

26 AUG 1940

Handwritten signature or initials at the top right.

中華民國內政部批准發給第十四號登記證

國醫衛生

Handwritten signature or initials on the left side.

王揖唐



（期）（第）（卷）（第）（號）（第）（期）

本期目錄

漫談

衛生當局宜設法整頓查道..... 茂齋

論評

遺傳與斷種..... 喜愁

醫學掇談

如何防止流行性腦膜炎..... 呂鐘琦
藥石語..... 茂齋

衛生淺言

首宜講求公共衛生..... 劉金策
衣冠衛生常識..... 覺心
談霍亂..... 泰五

夏令疾病專葉

編者的話..... 茂齋
傷寒赤痢..... 編者
飲食品與霍亂之關係..... 寒梅
春夏瘟疫病之簡單療法..... 鄭遵三
痧疹猩紅熱經驗談..... 關茂齋
霍亂病與環境衛生..... 碧雲館主人
營業暫行規則..... 衛生局

專載

驗方拾零..... 茂齋
彭祖氣工八段錦..... 劉子裕

本刊啓事

逕啓者敝社前經成立董東分社委任邵如山先生爲社長茲因整頓內部從新組織其邵先生分社長一職停職另委該分社一切手續已接交清楚嗣後發生若何事故本社不負責任特此聲明

國醫衛生社謹啓

漫談

衛生當局

渡齋

宜設法整頓糞道

加惠市民

免生疫病

德政流芳

京市爲首善之區，有悠久之歷史，文物薈萃，教育發達，曾數度爲首都之所在地，文化思想重心，所有行政機關，櫛比林立，政令所擊，衆矢之的，中外所重視，對於各項行政無不銳進，爲民謀福祉，可慶幸也，自晚近以來，人口增加，對於市民衛生，頗爲着重，所有關於清潔各項，時加整頓，例如糞車之改良，道路之掃除，疾病之注射，預防飲料之改善，販賣食品之管理，舉凡與生命有關而妨礙于衛生者，或設法改進，或嚴加取締，總以合于現代之需要，使不偏不倚爲止境，用心良苦，洵可稱也，惟更有進一步之要求者，輒爲糞道之整頓，城內糞廠之取締，輸送時間之限制，是也，京市城內以西城而論，內四警察分局所轄境內，南北順城街一隅，雖地處偏僻，居民教育，程度之不齊，貧富之不等，然以與市中心之居民（如東城王府井大街，西城之西長安街）相較，則有上下床之別，生命故屬天賦，無貧富貴賤，衛生則人人所應講求，祇以教育及經濟之關係，有所區別，爲政者，則宜加以考慮，使無所偏重，考南北順城街一帶附近居民，一年之中，死亡者較諸他處爲特多，再以病因論之，傳染病多於其他諸病，推原其故，要皆糞車每日絡繹於途，往還不斷，有如長蛇陣然，佇立街頭，目不暇給，除糞車外別無他物，難以糞廠林立，空氣不潔，有時停止街心，（北順城街南口，南順城街北口特多），惡氣外揚，令人作嘔，病菌傳播爲害最烈，尤以夏令蚊蠅發達季節，着糞以

後，四處羣飛，或着食物，或着人身，加以居民不知檢點，飢饉不潔，該地帶居民，難以獲得健康，是以死亡率較諸他處爲高（如北玉帶胡同，地址狹小而糞車非經過不可，不知糞夫是何居心），本刊以提倡衛生爲職志，全人願望國人共登壽域，體質健康，負國民應盡之使命，與亞之大業，不自揣量，爲一般民衆呼喊，懇請市當局及衛生機關，迅速改善，務使民無疾病，病無夭折，對於城內糞廠嚴加取締，輸送時間實行強制限制，街中糞道，應與大車道然，劃一有規律之路綫，使市民不受直接影響，或曰有糞夫職業公會之作梗，糞便事務所之專強，不易革除，此爲推諉政務之語如曉以利害，使業務不發生影響，雖手續繁瑣，時間延隔，要以利己利人，糞夫知識雖屬低能，不害其經濟之出入，務業之進展，而利于人羣，任何情形之下，無不樂從，更有謂當局，未能以一紙之詞，而犧牲最大之努力，作圓滿之功績者，是說非但違法，且不明政情，值此劃時代之時，一切政務除博採民情，納言察體，實事求是而外，更以民衆之利害，國家之利益爲前提，作施政之準則，何輕視不察之有，且最大之努力與犧牲，爲謀民福利也，賢明當局，能不設法乎？是何言哉！是何言哉！惟有懇請市當局及關係機關，速爲籌謀善策，在最近期間，圓滿實現，對全市清潔，徹底整頓，（如街上潑水拉拔堆便）

家喻戶曉，定有規章，（順城街一帶及附近小巷難免愚民抗令）佈告週知，同享康樂，實爲興亞大業及建設新秩序與有關焉，非本市爲然，各省市縣，亦莫不如此，此非虛語，有臭疽病，而後馬匹注射，有狂犬病，然後捕殺野犬，有時疫，即行注射，（最可樂者當門臉舉行注射時而糞車等允立街頭可謂一方拒亦一方疏源）然而，僻偏陋巷，道路不潔，民不遵命，糞車橫行，糞廠廢集，烏呼！此可謂徹底清潔乎？望當局有以善改之，則全市民衆有後望焉。

評論

「遺傳與斷種」

喜 愁

○ 有一位叫作蘭蓋 (Lange) 的罪犯學研究家。

○ 德國 他把由於犯罪而囚於監獄裡的雙生兒，選作

○ 研究的材料。在他的挑選裏，找出十二組一

○ 卵性雙生兒（一個卵子同一個精子受精，而後分化成兩個胎

○ 兒），十七組二卵性雙生兒（兩個同時成熟的卵子，分別受精

○ 分化成兩個胎兒）。由十三組一卵性雙生兒的調查所見：

○ 有十組是同樣犯罪，並且每組嬰兒第二人，就連犯罪的做法

○ 在法庭上的態度，也完全相同。固然，他們的境遇不全相

○ 同，但他們犯罪的動機，和被罰的種類，則全相等。此外，

○ 於十七組二卵性雙生兒中，發見有兩組，是一同犯罪的；這

○ 個數字，在普通兄弟間，也時常有，並不足為奇。像那一

○ 卵性雙生兒，有上記犯罪的事實，真成了饒有興趣的事態

○ 了！

○ 德國戴魯 (Diehl)，曾經研究結核病與構成

○ 近年 結核病的因素間的關係。本來對於結核病的起

○ 源，早就有兩個說法，有謂結核病純是由於感

○ 染結核菌而起的；與個人的體質無關。就是說；無論是誰，

○ 若感染結核菌，就會生結核病（以上稱作「外因」）。或謂

○ 結核病的發生，不全依靠在環境；是要看個人由遺傳而來的

○ 體質，是否易結核病的侵染（以上稱作「內因」）。究竟二

者，孰為緊要，仍然爭論不絕。戴魯的研究，依然利用一卵性雙生兒，據他的調查：若其中一人罹結核病，則同他伴生的另一人，也必罹結核病。不祇如此，就是他們結核的種類經過等等，也完全相同。這個事實，證明了結核病受「內因」的影響，比受「外因」的影響更大。易言之，結核病與先天體質的遺傳，有重大關係。

