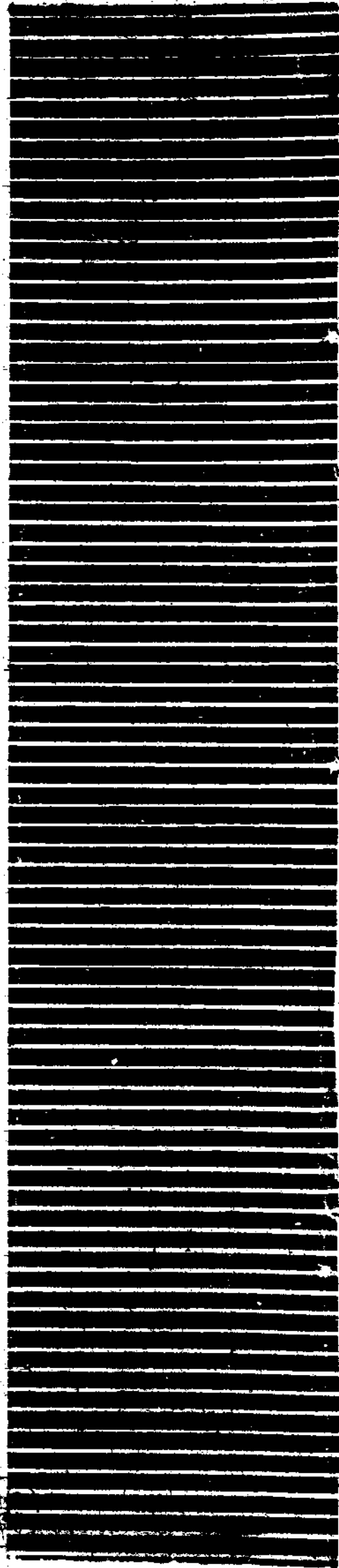


567 APR 27 1941

中華民國內政部批准
發給第十四號登記證



(第十期)

(第一卷)

國立中央圖書館

本期目錄

漫談

衛生為健康之本健康為長壽之由..... 饒齋

論評

優生與節育..... 胡風
論便秘之科學探討..... 夢霖

醫藥雜談

盲腸炎..... 李煥卿
筋述強壯劑..... 勞逸
藥石語..... 嶺南散人輯

衛生淺言

養病須知..... 馮沛霖
可畏之春溫..... 采
產褥婦之攝生法..... 寒梅
食物之禁忌..... 俠
點滴..... 庸廬主人

醫林軼聞

萬密齋醫案記..... 饒齋

專載

小學教師及家長應注意事項..... 鄭瑞田
驗方拾零..... 寒梅
心理衛生對法律貢獻..... 呂德慧

文藝

贈S C先生..... 饒齋
春興..... 前人

本社啓事

敬啓者，本社自發行以來頗蒙各界讀者所贊許，銷路日增，為便於工作起見，內部人事略有變更，現已改組完畢，所有以前本社發給身份證明書及証章等，概行作廢，自三十年度起另行頒發圓形藍色新証章及身份證明書，倘有冒充本社職員及佩帶舊式証章在外招搖活動等情本社不負責任，祈請各該當局究辦重懲為感。

北京國醫衛生社啓



●● 衛生爲健康之本 ●●

●● 健康爲長壽之由 ●●

齊 篋

好生而惡死，樂健康而苦疾病，此人之恆情也。故吾人每求長生不老，此不過庸俗之輩，妄欲遐齡，以享淫樂，非爲有功於世，求長壽之道，且爲作孽之根，茲所述者，乃吾人乘天地之氣化，父母之血精，生而爲人，滋焉於世，負荷重肩，盡一生之能力，有所建樹，尤以對於國家社會，責任偉大，既生息於茲，當求有所作爲，所以君子以行建不息。或以學術，或以品德，益于社會，利于國家，如斯之偉大，當求體質健重，精神豐滿，免頹喪之態，耄耋高齡方有濟耳。否則年未耳順，已龍鍾老更之形步履維艱，力學未成，勿焉而歿，尙何責任之可言，福國利民，而爲後世法者，豈可得哉，消除此種煩惱，不良現象，非由健康莫由，况世界文物發明端賴人類聰穎之腦筋，更不可不求體魄之健康化，體質已健康矣，長壽不期而達，何求諸旁門左道耶，豐功偉業，萬古不朽，立德立行，後世爲師，是人類之健康有關於此，人人所共知，然所求愈速，所達愈遠，所謂欲速則不達，夫如之何則可，是僅知健康，而未暗其法，此又吾人所應注意者，今人體質既壯，而罹疾病者不少，重且或死，是體質健康之不能持久也明矣，準此非講求衛生不可，諺曰，衛生爲健康之本，健康爲長壽之由，實非虛語，非講求衛生不能健康，非健康無以長壽，壽命不長，事業何由以立，鐵律嚴明，絲毫爽不爽，吾人可以醒悟矣。講求衛生其道多端，例如庭院之潔淨，庭中空氣之流通，污穢之掃除，衣服之潔整，起居以時，飲食不節，勿勞多思，勿疲其筋骨，屏除不良嗜欲，以及作適當之運動，精神之調養，清心寡慾，以靜爲主，以動爲輔，持之以恆，行之有素，演成習慣性，庶乎其道近矣，倘失此重彼，或輕或重，無一定之恆軌，雖衛生二字縈記心中，亦鮮功效，要在實際踐行耳，求長壽健康者，可以明矣。

優生與節育

胡風。

「優生」與「節育」的呼聲已是非一朝一夕的事了，然而我們並難有看見誰去實行，在法國，所有的是「節育」而非是「優生」；在世界上，有着想「優生」，而不去「節育」，這實是一種病態。

想療治此種病態無他，惟有以「節育」為原則的手段去實行「優生」。然而「節育」應出怎樣「節育」，「優生」該怎樣「優生」？那裏有很多的書籍，很多的生理學家，醫博士用以指導你了，在這裏我不想說，並且也像是不必說，現在在這所要說的，就為想要解釋「節育」與「優生」在我們的民族中，在我們的社會中，在我們的人類中，是怎樣的成爲一種必要，我想大家如果因此而被喚起了注意的人（肯被喚起注意的人），就應該切實去履行一下才是。

這理由彷彿很簡單，這或者也可以說就赫香黎所謂「顯明的真理」吧？

在我們今日的世界，每個國家都感到人口膨脹而土地和生產不敷分配的問題的壓迫吧？在某種論據下便以爲解決這種問題的戰爭也是一種方法，照那就是一次戰爭之後就可以淘汰許多人口，然而這樣不等於「注意嗎啡」的治療術嗎？——求一時的輕快，而難救終生的宿疾，而必至一針一針的將一個刺得糜爛至死爲止，這誠是一種滑稽而可悲痛的事，

實際上我輩生不是崇信馬爾薩斯「人口論」的絕對邏輯

，而過分地推戴山格爾夫人的主張但是我們自報本的人類改造論來設想，我們就不能不承認建設新社會的基礎的新的力量，是不要一支不堅實的木材，一塊不堅實的瓦礫的在我們所熟見的社會上的一切「比輪賽」賽一件不是以質勝而不是以量勝的，我們有很粗淺的比喻。就是俗語所說，「耗子多是喂貓的」這就是證明我們並不需要多數的同類，而是需要有用的同類。換句話也就是說，我們並不是需要多數的子孫，而是需要有用的子孫。

這不是很顯明的嗎，尤其是一種生活重壓的低級羣衆，每天所挨著的是「今天不保明天」的恐怖——僅僅是他們的本身已挨著這種恐怖，然而他們還爲著他們的多數的兒女恐怖著，而對於這些兒女既不能保定其爲有用，更不能使其以成爲有用這是爲了什麼呢？假如他能够「節育」，能够「優生」，那是能更確定「有用」的希望。而減少「恐怖」的悲哀吧？

假如我們今日是喊着節育，重着節約的時代我們「要少成爲一種必要——你想想，不對嗎？」

論便秘之科學探討

夢麟

病名：便秘，西名 Obstruction 或曰大便閉。或曰大便閉結。或曰不大便。大成論鈔曰：秘者，經數日不通也。結者，雖少通，結澀而難出也。舊醫別秘結爲三；即：燥屎，脾約，虛秘是也。

