

家醫

黃勝白署



家  
醫

黃勝白署

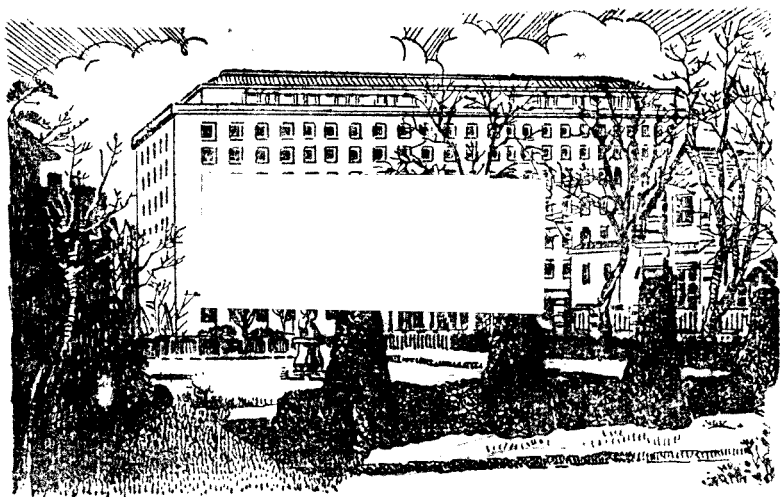


»Bayer«



精品保 商十拜  
良藥謹 標字耳

「家醫」為拜耳醫藥新報社印行  
上海江西路一三八號拜耳藥品公司  
及各大書坊店均有出售



## 拜耳藥廠的成

德國拜耳大藥廠爲現在全世界第一等化學藥廠。這是一致公認。無可疑議的。但是拜耳藥廠何以有今日之成功，這是值得我們研究的。

德國者全世界科學之策源地。而拜耳者德國科學之結晶品也。我們如認定篤信科學，爲拜耳成功之因素。那今日的拜耳。名藥如林。譽滿一世，便不難了解了。

拜耳廠的藥部總理會說過：「本廠爲全世界人類幸福服務，當然以極高深之科學，努力幫助人類脫離病痛爲第一義。

在拜耳研究室中，由醫家化學家密切合作，所得光榮

更甚，和這無上的光榮，無時不從心裏爲之感動，所以格外的奮發努力，更求精進，續有成就，以保守信譽，以增益光榮。

不要辜負了多少研究家的心血。不要辜負了舉世仰望的良藥，不要辜負了「拜耳」兩字的榮名。這是本廠同人唯一的信念」。

拜耳同人有此信念。加上德國學者的研究精神。所以新藥發明一年多似一年。而科學設備，亦一日精於一日。

拜耳廠現擁有世界最大研究院有五六所之多。均羅致世界頭等學者，本科權威，主持其事。富有經驗的化學師醫師藥師散處在幾個研究院專門研究的，不下數千人乃至萬餘人，其研究經費支出之鉅任何國立大學校都莫能與之比。

所出的藥，沒有一件不是奇靈特效，並且都是劃時代的大發明，足以左右的醫藥學理的進化，試看治療的 'Atebrin' 和 'Plasmequine'，治睡眠的 'Germanin'，治黑熱病的 'Neostibosan'，治化膿球菌病的 'Prontosil'，'Prontalbin'，治白濁球菌的 'Uleron' 及 'Neo-uleron'，治痢疾的 'Yatren' 和 'Rivandl'，治梅毒的 'Neosalvarsan'，治風濕的 'Aspirin'，退熱止痛的 'Pyramidon'，'Novalign'，靜脈注射麻醉劑的 'Evipan' Sodium 局部注射麻醉藥 'Novalign' 及 'Pantocain' 以及多種



安眠止痛劑，多種消炎殺菌劑，多種血清漿苗劑，全部荷爾蒙，全部維他命，美不勝收，多不可數，都是同時帶着領導醫療革新，及指示醫藥研究新途徑的大發明，不單是救病活人的奇功特效而已也。考拜耳在五十年前，也不過是一個普通小藥房，只有一間簡陋的配藥室罷了，其所以有今日之鼎盛的，就是能把握定科學，緊追隨着整個學術進化，嚴格守着一切科學化的立場，一步一步的向上，可見不是無根之木，無源之水。

大率一種新藥，由理想確定之日到發明之時，由發明之日到發售之時，中間不知要經過多少的年月，各專家就本位，作系統的推求，得到一個目的物後，先去其蕪雜，定其純度，凡在化學實驗室中成熟的東西，必須送到藥理研究院，受種種試驗。



時定其毒性是否與人無異，然後舉行大規模臨床實驗，經年累歲，詳細考驗，在德國供拜耳藥廠作臨床試驗之大學病院，不下百所，皆由頭等專家負責實驗，待功效已確定，再曾發世界專家及專門大病院試用，直待各國各專家，一致公認為特效新藥，劑量正確，功效確實，方取名出售，可見一藥成功，實非容易。

拜耳每一新藥之造成，其經過艱難，歷時久遠，費用浩大，以及無數人力精神之消耗，簡直不可計算，人但見一個劃時代的新藥發明而不見在此藥發明之前，已有千百箇藥研究無效，徒勞無功也，人但驚拜耳每一年或

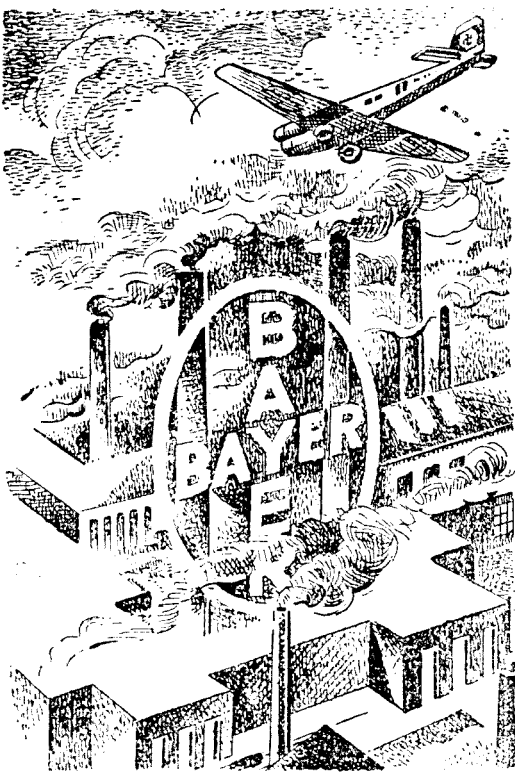
每半年發行一新藥，而不知此新藥在發行前歷受審查已有數年之久。

不但此也，凡拜耳發售之新藥，雖功力確實，但在每次出品以前，必經本廠鑑定室嚴密分析鑑定，不經鑑定室簽字證明，即不得出廠，同時德國政府亦聘任專家，特設專所，抽查檢定，凡出廠之藥，概送國立檢驗所鑑定，務使此等與國族榮譽有關之新藥，均名稱其實，所以拜耳藥名不獨為自家所愛護，亦永受國家之保證。

所以拜耳在過去五十年中，儘量的奔馳於科學大道之上，一切設備無不近代化，一切措施無不合理化，即以供實驗之試畜論。蛙鼠犬兔猴牛羊，分門別類，各有各有數千萬頭列屋而居，分槽而飼，往往一藥之檢驗，殺兔萬頭，一學理之覆試，用鼠千只，消耗之鉅，言之可驚，而當局之人曾不稍有吝惜，良以近代醫學，最重實驗

，學術之成與敗，全視實驗之切實與否，故實驗方法日趨完密，實驗室之設備亦日趨繁重，能勝此繁重，而惟完密是圖者，斯世之中，惟有拜耳藥廠矣，各國馳名各大學，均不足望其項背。故其規模之恢宏，設施之完備，研究之精密，不獨在德國推爲巨擘

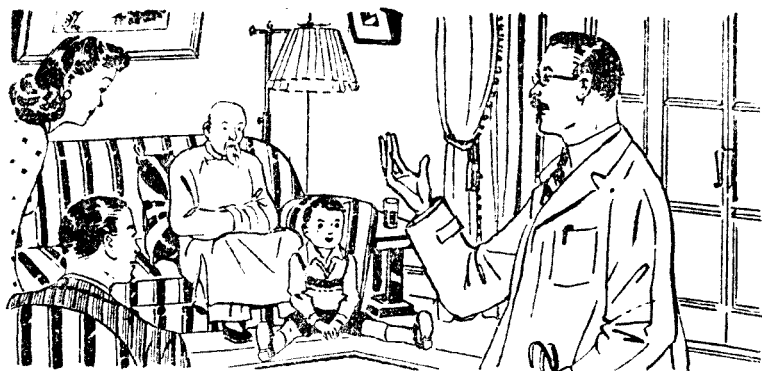
，卽全世界中，亦無有能與之比者，故其出品，不獨新藥皆具有驚人特效，卽其舊有名藥，亦均爲頭等科學結晶，無不一藥有一藥之偉功，一劑有一劑之特效，故久經磨練，愈益光明，當此學術日新月異，選擇評判日嚴歲密之潮流中，拜耳之老藥，仍嶄然



特露，照樣奏功當世，爲萬衆所歡迎，蓋歷時愈久，而榮名愈高，於此可以反映其所以成功者，殊非偶然矣。信科學則必昌，不信科學則必亡，此今時代製藥事業之寶訓也，能尊重技術則必成功，不能尊重技術則必失敗，此亦今代辦藥廠之公例也，觀夫拜耳廠之科學設施美備爲全世界冠，其優待尊崇專門技術人才，亦爲全世界冠，可以見其成功全由確守寶訓不背公例，而非偶然倖得矣，所以說：篤信科學，爲拜耳成功之因素。

把握定科學，緊隨着整個學術進化，嚴格守着一切科學化的立場，再加上視民如傷的服務精神，再加上始終不渝堅苦卓絕的恆心，是沒有一件事不成功的，豈但製藥事業而已哉。

茲借「家醫」出版之便，略述拜耳成功所由，並附內景數幀，聊供有心人參考。



家醫是中國家庭中的醫藥衛生顧問

## 家醫

家醫是中國人的及中國家庭的醫藥衛生顧問。也是新時代人們的常識寶庫。

講到醫藥衛生。中國人原是最先進的。中國的醫藥衛生知識早已發達到大眾化了。

譬如烟酒是不許孩子吃的。就是成人嗜烟酗酒的也極少極少。吃飯用筷子用瓢子。用碗。早已不直接用手抓來吃了。飲的是茶。是熱水。早就不喝生水了。用的瓷茶壺茶杯。又都是不沾病菌的。古人說得好。『病從口入』。中國人就憑在吃同喝上的衛生習慣。已經抵住了多少疾疫死亡。這是千多年以來的寶貴的衛生習慣。歐美人到近五十年才曉得注意的。而且到現在還不一定考究得週到。

至於醫同藥更是很古就已成熟的學問。中國的醫經藥籍。確實可考的也至少有三千多年的歷史了。當中國學者在那裏討論氣血榮脈絡循環的時候。當中國學者在那裏討論藥物湯劑刀圭咬咀的時候。那些現代歐美最文明的北歐民族。還正赤條條蓬着頭坐在野樹樞叉上檢蝸牛充飢。(同你們在荒山深林裏所看見的猴子猩猩。正不相上下)。所以說中國人的醫藥衛生學。原是最先進的。可是現在的中華民族。經濟力太差(貧富不相顧)智識又退化。科學不發達。大多數的人都在牛馬豬狗生活中掙扎着。就是得過的人們也全不懂得保護健康。預防疾疫的常理。以致營養不足。癘疫盛行。死亡枕藉。即幸而不染疫不夭折的。也多是帶病延年。就是不病的也是體力不健全。智力太退化。元來是弱因病來。窮因弱起。而窮





### 防 止 疾 病 走 向 健 康 之 路

又是病弱之因。所以幾十年來窮弱病三大患。就緊緊追隨着中國人。不肯走了。中國人要得不窮。先要不弱。要得不弱。先要不病。要得不病。先要多留心點科學的醫藥衛生常識。這就是我寫這個小冊「家醫」的目的。

古人說得好，「上醫治未病」，所以今人也說，「治療不如預防」，要講究預防疫病。要能醫未病，那只有「家醫」。家醫者就是自家醫也。

我們自己注意衛生，注意營養，就可長保沒病。所以這小冊不單是介紹好藥好醫法，同時也介紹一切最好的預防規律，總要人人却病延年，走上健康大道。

本來什麼叫衛生？衛生就是生活。就是習俗。

衛生的建設，就是生活習俗的修改。

在我們地跨五帶，人逾五億，史歷五千年的中國，來討論生活習慣的修改。真是「一部廿四史從何說起」？尤其這個拜金文明總結賬的年頭，無事不慌慌張張。也不容你細想詳說。

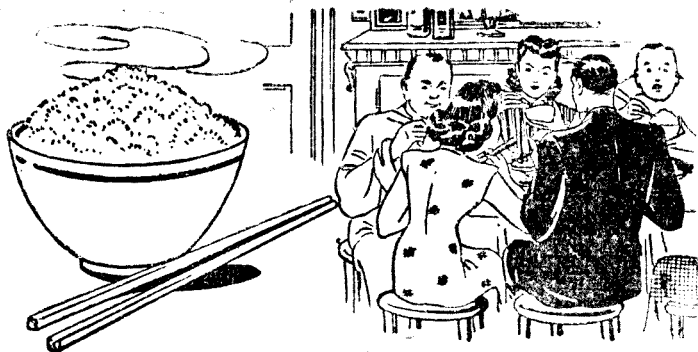
這個小冊，元是借酒杯瀉壘塊性質。不過就家常習見小事，想着便寫；遇到便談，隨便的寫，率直的談。

既是隨便率直，當然高深的少浮淺的多。惟其隨便率直有時也有真實透澈搔着癢處的話。

古語云「披沙揀金」沙是定了。是否裏面有真金？祇好請讀者撥披細揀了。如蒙教正，無任歡迎。

黃勝白自序 時避地上海營家花

天下無如吃飯難



吃的問題是最嚴重的

### 營養論

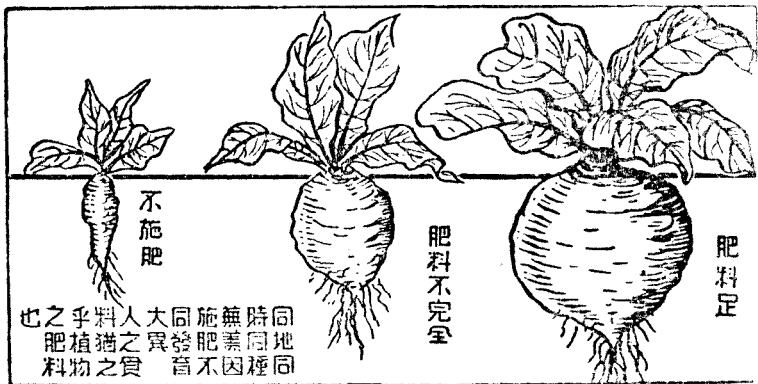
#### 吃的問題

這個年頭，吃真是最重要的，也是最難解決的問題了。可是懂得吃的人，還是太少太少。我們先要確實懂得吃的道理，才可以有法來解決這當頭最難最重的問題。

吃的東西叫做養料，是專門來滋養我們的身體，維持我們的工作能力，繼續我們的生命增進快樂與道德的。我們先來談談養料的重要。

#### 養料的重要

種糧食種菜種花草種樹木，沒有充分及適合的肥料，是不會繁榮滋長的。養牛養馬養鳥及養一切家畜，沒有充分及適合的好飼料，也是不會長大肥壯的。現代的農家都很曉得注意種植



不施肥

肥料不完全

肥料足

同地同種  
時因  
無素  
施肥不  
同發育  
大異  
人之食  
料之  
乎植物  
也

的肥料，畜牧的飼料。所有品質數量，以及時候方法，卻一天一天的考究起來，因為這元是真本錢，萬不能大意的，但是人類自己的食料如何？

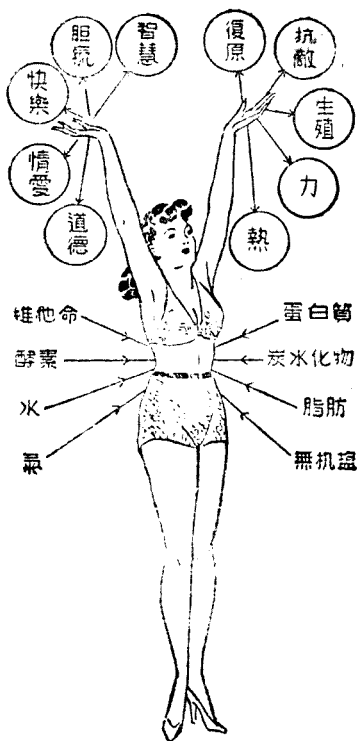
## 人類的食料

人類的食物是從動物植物礦物各方面來的，人類元是一種樣樣吃的細巧動物，雖然各地人的口味大大不同，食物種類千千萬萬，但是講到食料是

有一定標準的。人類的食料，照目前標準，是只有蛋白質，炭水化物，脂肪，維他命，鹽，水，氧氣，這幾大種。

## 人身是蛋白質造成的

我們人身是蛋白質造成的。所以要時時輸入旁的動物的蛋白質，幫助長大，幫助發育，假如有消耗或殘缺的時候，也要輸入大宗蛋白質去填空補



## 營養與道德

缺，而且最好是動物蛋白質，譬如豬牛羊肉魚蝦雞鴨，以及一切肉食醃臘，還有蛋類及牛羊乳，動物的臟腑，及血等等，統是含有蛋白質的。植物蛋白質要算豆是大宗了。

## 人類維持生命最低限度的

### 食料

炭水化物，是人身生力的材料。勞力的人每天須用炭水化物食料，同汽車飛機須加油，火車輪船須加煤，是一樣的重要的。

這類食料大宗是含澱粉的，譬如我們每天吃的麥麵米飯，以及高粱小米玉蜀黍山芋乾蕎麥菱粉芋粉藕粉等等，都是澱粉，都屬此類。這是人類維持生命最低限度的食料，所以一日不能缺少，因此北人的麵飯或窩窩頭，南人的大米飯或六穀粉山芋乾都是每天的主要食料，生命攸關。旁的食物

缺了不至於就送命，這主要食料斷了，就得餓死。

## 我們要多吃脂肪

脂肪可以生熱，但多吃能敗胃。中國人太輕視脂肪了，以為是僅供調味用的，因此富人是浪費脂肪，油膩太多。窮人又苦油水太少，肚裏太寡。要曉得動物脂肪和植物油也是每日不可缺的重要滋養料。文明國人看得很重要的，這第二次的世界惡戰便從爭取豆油的小火，引起爭奪汽油的惡戰。我們吃的豬油牛油還有肥肉海魚都屬於脂肪類，豆油菜子油花生油棉花油菜油麻油都屬油類。我們須要多吃脂肪油，要多多開發油源，並應當政府民衆合力，多設大油廠，並要各省市各縣各村鎮，平均設立。我們每日吃油多寡也須支配均勻，不可傷飽失飢，妨害消化。

## 人身必須的維他命最好從

### 食物裏來

維他命是個頂新鮮的名詞，可是生命必須的物質，在食料中雖佔着極小極小的數量，但却是少他不得。我們吃的新鮮水菓，新鮮蔬菜，濃紫濃黃濃綠的葉莖花實，都是滿含多種維他命的。茶葉菜乾黃花菜桃杏脯一類乾食料，也含大量維他命。肉類如豬肉豬油豬肝以及一切腸臟事件都富含維他命。鮮雞蛋黃人奶都是豐富維他命的源泉。

最不要忘记的就是紅糙米和粗麵的維他命，却比上白米和細麵的多。

### 鹽爲什麼要專賣

鹽和水從食料到人身後，是幾乎不停留的隨即排出，但是人身如果缺少牠，便要失去消化，榮養的機能。人都知道糧食荒能餓死人，却不知道鹽



鹿群向海濱跑

這一樣的可以送掉人命，所以是人類都曉得寶貝食鹽，就是動物也曉得需要鹽。那些爭取管理權的政府，便抓着食鹽專賣爲控制民衆的利器。不過我們每天吃的鹽，總比必須的維持生命量多得多。鹽在中國到是當作料（調味品）用的，中國產的鹽供中國人吃實在同水和養氣一樣，綽綽有餘。

### 我今天吃的什麼？

我今天早餐是兩飯碗大米粥，一塊煎餅（油糖），些醬菜。午餐是鹽米飯兩飯碗，晚餐是大米粥兩飯碗。午晚的菜是同樣的共是四碗：（一）洋蔥馬鈴薯，紅燒牛肉。（二）絲瓜燒豆腐皮。（三）炒莧菜。（四）蝦米炒四季豆。

菜餚的數量很豐滿，我家的習慣是大口吃菜，吃菜的量不比飯差，這天計算，每人所得牛肉九十公分（約合

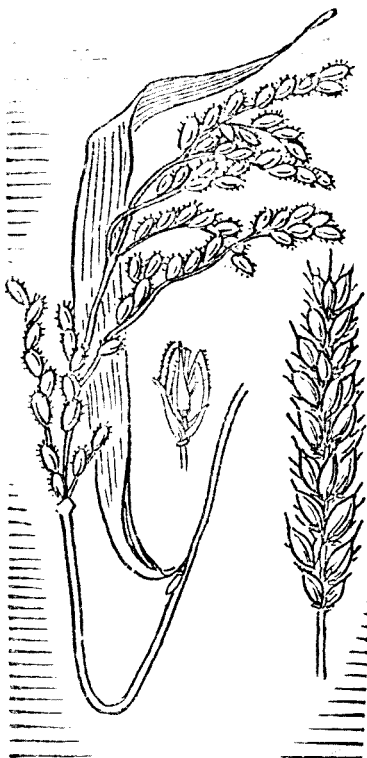
純蛋白質十七公分），馬鈴薯一百二十公分，洋蔥十公分，絲瓜一百公分（水份多），豆腐皮八公分，莧菜二百公分，豆油十五公分，四季豆一百二十公分。

### 午後每人吃西瓜一斤

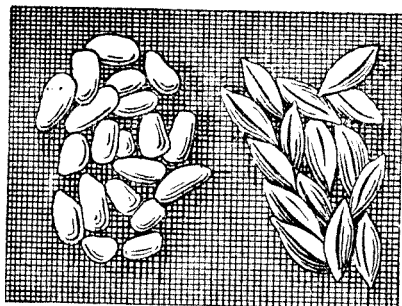
合計全日所得醃（炭水化物）約有四五百公分，應是足量。蛋白質比較不足（約五六十分分），脂肪最缺。

至於維他命的數量，我相信是相當充足。因爲上面所述各種蔬菜，都是家園所出，現採現吃，無水浸及堆爛之患，所以維他命的損失很微。

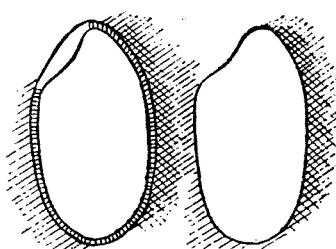
至於我們昨天的食單裏，只有六兩豬肉，三人吃那動物蛋白質的數量，就太嫌微渺了。而備人們簡直等於終年蔬食，雖然可從豆類穀類得到植物蛋白質，但是營養是大差大差。



中國人的主要食料



②完全去皮之米類      ①未去皮之米類



② 沒有剥皮      ① 已經剥皮

### 你受吃那一種米？

### 我們吃米的

#### 米是主要食品

但是不常有米飯吃的鄉下人，一到都市做傭工已後，吃了幾天白米飯，他們那乾枯黑瘦的皮色，忽轉白胖紅潤。雖然並無動物蛋白質入肚，但能吃碗米飯，便能維持相當健康，可見米（和麥）是我們的主要食品。

#### 澱粉和糖

換句話說，人類的主要食品是澱粉和糖，吃米的人從米裏得到充分澱粉和糖，吃麵的人從麥裏得到充分澱粉和糖，這其間還有維他命問題，精白粉與精白米都缺乏維他命乙<sub>1</sub>，微濕的米也缺乏維他命乙<sub>1</sub>。

#### 米的貯藏

所以米要選好的，要新鮮要乾燥，要貯藏得法，並要純潔，像一般米販將米裏攪泥攪水攪稗子攪白石粉攪粗

糠攪劣等米，這都是損米質的。我們必須聯合全民衆的力量，嚴厲制裁，萬不可再放任，而科學化的米倉，尤須由政府負責普遍設立。

#### 米皮細糠裏的寶貝

米皮裏有維他命，人類缺少這種維他命，就要生軟腳病，又名腳氣，往往要送命的，這是吃米民族的最大營養病之一。是跟着外國的碾米機器的推進而推進的，也是跟着外國碾米機器的營業擴大而擴大的。

#### 腳氣病是什麼？

腳氣病並不是害爛腳的濕氣，也不是害腫瘡腿的濕氣，乃是因內裏神經炎而起的軟腳症。腿腳麻痺不用，心臟衰弱，兩腿浮腫，大家都曉得腳氣攻心是沒救的。

這種沒救的腳氣病，是一種營養病

一雙健康的鴿



一雙患腳氣病的鴿

他從這大批殖民地囚犯

的竟有四五百人之多。

病，而甲隊中患腳氣病

囚犯僅有九個人患腳氣

佔十分之三，結果乙隊

米佔十分之七，精白米

人，每日吃的米是紅糙

專吃機白米，乙隊十萬

兩隊，甲隊十五萬人，

監獄裏的華印囚犯分爲

他就拿人試驗，他就將

他要證實那個推想，

，是因爲缺乏第一種維他命乙而起的

。原來米皮裏含這種維他命極多，所

以從來吃米的人並不一定生腳氣病。

但因爲機製白米將米皮剝盡，以致維

他命缺乏，便生腳氣病了。

### 維他命發明的歷史

維他命的發明，就因爲腳氣病的流

行才發明的。從前在中國南洋的爪哇

，有個荷蘭醫生愛克氓，發見當地食

米的民衆，嗜好不同，華人嗜好機製

白米。本地人及印人好食紅糙米，其

現象則華人中腳氣病的流行甚劇，而

本地人和印人患腳氣病的則很少，他

想腳氣病或許因吃機製白米而起。

### 好在東方人命不值錢

，得到這個寶貴經驗。他感覺米的紅

皮裏一定含有一種抗腳氣病的物質。

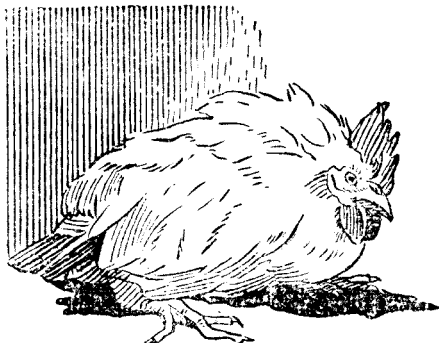
### 鷄鴿也會生腳氣病

愛克氓用鴿子和鷄來實驗，凡是專

門用機製精白米飼養的鷄鴿，多少會

發生神經炎，腳脛拳曲，頭頸後扳，

心臟擴大，終於死亡。那病情的進行



一雙患腳氣病的雞

，簡直同人的脚氣病一般無二。

## 細糠(紅米皮)專治脚氣病

同時有一組用紅糙米飼養的鷄，完全健康，一個不病。他就試用紅米皮，就是細糠，飼養那些已患脚氣病的鷄，果然沉痾立起，起死回生，生命的力量，從新恢復，真是百試百

驗。於是試用糠膏治療人類脚氣病，居然屢效。這個消息一發表，全世界才曉得脚氣病是一種營養素缺乏症，而這種寶貴的營養素，就存在那紅色米皮中，這就是維他命發明和研究的開端。

## 維他命乙發明史

一九〇七年，愛克

發明米細糠能治療及預防脚氣病。一九一一年

，芬克發明米糠中抗脚氣病的主要物質，是一種植物性鹼基，其量雖

小，但爲維持生命所必須，所以取名維他命。

一九二七年，祥生及杜納始從米糠中提出純粹

乙種維他命。一九三一年，拜耳藥廠生物化學

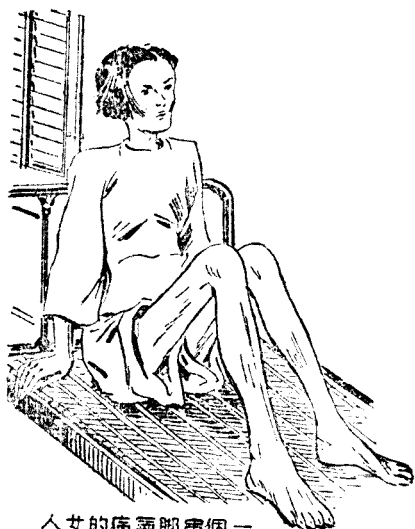
系，發明從酵母菌提出純粹結晶的第一種維他命乙。

一九三六年，拜耳化學師安得索及魏思乏 Andersag and Westphal 發明維他命乙<sub>1</sub>的化學式，同時能用人工造成維他命乙<sub>1</sub>，那就是馳名世界的「培他生」Betaxin。

## 維他命乙<sub>1</sub>在食米民族中的地位重要

米皮含維他命乙<sub>1</sub>最富，但因爲文明人提倡吃機製白米，於是食米民族中頓起了維他命缺乏的恐慌，那便是脚氣病及腸胃病的普遍。

照近代研究維他命乙<sub>1</sub>的需要量，與炭水化物的消化作用，關係極大，凡吃炭水化物，以米麥蔬菜爲大宗，并且食量很大，換句話說，就是炭水化物的消化特別大，所以消耗維他命乙<sub>1</sub>的量也特別大。



一個患脚氣病的婦女



## 剝去米皮就是剝去生命必

### 須的維他命

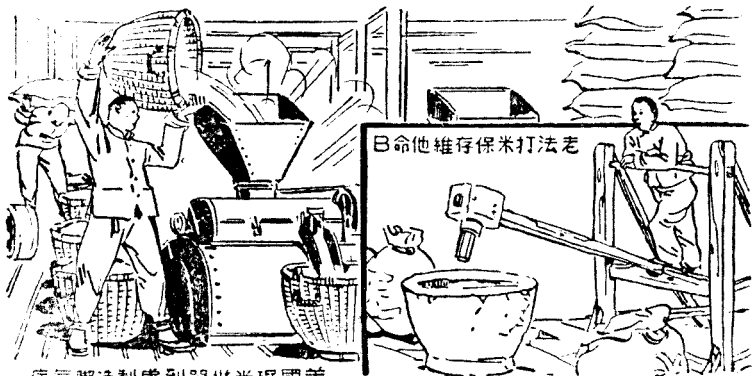
不但米皮養人，麥麩皮也是養人的，所以麵筋裏面含的維他命乙特別多，照此看來，雪白的米，雪白的麵，卻不是真合乎衛生的。從前用老法碾的帶紅（七分）糙米，和那次色的木麵，都是含有充分維他命的，也多含蛋白質及寶貴的脂肪，所以都比洋米洋麵好，現在曉得洋氣洋派洋製一切洋奴的頑意見，總是害多而益少。

我們農夫，辛辛苦苦，種出來的米，本來是很富於養料的，但是被洋機器剝去了一半，這個損失可真大了。

### 缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病不一

#### 定是脚氣

但缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病，不一定是患脚氣病，比方：



美國碾米機器製造脚氣病

老法保米存維他命乙<sub>1</sub>

疰夏——就是夏天胃口不開

就是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病

夏天腹瀉——消化不良

就是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病

濕困——頭昏無力

就是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病

噁酸胃痛——便秘或水瀉

就是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病

神經痛——頭痛肩背痛氣痛小腿抽筋

都是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病

病後失調——久不復原

也是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病

易生癰瘡易生濕瘡易發糖尿症

也是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病

脚麻手麻

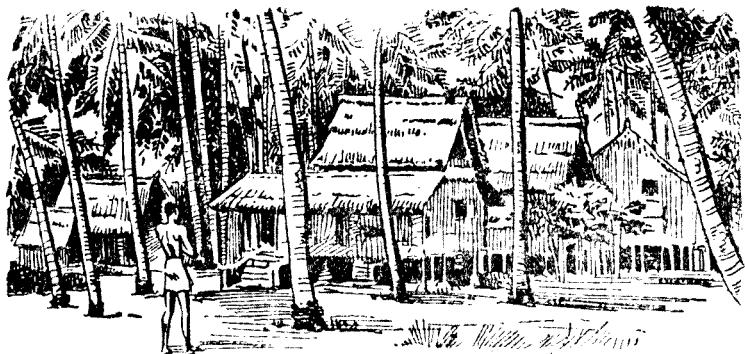
多是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病

腿足浮腫（與腎排泄無關）

也是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病

小兒發育不良

全是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病



南洋產米區本國中，國人開墾的該屬我於籬中食米民的姓

血壓降低

都是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病

戒烟後脫癮時抽筋縮脈週身難過

也是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病

病後抽筋發麻搖擗

全是缺乏維他命乙<sub>1</sub>的病

### 米上應注意的

米不可用機器碾，機器白米偷去我們的維他命，也偷去我們米裏的脂肪和蛋白質，我們每年米上的損失，何止幾萬萬元，實在太不經濟，紅糙米對於消化器是不甚相宜的，但是我們可訓練米坊，專碾七成紅的淨米，供我們吃。

### 米不攪石粉灰砂

土法碾米有個大毛病，就是在碾籩的時候，常加許多石粉或灰泥在裏面，以致於米店裏賣出來，都帶上一層

粉末浮灰，非常難礙。還有奸商，因為要增加米的份量，好多賣幾個錢，有意攪入糠粃泥砂石子之類，既傷害米質，又令人不得不多次淘洗，使我們雙受損失。

### 米不可受潮

奸商還慣用水浸米，增加牠的重量，但是受潮米貯藏起來，特別容易霉壞。米霉壞了，營養素也大為損失，我們又是雙重損失。我們貯米時也要注意乾燥，不可受潮，以免霉壞。最好是陳穀新碾，還有蒸穀米也是好的。蒸穀米能保護穀身維他命，及一切營養素。受潮的霉米，吃了是容易引起腳氣病的。

### 米不可太陳

相傳新米不容易消化，陳米容易消化，這本當沒有理由，可是論到蛋白

質及維他命，總是新鮮米麥裏含量多。陳穀堆過冬，堆過春，總是有消耗的。夏天青黃不接時，當然只有吃陳米，可是陳穀新碾的米才好。若是已碾成的白米，堆過一年半載，就要出毛病了。雖然用科學方法蒸乾，可以多堆藏若干時，可是過陳的米裏面，營養料總要差點。

## 米不可蛀霉

至於霉的米，蛀的米，那就更差了。許多富有出產的人家，家中堆米太多，又不知曉防霉防蟲的方法，每到夏令，就全家吃霉米蛀米，那些成人，還可勉強消納，可是正在發育的兒童，吃這種霉蛀米，就太不衛生了。試看洋秈米，乾燥清潔，堆藏時候，不易霉蛀，這就是科學處理的好處，我們應一致督促米農及米商，改良堆米的方法。

## 米不可淘

米的維他命都在米的皮層，而維他命乙<sub>1</sub>又是專在水裏溶化的，好好的米一淘一擦，便將這可貴的維他命溶化到淘米水裏去了，所以鄉下人都曉得米泔水喂豬是好的。還有米裏的蛋白質和澱粉，也都是易溶於水的，經幾次的淘洗，也有很多的澱粉及蛋白質從水裏逃去。有人計算，每一次淘米要損失四分之一的養料，像現在四百元一斗的米，淘一淘就淘去了八九十元，全中國食米的沒有一家不淘米，那每年從淘米水流失的何止幾千萬萬的法幣。

但是米裏雜了石粉沙泥稗草，那就不容你不淘，所以要保存我們食米的養料，還是從禁止操雜入手，這是我們吃米的民衆，應當一致起來監督的。

河裡淘米  
養料隨水流去



## 米湯不可拋棄

還有許多地方，有種惡習慣，煮飯的米湯總是傾棄掉。有的地方用米湯喂豬（像金華），有的地方用米湯洗衣服。照上面所說看來，米裏的養料大半可溶解於水，這損失可想而知是太大了，所以米湯千萬不可拋棄。

## 飯粥內不可放（鹼）碱

還有大廚房裏煮粥煮飯，嫌牠熟得

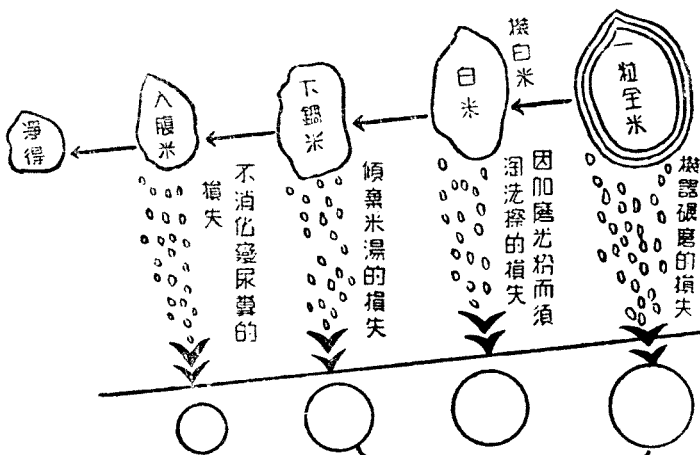


牠也缺少維他命乙

慢，喜歡加點碱進去，以便快熟，有些人還特別喜歡那碱味的香，殊不知維他命乙1最怕碱，加碱的粥飯，其維他命幾乎完全損失，就是煮麵煮豆也切忌放碱下去，以免損失寶貴的維他命乙1。

## 米要選上等米

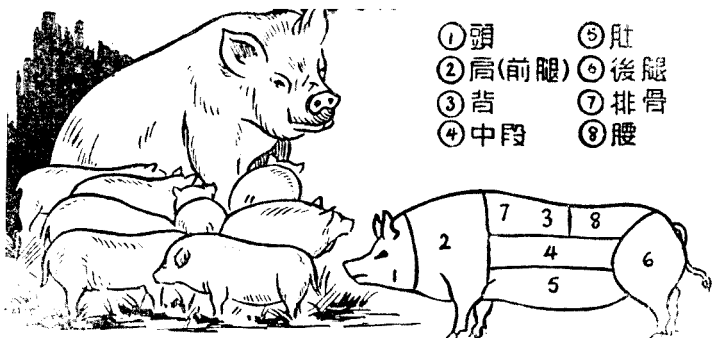
上等米含脂肪及蛋白質均較多，上等大米容易消化，上等米碾七成糙，或上等米製蒸穀米，都是頂富於養料



每年總損失達米總量五分之一至於維他命乙則全部損失百分之百

# 豬肉富維他命B

- ①頭
- ②肩(前腿)
- ③背
- ④中段
- ⑤肚
- ⑥後腿
- ⑦排骨
- ⑧腰



肉吃多要們找

，頂合衛生的。

## 吃米要能完全消化不然白

### 白造糞

米的養料雖要講究，但消化率也該注意，完全紅糙米不容易消化也是白吃。機器白米雖不含維他命，但消化率極大，所以吃米最好碾七成糙米和三成精白米，或者將上等粳米製成蒸穀米，都是保全養料，又容易消化，不至於白白造糞。

### 一顆米的損失

一顆米經機器剝削，損失一部份養料，又經奸商撿水，或受潮發霉，又損失了一部份養料，經淘洗磨擦，又損失一部份養料，煮時棄去米湯，又損失一部份養料，煮時加碱，又損失一部分養料，家家日日如此損失，即不談衛生，那經濟上的消耗也就太可怕了。

## 米不可獨吃

米在一切穀類中，實是最好的食品，但獨吃總冒着營養缺乏的危險，從前老法的衛生經，凡吃米的人們，總常常做點麵食吃吃，尤其是夏令，幾乎家家總要多吃點麵食，還有多數人早餐，都是吃燒餅油條，饅頭包子，或麵及餛飩，這都是極衛生的喫法。

### 補充蛋白質和維他命

米裏最易缺乏的，就是蛋白質維他命乙1和脂肪，米裏加雜糧，可以補充蛋白質脂肪和維他命，現在多數人已曉得用綠赤豆或大豆和米煮飯，煮粥，肉飯肝飯連心粥糖藕粥魚粥山芋飯臘八粥等，都是混合食的好方法。雜糧裏面小米（穀子），玉蜀黍（玉米又名六穀又名珍珠米，又名苞米棒頭番麥及玉蘆粟等名）。碎麥大豆赤

豆蔻、山芋（白薯或番薯乾），豌豆、洋山芋（洋芋、奶鈴薯、土豆），芋頭、蘿藤、南瓜（番瓜、倭瓜），高粱粉、豆粉、粉條、餅乾、豆餅、蕎麥麵、麩子、細糠、紅豆、豌豆花生之類，都是可以代替稻米，或幫助白米，作主要食品的，還有白菜、莧菜、草豆、薏仁、蓮心、藕粉、菱粉，價錢不貴、產量多，也可用為補充米的食物和米同煮。

### 吃菜與吃飯一樣重要

米既為主要食品，魚肉菜蔬便當作次要食品，所以一般人稱菜為下飯，就是靠他的滋味佐餐罷了，其實這是不對的。我們需要的動物蛋白質，米裏沒有，我們需要的維他命甲丙丁等，米裏也沒有，還有更重要的許多生力酵素及鹽物鹽類，米裏也欠缺，這些都靠吃魚肉菜蔬果品等一切食物來補充的，所以吃菜與吃飯是一樣的重要。

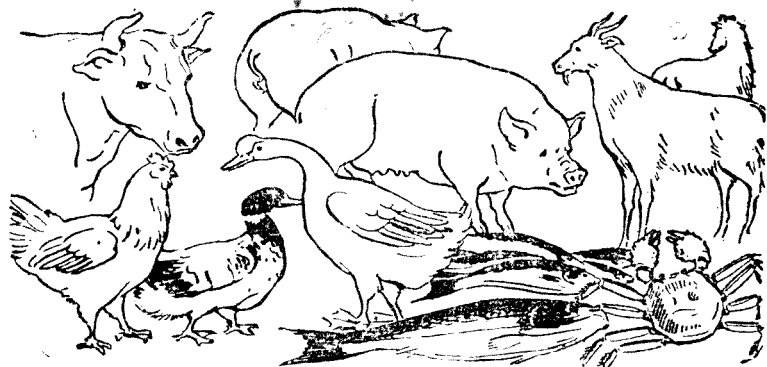


### 我們日常必需的食物

#### 動物蛋白質營養力大

中國平民太少吃動物蛋白質，用膳的人，正發育的兒童，產後病後的人，均極端需要動物蛋白質，必須設法天天吃肉吃魚，或吃蛋。牛肉、羊肉、豬肉，以及牛羊豬的肚臟、皮筋及血，都是好的。魚肉、海魚、河魚、鮮魚、乾魚都好。蝦、蟹、蚌、蛤以及蝦皮、蝦子、蠔、乾淡菜、海醃田螺、田雞，一切可食的動物，都是好蛋白質。野獸肉、野鳥肉、雞、鴨、鵝、肉及雞卵、鴨卵、鵝卵、鵝卵也都是動物蛋白質的來源。

這其中豬肉多含維他命乙1，可以補米之不足，吃米的民族特別歡喜吃豬肉，這就是人類天然自衛的本能。還有豬肝和牛羊等其他的肝，含有好多種維他命及尚未知道的營養要素，其他各種臟腑像腦子、腰子、心肺、膜及舉丸、脊髓，乃至於尿管、陽具，一切都含有



我們食物中肉類蛋類的來源

各種珍貴的荷爾蒙，都是可吃的上等動物蛋白質。

### 牛肉湯鍋

記得小時看見街頭巷尾，常有所謂牛肉湯鍋，幾個零錢就可以買一碗熱湯湯的牛肉汁，裏面還放上幾片牛肚子或牛肝，再加一把蔥花，那真是窮人的恩物。在現代醫學觀察裏，簡直是胃病貧血病內分泌病等等的特效藥，那些藥吃一劑或打一針，就得要幾百千元，我想這牛肉湯鍋，除督促注意清潔衛生之外，實有提倡廣設的必要。

### 爭取肉類蛋白質

中國的動物，應該留把中國人喫，有錢人吃肉，窮人不妨吃皮骨吃臟腑頭尾及血。還有狗肉龜肉兔肉以及鴉鴛麻雀野鴉各種飛鳥，和水內一切水

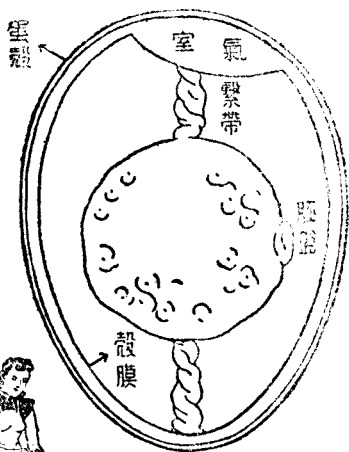
產動物，都可儘量取來吃，我們必須盡全力爭取領土內的領海內的動物蛋白質。

### 每人一個雞蛋的運動

在科學廿四卷二期，有鄭周兩君的一個雞蛋運動，頗有意思，現在抄在下面：

「一個雞蛋運動。」我們既已知道雞蛋是寶貴的食品，牠的經濟價值和魚肉等比較又不算貴，所以我們應當在經濟情形許可之下，至少每人每天吃一個蛋，多吃自然更好。爲要達到每個中國人每天都有吃一個雞蛋的機會，我們建議政府禁止蛋類及其製品出口，使國內蛋的經濟價值降低，並提倡國民當從事養雞事業，至於烹調方法，和吃的時間。對於雞蛋的營養功用，並沒有什麼影響，以前的人覺得在早上吃雞蛋才有「補」的功用，

這是不對的，蛋無論煎或煮，或是和他種食物拌和而食，都同樣不致改變牠的營養功用的。不過生食是我們確不敢贊同，一則因為新產的蛋裏面還會含有細菌或寄生蟲，陳舊的更不用說了。再則生食，不久，不能完全消化和吸收。還要注意的，就是有些人說，蛋黃不易消化，或不喜食蛋黃。因此把蛋黃拋棄不吃，這確是一種



一個雞蛋



不經濟的錯誤，因為我們知道蛋黃裏面所含營養素特別豐富，千萬不可拋棄的。

雞蛋一個可貴的地方，就是牠容易保存，如果保藏得法，可以保存十餘日之久，並不會壞。如果保藏再長久，那就製成鹽蛋或皮蛋，這樣保存的蛋，營養價值，並不會減低。

### 小孩子最好吃蛋黃

一二歲嬰兒，蛋黃是不可一日缺少的食物，中國兒童沒有牛奶吃，只有吃雞蛋，每個小孩每天三四個蛋，是政府應該絕對負責的。我們成人，就每天平均一個蛋好了。吃蛋不獨補充蛋白質，還補充甲乙丁等重要維他命，所以我們勢在必爭，各海口的打蛋廠非完全封閉不可。





## 肉食還夾帶着脂肪問題

外國有豐富的奶油吃，還要掠奪人家大豆油，這是不是公平？中國平民可得脂肪實在太少。

脂肪不獨是供給人體熱的原料，同時也是多種維他命的來源，因為維他命甲維他命丁維他命戊等，都是溶化在脂肪裏的，所以吃脂肪就是吃維他命，大家要曉得脂肪及油，是必須的養料，並不是僅僅當作料佐味而已的。

我們菜裏油太少，但是豬肉和許多肥魚，含油頗多，所以民衆能得充分肉食，無形中也解決了脂肪問題。當然土產的大豆，還是我們的生命線。

## 油水要足

飲食裏的油水要足，這油水固體的名脂肪，液體的名油。脂肪有牛油豬油或奶油。油有豆油麻油菜子油花生

油及茶油。但是凡可吃的含油食物，也可代替脂肪，譬如按時吃花生（落花生生長生果），芝麻大豆豆腐皮葵花生核桃等植物性的食物。或者吃鮪魚鱈魚刀鱈帶魚鰻魚海鰻脂魚（或珠魚）等，以及腸臟胰肝及卵，這一類動物性食物，亦可得到充分高貴的脂肪，大家要知道，油水不足，百病叢生。

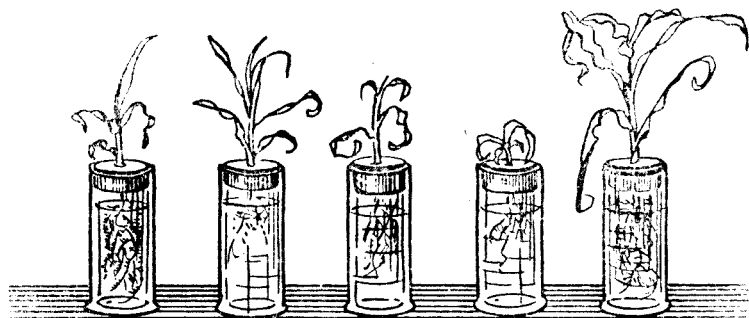
## 食物中看不見嘗不出的

### 鹽類

無機鹽除食鹽外，還有磷鈣鐵等許多鹽，都是造成人體的要素，但都是些看不出嘗不出的鹽類。肉皮肉骨魚皮魚骨一切植物根莖皮葉，凡綠色的菜，都含有充分的無機鹽，這可見我們廚房裏拋棄的，實在過分，而中國人吃肉食，都是連皮連骨煮連湯吃，還有多吃菜湯，實



