

年

卷

期

4

8

第

第

中華民國九年九月八日

510

雜誌

中華康健會出版

第四卷第八期

第四十期

國立北平圖書館藏

虎標永安堂上海分行

號五九五路波海界租共公



時搽口鼻
可防傳染

急救扶危
回生起死

虎標萬金油

此油一滴，價值萬金，急救扶危，回生起死，四時固宜常備，夏令尤須多藏，濟人利己，兩得其益，茲將主治各症，及用法列下，

手足抽筋

霍亂吐瀉

中暑中疫

四肢厥冷

蕩螺惡痧

絞腸痧痧

積食吐瀉

冷熱肚痛

一切急症

一切惡痧

以此油重約五分，開水服下。（重症酌加），外搽鼻孔兩額手足等處。五分鐘見功，半點鐘全愈！

頭昏眼花

手足酸痛

山嵐瘴氣

悶船怕車

蟲獸咬傷

水火燙傷

刀傷物傷

疝氣偏墜

新舊疥癬

脚指癢

以此油搽患處，每二點鐘一次。立見神效！此油治家畜瘟疫亦極靈驗，以油包菜葉，使其服下，外搽耳鼻等處，無論如何重險，立可平安！

海

五

耀昌醫療器械

冊註



府國



吾國各醫雖
 多所用器械
 昔賴於舶來
 金錢外溢莫
 可數計歟
 為挽回利權
 起見特聘各
 師仿洋監製
 發行以來荷
 蒙醫界贊許
 茲再精益求精
 以副
 惠顧之雅意
 凡我國人定
 可樂於採用
 也

電話三四四三六號

地址 派克路 中



第四卷第八期次目

中華民國二十五年八月十五日發行

報紙附刊式的醫藥廣告.....竹崖.....一

青年與健康問題.....鍾鶴年.....二

疫痢的預防常識.....何卓.....五

女性刺戟素分泌異常性不妊症.....鄒星如.....八

家庭常識簡易消毒法.....陳維寶.....一二

蔬菜在醫藥上之功效.....毛善民.....一五

一個醜婦人愛的成功.....平甫譚.....一七

夏夜安眠法.....銑梅.....二〇

夏日飲水問題之研究.....董君伯.....二三

平民化的「獨睡賜保命」.....息微.....二五

驅除蚊蠅的方法.....侯錫爵.....二七

家庭自療分類驗方集.....萍風.....二三



第四卷第八期目次

中華民國二十五年八月十五日發行

結婚的衛生

管思九：三六

國產新藥彙編

洪貫之：三九

詩壇

丁瑞侯等：四一

海天奇遇(小說續)

武幼如：四二

特載(一)全國青年實施強迫體育

編者：四六

(二)第十一屆世界運動會之種種

編者：四六

康健消息

編者：四八

康健顧問

牟鴻燊醫師：五〇

最近全國出版康健新書報目錄

編者：五四

插

(一)游泳之種種

圖

(二)發泡戒煙之程序

牌命長

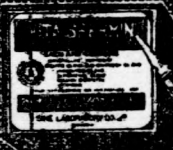
維他賜保命

補針
丸

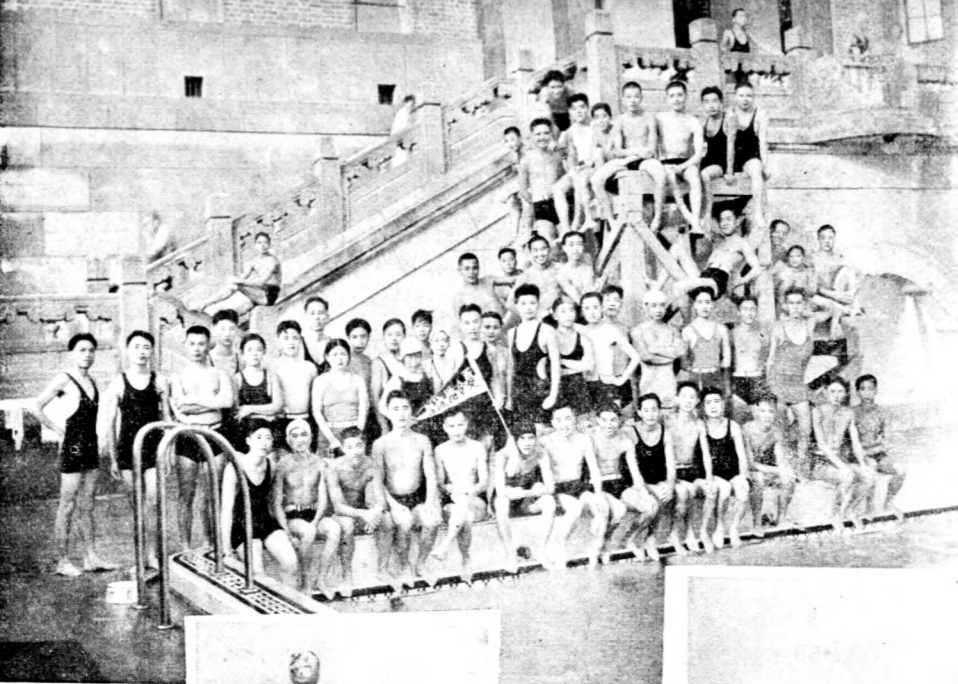
本品係以標準九十字形內含素
結晶(即信誼賜保命)女性用
者用卵巢液胞內泌素結晶(即
信誼賜保命)及乙種維他命結晶
體複合精製而成功能督促身體中
全部細胞之活動與新陳代謝及增
加氣化作用並維持血液中之鹼性
使為常度抵抗外來病菌防止一切
自己中毒因之各部器官皆藉以促
進其機能足以却病而延年其靈效
之卓異實遠勝一切舶來之品冬令
服用尤為獨一無二之壯補聖劑

各大藥房均有出售

治主女男
神經衰弱 未老先衰 腰痛背痠
腎虧遺精 腦弱失眠 糖尿軟骨
肺病貧血 胃呆便秘 經水不調
白帶宮冷 產後病後 戒除鴉片



製監廠藥製學化誼信號廿路南斯馬海上



→大公報館丁君
君浴於高橋浴場之
攝影

→浦東高橋海濱浴場
之蒙古包 丁君獨攝
↑首都夏令游泳隊於
七月二十八日在中央
游泳池舉行成立大會
之影 千秋攝影社攝



↑杭州夏令
令康樂會
開幕時游
泳池旁之
黃主席男
女公子及
姪女公子
合影
劉子潤攝



↑歡迎
出世會之
表

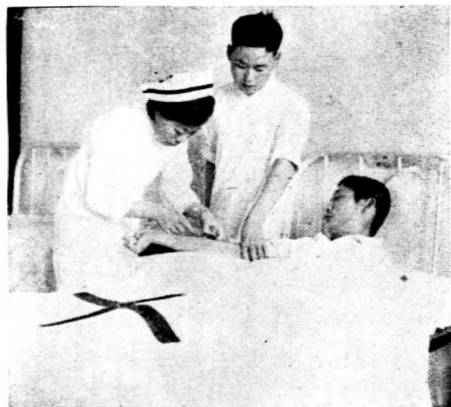




(四) 貼斑毛膏於胸部



(一) 醫師初步檢查之情形



(五) 抽取血清之情形



(二) 給煙民以代癮品



(六) 注射抽出血清於煙民臀部



(三) 煙民胸部消毒之情形

補使萌

補使萌 補針為賀爾賜保命 與蛋黃素混合注
 射液，肌肉注射，絕無疼痛，含卵巢製劑，與口
 含牛奶蛋白質等用特種方法製成之粉劑，極易服用。

主治 神經衰弱，精神不振，病後體弱，面黃
 肌瘦，性官衰時，補助營養，用之，尤具偉效

補針 每盒五支 每支十公分
 補粉 每盒十二支 每支十公分



上海新亞藥廠製造

各大藥房均有出售

健康書局出版

健康叢書第一輯

七月底
各書出
齊

全書十冊 實價七角 特價一元八角九分 郵費五分 八月底截止

經濟的健康

陳振民著
實價四角

本書者本其平日的心得，參攷我國的狀況，由衣食住行運五方面介紹健康的方法，而且處處顯到經濟的節省，諳如金石，方法易行。語用白話體，插圖甚多，尤足引起讀者的興趣。

淋病之正確療法

牟鴻聲著
實價三角五分

淋病為著名難治之症，其痛苦之長慢性，與妨礙性交，毒害子嗣，更甚於梅毒及肺癆，本書者幸鴻鳴醫師，夙擅治療淋病之術。更參以他日各國之最新療法與平日臨床之心得，完成此書，以暢達之文筆，與精美之插圖，足使病者瞭然病狀之深淺及治法之顛末。

初產安全之指導

姚蓬心譯著
實價四角五分

妊娠，分娩，育兒，為婦人獨有之三大任務，欲順利完成之，使母子皆達於健康之域，非平昔擁有充分之智識不為功。此書為日本醫師高橋政秀之名著，於生殖期間之開始，迄於初生兒之撫育法，逐期敘述應有的知識及預防治療諸法，精詳美備，五年之中再版三十餘次，其價值可知。譯姚蓬心先生譯著，並增加兩圖多幅。凡新婚婦人及妊婦等皆不可不手此一書。

養生導引術

陳師誠著
實價二角

導引之術，出於道家，其增氣補血而延年之效，遠非一切靜坐法所能企及。陳師誠先生以十餘年身體力行之經驗，公開於世，說理透澈，示範明確，誠指示康強唯一之大道也。

熱力療病法

馬平甫編
實價一角五分

藥物治病，或達於腦髓，或行於血液，欲求四肢百骸皮膚孔竅，立即暢通而且決無其他作用者，惟有熱力治病而已。此書採諸美國最新之學說，分二篇，一為汽熱治病，一為電熱治病，讀之可以明瞭今日新療法之趨勢。

肺病療養新法集

郭人曠等著
實價四角

肺病者重於天然療養及自己的攝生，這在一切醫師之上，已為一般醫界所公認。此書係集各大名醫師關於肺病療養與預防攝生諸學說，使讀者深悉肺病之養生與利用大自然與人工之療法，並增其與病奮鬥之觀念。

血液型與民族性

姚蓬心著
實價二角

血液型在生理上的重要，可以明瞭個人的性情，遇有危症輸血時，又可知何型可用，何型不可用，所以歐美及日本各國，大都於平日驗定各個人血液型，而於軍人尤為注重。本書詳列血液型與民族的關係，及驗取血液的方法，且藉此可得血液型一切的常識。

國術初階

卜人杰著
實價二角

國術為省錢者時省地之體育，為人必備之常識，尤其在初學時期必須明瞭其源委洞悉其功能開熟初步技術，然後可獲得堅固之基礎而逐漸達於登峯造極之地步。本書之名初階，即取義於此。

男子健美體操集

馬濟翰等著
實價二角

此書彙集費時甚少而收效甚大之體操多種，皆為現代之最新發明，而合於生理之發育，與肌肉筋骨之鍛鍊者。其中如通用醫學的體操。足以治療疾病；G形背骨體操，足使脊柱彎曲者改正；均有矯正姿勢，促進健康之效能。各法多繫以圖，敘述條達，讀者皆可按圖練習之。

女子健美體操集

馬濟翰等著
實價一角五分

肌肉豐潤，容光煥發，此為女子康強之表示，亦即女子之真美，而欲達到此目的，必於體育中求之。本書所選歐美各國最新發明的體操數種，有適於少年婦女者，有適於中年婦女者，皆為駐顏之說訣，增美之奇方，至於身體康健，自不待言，但能恆心練習，立可獲得美滿之奇效。



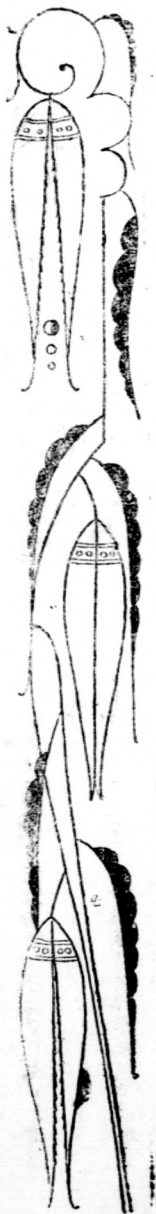
報紙附刊式的醫藥廣告竹崖

醫藥附刊式的廣告，在上海所謂大報上是日益盛行；滿紙下疳、梅毒、淋濁、白帶、弄堂裏小便處的牆壁上的廣告，無不淋漓盡致，這可算是自有報紙以來的奇觀！

向來報紙上所附的醫刊，照例都是專家主持，負有啓迪社會的任務，現在却給廣告利用了。一般不知內情的人，仍當它是專門醫生所著的附刊，而不知道是非正式的藥商和醫生所登的廣告，在非正式的藥商推廣銷路，固不足責，獨是報館主人奈何允許他人以假冒附刊的形式以登廣告，使與真正的醫藥特刊魚目混珠，即是使一般人民易於上當，真是可惜。

最近教授跳舞的場所用某某跳舞學校的名稱大登廣告，經市教育局命令禁止，都遵辦了。用報紙附刊的形式來登醫藥廣告，我想這情節不比跳舞場所用學校二字為輕，本市的衛生當局以及中央的衛生主管官署，似乎也應該取締。不必禁止其登廣告，祇禁其假冒附刊的形式，人們便不致受愚了。

此外醫師公會為顧全整個醫藥界之信譽起見，也應該盡其全力，使此種廣告早日絕跡才是！



青年與健康問題

鍾鶴年

緒言

西諺云：「健全的人格，寓於健全的體魄中。」反轉來說，假若身體不健康，就沒有完全的人格了。何況我們青年，從生理上講，正當年富力強的時候，比如草木之欣欣向榮，應該有強健的體魄和活潑的精神。從責任上講，人類是新陳代謝的，年老的慢慢地退休下去，國家社會未來的責任，都在今日青年的肩膀上，倘使委頓纖弱，怎能夠任重而致遠呢？青年啊！你將來做政治家，應該百折不回，貫徹你的主張，將來做軍人，應該戮力疆場，不稍退縮，將來做實業家，須有冒險的精神，能夠乘風破浪，制勝萬里之外，以及將來做……都應該有不灰心不屈服的心理。這種精神，這種毅力，不是強健有為的青年，能夠做得

到嗎？

我國向來對於青年的體質，不大注意，執矜子弟和白面書生，逼於國內，而面紅體壯，威武稜人的，竟似鳳毛麟角，所以民族不振，國力日微，皆坐此故。青年體質既弱，又兼不講衛生，涉酒於烟賭，……所以死亡率日見增高。倘使有精確的統計核算起來，一定可以觸目驚心的。我國今日不欲圖強則已，否則不可不及早注意國民的健康問題。改造萎靡的國民性，這正是我們青年的責任。

二 健康的意義

一般人向來把健康和疾病對待，以為身體上沒有疾病，即是健康。健康的意義固這樣的簡單嗎？世界上不病的人當然居大多數，而身體未必都是健康的，所以健康的涵

義，不但是不生病，並且應有健全的體魄，強旺的精神，一方面可以享受生活的樂趣，一方面有建設事業的力量。

人生幸福的大小，視精力的強弱為衡。欲享一日的幸福，不可不盡一日的勞動，欲享一生的幸福，不可不去終身的勞動。人生無時不在努力奮鬥的生涯中，惟精力強盛的人，方能戰勝一切的逆境，而獲得最高的幸福。古來的英雄豪傑都有過人的精力，故有過人的事業。俗語說：「一分精力一分福。」精神都從健康中來的，因為有強健的體魄，方能勞動和奮鬥呢。

三 不健康的原因

不健康的原因很多，大概說起來，可別為三大類：一、遺傳（生物的），二、環境（生理和社會的），三、個人（個體的自制力）。

一、遺傳——遺傳影響於人生體質之大，這是大家都知道的。例如某種族的體質，易於感受某種的疾病，某種族的人，比較的早老，這是一般的遺傳現象。又如某人先天不足，某人生而白癡或色盲等，這是個體的遺傳現象。

康克林說：「無論什麼有機體，從胚胎以至最末期的

長成，總是一個細胞的演化。胎變為卵，卵變為鳥，形體雖然不同，但仍是同一個有機體。人類也未常不如此，成人的特質，即是細胞原來的特質，這種特質，只有演進，而不能由外面授與。」這是證明遺傳的勢力是很大的。

不過社會愈進化，人體愈嬌養，則抵抗能力也愈弱。而體質脆弱的結果，所生子女也不甚壯健，在富貴的家庭中尤為顯著，青年男女多半是蒲柳之質，絕無桓武之態，不耐辛苦，不肯冒險，祇知安逸享樂，所以他們佔的地位雖好，受教育的機會雖多，而往往沒有什麼成就，反不如體質較強而剋實耐勞的貧苦青年為有望。這就是遺傳上的缺憾所致。

至於胎毒最利害的，莫如惡疾的遺傳，父母患精神病和花柳病的，往往遺傳及於子孫。如白癡、癩病、淋菌眼炎等，所以花柳病等，不但是社會上的大敵，也是民族衰敗的禍源，倘不急起補救，則人類的將來，很可憂慮的。

二、環境——遺傳是先天的，環境是後天的。人類是從各種環境裏長大的，所以環境影響之大也不減於遺傳。遺傳很好的，往往因環境不佳而漸漸地墮落了，遺傳較劣的也可以環境來補救。況且父母有良好的環境，子女才有

良好的遺傳，兩者實有互相關係的。目下我國青年界衰頹的景象，可說一大半是環境所造成的。

環境足以妨礙健康的，第一種是不好的風俗習慣。自從都會發達，人口的增加，可謂一日千里。但數十萬以至數百萬人攢集在一個城市裏，既沒有良好的空氣，又沒有寬敞的居處，於衛生條件上，已覺欠缺得很。加之青年是最歡喜浪漫生涯的，所以各種惡風俗，壞習慣極容易傳染，於是健康和道德就一同墮落了。

