

中華健康雜誌

第八卷三期

十五年五月六日

八月十日出版

灌輸衛生常識

提倡民族健康



中華健康協會出版

THE NATIONAL HEALTH JOURNAL OF CHINA

Published by

THE HEALTH LEAGUE OF CHINA

29 TSZEPANG ROAD, SHANGHAI

Vol. VIII May-June, 1945 No. 3

著名
良藥



新星
藥廠

新星藥膏
N. S. OINTMENT
最新處方一切皮膚疾病外搽藥

新三星蘇
SINTHAZOL
肺炎淋病丹毒一切炎症特效劑

深得吾心大補汁
SATINUTRISIN
肝精維他命補劑治貧血補弱

一輕鬆
I-SINGSONG
治各種便秘之理想緩下藥片

肺喉托寧
THIODRINE
潤喉止咳順氣優效新劑

新樂的能
NEO-LODELEN
根治男女淋病最新化學治療劑

培弟通
APEDITONE
兒童發育障礙消化不良最良藥

血維隆
HEPAVIRON
造血特效劑及難他致命補膏

妙特靈
MYOTREN
治癬疥癩菌止癢去濕生肌

吾們的信條

製藥不忘藥德 · 售藥不忘藥格

以創造精神為神 · 為工人工作而作

● 各種新星醫用藥家良藥全藥房均售 ●

新星化學製藥廠股份有限公司
THE NEW STAR RESEARCH LABORATORIES CO., LTD.

總廠：上海長寧路(白利南)六號
電話：二二四一

分公司：上海黃河路(派克白路)藍屋
電話：三〇一八

有口皆碑



無時不熱
足副盛名

上海立興熱水瓶廠股份有限公司出品

雪 如 白 色



常 食 潤 膚 駐 顏

泰 康 公 司

梳 打 餅 乾

鬆 酥 清 香

常 吃 強 體

多 吃 開 胃 溢 氣

蘭 似 馥 氣



牌 帽 僧

衫 球 動 運 ★ 衫 絨 生 衛

∴ 行 風 處 到 · 譽 稱 界 各 ∴

廠 織 棉 和 公

品 出 譽 榮

七 八 一 二 九 話 電 號 九 至 七 〇 二 路 北 湖 海 上 所 行 發 總

中華健康雜誌

八卷三期目錄

特 載	國民保健的初步實施……………愚士(二)
健 康	簡易的健身運動……………趙竹光(四)
常 識	醫院船……………余新恩(六)
藥 物	配尼西林……………卓普門(九)
人 體	人體哲學(六)……………J. Y. (一一)
婦 嬰	嬰兒生理與護理……………葉式欽(一三) 嬰兒保健表……………(一四)
論 壇	護士那裏去……………陳士鳳(一六)
社 會	女人與飲酒……………新生(一七)
詩 文	姿勢……………碧棲(一九)
家 庭	誰的錯……………伊昭(二〇)
雜 類	衛生常識測驗……………譚環憲(二二)
信 箱	肋膜炎病後生活……………N. C. (二四)
徵 文	徵文啓事……………(二四)
編者的話	……………(一)
封面圖	上海男子健力美比賽優勝者……………



編者的話

余新恩

五年前，編者是第一次肩起編輯中華健康雜誌之責與讀者首次見面。自愧才疏學淺，不克勝任，幸而獲到各文友

的不吝賜教，每位讀者的熱烈擁護，使得這一本比較專門性的健康雜誌，居然能夠風行一時，由數百份而能暢銷到五千份。該時的興奮情緒，現在回憶起來，猶如昨日事一樣的清晰。三年很快的過去了，當編完了五卷六期後，時在一年半前，以種種原因，編者遂辭去編輯之職，從此就與各位讀者告別了。

兩年多來，以編者自身的忙於從事於工業衛生的工作，創辦和主持工廠聯合醫院的院務，編輯工業衛生通訊，及執教於聖約翰醫學院，漸漸的對於中華健康雜誌也就失去聯絡了。在此期間，多承讀者的關心和詢問，甚為感激，無奈心有餘而力不足之感；好在基礎已成，主持有人，也就可以一樣的收得宏效。

不意勝利後幾經一年，出版界却遭受到空前的厄運，一切仍不能依照理想實現。各雜誌紛紛在停刊，有的在減冊，有的在觀望。當前的現象是：有錢的不看書，無錢的買不起書，這簡直是將出版界沉落到海底裏去了。本誌也一再脫期，飄泊在大浪之中，遙遙看去幾不見其蹤跡了。但是中華健康協會各理事，以該會負有提倡民族健康和灌輸衛生常識的重大使命，不願見其因惡劣環境而消沉，乃委新恩主辦本誌，由八卷三期起負以編輯及發行之全責。自知學淺能鮮，萬難勝任，然以此事有關民族健康，際此建國致強之期，而又在驚濤中

逐沒的生死關頭，乃義不容辭，勉任其難，尙望海內外各先進各文友及各讀者多多賜教是幸。

今天又再肩起了這個重責來與久別的老友重逢，覺得是非常慶幸，也是非常的心。因正是趕上這個最不景氣象的時候想來東山再起，當頭的困難層層，自不待言。不過有一點編者是敢大膽說的。編者已經過了許多次的風濤，稍稍的積了一點經驗，業已慣於航海，所以再在浪海中去角逐，因有一定的目標，是不憚艱難的。好在各理事都予以極大的鼓勵，本會新開衛生實踐區予以經濟的援助，黃嘉德、黃嘉音、趙竹光諸文友惠賜宏文，工業界先進甘士南、方子藩、姚俊之諸先生惠登廣告，在在都促使本誌走向光明之途。有了這些，敢請各位讀者來與我們合作，與我們打成一片，多多的賜教，多多的介紹，務使我們共同的目的——民族健康，能早達完成，使我們中國也能成爲世界一個健康的民族。

有一點我們可告慰於讀者的。就是在這逆水行舟中，我們不但是不減少冊數，而且由八卷三期起，增加數千份。此外並增加頁數，充實和改進內容，封面及排版也俱加以革新。因八月一日接事的時候，八卷二期尙未問世，遂決定在一個月內，將八卷三期及八卷四期同時在八月底出書，以趕上脫期的缺陷。因手無寸稿，一切等於從新開始，遂東西奔走，每晚都要忙到一兩點鐘才能放筆，幸而得到各文友的紛紛賜稿，終能在這極短促的一個月內，刊出兩期來與各位見面。此中難免不有欠缺之處，尙請多多原諒。今後自當逐步改進，並準時出版，務使這一本國內唯一的健康雜誌能夠人手一冊，不負衆望，成爲一般人民所渴望有關健康衛生的標準讀物。

末了，爲了提高大家對於健康的注意和寫作的興趣起見，特舉辦徵文，詳情請參閱本期徵文啓事。希望大家踴躍參加，本社敬備薄酬，藉以提倡。敬祝各位健康！



國民保健制度的初步實施

愚士

——每人每月納費四百元，
即可得到健康保障——

時代的邁進，使得一個人能生存在這個世界裏，却是一件不容易的事。尤其是在這艱難時日中，爲了要生存要工作，就要加倍的勞心和勞力，以致有傷於健康，終致不能生存了。能超越生存而爬在水平線上的人們，則又必需以工作效率和生產量來互相競爭；於是，誰有健康的身體，誰有持久的精力，誰就能獲得優勝。

在上的，在下的，莫不以健康爲前題，而國與國的競爭，則又以全國國民的健康爲重點；因此，歐西各國甚至日本，莫不早已施行了國民保健制度，由政府來主動，施行到全國全民。

國民保健制度的原則是簡單的。它是用大家的力量，各化極小的費用，以集團互助的方法來保障大家的健康。這尤其是合於我國情況，因我國人民，類皆貧苦，每日所入，生活且難維持，一旦患病，惟有坐以待斃，生命毫無保障，是以尤見施行集團健康保險之迫切需要。但是，空說無益，事在人爲，由小開始，逐漸推廣及之，自能普及於全國全民也。

在上海的勞工羣衆中，四年前已經展開了像這樣的一個實驗。它是將位據同一地區的工廠聯合起來舉辦醫務，先後曾設立了工廠聯合診所五處及工廠聯合醫院一處，純爲勞工服務。費用則由各參加的工廠依照人數分担。目前每人每月納費四百元即可得到健康保障；（四年前初辦時每人每月收費八角，嗣後隨生活調整，然今日生活高漲已遠不止五百倍矣）舉凡診治，普通服藥，外傷包紮，手術，身體檢驗，防疫注射等一概免費。這四百元可說是一個極小的數目，爲任何人

皆可負擔的。工廠聯合醫務處除了在三年前爲購置醫院設備曾由四百餘家會員工廠舉募一百萬元以外，從未向外界捐募過。四五年來僅靠這區區會費的收入，一直都是這樣維持而能自立生存。它從也未有過任何機關的貼補。

這就證明了這個制度的可以推行，雖在我國是由人民自己去主動。若用同樣的制度去施行在學校，機關，銀行，公司，報館，商號，以及各同業工會中，那末以上海來說，全體市民都可以得到健康保障了。再以此推及全省全國，也屬能行之事。

若果我們不這樣做，不迅速的集團互助來做到國民保健，那末我們依舊要病弱，依舊要增加死亡，依舊不能成爲強富的民族。這同樣情形，在蘇聯的帝俄時代，也正是如此。但是革命以後的蘇聯就不同了，它就極力的將保健事業廣泛地發揚起來，一躍而成爲世界第一等的康健國民。依據一九四一年的統計，蘇聯全國的病床有六十七萬四千七百，醫師人數合計達十數萬人，全國工廠內所設的診療所有二千八百四十五處，兒童醫院有七百二十一所，肺病療養院有千所以上，花柳病院有五百五十六所，花柳診所有六百十八所。在全國各大城市中，都設有急症救護站達六百二十九站，這些站都有自備汽車，計有一千二百三十七輛，還有救護所用的飛機共三十二架。此外醫科大學有七十所，醫科專門學校有一千三百六十所，學生達九萬一十人。