這紙上地在羊鈴的洲斐



正 常 生 長 所 需 的 有 五 種 元 素  
 2 興 氮 3 興 鈣 4 興 磷 5 興 鉀

### 用 水 栽 培 法 的 五 瓶 王 蜀 黍

在 是 最 合 適 的 好 法 子 。

### 要 養 成 樣 樣 吃 及 常 換 口 味

#### 的 好 習 慣

現 在 曉 得 飯 有 做 的 好 處 ， 菜 有 菜 的 好 處 ， 各 樣 食 品 有 各 樣 食 品 的 好 處 。 我 們 不 能 死 抱 着 一 兩 樣 食 品 吃 ， 必 須 常 常 調 換 口 味 。 我 們 更 不 可 這 樣 不 吃 ， 那 樣 不 吃 ， 無 故 放 棄 了 許 多 寶 貴 養 料 。 所 以 應 當 從 孩 子 起 ， 即 注 意 教 他 養 成 樣 樣 吃 的 習 慣 。 就 譬 如 北 方 人 的 大 蔥 大 蒜 ， 西 方 人 的 羊 奶 酥 油 辣 子 ， 南 方 人 的 臘 味 ， 東 方 人 的 海 腥 ， 我 們 都 要 習 慣 得 無 不 會 吃 ， 這 才 真 得 營 養 之 道 。

#### 最 重 要 的 維 他 命

我 們 所 以 要 樣 樣 吃 ， 就 因 爲 發 見 維 他 命 對 於 人 身 的 重 要 ， 而 各 種 維 他 命 的 來 源 ， 又 各 各 不 同 ， 現 在 就 我 們 已

經 曉 得 的 看 來 ， 已 經 種 類 太 多 ， 何 況 不 曉 得 的 ， 還 不 知 道 多 少 。 莊 子 說 得 好 ， 「 一 人 之 所 知 不 若 其 所 不 知 之 多 。 」 我 們 所 以 只 好 守 着 多 換 味 樣 樣 吃 ， 及 混 合 食 物 的 主 義 ， 以 便 多 中 撈 摸 ， 以 免 掛 一 漏 萬 ， 這 是 中 國 人 飲 食 的 優 點 ， 葷 素 水 陸 山 珍 海 味 。 食 品 之 多 ， 爲 世 界 第 一 ， 我 們 依 老 法 樣 樣 吃 ， 自 不 會 失 掉 最 重 要 之 維 他 命 。



每 天 少 吃 青 菜 雞 蛋 豆 腐 或 肉 類

## 腳氣病何以多在夏天發生

夏天出汗多，維他命的消耗大，夏天的人多吃棒冰及冷飲，傷了胃腸，消化不良，維他命的輸入被阻，夏天多吃陳米糲米，維他命輸入少，夏天多飲水，胃消化弱，吃下去的維他命不易攝收，夏天的人多吃素或鹹食，少吃富含維他命乙<sub>1</sub>的豬肉，維他命乙<sub>1</sub>的缺乏更大，夏天多生腸胃病，



行步能不病氣腳患他

如腹瀉之類，維他命流失太多，夏天易生傷風，夏天易生瘧疾，夏天易生瘡癤，這都是太消耗維他命乙<sub>1</sub>的。所以，腳氣病也就隨着厲害起來了。

## 腳氣病何以多在病後發生

維他命乙<sub>1</sub>是自然界最珍貴最稀少的東西，人們還去糟蹋牠，如用機器碾去紅皮。如削去洋山芋的皮，如用碱及高熱度久煮食物，如將新鮮食物擺陳腐了吃，都是糟蹋維他命乙<sub>1</sub>的惡習慣。

人身缺乏維他命，並不立刻發現病象，到了疾病臨身，如患痢疾瘧疾，或其他毛病以後，病象就顯露了，所以腳氣病多在病後發生。

## 維他命的重要

現在曉得維他命在食料中，雖

只佔極微之量，但其地位却極為重要。在逐日營養中如長期缺乏某種維他命，就可以發生致命的險症，（如腳氣病之類），所以學者稱維他命缺乏症為部份的飢餓症，又有人稱為化學品的飢餓症。這種飢餓症的病情，險惡萬狀，反比普通飢餓難醫。我們只有在平日飲食中講究預防。

## 維他命是什麼

維他命是有機質，為動物生物所必須之原素，故又名生活素。維他命有維持細胞之生命及其正常工作之功能。維他命所須分量雖極微，但如缺乏或全無則可以致病而喪命。

## 維他命與荷爾蒙之分別

荷爾蒙又名刺戟素，亦為人生機能策動之元素，日常生活所不可暫缺，亦以極小分量生極大功能。但荷爾蒙

全由人身及動物身中造成。此其異於維他命之處。二者關係密切，譬如人與天空鼠均不得於其身中組成維他命丙。而兔則能之，故維他命丙之在兔身簡直是荷爾蒙。

### 維他命與酵素

維他命與酵素，亦有極密切之關係。譬如第一種維他命乙，在其焦性磷

他的腳非常可怕



浮腫性腳氣

酸基式中，能組成炭酸分析酵素，可見有機化學界中，三大神秘物質均有相當聯繫。

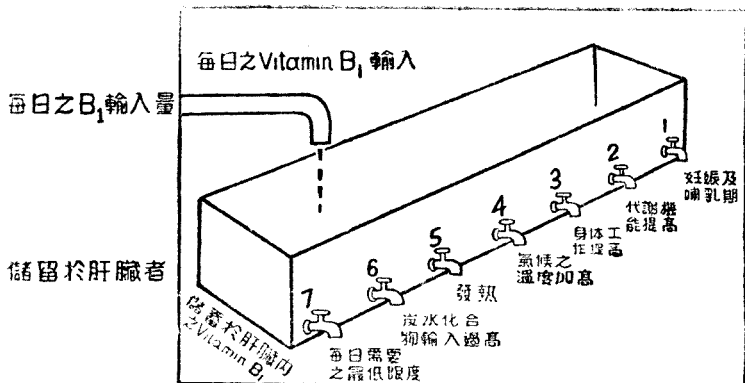
### 維他命之消耗

人生不能自造維他命，人身之維他命均由飲食中來，如食料中長久缺乏維他命，則可引起病症，所謂無維他命症，或維他命缺乏症，但亦有飲食中並不缺乏維他命，而其人仍有患維他命缺乏症者，是則因維他命消耗過甚之故。人身維他命之消耗與其物質交換成正比例，即其身中物質消耗愈大，則維他命之消耗亦愈大。故方在成長之小兒，及正在發育之青年，其身中維他命之消耗亦最大。勞動工人或心力勞瘁之人，其消耗亦隨工作而增加，婦人在懷孕期，在哺乳期，

均消耗大量維他命，又在患寒熱病時，（一切發熱之症），及甲狀腺分泌過盛時，其維他命之消耗，無不增高，故病人尤須日日注射維他命。

### 無維他命與少維他命

所謂無維他命之重症，如腳氣如壞血，如佝僂以及其他等等，在我國方面，除腳氣一症，因食機器白米常所不免外，其他似屬少見。然少維他命之輕症，及將成維他命缺乏之前驅症，則並不在少，幾於日常可見。凡尋常食物，每有無意識之偏勝，以致最需要之維他命，在不知不覺中缺乏。貧人如此，富人亦如此，此外病家忌口舊習，以及醫院中新式食單，（如腎病胃病糖尿病食單），均能缺乏重要維他命，此種或彼種，一種或多種，故每引起各種不同病患，致障害健康，難於恢復。許多傳染病，時氣病



維他命乙一之輸入與消耗情形之比較

生後，即不易恢復，纏綿床褥，皆因少維他命之故。

### 維他命缺乏病之危險

維他命缺乏病，其初現症每不凶惡，但並非輕症，實在是很危險之惡症，故早期調整，及適當治療，實為最要。非然者，每引起極凶惡之後果。維他命可分為兩大類，即水溶性之維他命，與油性之維他命。

## 水溶性維他命

### 維他命乙1 Vitamin B1

維他命乙1即第一種乙種維他命專抗神經炎之維他命是，實為維他命之鼻祖，因整個維他命研究，即由此種維他命開始。

### 自然界存在之情形

維他命乙1富含於稻米之細糠，同時大小麥燕尾麥小米黍稷大豆小豆青蠶豆豌豆紅豆（赤小豆）綠豆青豆扁豆莧菜西瓜核桃等，均極富於維他命乙1，生紅白蘿蔔胡蘿蔔蕪荳英含量亦富，豬羊肉（豬之精瘦肉尤多）以及其腦與脊髓神經及肝腰，均富含維他命乙1，蛋黃與牛乳，亦含大量乙種維他命。

### 醫療上之應用

高等機器白米，簡直全不含維他命乙1，即上等白麵包亦然。故富貴人或產米區之人，亦有患缺乏維他命乙1症之可能。但全紅之糙米，不易消化，其害亦同。故最適宜之食料，為碾至七成數之白米及雜以粗麵之麵包（即黑麵包）。所有蔬菜及根菜之烹煮，不宜過熱，因高熱度亦能損害維他命乙1，陳米經濕後亦盡喪其維

他命乙<sub>1</sub>，凡熬煮之馬鈴薯洋芋（土豆）及蔬菜，其維他命乙<sub>1</sub>之半，均流入湯中，故民間煮菜湯，及煮飯棄去米湯之習慣，均自將寶貴維他命乙<sub>1</sub>棄去。還有肌肉勞作者，每日食大量素食（碳水化合物）者，其維他命乙<sub>1</sub>之需要亦強，消耗尤大，生病發高熱甲狀腺分泌亢進均為增加維他命乙<sub>1</sub>消耗量之原因。又如孕婦哺乳，以及開刀後病後，總之凡身中炭水化物之物質交換激增時，其維他命乙<sub>1</sub>之須要亦激增，此時不加補充，最易引起維他命缺乏病症。

### 一般維他命乙<sub>1</sub> 缺乏病象

少維他命乙<sub>1</sub>之現象：平常每不注意，亦不易為人發覺，凡胃口不開，四肢無力，手足痠麻，或竟疼痛，易於浮腫，血壓降低，消化障礙，如普通人所謂濕氣重，及所謂痲夏病者，每

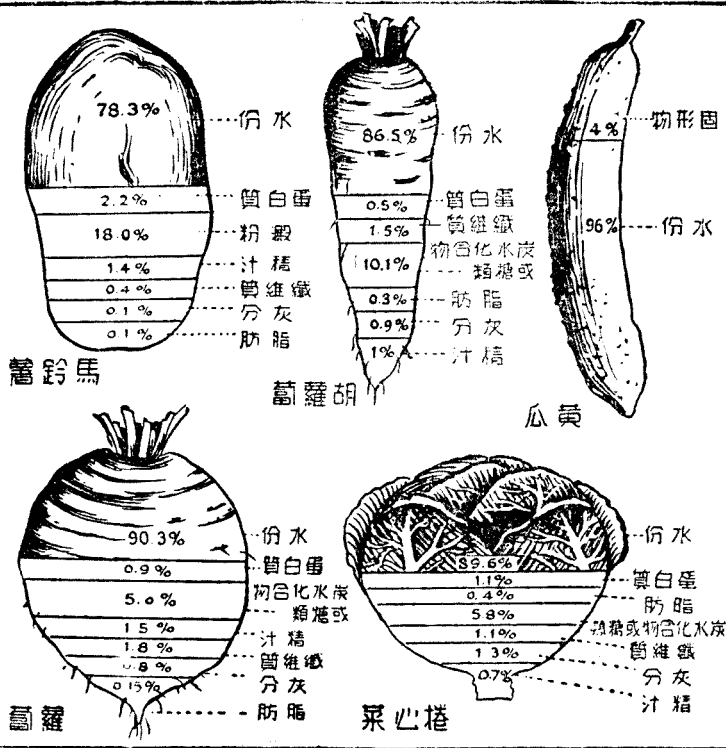
為少維他命乙<sub>1</sub>症之最初現象。維他命乙<sub>1</sub>長久缺乏，則引起真正維他命缺乏症，其起初現象，每為多發性神經炎，故腳氣病之起，每由兩足痠軟麻痺起，此即軟脚症之名所由來也。即腰痛腳痛肩痛項痛種種百治不愈之神經炎，亦多為維他命乙<sub>1</sub>缺乏所致，故用「培他生」Betaxin，均可治之，即因患白喉而起之其他喉痺，及多發性神經炎，亦可用「培他生」醫療，無不見效，其因嗜酒或胎前產後而生之多處痛症（多發性神經炎），以及糖尿病之神經痛，亦可由「培他生」維他命乙<sub>1</sub>之治療而奏全愈之效，可見亦由維他命乙<sub>1</sub>缺乏所致。

戒烟後應用「培他生」

調理



壯力強身足充他命維



幾種蔬菜的成份分析

維他命乙1不獨為脚氣病之特效藥，亦為病後調補虛損之劑，戒烟後用維他命乙1（培他生“Betaxin”）調養神經，有去毒健胃益身之效。尤其為專治神經炎神經痛之靈劑，任何神經炎症，不過注射「培他生」數次，即完全止痛。其頑固性神經炎，有時須注射十餘次，然亦無有不見效者。即最頑固之三枝神經炎，用「培他生」治療，亦能奏效。但宜用加強「培他生」“Betaxin forte”。其因惡性貧血及戒酒戒烟或脫癮而起之神經炎，肌肉痛，以致麻痺不仁不用者，亦可用強「培他生」治療，坐骨神經痛帶狀疱疹及肋弓神經痛，均宜用強「培他生」長期療治，又糖尿病人，用維他命乙1輸入，可增進其對於炭水化合物之運化力。

維他命乙2 Vitamin B<sub>2</sub>

所謂維他命乙<sub>2</sub>者，經最近研究所得，並非一種單純物質，其中所含要素，各各不同，據君饒Kunhan氏在維司巴敦國際學會中所發表者，略如下表：

### 維他命乙<sub>2</sub>之各部要素表



辛辣雜食含他命丙

來源爲酵母肝臟麥芽及米糖

名	種	缺乏時現象	爲何種動物所需要
生長要素		生長停止 毛衣脫落 眼生肉障	人 野鼠 鳥
(一) 乳黃素		停止發育	野鼠
(二) 類醇素		停止發育	野鼠
(三) 要素 u		停止發育	野鼠
皮膚要素			
(四) 陪拉格拉防止素 (等於尼可丁酸 菸草酸)		陪拉格拉病	人 猿 狗 豬
(五) 維他命乙 <sub>6</sub>		鼠類陪拉格拉病 流行性紅斑	野鼠
(六) 濾過要素		雞肉陪拉格拉病	鷄 鴿
防止貧血要素			
(七) 血液要素		惡性貧血	人 猿 (豬?)
(八) 揮發黃色素		紅血球減少	人 (小兒) 野鼠
(九) 成熟要素		全脊髓癆白血病	人 犬 鼠
(十) 第一細胞要素		巨大赤血球及巨大細胞組成	人 猿
(十一) 第二細胞要素		謙狀細胞貧血症	鴿





新鮮的蔬菜與五穀是身體適宜的食品

## 維他命丙 Vitamin C

維他命丙之缺乏症為著名壞血病 (Scurbut)，久為航海家所熟知，百年前蒸汽機未發明時，航程悠遠，無新鮮食物可得，中途人多患壞血病，牙

肉出血潰爛口腔發臭，高熱昏迷，病勢異常險惡，但一吃新鮮水果及新鮮蔬菜，立刻便愈，以此知新鮮綠色果菜，為人身營養所必需。如其缺乏，血液即起嚴重變化，一九二八年，馮生氏始從副腎皮中，製出維他命丙之結晶，又名為抗壞血病酸——Ascorbic acid，其抗壞血之功力，確與新鮮水果（如橙橘檸檬及大椒）無異。

### 自然界存在之情形

在一切新鮮蔬菜水菓中，均富含丙種維他命，中國西瓜橙橘花旗蜜檸檬檳榔蜜，山裏紅青辣椒（中國辣椒）

富于維他命紅綠均佳），蘿蔔楊梅一切鮮菜，中國蘿蕪楊花蘿蕪及其秧松杉嫩葉，一切新鮮綠菜，葱蒜樹芽（香椿頭黃棟頭），及瓜茄鮮莖莖芽，以及蕃茄洋蕃薯（馬鈴薯）等，均為供給吾人充分維他命丙之食料。

其在動物界中，脾臟腎臟胰臟胎盤，均含維他命丙，眼珠中含量尤大，其內分泌各腺，含量亦富，向來肉食者，均棄內臟及腦眼等物不食，殊不知其中固含有極寶貴之滋養品也。

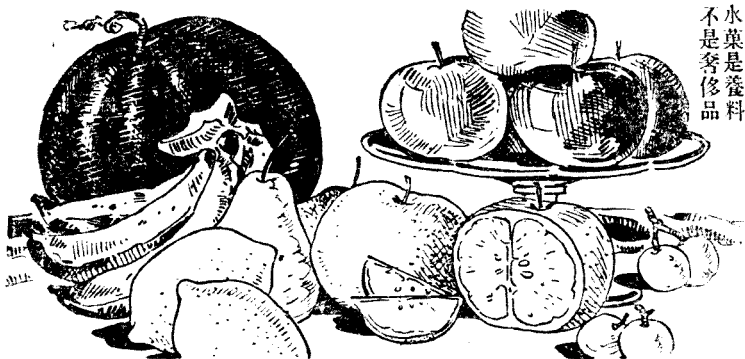
### 生理作用及藥理作用

維他命丙在身中，亦與礦物鹽之新陳代謝有關，維他命丙作用于血小板及血管壁者亦極大，故患缺乏症時即起出血症。

又維他命丙對於若干酵素，亦有作用，故可與維他命甲互相抑制。

維他命丙在肝中，能抑制肝糖之移

水菓是養料  
不是奢侈品



水菓含豐富荷許多維他命

動，故最近學者認維他命丙有保護肌肉肝糖之作用。維他命丙毫無毒性，過量之維他命丙均從小便排出。

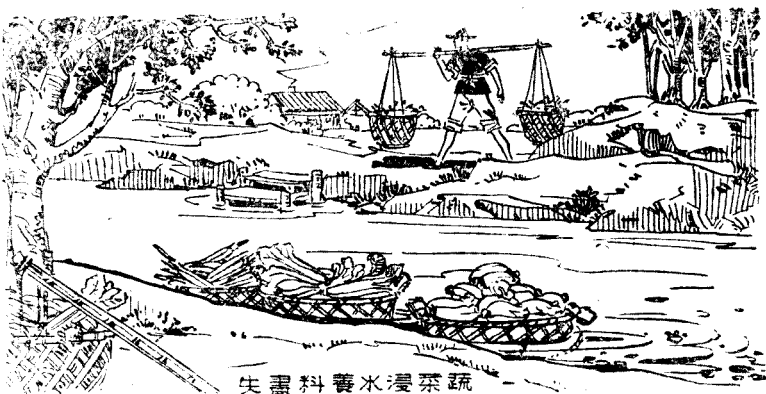
### 需要及排泄

健康成人，每日維他命丙之需要量，約爲五〇 mg (等于一百公撮西瓜汁或橙汁或檸檬汁)，植物界中無不富含維他命丙，故一般尋常飲食，即足以供給此種需要而有餘，但在乳嬰，尤其用牛乳哺乳之乳嬰，每缺乏維他命丙甚劇，故凡病嬰檢查，幾無不患維他命之缺乏病，唯有人乳最佳，凡母乳一公升，即足供給五十三 mg 維他命丙，故婦女在哺乳期中，其身體中維他命丙之消耗量特別大，孕期亦然，老年人維他命丙之消耗量亦多於壯年人，冬令及早春，亦須要更多維他命丙供給，至於患病期中，其消耗當愈大，故病人必須有充分維他命丙之

補充。

### 醫療上之應用

上章述過，秋冬之際，菓菜少而不良，以及多食陳腐食物，無新鮮菓菜水菓佐餐者，多患維他命丙缺乏。冬末春初，口乾胃弱，頭昏體倦，及口舌破皮，牙肉出血，或鼻衄，易于患喉疾或感冒之類，均是維他命丙缺乏之現象。醫家稱之爲壞血病前驅輕症。治之以「康泰」，立刻病除。古人詩云，「每到花時即苦春」，可見正是深宮中富貴人，缺乏維他命之證。維他命丙缺乏，則抵抗力弱，易傳染各種疾病，故使用「康泰」可預防傳染病。其已病者，當寒熱時，身中維他命之消耗特多，如感冒病人，肺結核病人，以及調理期中，皆易感維他命缺乏，故均應及時輸入相當足量維他命丙。凡一切出血症，無不可用



蔬菜浸水養料盡失

「康泰」止血，鼻血牙血皮膚出血，多爲缺乏維他命丙之故，尤宜用「康泰」專治。此外乳嬰人工哺乳及早生兒，以及婦女胎前產後，消耗劇增，需用特急，尤宜勿忘爲補充維他命丙。

治牙病及治骨折病時「康泰」爲最佳之輔佐劑。維他命丙對於卵巢黃體，關係尤密切，故妊娠惡阻及嘔吐不止，治以「康泰」其病若失，兼可預防無故小產。

### 要素 P

Factor P 在鮮橘汁中，除維他命丙而外，尚含有一種物質，對於壞血症亦有功效，實爲維他命丙之補充質，或逕名之曰橘精 Citin。人類缺乏此種要素，當生何病，至今尙未能確知，但其對於毛細管壁甚有加密之功效，故一切血症，以及皮下血斑症，用之最相宜。要素 P 係配糖體，微黃色

，惟溶於鹼性液中，係由兩種性質相近之配體合成。

### 維他命丙的損失

維他命丙最易破壞，凡蔬菜採取後，損失一部份，如被鄉愚浸水，損失尤大，以後搬運貯藏，均有損失，切碎與水洗，亦損失甚多，煎炒煮熟，幾乎可將菜裏維他命丙全部破壞，熱菜重溫亦損失維他命，所以不澆糞的蔬菜，洗後切碎生吃，是多吃維他命丙的最妥善之法。

所以我們要一致起來，督促當局嚴厲禁止菜傭菜販，將蔬菜灑水。并且儘可能的，將一切新鮮蔬菜，都現採現吃。蔬菜炒過，維他命即停止消失。但煮太熟，維他命全毀，亦不相宜。所以炒蔬菜，火要烈而油要多，時間要短。

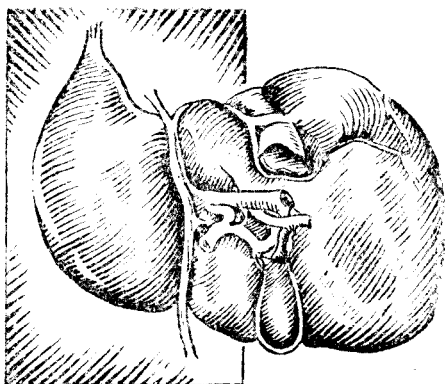
## 油溶性維他命

### 維他命甲 Vitamin A

維他命甲有抗眼膜乾燥之功。

### 自然界存在之情形

維他命甲亦普遍存在於植物食物中，但其形不爲維他命甲而爲其前級物



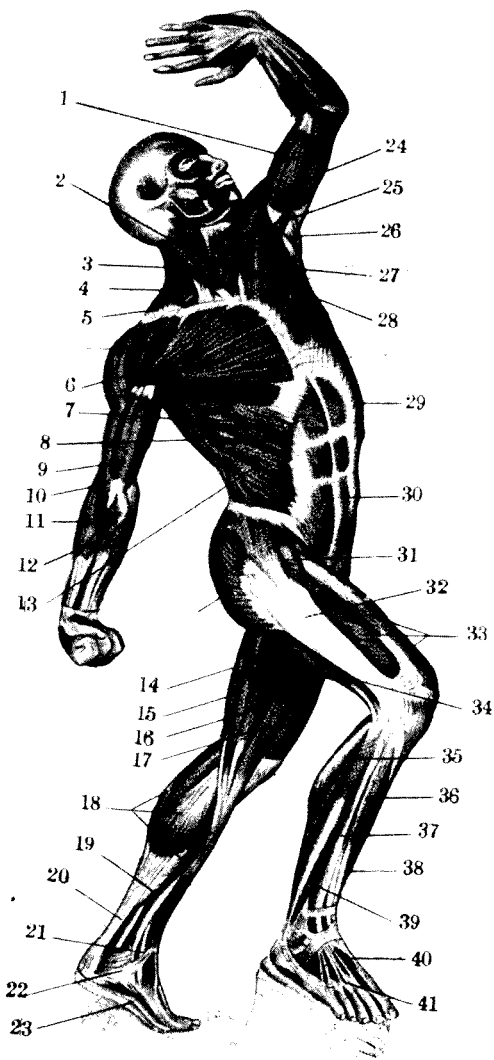
質，所謂維他命甲，即菓果中紅色素胡蘿蔔精（加羅丁 Carotin）是也。秋日草木黃落時，此種加羅丁含量亦退化，較春夏時減少幾二十倍。植物中胡蘿蔔中，含加羅丁，最爲豐富。加羅丁譯意，即胡蘿蔔精之謂也。此外杏柿紅大椒白菜苜蓿莧菜菠菜蘿蔔菜錦荔枝苦瓜，以及有色瓜果，均含有加羅丁。蕃茄與香蕉亦含之，特其量較少耳。凡由食物輸入身中之加羅丁，均在肝中改造而成維他命甲。故肉食中多吃豬肝牛肝魚肝，以及一切肝類，均爲輸入大量維他命之法。故在動物質食料中，肝臟鵝白塔油（奶油酥油），魚肝油煉乳蛋黃海鰻以及大多數脂肪魚類，（如鱒魚鮭魚鱈魚），均富含維他命甲，北冰洋清魚肝油爲小兒補充維他命甲最佳之品。

### 生理作用及藥理作用

動物缺乏維他命甲，則停止發育，終及死亡。維他命甲缺乏，則全身表皮細胞均受損失，故眼角膜乾燥，涎膜病變，因此易染寄生蟲之寄生，及病菌之發育，其在陰道多生白帶，腸胃涎膜因缺乏甲種維他命而多生瘡瘍。胆囊膀胱，則又因之而多生結石。眼中之網膜，含維他命甲最富，需要維他命甲亦最殷，故遇維他命甲缺乏即患夜盲症，此在少食脂肪及鮮菜水果之農人，常有此症，彼等相傳，古法。遇患夜盲時，買數斤豬肝，生吃即愈，附會者且謂，肝本司目，其實是肝中富有維他命甲也。一般勞力民衆，多患腫瘡（古名胛瘍俗稱腫瘡腿或爛脚），用魚肝油治療痊愈甚速，因魚肝油含維他命甲也。一切傳染瘡疤，及頑瘡惡癬，均由缺乏維他命而起。故調整營養，能使皮膚病涎膜病自愈。此營養治療所以可貴也。

## 人 體 外 層 肌 肉 圖

- |             |               |
|-------------|---------------|
| 1. 上膊二頭肌    | 22. 前肌        |
| 2. 平衡頭位肌    | 23. 伸張大趾肌     |
| 3. 牽拉胛骨肌    | 24. 上膊三頭肌     |
| 4. 牽拉肋骨肌    | 25. 鴉嘴肌       |
| 5. 三角肌      | 26. 大轉軸肌      |
| 6. 大胸肌      | 27. 闊背肌       |
| 7. 前鋸形肌     | 28. 中頭肌       |
| 8. 闊背肌      | 29. 外層斜腹肌     |
| 9. 上膊二頭肌    | 30. 直腹肌       |
| 10. 膊內肌     | 31. 收張上腿筋鞘肌   |
| 11. 大層伸張下膊肌 | 32. 上腿腱膜      |
| 12. 上層灣縮下膊肌 | 33. 上腿四頭肌     |
| 14. 外層斜形腹肌  | 34. 上腿二頭肌     |
| 14. 上腿半腱肌   | 35. 長腓肌       |
| 15. 上腿半皮肌   | 36. 前脛肌       |
| 16. 狹長上腿肌   | 37. 四小趾伸張肌    |
| 17. 裁縫肌     | 38. 長形大趾伸張肌   |
| 18. 三頭腓肌    | 39. 短腓肌       |
| 19. 狹長屈曲足趾肌 | 40. 短形大趾伸張肌   |
| 20. 狹長屈曲大趾肌 | 41. 短形四小趾伸張肌。 |
| 21. 後脛肌     | 大臀肌           |

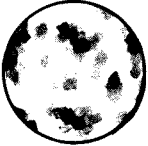


# 維他命種類

# 維他命來源

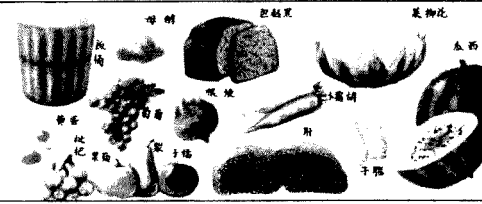
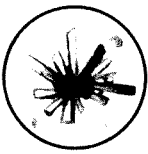
## 甲種 (油溶性)

保護  
表皮要素



## 乙種 (水溶性)

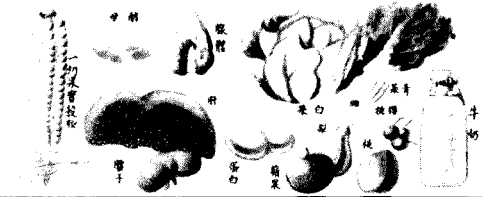
抗神經炎  
專治腳氣病



## 乙種<sub>2</sub> (水溶性)

LACTOFLAVIN

缺之身體發育不良  
又為  
治玉蜀黍斑症專藥



## 丙種 (水溶性)

抗壞血病



## 丁種 (油溶性)

抗佝僂病



「復康」Yogan (即維他命甲)

命甲)

因維他命甲缺乏而起之眼角膜炎，用「復康」Yogan內服，及滴眼，功效極靈。「復康」並可製為眼藥油膏，治一切眼角膜病。「復康」治夜盲，當然奏效如神。癩癩治療時，「復康」亦為最要補助劑。百分之一「復康」油膏，尤為一切瘡瘍去腐生新之要藥。

內服「復康」，可增進各臟器涎膜之抵抗力，故可減少及制止卡他兒症。如在肺系，則不生痰咳嗽。在腸胃系則不作瀉害消化。在陰道則不生白帶。故用以治上述各症，及胃腸炎胃潰瘍等，亦咸有特效。常服「復康」可防結石症，亦為不爭之事實。胃酸缺乏症，治以「復康」可復正常。維他命甲。能抵制甲狀腺

毒素，故大量「復康」，治巴塞多病，亦頗有功效。

維他命丁 Vitamin D

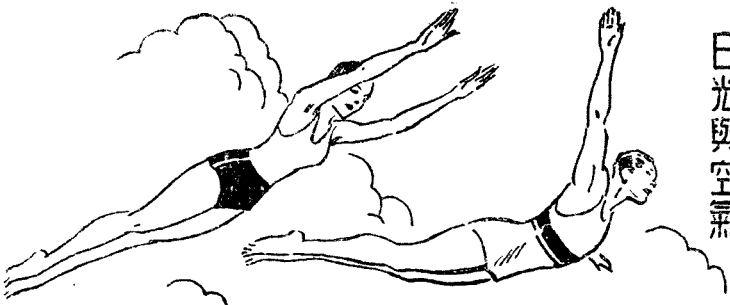
佝僂病 Rickets，為小兒骨殖病。



一個因缺乏維他命丁而患何病之孕婦

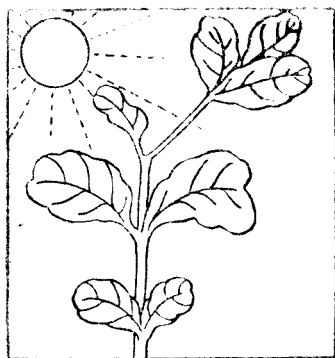
英國人患者最多，中國間亦有之。從前咸不知其病原之所在，現在已詳知由于維他命丁之缺乏，(因少受日光之故)。此病因身中磷鉀鈣之物質交換起障礙，故骨殖發育不全，骨中石灰質缺乏，小兒初生四個月時。其

日光與空氣

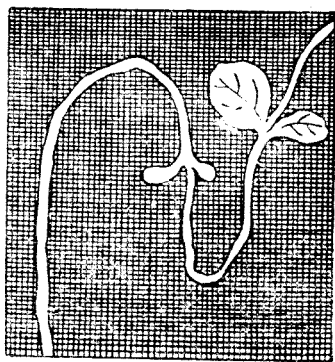


你羨慕他們身強力健嗎？





苗發中光日在豆



苗發中室暗在豆

現症即大顯，最初發見爲後頭骨軟頭多出汗（俗所謂蒸籠頭），胸骨時時變形，遇歲時則已確知其凶門不合，乳牙不長，不能直立，學走甚遲，終乃兩腿內曲或外曲，其身矮曲，其骨盆變窄，在女子則將來大時有難產之患。

中國佝僂病雖不多，然多肌膚不密之症，俗所謂濕體，如頭易出汗，易生瘡，易感冒，易生風疹，皮色白嫩

而不健，此等小兒體弱多病，亦因維他命丁缺乏之故也。

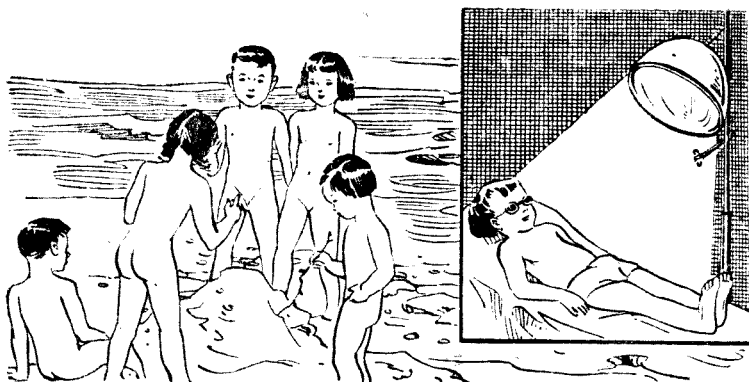
### 自然界存在之情形

維他命丁大量存在魚肝油中，中國海鱈亦有相當含量。此外乳液中，奶油中蛋黃中，鱈鱗（沙丁魚）中，均富含維他命丁。植物中不含丁種維他命，但含有前級物質亞葛司太凝。經短波電光照射，即可變成維他命丁。

### 化學性質

維他命丁多含于魚肝油，故用魚肝油治佝僂病，已爲百年舊話。

近年研究維他命者，忽得一極新之發見，即此種維他命之作用，與光線作用有密切關係。緣就實驗所得者觀之，佝僂病軟骨病之發生，除食料偏乏，是其主因外，而悶居於幽暗之處，亦爲一大原因。學者實驗之于動物，如將該動物飼於暗處，雖食料如常，亦能使生佝僂軟骨症。再次如用充足光線。施之于動物之身，則雖長飼以完全不含維他命之食物，該動物亦不致生軟骨之症。其尤奇者。但須將飼養該動物之食料，暴于日光中，即該動物不受日光，亦不致發生該病，由此可證明，凡已經消失維他命的食料，如受日光，尤其紫外光線作用，可使新維他



丁命他維進增燈陽太照和浴光日行

命復生，此真為最驚人之新發明也。（現在市售之「維剛妥」(Vigantol) 即光焰出之維他命丁也。

生理作用及藥理作用

維他命丁作用於鈣磷之物質交換，實有健補骨質之功效。倘患病兒童，不能吸磷鈣及一切礦物質，身中磷鈣，及礦物質之比例，失其正常，即血清中亦顯見鈣磷常態變化，往往較常人減少三分之一，因此有種種骨病現象，得維他命丁之作用，而身中礦物質之運化復歸正常，於是血清中磷鈣亦增。

醫療上之應用

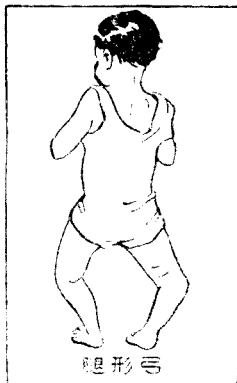
「維剛妥」(Vigantol) 為專治佝僂病之特效藥，其他一切骨殖病



病骨壞

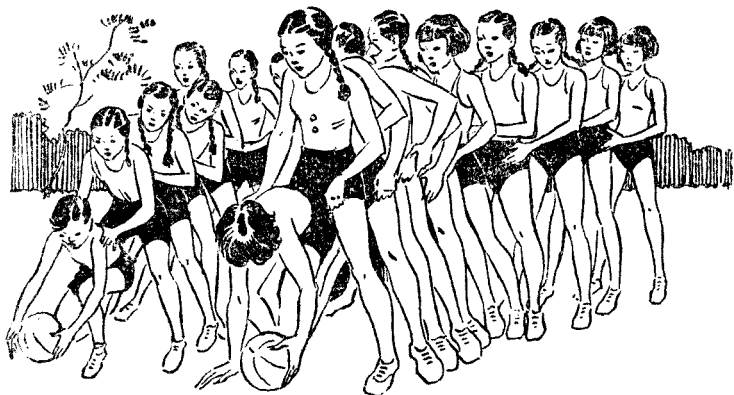


膝撞相



腿形弓

病疾的起而丁命他維少缺因種籍



## 法良的化消助幫是戲遊的當正

亦可治療。此外小兒驚搖及成人

抖顫病，用「維剛妥」亦見效。

小兒癩癧病，骨癆病寒痰癭管，

膿漏以及骨折，均為「維剛妥」

之適應症。哺乳小兒不活潑，飲

食不和，體重減輕，均為缺乏維

他命丁之現象，用「維剛妥」治

之，可以復元，小兒出牙時，尤

宜多服「維剛妥」。既助生牙，

並有保護牙齒之作用。

### 特太肥 · Delavit

「特太肥」係甲種維他命與丁

種維他命之合劑，功用勝於魚肝

油，毫無魚肝油之惡味，滋味甘

美，劑量準確，專助兒童發育之

用，督促生長，并使肌肉堅固。

自從日光和維他命的關係發明後

，我們曉得日光和飲食一樣重要

的。所以大人小兒都要在戶外遊

玩。

### 維他命戊 Vitamin E

專門抵抗不孕之維他命。

維他命戊分布極廣，植物綠葉五穀

胚芽動植物之脂肪與油，動物內臟，

蛋黃牛乳，萵苣椰子，均含維他命戊

，而小麥芽，含量尤富，故從前均從

麥芽油中提出。在動物試驗時，如於

其食物中抽去維他命戊，則不能生育

，其雄性動物精細管表皮細胞退化，

精蟲萎縮，甚至無精蟲，最後性慾機

能完全消失。其女性動物妊娠不能足

月，胎死腹內，自被吸收。生殖腺分

泌功能減退，子宮變深褐色，組織膨

脹破裂，人類習慣性小產。學者亦認

為維他命戊之缺乏病。最近二年，維

他命戊之化學構造式及其人工合成，

均告成功，是則加雷 Karer 之偉績

也。其他尚有多種維他命不及細述。

# 消化論

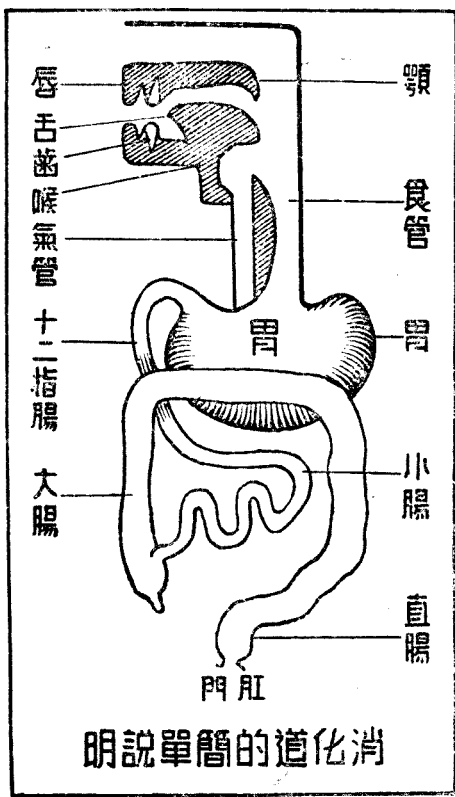
## 消化器

所謂消化器者，即指口齒舌齶（唾腺）食管胃十二指腸（肝膽）小腸大腸等而言也。凡此諸器官（除各肝膽唾腺各腺體外），共連結成一長管，故又名爲消化道。

（甲）口 始自口腔向後爲咽峽（爲左右二口蓋弓所成），再則咽頭腔食管，食管居脊柱與氣管之間，其壁含平滑肌縱橫參半，至口內之津液，由耳下腺顎下腺與舌下腺（各一對共六腺）所分泌，經其排泄管而流入口腔。

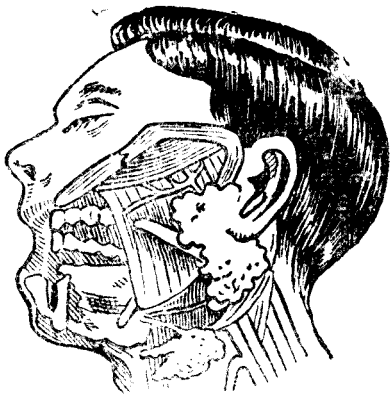
（乙）胃 食管穿過橫膈膜後，卽放大如壺狀曰胃，居左腹之上部，其容積幾三公升，食管入胃之處，曰贛門，胃與腸相接之處曰幽門，蓋胃壅

末端有向內凸之環，若一收縮，則能使胃中食物不克入腸，若門戶然。胃壁含平滑肌甚多，或縱或橫，各處皆得從容盡其消化之能事，故胃在空腹



消化道的簡單說明

是，壁之內面有黏液膜，膜含胃腺，腺分泌液體曰胃液，卽水靈酸與倍辛也。胃肌縱橫，能收能放，既借其收放運動，以磨齶食物，又將一頓吃下。時與滿腹時其容積及位置皆不相侷。小腸又分十二指腸，空腸，迴腸。大腸又分上行橫行下行三段。十二指腸



我們的唾道是從那裡來的？

者（以其長等十二指之橫徑故云），乃小腸之始端，起自幽門，其壁爲肝臟腺之排泄管所穿過以輸胆汁（黃綠色），及脈液入十二指腸空腸接十二指腸，迴腸接空腸皆無甚重要可述，至右腸骨窩則大腸接焉。其起端如袋曰盲腸。盲腸之端有下垂小物曰蟲狀突起，此蟲狀突起在蔬食齣如兔子

之類，有長至若干公分者，若在人則已退化，此蟲狀突起發炎，俗名盲腸炎，古名腸癰，腹痛欲死。不數日即能斃命，故論腹中各臟，不可不知有此物。大腸上行自盲腸起沿腹側壁至用臟下（上行結腸），即左曲橫行（橫行結腸），經胃下至左肋部腹曲下行至肛門止（下行結腸），肛門以上之小段，特名之曰直腸，以其形矢直故也。

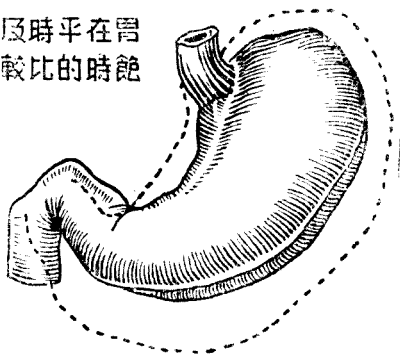
腸之部位，腸居腹腔之內，形如柔管，迂曲迴旋，各順其序，以有腸膜牢繫之也。小腸長約六公尺，大腸約二公尺，腸與腹壁之間，前有網膜，旁有腸膜肝膈。肝膈乃人身最大之腺，居右腹上部，爲橢圓楔形，分爲四葉，前後左右各一，左葉覆胃之一部。肝膈細胞分泌胆汁（念四小時內約分泌一斤二兩）供消化之用，同時含

有內皮網狀系細胞，營清毒作用，又儲蓄肝醣及維他命，以供給營養，此外尚含有多量未知名之化學物質。

### 胰子

胰子爲扁長形，在胃後爲衆葡萄狀小腺，集合而成，分泌胰液，其排泄管與胆囊之排泄管相合而注於十二指

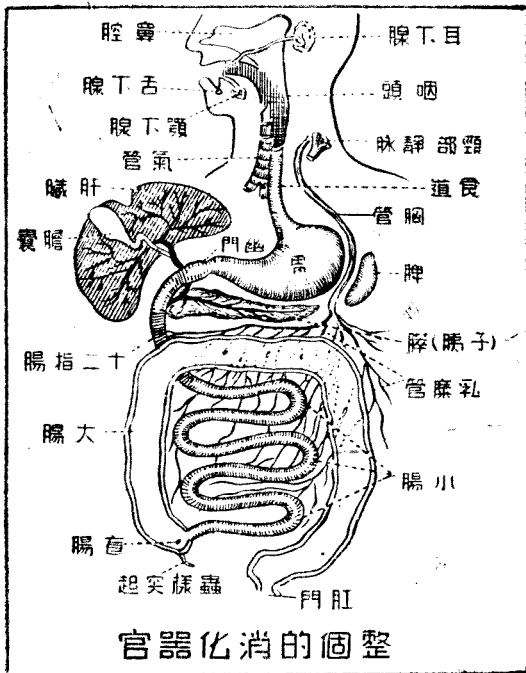
胃飽時比平時較



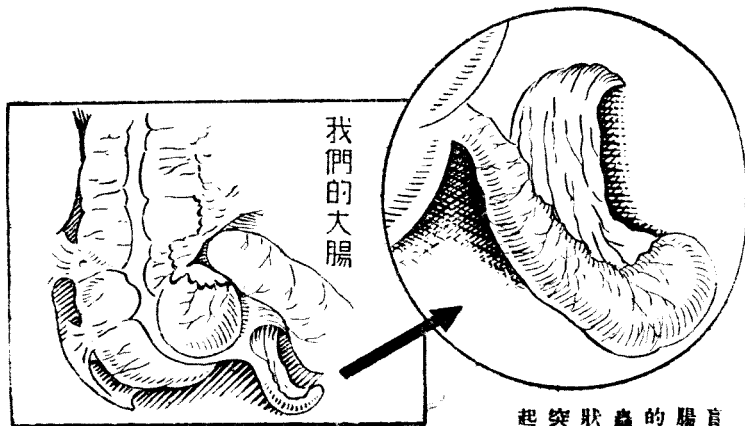
腸，同時其中間質所謂胰島者，有內分泌作用，泌出胰島素幫助血糖及脂肪消化。

消化液（唾液胃汁胆汁胰液腸汁）

食物入口經牙齒咬嚼碎爲小塊，再潤以津液，（念四小時內能分泌至一斤十四兩之多），此非但使食物柔滑易咽，且具有消化作用。蓋食物中固有之糖與鹽



官器化消的個整



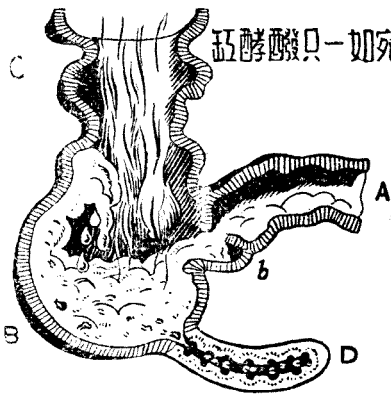
我們的大腸

起突狀蟲的腸盲

質，此時已被融化，而其所含之澱粉（麵包大米等），亦經津液之功用化為糖質，食物由是經舌根及咽頭腔下行入食管而至胃中，受胃汁之作用，則蛋白質變為水中融解體，澱粉變為糖質，脂肪被分為小珠，食物此時已成液體。感胃壁橫肌之作用，即橫蕩於胃內，感其縱肌之動作，即下行至幽門，門啓則直入十二指腸，遇胆汁

則脂肪再折而為極小之珠，遇胰液則凡經口津胃汁胆汁尚未變化之澱粉，蛋白質脂肪等，悉變化融解之，若夫小腸雖分泌液汁以助消化，然其効力甚微。較他汁相去遠甚，胃汁不但能消化食物，併且有預防功用，如誤吞骨刺，胃汁則能軟之不至穿傷胃壁，若飲食不潔偶含微菌，胃汁能殺之

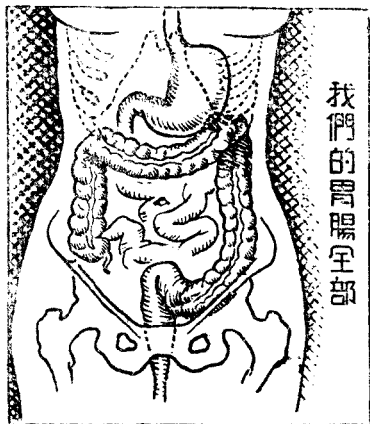
五酵酸只一如宛



### 處用的腸盲

- A. 小腸
- B. 盲腸
- b. 活瓣。阻止食物回入小腸
- C. 大腸
- D. 虫樣垂。内含大量淋巴球。

### 我們的胃腸全部



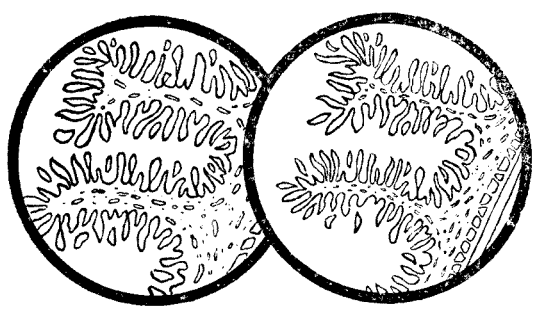
，不至疾病，然胃汁消化力若是之巨何以胃壁不被侵食，則因胃細胞內分泌一汁，能敵胃汁之侵食胃壁也。