○ 且就 精神的問題來觀察，遺傳對之，亦有巨大的意義。此外像壽命的長短，一個家族裏面，長壽

○ 的人多，或是夭折的人多；以及子女的多寡，

○ 莫不有關於其先輩的體質。

○ 遺傳 有如上所述的重大意義；所以對於結婚的忠實座

○ 談所，不得不努力建設，在這樣的場所裏，把

○ 登記預備結婚的男女，身體的健康，家族的概

○ 況，得以充分的調查。有應該避免的結婚的，就加以避免；

○ 有應該安心結婚的，就安心結婚。

○ 德國現在，像上面所說的婚姻座談所，國家營辦的，已

○ 竟有很多了，其他的國家，還未見到；仍舊是遵循着既往的

○ 方法，把婚姻建設在財力上，容貌上門閥上。他們把財力容

○ 貌門閥，看得很重；而把含有醫學意義的婚姻問題，反而蔑

○ 視了！

○ 教育以及其他社會設施的力量，也許能超過了

○ 當然 先天遺傳的力量；也許趕不上先天遺傳的力量

○ 畢竟教育總能補救一些吧！所以遺傳與教育

○ 是應該同時一併講求的；不可偏廢。

○ 但是一方面，法律對於俱有劣性遺傳質的人們，有限制

○ 結婚的條例，這就是「禁婚法」；現在西洋各國，大體完備

。按着禁婚法，禁止精神病患者結婚，禁止尚未完全脫離了梅毒傳染期的人們結婚。並且規定：當結婚的時候，被人欺騙了，以後發見對方俱有被禁婚的條件，那麼，馬上就可離婚。

○……○ 法律有如此的限制，也仍然不能絕對避免他們的生育；所以國家又進一步的制定「斷種法」
○……○ 就是施行不育的手術。這個手術，對男子很容易實施；而於女子，則比較麻煩。現在美國已有一萬六千多人，被執行了這種手術。聽說德國，也作了「斷種法」的發軔者。

介紹名醫關茂齋

先生為北京人，世代書香，幼而好學，及長嗜醫書，曾任山東省政府職員，公餘之暇，常為同人等診治病症，頗博好評，近年來始懸壺問世，關於肺病，受寒癩病，小童雜疾腥紅熱，及婦女肝胃病尤有心得，病者一經治療，頗具實效，患者幸勿交臂失之，先生寓宜內文昌胡同十三號特為介紹焉。

醫學掇談

如何防止

流行性腦膜炎

【呂鐘珣】

凡是人身上有一處發紅或發腫或發疼或發熱，這種病象，在醫學上

叫做發炎

譬如我們常聽到的肺炎腎盲腸等等，都是在各該部位上發生了紅腫疼熱的病象，而才有

這樣命名的。
在我們腦子和脊髓外面，有一層薄膜包着，這一層薄膜叫做腦脊髓膜，假使在腦脊髓膜上發生炎症現象，這種病就叫腦脊髓膜炎，簡稱腦膜炎。

脊髓膜所以發炎，是因為細菌侵入的原故，能發生腦膜炎的

細菌很多，如連球菌，肺炎球菌，感冒桿菌，以及結核桿菌等，都是不過這種腦膜炎，傳染力並不大。

本文所講的流行性腦膜炎病，原是一種腦膜炎雙球菌，非常厲害，傳染力也很強烈。

流行性腦膜炎，多在

冬初流行

入春後盛患這種病的，以兒童和青年較多，在多人羣集的地方，更容易流行，患這病的人，死亡率很高，在未發現血清療法以前，患者每百人中要死七十五人，採用血清療法以後，每百人中平均尚有二十五人死亡。腦膜炎雙球菌，都是從口腔的粘膜炎入體中的，細菌侵入口鼻粘膜炎後，漸由血液或淋巴液運往腦脊液，於是就在那裏發生疾病。

凡是患本病的人，口鼻的分泌物裏，都含有腦膜炎雙球菌，假使健康的人沾染了這種分泌物，不幸侵入口鼻粘膜炎，就會傳染上這種疾病。

還有一種人與病人時常接觸，他口鼻的分泌物裏，實含有這種細菌，但他自己並不發生症狀，這種人我們叫他為帶菌者，他自己雖不至患疾，但是健康的人和他接觸之後，一樣會傳染。

腦膜炎雙球菌在攝氏表三十七度時。

發育最良

二十五度不能發育，遇見乾燥，抵抗力很弱，遇見日光或消毒藥就很快死滅，所以這種細菌，離開人體不能長期發育，由此可知腦膜炎的流行，多半都是由於病人和帶菌者的直接傳播，間接由於器物傳播的較少。腦膜炎雙球菌侵入人體後經過相當的時間才發現症狀，這個時間叫作潛伏期普通日期是三乃至四天。發病大多

是很突然的，身體覺得惡寒戰慄繼發高熱，隔一二日劇烈頭痛開始，陷於不安的狀態，同時四肢及全脊柱發生痠痛並且有嘔吐，頸部硬結強直而向後方彎曲，這種情形，叫做角弓反張，是腦膜炎特殊的症狀，病人的意識，有的清楚，有的昏睡譫語，有的模糊呆滯，隨各人而不同。

本病的死亡率很高，前而已經談過，即使幸而治愈也往往遺留下腦性的疾病輕的常有頭痛暈眩，重的失明或重聽，甚至於發生癱瘓和半身不遂等殘疾。我們知道了流行性腦膜炎的病原和侵入的路徑，預防的方法，並不是（一）隔離，一遇見有腦膜炎的

病人發現

必須立刻送往醫院，隔離治療，帶菌者亦須同樣隔離，以防傳播（二）消毒，凡是病人的吐物排泄物，曾經接觸過的器物，病人的居室看護人及家族，都應該施行消毒。

（三）在本病流行的時候個人應注意實行的事項，（甲）健康的人千萬不可與病人接近，以免傳染。（乙）天天用食鹽水或硼酸水漱口。（丙）不要去人多熱鬧的場所。（丁）應該常常戴口罩。

以上所舉

不過擇其概要，人人所能為者，其他如醫院之檢查，國醫之治療，要皆隨時制宜，非拘泥于一格，吾人不可輕忽視之。

更有進者

吾人所有一切之事業，率皆依賴于腦筋，倘有局部變化直接影響於身心，間接阻礙於事業之進展，是以偶染疾病非個人之痛苦，家族之不寧，且於社會亦與有關焉。

藥石語

齋 箴

●莫大之病起于須臾之不慎，不可不察，苟於養生之法，攝生之術，棄之無用，須臾病發，雖藥餌亦濟之必窮，可不慎乎。

●默察，反省，能力行清潔二字，庶乎於衛生之道近矣，豈皮毛之顰效能氣壯體健耶。

●聖人不治已病，治未病，夫病已成而後藥之，譬如臨渴而鑿井，鬥而鑄兵，不亦晚乎。

●攝生不良者，率多不壽，早歲殞喪，中途謝世，遐齡稍長，亦疲蔽多病，疴疴歎仍，英年之時，宜悉此理，免後來之遺憾。

●求肉體上之愉快，則日趨鄙俗，甚或珍食美味，一餐之席，森林羅列數不勝數，雖無病，亦自病，不亡而自亡，富家門第，豈不懂衛生一事乎，恒有病災傷亡，不可不察。

●人之好色，謂可樂也，不知可樂者在一時，可哭者在一世，深明可樂之事，即可哭之事，自然色心漸漸淡去。

●調息一法，貫徹三教，大用可以入道，小用可以養身，故至人之息，以踵大易。

●靜坐即是養生之一端，能每日如之，不妨時間之久暫，但凝空心，不凝住心，不滅住心，滅動心，不滅照心，斯可矣。

●人未有不好逸惡勞者，然可勞而勞，可逸而逸，所謂動作休息，調劑得宜，身體康健，工作亦佳，互為表裏，得受其益，不可偏也。

●空氣為吾人生存於宇宙間不可少之物，養肺之食料也，苟吸不潔之氣，其害人甚於刀劍。

●毋勞汝形，毋搖汝精，飯衣靜默，可以長生。

衛生淺言

住在都市裏的民衆們……

首宜講求公共衛生

大家處處保持永久潔淨

疾病就能減少而獲幸福

中等以下的住戶尤宜切實注意

(劉金策)

世人每于衛生一事，視若無關重要，且謂爲極普通極容易之事，不外乎清潔二字，雖然如此，然能真清潔者，想百人中僅有少數而已，並且一人講求衛生能引起多人之譏笑，僅就個人奉行，尙有若干阻隔況求諸公共二字乎，是以中國民衆，缺乏衛生常識與理解衛生真意，終日空談建設，如何改革，怎樣革新，諸種論調，津津有味，而忘却了身體健康，精神奮發，百病不生，方能負荷建設與革新之重任，否則一羣病夫，尙有何建設之可言，本刊願望國人能本斯意，實行衛生公共化，免去以往劣點，則強民強國。指日可達。

