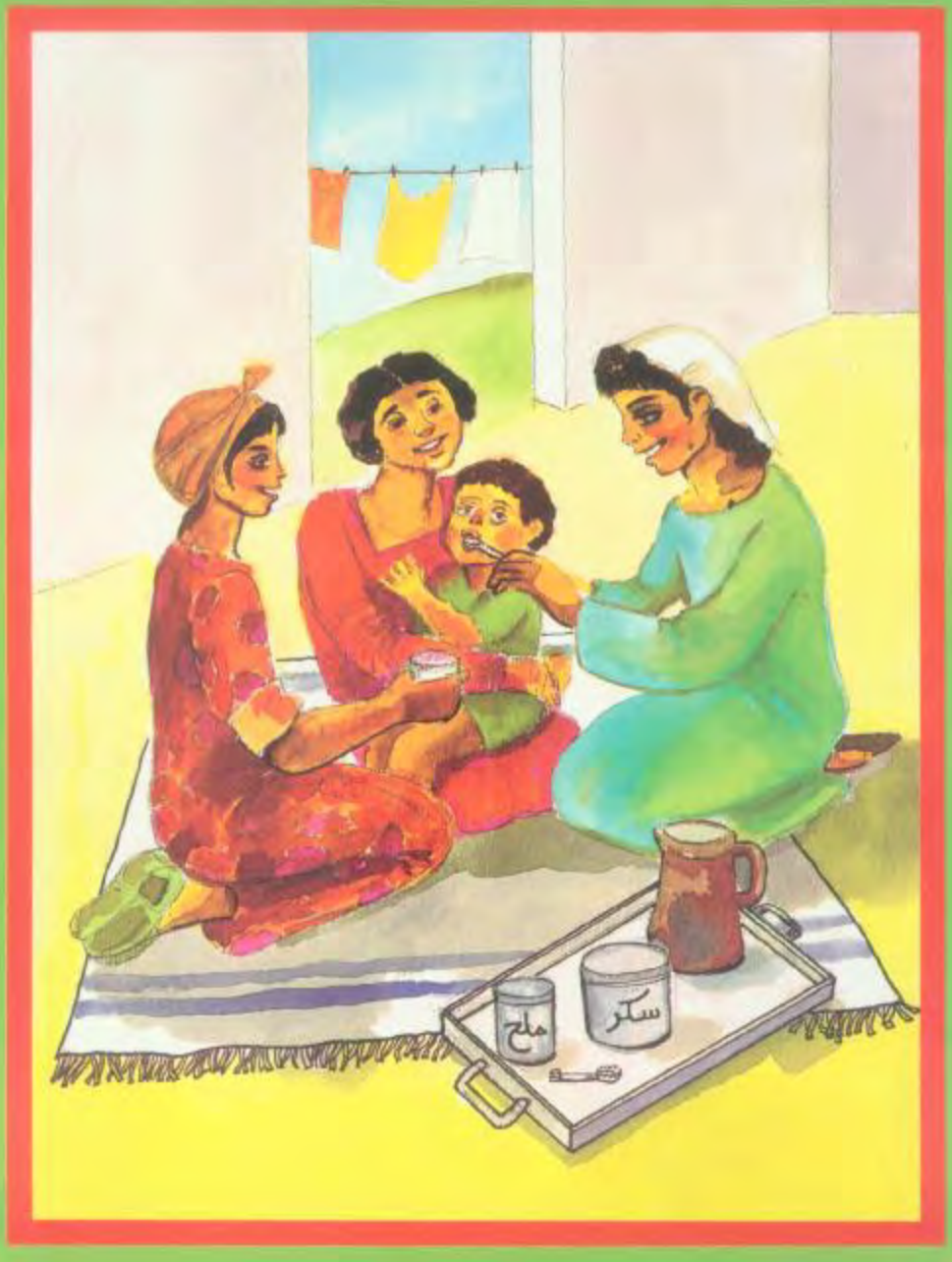
شراب الحياة



قصص «من طفل - إلى - طفل» - ٦

ورشة الموارد العربية

ورشة الموارد العربية

سلسلة قصص « من طفل - إلى - طفل» - ٦

شراب الحياة

قصة عن دور «الشراب البسيط» في منع الجفاف وانقاذ حياة الطفل المصاب بالإسهال

ترجمة ومراجعة وإعداد: إلهام محمد، أمل الزين،
وعاملين في «ورشة الموارد العربية».

الرسوم : عدنان الشريف

«من طفل - إلى - طفل» : برنامج عالمي كان أطلقه "معهد صحة الطفل" في جامعة لندن. وهو يقوم على تعليم الأطفال الاهتمام بصحة وخير الآخرين في مجتمعهم الصغير. ويشمل هذا الاهتمام : الأخوة والأخوات الصغار والأطفال الآخرين في المدرسة، وأهالي الحي أو القرية عموماً. تقوم كل قصة من هذه القصص على مفهوم مساعدة الأطفال بعضهم بعضاً ، وعلى التقليد الشائع في البلدان العربية وغيرها، حيث يسهم الأطفال الكبار في رعاية إخوتهم وأخواتهم الصغار والرضع.

كلمة الى الأهل والمربين والعاملين الصحيين

يقضي الاسهال على عدد كبير من الناس كل عام. وهو أحد الأسباب الرئيسية في وفاة الأطفال الصغار في العالم. ولكن معظم هؤلاء الأطفال يموتون في الواقع بسبب «الجفاف». وينتج «الجفاف» عن الاسهال عندما يفقد الجسم كمية كبيرة من الماء. وأهم طريقة لمعالجة الإسهال وتجنب الجفاف هي تعويض السوائل التي يفقدها الجسم. وتكثر الوفيات بصفة خاصة بين الأطفال، بين عُمر سنة واحدة وعُمر ثلاث سنوات.

ويمكن معالجة الإسهال بطريقة سهلة للغاية إذا بدأ العلاج في مرحلة مبكرة : يمكنك إعداد «مزيج بسيط» جداً يُسمّى «الشَراب الخاص» (أو : محلول معالجة الجفاف). يتكون هذا الشراب من : الماء و الملح و السكر. الملح : يساعد الجسم على الحفاظ على السوائل. السكر: يساعد الجسم على امتصاص السوائل بصورة أسرع ويولّد طاقة. يجب أن نعطي كُوباً كاملاً من هذا الشراب بعد كل تبرّز أو نوبة إسهال، حتى ولو تقيأ الطفل الشراب أو لفظه.

