

大眾衛生

北平衛生局第一衛生區事務所



第一卷第四期

中華民國二十四年四月十五日出版

大眾衛生第四期目錄

- 1 介紹公共衛生護士
- 2 公共衛生護士工作概論
- 3 公共衛生護士家庭訪視工作意義
- 4 論兒童肺癆管理設施之需要
- 5 兒童節與兒童的健康教育
- 6 孕婦應有的常識
- 7 一個被忽略了的兒童——盧妹
- 8 定縣參觀記
- 9 衛生問答

編者

徐蕩諸

王琇瑛

章名鴻

劉九如

李棟珍

君哲

江竹群

魏文貞

本刊啟事

一，本刊創立宗旨在推進大眾衛生知識，研討我國衛生設施，並廣為宣傳各地衛生工作實況，俾供彼此參考，以為工作改進之借鏡。

二，本刊編輯人員都身兼他職，原有工作，已屬忙甚，刊內文字皆為諸同仁忙裏偷閒撰述，深知錯謬之處，在在難免，尤盼海內鴻達，時予指正，是幸！

三，本刊為定期刊物，每於月之十五日出版，凡外界熱心衛生同志，如賜鴻文，祈於每月十五日前寄交北平市第一衛生區事務所大眾衛生編輯委員會收可也。

四，本刊志在推進大眾衛生知識，各界定閱無任歡迎，全年僅收印刷紙費大洋肆角，每份大洋五分，外埠以郵票代價實足核算。

介紹公共衛生護士

編者

護士這個名詞，在我國還沒多久的歷史，「護士」頭上再加上「公共衛生」四個字，這也不過近十幾年的事。因為這個原因——時間短促的關係——在國內四萬萬人的當中，能了解和認識這種職業的，人數實在不多；社會上一般的人，對於這種職業所有的影響，都認為無關緊要。致於這種工作，與個人，社會，國家有若何的關係，那更是談不到了。

護士工作的起源，原本人類一種慈善，博愛，憐憫，互助的精神而立。在十九世紀以前，這種學術，是毫無系統可言，多為一般宗教家慈善家熱心提倡，隨處遇有疾病貧苦的人，則予以救濟輔助。迄自南丁格爾女士，改革護病制度，積極倡導護士教育，嗣後護士職業在社會上始有其獨立的地位。對於社會，亦有莫大之貢獻。

「公共衛生護士」是隨近代的公共衛生學而興起，在公共衛生上所有的保健，預防，治療的工作，如婦嬰衛生，學校衛生，工廠衛生，衛生教育，醫藥救濟等，都具有他們的任務。在行政方面，他有協助公共衛生事業推行的職責。對於社會人民，他是個生活上的指導者，所負的使命很大。按「公共衛生護士」意義來講，他就是保護公共健康的衛士，我們顧名思義，也就可以知道這種工作的重要。

公共衛生護士的工作，不僅在輔助醫藥治療工作，護理病人而已；更應隨時隨地指導家庭環境改善，促進衛生教育，改革人民不良習慣，提高人民生活種種與衛生有關的各項工作。這種工作在各國早經試辦，已看有成效——最重要者即家庭訪視一項——予疾病貧苦之人民以莫大的便利。故在英美各國，此種設施，最為普遍。據一九三〇年的統計在美國現有護士三十七萬五百餘人，公共衛生護士二萬餘人平均每三百人口中，有一護士，每五千人口中約有一公共衛生護士。在麻省一個城中，每六三個人中就有一個公共衛生護士。由此以觀，就可證明這種職業在他國是怎樣發達的情形。我國這種職業現在萌芽的時候，希望社會人士對於他有確切的認識，而能竭力倡導，俾使推廣普及，以謀社會的幸福。

公共衛生護士工作概論

徐誦諸

一 緒言

公共衛生護士工作之來源，原爲一般宗教熱心信徒，本博愛主義，人類互助之精神，罄捐家資，接濟貧寒，服侍病者而起。及至十九世紀中葉，由英國南丁格爾女士之提倡，成爲專門職業，倡導護士教育，提高護士地位，推廣護士工作，自是始與宗教逐漸分離，而成現時社會重要工作之一矣。

近百年來，因科學昌明，醫學發達，故公共衛生護士之學術，亦日漸進步。服務範圍，亦由個人推及至全社會。工作內容，不僅護理病人，且爲促進衛生教育，改革人民不良生活，保障健康，舉凡公共衛生發達之國家，莫不有公共衛生護士之功績。故今日公共衛生護士事業，莫不認爲係保健工作之一。

二 工作範圍

公共衛生護士服務之範圍，甚爲廣泛；以年齡而論，

自初生以至老死，以地位論，則不拘智愚，貧富；以體質論，則更不拘疾病或健康，護士概負有勸導之責任。不特此也，舉凡一切生活現象，有碍健康之經濟與家庭問題，精神之痛苦等等，亦予設法協助，使之解除，冀人民安居樂業，享有健康生活，是以公共衛生護士事業，實爲改良社會，促進人民幸福原動力之一，其重要工作，約可分下述四項：

(一) 普通保健工作——此種工作以衛生教育爲首要，凡一切預防疾病之方法，正當生活方式，衛生習慣之養成，預防注射之施行，與夫環境衛生各種設施等；均不嫌繁冗，再三爲之勸導，極力促其遵行，藉以保護並促進其健康。至於服務方式；有以個人爲對象者，如兒童或染疾者之勸導；有以團體或機關爲對象者，如學校和工廠衛生工作之協助，工作方法或有不同，然其目標則一。且保健工作，不僅限於保護其身體之健康，卽其精神之健康，亦應從事促進。

(二) 婦嬰衛生——婦嬰衛生是為強種強國之基本工作，況我國產婦與嬰兒之死亡率，遠超他國數倍，此種現象，實為國家貧弱之主要原因；故婦嬰衛生工作，吾人所極應提倡，設法普及，庶可保障民族生存，挽救國家危亡。公共衛生護士對於婦嬰衛生工作，負有重大之使命，如孕期之檢查，衛生習慣之培植，精神之修養，及臨產之種種預備，在在均須指導。至於分娩之協助，產後之護理，及育嬰方法之教導，無不殷勤誘導，常時為之監理，以期免除意外，母子生命得以保全。

