

الإسهامات الطبية للأطباء العرب والمسلمين في مجال الطب الوقائي

ط. تقريره الإنصاري (*)

كثيراً ما يلجأ الإنسان إلى الوقاية من الأمراض أو الآلام بقصد أو بشكل طبيعي؛ فكان يتوقف عن السير عندما يشعر بالتعب من السير، ويضغط على جزء معين في بطنه ليوقف الشعور الداخلى بالألم فيها، ويشرب المشروبات الباردة في أوقات القيظ، والعكس في الشتاء ليشعر بالدفء، ويضع غطاء على رأسه وعينه ليحمي رأسه من أشعة الشمس الحارقة.

وقبل أن نعرض لمسيرة الطب الوقائي عبر الحضارات المختلفة، وإسهامات العلماء العرب والمسلمين في مجال الطب الوقائي، علينا أن نوضح أقسام الطب عامة كما ذكرها بعض الأطباء، فلقد قسموا الطب إلى طب وقائي؛ وهو يقوم على حفظ الصحة والوقاية من الأمراض قبل أن تحدث، فإذا ما أصيب الإنسان بمرض، لا قدر الله، كان القسم الثاني وهو الطب العلاجي الذي يقوم على علاج الإنسان من مرضه، وإعادته لحالة الصحة مرة ثانية، سواء أكان بالجراحة أم برد العظم المكسور (في حالات الكسر) أم غير ذلك مما يلزم لإعادة حالة الصحة للشخص المريض، والقسم الثالث وهو الطب النفسي؛ وقد ظهر كثيراً عند الشيخ الرئيس أبي علي الحسين بن عبد الله بن الحسن البلخي البخاري، المعروف بابن سينا، المتوفى ٤٢٨ هـ، وغيره من الأطباء العرب، وهو مجال خصب، لكنه خارج نطاق بحثنا هذا.

وحديثنا الآن ينصب على الطب الوقائي (القسم الأول) من أقسام الطب التي

عرضناها، وسوف نتحدث عنه من خلال:-

حفظ الصحة (الطب الوقائي) في الحضارات القديمة

تتجلى أشكال ومظاهر حفظ الصحة عند قدماء المصريين في العديد من أوجه الحياة سواء في المأكل أو المشرب أو المسكن، فقد ذكر المؤرخ هيرودوت (ت عام ٤٥٠ ق. م) أن الذين زاولوا الختان من أقدم العصور هم المصريون والآشوريون والكولشيديون والأحباش، أما غيرهم من الشعوب الأخرى فقد عرفوه عن المصريين. أما بالنسبة إلى السن التي تجرى فيها عملية الختان للأولاد فغالباً ما بين السادسة والثانية عشرة من أعمارهم.

(*) باحث أول مخطوطات بمركز المخطوطات - مكتبة الإسكندرية.

ويبدو أن المصريين القدماء كانوا ينظرون إلى هذه العملية على أنها صحية ودينية؛ وذلك لأنها : كانت تجرى في المعابد، ومع أنها لم تكن مقصورة على الملوك والكهنة، فإنها كانت محتمة على مَنْ يقومون بطقوس معينة، ومع ذلك فلم تكن فرضاً على الشعب، كما وجد لقب الكاهن المَحْتَنُّ؛ أي الذي يقوم بالختان، وهذا يدل على أن هذه العملية كانت لا تدخل تحت اختصاصات الجراح العادي، بل اتخذت شكلاً دينياً إلى جانب فوائدها الصحية عند قدماء المصريين.

كما أورد المؤرخ ديودوروس الصقلي (ت عام ٥ ق. م) في أحد مؤلفاته أن أسلوب حياة قدماء المصريين يبدو مرتباً كأن طبيباً نَظَّمَهُ وفقاً لقوانين الصحة، لا مشرعاً مبتكراً للقوانين، وكان الزواج في مصر القديمة يتم بمجرد البلوغ؛ مما جنب المراهقين الكبت الجنسي وما ينشأ عنه من عُقد. وكان الإجهاض وتحديد النسل يعاقبان عقاباً شديداً، والعلاقات الجنسية محرمة أثناء الحيض. أما الدعارة المقدسة الموجودة في الهند مثلاً فلم يعثر في معابد مصر القديمة على أي أثر يدل عليها، مما يؤكد أن قدماء المصريين كانت لديهم معرفة طبية وصحية بما تجلبه مثل هذه الأفعال من آثار سلبية على صحة الإنسان.

كما كان المصري القديم يتميز بالنظافة الفائقة سواء أكان غنياً أم فقيراً، وقد أعجب السياح الإغريق بالمظاهر المختلفة لنظافة المصريين مثل عادة غسل أواني الشرب، واستعمال المليينات والمقيئات ثلاثة أيام كل شهر، بل إن هيرودوت أشفق على الكهنة من تغاليهم في النظافة (ولا شك في أن للكهنة فضلاً كبيراً في تعليم المصريين النظافة، حيث كان الكاهن يقوم بغسل يديه في الصباح وفي المساء، وقبل الأكل، وبعد كل عمل يعتبر نجساً) ولم يعرف المصريون الصابون، بل كانوا يستعملون الصودا في الغسيل، وكذلك الزيوت والروائح العطرية لصيانة البشرة وحفظ نعومتها.

كما تجلت مظاهر حفظ الصحة عند قدماء المصريين سواء الرجال أو النساء في التخلص مما ينمو على أجسادهم من شعر إما بالحلق أو بالنتف، أما الكهنة فقد كانوا يحلقون شعر رؤوسهم ووجوههم تماماً.

كما وجد في بلاد الرافدين ثلاثة مذاهب للمعالجة :

١ - المعالجة بالنصح (الطب الوقائي).

٢ - المعالجة بتشخيص المرض ووصف الأدوية النباتية والحيوانية والمعدنية، والطب المزاجي (الطبيعي).

٣ - المعالجة بالسحر والطلاسم (الطب النفسي أو الروحي) .

ولقد ذكر الكاهن الكلداني (بروسيس) أن ماء النهر في بلاد ما بين النهرين كان يرشّح قبل الاستعمال في زير كبير ذي مسامات، الأمر الذي لا يزال معمولاً به في وقتنا الحاضر حتى في بعض القرى في مصر.

ولكن ما المقصود بالطب الوقائي في بلاد ما بين النهرين، أي عند البابليين والآشوريين ؟ لقد استولى الطب الوقائي علي مفاهيم البابليين والآشوريين دون وعي، فربما جاءت تصرفاتهم في حياتهم اليومية للمحافظة على صحتهم عامة هذا من جانب، ومن جانب آخر فلقد كانت المفاهيم التي تختص بالآلهة أو خدمة المعابد (مثل التعاويذ والطقوس) كانت دائماً في المقدمة بسبب الخوف من الظواهر الطبيعية التي لم يكتشفوا أسرارها أو أسرار وجودها، فكانوا يلجأون إلى بعض التعاويذ مثل (تعويذة أريد) في حال تفشي الأوبئة، وللعلم فإن كلمة تفشي الأوبئة ما هو إلا اصطلاح طبي وقائي حسب مفاهيم العصر الحديث، وهو استنتاج لما كان قائماً من محاولات صحية في تلك الأيام.

ثم هناك نبات (آرتو) الذي ذكر المؤرخون أنه نبات يُمزج مع الزيت ويُدهن به الجسم ليطرده الهوام والحشرات، فلا يعلوه القمل. والقمل أو الهوام كما هو معروف حالياً ما هو إلا واسطة من وسائط نقل المرض أو الوياء ليس من إنسان لآخر فحسب، بل من مكان لآخر؛ وهذا يوحي بأن هناك محاولات وقائية صحية جاءت على شكل (طلاء) وهو ما نستعمله حالياً.

وقد ساد في حضارة ما بين النهرين اعتقاد لعله صحي أكثر منه ديني وأخلاقي، فلقد كانوا يعتقدون أن المرض من غضب الآلهة على المذنبين من البشر، أو هو من صنع الأرواح الشريرة، وأن من الذنوب المسببة للمرض السرقة والقتل والبصق في ماء النهر الذي يرتوي منه الناس، وتناول الطعام من ماعون قدر، والكذب، والقصد الضمني مما سبق - اعتبار تلك الأفعال ذنوباً تستحق العقاب - هو الوقاية الصحية العامة، هذا بالإضافة إلى كون مثل تلك الأعمال لا تتفق وطبيعة الإنسان السوي، والمبدأ بحد ذاته مبدأ لحفظ الصحة والوقاية من الأمراض وخطوة سلوكية حضارية، باعتبار الصحة هي السلامة البدنية والنفسية والاجتماعية.

أما عند الهنود فلقد ذكر أبو الحسن علي بن زَيْن الطبري المتوفى بعد سنة ٢٣٦هـ بعض التحذيرات عن الهنود في المأكَل والمشرب، تلك التي أرى أنها اشتملت على جميع

مصالح الإنسان وحفظ صحته من الأمراض، يتضح منها أن الهنود كانوا يدركون أهمية الصحة لدى الإنسان؛ فأوردوا كثيراً من الأمور التي تقي الإنسان من الوقوع في المرض. وجاء في أحد تشريعاتهم تحذير عن عقد الزواج بين أحد شخصين مصابين بالسُّل أو الصرع أو البرص أو سوء الهضم المزمن أو البواسير؛ وذلك حفاظاً على الصحة العامة للزوجين، وألا يعدي أحد الزوجين الآخر، وكذلك حتى لا تنتقل مثل هذه الأمراض للأولاد بعد ذلك، كما دعوا إلى تعقيم الجروح بالتبخير، وهذه الدعوة هي أول ما نعرفه من جهود في وسائل التطهير في أثناء الجراحة، وهذه كلها هي وسائل وأساليب من الطب الوقائي وحفظ الصحة.

أما الطب الفارسي فقد كان من أعمال الكهنة، وكانوا يمارسونه على أساس أن الشيطان هو المتسبب في كثير من الأمراض، ويجب معالجتها بمزيج من السحر ومراعاة قواعد الصحة العامة، وحجتهم في ذلك أن الرُّقى إن لم تشف المرض فإنها - خلافاً للعقاقير - لا تقتل المريض.

كما يظهر الطب الوقائي (حفظ الصحة) عند الإغريق من خلال المحافظة على توازن العناصر الأربعة التي يتكون منها جسم الإنسان، فنجد مثلاً أن الكمايون^(١) عرّف الصحة تعريفاً ينبع من تصوره الفيثاغوري للأشياء، فقال إنها: التوافق بين أجزاء الجسم المختلفة إنها توازن بين قوى البدن، فإذا تغلبت إحدى هذه القوى انعدم التوازن وحدث الاختلال والمرض.

ونجد نفس المعنى عند أمبادوقليس (فيلسوف يوناني من أهل القرن الخامس قبل الميلاد). حيث يذكر أن الصحة تتوقف على التوازن بين عناصر الجسم الأربعة: الماء والهواء، والنار، والتراب، كما ينجم المرض عن اختلال توازنها.

بينما يذكر أبقراط Hippocrate (المولود حوالي سنة ٤٦٠ - ٣٧٠ ق.م) أن الصحة إنما هي حالة من التوازن المستقر، والمرض إنما هو اختلال في ذلك التوازن، كما نصح بالصوم والاستحمام، والمشي والرياضة، والتنفس في الهواء الطلق. ومن العلاجات التي استخدمها أبقراط: استخدام المسهلات، والمقيئات والمنعشات.

