

415.2
601

醫藥常識叢刊第四種

結核常識

湘雅醫科大學發行

✓
醫藥常識叢刊第四種

結核常識

湘雅醫科大學發行



3 0406 2015 9

002208

醫藥常識叢刊總敘

佛說以疾病標爲八苦，醫藥列於五明。人生百年，蓋無有不與疾病醫藥爲緣者。故具足醫藥常識，實爲人生切要之圖。唐王勃嘗謂人子不可不知醫。見新唐書卷二百零一王勃傳。擴而言之，人人均應具此常識，豈獨人子爲然哉。

醫藥常識約可分爲二種。一爲預防疾病之常識，一爲治療疾病之常識。

疾病預防之重要，夫人皆已知之。在昔醫學擣昧，所謂預防之法，不過普通頤養而已。自細菌學免疫學次第成立，日有發明。知致病之原不同，將防病之方各異。於是『預防醫學』，遂卓然獨立

以成科。預防疾病之方，亦愈精而益密。凡人於此，固應具有相當之常識，庶可於適當之時，在適當之地，施適當之法。疾病無緣而至，人人得遂其生。此預防常識之所以重要也。

若一旦疏於預防，發生疾病，則不得不有事於治療。醫師之賢愚，爲病人性命所繫。故治療之要，首在慎醫。苟得一良醫焉，針藥之，劑注之，然飲食起居，終在在需病人之合作。病人果能具有治療常識，則於慎醫之理，與夫合作之方，自能明辨而篤行，必可收指日霍然之效。論語曰，子之所慎齋戰疾。康子饋藥，則曰未達不敢嘗。夫齋所以交神明，戰所以存家國，而疾與乎其中。聖人慎疾慎醫之心，蓋可想見。欲求慎之道，始病不至張皇，已病知圖補救，此治療常識之所以重要也。

本校成立有年，規模粗具。自維職責，厥有二端。一則研精殫思，以探求高深之學理。一則宣傳醫藥常識，以促進社會之衛生。收效之宏，後者尤大。爰集同志，編輯叢刊。期以最淺顯之文詞，述最切要之常識。凡疾病預防治療之法，皆將分編別類，次第述陳，而於其原理，尤三致意。蘄使讀者知其當然之方，並明其所以然之理。庶於養生慎疾之道，或亦不無小補與。

中華民國十八年十月十日永新王光宇敍

自敘

肺癆之爲害人盡知之其毒極狠其禍極酷其始起也現象輕微人每易於忽略不加防範其漸進也證候強頑施治難期效果消人之精力劫人之生命鏢寡人之夫婦孤獨人之父子滅人之門墟人之閭且以各動物爲其寄棲之所如犬馬也牛羊也雞鶩也兔鼠也無在而不廣播其種子其爲害於無形實甚於洪水猛獸東西賢哲深見及此始則本其一己之學說或露佈於雜誌或宣傳於報章使人得以覺察籍資考鏡繼則加以研究證諸實際發揮而光大之其思想可徵其毅力可欽其法則尤爲可師今則一城鎮也一都會也或因政府之提携或爲人民之自動莫不組織強而有力之拒癆學會建設種種實行之拒癆機關以期撲滅此戕賊人生之巨害雖不免多耗金錢然爲福國利民計究非浪費可比不觀美國乎當二十五年以前其情況亦如今日之我國民衆致死之原因傳染肺癆者居其多數嗣後考究種種方法迄於今茲竟大著成效每十萬人中因此而死者僅五十餘人其故爲何則不惜豐周組織教育雖雖蒸餾機關萃起奮鬥之所致也我國開化最早對於醫學本有精蘊之發明惜因保守秘密之觀念太深降至今日竟失其傳當茲世界潮流羣趨

自 敘

二

競勝而欲強種強國免外人病夫之譏是在急起直追爲民命謀健全則拒癆運動實爲刻不容緩之圖矧各種成法已爲他人先我而試驗乎深願四萬萬同胞於本身切己之利害慎勿漠然視之尤所望於賢明政府於造福社會之美舉竭力以提倡之此則昕夕所竊禱者也

4-15-28
.601

結核常識目錄

總 敘

自 敘

第一章	總論	一
第二章	結核病之傳染方法	七
第三章	結核病之預防方法	一四
第四章	結核病早期診斷之重要	一八
第五章	肺結核治療法	二三
第六章	肺結核患者新癒以後之生活方法	三四
第七章	結論	四〇

目 錄

目
錄

結核常識

國立北平圖書館藏

湘潭譚世鑫著

第一章 總論

結核病者，乃肺內或其他器官爲一種微生物繁殖所致之病。此種微生物，名曰『結核桿菌』。當吾人在孩提之時，此種結核菌，最易侵入內體，但不發生病狀，故難覺察。實則早已潛伏組織之中，一遇適宜環境，即發生結核病狀。若環境於結核菌不適宜時，則結核菌輒經年停滯其活動能力。且有終身不稍發現病狀者。執是之故，細菌之侵存體內者，名曰『傳染』。經年生存而不發生病狀者，則名『潛伏傳染』。二者之間，固大有區別。夫結核之傳染，其