(三) 疾病之管理——此種工作，是在人民發生疾病之後而予以相當之治療與護理，公共衛生護士，對於患有疾病之人民，負有勸導，護理及教育之責任，使病者得以早期痊愈。非僅此也，更應施以衛生教育，教以預防方法，促其實行免疫，冀其不致再行感染疾病。設所患為傳染病症，則於服務病人之外，尤須管理與病者接觸之人民；為其施行預防注射，增加防疫能力，管理其行動，防止疾病蔓延，凡此種種，皆為護士管理疾病之重要事務。

(四) 衛生教育——公共衛生護士之各種工作，均以衛

生教育為中心，而衛生教育，亦為推行公共衛生事業之要道，一般人民之衛生常識，多屬缺乏，對於衛生之事項，未能充分明瞭，因以不克盡力合作，至於疾病之護理與治療，更屬渺茫；故公共衛生護士，可隨時隨地，於其一言一動之中，盡力指導，多方教育；或與個人談話，或與團體演講，或舉行衛生表演與展覽等，處處推行，以期普及。此亦為公共衛生護士重要之工作。

三 結 論

公共衛生護士事業之重要，由上述各節，已可概見，以其事業之繁複，範圍之廣大，欲其工作處處滿意，自非易事，是以擔負公共衛生護士工作之人選，必具受有普通護士學術訓練，更益以公共衛生之專門研究，具有服務精神，善於適應環境，方克勝任，甚望國內有識之士，努力促進公共衛生護士事業，藉以保障人民之健康，其現役於公共衛生界之護士，更應重視其責任與使命，竭誠服務，藉謀人民之福利，實有厚望焉！

公共衛生護士家庭訪視工作的意義

王瑋瑛

凡住在北平市內一區的人民，常常看見一些穿藍布大褂白領袖，提黑色皮包的人，在街上走，或是進入居民的家里裏；長年不斷，風雨無阻的工作着，這般人就是公共衛生護士。公共衛生護士在北平已有十年的歷史了，然而還有許多人，不知道他們的工作，不認識他們工作和我們的關係。

在近幾年我們覺悟到公共衛生設施的重要，所以公共衛生護士的工作亦即大有進展。現在把公共衛生護士所舉行的一種家庭訪視的工作有什麼重要，有什麼意義，簡略的述之如下：

我們都知道家庭是造就國民的園地，建設國家的基礎，我們要改良社會國家，非先由家庭入手不可。但是家庭的問題，非常複雜，在我國過渡時代的家庭，尤其是形形色色各種問題都有。公共衛生護士就在這種社會情形之下，深入到個個家庭裏面，設法去解決一部份的家庭問題，這個問題就是健康及衛生的問題。不但如此，其他如社會

，經濟，道德，感情等等問題，也得隨起注意設法補助，作一個臨時的家庭顧問及衛生的指導者。無論男女老幼貧富貴賤，不拘是文明的守舊的，健全的或是有病的，這般護士都是一視同仁，抱着服務的精神，利用科學的方法替他們減輕痛苦，盡力幫助解決一切關於衛生上的問題，藉以提高生活，改進社會上的一般不良的狀況。

(一) 促進衛生教育

家庭訪視工作第一個重要任務，就是促進衛生教育。勸導一般作主婦的，作家長的，作兒女的，知道怎樣保守自己的健康，和預防疾病的發生。這種衛生教育，是積極的，在家庭中，關於衛生教育事項，可以分爲四個時期來講：

第一個時期就是產前衛生教育，由胎兒未落生之前，即設法指導，使產母詳知保健的原則與育兒的方法。這樣胎兒與產母，都能享受健康，領略人生的快樂。這種效果，可以由北平第一衛生區事務所第七年年報裏知道，在內

一區的產婦和新生的嬰兒中，經過護士訪視，護理的，可以說就是依照衛生方法去調理的人，一百八十四個當中，只有兩個產婦死亡。而且這兩個死亡還有牠的特殊原因。嬰兒死亡的只有廿四人，在這二十四個嬰兒死亡中有的因為家人自己收生的緣故，有的因為延請舊式姥姥收生所致；其他未經過本所護士訪視及護理的人，六百一十五個生產中，產婦死亡的就二十四個，嬰兒死亡的就有一百五十四人，死亡的人數，比較受過衛生教育及管理得法的要多過幾倍。假如所有內一區的產婦，都能按照着這種衛生的指導去保護自己與胎兒，那麼我們產婦及嬰兒的過格死亡，定可以比前減少！

第二個時期，就是嬰兒時期的衛生教育。許多人以為要受教育非入學校不可，這種觀念不知誤害了多少青年。一切習慣的養成，與身體的發育非由嬰兒時期即注意教育不可。一般作父母的對兒女只盡到了「養」的責任，寒則衣之，飢則哺之而已。對於「教」的責任，多半有心無術，不知由何處下手。因此許多幼兒，已養成種種有碍身體發育損害健康的習慣。所以作護士的責任，是勸導一般作父母

來訓練嬰兒，即怎樣的教導，使其有正當衛生習慣，同時解決與健康上有關的問題。

第三就是學齡前的衛生教育，就是說在未入學校以前，應給兒童的一種衛生教育，這個時期是由二歲至六歲的時候，亦即是他們身體智力發育最快的時候。他們在這個時期中學走路，學說話，隨時的發見着他們的小世界。他們的管埋不像一歲以下的嬰兒，日夜在母親懷抱裏。兒童在這最需要管理和教育的時候，他們的母親往往又懷孕了，或者有比他們小的弟弟妹妹，占去了母親一大半的時間與精神，因此這般兒童的管埋成爲家庭中一個重大的問題。有錢的人家，把他們交給老媽子，窮的人家，則聽其自生自滅，什麼是教育，即簡直的是談不到了。這般兒童在他們生活的前程中在教育上，在衛生上，就立了個不穩固的根基。護士作家庭訪視工作時這也是一個重大責任，就是在家庭裏與一般作父母的，勸導着她們應當怎樣教育這一班的兒童。

