

年

卷

第

1

第

1

—

7

期

24 NOV 1934

北平市政府衛生局

衛生月刊

第一卷第一期

袁良題



民國二十三年八月一日出版



英古齋南紙店廣告

本號專辦中西繪圖儀器專
印銀行簿記鉛印中外紙張
各種湖筆徽墨喜聯壽屏學
校用具一概俱全開設在北
平琉璃廠東北園電話南局
二四四二號

萬德新五金行附設鐵工廠廣告

本行自運歐美五金雜貨專
應路礦應用各種材料俱全
開設在驛馬市大街路北電
話南局六六二號

信昌五金行廣告

本行自運歐美各廠各種
五金及汽油機器油汽車
零件零整批發格外克己
開設在崇文門外大街路
西電話南分局一九七號

北 裕 南 記 紙 廣 店 告

本店批發歐美名廠各種紙
料並專售中西文具鉛筆橡
皮膠水漿糊墨汁墨水膠寫
用品體育器械一切俱全並
承做機關學校鉛石印刷各
種簿記無不齊備開設琉璃
廠國門關電南局三八五四

發刊詞

公共衛生，形成現代都市，最重要之任務，已由環境之需要及其本身之效能，漸次證明。故都市計劃之目的，泰半關於衛生上之事項，而衛生問題，則幾與都市計劃一切問題，相互關聯。

都市生活，何以需要良好衛生之設施？此則揆之時代之演變，證諸人類生活之維持，當可瞭然。人類生活之維持，最低限度，需要一定積之空間，一定量之空氣，攝取相當之水分，接觸相當之光線。此在原始時代及農村生活，固取之不盡，用之無障。而于現在人口稠密，建築物高大之都市中，則自然界之恩惠，往往爲其所侵奪。欲求補救已缺損之天惠，勢非運用合理之衛生設施不爲功。復次，則因新陳代謝之結果，蔚爲污穢的排洩物之堆積，造成極不爽快而有害之環境，不爲有效之剷除，何以保公共之健康！

以是，都市衛生之範圍，廣袤異常。——凡人類所居之處，必有衛生問題發生。——尤以科學落後之我國，其都市中亟待解決之衛生問題，爲數尤夥。本市以前衛生行政過去如何，姑置不論。僅就目前環境而境言，百五十餘萬人口共同生活之故都。一切衛生上需要之迫切，自不待言。董其事者，苟不加以審密之觀察，合理而有效之措施，則何以應付艱巨。

往歲，市長袁公蒞任之始，即將衛生職權，統一擴充。願積承乏此間，瞬幾一載。雖業業兢兢，幸免隕越，而限于才力，建設無聞。工作方面，常歎于懷。比者，衛生局既已正式成立，同時前自治區坊公所之清潔事項，亦已接收。責任增加，事務繁重，自願行能，惶愧無已。

惟是，衛生範圍之廣大如此；本市衛生需要之迫切如此；本局任務之繁重如此；自非羣策群力不為功。而羣策群力之集中，端賴有一交換之鎖鑰，以為之介。則衛生月刊之舉辦，又烏容已！

介紹關於衛生之常識，喚起市民之注意，使其對於衛生有相當之認識，則自樂予當局以良好之建議；公布衛生施政之方針，使市民有相當之諒解，則自易奉行而無阻，並可得到協助之力量；治專家竟見于一爐，而折衷取証于事實；統計以往之得失，以為將來之借鏡；此皆茲刊之使命，而亦局內外同人，所應同為戮力者也！

創刊既付印，爰誌雜感，用弁簡端。

民國二十三年八月 儀徵方頤積

衛生月刊第一卷第一期目錄

發刊詞

方賡積

照片

北平市衛生局組織表

專著

什麼是公共衛生

任樹先

天安門前玉帶河內發現死魚原因之探討

王樹芳

傷寒霍亂預防注射

劉丙盧

都市厲行消毒論

任先

清潔與教育

體揚

養成兒童衛生習慣

劉鳳祜

預防兒童惡習之一

吳季白

預防兒童惡習之二

潘兆聯

含大腸菌的冰結稜爲什麼不能飲用

全前

衛生常識

陳如

(一)青菜水果一般簡易消毒法

(二)臭蟲之滅除法

(三)眼之保護法

(四)小兒骨軟病之原因及預防法

(五)日常生活衛生習慣

文藝

理

雜俎

世界各國人口死亡率之比較

世界各國平均人壽之比較

北平市二十二年度全市戶口與出生及死亡之統計

(一)北平市二十二年度戶數及人口數逐月統計表

(二)北平市二十二年度出生及死亡人數逐月統計表

(三)北平市二十二年度出生率死亡率統計表

(四)北平市二十二年度男婚女嫁統計表

嗜好毒品對於國家經濟之損失

北平市現有毒品嗜好的人數及每年毒品消費之概數

請醫

胃腸傳染病人與健康人之關係

本局消息

霍亂及傷寒之免費注射

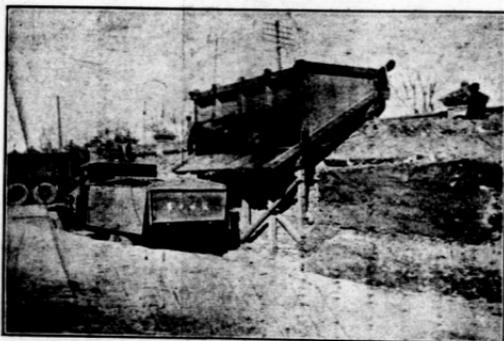
新添大批礮土車及洒水車

新置汽車十輛到局

清道班背心製訖

(一) 般 一 施 設 生 衛 局 生 衛 府 政 市 平 北

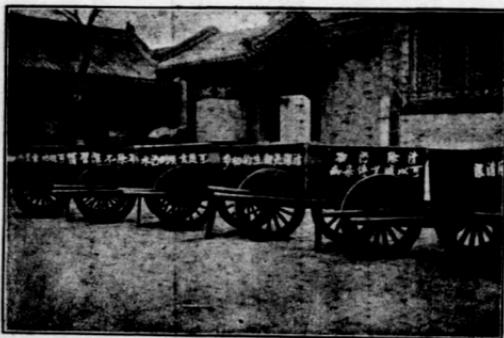
藉 狠 穢 汚 時 之 定 勘 初 在 場 運 待 土 穢 街 部 法 司
車 裝 土 卸 於 便 不 尤



土 裝 設 添 道 坡 行 車 當 適 成 做 圍 範 小 縮 經 場 運 待
減 鐘 分 廿 由 間 時 土 裝 車 汽 將 且 潔 清 前 較 惟 不 開
鐘 分 七 至



