

60
7.84



始



1111

生氣應用
家庭看護法

陸軍少將 石井常造 著

大正

14. 5. 14

交內

發行所 生氣療養研究所

山東青島

60-989

生氣應用家庭看護法

緒言

予曩に生氣養生訓に次で、生氣自強療法及び生氣自強療法傳習録を著述す。然れども未だ生氣看護法に及ぶ所なし。是れ蓋し生氣療法は、疾病に對しては療法となり、羸弱に對しては強健法となり、衰弱に對しては疾病を豫防し以て、自強の境に到るの手段となるものにして、隨て其の看護法も亦直に疾病の治療となり、衰弱の恢復を促し、復た以て病勢の増進を制止し、併發症の發生を豫防し、其の間身體健康の度を増加して、再び疾病に罹ることなからしむるものなればなり。是を以て治病は、看護の一切を包含するも、看護は疾病の治療に於て、最も重要なものなるを以て、之を纏めて生氣の應用を明かならしむるを便とす。即ち篇を成して以て、

家庭の用に供せんとし、之を生氣應用家庭看護法と名づく。

看護者は、生理に基く一般衛生の大要を心得ふるの必要あり。故に先づ衛生に關する事項を記述して、然る後看護法に及び、尙各種疾病に對する治療法中、生氣自強療法及び生氣自強療法傳習録に載する以外のものを掲げて以て、之が療法の完成を企圖せり。

抑々生氣を應用する看護法は、生氣自強療法の一斑に通じ、且自己運動を爲し得る人が、其の生氣を應用して患者を看護し、且其疾病を治療する方法にして、單に介助を意味するにあらざるなり。予從來屢々已むを得ざる依頼を受けて病床に臨むも、症狀未だ自己運動を爲さしむるに適せざるもの尠からざるのみならず、縱令運動を起すも、尙補助を必要とする場合多し。斯の如き場合に於て、予は先づ看護婦若くは看護者を誘導して、自己運動を起さしめ、之に必要な押擦の療法及び運動補助の方法を

授けて、屢次なる能はざる予の臨床の缺を補ひ以て、治療の迅速的確ならんことを期し、之を實行して好成绩を收めつゝあり。斯の如き場合に於て看護者若し生氣療法に通せば、敢て予の臨床を必要とせざるなり。隨て此の看護法は、生氣自強療法及び生氣自強療法傳習録と相待て、頗る重要なる指針たるものとす。若し夫れ必要に際し之を繕けば、自己運動をなし得る少年少女と雖、立派なる看護者として、家族の疾患を掃蕩することを得べし。而して新に生氣療法及び看護法を解得せんとする人あらば、先づ生氣自強療法に依り自己運動を起して、一般療法を知得し、次で生氣自強療法傳習録に依りて其の能力を高上し、神經の訓練他人の誘導等を自在ならしめ、最後に此の看護法に依りて、生氣療法に關する知識と能力とを完成すべし。

以上の目的に依り、予は本書の記述を進行するに當り、自己運動と意識

運動の異なる所以を、一層明確ならしむるの必要を感ずると同時に、運動に離るべからざる筋骨、血液の循環呼吸の關係等を明かならしむるの緊要にして、且缺くべからざるを自覺せり。是に於てか最後に更に生理及び運動の一篇を設くるに至れり、隨て自己運動の腦髓に關係なき運動神經の、反射運動なることも十分了解し得べく、既に他書に於て説明せることを、一層具體的ならしめたるものとす。故に此の部の神經の作用、筋骨及び血液循環の作用の如きは、十分知得せざるべからざるものとす。生氣自強療法には、人體の骨節圖、筋肉系圖、循環系圖、神經系圖、内臟諸機關圖を附しあるにより、同書を參考として、繙讀せらるゝに於ては、一層理解に便なるべし。

大正十四年三月於東京青山 生氣療養研究所

石井常造識

生氣應用家庭看護法

目次

第一篇	一般の衛生	一
第一	骨の保護と其の發育	一
第二	筋肉の發達と運動	三
第三	血液循環に關する衛生	六
第四	呼吸器の衛生	八
第五	消化器の衛生	一
第六	排泄機關の衛生	一七
第七	皮膚の衛生	一八
第八	神經系の衛生	二〇