三、個人——遺傳和環境固然足以影響健康，但身心的涵養和抵抗外界的惡習，究竟在乎各個人自己的力量。比如兩個人遺傳和環境都差不多的，而健康的程度未必一樣，這就因為他們個性不同的緣故，也許甲是喜歡自己鍛鍊身體的，而乙則自己斃傷的，結果就差得遠了。斃傷的方法甚多，除烟酒賭博之外，或者飲食不時，或者色慾過度，以致釀成胃腸病或虛癆症，這是社會上所常見的。總之，健康與否，一半是遺傳和環境之影響，一半在個人自制力的強弱。

四 增進健康的方策

一、優種——若要促進一般青年的健康，非勵行人種

淘汰不可。優種的學說應該積極宣傳，使一般青年都知道生物學上遺傳的重要，保留良種和取締劣種是人們無上的責任。久而久之，則一般強壯的青年對於體弱和患病的人，自然發生嫌惡的心理，而不和他們戀愛或結婚了。比如當初美洲開闢未久，白人和黑人結婚的很多，後來美國人勵行種族教育，限制民族的婚姻，以迄現在，則白黑聯姻的，真是絕無僅見了。我們倘使宣傳優種學說，也未始不能得到滿意的結果的。

二、立法——一切自然界的現象，比如嚴寒，酷暑，土地礮瘠和螢烟瘴癘等，都足以妨礙人類的健康，但這是立法所無能為力的。至於社會現象，如風俗習慣，職業狀況及公衆衛生等，則當然可以立法來改良的。凡不合衛生的工廠和商店，都在取締之列，其他如檢查住房的衛生，檢驗食料和飲料，規定工作時間，設備公衆娛樂的運動場所，也是都會當局的責任。總之，立法是公衆幸福的保障，道德的制裁力有時而窮，則祇有法律可以挽救了。

以上所說，不過是青年與健康的一個大概，沒有說到的地方，是很多的。



疫病的預防常識

何卓

疫病為孩兒的大敵。在梅雨期最為流行。稍不經心，即有喪失生命之虞。疫病由何而起，如何始可避免其侵襲，實有深加認識的必要。值此疫病跋扈的時期，何卓醫師特撰此文以餉本誌讀者，間接造福兒童，當非淺鮮也。

編者識

疫病的起因

疫病的起因，在醫學上實是一個不易說明的問題。現在祇能在常識的立場上加以說明。

世間的所謂疫病，或起於赤痢菌，或起於柏拉赤痢，柏拉契夫斯菌及大腸菌有時亦能惹起疫病；然起於前二者的，為數最多。故對於疫病首先應該獲得的概念，就是牠是一種傳染病。此等傳染病菌，成人亦可被侵。或由兒童

傳染與成人，或由成人傳染與兒童，類皆有之。不過三歲至五六歲之兒童最易感染，感染後為狀亦最危險；八九歲至十一二歲之兒童感染疫病時亦然，往往身發高熱，嘔吐不止，面色蒼白，胸口閉悶，乃至譫言囈語，心臟急激衰弱，於

一二日內而喪失生命！

就普通情形說，三四歲的兒童初罹疫病時，大多身體突發高熱，繼起痙攣。小於三四歲的哺乳兒，如係純粹以母乳養育的，差不多不會受疫病的感染；但是以人工榮養品養育的，或在需乳期中兼食母乳以外之食品的，罹疫病者為數亦相當的多。一歲以下，十三四歲以上兒童，則差不多絕對不罹疫病。疫病的感染，為什麼限於一定的

年齡的呢？這是和他們的體質大有關係的，所以就是在疫痢以外的病原菌，例如急性肺炎，猩紅熱，麻疹等病原菌初感染時，以及患自家中毒各症及施行外科手術以後等亦會惹起與疫痢完全類似的症狀。故在醫學上特稱此年齡曰「疫痢年齡」。惟有此種疫痢年齡兒童的特種體質，最易惹起疫痢及類似疫痢的症狀。同時疫痢症狀的發生，與氣象亦大有關係——然而與其說是由於夏期的高溫度，母寧說同時與夏期的高溫度更有密切的關係。這是我們只要看每在旱年，疫痢少見，而潮濕地帶，疫痢較多，便可明白的。

疫痢的初期症狀

最要注意的，是最初期的症狀，在發生痙攣，譫語等症狀後，心臟趨於惡劣，治療自感困難。

有的兒童，在晝寢前並無何等異狀，晝寢醒後忽發高熱，痙攣及譫語之症狀，亦隨之而起。夜半或早晨睡醒時，亦有同樣的現象。這却因在熟睡中早經罹病而不之覺罷了。

但是在這嗜眠時期，為治療上最適當的時期。嗜眠是

否為病態，固難斷定，然能同時發見以下各症象，則大體可以推斷其已罹疫痢：

- 一、發熱 熟睡時熱度甚高。
- 二、面色 蒼白或發紅。
- 三、脈搏 健康兒童在睡眠時之脈搏數必較醒覺時為少。感染疫痢後，則睡眠時脈搏數增多。
- 四、食慾 不振。例如早晨食慾如常，中午忽飲食不進，即呵呵入睡。此時最宜注意。
- 五、嘔吐及口渴 嘔吐起於嗜眠時期及痙攣前後者，最宜注意；睡醒好飲，飲後即吐者亦然。
- 六、疲倦 睡眠中或睡醒後，形容疲倦，精神不振者，宜注意。
- 七、頭痛 罹疫痢者，腹痛之前恆起頭痛。

疫痢的下痢症狀

發見以上各症狀後，不久又起下痢者，為初期疫痢之第二步症狀。然在疫痢初期，不能以有無下痢症狀為診斷的標準。蓋此時腸部麻痺，雖起炎症，大便亦未必暢通。所應注意者，為發見前述各症狀時，即應施行灌腸，令其

排便，將所排之便送至醫師檢驗。然便性經時即變，父母應對排出當時的性狀詳加視察，以便報告醫師。尤其便狀粘膩，發見其中帶有血點或血絲時，更宜進而注意有無米粒大的白色物含混其中。此等情形均須一一報告醫師。蓋疫痢為兒科病中極難診斷之一種。上面說過，其他傳染或非傳染病之症狀，亦有完全與疫痢相似者，而治療上差以毫厘，則謬以千里，為父母者切不可自作聰明，藥石亂投，以致誤過治療時期，斷送可愛的小生命。

疫痢之預防

近年疫痢的治愈率，雖見增高，然患者的人數，年各不同，尚無減低的傾向。此由預防不周所致。更因一般人不知疫痢為傳染病，疏於病人與常人之隔離及器具之清潔，一再傳播，便蔓延開來了。

飲食品為一切傳染病的媒介。火又為一切病菌之大敵。故夏期飲食之物，均宜加煮沸始可應用。

生魚、生水、冷飲、冷食最宜禁忌。水果中枇杷，桃子等味厚而果皮易破之物，少食為是。曝於攤頭之香蕉亦不可食。西瓜食之過多亦不妥。

夏期之水果，以橘類，蘋果等皮厚之物為最適宜，如覺不放心，則可連皮用清水加以烹沸，剝皮榨汁而食之。若番薯青菜等直接吸收肥料之物，無論怎樣新鮮，又無論洗滌得怎麼潔淨，亦應加以烹煮，然後可食。

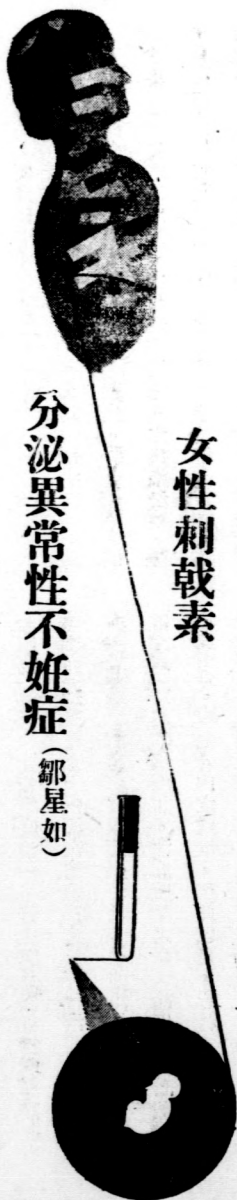
至於用血清注射預防疫痢等傳染病，成效人各不同，此處對此事姑不詳加批評。試觀用種痘法防疫者，尚且結果往往未能防避。此等事實，均係「人工避疫」不可過信之明證。故經過一度防疫注射後，即將一切責任置於注射身上，飲食清潔漫不注意，是實大謬之事！

家庭處置

前面說過，疫痢係一種診斷上極困難之疾患，故發覺有罹疫痢之可疑時，應即延醫診治。惟在醫師未到之前，灌腸處置，（此為家庭惟一可行之處）儘可無所顧慮而行之。蓋疫痢初期，病菌繁殖甚速，施行灌腸，至少可以減殺其勢。灌腸法可用蓖麻子油十格蘭姆；如無大便可用里士靈加水二倍應用。灌腸所下之便，給醫師察看後，應加消毒。家庭分內之處置，至此已足，以後之治療可順從醫師之囑咐而行之。

女性刺激性素

分泌異常性不妊症 (鄒星如)



無論何種動植物，對於繁殖其種族，均有天賦之機能

癆，腎臟炎，重症疾患，神經性疾患等。()

與慾望，人類當然亦不能例外，故男女在結婚後之相當時

(一) 生殖不能 (Impotentia Generandi)

期內，每希望生育，因而民間一般求子觀音，種子秘方，

精液缺如症，精虫缺如症，精液寡少症，精虫運動不活潑

乃應運而生，但根據新醫學理講，不妊為病理之現象，而

症，精虫壞死症。

稱之曰不妊症；反之，在生殖機能完全之男女，則無有不

女性不妊症之原因。

妊者。

(一) 性交不能

細究不妊症之原因，種類繁多，茲就名目約舉例如

甲、外陰部畸形，(發育異常) 陰入口狹窄，處女膜閉

下：

鎖，處女膜節狀，處女膜強韌。

男性不妊症之原因：

乙、外陰部之腫瘤。 丙、象皮病。 丁、膿瘻。

(一) 性交不能 (Impotentia Generandi)

(二) 生殖不能 (受胎不能)

生殖器之畸形，例如假性半陰陽。

甲、着床性原因 (Para Gestationia)。(精虫之通過或

因全身性疾患，而陰莖勃起不能，(如糖尿病，脊髓

受胎卵之着床障礙)，發育異常之疾患，如後膈穹窿部

之發育不良。膿清潔度之不良炎症等。

子宮

先天性子宮頸管閉鎖，後天性子宮頸管閉鎖狹窄，（炎症腐蝕癒者），子宮後屈症，後穹窿部無精液滯留蓄作用。子宮周圍炎，腫瘍糜爛之分泌物，對精虫直接障礙，機能妨礙精虫之進行，子宮內膜增殖症。

輸卵管

輸卵管腹腔端之閉鎖（膿腫水腫血腫），輸卵管粘膜炎之肥大，纖毛之缺如，（炎症之結果）輸卵管周圍之癒着屈曲（炎症），輸卵管之腫瘍，小兒性發育，收縮缺如。

乙、卵子性原因 (Pars Generationis)

卵巢之先天性缺如，卵巢因結核腫瘍等而致實質之破壞。機能之排卵停止，（如 Addison's 病，惡性貧血，白血病。Morphun, alkohol 磷砒等之中毒，萎黃病，精神病等。）

以上僅述其大綱，惟男不妊症，因不在本篇範圍，因不贅述；而女性不妊症之諸原因中，除因炎症性疾患，花柳病，諸腫瘍，結核，貧血，全身疾患，生殖器發育畸形等等外；以性刺激素分泌異常所致者，為臨診上最普遍多

見之症。在輕度者，治癒亦易，但倘不知其病原，而加以相當治療，則許願，求神，積德，行善，仍屬無用。

本症之徵候

性刺激素萎縮分泌減退性不妊症

本症女症之甲狀腺，腦垂體前葉腺，卵巢濾胞腺，均發育不充分，而呈萎縮現象。刺激素之分泌過少，一般呈肥胖狀態。顏面大而短，形似臃腫，口唇與舌，均過肥厚而短，手指亦粗短而肥大，說話之時，期期訥訥，係肥大而短之聲帶。不易使之靈活振動，而尤以運動及急行路之後為易見，鼻根凹陷，眼縫狹小，眼瞼下垂，皮膚都是蒼白乾燥肥厚，鼠蹊部，乳房之下部，上腿之內部等處，易於互相摩擦，有生糜爛，濕疹，及凍瘡之可能，乳房，陰丘，下腹等部，呈肥滿隆起，汗腺，皮脂腺，分泌過甚，因而易生面皰，為美容所忌，皮下組織浮腫而無彈力性，皮膚面觸診溫度甚低，呼吸緩慢，性情感覺，均顯遲鈍，思想呆愚，無思慮，鎮日沉沉，肉體精神，均現麻木不仁之狀態，便秘及肩酸痛，隨之而起，全部生殖器萎縮，卵巢小而硬，原卵胞減少，卵子成熟難，月經常訴不調，落後者多，持續之日數祇有三至四日，普遍多四十日左右

來一次月經，陰毛枯黃稀疏，或竟無陰毛，多呈冷感症，輕者淫性缺乏，無性慾，即性交不感樂趣，重者竟至厭惡性交，如強之行房，則感劇痛，或發痙瘓，在性交之時，因不起快感，而生生殖器之筋不起反射作用，膻膜弛緩，膻道弛廣，因而精液不能保持腔內，隨即漸向外陰部流出，子宮頸管之受精蓋不起吸精作用。其頸腺亦不分泌粘液，不能助精虫之超越頸管而入子宮，即使精虫已入子宮與卵結合，亦因子宮壁堅厚之內膜不適於胚卵之着床發育，而終不能成立妊娠。

性刺戟素狂盛分泌過甚性不妊娠

本症女性之甲狀腺，腦垂體前葉腺，卵巢濾胞腺，均發育狂盛，而分泌之刺戟素過甚，全身脂肪缺乏，身體瘦弱，顏面瘦削，呈嬌艷狀，兩旁之面頰常赤，所謂人面桃花相映紅。皮膚觸診滑潤而充血，肌肉亦瘦削，眼球往往突出，眼縫太大，而口唇則過薄，鼻根過於隆起，手指尖細而長，所謂纖纖玉笋。舌亦過薄，說話時顯現浮快，恰似雀噪。體溫常稍高，呼吸急促，性情緊張，思想聰穎，神經過敏，多愁善感，常時焦躁，每因小故而增煩惱及失眠。其肉體精神，均呈急躁過敏狀態，易於衝動，思想行

動，亦均緊張銳敏。體格聲音，過於嬌婉妖冶。陰毛多而濃黑，性慾強烈亢進，易患色情狂，手淫，臟燥，與巴斯德氏病。月經過多，頻來，且有持續性子宮出血，並多慢性卵巢與子宮之炎症，性交之時，因膻道分泌多量酸性粘液，而將精虫滅殺，況子宮壁剝落容易，即使精虫已與卵孕化，而胚卵亦不易安穩着床，其負保護妊娠重大使命之黃體腺，多發育不良，分泌過少，故終多不妊；間有受孕，亦多流產，妊娠惡阻，腎臟炎，子癇等症。

療法

性刺戟素萎縮分泌減退性不妊娠之療法

本症以人工給與性刺戟素，即刺戟素製劑之療法，為最有效。其他妨肥胖病之脫脂療法，冷感症，除刺戟素療法外，兼用巧妙之暗示療法，禁止粗暴之性交，使其配偶以或種方法引起其萎弱之性慾等。刺戟素療法中，以甲狀腺，腦下垂體腺，卵巢濾胞素之同時混合使用，每易見奇効。甲狀腺製劑起始宜用少量，或混以副甲狀腺製劑。倘起初用大量投與，而現心臟興奮，下痢，鼻炎等症時，則為甲狀腺中毒症之徵象，宜注意。又腺製劑之單獨使用，恆較混合使用之効力遙為減少。在相當之刺戟素療法不奏

効，而無合併其他不妊原因時，常助以人工妊娠術，而能立見奇効，因而受孕者不少。人工妊娠術，在十四世紀時由 Albin 試用於馬，其後十八世紀有試之於魚類犬等，均有良好之成績報告。其試之於人類，實以一七九九年 John Hunter 爲始，後經諸家如 Muller, manou, Sims, Kisch, Furb ingler, Keller, Daderlein, Prochownik mayer, Hirschfeld, 等之先後追試，謂已能得80%之有効結果。

其法命婦人取背位臥，臀部稍高，先以3%之生理食鹽水洗滌道，洗後即與其夫行房。性交後，插入浸於2%之Nat. Bicarb. Loeg 38°C中之子宮鏡開腔道，以浸入上液之已消毒之子宮注射器，吸取後腔穹窿部之精液1cc，立即注入子宮腔管內。如此手術已畢，此後仍取背位，臀部稍高，安臥數時，乃至一日間，此法一次無効，可隔相當時日，再行二三次，一次無効，並非已是失敗，又婦人在洗滌後，應移入臥床上行性交，免致行精液注射後，再行起立就褥。

性刺激素狂盛分泌過甚不妊性症之療法

本療法可以調經法，臭素劑，抗甲狀腺製劑，卵巢黃

體素製劑等等，相互應用。在諸療法施行以後，同時於性交之前，用2%Nat. Bicarb 38°C Loeg 洗滌道，使腔內呈Alkali性，適於精虫之生活，往往能促其妊娠力，得因此一舉而中，實有興味。其他如排卵期性交，亦有効云。據荻野博士之研究，婦人於月經前之12日——17日之間行排卵作用，則於此時性交，每易受孕。

以上僅不妊症之諸原因中之一，倘能以上述之徵象，得確切之診斷，實屬本症，而並無其他不妊原因合併時，常能依上述療法，而助求子心切者達到得子目的。在不孝有三無後爲大之我國，則醫師之功德無量，而紅蛋亦必源源送來矣。