待 土 穢 於 置 分 爐 穢 焚 型 小 項 此
物 穢 燃 易 項 各 化 焚 以 用 場 運

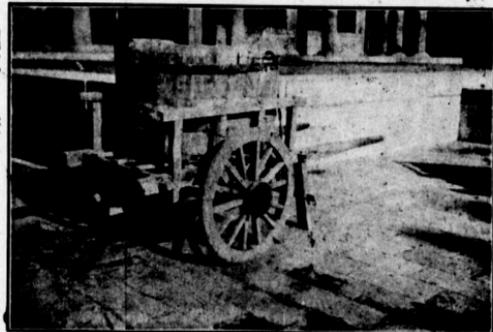


語 標 傳 宜 之 上 車 土 穢

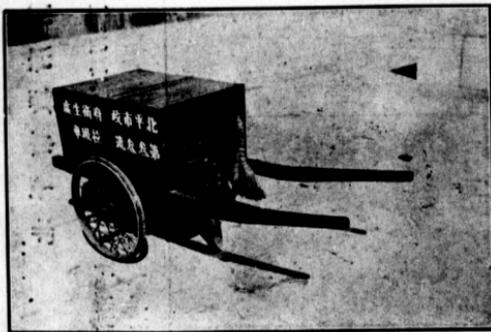
(二) 般一之施設局生衛府政市平北



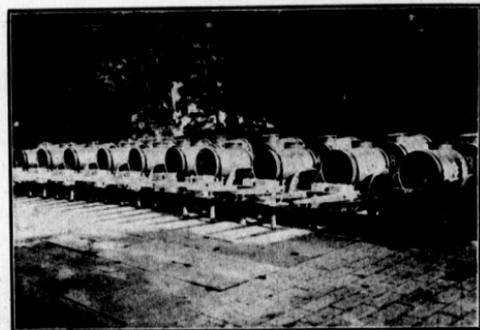
車坡拉道清有舊



穢汚重笨車水穢質木之有舊

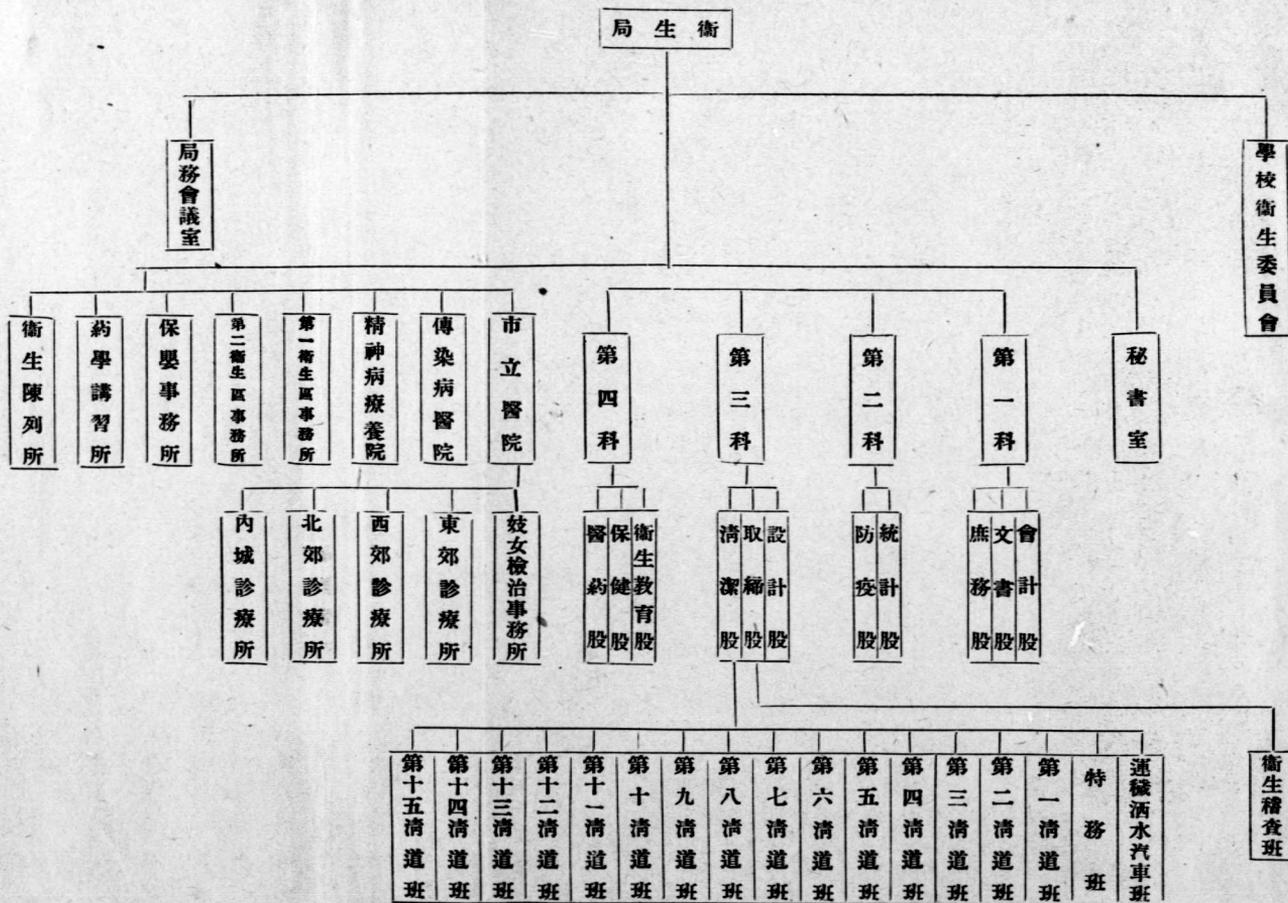


種一之車坡拉道清置新



淨潔便輕車水穢桶鐵置新

北平市政府衛生局組織系統表



什麼是公共衛生

任先



(一) 公共衛生之意義

從來人類之進步，是與環境相互演進的，世無亘古不變的環境，所以人群生活屢有適當的演進，來保存我們的生存，來謀我們的幸福，現代天演的趨勢，科學的發達，社會的情形已竟變遷了，環境的演進既如此，我們不想方略去圖存，那是要自趨滅亡的。我們的生存，實告訴我們不能離開群眾，我們因為在群的裏邊去圖存，所以實際的情形不能分開你我的畛域，因為一人得了傳染病，我們隨時都有被染的危險，從前個人的疾病問題現在是人群的問題了，這是現代醫學給我們的確實的證明，所以我們的命運，在狹義方面上說，最小部分是用自己能力來支持，

在廣義上來說，大部分全交給我們共同生存的人群中，這整個防碍公共健康的問題，我們要想用科學和醫學的方法，去應付，去預防，去治療，來保障我們的健康，並要大家團結起來，去合作，去接受，來謀進我們的幸福，這就是公共衛生簡略的意義。

(二) 公共衛生與國家經濟民族發展之關係

公共衛生的潮流盛行以來，歐美各國政府了解國家的強弱，社會的經濟與民族的發達，和國民的健康，有很嚴重的關係，所以對於公共衛生行政，認為國家極重要的事業，來獎勵來實行，在中央設有衛生部，在地方設有衛生局，甚至在國際又有國際衛生部，這樣的施行已竟數十年

了，他的責任，「就是改善社會衛生狀況，以預防疾病發生，而減少死亡」，由此可提高民衆健康程度，以增進其生活力量，而充裕社會經濟」，因為實行公共衛生，所以他們近百年來民族增加率，比較十六世紀，美國增加了六倍，英日兩國增加了三倍，德國增加了兩倍半，法國增加了四分之一，在十六世紀歐洲各國平均的人壽只有二十一歲左右，現在居然有的增到六十歲了，他們的死亡率，也因之有的減到千分之十三，有的減到千分之十五，這是實行公共衛生後的顯然的效果，講到我國國民壽命，據中央統計發表只有三十歲，每年死亡率爲千分之三十，兩相比較，這是多們的落後，對於國家強弱上及民族發展上，有多們大的影響，說到經濟方面上的損失，更不可以道里計了。

我國死亡率較歐美超過了千分之十七，或千分之十五，按四萬萬國民計算，我們每年冤枉死於非命者，最低的數目就有六百萬人了，這六百萬死於非命的，調查所得，死於六歲以上的小孩較多，再將死於三四十歲的，和死於五六十歲的平均起來則死亡者之年令，約在十五歲，每個死亡只按十五年計算，則所有損失的培養教育費用，據統

計家報告，按最低限度的推算，每人每月須洋五元，每年須費六十元，十五年則須九百元，再加上十五年的利息，十五年中至少須有二千元的數目，如此統計起來，則六百萬人的每年的損失就有一百二十萬萬元，再加上因爲患病經濟損失，和因病不能工作，他的生產的損失，則每年損失可達一百五十萬萬元，這個駭人聽聞的損失的數目，在這建設的時期，設用在建設上的發展，其功效當有可觀。現在白白丟去，這有多大的可惜！

(二)公共衛生與個人之關係

公共衛生，對於個人能保障我們的健康，減少死病，對於國家能增進社會經濟，發展民族，但是我們常用什麼方式，纔可使這種事業進展迅速呢？在政府方面，當然要有衛生機關的組織，督理一切衛生進行，在我們民衆方面，因有切已的關係更屬重要，對於衛生設施上，我們要充分的接受，盡量的合作，同時個人又要養成衛生習慣，具有公共衛生常識，這才能明白環境衛生的重要，傳染病的危險及預防的方法。如此迎頭作去，則事半功倍，才可達

到進展迅速的地步，我國國民不良之習慣，和衛生常識的缺乏，對於衛生之進展，實有若大的障害，年長知識界，根於先入爲主的觀念，胸中已充滿玄妙的舊醫，不懇犧牲成見採用新醫的設備，無識的民衆們，復因篤信鬼神，執迷不悟，更是陽奉陰非，這兩種的障害，都是我們健康上的侵害者，公共衛生上的微生物，我們必須用全力灌輸他們衛生常識，領導他們，援助他們，鑷除他們的玄妙的觀念，和鬼神的心理，這樣公共衛生才可進步，我們的健康，才可確保，我們的民族才可發展！

(四)北平市衛生行政最近改進

我國當局鑒於公共衛生，關於社會民生之重要，所以在北伐成功後，在中央成立了衛生部，統轄全國公共衛生事宜，來保障國民的健康，同時規定地方衛生局組織法，並獎勵各地方成立衛生機關，北平市在十七年組織特別市政府時，將京師警察廳及市政公所之衛生事項，合併組立爲北平市衛生局，掌管全市衛生行政，此爲北平市有完備衛生行政機關之始，十九年因市府經費困難，衛生局遂歸

併於北平市公安局改爲衛生科，二十一年又改科爲股，以致人少事煩，百務廢弛，北平市遂陷於無衛生事業狀態中，二十二年袁市長蒞任鑒及平市全市一百五十萬人口，而衛生事業，似此不振，因以大刀闊斧的精神，毅然決然，於本年十月間遂撤公安局衛生股，成立衛生處直隸於市政府，數月的經過，因事務繁重，遂於本年七月又恢復爲衛生局，這是北平市衛生局復活大概的經過，實在是我們市民，值得紀念的，所以亦同時提到，但是衛生局究竟他執掌的事項是什麼，我們如果明白他的內部組織，就可了解他行政的範圍，並且可以知道他的重要性所在了，同時我們可以澈底公共衛生的任務，並不只限於清潔街道，處置垃圾和糞車蓋蓋了。

(五)城市衛生局之組織概要

衛生局按他所執掌的事務之區分，普通分爲四科，茲將北平市現行的衛生行政組織，分述如下！

第一科 管理總務無庸贅述

第二科 掌理左列事務

九、關於環境衛生之設計事項

四

第四科 掌理左列事項

- 一、關於醫藥執業人員，醫藥團體，公私立醫院分院診療所，及中西藥商之注冊領照及管理事項
- 二、關於各區衛生事務所，市立各醫院，診療所，衛生試驗所，藥劑學講習所，保嬰事務所，衛生陳列所，及妓女檢治所之設計，監督及改進事項

三、關於婦孺衛生事項

四、關於衛生教育事項

五、關於學校衛生事項

六、關於工廠衛生事項

七、關於衛生書報之徵集及編纂事項

八、關於醫藥衛生荒謬宣傳之取締事項

九、關於各種毒品嗜好之戒除事項

我們明白牠的内部組織後，就可知道這個衛生機關，是和我們生活上有切腹的關係，所以我們應當充分的接收各項衛生事業的設施，並要團結起來盡量合作，使該項的設施，得以進展，這是我們民衆應盡的義務和責任。

一、關於出生登記及發給出生証書事項

二、關於死亡登記及發給出殯執照事項

三、關於婚嫁之登記事項

四、關於疾病之登記事項

五、關於生死婚嫁疾病統計之彙編及保管事項

六、關於種痘及其他預防接種事項

七、關於花柳病癆病狂犬病及其他傳染病之管理等事項

八、關於本局施政統計之彙編事項

第三科 掌理左列事項

一、關於飲食物及其用品之檢查消毒及取締事項

二、關於飲食物製造販賣場所之管理檢查及取締事項

三、關於飲水之檢查消毒及取締事項

四、關於牲畜之檢驗取締及屠宰場之管理事項

五、關於街巷清潔及拉圾穢水之收集處置事項

六、關於糞便之收集及處置監督事項

七、關於戶內清潔之檢查及取締事項

八、關於理髮館、澡堂、戲院、游泳池及其他公共場所

衛生之檢查及取締事項

天安門前玉帶河內發現死魚原因之探討

王樹芳
劉丙盧

本年五月間，天安門前玉帶河內，發現大批死魚，漂浮水面。一時轟傳全市，議論紛紛，或以為河內曾經人投入毒藥，魚因受毒致死，種種推論，不一而足。本局為明瞭真相起見，當即在該河及其上下游分別取水化驗，並委託靜生生物調查所解剖死魚。綜合推論，河魚致死，實係受水質不良之影響。當時調查情形及化驗解剖結果如后：