病原：（一）體外性原因：

1 食物——例如飲食物中，多含單寧（如茶）能令便秘。反之，如多含植物纖維，則令便通。

2 習慣及生活法——例如常時，抑制大便，及職業上常為旅行者或常為坐業者，常用腦力者，運動極少者，凡此皆是為本症發生之主因。

(二) 體內性原因，

1 患胃加答兒，胃潰瘍，胃癌，胃酸過多，胃弛緩，及擴張者

2 患腸加答兒，腸弛緩，腸閉塞，或腸狹窄者。

3 患腦脊髓病，及精神病者。

4 患糖尿病，萎黃病，及貧血症者。

5 患熱性病者。

6 因膽汁分泌減少者。

7 因發汗，泌乳，排尿等過多者。

8 患子宮後屈，及骨盆內腫瘍者。

9 肛門患括約筋之隨意收縮，或反射性收縮者。

病理：便秘之病理，不外下列三種：

甲：腸吸收亢進——如食易於吸收之滋養物，若乳汁，肉類，卵類等，則小腸將水分吸收殆盡，糞便盡成乾燥之渣滓，而不易排出矣。

乙：腸分泌減少——腸液係自腸腺所分泌之一種消化液，含有分解各種碳水化合物之酵素，患熱病時，全身水分缺乏，腸液分泌停頓，燥糞不易溶解，即陽明病之承氣湯證也。

丙：腸蠕動遲緩——普通之便秘，多屬此一類。因腸之蠕動機衰弱，則內容物停滯，大腸運動緩慢，已足引起便秘。

，此時糞塊充塞全結腸，不第積至直腸上部而已。若小腸運動亦衰弱，則便秘更劇，而腸之所以蠕動遲緩者，亦有下列三種原因焉：

(一) 腸黏膜衰弱——患慢性腸加答兒，及大腸黏膜萎縮者，黏膜之興奮性必弱，腸之蠕動機必減。

(二) 腸筋衰弱——腸筋麻痺，則為停止腸運動。結腸筋層萎縮，則腸運動弱，患慢性血行障害（如貧血）以及熱病，皆使腸筋疲勞，而蠕動減少。

(三) 腸神經衰弱——在鉛中毒，及慢性便秘者，見壁神經裝置變性。在習癖便秘者，見神經異常。

病狀：腹部有壓重，膨脹，膨滿等感覺。為時發疝痛樣疼痛。且有頭痛，眩暈，惡心，噁氣，疲倦，鬱悶，食慾傷失，不眠，或嗜眠等症。終至引起痔疾，及吐糞病。在女子則皮色晦濁，常有瘡瘡，甚則激發萎黃病。頑固之便秘，往往用瀉藥無效，呈閉塞症狀。

診斷：以上述之症候為憑。此外必明原因的關係，原因的診斷，須詳查既往症，及檢查胃腸。

豫後：良。但其經過中，往往有呈腸管潰瘍，腹膜炎，腸閉塞等症候者，宜注意。

預防：每日清晨，宜飲淡鹽湯一杯。因鹽能催進胃液之分泌。而助消化之不足。入腸後，能激腸之蠕動，又能令其黏膜之分泌增加，以迫大便之排出，為慢性便秘之緩下藥。又治胃酸缺乏之消治法。可分三個步驟：

1. 攻下之劑：

處方一：大承氣湯——傷寒論方，治陽明實熱證。腸中燥屎堅結，腹中滿痛者：（未完………下期待續）

醫藥雜誌

盲腸炎

李煥卿

盲腸之物，科學醫言其居於臍下，少腹之右傍，大腸小腸連接間有上口無下口，在初民未講禮義時代，那人們一見到食物，便互相爭奪食則粗嚼暴吞，難於消化，及其間時，如牛羊反芻，徐徐再嚼，其反吐之能力，全由盲腸使然也，其後禮教發明漸知遜讓，食時徐緩，咀嚼常然細爛，則入胃後，便消化勿須再反于口也，因之慢慢地盲腸作用消滅，體質亦漸縮小，在生理上完全無用，遂成癥瘕，一般其發炎原因，由於飲食以後激烈運動，則食物溢入盲腸之內，其作用既已絕滅，當然不能將此食物輸出於外，則食物腐敗，浸淫盲腸內壁，以致發炎生毒，病名盲腸炎也，其症發熱惡寒，小腹皮部明腫灼熱，以手觸之，即生劇烈疼痛（科學醫名為馬克氏觸痛點）腿常曲伏不能直伸為盲腸炎的特徵，急以手術割去以救治之，然而施治割取，十分危險，死亡與否，在事前不敢斷定，既割以後病果幸癒則所生之子女，世世永無盲腸矣。以故科學醫極力提倡，凡無病兒童在相常年齡宜割去，免其發水，將來此議政府許可，還要邀求法律規定，如同種牛痘苗呢，而盲腸的形狀，部位，生理，病理，等，科學醫言之既詳且盡，茲不述也，查中醫書籍中，從無一言語及盲腸，足見解剖學不光明，是以將此一部，完全遺漏誠

為一大缺點，對於科學醫，誠為愧慚，然中醫雖無盲腸炎之言論，而治療優良，以彼例此，無病不可施治，所論腸疝之病，儼如盲腸炎也，查張仲景金匱要略曰，（腸癰）既不分大腸小腸，則盲腸一定不能例外，（之為病，少腹腫痞（即所謂小腹皮部明腫也），按之即痛，（即所謂以手觸之，即生劇烈疼痛，）如淋，小便自調，（即少腹拘急，如淋之苦楚，無小便難而自調）時發熱，自汗出，復惡寒，（即所發熱惡寒也，）其脈遲緊者，膿未成，可下之，脈洪數者，膿已成，不可也，（膿由熱化，故未成之時脈遲緊，已成之後脈洪數。）大黃牡丹湯主之，又曰，腸癰之為病，其身甲錯，腹皮急，（因腫所致）如腫狀（即所謂小腹皮部明腫也）腹無積聚，脈數，（乘過化熱，膿成之象）此為腸內有膿膿，薤白附子散散主之，（熱實之症，宜大黃牡丹湯，清熱解毒，破瘀消腫，寒濕之症，宜附子散散，驅寒除濕，托裏排膿也，陳實功曰，（夫腸癰者，皆濕熱瘀血，流入小腸，而成也，其由來有三：）

男子暴急奔走，以致傳送不能舒利，敗血濁氣，壅遏而成者一也，

婦人產後體虛多臥，未經起坐，又或坐草艱難，用力太過，育後失逐瘀敗以致停積腸胃而成者，二也，

饑飽勞傷，擔負重物，致傷脾胃，又或醉飽房勞，過傷精力，或生冷並進，以致血氣乖違，濕動痰生，腸胃痞塞，運化不通，氣血凝滯而成者，三也，

總之，初起外症，發熱惡寒，脈孔而數，皮毛錯縱，腹急漸腫，轉側急痛，大便重墜，小便澀滯，若淋，甚者臍突腹脹，轉側水聲，此等並見，內癰已成也，初起未成時，小

腹般般作痛，儼若奔豚，小便淋瀝者，常用大黃湯下之，瘀血去盡自安，體虛脈細，不敢下者，活血散瘀湯活利之，已成腹中疼痛，脹滿不食便淋刺痛者，薏苡仁湯主之，腹濡而痛，小便急脹，時時下膿者，毒未解也，用牡丹皮湯主之，如膿從臍出，腹脹不除，飲食減少，面白神勞，此為氣血俱虛，宜八珍湯，加牡丹皮，肉桂，黃耆，五味子，斂而補之，如日久因循，不識此症，誤作脹病治之，以致毒攻內臟，腸胃受傷，或致陰器敗爛，腐爛黑斑，色敗無膿，每流污水，腹連陰痛煩燥不止，身熱口乾，衾幃多臭，臥房難進者，俱為難治，宜斟酌之。

按西醫所謂發炎生毒，即中醫所謂癰瘍結腫也，中醫論治腸癰一症，既不分大腸小腸，又不分上段中段下段，則更不拘盲腸也廣腸也，凡結癰結腫，憑脈辨症，按法治療，效果自能圓滿，不過中醫僅以藥物治療，不見驚奇炫衆，縱是盲腸炎十分危重，甚到極點田地，把他完全治愈也，不見得術奇特，實能死裏救活，反危為安也，至於科學醫者完全介乎學術，剖腹割腸，必將炎部割去而後已，縱使因割死亡，病者之家屬，及一般人士，衆口一辭，以為死是當然，無可遺憾，要是割後幸愈，則真是華陀復生，神仙出世，而科學醫的發展，一日千里，實由於此也，以故有一部分科學醫以為炫燄一時，聳人耳目計，對於肚痛惡寒，發熱之病，是不是盲腸炎，便謂非割不可，同時又說盲腸之形狀如何，作用如何，居於何處，割去後子子孫孫，永不再有盲腸，必說不患腸炎也，要是不用手術割取，這個盲腸炎病，怎麼危險，怎麼可怕，真使病者，聞所未聞，決意求治也，要知割腹去腸，實含危險，以視中醫主用湯藥，平中出奇，孰優孰