來也漸，非如天花麻疹諸急性病之一觸即發。必待中年以後，身心疲弱，抵抗力減，則此種潛伏傳染，始得肆其強暴能力。

操作過度，飲酒無量，夜眠不足，食物過少，更兼不健康之境，或終日憂愁鬱抑，及患麻疹，百日咳，流行性，感冒，肺炎，諸病之後，或因數次妊娠，不知衛生方法諸類，均足孱弱身軀，減少抵抗能力，前日所受之潛伏傳染得以猝發，卒致呻吟床榻之間，良可畏也。

若使患病不深，從早診治，剷除爲害之點，增加抵抗能力，則細菌之毒素仍可阻遏，而其病軀亦可以康復。倘任之聽之，毫不省察，罔知改良習慣，適用環境，則必漸趨險惡，甚至極端危急。彼時始往就醫，則醫士縱有奇術異能，然亦無法挽救矣。

抵抗力

結核桿菌在吾人體中生殖頗不容易。各種動物，對於此類細菌之侵害，均具有抵抗能力。有較低者，有較高者。例如，豚鼠之抵抗結核病能力極弱，而山羊則抵抗結核病能力極大，甚難傳染此病。至於人類，多以種族不同，而抵抗之能力亦異。野人土番，因其穴居野處，未與文明種族雜居，故偶一觸發，即少抵抗能力。受傳染者多致危險，死亡相繼。歐戰時非洲兵士，因受結核病傳染致死者，約較文明種族為十與一之比。患病者，多係急性，且極險惡。文明種族之人民，若非孩童易病之時，多具抵抗能力。非經反復傳染，更加不良工作與生活之情形，以促傳染之奮發，甚難致病。

細菌戰勝

細菌侵入體內以後，若遇適宜環境。其活動之最

之結果

初表示，爲構成灰色小塊，名曰『結核』。結核之大

小不同，其體積多與針頭相似。倘用顯微鏡窺察，則

見成團之死組織，形似乾酪，中儲細菌。新發生之細胞，包圍於外，藉以保護他部，不使擴大傳染，侵入鄰層。若細菌之毒質強甚，包圍之細胞刀弱，則必爲所破毀，而其鄰層亦將侵襲，是以推及他層，終成大塊。此種細菌毒質之作用，名曰『幣化作用』。死組織大塊接近氣管，可以咳出，成爲小洞，此洞漸次變大，而成大洞。如有多數小洞構成時，則常與他種醱膿細菌合併傳染，而成『癆瘵』。

細菌戰敗

之結果

身體倘能保持其良好之飼育，供給新鮮空氣，優良生活，則體內各細胞日就強健，不爲細菌之毒質所侵，甚難死滅，不過稍受刺激而已。此種刺激，能將

單圓細胞變成長細胞，漸次結成瘡痕組織。如得適宜情形，則瘡痕組織之壁，漸次變厚。又因自然能力，輸送石灰質以包圍細菌。故於二三年後，即可成爲堅壁，以阻遏細菌之推廣，是之謂『結締作用』。因此種作用能戰勝細菌，阻制疾病之活動，而得康復之良機，故醫家即據此點，多方以促成其『結締作用』使戰勝其『酪化作用』。據是以觀，則任何治療方法，均宜根據此點，極力設法以使患者身體強健，得將其細胞構成堅壁，以包圍其疾病，是之謂增加抵抗能力，有此則能望戰勝細菌也。是以此病之原理，卽爲『酪化作用』與『結締作用』之戰爭，亦即構成身體之細胞與侵害身體之結核桿菌之戰爭。身體細胞若能保衛得法，能得優良滋養，則可堅圍細菌，使成無害之物，或竟滅毀之，驅除之，致不傷生而後已。否

則細菌行將殺毀細胞，終成致死之因。多數民衆，獲得結核傳染，而致死者，僅十之一至七之一。可知吾人所具之抵抗能力甚強。苟能注意衛生，增加抵抗力，則此病亦不能爲害矣。

瘡癤之
可能

○ 詳細檢驗屍體，常能發現結核病侵入體內後，產生一種瘡痕。若能講求衛生，則瘡痕變成堅強組織鎖閉患處，有時且可殺除毒質，似此種之病人，即可認爲『瘡癤』。然使睡眠不足，操作過勞，或爲疾病所纏，或因放縱過度，則疾病可以復發，必致有更惡結果，是不可不慮者也。死於他病之人或殺死者之屍體檢驗，常能發現活動結核病區，但非致死之原，其瘡癤之處，約佔全數百分之三十。故患結核病者，不必失望。祇須改良生活習慣，適應優良環境，則身體可獲健全，患處得

以閉鎖或包圍之戰勝之，必可有痊癒之望矣。不過此種痊癒，非如肺炎諸病，一經痊癒，即全體無痕耳。患肺結核者，雖有痊癒之機，然其瘡痕永在，生活偶有不良，細菌隨時可恢復其活動能力。故不良之習慣，可使痕壁破裂，再發疾病，不可不慎重者也。

第二章 結核病之傳染方法

結核病之傳染，本無定期。常人於孩童時，多有已傳染者，惟非遇發病之良機，仍潛伏體內停滯其活動能力。凡已發現之傳染，必已存於體內至少數月，或竟經年，決非一觸即發之急性疾病可比也。結核病常係室內之傳染，極難生存於光天化日之下，有之則必滅絕，因日光可於二分鐘內將結核桿菌殺滅也。是以最大之危險，

