

# 衛生月報

第二十四期

本刊每月發行一次

中華民國三十三年二月廿一日

北平市衛生局

衛生月報編輯室主編

發行處：北平市衛生局  
各大大書局代售處

## 報費

零售每份五分  
全年二十期二元五角  
外埠全年加郵費一元二角

## 廣告刊例

全圖每期十八元  
半版每期十元  
四分之一每期六元  
八分之一每期三元  
封底外頁及封面裏  
頁加五成  
封底裏頁加二成  
其他指定地位另議



## 目次

- 眼前的經濟與衛生.....三
- 怎樣來療養癆病(續).....七
- 飲水與衛生.....一
- 天花之害及其免疫方法.....三
- 氣候與衛生之關係.....六
- 日光與衛生.....八
- 產褥熱與接生婆.....〇

### ★寫真說明★

本市衛生局自本月十日起開始舉辦春季種痘運動為期三個月至五月六日截止在此期間內該局附屬各院所一律免費施種圖係第一衛生區事務所種痘工作時攝影

謝事花容玉悴惟



# 利凡命

補血聖藥

花木尚須灌培，否則容易萎謝。  
人體精血虧損，更宜及早補救。

血為生命泉源。故少壯之年，血液充沛，精神奮發，百病不侵，冬不畏寒，夏不怕熱，動作敏捷，着枕酣睡，衰老之年，氣血兩虧，精神萎靡，瘦骨嶙峋，畏寒怕熱，常患感冒，行動遲緩，失眠多病。

利凡命為著名國產肝膏製劑，補血功效，最為顯著。凡婦女多產血虧，以及大量出血之後，大病之後，戒烟之後，惡瘵後之貧血，均宜服用。

上海新亞藥廠製造

各大藥房均售



LIVEMIN

# 北京交通銀行

前門外西河沿

辦理銀行一切業務

東城支行 王府井大街  
西城支行 西單北大街

木廠辦事處 崇外木廠胡同

# 大陸銀行

辦理商業

銀行業務

兼辦儲蓄

存款事宜

衛生局檢定甲等消毒牛奶

模範牛奶場股份有限公司

營業處 景山東前街電話  
消毒處 北局〇四三一  
北局二九四五

牧場 清華園及成府街 電話西苑六六

北京王府井大街路西

# 安福樓飯莊

東院客座 一三一七

電話東局賬房 三八一六號

西院客座 四三一八

# 中孚銀行

北京分行

西交民巷四號

電話南局二六〇七  
二八〇〇

東城支行

米市大街二三九號

電話東局二八二三  
二八一四

西城支行

西單北大街一九四號

電話西局二二六〇  
三三五〇

南城支行

驢馬市大街六六號

電話南局二九一五

## 北 京

東四牌樓東大街路北

◀ 中 美 樓 飯 莊 ▶

電 話 四 局 一 六 四 二

京 市 唯 一 福 建 菜 館

包 喜 隨 外 房 定 各  
辦 慶 意 送 屋 價 界  
酒 宴 便 迅 潔 低 歡  
席 會 酌 速 淨 廉 迎

## 新華信託儲蓄銀行

北京分行

前門外廊房頭條  
電話南局一八四〇  
三六三四

東城辦事處

東城王府井大街北口  
電話東局二〇八九

西城辦事處

西城西單北大街  
電話西局二二三四

## 壽 字 牌 牙 刷

( 牠 的 優 點 )

1 料 固 2 工 精 3 價 廉 4 新 式 5 消 毒 6 衛 生



◀ 人 人 愛 用 ▶

◀ 個 個 讚 揚 ▶

◀ 牌 子 最 老 ▶

◀ 萬 刷 之 王 ▶

各 大 百 貨 商 店 藥 房 均 有 經 售 支 店 東 安 市 場 正 街 南 首 八 號

( 附 設 牙 科 專 門 醫 生 牙 費 特 廉 )

# 眼前的經濟與衛生

味 辛

以最小的勞力，收最大的效果，謂之經濟；注意防病，使身體日趨健康，謂之衛生。再往質直淺近來說，經濟即是便宜，經濟即是省錢，經濟即是會打算。此中含有比較的意義，而不是漫無擇探的。張三李四同一務農，而年終收穫，張三多而李四少，則此中必有張三之經濟在。實言之，即是張三必較李四能打算。王五劉六同一經商，而王五因之致富，劉六因之賠累，則此中必有王五之能打算在，農商如是，士工亦然。推之於一切事業，一切行為，亦莫不皆然。衛生這件事，以我國教育未普及，許多人每每提起，不但說牠是不經濟，還往往說「衛生這件事，是有錢人辦的事，沒有錢連飯都吃不上，還講什麼衛生！」這話乍聽似乎有理，細按之，實不通。試想不衛生，是否容易損害健康；是否容易致人死命？健康損害了，生命靡有了，想吃飯叫誰人去吃去，這豈不是實不通。

我們講衛生，當然要費相當的勞力與資財的，但以此而費勞力與資財，要看值不值得。果然若是不值得的話，那們我們衛生可以不講。如若值得，並且值得多多的話，那們我們為什麼不講衛生。諸位：下邊有幾個事實，請給諸位聽聽，請諸位核計核計，衛生究竟是經濟是不經濟：

一般守財虜常說：「金錢萬能」又說：「看來斯此金能語」，「有錢能買鬼推磨」。等等的話，但都未計及他自己寶貴的身體。我以為一個人的身體，或是一個人的生命

，比任何東西都寶貴。有此可貴之身體及生命，然後始能創造一切。假使身體生命都沒有了，有金錢誰去使用呢？我們將身體與金錢之輕重的大前提看清了，然後再進而講經濟與衛生的真理。

衛生是無疑的可以促进健康與減少疾病的。那們不衛生的人，久而久之，一定會生病的。假使一個人病了，身體同精神方面的痛苦不用提，就以病了不能去作事上面說，這個人已然由生產者變為一個消費者了。並且請醫生買藥吃，家庭中的日用，更隨之增加許多。病時的損失如此，病愈後倘一時難以恢復健康，又需要相當時間去休養，而不能工作。倘若他是一個工人，此時會將職業失掉，一個商人，會受到賠累；一個教員，會影響到人家子弟的教育；一個公務員，會影響到大部分公務之進行。至於團體社會國家，若其中有大部分的病人存在，則其影響更大。設若不幸因病而至於死亡。那經濟的損失更大了。病中醫藥費的損失，死後喪葬費的損失，前途生產力的損失等等。均在所不費。若再計上老本，那真是家庭國家的大損失了。什麼叫作老本？就是人的造成期——自初生至成人——人的造成期要費多少錢？根據一位美國學者之調查，他說：「生一嬰兒，需費二百至五百金元，若養育至十八歲則其費用達一萬零四十七金元。」美國一個國民，如此大價。中國的一個國民，也不能估價太低。倘若任便死去，實在是經濟上的一大損失。最近三十年來，經濟學

家常以一國的人口，來估計國家價值。所謂「人口市價」是也。此與我國古聖先賢所說「有人此有土，有土此有財」的道理是一樣。據著名經濟學者巴利亞一九一〇年之調查，他說：美國每人一生所供獻於國家的估價，為一萬零五百六十一金元，德國每人為七千五百六十三金元，法國一千四百八十金元，奧國六千零八十一金元，俄國四千五百二十金元，英國九千二百六十一金元，近年來此項人口估價，均已增加。美國每人已增加至二萬元金元之多。我國雖無此項詳確統計，然就近年來各項國家資源開發之狀況，及商工業之騰進，揆度比較之，平均華人「人口市價」至少當在四千元國幣以上。（就現價論僅當美國人價值七十分之一。）

由此推算，再一比較死亡率，英美各國的死亡率是千分之十三，我國是千分之三十。按現在四萬萬人口計算，全國每年至少要比人家多死六百八十多萬人，即是全國的冤枉損失，每年要達二百七十二萬萬元之多。若再加上培養教育費，那全國的損失，更大於此數了。這是不是不講衛生，因而累及經濟呢！

