

第三集

不可不知錄

上海有正書局印行

(上)(海)(有)(正)(書)(局)(發)(行)

最新結婚學

三角

本書共二十八章首論結婚學說之得失繼述各種結婚之利害後敘關於結婚之要義凡陳一義必原始要終推闡盡致意富辭新愜心貴當使閱之者渙然冰釋覽之者怡然理順而於伉儷間之所以得享幸福而去其不幸者一篇之中尤三致意焉凡我國人無論已婚未婚均宜手置一編以為享有幸福之一助

實用矯癖法

三角

本書前載矯癖通論後載矯癖各論各論羅列癖之性質狀況治法實例通論總述癖之意義性質起源範圍舉其最習見而最有趣者如酒癖烟癖夢囈之癖手淫之癖口吃之癖賭博之癖面紅之癖放屁之癖暈船之癖月經之癖頭痛之癖嫉妬之癖等是凡有癖好者請一觀本書便知所以矯正之矣

不老不死法

三角

人鮮不欲長生不老者而鮮得長生不老者緣未得其法也本書詳論精神肉體食養少食呼吸運動各種不老法未並述不老不死法之新發見奇論妙義得未曾有坊間雖多有關於長壽法與健康法之書而如本書之理想不老不死發表組織的研究之結果則未之前見此本書之特色也

神經病新療法

二角

此書原名煩惱探原為美國神經學者華頓博士所著所謂煩惱乃指心理認誤習慣所生一切神經病而言今人患之者觸目皆是故學者有時用以代病之稱華氏著是書先解析其所以然之故次詳述其救治之法反復叮嚀一以自力為主毫無浮靡之談為益患者不淺故節譯其精義以餉國人

不可不知錄第三編目次

服用門

衣履 文房 器具 洗染

飲食門

飲料 鮮味 果品

居住門

育兒 金融 算法 燃料 鑒別 雜事

醫治門

內部 外部 預防法 急救法 衛生法

旅行門

不可不知錄第三編目次



不可不知錄第三編目次

體育門

動物門

植物門

不可不知錄 第三編

服用門

●衣履

保存紗衣。紗衣保存殊不容易。苟一不慎。卽有損壞之虞。但於入箱時。觀以布單衫疊起。決不至於受傷。余試極驗。特錄之以供同人。(雲樵)

絨衣沾雨。不論本國絨與外國絨。一沾雨滴。絨頭立即塌下。點點如星。甚不雅觀。法先用吸墨紙吸乾水滴。繼以舊天鵝絨一小塊。纏指頭上。輕輕倒拭。又復順揩。如此連拂四五度。絨頭仍可堆出。凹痕一無所見。此法余曾經實驗。故錄之以告愛惜物力者。(光)

灰鼠衣。灰鼠衣服。置於榻上。切勿爲貓所臥。一經貓臥。必致脫毛。蓋鼠性畏

猫。物理然也。(岳)

夏日曝衣。夏日曝衣於庭未乾時。如有急雨驟至。不可收藏摺好。使之陰乾。必俟日出後。重晒之。否則熱毒未散。著之身上。易生癩類。是亦不可不注意也。(柳逸)

洗皮。器物之以皮製者日久恒變色。殊不雅觀。洗之之法。首以溫水和醋。用新布擦之。復以乾布拭之。使燥。再以蛋白和松櫛油少許。用絨衣徐抹之。令乾。則皮色如新。(仲枚)

白皮鞋。近來皮鞋鋪中製白皮鞋。往往內夾以假紅皮。人貪其價廉。購之而歸。一遇水後即現紅色之點。且不易退。故買白皮鞋時。宜以水灑於其上。視其有紅色與否。則鋪中不能魚目混珠矣。此誠不可不知也。(景旦)

鞋油。皮鞋油以花旗牌爲最佳。因其油擦於皮鞋上。耐久而色澤。今市上冒

牌者甚衆。余（記者）受其愚者數次矣。至今始知凡冒牌者。油易乾而色暗。且盒蓋上所繪之人（即商標）面上塗有紅黃相間之色。而真牌則完全紅色。故敢陳於諸君。勿以以價廉而受其愚也。（景旦）

擦皮鞋法。擦皮鞋者。多用皮鞋油擦之。惟每易致裂碎。若以菜油揩之。則潔淨雅觀。且光彩如新。又不致有碎裂之患。（經緯）

●文房

綾上書字。購印刷局之油墨。或用白礬化水磨墨。書之自然不至化開。（糾謬）
木片上書字。新製木片欲書字其上。每不易著墨。若遇急用時。頗難設法。若以生薑片磨擦之。則光滑異常。左右無不如意。鄙人試驗屢次。頗著效果。

（楚柱）

布包書字。凡以包裹等件交郵局寄遞。必須詳書姓名地址。但布面粗糙。不

易着墨。惟先以漿糊略塗布上。則寫時容易着墨。且甚明晰。(仲英)

書簽。坊間書籍封面輒加以連史紙書簽者爲多。苟脫落時。慎勿黏以膠水。

當黏以新鮮漿糊爲尙。若黏以膠水乾黃發則殊碍雅觀。(翁)

預防筆蛀。筆久藏。卽蛀不能用。茲有一法。先以紙塞筆梗及筆套之一端。以

火漆封口。然後包置。雖藏十年不蛀。(蟬盒)

油印。(一)用蠟紙寫字。久則有蠟黏鋼板上。不去盡此蠟。則印後字跡不清。

倘常以舊牙刷蘸煤油刷之。蠟自去盡。或沖以沸水隨沖隨刷。亦可。(二)寫時如有錯誤。卽用鋼筆桿上端之圓頭。按木板上。輕輕塗抹誤處。至誤處不現小孔爲度。然後改正。便可無碍。(三)印時加煤油少許於墨油內。印後字跡卽不模糊。惟煤油不宜多。多則有滲透之弊。(四)印後將蠟紙上所餘之油刮去。仍可留作下次之用。(夢碧)

洗圖章。橡皮圖章用久。則油污模糊。洗之不易。若熬火漆使溶。卽以圖章輕輕一蓋。油污盡被火漆粘去。以之洗金石各章。效用皆同。(耐)

眞筆版藥水。眞筆版用藥水。自製甚廉。且法又簡便。用酒精爲主。內加硫酸數滴卽成。硫酸之量。可先滴少許。用筆于蠟紙試之。以能透紙背爲度。其色可用洋藍等有質顏料混和之。顏料之量宜畧多。藉以防寫時化開之弊。此法由余父所發明。前在蘇州唐家巷暨蘇蘇女學等各學校多用之。(正己)

拭石板油膩。按石板所以有油者。蓋由於使用時。以手指拂拭。則指上之脂肪質。擦入石板。此石板油所生之原因也。今分述預防除去二法如后。一、預防法。石板油之所由生。旣已知矣。然此石板油者。非製石板原料所原有也。旣非爲原有。則可用一種方法預防。卽當使用時。以呢布捲子拂拭最善。或用粗質布條亦可。忌用唾液。因亦有粘質也。一、除去法。若前法如不知

者。以誤致石板生油。則可用熱水沖灌。再加以木炭磨擦。即好。如仍不能。可用滾木柴灰撲之其上。少許。以最細沙紙擦之。亦便愈也。(弗去子)

其二。學生所用石板。每易上油。若以玻璃一小片。置於水中磨之。則油立去。

(經緯)

其三。石板上。有油膩後。寫字頗不清楚。前報載有用玻璃片擦之。記者亦曾一試。頗有效驗。惟石板上。易有凹凸紋。茲有友人授予一法。用瓦片磨光後。擦之。試之。果較玻璃爲善。(丑)

雕刻。雕刻爲美術之一。關係國家文化。故甚爲重要。然雕刻中。以象牙爲最難。因象牙性堅而易碎也。今有一法。用象牙浸入乳中。加以熱度。約三四小時取出。則柔而不易碎。施以雕刻。無不如意。此雕刻家所不可不知者也。

(景旦)

鋼筆。吾人書蟹行文字。必用鋼筆。然其筆尖至銳。與紙磨擦稍重。其筆尖之直線中立夾紙屑。能使字跡模糊。以指甲剔去。既嫌其穢。亦一時難去。用字紙等物擦去亦然。今有一法極便利。以筆尖在墨水瓶蓋軟木上。連戳數下。紙屑自去。(天涯淪落人)

繡紙。每見繡紙不能應用。棄之可惜。殊不知有一極易之法。使之平正如初。法將繡紙着水。貼於平正之板上。待乾。揭下應用。亦廢物利用之法也。錫類儀器。用器畫之優劣。在乎儀器之良否。然市上所售之儀器。欲其萬全者頗鮮。非所畫之線毛。卽不能畫細線。茲得一法。將儀器於石板上磨之。內面用碎石板片磨之。愈薄愈妙。且須兩片互相符合。不可稍有長短。則線不細與毛之弊可除矣。(H)

其二。習用器畫者。每謂畫具價昂。且不耐用。此蓋不知保存之法。記者有二

法。敬告同人。(一)用後。須用絨布揩拭。以防生銹。(二)用後。揩拭殘墨。預將螺絲釘退鬆。否則鋒芒損壞。使用不克如意也。(了了)

墨跡。凡鉛畫紙上。欲去墨跡。決非橡皮麵包之所能爲力。去之之法。可用火於墨跡上。熏數秒鐘。(勿使紙上現黃色)用小洋刀輕輕擦之。至墨跡全去爲度。再用指甲而(不可污穢)擦之。則毫無形跡而光滑如前矣。(五)

軟鉛筆。繪水彩畫者。往往好用硬鉛筆打底。不知硬鉛筆之鉤影雖淡。而難以拭去。繪就後不甚雅觀。不如用較好之軟鉛筆(大約在一角左右者即可)輕輕描寫。則影清晰而易拭去。(輝靈)

炭精素。仿照所用之炭精素推德貨爲最上乘。然定價日昂。用之太貴。今吾校圖書教員新獲一法。可向墨作購松煙以代。不惟價賤而已。且能省磨刮之功。照成後色亦和麗可觀。誠優等之發明也。(伯)

粉筆。學校中所用五色粉筆。爲數亦甚巨。惟惜購自外洋。不免利源外溢。於是。有國貨出焉。但苟用國貨。如紅色粉筆。則堅硬難寫。殊不適宜。今按紅色粉筆。於物理光學言之。最易擴散其水分。証之。退色圖畫。紅者先去。即可明瞭。其改良製法。卽在紅粉筆加多其水分。裝匣時不使其十分乾燥。便得之矣。(采杞)