第四個時期就是學齡時期的衛生教育，在我們這教育不普及的現狀之下，許多的兒童失學在家庭中。看見這些

失學的兒童，不能不替他們未來的前途起一種恐懼。除去不規則的飲食，與睡眠之外；他們每天二十四小時盡都消費在惡劣習慣的養成及無意識的生活中。作家庭訪視的護士可以替他們介紹到免費的學校裏去讀書，或是改正他們一切有碍衛生的習慣。每星期使他們聚集在一處，教給他們一些衛生知識，正當的習慣，遊戲或唱歌。這種功效雖然很小，但比較天天荒廢時間一定是好得多。

(一) 疾病護理

家庭訪視工作第二個任務，就是護理疾病。在我國醫學尚未發達的時候，醫院限於床位，不能收容所有的病人，所以有一大部份的病人，仍須病居家中。公共衛生護士按病情的輕重緩急，逐日到家中訪視，施行護理並且教導病人家族親屬應如何護理病人及保護其他的人等事項。許多人以為有病非吃藥不可，吃藥當然要緊，但是只吃藥不休養，亦非善策。所以病人在家庭中能得充足的休息，是非常重要的。護士訪視工作就是在這抱病的時期，能使家人與病人知道種種疾病的來源，及預防護理的方法

。同時因為護士的護理及勸告，家庭中可以得到着實際的教肓，而且增加許多衛生的知識。按已往工作的經驗，家庭中病人所需要的護理，可分數種：

第一種是普通內外科病人，如慢性病與外傷之類。第二種是產婦科病人，雖然生產不是患病，但因產婦生理的改變與臨產時一切的預備也需要極慎重的護理方法。所以在生產的時候與生產以後，都有護理的必要。凡經在北平市內一區的產婦不分晝夜都可隨時請北平市第一衛生區事務所接生，如能在生產以前到本所受產前檢查尤為妥善。第三種是傳染病護理，一年四季各種傳染病都不斷的發見，尤其是天花，白喉，猩紅熱，傷寒，赤痢等。此外還有結核症（癆病）與花柳病等，在我國極為普遍，這幾種傳染病有兩方面的管理，一方面是病人的護理，一方面是接觸人，（所有與病人相近的人）的管理，以及介紹預防接種的事項。

(二) 介紹工作

家庭訪視工作第三個任務，就是介紹的工作。前面已

經提到家庭訪視工作，不只限於健康和衛生上的問題，凡與健康發生關係的一切社會問題，也要盡力的去設法解決。有的問題，護士可以代為解決。有的問題，須要介紹到其他的機關辦理；所以護士的訪視工作，這介紹工作也就是一種重要的任務。就現在我們所能介紹的，約有二種：

第一種就是醫藥治療的介紹。有病的居民極應設法使他得到科學的治療。如在本區病輕的即介紹到本所來矯治，病重的介紹到各醫院去治療，如市立醫院，協和，道濟，婦嬰，傳染病，及助產醫院等。

第二種就是介紹社會服務工作，凡受護士管理的家庭中遇有妨害健康上的社會問題如失業，貧窮，子女過多，等等的問題，即由護士介紹至社會服務機關，代為解決。如在本區關於失業問題，則介紹至協和醫院社會服務部，或青年會職工介紹所，家庭福利協濟會，關於兒童營養問題，則介紹到女青年會，保嬰事務所，關於寄養兒童問題，則介紹到北平懷幼會，育嬰堂等合作機關。

以上所述的都是公共衛生護士家庭訪視工作中幾種重要的意義。但是在現時社會中，作這種工作的未免有種種的困難。茲就最大者略述一二：

第一個困難問題，就是經濟壓迫的痛苦，許多家庭往

往因經濟的壓迫心有餘而力不足不能實行護士所給的指導，只就冬室內空氣流通問題來說，許多貧寒之家，全家只有一個棉被，甚或深入嚴冬的時候，仍然穿着單衣。窗紙破一小孔都得用碎布堵塞起來，白得的空氣與日光尚且不能享受，何況要花錢看病講衛生？關於這一層，對於社會服務工作，就不得不看重的去作！

第二個阻碍就是教育的不普及，許多作父母的因為沒有受過教育的緣故，不能了解醫藥保障的利益，而且迷信過深，費盡多少口舌，仍然頑固不化。許多人因為迷信鬼神的緣故，明知有科學的方法可以醫救，但至死也不設法。也有許多的家庭到病的時候，東燒香，西拜佛，今天用些成藥，明天求一個偏方，把病就誤，白白的送掉了性命。有的到了危急萬分束手無策的時候，纔送入醫院中，如果僅僅治愈了，這是醫院的本領。假如不幸而亡，從此更不相信科學的醫院了。今天罵醫院，明天罵護士，都不知道是自己就誤的緣故！我國許多冤死的就是這個原因。

家庭訪視工作，是教育的工作，負有改造人生的使命，要打算改造數千年傳下來的風俗及習慣，絕非三言兩語所能辦到的，所以作家庭訪視的護士，須要戰勝了阻碍，勇敢直前，努力工作，為社會求進步，為人類謀幸福！！

論兒童肺癆管理設施之需要

章名鴻

肺癆是最流行病之一，也就是防不勝防一個民衆的仇敵，尤其在我們不講求衛生習慣的中國，竟成了肺癆獨霸的境域了。近世科學發達，醫學智識猛進，我們才明瞭什麼是病菌，什麼是結核桿菌，什麼是肺結核，治療與管理之方法。

更進一層，我們知道兒童與成人的肺結核是不同的。據醫學及流行病學上而論，這兩種均有顯著的異點。美國結核病學會的定義，謂「兒童時期的肺結核，乃是肺部組織及其連接之氣管枝氣管淋巴結，初次受結核桿菌傳染，呈現瀰漫或限制性損害的情形」。這兩種主要的區別，就是兒童的肺結核，是未受敏感性的組織，由結核桿菌傳染而所呈現的反應，成人的肺結核，乃是被感受性的組織，復受