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



家庭常識 簡易消毒法

陳維寶

我們在日常生活中，對於一切疾病，尤其是傳染病都

有設法預防和自衛的必要。不但爲了自己，而且還應該爲了社會一般人而行預防和自衛。要達到這個目的，便不可不對一切病菌及病毒施行徹底的消毒。所謂「消毒」，就是撲滅病原體，即病菌的意思。

消毒方法可分爲兩種：一種是應用各種藥品殺菌的化學方法，一種是利用低溫、乾燥、光線、燒焚、煮沸、蒸汽等的物理方法。茲分述於后。

▲化學消毒法▼

消毒藥品的必要條件有四：一是消毒力強大，二是

無害於人體，三是應用簡便和價格低廉，四是無傷於消毒物件。但是藥品中要條件樣樣齊備，是沒有的，不得已只得視應用場合的不同，採其所長而去其所短。最重要的消

毒藥品有以下六種：

(1) 石炭酸——防疫用石炭酸三%，清水九十七% 其殺菌力甚強，契夫斯菌及化膿菌約在十秒鐘間即可以殺盡。

適宜於以下各物件的消毒：屍體，糞尿，吐瀉物，一切排泄物，看護人的手足，衣類，寢具，各種日常用具，玻璃器具，陶磁器具，五金器具，竹木製品，皮革製品，漆器，橡皮製品，漿糊漆水橡皮膠着的物品，毛皮，象牙，骨角，籠甲，室內各部，船舶，火車，汽車，電車，便所等。

行糞便等排泄物之消毒時，應傾入同容量之上項藥劑攪拌之，放置二小時以上始行遺棄。衣類被褥等之消毒亦應浸漬二小時以上。

(2) 克來沙爾水——克來沙爾皂液三%，清水九十

七%

用途與用法與石炭酸同，使用簡便，在殺滅昆蟲方面說，優於其他一切消毒藥。

(8) 昇汞水——昇汞一、食鹽一、清水千倍；或取昇汞錠一個和水五百cc

消毒力非常強，能在瞬時殺滅各種病菌，價格低廉，無臭氣，是其優點。但因性質猛烈，對飲食器具，玩具等絕對不可使用。又能使金屬腐蝕，故對金屬器亦不可使用。其次，用於一切排泄物的消毒時，宜再加食鹽一%，因不加食鹽，會使蛋白質凝固。此外各點與石炭酸同。

(4) 煨性石灰——每煨性石灰一公斤，加水五百格蘭姆

通常適用於井水，缸水，污水，等的消毒。用量須在被消毒水量的五十分之一之上，初宜攪拌，攪拌後放置十二小時始可應用。排泄物之消毒，須用三十分之一以上，攪拌後放置二小時以上遺棄之。

尚有石灰乳(生石灰二，水八)，克羅爾石灰(克羅爾石灰五，水九十五)與煨性石灰之用途及用法大略相同，茲不贅述。苛性石灰性質較強，然乾燥之處不便應用；石

灰乳乾燥之處亦可應用，惟用量較多耳。

(5) 福爾摩林水——福爾摩林一，水三十四倍用途與石炭酸同，惟須臨時調製。殺菌力極強，五百倍之液(即福爾摩林一，水五百倍)可在數分鐘間殺滅契夫斯菌，化膿菌等；一萬倍之液可以防腐。但能使蛋白質凝固，故不可用於排泄物的消毒。

還有福爾摩林的氣體消毒法，多用於室內消毒，法係先將居室密閉，全室噴灑溫水，或用水蒸汽使室內潤濕，然後用噴霧器、吸入器或氣體發生器將福爾摩林化氣充滿室內。或在福爾摩林中加卡美倫使其化氣亦可。

每一立方公尺之密室，約需福爾摩林五格蘭姆。消毒後之居室，須繼續密閉四小時，始可啓用。

此外，對於衣類，寢具，布匹，毛織物，書畫，皮革類，橡皮製品等亦可施行此種氣體消毒。

(6) 酒精

無水酒精不具消毒作用，五〇%——七〇%之酒精液，則可在五分鐘以內，殺滅契夫斯菌及化膿菌等。用途大抵與石炭酸相同，效力頗大，對於手指等之消毒，尤為適宜。

▲物理消毒法▼

物理消毒法，種類亦甚多，茲舉其主要者如下：

(A) 沈降法 此法用於室內，法甚簡單，即將室之門窗密閉十二小時，讓空氣中之病菌隨塵埃而沈降，然後以清水洗拭全室。

(B) 用克來沙爾，石炭酸水，昇汞水等洗拭。

(C) 肥皂水，蘇打水雖無消毒效力，然能溶解垢污及油質，故用於消毒的準備上，頗有價值，而且便利。

(D) 埋沒法 不潔之物埋入地中。

(E) 曝曬法 日光的直射光綫具有強大的殺菌力，皮革類，書籍，以及其他貴重物品不適宜於其他消毒法者，可用此法。惟不能直達消毒物體之深處是其缺點。

(F) 燒焚法 不潔之物盡量燒焚之。

(G) 煮沸法 用清水或蘇打水煮沸（沸後）半小時，則一切毒菌均可死滅。

(H) 蒸氣消毒法 此法之意義與上法相同，惟需要相當的設備。

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

上海辣斐德路一九三

號

電話 七二八一七號



蔬菜在醫藥上之功效

毛善民

本刊三卷八期，有振民先生「蔬食與衛生」一文，使

吾人讀之，不特知道蔬食有避免疾病之益，且進而能明瞭

避免疾病之原理，兼證實蔬食養分之充足，更大可迷途於

肉食者之覺悟。作者於蔬食一道，亦深感興趣；故於各種

蔬菜之養分與性質，頗注意之。夫蔬食不獨能避免疾病，

兼有療養疾病之醫藥功效。當茲夏令，講求衛生者尤宜知

悉。茲撮近年來經醫家發明證實者十二種臚列於左：

1. 蘿蔔：味甘，微辛；其中含有澱粉消化酵素，能助

澱粉之消化。惟遇高溫時則易散失；故生拌食之，

最足為間接之滋補劑。又若細切成絲，和糖食之，

於咳嗽及喘息大有功效。

2. 菠菜：富含鐵質與石灰質，為貧血者之良食品。患

痔瘡者食之亦有效；并有用之為醒酒劑者。

3. 萵苣及生菜等：富含硫質與磷質，食之，能增

進食慾，清潔血液，滋養神經。惟以生食之效為最

大。又若女人常食之，則能增進乳量。

4. 芹菜：有清香，可調味；食之，能清血液，健腸胃

。其種籽，更有作為健脾之劑者。

5. 甘藍：富含滋養分，石灰質亦多，食之，可增進體

重，助強血液之循環。小孩以及衰老之人，多食甚

佳。

6. 茼蒿：富香味，能增進食慾，患胃病者宜多食，大

有效益；且能去痰及治神經系之各症。

7. 葱及蔥頭：富含硫質，食之，能利便血液之循環

，去感冒，傷風，濕氣等症。兼助消化，增食慾，

助毛髮之生長，強健神經。夏日食之，更能避暑免

疫。

8. 薑：味香而辣，能利便血液之循環，增胃液，助消

化，却感冒，傷風。更可為發汗劑。

9. 莖菜：味芬香，富硫質，能治腳氣，腹痛等症。兼補助消化，便利血液之循環。

10. 蕃茄：富含各種生活素(Vitamin)，對身體健康上，發育上，生殖上等……均有特殊之功效。若製為Sauce 素食，善能助脂肪之消化。

11. 瓜類：冬瓜西瓜等，能清火，助消化，便利排泄，使血液清潔等效。夏天吃西瓜，冬天吃冬瓜等，功能使腎脾清潔。

12. 大蒜：味辛能殺微生物，亦富含生活素及澱粉質，能治腳氣及心臟等症。睡眠前食之，得以防寒，腹痛者，用之與飯共煮食之，有治愈之效。

吾國人民起居行動，往往不合乎衛生，唯飲食則不然，常與衛生方法暗相符合，為今世醫藥家所稱譽。而環考吾國民所常食者，無論城鄉及貧民富戶多數以蔬食為主，

(不過稍有分量程度之差別，)故不特養分豐富，使吾人身

體得充分之發育；又可防免疾病於未然。既罹之疾病，復因蔬食有藥效之蔬菜，於不知不覺中消除之。故吾國民雖有病夫之謬語：然亦能延長迄今而仍足支持。若以人類之

體格別之，要以鄉村中之蔬食者為最多，而體格亦較城市人為好，試觀其終年不喝牛奶，更無從吃鷄，羊，牛肉，而其體骨之堅強，迨為城市中人所望塵莫及。雖鄉村中並無醫院及衛生之設備，而其死亡率，亦比城市為低。至其

占有死亡之大原因，實由於往往非正常蔬食而不足，且常因年歲荒歉，或遭匪患，而流離於四方耳。

在此政府復興農村政策之下，一方將農民設法安定，使其安居樂業，同時將衛生常識與醫院稍為普及，吾人想

信我勵行蔬食之民族將來之死亡率，斷不至比歐美各國為高也。

醇酒菸草，大魚餃肉，均為養生之害！(陶覺)

一個醜婦的成功

Robert A. Cameron 著 平甫譯



爲億兆醜婦放光明
——對億兆麗人進忠言

思慕，愛戀，一種強烈的情感，或一種給對象尊敬，企慕，或希望佔有，及欲增進對方幸福之意念；這種情感與意念，特別是在丈夫與妻子間，情人與愛侶間，最容易充分的表現。這種表現就是標準字典上「愛」的定義。但是每一個人有意地或無意地又能作出一個私人方面的定義來：在希有的對象中，一個真正美麗的女人，在男人的心中，他愛她，他能獲得她，他着實值得驕傲，像他對於能獲得任何尊貴的藝術品一樣。在另一方面，許多美麗的女人，對於她所遇到的，每一男人所給與她的愛，她之對於愛，好像是一種還債似的，在身體上與意識上，只好付出一筆最低限

度的代價，因爲任何情感用得太過，都會損害她的美容的。

至於愛對那醜陋的婦人，所顯現的，是一種全然不同的情緒。她渴望着它，在情感上，她們好像隨處在與那些美麗或比較漂亮的婦人爭勝，她們深知愛是非常的難得，因爲愛河的水，祇源源地向着美麗的女子身上灌輸，而在醜陋的呢，即使偶然浸漸着，只要稍不留心，便會立刻乾涸的。所以她們全部的幸福常在失去的恐怖之中。

我所說的，並非瞎話，因我自己足足有十五年工夫，毫不動搖地愛着一個良好的男人，但是我每一時間深恐失了它，結果是沒有被失去，這是值得欣慰的。我現在來寫我生命與愛的故事，因爲我相信我的情況，可以作爲一般醜陋

女子的標準的。

愛之戀慕，是人類最自然最敏銳之天性之一，何謂自然？因為要賴這方法，自然完成它最高的目的——人類繁殖——，何謂敏銳？因為這是一種隱蔽物，一個婦人要靠它來有意識或無意識地從事於誘惑她自己，關於擇偶的本能及其餘一切性的衝動。

對於身心的痛苦，沒有一種能比上醜陋女子所感受的那樣激烈而淒慘，就是當她看到她那些漂亮的姊妹行在男人身上所發生的力量。

我來從我所受到慘痛的經驗說起：當我在二十歲左右，我被青年男子忽視和不理。從二十五歲至四十歲，我又深深地耽心我的丈夫被美麗婦人所奪去的恐怖之中。現在已經六十歲，我還不明白他為什麼愛我。

從這些年月追溯上去，我心中所充滿着的，是模糊的疑團，可怕的搖惑，殘酷的自身的檢查，及非常熱烈的希望心，我現在幾乎要開心得哭了出來。我過去從沒想到身體健康的效能，而只相信女人所能獲得男人依戀的是在她的面相美。

像我這樣的一隻醜小鴨，甚至現代的任何美的裝飾，

也不能使我成爲一隻天鵝。

我也承認現代的美的專家，能加惠於現代的醜小鴨們，訓練她們不使之搖搖欲跌，潤澤她們的羽毛使之光輝燦爛，用他們專心發明的裝扮使她們矮胖的身體來得柔順化，摩登，麗都；但是殘酷的事實總是存留着，那些可愛的天鵝，總是對她們的模倣者挑戰着。

我在六歲以前，還不知道自己的醜陋，我的母親，稱我爲愛女。我相信我的母親是世界一切真實的根源，所以從沒懷疑到我沒有像她所說的那麼漂亮。

我母死了後，我去與我的姑母同住，她有一個女兒年紀與我相仿。任何人都說，我有這樣的一個家庭寄養，是最幸運沒有了。這個家庭的裝置是美麗的，待人也最厚道的，女主婦又是很仁慈的。的確，我既不缺乏精神上的安慰，也不缺少物質上的享受，但是依照現代教育孩子的新理論講來，竟可算得殘酷的環境。

我的表妹羅斯，(Rose 西文爲玫瑰花)，具有同她的名子一樣的美麗。不要說像我這樣難看的人，就是一個漂亮的人，與她相比起來，也必相形見絀。我體瘦而又醜陋，皮膚灰黃，頭髮成爲鼠褐色；眼睛很小，顯出種死灰色

，睫毛和眉毛蒼白而無光彩：這許多缺陷，當時我並不知道。我的天性是快樂的，一切人對我都非常客氣。當他們同我談話的時候，轉向我的乃是些更溫和更同情的語調。當我被我姑母介紹她的客人的時候，他總是這樣說：「可憐的小東西啊！」

在起初時候，我以為這種憐憫，是因我之母愛被奪而發。他們的這種留心，年幼的我，非常感激他們。但是後來漸漸覺得這種憐憫尚有別的原因，並非一定為得我腰間所繫之黑帶，及帽上所纏之黑天鵝絨絲邊的緣故。他們常常看我一眼，而眼光旋即轉向容光煥發的羅斯面上去，於是立即有一種奇異的感覺，察得憐憫之起因，在我與表妹間有一種模糊的聯繫。

此後我母親的死期一年一年地久遠，這種印象便漸漸地滋長，客人們不再可憐我了。繼後，他們竟完全忘記我的存在，把注意力一起集中到我表妹身上去。尤其是那些有錢的老寡夫們，他們是我姑夫的朋友，在禮拜日與節日，我姑夫帶他們來家時表示得最難堪。他們來時從來沒有交手的，不是一箱糖果，就是許多光彩奪目的玩具，一起都送給羅斯，完全忘記了我的存在。

畢竟我的姑母是一個仁慈機智的婦人，她總常常要把我拉進他們那邊去，說：「你們還記得莎姆先生的小女兒嗎？你們忘記了沒有？她與我們一道生活，我們非常開心。她是一個美麗而溫柔的孩子，而且又是很大量。她有一種很好的影響力在我們放縱壞了羅斯的身上。」

要在這樣說的時候，人們才溫和地同我說幾句話，拍拍我的頭，然後又朝向羅斯去。我立刻覺得人們並沒有對羅斯提出注意點來。她所做的是她自己的引誘力。沒有人推她向前去，而她總常常是趣味的中心。她的好處，從來沒有人去說她，可是她的可愛點總好像金的髮髻一樣，在她的頭上放光。

總結起來說，羅斯是一個美麗，活潑，大胆，粗野的小姑娘。我呢：是一個醜陋，怕羞，靜默，少興味的人。這樣我生來就低人一籌，在這種狀況下，竟度了許久的黑暗殘酷的年份。

過了這個階段，我年紀大一點了。我變做一個網球，循環球，騎馬的能手，那時候這些遊戲非常時髦，我又很勤懇地去練習一種新的舞步，憑着良心說，我是一個比我表妹好的跳舞家。

（未完）



夏夜安眠法

鐵梅

睡眠不足爲百病之基

體格壯健的人，無分冬夏均能安枕熟睡，但至七八月的酷暑天氣，悶熱無風之夜也往往不易安睡。尤其是屋小的人多的家庭，日中的暑氣，充滿全屋，至夜不散，失眠之苦更是不可形容。

老年人日間生活已夠疲勞，普通入夜即睡，而年輕的人，精力強盛，至夜不覺疲倦，一天辛勤，到了比較涼快的晚上，不免去和朋友們談笑取樂，或作其他消遣，迨歸寓就榻，却是雙目爛爛，苦於不能入夢。

或則一夢而天明，嫌夜太短，還想再睡一覺，却是一日的勤務迫在眼前，不得不擦擦眼皮，起身工作；這樣，昨日的疲勞還未恢復，今日的疲勞又將上身，循環返復的

結果，工作的能率是降低了，身體的健康是被危害了，神經衰弱等症也就當然光臨到你的頭上。

孩兒午睡的注意

孩兒夏日午睡，最要注意腹部的保護，尤其在陰涼之處午睡時，不可不覆以薄被，以免受寒。母親們往往以爲這只是片刻的睡眠不去留心他，可是在不知不覺間，孩子身上竟發高熱，於是大吃一驚，弄得手足無措。這種高熱，有的固然不過是普通的感冒，有的却是因飲食不慎（或飲食過量或飲食不潔）而致的赤痢或疫病的前驅症候。重者初發高熱，旋起痙攣，最後手足反變僵冷，呈紫黑色，一兩日間，於是一命嗚呼；所以對於小小午睡，豈可不加注意？

壯年人之失眠

年輕人無論在怎樣炎熱的夏夜，不易安寢則有之，如說絕對失眠，則普通是沒有的。萬一有此情形，便應把他的原因加以研究。

黃昏散步後上友人之家作浪漫獵奇之談，或至茶樓酒館飲過量之茶酒，或因午睡過長等等均足妨礙夜間的睡眠。如係神經衰弱，或思呼吸器病的人，或有其他肉體上的痛苦的人，其不能安眠固不待言，而精神憂悶的人，失眠之苦尤甚。故預防失眠之要諦，含消除精神痛苦之原素，別無良策。

