

年

卷

期

第

4

第

11

廿六年一月四日

健康雜誌

第四卷第十一期

(即第四十三期)



中華健康會出版

上海健康雜誌社發行

國立北平圖書館藏

東方雜誌

特價 二個月

優待舊定戶 廣徵新定戶

創刊三十餘年來第一次的盛舉

東方雜誌自從民國紀元前八年（一九〇五年）創刊以來，現在已有三十餘年的歷史。在這三十三年中，除了滬戰期間停刊數月外，從不曾間斷過。本誌始終站在客觀的與進步的立場上，擔負介紹新知與傳播文化的重要任務。到了現在，因為國難的日趨嚴重，對於本國情形的了解，國際形勢的正確認識以及新知的獲得，是更顯得迫切了，因此本誌所負的任務，也更加重大起來。現在除一方面積極改進編輯方式，充實內容，以盡本誌應盡的責任外，另一方面為擴大本誌的服務範圍起見，特自本年十月十五日起，舉行特價三個月，廣徵定戶。

本誌每半月出版一冊，每冊篇幅約一百三四十面，內有影寫版精印東方畫報十六面，特大號篇幅加多一兩倍。平時定閱本誌，除郵費不計外，平均每冊只合國幣一角五分，以本誌的質量而取費低廉如此，在國內定期刊物中無可與比。現在特價期內，每冊只約合國幣一角二分，使讀者的擔負愈益減低。期於原有定戶之外，廣徵新定戶。本誌定戶之多，在國內固屬首屈一指，較之先運銷國通行的雜誌，尚未免略乎其後，但國人閱讀雜誌，興趣和需要，以及本國雜誌努力改進的程度，正可於本誌此舉觀之。尙祈愛護本誌的新舊定戶，已定閱者提前續定，未定閱者即日惠訂，早日造成本國雜誌銷數的最新紀錄，那就是我們最所盼望的了！

本誌內容

東方畫報
東方論壇
論著
各國著名雜誌論文摘要
婦女與家庭
文藝
現代史料
時事日誌

特價辦法

- (1) 特價期限，自本年十月十五日起，至二十六年十一月十五日止。
- (2) 凡在特價期內，定閱本誌全年二十四期者，國內連郵費只收國幣二元八角（原定價三元六角；定閱半年十二期者，國內連郵費只收國幣一元五角（原定價一元九角）。國外定閱，除加上列特價外，每冊另加郵費二角。
- (3) 舊定戶之未滿期者，於特價期內提前續定，亦得照特價計算。

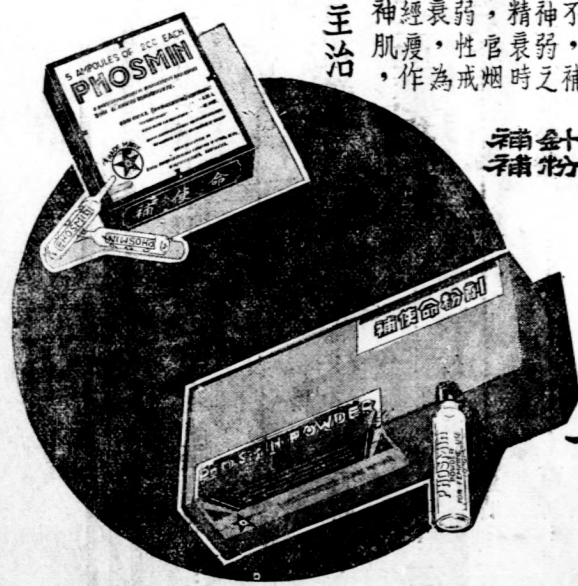
商務印書館發行

命使補

混合注 素製劑 與水 混合 蛋黃素 與水 混合 蛋黃素 與水 混合
 命使補 命使補 命使補 命使補 命使補 命使補 命使補 命使補
 保賜賀 保賜賀 保賜賀 保賜賀 保賜賀 保賜賀 保賜賀 保賜賀
 無女用 無女用 無女用 無女用 無女用 無女用 無女用 無女用
 絕粉白 絕粉白 絕粉白 絕粉白 絕粉白 絕粉白 絕粉白 絕粉白
 為射命 為射命 為射命 為射命 為射命 為射命 為射命 為射命
 針肉賜 針肉賜 針肉賜 針肉賜 針肉賜 針肉賜 針肉賜 針肉賜
 補筋爾 補筋爾 補筋爾 補筋爾 補筋爾 補筋爾 補筋爾 補筋爾
 命使補 命使補 命使補 命使補 命使補 命使補 命使補 命使補
 射液含 射液含 射液含 射液含 射液含 射液含 射液含 射液含
 牛奶蛋 牛奶蛋 牛奶蛋 牛奶蛋 牛奶蛋 牛奶蛋 牛奶蛋 牛奶蛋
 炭素等 炭素等 炭素等 炭素等 炭素等 炭素等 炭素等 炭素等

主治 神經衰弱，精神不振，病後體弱，面黃肌瘦，性官衰時，烟癮未除，助養劑，補劑，補劑，補劑，補劑，補劑，補劑，補劑

每盒五支 每盒十支 每盒二十支 每盒五十支 每盒一百支
 每盒五支 每盒十支 每盒二十支 每盒五十支 每盒一百支
 每盒五支 每盒十支 每盒二十支 每盒五十支 每盒一百支



上海新亞藥廠製造

各大藥房均有出售



第四卷第十一期

中華民國二十五年十一月十五日發

由惡瘡猖獗而說到衛生工作……………振民…………一

談談「特異體質」……………馬龍瑞…………二

避妊法及其批評……………蕭百新譯…………五

精神療法之亟應提倡……………不一…………一三

心臟故障與狹心症……………姚蓬心…………一六

秋季食品中栗子與甘薯的營養成分……………百新…………二〇

燈光殺菌的發明……………新…………二二

素無人知的跳高王國……………新…………二二

擁有世界最高速率的英國軍用飛機……………新…………二三

洗狗店……………新…………二三

性生活的健康……………徐培荃…………二四

結婚的衛生(續)……………管思九…………二七



第四卷第十一期目次

中華民國二十五年十一月十五日發行

胎兒血液的循環……………鐵梅：三〇

國產新藥彙編（續）……………洪貫之：三二

家庭自療分類驗方集（下痢）……………萍風庭：三五

康健長壽之祕訣……………怡云：三九

詩壇……………丁瑞侯等四二

海天奇遇（小說續）……………武幼如：四三

康健消息……………編者：四七

康健顧問……………編者：五四

最近全國出版康健新書報目錄……………編者：五七

插圖
健康圖畫六全面（說明詳圖）

維他賜保命

長命牌

天 然 强 壯 大 補 劑 補 丸
 補 針

神 經 衰 弱 腰 痛 背 痠 腦 弱 失 眠 肺 病 貧 血 胃 腸 疾 患 經 水 不 調 產 後 病 後

未 老 先 衰 腎 虧 遺 精 便 秘 乾 結 糖 尿 軟 骨 各 種 脚 氣 白 帶 宮 冷 補 助 戒 烟

男 女 主 治



售出有均

房藥大各

行發廠藥製學化誼信海上

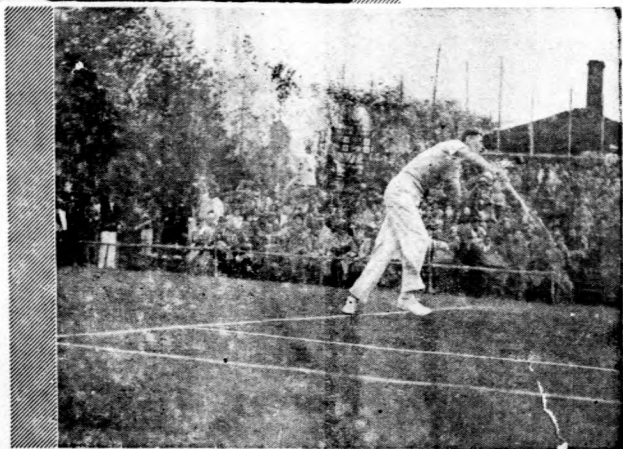
號廿路南斯馬



平市立中等學校聯合秋運會各校學生
繞場一週出發時情形
宋致泉攝



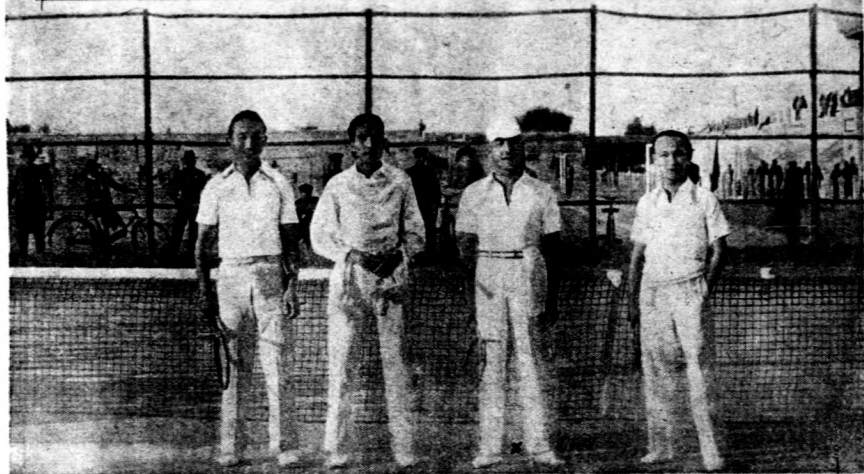
河北省體育委員會
昨在平舉行主席為
教育廳長李金藻圖
即開會時情形
宋致泉攝



第 恩 斯

(上海啟昌照相館攝)

河南省政府公署第一大會主席 范澤山 徐廷幹 徐中 慧網 球表演



南京第一
次爬山比
賽女子組
第一名到
達終點之
情形
(國際
社攝)



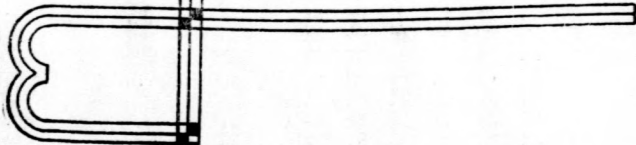
粵憲兵新
運服務團
全體動員
清康街道
(黃劍豪攝)

健康雜誌

期一十第 卷四第

民振 作工生衛到說而獗猖瘧惡由

救統勢，猖由嚴一生人響為種 江，能很至 才等僅大下，的，
 的？備職這重縣產，到重關 蘇至合少今 逐縣如江地 立農
 這組所仗，次關問，五卽整要係年，今人，未這漸，舉南，因卽今
 樣織起着簡直於題，倘十以個，，來這還無現見次的災一北而為就，年
 僻起我破直災民嗎？各一個會間沒共是有。不確謂它亦，惡喉秋猖才國
 處來國壞無的問？各地計人的枉有衛江絕又但切惡撲很死亡瘧以彌剛
 鄉，的盡所經保地地方，最幸死充生蘇跡如容惡滅重不疾性嚴亡瘧疾來露
 曲而衛孟措驗健的方，統就低福了分的人；江易報瘧。重不疾性嚴亡瘧疾來露
 的救生，手，的統計是，一的工民這北死告疾，，合萬處非的打消笑
 農疫行向，深方統計是，一的工民這北死告疾，，合萬處非的打消笑
 民工政着正知法，來，一一如，，政奇熱且本來竟，，政餘常亢消笑
 才，應井火村農，非能千餘元一縣而方！病，充瘧而樣，經蔓染性的，人病因，
 尤該中災醫藥短免該定汲發生設短算萬一而響種到工漸然，一作無家，注
 稍應擬汲發生設短免該定汲發生設短算萬一而響種到工漸然，一作無家，注
 免該定汲發生設短免該定汲發生設短算萬一而響種到工漸然，一作無家，注
 頭用切灌而太文社會論到工漸然，一作無家，注
 額的交案，釀成完一，慘痛，認成燎原，然施
 ！速有原關疫勢





談談「特異體質」

馬龍瑞

什麼是「特異體質」？這一個名詞也許了解的人不多吧！

可是在平時讀者對於這一類人物，一定常常碰到或聽到。譬如有些人吸進空中的塵垢或花粉，就會不絕地打嚏，眼皮或鼻腔紅腫，發痒，流涕淚——即所謂乾草病。有些人着上染色的襯衣，便局部或全身發生疹塊。又有些人則不慣吃牛乳、鵝卵、或魚蝦，每吃少許就立刻嘔吐。所以這一類人的體質和常人不同，我們叫做「特異體質」或「癖性」(idiosyncrasy)。即指和某種物質接觸，突然發生種種症狀：如加答兒、結膜炎，氣管支喘哮，頭痛，吐瀉，或發皮膚炎，濕疹，風疹等等。

普通最容易引起特異體質症狀的東西是鼠、馬、山羊的毛，植物的花粉或草灰，鵝蛋，牛乳，魚，蟹；藥品中的阿司匹林，金雞納霜，碘及汞的製物，或嗎啡冰片等等，這種

東西可統稱做「過敏原」(Allergen)。過敏原的分量不論多寡，若和某種特異體質的人相逢，病象簡直是立刻暴發的，經過也很快。所以往往嚴重得要死的患者，在一轉眼間又會變得同常人一般平靜。過敏源和尋常的人接觸，就是量多些，也一點不會起作用；所以這類東西在特異體質的人看來，正像最兇的毒藥。雖然有些過敏原像金雞納霜或阿司匹林，用得過量在常人也會中毒，不過中毒的症狀却完全兩樣，會發生耳鳴，盲目等。

為什麼過敏原和特異體質的人相遇，就發生如此劇烈的作用呢？這問題的底細，却還沒有十分明白。但據一般學者的假設是這樣：在特異體質人的血液裏，天生有一種能和過敏原作用的東西，叫做「抗體」，這種抗體和組織的細胞結合，以後逢着特性相當的過敏原，就發生強烈的戰爭，因此

組織的細胞就大受刺激，發生種種病狀。從前的人以為這種作用是因為體內的蛋白質，和外面襲入的蛋白質不相溶和，因此才有作用，可說是蛋白質間的作用。但是現在知道，祇要是和組織相異的東西，都可以誘發特異體質症狀，不限于蛋白質。

還有人曾經假定，這種症狀都是因為疑心的緣故，是一種心理作用。可是我們却常看到許多病例，不能用心理現象來解釋；譬如德國 W. H. 氏 提出的病例，說得很清楚：有一種神經學專家，他和他的父兄等，吃葱後就起胃酸過多症，就是不曉得菜裏放了葱，一樣會發生前述病象；反之，即使設想盤中有葱（其實無葱），吃了却沒有變化。所以特異體質並不是心理現象；不過在複雜的情形下，有時難免受心理的影響吧了。

特異體質因為是天賦的，所以普通初次和某物相遇，症狀就會發生。此外我們又常見有些正常的人，長期的和某物接觸，一旦也會變成過敏性。譬如金雞納廠或水門汀工廠裏工人，因長期同這些東西接觸，一旦也會像特異體質的人一樣，發生症狀，弄得非更換職業不可，這就是所謂「職業病」。最近德國學者對於職業病的意見，以為在全人類的身體內，像特異體質的人一般，也含有各種抗體，不過分量很少而

且潛伏着，力量極弱；但如果長時的受某物的誘導，就會加強起來，終至發生劇烈的作用。

特異體質是能夠遺傳的，所以在患者的家庭裏，患者總不止一人，而且往往接連着經過數代之久，研究這些問題是很有趣的，可惜在我國還沒有引起人的注意。現在不妨把德國 W. H. 氏 自數百家家庭探索的結果來討論一下。

雙生子在遺傳學上已經占有重要的地位，因為這是極好的研究材料，有許多雙生子在形態和構造上非常相像，可是他們承受父母的特異體質，却可以兩樣。例如有一對雙生姊妹，姐姐為一護士，初患顯疹，後來受了藥品的升騰作用影響，蔓延到全身。她在遠方的妹妹因為吸入山羊皮上的灰塵，發生急性氣管支哮喘。又有一對患乾草病的雙生子，一個每吃楊梅或砂的製品，就發風疹，但另一個則不會。由此可見父母的特異體質的「遺傳因子」，分佈到雙生子的身體中不一定相同的。

在有些家庭裏，如果幾代以來都是特異體質的，那麼所起的症狀，往往是在同一種器官。例如某父親每吃乳酪就會嘔吐，他的兩個兒子，一個吃了豬肉，另一個吃了鱈魚，也發生同樣症狀。

特異體質並不是永不變易的；一生當中，舊有的癖性可

以消滅，新的癖性也隨時可顯現。例如某幼女每食楊梅即發風疹，到四十五至五十歲間，對魚，龍蝦，龍鬚菜變成過敏，無論吃多少，都要嘔吐，並起癢癢及脈搏間息。又有一神經學家，幼時患水腫，廿歲時吃牡蠣及龍蝦發生皮膚疹；此後又患輕度乾草病；五十四至五十五歲間又不慣吃鱈，否則手部即生蕁麻疹，至最近二年，鱈魚也變成無害。特異體質所以會消滅的緣故，大約是因為身體內有一種「敏感消滅」作用，使細胞內的抗體逐漸中和，就不會和外來物質起反應了。現在醫學上對於特異體質的治療也是應用這原理。

從大體上觀察起來，凡是對某物為過敏的人，對其他的東西的過敏傾向也必很強，譬如蛋白，乳糖，巧格力糖都能引起頭痛；又如不論那一種花粉，在特異體質的人吸了都可以引起乾草病等。但是過敏原有時也可以十分特別；譬如某婦人如和普通鼠毛或安哥拉鼠毛接觸，就患加答兒及結膜炎，但塞門司的鼠毛則無關係。又有一病人，吃法國杏後必起蕁麻疹，但吃德國所產的則無害。

最後還有幾個有趣的病例：某母子對蟲咬為過敏；又某父子在任何強光中，（如太陽光及鎂光）就會不絕打嚏；又有一青年醫生，在波羅的海中沐浴，偶與水母接觸，即發生不能忍受的頭痛症。

Ernst 氏的統計說，特異體質最盛行於用腦工作的人們，這種人往往較普通人要聰明，因此在社會上也有高等地位

。但不幸這種人往往因智慧上及精神上的同情心理的緣故，和患有同樣體質的人結婚，因此便把這可厭的毛病遺留給子孫，並且因為「積善作用」的結果，過敏的傾向會一代一代地加強，同時抵抗力却減小了，失去適應環境的力量，終至被自然所淘汰。所以 Ernst 氏主張凡具有相當強烈特異性體質的人，如患乾草病，氣管支哮喘，頭痛；常發皮膚疹，濕疹，或對任何物品及刺戟物為過敏的人，不宜和另一特異體質的人結婚，但特異體質趨向微弱的人，不妨和另一心理正常，無顯著特異體質的人結婚。

在我國關於這項問題的研究，相差很遠，更沒有可靠的統計，但前述 Ernst 氏的種族健康學定律，無疑的可供我們應用。

我國還有很多醫生，或是對於特異體質的觀念不甚明白，或是忽視之，往往因此發生意外的失敗。報上我們也可看到，因為注射不當，或濫用藥物，致病加劇，或竟死亡，涉及訴訟，這都是不明白病人體質的緣故。所以在病者自己也要該明白申說：對於食物，藥品，刺戟物，注射等之應用，要格外小心。

本文參考書：

- (1) "Hereditary Predisposition for Idiocyrenary" by Q. Ernst Hanlart. Research d Progress Val. II July 1936. No. 3
- (2) "Text book of Nutante" Cecil
- (3) "A text book of Bacteriology"

Hans Zinsser d Stanlope Bayne Jones
廿五，九，三寫於杭州。



避妊法及其批評

醫學博士提長郎著
蕭百新譯

實行避妊，是要有一定不移的理由，所以稱為適合避妊。這種適合的辦法，大致可分為下列三種——第一是醫學上的適合，第二是優生學上的適合，第三是社會上的適合。這里是介紹現在世上所行使的各種避妊法，並試以批評為目的，但因爲討論的次序關係，對於爲甚麼要行使避妊，或是在怎樣的情形之下非行使避妊不可，換言之，就是對於避妊是否適合？先行加以說明。

