

解剖・生理
防疫、各科

精選西
醫常識

漢醫須知

益智書店印行

李純著

參照西醫
常識
漢醫
須知

新京益智書店印行

序

時至今日，百端變易，醫學一事，亦多改進，其新發現者，不勝枚舉，即以漢醫言之，於病理及醫療之方法，固尙倚舊昔之所知，然自世界交通以還，舟車往復，人種雜處，新病新症時有發現，苟不知對症鑽研，何能消除病魔。

近頃，我國且有漢醫檢定規程之頒布，其有志於漢醫者，不惟對舊昔漢醫名著熟知無遺，於西醫及新發現之學理及醫療方法，亦須知之，是漢醫之所以難爲也。

坊間漢醫書籍，向屬寥寥，且非偏於新即偏於舊，求其能讀一

而知百，無師而自通者，實爲罕見。

拙著是書，係本乎純正之學理與多年之經驗，尤其因一般應漢醫檢定考試者，苦無良書，是編雖未敢自詡爲空前之鉅著，然於應試受驗之用，定能獲左券而無疑。

校勘既畢，爰書數語以爲序。

著者 識於康德八年九月十日

漢醫須知 目次

第一編 解剖生理學.....一

第一章 人體之構造.....一

第二章 骨及軟骨.....四

第三章 筋肉.....八

第四章 消化器.....一〇

第五章 呼吸器.....一三

第六章 血行器.....三二

目次

一

369526

第七章	淋巴管及淋巴腺	四〇
第八章	泌尿生殖器	四二
第九章	神經系	四五
第十章	五感器	五一
第二編	看護學概要	五八
第一章	看護人之心得	五八
第二章	看護須知之各種測定法	五九
第三章	一般看護法	六七
第四章	家庭常備藥	七二
第五章	消毒方法	七八

第三編	傳染病	八四
第一章	傳染病之總論	八四
第四編	內科疾病	一一二
第一章	腦神經系之疾病	一一二
第二章	消化器病	一三三
第三章	呼吸器病	一四四
第四章	其他內科諸病	一四八
第五編	外傷之處置及皮膚病	一五六
第六編	眼耳鼻諸疾病	一七九
第一章	眼之疾病	一七九

第二章	鼻之疾病	一八二
第三章	耳之疾病	一八四
第四章	齒之疾病	一八七
第五章	婦女病	一八九
第七編	保健衛生祕訣	一九七
第一章	健康之基礎	一九七
第二章	身體之衛生	二二九

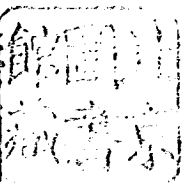
第一編 解剖生理學

解剖學，是說明人體各器官之位置，形態，構造，及其互相關係的一種學問。（其中細微部分，以顯微鏡而得精密研究者，謂之組織學）。

生理學，是說明人體各器官之作用的一種學問。

第一章 人體之構造

(一) 細胞



1. 人體原來是由「一個細胞」而成立的。
2. 細胞是極小的球體，外面由「細胞膜」所包裹，其內容物爲「原形質」，中心有「核」。
3. 細胞原來是球圓形，但爲應組織之需要，有各種之變形。
4. 每個細胞，乃依分裂作用而增殖之。

(二) 組織

1. 各種器官之組織，是由多數同類細胞相集合而成。如表皮細胞相集合，而成表皮組織。筋肉細胞相集合，而成筋肉組織等。
2. 身體之各種器官，是由諸組織集合而成之。
3. 各種之組織及器官，皆依一種「結締組織」互相連絡，遂構成一

個人體。

(三)人體組織之區別：

第一 硬組織

- 1. 骨
- 2. 軟骨
- 3. 牙齒

第二 軟組織

- 1. 皮膚 粘膜 漿液膜
- 2. 結締組織 脂肪組織 肌肉及韌帶
- 3. 心臟 血管及淋巴管
- 4. 神經
- 5. 內臟(消化器 呼吸器 泌尿生殖器)

第三 液體組織

- 1. 血液
 - 2. 淋巴液
 - 3. 腦脊髓液
4. 分泌液（粘液 漿液 淚液 鼻汁 乳汁 消化液）

第二章 骨及軟骨

身體之骨骼，約有二百十七塊，由大小諸骨相連絡而成。其外尚有牙齒三十二個。

（一）骨之作用

1. 各骨互相連結，組成骨骼，以支持身體。

2. 數骨相接連，構成腔洞，藉以保護諸重要之器官，如心臟腦等。

3. 負擔全身運動之責。

(二)骨之形狀 有長骨，短骨，及扁平骨等。

(三)骨之構造

1. 「骨膜」是包於骨之外面，白色強韌之薄膜，為骨組織中重要之成分。血管神經分布甚多，以供骨之榮養，又助骨之生長。

2. 「硬固質」(緻密質)為骨外層之組織，其質緻密且堅固。

3. 「海綿樣質」，為骨內層之組織，其質似海綿狀。

4. 「骨腔」，在骨之中央，唯長骨有之，而其中存有「骨髓」，（骨髓是造血器之一）。

5. 「榮養孔」，在骨質之中，爲數甚夥，爲養骨之血管，由骨膜至骨中通過之路。

（四）骨質之成分

1. 有機物，（膠質）在青年人骨質中較多，故其骨可以隨意彎曲。
 2. 無機物，（石灰質）在老人骨中較多，因此骨變硬脆，易於折斷
- 其他尚有水分和鹽類等。

（五）骨之聯接

骨之聯接處，謂之關節，乃由兩個以上之骨連絡而成，能自由

轉動。其骨端由「關節軟骨」所遮蔽，外面有「關節囊」包裹之，其中有腔隙，謂之「關節腔」。囊內面之「滑液膜」，當分泌一種「滑液」，以防骨端之摩擦。關節囊之外面，有「副韌帶」等保護之，以制限過度之伸展。

軟骨

軟骨是黃白色，稍透明，且富有彈力，其作用有三。1. 軟骨遮被於骨端，以防骨之互相摩擦，如骨間軟骨。2. 體內有必需彈力性組織之部分，而成一定之形狀，如鼻，耳，氣管等。3. 賦有僅微之運動性，如肋軟骨。

第三章 筋 肉

(一) 筋肉構成之區別

1. 橫紋筋 其筋纖維，有極細微之橫紋，即俗所謂爲「肉」，質甚堅強，大抵附着於骨上，藉其收縮或伸展，使骨能轉動，因此全身之骨骼。能隨意運動。故此筋肉，又稱爲「隨意筋」。而全身筋數，約有四百八個。

2. 平滑筋 其筋纖維平滑，而無橫紋，此筋專構造內臟，（如血管，食道，胃腸等。）其質不堅固，亦不能儘意動作，故又稱

爲「不隨意筋」。

3. 心筋 心臟雖是內臟之一，乃是橫紋筋所構造，但屬於不隨意筋之中。

(二) 橫紋筋之作用

1. 運動之機關 依筋肉之收縮或伸展，骨骼則隨之移動，而成軀體之運動。

2. 補助血行 依筋肉之伸縮，足助血行及淋巴行之流動。

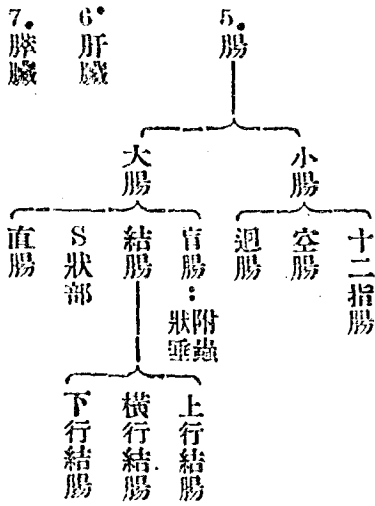
3. 整容 使體形整齊，以表其美。

4. 保護 因筋有彈力，故足以緩和外力之擊襲，可保護骨，血管及神經等之受傷。

第四章 消化器

消化器系，計分爲七，其名如下。

1. 口腔
2. 咽頭
3. 食道
4. 胃



7. 脾臟

6. 肝臟

5. 腸

大腸

小腸

直腸

S 狀部

結腸

盲腸：
附屬

狀垂

下行結腸

橫行結腸

上行結腸

迴腸

空腸

十二指腸

第一節 口腔

口腔居消化器之最上部，其生理的作用有二。

1. 消化作用 食物咀嚼後，澱粉受唾液之作用，變成葡萄糖。
2. 發語作用 以助構成語言。

口腔之附屬物有四

(一) 唾液腺

1. 名稱，耳下腺，舌下腺，額下腺。
2. 分泌量，一晝夜之間，約分泌一四〇〇至一五〇〇克。
3. 作用，分泌唾液。

唾液之作用

1. 理學的消化作用，使口腔濕潤，以助其運動。同時唾液與食物混合，變為潤滑之食塊，易於嚥下。

2. 化學的消化作用。依唾液中之「唾液素」作用，使澱粉變為葡萄糖。

(二)舌

1. 構造及位置 舌在口腔之基底，分舌為「舌尖」，「舌背」，及「舌根」，三部分。舌之表面，有多數之粘液腺，及四種之乳頭。

1. 「系狀乳頭」。 2. 「蕈狀頭」，均在舌尖及舌背。 3. 「輪廓

樣乳頭」，在舌根。 4.「葉狀乳頭」，在舌尖。

2. 作用 系狀乳頭，及蕈狀乳頭，爲司知覺。輪廓樣乳頭，及葉狀乳頭，爲司味覺。又舌能助言語之構成，咀嚼及嚥下。

(三) 牙齒

齒分爲二種。 1. 乳齒，有二十枝。 2. 恒齒，有三十二枚。

1. 齒之目的 咀嚼食物，及助構造言語。

2. 齒之構造 齒分三部分，露于口腔之部，謂之「齒冠」。包於齒內者，謂之「齒根」。其中間部分，謂之「齒頸」。齒之本體，爲「象牙質」所構成。齒冠包以「琺瑯質」。齒根之周圍，包以「白堊質」。齒中有腔，謂之「齒髓腔」。其內存有齒髓，血管，神經等

3. 名稱及發生期

名稱	時期	
	乳齒發生期	恒齒發生期
第一切齒	六個月至八個月	八歲
第二切齒	七至九個月	九歲
犬齒	十六至二十個月	十一至十三歲
第一小白齒	十一至十五個月	十歲
第二小白齒	二十至二十四個月	十二至十五歲
第一大白齒		七歲
第二大白齒		十三至十六歲
第三大白齒 又名智齒		十八至三十歲

以上爲一側之齒數，上下左右共有四側。

(四)扁桃腺

扁桃腺，分爲口蓋扁桃腺，及舌扁桃腺二部。口蓋扁桃腺，在舌口蓋弓，及咽頭口蓋弓之間，與頰咽頭筋之內面相接。舌扁桃腺，在舌根。兩者皆爲多數「淋巴濾胞」集合所成。淋巴濾胞中有「芽心」，爲製造淋巴細胞之處。而新生之細胞，通過上皮細胞，到口腔內，成爲唾液之小體。

第二節 咽頭及食道

(一)咽頭 咽頭爲鼻腔，口腔，及喉頭食道介在之部分。內面被以粘膜，爲空氣及食物通過之處。又依歐氏管與中耳交通。

(二) 食道 食道在咽頭與胃之間，氣管之後壁，爲平滑筋所構成，內面被以粘膜，爲食物通過之管。

第三節 胃

胃在腹腔之內，橫隔膜之下，正中線之左側，以噴門與食道分界，以幽門與十二指腸相連。其中部爲胃體，下緣爲大彎，上緣爲小彎，其形如梨狀。

(一) 胃腺及胃液 胃腺，是胃黏膜內之腺，能分泌胃液，胃液分爲三種。一、3% 遊離鹽酸。二、百布辛。(Pepsin) 三、那布醇素。(Inferment)

(二) 胃之機能有二

1. 理學的消化作用 胃有運動，分泌，吸收三種作用。運動有環動及蠕動二種，前者使胃液與食物混合，從噴門極經大彎而至幽門，後沿小彎，又通至噴門極，而循環的運動。後者自噴門極挨次收縮，運搬內容至於幽門，更送至腸內。

2. 化學的消化作用 藉胃液中之百布辛及鹽酸之力，使蛋白質變為百布頓，藉那布酵素，使乳汁中之成分，變為凝固。

第四節 腸

腸在腹腔內，上接以胃，下至肛門，長約三丈，略有身長之六倍細小者謂小腸，粗大者謂大腸。

小腸之構造及生理作用 小腸，乃由漿液膜，筋層，及粘膜所構

成。粘膜全面，密生絨毛，絨毛中有毛細血管，及乳糜管，處處埋藏腸腺。而分泌腸液，在十二指腸之下行部。有輸胆管與胰管，合併開口之處，謂之輸胆管開口部。迴腸與盲瓣分界之處，有迴盲瓣以防食糜由大腸逆流於小腸。其生理作用，有消化及吸收二種，小腸之吸收力為最強。

一、消化作用

1. 依胆汁之作用，使脂肪變為乳糜。
2. 依胰液之作用，使澱粉變為葡萄糖。
3. 腸液為助脂肪及蛋白質之分解，又使麥芽糖及乳糖變為葡萄糖，易於吸收。

二、吸收作用

1. 由血管吸收百布頓及葡萄糖。
2. 由乳糜管吸收乳糜。
3. 水及鹽，由兩管皆能吸收之。

大腸之構造及生理作用 其構造與小腸略同，由漿膜筋層及粘膜三部而成。粘膜層中有腸腺，縱層筋及三條結腸節，無絨毛。其生理作用，有吸收及排泄二種。

(一) 吸收作用 唯吸收水分，使腸中殘渣變乾燥。

(二) 排泄作用 排泄食物，及消化液之殘渣，成爲糞便。

第五節 肝臟

肝臟，在腹腔之內，橫隔膜之下，正中線之右側。其形約三角式

爲體中最大之腺。分泌胆汁，輸至小腸，以助消化作用。且對於人體有害之諸毒物，負有中和之責。

胆囊，在肝臟之下面，形似茄子。其作用爲貯藏肝臟所分泌之胆汁。當食物通過十二指腸之時，而膽汁同時亦輸至十二指腸，助其消化也。

第六節 胰臟

胰臟，附於胃之後方，其形如牛舌，分頭體尾三部，而分泌。輸至十二指腸，以助消化作用。

第七節 消化液

消化液，計分爲五，其名稱如下。

(一) 唾液 唾液，爲無色微濁粘稠之液，弱鹼性，一日內所排泄之量，約有一乃至二粒，其作用有四。

1. 唾液中之唾液素，使澱粉變爲麥芽糖。

2. 其中之化蘖糖酶，使麥芽糖變爲葡萄糖。

3. 唾液與食物充分混合，使之潤滑，易於吞嚥。

4. 唾液使口腔濕潤，以助口之運動。

(二) 胃液 該液爲透明酸性之液汁，藉其液中之鹽酸，及百布辛之作用，使蛋白質分解爲百布頓。又其中之那布，使乳塊脛變爲凝固。

(三) 腸液 小腸液，爲無色鹼性之液。其中含有厄勒辛之酵素，

其作用有二。 1. 使麥芽糖，乳糖，變爲葡萄糖。 2. 分解蛋白質及脂肪，使之易於吸收。

大腸液，爲粘稠之液體，其中無酵素，只助食糜運動及糞便之成形。

(四)膽汁 膽汁，是透明帶黃褐色之液，是鹼性而有苦味，其作用有四。 1. 使脂肪變爲乳化。 2. 補助化脂酶之作用。 3. 肋傷之蠕動，使通便良好。 4. 以防腸內容物之腐敗。

(五)胰液 胰液，是無色透明的鹼性之液，其作用有三。 1. 液中之奇阿斯泰材，使澱粉變爲糖化。 1. 其中之脢化脢酶，使蛋白質變爲百布頓。更使變爲伐誅勒酸 3. 其中之化脂酶，使中性脂

肪，分解爲甘油，及游離脂肪酸。

第五章 呼吸器

呼吸器系，計分爲四。其名稱如下。

1. 鼻腔。
2. 喉頭。
- 3.
4. 肺臟。

氣管及氣管枝。

第一節 鼻及鼻腔

鼻在顏面之中央，其形三角，分爲鼻根，鼻尖，鼻翼，及鼻背四部。下方有二孔，謂之前鼻孔。

鼻腔以鼻中隔，分鼻爲左右兩腔，其中分嗅覺部及呼吸部。前者

在上部司嗅覺，後者在下部爲呼吸之通路。其後方有孔，與咽頭分界。

又鼻腔面，被以粘膜，由粘膜分泌鼻汁，鼻內有毛，以爲濾空氣之用。

第二節 喉頭

(一)構造 喉頭，是由七塊軟骨及其所附着之韌帶筋及粘膜所成者。

(二)聲帶 喉頭腔內，有上下兩對肌肉的皺襞，上稱爲假聲帶，下稱爲眞聲帶，而左右兩眞聲帶之間有隙，稱之謂聲門裂，依皺襞之伸縮，而聲門隨之開閉。

(三)聲音之發生 當呼氣通過聲門之時，聲帶因此振動，遂發聲音。又因肌肉之動作，使聲帶幅長與緊張度變異之不同，遂有聲音大小高低之別。

(四)語言之構成 由聲帶所發生之聲音，藉口腔舌牙齒口唇等之變動，而所發之音，遂構成語言。

第三節 氣管及氣管枝

氣管，是由喉頭之下部所發生之管，沿食道之前面而下降，至第五胸椎之處，分爲左右兩條之氣管枝，而侵入於肺臟之內，遂分許多樹枝狀之小枝，謂之小氣管枝。更分之，而成比毛髮更爲細小的管謂之毛細氣管枝。

氣管及氣管枝之構造，是輪狀軟骨相連所構成者，爲呼吸之通路。管內面被以粘膜，其上有顫毛，由粘膜所分泌之粘液及顫毛，可防濾吸氣中之塵埃及細菌，而侵入肺內者，遂變爲痰而咯出之。

第四節 肺臟

肺臟外面，被以肺肋膜，而依葉間之截痕，分右肺爲三葉，左肺爲二葉，肺分基底，尖端，及肺門三部。基底是與橫隔膜相接之處。尖端在胸廓之上方，俗謂肺尖。肺門在肺之內面而陷凹者，爲血管及氣管枝出入之處。

肺是海棉狀而有彈力性者，乃由小氣管枝毛細氣管枝血管及結締組織等所構成。

1. 毛細氣管枝之末端，成爲盲囊狀，故稱爲漏斗。其壁有多數小胞，稱爲肺胞。

2. 血管分爲動靜二脈。一、肺動脈，是沿毛細氣管枝漸次分爲細枝，而結成血管網，與肺胞相連絡，輸入以由心臟所來之靜脈血。二、肺靜脈，是由血管網所發起，沿小氣管枝而出於肺，輸送肺內之動脈血至心臟。

3. 結締組織，是富有彈力纖維者，使肺小葉與血管互相連絡。

第五節 肋膜(胸膜)

肋膜，是一種漿液膜，覆於肺之表面，及胸廓之內面。分爲肺肋膜及體壁肋膜二部，後者又分肋骨肋膜，橫隔肋膜，及胸縱隔肋

膜。

胸縱隔腔，是左右胸縱隔肋膜間之腔隙，分爲前後二腔。前者其中藏有心臟，大血管，胸腺。後者其中藏有氣管食道等。

肋膜竇，是肺肋膜與體壁肋膜間之腔隙，其中有少量之液體，以防兩肋膜之相摩擦。

第六節 呼吸之目的

呼吸之目的，是吸收體內需要之養素，以供其酸化作用。又排泄由新陳代謝所發生之炭酸素於體外。

第七節 呼吸器之作用

(一) 呼吸作用

1. 呼吸道 (鼻腔喉頭及氣管枝) 是爲呼吸空氣之用，即吸入外界之空氣，送至肺臟。又將肺臟內之空氣，呼出於外界。(呼吸道之粘膜上，有粘液和顫毛，以抑止空氣中之塵埃，使空氣變爲清潔)。

2. 肺臟 其中之血管互相瓦斯交換，即將空氣中之養素，供給於血液。又取出血液中之碳酸瓦斯和水蒸氣。

(二) 發聲作用

藉呼氣之作用，使喉頭所有之聲帶，顫動而發聲。

第八節 呼氣與吸氣之區別

成分	呼氣	吸氣
1 養素	少	多
2 炭素	多	少
3 水蒸氣	多	少
4 溫度	高	低

第九節 呼吸運動之理由

(一)呼氣 因橫隔膜收縮，其他諸呼吸筋亦收縮，同時胸廓因此而變廣大，肺臟隨之擴張，內面的氣壓變低，於是外界的空氣向肺臟內而流入。

(二)呼氣 因橫隔膜弛緩，其他諸呼吸筋亦隨之動作，胸廓由是稍被縮小，肺臟亦收縮。因此肺臟內之空氣，變爲濃厚，此空氣遂由肺臟向外界流出。故呼吸是由肺臟之他動的運動而成立的。