近來，世間風行用安眠藥可治失眠，須知應用此法養成習慣後，將成不服安眠藥即不安眠之傾向，以至轉成中毒狀態，不可不慎！

普通的失眠症，利用沐浴法，害少而效大。蓋入浴後全身出汗，體垢亦清除，浴後稍事休息即行就寢，輕度之失眠症無有不見效的。

寢室窗戶常開

冬夜窗戶關閉不密，涼風侵入足以冒寒，然在夏夜，窗戶全部開放亦無大礙。

然而有的人體質衰弱，經不起生活的急變，則不妨先試試半開放的方法。

惟在空氣流通之處睡眠，務使涼風勿直接侵凌，最為必要。同樣，在通風不良之室，利用電扇取涼，以致在不覺間入睡，這是極危險的事。

爲什麼？因爲睡眠中體溫的調節較時常呆滯，電風扇的風吹在皮膚上，一覺既醒，全身着冷，或起感冒，或罹痢疾，周身酸痛，並發大熱。故家備電扇之人，就寢之前應將電力關閉。

午睡的是非論

午睡之有益抑有害，很成問題。在氣候溫和的季節節無午睡的必要，然在酷熱的夏日，對於老人及孩兒實屬必要，成爲問題的，是壯年人的午睡。

我的意見是：不想午睡的人自無午睡的必要，午睡後大感不快的，亦可不作午睡。不過就普通情形說，半天工作之後，吃過午飯，人人都有疲倦之感，在蔭涼之處睡

上二三小時，醒後以冷水洗面拭身，精神極感爽暢，元氣轉呈充實，不能謂於健康無益。而且此時適當一日中最灼熱的時間已過，拿起工作來做，必定效率倍增。

安眠法的一般條件

睡眠時間的長短因人而異，同時與睡眠的深淺度有關。一般的小孩為九小時，大人為七八小時，不過同一七八小時的睡眠，有的是熟睡，有的却做了一場亂夢，其效果是大有高下的。

是故，睡眠情形不好的人，夏季宜特別注意其環境，寢室中勿置百合等香氣溢鼻之花草，晚餐勿食不易消化或善膨脹之食物，總之，須除去一切足以妨礙安眠之因素。

有的人聞雨聲而不眠，有的人聞都市的各種聲音而不眠，又有的人在燈光之下不能眠，睡眠的習慣各有不同。然就睡眠的普通條件說，則靜寂，微明，無蚊蚤之攪擾，有新鮮之空氣，室內器物整潔，被褥厚薄適度，心境安逸，身體健康，這樣便沒有不能酣然安眠的。

半夜前一小時之睡眠，勝於半夜後二小時之睡眠。

(法國諺語)

本社 售 牟鴻彝醫師之著作一覽

書名	定價	發行者
必擲新撰處方(譯)	二・〇〇	北新書局
近世花柳病學(著)	三・二〇	商務書館
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)	二・二五	北新書局
日用藥物學(編)	三・〇〇	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)	商務書館
性病的研究(著)	(印刷中)	世界書局
紫外綫月刊(主編)	(非賣品)	哈爾濱亞太 醫藥公司
傷寒及類傷寒(著)	(印刷中)	商務書館
糖尿病療養法(著)	(印刷中)	商務書館
淋病之正確療法(著)	三・三五	康健書局



夏日飲水問題之研究

董君伯

前言

水之本身，雖少營養之價值，然就生理方面來講，對於吾人却甚重要。人體水份每日由呼氣汗液及糞尿中損失約二呎。若不由飲食物隨時補充之，則血稠口渴，體溫亦必不能維持常態而發生變化，結果甚或有性命之憂。

飲水不潔之害

炎熱溽暑之時，人每圖一時之暢快，而痛飲未加煮沸之涼水，致招不治之病，豈可不注意哉。不潔淨之涼水，內含許多微生物，如赤痢菌，傷寒菌，霍亂菌等，飲之直如「飲鴆止渴」，危險非常，幸我同胞，勿以生命作兒戲，戒之戒之！

多飲水之害

(一)妨礙消化：食物按嚥下之次序落入胃中，經過相當時間，鹽酸及 Pepsin 之作用始發生，與食物充分混合；而含水炭素可以分解為糊精及糖，蛋白質可以分解為 Albumen 及 Peptone，脂肪亦分解為脂肪酸及甜油。若飲水過多，則鹽酸 Pepsin 被沖淡薄，消化力量自然衰弱，久之，勢必引起消化不良諸症。

(二)引起下瀉：飲水過多，並能減少胃鹽酸之分泌；其原因乃飲水多而出汗量增加，鹽酸隨汗而排出之故。胃鹽酸之功用，除消化食物外，並能調節胃之排泄及防止小腸轉輸過速等現象。胃鹽酸缺乏，則食物至胃急下通小腸，即可引起下瀉症，而多飲冷茶，此種現象，更為顯

著。

(三) 沖出養料：飲水過多，體內養料多隨汗尿排出，致各臟腑養料缺乏，則人因之消瘦。

(四) 疲勞心臟：大腸吸到多量水分，以輸入血管與心臟，心臟收縮，排至動脈，經腎臟滲漏於膀胱而排出者為尿，由全身表皮之汗腺排眼出者為汗，飲水過多則汗尿之排泄，勢必增加，因之心臟腎臟工作之疲勞，亦可想見

矣。患心臟及腎臟病者，更宜格外注意，免得浮腫及臟等病。

解渴之方法

勞動過度，每覺口乾異常，幾難忍受，此時切勿「放量痛飲」，致罹以上諸病，筆者經驗，先以溫水漱口，少飲以沸水，再略飲檸檬水，或上等酸醋，口渴乃止。

誌 雜 健 康

本 訂 合

本誌自創刊號起，至第三卷第十二期止共為三十二冊，分訂三大本，其中關於醫藥衛生之新智識。體育國術之新方法，幾於美不勝收，凡欲享康樂幸福者，不可不人手一卷也。

價 定

- 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



平民化的「獨睡賜保命」

息微

近年來在醫藥界藥物界上，極其提倡的，總算是內分泌製劑賜保命了；所以如是見重於社會，自有他的豐功卓効，——即能使人體質爾蒙旺盛，故凡身體之各種衰弱症，如神經衰弱，臟器衰弱，發育不全，乏嗣等等，用之能扶衰爲健；老人之枯顏衰頹，用之能返老還少，功效既有如此其大，故能不脛而走，風行天下。

不過，任何賜保命總須有相當的代價，在富貴人原不希罕，但在一般平民不免望洋而興嘆！

哈！我現在特地介紹大家一種平民化的獨睡賜保命吧！其功效不下於任何賜保命，價格遠廉於任何賜保命，富貴貧賤均可採用；此賜保命雖平時已無形的爲少數人採用，但畢竟太不普遍！

今且詳細介紹於次，請諸位詳加攷察，採用！

(一)成分——一身和一牀

成分雖簡，但經謹慎的採用一次，可在人身精養中，增加不少：蛋白質，斯不爾明，磷酸鹽類的混合物——人的生活力(精)，——此精各原質配合的週全，分量的適當。

(二)主治——神經衰弱、貧血、心悸、性能消失、脾呆、胃滯、發育不全、經病產後、老年和病後調補、以及一般疾患之各種症狀病象，無不統治。

(三)採用法

(1)無論老幼男女，一天採用一次，能連日用之，功效更偉。

(2)採用時間——通宵。

(3)採用時嚴重的注意

a. 安靜——如不清靜頭腦，安然使用，而胡思亂想則不惟不能發揮他的功效，反可生出健康上的障礙來！

b. 嚴防副作用（手淫）——此為使用獨睡賜保命最要緊的一着。若不注意此點，釀成惡害，如上說的，神經衰弱、貧血、……等頑固症，即不免相繼發生。

(四) 價格——等於零

(五) 製造處——自己公司

本公司的地址，即在自己的方寸地，購用之便，無過於此。

(六) 發明經過——

從前勾承齋恢，年已八十八歲，以樞密登拜郊台，精神矍鑠，賈似道問他的「養生妙術？」恢答：「我有一不傳秘方，」似道固請申說，恢說：「老漢全靠喫了五十年獨睡丸耳！」把獨睡當做補品，實自伊始，現在又因應時變化而為賜保命。

(七) 證驗——

我國享用此賜保命者，實際上已有悠久的歷史，

歷來的醫家、養生家、以及道釋家，莫不以此為護命之寶。

再看世界上活到八十八歲並未結過婚，做一獨身之偉大學者，如科學專家牛頓，便是一最好的例證；他死時曾對醫生說：「他一生並未失去一點的精力。」其餘在負有盛名抱不結婚的獨睡主義者，還有音樂家兼作曲家亨特爾，直活到七十四歲；教育家兼數學家康德，直活到八十四歲；意大利藝術家安德烈，直活到八十九歲。都是本賜保命的功效。又休達因哈爾特博士和浩耶爾博士均有：「人在一生中絕未做過性的行為，於身體康健上，並無甚妨害」的言論，美國衛生及道德預防協會一會員說：「古代羅馬鬪劍賽，絕不許角術者有性交的事；……」此亦無非言體育家採用獨睡賜保命的必要。

獨睡賜保命的詳細仿單，已如上述，石語云：「服藥千朝，不如獨睡一宵。」謹書此以當本文的結論。

傷生之事非一，
而好色者必死。
(蘇軾)

驅除蚊蠅的方法

侯錫爵

大家都知道虎狼是傷害人類的，而不知蚊蠅之爲害於

人類，更甚於虎狼。大家都知道延醫服藥，是治病的唯一方法，而不知驅除蚊蠅足以防疾病之發生。蓋蚊蠅乃疾病的傳播者，受其害者，非僅一人與一家，試觀盛夏之時，

蚊蠅叢生，死亡相繼，調查其病狀，可知無非是瘧疾、痢疾、霍亂、傷寒等病症，推求這些病的病原，皆由於細菌

侵入人體所致，瘧疾細菌係蚊蟲所媒介，痢疾、霍亂、傷寒等病的病菌，大都由蠅所傳播，所有上述諸病，死亡率

都很大，然而沒有細菌，即不能有疾病，沒有蚊蠅爲其媒介於人類，那麼細菌爲害於人，即不能這樣厲害，所以欲

減少疾病，非先消滅細菌不可，欲消滅細菌，自當撲滅蚊蠅，撲滅蚊蠅，並非不可能的事，但我國政府尙未能提倡

。地方人士復不知自救，而一般愚民，每遇瘟疫流行的時候，只知焚香禱偶，祈天保佑，以爲這樣以後就可免除一

切疾病了，而對於真正清源的方法，反而忽視不顧，這實在是一件極可嘆的事！

然而撲滅蚊蠅的事，並非一人一地實行就可收成效，非得全體人民之贊助，羣策羣力，通力合作，不能收效，

欲博得人民的同情而樂於贊助，必須先使民衆明白蚊蠅的害處，然後告以驅除蚊蠅的方法，以便全民衆覺悟起來，

作總動員的驅逐蚊蠅，要達到這個目的，那麼就非宣傳不可，驅除蚊蠅，固須賴行政的力量，強迫人民實行，然而

各機關與各學校也應當負起宣傳的責任，學校教師，須多灌輸學生關於撲滅蚊蠅的方法，時作驅除蚊蠅的運動，勸

告民衆，告以蚊蠅爲害的可怕，及各種驅除的方法，或命學生於假期旋里，做這些宣傳工作，如能這樣實行，我想

一定可收相當的成效。

驅除蚊蠅的方法很多，概括的說，可分爲治標和治本

兩類，所謂治本者，就是消滅蚊蠅的幼蟲，以作根本驅除的方法；所謂治標者，就是對蚊蠅本身，設法撲滅牠。今將其治本與治標的方法，分述於後：

(一) 治本的方法 蚊蠅怎樣會發生的？我們仔細的觀察，就可知蚊是污水中的孑孓所變成，蠅是糞缸中的蛆所變成，孑孓與蛆至為繁多，不可以數計，因為這些孑孓與糞蛆，將來就變成蚊與蠅，所以我們直接殺滅孑孓及糞蛆，就好比間接殺無數的蚊蠅，這種驅除蚊蠅幼蟲的方法，謂之治本之法。

A. 治孑孓的方法 治孑孓的方法，可分下列兩種：

(甲) 防止孑孓之發生 孑孓生長於污水中，所以欲防孑孓之發生，須注意池水，溝渠與貯水之清潔，以使孑孓無發生的機會，其法有三：

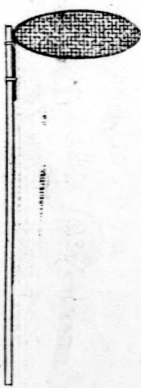
- (1) 家庭勿貯穢水 若家中缸內之貯水，長久不換，常至臭氣薰蒸，雌蚊產卵其中，經旬日變為孑孓，後再化為蚊子，到這時我們就要受他的害了。所以家中的甕缸盆鉢等物，不用時須將他倒置，使不能積水；或用蓋蓋好，使蚊子不能產卵其中，那麼孑孓發生的機會，就可以減少了。

(2) 清潔溝渠 溝渠中積有污水，則必有多數的孑孓發生。防治之法惟有將溝渠疏通，若低窪之地就應該填平他，若溝渠底積有污泥，或將污泥挑出使溝渠清潔。若水淺泥多，可用屨泥器屨泥於溝的兩旁，這樣就是有孑孓在內，也被壓死。

(3) 水溝中勿拋棄垃圾物 若倒垃圾物於水溝中，則溝中之水被堵塞，水不能流去，而孑孓必易發生，故堵塞的水溝，實為孑孓發生的淵源，所以不可將垃圾物倒於水溝中，以重公共衛生。

(乙) 設法除去孑孓 假使池水與溝渠及家庭缸盆內之貯水不清潔，以致孑孓生長其中，那麼我們就應當撲滅孑孓，以免將來變為蚊蠅，而受其大害，撲滅的方法有下列的數種：

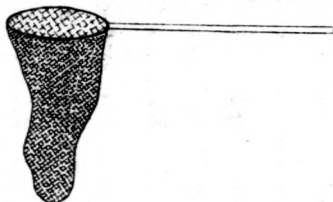
(1) 用網撈救法 孑孓常羣聚游泳於水面，以呼吸空氣，所以利用他這種習慣，用孑孓網撈取之。孑孓網有兩種：



a. 一種是用鐵絲網做成，其網孔為一厘米至二厘米，網間用竹竿作柄，柄長六尺。

b. 另一種

用夏布
縫成錐
袋形，
附着于
鐵絲圈
上；用
竹竿作
柄長五
尺。



(3) 畜養有益動物 池水與小溝內，常生子子，若養魚鴨青蛙於其中，那麼水當中雖有子又發生，也要被牠們啄食淨盡了。

(4) 散放石灰 用石灰水可殺滅子子，但是要大量的石灰，方能有效。

(5) 利用風力 每當風力迅捷的時候，溝池中的子子，必被風吹到一邊，例如東風大起，則子子被吹到池溝的西邊，聚於一處，在這時我們就可用于子網將牠撈去。

(6) 用殺殼木屑以殺子子 用殺殼木屑撒於水面，使子子不能出水面呼吸遂窒息而死。

(2) 利用火油 用火

油殺子子，最有效。火油噴於水面，子子便不能出水面呼吸空氣，那麼隔了幾十分鐘子子便會窒息而死。

B. 治糞蛆的方法 治糞蛆的方法，可分以下兩種：

(甲) 殺滅蠅蛆法 糞蛆一旦發生，那麼我們就應殺滅牠，殺滅牠的方法，有下列二種：

(1) 施用藥品 蛆多生於糞缸中，所以可在糞缸表面撒布藥品以殺滅之。至於所用藥品，有氰化鉀、砒酸鉀、石灰粉與石油等，以上藥品以氰化鉀最有效，石灰粉也很適用，惟須多用一點才有效。

(2) 噴施沸水 用沸水殺蛆，法極簡單，即將水煮沸，傾於有蛆的糞上，蛆就被殺死。至於所用沸水之量，可視糞缸的大小與糞蛆的多少而用之。此法家家都可做到，實在是一種很經濟的方法。

(乙) 預防糞蛆的發生 糞蛆一經發生後，要想殺滅牠，就比較困難，所 最好要使它沒有發生機會，那麼這樣就可省去了殺滅的手續。至於預防糞蛆發生的方法，有下列數種：

(2) 取稀糞缸 糞缸過多地方，最好取消數隻，因為糞缸數變少了，那麼也可以少生些糞蛆。

(2) 糞缸須做蓋 糞缸以蓋蓋好，使蠅不得入內生卵，蠅蛆也不易發生，所以無蓋的糞缸應當做蓋。

(3) 清潔廁所 垃圾物與死動物應置於一定處所，因為這些污穢東西，很容易引蒼蠅飛來，所以更不可以之投入廁所中，以免蒼蛆發生的機會。

(4) 除去污水 污水中蒼蠅常產卵於內，所以家庭各處蓄積的污水須除去，以防其生蛆。

總之，我們要驅除蚊蠅，根本的方法，是在防治孑不與蛆的發生，治孑子與蛆的方法，最重要的是注意清潔，苟能各處清潔，則孑子及蛆無發生的機會，也沒有隱匿藏身的地方，那麼將來蚊蠅也可變少了。

(二) 治標的方法 假使不知防治孑子與蛆，或因防治不週到，未能將孑子與蛆除盡，那麼這裏孑子與蛆，隔了相當的時候就變成蚊蠅，其為害也就很大了。然而我們對於蚊蠅，仍有方法可撲滅牠，這種撲滅蚊蠅成蟲的方法，叫做治標的方法。

A. 治蚊的方法 蚊由孑子變成後，遂出水面，日間則蟄伏於叢草中，因此有許多人誤以為蚊子由草中發生。不知草乃蚊子的逆旅，非其原產地方。蚊蟲於夜間飛出，吮吸人類或動物的血液，以飽其餓腸，於是人類不堪其擾，感受螫刺的痛苦。若此吮吸人血之蚊為瘧蚊，遂為傳染瘧