يحكي هذا الكتاب قصة فتاة في الحادية عشرة تُداوي أخاها الأصغر في صبر، وتعطيه هذا الشراب فتُنقذه من خطر حقيقي. يشرح أبطال القصة إحدى طرق إعداد «الشراب الخاص»، والمقادير وكيفية صنع ملعقة المقادير. ولكن هناك طرق مختلفة لتقدير الكميات اللازمة من الماء والملح والسكر، نذكر بعضها في آخر هذه القصة.

ملاحظة : «الجفاف» له أسماء أخرى أيضا بالعربية. منها : «الاجتفاف» و «التجفاف». ويسميه كثير من الناس، ببساطة : «النشفان». وكلها يعني الشيء ذاته. والبعض يسمي «الشراب الخاص» : «محلول معالجة الجفاف».

* الطبعة العربية الأولى، ١٩٩١

* جميع الحقوق محفوظة

* الناشر : «ورشة الموارد العربية»؛ ص.ب. ٧٠٤٧ نيقوسيا – قبرص

ARC, Arab Resource Collective, P.O.Box 7074, Nicosia-Cyprus,
Tel: (357-2) 452670' Fax. 458212, Tlx. 5223 Rawafid Cy

* تصدر هذه القصة بدعم من صندوق إنقاذ الطفولة Save The Children Fund, UK.

* أعد هذا الكتاب بموجب الاتفاق المعقود مع برنامج «من طفل – إلى – طفل» في «معهد صحة الطفل» – جامعة لندن، وذلك عن النص الأصلي الصادر ١٩٨٧ : A *Simple Cure*, by Collete Hawes
Editor: Pauletta Edwards. Project team: Ken Cripwell, Dr. Pauletta Edwards, Shan Griffith-Pina, Collette Hawes, Hugh Hawes, Dr. Keith Lowe, Augustine Veliath, Prof. David Morley.

---

* «ورشة الموارد العربية» مؤسسة عربية مستقلة ذات منفعة عامة، لا تتوخى الربح التجاري، هدفها اعداد ونشر وتوزيع الكتب والمواد التعليمية والتثقيفية اللازمة في مشاريع الرعاية الصحية وتنمية المجتمع في البلدان العربية. تأسست «الورشة» في عام ١٩٨٨ من قبل مجموعة من العاملات والعاملين في حقول الرعاية الصحية الأولية، وتنمية المجتمع، والتربية، والنشر.

ربيع يمرض

حَليمةُ فتاةٌ في الحادية عَشرةَ من عُمرِها، لَكنَّها لا تَذهبُ إلى المدرسة. إنَّها فتاةٌ ذكيةٌ، تُساعدُ أُمَّها في البيتِ وتَرعَى إخوتَها الأصغَرَ منْها.

هالةُ جارةُ حليمةَ وأعزُّ صديقاتِها. هالةُ تذهبُ إلى المدرسةِ وعندما تعودُ إلى البيتِ تلعَبُ مع حَليمةَ وتَحكي لها عن كلِّ الأشياءِ التي تعلَّمَتْها في المدرسة.



في صباح يومٍ باكرٍ ذهب والدُ حليمة ووالدتُها إلى المركزِ الصّحي. كان المركزُ الصّحيُ في قريةٍ أخرى بعيدة. ذهبا لمُقابلة المُرشدة الصّحية. فوالدةُ حليمة حاملٌ، وهي تنتظرُ المولود الجديد قريبا.

طلبَت الأمُّ من حليمةَ ان تلاعب إخوتها الصّغار. وقالت لها : «لا تتْركي الدجاجاتَ تجري على الطّريق، ورتّبي البيتَ يا حليمة. لقد تركْتُ لكُم أكْلاً كثيـرا. إذا تأخّرتُ يُمكنكِ أنْ تطلُبي من جارتنا الخالة عزيزة أنْ تُساعدك». ثمّ تذكّرتْ وقالت : «يا حليمة، ربيعٌ كـان يبكي قبلَ قليل. لقـد جـرح يـده بالأمس. إنّهُ نائمٌ الآن وسيكونُ بخيرٍ عندما يصحُو».



بعدما ذهبَ والداها قامتْ حليمةُ ورتَّبت البيت. كنستْ فتافيت الأكل إلى الخارج، فجاءت الدجاجاتُ وأكلتْها. ثم رتَّبت الفراش وغسلت الصُحُون والأكواب ووضعتْها في الشَّمس لتجُفَّ، وسكبتْ الماء المُستَعمل في البُستان.

ثمَّ خرجتْ وأحضرتْ ماءً نظيفاً. عندما انتهتْ من العمل أخذتْ تلعبُ مع أخيْها وأختها.

حليمةُ لها أخَان وأختٌ واحدةٌ: زيادٌ وعُمرُه سبعُ سنوات وسميرةُ وعُمرُها خمسُ سنوات، وربيعٌ الصَغيرُ وعُمرُه سنةٌ ونصفُ سنة.



يستطيعُ زيادٌ وسميرةُ أنْ يلبسا الثّياب وأنْ يذهبا الى المرحاض منْ دُون مُساعَدةٍ من أحَد. وهُما نظيفان. يغسلانِ أيْديهما بعد استعْمال المرْحاض. ولكنَّ ربيعاً الصَّغيرَ لا يعرفُ بَعدُ كيف يكونُ نظيفاً. حليمةُ وسميرةُ تغيِّران ثيابه كلَّما بالَ أو تبرَّز. في كثيرٍ من الأحيانِ يلبسُ ربيعٌ قميصاً فقطْ حتّى لا يُوسِّخُ سِرْوالَه.



الماءُ الّذي ينزلُ من جسْمِ الإنسان عندما يبُولُ اسْمُهُ البَوْل. البَولُ لا فائدة منْه، لهذا يتخلّصُ منهُ جسمُنا. أمّا البرازُ فهُو فضلاتُ الأكل التي لا تُفيدُ، فيتخلّصُ الجسمُ منها أيضاً.

كان ربيعٌ نائماً. وكانت حليمةُ تلعبُ مع سميرةَ وزياد. أخذوا عيداناً صغيرةً وربطُوها معاً ليصْنعوا دُميةَ «عريس»، ثمّ صنعوا دُميةَ «عروس» وبيتاً من أوراق الشّجر لتعيش فيه اللُّعبتان، وغنُّوا أغاني الأعْراس.