以我們現在所有的，若與蘇聯比較起來，真是渺小得太可憐了。全國合格的醫師祇有一萬餘人，合格的護士不到二萬人，醫學生二千

餘人，全國的病床不滿兩萬。

正因如此，所以在這次抗戰期中，我國人民及軍隊中死於疾病和瘡癤的多過於致命戰場的。但在蘇聯，由於全體醫務人員的犧牲精神，使得百分之七十的傷兵能迅速重返前線，同時使得因疾病而死亡的大大減少。此外在作戰的三年內，大量訓練醫師和醫務人員，有五萬三千個新醫師，十萬名新畢業的醫務人員，二十萬名護士一齊踏上了前線，隨着大軍向着西線前進。

由這一點就可以看到國民保健工作的如何重要，如何的能協助國家趨向強盛而獲得勝利。我們在這次抗戰中又從那一方面能顯示出我們龐大的實力呢？

八年抗戰已經結束了，我們也可以察覺到已往許多落後的事。我們曾被稱為東亞病夫。我國的疾病和死亡率高居世界第一。全國遍地是疾病叢生，瘡痍四溢，人民皆面有饑色，營養不足；如今這些早該成為過去的史跡了。但是，我們却一些也沒有長成，還依舊是個發育不全的難童，這樣怎能稱得起是一等強民呢？

一個發育不全的兒童，是更需要營養，更需要護衛，他的一切生活起居行動更要合乎近代衛生，否則必會天逝無疑。隨着身體的發育不全，智力也會愚鈍，心理也會不健康。以其豫後說來是很不良的。現在惟剩下最後的一劑了，那就是公共衛生和國民保健制度的急速施行，以謀起死回生之效。

再以上海一隅來說，雖豪稱為世界大都市之一，然而一切衛生俱是落後，疫癘縱橫，一般的人病來都無錢就醫。若能實施國民保健制度，每個市民每個月都拿出四百元來保健，那麼生起病來也就可以無慮了；積極的大家的健康也有保障了，衛生也可以大大的改良了，這豈不是自助互助的至上方策嗎？請問今日上海有誰一個月拿不出四百元來呢？連一個乞丐都不成問題。問題是在大家願不願意？願不願意保障自己的健康，也就是保障大家的健康？若果藉此人人保得健康，

如此就可將消耗於醫藥的費用移作積極保健之途；如開闢運動體育場，設立衛生圖書博物館，開辦托所，施行保嬰等工作，這些都是國民保健事業中的最有價值之一頁。

願我們由各方面迅速地去開展吧！國民保健制度的初步實施已先在勞工中發着嫩芽，願大家都來合力栽培，推廣到每個階層，使能早日開花結果，為我國爭取無上光榮！

中華健康協會

重要啓事——茲經本年七月十八日理事會議決公舉余新恩理事為本會出版委員會主任委員全權負責編輯及發行本會主辦之「中華健康雜誌」嗣後有關本會出版事宜請直接與余醫師接洽可也。

徵求會員——本會為滬上醫界名流與各醫學團體合辦之唯一健康機關目的在使民衆感覺健康之重要使中國在健康及體格方面成爲一等國家宗旨純正茲為推廣健康運動起見即日起徵求會員一萬名手續簡便付會費叁仟元即可享受：

七大利益

- (一) 免費訂閱「中華健康雜誌」全年一份六期
- (二) 贈送會員證一份
- (三) 每年免費檢查身體一次
- (四) 免費X光透視一次
- (五) 免費注射防疫針三次
- (六) 免費種痘一次
- (七) 若至本會主辦新開衛生實驗區就診醫藥等費概照成本計算

理事：刁信德(會長) 富文壽(秘書) 施思明 顏福慶 朱恆璧

黃懷信 余新恩 王吉民 侯祥川 周誠濟 余濱

歐陽忠 顏遂良 陸梅僧 王淑貞 沈驥英 薛藹
★入會事宜請駕臨本會與蔣秀穎女士接洽
會址：池浜路二十九號(卡德路東) 電話三九八七〇

簡易的健身運動

趙竹光

——提高身體抵抗力，除休息和

營養外，最主要的是運動——

就一般人的眼光看來，他們總認為一個醫生和一個體育家的工作或職責，是分道揚鑣，是謬不相關的。他們只知道醫生的職責，是在替別人醫病。而一個體育家的職責，是在教人運動或鍛鍊身體。像這一類的思想，不獨一般人以為不錯，就算有不少醫生，一定也認為很對。

但是世界的科學，是不斷向前進的。從前把運動，按摩等，不全是列入體育這一欄的。但是目前有許多有道德和具有前進思想的醫生，當他感覺到一個病家的毛病，非醫物可醫治時，他便索性叫病家去做各種運動。如近年來，有許多醫生便介紹患有消化不良的病家，到我們上海健身學院來運動，便是一個很好的例子。同時有不少醫生就利用按摩來替人醫病。如我國之推拿，日本之按摩治療，便是一個很好的例子。同樣的，做一個名符其實的體育家，他不獨要教人如何運動，如何鍛鍊身體，並且還要懂得如何可以避免受傷，或受傷的時候如何急救，這自然是涉及醫學上的問題了。



(影近者作)

所以一個近代的醫生，他不獨要醫理精到，還要有相當的健身知識，最好是還有一個強健的體魄。後一點對於一個醫生未來業務的成就上，的確是非常重要的。因為一則一個醫生整天和患者各種毛病的病人接觸，欲避免自己為病菌所侵襲，除了各種必需的預防之外，最重要的，便是自己身體的抵抗能力。這是第一點。第二，醫生的職責既在救人，所以他往往起居飲食沒有一定的時間，甚至在大風大雨的半夜裏來一個急救電話，也只好爬起床來，履行他神聖的任務。像這樣的艱巨的職責，決非一個身體衰弱的人所能長久勝任。第三，一個醫生能得到病者的信心，則他在醫治的功效上，必然事半功倍。要達到這一點，醫生不獨要懂得病者的心理，和好好的來安慰他，使病者的精神能安靜下來。並且他必須有一個強健的體魄。假如病人所請到來跟他看病的醫生，是精神萎靡不振的，難免使病者啓連醫生也正在生病的疑慮。因為在病者的眼光中，醫生應該是最懂得調養身體的。

所以近代醫學和健身運動，已漸漸的走向同一的路綫，再加上近來醫學對於疾病預防這方面發展之速，可見得醫生和體育家，將會漸漸的，打成一片了。因為對於疾病最有效的預防法，除了改進社會環境衛生之外，便是盡量把身體的抵抗能力提高。欲提高身體的抵抗力而不運動，那簡直等於紙上談兵一樣。

因之，醫生之必須有相當的健身知識，正和體育家之必須有相當的醫學常識，是同樣的重要。

關於提高身體抵抗能力這方面，除了休息和營養之外，最主要的，當然是運動。但是運動要因人而施。同時對於一個人的環境，時間，空間和體力方面，我們都要顧慮到。就以球類來說，既要相當大的場所，又要相當的人數，而且又非有相當的體力或耐力不為功。他如時間與經濟之耗費，也是一個值得考慮的問題。所以我認為最合於大眾化的，莫如健身運動。因為這些運動不獨不受時間和空間的限制，而且就算不必另備器械，也可以來做。

茲將幾種簡易的健身運動介紹如下：

(一) 深呼吸——我們要常常記牢在未做較劇烈的運動之前，我們必須做一兩種比較輕易的徒手運動。這一方面可給予我們的心臟和肺部，有一個準備的機會。同時可以藉此刺激我們的關節，俾增加其分泌，以促進關節間的潤滑性。這樣於無形中，便可減少受傷的機會。這個動作的做法是這樣：先兩足舒適地分開，全身肌肉鬆懈，兩臂徐徐往上舉起，同時吸氣。直到吸至無可再吸的時候，兩臂放下，屈膝下蹲，同時呼氣。連續做十至十二次。

(二) 腰部運動——將數張報紙捲成一捆，以不容易拉斷為主。其長度可和兩肩之闊度相等。然後兩手各執一端，兩臂伸直往上舉起。全身正直。先盡可能從腰際側向左邊去。當側至不能再左的時候，還原，再側向右邊去，每次用力時，則吸氣，還原時呼氣，在動作的進行中，兩臂要在頭上伸直互拉。

就這樣的，繼續做去，及倦為止。

(三) 全身運動——兩手各執報紙之一端，屈膝下蹲，用一跳的動作，用足前後分出。兩臂同時往上拉起，這時吸氣，還原時呼。及稍倦為止。

做時兩腿最好輪替來做。比方說，在頭一次兩足前後跳起的時候，如在足在前，右足在後，則在第二次跳的時候，最好改為右足在前，左足在後，以取兩腿平均發達之效。

(四) 全身運動——兩足舒適地分開的站着。兩足距離的闊度，以易於保持身體的均衡為主。兩手照前法各執報紙兩端。兩臂伸直往頭上拉起，同時屈膝下蹲，及臀部後觸及足跟為止。當兩臂伸直往上拉起時，則深深的吸氣。起立時呼。繼續做去，及倦為止。

這個動作，除了發達我們腿部和肩部的肌肉之外，還可以使我們的胸腔擴大起來。同時也在訓練我們怎樣保持身體的均衡。

(五) 掌上壓——兩手按在地上，兩臂伸直，全身也同時伸直。用脚尖及兩臂以支持全身的重量，然後屈臂下降。及胸部觸及地上的時候，還原重做，及倦為止。

當屈臂下降時呼氣，用力撑起時吸。這是一個發達胸肌和肩臂部肌肉的，很好的動作。

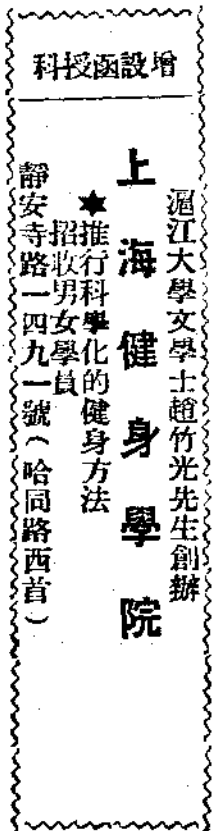
(六) 腹部混合運動——仰臥地上，兩臂伸直放在身邊。先兩腿伸直往上舉起，及舉至幾與身體成九十度角的時候，兩腿放下，同時上身起立，(這時兩腿不動)，並將兩臂盡量在前面伸去，伸至不能再前的時候，還原重做，及倦為止。

