسي" إلى مذهب الأطباء العرب الذين سبقوه من حيث تأثرهم بالمدرسة الإغريقية لسبب أعراض عرق النساء وعلاجها فيقول^(٦٣) ((أما العلل التي تعرض في الوركين والرجلين فهي عرق النساء ، ووجع المفاصل والنقرس ، فأما عرق النساء فهو نوع من أنواع المفاصل وذلك أن هذه العلة

(٦٢) راجي عباس التكريتي ؛ مصدر سبق ذكره (١٩٩٠) ص ٥٨ ، ٦٠ .

(٦٣) المجوسي ، مصدر سبق ذكره (ج ١) (١٢٩٤هـ) ص ٢٩١ .

تحدث في مفصل الفخذ ويفرق بينها وبين وجع المفاصل ، لان الوجع في هذه العلة يكون في ظاهر عظم الفخذ وينتهي إلى مفصل الركبة ، وربما انتهى إلى الكعب وإلى طرف الرجل من الجانب الوحشي ، وحدوثها يكون إما من خلط دموي غليظ ، وإما من خلط بلغمي محتقن في مفصل الورك ، وربما انخلع الورك في هذه العلة بسبب لزوجة هذا الخلط ، فإذا ضال الزمان على هذه العلة ضمرت الرجل وحدث عنه العرج ، وكذلك إن الرجل لا يصل إليها الغذاء على ما ينبغي فتَهزل ((. ومن بين ما ذكره في العلاج ((ينبغي أن يمسح العضو بدهن السمسم المدقوق في الهاون المستخرج دهنه ويدخل البيت الأوسط من الحمام وينظّل عليه كما قلنا الماء الحار المعتدل الحرارة أسبوعاً ، ثم يعطيه بعض الأدوية المسهلة)) .

وقد ذهب "ابن سينا" إلى المنحى نفسه في وصفه عرق النساء وعلاجه ، ولا نرى ضرورة لذكر أقواله جميعها بل نقطف بعض منها^(٦٤) ((وأما وجع الورك فهو الذي يكون فيه الوجع ثابتاً في الورك لا ينزل إلا إذا انتقل إلى عرق النساء ، وكثيراً ما يعرض عن ضعف يلحق في الورك بسبب الجلوس على الصلابات ، وبسبب ضربة تلحقه ، وبسبب إدمان الركوب)) ويقول ((وعرق النساء من أشد أوجاع المفاصل والكي يؤمن منه)) . وفي العلاج استعمل أنواعاً من المروخات وتراكيب أدوية مختلفة لتسكين الوجع منها تؤخذ عن طريق الفم ومنها تستعمل موضعياً ، وأدخل في بعضها علاجات مخدرة (كالأفيون والبنج والشوكران) .

(٦٤) ابن سينا ؛ مصدر سبق ذكره (ج ٢) ص ٦١٥ ، ٦٢١ .

٥/ مرض داء السكري:-

لم يعرف الأطباء العرب والمسلمون حقيقة مرض السكر وسببه وقد اكتفوا بإعطاء أعراضه وبنوا أفكارهم على نظرية الأخلاط والطبائع التي أخذوها عن (اليونانيين) ، نستعرض فيما يأتي بعض الآراء مثالا لما كان سائدا لديهم ونبدأ بذكر قول "الرازي" في ذلك إذ يقول ((إذا كان البول مع الشبه بالماء ، خروجه سريعا فإن هذا حينئذ هو المرض المسمى ديابيطس وهذه العلة من العروق بمنزلة سلس المعى ، وذلك أنه كأنه موت القوة المغيرة والماسكة فهذا شر أصناف البول غير النضيج))^(٦٥).

ويقول "ابن سينا" ((ديابيطس هو أن يخرج الماء كما يشرب في زمان قصير ونسبة هذا المرض إلى المشروب وإلى أعضائه نسبة زلق المعدة والأمعاء إلى المطعومات وله أسماء باليونانية غير ديابيطس ، فإنه يقال له أيضا (دياسقومس وقراقيس) ويسمى بالعربية (الدوارة والدولاب وزلق الكلية وزلق المجاز والمعبر) . وصاحبه يعطش فيشرب ولا يروى بل يبول كما يشرب غير قادر على الحبس ألته . وقال بعضهم إن هذا يعرض بغتة لأنه أمر طبيعي غير كائن بالإرادة ... وسبب ديابيطس حال الكلية إما لضعف يعرض لها ، واتساع وانفتاح في فوهات المجرى فلا ينضم ريثما تلبث المائية في الكلية، وقد يكون ذلك من البرد المستولي على البدن أو على الكبد ، وربما فعله شرب ماء بارد وحصر شديد من برد قارس ... وهو مرض رديء ربما أدى إلى الذوبان وإلى الدق بسبب

(٦٥) الرازي ؛ مصدر سبق ذكره (ج ١٩) (١٩٦٢) ص ٥ .

كثرة جذب الرطوبات من البدن ومنعه إياه ما يجب أن يناله من فضل الرطوبة بشرب الماء))^(٦٦).

ويقول "الزهرائي" ((ذَرَبُ البول : يسمى باليونانية (ديابيطس) ومعناه أن الماء الذي يشرب ينفذ بسرعة ويسمى أيضا ذيفاقوش ، ومعناه العطش . وحدوثه من ضعف القوة الماسكة وشدة القوة الدافعة ، وسبب ضعف هذه القوة الماسكة حرارة خارجة عن الاعتدال إما بمادة أو بغير مادة . وعلامته : العطش الدائم ، لا يبتل فم العليل إلا ساعة مباشرة الماء ثم يجف فيه على المقام ولا يرتوي من الماء ، ويطلبه باردا فإذا شربه وجده حارا ، ويبوله على المقام أبيض رقيقا غير متغير كأنه الماء المشروب فإذا تمادى به الحال ذبل البدن))^(٦٧).

ويذكر "عبد اللطيف البغدادي" أسباب كثرة التبول التي هي بإيجاز^(٦٨) ((استرخاء المثانة ، ضعف في هذه العضلة ، قرحة في مجاري البول ، ضعف القوة الماسكة التي في الكلى)) ويتناول الحديث عن مرض البول السكري الذي سماه كسابقيه (ديابيطا) فيقول ((وقد يكون هذا الاسترسال عن سوء مزاج حاد يعرض للكل ... فيجذب الرطوبات من البدن جذبا قويا وأول جذبها إنما يكون من نواحي الكبد ، فإذا أعوزت الكبد رطوبتها جذبت من المعدة ثم المعدة تجذب من المريء والمريء يجذب من

(٦٦) ابن سينا ؛ مصدر سبق ذكره (ج ٢) ص ٥٢٦ - ٥٢٧ .

(٦٧) الزهرائي ؛ مصدر سبق ذكره (ج ١) (١٩٧٣) ص ١٨٦ .

(٦٨) البغدادي ، عبد الطيف ؛ مقالتان في الحواش ، تحقيق بول غلينجي وسعيد عبده

(الكويت ، مطبعة الكويت ، ١٩٧٢) ص ١٢٧ .

الفم فيعرض فيه جفاف ، وهذه الرطوبة إذا كثرت في الكلى ثقلت عليها فدفعتها عنها بسرعة وأقبلت تجتذب شيئاً آخر ... وتكون القوة الماسكة في هذه التي في الكلى قد ضعفت أو بطلت أما القوة الجاذبة فتزيد زيادة الإفراط ، لا يرويه ماء لأنه لا يلبث في محل الحاجة بل يخرج وينفذ كما يرد ولذلك تسمى هذه العلة (ديابيطا) ومعناه عبارة الماء) .

من أجل إعطاء فكرة عن طريقة معالجة هذا المرض من قبل الأطباء العرب والمسلمين نذكر قول "ابن سينا" ((أكثر علاجه التبريد والترطيب بالبقول والفواكه والريوب الباردة مما لا يدر ، مثل الخس والخشخاش ، والسكون في الهواء البارد الرطب ، والجلوس في أبزن بارد .. ليسكن عطشه وتبرد كليته وتشتد عضلية وينفع فيه شم الكافور والنيلوفر ونحوه من الرياحين ، ومما ينفع من هذا التتويم والشغل عن العطش وتدبير العطش))^(٦٩).

ويقول "الزهراوي" ((وعلاجه أن يكون مضجع العليل في المواضع الباردة الهواء المرشوشة بالماء المفروشة بالحشائش الباردة ... وينام على الفرش الباردة ، ويدخل الحمام ثلاث مرات في اليوم ، ويضمد أسفل ظهره (بالبزر قطونا المضروب بالخل والصندل والماورد) ويكثر من النوم ويسقى من أقراص (ديابيطس) بماء الرمان الحامض أو رب السفرجل أو رب الريحان ، ويسقى الجلاب مع الكافور والطين الأرمني ويشرب ماء ورق الكرم المدقوق المعصور مع خل خمر وعصارة البقلة الحمقاء ، ويسقى من نقيع التمر هندي وشراب الكمثرى ، ويجعل طعامه سماقية أو حصرمية ، ويسقى

(٦٩) ابن سينا ؛ مصدر سبق ذكره (ج٢) ص ٥٢٦-٥٢٧ .