(一) 水流情形 按天安門前玉帶河上游，通中山公園水榭，而中南海，北海，什刹海，其什刹海水源，來自平西玉泉山，至該河下游，係經南池子銀絲溝，而入護城河，銀絲溝以東，因歷年居民傾倒拉圾，河身堵塞，致上游一帶，儼成死水，故天安門玉帶河之水，因下游出路堵塞，遂致淤塞。

(二) 分拆及解剖結果 本局於五月十八日下午，分在

北海，中山公園水榭，玉帶河，及南池子銀絲溝等四處，各取水樣一份，分別化驗，以資比較，(結果詳見附表)並取死魚十七尾，委託靜生生物調查所，加以解剖，經解剖檢驗結果，魚體並無何項較大寄生蟲類，而水內亦無含有毒質象徵，按其致死之由，完全係因水中缺乏氧氣，按魚之生存，全賴水中所含氧氣，而天安門河水試驗結果，溶解氧含量，僅百萬分之五，二，佔飽和最百分之十，七，其北海及中山公園等處之水，所含氧氣，均不如是之少，至銀絲溝一帶，水質雖尤低劣，但該處上游因有柵欄，魚難通過，故該處尚無死魚發現，按美國衛生學者浮勒氏(G.W.Fuller)認為水中溶解氧之含量，在任何時間，至少

須在飽和量百分之三十以上，方足以保障魚類生命之安全。茲查該處水流情形，下游既經堵塞，而銀絲溝之上游復有木棚，致有多量之魚，阻集玉帶河內，水中氧氣原極不足，即在平時，魚之生存已極困難，況值五月，乃魚類生殖期間，雌魚在此時期需氧最多，求供相差懸殊，魚命遂危，復按解剖結果，死魚十七尾中，雌者十五尾，雄者僅二尾，且雌者腹內含卵甚多，其為生殖期間，缺乏氧氣而死，尤足證明，又死魚之鱗，異於尋常，特別膨大，或竟已經破裂，足徵未死之前，呼吸掙扎之一般，再已死之魚，皆係鯽魚，其鱈魚烏魚則無死者，蓋因鱈魚烏魚抵抗力大，雖水中含氧不足，亦可勉強生命，復經詳細考証，玉帶河水溶氧含量，所以如是之少，原因有二：

(1) 玉帶河而過窄，水與空氣接觸之面積既小，復以兩旁岸牆高築，空氣極不流通，因而空氣中氧氣溶解水中之機會甚少，至北海一帶，水面遼闊，空氣用風推動，流通不息，且魚之密度亦稀，其水內所含氧氣，雖亦不及標準需要之數，惟因水面寬敞，每當缺乏氧氣時，魚可以值時躍出水面

，吸所空氣，以資調劑，故無死魚情事發生。

(2) 按檢驗結果，玉帶河中之水，其細菌氮化物氫化物之含量以及耗氧量特大，準此考証，實足證明該處之水，較上游各處之水為不潔，不潔之水，需氧自清，而所需氧氣，因受前項水面空氣不流通之影響，多取給水中，前查玉帶河水，耗氣量為百萬分之十九，較之其他各處，獨不及百萬分之十者，相差甚多，耗氣之量既大，溶氧含量自小。

再該處河水過污，藻類叢生，按藻類如在日光之下，吸取水中二養化炭，放出氧氣，尙無妨於水中含氧數量，惟當夜間，或陰晦之時，則吸氧放炭，經分析該處河水係鹼性，因二氧化炭乃屬酸性，實無存在鹼性水中可能，故該河藻類生存，全賴氧氣維持，而水內溶氧原已不足，復經分測殆盡，魚無所賴以生存矣。

綜核各項結果，已足證明河魚致死，係受水質不良之影響，並非中毒，按其重要原因；一為河水

表 錄 記 果 結 驗 檢 質 水 附

註 附	(一) 之 分 萬 百) 物 化 氮				物 化 氧 單 位 : 百 萬 分 之 一	量 氧 耗 單 位 : 百 萬 分 之 一	量 含 氧 溶		培 養 (攝 氏 三 十 七 度 四 十 八 小 時) 每 公 振 雜 菌 數 量	地 取 點 水
	亞 硝 酸 鹽	硝 酸 鹽	摩 尼 亞 質 阿	阿 摩 尼 亞			飽 和 量 百 分 之 一	單 位 : 百 萬 分 之 一		
(1) 此 ? 處 水 皆 呈 鹼 性 , 水 無 二 氧 化 炭 氣 存 在 (2) 此 ? 處 水 中 皆 發 現 大 腸 菌	0.001	0.0	0.54	0.22	24	8.7	11.2	5.4	410	北 海
	0.014	0.04	1.01	0.17	29	8.8	12.6	6.0	3400	水 中 山 公 樹 堡
	0.16	0.01	1.37	0.82	45	19.0	10.7	5.2	14,300	玉 天 安 帶 門 河 前
	0.02	6.08	0.84	0.82	30	9.2	8.8	4.3	12,600	銀 南 絲 池 溝 子

溶氧含量過小，一為五月間適值魚類生殖時期，故五月以後，生殖期過，即未繼續發現死魚，惟若對於河道，不加整理，則河魚之生長，必不健

全，且每當生殖期間，或當仍有死魚情事，解決之方，首為疏通河道，清除藻類，以清水流，而增氧氣，此項工作，殊不容緩也。

傷寒霍亂預防注射

任先

傷寒霍亂這兩種病，是我們夏令最易感染而又最危險的，胃腸傳染病。從前我們對於這兩種傳染病流行的時候，都認為天災，病了死了，不是歸罪於天，就是委諸於命，一般人的習慣，非病臨身上，決對不去設法預防，非生命到了危險，也決對不知道病的厲害，所以這兩種病，一經發現，即行猖獗每年冤枉死於這種病的不知有多少萬人。

近數十年來醫學，日漸進步，公共衛生日趨完備，關於這兩種病的病理，和預防的方法，已竟有了很大的供獻，歐美各國因此也就努力推進他們的公共衛生，以維持已有的健康，同時又根據醫學上的供獻的方法來遏止這種傳染病，政府提倡，民衆接受，群策群力，所以近數十年來

，在歐美境內，關於這兩種傳染病，已竟幾乎全都絕迹，所以能有絕迹之成績的原因，就是因為有澈底的預防，這澈底預防的方法，是分兩項進行，第一是注意公共衛生杜絕傳染病菌侵入人體：

這種方法是專在個人方面，環境方面，和交通方面，設法遏止病菌，令牠沒有機會來蔓延，和沒有方法能侵入我們的體內，這是屬於體外的預防，但是猶恐不慎，病菌偶然侵入體內，所以在我們的體內，同時更要設法增加抵抗力，這樣處置以後，對於傷寒霍亂之預防，纔算完備，這是屬於體內的預防，這增加抵抗力的辦法就是預防注射，也就是對於傷寒霍亂，澈底預防上除了第一項辦法外，同時應進行的第二項辦法：

這第二項辦法，簡略來說，就是一方面，在我們體外設法杜止病菌侵入體內，一方面在我們體內設法增加抵抗力，設使病菌偶然侵入體內，亦可由我們體內增加的抵抗力，來消滅牠，所以要想澈底防禦傷寒霍亂之發生，對於傷寒霍亂預防注射針，是不可免的。

●傷寒霍亂預防注射藥是什麼●

這種藥水，是用殺死的傷寒，或霍亂的病菌，用極精密，和最審慎的方法製出的，在一定的分量裡有一定的死菌數目，製出之殺死的傷寒或霍亂液，名曰傷寒疫苗或霍亂疫苗。

牠的功用，是能刺激人體，產生傷寒霍亂抗體。

牠的學理，是用死的傷寒病菌或死的霍亂病菌同牠所分泌的毒素，注射到人的體內，被吸收後，來到血液裡，血液裡的血清，受了這種死菌的刺激，逐漸發生一種抗體，這種抗體可以消滅傷寒或霍亂的病菌，但是這種抗體，須有充分的方可足用，所用的分劑尤屬重要。

牠的分劑至少在一定期內，須注射三次，第一次注射半公撮（半西西）疫苗，過一星期注射第二次，再過一星期

注射第三次，第二三次均注射一公撮，這三次完全注射了以後就可以預防兩年不得傷寒或霍亂。

牠的副作用，在注射這種疫苗以後，二十四小時以內在注射的局部，有的人發現輕度的紅，腫，痛，或頭疼或發熱等症狀，這是刺激產生抗體的一種附帶的現象，對於身體及健康上，是無絲毫的關係，過了二十四小時後自然消退的。

●我們對於預防注射應有之覺悟●

傷寒霍亂預防注射，對於傷寒霍亂預防上，既屬重要，所以亟應推廣施行，但是在現在社會的情形下，實際上則有很大障害，揆其情形，不外我國一般民衆缺乏醫學衛生常識有以致之，我國現在一般人對於醫學衛生之心理，約可分為三類：

第一類的，是具有玄學之知識界，這類人腦中充實玄妙醫學，雖死不得犧牲個人主見，個人既不肯信仰新醫學說：也決對不採用科學之設備，更用全力限制他的親戚朋友子弟接受新的設施，這類人對於預防注射上實是一個最大的障害。

第二類的是具有新的洗禮之知識界，這類人曾受學校科學之灌輸，也有相當衛生常識的訓練，但是因受了舊的環境之轉移，和由習慣上之自然，將他自信力搖動，變換了他的趨向，對於新醫之學說，及衛生之設施，雖不加以攻擊，但也不充分去授受，這類人對於預防注射之觀念，尚在懷疑。

第三類的是那昏愚心無知識的平民界，這類的人，無知無識，崇拜鬼神，執迷不悟，無所謂衛生和預防，這類的人對於預防注射，根本是不了解的。

綜合以上三種心理，在這種現象下，所以對於傷寒霍亂預防注射上，發生了很大的障害，因此傷寒霍亂在我國

蔓延的情勢，好像洪水猛獸，每一發現，即無法遏止，每年死於這兩種病的人也不可勝計了。

今後我們應有的覺悟，是要知道學術是循人類進化演進的，由神學醫進到玄學醫，由玄學醫進到科學醫，這是應有的過程，神學醫和玄學醫所以能在我國獨存在，也是因為迷信神學玄學者不知改進，和受過科學洗禮的盤旋中途不知邁進，有以致之，設具有日本明治那樣精神，恐怕中國醫學的進步和衛生之設施，以及民族的健康，社會的經濟，早已超過日本，事實既是告訴我們，我們即急應及時覺悟，接受這種新的設施，對於預防注射上更不當菲薄，亟力努力現在，邁進將來，願我同胞醒悟起來。