(疾務附識)

我們

住在都市的人，與住在鄉間的人，迥乎不同，在鄉間居住，戶口稀少，空氣也好，所以人民的身體，比較亦健康，對於衛生一節，稍有欠缺，尙無多大妨害，雖然有人發生疾病，因爲有上項種種關係，大概受傳染的也很少，至於在都市居住，跟上項情形完全相反的，人煙稠密，空氣亦不潔淨，而且人民的身體比較容易衰弱的，因爲這個緣故，所以住在都市的人，非講求公共衛生不可。

但是

講衛生這件事，是很普通，人人都知道的，不過是知其一，不知其二，祇知個人衛生不顧他人衛生的是很多人，大概飲食潔淨，與衣服清潔，尙有人能作得到，至於住宅與街巷的清潔，大家多不十分注意，這句話我說的似乎未免太過，大家若是不信，請實地考查一下，各省市所有各警區內祇有少數的富戶住宅以內，比較尙稱潔淨，其餘中等以下各住戶，墻壁的灰塵，院落廚房廁所等處的污穢，可說不堪言狀，若論起街巷清潔夫方才掃完，土車一過緊跟着又是穢土穢水隨意傾倒，兒童便溺充滿里巷以內，這就是大家不注意公共衛生的一個證據，所以我們在都市住的人，不要祇講個人衛生，必須要講公共衛生，不要祇講個人的飲食與衣服的潔淨，並且還要注意住宅院落廚房廁所及街巷的潔淨才是，尤其是各公共場所的飯館浴堂理髮館戲院等處，更要講求清潔，這是什麼緣故呢，因爲我們不講求清潔，至使到處都是塵穢，穢物多了，就要生氣味長病菌，我們不知不覺的呼吸在身體以內，就要生病的，一人生病可以傳染多人，因而至於死亡的也很多，這樣看起來，我們都在市的人，要不講求公共衛生，大家的生命，豈

不是危險嗎。

以上

所說的公共衛生，並不是很難辦的事，也沒有高深的道理，也不必多費錢財，只要大家能勤勞就行，無論是住戶是公共場所花很少的錢，買下竹筴篾箕木桶土筐及胰子淨水等物，住的地方，時常打掃，用的器具，時常洗滌，把穢水用桶隨時倒在溝內，把穢土用筐存貯，以備清潔夫去車運走，並且要家家都如此去作，天天也如此去作，那不是全都得到清潔，大家也不致於生病了。

理在

衛生當局舉辦衛生運動，所有一切衛生事項，都要重行提倡舉辦，並舉辦全穢污物大掃除，為的是喚起民衆都要注重公共衛生的，並且要知道注意公共衛生的辦法，就是到處均要大家保持他的永久潔淨，各處均能清潔見，疾病與死亡自能減少，疾病死亡減少，這豈不是幸福嗎，可見清潔的事項，在我們居住都市的人，是要特別注意的。

衣冠的衛生常識

覺心

衣服

對於人的身體健康衰弱，有很大關係，千萬不可以忽略，因為四時的冷熱循環，都要適合身體的溫度，以防風寒及各種疾病發生。我們以什麼衣服作為適宜的標準呢？當然要按着四時而更換的了。雖然人人都有這種常識，但是個人的環境一定不同，所以必須以自己身體來支配可能吧！勿使內部恐慌致生疾病，因為種種的原因；對於人的身體為重要，所以不可以忽略的。現在我有幾種常識一，的寫在下面。

材料

冬天的衣服，一定要保護體溫嗎？必須禦防外面的冷氣侵襲入體，以免發生疾病。夏天的衣服，不用說嗎？當然是要防禦外面的酷暑熱氣逼進的了。這兩種做用的材料各有不同，必需的材料必定差異。冬天衣類的材料，最好是呢，絨，棉花布，輕裘等；都是很適合衛生，因為這種物品多屬軟質而透空氣。（空氣愈多則布包圍氣空就不能外散。）穿在身上因為傳導冷熱的力量頗小是以非常暖和。在夏天的時候，做衣服的材料子最好要用紗羅葛布才好，因為這一類東西織空很大，能使空氣時常的流通，並且格外的涼爽。

彩色

衣服的彩色也很重要，在衛生方面也有定律的常識，須要根據着寒暖而定，黑色衣服收熱的力量是要比白色衣服大上三倍！因為這種原因夏天宜用白色，冬天宜用黑色，這時則不利也。

衣服

合體形式的大小和肥瘦，切勿使衣服緊縛，緊縛則有礙於發育，吾人的衣服都是寬鬆的，現在感覺不適，舒活，隨便，沒有一點束縛，雖然是很幼稚的衛生常識，但是此項也算人生三大要素之一啊！

寒暖

我們所穿的衣服的厚薄，要與環境的氣候配合，不可以過冷，亦不可以過暖，過冷則容易受寒，過暖則能使皮膚薄弱，此雖小事，人多易忽略，致成感冒病等。

胸部

我們的胸部之內，係人身體靈奇的機關所在，應當格外保護，以資健康，而防疾病。其保護方法最要者宜時常裹暖，免被風寒襲入。常見學生賽跑踢球以，往往將胸腹開放，此時最易寒處侵入，

非常危險切切注意！

勿穿着汗之衣

○衣服經汗濕透，在蒸發的時候，能奪取多量的體溫，應當迅速換去，以免發生疾病，這事是普通一般人常忽略的，尤須要注意。

襯衣

○襯衣的種類尚多，應當選擇最適合衛生的為佳，要擇能夠吸收汗液和皮膚的蒸發處才好。無論是冬天夏天都宜用白色，並且要常常洗濯，以免細菌隱匿之虞。襯衣在洗濯之後，切不要用粉漿滾布，火斗熨貼。

帽子

○冬天戴帽可以禦防寒氣襲入頭部，夏天宜用草帽，以遮太陽光烈照，但是人有一種習慣，就是在屋子裏戴着帽子，在冷的屋子還不要緊。如果在暖熱的屋中戴着，便易極少皮膚的抵抗力，而免頭部昏悶，所以除了酷寒外出的時候，戴帽子都不大相宜，至於夏天旅行的時候，日光熱烈火燄遍射在頭上，必須戴草帽，以免光線刺激頭部，致成中暑症。這都是不可不知道的常識，雖然以上幾點是很淺簡的常識，但是都是一般人所忽略的。

預防砂眼

碧雲山館主人

砂眼是一種慢性的疾患在它初起的時候，大多不會引起人們的注意。到了生出分泌物而牽明流淚的時候，才知道有病。在這個時候，也不過是日常生活上稍感不快，但是並沒有視力的障礙，所以害處還小。到了角膜上生了合併症，如角膜潰瘍，砂眼性垂簾之後，視力就發生了障礙，多數是難以恢復的，甚至於不能工作再厲害一點的就得失明。即

是有恢復的，普通的也要費去不少時日，而所受到的損失也很大了。

砂眼症的病原，到現在還沒有確定。本症的種類約可以分作四種，茲略述之於後：

(一)顆粒性砂眼。眼臉結膜發赤，生多數顆粒如西米粥粒，在上眼臉穹窿部更多。

(二)乳頭性砂眼。眼臉結膜內顆粒與乳頭性增殖相違者，為吾人所常見然僅有高度之乳頭性增殖而缺顆粒亦有之。

(三)癍痕性砂眼。顆粒與乳頭性增殖消退後。結膜而呈白色之癍痕性索條。漸此增加，終至全面呈著白色而堅韌滑澤。同時眼臉軟骨亦多肥厚而彎曲，睫毛倒生者甚多，此種砂眼於末期常見之。