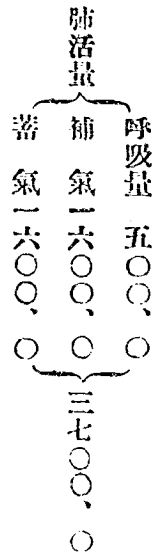
第十節 肺活量

(一)呼吸氣 於安靜呼吸之時，所吸入或呼出空氣之分量，謂之呼吸氣。普通大人，約有五百立方仙米。

(二)補氣 於普通吸息之後，更強烈而吸息，於斯時所吸入最大吸氣量，謂之補氣，約有千六百立方仙米。

(三)蓄氣 於普通呼吸之後，更強烈而呼息，於斯時所呼出最大呼氣量，謂之蓄氣，約有千六百立方仙米。

(四)肺活量 先行最深吸息之後，再行最強之呼息，而其所排出之空氣量，謂之肺活量，約有三千七百立方仙米。



(測量肺活量，須用肺活量計。)

(五)殘氣 施行最大呼氣之後，而仍藏留在肺臟中之空氣，謂之殘氣，約有八百立方仙米。

第六章 血行器

血行器，是由心臟動脈，毛細管，靜脈，四者組合而成的。

第一節 心臟

心臟在胸腔之內，左右兩肺之間，依正中線略偏於左。其形圓錐狀，大如手拳。其心尖向下，而基底在上。心之內腔，依心房中隔，心室中隔，及房室瓣等，而分爲四部。即左房與右房，左室與右室，心臟與血管之關係如下。

右房有上下二大靜脈，入於其中。左房有肺靜脈入於其中。

右室有肺動脈由之發出。左室有大動脈由之發出。

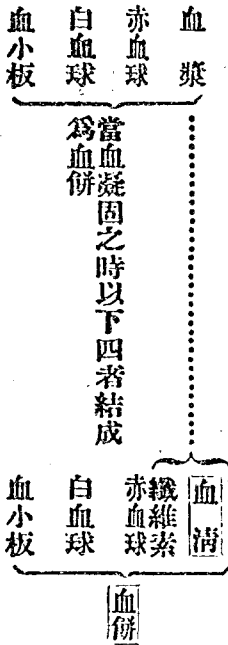
心臟與血管相接之口部有瓣膜，以防血液向上之逆流。心臟是血液循環發起之源，依心臟之收縮，血液則押入於血管之內。且以助

血行環流，以後心臟復元擴充，同時靜脈血來補充之，如是心臟收縮擴張，而血行亦循環不已。

第二節 血管

血管分為動脈血管，與靜脈血管二種。動脈管初如管狀，後暫分為細枝，而成毛細管，遂與靜脈血管之毛細管相連接，靜脈之毛細管，漸次合併而成大管。

第三節 血液



1. 赤血球，爲血液中重要之成分。其形如血，血液之所以赤者因有此之故。其中有血色素，爲運搬養氣之用。一立方耗血液之中男子有五百萬個，女子有四百五十萬個之赤血球。此赤血球，乃由骨髓中製造者。（胎生期中，是由肝臟脾所製造的。）

2. 白血球，是無色有核者。其形較赤血球爲大，乃由脾臟骨髓淋巴腺等所製造的。攝取身體中之塵埃及細菌等，故又稱之爲食細胞。且能通過毛細管之壁，故又稱之爲游走細胞。

3. 血小板之形，較赤血球小，爲數甚少。

(二) 血液之量 約有人體重十三分之一相等（約有二升三合）。

(三) 血液之凝固 當其流出血管之外，即時凝固，因血漿中之纖

維素析出，而與赤血球白血球血小板等結爲血餅。血漿中之纖維素被析出者，謂之血清。

(四)動脈血與靜脈血之差異。

		動脈血	靜脈血
一、色	鮮紅色	暗赤色	
二、營養分	多	少	
三、養素	多	少	
四、炭素	少	多	
五、老廢物	少	多	

(五)生理的作用

1. 瓦斯之運搬 肺臟內所吸收的養氣，與血色素化合變成養化色素，向組織運搬，由組織所得之炭養氣，而從肺臟呼出。

2. 營養物之運搬 由腸壁所吸收的營養物，運搬於身體之各部分。

3. 老廢物之運搬 組織內所發生之老廢物，運送至體外，由腎臟排泄尿，由皮膚排泄汗。

第四節 血液之循環

(一)大循環 血液由心臟之左室流出，而流入於大動脈，遂經過全身之小動脈管，而至毛細管，以營養諸組織，同時舉行瓦斯交換

而成靜脈血，遂由靜脈之毛細管，注入小靜脈管，經過上下大靜脈管，仍歸入心臟之右房。

(二)小循環 右房之靜脈血液，流入右室，由右室流出，注入於肺動脈管，達於兩肺內之毛細管，而在肺胞內，舉行瓦斯交換後，仍變爲動脈血，由肺靜脈毛細管，集注於肺靜脈管內，仍歸入於心臟之左房，而流至左室，如此循環不已。

第五節 心動及脈搏

(一)心動(動悸) 每當心室收縮之時，心尖在胸廓裏面即發起一種衝動，謂之心動。

(二)脈搏 因心臟收縮，將血液押出至動脈管內，所發起的一種

波動，此波動達於動脈之末梢，由是動脈皆被之擴張。

(三) 心動及脈搏之數，普通健康之人，一分鐘，約跳七十乃至八十次。

第六節 瓦斯交換

(一) 外呼吸

1. 肺呼吸 由肺臟之呼吸，攝取空氣中之養氣而輸至血中，血中之炭養氣與肺臟內之空氣，一同呼出，其結果使血變為清潔。

2. 皮膚呼吸 其作用，與肺臟相同，但呼吸之量至微。

(二) 內呼吸(組織呼吸) 動脈血中之養氣，供給於組織之內，而起酸化作用，其結果所發生的炭養氣，及老廢物，輸至血中，使動

脈血變爲靜脈血。

血壓 是心臟所押出之血液，充滿於血管之時，斯時於血管壁所作用之壓力。血壓之測定，以血壓計置於上膊動脈上，而測量之。

第七章 淋巴管及淋巴腺

淋巴管 是由組織之間隙，及血管之周圍所發起者，漸合成左右二條總淋巴管，後會合於內頸靜脈，與鎖骨下靜脈之內，

淋巴腺 是分布於淋巴管之各部分，有濾過淋巴液之作用，以防向心臟注入之病毒，且有製造白血球之責任。

淋巴液 是由毛細管所滲出者，由淋巴漿及淋巴球所造成，以供給營養分於組織內，且攝取組織內之老廢物，運搬至心臟。

糜乳管 亦是淋巴管之一種，吸收乳糜，水，及鹽類，由腸壁發起而上升，與左總淋巴幹會合。

內分泌 體內有數種之腺，分泌一種特別的液質，直接即輸入於血管之中，此種腺稱之爲內分泌腺，或血管腺。而此分泌液，爲吾人健康與生存上之所必需者。血管腺內，有脾臟，副腎，甲狀腺，胸腺，睪丸，卵巢等。

脾臟 是扁平卵圓形，帶褐色者，其中富有血液，在腹腔之內，左季肋部之處，胃底之外側，有製造赤血血球且破壞赤血球之作用

又於各種疾病之時，特是傳染病，每多發生腫脹者。

第八章 泌尿生殖器

泌尿器，是由腎臟，輸尿管，膀胱，及尿道所組成的。

第一節 腎臟

腎臟，在腰部脊柱之兩側，左右各一。其形似蠶豆，長約十仙米半，其色赤褐色，由外層（皮質）內層（髓質）腎盂及血管等所構成。其外面包以脂肪囊，內緣有腎門，為輸尿管腎動脈腎靜脈等出入之處。

腎臟之作用，乃使血液中之老廢物，水，及鹽類等，皆變為尿而排出之。

第二節 輸尿管

輸尿管，是由左右腎臟之腎門內所有之腎盂所發出者，沿脊椎之兩側，與膀胱後壁之下部開口相連，是輸送腎臟之尿至膀胱。

第三節 膀胱

膀胱，在小骨盤內，恥骨軟骨接合之後面，男子在直腸之前面。女子在膻之前方。其形稍近卵圓形。其作用為貯藏尿之處。

第四節 尿道

尿道，是由膀胱之部發起，經過恥骨軟骨接合之下部。男子通過

陰莖而開口，女子通過膻之前方，向前庭而開口。其開口部，均稱爲尿道口，爲排泄尿於外界之通路。

第五節 尿之性狀

(一)性狀 尿爲琥珀色透明之液體，有一種特別之臭氣，爲弱酸性。其比重約一、〇一五—一、〇三〇。一日中所排出之量，約一〇〇〇、〇—一五〇〇、〇立方糵。

(二)成分

1. 無機成分 水，食鹽，磷酸，及硫酸鹽類，安母尼亞。
2. 有機成分 尿素，尿酸，尿酸鹽類。

腹膜 是一種漿膜，覆於腹壁之內面，及腹腔內的內臟之表面，

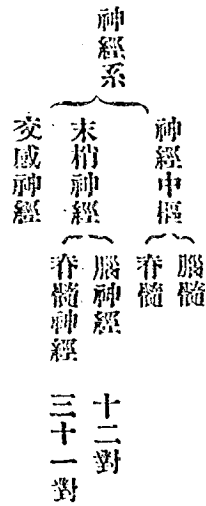
於是分爲二種。一體壁腹膜者，是被於腹壁之內面，二腑側腹膜者，是被於內臟之表面。

第六節 生殖器

生殖器，男女各不相同，男子生殖器，有蕃殖器及交接器之別。蕃殖器，是睪丸，副睪丸，輸精管，精囊等。交接器，是攝護腺，陰莖等。女子生殖器，亦分蕃殖器及交接器。蕃殖器，是卵巢，輸卵管及子宮。交接器，是膺，陰唇，陰核，前庭等。

第九章 神經系

神經系之組織如下：



第一節 神經中樞

(一) 腦髓 是在頭蓋骨之中，由大腦小腦及延髓等所組合而成者。

大腦分左右兩半球，各半球是由前頭葉顱頂葉，後頭葉，顱顳葉等四部組合而成者。其作用甚多：

1. 爲精神作用之本源，如思考

，判斷，記憶，感覺等，皆由此發起。2. 支配反對側之軀體所分布之神經的機能，例如左側之手足，而被支配於大腦之右半球，又右側之手足，而被支配於左半球。3. 知感運動，及五官之中樞，均支配於大腦之下，所以能隨意運動，且能使感覺身體各部分之刺戟。

小腦，在大腦後頭葉之下，延髓之後面。其作用乃主持保守身體平均之位置，而使肢體有共同之運動。

延髓，在腦髓中之最下端其上端有大腦，後方有小腦，下端有脊髓，其作用有二。1. 是傳導作用，接連大小腦與脊髓纖維，成爲運動神經與知覺神經通過之路。2. 是自動作用，爲諸主要中樞存

在之所，即呼吸中樞，血行中樞，嘔吐中樞，及其他之諸作用。

(二) 脊髓 在脊髓管之中，上端與延髓相連，下端成爲馬尾而完了，其形如假髮狀，其作用有三。

1. 傳導作用 (A) 知覺傳導，由五官器內臟等之末梢所發起之刺戟，(知覺)由脊髓之後根而入，從脊髓內向上行而傳達到腦之感覺中樞，遂知痛痒味等。(B) 運動傳導，由腦皮質之運動中樞，所發起之刺戟，(運動)從脊髓向下由前根而出，傳至筋肉，使其發生各種之動作。

2. 中樞作用 脊髓有獨立中樞動作之本能，而與大腦別無關係，有分娩中樞脫糞中樞，排尿中樞，發汗中樞，血管神經中樞，即

管運動及收縮中樞，瞳孔散大中樞等。

3. 反射作用 所謂反射作用者，即由末梢所發起之刺戟，（知覺）不傳達於腦髓，而四肢五官等，即時發生反射之運動。

第二節 末梢神經

（一）腦神經 由腦髓所發出，多分佈於頭部，分佈於背部，及胸腹部者較少，其由生理作用之區別有二。1. 是運動神經，由神經中樞（腦及脊髓）所得之命令，傳達至於末梢之筋肉，而發生各種之運動。2. 是知覺神經，是將五官及內臟等所發生之刺戟，傳達於中樞，而發生各種之知覺。腦神經共有十二對，其名如下。

嗅神經 視神經 動眼神經 滑車神經 三叉神經 外施神經

顏面神經 聽神經 舌咽神經 迷走神經 副神經 舌下神經

(二) 脊髓神經，有三十二對，亦分爲運動神經，與知覺神經二種。而分佈於全身者，如皮膚，筋肉，骨，內臟等等。

第三節 交感神經

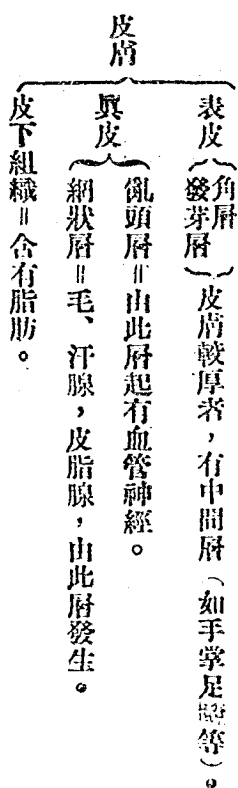
交感神經，在脊髓之兩側，有二十四個神經節，由此發生許多神經纖維，分佈於血管，腺，及內臟等。其作用是使血管收縮擴張，尙司汗腺之分泌，且與腦脊髓神經互相連絡，幫助血液循環，消化及分泌第之諸作用。

第十章 五官器

五官器，是感覺外界所來刺戟之器官，計分爲五。即觸器，視器，聽器，嗅器，味器等是也。

第一節 觸器(皮膚)

觸器，是全身之皮膚，及其附屬物所成者，皮膚之組織如下表。



(附屬物) 毛，爪，皮脂腺，汗腺等。

皮膚之生理作用有六。

1. 保護作用 皮膚包裹於身體之表面，幫助體形圓美，且防護由外界所來之各種刺戟。

2. 呼吸作用 外皮有極微量之呼吸作用的機能，攝取養氣，排泄炭養氣及水，如肺臟之工作。

3. 調節體溫之作用 氣候炎熱之時，外界之溫度上昇，同時體溫亦增，或只體溫發生較高之時，則外皮之血管擴張，助體溫發散，其發散不足之時，即發汗以助其發散，當氣候寒冷之時，或體溫發生較少之時，而皮膚之血管收縮，以防體溫之發散。

4. 觸覺作用 皮膚之真皮層內，有分佈知覺神經之末梢，能感

知寒溫精粗痛癢等。

5. 分泌作用 (甲) 皮膚之發汗，是由汗腺所分泌的，爲無色鹼性鹹味之液體，其內含脂酸，故發一種臭氣。(乙) 皮脂乃爲防皮膚及毛髮之乾燥。

6. 排泄作用 依發汗而排出體內之老廢物。又有粘膜，係覆於與外部相通體腔之內面，其構造與皮膚類似，其質柔軟而色赤，常分泌一種特別之液體以潤濕之。

第二節 視器(眼)

眼，是由兩個透光鏡及三層膜與其他附屬而成者。

透光鏡，爲水晶體，及玻璃體，在眼球之中心，水晶體在前且小

玻璃體在後且大，皆能屈折外界所來之光線，而送至後面之網膜上。

三層膜，卽是網膜脈絡膜，及白膜角膜。

瞳孔，由脈絡膜所造成之虹彩在水晶體之前，作爲輪狀，中央有孔，對光有收縮散大之反應。

附屬器 爲上下眼瞼，睫毛，眉毛，司眼運動之五眼筋，淚腺，鼻淚管等。

眼之作用 是送外界所射來光線之刺戟，通過眼球，而映至網膜依視神經傳至大腦內之中樞，而起光色之感覺。

近視眼及遠視眼 當光線通過水晶體及玻璃體，其所成之像。在

網膜上表現之時，此即爲正視眼。若水晶體之屈折，變成尖形，向前方突出，而物像在網膜之前面，而顯出之時，則謂之近視眼。反之，物像在後面表出之時，謂之遠視眼。眼力不正之時，可以眼鏡矯正之。

第三節 聽器(耳)

耳 現顛顛骨之岩樣部內，其構造分爲三大部分，即外耳，中耳，內耳是也。

外耳 是由耳翼，外聽道，及鼓膜所組成。外聽道上，有毛及盯腺，皆爲保護鼓膜之用。鼓膜在外聽道與中耳之間所有的一種薄膜，感應外來之音波，與漸震動。

中耳 是三聽骨及歐氏管所組成，三聽骨即是槌骨，砧骨，鐙骨。其位置，由鼓膜起。直到內耳之前庭，而傳達鼓膜之振動於內耳。

歐氏管，是中耳與咽頭相連續管，使中耳內之空氣壓與外界之空氣壓，保持平均，且由此排泄中耳內之分泌物於咽頭。

內耳 在顛顛骨內，由前庭，三半規管，及蝸牛殼管所組成，蝸牛殼，是保護聽神經之處，而直受由鼓膜所傳來之振動。三半規管內有液體。依其液之動搖，使知頭蓋之位置，及保持身體之平衡。前庭在蝸牛殼，及三半規管之中間，藉其互相連絡。

聽器之作用 是接收外界所來音響之刺戟，傳過鼓膜及聽骨等，

被蝸牛殼所接收，依聽神經傳至大腦內之中樞，而發生音響之感覺。

第四節 味器(舌)

舌所受之諸刺激，即食物之味，由舌之諸乳頭而感覺之，依味覺之神經，(舌咽神經三叉神經)傳達其味於大腦內之中樞。(參考消化器章)

第五節 嗅器(鼻)

凡有嗅氣之瓦斯體，通過鼻腔之上部，依嗅神經而傳達於大腦內之中樞，使起嗅氣之感覺。(參考呼吸器章)

第二編 看護學概要

第一章 看護人之心得

(一) 看護人之責任

1. 看護者，爲患者之保護者。
2. 爲患者之監督者。
3. 爲患者之慰安者。
4. 爲醫師之助手，其責任極爲重大。

(二)看護人必要之條件。

1. 要有深切的同情心與服務心。
2. 要有親切忠實機敏忍耐之諸德。
3. 要有健康之身體。
4. 若發見病狀急變之時，當報告於醫師。
5. 要嚴守病室之肅靜及清潔。

第二章 看護須知之各種測定法

看護病人，當知各種測定之法，如測發熱之高低，脈搏呼吸之數

狀等，依此可知疾病之經過。但測定之度數，當記入於一定之表，並記其他容態，謂之病床日記。

第一節 心動及脈搏之測定法

(一) 心動是每當心室收縮之時。心尖向胸廓裏面衝突所發生者。斯時可見胸壁之一部膨隆，又以指頭可觸知之，其部位在心部，即左第五肋間，乳線之內側。一分間心動數，約七十乃至八十次。但依年齡體質而有增減，又因精神感動，勞動，攝食後，喫煙，心臟衰弱，飲酒，熱性病，種種之中毒症等，皆較普通變為頻數。又心悸亢進者，即心動增多，且強盛之謂也。

(二) 脈搏是當心臟收縮，血液被向動脈管內壓出之時，其波動達

及動脈之末梢，由是動脈管急速的擴張，因此動脈管之擴張，而成脈搏。常與心動一致，其數多少強弱整不整等，均與心臟力之狀態有密切之關係，吾人常以精檢脈搏而知心臟之健否，健康者之脈數及頻數之理，皆與心動相同。脈搏數，普通是與體溫並行增減，但依病之種類，有不相稱者。而壯年之患者，其脈數若在六十以下或百二十以上者當注意之。

健康者脈搏之性質，有中等度之彈力，但依疾病之種類，亦起諸種之變化，茲列記於下。

1. 頻脈（一分間之脈數較平時為多者）

遲脈（頻脈之反對）

2. 疾脈(搏動消失較速者)

徐脈(疾脈之反對)

3. 硬脈(動脈管壁硬固以指難押者)

軟脈(硬脈之反對)

4. 大脈(心臟力強一時大量血液注入動脈內而擴張之狀態)

小脈(大脈之反對)

5. 整脈(搏動有規則者)

不整脈(整脈之反對)

6. 結脈(脈搏不整且常休止搏動者)

測定法通用之部位，是近腕關節之橈骨動脈，以示中環三指並押

其上而檢之，當心臟甚衰弱，而撓骨動脈致難觸知，則由心尖部，頸動脈，股動脈等，而測定之。測脈不觸知其數，即脈之性質，如強弱整不整等，均當注意之。而測定之時，每以二十秒之數，而三倍之，爲一分測計之數。

第二節 呼吸測定法

呼吸之目的，依吸氣之作用，將空氣吸入肺中，而送養氣至血內，又依呼氣之作用，將血中之炭養氣，呼出於外，如是呼吸使養氣，及炭養氣互相交換不已，以保持血液清潔。每分呼吸之數，在生理狀態之下，約十五回乃至十八回，（大人）脈搏四與呼吸一之相比。但當熱性病，肺臟之疾患，勞動後，衰弱，飲食，浴後，其數皆爲