劣為何如耶，孰優孰劣，自是門戶見爭，勿容多說，平心而論，盲腸炎癰腫潰爛，即用消腫排膿之藥，惡寒發熱，即宜疏散發汗之劑，則瘀血也蓄食也，痰飲也，侵襲於盲腸之內者，果能使其腫消疔止，慢慢地也可以，使之轉送於外，不施手術，儘可治癒，要是誤吞金屬，或其他固體物質，襲入盲腸中，以致發炎生毒，中醫但以湯藥救治，必不能使該物泛溢於外，而獲安全也，惟依科學法，割取為尚再者，發現盲腸炎，病者之盲腸中含是什麼東西，又非中醫之望聞問切，所能判斷，必須X光檢察，始克認明，要是但用西法，割取，而體質羸弱，精力疲倦，面白神勞，虛弱虧損，非局部可能治療者，則科學醫治形迹而不治氣化，治局部而不治全體者，亦非萬全之策也，竊思用西醫之手術治局部，用中醫之哲理，治氣化，中西醫術溶治一處，收效當更加倍矣，竊謂內部癰瘍，除肝癰肺癰以外，不拘大腸小腸，胃腕盲腸，凡傳導器官，發炎生毒，治法均當相同，惡寒發熱，肢體拘急，宜用劑防敗毒散，升陽除濕湯疏散之裏急後重，腹痛秘結者，三承氣湯，遂宜擇用，表裏俱病，實邪甚者，神授衛生湯，雙解復生湯，均可擇採，氣血俱虛，神倦羸弱者，又宜乳香黃耆散，排膿內托散，消毒托裏，排膿定痛，至於芍藥湯，脾約丸等，都是方法，有人運用耳。

簡述強壯劑

勞逸

凡能令身體虛弱者服之而變強壯者，總稱之曰強壯劑，如人參生地黃等，或能助赤血素之增加，或能令白血球之增殖，其目的無非增進精神與體力，然其用量與服法，應視

藥物之性質與服者之體質而決定，如生地一藥，惟身弱而黃舌乾口燥者服之，則較勝他藥，若非血虛之病，縱服多量，亦無效，可知同一藥物，對於不同之人體，非特其功效有大小，而其治療亦異，不特此也，倘有宜補與不宜補之分，如頭痛僅在一側或一處者，動作時，望眼生花或眩暈者，此虛症也，宜補之，若全身壯熱頭痛面紅唇赤者，非虛症，不宜補，又如發熱後或瀉後身體虛弱，懶于言語行動操作者，宜補，若病症初起，時覺困倦無精神，及症勢方張者，則不宜補，用強壯藥而得宜，則補之目的足以見效，反是，非無補益，而反害之，又如婦女月經過多，白帶過多及瘡疥流膿血過多致唇青面白者，亦宜補，夫強壯藥之獲效，非朝夕可期，不若吐瀉麻醉興奮等藥劑，可以隨服隨應，况強壯藥雖能補血益津，過服或服之過久，胃即消化不良，身體反因之轉弱，故必經症與病體而用藥，方克無損有益矣，茲簡述幾種強壯劑略為說明，與同志相研焉。拋磚引玉尚望有以繼者。

(一) 人參

甲 狀態

多年生草本，高達二尺許，葉為掌上複葉，輪生，夏日開淡綠色小花，果實為扁球形漿果，成熟則變為紅色，是即人參子，人參採製後，外面呈黃白色，有多數縱縐其質堅而脆折，斷面平塌。

乙 別名

年久者曰老山參，山產大參曰大山參，移植者，曰移山

參，扒出移植者，曰扒山參，參之產於山野者，曰野山參其上等者，統皆，參之中等者曰拗色，參之下等曰泡丁。

丙 產地

產於吉林者，曰吉林參，產於朝鮮者，曰高麗參，其堅實力壯者，曰別直參，產於遼東各地者，曰遼東參，亦曰紅旗參。

丁 藥用之部

採取其根，除去鬚及外皮乾者名曰白參，蒸後用日光或火力乾燥者，曰紅參，外面呈紅黃色半透明狀，蓋由澱粉之糊化而為甬質狀也。

戊 主要成分

根內含有巴那規倫 Panaxosin 其特有之青氣，則基因於巴那新。Panacem

己 主要功用

人參常用於大失血後之心臟衰弱，及久病元虛將脫者，病後欲其恢復者亦常用之，對於神經衰弱為唯一神劑，大補元氣，添精神，生津液，入胃以後能助消化力，凡遺精貧血，頭腦及一切體力消耗之病皆可用之。

庚 性味

性溫，味甘帶苦，氣微香。

辛 禁忌

經疏曰：凡肺部有熱諸症及陰虛火動之候，與痘疹初發，身雖熱，而斑點未形，與傷寒始作，形症未定而邪熱熾者，均忌用之。

壬 用量

每次服三分至一錢，大量三錢至一兩。

癸 成方舉例

(一)獨參湯 失血後脈微欲脫者，用上好人參獨煎灌之。起死回生，此血脫益氣法。

(二)四君子湯 人參，白朮，茯苓，甘草，助陽補氣，脾弱陽虛，不思飲食者宜之。

(三)生脈散 人參，五味，麥冬，能瀉火生津，夏月止汗定喘，虛人宜之，病危脈絕服之能令脈復回生，故名生脈散。

(四)治自汗 用人參同白朮，黃耆，白芍，治汗多亡陽，用人參同黃芪芍藥五味主之。

附古代近代之學說

一 古代學說

本草經曰，安精神，定魂魄，止驚悸，明日，開心，益智。名醫別錄云胸脇逆滿，霍亂吐逆，調中，止消渴，通血脈破血積，令人不忘。甄權曰，保中守神消胸中痰，治肺痿

及痢疾，冷氣逆上，傷寒不下食，凡虛而多夢紛紜者加之，李洵曰，止煩燥。大明本草云，消食，開胃，調中，張元素曰，治肺胃陽氣不足，肺氣庸促少氣，止渴，生津液，李時珍曰：治男女一切虛冷，發熱，自汗，眩暈，頭痛，反胃，吐食，痰瘧，滑瀉，久痢，小便頻數，瘰癧，勞倦，內傷。

二 近代學說

人參者，漢藥之王也，在中國及日本皆常用之。依豬子之實驗云，人參為興奮強壯劑，因為中醫所珍重，然微諸病床實驗，則不甚讚賞，于病危急時，毫無作用，惟數日至數週間延長服之，始覺營養稍佳，富田長壽成曰，脈微弱而易壓迫者用之，則血壓漸增進，用脈波計，見脈波漸漸高起自豬子于行血器，尚未實驗其有顯著之變化，久用之，則是頭痛頭重等腦充血症狀，井上圓治，由實驗結果，發現一種皂素屬之醣質，朝比奈泰彥分析而得其成分之分子式為(C₂₈H₅₈O₁₀)。據科學之眼光細察之，可謂本藥於久病衰弱血壓沈降時用之，其主效於恢復沈降之血壓，如樟腦等用之於心臟，又如毛地黃之作用于心臟之外，更能收縮血管，故能影響于血壓，而奏效，所含醣原質若主作用確于心臟，以增高血壓，則與國醫舊說不謬，齋藤以動物實驗，朝鮮人參之結果，云朝鮮人參對於動物體內含水碳之所陳代謝有密切之關係。

(未完)

● 疾患者，外觀雖發於身體，而究其原因，由于精神所發生之疾患，其數並不讓於形體上之疾患。

● 勞動身體有逐退惡魔之力，少年之人，不勞其四肢，則憂悶成疾，若欲醫之，惟有使之習勞而已。

● 心憂乃身之毒，吾人當求精神上之樂，精神上之樂，莫過於天然之樂，散步郊野，游覽山水花木，吸取新鮮之空氣，最有益於健康。

● 美國有胃病專門之醫師，其秘訣惟在節飲食與郊野運動而已。

● 憂則天地皆窄，怨則到處爲仇，哀則自己束縛，怒則大敵當頭，凡此數種，善攝生者，皆擯棄於九霄雲外，壽命自能延長于無形，捨此不求，尋仙丹覓秘術，待丹未得，術未習，命已危殆，善講衛生者，能由此乎？