疾的媒介，其為害更加可怕了。所以這時我們又不得不利用治標的方法去驅除牠。其重要方法，分述於左：

(甲) 除去蚊寄居處 使蚊子沒有寄居的地方，那麼於牠的生存發生障礙，而我們驅除牠也就比較容易了。

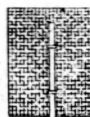
(1) 除去雜草 家中的雜草，不單有失雅觀，且為蚊蟲叢集的地方，若能將雜草剷除掉，則日間蚊蟲無處藏身，勢必為昆蟲和鳥類所食。就是池溝四周的雜草，最好也將他除去，以防雌蚊產卵其中。用這種方法驅除蚊蟲，也能收有成效。

(2) 室內須清潔 室內須乾燥，光線宜充足，牆壁須潔白而平整，物品陳列須有次序，室內這樣的整齊清潔，那麼雖有蚊蟲進來，也無藏身的地方，於是我們就可設法將他撲滅掉。

(3) 窗戶須裝製鐵紗 經濟富裕的人家，可用鐵紗掩護窗戶，將蚊子屏於室外，使不得入室內施行其毒害，惟因經濟關係，所以此法難於普遍實行。

(乙) 撲擊法 每當夜晚，蚊子則蜂擁飛出，於是有人用扇搗蚊，將蚊搗往他處，然此法於蚊子本身無損害，蚊飛往他處後，仍能再肆其毒。所以這時最好用蚊蠅拍，將

牠擊死，以免其更為害於他人。



以鐵絲網作拍，其柄用竹片為之，或用藤條亦可。

(丙) 薰烟法 夜間蚊蟲飛出，肆其毒害，吾人不堪其擾，因此每多薰烟以驅除之。薰烟的方法有以下四種：

(1) 焚蚊香以逐蚊 焚蚊烟香以逐蚊，乃我國各處常用之方法，此法人人盡知，無庸贅述。但蚊香僅能逐蚊，使其遠避，不能將蚊蟲殺滅，為其缺點。

(2) 燃除蟲菊粉將除蟲菊粉傾入蚊類常至之罅隙間，或擴散於室內燃燒之，但通常則燃於夜間，使用時，將此粉末堆成金字塔形，燃其頂，則漸燃及下部，發生刺鼻的濃烟，蚊觸此烟即昏墮於地，於此時可趕快掃聚殺之，防其醒後飛去。

(3) 艾葉薰湯法 將艾葉曬乾，以稻草索之為條，懸而焚其一端，亦能生濃烟將蚊驅去。

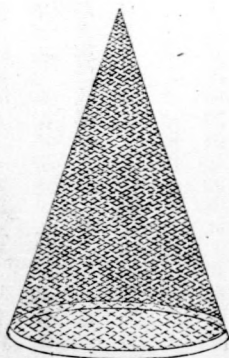
(4) 木屑薰煙法 法以長紙筒約四五尺，將木屑灌下，封其兩端，圍成一團，懸其一端而焚之，能生

濃烟，蚊觸烟即逃去。

B. 治蠅的方法 依蠅類的性質與習慣的趨向施行撲滅法。其法有捕殺法、誘殺法、擊殺法及毒殺法四種。

(甲) 捕殺法 捕殺法因所用器物不同，分下列三種：

(1) 捕蠅罩 此器係用竹圈與紗布製成。製法以竹圈一個上縫以圓錐形布袋即成。俟蠅羣集時，用此罩落下，即可捕得多數之蠅。捕蠅罩如下圖：



四 圖

(2) 捕蠅紙 用松香一分與桐油一分相混合，用火煎之成膏，塗於紙上，蠅飛落其上，即被粘着不能飛去。

(3) 捕蠅瓶 係玻璃做成，瓶內滿貯清水，水中溶有香物，蠅至即溺其中，不復再出，其瓶形狀如左圖：

(乙)誘殺法 此法又可分下列二種：

(1)燃燭殺蠅 蠅見火光即飛至，我們可利用他這種

習慣，燃燭于各

處，此法可於夜

間爲之，蠅見火

光即飛至，當蠅

未撲時，即可燃

其翅而被燒死。



五 圖

(2)夜間將捕蠅紙置燈光下以殺蠅 蠅性慕火，夜間

燈光之下，每有多數之蠅飛集，若以捕蠅紙置燈

光下，則蠅撲來時觸捕蠅紙，即被烟膏粘死。

(丙)擊殺法 此法簡單便利，見蠅息止時，遂以蠅拍

擊殺之。蠅拍之製法見前蚊蠅拍。

(丁)毒殺法 毒蠅法因所用毒品不同，分下列三種：

(1)將水烟平鋪于盤中，微注以水，加燒酒，以盤置

水盆中，放於室外陰濕地方，使室內外之蠅觸臭

飛至，羣集其上，則醉倒盤中，或溺於水盆中。

(2)將等量的皮絲與白糖和於飯中，再加燒酒少許和勻，搓成飯團，另以碗一隻覆於水盆中，然後將

飯團置于碗底，蠅觸臭必爭先恐後，飛集其上，食後，遂紛紛醉墮水盆中而溺死。

(3)取福爾母林少許，加以醋及白糖，盛於飯碗中，

以碗置於蠅類往來之所，蠅類嗅着醋及白糖之氣

味，即來爭食，既果其腹，正欲高飛，而福爾母

林之毒性發作，遂紛紛墮地而死。

撲滅蚊蠅的方法，至爲繁多，非本篇所能盡述。但在

我們中國衛生事業不發達，人民都不知驅除蚊蠅，所以雖

然有許多驅除蚊蠅的方法，亦不知利用，我們要想在這素

不講究衛生的中國，要達到撲滅蚊蠅的目的，那就非宣傳

不可了，所以希望國內外熱心衛生的人，廣爲宣傳，努力

提倡，使民衆明瞭蚊蠅的害處，知道驅除的方法，並且樂

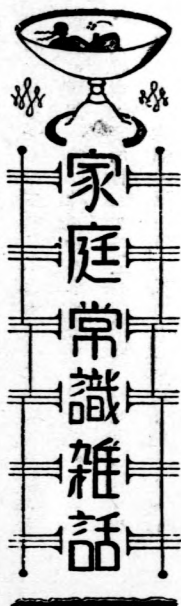
於實行，我們能這樣實行，那麼對於驅除蚊蠅，一定可以

收到相當的成效，而於國民的健康，亦可得相當的保障了。

最使人陷於貧困者，

莫如疾病

(日誌)



家庭
自療
分類
驗方
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，往往駕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，勝藥品也不能完備，倒是這「備急的良方」，往往救活了許多的民衆。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，以促進民衆健康爲唯一的天職，平時所介紹的「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爲標準，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，擇尤搜集。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，仍應請可靠的醫生診斷爲是。因爲這是備急的肘後方，並不是醫藥萬能的寶庫；這一點希望讀者認識清楚！

霍亂

霍亂的定義，依孟英氏霍亂論的解釋，說是「揮霍悶亂，成於頃刻，變動不安之謂也。若土不能納，下不能禁之久病，但名「吐利」，不得謂之霍亂。」按，我國對於霍亂，普通地稱做「發痧」，其有一種不嘔吐瀉瀉者，名曰「乾」霍亂，又稱「痧脹」。

「原因」這病的發生，多在夏秋之交，原因多由於暴飲暴食，或在睡眠中腹部受冷，或多食了未熟的瓜果所致，

有寒化熱化的分別，但寒化者不多見，用藥時宜慎。

〔症象〕突然洩瀉嘔吐不止，呼吸困難，胸中苦悶，或腹中絞痛，（俗稱絞腸痧）面色蒼白，吐瀉劇烈時，糞便成米泔汁狀，此爲本症特有的現象。眼眶陷落，鼻尖瘦削，聲音啞啞，手足皮色青紫，或出冷汗，體溫降低，腓部轉筋，往往於二三日內全身水分盡失，小便竭絕，虛脫而死。更有指頭螺紋纏繞了的，俗稱「螺痧」！率然昏倒，面青唇黑，口牙緊閉，如不急治，二三小時即死的，俗名「番痧」，其實皆爲本症，不過病勢的輕重而已。試驗霍亂法，急

與生黃豆嚼之，如覺無豆腥氣而反香甜者，即為霍亂。

〔內治法〕(一)霍亂初起，急取生芋頭(二稱芋苳)食之，如非霍亂則生澀難食，若為本症則覺其味美，連食二個即愈。(二)收麥(一稱蕎麥)三錢，焙燒去壳取末，溫湯調服，重者連服二次即愈。(三)生扁豆為末，入醋少許，冷水和服。(四)絲瓜葉一片，白霜梅肉一錢，(并核中仁用)研爛，新汲水調服。(五)生藕搗汁服。(六)陰陽水(即新汲水與百沸湯各半)和服。(七)白礬末一二錢，陰陽水調服。(八)樟木煎濃汁飲之。(九)陳皮藿香各五錢，黃土澄水二鍾煎服。(十)楓樹葉煎濃當茶飲。(十一)乾霍亂不得吐瀉，甚至冷汗出而氣欲絕者，用食鹽一撮，放在刀口上燒紅，以陰陽水沖服，或用童便和服，少頃即得吐下面氣通。(王孟英稱此方神效。)(十二)乾霍亂及霍亂轉筋，掘黃土地作坎，以新汲井水沃入攪瀉，少頃取清飲，此名「地漿」，三五盞即愈。(十三)暑熱霍亂，六一散(滑石六甘草一為粉水飛)二錢，新汲水調服。(十四)暑熱霍亂，黃連香薷厚朴等分，水煎服。或加扁豆。(但夏日無表證者，勿用香薷。)(十五)霍亂初起，吐瀉煩悶，手足厥冷，脈微細，或腹痛，宜用霍亂急救法，即用真高

藥酒一斤，樟腦五錢，鴉片五分，丁香五錢，浸末，入酒內，瓶藏勿洩氣，患者每用一茶匙，溫水和服。(十六)霍亂轉筋入腹，(1)木瓜一兩，水煎服，并浸青布裏其膝，或加桑葉七片尤好。(2)扁豆葉一握，搗汁絞一盃飲。(3)宜蠶矢湯。即晚蠶砂三錢，木瓜三錢，生苡仁四錢，大豆卷四錢，川連二錢，醋炒半夏一錢，酒炒黃芩一錢，通草一錢，吳茱萸六分，炒山梔二錢，陰陽水煎，稍涼徐服之。(十七)霍亂大瀉，用冬瓜去皮瓢，水裏清湯，俟冷任意食之。(十八)乾霍亂發斑，(1)用葱白香豉水煎和童便服。(2)益母草水煎，入蜜放溫儘量服。或加生菜藤汁半杯良。(十九)霍亂煩悶，蘆根麥冬各等分，用水煎服。(二十)暑熱霍亂，或誤服桂附而致危殆者，用梔子香豉各等分，水煎服。(二十一)暴飲暴食，突然腹痛甚烈氣絕者，用巴豆，(去皮)大黃乾薑各等分，研末，用糊為丸，每次服二三分。

〔外治法〕(一)霍亂，痧脹，乾霍亂用法，(1)擇一光滑細磁碗，另用熱水一鍾，入香油一二匙，將碗口蘸油水，令其滑溜，兩手覆碗於病人背心上輕輕自上向下刮之，(忌倒刮)以漸加重，碗乾則再蘸再刮，或不用碗而用

銅錢蘸香油刮之，腿臂彎等均可刮到，大小腹軟肉處，則用食鹽以手擦之，神效。(2)食鹽一握，揉擦兩手腕，兩脅，兩足心，并心窩背心八處，擦出紅紫點而止。(3)食鹽炒熱，布包擦前後心。(2)刺法，乾霍亂痧脹，邪已入榮，必有青筋紫筋或現於數處，或現於一處，須用銀鍼刺之，去其毒血，然後據證用藥。或用清潔之針，刺少商委中二穴，少商穴在兩手大拇指甲之旁，兩旁與出指甲之處相齊，離指甲兩旁約一韭葉許。先由手臂將惡血至指間，使血下行，方刺之。委中穴在兩腿彎，先用手蘸溫水拍打

，打出紫紅紋，從紫紅紋上刺之，(一切刺法，針鋒只微微入肉，不可深入，針頭宜清潔，)惟內虛陰寒症，唇口黯白者，不可用刺法。(3)灸法，陰寒霍亂，以鹽填臍內，上蓋蒜片安艾炷灸之。(4)卒中陰寒，厥逆吐瀉，色清氣冷凍凍無汗者，用葱白一握，帶束緊，切去兩頭，留一寸許置臍上，以熨斗於上熨之，使熱氣從臍入，甚者連熨二三餅，再甚者灸關元氣海各二三十壯。(但膝理素疎，陰盛逼陽者，此法不可用。)霍亂轉筋，十指拘攣，不能屈伸，灸足外螺骨尖上七壯。(4)寒證霍亂，氣閉不通，因而吐瀉交作，力乏陰虛，血液枯涸，筋脈攣急，手足拘

牽，俗名吊腳痧，宜用上豬桂心(卽上等肉桂)八錢，母丁香一兩二錢，倭硫黃五錢，生香附一兩八錢，當門子四錢，共研極細末，每用三分，納入臍中，外用膏藥封貼，此藥能溫通臟腑，不致傷陰。(有力之家，預先配合施送最佳。)(5)霍亂轉筋，(1)如屬男子則以手挽其陽物向上，女子則以手牽其乳向兩旁，卽愈。(2)芥菜子研細末，填臍內，立效。(3)青布蘸熱醋(或熱水)擦其轉筋處，冷則隨換。(4)大蒜頭搗爛數兩足心。(5)皂角末吹一豆大入鼻取嚏卽安)。

〔消毒法〕(1)病人嘔吐及泄瀉等物，中含病菌，須用生石灰或臭藥水加入。(2)病人所換衣服被褥手巾坐墊等物均須消毒，最好放在鍋中煮過一次。(3)病人所用碗筷杯盤等用過後急宜煮沸。(4)病人室中宜用臭藥水一成，清水二十成，揩抹地板牆壁。(5)爲病人看護者，須時用藥水洗手，不可與病人共飲食，出外時常另換清潔衣服。

〔禁忌〕(1)忌空氣不流通。(2)忌室內不清潔。(3)忌沐浴。(4)忌食烟酒茶及辛辣油膩葷腥濃厚之物，水果如菱桃梅李等亦忌。米湯尤不可進口。

〔預防法〕平時謹慎食物，食瓜果宜先消毒，食品宜避免蠅類。勿貪涼太甚。勿暴飲。遇有本症發生時，尤宜避免傳染。在都市居住者，亦可預打防止霍亂針。



結 婚 的 衛 生 (續)

管思九

(三) 血族結婚有害之實例

因血族結婚而發生不良影響之有名實例：爲美國東海岸有曼塞斯烏耶之某小島，其人民因不與他方人民交通而互行血族結婚之故，以產生聾啞畸形兒童著名。又如妹開希關腦哈置島則多產生有眼病者及低能者。西班牙皇室據一八五八年貝閱旋之報告，謂八百三十三組之血族結婚者，其三千九百四十二名之子孫中，竟有百分之二八·七爲具有廢疾者；百分之三·六爲聾啞，百分之二·一爲盲目者，百分之七爲白癡，百分之二二爲夭死，百分之二·四爲肢體不完全者，其他則爲不健全者。哈烏斯調查（於一八五三年）十七組之血族結婚者，其子孫中竟有百分之五〇爲白癡兒童。

(四) 血族結婚無害之實例

血族結婚並不發生若何不良影響之實例，爲：德國之步爾稽魏家族。該族自一七

二九年始血族結婚，其後一百三十餘年間，共有六十八組之血族結婚者，與九十一組之非血族結婚者。血族結婚者之中，尚有十六組之重代血族結婚者。其非血族結婚者之兒童，七歲以下之死亡率爲百分之十五。血族結婚者反不過百分之十二。又此家族中四百十六人中，二人爲顛癩，一人爲白癡，一人患精神病，一人患腰痛，二人患肺結核，但於重代血族結婚之各組中，則全然無此等疾病者發生。又，一八六五年，波阿尚氏調查法國某地之由從兄妹關係而成立之血族結婚者，共三十六組，並未見其產生一另體不完全或聾啞及其他疾病之兒童云。吾聞福建之林氏多行血族結婚，但該姓在福建全省中，殊爲繁盛，並無其他衰微或不良之徵象也。

(五) 孟德爾遺傳律之大意

欲根據遺傳的見解，說

明血族結婚之有害與否，非先瞭解孟德爾遺傳律之大意不可。孟德爾將生物試行雜交，以觀察其後代遺傳現象之變化，但其所注意者，並非生物全部之形質，可以生物體之某一形質為其實驗目標。稱雜交後第一代所顯現之形質為顯性，不現出之性質為隱性。例如紅花之某一植物與白花之某一植物雜交後之第一代均為紅色，則稱紅色為顯性，白色為隱性。意即白色並非消滅，乃隱蔽於紅色之內而已！第一代之紅色者，更自行交配，則第二代之子孫中，四分之一為其正紅色，四分之一為外觀紅，而內含白之形質者，四分之一為真正白色者，稱此現象曰顯性律。歷試於動植兩界，殆無例外，即人類之遺傳現象亦與之相同。孟德爾曾用因子說解釋此現象。謂任何形質，每具有遺傳之因子一對，但當其生殖細胞，該一對因子必分離為一枚，故每一配子所含有之因子僅一枚。茲假定紅色之一對因子為RR，白色之一對因子為WW，分離以後，則每一配子中僅含有一R，或一W。雜交後之結果為RW，仍為一對。但R為顯性，故僅現紅色。第一代之雜種所發生配子有兩種：即一種為含有R者，一種含有W者。父方有兩種，母方亦有兩種，故渠等更自相交配之結果，有一為RR係真正紅色

者，二為RW係外觀紅色而內含白色之形質者，一為WW係純白色者，可用 $(R+w) \times (R+w) = RR + 2RW + WW$ 式表示之，此說在現代已為不易之定律，稱為因子分配律。