●器具

洋燈罩。洋燈罩最易碎裂。今有一保護法。當初買時。宜置鍋中。用冷水灸之。炙約一刻許。可仍置鍋中。俟水冷乃取出。點火時。務須將火由小漸大。熄滅時。亦須以火由大漸小。久之始熄。既熄。不可驟携。至有風處。此外如能於揩擦時加倍留意。一燈罩。雖用數年可也。(正己)

擦眼鏡片。眼鏡片一染塵埃。光澤大減。如以花露水少許滴鏡片上。再以乾

布磨擦則透明如水。緣花露水含有酒精。而酒精爲清滌之妙物也。(瘦)

水玻璃。水玻璃日人稱爲水硝子。係一種半流動體。其用途頗廣。(一)填充

牙隙用之。(以水玻璃六分石灰四分相研和)。(二)用以縫合玻璃及陶

器等。(三)塗於木材及他牆壁等可爲防腐劑。又能防火。(四)塗布瓶塞。隔

離空氣。其製法甚簡。卽以無水矽酸四十五分。炭酸鈉二十三分。木炭末三

分。加熱熔化。迄冷却仍爲流體。(瑯琊生)

食器。食器與食物。有直接之關係。若將含毒質之食器。以盛食物。則爲害非

淺。故宜注意於選擇。如陶器玻璃器磁器鐵器鉛器錫器皆可使用。而銅器

易生綠銹。有大害。非塗白蠟不可用。此人所共知。不待記者告也。然近日市

上所售錫器。皆和鉛質。均非純粹之錫。鉛質之毒。亦人所共知。故錫器之毒。

亦可想而知矣。若非確知其爲純錫者。勿用作食器爲宜。(前人)

竹器防蛀。以竹爲器之玩件用具。無論編織極工。書畫雕鏤極細。一經蟲蛀。便成廢物。雖覺棄之可惜。然亦無如之何。蓋係立春後所倒之竹。故有蟲蛀之虞。購者無能覺察。惟有預防之一法。將竹器在沸水中煮二十分鐘之久。取出置透風處數日。則永無蟲蛀之患。且無裂縫之虞。(耕月)

毒物藥品瓶。毒物藥品瓶標誌之法。其最簡而易辨別者。莫如用硬紙板一方。剪成圓形。中開一孔。套於瓶之頸上。則雖不識字者。亦可一望而知。卽黑夜匆忙之時。手指一觸。卽能辨別不致錯誤。(崑)

電氣熨斗。滬人喜用電氣熨斗。以熨衣服然切不可插入電燈線內。因其所費之電極巨。余曾屢試驗之。今仍用木炭矣。如能在燒飯之電線內及火爐之電線內插入者。則所費較省。(資公)

舊瓶塞。凡瓶口之軟木塞切不可用舊者。其中霉菌最夥。非以三百度之熱

度不能殺除。此化學家之言也。吾見近人往往收買舊塞。取其價廉。不知其中並有含毒質者。最爲危險。不可不慎。(寶公)

●洗染

洗草帽。草帽之染塵垢者。可用汽油(俗譯稱士林)少許。徐擦之。則其色一新。若以白蠟塗其面。則尤佳。

去磁器油膩。無論磁盆磁壺磁杯等物。一有油膩。頗難除去。若用海綿擦之。則決非內地所能通行。茲有兩法。用竹花(竹上去下之細絲)擦之。或用各種瓜葉擦之。均頗有效。(丑)

其二。磁盆磁碗等之油膩前(h)謂用海綿擦之非。內地所能通行。此言洵然。又謂用竹絨或各種瓜葉擦之事非無效。然擦時必有碎屑落下。頗嫌齷齪。且瓜葉等須頻換。亦屬討厭。余家向用髮團揩擦。簡便潔淨耐久。三者兼

而有之。可法也。(鼎鼎)

其三。瓶罐碗蓋等磁器。每有金字或金邊。所以取其美觀也。如有灰塵。儘可用髮團拭之。萬不能用雞毛帚擋之。否則金色逐漸變黑。反不雅觀。蓋金色最忌雞毛也。有磁器者須注意之。(夢碧)

擦銅錫器。銅錫器染污。非但不雅觀。於衛生一道。亦頗失講也。擦抹之法。取紙煙中之錫紙。焚成灰質。掩於毛布片中。擦之。則異常明亮而光潔。真不可不知之事項也。(賢)

拭去油漆法。家庭舊油漆器具。駁雜脫落。至不雅觀。若擬拭去重漆。極費手續。茲得一措拭之法。簡而易行。法取火酒九十五分。和水五分。敷於舊漆器上。復用濃肥皂。或鹼水洗之。如用鹼水洗者。木具更可立潔。待乾。即可拭以新漆矣。(崑)

紅菱壳。夏秋之交。紅菱一物。爲吾人佐餐良品。惟往往將其壳遺棄不用。殊爲可惜。不知此物富有染料性。若以之染黑色布帛。其耐用且遠過於花樹果也。謂予言謬。請以少許之布試之。便知其功用矣。(茹)

石榴皮。石榴皮富有黑汁。可作染料。法將石榴皮置鍋中煮之。加以少許皂礬。然後將所染之料染之。即成黑色。(津人)

栗子殼。栗子有殼二層。其外殼(有刺者)富有黑素。可染黑布。法將其殼置於水中燒之。至其水色發黑爲止。然後用布浸於黑水中。若於水中加油少許。尤能使其布發光澤。(丑)

飲食門

●飲料

茶。茶爲吾國之普通飲品。於奮興精神頗爲有益。其故半由於水之高熱度。半由於茶中所含之咖啡精。然茶葉浸於開水中逾三分鐘。卽發出一種炭匿酸。足以阻碍消化。蓋炭匿酸有凝結蛋白質之能力。人於肉食後飲含炭匿酸之茶。立能使肉成爲如皮之質料。故飲茶最佳之法。茶葉浸於開水內達三分鐘之久。卽將液體傾入一空壺內。棄去已泡過之茶葉。如是。雖隔多時飲之。亦無害矣。(一勺)

茶澆飯。時值炎夏。食慾不張。南方婦女。喜以茶代湯。澆飯中食之。前聞古吳女科醫生史松溪先生曰。久吃茶澆飯。最易犯鼓脹病。必不獲已。易以開水可。爰特標而出之。以爲讀者告。(口)

飲酒飲水。余見堂館開洋酒及荷蘭水木塞時。往往有碎軟木浮於杯面。如誤飲入者。此碎木體質甚輕。多由小便同下。往往梗塞於中。則非西醫開刀

不可。此吾人飲酒飲水時所宜注意者也。(實公)

試井水毒法。內地無自來水。往往掘井爲泉。相傳八九月間。蛇蝎出沒其中。井水每含毒質。茲得一試驗良法。用鷄毛一根。擲入水中。如直沉入水底者。爲無毒。先浮而後沉者則否。是不可不知也。(无衛)

自來水。本埠公共租界內之自來水。近日頓失原味。嘗之微鹹。昨經工部局醫士研究。謂係海水隨潮而至。含有鹽質。若煮熟飲之。與衛生無碍。惟生水則難免發生病症。寄語滬人。防患未然。(劍淚)

咖啡。咖啡能助消化。西人每於餐後飲之。而我國人喜飲之者。亦復不少。然飲之以代茶。反有害於衛生。實非淺鮮。故飲咖啡之時。需於飯後行之。願喜飲者。其注意焉。(戲言)

橘酪。製橘酪之法。用甜蜜橘剝去其皮。加冰糖屑及水少許。蒸於飯鍋上。卽

成清芬異常。味在杏酪之上。(肇獲)

●鮮味

鮮魚。鮮魚人多喜食之。至於死後而煮者。非特其味不佳。且於衛生有害。驗之之法。可觀其二目。若二目突出者。魚必生時所煮。否則爲死魚無疑。志德
鮑魚。鮑魚一物。味極鮮美。爲海味中珍品之一。設烹煮不得其法。雖經日夜煮之。堅硬如常。毫不鬆爛也。余於昔年曾親自試驗。甚至鑊之薄片。亦無効果。後詢之精於烹飪者。始得其法。先將鮑魚洗淨。同水入鍋煮之。約一小時。將湯傾出。(此湯卽原汁)另置一處。重入清水。並加以蠶繭數枚同煮。歷半時卽爛。然爛則爛矣。惟魚中沾有繭氣。尙不可食。卽將繭與湯一併棄去。復加清水煮之。如繭氣一次難盡。再易清水一次。終以煮至無繭氣爲止。然後將初次煮出之湯加入。或更加以鷄汁。煮至片時。則味鮮魚爛。異常可口矣。

(孤山舊生)

河豚魚。河豚魚實較他物爲鮮美。然以此而死者。時有所聞。外祖韜美公。最嗜此物。食之數十年。未嘗遇毒。常曰。人第知河豚子不可入口。食之者必脹死。不知其毒實在口腔。眼腔。及鰭鬣等處也。故每食時。必洗之極淨。盡去其血筋。且煮之極熟。不令墮入櫓塵等物。故食之數十年。大小二十餘口。無一人致命也。特誌之。以告嗜此物者。且質之研究生物學者焉。(覺人)

按據東西洋醫博士言。河豚有劇烈之酸毒。若於臨煮之時。用蘇打水十分洗滌之。可免此弊。覺人附誌。

鼈。夏秋之交。河鼈出現。人多喜食。以爲滋陰之品。惟買後。須用繩縛鼈尾。懸釘上。兩小時。方可烹食。蓋有爲小蛇化成者。非懸空之不能現其真相。吾則貽毒不淺矣。古語云。蛇跌三變成蟹。蛇跌七變成鼈。不可謂其言之無稽也。

(洛)

西湖醋魚。杭州西子湖濱。酒肆中善製醋魚。名聞天下。曾遊杭州者所深知也。然隨地可製。法以重約一斤(不可太大)之活鯉魚(即草魚)一尾。臨烹時宰殺洗淨。劈爲兩片。切成三寸之方塊。置大盤中。加酒薑葱(不可加鹽)淡蒸。另以醋糖醬油珍粉調和。入鍋滾透。俟魚熟時。即取出澆入魚中。即成。蓋魚未經鹽。其嫩異常。與湖濱所製者無殊矣。(岳)

魚骨柔軟法。煮魚類入山查子二三粒。不唯其骨柔軟。且可解魚毒。就中如鯉魚鱒魚之類。其骨最多。尤宜用此法。(洽和)