(四)混合性砂眼。以上所述各種砂眼症狀，不能分明區別者，稱為混合性砂眼。

砂眼症的合併症中所常見者，有砂眼性垂簾，淚囊狹窄，慢性淚囊炎，眼球狹窄及結膜乾燥症等數種。

關於砂眼症的預防，約可分為以下的五項。

(一)砂眼之傳染，全在患者所用的面盆，手巾，眼鏡，帽子等，均須嚴重區別，切勿與他人相混或共用。即患者所用之洗眼器及藥瓶等，也不可以接觸。倘經接觸以後，應速用藥肥皂洗手。

(二)手指為傳染之媒介，明指甲務須時為剪除手指未經洗淨後，不得使之與眼接觸，以免在不知不覺中傳染，不可用手指時常擦眼，最好要預備一幅軟性清潔的手帕，以減少傳染的危險。

(三)凡澡塘，旅館，酒樓，理髮館等公共氣所之手巾，

不可使用指面拭眼，因若經患砂眼病者拭過，吾人再用之，必致傳染。

(四) 家庭中之手巾，手帕，均須專用不可混用，凡往親友家中或旅行時，均須自備手巾，手帕。

(五) 無論何人，眼內如稍覺異常，就要請醫診驗，是否是砂眼症的初狀，如果是砂眼，就必須急速求治，別等到厲害時，那就要費手續了。

最後還有一些已患砂眼症而應該特別注意的事。寫下來，請患者注意。

(一) 砂眼療法很多，然均非短時間可以全愈，一定要加以忍耐，不可半途停止治療。

(二) 藥物用法，均須依師指定行之，不可自己隨便亂用，藥物用法不當，無益有損，不可不注意。

(三) 療法中注射，摩擦，燒灼，壓榨等法，雖有微痛，但不可間斷，以期全愈。

(四) 停止看書，寫字刺繡。或在光線大強，及陰暗之處工作。以求易於恢復。

(五) 患砂眼者不易喝酒吸煙，以及賭博，憂忿等均有碍治療，應戒除之，凡一切辛辣之刺激食物，一概禁止。外出應帶淡黑色或淡藍色之眼鏡，以防強光及灰沙飛入。

本刊歡迎閱者投稿
請寄本刊編輯部收

夏令疾病專葉

編者 的話

覺 齋

一年之中，夏令的季節，雖然較比冬令容易謀生，比較一般民衆，不十分感覺痛苦，只是喊天氣熱了，然而，這也是令人可怕的時期，提起傳染病的猛烈，暑病的災害，令人髮指，不由的要恐怖起來，其實是自然而然的實情，并且一年最寶貴的光陰，總以夏日永長，不像春季那樣瞋人眠不得，或是冬季嚴寒只圍爐，那樣不景氣，太有所發奮，利用「永長」，在這裏，我們要回想一下，每年如此的夏日，有多少犧牲性命，斷送到暑的傳染病裏，我們不得不在今年的暑期來臨前，作一番未雨綢繆的預防，尤其是在衛生常識普遍缺乏的中國，最是刻不容緩的。

本刊提倡衛生為職志，對於任何傳染病，及一般的衛生事項

盡綿薄之力，以服務社會的精神，造福人類的願望，請海內外醫學讀者，撰文敘述為國人供獻，強種保民，亦救國之一道也。

茲因篇幅有限，未能一一刊出，割愛者不少，此後盡量擇切要者，再逐期刊露，方不負述者，讀者之熱忱，還請給我們種種特別的原諒。

談霍亂

奉五

霍亂

是中醫所定的病名，西醫謂此證曰「二虎列拉」，春秋冬三季，輕易不見可以說是夏天的二種流行病，亦可以說夏天獨有的病，所以謂之時令病，並且具很大的傳染性，茲將霍亂病的，種類証狀治療法，一一分析於下。

霍亂種類

霍亂証可分三種，大致為陽性霍亂半陰，半陽性霍亂，陰性霍亂。

陽性霍亂

為純陽性患者身體平素，本係強壯之人，臟腑素有溫熱，偶因勞動過甚，感受暑邪，勞動汗出，其氣已虛，止虛不能勝著，邪著於傷心，以及肝胃証狀，則嘔吐不止，頭暈心跳，氣短煩亂，口渴著証象，此為最輕，而不多見之病，初夏可見。

半陰性半陽性霍亂

患者身體不弱，惟因素日貪涼，

且又不能辭勞，寒涼侵犯腸胃，上吐下瀉，腹痛不甚，口渴而喜飲熱水，煩亂不安，此証最為流行，普通易見之病。

陰性霍亂

此症又名絞腸痧，患者身體素弱，元氣過虛，或不虛而貪涼太過，或居高樓大廈，而不離風扇，或睡當風，而貪飲寒涼，脾胃已早被寒所犯，偶一不慎重，寒相引，侵襲臟腑，發則腹痛欲絕，乾嘔不吐，欲泄不能，腿肚轉筋，舌卷發縮，面色暗黑，四肢厥逆，冰冷勢甚，危殆若不急謀補救，大有須臾立斃之概。

一般療法

以上如遇陽性霍亂，急購六一散二兩，每服一兩，或用針刺，屈池出血即愈，刺舌下紫脈，金津玉液二穴亦妙。

半陰半陽性霍亂，治法亦可針刺，屈池出血，及金津玉液二穴，並委中出穴甚好，可服下列藥方，頗有奇效。

桂枝尖一錢 雲苓三錢 白朮二錢 猪苓一錢半

草果仁二錢 澤泄二錢 橘皮一錢半 半夏七分

煨木香七分 沉香四分 生干姜各三分

陰性霍亂，此症純陰，險證針者，可刺委中（腿窪），承山（腿肚），水分建里等穴，萬不可放生血，見血而亡，其嘔惡不吐險症，可用炒鹽，探吐最好一方，針灸再服下列之藥。

以附子一錢 干姜一錢 雲苓三錢 蒼朮二錢

丁香一錢 厚朴八分 黨參二錢 木瓜三錢

草果仁二錢半 炙草二錢 桂枝一錢 生薑三片

沉香四分 小兒減半 俱忌生冷

傷 寒 赤 痢

為傳已速
 害染患謀
 甚迅未預
 大速患防

編者

傷寒亦為夏季屢見不解之証，赤痢更屬傳染性重証，因在夏季晝夜溽暑蒸人，夜間難免少衣不被，於是寒涼傷表邪，在肌膚發熱畏冷，肢體倦怠痠痛飲食乏味，乃係傷寒，寒久不解，傳於大腸化熱傷血，利下紅膿，是為赤痢，輕者日十數行，重者百數十次，腹痛加重者，重則噤口不食，傳染甚速，西醫則謂腸熱發灸，重用泄導，中醫治之大率分三法，初患二三日間，重用清泄利導，十數日，則用清化之法矣，若經月下愈，正氣虛，始可用補藥，茲介紹一方，隨症加減，其效頗神。

如有人患赤痢可用 白頭翁六錢 川連一錢半 黃芩三錢 以栝一錢

初患二三日或腹痛者加以軍炭六分 十日前每日利數十次者照原方服用數劑頗效經月症減而未愈者加赤石脂二錢秦皮二錢

預防之法 睡眠時雖夏日務穿單衣或蓋夾被為預防寒涼傷表之妙法欲不患痢疾且勿冷食冷飲最妙
 預防傳染 便後廁所沖淨如不便可用白灰蓋於糞上以免傳染而殺菌

飲 食 品

與霍亂病之關係

寒 梅

人的生活性一的養料，便見食物，溫思飲，飢思食，雖然人們的本能，確也是維持生存，發揮繁殖，人類根本要件。在這裏，如此的重要，我們一日不能缺少，除去採擇含有量養分的食品外，還要看重在衛生方面，因為病從口入這句話誰也都知道，可是在講求衛生上，又視為平凡無味，患病的人無形增加了，並且醫治方面，還感覺費事，現在正值盛夏。過程中最流行的傳染病「霍亂」，是方興未艾，雖然霍亂病菌，四季都有，為甚麼要到夏天纔流行呢，這固然一方面因為氣溫的關係，霍亂菌在夏天容易生活繁殖，一方面也因為夏天人們愛吃生冷，所以牠能進到人們的嘴的機會，比較多些，經過多年的經驗準說，現在人們都知道酸梅湯，涼粉，雪花浴，冰激凌不是好東西，不敢多吃，其實並不初這些東西，本身能够作病的，乃是因為用的水或者材料器具不潔淨，沾了病菌的原故，如果用的水材料器具，都經過消毒滅菌，決不會作病的，現在最盛行每天在街頭叫賣的冰棍，難免沒有落過蒼蠅，所以這「敗火」的冰棍，也許吃了能叫你上吐下瀉上起火來。