增加。

其測定法，以手貼於胸部，當一呼氣及一吸氣，數爲一回，如是以二十秒間之數三倍，而知一分之數矣。呼吸數測定之外，尙當注意呼吸之性質，殊是深淺整不整等（注意患者故意左右呼吸之數）。

又呼吸促迫者，以疾病之關係，一分間三十回乃至四五十回，反復急速，而呼吸者，謂之呼吸困難。斯時鼻翼張動，肩胛亦動，有時心窩部及肋間皆陷沒，於是患者，非常苦悶，臉色變爲藍紫。

第三節 體溫測定法

健康者之體溫，約在三十六度乃至三十七度之間，若體溫在三十

六度以下，或三十七度以上者，乃表示有異常之狀態。依測定體溫而知身體有異常與否，且其高低，得知病症之輕重及經過，故當正確檢測爲要。體溫計，以攝氏之稽留點檢溫器爲最流用，而測定之部位，一般常插於腋窩之內，但是過於羸瘦者，或有不安狀態者，及小兒，多檢於股間，或肛門內，而婦人或測於膺內。

測定法

1. 腋窩濕潤之時，當以乾布拭乾之。

2. 檢溫器之水銀

柱，要振至三十五度以下，且要消毒之後，插入腋窩

3. 插入之後該側上膊，使密接於胸壁，前膊置於前胸，以手握於他上膊部。

4. 如是經過一定時間之後，取出而檢之，記於溫度表之內。普通檢測時間，以五分至十分爲常，多在朝夕檢溫二次，但熱之變化強烈

者，特依醫師之命，有行數回乃至十數回者

對於檢溫之注意

1. 在肛門腔口檢溫之時，當其未插入之先，要塗以華設林。
2. 在肛門腔口所檢之溫，常較腋窩高 0.5 ，故於記入溫度表之時，要減去 0.5 度之數，方可記入之。

第五節 體重測定法

體重有關於發育營養之狀態，及病症之經過豫後等，故有究知之必要。每一星期，測定體重一次，而記其結果於病床日誌。體重測定器，其種類甚多，而病人以坐式者為宜，乳兒以平臥者為宜。

測體重之法，先着衣稱之，後測衣重之差，則可知其體重。但是

每次測量之時，最好能在同一狀態之下，例如每次均在早晨，且排泄兩便之後而行之。

第五節 身長測定法

身長不如體重與健康上關係之密切，但可知其發育狀態之大要，故不必時常測之，於一年測量一次即可。

測定身長之法，患者最好裸體，使身體充分伸展，由頭部之頂點至足蹠而測之，初生兒及乳兒等，使之平臥，身體充分伸展後，以卷尺測之。

第三章 一般看護法

第一節 病室之設備

病室當選以向南，且光線能射入者爲善。房間要廣大，可以充分換氣。然亦有因病之狀態而異，例如小兒肺炎等之時，一室之內，全使蒸氣充滿，而行吸入之時，以小房屋爲良，斯時宜禁多人出入其內。

又患眼病，腦病或麻疹等之病人，對於強光直射之居室，反而不好，寧以暗黑爲宜。

病室溫度，以華氏六十四乃至六十八度爲最適宜。使病室保溫，爲炭火則不良，爲電爐瓦斯爐是最理想的，若用炭火，不可置於患者之枕側，火上要架水壺，以蒸發水氣。又病室常當清潔，當病人安息之時，以筴掃除，則灰塵飛揚，故以濕布拭之爲妥。

第二節 病人之衣服及病床

病人之衣服，當以輕軟者，如用絹綢白綿布，而寢衣與襯衣，限用絨布。

床要清潔，溫軟，枕亦要極軟者。

第三節 病人之食物

病人之食品，依疾病之種類狀態等而異，不得一言而定之。大概以消化容易，滋養豐富者爲宜，其分量要細心注意。

第四節 服藥之方法

食前服用之藥，即食前三十分而服之，食後者，即食後三十分而服之爲適當。（吃散藥當包以阿僕拉特是澱粉所製之一種薄膜如紙

而吞之）小兒之藥品，混以飴糖白糖等，使之服用，乳兒則將藥塗於乳頭，使之服用。

每藥品分三回服用，當照法實行，但有人以爲一日分，於一次服用，可以奏效更速，實是危險之舉也。

第五節 灌腸之方法

家中當備灌腸器，而灌腸液常用甘油與水等分之合液，或夷皂水溶液，如以甘油，大人每次約用三十克，小兒約其半分即可。如以夷皂水溶液，約用百至四百克。灌腸之後，以脫脂綿即藥綿，貼於肛門之外，使安臥少時，至便意甚急，不能忍耐時，遂排泄之。

第六節 嗽口之方法

嗽口之時，頭部後仰，注意藥勿嚥下，發出雷聲而嗽之，藥含於口中，愈久愈能見效，直至藥液發生小泡，方表現含嗽之價值。若只少含於口內而吐之，雖含嗽十數次，亦不見其效也。

第七節 罨法及濕布

凡使用熱水袋或懷爐者，是溫罨法，以毛巾絞用熱水，圍於胸部謂之濕布法，依病之狀態，凡二小時交換一回。但於夜中容易忘却布如變冷，反而有害，故廢用濕布，圍以乾布爲宜，又芥末濕布法即食用芥末，貯於小布袋之內，浸於熱湯中，俟湯變爲黃色，以此液浸毛巾，以代濕布，當肺炎之時多用之，若皮膚即時變爲紅色，乃屬於輕症者。冷罨法，是用冰囊，或貼以冷水所侵之毛巾亦可。

第四章 家庭常備藥

一般的家庭中，對於疾病之應急對策，當備有數種必要之藥品，由家中主婦，或主人負管理之責。

人生於世，難免不遭疾病傷害之一日，如知應急之策，當醫師未來之先，竟可奏効痊愈者，若不知之，不意中竟至傷命者，亦未嘗無之。故於家庭內，宜備一二常用之藥，已爲今日生活上所不可缺少之常識，茲略記數種常用之藥品於下，可爲家庭常備藥品者。

1. 五十倍之啡醇（日名石炭酸）

普通可爲皮膚及創傷消毒之用，且有充分殺菌消毒之力，但長久浸於其中，又起腐蝕作用，故宜注意之。

2. 過酸化水素。

該藥常爲創面消毒藥之用，又如口內炎口臭咽喉頭加答兒等，尤其是齒患者，爲口中消毒藥料，製之爲百分之一二含嗽劑較爲有效。

3. 碘酒(沃度丁幾)

爲外用之藥，如皮膚病，齒痛，或外傷，可塗用之。有消毒消炎之作用，然因其能着色，故不常用於顏面。

4. 鈹加泐下替(次沒食子蒼鉛)

本藥是黃色無臭之粉末。有濕著消毒收斂作用，爲傷面之撒布劑。

最爲適用。

5. 硼酸抹膏(日名硼酸軟膏)

該藥無刺激性，濕疹或腫傷時，最爲適用。特是小兒之濕疹，尤爲適宜。

6. 魚石瀝

該藥患皮膚病時亦用之，如癩麻質斯神經痛等諸症，塗用常奏大效。

7. 甘油(佩里設林)

該藥爲皸裂火傷及其他之皮膚病塗布之用，又爲灌腸料。

8. 橄欖油

火傷時可塗用之，又耳痛或耳垢堆積時，亦可使用。

6. 曹達(重曹)

該藥爲胃腸病藥劑之王，凡消化不良，食慾不進，嘔吐之時，大人服用一克，小兒可用其半，最有效驗之藥。

10 鎂硫強礬(瀉利鹽)

此乃最有名的瀉藥，其味甚苦，非常有效，頗賞用之。其用量一日分十五克，乃至二十克，或少增量，亦無何害，此藥多與稀鹽酸合用。

11 蓖麻油

蓖麻油是有著效之下藥，飲用一次，大抵奏效，不感腹痛之苦，

而能通便，一回頓用量，二五・〇乃至二〇，〇克，但勿用至二次以上爲要，且不可在飽腹時而服用之。

12 阿匹林

此藥爲感冒時下熱劑之特效藥，感冒之時，一回服用量〇，五克即可，其他對於熱病神經痛、傷風、齒痛、頭痛等，皆有著效。然長久連用，恐心臟及腎臟要有變弱之處，故當注意，連用一週之後必當廢止一週，方可保其安全。

13 紅葡萄酒（葡萄酒）

此藥於腦貧血卒倒之時，或心內沈鬱之時，飲用一杯，可振精神。故家中當備有上等葡萄酒一瓶，以爲不時之需也。

此外當備有十克天秤一把，及十克量杯一個，散藥及固形藥，以天秤稱之，水藥以量杯量之，藥瓶要附分量記號者，一見而知其量之多寡。

普通所謂一·〇者即是一克。〇·一是十分之一克。〇·〇一是一百分之一克。藥劑用量中，有用一食匙，即一五·〇克。小兒匙一〇·〇克，茶匙五·〇克，咖啡匙四·〇克。一刀尖是一克。

百分者，乃指一百重量中，藥品含有幾成。例如百分之五食鹽水即食鹽五克之重量，溶解於九十五克重量之水中。

其他藥棉細布繃布（大中小）油紙等，均當購備之。

第五章 消毒方法

第一節 消毒方法之總論

消毒之意義 所謂消毒者，以防傳染病之傳播，爲人工的殺滅病原體之方法。

消毒與殺菌之區別 消毒者 唯撲滅一般之病原體而已，殺菌者乃撲滅所有之微生物（病原菌及非病原菌）

防腐與制腐之區別 防腐者，於病原體未侵入之前，而預防之，即未病之前，而防病毒也。制腐者，當病原體已侵入，至於發病之

時，殺滅其病原體，以抑制病勢增進之方法。

消毒法奏效之理由 各種消毒之方法，皆是使菌體內之蛋白質，而發生一種變化，故能奏效也。

消毒方法之種類

1. 理學的消毒法 如以低溫乾燥，光線，(日光，透物電線，或稱X光線，銻線等)，乾熱，(燒却，燒灼)煮沸，蒸氣(流通蒸氣，緊張蒸氣)等之消毒法。

2. 化學的消毒法 如以燂醇3%，幾阿蘇鹼液3%，銻氣強鹽○·1%，煨製石灰5%，醇酒，硼酸，鈹錳上替等消毒。

第二節 消毒方法之各論

茲略詳述數種之消毒法，對於家庭可以應用者。

理學的消毒法：

1. 日光消毒法 藉日光之力去消毒，爲現在最通用者。

2. 燒却法 其殺菌力爲最大，且極確實。凡被病毒所污染之物件，以火燒却之，此法只能應用於一般之廢物。如動物之死體，塵芥，傳染病患者之屎尿吐瀉物，及其他之排泄物。

3. 燒灼法 如金屬之物針等，可用燒灼法而消毒之，雖以火燒而不失其原形，故利用之。

4. 煮沸消毒法 將要消毒之物品，全部浸於水中，使水煮沸之自水沸後，續煮三十分鐘，方能見效。可以應用此法之物品，如衣

類，寢具，布片，玻璃器，陶器，磁器，金類製品，竹木製品，尿
尿，吐瀉物，及其他排泄物等。（凡能脫色物品，不可與他物同時
消毒）。

又（凡物品遇熱而被損害者，則不可用此法，如皮革製品，漆器
象皮製品，紙製品，毛皮，象牙，及以糊膠所粘之物品等）。

5. 蒸氣消毒法 利用高熱蒸氣，以殺滅病原體，要利用流通之
蒸氣，且當盡量排出消毒器內之空氣，約要一小時以上，使觸攝氏
百度以上之溫熱，方可完全消毒。此法非用一種特別的消毒器，則
不能達到其目的。但是家庭中的應用，可購一消毒罐，利用清潔之
蒸鍋，以消毒之，此消毒法，可應用之物品，如煮沸消毒法者相同

化學的消毒法，即藥品之消毒法。

理想的消毒，所當注意之條件：

1. 殺菌力要大，而對於人受害較少。
2. 其原料容易求得者。
3. 價要廉。
4. 處理之方法簡便。
5. 對於消毒上受損最少者。
6. 不發生不快之臭氣者。

但無一消毒蘇料，能合於完全之理想者，不過當知其特長及缺點，以求其適宜之用法耳。

1. 煇醇 (3%) 以防疫用者，石炭酸三成，加水九十七成而成百分之三之石炭酸水，而對於一般不怕被水損壞之物品，皆可以此為消毒之材料，要浸其中約有二小時，方能有效。

2. 幾阿蘇鹼液 3% (俗稱臭藥水) 以藥水三成，加水九十七成而

成百分之三之藥液，其用途與石炭酸水相同，其特長有三：
1. 處理之方法較爲簡便。
2. 其質內含有夷皂，故對於含脂肪之物品，特別有效。
3. 殺滅昆蟲之力，較他有效。

3. 醇酒(又名酒精) 藥用者，純酒精五十分乃至七十五分，餘加水湊成百分，凡無芽胞之遊離菌，於五分多內，可以殺滅，而純酒精則無滅菌之效力，酒精價昂，故只應用於皮膚消毒，或臨時機械之消毒等。

4. 硼酸(13%) 硼酸消毒方較弱，唯能抑制細菌之發育多爲洗滌料用(如洗眼洗鼻及洗腔腔等)或含嗽料等。

第三編 傳染病

第一章 傳染病之總論

傳染病者，是病原體侵入於體內後，至發育繁殖之結果，所發生種之疾病，又由人而傳播蔓延於他人之一種疾病。

傳染病之種類甚多，在醫學發達的國家，對於傳染病之處置，非

常嚴重，並制定法律以處置之。分爲法定傳染病，與非法定傳染病。上者當得病時，由醫師報告於警察廳衛生部，下者則無。而我國對於傳染病，尙未有法律之規定，希望將來能從速實現，俾人民得受衛生行政之保障。茲略將日本所謂法定傳染病，說明於下，以供諸君之參考。

一 日本法定傳染病與非法定傳染病之名稱

法定傳染病

- 第一類 腸窒扶斯 巴拉腸窒扶斯 赤痢(疫痢) 虎列刺
- 第二類 白喉症 流行性腦脊髓膜炎 猩紅熱 發疹空扶斯 痘瘡
- 第三類 鼠疫(百斯篤)

非法定傳染病

第一類 麻疹 百日咳 流行性感胃 格魯布性肺炎

第二類 狂犬病 破傷風 丹毒

第三類 黃疸出血性斯比羅黑特病 再踏熱 瘧疾 恙蟲病 鼠咬

症 流行性耳下腺炎

二 原因及誘因

(一)原因 人體內被發生傳染病之病原體所侵入，例如腸室扶斯因室扶斯菌之作用。肺結核，因結核菌之作用。

(二)誘因 誘因者，是助傳染病之原因的病原體之作用，例如常易感冒者，亦易誘發肺結核。因暴飲暴食，傷害胃腸，使易罹虎列

刺。則「感冒」「暴飲暴食」，均稱爲誘因。

三 素因

患傳染病者，其身體有多種之弱點，此弱點謂之素因。

(一)遺傳 如肺結核癩病等，非真能傳染。但屬於肺結核之系統者，易得結核病。屬於癩病之系統者，易得癩病。此謂遺傳之素因使易得同樣之疾病。

(二)體質 身體軟弱者 易遭各種之疾病，但腸寧扶斯，雖強壯者反易發生。

(三)性別 依病之種類，有男子患者多，有女子患者多。

(四)年齡 如疫痢，白喉症，猩紅熱，麻疹，百日咳等，小兒患

者多，肺結核，或青年期患者多。痘瘡，則大人患者多。

(五)職業 如花柳病，賣笑婦患者多，獸疔症，毛皮商患者多。

(六)低抵抗力減弱 依種種之原因，可體力衰弱，易受傳染病之傳染。

四 潛伏期

潛伏期者，是由病原體侵入體內至發病其中期間之謂也，但發病之遲早，各人不同。係依病毒之量，毒力之差，侵入門之相違，各人抵抗力之強弱而異，其期間亦因病而有先後。如

腹室扶斯

二星期

巴拉室扶斯

五六日

赤痢

二日至八日

疫痢

半日至一日

虎列刺

數小時至三日

白喉症

二日至七日

流行性腦脊髓膜炎

三日至五日

發疹室扶斯

八日至十四日

猩紅熱

四日至七日

鼠疫

二日至七日

痘瘡

十二日

五 侵入門

一、由消化器而侵入者(口腔)：

腸窒扶斯 巴拉窒扶斯 赤痢 虎列刺

二、由呼吸氣而侵入者(吸氣)：

白喉症 流行性腦脊髓膜炎 肺鼠破

三、由皮膚而侵入者(傷口)：

腺鼠疫 皮膚鼠疫

四、原因不明者

猩紅熱 發疹窒扶斯

六 免疫

免疫者，人體或動物體，因患病之原因，反能抵抗病毒，而竟免

於發病之謂，其區別有三：

1. 先天免疫

2. 後天免疫

病後免疫
人工免疫

種痘
狂犬疫
豫防注射
血清注射
他動免疫

自動免疫

免疫反應之應用，如華氏反應檢查法，以判定微毒之有無。

威氏反應檢查法，以供診斷腸窒扶斯之有無。

3. 病後免疫之期間

1. 長期間免疫：

腸窒扶斯 巴拉窒扶斯 疫痢 白喉症 猩

紅熱 發疹窒扶斯 痘瘡

2. 短期間免疫： 赤痢 虎列刺 鼠疫

第二節 傳染病之各論

一 麻疹

原因 本病發生之原因，尙未發見。但是本病之誘起者，必存在於患者之血液，粘膜分泌物淚液等之中，諒無差誤，該物由大氣，或依物件，而蔓延於周圍，大抵由呼吸道侵入體內。本病誘起者之抵抗力，較爲弱小。出於體外，其作用消失，極爲神速。對於麻疹之感受性，較爲平等，且非常之大，凡於兒童時代，皆有患及此病而數次重感，實是稀少，且到十五六歲以上得病者，可斷言爲無有。如在此時，罹此疾病，則必感非常苦痛。預兆大概經過良好，而麻

疹多流行於寒冷之季節，爲通例也。

病狀 潛伏期約十日，前驅期三日，發疹期由三日至五日，落屑期由七日至九日，前驅期多是突然發熱至三十九度以上，隨後鼻炎流鼻汁，眼變紅，而患結膜炎。又聲者嘶啞，同時亦發咳嗽。過兩三日，熱度稍下降，加答兒性病狀仍是持續。患者見燈光日光等，深感眩耀，亦覺頭痛，食慾不良。當皮膚末發疹之前日，往往口內可見有紅色斑點。

皮疹當熱及病苦增加同時出顯，大概爲帶紅色，如豆大斑點，漸次多數相融合，初發於顏面，次則軀幹，漸至於腳上，斯時爲病態最篤之期。心神不穩，而成昏醉之狀態。又結膜炎亦愈盛，同時咳

嗽顯發，而變爲氣管支炎。然一二日之後，熱急下降，發疹靚色，加答兒症狀亦減退，發疹變爲小鱗屑而落，於斯時漸形全快。

若於疑小兒爲患麻疹者，速求診於醫師爲要。常有認爲麻疹不是大病，而其症狀常有變卦，容易發生各種餘病，其最重之餘病，如角膜炎，兼有膿漏性結膜炎，中耳炎，鼓膜穿孔，並兼鼻及咽頭結膜炎，粘液及血液混合之瀉痢，後發病中第一緊要者，即結核病是也。

療法 本病依醫師之許可，方能離床，落屑未完了之時，不可外出，如不留意，常陷於危險重症，病室須少暗黑，要充分能通氣，與以清淡及易消化之食品，其外須時以清潔之細布及微溫湯拭眼，

口鼻亦常常拭潔，口渴飲以檸檬汁等，對於一一症狀，當與醫師商量，施以適宜之療法爲妥。

二 猩紅熱

猩紅熱 爲最可怕之傳染，多是流行性而發生，兒童患者較多。原因 其原因，迄今尙是不明，然此病菌，想必存在於患者之血液，及皮疹的透明之內容物中，由是傳達於空氣，又由各種食物傳播於其周圍而傳染之。

病狀 潛伏期大約由一日到七日，前驅症往往不明，有時約經過二十四小時至四十八小時者。發疹期四日乃至七日，落屑期大約二星期。猩紅熱多爲突然發出高熱，殊是咽喉疼痛，嘔吐，頭痛等，

漸次本病表顯，發疹於最初之時，個個小而紅，有不規則之斑點，先由顏面，漸次蔓及全身，可爲本病之特徵。而且扁桃腺及口蓋變腫脹紅色，舌尖亦變爲覆盆子樣的紅色。

療法 本病頗爲危險，速請醫師診察，且非依其指導法，而看護不可，給以清淡食物，至落屑完畢，非就床不可，恐引起諸餘病後發病之中，腎臟炎居於首位，猩紅熱之再發，爲極稀有之事也。

三 天然痘

原因 本病之發起，乃由一種之黴菌，但是何菌尙未可知，其誘發者，確存於痘瘡膿胞之中，於是山大氣或物體而傳播於周圍，對於外界抵抗力較強，對於天然痘之感受性，無論年齡大小男性女性