### 乳糜管與腸絨毛

脂肪經消化作用之後，變為乳形液體曰乳糜。小腸黏液膜，有指狀之突起物曰腸絨毛（約共四百萬枚），中含乳糜管絨毛具一種特性，能吸收已消化之食物，成乳糜狀者而輸之於乳

糜管，由小漸大終成一大乳糜管，由腹腔沿脊柱上行經胸腔入大靜脈。胃部乳糜管，如是則乳糜由腸部流入血液，復由血液運輸至各器官，或供

腸絨毛圖

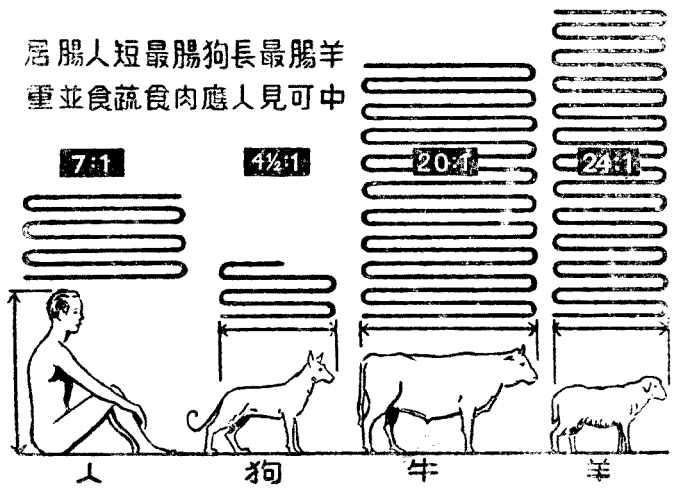


腸部發炎

正常狀態

工作之用，或為營養之資，凡食物入腸胃并不盡歸於消化，多數消化未盡，及不消化之物，仍下大腸，大腸有發酵作用，能消化食物中纖維素，此種發酵作用，終於盲腸，而蟲樣突起，於此亦大有關係，所以蔬食動物才有盲腸，蔬食愈多，盲腸愈大，蟲樣突起亦愈長。同時大腸亦有吸水作用，糞液經吸收始乾而成形，而入直腸，直腸蓄滿時即排泄而出，是為大便。假如大腸有病，不能吸水，則人之血中乏水，血液變稠，呈中毒現象，（如癩螺痧等），非常危險，故大腸亦為人身一重要器官，而大腸中之菌類亦居重要地位，大腸菌類正常與否

羊腸最長 狗腸最長 人腸最長 居  
 中可見 人應肉食 蔬食並重



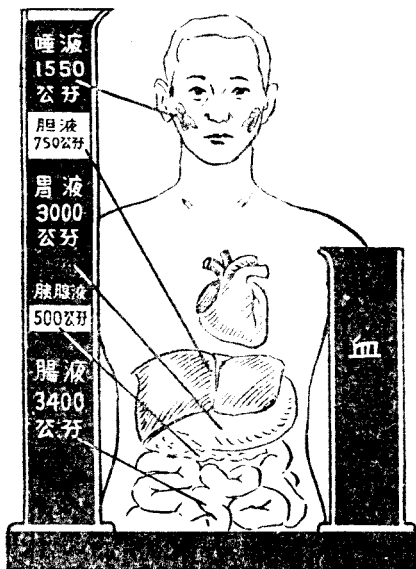


全隨營養變遷，故營養學不可不講。

## 化學消化

腸內之化學消化在十二指腸內最爲活動，十二指腸內膜與肝腺之上皮細胞，原屬一體，故此段實可稱消化之中壑。

胰腺液爲碱性之液，出自胰腺，其



一日中此消化所耗之血  
一日中此消化所耗之血

酵素具有數種，最要者乃胰蛋白酶，胰

澱粉與胰脂肪酶，當胰液入腸時，內

中並無胰蛋白酶，而祇有蛋白元，因

腸液中腸酶素之作用，始變爲胰蛋白

酶，能將蛋白質完全消化，成爲氨基酸

酸，此種消化作用，極爲重要。

胰澱粉酶作用，與涎素相同，能使

澱粉變解麥芽糖，胰脂肪酶分裂脂肪

，使變爲脂肪酸與甘油，脂肪酸與腸液內之碱化合而胰化，不加改變，即被吸收，有時與脂肪合成乳劑，始被吸收。

乳糜入十二指腸時，其內之酸使胆總管之瓣開放，胆即流入十二指腸，乳糜一受胆與腸液作用，使其變爲碱性後，此瓣即關閉，俟有酸性之乳糜，由胃入十二指腸時，始再行開放。

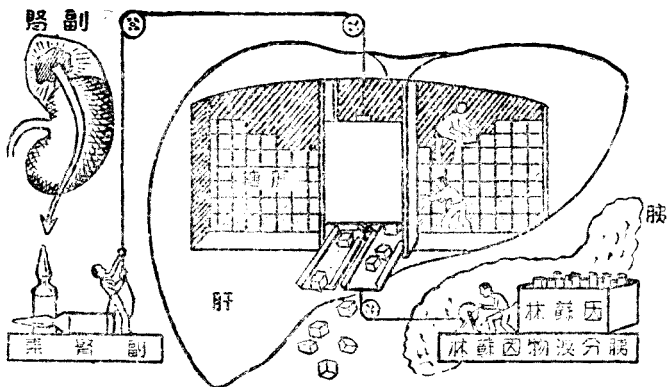
### 胆反應乃碱性腸酶助胆成

#### 碱性

助成胰化使其留於溶液中，以便吸收。助脂肪成乳狀液又溶解脂肪酸，以便吸收。因脂消化，故能減少腸中之腐敗，促脂由乳糜中分開，並使蛋白質完全消化。

### 吸收減少腐敗之質

胆汁在營養上至爲重要，無胆則雖



### 肝我是糖糖糖的糖糖糖的糖糖糖的糖糖糖

食物甚多，於身體毫無所益，且將減輕體重。消化工作，於空腸內繼續進行。迴腸內則較少，經過空腸迴腸後而入大腸，此時因與食物混和之腸液，仍起作用，故消化尚略進行，但結腸內之物，多半為未消化之殘餘物及廢料。

綜論腸消化，腸消化除上述各醇素外，維他命乙 Vitamin B 亦極有關係，腸絨毛為吸收已消化物質之工具，均由腸神經分司之，腸神經一部司吸收一部司蠕動，故可疑之毒物可與殘餘廢物同因蠕動向下推行而不致被吸收入身。

小腸中另有一種醇，可名之為拒毒醇，即「多能體」Touanin，凡因消化而生之毒性銨基及組織毒，均由此種拒毒醇繼續破壞，使成無毒。

大腸發酵作用，均由寄生於腸內

之菌族司之。

此種菌族內最重要者，為兩又菌，其次為乳酸菌，能引起乳酸發酵，至此凡未經消化之炭水化合物，及未經吸收之單糖類，均受其作用而化為乳酸，因此造成大腸液之酸性。

在大腸中又有酪酸發酵作用，除發出酪酸外，又發出炭酸，吸收由肺氣呼出，同時發生水素，專司糞便中養化物之還元作用。

因發酵作用而起之氣體，謂之屁，屁在大腸不出，則為膨脹，膨脹太甚，則顯示腸中有病，或為腐敗病菌作祟，發酵過多，或為腸肌肉不靈之急性便秘，或為腹膜炎受刺戟，故大腸氣脹亦可供診斷之用，而有屁無屁，往往為治腹膜炎時必須詢問之要事。

大腸尚有一重要工作，是為復吸收，即大量水分之吸回，凡由口腔胃小腸所分泌之液體，以及食物中水分入

大腸後經大腸復吸收之作用，將所有水分完全吸回，使糜粥狀之消化殘餘

一變而為成形之乾糞。假如此種復吸收受障礙，如腸蠕動過快，或受毒素作用，腸涎膜停止吸收則大便之乾糞即變為水泄，妨害維他命甲乙丙之吸收，可助成維他命缺乏病。

許多傳染病，均同時發生腸消化病

腸消化病最重要者為胰臟功能不良。消化酵素缺乏，治腸消化病之要著，為補充其所缺之消化酶，最近生物化學將胰臟消化酶檢定法確立基礎。因此可以用人工造成胰消化酶製劑，其分量作用，均經檢定，極為準確，并用良法保護，使其服用時經胃不化

，不致為胃酸所破壞，此種最新發明之胰臟製品名為

「凡食泰」Festal

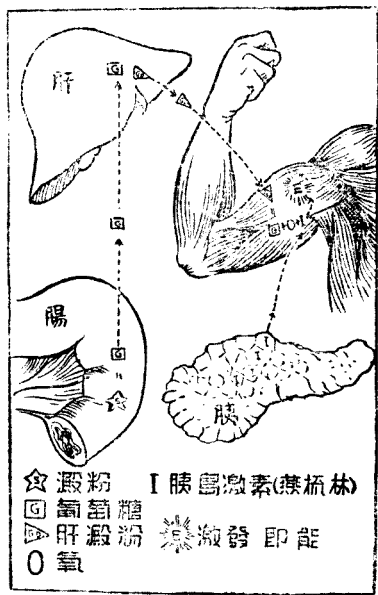
本品內含下列各種消化酶，其分量均極準確，

胰腺（即脾臟）脂肪分解酶。

胰腺澱粉分解酶

胰腺蛋白質分解酶

腸消化之病



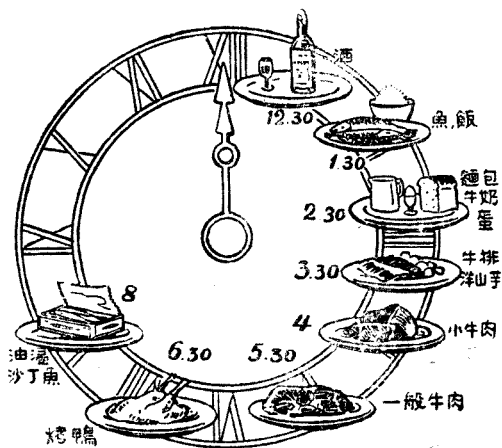
顯示能力之來源每一肌肉用力均由肝糖及胰島素供給原料及荷爾蒙肝糖來源為食料中之澱粉由腸輸入肝化為肝糖

「凡食泰」除含上述種種胰腺酶母外，尚有一種胆液成份消化纖維質之酵母集合體，名曰半纖維質分解酶，惟人體各種消化液及胰腺中無特殊消化半纖維質之酵母，故正常人體內對於半纖維質之消化，全恃腸內菌類。荷腸內菌類。正常生理應能消滅，則可發生極嚴重之消化不良，「凡食泰」中含半纖維質分解酵母者蓋為此也。

# 消化病

## 胃口不開

胃口不開幾爲一切胃病所公有之現象，此外肺癆貧血及各種寒熱病等，



食物在胃裏停留的時間

亦以胃口不開爲特種現象，就胃病論，胃癰胃癌等實症，及多數胃病，皆起於消化不良，消化不良原因，約有以下數種，胃神經衰弱，（感覺過敏，此等大率由於遺傳或因事傷腦，遂因腦弱而貽害及胃，遂致飲食不進，胃口飽悶，或且作痛也。

有一種家族自始祖相傳，即患胃弱之症，因此其家之人皆自幼即患胃病，此等家族，對於消化器衛生之道，切宜十分當心。此外一般人之胃病，多由於飲食不當心而起，或進食時不肯細嚼，或爲煙酒所傷。此外尚有一最大原因，即缺乏肢體運動，及日光空氣是也。凡人肢體宜勤運動，若不運動，則肌肉及血液循環皆受其障礙

腸胃因以不運動，種種消化不良之病，皆因以發生，故運動與消化實爲相輔而行之事，此皆中國古人亦久知道，所以有一日行三四里稍益嗜食和於身」等語，以及「戶樞不朽，流水不腐，因其動也」的許多比方，照現在社會上這許多勞心的人，以及那些終日坐着操作的人，他們的胃口都不及勞動的人好，也是這個原故，中國婦人家患胃病就比外國婦人多，也因爲中國婦人毫無運動的原故，所以每日按時適度的運動，以及戶外郊外的遊戲，皆是幫助消化器官運動的要具，無論男女皆當視爲日常衛生第一要事，營養不良，維他命乙1缺乏，其初之證象亦爲胃口不開，宜立刻用大量「培他生」(Betaxin)注射，待胃口略開，即多吃富含維他命乙1之食物，新鮮牛奶及精豬肉豬肝豬腰等，均富含維他命乙1，還有胃病入飲食，



## 日先运动中运动可以增进胃部消化工作

宜勤換美味，如因胃酸缺乏，服「阿即多耳配符新」等「Acidol」Pepsin 亦能開胃幫助消化。

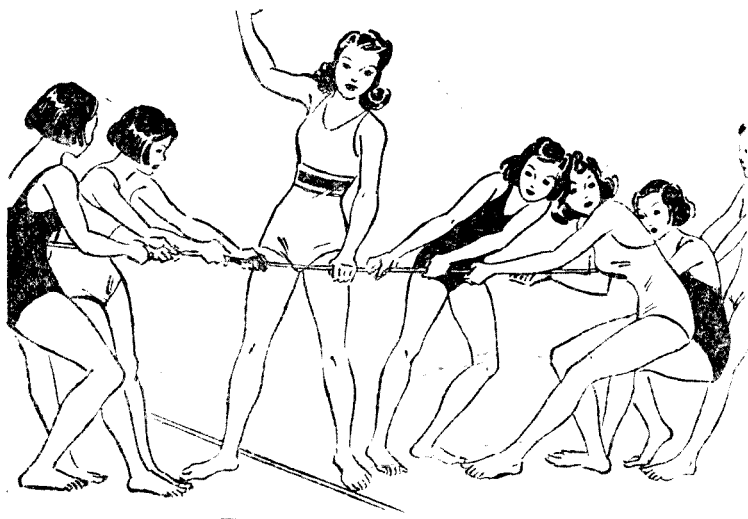
### 消化不良

消化不良，就是飲食入腹後不能消化，停在胃脘中而發生種種痛苦。

病原大率是慢性胃涎膜炎，所以釀成慢性胃病的也有許多原因，第一是飲食失調，或咀嚼不細，或飲食無節制，或久食不適宜之食物，缺乏維他命，或因飲食不合口味而生厭惡之心，久久亦能敗胃，或過食刺激之品，成急性胃炎，（即嘔吐下痢等病），久久不愈，成慢性胃病

缺乏消化酵。第二是缺乏肢體運動，慢性胃病尤多。第三嗜酒及吸紙煙，亦能傷胃，此外有憂鬱者亦能致消化不良重症，凡患貧血神經衰弱頭痛心跳久咳及癆病等，皆有消化不良現象，又口齒不潔，或有壞齒不能細嚼，皆能生胃病，維他命乙1缺乏與消化不良互為因果。

凡飲食物入口以後，即有消化液幫同消化，在胃在腸皆有消化液供消化之用，假如身中此等消化液或有缺乏，則人覺飽悶脹痛或胃口不開，而成消化不良之病，又如人食一種食物，而身中偏化此種食物之消化液不足，不及供消化之用，亦能生消化不良之病，譬如筵宴多食油膩，而身中胆液胰液不足化油膩，必得腸胃重症，所以凡人忽然食特別食物，（如平日吃素，忽然吃葷，如中國人過年過時節，或一次多吃一種食物），（如一二日



## 動運外野分充有要子女

間頓飽食油膩，必有倒胃之患。

因此居家飲食，宜有節制，凡驟然飽食過度，或驟然多食葷腥油膩，或甜黏食物，皆是傷害腸胃，不可不慎。凡一切腸胃病，如胃病腹脹飽悶脹滿吞酸嘔吐，以及飲食不和，不思飲食，或食後滯積隔阻，皆身中消化液有缺乏或偏勝偏衰之故，所以助消化的藥宜從消化液着想。

療治胃病當先去其病根。第一須補

充維他命乙<sub>1</sub> 大量注射「培他生」Betaxin。

### 米的營養偏勝

凡食米的民族，平日食米過量，消化液過度消耗，往往未老即發生消化腺退化之症，尤其是胰臟受米的營養偏勝之影響，早日失去機能，因此生出許多疾病，所以中國人到四十歲後，便多覺消化不靈，此時實是最應當用「凡食泰」Festal 調理消化機能的時候。

口乃消化的門戶，口中微生物本多，再加以污垢狼藉，病菌更易滋生，口中生病，即能傷胃。故口齒必令十分清潔，每日早起及臨臥，以及每頓飯食前食後，皆須把口齒漱刷清楚。

### 換去壞牙

凡有壞齒或蛀牙者，必須換去，以

免妨礙咀嚼，宜細嚼緩嚥，飲食宜取有力而柔軟易於消化者。

多爲戶外運動，如馳馬騎腳踏車搖船滑冰泅水之類。

消化液既爲消化飲食之主要成分，故消化液如有不足，雖將食物細嚼至

## 我每天早晚必刷牙



極爛，仍然不能消化，故其能助人消化而又絲毫不剋削腸胃者，厥爲利用人身天然消化液，或按照此種原理，製成之藥，譬如「凡食泰」(Festil)，「凡食泰」即係用各種天然消化酵素製成之消食藥。

## 胃氣痛

凡各種時發時止的胃氣痛，都有一定的原因，最多病原爲神經衰弱，及消化不良，或一種消化汁有所缺乏，此外胃癱，(大率飯後或吃硬物後痛)，胃瀉及胃炎皆以胃痛爲最顯明之證象。此外各種旁的胃痛，如胆石痛(肝氣痛)腎石痛腹痛腸痛腸癰(盲腸炎)，皆能厥至胃部，如胃氣痛一般，所以應請醫師詳察細診，凡因神經衰弱而生的胃氣痛，大率與飽悶噁氣憂鬱失眠頭痛心

跳等症相連，中國婦女終年居家，絕無戶外野外運動，其脾胃本已衰弱，又加以多憂鬱亂氣之事，故其患胃氣痛者，尤爲數見不鮮，凡因消化液缺乏之胃氣痛，或發於餓時，或發於飽食之後，每有多吃一種食物或驟換一種新食物，即便作痛，因消化器中正缺乏此種消化液，故該食物停頓而作痛。胃癱之痛，認定一處如刀刺一般，其痛時大概在進食後一二小時，如人常患此等定時疼痛，務須請醫生用愛克斯光探視，有無胃癱，患胃瀉者，胃脘必有大硬塊，按之作痛，痛無定時，且其人必爲老人，必消瘦異常，故甚易辨別，其餘之痛，如盲腸炎等來勢甚劇，較平常胃痛截然不同，甚易辨別，宜立刻延醫診治。

## 胃酸過多

胃酸過多，可用「益多納」，向幸

對於胃酸過多之症，多用碱性鹽治療，如鎂鈉之類，此種鹼鹽入胃以後，多發生碳酸增加胃脹之感，實與胃病不甚相宜，事實上中和胃酸作用甚小，因服後往往變酸更多，而大量久用以後，又能使胃酸完全停止分泌，未免有傷消化，最近經多次實驗，知氫

## 蔬菜和菓子可以輔助消化



養鎂同樣有中和鹽酸之功效，而無一切鹼性藥之流弊，但醋酸鎂之性質，因製法各異，有種種不同，且並非凡氫養化鎂皆有結合鹽酸成膠液之功，即化學上純粹勻細之氫養鎂，亦並無此等功效，惟有新法精製之氫養化鎂「益多納」Hydonal與胃酸相遇時，即成膠狀液，而吸收胃酸，因此可減除胃酸過甚，消滅一切因此而生之病患，又此種膠狀液瀰漫於胃壁，有極大之收斂功力，能保護胃壁不受損害，胃炎亦可因收斂作用而癒，「益多納」之結合胃酸，須要相當時間，並不立刻結合，以此不致妨礙胃酸素之作用，其中和過剩胃酸之功效，仍舊緩緩進行，此即本品勝於其他鹼性製品之處。

## 嘔吐

嘔吐之起原，或因傷食，或因受急

寒，或當傳染病的初期，（惡寒發熱之際，如瘧疾如猩紅熱等），那都不過是一時的事，霍亂的嘔吐，來得甚猛，容易辨別，但亦有痼疾的嘔吐，也是甚猛，或急性腸胃炎，及中毒，皆是嘔吐甚猛，并數小時不止的，至於無原無故的嘔吐，除孕婦害喜外，那就是胃本身的病，胃炎胃癱胃弱等，皆有長久的嘔吐，大率皆在進食後一至三小時，如其隨吃隨吐，那都是胃神經有病。

## 便秘

維他命乙及「康泰」CANTAL以及黃體「荷爾蒙」，均為治妊娠嘔吐之良劑，凡身體康健飲食調和的人，應當每日大便一次，但須有一定的時候，如果飲食照常，而大便不規則，甚至數日後始大解一次，或十餘日不得大解



，那便叫便秘或大便燥急。

便秘之原因極多，約可分之爲兩大類，一爲腸肌運動，因病減弱。一爲手術後或中毒時腸肌麻痺。興奮腸肌運動之方法最多，內分泌素（荷爾蒙）亦爲其中之一，如脾中之荷爾蒙及腸中之荷爾蒙及腦下垂體之荷爾蒙，對於腸肌運動，均有相當功力，又甲狀腺之荷爾蒙，亦能刺激腸肌運動而作泄，故患甲狀腺過分泌之巴塞多病人，常有劇烈腹瀉。



凡人有習慣性便秘者，及因缺少運動，日常大便乾結者，其與荷爾蒙無關者，則需用泄劑。

刺激腸涎膜之瀉劑，輕者如草麻油使腸涎膜分泌增加，刺激腸蠕動因而瀉下稀糞。

其直接刺激大腸肌肉者亦多爲植物性瀉劑，如大黃蘆薈泄葉之類，其中主要成分爲愛母丁（大黃苷），最近用人工合成製得同樣瀉劑爲：

### 「一試滌淨」Tastizin

「一試滌淨」係人造「愛母丁」Emodin，金黃色至橙黃色之粉末，在水中甚不易溶解，市售皆製爲藥片，每管三十或六十片，每片含純粹「一試滌淨」〇・一五公分或〇・〇三公分。「一試滌淨」能督促大腸肌肉運動，故爲最佳良之瀉劑，查多數有名植物性瀉劑，如大黃蘆薈洋鼠李番蘆薈

等，其主要成份，大率爲「愛母丁」。

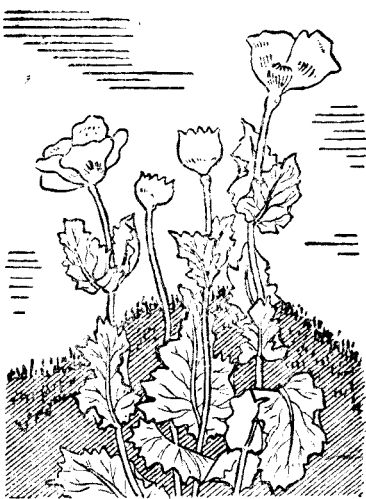
此外天天須有一定鐘點登坑，雖本不欲大便，亦須坐便桶上待之，最好於每日清早行之，如此可養成良好習慣，在小兒時代，做父母的尤需注意其出恭時刻，最好亦令其清晨大解，作爲一定日課，成人以後，可保無便秘之患，中國婦女最多患便秘，且多因大便乾結出恭艱難，而致痔瘡脫肛等症，凡此皆因終日無運動之故。德國婦女居家習慣，凡一切粗笨工作，皆親身爲之，雖富貴人家，亦是如此，並非全爲省儉，亦運動其身之一法也。關於運動方法，以國技爲最佳，其中有專運腹部工夫者，兼能強健腹部肌肉，此外足球馳馬騎自由車搖船泅水等各種運動，皆可不斷爲之，並可行坐浴法，按摩腹部，飲食宜時換口味，最好多進植物性食物，多吃

生菜水菓，熟水菓尤佳。

### 腹瀉

凡人如腸胃強健，宜每日大解一次，照中國人混合食品制度的大便，應當是乾而成形的，假如一日大便數次，並且所解都是稀水一般，那便是腹

由英國的雅尼政策使波斯印度的雅尼花漫山遍野



這些罌粟花裡的雅尼都是承書書中國人的

雅尼使便人秘

瀉，本非為病，但每為各種疾病之一種徵象，故醫家每特之以為診斷病源之助，有時飲食失調，或腹部受寒而起，腹瀉一二次即止，殊不足為病，但有許多傳染病，每以腹瀉為前驅證象，或主要病徵，因病毒在身，亦思由腸中排之外出也，因此有許多飲食

且為正式危及生命之腹瀉。  
自從小兒科醫師研究明白，知蛋白質消化時為促進腐敗份子之原因，於是小兒腹瀉之治療多趨重於飲食調節，從前所慣用之止瀉藥及收斂劑均已放棄不用。

中毒，及藥物中毒，均有劇烈腹瀉之證象，（例如敗肉中毒水銀中毒等等），其比較直接者，為腸本身之病，如痢疾如傷寒（腸室扶斯），如霍亂如腸結核等黑熱病住血吸蟲病，均刺激腸膜腸肌，乃起劇烈運動，以冀逐去病菌蟲，故上述諸病，均以腹瀉為主要症象，

但亦有種小兒腹瀉，雖用飲食治療而不能見功者，此其腹瀉之原因，必不關乎小腸上部之醱酵作用，而關乎大腸及小腸下部之慢性發炎，是其治愈絕非飲食治療之力所能達到矣，此時腸涎膜浮腫，欲治腹瀉，必須先去涎膜浮腫，用單甯酸製劑最有功效，但單甯酸能傷胃，且在小腸上部即被攝收，不及下達，現經專家發明新劑，用酵母菌與單甯酸結合而製成止瀉良藥是為：

### 愛兒杜方 'Eldoform'

「愛兒杜方」係酵母與鞣酸之合劑。

其中之單甯酸，藉酵母之掩護，能達腸之最深處而發展其收斂作用，兩藥相輔而行，功力無深弗達，故消脹止瀉，奏效如神，凡乳嬰消化不良，

數日糞中黏涎即退，糞液顏色氣臭皆漸漸恢復常度，小兒氣色亦復歸活潑，吐瀉全止，不久全愈，誠兒科之至寶。

(哺乳無限制)，泄瀉不止，糞液腐變，多含涎液，綠色腥臭，多日不止，兼或嘔吐，不思食乳，體重銳減，諸法罔效者，治以「愛兒杜方」，不

凡夏日急性腹瀉，無論大人小孩，須先令服草麻油清腸，待暢瀉二三次後，即服「愛兒杜方」收斂，功效極靈，如其所患為赤白痢阿米巴痢，或

菌痢，則須用「雷佛奴耳」

「Rivanol」或「藥特靈」痢疾傷寒霍亂，除治腸外，兼須治其病根，即對於腸結核亦然。又如敗肉中毒亦非徒止瀉而已。必須設法逐去其已入血之毒，如注射肉中毒血清是。

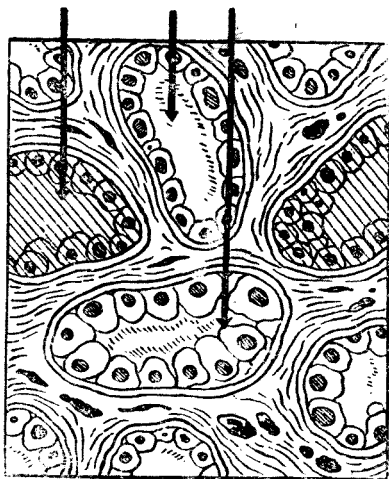
「Yatren」灌腸，及內服，如為傳染之菌痢，亦當用多種性赤痢血清注射，愈早愈妙，不可誤時，「雷佛奴耳」不但殺菌，兼能止腸痙攣，故對於痢疾之裏急後重，尤有佳效，其解癢止痛功能，與帕帕維寧竟不相上下，且能減低

腸肌肉之緊張，故間接止瀉，但亦並不引起便閉，因「雷佛奴耳」在治療劑量，決不致使腸肌肉痙攣也。反之，「藥特靈」則於殺菌殺阿米巴外，兼增加腸肌運動，以此兼有下痢之功力。故同時為機械的清腸逐毒之要藥，腸原蟲病可用阿克雷定製劑「阿克雷年」(Acranil)殺蟲。

「貝代明」驅蛔蟲

腸中有寄生蟲，如蛔蟲鈎蟲之類，亦引起許多病患，逐蟲的方法，應請教醫師。

腸中有寄生蟲，如蛔蟲鈎蟲之類，亦引起許多病患，逐蟲的方法，應請教醫師。

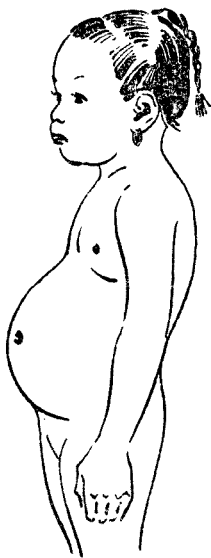


腸腺之顯微鏡圖

比較有效又無害的驅蟲藥，爲拜耳廠的「貝代明」(Bedormin)，殺蟲之力極大，對人身毫無毒性，裝膠囊中，成人小兒均可服用。十二歲以上，每服四膠囊，十五歲以上五膠囊，十八歲以上每服六膠囊，空腹服下，卽刻，或一小時後服蓖麻油兩匙，次日糞中便有蟲排出。小兒服「貝代明」油，一歲內每服一二公撮，二歲二至四公撮，三歲三至六公撮，四歲每服

七八公撮，以後按年歲遞加。  
中國寄生蟲病最多，蛔蟲鈎蟲外，尚有  
據蟲蟯蟲蓋片蟲，以及日本住血吸蟲肺吸蟲肝蛭及線蟲等。爲害無窮。故寄生蟲病學，應列爲中國醫學之必修科。

### 患薑片蟲小兒多有腹水腫



薑片蟲爲一種腸寄生蟲  
此病專流生浙江蘇紹一帶

### 薑片蟲傳染的循環



人糞澆菜的危險

## 感冒論

### 出賣重傷風

『出賣重傷風，一見就成功』這富有侵略性的紅招貼，在這紙荒的年頭，似乎少見了。可是從前內地，在秋盡冬來，或冬春之交的時候，街頭巷尾，幾乎滿貼着這種假禍他人的貼子。在這裏邊可以看出三點，第一點侵略者假禍他人的自私心理，是到處潛在着的，第二點一般人對於重傷風是苦於無法抵抗的，只好呪詛着將他移贈旁人，第三點可見重傷風這個病，是富於傳染性的。

的確傷風是能過人的，傷風不過是借因，牠的病原是一種傳染毒素，還有許多病菌，向來寄生在口腔和氣道的，此時也來助紂為虐。

所以傷着風受着涼，只是個借因，根本牠自身就是個傳染病，並且有許多險重的傳染病也正借着傷風的因子起頭，（如天花腦膜炎猩紅熱麻疹肺炎腦炎百日咳，都是從這個上面起的）。

### 多年咳嗽變成癆

許多的傷風咳嗽，由急性轉成慢性，老是不好，或變轉成百日咳肺炎，或竟成肺癆的也着實不少，所以俗語說得好，多年咳嗽變成癆，實在癆病人格外的容易着涼傷風，咳嗽是先有癆後有咳嗽，還是先生咳嗽後有癆，元是常常難於分別。

### 傷風不是小病

可見一般人將傷風頭痛或受涼咳嗽，認為小事，實在不對，傷風既是許多大病之根，又是極易過人的傳染病

六〇

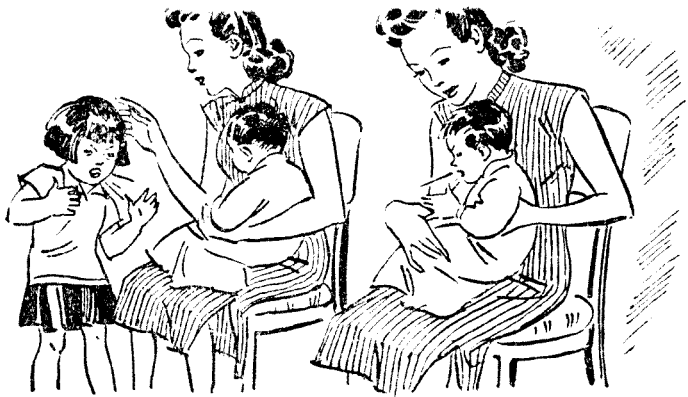
，必須要當心預防，當心療治，尤其在嬰孩兒童時代，尤不可讓他傳染傷風，如果傷風。尤不可不特別當心保護，以免忽略了大病。

### 傷風好預防麼？

冬天走到有火爐的人家，或者被迫

### 要預防傷風傳染應帶口罩





## 了孩小給染傳風傷的孩大

緊靠着火爐或水汀坐上一半日，如此必定傷風。夏天滾熱的身體，經電風扇直吹一半小時，或者新洗頭後受了電氣吹風，又受寒風，也是一定會傷風，總之，熱身子受了冷就成傷風，這個又名感冒，但是每每幾個人同時受涼，却並不同時感冒呢？這便因為抵抗力有強弱的原故，平時營養充足維他命甲乙丙不缺乏，抵抗力是強的。即可預防傷風。凡小兒及青年，應當終年有野外活動，鍛鍊身體。

### 維他命甲乙丙都可以

#### 預防傷風

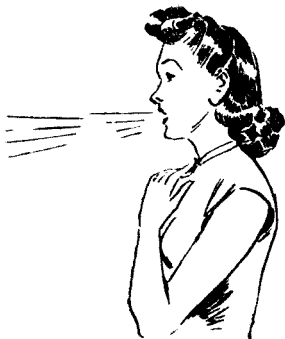
傷風的病毒，及一切病菌，都是侵害涎膜的。維他命甲充

足，能強健上皮細胞涎膜，不受傳染，不畏侵犯，所以可以預防傷風，維他命乙丙都能健強血液及網狀內皮細胞系，這三種維他命聯合起來，可抵抗一切傳染，所以營養得法，傷風受涼的病自會減少，儘他出賣重傷風，我們是儘管不會見成功的。

傷風感冒，也是營養缺乏病之一。所以營養治療，優於一切的治療。我們但能平日注意營養衛生，便不易感冒。

#### 消極的防禦

傷風既是病毒傳染，病人噴出的細滴，是富於傳染性的，所以在傷風流行時，遇到傷風病人咳嗽噴嚏以及說話，都要離他遠點，並須將臉避開，更不可與傷風病人同桌吃飯，或同床睡覺，假如自己患重傷風，切不可向人家亂跑，尤不可抱未病的小孩，及



凡遇人咳嗽即宜轉面避之井在距離五尺外

親嘴之類，以免過人，傷風病人用過的茶杯碗筷面盆手巾手帕以及衣被等等，如未消毒過都能傳染病毒，不可不防。

### 誘因的對付——身體鍛鍊

這個傳染病，既每以寒涼為誘因，則我們身體抵抗寒涼的方法也須講究，沒有病的健康人，對於寒涼的抵抗力本很大，營養充足，維他命不缺，也不怕寒涼的侵襲，此外就要靠鍛鍊的工夫，從小孩子起，即須天天在戶外運動，衣裳儘量單薄，大人也練習得常常能過着野外露營的生活，那麼雖然有時遇到天氣寒暖激變，也自能適應，不會生病了。所以在野外空氣日光中，裸體運動，是最要緊，強身益食抗病的良法。

### 嗜好烟酒的痰多容易傷風

烟酒都是毒物，中酒毒烟毒的人，維他命損失量特別大，所以對於重傷風的抵抗力特別小，還有紙捲烟和烈酒，均能直接損害口腔和上氣道的黏膜，閒時吃烟酒的朋友，多少總有點喉頭炎（多痰），再加酒能麻痺末梢血管，增加皮膚感涼的過敏性，所以吃酒吃烟的人，患重傷風的比一般人多，凡讀這本小册子的朋友們，應當一致起來反對吸烟與飲酒。

### 控制傷風

如果患了傷風只要發覺得早，也可以有法立刻制止，有人用「愛姆斯靈片」含含便好，也有只須用食鹽水漱口便好，也有用「旁弗拉文」片「Par-Tavin」及其他保喉糖含的。多數人用「阿司匹靈」片「Aspirin」Bayer，

擱頭控制最有效驗，用真正拜耳廠的「阿司匹靈」片，只須服半片，服後

即蓋被安睡，往往一服見效，最近我  
覺得磺醴胺製劑，如「百浪多息」

Prontosil「百浪太平」Pantalin  
以及磺胺胍阿薩磺胺胍立定等，都是  
非常有效，在喉嚨才有點毛，或鼻子  
才有點塞，或頭略有點重，或頭皮眼  
皮微覺有點痛，立刻就服磺醴胺二片  
，多吃開水熱茶，蓋被安臥，也可將  
傷風控制不發，按我經驗，對於重傷  
風的喉嚨痛尤為有效。

### 傷風頭痛

傷風頭痛是頭痛的最多的一個  
原因，此時頭部血脈充血，血管  
緊張，所以一跳一跳的像錐子刺  
得痛，老法治療，用引血下行法  
就是，或用瀉藥通利大便，或用  
熱水洗足，往往有奇效。上面  
述的用拜耳藥廠的「阿司匹靈」

Aspirin Bayer 治頭痛最靈，只須服



風傷受感易容天雨

半片，隔二三時再服半片，無有不止  
，此外「露藍米藤」Pyramidon「加  
當」Gardan「羅瓦而精」Novalgin  
以及「鵝納羅瓦而精」Novalgin-  
Quinine 都是治傷風頭痛的靈藥。

### 傷風咳嗽

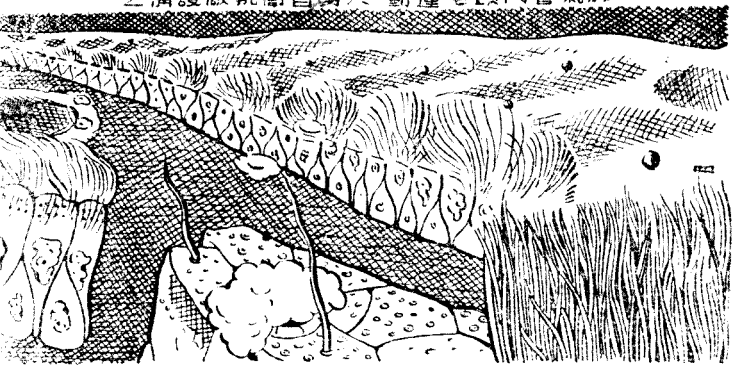
如果傷風已經成真，而且咳嗽多痰  
，已經到肺氣管枝炎地位，那時化痰  
宣氣為第一要務。

痰如不化，則膠黏在氣管黏膜上，



的受任誰還是痛疼





刺激咳嗽中樞，咳嗽得格外激烈，痰如化稀，則可以將痰向上逐出氣管，這種作用，叫做宣痰，也叫做祛痰。

### 「克利西佛」為最好宣痰藥

「克利西佛」(Cresival) 為化痰妙劑，凡患咳嗽而痰不易吐出，以及乾噎久咳，咳嗽作痛等症，用「克利西佛」(Cresival) 療治，立見痰活氣平，吐痰甚易，疼痛全消，一切黏痰，均化為水，痰化咳自止，所以為治咳上品。

### 咳嗽為人身自衛行動

凡外物入喉，引起刺激，都立刻有咳嗽作用，可見咳嗽在人身，元是一種自衛行動，咳嗽本身並非是病，傷風咳嗽正是人身竭力排除病毒的一種方法，因此用「克利西佛」宣痰，正

是幫助身體排除病毒的一種方法，其他發痰藥用意也是如此，此時若誤用麻醉藥止咳，將痰涎封住，不獨關住病毒，滋生各病，並且反令咳嗽加劇，甚至引起高熱，變為肺炎，所以傷風咳嗽，必須宣痰，切忌止咳，須知咳嗽元為人身自衛行動，病毒如果離身，咳嗽不醫自止。

肺氣管的涎膜上遍布着顫毛。不斷的向外打動。像大野中茅草。或平田中麥秀。受風吹成浪一般。一切塵汗痰涎。都是這樣由顫毛運動排出的。肺氣管內顫毛運動，乃人身自衛抗敵設備之一。我們該保護牠，不該損害牠。所以一切祛痰劑，總比止咳劑好。

因此凡咳嗽的人們，勿忘「克利西佛」，及一切發痰藥水。  
傷風不是小病，須好好的就醫。

# 疼痛論

## 疼痛

世間最苦的就是身有疼痛，所以古人說到疾必曰疼痛，說到苦亦曰苦痛，可見一切事沒有比疼痛再苦的了。

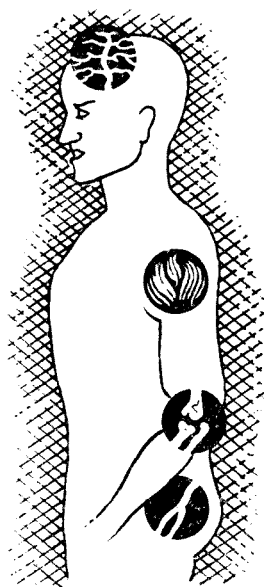
從前老方藥，沒有立刻能定痛的，後來鴉片嗎啡發明，方有對付疼痛的法子，可是嗎啡要成癮，不可亂用，最近發明的「加當」(Gardan)，定痛如

神，勝於嗎啡，但不成癮，所以為人心必備之要藥。

## 止痛

並且凡遇疼痛症，不必皆用止痛劑，有時疼痛為診斷重要證據，如盲腸炎十二指腸潰瘍，均以疼痛觸點為診斷之重要者，若妄用止痛藥止痛，反令醫師疑惑，有誤治療，不過有時因

「加當」「阿司匹靈」均止痛  
腦痛 肌肉痛 關節痛 神經痛



劇痛而無從撫按探摸者，則疼痛亦足以妨害診斷，如折骨脫臼等，必須先設法止痛，然後方探得正確診斷，此則止痛有益於診斷者也。慢性疼痛能使肌肉退化，

如四肢久痛，而致瘦削，因成殘廢，殊不少見，此時設法止痛，可以免去種種變症，又疼痛能使血壓增高，故在心狹窄止痛後，心悸症象亦與之俱退，頭痛能引起神經煩躁，一切疼痛均能影響精神生活，故定痛藥為醫家病家每日不可暫缺之要藥。

## 「加當」止一切疼痛

「加當」(Gardan)為「霹靂米簾」與「羅瓦而精」之結合體。能止一切疼痛，兼有退熱祛風濕消炎退腫安神經止痛等功効。「加當」之功用雖多，惟定痛之功力最大，其定痛功力竟可佐麻藥之所不及，可稱為內服定痛第一聖藥，每服半片或一片，無不立刻止痛，效驗如神，此藥照量服用，毫不傷胃，亦不傷血，性質和平，與人相宜。

## 癮癮痛

向來一切痛楚特別是由於平滑肌痙攣而釀成者，大多賴阿刀屏及鴉片嗎啡屬拍拍維靈等之質鹼以治之，其效驗固靈，惜流弊殊多，容易成癮，對於腸胃心臟循環系唾腺視力等，均有副作用，更加常惹起一般的不受用現

象，因之醫藥界一直欲求一有同樣止痛作用而毫無弊害之替代品也。自從「羅瓦而精」(Coralin)發明以來，此種願望乃能實現，因「羅瓦而精」用於止痛上能替代嗎啡等劑，使嗎啡等成爲非必要之藥品矣。

## 過乎人造嗎啡

「度冷丁」

## 痛愈



## 痛時

係最新首先發

明之解癮定痛

人工合成劑，

此藥與阿刀屏

頗相同，其解

癮功用亦係作

用於神經，其

於肌肉之影響

則與拍拍維靈

相似，止痛解

癮從而之，

集二大特效于一藥，但其性質極純和，毫無毒件，無惹起副作用之弊。功力遠勝嗎啡，比之人造嗎啡尚不足表其功力，但此藥必須由醫師使用。

家常止痛之藥，最佳最穩，無過乎「加當」(Caldan)，「加當」普治一切疼痛，隨處可用，立刻定痛，毫無危險，人人相宜。

## 頭痛

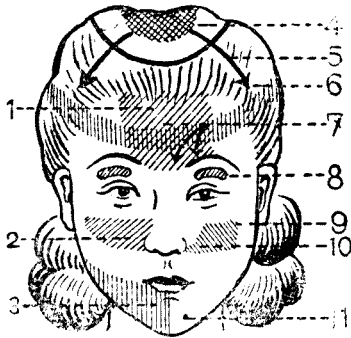
頭痛原因最爲複雜：

(一) 頭腦本身病引起之頭痛，如瘤腫出血以及腦炎或腦膜炎之類(約居全數百分之五·二)。

(二) 因心臟病或血脈循環病引起之頭痛，由於高血壓者爲最多(約居全數百分之十)。

(三) 所謂毒性頭痛，如腎臟發炎變態感應症，內分泌病，如經絕期中

圖域區痛疼種各部面頭



貧血，酒精中毒，烟中毒以及其他中毒，約居全數百分之一四·二。

(四) 反射性或牽動性頭痛，如腰背肌肉痛以及關節所引起之頭痛，此等因頭胸腹等部之病而引起之頭痛（約居全數百分之三十）。

(五) 偏頭風及因神經衰弱而引起之頭痛，以及一切神經病精神病所引起之頭痛，（約居全數百分之四〇·六）。

由此觀之，偏頭風在頭痛症中最佔多數，此種頭痛多發於頭之一邊，故謂之偏頭風，其發作時，每連帶作嘔嘔嘔吐等病象，此病與遺傳最有關係，而內分泌關係亦復不少。

凡偏頭風初起時，必覺全身不適，頭痛眩暈或有耳鳴眼花，眼前發黑，惡寒作嘔及呵欠等現象，頭部之一部作痛，多起於額部及眼眶，但有時左右輪流作痛，患處頭皮亦多數疼痛。

(1) 貧血 腦弱 寒濕凝經 因月經頭痛 勞神過度 傳染病 (如傷寒 濕溫 感冒 瘧疾 痧痘) 腦膜炎 鼻漏 便秘 腦弱

(2) 牙痛 鼻瘤 牙骨瘤

(3) 神經痛 下牙痛

(4) 腦弱 經期頭痛 妊娠頭痛 貧血 腦膜炎 子宮病頭痛 梅毒痛

(5) 偏頭風痛

(6) 腦血管壞痛 梅毒痛 烟酒毒 便秘

(7) 鼻淵腦痛

(8) 眼病頭痛 眉骨痛 貧血 傷寒

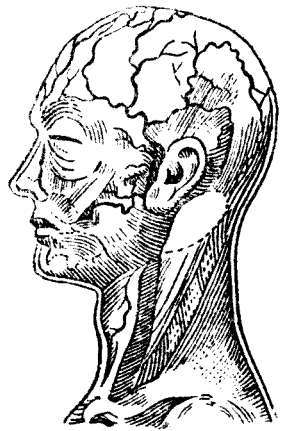
(9) 神經痛

(10) 牙床骨孔痛

(11) 神經痛 牙床骨膜炎

偏頭風無根本治療之法，唯有平時注意衛生，調節其生活，精神方面，尤須求其安定，婦女患偏頭風者，一屆於經絕期，往往自愈，故頗有人主張，用人工絕月經，以治頭風，往往亦有效，但內分泌無關之偏頭風，雖用此法，亦不能見效。

凡患偏頭風者，宜禁絕捲烟及咖啡之嗜好，凡能引起皮膚過敏感應之食物，以及他種刺激性食物，均須禁忌。



頭部血管緊張的狀態

及苦鹽。

荷爾蒙(內分泌劑載素)：腦下垂體

前瓣製劑「補奴郎」Prolan

「百樂朋」Preloban 腦

下垂體後瓣製劑卵巢濾泡製

劑甲狀腺荷爾蒙因蘇林副腎

荷爾蒙循環荷爾蒙。

除毒劑：肝製劑，「康巴隆」

「Campolon」雖與偏頭風無

關，但能改進肝臟功能，亦

可減少偏頭風之發作。

強壯劑：鈣劑鐵劑砒劑

藥物可試服「咖啡蜜茶」(Coffee-milk)。

animal's

靜臥多睡暗房灌胃灌腸肝部包裹頭

與項部用熱水袋溫罨，或用辣椒及芥

末膏塗擦，包裹腹部，溫罨電氣治療

，海水浴冷水浴以及移居高山等方法

，調節營養，及多進液體。最好每日

一餐，每餐多進液體，茶葡萄糖液橘

子汁以及大量熱水，並加以瀉藥。

偏頭風藥物療法止痛劑：——「阿

司片靈」Aspirin「芬那諾芬」Phenacetin「薩藍木藤」Pyramidon「羅

瓦而精」Novalgin「加登」

「Gardan」鎮靜劑及安眠劑

：臭素 Brom「阿特靈」

「Adalin」血管藥劑：最佳者

為「來克諾」Lacanol及

「保妥耐」Padutin均為擴

張血管之劑。

減低血壓之藥劑：葡萄糖

「奧拍泰純」Optaron「所拉純」Solaron「託拿福賜芬」Tonophosphan等均可應用。

腹痛之狀況

(甲)痙攣性疼痛，所謂腹疝痛(俗稱絞腸痧)，此種腹痛之特徵為痙攣性，其病源亦有多種，即病腹痛疝痛胃腸疝痛胃病腹痛子宮病疝痛疝痛腸疝痛(腸炎(痢疾))、



熱水洗足可治頭痛

受涼腹痛絞腸痧之類），腎石腹疝痛輸尿管石腹疝痛等。

(乙) 腹痛不止，(慢性久痛隱隱不止)，所謂絞痛或脹痛，此種腹痛之病源，多為胆囊塞，肝臟壅塞腫脹，血脾腫脹，(如在心臟病時)以及腹中有瘤腫瘰癧之類，還有腹水病亦有脹痛。

(丙) 絞痛抽搐痛，所謂一戳一戳的痛，一觸一觸的刺痛，此種腹痛，

多與呼吸有關，如因肺肋膜炎而起之腹痛。

(丁) 切痛所謂腹痛如割，(俗亦呼之曰絞腸痧)，此種腹痛多因腸胃病而起，(胃炎胃潰瘍胃腸炎，受涼停食，以及夏令一切胃腸疾病泄瀉滯積之類)。

### 腹痛之部位

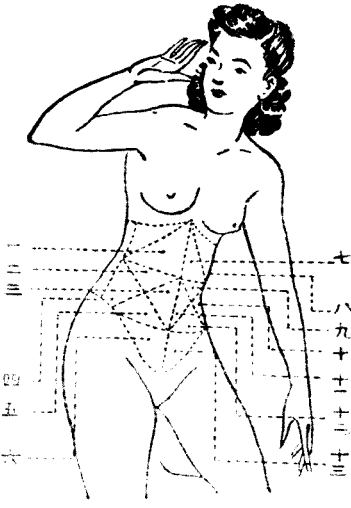
(一) 左上腹：胃，腸，肋膜，脾，

(二) 右上腹：肝，胆囊，胰，肋膜，腎。

(三) 腹中部當臍處：十二指腸，小腸。

(四) 左下腹：卵巢，大腸，輸尿管(臟腑位置易向時也可以盡樣突起發炎痛起於左下方)。

(五) 右下腹：盲腸炎(盡樣突起發冷) 卵巢，輸尿管。



腹痛之部位

- (一) 肝氣痛膽石痛。
- (二) 胃氣痛。
- (三) 腸疝腹痛大腸疝痛。
- (四) 腎痛尿管痛。
- (五) 盲腸炎痛卵巢痛腹膜痛。
- (六) 子宮痛。
- (七) 心痛胃氣痛脾痛。
- (八) 肺膜腹膜痛。
- (九) 脾痛。
- (十) 腎痛尿管痛大腸痛。
- (十一) 普通腹痛蟲痛。
- (十二) 小腸氣痛。
- (十三) 子宮卵巢膀胱小腸氣等痛。