第二篇 生氣看護法

第九 眼の衛生……………二一

第十 耳の構造と衛生……………二三

第十一 鼻の構造と衛生……………二六

第十二 舌の構造と衛生……………二七

第十三 觸覺器の構造と衛生……………二九

第十四 人體物質の新陳代謝……………二九

第十五 疾病と治療……………三三

第十六 衛生の心得……………三五

一 住地及び家屋……………三七

二 飲食物……………三九

三 被服……………四三

四 身體……………四五

五 運動……………四六

六 入浴法……………四七

第一 一般の看護……………五六

第二 患者の飲食物……………六六

第三 各種の病症に對する看護……………六九

一 褥瘡……………六九

二 睡眠……………七一

三 皮膚及び發汗……………七四

四 呼吸……………七六

五 咳嗽及び咯痰……………七八

六 脈搏……………七九

七 體温……………八〇

八 口腔及び咽頭……………八四

九 流涎……………八五

十 嘔吐……………八五

十一 便通……………八七

十二 放尿……………八八

十三 便尿の失禁及び閉塞の平當……………九〇

第四 傳染病者の看護……………九一

第五 精神病者の看護……………九三

目次

第六 妊婦の看護……………九六

一 妊婦の経過及攝生九六

二 流産及び早産……………一〇〇

三 惡阻……………一〇一

四 浮腫腎臟炎脚氣其他……………一〇二

第七 分娩の経過及び其の看護……………一〇四

第八 分娩時の異常と其の看護……………一〇八

第九 褥婦の看護……………一一二

第十 哺乳兒の看護……………一一八

一 沐浴……………一二八

二 授乳……………一二〇

三 保育上の注意……………一二五

四 幼兒疾病の豫防法……………一二七

第十一 初生兒の疾病と其の治療看護……………一二九

一 假死……………一二九

二 肺擴張不全……………一三一

三 紅斑……………一三二

四 先天性生力沈衰……………一三三

五 頭血腫……………一三五

六 腦出血……………一三六

七 胸鎖乳頭筋血腫……………一三七

八 顔面神經痲痺……………一三八

九 臍の疾患……………一三九

臍出血……………一三九

臍息肉……………一四〇

臍潰瘍……………一四一

臍炎……………一四二

臍ヘルニヤ……………一四三

十 メレナ……………一四四

十一 黄疽……………一四五

十二 乳腺炎……………一四五

十三 天疱瘡……………一四六

十四 牙關緊急及び破傷風……………一四七

十五 膿漏眼……………一四八

第十二 頻死者の看護及び死後の處置……………一四九

第十三 吸入……………一五一

第十四 灌腸及び注腸……………一五二

第十五 各種巻法……………一五五

目次

一 冷罨法……………一五五

二 濕罨法……………一五八

三 溫罨法……………一五九

第十六 沐浴……………一六二

第十七 消毒法……………一六六

一 燒却……………一六七

二 蒸汽消毒……………一六七

三 煮沸消毒……………一六八

四 藥物消毒……………一六九

第十八 消毒の實施……………一七四

一 病室……………一七四

二 寢臺椅子机類……………一七五

三 被服寢具窓掛類……………一七五

四 革製品……………一七六

五 飲食器……………一七六

六 廉價品……………一七六

七 患者の排泄物……………一七七

八 痰壺便器及び尿器……………一七七

九 便所……………一七七

十 糞壺及び尿池……………一七八

十一 浴槽……………一七八

十二 汚水……………一七九

十三 傳染病屍及び納棺……………一七九

十四 傳染病患者及び其の看護者……………一七九

第三篇

疾病の治療及び豫防法

第一 人體の原質と生氣……………一八一

第二 兒童育成に必要な日光と空氣……………一八四

第三 疲勞と乳酸……………一八八

第四 皮膚の衛生……………一九一

第五 腸窒扶斯豫防上の食物……………一九四

第六 戒心すべき百日咳……………一九五

第七 結核性腹膜炎……………一九九

第八 婦人の腎臟病……………二〇四

第九	眼球及び眼瞼の運動	二〇六
第十	他齒の家庭療法	二〇八
第十一	蟲齒と食物	二一一
第十二	乳齒と永久齒の交換	二一三
第十三	濾泡性結膜炎とトラホーム	二一四
第十四	肺壞疽	二一七
第十五	冬季小兒の實扶的里	二一九
第十六	外傷	二二二
第十七	癩癩質斯患者の自己運動	二二七
第四篇 小兒の疾病		
第一	貧血	二三一
第二	腺病	二三四

目次

八

第三	急性扁桃腺炎	二三六
第四	咽後膿瘍	二三六
第五	母乳兒ヂスベプシー	二三八
第六	平衡失調	二四〇
第七	消耗症	二四二
第八	吐瀉症	二四三
第九	腸寄生蟲	二四五
第十	加答兒性黄疸	二五一
第十一	急性腎臟炎	二五二
第十二	膀胱加答兒	二五三
第十三	遺尿症	二五四
第十四	生殖器疾患	二五五

目次

九

包莖……………二五五
 包皮疥癩……………二五六
 陰囊水腫……………二五七
 早期月經……………二五八
 龜頭炎及龜頭包皮炎……………二五七

第十五 鼻腔疾患……………二五九
 急性鼻加答兒二五九
 慢性鼻加答兒二六〇
 鼻血……………二六一

第十六 急性及び慢性氣管支加答兒……………二六二

第十七 定期性夜咳及び慢性肺炎……………二六五

第十八 肺結核……………二六六

第十九 小兒急癇……………二六九

第二十 癲癇……………二七〇

第二十一 聲門痙攣……………二七一

第二十二 夜驚症……………二七三

第五篇 生理の大要と生氣運動……………二七五

第一 人體の構造と生理……………二七五

第二 骨……………二七七

第三 筋肉と其の運動……………二八五

第四 血液の循環と運動……………二九二

第五 呼吸……………三〇二

第六 消化……………三〇七

第七 排泄作用……………三一五

第八 皮膚……………三一九

第九 神経系統と運動……………三二四

第十 自己運動と意識運動……………三二八

第十一 動物の意識運動と人の意識運動……………三三三

生氣應用家庭看護法

石井常造著

第一篇 一般の衛生

第一 骨の保護と其の發育

骨を組成する石灰質と膠質との割合は、年齢に依りて異なるものにして、幼児に在りては膠質比較的多く、其の量殆んど石灰質と等しきも、生長するに伴ひ石灰質を増し、成人に在りては膠質と石灰質とは凡そ一と二の割合となり、老年に至れば膠質更に減じて、骨は次第に彈性を失ふ、随て幼児の骨は、容易に折れざるも曲り易きを以て、不正の姿勢を持続せば、生長すると共に骨曲りて固まり、終に不治の畸形を成すべし。故に机椅子

の高さ等は、身長に適應せしめざるべからず。例之幼兒の足が床に届かざる如き、椅子を常用せしむる時は、脚及び足の重量の爲に、膝は下に引かれて、大腿骨は後方に曲り、机の高さ稍々低く、常に脊柱を曲げて之に倚り掛る時は、脊柱は爲に偏歪を來すべし。又衣服を堅く締めて肋骨を壓縮し、或は狭小の靴を穿ちて、足の骨を壓する時は、足の形を變歪せしむるが如きは、皆其の因て招ぐ所の害なりとす。

老人の骨は前述の如く、漸次彈性を失ひ、脆くして折れ易きに至る。而かも一たび骨折を生ずれば、容易に癒著せざるを以て、劇動を戒しめ常に其の保護に注意せざるべからず。

骨の發育に必要な石灰分は、皆食物に含まれて、體內に入り來るものなるを以て、幼兒の骨を能く發育せしめんとせば、適量の石灰分を含有する飲食物を與ふるの必要あり。而して通常の食物にも多少の石灰分あ

りと雖、特に多く之を含有するは乳汁なり。故に骨幣の盛んに發育する幼年時代には、誠に適當なる食物なりと謂ふべし。

飲食物中に如何に多量の石灰分あるも、消化器の作用不十分にして、之を血液中に吸収すること能はざれば、石灰分は唯胃腸を通過するのみにして、骨に達せざるが故に毫も効なし。是れ新鮮なる空氣を呼吸し、適度の運動に依りて筋肉を強め、身體を健全ならしめ以て、消化作用を促し之に依り、骨の良好なる發育を遂げしむるを肝要とする所以なり。

第二 筋肉の發達と運動

筋肉は殆んど人體の半を成すものなるを以て、其の強弱は即ち全身の強弱なりと言ふも敢て過言にあらず。而して此の筋肉を養ふものは、血液なるを以て、筋肉を良好に發達せしむるには、血液をして最も有効ならしむるを肝要なりとす。隨て新鮮の空氣を呼吸して、血液に十分なる酸

素を與へ、佳良なる食物を攝りて、之に十分なる營養分を供給するを要す。故に新鮮なる空氣と適良なる食物とは、筋肉の發達に缺くべからざるものなりとす。

筋肉の働くや、其の内に在る血管太くなりて、特に多量の血液流れ來るものなるが故に、暫く其の働を續けたる後には、筋肉休止するも、血液は直に他に流れ去るものにあらずして、尙盛んに筋肉内に入り來りて之を養ふべし、強く伸縮せしめたる後に、其の筋肉の太く膨脹するを感ずるは之が爲なり。