皆是不等的傳染，唯妊婦及兒童其感受性殊強。又患此病一次，殆可終身免疫，爲其通例。

病狀 潛伏期十乃至十四日，前驅期三日，發疹期大約十三日，落屑期大約有七日至十日間。其初症，突然感覺惡寒，頭痛眩暈，嘔吐，及特異性之薦骨痛。發病後，即陷入重態，體溫高昇，脈搏增速，且有膽語者較多，嘔吐大低反復二三次，於斯時，發生氣管支炎，脾臟腫大，肝臟亦腫大，隨後發疹表顯，其同時熱度下降，漸次症狀減退，初由顏面及頭部發現。以後軀幹及四肢小斑亦表現即變成小結節之形狀。

其後此小結節上，生有小水疱，神速增大，及豌豆半粒之大，內

部含有澄明之液，其滲出之後，中央成小窪，若變爲化膿，同時水疱之周圍而成紅暈輪，互相融合，全皮膚皆變腫脹，於斯時，患者極爲痛苦，全顏而被以膿疱，至爲可憐。化膿大低三日而減退，熱度低下，同時炎症消散，膿疱乾固；而成厚痂。若剝下則留醜惡之癍痕，故當留意。

然病狀輕重不一，極輕者，只有僅微癍痕而愈。其重症者，粘膜炎及內部之器管中，皆變出血，多因心臟急速衰弱，而至於死亡也。此病之併發症，及後發病較多。其內最可怕者，如發生肪膜炎，腎臟炎，肺炎，角膜炎，虹彩炎，睪丸炎，關節炎，心臟內膜炎等。

療法 本院之完全豫防法，即是種痘，若行定期種痘，必可免去危險，凡患此病者，宜嚴重隔離而治之，一切皆需委於病院，無家庭看護之必要也。

四 風疹

風疹，是一種水疱性之發疹，發微熱，或無熱。無搔痒，及刺戟，皮膚亦不腫脹，水疱即行乾燥，約八日間可痊癒，但水疱若搔破，常要留下癍痕。

療法 只給以清淡食品，及就床安息可也。

五 腸室扶斯

原因 腸室扶斯，是由一種特異性之細菌所發生，該菌是細長而

有活發運動的小桿菌，此菌存在於腸壁，腸間腸腺，脾臟肝臟，腎臟及患者之便中，多由腸而達於體內，又病之發生，多由食物及飲料水所誘發者。

本病流行，多在秋夏之間，年齡自五十歲至三十五歲者多，殊是年少男女，易有感染，又精神的變動，或胃之障礙者，亦易感之，但本病罹遇一次，再感染者較少。

病狀 潛伏期二日乃至三星期，一般是徐緩發生，熱與惡寒漸次上昇，心精不快，頭痛，身體倦怠，食慾減退，便秘等症，陸續發顯，約過四日，熱達於最高度，而脈數較少，患者屢呈重篤之容體變為昏憒狀態，特是夜間，多發譫語，口腔及舌，皆乾燥，發輕度

之氣管枝炎，此時腹部別無特徵，當第二週之初，腹部及下胸部之皮膚，發出薔薇疹，至於第四週，漸散於全身，斯時腹部顯著鼓脹及痛感，無痛感者，又時有瀉痢。

到第二週內，方表現真正空扶狀態，約要經過三星期，患者不能起牀，多仰臥而陷於昏睡，屢獨自喃喃，或陷於亢奮狀態，而發譫語，一切運動無力，手足振顫，往往眼半閉鎖而朦朧，口半關閉而乾燥，唇部皸裂，舌呈黑色，被以血液痂皮，此時腹常有出血，或至於穿孔出血，達於高度，顏面變為蒼白，體溫急速下降，心臟衰弱，即達死期，又發生腸穿孔繼起腹膜炎，經二三日後而至亡死。

到第三週之末，若經過良好，則體溫漸下降，精神明瞭，食慾亦漸增加，而入於恢復期，至恢復期之末，患者毛髮脫落甚多，這是熱病後之通狀。

恢復期後，如稍不注意，忽起各種障害，如強度便秘，飲食不攝生，或精神之激動等，竟至於再發高熱，變為不可挽救之衰弱，故當隨時注意之。

療法 本病是傳染病之一，在家中不能醫治，故門外漢對於治療法，可不必知曉，唯當注意者，略舉一二如下。凡窒扶斯患者，自得病以後，不可離牀，須俟長久無熱，體力恢復之後，方可起牀。但初次起立之際，因體力頗衰弱，稍不注意，恐有昏倒之虞。

本病經過長久，常有發生褥瘡者，故當留意，時時轉臥，不可食固形物，以流動滋養性之食物爲宜，如牛乳、鷄卵肉湯等。

六 虎列刺（霍亂症）

原因 吐瀉症，是依一種彎曲形細菌所誘起者。此菌於患者之排便中，存在甚夥。此菌得適宜之境遇，（即攝氏三十度乃至四十度之液體）在體外之生活，增殖神速，然因乾燥或營養不足之故，即行死亡。

此病之蔓延，因患者與人衆往來，依各物體傳染而發生。此菌由食品及飲料，或其他之方法，即不潔水所洗之器具手等，遂從口達於腸中者多。然胃健強者有殺滅此菌之力，可免發病，故世當有瀉

胃之必要。

病狀 潛伏期一日乃至四日，吐瀉症之發起，無何前兆，每多突然發現二三日，多先瀉痢，當初大抵於夜間頻次排泄稀薄之便，最初是糞尿狀，後即變無臭白色水樣液，往往混以血液，此時腹部有多少之疼痛，亦無裏急後重，（即欲瀉而不能瀉之意）以後大量瀉痢及嘔吐，患者即陷危險之狀態，身體非常衰弱，深感口渴，上肢下腿之筋肉，發生痙攣，顏色如土，眼探陷沒，鼻變尖銳，皮膚寒冷，且乾燥，聲音嘶啞，呼吸淺表，心臟衰弱，脈搏增加，腹部陷沒，若急性者，於轉瞬間，竟至死亡者有之。最輕症者，於二十四小時內，瀉痢減少，心臟力亦稍恢復而發汗，逐次退散，一二週間

即可治愈。

療法 無論本病，在家庭可否治療，雖無詳知療法之必要。但如突然瀉痢，而陷於危險症狀之時，於醫師未來之先可飲以葡萄酒，腰部以下，用腸湯洗之，若要等候相當之時間，宜給多量熱的飲料水，一切療法，當囑托於醫師為要。

七 百日咳

原因 本病亦傳染病之一，可認定是由一種微菌所發生者。其病原菌，迄今尙未發見。其病毒，乃存於咯痰中，由呼氣而傳播於周圍，在七歲以下之小兒，多賦有感受性。但一次罹病之後，可終身免疫。大都市之兒童，患百日咳者，連續不絕，殊是嚴寒氣候，麻

疹流行之時爲多。

結狀 潛伏期，約一週之內，由鼻至氣管枝全呼吸器之粘膜，開始發炎。當初咳嗽，尙無特徵，全身亦無障害，只在夕刻稍有微熱。此謂第一期，即加答兒期，大抵只持續一週，或一週半。至第二期即癩癩期，其咳嗽始有特徵之發作，又有嘔吐者，小兒顏面變爲蒼面，或爲暗紅色，且流淚，往往有出鼻血者，或使力過度，致於尿便迷漏，其發作數於二十四小時內，約有六十次，或達於其上者，普通多在夜間繼續發作，而發作經過之後，仍如平常的生活。又健康之兒童，不很變爲瘦弱，而虛弱者，則瘦小顯著，此期短則四週或至於其上者，三個月或半歲，恢復期亦較緩。此期經過之後，而

移於第三期，減退期，咳嗽漸次減少，而經過相當時期，不知不識而治癒。

療法 百日咳之特效藥，尙未發見，深感遺憾。然趁早治療爲妙最良之法，即轉地療養，嚴寒之時，可到溫暖之海濱。又室內換氣要完全，且常常保同一之溫度，衣服注意清潔。藥劑最近多用下熱劑，或鎮靜劑，服藥一節，仍以托付醫生爲是。

八 赤痢

原因 由一種微菌所傳染，此微菌存在於患者之便中，恐與室扶斯菌類似，其中間期而存在於道路，土壤，便所，肥料場等物。以後又達至人腸之內，由養生之不注意。而往往罹此疾病。

病狀 潛伏期三日乃至八日，初爲變動性的發熱，同時而起下痢頗感困苦，二十四小時中，有通便二十次，三十次，乃至六十次以上者，漸次更爲粘液性，膿性，血性，或混有上皮之斷片，常有便秘緊切之感，而成囊急後重之狀。（欲通而不能通之感）於是因激烈疼痛，至於昏倒，舌被以厚苔，食欲全無，渴感異常，嘔吐，臍語意識喪失，患者衰弱高度，而呈出慘然之狀，致陷於危險。

療法 其預防法，食物勿過度，患者之排便當消毒，本病非家常療法可達到目的，故本書只略述常人應知之心得。第一下腹部當施以溫罨法，食品以牛乳肉汁，半熟卵，紅葡萄酒等爲宜，而且多服用下劑，蓖麻油，肛門糜爛，當常塗以油劑。

九 流行性耳下腺炎

原因 流行性耳下腺炎，亦是傳染性之疾病。誘起者尙不知其詳，爲特發性者少，爲流行性者多，蔓延力盛旺，本病特是兒童罹犯者爲多。

病狀 潛伏期一乃至三週，或發輕度微熱，或全無熱，漸次兩耳下腺，有些許痛感，屢有腫脹，至頗柔軟而止，一週或至二週之後漸退消，而化膿者，較爲稀少。

療法 以含嗽劑常含嗽之，食物以流動品者爲宜，可以葷菜或玻璃管使之吸入，如看護良好，數日之內，即可全快，但過二週以上不見輕快時，腫脹仍增大至於化膿，非乞診於醫師不可。

十 白喉症

原因 白喉症，由白喉菌所發生的，此菌沾於粘膜上，而誘起實扶的里亞炎，對於外界之抵抗較大，常爲特發症，或爲流行性而發生，兒童較大人容易感受之。

病狀 潛伏期二日乃至七日，起初大抵發熱，惡寒，嘔吐，頭痛嚙下之時，有疼痛之感，觀察患者之咽喉，呈有紅色而腫脹，當初只是扁桃腺，上有白色被膜，後蔓延至口蓋，重症者突然被膜蔓延，且色黃，下顎之淋巴腺亦腫脹，若白喉限於咽頭部者，五乃至十日之後，諸症即可減退，被膜亦剝下，否則被膜若向上方或下方之粘膜上面蔓延者，易成爲不治症。

療法 從早乞診於醫師，注射以窒扶的里亞血清，不久即可治癒。家常療法，乃最危險，且是絕對的不能之事。

十一 瘧疾

原因 瘧疾，是由一種的原蟲所誘起。

病狀 突然而發惡寒，約經一二小時，體溫達至四十乃至四十一度，約三四小時，其體溫不甚變化，皮膚呈潮紅色，脈搏增加，以後變為發汗期，斯時溫度急速下降，全身狀態，再復元狀。如是由發作至復元，約六小時乃至八小時，或十小時而完了，每次發作，皆是同樣，且經一定之時間而反復發顯，每日發作者，謂每日性瘧症，隔日以上者，為第三日性，第四日性，或第五日性之瘧症。

療法 單純性癆症，服以規那製劑，奏效爲最確實，因定其發生之時期，要先觀察其發作二三次，在發作前約五小時，服用林硫強替丸劑，一乃至二克可也。再察其發作與否，靜待其結果，或二三日間，陸續服藥亦可，重症者，不易療治，乞治於醫師爲是。

十二 肺炎

肺炎，分爲格魯性肺炎，及加答兒性肺炎二種。

原因 概由肺炎菌而發起，感冒傷創等，多爲其誘因，又在冬季春季流行性的發起最多，虛弱者，易於罹患，殊是酒客，容易感受。

病狀 潛伏期較短，約一乃至二日，初症大抵惡寒戰慄而起，熱

度上升，約達於四十度，兒童常有嘔吐者，次則胸部疼痛，呼吸障礙，咳嗽頻激，如是增進，咯出鏽色之痰，頭痛激烈，食欲缺亡，舌被以苔，亦無通便，脈數亦增加。

肺炎良性者，五六日達至極期，爲是漸次體溫下降，全容態即變良好，不良者，心臟衰弱，往往陷於危篤，殊是兒童於初期有嘔吐同時展起強烈腦症，或如痙攣之狀態。

療法 本病無論大人，或兒童遭遇之時，依常人療法，不得救治。茲略述一二重要之看護法於下，第一即是營養法，與以流動性食物。小兒或大人於胸部施以熱濕布，最爲有效，當高熱之時，濫服以解熱劑，往往有心臟衰弱之危，若有心臟衰弱之兆，飲以葡萄酒，及

強心劑，爲最緊要之急務。

十三 丹毒

原因 丹毒，乃由連鎖狀球菌所發起，繁殖於皮膚之淋巴管內，誘起皮膚發生強烈之炎症，於斯時毒物成形，當其達至血行中，遂發生多少強激之全身症狀，此球菌進入淋巴道者多，因皮膚或粘膜有創傷，給與侵入之機會，且此創傷多爲僅微，目不易見，而患丹毒者，在年少者居多數。

病狀 多無前兆，初症之時，屢屢戰慄，熱度上昇，嘔吐激烈，頭痛，球菌侵入之部分，疼痛異常，皮膚呈紅色而腫脹，此腫脹與健康皮膚分割顯明，帶有急速擴延之性質，一局部侵犯，大約四日

間，其紅色減退，水疱乾固，最上層之皮膚，全部剝落，二三日後漸次回復如常，炎症進行之時，熱度續留於不定之高度，脈搏增加，頭部有劇烈壓迫之感，往往有譫語，而且舌苔爲厚，食慾不良，本病持續之長短，難於豫言，或時侵犯之處，甚爲狹小，或時蔓延及於全身。

頭部及顏面，屢多侵犯，有時由鼻部發起，而向兩側左右相對的進行，一般多爲良性之經過，擴延者，較爲尠少也。

療法 如前述者，若見皮膚現有區割的紅色之時，須乞診於醫師，殊是小兒，易誘起腦膜炎，從速醫治爲要，起初局部，塗以魚石瀝爲最好，又最近多薦用碘酒。

十四 流行性腦脊髓膜炎

原因 該病是由一種微菌而發生，其流行時期多，在春冬二季，年少者易於罹患，年老者較少。

病狀 多為突然得病，初感惡寒戰慄，眩暈，嘔吐，項部疼痛及強直，而突然陷於昏睡狀態者多，若充分治癒，往往不日即可治癒。重患者，項部硬如板狀，有時頭部向上下或向左右動搖，又四肢起痙攣，轉瞬即至於死亡者，又有在一乃至二週內治癒者亦不少，熱型或不整，或全無，而一般無呈有規則的症狀，且重患者，四肢即起麻痺，無食慾，復部陷沒，便通閉止，總之，衰弱異常，小兒得疾者，多歸於死亡。

療法 前述之症狀發顯之時，首先聘醫來診，當其未到之時，頭部以冰冰之，且速以微溫湯灌腸，爲急務。以後之療法，托於醫師且當充分留心看護之。

十五 鼠疫

原因 鼠疫，是由一種細菌所誘起者，該菌存在於鼠之體中，爲急性傳染病之病原體，易侵入於血中，然其抵抗力較弱，依乾燥直射之日光等之作用，容易撲滅之。

症狀 潛伏期多爲二三日，或至於十日以上者，當病毒侵入之後多無前驅症狀，突然發起頭痛，眩暈，惡寒，戰慄等，同時亦發高熱，且腦被侵患，精神錯亂，稀有於發病前，四肢牽引，肩部硬痛

之訴等。

鼠疫依其侵患之部位，及其症狀，而分腺鼠疫，皮膚鼠疫，及肺鼠疫之別。

腺鼠疫，當病原菌侵入淋巴腺之時，感有腫脹與劇痛，大如胡桃手拳或至於其上者，最多侵犯者，即股腺，其次鼠蹊腺，腋窩腺，頸腺等，而化膿者較少。

皮膚鼠疫，在皮膚上發生赤色斑點狀之隆起，始為小泡，漸化為膿，即謂鼠疫癰，遂變污穢之潰瘍，其周圍變為發炎，且浸潤硬固遂生堤防狀之隆起。

肺鼠疫病原菌，直接侵入肺臟，呈急性肺炎之症狀，咯出血痰，

咳嗽頻發，且訴胸痛，至於呼吸困難，只經數小時，即歸於死亡。

療法 使患者靜臥，頭部以冰器法，口渴給以冰片，常注意脈搏之狀態，依醫師之命，臨機而處置之。

十六 肺結核

原因 肺結核，是由結核菌所誘起，或因吸入含結核菌之塵埃，或與結核患者，日常親近，無形中吸入該菌，致於發病。

病狀 多數由肺尖發起，確實得病時期，不可得知，總之，不是急性而來者，肩部痛感，身體易於疲倦，朝晚微有咳嗽，經過相當之時間，稍感短息，時時胸部有刺痛之感，身體多少倦怠，漸覺自身不快，其後每當夕刻，體溫少上昇，就寢時，常出盜汗，食慾屢

屢不良身體漸次衰瘦。

以上爲肺結核初發之症狀，然當此時，肺臟之外，其他器官，完全健康者亦不少，但心臟容易興奮，脈搏在無熱之時，亦稍增進，咯痰多無特徵，但粘液膿狀者，則多含有結核菌。

自此以後，其經過各不相同，大概分急速惡性之經過，及緩慢良性之經過二種，此特與體質有關，惡性者長久繼續，夕刻發熱，夜間出高度之盜汗，同時體溫低降，如此患者，神速瘦削而無力，遲早必至於臥牀，咯痰多量，且爲菌性，漸次結核菌表現，又時時混有血液，遂至咯血，於斯時，肺臟之大部分，已被破壞，而成腔洞。肺結核之惡性者，屢發於年少者，及發育之年齡者，而年高者，

屢發於產後者爲多。

療法 本病療法，雖有各種之藥劑，而最良者，即營養療法，空氣療法，及光線療法，如以營養療法與規則生活法兼行，在未成惡性者，必有良佳之成績，但須注意不可過食，適當之食品，如肉鷄卵，青菜等，爲主要食品，次則牛乳，其他良好脂肪，如乳脂，乳酪，其他適度之日光浴，（要在醫師監督之下）與氣療法，亦甚必要，其他藥劑，當尊醫師之指教，較爲安全。

第四編 內科疾病

第一章 腦神經系之疾病

一 腦貧血

原因 由各種原因而發生，概而言之，以營養不良，飢餓，兒童於瀉痢之時，出血，慢性貧血，驚愕之時，血液忽然向一器官內聚集之時而起，殊是婦人受驚而起者爲多。

病狀 多的忽然卒倒，其前驅期，目前變黑，欲嘔吐，覺得耳鳴
顏面變爲蒼白，發出冷汗，四肢皆冷却。

療法 使之臥於牀上，將頭低下，以冷水噴其額面上，又使嗅以
亞母呢亞亦可，醒感之後，使飲紅葡萄酒或咖啡等。

二 腦充血

原因 依多種之原因而發生，例如心臟病，日射病，酒精中毒，
精神過勞，常習性便秘等而起，又無原因而發生者亦有之。

病狀時與腦貧血之症狀相反，顏面變爲紅色，頭感痛漲，而上逆
重症之時，竟至於卒倒。

療法 卒倒之時，先將衣服解寬，向胸部噴以冷水，頭部舉高，

頭上貼以冷靈亦可，又在耳後以蛭吸血亦有效用，又誘導法乃以微溫湯灌腸，又腦易充血者，常常注意通便，行以適度之運動，擇容易消化之食品，酒類絕對禁止，煙草是刺戟頭腦之嗜好品，如能廢止最妙，便秘之時，可服用以下處方的藥劑。

瀉 鹽 五·〇——二〇·〇

淡氫氫強酸 〇·五

糖漿或白糖適量水 一〇〇·〇

右一日分服三回

三 神經衰弱

原因 其原因甚夥，或由先天的，或後天的所誘發者，總之，多

因神經過度勞役而起的。

病狀 症狀較多，列舉不盡，茲略述其最顯著者，初發起之時，心中常感不樂，精神亦變沈鬱，常發生恐怖之觀念，容易憤怒，常陷於悲觀，自信力薄弱，易受各種之刺戟，尚有頭痛，眩暈，心臟動悸，強盛，胃腸之機能，亦起障礙，性的機能，漸漸減退，往往致於不能發起，反射機能亦亢進，或感手足麻痺，終變為不眠症。

療法 先當除去發病的障礙物，為第一個緊要的條件，食品要選無刺激性，易於消化者，且要保守有規則的生活，如酒精類飲料香煙等，絕對要嚴禁之，咖啡和濃茶，亦宜止之，須飲清茶，食後作