染於結核桿菌。兒童的肺結核是肺結核發生的初步，也就是成人的肺結核的先驅，所以比較成人類易受有效的治療。這樣看來，兒童肺結核的處理，是個單獨重要的問題。

兒童受傳染的原由不一，多數的因為家庭及環境的關係：父母如患結核症，他們的兒童因有密切的接觸，日久不知不覺的就受了傳染？有的因為在學校裏常與其他有結核病的兒童來往，或是從污染的乳品而感染的。還有許多兒童，在患某種傳染病後，體質虛弱，本身抵抗力減低，致有偏向結核病的趨勢。

現在世界上對於兒童肺結核的知識，已經促進到專門地位上了。在歐美各國已有特設兒童肺結核的診斷及護理機關，去負責一切。所當注意的，僅對於兒童個人方面，

還要注意他在家庭裏受染或其他環境的情形。可是在初辦這項工作的時候，困難之點很多。往往被明瞭的家庭所忽視而不能達到期望的目的。如果要作有效的管理，首先必須詳細檢查受染兒童的家庭裏的人們，是否還有同樣受染的沒有，同時教導他們如何能避免傳染的方法。照這樣去辦，患肺結核的兒童，才能得到相當的治療及妥實的護理，並且他的家庭也能同時療解肺結核處理的真義，方可達到合作的目的。

兒童的肺結核的處理，靠着醫師及護士們去共同負責成全這項工作，關於病人的接觸及其他環境一切的情形，都得知道真義，紀錄應以家庭為單位。同時小兒科專家及兒童肺癆科專家也要合作。小兒科的病人能得着兒童肺癆科的真確的診斷及護理的幫助，同時患結核症的兒童，也能受小兒科的普遍檢查，可以知道是否還有其他的缺點。美國在五年前已經首先成立兒童肺癆管理機關，去促進處

置兒童肺結核一切的行政，這種的設施，共有四項目標！

一，尋覓兒童肺結核病例，並偵察病勢的程度。
二，設施充分護理方法，如考查病的來源，並檢驗與病例接觸者。

三，教導病人的家庭，予以管理癆病的知識。

四，記載及搜集紀錄，以資研究。

兒童肺結核的診斷，應當由病狀，病史，體格檢查，結核素反應，及愛克氏光線診斷結果，各方面而定。但是我國醫界專門小兒科的人才不多，對於兒童肺結核的病例，未必能按以上方法去診查，除了極少數設備完善醫院外，多數初期的病例，都不能得到確實的診斷，往往就就誤了。結核症在中國既是一個很嚴重的問題，兒童肺結核又為成人肺結核的先驅，我們應當提倡打倒肺結核初步的受感染，各地衛生行政，勢有單獨設立管理兒童肺結核機關的需要，患結核病者，能有早期就診的機會，能有相當療養的處所，如此，中國對於肺癆的管理，才算有切實的辦法！

談兒童節與兒童的健康教育

劉九如

「兒童節」這個名辭，我們聽了，似乎覺得很新鮮，很生疏，但在歐美各國早已有所規定，例如美國定為五月一日，英國定為四月十四日，日本定為三月三日，他們所以重視兒童的原故，就是因為兒童是國家未來的主人翁。我們中國有鑒於斯，於民國二十年三月已頒布了明令，規定四月四日為兒童節，人民方面，亦有組織兒童團體與兒童教育團體的，都在表示重視兒童的幸福了！可是重視兒童，不是說空話所能收效的，必須提高兒童的地位，要想提高兒童的地位，非先增進兒童的健康不可，要增進兒童的健康，又非竭力提倡兒童健康教育不行。

(一)關於兒童保健應注意的事項：

甲，灌輸衛生智識

兒童的頭腦，有如白紙，原無何種智識，如果利用此時，灌輸些有系統的衛生智識，那末兒童的一生定能得到許多的幸福。

乙，養成衛生習慣

兒童如果有了衛生的知識還須有實行衛生的方法和條件，如日常生活中的：呼吸，睡眠，飲食，休息，用具，姿勢等，以及個人身體內外各器官的保護，都與衛生有密切的關係，能逐漸的訓練，養成兒童有良好的衛生習慣，才能鞏固兒童健康的基礎。

丙，預防傳染病

兒童的體內，抗病力與成人比較當然很弱，對於天花，白喉，麻疹等傳染病，很易感染，因此要預防管理傳染疾病，以保持兒童的健康。

(二)實施健康教育各方面應負的責任：

甲，家庭方面

家庭教育的良否？影響於兒童至大，兒童未達學齡以前，為家長的應負全責，合理的教育子女，尤其是重視健康教育。切實的指導盡量的灌輸，以身作則。並時時考察兒童們能否實行。能這樣井井有條的施行，才真是模範的家庭，子女所得的幸福，更非筆墨所能形容。

乙，學校方面

兒童一入學校，健康問題，學校就負大半責任，而且許多兒童，聚於一處，度團體生活，更與在家不同，導師利用時機，灌輸有系統的衛生智識，養成他們良好的衛生習慣，同時學校行政方面，能注重健康教育的一切實施，設備，合乎衛生，如此教育的力量，定能收圓滿的效果。

丙，社會方面

家庭和學校，能合作來注意健康教育的實施了，可是還要社會的環境來幫助。因為社會是將來兒童獻身之所，

社會如不加以改造，仍是煙窟賭場，妓院酒樓，就如同到處埋伏下陷阱，兒童耳濡目染，未有不受其誘惑者，豈非家庭與學校所施的訓練，效果等於零耶，故欲教育一個兒童，使其能成爲一個健全的人材，勢必家庭，學校，社會三方面共同負責，否則實不易收相當之效果。

今年爲兒童年的兒童節，深望對於兒童的健康上，我們不要盡唱高調，能使兒童確實的得到相當的利益，如此；庶不負先總理孫中山先生所說的：「以發展兒童爲本位」的遺教！

教育兒童的幾個原則

- 一，責罰兒童，不可有增惡的感情。
- 二，教育兒童，須要知道兒童的心理和生理的狀態，不可壓迫和強求。
- 三，責備兒童，祇可限於現在的事情，別把昨天的事情，拿到今天來責罰，或今天的事情等到明天來責罰。
- 四，教養兒童的目的，不是要做官，發財，養老，乃是要他或爲一個有用的人才，爲將來社會謀福利。