ماء الشعير مع دهن اللوز ... ويجتنب الأغذية الحارة وكل ما يدر البول والعرق^(٧٠).

ويقول "عبد اللطيف البغدادي" ((ولما كانت هذه العلة تحدث عن سوء مزاج حاد في الكلى وجب أن تقاوم بما يبرد ويرطب ويغري ويجفف في بعض الأحيان ، فلما كان البدن يعرض له من ذلك هزال وجفوف وجب أن يؤخذ في طريق ما يسمن ويرطب ويخصب ، ولما كانت الرطوبات قد مالت نحو الكلى وجب أن تجذب الرطوبة عنها نحو سطح الجلد على وجوه مختلفة ، بالحمام اليابس والتعريق والدلك^(٧١)).

٦/ كسور العظام :-

لقد تنبه الأطباء العرب والمسلمون إلى حقيقة علمية عرفت حديثا وهي تأخر التهام العظام في كبار السن نتيجة إصابتهم بهشاشة العظام ، وعدم إلتآم عظامهم لذلك . يقول "الرازي"^(٧٢) ((عظام الصبيان يمكن أن تلتحم أما عظام ... الشيوخ فلا. وأما أن يجتمع على الجزأين شيء يلزقهما فذلك يكون ، وسبب ذلك أن العظم يغتذي بغذاء يشاكله فيجمد على طرفي العظمين من قلة غذاء العظم شيآن يلتزقان به)) وفي موضع آخر يقول ((والساعد ينجبر في ثلاثين يوما .. وربما برء في ثمانية وعشرون يوما على قدر اختلاف الأبدان ، فإنه متى كانت القوة قوية ، والذي فيه غلظ

(٧٠) الزهراوي ؛ مصدر سبق ذكره (ج ١) (١٩٧٣) ص ١٨٦ .

(٧١) البغدادي ؛ مصدر سبق ذكره (١٩٧٢) ص ١٢٨ - ١٢٩ .

(٧٢) الرازي ؛ مصدر سبق ذكره (ج١٣) (١٩٦٢) ص ١٢٩ ، ٢٤٤ .

أسرع الجبر ، ويبطئ في الغلمان والمشايخ لرقّة دم الغلمان ، وأنه ينفذ منه كثيرا في غذائهم ، وضعف قوة المشايخ)) .

ويؤكد ذلك "الزهرائي" في الفصل من الباب الثالث من كتاب (التصريف) فيقول ((العظام المكسورة إذا كانت في المسنين فلا يمكنها أن تتصل وتلتحم على طبيعتها الأولى ، وإنما يتصل ما كان من العظام في غاية اللين كعظام الصبيان ، والطبيعة تثبت على العظم المكسور من جميع جهاته شيء يشبه الغراء ، فيه غلظ يلزق به بشدة حتى يلزم بعضه بعضا))^(٧٣).

وفي نهاية تناولنا أمراض الشيخوخة ، لابد من ذكر قاعدة مهمة في الجزء العملي في معالجتهم الأمراض بشكل عام ، إذ يقول "البغدادي" ((ينبغي أن يراعى في العلاج : السن، والعادة، والفصل، والصناعة؛ فلا يسهل بالدواء شيخ كبير ولا طفل صغير ولا من به ذرب البطن ولا صاحب كدٍ وتعب ولا قيم حَمَام ولا ضعيف القوة ولا ضعيف البدن جدا ولا سمين جدا ولا أسود ولا من به قرحة ولا في شدة الحر والبرد ولا من اعتاد الدواء))^(٧٤).

المحور الثالث/ الغذاء (فوائده ومضاره) لكبار السن :

مما لا شك فيه بأن الغذاء الجيد الحاوي على جميع العناصر الأساسية في مختلف مراحل حياة الإنسان يحافظ على أنسجة الجسم من

(٧٣) الخطّابي ، محمد العربي ؛ الطب والأطباء في الأندلس الإسلامية . ج ١

(بيروت ، دار الغرب الإسلامي ، ١٩٨٨) ص ٢٥٥ .

(٧٤) البغدادي ، موفق الدين عبد اللطيف ؛ الطب من الكتاب والسنة ، تحقيق عبد

المعطي أمين قنعجي (بيروت ، دار المعرفة ، ١٩٨٦) ص ٥٤ .

الانحطاط ويضفي على الشخص الكثير من الحيوية والنشاط حتى في سن الشيخوخة . وعلى العكس فإن النقص في أي عنصر أو نوع من الغذاء يمكن أن يؤثر في صحة الإنسان ويعجل بالشيخوخة . وغذاء الشيخ له خصوصيته عن غيره فحاجته للزلايات قليلة لأن عمليات البناء في جسمه تكاد تكون متوقفة لذا عليه التقليل من اللحوم . ومن أجل التعويض عن نقص الكلس الذي يصيب عظامه عليه أن يديم تناول الحليب أو اللبن يوميا ، ويمكنه تناول بيضة واحدة بين يوم وآخر . أما الدهون والحلويات والمعجنات والسكريات فتقليلها قدر المستطاع أمر محتم بالنسبة للشيخ . وعليه الإكثار من الخضراوات والفواكه الحاوية على السليولوز ليحفظ نفسه من الإمساك .

ونستعرض فيما يأتي ما جاء لدى الأطباء العرب والمسلمين عن ذلك وهي في مجموعها لا تخرج عن الإطار الذي يحدده الأطباء وعلماء التغذية اليوم .

على سبيل المثال يقول "الرازي"^(٧٥) في التغذية ((الأبدان يجب أن تتغذى بمقدار الوقت والمزاج فأن الشتاء وسن الصبيان والمزاج الحار والكدر الرياضة توجب أن يكون الغذاء كثيرا وبالضد ... وأما السن فلان الصبيان لكثرة ما يتحلل منهم يحتاجون إلى غذاء كثير ، وكذلك الشباب ، وأما المشايخ فأقل ... وأما المشايخ فيحتاجون أن يغتذوا قليلا قليلا في أزمنة متقاربة)) . ويقول "الرازي" في تغذية المشايخ أيضا ((أحمل الناس

(٧٥) الرازي ، مصدر سبق ذكره (ج ٢٣) (١٩٦٢) ص ٩ ، ص ١٠٩

للمساك عن الخذاء المشايخ ، وبعدهم الكهول ، والفتيان اقل احتمالا له ، والصبيان اقل احتمالا من الفتيان . ومن كان من الصبيان أقوى شهوة فهو اقل احتمالا له ، وإنما يصلح هذا في المشايخ فيمن هو ابتداء الشيخوخة لا في الذين هم في الغاية القصوى ، لأن أولئك يحتاجون إلى الغذاء في كل قليل ، ولا يحتملون الإمساك عنه وقتا طويلا، وأكثرهم يحتاج منه إلى القليل جدا في كل مرة)) .

ويقول "البليخي" ((وينبغي لمن كانت طبيعته قوية صحيحة أن يستوفي أكلته ، فإنه يتهيا له أن يجعلها في اليوم والليلة واحدة ، وأما من ضعفت قوته كالمشايخ والناقهين من العلل ، فإنه ربما عجز لضعف قوته عن استيفاء أكلته ، وينبغي أن يخفف على الطبيعة ، ويتناول من الطعام قدر ما يتهيا له استمرائه ويجعلها مرتين أو أكثر ويتحرى أن يكون ما يغتذي به الطيف من الأطعمة والأغذية ، ويقلل كميته في كل مرة ، لينتهي له استمرائه ولا يتولد عليه مكروه))^(٧٦).

ويقول "المجوسي"^(٧٧) عن غذاء المشايخ (الهرمى) ((أن يغتذي بالأغذية الحارة الرطبة السهلة الانهضام السريعة الانحدار عن المعدة بمنزلة (الخبز والدجاج القبيح ، وأجنحة الإوز) ... ومن البقول (الخس والهندبا والخباز والسلق) وينبغي أن يجتنبوا الأغذية الغليظة والبطيئة الانهضام بمنزلة لحوم (البقر والثيران) وما شاكل ذلك . ومن الاطبخة (الهريس

(٧٦) البليخي ؛ مصدر سبق ذكره (٢٠٠٥) ص ٤٠٧ .

(٧٧) المجوسي ؛ (ج ٢) (١٢٩٤ هـ) ص ٦٠ .