在於雜居於忽畧衛生之處。至於糊亂吐痰，尤爲傳播種子之方法。卑濕惡濁之處，空氣不良之房，最易受其傳染。結核細菌，係一極微之桿菌，非人之目力所能窺察，常存於患者之痰中，惟顯微鏡可以探視之。此種結核桿菌，雖可存於他種排洩物內，然多藏於痰中，以痰爲傳染之物，固世人已公認之矣。然不亂吐痰，絕非難事。倘能用物接受痰唾，使易消毒；咳嗽時又能將口遮掩，則他人不易受染。人人如是，則傳染機會可減，預防疾病有方，患者何樂不爲乎？多數人民固不知其有肺結核，每遇咳嗽吐痰，則云『傷風』。實則所吐之痰，多含細菌，久經踏掃，則飛揚空間。同居不幸體弱，終日呼吸此種惡濁含菌之空氣，爲日既久，則細菌日繁。由傳染而生疾病，久病而竟死亡。是不啻傳播毒物，謀害親朋於無形。是以

無論何人，每值咳嗽之時，即當將口遮掩。而其痰涕，必用紙盒或其他便携瓶盒藏儲，以便燒毀，而絕害原。但痰盂雖好，然無消毒藥液，不免蒼蠅叢集，其能傳播種子，固不少減，是亦必須改良者也。

○家庭中不留心者之傳染

○二種，第一為親屬與鄰居患病之人，其次則為已受傳染之房屋及家用器具。人性最愛兒童，多以接吻表示心跡，實則患者由此可以直接傳染於兒，雖曰愛之，其實害之矣。再者兒童常喜戀地，倘經唾痰，則手指必為所染，投入口內，則傳染亦即隨之。是以均應制止，不使兒童為所傳染，否則不啻用刀自殺也。至於用

成年人已用之，或公用食具，以之飼育兒童，亦可直接傳染，宜加改革。總而言之，兒童亟應遠離病人，不使稍有傳染機會，此則最當之舉，並非難事也。

房屋傳染
後之危險

房屋既經患者居住後，不免留有媒介物，當用消毒藥品時常洒掃，否則不宜另住他人，恐受傳染。至於黑暗之走廊，人多吐痰睡涕，細菌得以長久生活，尤易傳染，故於消毒方法，更宜注意。以上所述既有若此之危險，讀者即應保守衛生之金科玉律，常使房屋清潔，設法引入日光，禁止糊亂吐痰，自能減少結核病菌之侵襲，社會之幸，家庭之福也。

乾掃房屋

洒掃庭廚，本屬清潔要素。然人性最懶，往往不先用水灑濕其地，僅用乾掃。卒致塵埃飛揚空間，非

之危險

惟落集器物之上，而含菌之塵埃，且可由呼吸而直入於肺，爲傳染之最易者，此亟應注意之點。最良之法，係用濕層老茶或水帚等類，先灑地，輕輕掃除。倘能採用真空掃帚，吸收灰塵，尤爲合法，惜其費太昂耳。

工人之互相傳染

家庭之外，他如工廠工店儲藏室及辦公廳等處，若不講求衛生，均甚危險。蓋因人類不齊，常有糊亂吐痰惡習，患者之痰含有細菌，必致互相傳染，致疾無形，良堪浩歎。故工會應用嚴格禁令，不准亂吐痰涕，同時又備公共痰盂，內注消毒藥液，以便吐唾，維繫公安。倘有故意違犯屢戒不悛者，可加以最嚴厲之處分，免害羣衆，則更善矣。若能如是，則患結核病者必少，再加以每年舉行身體檢驗，俾患者得以從早

診治，其造福於羣衆爲何如哉。

唾落傳染

患肺癆病者，每當咳嗽噴嚏，不免唾落點滴，足以傳染他人。然能用手巾遮掩其口，則此患可除，傳染之機會必減。

牛乳傳染

牛類常患結核，其乳中常含結核細菌，若未煮熟，則飲者必受傳染。然此僅限於嬰兒，成年人由此傳染者較少。是以常飲牛乳之人，若不確知牛之有無結核病，宜將其乳煮沸，而後飲用，則庶可免除傳染。

其他傳染之源

其他傳染之源甚多，但不重要，可不詳述。例如與患者接吻，取用未經洗滌之碗筷服物，或與結核瘡膿之膿，常有接觸，均可直接或間接傳染，故當特別

及之，嚴加防護可也。

遺傳性

經過多數學者之試驗，公認結核病決非遺傳而來

傳染

。惟因親屬患者，常難隔離，故健全之新生嬰兒，由

○是受其傳染，此種傳染甚難免除。爲父母者當格外留心。每見忽略衛生之家庭，其父母兄弟伯叔姊妹因患結核，互相傳染，甚至一家而死亡相繼，慘不可言。其故均由於體弱，減少抵抗之能力所致，若謂爲父母之所遺傳，不甚謬乎。