(二) 血族結婚有害亦無害之理由 血族結婚有害與否，學者間無一定之說明。苟根據現代遺傳學的見地，則血族結婚之是否能良好結果？完全依其家族系統上遺傳形質之良否而定。茲假定A為健全因子係顯性，a為疾病因子係隱性，則AA為健全者，Aa為外觀健全者，aa為疾病者。若體內隱有不良遺傳性之病的因子而外觀為健全之家族，與另一家族之無此病者結婚，則其結果為 $(A+a) \times (A+A) = 2AA + 2Aa$ 。病的因子被顯性之健全因子隱蔽，故其諸子非真正健全者，即為外觀健全者，無具有疾病者發現也。若一家族，係隱有病的因子，而外觀為健全者，苟實行血族結婚，則其子孫中必有不健全之疾病者發現，其式如下： $(A+a) \times (A+a) = AA + 2Aa + aa$ 。即其親外觀上無論如何健全，其諸子之內現顯病之性質者，必佔四分之一。是即因血族結婚而發生不良結果之原因也。實則親體無論如何健全，但其體內多少必具有若干病的遺傳因子，實行血族結婚以後，於其子孫屢屢現顯病的性質，

致使一般人士遂深信血族結婚，於子孫有不利之影響。究其實，似未可以一概論也。

某一家族，苟有隱性不良遺傳之因子或疾病等，則應力避血族結婚，而與其他之健全家族求其配偶，自可不致發生不良結果。又如某一家族，具有大才及技能等之善良形質，在遺傳上為隱性之遺傳因子，則應獎勵其血族結婚，庶不致因與他族結婚而失其天才技能等之良好形質。蓋天才在遺傳上每為隱性，而平凡則每為顯性故也。但平凡之兩親，亦有四分之一之機會，可得天才之佳兒，與上記之 $(A+n) \times (A+n) = AA + 2Aa + nn$ 式為同一理由。是故具有隱性之不良形質者，欲求其於子孫中不致現出，且使其外觀上永為健全者，則結婚時，實有選擇其他家族無不良形質之健全者之必要也。

$$(n+n) \times (A+A) = 2Aa + 2Aa$$

疾病 健全 俱為外觀健全者

$$(A+n) \times (A+A) = 2AA + 2Aa$$

病的家系 健全 健全 外觀健全

具有疾病形質者欲求其永不發現，雖彼有不良之遺傳因子，若結婚時注意對方之優良遺傳形質，亦得因之而隱

蔽不顯，使外觀上成為健全者，是為消極的人種改良。反之，若一家族，具有可貴之優良形質，但在遺傳上為隱性，則結婚時應防止其與具有平凡形質之顯性遺傳因子及其他不良形質者結婚，致使其天賦之善良形質，隱蔽於平凡形質之下，務使其仍與具有優良形質者結婚，或獎勵其血族結婚，而使其天賦良性益益顯出，是為積極的人種改良。故優生學有兩種，即積極的優生學，Positive eugenics, or constructive eugenics 與消極優生學 Negative eugenics or restrictive eugenics 是也。

社 會 醫 藥

宗旨：本刊以提倡社會公衆衛生，介

紹世界醫學識為宗旨。

定價：每册一角五分

預定半年八角

全年十二册一元五角

社址：上海巨額達路十六號

國 產 新 藥 彙 編

洪貫之



Glucosin 固可靈

成分 純粹葡萄糖裂劑。

功用 強心利尿營養劑。

適應症 尿毒症，神經衰弱，心筋營養障礙，細菌性（如

霍扶斯、虎列拉、丹毒、赤痢等）藥物性（如磷中毒）

或新陳代謝產生物之諸種中毒，（如疳積、黃疸、尿

毒症、等自家中毒）肝臟疾患，子宮內膜炎及其他附

屬器疾患，水腫性疾患，內分泌過多性疾患，因創傷或

手術而起之營養障礙及心臟衰弱，過敏症治療或預防

等。

用法（1）皮下注射。用5%溶液，一回自一〇公撮—

一〇〇公撮，依尋常食鹽水注射法行之，但使用

大量（五十公撮起）時，注射部位以大腿內側皮下為宜

。（2）靜脈注射。普通用5%溶液，其為非經口腔

的多量投與或滲透療法時，宜用一〇%，二五%或五

〇%之高張力溶液，務須極徐緩的注射之。（3）灌

腸。用5%溶液，用量自二〇〇——一〇〇〇公撮，

每日一二回。

禁忌症（1）凡有葡萄狀球菌之疾患禁用。（2）糖尿病重

症時，宜十分慎重行之。

注意（1）使用時須先將安甌浸入溫湯，使藥液與體溫

相等。（2）使用於靜脈內注入時間或有輕度惡寒發

熱及戰慄者，此時可應用強心劑，或令患者絕對安靜

以解之，但注射時愈緩慢，則罕有發生者。（3）心

臟其肥大而心筋衰弱患者，欲行本品靜脈注射時，須先用瀉血法，排出與注射液同量之血液，然後注射之方為安全。

製劑及包裝 注射劑 有「高張」「等張」兩種「高張」
每支一〇% 五公撮 每盒五支 十公撮 每盒五支
二十公撮 每盒五支 三十公撮 每盒三支 五十公撮 每盒三支 每支二〇% 十公撮 五支 二十

公撮 五支 三十公撮 三支
每支二五% 五十公撮 三支
每支五〇% 二十公撮 五支 五十公撮 二支
「等張」 每支五% 二十公撮 五支 五十公撮
三支 一〇〇公撮 一支 二〇〇公撮 一支 三〇〇公撮 一支 五〇〇公撮 一支
製造發行者 民生

健身的話

(一)憂鬱

在許多年以前，據說憂鬱是一種腦病。和憂鬱相伴而來的是很厲害的精神錯亂，抑鬱頹喪，和自殺的念頭。在當時臆斷，這是由於腦裏缺少充足的鮮紅血液所致。

現在人的意見是怎樣的呢？以為所有這種症候，差不多都是由於血液裏吸收了一種毒質，而這種毒質是從應該排出體外的廢物裏來的。

或者你知道下面這些病徵罷：食慾喪失，舌上結苔，呼出的氣息難聞，以及那為健康的大敵的便秘。還有那血液變淡薄身體見瘦弱，並且發生精神上的錯亂，恐懼，和毀滅自己的願望。這都是憂鬱的人所常有的毛病。

我為什麼討論這個題目呢？祇是因為上次歐戰後，我國當中很多人有憂鬱失望的傾向。把牠討論透澈了，我們才能公正坦白地去對付牠哩。你或者要說，一唉！討論牠有什麼用處呢？這種憂鬱頹喪的氣氛，已彌漫於我家庭以內，我是已無能為力的了。

F. W. Barton, D. 著

申炳韶譯

遺傳的影響是很大的，強要否認，也是無用，所以你由遺傳上得來一副懶惰的肝腸，這是十分可能的。那麼你憂鬱的病源，或者就是由於遺傳也說不定呢。

但是治療的方法怎樣呢？第一要緊的是得到些生活上的興趣——是能使你到戶外去活動，並且能佔據你的心，不使你胡思亂想，自尋苦惱的一種興趣。

常做充足的運動或戶外工作，使得你的身體飢餓而需要食物；你的腸胃刺激起來行消化作用，並且把消化剩下的廢物完全排洩出來。同時你已精疲力倦，睡神來臨，請你入夢，什麼藥餌也就用不着了。

於是你將要享到你所久盼未得的舒適生活，心也被身外的事物佔據着，而不專向自己身上找「缺陷」。這麼一來，你的身心狀況就要好的多了。

大多數憂鬱的患者，無論如何，總能用這個方案治好的，所以若能恆的當真去治療，應該百發百中，萬無一失的。



詩壇

丁瑞侯詩

棠湖

丁瑞侯

葉午鳥窠寂。波開艇子呼。鳴蜩猶抱樹。歸雁已銜蘆。晚曉淒芳序。霄疏魄腐儲。櫂歌綠岸起。晴日滿棠湖。

車羅壩丙午大水南下過此

紅戰旗。瀾浪青沈水。淀蔬澁。渦深沒柳浮。粟飽殮魚上。策資根本。虛文滯尾。閭緣隄多乞者。影勉不關渠。

夜宿永修驛

宋漢年

草草勞人甫息肩。倉皇又着祖生鞭。青山夾道催行疾。明月多情向客圓。渭樹江雲思舊雨。寒燈孤館理新篇。陵夷世運英才少。四顧蒼茫一慨然。

客思

宋漢年

風雪催雙鬢。關山又一年。高歌懷杜甫。把酒憶陶潛。故國梅初綻。他鄉月正圓。詩文慚未學。徒欲企前賢。

蝶戀花 二十四年十一月作

丁敏士

十一月中浣。與步林。康侯諸兄。同游澳門中山。一路風光佳麗。景色嫣然。彌增快感。爰賦此闋。以誌鱗爪。
游程一路秋光好。碧水青山綠。遍隄邊。十里珠簾。凝鳳藻。花枝人面如春曉。共樂園林深秀窈。園名共樂。係唐少川氏小築。芳徑斜陽。故宅幽然小。一曲清歌。歌未了。輕鷗點點。雲中杳。

武俠愛情長篇小說(續)

海天奇遇

丹徒武幼如著

說到這裏。冷面却見與中和采蘋。四目相視。似在目語。

冷面便對衆盜指着采蘋喝道。把這賤人抬上別一隻舢板去。

不要讓他們打無錢電報。這裏又不是台基。弔膀子也要

揀揀地方。衆盜聽說。都轟然大笑。有一盞走過來一把將

采蘋提上別一隻舢板。冷面軍師便指揮十幾隻舢板。一齊

開行。預備開向港外海邊。鵬山的小輪之上。然後再命衆

盜將舢板搖回。還給原來的船主。當時十幾隻舢板。或前

或後。相並划行。直划到港灣之中。那港灣兩面高山。中

夾海水。正是香港天然形勝之地。這時從港口外面。忽然

如飛的駛進一隻全體白色的汽油船。掛着洋旗。迎風招展

。也看不清是那一國的國旗。船中並排坐着兩個洋人。那

隻船船尾出汽。勃通勃通的。其快如風。駛進港內。眨眨

眼已經到了面前。這時冷面軍師的十幾隻舢板。因為弄船

的盜黨。都不是內行。正一團糟的向前划行。看見汽油船

迎面開來。都亂紛紛的扳舵讓路。偏是載着采蘋的那隻舢

板上的管舵的盜匪。他本是個粗漢。又值一時心慌。應當

扳舵向右的。他反扳舵向左。於是這隻舢板。直向着汽油

小輪的來路駛去。只聽得崩的一聲響。汽油輪早將舢板撞

翻。那舢板裏采蘋和兩三個大漢。都一齊落水。只見見船

底飄浮水面。各舢板上的羣盜。都失聲大喊起來。但是那

汽輪上的洋人。却如同未曾看見。仍舊如風般的開着汽輪

駛去。霎霎眼已不見踪影。看官。洋人弄死華人。從來不

會償過命。無怪那些洋人。把我們中國人的性命。視同草芥。說也奇怪。中國人打死中國人。大家便忙着捉拿兇手。至於洋人打死華人。大家都望然而去之。似乎不足怪異。這樣已死的人心。被外國人看透。外國人怎麼不要格外趾高氣揚的膽大妄為呢。却說衆盜見翻了一隻舢板。忙着打撈。可是水深浪急。風大波高。舢板上都顛播得立不住人。却從那裏打撈。結果一無所獲。冷面軍師沒法。只得沒精打采。命衆舢板開出港口。直上鷗山小輪。冷面軍師命人提着與中。登上小輪。衆盜有的登輪。有的搖着舢板回去。交還船夫。與中眼見舢板撞翻。采蘋落水。茫茫大海。料想有死無生。自己被綁船中。無法撈救。可憐一個聰慧多情如花一般的好女子。竟這樣收場。貌美如仙。命薄於紙。怎不令人傷心腸斷。而自己和她的一段遇合的姻緣。竟同彩雲流水。轉瞬成空。豈不可悲可痛。想到這裏。不由兩行痛淚。如同拋珠撒豆般滾滾而下。而口中塞物。又不能大聲痛哭。一洩悲憤。又急又痛。一時間竟然暈去。迷迷糊糊。不知過了多少時刻。等到醒來。却見自己已經在一座大山之中。見那大山形勢雄峻。三面臨海。山中房舍櫛比。人煙稠密。熙來攘往。熱鬧如同城市。與

中這時。臥在一架帆布床中。由四個盜黨抬着。直到一所宮殿形的房屋之外。那大門建築得如同堡壘。堡上站着無數的盜黨。都是全副武裝。大約是職司守衛的衛兵。那所宮殿。四面有高牆圍繞。氣象雄偉。圍牆裏除了宮殿。似乎隱約的有亭臺樓閣。房屋甚多。與中暗暗驚訝。却見冷面軍師和小輪上同來的衆盜。都陸續的走入大門之中。半晌只聽得裏面呼喝着。帶人帶人。那四個盜黨。便將與中從帆布床中拖下。背剪綁着兩手。腿綁却已鬆去。挾着與中。直入大門。過了城堡式的門樓。便是狹長的甬道。兩旁排列着持鎗守衛的糾糾武夫。一個個都是彪形大漢。直排到宮殿之前。那宮殿。軒敞宏闊。畫角彫簷。非常偉大。殿上居中正面。坐着一人。那人虎頭燕頤。飛蓬蓬的滿面鬚髯。顧盼非常。聲如雷震。倒頗有幾分英雄氣概。然而眉宇間又隱含着委靡之色。想是酒色荒淫所致。與中暗想。這人想必是采蘋所說鷗山的渠魁黑髯龍。再看兩旁。還坐着數人。冷面軍師。亦在其中。大約都是鷗山的高級頭目。這時與中到了殿中。却聽得黑髯龍厲聲喝道。你那厮可是甚麼李與中。你爲甚麼專和鷗山作對。據軍師的報告。你竟敢告密我劫輪的計謀。捉去我的同黨。搶去我的

美人。打破我香港的機關。你這廝敢是吃了豹子心大膽。有幾個頭好砍。你講。你講。與中這時。由兩盜挾持着。挺然直立。自知事已至此。軟弱反而無用。徒然遺笑。因此反倒全無畏怯之心。聽了黑髯龍的問話。不由冷笑一聲。昂然說道。我和你往日無冤。近日無仇。甚麼作對不作對。我只知道鋤強扶弱。除暴安良。是好漢的作爲。路見不平。拔刀相助。是大丈夫應當的舉動。黑髯龍道。你是好漢。誰又不是好漢。你說我是強暴。你且說我甚麼地方強暴。你那廝不能信口雌黃。說得對。饒你狗命。否則難逃一死。與中道。你打搶輪舟。擄人勒贖。不贖就立刻撕票。而且打家劫舍。弄得民不聊生。那不是凶很殘暴是甚麼。你搶劫良家女子。用迷藥強姦。充你的下陳。那不是欺凌懦弱是甚麼。這些都是惡霸的行爲。還說甚麼英雄好漢。黑髯龍道。住口。你只道我打搶。你可知道我是劫富濟貧。現在農村破產。民無立錫之地。有錢的人。還是高樓大廈。玉食錦衣。我代他們調濟調濟。那不是好漢的作爲嗎。你說甚麼強搶良家女子。你有甚麼憑證。我倒搶過兩個娼妓女伶。她們根本幹的賣笑的勾當。算不了良家婦女。與中道。好漢不打謊語。恐怕你言不由衷。黑髯龍

喝道。大膽的匹夫。你敢說我言不由衷。據你講。怎樣纔算是好漢。與中道。好漢嗎。不欺人。不擾人。奉公守法。非義不行。無論幹甚麼。都要有利國家和社會。你知道農村破產。你可曉得破產的原因。在於外患日急。中國的金錢。被外國人括盡。要不破產也不能。現在的好漢。不能獨善其身。也不能單單在民間打些不平。就算了事。現在邊省危急。國亡在即。是漢子應當臥薪嚐膽。處心積慮。爲國報仇。像勾踐之復國。張良之報韓。執戈前驅。殺敵致果。保護四萬萬同胞的利益。但使龍城飛將在。不教胡馬渡陰山。人人都應該做龍城飛將。那纔算得是真好漢。大丈夫。黑髯龍聽了。默然無語。原來黑髯龍生於富家。頗讀詩書。胸中頗有大志。因爲家破爲盜。數年來迷於酒色。所遇非人。漸漸的銷磨壯志。這時聽與中一番議論。打動心事。不由暗暗佩服。有些自愧。因此默然無語。冷面軍師坐在一旁。聽與中所說。起先只是冷笑。後來見黑髯龍竟被與中說服。大有將與中釋放之勢。不由大怒。立起來對黑髯龍道。那廝詭計多端。總司令千萬不要被他花言巧語所騙。那廝誠破我劫輪的密謀。打破我數十萬資本的和豐老店。我們的損失。不爲不多。可算得自有禍

山以來。未有的大敵。而且他在香港。在警署。自由出入。警察竟聽他的指揮。可見得這廝。實是官中的密探。來探聽我們的秘密。意欲覆滅鵬山。倘使總司令。為他的巧言所惑。將他釋放。那嗎。總司令以後恐無安枕之日。黑髯龍本是個面狠耳軟的人。聽冷面所說。又覺有理。便大喝一聲道。你那廝休得胡言。你是好漢。為甚麼和鵬山作對。可見得你是官中的密探。你好大膽。左右與我牽出去砍了。與中聽說。仰天大笑。黑髯龍道。且慢。你那廝笑些甚麼。與中道。我笑你左右盡是些欺詐小人。你無人輔佐。有耳不聞。有目不見。如同行屍走肉。被那些小人遮蔽。不識賢愚。不辨善惡。你那鵬山基業。不久要復沒在若輩之手。還自稱甚麼好漢。冷面軍師恐怕與中再要開言。忙搶着說道。這廝還有一樁大罪。他竟敢在安平輪中。把總司令的美人采蘋。搶去強姦。現在采蘋踪跡不明。據說已經被那狗頭。夥着幾個外國人。在船上輪姦姦死。屍身攢在大海之中。黑髯龍不待說完。不由一把無明火高起千丈。把案檯一拍。大喊。砍了。砍了。這時有幾個大漢。捧着大刀。兩旁走出。挾着與中便走。只見那大刀柄上繫着的紅綢。隨風飄拂。一隊人簇擁着與中而去。與中