生鷄子。山人酷嗜生鷄子。晨興必以二枚入滾水中。然後破其一端。徐徐吸食。其味至佳。想同癖者必不乏人。惟鷄子以家畜爲良。否則必嚴選擇。方爲無害。頃聞諸西醫某君言。有食生鷄子而中蛇毒者。緣鄉人畜鷄至夥。輒產

卵亂山中。苟爲蛇噬。外表祇一極小黑點。非細察不覺。使破其中驗之。則全部黑矣。有不察誤食者。竟至中毒。幾不免。用述以告喜食生鷄子者。(垂目)

辨卵。鷄蛋一物。爲滋養料中之唯一食品。但於新陳一道。甄別宜嚴。陳蛋不僅無滋養能力。且足以有害衛生。不得不辨新陳者。良以此也。惟在晴天。固可於日光中驗之。若遇陰雨。則頗難之。茲有一法。可驗出雞蛋新陳之日期。法以清水一盆。或盛於玻璃盃中。以蛋投入水中。若立即沉下者爲新蛋。尖頂向上而半沉半浮者。爲兩星期以前之蛋。全浮水面者。爲四星期以前之蛋。研究衛生而喜食雞蛋者。不可不知也。(茹)

●菓品

荸薺團。一昨過友人處。因於其家晚膳。侍者以荸薺團進。其味甘脆而濃。詢以製法則甚簡。先以猪肉製成餅。然後將荸薺肉切成極小之塊。拌入肉餅

內拌時加醬油並和豆粉少許。入油鍋炸之。俟團之外層成黃色壳子。即取出。(雲)

養萍果。先以半磅杏仁搗之如泥。再以半磅牛油半配五脫(Pie 英液量名合華量三合一勺零)乳酪半磅糖一玻璃盃葡萄酒。次第加入養之。使若光滑之漿糊。然待其稍冷。即與一磅之萍果肉(即萍果之去核與皮者)攪和放入乳酪模型內。沸之烘之。各約半小時。即成萍果布丁。同醬油糖酒等食之。味絕佳。(春木)

山芋糕。用紅心山芋蒸熟後。去皮抽筋。放碗內。加熬熟豬油及豆沙。上面再

鋪山芋一層。蒸之。即成山芋糕。質酥味香。老人尤嗜食之。(鑿猴)

果之利益。從來吾人多以果物爲嗜好品。不知其爲營養品也。近由多數學者研究。始斷定其爲營養品無疑。茲將其有益於人之點列下。

一增食慾。二調便通。三長氣力。於朝飯前食之。最爲有益。若於飯後食之。不過能助消化而已。

但肥人及糖尿病之人。不可食多糖分之果物。於酸性果物最爲相宜。瘦人則食南京豆(卽花生)胡桃等最善。以其富脂肪質也。又有胃酸病之人。不可食酸性果物。亦不可不知。(螺隱)

居住門

●育兒

哺乳與斷乳。哺乳與斷乳二者。爲嬰兒之緊要關頭。稍有不慎。爲害殊深。茲擇其應注意者。畧述數條如下。有嬰兒者。幸勿忽視之。(一)宜每三小時食乳一次。(二)夜間不宜食乳。(三)生母有病。乳不可食。須慎擇乳母哺之。

(四)小兒乳牙顯出時。乳宜少食。別種滋養品。及易消化之食物。可與食之。
(五)周歲後必斷乳。否則其母必爲哺乳所傷。(六)斷乳後。可用饅首浸沸水中。成漿。加蜜(或糖)與鹽與牛乳少許。喂之。始則每日一次。隨後漸加。惟牙齒未生滿以前。不可食肉。及別種須咀嚼之食物。(夢碧)

種痘。凡嬰兒三個月以內。應種牛痘。此事非醫者不可爲之。因所種之苗。其合用與否。惟醫者能知之也。如已種痘。而所出之痘。不合法。則必再種。此事惟醫者可主之。(阿祿)

斷臍。舊法小兒斷臍。多用剪刀。且往往由穩婆自備。故不潔之物最多。夫鐵本易生微生物。加以不潔之物。則微生物之滋生必多。若用斯種器具。則必受微生物之傳染。此臍風等症所由起也。故所用之器具。宜購新者。置水中煮沸。然後再用。則庶可免微生物傳染之患矣。(竹尊)

驚風。小兒初生後三日。用絲蛋（或鷄蛋惟絲蛋最驗）白汁。滴在小兒之谷道上口。將手揩擦。少時有一種極細之黑毛生出。如汗毛然。卽用手法拔之。使淨。能永不發驚風及痰厥等症。甚有效。特錄之以供採用。當裨益小兒不淺也。（周劉）

口腫。嬰兒生數日。口中輒腫。不肯食乳。蘇俗稱爲螻螂子。倩人挑刺。挑後反而必死。丁仲祐育兒談序引徐靈胎之言曰。螻螂子之說。起於明末。乃海濱妖婦誑財之術。小兒有痰火。乳數日。必有一二日頤腫厭食。名曰妒乳。用薄荷朴硝爲末。搽之即愈。最忌刺割。刺割輒死。頤內肉塊。人人有之。非必限於患螻螂子之嬰兒爲然云。此中醫對於嬰兒螻螂子症嚴禁割刺之說也。更按諸西醫之說。則以此爲近於斷臍帶所生之破傷風症。預防之法。當於斷臍帶時注意消毒。法用五十倍之石炭酸水或硼酸水。於斷臍帶時。丁膏洗

拭臍帶剪斷之處。隨滲以硼酸粉少許。復用消毒棉花包紮妥善。每次浴後。皆須如此措置。惟在內地礮酸水等西藥或不易得。自應別求滅毒之方。當將斷臍帶用之剪。先投水中煮沸數次。然後用之。緣破傷風之微生物舊鐵器上多有之也。斷臍帶人之手。亦宜先用曾經沸熱之溫水洗淨。斷臍之後。滲以枯礬末。隨用潔淨新棉包紮妥善。亦庶幾乎可已。育嬰之家。幸賜注意。並望設法廣爲流傳。蓋保赤關係強種。非徒舊說所謂結善緣已也。(公潔)

面部凍瘡。凍瘡俗稱死血。患之者奇痛奇癢。苦不勝言。惟在不能言語。及未成丁之小孩。尤爲困苦。且患之者。則大都又在面部。推其致患之由來。蓋由於大人往往喜將熱汽(即大人口中吐出之炭氣)呵在小孩面上。或喜將自己之臉。偎在小孩之面上。或喜將手心捧住小孩之面。此三者。俱足以使小孩面部發生凍瘡也。育孩者。不可不預防之。(茹)

急驚慢驚。小兒難免起驚驚有急驚慢驚之別。急驚係受熱。宜涼。慢驚係受寒。宜溫。稍誤不救。庸醫往往不辨。妄投藥石。如請數醫。則各有妙理。論旨益歧。爲親者惶惑不定。冷熱交投。不死幾希。尤忌推驚及挑驚。蓋按摩針灸之術。失傳已久。業此者皆雍頭者流。以口訣傳授。只知力刺數針。初無正確地位。又用二手將小兒腹上力捺力提。筋脈硬提。以冀小兒速醒。又用黑老虎向鼻觀猛射。彼輩欲得三五百錢。生命關係。無涉於其心也。不幸而死。有兒者之心理。決不想及推挑之輩。幸而生。臟腑恆覺如鍼刺何歟。針灸不入穴道之遺害也。力捺力提。施諸成人。且劇痛致傷。何況小兒。奈口噤不能達其痛苦何。我見有病癱者。云係幼時爲挑驚者。提傷筋絡所致也。吁。悲哉。黑老虎卽燈芯草灰。射鼻觀發嚏。多射至流血。雖久爲患。乃今之造此藥者。用荊芥穗灰。荊芥穗性極辛辣。爲害更烈也。(酌新)

小兒兩腮與生殖器切弗捏弄。往往有人將小兒兩腮與生殖器捏弄。以爲嬉戲。須知小兒兩腮被人捏弄。必常流涎。甚至長大仍有斯疾。至生殖器一經有人玩弄。致使小兒未能發育。不知者原屬遊戲。然關係小兒一生痛苦非細。凡家有小兒者。不可不知也。(耕月)

產婦須知。凡婦人臨盆以後。萬不可因困憊而即就臥。蓋初產之後。血氣上升。苟產婦而即就臥者。必致有血冒之虞。此爲吾人新婚以後婦人產後所不可不知者。(茹)

其二。產婦於小兒下地後。平素身弱者。往往昏厥。甚至有因此殞命者。考昏厥之原因。實係下部惡血。一時冲出過多所致。但須將產婦立刻放平。俾向天仰臥。即可蘇甦。日人於產科一科。輒近非常進步。凡產婦多令平睡。不令坐倚。吾國人以爲平睡易令惡血逆行。不知惡血逆行。另有特別原因。決非

坐倚所可救免。願看護產婦者注意焉。(口)

其三。婦人產後所食各物。無論爲滋養料及非滋養料。當入口之際。總宜帶熱。萬不可貪涼下咽。用力咀嚼。中年以後之牙痛腹痛等症。須不時發作者。其病根皆由是而起。謂余言誣。請詢諸身經者也可。(布)

●金融

鑑別鈔票。北京中交鈔票。自停兌以後。每元僅值三四角五六角不等。若携至上海。雖一二角亦無人肯收受。故一般奸商。以賤價購之。而塗易其地名。希圖魚目混珠。所以市間。此項鈔票。觸目皆是。設偶不注意。即蒙其害。今以鑒別之法。述之於後。

北京交通鈔票。其北京兩字。以塗改浙江江蘇者爲最多。故凡持此兩省交通票者。宜特別注意。有無塗改痕迹。(西文亦宜留意)其票面尙有一紅

印文爲北京交通銀行總理八字。亦鑒別塗改與否之一法。惟此印模糊異常。蓋作僞者恐人識破而有意爲之也。最佳之法。莫如睹其西文簽名。凡爲北京者左皆簽*Jihou*而右皆簽*S'yang*也。

北京中國銀行鈔票塗改者。鑒別較交票爲難。蓋簽名者。非僅一二人。其塗改之法。大半用薄紙填就江蘇上海揚州浙江等字樣。而糊於北京兩字之上。（西文亦同。）驟然觀之。痕跡毫無。設非細察。決難識破之。（如芳）