## 伴發症象

腹痛隨伴之症象甚多略計之有下列十二種。

(子) 肚皮膨脹腹壁緊張腹膜受刺戟之象(穿孔及腹膜炎之類)。

(丑) 氣脹或稱氣蟲因腹脹疝痛屁不得通鎖腸症胃交腸炎。

(寅) 吐糞爲鎖腸症之特徵。

(卯) 噯酸胃炎。

(辰) 吐苦水吐胆汁多數因胆瀆而起。

(巳) 嘔血胃病如胃潰瘍食管病如食管血瘤

腫及硬結化。

(午) 灼感胃交胃酸過多或過少。

(未) 腹壁反射消失爲腹膜炎之徵。

(申) 按診所得腸脹瘤腫妊娠肝脾等臟腫大。

(酉) 糞便。

(A) 無胆色之糞夾

血之糞鮮血在糞下部或淤血發紫黑而

與糞混和胃血腸血在上直腸血在下。

(B) 糞臭作酸氣炭水化物消化太多糞臭作腐氣蛋白質消化太多。

(C) 糞液乾澇或稀薄及其特徵(如霍亂之糞似米湯傷寒之糞似豆瓣之類)。

(D) 無糞便秘結鎖腸或兼而有之。(戊) 腹中有水；

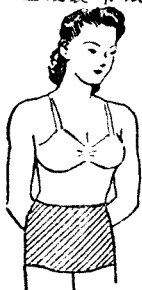
(A) 腹水(水鼓脹)。

(B) 血液(如子宮外妊娠輸卵管破裂血流腹腔其證爲小腹刺痛，頗易與盲腸炎相混，但有血色若白及疲倦昏厥等內失血之特徵)

(亥) 發熱：

腹痛兼有高熱度者多爲發炎及險惡之象，時當夏令，飲食失常，多進生冷，及飲水過多，如冰棒冰磚汽水刨冰之類，最能傷害消化，加以觸熱貪涼，極易引起腹疾，又炎夏

絨布裹腹圖



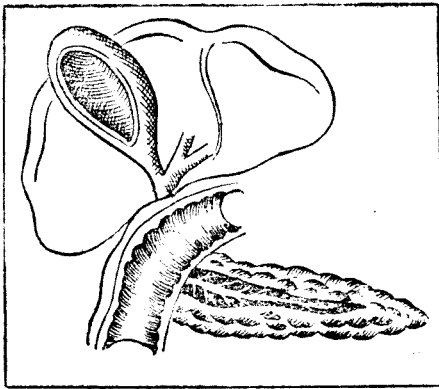
坐時腹痛狀



覆臥腹痛狀



之際，細菌發育極易，傳染病猖獗流行，消化器受病尤屬尋常易見之事，故在夏令有所謂絞腸痧，即急性胃腸炎，醫家所謂夏令泄利，有時或稱爲類副傷寒，均因貪食冷飲，及不消化之涼食，或傳染菌所致。所以在夏令



肝胆囊胰十二指腸同一涎膜

宜絕對禁止兒童吃冰淇淋冰棒一類涼食。夏夜露臥貪涼。亦能促成不消化病。夏晚吃饑腐穢惡之物。不但不易消化且能引起急性胃腸炎，或稱爲毒性胃腸炎，或稱疫痢，或稱類霍亂，或竟誤認爲霍亂，（按霍亂無腹痛，而此種吐泄以腹劇痛爲第一證象），其病源之不一及證象之紛歧，臨床時最難辨別，大概此種夏令胃腸炎之主要證象如下：劇吐，劇泄，腹劇痛，高熱之類，但此種病來勢雖險惡，而並不致有生命危險，有時一二日即愈，有時亦能經月不瘳。

#### （四）腹痛之治療

腹痛之治療遠較辨別診斷爲簡單，因除數特殊臟腑病外，多數腹痛，均可用同一療法。

寒熱：腹痛兼有高熱度者，每有腹膜炎之虞，如已有腹膜炎徵象。宜早

用外科手術治療。

痙攣性腹痛，一切痙攣性之腹痛，宜用熱罨法（濕熱或乾熱）治療，惟胃出血或臟腑實質破裂之類，不可用熱罨（蟲樣突起炎亦惡熱而喜冷）以及因心臟病而起之游塞作痛，亦不宜熱治，宜用冰袋罨。其確有內臟破裂及內失血者，除冰罨外，同時用止血劑，須由醫師處理，凡有盲腸炎之可疑，不可妄與止痛劑及解痙劑，因此等劑與病無益，徒將重要證象淆亂，迷誤診斷，以致耽擱治療，失却用手術之時機，反足致人于死，故凡急性腹痛，非經診斷，千萬萬確，認爲百分之百，不是盲腸炎者，不宜妄用嗎啡鴉片一類藥止痛，（十滴水不可服）。復次鴉片嗎啡一類植物質鹹質，用以止痛，不獨有成癮之虞，兼能引起過敏作用，反令疼痛加緊，故醫家病家，皆宜加以審慎。



急性盲腸炎宜于初起之二十四小時

內剖腹割治，此外更無他法，如因特

殊情形就誤開刀，則惟有用保守治療

法，其法如下：宜安臥床上，腹部用

冰袋罨，禁止一切飲食，只許略進淡

茶橘汁止渴，其血脈淤塞而起之痛，

當須治其根源。

腸道結石作痛，非普通腹痛可比，

須請醫師診治，雖然在平時服用「利

膽弗拉文」Choleflavin可以清利胆

液，防止結石，但在胆病發時，必須

從速請醫診治。

婦科生殖器官之腹痛，用熱

罨法最宜，經口痛宜用乾熱，

卵巢炎之慢性腹痛，宜用能蒸

發之濕熱及坐浴熱薰之類。

胃腸病兼腹瀉下痢者，除腸

消毒及止瀉外，宜注意補充其

消失之水份，凡劇瀉大吐水份

消失太大者，須用生理鹽水皮

下注射，靜脈內注射或內服，

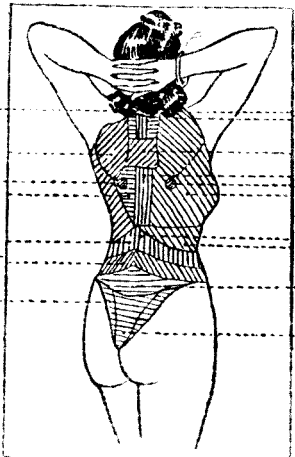
各按病情而定，（如治霍亂時

之加碱性生理食鹽水之靜脈注

射，普通劇瀉症亦宜用之）。

急性胃炎宜靜臥，除略進甘

好壓餓四十八小時，（小兒須注意水  
粉，乳嬰尤須當心，切不可斷母乳，  
仍須早請醫師診治。  
**風濕痛**  
風濕痛，西名癱瘓質斯，這是一個  
很含混的總名。實在是身上限區域的  
急慢性一種疼痛。因為起因是着寒受  
濕，所以就叫他風濕痛。中國三千  
年前，莊子齊物論上，就說道：「民  
濕寢則腰疾偏死」就是說人睡在潮濕  
寒冷地上，會腰背疼痛；甚至於半  
身麻木。可見這個病，由來已久。西  
方人也是一樣歸罪於風濕，其實風濕  
痛，實在也是傳染病的一種。或者是  
頑菌及菌毒久達沉染的緣故。但看有  
慢性炎症，或多年病灶的人，每有頑  
固的風濕痛。所以醫師凡遇慢性風濕  
痛病人，都須查牙齒病查腎病查一切  
淋巴腺病是否有深處病灶。在部裏



崇？

## 柳酸殺菌

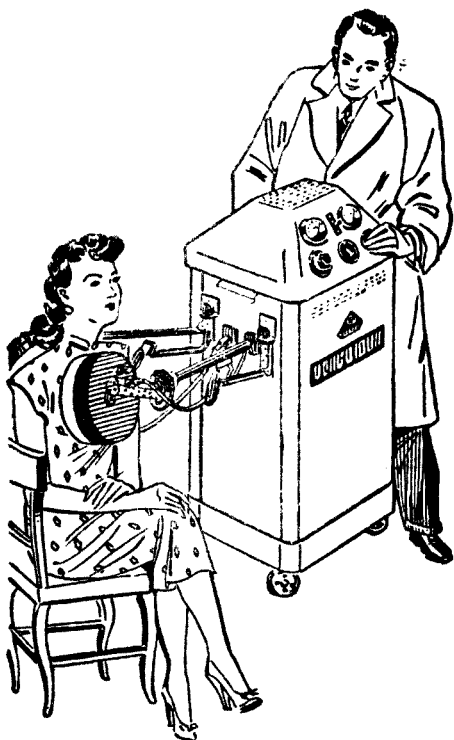
向來曉得「阿司匹靈」Aspirin 是治風濕痛的靈藥。現在有人說因為他含有柳酸能殺菌去毒，所以有此靈效。就是用電氣透熱治療，也是幫助身

體抗菌解毒。所以能收止痛之效。

## 癆病論

### 肺癆

肺癆是一種傳染病，其傳染原因，為德國郭后氏所發明的，肺癆細菌，



短波電療透熱止痛

此種傳染是慢性的，所以凡患肺癆的人，是從其機會上傳來？頗難確定，大概在湫隘幽暗無直射日光無新鮮空氣的居室裏面，此種病的傳染機會更多，還有多少羣聚工作的工場，及許多貧家雜居的小室裏，此種病症傳染蔓延的格外容易，就個人論少受日光空氣少為野外運動，或病後失調，或營養缺乏，皆為容易傳染癆病之根。

還有慢性中毒，如排鉛字工人。以及精神憂鬱，像害相思病均足以減弱抵抗，而增加傳染機會。帝國主義的壓迫，經濟的侵略和掠奪。戰爭的毀滅，以及飢餓憂勞的威脅，均足以助成癆病的猖獗。所以戰敗的國家被侵略的民族。總是和肺癆結不解之緣。飢餓荒年，青年與幼兒。患癆的特別多。

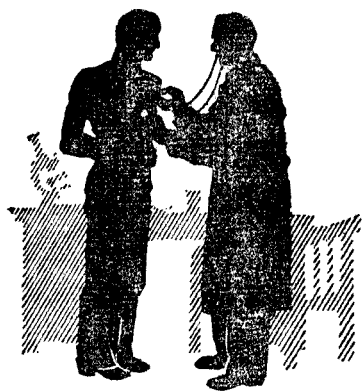
肺癆能毀滅民族  
肺癆能吸噬青年

可是人類有天賦抵抗力的！  
肺癆菌雖險惡，但是生性怯劣。畏強欺弱。專揀弱者來做犧牲。強者是不敢犯的。

### 憂能傷人

古語說得好：「憂能傷人」肺癆縱險惡。

但是我們有抵抗力不用過於憂愁。憂愁是無濟於事的。反而能損害我們



的抵抗力。並且有許多肺氣管病，不一定是肺癆。因你過憂慮。自失勇氣，或反弄假成真。我們已確定，真肺病也養得好的，千萬不可過憂。須知憂能傷人。

### 早期診斷最要

有沒有肺病？須請專家診斷。不可自己瞎猜瞎想，請醫聽診，做皮反應。顯微鏡檢查。愛克斯光透視。以及動量體溫及檢查體重。都是有助於早期診斷的。能早診斷，就能早治療，早休養，早恢復。凡病都是治療為次要。診斷為首要。肺癆病尤其須要確實的診斷。凡孩子們營養不良。發育不佳，精神不振，飲食不香，易咳嗽易發熱，體重日輕，宜即刻就專科醫師詳細診治。不可省愛克司光拍照之小費。

### 肺癆之經過

肺癆菌在人身之變化，雖各各不同，但肺癆病之發展，却有一定程序，及一定時期。

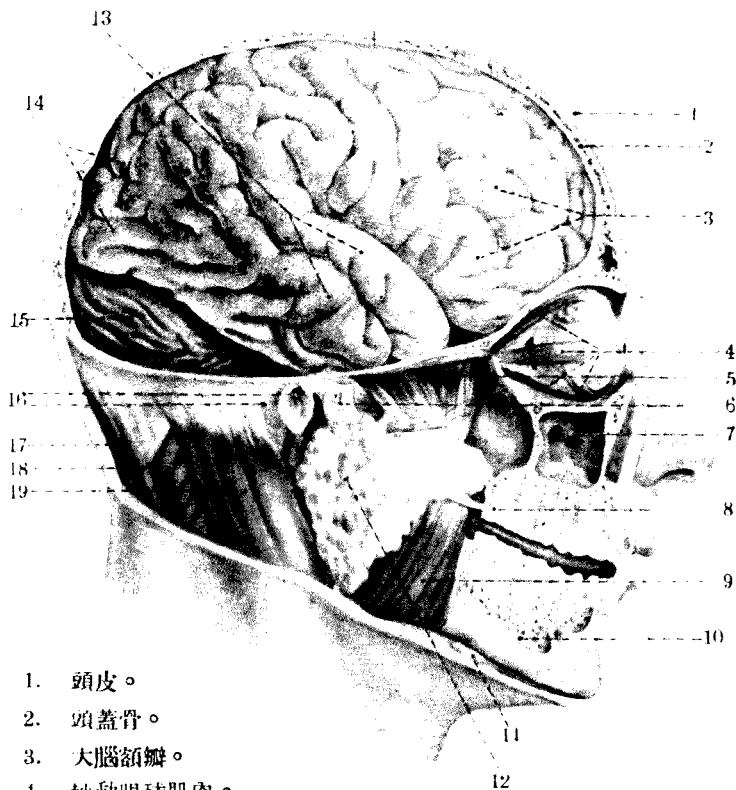
第一期肺癆，肺癆菌在肺中僅為限於一隅之活動，有時不過一兩個小結核，往往不醫而自愈，如漸次擴張，即入於第二期。

第二期肺癆，肺先已紅腫發炎，受病部分日益擴大，其中可發見無數結核菌，此外怯弱證象，一律畢呈。

第三期肺癆，肺部患處糜爛已甚，全身呈中毒現象，生活力全失，疔瘡衰弱，不復有人形矣。

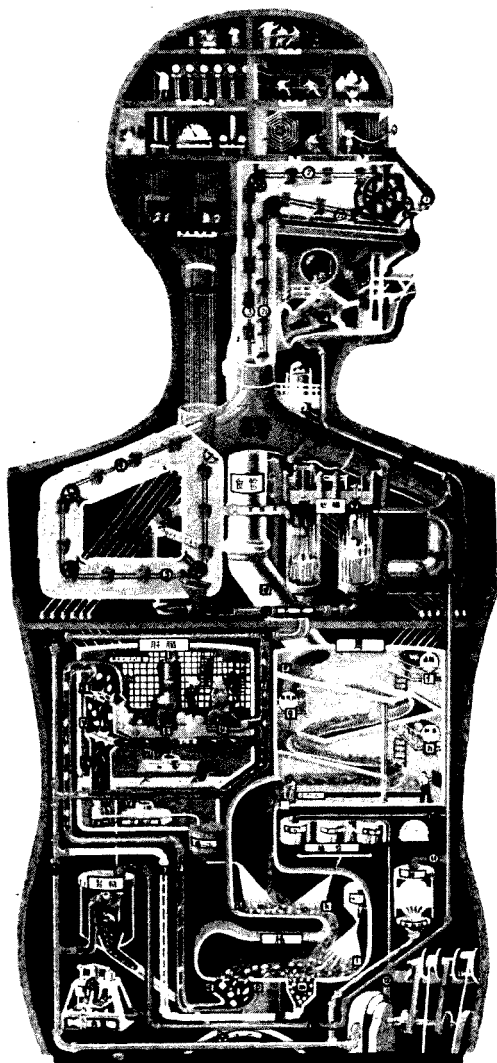
### 肺癆病的證象

肺癆病是一個最慢性的病，初起之時，往往病人毫不知覺，一旦偶然過分用力或操勞，那病症便忽然發現，愈趨愈重了。中國人往往稱肺癆病為內傷，就是因此誤會的，有許多人「



1. 頭皮。
2. 頭蓋骨。
3. 大腦額瓣。
4. 轉動眼球肌肉。
5. 斜嚼肌
6. 顴骨。
7. 上顎骨洞。
8. 耳後腺輸出管。
9. 嚼肌。
10. 下顎骨。
11. 下顎腺。
12. 耳下腺。

13. 大腦睡瓣
14. 大腦後瓣
15. 小腦
16. 外部軟骨聽道
17. 僧帽肌
18. 頸肌
19. 頸肌



人身機構好比一座工廠

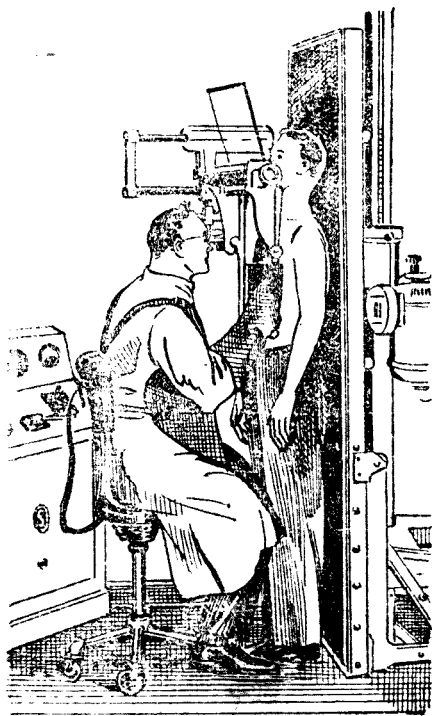
顏色指示

紅色	動脈	藍色	靜脈	棕色	氣管	黃色	腸
----	----	----	----	----	----	----	---

年輕的人」，無故的胃口不開，做事無力，終年疲倦，不高興做事，精神過敏，特別怕風怕寒，以及失眠貧血消瘦不消化，月經不調等等，俗稱為怯症的，往往是肺癆病的初起或病根已深的證象，大概肺癆初起的咳嗽與傷風咳嗽的分別是，傷風有痰肺癆初起不過乾喘，并且患肺癆的，咳嗽之外，體重銳減，身體瘦削得非常之快，平常咳嗽傷風不至於此。

肺癆初起并不必有痰，迨後痰漸多，往往夾有血絲，肺癆吐血，皆在病重以後，但也有初起即患咯血的，不過少數。

平常肺癆病初起不過微有熱度，（攝氏卅八度左右），平常人用手摸是覺不着的，病人但覺無力無興，以及怯弱，因自知不全健康而已，此等現象，可以經年累月，雖經醫生檢查，亦難證明肺中有病，也有肺中自己結



圖肺照光X

痲，病人因而恢復，但不能認為全愈，因此等病人，往往因結痲處破裂，依然復發。

### 肺癆病的預防

預防肺癆病要比醫治肺癆病容易百倍，故家庭中如有肺癆病人，一方面當然用各樣最新方法，盡心醫治，一

方面對於健康的人，須施行有效的預防。預防肺癆有二道，一在防止肺癆菌傳染，一在鍛鍊身中之抵抗力，蓋如有強壯結實之身體，雖有肺癆菌入身，亦不足為患。

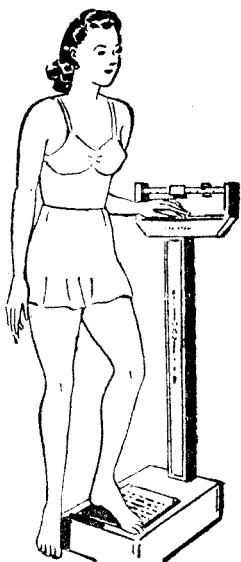
如無肺癆菌，決不致發生肺癆，這是斷然無疑的話，所以我們要想出各種方法，防止肺癆菌的活動才是，但

窮苦小民爲經濟壓迫，羣居在那污穢幽暗的房子裏，空氣日光兩俱不足，又衣食不周，終年勞苦而無充分營養及休息，實在最爲傳染肺癆菌的原因，還有富人不知運動及保養，多妄自斷喪，也是自暴自棄，去幫助肺癆菌活動的，所以講到防止肺癆，社會衛生也是很要緊的。

## 一 吐痰

第一樣危險的事就是隨意到處吐痰

### 檢驗體重



實爲肺癆病所以無限制傳播的第一個大原因，中國人的惡習慣。吐痰總是在地上，還有已患肺癆病的人，向人張口講話及咳嗽，唾沫亂飛，毫無顧忌，凡此二者，皆爲傳播病菌之根

。凡肺癆病痰如吐於幽暗潮濕之地，雖經年累月，其中所含之肺癆病菌仍能生活。癆菌在濕時傳染之危險最大。緣每一微塵中，皆有結核菌千萬。呼吸入肺，即能成癆，故吐痰於地板上，尤爲危險，因人常行動，每一震

踏去，以滅痕跡，殊不知癆菌是踏不死的，痰經踏後化塵更易，癆菌飛散亦更速。

### 手帕及紙的禍害

動，即能使含菌之塵四面飛起，因此掃地之法，及用鷄毛帚拭几之法，皆不相宜。還有一輩較文明點的人，已經知亂吐痰不合衛生，每到吐痰於地上時，即立刻用腳

肺病人用手帕或紙吐痰，最是害人，因布衣紙屑傳染力最大也。如不得已用手帕，必須將有痰手帕置於消毒水中，浸一二日後，再取出煮洗漂晒。此等手帕，洗時切不可與他種換下衣裳同置一處，凡曾染肺癆病痰之手帕，若置十天半月後，痰塊皆化爲細塵，而結核菌，則依然生活，亦依然未滅。此等手帕，一經抖擻，其中之無量肺癆病菌，即四散飛出，擇人而噬。中國小說書上有所謂散瘟疫的迷魂帕者，竟可移贈此等肺癆病的手帕了。所以肺癆病人，宜多備手帕，并勤加消毒，如無力備此許多手帕者，改用廢紙亦可，但須切記，此等盛痰

之廢紙，須立即燒去，萬不可隨意棄置，或拋入字紙簍中，以免乾後傳染他人。

### 普遍的清潔

惟清潔爲預防一切傳染病的良法，在肺癆病人之動用器具，尤宜清潔，凡從肺癆病人家向自己家中去者，須將衣服連其靴鞋皆置室外，以免將結核菌攜歸家中。如家中已有此等病人



我咳嗽或噴嚏時

必用手帕蒙口鼻

，則餘人宜力求清潔以避之。最妙將此人送入肺病療養院中，以便與餘人隔離，即使不能做到，亦須將肺病人獨居一室。該室用物力求簡單，而便於消毒，其地板，但須用臭藥水拖洗，不可乾掃，又禁用雞毛帚拂拭，以免含菌灰塵外揚，而傳病與人。總之，肺癆病人以入專門療養院爲宜，因入院療養與家庭隔離，不獨可免餘人傳染，即於病人自身，亦大有利益。

### 肺病人房間也要消毒

尤要者，凡曾住肺癆病人之屋，當該人死後或去後，必須報由衛生警察，澈底消毒，否則後來租屋之人，必至傳染肺病，闔門染易，受累無窮，故凡人家於將遷入新租之屋時，不可不先調查清楚，從前此室曾住過肺結核或喉頭結核病人否，所以德國會由



咳嘔吐痰皆宜以巾掩口

官醫規定，凡曾經肺癆病人住過之屋，非經澈底消毒後，不可轉租於別人，違者當受重罰，此外凡家有肺癆病，皆有報告官廳之義務，俾官家得以及時施行隔離消毒方法。

### 肺病傳染小孩

據醫家調查，凡人之患肺癆病者，大率在兒童時代，即已傳染，因兒童時代身體脆弱，較成人易於傳染肺癆



，故凡有肺癆病人之家，其第一受其危險者，厥爲兒童，因此凡做母親的，第一須注意，勿令小兒與有肺癆病人同居同食，凡有肺癆的人家，雖至親好友，概勿令小兒前去，凡嬰兒書臥，必在帳內，切勿任蒼蠅飛集兒面。小兒食器及玩具，必須嚴蓋密藏，勿令蒼蠅叮着，因據醫家確實查驗，蒼蠅實有傳染肺癆結核菌之危險也。

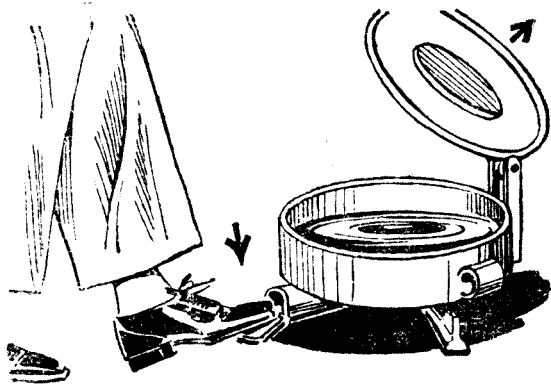
### 從小鍛鍊身體

此外小兒須從小鍛鍊身體，使呼吸器強健，不易患傷風咳嗽等症。并注意小脊柱勿令彎曲，中國人有一惡俗，即不知令小兒多在戶外運動。四五歲小兒即令伏案讀書，凡讀書人家的小孩子，終年沒有個運動肢體之機會，以致長成以後，幾無一不是佝僂曲背，胸膛內陷，肺臟萎縮，以致抵抗肺結核菌之力，非常薄弱，故十人之

中，九患肺癆，以此凡父母之於小兒，切宜注意，脊柱勿令有左右曲，或向前後曲之習慣，從嬰兒時代抱持之時，即須注意，及至入學以後，讀書習字刺繡皆須有一定姿勢，凡爲小學教員者，切宜注意此點，加以矯正，勿任令養成曲背病夫，凡人坐立行趨時，皆能常注意肢體之姿勢，則其全身肌肉，皆振作有力。

人之肺居於胸膛，胸膛附於脊柱，

故脊柱實爲胸膛之撐柱，脊柱直則胸部開展，脊柱曲則胸部過塞，各種病及呼吸器病因以叢生，故脊背之肌肉，終身緊張，以維持脊柱，使常得挺直之姿勢，但如不時時加以練習，則肌肉弛放，脊背彎曲，終乃佝僂如弓，則於肺部呼吸工作，大有妨害，所以德國不論男女，在小兒時代，即教以身體端正，並須日日練習，直立挺胸，故長成之時，多得開展之胸，及



健康之肺，若從前中國讀書人，終年伏案，無不養成駝背之姿勢，所以肺癆病之傳染日見增多，茲將駝背及直背之身體列圖於下，其居中之虛線，爲身體之立軸，但試視兩種前胸距離



我每天天在戶外遊玩二小時

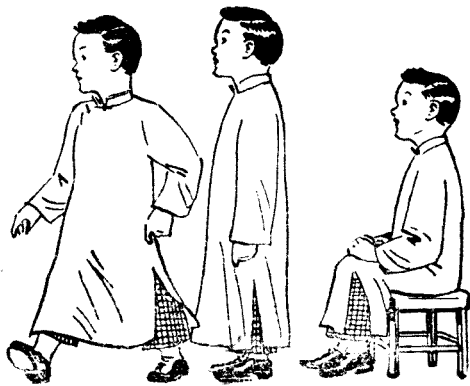
線之遠近，即可知其胸部地位之大小，並可見直背及駝背之利害矣。

### 駝背要醫

大凡脊背佝僂胸腔內陷之人，不但肺臟不舒，呼吸工作減少，且血液亦因之壅滯於肺部，而不能暢流，故最易傳染肺癆，且得病以後，尤易於咯血，故欲防免肺病，宜習軍隊立正姿勢，令脊樑豎直，胸脯挺出，肚皮縮進，面孔向前，無論行立及坐而工作，皆須時時保持此種姿勢。家有小兒，並須令其從小即養成此種習慣，姿勢挺秀之小兒，不獨肺部強健，其四肢百骸及各臟腑皆隨之以健康，此亦預防肺癆之要法也。

尚有中國婦女喜束縛胸部，亦殊與肺臟不宜，此與西國婦女束腰惡習，同一害於臟腑，不過彼所害者

我生立行身體要正直



肺部，此則害及肺部耳。

### 室中空氣潮濕不衛生

室裏無任如何清潔，空氣總不免潮濕，室外曠野，更常晴日無風，空氣極端乾燥，乾燥的空氣是絕對清潔的

，要得肺強消化強血強，必須天天有幾小時在戶外大野乾空氣中充分活動，肺病人簡直要經年靜臥在高山陽谷曠野林麓之地。（參觀大野療肺小木屋之圖）。

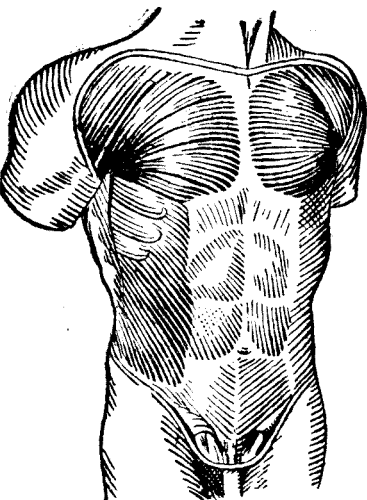
至於許多人擠在一間小暗屋裏，空氣經年潮濕，尤其不宜健康的人，更不宜於肺病人，家有小兒更不可長日間悶在潮暗的屋子裏。

### 潮熱

潮熱爲肺病最討厭之症象，但亦是診斷肺病之要着，醫家病家首先應注意量體溫之方法，最好肛門檢溫，此

在兒童必須用之，在成人口中舌下檢溫亦可，但必須嚴密，檢溫器插入舌下，必須留置十五分鐘，每天檢查三次，第一次早晨七八點鐘，第二次中

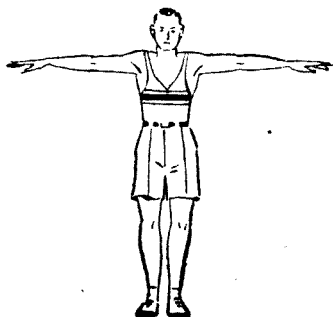
### 胸肺部肌肉圖



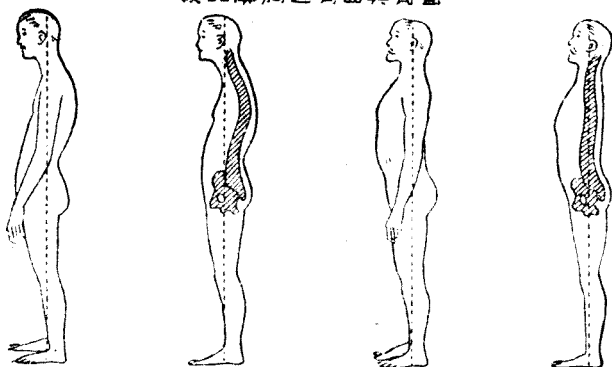
運動可助胸肌發達常尿呼吸器健康

午十二點鐘，第三次傍晚六點鐘，此後每天檢查，均須在一定時間，不可隨便，檢查體溫以前，必須絕對安靜半小時，此外在病人散步，或其他運動後，可立刻檢查其運動後之體溫，凡康健之人，在運動後

### 呼吸運動之三動作



較比廓胸之背曲與背圓



檢查體溫，亦略有增高，但隨即下降，惟在肺癆病人，均有長時間稽留，此為檢查肺病最準確之測驗，如遇口腔檢溫可隨時，可用直腸檢溫參攷，平人體溫，大抵在三十七度至三十七度三，當然各人不同，各時間不同，譬如婦女在月經後體溫即略高，凡病人體溫接近三十八度，可稱發熱。

按熱度為人身抵抗力之表現，其自身並非疾病，有時醫家反利用人工造成熱度以治病，如治梅毒用人造瘰癧之類，近日亦頗有人試用于肺病治療。故肺病之熱度，並無退熱之必要，因此退熱藥不可浪用。

但在慢性潮熱，可用各種方法減輕病人之難過，如用涼水擦身，或用濕布圍腰，每日一至三次，每次二小時，往往其效特別靈驗，藥物中如「阿司匹靈」Aspirin「芬那錫丁」

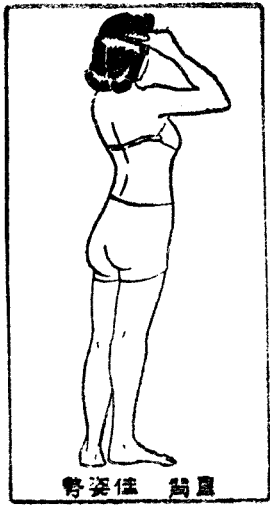


曲背 不佳姿勢



直背 佳姿勢

Phenacetin「霹藍米藤」Pyramidon 四分之一片，其功效最佳，無盜  
 「羅瓦而精」Novalgin等均可用，汗之苦，而有退熱之功，熱退以  
 最好用小劑起頭，徐徐加劑，用小量後，可將藥物漸漸減退，於不知  
 「羅瓦而精」，每日三服，每服半片或不覺中停止。



不良姿勢



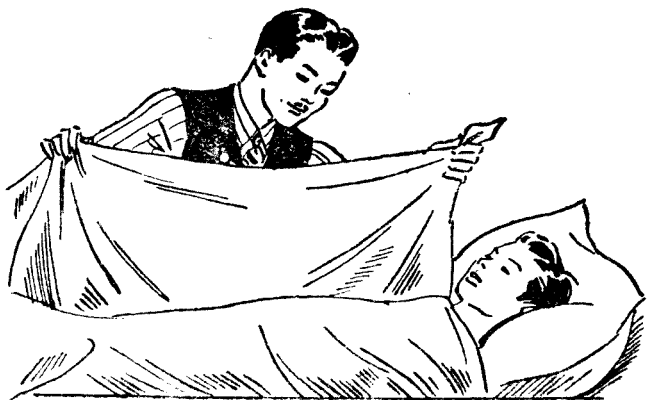
不良姿勢

肺病潮熱時，身

中內種維他命之消  
 耗極多，故應用「  
 康泰」Cantan 注  
 射，以補充維他命  
 之缺乏，並促成抵  
 抗力之增加，在冬  
 春之交，尤宜多用  
 ，每日用五十至五  
 百公絲，其退熱  
 之功效，異常靈  
 速。

凡遇肺癆病人發  
 熱，必須注意有否  
 肋膜炎，應請醫  
 師診斷。(附圖示

# 濕布包全身圖



涼水擦身後，用燥布乾擦之狀。）

## 失眠

肺癆病人最苦失眠，往往肺病症象尚未顯明，而有長時期失眠之患，由此應首先注意睡眠之障礙，首先注意臥房是否清靜，並須注意通氣，不可

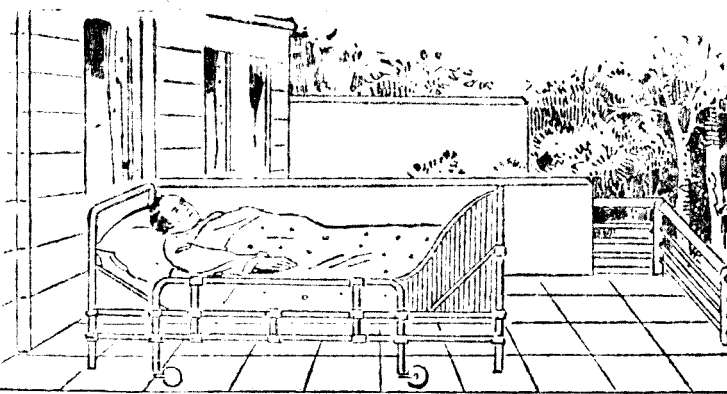
過暖，最好用空氣浴法，法在床上將全身裸露數分鐘或半小時，同時輕輕按摩皮膚，如不覺抖戰，並無受涼之患，無論輕病重病，以及臥床不能行動之病人，均可應用此法。潮熱病人用之尤覺愉快，雖不退熱，但精神為之一爽，故可利用之以增進安眠之功

。其因咳嗽失眠者，用止咳藥亦能安眠。其因疼痛失眠者，用止痛藥亦能安眠。無原因而失眠者，可酌用安眠藥劑，但須勿忘肺癆為慢性病，用安眠藥必須謹慎，必須用和平無害之劑，最和平之安眠藥，為「阿特靈」Adalin，起初每次只用半片，以後漸加至每次二片，亦毫無妨礙，以熱湯服藥，以增加其功用，服藥最好在就寢時，比「阿特靈」功力較強者為「伊惟本」Evipan，此藥在身中排洩極速，故無後患，用為催眠劑最宜，早晨起後神清氣爽，毫無暈悶之患。安眠效力最長者為「福眠錠」Phanodoin，每一服後可使人睡八九小時，凡用安眠藥必須常常變換，以免成癮。

## 咯血

肺癆病人吐血，或謂肺出血或咯血，均為肺病期中常見之事，大概肺癆





病人有四分之一兼患咯血，病人遇咯血，無不驚畏，以爲末日將至，或認爲肺病初起之徵象，往往因跌打損傷而起吐血，因此名爲內傷，其實均不然，肺癆吐血未必卽是最重之症，肺癆病人有肺出血症者，必肺部先已有病，亦不因內傷而起，只有木患肺出血者，又加損傷，可使病性加重，故凡受過傷吐血，必須研究其時間之距離，是否受傷後若干時出血，抑受傷後立刻出血，均與診斷有關，鄉間人每每傳說，某人因舉重而受傷吐血，因吐血而成肺癆，此種本末倒置之談，實屬大謬。

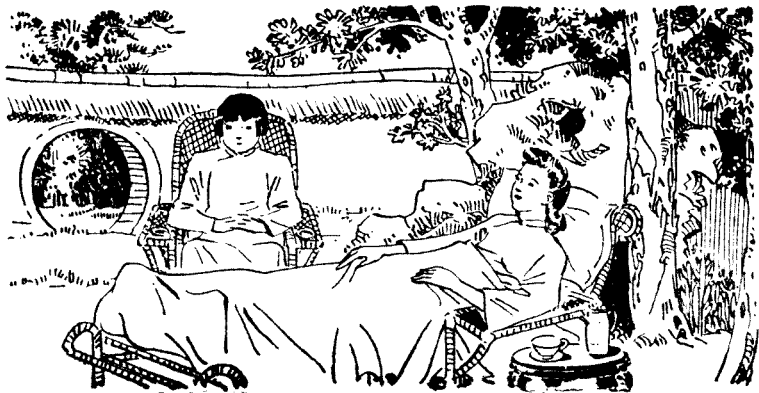
### 血的鑑別

凡肺癆病人，久經診斷確定，在病勢進行中忽然患咯血，尙不難診斷，若向來不知其是否患有肺癆，偶然痰中見血，較難診斷，凡診斷肺癆咯血

之法，如當面見咯血，須辨別其血是否鮮紅，但憑主訴不足爲憑，有時夜間鼻血流入口腔，亦必疑爲吐血，或喉管氣管受傷破裂，亦能出血，他種肺病如肺炎或心臟病肺壅塞之類，亦能痰中帶血，更有氣管枝擴張症，亦可引起大出血，凡此諸端，均不可不慮及，肺血鮮紅，胃血深黃，故咯血與嘔血顯然有別，但假如食管出血，亦是鮮紅，殊難與咯血分別，此種食管靜脈瘤破裂所致，食管靜脈瘤起於肝雍塞，肝雍塞都起於酗酒。

### 第一 安靜

凡遇咯血之人，第一先使安靜，禁止親屬喧擾，所有閒人，一概遷出病房，然後安慰病人，令其安臥，七八日間不許擾動，雖血止亦須靜臥，同時設法忍咳，俾病人平均呼吸，但禁止用嗎啡等麻醉藥品，按血管破後，



風和日暖時花園靜臥養病良法

血已入肺，應當任其完全咳出，若將已出之血，留于肺中，最爲危險，故止咳之法最好不用。

本來肺病人，應終年在野外大氣中靜臥。能堅臥幾年，保一切恢復。

### 維他命丙止血

丙種維他命亦爲最新止血之良藥，丙種維他命能使血管壁增密，能使骨髓增造血小板，增加血液凝性，用「康泰」Cantan 止一切出血，無不奏效如神，最近各專家用「康泰」三百至五百公絲靜脈注射，以治肺出血，無不立刻止血，但須由醫師處理。

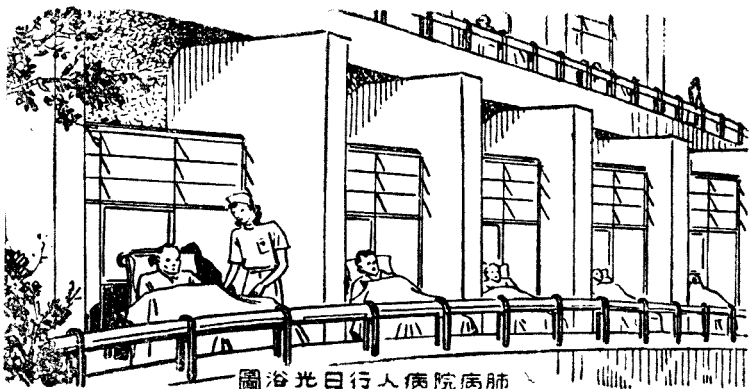
### 吐血病人飲食

吐血病人飲食，尤宜注意，必須易於消化，不可過熱，且不可多飲水，可含冰丸于口，以解煩渴，明膠類所製之食品，雖未必有凝血之功，却有營養之用，血止後須注意導大便，並無須忌服水菓。

### 肺病人之營養

肺病人食慾不振，亦是常有之事，除加速身體消瘦以外，對於病人之精神上影響尤大，因一般人均以食量少，定身體之強弱，而肺病人每因飲食不進，以爲危險，增加憂慮，故醫者必需設法開胃，好在肺癆病人並不需特殊規定飲食，只需配合胃口，增加食慾，使無營養缺乏之虞，即可收療養之功，在高熱度時，消化不良，一切肥濃油膩，當然不宜，必需略爲清淡，但切忌單調，因久病之人，胃已不強，胃口一倒，甚難恢復，肺病瘵





圖浴光日行人病院病肺

養院之飲食，必需多多調換花樣，尤需研究各個病人之嗜好習慣，支配相當滋養食品，最好多頓少餐，肺癆病人多患胃酸缺乏，需用各種新鮮食品開胃，如此胃酸過多，可多給湯水，並每日給蘋果三次，補充胃酸之藥物，有「阿即多耳配符新」Acidol-Pepsin 爲固體之藥片，病人攜帶便利，又在體力佳時，行日光浴有助於消化。

### 喉頭與口

喉頭結核單獨發生者甚少，大多數爲肺癆病之合併症，統計一百個肺病人，有三十餘患喉結核。

治療喉頭結核之法，第一絕對安靜，並治咳嗽，禁止講話，尤其禁止低語，因低語傷喉，更甚於高語。

治療結核之藥爲薄荷油，用噴霧器噴入喉部，如喉頭有潰瘍，宜用百分之三十或八十乳酸腐蝕，或由專門醫

師用電氣腐蝕，愛克司光及太陽燈照射治療，功效最大，此法需用喉鏡及平鏡，將光線折入喉頭，可以止痛生痂。最近發見，人工造成皮膚結核，可治愈肺癆及喉結核。眞病家福音。

### 咳嗽

俗語有云：多年咳嗽變成癆，咳嗽，實爲肺癆病初期最重要之症象。凡遇久咳不止，必須詳細檢查肺部。不可以爲傷風咳嗽而忽略之。

### 訓練忍咳

關於咳嗽的治療，第一在訓練病人，明白咳嗽並非必要動作，可用人力制止。向來認爲咳嗽爲發痰最要工作，其實不然。痰之吐出全由顫毛運動及氣管之蠕動，並無須強力咳出，任意強咳，徒傷喉頭氣管，如能善用人力制止，使不亂咳，可以減少刺激。



野外大氣中之小屋

除因肋膜炎及喉頭結核所引起之咳嗽無法強制外，其他咳嗽均可不藥而愈。故止咳之法，第一不許亂咳，同時須遵守咳嗽規則，衣袋中常備多數手帕或細紙，凡咳嗽時必用手帕或細紙掩口，不許對人咳嗽，此乃防止傳染必要之舉。必須加緊訓練，果然每一病人均遵守此種規則，不獨減少咳嗽刺戟，更可減少肺病傳染，此外空氣必須新鮮，故咳嗽病人，以居住高山曠野爲宜。塵埃與煤灰以及各種潮濕污氣，均須避免。野外大氣中小木屋，爲最簡最善的療養院。

### 發痰簡便法

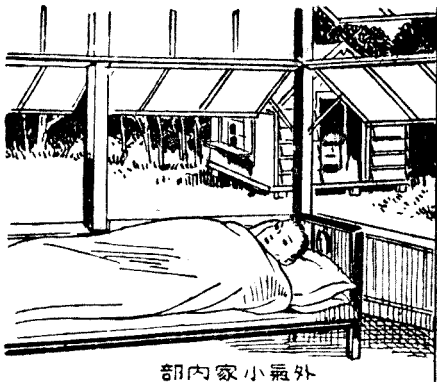
幫助肺癆病人發痰亦可利用自然力量，凡病人睡臥時，向健全一側，使

肺空中痰易於下流，易於排出，習慣已久，病人自然自知如何睡法。每日清晨及每晚臨睡前，最好用此方法半小時，催痰出外。

水療法現又盛行，濕布包胸爲幫助發痰最好之法。最好用交叉細帶，從肩上交叉至胸前，每日包二三次，每次包二小時之久，或臨睡包起，過二十四小時取去，不獨可以發痰，亦能安眠。不過此法亦有人不慣，故並非每一肺癆病人，皆可應用。

### 不用麻醉劑

如有必須用藥之時，第一先須禁止用麻醉劑，任意亂用嗎啡等一類止咳之藥，實爲不正當之事。如其成癮，應由醫師負責，故不可不慎。



外氣小家內部

發痰之藥，可用者甚多，最好用沙文氏發痰劑 *Mixt. Solvens*，此外茴香阿摩尼銜水亦可用，此二樣均價廉物美，此外尚有癭瘡木及幾阿蘇製劑，從前認爲肺病專藥，現在已知其不對，但此類藥之發痰功用仍甚有價值，用此類藥加硫酸類及鈣鹽製成之發痰劑，是爲治咳名藥，拜耳「克利西佛」*Crestal*，此藥不獨發痰極靈，且能開胃，其硫類結合體有去毒作用，其所含鈣劑，對於喉頭神經有鎮靜作用，故發痰以外，同時止咳，爲咳嗽藥中最佳之品。

## 傳染論

### 細菌傳染病疫

有許多病能傳染人，或叫他瘟或叫他疫或叫癘，或叫天行或叫疔氣，總而言之，傳染病。這是我們中國人幾千年前就曉得的。可是疫病由細菌或原蟲或病毒傳染，那還是近代科學的發明，每一個傳染病，都有牠的專門病菌或毒，人碰着他就會傳染，這就叫接觸傳染，我們常講的消毒，就是用種種方法殺滅這些病菌。

### 染疫的人是疫的來源

凡是傳染病的病菌，都是靠殺人來生活的，所以叫他寄生物，許多病菌，到了人身才發揮毒性，並且殺人愈多，毒性愈大，所以患疫的人，以及因疫而死的人，是疫菌唯一的來源，我們要預防傳染，第一要離開染疫的

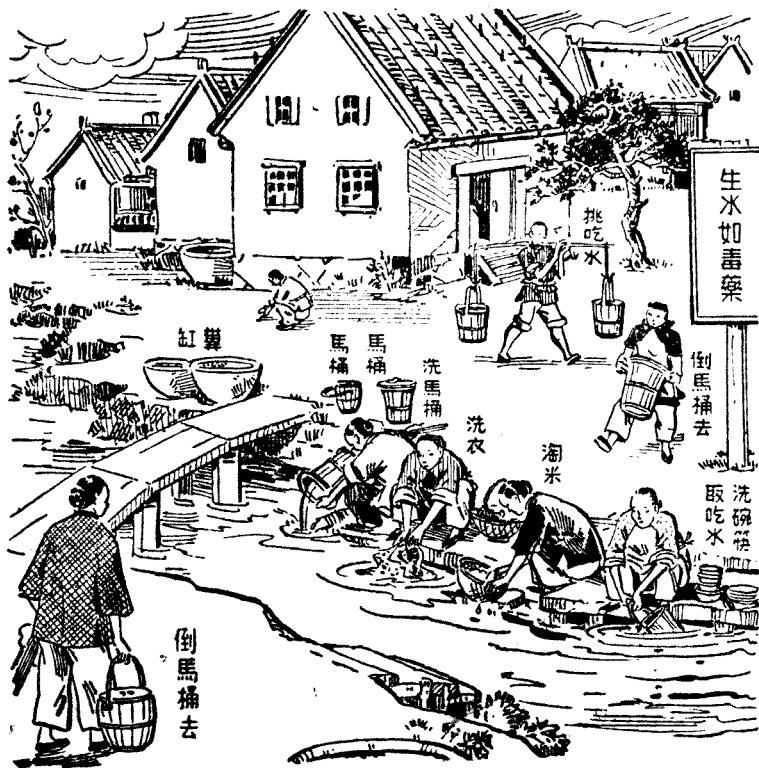
人，那便叫做隔離。

## 病從口入

中國的老話：「病從口入，禍從口出」。有好多傳染病，的確是由我們的口侵入，那夏秋間橫行的霍亂傷寒副傷寒赤痢蟲痙等等腸胃傳染病，都是菌或蟲侵入腸胃的緣故，這些菌蟲，雖是頭等侵略者，但是牠們並沒有蒸汽機或汽油推進機；假使不是我們自己將牠們引入口中，牠們是不會飛來侵略的，所以用糞澆菜，實在是一件最危險的事。