(١) هو الكمايون الكروتوني (المولود حوالي سنة ٥٠٠ ق.م) زعيم أقدم مركز طبي في بلاد اليونان، نما في أقرطونا بجنوب إيطاليا، وهو أحد أنصار المدرسة الفيثاغورية. د. محمد عبد الرحمن مرجبا: الجامع في تاريخ العلوم، بيروت: منشورات عويدات، ط ٢، ١٩٨٨ م، ص ٩٨.

والمحيضات والحقن الشرجية والجلدية والفصد. واستعان على إخلاء الجسم بالتقنين الصارم المسغب للطعام، وعمد إلى المسكنات والحمامات، والفرك والتدليك، ووصف ماء الشعير نقيع الشعير وحساء الشعير، وكذلك أدركوا أهمية التطهير من الجراثيم وغيرها. ومما يبدو من هذه العلاجات والوسائل أنها في مجملها أساليب للوقاية من الأمراض وحفظ الصحة، والتي عُوِّلَ عليها واستُخدمت في الحضارات السابقة على الحضارة اليونانية، مثل الحضارة المصرية القديمة^(١).

وتبدو مظاهر حفظ الصحة (الطب الوقائي) عند الرومانيين من خلال بعض مظاهر الحياة المتبعة عندهم مثل الختان، وتشير المصادر العلمية إلى أن الطقوس الدينية لدى الرومانيين كانت تحوي مبادئ ونصائح لحفظ الصحة، وأن هذه المبادئ كانت بمثابة فروض دينية لا يجب الخروج عليها.

ويذكر د.كمال السامرائي :

" ومما يدعو إلى الاستغراب، أنه بالرغم من تفاهة الطب ونزرة الأطباء في روما وتوابعها من المدن، وعدم اهتمام حكامها بالشئون الطبية، فقد كانت روما وكبريات المدن في ديارها تتمتع بدرجة من وسائل الوقاية الصحية والطب الاجتماعي، فكان فيها تدفئة مركزية منذ مئة سنة قبل الميلاد. وفيها أفضل طرق ذلك الزمان لتوصيل المياه النظيفة إلى بيوت السكن والأمكنة العامة. وفيها مجار للمياه القذرة والأوساخ. كما استحدثت فيها أخيراً محلات لحجز نساء الدعارة لمكافحة الأمراض المعدية^(٢).

وتشير المادة العلمية السابقة إلى عدم تقدم الطب عند الرومانيين بالرغم من تقدم المعارف الصحية والوقائية؛ ويبدو لي أن ذلك أمر طبيعي فاهتمام الرومانيين بالوقاية من الأمراض والنظافة في المسكن وغيرها من الأماكن العامة جعلهم ليسوا في حاجة إلى أطباء مهرة؛ وذلك لعدم تفشي الأمراض والأوبئة الخطرة.

هذا عن العصر الأول لروما (قبل الميلاد)، أما إبان الإمبراطورية الرومانية فقد هاجر إلى روما أبرع أطباء اليونان والإسكندرية.

(١) محمد بن أحمد التميمي المقدسي : مادة البقاء في إصلاح فساد الهواء والتحرز من ضرر الأوباء. تحقيق ودراسة: يحيى شعار، القاهرة: معهد المخطوطات العربية (المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم)، ط ١، ١٤٢٠ هـ / ١٩٩٩ م، ص ص ٥٨، ٥٩ .

(٢) د. كمال السامرائي : مختصر تاريخ الطب العربي، بيروت: دار النضال، ط ١، ١٤٠٩ هـ / ١٩٨٩ م، ج ١، ص ١٢٩ .

الطب الوقائي في الحضارة العربية الإسلامية :

أولاً - الطب الوقائي قبل الإسلام

لقد كانت للبيئة الصحراوية الصافية الأثر الفعال في اجتلاب عقول الإنسان العربي قبل الإسلام إلى الاعتماد على الأعشاب والأدوية والنباتات في المسائل العلاجية، والاعتماد الأكبر على بعض التدابير الصحية التي تقيه من الأمراض، وقد كانت مثل هذه التدابير بمثابة معارف يتناقلها الخلف من السلف.

أما بالنسبة للعلاجات النباتية التي كانت لدى العربي قبل الإسلام فقد كانت تعتمد على التجربة والدربة في استخدام هذا العلاج ومقداره وكيفية تناوله في هذا المرض دون غيره.

والى جانب ذلك فإن بعض الأطباء في فترة ما قبل الإسلام عرفوا السحر والكهانة وما يشمل من الاعتقاد بتأثيرات الخرزات والأحجار والتمايم، وكانوا يستخدمونها لأغراض مختلفة، منها:

- ١ - التخلص من بعض الآلام أو الأمراض، على حسب معتقداتهم .
- ٢ - اكتساب الثقة بالنفس خاصة عند مقابلة الحكام أو الخصوم .
- ٣ - التحبب إلى الناس .
- ٤ - تجنب الآفات عامة وإصابة العين خاصة .
- ٥ - جلب الحظ السعيد والرزق لهم .

٦ - المحافظة على ما يمتلكونه من حيوان و زروع وغيره، فعلقوا العظام أو المعادن أو نعل الحيوان مثل نعل الفرس، ورسموا العين واليد على الجدار وفوق الأبواب، لحمايتها من العيون المؤذية، ولا يزالون يستعملونها لحماية أنفسهم ومقتنياتهم حتى الآن.

وقد كانت الأوبئة تفتك بالناس فتكاً، فكان الأغنياء والموسرون يقرون من الأماكن المزدحمة أو الموبوءة إلى أماكن بعيدة، ويلجأون إلى الصحاري حيث الجو الجاف ابتعاداً عن المصابين بتلك الأماكن الموبوءة، وكانوا يرجعون أسباب الأوبئة والأمراض عموماً إلى غضب الآلهة على الناس، وإلى أرواح شريرة تصيب الجسم من الأكل والشرب، وإلى أنواع من الهوام والحشرات. ومن أشهر أنواع هذه الأوبئة الطاعون، والجدرى، والهيضة وهو الإسهال الشديد (الكوليرا).

والعرب قبل الإسلام مثل غيرهم من الشعوب السابقة، وفي جملتهم العبرانيون، كانوا يعتقدون أن الأمراض هي غضبٌ من الآلهة على الإنسان لتنتقم منه؛ وذلك بسبب عدم قيام المريض بواجباته تجاه الآلهة؛ لذلك كان المرضى يسرعون في تقديم النذور والقرايين للآلهة ترضية واعتزازاً لها، ورغبة في الشفاء من هذه الأمراض؛ ولذلك كان الطب من واجب الكهان ورجال الدين بالدرجة الأولى .

ومما يروى عن شدة اعتقادهم في بعض الأفعال أنه رُوِيَ أن العرب عرفوا العدوى بالأوبئة، فكان إذا أراد أحدهم أن يدخل قرية تفسى فيها وباء أو مرض مُعدٍ، فعليه أن يتخذ التدابير لذلك - من وجهة نظرهم - بأن يتوقف على مدخل القرية المصابة بالوباء وينهق كما تفعل الحمير، ثم يعلّق عليه كعب أرنب، وتسمّى هذه العملية (التعشير) وقيل سبب ذلك؛ لاعتقادهم أن الحميات عامة تهاجم وتصيب البشر دون البهائم، فينهقون ليوهموا الحميات أنهم من تلك البهائم والحيوانات لا من البشر فلا تقربهم، وبالتالي لا يصابون بأذى.

وإذا أرادت المرأة المقلدة وهي المرأة التي يموت ولدها بعد الولادة أن يعيش ولدها، ففي إمكانها ذلك إذا تخطت القتل الشريف سبع مرّات، وعندئذ يعيش ولدها. وهي في مجملها أسباب نفسية، فقد كانوا يعتقدون أن مثل هذه التمايم والأحجار هي التي تقيهم الشر والسحر والحسد؛ وبالتالي كانوا يلجأون إليها.

ومما فسّر العرب قبل الإسلام حدوث الطاعون بسبب (وخز الجن)، فهو يقع لأن الجن تطعن الشخص وتوخزه، فيصاب بالطاعون. وقد كانت الحروب من المصادر التي غذت العربية الجنوبية بمادة دسمة من الأوبئة؛ حيث كانت تُخلف وراءها الكثير من الجثث التي تتعفن، فتكون بذلك مناطق أخرى موبوءة؛ ودليل ذلك ما نجده في كتابات المسند من إشارات إلى أمراض وأوبئة تعم المناطق المنكوبة بالحروب، حيث تكنس من الأحياء ما نجا من الموت بالسيف .

وكان الحارث بن كلدة بن عمرو بن علاج الثقفي (المتوفى نحو ٥٠هـ / ٦٧٠ م) طبيب العرب في زمنه، وهو من ثقيف من أهل الطائف، رحل إلى بلاد فارس، وأخذ الطب عن أهل " جنديسابور " وغيرها في فترة ما قبل الإسلام، ثم عاد إلى الطائف. وقد أمره رسول الله صلي الله عليه وسلم أن يعالج سعد بن أبي وقاص في حجة الوداع عندما مرض. وقال له رسول الله صلي الله عليه وسلم : " عالج سعداً مما به " والحارث علي غير دين الإسلام .

وقد مارس التطبيب بين العرب المبشرون، وأكثرهم من الأعاجم، وكانوا قد درسوا الطب وتعلموه على الطريقة اليونانية، فلمَّا أرسلوا إلى بلاد العرب أو جاؤوا هم أنفسهم للتبشير، مارسوا تطبيب المرضى، وقد شقوا جماعة من سادات القبائل، وأثر شفاؤهم هذا عليهم فاعتنقوا النصرانية، وكان طبهم مبنياً على العلوم والتجارب السابقة، ومتقدماً جداً بالنسبة إلى طب أهل البادية، لذلك نجح المبشرون والنصارى في معالجة أمراض الأعراب، ولا سيما سادتهم، الذين صاروا يقصدونهم لنيل الشفاء على أيديهم. ومن ثم اشتهر النصارى بالطب، ولمَّا جاء الإسلام كان أكثر الأطباء من النصارى، وعلى أيديهم تخرج الأطباء المسلمون.

ومن أقوال الحارث بن كلدة :

" من أراد البقاء ولا بقاء (أي ولا خلود في الدنيا في الحقيقة) فليجود الغذاء وليأكل على نقاء (أي لا يدخل طعاماً على طعام) وليقل من شرب الماء، ويتمشى بعد العشاء، ولا يبيت حتى يعرض نفسه على الخلاء "

وقال " دخول الحمام على البطنة (أي امتلاء البطن من الطعام) من شر الداء "

وقيل أنه وصى ولده بقوله : (يا بنى عود نفسك الأثرة ومجاهدة الشهوة، ولا تنهش نهش السباع، ولا تخضم خضم البراذين، ولا تدمن الأكل إدمان النعاج، ولا تلقم لقم الجمال. إن الله جعلك إنساناً فلا تجعل نفسك بهيمة، واحذر سرعة الكظة وسرف البطنة، فقد قال بعض الحكماء : إذا كنت بطيناً فعد نفسك مع الزماني). ومن حكمه قوله : (لا تتكحوا من النساء إلا الشابة، ولا تأكلوا من الحيوان إلا الفتى، ولا من الفاكهة إلا النضيج).