潛伏結核病

結核病傳染既經侵入體內，可不即時發病，有潛

伏身體各處自一年至二十年或更久者，故名潛伏結核

○病。在此期內，可以發生徵候，惟醫士得以驗出，患者難自覺察也。是故常患『流行性感冒』『胸膜炎』或『精神頹喪

『與『消化不良』之人，形容枯槁，顏色憔悴，體重減輕，咳嗽吐痰，則大半是患結核。常因咳嗽，於無意間傳染他人，伊等固不自知也。

○患者對於社會應負之責任

○讀者既知結核之危險矣，故宜極力設法免除種子之傳播。其法為何。即留心消滅患者所吐之痰，咳嗽時將口遮掩，禁止接吻，洗潔手指，則直接傳染之害

可除，同時得以保全公安。至於嬰兒所服之牛乳，如不知來源之是否清潔，則當煮沸再飼。夫於是疾病之傳播可滅，人民之幸福可期焉。

第三章 結核病之預防方法

房屋工場，若經患者居處，或在內工作，或在此死亡，倘非經衛生局及家庭醫士消毒，不宜隨卽遷入。房屋之消毒甚易，祇須用熱石炭酸，肥兒，與水擦洗一次，再加新鮮空氣與日光照射數日，卽算安全。至於祇用藥品燻過，不加肥皂與水洗滌，不令空氣日光射入，仍難殺死結核桿菌。故牆壁及天花板，必須用消毒濕布仔細洗刷，地板及其他木器，亦須用熱水洗刷，或用石炭酸或漂白粉和水洗刷，再將窗戶洞開，以使日光空氣照透數日，牆壁更宜用石灰粉刷一次，方可免傳染之虞。

禁止糊
亂吐痰

居處之房屋，工作之場所，及其他不能燒燬或洗刷之處，均當禁止糊亂吐痰，以防傳染。

日光空氣
及清潔

居處工作之處，窗戶宜多，空氣宜足，日光得以照映，且不時加以清潔，均爲擇居之要點，防病之良方。至於空氣不潔之地，窗戶全無之室，祇可作爲別用，不當終日幽居於內也。

身體之保
衛方法

自身及家人之身體，均宜常保其強健之態，以增其抵抗能力。其方法爲何，則食物必宜純潔，按時飲食，不熟不食，不多食。每一星期，至少浴洗一次。免除飲酒過量，操作過勞，與通夜不寐諸事。（夜眠至少須八小時），日間工作於戶外幽雅之地，自能多得其益。

胸部不得緊緊，恐肺不能盡力擴張。肩膀不宜高聳，以防空氣難達肺內。若自身或子弟之有畸形胸部者，宜告以常作深呼吸運動

，擴張肩背以平之。鼻道如有阻礙，即當請求醫士，從早施治，而杜禍源。

○ 孩童常宜
遠離患者

○ 凡患肺癆之病人，如不能潔身自愛，很易散播種子，其傳染於孩童更易，故當遠離。是在患者之注意清潔，不時自加檢點，則可免除危險。

○ 消滅傳
染物

○ 同居之人，若患肺結核，祇須諸事留心，可無危險，不必畏懼。患者更加自重，總期不致傳播種子，遺害他人。痰涕既為傳染要物，故當設法消滅。其法

為何？其一：則吐痰時當吐入紙盒或布巾之內，既可免除蚊蠅之傳播，又易燒燬，以絕其傳染之機會。其二：則患者之手指，不可被痰沾染，偶經沾染，則應即刻洗潔，恐傳播也。其三：病室之內，

可用痰箱，內爲紙盒，外則錫邊，故能將痰遮蓋，不使蠅集，又能每日取出燒燬，甚方便也。其四：如欲設置痰盂時，其中當盛石炭酸和水，既能消毒，又易洗滌，惟吐痰時最當留心者，不使痰液沾着盂邊，恐蠅集仍能傳播也。其五：患者每於咳嗽，噴嚏時，當用手帕或紙遮口，以免唾涕傳染。其六：如見地板服物爲患者吐痰後，當用較強石炭酸和水，浸過二時，再行洗滌可也。其七：患者之服物碗箸等類，每經用過以後，宜用沸水盪浸或煮沸，再行洗滌。其八：庭廚病室，應禁乾掃，以免空氣污濁，而防塵埃飛揚。其九：與病人接觸之蠅。當即設法滅除，以免傳播種子。其十：患者如喜蓄鬚，則當勤加修洗，恐沾染也。

第四章 結核病早期診斷之重要

患結核病者，如能從早診斷，多數可得痊癒之機，若漠不關心，則極難施治，不可不慎。治法維何，是在患者早自防衛，多服有滋養料之食物，日夜休息戶外，能得清潔之環境，吸收新鮮之空氣，更加深有學識醫士之協助，自能竟其全功矣。是故欲圖結核病之能痊癒，必須從早診治，蓋因早期症候，乃為施治之基礎，不可不察也，

患結核病人之最不幸事，無過於自身不覺，不知早為之所，遺誤終身，莫此為甚。無論何種結核病人，應從早請求良醫檢驗，非徒測脈而已。細心之良醫，驗病之時，必須將胸部反復檢驗，不當含羞畏怯。非獨此也，有時尚須檢驗體溫與脈搏二一星期，檢驗痰涕數次，詳問其病史，細推其環境，更有用痘苗以檢驗皮膚反應者