我們要免霍亂……傷寒……痢疾：
飲水必須煮開

都市厲行清毒論

體揚

自蔣委員長倡導新生活運動以來，國內開明之城市，都有直接或間接奉行的表示，南京市厲行除三害，同時平市府亦有此種命令傷屬遵照，今日閱報，平市對於戒除毒物，更有進一步斷然決然的辦法，並召集各負責局長，決定設立烈性毒品戒除所，收容千餘人，根據最近總部行營頒發的烈性毒品戒除條例，販運者即予槍斃，重犯者同此，這種嚴厲命令，真能澈底奉行，自然可以洗刷民族的污點。

查我國自民國十七年，國府曾召集全國禁烟會議，有長文宣言，略言「今者國民政府，統一中原，毅然痛革萬禁於徵之稅政，設立禁烟委員會，厲行剷除烟毒之計劃」。在他禁烟方策中，有「剷絕國內之烟苗，嚴禁外洋之輸入

」的規定。民十八年七月間，又公布現行禁烟法，製造販賣或吸食鴉片者，處以五年以下徒刑，或三千元至五千元置金。十九年二月間，又由行政院命令公布禁烟施行規則。禁種禁運禁售禁吸，各有詳密的規定，十九年冬，四全會議議決之刷新政治案，其「中央施政之中心」項下聲明「消極方面，集中於公共剷匪禁烟裁釐之工作」，我們一讀以前禁烟的法律和政府屢次宣言決議，目睹今日烟毒的猖獗，以及人民醉生夢死的情形，再看了今日所頒布的禁毒條例。能不令人慨喟！

據調查所知，我國人口四萬萬，而吸食鴉片者有二百餘萬，實占百分之小數五三。尤其是都市，因為都市不僅為毒物的製造販賣場，且為毒物的推銷場，近年以來，上

海，漢口，北平等市，屢次破獲價值數千萬的毒物可為明證。在中國大約還沒有大量製造嗎啡與海洛因的組織，大部份毒物，都是由外國輸入的。外國奸商，以租借地為窩巢私運毒物到中國，並特領事裁判權為護符，得以深入內地。暢行無阻，至於北方白面金丹的披猖，也是不平等條約的束縛所致，言之至於痛心。說到城市的住民，恬於偷安，巧於取樂，為了滿足一時的舒適，不知不覺做了自殺癡士。但是此類毒物，人人知其有害，而必躬蹈之者，因其具有特異作用，直如「美女之美色，餽饌之有美味，足以使嗜之者雖死而不悟。」現將鴉片類毒物特異作用，（也就是被誘害的美色），分析言之，作為大家的「前車之鑑」：

(一)止痛作用：鴉片類之麻醉藥，能麻醉大腦機能，而於感覺機能尤甚，終使痛覺的反射作用消失。一般人為一時痛苦所逼，初嘗試之，日久則漸成習慣。我們要知道此種止痛，不過是暫時，於病根毫無益處，只有傷害神經機能。

(二)鎮咳作用：其鎮是咳由於制阻的感覺反射機能，並

減少氣管分泌液而來。市上鎮咳成藥，往往含有此種毒品，普通人不加思考，圖快一時，因之由鎮咳而成習慣的不少。

(三)安靜腸管：此類藥品能麻痺神經之興奮性，致使食物滯留胃內，不向下行，直腸亦失其感覺，以致便秘；並使腸壁下感受外界之刺戟，因之蠕動減少，遂有此瀉作用。故慢性下痢病人，因冀一時輕快，而吸服此類毒物以致成癡者，最為多見。

(四)制止分泌：凡唾液，腸液，鼻液，精液等皆可因服此類藥品而減少，其原因由於交感神經之麻痺。其固精作用，尤為一般浮夸淫浪之輩賞識。樂而忘返，遂成烟客。

(五)擴張血管：小份劑之嗎啡，即能使皮膚之血管擴張。所發之現象為暖感，而紅，發汗等。故傷風者用之，每有奇效。

(六)安靜心神：凡精神錯亂，興奮過度時，服之，因有鎮靜大腦之力，極能奏效。困苦憂懼喪然若失。此鴉片類毒品之主要作用。其有害之烈，亦基於此。

註：以上一節，請參讀醫學週刊第四集「鴉片類之毒品」一文。

因有以上各種作用，乃使此類毒品普遍於各級社會，吸服過久，則消化器先被侵害，先因腸管之安靜而便秘，後因神經痲痺而下痢，於是食慾減退，飲食漸少，因之體重銳減，羸瘦不堪，終成惡病的狀態。皮膚腐癢硬，乾燥而粗糙，指甲，牙齒及頭髮等亦顯病狀，瞳孔縮小，心跳不規則，兩性作用消失。到了此時，因抵抗力減弱，極易發生他病，如患肺結核，肺炎，胃炎等，因之夭亡。以上所論，僅限於民族體質之傷害而言，至於對於國民經濟損失，更不堪設想。

嗜有鴉片類毒品的人。生理既被剝殺，生產能力，自形減低，社會一切事業，亦不能銳進。其間接損失，實非數字所能統計。至直接用於毒物的金錢，據可靠的統計，我國每年購用鴉片嗎啡，赫羅因，寇卡因的資金計八萬元，又據精密的調查專家說，中國每年買外國與本國的鴉片，有十萬萬元之多，其他毒物尚不計在內。我們姑以八萬萬元的最低標準；再以此數與別種事業的經費一相比。更

可驚人。據中華教育改進會一九二三年報告，全國教育費，尚不到一萬萬元，麻醉劑上花費的錢幾十倍於教育，八倍於投資煤礦，十四倍於電氣事業，二百倍於汽車輸入，（現在每年汽車輪約值四百萬元）總之，這種國民不正當的消費，如用之於各項建設事業，實有可觀了。當此外侮臨境，國民如不立時覺悟，自動起來戒除，復興民族，又從何處說起呢？

作者草議此文，目的注重於各大城市，因城市為製造，販運，吸服毒物的大本營，如果能由城市拒毒做起，鄉間或海外的毒物，既不能輸入城市，而城市毒物更不致流入鄉間。加以北方因種種外交關係，毒物進口，無法檢查，不知自愛的國民，反常私常自染指，與人勾結。目賭各大都市之下級人民，飲鳩止渴的情形，真可感傷。現在的執政當局，既有決心，我們奉行的機關，就澈底痛快的來幹一下，先從自己做起，外來的毒物，就無能爲了。尤其是都市裏的人們，更要有充分的認識，共同起來防堵這亡國滅種的禍害。

清潔與教育

劉鳳祐

清潔這件事，差不多人人都會說，也差不多人人都知道是一件應當注意的事。但是你要按諸實際，仍然是一榻塗糊，莫明其真像。以一般普通市民來說，不是屋子裏污垢雜陳，便是院子裡垃圾遍地。甚至於門後頭堆積著隔日的菜葉瓜皮，牆根下陳列著小孩子拉的一堆一堆的糞便。一任那蠅蛆叢集，風日蒸揚。却始終懶得抬一抬手，把他清掃出去。及至同人家談到清潔兩個字的時候，他却彷彿是很知道的樣子，可是最後的結論，不是比不了外國人，就是比不了貴族化；種種的話頭，以表示他是一個深講清潔而勢有不能的人物。

還有一種人，抱著祇圖自己清潔，不管他人醜態的心理，任你主管衛生的機關。如何的勸導，如何的取締，他

仍然是將一盆污水，甚至早晨起來端著一盆子尿，或是一箕箕的穢土。在那巡查警士未來之先，或從門縫裏偷偷看見巡查警士走過之後，給你一個一倒大吉。甚麼叫作公共衛生，甚麼叫在四鄰怨罵，他却行若無事的污穢由他污穢，清潔我自爲之。等到同人家談到清潔兩個字的時候，他也彷彿是很知道的樣子，但其結論，却是把這種滿街污穢的責任，完全歸咎到夫役懶惰，及主管機關辦理不善的身上；而大談其對於清潔獨有心得之妙。

像這兩種人的心理。固然是我們中國，尤其是在這號稱文化中心！北平的人，一部份矛盾心理。但是他知其當然而不知其所以然的主因，却完全是教育不能普及所致！要知道教育兩個字若能普及。在前一種人，他決不會惜其

一舉手之勞，甘處污穢而自暴自棄。在後一種人也決不會泯其公德之心，視法律如弁髦。

所以教育這件事，不獨是立身之本，也便是立國之本。不專能認清清潔一事，擴而充之，也便能認清萬物。學一句老學究說話：此教育之所以爲要務也。

否則，教育不能普及，不但凡事糊不清；即區區清潔兩字，也永無實現之日。儘再如某市民致某局長書中所謂：「日本人教訓兒童愛國，說：到滿洲去。中國人教訓兒童拉屎，說：到街上去」之語，那我祇有爲清潔前途一哭了！

據統計：各國人民死亡率約在千分之一五，我國人民死亡率則在千分之三十，因此我國每年每千人口中要冤枉死十五個人，每萬人口中就要冤枉死一千五百人口，若以此數來推計，我國四萬萬人口中每年就有六百萬人是因疾病而冤枉死的。假如我們能够利用現代醫學的學識，發展公共衛生，這每年六百萬的冤枉死亡，都是可以避免的。

養成兒童衛生習慣

季白

衛生習慣，端在幼年時代須訓練其養成，我國一般的兒童多習染上許多有害健康的習慣，如好吃零食，不愛清潔等，這些有害身體的習慣，一般兒童何以會習染上？入了小學以後，又何以還繼續保持着，我想這個原因，不用說也可明白。

(一)環境使然，即是一般作父母的人，他們本身就不懂得甚麼是衛生習慣，他本身就有這些不良的習慣，兒童積年累月的看見他們那樣作，腦筋中印象很深，於是在無意之中就使兒童完全同化了。

(二)無人指導，兒童由父母做效得來這些不良的習慣，入了小學以後，從來教師們也就沒有說過這些習慣是不好的，所以仍然繼續保持，永遠存在。

不良的習慣，是傷害兒童身體的，是為招致各種傳染病主要原因的，若擴而言之，還可影響他們將來的子孫，和未來的社會，關係是很為重要。負小學教育的教師們，和為父母的人們，他是不能放棄這不良習慣矯正之責任。在去年南京舉行兒童教育年會時，曾有人討論過這種問題。教育部也曾規定，關於兒童健康教育標準課程。其中最重之點，就是如何能養成兒童衛生習慣，如何去矯正兒童不良的習慣。在現代我國提倡健康教育聲中，我想這養成兒童衛生習慣工作，當為重要。所以我將應當使兒童養成的幾種衛生習慣，特他裏把他寫出，也許可為小學教師及為父母的人們作一個參考。