وقد عرف العرب قبل الإسلام أثر المعدة في الصحة العامة للإنسان، وأنها مصدر العديد من الأمراض، فعُدَّت بذلك المعدة بيت الداء، والحمية أي قلة الطعام رأس كل دواء.

وقد كان الناس يكرهون مجالسة البُرص خشية العدوى منهم، فكان الملك (عمرو ابن هند) يتجنب مؤاكلة البُرص، ويأمر بنضح الأمكنة التي يجلسون عليها حذر العدوى. وكانت قریش قد أخرجت (أبا عزة، عمرو بن عبد الله بن عمير بن وهيب بن حذافة)، وهو من البُرص، من مكة مخافة العدوى، وفي هذا ملمح واضح عندهم على الوقاية من مرض البرص.

وقد ذكر د. جواد علي ذلك، فقال: "وقد كانت أمراض الجلد من الأمراض المتفشية بالنسبة إلى تلك الأزمنة؛ لقلة العناية الطبية، ولل فقر وعدم توفر وسائل النظافة والتنظيف بين معظم الناس، ولسوء تغذيتهم بسبب فقرهم العام"^(١).

ويذكر أيضاً "وقد كانت الحُمى منتشرة في المواضع التي تكون فيها الينابيع والمستنقعات والمياه الآسنة الواقفة وما شاكل ذلك من أمكنة، ولما كان العرب في حاجة شديدة إلى الماء، كانوا يشربون منها اضطراراً، فأصيبوا بسبب ذلك بأنواع من الأمراض.

وقد كانت وسائل مقاومة البعوض الناقل للحُمى غير معروفة، كما أن وسائل العناية بالصحة وتنظيف الجسم لم تكن متوفرة عندهم بسبب فقر أكثرهم؛ لذلك صارت أجسامهم معرضة لمختلف الأمراض، ولا سيما بين أهل المدر الذين لم تكن بيوتهم صحية، ولا مياههم نقية، وكانت بيوتهم ضيقة غير صحية، فكانوا يصابون بالسل وبالأضرار الأخرى، أكثر من الأعراب المتباعدين في السكن... ويستشقون الهواء النقي، وتقيهم الشمس من شر الجراثيم"^(٢).

وكان العرب قبل الإسلام إذا خافوا على المرأة الحامل، ووجدوا أن ولدها ميت في بطنها، استخرجوه منها وجوزوا قيام الرجل بذلك، وعبروا عن ذلك بـ (السطو). وذلك للمحافظة على صحة الأم .

ويظهر الجانب الوقائي أيضاً عند العرب قبل الإسلام في طريقة تفاديهم الثقب (قرح الفراش) الذي يحدث للمريض من طول نومه على جانب واحد في مرضه؛ فذكر د. كمال السامرائي قائلاً :

"ولاحظوا أن المريض إذا طال اضطجاعه على كيفية واحدة، فإن جانب جسمه الذي ينام عليه يتعرض لقرحة تثقب عميقاً في لحمه فسموها (الناقبة)، فعالجوها وقاية بتكرار تغيير الجانب الذي ينام عليه المريض، وهي طريقة ناجحة لهذه الحالة"^(٣).

ثانياً - الطب الوقائي في الكتاب والسنة

لم يجهل العرب أهمية حفظ الصحة، وكان العرب يعرفون جيداً أن علم الصحة

(١) د. جواد علي: المفصل في تاريخ العرب قبل الإسلام، آوند دانش للطباعة والنشر، ط ١، ١٤٣٧ هـ / ٢٠٠٦ م، ج ٨، ص ٣٠٩.

(٢) المرجع السابق، ص ٣١١، ٣١٢.

(٣) د. كمال السامرائي: مختصر تاريخ الطب العربي، مرجع سابق، ج ١، ص ٢٠٢.

يعلمنا طرق الوقاية من الأمراض التي لا يستطيع الطب شفاءها، وكانت مناهجهم الصحية طبية منذ القدم، وما أمر به القرآن من الوضوء والامتناع عن شرب الخمر ثم ما سار عليه أبناء البلاد الحارة من تفضيل الطعام النباتي على الطعام الحيواني غاية في الحكمة، وليس فيما نسب إلى النبي من الوصايا الصحية ما ينتقد^(١).

كما يزخر القرآن الكريم بالكثير من الآيات التي تحث الإنسان المسلم على الوقاية من الكثير من الأمراض، وقد أيدت ذلك النظريات العلمية الحديثة؛ وسوف أوضح ذلك بذكر بعض الأمثلة لتعاليم الدين الإسلامي، فنجد مثلاً في :

١ - الوضوء

قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا ...﴾^(٢) ففي الوضوء حكمة بالغة، إذ أنه يجعل أعضاء جسم المسلم نظيفة لتكرار الوضوء خمس مرات قبل كل صلاة، مما يجعل جسم المسلم في نظافة مستمرة، والنظافة تحفظ صحة الإنسان، وتقيه من كثير من الأمراض، كذلك التطهر بعد التبول والتبرز .

كما أن القذارة هي بيئة صالحة لوجود القمل الذي ينقل الحمى التيفوسية، وأمراض أخرى كثيرة، تنتقل بالذباب وعدم غسل الأيدي، مثل التيفويد والدستاريا والكوليرا، هذا فضلاً عن الأمراض الجلدية المختلفة .

وإن نظافة الفم عدة مرات سواء في الوضوء أو قبل الصلاة - استخدام السواك - من أهم أسباب الوقاية من أمراض الأسنان واللثة، وكذلك غسل طاقة الأنف بالماء من أهم وسائل الوقاية من الزكام المتكرر .

هذا فضلاً عن الفائدة الروحية، حيث إنه حركة استعداد للصلاة، وكأنه فترة للتأمل بين عمليتين مختلفتين^(٣).

٢ - الصلاة

قال تعالى: ﴿وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا لَا نَسْأَلُكَ رِزْقًا نَحْنُ نَرْزُقُكَ

(١) دغوستاف لوبون : حضارة العرب، ترجمة: عادل زعيتر، القاهرة: مطبعة عيسى البابي الحلبي، بدون تاريخ، ص ٤٩٢ .

(٢) سورة المائدة : آية ٦ .

(٣) انظر: د. محمود دياب : الطب والأطباء في مختلف العهود الإسلامية، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٧٠ م، ص ٨٣ .

وَالْعَاقِبَةُ لِلتَّقْوَى﴾^(١) فللصلاة الكثير من الفوائد للإنسان، وهي تنهى عن الفحشاء والمنكر والبغى، وفي الصلاة تطمئن القلوب الراجعة وتخضع النفوس الخائفة، ولها أثر مباشر في أعضاء الجسم وجميع أجهزته فهي رياضة سهلة للكبير والصغير؛ لأن فيها تتحرك عضلات الجسم كله، وكذلك المفاصل والعمود الفقري، وقد أثبت العلم الحديث ذلك^(٢).

٣ - الصوم

قال الله سبحانه وتعالى :

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ (١٨٣) أَيَّامًا مَّعْدُودَاتٍ فَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ فَمَن تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَأَن تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنتُمْ تَعْلَمُونَ﴾^(٣).

وقد تحدث د. محمود دياب عن فوائد الصوم، يقول : لقد فرض الله الصيام لأغراض دينية، منها تعلم النفس الصبر وتحمل الجوع والعطش؛ ليشعر الصائم بالمرء الفقير، ولذلك يسارع المؤمن إلى مساعدة أخيه المحتاج دون أن يسأله سواء بطريق الزكاة أو بطريق الصدقة أو غيرهما، والصيام يعوّد الإنسان النظام والقناعة والصبر وكبح الشهوات.

أما فوائد الصيام الصحية فهي كما يأتي :

إن الصيام يفيد في كثير من الأمراض، بل هو علاج أساسي في بعضها؛ إذ يستعمل للعلاج فيما يأتي :

١ - اضطرابات الأمعاء المزمنة والمصحوبة بتخمر في المواد الزلالية والنشوية، وهنا ينجح الصيام وخصوصاً عدم شرب الماء بين الأكلتين، وأن تكون بين الأكلة والأخرى مدة طويلة كما في صيام رمضان، وإذا أخذ الغذاء المناسب على حسب حالة الشخص كانت أنجح طريقة لتطهير الأمعاء.

٢ - زيادة الوزن الناشئ من كثرة الغذاء وقلة الحركة أو بإسراف الناس على أنفسهم في التهام الطعام فيزدادون وزناً، ويبطئون في حركتهم، ويستخدم الصيام والحمية في الطب الحديث في علاج السمنة المفرطة.

(١) سورة طه : الآية ١٣٢ .

(٢) د. محمود دياب: الطب والأطباء في مختلف العهود الإسلامية، مرجع سابق، ص ٨٤ .

(٣) سورة البقرة : الآيتان ١٨٣، ١٨٤ .

٣ - زيادة الضغط الذاتي : يكثر في هذه الأيام الانفعالات النفسية وحياة الترف التي يحيها بعض الناس لتزداد متاعهم، وينتج ارتفاع الضغط في الدم .

والصيام خير علاج لهذه الحالة، وخاصة إذا كان الشخص ثقيل الوزن.

٤ - البول السكري : وهو ينتشر في هذه الأيام انتشار ارتفاع ضغط الدم، ويكون في مدته الأولى وقبل ظهوره مصحوباً غالباً بزيادة في الوزن. والصيام في هذه الحالة خير علاج إذ أن السكر يهبط مع قلة الوزن، ويهبط السكر في الدم بعد الأكل بخمس ساعات إلى أقل من الحد الطبيعي في حالات البول السكري الخفيف وبعشر ساعات إلى أقل من الحد الطبيعي بكثير .

ولا يزال الصيام مع بعض ملاحظات في الغذاء أهم علاج في هذا المرض حتى بعد ظهور الأنسولين وغيره من علاج السكر، وخصوصاً إذا كان هذا الشخص يزيد في الوزن الطبيعي.

٥ - التهاب الكلى الحاد والمزمن المصحوب بتورم .

٦ - أمراض القلب المصحوبة بتورم في الساقين .

٧ - التهاب المفاصل المزمنة وخصوصاً إذا كانت مصحوبة بسمنة كما يحدث عند كثير من السيدات بعد سن الأربعين، وقد تحسنت حالات بالصيام أكثر من جميع علاجات الطب الحديث من كهرباء وأدوية على مختلف أشكالها وأنواعها^(١).

ومنذ مطلع النبوة الشريفة كان هناك طب نبوي كريم، وقد جمع الإمام البخاري - رضي الله عنه - أحاديث نبوية صحيحة تؤلف كتابين من الجزء السابع من صحيح البخاري، يبدؤها البخاري في الكتاب الثاني بحديث النبي صلى الله عليه وسلم : (ما أنزل الله داء إلا أنزل له دواء) .

والكتاب الأول يحوي ثمانية وثلاثين حديثاً، والثاني يحتوي على واحد وتسعين حديثاً، وهناك كتب متعددة عن الطب النبوي، منها: كتاب الأحكام النبوية في الصناعة الطبية للحموي، وكتاب الطب النبوي لشمس الدين محمد بن أبي بكر المعروف بابن قيم الجوزية.