，凡此等事，均爲檢查早期肺結核之要術，均宜一一遵守。否則，或誤爲感冒傷寒，或誤爲慢性瘧疾，或名爲胃病，或指爲神經衰弱，日積月累，病入膏肓，則非藥石之可以爲功矣。

○ 早期之
症候 ○

倘無良醫可就，下列之各種症候，自可一一研求，甚有協助診斷之益。結核之爲病，初發時各不相同，其來也漸，其性甚柔，初僅清晨乾咳，自無治療之必要，故人常忽略之。倘若繼續數星期時，則宜注意，以期從早施治。至於慢性咳嗽，屢月經年，倘仍不癒，則尤爲可疑之點，雖無他症，急宜施治。然除咳嗽以外，尙有他症相隨，例如精神疲倦，體衰力弱，均足以資警告，若常於下午發熱，更兼兩頰變紅，眼球光白，潮燒盜汗，則尤爲不可忽畧，應卽就診。

長續聲嘶與忽爾體重遞減，則尤爲肺結核之症候。至於食量頓減，或食後不暢，及消化不良，多方不能奏效，亦爲可疑之點，應即就醫，檢查其原因，而期從早施治。至若咯血與痰帶血絲，則什九必爲肺結核之徵候，不宜稍自疏忽。盜汗本非早期症候，必有他症相因。不斷之胸痛背漲，宜仔細查其根源，不可忽畧，有時乃爲肺尖結核之起點。患胸膜炎者，遲早大都發現結核病，故宜極力保重，不使遺害。

發熱常爲肺結核早期症象，故患者宜備體溫表，自測體溫，上午多係通常或竟減降，而下午則常高於平均體溫一度或一度又半，宜詳細記錄。患者咳嗽之後，多有吐痰之事，宜將痰用器存留，送交醫士或試驗室，用顯微鏡詳細檢驗。痰中驗有結核桿菌者，固爲

診斷之確據。然查不出細菌者，亦不可即說無結核病。良以結核患者痰中細菌之存在，不能一定耳。

上述各種症候，有獨存者，有全存者，有有此而缺彼者，均宜即時就醫，以免深沉，至於無可救藥，倘若不能覓得良醫，而患繼續之輕咳，體重減輕，無味乏力，精神頹喪，與微有盜汗者，當視爲初起之肺結核病，力求療養則安全矣。

他病之影響

○ 患肺結核者之有怕冷發燒出汗諸症，亦猶瘧疾之怕冷發燒也。其初起也，或如急性疾病，例如急性傷風，感冒傷寒，肺炎，或如腸熱病之症象。妊婦臨盆以後，常發咳嗽吐痰，盜汗乏力，故有漸成肺癆者也。是故患各種急性疾病以後，倘不如時痊癒，更加咳嗽，減輕體重與下午潮燒者

，即當疑爲肺結核之起源，留心診治可也。

一年之間，常患『傷風』與『感冒傷寒』，或『身衰力弱』者，更加咳嗽，吐痰，發燒，疲倦諸症，鄉居休息，雖可康復，然必終成慢性結核。故宜從早施治，始可斷絕根株。

如果發生早期肺結核之症象，醫士雖不能驗出徵候，仍宜早爲預防，以免擴大，不必定欲待徵候之發現。否則病入膏肓，雖加藥石，挽救爲難矣。預防之法爲何，則改良生活方法尙矣。增加休息與睡眠之時間，減少工作讀書之鐘點，多取新鮮空氣，改良飲食品類，由是抵抗能力必增，早期疾病得以依法遏制，可期身體康復。若待確切之診斷，例如空洞咳嗽，多量痰涕，高燒，大汗，面頰發紅，體重大減等症之發現，始就醫治，則痊癒多半難期，良醫亦徒

束手。

第五章 肺結核治療法

早期肺結核，多數可以痊癒。較重之肺結核，如能細心療治，亦可多得康復之機。極重之疾病，外觀雖乏希望，祇須療養得法，有時亦能康復，惟較少耳。是以凡患肺結核，無論其如何深沉，總當猛力奮鬥，自有希望。

結核病之
得康復全
賴自力

結核病之能得康復，固多半由於從早診斷，而其勇敢奮鬥，則全賴患者自身之力也。是故勇敢有決心之人，雖患深重之病，其康復之機必多，懦弱無能之人，所患雖屬輕微，而其康復之機甚少。何謂勇敢，則堅苦忍耐是

已。

瘡癒之機會

肺結核之種類甚多，大別之，可分爲三種。最多者爲慢性肺癆，其來也漸，其存也久，然多數可以治癒也。最少者爲急性肺癆，其來也急促，其存也猖狂，大半均屬無甚希望。介夫其間，起初似甚險惡，倘能竭力療養，可以希望瘡癒。

疾病輕微，診斷甚早，又能改良生活狀況，覓得療養院之治療，則多數可以治癒，恢復其固有之工作，以期自食其力。至於較深稍重之病，倘能勤求療養，留心生活，免除無益之事業，預防有害之影響，亦可恢復原狀，惟事總在人爲耳。

瘡癒之

患者如欲恢復其工作原狀，必恃療養之能否得法

時間

，所須之時間，當以疾病之程度爲準衡，最輕者至少六月，稍重者則二三年六七年不等。吾人既知輕者可

免除亂服藥物

以痊癒，重者亦有轉機，故宜常存希望，以資奮鬥而戰勝之可也。

如不改良生活習慣，多服藥物，亦歸無用。至於廣告上所載之藥品，雖極力鼓吹其效能，實則全無實益，徒資遺害而已。有時雖可止咳止痛，乃其所含之安神劑之力，實無治療功效，若亂投服，而不注重休養，是自速其死，可不慎諸？此類藥物，多係射利工具，欺騙羣衆者也。故欲保全生命，除醫士開方以外，不宜妄自投服，則較安全矣。