第一、醫學上的適合

所謂適合，本來是對於夫婦雙方都應有的情形，但醫學上的適合，那問題的目標，却要以婦女爲主體。因爲婦女或罹疾病，或因發育異狀，而使她經過妊娠、分娩、產褥等等時期，她的生命或陷於危險，縱使生命不受威脅，而她的健康上發生顯著的障礙，因此，以後的生活大感困難，以及諸如是類的情形，所以對於那種婦女，非使她避免暫時或永

遠的受胎不可。現在提出那醫學上的適合病症如下：——呼吸器疾病，其中尤以肺結核爲然，此外如心臟病、腎臟病、血液病、內分泌系諸病、及精神病等。以上各病的狀況與程度等等。當然各有不同，究竟應否要病人實行避妊，都得由醫師察其情形而決定之。

第二、優生學上的適合

凡屬擁有優良遺傳素質的子孫，當然使它繁殖；反之，那具有惡劣遺傳素質的子孫，當然使它斷絕，至少也應該使它減少，以便促進國家社會的幸福；這就是優生學的目的。而在消極方面——即減少或滅絕惡劣分子的一種方法，就是實行避妊。那麼，究竟是具有怎樣遺傳素質的夫婦才應該實行避妊呢？學者對於這裏，那意見雖不無若干出入，但大致上也算趨於一致。現在德國實施的適合決定，大可作爲吾人的參考；這種法律，是德國爲着保全它的民族性起見，以滅減

遺傳病人的後裔爲目的，曾於一九三三年頒布這個法案，後於一九三四年一月一日實施，內容大致如左——

一、無論何人，凡患有遺傳性的疾病，並徵諸醫學的經驗，認爲它的後裔亦須得着肉體上的重大疾病時，應以外科手術使它成爲不妊性。

二、本法所稱爲遺傳性疾，凡屬下列各病之一種，都應認定的。——(一)先天性低能病，(二)早發性癡呆病，(三)燥狂性及憂鬱性的精神錯亂病，(四)遺傳性癲癇病，(五)遺傳性舞蹈病，(六)遺傳性盲目病，(七)遺傳性聾啞病，(八)沈重的身體畸形病。

三、其患有重症的酒精中毒病人，也得使它成爲不妊性。

以上是德國現行法，將來我國若也是想制定同樣的法律，大約也得取法於此，這是吾人的推測罷了。

第三、社會上的適合

這種適合辦法，是根據社會上的理由，目的在救濟一家的經濟困難爲主。這種社會上的適合，處於現今世界情勢之下，避妊，似乎沒有存在的價值，也不甚適合於現狀。且看世界各國，維恐人力不足，所以獎勵生育，國家給與多產者以兒童養育費，或加以免稅的保護，企圖增進國民的人口。

蓋國家一朝有事，無論國實怎樣豐富，軍備怎樣充足，假使缺少運用的人丁，那末，一國的危殆，當然莫此爲甚了。所以爲政者注意於此，對於心身優秀的國民產兒，給與相當的保護，一方面還要課以無子稅以及此類的懲戒辦法。

社會上的理由，是以經濟上的理由爲主，究竟應否許可避妊，那問題的解釋已如上述，所以一般資產階級或有閑階級的人們，爲着貪圖本身安逸，或憂及婦女容貌的衰退而行使避妊行爲，這都是不應該的。

以上是對於應該在甚麼情形之下方能行使避妊的問題，加以說明。以下是介紹避妊的方法，並且對於各種方法批評其得失與利害。

爲着達到避妊的目的起見，大致可分爲兩種辦法：其一、是要使它不得發生受胎作用，而這個辦法當中，又可分下列幾種行爲，如使精蟲不能排出，或使卵不能排出；又如縱使精蟲與卵雙方都能排出，却不能合體。其次、是即使會發生受胎作用，但使那受胎卵在子宮裏面不能發育。無論行使上項任何辦法，都可達到目的。所以對於男子行使的避妊法也有，對於女子行使的避妊法也有，還有暫時行使的方法，又有永遠達到目的的方法。方法既有各色各樣，其中長短優劣也就隨之而生了。

第一節 男子所行的避妊法

對於男子所實施的，是患者遺傳性的疾病，以防其子孫繁殖爲目的，只有在這種情形之下才可用，所以比較施於女子的方法，實際上也很稀少，如美國方面的監獄，却對於囚犯實施着了。其法如左——

一、割去睪丸的手術 這個方法，是歷來有的古法，所謂用手術以去勢。中國古來，皇家對於宦官，也就是施行這種手術。但這睪丸的功用，並不僅是排出精蟲，且能分泌男性的刺激素(Hormone)對於保持健康上，擁有重大的效力，所以不得胡亂割去。決不可作爲避妊方法而任意採用的。

二、用愛克斯光照射睪丸的手術 這是使用愛克斯(X)光線照射着睪丸，而剝奪精蟲發育能力的一種方法，所謂利用愛克斯光以去勢，這事很不合理而且危險，當然不能認爲是甚麼避妊法。

三、結紮輸精管的方法 這是割開陰囊的皮膚，將輸精管做兩處結紮起來，從當中剪斷，可算是最合理的方法。在優生學上也認爲很適宜，對於男子實施的方法，當以此法爲最適合。

四、康多膜法 使用一種所謂「如意袋」套在x莖上，

於是射出的精液(內中含有精蟲)不至漏在x內部的一種方法。用法極其簡單，那效果也很優秀。康多膜現在多半是用橡皮製造的，本來這種東西應該是魚泡製成，其實也不是真正的魚泡，大概都是用山羊或小羊小牛等類的盲腸來製造的。橡皮製品，若是品質不良的東西，當使用的時候，容易破損，不能達到目的，或者甚至刺激皮膚。總之，這個方法，在下面所述的各項方法中，可稱爲最優秀的辦法。

第二節 女子所行的避妊法

這也可分爲暫時與永遠的兩種方法。暫時的避妊法，是等待治好了疾病後，認爲即使懷妊，也不礙事的情形下所行的辦法，也就是僅在療病未及全愈的某時期中所行使的方法。至於永遠的避妊法，是無論到任何時期都處於不許懷妊的狀態下，或因優生學上的適合，定要避妊時所行使的方法。現在分別錄述於左，以作參考。

第一類 暫時的避妊法

屬於這類的，有下列各種——

(一)中止交媾 這是交媾動作還沒有達到最高程度時候，臨時中止，使x液射出於x外的方法，並不要使用任何器

具也不要絲毫費用，要算是最簡單的方法，各國都很普遍行便，其中尤以法國最盛行。但是那效果不大確實，倘有不及中止的時期，或將精液雖射出在X外，而有時也能成立姪娠。並且這事非但效果不確，而且那男子往往容易陷於性的神經衰弱症，女子也有發生全身倦怠的感覺如背痛、腰酸、薦骨痛、精神亢奮等等的毛病。此外還有惹起子宮與夫其他性器上的病態變化。所以這種方法不能認為是值得推獎的避姪工作。

(二)洗滌法 是用井水或自來水燒熱盛在灌水器內，事後洗滌X部，以便將射出的精液促其流了出來的方法。這種方法，對於自然的交媾，絲毫沒有妨礙，那效果也比較的可信，但不能認為是絕對的。因為在洗滌以前，那精蟲早已進至子宮內部，也是應有的情形。況且家庭中在實行上也很容易。還有搗亂臍內生理狀態的可能，並給與病菌繁殖以絕好的機會，所以這種方法，也不能認為是可以推獎的理想避姪法。至於洗滌用的水，也有加入百分之一的醋，或溶以百分之二的硼酸。但是那效果，和使用純粹的水，完全是同樣程度呢。

(三)應用藥劑 這是阻止精蟲的運動並具有滅絕精蟲的性質，使用理想的藥品，不致對於身體發生有害的作用。根

據這個目的，現在最普遍使用的就是「某凝尼」再加入「格拉丁」與「甘油」等類的賦形劑，製成坐藥、錠劑、膠質包裝、管裝等等的藥品而出售。又如用酸素氣體，炭酸氣體，克羅爾氣體等，使它發主泡沫，諸如是類的處方也很多。如「格拉丁」與「甘油」等類的粘稠劑及其泡沫，都能使精蟲的運動發生困難，而妨礙它進至子宮內部。用法，是在事前將這種藥品插入臍內，那效果也決不得認為完全。因為在藥品的殺精作用還沒有完成以前，那精蟲老早由臍腔進至子宮以內直向上面進行，這是很可能的。

(四)封鎖拍薩利使用法 這個方法與康多膜是同樣的目的，也是阻止精蟲進至子宮口內的辦法。從前是使用海綿，或橡膠製成的人造海綿、與紗布等類的物品塞入X內。尤其是以殺滅精蟲為目的，甚至將上述的物品浸以硼酸、或枸橼酸、明礬、來蘇爾等類的藥品而使用。直至一八八一年德人門新迦發明了這種封鎖式的拍薩利。這種工具，是鋼鐵製成，彈力的環，上面蓋着硬性橡皮，還有半球形的硬性橡皮套，合成一種工具，在事前插入X內。這個器具，經多數實驗的人們認為有確實的效能，但究也不是絕對的確實。因為在德國發明之後，傳至荷蘭，復行渡過英美，使用的地方却也很寬，英美各國，將這個東西，叫做荷蘭拍薩利。(Dutch

Plastic) 後來又有將這東西改爲帽形，稱爲帽形拍薩利。

這是將子宮腔部的位置，加上一個蓋子。因爲是用硬性橡皮與賽璐珞及金屬等物質製成的，便於煮沸消毒。但子宮腔部的大小形狀，人各不同，所以使用這種工具的人，非預備許多的製品不可。並且無論是哪一種拍薩利，倘在使用後的十二小時以前拔了出去，那生存的精蟲，還是不免有向上進的情形，又如經過廿四小時以上仍舊擱置而不拔了出來，那麼，子宮分泌液就要停留在這些地方，有惹起腐化、傳染、炎症等類疾患的可能，這是值得注意的。倘使用這工具以後，立刻洗滌，經過廿小時拔了出來，那時再行洗滌，那麼，它的確實効驗，當然較大，但這種東西在使用上這樣麻煩，普通的家庭中，實際感着困難。況且以上兩種器具究竟是能否與腔壁或子宮腔部相密接，也不無疑問，倘那密接處不大完全，勢必歸於失敗，在事理上已甚明顯。總而言之，這種器具，既有以上各種疑竇，當然也難以推獎。

(五) 插入子宮的器具使用法 這是將金屬製或絲織品器具插入子宮腔內擱置的方法，那效果雖屬比較的可靠，但危險的情形也非常的大，如患者着子宮炎、腹膜炎、敗血症等等疾病，因此一命嗚呼的，實居多數。所以講究衛生的各國，大概都禁止發售這類不合理的器具的。

(六) 用愛克斯光照射卵巢以達暫時避妊目的的辦法 這種情形，詳細記述在後面愛克斯光永遠避妊法的項下，且待後詳。

(七) 暫時避妊的手術 這有各種的手術方式。現在原理上是施行手術以便斷絕卵巢或卵管口，而使排出的卵不能至卵管以內，一到希望避妊的時期，再施手術，以打開通路，使它有成立避妊的可能。但這種方法。現今還沒有達到完全的地步，仍非等待以後的研究不可。

(八) 選擇所謂生理上非避妊時期的方法 據近年醫學家的研究：認爲排卵作用即由卵巢將卵排出的時候，比月經來潮要早十二天至十六天之間。這是多數學者承認的事實。所以在排卵後的廿四小時保持着受精能力，精蟲自射出以後約三天，也保有受精能力，那麼，若在保持二十八天正規週期而來月經潮的婦女，從月經來的第一天起第九天止，以及月經來的第一天起算至第廿一天，直到月經開始爲止的時期，可以稱爲非避妊時期。這事在理論上雖說得興趣濃厚，但是個人的經期各有不同，並且就是同一婦女，也不一定每次都是規矩井然的來潮，所以在實際應用上，這種方法的價值也很少。並且據近來受胎曆上所註明，縱使目的在避妊而終歸失敗的委實也不少呢。

(九)生物學上的暫時避妊法 這個方法是根據內分泌學的研究，對於卵巢裏面，加入能夠阻止卵成熟的刺激素，或是注射着可以剝奪在女體內的精蟲受胎能力的物質，又如注射那足以抑制性慾的藥品，以圖達到避妊的目的。現在所研究的方法，大致如左——

(1) 卵巢黃色刺激素 這刺激素具有阻止卵巢內的卵的成熟作用。倘卵不成熟，便不能發生排卵作用，既不發生排卵作用，那麼，無論進去了許多精蟲，也不至成立妊娠。這事對於動物實驗已得到成功。至於對於人類，柳蒲羅門氏，也應用這種學說（比蘭特學說）對於懷妊的兩個婦女，依次試行了這種方法，經過相當的長時期，畢竟達到了避妊的目的。但是那缺點，第一是不甚確實，第二是那有效的期間沒有一定，第三恐怕是要陷入性慾缺乏的病態。所以直至今日還沒有達到實際應用的地步呢。

(2) 腦下垂體前葉刺激素 這種內分泌液，是具有惹起發生黃色體的作用，（固然還有其他各種作用）所以若注射這液，便要發生卵巢的黃色體，成為第一項的同樣結果。但這事還在理論上的想像範圍，不曾達到實驗的境地。

(3) 使用卵的成分 將胎兒或胎盤等類的卵成分注射於狗的體內，復將狗的血清注射於家兔交尾以前或事後，便不

能成立妊娠。這事當然還不能試用於我們人類的。

(4) 脾臟刺激素 脾臟島嶼組織刺激素（即陰斯淋）若將其連續注射於雌性家兔，便要使它陷入於性慾缺乏的狀態。這種方法，也還沒有對人試驗的可能。

(5) 精液免疫法 這是根據那著名的齊特勒爾氏的學說，認為精液進至體內時，那血液便發生殺滅它的物質出來，無論在腹腔或子宮，都要奪取那進去的精蟲受精能力，因此不能懷妊。娼婦們所以在職業上成為不能妊娠的原因，是由於精液過度進至體內的結果，那體內發生了上項物質，所以陷於不能懷妊，奈地齊氏使用這精液注射法，實驗了三十人，而對於內中的廿四人，都達到了一定期間的避妊目的。但這個方法的缺點，第一是反復行使注射的時候要發生惡寒、發熱、惡心、嘔吐等等不快的副作用，第二是那效果的繼續期間，因為比較的時間短促，所以非時常不斷地注射不可。這也還沒有達到人類常用的程度。

(6) 睾丸刺激素 倘把這種內分泌液注射在幼稚雌性動物的體內，便能妨礙那生殖器的發育。應用這種抵抗作用，雖可企圖達到避妊目的，但因此而有惹起全身內分泌障礙的憂慮，所以不便實際應用。

上面所述的都是生物學上的避妊法，為數實在不少，但

都是僅在理論上具有興趣，還在動物實驗的時代，並不會達到實際應用於人類的境域。

(十)服藥避姪法 自古迄今歷來有服用殺菌性強的薩里齊爾酸(Solizil Saure)或「沃度」等類藥品的，但是效果並不確實。

第二類 永久的避姪法

(一)實行永久避姪法的準備條件 避姪這件事情，對於個人本身及其家族與夫社會國家都具有重大的關係，已甚明顯。所以若想決計實行永久的避姪，就不得不加以深刻的考慮，因為那離開弦上的箭，無論如何也不能任意收回的呀。

第一，要看那疾病的症候如何，當遵從醫師的意見，無論是屬於內科或精神科眼科，以及其他各科都應該受專門醫師的診察，尤其是產科專家醫師的意見更要尊重。婦科醫師，當然是根據它的學識與經驗來選定那避姪的方法。第二，有無兒子固然也是問題，但現在縱有多數兒子健存着，將來陸續病死再想要兒子的時候，是否後悔當初不應行使永久的避姪法呢？又如現在雖然擁有圓滿的家庭，而將來不幸遭着破境的悲運，當改嫁的時候，是否後悔曾經行使永久的避姪呢？關於以上各節，都不得不加以充分的考慮。第三，是在經濟

上現在不能充分養育幼兒，於是施以永久的避姪手續；倘到了將來經濟富裕的時候，是否後悔？這都要仔細斟酌的。第四，一個國民，當然不能忘却國家的觀念。兒童雖是屬於本人的所有，却也是第二代的國民，並且還是國家的干城。倘胡亂行使避姪，不能不認為是不忠的行為啊！

(二)手術上的避姪法 這種方法，內中又可分為左列各種，茲分述於左——

1. 卵管封鎖法 這也想出了各種各樣的術式，但那最爲可靠而最普遍的方法，便是馬德勒尼爾氏的卵管結紮法與派特曼氏的卵管楔形割去法。不過這兩種方法，到了現今，也不能認為是絕對的實效。

2. 子宮割去法 這是將子宮摘了出來的辦法，那效果當然沒有比這個更可靠的，雖說絕對確實，但是青年婦女硬把她的子宮割了出來，自然要發生各種的缺陷，所以也要認為未便推獎的行為。

3. 手術上的去勢法 這是割去兩旁的卵巢，那效果固然十足，但是要惹起內分泌的障礙，所以也很難認為良法。

4. 子宮粘膜腐蝕法 這個法子是使用熱蒸汽與鹽化亞鉛及電氣燒灼器等，將子宮粘膜完全腐蝕掉的方法，但是這樣常使月經停留於此，大有不利。此外還有將卵管在子宮腔

開口的部分腐蝕掉使它封鎖的方法，但是這種技術很不容易，一般還沒有見諸實行。

上面所說的手術避妊法，其中可以認為最優秀的，還是馬德勒尼爾氏的方法了。

(二)愛克斯光線去勢法(包含着暫時的避妊法) 內中可分為永久與暫時的兩種方法，分述於左——

1. 永久的避妊法 是將定量的愛克斯光線照射卵巢後，卵子都被殺滅，所以能夠達到避妊的目的。但這個方法的缺點，對於各人不大同樣，有人因此患着卵巢陷落症而大感苦惱的。所謂陷落症狀，是因為缺乏了卵巢內分泌液而發生的陷落，於是惹起逆血、顏面潮紅、發汗、記憶力缺乏、思考力減退、憂鬱症、肥滿症、性慾缺乏，及其他新陳代謝的等等障礙。所以只好對於四十歲以後的婦女接近着閉經時的才可施行，不可施之於青年婦女的。

2. 暫時的避妊法 這方法早已有了研究，但還不免許多缺點，最顯著的，第一是永久去勢的分量與暫時去勢的分量因為相差很少，所以容易誤入永久的不懷妊或是不能達到暫時避妊的目的。第二，是使用愛克斯光線，要想達到半年，或一年，或兩三年任意期間避妊目的，也很不容易，並且照射了愛克斯光以後，究竟應該在幾個月後才可表現不懷妊的

時期，也很不明瞭。第三，是在暫時避妊以後再行懷妊的時候，那產兒是否仍以畸形或不具而出生，也不無憂慮。據一九三一年德國遺傳學會及民族衛生學會共同決議，認為愛克斯光線足以傷害遺傳質，並且還有隔世發見的情形，因此，以暫時避妊為目的而使用愛克斯光，當屬危險。

結 論

總而言之，暫時的避妊法，現在可以應用的，只有使用康多膜，或拍薩利兩種器具，至於永久的避妊法，也只好推獎那卵管結紮封鎖法了而已。

(完)

牟鴻彝醫師

科 目 內外科 皮膚花柳科

診 金 門診 一元二角
出診 五元六角

診 所 嵩山路霞飛路口西
大安里二七〇號

電 話 八三五七九



精神療法之亟應提倡

不
一

世界之醫療學術凡三。曰藥物療法。曰理學療法。曰精神療法。藥物療法即化學的療法。理學療法即物理的療法。精神療法即心理的療法也。吾國學術落後。醫學亦未能例外。藥物療法既揉入陰陽五行生剋氣化之謬論。精神療法尤多符咒迷信之成分。坐使健康不復。民族日衰。良可悲也。東洋各國。自佛洛特氏(S. Freud)提倡心理療法以來。精神療法之發展。彌有長足之趨勢。茲據國立中央大學心理學講師吳南軒氏之統計。各國之心理醫院與心理診療所之數字殊可驚人。美國凡四百七十所。英國凡一百六十九所。德國凡二百六十所。意國凡一百四十七所。其他日本法國瑞典加拿大等國。亦各不下數十餘所。回顧吾國無論公私立之精神醫院及精神診療所。竟闕無一聞。亦重可慨矣。敢特揭發精神療法之亟應提倡之四大端。以詔我本刊之讀者。