或者有些人對於上面所述的，認為是關於國家百年大計，眼前只顧穿衣吃飯，「百年大計」，有點隔靴搔癢，感不出什麼重要來。現在我們再用眼前的經濟與衛生的事實來看。我在北京，住了十年以上，親戚朋友在交際上，每相過從，也許因為我是醫生的關係，談話總是談到病人，十家戚友有八家，說他們的醫藥費總佔全年支出百分之

二十以上。再一考查其對於衛生設備的代費，連百分之五都不夠。這就是他們不講衛生因而倒因為果。若是注意到衛生，在衛生上肯用幾個錢，決不致非送如許的醫藥費！又如一般人家，夏日注意衛生，弄點紗窗紗罩，以防蠅防蚊，飲食用些火作成熟食，以杜胃腸傳染病，冬日弄好了通風設備，以免被煤氣薰死，這些都是用錢不多，而得到衛生價值不少的事。你要說衛生是不經濟，那麼你病了死了，算是經濟嗎？賢明的諸位！請稍稍的想一想衛生究竟是合算不合算！



北京西長安街西頭路南

## 中興大飯店

時代建築之摩登旅館

中菜西餐俱備

專員嚮導觀光

電話南局 四二二三

四二三五

# 廣濟大藥房

號六十七街大井府王

號七〇六三局東話電

CALIFORNIA PHARMACY

76 MORRISON STREET, PEKING, CHINA, PHON. E.O. 3607

統辦環球良藥器具

供給全國醫院用

## 營 業 宗 旨

貨物採選上品  
定價劃一低廉  
交貨迅速週到  
包裝穩妥堅固  
外埠函購採辦  
當班回件不悞  
配方小心準確  
遵照各國藥典  
電話要貨就送  
接方立刻來前  
務使顧客滿意  
招待格外周全

## 太和農場經營

(一) 太和牛羊乳廠  
開設前廣平庫十七號  
電話西局二六六零號

出品 甲等鮮牛奶 甲等奶油  
甲等鮮羊奶 甲等黃油

蒙衛生局發給甲等檢定證協和醫院化驗  
採用純種牛羊體格強健 乳質優良  
成份豐富合於衛生

(二) 太和釀造廠 批發全市各大食品  
商店代售

出品 白蘭地酒 超等補血葡萄酒  
玫瑰香酒 普通紅白葡萄酒

蒙統稅局特准備案為合法葡萄酒製造廠商  
經衛生局化驗指導所有出品用自園栽培純  
葡萄果釀成積存多年補血養身益壽延年

(三) 太和農園 開設西直門外淨土寺村  
由太和乳廠代為接洽營業

出品 鮮葡萄果 純種小牛  
葡萄苗木 純種小羊

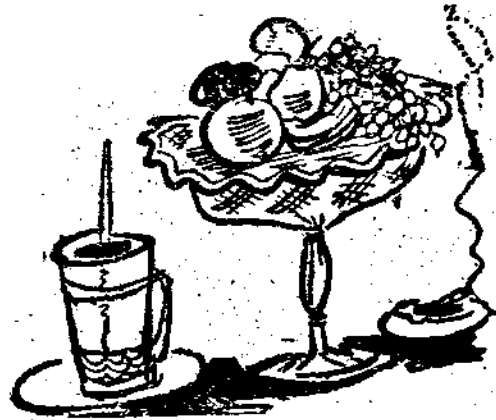
所有出品 負責保證 品種純正 原料真實  
容易繁殖 物美價廉

太和農場經理王淮遠謹啟

# 大觀樓食堂



本堂特請著名技師所作西餐  
 迎合心理菜樣  
 翻新雅座高尚  
 清潔合宜衛生  
 歡迎宴會隨意  
 小吃敬請各界  
 仕女駕臨賜顧



前門外大街欄南路  
 電話南局一九六號

# 鼎記藥房

本藥房專運各國著名藥廠藥料  
 醫療器械承辦海陸軍營醫院紅  
 十字會及各大醫師應用一切物  
 品各種新藥各種注射藥原料等  
 零售批發如蒙賜顧無不克已

北京東四牌樓北大街  
 電話北局一〇五四號

# 中華大藥房

精配各國文字處方  
 各大醫院合劑

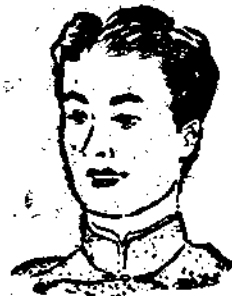
# 供醫藥界一切材料

總店：前門外大街路東電南分局一六六〇  
 支店：西單北大街路西電話西局七七〇號  
 △貨真價實。服務週到▽

# 中央公園來今雨軒



地點適中  
 空氣最佳  
 客廳食堂  
 清潔優雅  
 西餐茶點  
 低廉定價  
 專門廚師  
 精良製法  
 講求衛生  
 用具消毒  
 喜慶外會  
 定期不悞  
 清涼飲食  
 專室製造  
 如蒙惠顧  
 招待週到



本館電話南局二二七五五號



# 怎樣治療營養病

余貽侗

——貢獻給徬徨歧途的患者們——（續）

## 運動開始的時期及其步驟

不但吐血或高熱的病人，要絕對靜臥。即使單有發熱而無其他症狀，飲食，浣漱，便溺，都應由看護者料理扶持。這靜臥的禁規，一直要到退燒以後纔能解除。但是並不是剛一退燒就可以動，而是附有條件，按着規定的步驟漸進的。大致說來：靜臥一個月而退燒的，退燒後至少要繼續靜臥半月，靜臥兩個月而退燒的，退燒後至少要繼續靜臥三星期；然後纔可以解除靜臥。最初由仰臥改為側臥。准其側臥着自已拿筷子吃飯，側臥着自已洗臉。這樣試驗幾天，病人不感覺疲乏，也不見體溫上昇。然後在早餐與午餐之間，及午餐與晚餐之間，扶他小坐。時間不得過五分鐘。久經靜臥的病人，最初坐起來，往往頭暈眼花，惡心，冷汗，襲來一種難以形容的感覺：好像從高處突然落往無底的深淵裏。甚至於暈倒。所以最初坐起的時候，要先閉着雙眼，徐徐的輕輕的扶他坐起，等專司體位變換的平衡器官平靜以後，纔慢慢的睜開眼睛。在未坐起之先，病人仰臥着的時候，預先精密的數好病人的脈搏數。坐起以後，再數一次。照例坐起以後的脈搏數，應該比仰臥時增多。把這前後兩個數目比較，如果這增加的脈數，每

分鐘不超過十五跳；那末，這病人已經有坐起來的資格了。如果每分鐘增加十五跳以上，那就表示這病人尙還不可以坐起來。

等到坐起來後脈搏增加不超過十五跳而試驗及格之後，這病人纔可以繼續每日坐起來兩次。每次五分鐘。隨後漸次延長時間，由十分鐘延至十五分鐘，以至二十分鐘，三十分鐘。如此，依舊平安無恙，然後纔可以漸漸的坐着吃飯，坐着洗臉，以至於坐着看書。等這一段坐的工夫完成以後，纔可以下牀站一會兒。再往後就是繞着牀走，自上廁所，洗澡，在過道或廊下散步，……這樣漸漸的擴大運動的範圍，延長運動的時間。

到了這地步，可喜可慶的固然是這時候，同時最危險而切要謹慎的也是這時候。往往一時高興，忘了「漸進」的規律，以致功潰一篑。剛纔可以在院子裏散步的病人，一高興逛一趟公園回來，又發起大燒。也有一時禁不住手癢，加入朋友的雀戰；於是又發微熱，病勢漸漸的惡化起來。這樣不幸的例子，不知有多少。這時候好比是與癆病決戰勝負的分歧點；同時就是病人的生死存亡的大關頭。在療養而漸就恢復的中途，一遇這種波折；病勢往往借這

機會，乘風轉舵，一鼓作氣的直向毀滅的終點。即使萬幸不至如此，而第二次再修理再建設的工作，比第一次的要艱難上十倍。總之，不守「漸進」的戒律的結果，不但前功盡棄，使療養時間延長，而且再度修繕，使療養工作更加艱難。更不幸而可怕的是：痊癒的機會比較更少了！