● 胸懷歡暢，則長壽可期，若憂慮過多，則使人易老，常人之性，苦則悲樂則笑，悲哀最足傷人，而歡笑最能益人，歡笑能補腦髓，活筋絡，舒血氣，消食滯，勝於服食藥餌，每日須得片刻閑暇，逢場作戲，以資笑樂，而益身體也。

● 終日恣意淫樂，曠時廢事，糜費資財，耗散神力，而日以仙丹妙藥爲伴身補品，是爲一方捫門，

一方拒盜，片刻皆盡，身敗名裂，自求慘亡，吾人當有所深思，以自警耳。

● 節慾二字，受益無窮，節所以有定度也，慾所以戒妄念也，持乎其中，庶乎善矣。

● 千古之聖賢豪傑，欲有立於世者，不外腦筋強固，體魄健壯，致此之由屏七情六慾耳。

藥 石 語

嶺南散人輯

衛生淺言

養病須知

馮沛霖。

普通有句諺語就是有病吃藥，不如在未病預防，這種諺語是人人所知道的，設不幸而得病，病中的衛生，焉能不注意，多數病家，有所忽略，且有只圖口腹之慾，恣意而行，因之輕病轉重，重病危矣，故病中衛生實居重要地位，俗語有云：「三分服藥七分養」養字就是病中的衛生，往往病愈八分，偶或不慎少有觸犯，輒舊病復發，纏綿不已，遷延歲月，曠時廢事，徒受痛苦甚或引起意外之危險，可痛孰甚，茲將病中應注意的事項，分爲：擇醫，服藥，環境衛生，及調養法，擇要敘述，庶幾於醫藥及病家少有補助焉。

一 擇醫

仲景傷寒論源序云：「卒遭邪風之氣，嬰非常之疾，患及禍至，飲藥巫祝，告窮歸天束手受敗實百年之壽命，持至重之器，委付凡醫，委其所措，咄嗚呼厥身以斃，神明消滅，變爲異物，幽潛重泉，徒爲啼泣。」由此看醫生乃司人之命，病中生死存亡，皆操諸醫生之手，對於擇醫，可不慎中加慎哉。

常言道「有病亂投醫，」這句話，不知誤殺了多少人的

性命，其實是，「有病難投醫」，難投明醫治療。若夫內藥未閱，方藥不暗，四診不清，或涉獵不精，認症不清，有如雲中望月，霧裏看花，形影模糊，即試以藥，其治病也，鮮有不變本加厲者，須知差之一毫，謬之千里，輕病以重，重症危矣，庸醫殺人，尤甚於刃也，請醫治病，豈可輕視，故擇醫爲最重要之一端。

二 服藥

中國古時藥物研究，已達極點，迨及今世雖有一般藥肆，精益求精向前邁進，但是爲數甚少，還有許多藥肆，只圖漁利，對於藥之炮炙炒焙，率不注意，輕描淡寫而了之，大失藥性之本質，變色生虫，陳敗無味，依然銷售，醫者忽略，病家不察，以之治病不爲無益，而有害，不可不察，況煎藥之時盛藥器首宜洗刷乾淨，煎藥所用水，於吐劑之藥用逆流水，下劑及滑痰劑用河水，補劑用井水及甘澗水，總之，煎藥用水，品類頗多，普通多用井水。

藥有先煮後入，有需布包者，有不需煎者，不可不知，例如藥劑內有麻黃，蜀漆必須先煎，還得去沫去滓，以去其毒，再和諸藥，石膏，亦須先煎，因味淡難去，久煎方有力，薄荷，鈎藤鈎白芥子等藥必須後入，久煎無力，車前子滑石粉龍骨粉，必須布包，藥汁方能清漸，硃砂，麝香，丸散及丹，沖服者，不可入煎劑。凡草根樹皮枝葉與金石動物諸藥同劑，必須先煎金石動物之藥，而後加諸他藥，此大法也以上略言梗概，醫士開方後詳細問明，方不誤事。

服藥宜注意時間：胸膈以上有病，應飯後一小時內服藥，藥力容易達於上也，胸膈以下至臍之有病或表病應在飯後

二三小時（半飽不餓）服藥，藥力容易留中，（表病）容易達於週身，請下至是有病，宜食遠服，（即空肚）藥力容易下達，若瘧疾，須在未發前一二小時服藥，否則不效且有溫服，熱服，冷服，分服之別，裏病及補劑，非溫服不為功發汗之劑，及治上之劑，非熱服則無效，下部有病宜冷服，如不注意效力減小於病無補，至於藥汁，必用濾藥器濾過於服藥衛生方面大有裨益，總以清淨為主，實居首要，不可不知。

藥有須復汗者，有不可復汗服分服者：如服補劑及上清之劑，及無毒味難出之藥可以復汗，若汗劑下劑止痛之劑，如見汗出，下利之病止，效力已達，或有毒之藥加以炮製者，千萬不可復汗，以免害事。

服藥後宜安靜一二小時。服藥後忌勞動，費神思，忿怒，驚恐等，以安靜睡眠為宜，書曰：「若藥不瞑眩厥不瘳」。至哉斯言。

藥劑內如有川軍，千萬不要在飯後一小時服之，或服藥後進飲食，犯之必吐，宜避之。且服頭上之藥，宜坐息，中下部藥宜臥息，如有嘔吐病服藥吐者，或久病見藥而嘔心，服之而吐不能受藥者，用電心土三四分撒於藥上，服之不吐矣，或用鮮姜汁合黃土為丸，塞於鼻內神效，百發百中。

煎藥時宜有專人看守，煎藥人禁忌吸菸，如菸灰落於藥內，即成毒藥，或不慎將藥熬壞，或熬焦應把牠扔掉，切不可再添水煎服，服之則殺人。

吃藥不忌口，壞了醫生手，意思是說，如果吃藥不聽醫生囑咐，隨便飲食，藥雖對症，効力亦減，或因而復發，藥有分服，前煎與復渣同時服者，如果下劑止痛劑或猛

劑則宜分發汗劑緩劑恐藥力不及，宜同時服之。

附兒童服藥心法

兒童三四歲服藥最難，自知服藥者很少，所以服之必灌，所以兒科書內，亦云灌服，致使小孩哭啼反滾，鬧個不了，強迫與服，丟仍大半，除不知，藥隨氣行，氣逆而藥亦逆矣，藥遂對症，何能見効，敝人以臨症實驗介紹給閱者諸君，小孩無論服丸散丹湯等劑，如在未服之前，勿令睡眠，使之精神疲乏，然後使睡，再用藥匙少少與之慢慢將藥服盡萬勿驚動，藥盡病愈。

曾治一某姓小女，其父抱來，年兩歲餘吐瀉腹痛不食，他醫診治再三不効，病勢危險余以蒼朮本香煎沖服六一散，告以服藥之法，其父至家未會告明家人，又竟強迫與服，毫不見効，其母抱兒又來，余問以服藥之法，始知服藥之故，復以原方囑令按法服之病即立愈，諸如此類不可勝數。

三調養與環境的衛生

霍亂病後宜絕對節食，最忌米粥，蓋此病之起因，內傷飲食，外感風寒，或由疫毒之傳染，害及腸胃，蓋腸胃有消化吸收兩種功用，患這種病人的腸胃，機能停止，如進食過早，或太過，或不衛生，不惟無補於身而反培養病菌的滋生，為害非淺，俟病邪淨盡，可與以湯水，最好用苡薏米為粥與易消化食物，利尿之穀類植物等，可免病後腎臟發炎最忌者不可以米粥與服，病人所食剩之食物不可與未病人食，用具衣物，均用沸水煮過，屎便及吐出之物，宜用石灰粉撒布

於上，家裏如有患此病的即此隔離，以防傳染

痢疾病食物，最忌油膩生冷雞子辛辣等物，犯之必劇，其病原由於腸胃積滯，或由於風寒作痢故古滯下，按痢字，利字旁邊加以病字頭，這就是痢利，痢而不利也所以治利無補法，初起宜用瀉劑，切不可用止瀉之劑，把毒質滯止於腸內，不能排泄而出，雖暫時少愈，久則必復貽害不淺，俟積滯毒淨，方可徐止之。