肺病療養

既經良醫之診治，疑及肺癆者，則當聽其忠告，送入良善肺病療養院，以資療養。如難覓適當之療養

院之價值

院，則在家休養亦可，然當嚴守醫士之囑咐，如期前赴肺癆門診處，以便獲得相當忠告。至於肺病療養院之設，非僅可得新鮮空氣，與正常治療，其最要者，則爲有恆之醫學監察，與學習日後療養方法是已。然非久居，亦難痊癒。症象雖可停止，病區雖能限制，然不可以爲無症象之發現，身體稍覺舒暢，自以爲病根已除，而從事放肆，則不但全功盡廢，且有危及生命之虞。故尤宜學習養病方法，終身行之，痊癒固全賴自決自治與智能毅力耳。

家庭生活

既在肺病療養院住治數月，則疾病必多停止活動，歸家之後，猶當遵照療養，以期二三年後，得以恢復健康之身體。各種工作，均應留心，須知肺癆非肺炎，麻疹及其他急性傳染疾病可比，既患以後，不無復發之虞，行爲放肆，操作

過勞，生活情形倘不衛生，飲食不加注意，與其他疾病之偶然發作，均可減少抵抗能力，發生新起病區，不可不預防之。

○——○
家庭治療

○——○ 如無肺病療養院，及其他診治所，以供社會之需求，而得正當之療治；患者亦不必過慮，倘能決心療治，而遵守各種養病要則，卽在家庭療養亦可。要則爲何？第一：如時前往就近良醫處，請求指示生活方法，以資熟手，而保壽命，其藥物不過補助品而已。第二：自備養病日記，將每日所作之事，身心能否安逸，與每隔四小時之體溫脈搏，一一記錄，則醫士稍有把握，可以就病治療，而得其正當忠告。第三：常將本書所述各點，牢牢記憶，而篤行之。第四：既知此病之能傳染，爲愛妻室子女計，卽當留心預防，不使稍受其害，尤爲要點。

病室

養病之房，至少應有一向外之窗，以便空氣之流動，宜面南而立，以便日光照耀，至於涼臺小廊，如能用，則尤爲合宜；總以不染灰塵，能資靜養者爲最要。室內陳設宜簡，灑掃宜勤。

食物

食物之要，貴在滋養，如能容易消化，不致有傷腸胃者，任何食物，均可取用；牛乳雞蛋，固屬有益，然不能過量，倘若有傷腸胃，卽宜改用他物，不可專恃也。肉食鮮蔬，均爲要物，爲在應用之能否得法耳。

戶外休養

既經醫士驗明，證其患有肺結核病時，卽當停止工作，決志休養，期間至少六月。在此六個月內，如難覓定肺病療養院時，在家休養亦可，惟須遵守養病規則，竭力實

施，否則難期實效也。

通常體溫，上午在九十七度。四以下；下午在九十八度。八以上，過於九十九度，則爲發燒。發燒時，即當完全休息，終日睡臥，直至停止一月，全未再發，始可開始慢慢步行，遊散亭園之內。睡房最適宜者爲涼亭，如無涼亭，走廊亦可；否則當將窗戶洞開，使其空氣流通；嚴冬過冷，則可多備被褥雪帽等類，祇留口鼻兩眼在外可也。

每日至少須洗面三次，每餐前後，須將齒牙洗刷；疾病輕者，每日須浴身一次，重者，則可每禮拜一次，以使身體清潔。

衣服之多寡，當以時季爲準衡，祇須保緩，無他求耳。冬季雖應多着，總以不出汗爲要。如用雪帽，則須不束咽喉，若着緊身，

總宜胸能運動自如爲要。被褥宜勤換洗，蚊帳應透空氣。

如無發燒現象時，可用臥椅，其背宜平，其身宜軟，尤宜稍長，以使兩腳得資休息。

運動

限制運動，爲療養肺癆最要之事，因爲往昔治療無確知其害，故患者於現象發生時，即當免除一切運動。直至下午無燒，體重漸加，始可漸行運動。起初運動時，極應留心，祇能漸次運動，爲時不過二三分鐘，倘無他變，則可逐日增加一分鐘久，若有發燒疲倦，或致呼吸短促，脈搏過百時，則應即刻停止，完全休息，則可免無虞矣。

其他要訣

咳出之痰，切莫吞嚥，否則可以傳染腸胃，發生更險疾病。稍有喉痛或覺聲嘶時，即應暫停談吐，以

期速癒。如無吸煙習慣，不可成此惡習，並宜禁止他人任房吸煙打灰，以免空氣變濁，薰心燻肺，均非所宜。症象之暫時停止，疾病仍未全除，不可輕忽放肆，否則均可再發，徒自害耳。症象未發約一年者，始可稍作輕便工夫。終身均應留心，諸事不能過度。如能依法奮鬥，則此惡魔，不能爲害，體重口味，均可增加，則抵抗能力，自能豐富矣。