孕婦應有的常識

李棟珍

懷孕生子，這是生理上天然的現象，用不着去顧慮牠，然而爲了生理的變化，必須注意至普通衛生情形及日常生活，庶能保持健康。有許多作母親的人，尤其是初次作母親的，往往將懷孕的事，認爲可羞，隱瞞着不肯承認自己已懷孕。我們作護士的若是初次與她見面，問她是否懷孕，她便紅着臉，低着頭，一聲不應。有的需要她的婆婆或是妯娌替她洩露。像這樣的情形不知有多少。普通一般作母親的不拘受過教育或是目不識丁的，她們對於懷孕生產的事，實在缺少常識；每以不科學的問題，或迷信的學說，提出來討論；例如有次一個孕婦對我說：「先生！我這胎一定是男孩子，因爲我們走路的時候總是先邁左腿，男左女右，若是先邁右腿一定是女孩子。」假如生下來真是男孩子的話，她就認定了這種胡說是不錯的了。諸如此類的事，不勝枚舉。現將孕婦所應知道的問題簡略的寫在後面，獻給一般將作母親或是已經作母親的人。

怎樣知道懷孕

懷孕第一個最普通，而人人都知道的一種現象，就是月經停止。已經出嫁的婦女，若是月經有一兩個月不來，就應疑爲懷孕。

第二個現象就是『胎病』，胎病就是孕吐，尤其是在早晨的時候。這種孕吐多半在懷孕後兩三個月的时候，以後慢慢的會自愈的。

第三個現象就是乳頭顏色較未孕的時候發暗，倘若用力稍擠，即有汁液出現。

若有以上三個現象，大概可以知道已是懷孕，這是沒有多大的疑惑了。

爲什麼要受產前檢查

產前檢查的意思，是要隨時的看一看母親的身體與胎兒的發育是否正常。如遇有妨碍母體與胎兒健全的問題，

即可早爲沒法挽救，免得到臨產時受種種的危險。

產前檢查的事項

產前所要檢查的事項可分爲兩方來說：

(一) 母親方面產前應檢查的事項：第一查一查是否懷孕。第二產母應受全部身體檢查，最要緊的是心，肺，及牙齒各部。如果母親的心或肺有病，就不應懷孕。已經懷孕的可由專科大夫設法指導輔養的方法。如牙齒有病的應當將壞牙拔去，以免毒質妨害胎兒發育與母體的健康。有的牙病是因爲母親飲食中缺乏營養的緣故；尤其是關於鈣類的食品，如牛奶。鈣類的食物，可以幫助骨質的生長，如果母親飲食中缺少這種鈣質，胎兒的牙齒就會不堅固，慢慢的因骨骼缺乏鈣質的緣故，以致成爲骨質軟化的病。孕婦除去心，肺，牙齒各病較爲重要之外，若發現有其他病症，亦應即時醫治，因爲胎兒要健全，就非有強健的母親不可。

第三是局部的檢查。就是看看母親骨盤的大小與胎兒頭的大小。許多母親因爲得了骨質的軟化的病，使骨盤凸

凹不均，改變了天然的形象；或是天生骨盤窄小，到生產的時候，胎兒往往不能生出，以致難產，致有母子性命的危險。如果查覺母親骨盤過小時，即可早爲孕婦設法，最好到產科醫院生產，較爲安全。

這種量骨盤的法子，是非常的簡單，母親躺在檢查桌上，由檢查的人用作好的尺量兩胯股與兩坐骨的距離即知骨盤的大小。

第四是血液檢查。有一種極可怕病可由母親傳給胎兒的就是梅毒。我們都知道母親與胎相連接的就是臍帶。母親所給胎兒的養料，都由於這條臍帶來輸入。同時母親血內的病菌也就由臍帶透入胎兒的身體中。梅毒這種的病菌若在母親血中，是很容易傳給胎兒的。所以凡是孕婦應當受血液的檢查。如有梅毒的病症，即應設法治愈。按美國專家的調查，凡是有梅毒的母親若不醫治，有多一半的孩子生下來就有梅毒。若經過治療，但是中途廢止的，所生下來孩子十個之中有四個是患有梅毒的。若按時治療，完全治愈的，生下來一百個當中尚有二三個患梅毒的，其餘九十七八個就沒有可怕的病了。所以作母親的爲要保全

胎兒的性命與健康，就要犧牲一點功夫，不要怕麻煩來受這血液檢查，如有梅毒的，就應該即時療治，以免傳染嬰兒。

第五是小便檢查。這是檢查孕婦小便內是否帶有一種蛋白質，如這種蛋白質過多的時候，常有其他的病狀發生，如血壓過高，頭痛，眼花腫脹，或抽瘋等。凡有這些症狀的，應即時就醫設法診治，加意小心。

(二)由胎兒方面產前應檢查的事項：

第一檢查胎的生死。懷過孕的人常覺胎動，這種胎動就是註明胎兒生存的表现。在受產前檢查的時候，用一個聽心筒按在母腹上就可以聽到胎兒的心跳。如胎兒的心跳停止，母腹不見膨脹，也不覺胎動的時候，大約胎兒已經死了。這時我們應該就醫設法除去。

第二檢查胎兒發育的情形——胎兒在母體內發育的情形，可由兩種觀察得知：最普通的觀察，是由母腹漲大的情形，而知胎兒發育的狀況。此如在懷胎第五胎月的时候，(四星期爲一胎月)子宮膨脹應至母親的臍部，如此類推則知胎兒生長是否正常。再次是由母親體重的增加而知胎兒

的生長，所以母親應按月量體重就是這個意思。

第三檢查胎兒的方位——我們知道胎兒到生產的時候，先產頭部，但有的時候，脚手或是臀部，肩背先出，這就有種種的困難。所以應在產前詳細檢查，檢查的方法也是很簡單；用手在腹部輕輕按摸即可知胎之部位與方向。假如有疑問時，應即早設法防備，免去難產的危險。