養成衛生習慣，第一須改善家庭間和學校一切不良的環境，家庭和學校內凡可引誘兒童而使之成爲不良習慣的設備，如公共飲杯，公用手巾，須絕對廢止，此外則完全利用衛生教育以訓練之，衛生教育之方法，約分消極與積極兩方面，消極即將各項不良習慣的弊害，對兒童加以充分說明，絕對禁止做效。積極方面，就應當訓練下列各項衛生習慣。

(1) 飲食必須有定時，零星的食物，不但不能營養人的身體，並且擾亂消化，中國兒童好吃零食的習慣，最爲普遍，兒童腸胃較成人者軟弱，倘飲食不定，最易使腸胃疲勞，而得消化不良的病症故應使其有一定時間的休息，有一定的時間爲之消化。

(2) 身體衣服均須清潔，清潔爲衛生的初步，多數的傳染病和皮膚病，大半由於衣服和皮膚的不清潔而來，兒童的身體和衣服，因好玩弄泥土，所以多生污垢，衣服式樣須寬大適宜，襯衣尤宜常爲之更換。

(3) 大便宜有定時，吾人每日所吃的食物。經過腸胃消化後，所剩的渣滓宜每日由大便排出，以清腸胃，

否則積存腸內，能生毒質，被吸入血內，則發生頭痛，發熱，及精神困倦等病，其有害於健康甚大，每日可多食青菜水果以助消化。

(4) 每夜至少應睡眠八小時，睡時必閉窗，吾人身體終日勞碌：須有一定時間使之休息，以免過於疲勞而致疾病，故每日須有充分之睡眠，以資安息。通常成人每夜須有八小時之睡眠，兒童則須有十小時方可，否則非但阻碍健康，仰且自促早亡。

(5) 飯前便後應洗手，多數疾病的傳染，乃由於手的清潔爲之，因吾人之手常與各物接觸，時有病菌存在，倘不洗淨，而取食物，則實難免細菌由手而食物，而入於口，故於飯前便後，宜先洗手。

(6) 每日早晚各刷牙一次，牙齒爲消化系之重要器官。設不健康則消化食物不良，食物消化不良，則多易生胃腸病症。保持牙齒健康之方法，即早晚宜將牙齒刷洗乾淨，否則食物聚藏牙縫，發生腐爛，不但口臭難聞，且可毀壞牙質，成爲牙病，有時更連及全身發生病症，故宜養成兒童有刷牙之習慣。

(7)不用公共手巾，茶杯食具，眼病以及其他傳染病大都由於共用手巾及器具傳染而來，砂眼爲其最著者，故應養成兒童不用共用手巾，飲杯，食具之習慣。

(8)每日至少有一小時戶外運動，運動不僅使人精神活躍，肌肉強健，而且加添令抵抗疾病之力。故宜養成兒童有運動之習慣。

(9)行必直立，坐必端正，兒童身體發育未全，故行坐

必須使之端正，否則久之骨骼可因之而畸形，如駝背脊柱側凸，或兩肩不平等狀態。

(10)絕對不許隨地吐痰，隨地吐痰爲我國人最不良之習慣。痰內多含有各項傳染病菌，癆病，以及其他傳染病，大都由於隨地吐痰而傳染，故宜絕對不許，宜使兒童養成不隨地吐痰的習慣，於噴嚏時更應用手帕掩口鼻，以免飛沫四散。

我國人民死亡率高超，

平均壽命的短促，多半都是傳染病盛行所致、發展公共衛生事業，就是預防傳染病惟一辦法。世界各國都已實行有效，我們若是自甘暴棄，我們就不應該急起直追，以達最後目的。

預防兒童惡習慣之一

潘光顯

飲食

醫學常識的需要，好比一條生活的道路。因為人是謀生，從不見謀死而生。所以從人生觀的主點上說：欲求生存，便該知道保衛的方法，這保衛人命，不一定要個醫生形影不離；因為醫生人人該作，不過是人各有所司，醫生直接的定義：便是負着領導與補救的衛生工作。但是人類是進化的自然，人類切要的醫學也同着前進，從前所謂治病醫學，只認他是前一時代的醫學，現在的醫學，已竟超出治病，而趨向預防上那條路。

預防是最要的醫學，領導的便是醫生。有了預防可以少生病，並且生病也不致於醫生束手，這不但是人類的一種可愛的幸福！還是大德日生的根本！

不幸這個快樂園地中，我們中國還不能走上這條道路。不要談預防醫學的發展；就是治病醫學？依然的，不改變的。用那笨伯的方法。你不見一包一包的草藥送給病家，而病家去熬去煎去吃嗎？這個足以代表度着古代生活的人類。但是人類多半是殘酷的；十分表現他的性本惡！然而醫學的本義，却又相反，他根本有點天真的愛去予給人類。故此醫學的責任只好在這個不改變的惡環境中吶喊！不能在暗地裏看着剝蝕人類的病魔發笑！——或是也有心死的醫生，爲利已而宣告有靈丹妙藥，國醫老手。然而他的藥品，他的廣告牌匾，只在狎狎向着人類，但終有一天給真道德裁制的。

說起小孩，身體孱弱，易被衛生物侵襲，所以易於生

病，於是小兒科大夫借此便大發財源。

這是什麼原故？現在檢舉致病的一個最大的原因來說：原來中國小孩最普遍的惡習慣是吃，他所以成爲惡習慣，有下列三點：

一，止啼劑。小兒的哭，除飛有痛癢疾病之外，却是擴張肺力的自然，但是這個公認的生理，於中國家庭，一向被打倒之例，小孩哭了，媽媽或者關係人的簡單而有效的方法，只有塞住小孩的嘴，認爲天經地義。猶其是知識淺薄的僕婦，是爲塞責起見，討好起見，飯碗起見，不得不來實施。而實的眼中，只要是哄小孩不哭了，便是第一等僕婦。小孩是沒有不愛吃，因此小孩吃成習慣，不吃便哭，吃多便病，這個殘酷虐小孩的方法，只有一自詡爲愛慈的小孩主人會作：

二，送禮。中國的積習有「講面子」三個字，這是我們都知道的，愛小孩的人，便要用小孩是進攻之路，進攻小孩的方法，是張伯母愛小孩，順是交給小孩點糖菓吃。李伯父愛小孩給他一個燒餅吃。爺爺愛孫子，給孫子一塊點心。姑姑疼姪子，給姪子一個水菓。這個面子，在媽媽，心

目中認爲十足。說來孩子好像是媽媽的禮品，拿孩子擦面，子直到吃痛了！死了！也存這個觀念。

三，餓的時候，是需要食物，這是生理的定義，餓乃是不飢的時候多吃。比如甜的糖菓，濃香魚肉。足可引起胃慾的。猶其越是營養不良的人——小孩。更是餓的過分。饒往往多吃，多吃便消化不良，於是愈來愈病。至於去掉饒習慣，在小孩時期，要根本養成！

上說三點，可以見得小孩多吃的的原因。我們果然真愛小孩，就得想個預防多食之法：

甲，時間。小孩吃奶食的時間，大多數餓了吃。餓了固然該吃，然而要他有一定，便不會發生太餓多吃，不餓過吃的原故，猶其在不能言語的嬰孩，如果沒有時間限制，危險最大，如初生嬰兒一月半以內，應當隔二小時，授乳二十分鐘，因吸食力尙弱，故時間略長。自後每三小時授乳一次，時間十五分鐘強弱，四月半的嬰兒三小時半一次，遞久增加，漸漸應乳，達十月上漸加牛奶及軟性食品，時間可延展四小時，每日早晚三餐，屏絕雜食。

乙，量數。時間既有定，量數亦須有定吃牛乳，代乳

粉及人乳每次都得有定量，我暫不能詳述。大概滿週歲的嬰兒每次飲乳四英兩強，大則隨時增加。

丙、食品條件。食品欲適合嬰兒之消化力，曾應接下列條件：

一、食物須以沸水煮過三分鐘者。

二、涼食不經新煮一次不食。

三、食品須易於消化。

四、無疏不生食。

五、藥品不以沸水沖皮及消毒刀切者，不食！

六、爲風土及繩污者，不食！

七、經手污之食品不食。

丁、飲水，第一須爲沸水。餐後若進多量之水，則胃液

稀薄，致起消化不良。故食後勿過飲水。

結論

以上很平凡的大綱，如果決心，履行，最少限度，可以達

總理說：

科學昌明，醫學發達衛生的設備，一年比一年完全，所以減少死亡，增加生育

到：

一、小孩吃奶不致耽誤主母理家時間，兒童亦不致養成以吃爲玩的惡心理。免去因吃而哭的惡習。

二、小孩吃的太多，消化不良，餓的太過，見食如狼，貪而不足。小孩胃大似成年人，將一個人胃延展如豬肚一般大，一身有用的血，全用來造糞，大時變成一個肝腫脾腫無腦的人。如果從小節食保管不發生的！

三、不吃零食，則傷塞桿菌，痢疾桿菌，霍亂弧菌所生的一切的病，可以預防十分之八九。這是其中最大的利益。

謹在這裏預告：

如果小孩養成飲食有節的習慣，

你可以有良好小天使！！

你可以少一筆醫藥費的開銷!!!