## 生水如毒藥

腸胃傳染的病菌，大多隨着糞液排出體外，並且都惡燥喜濕，所以在水



裏活得最長久。中國的河流，是當大陽溝用的，什麼汗穢都扔在河裏，病人的衣被便壺糞桶都在河裏洗，糞缸毛廁，就排列在河邊，船上的人簡直在河裏大小便，同時淘米洗菜洗碗筷洗浴，以及吃水，都在同一河裏，那病菌病蟲入口的機會，實在太多了。所以說：「生水如毒藥」，實在不燒開的水，在有疫的時候，比毒藥還要毒。不但你吃生水危險，就是用生水洗吃的東西，以及生水沾在手上，都是很危險的。尤其用生水洗碗筷，最不衛生，我們每日的碗筷，都須用開水煮過擦乾，嚴蓋待用，無論冬夏，總是如此。

### 乾的瓷碗不傳染

中國特產的瓷器，是保護中國人生命的恩物，同時也是對於全世界的飲食衛生，一個大貢獻。從前歐洲人吃

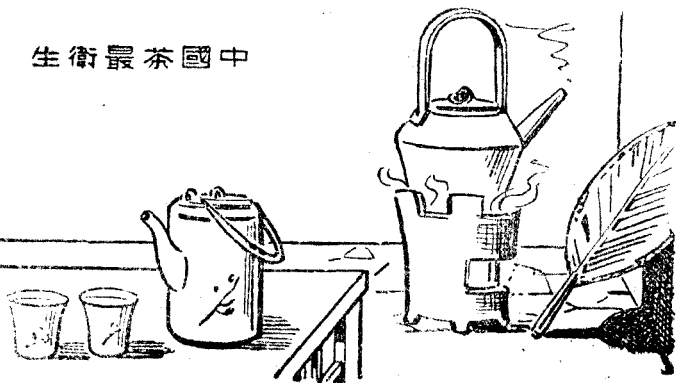
湯水，都是用木器，木器沾潮腐爛，是病菌附着和繁殖的好地方，所以那時他們腸胃傳染病特別多。自從得了中國瓷器，漸漸又學了會仿造，所有飲食器具，改用瓷製，腸胃傳染病頓然減少，可見中國瓷器的偉大。瓷器全身光滑，無養料，病菌無從沾染，沾着也立刻乾死，所以我們要感謝先人，瓷的發明。同時要開展，中國每個人有一只瓷飯碗的運動。

### 中國茶最衛生（保存好習慣）

（慣）

茶也是中國特產之一，中國茶做飲料也有千餘年的歷史了。中國茶不但無害臟腑，并且富含維他命，實是一種補充滋養料。普通吃的綠茶，非用滾開水現泡不可，無形之中減少許多傳染病菌侵入的機會。夏天用茶做飲料，可以收斂腸胃，保護涎膜，並

### 中國茶最衛生



微有殺菌作用，比那些洋派的冷飲衛生多了。從前英國人渴了就飲冷水，腸胃病傳染得厲害，自從學了中國人吃茶水非燒開不吃，因此腸胃病大減，這是東方文化有益於西人的事實。現在在中國反聽教會人的胡說，放棄衛生的茶，去吃不衛生的白水，豈非糊塗極點。中國農人，家家都有一把大錫茶壺，至少有瓦罐，炎夏季節，田中工作的人們，總有充分的茶喝，免得去吃河池裏生水，以及那些害人的汽水冰水冰棒冰磚之類，這其中每年保全的生命，着實不在少數，我們中國人要吃中國茶，要保存祖傳良好的衛生的習慣。

近來教會與學校以及多數公共機關，都在那裏提倡吃白開水，說茶不衛生，這是荒謬絕倫的妄動。洋大人的咖啡，確能爲害。至於中國茶絲毫無害，中國人不至於全被生水毒害，正

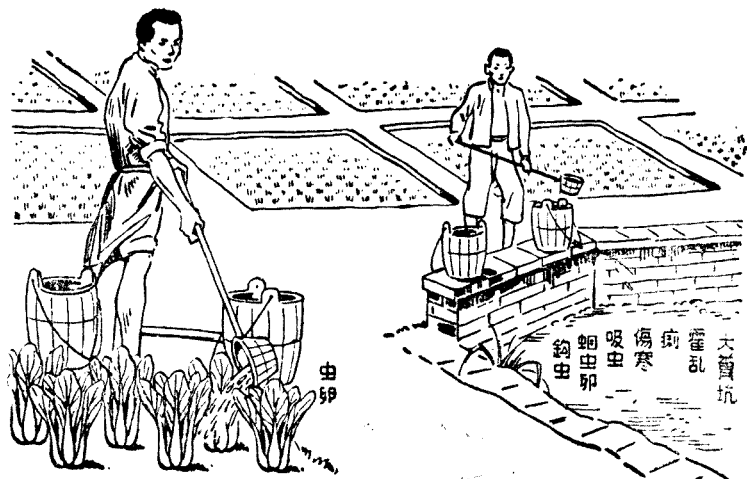
因爲全國一致飲茶的緣故，因吃茶非得將水燒開不成。假如大家吃白開水，便不能保得水一定開，同時有誤吃生水的危險，那提倡和盲從，名爲提倡衛生，實在破壞了良好衛生的習慣，真害人不少。

### 西瓜含維他命

(一切瓜都

是滋養料)

講到汽水冰棒一類害人的東西，在炎夏季節，實在負有促成或傳播腸胃傳染病的責任。剛才說茶裏面含有維他命



危險的菜園

，最養人，像汽水裏面一點養料沒有，中國人吃涼綠豆湯，豆固然是養料，糖也是養料。汽水裏沒有糖，只有糖精，糖精不是養料，吃下有無益有害。像冰棒冰磚冰淇淋等，雖含有養料，但這些養料，不獨很微，且經水後即變成不易消化的廢物，能引起腹

## 霍乱吐瀉



痛腹瀉及消化不良等病。每年有很多很多的傷寒霍亂赤痢及阿苗巴痢的犧牲，都從吃冰棒吃汽水等冷飲而起。反過來瞧瞧中國人却暑的老法，是大伏天吃西瓜，這西瓜裏面富含養料，並且尤富於維他命甲乙丙，西瓜裏的維他命丙含量，同橙橘一般高，比那花旗橘所含的高得多，而且所含果子糖，不但富於營養，並善能利汗利尿，所以減低蘊熱，排除廢料，有百益而無一害，實在是溫熱帶人夏令的最佳水菓飲料。現在都市的孩子們，盲從洋化，放棄西瓜去奔冷飲，自傷腸胃，去幫助疫癘流行，豈非愚極。所以在夏天要防疫第一須嚴厲禁絕一切洋派的冷飲。大家提倡吃西瓜，西瓜含維他命，一切瓜都是滋養料。



## 霍乱又名痲螺痧

### 蒼蠅傳帶病毒

西瓜雖好，但是街坊上切開賣的西瓜角却萬不可吃，因為都是有蒼蠅叮過的。我們曉得霍亂傷寒赤痢等毒菌的大本營在糞尿內，而蒼蠅正是從這裏出身的。牠的毛腳上常常滿沾着菌

毒，加以他是飛將軍，什麼有疫地方或死屍身上，都飛去盤桓，沾了病毒已後，又飛來叮在我們的飲食物上，試想何等危險！我們誤吃了蒼蠅叮過的東西，簡直等於去吞疫菌。凡在疫癘流行的時候，吃了蒼蠅叮過的食物，是無有不死的。真所謂飛來橫禍。

### 紗窗菜罩防蠅

中國人是行會食制，總是飯菜開齊才吃的。那其中有充分時間，給蒼蠅傳播病菌的機會，因此廚房飯廳，必須有紗窗，飯菜碗必須有紗罩，凡吃的東西以及吃用的器具，總要一步一蓋，同時還要積極滅蠅。

### 防疫先防蠅

### 蒼蠅傳帶病毒



「防疫先防蠅，滅蠅先滅蛆」這是我們夏令衛生的口號。蒼蠅繁衍最盛的地方，是垃圾，和人畜的糞。所以垃圾必須深埋，雞豬牛馬等畜類，必須遠離，人糞須蓋，假如生蛆，必須殺蛆，殺蛆要不損害肥料，最好用開水澆，有十担大的糞缸，只須一担滾開水，即可將滿缸蛆完全澆死，因為蠅蛆最怕熱，攝氏六十度的熱即不能活，這的確是最經濟的滅蠅法。

### 快打防疫針

霍亂傷寒甲乙副傷寒，都是夏秋必定流行的惡疫，我們生活在這全不講究衛生的環境中，實有防不勝防的痛苦，最簡單的方法，還是接種疫苗預防，俗稱爲打防疫針。打一次防疫針





## 注 射 預 防 霍 亂 疫 苗

，可保兩三個月內不染疫，每年打兩次，就可安穩度過這多疫的夏天了。打防疫針是我們自己的切身利益，用不着人來強迫，快點去打。

### 四合漿苗 Tetravaccine

霍亂傷寒和甲乙兩副傷寒，都是夏天流行的疫症，都好打針預防，可以同時施行接種，所以現在却用這四種病菌混合漿苗。

「貝靈」四合漿苗其菌種均由中國採取，中國人用此種漿苗接種後，身體中即發生免疫力，專能防中國流行的霍亂傷寒傳染。

### 白喉預防接種

傳染病上身，要睡病房幾十天，弄得不好還要送命，預先打預防針，不過費時幾分鐘，不化多少錢，就可保全時間，保全生命，何樂不

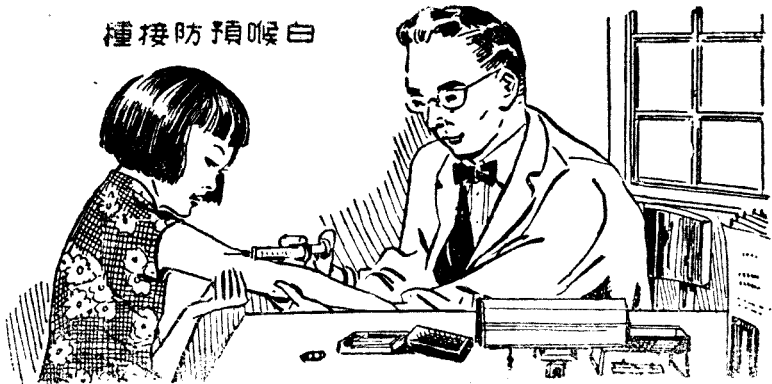
為。所以預防注射，各國風行，白喉也是一種急性傳染，是由白喉桿菌的毒素釀成。現在也有了白喉預防漿苗 T.A.F.

還有錫克氏反應液，專供錫克氏反應用。這法是檢查兒童對於白喉抵抗力之試驗，各國已在風行，中國亦開始檢查了。這是保護學童的最好方法。

### 快打血清

不幸傳染了白喉，趕快請醫生注射白喉血清至少一萬單位。白喉本是必死的絕症，從前的死亡率都在百分之八九十以上。自從德國貝靈大師 Behring，發明了白喉血清以後，死亡率減少到百分之五六以下，可見得貝靈白喉血清是抵抗這絕症之唯一利器，白喉是專殺小兒的，自有白喉血清以來，小生命保全的何止數千萬。所以醫家稱貝靈為世界兒童的慈母。

種接防預喉白



普遍的免疫法

人身原有普遍的抵抗力，能抵抗一切傳染病，用科學方法抓住這種抵抗力，便是普遍免疫法「握姆納丁」Omnadin 是用各種重要抗素元製成，能給與人身以普遍免疫力。一切惡寒發熱輕重傳染，均可用「握姆納丁」Omnadin 治療，往往一兩針見效，即遇重病，早用「握姆納丁」，亦可免生枝節。許多傳染病治療時，雖有專門血清，仍宜用「握姆納丁」輔佐。

瘧論

瘧疾者血病也。瘧蟲寄生於血球中，因而發育滋生，破壞紅血球而起此寒熱往來之特殊病象也。

瘧疾者傳染病也。瘧疾病人之血中



紗窗 紗門 紗廚  
紗罩 蒼蠅拍

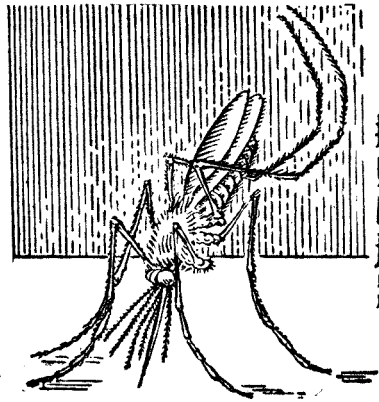
，皆滿含瘧蟲之幼蟲（幼蟲），乃有一種蚊來吸此病人之血。瘧蟲之幼蟲即隨血而入蚊胃，爲有性之發育，發育既成。復於該蚊刺他人（健康人）時，隨其口水侵入健康人之血中，而爲禍患。此即瘧疾傳染之大概也。

瘧疾之傳染必藉一種專門之蚊爲媒介，故學者稱此種蚊爲瘧蚊。已含蟲之瘧蚊，其胃中及其口水腺中皆滿含瘧蟲（幼蟲），無慮千萬，故一蚊能傳染多人。  
茲將瘧蟲瘧蚊關係，及其蓄作有時之理，略述於次：

### 瘧蚊

瘧蚊者別於普通蚊蟲而言者也，但就嚴格學理論之，此種名稱亦殊不當。因人之所云瘧蚊；係專指「阿弩飛蠟斯」Anopheles 一族而言，至於所

### 瘧蚊的形狀



謂普通瘧蚊，大概指「叩蠟克斯」

Culex 一族而言。這種皆爲溫熱帶最

習見之蚊蟲。「阿弩飛蠟斯」爲一族

蚊蟲總名。此族之蚊，飛集壁上時，

其身挺直，如一弩箭。至於「叩蠟克

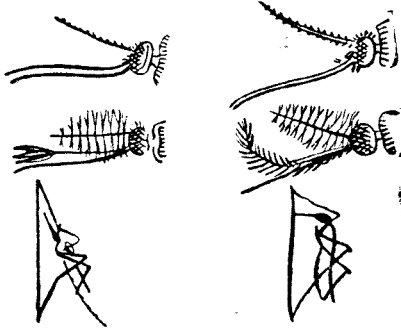
斯」一族集於壁時，頭曲向下，腹部

剛與牆壁成平行線。曲體之蚊蟲，族

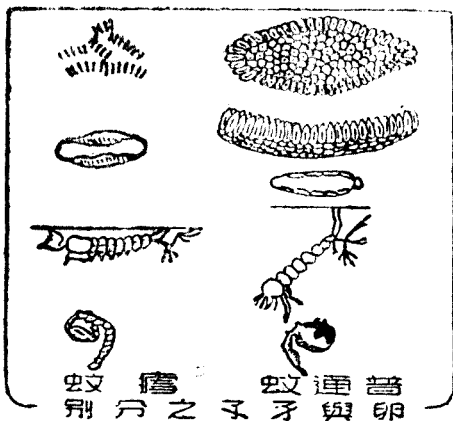
類甚多，最爲普通所習見。夏秋間日

夜刺擾人不安者。

即此「叩蠟克斯」一族，故假名之曰普通蚊。至於「阿弩飛蠟斯」乃瘧疾之媒，故稱之爲瘧蚊。其實「叩蠟克斯」與「阿弩飛蠟斯」同能傳播瘧疾，不過直體之「阿弩飛蠟斯」專門傳布人類瘧疾，而所謂普通蚊之「叩蠟克斯」，則專傳布禽類，有分而已也。照嚴格學理論之，兩者皆可稱瘧蚊。



普通蚊與瘧蚊之區別



此外如從生子時卽加以詳細辨別，亦可以得二族蚊蟲完全不同之點。蚊卵之區別，普通蚊「叩蠟克斯」生子一二百個，排列成一船形，浮於水面。至於瘧蚊「阿弩飛蠟斯」生子人率是一個個疏疏散排，不相沾黏（如圖），兩種蚊蟲之卵，長短大小約

為憑。惟此顏色皆隨其環境而變，故頗難以

且普通蚊子頭大，瘧蚊子頭小，略似小蟹。

略相同，（不足一米里密達長）但形狀甚為懸殊，普通蚊蟲之卵作矛頭形，似一葵子（如圖之左面）。瘧蚊之卵則似一棗核形，且有浮衣半裹之，浮於水面，一見可識（如圖之右面）。

孑孓之區別，普通蚊子孑孓（幼蟲），浮上水面透氣時，頭皆下垂，尾上之透氣管甚長，皆似烟筒透出水面（如圖之左面）。

氣管與身體剛成四十五度角，至於瘧蚊之孑孓，第一異點，即無烟筒式之氣管。僅尾端有一吸

瘧蟲係一種血液寄生蟲，乃芽胞蟲 Sporozoites 之一種。四十六年前，由法國醫生那弗郎 Laveran 發明，繼經多數專家名宿，精密研究，斷定瘧蟲確為一切瘧疾之唯一病因。金雞

蛹之區別：兩種孑孓生成蛹時，無大分別，細分之，則其前身呼吸之兩耳，在普通蚊形尖而瘧蚊形是三角（如圖。）

成蟲後之區別；瘧蚊與普通蚊成蟲後，分別甚多，第一為觸鬚，普通蚊觸鬚極短，僅及嘴刺八分之一長，不過略具其形而已。瘧蚊觸鬚極長，簡直與嘴刺一般，且兩觸鬚一嘴刺緊貼成一束，然有時均有一根觸鬚，略為離開，其狀宛如兩嘴。（如圖左面普通蚊嘴似錐形，右面瘧蚊嘴似剪刀形。）

### 瘧蟲

納霜與「六〇六」之所以能治瘧疾，即以其能在血中殺滅瘧蟲之故。

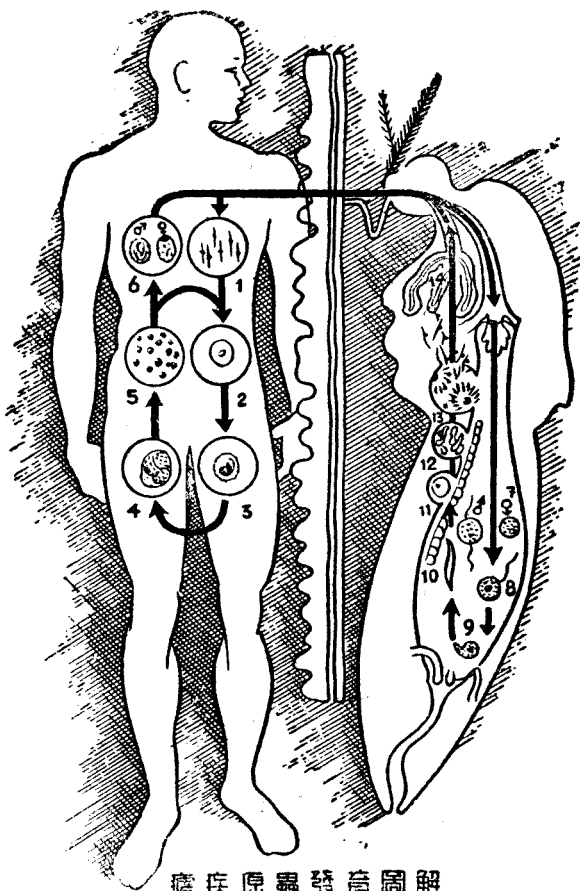
瘧蟲之族類亦復甚多，即對於金雞

納霜亦有不畏者，據最近專家研究，如將瘧蟲蒐集而詳考，可分無數種。

但就最概括者論之，瘧蟲共分爲三種

兩種大而一種小。  
兩種大者爲

間日瘧蟲 *Tertiana-Parasites*



瘧疾原蟲發育圖解

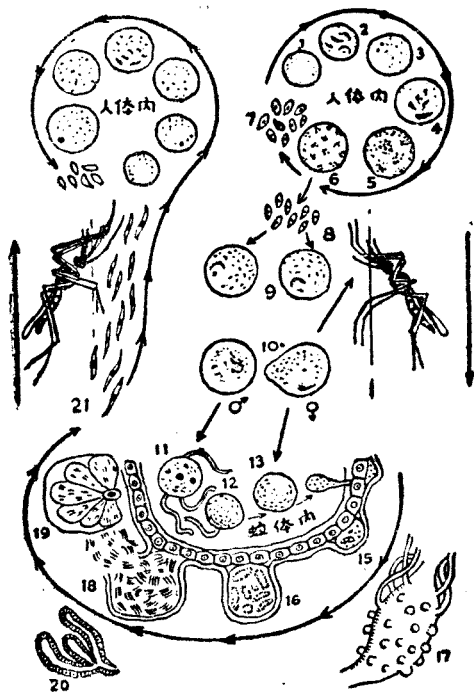
- |                 |         |           |
|-----------------|---------|-----------|
| 1 鐮狀胞芽          | 2 環形幼蟲  | 3 半月形幼蟲   |
| 4 分殖情形          | 5 裂體胞芽  | 6 雌雄性幼蟲   |
| 7 帶尾雄蟲及<br>圓形雌蟲 | 8 雌蟲受孕  | 9 成卵之初期現象 |
| 10 動卵(接合子)      | 11 初期卵胞 | 12 卵胞成形   |
| 13 鐮狀胞芽由卵胞遊離    |         |           |

一種小者為

瘧原蟲 *Tropica-Parasites* 即日瘧

中國地居溫帶，瘧蚊繁殖極盛，故

患瘧疾者遍及全國。



間日瘧病原生活史圖：1—4，瘧原蟲在人體赤血球內發育；5—7，成熟的裂性孢子分裂為細小孢子，復侵入其他赤血球內繼續生活；8—10，雌雄生殖體發育，瘧蚊咬人之際，使中吸入此有性生殖體；11具鞭毛之雄性生殖體；12雌雄生殖體交合；13交合後的接合子；14—17接合子穿過胃壁而成囊胞；18囊胞破裂而放出鎌狀生殖小孢子；19小孢子侵入唾液腺，20蚊之唾液腺；21瘧蚊傳播小孢子於人血內；22—82人體內的無性生殖發育狀況。

北至蒙古，南至越南，無處無之。少。因而致死者，時有所聞，甚可畏也。

但細考其瘧蟲，則以間日瘧為最估多數，其次為瘧疾（即日日瘧）（三陰瘧疾）又

人所常見之日日瘧，多為間日瘧之重複傳染，相繼發作，成為日日發，非

真日發之瘧疾也。然瘧疾流行亦殊不機會，侵人人身，凡初侵入人身之蟲

，率為幼蟲 *Sporozoites*。幼蟲入

身後，亦有即歸消滅者，不消滅者即

擇紅血球而據之。

當其攻入紅血球時

即為瘧疾發作時，

先寒後熱，終乃出汗而止。既而該幼

蟲食紅血輪而消化

其血色素，並於其中發育滋長，至長

成時，則已壞之紅

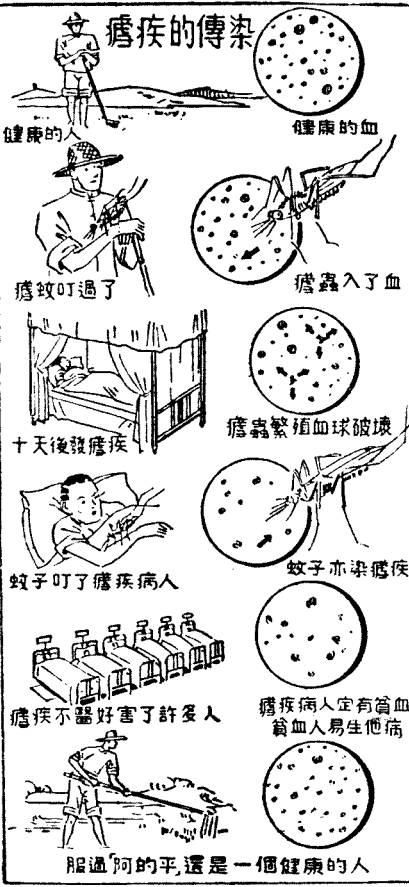
血色素，並於其中發育滋長，至長

成時，則已壞之紅

血色素，並於其中發育滋長，至長

成時，則已壞之紅

# 瘧疾的傳染



健康的人

健康的血

瘧蚊叮過了

瘧蟲入了血

十天後發瘧疾

瘧蟲繁殖血球破壞

蚊子叮了瘧疾病人

蚊子亦染瘧疾

瘧疾不醫好害了許多人

瘧疾病人定有貧血  
貧血人易生他病

服過阿的平，還是一個健康的人

血球不復能容而歸於破裂。此時最初之一幼蟲。早已分裂成爲無數幼蟲 *Gymnospores*。此無數幼蟲既沖出壞血球，後又各尋健全紅血球而據之食之。人身於是又起寒戰發熱現象，是即瘧疾蓄作有時之來由也。

各種瘧疾蓄作有時之來由也。各種瘧疾蓄作有時之來由也。各種瘧疾蓄作有時之來由也。一種爲二乘二十四小時，即從第一天

寒熱算起，至第三天。同時又當發作是即最常見之間日瘧。第二種之長成速率爲三乘二十四小時，是即間二日瘧。第三種蟲身較小，長成較速，約每日一熱，是即著名之瘧瘧也。凡人居處於瘧疾繁盛之區中，每同時傳染兩種不同之瘧疾，是名混合傳染。或已染間日瘧後正發作中間，後爲含間

日瘧蟲之瘧蚊所刺，亦可仍受二次之傳染。如其新染幼蟲攻入血輪日期，與舊染者不同，（如一逢單日，一逢雙日），則可相間而發，是名繼續傳染。

據估計中國每年犧牲於此症，不下五十萬人。損害國民健康，喪失國家原力，爲害甚矣。故一種有系統之檢查，漸漸着手撲滅工作，實爲目下之急務。

瘧疾流行之盛衰，與氣候雨水極有關係，在中國愈向北，則雨愈少，而瘧疾亦愈少。故此症在北部爲害極小。瘧疾之百分率由北而南，漸漸提高，但觀各地醫院之統計，至明且顯。下數爲最近之各地各醫院之平均統計

北平 ○●○四%  
瀋陽 ○●一二五%

安徽 二一 %  
南京 五至十 %

在中國瘧疾流行，最甚之區首推揚子江流域，尤其是上游爲最。總之；北自揚子流域起，南至海南島安南，西南至緬甸之數千里大區域，均爲瘧疾猖獗之所，其間散佈之傳帶者，不外軍隊與商賈等。



驅除孑孓防瘧的方法之一

最足奇異者，即瘧疾之死亡率，在各區各異，例如某處氣候與環境，對於瘧疾之流行甚適宜，而所發生之瘧都甚和緩。反之；在相似條件之區域，則所發生之瘧疾，經過甚惡劣，死亡率亦高，另有一事實，即河南之氣候及環境與揚子流域完全相同，但瘧疾從未聞有廣大之流行。考其因，實

以湖沼與稻田爲瘧疾流行之最要條件，而河南正少湖沼少稻田也。

向來治瘧劑均推奎甯，但奎甯對於瘧疾究竟無全治之功。雖用大量或久用之後，復發仍極多，尤以對於熱帶瘧之有性生殖幼蟲，毫無功效。惟有「百司母因」，能

殺瘧瘧有性幼蟲。凡久居溫帶熱帶瘧疾流行區內者，無不知奎甯之副作用，日久均惡用之。今略舉奎甯之副作用於下，例如噁心嘔吐心驚困頓，精神與體力方面均受影響，工作機能減低等。幸在一九三〇年，由化學治療專家 Kintz 氏，（德國拜耳化學藥廠研究室）之發明後，上述困難問題，始獲一解決。Kintz 氏之發明，爲治瘧新劑，統治三種瘧疾，此劑隨即經世界各處公認，斷爲確切無誤，此劑即「阿的平」Atebrin 是也。

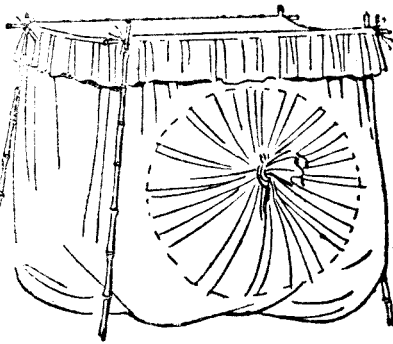
「阿的平」專能撲滅三種瘧疾之無性生殖幼蟲，此外則有 Schlemann 氏在一九二六年所發明之「百司母因」Plasmoquine。

此劑除統治三日瘧，四日瘧外，兼對熱帶瘧之有性生殖幼蟲，其他劑所無之特效，將其撲滅無餘。一個向來不能解決之瘧疾全治問題，却能賴此

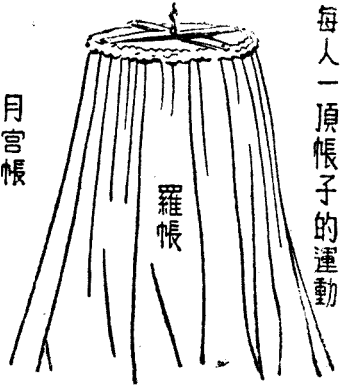


每人一頂帳子的運動

月宮帳



羅帳



二劑之合作加以解決矣。并且此二種藥劑，雖奎寧禁用之處，例如黑水病、妊婦等亦能放心應用，而無流弊，使患瘧者百分之百獲治。「阿的平」用以預防有與在治療上之同等價值。

### 「百司母因」與奎寧同用

就中國人之體質論之，用「百司母因」與奎寧的合劑性較和平功力較大，極為相宜，所以拜耳的「奎諾百司母因」片 Quino-Plasmogine 和注射液，在中國銷行特廣，因為這個合劑，可以統治各地不同的瘧疾，最合中國人之用。

### 瘧疾的名稱

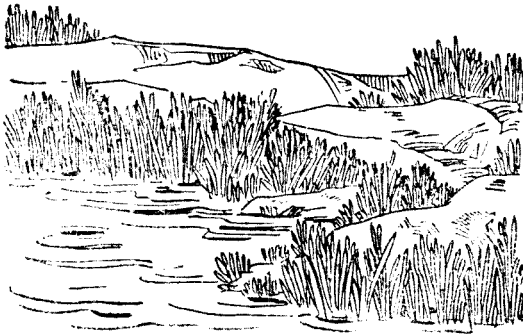
瘧疾兩字，可算是官話。各地的土名多得不可勝數，有如：惡子，寒熱病，擺擺痧，兩日頭熱邪病，鬼病，打潮熱，打半日，打半工，稻頭黃，半日病，打擺子，做老爺，三日兩頭

### 水草之交最易繁殖蚊蟲傳染瘧疾

，奇怪名稱，不可悉數，可見得這個病傳染得普遍。

### 每人一頂帳子的運動

消極防瘧，只有躲在帳子裏睡覺。



如每個人應有一頂帳子，最好是月宮式的帳子，果然能辦到，人人不被瘧蚊侵襲，不出三年，瘧疾可減大半。

## 中國黑熱病歷史及地理

### 大牌病 痞塊病

中國之有黑熱病久矣。因此病之傳染而病因而死亡而破家滅宗者，不可勝紀。以其均在農村中，故一般官場士大夫，以及所謂國醫者，均從不介意。故雖枉死者，已不知幾千萬人，但從無一次見於中國醫家紀錄。民間僅以痞塊或蝦蟆疔等，杜撰名辭流傳於口述而已。所謂痞塊者，以其脾大者，故後來也稱大牌病。所謂蝦蟆疔，多稱於小兒，亦以其脾腫，腹大似鼓氣之蝦蟆。中國人對於小兒慢性病疾，尤其寄生蟲病，均呼之爲疔。說來真慚愧煞人，醫史上第一次發

見中國黑熱病尚在德國也。

世界著名之庚子（一九〇〇年），八國聯軍犯中國京城一役，這是歷史上有名大屠殺，大搶掠的故事。當時這八國的弟兄們，參加北京戰者，著實所得不少。無不滿載而歸。然而有許多中國特產土儀，亦不免順帶而去矣。

有一德國軍人，曾參加一九〇〇年侵人北京之役者，回國後痼疾纏綿，終於不起。一九〇三年，在德國萊浦齊醫院行屍體解剖檢查，始發見所患者爲黑熱病（即痞塊症）印度名卡拉阿差 Kala-Azar，此爲在中國發見黑熱病，載於醫學文獻之第一次。此後一九〇五年在漢口，一九〇七年在青島，均發見歐人傳染黑熱病。一九〇八年，英國教會醫師斯密司，亦發見。一多年駐防中國之英兵，亦由此特產土儀而死，至於中國人究有若干

人患此病，究有若干人死於此病，均無人知之也。

一九二三年，德國漢堡熱帶病研究院，曾派醫師來中國淮北，實地調查，而江蘇省主席與南京衛生署亦互爭蘇北防治黑熱病之主權。於是報章騰載，電訊紛馳，儼然似中國新生稀有之大疫。其實此病在中國流行已久，流行之範圍，北至北京，南至漢口，東至上海，西至西安。在此一大範圍中，無地無其蹤跡，當然最盛之地爲皖北淮北豫東魯南。即從前四省剿匪總司令所管轄之區域，在該區域中，徐州福音醫院，宿遷仁濟醫院，清江浦仁慈醫院，海州懷德醫院等，教會醫院適當其衝。故診治此種痞塊病人最多，尤其清江浦宿遷兩地方盛有名，因該醫院等，得「新斯錫波霜」Neostibosan。接濟後，各鄉農民聞風而來受注射者，襁負而至，盡室

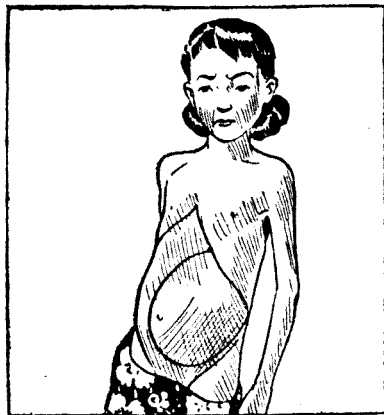
俱來，醫院不足收容。則改停辦之空學校爲病室，學校仍不能容，則租院旁民房店屋爲分院，仍不能容，則或讓舟河下，或搭棚院旁，甚至露宿車中，其各該教會醫院看護，略能爲靜脈注射法，即搦搗針藥，辭去院職，紛紛往魯南淮北各鄉掛牌行醫，專醫痞塊病以投機發財。惟斯時也，拜耳「新斯錫波霜」在中國之銷路幾與「新

六〇六」相埒，德國漢堡熱帶病研究院，既一再派人來中國至清江浦一帶，實地調查，採取研究材料，美國某大富翁，且按年捐鉅資於仁慈醫院，爲施診窮苦黑熱病人之用。其病之發源，據說初在舊淤黃河流域，其後傳播各地，其傳播遲速，顯然視交通爲準。故流行最盛者，均在沿河沿鐵路驛道，或近城各村莊。

觀黑熱病在中國流行之地圖，

可見二事：一，即黑熱病流行之地區，遠較一般人所想像者爲廣遠。二，即黑熱病流行之區，似與印度專限於恆河流域者，正復相同，亦異事也。

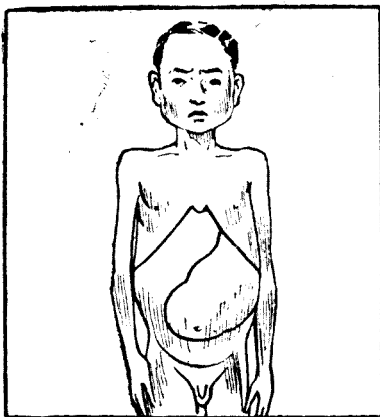
黑熱病之病原體爲利什曼多羅文二人 Leishmann und Donovan 所發明之原蟲，其在人體中生存着，現小圓形或橢圓形，小體約等於紅



血球三分之一大。

黑熱病原蟲不能直接傳染人，必有中間宿主，此蟲之中間宿主爲白蛉子（即一種細沙蠅），此蟲好叮人，且多喜居於幽暗之濕室。

黑熱病染着後之潛伏期，究竟幾日，現尙未明，大約可由一星期乃至二個月。



此病爲慢性痢疾，往往經年，但亦有急性者。一經染着，立刻死亡。普通多爲寒熱往來，經年累月，飲食不進，腹瀉頻仍，時止時發，似瘧似痢，但完全無熱度者則甚少。

### 黑熱病現象

就其現症可分爲二期

第一期寒熱長期發熱，時高時低，約有二三至五六星期，甚易誤認爲瘧疾。

第二期其他病象進行，而熱度反低，但仍長期微熱，不過在村人以手試溫度法，每誤認爲全退熱。

在一切病象中，最顯著之證象爲肝脾腫大，故民衆稱之爲痞塊，爲大脾症。爲蝦蟆疔。尚有一重要現症，卽爲極度貧血。病人瘦削，日漸脫形，同時腹膨大（痞塊），皮色如汗土（黑熱病），血液檢查，白血球減少極利害

此外腹瀉如痢疾，皮膚與口腔溼膜易發血疹，易流鼻血，貧血益劇，此諸症象，雖輕重時異而可以累月經年，繼而口腔發炎，牙肉潰爛，在小兒多生所謂走馬牙疳，卽唇頰部整塊皮肉壞死，西名所謂水癌是也 Cancer

### 沙白蛉



百分之九十，故村農乃以爲瘧轉痢而死，故四十年前有舊諺云：「瘧轉痢早看地」，猶云準備着埋葬也。夫黑熱病如僅爲一種土儀，以娛來賓，豈不大妙。無如本民族之重要主人，村農，正遭其毀滅，其損失之大，乃千萬倍於外人，是豈可不亟謀撲滅之方，與防治之策耶。民爲邦本，奈何官場士大夫全不然管。

吐酒石治療爲錫劑治療之始，但其毒性太大不宜於中國人，故不久即廢棄。

自從「新斯錫波霜」發明，始能將黑熱病完全治愈。是爲拜耳大藥廠對於東方無告村民之大貢獻。

Orisod Noma。於是盜汗肺炎，終

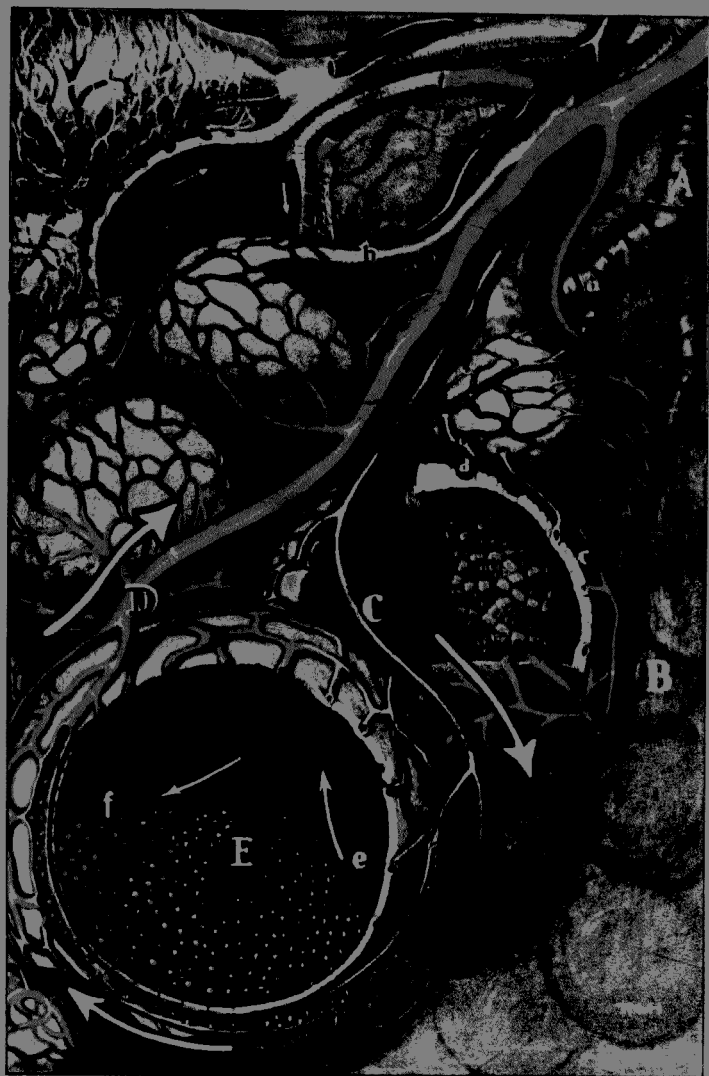
乃或以疔脊，甚或以併發症而死亡。併發症中最多者爲痢疾，約佔死亡率

「新斯錫波霜」Neostibosan爲五

價有機性錫製劑，唯醫師可使用。

## 肺之顯微鏡圖

- A. 氣管盡頭爲一小球。一人之肺內約有卅三萬萬個。形爲一串葡萄。稱爲肺泡。
- B. 卽肺泡。內備吸入之空氣。
  - a. 氣管上之軟骨環。每一小氣管均附有動靜脈各一。
- C. 靜脈。帶着滿含炭酸之血液離身體到肺泡工作付出炭氣。攝收氧氣。
- E. 肺泡其中藍點代表炭氣。紅點代表氧氣。
- D. 動脈管。由肺泡帶着滿含氧氣之血液到全身。
  - b. 肺小管。其中表皮上生有顫毛。
  - c. 肺泡內膜爲磚狀細胞表皮。
  - d. 磚狀表皮漸漸平薄。最後變成透薄表皮。稱爲呼吸表皮。因其極薄只及一公絲四千分之厚。故氣體易於滲透。





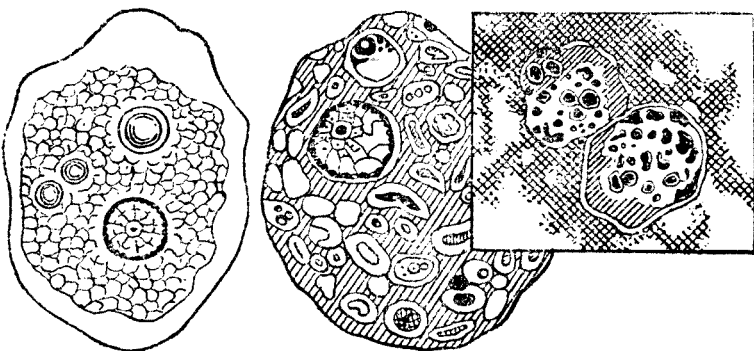
### 胎兒在子宮情形

六個月胎兒約廿五公分長。  
第二後頭位（頭向下。背向右。）  
子宮壁上部增厚。高達臍部。

## 另一個大脾病

### 日本住血吸蟲病

上述黑熱的大脾病，竟毀滅江北農村。而這一個大脾病專殺江南農人。在揚子江下流沿新安江流域，以及贛閩產米之區，這些沼澤及三角洲地帶痢沒有一處不是大流行着日本住血吸蟲病。老百姓但曉得下痢便血，發熱，及患鼓脹病，貧血黃瘦，很快的在兩年裏就喪命。却不曉得水裏寄生蟲爲患。這個住血吸蟲，出身日本，能侵入健康人皮膚內，寄生靜脈管，隨血循環，無處不行那敲骨吸髓勾當。受害的多屬壯男，都是赤足下水田的農夫。所以農村經濟受牠影響特別大。要撲滅日本住血吸蟲，須除牠的中間宿主釘螺絲，那是一種尖螺絲。最重要的還是：每一個下田的人，都有長統靴保護。



巴苗阿腸大害癩

巴苗阿疾痢

## 痢疾論

### 蟲痢與菌痢

痢疾分爲兩大類：一爲蟲痢，二爲菌痢，在溫熱帶流行之痢疾，以蟲痢爲最多，但菌痢亦不在少數。

蟲痢（阿苗巴痢）糞液，有的爲純粘液，所謂白凍。其有血者，則粘液全紅，名爲紅凍。蟲痢如不雜其他疾患，大率不發寒熱。菌痢之粘液，往往無色，呈乳糜狀。其血液含有絲襪，從無全紅者，多有寒熱，蟲痢之糞液有粘性，菌痢之糞液無粘性，故倒糞時菌痢之糞便，一瀉無遺，而蟲痢之糞便，多粘於便桶底上。

### 痢疾證象

痢疾古稱腸癖，滯下裏急後重，或稱赤白痢（紅白凍）。

凡此學學數大端，已足盡痢疾之證



象。

按痢菌及阿苗巴孢子，隨生水果蔬菜或其他受蠅汚食品而侵入人腹後，其孢子復爲活潑增殖之蟲，最初棲止於大腸涎膜之線狀腺內，漸向外侵而通過涎膜肌，痢蟲通過涎膜肌時，頗受阻力，往往不能通過。但既通過以後，則所向無前，漫布於涎膜外層組織之內矣。凡爲痢阿米巴侵蝕之大腸涎膜部份，皆潰爲膿瘍，其瘡之形如麻菇頭，如翻花瘡。

痢阿苗巴由此潰瘍中侵入血道，遠達他經，有時入肝，遂成極可畏之肝膿瘍。肝膿瘍能立致人死，而痢疾肝膿瘍尤爲熱帶數見之症，其危險可畏，亦較任何腸病爲利害。

痢疾之起，或爲急性，或爲慢性，人極困頓難受，胃口不開，有時全不思食，俗所謂噤口痢者是也。腹部當下行大腸及愛司灣處劇痛，如有硬痞

拒按，每日瀉痢至四五十次，肛門重

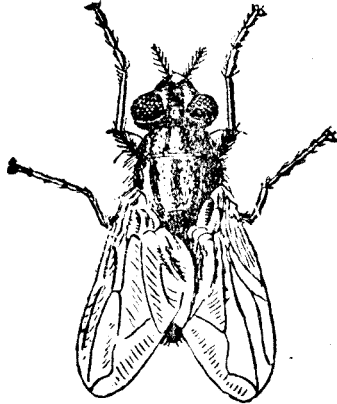
墜作楚，舌有厚苔，膩口腥氣臭燥，渴不可忍。其所瀉者初尚有鶯花，繼則全爲紅白凍，往往每大便一次，僅下一粘涎塊而和以血絲，俗所謂五色痢者是也。菌痢與蟲痢之區別；菌痢之糞黏涎少而膿液多，蟲痢則反是，其阿米巴痢之慢性者。時而腹瀉，時而便秘，病人因飲食少進，日趨羸瘦。

### 痢疾之治療

凡治腸胃病，第一須注意飲食療法，病人宜絕對靜臥，腹部置熱水袋，或用雙層絨肚兜，或用罈法，務使腹部完全保持常溫。飲食除略與牛乳外，一切禁忌。牛乳入腸能生酸性反應，而限制阿米巴之活動，因阿米巴僅能生存於碱性液中也。服數日牛乳後，可漸與米湯麵湯之類，米湯中略加菓子汁。

如病勢確有轉機，可速與較有力之食物，如糜粥爛麵淡餅干之類，以免

蒼蠅傳帶病蟲



每一蒼蠅平均攜帶

病菌一百二十萬現

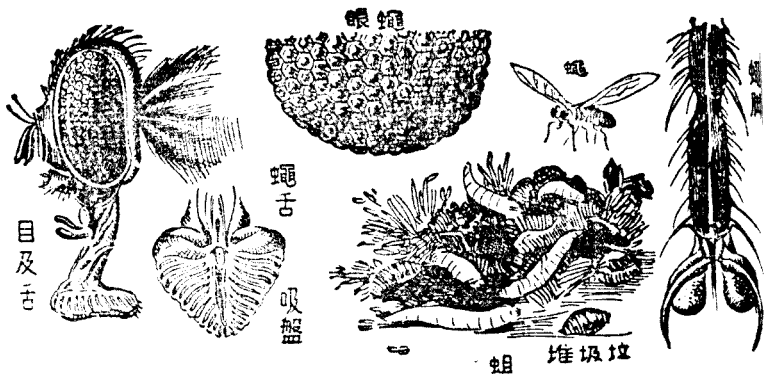
代尙無如此鉅大之

運兵滑翔機蒼蠅一

着食物病菌成隊降

落危險之大可想而

知



脫力。

藥物療治以瀉劑爲第一要藥，最好用葷麻油，或人工瀉鹽，使之暢泄，俾將團聚於腸中之阿米巴蟲，滌蕩淨盡。從前一切專門療痢藥劑未發明時，葷麻油嘗被奉爲治阿米巴之專劑，每日三服，每服三食匙，連服二三日，往往收極大之功效。人工瀉鹽治夏日泄痢素負盛譽，用以滌蕩廣腸，亦有良效。近十年來，熱帶病專家研究治痢之結果，已公認「藥特靈」Yatren 爲唯一治痢之專門特效劑，百發百中，有百利而無一弊，故已廢愛米丁不用而專用「藥特靈」。(注意！唯有拜耳「藥特靈」真能殺阿米巴痢蟲)，尤妙者，凡阿米巴痢併發症以及最險惡之肝膿瘍，用他藥決無絲毫效驗，如用「藥特靈」兼愛米丁有根治之特效，又「藥特靈」殺滅阿米巴囊子最靈，可以絕痢疾傳播之根。

「藥特靈」亦爲預防阿米巴痢疾最佳之藥，溫熱帶人當初夏之際，早期服食可以預防傳染。預防法每星期服兩日「藥特靈」，大率星期三服一次，星期六服一次，均在午餐後一小時，每服「藥特靈」丸三粒，可永保不生痢疾。