還有一種危險的東西，就是甜瓜和香瓜，因為過去幾年，上海和天津發生的霍亂病人，有很多是吃過香瓜甜瓜的，所以引起醫學家的注意，據去年發表的研究結果，菌數在西瓜的外面表皮不破，霍亂菌是進不去的，但是香瓜甜瓜就不

然，往往裏面霍亂菌標殖很多，而表皮毫沒有傷痕，並且香瓜甜瓜是霍亂菌最好繁殖的大本營，把霍亂菌注射一滴到香瓜或甜瓜裏去，過一夜剖開，檢驗無數的霍亂菌，已經佈滿全瓜了，並且這瓜裏雖有無數殺人的毒菌，而他的外面沒有傷痕，裏面也沒有腐敗肉眼，看來，決不會想到這香甜清脆物美價廉的平民食物，會要人的命的。

霍亂病雖然可怕，好在我們已經知道牠進來的關口。只要嚴防這關口——就是嘴——就行了，雖然我們怕牠。牠能要了我們的命。但是牠却怕一種東西。那就是熱。不管說東西沾了多少霍亂菌。只要把牠煮開或炒熟。那霍菌就這死了。我們可以放心的吃下去。這個最容易簡單。家家能都到的預防霍亂的法子。就是一切食物。都要煮熟。換句話辦。就是絕對不吃生冷的東西。

老人們常常教訓年青小孩子「吃生冷」。這個「少」字。是不澈底的。因為霍亂病菌這東西。只要吃進去一個。一會子就會繁殖成千成萬。所以作病何在多少。而在有無。所以不清潔的生冷食物。絕對不吃。千萬別以為少吃點就不要緊。但是我並非請諸位要一定忌食什麼東西。就可不致傳染霍亂。我只告訴大家一個簡單的法子。就是一切食物。都要煮過炒過煎過或者蒸過。至於炒過煮過蒸過煎過之後。罩在紗罩裏亮涼，或者用水鎮，或擱在冰箱涼了，再吃，一概聽從尊便。

因為什麼我說要罩在紗罩裏呢？譬如一碗麵，擱在棹上，這麵是煮熟了的，本來是極潔淨，吃了決不會鬧病的，但是如果落上一隻蒼蠅呢，這蒼蠅我敢保，必是從毛房飛來的，瞧那兩隻毛腿上，一定沾着不少大便，雖然不一定有霍亂

菌，也一定有別的病菌，所以因為這一隻蒼蠅，這碗麵是白煮了，如果你捨不得倒在泔水桶裏，你必須再煮開，然後吃了，纔不會生病。

一碗煮過麵，要罩在紗罩底下，這該說最安全不過的了，然而這盛麵的碗，還成問題，因為杯盤碗筷，這種食具和飲食，有直接關係，所以也必須提到，如果這碗沒有煮過或者落過蒼蠅，那麼病菌還會沾在麵條上吃進去的，煮過的麵和紗罩，都是白費，所以碗筷杯盤等等食具，用前必須要煮過，這裏我單說要「煮過」，不說要潔淨，因為潔淨兩個字，意義有點含糊，按科學的醫學的說法，無論你洗得透亮，以至一塵不染，也不算真正潔淨，那上面還有無數的病菌，不過肉眼看不見而已，所以必須「煮過」過，纔算真正的清潔。

一碗煮過的麵，盛在一個煮過的碗裏，擱在紗罩底下，這算十二分安全的了，然而不然你吃的時候，也許你的手會碰着這碗的邊緣，而你這手上，也許有霍亂病菌，也許蒼蠅在你手上落過，誰敢保證病菌不沾在碗上，而隨着麵條送。肚裏呢，所以說，吃東西以前，和大小便以後，必須洗手入。霍亂病雖然可怕，但預防牠是很簡單而且最容易的，望市民注意預防，並盼望今年或來年的夏天在本刊上，再。沒有談到霍亂兩個字纔好哩。

春 夏
瘟 疫 病 之
簡 單 療 法

三 邊 邵

溫之為病，在歲運有多寡，在方隅有厚薄，在四時有盛衰，其氣非雲。非煙，即汚濁之厲氣，無論老少，不分強弱，觸之即病，若冬不藏精，或素虛者尤屬易病，其邪多是從口鼻而入，居於夾脊之內，膜厚之所，「令人頭暈寒熱交作。」附近於胃，胃為十二經之海，十二經皆都會於胃，故胃氣能散布於十二經中，而榮養百骸毫髮之微，靡所不貫，凡邪在經為表，在胃為裏而今邪初受在膜，原正當胃經交關之所，表裏之間也，其毒熱邪氣發在何經，即顯何經之症，「凡病溫者，始於手太陰肺經」，譬如發在足太陽膀胱經，則病頭，痛項，強腰背拘緊，寒熱往來，口渴咽乾，與傷寒無異，所可別者，舌多無苔，色，絳多渴面欲涼，左脈小於右，而右尺獨浮，大似此狀者，治宜清解，不宜熱散，等終守定，溫雖不去，不致殞命，然風寒為溫者，不在此例，凡溫病之初得，無論風溫，暑溫，濕熱，溫疫，濕溫，冬溫，皆可服綠豆湯，先護其胃，逐邪達表制止，不能淫越其經。「經云

上工治未病，「邪雖兇猛，不能為害，一服此湯，輕者即愈，重者容治，查綠豆之為物。處處皆有。人人可用。實簡便之良方也。」

綠豆四兩 水一斤半。煮豆數沸。勿令爆皮。皮破則失性。性失藥則無效矣。夫綠豆清熱解毒。溫即熱也。綠豆其涼。在皮。所以煎湯數沸。勿令皮破。僅取其涼。散熱解溫。病邪雅重。服此有撲滅之功。誠世之珍品。初溫之妙劑。不拘城鄉有無藥店。弗限時間。只初之溫。即可煎用。且豆皮還表以皮。發汗。溫難忌發散。豆而皮之發散僅散其表邪。實涼其中。內無熱蘊邪。不得入經。復何患也。可不實諾。

喂！諸位同志們！倘欲學習此術，並欲以極少之金錢，最短時間，或解決職業生疾病等問題者，請速加入↑

北京國醫砥柱總社附設↑

中國針灸學術研究所

詳章函索即寄

地址：北京西城北溝沿三十號

北京國醫砥柱總社附設↑

中醫函授部 招男女生

本函授部講義，編制力求新穎明晰，運用科學方法，整理一切舊籍，取材根據教材委會所定原則，務使確實效驗，使人人可學可施，以期適用，詳細說明，函索即寄！

地址：北京西城北溝沿三十號本社

痧疹猩紅熱經驗談

(續)

(五)論疹後痢

關茂齋

發疹或已出齊。或未出齊。而下痢者。冬疹後痢。此証最難醫治。且極危險。蓋普通痢疾。或由飲食積滯。或傷瓜菜。或暑濕內蘊。調治之法。尚不甚難。至痢後下痢。非普通下痢可比。乃毒邪傳入腸胃。腸胃受其薰蒸。內膜腐爛所致。倘用攻下之法。脾胃一虛。疹必內陷。若滯滯特甚。不得不加大黃時。亦宜少用為妙。此證總以解毒化滯為上策。疹出未透者。兼辛涼托表。若下痢無度。禁口不食。嘔吐。喘嗽。聲嘶。鼻塌。作鏗。厥弓反張。雖疹已出齊。亦為死証。若更兼爛喉。口臭薰人者。死期尤促。茲就疹後痢之輕者。列方於後。