وهناك الكثير من الأحاديث النبوية الخاصة بالطب الوقائي، نذكر منها قول رسول الله صلى الله عليه وسلم : (ما ملأ ابن آدم وعاء شراً من بطن، حسب بن آدم أكلات

(١) د. محمود دياب : الطب والأطباء في مختلف المهور الإسلامية، مرجع سابق، ص ٨٥، ٨٦ .

يقمن صلبه، فإن كان لا محالة: فتلت طعام، وتلت شراب، وتلت لنفسه^(١)، وقوله في حديث آخر: (نحن قوم لا نأكل حتى نجوع وإذا أكلنا لا نشبع)^(٢).

وفي الوقاية من العدوى قال صلي الله عليه وسلم: (إذا سمعتم بالطاعون بأرض فلا تدخلوها، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا منها)^(٣).

ويذكر د. عامر النجار - في هامش تحقيق كتاب ابن أبي أصيبعة - معلقاً على هذا الحديث فيقول: "ولو عرفت أوربا هذا الحديث الشريف وطبقته حين أصابها الطاعون في أواسط القرن الرابع عشر الميلادي لخفت حدة ضحايا الطاعون آنذاك؛ حيث بلغت ضحاياه قرابة خمسة وعشرين مليون نسمة"^(٤).

وهذا الحديث يطابق تعاليم الحجر الصحي الحديث:

حيث إنه يمنع قدوم أي شخص من أرض بها وباء؛ لأنه يكون بمثابة نقل عدوى من دولة وإصابة الخالية بها، ويمنع القانون الدولي الآن انتقال مريض من أرض بها وباء إلى دولة أخرى خالية عنه.

وفي حديث آخر عن أبي هريرة يقول: قال رسول الله صلي الله عليه وسلم: (لا عدوى ولا طيرة، ولا هامة ولا صقر، وفر من المجذوم كما تفر من الأسد)^(٥)، وفي الحث على النظافة ورد في الأثر عن عامر بن سعد عن أبيه، عن النبي صلي الله عليه وسلم قال: (إن الله طيب يحب الطيب، نظيف يحب النظافة، كريم يحب الكرم، جواد يحب

(١) الإمام أحمد بن محمد بن حنبل: المُسَنَد، شرحه وصنع فهارسه: حمزة أحمد الزين. القاهرة: دار

الحديث، ط ١: ١٤١٦ هـ / ١٩٩٥ م، ج ١٢، ص ٢٩٤، ٢٩٥. حديث رقم ١٧١٢٠.

(٢) لم نشر على هذا الحديث بعد البحث والتفتيش في كتب السنة النبوية، ولم يذكره فيما وقفنا عليه سوى برهان الدين الحلبي في السيرة الحلبية ٣ / ٢٩٥ من غير إسناد.

(٣) للإمام أبي عبد الله محمد بن إسماعيل بن إبراهيم بن المغيرة البخاري: صحيح البخاري (الجامع الصحيح). القاهرة: جمعية المكنز الإسلامي، ١٤٢١ هـ، ج ٢، كتاب الطب، باب ما يذكر في الطاعون، ص ١١٨٦. حديث رقم ٥٧٨٧، وأورده ابن حجر العسقلاني بنص مغاير بعض الشيء، فقال (إذا سمعتم به بأرض فلا تقدموا عليه، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا فراراً منها) الإمام الحافظ أحمد بن علي بن حجر العسقلاني: فتح الباري شرح صحيح البخاري، رَقَمَ كُتُبَهَا: أ. محمد فؤاد عبد الباقي. الرياض. دمشق: دار السلام، دار الفيحاء، ط ٢، ١٤٢١ هـ / ٢٠٠٠ م، ج ١٠، ص ٢٢٠، ٢٢١، رقم الحديث ٥٧٢٩.

(٤) ابن أبي أصيبعة: عيون الأنباء في طبقات الأطباء، تحقيق ودراسة د. عامر النجار. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب، ٢٠٠١ م، ص ٢٢ بالهامش.

(٥) الإمام البخاري: صحيح البخاري (الجامع الصحيح)، مرجع سابق، ج ٢، كتاب الطب، باب الجذام، ص ١١٨٢، حديث رقم ٥٧٦٩.

الجود، فنظفوا أفئيتكم، ولا تشبهوا باليهود^(١). وفي حديث آخر في النهي عن التبول في الماء : عن أبي هريرة أنه سمع رسول الله صلي الله عليه وسلم قال : (لا يبولن أحدكم في الماء الدائم الذي لا يجري ثم يغتسل فيه)^(٢).

وعن جابر بن عبد الله قال : (نهى رسول الله صلي الله عليه وسلم أن يبال في الماء الجاري)^(٣). وقال رسول الله صلي الله عليه وسلم : (اتقوا الملاعن الثلاث : البراز في الموارد والظل وقارعة الطريق)^(٤).

وعن فضل السواك ومدى فائدته في حفظ صحة الأسنان واللثة، قال رسول صلي الله عليه وسلم (لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك مع كل صلاة)^(٥).

والآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة هي في مجملها تنصح وتحث الإنسان على حفظ الصحة سواء ما أثبتته العلم الحديث أو لم يثبته بعد^(٦).

فالتب الطب العربي على مدى ازدهاره فيما بين القرن الثالث والسادس الهجري كان طباً للأصحاء بقدر ما كان طباً للمرضى. أو كما قال سنان بن ثابت بن قرة لعضد الدولة البويهى : (إن موضوع صناعتنا حفظ الصحة لا مداواة الأمراض)^(٧)، وبمفهوم الطب الوقائي ذي القيمة الأعلى في دفع الأمراض. نحسب أن نمط التطبيب الذي ذكرناه كان من خصائص الطب العربي، ولم يكن مارسه اليونانيون بسعة^(٨).

(١) الإمام الحافظ أبي عيسى محمد بن عيسى بن سورة الترمذي : سنن الترمذي (الجامع الصحيح) ، حققه وصححه : عبد الرحمن محمد عثمان. بيروت: دار الفكر، ط ٢، ١٤٠٣هـ / ١٩٨٢ م، ج ٤، باب ما جاء في النظافة ، ص ١٩٨ ، حديث رقم ٢٩٥١ ، وقال الترمذي أنه حديث غريب ، وخالد بن إلياس يضعف ويقال ابن إلياس .

(٢) الإمام البخاري : صحيح البخاري، مرجع سابق، ج ١ ، كتاب الوضوء، باب البول في الماء الدائم ، ص ٥٢ ، حديث رقم ٢٣٩ .

(٣) نور الدين علي بن أبي بكر بن سليمان الهيتمي المصري : مَجْمَعُ الزوائد ومنبع الفوائد، تحقيق: محمد عبد القادر أحمد عطا. بيروت: دار الكتب العلمية، ط ١، ١٤٢٢ هـ / ٢٠٠١ م، ج ١ . باب ما نُهي عن التخلّي فيه ، ص ٢٧٩ . حديث رقم ٩٩٨ .

(٤) أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني : سنن ابن ماجه، تحقيق / محمود محمد محمود حسن نصار. بيروت: دار الكتب العلمية، ط ١، ج ١، حديث رقم ٣٢٨، ص ١٩١ .

(٥) ابن حجر العسقلاني : فتح الباري شرح صحيح البخاري، مرجع سابق، ج ٢، رقم الحديث ٨٨٧، ص ٤٨١ .

(٦) مزيد من التفصيل حول هذه النقطة راجع : د. محمود دياب : الطب والأطباء في مختلف العهود الإسلامية، مرجع سابق، ص ٨٧ وما بعدها .

(٧) ابن أبي أصيبعة : عيون الأنباء في طبقات الأطباء، مرجع سابق، ص ٣٠٨ .

(٨) د. كمال السامرائي : مختصر تاريخ الطب العربي، مرجع سابق، ج ١، ص ٢٢٨ ، مزيد من التفصيل حول هذه النقطة راجع :

د. الفاضل العبيد عمر : الطب الإسلامي عبر القرون. الرياض: دار الشؤاف للطباعة والنشر، من ص ١١٥ إلى ص ١٤٧ .

ثالثاً - الطب الوقائي في صدر الإسلام

كان الطب عامة بما فيه الطب الوقائي في صدر الإسلام استمراراً للطب الجاهلي بعد أن أزال الرسول صلى الله عليه وسلم ما فيه من جهالة؛ فقد حث الرسول صلى الله عليه وسلم على النظافة والحمية وأوصى بالحجر الصحي، وقد تجلّى ذلك واضحاً في حديثه الله صلى الله عليه وسلم: (ما ملأ آدمي وعاء شراً من بطن، بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه فإن كان لا محالة، فثلاث لطعامه، وثلاث لشرابه، وثلاث لنفسه)^(١). وكان من الأطباء المسلمين المشهورين الحارث بن كلدة الثقفي وخالد بن يزيد بن معاوية. وقد أورد التميمي شرحاً وافياً لكيفية حدوث الأوبئة والأمراض في صدر الإسلام بناءً على ما ذكره أهرن القس بن أعين^(٢) ولخصه يحيى شعار في عدة نقاط، هي:

١ - أن التعاريف التي ذكرت في هذه المرحلة للهواء الصحيح والفاقد تطابق مفهوم العلم الحديث للهواء النقي والملوث، حيث إنها تعتمد في التعريف على البحث في الخواص الفيزيائية للهواء، كما تعتمد على معرفة زيادة نسبة الرطوبة أو ارتفاع الحرارة أو وجود مواد دخيلة في الهواء كالدخان أو الفبار أو ما شابه ذلك، ونحن نعلم أن ذلك يطابق مفهوم العلم الحديث للموضوع.

٢ - عرف تأثير تلوث الماء والتراب - الأرض - في تلوث الهواء بشكل واضح، وهذا أمر نعلم صحته تماماً، بل إن العوامل الأشد أثراً في تلوث الهواء - كما نعلم في الوقت الحاضر - هي ما يدخل عليه من ملوثات من العناصر الأخرى للبيئة.

٣ - تم التركيز على أهمية الهواء بالنسبة للكائنات الحية بشكل عام والإنسان بشكل خاص، وذلك أن الهواء إذا فسد كان الأسرع تأثيراً في صحة هذه الكائنات؛ لأنها تتنفس منه باستمرار، ونحن نعلم صحة هذا الأمر تماماً في الوقت الحاضر.

٤ - عرف أن الهواء بالتتنفس يصل إلى جميع أعضاء الجسم، وأنه إذا كان فاسداً فلا يخرج الفساد الذي فيه من الجسم بالزفير كما يخرج الطعام الفاسد بالقيء، بل إن

(١) محمد ناصر الدين الألباني: صحيح الجامع الصغير وزيادته: الفتح الكبير، محمد ناصر الدين الألباني، أشرف على طبعه: زهير الشاويش. بيروت. دمشق: المكتب الإسلامي، ط ٢، ١٩٨٦ م، رقم الحديث ٥٦٧٤.