之に反し、筋肉の久しく收縮せざる時は、其の内の血管細くなりて、流通する血液の量著しく減じ、筋肉之が爲次第に瘦せ衰ふるに至るべし。隨て毫も運動せざる人は、如何に新鮮なる空氣を呼吸し、且如何に佳良の食物を食するも、其の筋肉は發達する能はざるなり、故に適度の運動は缺く

べからざるものなりとす。

身體の運動は是れ總て筋肉の運動にして、皆筋肉の發達に効あり。故に體操も擊劍、柔道も散歩も掃除も悉く効なきものなしと雖、勝敗を争ふ如き過度の運動は、衛生上より論ずれば、害ありて効なきものとす。而して筋肉を動かすと同時に、精神を爽快ならしめ、且何人も容易に行ふことを得べき戶外の運動は、最も有効にして、就中生氣自己運動の如きは、簡便にして多大の效果あるを認む。

運動の方法適當なるも、之を行ふ時宜しからざれば、害を受くることなしとせず。是れ各器官は其の働く時に、特に多くの血液を要するものなるが故に、數多の器官を同時に劇しく働かしむる時は、身體の血液に不足を生ずるを以てなり。就中筋肉、腦、胃腸の働きには、多量の血液を要するを以て、血液の不足は必然害を身體に及ぼすや明かなり。故に筋肉を働

かしむる時は、腦及胃腸の休む時を最も適當なりとす。

食事及び困難なる課業の直前直後に、劇しき運動を戒しむべきは、此の理に依り了解することを得べし。

第三 血液循環に關する衛生

血液は身體を養ふものなるを以て、其の良否は直に身體の健康に關す、而して之を良くするには新鮮の空氣を呼吸し、適良の食物を取り、適宜の運動を爲して以て呼吸、消化、排泄等の諸器官の作用を全からしむるを要す。

身體の各部は、血液に依りて養はるゝものなるが故に、窮屈なる衣服を著け帶を堅く結び、小なる靴を穿つ等、凡て血液の循環を妨ぐるものにして皆害あり。而して運動、入浴等は血行を盛ならしむるが故に、皆健康に益あるも、過度の運動は危險なるを以て慎まざるべからず。

心臟を屢々劇しく鼓動せしむる時は、心臟を害するの虞あるものにして、酒煙草を多量に用ゆることも亦宜しからず。

筋肉は人體内に於て最も多量にして、其の内を流るゝ血液も亦甚だ多し。故に運動に依りて筋肉内の血管太くなる時は、管に其の部のみならず、全身の血行甚だ盛んとなり、血液は絶えず新鮮となるべし、是れ適度の運動を怠るべからざる所以なりとす。

皮膚を傷つけたる時、少量の血の滲出するは、毛細管の切斷したる爲にして、血液の凝固に依り、其の滲出暫くして止むべし、故に恐るゝに足らず。又靜脈を傷つけたる場合には、暗紅色の血液流がれ出づるも、其の壓力弱きが故に、少しく傷口を押せば容易に止むることを得べし。然れども太き動脈を傷つけたる場合には、鮮血勢強く傷口より走り出でゝ止ることなく、其の動脈は深き所にあるが故に、傷口より心臟に近き部分に、極めて

強き押法を施し、已むを得ざれば、物を挟みて布にて堅く結び、一時の急を救ふべし。要するに傷口の治療は、止血の處分を爲したる後にあらざれば難し、若し止血手當に後るれば、死に至るの危険に陥ることあるべし。

第四 呼吸器の衛生

呼吸の度数は、年齢に依りて大に異なり。幼兒に在りては一分間に四十回を超ゆるも、生長するに従ひ次第に減じ、成人に在りては平均一分間に十八回、即ち四脈搏に一呼吸の割合となる。而して一度に呼吸する空氣の量は、成人に於ては平均約二合餘なるを以て、一晝夜に約五十五石の空氣を呼吸することとなる。而かも此の多量の空氣の肺に出入することを思へば、空氣の良否が如何に人體の健康に影響するやを想像すること難からざるべし。

元來空氣は、二の酸素と八の窒素との混合より成れるものなりと雖、其

の外常に多少の水蒸氣と炭酸瓦斯とを含有するを見る。然れども戶外の新鮮なる空氣は、炭酸瓦斯を含むこと極めて少きが故に、人身に害を與ふることなきも、此の瓦斯の量稍々多き時は、直に毒となりて頭痛を覺え、眩暈を催ふし、呼吸困難となり、心臟の鼓動は劇しくなり、其の量更に増加する時は、終に死に至るべし。

炭酸瓦斯は、人畜の呼吸、薪炭の燃焼等の際發生するものにして、重きが故に低き處に沈滯す。故に深き穴に入るには、先づ炭酸瓦斯の有無を検査し、然る後進まざれば危険なり。尙炭の十分に燃焼せざる時、若くは有機物の腐敗する等に依りて、空氣中には有毒瓦斯の浮遊することあり。

又空氣中には、瓦斯體の外に固形の有害物あり、塵埃即ち是なり。此の塵埃は、主として土壤の細末、衣服の纖維等の如き、微細なる物體の乾きて飛散するものにして、屢々甚だ危険なる病原細菌を含むことあり。特に

結核菌の如きは、患者の痰と共に排出せられ、乾けば飛散して空氣中に浮遊し、吸氣の際混じて人の肺内に入る、但人の體質に依りて、必らずしも之に感ずるものにあらざれども、大に注意すべきことなり。故に痰は藥液を以て消毒し、且之を乾かしめざる様、適當の處置を爲さざるべからず。空氣中に混する有害物は、多くは人の集つて生活するに因り生ずるものなるを以て、閉ぢたる室内に多人數群がり居る時は、忽ちにして有害物の量を増し、空氣は呼吸に適せざるものとなるべし。若し之れを避けんと欲せば、常に室内の空氣と屋外の空氣とを交換するの注意を怠るべからず。

呼吸運動を司ぐる筋肉も、腕脚等の筋肉と同じく、練習に依りて其の働を増進せしむることを得べし。又新鮮なる空氣中に於て、深呼吸を行へば、横膈膜肋間筋も十分に働きて能く發達すべし。

十分に空氣を吸入したる上、之を吐き出し得る量を肺の活量と云ひ、其の量は平均男子に在りては一升七八合、女子は一升二三合なり。此の肺の活量は強壯なる者程多きが故に、之を以て身體の強弱を判定する一標準となすを通例とす。