銀花八錢	薄荷一錢	廣木香錢半
鮮葦根六錢	杭芍五錢	生草錢半
鮮蘇節五個半	菊花三錢	淨蟬衣錢半
連翹二錢	檳榔二錢	

(加減法)若熱在氣分者。加寸冬三錢。知母三錢。喉腫疹者。加板藍根三錢。嫩射干三錢。川貝母三錢。元參三錢。大便近於虛滑者。去射干加懷山藥六錢。建蓮肉五錢。若三日後疹已出齊。舌色紫絳。熱入血分兼爛喉者。去菊花。加寸冬知母元參浙貝各三錢。大生地六錢。丹皮二錢半。羚羊角五厘。鮮石斛三錢。生石膏三錢(腹疹大便虛滑去石便)

熱入心經。舌尖正赤。可酌加蓮子心。至參朮著。雖大膏甚至虛滑。亦宜慎用。以痢在疹後。餘熱未淨。恐助邪為患而攻喉也。

(六)論猩紅熱之用藥

猩紅熱在初病時。用藥似與疹大同而小異。不過治痧疹之紫背浮萍。切宜慎用。恐表散太過。至有作喘攻喉之患。茲擬方於後。

大生地四錢	銀花三行	浙貝母三錢
鮮葦根六錢	生草二錢	粉丹皮二錢半
連翹二錢半	嫩射干三錢	杭寸冬三錢
薄荷葉一錢後煎	元參三錢	淨蟬衣錢半
肥知母三錢		

服藥一劑。或三劑。猩紅熱雖盡透於表。而火猶熾盛。且深入陽明胃腑。舌苔老黃或黑。心中煩熱異常。或氣粗似喘。鼻孔煽動。或譫語。大便或乾或不乾。小便赤短。此乃陽明胃腑實熱之兆。可於前方中加生石膏五錢。羚羊角五厘至一分。若小便利。大便滑泄者。可先服山藥一兩。蓮子心三錢。杭芍四錢。滑石六錢。俟滑泄止。小便利。再服生石膏等藥。胃腑邪熱似清。疹已透達。爛喉仍盛者。只宜養陰。切忌一切表散藥。

猩紅熱邪毒。有不傳陽明胃腑者。故舌苔絕無老黃或黑之兆。或逕傳血分。舌色正赤而起刺。兼爛喉者。可於前方加羚羊角五厘。大便不滑。無腹疼的患。可加生石膏三錢至五錢。邪傳厥陰神昏好眠者。可服牛黃清心丸。輕猩紅熱喉爛紅腫未至潰爛者。羚羊角生石膏均可勿用。

(七)論羚羊石膏紫雪牛黃清心丸之施用

粉耳，石膏，紫雪，牛黃清心丸。均爲猩紅熱必用之藥。然又應審證之時期輕重以施用。不細查病情難集而混用之。輕者轉重。重者不救。非前藥之不佳。乃用之不當也。蓋輕猩紅熱。喉僅紅腫。不致潰爛。始終宜投辛涼解表養陰之品。或加紫雪散五六分。沖服前方。定可收功。若輕猩紅熱。尙未透達。即投以大量之羚羊石膏。則血凝氣滯。反出不快。至重猩紅熱。初起即宜投羚羊石膏等藥。使邪熱不致壅塞內閉。則猩紅熱可盡透於表。不然。醫見猩紅熱不易透達。重用表劑以托之。則喉腫潰爛之患。可以立至。待斃而已。夫重猩紅熱。有赤疹先見苗而後爛喉者。有先爛喉而後發疹者。有爛喉赤疹同時發現者。先發疹而後爛喉者。審其爲疹發未透。喉尙未爛者。可少加辛涼解表而必用羚羊。疹未發而喉已爛者。宜重視喉。羚羊石膏乃必用之藥。至辛涼解表之桑葉。姜薤。芥穗。馬勃。始藥。均應慎用。惟少量之薄荷。及鮮蘆根。銀花。連翹等藥。不在禁忌。至爛喉赤疹同時發現者。尤忌表散。牛黃清心丸當用於神昏時期。若神已清醒。以此藥能清熱而屢用之。遂有叫喊直視之虞。此茂齋經歷語。非敢臆說也。

(八)論猩紅熱腹疼

猩紅熱象腹疼者。病因約有數端。審其脈陽明大實。體赤。素有食積者。可少加清導丸一分至三分。不可多服。多服則有大泄內陷之弊。邪毒傳足陽明太陰。則腹作疼。清之可愈。又有上火下寒者。不可不查。宗帽三條溫致安先生之長孫

患猩紅熱。前醫診治。證已全愈。惟腹疼過甚。疼時咬牙。面目青白。甚致昏絕。延茂齋診治。據病家稱。服涼藥則疹輕燒減。而腹疼反增。余細思之。將及一小時。始恍然大悟。爲上火下寒証。以猩紅熱將愈時。餘焰尙存。不得用溫熱藥。乃用小茴香二兩。砂仁五錢。研用食鹽面少許微炒之。裝於布袋內。放臍上。再用燒熱之石塊放茴香袋上煨之。四五日腹疼即愈。內服辛涼養陰之品。亦四五日燒退而收功。又凡猩紅熱。與痧疹腹疼者。不問其病因如何。一概禁用石膏。不然。變証奇出。不可救矣。

(九)論透達

夫猩紅熱透達與否。不在赤疹之多寡。而以赤疹上有無小白泡爲斷。赤疹雖連片成雲。密無隙地。其上無小白泡之發生。乃猩紅熱尙未透達之兆。赤疹稀疏。而其上已發生小白泡。卽爲透達之徵。透達後。宜急屏去一切辛涼表散藥。

(十)猩紅熱之死證

- (1) 正虛邪盛者死
- (2) 利下不止神昏者死
- (3) 舌短囊縮昏瞶不知人者死
- (4) 神昏作抽者不治
- (5) 腹疼叫喊咬牙泄利無度者死
- (6) 聲帶嘶至不能發音者死
- (7) 疹透達後仍惡寒或寒戰爛喉聲嘶者死
- (8) 氣喘作鏗痰鳴鼻塌直視神昏者死
- (9) 脈虛甚痰鴻爛喉仍盛口臭不能近人者難治

霍亂病

與環境衛生

碧雲山館主人

○……○ 這個名詞，人人都知道的。但是一到夏季流行的時候，一旦爆發為時疫傳染病能成千累萬的死人，比較洪水猛獸，還要厲害萬倍。真是談虎變色。

從前大家都認為是天災或者認為命該如此，到了現在科學昌明，知道從前所認為天災或命該如此的道理，全是不對的，知道這個病全是由於不注意環境衛生的原因，並同時知道這個病能用人力預防的，這預防方法有些都是平常的事情，但是因為平常就很容易忽略不注意，因忽略不注意就容易出毛病，若像水的清潔，房屋污物的掃除，廁所及廚房注意滅蠅，這都是平常的事情，可是這都是環境衛生重要的事情，所以預防霍亂並不是要特別困難的預防，是希望大家在平常的事情上注意就是預防了。

○……○ 可分為三項（一）飲食衛生（二）糞溺及穢物
○……○ 大約的處理，（三）滅蠅。因為霍亂病是各種腸胃傳染病中最劇而又最容易傳染一種，其病原是一種弧菌，多半在病者糞便裏。若飲水食物被沾染含有這種弧菌，一旦被人吃了。就能發現霍亂，凡是病人所吐瀉的東西均含有無數的弧菌。若是不幸處置的不當，隨地傾棄，一