(٢) أهرن القس بن أعين، عاش في صدر الإسلام ودرس الطب في مدرسة الطب بالإسكندرية، له كتاب الكناش بالسريانية، وقد نقله ماسرجويه إلى العربية (أبو داود سليمان بن حسان الأندلسي المعروف بابن جُلجُل: طبقات الأطباء والحكماء، تحقيق: فؤاد سيد. القاهرة: مطبعة المعهد العلمي الفرنسي للأثار الشرقية، ١٩٥٥ م، المجلد ١٠، ص ١٦، ٦٢). .

الهواء متى وصل إلى الرئتين لم يعد بالإمكان أن يخرج فسادَه من الجسم إذا كان فاسداً، وهذا كما نعلم يوافق تماماً رأي العلم الحديث، ويبين وضوح التصور لدور الهواء في الجسم، وكيف أن جميع أجزاء - خلايا - الجسم تتنفس وتستخدم الهواء لذلك وليس فقط الرئتين، بل إن للرئتين دور الموزع للهواء إلى أعضاء الجسم كله^(١).

وحتى مع تطور النظرة للوقاية من الهواء الفاسد عن المرحلة اليونانية، بقيت عاجزة عن تفسير الكيفية الدقيقة لحدوث الأمراض نتيجة الهواء الفاسد.

رابعاً - أساليب الأطباء العرب في التعقيم

ذكر د. على عبد الله الدفاع الأساليب التي ابتكرها الأطباء العرب والمسلمون في تعقيم الأماكن التي تُجرى فيها العمليات الجراحية؛ وذلك للحفاظ على صحة المريض والوقاية من انتشار الأمراض؛ فيذكر: " وقد تقنن علماء المسلمين في الجراحة، فلكي ينظفوا المكان الذي يريدون أن يجروا عملية جراحية عليه، كانوا يستعملون الخمر، فإن لم يكن فيه خمر فيستعملون العسل والماء لهذا الغرض. كما طوروا المرقد أو المخدر العام، حتى كتب لهم سبق في هذا المجال"^(٢).

خامساً - الأساليب الوقائية عند بعض الدول (الكرنتينة)

وقد اتخذت بعض الدول التدابير للحفاظ على صحة المواطنين مثل الكرنتينة، والتي كانت تطبق عند التونسيين، وهي :

الكرنتينة : كلمة أجنبية أدخلت من اللغة اللاتينية إلى العربية، معناها: "أربعون" وتدل على التزام المراكب الواردة من البلاد الأخرى الملوثة الإقامة مدة أربعين يوماً خارج البلد المُزور بأمر من سلطة هذا البلد حتى يتبين أن المسافرين على متنها وكذلك البضاعة التي تحملها نقيان من أي مرض وبائي، وقد تكون مدة الكرنتينة أقل من أربعين يوماً، وربما يجبر المركب بالتزام الكرنتينة تنكيلاً لغرض سياسي أو مادي.

ولكل مركب ورقة تدعى (البتينة) وهي الجواز الصحي. وتكون البتينة صافية

(١) المقدسي، محمد بن أحمد التميمي : مادة البقاء في إصلاح فساد الهواء وانحراز من ضرر الأوباء، تحقيق ودراسة: يحيى شعار. القاهرة: معهد المخطوطات العربية (المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم)، ط ١، ١٤٢٠ هـ / ١٩٩٩ م، ص ٥٩، ٦٠.

(٢) د. على عبد الله الدفاع : أعلام العرب والمسلمين في الطب. بيروت: مؤسسة الرسالة، ط ٣، ١٤٠٦ هـ / ١٩٨٦ م، ص ٥٧.

إذا برح المركب بلادًا نقية من مرض وبائي وبالعكس إذا كانت " ملوثة " وفي هذه الحالة يستظهر المركب بالسنجق^(١) الأصفر^(٢).

سادساً - أساليب العرب في تنقية المياه

مما لا شك فيه أن فساد الماء من الأمور المهمة الجالبة للأمراض والأوبئة، وقد أكد عليها التميمي في كتابه "مادة البقاء"، حيث ذكر أن المصريين يلقون بالجيف ومخلفات حيواناتهم وكذلك صرف مراحيضهم في ماء النيل، ثم يشربون منه !! ... وقد تعجب التميمي من هذا الفعل، وعابه على المصريين، فنجدته في أثناء حديثه عن فساد الهواء يورد جزءاً خاصاً بفساد الماء، وهو يرى أن كلاً منهما يؤثر في الآخر أي أن فساد الهواء والماء متبادلان، فيذكر: " إن الجو إذا فسد بنوع من أنواع الفساد الداخلة عليه مثل أبخرة المياه الغليظة المتصاعدة إليه ... فلا محالة أنه يفسد - لأجل ذلك أيضاً - الماء المجاور لتلك الأهوية الفاسدة ... إذ الماء والهواء عنصران متجاوران يستحيل أحدهما إلى الآخر، ويدخل أحدهما في إزاء الآخر فيشابهه ويمازجه"^(٣).

وقد أعطى التميمي تعريفاً للماء الفاسد اعتمد فيه على رأي أبقراط، فيقول إن الماء الفاسد: " يكون منظره غليظاً وبخاصة في فصل الشتاء، ويكون في كفيته في الصيف حاراً وفي الشتاء بارداً"^(٤). ويرجع سبب غلظ الماء الفاسد هنا إلى انحلال المواد العالقة بالماء؛ مما يسبب تغيراً في صفاته الفيزيائية.

وقدم التميمي عدة طرق لتنقية المياه الفاسدة، وذلك على حسب نوع الفساد الذي أصابها والظروف المحيطة، فيذكر:

" ليس إصلاح الماء الفاسد ممكناً بغير طبخه بالنار، إذ النار بحرّها تحلل ما فيه من الغلظ وتزيل عنه ما مازجه من فساد الهواء المشابه له بما يتصاعد بحرّها من بخاره المصفي لجوهره المميّط عنه الغلظ المميز عنه الكدر، أو يمزجه عنه عند شربه

(١) لم تقع على معنى ولم يذكر المحقق تعريفاً لهذا المصطلح، وفيما يبدو أنه لفظ محرف من السنجقر، ويعرف بورود المزارع: لأنها كثيراً ما تثبت فيها، ولهذا النوع لَبَنٌ شديد البياض.

أبو الخير الإشبيلي: عمدة الطبيب في معرفة النبات، قدم له وحققه: محمد العربي الخطابي. بيروت: دار الغرب الإسلامي، ط١، ١٩٩٥ م، ج٢، ص ٥٨٩.

(٢) الحكيم أحمد ميلاد: الطب العربي التونسي في عشرة قرون. تونس: مطبعة الاتحاد العام التونسي، ١٤٠١ هـ / ١٩٨٠ م، ص ١٦٥.

(٣) التميمي: مادة البقاء في إصلاح فساد الهواء والتحرز من ضرر الأوباء، مرجع سابق، ص ٦٥، ٦٦.

(٤) المرجع السابق، ص ٦٦.

بالشرب العتيق الريحاني، وذلك عند تعذر إصلاحه بالطبخ لمن كان مسافراً على الطريق، أو مجتازاً ببعض المواضع الفاسدة^(١).

ومما سبق يتضح أن التميمي يعتمد هنا على طبخ الماء الفاسد، أي غليه، وذلك لقتل ما يعلق به من جراثيم وغيرها، أو خلطه بشرب كحولي تتم به عملية التعقيم، ونجد أيضاً التميمي يقدم الحل للشخص المقيم في مكان فساد الماء وتتوافر لديه مقومات غلي الماء الفاسد، أما المسافر والذي قد يفتقر لهذه المقومات فيمكنه استخدام الشرب الكحولي للتعقيم، فالمهم هنا عند التميمي هو إصلاح الماء الفاسد بشتى السبل. ولم يكتف التميمي بذلك بل تعدى ذلك إلى شرح الطريقة التي يجب طبخ الماء بها، والمقدار من الماء المتبخر، والآنية التي تحفظ الماء بعد الغلي إلى غير ذلك من التفاصيل التي ذكرها، فيقول :

" وسبيله أن يديم طبخه إلى أن يذهب منه الريح، ثم يبرد في أنية من جديد الخزف المتخلل الأخير الكثير الرشح إن كان الوقت قيقظاً أو في أنية من الزجاج إن كان الوقت شتاء... وينبغي أن نعلم أن أفضل هذا الماء المطبوخ المبرد وأطفه وأنفعه رشحه، وهو ما رشح منه في أنية الخزف الجديد المتخلل الأجزاء الدائم الرشح، فليعتمد شرب ذلك"^(٢).

فنجده هنا يؤكد على ضرورة غليان الماء الفاسد حتى يتبخر الريح، ثم يرشح بعد ذلك في أنية مصنوعة من الخزف، وأفضل ما يشرب من الماء هو الماء المرشح من تلك الآنية. وأما بالنسبة إلى الماء الكدر وهو الماء الذي يحتوي على أجسام طافية فلقد استخدم التميمي عدة طرق لتنقيتها منها عملية الترسيب وعملية الترويب وموادها، فيذكر :

" فأما تصفية الماء الكدر فإنه قد يحتال لتصفية الماء الطيب الخفيف إذا كان كدراً في أوقات المدود لأجل أنواع التراب التي يمر عليها ويجري عليها بوجوه من العلاج، فمنه ما يصفى بأن يلقي فيه اليسير من الشب الأبيض اليماني، أو بأن يلقي فيه شيء من لب نوى المشمش، أو قلوب اللوز المرمد فوقه، أو اليسير من ملح الطعام مدقوقاً، أو يلقي فيه شيء من خشب الساج، فإنه إذا ألقى في الماء الحلو الكدر أحد هذه الأشياء،

(١) مادة البقاء، ص ١٨٨ .

(٢) المرجع السابق، ص ص ١٨٩، ١٩٠ .

وحرك به تحريكاً جيداً ثم تُركَ ساعةً زمنيةً، فإنه يصفيه ويروقه ويميز العنصر الأرضي منه بسرعة^(١).

وبعد كل ما سبق نجد التمييز يتحدث عن نوع الوعاء الذي يُغلى فيه الماء والحطب المستخدم في غلي أو طبخ الماء، فيذكر: " فأما إصلاح الماء الفاسد بالنار وكيفية عمله فسيبيله من أراد إصلاحه بالنار أن يطبخه^(٢) في آنية من النحاس أو من الحديد البرام، وليكن طبخه إياه بحطب الطُّرفاء^(٣)، فإن لحطب الطرفاء ولدخانه خاصية في إصلاح ما فسد من الهواء والماء جميعاً^(٤).

ويمكننا تحليل آراء التمييز في مسألة تلوث المياه والوسائل والطرق التي أوردتها في سبيل معالجتها في ضوء العلم الحديث فيما يلي :

١- تمييزه بين المياه الغليظة والكدرية، وتعريفهما بشكل دقيق، فالمياه الغليظة هي التي يكون منظرها غليظاً وتكون حارة في الصيف، باردة في الشتاء؛ وسبب غلظها احتواؤها على مواد منحلّة تزيد من كثافتها، فيؤدي ذلك إلى تغير في درجتي غليانها وتجمدها، أما المياه الكدرية فيمكن أن تكون طيبة خفيفة، أي أن فيها مواد طافية فقط، وليس بالضرورة أن تكون غليظة، وهكذا كلام يثبت صحته العلم الحديث.