第五 消化器の衛生

食物を攝取したる後、第一に必要なは咀嚼なり。此の咀嚼は則ち消化の準備にして、胃に達する食物の消化吸収を容易ならしむるものとす。齒は主として石灰分より成るが故に、酸類に遇へば害を受くること多し。又其の外面を被ふ珐瑯質は、極めて堅きも、其の内部の齒質は、之に比し稍々軟かなるを以て、一たび其の外面を傷つくる時は、内部は速に腐蝕す。而して齒を久しく保たんと欲せば、常に口腔を清潔にして、酸類の生ずるを防ぎ、粗惡の齒磨粉を用ゆることを戒しむべし。若し傷を生じた

る場合には、縦令小なるも、直にゴム、金屬等にて之を填むべし。

飲食物の種類は、甚だ多くして枚舉に遑あらざるも、其の成分は何れも水、鹽分及び少數の營養物質より成り、唯其の混合の分量を異にするのみ。而して營養質は、蛋白、脂肪、澱粉、砂糖等にして、如何なる食物も、此の二乃至三種を含まざるものなし。然れども其の割合は、決して人體の需用に適合せずして、蛋白質に富めるものは、澱粉質に乏しく、澱粉質に富めるものは、蛋白質に乏しくして、過不足あるを免れざるが故に、一種のものにて完全なる營養を得ること難し、隨て二種以上を混用するの必要あり。

肉類は通常六七割の水分と、二割内外の蛋白質とを含み、營養分に富む、其の纖維軟かにして消化し易きものは特に良しとす。然れども調理宜しきを得ずして、質の硬くなれるものは、消化困難にして、遂に吸收せられざるが故に、其の効少く、適度に焙きたるか、又は煮たる肉は、生肉シキ醃肉より

も消化し易きものとす。

脂肪を含む量は、肉類に依りて大に異なり、鶏肉、鯛肉等は僅に三分に過ぎざるも、牛肉には一割餘あり。豚肉、鰻肉の如きは、殆んど三割の脂肪を含む、然れども過度に脂肪を含むものは消化良しからず。魚肉は通常消化極めて易くして、且つ營養分を含むこと多きが故に、牛鳥肉に劣ることなし。

肉類は寄生蟲の卵子を含むことあるを以て、豫め注意するを要す。我が國に普通なる條蟲の如きは、皆其の生長の初期に、肉類に混りて體內に入り來るものにして、一種は牛肉より、一種は鮭鱒等より來る。又豚肉は數種の寄生蟲を含む、是を以て肉類は生の儘食せず、十分に煮るか、又は焙きて其の害を避くるを要す。

肉類を煮出したる汁を肉羹汁ニクノシユと云ふ、肉類の主成分なる蛋白質は、熱に

遇へば凝固すること、恰も卵白の如くなるが故に、澄みたる肉羹汁は少しも蛋白質を含まず、唯膠質を含むのみにして、營養の効少し。

植物性の食品中、多量の蛋白質を含むは、蕪及び豆腐なり、共に消化し易くして、營養の値多しとなす。

穀類は主として澱粉より成り、其の外尙少量の蛋白質を含む。我が國の主食物たる米飯は、消化し易くして、甚だ良好なる食物なり。要するに穀類は澱粉を含むこと多く、蛋白質少く、肉類は蛋白質を含むこと多くして、全く澱粉を含まざるが故に、適當に二種を混食するを良しとす。

蔬菜及び果實等は、水分を多量に含みて、營養分は甚だ少し、其の味の佳なる所以のものは、糖分及び香料を含めるに因る。而して蔬菜の老いたるもの、果實の不熟なるものは、共に消化惡しとなす。

人體の約七割は水より成る。而して水は絶えず肺、皮膚及び腎より、體

外に出で去るが故に、吾人は常に之を補ふを要し、渴を覺ゆるは其の補給の足らざるが爲なり。即ち人體は平均毎日一升三四合の水を得るにあらざれば、能く生活を續くることを得ざるものにして、水の良否の大に健康に影響するは勿論なりとす。

深き井戸の水及び谷間を流るゝ水は、空氣及び少量の鹽分を含むのみにして害なきも、人家稠密の場所の淺き所に集る水は、有機腐敗物等を含みて害あり、病原細菌を含むものは殊に危険なり。

コレラ赤痢等の病原菌、十二指腸蟲の卵子の如きは、皆水に依りて諸所に傳染するを以て、流行病ある時は、一度沸騰して用ふるを良しとす。

食物を料理し若くは之を貯ふる器具は、之を選択して之より生ずる害を避くべし、陶器、硝子器、鐵器、アルミニウム器等は害なしと雖、銅、眞鍮、青銅等の銅鉢等は、綠青を生じて大害を醸すの恐あり。故に内面に白鐵を

塗られたるものにあらざれば用ゆべからず。

胃及び腸の内にて食物を消化し、且之を吸収するには、多量の血液を要するが故に、食事の直後に多量の血液を要する如き、他の強き動作を爲せば、之に與かる器官は、必らずや多少の害を受くべし、故に食後直に入浴し、或は激しき勞作は之を戒しむべし。

筋肉に休養を與ふるの必要あると同様、胃腸も亦適當なる一定の休憩を與ふると同時に、食事の時以外に、頻々飲食する惡癖を慎まざるべからず。

胃腸は冷ゆることに依り、不消化下痢等起し、疼痛を感ずるに至ることあり。故に腹部は常に温かに保つことに注意すべし、殊に夜間睡眠中に於て然りとす。是れ夏季の如き冷え易き時に於て、夜間特に腹巻を用ふる所以なり。然れども腹部を温むるが爲、絶えず腹巻を用ゆる如きは、

却て胃腸を弱からしむる基となるを以て不可なり。

第六 排泄機關の衛生

排泄器の作用は、血液中より不用物を濾し取るに在り、隨て血液中の不用物を多くするが如きことは、大に腎の負擔を重くするが故に害あり。又過度の飲酒喫咽等は、往々腎を害することあり、其の他辛きもの、或は甚だしく鹹きものを多量に食するも、同様の害を招ぐに至るべし。

老廢物を體外に排泄する器官は、腎の外尙二種あり、皮膚と肺即ち是なり。

以上三つの排泄器は、各々相異なる物質を排泄すると同時に、何れも多量の水を體外に出すものにして、毎日人體より出づる水一升三四合の中、五割餘は腎臟を、又二割餘は肺を、他の二割餘は皮膚を経て排泄せらる。而して斯の如く三者の作用相關連するを以て、其の一器官の作用が、緩慢

となる時は、他の器官は之が影響を受けて、過度の働を爲さざるべからず。故に肺を強くし、皮膚の働を旺盛完全ならしむる時は、一方に於ては排泄器の衛生となることを忘るべからず。