預防兒童的惡習慣之二

潘兆鵬

——手淫——

性教育的由來；不但是保個人的健康，最大的目標，便是確立優生學的基础。現在教育不普及的中國，對於衛生是不來注意的，那麼性發育一層，便更是無從說起。其實若從實際觀察的結果，許多中國的醫學刊物問訊欄上，充滿了性的問題，然而已竟全是走到性病了以後；這種諱病而忌醫的不澈底教育，和中國人將病的直覺都單純推醫的身上，真是極大的錯誤！

但是道路已經走錯，補救的方法是來不及從根本上從新做起，最要的是：醫者應極力宣傳點性教育的文字，或者能從這無可奈何中，檢出這個亡羊補牢的變通法。已覺當然還盼着性教育實施了！

手淫這種惡習，真是有危及全中國的要勢。要澈底看一下後，便知道成年的犯者：全是兒童時代得到的結果；所以要講補救，必要從預防兒童這個惡習慣做起。

在兒童的發育負責者須明瞭兒童心理。兒童的心，却是一顆完潔的真美善：他所有的非過，全是領導的故犯，使他順步走上去，因此兒童手淫，在初起時候，全發於壓迫誘惑而起，現在略述如下：

一、由摩擦而起的手淫。一次一個醫生，詰問一手淫癖的成年人，他的談話，說是由乳母喂到六歲，——這種極不合衛生的吃乳法，在中社會，鄉間，很多的。——因為使他安眠的速快，故搖膝，在這個時候，乳母並不知道，危到刺激他的生殖器神經，然而他感到不正當的愉快

，從此他犯了手淫癖，到成年了，病的神經衰弱，百病叢生。看到這種一時可以回想到兒童在牀上滾着玩耍。大人略着他作攢處，——如肩窩腿窩，——鬥兒童發笑。及騎竹馬，作腿上搖動……等等。都有引起兒童犯手淫的機會。故然人的罪過，往往在不知覺中走上了，從今知道稍有摩擦性的給兒童便是不該了。

二、兒童苦悶中的手淫。一個家主領導了六七個小孩子，在中國中等家庭常發見的，但是有了這些兒童，未必設立有兒童玩耍場，往往兒童們，弄得一天無所事事，一百天也玩一套舊玩具，或者還沒有玩具可以玩。兒童活潑潑身體，沒一點營生，家主是一天忙到晚的家事，也無暇去看了六七個小孩，這樣浪漫，兒童心理，本當於冒險嘗試新興味的，由苦悶下壓迫，不免由撒尿時，觸動了他的神秘，故此不免有暇去玩弄着。這樣不久一個個小孩傳染，便成了手淫癖！後害無窮！根本算着清賬，又豈是兒童之過？

三、兒童衣服的危害。能影響兒童的大小便，所以褲子一樣，要切實研究的。不開口的；當然不切合生活。開

口的例如開襠褲，將臀部生殖器，同顯露到外面；不但不適合保護身體的條件，并且給了兒童相當犯手淫病的門路。所以褲子最好開口處，有鬆多緊少的能力，蹲下便張，立起便閉；但是一個家主的領導，在打麻雀的研究很多，於兒童褲子研究的却百不一二，所以應該注意才是！

四、大人的罪過。在中國中下階級的大人，如商店掌櫃，下人僕傭……等人。看見了小孩，便伸手掏一下生殖器，猶其男小孩受侮最甚！故然這般大人，犯了某一種神經病，是不得而知的。但是小孩因此種大人罪過，便會發生這種惡習慣，到了成年，積習成癖，神經志意，不健全。總統說來，我不殺伯仁，伯仁由我而死，影響的暗殺行爲，那個能逃走？所以一家有了小孩，應該實言於勸小孩生殖器的成人！並且小孩們到無知的奴僕中去生活，將來的造就，便是不教育的反應力；到時少爺故然愛偷錢去逛窩子是逆子！然而也不見得父母不是從逆的主人翁。故此預防未然，總要先下一點功夫！

五、羣衆生活。羣衆生活，是教育兒童合衆心理的出發點。但是一羣孩童中，難免有一二個手淫癖，如果在

塊做一種有方法的玩耍，自不要緊，假設沒有方法的規定，便是有點危險。故然事不能簡單的如此，便會發生兒童手淫行爲。但是事往往不謹於細心，便能留下巨禍的。應該注意！

六、安眠，小孩子安眠，宜獨宿。或者要他睡的時間，便是關了睡，醒了起。不宜同大人的時間乏了臥倒，醒了不起的式樣。手放到被外，也是一種好習慣。有尿時不可要他蹲下。如此便也是預防之一。

結論

兒童是國家的氣血，是父母的後望，我們保護他要時時的週到，對於習慣上，更要養成良好，教育兒童是預防。如果犯後動壓迫他，實能逼他另走一個避你的方法。所以不忽於細，必謹於微。故然不是教一般大人疑心兒童的，注意！如果是嚴心去疑他，那便大是錯了。是教一般大人來注意自己教育行爲，不使有畸形發展！

這篇寫完，覺後遺漏下便是成年人的，很是抱歉！但是成年人會自己看書去講衛生！兒童是不能看書的人，是該愛護的人，所以如寫了。

公共衛生之目有六一促進個人健康二增加工作效率三減少疾病死亡四延長人民壽命五充裕國家經濟六提高國際地位

含大腸菌的冰結凌爲什麼不能飲用？

迪如

我寫這篇文章的動機，是因爲有下列的兩點原因：

(一)現下很多人，對於冰激凌內含有大腸菌不能生食的問題，很懷疑。以爲吃了究竟有什麼害處？

(二)賣冰結凌的店舖，以爲衛生局的取締，是無理取締，吹毛求疵。究竟這大腸菌是怎樣發生的；從什麼地方來的？——不過我不是開冰結凌店舖的，對於冰結凌的作法，或者不大十分清楚，這是要請原諒的。

大腸菌究竟是怎樣的東西呢？他的形態，是桿狀的細菌，生有鞭毛，身體極小，不是普通目力，所能看見，惟有用顯微鏡。才可以看得出。

他的發生地，是在動物的腸子裏面，腸內的醱酵作用，就是大腸菌的効力。因爲他產生在腸內，所以他每隨糞便而排出。在某一種物件內，如含有大腸菌，即可認爲有

糞便之染入。毫無疑義。

大腸菌的來源，既如上述，那麼大腸菌，是否能發生疾病呢？這個問題，想必爲好吃冰結凌諸位，所極喜歡知道的。大腸菌是不會發生疾病的，然而他既經與糞便同流，糞便中含有有害的細菌却是不少。所以我們見他含有大腸菌，我們知道他爲大便秘污過，因爲既經糞便染污，所以推想他含有胃腸傳染病有害細菌的可能。爲杜漸防微，慎重起見。這樣的飲用，當然不能飲用。

糞便中有害的細菌，都是些什麼呢？傷寒菌，霍亂菌，痢疾菌等等；都是寄在患該症病人腸內，排洩在糞便中的。所以一經吃了含有上列病原菌的食品，就容易發生傷寒，霍亂，痢疾等病。

有人問：「那麼，爲什麼不檢查其他有害的病原菌以

求確實，而就據大腸菌以爲斷」呢？因爲根據各國的檢查法，一証明有大腸菌時，就聯想到有摻有其他病原菌機會的可能，所以無須作其他細菌的檢查了。

冰結凌裏面的大腸菌，是怎樣購入的呢？我想除去製造人帶菌，及蒼蠅沾污外，大原因，就是因爲水的關係了。北平的自來水及好多處水井的水，經過多次試驗，都是含有大腸菌的。原因在於消毒藥品之不足。構造不良，四周環境不潔，以致糞便滲入。以有大腸菌的水來製作冰結凌，那能不有大腸菌？冰結凌裏，假如有大腸菌，雖然不是直接吃糞，也是間接吃糞，雖然不定有害病原菌，也危險萬分。

根據以上的結論，那麼製造冰結凌時所應注意的事項就是：

一、製造工人應切實注意清潔，並將指甲剪短刷淨，

我們要免霍亂，傷寒，

快打預防注射針！

在工作前，用潔淨之水洗手，洗後用潔淨之布擦乾。

二、製造，盛裝，及與原料接觸之盆，桶，勺，匙及其他等項器具，在每次使用前，務用沸水沖洗，洗後倒置空乾，不得用抹布拭擦，其備爲顧客使用之杯，盤，匙等項用品，亦應於使用前，用沸水沖洗，俟沖洗後，切禁以不潔之布擦拭。

三、牛奶雞子等原料與水混合後，務必煮開，開沸後至少再煮五分鐘，並應趁熱過濾，開沸或過濾後，不得再摻入生水。

四、桶外所加冰塊，不准高過桶蓋，桶蓋不得爲冰水沾污，圍桶之布每次使用前，均須經沸水煮洗。

五、製造室內，應有防蠅設備，所有器具原料絕對不容蒼蠅沾污。

衛生常識

陳韜

(一) 青菜水菓一般簡易的消毒法

青菜水菓，能傳染胃腸傳染病，(例如傷寒霍亂痢疾)這是已經醫學證明無庸贅述，設用糞作肥料的地方，這種傳染的機會更多，糞裏的細菌不能被植物根莖吸到植物內部，但是土內所含的細菌，能借着植物的生長被帶到枝葉上，所以新鮮未腐爛的青菜或水菓的裏面，是絕對沒有細菌，普通植物或菓品的外皮除了植物病菌外，都足以阻止細菌的侵入，所以青菜要先摘去爛的部分，水菓要先選擇不破皮的，如此雖皮外帶菌，但是牠的内部決對是無菌的，用淨水級細的洗淨後，再用消毒藥來消毒，經過如此手續，那就可免去胃腸傳染病的危險了。消毒的方法以不改變滋味為原則，普通消毒劑有二種：

一、漂白粉 Bleaching Powder 或名 Chlorinated Lime 牠所以能消毒的原理，是因為牠能放出一種氯氣，這種氯氣是

具有殺菌的力量，漂白粉內的氯氣，是極容易飛散的，所以應當儲藏在嚴密的瓶子裏，普通新鮮的漂白粉一羹匙可加水一加倫(加倫是英量約合四公升，一公升約合五玻璃杯)如此對好，再急速將洗淨的青菜或水菓浸在這對好的溶液裡，蓋嚴十五分至三十分鐘的時間，以後取出來，再用涼開水沖洗一二次，即可食用了，漂白粉各藥房均有賣的，這是第一種的辦法。

二、過猛酸鉀，(Potassium Permanganate) 普通用百分之二的溶液，所經的手續，和用漂白粉的手續同，(但不如漂白粉的效力大，時間既須延長，而食物的滋味亦有改變，在沒有漂白粉的地方，只可用這種辦法。