٢- ربط بين تلوث الماء والهواء، فتلوث أحدهما يؤدي إلى تلوث الآخر، وهو ما أثبت صحته العلم الحديث .

٣- استخدام غلي الماء الفاسد وهو ما أسماه : طبخ الماء، ونحن نعلم أن غلي الماء بهذا الشكل الذي يتبخر منه ربع الماء يعقم تعقيماً تاماً.

٤- قام بمعالجة المياه بالترشيح عبر أوان خزفية. وهو المتبع الآن، لكن عملية الترشيح الآن تتم عبر أحواض رملية، أما طبقاً لما ذكره التمييز فيكون من خلال أوانٍ خزفية جديدة.

(١) مادة البقاء، ص ١٩٠ .

(٢) المقصود بطبخ الماء هنا أي غليه .

(٣) الطُّرفاء : واحدها طُرْفَةٌ وطُرْفَةٌ وطُرْفَاءة، وقيل هي واحدة وجمع. هَدْبُها مثل هَدْبِ الأثل، وليس لها خشب وإنما تخرج عصياً سمحة في السماء، وعصية ووقوده وأوتاره جيدة وهي من العضاء .

(حسين يوسف موسى، عبد الفتاح الصعيدي : الإفصاح في فقه اللغة. القاهرة: دار الفكر العربي، ط ٢ ،

ج ٢، مادة طرف، ص ١١١١) .

(٤) التمييز: مادة البقاء في إصلاح فساد الهواء، والتحرز من ضرر الأوباء، مرجع سابق، ص ١٨٩ .

- ٥- تحدث التميمي عن نوع الإناء المستخدم في طبخ الماء (غليه) كما تحدث عن نوع الخشب المستخدم في طبخ الماء خاصة ما عرف عن حطب الطرفاء من إصلاح ما فسد من الهواء والماء جميعاً.
- ٦- بالنسبة للماء الكدر، نجد التميمي قد اقترح مواداً للتقية منها الشب اليماني، والشب اليماني هو كبريتات الألومنيوم وهو مادة مروية^(١) مستعملة بشكل أساسي في محطات معالجة المياه، وهي تساعد على تجميع ما يعلق بالمياه من شوائب .
- وكذلك استخدم التميمي خشب الساج وملح الطعام وقلوب اللوز المرمد، فهي مواد تساعد على تكتل الجزئيات أيضاً .
- ٧- مما يزيد من كفاءة الترسيب أيضاً عدد التصادمات بين الجزئيات الموجودة في الماء في وحدة الزمن، وهو أمر أدركه وذكره التميمي، ونبه على ضرورة التحريك والخلط ليتم تقية المياه بكفاءة عالية .
- ٨- ذكر التميمي أنه بعد إضافة المواد والخلط يجب أن تترك المياه لمدة ساعة من الزمن، وهذا الأمر إذا نظرنا إليه من وجهة نظر العلم الحديث وجدناه زمناً للترسيب.
- ٩- وإضافة قلوب اللوز المرمد لها فائدتان: الأولى أنها تساعد على الترسيب، والثانية إزالة الطعم والرائحة لاحتوائها على الرماد الذي هو عبارة عن بقايا كربونية ناتجة عن عملية الاحتراق، والكربون حالياً يستعمل في محطات معالجة المياه لإزالة الطعم والرائحة .
- ١٠- ليس المقصود بعرض آراء التميمي في مجال تنقية المياه هو المطالبة باستخدامها في الوقت الحالي، فجميعنا يعرف ما تمتلكه شركات مياه الشرب من الطرق والوسائل لتنقية المياه وتعقيمها بقدر الإمكان، ووسائل المحافظة على سلامة المياه، لكن المقصود هنا هو محاولة فهم ملامح العقلية العربية، وكيفية التفكير العلمي السائد قديماً، وأساليبهم للتعايش مع البيئة التي يعيشون فيها، خاصة وإن كانت هذه البيئة صحراوية يندر بها وجود الماء، فإذا وجد الماء الفاسد أو العالقة به بعض الشوائب كان لزاماً عليهم أن ينقوه مما علق به من شوائب.

(١) هي إنادة التي تتحد مع الشوائب العالقة في الماء، وتترسب في القاع.

ومما سبق يتضح أن التميمي قبل ألف عام قد أتى في مجال تلوث المياه ومعالجتها وعلاقتها بتلوث الهواء بآراء تُعدُّ سبقاً حضارياً في ذلك الوقت؛ حيث جاءت آراؤه مطابقة وموافقة لما ذكره العلم الحديث^(١).

ولقد جاءت بعض الآراء لبعض الأطباء العرب والمسلمين مثل علي بن رضوان (المتوفى ٤٥٣ هـ / ١٠٦١ م) رئيس أطباء مصر في كتابه "دفع مضار الأبدان بأرض مصر" عن حفظ الصحة والوقاية من الأمراض، حيث يذكر خمسة وعشرين شيئاً يجب على الطبيب إدراكها، فيذكر :

والذي يحتاج أن يُحصيه الطبيب ويحفظه، ويعرفه، في مداواة كلِّ مرض، وفي حفظ الصحة... خمسة وعشرون شيئاً، بعد جزئيات آخر :

- ١ - مزاج البلد .
- ٢ - الأمراض البلدية .
- ٣ - الوقت الحاضر .
- ٤ - مزاج ذلك الوقت .
- ٥ - المرض الواقد .
- ٦ - المرض الموجود في البدن، وفي أي عضو هو .
- ٧ - سبب المرض .
- ٨ - مقدار قوّة المرض .
- ٩ - أعراض المرض .
- ١٠ - قوّة الأعراض .
- ١١ - قوّة العليل .
- ١٢ - مزاج العليل .
- ١٣ - سنّ العليل .
- ١٤ - مزاج العضو الذي فيه المرض، وفعله، وشكله، ووضع .
- ١٥ - سحنة العليل .
- ١٦ - طبيعة العليل من الذكور والإناث .
- ١٧ - عاداته في أيام الصحة والمرض .
- ١٨ - طبيعة الأغذية والأدوية .

(١) انظر : مادة البقاء، ص ٦٨ وما بعدها .

- ١٩ - عاداته منها في أيام صحته ومرضه .
 ٢٠ - ما ينبغي للطبيب أن يختار منها في أوقات الصحة، وفي أوقات المرض .
 ٢١ - كيف ينبغي أن يكون العلاج .
 ٢٢ - أي وقت موافق للعلاج .
 ٢٣ - أي عضو موافق في إيراد العلاج .
 ٢٤ - أن يكون المريض ومن يحضره، على وفاق الطبيب .
 ٢٥ - أن يكون ما يُعرض من خارج موافقاً .
 فهذه هي التي يَقتدي بها الطبيبُ على مَعُونَةِ الطبيعة، والقيام بخدمتها في حفظ الصحة، ومداواة المرضى^(١) .

وهذه المبادئ التي أوردها عليُّ بن رضوان لا تعكس مدى اهتمامه بحفظ الصحة (الطب الوقائي) فقط، بل تهتم بالشروط التي يجب أن يتبعها الطبيب في علاجه للمرضى .

وقد امتدت اسهامات العلماء العرب والمسلمين في مجال الطب الوقائي (حفظ الصحة)، لتشمل حفظ صحة الأسنان واللثة، والعين، وحفظ صحة الأذن، وحفظ صحة الأم والطفل، والعناية بالجنين في بطن أمه، والعناية بالمولود حديث الولادة، وحفظ الصحة في السفر .

ويمكنني أن أختتم بحثي هذا بتلخيص للنتائج على النحو الآتي :

بعد أن عرضت لآراء قدماء المصريين والبابليين والآشوريين والهنود والفرس والإغريق (اليونانيين) والرومانيين في مجال حفظ الصحة (الطب الوقائي) تبين ما يأتي :

١- أن هناك تشابهاً بين آراء معظمهم؛ مما يعكس أن هذه الشعوب قد اطلعت على آراء بعضها البعض واستفادت منها، وهذا لا يقلل أبداً من قيمة هذه الحضارة أو يرفع قدر تلك الحضارة المانحة على الحضارة المتلقية .

٢- يبدو لي أن التشابه الواضح بين آراء كلِّ من أصحاب الحضارات السابقة نابع من مبدأ قد اشتركوا فيه جميعاً، وهو (الوقاية من الأمراض وحفظ صحتهم) هذا المبدأ

(١) علي بن رضوان. كتاب دفع مضار الأبدان بأرض مصر، دراسة وتحقيق: د. عبد المجيد دياب. الكويت:

هو ما دفعهم إلى البحث والتتقيب على إسهامات وآراء من سبقوهم والتعويل عليها في حياتهم، أو ابتكار وسائل وأساليب جديدة غير مسبوقه لحفظ صحتهم .

٣- تدخل بعض الكهنة في مجال الطب الوقائي في الحضارة المصرية القديمة مثلاً وغيرها من الحضارات، فلا غضاضة في ذلك، فللكهنة في الحضارات القديمة دور كبير ليس على المستوى الديني فحسب، بل في العديد من أوجه الحياة .

٤- ربما يتشابه إلى حد كبير تقسيم المعالجات الطبية في بعض الحضارات القديمة والتقسيم الحديث في الطب؛ وهو ما ظهر واضحاً جلياً في الطب الوقائي في بلاد ما بين الرافدين.

٥- ظهرت في الحضارات القديمة بعض الآراء التي تعتمد على السحر والشعوذة - ولا غضاضة في ذلك - فعلى الرغم مما وصلت إليه هذه الحضارات من تقدم فقد كانت بعض هذه العقول تحمل في طياتها بعض المعتقدات البدائية التي تعتقد في جدواها، بل نجد أن مثل هذه المعتقدات قد امتدت لتظهر عند العرب قبل الإسلام وبعده.

٦- إن التشابه الواضح بين آراء الأطباء في العديد من الحضارات في مجال الطب الوقائي لم يكن مقتصرًا على مجال الطب الوقائي فقط، فالمتصفح لتاريخ العلوم يجد تشابهاً واضحاً في الكثير من المجالات بين الحضارات كما سبق؛ فنجد مثلاً التتجيم هناك تشابه بين التتجيم عند قدماء المصريين وكذلك البابليين والآشوريين والهنود والإغريق، ومن ثم لم يقتصر هذا التشابه بين الحضارات القديمة على الطب الوقائي فحسب، بل ضم العديد من العلوم ومن بينها الطب الوقائي.

٧- إن الدين الإسلامي بجميع قواعده ونواحيه يعمل على حفظ صحة الإنسان سواء النفسية أو البدنية، وذلك لتصبح خير أمة في أفضل صحة مصداقاً لقوله تعالى :

﴿كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ...﴾^(١).

ومن هذه القواعد والنواهي :

أ - رسولنا الكريم - صلى الله عليه وسلم - حرص كل الحرص على تدارس وتداول مختلف العلوم، ومنها الطب.

(١) سورة آل عمران : ١١٠ .

ب - بين الرسول - صلى الله عليه وسلم - أسس وقواعد العلوم الصحيحة؛ ومنها حفظ الصحة الفردية، وهي من الفروع الطبية الحديثة.

ت - بين أسس وقواعد الصحة الوقائية، وأمرنا بالابتعاد عن المريض المعدي؛ حتى لا نتعادي منه.

ث - بين قواعد وأسس الحجر الصحي، والذي يستخلص من حديث الطاعون.