第七 皮膚の衛生

全皮膚面の汗腺より分泌する汗の量は、氣候等に依り大に異なれども、平均一日三合許なりとす。此の汗の蒸發する時は、水分のみ消失して、鹽分は結晶し、其の表面に溜るべく、又毛孔より出づる脂肪は、外界より附着したる塵埃に混り、垢となりて表面を汚すべし。故に皮膚を清潔にして、能く其の作用を全ふせしめんと欲せば、適宜に入浴して之を洗淨せざるべからず。之が爲温浴は特に皮膚の血液を増し、全身の循環を盛んにし、疲勞を休め精神を爽かならしめ、一般の健康に益あり。又皮膚の汚ると同時に、衣服にも垢付くが故に、襯衣は屢々洗濯するの必要あるや勿論

なりとす。

皮膚の體温を調節する機能は、真皮内にある不隨意筋の伸縮に依りて、真皮内を循環する血液の量を増減するに基くものにして、運動に依りて全身の筋肉を發達せしむることを得ると同じく、筋肉を強く伸縮せしむれば、其の發達を良好ならしめ、且皮膚の機能を増進することを得べし、皮膚の摩擦の如きも亦一法なり。而して皮膚の發達不完全なるものは、僅かの氣候の變化に際し、忽ち感冒に犯さるゝを免れざるものとす。

衣服の材料は、毛布、綿布及び絹布なり。而して毛布は體温を保つに最も適當なるも、我が國に於ては、古來多く綿布及び絹布を使用す。殊に屢々洗濯し、之を清潔ならしむることに於ては、綿布、麻布の如きは、最も便利なるものとす。要するに衣服は、其の質の如何を問はず、其の内に包める空氣層に依り、體温を保つものなるを以て、中に綿を入ると時は大に暖味

を感すべし。

第八 神経系の衛生

脳は之を過勞せしめざることに注意せざるべからず、若し脳を過勞すること長く繼續せば、次第に弱りて終には十分に其の働を爲すこと能はざるに至るべし。故に脳は之を使用する固より可なりと雖、屢々之を過勞せしむるは、自己の幸福を破壊する、愚なる所爲なるを忘るべからず。

睡眠は脳を健全ならしむる爲、最も必要にして缺くべからざることなりとす。何となれば脳及び神経の衰弱は、十分なる睡眠に依りてのみ之を防ぐことを得るものなればなり。而して睡眠に要する時間は、人に依りて同じからざるも、強ひて睡眠を忍ぶが如き習慣を造るは、脳の過勞を招ぐの恐ありて、遂には其の害を生ず。故に適度の睡眠は、人々自ら經驗して、必要なる休養の度を了知し、以て衛生の道を誤らざること注意到すべし。

べし。

脳は他の器官と同じく、其の働きには多量の血液を要す。故に運動、食事、入浴等の如く、多量の血液を他の器官に供給するを要する、直前直後に思考、殊に困難なる脳の働きを要することを爲さしむる時は、血液不足の爲、共に十分なる働をなす能はざらしむるのみならず、終には共に害を受くるに至るべし。隨て他の生活作用が、略ぼ休息する時に於て、脳を使用するは、最も適切にして且有効なりとす。

脳は思考の修練に依りて、其の力を増進すべし。故に吾人は單に物を覺ゆるが爲に、讀書思考を必要とするにあらずして、腦力の増進、腦力の維持の爲に、常に之を必要とするものなり。

第九 眼の衛生

常に細字を読み細かきものを見續くる人は、調節筋を働かして、水晶體

の凸面を高くすること多きが故に、知らざる間に水晶體は、其の形に慣れて、終には筋肉を伸すも十分に扁くならざるに至るべし。斯の如きに至れば、近き物體は明に之を見ることを得れども、遠き物體は網膜に達せざる間に、其の像を造りて、網膜には唯朦朧と映るに過ぎず、之を近眼と云ふ。薄暗き所に於て書を讀み、久しく眼の使用を續け、又は極めて細かき文字を讀む如きは、眼を過度に疲勞せしめ、視力を弱くし、近眼を惹き起すを以て、之を慎み時々遠くのを眺め、且眼を休ましめざるべからず。

老人の調節筋は、十分に伸縮せざるか、又は水晶體の扁くなりたるかに依り、近きものを見ること能はざるものあり、之を遠眼と云ふ。

凹レンズの眼鏡は、遠方より來れる光線を屈折して、近き所より來れる如くに變ず。故に之を用ゆれば、近視眼の人も、遠方のものを明かに視ることを得べく、凸レンズは之と反對なるを以て、遠視眼の人に適す。但其

凹凸の度適當ならざれば、反て神經を衰弱せしむるを以て、嚴密なる検査に依り、其の度を合はすを肝要とす。

眼を清潔に保つは、眼の衛生に於て最も必要なり。之が爲生氣養生訓にも詳記したる如く、朝夕湯を以て顔面を温むると同時に、十分眼瞼を温め、其の清潔を保つと同時に、視神經の強健を計り、依て以て視力の維持に注意するを要す。外出の際塵埃を蒙りたる時は、直に眼瞼等の洗滌を行ふを肝要とす。

第十 耳の構造と衛生

耳の體外に露出せる部は、耳殻と外耳道となり。耳殻は著しき効用なし、而して外耳道を入れば鼓膜に達す、之より奥に當る部は、總て顛顚骨の厚き部を穿ちて其の内にあり、又鼓膜は障子の如く、其の入口を鎖して、外耳道より入り來るものは、此の膜より内へ進むこと能はず、此の間を外耳

と云ふ。

鼓膜の内側には、一つの小さい室ありて、空氣之に滿つ、此の室を中耳、又は鼓室と云ふ、エウスタキ氏管と云ふ。小管に依りて口腔に通ずるが故に、其の内の氣壓は通常外耳の氣壓に均しく、兩側の壓力相均しきが故に、鼓膜は空氣の振動に應じて能く振動す。

中耳内は槌骨、砧骨、鐙骨と稱する三つの小骨あり、相連りて鼓膜の振動を内耳に傳ふるの用を爲す、此の中に於て、直接に鼓膜に連なるは槌骨、又内耳に觸るゝは鐙骨にして、砧骨は其の間に在り。

中耳より奥に在る部を内耳と云ふ、三半規管及び蝸牛殻の二部より成り、其の形狀甚だ複雑なり。

腦より來る聽神經は、數千枝に分れて、蝸牛殻に入り、其の末端には一つ一つ特異の器官ありて相並び、空氣の振動が鼓膜と中耳とを経て、内耳に

達する時之に感じ、聽神經を通じて大脳に傳ふるものとす。

耳の強健法は、生氣養生訓にも記したる如く、顛顛部耳側及び耳下に擦法を施すと同時に、中指を耳孔内に挿入し、微動を興へたる後、強く押法を施すこと暫時にして急に抽出し、耳内の諸部神經に絶えず刺戟を興ふるに在り、元來此の法は一方に於ては、耳病を治療するの法にして、一方に於ては復た其の強健法たり。