والرؤوس... وهذه الأغذية إذا أدمن عليها المشايخ ولدت فيهم الاستسقاء
والسد في الكبد والطحال والحصى في الكلى والمثانة)) . ويضيف
"المجوسي" في أغذية المشايخ (والهرمى) فيقول ((ينبغي أن يجتنبوا جميع
الأغذية المولدة (للكيموس) الرديء ما كان منها حريفا مولد للصفراء
كالخردل والثوم والبصل ، وما كان مولا للبلغم (كالفطر والكمأة) وما كان
مولدا للسوداء (كالعدس والكرنب) ويتجنبوا أيضا الأغذية السريعة الفساد
في المعدة (كالتوت والمشمش والبطيخ والقرع) ويستعمل من الفاكهة (التين
والعنب والتين اليابس والزبيب الطافي مع الجوز واللوز) ويجب أن يعطيهم
غذائهم في النهار مرتين ، ومن كان منهم بضعف ، فليكن غذائه في النهار
ثلاث مرات قليلا قليلا فإن حرارتهم الغريزية لا تحتل تناول الغذاء دفعة
واحدة ، لأنها لا تقوى على هضم الكثير لضعفها))

وعن غذاء الشيخ يقول "ابن سينا" ((ويغذى في كرتين أو ثلاث
بحسب الهضم وقوته وضعفه فيأكل في الساعة الثالثة الخبز الجيد الصنعة
مع العسل ، وفي السابعة بعد الاستحمام ما يلين البطن مما نذكره ويتناولوا
بعد ذلك بقرب الليل الطعام المحمود الغذاء فإن كان قويا زيد في غذائه قليلا
وليتجنبوا كل غذاء غليظ يولد السوداء والبلغم ، وكل حاد حريف يجفف مثل
الكواميخ والتوابل... وأما اللبن فينتفع به منهم من يستمرئه ولا يجد عقبه تمدد
في ناحية الكبد والبطن ، ولا حكة ولا وجع ، فإن اللبن يغذوا ويرطب وأوقفه
لبن الناعز ولبن الأتن . ومن خواصه انه لا يتجبن كثيرا وينحدر سريعا
ولاسيما إن كان معه ملح وعسل ، وأما البقول والفواكه التي تتناولها المشايخ
فهي مثل السلق والكرفس وقليل من الكراث يتناولها مطبوخة بالمرّي والزيت

وخصوصا قبل طعامهم ليعين على تليين الطبيعة وإذا استعملوا الثوم في الأوقات كانوا معتادين له انتفعوا به و (الزنجبيل المرسى) من الأدوية الموافقة لهم ...ومما يستعملونه لتليين طبائعهم ويوافق أبدانهم من الفواكه التين والأجاص في الصيف ، والتين اليابس المطبوخ بماء العسل إن كان الوقت شتاءً وجميع هذا يجب أن يكون قبل الطعام ((^(٧٨)).

ويقول "ابن هبل"^(٧٩) في ذلك ((وإن ضعفوا يفرق غذاؤهم بأن يطعموا في اليوم مرات ويحسوا الأمراق القوية كماء اللحم فإن هضمهم ضعيفة ويجتنبوا الأغذية الغليظة كالهرايس والرووس والتقيد والتعدس ولا يمنعوا من البقول كمثّل الخس والهندباء ، والسلق والاسفناخ ، ومن الفواكه يأكلون التين والعنب والبطيخ الحلو)) . ثم يقول ((والشيخ أجود ما تحفظ به صحته اختيار الطعام الصالح اللطيف القابل الهضم ، ويتجنب الأشياء الرديئة والغليظة والعسرة الهضم . ويجتنبون الماء المثلوج الشديد البرد خاصة فإنه يقرع معدتهم ويطفئ حرارتهم والجلاب نعم المفذ لغذائهم ولا شيء أنفع لهم عن الشراب)).

ويقول "ابن البرقمانى"^(٨٠) في غذاء المشايخ ((وينبغي للشيخ أن ينقص من أغذيتهم التي كانوا عليها في زمن الشيبية بتدريج قليلا قليلا

(٧٨) ابن سينا ؛ مصدر سبق ذكره (ج ١) ص ١٧٨ .

(٧٩) ابن هبل ؛ مصدر سبق ذكره (ج ١) (١٣٦٣ هـ) ص ١٩٩ - ٢٠٠ .

(٨٠) ابن البرقمانى ، فاضل بن أبي الحسن الاسرائيلى السكندري ؛ المقالة الحسينية في تدبير الصحة البدنية ، مخطوط (القاهرة ، جامعة القاهرة ، ١٣٧٥ هـ)

ويحاول تلطيف الغذاء وترطيبه ما أمكنهم وليفروا أخذه كما أمر "جالينوس" فليأكل مرتين وثلاثة في اليوم بحسب قوة الهضم وتلين الطبيعة للأغذية المليئة باعتدال من غير حمل مشقة على البن () ويضيف القول () عليهم باجتتاب كل غذاء غليظ وخاصة ما ولد السوداء والبلغم ، وما له كايروس رديء كلحوم البقر والطيوس والقديد والسلوق من البيض إذا أشدت ، ولا لكبيرة الحدة من السمك والعدس والكربن والبانجان والقلقاس والثوم والبصل والفجل والكراث ، فهذه النباتات قد جمعت بين الرداءة والغلظة ، فليست محمودة للناس عامة وللمشايع خاصة . وليحذروا الأغذية السريعة الاستحالة والفساد في المعدة كالشمش والتوت والبطيخ ، ويتوقوا حلاوة يدخلها النشا أو الدقيق وما فيه قوة قابضة كعجمي الزبيب وكذلك الحوامض والموالح الحريفات لاسيما الإكثار منها . وليرتاضوا قبل الغذاء رياضة لطيفة برفق ولا يأخذوا من الغذاء إلى على نقاء تام ، وخلو من المعدة وبشهوة صادقة ، وليكن الغذاء محمود الكايروس سريع الانحدار عن المعدة ... مع توقي الامتلاء من الغذاء بحيث يؤدي إلى تمدد المعدة ، فينبغي أن لا يشرب الماء إلى على عطش صادق ، وليكن من الماء العذب المعتنى بشأنه من التلطيف والمشروب بأوعية مبخرة لائقة معتدلة في البرودة ، ويجتنب ما كان فيه ملوحة () .

وقبل أن ننهي هذه الفقرة ، نشير إلى انه كان للأطباء العرب منهج بين في علاج الأمراض ، حيث أنهم اعتبروا الغذاء بديلا عن الدواء في معالجتهم ، فكانوا يبدؤون بعلاج المريض بالأزم (الصوم) والحمية بتحديد كمية الطعام أو نوعه ، وفي ذلك راحة للمعدة وإصلاح لما فيها من فساد .

وإذا أخفقت الطريقتان في إبراء المريض عالجوه بالأدوية إذ كانوا يرون أن الدواء لا يخلو من الأضرار . فقد جاء عند الغالبية منهم إشارات من ذلك قول "ابن الأڪفاني" ((اجمع الأطباء على انه متى أمكن مداواة مرضٍ بتقدير الغذاء لا يتعرض للدواء ، وإذا احتيج إلى الدواء فيكفي بالأدوية الغذائية ما أمكن ، فان كان ولا بد من محض الدواء فليكن بالأدوية اللطيفة ، وما أمكن الاستغناء بالدواء المفرد عن المركب فلا يتجاوز إليه ، كل ذلك فرارا من الإقدام على ما يغير الأبدان تغيرا شديدا ، وكذلك متى أشكل أمر التغذية في الإعطاء والمنع رجحوا جانب الإعطاء لأنه المعتاد ، وكذلك في شرب الماء يطلقون منه اليسير ولا بمنعونه ألبة))^(٨١) . وهذا المنهج في العلاج بالأغذية لم يكن مألوفا عند "اليونانيين" .

المحور الرابع/ الرعاية البدنية والنفسية لكبار السن :

نكاد لا نجد كتابا من الكتب الطبية العربية الأساسية خاليا من فصل خاص طال أم قصر لكيفية العناية البدنية والنفسية لكبار السن . وأن الالتزام بالقواعد الصحية والعادات الصحية في مختلف مراحل حياة الفرد حتى الشيخوخة ضرورة واجبة ، التفريط فيها يؤدي إلى عواقب وخيمة . من هنا كان اهتمام الأطباء العرب والمسلمين برعاية الكهل والشيخ اهتماما جديرا بالإكبار .

(٨١) ابن الأڪفاني ، محمد ابن إبراهيم ابن ساعد الأنصاري : غنية اللبيب عند غيبة الطبيب ، تحقيق صالح مهدي عباس (بغداد ، مركز إحياء التراث العلمي العربي ، ١٩٨٤) ص ٦٢ .

أولا / تدبير كبار السن :-

نستعرض فيما يأتي ما جاء عند الأطباء العرب والمسلمين حول تدبير الكهول والشيخوخ ، يقول "الرازي" ((أما الكهول فليكن ميلهم إلى الاستفراغ بالأدوية ، وأكثر منه إلى إخراج الدم ، وليبقوا على أنفسهم بأن يقللوا الكد والجماع لتبقى عليهم أبدانهم ولا يشيخوا مدة طويلة . وأما المشايخ فليدعوا الكد والتعب والجماع وإخراج الدم البتة ، وليكن ذلك منهم أقل ما يمكن إلا من حاجة شديدة ، وليغتذوا بالأغذية الحميدة السهلة الهضم ، ويكثرُوا من الاستحمام والنوم والدعة والطيب من الأشرطة المعتدلة الرقيقة الصافية باعتدال من المزاج والتدبر ، فانه بهذا التدبير يمكن أن يتدافع عنهم الهموم والذبول مدة طويلة ، ولا تنهدم أبدانهم ولا تتحطم بسرعة))^(٨٢).