適度之運動，而每日行溫浴，亦可收效，且可爲不眠症之療法。醫神經衰弱之藥劑甚多，但用之過度，反生弊害，特是強性之麻醉劑當避之，若精神奮興過度，難於睡眠之時，可服以下之處方。

鈉氮鹽(日各臭剝) 二・〇 曹 達 二・〇

苦味酒 一・〇 糖漿適量 水 二〇〇・〇

右爲一日分服三回

但是此方不可服之過久。

四 神經痛

原因 其原因不明，而發起者常有之，又爲遺傳性而表現者亦不少，其他因感冒梅毒肺病等而誘起之，一般大人比小兒爲多，殊是

中老以上者最多，此神經痛，或是限於一局部，或爲廣性，無一定的
位置，最著名者，即三叉神經痛，肋間神經痛，坐骨神經痛，生
殖器神經痛，膊神經痛等。

症狀 依疼痛之程度，而有千差萬別，輕症者，如指尖被物所摩
擦時之鈍感，而重症者，如被針或錐所刺入，痛苦難堪，此疼痛多
爲發作性的表現，其持續之時間長短不同，以後雖無痛感，試將局
部少加壓迫，多復發激烈之痛，若神經痛達至高度，則知覺異常，
皮膚或變爲潮紅，或蒼白，或至發汗，眼花閃發，流淚，耳鳴，時
時營養障礙，毛髮脫落，或局部麻痺。

療法 如知發病原因，非先除之不可，由梅毒而來者，則服用以

鈹鹽，且抹擦以錄劑，由感冒而來者，飲以柳酸製劑，且使之發汗爲要，對症療法所用之藥品，如鎮靜劑，解熱劑，麻醉劑等，例如阿匹林，芬阿錫吞，莫非等，然其中多爲劇藥，家中不能隨意使用，依醫家之經驗，其中最普通之藥品，且可見效者，爲阿匹林，一日量一克分朝夕二次服之，只可連用一星期爲限，因長久連用，有礙於胃，而且恐發生心臟衰弱之虞，當激痛之時，服用貴林鹽○·五乃至一·○，頗有效果，又納柳替四·○，苦味配一·○水一○○·○，以上爲一日量分三回服用，較可奏效，但不可長久連用，恐生耳鳴，且有害於胃，當疼痛難堪之時，可注射以莫非製劑，其效神妙，但非醫師則不得隨意施行，如常注射，恐發生莫非

中毒之虞，宜注意之。

其他，局部施以溫濕布，亦有效，近來多以注射療法，次只一時奏效，若屢次注射，竟致神經麻痺，故有思慮之必要也。

五 頭痛

原因 頭痛之原因，種類不一，而列舉不盡，多爲血液循環障礙即因腦充血，或貧血而起，又精神及肉體之過勞，酒精中毒，心臟患者，又以靜脈充血而誘起之者，喫煙飲酒頻繁者，吞嚥金屬性之毒物者，尿毒症，糖尿症，梅毒，慢性便秘，熱病之傳染病，黴菌頭部損傷，神經衰弱等，亦可誘發之，尙有其他諸原因。

病狀 頭部疼痛之程度，各有不同，有種種壓迫之症狀，又有如

錐刺之痛感，或頭部全體疼痛，或只限於局部者，如前額部，後頭部，顛頂部，及顛顛部等。

療法 頭痛之時，當究其原因而看手治之，如便秘者，每日使成通便一次之習慣，飲瀉藥，或灌腸，或每朝飲清水一杯，亦可見效。又注意日常之食品，多攝取青菜類，少食肉類，且要避有刺戟性者。又每日沐浴一次，局部療法，頭部纏以濕布繃帶，電氣療法，亦均有有效，又氣候療法，其次者為藥品療法，當頭痛頑固之時，可頓服以阿匹林○·五，或鈉真鹽一·〇，苦味酒○·五，溶以適量之水，而頓服之，此法較為安全，且有著效，即以檸檬汁加以等分之水，少加白糖，每日服用一二次，頗能奏效，又神經性之頭痛，以

蜂蜜及醋之混合物而罨治之，大可見效。

六 偏頭痛

原因 有神經痛之素質者，常易發之，有時因身神過勞，而誘之。又僕麻質斯，貧血，房事過度，飲酒等，亦為誘發之原因。

病狀 頭部偏側疼痛，屢為發作的，且多定時而發之，其侵犯部位，多是顛顛部，而其他部位，被患者較少，發作約有半日乃至一日，或二三週，間歇的而發作，或不斷日的頭痛，其症狀各有不同，婦人屢於月經時，一同發現，而疼痛開始，胃亦障礙，食慾不振，其至於嘔吐者，對光響之感受性敏銳，瞳孔亦起變化，顏面潮紅，多為發作開始之前兆，又往往眼花閃動，耳鳴等，於睡眠後而

治療，一般經過非常緩慢，完全治療，或感困難，若長久繼續治療，或於輕快之希望。

療法 慢性秘便者，當使通便良好，其他或用電氣療法，慢練習體操，非專心忍耐而不得奏效，尚有如下之處方，亦可得效。

蘇打鹽 二〇〇 鈉鹽 一〇〇

苦味酒 一〇〇 水 一〇〇〇

右爲一日量分三回服用

其頓用者，以阿匹林〇 五即可，其他當請醫師決定爲是

第二章 消化器病

一 急性胃加答兒

原因 多因暴飲暴食，特是飲酒而發生，其他往往爲中毒而得疾。

病狀 起切病狀，胃部有壓痛之感，欲嘔吐，至患及腸部有疲勞頭痛，眩暈諸感，往往竟至發熱，胃部壓感，非常苦痛。

療法 先將胃部之內容物，充分吐出，可稍得安，如不能充分吐出之時，則使飲多量之清水，將中指深插於咽喉，將舌下壓，以助

胃內容之吐出，然後飲以一二克普達水，大抵即可全快，但輕症之急性胃加答兒，可不必擔心，如食不熟菓子，腐敗食品等，而突然發生疼痛，顏面變爲蒼白之時，當即聘醫師診察。

若胃內容物，不能吐出之時，即服十乃至二十克之蕁麻油，使其完全排出後，暫行斷食療法，隨後飲以流動食物，或牛乳等，不日即可痊癒。

二 慢性胃加答兒

原因 用膳過快，咀嚼不充分而嚥下，或有齶齒，不能充分咀嚼等而誘發之，其他時常暴飲暴食之結果，尙有因濫用香煙茶咖啡香料品等，又有因續發性之得病者，如心臟病，肝臟病，腎臟病等存

在之故而誘之。

病狀 食慾多爲減退，但心神爽快之時，食慾仍良好，漸次陷於消化不良，心神變爲沈悶，食物不感其美味，隨後對於事業，亦失興味，雖自知有胃疾，而偏好不消化之食品，由是病狀，愈形重惡常出噎氣，胸部有燒感，呼吸時常放出惡臭，使人難堪，如此病狀漸次增進，心臟鼓動亦劇，體力日衰，且起貧血，斯時，胃部膨脹有壓痛之感，多通軟便或瀉痢。

療法 先當禁煙禁酒，食品以粥及易消化者，如蛋，湯類，脂肪較少之魚類。飲料品，以清茶，牛乳，果汁等均可，但咖啡紅茶等宜禁之，其他一般刺激性之食品當絕對禁止之，再對胃酸過多症，

用如下之處方，較可奏效。

曹達 三・〇 苦味酒 一・〇 水 一〇〇・〇

右爲一日量分三回服用

又對於胃酸減少症，用如下之處方即可。

淡氫鎂強酸 〇・五 苦味酒 一・〇

糖漿 八・〇 水 一〇〇・〇

右爲一日量分三回服用

凡慢性胃加答兒，大抵以前記之處方，及養生法，即可全治，然常有出於意外者，或爲他病之續發症狀，故少重者，仍請醫師指教爲是。

三 胃瘕

原因 胃潰瘍，腫瘍，或胃酸過多症等之時，胃瘕因而發作，又有因貧血，神經衰弱病時，亦最易誘發之，本病男子較多，尤其是在思春期發生者最多。

病狀 其症狀是一種特別之疼痛，因胃起痙攣之故，此疼痛發生於攝取食物之時，或在食後，經過一乃至五小時，遂發作之，又其疼痛，亦有與食物無關係的而發作者，其發作時間，不得確定，當疼痛開始之時，以手重壓於胃部，稍可忍之，但激烈之時，竟致不省人事，有使人驚懼之狀態，但決不至於死亡。

療法 先當除其原因病症，其他即用對症療法，以熱布置於胃部

非常有效，又頓服以甘松酒一克，更加薄荷油一二滴，及適量之白糖水，飲用之後，疼痛立時減退，又薄荷糖漿七〇，曹達三〇，水一〇〇，以上爲一日分三回服用之。

四 食慾缺乏症

原因 多爲攝取不適味之食品，又急性傳染病，心臟病，肝臟病，腎臟病，胃加答兒，腸加答兒，常習性便秘，胃癆，貧血，神經性消化不良，神經衰弱，或飲酒過度，吸煙過多等，均可誘發之。

療法 先當醫治原因病症，要保守有規則的生活，食品要容易消化者，一般刺戟食品，皆當避之，藥劑治療，可用如下之處方。

曹達三〇 苦味酒一〇 水一〇〇

右爲一日量分三回於食前服用之。

五 急性腸加答兒

原因 屢與胃加答兒併發，於夏秋之間，遭該病者多，因攝取腐敗性之食物，或因過食等，尤是有嘔吐及瀉痢者爲最多，常有誤認爲虎列刺病者。

病狀 一般多因腸管被害而瀉痢，小腸障礙，往往便秘，便中每混有粘液，或血，發異常之嗅，而瀉痢較便秘者爲多，又依疾病之原因而不同，重症者，致發高熱，非常疲勞，腹部劇痛，又有裏急後重之感，即有便意而不能通，若是老人或小兒，患此病時，雖處理周密，不意中，因過疲勞，突然致於死亡者，亦爲不罕，然有時

突然瀉痢二三次而治癒者。

療法 先使下腹部溫暖，驗以熱罨法，更服用以草麻油二三匙，專爲洗腸之作用，小兒瀉痢時，即以微溫湯灌腸，更延醫師診察爲要，大人如突然嘔吐而瀉痢，且眼球陷落，容態危篤者，當速飲以葡萄酒，腹部貼以芥子泥，參請醫師診察，以速爲妙。

然平素健全者，先服以草麻油，使腸內滯留之食品，完全排出，然後飲以止痢藥劑，如鉍加泐下替，鉍炭強替等，甚易奏效。

鉍加泐下替 ○·五 曹達 二·〇

右爲一日量分三回服用

食品須攝取流動者，俟便狀恢復常態之後，再行加減，如飲少量

之紅葡萄酒亦可。

六 便秘症

原因 多因腸腫瘍，腸狹窄，子宮後屈，脊髓癆，腦膜炎，及腸之機能異常之故，而為誘發之原因，以運動不足，食物不調和，如偏食肉類者為多。

病狀 腹部膨脹，頭痛，眩暈。感覺疲勞，有便意而不易排出，重病者有疼痛之感，便如球狀硬固，排泄頗費時間，甚至於出血者。

療法 雖濫用藥劑，亦不得奏效，故先要有適宜之運動，並改良食品，每日沐浴，每朝飲鹽較一杯，朝晚食少許新鮮菓子，要食混

合之食品，肉類須少食，菜類須多食，又實行冷水摩擦，對於便秘，亦爲一簡單之療法，其他即飲用藥劑，如葶麻油瀉鹽等，或甘油澆腸。

七 蛔蟲病

原因 一般蟲病，是多在消化器內，因爲肥料多用糞便，其中有含蟲卵，該卵遂着於菜葉之上，於食用時，因流溜之不慎，致復食於腹中，達至腸管而孵化，遂成蛔虫。

病狀 蟲卵入胃腸內，孵化成蟲，約四五寸，長如蚓，色爲黃白色，此蟲漸次繁殖，遂感眩暈，頭痛，心神不爽，神經被刺戟，變爲神經過敏，易於發怒。小兒有斯病者，夜間突起癢癢，往往致於

人事不省，或激烈之腹痛，嘔吐，或誘起消化不良，遂漸變為貧血，以後種種病狀，遂漸發現，此症小兒為多，但在大人亦不稀少。

療法 若蛔蟲由口內或由肛門排出時，則易診斷為蛔蟲病，若一時無蟲排出時，可試用海人草等，倘有其他驅蟲藥，如驅蟲糖或餅各藥店易於購得，以從速服用為是。

八 蟯蟲病

原因 蟯蟲是小白絹絲樣的細蟲，長約一二分，人眼不易見之，其卵多附着於野菜及肉上，小兒由口達至腸內，二三週之後，竟繁殖至數百匹，在直腸內做巢，常由肛門出入，致肛門感覺非常搔癢

而此蟲，特是小兒較易發生。

症狀 蟪蟲與蛔蟲，對於小兒爲害甚多，若不從早除去，遂害及傷康之狀態，變爲神經質，或貧血病。

療法 撲滅此蟲，以藥用繖水灌腸，或以對稀醋水灌腸，亦可即時撲滅，且當隨時注意，勿食生肉及生菜等，以免其再發。

第三章 呼吸器病

一 感冒

原因 多因皮膚之抵抗力薄弱，或不常沐浴，或當沐浴之時，盡

量拭去污垢，致皮膚呼吸不平均而得者。

病狀 多打噴嚏，覺身體發冷，鼻粘膜被犯，而流鼻汁，依人身體之狀態，或無熱，而流鼻汁，多者發熱，達至三十八以上，同時咳嗽，感覺頭痛，食慾減退，以上之症狀，普通稱爲感冒，而不良性者，熱持久不退，咳嗽激烈，胸部感痛，如此狀態，非單純之感冒，其氣管支多被侵犯，斯時必須請醫師診察，殊是乳兒，尤當注意之。

療法 先注意身體之保溫，使之充分發汗，如用藥劑，可服以阿匹林○·三乃至○·五，或混以適量之乳糖亦可，但阿匹林一次，大量服用，如○·七，或一，○，甚是危險，若一次無效，可連用

數日，以〇·五爲一回之量，勿連飲過於七日，因一般之下熱藥，連用過久，恐使心臟衰弱，若單純感冒，服藥之外，更當攝取其他熱的食品。使之發汗，是爲得策。

若有咳嗽，可飲用水藥，如鰾泚香浮酒二〇，曹達二〇，糖漿適量，水一〇〇〇，爲一日分，三回服用，可奏偉效，又咽喉痛時，以微溫鹽湯含嗽甚好，然一歲至四五歲小須，如患感冒，當即檢驗體溫，如有熱，以冷濕布置於頭部，延醫治療是妥，又此時如咳嗽強盛，可以曹達一〇，甘油五〇，水一〇〇〇，爲吸入料，施行吸入療法，但一切療法，均須待醫之命方可。

二 氣管枝加答兒(即氣管枝炎)

氣管枝炎，有分急性及慢性二種，茲述急性氣管枝炎於下。

原因 由其素質而易發生者，如生來虛弱，貧血，又受感冒之時，吸入塵埃，與有毒瓦斯之時，由重篤傳染病恢復之後，及吸煙過度者，皆易於誘發。

病狀 咳嗽激烈，發熱，多因咳嗽連發之故，聲變嘶啞，肋間痛，腹筋痛，起初咯痰少量，漸次變為濃厚，遂排出膿狀之咯痰，當咯痰增加時，往往混有血液，有是同時感覺頭痛，眩暈，嘔吐，等症狀。

療法 有發熱者，當就床安臥，施行以吸入療法，注意保溫，使之發沐，祛痰劑，如錳氫香，浮酒等，較為有效，

而咽喉及胸部，施以濕布，下熱神速，於是疼痛咳嗽，亦可感輕。良性者減一週之內，即可全治，然此時下熱鬱勿飲用過多爲妥，如服用以阿匹林○·五爲一回之量亦可。

第四章 其他內科諸病

一 僂麻質斯

原因 一般之筋肉痛，爲各傳染病之時，當發的一種續發病症，又單純有稱爲筋肉僂麻質斯，分之爲急性及慢性二種，急性者，多發於感冒之後，多度筋肉勞動之後，發汗後，筋肉被冷卻而發起者。又原因不明而頻發者有之。

病狀 筋肉變爲硬固，同時神經痛並發生爲多，或發作性的筋肉緊縮，或持續性的疼痛，慢性者，經過數年或致終身不治之病，患部各異而肩胛筋項部筋脊筋腰筋關節部等被侵犯者爲最多，或同時筋膜亦罹患之，小兒得此病者甚多，漸近老境，其數亦增，雖一時的治癒容易再發，強度者筋肉變更隆起。

療法 當未成慢性之先，從速法之爲要，溫泉療法爲第一，故當使局部保溫，或按摩，亦非常有效，藥劑療法，塗以薄荷酒，如甚激痛之時，可貼以芥子泥，又在局部，塗以魚石瀝，亦可見效，總之，局部溫暖爲最要，或一面沐浴，一面按摩，亦得輕快，又有刺戟性之食物，能使疼痛增加，且局部緊張顯著，故當避之，尤其是

香煙，特當禁忌，因香煙對於局部刺激甚強，已全治愈者，常被之引誘再發，飲酒者，亦宜禁之爲善。

該病特效之藥劑極少，如阿匹林，或納柳攀等，亦不可長用，只能連用一週，其量如下。

阿匹林 一・〇 乳糖適量

右爲一日量分三回服用

納柳攀 四・〇 曹達 三・〇 水 一〇〇・〇

右爲一日量分三回服用

此外尚有電氣療法，注射療法，則須煩醫師方可。

二 貧血症

原因 多因不衛生之關係，寄生蟲病，營養不良，傳染病之後，胃腸病，惡性腫瘤，鉛中毒，精神上之障礙等而發之。

病狀 各種病狀列舉不盡，最觸目者，則皮膚色彩不良，呈蒼白色，呼吸變短促，容易疲乏，脈搏頻數，稍有鼓動之感，神經衰弱常有頭痛眩暈，有時發現浮腫。

療法 先當注意其原因病而治之，對症療法，第一注重者為營養法，次則日光浴，空氣浴，運動等，食物當攝取各種混合食品，殊是含鐵分之青菜，如菠薐菜等，其他菓實，又蜂蜜亦有效，最初以水稀釋而用之，逐漸增加濃度，可奏偉效，藥劑以鐵劑為最，今處方於下。

鐵乳礬 三〇龍膽膏及龍膽末各適量分爲六十九丸以洋桂香散爲外殼。

右一日服用三回每次三乃至四丸
其他飲用少量規那鐵葡萄酒亦可。

三 咯血

因 原 由肺所出之血，謂之咯血，因肺結核者爲最多，凡肺受損傷而必出血，又有因吸入腎蝕性之瓦斯而發起者。

病狀 血液鮮血色而呈泡沫狀者，爲其特徵，有痰血同時咯出者重患者，竟致排出純血液，或咯痰中只混少量血點或血絲者，或雜於痰內，而不能判明者。

療法 先使患者安臥，胸部施以冰卷法，速飲以適量之鹽水，其他待醫師處理之。

四 吐血

原因 乃由食道胃等出血之所致，如因食道腫瘍，胃潰瘍，胃癌中毒性胃加答兒，而發起者。

病狀 當嘔吐時，胃之內容物中，混有吐血，其特徵色，為暗色或暗褐色，由胃癌所致者，為咖啡色之吐血。

療法 先使患者安臥於床，飲以冷水，胃部貼以冰囊，其他皆須委於醫師診治。

五 日射病

原因 爲春季蒸暑之日所發現之急病，因體內濕氣鬱積，而發汗妨止之所致也，故兵士於行軍時，常犯之，入日下勞動之人，亦易罹之。

病狀 其前兆，顏面變爲紅色，口渴異常，身體疲勞，眩暈，胸部苦悶，脈搏變急速且弱，呼吸變困難，體溫上昇，次則聽覺，言語，器官等，均被麻痺，步行困難終陷於人事不省而倒。

療法 先將患者，抬至蔭涼之處，使安靜橫臥，以冷水噴於顏面及胸部，俟其意識恢復後，飲以多量飲料水即可，此乃輕症時之療法，如重症者，其意識不易恢復，脈搏漸次衰弱，則當施以人工呼吸，且延醫治之。

六 口臭

原因 因有齲齒，齒槽膿漏，胃病，口內炎，齒齦炎，慢性鉛中毒，糖尿病，肺病，及其他各種病患而發者。

療法 先當醫治其原因病，其他對症療法，以一林之水，內加以過酸化水素十克，一日含嗽數次，甚可見效。

第五編 外傷之處置及皮膚病

一 外傷

外傷者，皮膚破裂，漿液或血液流出之謂也。分有切傷，刺傷，銃傷，挫傷，裂傷等。

負傷危險之程度，以深淺大小而定，特是內部損傷之程度，種種

不同。如手指足尖，或身體之表面切傷，或剝皮，卽有流血，一時亦能停止，可不必過於憂慮。但血管切開而出血者，常有危險，不可不注意。普通指尖足尖之負傷，此部位只有血管之毛細管，而點滴的出血，雖不處理，經不久時，血漸凝固，成爲血餅，血自能停止。