增設函授科

上海健康學院

★推行科學化的健身方法

招收男女學員
靜安寺路一四九一號(哈同路西首)





醫院船

余新恩

燦爛的黃浦江邊已是多年沒有去光顧了。在那灰色籠罩着海上的漫長歲月間，曾一共去過兩次。去的動機斷然沒有望月賞景的興緻，祇是應着一種內心的呼聲不自主的走向江邊的大道。

在那南岸的橋頭，獨自佇立在橋旁凝望着橋上如蟻往來的行人和車輛，各爲着生活的煎迫，忍受着未曾有過的侮辱和鞭打。一個一個的在立崗的日軍前，低着頭，紅着臉，脫帽致敬。有的也不知怎樣的觸怒了他們，刺刀立刻挺刺在胸膛，跪在地上叩頭哀號；幸運的在飽受拳腳相加後滾下橋去，所帶的貨物，全數算是換來了這不值一文的生命，再要去苟延那無盡期黑暗的歲月。

再一次是到江邊看那曾一度將我載到歐洲去的意郵康脫凡弟號，整個沉落在江底，祇露出微小的一部船身，令人不無今昔之感。

如今僥倖地重新見到天日了，蔚藍的天空，再度張網着整個的海上，銀色和白色的船隻停泊在江邊反照着自由和平人生的另一面。祇是，人們似乎是健忘的，在寬大政策下，敵人受到特殊的優待；然而我們，所親歷的事故猶在目前，生活的重壓，加力地使我們喘不過氣來，我們爲何永遠抬不起頭來呢？

偶然仰首東望，呈现在眼前的却是一艘雪白的船身，中間一個大紅十字，這是美國海軍醫院船歇息號——Repose。因有特殊的機會曾經參觀過另一艘美國陸軍醫院船聖俄來福號。後者是改造的，有一百多病床的容量，但是這歇息號却是專造的，重量一萬五千噸，容有

五百只病床，這在我們中國的整個大陸上，還未見有如此龐大的一所醫院。

不像在船上

當踏進歇息號的入口時，頓時忘却身在船上，因爲一切的佈置裝璜和設備，儼然是一所最精緻最堂皇最時代化的醫院。上下三層除了樓梯外，還有可容納一二十人的電梯行駛，坐在電梯裏一無震動的感覺，也一無聲響，這又是多年來未曾嚐試過的新進步。

偌大一所醫院，欲其行政敏捷，救護週到，則在其傳達交接上必需設備完備無缺。所以當走在通道上及穿過各病室的時候，時常到處聽到放聲器傳出的音號。

「××醫生，請到××號室」

祇重覆一遍就告停止，所以並不擾人。各室均有電話，能由電話中找到醫生或需要的人，自無需用傳聲器來呼召。不過，傳聲器是可以立刻找到被召的人，無論他是在甚麼地方。

病室有大有小，同時分內，外，骨，傳染病，精神病，肺病各科。大的病室有數十至一百病床不等。大病室都是上下舖，可以節省地位。每個病床有着極厚極舒適的床褥，和雪白光滑的床單，可說是在上海一般的醫院中多年來未曾見到的。每個床頭各有一個小燈和一具無線電，聽筒可以安置在自己的耳邊，不致擾亂他人。床燈可以自己

單獨發電，所以即使總電損壞了，病室裏永遠是光明的。

骨科病室裏有着兩個特製的骨科病床，可以上下曲折務使適合病人的部位和動作而不致有礙傷處。精神病室特多，有單人的，有十數人的。單人的是專為那些武瘋用的，室內一無所有，其牆壁的裝置是不透音的，所以關在裏面，真是與世隔絕了。

精神病治療？

戰爭所賜給人類的殘酷，除了物質和肉體的損壞傷害外，還有就是那些活活的，可怕的，無數的精神病人的產生。在美國的精神病院裏，今日還有着由第一次世界大戰所遺留下來患精神病的士兵三萬一千名。這是因戰爭，由於精神與肉體的重壓，所引致成的一種精神病叫着戰爭神經官能病 War Neurosis，或謂炮彈休克 Shell Shock。像那種高度的爆炸，無疑的，對於一個神經質虛弱的人，是很容易傾向於斯疾的。不過，在今日這種全面轟炸的戰爭中，即使一個神經質固強的人，有時亦不能或免。因此，設置之精神病室特多，其故安在，在這裏得到它的答案。

每一個病人，都要由醫生問病史及檢查身體。有時爲了醫生的工作過忙，病人過多，無暇去寫病史；這裏有一個灌片機，可由醫生口說一遍，將它收進片子裏，以後隨時可由書記唱着片子，將病史錄下。

除了這些病室外，各種專門門診亦俱完全，類如耳鼻喉科，眼科，牙科，物理療法科，X光科，心臟科，內分泌科，泌尿科，花柳科，無不應有盡有。配眼鏡，鑲牙，紅外線，紫外線，心動電流描記器，新陳代謝測量器，巨型X光等都用的是最近代化的新式儀器，由着二十一位醫師各司其專責。其不屬戰爭範圍的醫院，這裏是不設的，所以船上沒有產婦科，沒有小兒科。

手術室

手術室的設備更爲完美，且爲主要的工具。計有很大的手術室三大間，兩間爲普通外科用，一間專爲骨科用。近代手術的進步是足以驚人的。眼角膜可以割下來保藏在密封冷汽的容納箱內至六天之久。它是用來移植在盲目人的眼上，使能復明。這種角膜多半是由死人眼上割下的，不過需要在死後四小時以內完成。死胎也可應用，成績也還滿意。雖則這種手術早年已有所聞，不過近年來試驗的成功已獲有極大的把握。

骨科及成形手術的進步又是很顯著的。假臂假腿的裝置已臻異常靈活之境。一種罕有的金屬叫着 Titanium 的發現，完成了外科術中需用金屬的理想條件。這金屬性質堅固，同時又很柔軟，可以模成各種形式。其金片金絲可用以修補膠裂及損傷的關節。它在體內無毒性，不刺激，不潰融，也無電解作用，故最屬理想。

軟骨在今日的軍事外科成形術中，也佔據一極重要地位。不像皮肉，它可由一人移植到另一人的身上，並可保藏於殺菌劑內，隨時可以取出應用。軟骨質堅固，同時又可模成各形，最理想是用以製造耳，鼻，及眼緣；顱骨穿破後，可用以蓋補及保護頭腦。

配尼西林

藥物的發明近年來已是驟飛猛進，在船裏的藥藏室及滅菌室內貯藏着甚多新用的藥品。除了五種「硫化」藥外，還有聞名遐邇的配尼西林，現在由美國十六家大藥廠日夜製造。惜乎提煉出的份量極少，在良好情況下，一西西的微液祇能供應兩個單位，而在有些病案中，需要二百至三百萬單位才始有起死回生之效。在作戰時，單單供應軍隊已感不足，普通市民就無從購得。好在現在戰事已停，自可移作市民之用了。

再有就是新發明的血漿粉，可以攜帶及貯藏，加了蒸餾水後立刻即可用作輸血注射。這樣對於負傷者的休克問題，迅速地給以解決，百分之六十以上在短期內能重入戰場。否則像第一次大戰時，因死於休克的却佔極大多數。

試驗室內，各技師正忙於檢驗病人的血液，以及肺炎的種型。用着暗視野映光法，使得存在的細菌和螺旋原蟲，都逃不脫這一個鏡頭。此外用着不同稀釋度的硫酸銅以求得血漿比重的新法，也正在進行中。

病人死後都要經過解剖，這裏有一間很大的剖屍室，其設備之精美，房間之寬暢潔淨，令人連想到上海亭子間裏擁擠着污穢不堪的人羣，真是生不如死呢！

其他如廚房，飯廳，洗衣作，休息室，娛樂室等俱屬第一流的旅館型，在此不另述了。

末了，一個佈置雅緻的圖書室，書架上滿藏着最新出版的書籍和雜誌；渴望已久的精神食糧和近代科學結晶的代表作就擺佈在面前，令我徘徊久久，不忍卒去。

當我步出這歇息醫院船時，腦海中起了波動的感觸。這醫院船祇是美國極小的一部醫學實施，而有着這樣誇人的設備，其他大部分又該是怎樣的進化呢？但是，我國就像這樣小小的一個醫院船的設備也都沒有。我們不能永遠落後去。黃浦江依然是我們的。華人與犬不得入內的禁條已不存在了。過橋不再受到恥辱了。願我們再步到江邊去賞景的時候，永遠記得這些侮辱；積極的我們該怎樣負起使命來去同星月爭光呢？

——原載大公報卅四，十一，十一——

表問時作工區驗實生衛開新會協康健華中

持主師醫信懷黃 年五十三

日期	星期	種類	時間										
一期星	二期星	三期星	四期星	五期星	六期星	科通普男	科通普男	科通普男	科通普男	科通普男	科通普男	一	上午九時至十二時
科務肺	科務肺	科務肺	科務肺	科務肺	科務肺	科兒小	科兒小	科兒小	科兒小	科兒小	科兒小	二	
科兒小	科兒小	科兒小	科兒小	科兒小	科兒小	科兒小	科兒小	科兒小	科兒小	科兒小	科兒小	三	
產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	一	下午二時至五時
產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	產前產後	二	
科柳花	科柳花	科柳花	科柳花	科柳花	科柳花	科柳花	科柳花	科柳花	科柳花	科柳花	科柳花	三	

話談人個(1)) 育教生衛 種接防預 行舉日每
 話談體團(2)



救濟人類的新藥

配尼西林

卓普門

當今物理學家發明了原子炸彈，而足以震盪全世界時，讓我們在另一角度，靜觀有適與原子炸彈相反的一個動向，也並存於人間，那就是新藥配尼西林的問世。醫學界也可以此新供獻來稱豪於世，因為他們是負有保全和救治人類的偉大使命，所以不能與政治混為一談的。