嘗て知人三半規管の病に罹り、初め身體の平衡を失ひ、歩行危險となり、一耳早く聾し、他耳又漸次聽力を失ひ、患者は著しく不安の狀を呈し、瘠瘦甚だしくして不眠症に陥り、醫師は遂に其の不治を宣告し、下肢殆んど運動力を失ふ。予偶々休日歸家し、之を聞きて見舞ふ、一般の狀態頗る重し、即ち前法に依り、耳の治療を爲すと同時に、神經衰弱の療法を行ふこと前後四回、一耳の聽力恢復し、下肢の動搖次第に減退して、起床歩行を爲し得

るに至り、不眠症は全く消失し、爾後次第に體力を挽回せり。即ち軍醫學校に到りて、精密なる検査を受け、一耳全く癒え、體力可なり恢復せるを確め得て、直に朝鮮に旅行す。隨て其の後予之を治療せざりしも、一耳は今に満足にして身體健全なり。故に若し治療を續けたりとせば、他耳も亦治療し得たるべきを信す。

第十一 鼻の構造と衛生

鼻の内面を被ふ粘膜炎は、其の上部と下部とは構造相異り、下部は唯纖毛を具ふる普通の粘膜炎より成るも、上部には更に之に混じて特異の細胞あり、嗅神經の末端此所に終るが故に、能く香を感ずることを得、吾人が香を嗅くに、特に強く強く吸氣するは、空氣を此の部に達せしめんが爲なり。

鼻は氣道の入口に在るを以て、其の内に在る嗅感器は、呼吸すべき空氣の善惡良否を識別し、惡しきものを避くるの用を爲すと見ることを得べし。

而して香を感じ得るは氣體のみにして、其の他は直接に嗅覺を起すことなし。

鼻の衛生上に於て第一に注意すべきは、其の神經を衰弱せしめざるに在り。是れ該部神經の衰弱は、種々の病を惹起し、獨り嗅覺を鈍らすのみならず、之が爲時々鼻の外部を押擦すべし、即ち鼻梁、鼻側鼻翼端に對し、一日朝夕二回押擦法を行ひ、之と同時に微温湯を以て鼻孔を清淨するを要す。隨て乾燥して塵埃を吸入せる場合に於ては、眼を洗ひ含嗽を行ふと同時に、鼻孔を洗ふべし。

第十二 舌の構造と衛生

舌は筋より成り、上下兩顎の粘膜炎及び種々の筋を以て、下顎骨、頤骨及び舌骨に連なり、咀嚼談話に當り、諸般の運動を爲す。

舌の上面には、乳頭と稱する無數の小突起あり、腦より來る味神經は、此

の所に終り、乳頭を被へる粘膜には、特殊の細胞混じて、直に味神経に連なり、味覚は主として其の媒介に依るものとす。而して唯特殊の細胞に過ぎざるを以て、味感器は嗅感器と同じく、眼耳の如き複雑なる構造なし。味感器は食物の入り来る口腔にあるが故に、食物の善悪を識別する用を爲すと見ることを得べきも、其の判断は正確ならざることあり。即ち味の美なるを感ずるものにして、有害なること屢々之れあるが如きは、其の例證なりとす。

舌を健全ならしむるには、極熱極冷の飲食物を慎むに在り。而して人の皆然る如く、胃腸の衰弱は直に舌面に影響して荒れを生じ、味感隨て衰ふ。故に胃腸を健全ならしむるは、即ち舌の衛生法となるものとす。

舌の神経は又舌の運動に依り、健全ならしむることを得べし。故に時々舌根に力を入れて、之を屈伸廻轉する運動を行ふを良しとす。

第十三 觸感器の構造と衛生

皮膚の上面に在る無數の小突起内には、網の如き毛細管の外に、一種の微細なる感覺器を含む、是れ即ち觸感器にして、吾人は其の働に依りて、觸るゝ所の物體の形狀大小及び其の表面の粗滑を知り、且疼痛と寒暖とを感ずるものとす。

觸感器は皮膚の内に在るを以て、皮膚の健否は直に觸覺の鋭鈍に關係すべし。故に全身の皮膚殊に四肢就中尖端に近き部分の皮膚は、其の清潔を保つと同時に、之に押擦法を施し以て、痲痺を豫防するを肝要とす。

第十四 人體物質の新陳代謝

吾人の身體は骨骼を基礎として、之に筋肉を着け、皮膚を以て包みたる、生きたる一種の器械なりと言ふことを得べし。而して吾人の複雑なる動作は、總て筋肉の收縮に依りて、骨と骨との位置の變ずるに基くものな

るが故に、筋肉は決して偶然に伸縮するものにあらずして、必らず神経系より來る刺激を須たざるべからず。又吾人が神経の働に依りて、一定の運動を爲さんと意を決するは、通常五感器に依りて知り得たる、外界の状況を材料として思考したる結果なり。隨て骨骼筋肉に依りて行ふ、運動の作用と神経系五感器に依りて行ふ知覺の作用とは、恰も車の兩輪の如く相伴ひて、始めて能く其の働を全ふすべきものとす。

筋肉及び神経の組織は、化學上甚だ複雑なるものより成り、甚だ分解し易き性質を具へ、吾人が運動し思考する毎に、少しづつ分解して、水、炭酸瓦斯、尿素等の如き再び用を爲さざるものに變じ、遂に體外に排泄せられ、何事も爲さざる時に於て、一時間に十斤餘の體重を減す、是れ即ち體質の消耗なりとす。

斯の如くなるを以て、此の損失を補ふべき方法なければ、筋肉も神経も

忽ちにして、其の働を爲すこと能はざるに至るべし。是に於てか血液は體内を循環して、此等の組織を養ふ。而して斯の如く血液が組織を養ひ得るは、食物を消化して之に營養分を與へ、肺が空氣を呼吸して之に酸を供給し、腎臟は又之より老廢物を濾し取りて、之れを體外に排泄し、心臟が之を壓して全身を流通せしむるに依りて、始めて行はるべきことなり。斯の如く物質の新陳代謝するは、是れ即ち生物の無生物と異なる所なりとす。