算法

外國秤尺與中國秤尺之比較（外國秤尺）（合中國秤尺）

英國秤一磅 中國秤十二兩

英國尺一因制 中國尺七分零九毫二絲

英國尺一幅地 中國尺八寸五分一厘

不可不知錄 居住門

英國尺一碼

中國尺二尺五寸五分三釐

法國秤一吉羅葛稜麼

中國秤二十兩七錢九分四釐

法國秤一葛稜麼

中國二分四釐七毫八絲

法國尺一邁當

中國尺二尺八寸一分七釐

法國尺一桑的邁當

中國尺二分八釐一毫七絲

法國尺一蜜理邁當

中國尺二釐八毫一絲七忽

德國秤一嘩賦

中國秤十三兩零三分八厘

德國秤一嘩賦

中國秤一兩三錢零三厘八毫

德國秤一咕嚕賦

中國秤一錢三分零三毫八厘

德國秤一唵賦

中國秤一分三厘零三絲八忽

德國尺一吠嘶

中國尺八寸八分四厘二毫

德國尺一唎哩

中國尺八分八厘四毫二絲

德國尺一因制

中國尺七分二厘八毫(青石山人)

中國度量與外國度量之比較

中國一斤合六百零五克蘭姆。

中國一兩合三十七克蘭姆零八分。

中國一錢合三十克蘭姆零七十八。

中國一分合克蘭姆之三十七厘。

中國二十六兩合一法斤即一千克蘭姆。

中國一升合一利忒又三一。

中國一斗合十利忒又三分一厘。

中國一石合一百零三利忒又一分。

不可不知錄

居住門

三一

不可不知錄

三二

中國一丈合三邁當五八。

中國一里約六百三十邁當。

中國十里合六法里。

中國一畝若係方形每旁得二十五邁當有奇。合法國六雅爾有奇。

中國十五畝合法國一害打爾(青木山人)

燃料

美孚火油。滬上小廣貨店。每以次等之煤油混入美孚正牌鐵箱中。冒沖售賣。如成桶買者。切須注意。凡鐵箱之四圍。有重行粘合痕跡。或曾鑽小孔。補以鉛錫者。其中必係低劣之品。切勿誤購。以爲若輩所欺弄。亦不可不知中之一也。(官官)

茨實殼。秋月食新茨。勿棄其殼。以此晒乾。貯之冬日。可作脚爐之燃料。火力

遠勝於糖糠及木屑(鱸鱸)

芋皮。芋爲植物之一(古名蹲鴟)食者必去其皮。棄之他處。視爲廢物。殊不知亦有利用之道焉。當剝皮時。乘濕捏之成團。曝於日下。俟乾。可代爐炭之用。且火力耐久。善持家者。勿以細微而忽之。(日生)

果核。吾人食各種水菓。每將菓中之核棄去。不知菓核實有大用。如收積多數。至日中曬乾。用以烹茶。火力甚強。不亞煤火。且所煮之茶。清香有味。爰特標而出之。以爲食水菓者告。亦廢物利用之一法也。(烈)

鑒別

珠。魚口混珠。實難鑒別。昨得友人授我一法。謂可將珠含於口中。以舌舐之。光滑者。僞也。舐之。若有砂屑者。眞也。試之頗驗。(舟舟)

金剛鑽。吾校化學教師顧君珊臣。嘗言試驗金剛鑽眞假法三條。歸家試之。

確非虛言。特照錄如左。

(一)以所驗之鑽置盆中。灌以清水。若真者則鑽角皆發光輝。假者否。

(二)以白紙一點一色。以所驗之鑽置於色上。若真者則鑽角皆現所點之色。(譬如以紅色點者。則諸角皆現紅色)假者不過現色於所置之一角。

(三)以銅元二枚。夾鑽於中。用力夾之。假者則必碎。真者雖有百斤之力。亦不易碎。(因真金剛鑽性雖脆。然其硬度。爲他物所不可及。)(麟麟)

呢。西國各種呢。有全用真羊毛造成者。其貨最好。有用棉花麩雜於羊毛者。最不能耐久。欲試其真僞。可用下述二法。

(一)扯開呢布。將縱橫線入火燒之。如全係羊毛。則難燒而發臭。且成炭質。反之則否。

(二)將濃鹼水(愈濃愈妙)和以生石灰粉。少頃石灰沈底。取其水盛鍋內。

將欲試之呢放下。而後大加熱。如全係羊毛。頃刻即消化。否則必剩有棉花。

(夢碧)

偽銅器。銅器中有水銀箍黑漆箍者。價極昂。每件在數千元以上。中國向無能偽造者。近某國以化學製造偽三代銅器極多。不但文字逼真。即水銀箍黑漆箍亦與真無異。此間人收買此偽器者。已吃虧不少。因此奉告吾國金石家勿再受欺騙也。

試鷄紅瓶。法用全白磁盆一只。注水半盆置瓶其中。如係真鷄紅者。盆水亦作紅色。偽者則否。屢試不爽。洵良法也。(毋古)

●雜事

地板。地板鋪後。板下空氣不易流通。以是地皮潮溼。板即不久生腐。漸成朽木。板下擱柵(即橫木又名輪頭)糟腐爲屑。而地板傾陷。不壞復用矣。設鋪

板之時。先以攔柵與地板之背面。均措以桐油。則耐久可用五六十年。較未措油者。適多用一倍之久。此則主持家政者。所不可不知者也。(采杞)

字籠。吾人用自來火。每將餘梗擲諸痰盂中。漸成習慣。再字籠與痰盂二物。每同置座旁。平時納火柴於盂。不致有悞。匆忙時。每不暇細視。隨手擲去。偶入字籠。爲患匪細。此種遺悞。余親見二次。幸卽察覺。蓋友人邀余同出時。必吸紙烟。因將火柴梗向余座旁一擲。幸余卽往取出一。不經心。閉門而出。室中無人。不將成燎原耶。錄之以告閱報諸君。速爲徙薪之計。將座旁字籠撤去爲要。(元)

電梯。北京路達昌洋行。日前某司務。適於電梯降時。跨入其中。機驟落地。因而殞命。並聞數月來。類此慘劇。已有三起。蓋凡電梯升降時。重量不可變動。乘者出入。必在機停後方可。再各機俱製有鐵欄。開時務須將鐵欄橫遮。則

不致有人跨入。(元)

德律風。德律風聽筒上之小喇叭。與人口吻最爲接近。故最易傳染疾病。若用消毒種種手續。吾人或嫌其繁。諸多未便。鄙人茲得一法。可用白洋紗一方。蒙於喇叭上。用線紮緊。另備白洋紗數方。以便更換。換下之布。須用沸水沖洗。庶免受意外之傳染病。是亦不可不知者也。(休笑)

手帕。吾國女子。大概均用手帕。其目的實係美觀爲主。至於男子。每付闕如。實不可也。手帕之功用至大。拂拭唾涎。揩除塵垢。掩護口鼻。以辟穢氣及病菌。遇疫病流行時。濺以避疫藥水。尤不容一時不備也。有志衛生者。當不河漢斯言。(多羅)

臥後不可燃燈。火油燈之煤氣頗惡。如一夜燃而不熄。則明晨室中之空氣。必十分不潔。呼吸其間。喉症易起。且多種種之危險。故臥後燃燈。不利甚焉。

不可不知錄

居住門

三七

自來水味鹹之關係。近日本埠英租界自來水帶有鹹味。記者昨晤某西醫。談及自來水中帶有鹹味。據言本月初三日下午地震。海水激動。以致海底鹽質浮起。帶有毒氣。人若飲之。必與喉症。有絕大之關係。必須水廠將鹹質濾清。或可毒氣稍殺。否則爲害不淺。且喉症之病。發生不遠。大可危矣。耕月去飯中焦氣。每於燒飯過火時。往往飯作焦氣。茲有一去飯中焦氣之法。此法余家屢試之甚效。錄之以公諸世。法用涼水一杯。置之已焦之飯上。仍用蓋將飯蓋好。約數分鐘。而飯中之焦氣。悉被杯中涼水吸去。而飯中之焦氣除矣。(塵)

食物消化。工部局化學間某醫生。曾費數年之精力。考察各種植物食品。在胃中停留之時刻。列一表云。海苔。蘋菓。葡萄。水蜜桃。一點四十五分。水芹。菠

菜。茄子。冬瓜。桃梨。二點。薇菜。乳菜。杏子。橘子。二點。五分。胡瓜。西瓜。枇杷。柿。二點。三十五分。葱。南瓜。甜瓜。二點。四十五分。松蕈。三點。筍。三點。十五分。數者之中。以筍爲最難消化。故老人及小兒。皆不宜食也。(覺人)

捲髮。近來有以捲髮爲美觀者。然捲髮之法。惟外國剪髮店有之。其價頗昂。鄙人茲得一法。可用粗鐵絲一枚。燒至五六分熱。將髮一縷纏其上。少頃即曲折如螺螄旋狀。與西法捲者無異。如欲其直。祇須用水一洗。即能恢復原狀矣。(休笑)

婚姻。婚姻一事。舊俗首論門第。才貌次之。自競唱自由主義後。於男女之性質。體格。及有無疾病。亦稍稍知研究矣。然於男女本身以外。則非所問焉。不知據最近遺傳學上之研究。凡一代偶犯惡疾。其病根即永遠遺傳後世。微獨子孫之體質。因以孱弱。即性情亦異。懦必不能有爲。故當男女結婚之始。

於本身以上三代。皆須切實調查。有無惡疾。而惡疾之中。尤以楊梅毒爲害更酷。此事關係之大。人種之強弱係之。慎勿以其隱而忽諸。(口)

用包車夫之三要訣。凡用包車夫。必須訓以三語。一車夫拉車時吐痰。必須低頭向地吐之。否則爲風所揚。必滿布主人之面。二車夫有時會近路。往往小轉灣。必須切責之。三凡馬路遇電車停時。包車亦宜略停。不可由橫頭穿過。(實公)

醫治門

●內部

驗病法。按脈跳次數之多寡。即可知有病與否。茲列表於左以備稽考。

年歲

一分鐘之次數

初生之兒

一百三十跳至一百四十跳之間

一月

一百十跳

一歲

一百零八跳至一百二十跳之間

二歲

九十跳至一百零八跳之間

三歲

八十跳至九十跳之間

七歲

八十五跳

情竇方開時

八十跳至八十五跳之間

壯年

七十跳至七十五跳之間

老年

六十跳至六十五跳之間

(注意)脈跳次數逾上列之數時則病矣。(可庶生)