自從一九三八年經「硫化」藥簇絡續上市後，的確對於以往許多急性致命的疾病像肺炎，腦膜炎，鏈球菌屬所致的感染等都有了專治之效了。但是，它的缺點在於它具有的毒性和副作用，類如所致惡心嘔吐，頭暈，青紫，麻木，白血球減少等現象，因此限制了它廣大的應用。於是經過了科學家再度不斷的努力和演進，終於由一九四〇年起，繼續的研究而發明了這新藥配尼西林；它的優點是在無毒性，無副作用，而且它所能克制的菌屬尤為廣遍，因而更能大規模的被採用了。

雖說是近四年的事情，實際上遠在一九二九年，有英國佛萊明教授，偶然在它的培養基上被一種青黴所染污，竟發現在其周圍，有一圈透明的液體，對於鏈球菌，葡萄球菌，肺炎球菌等能發生猛烈鬥爭而完全加以殲滅，但對於大腸桿菌，和流行性感胃桿菌等則無效。可惜該時無人注意此種發現，竟一擱而延至一九四〇年始由牛津大學諸教授從長計劃來加以研究。

配尼西林在酸液內是不安定的，所以必需用鹼性來浸漬，再用乾燥法在冰凍狀態下使成粉粒。由一九四二年起，就經大規模的製造，同時開始作臨床實驗。一切製造步程，如洗瓶，消毒，灌藥，培養，浸漬，除水等俱屬機械的自動管制而不經過人手。美國波士頓大學凱佛博士就領導了全國最高研究委員會的羣倫，着手謹慎支配藥劑，收集臨床報告，而加以分析和統計，以證此藥之實效。因該時出量有限在初分配很受限制。到了一九四四年才始漸漸的可供給民用，到了今年三月，才不再受到限制而能在市場上任意購得，今後且能暢銷國外了。

製成的配尼西林是黃色粉劑，裝置在小瓶內，每瓶含十萬牛津單位。灌入了蒸溜水或鹽水後即可作注射用。在乾燥狀態下則容易保藏而不會損壞，若一經化水，因潮濕能致損壞，所以至多能保藏在冰箱內不逾二日之久。配尼西林不適於靜脈注射，因在注射後三十分鐘內，百分之九十的藥劑將由小便中排出，所剩的百分之十，也將在三四小時內排盡。所以最好作肌肉注射，因排洩較緩，使能較久留藏體內，但在數小時內，百分之八十以上也將由小便排出。為了補救這種缺陷，每二三小時就需要重覆注射。每次平均注射一西西的兩萬單位，直至病狀改進而止。皮下注射亦屬可能，除了腫疼外，並非禁忌。口服則不相宜，因將為胃液所損壞。配尼西林亦可製成噴霧劑或丸劑，

爲鼻喉發炎所用。又可濕敷傷口腫腫，並注射入膿胸內。另外也可化於油劑或蠟中以作注射，使有排洩較遲之功用。

配尼西林對於下列諸病是有特效的：鏈球菌屬及葡萄球菌屬所致的感染，肺炎，腦膜炎，淋病，破傷風，惡性壞疽，癰，亞急性菌原性心內膜炎等。對於下列諸病是有特效，但臨床實驗尙未完成：花柳，白喉，放線菌病。對於下列諸病其效果尙不確定：闌尾炎穿破所致腹膜炎，肝膿腫，尿道感染。對下列諸病則絕對無效：癆病，腸感染，傷寒質斯熱。

還有許多種病症尙在繼續臨床實驗中。像最近在安南有一個四歲小孩，在鼻旁生有熱瘡，兩星期後引起嚴重的血栓形成併發症，人事不省，生命危殆。後經急速的給與大量的配尼西林注射，每二小時注射一萬五千單位，二十四小時內即霍然有着顯著的進步，兩天後炎腫盡消，到了第八天則已完全痊愈了。共注射了一百萬單位。

配尼西林的好處，是在能多給注射而不生毒害，不像「硫化」劑，多給了就要中毒。配尼西林最大劑量是一天內可給到數百萬單位。因此藥而中毒死亡的尙未有先例。其偶有敏感現象，祇是輕微的皮膚反應及發熱而已。

此外配尼西林對於燙傷，和幾種皮膚病，角膜及結合膜炎，急性乳突炎等有時也都能奏奇效。

由此可知配尼西林效用之廣泛與供獻之偉大，實可稱爲今日藥物之王。惜乎對於還有許多疾病像腸熱病，斑疹傷寒，流行性感冒，癆病等尙未能展其所長。這則還有待諸科學家，醫學家今後不斷的繼續努力哩！（卓普門上校講於上海中華醫學會，余新恩錄卅四，十一，廿二。）

上海福州路山東路口

中西大藥房

歐美藥物 原料香品

備貨最齊 售價最廉

九星維他命麥精魚肝油

多種維他命之複合製劑 補力超羣

九星維他命乳白魚肝油

內含各種維他命之成份 強身健體

1947 型十六歲小姑娘

時代軟質雪花 質料迥異凡品

滋潤營養肌膚 香味與衆不同

紅字 黑盒 百花露香粉 白嫩去斑 制油防敏

原方原料 越出越好

仙女花露水

仙女潤髮香油



人 體 哲 學 (六)

— 消化系統 —

J. Y.

無論是怎樣的一個建築，大廚房總佔一重要部門，從早到晚，燒水煮飯，忙個不休，也可說是一個家庭裏的主要工作。但這些無疑的却祇是爲了「吃」。本來食色性也，人對於食，如對空氣一樣，不能稍缺。但就爲了這不能或缺的食物，大而至國與國動干戈，小而至偷竊搶奪，無所不爲。這種最低限度食的慾望，並非奢侈，而爲生理上所迫切需要的。人體是有賴新陳代謝作用而繼續生存。有消耗就需要有補償。食物就是補償中的主角，它使人有精力，有體溫，有一切活躍的新生力；沒有它，就像機器失去了油一樣，漸漸的遲鈍頹唐，終至敗廢了。

痛是誰都不願意有的，但是飢餓所產生的痛，更令人難以忍受。因此，至無可再忍時，尤其在飢荒地區，反常的事故出現了——吃人肉，嚼樹皮草根，這也無非是要使自己能夠得到解救的最後一着。在文明的都市裏，妓女是出現了，不一樣的爲了食物嗎？很可惜的，世上還沒有一種簡便經濟的食丸，吞服了就能在相當期間內不會飢餓，同時並能保持生命的泉源。但我相信，這是值得大家研究的一個重要問題；像今日化學的突飛猛進，已能從大自然中——水和空氣等——做成許多有用的物體。若果食物製造在化學中一旦能夠成功，大家就都有飯吃，民生問題就解決了，至少世界上會少去許多紛爭。否則若單靠天然的食物來供應全世界的人，但是往往還要加上旱災，水災，蝗災等不能管制的因素，這將永不能達到世界恆久太平的一天。

雖然一時這個目的尙不能達到，但我們也可以看到現今產自天然

的食物中，在質的方面已很充實，若能謹慎分配而不浪費，也就可以足夠供應大半人的需要。可惜人類是自私的，不願研究一下自己體內需要，任意多多的進食，多多的進取享受，而又多多的排棄糟塌，使真正需要的人反而無從獲得。幸而世上任何事情都有限度，原子炸彈的權威雖大，但也有它的限度；一個島嶼可以全毀，但是整個世界依然存留。富人盡量的可以享受享任之美，多多的進取山珍海味，但是他會吃飽，他會漲飽，而不得不暫停一下；否則若能任無限制的量一個人去享受，那末世上就將有更多的人不能獲得食物了，世界恐早已消滅了。

營養我們身體的是碳水化合物（是澱粉糖類的總稱），脂肪，蛋白質，鹽類，水，和維他命。這些是用來供給熱力，輔助生長，補充身體組織的細胞。成人每日至少平均約需二，四〇〇卡路里。卡路里是熱力的單位名稱，等於將一西西的水化爲攝氏一度的熱力。每公分的碳水化合物或蛋白質產生四·一卡路里，每公分脂肪則產生九卡路里。欲獲到身體營養的需要，每日平均應進五穀十四至十六兩，豆類三至六兩，根莖類六至十兩，菜蔬十二至十六兩，魚肉類一至二兩，動物油二三兩。這些對一切身體的需要已完成了；多食則廢掉，少食則營養不足，故宜各自權衡一下。

食物的種類和分量既已解決，那就要看怎樣烹飪了。廚房裏有糖醋醬鹽來調味，使得食物更加鮮美；食物進了人體後，一樣的需要配備，使得它能十足消化吸收，爲體所用。食物經過咽而入食管，而胃

，而小腸，而大腸。食物在咽內經唾液將澱粉變成葡萄糖，在胃內經胃液（鹽酸和胃液素）將蛋白質變為容易吸收的配布通，在小腸內經胰液消化種種食物；如胰澱粉酵素將澱粉變成葡萄糖，胰腺蛋白質酵素將蛋白質變成更簡單的化合物，胰脂肪酵素將脂肪變成甘油和遊離脂肪酸。

胰臟內還有微小的細胞名叫着腺島，製造分泌因素林，它是有促進體內糖分燃燒的作用。患胰臟病的人，因素林分泌很衰弱，血液糖分就此增多而成糖尿病，有口渴，飢餓，和多尿現象，因糖必需有若干量的水分一同伴着才能流出體外，故尿特多，隨着也就口渴。吃下去的飯既不被用於身體的營養，却徒然浪費着排出體外，所以終覺得肚餓。故不宜多吃澱粉。蛋白質也應少進，因它也會變糖。獨有脂肪是不變糖的。

在小腸內，食物復經胆汁的消化。胆汁是肝的分泌物，味苦，色黃綠，平時貯蓄於胆囊內。消化時與胰液同由一管輸注入十二指腸（小腸的上端），有促進胰液對於脂肪和蛋白質的消化。當輸尿管腫脹時，胆汁就不能流往十二指腸，倒過來而混入血液在周身循環了，遂成黃疸病。病者因不能消化脂肪，故不宜進脂肪食物。