雷佛奴耳 Rivanol 亦爲治

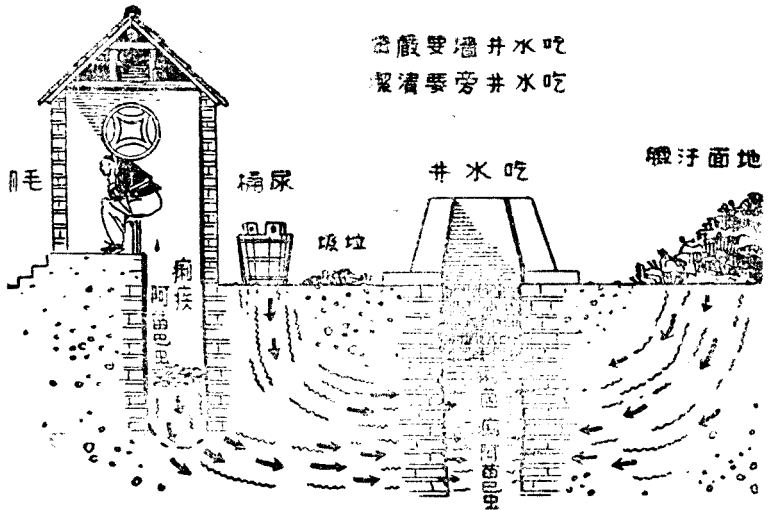
痢專劑

殺菌力極大，能滅痢潰瘍中混合傳染之菌類，又能去腐生新，「雷佛奴耳」治痢之特點，在其殺蟲之外，仍有解痙攣之特效，故能專治痢疾中最痛苦之裏急後重。凡用「雷佛奴耳」灌腸及用「雷佛奴耳」內服，均有減輕肛門痙攣及腹痛之奇效，能使病人得安眠及休息，泄下次數自然減少，精神亦因以復原。

內服須用「雷佛奴耳粒吞」Rivanolettes，因其中除含「雷佛奴耳」

目及舌

吃水井旁要清潔  
吃水井旁要清潔



之外，兼含葡萄糖，有去毒之作用。

### 菌痢之治療

普通治療與蟲痢相同，用藥方法，先須用瀉藥清腸，然後略用輕收斂劑，如「愛兒杜方」Eldiform之類，如手頭隅無此藥，亦可用血炭代之。

「藥特靈」Yatren與「雷佛奴耳」Rivanol均為兼治菌痢之良劑，「藥特靈」兼有清瀉之功，「雷佛奴耳」兼有解癥之效。

最近醫家多採用血清療法。如確實診斷為何種菌所致之痢。可用專門血清以治之，否則概用多價貝靈氏痢疾血清注射。預防用二千或四

千單位十公撮，行肌肉注射。治療可用八千單位至一萬六千單位，遇重症兼可行靜脈注射。

菌痢血清治療，愈早愈妙，注射後大約四小時至十二小時即見效，菌痢亦可行預防接種。

### 痢疾的預防

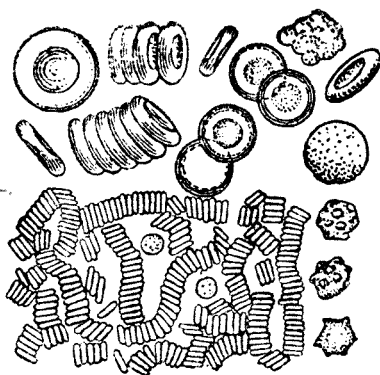
痢疾是傳染病。生水，生菜，水菓，以及蒼蠅叮過的食物，都是傳染之源。要防痢疾，第一要保護吃水的絕對清潔。河邊井上，均須清潔。毛廁，糞缸，尿桶，拉圾堆，萬不可靠近河流與水井。井牆須密。須有好井欄。井旁不許洗滌污物。如遇有傳染可疑，須將井水消毒。天然自流井，用自來水管及龍頭，最為可靠。廚內蓋水須常換水缸常消毒，最好用沙濾缸。中國夏秋是痢疾季節。吃水尤須當心。

# 血液論

## 血是生命源泉

血液自古認為生命源泉，自從細胞學理發明，大家以為血液不過是專供運輸的一個工具。到近代免疫學理荷爾蒙學理和化學營養學理的次第發明

### 新血(活潑康健之血細胞)



血液的地位，乃日見重要了。無怪修真的人說，真血就是元陽。

### 肺細胞和紅血球

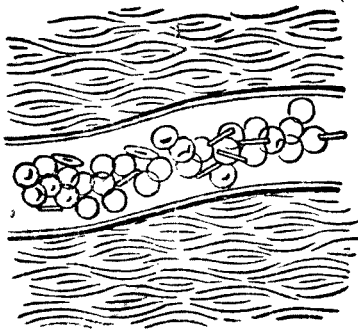
全身的血，從心到肺，從肺回心，從心到全身各點，又從全身回到心肺，不斷的循環着，目的就在吸取氧氣而供營養。這吸氧呼炭的工人就是肺細胞和紅血球，所以這兩個構造都重在爭取面積。(參觀附圖)

### 血液的多方面工作

血液運輸養料給各器官，血液由各分泌腺改造各種荷爾蒙，血液給予身體抵抗，抵抗各種病毒，血液含各種抗毒素，可以製成血清，專治各病。血液又含有各種酵素，能發生無限生活力，所以注射鮮血和輸血，都成了近代新療法。

### 刮痧和擰痧的妙用

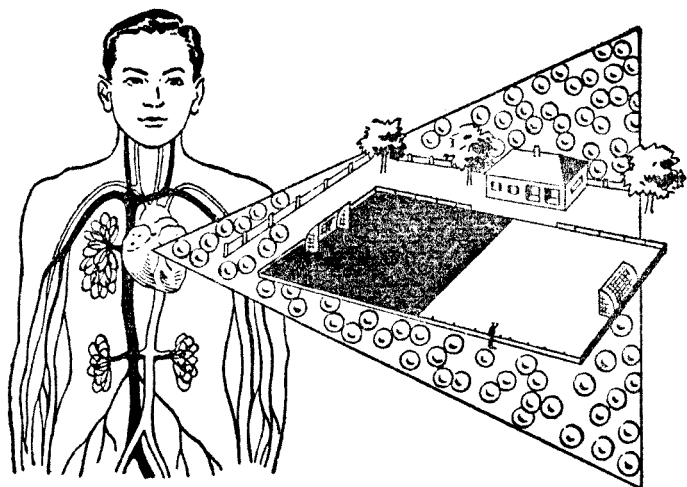
血輪在微血管中魚貫而行之靈



中國民間刮痧的土法，就是利用擰刮造成皮內出血，血離血管即起酵素變化，然後再被吸收入身，便發生治療作用，比注射血的功效強。

### 血液有殺菌力

人身內血液紅血球白血球血清淋巴球以及網狀內皮細胞系。都是極豐有殺菌消毒的力量，所以每有外敵侵入



如把全身紅血球的表面積加起來，其大小約等於半個足球場那麼大

，往往立歸消滅。

### 血液的凝結

人畜的血，一離身便凝結，這是因為血液含着凝結素的。假如血液裏凝結素不足，血出時不易凝結，便要放血不止，那便是血友病。同時血管內壁是有抗凝結素的，所以血在血管內不會凝結，假如偶有一處失去這抗凝結素，血便在那裏凝結成塊，塞着血管，那便是血栓塞。血友病與血栓塞都是致命之危險的。

### 肝能清血毒

凡由口入腸的食物，

都能產生毒素，這些毒素，由血入肝，經肝消毒復成好血，所以入肝的血是含毒，出肝的血是無毒的。

凡毒血富於凝結素，容易成血栓塞，所以剖腹手術及產後容易使毒血直接歸心，容易發生血栓塞。

### 造血的廠

血液是不斷的破壞的，紅血球破壞尤速。一個人的紅血球約有二十七兆兆，都是從骨髓裏造出，我們空骨髓，便是造血廠。人身紅血球每二十五天完全破壞乾淨，完全更新一次，所以骨髓在每二十四小時之內，要造出一兆兆以上的新紅血球，就是一秒鐘要造十四兆紅血球，一分鐘要造八百四十兆紅血球，假如骨髓忽然放棄責任，或者身中血球破壞太快，來不及補充，那便是貧血，血液裏紅血球減少，更有未成熟的紅血球和骨髓細



胞也在外圍血液裏發見，那便是表示造血機關受有嚴重損害，這種貧血病號為惡性貧血。

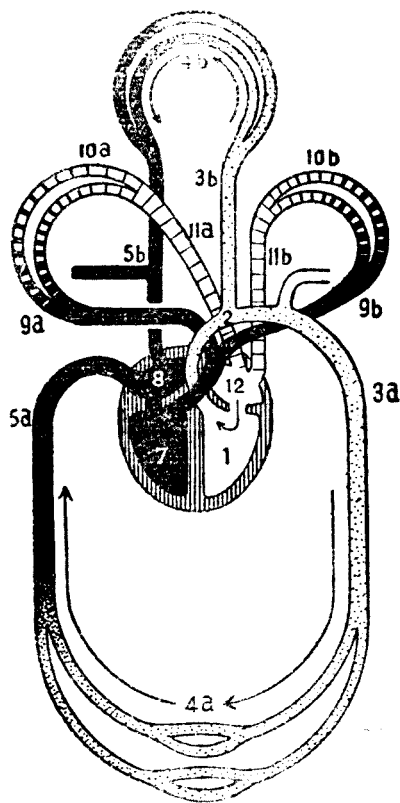
### 惡性貧血

「惡性貧血」的起原，至今還不甚明瞭。有的說是由於絛蟲的毒素，絛蟲古人叫做寸白蟲，俗或稱帶蟲，北方各省多有這個腸寄生蟲為患的地方。此外梅毒螺旋菌有毒素，也可以引起惡性貧血，絕對不知道根由的。譬如懷孕的婦人忽起惡性貧血，這是不可解的，最不可解的還是這担任製造血球的骨髓，何以忽然間會宣布破產，會整個的放棄牠的偉大工作，這個原因還有待說明。貧血的現象是逐漸嚴重起來的，等到看得出的時候，病勢已經相當的重了。那些現象是面色蒼

白，虛怯疲弱精神萎靡，知覺遲鈍，與會毫無，血液裏面紅血球的指數日漸下降，由每立方公厘五百兆的數目，降到兩兆一兆半一兆半兆，甚至於止有四分之一兆，血色素也降到只有百分之二十五。皮色由柳黃而變成蠟黃，甚至於像屍體的慘白色，終於死亡。

### 鮮肝治貧血的發明史

這個可怕的頑惡的病，當牠的性質完全曖昧不明的時候，但治療方法到已有了發明。在十多年前，美國有個密祿醫師 George Minot，一個很年輕的醫師，他在一個大醫院裏當「隱吞」（一種實習醫員），他終年伴着這些無救的貧血病人，一個一個的送他們死，因此動了他一片惻隱之心，想總該要有個方法去幫助幫助這些可憐無告的人們，剛好他自己患了多時的



### 循環系草圖

黑色爲靜脈 白色爲動脈

- 1 左心室，血由此經大動脈弓到全身。
- 2 大動脈弓
- 3a 向下半身去的血 3b 向上半身去的血
- 4a } 毛細管。氣體交換之所。
- 4b }
- 5a 下半身靜脈向有心房而去
- 5b 上半身靜脈向有心房而去
- 6 右心房 7 右心室
- 8 肺動脈。帶汚血到肺排泄炭酸。吸取
- 9a } 氧氣。
- 9b }
- 10a } 汚血在肺已經變淨。回入左心房。
- 10b }
- 11a } 肺靜脈（實際其中之血爲淨血）
- 11b }
- 12 左心房

糖尿病，在病中受着嚴格規定的營養，像每個糖尿病人受着的一樣，因此便他想着這頑惡的惡性貧血病，或許也是一種營養病，我們應當替他們規定一個有效的營養，但是給他們什麼呢？正當他研究這個問題的時候，忽然在雜誌上讀到了有人用牛肝飼養幼野鼠，長大得非常之快，這在東方人

之稱肝爲血臟，他推想這肝的特殊發 育功能，是否同骨髓有點關係，是否用肝來當藥吃，可以作用於造血機關的骨髓，他這思想是並不邏輯的，但是恰恰碰到巧處，他竟發明了專治貧血的妙劑。

當他還在懷疑不敢放手去做的時候，他又在雜誌上看到人家報告，一只放血放得快死的狗，吃了牛肝居然甯然而起，這位小「隱吞」的青年醫師可

決定了決定用肝營養來治惡性貧血。他給這些貧血病人，每天三兩肝吃，到了相當的時候，可真奇怪，那向來不治的貧血病人，蒼白蠟黃的皮色，居然欣欣向榮起來，個個面泛桃花，也個個食慾大振，體重跟着增加，精神跟着活潑，元來舌尖的紅痛也消失了，紅血球的指數大大的增加起來，那些奇形怪狀帶核的大血球，也隨

以消滅，他竟把惡性貧血治愈了。

這是西歷一千九百二十五年的事，是喬治密祿的驚天動地大發明，現在已經是全世界風行的療法了。可憐窮人們的廉價葷菜的肝，都奪去做富人們的補品了。從前肝比肉便宜一半

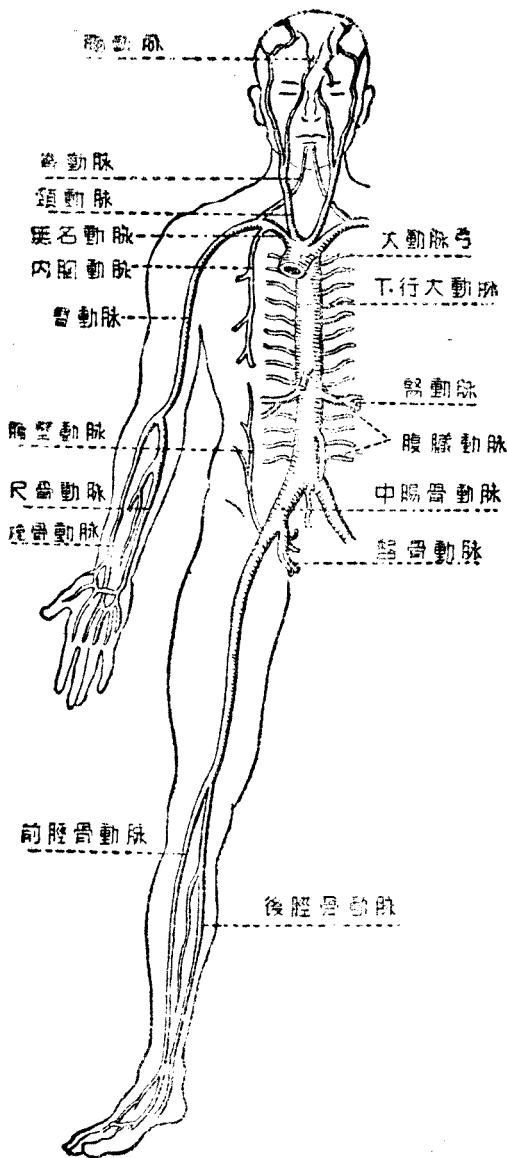
，現在則肝比肉還貴，這也要謝謝這位「嚥吞」醫師密祿先生。可是不治

了的死症惡性貧血，終於有拿手藥好醫胃的，化學藥廠的專家來了，製成肝丸，製成注射液。

## 康巴隆 Campolon 為第一

### 標準肝製劑

科學製肝膏小小兩公分可抵得鮮肝一斤，肝製劑又成了藥中貴品。記得





西人有句俗語，吃藥到小菜場去覓，

用不着進藥店，現在藥廠到屠宰場去

收購牛豬肝的真多，將來賣小菜的小

販們，也會同藥房主人一樣聰明起來

的，可是謝天謝地，中國人並沒有

一個人生過惡性貧血的，這是因為中國

人營養得法的原故。

肝治療不僅用在惡性貧血，還有許

多其他的毛病，像高山病（氣喘煩躁

失眠），他的病尿，正是因為平常血

球到虛嫌少，養氣不夠，所以也用得

着肝劑來增加紅血球，所以爬高山以

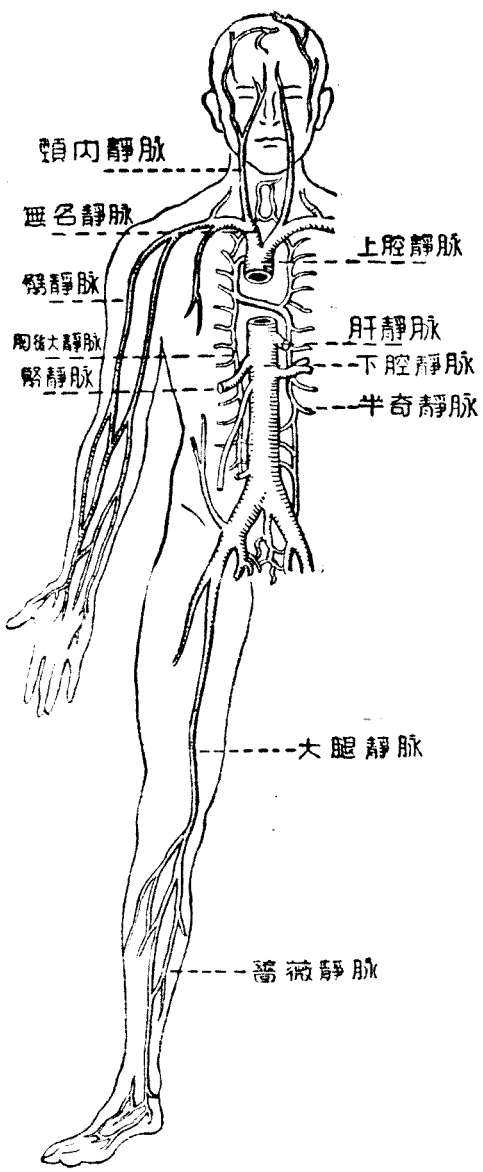
前，應當多吃點新鮮肝，桃杏肺和新

鮮綠葉蔬菜才是。

### 女兒癆的治法

血分還有一種病，比方紅血球的數

目倒並不是怎樣缺少，或者簡直並不



頸內靜脈

無名靜脈

髂靜脈

胸後大靜脈

腎靜脈

上腔靜脈

肝靜脈

下腔靜脈

半奇靜脈

大腿靜脈

蓄薇靜脈

缺少，可是血色素的成色却減低到一半以下。那一種病，青年的姑娘們，尤其是十幾歲女孩子，生得最多，他的名字叫做柳黃病，或者叫萎黃病，也有混叫女兒癆的，一般也可以用肝來治療，這種柳黃病的唯一原因，就是血色素打了折扣。

柳黃病或者是女兒癆的現症，第一是面如黃蠟，沒力氣睡昏昏的。大清早，感覺疲勞，像是沒睡夠，頭疼胃

口不香，心跳氣喘，脅肋痛頭暈眼花，昏眩發厥，少有點勞神努力，就得發昏，總之，是十二分的虛怯現象，剛生這病的，多是女性，又多在青春發身的時期，所以人家便稱牠為女兒癆。

女兒癆的治療，肝製劑當然好，還有鐵質治療也是經驗良藥，頂要緊的，還是飲食。要多吃綠色蔬菜，多吃葉綠素。新鮮碧綠的蔬菜，也是補血

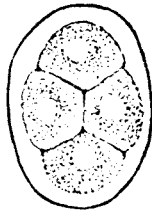
聖品，菠菜莧菜含鐵最多，一切青綠的菜，都是補血色素的，都要多吃，吃了以後，血色素立刻增加，面色立轉紅潤，不但柳黃病逐漸好起來，就是卵巢荷爾蒙的病，也就跟着好了，鄉下姑娘所以不大有這柳黃病，就是多吃新鮮蔬菜的原故。近年來文明的人們漸漸曉得葉綠素營養的重要了。「要多吃菠菜，菠菜是含鐵質的，菠菜是補血的」。這一類話常有得聽到的。

砒劑中有「斯砒螺劑脫」Spirocid 一種丸藥，也是貧血病人的補劑。

腸裏有鉤蟲，專吸人血，使人貧血。鉤蟲卵由糞到田地，孵化幼蟲，能鑽入皮膚，所以赤足農夫，多傳染。他們不知有蟲，也不知貧血，但曉得面黃如蠟。所以取名桑葉黃病。這個病在礦山附近流行最烈。須驅蟲劑。須肝與鐵補血。尤須穿鞋下田。

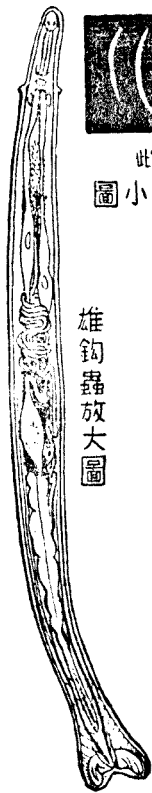


雄 雌  
鉤 蟲 天 然 大 小 圖



鉤 蟲 卵

雄 鉤 蟲 放 大 圖



## 內分泌論

### 化學的人生

上面講維他命時，曾提到過支配生命的第二種化學質荷爾蒙，這荷爾蒙又名刺戟素，是人身自造的

化學質。也像維他命專能刺戟重要器官，支配重要生命工作，也是具有相生相剋的妙用，人身缺乏某一種荷爾蒙，或某一種荷爾蒙過多時，不但引起各種病痛，並引起形體與精神心理的大變化，那太監便是一個好榜樣。

### 內分泌

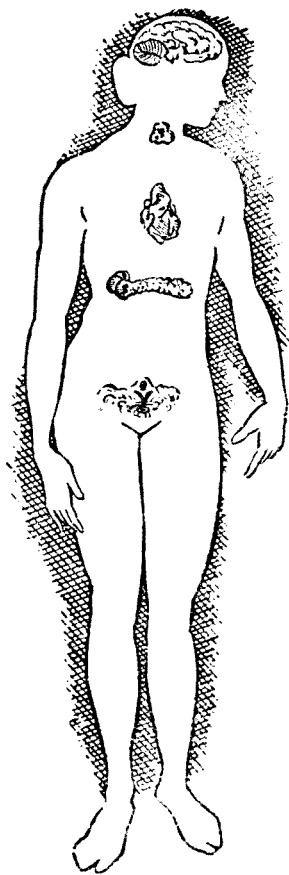
人身有許多腺體，是專管內分泌的，在腦有松果腺，腦下腺，在頸有甲狀腺，副甲狀腺，在胸有胸腺，在胰

有胰島腺，在腎有副腎腺，在卵巢有濾泡及黃體，在睪丸有青春腺，這是已經曉得的，那未經曉得的當然還更多。

### 閹割的影響

人人都曉得男人的精是從睪丸分泌

，當然不能射精，陰莖也不能舉了。可是同時鬚鬚也不長了，喉結也小下去，聲音也尖細了，肩膀肥圓一切都女性化了，這就可見睪丸除造精以外，還分泌一種物質，能維持鬚眉男子的形態。

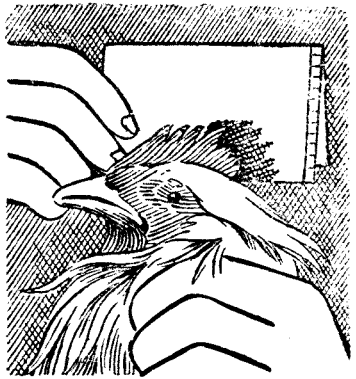


出來，醫書也說睪丸是專門造精的。

### 騙雞的故事

一個成熟的青年男子，陰莖長大能夠射精，同時膀闊腰圓，上下頰鬚鬚出生，喉結突出，聲音粗壯，完全表現出一個鬚眉男子，這時如將睪丸閹割

這種太監的肢體變化，人類早利用他去改變畜產，騙馬騙牛，騙豬騙雞，都是民間老早熟諳的技術。公雞是向來少肉的，但是騙過變特別肥美，紹



健美，這就是整部分泌學的開場。

### 男性荷爾蒙能使雞冠還

#### 紅還大

興的九斤半大雞，實在膾炙人口，這種顯雞，當然不能打營（音榮）同時脂肥增加，並失去了鬥性，失去了偉大紅冠。一百年前，有個德國學者貝道德 A. Berthold，看此情形忽作奇想，要試驗雞腰（舉丸）與雞冠的關係，試將已割下的雞腰，再種雞背皮中，果然已變白變小的雞冠，又轉紅轉大，他斷為舉丸一定另有一種化學質不斷流入血中，來維持這男性的

現在曉得男性荷爾蒙是同樣的，人及動物的男性荷爾蒙都能使雞的小白冠還紅還大，用動物舉丸提出的男性荷爾蒙「安樂根」Ergon，注射於雞體內，至第七日，其雞冠即較前長大十分之三，顏色亦轉鮮紅。現

在男性荷爾蒙已可用化學合成，化學合成的男性荷爾蒙，一樣能使雞冠還紅還大，因此雞冠便成了鑑定男性荷爾蒙的利器。

### 未老先衰

無疑的性慾旺盛，是一種年富力強的景象，而性慾減退，多是衰老將臨的徵兆，許多未老先衰的人，精神不振，體力疲弱，記性不佳，思想抑鬱。胃納不佳，睡眠不穩等原因，都因性荷爾蒙的失職或缺乏。此種未老先衰之人，如與注射性荷爾蒙，立見精力復強，髮白返黑，大有返老還童之妙。

### 荷爾蒙互用之效

老人科醫師都用性荷爾蒙為老人補劑，但內分泌各腺均有相互關係，往往非性荷爾蒙獨用所能見效。有時必

須佐以腦下垂腺荷爾蒙，如「百樂朋」Preloban 及甲狀腺荷爾蒙，如「益利特靈」Eltiran。

### 碘劑扶老之功

老年人因甲狀腺失職而體肝力衰，面呈浮腫者，最好治以碘劑。碘劑為甲狀腺主要成份，碘有代替甲狀腺荷

爾蒙之功，碘有促進甲狀腺荷爾蒙工作之功，碘又能促進腦下垂腺分泌，碘又能使血液流利，血管擴張，血脈通暢，故用碘劑扶老，可使老年人常覺通體暢快。

### 血壓高

老年人血管灰硬，血管失了彈性，

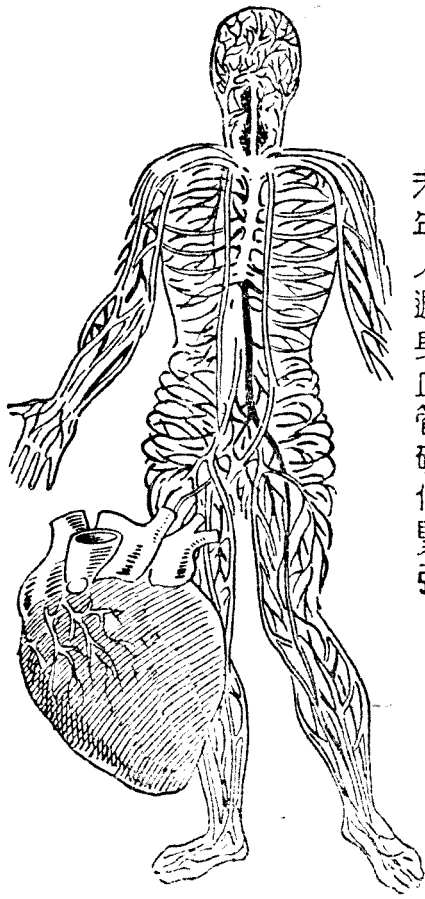
血道變得狹窄，因此血壓增高，確是老人家最恐怖的一個病症。

用擴張心冠脈及腎脈的柯柯精和解毒藥的「普蜜草」，再加入少量碘劑，可以減低血壓，此種三合劑，名為「局卡潑拉」Jocapral。

### 局卡潑拉 Jocapral

「局卡潑拉」所含之碘劑為碘鈣，故此藥中實有四種成份，其中碘劑對於血管灰硬，頗有功效，而鈣劑對於交感神經，有極大作用。「局卡潑拉」主治一切血管痙攣及狹窄現象。血壓過高，心痛，心臟肌灰硬，老年人及經絕期，心臟及血管之神經症，用「局卡潑拉」內服數星期後，可使血壓減低五

### 老年人週身血管硬化緊張



Ortho-C., 一切頭痛頭昏現象均消滅。婦人經絕期中各種病症，用之尤佳，服後並不疲倦，乃其最佳之點。還有「梯烏密拿」Theominal 也是降低血壓最佳的藥劑。

### 恩託同 Entodon

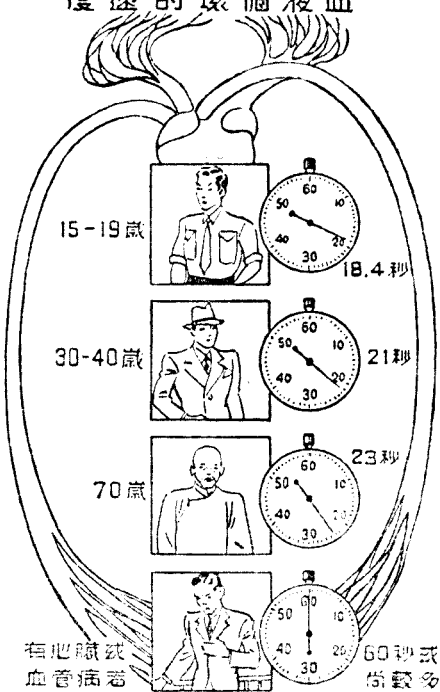
碘劑自古為有名良藥，但皆不能溶解於水，故僅供內服，功效不能確實，且多傷胃。碘劑停著身中，不獨不能為益，反而為患，此皆由從前化學未精，製碘未得其法之故。最近製有機性碘化合物，逸非從前一切碘製劑所能及，是名「恩託同」，係在水中可以溶解之碘劑。可供注射治療之用，無論皮下肌肉，及靜脈均可注射，毫無痛楚。

### 保妥酞

人身血脈循環之運動，係受交感神經及荷爾蒙之調節，若腎上腺素等。

係與一種不活動體相連，只餘一小部份為活動性，此種活動性荷爾蒙，可以隨身體之需要而增減，如血中活動性荷爾蒙太多時，腎臟即可將所餘成份排出體外。

### 血液循環的速度



此項荷爾蒙

之科學名稱為 Kalikrein, 今由拜耳藥廠特稱「保妥酞」Padutin。

### 降低血壓

「保妥酞」主要作用，在於擴張皮膚肌肉，及末梢細微血管，亦可影響心臟冠狀血管腦血肺血管等，故注射「保妥酞」後，血液之分佈，即為改變，使內臟之血液分達外表。「保妥酞」既能擴

除此等外，最近復由弗來 Frey 氏及克來代氏，經研究之結果，發明胰腺尚有一種新荷爾蒙，對於血管系統，亦有作用。此項荷爾蒙之大部份，

亦能擴

張血管，動脈之阻力因而減小，故有降低血壓之功。

## 育維甯

「育維甯」Juvenin 也是一種男性的補藥，但用在能強肌肉，活潑血液方面。男女是一樣可用的，因「育維甯」中兼含有亨賓上的年及砒鈣，三大滋補成份，有滋補虛損，長養精神

之特效，兼治婦人痛經及經期不調。人工合成女性荷爾蒙西冷Cyren，對於男子一樣是健補劑。

## 健補論

### 進補的問題

近代所謂補劑或強壯劑者，大率一類慢性藥物，功效不甚顯明，所治不限於一病，或者在急性病以後，用之

以調理病後之病，如虛損怯弱之病，或煩燥疲倦之類，供健補用強壯劑，無疑以咖啡精及含咖啡精劑為最高。如中國之茶葉，即富含咖啡精。咖啡精能興奮多種衰弱器官，使之工作復原，此種藥與奮力極強，故亦為嗜好品之一種。但咖啡精無成癮之患，無習慣性，乃其異於他種嗜好品之處。此外尚有一種可拉果，其中亦含有咖啡精，故亦為補劑。實在咖啡及可拉果均遠不及中國茶補人。其次番木鱉，雖為毒藥，但因其有興奮肌肉功用，故亦為補劑中之成份。

內分泌的力量

何而蒙的表現

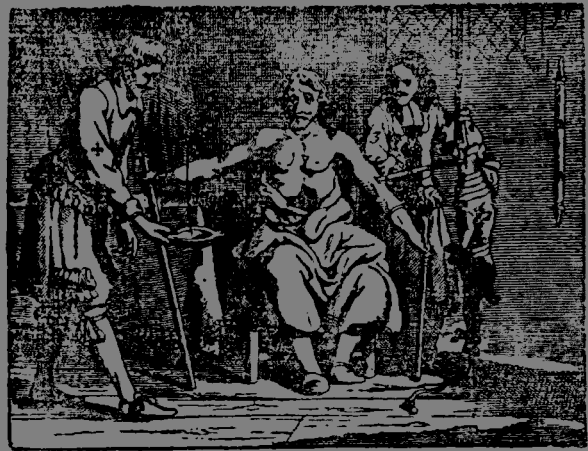


所謂苦味劑，包含種類極多。苦味劑內服，其反射作用，能使胃腸液分泌增加，有督促消化之功。苦味素能興奮全體交感神經，可引起副腎素分泌增加，並增進交感神經末端，對於副腎之感應性，以此能改良新陳代謝

功能，並有許多器官機能，同時改進。金雞納皮對十各種器官功能，均有作用，能抑制身中消耗。鐵質爲血色

素之主要成份，同時具有解毒作用，能增進各細胞之氧化作用，故凡因氣化作用退化而至衰弱者，用鐵劑可使氧化增進，推陳出新，使全身機能活

發有力。



下 砒劑功力，亦與金雞納相同，有抑制消耗之功效。但砒劑同時有督促發育之功。凡一切惡性貧血症，用砒劑是見功效。但現在自從肝膏人藥以來，砒劑鐵劑皆被排出。至于萎黃症等之慢性貧血症，治以鐵劑功效較大，故學者對於補血之藥，均分爲宜鐵入肝宜砒三種，用之得當，各有其效。鐵質在補藥中，對於新陳代謝功能，亦與砒劑相類，

能增進一切發育又能補益骨質，在燒劑中磷酸之補助功效較大，能增進肌肉之力量，故常用磷酸鹽 Phosphoric Salt 爲強壯劑中有名之藥。此外磷劑中之有基性磷鹽「託拿福賜芬」Tonophosphan 亦爲最有力之補藥。「託拿福賜芬」對於平滑肌有興奮作用，對於心臟衰弱有振作功能，對於許多神經均有補益作用，同時能補骨髓生血液，故爲應用最廣之補劑。此外蛋黃素大豆素亦爲一種有機性磷鹽，但此種物質在身中無直接補益作用，必在新陳代謝過程中經過一番消化，方能發見其補益功力。最後所稱爲補劑者，即爲各種滋養食物，在此範圍中，以合乎病後調理者，或有相當興奮作用者爲宜，且其分量須少而功力須大，又不可有害衰弱之腸胃，一切維他命製品在此，頗見有相當地位，荷爾蒙亦然。



按照此等補藥原理，製成之補藥，  
厥爲：

### 拜耳健身素

Tonicum Bayer

本品係多數專家，根據人生活理化學及生活機能選取名藥合製而成。其中最主要之成分，如專能造血及助肝清毒之肝臟製劑，專健神經，易於攝

收之有機性磷鹽，專健肌肉，增生活力之番木鱉精，又如充肌膚健血液之有機性砒劑，以及血液中各種重要之礦物鹽，此外最新製成全數乙種維他命（即維乙素），及丙種維他命（即維丙素），均爲營養要素。又有多種芳香健胃劑，及其他植物性平和滋補之劑，無一不合乎天然生理作用，無一不爲人身所必需。再加改味劑製成

甘美褐色液體，平人病人男婦老幼無不喜服，也無不相宜，實在是一種萬應十全補劑，能增高生活快樂。

### 人身長在修補中

人身好比一個機器，每日動用即每日有所損壞，故須不斷修補。俗語云：「小洞不補，大洞吃苦」。所以要修補應在未損壞時修補。凡人身強力壯，精神百倍，終日勞心勞力，毫不覺倦的時候，那機器暗中已有損壞，此時不修補，待到虛損已見萎頓疲勞，而事修補，便不免費事了。所以要補，應在未損以前，病人和健康的人，一樣須要修補。

### 體格的強健

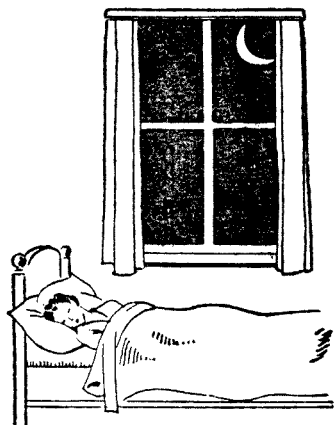
參同契說同類相須。丹經所謂物破須將物補宜。現代輸血必須同類同血型，頗合此理。初生嬰的口中胎血，能爲成人補劑。雖是丹方，實在大有至理。



# 睡眠論

## 睡眠也是營養

相傳歐洲有個暴君，要試驗睡眠與消化的關係，在他臣僕中選了兩個，一般壯健的少年，同時各賞一頓豐富的午餐，吃飽後一個全往郊外馳馬射獵，一個留在宮中酣睡兩小時。兩小時後將這兩個人一同殺了，剖開肚子



睡眠入  
眼則入  
之其者  
重以入  
要用生  
不係理  
亞使天  
于因的  
飲與天  
食運然  
眼煩耐  
新惱之  
之不能  
僅能燒

看射獵的這個胃裏，中餐大半沒有消化，而酣睡的這個胃裏的飲食，倒大半消化了。這才曉得睡眠原是幫助消化的，難怪熬了夜的人，第二天便不想吃。

其實我們看搖籃裏乳嬰，吃奶後總是大睡，差不多一天要睡十八九小時，這已可以證明睡眠也是營養，何必去殺人剖驗呢！

## 睡眠八小時

每日睡眠八小時是指二三十歲壯健青年們講的，年歲愈小，需要睡眠愈多，年歲愈大，需要愈少，四五歲每夜睡四五小時也就足夠，六七十歲八九十歲那就更睡得少了，要正在學齡的兒童，每天非睡足

十小時不可。從這事實看來，睡眠與發育確有莫大的關係。所以中小學校的學生，每天睡眠是否充足，尤須特別注意，孩子是決不應當隨着大人夜遊或熬夜的。

## 都市的文明病

一切拜金國的文明狂，只造成都市的繁華與痛苦，而失眠病就是這痛苦中之一，當中國人忙着禁烟戒烟的時候，有許多所謂文明國家，正在那兒愁安眠藥，如何戒法，但是一方睡不着看天亮的苦，仍在劇烈增加，同投機狂一樣。

## 安眠藥成癮

睡眠是神祕的。睡眠的學理，至今未明，所以催眠劑的發明。也只是個巧合。現代的科學，對於安眠藥的功，確是極有把握，可是從前在市面

流行的安眠藥，多是有毒的，至少是有習慣性的，怎麼叫習慣性，就是初吃很靈的安眠藥，過過就不靈，非加劑不可。還有本來有會自己睡着的時候，自服安眠藥後，非藥不睡，還非大量不見效，這種習慣性，便是成癮中毒。

### 眞失眠麼？

凡患失眠的人，精神方面多少總有點異常，但憑病人自述，往往不實。本來有許多人睡着四五小時即自醒，醒後再作短時間覆睡。許多人醒後有長時間難入眠，又有許多人雖入眠而不實，仍自以爲長醒，更有許多人明明睡足而自覺失眠。常有病人自覺終夜未睡，而夜班護士確會見其熟睡數小時之久。不過亦並非病人說謊，實因其睡不酣。又每醒必煩燥，影響精神，遂覺終年睡眠不足，或且自稱終年失眠。其實果是眞失眠，不到幾天就要致命了。所以自覺失眠，正是一種神經衰弱病，都市文明人最喜害這病。

### 天然的酣睡

天然的酣睡，頭一着枕便睡着，有

二三小時沉酣不醒，中夜暫醒，縱然離床工作，然再上床無不立刻重新入睡，醒後精神舒暢，頭腦清明，立刻便起身下床，全身有力，決無頭昏疲倦之感，眞好的安眠藥只有幫助病人引人天然的酣睡。

### 安眠藥

安眠藥向分兩種，第一種重劑催眠，使睡眠延長，例如「維麥那耳」Veronal等。第二種促成睡眠，使睡眠沉着舒暢，與天然睡眠無異。重劑催眠見效並不甚速，但其睡眠則甚久，較天然睡眠爲長，故用於因病痛不眠，較爲適宜。醒後有疲軟之感覺，此等不快之感覺，至少有一日之久，且有性習慣，又能傷心臟，故平常失眠以不用爲宜。重催眠劑非經醫師處方不可妄用，尤其不可常服。歐美文明罪惡，安眠藥也是其中之一。



## 伊惟本

第二種大不然，其功效甚速，可以立即促成酣睡，並不使之較天然睡眠爲長，且醒後全無絲毫不快副作用，及疲倦之感。此等藥之特別優點，即其作用極速，並不持久，故其促成之酣睡，亦不甚長。

## 沒有流弊的催眠藥

凡不能入眠之人，用之即刻酣睡，待其藥漸消，功效退失時，而病人經此短時之酣睡，精神已入安寧狀態，可以自然繼續酣睡。最近之新製劑「伊惟本」一藥，功效靈速毫無流弊，對此等條件，確能相符，堪稱無愧。

## 半夜的醒

凡睡眠不酣，不易成睡，及半夜醒

後不能再睡等，用之尤見特效。平常服藥後，經五至廿分鐘，即可酣睡，其功效約有四至八小時。又凡病人半夜即醒，黎明不能再睡者，可於夜半至四時之間，服「伊惟本」即可免不能續睡之苦，功效極靈，且醒後全無絲毫不快感覺。

## 阿特靈

「阿特靈」爲安眠藥，其安眠之功效極速，而無一切副作用，（如頭痛頭暈神疲肢憊噁心等），尤以其毒性極小，無危險之慮。據醫學經驗，曾有服藥求自盡者，服此藥八片，或十餘片（安眠用僅一兩片），均未見中毒現象。故對於慣多服安眠藥以圖自盡者，此藥可謂安全之品。此藥大妙之處，在其功力並不持久。此藥入身，約至六小時即排泄淨盡，故無蓄積之患，及醒後各種不快之副作用。又

其味可口，故毫不傷胃，雖患心臟病及一切虛弱病者，皆可用之無害。此外作鎮定劑，用治一切神經衰弱症如驚悸心跳症，怔忡手顫煩躁妄覺，以及一切精神病等，尤有安神補腦之功。

服「阿特靈」安眠者，其睡酣適而無夢，醒後尤爽健。

## 福眠錠

「福眠錠」Phanodorm 原意爲美睡藥，成人每服一片或半片，在短時間內能致酣睡，沉着舒暢，服後毫無副作用，人人可服。真患失眠或半夜易醒，及夢醒不能入睡的人，可以服點輕安眠藥催眠。上面述的「福眠錠」，「阿特靈」，「伊惟本」都是輕安眠速催眠的良藥，可以試服，亦可以替換用。

# 兩性論

## 生殖器

生殖器分內外二部，內生殖器由製造胚素之生殖腺輸卵輪精管及貯蓄部分等所構成。外生殖器為男女兩性之陰具。

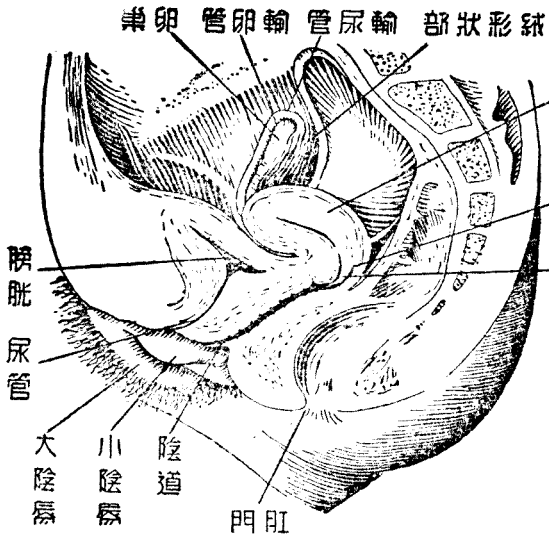
### 一 女性內生殖器

女子內生殖器由子宮卵巢輸卵管及陰道而成，茲分述如左：

子宮為扁平梨形，位於小骨盆內，膀胱與直腸間，可分子宮體頸二部。體之前上端隆突者曰子宮底，在子宮體輸卵管附着部前下方有子宮圓韌帶起始于子宮體底，由底向下漸細小，而復行于子宮頸，子宮體兩側緣即為子宮闊韌帶所附着。子宮頸為圓柱形，下端為陰道上段所包圍，故突出于

陰道內，是曰陰道段，在其外端為子宮外口，分前唇後唇二部，前唇短在前方，後唇長在後上方，子宮內黏膜之兩外端，空腔在子宮頸內者曰子宮頸管，為紡錘形，上方子宮內口，下方子宮外口，輸卵管為成對之細長管，由卵巢連于子宮管之一端，近卵巢者稍大，成漏斗形曰喇叭管，其四圍有無數突起如鋸齒狀者，曰輸卵管繖，繖之中央有輸卵管腹口，次于漏斗部稍大者，曰輸卵管壺腹，自此以上，漸近子宮，則漸細小，其最細部分即為輸卵管峽，輸

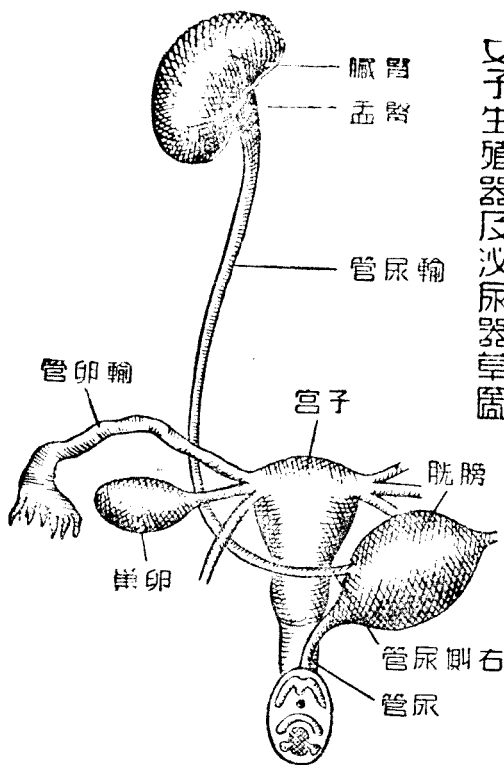
子宮 陰道 宮隆 子宮頸



面剖器殖生子女

上方子宮內口，下方子宮外口，輸卵管為成對之細長管，由卵巢連于子宮管之一端，近卵巢者稍大，成漏斗形曰喇叭管，其四圍有無數突起如鋸齒狀者，曰輸卵管繖，繖之中央有輸卵管腹口，次于漏斗部稍大者，曰輸卵管壺腹，自此以上，漸近子宮，則漸細小，其最細部分即為輸卵管峽，輸

# 女子生殖器官及泌尿器草圖



卵管開口於子宮之口，曰輸卵管子宮口。

卵巢為左右成對之生殖腺，在小骨盆內包于子宮闊韌帶中為扁平橢圓形以卵巢大小韌帶固定于子宮體，在卵巢之表面為灰紅色，在幼年期表面平

滑，自第一次月經後則凹凸不平，其表面蒙有腹膜，其實質成于皮質髓質二部，皮質有濾泡，其大者突出于表面，卵子即由此排出。  
陰道為扁平之管，上段包圍子宮之前庭段，下端開口於陰戶內，區分為前

後壁，前壁較短于後壁，子宮外口之後與陰道後壁上部之間，成一破裂之腔，此即陰道穹窿，陰道之內面，蒙有黏膜，在下部成許多之橫皺襞，陰道開口於陰道前庭，在開口部有鑷狀之皺襞曰女膜，附著於側壁，其形狀有種種，此膜在處女有之，曾經生產者，則完全消失，或遺留殘片。  
外生殖器官位於泌尿生殖三角下部恥骨聯合之前側，最外為大陰唇，乃含有多量脂肪之皮膚皺襞，唇前連合處之皮膚，格外隆突者曰陰阜，陰阜與大陰唇有陰毛，陰唇為帶暗紅色雞冠狀之皮皺襞，陰道前庭即位於左右小陰唇間，左右小陰唇之後端具陰唇繫帶互相連合，陰道前庭部有尿道外口及陰道口，尿道口位於陰道口之前上方，陰蒂成於左右兩陰蒂海綿體于前庭球位於泌尿生殖器三角之下方，陰道前庭及前庭大腺之外側，為前端小而

後端膨大塊狀物，前庭大腺位於陰道前庭之後部，陰道外口之兩側為前庭球後端所被覆，其排泄管開口于處女膜之外側。

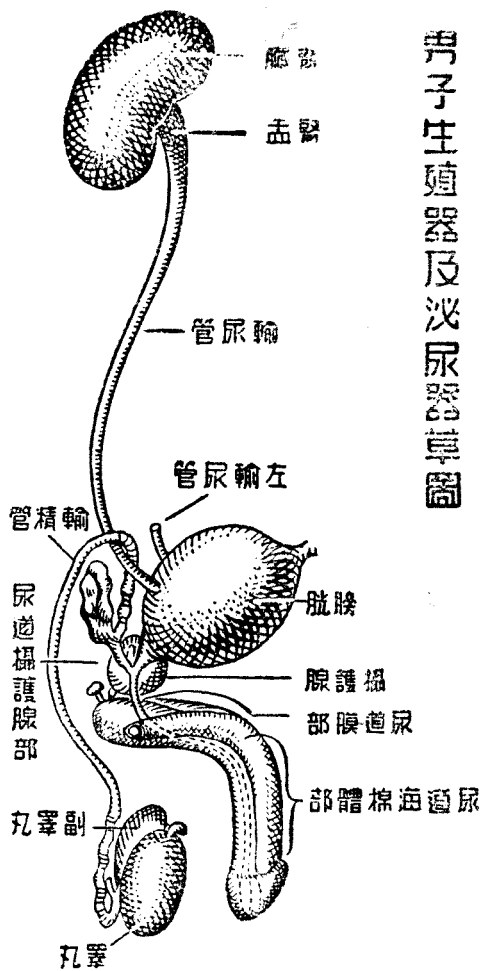
## 二 男性內生殖器

睪丸及副睪丸：睪丸為一對之生殖

腺，位於陰囊內為左右壓扁橢圓形，睪丸後緣附有副睪丸形如覆匙，凡出於睪丸之細管（細精管）曰輸尿管，其數約有十二，互相集合而成一副睪丸管。迴旋屈曲後乃移行於輸精管，輸精管始則回曲，後漸平直，沿睪丸後側下行與血管神經合為精索經鼠膜