體質の消耗と營養との働きの平均する時は、體重は毫も増減することなく、健全なる成人の身體は、正に此の状態に在り、而かも物質は常に交代して停止することなし。

人の生れて死に至るまで身體は次第に變化して、小兒は少年となり青年となり、壯者は遂に老人となる。是れ主として新陳代謝に於ける、物質

出入の不平均より起るものとす。

小兒少年に在りては、營養作用甚だ盛んにして、其の日々得る所の物質量は、失ふ所の物質量を遙に超ゆるが故に、身體は日に其の量を増して成育を遂ぐ、之を生長と云ふ。之に反し老人に在りては、消耗する物質營養に依りて得る所に比し、稍々多きが故に、體量次第に減じて、終に特別な病に罹らさるも、單に老衰して死するに至るべし。固より此の老衰を輕減して、長壽を保つことを得ざるにあらざるも、凡そ生物には一定の命數あり、到底其の制限を越ゆること能はざるものとす、是れ之れを天命と云ふ。

人生は之を三期に分つことを得べし、即ち生長期、出入平均期、老衰期是なり。然れども其の間判然たる境界あるにあらざるを以て、各期の年限を定むるは難し、但二十歳頃となれば、物質の出入略々平均の状態に近づ

くが故に、便宜上此の年を生長期の終りと見做し、之を丁年と稱す。

身體の生長する時期には、各組織は血液より營養分を得て發達するものなるを以て、其の際多量の血液能く循環する時は、多くの營養分を得て、盛んなる發達を爲すべし。而して血液は常に適當に働かしめらるゝ器官には、十分流れ行くが故に、筋肉と腦とは適宜に働かしめざるべからず、殊に少年期の成育は、成人期の活動の準備なるを以て、極めて重要な時期なりとす。

第十五 疾病と治療

人の身體は、常に必らずしも健康なるものにあらずして、時に病に罹ることあり。然るに人體の構造及び生活の状態複雑なるに伴ひ、疾病の種類も甚だ多く、其の症状の輕重を異にし、殊に醫術の進歩遅々たる爲、人爲的にて容易に恢復せざるもの尠からざるのみならず、如何なる手段を以

てするも、救済する能はずして、死に至るもの復た決して尠からざるなり。發病の原因は種々にして、中には未だ明かならざるもの少からざるも、各器官の構造及び生理を知らざるが爲に、基くもの決して少しとせず。故に生理に基き衛生の道を守るは、病を避くるに最も重要なことなりとす。

病原となるべき細菌が、眼鼻口又は皮膚の傷等より体内に入り來りて、繁殖することも著しき原因なり。彼の傳染病の如きは、斯の如くして起り、人より人に傳播す。故に常に防禦の方法を講じて、其の蔓延を阻止するを肝要とす。

氣候の急變も病を誘發するものにして、平生稍々虛弱なるものは、殊に此の時期に病に罹り易し。

病の生じたる場合、人體には之に打ち勝ちて、自然に回復する天賦の能

力あり、之を自然良能と云ふ。即ち或は病原となるべきものを除き、或は傷きたる組織を再生し、或は病菌に侵されたる部分を圍み塞ぎて、他に蔓延せしめざるが如き、或は肺炎に依り肺の氣胞内に溜りたる液體が次第に吸収せられ、又腦溢血の際、小血管の破綻に因り、流出する血液が後に次第に吸収せらるゝが如き、皆此の自然の回復力あるが爲なりとす。

人爲に依りて、自然の回復力を補助するを治療と云ふ。是れ主として醫術に屬するも、尙神經の作用を旺盛ならしむる方法に依り、自然の回復力を強めて、意外の効果を收むる方法あり。予の生氣自強療法の如きは、其の進歩したるものなりとす。世に精神的療法あり、固より精神の作用に依り、一時的に稍々癒えたる如く感せしむることを得べきも、根本の治療に至りては、其の効大ならざるを遺憾とす。

第十六 衛生の心得

人體には自己の生活に必要な條件を感じ、之を得ざれば堪ふること能はざる性質を具ふ。例之身體の水分不足となれば、渴を覺えて水を飲まざれば止まず、營養分不足となれば、飢を覺えて食物を得ざれば止まず、久しく肉類を食すれば、穀類を欲し、又野菜を食し、續くれば、肉類を欲する感を生ずる如きは、皆此の性あるに因るものとす。他の生活作用に於ても同様なり、是れ即ち自然の衛生法なりとす。

人體の健否は生來の體質に依ると雖、鍛鍊に依り大に其の體質を變じ得るが故に、眞に衛生に志すものは、徒に危険を避くることを思はず、常に寒暑を凌ぎ、困苦缺乏に堪へ得るに至らんことに努めざるべからず。

人の生を稟けて此の世に出づるや、各々天命を有し、人生の責務を負ふ。故に慎んで生を養ひ、以て天命を全ふし、孝道を盡し、忠純に勵み、誠實を致し、精進努力して其の天分を成就するを要す。之が爲には剛健なる精神

と強壯なる體軀とを必要とす、是れ生を衛り生を養ふを肝要とする所以なりとす。

一 住地及び家屋

土地は高燥開豁にして空氣清淨、日光良く照して陰鬱ならず、且良水に富むを最上とす。然れども已むを得ず、沼澤の近傍、卑濕の汚地、人家稠密熱鬧の地等に居住せざるべからざること多し。此の如き場合に於ては、特に衛生の法を守りて病を避くるを要す。

卑濕熱鬧の地は、動物及び植物性の廢物、自から滯積腐敗して、空氣及び水を汚し、又病菌の繁殖を助く、故に卑濕の地及び都會の地に於ては、傳染病に罹る者多し、又高燥開豁の地と雖、衛生上の注意を怠る時は、土地の良好も恃むに足らず、之に反し常に衛生を守りて怠ることなければ、卑濕熱鬧の地と雖、健康を保つことを得べし。

庭園及び屋外の空地は、廣くして樹木あるを可とす。然れども甚だしく繁茂して日光を掩ひ、落葉積れるが如きは却て害あり。

家屋は日光の射入及び空氣の流通適度なるを要す。陰暗の室は健康に害あり、又空氣不潔なる時は、同じく健康を害す。故に時々窓戸を開きて、室内の空氣を更新すべし。室内に炭火を置く時は、空氣を汚し、日本家屋は空氣の流通自在なるが故に、大害なしと雖、西洋式の家屋に於ては否らざるを以て、多くの炭火を置く時は、酸化炭素室内に満ち、之が爲中毒して、眩暈、嘔氣、頭痛、卒倒、窒息等を起すことあり。

又腐敗物、人畜の呼吸燈燭、喫煙、飲食等も亦、空氣を汚すものなるが故に、室内に多人數集りたる時は、屢々窓戸を開きて、換氣を行ふべし。

床板窓等は日々之を拭ひ、被服寢具の掃除は、成るべく室外に於てし、時々屋外に出して、塵を去りて日光に曝すべし。

包厨は常に汚れ易し、又料理の器具及び料理する者の、身體被服等清潔ならざれば、飲食物不潔となるの虞あり。殊に夏に於ては、蠅に依り病菌の傳搬せらるゝ虞あるを以て、其の撲滅及び防禦に注意することを怠るべからず、食物の殘滓は、一定の器に集めて、他の所に運び、溝等に棄つべからず。