腦漏 腦流一症。最爲有害。苟不早治。必貽害於後。可即向藥肆中購辛夷。

不可不知錄

醫治門

四一

即木筆花）三錢（價亦不貴）研末塗敷鼻孔。久之自愈。且永不復發。此方奇驗。閱者幸勿輕視之。（筆花）

護腦法。腦爲一身之主宰。人之智慮。由是而生。故腦不可不保護。保護之法。一腦力不可過用。須常有餘。男至四十。女至二十後。減量其腦力。一多用腦力後。不可作猛烈之運動。學校體操。上午第一節爲最宜。一不宜飲酒。恐傷腦筋。人生年幼時。腦筋最薄弱者。尤宜切戒。一睡眠爲休息腦之良法。一日之中。應事接物。斷無休息時刻。惟睡眠乃足以償其勞動。以上數則。是亦不可不知也。（稍初）

頭痛。治頭痛法頗多。最易者。以薑或大蒜切兩薄片。貼於兩太陽穴。然不甚靈驗。茲有一法。手續甚簡。而頗效。以食鹽研散。使成粉末。以牙刷蘸之。擦於舌上。大約在十分鐘左右。乃以冷滾水飲之。即止。

又法。人若遇頭痛時。可向後退走。約一刻鐘。其患自愈。閱者如不之信。患時

一試便知（寒梅）

目眩。目眩爲吾人恒有之疾。多爲用腦過度所致。可多食松子仁龍眼肉。卽

可止眩。確有奇驗。（淚人兒）

咳嗽出血。咳嗽出血。黏連於痰中。不急治。卽爲癆病之根。茲有一法。頗奏奇

效。於初次嗽血時。可速服冷鹽湯一杯。服後靜臥。勿言語。調呼吸。如覺右肺

微痛。則以右身倚被。左肺痛亦然。（玉鯨）

息鼾聲法。人在夜寢。往往鼾聲如雷。擾人清夢。惹人厭惡。若能於寢前將冷

水漱口。則必能靜眠。此法敵校同學。曾實驗其效。特供諸閱者。不妨一試。

（芙蓉室主）

囁。法於囁噎時。試捏鼻閉口。以停塞其呼吸。逾時卽止。如再發再行之。蓋

嘔噎爲多食後血氣澎湃而上噎也。(劍舞)

重傷風。重陽日採老桑葉使之陰乾。如患重傷風者。取五六葉煮湯服之。覆

被使出汗。卽愈。此法吾鄉人人皆知。且甚驗。(斌馨)

胃氣痛。有胃氣痛者。可預將海參腸子數條。用瓦焙乾。研極細末。貯之。以備

應用。用時取開水沖服可也。(迪)

冬瘟。用陳細茶。胡桃肉。葱白。生姜。各少許。共搗一處。水酒各半。煎服。汗出立

愈。(秉恬)

泥可治病。龜蛇蟄伏。口必含泥。犬貓受創。伏土而愈。某國醫生。遂本此理而

發明泥土可以治病。嘗將一癱瘓者。埋其身於地。而只露其首。十日而行動

自由。余乳母患腿腫。(俗名流火)蛙步難行。百藥無效。余遂令製一布袋。套

於腿上。中實以泥。而使之睡。余初不過以之試驗。不能必其成效如何焉。不

意七日而後。其病若失。乃知泥土之確能治病也。爰書此以告。(杏一)

鼠疫。鼠疫危險莫甚。染之者數十分鐘可以絕命。予嘗得一急治之方。爲官廳中所未曾宣告者。是法即以公鷄血小半杯。和高梁酒飲之。數次立效。有患是疫者。宜即試之。(翊晴)

其二。現在鼠疫盛行。自北而南。勢甚猖獗。爲人人所注意。揆厥原因。確由肺部熱度過高之所致。亟應設法先事防範。至其防範方法固多。尙不及以原皮西洋參煎服。或時含口內。爲最收效。蓋西洋參能清肺胃之火。可養肺胃之陰。既有滋陰降火之功。自無肺炎發生之患。情理至然。當無疑慮。惟所指定參帶原皮者。因其味濃厚。功效尤爲宏大之故耳。此法最近考驗。實爲預防鼠疫之要法。希各留意焉。(慶棠)

其三。用新薺菜花一把。煮水飲之。立效。(全璧)

時疫。仁濟醫院各醫生。近驗得菜豆一物。可清熱解渴。若和薄荷煎湯常服。可免時疫。當此天氣溽暑。正時疫流行之時。閱者盍一試之。(警世人)

其二。近來天時不正。流行症數見不鮮。患者不外頭痛發熱。甚且腹瀉。據醫家云。此係伏邪發爲外感。患者宜禁食數日。卽愈。友人某患此症。禁食二日。果愈。錄以告一般患流行症者。(瘦)

痢。前內子在日本患痢。日二三十次。所下物五色俱備。且時有身孕七月。甚爲危險。請日醫診視。投藥亦無毫厘效。日醫告曰。吾技已窮。請另延高明可已。但蜜蜂牌紅葡萄酒。有活血止瀉之效。試飲之。有益無損者也。急如言購飲之。一日而愈。返國後。屢以此方徧試戚友間。亦奏奇效。敢以此介紹於世。

(口)

赤眼腫痛。赤眼腫痛。初起時熱癢不堪。切勿向市中誤購眼藥塗之。可卽以

黃丹白密塗太陽穴。或用土硃石膏入冰片塗兩太陽穴亦效。(筆花)

眼癬。眼癬一症俗稱爛眼皮。奇癢。搯之卽出水。而怕日光。患者受害不淺。方

取人身上白虱百枚。和冰片二十文。(藥店買)將虱焙之成灰。同研末。用菜

油一二滴。調儲磁器中。隔一夜塗於患處。兩次立愈。該藥用後藏好。勿使出

氣。俾可濟世。(蓮芳)

目受外物。如有微物入一目。可將雙目並閉。以手搓未受傷害之目。引受傷

之目流淚。外物大抵可隨之而出。如此法無效。可將下眼皮翻轉。如微物可

見者。當以潔淨手巾之角尖或潔淨之吃墨水紙撥去之。翻上眼皮須有手

法。無此經驗者。尙以不嘗試爲是。若有鐵屑砂粒等入眼明衣。不可觸動。當

延醫生治之。惟可將下眼皮翻下。滴入草麻油一滴。使傷勢稍舒。其受傷之

目。當用布包裹。勿任本人以手擦之。致增其害。若在兒童。更當縛其兩手。石炭入目。最佳施治之法。可滴入蓖麻油或稀淡之純醋及水。若但用水。非徒無益。而反有害。(二勺)

目翳。目中生翳。危險最大。近得友人傳一要法。頗有效驗。法以多年陳墨及白蠟血和而點之。其翳不逾五分鐘即自退矣。(慶棠)

赤眼。赤眼一疾。最惹人厭。然治法殊多。若求其妥而且速者。莫如用鷄蛋法。以鷄蛋一置鍋內。用水煎熟。取出。去其壳。將蛋剖作二片。取實啖之。以蛋皮(俗謂蛋白)扣於兩目。用布繫紮而臥。待翌晨發而棄之。(毒盡潛入蛋內)再以冬桑葉白菊花洗目。則豁然明爽如初矣。此法屢驗不失。患者不妨偶或試之。(金風鐵雨廬主)

瞳內白點。瞳內白點。不早去除。長大能使目盲。消除之法。男子取雌鷄冠血

三四點。女子取雄鷄冠血三四點。滴入患者目內。一日一次。七日可愈。暑假內我友張君健民患此恙。用斯法而愈。余以其頗有神效。書此以廣傳播。

(亞屏)

鷄盲眼。余友沈君之老母。素有鷄盲眼之病。(夜不見物)於往臘。覓得一方。

食淡燒鰻魚一尾。食之頗效。(丑)

喉痛。喉症之起。不外風火兩種。積之則塞而死。散之則通而生。此一定之理也。治法。喉初痛時。卽以右手第二指與第三指之背面。用水一浸。按痛處之外面(卽項上)扭之。如扭痧然。扭出紅色紫色。其痛卽止。(至多終食之間卽愈)如遇喉痛已多日者。手不能扭。則用菜油搽於痛喉外面。揀一邊沿極滑之銅錢以刮之。刮出紅紫等色。亦卽全愈。總之無論什麼喉痛。但教喉內尙未作膿。一扭卽愈。否則喉已腐爛。雖然請醫服藥。恐亦凶多吉少矣。患

喉痛者其知之。

其二。將梅子與蝸牛（一名蜒蚰）置鹽罐中。患時取梅子含於口內。即愈。

（仲英）

耳痛。如耳痛。用橄欖油滴入。塞以棉絮。勿使冷氣透入。再用熱水肥皂洗之。有時耳發炎。因耳垢積聚之故。常易生瘡。且恐致命。宜用熱水洗淨。若發炎過重。宜延醫視之。諸君切勿輕視。（豈）

耳疔。耳疔久久不愈。至爲危險。治之之法。可用安息香燒灰。滴入耳穴。連滴多次。即可除根。予友曾以是方試驗。確獲奇效。（袁人兒）

護耳膜法。凡物發聲。而耳能知之者。由空氣之引導。激於耳內之薄膜而成音。然激力過大。必反致失其功用。故凡人覺一大聲至。每舉手掩耳。亦保護之良法也。而記者近日於聲學中。採得一極便之急護法。曰覺大聲至。速張

大其口。則可免耳膜之損傷。蓋使空氣由口入。直抵耳膜之裡。俾得所受壓力平均故耳。閱者其毋忽諸。

痒腮。俗名痒腮者。卽西醫所謂流行性耳下腺炎。社會上秋天發此病者頗多。發時顏面腫脹。難於咀嚼食物。將愈時。往往有發腎囊炎。庸醫每以腎囊炎誤爲小腸氣。或謂之疝氣。藥石亂投。毫無確效。此時急用二百倍醋酸鉛水冷罨於炎症處。不三日炎症卽能消退。余往歲曾罹此症。用上述之法治愈。用敢將自所經驗。以貢獻於患是症者。俾勿爲庸醫所貽誤也。(烈)

牙痛。吾友某君。素有牙痛疾。近日得一至簡之法。且極有效。雖不能斷根。然發時治之。其痛可立止。法取紙烟一支。咬痛處吸之。更取灰燼蘸指上。塗痛處。其痛自止。或但用灰燼塗之亦効。余意虫痛者。其効當尤著。(笑笑)

其二。牙痛大半屬於風火。可購桂圓一枚。殼上鑿一細眼。用食鹽少許。置於

孔內。次入爐中燃紅。取出研成細末。擦於患處。三四次即愈。余親試之頗驗。

(夢中笑)