肺結核病中之「暫停」與「痊癒」之分別

多數患過急性傳染病者，除有雜症外，痊癒後多有抗毒能力，大概不致再發同樣疾病。肺結核病則不然，其性頑強，病期無定，如不及時施治，則必漸趨險惡，至死而後已。治癒之後，仍能復發，故多稱爲「暫停」，而不妄說「痊癒」者，實因結核病之

難免再發，用此以資區別，使不犯醫學之矛盾律也。然能規定生活方法，以期不致發生危險症象，則『暫停』之病，可以『永停』，謂之『痊癒』可也，謂之『暫停』亦可也。

危險之時

患者離院以後，各種症象均可停止，既無高熱，復無速脈，咳止，痰化，體重漸加，精神亦覺舒暢，是之謂『暫停』之時，最易發生誤會，多以為疾病既除，諸事均可放肆，致將以前之保衛方法輕忽，此最危險之想見也。須知症象雖止，病區仍未少除，瘡痕之壁未堅，抵抗之能仍弱，偶不經心，則固有之症象，可以再發，病區亦得因此推廣，此患者之所以屢癒屢發，必致死亡而後已也。但能確守療養方法，改良生活情形，則抵抗能力日增，圍病之保護瘡痕漸厚，非僅可延生命，可望由『暫停』

『而入『永止』，若更講求衛生，則可全無症象，恢復工作之能力，是則真實之『痊癒』期矣，讀者其三思之。

欲圖痊癒
時自身所
佔之地位

○ 肺癆之得痊癒，全賴患者自己之力，醫士雖良，祇可指導一切而已。必賴病者常識智力與決心，始可實施其療養方法。有害之物，無論其如何鍾愛，爲求

痊癒起見，總應暫時停止，有益之點無論其如何煩惱，爲求痊癒起見，亦當前往實行。患病時固宜勇敢奮戰，癒後尤宜以其所知，極力贊助同病之人，多方勸導，如法療養，庶幾公共衛生之教育可以普及，社會因此亦得福利矣。

第六章 肺核結患者新痊以後之生活方法

肺病患者最難解決之問題，莫過新癒以後之生活方法。當此時也，一則自當設法解決生活，而工作又不能過勞，一則仍須嚴守療養方法，以期身體更加强健。此種問題，全賴患者之智能及經濟狀況之調度決之，他人殊難代決。惟最要者，則在應用其所知，以資療養而已。未病之先既由經年之繼續傳染，始可使之發生症象。既病之後，尤須較長時間，以期肺部之完全痊癒，此則最宜熟計者也。

何以時常
應該注意

○ 患者之所以復發症象，大概均因輕忽所致，以為身體已健，稍微放肆，亦不要緊，故於保養一途，少○ 有檢點，此最後危險之舉也。殊不知既患肺癆以後，症象雖然全失，病區仍未少除。外形雖覺強健，病根仍然存在。倘不加注意，則舊病可以復發，是以終身應當留心，不可稍形懈怠。

否則難期痊癒，或竟更加險惡。有時醫士雖說『肺內全無徵候』，得以驗出，然祇須極微之病區，仍足再行猖獗，不能不時加注意也。

○ 智勇兼重 ○

患者返家以後，外貌多覺健全，偶行療養方法，無知親朋多有非笑之者，當此之時，宜本自己之智能與勇力以自處之，伊等之非笑與強制執行，均是爲害，不可稍爲所動，否則難免復發，徒自傷耳。須知患肺癆之人，最宜自行留意，用其常識與判斷能力，以求痊癒，不可稍有輕忽，以遺後患。許多肺癆深重之人，因能忍耐久養，終能戰勝惡魔，而得痊癒。亦有輕微早期之患者，每因疏忽放縱，竟至中年夭折，是則全恃各人之智勇如何，醫家不能爲力者也。

○ 症狀復發 ○

患肺結核者，雖屬極端細心，不免症象復發，但

後之處置

有輕重不同而已。復發之後，無論如何輕微，亦當視爲重要，急宜施治，庶幾可免危險，不宜妄稱『感冒』與『傷寒』，而輕忽之。症象爲何？則體重遞減，精力疲蔽，咳嗽與發燒等是。倘有一端，即當完全或稍事休息，不可貽誤。蓋因能早施治者多得安全，完全不理者，終歸死殆。無知男女，因此致受夭折者，可勝計哉。

家庭情況

家庭情況若不豐裕，則非工作不能自給，故當極端保重，善自攝養，當將窗戶洞開，以期空氣流通，工作不宜過勞，工作後即宜休息，以補不足，祇可漸次增加時間，最長不過六時而已。

娛樂之

娛樂之選擇，亟宜注意。有最鍾愛之娛品樂，大

選擇

足以傷害身體者，則當完全棄置。例如跳舞場與電影院，若非滿布塵埃，即屬空氣惡濁，既易使得傷風，感冒，復能激發症象，危險極矣。至於嘈雜過熱，猶餘事耳。故所需之娛樂，總以不多費力，能在郊外舉行者為合宜，是則全賴各人之自行選擇，非他人所得知耳。