癩疹之病小孩最多，成人次之初出時，以至出盡之日，俱忌葷醞酒以助胃火，忌食生冷油膩，鹹物，雖口渴煩躁欲食，須以溫水飲之，犯冷水，必增喘咳，秋梨荸薺等，煮熟溫服，最合衛生，切不可服餡餅糖餅等類食物，一助毒火倘餓極可用白米稀粥半鐘食之，禁忌風寒，初出或出齊時，必謹避風寒，微似有汗最好，如風寒外束，疹即收回，欲想再出難矣，慎之慎之，室內務求清潔，不可使穢濁之氣觸犯，恐變危險之症並宜安靜，各家如有悉是病者，或本地面，有患是病者，健康小孩接進病人所用的一切衣服食物用具，概行消毒，不可與健康小孩使用，以免傳染，

瘧疾此病最易反復，或由於飲食不潔，或飽食傷風寒，勞動過度，居住低窪，忿怒，夜間受涼，尤其是在病中或初愈時，千萬不別吃餃子，寒冷，難消化食物，皆復痛有的可能日最合於本病的食物，就是稀粥淡湯，還有一種最衛生的一種下飯菜，就是紅薯切碎香油苦菜調拌養胃進食的聖藥，在最近期間把胃健壯草來効驗如神。

可畏之春溫

采

不可不為之預防

傷寒溫病之爭詬為近今醫流號稱通識者所詬病，然寒溫之何不以當爭辨，殊少透切之論，徒唱高調者，一若傷寒溫病，病症治法，根本無大懸殊，其次者，則以為仲景傷寒論中，已有溫病，及治溫方藥，勿庸後人另行揭發，以矜獨創，由前之說，則寒溫之界，幾乎可泯，由後之說，則似溫病治法，已悉具傷寒論中，其果然乎，鄙以為傷寒溫病，在舊說上，是二非一，決不能持異議，仲景書之名寒傷，及難經傷寒有五之傷寒二字，乃廣義之傷寒也，近今指春溫，風溫，溫病，暑濕，伏暑濕溫，秋燥，冬溫，傷寒而言，惟受病之種類，有新感伏邪之異，而伏邪為病者，在春季感時令之寒邪，為新感之春溫病，若伏溫在內發，新寒外受，屬伏邪之春溫，伏邪之發，有氣分熱分之別，不可不辨也，人體中之溫度，有一定之標準，倘使體內熱度增高，易感寒邪，為新感之春溫證，苟無血熱內壅，為其因素不過輕淺之隨冒耳，若冬令寒氣潛伏，至春化為溫病，其潛伏之途徑，或潛伏肌膚，或潛伏血分，實即冬令寒襲皮膚，廢物不得盡量排泄，積久及春發病是也，是病邪潛伏，觸春寒而外發，王叔和氏，以冬令所受寒邪伏于皮膚肌肉至春季而為溫病，喻嘉氏曰冬傷寒邪伏于皮膚，故有冬不藏精，春必溫病之說，不藏之伏邪，潛于腎藏也。柳寶詒云：冬傷于寒之伏邪，言其邪之實，冬不藏精之伏邪，言其正氣之虛，雖若兩歧，其義為

一貫，苟冬不藏精，而不受外感寒邪，則純爲虛證，與伏邪溫病無涉也。

(一) 新感春溫證之病態及治法

病態：初起頭痛惡寒，身熱無汗，或身痛不舒，或咳嗽口渴，或有心煩咽痛等證，繼則脘悶脇痛，胸膈不舒，寒熱猶熾，便閉溺澀，熱甚者，心煩燥擾，渴而能飲，或作鼻衄。

治法：初起頭痛身熱，惡寒無汗，咳嗽者，用荊防達表湯，若惡寒輕，發熱重，心煩口渴，咽痛者，用葱鼓桔梗湯加防風。若心煩口渴，咳嗽，氣喘，惡寒，無汗者，用麻杏仁石甘湯。表寒即解，內熱外達，心煩脇痛，寒熱猶熾，用柴胡枳桔湯，熱重者，用加減蒿本清胆湯，鼻衄，加赤芍，丹皮，牛膝，熱甚汗多，煩渴不止者，用新加白虎湯，裏熱外達，應脈靜身涼而愈，如猶未癒者，則腸胃必有停滯，宜加疎利停滯之藥。

(二) 伏邪春溫之病態及治法

病態：甲氣分伏邪

初起頭身俱熱痛，惡寒無汗，繼則寒熱猶熾，口苦脇痛，甚則目赤耳聾，隔悶欲嘔，傳肌表而外達，心灼熱，心煩，大渴引飲，不惡寒，但寒熱，甚或神昏譫語，胸膈間發現癍疹，便閉溺示赤。

二血分伏邪

初起微惡風寒，身痛無汗，或咽喉疼痛，繼則寒熱重，充熱灼手，或有汗而不熱不解，心煩不寐，面赤唇紅，手足躁擾，神昏譫語，或神迷不語，或鄭聲重語，甚則狀若驚病時時痰癎，四肢厥逆，胸腹按之灼手，此外又有熱入精室之症，初起證候相同，惟口乾舌煩，煩躁狂言，或吐血，或

牙宣硬腰痛如折，少腹重墜，男則夢遺失精，女則帶下如注，甚則氣上衝心，時時欲厥，厥回則瘳，瘳後復厥，筋惕肉瞤，兩目上視，或斜視，舌卷囊縮。

治法：氣分初起，頭身疼痛，惡寒無汗，兼有煩渴之現象者，用葱鼓桔梗湯，加黃芩防風以清熱而宣達之，此方即宗仲景黃芩湯法，繼則寒熱猶熾，灼熱心煩，大渴引飲，口苦脇疼，便閉溺赤，用柴芩清膽湯，以兩解表裏之熱，如熱勢猶熾，癍疹將發者，新加白虎湯，加牛膝，大青葉，丹皮，西河柳葉，以清蘊熱，透其癍疹，癍疹透後但見虛煩，嘔不寐者，尚有痰熱內擾，蒿芩清胆湯，以清痰熱，至若金匱麥門冬湯，可用爲善後調理之需要。

血分初起，微惡風寒，身痛無汗，舌赤脈數，加減葳蕤湯，先達其外邪，繼則充熱灼手，心煩不寐，加減犀角清絡飲，或導赤清心湯，以清其血分之伏熱，至二方之選擇，所當辨其虛實而用之，如神識昏蒙不語者，用清熱涼血，化痰通便之劑，不應用牛黃膏，如狀類驚癇，手足厥冷者，用羚角鈎藤湯，若病後正虛，液燥煩渴重則用竹葉石膏湯，輕則用顧氏八汁飲。又有熱入精室一證，初起證候，等於血分伏溫證之外發。加減葳蕤湯，仍可備用，因右脈洪盛而躁，左脈絀細沈數，蘊熱外發，精血內虛，可於方中去桔梗薄荷，加白芍知母生地滑石，其口乾齒燥，煩躁狂言，夢遺失精，帶下如注，古稱陰分虛脫，腎氣內潰，實即副腎皮質之分泌液，失其功用，對於收縮血管壁，及收縮精囊之工作放棄，故血液外出，精血漏泄，古稱下竭上厥，爲難治者是，勉擬阿膠鷄子黃湯，加知母黃柏各一錢，以清熱育陰，平其癍癎，然病勢危急至此亦不過勉盡人事而已。

產 褥 婦

之 攝 生 法

(續)

寒 梅

* 八 飲 食 之 注 意 *

產褥婦之於飲食物，其主要者，在隨其舊日之習慣，不過因身體之運動之不足，宜選易於消化者，又不可常陷于飢渴，亦不可恣意保食。通例至產褥初期，食慾減損，的牛乳，鷄子，肉湯，淡粥等，用之最宜。若口渴時，以清潔之水，或溫湯含嗽，或飲用，此後食慾漸漸增進，對徐徐食用麵包等固形之物置。雖然，凡奇烈刺激性者，難消化者，易酸醉者，亦宜禁忌切勿任意亂食，至於飲料，則稀薄之茶或咖啡等，固亦無害，而酒精性飲料立第三週前，不可不加以禁忌，至第二週或第三週，得復常食，但亦須選擇易於消化者，切不可大意，此外授乳婦平素亦宜攝取富於滋養之食物進食，如牛乳及肉汁等，以樹立健康，之基礎而博得營養充實，乳兒發育良善，可期待也。

(未完)

