



升学指导全书

公民衛生文部

5

20955



公民衛生目次

一 公民	1—13
一 問答複習題	1
1. 訓練綱要	2. 各種實施
3. 民權研究	4. 地方自治
5. 國家社會及風俗習慣	
二 測驗複習題(一是非法，二填充法)	11
二 衛生	1—16
一 問答複習題	1
1. 傳染病防止方法的研究	
2. 循環器衛生的研究	
3. 營養原素的研究	
4. 發育原素的研究	
5. 神經和腦的衛生研究	
6. 排泄器衛生的研究	
7. 吸收作用和消耗補償方法研究	
8. 眼病治療和日常衛生方法研究	
9. 幾種急救方法的研究	
二 測驗複習題(一是非法，二填充法)	14

小學升學指導全書

5

公民之部
衛生之部

上海春江書局印行

英文基本讀本

FUNDAMENTAL ENGLISH READERS

英文基本作文法	1.50
英文基本作文法問題詳解	.50
初級英語模範作文讀本	1.00
高級英語模範作文讀本	1.30
華英對照模範英語會話讀本	.60
英文基本造句注	1.30
英文基本圖解法	.40
英語正音課本	.30
英文考試指導	.60
英文三民主義問答一百條	.60
孫中山革命潮譯註	.50
袖珍標準英漢新字典	精裝 1.20 平裝 2.40
學生模範漢英辭典	2.40

英譯中國文學讀本

FAMOUS CHINESE LITERATURE

整本英譯古文觀止(四冊) 12.00

——六大優點——

1. 整本全譯。原文對照
2. 註釋詳明。便於閱讀
3. 科學整理。附加語譯
4. 自修教學。無不適用
5. 附加索引。作者傳略
6. 校勘正確。印刷精美

公 民

公民訓練

甲 問答複習題

一 訓練綱要

1. 公民訓練的綱要怎樣？

公民訓練條目	}	關於體格的——	強健	清潔	快樂	活潑	
		關於德性的	自制	勤勉	敏捷	精細	誠實
			公正	謙和	親愛	仁慈	互助
			禮貌	服從	負責	堅忍	知恥
		勇敢	義俠	進取	守規律	重公益	
關於經濟的	節儉	勞働					
關於政治的	生產	合作					
	奉公	守法					
		愛國愛羣	擁護公理				

2 關於體格的訓練規律怎樣？

- (1) 是強健的 我的全身各部分，都要鍛鍊強健。
- (2) 是清潔的 我的身體衣服飲食及我所在的地方，都要保持清潔。
- (3) 是快樂的 我的精神，要常常愉快，遇到困難，也不垂頭喪氣。
- (4) 是活潑的 我要有飽滿的精神，活潑的態度。

3. 關於德性的訓練規律怎樣？

- (1) 是自制的 我要自己管束自己，屏絕惡習慣，養成好習慣。
- (2) 是勤勉的 我讀書、做事，都要刻苦、專心、努力，決不懈怠。
- (3) 是敏捷的 我讀書、做事，一切舉動，都要迅速。
- (4) 是精細的 我對於一切事物，要仔細鑑別善惡，精密判斷是非。
- (5) 是誠實的 我要說真話，幹實事，自己信託自己，也可以受別人的信託。對待朋友、尊長以及團體、國家，都要忠實不貳。
- (6) 是公正的 我要主張公道、正義、絕對不自私自利，也不因別人的地位勢力而有所阿附。

(7)是謙和的 我態度要和藹。尊敬知識能力高出於我的人，對於無論甚麼人都要和氣。

(8)是親愛的 我要孝父母，敬長輩，愛兄弟姊妹以及國內的同胞，國外的朋友。

(9)是仁慈的 我是人類的同胞，物類的朋友。我要同情並幫助年幼的和力弱的以及勞動的和窮的人；原諒無心傷害我的人，愛護無害於人的動物。

(10)是互助的 我和我的朋友以及全國同胞，要守望相助，患難相救，疾病相扶持。遇事都要與人合作。

(11)是有禮貌的 我對人家——尤其是弱者、殘疾、困苦的人，都要有禮貌。舉止行動，力求合於禮節。

(12)是服從的 我要服從父母師長的指導，和團體的決議。

(13)是負責的 我應當做的事，一定去做，並且要做得好，決不推諉、敷衍；即使遇到了困難，也不放棄責任。

(14)是堅忍的 我的意志要堅定，不顧一切的阻礙，力求貫徹自己的計劃；無論如何吃苦，也能忍耐。

(15)是知恥的 我要洗雪自己和國家的恥辱。臨財毋苟得，臨難毋苟免。

(16)是勇敢的 我應該做的事情，要大胆去做，不怕一切困難、危險、失敗。我要拒絕朋友的諂媚，別人的譏誚恐嚇。

(17)是義俠的 我要時時準備幫助別人，濟困扶危，在必要的時候，我不惜犧牲自己。

(18)是進取的 我的學問、思想、行爲、事業，要常常向前猛進，不願落後。我充滿着進步的希望。

(19)是守規律的 我要遵守學校以及團體的各種規則和秩序。

(20)是重公益的 我要尊重公共的利益，決不因自己的便利而損害公物，糟蹋公地，妨礙公衆。

4. 關於經濟的訓練規律怎樣？

(1)是節儉的 我要拮据錢財，在不必用的時候，決不浪費；但是我不吝嗇，也不貪得。

(2)是勞働的 我要做勞働工作，求得做工的技能，將來因勞働而生活，不願意不勞而獲。

(3)是生產的 我要學習生產的知能，增進社會生產的效率，爲大眾謀

福利。

(4)是合作的 我要與大眾共有共治、共享；生產、消費、販賣都要合作化，以求生活的圓滿。

5. 關於政治的訓練規律怎樣？

(1)是奉公的 我要盡國民應盡的義務，享國民應享的權利，決不假公濟私。

(2)是守法的 我要遵守國家的法律，決不違法玩法。

(3)是愛國愛羣的 我要愛護我的團體，尊敬我的國家，準備和同胞團結，為國族增光。

(4)是擁護公理的 我要主持公道，同情弱小，準備為公理而抵抗強暴。

二 各種實施

5. 愛校訓練運動怎樣實施？

(1)我遵守學校的規則。(2)我實行學生信條。(3)我愛惜學校名譽。(4)我愛護學校，好像愛護家庭和自己一樣。

6. 愛國訓練運動怎樣實施？

(1)我愛用本國貨。(2)我常常看報留心公眾的事情。(3)我愛護自己的國家。(4)我願意犧牲自己愛護國家。(5)我不做損壞國家社會的事情。

7. 秩序訓練運動怎樣實施？

(1)我走路常靠左邊。(2)我用過東西以後，一定收拾起來。(3)我每天準時到校，準時回家。(4)我離開了教師或家長，也能嚴守秩序。(5)我在開會的時間，一定很安靜。

8. 整潔訓練運動怎樣實施？

(1)我的身體常常保持清潔。(2)我的服裝常常保持整潔雅觀。(3)我能做一個盡責的整潔員。(4)我要留心，保持公共地方的整潔。(5)我要喚醒社會注意整潔。

9. 強健訓練運動怎樣實施？

(1)我吃東西分量不過多。(2)我每天有適當的時間去運動。(3)我努力撲滅害人的東西。(4)我穿衣不太多。(5)我喜歡欣賞山水風景和美術品。

10. 勸勉訓練運動怎樣實施？

(1)我自己能做的事一定要自己做。(2)我要收拾保管我自己的一切

東西。(3)我要用功修習一切功課。(4)我沒有特別事故，一定不請假。(5)我缺了課要趕快補習。

11. 禮貌訓練運動怎樣實施？

(1)我出外和回家一定告訴家長。(2)我遇見老師和學長一定行禮。(3)我和長者一起，要替他服務。(4)我要感謝扶助我的人；要是得罪了人家要道歉。(5)我不私自開人家的信札，包裹或抽屜。

12. 勞動訓練運動怎樣實施？

(1)我早上起身，親自摺疊被褥。(2)我願意並且很高興做洒掃等事。(3)我不規避校內或家裏各項操作。(4)我不輕視勞動的工作。(5)我不輕視或侮謾勞工。

13. 快樂活潑運動怎樣實施？

(1)我要從日常生活中找到樂趣。(2)我要利用空閒的時候，做正當的娛樂。(3)我遇到了困難，不要垂頭喪氣。(4)我在煩躁的時候，不隨便生氣。(5)我遇見生人，要不畏縮也不羞澀。