第四檢查胎之大小與胎數——胎的大小，和生產很有關係，有的胎兒發育過大，則可影響生產時種種的危險。故舉行產前檢查第四個用意就是檢查胎的發育情形，或雙胎種種。

生產的地點

生產的地點，倘若家庭中清潔整齊，設備較好，在家中生產亦無不可。不過較爲安全的地點還是醫院或專門產科醫院。在北平例如協和，婦嬰，第一助產學校醫院，因爲醫院中的一切設備與方法較爲完備，遇到意外問題發生，不致束手無策。在北平第一第二衛生區事務所，保嬰事務所，第一助產學校，都有專門人員出外收生，無分晝

夜，這是給人民莫大的便利。

接生的人員

俗說『四六瘋』這個名詞，就是接生人員收生方法不善的結果。許多僻居鄉村缺乏科學接生的地方，不知多少嬰兒死於『四六瘋』的，四六瘋在醫學上我們叫作破傷瘋，就是一種破傷瘋桿菌，因為接生的人員，不知消毒的方法，用不消毒的剪子剪小兒臍帶或用不清潔的布服於小兒臍帶上，由此把破傷瘋桿菌，傳染於小兒體內，經過幾天以後，如就發生這種病而死。在通都大邑醫藥設備較為完備的城市裏，仍有許多母親，請舊式產婆接生的。她們接生的方法多得自傳習的經驗，而無科學的根據，不知喪失了多少無辜的性命。所以一般作母親的，對於延請接生的人員不可不加考慮，最可靠的是醫師助產士。

孕婦日常生活習慣的注意

懷孕雖非有病，但因生活上種種改變，身體各部的

工作已受極大的影響。所以對於飲食，休息，睡眠，運動及工作等都要特別注意，不要使身體過勞，或是缺乏營養以致胎兒不得正常的發育，下列的幾條就是孕婦應注意幾種衛生習慣。

- 一，每日通大便一次
- 二，每日至少開窗睡足九小時如能睡午覺者尤佳
- 三，每日應多吃青菜及水果
- 四，每日至少在戶外散步一小時
- 五，應常常快樂
- 六，注意日常清潔
- 七，多喝開水
- 八，衣服清鬆適體，不穿高跟鞋，不用緊圍襪帶，不可束胸與腹。
- 九，不可提舉重物
- 十，按月受產前檢查

以上所說是幾件簡單的常識希望一般孕婦為保障自己與胎兒的健康，應努力的多加注意。

一個被忽畧了的兒童——盧妹

君 哲

民國二十二年六月二十七日有一個一歲零七個月的小女孩盧妹，到第一衛生區診療所診病，經醫師檢察後看她除了營養極度不良之外，沒有甚麼別的病，就告訴她的母親應當給她營養食品，怎樣按時給她吃。並有公共衛生護士到她的家去詳細指導兒童保育法。護士去了看見她家的小孩，一個一個不但瘦並且都呆板不活潑。經過了幾次訪視，幾次指導的工作，護士感覺到她的工作不發生效力，盧妹仍是愈來愈瘦，就把這種情形報告社會服務員。社會服務員調查後，發現了以下幾種情形：

一，這家現下經濟困難，人口衆多，因為要維持較普通下等階級略優的生活，所以格外忙碌。這家是福建人，與北平人沒有多少來往，也不許小孩出門玩，所以他家的小孩與普通人言語不通，街道不識，缺乏活動，以致呆板，並且缺乏常識，不會買東西，不會做事。這家還重男輕女。盧妹的父親有一個哥哥，他們弟兄兩個沒有分

家，住在一起。盧妹的母親有三個小孩，盧妹有一個七歲的姊姊，四歲的哥哥。盧妹的伯母有四個小孩，有盧妹的九歲與七歲的堂姊，三歲的堂兄，六個月的堂弟。盧妹的父親和伯父都在軍界任事，以伯父的事很好，每月有幾十元將及百元的進款，現在在張家口任職，薪金不定，有時三四個月不發餉，偶然發餉得數十百元不等。盧妹的父親現在北平某軍事機關任事，每月薪金只十六元。一家有三個大人七個小孩，共計十口人。

二，他們住的是個小獨院，三間住房一間廚房和一個很狹窄的院子，每月房租八元。房子收拾得還乾乾淨淨，大人和小孩衣服都是舊的但也穿得完整乾淨。他們粗細糧食兼用，每天吃一點青菜，只是伯父的進款沒有一定，他們維持這樣的生活頗感困難，常常要著急發愁的。

三，盧妹的母親要收拾一家的房間，買東西，燒十口人的飯，洗一家人的衣服，所以忙得昏頭昏腦。盧妹的伯

母也幫忙家務，但她的主要的任務是看孩子做針線，在盧妹的母親實在忙不過來時幫幫忙。伯母比母親大！伯母生了兩個男孩伯父掙錢多，伯母娘家有錢，所以伯母比母親尊貴。何況伯母的兩個男孩只三歲和六個月所以要特別加小心加工夫看顧，因此盧妹的母親要多擔負家庭的勞作，在過多的事務之下，沒有功夫照應盧妹，她是一個女孩，不能因她就誤了別的家事。只把她放在牀上，有工夫便給她吃，沒有工夫便少給她一頓吃，給她洗的工夫那就更少了。

四，明白了以上的情形之後，我們就不對盧妹的母親講甚麼，特別用工夫在盧妹的伯母身上，要她特別幫忙照顧盧妹，伯母答應了每日按頓給盧妹吃飯，並勉強每天給她增加雞蛋二枚。再過三天去看的時候，盧妹還不見好，並且據母親和伯母說她不肯吃東西。這時候我們怕再這樣下去，盧妹會瘦到不可救藥的地步，又顧慮到若把牛奶等物送到家中給盧妹吃的話，他們會把盧妹應吃的東西分給男孩。所以我們決定暫給盧妹找一個地方，把她救活了，養胖了，再送回來。這個意思盧妹的母親和伯母都贊成，