二 切傷

手足被厨刀，小刀，或其他之物所切傷時，暫時可任其血液小量流出，籍天然流出之血液，以洗其創部，設內部有不潔物存在之時，可洗出之，所當注意者，則爲處置人之手，如其不潔，反將手上之微菌，染於繃帶或細布之上，由是侵入於切創口內，常引起創傷病

故在未處理之前，當先以皂將手洗淨爲要。

在未處置切創之前，當平心靜氣的，檢看傷口清潔與否，所流出血液之外，尙有塵芥與否，如有之，則以消毒撮子，（簡當消毒法以酒精拭之）將塵芥除去，若其附着於肉內，則非常人所可醫治，此時傷口周圍，可拭以，過酸化水素，施以繃帶，送至外科醫師處理，若是傷口清潔，無微菌之侵入，諒不至於化膿，則將細布浸以過酸化水素，絞乾之後，覆於傷口之上，施以繃帶即可。

若手足之靜脈切傷之時，血液如波立而出，一見非常驚懼，可即以手押於傷口，而高舉之，於其上部用布片手巾等緊緊紮之，注意其皮膚不至變紫紅之程度，以後速送至外科醫院。

三 刺傷

手指足指，被針深深刺內，或被其他細小之物刺入之時，傷口小者，較爲危險，常被微菌侵入，而發炎，遂患瘰癧，故若刺入過深時，須求外科醫師之診治。

如受傷較小，將血充分絞出，洗以五十倍之炸醇水，或過酸化水素，後覆以濕布，紮以綑帶，大概不化膿而愈。

四 火傷

火傷多被火或沸湯所燃而起，有時受熱氣熔化之黃屬，酸性物鹼性物等之作用，其受傷之程度，分爲三種。

第一度 表面發炎，變潮紅色，有燒然疼痛之感。

第二度 發生水泡。

第三度 皮膚燒黑成爲炭化。

療法 重症者，非專門家不能治，茲略述輕症之療法如下。

最輕度者，以脫脂綿浸於橄欖油，或甘油，後置於傷面，紮以厚繃帶，如無橄欖油時，則以蓖麻油或清潔之牛油亦可，知此處置可免發生水疱之慮。

又以蛋白塗於傷部，可防止空氣之侵入，使疼痛有輕快之感。

又以細布浸於鈹白礬水中，後貼於傷部，施以繃布，亦可減少痛苦，又可防止空氣之侵入。

水疱發生之時，先將細針以火消毒，緩緩挑破之，將銼白礬抹膏塗於細布之上，貼於傷部。

或以蜂蜜塗於傷面，覆以較厚之細布而紮之，如已乾燥，即交換之，治療頗速。

五 挫傷

因手足之墜落，或衝突之結果，而起挫傷，於斯時，先當注意關節可否運動，其試驗法，將手足伸屈，或向上下運動，如不能完全轉動，且非常疼痛時，必當求外科醫診察之。

若無礙於運動時，可以一杯之水，溶解以醋和食鹽，以布浸於其內，用之爲罨法，如此炎症消失，血液循環加旺，立時可治癒。

六 血瘤

皮膚被鐵錘所打，或撞於堅固之物，或因受其他名種物體墜落之結果，皮膚往往發起血瘤，此時以脫脂綿浸於冷水中，遂覆於血瘤上，施以繃帶，時常交換之，一二日之後輕輕按摩，漸可痊治。

七 被昆虫所刺之時

被蚤虱蜂蚊蟻等所刺之時，發生蕁麻疹，有時波及全身，非常搔癢，甚至有起腫脹，發熱，色變潮紅，感覺十分痛苦，於夏期中較多。

療法 一般被虫刺後，即將銚氫消水滴於創口，而摩擦之，或以百倍之五乃至十之薄荷抹膏摩擦之，均可見效。

蜂刺之時，以蘋菜皮之內面，貼於傷部，或塗以果汁，腫脹減退，疼痛亦癒，又以葱汁或蒜汁塗於局部亦可。

被黃蜂所刺時，以食鹽和水，貼於刺口，見效亦偉大。

八 咬傷

被狂犬或毒蛇所咬傷之時，其毒素由傷口侵入於血管內，漸達於心臟，而循環於全血液之中，同時對於生命有極大之危險，即時豫防之法，先緊紮傷部之上部，以手攝出傷部之毒素，如口唇無裂傷，即以嘴吸之亦可，或用吸角吸之，但現今療法，多施以豫防注射，較爲安全。

蛇咬之傷，可塗以錳氫消水，飲以興奮劑，如葡萄酒等。

九 腋臭

由腋下放散一種惡臭，不獨自己感覺難堪，亦爲周圍者所厭惡，其原因多爲腺性病之遺傳，或由雙親之遺傳，在兒童期，多不表現，每於思春期發作，重症者，腋下變紅潮，常有分泌流出，衣服被之污染。

療法 最完全的療法，須用X光線療法，簡單的療法，每日必洗拭腋下，撒以百分之二柳酸，或燒鈹白礬二〇，滑石一〇，混合之細末摩擦之，又柳酸五〇，硼酸葉酸各一〇，鉍滑石各二〇，〇之混合粉摩擦之，均可見效。

最簡易之法，醋中少滲以水，加溫後，方之洗滌數次，拭乾，撒

以燒鈹白礬粉，或即以普通化粧皂，一日滌其局部兩回，後以酒精拭之。

十 手汗

手汗者，即手掌分泌異常之作用，雖在冬季，亦有常受此煩惱者可依下之處方，而處理之。

甘油 五〇〇 酒精 五〇〇 硼酸 二〇〇

硼砂 一〇〇 柳酸 一〇〇

之諸藥混和之，一日摩擦三回，必可見效。

十一 足汗

足汗，即在足蹠出汗異常，特是穿鞋襪之人爲多，預防之法如

下。

穿鞋襪之前，以○·五炭匿酸撒布於足蹠，一星期內，可二三
次。

又朝夕以溫湯洗足，拭乾以後，撒布以下之藥劑。

燒鋏白礬 一分 糖 一分 充分混和而用之。

最簡易之法，朝夕洗足，拭乾以後，以酒精摩擦之，襪宜常
換。

十二 痔疾

痔疾之種類甚夥，重症者當托醫師治療，茲略述輕症之易於治療
者。

病狀 直腸粘膜，常發炎症，排泄粘液，又間斷的出血，通便之時，多感疼痛，排尿亦覺困難，又通便之時，括約筋向外突出，而成結節，不易納進，時欲嘔吐，如至此種症狀時，宜請外科醫師診察。

療法 較輕之時，當留意每日通便，作運動，肛門內插以坐藥，或其周圍更塗以硼酸抹膏較好，用便後，勿以紙拭，最好用浸水之脫脂棉，又以百分之三乃至四炭匿酸水浣腸較為有效，如感疼痛之時，插以坐藥，靜靜安臥，勿攝取有刺戟性之食品。

十三 皮膚搔痒症

皮膚搔痒症者，多為皮膚之神經病，或由血液病而發生，然其原

因，尙不明瞭

療法 每日沐浴一次，殊是糠浴，見效甚速，即將糠封入袋內洗之，外用之藥，如塗用百分之五至十之薄荷抹膏，一時亦可奏效。

食物須多食野菜，少食肉類，最惡性者，當請外科醫師診治，或以X光線透照於患部，亦可治癒。

十四 癬瘡

原因 多因衣服摩擦，而生小傷口，由此微菌侵入，而生此瘡，多在體中，如腋下肛門之周圍，頭部等，有時生於顏面，謂之疔瘡如不速診於外科醫師，甚至有生命之危。

癰瘡依微菌之強弱，大於差異，生於顏上者，常起惡性之腫瘍，一夜之中，竟犯及於腦，殊是在鼻下，口唇，眼之周圍等所生者，易陷於重篤，即時非請醫師診察不可。但生於臀部者，雖感十分疼痛，而於生命，尙無何危險。

病狀 皮膚先發生紅色結節，中央有小膿點，犯及其鄰近之淋巴腺，遂亦腫脹，斯時多發熱，約至四十度，但輕症者無熱，而即治癒者有之。

療法 若顏面生有癰瘡，而起痛感者，自己不要加療，須請外科醫師診治，若在臀部，即貼以比客氏硬膏藥布，後將濃排出，再貼以硼酸抹膏，處置後手必以酒精拭之，或以夷皂洗之，否則，微菌

附在手上，若觸於顏面，倘被傳染，容易招起不幸。

十五 疣

疣在體中，不論何處，皆能發生，青年多生於手面，及前額部，到老年變爲黑色，兒童時，多生於顏面脊背等，爲傳染性，漸次增殖，往往有化膿者。

療法 以銀氫強攀燒却法，此乃劇藥，常人用之，較爲危險，故當委任於醫師，然用此法醫治，有時留着凹陷的痕跡，而變醜貌又照如下之處方，亦可醫治。

乳酸 二・〇 柳酸 三・〇 哥羅典 五〇・〇

右混合之，爲塗布用。

或以洋蔥之汁，滴於疣上亦可。

又疣爲長形者，以絹絲結繫於其根底，經過二三日，每日將線牽緊，使疣之血液循環停止，漸次乾燥，結果，由內離開而落下。

又疣有傳染性者，漸次增殖，且要化膿，可在其上貼以比容氏硬膏藥布，吸出之，將膿除去後塗以硼酸末膏。

十六 皸裂

皸裂者，因組織之脂肪缺乏，或用鹼性胰皂過多，或寒冷之時，皮膚曝露於外而發生，多在手足之部。

療法 法以檸檬汁，較爲有效，或塗以蜂蜜與甘油等量之混合物亦可，又單純牛油或橄欖油，亦甚見效，然下之調劑，爲最善。

薄荷 一・五 撒婁 二・〇 橄欖油 二・〇

那羅林 五〇・〇 以上製爲抹膏朝夕塗擦。

十七 凍瘡

原因 一般虛弱者，容易發生，殊是貧血者，若每年相繼而生凍瘡，則手或足終要變爲畸形，小兒則更覺可憐，此對於營養法有密切之關係，故易生凍瘡之小兒，平素當注意其營養法，使有充分之運動，手足每日留心摩擦，則無論如何酷寒，亦不至被凍瘡所侵服。凍瘡之最惡性者，即未入冬之前，耳邊手指發生紫色之腫脹，此時應早爲注意。

療法 在凍瘡初發生之時，塗以百分之十之稀薄碘酒，每日約一

二次，且常摩擦，使其營養加旺。皮膚不至剝裂，而痊癒。又輕症者，朝晚用醋摩擦，亦可見效，或塗檸檬汁而摩擦之，如此療法搔痒減退，即可治癒，已成潰瘍者，以硼酸水扶膏塗於細布上，覆於傷口，以繃帶包之，可也。

十八 雞眼

雞眼多生在脚趾上因脚被壓迫過度，該處之皮膚，變為硬厚，時感疼痛。

療法 以一片麵包，浸於醋中，於就寢時，以置於雞眼之上，其上更貼以絆創膏，如此反覆二三次，雞眼即可完全溶解，或以柳酸置於其上，更貼以絆創膏，經過二三日，雞眼軟化，將足浸於熱湯

中用指甲可剝下之。

十九 汗疹

汗疹不獨小兒發生，大人中之大汗家，亦常見其顏面胸部腋下等發生很多，而變爲潮紅，重症之時，常要化膿，腫脹起來。

療法 以桃葉湯沐浴，可以見效，小孩皮膚較纖弱，汗疹上不可摩擦，以此水輕輕洗之，浴後，撒布以鉦糖即可。

二十 赤鼻與赤頰

飲酒者，常有患赤鼻與赤頰。婦人當亦有之，該症與生殖器有密切之關係，其初期皮膚面變爲紅潮，而充血，恰如凍瘡，其中所分布之小血管，當可得見。

原因 多因消化障礙，或於溫度變換劇烈之時，出於戶外，又常食於神經有刺戟性之食品，或有比斬的利病，婦人病，心臟病者，因血液循環障礙，顏面血管之一部分血液缺陷，運動不足之時，月經不順等，皆為發生之原因也。

療治 首先當除去各種之原因病，其他如酒芥辣等，對於血管神經等，有刺戟性之食品，皆當避之，足與腰部不要受涼，通便有定，月經順調，使血液循環良好。

又赤部施以輕微摩擦，藥劑則塗用百分之十之魚石瀘可也，其他用 λ 光過線療法，銑線療法，皆為良法。

二十一 面皰

而她在思春期之時，於無形中而發生，重症者當施以適宜之處置。一般人常以不潔之手指壓出之，此乃危險之法，若指甲中有惡性之微菌，由此傷口侵入，必生惡性之腫瘍，故如以指尖壓之，當先將指甲洗淨而行之，然後用加里腓皂洗之，最好的方法，即使用苦美魯傳鞋魯特氏之洗顏水，其製法，以澱硫十二分，樟腦一分，亞拉此亞象皮六分，石灰水百分，薔薇水百分等混合之，在就寢之前，塗於顏面，加以摩擦，使之乾燥，翌朝以微溫湯洗之，加此反復而行，大抵可全治，若塗擦之時，有刺戟之感，可暫時停止。

又一法，即於就寢前，以甘油胰皂洗臉，然後塗以澱硫十分，及

敵精四十分，所造成的扶膏，翌朝，仍以微溫水洗之，唯行對外的療法，則不能早得其效，故亦當注意對內的療法，勿食脂肪含量過多之肉或魚，每日必須通便一次，常沐浴，多運動，使新陳代謝與匪乃主要之點也。

二十二 癩疽

原因 指尖有損傷，微菌由此侵入而發生，然很小的創傷，常釀成癩疽，又有因棘刺入而發生者。

病狀 起初指尖稍感疼痛，後漸增劇，而不能安眠，如針刺樣之揮動，手指腫脹且紅潮，以後變爲化膿。

療法 當初手指有痛感之時，即塗以碘酒，其上更包硼酸水或醋

所浸濕布，大抵可癒，若因棘刺入者，當先將棘除去，而行治療，如已化膿，較爲難治，應請外科醫生施以手術，爲最安心。

二十三 乳頭之裂傷

此爲授乳婦常有之疾，最好的療法，先將乳頭洗淨，塗以下之調藥即可，然於授乳之時，當洗去之。

魚石瀝四 · ○ 那羅林五 · ○ 甘油一 · ○
橄欖油一 · ○ 以上之混合劑爲塗布用。

第六編 眼鼻耳諸疾病

第一章 眼之疾病

一 沙眼

沙眼爲一種可怕之傳染病，家中有一人患此，則其周圍者，常被其傳染，沙眼之有無，依常人之檢查，亦可知之，如將眼皮翻過來見裏面有許多小顆粒，并現凹凸不平之狀態，即可認爲沙眼，且眼瞼上，特呈一種紅色，此病若不早治，屢使角膜變爲混濁，眼感乾

燥，漸次眼力損失，須速求診於眼科專門之醫師，如在初期，能緊急治療，繼續至一二星期，則可見效。

二 普通之結膜炎

因眼內塵芥飛入，激烈擦拭，或長時間使用眼力，則易生此病，眼變紅色羞明，且眼內有異物之感，故當塵埃飛入之時，眼勿轉動可請他人將眼皮翻過，以洗臉布或小手巾之角，將污物抹出，以後清水洗之。如因眼使用過度，而患結膜炎之時，可以微溫湯罨法，即可。如眼有痛感時，將眼緊閉，施以微溫湯罨法少時有輕快之感。

三 麥粒腫

眼瞼之上，或邊緣，常生腫瘍，須從早以溫器法治療，可漸消散。若至破裂時，常將膿押出，以清水洗之。

四 夜盲症

夜盲症之原因，多爲營養不足，神經衰弱，色素性網膜炎等而發生，光覺力漸次減退，晝間視力無礙，薄暮之時，即不見物，故俗謂之烏日，由色素網膜炎所得之夜盲症，則無療法，若因神經衰弱或營養不足之故，易於痊癒；昔日常食以鰻魚，可奏偉效，現今亦不失其代價，但近來多服用肝油，而其效更大，其他攝食牛乳，蛋牛肉，鳥肉，等滋養品，而治癒亦神速。

第二章 鼻之疾病

一 鼻之濕疹

久罹感冒之時，而鼻粘膜易生濕疹，又常以不潔之手，插入鼻內，亦易患之，當發生之時，痒感強烈，鼻粘膜變爲肥厚，鼻之周圍，變爲紅色，遂至成爲潰瘍，病症增惡，至於鼻下部亦被侵患，鼻粘膜被以痂皮，有妨呼吸，重症者，有鬱悶之感，甚至誘發頭痛。

療法 有結皮者，以脫脂綿侵以橄欖油，送至鼻內而軟化之，後塗以硼酸華設林，然一二日間，不易收效，又單純華設代或硼酸抹

膏亦可。

二 鼻出血

鼻出血之原因甚夥，多爲腦充血，炎症性充血，動脈硬化，貧血，癩疾，鼻粘膜潰瘍，月經障礙之代償性出血，又鼻粘膜充血，小兒百日咳，及外傷等而誘發之，其他原因不明，而突然出現者亦有之。

療法 小出血之時，使之仰臥，而鼻內塞以脫脂綿，即可止血，或以冷水浸濕之手巾，置於項部，亦可見效，又以脫脂綿浸於醋和水等量之混合液，使之插入鼻內，大漸血亦可止。

少強度出血之時，以脫脂綿浸於鈎白礬水，塞之於鼻內即可。

高度出血之時，以冰囊置於鼻梁之上，至於鼻梁覺冰冷疼痛之時大概可以止血，即將冰囊除戒。

第三章 耳之疾病

一 耳漏

耳內發炎，未有治癒，而經過時日長久，遂成耳漏，又由慢性咽喉炎而患耳漏者，或因不潔之水，浸入耳內而發生者，大抵兩耳同時罹患，有時只一耳而速治癒。

耳漏，即中耳炎，由耳孔流出黃色粘稠之液，有惡臭，在未流出

之前，常有發熱，若發熱，耳必有痛感，眩暈頭痛等，速求診於耳鼻喉科專門醫師爲妥。

二 耳鳴與耳痛

耳鳴，由各種之原因而發生，有因貧血者，有因神經性者，及其他諸原因，如耳垢栓塞聽道，及中耳發炎症疾患，迷路之疾患，腦病，血液病，心臟病，梅毒等，皆可誘發之。

療法 以洋蔥汁浸在脫脂棉上，輕絞之向耳孔內滴下二三滴，可以治之。耳鳴有時因腦充血而起，故不可飲咖啡濃茶，尤其是酒類當察其病因而治其病原。又以橄欖油傾一二滴在脫脂棉上，輕絞後塞於耳孔之內，有時亦可見效。

三 耳之濕疹

耳之濕疹，多因耳漏，附着於外聽道，由不清潔而誘發者，外耳一面變爲紅色，且有強烈痒感，如搔之，遂發痛，頗爲煩惱，小兒發生之時，因搔痒之故，難於治癒，其結果，往往變爲癬瘡，又外聽道長久繼續發生之故，而被腫脹閉鎖。

療法 先將脫脂棉浸以微溫湯，輕輕拭後，將硼酸抹膏塗於細布之上，剪爲外耳之形，貼於其上，輕症者，大概可以治癒，又貼用以魚石瀝抹膏亦可。

四 耳垢栓塞

由耵聍腺所分泌之液，漸次堆積，而外聽道被之閉鎖，故常常抓

除之，但抓除過甚，往往要誘發起耳鳴，或至於出血。

耳垢堆積過多，有填塞之感，漸成重聽，且常耳鳴，心神不爽，及頭痛之感。

療法 常人屢以水洗耳，此甚危險，有因此竟至於卒倒者，如欲抓取耳垢，可先以脫脂綿，浸以橄欖油，塞在耳中，約置之一日，翌日，大抵可以軟化，以耳抓靜靜的抓出，然附着硬固者，一二日內，不易軟化，當留置數日，又過於硬固者，不易抓出，非請耳科專醫處置不可。

第四章 齒之疾病

一 齒齦出血

齒齦出血，有各種之原因，例如血友病，黃膽病等而出血者，又持續性的出血，則因身體衰弱之故。

療法 先以冷水或鹽水嗽口，如不見效，則以百分之二之過酸化水素含嗽亦可。

二 齒痛

齒痛一時雖可治癒，而隨時易於再發，且因牙齒不良，易誘起消化障礙，身體虛弱，故非請齒科醫院全治療不可。

茲略述一般應急療法，當齒痛之時，可塗以過酸化水素之純液於痛齒上，在未塗之先，當以溫湯漱口，以除齒內之渣滓，否則無

效。又以百分之二之過酸化水素，每日含嗽數次，亦可見效，如有齶齒之隙，以脫脂綿球傾薄荷油一滴，填塞其中，又塗以碘酒，亦可，其他大人，則頓服○·七阿比林，常可奏效。

第五章 婦人病

一 陰門搔痒

原因 多爲陰門炎，或糖尿病而發生，於更年期，爲特發性神經症而起者有之。

病狀 痒感難堪，多爲發作性的而來，又因搔爬之故，常致於

出血。

療法 當先治其原因病症爲要，痒感劑烈之時，於局部塗以百分之五之煑醇水，或百分之十之碘酒，更內服以水藥，其處方如下，
鈉氮鹽三·〇，薄荷水二〇·〇，苦味酒一〇，水一〇〇，以上爲一日量，分三回服用。