نذكر على سبيل المثال قول "المجوسي"^(٨٣) ((أما الكهول فينبغي أن يكون تصرفهم في مواضع معتدلة الهواء ما أمكن والتكن مائلة إلى الحرارة والرطوبة ، ولا يكثرُوا من الكد والتعب ، بل يعدلُوا رياضتهم ويكثرُوا من الاستحمام بالماء العذب ، ولا يطيلُوا المكث في هواء الحمام بل (الأبزن) ويدلكوا دلكا معتدلا ويتمرخوا بدهن (البنفسج مختلطا بدهن الخيري) ليرطب بذلك أبدانهم ويسخنها باعتدال)) . يقول "المجوسي" في المشايخ ((ولأن مزاج أبدان المشايخ الطبيعي بارد يابس فينبغي أن يدبر بالتدبير المسخن

(٨٢) الرازي ، أبي بكر محمد بن زكريا ؛ المنصوري في الطب ، تحقيق حازم البكري

الصادق (الكويت ، منشورات معهد المخطوطات العربية ، ١٩٨٧) ص ٢٣٤ .

(٨٣) المجوسي ؛ مصدر سبق ذكره (ج ٢) (١٢٩٤هـ) ص ٥٩ .

الرطب فيكون مأواهم في المواضع التي هواؤها ليس باليابس بل شبيها بهواء الربيع ((^(٨٤) .

ويقول "الجرجاني" في تدبير المشايخ ((ينبغي أن يجعل التدبير في سن الشيخوخة ، ما يسخن ويرطب وذلك بالاستحمام بالماء الحار العذب ، والأطعمة التي تسخن وترطب ، والدلك بالغذاء مع الدهن والرياضة التي لا يتعب معها البدن . فان كانت القوة ضعيفة فليستعمل الغذاء مقادير قليلة في مدة قصيرة ، وان كانت القوة قوية قوته، فيستعمل الغذاء مقادير وافرة في مدة طويلة ... ويجب على الشيخ أن يتجنب ما يولد السدد من الأشربة الحلوة الغليظة التي تولد (كيموسا) غليظا أو (كيموسا) لزجا ، ويترك من اللحوم ما كان صلبا وما كان عسر الانهضام ويقتصر على لحوم الجداء والطيور ((^(٨٤) .

ويقول "ابن سينا" في فصل تدبير المشايخ ((جملة تدبيرهم في استعمال ما يرطب ويسخن معا ، من إطالة النوم والبث في الفراش أكثر من الشبان ومن الأغذية والاستحمامات والأشربة ، وإدامة إدرار بولهم وإخراج البلغم من معدهم عن طريق المعوي والمثانة ، وان يدام لين طبيعتهم ، وينفعهم جدا الدلك المعتدل في الكمية والكيفية مع الدهن ، ثم الركوب أو المشي إن كانوا يضعفون عن الركوب ، والضعيف منهم يعاد عليه الدلك ويثني ، ويجب أن يتعهد الطبيب من العطر كثيرا وخصوصا الحار باعتدال

(^{٨٤}) الجرجاني ، أبو سهل عيسى بن يحيى ؛ كتاب المائة في الطب ، مخطوط برقم

٦/٢٣ (الموصل ، مكتبة الأوقاف خزانة داود الجلي ، ب.ت) ص ٣٩٨ .

وان يمرخوا بالدهن بعد النوم فإن ذلك ينبيه القوة الحيوانية ثم يستعمل المشي والركوب ((^(٨٥).

ويقول "ابن هبل" أيضا في العناية بالكهول^(٨٦) ((وأما الكهول فيجب أن يكونوا في مواضع معتدلة الهواء وأن يقللوا من الكد والتعب ويقللوا من الجماع والفصد والإسهال لنقص فضولهم فذلك أوفق لهم . ويغتذوا من الأغذية الحارة الرطبة ويتغرقوا بالأدهان المرطبة كدهن (البنفسج واللوز ودهن حب اليقطين) ويسعطوا منه . ويكثرُوا من الاستحمام والجلوس في (الأبن) ويخرجوا منه إلى سكون ودعة)) ويقول في تدبير الشيوخ ((وأما الشيوخ فيدبرون تدبيرا رقيقا كتدبير الأطفال لأن مزاجهم بارد في غاية اليبوسة ، وأعضائهم منتقعة في الرطوبات الغريبة المتولدة فيهم لضعف حرارتهم الغريزية وعجزها عن إتمام المهضوم ، ومكانهم يجب أن يكون معتدلا إلى الحرارة وخاصة في الشتاء يجب أن يأووا إلى المدافئ ويطعموا الأغذية الحارة الرطبة ، ويمنعوا الكد والتعب ، وتكون رياضتهم إن كانوا أقوياء بالمشي الرفيق وإن كانوا ضعفاء بالركوب ، ويكثرُونَ من استعمال الطيب المعتدل الحرارة)) .

ويقول "ابن البرقمانى"^(٨٧) وهو (من الأطباء العرب المتأخرين) في باب قانون مفرد في تدبير المشايخ ((بين القدماء أنه ينبغي مراعاة كل سن بحفظ صحته على أمثل الأحوال اللائقة به إلى وقت الهرم وألفنا الطبيعى ،

(٨٥) ابن سينا ؛ مصدر سبق ذكره (ج ١) ص ١٧٧ .

(٨٦) ابن هبل ؛ مصدر سبق ذكره (١٣٦٣ هـ) ص ١٩٨ .

(٨٧) ابن البرقمانى ؛ مصدر سبق ذكره (١٠٧٥ هـ) ص ٢٠ ، ٥٠ .

وكان منع ألفنا غير ممكن ، وأولى ما صرف الطبيب إليه عنايته جهة الشيوخ لضعفهم وكثرة تولد الفضول فيهم . ولما كان مزاج أبدان المشايخ في الطبع باردا يابسا وجب أن يكون تدبيرهم بما يربط ويسخن أمزجتهم ، بل دخول الحمام المعتدل الهوى والتمريخ اللطيف بالأدهان المسخنة المطيبة ، مثل دهن الياسمين والسوسن ، ويستعملون شم الأزهار والرياحين العطرية كالنرجس والياسمين والنسرین والحبق القرنفلي والمرزنجونس ، وشم البخورات العطرية اللذيذة كالدود والعود والعنبر والمسك والغالية والخام من العنبر الاسهب أو الأزرق اللون القوي الرائحة ، والمداومة على ذلك في غاية المنفعة لموافقته بتلطيفه وتسخينه ، وكذلك الشم نوافج المسك النبتي خاصة في زمن الشتاء ، وأما المكان اللائق بهم فالمعتدل مانلا إلى الحر وخاصة في الشتاء ، فليأووا إلى المدافئ المفترشة بالفرش النعسة والوثيرة والوسائد اللينة المطيبة ، ويناموا نوم الليل الطبيعي المحمود باعتدال ويتجنب السهر المؤرق ويقلل من الرياضة ويحذر الجماع ولا يقرب الفصد والإسهال إلا عن ضرورة ، ويستديم السرور والترف والدعة ، ويتوقوا الأعراض النفسانية مثل الغضب والهـم .. وكذلك كل ما يقبض النفس أو يكدر الأرواح والروائح الكدرة والدخان والغبار ، ويستعمل من الراحة ما يليق بقواهم)) ويضيف في موضع آخر أيضا ((وينبغي أن يجتنب عقب الحمام الانفعالات البدنية والنفسية كالتعب والغضب ونحوهما ، وينام فإن النوم عقب الحمام نافع جدا لإتضاعه الأخلاط الغليظة اللزجة التي في البدن وتحليلها ، فإن وافق الخروج منه نوم الليل المستغرق المحمود كان انفع وأوفق)) .

ثانيا/ الرعاية البدنية لكبار السن :-

قبل أن نتناول رياضة كبار السن ، نذكر ما ذكره "الرهاوي" عن الرياضة وموافقتها لكل الأعمار إذ يقول ((فإما الرياضات الموافقة لكل واحد من الناس ، التي تخرج بها إلى الإعياء والتعب ، فانه يقوي الدماغ على قبوله للغذاء ، وعلى نضجه وعلى إنقائه عنه فضلاته التي لا حاجة به إليها ، وكذلك يقوي أيضا الحواس بأسرها ، ويجود حركات الأعضاء وأفعالها . ويجب أن تعلم أن الرياضة جنس يضم أنواع كثيرة من الحركات ، لان ذلك نوع لها ، والركوب على اختلاف أصنافه نوع لها ، وكذلك المشي والحصار والصراع ، ومما يدخل في جملتها أيضا الدهن (الدهن : هو اللعب بالعصي أو الضرب بها) والتمريخ والاستحمام ، وأشباه ذلك من الحركات القوية ، وذلك أن ليس كل حركة رياضة ، ولكن الرياضة هي الحركة القوية عند المرتاض ، من قبل أن حركة ما تكون قوية عند إنسان ضعيفة عند آخر ، فلذلك ليس كل حركة رياضة ، فالحد من الرياضة هو مع ابتدائها في تغير نفس المتحرك إلى العظم والسرعة والتواتر فإنها حينئذ تسمى تعباً ورياضة))^(٨٨).