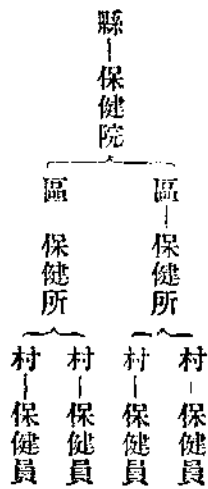
但他們只能勉強每月出三元用費。我們就和北平懷幼會商議收養盧妹直到她健壯起來。北平懷幼會應允免去一大部份費用，除她家每月擔負三元之外，本所設法代籌五元。七月十四日盧妹入北平懷幼會嬰兒寄宿舍，八月八日回來檢驗的時候，小孩完全換了個樣子，胖了許多，也活潑了，體重增加了五磅。九月二十九日再來檢察時體重又增加了三磅，也已開始走路和說話。此時盧妹已十分健康由她的母親接回去了。接回之前我們和她家人約定必須儘量維持盧妹的健康，暫時還要每日給她一磅奶吃，漸漸減少。

五，到十二月時，北平女青年會的民衆學校成立，我們介紹盧妹的姊姊和兩個堂姊姊入校，給她們受教育和發展的機會。現在三個姊姊會說國語，認識到學校去的路，喜歡和同學們在一起玩，漸漸健康和活潑起來。我們和北平懷幼會給盧妹找到健康，介紹盧妹家裏學齡兒童到女青年會民衆學校受教育，稍稍改變了家裏重男輕女的態度。由上面這一段事實看起來，我們知道了辦理衛生的工作，不僅是在片面上可以收效的，我們必須要顧到教育，風俗習慣，經濟種種的問題。

定縣參觀記

江尊群

三月三十一日的早晨，火車慢慢的把我帶到定縣去。定縣是平民教育促進會實驗的處所，他們工作的對象，是利用四大教育的方針，來救濟我們這愚窮私弱的四大缺點。這四大教育的名稱，就是文藝教育，生計教育，公民教育，與衛生教育。工作的方式便有學校式，社會式，及家庭式，共在定縣就攔了五天，前三天是參觀生計教育文藝教育與公民教育的工作，末兩日是參觀衛生教育的情形。施行衛生教育的組織，有如下例圖表：



保健員是由平民教育同學會中選出來的一位同學，受有一個月的訓練，在自己工作閒暇的時候，爲本村的鄉民施行義務治療的工作，保健員所能治療的病，如砂眼，淺傷等，此種人員每村中有一位，五村共合即有一保健所，

在保健所中有醫師一人，助理員一人。設備甚簡，每日上午有普通門診，診治病人，接受保健員所介紹之病人，凡當住院或較重病者則轉送醫院。

保健院是一個六十病床的病院，醫師護士，助理員等都有，除收容各科病人之外，並有化驗室，化驗井水糞便血液等。他們的組織很嚴密，工作很繁重，尤其成績卓見，多少的工作，很可爲我們的借鏡，下面就是他們學校衛生工作情形：

學校衛生分有兩種，一種是在城內設備較完善的女子師範內，一種是本教會設立或村中設立小學校內。在定縣城內參觀了第一女師，與一小學，第一女師的校址是由一個很大的廟宇改成的，院落很大，松柏相交，操場寬廣，是不能在大都市中容易得着的。學校裏一共有學生三百餘人，都是寄宿校內。

小學的校址，是一個農家小院改成的，房屋矮小，課室一間，每校學生約有百餘人，皆由一位教員管教，教員

的每年薪金，由七十元至百元，學生所用的課本，大多數是本教會的贈品，常年經費是由本村人或校董來捐助，學生多半是本村農家子弟，每逢家中有事或農忙的時候便得停學，回家幫忙，所以缺席者很多。

學校中衛生事項，完全由護士管理，學校衛生工作情形，大略如下：

一，環境衛生 環境衛生由學校護士視查，若有改良處即提出請學校改良，所注意者為水井，廁所，及飲水諸項，其他工作需用經費方能改良者，便商請校董及開懇親會時提出討論。各校所改良的地方，經費多半是學校與本教會兩方面平分擔負。

二，健康的保護 在這一項裏最重要的為檢查體格，缺點矯正，疾病治療。體格檢查限於眼，耳，皮膚及牙，其餘為扁桃腺，心，肺等因為數目極少又無法矯正所以也不費時間去檢查，體格複查每三個月舉行一次，均有護士擔任。

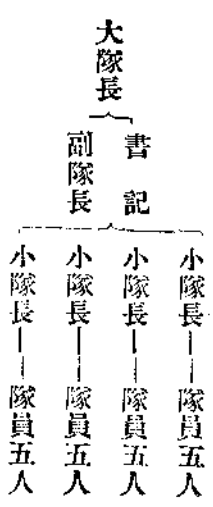
缺點矯正工作分有兩種，小學則由護士訓練教員每日施行矯治。女師則由護士監視學生矯治。關於牙之部份，有口腔衛生工作人員依次至各校實行矯治。小學砂眼最重者，每星期由護士上藍硯一次，其餘則由教員每日上拘椽酸銅膏。頭癬每日上韋氏膏，中耳炎上石炭酸甘油，矯正之

大眾衛生

速度，每學期約有百分六〇的缺點已經過矯正。女師方面每星期砂眼門診三次，普通門診三次，均由護士監視由學生治療，重要各病即送保健院。

其他更有傳染病預防接種，所舉行者種牛痘接種，傷寒，白喉，霍亂，四種。霍亂僅于該病流行之時間舉行。

三，衛生教育 衛生教育亦分兩種：(一)女師方面。(二)小學方面。女師方面設有衛生課，師範科一年級有急救班與軍用護病法，三年級，有衛生常識一課，皆由護士擔任。小學則有衛生隊之組織如下表所列：



其工作程序，於清晨上學則各隊員歸隊在院中排列唱衛生習慣歌後，由小隊長檢查隊員。由隊長檢查小隊長。由教員檢查大隊長副隊長及書記等。凡有不清潔諸生，先由小隊長管理，如無効力，則由大隊長及教員負責處罰，或至該生家中調查原因，以謀改進。

以上所記載的不過是衛生教育工作的一部份，深感覺這個工作，在中國農村中是不可多得的。因為時間的短促，正如走馬看花，觀察不正確的地方，自然很多，尚希讀者諒之。

衛生問答

魏文貞

兒童營養與體格檢查

一，問：按期檢查和記錄兒童的身長，體重，是要緊的麼？
答：是的，因為由兒童體重加增的速率，可以證明他發育正常不正常。學齡兒童應該每月脫去衣服量體重一次，並且記錄，以備參考，按期加增重量和高度是健康的象徵。