ج - تحدث الرسول - صلى الله عليه وسلم - عن صحة البيئة، وكيفية المحافظة عليها ووقاية الأمراض كما في الحديث " طهروا أفئيتكم ، ولا تشبهوا باليهود".

د - أن الرسول - صلى الله عليه وسلم - لم يكن طبيباً، ولكنه يعلم تمام العلم ضرورة أن يكون المسلم صحيح الجسم نفسياً وجسدياً، وأنه لكي ينهض المسلمون لا بد من كونهم أصحاء خالين من الأمراض بقدر الإمكان.

٨- أكدت التعاليم الإسلامية على مبدأ مهم، وهو مبدأ الاعتدال الذي يجب أن يسير عليه الإنسان في جميع أوجه حياته ليس الطعام فقط.

٩- اتخاذ الأطباء العرب - والجراحين منهم على وجه الخصوص - الخمر لتعقيم أماكن إجراء العمليات، فإن لم يوجد فيتخذون العسل والماء؛ وذلك لتعقيم تلك الأماكن التي تجرى بها العمليات الجراحية.

١٠- اتخاذ بعض الدول لمبدأ الحجر الصحي الكرنيتية مثل ما استعملته تونس في فرض الحماية على السفن خاصة الواردة من البلاد الموبوءة، حتى يثبت صحتها وصحة ما تحمل تلك السفن من ركاب وبضائع.

١١- اهتمام الأطباء العرب والمسلمين بتقية مياه الشرب؛ والطريقة التي يجب أن يستخدمها الإنسان في تقية هذه المياه الكدرة بالطبخ إن كان مقيماً. وإذا كان مسافراً فعليه أن يخالطه بشيء من الكُحُل؛ وذلك لقتل أي ميكروبات قد تكون عالقة بالمياه، وذكر أيضاً الوقت المناسب لترك الماء بعد الغلي ثم يشرب منه، والأواني التي يحفظ فيها الماء.

ونستطيع أن نذكر أن كلام التميمي يعتبر بمثابة بحث كامل عن إسهامات أحد الأطباء العرب والمسلمين وهو التميمي في مجال تقية مياه الشرب عند العرب.

١٢- ظهرت أهمية حفظ الصحة من مرض الوباء أو الطاعون؛ وذلك لأنه أشد الأمراض فتكاً، ولأن أفضل السبل والوسائل لعلاجها هو الوقاية منه أصلاً.

١٣- اختلفت النظرة إلى الطاعون وبالتالي اختلفت أساليب معالجته؛ فالبعض اعتبره أنه مرض ناجم من غضب الله على عباده، فألفت الأدعية والأوراد التي يتقرب بها الناس لله تعالى حتى يدفع عنهم هذا الوباء، وهي في مجملها نظرة قد سادت معظم العصور حتى الوقت الحاضر إذ يلجأ دائماً البسطاء من الناس إلى اللجوء إلى الأسباب القريبة والحلول السهلة والأسباب الدينية، ويرجعون سبب انتشار هذا المرض أو ذلك هو بعد الناس عن الدين واعراضهم عن تعاليمه.

١٤- هناك علاقة بين جودة الهضم وحفظ صحة الأسنان، ففساد الطعام في المعدة يؤدي إلى أمراض الأسنان واللثة، وقد فطن الأطباء العرب إلى ذلك ونبهوا على ذلك في مؤلفاتهم.

١٥- كما تبين أيضاً ما يسمى بالأوبئة الفموية، وهي الأمراض العامة الانتشار بالأسنان واللثة.

١٦- أكد الكثير من الأطباء العرب والمسلمين على ضرورة المحافظة على الأسنان واستعمال السواك، وعدم كسر الأشياء الصلبة عليها؛ وذلك حتى لا يتسبب في كسر الأسنان أو خلخلتها من اللثة.

١٧- أكدت آراء الأطباء العرب والمسلمين على حفظ صحة العين ووضعت أهمية حاسة البصر، وأكدت على أهمية الاعتناء بما يحد البصر ويقويه ويحافظ عليه، وعدم إجهاد العين في القراءة الدقيقة، ووقايتها من الغبار والأجواء الصعبة والشاقة المضرة للعين، وكذلك الاهتمام الكبير بحفظ صحة العين من الغبار، وذلك بسبب البيئة الصحراوية التي يعيش فيها العرب.

١٨- أكدت آراء الأطباء العرب والمسلمين على ضرورة المحافظة على الأذن، وذلك من خلال تنظيفها مما قد يعلق بها من أتربة أو شوائب .

١٩- جاءت معظم آراء الأطباء العرب والمسلمين دائماً للوقاية من الأمراض باتخاذ التدابير في ذلك؛ إلا أنه في بعض الأحيان كانوا يلجأون إلى استخدام بعض الأدوية ليس من وجهة نظر علاجية، بل من كونها تحافظ على صحة العضو، كما جاء في حفظ صحة الأذن، فلقد أورد ابن سينا أنه يجب استخدام دهن اللوز المر تقطيراً في الأذن؛ ليحفظ صحتها وذلك في كل أسبوع مرة .

٢٠- اهتم الأطباء العرب والمسلمون في مؤلفاتهم بمجال حفظ صحة الأم والطفل سواء قبل الولادة أو بعد الولادة مباشرة وحتى أن يكبر الطفل، والاعتناء بالأم وهي

ترضع الطفل، والاعتناء بالمرضعة على اعتبار أن العناية بها هو في حقيقة الأمر عناية بالطفل الذي ترضعه، وبالتالي أي أدوية تأخذها الأم هي تؤثر على الطفل الرضيع، ويمتد الحديث عن عناية الطفل حتى يكبر في مراحل المختلفة .

وظهر واضحاً التشابه بين الموضوعات الرئيسية التي تحدث عنها الأطباء العرب والمسلمين سواء في مشرق العالم الإسلامي أو غربه، تلك الموضوعات تكاد تكون متطابقة إلى حد ما؛ ونجملها فيما يلي:

- ١ - تدبير الهواء المحيط بنا .
- ٢ - تدبير المأكول والمشروب .
- ٣ - تدبير الحركة والسكون البدنيين والنفسيين .
- ٤ - تدبير النوم واليقظة .
- ٥ - تدبير الاستفراغ والاحتباس .
- ٦ - تدبير الفصول الأربعة وما يجب على الإنسان أن يلبسه ويتناوله من الأطعمة والأشربة حسبما يتناسب مع أوقات وفصول السنة .
- ٧ - تدبير السفر .
- ٨ - تدبير الأم والطفل .

ونجد معظم الأطباء تحدثوا عن تدبير الإستفراغ والاحتباس، وشملوه بشيء من التفصيل، وضمنوه:

١ - استفراغ المنى وذلك بالجماع وأوضحوا أن الإفراط فيه يوهن الجسم وكذلك حبس المنى يؤدي إلى المرض، وشمل ذلك أيضاً كل ما يتعلق بالنكاح والأوضاع المفضلة للجماع والمفضل من جماع النساء وأوصوا بالابتعاد عن مجامعة المرأة العجوز؛ لأنها من مهلكات الصحة، وكذلك الطفلة حيث أن أعضائها التناسلية لم تتضج بعد، وكذلك تحدثوا عن مجامعة الغلمان وبينوا أسباب فسادة للصحة.

٢ - استفراغ الدم الفاسد وذلك بالفصد وإخراج الدم الفاسد من الجسم، وهي طريقة متبعة حتى الوقت الحالي^(١).

(١) هناك الكثير من المؤلفات العربية تتحدث عن هذا الموضوع، منها :

١- رسالة في الفصد والحجامة، الحنفي (يوسف بن سالم بن أحمد المصري) المتوفى ١١٧٨ هـ، رقم المخطوطة ٢٢١٢ / ج طب، مكتبة بلدية الإسكندرية .

٢- نهاية القصد في صناعة الفصد، ابن الأکفاني (رضي الدين محمد بن إبراهيم بن ساعد الأنصاري السنجاري) المتوفى ٧٤٩ هـ، فيلم ٤٨، مخطوط ٢٧٠. (الطب - الكتاب الأول) معهد المخطوطات =

٣ - استفراغ عن طريق القيء وذلك حتى ينقي الإنسان معدته وباقي جسمه مما يكون قد مكث في المعدة من أخلاط.

٤ - تنظيف الجسم مما علق به من أوساخ وغيرها ؛ ويكون ذلك عن طريق الحمام وقد ذكر التراث العربي بمؤلفات كثيرة^(١)، كما تناول بعض المؤلفين العرب هذه المسألة من الوجهة الفقهية^(٢) .

ولم يتوقف اهتمام الأطباء العرب والمسلمين بحفظ صحة البدن كله، بل امتد إلى حفظ صحة كل عضو على حدة، فنجد مثلاً الشيخ الرئيس أبو علي بن سينا يذكر في كتابه "القانون في الطب" : " فصل فيما يحفظ الثدي صغيراً ومكسراً، ويمنعه عن أن يسقط، ويمنع أيضاً الخصي من الصبيان أن تكبر : من أرادت منهن أن تحفظ ثديها مكسراً قللت دخول الحمام، وكذلك الصبيان، وهذا الدواء الذي نحن واصفوه جيد في ذلك المعنى"^(٣) .

ثم أخذ في إيراد بعض الأدوية التي تحفظ صحة الثدي وأدوية أخرى لحفظ الخصي عند الصبيان أن تكبر .

وقد اهتم بعض الأطباء بالمظهر العام للإنسان؛ فنجد مثلاً أبو بكر محمد بن زكريا الرازي يورد فصلاً بعنوان : في الصلح وحفظ الشعر وتطويله وإنباته، وإنبات اللحي

= العربية.

٣- رسالة الفصد، ابن سينا (الشيخ الرئيس أبو علي الحسين بن عبد الله بن الحسن البلخي البخاري) المتوفى ٤٢٨ هـ، فيلم ٣٢، مخطوط ١٨٥، (الطب - الكتاب الأول) معهد المخطوطات العربية .

٤- نبذة في الفصد والحجامة، الأنطاكي (داود بن عمر البصير) المتوفى ١٠٠٨ هـ، فيلم ٣٤، مخطوط ٥٤٥، (الطب - الكتاب الثاني) معهد المخطوطات العربية .

٥- مقالة في الفصد، الرازي (أبو بكر محمد بن زكريا) المتوفى ٣١١ هـ، فيلم ٧٢، مخطوط ٧٧٠، (الطب - الكتاب الثاني) معهد المخطوطات العربية .

٦- رسالة في الفصد، الطبري (أبو الحسن أحمد بن محمد) المتوفى بعد ٣٦٦ هجرية، فيلم ٣٨٤، مخطوط ١٦٢، معهد المخطوطات العربية .

(١) هناك الكثير من المؤلفات العربية تتحدث عن هذا الموضوع، منها :

١ - مقالة في الحمام، بدر الدين محمد بن محمد القوصوني المتوفى ٩٣١ هـ، فيلم ٢٦، مخطوط رقم ٤٦٧، (الطب - الكتاب الثاني) معهد المخطوطات العربية .