社會經濟之破產——社會經濟之破產。為比年來世界一般的現象。而我國歷承凋敝之餘。及帝國主義者經濟之侵蝕

。乃愈呈不可復支之勢。顧民生問題既日趨沒落。而一般醫藥上之負擔。乃亦日趨嚴重。一方之價。一劑之費。動非數金不可。貧病者固無論矣。即在中產階級者亦有應付為難之勢。藥物療法既日趨貴族化。一般大衆遂日呻吟於貧病痛苦之中而莫能自拔。此誠天下至堪痛心之事也。而社會人士。乃有痛斥醫療界之過重金錢。罔顧人道。及其不應以醫術為一種商業之性質者。顧社會生活標準既日益提高。醫者酬勞之應提高。與藥物器械之因原價增高。而亦不得不酌予增高者。勢也亦理也。吾人於此。欲求一減輕醫藥上之消費。而其醫療之效率。則又並未減弱。或竟邁過之者。則誠舍提倡精神學術而未由矣。此以社會經濟狀況言之。不得不亟應提倡精神療法者一也。

藥物療法之偏枯——吾對藥物療法之立場。素極崇視。初不敢稍有門戶之見存。顧藥物療法之非屬萬全。或有治有不治。或已治而復不治。此為天下之公言。而非吾一人之私

實也。况際此紛紜擾攘世變日亟之時代。一般因受環境經濟之壓迫。而激成精神之病變者無論矣。其因精神上之不安與痛苦。以影響肉體之健康。而誘發器質上或機能上之各種疾病者。則又隨在而是。藥物療法既偏重於物質之救濟。而於精神之調劑。則殊邈焉而不可得。故吾不敢謂藥物療法之技有所窮。而藥物療法之不免有所偏枯。則又不可爲之或諱也。今精神療法。既依據身心相關之原理。與應用人自療能力。以及人電發顯之偉大作用。施之於實際的治療。靈肉兼顧。雙輪並進。無論一切之精神病症得以着手成春。即其他一切因精神之影響而誘發的機能上或器質上之各種症候。亦得策其生枯起朽之效。極言之。即不因精神之影響而誘發之各種疾病。亦得因心理之轉移與人電之注射。而收全治之功。然則精神療法。謂非實操治療界最高之權威哉。此以藥物療法與精神療法之治效言之。不得不亟應提倡精神療法者也。

迷信療法之披張——迷信係世界各國未開化時代之遺孽。顧吾國五千年來。迷信之勢轉與時日而俱進。此吾國民族之所以日趨於頹靡不振也。雖然。迷信之不易廢除及其輾轉滋盛之原因。自必有其癥結之所在。此癥結之所在。固由於科學之不發達。民智之錮閉。而迷信療法之披張。實爲其總

因。迷信療法之在各國。尤其在其吾國。均有其甚長之歷史。而社會經濟既瀕厄境。醫藥消費轉有繼長彌高之勢。一般貧病無告之大衆。日惟有「我佛慈悲」。徬徨於符籙香灰療法之歧途。其愚可笑。其情可悲。而迷信之勢力。亦遂隨之而莫之遏禦。雖經政府三令五申。而迷信療法之披張自若也。吾人於上海宗教哲學研究社附設之精神療養院。每日求診者數量之衆。概可見其一斑矣。精神療法。既在打破歷來迷信療法之種種形式。更在吸收迷信療法之種種真理的成分。務使哲理療法趨於合理化科學化。故在積極方面。既係昌明合理化之哲學療法。以救度一般貧苦之病者。在消極方面。更係澈底破除迷信於無形。誠可謂一舉而二美併矣。此就破除迷信與提倡科學化之哲理療法言之。不得不亟應提倡精神療法者也。

國際風雲之險惡——國際風雲之險惡。蓋至今日而極。大有海立天垂。劍拔弩張之勢。日俄之齟齬於東北。美日之角逐於太平洋。尤使和平之寶座。感受極度之威脅。而戰事之來臨。實爲時間之問題。吾國以一素無準備之弱國。而身處兩大之衝。其能免乎捲入漩渦。而不作戰爭之犧牲品乎。顧戰端一啓。百事影響。而民間醫藥之問題。尤不免發生恐慌。蓋大戰之際。傷毀必多。而醫師之不敷支配與藥劑之不

敷應用。自在意中。此當歐洲大戰之際。精神療法之所以盛極一時也。况吾國真正醫療之人才。其數既不逮東西各國遠甚。而藥品之需求。又多仰給於舶來品。誠使大戰之局既成。泰半醫師既多隨營從事救護工作。而受鎖國之影響。尤使舶來品無形斷絕。此時民衆之醫藥問題。其有不日趨於嚴重性乎。更有進者。大戰既啓。不特青年子弟。以驅入戎行。不勝大砲巨彈之威脅而驚悸成疾。即其餘一切民衆。以鋒鏑之餘。驚魂未定。精神上尤易發生變態之徵象。此種心理上之症候。既非物質的治療所得救濟。其有待於精神的療法。自不待言。此所以讀商務譯版之「心理學與精神治療法」。多係歐洲大戰時所給予之治療成績也。要而言之。精神療法。以術者一藝之在身。頓爲萬家之生佛。既不需藥石之應用。更無待刀圭器械之爲效。善緣廣結。隨處可開方便之門。此不獨在平時爲已然。其在多事亂離之秋。尤爲經濟而可貴。比以國際風雲日亟。以及吾國來日大難之將臨。而高瞻遠慮。以期應付此民間醫療問題之嚴重性。不得不亟應提倡精神療法者四也。

雖然。精神療法之亟應提倡既如彼。而我國精療人材之沒落又如此。即有一二以精療大家自豪者。亦不過徒取東人之睡餘。而未能運用現代各國最新之心理療法。并未能將吾

國古代先人之所發明之靜坐導引諸法。參以科學爐火靜化之學說。其下此者。更標榜精療學會之名。以遂其欺詐取財之私。此而欲求精療學術之發皇暢達。蓋亦難矣。深願我國中西醫家。能旁及精神之療法。以濟藥物物理學之窮。則其醫療效率必更有所增進。而一般國人能多究心精神療法之學術。則由心理的衛生。以策身心之健康。并以謀心力體力上之改進。則尤爲丁此非常時期所應有之準備。而應用之於家庭自療。以減輕醫藥之負擔。則猶爲其餘事矣。吾國有識之士。其亦將以吾言爲鑒乎。

精 療 雜 誌

優 待 新 訂 戶

- 一 本刊三卷全年報費連郵每份國幣一圓國外一圓五角凡在本年度內訂閱者另贈一二兩卷彙編以示優待俾窺全豹
- 一 本刊編制概要暨一二三卷各期專著要目均詳「康健雜誌」四卷十期社論前幅廣告
- 一 前期廣告「臉耳赤的生理研究」生應作心「精藥古方彙錄」精應作心合亟更正

總推銷處 康健書店

上海霞飛路四四四號



心臟故障與狹心症

姚蓬心

極輕度的心臟病，當安靜時，或緩慢的運動，如在平地

散步時，幾乎與健康人無甚分別。患者自身常不自覺，要等

到別的病受醫師診療時，才偶然的被發現出來。但是，心臟

病患者，因心臟的動作能力比健康者低下，所以，步行過急

或登樓梯時，或持重物急行時，會覺的呼吸急迫，立刻疲倦

。並且顏色蒼白，心跳及脈搏增加，胸內苦悶。待休息一會

，這些現象消失，外觀上即仍與健康人無異了。此程度的心

臟病，是為保有代償機能的心臟病，只要注意點，對於日常

生活是不會感到什麼不便的。若不講攝生，病狀進步，則此

代償機能發生障礙，普通步行亦會覺得呼吸困難，且更易現

面色蒼白，脈搏增加等症候；疲乏以後雖然安靜下來，亦覺

非常苦惱。這個時候，患者的自覺，坐着須探伏向前方的姿

式，比橫臥舒服。其次於下腿發生浮腫，以及指頭壓迫腫處

（下腿脛骨），會生一回窩。此時若不早期治療及養生，則

浮腫會漸漸增加而遍及全身；顏面，手背，足背，胸腔，腹

腔等處；呼吸更形困難。因為

血液循環的機能不全

於是乎發生種種的內臟鬱血。其中以肝臟最先增大；因

此，包覆肝臟的腹膜，頓形緊張，心窩部即呈緊滿感或疼痛

感。少吃一點東西，胃部會覺膨滿，以至不能食物。腎臟發

生鬱血：尿中出現蛋白。因為全身現浮腫，水分積蓄於體內

的結果，尿量異常減少；濃而呈淡黃色乃至黃褐色。在夜間

排尿較多，這是因為較白天安靜，心臟機能得以恢復的原故

。肺臟發生鬱血，常惹起咳嗽及咯痰，有時甚至會引起咯血

；這與肺結核不同，須十分注意，尤其要注意的，是慢性心

臟病患者，屢屢有持續數星期間的微熱。這只消醫師診斷明

白，安靜的修養即可解熱的。心臟病的脈搏，也不一定是

整的。不過大多數是或大或小。其快慢，因病況的增惡，一

般的是增加，但有時也有例外的。

其次，說一說心臟病患者突然發作的呼吸困難：這叫做心臟喘息，與普通的氣管枝喘息完全不同。這是因為心臟肌肉之病的變化，或營養心臟的冠狀動脈發生硬化；於是血壓增高，使左心室負擔加重，陷於發作的衰弱狀態中，其結果肺臟的呼吸受障礙，招來「氧氣缺乏」而發生呼吸困難。此種心臟喘息的發作，其特徵是夜中突發，發作時顏面蒼白，呼吸促進，其狀甚為苦悶。這時候，

我們應怎樣養生呢

如果心臟代償機能發生障礙，下肢浮腫，尿量減少，但無別的危險時，只注意食物中減少食鹽，限制水分的攝取，床上靜臥等，慢慢就會尿量增加，逐漸輕快的。

水分攝取過多，心臟的負擔也就大起來，因之發生浮腫現象；此時，與水分一樣，必有多量食鹽，積蓄於組織中。

這個時候，須要最嚴格的食餌療法：即 *Parall* 氏牛乳療法；牛乳二〇〇格蘭姆每日吃四次，每次間隔二至三小時，全日量為八〇〇格蘭姆；其他的含鹽食物，一概禁食。此外可以補充一點麵包，無鹽牛油，菓醬，餅干，茶，果汁等。如食餌療法及安靜均不生效時，則有請醫師診治的必要了。尤其是在代償機能障礙過甚，全身浮腫，安靜時脈搏亦達一百二

十至者，須立刻去請醫生治療。心臟病患者，對於暴飲暴食，多量脂肪的攝取等，均須嚴禁。因為這可以增加腸胃的負擔，間接增加心臟的活動；並且，身體脂肪沉着，是更令增大心臟的負擔的。吃煙飲酒，須注意不可過度。食物中含纖維太多的野菜類，因易引起鼓腸，對心臟病患者多不相宜。要特別注意於每日的便通。患者自己的攝生，大約不外上述各項。

狹心症是什麼病

本病是營養心臟的冠狀動脈，發生硬化的結果所引起的。一種疾患。有冠狀動脈硬化的患者，幾乎全部均現狹心症，但有時也有例外的。並且，有的冠狀動脈硬化的程度，並不是高度，只是輕微的硬化，然會現強度的狹心症；也有高度的冠狀動脈硬化，而只現輕度的狹心症的。

本病在發病之初，常無自覺症狀，容易在不注意中疏忽過去，到進至重症時，多數是突然發作。前面說過，與冠狀動脈的硬化程度既不一致，且進行各異，所以是一種相當恐怖的疾患。中年以上的人，突然因心臟麻痺而跌倒者，其原因的大部分，即是狹心症。

狹心症症狀之特徵

本症多數是與神經的原因有關係；神經的興奮，如過喜過怒時，均最易引起發作。並且，以平素使用頭腦，身體運動不充分的職業的人，最易發生此症。男子較女子多，吃煙的比不吃煙的容易。十分高齡的患者頗少。多數是四五十歲至六十歲的人，此點頗值得注意。

本症最特徵的是疼痛；在心臟部，左乳上部，胸腔中部等處，有疼痛感。依病症的輕重，疼痛亦有輕重之別。最利害的時候，簡直不能忍耐，精神不安，顯着十分的辛苦。這狹心症特徵的疼痛，必定伴有心臟動悸，呼吸困難，精神不安等症候的。

本症之發作，多在身體勞動之後，飲食之後，或急速的受寒以後。所以，在冬日裏，由溫暖的室內走出門外，常會發作，這是要十分注意的。夜中發作，則多係重症患者。

狹心症之種類

本症可以區別為兩類：即前面所說的，多發作於運動後，或受寒，後者是為運動性狹心症。夜眠中突然發作者，叫做運動性狹心症，或休息時狹心症。通常以後者為重，且豫後亦極不良。

在一年中間，最易使本病發作的，是在十一月至次年三

月左右的寒季中，尤以一月底至二月半之間為甚；這可以知道本病與寒氣的關係。發作的時間，以晚飯後，由下午十時至次晨四時為最多；深夜發作的，半數以上是重症。

狹心症之疼痛

狹心症疼痛的程度，是多種多樣的。

運動性狹心症患者，當走路後，會覺在心臟旁邊，即胸部中央至左乳上部之間有痛感。如繼續運動，則此疼痛更覺加強；安靜時，則可逐漸平復下來。有時胸部不覺痛，而覺得肩部及腕部疼痛；有時更會覺腹痛，乃至睪丸疼痛有如疝氣然。

一般說來，運動性狹心症的疼痛，沒有休息時狹心症那樣的急激和苦痛。此種強度發作的危險性頗大，常會就是這樣死去的。並且，多數併發心臟性喘息時，其豫後非常不良。

狹心症之發作

狹心症的發作，也有發作一回即死亡的；但大半是發作二三次後，才到不治之境。有的一日中發作二三次，有的則第一回發作後，隔數日乃至數十日才發作第二次。然而，返

預發作，其豫後當然是極惡的。

輕症發作時，脈搏較少變化；重症時，則脈搏細而頻數，手足冰冷，顏面蒼白，平常的高血壓，此時即刻低下；最烈時，脈搏微弱而且不整。

與狹心症類似的有一種病，即瞬間心臟死亡，這是真正的心臟麻痺：一個活動着的人，突然間因心臟的機能停止，立刻死亡。其症狀雖然與狹心症大體相似，但近代的醫學，對這兩個病，是可明瞭的區別出來。但是，

狹心症可以豫知嗎

在近代的醫學上，這是可能的。就最恐怖的時間心臟亡

症，亦可豫先知道。至於如何知道，因過于專門，較難理解

，恕不贅述。總之，只消了解早期診斷，求專門醫生診治，得以早期豫防，即不為失策。

梅毒是否可以誘發狹心病，現在尚無定論。但梅毒性的人，易引起類似狹心病的病狀，則是事實。所以，三十歲左右的人，若心臟呈訴狹心症樣的苦痛，多半是梅毒性者，這叫做假狹心症。

狹心症的發作，當然最早請醫生診治，使其有救。但醫生未來時，注意患者須在床上靜臥，心臟部用溫毯或放置冰囊，手足則可放置於熱湯中溫暖之，如呼吸困難不能平臥時，可取半起坐的姿式。這種救急的處置，是非常必要的。

歡迎試閱！

該刊為教育部及上海市教育局立案之中西醫藥研究所主編，內容豐富，計分：整理文獻，介紹新知，本艸研究，藥物經驗，調查統計，論文提要，書報評論，當代史料等欄。選擇慎重，絕不抄襲，且用仿宋精印，非常美觀，為國內醫刊中獨樹一幟。全年十二冊連郵二元四角，國外四元，港澳三元，歡迎試閱，函索附郵五分，並請聲明由本刊介紹，即贈一冊。

定閱處 上海愚園路雲壽坊七號該社出版部

中西醫藥



秋季食品中

栗子與甘薯的營養成分

百新

食品的營養，大至可分為兩種：一種是對於吾人身體組織上給與營養的，還有一種便是在酸化之後變為內在的氣力或精力而消費於外的。

現在正是秋季食品當中的栗子與甘薯到處都可發見的時期，我們且把這兩種很普通的食物拿來考究一下，作為家庭常識的探討吧。

栗子，在上海地方叫做良鄉，據說因為河北省良鄉縣的栗子極其味美，所以就把它出產地來代表栗子的名稱，有這麼一點出處，這大約是各位所知道的情形。

至於甘薯，在上海俗語叫做山芋，華北方面稱為甚麼「三家薯」的也有，其餘各處有叫做紅茹，或飯茹、白薯、紅饅、蕃薯、甘薯等等，名稱複雜，不一而足。我也不知道在國語上應該要怎樣統一這個東西的名詞，只好拿甘薯這字樣來當作這東西的代表名稱吧，因為這種薯包含着不少的甜味

，所以我認為這「甘」字還可適合呢。

現在根據化學家的研究，據說栗子與甘薯，都是以含碳水化合物為主要成分，而且都可說是發生熱量(Calorie)的食品。

兩種食品的成分，那分析的結果，大致如左——

栗子的成分	
水分	六〇·一
蛋白質	三·五
脂肪	〇·四一
含水炭素	三三·六
纖維	〇·九
無機質	〇·八八
濕量	一五·六
水分	六九·八
蛋白質	一·一

甘薯的成分

脂肪	〇・二三
含水炭素	二七・七
纖維	〇・九七
無機質	〇・七四
溫度	一一〇

據以上的成分看來，雙方的主要成分，固然都是含水炭素，但是甘薯裏面包含着黃色部分，這就是維他命A，這種黃色色素，在甘薯當中是最有營養價值的成分，要算是甘薯的特殊成分了。

甘薯與栗子比較起來，甘薯的水分較多，但硬質部分較少，那營養價值雖比不上栗子，却包含着維他命A，在成分上相差很遠，栗子是沒有甚麼維他命的。

栗子當中，却含有磷酸石灰，這種東西，是造成我們人類骨格的主要成分，又含有鐵質可以補助我們的血液。

甘薯是包含着許多磷酸，雖說在消化上雙方都還好，但是甘薯的纖維要比栗子多着，對於腸內頗能刺激，倘吃得太多，有搗亂肚裏的可能，不過像婦女的便秘症，若是利用甘薯來調整，也很有功效，妙在善為利用罷了。因為多吃甘薯，確有促進大腸運動的効果呢。

雙方比較之下，總而言之，這兩種食品的味道，好歹在

各人的喜歡，當然不能一概而論，至於在營養上各有美點，決沒有甚麼害處，所以只好奉勸各位，值此秋高馬肥的時期，無妨大吃特嚼，不過要當心肚疼，不必吃得太過分就好了。

本社 牟鴻彝醫師之著作一覽

書名	定價	發行者
臨床新撰處方(譯)	二・〇〇	北新書局
必瀕新撰處方(譯)	三・二〇	商務書局
近世花柳病學(著)	二・二五	北新書局
花柳病的預防及治療(著)	二・二五	北新書局
皮膚病的預防及治療(著)	三・〇〇	北新書局
日用藥物學(編)	二・二五	北新書局
眼的衛生與疾病(合編)	二・二五	北新書局
耳目咽喉的衛生與疾病(合編)	二・二五	北新書局
女性的疾病(編)	二・二五	北新書局
小兒的衛生與疾病(合編)	二・二五	北新書局
大學小兒科學(合譯)	(印刷中)	商務書局
性病的研究(著)	(印刷中)	世界書局
紫外線月刊(主編)	(非賣品)	哈騰維亞太 哈騰維亞太 哈騰維亞太
傷寒及類傷寒(著)	二・二五	商務書局
糖尿病療養法(著)	二・二五	商務書局
淋病之正確療法(著)	三・三五	康健書局