固齒。吾人當青年牙齒無恙之前。務必於大小便時。咬緊牙關。則至老牙齒不壞。此法初行時。尚須注意。不過一星期後。即成習慣。故毫不覺難也。(岳)

衛齒。以稀鹽酸加里漱口。可免齒之腐蝕。兼防喉症。(譚靈)

治牙。格致家將顯微鏡考察牙齒所生之。知爲小蟲所成。。爲小蟲之巢。而其蟲則在牙齒齦間鑽進。令牙齒與肉有病。漸漸腐爛。治之之法。用酒所成之醋漱口。連漱數口。其蟲酸死。。即脫落。凡牙齒壞之故。多因小蟲所致。(梁溪墨)

頸核。暑溫挾肝熱。頸上每易生瘍。初起時。宜以白鳳仙花根及青菓核磨汁敷之。立見功效。(怡)

其二。頸項有核。頗不自由。然治之之法甚易。可用佩蘭葉（藥肆中有售。價極賤）數十片。及紅棗數枚。和水蒸而飲之。數次即可消患於無形矣。是方費錢既少。味亦不惡。患者盍一試之。（大和）

其二。患此病者。難以速愈。余得此方。試驗極靈。即用皮消（本國藥店均有）又無藥膏藥數張。將皮消按在膏藥上。即貼之患處。後有清水汪出。必將此水揩去。而膏藥亦時時易換。三四日即消滅。此流出之清水。不可移至他處。否則必一波未平。一波又起矣。（玉麒）

治癬。人當患癬時。每苦其蔓延。今得一妙法。屢試屢驗。祇取馬鈴薯一塊。對剖之。以剖開處。置患癬處力擦。及肉反紅色爲止。於是不數日即愈。患者諸君。盍一試之。（麟仙）

四肢濕瘡。人之四肢。如患濕瘡。每動作不能自由。患者憂之。今有一法。祇採

取野外青蒿。沖水煮之成湯。每日洗濯一次或數次。即不數日而自愈。

(冠玉)

乳頭風。婦人初產。乳頭嫩薄之時。一經嬰孩吮舐。乳頭須致潰爛。痛不能忍。厥名乳頭風。治之之法。可將扁柏之頭。置銅器中搗爛之。敷於乳頭。三日即愈。內子已屢試屢驗。百發百愈也。(茹)

乳癰。水仙花根。性清涼。婦人乳癰初起。以此根搗爛敷患處。則乳癰自消。誠妙方也。近見人家。於花謝後。多棄去。不知此花雖謝。根可再生。或懸簷際。或植園中。春日花放。又可娛目。且可治婦人之乳癰初起。故拉雜述之如此。

(公素)

腳腫。鄙人患腳腫月餘。兩腿紅腫。寸步難行。遍覓良藥。終無效驗。後由友人張君。授余一方。以紅花和綠茶葉並煎濃湯洗之。未及三日。其腫已退。步履

輕鬆。因思其方頗驗。特錄之以告世之患同病者。(筆花)

其二。筆花君所錄治腳腫方。用紅花煎綠茶葉。三日消腫。余昔年曾患腳腫。步履維艱。後經友人相告一方。依法脈之隔宿。其腫盡消。此方之神効。似較筆花君之方。殆有過之而無不及。其法維何。購斤餘重甲魚一頭。宰去頭剖腹去肚雜。洗淨。用燥布將水拭乾。切成四塊。購頂好陳紹酒二斤。將魚酒同入瓦鍋。再加生大蒜頭幾枚。用文火煑醬。酒油酒鹽一概不用。煑至酒祇一大碗爲止。臨睡時將所有魚蒜一同食之。其酒或有未能勝量者。則先飲一半。餘俟隔日飲之。此方之治腳腫。屢試屢驗。真神効無比也。(孤山舊主)

其二。孤山舊主君之治腳腫方。謂以甲魚和陳紹酒。加蒜頭。置瓦鍋內煎爛食之。隔宿即消腫云云。誠然。余友施醒華。曩患此症。試服前方。立愈。此余所以知其確有奇效也。惟內有一二注意之點。未經孤山舊主君提及。特補述

如下。(一)宰甲魚忌用鐵刀用銅刀最妥。(二)蒜頭應用冬蒜頭且須去皮。(三)煮爛後(愈爛愈妙)卽日服完不必隔夜食量不大者肉可少食但湯非飲盡不可(夢碧)

爛腿。家嚴前曾患此病年久未愈屢治無效後得此方治愈卽用雷允上之上好眼藥(一小瓶)取生豬油一塊約二三兩用刀割下同眼藥調和敷於患處經塗數次卽愈(玉麟)

爛脚。友某患爛脚百藥罔效後得一方按方醫治七日而愈方炙蘭殼成灰以麻油調敷患處日凡二三次但於臨敷之前宜煎菊花水先洗淨方有奇效云(玉鯨)

雞眼。趾上患雞眼者往往扞之不知愈扞愈堅今得治之之法頗簡易以軟布(或竹布亦可)塗松節油貼於患處早晚一更不數日雞眼自去此法余

親自試之。頗奏神效。(永)

春·瘰。 蜡燒殼成灰而碾細之。和以麻油。使之厚薄均勻。塗於患春瘰之處。即

愈。(景旦)

手·足·裂·拆。 用大活蝦一個。去壳。以肉塗敷患處。奇效異常。(秉恬)

癩·鬚·頭。 余弟患癩鬚頭。百藥無效。同學某君述一方。試之其靈如神。方甚簡

便。取黃豆(多少隨便)炙成灰。以菜油調和。搽於患處。連搽三四次必愈。若

更以豆腐干水常洗。愈更速。患者盍一試之。(正己)

白·髮。 凡年老則髮漸變為白。即少年而勞神苦思者。其髮亦易花白。若用極

淡食鹽水洗之。每日二次。毫不間斷。則白色可漸除去。(崇淦)

天·然·藥·品。 (一)瘡癩暴腫。用指甲燒灰塗之。覆以膏藥。數時即穿。(二)蚊虱

毒虫咬腫。以牙垢或澆沫敷之。霎時能消。(三)騎馬擦破臀肉。比以鼻涕敷

之安臥數小時即愈。(四)跌打損傷出血。以頭髮燒灰敷之。即止。(小論)

疔症。凡患疔症。無論何處。於患者脊椎部分。尋出紅點。用針(無論何種金屬針)挑破。出血即愈。雖極險惡之症。無不應手奏效。屢試如神。(連芳)

●預防法

咳嗽。秋令燥熱。肺部感受最易咳嗽。預防之法。莫妙於以清水枇杷葉去毛。用布包煎服。可代茶飲。每服三錢。最易見效。余歷年來屢試屢驗。故敢奉告閱者(怡)

喉患。每日早起。用黃栢。甘草。薄荷。三味。煎湯嗽口及喉。隨即吐出。不可嚥下。可免喉患。(秉恬)

天花。天花一症。最爲危險。且性喜傳染。故西人甚爲注意。今得一預防法。甚有效驗。法以赤豆一升。綠豆一升。黑豆一升。甘草五錢。置於罐內。煮熟後。每

日食一小碗。食及七日。即可停止。以後永不發病。惟食時不可放糖。(悲)

肺癆。癆病死後。俗以絲綿能隔。其實毫無效果。因其蟲從病人痰內吐出。非死後其蟲始出也。如欲免癆蟲傳染之法。宜令病人吐痰於盂。滿則傾於柴上。點火燒之。病人死後。其室宜用殺蟲藥水措洗。否則須用濃石灰水多抹幾次。(雪)

其二。肺病卽肺結核。染傳至遲。而殺人至烈。今得一法。爲預防之最簡者。卽實行努力呼吸。法將身體直立。兩手與肩平而向前。徐徐將氣由鼻孔吸入。同時將兩手徐徐向上舉起。由後垂下。成半圓形。始將一吸告終。乃氣由鼻孔徐徐呼出。同時將兩手徐徐由後垂下。又成半圓形。至原位而止。如是者。每晨行十數次。(宜於空氣新鮮處)既可免肺病之傳染。又可保一身之康健。(非非室主)

飲食上之防疫。吾國社會習俗。食必數人共幾菜碗。箸上之津涎。皆由菜碗而傳授。當此防疫之時。最好仿西人之聚餐。人各一份飯菜碗箸。如不能移習俗。則食餘之菜。當傾棄勿留。其碗箸杯匙。宜投沸水中煮三十分鐘。然後再用。此近時家庭所當知者也。（愛素）

時疫。時當疫癘盛行之際。人人須將下列各條。牢記在心。以免傳染或散播。而學校之中。尤宜注意。

(一)勿隨意吐痰。(二)勿置鉛筆或筆桿於口。(三)勿置手指於口。(四)勿置銅幣於口。(五)切勿食或含他人曾經食過或含過之物。(如警笛茶杯等。又按我國之箸。普通皆數十人通用。亦頗危險。宜改良)。(六)咳嗽之際。須回轉其首。以背向人。並亦勿使人向我面而咳嗽。(七)常常洗面盥手。

其二。疫氣流行最速。偶一不慎。立即傳染。茲覺得一避疫之法。其效如神。其

法以燻蛋和燒酒食之。即可以避疫氣矣。(傳染)

脚氣病。南人多患脚氣。自古然也。余數年前。亦嘗患之。近年得預防方法。乃

無此病。並述方法於左。

(一)每日運動與休止時間。常須均平。

(二)少食米穀。以麥類食物如麵包等代之。(午)

疔。凡人皮膚上忽覺痛癢。疑爲生疔。預防之法。速將食鹽極力擦之。再食生

黃荳七粒。倘不覺生癰氣者。則此痛癢確係生疔。若疔已生成。切不可食肉。

且用油頭繩扎之。(即婦女用過之扎頭髮繩避紅色)以避走皇。如疔生

於指頭上。可用雞蛋一個。開一小口。以八寶丹(藥舖中有售)一分倒入

攪勻。然後將蛋套於生疔指頭之上。即消。倘不消。如法再套。凶者連套三個。

无不立消。真奇方也。（春木大郎）

學生各病預防法。西諺云。一兩之預防。勝於一磅之治療。蓋至疾病臨身而始求醫治之方。損失已不資矣。茲摘擇學生之通病六則於左。不第學生自身須知。爲父兄者亦當注意也。

(一) 眼病 課桌課檯之高低。須合度。閱書當距離十四英寸。光線不足。及陽光直照處。不宜閱書。如患近視。須配眼鏡。須知眼鏡爲保護視力之良方。不若老光者須隨年齡加深也。