肝臟是體內最大的腺，重三至四磅，在右隔膜下面，它的功用很大，如製造胆汁，破壞毒素，將血液糖分變為肝澱粉而貯藏起來，以備一旦血液缺少糖分時，可將澱粉轉變為糖，以免燃燒作用衰弱。可惜人祇具備了一個肝臟，一旦有病而失去功效，身體即告不支了。中山先生的患肝癌，因不能割治，乃告束手無策。否則像腎臟或肺臟，因有兩個，壞了一個尚可割去，遂不致因此而結束生命。

食物在小腸內經消化而被吸收，其人大腸部分，都是殘滓，等候排棄。

但是像唾液和胃液等分泌，都與人的精神有着密切的關係。好比

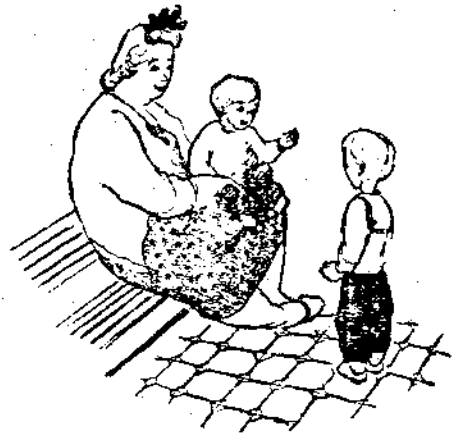
嗅着或看到可口的食物，唾液就立刻會增加。所以我們需用愉快的精神來進食，這樣就可以促進分泌而有助於消化和吸收。反之在進食時，若發怒或責罵小孩，或者提到些不愉快的事情，這樣反而會阻礙分泌而使消化不良。即使食量已夠身體的需要，但因不消化不吸收，則仍然不夠營養的條件。如其這樣不能在和悅氣氛中進食，最好就遵守孔子的「食不語」的規例，否則若願破例的話，以幽默輕快為至上。

我們時常見到營養專家在講堂上講得頭頭是道，一簇豚鼠給以某種食物後，就長得體格肥大。但是反觀營養專家自己却瘦得反證了他的學說。這並不是學術的錯誤，而是他忽略了第二部同樣重要的過程——消化和吸收。同樣的像胃病的釀成，許多都是與不愉快的精神和心境有關。廚司最喜歡主人將菜肴吃光，這正表示他的手藝高明。我們每個人都是廚司，在這米珠薪桂的今日，希望我們所進的食物，俱能十足消化服用，千萬不要浪費才是。（未完）

——續自本誌第五卷第六期——

人體哲學

- 前言.....中華健康雜誌五卷一期
- 骨骼與肌肉.....中華健康雜誌五卷二期
- 循環系統.....中華健康雜誌五卷三期
- 排泄.....中華健康雜誌五卷五期
- 呼吸系統.....中華健康雜誌五卷六期



嬰兒生理變異與護理

葉式欽

附嬰兒保健表

嬰兒一出母腹，即開始肺臟呼吸，以高聲啼哭以張開其肺部氣泡。

血液循環生理亦從此改變。

日乃恢復降生時之體重。

六、兒斑：小兒皮膚每呈有藍色斑，是為兒斑，兒斑每發現於背部，腰部，四肢，面部，而於臀部為尤著，此種色素每於六七小時消滅殆盡。

初生兒之護理

1. 皮膚：皮膚清潔，對於嬰兒之健康及生長關係甚大，故每晨應以攝氏三十七至四十度之溫水浴之。衣服襪襪如有污染宜即更換，臀部及生殖器因溼潤故，應撒以澱粉。

2. 臍帶之處理：臍帶布應以百分之七十酒精洗滌，若於更換時於臍帶上撒佈臍帶粉，則可預防化膿與壞疽，臍帶布應於入浴後或被污染時換新鮮者，臍帶脫落後如臍窩尚有顯潤肉芽，則應繼續處置。

3. 哺乳：母乳乃嬰兒最優良之食品，故授乳乃為母者之天職，若母體有疾宜選乳媪育之，於授乳前應先以肥皂水洗手及指甲，繼以浸於硼砂水中之棉花洗淨乳頭。授乳之回數，可由嬰兒身體之強弱定之。普通於產褥時期，每四小時哺乳一次，授乳時間上午為六點十點，下午為二點六點，由晚上十點至早晨六點可授乳一次，於二十四小時共授乳六次。

4. 睡眠：新生兒每日至少須睡眠二十至二十二小時，故除授乳時間外，應使之安眠，不可懷抱，致養成不良習慣而礙及睡眠與安息。茲將嬰兒保健表附下以資參考：

一、助產者應以百分之一硝酸銀滴入嬰兒眼內，並以無菌法扎截臍帶，臍帶殘部於產後二十四小時之間保持其固有之黃白色後逐漸乾燥，通常五六日即可脫落，臍帶成爲溼潤之肉芽面，至十二或十五日結痂萎縮，漸向內陷沒，而成臍窩，若處置不得當，以致受染有陷於化膿或壞疽而發惡臭，甚至破傷風病菌由臍帶侵入。新生兒發生抽搐以至於死者更不知凡幾，是故西法接生，以無菌方法保護臍帶乃產科最重要進步之一端。

二、乳房腫脹：初生兒無論男女產後三四日間，乳房則起腫脹，若加輕壓，則有分泌物出，第一週之後方徐徐減退。

三、新生兒黃疸：新生兒百分之七十五至百分之八十於生後第二日至第三日起嬰兒之胸部前額及鼻尖等處有黃疸狀著色最爲顯著，通例三四日即消退，亦有持續至二週餘者。

四、糞便：新生兒降生後所排泄之糞便，有粘糊性，曰胎糞，初呈綠黑色及黃褐色，新生兒攝取乳汁之後，糞便性狀一變而呈鮮黃色，糞便甚少僅有酸臭而已。

五、體重：初生兒之體重於第三四日反見減輕，半因胎糞及尿排泄，半因分娩後一二日攝取食物極少，此後漸次增加至第八日及第十

嬰兒保健表

育發	膳食 (例此在不者病)		身長	體重	年齡	
	每日次數	物質				
<p>前腦門——在十八個月左右應該完全縫合。</p> <p>坐——在六至八個月之間應能坐。</p> <p>立——在十一至十四個月之間應能立。</p> <p>走——在十四至十八個月之間應能走。</p> <p>牙齒——在六至九個月間始生乳牙，週歲有六齒，一歲半有十二齒，二歲有十六齒，兩歲半共出二十齒。</p> <p>講話——十四至十八月間應能語。</p>	<p>如以牛乳，牛乳粉代乳，則其數量須先請醫師酌定之</p>	六次 午前 2-6-10時 午後 2-6-10時	母乳 每次十五分鐘 左右	53.3公分	3.85公斤	一月
		五次 午前 6-10時 午後 2-6-10時	母乳 魚肝油 十至二十 滴 白菜湯 桔汁	57.4公分	4.54公斤	二月
		五次 (同上)	母乳 魚肝油 三十至 六十 滴 白菜湯 桔汁	61.0-66.0公分	5.67-7.26公斤	三至六月
		五次 (同上)	母乳 魚肝油， 稀飯， 80滴， 白菜湯， 蘿蔔， 豆腐， 雞蛋	67.3-72.4公分	7.71-9.07公斤	七至十一月
		五次 (同上)	牛乳 軟飯 魚肝油 80滴 掛麵 烤蛋 雞頭 每隻	73.7公分	9.53公斤	十二月
		五次 (同上)	牛乳 菜飯 雞蛋 每日 一個 肉飯 豆腐	78.7公分	11.11公斤	十八月
		四次 午前 8-12時 午後 4-8時	牛乳 類 一個 腐	85.1公分	12.25公斤	二歲

衛 生 常 識

空氣——嬰兒居室須寬大，每日多換新鮮空氣。

睡眠——嬰兒在半歲以前，每日須睡十八小時，一歲時可減至十五小時，初生兒之睡眠，尤須充足，不可與母同床，以免養成時時索乳之習慣。

飲水——宜每日在膳食之間多喂開水，夏日及病時尤須多飲開水。

大便——尋常每日一至四次。遇大便呈綠色，次數增加，稀薄，或帶粘液時，應即就醫，並須減少食量。

洗澡——至少每三日洗一次。在柔弱之嬰兒，當稍稍擦澡，惟時間不宜過久。

衣服——以舒適為當，不可裹緊，不宜過暖；內衣宜時時換洗。

防 免 疾 病 法

飲食按上法須有節制，有定時，禁絕閒食或市售糖果，切忌每逢啼哭即行哺乳，須知啼哭為嬰兒之運動，決不致因此而生病。

每哺乳前，必須用百分之四硼酸水，或白開水洗濯乳頭。

每月定期在家或往醫院量體重一次，與上表對照，體重過輕，應即就醫（無公斤秤者可用十六兩秤推算約二十六兩半為一公斤）

小兒應獨睡一床，一以避免傳染，再則可免除夜間多次哺乳之弊。勿使受涼或過熱（室內溫度最好在華氏六十至七十度之間，初生

兒尤須常令溫暖。勿備用有花柳，肺癆及瘡眼之奶媽。

勿令有皮膚病者抱弄嬰兒，嬰兒患皮膚病時，須有絨布套罩其兩手，以免病勢蔓延。

勿使與流淚或淌鼻涕之嬰孩接近。

勿與患肺癆及其他咳嗽者相接近。

勿令其手指及玩物投入嘴內。

勿攜嬰孩入人眾擁擠之場院（如電影場及戲院等）

生後一月即須種牛痘，勿俟春日。

嬰兒有病即須與其他兒童隔離（即分居）切勿雜居一處，以免傳染。遇嬰兒發熱，嘔吐，多哭，傷風，咳嗽，驚厥，皮膚發現紅斑等症，速須就醫，切勿亂投藥品，以危生命。

註★此項重量及身長均按照歐美嬰兒之標準而定，我國嬰孩稍較輕而短，但因目前尚無我國嬰孩體重及身長之標準故暫用此。



護士那裏去

陳士鳳

——不再隱藏在私人家裏，
埋沒了學護士的大好志願——

根據美國公共衛生學的權威，也正是今日美國所能做到的一點，那就是如要護衛及保障每十萬個人民的健康，就應有五十個公共衛生護士。換句話說，平均二千人中需要有一個公共衛生護士。再根據我國衛生署的統計，我國登記合格的護士不到二萬人。若以我國四萬萬五千萬人民計算，是需要有護士二十二萬五千人，才始能保障全國人民的健康。由此看來，我們真是個護士荒的國家。