(٢) القول التام في آداب دخول الحمام، شهاب الدين أبو العباس أحمد بن محمد بن يوسف الأقفهسي القاهري الشافعي المعروف بابن العماد، المتوفى ٨٠٨ هـ، فيلم ٥٣، مخطوط رقم ٦٤٧، (الطب - الكتاب الثاني) معهد المخطوطات العربية .

(٣) الشيخ الرئيس أبو علي الحسن بن علي بن سينا : القانون في الطب، تحقيق: د. إدوار القش، تقديم د. علي زيمور، بيروت، مؤسسة عز الدين للطباعة والنشر، ١٤٠٨ هـ / ١٩٨٧ م، المجلد الثاني (الكتاب الثالث)، ص ١٢٢٨ .

والحواجب، وإنبات الشعر في جميع المواضع التي تحتاج إليه ولو على كي القروح، يتحدث فيه الرازي على أسباب تساقط الشعر، وعلاج الصلع، وإنبات الشعر في بعض المواضع^(١).

ويذكر الرازي : " وأما الذي يمنع الوجه من التشقق فشحم الدجاج والشمع والدهن والمخاخ"^(٢).

ويذكر الرازي : " القطران إذا مسحت به الأطراف أمنت أن تعفن من البرد البتة وإن كان قد بدأ بها وجع"^(٣) .

كما وجدت كثير من المؤلفات الطيبة للعلماء العرب والمسلمين، يتحدث فيها الأطباء العرب على ضرورة الابتعاد عن التدخين، نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر :

١ - سَدُّ الْأَذَانِ عَن ذِكْرِ شُرْبِ الدُّخَانِ

لشهاب الدين أحمد النوبي، المتوفى بعد سنة ١٠٢٧ هـ

وهي نسخة بخط المؤلف يتحدث فيها عن مسألة تحريم شرب الدخان، ويوضح مدى فساد وأضراره على أعضاء جسم الإنسان، فيذكر:

" بل قال بعض من يحسن العلوم أنه من جملة السموم ، وكلامه محق معلوم ، فقد شاهدنا من قال بنفعه وكماله وقال في شيء ظلاله، وازدادت علته بكثرة استعماله، أما ضرره في البصر وضعف النظر فمعروف مقدر، لا يكاد ينكر، ومن داوم على شربه، رِيًّا مرض الريو في قلبه، وتثيف دماغ"^(٤) .

كما يتناول تحريمه فقهيًا، ويبين ويوضح سبب ذلك التحريم من وجهة نظره .

(١) أبو بكر محمد بن زكريا الرازي : الحاوي في الطب، اعتمى به: هيثم خليفة طعيمي. بيروت: دار إحياء التراث العربي. ط ١، ١٤٢٢ هـ = ٢٠٠٢ م، ج ٧، ص ٤٢١ .

(٢) المرجع السابق، ج ٧، ص ٤٠٠ .

(٣) المرجع السابق، ج ٧، ص ٤٠٠ .

(٤) سَدُّ الْأَذَانِ عَن ذِكْرِ شُرْبِ الدُّخَانِ، شهاب الدين أحمد النوبي، المتوفى بعد سنة ١٠٢٧ هـ . مخطوط رقم

١٩٧٥ / د طب، ضمن مجموعة (١١ - ٦ ب) . بلدية الإسكندرية، (ق ٤ ب) .

المراجع والمصادر :

- ١- ابن أبي أصيبعة : عيون الأنباء في طبقات الأطباء، تحقيق ودراسة: د. عامر النجار. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب، ٢٠٠١ م، ج ١ .
- ٢- أبو بكر محمد بن زكريا الرازي : الحاوي في الطب، اعطني به: هيثم خليفة طعيمي. بيروت: دار إحياء التراث العربي، ط ١، ١٤٢٢ هـ / ٢٠٠٢ م، ج ٧ .
- ٢- أبو الخير الإشبيلي: عمدة الطبيب في معرفة النبات، قدم له وحققه: محمد العربي الخطابي. بيروت: دار الغرب الإسلامي، ط ١، ١٩٩٥ م، ج ٢ .
- ٢- أبو داود سليمان بن حسان الأندلسي المعروف بابن جُلْجُل : طبقات الأطباء والحكماء، تحقيق: فؤاد سيد. القاهرة: مطبعة المعهد العلمي الفرنسي للآثار الشرقية، ١٩٥٥ م .
- ٤- أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني : سنن ابن ماجه، تحقيق: محمود محمد محمود حسن نصار. بيروت: دار الكتب العلمية، ط ١ .
- ٥- الإمام أحمد بن محمد بن حنبل : المُسْنَدُ، شرحه وصنع فهرسه : حمزة أحمد الزين. القاهرة: دار الحديث، ط ١، ١٤١٦ هـ / ١٩٩٥ .
- ٦- الإمام الحافظ أبي عيسى محمد بن عيسى بن سورة الترمذي : سنن الترمذي (الجامع الصحيح) ، حققه وصححه : عبد الرحمن محمد عثمان. بيروت: دار الفكر، ط ٢، ١٤٠٢ هـ - ١٩٨٢ .
- ٧- الإمام الحافظ أحمد بن علي بن حجر العسقلاني : فتح الباري شرح صحيح البخاري، رَقَّمَ كُتُبُهَا: أ. محمد فؤاد عبد الباقي. الرياض - دمشق: دار السلام - دار الفيحاء، ط ٢، ١٤٢١ هـ / ٢٠٠٠ م .
- ٨- جواد علي (دكتور) : المفصل في تاريخ العرب قبل الإسلام ، أوند دانش للطباعة والنشر، ط ١ . ١٤٢٧ هـ / ٢٠٠٦ .
- ٩- حسين يوسف موسى، عبد الفتاح الصعيدي : الإفصاح في فقه اللغة. القاهرة: دار الفكر العربي، ط ٢ .
- ١٠- الحكيم أحمد ميلاد : الطب العربي التونسي في عشرة قرون. تونس: مطبعة الاتحاد العام التونسي، ١٤٠١ هـ / ١٩٨٠ م.
- ١١- الشيخ الرئيس أبو علي الحسن بن علي بن سينا : القانون في الطب، تحقيق د. إدوار القش، تقديم د . علي زيعور. بيروت: مؤسسة عز الدين للطباعة والنشر، ١٤٠٨ هـ / ١٩٨٧ م.

- ١٢- على عبد الله الدفاع (دكتور): أعلام العرب والمسلمين في الطب. بيروت: مؤسسة الرسالة، ط٣، ١٤٠٦هـ / ١٩٨٦م.
- ١٣- علي بن رضوان: كتاب دفع مضار الأبدان بأرض مصر، دراسة وتحقيق: د. عبد المجيد دياب. الكويت: مكتبة ابن قتيبة، ١٩٩٤م.
- ١٤- غوستاف لوبون (دكتور): حضارة العرب، ترجمة: عادل زعيتر. القاهرة: مطبعة عيسى البابي الحلبي، بدون تاريخ.
- ١٥- الفاضل العبيد عمر (دكتور): الطب الإسلامي عبر القرون. الرياض: دار الشوآف للطباعة والنشر.
- ١٦- كمال السامرائي (دكتور): مختصر تاريخ الطب العربي. بيروت: دار النضال، ط١، ١٤٠٩هـ - ١٩٨٩م.
- ١٧- أبو عبد الله محمد بن إسماعيل بن إبراهيم بن المغيرة البخاري: صحيح البخاري (الجامع الصحيح). القاهرة: جمعية المكنز الإسلامي، ١٤٢١هـ.
- ١٨- محمد بن أحمد التميمي المقدسي: مادة البقاء في إصلاح فساد الهواء والتحرز من ضرر الأوباء، تحقيق ودراسة: يحيى شعار. القاهرة: معهد المخطوطات العربية (المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم)، ط ١، ١٤٢٠هـ / ١٩٩٩م.
- ١٩- محمد عبد الرحمن مرحبا (دكتور): الجامع في تاريخ العلوم عند العرب. بيروت: منشورات عويدات، ط ٢، ١٩٨٨م.
- ٢٠- محمد ناصر الدين الألباني: صحيح الجامع الصغير وزيادته: الفتح الكبير، أشرف على طبعه: زهير الشاويش. بيروت: المكتب الإسلامي، ط ٢، ١٩٨٦م.
- ٢١- محمود دياب (دكتور): الطب والأطباء في مختلف العهود الإسلامية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٧٠م.
- ٢٢- نور الدين علي بن أبي بكر بن سليمان الهيثمي المصري: مَجْمَعُ الزوائد ومنبع الفوائد، تحقيق: محمد عبد القادر أحمد عطا. بيروت: دار الكتب العلمية، ط ١، ١٤٢٢هـ / ٢٠٠١م.

المخطوطات :

- ١- رسالة في الفصد والحجامة، الحنفي (يوسف بن سالم بن أحمد المصري) المتوفى ١١٧٨ هـ، رقم المخطوطة ٢٢١٢ / ج طب، مكتبة بلدية الإسكندرية .
- ٢- نهاية القصد في صناعة الفصد، ابن الأكفاني (رضي الدين محمد بن إبراهيم ابن ساعد الأنصاري السنجاري)، المتوفى ٧٤٩ هـ، فيلم ٤٨، مخطوط ٢٧٠، (الطب - الكتاب الأول) معهد المخطوطات العربية .
- ٣- رسالة الفصد، ابن سينا (الشيخ الرئيس أبو علي الحسين بن عبد الله بن الحسن البلخي البخاري)، المتوفى ٤٢٨ هـ، فيلم ٢٢، مخطوط ١٨٥، (الطب - الكتاب الأول) معهد المخطوطات العربية .
- ٤- نبذة في الفصد والحجامة، الأنطاكي (داود بن عمر البصير)، المتوفى ١٠٠٨ هـ، فيلم ٣٤، مخطوط ٥٤٥، (الطب - الكتاب الثاني) معهد المخطوطات العربية .
- ٥- مقالة في الفصد، الرازي (أبو بكر محمد بن زكريا)، المتوفى ٣١١ هـ، فيلم ٧٢، مخطوط ٧٧٠، (الطب - الكتاب الثاني) معهد المخطوطات العربية .
- ٦- رسالة في الفصد، الطبري (أبو الحسن أحمد بن محمد)، المتوفى بعد ٣٦٦ هجرية، فيلم ٢٨٤، مخطوط ١٦٢، معهد المخطوطات العربية .
- ٧ - مقالة في الحمام، بدر الدين محمد بن محمد القوصوني، المتوفى ٩٣١ هـ، فيلم ٢٦، مخطوط رقم ٤٦٧، (الطب - الكتاب الثاني) معهد المخطوطات العربية .
- ٨- القول التام في آداب دخول الحمام، شهاب الدين أبو العباس أحمد بن محمد ابن يوسف الأقفهسي القاهري الشافعي المعروف بابن العماد، المتوفى ٨٠٨ هـ، فيلم ٥٣، مخطوط رقم ٦٤٧، (الطب - الكتاب الثاني) معهد المخطوطات العربية .
- ٩- سَدُّ الْأَذَانِ عَن ذِكْرِ شُرْبِ الدُّخَانِ، شهاب الدين أحمد النوبي، المتوفى بعد سنة ١٠٢٧ هـ، مخطوط رقم ١٩٧٥ / د طب، ضمن مجموعة (١ أ - ٦ ب) ، بلدية الإسكندرية، (ق ٤ ب).