وانه لما يبعث على الإعجاب حقا اشتراط الأطباء العرب والمسلمين في ممارسة الرياضة ، ملاءمتها طبيعة الشخص وقوته البدنية وتركيبه

(٨٨) الرهاوي ، إسحاق بن علي ؛ كتاب أدب الطبيب ، تحقيق كمال السامرائي وداود سلمان علي (بغداد ، دار الشؤون الثقافية ، ١٩٩٢) ص ٥٢ .

الجسماني . يقول "الرازي"^(٨٩) في ذلك ((ينبغي أن يرتاض كل إنسان بقدر احتمالته وقوته ، ويقطع الرياضة كلما ثقل عليه ويبدأ به الإعياء)) ويقول ((من الرياضة القوية الصراع والإحضار ، ومن المتوسطة المشي السريع ، ومن أضعفها الركوب ، إن لم يكن قطف ، ولا ركض)) ويضيف ((فلان الرياضة القوية تصلح للأبدان القوية التي فيها فضول غليظة ، والوسط للمتوسطة في ذلك ، والضعيفة للضعيفة))

يقول "المجوسي" عن رياضة المشايخ ((ويبدؤا أولا في تدبيرهم إذا انتبهوا من النوم بالغداة فتمرخ أبدانهم بالدهن وليكن دهن الخيري ودهن بنفسج ممزوج بدهن بابونج أو بدهن الشبث . ومن بعد ذلك تستعمل الرياضة المعتدلة كالمشي المعتدل والركوب المعتدل ، الذي لا يعرض لهم منه إعياء وليكن ذلك بحسب قواهم ، فمن كان منهم ضعيفا فليستعمل الركوب وليقلل المشي الذي لا يتعب ، وكل من كان منهم أضعف فلنكن رياضته أقل ويوقى التعب والرياضة القوية . ثم يستحم بالماء الحار العذب في حمام معتدل الحرارة ، وأما المشايخ الهرمي فلا ينبغي أن يستحموا دائما لكن في كل أسبوع أو في كل عشرة أيام فإن قوتهم لا تحتمل ، ومن كان ضعيفا ففي كل شهر مرة ، فإذا فرغ من الاستحمام فليتودع ساعة ثم يغتذي بالأغذية الحارة الرطبة السهلة الانهضام السريعة الانحدار عن المعدة))^(٩٠).

(٨٩) الرازي ، أبو بكر محمد بن زكريا ؛ المرشد أو الفصول ، تحقيق البير زكي إسكندر (القاهرة ، مجلة معهد المخطوطات العربية ، ١٩٦١) ص ٣٦ - ٣٧ .

(٩٠) المجوسي ؛ مصدر سبق ذكره (ج ٢) (١٢٩٤هـ) ص ١٧٩ .

وبذلك يكون "المجوسي" قد وضع منهجا صحيا سليما للشيخ فالتدليك ضروري للشيخ خاصة المقعدون منهم ونصيحته بأن يتبع ذلك رياضة معتدلة حسب قابلية الشيخ وأن تعقب الرياضة الاستحمام والاستراحة ومن ثم يتناول غذاؤه . وتعد هذه النصائح في غاية الحكمة^(٩١) .

يتناول "الرجاني" الحديث عن فوائد الرياضة وأنواعها بشكل عام ، ورياضة الشيوخ بشكل خاص فيقول^(٩٢) ((الأبدان المعتادة للرياضة اصبر على التعب وابعد في الأمراض وأطول أعمارا وأبقى شبابا وقوة وأكثر شهوة للطعام . وأطيب نوما وأقوى عقلا وذهنا ، وأنجب في النسل وخاصة إن ارتاضت المرأة أيضا ... ولا ينبغي أن يرتاض المحموم ولا بعقب النوم الطويل ولا بعقب سهر واستفراغ وتخمة وشرب شراب كثير وصوم ...فالمشي يجلي البصر وينزل فضول الرأس بالمخاط ويخرج ما في الصدر ويدر العرق ويخف البدن وينشط ويصفي العقل والظاهر ويسهل خروج ما في البطن من النفل والريح ويدر البول ، والمشي الرفيق يرطب البدن والسريع يجففه ، والمعتدل يعين في هضم الطعام ، والقوي يضر المعدة ، وكل حركة سريعة متعبة للبدن مثل (التصاعد ، وحمل الأثقال ، والمشي في طريق غير مستوية وفي الوحل) يتعب الظهر والورك ، وربما حدث من الرياضة الصعبة فتق وانحراف العروق ...فالرياضة إما بالمشي وإما بالركوب ، الراكب يستريح بالمشي ، والماشي بالركوب ، وركوب الأرجوحة ينفع الناقة

(٩١) محمود الحاج قاسم ؛ كبار السن ما لهم وما عليهم (حلب ، مكتبة الصفا والمروة ، ٢٠٠٩) ص ٤٤ .

(٩٢) الرجاني ؛ مصدر سبق ذكره ، ص ٣٩٩ ، ١٦٠ .

ويفش فضوله الباقية ، وينفع المشايخ ... وينبغي أن يتدرج في الرياضة فيبتدئ بألونها ثم يزداد في شدتها ، حتى يصبر إلى أشد ما يجب أن يكون ، ثم يتدرج في تركها ولا يزال يخفف حتى ينقطع ، ولا يسكن من الرياضة الشديدة بغتتا)) . وفي موضع آخر يقول ((أن تكون رياضتهم بالأعضاء التي هي أقوى أعضائهم ، فان هذه إذا تركت تحرك وارتاض معه سائر الأعضاء ..إنما الرياضة لهم ما كانوا الفود واعتادوه ، فإنهم يستلذون ذلك ولا يحسون بأذيته))

وهنا نشير إلى أن ما ذكره "الجرجاني" عن فوائد الرياضة هي حقائق أثبتتها الدراسات الحديثة ، وان ما أكده عن التدرج في الشدة من السهل إلى الصعب ، وعدم الانقطاع عن الرياضة الشديدة بغتةً ، قواعد تدرس في علم التدريب الرياضي حالياً ، كما وانه لم يغفل عن ذكر أضرار الرياضة الشديدة على كبار السن .

يقول خبراء الرياضة اليوم بان رياضة المشي تعد من أفضل أنواع الرياضة للمشايخ ، وهو ما أكده الأطباء العرب والمسلمون من قبل . يقول "البليخي" عن أفضلية رياضة المشي ((وأفضل الحركات التي يستعان في حفظ الصحة حركة المشي، لان كلا من أجزاء البدن يتحرك بحركة المشي فيصيبه حظ منها ، ولذلك يسخن البدن عنها سريعاً ، ويسرع بها تحلل الفضول بالعرق منها .فأما حركة الركوب فليست تقع في إفادة النفع من حركة المشي إلى موقع بعيداً ، لان الراكب يحركه مركوبه ، فإما هو فبدنه ساكن من الحركة التي تخصه ، ولذلك ينال الماشي من التعب ما ينال الراكب إلى بعد مدة تطول...فإما القدر الذي يحتاج أن يستعمله الماشي أو

الراكب من حركات الرياضة للبدن ، فأمر يجب أن يضاف إلى قدر قوة الإنسان ، إذ كان من الناس من يحتمل من الحركة مقداراً أقل ، ومنهم من يحتمل مقداراً أكثر^(٩٣).

وعن رياضة المشايخ يقول "ابن سينا"^(٩٤) ((تختلف رياضة المشايخ بحسب حالات أبدانهم وبحسب ما يعتادهم من العلل وبحسب عاداتهم في الرياضية ، فإن كانت أبدانهم على غاية الاعتدال ، وافقتهم الرياضات المعتدلة ، ثم إن كان عضو منهم ليس على أفضل حالاته جعلوا رياضته تابعة لسائر الأعضاء في الرياضة ، مثل أن كان رأسه يعتريه الدوار أو الصرع أو انصباب مواد إلى الرقبة ، وكان كثيراً ما يصعد فيه بخارات إلى الرأس والدماغ لم يوافقهم من الرياضات ما يطأطئ الرأس ويدليه ، ولكن يجب أن يمالوا إلى الارتياض بالمشي والإحضار والركوب وكل رياضة تتناول النصف الأسفل ، وإن كانت الآفة إلى جهة الرجل استعملوا الرياضات الفوقانية كالمشيال ورمي الحجارة ورفع الحجر)) . ثم يقول ((وبخلاف المشايخ المستهلكين الذين يوافقهم أكثر ما يوافق المشايخ فإن أولئك يجب أن يقووا الأعضاء الضعيفة بتدريجها في النوع من الرياضة التي توافقها وتليق بها وأما الأعضاء المريضة فربما راضوها)) . وعن ذلك المشايخ يقول "ابن سينا" ((يجب أن يكون معتدلاً في الكيف والكم غير متعرض للأعضاء الضعيفة أصلاً والمثانة ، وإن كان ذلك ذا مرات فليدلكوا في المرات بخرق

(٩٣) البليخي ؛ مصدر سبق ذكره (٢٠٠٥) ص ٤٦٧ ، ٤٦٩ .