且污及飲水食物很容易傳染他人，諸君試想這多麼危險呵，所以預防霍亂必須注意飲食衛生，必須注意糞溺及穢物的處置，更須滅絕媒介病菌的蒼蠅，茲特不厭其詳再與聽眾說。

飲食

○……○ 方面水為重要的部份，而水最容易沾染病菌，所以沾染疾病水是主要的原因，就傳染病學史
○……○ 上講，如一八九二年德國漢堡城的霍亂大流行，是因為居民飲了沒有濾過的河水，又如一八五四年英國倫敦城內寬街的地方霍亂病流行，是因為公用的井與廁所接連，這廁所的主人新從霍亂流行區來，以致由糞坑浸污了井水，由這兩項事實證明，我們可以知道霍亂病流行與飲水很有關係，欲要預防霍亂，第一當注意飲水來源，北京的飲料水，有自來水同井水，飲用井水的約占多數，可是本市的飲水井建造都是很簡陋的，有的與廁所相近，糞便裏的病菌裏地下水滲入井水裏是不可避免的，井上亦沒有蓋，塵土自由飛落，汲水常用繩桶，水夫的手又不乾淨，所以病菌是最易傳染的，據檢查的結果，全市的水井水中不含有大腸菌的，不過十之一二，大腸菌是生活在糞便裏的，水中含有大腸菌，就是証明這水已被糞便污染，含有糞便，諸位若是知道絕對不肯喝吧，從根本上改良井水，現在事實上恐難辦到，治標的辦法，最經最效的就是施用氯氣溶液普遍消毒，所以衛生當局每天派員到本市各井用這個方法普遍的消毒，就是預防疾病的意思，關於個人方面幸而我們中國一般人有飲開水的習慣，水一經煮開所有一切疾病都被殺滅，據斯伯特氏研究，霍亂弧菌在攝氏五十二度經十分鐘就全死滅了，所以我們飲水經過煮沸再喝那是最好的方法，推而言之，我們所吃

的一切東西飯菜當然亦應煮熟再吃，絕對不要吃生的東西，因為生的東西恐怕有病菌在內，吃了要生病的，同時盛食物的杯盤碗筷用前必須煮過並須嚴密的罩在乾淨的紗罩裏，以免蒼蠅落上污染了食物與食具，廚房門窗都應該按裝鐵紗網對不許蒼蠅飛入，在吃東西以前大小便以後，必須用開過的水洗手，因為我們手指每天所接觸的東西，沒有一處沒有細菌的，也許沾上霍亂病菌，也許落上過沾有霍亂病菌的蒼蠅，如果手指入口就如同自己服毒。我們常用手攝取食物送入口裏，這是多麼危險的事呵，廁所穢土箱及穢水桶更要離的遠遠的，這都是飲食衛生必須注意的事項，如果不注意飲食衛生，一切病菌毒物糞便都可由口裏直接吃進肚內，輕則害病，重則死亡，飲食本來是營養人的，這一來反而變成毒物害人了，所以衛生當局對於市面食物的理管是非常的注意，尤其是夏季的各種清涼飲料汽水酸梅湯水棍冰激凌等，並且要勸告一般民衆在吃喝以前，應當詳細的考查飲食的成分和性質，當局對於不合衛生標準的飲食品，都要嚴厲的取締，衛生飲食的標準是要不含有各種病菌，原料必須新鮮，不要參加有害身體的色素，製造手續必須絕對清潔消毒，所用的一切用具都經過過，絕對不許被蒼蠅所污染過，製造人的手必須洗淨方合衛生的標準。

蒼蠅

是傳送霍亂病最重要的媒介，因為蒼蠅本性最喜歡糞渣坑痰盂穢池是他的大本營，他又貪吃，不厭，廚房飯廳凡有東西吃的地方牠必到，他的身上腿上有毛可以沾帶穢物病菌，患霍亂病人的大便和他吐的東西裏全都有着很多的霍亂病菌，還有一種人他的體魄本來含着弧菌，却不發生疾病，毒菌也不滅絕，但牠的大

便裏都含着弧菌，若是侵入他的體內，這能使人得霍亂病。蒼蠅吃下污物，於是這食物和人體接觸，就發生傳染。蒼蠅的排泄物，落在食物上，要預防霍亂，最緊要的是防止蒼蠅的傳染。在廚房裏，一切食物都要絕對防止蒼蠅的傳染。在廚房裏，一切食物都要絕對防止蒼蠅的傳染。在廚房裏，一切食物都要絕對防止蒼蠅的傳染。

此外

地方，都是產糞坑垃圾堆，所以那裏飛便和穢物，所以穢水，希望大家竭力消滅，這是一點不用的疑義的，我們大家也要一齊努力實行。此外，希望大家竭力消滅，這是一點不用的疑義的，我們大家也要一齊努力實行。此外，希望大家竭力消滅，這是一點不用的疑義的，我們大家也要一齊努力實行。

穢水

除不可久存，污水溝穢水坑，每天也要撒石灰。此外，希望大家竭力消滅，這是一點不用的疑義的，我們大家也要一齊努力實行。

營業暫行規則

京一市一衛一生一局一修一正一公一布

北京特別市衛生局近以天氣日暖，市內清涼飲食物營業者，即將逐漸開始營業，該局除已佈告店舖攤販一律於開業前報局核准方可營業外，茲並將營業管理清涼飲食物營業暫行規則，修正公布施行，規則全文如下：

第一條 凡在本市製造或販賣左列各項物品之營業者，除並須遵照本規則各條辦理。

(一)清涼飲料

甲，汽水。乙，菓食水。丙，蘇打水。其他含有碳酸之飲料水。

(二)清涼食物

甲，菓製法涼食品。乙，冰淇淋。丙，刨冰。丁，冰棍。戊，其他清食物。

第二條 凡清涼飲食物營業者，應於每年開業前遵照本局規定之聲請書格式詳細填明呈報本局核准發給許可證後，方得開始營業，惟原承領人或營業地址及製造廠所有變更時，仍須按照本條規定辦理。前項聲請書，及許可證式樣另定之。

第三條 許可證暫不收費如有遺失，或損壞時，應由原承領人備具商舖保結，呈請本局補領。

第四條 清涼飲食物營業者應將許可證懸掛明顯處所。

第五條 清涼飲食物營業者須切實遵照本局之指導改良一切有關衛生事項。

第六條 製造清涼飲食物所用原料，須清潔新鮮，凡易沾污之原料與用水，必須經過煮沸或其他有效消毒手續處理後，方准使用。

第七條 清涼飲食物之製造，不得摻入天然冰，其製成品之儲藏冷鎮，並不得與天然冰接觸。

第八條 冰棍或其他結冰食品，須以潔淨而不含有大腸菌之水或經過煮沸之水製造。

第九條 清涼飲食物之製造或貯藏不得使用防腐劑與有害性色素或有性芳香質。

第十條 凡清涼飲食物有左列情形之一者，不准發售(一)品質變壞者，(二)含有大腸菌或其他致病菌者，(三)含有防腐劑有害性芳香質，或其他毒質者。

第十一條 凡以容器封裝清涼飲食物批發製造場外者，須將其製造場店舖名稱營業所在地，證明於容器之封絨上紙。

第十二條 清涼飲食物販賣場所，須由營業所負責保持清潔。

第十三條 清涼飲食物販賣場所之飲食用器皿均須保持清潔，並於使用前，施以有效方法消毒。

第十四條 清涼飲食物營業者，呈請開業時，其製品之檢驗，每種徵收檢驗費五毛，但攤販小販，每種徵收檢驗費一毛。

第十五條 違反本規則各規定者，處以十元以下之罰金，累犯者加倍處罰，其情節較重者並得停止其營業。

第十六條 本規則未盡事宜，隨時呈請修正。

第十七條 本規則自呈奉核准公布之日施行。

驗 方 拾 零

● 齋 ● 笈 ●

(一) 至聖保元丹
 羚羊 半夏 全蝎 天麻 胆星
 以上各三分 木通 蟬脫 黃芩 鈎
 藤 各一兩 茯苓五分 僵蚕 前胡
 薄荷各五分 橘紅 天竹黃 射香
 各三分 胡蓮二錢 冰片一錢 蜜丸
 重五分 每服一丸

(二) 金衣抱龍丸
 牛黃 冰片 射香各錢半 全蝎百個
 長砂五錢 琥珀 沉香各三分 廣
 皮八錢 天竹黃 川貝一兩 蟬脫 天虫
 天麻 雄黃 南星 茯苓 鈎藤
 薄荷各一兩 牛黃 冰片各四分 射
 香三分 珍珠一分 蜜丸重三分