若果我們以上海四百萬人口計算，照以上的比例是需要有護士二千。事實上，上海的護士之多，是足以符合這個比例的。但是爲何一般市民的健康不得保障呢？護士們又到那裏去了呢？

護士的本職是應當爲大眾服務；每一個護士是要爲二千市民服務。但是在上海，許多護士都願意去做「特別」護士，這樣，一個護士祇爲一個病人去服務。那麼上海即使有幾萬個護士，也不能保障全市民的健康。

爲甚麼大家都願意去做特別護士而不願意去做公共衛生護士呢？這裏有一個很顯著的原故，那就是做特別護士賺錢多。換句話說，好多護士喜爲富人服務，一般平民是沒有這個福份的。最近上海醫師公會定出特別護士的酬報是每天二萬元，做夜班的是三萬元。這祇是個官價，事實上，有錢的病家根本不在乎這一點點，除了例外的多給酬報外，還供給飯吃，還送衣料，還請看戲。少者一個月總有五六十萬元，多的一百餘萬元。誰又不爲這些去服務呢？

不爲特別護士，就做醫院護士，每個醫院護士可以服務十數個病人。更進一步，爲預防醫學去努力的，就做公共衛生護士；一個公共衛生護士可以護衛數千人的健康。但是，她們的酬報，就遠不及特別護士了。最近上海醫院聯合會酌定的醫院護士酬報是仿照市衛生局的辦法。底薪乘三百八十倍再加七萬元的津貼，平均每月祇有一二十萬元。這裏我們可以看出一個要點來：爲一個人服務酬報大，爲大眾服務酬報小；其服務人數與酬報大小成反比例。

這樣，護士們都推不願爲大眾服務了。上海護士雖多，但是看來又不知何處去了。各慈善醫院咸有聘請不到護士之苦。醫院招請護士的廣告時常可以在報上看見。

若果我們市民都願得到健康的保障，那麼我們要有更多的護士來到民間爲大眾謀幸福。我們需要特別尊重公共衛生護士和爲大眾服務的護士，因爲她們是抱着犧牲精神爲大眾服務的。我們要鼓勵護士們都走向這一條前進的大路，不再隱藏在私人家裏埋沒了學護士的大好志願。

同時，應參照美國所給的酬報比例來謀酌定。爲一個人服務酬報小，爲衆人服務酬報大，其服務人數與酬報大小應成正比例。這個是我們大家應該去學習學習的。否則一任現狀的恆久下去，各自爲政的去爲個人，那麼社會國家的健康標準，永遠將是落在人後而沒有抬頭的一天了。



女人與飲酒

新生

——譯自一九四六年八月號之 Everybody's Digest

在五千萬個喝酒的美國人中，有三百萬人喝得太多，其中七十三萬人已成酒徒。目前，在酒徒中，有三分之一是女人。

戰時，因數百萬男人離家，加添了性的煩悶，因社會不准女人喝酒的壓力減少，又因女人去工廠做事的漸漸增加，能夠自己賺錢，遂使許多女人傾嗜於酒，不少的人則上了癮。

根據耶耳大學 (Yale) 心理學系研究酒中毒的報告，嗜酒的男人同嗜酒的女人，在一九四〇年，是六與一之比，到一九四五年，跌到三與一之比了。

又據美國偵探局的報告，去年女人因酗酒而被捕的數目，較戰前大五倍。雖因戰事而汽車減少了，但女人因醉酒開車被捕的數目，增加了百分之二百二十六倍。

「美麗」經常給與婦女一個安全的感覺，但是對於酒徒就不能保障了。專醫酒瘋的醫院中所存的病案，和酒毒問題研究會中的紀錄，都可證實這點。

好比某甲小姐，有相當的容貌和智慧，從事於廣告事業，每年可賺一萬元美金。廿五歲時因社交而飲酒，她曾引起不少男子的注意。然而，十年後仍未結婚，並開始嗜酒，推說工作繁重。目前，經過了四年的酗酒，這美麗能幹的女子中了酒毒被送進州立醫院。

腦子也是一樣的無法使它的主人少喝酒。乙夫人在學校裏是個出

色的學生，畢業時得到榮譽獎。畢業後，嫁給一個有名的律師，既作了名人的太太，當然要參加些宴會。她不久發現她是那種喝一杯太多，喝百杯不夠的酒徒之一。

婚後三年中，乙夫人多半的時間是在酒鄉。她丈夫死後，她不久把丈夫的一點遺產花光。她已成無可救藥的酒鬼，終生不得不靠慈善機關來救濟了。

據醫生的臨床經驗，女酒鬼是有數點不同於男酒鬼的。

第一，女人的嗜酒，往往是為了一種情感上的病徵——或是發酒瘋的前提。男人的嗜酒，據專家說，表現出一種「攏統的」臨證狀況，這就是說，所有的病案中，都有些相同的因素，如受母親的溺愛，缺少進取心，不負責，喜獨酌，和一種不健全的人格。在女人中，就沒有這種「攏統」的狀況，每人有每人的困難，其酗酒的原因，是直接與生活習慣有關。

酗酒的人可分為兩大類。一種是好酒成癮的，他們慢慢的喝上癮，一種是神經或精神不健全的，他們借酒澆愁，來躲避世上的煩惱。男酒鬼多半是好酒成癮，而女酒鬼多半是後一類。男的多半逐漸上癮，女的多半即刻成癮。

雖然女酒鬼不大對外吹噓，但是她一旦決定要借酒澆愁，她比男酒鬼喝得還要利害。

紐約醫院的醫生最近研究了五十個女酒鬼，發現病人在五個月到二年的時期內，每日平均喝威士忌酒或杜松子酒一夸爾（Ounce）以上。但是她們在醫生面前，只承認「偶爾喝一杯白葡萄酒」。女人不像男人，並不覺得喝酒是足以自傲的。

再看，男酒鬼喜歡有男同伴一起喝酒，女酒鬼則不喜女同伴，而喜與男的在一起。紐約醫院研究出女酒鬼在年青時，有一共同點——疲頑。

有些女人在月經期間，開始酗酒，這種想緩和定期痛疼的慾望，到是酗酒的一個主因。另一些則在停經期酗酒，有一個女人承認她是在裝假牙時，第一次喝醉。

有一個苦纏着大半女酒迷的問題是：「喝酒會不會影響懷孕？會不會傷害胎兒？」

自古至今，傳說酒鬼的孩子，生下來就是癡愚的，因為孩子是從醉鄉滾出來的。但是喝酒的女人可以放心，因醫生不信酒精能毀滅男人或女人身內的種細胞。

只有當血裏酒精的濃度，高到相當程度時，種細胞才會窒息而死。然而，五歲以下的嬰兒的死亡率，在喝酒的父母的家庭中（一人或二人是酒鬼）較不喝酒的家庭中，差不多多出一倍。其原因，當然不是爲了嬰兒受到遺傳的影響，而是爲了雙親的不負責，和不規則的生活所致。

每當一個女人成了酒鬼，她將發覺她已養成了一個恆久而糜費的惡習慣。酒價是相當的貴，每天飲一夸爾的威士忌酒，則每星期約須三十元。更進者，她將發覺她獲得一個不大深知而也是無相當方法治療的惡習慣。

近代科學上所懂得的酗酒實情，應用在男人身上，較在女人身上適當。治療方法和設備都迎合着男酒鬼的須要，爲的是男酒鬼之多，

至今仍遠超過女同道。在美國，沒有幾家醫院專醫酒毒病，其中多不收住院的女病人。

這就是說，大多數的女酒鬼尋求醫治時，只能受到不算合理的門診待遇，不然，就得去大都市的醫院，如紐約之貝雷維醫院，或去州立精神病院。

女酒鬼進了醫院，受怎樣的醫治呢？頭一件事，是同她注射一針三聚醋醛（Paraldehyde），使她安靜，然後慢慢地消除她身上的酒毒。多數女酒鬼的身體極虛弱。故每日需進以含高熱力單位的食物。

當她身體恢復常態後，她將受連續數次的心理治療。假使她的酗酒，被發現是某種已發出，或剛開始的精神病的病徵，她就被送去精神病院或療養院，受精神上的治療。只要精神病醫好，酗酒也自然而然的好了。

假使她神經衰弱（大多數女酒鬼都是的），精神病專家設法使她明瞭，她是借酒澆愁，或是一種取之桑榆的心理，或是一種刁巧的自費方式。除心理治療外，另有數種工作治療法，幫她發展新的興趣與技能，來勝過自卑心理。