燈光殺菌的發明

最近美國威斯丁好斯電燈公司發明一種殺菌燈，係用小玻璃管，內部滿裝着特種氣體，通以電流，即可發生一種殺菌光線，凡屬植物上蕃殖的微生物以及各種細菌，都能用一種燈光把它消滅。該公司研究一個光線，迄今已逾九年，方有此次的新發明。使用這個殺菌燈光，可以防止一切食品的腐敗，並且將每年因食品腐化所發生的幾百萬元損失撈了回來。這種殺菌燈，在使用的時候，據說那燈光附近的空氣，也因此而得以消毒，所以那應用的範圍極其廣大。



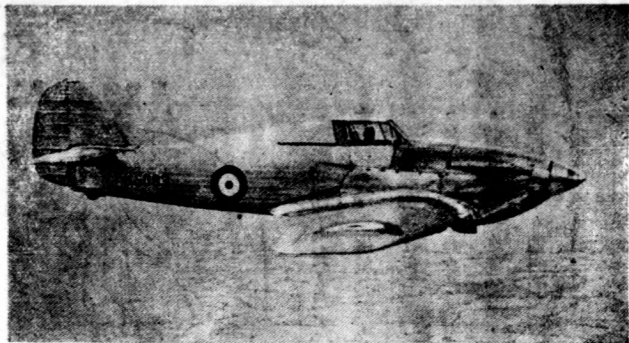
素無人知的

跳高王國

這個「跳高」王國，原來位於蘇門答臘島的四方，隔著約八十英里的海島，現今世上，誰也沒曾注意到此。這小島名叫尼亞斯，住在這島上的土人，素習以跳高為其「特技」。它們最高興的是運動，尤其是跳高，更是它們得意的特技。它們的跳法，並不像現今運動界要使用繩網或橫欄竹棍等類工具，它們所跳的是堅硬的石牆。無論任何鄉村，那會長住宅門前走道，都有這種石牆的建築。它們最感著興趣的，並不是男性勇氣的活躍，却是官識那跳高姿勢的優美。它們開始練習跳高，多半是從十歲或十一二歲時開始。但是少年們的練習，却使用竹竿兩根，中間繫著一條繩子。至於選手比賽跳高的時候，大致規定要從十二碼或十四碼的地點出發。石牆前面固定著斜斜的踏脚石，滾滾地跑來一踏，便向上方飛騰而過。這種石牆的高低，各鄉村大都一致，大概是從一、八米起至二米達的程度。

此次在柏林召開的奧林匹克大會，美國黑人選手魯松達威的紀錄是二、〇三米達。我想如果下屆奧林匹克大會，備從尼亞斯島的土人中挑選那優秀的選手出席競技，不知又將如何呢。





擁有世界 最高速率的英 國軍用飛機

最近英國陸軍製成的單葉戰鬥機是霍卡式的單葉飛機，內部裝有羅爾斯衣斯公司所出的汽缸兩具；實為現今軍用飛機當中最有最高速度的性能。如圖所表示，那操縱的座位完全封閉的，在飛機中那滑走的車輪當然也是縮了進去的。

洗狗店

美國人的洗狗店，是密蘇爾大學畢業的兩位青年學士所始創的。他們備了專用的汽車，上面寫著洗狗店 (Dog Laundry) 幾個大字，到處去搜羅那要洗刷的狗，陸續駛運來店？他們的工作情形，到也很有秩序，洗刷的洗刷，梳理的梳理，好比理髮匠一樣，還要整理狗毛的姿態，並用電氣乾機器吹乾狗毛的水汽，弄得狗容完整煥然一新，於是分別車送交還於各家的飼主。至於在洗狗的亭前，最初將狗送到獸醫處先行診察，看看有無皮膚病或內臟病等症，倘那狗有了障礙情形，洗狗店仍將病狗送還給飼主，並拒絕洗刷，或徵得飼主的同意，將病狗留交獸醫處治療。

至於洗刷工作，他們首先將狗浸在消毒藥水 (Mergol) 中刷去灰塵與蚤虱之類，其次就用那特殊的狗刷在溫熱水當中洗滌，最後便用電氣乾機器將狗毛吹乾，然後加以梳理，將狗毛整理，於是洗狗工作就此完備，但是這店裏的副業却不少。譬如飼主一時不在家，多將愛狗存店，這就是代養項下的狗，當然要分別取費的。又如批發狗餅乾，狗藥，狗糧，或養狗用的各種器具，都是附帶著許多利益的生意經，真算得厚利的穩當商業了。





性生活的健康

徐培荃

孟子曰：「食，色，性也」，又曰：「飲食，男女，人之大慾存焉」；這就是說，食慾與性慾是人類天賦的本能。

誰也知道，飲食是從初生出來的幼孩，就有這個需求的，故以為食慾是本能的這句話，決不會有任何人提出異議的。若說性慾是本能的話，那些守舊的人們，就一定要否認而提出抗議了。他們的理由是這樣：「性慾既然是天賦的本能，為什麼不見幼穉兒童在性慾上發生要求呢」？其實他們的意見根本錯誤，所謂性的要求，乃是卵子與精蟲的結合的行為；在精卵未成熟的小孩，當然不會發生性慾，然而要是去詳細研究一下，也可以知道，性慾的發現，的確是很早的，決不是開始發現於春機發動的時期中，我們拿一個初生的小孩來作一個實驗，就可明瞭，譬如加一種刺激到小孩子的生殖器上去，也能夠發生相當的反應。由此可知，性慾的確是

天賦的本能，決不是後天創造出來的。不過在春情發動以後，性慾的趨勢，分外的顯著罷了。

人類到相當年齡，男女正式配合結婚，在結婚以後的男女，就算性生活開始；但是開始性生活的男女，在這時期中，身體和精神上，要起劇烈的變動，很容易入於危險之途，因為兩性生活能夠消耗多量的體力，惹起精神過劇的興奮而致疲勞，若是放縱性慾，而無節制，則消耗體力愈甚，身體抵抗力因之而弱，故在這時期中，很容易受外來各種疾病的侵襲，而釀成生命的危險。

性生活的健康，可以分兩方面來說：一是當事者個體的健康；一是人類前途種族的健康。現在把它略述於下：

一 性生活與個人的健康

性生活不是短時間的問題，而是繼續一生的終身大事，

所以在選擇配偶時，不能眩目於美麗的可愛，而強行結合，一定要以頭腦，體格，性情為標準，才可以避免後日的種種不幸。

結婚旅行——蜜月旅行——為近日最風行的舉動，但此舉能消耗兩性的體力，初結婚的男女，應當絕對的注意。即使要出去旅行，亦須以娛身心為目的。總之須使兩性的精神不致有過量的消失。山格爾夫人在他的結婚的幸福中也說：「結婚旅行……改變了熟悉的家庭環境，是不能令人有閒靜的意味了；沒有這種意味，雙方面的快樂，實際上是不可可能的。并且旅途中的紛亂，感到自己難在不相識的人叢中的窘迫，衛生設備的缺乏，旅途中的嘈雜，亢奮，和突兀，一切都能增加恐怖和焦躁」。在這幾句話中，可以看出結婚旅行的弊端來。

陳舊的女性，以為性的表現是荒淫的，獸性的，她們以為祇有是對於男人的性慾衝動的一種必須的容讓，她們以為自己對於性慾的衝動是精神超脫的。留着這種觀念而結婚的她，那一定是失敗的，決不能在性生活上求得一點健康的幸福。

要知道，男子的快感，是洪水般的急激地增大，而馬上又像潮退樣的消散了。但是女性的快感是加速度的增大，而

它的消散，卻是漸次地，波樣地，所以每每男子的快感已到終止，而女子還沒有達到興奮的滿足。要是女子還是守着陳舊的見解，那她的快感，一定是要陷於悄然懊惱的深淵裏了，或者會成冷感的婦人，一生的幸福，完全消失于此。

至於情慾的發動，可以由男子的情慾去挑動女子，或者以女子的情慾去引誘男子。但是在上面各點中看來，却以女子誘導男子較好，因為女子誘導男子，比較容易，并且引誘方面的情慾，也可以比較的先發動一點，來調節兩性生活的快感。

保持情慾是女子的要務，假使女子拒絕她的丈夫同寢，則她的丈夫必將尋花問柳，污名虧身，其結果釀成雙方之不幸。故女子的情慾薄乏，閨中的幸福就減損。而女子能保持情慾博得男子底歡心，祇有嬌羞兩字。洛賽爾曾說：「嬌羞是惹戀愛之女」，故羞澀和愛嬌，確是女子籠絡男子的祕訣，閨房中健康觀底要徑。

上面說過許多閨房中的幸福問題，下面再略述一點良好的性生活方式：

女子在每一個月經週期中，有二次性慾較盛的時期：一次是在月經停止後六七天；一次是在月經前二三天，這兩次求慾中間隔着一個月經期四五天，所以女子的求慾時期，

總是相隔二週的樣子，但是每次求慾的發生，恐怕也要有三四天的衝動呢，於是節慾的問題，也就可以在這一點上著想了。就是說：男女在十天以外，半月之內的三四天中，可以同寢，行一次或幾次的性交。過此時期，則須再等女子的求慾時期了。雖然，節慾並不是要守一定的公式，然而這樣的節慾，比較好一點。

節慾的重要，英國的幸福婚姻使者瑪麗·司托潑夫人曾說：「在經濟可能的時候，夫婦最好不要同寢室，要是不能達到這一步，也要各備寢榻」。

湯麥思·克勞思頓也這樣說：「凡節慾愈有恆，便愈容易而愈有效，以後就變成了一個習慣；節慾力愈是薄弱，便愈能使慾望變成放縱的，食慾的傾向，這所謂食慾，含着病的性度，又有早晚死亡的意味」。由這兩個結論看來，節慾的意義是何等的重要呢？要求健全的個人，閨房中的幸福，非相當的節慾不可。所謂：「滿席佳肴，過飽必致無味」，食慾如此，性慾也是這樣。暫時停止，則必暗增快樂，故節慾實為至高無上的健康法，是增加閨房幸福的要策。

二 性生活與人類前途種族的健康

諺云：「龍生龍，虎生虎」，有良好母種，方能得良好的幼子，生物無不如此。人們在結婚以前，第一件要留意的

就是選擇良好的對象。精神病，缺陷症，低能，白癡，……一切的不良體素，能遺傳給後代的對象，當然須得避免；就是那靈敏的頭腦，健康的體格，活潑的心智，也都是為選擇對象時所當注意的。

雖然聖賢之子未必盡為聖賢，小人之子未必皆是小人，但是遺傳質終有重大的關係，父母不賢而欲求賢子女，實屬難事，蓋先天已具惡劣的因素，欲加矯正，亦必勞而無功。

我國自古同姓不婚，是為避免血族結合的緣故。自晚近科學昌明，知道血族結婚為不妊，流產，羸弱，畸形，雙啞，低能以及肢體不健全的造成者。但是血族結合，不單限於同姓，即異姓因為母系的緣故，亦當禁止結婚。要求子孫後輩的健康，非注意這一點不可。

早婚，晚婚為害亦大，早婚無異於斲喪青年的生氣，斷絕人種的健康；譬如禾苗方秀，尚未結實，而受風霜蟲害之打擊。青年尚未成熟，體力羸弱，若有虧損，易受疾病之侵襲。且精卵的發育，亦未達成熟，所生子女，難望有幸福健全者。晚婚能使青年們走上煩悶的路途，自賊其身心精神的健康，且有因此而趨於不正當之途者，故亦屬不妥。

營養是人生第一要事，有良好的營養，方有健美的個人，也才有幸福的子孫，故營養也是性生活與健康上的要件。



結婚的衛生（續）

管思九譯

第三章 和諧的新婚

我一再說過，結婚的人事前對於結婚總沒有充分的實際知識，不但年輕而或者頭腦簡單的人如此，即是年紀大的或者很聰明的人也還如此。這些知識當然非空口說白話所能了事，要有個有經驗的人源源本本的道述。他們所需要的是性慾生活畢竟是什麼一回事？所以我們應該全部給他們講解，並且某部份的解剖和生理尤應詳細說明。（見第一章）至于如何享受健康的性生活，且看下文分解，這裏，我想說些性交的話。

一 新婚之夜

結婚典禮的儀式行過後，不用說，新郎和新娘是更密切地接近了。女人天生一副比較害羞的心，到那時候她非常胆怯，羞澀，畏縮，頭不敢抬，眼睛不敢正視，心上總是忐忑

不安，臉上熱烘烘地怪難過的，這時候她的心理真所謂又驚又喜又怕難為情。至於新郎呢，當然比較勇敢，沒有羞答答的窘態，因為他並不十分害羞，所以他看見新娘那副又驚又窘的神氣，不免不安心而不愉快起來。我要勸新郎俊着，你當設身處地幫她想一想：她從來沒有經驗過那種對於生活起重大變化的事情，她不曉得對於新婚生活如何進行才好。

新娘的這種不安狀態，也可以說她沒有了解性的神祕，換句話說，她不知道性的內容，因此我們得很公開地坦白地講述，（見第一章）在新婚之夜，新郎如有豐富的性知識不妨先兩個兒坐着談一下。新娘應該明瞭結婚這件事不但是對愛人應盡的義務，而且是兩個兒享樂的開端，愉快懷悅甜蜜從此接三連四地向你倆招手呢！如此這般，在新婚時候新娘該從樂觀方面去着想，她應該知道正常的性生活能夠使婚後生活更加美滿。再很乾脆地說一句罷，新娘不要怕新郎那種性

的舉動，當初你覺得他太粗暴，似乎這是野蠻的行為，但你要明白這是人類的本能，是維持種族的唯一辦法。

性生活的美滿是兩人共享的，新郎新娘該認清這原則。

尤其是新郎不要自私自利一意孤行，他該顧及她，抱定「有痛共享」的宗旨，相互瞭解，相互幫助。融洽的談話，甜蜜的接吻，緊湊的擁抱，啊，新婚之樂真是樂無窮呢！

在性方面，新郎更不應自私，不應只顧自己尋求滿足而蔑視了新娘，你要顧到她，使她有同樣的愉快。有許多愚笨的新郎，以為新娘似乎是給他滿足性慾的機器一樣，不管她興緻如何，竟一意孤行起來，她於是驚惶了，於是因此而悶悶不樂，這麼一來，豈不悖了「鸞鳳和鳴」的意義嗎？

夫婦間的相互瞭解，在新婚開頭幾天即須進行，最好能維持下去，當然不祇性生活的片斷，就是日常生活中細微的事情也應該相互瞭解。一對新夫妻離開了他倆熟悉的環境，脫離他倆的親人，而在陌生的新環境中過活，一定有所不慣；尤其是新娘，年輕的新娘，本來有父母維護照顧的，一旦走到新環境裏來，她感到不安和寂寞，做新郎的應該盡量體貼她。新娘在新婚時，她的情緒是激動的，神經是過敏的，她往往不能壓抑情不自禁地流淚了。新郎却也不必擔憂，在這是偶然發生的，並非有什麼不滿意。

性生活的開始，表面上看來似乎很單簡，只是陰莖和陰

道的作用，其實各種腺都跟着活動，它所分泌的液體，對於身體上也多少有些變動。（譯者按：關於內分泌作用詳見拙

譯婦女性科學知識末一章，該書女子書店出版）

新郎千萬不要太魯莽，太性急，因為不懂性生活為何物的新娘經不起你的暴動，聰明的新郎是細心而逐步進行的。

到後來，新娘對於性明白了，她是感到愉快了，覺得這倒也是件有益的事，那時候便大家順手了。

二 洞房初試

一般說來，新郎新娘在結婚那天，在禮堂行了結婚典禮，結婚就算完成了，但我却另有見解，這見解並不特別，也許別人見了反以為粗魯，而是弄巧成拙，且慢，我說：當新郎新娘性交的時候，這才算完成結婚。這句話不是很正確無誤嗎？由此觀之，結婚的完成，不見得就在結婚那天的晚上，換句話說，結婚那夜不一定就實行性交；不過，我希望新夫婦除萬不得已外（如月經來潮等等），切莫延遲，一有耽擱也許引起相互間的隔膜。為新娘着想，也以及早實行為妙，你知道男子總是性急的，你沒有重大理由不該拒絕他，你早一點嘗試就早一點瞭解性生活，能早一點使你的性本能有所發揮，並且從此你也就知道你的丈夫的情形了，從此以後

，可以逐漸脫離被動地位而是樂意共同參加這種行動了。

丈夫在性交開始時，極應該鎮靜緩慢地行動，不要性急這樣的未婚生活才可美滿愉悅。初次的印象，特別應該留待美好，否則以後夫婦間發生什麼意見，會追索初次的痛苦，不論無意識或者有意識總是不開心的了，所以初次的印象最好能夠給將來微笑的回憶，不要遺留給以苦練的回憶，明敏的新郎記着罷！

有許多男人還流行着一種錯誤觀念，以為結婚的那夜非實行性的行動不可，這倒可以不必；在新婚之夜一切都匆忙的，時間又很催促，新郎他不能夠很痛快的向新娘進攻，他一定受到痛苦、受到挫折，或者竟知難而退。得法些的，在婚後幾天內即可如願以償，有的一星期後甚至一個月以後還不能成功，這當然也有變態的情形。但是因為陰道口內有處女膜的阻礙，所以凡是處女，你就不要爽直地性交，你會感覺到她的陰道太狹窄了，太使你受痛苦了。處女的新娘亦有同樣感覺，就是感得痛苦難熬。（未完）

婦女外用 制育藥片 史斑通

史斑通為婦女唯一良友有制
育避孕之功兼具消毒效能用
法簡便而又潔淨絕無不良反
應更適用於婦女虛弱或不宜
生育者用之極有效力誠為女
界制育之良友

各大藥房
均有出售



揚子洋行獨家經理

上海法租界公館馬路十二號

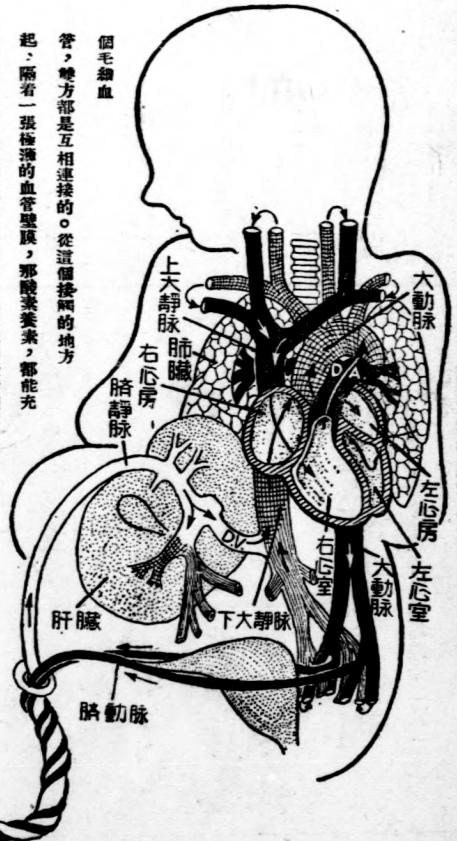
胎兒的血液循環

(附圖解)

◇成人的血液循環，是從肺部得到氧素的液，流入左心房，再送至左心室，因為心臟搏動的關係，於是從大動脈分布到全身。全身的靜脈集合起來，成為大靜脈而歸還於右心房。從右心室成為肺動脈而入肺部，發散無水炭酸，換着酸素，流入左心房。所以血液是毫無間斷而時常循環着，這種循環的目的當中，那最重要的，就是從空氣當中取得酸素以便給與全身細胞組織。

◇胎兒與母體分別具有各人的血液，胎兒自己的血液，循環於胎兒的全身。這種循環，是開始於胎生的某一時期，胎兒的細胞組織，是由這種血液接受着酸素與養素而促進發育。但胎兒並不呼吸空氣，又不開口來攝取食物，所以這些必需的酸素與養素，都要仰給於母胎。可是母胎的血液，並非直接傳達於胎兒的，母胎有母胎獨立的血液，胎兒也有胎兒獨立的血液，那末，接受這酸素與養素，到底要在甚麼地方行使呢？這個接受的地點，就是「胎盤」。