又有許多胃腸寄生虫病，也能借着糞便沾染在青菜或水菓上，這種寄生虫的卵或包裹的抵抗力甚大，設只用上二種消毒法，那是不能殺死的，最有力量的法子就是用熱

力。將青菜或水果浸在沸水裡經過十秒鐘的工夫，急速取出來再侵在潔淨的涼開水裡，凡屬蘿蔔王瓜一類的菓菜，最適宜於這類的消毒法。

(二)臭虫之滅除法

臭虫的害處不但僅能妨害我們的睡眠，並且牠能將幾種傳染的病，媒介到我們的身上，所以我們對於驅除牠的辦法，是要知道的，

一、根本杜絕的處置，是注重居室和床褥的清潔，木器要油刷，牆壁要粉抹，外來的不潔的衣服或被褥要防制，如此處置，即可使臭虫根本無發生的機會，臭虫當然就可沒有了。

二、已經發現的處置，普通所用的方法有二。

1) 硫黃薰蒸法，先將硫黃，盛於盆內燃着，旋將房屋的門窗嚴密的封閉，令硫黃氣不流出戶外，所用硫黃的數量，按一千立方尺的空間用硫黃一磅為比例。所薰的時間約需一二日即可，這種的辦法在普通家庭中，是不易辦的。並且薰的時候，要將衣服和東西搬出去。

2. 昇汞消滅法。用昇汞(mercuric bichloride)溶於百分之九十酒精內。成為百分之五的溶液。然後用注射器，射入床的空隙裡或四周圍，此種溶液是毒品，禁止入口。

(1) 沸水灌溉法，這是我國所用的土法，用開水灌床，此法亦頗生效，在不易購買昇汞時，只可用此法。

(三)眼之保護法

一、不用公共洗面盆及公共手巾，以防沙眼之傳染，因得沙眼，治療頗費時日，設沙眼過重，則痊愈更難，故預防被傳，實為重要。

二、讀書或作事時，光線須求適宜，無論太陽或燈光之光線，均宜由面前左側角射來，過強或過弱之光線均須避免。

三、宜常經眼科專門檢查，如有疾病，即須及早設法，設有近視或遠視，即須配光帶鏡，以免後患。

四、眼中如稍覺不適，或發微熱時，可用硼酸溶解於沸水內，作百分之二溶液，涼後用以洗眼。

(四)小兒軟骨病之原因及預防法

我國兒童，營養多有不良。故小兒軟骨病較多，輕者睡眠不安大便秘結，肌肉軟弱，骨端漸顯變化，重者頭之顴骨變成方形，胸之下端日漸縮小，背骨隆起，腕骨變厚，下肢無力，腿骨漸成彎形，面色蒼白，顯有貧血狀態，並易得咽喉肺部等疾病。

原因。一、由於食物不適宜，營養不良所致。

二、由於缺乏日光所致。

治療及預防法：

一、授人乳時期；不得延過八個月以上。

二、在授人乳期內，設人乳不足時，不可僅哺粥飯，須給相當之牛乳或乳粉。

三、二三月之後，每日須加給魚肝油二三次，分量由醫師酌定之，在冬季不得日光時此項尤屬重要。

四、七八月之後，每日須加白菜泥菠菜泥及蛋黃。

五、天氣晴暖時，每日須將小兒置日光下曬照片刻，但曬時可用白布或白帽將頭部蔽上，以防頭暈。

(五)日常生活衛生習慣

一、早起早睡，午時休息半小時，成人每日必須睡足八小時，兒童每日要睡足十小時，睡時宜開窗。

二、早晚兩飯後必須刷牙，睡前刷牙更屬必要，以免食物變成酸質而腐蝕牙齒。每年至少要經牙醫檢查一次。

三、每日應在一定時間，大便一次，最好在晨間，如此可免頭痛口臭，困倦及不消化等病。

四、每日必須有相當之運動。

五、坐，立，行身體要正直，以養成健美的姿勢。

六、不可隨地吐痰，打噴嚏或咳嗽時，必用手帕掩口鼻，以免傳染病之傳佈。

七、要常洗澡，夏日每星期至少三次，冬日一次。

八、不用公共手巾及茶杯，以防花柳病，瘡病，砂眼等之傳染。

九、在飯前便後一定要洗手。

十、精神之休養，要心平氣和，常以音樂美術，陶冶性情，用腦用力，要調節，以驅除煩悶，尤其是青年時期之憂慮和悲觀，更要時時避免。

文藝

埋

潘光鵬

五十年後的新世界！

尚有德臉對着鏡子說着用兩個手指頭擠着他臉上的那個粉刺的紅泡，那紅泡裏積蓄的脂肪油，跟一條小白線蟲子一般鑽出來他的汗毛孔，跟着他也鬆一口氣。本來這粉刺的紅泡在他的臉面上實在有碍瞻觀；並且看着如同膿疔瘰一樣也雅傷衛生的，但是他求過西醫，買過西葯，甚至在報上一看見玉容霜潤面油專治粉刺的化裝品的廣告，他便買一瓶往臉上塗，無奈仍然要應了醫生告訴他的話是：你這粉刺是由於飲食豐富，油品分泌過剩，不能治療，然而他明白他每天是非肉不飽，非饒不可，還有飯店上西餐

中的牛油非嗜不能下咽，營養太利害，於是這紅泡是不能除淨，他真恨，每到宿舍必抱着臉找着那紅腫成熟的擠膿，直擠得由膿出了淋巴液，他知道翌日必消，所以便一痛快，這痛快只有一個利小的時間，明天因為皮膚裏新陳代謝的關係又新生幾個。他都懂得，他也不息的這們這樣的緊張工作，今天猶其使他氣憤他這個臉，遇見了石新女士，那每個紅泡全在破壞他收攬愛情的進行曲；故此日他的同學楊曆生修國棟回到宿舍以後，他便先來抱着鏡子，痛痛快快的擠這紅泡，像是埃了誰的打找一個恰當的不能有抵抗的對象發瀉一次。他擠着不能不想起來今天石新同着教授沈默一同走了，便不由這們恨來說；

五十年後新世界！

這句話，也有很長的原因，他同楊曆生修國棟本來全在中大文學系、文學系說起來，也最適當他們的生活，功課不嚴。教授們全由自然中帶點灰色。老一些的自比屈原，新一些的自擬是雪萊，對於學生是絕對自由，他們一天一天的學校生活過的非常的安閑，只是中大文學系太是一個缺欠，便算是沒有許多女同學的，有一個楊素真是出了嫁以後，因為生了小孩得了子宮病，他的丈夫恐怕為她斬了宗嗣，便跟她分裂了！楊素貞太受這男性的冷落，上學來苦修，當然對男性永久含蓄着憤恨態度的。一個是矮胖子金敏慧已竟同本學系方振北定了婚！這個文學系二十個同學中，尚有德他同楊曆生修國棟銳敏的感覺出來是：

沙漠般的文學系啊！沙漠般的中國文壇上的象徵！

就是這種原因，仍然引不起他們三個人的轉變；單因為理化系有個石新女士，那種英姿潔爽的聰明的天質，彷彿是秋圃中一朶碗大的白菊花一般的精神，他們三個人各有各人而蓄意，各有各人心理在石新那白哲的肉體去用靈魂仔細的度量着；可是三個人表面上這們商量着：

文學系沒勁，改入理化系去，科學是實用的，就是功課嚴，教授是有名的沈閣王！

楊曆生在賦賦中他早想發奮了！因為他進行過一個女人名子是黃娜戀愛失敗後，可是他仍然覺得他需要一位女性的結合；所以他看見石新便想轉變他想他的性子，適合一個科學家的風度，比如他有不愛言語的冷靜，比如他有行動嚴肅的態度，是配來作理化系學生的。

尚有德算是校中最有威權的，他的爸爸是尚師長，家中有金元寶。這金錢是人間勢力的前趨，他在學校收買了許多尚派同志，他便作了學生委員會的委員長，中大校長教授對於他是另眼看待的，每次校中的風潮，名稱是校中有了共產黨，暗中就是尚有德的興風作浪，排除異己！自然他要轉理化系是很容易的一件事，他容易與蜜友楊曆生修國棟自然也容易了；但是理化系誰也正不願意轉，理化系二十個位子空了十一個，正待人填補，文學系二十個位子太滿很願意有人騰清，他們入理化系上課以後，惟一的感到壓迫的，並不是理化系英文原本的書籍太貴買不起只是英文生字太多，算術太費腦汁弄不清，而且教授沈默綽

號沈閣王的管束太嚴，用的有系統有步驟的講法，遠不如文學系今天選一篇天下篇，明天是托爾斯泰小傳，愛上課不上課全沒有連繫的關係，尚有德上課以後擠的出汗，滿腔的急灼變成了憤怒回到宿舍也不用功便先罵一句：

五十年後的新世界！

這便是他從沈閣王的綽號上新加的一個外號：因為他看過一回『五十年後新世界』的電影，那裏正如同沈閣王的思想是一致的，沈閣王說：科學在中國太落伍，在五十年後中國非要有科學，新世界出現是不能延長國命的！尚有德對於沈閣王這種思想是輕薄的！他認為沈閣王這種思想

太朴質，太頑固，太奢望，太空想，太坐井觀天，只有埋頭在理化室的顯微鏡真空管下實用；若能探出頭真實的看學校中的學生，便將他這志氣雄心，立刻完全破碎！所以他恨沈默的見識不廣，他更恨這『五十年新世界』的教授的思想影響到學生的功課太緊，分數苛求，給他們大大的不舒服！他想大學生不是小學生，要什麼這般教訓式的教授？他每一受到沈閣王的責備便起反抗的意識，現在發現，沈閣王同理化系女同學石新一處走路談話，他更恨上加恨，像一個炸彈放壓在他的胸膛，這楊曆生修國棟是全同情他的；他跟着便道：

（未完）

蒼蠅傳染
快快撲滅

(一) 世界各國人口死亡率之比較

國民死亡率低之國家，非特僅能表現其國公共衛生之完善，且足顯其民族進化之程度。國民死亡率高之國家，既足證明其國公共衛生之廢弛，且亦足示其民族之退化。左列之比較數，係中央衛生署，所發表一九一八年世界各國人口死亡率。

中國	每千人中死亡	三〇、〇
日本	每千人中死亡	一九、八
法國	每千人中死亡	一六、五
美國	每千人中死亡	一二、一
德國	每千人中死亡	一二、〇
英國	每千人中死亡	一一、七
澳大利	每千人中死亡	九、四

(二) 世界各國平均人壽之比較

公共衛生不發達之國家，則平均人壽低，公共衛生發達之國家，則平均人壽高，人壽高則工作時期長，而生產能力亦因之大，左列人壽之比較數內，澳美英德，是按一九〇一至一九一〇年的統計，法日是按一八九八至一九〇三年的統計，