بعدما انتهوا من اللّعب بالدُمَى ذهبوا إلى الحقل وقطفُوا بُرتقالاً.
حين رجعوا إلى البيت كان الجوُّ حاراً. دخلت حليمةُ إلى الغُرفة لترى إذا كان ربيعٌ ما زال نائماً. شمَّتْ رائحةً كريهةً في البيت ورأتْ كثيراً من الذُباب حول الطّفل. كان فراشه مُبلّلاً بالبول وكلُّ ثيابه مُوسّخةً بالبُراز.



حليمةُ تعرفُ أنَّ الذَّبابَ مُضرٌّ وأنَّه يجبُ إبعادُه عن أخيها الصَّغير. وأمُّ حليمة تطردُ الذَّبابَ من البيت دائماً. فكَّرتْ حليمةُ : «الذُّبابُ وسخٌ. الذُّبابُ يُسبِّبُ الأمراض. يجبُ أنْ أرعى أخي الصَّغير رعايةً حسنةً فتَفْرحُ بي أمّي عندما تعُودُ».

بسُرعةٍ، أحضرتْ حليمةُ قطعةَ قماشٍ وبلَّلتْها بماءٍ نظيف وأخذتْ تمْسحُ بها جسم أخيها. ثمَّ ألْبستْه جلبابه وغسلتْ يديْها جيّداً. بدَّلتْ مُلاءة الفراش المبلَّل بمُلاءة نظيفة، وأعادتْ ربيعاً لينام. كان يبْدو ضعيفاً ولا يُريدُ أنْ يمشي.



أخذَت حليمةُ كلَّ الثِّيابِ الوَسِخَةِ إلى الخارج. بدأتْ تَغسلُها وهيَ تَتَعَجَّبُ : «لماذا رائحَةُ بُرازِ ربيعٍ اليومَ كَريهةٌ هكذا؟ لماذا شَكْلُ البُرازِ هكذا؟ لماذا كلُّ ثيابِه مُبَلَّلَةٌ بالبُرازِ الرَّخْوِ»؟

كانت حليمةُ تَستَعْمِلُ أحياناً عُوداً لإزالَةِ البُرازِ عن ثيابِ ربيع. اليومَ لَمْ تستَطعْ ذلك لأنَّه كان سائلاً.

عندما انْتَهَتْ من غَسْلِ الثِّيابِ نَشَرَتْها على الحَبْلِ في الخارجِ حتى تَجُفَّ.



ثمَّ دَخَلَتْ لتَطْمَئِنَّ على أخيها. كان يبدو مَريضاً. عيناهُ لا تلْمَعان. يَتَنَفَّسُ بِصَوتٍ مسموعٍ ويَبكي ويَئِنُّ. حاوَلَتْ أنْ تُعطيهُ بَعضَ الطَّعامِ لكنَّ الصَّغيرَ لمْ يكُنْ جائعاً فَلَمْ يأكُلْ إلاَّ القليلَ. ثُمَّ سَقَتْه حليمةُ قَليلاً مِنَ الشَّاي. كانَتْ تساعِدُهُ وتَحكي لهُ القِصَصَ حتَّى يَشرَبَ.



تذكّرتْ حليمةُ : «سميرةُ مَرِضتْ أيضاً عندما كان عُمرُها سنتين. إعْتَنتْ بها أُمّي ليلاً نهاراً حتّى تحسّنتْ وشُفيت. كان بُرازُ سميرة سائلاً أيضاً، وكانت دائماً تعبةً لا تستطيعُ أنْ تركُض أو تلعب. كانت ترفُضُ الأكلَ والشّرابَ ولمْ تعُدْ تُغنّي أو تخرُج لتلعب أو تُطاردَ الذُّبابَ أو تركُض خلف الدّجاجات. كانت تبكي طوال النّهار».

لاحظتْ حليمةُ أنّ جلدَ ربيعٍ جافٌ. فمُهُ كان جافّاً أيضاً. جلستْ قُربه وغنّتْ له الأغاني التي يُحبُّ. ثُمّ مسحتْ وجهه ويديه بخرقةٍ مُبلّلةٍ بالماء.



بعـــد قليل بدّلتْ مُلاءة فراشه منْ جديد . ووضعتْ وسادة طريّة تحْت رأسه وبقيتْ قُربه حتّى غفا .

عندما اطْمأنّت حليمةُ عليه خرجتْ ونادتْ سميرة وزياداً . أكل الثّلاثةُ طعام الغداء ، ثمّ غسلتْ حليمةُ الأواني ووضعتْها في مكانها وخرجتْ إلى البُســـتـــان قُرب المنزل وقطفتْ بعض الخُضر لكي تطْبُخها أُمُّها عندما تعودُ . لمْ تكنْ تعرفُ موعد عودة أُمّها . وكانتْ تعلمُ أنّ المركز الصّحي بعيدٌ وأنّ سيّارات النّقل التي تأتي إلى قريتهم قليلةٌ .



دخلت حليمةُ إلى البيت وجلستْ قُرب ربيع. نعستْ فنامتْ. وعندما استيقظتْ خافتْ ممّا شاهدته.

كان ربيعٌ يبكي ويئنُّ بصوت خافت. كلُّ شيءٍ مُوسَّخٌ بالبُراز السّائل ومُبلّلٌ. كان قد تقيّأ. رأتْ وجهه وسخاً وشعرُه ملوّثاً بالقيء. ولاحظتْ أنّ فمهُ جافٌّ.

أدركتْ حليمةُ أنّ أخاها مريضٌ جداً. تأخّر والدُها ووالدتُها كثيراً وهي خائفةٌ.



نادتْ حليمةُ أختَها سميرةَ من البُستان وقالتْ لها : « إذْهبي إلى بيت الخالة عزيزة واطْلبي منها أنْ تأتيَ لمُساعدتي. ربيعٌ مريضٌ جداً ». ثمَّ عادتْ تُنظّفُ أخاها وفراشه. وكُلّما نظّفتْ الطفل وألْبستْه ثياباً جافّةً عادَ وتَبرَّزَ مرّةً أُخرى.

كانتْ حليمةُ تغسلُ يديها كلّما نظّفتْ جسم ربيع . ثمَّ صارتْ تُلبسُه منْ ثياب زياد بعدَ أنْ أصبحتْ ثيابُه كلُّها منْشورةً على الحبل حتى تنشف.