◇胎盤上，母胎的血液與胎兒的血液，中間只隔着一



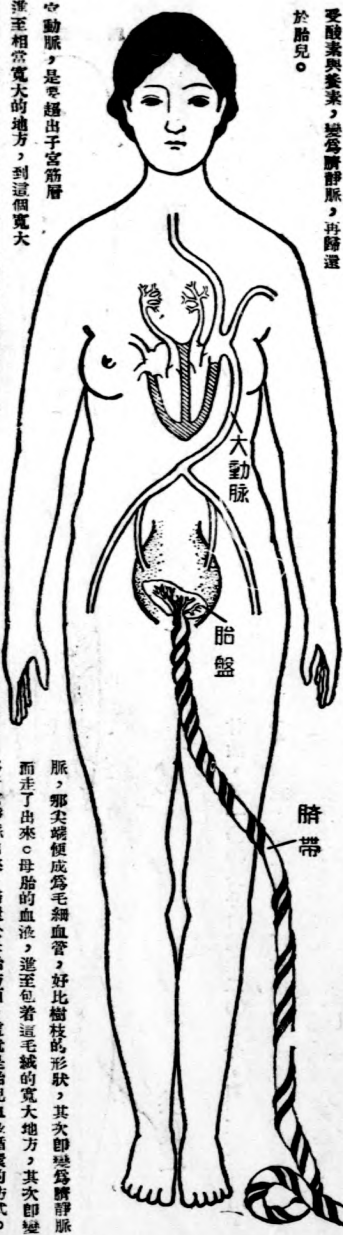
個毛細血管，雙方都是互相連接的。從這個接觸的地方起，隔着一張極薄的血管壁膜，那酸素養素，都能充分地從母胎血傳到胎兒血這方面來。像這樣接受着酸素與養素的胎兒血，都在胎盤與胎兒相連着的臍帶當中，經過臍靜脈，達到胎兒這方面的。如圖解所指示：臍靜脈從胎兒的腹部進至胎兒的腹腔裏，有一部分進至肝臟內部，但那大部分都進至下大靜脈裏面去了。這時臍靜脈與下大靜脈之間有個血管(DV)就是渡橋，這個DV靜脈管，却只是胎兒時期才存在的，生產後便變了性質，完全沒有了。那進至肝臟內的一部分血液，變為肝靜脈而出肝臟，也要進至下大靜脈的。

◇那末，這種下大靜脈的血液，都要進至右心房去。

這種血液往那右心房進去的方向，是向着箭頭所指示的方向前進的，所以左右心房的中間相隔的地方直接相碰。這個左右兩心房相隔的中間部分，在成人是沒有孔的，但在胎兒時期却有一個大孔，就叫「卵圓孔」。通過這卵圓孔，向着箭頭的方向進至左心房的裏面去了。流入左心房的血液，立刻進至左心室，由左心室而往大動脈去合流。那末，現在所述的是關於從下大靜脈而來的血液，但上大靜脈即經過頭部循環而來的血液又將怎樣呢？如圖解所示：

胎兒的血

心臟動脈，是穿過子宮筋層，循徑至相當寬大的地方，到這個寬大地方時候，彷彿成爲毛絨一樣形態，進至臍動

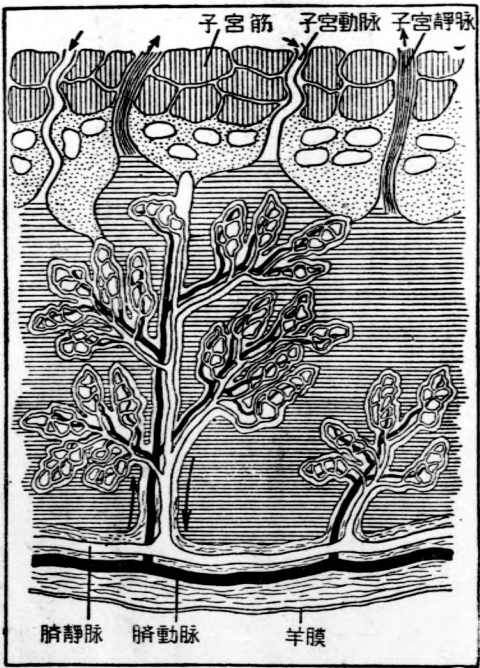


脈，那尖端便成爲毛絨血管，好比樹枝的形狀，其次即變爲臍靜脈而走了出來。母胎的血流，進至包着這毛絨的寬大地方，其次即變爲子宮靜脈出來，歸還於母胎方面，這就是胎兒血液循環的方式。

那方向是向着箭頭所指的方面進行。所以不能通過那圓孔，而向着箭頭方向往右心房降落。從右心室而出臍動脈，血液都要往肺部方面去的。但是胎兒方面，却不住肺部，只通過那臍動脈與大動脈之間相連的D A血管，立刻向大動脈流去。這個D A血管，僅在胎兒時期才有的，生產以後，便變更性質而消失了，在血管方面，這就叫作「動脈管」。

所以結局，一切血液都不通過肺部，而出大動脈，由大動脈循環於全身。這圖解上凡屬含有酸素的血液所經過的路線是空白，此外的路線，是用黑色或灰色來表示的。由臍靜脈流來的血液在「下大靜脈」裏面混合着舊血液而流往心臟。大動脈在降落分枝以後，成爲臍動脈而進至臍帶內部，然後往母胎的胎盤所在，接受酸素與養素，變爲臍靜脈，再歸還於胎兒。

因為這個緣故，胎盤對於胎兒是具有成人的肺部與消化器合作的能力。這胎盤的細微構造，如方圖的四角所表示，凡屬從母胎運來的空白血管即于





國產新藥彙編 (續)

洪貫之

[H]部

Halbiform 海錠仿

成分 碘銨及沒食子酸之化合物(百分中含碘約二十四分
養化銨約四十四分)。

性狀 無臭無味灰綠色細微粉末，不溶於水、酒精、依脫
、哥羅仿中。

功用 瘡傷潰瘍消毒劑。(海碘仿之代用品)

適應症 各種化膿性疾患，創傷，火傷，燙傷，外症瘡面，
凍瘡，腐敗性潰瘍，軟性下疳，梅毒性潰瘍，會陰破裂
，尿道炎，耳鼻咽喉諸疾患，初生兒膿漏眼，痔瘡，皮
膚病等。

用法 外用。(1)用本藥之純粉末，或加以三倍滑石粉澱
粉等撒布於外部。(2)調成十成至二十成油膏(不含水
分)敷貼。(3)新創面之縫合後，可以本品及樹膠漿、

甘油、各一〇〇公分白陶土二〇公分，製成軟膏外用。
(4)製成十成之乳劑，可作淋濁洗射劑；或為尿道坐藥
，用於尿道炎；並可吹入咽喉、外耳道、鼻腔等，為消
毒之用。

貯藏法 宜貯藏於乾燥處，不可受潮濕，如遇水分，易起分
解，變為赤色。

製劑及包裝 粉劑 每瓶二五公分

製造發行者 新亞

Helapin 血來必定

成分 為十成 Cotarine Hydrochloride 之製劑。(與德國
之「Stypticin」同一成分)

性狀 淡黃色液體，呈中性反應。
功用 止血痛經治療劑。
適應症 子宮出血，子宮內膜炎，非傳染性急慢性子宮出血

，子宮位置異常，流產或分娩後之子宮收縮不全，因子宮出血之子宮筋腫，月經過多，痛經，非月經性子宮出血，膀胱出血，攝護腺出血，肺出血，鼻出血等。

用法 皮下注射：每次一支，必要時一日兩次。

製劑及包裝 一〇%注射液 每支一。一公撮 每盒六支

製造發行者 新亞

Hexmin 海克散明

成分 為四十成 Hexamethylenterramine 即烏羅透冰並含

有〇。五成之硫酸鎂製劑。

性狀 透明無色之液體，顯弱鹼性反應。

功用 尿道消毒劑。

適應症 婦人科大手術後之尿閉、膀胱炎，尿道炎，腎盂炎

，產褥熱，敗血症，手術後之膀胱麻痺，蕁麻疹，流行

性感冒，傷寒，猩紅熱，腦膜炎，腦脊髓膜炎，助膜炎

等。

用法 靜脈注射：每回一支，一日一——二回。

注意 本溶液比重較血液為大，靜脈注射時，回入注射器

之血液，向藥液上部移行，當時可將藥液與血液，一同

注射於血管內，如注射液漏出於血管外，患者覺疼痛時

，可施濕布，疼痛即止。

製劑及包裝 四〇%注射液 每支五公撮 每盒五支
製造發行者 新亞

Hornapernin 賀爾賜保命

成分 為百分之二十新鮮辜丸賀爾蒙製劑。

性狀 淡黃色澄明液體，呈弱酸性反應，微帶芳香性臭

氣。

功用 滋補強壯催春及戒烟補助劑。

適應症 性慾減退，陽萎不舉，快感缺乏，頭眩腰酸，記憶

薄弱，身弱乏力，抵抗薄弱，病後，戒烟。

用法 皮下注射：每日或間日注射一次，每次一支二。三

公撮，注射於上膊外側，或大腿內側。

注意 本品須連續使用至一二週後，方能顯呈作用。

製劑及包裝 注射液 每支二。二公撮(含結晶酵素〇。二

二) 每盒五支 十支

製造發行者 新亞

Hornapernin Pills 賀爾賜保命丸

成分 為辜丸賀爾蒙：攝護腺賀爾蒙，來豈丁卵黃脂等合

劑。

性狀 銀箔糖衣之丸劑。

功用 滋補強壯催春戒烟補助劑。

適應症 全注射劑。

用法 內服：成人每次二——六粒，一日三次，小兒減半

，食前半小時溫開水送下。

注意 (1)本品不論冬夏及年齡老少，均可服用，但須常服，並注意環境改善，節慾養生，以助藥效。(2)如兼

用本品注射劑與「百利多命」交換注射，尤有速效。

貯藏法 用後須密蓋，置乾燥冷暗處。以防變壞。

製劑及包裝 丸劑（每類含罌粟鹼九賀爾蒙〇〇〇五攝護腺賀爾

蒙〇〇〇二來豐丁卵黃脂〇〇一公分） 每瓶一百粒

五百粒

製造發行者 新亞

【註】部

Isomural 一宿眠

成分 爲六成一溴癩草酸尿酸素與四成巴比通酸（即凡羅

那兒）合劑。

功用 安神催眠劑。

適應症 (1)安神用：神經衰弱，歇私的利，驚悸，癩痢，

慢性酒精中毒，妊娠嘔吐，眩暈，暈船，小兒夜驚，百

日咳，輕度之神經病，其他肺癆肺炎傷寒及熱性病人之

興奮，胸內苦悶。

(2)催眠用：各種失眠症如神經興奮，戒烟期間之失眠，結核傷寒等傳染性病及糖尿病等新陳代謝機能失調患者之失眠。

用法 內服：(1)安神用，粉劑一日〇〇〇五——〇〇八，

三回分服；片劑每回半片至一片，一日三回。(2)催眠

用，粉劑臨臥前頓服〇〇五公分；片劑臨臥前頓服二片，

均以多量溫開水送服，小兒用量，依年齡遞減。

注意 失眠病人於就眠前頓服本品〇〇五公分，一刻鐘內

，即能達催眠之目的，醒後並無頭暈不快之感。

製劑及包裝 (1)粉劑 每瓶二五公分

(2)片劑(〇〇二五) 每管十二片

製造發行者 新亞

醫藥評論

灌輸醫藥知識

促進社會健康

零售每冊一角

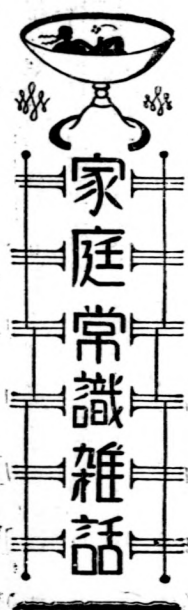
預定全年大洋一元

國外二元五角(郵費在內)

總發行所 醫藥評論社 上海辣斐德路一

一九三號

電話 七二八一七號



家庭
自療
分類
方集
萍風

我國有一句俗語：『丹方氣死了名醫』。這句話可以證明丹方的功效，往往驚諸正式醫生所開的方藥之上。這由於一個丹方能夠流傳開來，總有它相當的價值，而且凡屬丹方，多半是藥味不多，用力專一，如果藥症相符，真是捷於影響。尤其窮鄉僻壤，請醫生不見得高明，藥藥品也不能完備，倒是這種簡便的良方；往往救活了許多的民眾。不但我國如此，便是在醫學進步的日本，而所謂『民間療法』，仍具一種不可侮的大勢力。本社創立以來，以促進民眾健康為唯一的天職，平時所介紹的醫藥衛生體育常識，不分中外，不問新舊，一以其成效顯著方法合理為標準，今又本此宗旨，把我國歷來流傳有名的良方，取其利便而合理的，擇尤博覽。而於每一病症項下，兼敘其原因症象，變化經過，以幫助鑑別與診斷，在經濟不充與交通不便的家庭中，得此不無裨補。可是醫理至微，病情至雜，如果病勢來得嚴重，或者症象辨別不清，原因未悉，仍應請可敬的醫生診斷為是。因為這是個急的肘前方，并不是醫藥萬能的寶庫；這一點希望讀者認識清楚！

痢疾（附泄瀉）

甲下痢 痢疾的種類，有下痢赤痢白痢休息痢噤口痢水

穀痢等，治法也就各有不同，現在分述如下：（一）下痢就是

普通膿血兼下的痢疾，在痢疾中為最多，所下的膿血很為稠

黏，裏急後重，發熱口渴，脈數腹甚痛，（1）宜用黃芩二錢

，甘草錢五，芍藥三錢，大棗五枚水煎服。（2）赤痢日夜數

十次，口渴便短，裏急後重，脈盛者，宜白頭翁湯，即白頭

翁三錢，黃連一錢，黃柏一錢，秦皮三錢，水二碗，煎至一

碗，溫服。久痢體力衰弱，或產後下痢者，可加阿膠甘草。

（3）痢疾消渴，口中熱，胸腹脹滿，墜實拒按屬實症者，宜

大承氣湯，即大黃五錢，厚朴一錢，枳實一錢，芒硝一錢，

水煎服。（4）急性痢疾，腹痛後重，赤白痢下，溫度不高，

體力衰弱者，宜芍藥湯，即芍藥三錢黃芩黃連當歸各八分，

肉桂三分，甘草檳榔木香各五分，水煎服，切不減加大黃。

（5）痢疾初起，用黃連、去蘆黃芩白芍山查肉各一錢二分，

陳枳殼（去穢）紫厚朴（去皮薑汁拌炒）檳榔青皮（去穢）各八分

，常歸甘草地榆各五分，紅花三分，桃仁（去皮先研如粉）一

錢，南木香（磨兌水）三分，水二碗，煎至一碗空心服。如滯

澀甚者或加大黃二錢用酒拌勻炒服。一二服後仍除去。若一

劑滯即除去即不再服，三五日神效。惟連服至一旬以外便當加減，用黃連黃芩白芍（各酒炒）各六分，山查肉一錢，橘紅青皮檳榔地榆各四分，炙甘草三分，當歸五分，桃仁粉六分，紅花三分，木香（磨兌）三分，水二碗，煎至一碗空心服，渣再煎服。如延至月餘，覺脾胃弱而虛滑者法當補理，用黃連條芩（各酒炒）各六分，芍藥（酒炒）四分，橘紅六分，全當歸人參（高麗參或黨參均可）白朮（土炒）炙甘草各五分，水煎空心服，渣再煎服。（6）痢疾不拘紅白久近，用蘿蔔（搥取自然汁）二盃，生老薑自然汁半酒盃，生蜂蜜一酒盃，細茶（陳者佳）濃煎一盃，和勻服。如無蘿蔔，即每用蘿蔔子冷水浸過搗取汁，亦可。（7）端午日用錦紋大黃數斤切片，貯炒器內，以無灰酒浸過頭三寸，每早置日中晒滿足六十日，為細末，煉川蜜為丸如綠豆大。凡遇痢疾有發熱惡寒者，先服表散藥一劑，停食者，先服化滯藥一二劑。兼證退後，即服此丸三錢，水吞下，得通利而愈。此方不論紅白噤口休息等痢，服之無不全愈。（8）痢疾不論新久，宜用陳米湯送下香連丸三錢一日三服極驗。（9）秫米一把，鯽魚鮓二爵（細切）雜白一虎口，（細切）上三味合之如作粥法，噉之。（10）粗草紙捲緊成筒燒燃，取下黑灰，俟冷加紅糖，在石板上捶融為丸，如圍棋子大，成人每服二三十丸，分作三五次，一日服

完，小兒酌減。三日全愈。（11）金銀花五錢，炒枯研末，不論紅白痢用開水調白糖，空心服。服後其痢更甚，兩日全愈。神效。小兒一歲服一分。（12）陳倉米四分，黃連四分，乾薑四分，右三味搥篩為末，緩火炒令色變，以納二顆鷄子白中，熟和丸如梧子大，空腹服五十九。以好無灰酒溫一盞下之。至晚間痢赤色當變白，明日即瘥。（13）久痢無藥可治者，用肉豆蔻（切片炒黃）蠶粟殼（搗碎蜜拌勻炒黑黃）甘草（切碎炒黃黑色）乾生薑（切細炒黃黑）右等分，搗篩為末。每服六錢。用水二碗，煎至一碗半，通口服。不計時候。再次煎服即愈。（14）陳細茶葉山查炭紅砂糖白砂糖各三錢，老薑一錢，煎服。一日服盡即愈。（15）痢疾初起，用白蘿蔔二三斤，搗碎後取汁，如十歲以內小兒，每日吃一飯碗，大人每日吃二三飯碗，俱要冷吃，不見火，忌葷腥雜味，并治疫痢如神。（16）赤痢以白雞冠花，白痢以赤雞冠花燒灰存性，酒下神驗。（17）不蛀皂角子，米糠炒過，枳殼（炒）等分研末為丸，如梧子大，陳倉米飲下三十九。（18）鮮荷葉燒研，每服二錢，陳皮甘草湯下。（19）黃連白芍各一錢，吳茱萸五分，水煎服。（20）川厚朴一錢，煎服。一日三次，兩日即愈。（21）風菱殼煎濃汁飲。（22）生藕節搗爛酒沖服。（23）乾薑黃連當歸黃柏等分，炒為末，每服二錢，烏梅一個煎湯下。

(二)赤痢，就是糞便中赤多於白的，除以上方法可以通用外，其餘治法如下：(1)鼠尾草薔薇根秦皮各等分，熬去滓重煎成丸，如梧子大，服五六丸，亦可服濃汁半升。(2)酸石榴皮燒灰爲末，每服方寸匕。(3)鹽梅一個，胡黃連一錢，灶下土一錢，共爲末，茶調服。或單用鹽梅好醋調服。

(4)地榆根皮八分，厚朴(炙)八分，熟艾八分，赤石脂一錢，龍骨一錢，茯苓一錢。當歸一錢二分，搗篩爲散，一服方寸匕。加至四五七，日夜一再飲服。(5)馬齒莧搗汁半茶盃，加蜂蜜半酒盃，空心溫熱食之。(6)白槿花五六朵。置瓦上炙，研調白糖湯服效。晒乾，次年用，亦效。(7)木耳灰槐米灰紅麴灰沙糖空心服。山漆三錢研末，米泔水調服。(8)構樹皮荆芥等分爲末，冷醋調服一錢。極效。(9)赤痢腹痛，黑豆茶菓子煎湯飲。(10)乾薑燒黑存性，候冷爲末，每服一錢，米湯下。

(三)白痢就是糞便中白多於赤的，除以上方法可以通用外，其餘治法如下：(1)麻子汁煮菉豆，空腹飽食，極效。

(2)巴豆二十四粒(去盡油)杏仁二十四粒，(去皮尖)乳香三錢，沒藥三錢，先用飛丹(水飛瀉)六兩，好黃蠟二兩，溶化入各藥爲丸，如黃豆大，每服一丸，薑湯下。(3)香豉一升，薤白一把，水三升，煮取一升服之。

(四)噤口痢痢疾之不能進食者，治法如下：(1)鴉膽霜五倍子枯礬胡黃連茯苓各等分，研末爲小丸，每用七粒，以白粥冷結皮包丸吞下。(2)五穀蟲，於流水處洗極淨，瓦上焙乾爲末，米湯或黃糖湯調下，便能思食，大有奇效。如湯水皆不能下。用蘿蔔切片，蘸蜂蜜入口嚼之，味淡再換，久則自然思食，再進稀粥，便愈。(3)神麴(炒)山查白沙糖各