(٩٤) ابن سينا ؛ مصدر سبق ذكره (ج ١) ص ١٧٩ .

خشنة وأيد مجردة فإن ذلك ينفعهم ويمنع نوائب علل أعضائهم وينفعهم الحمام مع ذلك)) .

وهكذا فصلت شروط الرياضة بحسب القابلية البدنية وبحسب العمر (الصغار والكبار، شبابا وكهولا) والحالة الصحية (في الصحة والمرضى) ، وجعلوا لكل منها نوعا يناسبه ، ووضعوا لهم ممارسة رياضات معينة فيها فائدة بدنية ونفسية وتساعد على شفائهم من الأمراض ، ويمكن القول بأن الطب العربي اعتبر الرياضة نوعا من العلاج في بعض الحالات المرضية .

ثالثا/ الرعاية النفسية والاجتماعية لكبار السن :-

الأمراض النفسية قديمة قدم الإنسان ، وإذا كان للطب النفسي مكانة كبيرة في عالم اليوم لانتشار الأمراض النفسية بشكل هائل، فإن المجتمع العربي الإسلامي لم يخلُ منه.ومن المدهش حقا أن نجد الأطباء العرب والمسلمين منذ أوائل عصر التأليف الطبي في نهاية القرن الثالث الهجري، قد اهتموا بحفظ صحة النفس كاهتمامهم بحفظ صحة البدن في الشباب والشيوخ. ولقد أطلق الأطباء والفقهاء المسلمون على هذا الفرع من فروع الطب اسم (طب القلوب أو الطب الروحي) .

ولإعطاء فكرة عن ما جاء لدى الأطباء العرب والمسلمين حول الأمراض النفسية ، نذكر ما يأتي :-

١/ حفظ الصحة النفسية :- يقول "البُلخي"^(٩٥) ((فَمَا أَنَّهُ يَجِبُ أَنْ يَبْدَأَ فِي بَابِ مَصْلَحَةِ الْبَدَنِ بِحِفْظِ صِحَّتِهِ عَلَيْهِ ، ثُمَّ يَتَّبِعُ ذَلِكَ بِإِعَادَةِ صِحَّتِهِ إِلَيْهِ إِذَا فَقِدَتْ ، كَذَلِكَ يَجِبُ فِي مَصْلَحَةِ النَّفْسِ أَنَّهُ يَبْدَأُ بِحِفْظِ صِحَّتِهَا عَلَيْهَا إِذَا وَجِدَتْ ، وَإِذَا كَانَتْ صِحَّتِهَا إِنَّمَا هِيَ فِي سَكُونِ قَوَاهَا كَمَا وَصَفْنَا ، فَيَبْذُلُ لِمَنْ أَرَادَ حِفْظَ الصِّحَّةِ أَنْ يَجْتَهِدَ فِي اسْتِدَامَةِ قُوَى نَفْسِهِ ، وَأَلَّا يَهَيِّجَ بِهِ مِنْهَا هَائِجٌ)) ، ثُمَّ يَقُولُ ((كَذَلِكَ النَّفْسُ إِنَّمَا تَحْفَظُ صِحَّتِهَا عَلَيْهَا مِنْ وَجْهَيْنِ أَحَدَهُمَا : أَنْ يَصَانَ عَنِ الْأَعْرَاضِ الْخَارِجِيَةِ الَّتِي هِيَ وَرُودُ مَا يَرِدُ عَلَيْهَا مِنَ الْأَشْيَاءِ الَّتِي يَسْمَعُهَا الْإِنْسَانُ أَوْ يَبْصُرُهَا ، فَتَقْلِقُهُ وَتَضْجُرُهُ ، وَتَحْرِكُ مِنْهُ قُوَّةَ غَضَبٍ أَوْ فِرَاحٍ أَوْ غَمٍّ أَوْ خَوْفٍ وَمَا أَشْبَهَ ذَلِكَ وَالْآخَرُ : أَنْ يَصَانَ عَنِ الْأَعْرَاضِ الدَّاخِلِيَةِ الَّتِي هِيَ التَّفَكِيرُ فِيمَا يُوْدِيهِ إِلَى شَيْءٍ مِمَّا وَصَفْنَا مِنْ هَذِهِ الْأَعْرَاضِ ، فَيَشْغُلُ قَلْبَهُ ، وَيَنْقَسِمُ ضَمِيرُهُ)) .

٢/ تَأْكِيدُهُمُ الْعِلَاقَةَ الْوَثِيقَةَ بَيْنَ الصِّحَّةِ الْبَدَنِيَّةِ وَالصِّحَّةِ النَّفْسِيَّةِ :- يَقُولُ "البُلخي" ((أَنْ إِضَافَةَ تَدْبِيرِ مَصَالِحِ الْأَنْفُسِ إِلَى تَدْبِيرِ مَصَالِحِ الْأَبْدَانِ أَمْرٌ صَوَابٌ ، بَلْ هُوَ مِمَّا تَمَسُّ الْحَاجَةُ إِلَيْهِ ، وَيَعْظُمُ الْإِنْتِفَاعُ ، لِاسْتِبْكَائِكَ أَسْبَابِ الْأَبْدَانِ بِأَسْبَابِ الْأَنْفُسِ ، فَإِنَّ الْإِنْسَانَ إِنَّمَا قَوَامُهُ بِنَفْسِهِ وَبَدَنِهِ ، وَلَيْسَ يَتَوَهَّمُ لَهُ بَقَاءٌ إِلَّا بِاجْتِمَاعِهِمَا لِنُظْمِهِ مِنَ الْأَفْعَالِ الْإِنْسَانِيَّةِ ، فَهَمَا يَشْتَرِكَانِ فِي الْأَحْدَاثِ النَّائِبَةِ ، وَالْآلَامِ الْعَارِضَةِ ، وَكَمَا أَنَّ الْبَدَنَ إِذَا سَقَمَ وَالْمُغْزِيبُ لَهُ الْأَعْرَاضُ الْمُؤْذِيَّةُ ، مَنَعَ ذَلِكَ قُوَى النَّفْسِ مِنَ الْفَهْمِ وَالْمَعْرِفَةِ وَغَيْرِهِمَا أَنْ تَحْتَغِلَ أَفْعَالُهَا عَلَى وَجْهِهَا ، وَيَتَفَرَّغَ مَعَهَا الْإِنْسَانُ

(٩٥) البُلخي ؛ مصدر سبق ذكره (٢٠٠٥) ص ٥١١ .

للقيام بما يقتضيه ويؤذيها ، كان في ذلك ما يشغل الإنسان عن الاستمتاع بالذات البدنية ، واخذ شيء منها على سبيله ، ووجد عيشه مكدرًا ، وحياته متغصّة عليه ، بل ربما أداه تحامل الآلام النفسانية عليه إلى الأمراض البدنية))^(٩٦).

إن ما ذكره "البخى" هنا نسميه اليوم بالطب النفسي الجسمي (Psycho - somatic medicine) ، الذي يقصد به النظر إلى الشخص من زاويته الجسمية والنفسية في وقت واحد ، ويشير إلى العلاقة بين الأعراض الجسمية والنفسية وبشكل خاص ، يبين العوامل النفسية المسببة للاضطرابات العضوية

٣/ مارس الأطباء العرب والمسلمون معالجة الأمراض العصبية والعقلية على اختلاف أنواعها ، وعلى سبيل المثال نذكر بعضاً من أقوالهم عن بعض الأمراض النفسية التي قد يصاب بها كبار السن كغيرهم :-

يذكر "ابن سينا" ((إن المالنخوليا تكثر في الكهول والشيوخ ، وتقل في الشتاء وتكثر في الصيف والخريف ، وقد تهيج في الربيع كثيرا أيضا ، لأن الربيع يثير الأخلط خالطاً إياها بالدم ، وربما كان هيجاناً بأدوار في تهيج السوداء وتثور ، والمستعد للمنخوليا يصير إليها بسرعة إذا أصابه خوف أو غم أو سهر أو احتبس منه عادةً سيلان الدم أو قيئ سوداوي أو غير ذلك))^(٩٧).

(٩٦) البخى ؛ نفس المصدر السابق (٢٠٠٥) ص ٥٠٨ - ٥٠٩ .

(٩٧) ابن سينا ؛ مصدر سبق ذكره (ج١) ص ٨٤٤ .