中國平均人壽	三〇、〇〇歲
日本平均人壽	四三、九七歲
德國平均人壽	四四、八二歲
法國平均人壽	四五、七四歲
英國平均人壽	四八、五三歲
美國平均人壽	四九、三二歲
澳大利平均人壽	五五、二〇歲

(三) 北平市二十二年度全戶口及人口與出生及死亡之統計

北平市二十二年度戶數及人口數逐月統計表

月 份	全 市 戶 數	全 市 人 口 數		
		男	女	共 計
七 月	295072	910447	576549	1486996
八 月	295562	915171	572118	1487289
九 月	296098	900397	561025	1461415
十 月	297599	926702	575963	1502665
十一月	299104	934342	577455	1511837
十二月	299648	937931	578447	1516378
一 月	300140	939778	580535	1520313
二 月	300149	938117	582071	1520188
三 月	301306	944792	583353	1528145
四 月	302437	954409	585202	1539611
五 月	303545	958560	587066	1545626
六 月	304184	959392	588611	1548003
平 均	299590	935003	579036	1514039
備 考				

北平市二十二年度出生及死亡人數逐月統計表

月 份	出 生 人 數			死 亡 人 數		
	男	女	共 計	男	女	共 計
七 月	933	752	1685	1162	1142	2304
八 月	1011	948	1959	1009	1075	2084
九 月	1092	970	2062	865	837	1702
十 月	960	923	1833	927	801	1728
十一月	918	880	1798	802	738	1540
十二月	1010	972	1982	941	739	1680
一 月	1206	1132	2338	1239	1117	2355
二 月	923	844	1767	1137	928	2065
三 月	1085	1011	2097	1243	1093	2336
四 月	825	707	1532	1144	983	2127
五 月	713	612	1325	1052	945	1997
六 月	796	715	1511	1201	1075	2276
總 計	11473	10465	21939	12722	11473	24195
備 考	本市遇有人民死亡例須呈報公安局各區分段領取殯執照始得拾埋 故死亡統計較出生統計準確並非本市死亡人數較出生人數為多也					

北平市二十二年度出生率死亡率統計表

平均戶數	299,590.
平均人口數	1514035.
全年出生數	21,939
每千人口中出生數	14.49
全年死亡數	24,195.
每千人口中死亡數	15.98

北平市二十二年度男婚女嫁人數統計表

月 份	男 婚 人 數	女 嫁 人 數	共 計	備 考
七 月	146	146	292	婚嫁之漏報者甚多故實際數目較當較此表所列者為多也
八 月	217	195	412	
九 月	355	344	699	
十 月	348	380	678	
十一月	685	650	1345	
十二月	514	520	1034	
一 月	588	552	1140	
二 月	158	149	307	
三 月	324	292	616	
四 月	382	360	742	
五 月	348	327	675	
六 月	279	255	534	
總 計	4344	4130	8474	

(四)嗜好毒品對於國家經濟之損失

據美國報告，百分之二十五有毒品癮的，都不能有較長及較好之職業，所以爲了癮民，不但每年費了六千一百萬元的藥費，並且每年又少入了一萬五千萬元之工資。

(五)北平市現有毒品嗜好的人數及每年

毒品消費之概數

據調查者報告，北平市現有毒品嗜好的人數，約有七萬人，每日購買毒品之費用，約須十萬元，總計全年消費在毒品上的費用約在三百六十餘萬元，只毒品的消費即有如此驚人的數目，再加上毒品嗜好的人，所減少之生產力，所有經濟上之損失，更不可以道里計矣。

請

醫

伊要

觀三堂會審等類的戲劇「請醫」是譏諷而滑稽的，我們看着真好笑，除笑以外更感想到這以人命為兒戲的醫生，却實危險，像這種醫生，該多令人可怕！

人生在世，病是時常會到身上來的，任憑你怎麼防範，也不是決對的能夠不得病，猶其在衛生辦理不好的地方，頂容易得病；所以我們最希望的就是得病之後，要找到最好可以救命的醫生！

故此在「請醫」上要確實的注意。

我以為選擇醫生要像娶媳婦那樣仔細才對！

因為娶媳婦是關乎三代的興衰，請大夫却繫乎一生之性命。

但是一般人「請醫」的目標，都是很注意在「名醫」。

「名醫」在一般思想總是又有學識又有經驗，其實所謂名醫，并不見得像理想中那麼完整。他所能發幾天保好一針一除根神仙一班的技術，也不見得那們靈。

因為人是「為仁不富」醫是非壞不名。現在的名醫。大概報紙上登特號的鉛字，門口有金壁輝煌的匾額，出來進去，汽車馬車，對人接送，謙偽備至。其實他利用了病家「請醫」的心理弱點，於是可大發其財。

不名的醫，未必不是最好的醫生，因為保持醫德，故此不會宣傳，但講實際，病該好的，他會告訴你不必吃藥。病不該好的，他也指導出吃藥無用的理由。這種行為多不為病家所了解；因為病者，最願意醫生驅去他的痛苦，敷衍他的心境，才對脾味，縱然是使他花錢他也甘心，給他治死他也願意，結果還是崇拜信仰。

咳！不明白醫學的病家，怎能知道病不能好的，是治也無效。會好的，仗着自療能力慢慢的能發痊癒呢！

最後就希望「請醫」者，不要上當，改變到實際上的認識才對！

胃腸傳染病人與健康人之關係

陳 韜

胃腸傳染病，最易傳染而又最危險的，就是霍亂，傷寒，痢疾，這三種傳染病人，與我們健康的人，是有很大的關係，因為我們健康的人，隨地隨時，很容易受這幾種

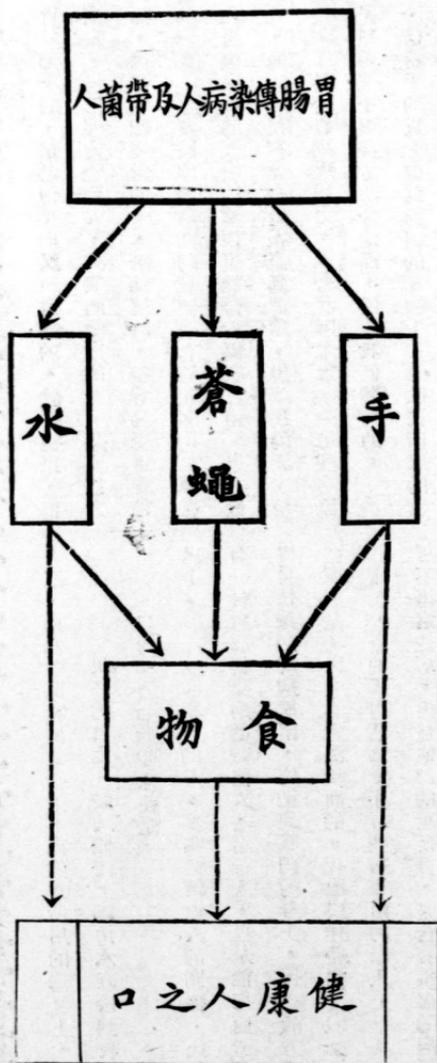
病人的傳染，這幾種傳染病人的糞便裏含着很多的病原菌（例如患傷寒病的人他的糞便裏含着傷寒桿菌，患霍亂病的人，他的糞便裏含着霍亂弧菌，患痢疾的人，他的糞便裏，就含着痢疾桿菌，或含着阿米巴，）這些病原菌，是借着以下幾種方法合途徑，侵入我們體內的。

一、借着手的媒介帶到我們的食物上，或飲食所用的器具上，以後到我們的口內，侵入到體內，或由手直接帶到我們的口內。

二、借着蒼蠅的媒介，帶到我們的食物上，或飲食所用的器具上，以後到我們的口內侵入體內。

三、由水帶到我們食物上，或飲食所用的器具上，以後到了我們的口內，侵入體內，或由水直接到我們的口內。譬如飲生水便是。

以上是患胃腸傳染病的人，與我們健康人的關係，此外又有一種胃腸傳染病的帶菌人，這種人，也是能把他所帶的胃腸傳染病的病原菌，傳染到我們的身上，傳染的方法和途徑，是與以上的方法相同的。什麼叫作帶菌人呢？就是這種人，他的體內已竟受了這些病原菌的侵入，惟獨他們可不得這些病，但是他們的糞便裡，是含着很多的病原菌，這些病原菌，一經傳到第三者的身上，就能令第三者得病，這類人就是帶菌人。茲將胃腸傳染病人及帶菌者與健康人的關係繪圖表明於左



本局消息

●霍亂及傷寒之免費預防注射

現屆夏令，天氣炎熱，霍亂，傷寒等症。極易感染，本局已將夏令飲食衛生，應行注意事項，分別通告市民，茲為預防傳染起見，並復令行所屬各院所，自七月十六日起至九月十五日止，為市民免費注射預防霍亂傷寒混和疫苗，

此項疫苗每星期注射一次，繼續注射三次，即可預防霍亂及傷寒等症之危險，事關健康，極為重要，本市為謀市民生命保障，不惜大宗款項，為此預防工作，願我市民，幸勿觀望。

免費預防注射地址時間列左

名	稱	地	址	時	間
市立醫院		前外香廠路		下午二時至五時	
內城診療所		東四錢糧胡同		全	
東郊診療所		朝外大街		全	
傳染病醫院		東四十條		全	
第一區衛生事務所		東城本司胡同		上午九時至十一時	
第二區衛生事務所		西斜街宏廟		上午九時至十二時	

●新添大批穢土車及穢水車

本市各街道及住戶之清潔事宜，除幹路外，其餘各坊，向由各自治區自治坊負責辦理，自本年七月一日奉市政府命令，將各自治坊清潔事務劃歸本局後，以此項工作，關係市民衛生甚重，亟應設施，以期完備，當即擬定計劃呈請

市府發臨時費九千九百餘元添置穢土車八十輛穢水車二百四十五輛，此項車輛，業經分發各區使用矣。

●新置汽車十輛到局

本局前有洒水汽車四輛，運土汽車十輛，近因不足分配，復經

市府撥臨時費五千餘元，另購汽車十輛，此項汽車係特製，夏季可用以洒水，冬季可用以運土，刻已到局，不日即可應用矣。

●清道班背心製訖

本局接辦自治坊清道潔後，關於所有清道夫役，亟應發給標字背心，以便標識，茲由本局經常費項下撥款六百餘元，定製新背心一千三百九十八套，刻已到局分發各班矣。

公共衛生事業，不是消費，
乃是生產！