二兩，川黃連一錢(另蒸)真烏梅三箇，甘草五分，荔枝肉七個，用水三大碗，煎溫服。且吐且飲，自然思食止痢。(4)陳久火腿骨煎濃湯飲，或用臘肉脯煨熟食之。(5)山藥半生半炒爲末，每服二錢。(6)菉豆粉白沙糖冷水調服，或用白蓮肉煮湯(加陳倉米尤佳)時時呷之，石蓮肉更好。(7)人參茯苓石蓮肉少加薑蒲服。(8)雞內金焙研，乳汁調服。(9)金絲鯉魚一尾，重一二斤者，洗淨，照常用鹽醬葱調製，入胡椒末三錢，煮熟置病人牀前，令聞香氣，病人思食之，即連湯吃一飽。病即愈。(10)濃雞汁頻飲之。(11)子鴨一隻，去毛不開破，只將肚皮割開肚中諸物均不動，仰放大碗上蒸透，只服碗內流出自然汁，不食鴨肉，服後即能服藥。

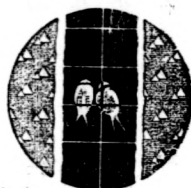
(五)久痢，痢疾日久不愈者。治法如下：(1)黃連黃柏桂心大麥蘗乾薑各三兩，吳茱萸四兩，蜀椒半兩，麴四兩，(熬)烏梅四兩，搗篩蜜和丸如梧子大，每服十九，日三服。

至二十九。亦可增至三十九。忌猪肉冷水生葱。(2)龍骨赤石脂無食子各六分，地榆三分，熟艾三分，椴子黃柏各五分，搗篩蜜和丸，如梧子大，空腹飲服。四十至五十九。日二服。稍加至六十九。(3)麻油煎鹹魚食數次，甚效。(4)陳火腿骨(煨)四錢，黃連(薑汁炒)一錢，砂糖(炒乾)四錢，爲末，烏梅肉五分，養爛搗丸，每服三四十九，空心黃米湯下。(5)松花三錢，地榆二錢，乾荷葉二錢，臭椿樹根皮一兩，(取向東南方外面粗皮)共爲粗末，糖調，加溫水少許，每服二錢。忌麵食葷腥油膩等物。(6)腎虛久痢，骨碎補入豬腎中煨食之。(7)茄根燒灰石榴皮等分爲末，沙糖水調服。

(六)休息痢，痢疾之乍發乍止纏綿不愈者。治法如下：
 (1)麥蘗(炒)麴(炒)附子(炮)桂心烏梅肉人參茯苓七味搗篩。密和爲丸如梧子大。食前飲服十九，日三次。稍稍增加。(2)虎骨炙焦搗末，米湯煎服二錢。(3)哺退鷄子壳，研極細末，每用一分，白湯調下。(4)雅膽子(去壳)以桂圓肉包之；大人每包七粒，(小兒酌減)多則七包，少則五包，空心滾水吞下，隨食乾飯一二碗，俟大便行時，有白痢如魚腦者，卽冷痢之根，如無白痢，一二日後再服一次。或加數粒亦可。此後不必再服，忌生冷諸物，及甲魚海參海蜇皮蛋鴨肉三月，戒葷酒五日；永不再發，雖十數年不愈者，無不神

效。服至一二日後，如腹中作痛，用白芍一根，甘草一根，俱重三錢，紙包，用水浸溼，火內燒燃熟，取出搥爛，煎水服。(6)烏梅建茶乾薑爲丸服。(7)活鱧魚去腸雜，切段放瓦上焙枯成炭，研粉，每服二錢。黃糖拌熱陳酒送下。數服全愈。終身忌食鱸魚。在三個月內忌食生冷酒魚腥等物。(8)蕎麥麵常常食之(9)豆腐醋煎常常食之。(10)忍冬米和作飲，時時服之。(11)古松樹上皮，研細末，稀粥和服一碗，日三次，三日必愈。(12)黃連龍骨阿膠熟艾各等分，小二碗，煎至一碗，去滓將阿膠納入服。

(七)水穀痢，卽脾胃虛弱不能消化水穀，糟粕不聚而變痢者，除照虛寒下痢的方法外，其餘治法如下：(1)小豆一升，臘二兩，各煮溶化和服之。(2)櫻櫚皮燒灰研末，水服方寸匕。(3)乾薑三分，雞子二枚，小豆二百粒。(炒令香)黃連三分，上四味搗篩三味，納雞子黃白攪勻，微火上炒合爲丸，如小豆大，每服五十九。晨間溫水送下，愈卽停服。忌食脂膩生冷猪肉蒜葱。(4)水穀下痢，每至立秋前後卽舉發，并腰痛者，用樗根一握，搗篩爲末。以麵粉捻作餛飩，煮熟，每日空心服十枚。(未完)



康健長壽之祕訣

怡云

無病長壽之希冀

人之願望殊多，程度人各不同，今就一般普遍志願言之，則不論貧，富，老，少，人人均欲無病無恙，保持長壽，是億萬人所共通者，職是之故，一般由於希望健康，與長壽之故，而有健康增進法，與無病長壽等法之產生。

現代返老還童之研究發表於世者，即如巴羅龍薩喀爾之畢九精液注射法，以及曼契愛尼柯夫氏之服用乳酸法，（所謂乳酸菌，即使牛乳醱酵，然後盛於定溫器內，使成形成牛酪之物質，因是酪能克制腸內繁殖之毒菌，故為長生不老之良藥）。此等方法，或許於某種程度之下，可以返老還童，及收却病延年等之效果，但決非絕對者也。

美國之大富豪喀納其買德爾（Cornegie medl）生於北美

，以有功於學術界，曾受紀念章之表彰。彼曾懸賞美金二萬萬圓，徵求能以人工的延長人命於天然壽命以上之方法，是

時舉世之醫學家無應之者；惟德意志某教授，投一冷刺熱嘲之函云：『閣下此舉，豈非欲以老人之頭，而具備青春少年之身體乎？』

強健法之種類

時至最近，有種種增進健康之術，風行於世，惟因應用之法術有不同，而又冠以各種法術之名稱，如健體法之上，冠以心靈術，而曰：心靈術健體法；以及冠以靈強術，而曰：靈強術健體法，苟能實行之，其成功指日可期。是於保持國民之健康上，以及所謂國家之繁榮各點上，頗可奏優美之效果。

就予之管見言之：今日之健康方法，可以大別如下列之二項：

（一）謀精神之統一，剷除一切邪念，盡除不安之狀態，以及更轉換思想之法也。

(二)由於身體運動之所得，使血液循環，賴以良好，更進而調和全身之血行，內臟之動作也。

總上二種類別，凡任何優美之方法，無有離乎此者。

強健法之弊害

然更進一步以言之，憑醫學的觀察，採取常識的批評；評論此等許多健康法，概可謂為只有理論而無實際之方法也。蓋因人體之健康，關於個人者，則因其各人之體質，以及境遇與環境等而常有迥異，彼飽飲美食之老人，以及汗流浹背而勞動之青年，可謂為同一之健康法，而發揮同一之效能者也；換言之：任何健康法，適合與否，不可不注意及之！例如，某種腹式呼吸，所謂致力於腹部，至其結果，果然次第奏無病無恙之效，獨於頭部奏效，最覺缺乏，故腦出血之病症，不能以此治之。

又有許多健康法，常以其效能之可表示於外，即據之以資證明；如說：增加體重，即其一端。不知增加體重，未可稱為效能，若據之以為基點，謂體重增加即為健康之表現，此事之極危險者也！依美國人壽保險公司調查之結果：「凡長壽之人，於其自己相當之年齡，較標準平均體重為少輕，血壓則較標準平均血壓為少低」。

要之，世間流傳而可實行之強健法甚多，但宜就各自之

體質，加以審核之方可，否則；誤謬選擇，反致促短其壽命，例如最近認為有卓絕良效之冷水摩擦法，於其實行之動機，固為改善體質，然行之不得其道，反致害及身體；至於其他之健康，亦可依此而類推之！

長壽者之生活法

縱觀古今，橫視世界，凡長壽人之日常生活法，以及其健康法等，經調查以後，報告其調查所得之結果，彼長壽者無論如何，其所探之健康法與生活法，均各各不同，於彼全體，絕無共通之方法也。

或言：「常飲醇酒，可致長壽」。或言：「若興趣濃厚時，引酒滿杯而飲之；至於老年人，每晚須飲一合，或五勺之酒，可予我人以長壽」。諸如此類，須依各個人之體質，於不知不覺間，實行最適當之生活法，因而得以益壽。可知於某種時間，一貫以行一定之長壽法；即可據前者為例以行之！

學理的長壽法

再就億萬人全然共通之却病延年法言之：先須注意於人體患病之理由，加以考究，已知患病之理由，須於未罹病症之前，先行預防而注意之，至預防之法，宜採最適合之良法為要！

在昔，所謂病症僅四百四種已耳，今竟達於千種以上，且其中威脅生命之病症，非常之多。攸關生命之病症，依一九二九年日本帝國統計年鑑所記之日本全國死亡者之統計中，見死亡率占最高，而居第一位者：為消化器病，此為對於飲食物之不攝生，而起之病症，即諺云：「口為禍之門」，此為吾人所應注意者。

二為呼吸器病；即流行性感冒，肺炎，以及肺結核之類是也。是等病症，因病原菌侵入口，鼻而起。苟能平日時常注意，便可完全預防矣！

三為腦充血，因血壓太高，而血管破裂出血是也。彼呼吸器病與消化器病等，人人多有患之者，惟腦充血則否，患之者以老人居多數，稱之曰：「老人病」可也。然腦充血之根本原因，皆因狂飲酒類，或大吸紙烟，以及食用不攝生之食物等而發生者也。

以上所舉者，是為死亡率之最高者，其致病之原因，則概由口入。如於口之衛生，加以研究，所得之效果，即為却病延年之合理的要旨。若於此點置之度外，不加重視，雖熱心努力於心靈術與氣合術等之研究，不過捨本逐末之舉動而已。

合理的長壽法

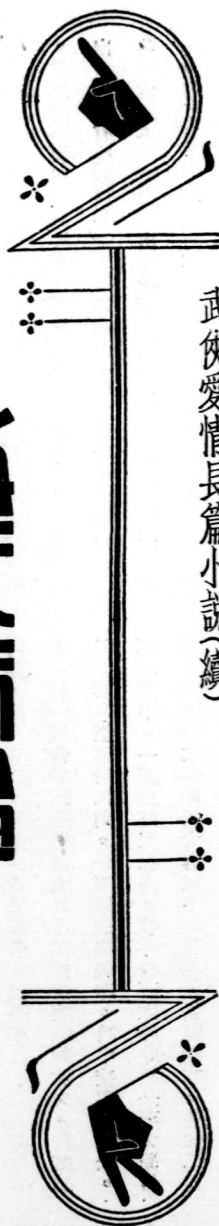
最後，就合理的却病延年法，而舉其必要者言之，如心氣和平是也。苟其精神爽快，一日之間，已勤勞終日，至夜晚，無不安之事態而熟睡！如是：則未有不長壽者。諺云：「勞苦，是壽命所寄」，即此意也。又歷觀往昔高僧，無不長壽者，因其能安於惡衣粗食，而寡慾恬淡，樂於天賦之生活也。因此可得一結論，却病延年之秘訣，就是「謹於口，平於心」而已矣！

善養生者，食不過飽，飲不過多，

冬不極溫，夏不極涼。

(葛洪)

武俠愛情長篇小說(續)



海天奇遇

丹徒武幼如著

第四回

黑獄沉沉欣來奇女
深心片片暢說奇謀

但是祇能和冷面軍師勢均力敵。仍不免有點危險。而且沒有精明強幹的人做幫手。所以靜待時機。未敢發動。在采蘋被劫上山。絕食之時。她曾經投詩勸慰。後來冷面軍師刼了與中上山。白虹聽說與中告密叛輪。打破和豐。以及在三益客棧。改粧女子逃走之事。不由佩服得五體投地。暗想。這種人。纔是我理想中的現代的俠客。正是我日夜所祈求一遇而不得的人。至於武俠小說書中。所說的那些飛仙劍俠。那真是如同夢囈。在現在這種科學昌明。鎗炮犀利的時候。不要說是沒有飛仙劍俠。便是有。肉體也敵不過鎗子。現在科學的世界。任甚麼事。都要合於論理。那些說說騙人的武俠小

說。徒然迷惑青年子弟的思想。真是害人不淺。白虹這樣想着。便要設法保全與中的性命。引為同志。因此在黑髯龍審問與中的時候。便攜着黑髯龍的第九妾紫蘭。前往大殿屏後竊聽。那紫蘭本是廣州名妓。美貌勝人。在妓院裏本叫做七小姐。為黑髯龍遊玩廣州時。見了搶來。寵愛得如同性命。雖然妻妾的地位。排列第九。可是黑髯龍和大家都仍喊她的原名七小姐。白虹知她來山。並非本願。而且黑髯龍。蒼髯滿頰。如同刺蝟。美人愛俊俏的青年。為天然的定律。當然對黑髯龍心懷怨恨。不過迫於情勢。莫可如何而已。白虹知她心事。便和她格外親近。兩人便傾心吐膽。引為同志。無所不談。白虹得知與中被捉來山之事。也告知紫蘭。因此約她同到大殿屏後聽審。兩人見與中劍眉秀目。豐頰紅唇。

精神弈弈。英風滿面。侃侃而談。聲音朗朗。雖刀鋸在前。仍是毫無畏色。挺然不屈。兩人都愛慕萬分。白虹却尙含於心中。紫蘭已經現於顏色。都恨不得援救與中性命。可是急切間無計可施。直到黑髯龍喝嘶與中。白虹望着紫蘭穿着紅衫。忽然的靈機一動。輕輕的對紫蘭說道。今天不是恰巧是你的生日嗎。你便可以借這原因。去救外面那英雄的性命。你便說是今天不利動刑。老黑愛你。必然聽信。紫蘭道。這樣祇能暫緩其死。那能永遠救他。白虹道。姑且緩一緩緊急的情勢。以後我自有的法。說着便推紫蘭上殿。紫蘭無法。只得大着膽從屏後走出。照白虹所教的話。向黑髯龍耳邊說了。因此與中得暫延性命。關入石獄。可是明天還不能逃死了。白虹和紫蘭。回到房中。暗中商量。無計可思。後來紫蘭無意說道。這人真英雄。稱得起中國人豪。你看他一團英氣。目無衆盜。所說的話。真是令人從心坎裏拜服出來。我要有這樣……這樣哥哥兄弟。那就不枉人生一世。紫蘭說這話。意思却是要說。我要有這樣丈夫。便不虛生一世。急忙說出。覺得有些難以爲情。所以說到一半。將丈夫改爲哥哥兄弟。紫蘭本是隨口說出。却不料白虹聽着。忽然心中一動。連說有了有了。我們何不同他冒認兄妹。豈不是便救了他的性命。而且可以叫他在鵬山任個職位。掌握一部份權力。我

們豈不要得個大大的臂助。你我報仇有望了。紫蘭聽說。愕然半響。方纔說道。老黑不信。又待如何。與中不肯屈從我們的計劃。又當怎樣。白虹道。所以這事要粧得相像。說得對眼。方纔得老黑和大衆的聽信。兩下一話不符。便要失敗。但這還可以設法和與中先行會面告知一切。商量安當。便不會言語不符。至於與中這樣英明的男子。當然知道經權並用的道理。決不會不聽從我們的計劃。這事最好由你出面承認他是你阿哥。老黑對你寵愛。容易聽信。可是你剛纔已經走出大殿。見過與中。老黑必要問你。何以今天不認得阿哥。隔了一天。却認得了。所以你不能擔認這事。你只好明早上殿。幫着我說話。這事我義不容辭。當然由我去冒險。成敗雖未可必。然而人力不可不盡。事不宜遲。我要趕快去進行了。說着。連忙別了紫蘭。回到自己所住園中。吩咐自己身旁兩個得力的心腹丫環。飛煙嬋月。出去打探。與中關在何處。何人守衛。片刻兩人來報告。說是關在石獄。守衛當中。有一個恰好正是薔薇女兵小隊長張美珠的丈夫。白虹聽說大喜。便寫詩四句。叫飛煙送與美珠。暗中交與他丈夫。鄭與與中。一面白虹又探得。夜半後石獄的守兵是李大海的部下。便連忙秘密到大海家中。又將張鉄腿請來。告知二人。李與中是自己表兄。自己起先不知他被捉上山。故而審問

時未會上殿相救。直到此刻。聽人說起。李興中名字。方纔曉得。預備明早上殿相認。務請二人幫忙援助。一面並說與中如何有才有勇。救了他。你們二位。也得個大大幫手。二人聽說都點頭答應。白虹又告知大海。意欲夜半去石獄探望興中。請大海將輪着夜半看守石獄的兩個衛兵喚來。關照一番。不要作難。大海亦然應允。如言將兩兵喚至。和白虹見面。並關照兩兵。屆時對小姐好好伺候。不許將此事洩漏。兩兵領命而去。白虹一切佈置妥當。方纔攜帶餅乾熱水。到夜半後。和飛煙嘯月。假作巡山。暗入石獄。兩婢却搗手槍。望風在外。這便是白虹已往的情形。簡略的告知興中。這時興中飽食暖衣。精神健旺。聽白虹所說。且驚且敬。暗想。不意盜山中竟有這樣智勇深沉敢作敢為的奇女子。智識兼優。相形之下。真令我自慚形穢。不由肅然起立。鞠躬說道。鄙人微命。却勞女士勞心焦思身冒大險。定計援救。深使鄙人不安於心。倘事不成。有累女士。則使鄙人。粉身碎骨。亦難贖萬一之罪。尚望三思而行。白虹聽說。亦挺身站起說道。義所當行。何計自身利害。始以先生為奇士。不意先生竟斤斤於搗謙不節。甚使人心灰意懶。興中連忙謝罪說道。鄙人對女士敬愛至極。所以不願意女士從井救人。既然責以大義。敢不聽從指揮。白虹不覺大喜。忙又告知興中明晨須

如此如此。興中一一應諾。白虹因談話時間已長。守兵更換時間將至。兩個守兵已經在柵門上敲擊幾次。催促快行。便一手攜了水瓶。一手攜着電筒。便要出獄。興中忙將大氅脫下。白虹放下水瓶電筒。忙將大氅披在身上。興中鞠躬說道。今逢奇女。微命有望。竊不自信。深以為夢。倘荷不棄。願得一握玉手。以為畢身之紀念。白虹聽說。不由的羞紅上頰。低垂粉頸。可是無論怎樣的豪俠女子。一到情字關頭。總不脫女兒本色。白虹這時羞答答怕把頭抬。心頭怦然跳動。以為興中要求握手。必然有甚麼用心。繼而一想。何必做出這樣羞態。反而示人以可疑。便毅然伸出素手。興中一把握住。搖了兩搖。覺得溫馨柔滑。似乎有一股電氣。由自己手臂直達心房。心頭跳動不已。有說不出的感觸。兩眼看着白虹素面。那時電筒在地。室中光線甚微。興中祇隱約見個美人立在面前。好似皓月隱於密雲之中。又好似春蘭一朵。挺生於深谷之下。興中神志不覺有些迷離。握着白虹的手。半嚮不知道放下。白虹不知如何。却竟也不加催逼。祇徐徐說道。李先生。明天再見罷。興中猛然醒悟。自覺有些慚愧。連忙放手道。再見再見。一面從地上拾起電筒水瓶。遞與白虹。白虹便矍然一笑。推開柵門而去。興中祇聽得答的一聲。柵門又行關上。直立室中。悵悵如有所失。良久良久。

方纔如夢初醒。暗想今夜遇此奇女。真是自己畢生之大幸。采蘋身沉大海。生還無望。自己倘能和白虹這樣女子結婚。那纔是萬分滿意。何幸如之。像白虹這樣。和自己志同道合。纔是自己理想中的女子。可是自己已有這種幸運嗎。明天生死。尙未可知。雖有白虹奇計。尙不知是否有效。自己居然想起情愛問題。未免可笑。一會又想白虹在鵬山種種佈置。深心密計。算無遺策。真是可敬可佩。一會又想着采蘋紅顏