不由長嘆一聲。正是。

忠言逆耳如無聽。瀝血深山所為誰。

欲知與中生死。且聽下回分解

康 健 書 局

營 業 要 目

醫 藥 用 書 衛 生 用 書 國 術 用 書 體 育 用 書 一 般 用 書 中 外 地 圖 各 種 雜 誌 教 育 玩 具 中 西 文 具 運 動 器 械 美 術 用 品 自 來 水 筆 承 接 印 件

局 址 上 海 霞 飛 路 四 四 號 電 話 一 〇 四 九



康 健 消 息

特 載

全國青年實施強迫體育

△凡屬國民均有受體育義務
△父或監護人應負督促
△各鄉鎮必設體育場

我國在專制時代，政府皆有重文輕武之舉習，對於民衆體育，非但不加訓練，并且無一中獎勵文詞；致國民體質日漸淪薄，而國勢因以陵夷，時福外患；民族因以不振，暮氣漸深。自國民政府成立以來，對於提倡體育不遺餘力，既成立中央國術館，復於中央及各省市次舉行全國運動會，重要省市不惜斥重資次第設立規模宏大之體育場，本年既派委全國健兒參加德國之奧林匹克運動會，更於七月廿五日由教育部規定全國青年男女，實施體育辦法，頒發各省市勸導遵照，辦法：(一)中華民國青年男女有受體育義務，父或監護人，應負督促之。(二)體育目的務使循序漸進，得有應具之健康本能及抵抗力，並使身體各官能發育，能耐各種職業上特別勞苦為必要效用。

(三)實施體育方法，不論男女，應視年齡及個人身體強弱，酌量辦理。(四)凡風俗習慣有妨礙青年男女體育之正當發育者，應由縣、市、鎮、鄉村等行政機關負責嚴禁。(五)各省治村鄉鎮市必須設備公共體育場。

此誠我國四千餘年來破天荒之賢明政令，於民族國家均有莫大良好之影響，凡我國民宜如何淬厲精神，提倡此舉，尤其全國青年，實有未來的締造艱難之責任，苟無健全之體格，圓滿之精神，焉足以任此艱鉅；故宜在父母師長督促之下，認此為立身做人之基礎，建功立業之階梯，體育一項，與衣食住行同等重要；地方人士，亦宜排除一切困難，節費無謂靡費，想立設備完美之體育場，以供一般民衆之加緊練習，行見四億七千萬之美黃帝胃，皆為冠絕全世界之模範人民，豈不盛哉！

第十一屆世界運動會之種種

【我國代表出發】 第十一屆世界運動會，於本年八月一日在德國柏林舉行，已誌前報，我國參加健兒，於六月二十六日乘意郵船出發，計有

醫 藥 衛 生 類

【全國海港檢疫處加緊海岸檢疫工作】

全國海港檢疫管理

處，近日已開始檢疫工作，較往年尤為努力，國內各海岸港口，如上海，天津，青島，寧波，廈門，福州，廣州，香港，等處，均由各地檢疫分處實施嚴格檢驗進出口船隻有無發生瘟疫，隨時製成報告統計及疫癘發生原因，以備聯絡當地衛生主管機關，設法遏止防止。

【上海市發現黑熱病】

流行於蘇北一帶之黑熱病，本市亦已有發現。據本年五月，有一住居閩北之華籍婦人，卒患該病致死，而死者之脾臟小孔內，發見有黑熱病寄生虫云。

【防空防毒常識展覽會開幕】

上海中華基督教青年會主辦之防空防毒常識展覽會，在八仙橋青年會新址舉行，於上月開幕，並未舉行儀式。展覽模型圖表等，向各航空團體機關徵集，均加詳細說明，陳列二樓穿堂內。入門處懸海軍飛機製造處自製水機模型多架，左首桌上陳列國產防空面具多種，左首架門懸巨彈一顆，壁間則懸各國空軍勢力及實力圖等多張。入門後，正中置有銀色岳軍號大飛機模型一架，其旁木架則懸救濟之攝影多幅，指示救護受傷及受毒之方法。該會並編印「防空常識」，「防毒常識」，及「救護常識」，小冊三種，在場發售。

【蘇俄愛護兒童】

蘇俄第夫里斯之兒童新療養院開幕，位於一千六百公尺高處松林之中，共有病房三十六間，能容八至十四歲兒童約五百人。院中有運動場讀書室及音樂設備等。

又蘇聯南部鐵道初次採用母子機籠車，車上有兒童浴室及各種衛生設備，並有特別看護車服務。

【醫目可以重明蘇俄醫藥界驚人發明】

近有關於因白醫致盲之目，現已證明可用移植眼膜法使之重見光明。此項手術，係由蘇聯醫學博士費拉托夫等所創造，此項新眼膜，可從死後數小時之死屍取用，其效用不下活人之眼膜，世間因白醫而致盲之人極多，此項手術之發明，裨益人類造福社會實非淺鮮云。

【中國衛生教育社年會】

中國衛生教育社第一屆年會，及該會主辦之衛生教育展覽會，均於上月十日開幕。年會開幕典禮，在江蘇省立醫政學院舉行，由副委員長周佛海主席，到社員約二百人，推果夫等七人為主席團，胡定安為秘書長。旋開分組審查會，(十一日)上午九時至十二時開正式會，討論提案多起，十二日閉幕。同時由該社舉辦之全國衛生教育展覽會，亦在醫政學院舉行，由副委員長周佛海夫人剪綵，全部展覽品，計分五場陳列，除第五展覽場在省立醫政學院外，餘均在省立鎮江民衆教育館。第一展覽場為學校學生，實地施成續展覽場，計五室，第二為衛生宣傳展覽材料展覽場，計兩室，第三為衛生教育行政成續展覽場，計四室，第四為民衆衛生教育實施成續展覽場，計兩室，以上均在省立鎮江民衆教育館。第五為衛生教育用品展覽場，在醫政學院年會會場之後，總共出品達一萬餘件，參加者九十餘單位。

【上海市迄今尚無虎疫發現】

本埠海港檢疫處，昨發表上週上海港內傳染病狀況如下：天花患者華人三人，死亡二人。流行性腦膜炎患者華人三人，傷寒患者華人二十九人，外人八人，華人死亡二十三人。細菌亦

病及阿米巴赤痢，患者華人八十九人，外人三人。白喉患者華人六人，外人一人，華人死亡一人。猩紅熱患者華人五人，外人三人。總計華人患傳染病者六十五人，外人十五人，華人死亡二十六人。又據秘書周仲千談，現雖時屆七月豐頭。本埠真性霍亂，並無發現，全國各港亦極安謐。至報載率波發現霍亂之說，已經郵務政府查明函報，係屬謠傳，故本年此可怕之疫癘，或可幸免云。

【蘇煙民戒絕八萬餘】蘇省登記之三十餘萬烟民，迄最近止，已戒絕八萬餘人，預計四年禁絕計劃，定可實現。

體育類

【上海女子游泳會】上海女子游泳會，自前日開始報名以來，參加者已達四十餘人，昨日開會議決，每日下午二時至七時，假兩江游泳池練習。每週星期日必須全體到池，否則除名。定今日下午二時發給會員證，藉以識別，並得自由練習游泳。

【首都成立夏令游泳隊】首都自入夏以來，天氣炎熱，惟游泳池日皆人滿。有熱心提倡體育者夏曉霞、宗漢子等，發起組織夏令游泳隊，增進技術，自發起徵求隊員以來，每日登記參加者極為踴躍，現有馬一可等百餘人，該隊定週內召 成立會，並假中央游泳池舉行下水禮。

【日游泳新紀錄】柏林電稱日本女子游泳選手前細季子，於七月二十二日開一紀錄，二百公尺俯泳造成三分二秒六之世界紀錄。又小島一枝於百公尺自由式打破自己保持之日本紀錄產生一分十一秒一之大紀錄。

又二十三日午後一時在亞林匹克池池開紀錄會日本新井選手，於公開二百米自由式，將十八日本人所造成之二分九秒六，更趨短零秒二為二分九秒四。而杉浦選手，亦為二分九秒六。田口選手，為二分九秒八。鮫藤選手為二十秒。根上選手為二十秒八。均有驚異之好成绩。亞林匹克之再度制霸，並有希望，觀衆無不喝彩。亞林匹克八百米接力，預料必完全歸日本之勝利。至於長途游泳，寺田選手風色尚健，千米僅十二分卅五秒四，大石原田選手，永見本田兩選手之順序，成績均佳，又仰泳前日清川選手造成一分七秒二之驚異的紀錄，比是日一分八秒二之四仰選手尚高，故日本仰泳選手，必能戰勝美國云。

美國華威克世運游泳預選，洛倫島之希琴司，今日二百二十公尺胸泳第一，成績二分四一秒一。按世界紀錄為二分四二秒六。奧林匹克紀錄為二分四四秒九。二百公尺自由式華字第一，黑德第二，奇爾門第三。美國世運隊中，奇靈拉，考克海尼，大約俱將入選。美國紐約世運女子游泳預選，傑雷脫女士，百公尺仰泳第一，一分十九秒二。被之奧林匹克紀錄一分十六秒八為遜。低板跳水洛杉磯潘登夫人第一，三三，三四分，紐約吉利生第二，洛杉磯郭小姐第三。

【邱永海在檳榔逝世】我國著名網球家邱永海氏，已於七月廿七日在檳榔逝世，按邱氏曾為上海網球之盟主，並曾代表中國，出席台維斯杯比賽體育界此人失材至堪惋惜！

【台盃網球賽英國連勝錦標四年】台維斯盃網球總會治賽，最後一組單打，於上月廿八日在英國曼物爾舉行，潘來(英)以直落三擊敗克勞曼(澳)，奠定勝局。總結果三對二，英國完成保持台盃連四年之偉業。

康健百問

醫藥衛生類

牟鴻森醫師答

特別啓事

本社為謀讀者利益起見，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答覆者李鴻森醫師診所（霞飛路嵩山路西首）當可得滿意之答覆，概不取費。

問 鄙人患口臭，請問：（一）此病有永遠斷根之希望否？（二）何種臟腑之病？病源若何？（三）楊貴妃有口臭，食荔枝而愈，未知果能治愈否？（四）服第歐德潤腸丸有效否？（五）服何藥可以斷根？何藥房出售？

石莊調理運君

答 （一）（二）口臭係消化不良，大便結結之故，如將原因除去，即可痊愈。（三）貴妃食荔枝以治口臭，因荔枝屬水果之一，凡屬水果，均有利便之效也。（四）潤腸丸固可通便，然久服則失效，反有害胃腸。（五）根治之法，即須每日養成排便一次之習慣，排便須多運動使腸蠕動亢進，多食蔬菜水果，少食肉類脂肪性食物。

問 頃讀貴誌四卷六期所載「幾種物理療法的功用」一文，內載「紫外線療法」及「灸療法」可以治愈血壓過高之病。鄙人現患血壓過高之病，除已用藥物治療外

對於上項物理療法，亦急欲一試，未識上海照紫外線以何家醫院為最宜？灸療法有無此項專家？請即賜示！

呂鍾理君

答 高血壓之理學療法分按摩，礦泉，水治療法，電氣療法四種，紫外線照射，亦屬電氣療法之一，上海各醫院多有此種設備，敝處亦有。至於灸療法為中醫之治法，其效用與按摩相等。不過本病之治療以安靜生活，注重食物養生，選擇療養地方（適於高山），通暢大便，藥物療法（如血管劑）為主，理學療法為治療上之補助耳。

問 敝友O君，因犯手淫甚密，致身軀孱弱，毛髮盡生，于思弱面，形容衰者，閱貴誌第三十二期康健顧問欄E.D.S君所問，與敝友病狀完全相同，貴醫師答謂「毛髮過多與手淫無關，治法請參閱拙著皮膚病的預防及治療一書」茲因大者此處遲遲不得，請將毛髮過多之治療法，摘要示知為感。

福建仙遊示來時君

答 療法 用氯化鈣，氯化鈉，氯化錳，雄黃等和澱粉，白朮和溫湯作成泥狀，塗擦患處，約十秒鐘後拭去。或用電氣分析法，即用平流電氣的陽極放在手上，陰極連於把針器所夾的針上，穿刺毛孔，電流的強度以二三瓦為宜。通常約十秒鐘，即見毛孔發生小泡，此時便用銷子將毛拔去，不過這方法需要長久的時間，也可用X光線療法。

問 （一）鄙人患遺精已三載餘，每月四五次，包皮甚長，工作常感疲乏，目力不充，以上現象，是否為神經衰弱？（二）閱本誌三十期本欄有Adexolin Capulus 一藥，不知係何種藥品？與上項病症功效如何？

價目若干？(三)近日每晨練習少林拳，演

畢頗感疲乏。未卜對身體有礙否？又少林與

太極拳。以何者於健康為最有效？(四)擬

服魚肝油。以補肌肉之發達。是否合宜？(

五)鄙人服務商界。以每晚餘暇。習英文

。於腦筋有影響否？ 本埠王棟良君

答

(一)為遺精過多所致之神經衰弱。至於遺

精之原因與包皮大有關係。(二)對於本病

無關。(三)在未將本病治愈以前。尚不宜

劇烈運動。太極拳動作柔和。尊體練習最為

合宜。(四)遺 未治愈。雖服補劑亦不濟

事。服用魚肝油夏季不甚相宜。可暫時不服

。(五)日間服務。晚間再補習英文。患神

問

經衰弱者甚不適宜。

(一)二期梅毒。繼續注射。約須若干次？

每次幾針？(二)在注射期內。可兼服內服

藥否？(三)用反應檢查比較用顯微鏡檢查

。何者可操？(四)市上有現成內服藥否？

如有。何名。何家出品？(五)在注射期內

答

。不發生該病之現象否？ 濟南定戶某君

(一)二期梅毒須注射十六次六〇六。(二)

注射六〇六期內。又可注射汞劑。則效力

更著。(三)以行血清反應為確。(四)市

上之內服藥無效。(五)注射期內不致發生

梅毒之現狀。唯確根治後。乃可免後患。

(一)1.交合後。精液排出後拭於布上。發

現結晶。小顆。此係何故？2.未幾便小解。

此乃生理狀態。抑病理狀態？3.小解時非十

分鐘不能解出。此係何故？(二)講究衛生

。大解宜有定時。甲謂。於早飯前。乙謂。

於晚飯後；丙謂宜早晚各一次。三者孰是？

(三)午睡為休息之一。甲謂宜於午前一時

起床。乙謂宜於午後一時就寢。二者孰是？

(四)每晨刷牙後常覺口渴。飲開水兩杯仍

渴如故。本誌四卷五期有「牙粉牙膏與牙刷

的常識」載有酸性牙膏適合衛生。不知此種

性牙膏。何處有售？定價若干？ 蔣倫武君

答

(一)1.為精液乾燥之結晶。2.所述不明。

無從亦答。3.恐係尿道感染之故。(二)大

便總以每日定時一次為正。無論何時均可

。(三)午餐後睡眠一時。甚適合衛生。(

四)酸性牙膏非化驗不能明。閣下但講求口

腔衛生。只須每三餐不忘刷牙漱口已足。

何種牌子最好？(三)荷蘭藥為動物之精液

。輸入人體乃可發生效力。似有問題否？(

三)新亞華廠之補爾神。可否與司保命同時

注射？康健者可否注射司保命？(四)心跳

是否與神經衰弱有關？抑為心臟病？應如何

治之？(五)畢丸石大左小。右面似有二個

。可使搖動或吊上。不知有礙生育及發育否

？(六)聞福爾醫保命甚佳。不知有更好之

藥否？ 張展成君

答

(一)有效。尤以聯合荷蘭藥為佳。牌子甚

多。不及備載。(二)荷蘭藥療法。為補助

人體某部內分泌之不足。其效用已為世界學

者所公認。勿庸贅述。(三)補爾神為此藥

製劑。可與生精荷蘭藥同用。(四)神經衰

弱及心臟病。均現心跳。(五)須診察後。

乃可確定。(六)尚有更佳者。

鄙人染淋病迄今兩月餘。先經中醫診治未見

效。嗣請西醫打清血針。針後二天無白濁。

但隨後又漸漸下淋。現已注射七針。依然如

此。現大便乾結。小肚積脹。兩腿發麻。膝

下皮色黃瘦。請問是否要生他病？服何藥為

宜？ 本埠南市彭君

答 理已變為慢性淋病。非服藥所能根治。須就
有經驗之醫師治療。并請參看康健書局出版
之「淋病之正確療法」。

問 (一) 身上多汗。而手足頸臂各部。無論冬
夏均特多。係何原因? 何法根治? (二) 腹
部於受冷時即劇烈作痛。并有一小塊。痛時
置熱物於腹部。數分鐘即愈。但時痛時愈有
何法可以根治? (三) 右腳之板底有塊狀小
片。時時脫落。若傳染時即發紅奇癢并起小
泡。(四) 又腳趾間奇癢皮破出黃水。何藥
可以根治?

嘉山泰克宗君

答 (一) 為多汗症。多由衰弱所致。須用強壯
劑。對症療法請參看北新書局出版之「皮膚
病的治療」一書五四頁。(二) 由受冷後腸
管攣縮之故。以後須注意預防寒冷。(三)
恐係慢性濕疹。治療參看前書。(四) 為寄
生性皮膚病。稱曰香港脚。可用土肥氏消膏
塗擦。

問 (一) 小便甚急而少。腰酸痛。服第威德補
腎丸無大效。服後有藍色。不知可常服否?
(二) 而痘是否血毒。服清血藥有效否? 外
藥業以何種為佳? (三) 敝友余君身材矮小

。發育不全。費刊每有介紹注射馬保命但普
通均為單純藥丸製劑。聞腦下垂體內分泌劑
。可使身體高大。不知何種牌子之馬保命含
有該項成分? 或單獨之腦下垂體劑有否出售
?