* 七 寢 具 和 衣 服 *

除陰道之棉紗，或片布，被污染時，應速撤去外，被覆可認產婦之隨意，但以清潔柔軟而溫暖者，為最適宜，但亦不可過於溫暖，致使常發汗，而誘引汗疹，麻疹等疾病，且亦不可過重，否則厭腹壁，使向橫的方面擴張，總以較為合度為妙。衣服亦須寬大採用溫暖柔軟者，乳房及腹部亦須特別注意，勿使之着涼，此外為促進腹部肌肉之平安恢復健康及預防腹壁向前方懸垂起見，可用一較寬之布帶，橫繫腰間，此法英國在及友邦日本多通行之，中國亦有應用者，此法純為維護生理的健康，至意良善。

食物之禁忌

(俟)

食物有相反相忌之性，偶爾并食，致喪傷性命，雖一飯一茶，要皆合於衛生之道，不可任意率爾爲之。本草載之甚詳，吾人倘不加選擇，或貪食之人，忽而不察，或偶然誤食，死而莫知其故，輕微者，亂投藥劑，或不擇醫，苦惱異常，豈不冤哉？爰錄忌食者，數則若干，用告世人。語云：蟹味雖佳，每含毒質，食之不慎，小則腹瀉，大則傷生，毒已入腹，治療非易，又云：蟹與國公燒酒，或與皮酒，同食即死，曾親見之，杭醫胡蓉裳君不信，取自試之，閱日竟至不救，辛亥年杭報曾載其事，又憚禹九先生，體素康強，秋季在家食蟹，後繼進柿數枚，即公赴南京，既達而病，急延醫治，卒致不救，本草載柿與蟹不可同食，是豈二寒相重，故食之致命亡耶？香蕉與芋頭不可同食，嘗有一人甫食香蕉，繼即午餐，菜有芋頭，食之不久，其人忽斃，形狀若中重毒者，衆莫明其故，復數月，又有一人復如是而死，若中毒狀，請醫驗糞，謂相反兩粘物所致，知此二人者，蓋食此二物以致死也，一人往親戚處言此事，群相驚訝，試以二種合成一團，與鷄食之，其鷄即死，又以二物置於一器，次日則完全淤黑，大失本色，是確知香蕉與芋頭不可同食，牛肉與栗子及紅糖忌同食，牛黑身白眼者食必死，白馬黑頭及白馬青蹄者，不可食，豬肉與驢肉羊肝不可同食，豬肉胡椒茺麥同食爛臍，豬肝魚胎同食生瘡疽，豬落水浮者不可食，羊肉與梅子西瓜不可同食，免死眼閉者食必死，免肉忌與芥菜同食

，肺肉有姜，不可食，經縮肉體尚暖，曝炙不燥，入水自動者不可食。肉中有水朱點者不可食，芝蔴花落肉中，食之死，凡肉及肝落地不沾灰塵者，不可食，各種肉經過屋漏水，食之死，豬羊心肺有孔者奇毒，鳥獸自死口閉者不可食，六畜自死者，皆有疫毒，不可食毒雞鴨常食蜈蚣百蟲夏五六月不可食，老鷄尤不可食，皮蛋不可與糖同食，諸禽鳥肉及肝帶膏者，不可食，白鳥烏首黑鷄白頭者，不可食，雀肉忌與李子同食，鵝鷄忌與木耳同食，閉穀茴香與驢魚及蛋同食死，凡魚及驢肉有紫荊花落下，食之死，鯽魚忌與甘草同食，魚酢忌與蜜同食，河豚魚有毒，食之多死，自與菊花葉性相反，同食者必死，河豚中毒者，先用麻油類灌之，使其作吐，再用橄欖煎灌之，自能漸漸甦醒，溪湖中有石斑小魚，不可食，甘魚忌與鯽魚同食，鱒魚鯽魚鯉魚等如鰓赤者魚勿食，魚無鱗，頭有白色連珠至脊者勿食，鯉魚不可與狗肉同食，鸚鵡肉與豬，兔，鴨，桃子，菊菜，及馬苳，茄子，薄荷等忌同食，鸚鵡異者有三足有兩頭，有赤足，有獨目，有五爪，有頭足不縮，有其目凹陷，有腹下有王字者，以及有卜字或蛇紋者，俱有毒，不可食，生於山中者，爲蛇之變種，更不可食，如中鸚鵡肉毒者，可飲白馬尿一碗，卽化，或飲靛青水亦效，或用白芷，雄黃各三錢，丹砂，山查，枳實，各一錢，白茯苓五錢，清水煎服，一劑病止，二劑毒出，蟹與柿子荊芥同食，則發霍亂動風，甚至吐血死，用廣木香磨汁飲之，可解。

(未完)



滴



點

庸 廬 主 人

嚴 防 疫 病 *

逝水光陰，轉瞬新年已過，大地春回，氣候一變，年前溫暖異常，雖屆嚴冬，不異深秋氣象，無冰天雪地，凍手裂腳之苦，屆茲春和之日，反呈料峭之春寒，一般趨時摩登之士，早已裸臂袒胸，殊不知人身毛孔，冬閉塞而春張開，一經寒風侵襲，有不可說之苦，非若鍛鍊有素，習以為常，加以健康之體魄，日常勤勞者可比，皮毛可効，實際有不為人顧者，偶然發生疾病，再混以素日飲食厚味，鮮有不染時疫者，且一人得之，轉側間傳之一家，是以今春發生時疫之可能性頗大，路過街中，扶病人而行者有之，持方購藥者有之，甚且致死，出喪之數，亦可驚人，可不慎哉，推原其故，要皆去冬溫和今春轉寒，溫和非合理之溫和，春寒非往例之春寒，雪量調劑不勻，氣候失常無度，在此季節，飲食不加謹慎，衣服更換無時皆足致病之媒，倘于飲食起居循情合理，不徒摩登快心于一時，免病後呻吟牀榻之可悔言，所謂一失足成千古恨，胡不慎諸，願三復斯言。

一年之中，春夏秋冬四季，可謂四大季節，氣候變遷，萬物移轉，以及人類生活之更調，要準此四季而行，四季之中，以春夏為首，陽氣上升，萬物枯榮，所謂一元復始，在此期中，各種病菌，由潛伏期進而為奮動之時，開始傳播病菌，為害最烈在無形中，隱患不可以計，吾人應自行檢查是否清潔，如庭院廁所，廚房以及衣履，不分巨細要皆一一檢查，以潔淨為主，否則既觀

清潔檢查

賞之不雅，復有碍于衛生，滌舊洗新，使病菌無由寄託，慮害自息，吾人每以清潔為淺浮之事甚或皮毛行之，或竟不以為然，試思吾人處此都市中，人煙稠密百穢俱集，即以廢物污穢塵土而言，每日約以萬計，空氣即不如郊外之清新舒暢，代謝新陳諸多阻碍，再加以個人不勤打掃，何愁疫之不生，病之不發，清潔檢查雖係小道，要皆百尺高山，實初發于此也，吾人勉諸。

醫林軼聞

羅田名醫

萬密齋醫案記 (續)

著有萬氏醫學風行遐邇
對於兒科痘科最為精研

鹿齋

既而胃痛，治以草，豈瑟丸不效，患至三日，先生怪之，乃按以掌，則痛益甚，乃悟，曰氣之痛有實有虛，物之痛有實無虛，今痛在胸次，不可以手，非食積則痰，乃實痛也，於小陷胸湯內，取黃連，枳實半夏，於控涎舟內，取甘遂白芥子，加大黃，黑牽牛神麴合為丸，加蘿藦子菜湯送下，卅一丸，痛愈下，又進丸四十，痛至少腹，進丸七，下黃澀許而罷，一胡姓幼失父母，病腹痛，先生謂乍痛乍止，腹硬口延，為虫痛，與久痛不止，為積痛者有別，用棟根白皮湯煎，服雄黃解毒丹，得一虫，大如指，形如嬰兒，人咸以為異，先生曰，此三傳癆虫也，由父傳母，而及其子，今既下，可賀，命婢送河中楚之，婢受其煙氣，病瘵而死，與堅瓠集載，尹蓬頭治女即傳尸後染其乳母事絕同，後又治麻城聞氏子虫痛，擇上旬破日，以苦棟根湯，勿令病者知，先以油煎雞子作餅，困勿以食，索之急，如少嘔之，俟喉中涎出，即以苦棟湯和雄黃解毒丸，半月下黑虫如蠟蚱，串盈而痊