薄命。中道夭亡。又嘆息一番。與中這樣思潮起落。直想得腦倦神昏。方纔睡去。一忽醒來。已是天光大亮。日上三竿。不多時。聽得遠遠的軍號響亮。早有一隊盜匪。執着長鎗和大刀而至。從石獄中將與中直押往大殿。以便處斬。正是心上溫馨欣異遇。人間凶險又臨頭。

要知與中生死如何。請看下回分解。

健康雜誌

本 訂 合

本誌自創刊號起，至第三卷第十二期止共爲三十二冊，分訂三大本，其中關於醫藥衛生之新智識。體育國衛之新方法，幾於美不勝收，凡欲享康健幸福者，不可不人手一卷也。

定價

- 第一卷(十冊)精裝燙金定價每冊一元八角(郵費二角三分)
- 第二卷(十冊)精裝燙金定價每冊一元八角(郵費二角三分)
- 第三卷(十二冊)精裝燙金定價每冊貳元(郵費二角三分)

優待定戶辦法

凡屬本誌定戶購一卷者得照定價八折計算合購三卷者得照定價七折計算以示優待但非定戶不能享受此項權利

總發行所 康健書局上海霞飛路四四四號 康健雜誌社謹啓

醫藥衛生類

【蘇省惡性瘧疾蔓延】蘇省江南北各縣，

入秋以來，發生惡性瘧疾，流行甚劇。最近江
南方面如鎮江、句容、儀徵、金壇、丹陽、高
淳、武進等縣，江北如通、如、高、寶各縣，

疫氣極熾，鄉區尤甚，每縣罹疫人數，平均在
五六萬以上。死亡率亦極可畏。估計各該縣受

疫人口，總數將達百萬人左右。其他各縣，現
亦逐漸發現。查廳方面及衛生當局，正籌謀積

極防治。據醫學專家談，惡性瘧疾之起因，無
疑的係由於孳蚊之傳染，始為長寒驟驟，繼則

高熱無汗，或熱後有汗而不多，頭痛腦脹，類
似傷寒及癩瘰。間日輕重，退熱不清，舌苔

白膩，食慾減少，面色黃滯，間有吐瀉，或週
身發出斑點。如在四五日內，打瘧疾針服奎靈

丸金雞納霜等，或可無虞。否則危險不治。且
極易傳染；倘以病人不隔離，飲食器皿不清

，往往有一家數口染病者。本年入秋後，即有
少數發現，至最近止；已呈報到省請求救濟者

，有鎮江、句容、儀徵、金壇、丹陽、高淳、
南通、如皋等縣，餘如武進、江陰、嘉定、高
郵、寶應等縣，疫病亦頗劇烈。江南方面，以
句容、鎮江等縣為最劇，句容二區，全區罹疫

者，已有五萬餘人。鎮江方面，估計罹疫者主
千餘。醫生應接不暇，棺材藥品實費一空，江
北以通如疫氣為最烈，如阜一縣，患此疫者，

總計共約五萬餘人，死亡已達五千餘人。為從
來未見景象。四鄉已成恐怖世界。此疫發生之

後，罹疫多係鄉農，交通不便，且因農村經濟
破產，大牛無力就醫，故病者無數死亡相繼。

死亡之人以勞苦貧困者居多，死亡之地域則以
鄉村居多，最可慘者，每有一家死亡數口，棺
材無人做，尸身無人抬，致無法埋葬者。蘇民

廳前據各縣呈報到省後，已通令各縣速聯合當
地衛生機關，及各醫師等，組織防疫隊，購辦

治瘧藥品，分往各鄉區治療；并令一面向民衆
宣傳防疫常識，現鎮江、丹陽、南通、如皋等

防疫隊，均已組織成功，已先後出發治療。全
國糧委會衛生實驗區撥發蘇省之奎靈丸廿萬粒

，民廳昨已派員赴京領取，俟領到後，即分發

各該縣應用。省立醫院方面，亦派員赴溧陽
大批藥品備用。查防治此類瘧疾，尚不若急性
傳染病之棘手，倘醫藥能充分應付，患者若能
積極求治，氣候能轉入正軌，則此項蔓延可怖

之惡性瘧，或可於短期內撲滅淨盡云。

【衛署防治惡瘧疾】廣省哈肥無等縣，
惡瘧甚烈，衛生署派技士前往，協同防治。據
撥奎靈丸無為縣二萬五千粒，合肥縣二萬粒，

江蘇句容縣二萬五千粒，仍免費發放。

【蘇省請撥款救治黑熱病】蘇省北部黑
熱病流行為患，人民死亡甚衆。蘇省陳主席特

函請孔財長，在國家衛生經費項下撥款或募捐
，設院購藥診治，以救民命。孔財長以此事關

保民族健康甚巨，刻正設法補助。

【津市發現猩紅熱】津發現猩紅熱，初現
於法租界，頃蔓延至河北各地。市府飭各醫院
嚴防。

【江陰監獄痢疾盛行】江陰監獄最近因天
時不正，痢疾盛行，患者十九不救，除已死者
數名外，本月十八日有烟犯周何氏，與駐軍寄
押犯丁士板均因患痢疾而死，由管獄員親驗

續。

【租界衛生當局救濟俄童血吸蟲症】

據上海第一特區工部局衛生處消息，本年夏季本埠俄籍童子軍五十五名，曾往附近某地聚營，該地四周多屬稻田及池浜，水中產生血吸蟲極夥，致隨後五十五人中，染有血吸蟲症者竟達五十名之多。聞工部局衛生處認爲事情重大，已與法租界衛生當局採取合作辦法，防止該症之蔓延。並以俄籍兒童家計多屬貧寒，而治血吸蟲症之藥劑，價值甚昂，力有所不及，故已呈請當局設法加以救濟矣。

【中華護士學會】中華護士學會一日在南京金大禮堂舉行十三屆全國代表大會開幕典禮

各地出席代表約三百人。黨政機關均派代表參加，並有四賓十餘人。由該會理事長言濟景芝女士主席，並講演「中國護士事業應努力的方向」！對於護士事業之重要，與非常時期護士之需要，發揮至爲詳盡，下午工作報告。

【護病學毒氣學兩班紅十字會開始訓練】

中國紅十字會救護委員會舉辦之訓練班，實地護病學毒氣學兩班，已於本月十二日

起開始訓練，曠事外科學，現已開始報名，聞

交通大學務本女中看護訓練，亦已開始，並函

請中國紅十字會派員負責教授，倘各機關團體

學校等，擬組織救護工作訓練，須請該會派員

指導，以資統一云。

【行政院令注重全國兒童教育健康】

行政院令內政部，查兒童幸福，不止一端，其尤要者，厥惟兒童教育暨兒童健康。近據調查京市區域失學兒童有二萬餘人，全國失學兒童總數，則達三千萬以上，爲數之衆，至爲可驚。年來農村經濟破產，農民子弟無力入學，固爲主要原因，然各地小學過少，若令學齡兒童悉數入學，必致不敷容納，目下對於學令兒童之失學問題，既尙無具體救濟辦法，致兒童體

育衛生諸端，亦迄無從督促注重，現專管兒童

幸福事業機關，尙未籌設就緒，而上列兩點，

又屬不容緩圖，應請該部會同該部衛生署，迅

爲籌劃進行，以期普及。

【健康保障會開幕】

上海市興業信託社主辦之上海市健康保障會，籌備迄今，已逾四月，於本月七日開幕，該會宗旨，純爲增進市民

之健康，聘請專科醫生，免費爲會員診病，寬

定募捐鳴謝路六十五號爲會址，開始徵求會員，

同時訂定入會會員待遇規則，分基本會員，特

別會員兩種，基本會員，每人每年國幣三元，

特別會員每人每年國幣十元，家庭入會，除家

長外，其眷屬每人均依家長會費減半繳納。會

員如遇疾病，得來會免費門診，會中特設配藥

部，以低廉之藥價，爲會員服務，病症如須用

各種大小手術時，酌收低廉之費用，如約本會

醫師出診，須在規定時間內，預向本會憑證掛

號，專科醫師，每次國幣八元，值日醫師，每

次國幣四元，急診加倍，會員在十人以上，需

要種痘及防疫注射者，得兩兩本會，約時派員

前往施行，不另取費。另訂有保險辦法，并隨

時計劃舉行各種健康運動，如集團檢驗，團體

旅行，衛生演講等等。

【中華慈幼協會執委會】

本埠中華慈幼協會，於九月十一時中，假座香港路銀行俱樂部，舉行第九屆執委會會議，旋討論會務通過議案如下：（一）根據第八十七屆執委會議決案，擴充上海慈幼教養院現有名額，辦理救濟年幼婦

女事宜。至於年長婦女之救濟事宜，則函請江

澤婦女家事學校直接辦理之。(二)撥款二百元

，為助女青年高會辦理丁淑靜女士之紀念事宜

。(三)核准南戶慈幼實驗區特別開路，便利簡

易小學學生之出入。(四)通過本屆徵求會員運

動大綱十二條。(五)本會徵求會員運動定於十

一月二十日開始；十二月二日辦理結束。(六)

本屆徵求會員運動其總隊長為孔祥熙，副總隊

長為孫哲生，蔣作賓，王世杰，吳達鎰，吳鐵

城等，總參謀為熊秉三，參謀為羅運英，王曉

嶺，趙晉卿，牛惠生夫人，林廣侯，李廷安，

朱立德，許述屏，陳鐵生等，隊長為杜月笙，

陸伯鴻，胡筆江，張慰如，吳福晉，陳德庵，

徐可亨，陳洪，盛頌臣，吳啓鼎，朱庭斌，鄭

業，諸昌年，王一亭，高秉坊，徐維實，顧福

慶，戴佐廷，吳馬鳳歧夫人，黃芳華夫人，裴

美權夫人，英國總領事夫人等，二時半散會。

【兒童幸福事業委員會開全體會】本市

市兒童幸福事業委員會，昨在社會局舉行第二

次全體會議，主席張東輝，首由主席報告(一)

奉社會局令，本會接辦兒童幸福會，該會所辦

托兒所，亦一併移交本會接收。(二)常務委員

會議決，請孫委員淑沂，兼任本會總幹事。至

幹事人選，由總幹事提交常委會委派。總討論

事項：(一)社教兩局合併，本會草擬第四條甲

項，應呈請修正案，議決，先將兩局代表數額

及人選，呈請局長決定後，再呈市政府修正。

(二)托兒所是否繼續辦理，請公決案，議決，

繼續辦理。(三)兒童幸福會未領經費，如何辦

理案，議決，推胡委員淑沂，會同宋委員臣先

生，赴財政局接洽具領。(四)本會業務時對大綱

案，議決，照孫委員提案，修正通過，並奉辦

案，每月經常費一萬元，分別造具預算，呈府核撥

，謹畢散會。

【湘衛生試驗所推行鄉村衛生】湖南省

衛生試驗所，成立已屆二年，該所陸續組織之兩

屬機關，有湖南產院、湖南傳染病醫院，及長

沙、瀏陽、平江、醴陵、永興五縣衛生院。正

在籌設中者，尚有衡山、湘潭、湘鄉、寧鄉、

省立醫院，及長沙市衛生事務所等，預計年內

均可實現。該所原定推行鄉村衛生計劃，以鄉

村小學為基礎，分期訓練鄉村小學教師，選校

後，辦理該校學校衛生，及附近鄉村衛生事宜

。實施二年以來，始知此種辦法，于推行學校

衛生，最效較宏，至兼辦附近鄉村衛生，則費

有缺點，查學校須放假暑假，放假之時，一切

衛生工作，完全停頓，況小學教員位置時常

變動，予人于地，一旦生產，推行不無困難。

即該所重新決定辦法，學校衛生部分，仍從訓

練小學教員入手，至於推行鄉村衛生部分，決

以合作社為基礎，即為使合作社員，從事鄉村

衛生運動。將各地主辦合作社人員，聯席分期

召集，予以短期間之衛生必要訓練，如種牛痘

及使用常備藥箱等，訓練完畢，仍返本地主持

合作事務及衛生事宜。凡該項合作社員得年納

一定費用，享受免費之治療及種痘利益。非社

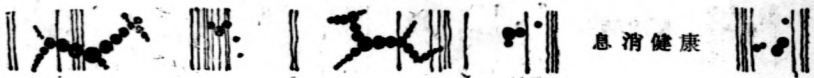
員則須略繳藥費，現已決定先由平江開辦六個

月後，即以試驗所得，漸次推行於各縣，以次

及于全省。

體育類

【首都國民運動大會】首都黨政軍學各界



為提倡民衆體育，特請本月壽委員長五十壽辰之期，發起舉行首都第一屆國民運動大會，凡有一技之長者，均可加入。定二十九日上午開幕，會期一日，運動項目均為團體表演。各界踴躍參加，登記者達六萬人以上，開歷屆全市運動會之人數最高紀錄。共分五區舉行，(一)中央體育場，(二)五穀橋操場，(三)江蘇省立公共體育場，(四)中央大學體育場，(五)國民體育學校運動場，運動項目，爲(一)團體操，(二)團體，(三)軍事操，(四)自行車，(五)田徑(拾物賽跑等)，(六)球類(籃球等)，(七)拔河，各項比賽，因參加者都屬團體，故以表演爲主，參加團體大別之爲四：一爲各機關公務員，一爲社訓隊員，一爲學校學生，一爲其他民衆團體等。社訓方面有第一至第八區一二三期全體社訓隊員，學校方面則有中央大學，金陵女大，國體專校，市立一中，成美中學，鍾英中學，市立師範，市立盲啞學校，蒙政政訓班，憲兵學校及各區小學。其他團體則有婦女隊，婦孺隊，及其他私人組織之各種器械術團體，共計五十餘團體單位云。

【首都民衆爬山競賽】首都民衆爬山比賽，刻正由京市黨部積極籌備；昨日上午比賽籌備處，並至清涼山一帶勘察路線，當經會商決定比賽路線如下：起點自新街口乘餘體育會出發，經漢中路，過上海路，而入廣州路，經收兵橋警察教練所，上清涼山，過警察公墓，至自來水管池爲終點。

【華中運動會】華中運動會發起於民國十二年，由湘鄂贛皖四省所組織，本屆爲第六屆，於雙十節在長沙公共體育場舉行，四省選手計鄂一七八人，湘二五二人，贛一三四人，皖五十人，共計六五四人，開幕以後之第三日，萬米賽跑選手到被取消資格不服，當場毆傷皖選手黃遠樹，發生糾紛，嗣經調解，始於十六日閉幕。各項結果如下：

【球類】男子籃球，(一)鄂(二)皖(三)湘(四)贛，男子足球，(一)鄂(二)湘(三)贛(四)皖，男子排球，(一)贛(二)湘(三)鄂(四)皖，男子網球，(一)湘(二)贛(三)皖(四)鄂，男子棒球，(一)鄂(二)湘——，女子籃球，(一)湘(二)鄂(三)皖(四)贛，女子排球，(一)湘(二)鄂——

，女子足球，僅湘參加表演，給獎不給錦標。【田徑】全能。(一)湘(二)贛(三)鄂(四)皖，男子田賽，(一)湘(二)贛(三)鄂(四)皖，女子田徑賽，(一)湘(二)鄂(三)皖(四)皖，女子組，(一)湘(二)鄂(三)皖(四)贛，女子組，(一)湘(二)鄂。(游泳)男子組，(一)湘(二)鄂(三)贛，女子組，(一)湘(二)贛(三)鄂。大會總錦標取消，分錦標，男子組湘五，鄂三，贛一，女子組湘六。精神獎狀，團體給予湘鄂兩省，個人給予皖選手黃遠樹。

【華中體協會議決廢除大會總錦標】華中體育協進會，十月十五日晚召集會議，議決各要案如下：(一)從六屆華中運動會起，廢除總錦標。(二)本屆期內本會應進行之工作，爲訂定各級學校學生體育標準，促進各地方普及公共體育場，建議全國體協會團體備一四四零年參加世運會各事，由會派專家赴各省考查體育。(三)以後華中運動會應加入各省代表爲審判委員，總裁判應聘四省以外服務，且非四省籍之體育專家所在地，裁判員不得過全體三分之二，各單位指導以現任服務人員爲

限，(四)修改會章，加入四省教育界高長官爲當然委員。(五)本屆職員任期已滿，交由總幹事籌備，限三個月內用通信投票方法改選。

【六屆豫省運動會】第六屆河南全省運動大會，於十月二十一日開幕，連續舉行四日，業於二十四日圓滿結束，田徑成績打破全省紀錄者有十八項，而原恆瑞之標槍，獲三十一米

二五，尤臻上乘。豫省六屆國術省考暨騎射大會，於五日上午十時在河南體育場舉行，到

試員五百餘人。商震主席，評判長爲陳泮滋。

【豫省公務員運動會】豫省府公務員第一次運動會，本月十七日晨八時在體育場舉行。民財建設四廳，秘書保安兩處運動員一百五十人，全體職員參加觀摩。十八日繼續舉行，下午三時，三十二軍馬球隊在體育場後表演，觀者極爲，爲汴垣空前盛況，首由商震率領機場

一週，繼之比賽。分紅黃二隊對抗，紅隊人員爲張應龍，李培智，郭向榮，李麟炳，黃隊人員爲龐廣庭，閻學儀，孫佩琦，石德障，共賽六次，結果十一比七，紅隊獲勝，其中以龐廣庭。張應龍，李麟炳，李培智之技術，最爲精

良，大得觀衆擊掌如雷。

【全國童軍二次檢閱】全國童子軍二次大檢閱，於本月十日上午八時，在南京總理陵

前中央體育場舉行大檢閱，由中國童軍總會會長蔣中正爲主席，並任總檢閱官。各省市單位計蘇、浙、京、滬、平、津、漢、粵、廣州市

、滬、黔、湘、鄂、閩、陝、魯、綏、桂、皖、豫、甘、青、黑、熱等三十一省市童子軍，計一萬

一千人。上下午營地開放，士女參觀者，不下數十萬人。上午七時各省市童軍即由營地整隊出發，魚貫入檢閱場，八時正舉行國慶紀念禮

拜，奏樂升旗，行禮如儀，全體童子軍並向蔣會長致敬禮後，即開始檢閱。當進行時，全體童子軍精神飽滿，動作靈敏，步伐整齊。下午二時至四時止，分別在中央體育場及足球場團體專科操場等處舉行課程表演，五時至九時在勵志社集合出發，舉行提燈會，燈之樣式精採美觀，有寓意於國防者，形形色色，不一而足。

觀衆擁擠，途爲之塞，感况前所未有。次日上午八時在總理陵舉行閉幕禮，同時並舉行總

理倫敦會議紀念。十時起，各省市童軍即整理行裝，開始拔營，而一場盛會，乃於焉結束。

【上海市四屆全市運動會】上海市第四屆全市運動會，籌備已久自十月三十一日開幕，經三日午競爭，已於昨日上午圓滿結束。本屆參加運動員一千三百餘人，大專組男錦標賽

因分組過多，事務紛繁，會場情形於第一日稍形凌亂，然第二日以後即已整飭。大會職員及運動員精神俱佳。成績雖未能滿意，但會中尙少無謂之糾紛。本屆運動會因辦法變更，不

依舊規舉行，故紀錄上無法與舊屆比較。就大體言之，則女子田徑五十公尺及跳遠二項外，其餘破紀錄者達七項，平等紀錄一項。男子田徑僅鐵餅一項破紀錄，餘均相去甚遠。於此可

得二點感觸：(一)本屆女子成績較男子爲優，而女體師成績更優，男子跳高大專體校均不及高中，此亦異數；(二)此全市最高紀錄尙係三年前

年前的，因市教局第三屆市運曾於民國二十二年舉行也。所以三年來本市男子運動成績未有

如此進步也。

如此進步也。

如此進步也。

如此進步也。

進步，實貴體育者應予以深切之注意。三欄錦標得主如下：大專組男生，冠軍持志，七十九分，亞軍復旦，二十八分，第三雙南，二十七分，第四大夏，十五分。體專組男生，冠軍東亞，一一分，亞軍大夏，三十一分，第三市體，十五分。體師組男生，冠軍東亞，一二四分，亞軍市體，三十二分。