高行德君

答 (一) 小便甚急係膀胱或尿道之病狀。與腎
無關。腰部酸痛。亦非決定與有聯帶關係。
第威德補腎丸非醫師所用之藥品。可不服。
(二) 而痘之療法。請參看拙著「皮膚病的
預防及治療」一書三五頁。(三) 育不全
。預先除去其原因。然後注射生精聯合賀爾
蒙(含有睾丸。攝護腺。胸腺。腦下垂腺等
。非單純之睾丸賀爾蒙保命。普通藥房
有無出售。須詳查。

問 鄙人近三年來身體消瘦。精神頹敗。飯量不
振。尚稍多食或食別種食物。則心隔即不暢
快。次日即感便秘。最近飲茶種多。亦甚停
滯。迭經中西醫師診治。均未見效。每患食
滯便秘時。服索廉士清導丸或兜安氏小粒通
便丸數美黃養等。任服一種。則大便秘之便
利。但數日發現一次。麻煩異常。而中西各
醫。有診為胃病者; 有診為腸氣者; 有診為

腎虛者; 不識究為何症?

四川王芳登君

答 此營習慣便秘。由於腸管蠕動微弱所致。常
服各種成品瀉藥甚不適宜。因服瀉藥之排便
。為暫時之作用。且使腸之運動。更為減弱
。以後每日宜有適當運動。多食青菜水果。
少食。類。早晚空腹時。飲冷開水一大盞。
進養成每日排便之習慣。即可自然痊愈。

問 鄙人平日因用腦過度。患腦痛已有年載。下
腦常流於左鼻腔內。色灰白。味異常難忍。
口中發澀。應用何法治療? 黎惠民君

答 為類寶美之症狀。腦痛是一般俗稱。治法請
參看拙著「耳鼻喉喉的衛生與疾病」一書
本社有代售) 須請醫師施行。

問 (一) 兩鬢奇長。何法可治? (二) 面部時
發而痘。此起彼伏。且愈後留黑點。(三)
面部四肢及軀幹。皆粗糙赤黑。且多赤色瘡
痕及黑痣。何法可以治療? (四) 小腿部在
下午。勢形膨脹。又手掌及足底均生老皮(俗
名龜)及所甲。(五) 每屆暑期。時患水
泡。易潰易延。(六) 多痰多鼻淵。(七)
犯手淫惡癖。致性具發育不全而畸形。未悉
與生育有礙否? 本神王君

答

(一) 爲多毛症。治法請看拙著『皮膚病的預防及治療』一。(本社有代售)(二) 而痘如不治癩。黑點愈多。極礙觀。治療法仍請參看前書。(三) 瘻爲血管瘤。可以醫治。(仍請看前書六一頁)其他無法除去。

(四) 小眼膨脹。須即就醫診治。恐係脚氣腎臟病等。手足底生老皮。無須治療。至於灰甲。則爲爪甲白癬(請參看前書七三頁)。

(五) 注意皮膚清潔。即可預防。(六) 多痰多鼻涕。須就醫診察。有無鼻腔疾病及肺病。(七) 犯手淫能致生殖發育障礙。對

子精神身體俱有大害。務須決心戒除。已有之病狀。須從速治療。(請參看以前本誌所載拙著『手淫 弊害及其根治法』一文。

(一) 牙關緊。已有二年餘。曾請牙醫診治。屢不見效。又在右旁生盡牙一。迄今僅生出四分之三。甚感不便。(二) 鼻孔終日

空塞。呼吸不便。晚間較劇。甚感不舒。雖經療治無效。請問此二疾因何而起?不醫有何妨礙?有無特效藥可治? 吳季衡君

問

(一) 患根牙痛。發生病時。每有牙關緊閉。可請醫師除去其障礙。(二) 鼻

腔阻塞。爲慢性鼻炎之現象。如長久不治。對於呼吸頗有不利。當治愈爲佳。

鄙人因疾行過度。致脚腫痛。經弱無力。中醫謂「腰骨酸」。服藥無效。請問：(一) 宜服何藥?(二) 此病宜中醫抑西醫治之?

問

(三) 於飲食有無影響?(四) 宜如何療養?

(五) 愈後是否再發?(六) 愈後應如何運動?(七) 此病起因如何(八) 爲何于五月後即發生。冬季則無之?(九) 此病與土地有無關係?(十) 如何使此病不發?

(一) 恐係脚氣病。但未詳細診察。亦難斷定。(二) 請新醫診治爲妥。(三) (四) 可多食新鮮蔬菜及糙米麥食等。因富於乙種維他命也。(五) 如未根治可再發。(六) 愈後亦當慎運動。(七) 如係脚氣則由缺乏維他命(生活業)所致。(八) (九) 與氣候有關。(十) 須就時治療。可免復發。

鄙人因結婚(十五歲)過早。以致身體及生殖器官短小。並患早洩。擬至專處診治。因經濟關係。希望指導自療方法。此病能否根治?約需費用若干? 本埠沈君

答

爲結婚過早而成之神經衰弱及生殖發育不全。其治療之方法與手淫過度相同。治法費用如經濟困難。可自備藥品來敷處代爲治療。

鄙人自習太極拳。已將二載。未嘗間斷。惟推手一門。因祇一人。無從練習。對於體格與進步殊慢。今擬同時學習八字式馬樁。不知是否適宜?八字式馬樁在初習時。身腰不能正直。稍向前迎。有何妨礙。二手不插腰際。向前伸直不動與肩齊。或毫不着力二手向前打空拳。是否可以。費情君虎!

閣下習太極拳已二載。是已具根柢。但能動練不輟。悉心揣摩。自有進步。或已有進步特閣下尙不自知耳。閣下以爲單調。乃因一人獨練。缺乏切磋之故。推手爲太極拳之用。將來如有機會。最好尋求對手。甘與味濃厚。尤勝於一切運動也。至於學習馬樁。爲外家拳初步之基礎。與太極拳無關。身腰不能正直。由功夫未深。日久強練。自能漸直。向前打空拳。尙不如「翻江倒海」。能使手臂靈活。惟此種種弊不在太極拳範圍。因太極拳固無須如此也。

體育類

體育類

陳稼軒

答

爲結婚過早而成之神經衰弱及生殖發育不全。其治療之方法與手淫過度相同。治法費用如經濟困難。可自備藥品來敷處代爲治療。

問

鄙人自習太極拳。已將二載。未嘗間斷。惟推手一門。因祇一人。無從練習。對於體格與進步殊慢。今擬同時學習八字式馬樁。不知是否適宜?八字式馬樁在初習時。身腰不能正直。稍向前迎。有何妨礙。二手不插腰際。向前伸直不動與肩齊。或毫不着力二手向前打空拳。是否可以。費情君虎!

答

閣下習太極拳已二載。是已具根柢。但能動練不輟。悉心揣摩。自有進步。或已有進步特閣下尙不自知耳。閣下以爲單調。乃因一人獨練。缺乏切磋之故。推手爲太極拳之用。將來如有機會。最好尋求對手。甘與味濃厚。尤勝於一切運動也。至於學習馬樁。爲外家拳初步之基礎。與太極拳無關。身腰不能正直。由功夫未深。日久強練。自能漸直。向前打空拳。尙不如「翻江倒海」。能使手臂靈活。惟此種種弊不在太極拳範圍。因太極拳固無須如此也。

問

鄙人自習太極拳。已將二載。未嘗間斷。惟推手一門。因祇一人。無從練習。對於體格與進步殊慢。今擬同時學習八字式馬樁。不知是否適宜?八字式馬樁在初習時。身腰不能正直。稍向前迎。有何妨礙。二手不插腰際。向前伸直不動與肩齊。或毫不着力二手向前打空拳。是否可以。費情君虎!

答

閣下習太極拳已二載。是已具根柢。但能動練不輟。悉心揣摩。自有進步。或已有進步特閣下尙不自知耳。閣下以爲單調。乃因一人獨練。缺乏切磋之故。推手爲太極拳之用。將來如有機會。最好尋求對手。甘與味濃厚。尤勝於一切運動也。至於學習馬樁。爲外家拳初步之基礎。與太極拳無關。身腰不能正直。由功夫未深。日久強練。自能漸直。向前打空拳。尙不如「翻江倒海」。能使手臂靈活。惟此種種弊不在太極拳範圍。因太極拳固無須如此也。

問

鄙人自習太極拳。已將二載。未嘗間斷。惟推手一門。因祇一人。無從練習。對於體格與進步殊慢。今擬同時學習八字式馬樁。不知是否適宜?八字式馬樁在初習時。身腰不能正直。稍向前迎。有何妨礙。二手不插腰際。向前伸直不動與肩齊。或毫不着力二手向前打空拳。是否可以。費情君虎!

最近全國出版康健新書報目錄

西醫之部

書名 著者

每册定價

出版者

醫學上的問題

陳少懷譯

• 五〇

商務

優生學

胡步蟾

• 七五

正中

與人類

馬春英

• 七五

代售處

看護學

張昌紹

• 六〇

同上

婦女救護十講

張昌紹

• 六〇

同上

科學淺說

科學世界

• 一〇

同上

第四種戰地救護

醫學組編

• 一〇

同上

法定預防

衛生署

• 一〇

同上

藥病預防

衛生署

• 一〇

同上

中醫內科全書

南宗景著

八〇〇

代售處

中醫與自然化學

蔣定英

• 七〇

代售處

木斛之藥理研究

經利彬

• 七〇

代售處

人造藥

朱積煊

• 五〇

代售處

鍼灸穴道記

王崇一

• 二〇

代售處

衛生之部

衛生學綱要

丁任生

一〇〇

代售處

生理衛生學

陳雨蒼

• 五五

代售處

初中衛生學(上中下)

朱隆勳編

共一〇〇

代售處

體育之部

國術源流考

褚民誼

• 二五

正中

男子健美體操集

馬濟翰等

• 二〇

康健書局

女子健美體操集

馬濟翰等

• 一五

康健書局

跳繩遊戲百種

阮蔚村譯

• 一五

勤奮

國花圖案健身操

俞子箴

• 二五

勤奮

舞蹈教材

馮柳溪

• 三〇

商務

雜誌之部

刊物名稱

刊期 每册定價

全年

出版者

新藥月報

月刊 一五

• 五〇

新藥月報社

補遺

中醫之部

沈氏女科輯要箋正

張山雷

二〇八〇

蘭谿中專

難經彙注箋正

張山雷

三〇〇〇

同上

病理學讀本

張山雷

二〇〇〇

同上

藏府藥式補正

張山雷

三〇〇〇

同上

本草正義前集

張山雷

三〇〇〇

同上

醫事蒙求

張山雷

• 五〇

同上

全體新論疏證

張山雷

• 〇〇

同上

瘍科綱要

張山雷

• 〇〇

同上

脈學正義

張山雷

• 〇〇

同上

中風對證

張山雷

• 五〇

同上

中央教育委員會備案 上海市教育局教育立案

中西醫藥研究社

主編 西醫藥
月刊

選撰審慎

宋體字

內容豐富

印刷精美

第二卷第六期要目

甚麼是中國醫學革命的真正阻礙

醫學文字事業

新醫東漸史之研究

古代中西醫藥之關係

郎君子——醋蟹——運動之研究

皮膚藍染之梔子泥方

人胞在治療上之價值

可怕的沙眼

醫院臨症服務指南

聽診與打診

全國中西醫藥學校調查報告

西藏醫藥狀況

讀了中西醫藥以後

消息

定價

全年十二冊二

元四角國外四

元港澳三元郵

費在內半年不

定郵票九五折

算

第一卷

彙編

(內附引得)

連郵一元二角

函索附郵

五分即奉

上一冊

定價處

上海愚園路七

一八弄中西醫

藥研究社出版

部

女子書店新書

婦女性科學知識

管思九編譯 四角

本書的內容，我們可摘錄譯者自己的話：「一、本性的知識，是極重要的事。二、現在的女孩子，不論未婚或已婚，對於性的知識，是極重要的。三、我們從什麼地方去找它？四、我們從什麼地方去找它？五、我們從什麼地方去找它？六、我們從什麼地方去找它？七、我們從什麼地方去找它？」

看書，誠然是最好的辦法。不過，我們從什麼地方去找它？看書，誠然是最好的辦法。不過，我們從什麼地方去找它？看書，誠然是最好的辦法。不過，我們從什麼地方去找它？

出一人對性，於是不從外國書中去找。前年我從伊文思書店買到兩本小冊子：What every young woman should know, and What every girl should know. 閱後頗為滿意。我又把這兩本書介紹給許多人看，他們沒有不讚揚的。這兩書的內容，對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。

方一個講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。

類者取長，後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。

知本小冊子綜合起來，便合可說比較完善的性科學知識。當然是名符其實的。

目錄如下：

- 一、切身的需要
- 二、性慾現象
- 三、生殖器的解剖及生理
- 四、成熟的性慾衝動
- 五、懷孕的每月生理
- 六、內分泌的調用
- 七、性腺

女子衛生學

李玉蓉 女士著 四角

女子生理上因為與男子有種種不同，因此，對於衛生上有種種特別須加以注意的地方。本書，就是適應此種需要而出版的。舉凡女子生理現象，妊娠分娩等等應注意之點以及嬰兒法等，莫不有詳細切要之敘述。為婦女所必備之要籍。

美的經驗

Miss E. W. Hopper 著 黃邦俊譯 四角

二、審美經驗，是極重要的。三、我們從什麼地方去找它？四、我們從什麼地方去找它？五、我們從什麼地方去找它？六、我們從什麼地方去找它？七、我們從什麼地方去找它？」

看書，誠然是最好的辦法。不過，我們從什麼地方去找它？看書，誠然是最好的辦法。不過，我們從什麼地方去找它？看書，誠然是最好的辦法。不過，我們從什麼地方去找它？

出一人對性，於是不從外國書中去找。前年我從伊文思書店買到兩本小冊子：What every young woman should know, and What every girl should know. 閱後頗為滿意。我又把這兩本書介紹給許多人看，他們沒有不讚揚的。這兩書的內容，對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。

方一個講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。

類者取長，後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。

知本小冊子綜合起來，便合可說比較完善的性科學知識。當然是名符其實的。

二、審美經驗，是極重要的。三、我們從什麼地方去找它？四、我們從什麼地方去找它？五、我們從什麼地方去找它？六、我們從什麼地方去找它？七、我們從什麼地方去找它？」

看書，誠然是最好的辦法。不過，我們從什麼地方去找它？看書，誠然是最好的辦法。不過，我們從什麼地方去找它？看書，誠然是最好的辦法。不過，我們從什麼地方去找它？

出一人對性，於是不從外國書中去找。前年我從伊文思書店買到兩本小冊子：What every young woman should know, and What every girl should know. 閱後頗為滿意。我又把這兩本書介紹給許多人看，他們沒有不讚揚的。這兩書的內容，對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。

方一個講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。

類者取長，後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。後者對於發達的性慾，互相衝動，生理方面，講得詳細有味。

知本小冊子綜合起來，便合可說比較完善的性科學知識。當然是名符其實的。

總發行所 上海郵政信箱 四〇四號

去垢殺菌

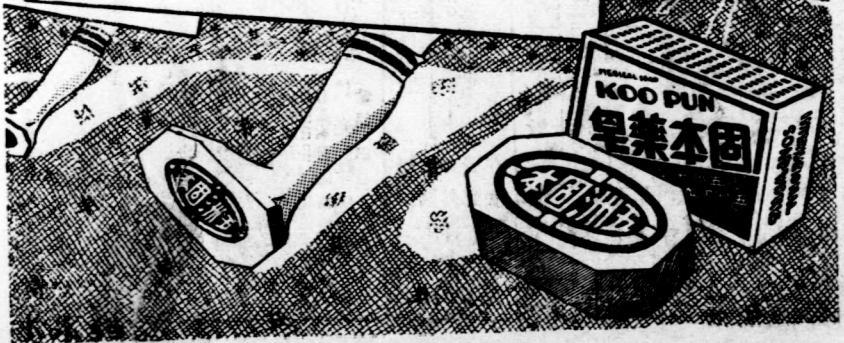
固本藥皂



普通肥皂，祇可去垢，不能消毒，「固本藥皂」既消毒，又去垢，用以潔手浴身，洗滌病人衣被，可防病菌傳染，售價廉，既衛生又經濟！

五洲藥房發行

各處藥房烟紙店
百貨店均售



普及灌輸預防傳染病常識之利器

法定傳染病預防圖

行政院
衛生署
編製

衛生署通令直轄各衛生機關

並咨請教育、各部、轉令、各中小學校及社會、民衆教育、機關採用

本圖全套九幅，依照法定九種傳染病類，分別將霍亂、傷寒、痢疾、天花、白喉、斑疹、傷寒、腦膜炎、鼠疫、猩紅熱等傳染病之症象、病因或預防方法，用極醒目之五彩圖畫表示之，并以極簡明極扼要之標語，說明其預防要點，各學校及各省市縣鎮衛生當局採作衛生宣傳之用，最為適宜。各圖皆以五彩膠版精印，分甲乙兩種，甲種係道林紙，兩端加有銅邊，可以懸掛；乙種係招貼紙，以便張貼。

售價表

全套九幅	甲種	道林紙印
	乙種	招貼紙印
每種零售	一角八分	六分
同樣每五十幅	七元	二元五角

圖幅寬市尺一尺六寸 高市尺三尺三寸

商務印書館印行

GOOD HEALTH MAGAZINE

EDITED BY
CHINA HEALTH SOCIETY
SHANGHAI

本社增設代辦全國

醫藥衛生
體育國術

書報部

——為內地讀書界忠誠服務——

免收運費或輕讀者負擔

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，特於去年十月十六日成立書報代辦部，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，免費匯款，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，如有中止其書或中途停版者，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為新聞紙類