14. 博愛訓練運動怎樣實施？

(1)我要愛護花木和有益人類的動物。(2)我對同學要親愛和睦與兄弟姊妹一樣。(3)我在擁擠的地方，一定要讓年老年幼的先走。(4)我要幫助殘弱和窮苦的人。(5)我對別人不厭惡，不鄙視。

15. 團結訓練運動怎樣實施？

(1)我熱心參加學校內的各種團體組織。(2)我愛護我自己的學校。(3)我愛護我參加的團體。(4)我不破壞團體的舉動。

16. 服從訓練運動怎樣實施？

(1)我聽從父母和師長的訓導。(2)我聽從維持秩序的指導。(3)我服從領袖的指導。(4)我曾重大多數的意見。

17. 勇敢訓練運動怎樣實施？

(1)我做重要勇往直前。(2)我不怕一切困苦。(3)別人有危險的時候，我立刻去救護他。(4)我受了不正當的攻讦，不灰心不屈服。(5)我不受強暴者的威脅。

18. 自制訓練運動怎樣實施？

(1)我沒有得到允許，不動別的人東西。(2)我在危險的時候要力持鎮靜。(3)我自己不高興的時候，不拿別人出氣。(4)我排除不良的嗜好。(5)我們要遏止不正當的慾望。

19. 負責訓練運動怎樣實施？

(1)我答應做的，一定做到。(2)我說要做的，要盡力去做。(3)我應當做的事，一定去做，並且做得好。(4)我做事遇到了困難，不推諉不敷衍。

20. 守法訓練運動怎樣實施？

(1)我對於應盡的義務，不推諉。(2)我對於法律的權利，不放棄。(3)我愛護法律付與公民的自由權利。(4)我遵守國家的法律。

21. 公正訓練運動怎樣實施？

(1)我自己不願做的事，不叫別人去做。(2)我不講私情，不做假見證。(3)我看見別人失敗，一定不譏笑他。(4)我對於和自己不同的意見也要尊重。(5)我參加各種比賽，要保持公正的態度。

22. 合作訓練運動怎樣實施？

(1)我要參加學校內的合作組織。(2)我要遇事與人合作。(3)我熱心參加社會的合作運動。(4)我與人合作時，要犧牲自己的成見。

23. 互助訓練運動怎樣實施？

(1)我要隨時隨地幫助他人。(2)我要救護有疾病的人。(3)我每天要做一件有益於人的事。(4)別人有過失，我要婉言規勸他。(5)別人有困難的時候，我要設法救濟。

24. 節儉訓練運動怎樣實施？

(1)我不浪費金錢。(2)我能定期儲蓄。(3)我對於損壞的用具，常常設法自己修理。(4)我可以利用的廢物，我儘量利用牠。

25. 救災訓練運動怎樣實施？

(1)我們有解衣庇人，推食食人的義務。(2)救災如救火，應當迅速，切莫遲緩。(3)節省些零用錢去救災。(4)救濟是我們的責任，不是做善舉。(5)有一分力量，要盡一分義務。

26. 雪恥訓練運動怎樣實施？

(1)我知道國家的恥辱，就是知道自己的恥辱。(2)我遇患難，要挺身而出，不規避，不苟免。(3)我不取非分的錢財，我不受非分的獎譽，我不貪非分的便宜。(4)我受了恥辱，要努力洗雪。(5)我要自修以止謗，力行以雪恥。

三 民權研究

27. 民權主義的特質是什麼？

(1)民權為人民所共有。(2)直接民權（選舉權，罷免權，創制權，複決權）。

28. 政權和治權的區別怎樣？

因直接民權與間接民權相輔而行，然後纔能實現人民有權，政府有能的目的。

29. 四種政權的作用怎樣？

人民用選舉權選舉官吏與議員，官吏與議員如有違反民意的地方，人民可用罷免權，把他們調回來，這樣官吏與議員便可由人民自由譴度，所以這兩種權是人民管理政府中的人的。至於創制權和複決權是人民管理法律的。

30. 五種治權的作用怎樣？

人民用四種政權管理政府，政府要替人民做工，如果政府沒有自由做工的大權，這樣的政府，決不能成為萬能的政府，所以要政府做完全的工便應給政府以五種治權（就是行政，立法，司法，考試，監察），這五種治權實是政府替人民做工的五個機關，政府有這些機關，纔能成為萬能的政府，為人民謀至大的幸福。

31. 完全自治的縣，人民應有什麼權？

完全自治的縣，人民有選舉和罷免官吏的權，有議決和複決法律的權，又有選舉代表，組織國民代表會，參與中央政治的權。

32. 憲政開始時期重要工作是甚麼？

憲政時期重要的工作是組織國民大會，頒布憲法，樹立民選政府。

33. 甚麼是國民大會？

由完全自治的縣各舉國民代表一人組織的。

34. 憲法是什麼？

是國家根本的法律，普通分成文憲法與不成文憲法兩種。

35. 怎樣叫做會議？

一個問題由三人以上依照一定的規則討論解決的，叫做會議。

36. 臨時集會的性質和組織怎樣？

臨時集會是應付臨時或特別事件而召集的會議，組織法是由發起人定期召集開會，次即推定主席和書記，又次主席報告開會宗旨，即依照議事程序討論案件。

37. 委員會的性質怎樣？

委員會是受高級團體的命令組織的。牠的組織法，與臨時集會相同，不過主席如由高級機關指定，那麼在開會時不要再選，否則當在第一次開會時選舉。

38. 永久社會的性質和組織怎樣？

永久社會是有一定的目的而設立的，組織法第一次集會和臨時集會相同，但須訂立章程，規則並選舉常任職員，章程規則由起草委員草訂，報告於二次會議，經公衆通過，即生效力。

39. 會議的程序怎樣？

會議一件事，必須經過三種手續。

a. 動議：就是解決某事件的提案，是議事的開端。會員有了意見，把某事應該怎樣解決的理由，向主席提出，主席接受了提案，便報告給大眾，徵求意見。

b. 討論：就是動議經主席報告於大眾後便可發表意見，共同討論，不過大眾要發表意見，須向主席討得地位，並且得主席的許可，然後可以起立發言。

c. 表決：動議討論完了，主席即起立復述動議，請大眾表決，如多數贊成，議案就算通過。

四 地方自治

40. 地方自治的意義怎樣？

一地方的人在自治區域中各盡所能的辦理地方上應興應革的事情，脫離官治的弊害。

41. 怎樣方可使地方自治辦理完善？

要辦理的人有真正自治的知識，全地方的人民，要了解自治的意義，大家通力合作，才可完成。

42. 爲什麼要舉辦公民訓練？

各地舉辦的公民訓練，凡是年齡在廿歲以上的公民，訓練其運用四權，明瞭地方自治意義，爲行憲政開始必要的工作。

43. 地方自治完成後有何利益？

地方自治完成後，國家可以穩固政治的基礎，免除改革建設的障礙，在人民得使用直接民權，並可以參與國事。

44. 地方自治的範圍怎樣？

照建國大綱規定，以縣爲單位，但也可聯合數村爲一試辦區域。

45. 地方自治應辦那些事情？

有下列數項：(1)調查戶口(2)測量土地(3)興辦警衛(4)修築道路(5)開發實業(6)振興教育(7)辦理保甲(8)其他如興辦衛生，救濟合作等事業。

46. 甚麼是地方自治最基本的工作？

喚起民衆，一致參加地方自治。

47. 七項運動是那幾種？

(一)識字運動(二)造林運動(三)保甲運動(四)合作運動(五)衛生運動
(六)築路運動(七)國貨運動。

48. 什麼是識字運動？

識字運動是掃除全國文盲，普及教育的運動。七項運動互有關係，尤以識字運動為各項運動的根本。

49. 爲什麼要提倡造林運動？

造林運動是因為我國林業的衰落，無論建築製造的木材，處處仰給於外國；所以特別的提倡。

50. 什麼是保甲？

在戶口編組後因為地方自治還沒有組織時，地方當然是很紊亂的，而且有許多事業靠軍警是管不了的，地方爲防免奸邪維持秩序計，不能不組織保甲。

51. 保甲是怎樣編組的？

每十家編一甲，設甲長，十甲爲一保，設保長，一甲中的居民須具連保切結，保甲長以誠實識字有身家的人充當，凡有犯法避匿者悉令查報。

52. 合作運動中合作社的組織怎樣？

合作社有三：1. 生產合作社；2. 消費合作社；3. 信用合作社。還有一種合作社聯合會，是聯合各合作社的大合作社。其組織：社員是合作社主人，社員大會是意思機關；理事會是執行機關；監事會是監察機關。此外另有教育委員會等補助機關。