【陝北各界聯合運動會】陝北各界聯合運動會，十日晨十時在綏德開幕。參加十八團體，男女運動員一千一百餘人，會期共四日。

【濟南省體育場主辦第六屆冬季球類比賽會】本月二十五日上午九時召集各隊總舉行抽籤，所有各組比賽次序均經排定，除高麗籃球因隊數較多分兩組進行外，餘均採用單循環制，定十一月一日起每星期二四六下午及星期日上下午舉行比賽，全部共需六週即可結束。

【灌雲添設運動場】淮北鹽務稽核分所，前感淮北缺少人民公共遊覽場所，特撥巨款在該所門前創辦大規模之秋園，而園內設備，如古式之角亭，歐化之網球場，淮北鹽務稽核分所，飛來走獸，花草樹木，無不應有盡有，每逢夕陽西下，紅男綠女往遊不息，可謂淮北惟一公園。近來淮北鹽務當局以該園設備雖全，但仍缺乏運動場所，特又在該園毗連之西縣地三十畝，設籃球，網球，足球等場，並購得運動器具，指該地為體育區，以供機關人員暨民衆業餘之需要云。

【高空飛行英人創新紀錄】英飛行家史華恩分隊長，現任芳包羅地方空軍試驗科之會員，於本月一日創立世界升高之新紀錄，計為四萬九千九百六十七尺，即九哩半許。按以前之最高紀錄，為法飛行家第脫利氏六星期以前所創造，計高四萬八千六百九十八尺。

【太平洋沿岸網球賽】美國加洲波克萊太平洋沿岸混合雙打網球決賽，於十月十四日舉行。馬連夫人與勃琪以五比七，十比八，六比四之成績，擊敗賈阿柯女士及寇萊。比賽於先一日開始，兩盤後，因天氣暫停，改於今日續賽，雙方打來，皆極精彩。又勃琪除混合雙打外，又獲男子單打錦標，雙打係與寇萊配合者。

【蘇聯游泳家完成五十九公里長途游泳】蘇聯運動家庫茲涅夫及雷成，在孟加拉灣海岸，完成長途游泳紀錄。庫氏為莫斯科體育學校學生，渠川蛙式游泳五九。四公里，歷時二十八小時三十五分。雷氏係列寧格勒商埠工程師，游五十六公里，何水較庫氏長五分鐘，游時彼等在水面連內湯及黑咖啡。游泳至次日突起風暴，評判員即發令停止。游泳者均被引登船上，雖渠等不願停泳，事後醫士檢驗，證明彼等脈搏如常，身體健康。

【女子仰泳造世界紀錄】荷蘭游泳選手森夫女士，係本年奧林匹克運動會一百米仰泳冠軍，頃在此間，以一分十三秒六之時間，游畢一百米仰泳，造成世界新紀錄（舊紀錄一分十五秒四，亦係女士所造成）。

【匈牙利產生二千米新紀錄】此間舉行二千米賽跑，冠軍為匈牙利選手薩波克，以五分二十秒四之時間打破世界紀錄，舊紀錄五分二十一秒，係法國著名職業選手杜森格所保持。

【百年英里賽跑】美國亞林斯登包滿運動

康建育展

擲舉行之「百年之英里賽跑」，美國世運長跑選手洛馬尼，於出人意料之外，將世界英里跑權歸者勒夫洛克及克雷漢擊敗。

【市立國民體育學校】市立國民體育學校，於十月十二日上午十時，在該校校址，舉行開學典禮，下午起，即開始正式上課。

【粵市組織體育設計委員會】曾委員發起組織廣州市體育設計委員會，特約宋子真，陳策，凌道揚，刁作謙，郝更生，暨體育家人士為委員，籌建大規模之中心運動場。

【最近期內召開二次全國體育會議】中央民訓部國民體育設計委員會，業於前日上午成立，並開第一次會議。由周佛海主席，首報告該會組織經過及召集此次會議之主旨，次由王委員正廷報告參加世運會經過，及今後關於國民體育應行努力之方針。再次由總幹事金懋祖報告中央體育科工作概況，旋即討論議案，至下午一時始散，茲將其決定事項錄後：

(一)國民體育訓練實施辦法草案，決議，原則通過，推吳蘊瑞、吳邦偉、張東屏三委員審查，由吳蘊瑞召集。(二)各省市、育會組織條

例草案案，決議，原則通過，推程登科、沈嗣真、郝更生三委員審查，由程登科召集。(三)雙牌運動如何實施案，決議，由中央體育科擬就辦法，與教育部會同辦理。(四)體育術語如何審定案，決議，原則通過，聘任專任人員負責辦理，經費由中央民訓部與教育部會商分租。(五)據吾國社會現狀，欲謀體育普及，應採用何種體育行政方式案，決議，原則通過，推郝更生、袁敦禮、劉詠夔、邵汝幹、吳紹楹五委員審查，由郝更生召集。(六)召開第一次全國體育會議，確定今後中國體育實施方針案，決議，原則通過，時期經費及召集辦法，由中央民訓部與教育部訓練總監部共同籌劃，會期以最近期間為原則。(七)組合全國體育行政總機關，統一及劃分全國體育行政事宜案，決議，與第五案合併審查。(八)實行檢驗民衆體格，以為促進體育之初步案，決議併第一案審查。至於交審案件，則限本月二十日以前送中央民訓部彙核云。

警 察 月 刊

四卷七期出版

每月一冊
全年二元
發行者
代售者

每冊貳角
郵費在內
上海市公安局
警察月刊社
上海中國雜誌公司及各大書店

醫藥衛生類

牟鴻壽醫師

特別啓事

本社為保護讀者利益起見，凡本埠人士來社詢問醫藥之事項，倘有疑問者，可於每日午後二時至五時攜本雜誌一份至本社醫藥顧問室者牟鴻壽醫師診所（雲飛路紫雲山路西首）當可得滿意之答覆，概不取費。

問 同學張君，身體素不健康，面色蒼白，手足心常較他人為冷，是否為貧血病？何種補劑能增加血液？市上所售之壽爾康補片及魚肝油，確有功效否？

諸農雲君

答 恐係貧血症，每日宜行適當之運動，多食滋養之食物，又服用或注射凡命等，魚肝油亦可服用。

問 (一)友人幼犯手淫，現時陰莖甚短小，有無方法可使增大？市上有無是項藥品出售？(二)彼現廿六歲，體甚健，(重一五五磅)未與女性接觸時，陰莖勃起甚堅硬，流出類似精液之汁其多，但一遇女性，則

完全體化 惟液質仍流，繼強與交合，亦係半硬半軟，且為時不久，快感甚為缺乏

問 請問此種現象是何病症？有無特效藥可治？在何處出售？ 西藏陳洛榮君

答

(一)生殖發育障礙，非服藥可能奏效，須請醫師施治，可使其發育。(二)不能充分勃舉，缺少快感，均係性神經衰弱症之生殖障礙症狀，如將本症根治後，此等症狀即可全愈。治法請參看本刊第三卷十二期「手淫之弊害及其根治法」一文或下期拙著「手淫」，決非藥內服藥丸可能見效。

問

鄙人幼犯手淫，患遺精症三年餘，去冬注射耳藥廠之每架模十五針，並未見效，請問(一)性神經衰弱症及攝護腺濁之療法並攝護腺(二)生殖器之發育標準約幾寸？並示發育不全之療法！(三)清魚肝油與

參精魚肝油以何者為佳？那一種牌子最好？康福多與補力多可服否？(四)鄙人係貴刊讀者，如至先生處醫治，可否特別優待？對以上之病症，須幾時可愈？需費若干？(五)診治後如需用電療或注射，要否另

行取費？

郭一亦君

答 (一)性神經衰弱之療法，請參閱本刊第三卷十二期「手淫之弊害及其根治法」一文；攝護腺(前列腺)濁須按攝護腺。(二)以

身體之長短為比例，將手淫戒除治癒神經衰弱後，即可發育。(三)清魚肝油價廉而效大，可勝 *Paro* 魚肝油，康福多，補力多係國產均可服用，唯對於本病無關係。(四)可以優待，時期約須一月，需費視用藥之多少而定。(五)電療注射藥品另計費，但本刊讀者可免收掛號費。

問

家母年四十七歲，十五年前生產時，因感受風寒，致患咳嗽，日見沉重，每年必發二三次，每次數十日始愈，發時咳嗽連連，唾痰同出，傷氣損神，苦不堪言，似此現象，預料決非普通藥物可療，請問此疾究否尚有痊癒之望？及以何種藥物醫治？有無秘方求索，祈於本刊賜答！

讀者蔣公權君

答 因產時抵抗力減弱，感受寒冷，成爲慢性氣管枝炎之故。治法須於平時注意感冒，

增加抵抗力，平常可常服新亞鈣類、魚肝油、補力多、康福多等，如能照射太陽燈更佳。

問 鄙人包皮過長，故自十七歲時，即患夢遺，至今未愈，以致身體時弱，精神不振，健忘吐血，鼻中時流黃水，甚時且變紅色，請問(一)鼻流黃水與吐血 是否皆為肺病？(二)鄙人今年廿二歲，割去包皮，生殖能否發育？有無痛苦？(三)注射賀爾嗎保命，有益於夢遺否？本人能自注射否？長久注射有無損害？

讀者實民君

答 (一)頗有肺病之疑，迅就醫師診察。(二)此時割去包皮，確可減少夢遺，亦可使龜頭相當發育，割時無甚痛苦。(三)可以注射，不過如有肺病，以先治肺病為要。

問 鄙人現年二十九歲，患性神經衰弱症已歷十餘，純係早年虧喪，誤食手淫，及後復染慢性淋疾所致。幸素喜運動并努力攝生，現性病已告痊可，惟性交早洩，迄未全愈，而藥名既雜，無所適從，近讀本誌貴

醫師所介紹之生殖聯合賀爾蒙，是否與遺留室內分泌聯合製劑及奇烈奧賓聯合內分泌要素製劑兩藥性質相同？不知究應購服何種藥品及應服數量始克奏效？敬祈 賜示！ 重慶胡德福君

答

報章所介紹之藥品，均係廣告，不足為信，聯合賀爾蒙以注射劑之效力為大，內服丸藥多無效用，可注射 Anohortin Ter (Ter) 等。至於早洩之詳細療法，拙著「手淫」一書，由本刊下期起陸續登載，請參閱！

問

十五六歲時就生白髮，近月餘來稍用功，白髮突然增多，不知有藥可治否？何處購買？ 陳伯芝君

答

稱曰後天性白毛症，治法，只有用人工染色法，可購「羽毛」塗擦。并請參看「皮膚病的預防及治療」(本社有售)第九七頁。

問

敝人于前冬二冬氣候嚴寒之際，鼻尖常呈紅色，至今春起，雖天氣不寒冷亦顯赤紅，即俗所謂赤鼻症，且間或晨起時生有白色疹粒，敢煩先生示以該症起因及治法方

法！

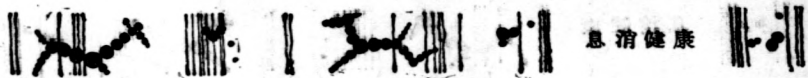
讀者周相基君

答

鼻尖發紅，稱曰酒皸鼻，其原因多由飲酒過多而起，亦有由消化器障礙或因溫度劇變而起者。治療法首當除去原因，禁菸飲酒及刺激性食物，又可施行亂切法，電氣灼燒或電氣分解術，用水銀石英磨擦追照射有良效。其他請參看「皮膚病的預防及治療」(本社有售)第三六頁。至于所生之白色疹粒，則係癬毒(面皰)治法亦請參看前書！

問

鄙人患淋瀝已九年，其間雖經多方療治，迄未全愈，此病初發現時，小便類似乳汁，白日小便後，并有白點流出，有時小便如白糊狀態，痛苦異常，且尿意頻繁，每日有廿餘次之多。用二盞法試驗，均有呈雲絮狀之物浮游于尿中，大小便後并覺肛門發癢，請問(一)上述之病，用何法何藥可以根治？需時若干？(二)此病是否謂之淋瀝？是前尿道淋瀝或是後尿道淋瀝？有無併發症？何謂併發症？(三)尿道中何時覺得發癢，是否尿道炎？尿道口兩面紅腫能飲



去否？(四)小便如白濁與小便後有白乳汁流出是何故？如與女人性交後，可隔十四五天不流白點，又是何故？
息斯吐伯滿價 著于？ 山西梁君

答 (一)(二)(三)現已併發後尿道炎症及膀胱炎，大小便後覺肛門癢痒及不快感，為已發前列腺炎(確「護美」之症狀，治療方法，請參照「淋病之正確療法」之後尿道炎症及前列腺炎之治療方法，并須請有經驗學識之醫師施行，非自己服藥所能奏效。(四)尿如白濁又有白乳汁流出，係前列腺漏之故，治法，須請醫師按摩前列腺，並用探條治療及前列腺洗滌，注射淋菌疫苗等。息斯吐伯滿不過為治療上之補助內服藥，決非單靠此可以痊愈。

問 (一)鄙人于一年中前染淋疾，因失早期治療時期，已由急性變為慢性，現尿道口偶有似精液狀之液汁，骨節腰背時酸痛，小便作黃色，此病能醫好否？(二)慢性淋病，一般醫師均謂無痊愈希望，貴醫師意見以為如何？據貴醫師經驗慢性淋病十八中

有幾人能醫好？需時若干？(三)瘧疾治療，較打針電療吃藥等為可靠，貴醫師能以瘧疾治療否？
南京雷君

答 (一)尿道口有精液狀之液汁，為淋菌性前列腺而起前列腺之故。骨節腰背疼痛，則為淋病而起之衰弱現象，如能將淋病根治，此等症狀，亦可全愈。(二)慢性淋病，決非不能醫治之症，因據各國正式書籍及吾輩之臨床經驗皆如是。如患者有決心忍耐治療，醫師有學識經驗，殆無有不能治愈者。至於治療時期，則因病之程度而定，約二月之久。(三)治慢性淋病最有效力之療法為探條療法，瘧疾療法不過為其補助耳，此等療法，體虛均能施行。

問 (一)每餐食後胸腹悶脹，且須休息一點多鐘方可行走，否則胃痛，少吃則較好，未知是否係胃弱抑有他病？(二)雖在夏天，須穿夾衣，否則，會生氣喘支管喘息。(三)如何可使身體健壯，是否榮榮佳其即可達到目的？

龍岩林蘭推君

答 (一)係胃機能衰弱之故，食後一小時內固宜休息，更不可用腦。食物不宜過飽，忌食硬固而不易消化之食物，食後可少吃水果，如能長久攝生，可望恢復。(二)此因營養不其，抗力薄弱，以後須注意多食增加熱力之食物。(請參看商務書館出版拙著「精尿病癆瘵」所附之食物分析表)有無其他疾病，須診察後乃可斷定。(三)當以先治病源為佳。

養生以少惱怒

為本

曾國藩

最近全國出版康健新書報目錄

西醫之部

書名

著者

每冊定價 出版者

糖尿病療養法

牟鴻彝

•一五 商務

傷寒及類傷寒

牟鴻彝

•一五 商務

性及生殖

高銘譯

•二五 商務

微生物與人生

陳兆熙譯

•三五 商務

內分泌與心理學

吳紹熙著

•四〇 商務

科學的生老病死觀

朱洗著

•五五 商務

性

郭豫育譯
郭大雄譯

•二〇 商務

戴玉章編著

•六四 世界

軍事看護學

看護

薛元龍著

•一〇 正中

實用繡帶學

劉兆霖著
葛秉仁著

•二〇〇 商務

藥學新著

趙煥黃第一集四〇〇 北平研究院

衛生之部

日常用水問題

孫雲齋著

•二〇 商務

心理衛生概論

童歐年著

•一八〇 商務

國術之部

穿拳拳

胥以謙著

•三〇 商務

國術統一月刊叢書

姜俠魂

定價不一 本人



含維他命最為豐富，
是魚肝油標準製劑。

乳化充分！！
味美無腥！！

五洲大藥房發行

地球牌

麥精魚肝油

香甜適口
人人宜服



本社職員表

社	副	醫	衛	體	文	美	出	交
長	長	編	編	編	編	編	版	際
者	者	主	主	主	主	主	部	部
民	民	任	任	任	任	任	主	主
誼	誼	任	任	任	任	任	任	任
者	者	任	任	任	任	任	任	任
振	振	宋	宋	陳	陳	吳	萬	金
振	振	國	國	稼	稼	力	力	道
資	資	資	資	軒	軒	生	生	芳
資	資	資	資	生	生	鳴	鳴	宇
資	資	資	資	宇	宇	宇	宇	宇

本社投稿簡章

- 一、本誌各類如蒙海內外人士龍錫鴻文。無論創中。或譯述。凡與醫藥衛生體育等類有關。或介紹學說。以及有價值之記載。均所歡迎。概裁白話文。言不拘。
- 二、稿件篇幅。自四千字至一萬字左右為限。望精寫清楚。並可標註符號。
- 三、投寄譯稿。並請附寄原本。如原文不便附寄。請附原文題目著者姓名及出版日期與地點註明。
- 四、投寄之稿。概不退還。原稿如欲檢閱者。請投稿時聲明。並需附足寄還郵票。如能附精或詳明地址封皮尤佳。
- 五、稿末請註明。名地址。以便通信。揭載時署名。得由投稿人自定。
- 六、稿件本社有酌量增刪權。如不願增刪者。請先附聲明。
- 七、登載稿件。已在他處發表者。概不致酬。
- 八、錄用之稿。除著者預先聲明未酬數目外。概由本社酌量致酬。未先聲明者。每篇酬現金五元至二十元。
- 九、特別稿件。酬資從豐。
- 十、投寄之稿。本誌收後。版權即為本社所有。投稿人預先聲明保留版權者。除本社將來發行雜誌時得加入外。其著作權歸於本人所有。
- 十一、本誌徵求各地有醫藥衛生體育等照片名貴攝影。假印後亦奉還。酬金每件五角至二元。或同價值之本。
- 十二、投稿請寄上海霞飛路四四號本社編輯部收是荷。

本社啟

健康雜誌廣告價目表

民國二十三年十一月十五日訂啟

普通文字	社評對白	內面之對面	封面及底面	底面內面	封面內面	底封面	地位
全	半	全	半	全	半	全	面
面	面	面	面	面	面	面	數
二十五元	十八元	三十八元	三十四元	四十四元	三十五元	四十五元	價目

定價 每月一册 每逢十五日出版
 每册一角五分 全年十册大洋一元五角
 國內加郵費 國外加郵費 郵費另加
 在裝郵外洋及門角

版權所有 不許轉載

中華民國二十五年六月十五日出版

總編輯主任 褚民誼
 編輯處 上海法租界霞飛路四四號
 電話八〇一四九
 發行所 康健雜誌社
 上海法租界霞飛路四四號
 電話八〇一四九
 總經售處 康健雜誌社
 上海福州路三八四號
 生活書店
 廣東省城長堤九十二號
 電話三三六〇九
 南洋總辦事處 新加坡
 民國光印刷公司

GOOD HEALTH MAGAZINE

EDITED BY
CHINA HEALTH SOCIETY
SHANGHAI

本社專門代辦全國 醫藥衛生 體育國術 書報

——為內地讀書界忠誠服務——

免收滙費減輕讀者負擔

完全負責維護讀者權利

本社鑒於各地讀書界。無論個人或團體。均感覺選購書報雜誌之困難。尤其為醫藥體育之書籍。出版者與內容均不易明瞭。本社根據讀者之要求。設立書報代辦部。辦理代購代訂全國各種圖書雜誌。為出版界與讀者溝通之忠實服務機關。刻已編輯分類精密之書目。分贈一般讀者。以後每月新出版之各種書報雜誌。均按月編成目次。附刊於各期本誌中。以便讀者選購。同時為謀減輕讀者負擔起見。特約全國分行衆多之交通。金城兩大銀行。免費滙款。如無銀行之處。郵票代價。亦可十足收用。書價與原發

行處完全相同。絕不絲毫加價。其手續之簡便費用之省廉。無異向門市惠顧。代為預約之書籍或代訂之雜誌。如有中止出書或中途停版者。由本社完全負責清償之責。以維護讀者之權利。

康健雜誌社書報代辦部謹啟

上海霞飛路四四四號

書報目錄承索即奉

國民政府內政部准予註冊
中華郵政特准掛號認爲新聞紙類