الشراب الخاص

بعدَ قليلٍ قَرَّرتْ حليمةُ أنْ تترُك ربيعاً بلا ثياب. لفَّتْه بقطعةِ قماشٍ حتّى لا يُوسِّخَ الفراش. صارَ كُلَّما تَبرزَّ لا يُبَلِّلُ إلا القماشَة. فَتُغَيِّرُها حليمةُ وتَلفُّه بقطعةِ قماشٍ نَظيفة.

عندما عادَتْ سميرةُ وهالةُ كانَت حليمةُ تَحُسُّ بتَعَبٍ شديد. قالت سميرةُ : «الخالةُ عزيزةُ لَيسَت في المنزلِ ولَنْ تعُودَ قبلَ المساء. ولكنّي وجدتُ هالةَ في البيت. فجاءَتْ معي لتُساعدَك».



شرحتْ حليمةُ لهالة بسرعة : «ربيعٌ ضعيفٌ. إنه يُبلّلُ ويُوسّخُ ثيابه أكثر فأكثر. بُرازُه سائلٌ ورائحتُه كريهةٌ ولونه أخضرُ. لا يُريدُ أن يأكُل أو يشرب لكنّه يطلبُ ماءً طول الوقت، ولا يبُولُ كثيراً. لا أعرفُ يا هالةُ ماذا أفعل... أمّي غائبةٌ وربيعٌ مريضٌ جداً».

نظرَت هالةُ إلى ربيع وقالت : «في الأسبوعِ الماضي جاءتْ المرشدةُ الصّحيةُ الى المدرسةِ وأخبرَتْنا عن الإسهال. عندما يكون البُرازُ



سائلاً يكون الإنسانُ مُصاباً بالإسْهال. كثيرٌ من الأطفال الصِّغار يموتون عندما يُصيبُهمُ الإسْهالُ. إنَّهم يموتون لأنَّ كلَّ الماء الموجود في أجْسامهم يخرُجُ مع البُراز. يجبُ أنْ نُعيد الماء إلى أجسامهم. الماءُ يساعدُ الأطفال على الحياة ويُبعدُ عنهم خطر الموت. علينا أنْ نُعطيهم ماءً يساوي الماءَ الذي يخْسرون. يجبُ أنْ يشْربوا كُوباً كبيراً من الماء كلَّما تَبرَّزوا».

ثمَّ قالت: «ربيعٌ مُصابٌ بالإسْهال».



بكَتْ حليمةُ وهيَ تقولُ : «ولكنْ كيفَ نُداويه؟ كيفَ نُعطيه ماءً وهُوَ لا يُريدُ أنْ يجلسَ أو يشربَ».

ردَّت هالةُ : «دَعيني أُكمِّلُ وسَترينَ. المرشدةُ الصِّحيةُ علَّمتْنا كيفَ نُحضِّرُ شراباً خاصًّا لِعلاجِ الإسْهالِ، فيه ماءٌ وملحٌ وسُكَّرٌ. هذا الشَّرابُ يساعدُ الطِّفلَ الصَّغيرَ المصابَ بالإسهالِ، ويَجعَلُه يَتحسَّن.

«طَيِّب..» قالت حليمةُ، «أنا أثِقُ بك يا هالة. عندنا سُكرٌ وملحٌ وماءٌ نظيفٌ».



قالتْ هالةُ : «في المدرسة صنعْنا ملْعقةً خاصّةً لقياس السُكر والملح. استعملْنا غطاء زُجاجة وقطعةً من الصّفيح. الملعقةُ التي صنعتُها في المدرسة عندي في البيت. سأذهبُ وأحضرُها. حضّري أنت كُوباً من الماء النّظيف. سنُحاولُ أنْ نجعلَ ربيعاً يشرب. سأريك كيف نفْعلُ ذلك».

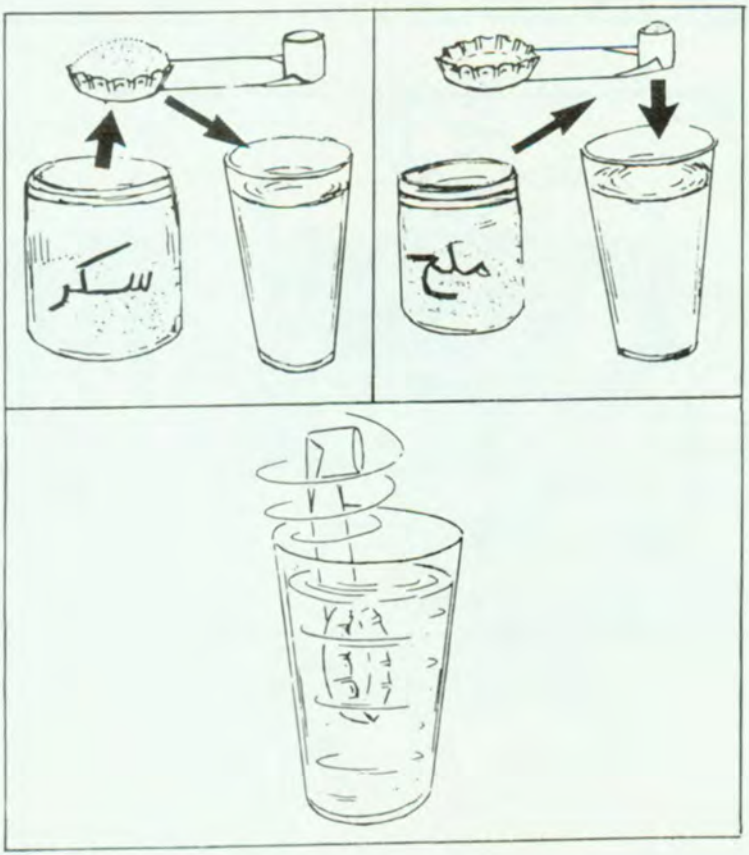
ردّت حليمةُ: «شكراً لك يا هالة. أرْجوك أنْ تُسْرعي. أنا في انْتظارك».



عادَتْ حليمةُ إلى ربيعٍ وبدَّلَتْ ثيابَه. ثمَّ غَسلَتْ يَديْها ووضَعَتْ المِلحَ والسُّكَرَ وكُوباً من الماءِ النَّظيفِ على الطاولةِ. وقَالَتْ: «يا ربيع، يا حبيبي، سَتُشفَى إنْ شاءَ اللّه».