### 打開你的窗戶

自從歐風東漸，我們中國人，凡受過大學教育的，都知道新鮮空氣的必要。然而數千年傳來，對於「風」的恐怖心，仍然不會減少。常年不敢打開窗戶，以致把強健的小孩都關成病夫。因為變成病夫，於是愈更不敢見風。因果循環，終至造成病夫之國。我們的房屋，往往只有一面有窗戶，並沒有通風換氣的裝置；室內的空氣，本已不敷我們的需要。一旦家裏有發熱咳嗽的病人，對於風的戒備，更加嚴重起來。把門窗戶壁，糊得挺嚴；簡直把戶外的空氣，完全隔絕。這是我國家庭極普遍的現象。這樣違反自然的害處，和新鮮空氣的需要，已經成為療養癆病的常識。然而對於風的恐怖心，和對於媽媽經的信仰，實際仍舊不能擺脫。新鮮空氣的益處，雖早已是鐵一般的事實，然而真正敢於實行開放療法的療養院，現在還不多見。可見無論何事，理論與實行，是很難一致的。

新鮮空氣的必要，連小學教科書上都有；似乎無須我再向你囉嗦。然而知而不行，與不知何異？而我們千金之身不下堂的習慣，根深蒂固，牢不可破。我再來吶喊幾聲，我想也絕不是徒勞無益的事。淺近的說來：空氣這東西是我們人類生活必不可缺的食物。食物二字，普通是指每

天吃的飯菜而言。因為飯菜要花錢纔買得來，一頓不吃就覺得餓。所以我們把飯菜叫作食物而深知牠的必需而可貴。却反而把比飯菜更必需而不要花錢買的空氣忘却了。普通強健的人一星期不吃東西還可以不死。但是誰能十分鐘不呼吸呢？我們吃了東西，經過腸胃消化後；食物中的蛋白質，脂肪，含水炭素，維生素，鹽類等被攝取而入血內。然而單只這些營養品是不能直接成為熱力的材料的。這些營養品吸收到靜脈血內以後，必需經過肺的呼吸，吸收空氣中的氧氣，然後變成清淨新鮮的動脈血而輸送到全身，而後營養品纔能完成牠的任務。好比有柴有炭，還得有空氣，然後纔能燃燒。我們知道食物是必需的。而食物二字的定義，應該分為兩種：一種是經過消化器的食物，一種是經過呼吸器的食物。并且必需這兩種食物協力合作，纔能維持生命。

空氣既是食物的一種，而且比飯菜更重要。那麼，凡是腸胃弱的人，都知道注意飲食，而呼吸器弱的人，為什麼不應該注意呼吸呢？換句話說：我們知道不吃污穢腐敗的食品，何以不懂得不吸渾濁陳舊的空氣呢？人住在緊閉門窗的房子裏，炭酸氣體不能流出，愈積愈多，於是感覺週身乏力，頭腦沉重，甚至暈眩頭痛。尤其是冬季燃着火爐的時候，氧氣的消費量更大更快，而炭酸氣的產生量也更多更快。這種無形，無臭，無味的炭酸氣，只需一點兒，就可以致動物於死命。空氣中的分子是荷電體。而這荷電體又分陰與陽或正與負兩種。曾經有人研究過：緊閉門窗的屋子或電影院之類，即使設備考究，溫度適中，濕潤

合宜，塵埃稀少，條件都合乎衛生條件。然而屋裏的空氣總是帶着陽荷電，或稱正荷電。所以我們知道：凡是多數人聚集的地方，空氣中的荷電體，漸漸的由陰荷電而變為陽荷電。

空氣的分子怎麼會荷電呢？大約因為空氣受深藏地下的鐳，鎊等類有放射線的物質的輻射，或者受太陽線與宇宙線等類的電離，而產生陰陽或正負兩種荷電體。空氣被電離而產生的陰陽正負兩種荷電體，起初是一樣多的。然而陰荷電有着容易與他種物質結合的性質。所以空氣中的陰荷電很快的和煙塵，濕氣等物結合而消失。因此空氣愈渾濁，則陰荷電的消耗愈多也愈快。至於這兩種荷電體的增減多少，對於我們人類的影響，因為公共衛生的進步，我們知道：陰荷電對於動物有鎮靜的作用。牠有使血壓降低，脈搏遲緩；因而頭腦清爽，食慾旺盛，精神活潑的功效。陽荷電則恰恰相反，牠具有興奮刺戟的作用。牠能使血壓上昇，脈搏加快，以致頭暈，頭重，頭痛，疲倦，而至於不能安眠。

科學給我們證明空氣不流通，或人多雜沓的屋子，是有百害而無一利的。而患呼吸器病的病人，對於新鮮空氣的需要，尤其切迫。我們知道：人的身體也能傳電。不怕空氣中有陽荷電，只要我們的腳踏在地，陽荷電也會轉變作用而給我們與陰荷電相同的功效。因此我們不但堅決的主張「打開你的窗戶」，并且要更進一步，提倡在屋外靜臥。

普通一般的推論是屋外一定比屋裏冷，寒冷的屋外一

定比溫暖的屋裏容易感冒；而虛弱的病人，尤其易於感冒；而感冒對於病人又是很有害的。所以為避免感冒，病人不宜於到屋外或常開窗戶。這三段論法，似乎很合邏輯的。其實只有屋外比屋裏冷，感冒對於病人有害兩段是事實。而屋外比屋內易於感冒的小前提却是錯誤。所以得出錯誤的結論。實際感冒並不因為寒冷，而是由於氣溫濕度的急變。所以忽冷忽熱，時晴時雨的春秋兩季，特別是秋冬與冬春之交感冒最多，而嚴寒期內，感冒反而減少。就是這個原故。因此只要氣溫的變動不太急烈迅速，同一天裏的最高溫度與最低溫度，相差不太遠；就不至於感冒。因此選擇療養癆病的地點，當然以每日早晚晝夜，溫度的變動最小的地方最適宜。這是不易的鐵則。普通一般人都相信屋子外邊最容易着涼，窗前也容易受風。所以我們在冷天的時候，不肯在屋子外久待，也不敢坐在窗前。可是居住衛生研究的結果，與我們的推想恰恰相反：晝夜溫度相差，即最高溫度與最低溫度之差，在屋裏最靠裏的地方，相差得最利害。其次是窗前。而屋外反而相差最少。就是說室內最靠裏的地方，溫度的變動最大，窗前次之。而屋外則最小。不但溫度如此，同時一天裏濕度最高最低之差，也是屋外相差小而屋裏相差大。由此証明「打開窗戶」與屋外靜臥是絕對有利無弊的。以前我們所顧慮的感冒問題，實在是不必要的過慮。

這打開窗戶的口號，並不單指溫暖的春夏時節，而是包含降雪結冰的嚴冬。依常識推想，似乎過於魯莽。但是理論上，事實上證明確實有益而無害。這已經超過理論和

實驗的時期而入於實行期了。並用不着半點顧慮的。歐洲療養院，雖在零下十五六度的山上，也都開着窗戶；而且得着很好的成績。

不過當嚴寒季節，要注意的是；南北或東西相對的窗戶不可同時開放。因為這樣直線吹過的風，最能把室內的溫度急速帶走，而易於感冒。反不若簡直的在屋外靜臥來得安全。尤其午睡的時間，皮膚下的血管弛緩而擴張，體溫極易消散。此時尤應特別注意。

睡眠的時候，最好用兩層紗布蓋着臉和頸頸。使寒冷的空氣，通過紗布而進入口鼻。口鼻咽喉的刺戟減少，咳

## 飲水與衛生

### (一) 需要飲水量

水是生物在生存上，以及生活上所不可缺少的營養素，人的生活差不多都要有賴於水的供給。人的身體，有百分之七十是由於水所構成，其在生存上的重要，可想而知。若以饑餓的人來試驗；譬如其他營養素缺少一成，還不至於呈現何等病狀。若是減少一成水，立刻就發生疾病了，再要減少到二成，即可致人於死命。由此看來，水與生物的生存有極大的密切關係，無待深論。

如此重要的水，究竟我們每天應該攝取多少纔算合宜呢？這可以用我們每天在生理方面所排洩的水量來計算。平常一個人在安靜的時候，就可以排洩多量的水分。計由皮膚排洩的，有九百瓦；由肺臟排洩的，有四百瓦；由大