入腹腔與血管神經分隣，沿骨盆壁後下行，達於攝護腺部，左右兩管接近與精囊之排泄管相合為射精管，開口於尿道，精囊為成對之囊，長短廣狹，因人不同，一端為盲端，一端與輸精管相合而為射精管，射精管為細小成對之管，由輸精管及精中排泄管在攝護腺底之部相合，

## 男子生殖器及泌尿器草圖



開口於尿道攝護腺部，攝護腺為不成對之腺，狀如栗子。位於尿生殖三角上方，腺之底基為尿道及射精管等所貫通，腺之大部分成於腺質排泄管數約二十至三十，開口於尿道中精丘兩側。陰莖為三稜柱形。尿道之大部分在陰莖

中，陰莖分陰莖根體及龜頭之部，全部成於三個海綿體，即一對陰莖海綿體及一個尿道海綿體，陰莖海綿體之實質，乃由混有平滑肌之索狀或板狀物錯雜而成，中通血管，在海綿體之表面蒙有白膜，伸入左右兩海綿體間形成陰莖，中間隔有許多小孔，左右陰莖海綿體內之血液，得互相流通，此即陰莖能堅舉之故。尿道海綿體之

表面，亦蒙有白膜，內部亦有海綿狀，尿道貫通其中，前端膨大成圓錐形者曰龜頭，龜頭基底之周圍稍形隆起者爲龜頭冠，冠下稍細者爲龜頭頸，尿道貫穿龜頭近下面處而開口於其尖端，陰莖皮膚之前端包過龜頭及折而附着於龜頭頸下成皺裂者曰包皮，包皮附着於龜頭下面形成一縱行之皺裂即包皮繫帶。

齡始發育成熟，在女子爲月經來潮，在男子爲初次射精（大約十六歲外）。同時陰部生毛，女子乳部隆起，男子喉結突出，肩部及喉音均生區別，男子生鬚根，凡此均由生殖腺中之性荷爾蒙發達所致，故性慾乃身中化學質刺激之現象，非個人之罪惡，不足羞恥也。

### 手淫的百分率

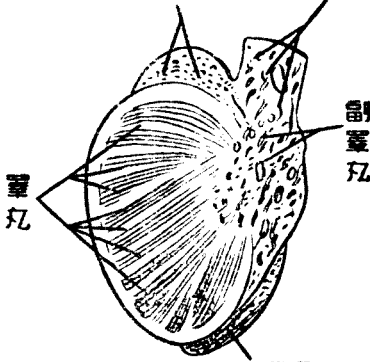
陰囊爲弛緩之皮膚囊，內藏舉丸副舉丸及精索，陰囊之皮膚較薄呈褐色，有許多之皺紋，略具陰毛及皮脂腺，尿道球腺爲一對如豌豆大之腺，與女性之前庭大腺相當。

### 兩性生殖器之成熟

男女生殖器須至相當年

青年手淫原是常事，當然可以不必，不過一般人對於手淫之害，宣傳太過，引起青年許多不必要的恐怖和疑慮，實在太荒謬。曾經有某神經科專家發表，手淫無害，據云總計青年男子有百分之九十九手淫，但不皆患神經弱症。同時另一專家補充一句云，青年男子手淫應爲百分之百，某君乃云，百分之九十九，或者他將自己除外了。

副舉丸上之部



副舉丸下之部

### 副舉丸與舉丸之橫剖圖



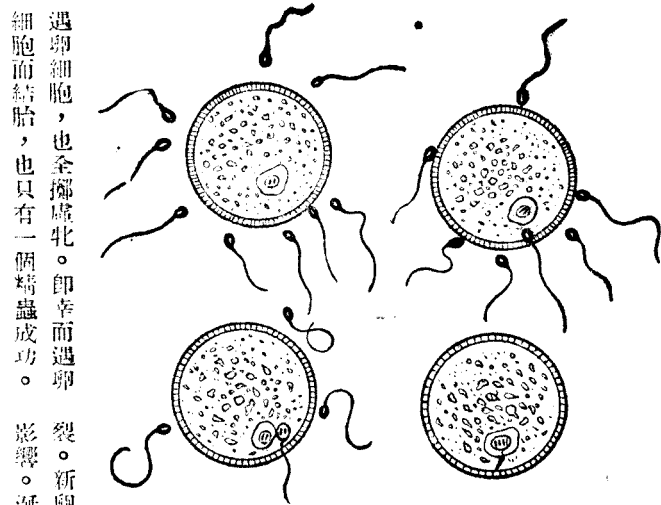
## 精蟲的浪費

男性細胞，名精絲又名精蟲。所以叫牠精蟲的原故，因為牠有尾，善運動，蟲在精液中，就像水中蝌蚪一般。三百倍顯微鏡，就看得清楚。從前人誤認牠是蟲，所以有此名。精蟲是由睪丸製出來的，但是精液是由精囊及攝護腺分泌出來的。精液的特殊臭味，就是攝護腺分泌液的臭味。副睪丸有病，精蟲封閉，其人照常能射精，但是有液無精蟲，所以不能精胎。精蟲造成，由精管輸入精囊存備以待用。射精時精囊壁肌收縮運動，迫精外出。一個青年男子，每一次射精，其中精蟲約有六萬萬之多。假如每次出精，所有精蟲，都得與卵子結合成胎，則一個中國青年，一次射精，就可生出全中國民族。（還多餘百兆）兩三次射精，即可生出全世界的人

。可是事實上，這六萬萬精蟲在不交媾時射出，固完全死亡，即交媾時不驚人。可見人類的天賦，原是充分有餘的。

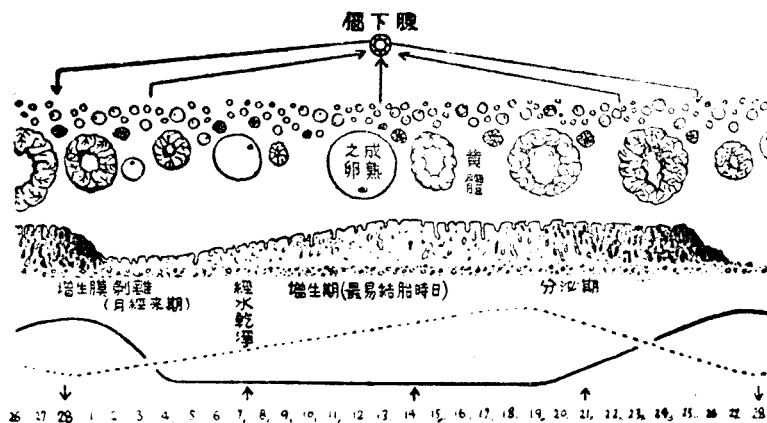
## 人也下蛋

許多男性細胞追求和爭取一個女性細胞



遇卵細胞，也全擲虛耗。即幸而遇卵裂。新卵排出入腹腔中。同時子宮受影響。涎腺增殖肥腫。如此新卵遇精

我家老母雞，每天下一隻蛋，人也下蛋麼？人也下蛋。可是每月只下一個。女子卵巢，是造蛋處。人性荷爾蒙的最高來源，是腦下垂腺的前瓣。卵巢受其作用，分泌卵巢素。那便是女性荷爾蒙。卵巢造卵處，名濾泡。濾泡因荷爾蒙作用而成熟，漸升至卵巢表面而迸



蟲而成胎，那增殖的子宮內膜，剛成一個好胎盤，如不結胎，則卵死膜落，子宮分泌血液，將此死卵與壞膜排出陰戶。那便是月經。

### 什麼時候最容易受胎？

排卵是有週期的。平均計算大約正常健康的女子，每三四星期行經一次。最短的每隔二十天一次，最長的每隔一足月一次。在此距離中，約算正常。新卵成熟，約在每次經水淨後，一二日內乃至七八日內。在此期內行房，受胎最為容易。

### 卵巢素與黃體素合作

每次月經的來潮，是由卵巢素與黃體素相繼合作的成績。每次

排卵後，那破裂的濾胞，即生血斑結疤變為黃色，那便是黃體，其中分泌一種內分泌液，那便是黃體素，卵巢素使子宮內膜增殖，黃體素使子宮內膜分泌，遂生月經，月經來潮，黃體消滅，復有新卵產生，假如結胎，則黃體不但不滅，反增成黃黃體，顏色更黃，內分泌更盛，不再排卵，月經完全停止。

### 性病論

#### 梅毒之危險

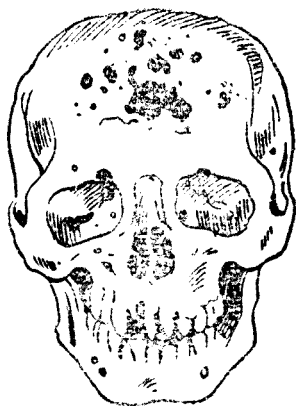
梅毒一病，毀貌戕身，累及家人，滅絕宗嗣，其幸而生子女者，在母腹之中，即患胎傳梅毒，或夭傷不育，或殘缺癡呆，故梅毒一病，西人稱之為弱種滅宗之黑疫。

自「洒爾佛散」發明，梅毒病者得有專治除根之藥，世人對於梅毒，已

不如從前之畏懼。然吾國人對於梅毒病情，及「洒爾佛散」注射程序，皆不甚清楚，往往以爲注射一二次，即可斷根，毒未全清，即認爲全癒，以致餘毒潛伏身中，多貽後患，故特述梅毒之危險。

## 大瘡是從西洋來的進口貨

梅毒古稱廣瘡，或稱棉花瘡，或稱徽瘡徽毒，今人稱曰大瘡，或曰楊梅瘡，簡稱之曰梅毒，實在是從文明的



歐美輸入中國來的文明病。

梅毒係花柳病之一種，按花柳病之著名者，約有三種：一曰楊梅瘡，二曰白濁，三曰軟疔。三者之中，以軟疔之毒爲輕，而以楊梅之毒爲最重。如不根本治愈，無不搜經入髓，戕身之外，仍且禍及子孫。

梅毒係一種傳染病，其毒完全由與患梅毒者，交媾染來。俗人所說，體虛濕熱等語，皆屬無根之妄談。

梅毒病原爲一種螺旋菌。

梅毒之病原係一種螺旋狀之細菌，乃名醫蕭定氏 Schaudin 所發見。此種螺旋菌，常存在於患梅毒之病人身中，尤以陰部之涎液中爲多。此外瘡毒之膿水中，及其人之口涎內，皆多有存在。故不獨與梅毒病人交媾，有傳染之危險。即與梅毒病人同飲食起居，亦有被傳染之虞。

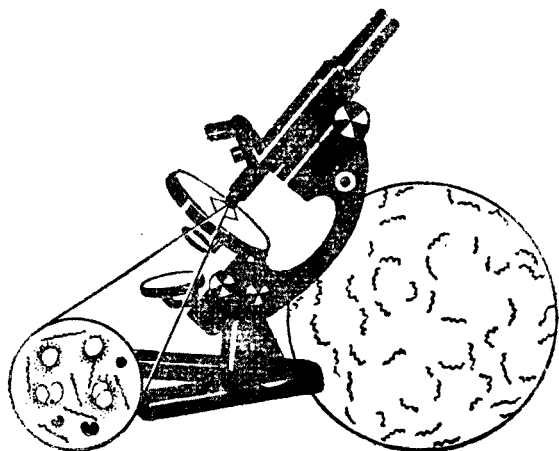
凡染梅毒後，並不即日發作，至早亦在與患毒人交媾後之三星期左右。或更遲。反之如白濁軟性下疳等，發作皆甚快，大約三四日內即發作矣。患者可以症發之遲早，辨別其是否爲梅毒也。

## 梅毒貽禍之大概

梅毒初起，不過於陰部生一硬性下疳，并不痛癢，不治亦能自退。但毒既深入，即起第二期現象，如發楊梅斑疹之類。或喉口涎膜，亦起毒瘡，肛門生毒痔，再進則爲骨痛脫髮，內臟受病及結毒腫潰等症，以至開天窗爛頭骨或盲聾癱瘓癱瘓等，證象萬千，不能盡述，總之，梅毒入身，五臟六腑，四肢百骸皆受其害。婦人受之傳及胎兒，每有小產鬼胎等患，即幸能足月生存者，亦患先天梅毒，（參觀插圖）多致夭癆，或成殘廢，是則

然而失足，既自害其身，又害及全家，兼及後嗣，可不戒哉。梅毒之各期病理病狀

## 第一期梅毒



梅毒螺旋菌之圖

第一期梅毒 梅毒多由交媾而傳染，所以第一期多發於生殖器，（亦有非由生殖器而傳染的總居少數）。此種首先發現之梅毒，即名之曰梅毒初期感染。由病理解剖學研究之，患處

組織內有一種慢性包圍血管而生的炎症現象，具有成形細胞，淋巴細胞甚多。同時血管內層細胞亦增多，管壁因而變厚。而此種變化在動脈爲多，靜脈較少，患部上之皮膚有漸次潰爛而成潰瘍的，是曰硬性潰瘍，又曰硬性下疳。又有皮膚完好並不潰穿的，是曰梅毒蕾疹，惟無論其爲下疳抑爲蕾疹，日久不醫

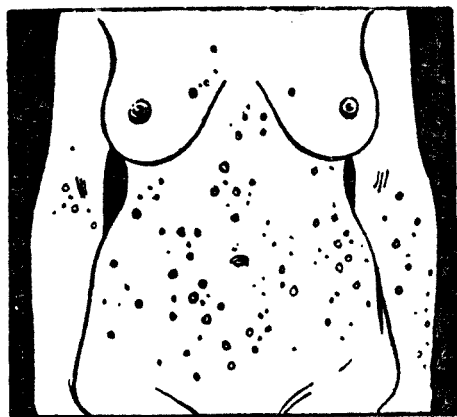
，亦能自己收口，不過遺有放線狀的疤痕而已。惟其能自己收口，故病者往往誤認爲梅毒已愈，或誤認爲江湖醫生妄治所愈，以致貽誤益多。（惟有注射「洒爾佛散」至一全劑，而收口全愈者，始爲真愈。凡用他藥治愈者，皆爲假愈，後患無窮）。

## 第二期梅毒

第一期既已完結，再經若干時日，（約兩個月後）爲第二期發現時日。此其間梅毒已離開首次患處，藉淋巴腺管之力，散播於周身，遂致各種症象，如梅毒性淋巴腺炎，其在腿灣者。俗稱橫痃便毒。（但爲一種硬而不痛者），梅毒性蕈薇疹，（參觀插圖）梅毒性天泡瘡，扁平粘膜炎，扁平疣贅，（生肛門周圍婦人最多每誤認爲外痔）等等，不一而足。凡世俗所稱大瘡天泡瘡楊梅毒棉花瘡，皆係僅

就此現象而立名者。上皮細胞在第二期之各種現象，多半無甚變化。只在濕性的梅毒疹，往往繁殖增多而變為椽形。（此類為治療斷根最適當之時期）。

### 新酒爾佛散為唯一除毒



（毒梅期二第）疹斑毒梅正真

### 聖藥

凡上述各種現象，但須注射「新酒爾佛散」Neosalvarsan 一針即立刻全退，屢試屢驗，可為神效。不過為肅清餘毒起見，尚須照規定大法，施用全劑。并宜時時驗血。在此期中唯

有德國製的「新六〇六」為唯一對症斷根良藥，此外更無他藥，醫家病家皆宜拿定宗旨，並認明獅牌標記，切勿誤信受欺以自誤。

### 第三期梅毒

第二期梅毒 大率感染後日久始能發現，發作時亦不限於一定器官，四肢百體，五官內臟，皆能有之。其特異的現象，為患

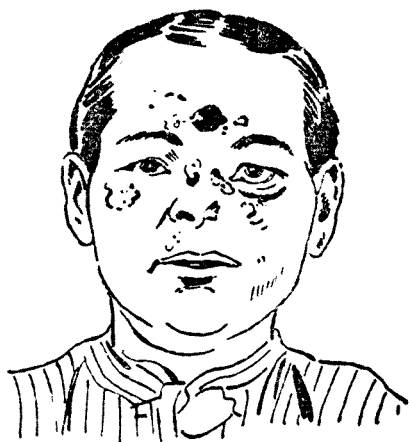
### 第二期梅毒之楊梅瘡



處具有彈性，因內含彈性纖維，以手觸壓之，可以伸縮，極似樹膠，是以病理學家名之曰樹膠樣腫脹。自患處外視之，為嵌入組織內之小體。切開視之，新生者呈淡黃色，日久者往往含粘液膿汁。邊緣多呈較劇烈之炎症，滿被淋巴細胞所浸潤，腫脹之大，頗不一致，有小似粟粒者，亦有夫如人首者，愈後必遺顯然之疤痕，

其發現之地點甚多，茲特將常見者分述於下：

(一) 皮膚 發於皮膚的約有兩種，一發於皮膚之表面，曰淺層的樹膠樣腫脹。一發於皮下組織，末後現於皮表，是曰深層的樹膠樣腫脹。淺層的發現較早，日久融潰而成潰瘍，愈後遺疤痕。初愈色素極多，日久則變



白。深層的樹膠樣腫脹，形體較大，壓之不感疼痛，初甚堅硬，漸次軟化，終至波動。其上之皮膚，初尚完好，久之則與腫脹融結，皮色亦變，終至潰爛而成邊緣銳利極深之潰瘍。(如梅毒爛鼻之類。參觀下圖，凡此惡瘡潰瘍，亦唯有「新六〇六」可治，

一針注射後，其膿液即自乾，三五日中完全收口)，須兼用「嘉色鉢」Casid's 注射。

(二) 骨質 常發於顛頂骨，(是為開天窗參觀插圖)，胸骨尺骨及鎖骨最常見的為脛骨，能使骨膜潰爛成瘡，能致骨質增多，或使骨質變性，鬆脆異常，發於骨體內，能使之變膠樣的壞死。

(三) 血液循環各器官  
甲 心臟 腫脹之發於心臟

者，多在肌肉層，大小不等，多少不同，切開始能窺見，極小之腫脹，與粟粒性結核相似。

乙 動脈 梅毒之發於動脈者極多，最常見者，為大動脈首端及腦底部動脈，因此病家常易患大動脈瘤，腦血管爆裂(中風)，及血栓等症。

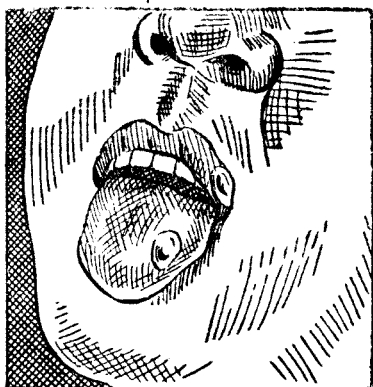
為內層變厚，淋巴細胞增多，血管腔道，閉塞不通。往往中層及外層同時亦起病理的變化，彈力纖維，漸次萎縮，終至消滅。因缺乏彈力纖維之故，是以最易發生破裂或動脈瘤等病。

(四) 神經 梅毒發於神經為極多，極利害的合併症，(所謂楊梅瘋癩楊梅癱瘓之類)。

甲 腦 膜 腫脹發於腦硬膜或腦軟膜上，為極微小扁平透明的小體，日久即軟化，其空隙由結締組織填充



(裂潰唇嘴及炎鼻) 毒梅毒胎



(母下性硬之邊舌及唇上) 毒梅毒一第

之，能致刺戟或麻痺等現象。

乙 腦皮層 腫脹發於此處，

多半使神經結節細胞及腦皮層之神經纖維與皮膚下之聯合神經纖維變性，而腦前部之症象更爲顯明，因此神經作用大受障礙，而致成進行性癱瘓症。

丙 脊髓 發生於脊髓後神經索時，能使其神經節細胞及神經纖維枯萎，而神經支柱組織反逐步增多，因致神經失其感覺功用，而成脊髓癆，腿疼行動不便。

(五) 腺類 梅毒發於腺類，

在肝臟內最多，能生極大之腫脹，能使肝內之結締組織增多，使之縮小，改變其本來形狀。是以自表面視之，常有深陷之溝，將

肝臟分割爲多段。

「新洒爾佛散」爲梅毒

專劑

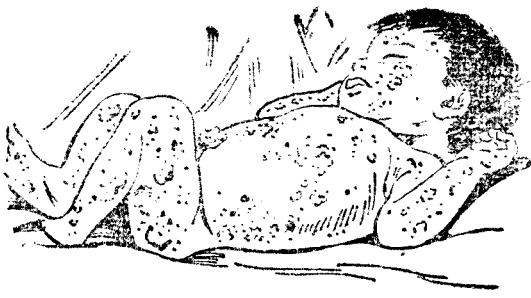
綜按梅毒病證，變幻多端，有時全不現於外，似乎完全內病，(如頭痛，骨痛，便血，胃呆，心痛，心悸怔忡，黃疸，癱瘓，麻木不仁，健忘善怒及失眠之類，說之不盡)。有時與

普通外病及皮膚病等，完全相混，不易區分。總之，凡頑固不治之症。久經各科專家療治，諸藥罔效者，皆當察其從前是否染毒，宜立刻舉行瓦氏血清反應，如係正號，即刻與以「新六〇六」注射，一針以後，保見諸症悉退。凡從前百藥罔效者，此時可見一針立效，此「新洒爾佛散」之所以長尊爲梅毒唯一特效藥也。

專門療治梅毒，惟有一新六〇六」  
及早延醫打針，可保拔毒除根。

注射「六〇六」須耐心

打完幾個完全劑



### 胎 傳 毒

凡治梅毒莫過於「新酒爾佛散」  
Neosalvarsan 之注射，而佐以銻劑  
「蘇巴錫」Cassio。

凡用「新酒爾佛散」，必須行靜脈  
注射，成人劑量由〇・三起至高達〇  
・六爲止，（遇特別情形更可減少）  
。注射距離門，約爲三日至七日，  
大率用小劑，則距離較短，用大劑則  
距離較長。初用小劑爲宜，每一全  
劑注射七八針或十餘針，凡治療梅毒  
永遠斷根，必須於一二年中耐心分明  
注射幾個完全劑。

### 乳嬰兒童可服「斯砒螺刺

脫」

現在胎傳梅毒一天多似一天，這些  
嬰兒的血管太細，靜脈注射是辦不到  
的，雖然可在頸靜脈注射，但太危險

了，所以必須改用內服「六〇六」藥  
劑，「六〇六」是絕對不能內服的，  
只有「斯砒螺刺脫」Spirocid 可以內  
服，功效即與注射一樣。

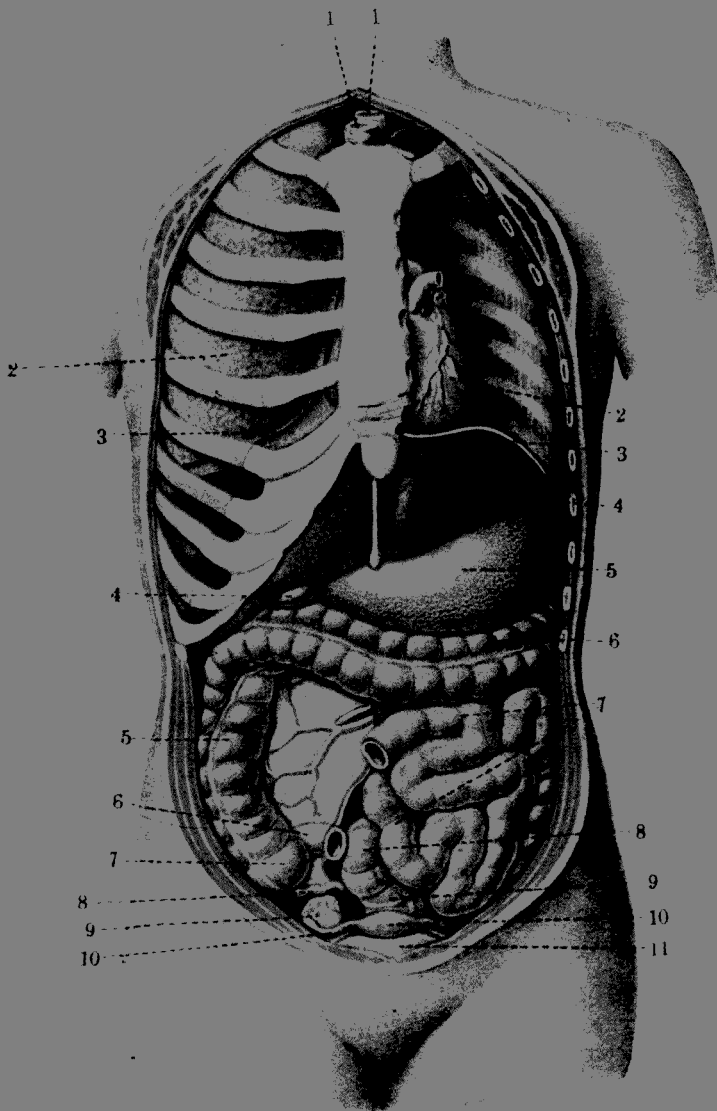
### 撲滅花柳病的唯一方法

撲滅花柳病的唯一方法，就是由政  
府負責免費澈底治療，醫生遇花柳病  
有報告的義務，每個病人強迫受治，  
不治愈斷根而中止注射的，主治的醫  
生須受重罰，用這個方法去撲滅梅毒  
。戰前北歐各國已完全成功，可見政  
府爲整個民族着想，必須獎勵花柳治  
療。並預備備大宗「新六〇六」應用  
，只有「新六〇六」足量方能澈底治  
療梅毒。



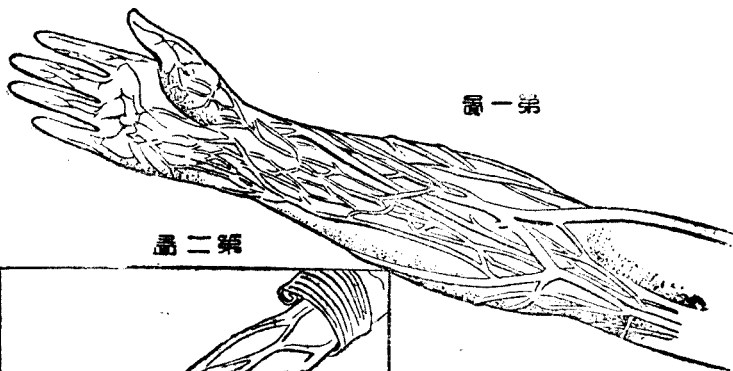
# 人體內臟圖

- |        |         |
|--------|---------|
| 1 氣管   | 1 食管    |
| 2 肺    | 2 心     |
| 3 胸膜   | 3 橫膈膜   |
| 4 膽囊   | 4 肝     |
| 5 上行大腸 | 5 胃     |
| 6 小腸   | 6 橫行大腸  |
| 7 盲腸   | 7 小腸    |
| 8 蟲樣突起 | 8 S 形大腸 |
| 9 卵巢   | 9 直腸    |
| 10 輸卵管 | 10 子宮   |
|        | 11 膀胱   |

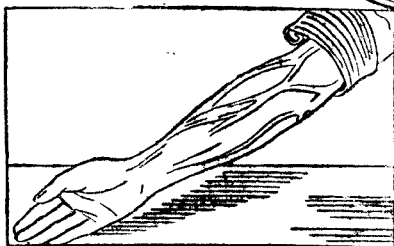




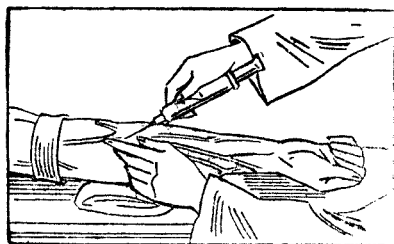
圖一第



圖二第



圖三第



**花柳病人罰金的不當**

許多教會醫院，對於就治花柳病人，另定高額罰金，還自謂爲維持風化，其實乃逼迫病人，諱疾忌醫，間接便幫助了花柳病的蔓延，照眞理看來，交媾的需要，同飢餐渴飲，毫無分別，因交媾而染毒，等於吃餚子吃得瀉肚，病者之冤，並無分別，爲什麼瀉時來就醫的不去罰他，和恥笑他，

可見宗教家的偽善面具，是完全不合眞理的。全國的病人，應當由政府免費負責治療，這是今後的金科玉律。花柳病人當然不能除外，果然辦到，每個花柳病人都受免費治療，那些偽藥偽醫自然不禁自絕，而花柳病必可限期肅清。

### 靜脈注射

「新洒爾佛散」必須靜脈注射。注射者必須技術熟練，以免誤注射於血管之外。選擇注射處，以肘靜脈爲最適宜。「新洒爾佛散」溶液。最易養化。養化之藥液毒性甚大。故注射溶液。必須現製現用。現有特別製成之溶液。名爲「聖露洒爾佛散」。用時可無製溶液之勞。又名「妙婉洒爾佛散」，專供肌肉內注射之用。均爲消滅梅毒之利器，所以現代歐洲文明國家。已稱梅毒爲過去之病。

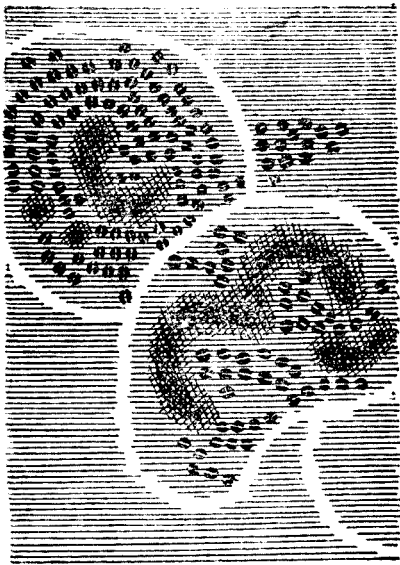
# 白濁

凡白濁之生，均由與患淋濁之人交媾傳染而來，決非濕熱腎虛以及忍精等，故無論男女，凡患白濁，均由性交而來，不得藉口託詞，以資掩飾。

凡白濁均由白濁雙球菌傳染，此種雙球菌為名醫奈塞氏所發明，係豆形

雙球菌，格郎姆氏染色陰性，專寄生於尿道涎膜，傳染以後最難斷根。

凡白濁雙球菌之侵襲人身，均由尿道口涎膜侵入，侵入後尿道涎膜即次第發炎，故有尿道灼熱，小便刺痛等現象，繼而全尿道均被波及，涎液濃汁，淋漓下流，遂成白濁矣，故白濁又名淋症。



白濁菌兩兩排列如恰兩粒咖啡豆相對

# 老白濁

凡白濁復發，其勢雖稍緩，然其性極纏綿難愈，尤難斷根，是之謂老白濁。老白濁之診斷亦最難，老白濁向來是不治之症，自從德國「烏利龍」Ulron 發明以後，白濁有化學治療的除根辦法，這才沒有人再怕老白濁難治了。

凡白濁新起其性至急，久久不治，亦能自愈，僅潛伏耳。潛伏若干時即復發作，或遇交媾，或偶因勞動，或飲食刺戟，亦能復發。

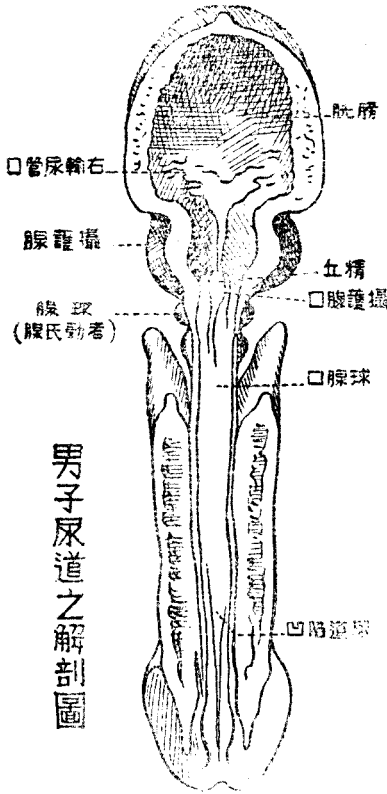
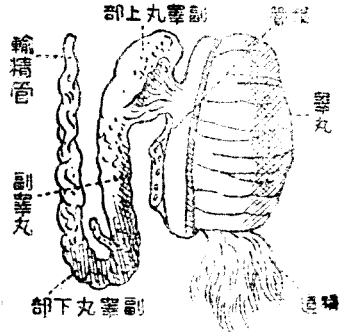
## (一) 雙球菌

## (二) 菌之團聚排列特狀

(三) 雙球菌之專寄存於膿細胞之膜內(所謂胞內菌)

凡白濁之治療，不僅在醫藥，一切飲食衛生等調理方法，亦最居重要。一切勞力，均足影響治療，或致愈後

圖解剖之丸筆副丸毒



男子尿道之解剖圖

復發。故皆須絕對禁止。性慾不節，尤屬危險，故在白濁治療期中，不妨完全禁絕房事，以此一切鎮靜神經之劑，（如「阿特蒙」Adamon「佛里耳」Valyl「盧蜜拿」Luminal「霹靂米騰」Pyramidon等）。均為治療期中輔佐藥品，因其可減輕性慾衝動也，同時忌酒，忌刺戟香烈食品，仍宜時以一試潔淨一

Levin 清腸，以免便秘，因便秘亦大足阻礙白濁治療也。

凡白濁用藥療治者，亦有局部內服及靜脈注射之分，凡白濁局部治療者，大率用銀製劑，銀製劑以「普泰哥」Protargol 為最佳，因其毫不刺戟涎膜而功效轉能深入而普遍也。

凡白濁之初傳染也，其白濁球菌多麤聚於尿道口，此時細菌僅在涎膜表面，未入細胞。尿道口但流涎而未成濁，可以劫治法，用重劑「普泰哥」溶液，每二小時注射一次，仍捏緊尿管，留藥在內，以滅其菌，即藥液亦可加濃，至次日仍檢查，用顯微鏡檢查，如仍發見白濁菌者，即須停止劫治之法，即刻用「烏利龍」「新烏利龍」。

凡白濁傳染發作後，已歷二三日者，即不得再用劫治法，菌已入細胞而仍用濃藥刺戟涎膜，此不徒無益，且

有弊害。

凡白濁患者就醫，均在大發作後，故能合於劫治條件者甚少，此時之白濁已成白濁前尿道炎，惟有用化學治療，可以澈底除根。

分娩時母親產道內倘有淋菌往往侵入小兒眼瞼腫塞發生多量膿汁瞎掉眼睛所以產後應立刻用百分之五的硝酸銀液滴入眼內



## 白濁之化學治療

按白濁菌傳染病，實是一種全身病，故應用全身治療，但自古以來，均認白濁為一種局部病患，專以殺菌劑注入尿管中與之相抗，故成績甚微，因此妄謂白濁病一染着即終身不愈，其實白濁治療，應與梅毒治療，不相上下，局部固須醫治，尤須統治全身，由全身抵抗力，自起搜滅病菌，此白濁化學治療所以為必要也。

第一標準白濁化學治療劑，為拜耳廠最先發明之：

「烏利龍」Uieron 又出新

劑名

「新烏利龍」Neo-Uieron

數年以前，各種白濁治療法，或太不便，或不適用，無有一完備者，經

一五〇

德國學者多瑪克等研究，始於最近數年前，發明澈底之白濁化學治療法：此種方法，特別對於白濁併發症有根治奇效。

「新烏利龍」之特點，在於醫治新鮮白濁亦一樣有特效，及毒性輕微，全愈率較高。

「烏利龍」「新烏利龍」之功效，係一專門化學治療作用，與「百浪多息」等劑完全相似，必須與有生機之組織以及細胞等相逢後，方起合作之殺菌作用，故其滅菌情形與普通消毒劑，完全不同。

「海而密安」是白濁症的

內服消毒劑

「海而密安」Helmitol是改良的六烷四銨。本為有名的泌尿系消毒劑，從胃腸吸收入血向尿液中排出，能殺



西東的有所裏皮分公方一

減尿液中一切病菌，在患尿道炎或膀胱炎時，多服「海而密妥」，不但有止痛消炎清毒之功，且有根治全愈之效。

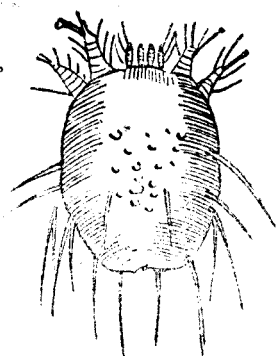
幾十年來，醫家咸奉「海而密妥」為淋濁症內服而毒唯一良藥，「海而密妥」服用簡便，毫無流弊，止痛極靈，消炎極速，藥味極佳，除專治新老白濁以外，兼治一切傳染病。

## 皮膚論

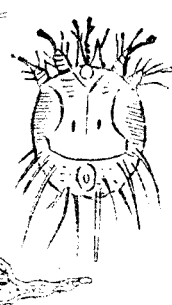
### 皮膚的重要

自古以來，皮膚不甚為人重視。凡用表皮作比方的，都是些粗淺不足論的事體。就是科學家，頂多知道皮膚也營呼吸及排泄的機能罷了。其實皮膚本身也是一個器官，他的組織與功用，且是很為複雜。我們但看有許多重病，皮膚會發斑疹，以及許多皮內





疥癬蟲放大十八倍



疥癬蟲在皮膚裏所處的隧道



疥癬蟲的體內

的接種反應，還有皮膚經火燙傷，能有致命的危險，便可知道皮膚的地位，實是異常重要。

### 火毒攻心

從來火燙傷如其損害了大片皮膚，即不免生命危險。從前誤信是呼吸障礙，現在曉得皮膚有排除毒素作用。皮膚受傷，毒素蓄積因而致命，所謂火毒攻心是也。據學者考驗皮膚作用，與副腎皮質內分泌互相關連。皮膚傷損，副腎皮質亦失效，所以近代用副腎皮質荷爾蒙注射，及單甯酸液外敷，專救火毒攻心。

### 接種的反應

結核反應，白喉類毒素反應，都是利用皮的接種，就是種牛痘，也是種在表皮方面，而反應自及於全身，於此可見皮膚確是一種富有感應的器官。

，其功力非常偉大。

### 癬疥並非小疾

皮膚的地位既如此重要，皮膚病便不該輕視，向來人總說癬疥小疾，實在大謬。許多頑癬，是與營養不良及內分泌障礙直接有關的。至於疥瘡是一種寄生蟲病，能傳染他人，更不可忽視。

### 皮膚裏寄居的惡客

疥蟲並不是微生物，簡直是個大蟲，雖疥蟲約有針尖大，如細心檢查，肉眼可見。人身皮膚並不招租，但疥蟲這惡客，一旦侵入，挖壕開溝，養兒生子，簡直是久假不歸。疥蟲喜陰暗潮濕，所以專喜生在大體陰面，如手指握手脈門臂灣小股腿灣及兩肋等處。疥蟲喜夜行，晚間被暖氈溫即出壕遊行，所以疥瘡入夜更癢，所以藥

患疥人同睡，或誤睡病疥之床，即能傳染疥瘡。營養不良的人，缺乏維他命甲，皮膚抵抗力，遇此機會，更易傳染。中國老法患疥的人，大吃紫草熬豬油，正是補充維他命甲之一法，兵荒時疥瘡也大流行，可見與營養不無有關。



縱然有華麗的衣裳  
也遮不了皮膚病的醜惡

膿泡瘡傳染性

### 「滅疥」為疥瘡特效藥

向來治疥油膏，最能汗衣傷皮膚害心腎，加以有惡臭，尤惹人厭，至於殺蟲功效，並不可靠。惟有「滅疥」Mitgai 潔淨，無臭，不汗衣被，殺蟲止癢，功效極靈。又毫無流弊，不傷皮膚，不侵內臟，不妨害職業，同時又兼治一切皮膚病，實為至上皮膚良藥。

### 皮膚所有的部屬

皮膚所以能具有偉大功用的，實因牠有許多部屬，共同工作，譬如脂腺色素汗腺毛髮等等，都是牠的直接部屬。我們看見小小一方公分皮膚，內裏實含有不少的組織。

### 「滅疥」治一切皮膚病

「滅疥」專治疥瘡，兼治皮膚化

膿傳染性膿瘡，黃水瘡化膿濕癬，及羊鬍子瘡等各種濕瘡癬，皆有特效。又治瘡癩精鼻乾癬等等。凡一切頑瘡惡癬，如鬍鬚爛腳天泡瘡等類。凡為他藥所不能愈者，皆可用「滅疥」治之，保能醫到收功。尤妙者，能專治各種癢症，如老年皮膚虛癢，神經性癢症等。

### 金錢癬

金錢癬，或名輪癬，是黴菌毛病之一。此等癬瘡皆圓似金錢，所以叫做金錢癬。金錢癬內皆云有蟲，其實一種植物性的黴菌，那種菌繁殖甚易，在天暖尤甚，就像在漿糊中及衣鞋上面的白花霉毛一般，（原來是同樣的東西）。如人血虛多汗，再加污垢，皮膚虛弱，易染此菌，即成頑癬。再因奇癢，把搔不休，指甲縫繼續傳布菌種，所以蔓延更甚，最多的傳染，

頭面金錢癬，多是在剃頭剪髮或修面時，由不清潔的剪髮店，及剃刀刀等傳染來的。用「滅疥」治金錢癬，亦有藥到病除之效。「烏利龍」油膏 Uleon-Ointment 也是治一切膿瘡惡癬的妙藥。

## 大麻風

大麻風是結核性傳染病，但是普通人也替他是皮膚病，因為他的結節潰爛，不仁壞死，都表現於皮膚，所以大麻風病人都是一望而知。自古以來



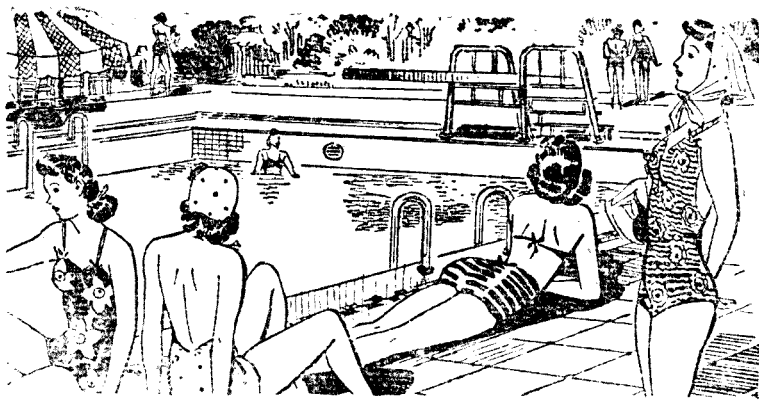
日浴可以強健皮膚

，麻風病都是認爲不救的，但自從中國人發明大風子油後，現在拜耳用大風子油製成「安爾露」治療麻風病，也有治愈復元之希望。

## 藥疹和漆瘡

有許多藥，病人多服了，皮膚會出疹子，名爲藥疹。又有許多人喫了特別食物，皮膚也會出疹子。還有觸着特別氣味，引起過敏反應，亦生皮膚疹，俗稱風疹塊，如漆瘡就是一例。

這些病理的研究至今尚未全明，但是皮膚與體內一切營養變化，有特別關係，特別感應，這是顯明的事實。所以自來皮膚病多注重內治，如砒劑的「伊拉純」Elarson，「奧拍泰純」Optarsen「所拉純」Solarson，「斯砒螺刺脫」Spirocid，都是治皮膚病的。還有「康巴隆」「多能體」Campolon Torantil 也有去毒的



功效。許多維他命製劑，能改善營養，亦能改進皮膚生活。所以營養得法的人，不易傳染一切皮膚病。尤其是疥瘡，疥蟲是專揀營養不良的人侵襲的。

### 健全的皮膚

欲令皮膚健康，第一靠營養，第二靠日光空氣，第三靠血液通暢，那便要有充分的野外肢體運動，游泳尤能鍛鍊皮膚。第四靠清潔，皮膚清潔的人少皮膚病，這一定的公式。可是為清潔皮膚用的水，大有問題，池塘內井內含腐植物質的水，看似清爽，用作浴水，往往多生瘡癬，簡直愈喜清潔，愈易染皮膚病（同婦女白帶一樣）。因此連洗浴也不用生水，（或者加消毒藥水亦佳）。普通肥皂不能殺菌，惟有「阿非舵」消毒皂 Afridol Soap，殺菌力極大，其泡沫可治熱

癬等皮病。

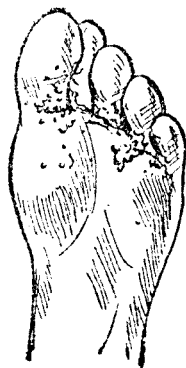
游泳池必須勤換水澈底消毒。

### 刀創藥雖好不割口子為妙

平常皮膚上面，附着不少的病菌。皮膚不破是毫無危險，皮膚一破或微傷，便有病菌侵入的危險。創口不潔，發炎化膿，甚至於送命，所以頂好不割口子。假如皮破，立刻由醫師在消毒條件下縫好。假如沒法延醫，只可自用頂好的刀創藥，「百浪太平」創口撒粉 *Prontaljin Wound-Powder*，是統治一切新鮮創口的良藥。可以預防化膿，如已化膿，則用「烏利龍」油膏 *Ileron-Ointment*，可祛膿去穢，去腐生新，瘡口長肉，第一良藥。

### 改良的碘酒

碘酒是人所共知的外科良藥，鄉下人簡稱牠「醬油藥水」。一切無名腫



瘡疥圖

毒，皮膚瘡癤，以及頑瘡惡癬，一搽上碘酒，多少總有些功效。在軍隊裏或荒僻的地方，有了一瓶碘酒，任何皮膚外症，都可對付，真是萬應良藥。可是碘酒也很能損傷皮膚，並且吸收也不易，無深入的作用，加以味臭惡劣，紫髒黃斑難看，所以不大受歡迎。現在拜耳有改良的碘酒，有他的功用而沒有他一切的毛病，那便是「乍鐵紅」Jodion。「乍鐵紅」有強大殺菌力，有放大皮膚血管作用，使患處充血，一切菌毒及腐敗毒均因液沖洗而消退。故為普治外症良藥，功力比碘酒強多，家家應置一瓶，以備應急之用。

### 「芬固爾」治爛腳疥

爛腳疥是一種文明病，都市病，因為你又穿襪又穿鞋，終年不令皮膚透氣，腳疥的皮膚失了抵抗力，病菌（

表面絲狀菌）因此便來繁殖，爛腳疥一傳上是幾年幾個月不會好的。終年蛻皮流水，臭不可言，尤其奇癢難當，市面上出售的一切爛腳疥藥水，大多用柳酸和花椒酒合製而成的。這些藥並不能殺菌，不過暫時殺癢，可是常用以後，皮膚受了過分刺激，反起硬皮，永不易愈，並且格外癢得難受。皮膚科醫師均主張用照射治療，但也並不都有效。最有效的療法，還是「芬固爾」Fungol。此藥有專殺絲狀菌之功，力能透入組織深部。「芬固爾」內含有「乍鐵紅」Jodion，能令皮膚充血，去腐生新，所以收功更速。

用法 火柴梗一枝，捲棉花蘸塗腳疥，每日一次，搽後用紗布包好。平時脚癢。切不可用手指甲亂搔。凡洗足後脚癢，多因餘水未乾之故，略塗凡士林，即能收水，水乾即不作癢，

所以不可妄搔，搔破反令絲狀菌有侵入之機會也。

## 胎產論

### 妊娠期中常識

平常懷孕之徵象，第一是月經不來，子宮腫大，前壓尿脬，因而小便頻數，後壓大腸，因而便秘，或生痔瘡，元有痔瘡者，此時因而下墜，血管神經受壓，因而有腿腫等症，小便脹痛，有時腰痛，直接影響於血液及神經者，有心跳暈厥，作噁嘔吐等象，亦有流涎，頭痛牙痛，四肢痛煩躁等象。四個月後，胎兒便能動甚微，其後愈動愈劇，臨時足月之動甚劇，如覺腹皮欲裂。

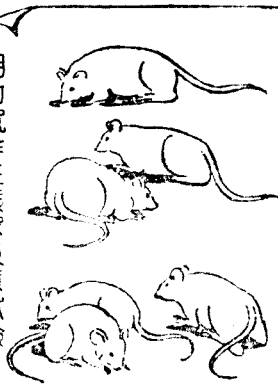
懷孕證象，不獨各個婦女所感不同，即一個人前胎後胎證象亦往往懸殊。故中國俗語有云：「行船無有習慣

，生產無有習慣」，凡婦女懷孕，每覺有證象，與前幾次懷孕不同，遂以為病，其實不盡然也，

懷孕時之體內，實介於病與不病之間。譬如懷孕時之嘔吐，不害於飲食者，仍不失為生理之常。假如終日嘔吐，惡阻不斷，不能飲食，直將黃胆汁都吐出，且本人因而消瘦脫力，則此足為險症，宜即刻設法治之以維他命荷爾蒙。在懷孕第一月，宜每日入浴，生殖器外部宜勤洗，最好於浴水中加「賜福露」Zephiran，浴缸手巾布海棉皆宜特別獨用，並須特別清潔，以防傳染。浴身水洗腳水過熱，能刺戟子宮，使胎不安，故不相宜，切須禁忌，此外泅泳冷水浴海水浴等，最好亦禁忌，至於灌洗陰戶，在健康婦人，亦當絕對禁止。如患帶濁，並有腥臭膿液下流，始可由醫生指點灌洗，（「代末剛」Devegan 治白



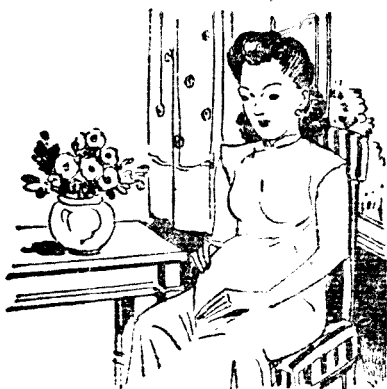
用幼鼠作妊娠尿反應試驗



帶，比灌洗好）。

室外運動及有限制之工作，乃極爲相宜之事。終日靜坐，反令胎不安，兼起陣痛，且妨礙消化。惟激烈運動及登高舉重，都不相宜。長途旅行或乘驟車馬車之類，亦有危險，暈船之婦女每在船上墮胎。