رَجعَتْ هالةُ ومَعَها الملعَقةُ. وضَعَتْ ملحاً في النَاحيَةِ الصَّغيرةِ من المِلعقةِ وسكَبَتْه في الماءِ. ثمَّ ملأَتْ النَّاحيةَ الثَّانيةَ من الملعقةِ بالسكَّرِ وسكَبَتْه في الماءِ أيضاً. ثمَّ حرَّكَتْ الماءَ جيِّداً حتى ذابَتْ كلُّ حبَّاتُ المِلحِ والسُّكَرِ ولَمْ تَعُدْ تَظهَر. فقالَتْ لِحَليمةَ : «الشَّرابُ أصبَحَ جاهِزاً».



قالتْ حليمةُ: «أنا خائفةٌ يا هالة. هلْ أنتِ متأكّدةٌ منْ أنّ هذا الشّرابَ سيفيدُ أخي ويشفيه؟ قدْ تكونين غلطانة. ربّما يجبُ أنْ نترُكَ ربيعاً ينام فيشفى لوحْده».

«لا.. لا»، أجابتْ هالةُ: «ألا ترَيْنَ أنّ ربيعاً يضعُفُ كثيراً. جسمُه سيجُفُ تماماً وبعد ذلك يمُوت. الزّرعُ يموتُ في الطّقس الجافّ من دون مطر. الزّرْعُ يحتاجُ إلى المطر حتى يعيش ويكبر. نحنُ مثلُ الزّرع. لا نعيشُ ونقْوى من دُون ماء. لا تخافي يا حليمةُ. أنا مُتأكّدةٌ من أنّ علينا أنْ نُعطي ربيعاً هذا الشّرابَ الخاصّ».





نادتْ حليمةُ سميرة لكي تُساعدهما. جلستْ سميرةُ وحضنتْ ربيعاً بين ذراعيْها فاستطاع أنْ يجلس مُستنداً إليها. وحاولتْ حليمةُ وهالةُ أن تُسقياهُ السَّائل. حملتْ حليمةُ الكُوبَ قُرب فمه فشرب قليلاً من السَّائل ببُطء شديد وهي تقولُ له : «ستكبرُ وتقوى إذا شربت يا ربيع» . وكانتْ هالةُ تقولُ له : «اشْربْ قليلاً من أجل ماما»، فيشربُ بعض القطرات. و «اشْربْ قليلاً من أجل بابا»، فيَشْربُ أيضا. وكلَّما أخذَ رشْفةً تُقلّدُ البناتُ صوتَ كلبٍ أو



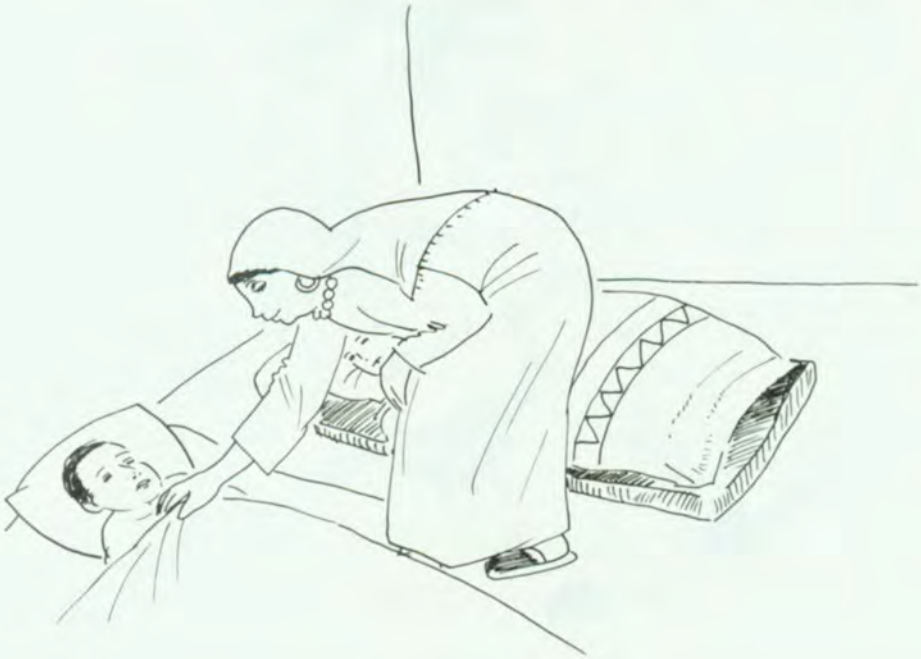
دجاجة ليُفرحُوهُ ، ويُغنُّوا له. وبقوا على هذه الحال حتَّى شرب كلَّ الكُوب.

ثُمَّ تبرَّزَ منْ جديد. نظَّفتْه حليمةُ وبدَّلتْ ثيابه. كان يبكي ويقولُ إنَّ بطنه تُؤلمُه. في هذه الأثناء ذهبتْ هالةُ إلى البيت لترى إذا كانتْ أمُّها قد عادت. كانت الخالةُ عزيزةُ في البيت. أخبرتْها هالةُ كلَّ ما حصلَ فهرْوَلتْ بسُرعةٍ لترى الصَّغير. أخبرها الأولادُ عن الشَّراب الخاصّ وبقيتْ معهم تُساعدهم.



إقْتَرَبَ المساءُ واستغرَبَتْ حليمةُ : لماذا لم يَعُدْ والداها بَعدُ . فقالتْ لها الخالةُ عزيزةُ : «لا تَقلَقي يا بُنَيَّتي . أنا سأساعدُك . سيَعودُ والداك قريباً . أنتِ فتاةٌ طَيبةٌ وشاطرةٌ . أنْتِ وهالةُ فَعلتُما كلَّ ما يَلزَم . لقد سَمِعتُ عنِ الإسهالِ من الإذاعةِ . علينا أن نُعطي ربيعاً سوائلَ ليَشْرَب . نُواصِلُ إعطاءَه قليلاً من السَّوائلِ مرَّاتٍ كثيرةً أثناءَ اللَّيلِ» .

ساعَدَتِ الخالةُ عزيزةُ حليمةَ على تَحضيرِ العشاءِ لسميرةَ وزياد ، ثمَّ وَضَعتاهُما في الفِراش . قالَتِ الخالةُ عزيزةُ قبلَ أن تعودَ إلى عائلَتِها : «هالةُ سَتَبقى وتنامُ عِندَك يا حليمةُ ، وتُساعِدُك» .