嗽自然因而輕減。

病人的屋裏，絕對不可燒火爐。因為炭火燃燒時發生酸化炭素。這種氣體的毒力，非同小可；空氣中只要有五分之一，我們就得喊頭痛，耳鳴。若是到了兩千分之一的濃度，那就更吃不消了。我們屋裏的空氣如果含有千分之一的這種氣體，在這屋裏的人，只能活兩個鐘頭。若是到了千分之三，僅只能撐扎半點鐘。即使倖免於死，慢性症狀和貽留症也很難除根。由此可知火爐給與我們的威脅是何等嚴重了。

### 日 月

小便排洩的，有一千三百瓦至一千五百瓦；合計起來，每天的排洩量，就要有二千六百瓦以至二千八百瓦之多了。一個人每天既要從身體裏損失這許多水分，自然要從外面攝取同量的水分加以補充。所以一個人在安靜的時候，每天應該攝取二千六百瓦以至二千八百瓦的水分。

人除去在生理上每天需要這樣多的水分以外，在日常生活上，也還有種種用途，如洗衣，沐浴等等。合飲與用兩種消耗計算，平均每個人每日所需的水量，約有一百乃至二百立（每立合一千瓦）。

現在世界各國各大都市內，每人每日的需水量都很多。例如倫敦每人每天平均有二百二十八立；紐約每人每日平均有五百四十五立；柏林每人每日平均有一百零一立；

東京每人每日平均有一百六十七立。

(二) 水的性質和保健上的關係

飲料水對於保健上的關係，可以用左列三種方法來說明，是極容易明瞭的：

(1) 物理的性質和保健上的關係

水的物理性質，主要的是濁度、色度、臭味，和溫度幾項。飲料水原以無色透明為條件，但是有時候稍帶濁色度，也不能就認為直接與人有害。雖然不一定有害，但若是其濁色度極高的時候，必使人有不快之感，飲用也不相宜。因此這種水不但不適宜作為日常的飲料，並且也不適於使用。

水的臭味，普通是因為含有不潔物質所致，所以在衛生上，大多數都認為不適於飲用。

水的溫度，太高太低都難認為適宜。適於飲用的水，其溫度一般的規定是在攝氏寒暑表十度至十二度為合宜。

(2) 化學的性質和保健的關係

溶解在水裏的物質很多，普通有鉀、鈉、鈣、鎂、鐵、錳、鋁等金屬性原質，和鹽素、硫酸、硝酸、亞硝酸、磷酸、碳酸等物質。此外還有鋁、鉛等異常溶解物。這許多物質，在衛生上，並不都有關係。所以現在祇把和衛生有關係的鋁、亞硝酸、硝酸、鈣、鐵、鉛、鹽素和有機物等，提出來講一講：

鋁：鋁是由於水中有有機物在最初分解時所產生的物質。水中一有鋁的發見，就有在最近被污染的嫌疑。所以凡證明含有鋁的水：大都不適於飲用。我們所以這樣注意鋁

的緣故，並非鋁可以直接對於人有什麼危害，而是要注意發生鋁的原因，因為鋁是由於有機物在分解時所產生，而有有機物的來源，又多由於動物性污物的侵入。動物性的污物而可以侵入水中，其含有重大的致病危險，無待深論。

假如水中含有鋁，並非由於有機物腐敗分解所致，而是由於其他無害的原因而生，他的意義，就不如此的嚴重了。譬如在含有硫化鐵礦地質之處，汲取的水也能含有鋁的成分。由於這種原因而含有鋁的水，就不被人禁止飲用。所以水中發見鋁之後，若判斷其是否宜於飲用，仍須看一看水中是否含有細菌和蛋白性。如果水中僅能證明是遊離鋁而非蛋白性鋁，並不含有細菌，用為飲料，也並無妨礙。

亞硝酸：亞硝酸也是水中有有機物質分解時所產生的，其意義完全同於鋁。所以水中含有亞硝酸時，也就是被有機物污染的證明。

鈣：水中含有鈣的多寡，雖然並無極大的利害關係，但也不無相當影響。普通計算水中含鈣多寡的標準，是以德國法定一立水中含有酸化鈣十份為一硬度。在十二度以上稱為硬水，十二度以下稱為軟水。水的軟硬，對於健康上雖然沒有直接重大關係，但長時間飲用硬水的人，自亦難免發生不良影響。水的軟硬性，對於飲用上關係尚小。對於家用洗濯上，關係極大，因可消費多量之肥皂，而不易使洗濯物清潔。

此外如有有機物、鐵、鹽素等，另在後節「飲料水應具備的條件」中，有詳細的敘述，此處從略，以免重複。

(3) 生物學的性質和保健上的關係

水中除有種種水棲細菌以外，並且隨時有人畜污物中所含的病原細菌，寄生虫及其幼虫等侵入。例如傷寒、副傷寒、赤痢、霍亂等病原細菌；十二指腸虫，蛔虫、肝臟虫、肺臟虫，關節裂頭條虫的虫卵和幼虫，都時常在水中發現。

各種病原細菌在水中生存時間的長短，因細菌的生活能力和水的性質，溫度等各有不同，所以稍有差別。大約傷寒細菌在河水井水中，可以生活三星期以至三個月。霍亂細菌在河水井中可以生活兩三天以至兩三星期。赤痢細菌在井水河水中可以生活一星期。

水中既常常含有許多致病的細菌和寄生虫，所以水與疾病二者之間，常常要發生很密切的關係。

(三) 飲料水應具備的條件

飲料水的性質在保健上有很大的關係，上一節已竟大略說明。究竟飲料水在衛生上應該具備如何的條件，纔能算作良好的飲料而對於人無害呢？這不能單憑細菌學上的檢查，證明有無病原細菌，就可以判斷的。同時對於物理化學上的性質，也必須加以注意。現在把飲料水應該具備的主要條件，擇要開列於左：

(1) 無色、澄明、無臭、無味。良好的飲料水，這幾種條件，都是必要的。飲料水在細菌學的性質上雖是絕對安全，但如果有異臭或混濁，也決難認為是良好的飲料，不宜於飲用。

(2) 飲料水的溫度，最好是在攝氏寒暑表十二度

左右。溫度太高，就要失去固有清味。井水比自來水味道較好的原因，就是因為井水不失去其固有的清味。

(3) 良好的飲料水，經過化學試驗的結果，所含鹽素的成分，(係鹽類而非遊離鹽素)在一立水中，不得超過三十毫克。但在沿海附近地方，其鹽素含量，往往要超過規定的數量；如果沒有其他條件，並不帶有鹹味，一立水中含有鹽素一百毫克，也還不致有大妨礙。倘使既不離近海岸，與地質地層也沒有關係，而水中含有多量鹽素的時候，恐怕鹽素的來源，就要證明是人類的排洩物或廚房污水的侵入了。

(4) 水中不含有鉍和亞硝酸。因為水中有了這兩種物質，就是被動物的排洩物所污染的明證。動物的排洩物既可直接侵入水中，以排洩物為繁殖淵藪的病原細菌，自然也會有機會乘隙而入了。所以對於水的化學試驗，特別注重這兩種物質，如果檢出有鉍和亞硝酸的時候，就認為這種水不適於飲用。

(5) 水中不含有多量的硝酸。普通水中所含硝酸量極微，若是經過化學試驗，僅僅檢出極微量硝酸而沒有檢出鉍和亞硝酸的時候，常可供飲用。

(6) 有機物的含量越少越好。但一立水中至多不得超過十毫克。如果超過此限量，就認為不適宜於飲用。

(7) 水中切不可含有有害的金屬。如鉛、砒素、亞鉛、銅、和磷酸等，都不應該容留在飲料水中。因為這許多物質，都是直接有害於身體的。

(8) 鐵是水中應該含有的一種成分，但其含量應

有一定的限制。每一立水中，至多不可超過〇・三瓩。

(9) 水經蒸發後所餘的殘渣，顏色潔白，加熱以後也不變色。每一立水經蒸發後所餘的殘渣不得超過五百瓩。如果超過此種定額，就證明水中含有多量的不純潔物質。

(10) 水中原含有多量數的無害細菌，雖然說是對於人並沒有多大害處，但含量過多的時候，也就表示水中的不潔。不潔的水中，往往容易被有害細菌侵入，所以對於水中水棲細菌的數目，也有一定的規定。井水一立方呎中所含細菌數，應在五百以下，自來水一立方呎中所含細菌數，應在一百個以下。如果超過此種規定，就表示水中不潔，不宜於飲用。