工作之處

工作之處，必當通風透日，一塵不染。工作之時，必當規定，不宜過勞。每次工作前後，當稍休息。指導同處之人，教其休養方法，與免除吐痰及其他傳染事實，則可謂盡其天職矣。

個人衛生

每食前後，當將面手洗潔，牙齒刷洗，並勤嗽口。牙齒若稍有缺憾，即宜延請牙醫，從早鑲補。工作

若形勞苦，當於暇時多事休息。每晚早睡，至少當熟睡八小時。每星期至少當全浴一次，如覺方便，每早可按洗一次。不可使成便閉，不可多吸瀉藥。患者最宜留心，不可傳染他人。

○ 固有職業
為最合宜

固有職業，為最合宜。若工作之處卑濕多塵，空氣污濁，而工作又須費力，或為致病之原者，則當改易他業，不可固執已見。工作以後，即當休息。各種

營業，如不過勞心力，均可代替，當與醫士商量，決定可否為最要。患者擇業，本極艱難，適於此者不必適於彼，自當權衡輕重，總期無損身體為最要法門。

○ 療養幾月
之後始可

療養幾月之後，始可工作，此為患者常問之點。答覆甚難如法，總以視其受病之深淺，而預計其治療

工作

之時間，始可免不測之事發生。最要之點，在於全無
○ 症象，如稍加咳嗽多痰，發燒盜汗，精神疲倦，氣促力弱之時，即
不能開始工作，此則最當注意者也。如果必須從早工作，則尤應特
別注意，初試時間以少爲要，逐漸遞加，不可一旦完全恢復舊有之
操作時間，否則自遺伊戚也。

良醫之
督察

○ 初出療養院後，宜卽就近擇定良醫，使之熟知其
疾病情形，詳細記錄，以供日後之比較。先宜每月檢
○ 驗一次，漸則三月一次，最後至少半年一次。

患者既經痊癒，則身心均覺舒暢，當此之時，可將己身所受之
病，與其療養方法，廣爲傳導，多方救助他人，則福音所至，社會
多利賴之矣。

第七章 結論

肺病患者既癒以後，當極力救助同病之人，設法指導羣衆，以免結核之傳播，則社會可得安全，其爲功德當無限量。預防傳染之法有二，第一；滅除細菌，以免傳播種子。其次則設法加增抵抗疾病之力，以期不易受染。全社會欲達到此項目的，固賴政府之多設療養病院，然造成公德，則全恃民衆之自行制裁也。

(一) 滅除細菌，以免傳播種子。

患者之報告與登錄

政府如欲施行強而有力之殲滅惡魔方法，則當先知誰係患者及其傳染之源，故宜採用正當登錄法律，取得人民自行報告之興趣。初行新律時，雖不免稍覺

困難，然爲維持公安起見，不得不依法實施也。實施之程序甚多，最重要者，則選用公共護士及其他衛生人員，詳細調查環境與習慣情形，從事勸導，則可漸次着手進行矣。

病室之消毒法

患者曾住之室，或新死之處，當依法消毒，以免傳染。否則不免一人傳十，十人傳百，必將使全社會均成病者矣。

衛生法律

衛生法律雖屬重要，然人民多違法背行，是故衛生法律，得期漸次實施。

醫院及其他衛生

如欲預防疾病之傳播，必先建築優良療養院，專收肺結核病人，指導一切衛生方法，養成衛生習慣，

生機關

庶幾不致亂吐痰涕，遺害親朋。調查患病之法甚多，大約可分爲數項如下：

第一；多設檢驗與診斷之門診處。第二；多用公共護士，調查患者之環境與習慣，就地指導改良方法。第三；多設肺病療養院，收容早期患者。第四；多辦郊外學校，收容疑似學童，設法預防，兼施教育，以免肺癆傳染。第五；組織抗癆學會，極力宣傳預防法，以期從早防禦，并可監察患者，使之從早診治，救助一切。

(二) 增加個人之抵抗能力，以期不易受染。

正當房屋之要素

最易染患肺結核之人，必係缺乏滋養，或體力薄弱，更加以不良習慣，惡濁環境，任結核菌漸次蔓延，漸發疾病。預防之法，首在改良貧苦工人之住室，

生活與工作之情況，次則與奮鬥疾病，自可獲其勝利。凡此種種，均爲社會事業，故熱心公益，慈善爲懷者，均應從此積極進行，庶可以興國強種矣。

養成公德

社會之各種需求既大，則人人當盡所能，最重要者，當注意於社會健康，故希望各人具有公德。是不僅能救多數之生命，而強種強國胥賴乎是。

襄助方法

襄助社會健全之法甚多，戰勝肺癆實爲最大問題。富者捐資，貧者出力，善說者極力鼓吹，善行者竭力實行，多建肺病療養院，多作抗癆事業，如能極積進行，惡魔不難撲滅，社會獲健全之益，人民有樂之機，何難駕歐美而上，爲強有力之偉大民國。我父老兄弟諸姊妹，其急起直呼，同聲奮鬥，不禁跋予望之而馨香禱祝者也。

002208

415.28

601

結核常識
譚世鑫著

國立北平圖書館
NATIONAL LIBRARY OF PEIPING
PEIPING

登記號 02208 書號 415.28
Acc. No. Call No. 601

4 JUN 1934

北平
交通印刷局

中華民國十九年二月初版

每册定價大洋一角五分

著述者 湘潭譚世鑫

發行者 湘雅醫科大學

版權
所有

丁制等

長沙清泰街
合公司

電話六四〇