(二) 沙眼 戒除公用手巾。及與患者接近。

(三) 腳氣病 居處宜得多量之清新空氣。食物宜得含多量之淡物質。常宜運動。

(四) 遺洩 被褥不宜過厚。臥時宜左側或右側。不可俯臥及仰臥。戒閱卑

劣小說及濫交惡友。須知學生時代。猶初放之花。栽培之且不暇。若斲而傷之。則無易於自殺也。

(五) 神經過敏 宜有合度之運動。切戒用心過度。及勉強記誦。

(六) 消化不良 是病爲學生中最多者。宜細嚼緩咽。食物後宜稍行休息。勿即用功。以上六者。其大較也。夫有強健之身體。活潑之精神。而後方可研究經世之學問。凡我青年其鑑諸。(叔豪)

●急救法

飛塵入目。天氣乾燥。風狂塵飛。偶一不慎。灰塵飛入目中。一時甚覺不適。即將雙目緊閉。連吐口涎數次。灰塵乃隨口涎而出。雙目亦豁然明亮矣。

(藏鶴)

鼻血。患鼻血以手巾或海綿浸冷水置額上。尙不止。可再以冷物冷其脊旁。

(須先以紙塞其二鼻)此法屢試屢效。故錄之以告(玉鯨)

止血。可用草紙燒灰候冷敷之。即止。或用豬皮一片貼上處亦止。(社)

其二。老薑燒枯存性研末敷之立愈。或用豬肉皮一厚片貼上亦止。且止痛。

(宗鈞)

其三。余昨日至洗清池沐浴。見足上重繭已起。即僱扞脚司修理。偶一不慎。

將皮割破。扞脚司即以紙吹(用以吸水烟者)燒成灰燼敷之。頓時止血。

效驗如神。據云是法係傳自扞脚祖師之秘方云。(君達)

止痛停血。人體爲刀類所傷。一時疼痛難忍。流血不止。可將烏賊魚之脊骨。

用指甲括之。卽有細末落下。將細末敷傷處。則痛立止。而血不出矣。(夢魂)

火傷。可用蚯蚓數條(又名曲蟾)加白糖拌入。用碗蓋好。半日卽化爲水。取

水搽之。神效。如無蚯蚓。用蜒蟻(俗名鼻涕虫)天雨時甚多。亦可。又方。鴉

片烟敷之。立刻清涼止痛。余前日燙傷。百藥不效。痛不能止。後用此方而愈。

(宗鈞)

其二。吾人如遇火傷。可以亞拉伯膠水塗抹傷處。(須塗抹極勻)此膠水甚易乾燥。乾時即能消費火傷部份所發生之熱。傷口因膠封閉與空氣隔絕。故不感痛苦云。(仙影)

服毒。設有人服毒圖盡。而家中一時乏解毒之藥。則可以二調羹之芥末醬。和於一潘脫(Pint)之溫水中。飲之。再給以溫牛乳。或溶豬油之水。則可徐待醫士之蒞臨。茲另列一表於後。希讀者注意之。

毒物

治法

鹽酸

飲以多量之牛乳或蛋白

鉛水

同上

鹽硝

同上

銻酒(或酒酸鉀)

速飲以熱水使其嘔吐若嘔吐不止則可加鴉片一

粒於水飲之

迷蒙藥水(又名哥羅方) 灌冷水於頭上及面部

嗎啡

飲以濃咖啡益以溶油之水使其嘔吐並須令其行

動

(附註)麻酔藥及鴉片之治法與嗎啡條同(可庶生)

誤食毒物。如誤食毒物。爲時不久。可用手指。或羽毛搔抓咽喉。催其速吐。又可飲熱湯。內加食鹽少許。亦能催吐。並能減少毒質。誠吾人不可不知者也。

(袖影)

金屬入腹。小兒玩錢每吞吐口中。不幸入腹。每有喪命之虞。茲有一法。可用

炭灰和糯米粥食之。則錢多自肛門中瀉出。(楚狂)

食生鴉片。藜蘆五錢。生甘草五錢。生大黃一兩。清水三碗。煎汁去渣。再入白蜜五錢。胆礬末二錢。待涼灌之。不片刻即醒。是方救過多人。屢有效驗。不敢秘藏。特錄之。以供世之患同病者。(筆花)

誤吞紅頭火柴。凡誤吞紅頭自來火。及有意自盡者。可急用新鮮羊血之即愈。較之他方爲效尤速也。(筆花)

竹木刺入肉。如患竹木刺入肉。可速用沙糖厚敷之。刺自出。否則若不早治。則皮肉紅腫。而必破爛也。(筆花)

魚骨梗喉。憶昔友人告余以治魚骨梗塞喉際之簡法。試之輒驗。法當魚骨已經入喉之後。立即將飯碗旋轉一周。隨於所食之原處。啖飯一口。即愈。(惟須不使人知方效)此法本無理可解。然以其屢試屢驗。姑誌之。(瘦)

刀創藥。取龍眼（桂圓）之核多許。鍋中炒之。去其外膜。然後於鐵船中研之。使成末。陰於濕處一日。以去其火氣。然後用紙裹之。繫於樑間。遇有刀創出血不止者。立以此末按上。即止。（碧波）

鯽魚骨鯁。法取活鯽魚一尾。挖下眼珠。用腐皮包好。拚命吞下。須臾即愈矣。

愚按凡某魚骨鯁。即以某魚眼依法吞下。亦愈。（竹尊）

異物入耳。如有小蟲等入於耳孔。或耳垢充滿。以致發劇痛。此時不可用耳

匙。釵細等任意剗刮。如爲小蟲。可徐傾其首。以微溫之油少許。注入耳中。則蟲自浮出。耳垢則可於二三日間。時時注以微油。待其既軟。而徐徐搔出之。

（雪）

試驗瘋狗咬法。每屆夏令。吾人俱喜納涼。然當月照柳梢。及黃昏月黯之際。恒有惡犬橫臥通衢。偶不經意。一觸即噬。然犬之瘋與否。吾人莫之知也。茲

有一試驗方法。驗之即知。

(一)可將蒲扇向病人竭力重扇。凡被瘋狗咬者。必見風即懼。身縮戰慄。被平常之犬所咬者則否。

(二)可將銅鑼向病人急鳴。如聞聲而心房震動。驚惕不安者。確被瘋狗所咬。不然則否。

此法屢試屢效。始敢貢諸當世。患是禍之家族。盍一試之。(茹)

犬。法於被犬嚙時。隨將施嚙犬尾端之毛。剪下一束。炒爲末。乾塗傷處。布縛之。翌日可愈。(沐渡)

蜈蚣卡喉。急取生猪血飲之。少頃以清油灌口中。蜈蚣滾在血中。即吐出。出後以雄黃末調水服之。以解其毒。(治和)

●衛生法

不可不知錄

醫治門

健身法 每日晨興面東向日行深呼吸約五分鐘日久則身體自健蓋早晨空氣清新吸入有清潔血液之功而日光又有殺滅細菌之效也此法余行之驗故敢公諸世願有志健身者盍一試之(大公)

衣服 (一)宜隨氣候而用其材料凡緊縛身體阻行血脈之衣服宜不用(二)毋使垢穢以釀疾病襪衣冬日七日一洗夏日宜日日洗滌之(三)衣服宜輕宜薄未成人之少年絕對不能衣皮裘(仙影)

睡眠 睡時仰臥床上兩足直伸兩手直伸於體之兩側足指及手指稍着力使精神集注於足指少頃以手指默數呼吸出入之數至少須數至五六十然後轉身向右側臥再數呼吸之數自一至百如是二三次則精神安靜全入睡眠狀態矣如半夜忽醒仍可照上法行之胸中之雜念宜除去以期得身心之平均也

其二。凡人寢時。欲適于衛生者。其體當偏於右方。伸其手足。勿使屈曲。手切不可置於頭上。否則體內之血液。偏集於頭部。有不眠之患。又睡時不可不閉其口。又當患不眠病藥石無效時。於就寢前。食少許流動之溫暖食物。即可熟睡。(作人)

旅行門

旅館行李。旅行者行蹤無定。寄其身者厥惟旅館。而通常一般旅館。皆不能潔其床褥。一切病毒。在所不免焉。如梅毒皮膚病等是也。若然則後至者。受其害不淺矣。故宜亟從事預防也。其法於行時。隨帶襯被單一條。及其睡時。緊裹全身。則可免斯害矣。此亦旅行者所當知者也。(註襯單消毒者尤佳)

(小我)

下車勿代人携物。車站船埠，每有一種假作年老或殘廢之人，手持包裹，託

人代携，而其中藏有炸彈軍器，以及地種違禁之物。彼在遠望之，如無巡警查視，即仍回取去。若一被查出，即刻遠颺。將此事歸之代携之人，雖有口亦難分辯。故旅行者，以不行此種方便爲是。否則若一不慎，即爲所欺。記者已屢見之，持錄之，以告後來諸君，誠不可不知也。（筆花）

乘船注意。旅客乘船，如見迎面有來船，或後面有船追駛，切不可在船旁站立，或大小便，以防兩船相遇時，浪激船震，失足落水。余曾親見數人，因此慘遭滅頂，故誌之，以驗乘船者。

水瓶煮粥。旅行長地，欲求米食極難，取熱水瓶一，置以米粒，入以沸水，歷三

小時，可得新鮮溫暖之粥。（唐忍庵）

登山法。登山或坂路，呼吸均宜深長，呼氣行三步，吸氣行三步，不呼不吸間

行一步。一呼吸間。共行七步。如是進行。始終不亂。全然不覺疲勞云。

電車橫頭不可穿過。凡電車停歇在馬路之時。切不可由橫頭穿過。因汽車由電車後面行過時。萬不料有人橫出也。及至看見。汽機已不及收停。必至壓斃。近來在馬路壓死之人。如此類者居多。不可不知也。(寶公)

滬地同名錄。上海街道同名者甚多。鄙人曾將二處同名者。投入貴報。已蒙登錄。茲又查得三處同名者六則。當亦滬上行路者不可不知也。

坎山路三 一在法界愷自邇路 一在美界山西路 一在新界東泥城橋

財神弄三 一在襄馬路西 一在北京路南 一在黃浦灘西

唐家弄三 一在美界七浦路南 一在美界北福建路 一在城內虹橋

附近

三德里三二 一在美界海寧路北 一在法界老永安街東 一在大沽路南

三益里三 一在美界海寧路北 一在美界楊樹浦路北 一在新界新

開路南

同仁里三二 一在城內東王家弄南 一在英界天津路南 一在美界武

昌路南(阿祿)