# 天花之害及其免疫方法

徐鳳聲

今天要講的題目，是天花之害，及其免疫法。為什麼要講這個題目呢？因為每年四季，皆有傳染病的發生。如夏季的傷寒霍亂，秋季的赤痢，冬季的白喉猩紅熱等，現屆春季，正是天花流行的時候。所以要把這個題目對大家談談：

(甲) 天花究竟對於吾人有什麼害處呢

天花這種病，如果受感染而得病，輕者雖經治療，亦必滿面斑麻，有礙美觀。或耳聾眼瞎，以致殘廢。重者生命危險。由此看來，天花對於吾人之害處，是這樣重大。所以吾們不得不事先加以預防，以免演成面麻，殘廢，生

(11) 水中絕對不含有病原細菌和寄生虫卵。如有存在，便不適宜用為飲料。

此外關於水質良否的判斷，最有力量的是證明水中是否含有大腸菌。因為大腸菌是存在人類和其他動物糞便中的細菌。水中既能發現大腸菌，就是證明已經被糞便所污染。糞便中既時常含有病原細菌，當然難免也要侵入水中。所以水中發現大腸菌之後，雖不必其中一定就有病原細菌，但確有重大的嫌疑，應被禁止飲用。

附記：本文材料，大部根據於日文家事與衛生雜誌，藤原九十郎所著「營養及食物之衛生」一文所撰，特此聲明。

命不保等之慘劇。我們要預防其感染，必須明其歷史，原因，症狀，及其傳佈的途徑，以設法塞源絕流，斷其感染。

(一) 天花的歷史

天花這種病，在我國古時就有。在東晉時，葛洪的時候備急方上面所載，叫做崩瘡。隋唐時稱豌豆瘡。宋時叫做天花痘瘡。在那個時候，預防的方法，尚未發明，所以每年因為這個病而死的人不下數百千萬。就是幸而治癒的，亦必面變醜態，終身不得恢復。

(二) 原因

他的病原究竟是一種什麼東西現尙未能確定，不過僅知其爲一種濾過性的病毒。這種病毒存於患者痘疤內容物裏，及痘疤乾涸脫落之痂皮內，病人血液內，和皮膚表面上，常有該病毒的存在。與其接觸者，隨時都有感染之可能。這種病毒抵抗力特大，生存的時間亦長，就是在日光及乾燥情況之下，短時間亦不能將其殺滅。

### (三) 症狀

他的病原我們已知到是一病毒。那麼他的症狀，究竟是怎麼樣呢？牠的症狀分爲前驅期，及發疹期。在前驅期就初發病的時候，患者覺惡寒，戰慄，體溫驟然增高，達到攝氏表三十九度，或四十度以上。熱爲稽留熱。往往持續三四日。此時脈搏頻數，呼吸增加，頭痛，眩暈，惡心，嘔吐，腰痛，痙攣，精神不安，譫語等症狀。同時口渴，舌燥有苔，食慾不振，便秘，或下痢，顏面潮紅，有輕度之結膜炎，咽頭炎，和中等度之氣管枝炎，尿量減少，中含蛋白，在發病第二天，有一種前驅疹發生。多半在臍部下，腹部上，腿及上臂部內側，和腋窩部等處，這種前驅疹，與麻疹猩紅熱疹相似。但是多半經過不久，即自消失。到了第四日，入發疹期。此時體溫也慢慢降自三十八度左右。顏面，臍幹，四肢等部，發生小紅點狀疹，漸次增大，隆起，形成丘疹。至第六日，丘疹變爲臍漿疱，中央凹陷，內貯漿液。至第九日，水疱變爲膿疱。其周圍因炎症充血，形成紅暈。此時體溫，復又上昇至四十度以上。失眠，譫語，煩渴等症狀，痛苦已極。而黏膜部發疹

，此時亦均破壞形成潰瘍。至第十二日左右，膿疱始由面部，乾涸結痂。此時疼痛減退，而癢感增加。自第十六日起，開始落痂。約經三四星期，完全落盡。在化膿時，如侵及真皮，則貽痘痕。

### (四) 療法

這種病療法，並無完善治療。普通多注重於看護，及一般的療法。令患者絕對的安靜，與以流動性食物。投以健胃清涼劑。並用水潔淨口腔。利用紅色的光線療法，對於發疹塗以碘丁甘油或散布（鋅 澱 粉）。結痂期用薄荷軟膏塗布，用棉紗包裹，患者手指以免搔爬而感染。

### (乙) 免疫方法

免疫就是吾人體內對於某種疾病的病原有抵抗力不受感染，謂之免疫。因爲他的體內，具有對於某種疾病之抗體，可由此抗體防禦病原襲擊。免疫可分先天性及後天之別。先天性即由生以來，對於某種病不受感染。後天性免疫，由生病而得來的免疫力。在患病期間是抗體和病菌交戰的時候。如果病毒勝過抗體，人必死亡。抗體勝過病毒，則病治癒。體內且得有很多的免疫力。如傷寒白喉等一經得病，治癒後，在一定之年月內不會再受感染的。吾們即用後天性免疫以預防天花。預防天花的後天免疫法，就是種痘。

### (一) 種痘的歷史

種痘預防天花這個法子，在我國發明很早。在醫宗金



鑑這部醫書上，曾有載為宋真宗時峨嵋山，有神人出為丞相王旦之子種痘而癒。其法遂傳於世。不過那個法子是新法，其易引天花之傳染。至清時嘉慶元年（一七九六）英人新納氏發明種牛痘的方法，至嘉慶十年始傳入吾國，稱為新法。

(二) 舊法種痘

舊法種痘可分四種、就是用痘漿、痘衣、旱苗、水苗等。用人工的方法將病毒種入小兒體中，故意使他發生輕度天花。以得免疫力。痘漿係取患者之痘漿而種之，痘衣係服用患者之衣，旱苗係用痘痂研成粉末吹入鼻中而種之，水苗係以痘痂屑溫納入鼻中種之，這幾種法子若不加小心，可以增加天花之傳播機會，絕對不可用。

(三) 新法種痘

新法種痘與舊法種痘大不相同了，舊法種的是天花，法又不完善。新法種的是牛痘，牛痘是牛得的一種疾病，將這種病毒種在人的身上，經時極短，症狀又輕，且能得與與天花同樣的免疫力。這個方法係英醫師再納氏於一七九六年發明，再納氏曾聽到一村女云：予曾染過牛痘，不怕天花。再納氏當時甚異之？考其究竟，百思莫解，後會有一鄉婦偶傷其手，又擠患牛之乳染上牛痘；如是伊取其牛痘之漿，種於八歲童子之臂上，痘果發。後經數月又取

天花患者之漿；種於該患牛痘童子之臂上，則無痘症之發生。因該童子體內因患牛痘得到後天性免疫力故也。一再試驗始達成功，即現在種牛痘之免疫的新法。

(四) 牛痘苗的製法

是用檢查無病健康犢牛，將其腹部之毛剃去，以痘種種於該部，經四五日取其漿，經研磨後加以防腐液，經過種種檢查及試驗證明有效而無害。裝入毛細玻璃管；以便應用。現在我們大家已經知道天花的害處，及其免疫的方法，希望大家從今年起，每年春季要種牛痘一次，以免感染，藉保健康。