53. 爲什麼要提倡衛生運動？

強國必先強身，所以衛生運動是最值得提倡的。所以現在學校中特別注意健康教育，社會上風行洒潔運動。

54. 爲什麼要提倡築路？

提倡築路是繼承總理遺訓。公路或鐵路建築得四通八達，交通運輸便利，實業自然發達了。

五 國家社會及風俗習慣

55. 什麼叫做國家？

許多人集合在一定的區域內，服從最高的主義和政策成爲一個大團體，

就叫做國家。

56. 國家是由那幾種要素而成立的？

國家是由主權，人民，土地三種要素而成立的，缺少了那一種就不能成國家。

57. 國家的要素爲什麼一種不能缺少？

國家的要素，就是主權人民和土地。如果沒有主權，就不能獨立自主，如果沒有人民，那當然談不上是一個國家，如果沒有領土，那麼政治就沒有地方可以行使了。

58. 中國現在的國體和政體怎樣？

中國現在的國體是民主國體，政體是立憲政體。

59. 什麼是中央政府？

凡是一個國家，一定要有行使政治的一個最高機關，這便是中央政府。

60. 地方政府與中央政府在什麼區別？

各地方所行的政務，就是地方行政，其事若屬於全國而不限於某一個區域的，就是中央行政。

61. 地方政府可分爲幾級？

地方政府分爲省政府和縣政府兩級，此外尚有直轄的市政府和普通市政府兩種。

62. 中央與地方之權限如何劃分？

據建國大綱十七條：「中央與省之權限，采均權制度。凡事務有全國一致之性質者，劃歸中央，有因地制宜之性質者，劃歸地方。不偏於中央集權，或地方分權。

63. 什麼是社會？

許多的人共營生活的團體叫做社會。

64. 個人和社會的關係怎樣？

個人是組織社會的分子，社會是個人託生的團體；離了個人沒有社會；離了社會，個人也不能生存，所以個人和社會是有密切關係的。

65. 社會對於個人的影響怎樣？

社會不良，個人生活在社會裏，自然就要受到不良的影響，社會進步，個人自然能享受幸福。

66. 國民應當怎樣爲社會服務？

盡個人能力從事正當職業，並力謀改進社會經濟，發展社會事業，凡有益於社會的事，都當努力去做。

67. 什麼叫做公民？

能够享受法律上規定的權利，並能担任法律上規定的義務的人民叫做公民。

68. 人民對於國家應擔任什麼義務？

有下列四種：(1)服從法律(2)納稅，(3)服兵役，(4)受教育。

69. 家庭在社會上所負的責任是什麼？

有四種：(1)種族的綿延，(2)兒女的教養，(3)傳播人類的文化，(4)促進社會的進步。

70. 現在社會最危險的現象是什麼？

自資本主義發達後，機器工業勃興。失業的人便日有增加，這真是現在世界各國極大的社會問題。

71. 中國農村經濟衰落的原因是什麼？

中國農村經濟衰落的原因很多，重要的大約有下列諸點：

(1)受資本主義壓迫；(2)生產方法陳舊；(3)地主利用高利貸錢，盤剝農民；(4)天災人禍交相煎迫；(5)農民缺乏現代知識；(6)優秀農民脫離鄉村；(7)農村缺乏資金。

有了這種種原因，中國農村便日漸凋敝衰落了！

72. 實行民生主義的方法怎樣？

實行的方法：(一)平均地權，(二)節制資本。

73. 平均地權的辦法怎樣？

地主自定地價呈報政府，政府照價抽值百取一的稅或照價收買，地價確定以後，繼續增漲的地價，歸公眾享受，地主不能私用。

74. 節制資本的意義怎樣？

節制資本，不是節制資本本身的發展或增加，是節制資本的私有，以防資本家操縱國民的生計；至於國家的資本，却須力謀發展，以滿足人民生活需要。

75. 用甚麼方法節制私人資本？

用累進稅率重徵資本家的所得稅和遺產稅，直接阻止財富集中於私人的傾向，一面更用政治的力量，改善農工待遇和生活，間接消滅貧富不均的趨勢。

76. 發展國家資本的方法怎樣？

有壟斷性的企業如銀行鐵道航路鑛產大工業等，都歸國家來經營管理。

77. 什麼叫做習慣？

一個人的動作做慣了以後，往往容易變成一種自然的趨勢，久而久之便成了習慣。

78. 什麼叫做風俗？

社會上的人，大家共有的一種習慣，這就是社會習慣，也就是風俗。

79. 風俗習慣和民族性有什麼關係？

民俗富於模仿性的，風俗習慣容易變動。民族富於保守性的，風俗習慣就難以變動。民族性勤奮的，風俗往往善良。民族性愉悅的，風俗往往澆薄。

80. 怎樣改良地方的風俗？

地方風俗的好壞，對於人們的影響非常之大的。如果有不良風俗，應該決定改善的計劃，使不良風俗漸趨消滅；如果別地方有良好的風俗習慣，可用提倡獎勵的方法，逐漸向社會推行，使成爲一種新風俗。

乙 測驗複習題

一 是非法

1. 公民訓練條目分爲：體格、德性、經濟和政治四方面—— ()
2. 體格方面要強健、清潔、快樂、活潑—— ()
3. 德性方面最重要的是要誠實、公正、謙和、仁慈、負責、勇敢、堅忍、知恥—— ()
4. 我們應當吝嗇不用錢—— ()
5. 我們只要努力讀書，不要勞動—— ()
6. 我們應當奉公守法，擁護公理—— ()
7. 我不做損壞國家社會的事情—— ()
8. 我走路常靠右邊—— ()
9. 政權是直接管理政治和法律的權—— ()
10. 治權是政府權，分立法、司法、行法、考試、監察五種—— ()
11. 要滿足人民的生活需要必須發展私有財產制—— ()
12. 增漲的地價歸社會公有是很不合理的—— ()
13. 節制私人資本的方法最好多抽資本家的捐稅—— ()
14. 我的服裝但求美觀—— ()
15. 建國的程序分軍政訓政憲政三個時期—— ()
16. 訓政時期的重要工作是實行地方自治—— ()
17. 地方自治開始時應由政府派考試合格人員協助籌備—— ()

18. 地方自治是以省爲單位的 ()
19. 我們應當把社會的事情看作自己的事情一樣 ()
20. 我要努力撲滅害人的東西 ()
21. 會議是有二個人以上便可開成 ()
22. 永久社會要有一定的目的才可設立 ()
23. 國家的要素是土地和人民 ()
24. 現在中國主權是獨立的 ()
25. 中央政府是一省的最高機關 ()
26. 我們應當遵守國父孫中山先生的遺教 ()
27. 地方政府有縣政府和省政府 ()
28. 我應當尊重少數人的意見 ()
29. 我不受強暴者的脅威 ()
30. 國民應當爲家庭服務 ()

二 填充法

1. 我不破壞____的舉動。
2. 在危險時，要力持____；受了不正當的攻擊，不灰心，不_____。
3. 我做事遇到____，不推諉，不敷衍。
4. 現在列強侵略中國除政治力外還有一種_____。
5. 我愛護法律付與公民的_____。
6. 我自己不願做的事，不_____。
7. 民權主義的目的在促進中國人民_____的平等
8. 民權應爲全體____所共有。
9. 孫先生把國家大權分成_____
10. 政府用_____來替人民處理政事，人民拿_____來管理政府。
11. 與人合作的時候，要____自己的成見。
12. 提倡民生主義的目的，無非想使大家滿足_____等生活需要
13. 我要隨____隨____幫助_____。
14. 節制私人資本，政府可用累進稅法，徵收資本家的____和_____。
15. 我要____救難。
16. 救濟是我們的____，不是做_____。
17. 地方自治完成後，人民可組織_____參與中央的政事。
18. 中央與地方的權限最好採用_____。