رفعت حليمةُ وهالة ربيعاً ببُطء وغنّتا له:

«إشْربْ يا حبيبي، إشربْ حتى تقوى وتلعب
لا وَجع ولا دموع لا مرض ولا تعب»

ظلّت حليمةُ وهالة تسْقيان الصَّغير الماء، والشّراب الخاصّ الذي تُحضّره هالةُ، وقليلاً من الشّاي أحياناً. وكانتْ حليمةُ، تبدّلُ ثوبه وغطاءه كُلّما وسَخَ نفْسه، وتَنْشُرُهُما في الخارج وهالةُ تساعدُها. بعد قليلٍ من الوقت غفا ربيع. وراحتْ حليمةُ تجمعُ الثّياب التي جفّتْ، وتطْويها.



بقيت الفتاتان على هذه الحال طوال الليل. عندما يبكي ربيعْ تركُضان إليه وتتعاونان على إعْطائه المزيد من الشَراب.

تحَسَّنَ ربيعٌ وصار يشرَبُ أكثر. وتعبت الفتاتان جداً، وكانتا تقاومان النُعاس بصُعوبة. لكنَّ حليمةَ كانت تُفكِّرُ: « لا يُمكنُني أنْ أترُكَ أخي يموتُ كما يَمُوتُ الزَّرعُ من دون مطر ».

مع طُلوع الفجر نام ربيعٌ نوماً عميقاً، فنامتْ هالةُ وحليمةُ أيضاً.

بعد قليل سمعتْ حليمةُ صوتاً في الخارج. لقد عاد والداها أخيراً. لكنَّ الجميعَ كان تعباً، لا يستطيعُ الكلام. فناموا.



ربيع يتعافى

استَيقَظتْ حليمةُ وهالةُ في الصَّباحِ على صوتِ سميرةَ وزياد.
هالةُ تأخَّرتْ عن المدرسةِ فركَضتْ إلى البيتِ لتأخُذَ كُتُبها.
كان ربيعُ لا يزالُ نائماً. كان هادئاً، يَتَنَفَّسُ بسُهولةٍ. لم يَعُدْ جِلدُه جافّاً. وكان نظيفاً.



قالَت حليمةُ لأُمِّها : «يا أمّي، كَمْ أنا سَعيدةٌ أنَّك في البيت. ربيعٌ كان مريضاً جداً. إنَّهُ مُصابٌ بالإسْهال. جاءَتْ هالةُ وساعَدَتْني، وأعطَيْناهُ شَراباً خاصاً حتى يُشْفَى. ثم جاءَتْ الخالةُ عزيزةُ. هالةُ وأنا سَهِرنا عليه طولَ الليل. كَمْ أنا تَعبَةٌ يا أمّي وكَمْ خِفْتُ على ربيع.. يا أمي، يا حبيبتي، لماذا تَأخَّرْتِ»؟.



قالتْ أُمُّها : «لقد انْتظرنا طويلاً في المركز الصّحي، وقابلْنا المرشدة الصّحيـة في نهـاية النّهـار. ثم انْتظرْنا البـاص ولم يأت.. انْتظرْنا طويلاً جداً. ثم جاء رجلٌ ومعه سيّارةٌ. دفعنا له كثيراً من المال لينْقُلنا بسيّارته. ولكنْ بعـد قليل من الوقت انْفجرت إحـدى عجـلات السّيـارة. فغيّرها الرّجلُ وأكملْنا طريقنا ببُطء شديد. وعندما وصلْنا إلى مُنْتصف الطّريق انْفجرت عجلةٌ أُخرى. في هذه المّرة لمْ يستطع الرّجلُ تغْييْرها. فنزلْنا من السّيارة وأكملْنا طريقنا سيراً على الأقدام. لهذا تأخّرْنا كثيراً».



ذهب الوالدُ إلى عمله. وساعدتْ حليمةُ أمَّها في ترتيب المنزل وإطعام إخوتها. وعادت إلى جنب ربيع. كان قد استيقظ فغيَّرتْ له أمُّه ثيابه وغسلت جسمه. لم يكُنْ مُبلَّلاً كثيراً هذه المرة. شرب فُنجاناً من الشَّاي وأكل قليلاً من الطَّعام الطري. ثم عاد ونام.



عندما وصلتْ هالةُ إلى المدرسة قالتْ للمُعلّمة : « إنّي آسفةٌ لتأخُّري هذا الصّباح. أنا تعبةٌ جداً. لقد ساعدْتُ صديقتي حليمة على رعاية أخيْها الصّغير ربيع. كان مصاباً بالإسْهال ومريضاً جدا. كان يشربُ بصُعُوبة ويُوسّخُ نفسه طولَ الوقت. كانت حليمةُ تُبدّلُ ثيابه وتغْسلُ جسْمه مرّات كثيرةً. لقد ساعدْتُها. كُنّا نُعطي ربيعاً سوائل طوال اللّيل. لذلك لمْ أقدرْ أنْ استيْقظ باكراً صباحَ اليوم ».



قالَت لها المعلّمةُ : «أخبرينا أكثرَ عن هذا الطفل».

تابعَتْ هالةُ : «كان بُرازُ ربيعٍ مثلَ الماء الوسخ. بولُه قليلٌ، وعيناه لا تَلمعان كالعادة، وجلدُه جافٌّ. يُريدُ أن يشرب ولكنَّه لا يستطيعُ ذلك... كان ضعيفاً جداً. يستفرغُ أحياناً ما يشْربُ. كُنّا نحكي له الحكايات ونُساعدُه حتى يشرب.. وكُنّا نُغنّي له لكي يتوقّفَ عن البُكاء».

طَلَبتْ منها المعلّمةُ أن تُخبرَ أصدقاءَها المزيدَ عمّا حصلَ. فقالتْ



هالةُ : «لقد حضَّرنا له الشَّرابَ الخاصَّ. هلْ تتذكَّرونَ؟ لقد تعلَّمْنا كيفَ نُحضِّرُه في الأسبوعِ الماضي. كُنَّا نُعطي ربيعاً جُرعاتٍ صغيرةً عدَّةَ مرَّاتٍ. سَقَيناهُ كُوباً كاملاً بعدَ كلِّ تبرُّزٍ. مسحْنا جسمَه عدَّةَ مرَّاتٍ أثناءَ اللَّيلِ وبدَّلْنا ثيابَه وغيَّرنا مُلاءةَ فراشِه كلَّما توسَّخَت. عندما بدأ ربيعٌ يتحسَّنُ صارَ يأكُلُ قليلاً من الطَّعامِ الطَّريِّ. أخيراً نمنا كُلُّنا حتى أيقظَنا صوتُ زيادٍ وسميرةَ في الصَّباحِ».