**北池子騎河樓蒙福祿館**

**中西醫院**

地點適中 設備完善 病房清靜  
 取費低廉 新法戒毒 根治花柳  
 內科 外科 眼科  
 耳鼻喉科 皮膚科 花柳科  
 小兒科 產婦科 理療科

**住院出診隨時**

專門醫師分科主治各科  
 上午施診免收診費藥費  
 電話東局(五)四六六九號

# 氣候與衛生之關係

關天濤

氣候與人體的健康，有很大的影響，大概氣候在赤道最熱，兩極則最寒冷。惟溫帶為最適宜之地帶。較之嚴寒酷熱地帶，其幸運獨優，故優秀之民族，多產生於溫帶。

關於氣候衛生當注意的項目有四：

- (一) 氣壓及溫度與風。
- (二) 空氣乾燥及光線。
- (三) 空氣中的含有物。
- (四) 四時之變換。茲分述於下：

(一) 氣壓及溫度與風。空氣比較同容積之水，其重量不過值八分之一。若漸次疊積時，則其重量頗大。地球表面之空氣重量，稱為氣壓。通常計算氣壓的是用水銀風雨表，依此表測度，在海面氣壓約為七百六十米。若比海面漸高，則壓力漸減少。在氣壓減少之高山，可使呼吸脈搏增加。體溫起變化，登山愈高，則發頭痛，眩暈，多汗，甚有口鼻出血，嗜眠而致人事不省者。

溫度與人體亦有關係。如生長於寒帶的人民，與棲息於熱帶的人民，其生理上大有差異，一旦轉換居住，於健康上大受影響。空氣之流動者為風，風與人體關係極大，如空氣由風之流動而自然變換，由工場發生之有害瓦斯，

因風而掃蕩稀釋，居室之污穢空氣，隨風而新陳代謝，地面上之腐敗酸酵瓦斯及人烟稠密處之不潔空氣，均賴風吹，得以調節清新。

(二) 空氣之乾濕與光線。空氣之乾濕與人之影響亦大，如久處濕潤空氣中，有增加呼吸，發汗及排尿等現象。肺癆患者在濕潤空氣中易咯血，北地之人民在江南易罹腳氣及惡性瘡疾等。轉易乾燥地帶，則容易恢復健康。所以久病者宜於轉地療法，日光對人體極關重要，如農人終日曝曬，而身體精神均健康。肺癆患者，因日光浴而好轉，皆為明證。

(三) 空氣中含有物。空氣中含有物主要為塵埃有害之瓦斯微細的毒素。故大都市及工場附近之居民，其肺部多有塵埃及煤烟之沉着，礦石工多吸入石灰。

(四) 四時之變換。四季之氣候變換，在健康上亦有關係。如流行性傳染病，多半於春秋兩季，呼吸器系疾病多來於秋冬，消化器疾患，多在春夏，尤以夏季在屋外作業者易發日射疾，冬季則易發凍傷。

由上述四項，知天然之氣象，與人類之生存，皆息息相關，故衛生意義，在於利用環境，適應生存。

西軍報子街東頭南路·電話西局一四

### 大醫生醫院

醫學博士周  
瑞庭專門內  
科兒科心肺  
胃腸肝胆腦  
腎神經花柳  
等病午前門  
診出診預約

### 鹿鳴春飯莊

別饒風味

使君滿意

包辦筵席 便餐小點  
如蒙惠顧 價格低廉  
原桌定席 到府會菜  
不論遠近 一律歡迎  
東城八面槽乙五四號  
電話東局一〇一三號

### 川東安市場內 潤明樓廣告

本樓開設以來歷有年所早  
蒙各界歡迎特聘名師專做  
南北菜蔬各種應時小賣最  
為經濟特備雅座寬敞清潔  
便酌宴會均為適宜例年秋  
季添賣炮烤刷牛羊肉選料  
精緻調味適口味美價廉與  
眾不同其招待週到猶為餘  
事也謹請賜顧諸君駕臨嘗  
試方言言之不謬電話東局  
四一二三號雅座八七六號

### 牛施醫院

診療各科病症  
設有清潔病房

愛克司光機器專為各大醫  
師各科患者攝影透視治療  
之用又裝有NY式萬能電  
療機理學療法科機器二台  
院長 王書良  
和平門外南新華街  
電話南局二五三三  
電報掛號〇五八四

### 北京首創 香雪膏

開胃消食 潤腸男女老幼皆宜  
每盒洋六角五分  
角五分 總批發處  
大柵欄西口外  
內路北三電話七  
南局三百七  
十號舖東啓  
馬心泉謹啓

### 屈臣氏藥房

消食子菓 藥露  
片藥 片藥  
片糖 片藥

### 華北樓

特聘著名庖師  
成做各種菜蔬  
口味清香新鮮  
應時小賣俱全  
屋宇雅潔清潔  
定價特別低廉  
招待異常週到

前門外西河沿東口  
電話南局三六五三

### 鼎新男女理髮館

東安市場  
金魚胡同  
西口路北

設備高尚  
技術新穎  
器械消毒  
清潔衛生  
(局東話電)  
號四五五四



### 衛生局檢定

消毒 牛羊乳

孟氏奶廠

電話五局四四四號  
崇文門內溝沿頭三號

# 日光與衛生

張鳳岐

我們人類日常生活，在衣食住三項重要要求以外，源我們的健康息息相關，而又容易被一般人所忽視的問題，就是空氣與日光了。但是空氣的性質，常常因為日光的關係，而起很大的變動。所以多年不透日光的居室，就是注意清潔通氣，和花草的陳設，這種居室內的空氣也不能充分裨益於人。因為日光是氣溫的根源，且有輔助植物之同化作用。使植物吸收碳酸，放出養氣，以妨止空氣中碳酸之增加，和酸素之減少。若室內不透日光，則室內氣溫必低，而陳設之花草亦必行呼吸作用，呼出碳酸，吸收養氣，以致碳酸增加，酸素減少。此種溫度既低，且含多量碳酸之空氣，長年吸入吾人之體內，則體內之酸化作用，必致減弱，無形中影響於新陳代謝，為害甚大。不特此也，不透日光之居室，易生潮濕，且易為病原微生物寄生之所。因為這種潮而且暗的居室，是適於細菌之生活的。所以日光之於人生，有時較空氣尤為重要。茲就日光與衛生之關係敘述於後，以供關心日光者之參考。

日光的線成於熱線視線，（赤黃綠青紫共七色）及化學線。化學線為紫外線，其波長短，被吸收於表層組織。（皮膚及皮下組織）熱線為赤外線，其波長長被吸收於深層組織。該光線與衛生之關係，（一）日光為氣溫之根

和，且助植物之同化作用，以妨止空中碳酸之增加，與酸素減少。（二）日光有爽快精神，增高新陳代謝之功用。（三）日光中之紫外線，有輔助丁種維生素生成之功用，並有增加血球，增高血液之殺菌力，促進創面治愈，減少疼痛，旺盛肌肉之發育，與新陳代謝，且增強疾病抵抗力等作用，故凡有軟骨病及貧血虛弱者，設欲回復其健康，則不能不嚴命勵行日光浴。（四）日光有殺菌作用，如結核菌，傷寒菌，赤痢菌，霍亂菌等，於直射日光之下，即歸死滅，故居室及日用之器物，（如衣服被褥床鋪等）應常晒日光，施行消毒。

關於個人日光浴之實施法，有局部浴，與全身浴兩種。（一）局部浴於光線最強之日中，露出患部，當於直射日光之下，最初自三十分鐘起漸次延長曝露時間，至一二時間之久。此際應注意勿冷却患部。（二）全身浴，用適當之牆壁，（玻璃、板、布等）防空氣之動搖，僅開放東南方，患者臥於預置之床上，先自足部開始，漸次向上方續行露出，曝露於直射日光之下，頭部及顏面應用帽子，或其他物遮蔽之。眼部最好戴黑色或褐色鏡，以避紫外線之障害。照射後行乾燥摩擦，暫保安靜，茲依羅利爾氏日浴法列表如下：

(表內數字爲分數)

						第一日
					5	第二日
				5	10	第三日
			5	10	15	第四日
		5	10	15	20	第五日
	5	10	15	20	25	第六日
5	10	15	20	25	30	

按羅利爾氏照射法，行至第七日以後，每日延長十五分鐘，使總露出時間至三—六時間。其間每一時間休息一次，每次休息十五分鐘。

關於日光照射實施上應注意之事項：

- (一) 紫外線不能透過普通之玻璃，故隔玻璃行日光照射，不能達所期之目的。
- (二) 日光因土地之高低，季節之不同，(與太陽之距離變動) 大氣中之水蒸氣瓦斯塵埃等，而其所合成之