19. 改革地方的惡俗首宜提倡_____。
20. 地方自治的工作 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
5. _____ 6. _____ 7. _____ 8. _____
21. 許多人營_____的團體叫做社會。
22. 中國農村經濟衰落的最大原因在受_____的壓迫
23. 人民對於國家應擔任, 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
- 四種義務
24. 現在社會上最危險的現象是_____
25. 我受了恥辱, 要努力_____
26. 七項運動, 是: 1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____ 5. _____
6. _____ 7. _____
27. 國家的三要素是 1. _____ 2. _____ 3. _____
28. 會議的程序有三 1. _____ 2. _____ 3. _____
29. 我國現在是_____國體, _____政體
30. 年齡二十歲以上的公民, 要訓練運用_____

答 案

- 是非法 1.(+) 2.(+) 3.(+) 4.(-) 5.(-) 6.(+) 7.(+)
8.(-) 9.(+) 10.(+) 11.(-) 12.(-) 13.(+) 14.(-) 15.(+)
16.(+) 17.(+) 18.(-) 19.(+) 20.(+) 21.(-) 22.(+) 23.(-)
24.(+) 25.(-) 26.(+) 27.(+) 28.(-) 29.(+) 30.(+)

- 填充法 1.(團體) 2.(鎮靜, 屈服) 3.(困難) 4.(經濟力) 5.(自由權利)
6.(叫別人去做) 7.(政治地位) 8.(人民) 9.(兩個: 政權和治權) 10.(五種治權, 四種政權) 11.(犧牲) 12.(衣食住行) 13.(時, 地, 他人) 14.(所得稅, 遺產稅) 15.(節約) 16.(責任, 善舉) 17.(國民代表會) 18.(均權制) 19.(教育)
20.(甲. 調查戶口 乙. 測量土地 丙. 興辦警衛 丁. 修築道路 戊. 開發實業 己. 振興教育 庚. 辦理保甲 辛. 其他如興辦衛生救濟等事業) 21.(生活)
22.(資本主義) 23.(甲. 納稅 乙. 服從法律 丙. 服兵役 丁. 受教育) 24.(失業問題) 25.(洗雪) 26.(甲. 識字運動 乙. 築路運動 丙. 造林運動 丁. 保甲運動 戊. 衛生運動 己. 國貨運動 庚. 合作運動) 27.(甲. 土地 乙. 主權 丙. 人民) 28.(甲. 動議 乙. 討論 丙. 表決) 29.(民主, 立憲) 30.(四權)

三民圖書公司 出版優良中小學補充讀物
 春江書局

◀中小學語文文藝讀物▶

模範作文一百篇	.80
模範日記一百篇	.80
新編小學模範作文	1.20
新編小學模範日記	1.20
低級模範作文(全二冊)	.80
中級模範作文(全二冊)	1.20
高級模範作文(全四冊)	1.60
我的日記(全二冊)	.80
中級學生日記(四冊)	1.20
高級學生日記(四冊)	1.60
模範書信讀本(全五冊)	2.00
兒童新尺牘(全四冊)	1.20
學生白話書信	.30
小學應用文指導	.85
國語應用文課本(小學用)	.75
小學新作文指導	1.40
小學新日記指導	.90
國語文法指導	.85
小朋友作文講話	1.00
國語學習指導	1.40
國語模範讀本	1.60
國語模範文選	1.50
國語暑期讀本(小學用)	.40
假期作業日記(高級)	.90
同窗朋友(小朋友傳記)	1.00
同窗文選(小朋友文選)	1.00
同窗小品(小朋友寓言)	1.00
新兒童故事集	.50
中國民間故事	.85
白雪公主	.40
長春花	.50
俠奴強盜記	.50
新中國遊記	.85
三兄弟流浪記	.75
木偶奇遇記	.25
自學成功者(名人傳記)	.75
愛國二童子傳(傳記)	1.20
黃牛通信集(書信)	.60

◀作文練習冊▶

低級作文練習冊	全四冊1.40
第一冊	小一上用
第二冊	小一下用
第三冊	小二上用
第四冊	小二下用
中級作文練習冊	全四冊1.40
第一冊	小三上用
第二冊	小三下用
第三冊	小四上用
第四冊	小四下用
歷史故事連續畫	第一輯十種4.00
岳飛	費宮人
花木蘭	荆軻
文天祥	史可法
秦良玉	勾踐
鄭成功	梁紅玉
第二輯十種4.00	
蘇武	李香君
葛嫩娘	班超
李秀成	黃道周
狄青	戚繼光
夏完淳	陳圓圓
青年修養服務叢書	全套五元
青年應有的認識	繪練
青年修養與訓練	
青年升學指導	
青年讀書問題	
青年職業問題	
青年服務指導	
青年生活指導	
青年處世之道	
青年成功之路	
世界名人傳記	

◀中小學語文文藝讀物▶

中學新作文指導	2.40
新編模範作文	1.20
初中模範作文(四冊)	6.00
新編初中模範作文	1.20
中學作文模範讀本	2.00
模範作文讀本(八冊)	12.70
新編模範日記	1.20
中學模範日記	1.60
模範日記讀本(兩冊)	3.20
國語精讀文選(全四冊)	6.00
言文國文故事讀本	1.20
對照	
青年與建設	.30
白話幼學句解(二冊)	2.80
增補鑑略讀本	.80
慈禧外傳(一譯御香)	1.50
光緒祕記(一譯瀛台)	1.50
浮生六記	.60
華雷斯偵探小說集(7冊)	8.50
可愛的學校	1.80
仁愛的教育(中文本)	2.00
甜甜日記	.85
模範故事讀本(全四冊)	3.60
◀英語及算術參考書▶	
初級英語模範作文讀本	1.00
高級英語模範作文讀本	1.30
模範英語書信讀本	1.50
英文基本作文法	1.50
英文基本作文法詳解	.50
英文基本造句法	1.30
英文基本圖解法	.40
英語正音課本	.30
新算術之友(全四冊)	5.40
第一冊 小學四年用	.85
第二冊 小學五年用	1.35
第三冊 小學六年用	1.45
第四冊 中小學適用	1.75
算術暑期補習課本(6冊)	2.10

衛 生

甲 問答複習題

一 傳染病防止方法的研究

1. 瘧疾的來源是什麼？

瘧疾是因瘧疾孢子蟲由瘧蚊體內傳入人體，就發生此病，尤以夏秋間最多。

2. 瘧疾的症狀是怎樣？

瘧疾每次發作，常分三期：最初是惡寒期，身體戰慄，皮膚蒼白，約過半小時即入發熱期，體溫升高，同時頭痛眩暈煩渴，約經三五小時轉入發汗期，周身發汗，淋漓，諸病消退。

3. 瘧疾預防和治療的方法？

預防瘧病，應把蚊類滅除，醫治方法可服金雞納霜。

4. 痢疾的症狀怎樣？

我們如果大便頻數，糞便有血液和黏液，顏色鮮紅或暗紅，腹臍部感到疼痛。——這便是痢疾。

5. 痢疾的病原菌是什麼？

痢疾的發生以夏秋季最多，病原有兩種：一種是赤痢桿菌的繁殖，一種是原生動物的繁殖。這些桿菌和原生動物都是由蠅類傳播到食物上，再侵入人體的。

6. 怎樣治療痢疾？

須注意飲食，勿受寒冷，又應注意滅蠅及和患者隔離。

7. 什麼叫做流行性感冒？

這是一種四季都能流行的病，病原是流行性感冒桿菌，由呼吸傳染而來，傳染力極大，蔓延得很快，與病人接近也可傳染的。

8. 流行性感冒的症狀怎樣？

病菌傳入人體，潛伏三四天後，忽然惡寒，戰慄，發熱，頭痛，鼻塞，咳嗽，四肢及腰背酸痛，有時暈眩，嘔吐，失神等病情。

9. 麻瘋病的症狀是怎樣的？

初患時四肢發現紅色或白色的斑點，後來患部漸失知覺或竟麻木，到了全身蔓延後皮膚乾燥，不出汗液，筋脈變厚，手指和腳趾都會爛落，各部不能

自由伸屈，最後毛髮脫落，非常可怕。

10. 麻瘋病怎樣醫治？

此病治療非常困難，初發現病時可用大楓子油藥劑，倘發現徵象後，不就醫治，往往無法挽救的。至於預防方法增進身體的抵抗力為根本辦法，諸如充足營養適當運動，工作勿過勞，皮膚清潔等，對於患者愈應遠離。