(三) 鎮驚錠
 胆星 天竹黃 雄黃 硃砂各五錢
 琥珀 珍珠 牛黃 射香各三分 蜜
 丸重五分

(四) 牛黃抱龍丸
 牛黃一分 琥珀 淡蝎 僵蚕各三分
 天竹黃 胆星各五錢 射香 冰片
 天麻 雄黃各三錢 硃砂二錢 蜜
 丸重三分

(五) 太極丸
 硃砂 姜豎各三錢 天竹黃 大黃
 胆星各五錢 全蝎百個 射香五厘
 薄荷五錢 冰片分半 糯米糊丸重五
 分

治 齧 疼 痛 法

小病不醫，時愈時犯，為患者所苦，普遍於人羣者，牙疼是，犯此病者經久，腦神經受刺過甚，一旦犯者患之，醫治不易，疼痛難忍，往往以時愈時犯，輕忽視之，忍痛一時遂此至趨於劇烈。有死亡之虞，語云，牙痛不是病，疼起來，要人命即是理也。凡患者，往往用漱藥或藥膏塗抹患處，更覺頻繁，非用藥後即求速愈，或求疼痛立止，用心愈急，反覺收效緩漫，致使用藥未竟全功，即行廢棄，再用以他藥，用藥不專，病亦難愈，茲介紹一方于後：
 以烏賊骨研末粉，調之於醋。左齒痛則塗入於左耳，右齒則塗入於右耳，其效如神。

治 婦 人

赤白帶下
 病之
 病患至多，而令人煩厭，普及一般婦女，雖多方求治，未能達目的者，厥為帶症，延醫治，屢時曠事，殊少成效，反而加重，偶有一二治愈，實為僅有。茲得一有效方劑，願患斯症者，試服之。列舉於下：
 (一) 患赤帶下者：婦人患赤帶下者，宜以蒲黃，滑石，等分研粉，每服三錢，攪和於清水而飲之。
 (二) 患白帶下者：患白帶下者，宜以炒槐花，煨牡蠣，等分研粉末，每服二錢，用酒服之。
 (三) 患赤白帶下者：凡婦人患赤白帶下者，宜燒兔之皮與毛為灰，每服一錢，用酒服之，有神效。

彭祖氣工八段錦

既能保身健心
且臻延年益壽

增加飲食

消除百病

續

劉子裕

專載

氣工八段錦一文，係劉君親自領受，且段鍊有年，獲益良多，余屬公開，有助於青年，陰德非淺，徵劉君同意，遂於上期刊出，以實本刊誠為珍品，編者前已為文介紹，勿庸贅述，惜未能一次刊出，甚為遺憾，茲接外界紛紛來函，希望劉君能有餘暇，為青年實際指導者，因尚未與劉君語此，未敢作任何表示也，然一般讀者，頗重視本刊，同人愧作之下，敢不前進，尚望讀者維護焉。

虎齋識

繳轆轤

亦先單後雙。合口閉氣，左手如攪轆轤狀，三十六此。再用右手如前法。未則閉氣，兩手齊攪之亦三十六次。

五拖空哈氣

用兩手十指相叉按頂門工吸足氣，即反手向上拖穴際口中呵出之，共五次。

六撮足心

平坐兩腿伸直，用兩手由兩腳指撮脚必二十四次。

七吞玉液

仍盤膝端坐，閉口用舌頂上瓶，津液滿口漱之，作三次咽之。須如咽硬物狀。以氣送至下丹田，久行妙不可言，至少以咽九口為度。

八撒足

散坐後，立起身軀，先左足後右足各撒十五次。

注意

此功以子，午，卯，酉四時用之為妙。如不能按四時，卯，酉兩時之功，萬不可間斷，庶可有功也。

文

藝

詩

春飲

碧雲山館主人

有客尋芳久未歸，江南春色門芳菲。連朝貪飲林泉下，錯認楊花當雪飛。

本 刊 稿 約

- (一) 本刊徵稿範圍不限國內外凡關於醫學本身之理論及新發現新供獻均所歡迎惟須不含政治意味及攻擊性質為合格但求家庭人身及公共衛生實際者為最佳
- (二) 來稿務須繕寫清楚切忌潦草並須自加標點
- (三) 來稿如係譯文須注明原書之書名出版處及年月作者之姓名
- (四) 凡來稿無論錄取與否概不退還如欲退還須於稿端言明並須附足郵票
- (五) 凡來稿本刊有刪改權如不欲刪改時得事先聲明之
- (六) 凡來稿如欲文責自負須先期聲明之
- (七) 凡來稿一經登載概致薄酬以謝盛意
- (八) 來稿請直接寄交本社編輯部收

國 醫 衛 生 半 月 刊

社 長 兼 主 編 劉 奉 五

編 輯 章 篋 齋

北 溝 沿 三 十 號

印 刷 國 醫 砥 柱 印 刷 部

電 話 西 局 二 〇 六 號

發 行 國 醫 衛 生 社

宣 傳 主 任 蕭 輯 五

外 勤 主 任 趙 子 琴

版 翻 社 址 北 京 西 城 西 京 畿 道 廿 號

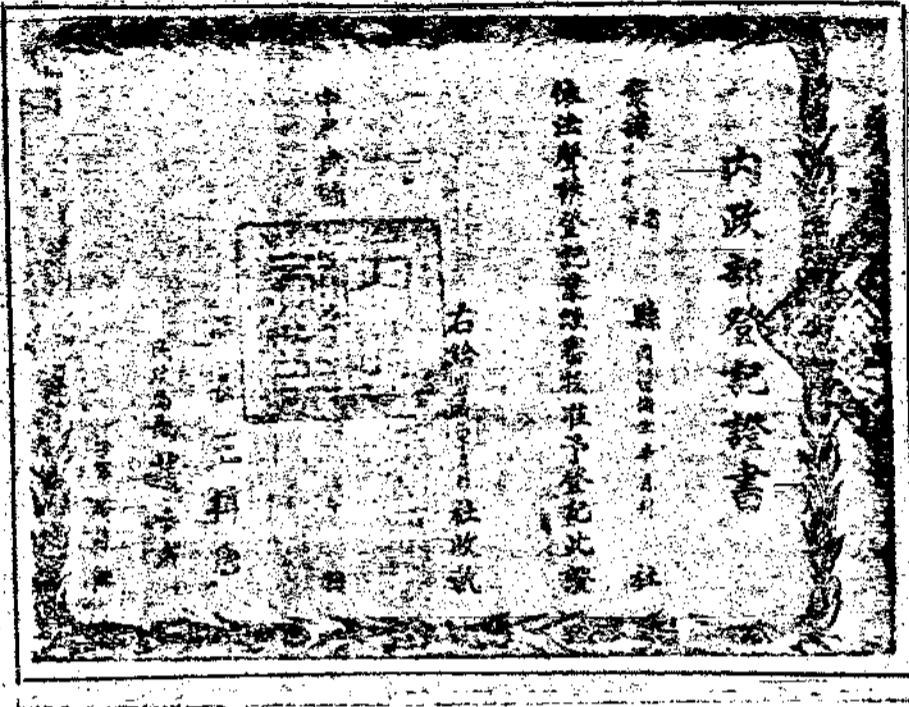
權 印 電 話 西 局 五 四 四 號

所 必 每 冊 四 角 不 折 不 扣 不 訂 長 期

有 究

中 華 民 國 二 十 九 年 七 月 日 出 版

有衛生常識
可促進健康



本刊為增長衛生常識之讀物
欲長生求永壽者不可不看。

證記登社本給發部政內為圖上

健 康 妙 訣

每册四角不定長期

精神，則足精
精神，則足精
精神，則足精
精神，則足精
精神，則足精
精神，則足精
精神，則足精
精神，則足精
精神，則足精
精神，則足精

本社緊要啟事
敝社交際主任王心中先生另有高就現已脫離敝社以後王君行動不與本社相關特此鄭重聲明敬祈各界注意是幸
總發行所 民生月刊社啟

讀衛生半年月月有益身心

晚起同起：勿失良機

劉奉
五印