波動，(放線) 每有變動，即通過地球芬圍氣之間，與水蒸氣塵埃等，而日光之波長短的波動，亦被吸收。故在塵埃多之都會，因日光中之紫外線被吸收，每難達期待之效果。

- (三) 春秋兩季，應於午前午後行之，而於朝夕則不可。
- (四) 照射部如發生紅斑，可用亞鉛華軟膏，或其中加○二% 薄荷腦施行塗布，預防則塗布華士林。

(五) 行日光浴者應行裸體橫臥於牀上，體位可因病症而取種種變換，若仍舊着衣行日光浴則，不僅錯誤，並且有害，因易起危險之熱鬱滯也。其次應注意者，則頭部及顏面須避日光之直射。又爲預防頭痛眩暈計，頸部及心臟部，可施冷卷法。

(六) 禁忌 (a) 結核之活動型就中有咯血之傾向者，或易發熱者。(b) 心臟之易受刺激興奮者。(c) 急性熱性病者。以上三者均不應行日光浴。

今寫此篇之意旨，乃欲提醒大眾，利用天然日光，以促進公共及個人之健康，確是最經濟最易行最有效之簡便途徑。希望閱者幸勿等閒視之也。

# 產褥熱與接生婆

劉怡順

產褥熱係婦人生產後，因生殖道染了細菌所致之一種熱病。其主要症狀，為乍冷，乍熱，子宮腫大，不能復原。腹痛，惡露，有時增加，有時減少，其細菌種類頗多，除患過淋病婦人，子宮頸潛伏有淋菌者外；其他各種細菌，均為產前，產時，或產後，自外引入者。產道一經染菌，潰瘍，即致發生以上所列之各種病象，細菌之所以能自外引入產道者，其原因，十之九在乎接生者不潔淨之手術傳染而來者。根據現代科學經驗，在產生時之前後陰戶，須竭力保持清潔，並須避免與外物接觸。就是已消毒而帶消毒手套之醫生，手指亦非至萬不得已時，不能探察產婦陰戶。況此等舊式接生婆，既不懂消毒，往往用其終日未曾下過一回水之手指，探入陰戶，（俗稱試水）藉以誇其有手術之經驗，事實上即為介紹細菌最便當之一種方法。尤有甚者，即當難產時，骹髒剪刀，粗硬鐵鈎，隨時

都可以插入陰道，一不小心，即傷破陰道，或子宮，其危險更不堪設想。一般愚人反以此而稱讚接生婆經驗之豐富，胆力之充足。事後即使致病而死，亦祇得委諸命運，此誠可謂殺人而不犯死罪者也。目下在我國之接生婆，在社會上仍佔有重大之勢力，為謀救濟，消極方面，當對於所有接生婆，加以嚴格之管理與取締，如本市保嬰事務所及北京第一助產學校，產婆訓練班之設，亦可謂目前救急辦法中之一善策。積極方面對於助產人材之訓練，亦須極力推行，同時廣設產院與產科門診處，而供應社會之需求。此外更當從事婦嬰衛生之宣傳，推行安全助產，俾民衆能去除一切迷信舊說，而注意於衛生常識，且能實行。家庭方面，能了解接受新式助產方法，於孕期生產與產後期間均能充分享受科學助產之維護，則吾國產婦之生命，得有相當之托付與保障矣。

## 最高補品 壽體原

攝取各種維生素配合而成  
專治各種衰弱血虧營養不良以及各期肺病

止痛 退熱 特效 良藥

## 解熱水

專治各種神經疼痛傷風感冒  
退熱一服即愈

批發處：北京勸業場三樓太平洋藥房  
代售處：各大藥房

東安市場正街南頭路東


**葆榮齋**

**食品店**

東路頭南街正場市安東

號九七六〇局東話電

經售洋酒餅乾糖果罐頭細點  
特設清潔雅座清涼飲料齊全  
各種應時禮品一概俱全價廉



**東興樓飯莊**

東安門大街  
南路...北路

電話東局  
一〇八五  
五七〇

東興樓主人啟

本樓為便利主顧起見特將舊樓擴充營業  
對新建築新式房舍  
從新及禮堂  
大樓及禮堂  
備有禮堂  
宴會場所  
清潔雅座  
隨時改善  
顧雅意以酬惠



**通州**

**廠**

衛生局檢定

**甲**

**乳**


東城校尉營門牌二號  
電話東局一三五號

佈置極端華貴

髮型非常新美

王府井帥府園電話東局二八八四號

**時代理髮館**





王府井大街路東

**美白理髮館**

貴族式設備  
流線型理髮  
經濟化價格

電話東局  
四一〇

**致美樓飯莊**

地址前門外  
煤市街一九號  
(電話南局)  
二七五號  
三二一號

禮堂富麗  
菜餚佳美  
房間高雅  
菜豐價廉



衛生局檢定  
 巴甲等  
**消毒牛乳**  
 福生牛乳廠  
 東單北大街三四一號  
 電話東局一八六一號

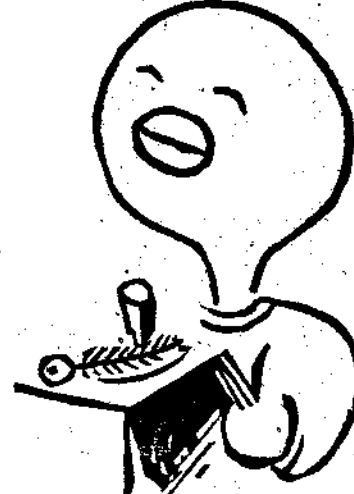
各界諸君欲吃  
 味美的中菜酒  
 席請到：  
**玉華臺飯館**  
 菜蔬精美  
 清潔衛生  
 東城錫拉胡同一號  
 ▲電話東局  
 一一七〇號 一一七一號

**泉記稻香村**  
**食品商店**  
 東安市場北門內路東  
 電話東局五〇三九號

北京唯一中國大菜館  
**豐澤園飯莊**  
 電話南局二五二五號  
 二八二八號

**頤園飯莊**  
 高級餐廳  
 室內佈置雅潔  
 各類菜蔬衛生  
 王府井大街帥府園路北  
 電話東局四〇六八號

逢週年節  
 照常營業



特聘高等庖師  
 精做南北大菜  
 飯菜適口新鮮  
 名酒味美香冽  
 房間華麗雅潔  
 最宜便酌宴會

特備精美禮券  
 經售洋酒罐頭糖果  
 餅乾南貨海味等  
 外食品雪茄紙煙自  
 製各種樓上特設茶  
 生適口華麗高尙  
 點部屋內各種冷食  
 座位清潔各生主顧  
 製法均合衛生送到  
 電話要貨即送

頭南街市煤外門前

**上海三五芳齋**  
 鎮江包子 蘇式湯包  
 常州麻糕 湯面蒸餃  
 油余緊酵 高粱原燒  
 華洋名酒 惠泉浙紹  
 掛粉湯糰 縐紗餛飩  
 屋宇潔淨 定價低廉

東安市場東街二號  
 電話東局七五一號



便酌宴會之良所

**永盛館**

前門外糧食店街路西  
電話南局一一三號

本館特聘名師專作  
南北大菜味美適口  
價廉雅座寬闊包辦  
酒席招待週到各界  
諸君一試便知如承  
駕臨惠顧品暗竭誠  
歡迎之至  
本館主人謹啟

**宗旨 批發 零售 長期 賤賣 決不 虛言**

前外瓜 子店街 前門外大支 蔣家胡同店 三支店崇外 東曉市大街

**億兆百貨** 店商  
**錦泰祥** 記億  
**億兆批** 處發

特備華洋名廠貨品毛  
絨織品一家庭用品婚嫁  
用品無一不備新添洋  
針洋線絨線花邊顏色  
齊全備有禮盒禮券精  
美便利總支店皆可通  
用請駕參觀保君滿意  
電話分局 八九〇〇號