二，問：若兒童不正常增重長高，應當如何？
答：應當先請醫師檢查，有無阻礙生長病症，再細心觀察他每日的生活有無錯誤的地方，加以矯正。

三，問：兒童營養不良的普通原因是什麼呢？
答：除去先天不足由父母遺傳的原因以外，就是：

甲，飲食不適宜，缺少滋養品，或多吃不易消化的食物。
乙，不良的飲食習慣；

1. 吃的太多不及細嚼。
2. 食無定時，無定量。
3. 兩餐中間多進零食如花生糖菓之類。

丙，睡眠與休息不足。

丁，身體有缺點如壞牙，扁桃腺腫脹。

戊，運動過分，太努力的遊戲或工作。

己，體內有寄生蟲，或其他的疾病，如肺癆，心臟病等。

庚，新鮮空氣與日光不足。

以上這些原因，無論查出那一種，必須及早除去，如有缺點更需急於矯治，不應該延擱，因為營養是兒童發育的要素，營養不良則發育不能完善，所以必須除去障礙營

養的各種原因，才能期望兒童健康進步。

四，問：體格檢查，應當在什麼地方舉行呢？
答：按我們中國普通情形，很少有專任家庭醫師的，就是有也是很經濟，不便利，學齡前的兒童可以在各衛生機關檢查，在北平如各衛生事務所，和保嬰事務所，他們都有專門人員，管理這種工作。至於學齡兒童的生長檢查應當作為學校中的例行工作的一部。近代完善的學校，都設有衛生事宜，聘請有專門醫師及公共衛生護士主持辦理。

五，問：營養不良的兒童，尋常有什麼徵狀呢？
答：多半體瘦，臉色不正，無精神，神經過敏，睡覺不安寧，易受刺激，容易落淚，發怒，煩躁，很難專心於功課，食慾不佳，並且常思便秘，

六，問：營養不良怎樣預防呢？
答：第一最主要最基本的就是實行衛生規則，使兒童養成衛生習慣。必須由家庭與學校雙方合作進行，學校裏告訴兒童什麼是應有的衛生習慣，家庭必須為兒童預備實行的機會。例如：學校裏教兒童「我早必刷牙」，家裏一定要給兒童預備一把小牙刷和一個漱口杯，他才能實行這一條衛生規則。所以學校與家庭必須聯合督促方可收教育的效果。

第二是按期至醫師處檢查，且考核兒童的飲食營養是否合宜，照醫師的吩咐改進兒童的飲食。第三身體如有輕微缺點亦應急速矯治。

▲本刊徵稿簡約

- 一，本刊宗旨在推進大眾衛生知識，研討衛生設施，凡關於衛生上之短評，論文，專載，照片，譯述，以及各地衛生設施及工作情形等稿件，均甚歡迎。
- 二，投寄稿件，不論文言白話，務請繕寫清楚，並加新式標點符號。
- 三，翻譯之稿，請將原文題目原著者姓名及出版日期地點詳為開列。
- 四，外國人名地名及專門學語，均請附註原文。
- 五，稿末請註明姓名地址，以便通信，署名與否聽作者自便。
- 六，投寄之稿，如不掲載，投稿人預先聲明者，當照原址寄還。
- 七，刊載之稿均以本刊為酬。
- 八，投寄之稿，本刊有酌量刪改之權，但投稿人不願增刪者，應於投稿時預先聲明。
- 九，所投稿件，請於每月十日前寄交本刊編輯委員會收。

編輯者：北平市第一衛生區事務所大眾衛生編輯委員會
 發行者：北平市第一衛生區事務所
 承印者：北平崇文門內蘇州胡同北方印刷所

▲編輯人員

總編輯 容啟榮
 編輯 徐藹諸 高君哲 謝家澤 蔡方進
 彭達謙 王琇瑛 吳驥伯

▲本刊廣告章程

- 一，凡擬在本刊登廣告者，須合本刊宗旨。
- 二，凡醫藥廣告須根據醫藥之學理。不得過事宣傳。
- 三，廣告內容，本刊如有認為不合規定者，概不登載。
- 四，廣告概以白紙黑字為原則，如用彩印，每加一色，照廣告費全數加四分之一，並須刊登全頁。
- 五，如用銅版，可由本刊代辦，製版費另收。
- 六，廣告刊費須一次付足，如訂立長期合同，亦可分月交付。
- 七，本刊每月出版一次，廣告底稿至遲須於每月十日以前，送到北平市衛生局第一衛生區事務所庶務室。
- 八，廣告文字，中西文均可，惟底稿須用楷書繕寫，以免錯誤。
- 九，凡在登載廣告期內贈本刊一份。
- 十，廣告費按左列規定收費：

廣告篇幅	收費數目		
	全年	半年	每月
全頁	四十元	二十元	五元
半頁	三十五元	十五元	三元
四分之一頁	十五元	八元	二元

衛生家、教育家、衛生教育家！

當我們與人家講演日精衛生的時候，您是否顧及到或曾遇過牙齒到病時，牙齒最合適的牙刷為最合適。我們知道牙齒發生疾病，這牙刷不合宜不能將牙齒潔淨，以致牙齒腐蝕，這就是一種很重要的原因。**壽字牌牙刷**就可以免除以上所說的危險。每盒一元，每打十元，不但是為衛生上日用的必需品，而且是教育兒童、補助衛生教育良好的。

它的優點有六：

- 一、精選上品材料，精工製造，料固工精，定價低廉。
- 二、根據科學原理，經過衛生專家研究。
- 三、刷之強形，曲度，大小，適合吾人之牙縫，及牙之天然排列。
- 四、刷毛軟硬，參差，合度，用之無損傷牙齦之虞。
- 五、刷柄刷毛完全藥水消毒，無傳染疾病之危險。
- 六、潔製淨白，裝設美觀，以之為贈送友人，誠為良吉之禮品。

定價

成人用每百支大洋拾肆元

兒童用每百支大洋捌元

外埠寄費在內——多購特別價廉

中國衛生牙刷工廠謹啓

廠址：北平東城西北邊法號