ويقول "الرازي" في مداواة المالنخوليا ((إذا أزمِنَ بالمرِضِ المرضِ و طال فانقله إلى بلد مضاد المزاج لمزاج علته ... فكثيراً برئ خلق كثير من المالنخوليا بطول السفر))^(٩٨) . ويقول في علاج نفس المرض ((فإنني رأيت الفراغ أحتلم شيء في تولده . وينبغي أن يعالج هذا الداء بالأشغال فإن لم يتهياً فبالصيد والشطرنج والغناء والمباراة فيه))^(٩٩) . ويقول أيضاً ((و سل عن السبب البادي والتدبير وضاده بالعلاج ، فمن كان وقع فيه من ضيق حال ولطف تدبير فأوسع عليه بالضد ، وأغلب علاجهم مدة ثم عاوده فإنهم ربما خرجوا من العلة في المدة التي تغب فيها العلاج ، وإدمان العلاج يوهن الطبيعة))^(١٠٠) . وهكذا نجد أن "الرازي" أدرك في علاج المالنخوليا حقيقة علمية هامة ، وهي إمكان حصول الشفاء عن طريق النمو التلقائي وبمجرد مرور الزمن ، وإن للإدمان على تعاطي المعالجة أثراً سيئاً في إضعاف الطبيعة^(١٠١) ، ويقول "إسحاق بن عمران" في علاج المالنخوليا^(١٠٢) ((في كل صباح الأستفراغ

(٩٨) الرازي ، مصدر سبق ذكره (١٩٦١) ص ١١٦ .

(٩٩) الرازي ، أبي بكر محمد بن زكريا ؛ الحاوي الكبير في الطب ، ج ١ ، ط ٢ (الهند ، مطبعة مجلس دائرة المعارف العثمانية في حيدر آباد الدكن ، ١٩٧٤) ص ١١٢ .

(١٠٠) الرازي ؛ نفس المصدر السابق (ج ١) (١٩٧٤) ص ١٢٨ .

(١٠١) عبد الرحمن العيسوي ؛ الإسلام والعلاج النفسي الحديث (بيروت ، دار النهضة العلمية للطباعة والنشر ، ب . ت) ص ٢١٣ .

(١٠٢) سليم بن عمار ؛ مقال إسحاق بن عمران في المالنخوليا ، بحث منشور (الكويت ، المؤتمر العالمي للطب الإسلامي ، ١٩٨١) ص ١٠ .

في الماء الحار العذب أو الماء البارد في صميم الصيف والأدهان بعد التنشف بالمناديل بالأدهان الكثيرة الرطوية مثل دهن ألكان وزيت اللوز ... الخ)) كما يؤكد الاعتناء بالصحة العامة للمصاب بالمالينخوليا ومراقبته وذلك بتعديل وتنظيم الأسباب الستة للمرض التي هي عنده ((العمل والحركة ، السكون والنوم ، اليقظة والطعام والشراب ، الهوى المتنسم والمستشقق ، الاستفراغ والامتناع ، الأحداث النفسية)) ، وتعرض بكل تبصر إلى العديد من الأغذية من حيث الكم والكيف لتكون دائما لينة نقية صالحة .

ولمداواة بعض أنواع الاكتئاب النفسي الحاد الذي قد يصيب الشيوخ نصح "ابن سينا" المريض ((أن يشم دائما الروائح الطبية والأدهان الطبية ، ويتناول الأغذية الفاضلة الكيمرس ، ويدبر في تخصيص بدنه بالأغذية الموافقة ، وبالحمام قبل الغذاء ... وإذا خرج من الحمام وبه قليل عطش فلا بأس أن يسقى قليل من الماء ، ويستعمل ذلك المخصب))^(١٠٢).

رابعا / دور رعاية كبار السن :-

حسب المفاهيم الحديثة يتبين أن هناك تضاربا عن جدواها ، على سبيل المثال يقول أحد المؤيدين ((كثيرا ما يصل الشيوخ إلى مرحلة فيجدون أن معظم الأعراف قد رحلوا عن هذه الدنيا إلى العالم الآخر ، ويصبحون في وحدة من بعد صحبة تملأ عليهم حياتهم . لذلك يجب أن نهى لهم فرصة الاجتماع بغيرهم من الأفراد الذين يقترنون منهم في الاتجاهات والميول

(١٠٢) ابن سينا ؛ مصدر سبق ذكره (ج ٢) ص ٢٨ .

والأفكار . ومن هنا جاءت فكرة بيوت الضيافة المخصصة لكبار السن ، حيث يجدون فيها صحبة أفراد في مثل سنهم وتفكيرهم ، وحيث يجنون الرعاية الصحية والنفسية والاجتماعية. وهذه البيوت كثيراً ما تساعد على خروج الشيوخ وكبار السن من عزلتهم إذ أن الكثير من الشيوخ وكبار السن لا يجدون الراحة في العيش مع أبنائهم أو حفدتهم الذين يمثلون جيلاً يختلف عن جيلهم في القيم والتفكير والاتجاهات وقد يفضل الشيوخ وكبار السن العيش وحيدين ، على صحبة هؤلاء الذين يمثلون جيلاً غير جيلهم . ولكن الأمر يختلف عندما يعيش الشيخ مع أفراد في مثل عمره وحيث يشترك الجميع في وضع واحد ويعانون من مشكلات واحدة))^(١٠٤).

بينما يعترض آخرون على ذلك ويبينون مساوئ عزل المسنين في دور خاصة نذكر فيما يأتي رأي أحدهم ((في كثير من الأحيان يلجأ الأهل إلى وضع كبير السن في إحدى مؤسسات أو مستشفيات كبار السن ، ولكن الحقيقة أن معظم الأطباء يرون أنه يتعين خروج المريض من المؤسسة بأسرع ما يمكن وبقائه خارجها بقدر الإمكان ، ولذلك وضعوا نظاماً يقدم الرعاية خلال النهار فقط لعلاج من يشعرون بالوحدة للتمتع بالحياة والأنشطة الاجتماعية ولقضاء وقت فراغهم. والغرض الذي يكمن وراء هذا العمل هو أن العزل الاجتماعي في حد ذاته من الممكن أن يسبب بعض الأعراض المرتبطة بالشيخوخة أو يؤدي إلى زيادة كثافة هذه الأعراض وشدها ، بل أن معظم المرضى المصابين بغتة الشيخوخة أو تصلب الشرايين يعانون أكثر

(١٠٤) علي أحمد علي ؛ أضواء على مرحلة الشيخوخة ، مقال منشور (الكويت ، مجلة

العربي ، العدد ١٣٣ ، كانون الأول ، ١٩٦٩) ص ٢٤ .

من العزل الاجتماعي وإن كنا لا نستطيع أن نحدد ما السبب وما النتيجة في هذه المشكلة بمعنى هل تؤدي العزلة الاجتماعية إلى التدهور العقلي أم أن التدهور العقلي هو الذي يؤدي إلى العزلة الاجتماعية ((^(١٠٥).

ويجمع المؤرخون على أن "الوليد بن عبد الملك" منشئ أول بيمارستان كامل ناضج في الإسلام عندما أنشأ بيمارستان للمجذومين والعميان ، وأجرى عليهم أرزاقهم (سنة ٨٨ هـ = ٧٠٦ م)^(١٠٦). وكان الخلفاء فيما بعد يتابعون إنشاء المستشفيات الإسلامية الخيرية باهتمام بالغ ، ويختارون مواقعها المناسبة من حيث الموقع والبيئة الصالحة للاستشفاء . وكانت المستشفيات العامة فيها أقسام طب المسنين ومعالجة أمراض الشيخوخة .

ولما كانت الشريعة الإسلامية قد كفلت للمسنين حق الحياة الكريمة التي يحقق فيها الأمن الاقتصادي والرعاية الصحية والاجتماعية داخل الأسرة ، واستنادا الى ما جاء في القرآن الكريم من الآيات والأحاديث النبوية الشريفة التي سبق ذكرها في بداية البحث . لذا لم نجد في كتب التراث العربي الإسلامي معالم بارزة لدور رعاية المسنين ، وإنما هناك العديد من مؤسسات خيرية تشبه إلى حد كبير دور كبار السن وقد أطلقوا عليها

(^{١٠٥}) أمين رويحة ؛ شباب في الشيخوخة ، ط٢ (بغداد . مكتبة النهضة ، ١٩٧٢)

ص ١٨٥ .

(^{١٠٦}) محمد بن جرير الطبري ؛ تاريخ الأمم والملوك (بغداد ، المكتبة العصرية ،

١٩٣٩) ص ١٢٧ .

(الربط) وتكون بديلا حينما تعجز الأسر عن تقديم الرعاية اللازمة للمسنين ، أو حينما لا يكون هناك ثمة راعٍ أو معين لأولئك المسنين .

استنتاجات البحث

١/ أثبت البحث أن لكبار السن في القرآن الكريم والسنة النبوية مكانة متميزة ، إذ احتوى البحث العديد من الآيات والأحاديث التي جاءت في إكرامهم وتعظيم مكانتهم وأوجبت على الأبناء والأقارب رعايتهم وإجلالهم .