其料生死最明，一事有歲少年，聞先生名，伴大病，重轉客室乞診，曰，越十五日當死，無須刻，少年掀幃吐曰，我何疾，聊試若耳，先生斷病診脈如此，不知病原也，至十四日果卒縣人至今傳為美談，吾里文獻佚缺先生故事，百不一傳，惟先生為其交治病有三事可備吾里舊聞，先生之於廬岸也，胡孝廉明書，明純，明睿，蔡孝廉惟忠忌之，阻不得補額，未遂而交怨，嘉靖辛丑春，明書子病嗽，口鼻出血，他醫治以葶藶丸，或五拗湯則轉劇，篋於易，得大寒來明之兆，遂就治於先生，先生不以舊際為意，欣然往，謂需再閱月可痊，明書難之，先生強為立方，用天冬，麥冬，知母，貝母，甘桔，力子，陳皮，枝子，茯苓，黃芩凡三進，血止，嗽輕，旋有萬性醫至，用二陳湯，如黃風百部杏仁，紫苑，桑皮等，先生爭之，明書曰，各有所見，勿阻也，先生曰，此非昔年同輩糊蠟可比，此即生命所關也，乃摩是兒頂戒勿多服見方而去，甫服頓劇，明書之子與妻，均怨之，乃介入乞再往，不得，明書頓首於地以謝，至則診治五日，而血止，再旬而痊明書詢其故，先生曰，春時氣上升，肺感風寒常散，葶藶丸乃攻劑，肺虛而瀉之，一逆也，一降一下肺大虛，秋時氣應降不降，反用升發之劑，二逆也，夏火王先盛，宜清金瀉火，五柳湯乃散劑以熱劑熱，三逆也，余以收斂克降平其浮散之火，九月火衰故病已也，肅敬吾太守繼美，與耿恭簡定何公，講學於開津書院，嘉靖辛亥，病風甚劇，先生謂其風邪在太陰經，以黃芩，甘草作大劑，敬吾問何以不用治風治痰之品，曰緩則治本，蓋凡傷胃者，衛氣之亡也，黃芩之甘溫，以補肺，是藥味酸，曲直作酸，酸者用也，

(未完)

專

載

小 學 教 師 及 家 長 應 注 意 的 事 項

● 查 檢 康 健 ●

● 染 傳 防 預 ●

田 瑞 節

北京特別市衛生局
衛生講演，由醫員鄒瑞
田主講，題為「敬告小
學學生的教師及家長幾
句話」。茲錄講詞如
次：

小學學生的年齡，
大概是由七歲至十二歲
，或八九歲至十三四歲
，在此幼稚時代，自己
不懂得什麼叫維持健康
，全得由學校及家長兩
方面去指導和監督，這
兩方面的指導和監督法

，均得一致，否則小學生所領受的不同，就要徬徨歧途，不知聽從那一方面為是，難免對教師或家長發生疑問，因而失去信仰，不但影響其健康對整個的教育上，也要有不可測的損失，所以若想維持小學學生的健康，總得學校與家庭合作，時常有相當的連絡或通知，才能奏效，假使家長對於衛生術也不十分了解時，以聽從學校的通知及指導為要，不要反對學校的督促與引導，下面寫出兩樣要緊的，俱給學校的教師合家長們：

第一 健康檢查

學校裏邊，都應當有校醫，最小限也得有個囑託的醫師，好給兒童們按期健康檢查，隨時發表其身體的缺點，及傳

染疾病以便設法矯正或治療，兒童們如不明瞭這種意義，拒絕檢查時，除教師詳為說明利害，誘導其就範外，同時通知其家長也得設法督促，其接受校方的指教，就健康的習慣說罷1，坐，立，行的姿式要正直，4，每日至少要在屋外運動一小時，3，每日要喝白水，2，菜要多吃蔬菜，5，飯要米面交換吃，勿吃太硬，6，吃飯吃菜要細細咀嚼，7勿暴飲暴食，8，飯前飯後要洗手，9，每星期至少要洗一次澡，10，咳嗽或噴嚏時要用手絹蒙上口鼻，11，勿隨地吐痰，12，早晚務必嗽口刷牙，13，睡覺時春夏秋要捲起捲簾，冬天臥室內窗戶上必留對流的氣孔，並得於火爐上坐一開水，14，勿在較暗的地方看書，恐妨礙視力，久而久之形成近視眼，15，每日總得睡八小時覺，（年齡愈小睡的時間愈多）16，擦臉手巾要專用一條，以防沙眼的傳染。

第二 預防傳染

學校當局要特別注意四季的傳染病，因為兒童的抵抗力弱，最容易感染傳染病的種類雖多，四季最容易流行的，就是天花，白喉，傷寒，霍亂，猩紅熱等等，總得按季施行預防注射，如怕疼不願注射時，得設法開導或強制施行，為家長者，亦得輔助教師誘導使其接受，再有教師家長每日清晨，須注意兒童有無傳染病症狀，如發現疑似染狀就得互相詳細通知令其停學快到醫院內治療以免耽誤減少傳染其他學童的機會其症狀，1，全身發燒頭痛或顏面發赤或惡寒戰栗，2，咳嗽噴嚏不止或嗓子疼，3，眼赤流淚，4，鼻涕較多，5，惡心嘔吐，6，身上發現紅色疹子等。

以上所說的就是敬告小學生的教師及家長的幾句話，希望各自注意才好，（完）。



寒 梅

五香丸

此方仙傳，秘于道藏，善能消痞消積，消食，消痰，消氣，消滯，消腫，消痛。消血消痢。消蟲消癩，消脹，消悶。藥料尋常。功效甚大，並治痰迷心竅。每服七八分，或一錢，蜜汁送下。臨睡前一服，次早一服其效如神，備五靈脂一斤香附子去淨毛一斤，水城一兩，黑丑一兩白丑二兩，共研細末，以一半微火炒熱，而一半用水和勻醋糊為丸，如蘿蔔子大，此藥費小功大，願同志修合濟人，功德無量。再黑白二丑性善猛烈然服之不多，不礙事也。

接骨法

當歸七錢五分川芎五分，乳香對藥，各二錢半木香一分川烏四分黃丹六錢，碎骨補有五个燒紅淬，醋侵，共為細末，入香油一兩五錢，調成膏液貼患處，雖骨碎已斷能續，其效如神，應用聖藥也。

三黃寶蠟丸

治打跌損傷，刀傷，箭傷，鎗傷。一切刑傷破皮，瘀血奔心及瘋癩狗咬傷。蛇蟲毒物咬傷，跌傷瘀血凝滯，及女人產後惡露不盡，痰迷心竅，致生疾病，危在頃刻。其效如神，真濟世良方也。

藤黃四兩，天麻黃，明雄黃，紅芽大戟，水粉，即宮粉，刺寄奴，真血竭，乳香，兒茶各三兩，歸尾槁稍，各一兩二錢，血珀，水還，麝香各三分共為末，用極細香蠟二十四兩，將銅鍋漱蠟，下水而沸，其銅鍋待蠟而化隨下前藥末，攪勻待冷能作丸，輕者一丸，婦人有瘀血，切不可服數丸，多飲酒幾杯，蓋被取汗而愈，外敷者，用香油，和滾水開化敷之，如久病勢重者，服數丸，甚能舒經活絡，去瘀生新，有起死回生之功，忌食生冷生菓發物三日。

心理衛生對法律貢獻

呂·德·慧

心理衛生

在今日有提倡的必要，已經本人於廣播講演時說過了，並且將父母教育，及學校教育，都應該注重心理衛生也說過了，今天所說的是法律對於罪犯，亦應該注重心理衛生，所以討論以心理衛生補助法律的不逮，將來可以能够減少罪犯的人數，祇因法律對於罪犯制裁的意思，簡單言之，就是因為罪犯侵害國家或私人的法益，用法律來處罰他對於他個人警戒改過，以免再犯，對於一般人警戒效尤，不要犯法，總而言之，是希望減少犯罪的人數的意思，但是各監獄仍充滿了罪犯，而且屢犯甚多，這是什麼原因呢，有人說刑罰規定的較輕，必須加重嚴厲處罰，使罪犯以為痛苦，發生恐懼心，他自然而然的不敢為非作歹了，又有人說，監獄不能改善，其理由認為監獄是罪犯受苦的地方假如囚犯們的生活都快樂舒適，結果一定可以助長作惡，凡一般無業遊民，即不免有意犯法，而度監獄的生活，恐怕仍不能減少罪犯的人數，這些見解，均是錯誤，殊不知犯罪行為發生原因，是非常複雜的，決非單純的意志所能改變的，祇有把每個罪犯的人格和環境，經過詳密的研究和調查，發見有關的因子，總能作有效的處置，猶如對於患精神病的治疗方法，雖係精神病而患病的原因不同，必須用科學的方法測驗他們心理上的情形