11. 病菌怎樣傳染的？

有直接和間接兩種：直接傳染像病人的痰唾糞便等排泄物，間接傳染往往憑藉他物，像病人用具上附有病菌，水中混有霍亂病菌，傷寒，痢疾病菌，我們用了這種用具，喝了這種水就要傳染的，此外像蝨蚊鼠等也能傳染的。

12. 防止傳染病的方法有那幾種？

有三種：一隔離法，是將患病的人隔離別處；二消毒法，將病人的一切用具用石炭酸水浸洗或用火燒棄以殺滅病菌，三免疫法，用抗毒素或病原菌注射到人體內增加抵抗力。

13. 鼠蟲有什麼害處？

能傳染鼠疫。由鼠直接傳染的叫肺鼠疫，由蟲類間接傳染的叫微血性鼠疫。

14. 怎樣滅除鼠蟲？

建築住宅時造得嚴密堅固，使鼠沒有藏身之地，居處乾燥清潔，蟲類也就不能生存了！

15. 傳染病流行的情形怎樣？

一種疾病地方上本來有的，忽然大流行；或者本地向來沒有的，從別處傳過來。

16. 怎樣消毒？

分物理學和化學的兩種：

物理學的消毒法可分四種：(一)燃燒消毒法；(二)煮沸消毒法；(三)日光消毒法；(四)蒸汽消毒法。

化學的消毒就是利用各種藥品的殺菌力，把器具房屋和牆壁地面等消毒。

17. 普通的消毒藥品有那幾種？

有百分之五的石炭酸水，千分之一的昇汞水和石灰乳等數種：

18. 有了病應該怎樣？

輕的病無須請醫生，重的病須請可靠的醫生診治。如果有了病不可遷延，把病原告訴醫生，並且應該信仰醫生。

19. 怎樣選擇好醫生?

有醫師證書，學識經驗豐富，醫術專門，態度誠懇懇摯，診察精密，不以牟利為目的。

20. 為什麼要看護病人?

因為病人不能自己主持起居飲食及疾病調攝，如能看護得宜，能使病人容易康復。

21. 病人的起居飲食該怎樣注意?

病室空氣須流通，溫度適宜，光線充足，衣被溫暖柔潔，飲食適合病體，勿隨病人嗜好。

22. 怎樣處置垃圾?

把垃圾放在桶內，按時收拾，用清除，分理等方法，把牠分別火化消滅。

二 循環器衛生的研究

23. 什麼叫做循環器?

心臟和血管是血液循環的機關，所以叫做循環器。

24. 心臟怎樣構造的?

心在胸腔的稍偏左部，是血液的總匯，分左右心耳和左右心室四部：心耳在上，心室在下，右心耳和右心室的中間有三尖瓣，左心耳和左心室的中間有二尖瓣，因此心耳和心室可以相通。

25. 血管的構造怎樣的?

血管和血液循環的通路，有動脈靜脈和微血管三種，動脈有二：聯在左心室的叫做大動脈，聯在右心室的叫做肺動脈；靜脈也有二種：一種叫大靜脈聯在右心耳，一種叫肺靜脈聯在左心耳。

26. 血液怎樣循環的?

大循環——左心室→大動脈→微血管→大靜脈→右心耳→右心室。

小循環——右心室→肺動脈→微血管→肺靜脈→左心耳→右心室

27. 心臟收縮的情形怎樣的?

每分鐘通常收縮72次，脈搏次數也是72次，不過因年齡動靜溫度等也能變動。

28. 怎樣保健循環器?

一。常常運動以鼓起心臟動作；二。勿穿窄小衣服或緊束衣帶以免妨礙血液循環；三。勿濫飲性質強烈的酒以防心臟和血管的肌肉，失去收縮的機能；四。勿吸煙，五。坐立姿勢端正，六。呼吸新鮮空氣；七。多洗澡；八。多吃滋

養食物。

29. 血液是什麼？

血液是赤色濃厚的液體，內含血漿，血球。血漿是淡黃色透明的液體，內含纖維素和血清。

30. 血球有幾種？

有赤白兩種：赤血球含有血色素，像小圓盤，兩面稍凹，有彈性，一小滴血中，有幾百萬個互相接着；白血球不含血色素，形狀時時變化，能運動，和原生物極相似。

31. 血液有甚麼功用？

血漿能輸送血球，並且能溶解各種營養分分配到全身各組織去，又能收集各組織內的廢物送到排洩機關裏去；赤血球含鐵質，能吸取氧供給各組織發生活力；白血球能吞食外來的病原菌，和血清都有抗毒的作用。

32. 貧血症的症狀怎樣？

患貧血症的人皮膚蒼白而口唇也少紅色，身體疲倦，腦力減退，呼吸迫促，心跳，消化不良，精神不振，身體瘦削。

33. 貧血症是怎樣起因的？

原因有多種：一、身受創傷或吐血瀉血等；二、製造血球的器管發生障礙；三、營養不良，病後失調，害蟲寄生所致。

34. 貧血症怎樣治療？

多食容易消化的營養食物，居處空氣新鮮，醫劑以富有鐵質者最佳。

35. 淋巴和淋巴管有什麼功用？

淋巴是無色透明的液體，由淋巴漿和淋巴球合成。淋巴能透過血管到組織裏，又能從組織裏透進血管，專門輸送營養分和氧到組織裏，再吸收組織裏的廢物和炭氧到血液裏。

淋巴管從身體各處的空隙和腸胃內的乳糜管起，由此逐漸合成較大的管管，再合成左右兩個總管，和靜脈排合。淋巴管的途徑中有許多大小不等的橢圓形小塊叫做淋巴腺！能產生淋巴球並且能抵抗外來的病原細菌。

36. 脾臟有什麼作用？

脾臟在胃的左側，是暗紅色橢圓形的器管，血液流通在牠的內部，能破壞血球，又能產生新血球。

三 營養原素的研究

37. 維生素有什麼功用？

生活素是幫助我們生長的，倘使身體中缺少了牠，營養上就要受到影響，發生軟骨，脚氣，壞血等病症。

38. 生活素有多少種？

共有五種，最重要的生活素有三種。

89. 那幾種食物中含生活素最多？

第一種生活素(或稱生活素A)常在動物的脂肪，蔬菜葉內。

第二種生活素(或稱生活素B)常在糙米，麥，鮮卵動物內臟，豌豆大豆等。

第三種生活素(或稱生活素C)常在蔬菜肉類橘子內。

第四種生活素(或稱生活素D)含於魚肝油或牛酪中。

第五種生活素(或稱生活素E)動物性食品中含量較多的是肝臟，植物性食品中以燕麥小麥和玉蜀黍的胚子為最多。

40. 何謂壞血病？

身體衰弱，牙齦腫脹出血，皮膚及黏膜發生出血性紫斑。

41. 蛋白質有那幾種？

蛋白質大部含在動植物體內：一.在卵白中的叫卵白素，二.在血液中的叫纖維素；三.在動物乳汁中的叫乾酪素；在豆類種子中的叫豆素；四.在麩中的叫麩素。

42. 蛋白質的形性和功用怎樣？

蛋白質有可溶性和凝固性，一經溶解成爲液體，凝固後成白色小片。但用胃液素和稀鹽酸能再把凝固的蛋白質溶解，因此蛋白質到了人體內就能變成溶液，供全身的營養。

43. 那幾種食物中含蛋白質最多？

以卵類最多，豆類次之，肉類又次之。

44. 脂肪有什麼功用？

脂肪也是重要的營養料，在我們的身體內好像機器中的煤油能產生熱和力，還能潤澤皮膚，保護骨節和內臟，如果缺少了牠就容易害病。

45. 脂肪有幾種？

在動物體內的叫動物性脂肪，是白色固體質，比水輕，遇熱易溶解，像豬羊牛等體內脂肪都是，在植物體內的叫植物性脂肪，在常溫時都是液體質，也比水輕，不易和水混合，遇熱容易沸騰，這一般通稱爲油，像豆油菜油等。