二 瞼炎

原因 淋病，外傷，房事過度，蟻蟲病，子宮病，結核糖尿病等所誘發。

病狀 瞼呈潮紅且腫脹，分泌增加，上皮剝脫。由淋疾而發生者分泌膿樣之分泌物，且其中含有淋毒菌，甚爲危險。

療法 先當治其原因疾病，而局部之洗滌法，以五十倍之啡醇水液，或二百倍過滿俺酸加里血液，每日洗滌二次，非常見效，又撒布以鈹加泐下替，或鈹白替均可。

三 子宮內膜炎

常人所謂子宮病者，多爲子宮內膜炎，婦人多以此病爲恥，故願忍苦，亦不加治療。當得病之初，全身及局部苦痛很少，以爲即可痊癒，而置之不治，但一次得病之後，難於全死，且經日長久，病勢增惡，苦痛亦多，遂難治癒。

子宮內膜炎，分急性及慢性兩種。

1. 急性子宮內膜炎

原因 淋毒之感染，月經期及產後之不攝生，流產生之不攝生，產褥後恢復不全等而誘發之。又其他身體過勞，窒扶斯病，麻疹，天然痘，猩紅熱等，所誘發者亦不少。

病狀 得此病之時，先發惡寒，以爲感冒之症候，常服用阿匹林斯時，疾病漸增進，感下腸部常發疼痛，尿意頻發，時有不殺之感或至發熱，頭痛等症。

療法 當先考察其原因，下腸部疼感，或尿意頻發之時，身體宜保守安靜，腰部及下腹部施以溫罨法，使之溫暖，爲避局所充血，如有便秘，即行灌腸，或服以葶藶油一五·〇乃至二〇·〇克，若爲淋毒而得病者，則當特施療法

2. 慢性子宮內膜炎

病狀 前述之症狀，漸漸增進，至人注意爲子宮病者，多已爲慢性者，常感腰部及下腹部有不規則之疼痛，經血增加，水樣液之分泌物亦增旺，往往混有淡黃白色之膿，此即俗稱爲白下帶，常以白下帶爲一般健康婦人所有者，其實不然，如有多量之白下帶，即子宮內膜炎，已在昂進之勢，而其多爲不妊之原因，且變爲神經過敏質，故當注意之。

療法 慢性子宮內膜炎，不易全癒，當依醫師治之，其根本療法即施以子宮抓爬術，將病的之子宮粘膜抓出之手術，或有全治之希望，尚有子宮洗滌法，子宮坐藥等，總之，身體當保守溫暖，於下

腹部尤當注意保溫。

四 乳房炎

乳房炎，即乳腺發炎，在授乳期常發者，有急性與慢性之別。

1. 急性乳房炎

乳腺腫脹，變為硬結，易於觸知，常有痛感，當乳兒吸乳之時，而疼痛尤甚，屢有礙於安眠，常誘起腋窩腺之腫脹，常至發熱頭痛。

療法 勿使乳汁滯留，常將乳吸出亦可，又以水仙根磨碎，貼於乳房上，疼痛即時減輕，腫脹亦消，頗可見效。

又一法，為制乳汁之分泌，一面隨時將乳汁攝出，一面飲以瀉藥

亦可治癒，其處方如下。

瀉鹽一五 · ○ 淡氫氟強酸 ○ · 五

糖漿一五 · ○ 水一 ○ ○ · ○

右爲一日量，分三回服用。

或將乳房抬高，施以布羅母氏液之濕布捲法，該藥處方如下。

欽白礬三 · ○ 鉛醋礬四 · ○

水四 ○ ○ · ○

右爲濕布用劑。

2. 慢性乳房炎

多爲梅毒乳房炎，即變爲潰瘍，不能授乳，又有發生結核性之腫

瘍，而諸乳腺管內，被黴菌所侵入，變爲慢性間質性乳房炎。

療法 與前述者略同，以水仙根之療法，非常奏效，又常將乳汁攝出，亦一良法，若施以溫罨法亦可輕快，又將乳房以繃帶向上高吊，是一要務。

第七編 保健衛生祕訣

第一章 健康之基礎

第一節 衣服

衣服之目的，爲禦寒暑，調節體溫。其作用，與其材料之性質，

有密切之關係。原來保溫作用，一面是使體溫有適當之放散，以調節之，他面又防禦其過度傳導之損失。

體溫之放散作用，是由高溫體（如人體）向低溫體（如周圍之空氣）放散，若兩者之間，溫熱相差愈大，則放出之溫愈多。人體欲散溫至最小限度，重要穿衣服，其件數以多為妙，因衣服表面之溫度，每層遂見低下，而與周圍空氣之溫度相差漸少，於是體溫散出亦少，故冬寒之時，須多穿衣服，即是保溫之一原則。

布織法之稀密，有關於傳導之性，其原因，在衣服中所含空氣量之多少。例如毛織衣，為保溫衣類中最好者，因其中能容空氣最多，但雖同樣之織法，以材料之差異，其傳導力亦不同，於是保溫力亦

異。今以空氣之熱導度爲一〇〇，而與毛絹綿麻等諸織物之傳導度相比較，得表如下。

空氣	一〇〇
毛織物	一二七
絹織物	一七二
綿織物	一八八
麻織物	二二二

保溫最強者，爲毛織物，而最弱者，爲麻織物，絹與綿稍略相同。

其他與保溫有關係者，即衣服之「濕潤性」，及「濕氣吸收性」。

般該性強者，保溫力小，如棉織物較毛織物溫氣含有性強，故其保溫性較毛織物爲劣。

衣服之通氣性，即是空氣通過之性質，由人的皮膚，不絕放出水蒸氣及炭養氣，若衣服無通氣之性質，則瓦斯及水蒸氣皆滯在於衣服之下，人體必生種種之障害。如衣下之炭養氣，達到〇・〇八% 遂由皮膚發汗，且覺有蒸氣之感。但通氣性越於所需要者，反而有害。其最爲適宜之狀態，即衣服下空氣之濕度，約在三〇至四〇之乾燥狀態。當炎暑蒸熱之時，着衣較裸體容易放出水蒸氣，故反覺涼爽。

衣服之染色，與溫熱吸收作用，亦有密切之關係。尤其是夏期，

周圍溫度較高，而體溫發散之路，已被杜絕，更着以容易吸收溫熱之衣料，則愈感難堪。而而溫熱之吸收性，不關於材料如何，乃注重於染色深淺，色愈濃其吸收力愈強，而黑色有白色二倍以上之吸收力，故夏日衣白色者，即據此理也。

濕衣及不潔者，對於衛生，是最不適宜。因布之織空，被水氣及污垢所填塞，遂減少空氣之含有量，致增加溫之傳導力，且減少保溫力。又水分蒸發之時，要奪多量之體溫，故更感寒冷。濕潤之衣服，其上所附之微菌，亦易增殖，且使污物分解，發生瓦斯，至有臭氣之感。且不潔之衣，易生虱蚤，而病源菌亦易附着。故衣服宜常換而洗之，使之乾燥爲要。

衣服濕氣之含有量，依其材料而異，如毛織物絨布，雖濡濕而氣孔不全爲水所閉塞，因其纖維有彈力，不若他纖維，當濡濕之時，而密着於皮膚之上。且其所吸收之水分，當蒸發之時，亦較棉麻等爲緩慢，其奪溫較少，不如絹麻冷感之甚。故冬季衣毛織物，及絨布衣類爲最良。

製衣之法，雖多隨於流行。但當依其身腰，不可過於狹窄，不獨有害於肺之發達，於健康上所受之損害亦甚大。

第二節 食物

(一) 營養素 營養素者，即維持我們的生命，及發育上所需要之食物中之成分，共分爲六種，即蛋白質，含水炭素，(澱粒)脂

肪，水，鹽，及維他命（生命素）等。營養素之中爲熱源者，即蛋白質，脂肪，含水炭素三者，各營養素之熱量，均不相同，熱量之單位，稱爲（加勞里）普通大人當中等程度勞動之時，一日所需要之熱量，爲二四〇〇加勞里，此熱即由食物所得者，蛋白質一克，約有四·一加勞里。含水炭素一克，約有四·一加勞里，脂肪一克約有九·三加勞里。（一加勞里，是一粒之水，燒熱昇到攝氏一度所要之熱量）。

而蛋白質，脂肪，含水炭素三者，有一定之限度，能互相代償作用。然各營養素於最低定量之內，有攝取之必要。

（二）營養價 食物之營養價，大概依各營養素之含有量而定之

然與吸存量亦有密切之關係，營養素之含有量雖多，因消化不良，有反而減少其營養素之價值者。

消化之吸收率 1. 關於食物之性質，凡不易消化之食物，其吸收率亦少。 2. 因調理法之巧拙，而引起食慾亢進，以助消化液之分泌，使消化良好。 3. 色美味甘，亦可使食慾亢進，以助其消化。 4. 物品珍奇，亦可增加食慾。 5. 食料之混合物中，有不良消化者，而致於有礙消化作用。 6. 攝取之時，因咀嚼之不充分，或一時之暴食，亦有害胃之消化。 7. 胃腸之健全者，消化力亦強，而吸收之率亦多。

(三) 食料之選擇 凡攝取食物，必求有益於身體之健康，故當

擇營養豐富，而容易消化吸收者。且要混食以相補助，蛋白質及脂肪，多由動物性之食品採得。含水炭素，是由植物性食物所得。

凡筋肉勞動者，要擇蛋白質多者，即窒素含最較多之食品。該類食品，如一般魚、肉、青菜、豌豆、蠶豆、豆腐、豆腐皮、小豆、花生等。

供給身體溫熱之物品，其主要者，即澱粉類。故冬寒之時，此類物品要多攝取，如米麥、甘薯、馬鈴薯、麵包、餅乾等。

如使腦及神經健全之主要食物，以含磷者為善，其食品，如鮭、鯪、蝦、鰻、玉蜀黍、蠶豆等。

供給液體之食物如湯類，茶水，咖啡，氣水等。

給與身體保存力之食品，即脂肪類，如牛油，乾酪，花生油，豬油、麻油、及其他諸油類。

身體必需之活力素，其主要之成分，如沃度、鈣、及維他命等。沃度不足之時，甲狀腺變爲肥大，而發生各種礙害。故沃度爲人體組織所必需者，該物易溶於水中，而海水中多含之。所以有食海產之魚類及藻類之必要。又海鹽中亦含沃度，唯山鹽中則無之。

鈣素不足之時，易罹諸種之病，且有礙於發育。普通一日需要一克之鈣素，而每日所攝取者，只約有〇·六克，但其餘〇·四克，亦是必需者。其含量較多之食品，如牛乳、豆腐、雞蛋，及青菜之根莖等。

維他命，對於人體頗爲重要之養素，其分爲三種。

(一) 維他命A 是脂肪溶解性者，爲動物發育上所必需，故又名曰「生長維他命」。其含有量較多的食品，如牛油、肝油、牛肉、鮭、人乳、蛋、紅薯、黍、新鮮白菜，新鮮菠菜等。此質若長久晒於日光之下，則生變化。但雖受百度以上熱之作用，而不起變化，且與酸鹼同煮，亦不起變化。食品中若缺少此素，則易患角膜乾燥症，夜盲症，佝僂病等，且其身體之抵抗力亦漸懦弱，易受傳染病之感染。

(二) 維他命B 是水溶性者，爲預防脚氣之重要品，其含量豐者，如玄米、小麥、新鮮蛋、糠、洋白菜、牛乳等，此質經百二十

度熱之作用，即變化，與鹼性同煮，即行破壞。

(三) 維他命C 有防壞血病之作用。含其量較多之食品，如檸檬汁、柑汁、洋白菜、豌豆、蕓苣等。此質在攝氏五十度以上，就漸變化，到八十度，即完全被破壞。

(五) 調味料及嗜好品 調味料對於維持生活之關係較少，不過當營養素攝取之時，可使食慾亢進，消化液分泌增加，以助消化之作用。然使用過多，反而有害。調味料之種類甚夥，略述一二於下如醬油、鹽、酒、醋、白糖、油、胡椒、辣椒、等。

嗜好品，依各人之嗜好而攝取之，其對於維持生活，無甚重要。而嗜好品，多含有刺激性，若取用過量，反有害於健康。鳴好品之

種類，如酒類、香煙、飲料、咖啡、茶、柯片，及其他等等。

(六) 對於調理之注意 一、食物之溫度，過於冷熱，均有害於胃。二、依調理之法，使食物變為香美，不獨能增進食慾，且使食品變為柔軟細碎，容易咀嚼消化。經火之沸煮，可以殺滅一切微菌及寄生蟲等。三、食器及調理器具，均需清潔，以免為疾病之媒介。四、庖廚：
1. 常保持清潔。
2. 防家鼠及蠅之侵入，且須努力驅除之。
3. 使污水排泄流通，且注意其乾燥。
4. 殘餘食品污物，當投於污物箱中，且當備蓋蓋之，而污物隨時運搬投棄之。
5. 當注意調理者之健康。又調理者，當衣白色之調理衣。

第三節 居住

家屋之目的，一爲便於調節體溫，依人工製造適當之氣候，以避氣候發生變化之危險，一爲防風雨之襲來，且以保護生命及財產。其目的固然如是，但依構造之情形，或反致害於健康，故當注意之。古時人多在戶外動作，近來文明進步，屋內動作漸次增加，故家屋之構造，非改善不可。因家屋構造之不完全，常有礙於健康之生活，如結核病，小兒病，特是小兒疝列刺貧血等，可認爲一種之家屋病。

家屋之建築之要注重之條件，爲夏涼冬暖，土地高燥，空氣新鮮及光線能直接射入者。

住居之衛生，所最當注意者，即室內換氣及清潔是也。室內常充

滿新鮮之空氣，由肺臟所來健強之血液，流通全身，使心爽神快，以維持健康之生活。雖是冬季，於一日之中，亦當開門窗數次，以換空氣。特是狹小室中，有多數人員之時，互相呼吸，不久空氣即變腐敗，如放惡臭一樣，故更當時常注意換氣。又冬季室中，多燒炭火，因此發生炭養瓦斯，及其他各種瓦斯，故空氣更易腐敗。而腐敗之空氣，於呼吸之中，不知不覺而害及於健康，顏色漸漸變成蒼白，全身之皮膚，失去光澤，目變遲鈍，而無光輝，意氣亦消沈，其他各種之障礙頗多，即生來健康之人，室內雖有多少不良之空氣，一時不受其影響，但虛弱者呼吸之，即發生顯著之變化，而起心神不快之感。又即稍能步行之小孩，其顏色之不良者，亦多於關

於室內空氣不良之故。因室內缺少換氣，時常呼吸腐敗之空氣，而礙於血液循環之結果。

若常注意換氣，則室內充滿新鮮之空氣，不獨能使心神愉快，且室內不至於多含濕氣，室內之濕氣，多由新塗之牆壁及乾燥不完全之木料所蒸發之水氣。此濕氣。不獨單純水分，同時亦蒸發各種有毒之瓦斯，而對於身體，有非常惡的影響。又此種濕氣充滿室內，使家具牆壁生黴，衣服及洗濯物，常帶有濕氣，致讓起各種之不幸。特是產婦之室，稍不留意，甚至於有流產之憂。又對乳兒及老人之健康上，亦有大害。當換氣固是必要，如當空氣濕潤之時，則不可頻次開放門窗。

依前述之事實，當選居新屋之時，宜注意壁牆及材木乾燥之情形。如呼吸新壁之蒸氣，有害於氣管枝及肺，又濕氣影響於人體，易犯癩麻質斯，神經痛，及中毒症等。

室內空氣，依種種原因，變爲不潔，依居住者之呼吸，減少養氣而增加炭養氣水蒸氣，及其他之瓦斯等。又依職業之種類，而使空氣中多混雜塵芥，及其他之有害物。又傳染性之病人，瞬刻即傳染於室內之空氣，於是此空氣不堪使用，故常要換入新鮮之空氣，以除去瓦斯狀有害物，塵芥，及病毒等。又補充養氣之缺乏，放出餘剩之溫熱，以謀體溫之調節，且使其排泄便利。

室內及其家具等，必常常拭掃之，此亦健康上之一要件。如房之

角隅，及家具，塵芥堆積，由是飛散於空中，而入於口，遂有害於呼吸器。

室內之溫度，於冬季在華氏五十二至五十四度爲最適宜。如達至六十度以上，決非健康者之所必要。冬季晴日過久之時，室內之空氣，非常乾燥，亦易患呼吸器之疾病。故於火盆或火爐上，當架水盆或水壺，使常蒸發水氣，以補濕氣之不足，且於斯時，常以微溫湯或鹽水嗽口，可使呼吸器健強清潔，且可防疾病。

又便所當每日掃除清潔，平時常常撒以樟腦油，或石灰，可有消毒之作用。

第四節 睡眠

腦之營養，第一要有充分的睡眠。普通睡眠時間，以八小時爲宜。一日之中，如以八小時爲勞動，八小時爲運動與遊戲，八小時爲安眠，此真是生理的理想之生活法。但是現代文明進步之生活法勞動時間約有十二三小時，而睡眠時間，僅四五小時，致腦疲勞過度，遂進於病境，故現代可稱爲神經過敏之時代，人人之精神狀態全非正規之狀態，法國之學者馬克思而特氏，在他的名著中，嘗批評說，「現代是一種變質的時代，現代人的生活，是陷於神經病的狀態。」推想到我國，亦難逃出他的批評。

睡眠時間，平素至少亦要六小時，但睡眠之時間雖長，如易於驚醒或做亂夢，則腦之恢復，亦感困難。在短時間，如能熟睡，對於

腦之疲勞容易恢復。尤眠睡時間，依年齡大小，各有不同。初生兒一日中約睡二十小時以上，幾爲終日安眠者，七八歲者，約在十小時以上。十五六歲者，約在八九小時。二十歲以上者，八小時，四五十歲以上者，只五六小時，到六七十歲者，只三四小時已爲足矣。此是生理的現象，故要成健全之人，必要有充分之睡眠。不健康者夜中不能安眠者居多也。

第五章 空氣

空氣，是生活上第一的要素。其成分中之養氣，是維持生命之元素。我們吸入空氣，而得其中之養氣，由肺臟運至血管內，而與血液中之血色素相結合，運搬至體組織內，於是發生養化作用，變爲

生活上熱之根源，即是體溫，故空氣爲動物生活上所不可離者。

空氣之成分，其大部分爲養素與窒素所混合者，其配合爲一和四之比。外尚有少量之炭養氣，水蒸氣，及其他數種之瓦斯體，其中尙混有塵埃及細菌。

養氣在動物體內之作用，與赤血球內之，血色素，相結合，成爲，養化血色素，在體內循環。養氣當組織需要之時，即與血色素分離，發生養化作用，使營養素被燃燒，同時發生炭養氣。又由肺臟向空中呼出，依植物攝取而分解之。更將養氣呼出於空中，應以動物酸化作用之需要，於是養氣出於循環不已。

養素在動物體內作用之外，尙有助一般燃燒腐敗及其他各種養化

作用。

炭氣與人類生活上，無直接之關係，不外以稀釋他種瓦斯，特是我們需要之養氣。

炭養氣，是由人畜之呼氣，及燃燒腐敗醱酵等作用所發生者。空氣中所含之量，依風之作用，及植物同化作用，致各處含量大略相同。普通空氣，約含有萬分之三至四，少量之炭養氣對於人體不甚有害，多則常陷於中毒狀態。當炭養氣發生之時，而空氣污染之程度，預有其他有害之瓦斯存在，仍以炭養氣含量為標準。其中毒之症狀，如頭痛，眩暈，嘔吐，全身倦怠等，重症者，呼吸困難，而至於窒息。

濕氣，是空氣中所含之水蒸氣，不關於氣候寒暖皆有之。但依氣溫季節土地之高低，海岸及山間，晝及夜等，其含量隨時變動。濕氣對於體溫調節上，有密切關係。當氣溫高而乾燥之時，遂由人體之皮膚及肺臟奪取水分，故輒有口渴之感。如不補以飲料水則體內水分不足，血液變爲濃厚，故易發腦貧血之症，或心臟麻痺等。然空氣過於濕潤，而氣溫較低之時，則體溫消失甚多，故易感疲勞。又空氣濕潤之時，黴菌發育甚繁，然而塵埃飛散較少，於衛生上各有長點。若空氣乾燥，雖黴菌繁殖少，而塵埃飛揚，有害於呼吸器。又空氣過於濕潤，體內之水分，由肺臟及皮膚排出困難，致呼吸及脈搏，變爲頻數。

空氣中塵埃之含量，在海濱高地較少，在大都市內，尤其是工廠地，空氣非常不潔，塵芥含量亦多，塵芥之中，煤煙為最多，惟當雨後，稍為減少。而其種類，以都市之狀況，及田園等之關係，各有相異。