女酒鬼不但對自己，同時也對於社會，是個大問題。只有將女酒鬼激發的事實發表，才易促使社會人仕發動禁酒運動。

◎臨終不忘工作◎

一個雜貨店的老闆，臨終時睡在床上，四周都圍着他的家屬他們在悲傷的哭泣。

「爸爸！我們都在這裏，爲你祈禱。」

「哈路在這裏嗎？」臨終的老人問。

「我在這裏，爸爸！」

「詹姆斯在這裏嗎？」

「我在這裏，爸爸！」

「修雷在這裏嗎？」

「是的，我在這裏，爸爸！」

「老人忽然躍身而起並驚喊道：『那末有誰在照顧店舖呢！』」



姿 勢

碧 棲

一

好姿勢是一種資產，

很少人保藏；

悲傷的述來：

有好姿勢的是越來越減裁。

二

我們看到周圍的人，

全跌壓成一堆；

像他們那搖船的姿態，

足使你悲哀。

三

有的聳着肩膀，

有的曲着背，

有的僵硬着肌肉，

再有的乾脆弛緩。

四

有人步着優秀的姿態，

簡直是少有的奇觀；

就是在歡樂的大道上，

人們也回着頭凝看。

五

若果你要卓越的體態，

在商業，運動，或學校；

就祇要專注姿態的法規，

遵守姿態的條例。

六

不要衝出頭像烏龜，

不要隆起你的肩背，

不要傾曲拖曳你自己，

你知道，這不是姿態！

七

起來！挺起你的撐柱，

增強，活潑，年青；

不論你愁慮着甚麼，

垂頭屈身解決不了這個。

八

寬起你的肩膊對世界，

你不是那種人要縮退；

不是重擔擊碎我們粉碎，

而是我們肩起它來前進！



誰的錯？

——頑固家庭不講衛生的悲劇——

伊昭

假若一切的事情，都有可挽回的機會時，恐怕世界不再有怨恨和眼淚了。

靜貞爲着弟弟的病，不知和母親鬧過多少氣了。一個是強辯，一個是固執，但是兩個不同時代的思想總不能相融的；結果使小弟弟由弱而病，由病而加重，以致死去！

弟弟的病是這樣受染的：一天，姨母來看望媽媽來了，家中特備了水餃子款待姨母。用餐將畢，姨母將自己小碟中吃剩的醋，傾在正吃着餃子的弟弟底盤中：「保兒！替姨吃了這點醋吧。倒了也怪可惜的。」弟弟沒有說什麼，仍舊吃下去，但坐在他旁邊的姊姊，面上擡起了一種看不慣的表情來。看着姨母黃瘦的面容，枯骨般的手，當放下手中的小碟時，又起了一陣急咳，隨着將口中的痰吐在地上。貞妮再也看不過去了：「姨母，不要將吃剩的醋再倒給弟弟了！丟了也沒有什麼可惜的。」姨母住了咳嗽，微息地說：「咳！貞妮，你們念書的人，講究也多了。姨不敢給你，才給了弟弟，可是你又不讓。」母親又接着說：「書越念得多懂得也多，可是也就太講究了。再念下去怕家中真容不下了。你不知道我們貞妮哪！天天是什麼不清潔啦，不合衛生啦，有病軍(菌)啦，都不好！都不衛生！可是也不曾見她講得身體胖了多少。」咳！貞妮，沒髒沒淨，吃下去不病。果真不講衛生就生病，那麼我們都該死了。」「不是，姨媽！不是那樣講。人若……」

「靜貞，不許你再說下去！」姨母不久告辭了。一陣不快意的談話，將一些真理都給遮掩了。

「貞妮！你真不懂規矩。爲什麼當着姨母一點禮節都不講？」「媽，一個人應該不專講虛套，因爲有時這虛俗會阻撓了真理。爲着救人脫離病患，我們還講面子？姨母害着嚴重的肺病，而將食剩的東西給了弟弟。弟弟本來就身弱，更難防傳染，一旦得病恐已晚了！只顧情面不論事實，真是我們的大缺點。」「嚇！你又講了一篇大道理。媽的口辯不過你，知道你整天講衛生，冷天也開窗戶，若受了風，反倒是衛生害了你。吃水菓還用藥水洗，可是水菓上有什麼啊？學校中也教你們這樣講究嗎？」「媽媽！衛生不是講究，衛生能維持一個人的健康，講究却不能。花木尚且需要合理的栽培，何況人呢？食物都是一樣地買來，但合衛生地吃下去才能養育身體，否則便是糟踐。你們老年人也有點固執！」「好！你說我固執。人老了什麼都不好了。你好，整日將衛生在口頭上講來講去……。」

弟弟自從姨母走後，近兩月間也常咳嗽，夜間出汗，午後面赤發燒。母親相信中醫，偏方積了一大堆，記得以前平醫庸醫都請過了，藥湯接連着一碗碗地灌給了弟弟。然而這藥彷彿含有一種消磨精力的效果。弟弟一天天地消瘦下去，病勢加重起來。貞妮常是會含着怨意地央求：「媽媽，吃藥既是不見效，女兒勸你請一位西醫再看看。我

替媽保準……」「真妮！媽不及你孩子們見的多嗎？人世都活了半百，看見有多少人吃了藥好啦。當時或不見效，但不久就會復原的。保兒也會好的。西醫來了，又是試表，又是聽肺，問半天病歷，姑姑婆婆都問到。診費又多，我真看不下去！」「媽媽！看病還能貪便宜？又不是買東西；但便宜也有便宜的代價。您曾估計過一次弟弟所吃過的偏方嗎？可是病呢？西醫看病正是爲診斷的確切，所以才如此。爲救治一個病人，常開出病的特效藥來，貴不貴不成問題，必有效才濟事哪！這豈不是西醫的優點所在嗎？」「真妮！夠了我不願再聽下去。」

弟弟的病在爭吵中進展下去，在日日飽飲的湯藥下加增了嚴重性。身體被病菌侵蝕成些濃厚的液體，不斷地由口中吐出去。母親不是不管，姊姊也非不關心，但是一個強硬的口，一個頑固的心，不能合成一件有益的事。同時，衛生的常識和教育還不會融合了她們。

「真！快來看弟弟，已經不好了，你就去請一位西醫來吧！快！……」母親的心已經軟下去，不得已地說出來。看着微息的保兒，黃瘦的面孔，深陷的眼睛。「啊！這還是年前那活潑的孩子，那惹人疼的孩子嗎？」母親想起死去不久的姊姊，看見眼前自己的孩子，心中刻有深深的痛創，眼淚已洗了面頰。真妮呢？滿面的憂容和慌張的神情，醫生講來了，先奔向牀上的孩子，仔細的診斷下，這孩子是病入膏肓了。醫生是來了，這一呼即應的醫生不論何時都會趕到的，但是爲何此時才到來呢？誰的錯？假若偏方真能醫病，那末，西醫要來何用，及至束手無策了，才將垂死的病人交給醫士，讓他們做一個不滿意的答案。太晚了！晚得真令人傷心啊！

姨母死去後，家人和親戚們將哀容在時日中，漸漸地消化後，靜貞的弟弟又興起了家鄉的悲哀。人們相同地憐憫着一個寡母失去了獨生的兒子，想到了他們家中未來的暗淡的日子，替兩顆孤獨的心生出了無限的同情來。

一個黃昏過後的晚間，冷清的家中，女兒陪着母親。在無盡的夜中興起了哀聲，那不能藉安慰來消去的哀聲是：真妮不明白母親爲什麼不能早聽自己的勸告？母親更不明白以前女兒所說的——雖然態度語言語強項，但爲什麼不曾試一試？唉！晚了，像深夜一樣地無望而悠長。

決對不能

不妨一試



By J. C. Adams

以雙手握住足趾，試躍起六英尺……一個雙層關節的人或能成功，但是他不能跳起這樣高來。



衛生常識測驗

——譯自一九四六年七月份讀者文摘

譚璟憲

下列各種衛生問題——有些尚在繼續研究中——能試探出自己究竟，對於近代常識知道有多少。在這個測驗的結果，從事於公共衛生的工作人員可得七十六分，護士有八十二分，醫生九十五分，至於普通一般人獲取六十八分爲最優良的記錄，假若所得成績稍差，以後關於衛生方面的知識，應隨時注意。

(一) 試指出一種疾病爲不能採用人工免疫法來增加抵抗力：

1. 天花。2. 水痘。3. 傷寒。4. 白喉。

(二) 嬰兒在二週歲內，何種疾病較疹，白喉，猩紅熱，更易患：

1. 壞血病。2. 傷寒。3. 百日咳。4. 傷風。

(三) 新藥青黴素(配尼西林)爲：

1. 美國公共衛生處製成。2. 英國科學家亞歷山大佛雷明爵士(Sir A.

Fleming) 所發明。3. 製阿司匹林 Aspirin 的副產物。

(四) 下列之疾病，何種爲不傳染：

1. 癩，2. 膿皰病，3. 腳癬，4. 腮下炎。

(五) 瘧疾，傷寒，天花，黃熱病皆爲：

1. 一種昆蟲，在吸血時將疾病傳入人體。

2. 致命的重症。3. 可預防。

(六) 三十五歲到五十五歲的婦女，其死亡的原因多由於得到：

1. 腎臟炎。2. 痛。3. 中風。4. 其他意外的事。

(七) 佝僂病，醫生認爲病源是因爲：

1. 睡眠不足，2. 缺少維他命D。3. 細菌。4. 遺傳的關係。

(八) 現代嬰孩之壽命較一世紀前的嬰兒壽命多：

1. 七年。2. 十七年。3. 二十七年。4. 三十七年。

(九) 國內(指美國)一般入學年齡之兒童最易患：

1. 傷風發熱。2. 胸膜炎。3. 闌尾炎。4. 馬爾太熱。

(十) 根據科學之觀察，可以證明肺病：

1. 由肺病患者接觸傳染得來。2. 飲帶菌牛奶。3. 缺少運動。

(十一) 美國軍隊用人工免疫法來抵抗七種疾病，試舉其六種疾病之名稱。

(十二) 下面有四位著名科學家及其偉大的貢獻，能否指出何人發現何物！

1. 路易巴士德(Louis Pasteur)。2. 別拉錫克(Bela Shick)。

3. 居禮夫人(Madame Curie)。4. 韋漢郎琴(Wilhelm Roentgen)。

a. 發現鉛錠。b. 預防瘋狗症。c. 發現X光。d. 顯示白喉症的免疫性。

正負問答

(十三) 長時期的憂慮，會引起胃生瘤。

(十四) 維他命的唯一來源，取自食料。

(十五) 牙關緊鎖症的細菌，多存在於生鏽的地方。

(十六) 骨頭是全身最堅硬的物質。

(十七) 在美國，每年患糖尿病者有增無已。

(十八) 傷寒病爲飲不潔的水及牛奶而得來。

(十九) 保持牙齒的清潔，可以使牙齒不腐爛。

(二十) 女子患色盲病者，多於男子。

(廿一) 成人不會生小兒癩瘡症。

(廿二) 二次世界大戰，美國徵兵時，因身體欠佳而未被錄取者，居住在鄉村的較在城市的為多。

計算分數之方法如下：

一至十、每個正確答案應有五分之十一、及十二、內每一小問題應有二分，正負問答，各佔三分

答案

- (一)——2。(二)——3。(三)——2。(四)——1。(五)——3。(六)——2。(七)——2。(八)——3。(九)——1。(十)——1。(十一)傷寒，天花，破傷風，斑疹傷寒，黃熱病，霍亂，鼠疫。(最近有些區域施行白喉，肺炎，及傷風也可免疫，但應用尚未廣泛。)(十二)1.——b, 2.——d, 3.——a, 4.——c。(十三)正，(十四)負(須知陽光中含維他命D)。(十五)負。(十六)負(齒釉質為人體中最堅硬之物質)。(十七)正，(十八)正，(十九)負。(廿)負(色盲症男子患者較女子多十倍)，(廿一)負。(廿二)正。