سُرَّت المعلمةُ وقالَت : «ستأتي المرشدةُ الصِّحيةُ إلى المدرسةِ غداً. إنَّها تُريدُ أن ترى الملاعقَ الخاصَّةَ التي صَنَعْتُم. سأُخْبِرُها عن هالةَ ولينةَ وربيعٍ».

وفي اليوم التَّالي جاءَت المرشدةُ الصِّحيةُ إلى المدرسة. وبَعد أن أخْبَرَتْها المعلّمةُ عمَّا حصَلَ سألَتْ هالةَ :

«أين يَسكُنُ ربيع؟ أريدُ أن أزُورَه».

أخبَرتْها هالةُ كيفَ تَصلُ إلى هناكَ، وذهَبَتْ المرشدةُ لتَرى الطِّفلَ الصَّغيرَ في اليومِ ذاتِه.



عندما وصلتْ الى بيت ربيع كانت الشَمسُ عاليةً في السَماء، والجوُ حاراً. رحَبتْ بها أمُ حليمة وأدخلتْها إلى البيت لترى الصَغير. كان ربيعٌ مُمدَّداً في فراشه هادئاً لا ذُباب عليه، وحليمة تلعَبُ بأصابعه. تَعُدَّهُم : «واحد، إثنان، ثلاثة، أربعة، خمسة». ثم ترفعُ أصْبُعاً وتقولُ : «هذه ماما»، ثم ترفعُ الثَاني وتقولُ «وهذا بابا.. وهذا زياد.. وهذه سميرةُ..»، ثم ترفعُ الأصبعَ الصَغير وتقولُ :

« وهذا ربيع الظَريف.. ربيع وَلَد شاطر.. شرب شرابه كلّه.. وصار اليوم أحسن».



فحصت المرشدةُ الصحيةُ الصَّغير ثم بدأت تسألُ حليمةَ الكثيرَ من الأسئلة : «متى أعطيت أخاك طعاماً؟ متى أعطيته شراباً؟ كَمْ شرب؟ متى كانت آخرُ مرَّةٍ تبرَّزَ فيها؟ هل كان يبكي كثيراً في كلِّ مرَّة»؟.

ثُمَّ قالتْ لها : «يا حليمةُ، أنت فتاةٌ شاطرةٌ جداً. حتى أنا ما كُنْتُ عالَجْتُ ربيعاً أفضلَ من ذلك».



ثم قالت للوالدة: «أنا متأكدةٌ من أنك فخورةٌ بابنتك. إنها ذكيةٌ. ولقد أنقذتْ حياة أخيها: بدأتْ تُعطيه الشراب قبل أنْ يمرض جداً. أعْطتْهُ كثيراً من السوائل ليشربها ببُطء. عندما لا نفعلُ ذلك يموتُ الطفلُ. أحياناً يكونُ من الضروريِّ أنْ ننقلهُ إلى المستشفى، وأحياناً يكونُ قد فاتَ الأوانُ، وحتى الأطباءُ لا يُمكنهم أن يُساعدُوه، فيموتُ».



ثُمَّ قالت المرشدةُ الصّحيةُ لحليمة: «عليك أن تُواصلي الإهْتمام بربيع. يجبُ أنْ يشرَبَ كثيراً وأنْ يأكُل قليلاً من الطَّعام الطَّري أيضاً. سأعودُ غداً لأطْمئنَّ عليه».

ردَّت حليمةُ: «لا تشْكُريني وحدي. فأنا لمْ أكُنْ أعرفُ شيئاً لولا هالةُ التي ساعدَتْني. وسميرةُ أيضاً».



في المساء، كان ربيعٌ تحسَّنَ كثيراً. حليمةُ وسميرةُ وزيادٌ لاعبُوهُ، وعانقُوهُ وقبَّلوه. كان الكُلُّ سعيداً جداً لأنَّه تعافى.

أثناء اللَّيل استيقظتِ الأمُّ مرَّتين وأعطتْه شراباً وغيَّرت له ثوبه مرَّةً واحدةً فقط.



اليومُ التَّالي كان يومَ عُطلة. جاءَتْ هالةُ في الصَّباح. وكانت سعيدةً جداً لشفاء ربيع. جاءت المرشدةُ الصِّحيةُ أيضاً وقالت لحليمة وهالة : «أنتما «ممرضتان» ممتازتان. لقد أنقذتما حياة ربيع. سأخبر جميعَ أهلِ القرية».



أنشطة

١ - تمثيلية « الدواء البسيط » :

يمكنكم تحويل الحكاية في هذا الكتاب الى تمثيلية. قدّموا التمثيلية أمام الجيران أو في المدرسة.

شخصيات التمثيلية :

- حليمة - زياد - هالة - المرشدة الصحية
- امها - سميرة - الخالة عزيزة - المعلمة
- أبيها - ربيع

يمكنكم ان تضيفوا شخصيَّات أخرى.

٢ - استعملوا العيدان لعمل دُمى والعبوا بها لعبة «العروس والعريس». فكّروا بدمى أخرى يمكن ان تصنعوها من العيدان.

٣ - العبوا مع الصغار لعبة الأصابع. هل تعرفون ألعاباً أخرى يمكن ان نلعبها بأصابع الصغار وأيديهم؟ (مثلاً : لعبة الصيصان الخمسة والبيضة).

٤ - نُحضّر «الشراب الخاص». نذوقه. ما طعمه؟ كيف يمكن ان نحسّن طعمه؟

٥ - كيف نصنع ملعقة لتحضير «الشراب الخاص»؟ حاولوا أن تجدوا أشياء أخرى يمكن ان نصنع ملعقة منها[١].

٦ - تصوّر انك المرشد الصحي. تصل الى قرية لا يعرف أحد فيها أي شيء

عن «الشراب الخاص». كيف تحكي لهم عنه؟

٧ - أذكروا ٥ أشياء قام بها كلٌّ من حليمة وهالة وربيع.

٨ - أذكروا ٦ أشياء كانت غير سليمة في حال ربيع. انها الأشياء التي أظهرت أنه كان عليلاً.