46. 水有什麼功用？

能濡濕和分解固形食物，使食物易於下嚥，使養料易於攝入血中，且能

運輸食物，潤澤皮膚，溶解廢物。

47. 人體中究有多少水份？

人體的成分大部是水，水的分量約佔全體五分之三至四分之三。

48. 水和健康有甚麼關係？

生活體失去了水分，體內的生理作用就不能完全成立，沒有食物去補充這些損失，那末血液濃稠，口腔也覺煩渴，體溫的調節作用也生變化，同時體內不生化學作用，因之生活現象亦即不能成立，結果就很危險了。

49. 碳水化合物有甚麼功用？

碳水化合物在人體內能夠增加熱和力保持體溫。

50. 糖從什麼地方來的？對於我們有甚麼利益？

糖是從漿果甘蔗甜菜和蜜等食物中製成的，能夠刺激消化器官，促進食慾。

51. 澱粉從甚麼地方來的？

澱粉含在稻麥玉蜀黍芋藕甘藷等植物體內。

52. 鹽類有甚麼功用？

有刺激細胞的能力，是維持健康的重要食品，烹調食品，不可缺少牠的。

53. 營養素的食物為什麼要使牠均衡呢？

人體中時刻營養着新陳代謝的作用，常有種種物質連續消費，故必須選擇營養豐富的食品來補充，食品中的營養素能配合適宜，無過不及，那麼對於身體方為有益。

54. 食品怎樣配合呢？

每餐食品的配合，除以米麥為主要食物外，者饌應葷素並列；這樣可以使蛋白質、脂肪、碳水化合物、鹽類和各種生活素分配得宜了。

四 發育要素的研究

55. 食物為甚麼要選擇？

人們疾病的原因，從食物中得來的要佔最大多數，像已經腐敗的，不容易消化的，未經煮熟的，含有毒汁的，附着病菌的黴鼠吃過的食物，不去選擇，胡亂吃下去，就要發生健康上的危險。

56. 食物的分量怎樣？

人們食物的分量，人各不同，大都照着年齡職業，氣候和健康的程度增減；普通老人和女子食量小些，壯年和勞動的人，食量要比一般人大多些，夏天少些；冬天多些，

57. 怎樣的食物方合衛生?

選取新鮮食物，洗滌清潔，煮熟透，煮就後用紗網器具遮蓋，不使蠅鼠接近。最好行分食法。

58. 空氣有甚麼效用?

能使人們洗滌肺臟，澄清血液，醫治慢性病，掃除污濁，保持體溫。

59. 日光有甚麼效用?

能幫助生物成長發育，有殺菌消毒能力，促進人體的新陳代謝。

60. 新鮮空氣怎樣能清潔血液?

吸入適量的氧，供給人們洗滌肺臟澄清血液，新鮮空氣中多氧，故能清潔血液。

61. 人們缺少了日光和空氣要受到甚麼影響?

身體衰弱，不能維持生活。

62. 裸身生活有甚麼效益?

能使日光和空氣直接與皮膚接觸，殺滅附着於皮膚上的細菌，洗滌毛孔中的污濁空氣，足以增進人體的健康。

63. 爲甚麼需要休息?

人們的精力有限，工作以後，不得不繼以休息，因爲休息可以增進精神的舒暢，恢復身體的疲勞，把各種使用疲勞的器管，回復原狀，準備繼續工作。

64. 怎樣才有適當的休息?

適當的娛樂，笑和靜坐。每天最好大笑三次，或養成靜坐習慣以恢復疲勞，增進健康。

65. 爲甚麼要睡眠?

睡眠是人們每天不可少的休息，恢復疲勞，調養精神爲保持健康上重要的一件事。

66. 睡眠有什麼益處?

睡眠後有幾個很有利益的現象：一。心肺和其他器官終夜動作，徐徐移去晝間積在細胞中的廢物；二。恢復腦細胞使牠感應敏銳；三。貯蓄豐富的物質在細胞中，供給日間應用；四。革新各器官的組織等。

五 神經和腦的衛生研究

67. 神經系有甚麼作用?

神經系的作用，能够使全身的肌肉運動，眼，耳，鼻，舌，皮膚等起感覺。

68. 甚麼叫神經系？

神經系是合腦髓脊髓和多數的神經組成的，管身體全部的統一機關。

69. 甚麼是神經中樞？

腦髓脊髓是神經的中樞，管全身肌肉的運動。

70. 甚麼是神經末梢？

由腦脊髓分佈在肌肉或感官的神經末梢，是管理眼耳鼻舌皮膚的感覺。

71. 腦髓是什麼？

(一) 大腦是精神作用的最高機關。

(二) 小腦調節隨意肌的運動。

(三) 延髓管內臟諸部的知覺運動。

72. 全身神經可分幾種？

(一) 知覺神經：傳感官的刺激到中樞。

(二) 運動神經：傳中樞的命令到肌肉。

(三) 交感神經：專管內臟及血管的不隨意運動。

73. 神經是怎樣組成的？

神經是由神經細胞和神經纖維兩部聯合而成的。

74. 腦和脊髓怎樣構造的？

腦髓外面包裹着三層腦膜含有血管和一種血液，所以營養和保護腦髓，大腦的內部是白質外部是灰白質，也叫做皮質，上面有許多皺皺，皺皺愈多，知識也愈多；小腦也和大腦一樣，但是白質的部份，都深入灰白質內，分歧成樹枝狀；延髓脊髓外面也有三層膜質包着，中間白質在外層，灰白質在內層和腦髓是相反的。

75. 全身的神經怎樣分佈？

腦神經十二對分佈在頭部面部腸胃等處；脊髓神經三十一對分佈在頸幹四肢等處；交感神經有許多神經節連續成鏈狀；末梢神經，分佈在內臟及血管。

76. 要使腦的作用靈敏，有甚麼方法？

要使腦力充足，思想靈敏，應當把腦力常加練習，凡常用腦力的人他的記憶力和推想力，都比常人發達，應付外界的事物，表現內心的思想，都比常人靈活。

77. 腦髓應該怎樣保護？

精神和平，為保護腦力的好方法，時常動怒，血液流集腦中，是最容易傷腦的；用腦過度，或致血管爆裂，發生腦充血；烟酒都是毒藥的東西，必須避

去；猛烈的日光，直射頭部，也要傷腦的，所以外出要帶帽子或張傘。

78. 腦髓應該怎樣休養？

要有休息，談笑，散步和適量的睡眠。

六 排泄器衛生的研究

79. 排泄器怎樣構造的？

腎臟排泄尿液，為排泄器中主要部份，位在腹腔的後部，居於脊柱的兩側，外形像蠶豆，作赤褐色，左右成對，內向的凹陷部叫做腎門，血管和輸尿管都從這裏經過，輸尿管初似漏斗，漸次縮成管狀沿脊柱兩側而下，斜入膀胱的下壁開口於其中。膀胱為平滑筋所成，富有彈性，下部的中央，開一小孔，通於尿道，有輪狀的括約筋為之界限。

80. 排泄器有甚麼功能？

腎動脈內血液流入腎臟的時候，經過馬爾堡氏囊內的微血管球，就把血漿中的水份和一部份溶解的鹽類滲透微血管壁而出，初入馬爾堡氏囊的小腔，繼由腎盂流進輸尿管，這時管壁的肌肉起蠕動作用，逐漸收縮，壓迫尿液，使向下行送入膀胱，膀胱充滿尿液時，括約肌弛緩，肌肉壁起收縮，尿就由尿道排出體外，這是腎臟的排泄作用。此外像皮膚的發汗，肝臟的製造尿素，也都負着排泄的工作。