問：這是什麼商標？

答：是我國製藥業中良藥的標記。

問：「信誼」二字的意義怎樣？

答：「信」是信用，言行合一，「誼」是道義，漢朝董仲舒說：「正其誼不謀其利」信誼二字，就是含有「信用」與「道義」二種意義。

問：英文 SINE 的譯意怎樣？

答：SINE 是表示中國將日趨強盛的徵象，按法文拉羅氏大字典 S/N. 譯意為「泰」。



信
SINE
誼

商 良
標 藥

問：「泰」就是我國古時最強盛的兩代之一。

「信誼轉音 SINE 是吾國最強盛藥廠之一。

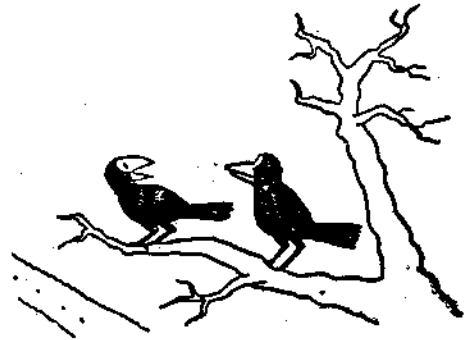
問：商標的四週分列二十四圈是什麼意義？

答：是代表一年有二十四個節氣，一天有二十四小時，信誼良藥，合乎科學與造化，生生不息，息息相關。

問：紅底白字有什麼意義？

答：紅底表示有熱烈奮鬥的精神，白色代表清潔和光明。

信 誼 化 學 製 藥 廠



信箱

肋膜炎病後生活

N. C.

編者先生：

貴刊信箱之設，加惠讀者實非淺鮮。茲有下列醫藥問題，不辭冒昧，敬請賜教。

敝人於數月前因傷風感冒，但藉平日身體頗為健碩故，不加注意，致轉成肋膜炎，肋膜近腰部部份發牛劇痛，即進醫院治療，幸醫治迅速，調養得宜，未幾即告痊癒，但仍住院療養二個月，往X光透視處完全復元後方行出院，體重較前增加三十餘磅，體亦發胖。出院後即照常辦公，奔走如前，每日酬酢頗忙，常於十二時後方行就寢，亦以應酬故常飲酒，但不過量。若體重不減如此對於健康亦有礙否？肋膜炎調養期間各醫藥書籍及各人所云不一，住院前後三個月，並經X光透視之後方行出院，能謂過早否？此病完全復原後亦易復發否？務祈一一賜答，不勝感荷，專此敬請
撰安

一讀者 N. C. 上

N. C. 先生：

肋膜炎一症，患者通常以青年人居多，遠因則由于肺弱或肺癆病而引起。青年因在發育盛期，致使體力消耗甚多，因而削弱身體之抵抗力。抵抗力薄弱，各病即易發作。如缺乏充分休息及營養不良等俱足致成此病。

尊病幸因及早發覺，加以調治得宜，故能早復健康，此後對於攝身之道更要特別注意，充分休息尤為重要，若生活不合規律，睡眠不足等，暫時雖無顯著病徵，一旦發作，悔之晚矣！

肋膜炎一症，病後至少五年內須防其復發，最好此後每隔三個月，或半年，施行X光透視一次，以策安全。此覆願祝
健康

中華健康雜誌編輯部

本社徵文啟事

題目——不限，凡有關衛生健康之創作均可，如有參考引徵，須列書名

體裁——不限，字數自二千字至三千字。須繕寫清楚，最好用稿紙，不可二面寫，稿末請註明「徵文」字樣，並詳列地址及真姓名，加蓋印章，惟發表時得用筆名。

期限——本年十月三十一日截止，外埠郵費為憑。

獎金——第一名法幣五萬元，第二名四萬元，第三名三萬元，其他中選者各贈本誌全年一份。

揭曉——在十二月份本誌發表。

附則——稿件概不退回，中選稿件，其版權即歸本誌所有，編輯部得選載本誌，並保有修改之權，翻譯不收，如發現抄襲，即取消得獎權利，來稿請寄檳榔路二號中華健康雜誌社編輯部。

強民鋼具廠

精製

定價公道

出品精巧

新式孩床

鋼具鋼床

三用沙法

活動醫院床

鋼皮盤香墊

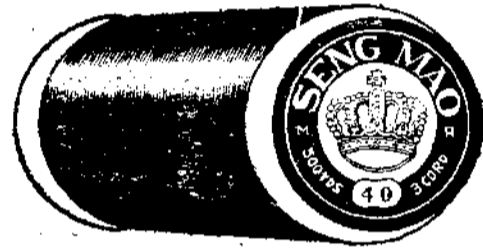


TEL. 41835

—— 上海海甯路富潤里第五號 ——

僧帽牌

木紗



線團

老牌國貨
品質第一

— 四 大 特 點 —

線質光滑 尺碼準足

拉力堅強 ★ 定價低廉

總經理 * 萬泰絲線店

上海江西路17號

TEL. 83664

上海工廠聯合醫務處

★創自民國三十一年

- 宗旨 為同一地區之工廠，以經濟原則，合辦醫務。旨在實施工廠衛生，疾病預防及治療工作，藉以保障職工健康，增加工作效率與工業生產。
- 入會 凡屬工廠均得依章加入為會員，會員以工廠為單位。
- 經費 由廠方依照人數，繳納醫藥經常費每人按月暫定四百元。
- 權利 憑會證至診所診治，無須付納診金。普通藥品，外傷包紮，手術，身體檢查及防疫注射等一概免費。
- 時間 除星期日停診外，每日上午八時半至十二時，下午二時至五時。
- 本處設有
 - 一、工廠聯合診所五處 (三處在滬西 二處在滬東)
 - 二、工廠聯合醫院一處 (棋盤路二一〇號)
- 設備 備：門診，男女病室，手術室，X光。
- 常務理事：甘斗南(理事長) 余新恩(兼院長) 方子藩 鄭兆祁 陳廣順 郭可詠 方顯朝。
- 會員工廠：有立興熱水瓶廠，天豐化學製藥廠，中華煙廠，南洋煙草公司，永固造漆公司，信孚煤球廠，馬寶山糖菓餅乾公司，五洲固本肥皂廠，公永紗廠，緯成絹絲廠，華綸毛織廠，永進機器廠等數百家。

廿八年八月創刊

中華健康雜誌 雙月刊

民國三十五年五月——六月

第八卷 第三期 中華健康協會出版

總編輯兼 發行人 余新恩

發行所 中華健康協會 上海慈雲路二十九號 電話三九八七〇
印刷所 金融印務局 上海成都路七四一弄一六號 電話六一〇六九

零售本期國幣五百元 預定全年國幣三千元
寄費加一 掛號另加

稿約

- (一) 來稿不論自著翻譯，皆所歡迎，但須屬衛生或醫藥性質，而具有民衆衛生教育之價值者。
- (二) 來稿以白話為主，文字亦可，但須寫清楚，並加標點符號；如附圖畫照片，尤所歡迎。
- (三) 稿末請註真姓名及詳細地址，以便通訊，署名得由投稿人自定。
- (四) 譯稿請附原文；如附寄不便，請註明出處，著者姓名及出版日期等。
- (五) 本刊編輯對於稿件得酌量增刪之，不願刪改者，請先聲明。
- (六) 文稿一經登載，即贈現金或本刊一年。投稿人應先聲明願受何種報酬，否則以不受酬論；圖畫照片另訂。
- (七) 登載之稿，經發現為一稿二投或抄襲之作，恕不致酬。
- (八) 來稿非經在稿端特別聲明並附郵票之信封者，概不退還。
- (九) 稿件登載後其版權即歸本社所有。
- (十) 來稿請寄上海棋盤路二號中華健康雜誌社編輯部。

中華健康雜誌廣告價目

後封面……拾貳萬元 半面……肆萬元
前後封裏……拾貳萬元 四分之一……貳萬元
全面……捌萬元 ★如蒙刊登廣告請與本社陳士鳳女士接洽。

THE NATIONAL HEALTH JOURNAL OF CHINA
Published by
THE HEALTH LEAGUE OF CHINA
Edited by John Yui, M.D.



天 豐 良 藥

- Becidex,** 乙丙醣 粉劑 —— 維生素乙丙及葡萄糖製劑。
- Bevism,** 皮維生 針劑 片劑 —— 純粹維生素乙結晶製劑。
- Cevism,** 西維生 針劑 片劑 —— 人造維生素丙結晶製劑。
- Dearzin,** 地亞淨 針劑 片劑 —— 磺醯胺噻啉，製成之細菌傳染化學治療劑。
- Wiapedin,** 食不停 液劑 —— 開胃化食消化酵素複劑。
- Husuin,** 哮喘甯 液劑 —— 止咳化痰複劑。
- Livitron,** 力維隆 液劑 —— 肝精維生素及鐵鹽等補血劑。
- Metafos,** 美太福 液劑 —— 補腦強身複劑。
- Stopain,** 斯痛平 針劑 片劑 —— 止痛退熱神效劑。
- Ticalcon,** 天鈣康 針劑 片劑 —— 強骨壯齒防癆補肺鈣劑。
- Tifazol,** 天發蘇 針劑 片劑 —— 磺醯胺噻啉細菌傳染劑。
- Tiguadin,** 天因甯 片劑 —— 細菌痢疾及腸道傳染治療劑。