空氣中之細菌，多為非病原菌，然亦有各種傳染性病菌，浮遊於其中。凡身體抵抗力薄弱者，易被傳染，其他尚混有植物的絲狀菌。空氣既為生活之要素，而對於健康，自有密切之關係。摩居住之地，當遠避煤煙塵芥及有毒瓦斯之處。又空神中所含之塵芥及細菌依其種類，受害不同。然多數是有害於呼吸器，如侵患於眼，則起結膜炎，殊是住於工廠附近者，吸塵埃較多，故易發生塵埃吸入

病。而都市生活者，多吸煤煙，致多罹肺病，故不可不注意之。

第六節 日光

日光 是衛生上所最必要者。光線充分與否，對於精神上肉體上皆有極大的影響。晴天之日，則感愉快，陰天之時，則感鬱悶，此是一般的通有性。

日光有殺菌之力，若無此，則黴菌繁殖甚易，又對於眼之影響亦甚大。如光線過強，而誘起結膜炎，視神經炎。若過弱，當害更大容易使眼疲勞，爲近視眼之誘因。

日光，爲吾人生活上所不可缺者，是事實上之事實。而我國人故意迴避日光，建造高樓大廈，以防光線之射入。又所謂小姐少爺們

多養育於深閨之內，且苦心防日光之照射，更戴上帽子手套等，以避與日光親密之機會，如此之家庭，必爲結核性之疾病所充滿，察其顏面，常含一種無生氣之感，無形中皆帶有病色之氣象。

西洋之男女老幼，尤其是爲主婦者，雖在家事忙碌之時，亦多利用其閑暇之機會，一日之中，必有一次，與外氣相接觸。成舉行戶外運動，以得充分日光之浴。或利用購求日用品的機會。以得日光之浴。（西洋因生活程度高，不得雇用僕人，多親自操作。）但是我國有許多主婦生活，是顛倒的，朝爲夜，夜爲日，日夜傾於牌棹戲館酒樓，自然顧不到自己之健康，享不到日光的幸福。就是一般老爺們，何常不然，故我國現在充滿了暮氣的精神不健全的體格，

實爲擔憂。參洋諺云，凡不迎日之家，醫師必與之親。這是確言，日光射入不充分之處，病人必多，而南向之家屋病人必少，日光全無之家，病人必頻發。

德國柏林市中之阿畢路街，爲最不宜健康之地，以向日光之住民與無是之住民以其健康狀態，所調查之結果，即以向日光側之死亡數爲一。○與無日光側之死亡率之比例如下。

肺結核之死亡者，有三·五倍，腸壘扶斯之死亡者，五·四倍，腦疾患死亡者，四·〇倍，生後即死者，四·六倍，癩麻壘斯及心臟病之死亡者，四·三倍，胃腸疾患之死亡者，三·四倍，肺疾患死亡者，二·五倍，急死者，二·九倍，老衰之死亡者，一·三倍

由是觀之，日光對於吾人之健康上，有極密切之關係

總之，微菌對於日光之抵抗力，非常薄弱，例如流行性感胃之微菌雖含於痰中，約受日光直射二小時，大抵都至死滅，因是向南之建築日光終日有照射，當然微菌不能發育。

日光對於精神上又能給以偉大之力，當天氣晴朗之時，使吾人心神愉快，若於曇天陰雨之時，即感沈鬱之苦。

以上所述者，日光為精神及肉體方面所必要，生活上所不可缺少者。故吾人建築家屋，必當注意於採光之法，雖明亮之屋，而向北與向南之光線，亦有差異。吾人常以向南之為客室，而居室多設於北向，此實與衛生之道相反，因來客寥寥，北側亦可，而居室為平

日生活之所，故當選於南向。

窗之方向，以南側爲最宜，因南向由天空所射來之光線，比北向爲強。窗之大小，要占有地板全面之五分之一以上者，此乃衛生學上之法則，且窗外當除去一切遮庇光線之物，穿以高者爲宜。

室內明亮與否，於窗上之玻璃，亦有關係，一般良質之玻璃，約吸收日光之百分之六，裝色玻璃，百分之二十四，消艷玻璃，百分之四十，塗白色之玻璃，約要吸收光線百分之八十三，若糊以薄紙要損失日光百分之四十至八十，即一般玻璃，亦要吸收日光之主要成分中之紫外線，故窗門仍以時常開放爲宜。

凡注重衛生之家，對於使用裝飾之玻璃，要有相當之考慮。又玻

璃上附着之塵芥，亦要損失日光百分之三，故當時常拭之。

窗帷以白色或白灰色，且其織法細密者爲宜。不要將光線完全遮避，只能用以防備强光與減少日光之熱。

依牆壁之色，其光線之反射，各有不同。黑色是吸收光線，白色是反射光線，因此以白色爲通用者。但是反射過強，便感眩暈，故用白色，不如以灰白者爲宜。

無日光之居室，不獨細菌發育繁，而對於眼，亦有影響。因採光不充分，要變爲近視眼。但依疾病之狀況，以暗色爲宜者亦有之，即唯一之腦病患者，如高度之精神病，當避各種之刺戟，除眩暈之感，以暗室爲宜。又結膜炎，及其他之眼病者，受過強之光線，反

使感覺刺戟，與以不好之影響，故以暗者爲宜。又小兒麻疹，使癢於暗室爲宜，因有結膜炎之故也。

第七節 水

水爲人體所不可缺少者，占體重百分之六十五，爲身體構造上重要之成分。身體內之水分，如消失三成，而不得補給之時，竟有至於死亡者。因水爲血之主要成分，盡運搬營養物及老廢物之工作。又使身體各部之體溫平均，爲消化液中成分之一，以助消化作用。由尿及汗，以排泄老廢物，並爲發散體溫之作用。

又水爲主要之營養素，其用途甚廣。水之種類，有山水，河水，海水井水，及地底水等。是由養氣及輕氣所合成，無色無臭透明之

物。然無純粹物之存在，其中多含有空鹽炭酸及其他之瓦斯體。又依水之種類，尙含有食鹽，銹質，硫黃，及其他之鎖質物。

可供給飲料水者，其條件，常無色無味，且透明，而保有適宜之溫度，及硬。普通溫度，以攝氏七度至十二度者爲良，而水之硬度有硬水及軟水二種。硬水者，其中含有多量之石灰及鎂等，軟水則不含之。硬水有一時的硬水，即經煮沸之後，而變爲軟水者。永久的硬水雖經煮沸，亦不能變爲軟水者。水之硬度過大，有害於胃腸但適當之鈣等，爲保健上之所需要者，硬水不適用於茶湯及洗濯。

水應用於人之皮膚上，爲本能健康法。最重要者，如溫水浴，冷水浴，冷水摩擦，溫泉浴等，皆能使血行增旺，新陳代謝變爲良好

且易恢復疲勞，以爽精神，冷水浴可增加皮膚之抵抗力，以防感冒等。

第二章 身體之衛生

第一節 骨之衛生

身體之畸形，是基於骨發育之畸形，或由先天性，或損傷，或疾病，及其他不衛生之故。小兒幼時，骨質尚軟，彈性豐富，易被環境之造就。故畸形多現於年幼者，約自二歲至十五歲，常變其體格，因此對於健康上發生莫大之影響。由先天性及疾病等，所發生者，

固無預防之可能因不衛生所得者，有加以改良之必要。一般健康之脊柱，是表 S 狀之曲線形。因日常坐立姿勢不良，致成習慣，而脊柱隨之變形，或向前或後，或向左右側而彎曲，此謂之「習慣性脊柱彎曲症。」特是脊柱側彎最多，此種畸形，多發生於學生之時代，故又稱之謂學校病。凡高度之畸形，不獨容態不美，且對於健康上有大害，肺臟受壓迫，使呼吸迫促，血行被阻礙，則心悸亢進，因血液循環障害之故，致頭部充血，成鬱血性，頭痛流鼻血。又神經被壓迫之處，發生神經痛。又腹部臟器被壓迫時，致消化不良，食慾減退，便秘等，均被誘發。故當隨時保守正直之姿，以防發生各種疾病。如有輕度畸形，宜急矯正之。倘有其他之畸形，如胸廓

之病的變形，胯關節之病的變形，足病的變形等，茲且略之。

第二節 筋肉之衛生

筋肉是愈鍛鍊愈強壯，但須留意適度之運動，以助長其發達。如過激運動，反使筋肉受損傷。

全身筋肉，宜平均運動，使其四肢，能平均發達。若偏側運動，則使左右發育不等，故宜注意之。尤其是在十五六歲以下之兒童宜禁止其偏側之運動，又筋肉於疲乏之時，宜入浴以休養之。

第三節 消化器之衛生

(一) 口腔衛生 口腔衛生法，所最普及者，即每朝刷牙。更進一步，最好三餐後及眠前亦刷之。且口宜常嗽，因食物碎片，久存於

口中，漸次腐敗，因酸類能溶解齒質中之石灰鹽，腐敗的機能，能溶解齒質中之有機質，遂由牙齒腐蝕之處，各種口腔寄生蟲，漸次增長，結果，齲齒發顯。又齒根所積茶褐色或黃綠色之物，稱之謂齒石，有損於齒根，頹廢齲肉，且使齒齲化膿，口內放散臭氣，故常常防齒石之堆積。

齲齒之發生，與日常食品有密切之關係。爲要保健牙齒，故對於食物，有選擇之必要。宜多攝生命素，及鈣磷等之含有物，如牛乳肝臟，菠菜，檸檬，卵，魚，馬鈴薯等。

容易發生齲齒之食物，如不含纖維性之澱粉類，及全部糖類之食物。例如洋餅乾，菓子醬，飴糖，糖餅類等。

齶齒是有傳染性者，由一個齒，能傳及全口腔之齒，故當從速醫治。且牙齒不良，致咀嚼不充分，或不嚼而下嚥，如是加多胃腸病之工作，早晚不免發生胃腸病。故凡每食一物，當咀嚼十數次，方可嚥下，亦是保健上重要之條件，請勿忽之。

又有齶齒者，可常用過酸化水素嗽口，以防其增惡。

(二) 咽喉及食管之衛生 勿飲用過熱及腐蝕性之物質，且當注意勿為魚骨等所刺傷。

(三) 胃之衛生 胃是消化食物之總機關，故當注意以下之心得。

1. 食物在口中，先要有充分之咀嚼，使大部分之澱粉類，被唾液有適度之消化，以減輕胃之工作。

2. 攝取食量，要有定法及定量，如隨時飲食，則胃無休息之時致胃變軟弱，飲食過量，使胃弛張，易得各種胃病，如弛緩症，胃下垂症，胃擴張症等。

3. 勿多攝取不消化之食物，或含有強度刺激性之嗜好品，（如辣椒等），或過熱過冷水，皆使胃多受刺戟。尙有一般之飲料，如茶咖啡，汽水，冰水等，多量飲用，亦有礙於胃。

4. 如感胃有消化障礙之時，宜先禁食，一二日之後，先食少量流動食物，依病狀之良惡，而漸次增減之。

5. 胃之休息，在夜間爲最宜，於二十四小時之內，胃必要有十二小時休息之機會，例如午後六時用晚餐，至翌朝五六時之內，最好

不吃食品。更當注意食後，不可即行運動，或讀書，至少要經過三十分，或一小時，始不至有害於胃，臥時以右側在下。可助食物由胃向腸之輸送。

(四)腸之衛生 腸在胃之下部，爲吸收榮養之機關，故得疾之機會較少，但對於飲食物，不加以攝生，或腹部受寒，易受損害，吸收力變弱，遂誘起腹痛及下痢之病。尤其是秋夏之時，夏季食慾不進，人體多衰弱，至秋涼味甘，必求多食，致秋瘦多流行，故當節食，而下腹常宜保溫。

通便是日常保健上重要事項之一，(尙有食與睡)而人多忽略之，實爲憾事。健康者，每日或隔日必通便一次，或二次，若三日以上

不通便，可稱爲便秘。便秘是誘發諸病之源，如頭痛，食慾不進，痔疾等。小兒常因便秘而至於發熱，故當注意通便。凡常習性便秘者，每早可飲沸水或鹽水一碗，常多食有纖維性的蔬菜，（如蘿蔔、青菜等），及菓子。若不見效，則當服瀉藥，（如草麻油瀉藥等）或澆腸，（如夷皂澆腸甘油澆腸等）。

第四節 呼吸器之衛生

（一）積極的強肺法 肺臟與其他諸器官是相同的，不加以訓練，即不能強壯。肺臟之解剖組織學之構造，生理學之機能等之關係，與四肢大有差異。肺臟於一定度以內，可藉人爲之功，助其活動開展。欲利用此點，必藉深呼吸，使之發育良好，機能完全。而肺臟

依吸氣運動，使其全體膨脹，努力助空氣之進入，徧達於肺胞之末端。又依呼氣之運動，肺臟盡量收縮，肺全體之空氣，即肺胞之末端所有者，全爲排出。肺臟依此深呼吸，胸膛得有充分之活動，隨個人之體質，得可及的膨脹，與可及的收縮。比普通之呼吸，能供給更多之養氣於血中。但要注意空氣之清潔，不獨使自己之機能發達良佳，而對於個人全身之健康上，亦與以良好的影響。

深呼吸運動之回數，利用朝夕食前之時間，每日行二次，或朝晨一次。每次先可試五六回乃至三十回，但是若感眩暈，次先可試五六回，依其習慣，漸次增加回數。總之，不要過於疲勞，或起不快之感。

其他之強肺法，與其忠實之實行，與年齡體質有密切之關係。若少年時代繼續行之，必有良好的效果。近年來日本流行創設林間學校，多獎勵練習體操唱歌，特是家庭內，使幼年者高聲朗讀，亦是一種強肺法。尙有其他各種全身強壯法，同時亦可維持肺臟之健康。如庭球，網球，水泳，海水浴，器拭式體操，兵式操等。但均要求其適度，不可過勞。又如唱歌謠曲等，亦是一種簡單娛樂式的強肺法。

(二)消極的衛生法，前述積極的強肺法之外，尙要留意消極的衛生法。凡健康之身體，亦難免病毒之所感染，雖有健全之肺臟，亦難免病菌之侵入。一方便肺臟強壯，同時他方要防避肺臟變弱之機

會。即不要接近有害呼吸器之病毒，亦要避有礙呼吸運動之作業。殊是生來體質虛弱，有結核遺傳的素因者，更當注意此點。對於將來選擇立身之職業，亦要顧慮至自己體力健康之必要。

(三)感冒之預防，鼻加答兒，咽喉加答兒，扁桃腺炎，氣管枝加答兒，肺炎，流行性感冒等，皆是呼吸器之症候或病症。通俗總稱為感冒，或傷風。然無論何症，如身體無得病之機會，必不至於感冒。故預防感冒之第一條件，即增加全身之營養，使身體強壯，能堪外來之刺戟為最要。要多攝取蛋白質澱粉，特別是脂肪。但是留意胃腸之健康，如暴飲暴食，不規則的生活，徒使胃腸軟弱，毫無功益，雖身體強健，而皮膚軟弱者，亦易感冒，故要行乾燥摩擦，冷

水摩擦，使體膚強健，能堪外氣之襲來。要防突然吹來之寒風及險風，特是小兒更當注意。次則當軀體疲勞之時，特是徹夜勞動，睡眠不足者，容易感冒。故於生活中，要有充分之休息及睡眠。尙有慢性鼻炎及咽喉炎者，易得感冒。故有炎病者，先當行根本之療法。又鼻腔內有塵埃及黴菌存在之時，易於發生急性之鼻炎，可以清水鹽水於必要時洗淨之。又鼻腔或口腔感乾燥之時，亦易傷風，常常用三%硼酸水，或一%曹達水嗽口，亦不宜用口呼吸，而防含有黴菌及有塵埃之空氣，直入於肺內，且喉頭常傷冷氣之戟刺，爲易得感冒之最大原因。防禦感冒，常行日光浴，亦一良法也。

第五節 血行器之衛生

心臟，是全身營養之發源地，若心臟不健康，則必影響於身體之健康。欲謀心臟之健康，要有適宜之運動。殊是在發育期中者，更當注意。如體操，登山，泳水等，但諸運動不可過度。如繼續過激運動，反使心臟變弱，至於得病者有之。倘有大量的飲酒，過熱飲料，熱浴，及精神亢奮等，均有害心臟之健康。其外要注意腳氣，熱病，癩麻室斯，及微毒等。

第六節 泌尿生殖器之衛生

腎臟，是排泄體中廢物之一大機關，若人五日不通便，尚不至於大病，五日不排尿，必至於中毒死亡。故腎臟之衛生，亦不可少，宜先防腎臟發炎之原因，方能保持腎臟之健康，勿多飲刺激性之飲

料，（如酒類）勿多食獸肉及刺戟性食物，（辣鹹等）勿多服用藥品，及外用塗劑，不可居住於潮濕之地，勿受其他諸疾病，特是感冒及傳染病等，勿犯黴毒及淋疾等是要。

第七節 神經素之衛生

腦是精神存在之中樞，思想感情智覺運動等之發源地。腦髓一時的過度作用，即影響及其全身，即此經驗，人人有之。而腦髓疲勞過度，全身亦陷於慢性之疲勞，至精神不定，思想不明，感情激變智覺減退，運動遲鈍，勇氣消失，變為沈鬱，竟達於精神病之初步。故腦髓神經，當有適宜之休養，腦之營養素，即是睡眠，前章已述。而睡眠不獨能恢復腦力之疲勞，亦使全身疲勞全完恢復。即

於睡眠中，掃除一切疲勞毒素。腦有適度勞動，亦可得良好之睡眠。若腦過勞，反妨安眠，或遇惡夢，終夜不安。在此急性不眠之時，當枕以水枕，可助安眠。因腦中停滯血液多量，致腦不能休息，用水枕冰頭，可減少血液之滯留，故可安眠。若進至神經衰弱，而不得眠，則當乞治於醫爲良計。近來催眠藥品，發明甚多，然服用過多，致起中毒症狀，致使病勢增惡，實甚危險。當不眠之時，第一要注意者就是日常飲食物品，要清淡，勿過食，如肉類脂肪多者之食品，與刺激性之食品，尤其在夜間攝取過多，有妨於睡眠，又有精神病系純者，對於生活，要特別小心。其外飲酒及微毒，多爲腦神經病發起之原因，特別是卒中血統者，對於腦之衛生，不可忽

也。

第八節 五官器之衛生

(一)皮膚之衛生 第一要清潔，時常沐浴，沐浴之溫度，各有不同，在攝氏三十三度謂溫浴，一二十八度者謂冷水浴，廿度者爲寒浴。冷水浴及冷水摩擦，均可使皮膚強健，以防感冒。襯衣當常換，留意皮膚之外傷，如受傷時，當塗以碘酒，包以消毒之綑帶，或清潔之白布。夷皂化粧品等，當精選而用之，否則反有害於皮膚。指甲當隨時剪短，手當常洗。

(二)眼之衛生 光線過強，易引起結膜炎，過弱，易變爲近視，故當注意之。讀書或作業時，姿勢須正直，免發生斜眼，且須離眼

約有一尺距離。常以清水洗眼，可免不潔及乾燥。又如近視者，宜從早檢查，配選適當之眼鏡，以免其眼漸形退弱，有眼疾時，當從早醫治之。

(三)耳之衛生 當睡眠不足或便秘時把常有耳鳴之苦。勿刺外聽道之毛，或填塞物品及流污水於其內，皆易誘起中耳炎等病。耳中貯膿堆積，易引起重聽，故宜隨時除去之。耳為腦中最有密切之器官，故常因耳病，致誘發腦疾，故不可少忽之。

(四)鼻之衛生 鼻孔曝落於外，又時常呼吸，易變為不潔，當常以水洗淨之，鼻孔清潔，而鼻粘膜亦健強，可防鼻感冒，又不可以物填塞於鼻內，或嗅刺戟性之瓦斯，均易引起鼻炎。勿刺鼻內之毛

因其賦有濾清空氣之責。鼻與腦亦有密切之關係，鼻如有障礙，對腦常發生不良之影響。當頭痛之時，多因鼻內不通之故。

(五)舌之衛生 舌之作用，爲別五味。當胃腸有病時，舌生厚苔，適於其上，致不知其味。若舌多受刺戟，常至於靡爛，勿誤喫傷之，舌固宜清潔，但不可以「舌括」括之，恐有傷於舌之各乳頭致失味覺之作用。

漢醫須知（終）

康德八年九月一日初版發行
康德九年八月五日再版發行
參照西醫常識
漢醫須知 (全一冊)
◎(定價貳圓)
(外埠加郵費)

編作人 李

新東京東四道街一二一ノ二號

發行人

海 藻

新東京北大街益智書店

印刷人

劉 守 業

新東京四三道街財神廟廿四號

印刷所

益智書店印刷部

新東京四三道街財神廟廿四號

不 准 翻 印

總發行所

新東京市
北大街

益智書店

電話二・五一九一番

振替新東京二三五六號

#(41)

4.0400 C