81. 廢物留在體內有怎樣的害處？

人之生存全以吸收和排泄來維持，倘使體內的廢物，不能排泄出來，多多留在體內；就要起疾病。

82. 冷天為甚麼排尿量較熱天為多？

體內廢物的排泄一部份取道皮膚，天熱時發生多量的汗液，就是代替腎臟的排泄尿液，到了冷天，汗液減少，自然排泄量要加多了。

83. 排泄器不健全，為甚麼要影響到全身的營養？

排泄部都屬身體中的廢物，排泄器不健全，廢物就不能充暢排出，留在血中，全身各器管受到阻礙，而全身的營養就要感受影響。

84. 怎樣保健排泄器，

注意皮膚清潔，時加鍛鍊，注意氣溫和食物，確守皮膚和腎臟的衛生。

85. 排泄器病有那幾種？

有腎臟炎，結石病，糖尿病等。

86. 刺激性飲食為甚麼能夠使排泄器受到影響？

吃了刺激性的食物和香辛料興奮劑等，容易使腎臟受傷，要起排尿不良

症，體內的水分、尿素、尿酸等廢物不能排出，就要引起皮膚浮腫和關節疼痛等病。

七 吸收作用和消耗補償方法的研究

87. 人體中的吸收工作怎樣？

食物在各部消化器管中受着種種變化後，有用的滋養物質，都成爲液體，由微血管攝進血液系統裏去供給各組織的營養。這種現象，就叫做吸收作用。

88. 甚麼叫做吸收系統？

專營吸收作用的系統，叫做吸收系統，是由淋巴毛細管，淋巴管，淋巴腺和兩個淋巴幹所組成的。

89. 吸收現象是怎樣的？

成液狀的食物能經消化管各部份的黏膜，並經毛細管的薄壁，而成血漿的一部，或由壁管吸入，或爲滲透。吸收量最大的是小腸，主吸收水與鹽類，而水鹽及一部之糖與百布頓（蛋白質）則爲胃所吸收，此外口及食管，亦能吸收少許之水鹽及糖於血液中。

90. 吸收作用的順序怎樣？

由乳糜聚集在淋巴管，淋巴管呈現瘤狀，把乳糜向淋巴腺中推進，直把養分吸取交給血管系統接受後，方始結束牠的工作。

91. 那幾種滋養質被吸收的？

各種滋養質由各部分吸收，像小腸的絨毛吸收脂肪和蛋白質；絨毛內的毛細管吸收水和鹽類；腸的毛細管，吸收含水碳素等。

92. 人體中那幾種是必需的元素？

氧、氫、碳、氮爲人體中的四要素。這四要素最好多多吸收以增進營養的機能。

93. 身體上有那幾個是消耗要素的途徑？

身體上消耗要素的途徑有三：一是肺臟的消耗，肺臟時刻營其呼吸，把水和碳氧消失了許多；二是皮膚的消耗，皮膚孔的排泄物俗名叫汗，此中有一部分是水；少量的無機鹽類和些許的碳氧消失。三是腎臟的消耗，腎臟因爲排尿，消失着大部份的水和多量的尿素。

94. 怎樣補償消耗的物質？

氧、氮兩素是取價於空氣、飲料、和含於食物內的水分；碳、氮兩素，則取價於有機食物。

八 眼病治療和日常衛生方法的研究

95. 人們眼內吹入了烟煤塵埃等物後要引起甚麼病?

引起赤眼砂眼等眼病。

96. 烟煤塵埃等吹入眼中,爲甚麼要引起眼病?

因爲烟煤塵埃中,附有微生物,結膜上受到刺激,就要發病。

97. 砂眼和赤眼有甚麼分別?

砂眼是結膜炎中最厲害的一種,赤眼較輕。

98. 公共的手巾爲什麼不可以擦?

因爲容易傳染砂眼。

99. 赤眼的病象怎樣?

赤眼又名結膜炎,結膜受了烟煤或塵埃或細菌等的刺激就要發生炎症,同時微血管充血,所以有發赤腫脹,疼痛畏光,和淚液分泌加多等症狀。

100. 砂眼的症象怎樣的?

砂眼是眼病中傳染最厲害的,在結膜上發生許多小顆粒,所以又叫顆粒性結膜炎,尋常症狀,畏光流淚,起一種澀滯的感覺,以後上眼瞼下垂,睫毛倒生,輕則減低目力,重則失明。

101. 赤眼砂眼怎樣預防和治療?

赤眼砂眼的預防方法,不外乎使眼球清潔謹避塵埃煤灰等吹入眼內,不擦公用的手巾,每天用百分之二的硼酸水洗眼。已患赤眼,應當避去強光,用硼酸水冷卷眼部,眼內點五百倍的硫酸鋅溶液;砂眼可點五百倍的确酸銀水,或用手術壓去結膜內的顆粒,一面防牠傳染。

102. 近視眼怎樣成功的?

近視眼是一種普通的眼病,眼球的水晶體太凸,或和網膜距離太遠,遠處射來的影像,不映在網膜上面,却映在網膜的前面,因此看東西的時候,必須湊近些,才能够清楚。成功近視眼的原因,大概是讀書,寫字或工作時光線動搖或不足,或和眼睛接近的緣故。

103. 遠視眼是怎樣成功的?

遠視眼和近視眼是相反的一種眼病。眼球的水晶體太扁或和網膜距離太近,外界的影像,也不映在網膜上面却映在網膜的後方,因此看東西的時候,必須遠些才能清楚,老年人的眼睛,都屬這種。

104. 近視眼和遠視眼用甚麼方法去矯正?

配用合度的眼鏡,使物體的影像,恰正在網膜上面。

105. 看書時的衛生，應當怎樣？

身體各部自然而正直，書和眼的距離適當，相當時間休息片刻，微弱閃動的光下不看細小的字跡，紙張薄而有光的書少看。

106. 工作的姿勢和光線對於健康有甚麼關係？

工作時要注意到姿勢和光線，因為姿勢不正確，光線不充足，易患駝背近視等病，關係於健康非常重大。所以看書寫字的時候，不但要保持優良姿勢，還要選擇適宜的光線。

107. 採光方法有幾種？

有利用天然的光線和利用燈火的光線兩種，一名天然採光法，一名人工採光法，以自左方採光為宜。

108. 光線太強，有甚麼害處？

光線太強，眼睛能起一種羞明的眼病。

九 幾種急救方法的研究

109. 暈倒的情形怎樣的？

暈倒就是急性腦貧血，因為頭蓋內血液太少的緣故，全身貧血的人最容易起這種病。病起的時候，先感到不安，苦悶，眼前黑暗，耳鳴等症狀，同時肌肉弛緩，脈搏細弱，顏色蒼白，知覺全失，以致跌倒在地上。

110. 暈倒的人用甚麼方法救治？

先使病人仰臥在水平位，頭部低下胸口放些冷水，一面用白蘭地酒向口內徐徐送入，一面施行人工呼吸法，使病人心臟機能得以恢復。

111. 溺死的人怎樣去解救？

先用乾毛巾由下向上搥拭心臟部，並使溺死的人俯臥在地上，小腹部置一枕，將胸部和頭部垂下，用雙手頻頻拍打背部使肺部和胃裏的水流出，然後再行人工呼吸法，蘇醒後給他喝些熱茶或咖啡。