在緊閉不通空氣之室中，且稠人聚坐如戲館，禮拜堂跳舞廳之類，孕婦



因感惡濁空氣，往往暈厥，因而胎氣

不安，或至墮胎。故此等處以不去爲宜。衣服與胎亦人有關係，衣袴皆宜絕對寬舒，惟將足月時或已產胎多次之婦人，可用寬帶，束縛寬弛之腹部——以免子宮過分向前。

乳頭亦宜早加清潔，其積垢如痂如塞，宜緩緩洗去。洗時宜用冷開水加入火酒，並搽潤膚油膏。乳頭宜早設法牽出。

產前諸病  
醫師檢查  
大便萎縮  
適但勿亂  
服藥劑瓜  
熟栗蜜  
兒自松安

孕婦之飲食，仍可照常，

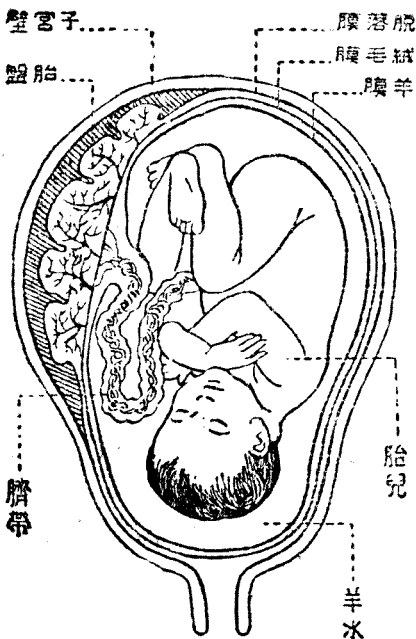
但禁食不消化及有刺激性之食物。最當忌者，卽爲發酵（發氣）易飽之食物。飲食過冷過熱，亦不相宜。臨時足月之際，飲食不宜過飽，臨晚一餐，尤戒飽食。至於害喜時所有特別嗜好，如其無大妨礙（如有毒物及不能消化之類），不妨故且聽之。

大便調順亦爲懷孕期中重要之事。

凡本來患便秘之婦人，到此期中，更爲厲害，一方面因爲燥矢結於廣腸，易增小腹部充血，腸中血脈湧脹，多生痔瘡，或本來有痔根，至此乃大發，能致劇痛，及血崩等證。療慢性便秘，可多運動，用生理食鹽水灌腸，最簡單而無害。食療法（多食蜜果醬，最好梅醬。牛乳，蘋果酒，熱水果，漿果汁，麻油蜜糖，新鮮菜以及各種滑潤蔬菜，新鮮水果。飲極冷或極熱湯液，液內再加食鹽少許）。更養成每日一定時大便之習慣，每日到一定鐘點卽坐桶上，等候大便。以此等簡便方法，行之無效或爲力不足時，始可助以輕瀉劑，參用滴腸微下各藥，尤須取其性質和平者。

孕婦之小便大率如常，惟臨時足月因胎兒長大，壓迫膀胱，致小便頻數常欲小便，或覺尿管發脹，此乃生理

上自然之趨勢，可以無慮。惟最可慮者，厥為每日尿量驟減，或尿中含有膿涎，或血液之類。此乃小便排洩器官有病之徵，不可不請醫診察。緣腎臟有病者，往往於分娩前後發極危險之病症，能致產婦於死，不可不預為之防也。惟是腎病者之尿，亦不必盡有膿血夾在其內，大率不過含有蛋白



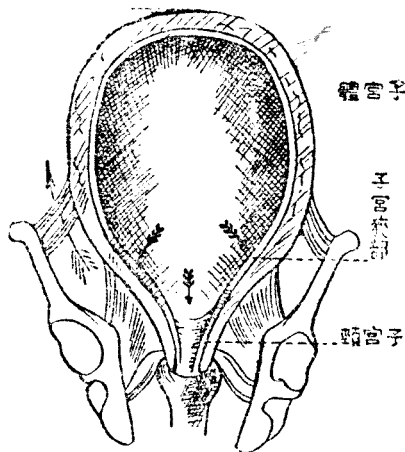
質或上皮細胞等之積。此等處如非用化學檢查，或顯微鏡檢查，但從肉眼診視，固無從窺見其癥結之所在也。故唯一妥善之法，惟有將孕婦之小便，交與有經驗之醫生檢查。不問有病無病，每隔數星期檢查一次。在妊娠後半期中，此舉尤為重要。緣子癩之後發，腎經必有先兆，此惟詳驗小便者，能得先事預防之方也。若待分娩時惡病暴發，危險較多，雖有良醫，亦難於措手矣。故孕婦驗尿，乃產科醫生應知之事。亦為衛生家

所急須提倡開導者也。最好初受孕時，即約定一產科醫生，時來診視，每逢兩星期，即擇一日，取大玻璃器具，將是日晨至暮全日小便，存於玻璃器中，器外註明姓名日期，送至主診之產科醫生驗之。凡有平民產院之地，宜早入平民產院，按期受檢查。至於孕婦受孕時之神經刺戟狀態，如煩躁鬱悶，作嘔不思飲食，疲弱困頓等，種種現象，皆不久即自能消退，可以無慮。

### 分娩

妊娠足月子宮收縮，子宮開張，子宮劇痛休作，是名陣痛。陣痛在初產婦時，較有規則，大都開始時，每隔二十或五十分鐘一次，痛時經過約半分至一分鐘。痛不甚劇，數小時後，則陣痛漸至五六分鐘一次，而痛時反較長，且漸劇。其後則愈痛愈劇，而





用之作之娩分於對痛陣

(胞環各俗) 向部內宮子：示頭箭小  
 力壓拉性心 向方之力壓施所  
 力壓拉性心 向方之

一(開口期即子宮裏外口張開時。)  
 二) 娩出期即胎由子宮經陰道而至排出之時期。(三) 後產期即胎盤與子宮內壁脫離，以至排出之時間，於是子宮即起收縮作用

休息期則愈短，終至一二分鐘一次。臨產時甚至休息時只數秒鐘。至分娩後，則陣痛立止，至胎盤下時，復起微痛，經產婦之陣痛，則不甚規則，有痛時甚久者，有痛二三陣即生者，有開始即二三分鐘一次者。緣其生產之多寡，產道之鬆弛，各有不同故也。

腹壓之生，係腹部肌肉之收縮，而半可藉產婦自主之促動。若胎兒已娩至陰道時，則腹壓自然加增。兒頭愈前，則腹壓愈大，是名壓痛。如壓痛生後，則產婦必自然同時隨之呼吸，逆氣壓使下，助增腹壓，故外可以察出。此種狀況發生後，則胎兒娩出期必不遠矣。

胎兒分娩之經過

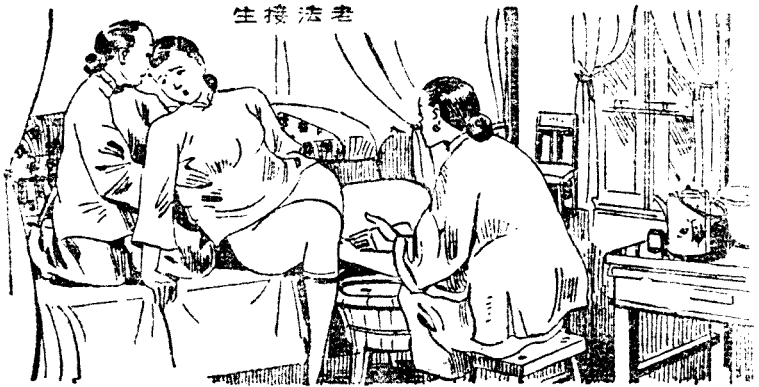
總分三時期：

產後期



充分發育的嬰兒在母胎內平均二百八十日

小兒產後，則第一須注意者，即胎盤之剝離。普通在小兒產後三五分鐘，至遲二十至三十分鐘後，起一輕微之陣痛。胎盤即自剝離，有時即自娩出，決不需人力幫助，切忌於腹部揉搓擠壓，或拖拉等。因蓋胎如已剝離



，則無須助力。如未剝離，則拖擠無益，且蠻力拖下，則必有胎盤殘剩，留於子宮壁，或血管不規則之破裂，有大出血之患。胎盤殘剩，留於子宮壁，則必有繼續出血之患。

### 產褥期

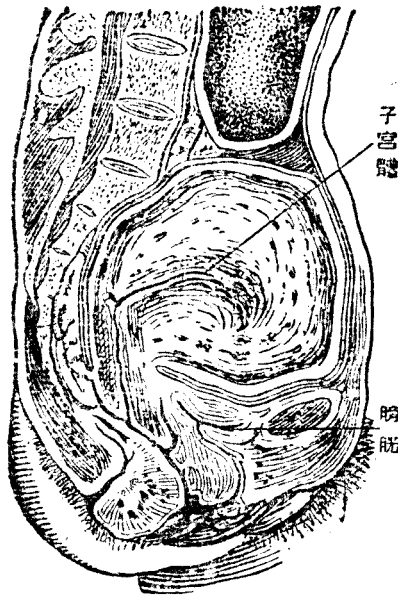
胎盤分娩後，即須詳察產婦陰部，有否破裂，後拭其下部血污，墊以消毒月經帶。小腹部署以腹布，使其兩腿並置，令其靜臥，此後即產褥期開始矣。是時產婦名產褥婦，產後二小時，須察下部血帶之多寡，防其有弛緩性出血之患。產婦於妊娠時，身中各部變態，都於產褥期中恢復。最須注意者即子宮之收縮，須察子宮底之高下，以定其收縮之快慢。初產後一二日，子宮底約平臍部，全體約如飯碗大，其後逐漸收縮，至第九日，約平恥骨，於腹外不易摸出。如產婦哺

乳，則子宮收縮較易且快。普通六星期後，子宮即完全恢復原狀，胎盤附着處裂痕即平復。

### 惡露

子宮內壁表面脫膜，於產後即退化碎弱，於是子宮內膜及子宮頸陰道，同時排洩一種液體，色黃而味臭，是名惡露。在產後三四日中，完全與血相混合，或漸漸血分減少，則惡露亦轉淡色。其後逐日減少，色亦漸淺，至三四星期後，即完全退盡。但有在產褥婦起坐行動時後，重來血陣一二日，此大都因震動之故。二三日後即止，無關緊要也。子宮陰道段，於產後十餘日即復原。子宮內口復合，外口仍稍張。子宮口生育後即成橫扁形，陰道內壁因收縮而成皺摺，輸卵管及卵巢漸復其原來位置。其餘體中器官，亦同時恢復其原狀。產婦分娩時

，因失血甚多，均面呈貧血色。但恢復甚快，三五日後，面色即轉紅潤。大多產婦於分娩後，畏寒或寒戰，是皆因失血過多而起，為普通現象。如體溫加增，及繼續寒熱，則為病象矣。體溫在產後第一日，常加增至攝氏三十七・七度至三十八度，亦為普通現象，至三四日後不退，即須注意矣。



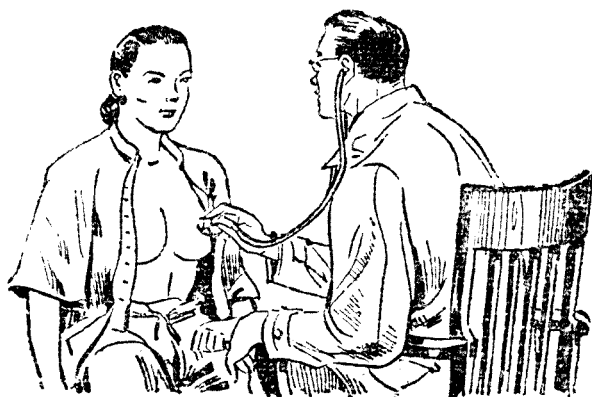
產後第一日之子宮情形  
產後子宮忽起小輪其後部乃向前下垂

。健全之產婦，體溫完全正常，脈搏則於第一星明中，必特別減少，至每分鐘五六十跳。呼吸則於產後漸平均，小便於二十四小時中常閉塞。大便亦大都患便秘，至第三日無大便，則須與以輕瀉劑，或灌腸，或用甘油錠等。小便閉塞至二十四小時後，即須設法。最初與以利尿劑，或用溫熱

覆於膀胱部以刺戟之。非至不得已時，不可導小便。產褥在最初中，出汗甚多。於濃睡時尤甚，亦為普通狀況。食物於最初二三日中，宜清淡。最好流質，忌鹹不可太甚。切宜保護其食慾，食慾佳良，則一切易於復元。產婦於產褥期中，常嗜飲水，大約因哺乳及出汗多，體中失水份之故。產褥期中之血量，普通第一二日較多於平常月經。約三四日時，則與平常月經同，五六日後漸少漸淡。

### 產褥期中攝生

產褥婦在最初一星明中，宜絕對靜臥，六七日後，方可起坐。十日後，雖可離床，但在四星明內，總不宜多走動，凡早起或多勞。暫時雖覺無礙，但內部不免受傷。蓋身體各部在妊娠中，已受障礙，分娩中，復多受損失，兼起變化，故非絕對靜養，不足以資恢復。即外生殖器之創痕，亦於靜臥中易於癒合。一經勞動，不



獨苗創不易復元，且有續生新創之患。陰部宜於每晚用消毒水洗拭，此外每次大小便後必須用溫水洗滌。前後陰外部。所有月經帶，在產褥最初時，宜消毒，並須勤換，子宮底之高低，宜每日考察，藉知其復收縮，正當與否。血量之多少，亦須每日留意。除有特別原因外，切忌內檢查，以免外面病毒及微菌侵入內部。但五六星期後，須內外檢查一次，察視子宮之大小，及位置，是否復原，有否子宮傾屈，及與他部錯結合等。產褥婦於四星期內，不宜外出走動，產褥中須運動與否，各說不同，故不多述。

### 發乳

在產褥二三日中時，乳腺中開始排洩，發出已成熟之乳汁。於是乳部即漸腫脹緊硬，有時連帶及腋窩

之淋巴腺亦腫痛，是時產婦覺不適，十有八九體溫微增，（約三十八度左右），是為發乳熱。因乳腺中造成乳汁，排至乳管，積於乳部，一經吮吸，乳即流出。哺乳期在十二個月內，乳汁分量及其中成份大都正常，至十二個月後，即漸退化，故普通嬰兒，於十二個月後即須斷乳。

### 產後出血

乳汁分量多少，各有不同。其原因甚多：（一）產婦之健康。（二）產婦之營養。（三）乳腺之多寡及其發育與否。（四）嬰兒食量及吮吸力。

凡後產期如出血過多，可注射一公撮「格樂維妥」Gravidol。此乃人造麥角精，其功效及性質，均較麥角精為優良。乃專門收縮子宮，催下胎衣及止血之要藥。無論何種血崩，注射「格樂維妥」在數分鐘之內，即可立



止。如胎衣已下，而子宮弛緩，血崩不止，可用「赫破勞辛」Hypophysin 與「格樂維妥」同時肌肉注射，可使子宮立刻復原。長時間收縮，可以立止血崩。凡產婦之產後第一日，最好均為之注射「格樂維妥」一針，或

內服「格樂維妥」片，預防各種產後出血。

### 產後遺患

很多婦女，因生產之故，貽留病患，如月經失常，過分發胖之類。推其原因，均由內分泌腺障礙之故，關於生殖體系之內分泌腺，係腦下垂體與卵巢之關係為最。

大凡此等病症，宜於開始變化時，即用內分泌治療，以免其成為貽患。

此種內分泌治療法，以腦下垂體前瓣刺戟素「百樂朋」Preloban 為主要藥

。每日三服至六服，每服一片，連服

十四日之久，然後注射卵巢刺戟素「溫敦」Urdin 一萬單位二三次，可

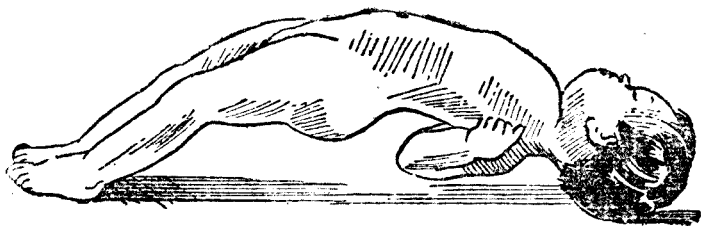
使久停之月經重來。並可使新陳代謝，復歸於正軌。「西冷」Cyren 為

人造之卵巢刺戟素，價廉而功力相等。又此種新陳代謝病症，每與甲狀腺

有關，故除上述兩種內分泌刺戟素外，宜參用甲狀腺製劑「益利特靈」Eltiran，非常有效。凡服「益利特靈」則須每日一片，即足以增強腦下垂體製劑之功用。而卵巢之原動力，亦立刻恢復其功能。故內分泌治療在產婦科中，當居最重要之地位，醫師臨症，不可不知。人工合成荷爾蒙，功力強大，而價值便宜。所以「西冷」及「西冷B」為婦女界日常應用之良藥，既能通經止痛。又能增加健

### 婦女的白帶

慢性白濁，當然是白帶不斷的大病根。但營養不良及內分泌病，亦可引起頑固性的白帶。此外浴水不潔，亦是傳染白帶的大原因。有種寄生蟲，名為陰道梨形鞭毛滴蟲，這原是水裏的寄生蟲，勤於游泳或入浴的婦女，



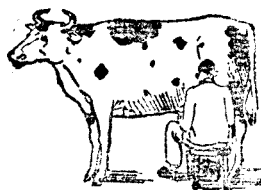
在臍帶脫落創口長滿以前這顆人的手和攪臍帶的一切物品都要嚴重消毒否則易侵入破傷風菌患破傷風病病發後體溫昇高頸關節強直不能嚙乳初起種種痙攣至後全身強直呈弓狀這時已無法挽救

往往傳染此蟲。由浴水侵入陰戶陰道，致成陰道炎。結果帶下不止。據專家報告，患白帶的竟有百分之六十，係滴蟲傳染。防治的方法，第一要浴水消毒，第二用專治白帶及滴蟲的名藥「代未剛」Devagan。浴水必須消毒，否則易染白帶及皮膚病。

## 保育論

### 嬰兒入世第一劫

女曰嬰男曰兒，因為社會經濟制度的不良，愚民重男輕女，演出溺嬰的惡習。從前的育嬰堂，即是消極救濟這種惡習的地方，據粗疏的統計，中國女人並不多於男人，但重男輕女的觀念，仍未剷除。民生經濟的不良，非痛加改革不可，我是絕對主張嬰兒國有，嬰兒公有。



母乳比牛乳好第一直接從母親的乳房吸乳最為清潔決無攪雜細菌之虞牛乳雖嚴密消毒總難絕對的無菌第二母乳中含有各種免疫體可使小兒抵抗各種病菌第三母乳中含有小兒消化時很重要的酵素故用母乳營養比用牛乳營養佳良



溺嬰是有意的罪惡，同時也有無意屠殺嬰兒的。那便是在產兒時，村農盛行敵臍。及用門後塵土按臍帶的惡習，這是造成破傷風癱的唯一原因。嬰兒因此發癩搖擗角弓反張，俗名臍風。山東有箇縣裏，百分之六十的嬰兒在初生十天內死於臍風。死於臍風的，竟佔百分之六十。實在是摧殘民族的大劫。政府負責管理，孕產接生，在這大戰後，尤屬必要。

### 人奶的重要

中國人得天獨厚，厚在那裏，厚在嬰兒入世，都有人奶吃。人奶尤其是親娘的奶，是嬰兒自己帶來的食糧。嬰兒吸下去，不須消化，直接入血，簡直比輸血的功力還捷。不但營養力至高無上，還給與嬰兒身體以無上的抵抗力。抵抗一切疾病。新人物迷信的煉乳奶粉等等洋貨，實在背天忘本

，誤盡蒼生。

### 奶媽的兒子吃什麼？

嬰兒無母奶，雇奶媽，這也是一個



最合衛生的良法。因爲人奶究竟高於一切。但就整個民族衛生講，奶媽的兒子吃什麼？這也是值得研究的一個

問題。一個民族的嬰兒，該是絕對平等的。

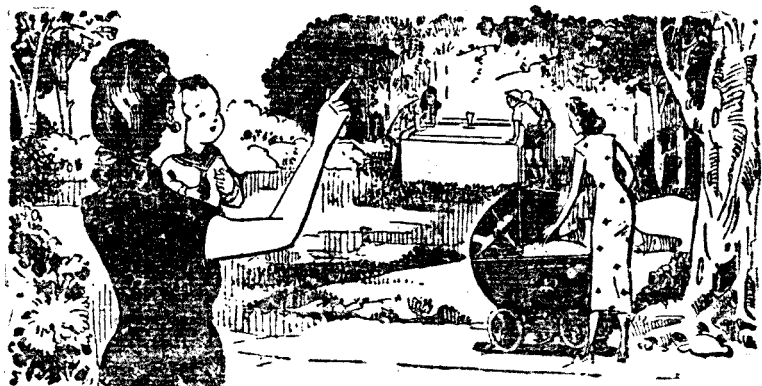
### 米湯賢於牛奶

小兒的身體含水分很多夏天比成人更會出汗尤其在發熱的時候更覺需要水分所以

萬不得已時，用牛奶或羊奶喂嬰兒。幾乎是各民族共有的見解。可是牛奶的蛋白質和脂肪，都是嬰兒所不易消化的；所以非稀釋不可。稀釋以後。養力既差，反能作瀉。惟有加入米湯，可以得到牛奶養力，又不腹瀉。則因爲米湯既能維持天然乳的膠性狀，又能輔助腸內良性兩又菌的發育，所以

少少牛乳，多多米湯，反能使嬰兒肥壯。

中國的奶糕，實有即付專家實驗與



檢定之必要。

### 蔬菜補血健骨潤腸助發育

新鮮綠葉蔬菜，是每個乳嬰必須的副食料。嬰兒到二三個月大，就該用綠葉湯喂他。再大點就可每日吃菜泥，還有水菓泥，橘子汁，西瓜湯，都是好的。

### 蛋黃不讓奶油及肝油

奶油就是西康同胞吃的酥油，的確是好東西。可是舶來品太不經濟，還有魚肝油也是洋貨。我們的嬰兒。須要補充脂肪及維他命甲等，能有自產的酪油喫最好，否則用蛋黃最佳。嬰兒的胃不能消化蛋白，但能消化蛋黃。一天給乳嬰三個蛋，蛋白給母親吃，蛋黃給寶寶吃，實在不亞於奶油肝油，用不着送錢給美麗的包裝。

### 鮮豬肝治嬰兒百病

肝裏面含的寶貝太多了。維他命荷爾蒙酵素，色色都有。還有許多未經發明的要素。但曉得，事實上肝可治乳嬰營養不足，體重減輕，貧血，皮膚乾燥，腹瀉不止，種種惡症。新鮮的豬肝，應當多給兒童吃。

### 外邊空氣乾燥

大人固應多到屋外享曠野的空氣，兒童尤應多在屋外受日光空氣的營養。人的皮膚，是一個富於感應的器官。皮膚受日光燥氣的鼓盪，能引起有力的反應，那便是紅血球的增加，新陳代謝旺盛，體力活潑，精神愉快。顯而易見的就是胃口大開，食慾增進，因此體重增加，兒童常在外，每天不斷，還可鍛鍊皮膚。鍛鍊肺，能耐寒能耐風，可以減少傷風，受涼的病。都市兒童，比鄉下兒童容易感冒，就是少在屋外鍛鍊的原故。屋內空氣



潮濕，屋外空氣乾燥，所以小兒從乳  
 嬰起，就要讓他多受屋外好燥空氣。  
 至少每日早晚兩次，夏天風涼，冬天  
 晒太陽，就是有冷風也用不着怕。

### 身體要從小鍛鍊

中國有句老話「要得小兒安，常帶  
 三分飢與寒」這三分飢寒便含有鍛鍊  
 的意思。嬰兒飲乳須有定量，最好家  
 中備秤，先稱後吃，奶吃若干分鐘，  
 再稱一次。一哭便吃，及任意多吃，  
 傷飽失飢，總非好事。至於衣服要乾  
 燥寬鬆，不宜包紮過緊。並須清潔皮  
 膚，天天洗澡。常在屋外生活，如此  
 從小鍛鍊，長大必定健強。尤其家族  
 中人多肺部不強的，所有孩子們更宜  
 從小就鍛鍊，當然由漸而入的，才教  
 鍛鍊。

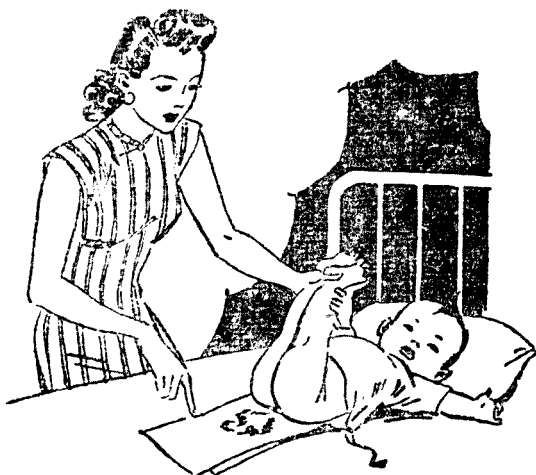
### 尿布要用新布絨布

尿布要用吸水能煮能消毒，不傷兒

童皮膚。尿布應當屬於嬰兒服裝的一  
 部分，不應該專揀破舊污爛的布做尿  
 布。并且尿布最好用白布，因為檢視  
 糞便顏色的時候，易於辨別。這是嬰

兒看護的日常功課。尿布必須勤換，  
 不可太貪懶省事。

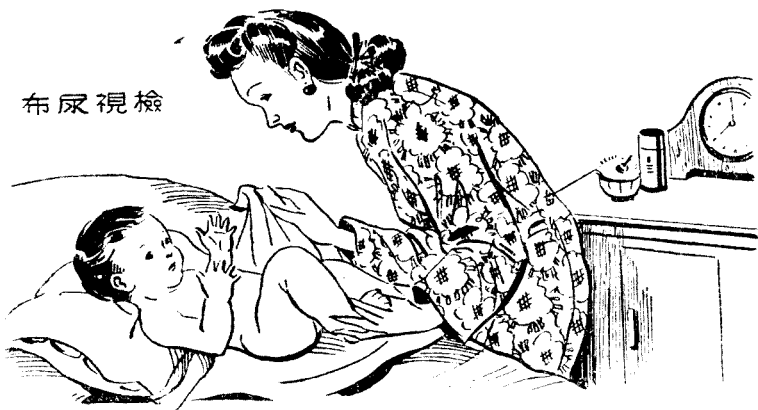
### 孩的習慣也從乳嬰時 訓練



乳齒收積狀  
 兒色力化粘  
 無狀排如  
 疾一水色部  
 大種便如色  
 可抵酸腸瀉  
 從奧腸粘瀉  
 莫如內膜排  
 便腸生便血  
 上內蠕就便  
 觀動常排乳  
 察動常排乳  
 雙刺酸粘中  
 腸或胆便分  
 的腸汁內太  
 實粘色混少  
 便膜索白脂  
 量吸被白脂

嬰兒  
 的哭並  
 非苦痛  
 ，也並  
 不是要  
 求。大  
 人糊塗  
 ，每遇  
 兒哭，  
 便去抱  
 他，久  
 而久之  
 ，嬰兒  
 便覺得  
 哭是要  
 求人抱

## 布尿視檢



的好方法，其實護理嬰兒的按時哺乳，按時洗浴，按時換尿布，按時給開水吃，嬰兒自可終日不會哭。即是哭也不必去理他，實際人生教育，從搖籃裏便該開始了。尤其這守秩序的習慣，必須從乳嬰就訓練。

### 睡眠有定時

初生乳嬰幾於全天睡，睡眠當然爲兒童最要緊的事，但也要養成定時的睡眠。最好規定，夜間不授乳，即哭得聲啞也不睬，總要令嬰兒睡全夜。較大的兒童，餐後一定迫令睡中覺。每晚準八時上床，早晨七八時或六七時起身。決不能兒童們也隨着貪玩的大人們，昏天黑地的深夜不睡。

### 飲食有定時

成人每日三餐，國難期中，多已

一天兩頓，兩頓的確是足夠，可是嬰兒每日必須吃四五六頓。初生乳嬰，一二個月內每天應吃六頓，每三小時喂乳一次。從大早六點鐘吃頭頓起，到晚九點鐘吃末頓止。（六、九、十二、下午三、六、九、）決不可誤時，每次吃若干分鐘，也有一定，不可或多或少。

### 乳兒飲食單：

第一二個月只餵母乳，每隔三小時一次，一天六次。

第三個月母乳同上，上午九時加一茶匙橘汁，一個月內漸漸加到一羹匙（番茄汁生菜汁均可）。

第四至第五個月，母乳五次，上午六時十時下午二時六時各一次。上午九時一羹匙果汁菜汁橘汁，漸漸加到二食匙。

第六個月母乳五次同上，上午九時

# 菜泥橘汁是嬰重要補食食品



二匙匙橘汁，正在上午十時一次乳前，用茶匙餵一二茶匙米麥粉糊，一個月內漸漸加到一匙匙。

第七個月母乳五次同上，上午十時一匙匙橘汁，正在上午十時和下午六時二次乳前，用茶匙餵一至二匙匙，米麥粉糊，下午二時一次乳前，餵一茶匙菜糊，（菠菜莧菜紅蘿卜等），和菜汁同吃，一個月內漸漸加到一匙匙。

第八個月一切同上，上午十時一次乳前給一片燒餅饅頭，餅乾或硬麵包。下午二時一次，乳後餵一匙匙鮮生豬肝球和菜糊，每星期可一二次。

第九個月試斷，下午十時一次母乳。一日只餵四次了。繼續吃米麥粉糊，或米麥粥菜糊。時間同上，繼續吃一匙匙橘汁，每星期一二次鮮豬肝泥和菜糊同上。下午六時一次粉糊，有時可以洋芋泥代之。目的是叫乳兒嘗

嘗洋芋的味道。

第十個月試斷下午六時一次母乳，用六兩微溫牛奶，裝入奶瓶內吸食。

上午九時繼續吃橘汁，上午十時和下午六時兩餐，二至三匙匙米麥粥上可加二兩熱牛奶，調味同吃。下午二時一餐約給 $1/4$ 杯蔬菜湯，（即 $1/4$ 杯牛奶，如一二匙菜糊加鹽調味）。一匙匙洋芋泥，少加奶油，一匙匙果糊，一片硬麵包乾。二星期後，上午十時一次母乳，也用六兩微溫牛奶替代。

第十一個下半月，上午六時一次母乳，也用六兩溫牛奶替代了。以後食單的改變如下：

上午六至七時八兩溫牛奶  
 上午九時二匙匙橘汁  
 上午十時二或三匙匙米麥粥，加二兩熱牛奶調味。六兩牛奶，裝入奶瓶吸食。一小片烤麵包，（要脆要鬆練習咀嚼）。下午兩時，半杯蔬菜湯，

乳嬰宜習慣獨睡，  
食飲便尿宜有定時。



(二食匙菜糊加牛奶作湯)。一食匙洋芋泥，少加奶油，一茶匙蛋黃，(亦可放在洋芋泥或火烤麵包上餵之)。蛋黃每星期吃三四次，漸漸加到一個整蛋黃爲止。每星期一二次，肝球每次一食匙。一食匙少刺激性的水果糊，(如蒸蘋果熬香煮熟透的桃子等)。一小片烤麵包。

下午六時，二食匙米麥粥，加二兩熱牛奶調味。六兩牛奶，裝入奶瓶內吸食。一片烤麵包，月底加一食匙蒸熟水果糊。

總之給乳兒新的食物，必須一樣一樣的加。即斷母乳也必須一餐一餐的減。這樣乳兒才不致因爲改變食物而生嘔吐下痢等病。

保護優良菌種

小兒大腸裏有種兩叉菌，是優良菌種，小兒腸裏有了他，那廣腸菌及腐敗菌便不易侵入，便可免掉腹瀉發熱，及消化不良諸病。小兒吃米湯米粥



勿忘種痘



齒牙治矯

，是保護優良菌種的唯一妙法。所以斷奶的孩子，飲食裏牛奶米粥蔬菜蛋黃水菓是同等的重要的。較大的孩子，可以吃飯，但蛋黃蔬菜牛奶，還是必要的輔佐食品。只有飲食調理得法，方能保護腸內優良菌種，優良菌種得保護，才可免掉腹瀉，而得充分滋養，正常發育。

### 大小便洗浴有定時

嬰兒時代，便養成大小便有定時的習慣。不但母親省力，且可免得將來有便秘及痔瘡等痼疾。還有每次大小便後，必須清洗下部，隨時撲粉，最好便後洗浴。每日洗浴也有定時。尿布要消毒，每次換下的尿布，均用開水煮過，不可一次疏忽。

### 乾滑石粉

市售爽身粉，握有香料，刺激皮膚，嬰兒不宜用。必須自備消毒淨滑石粉，貯於石灰箱中，使絕對乾燥。用爲撲粉。雖然不香，而功效較佳。夏



日小兒頭生濕瘡，俗名黃水瘡，誤用油膏，封熱於內，立刻蔓延，且發高熱，往往久治不愈。此等黃水瘡，及一切濕瘡，若將一切藥洗去，專用全乾滑石粉，立刻炎退瘡乾，身涼哭止。所以有兒之家，不可不知此法。不可不備乾滑石粉。

### 避免一切傳染

六個月內的孩子，感染性很小。尤其是大人的疫病，不易傳染。即是較大的兒童，也有很好的抵抗力，抵抗大人的傳染病。可是對於兒童傳染病的感染性極大，遇到兒童傳染病，如天花猩紅熱麻疹百日咳之類，一碰着就傳染。還有許多在成人並不爲患的病，一傳染到兒童，就會十分險惡。所以一兩歲嬰孩，宜妥密保護，避免一切傳染。最好不與陌生人接觸，旁人家孩子如不准知道是完全健康的，最好勿令與自家孩子一同玩。因此幼稚園裏先生，最要注意每個孩子有無



小兒日浴

生病，及其家中或親戚中有無傳染病。這是絲毫不可大意的，孩子是乾柴，傳染病是烈火，遇着就燬。

### 百日咳是大點孩子的災星

百日咳的死亡率很高，但是人不大怕牠，就是因爲牠比較慢性的緣故。其實這個病非常危險，傳染甚快，實在是學齡兒童和學齡前兒童的災星。不必說這個病會轉肺炎，會送死，就講那哮喘咳嗽（俗名天哮喘）的痛苦，往往噴得出血，飲食完全嘔出，也就夠難受了。專治百日咳漿苗「飛散特靈」Physantrin，可早請醫師注射。至於癆咳發作的時候，用「盧蜜拿」Luminal或「普蜜拿」Prominal，可以鎮癆。最好還是預防傳染，沒有病的孩子，趕快離開。積極的預防，還該從鍛鍊身體做起。大人要鍛鍊，孩子要鍛鍊，乳嬰也要鍛鍊。在這世界混戰民族相搏的年頭，鍛鍊尤爲要緊。

# 目錄

## 家醫

### 營養論

九一—七

吃的問題 人類的食料 我們要多吃脂肪

助 人身必需的維他命最好從食物裏來

米是主要食品 米皮細糠裏的寶貝

腳氣病是什麼？ 維他命發明的歷史

細糠（紅米皮）專治腳氣病 維他命乙發

明史 缺乏維他命乙1的病不一定是腳

氣 米上應注意的 米湯不可拋棄 米

要選上等米 一顆米的損失 米不可獨

吃 吃菜與吃飯一樣重要 每人一個雞

蛋的運動 小孩子最好吃蛋黃 食物中

看不見嚥不出的鹽類 要養成樣樣吃及

常換口味的好習慣 最重要的維他命

肝氣病何以多在夏天發生並在病後發生

維他命的重要 維他命與荷爾蒙之分別

維他命之消耗 維他命缺乏病之危險

水溶性維他命……………二六一—二

維他命乙1 一般維他命乙1缺乏病象

戒煙後應用「培他生」調理 維他命

乙2 維他命乙1之各部要素表 維他

命丙 生理作用及藥理作用 要素P

維他命丙的損失 油性維他命 維他

命甲生理作用及藥理作用 「復康」

維他命丁 「特大肥」 維他命戊

消化論……………二五—二五

消化器 膈子 乳糜管與腸絨毛 腸消

化之病 「凡食泰」

胃病……………二五—二五

胃口不開 消化不良 胃氣痛及胃酸過

多 便秘 「一試潔淨」 腹瀉 「愛

兒杜方」 「貝代明」驅蛔蟲

感冒論……………二〇—二〇

多年咳嗽變成癆 傷風不是小病 維他

命甲乙丙都可以預防傷風 傷風頭痛及

傷風咳嗽 「克利西佛」為最好宣痰藥

疼痛論……………六五—七

疼痛 「加雷」止一切疼痛 痲痺痛

頭痛 腹痛之狀況及其治療

癆病論……………七三—七九

肺癆 肺癆之經過與證象 肺癆病預防

吐痰及手帕與紙的禍害 普遍的清潔

肺病傳染小孩 室中空氣潮濕不衛生

潮熱 失眠 咯血 血的鑑別 維他

命丙止血 吐血病人飲食 肺病人之

營養 發痰簡便法 不用麻酔劑

傳染論……………九二—九七

細菌傳染病 染疫人是疫的來源 生水

如毒藥 中國茶最衛生（保存好習慣）

西瓜含維他命 蒼蠅傳帶病毒 紗窗

窗罩防蠅 快打防疫針 四合疫苗 白

喉預防接種 快打血清 普遍的免疫法

瘧疾論……………九七—一〇五

瘧蚊 瘧蟲 瘧病蟲 「百司母因」與

奎寧同用 瘧疾的名稱 每人一頂帳子

的運動

中國黑熱病歷史及地理……一〇五——二

天然的酣睡 安眠藥 「伊惟本」

沒有流弊的催眠藥 「阿特策」 「

症的内服消毒劑

大脾病 痞塊病 黑熱病症象 另一個  
大脾病

福眼錠」

皮膚論……一五——一五  
皮膚的重要 火毒攻心 接種的反應  
癬疥並非小疾 「滅疥」為疥瘡特效藥  
皮膚所有的部屬 「滅疥」治一切皮  
膚病 金錢癬 大麻瘋 瘰癧和漆瘡  
健全的皮肤 改良的碘酒 「芬園膏」  
治爛腳疥

痢疾論……二——二四

睡眠論……三元——三

蟲癩與菌痢之治療 痢疾證象 「雷佛

兩性論……三三——三  
生殖器 一、女性內生殖器 二、男性  
內生殖器 兩性生殖器的成熟 手淫的  
百分率 精蟲的浪費 什麼時候最容易  
受胎？ 卵巢素與黃體素合作

胎產論……一七——一六  
妊娠期中常識 分娩 產後期 產褥期  
惡露 產褥期中攝生 發乳 產後出  
血 產後遺患 婦女是白帶

血液論……一五——三

性病論……一七——一七

保育論……一六——一七  
嬰兒出世第一規 人奶的重要 蔬菜補  
血健骨潤腸助發育 蛋黃不讓奶油及肝  
油 鮮豬肝治嬰兒百病 身體要從小鍛  
鍊 小孩的習慣也從乳嬰時訓練 睡眠  
有定時 飲食有定時 乳兒飲食單 大  
小便洗浴有定時 乾滑石粉 避免一切  
傳染 百日咳是大點孩子的災星

血是生命源泉 血液的多方面工作 刮

梅毒之危險 大瘡是從西洋來的進口貨  
梅毒遺禍之大概 第一期梅毒 第二  
期梅毒 「新六〇六」(新洒爾佛散)為  
惟一除毒聖藥 第三期梅毒 注射「六  
〇六」須耐心打完幾個完全劑 乳嬰兒  
童可服「斯批螺刺脫」 撲滅花柳病的  
惟一方法 靜脈注射

胎產論……一七——一六

彩和擰痧的妙用 血液有殺菌力 肝能

性病論……一七——一七

胎產論……一七——一六

清血毒 惡性貧血 肝治貧血的發明史

「康巴隆」為第一標準肝製劑 女兒

胎產論……一七——一六

瘰的治法

內分泌論……二二——二五

胎產論……一七——一六

化學的人生 內分泌 閹割的影響 未

老先衰 荷爾蒙互用之效 頑劑扶老之  
功 血壓高：「局卡潑拉」「恩託同」  
「保妥耐」 降低血壓：青維甯

胎產論……一七——一六

健補論……二六——二九

白濁……一四——一五

胎產論……一七——一六

逆補的問題 「拜耳健身素」 人身長

老白濁 白濁之化學治療 「烏利龍」  
及「新烏利龍」 「海而密妥」是白濁

胎產論……一七——一六



# 對症用藥表

## 一畫

- 一切出血症……………「康泰」……………三三三
- 一切疼痛……………「加當」……………六五
- 一切皮膚病……………「滅疥」……………一五三

## 二畫

- 人工合成女性荷爾蒙……………「西冷」……………一二六
- 刀傷……………「百浪太平洋創口撒粉」……………一五五

## 三畫

- 小兒發育不良……………「培他生」……………一六
- 小兒瘰癧病及出牙時……………「維剛妥」……………四二
- 小兒腹瀉綠便……………「愛兒杜方」……………五七
- 小兒梅毒……………「斯砒螺刺脫」……………四三
- 大麻風……………「安癩露」……………一五四

## 四畫

- 牙肉出血……………「康泰」……………三三三
- 化痰……………「克利西佛」……………六四
- 月經痛……………「加當」……………六七
- 女兒癆……………「康巴隆」「斯砒螺刺脫」……………一〇

## 五畫

- 甲丁維他命缺乏……………「特太肥」……………四二

- 白喉……………貝靈「白喉抗毒素」……………九六
- 白帶……………「代未剛」……………一六五
- 白濁……………「烏利龍」「新烏利龍」「海而密妥」……………一五〇
- 失眠……………「阿特靈」「伊惟本」「福眠錠」……………一三一
- 皮膚消毒……………「阿非蛇藥皂」……………一五五

## 六畫

- 老年人血管灰硬……………「局卡潑拉」……………一二四
- 血壓高……………「局卡潑拉」「恩託同」……………一二四
- 百日咳……………「飛散特靈」「盧蜜拿」「普蜜拿」……………一七三

## 七畫

- 妊娠惡阻嘔吐……………「康泰」……………三四
- 佝僂病(小兒顫骨病)……………「維剛妥」……………四一
- 助長兒童發育……………「特太肥」……………四二

## 八畫

- 抵抗傳染病患及頑瘡惡癬……………「復康」……………三九
- 乳嬰消化不良……………「愛兒杜方」……………五八
- 治頭風止痛劑……………「加當」「芬那錫吞」「羅瓦而精」……………六八
- 治頭風血管劑……………「來克諾」「保妥爾」……………六八
- 性慾減退及未老先衰……………「安樂根」……………一三三

## 九畫

- 胃口不開(因胃酸缺乏)……………阿即多耳配符新……………五二
- 胃酸過多……………「益多納」……………五四
- 便秘……………「一試濼淨」……………五六
- 疥癬……………「滅疥」……………一五三

十畫

「神經痛」「病後失調」「培他生」..... 一六  
 骨折骨癆..... 四二  
 「維剛妥」..... 四二  
 「凡食他」..... 五〇  
 胃化障礙..... 六四  
 「克利西佛」..... 六四  
 咳嗽..... 一九  
 「康巴隆」..... 一九  
 貧血..... 一九

十一畫

「培他生」..... 二〇  
 腳氣病..... 二〇  
 「復康」..... 三九  
 眼角膜病及眼膜乾燥..... 三九  
 「貝代明」..... 五八  
 烟蟲..... 五八  
 「羅瓦而精」「加當」..... 六六  
 偏頭風..... 六六  
 「新六〇六」「嘉色鈹」..... 四〇  
 梅毒..... 四〇  
 「格樂維妥」..... 一六三  
 產後出血..... 一六三  
 「溫敦」「西冷」「益利特靈」..... 一六四

十二畫

「康泰」..... 三三  
 寒熱時維丙素消耗特多..... 三三  
 「特太肥」..... 四二  
 無魚肝油臭味之代用品..... 四二  
 「復康」「培他生」「康泰」..... 六一  
 預防傷風..... 六一  
 「四合漿苗」..... 九六  
 預防霍亂..... 九六  
 「握姆納丁」..... 九七  
 普遍免疫..... 九七  
 「新斯錦波霜」..... 〇七  
 黑熱病..... 〇七  
 「藥特靈」「雷佛奴耳」..... 一三  
 痢疾..... 一三  
 「烏利龍」油膏..... 五四  
 創口化膿..... 五四  
 「乍鉄紅」..... 五六  
 曾治外症良藥..... 五六

十三畫

鼻血..... 三三  
 「康泰」..... 三三

腸組織毒治療劑..... 四九  
 「多能體」..... 四九

腸原蟲病..... 五八  
 「阿克雷年」..... 五八

腹瀉..... 五七  
 「愛兒杜方」..... 五七

傷風..... 六二  
 「阿司匹靈」「勞弗拉文」..... 六二

傷風鼻塞..... 六三  
 「百浪多息」「百浪太平」..... 六三

傷風頭痛「露藍米藤」..... 六三  
 「羅瓦而精」「鷄納羅瓦而精」..... 六三

解痙定痛..... 六六  
 「度冷丁」..... 六六

十五畫

瘧疾..... 一〇三  
 「阿的平」「百司母因」..... 一〇三

熱瘧..... 一五五  
 「阿非陀藥皂」..... 一五五

十六畫

滋補劑..... 二二七  
 「拜耳健身素」「託拿福賜芬」..... 二二七

滋補扶陽..... 二二六  
 「育維甯」..... 二二六

十七畫

膽道結石作痛..... 七二  
 「利膽弗拉文」..... 七二

二十畫

爛腳疥..... 一五六  
 「芬固爾」..... 一五六

二十三畫

體重減輕..... 四二  
 「維剛妥」..... 四二

良藥一覽表

Acidol-Pensin 阿即多耳配符新：胃酸缺乏，胃液缺乏，胃口呆滯。  
 Adakn 阿特靈：失眠症，神經性失眠，肺癆失眠。

'Afridol' soap 阿非脫藥皂：皮膚消毒，熱癬。

'Aspirin' 阿司匹靈：傷風，寒熱，風濕骨痛。

'Afebrin' 阿的平：瘧疾特效劑。

'Betaxin' 培他生：腳氣病，神經痛，疔夏，小兒發育不良。

'Campolon' 康巴隆：貧血，失血過多，肝臟機能失調。

'Cantan' 康泰：一切出血症，孕婦嘔吐，寒熱，維丙素消耗過多。

'Compral' 康普樂：各種痛症，神經痛偏頭風等症。

'Casbis' 嘉色鈹：主治第二三期梅毒。

'Cresival' 克利西佛：止咳化痰良藥。

'Dolantin' 度冷丁：解痙止痛特效靈藥，嗎啡的嗎啡替代劑。

'Eldoform' 愛兒杜方：泄瀉嘔吐，消化不良，小兒腹瀉。

'Evipan' 伊惟本：各種睡眠不足，睡眠欠酣。

'Frugon' 安樂根：性慾減退，未老先衰，標準男性荷爾蒙劑。

'Entodon' 恩託同：碘注射劑主治梅毒哮喘氣管炎等症。

'Festal' 凡食泰：消化不良，悶脹，腸內積氣等症。

'Gardan' 加當：主治一切內外痛症，月經痛。

'Helmitol' 海而密妥：尿道消毒劑。

'Hydronal' 益多納：胃酸過多，噯氣，嘔吐。

'Istizin' 伊司丁：便秘。

'Jocan' 若康：手足

'Neosalvarsan' 新六〇六：梅毒特效聖劑。

'Neostibosan' 新斯錫波霜：黑熱病特效聖劑。

'Novalgin' 羅瓦而精：主治頭痛腰痛寒熱肺炎傷風感冒等症。

'Novalgin-Quinine' 鷄納羅瓦而精：流行性感冒特效劑。

'Omnadin' 握姆納丁：普遍免疫劑，退熱特效劑。

'Optaron' 奧拍泰純：理想的補血強壯劑。

'Panflavin' 勞弗拉文：喉口消毒劑，預防白喉紅痧等症。

'Plasmogline' 百司母困：瘧疾特效劑。

'Prontosil' 百浪多息：首創磺胺劑，腦膜炎肺炎特效劑。

'Prontalbin' 百浪太平：無色百浪多息製劑。

'Prontalbin' Wound Powder 百浪太平創口撒粉：最新發明創傷良藥。

'Phanodorm' 福眠錠：安眠良藥有八小時睡眠作用。

'Pyramidon' 霹藍米藤：退熱止痛劑，治肺癆潮熱功效最靈。

'Rivanol' 雷佛奴耳：表面深處消梅毒，統治一切外科病症。

'Solarson' 所拉純：標準補血強壯劑。

'Spiroid' 斯砒螺刺脫：內服梅毒特效劑，強壯劑。

'Tonicum Bayer' 拜耳健身素：強身補腦理想的十全大補劑。

'Tonophosphan' 託拿福賜芬：注射用補骨健身惟一良藥。

'Uleron' & 'Neo-Uleron' 烏利龍及新烏利龍：首創內服白濁特效劑。

'Uleron' Ointment 烏利龍油膏。最有效創口化膿治療劑。

'Vipantol' 維剛妥：丁種維他命製劑專治小兒軟骨症。

疾病。

»Bayer«



精 品 保 商 十 拜  
良 藥 護 標 字 耳

「家醫」為拜耳醫藥新報社印行  
上海江西路一三八號拜耳藥品公司  
及各大書坊店均有出售