٢/ تبين من استعراض ما ذكره الأطباء العرب المسلمون عن كبار السن أنهم كانوا روادا في ذلك ، وجاء تناولهم للموضوع فيه الكثير من الموضوعية والصواب ، كما أنهم كانوا دقيقين في معرفتهم أمراض الشيخوخة ومعالجتها .

٣/ أولى الأطباء العرب والمسلمون الرعاية البدنية والنفسية للكهول والشيخوخ عناية خاصة ، باعتبارهم ضعاف الأبدان سريعى الإصابة بالأمراض كأبدان الأطفال والناقصين .

المصادر

* القرآن الكريم

* الحديث النبوي الشريف / الصحاح والسنن والمسند

١/ ابن الأکفاني ، محمد ابن إبراهيم ابن ساعد الأنصاري ؛ غنية اللبيب عند غيبة الطبيب ، تحقيق صالح مهدي عباس (بغداد ، مركز إحياء التراث العلمي العربي ، ١٩٨٤) .

٢/ ابن البرقمانى ، فاضل بن أبى الحسن الاسرائلى السكندري ؛ المقالة الحسينية في تدبير الصحة البدنية ، مخطوط (القاهرة ، جامعة القاهرة ، ١٠٧٥ هـ) .

٣/ ابن الجزار ، أبى جعفر أحمد ابن إبراهيم ؛ سياسة الصبيان وتدريبهم ، تحقيق محمد حبيب الهيلة (تونس ، مطبعة المنار ، ١٩٦٨) .

٤/ ابن الجزار ، أبى جعفر أحمد بن إبراهيم ؛ زاد المسافر ، المقالة السادسة في الأدواء التي تعرض في آلات التئاسل ، تحقيق جمعة شيخة والراضي الجازي (تونس ، المغاربية للطباعة والنشر ، ١٩٩٩) .

٥/ ابن النفيس ، علاء الدين أبو الحسن ؛ شرح تشريح القانون (www.kotobarabia.com) .

٦/ ابن سينا ، أبو علي الحسين ابن علي ؛ القانون في الطب ، ج ١ (بغداد ، مكتبة المثنى ، ب.ت) .

٧/ ابن هبل ، مهذب الدين على بن أحمد ؛ المختارات في الطب ، ج ١ (الهند ، مطبعة حيدر آباد الدكن ، ١٣٦٣ هـ) .

٨/ البغدادي ، عبد الطيف؛ مقالتان في الحواس ، تحقيق بول غلينجي
وسعيد عبده (الكويت ، مطبعة الكويت ، ١٩٧٢)

٩/ البغدادي ، موفق الدين عبد اللطيف ؛ الطب من الكتاب والسنة ، تحقيق
عبد المعطي أمين قلنجي (بيروت ، دار المعرفة ، ١٩٨٦) .

١٠/ البلخي ، أبي زيد احمد بن سهل ؛ مصالح الأبدان والأنفس ، تحقيق
محمود مصري (القاهرة ، معهد المخطوطات العربية ، ٢٠٠٥)
ص ٤٨٩ .

١١/ الجرجاني ، أبو سهل عيسى بن يحيى ؛ كتاب المائة في الطب ،
مخطوط برقم ٦/٢٣ (الموصل ، مكتبة الأوقاف خزانة داود الجلي ،
ب.ت .)

١٢/ الخطابي ، محمد العربي؛ الطب والأطباء في الأندلس الإسلامية ،
ج١ (بيروت ، دار الغرب الإسلامي ، ١٩٨٨)

١٣/ الرازي ، أبو بكر محمد بن زكريا ؛ التفسير والتشجير ، تحقيق
صبحي محمود حمامي (حلب ، معهد إحياء التراث العلمي العربي ،
١٩٩٢) .

١٤/ الرازي ، أبو بكر محمد بن زكريا ؛ الحاوي في الطب ، ج ١٠ ، ط ١
(الهند ، دائرة المعارف العثمانية بحيدر آباد ، ١٩٦٢) .

١٥/ الرازي ، أبي بكر محمد بن زكريا ؛ الحاوي الكبير في الطب ،
ج ١ ، ط ٢ (الهند ، مطبعة مجلس دائرة المعارف العثمانية في حيدر
آباد الدكن ، ١٩٧٤) .

١٦/ الرازي ، أبي بكر محمد بن زكريا ؛ المنصوري في الطب ، تحقيق
حازم البكري الصديق (الكويت : منشورات معهد المخطوطات
العربية ، ١٩٨٧) .

١٧/ الرازي ، أبو بكر محمد بن زكريا ؛ المرشد أو الفصول ، تحقيق
ألبير زكي إسكندر (القاهرة ، مجلة معهد المخطوطات العربية ،
١٩٦١) .

١٨/ الرهاوي ، إسحاق بن علي ؛ كتاب أدب الطبيب ، تحقيق
كمال السامرائي وداود سلمان علي (بغداد ، دار الشؤون الثقافية ،
١٩٩٢) .

١٩/ الزهراوي ؛ أبو القاسم خلف بن العباس ؛ التصريف لمن عجز عن
التأليف ، المقالة الثلاثون (لندن ، معهد وليكم لتأريخ الطب ،
١٩٧٣) .

٢٠/ الطبري ، أبو الحسن علي بن سهل رين ؛ فردوس الحكمة (برلين ،
مطبعة آفتاب ، ١٩٢٨) .

٢١/ القرطبي ، عريب ابن سعد الكاتب ؛ خلق الجنين وتدبير الحبالى
والمولودين (الجزائر ، مكتبة فراريس ، ١٩٥٦)

٢٢/ المجوسي ، علي بن العباس ؛ كامل الصناعة الطبية ، ج٢ (مصر ،
المطبعة الكبرى ، ١٢٩٤ هـ) .

٢٣/ أمين رويحة ؛ شباب في الشيخوخة ، ط٢ (بغداد ، مكتبة النهضة ،
١٩٧٢) .

- ٢٤/ بن زهر ، أبي مروان عبد الملك ؛ التيسير في مداواة والتدبير ، ج٢ (دمشق ، دار الفكر ، ١٩٨٣) .
- ٢٥/ ثابت بن قرة ؛ الذخيرة في علم الطب (القاهرة ، المطبعة الأميرية ، ١٩٢٨) .
- ٢٦/ راجي عباس التكريتي ؛ الظهار والفصال في التراث العربي (بغداد ، دار الشؤون الثقافية العامة ، ١٩٩٠) .
- ٢٧/ سليم بن عمار ؛ مقال إسحاق بن عمران في المالنخوليا ، بحث منشور (الكويت ، المؤتمر العالمي للطب الإسلامي ، ١٩٨١) .
- ٢٨/ عبد الرحمن العيسوي ؛ الإسلام والعلاج النفسي الحديث (بيروت ، دار النهضة العلمية للطباعة والنشر ، ب . ت .)
- ٢٩/ عبد المنعم عبد الحميد ؛ الساد (الماء الأبيض) بين القديم والحديث (الموصل ، مجلة جامعة الموصل ، عدد ١٥ ، ١٩٧٢) .
- ٣٠/ عبدا لله بن ناصر ؛ رعاية المسنين في الإسلام ، ط١ (الرياض ، العبيكان ، ١٩٨٨) .
- ٣١/ علي أحمد علي ؛ أضواء على مرحلة الشيخوخة ، مقال منشور (الكويت ، مجلة العربي ، العدد ١٣٣ ، كانون الأول ، ١٩٦٩) .
- ٣٢/ مجمع اللغة العربية ؛ المعجم الوجيز (القاهرة ، وزارة التربية والتعليم ، ١٩٩٠) .
- ٣٣/ محمد بن جرير الطبري ؛ تاريخ الأمم والملوك (بغداد ، المكتبة العصرية ، ١٩٣٩) .

- ٣٤/ محمد كامل حسين وعبد الحليم العقيلي ؛ طب الرازي - دراسة تحليلية
(القاهرة ، شروق القاهرة، ١٩٧٧) .
- ٣٥/ محمود الحاج قاسم ؛ الطب عند العرب تأريخ ومساهمات ، ط١
(جدة ، دار السعودية للنشر ، ١٩٨٧) .
- ٣٦/ محمود الحاج قاسم ؛ كبار السن ما لهم وما عليهم (طب ، مكتبة
الصفاء والمروة ، ٢٠٠٩) .
- ٣٧/ مريزن سعيد مريزن عسيري ؛ الاستبصار في زوال الفقار لهبة الله بن
الحسن بن جميع المصري ، دراسة تحليلية مقارنة، ج ١٧ ، عدد ٢٩
(السعودية ، جامعة أم القرى لعلوم الشريعة واللغة العربية وآدابها ،
١٤٢٥هـ)
- ٣٨/ منظمة الصحة العالمية ؛ الشيخوخة تبديد الخرافات (مصر ، المكتب
الإقليمي لشرق المتوسط ، ١٩٩٩) ص ٢٤ .