，方可對症予之治療。法律制裁罪犯，即不外乎此理，若能本諸心理學上的知識來分析犯罪的原因，換言之就是要知道他心理上因為什麼犯罪，明白這個道理，再用適當的法律去處置他，較比單憑嚴刑峻法定勝一籌，而收相當的效力，茲將犯罪的原因用科學的方法歸納之成為兩個系統，一是屬於罪犯本身的，一是屬於他們環境的，希望司法行政當局，作一參考，先解決他們犯罪的原因，然後再規定處置的辦法。

罪犯本身

的原因，可分為三項（一）因身體上有疾病而犯罪，此項原因根據蒙太格博士及弗來特博士的統計可以知之，蒙太格博士曾檢查過，犯罪兒童七百餘人，有百分之七十九身體上帶著疾病的，他說這種身體上疾病，都是他們犯罪的一種因子，其意思就是先要將犯罪的因子疾病治好，方無再犯之虞。弗來特博士調查美國麻省威化院，一年中新進的犯罪五百六十二人中，也有百分之七十九需要內外科醫生治療的。（二）因智力低下而犯罪，此項原因據安特生博士測驗了六個監獄中罪犯的智力結果其中百分之三，八到三五，六是低能的，他又測驗過四個威化院中罪犯的智力，低能的也占到從百分之一六到三三，五之多，因為智力低的人缺乏判斷力，不能辨別行為的是非，不能明瞭法律的意義，不能預料行為的結果，所以他們容易發生犯罪的行為，倘若能够給予適當的教育指導和職業訓練，不讓他們終日無所事事，和不良的環境接觸，自然不至于再有犯罪的行為（三）因精神失常而犯罪，精神病更與犯罪有密切的關係，根據安特生的報告，一九一七年紐約公安局發見的案件，有五百零二件的當事人，受過心理檢查，其中有百分五十八心理上是變態的，因為精

神病人或者是人格上有了缺陷，情緒很不穩固容易興奮，或者是缺少自制的力量，故爾容易犯罪，或者因為心理上有了衝突，也會發展成犯罪的行為，總之精神病和犯罪的關係，非常密切，雖然法律上對於精神病人犯罪有減輕或免刑的規定，但是罪犯究竟有沒有精神病，法官不知道，律師也不知道，罪犯自己更不知道，必係經過專家仔細的鑑定，才能明白，否則那種規定也變成形式上的具文而已，所以法院處置精神病人的犯罪問題，對於心理學是不可不顧到的。

以上三項

是屬於犯罪本身的原因，再說屬於環境的原因，這個原因以家庭環境最有關係，根據勃脫博士之統計，比較可得結論

如下：（一）貧窮犯罪的家庭狀況，貧苦的占百分之五二，八，不犯罪的家庭，貧苦的祇有三八，二，（二）家庭解散，所謂家庭解散，包括父母雙亡，或一方單亡，父母離婚，父母分居等等而言，犯罪的青年家庭中，有這種情形的，占百分之五七，九，不犯罪的祇有百分之二五，七，（三）管理不當，父母對於子女的教養，有的失之過嚴，有的失之過寬，有的竟完全置諸不聞不問，這些都可謂之管理不當，犯罪的青年，有這種情形者佔百分之六〇，九，不犯罪的祇有百分之二一，五，（四）家庭的不道德，犯罪青年的家庭中，有酗酒爭鬪或犯性過等不道德的行為的，占百分之五二，九，不犯罪的家庭有這些情形，却祇占百分之六，二〇，

觀以上的比較，可知家庭環境，對於犯罪的行為，很有影響的，至於社會環境的影響，勃脫也曾提到，不良同伴及失業等幾項，但從統計的數字看來，不很重要的本再列舉，家庭環境既影響於犯罪行為，就是有聯繫的關係，那末，欲

了解這種關係，是不有社會調查不為功，所以法院對於社會調查的這種工作，應該由有訓練的社會工作人員實地去訪問調查，才能得到適當的材料，現在各國的法院和監獄的組織中，大都沒有這種人才，間或由司法警察去調查，他們不但沒有興趣，而且又缺少心理衛生和罪案研究的知識，因此，他們就往往草率了事，敷衍塞責，或者僅僅觀察到浮泛的表面，不會作更深的研究，這又是司法行政當局，需要注意的一點。

今天所講的到此為止，因時間關係，不能再講，容後有機會再將犯罪有效的處置，及容納犯罪的機關的改進的問題，再為研究談談。

文

藝

詩

贈 S C 先生

麓齋

千里睽違各自哀，停雲落月繫心懷，
多情若問此間事，前度劉郎今又來。

春興

前人

一株梅花報到春，郊原草色綠榛榛，
南嶺早發兩三枝，楊柳清風洗舊塵。

本 刊 稿 約

- (一)本刊徵稿範圍不限國內外凡關於醫學本身之理論及新發現新供獻均所歡迎惟須不含政治意味及攻擊性質為合格但求家庭人身及公共衛生實際者為最佳
- (二)來稿務須繕寫清楚切忌潦草並須自加標點
- (三)來稿如係譯文須注明原書之書名出版處及年月作者之姓名
- (四)凡來稿無論錄取與否概不退還如欲退還須於稿端言明並須附足郵票
- (五)凡來稿本刊有刪改權如不欲刪改時得事先聲明之
- (六)凡來稿如欲文責自負須先聲明之
- (七)凡來稿一經登載概致薄酬以謝盛意
- (八)來稿請直接寄交本社編輯部收

國 醫 衛 生 月 刊

社長兼主編 劉 奉 五

編輯主任 章 簾 齋

交際主任 趙 子 琴

宣傳主任 于 潤 民

印 刷 者 國醫衛生社出版部

發 行 者 國 醫 衛 生 社

版 翻 權 印 所 必 有 究

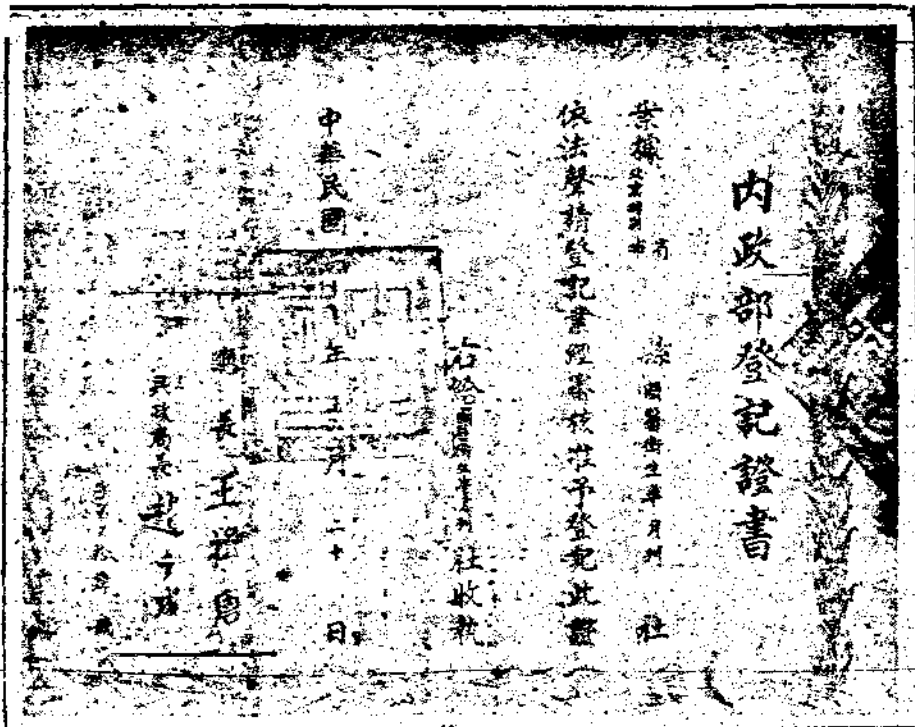
地址北京西城西京畿道廿號

電話西局五四四號

每冊四角不折不扣不訂長期

中華民國三十年三月 日出版

可有衛生常識
促進健康



本刊為增長衛生常識之讀物
欲長生求永壽者不可不看

證記登社本給發部政內為圖上

本 刊 主 旨

針 疾 講 之 家 長 生 促
病 及 求 健 庭 命 進
之 類 衛 康 社 羣 一 大
南 防 生 會 固 延 類

讀 衛 生 半 月 刊 有 益 身 心

喚 起 同 胞 勿 失 良 機

每冊四角不定長期

劉奉
五印