崇文門內大街二四一號

**寶泉堂澡堂**

本堂設備高尚  
屋宇合於衛生  
雅潔舒適清潔  
理髮技術新穎  
同應特別週到  
各界主顧歡迎

**丙子牧場**


北京市衛生局檢定  
甲等巴氏消毒牛乳  
鼓樓西景福胡同  
電話東局二二八〇

**世界理髮**

敬希 諸仕媛駕臨 一試

本館備有最新式電燙吊機  
一分鐘能電燙一位  
節省光陰 不傷頭髮 美觀耐久 定價特廉

地址 東四五條口外路東  
電話北局 一〇九四號



**北中原理髮館**

- 式樣新穎
- 剪法輕巧
- 設備舒適
- 接待週到

東四南大街一三五號  
電話東局一四九號

本舖自造  
衛生醬油  
南式各樣  
拾錦甜醬  
小菜五香  
茶乾臭豆  
腐特腐乳  
冬菜豆豉  
五香佛手  
乾略雞等  
俱全零整  
均按批發

北京前門外隆興街中街南官園北口  
致和中腐乳醬菜廠  
認明寶馬為記電話分局四百九十七號

東城唯一清潔浴室

清華園

本園建築 宏大偉麗  
官堂高尚 雅座完善  
浴池寬闊 定價低廉  
代客洗衣 迅速便利  
名師理髮 技術新奇  
認真消毒 主顧滿意  
交通方便 地位適宜  
佈置精美 空氣新鮮  
執事人等 伺應週全  
毛巾浴巾 潔淨整齊  
刮脚修脚 應用器具  
有口皆碑 無庸多譽

東城八面槽 一號一號  
女浴所 錫拉胡同  
電話東局 一四九號  
電話東局 一〇九號

福壽堂

遐邇馳名 超等飯莊

屋宇寬敞 設備潔整  
新設四廳 特別寬大  
喜慶宴會 定期不悞  
隨時小賣 隨意便酌  
味美適口 價值公道

一開設金魚胡同路北  
電話東局三二二號

富慶樓飯莊

西單北大街路西  
本莊包辦各種葷素酒席  
應時小賣便酌清潔寬暢  
價格低廉屋宇定期不悞  
專應喜慶外會定期不悞  
歡迎各界光顧應酬週到

電話西局七二九

逢源牛奶場

衛生局檢定甲種高級奶

純潔價廉！！

黃油奶油

鮮美優良

賤中特賤

電知即送

電話：北局一五五一號  
場址：地外舊鼓樓大街  
中縱胡同二十號

永新園澡堂

前門外打磨廠中街深溝西路

本園重張以來  
承蒙顧客贊許  
熱烈光顧屋宇  
寬敞設備清潔  
合於衛生理髮  
手藝精良茶房  
伺候週到代客  
洗衣當日能取  
定價低廉各界  
諸君盍興乎來  
便知言之不謬  
電話分局  
樓上四三一號  
樓下一二八六


**北 方 藥 房**

承配各 文藥方 批發原 料成藥 血清藥 價廉售 醫藥所 許界醫

西 國 牌 樓 北 · 電 話 西 局 二 三 六

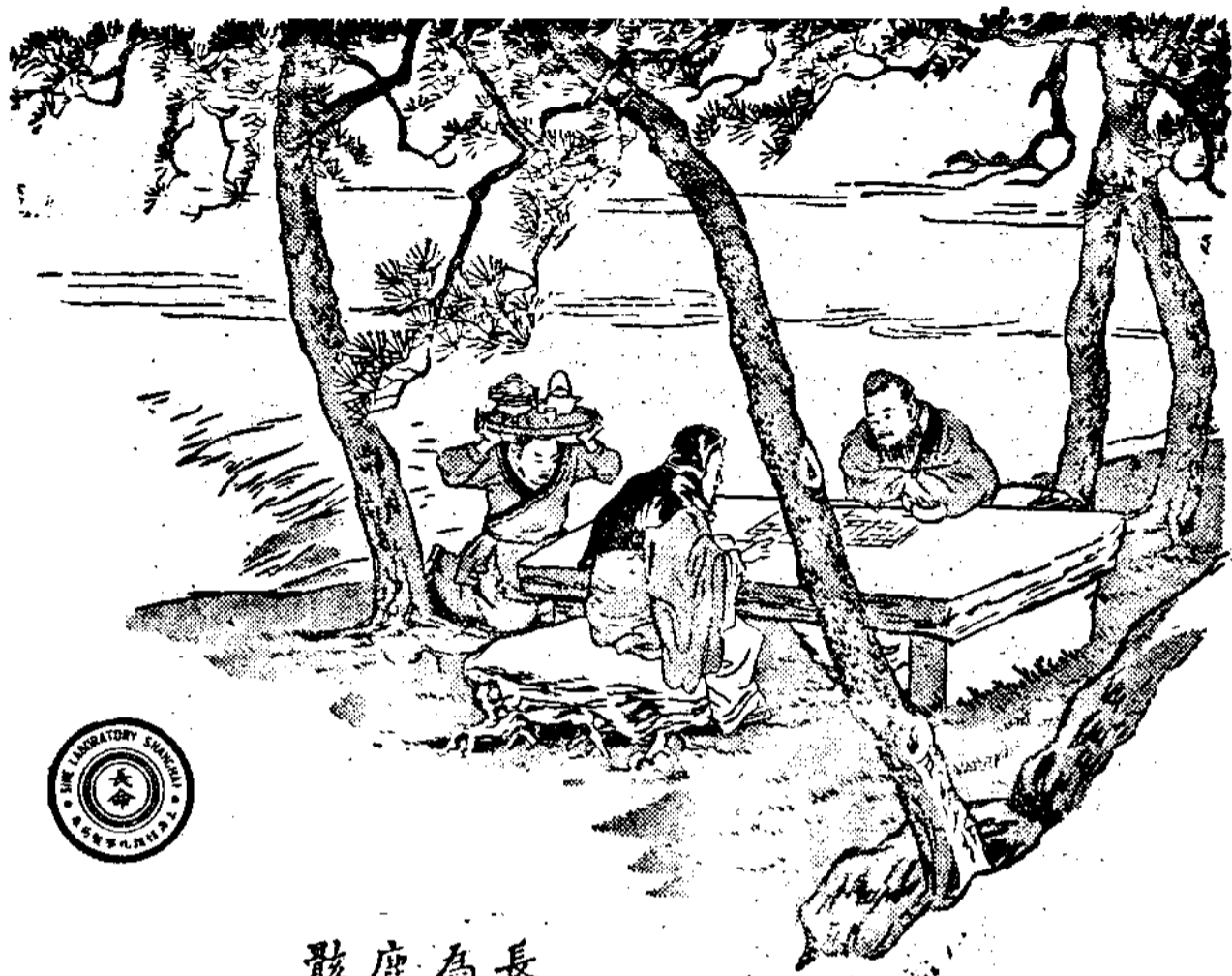
聘請藥師  
 調劑處方  
 運售各國原料成藥  
 醫療器械疫苗血清  
 承辦各界醫院藥品  
 衛生材料一切用品  
 零整批發  
 價均克己

北 京 西 軍 牌 樓 北 · 北 方 大 藥 房 · 電 話 西 局 二 三 六

**萃 華 樓 飯 莊**

本樓特請超等庖師 精做菜蔬  
 味美適口 雅座禮堂設備高尚  
 寬廣清潔 地點交通便利 伺  
 應週到異常 且自運浙紹名酒  
 味美清冽 敬請各界諸君 務  
 祈駕臨品嚐 無論便酌小吃喜  
 慶外會 並包辦酒席 價目低  
 廉 如承惠顧 當竭誠歡迎也

地址東城八面槽七十號  
 電話東五一四五一號



# 世上神仙豈易得 長命良藥今可求

史載三國時有趙顏者管輅者相也必短壽經指示入山  
訪道遇仙得壽此雖為無稽之談但足見古人衛生之術  
僅托命於仙道若在今日科學萬能可不必引以爲虛矣

何以服用 **維他賜保命** 而得長壽

長命牌「維他賜保命」補針補丸之成分名貴極點主藥  
為壯健動物之荷爾蒙腦下垂體腺腎上腺更配以人參  
鹿茸等滋補物經科學提煉製成針劑及丸劑補四肢百  
骸益六臟六腑促進新陳代謝調整內分泌機能

**精枯腦弱血衰腎虧者** 服之恢復青春  
能使返老還童

十年良藥十年聲譽購時務請認定長命牌商標庶不受欺

上海信誼藥廠監製 藥房均售