體育門

賽跑。邇來各處運動會。咸以賽跑爲主腦。因而傷者有之。咯血者有之。甚至
勝結膀胱。不能排尿者亦有之。是皆不知其生理之故也。茲舉數則。以告賽
跑者。

(一) 未賽跑以前。必先運動一次。(如腰腹部運動等類) 以開動其機關。
(二) 未賽跑以前。食少許含有糖分之物質。庶不致血管破裂之虞。
(三) 於賽時。口不可張開。宜密閉。以鼻呼吸空氣。(據物理上言之。空氣每一立方英吋。有十五磅壓力。今若張大其口。則肺管。烏能受此壓力耶。故每易生危險也。)

(四) 賽跑至終點時。不可驟然停止。(譬盛開之機器。今驟然使其停止。未有不破裂而損壞者也。) 致生危險。故必須走慢步一圈。

(五) 於未賽跑。或既賽跑後之數分間。切不可小便。免生膀胱結石病。

(六) 於未賽跑。或既賽跑後之數分間。切不可食充飢之物。致生危險。

(孤兒)

保。護。足。球。 足球初購時其形常圓。越數旬後。以離心力而變爲扁圓。故購球

時選稍長者爲佳。

球殼破。須補之於內。不傷雅觀。

球胆破。以橡皮膠水另粘一橡皮於其間隙中。而以沙紙擦去其粘合處之粉。

踢後即宜放氣。否則足以減胆之伸縮力（冷厂）

網拍。網拍之弦。切不可遇水。蓋一遇水則脆而易斷。有網拍者。其留意之。

（五）

醒覺。每早醒覺時。身體宜循序而動。不可太驟。先動首。次動足。次開口。而後

將身體徐徐引起。可爲健身法之一。蓋睡眠中與醒覺中。身體血液運行之度不同。倘於醒覺時。運動太驟。不免發生頭暈目眩等症。亦衛生家所不可不知也。

口部 口之衛生。徐清潔口腔外。所最宜注意者。如我人每喜以手指溼口涎而揭書。以口涎封信及黏郵票。舌濕鉛筆尖。或以針釘等物。啣入口內。婦女之以齒代剪。嚼線斷繩。小兒每有以口嚼指頭指甲。殊不知口膚潤而薄。受細菌甚易。一切外物。除食品外。俱不宜入口。故古人有云。病從口入。事雖瑣碎。而干係匪輕。不可不亟爲留意也。（陳華珍女士）

牙粉 牙粉所以保護齒起見。然其劣者。反足爲齒之患。茲將選擇之法。錄之於下。

（一）以細者爲宜。不然有損壞珐瑯質之患。

（二）凡用牙粉刷口後有紅色染於牙刷者。此粉中含有洋紅。亦不適用。

（前人）

眼部 眼爲五官之一。人生視覺之最要者。保之之法。宜使用時與休息時得

當既不可用之過度。亦不可息之過度。則視力不致於衰弱。今將保護中之要項列下。

(一) 不可與強光處及黑暗處閱細字。

(二) 眼覺疲乏時。不可使之作事及閱書。

(三) 烟酒之害日最烈。宜戒絕之。

(四) 每晨洗臉時。宜用溫水洗滌。(非非室主)

其二。眼於人生之關係至切。保護之當綦精密。讀書作事之後。常常與以閉而養神之機會。以節其勞逸。又就寢之前。或起身之後。以洗眼杯置沸過之冷水。合於目上。冷浸眼球。亦衛目之良法也。(蟬盒)

去髮垢。以檜樹葉淨頭。可去髮垢。並可以洗各種之油膩物品。使之清潔。

動物門

驅逐瘋狗。時至冬季。蛇蟻匿不出。日啣土。至春始吐出。香冽非常。狗食之則瘋。嚙人逾七日不救。即偶啣其衣。亦觸毒氣。謂之撩衣瘋。其爲患與被嚙同。茲將瘋狗之形狀。及其驅逐法。列舉如左。深願閱者隨時留意焉。

瘋狗之形狀。大致有七種。(一)頭直。(二)頸硬。(三)耳垂。(四)尾拖。(五)目赤如血。(六)口津流涎。(七)前行不後顧。凡遇此種形狀之狗。須急避之。驅逐瘋狗。宜用巨竹擊之。蓋竹青皮狗所畏也。若用他物。一爲所咬。卽染其毒。此尤不可不知者也。(夢碧)

避鼠。嘗讀東坡物類異誌。以荷葉包熟食而藏之。可免隔宿及鼠齧之患。今各處疫症盛行。溯厥原因。皆係鼠疫之遺毒。撲滅之法雖多。收效難期。予家

素多鼠。屢以荷葉塞鼠穴。今幾不見鼠之蹤跡。蓋鼠性忌荷。嗅其味而遠颺。不敢出也。效驗如神。故披露之。(劍淚)

捕鼠。鼠之爲害。盡人皆知。余家苦鼠患。以甕儲水約半。水面撒以礬糠。取其能浮於水面上。覆以紙。紙上置餅餌之屬。擇鼠嗜好者。置甕於鼠出入必經之處。鼠躍入甕。無倖免者。約一星期。獲鼠五頭。諸君苦鼠患者。曷如法試之。

(陳華珍女士)

驅鼠。驅鼠之法。除畜貓之外。可以菟薊玉(東洋藥名)置於鼠穴。則鼠即逃去。而不再來。(翊晴)

購蟹。購買螃蟹時。須察看其眼睛。如一隻眼者。名獨眼蟹。含有毒質。誤食之。則生病。又其殼呈黃色者。亦含有毒質。其毒與獨眼蟹同。食蟹諸君。須注意之。(樵)

毒蛇。蛇非必皆有毒也。有毒者。有不毒者。故凡毒蛇。其頭必短闊而成三角形。其尾必短而尖。不可不知也。(一革)

除蟻。家庭中之衣食物品等。其爲害最盛者。莫如馬蟻。余家遭此患者深矣。試於去歲夏季。將連血生蟻腸數尾。擲於蟻巢之旁。使其飽嘗。待至今夏。竟無一見者。法易而效著。故敢告世之同患者。(先)

其二。箱中每患白蟻。衣服頗爲損失。今得一法。用葱頭數個置箱角。則蟻自避去。

治臭蟲。近來天氣漸熱。夜間睡眠。每以臭蟲糾纏。不能安臥。而臭蟲散子頗繁。雖日起捉。而終無效。余困苦特甚。茲得友人告余一法。法以辣椒及洋樟腦兩種。置於爐內燻煨之。將室內之門窗悉閉。使燻煨之氣。蔓延室內。因臭蟲一得此氣。卽自斃也。試之果效。敢告同病者。(茅君)

植物門

移樹。凡花樹因其生地不穩。而欲移之者。移輒恐其死。今有一法。可以免焉。移宜於冬。而所移之樹。切記其本來之方向。不可隨意亂種。如是則十可活。

八九矣。(笑月)

種桑。種桑時。預以薙頭短髮多量。墊於根下。則枝葉茂盛。根幹永不生蟲。蓋毛髮亦肥料之一。施用於桑。尤有特效也。又久雨時。如桑葉生蟲。須用竹筒裝硫磺。燒烟薰之。則蟲立斃。且無損於葉。是不可不知者。(夢碧)

採桂。法於夜間點燭。燻欲採之桂樹。復以白布鋪於樹下。殆明晨起視。樹上之桂花。俱落於布上矣。(崑)

花卉折斷急救法。室內之花卉。大半均草本。然偶一不慎。即致折斷。今將急

救法二條錄之於左。以爲植花卉者告。

(一)花桿已斷成二段。可用一針。將二桿連接。外塗以蠟。以竹桿緊附之。不久可復原。

(二)花桿如穿成一穴。用泥或蠟塗補之。可使膠汁不至流出不止也。

(景旦)

瓶花保存法。偶閱日本婦女雜誌。見有瓶花保存之法。其言曰。凡瓶中供花。能融化糖分少許於水中。則花可經久不萎。而施之於菊與玫瑰薔薇。更屬有效。但各花所需糖分多寡不等。如菊類則以多爲宜。玫瑰薔薇。水中含糖約十分之一足矣。間有不宜用糖者。如紫丁香百合花。荳花等是也。

(許涵英女士)

花瓶有毒。偶閱尙友錄見宋紹興中。汪待舉知處州時。郡民有飲客者。客醉

臥室中夜渴。索水不得。取花瓶水飲之。次早啓戶。客死矣。客家訟於官。待舉究舍中所有物。惟瓶浸旱蓮而已。待舉逆知之。試以其水飲死。因果死於是。野人之寃得白。按花瓶毒甚大。不獨水能殺人。瓶上凡物皆不可置。常有人置帽於瓶口。復取戴於首。首生毒瘡。此因不知瓶毒。而受其害者也。凡家有花瓶者。不可不知也。(守初)

蘭花肥料。以春日之蠶豆莢。浸于水中。至夏日。以灌蘭花。其功用與人乳相埒。(丑)

種南瓜法。慶應大學農事講師小谷氏。近研究得一新法。能令南瓜結實繁夥。其法採去雄花。而去其瓣。僅留雄蕊。以插入雌花之中心。此法傳播後。農家之植南瓜者。獲利較前增一倍許云。(仙影)

不可不知錄第三編終

衛生按摩法

二角

衛生方法莫妙於按摩因按摩能興奮肌肉調和血脈故能使人康健百病不生此法舊名推拿我國已無擅長此術者本書博採東西按摩專家著作提要鉤元優點特多而說理簡潔插圖詳明猶其餘事凡衛生家主婦醫師看護盲啞學校之生徒及無業職者均不可不一讀此書

衛生新食譜

三角

我國習俗素重蔬食外養儉德隱愜衛生而充憫憫之心杜殘忍之習事微效著為用尤宏近來西方諸國亦竭力提倡為勢甚盛其說本諸學理屢歷有據是書即採其說編譯而成者也

● 上海正書局發行 ●

中華民國八年五月初版

不可不知錄第三集

(每冊定價大洋二角)

編譯者 有正書局

印刷者 上海威海衛路三百〇九號 有正印刷所

總發行所 上海望平街 有正書局

分售處 天津 奉天 南京 鎮江 蘇州 漢口 杭州 廣州 南昌 成都 有正分局

版權所有

不可不知錄第二集 每集二角五分