112. 中熱的症狀是怎樣的？

受熱過劇，體溫增高而不能放散，往往眼花頭痛眩暈耳鳴，以致失神暈倒，此時病者皮膚紅熱，脈小聲嘶。

113. 怎樣解救中熱的人？

病者移在涼爽地方，解開衣服，脈前洒冷水，頭部也施冷罨，內服清涼的飲料，使他的體溫發散，自能蘇醒。

114. 怎樣救治灼傷復傷的人？

火傷的程度普通可分一度：第一度皮膚潮紅微腫，第二度發生水泡，第

三度成焦痂，大概火傷面積，達到全身皮膚三分之一，就可致死。

救治的方法：第一度可塗油類，防禦外來的刺激；第二度將傷處消毒後，刺破水泡，吸出內部的液體，撒布防腐藥品，再施乾性綑帶；第三度，照第二度施救外，還要慎防化膿。

115. 怎樣會骨折的？

因為骨中石灰質加多，彈力性減少。容易折斷，或受強大的外力，骨骼不能抵抗，以致折骨。

116. 骨折的治療方法怎樣？

骨折須先將斷端妥為接合，外用夾板或石膏綑帶扎好，靜臥勿動。然後請醫生醫治。

117. 怎樣可以避免骨節脫？

運動勿過限度，留意不要傾跌，撞突。

118. 骨節脫怎樣治療？

用力拉開兩骨，對準位置，裝嵌上去，外施綑帶靜臥。

119. 人工呼吸法的功效怎樣？

能促起肺臟呼吸心臟運動的機能，挽救垂危的生命。

120. 人工呼吸法的方法怎樣？

先將患者解除衣服，仰臥，墊高腰部，拉出舌頭，用力壓迫胸部（呼氣）放鬆壓力（吸氣）如是胸廓開大，空氣得以流入肺內，人能蘇醒了。

121. 怎樣的出血是屬於動脈管的？

血色鮮紅，噴射而出的，是動脈血。

122. 怎樣的出血是屬於靜脈管的？

血色暗赤，平流而出的是靜脈。

123. 怎樣的出血是屬於微血管的？

血量很少，慢慢滲出的，是微血管出血。

124. 怎樣止血？

（一）動脈出血應該立刻遏止，免致失血的危險，出血的部位，若在四肢，可用布條緊紮縛傷口上部，遏止血液的來路，若在頭部不能紮紮的地方，可用手指極力壓迫出血的上部。

（二）靜脈出血的危險比較動脈出血輕些，制止方法要遏止傷口下部。

總之，出血無論大小，不可任其自流，急以手指或布帶按捺傷口，必須立即延醫師療治；在醫師未到前，不可去指或布帶，如感疲勞，可另易一人。

（三）微血管出血，只要用消毒紗布，包裹傷口，或再加些止血藥就好了。

乙 測驗複習題

一 是非法

1. 傳染瘧疾的媒介是甚麼? (蒼蠅)..... ()
2. 痢疾在甚麼時候最容易發生? (夏秋之間)..... ()
3. 人體血液總匯在那裏?(肺)..... ()
4. 血液能够凝固,因為含有甚麼?(纖維素)..... ()
5. 人體失血太多,要患甚麼病?(腦貧血)..... ()
6. 動脈靜脈微血管三種出血,那一種最危險?(動脈)..... ()
7. 砂眼輕者減低目力,重者怎樣?(畏光)..... ()
8. 身體中缺少了生活素要發生甚麼疾病? (軟骨脚氣壞血)..... ()
9. 脂肪比水重還是輕? (重)..... ()
10. 碳水化合物的原素是那幾種?(碳氫氧)..... ()
11. 防止傳染病最好的方法是甚麼?(分食)..... ()
12. 日光有甚麼能力?(殺菌消毒)..... ()
13. 有人為甚麼營養不良?(因營養素太多)..... ()
14. 暈倒人的面色怎樣?(紅潤)..... ()
15. 人體中吸收能力最大的是甚麼?(乳糜管)..... ()
16. 人體中的要素是那幾種?(氧氫碳氮)..... ()
17. 年長人的骨節為甚麼容易折斷?(石灰質多,缺乏彈力性)..... ()
18. 排泄器中主要的部分是甚麼?(腎臟)..... ()
19. 排泄器除腎臟外還有什麼?(肺臟)..... ()
20. 通常消毒方法有那幾種?(燃燒,煮沸,日光,蒸汽消毒)..... ()
21. 嗜好品中大都含有什麼?(毒質)..... ()
22. 肌肉能够運動,眼耳鼻舌皮膚等能够感覺,是甚麼作用?
(神經系)..... ()
23. 那一部受傷,立即致命? (大腦)..... ()
24. 神經細胞多半是甚麼形狀?(星芒形)..... ()
25. 常用腦者記憶推想力怎樣?(發達)..... ()
26. 治療癲瘋病,應用甚麼藥劑? (大楓子油)..... ()
27. 調節隨意的運動的是甚麼?(大腦)..... ()
28. 神經作用的最高機關是甚麼?(大腦)..... ()

29. 腦神經有幾對?(廿四對)..... ()
30. 腎臟的位置在那一部?(腰部)..... ()

二 填充法

1. 血液內含_____和_____。
2. 瘧疾孢子蟲先寄生在_____然後傳入人體。
3. 貧血的原因有,_____,_____,_____三種。
4. 一個健全的心臟每分鐘收縮_____次。
5. 赤血球中的血色素,含有_____,能够吸收_____。
6. 淋巴腺能產生_____,並能抵抗_____。
7. 出血有_____,_____,_____三種。
8. 眼睛中受了_____或_____的刺激就要發生赤眼,
9. 近視眼應配_____度玻璃片。
10. 血液從心臟射出,經過_____,_____,_____,回到心臟叫大循環。
11. 蛋白質含在卵白中的叫_____。
12. 脂肪能發生1._____. 2._____. 3._____。
13. 水在人體內能够_____固形食物,使易於下嚥。
14. 糖能_____促進食慾。
15. 老年人和女子食量_____。
16. 人們的食量冬天_____,夏天_____。
17. 休息可以1._____. 2._____。
18. 睡眠後有利的現象1._____. 2._____. 3._____. 4._____。
19. 小腸的絨毛吸收_____。
20. 腸的毛細管吸收_____。
21. 暈倒的緣故因為_____內血液太少。
22. 傳染病的防止法有三種,1._____. 2._____. 3._____。
23. 腎臟的機能有了障礙能致_____。
24. 腎臟的顏色是_____。
25. 傳染病人最好和他_____。
26. 運動的分量_____。
27. 保護腎臟的健全應當1._____. 2._____. 3._____。
28. 腦髓分_____,_____,_____三部。
29. 脊髓除了傳達知覺和命令外,還有_____作用和_____作用。

35. 神經系是由_____和_____聯合而成的。
31. 大腦的內部是_____，外部是_____。
32. 傷腦的事情有_____和_____及_____四項。
33. 瘋病起初時四肢上發現的斑點，四週緣有_____的。
34. 第二種生活素能够防止_____。
35. 含蛋白質最多的食物是_____。
36. 人體中水的分量約佔_____。
37. 碳水化合物原素是_____。
38. 選擇食品要_____。
39. 最是簡而易行的休息方法是_____。
40. 急性腦貧血要_____。

答 案

- 是非法 1. (-) 2. (+) 3. (-) 4. (+) 5. (-) 6. (+) 7. (-) 8. (+)
 9. (-) 10. (+) 11. (+) 12. (+) 13. (-) 14. (-) 15. (+) 16. (+) 17. (+)
 18. (+) 19. (-) 20. (+) 21. (-) 22. (+) 23. (-) 24. (+) 25. (+) 26. (+)
 27. (-) 28. (+) 29. (-) 30. (+)

- 填充法 1. (血漿, 血球) 2. (瘧蚊體內) 3. (失血太多, 製造血球的器管發生障礙, 營養不良) 4. (七十二) 5. (鐵質, 氧) 6. (淋巴球, 外來的病菌,) 7. (靜脈出血, 靜脈出血, 微血管出血) 8. (煤烟塵埃, 細菌,) 9. (凹) 10. (大動脈, 微血管, 大靜脈) 11. (卵白素) 12. (熱和力, 潤澤皮膚, 保護骨骼和內臟) 13. (濡濕或分解) 14. (刺激消化器管) 15. (小些) 16. (多些, 少些) 17. (增進精神的舒暢, 恢復身體的疲勞) 18. (一. 心肺和其他器管動作移去廢物; 二. 恢復腦細胞; 三. 貯蓄豐富物質在細胞中; 四. 革新各器管組織。) 19. (脂肪和蛋白質) 20. (含水碳素) 21. (頭蓋) 22. (一. 隔離法; 二. 消毒法; 三. 免疫法) 23. (關節疼痛) 24. (赤褐色) 25. (隔離) 26. (不可過多) 27. (一. 注意飲食物; 二. 注意氣候; 三. 確守皮膚和腎臟的衛生) 28. (大腦, 小腦, 延髓) 29. (反射, 自動) 30. (神經細胞, 神經纖維) 31. (白質, 灰白質) 32. (時常動怒, 用腦過度, 烟酒, 日光直射頭部) 33. (深紅邊) 34. (狀氣病) 35. (卵類) 36. (四分之一) 37. (碳氣) 38. (新鮮清潔) 39. (笑和靜坐) 40. (暈倒)