٩ - ٣ أشياء دلّت على أن «ربيع» لديه إسهال. ما هي؟

١٠ - اعملوا لائحة فيها أسماء الأطفال الذين تعرفونهم والذين أصابهم الاسهال في هذه السنة. اذكروا أعمارهم. هل ماتوا؟

١١ - هناك طرق مختلفة لصنع «الشراب الخاص» أو «محلول معالجة الجفاف». نذكر بعضها في هذا النشاط. يمكنكم أن تجربوها كلها أو ما أمكن منها.

١٢- الأغاني: نؤلف معاً أغنية بسيطة تشرح كيف نصنع «الشراب الخاص»، ومقاديره. يمكن أن تكون الأغنية بالعاميّة وعلى لحن أغنية شائعة. الأغنية تساعد الجميع على حفظ المقادير بسهولة.

هنا مثال [٢] :

رشةُ ملح في كُوبِ الماء ملعقة سكر في كوب الماء
ملوحته أقل من دمع العين
نسقي كوبا للمحتاج للمصاب بالاسهال
بعد كل براز سائل أبسط وأفضل علاج
رشةُ ملح في كُوبِ الماء وملعقة سكر في كوب الماء

وهنا مثال آخر : أغنية[٢] عن القيء والإسهال على لحن أغنية فيروز : «عم بتضوّي الشمس» :

إنْ جاء الأطفال، قيءٌ مع إسهال ... وأصيبوا بجَفاف، وأصيبوا بهُزالْ
فعَلَينا إنْ شئنا، إصلاحَ الأحوالْ ... أن نَسقيهم ماءً، أغزَرُ من شلالْ
أسْدَيْتُ لكم نُصحي، وإليكُم تفسيره: ... السُّكَّر ملعقةٌ، واحدةٌ وصغيرة
وَأخْلُطْ هذا السُّكر ولتُحْكِمْ تَقديرَه ... في كوبِ ماءٍ ورشَّةَ ملح صغيرة

---

(١) اذا آردت الاطلاع على مختلف أنواع الملاعق وتحديد المقادير يمكنك الرجوع الى «الدليل الصحي في التعلّم والتدريب» الفصل ١٥ والفصل ٢٤، تأليف ديفيد ورنر، صادر عن مؤسسة الأبحاث العربية، بيروت - لبنان؛ ص.ب ١٣-٥٠٥٧.

(٢) الأغنية من «حكايات أم عيون» الصحية، ٤ قصص مع أغانٍ مسجلة، صادر عن «اليونيسيف». إعداد بولس مطر والدكتورة مي حداد.

(٣) كتبها أسامة الغزولي عن «الدليل الصحي في التعلم والتدريب».

نشاط

٣ طرق لتحضير «الشراب الخاص» :

- **الطريقة الأولى :** نصنع ملعقة مثل الملعقة المشروحة في الصفحة ٢٠ ، ونحضّر بها شراباً.

- **الطريقة الثانية :** باليد : نخلط :



حفنة من السكر

مع



رشة صغيرة من الملح

في



كوب من ماء الشرب .

١- **لطريقة الثالثة** : بالملعقة :

نستعمل ملعقة صغيرة (ملعقة شاي) ونخلط :



السكر : ملعقة واحدة (ممسوحة) من السكر

مع



الملح : كمية صغيرة في رأس الملعقة



في

كوب من ماء الشرب

نذوق الشراب. يجب ان تكون كمية الملح مضبوطة قدر الامكان. يجب ألا تزيد ملوحته عن ملوحة دمع العين. كثرة الملح غير مفيدة، وقد تسبب القيء.

* **ملاحظة** : هناك طرق أخرى لصنع الملاعق من مواد رخيصة ومتوافرة محلياً . وهناك ملاعق وخلطات جاهزة توزعها منظمة «اليونيسيف» وغيرها يمكن استعمالها أيضاً.

تَذَكَّر

عندما يُصَاب طفل بالإسهال :

١ - نغسل اليدين دائماً .

٢ - نحضّر « الشراب الخاص » .

٣ - نُعطيه الشراب فوراً .

٤ - نجعله يشرَب ببطء .

٥ - حتى ولو تقيّأ الطفل نواصل اعطاءه الشراب .

٦ - كُوب كامل لكل مرة يتبرز فيها الطفل .

٧ - نعطيه قليلاً من الطعام الطري .

٨ - نغسل الثياب التي توسَّخت .

٩ - نحافظُ على نظافة الطفل .

قصة عن دور "الشراب البسيط" في إبعاد خطر الجفاف و الموت عن الطفل المصاب بالإسهال

- حليمة تنقذ حياة اخيها الصغير المصاب بالإسهال، فهي تتصرف بسرعة وتعالجه بشراب بسيط من الماء والملح السكر، فتحميه من الجفاف وتُبعد عنه خطر الموت وتنقذ حياته.
- تم تطوير سلسلة قصص من «طفل - إلى - طفل» من اجل تشجيع تلامذة المدارس الابتدائية على الاهتمام بصحة إخوتهم واخواتهم الذين هم دون سن المدرسة. وضع اساس كل قصة من القصص تربوي مجرّب وراجعها فريق من الأطباء والمتخصصين، اما في العربية فقد جرى اقتباس القصص الأصلية وراجعها عاملون في شؤون الأطفال واعادوا صياغتها ورسمها، لكي تتلاءم والظروف والحاجات المحلية، مع المحافظة على محتوياتها وبروسها الصحية والعلمية .
- يمكن استخدام هذه القصص في مناهج تدريس مبادىء العلوم والبيئة والصحة المنزلية والمدرسية، والتدبير المنزلي.
- صدر في هذه السلسلة حتى الآن :

١ - «مغامرات موسى في النهر» : قصة عن مخاطر الماء القذر.

٢ - «سامي يعلّم اخاه» : الطفل الاكبر يساعد الطفل الاصغر على التعلم واللعب.

٣ - «الشجعان الثلاثة» : ٣ أطفال معوقين يساعدهم أصدقاؤهم على التكيّف والتعلم واللعب.

٤ - «هزيمة العصابة» : قصة الأمراض الستة الفتاكة وفوائد التطعيم والتحصين.

٥ - «المرشدة نور» : قصة عن مخاطر الإلتهاب الرئوي والحمّى .

٦ - «شراب الحياة» : قصة عن دور «الشراب البسيط» في إبعاد خطر الجفاف والموت عن الطفل المصاب بالإسهال.

- يصدر قريبا قصص اخرى عن : «الحوادث»، «الذباب»، «الغذاء الجيد» .. وغيرها.

CHILD-to-child Readers: *A Simple Cure;* First Arabic edition