浴室、便所、厩舎、犬舎等は、不潔となり易きを以て、掃除を怠るべからず。倉庫及び押入は、天氣晴朗なる時、之を開きて空氣を通し、又時々藏むる所の物品を出して、掃除を爲すべし。

二 飲食物

飲食物は身體を養ふものなるを以て、養分に富めるものを選び、調理を善くして、消化し易からしむべし。

養分とは食品中に在りて、身體の成分を補ひ、且之を増すものにして、其

の主なるものは蛋白、脂肪、含水、炭素鹽類とす。其の含有量は、各品皆一樣ならずして、一得一失あり。故に食品は適宜に組合せて、食膳に上すべし。若し連日同一の物を食する時は、食慾を損し、消化を妨ぐるを以て、献立の變換は營養上最も必要なりとす。

食物を調理するには、肉類は強き火にて、蔬菜は弱き火にて煮るを可とす。乾かしたる豆及び茸類は、豫め水に浸し、軟くなしたる後煮るべし。

肉類には牛肉、羊肉、豚肉、鳥肉及び魚肉等あり。其の老若肥瘠に依りて、養分の多少及び消化の難易あり。鳥獸の老たるもの及び瘠せたるものは、其の肉消化し難く、若きに過ぐるものは消化し易きも、養分に乏し、總て新鮮ならざる肉は、中毒することあり。

獸肉は屠殺後直に食ふべからず、是れ如何に調理するも、堅韌なるものなればなり。故に肉の一旦凝固し、後軟かとなりたる時調理すべし。

良肉は美しき赤色を呈し、指にて壓するに弾力あり、之を嗅ぐに一種の佳香あるものとす。彈力なく惡臭あり、且異色を帶ぶるものは、腐敗に傾きたる徴なり。而して腐敗臭を知るには、肉を細かく刻み、湯を注ぐか、或は庖丁を深く肉の中に刺して、之を嗅ぐべし。

新鮮なる魚肉は、生食、煮食、炙食共に良し。就中生食は消化し易し、但川魚は寄生蟲の原因となることあり。醃魚シオモリ、乾魚は、一旦水に浸して鹽分を去り、軟くして食すれば、消化を良くす。魚鰯イサナは充分に煮熟せざれば、往々中毒することあり。

貝類は養分に富むも有害のことあり、殊に産卵期に多し、即ち概ね四月より九月に至る間とす。

卵は養分に富み、且消化し易し。然れども炙煮共に度に過ぐる時は、消化し難きに至るべし、故に生若くは半熟を可とす。卵は微かに腐敗に傾

きたるものと雖毒あり、之を判知するには、十倍の食鹽水中に入るべし、然る時は新鮮なるものは沈み、腐敗したるものは浮ぶ、又卵を縦に燈火又は日光に照して片眼にて透視する時、透明なるものは新鮮にして、混濁せるは腐敗の徴なり。

牛乳は各種の養分を含み、消化容易なり、宜しく加熱消毒して用ゆべし、穀類には各々養分の多少及び消化の難易ありて、米飯、粥、麥飯及パンは消化容易なり。然れども餅は、消化液の混和困難なるを以て、消化し易からず。豆類は養分に富む、良く煮て食すべし。

芋類も亦養分に富む、野菜漬物及び果實は、概して養分に乏しきも、食氣を進め消化を助く。茸類は香味ありと雖、往々毒あるものあり、妄りに食すべからず。

調味料及び香料は、食品に香味を添へて、食氣を促し消化を進むるもの

なり、然れども香料を用ひ過ぐれば、却て胃腸を害す。

菓子類は多食すべからず、甘味強きものを多食すれば、胃腸を害し、又齒の病を起し易きものとす。

飲料は湯、茶、麥湯、コーヒー、炭酸水等なり。而して茶、コーヒー等は適量に用ふれば、神氣を鼓舞し、消化を助くるも、其の量を過せば却て害あり。

飲料水は透明にして、無色無臭なるを可とす。水の濁れるものは、細砂と木炭末とにて濾すべし。又生水中には、種々の細菌生存し、傳染病の因を爲すことあるを以て、注意せざるべからず。氷水は胃腸を害し易し、故に少量に止むべし。

夏日炎暑を冒して、歩行運動等を行ひ、發汗甚だしき時、急に多量の水を飲むは害あり、故に暫く休息したる後に於てすべし。

三 被服

被服は體温を調節し、寒暑雨雪に對して、身體を保護するの用に供するものにして、常に清潔を保ち、軽く軟きを可とす。質緻密にして厚きに過ぐるものは、皮膚の蒸發氣の放散を妨ぐるか故に宜しからず。

被服其の色異なるに従ひ、温の吸収に著しき差あり。即ち白色は吸収力最も少くして、夏季に適し、黒色は吸収力最も大なるを以て、冬季に適す。被服及び帽の重くして窮屈なるは、血行及び運動を妨ぐるを以て、寛裕にして輕きものを撰ぶべし。又皮膚に直接する襯衣、腹巻、袴下、足袋等は、不潔となり易きが故に、屢々着換へて洗濯すべし。

寢具は體温を保つに必要なり、是れ睡眠中は、體温稍々下るが爲なり。靴は足の大に適せしむべく、踵の高きに過ぐるもの及び前端狭きに過ぐるものは害あり、革の硬くならざる様、常に之が手入を行ひ、濕ひたる時は日蔭にて風乾すべし。

四 身體

身體を清潔ならしむるは最も重要なり。

頭髮は塵埃附着し、汚物の滯積し易きものなるを以て、男女に拘らず、屢々之を洗ひ、垢及び白屑フケの滯積せざることに注意すべし、隨て男子は短く剃るを利便とす。

口内及び齒間には、食物の残渣滯積し易きを以て、毎朝齒の内外面及び口内を清め能く含嗽し、夜は就寢前に含嗽するを良しとす。又食後には必らず含嗽するの習慣を養ふべし。

冷物と熱物とを交互に食する時は、齒を損じ易し、若し齒の缺けたる時は、舌を損するの恐あり、注意すべし。

手足は常に清潔ならしめ、爪は適宜に剪るべし、短く剪る時は、爪刺を發して、腫れ痛み長きに過ぐる時は、之が爲皮膚に損傷を來すの憂あり。

入浴は攝氏四十二三度を適度とす。而かも成るべく食事の直後及び著しく空腹の時を避くべし。入浴せざる場合に温湯にて、全身を拭ふは頗る良し、故に爲し得れば朝夕、否らざるも毎朝、必らず之を行ふの習慣を養ふべし。

冷水摩擦は皮膚を強くし、身體を強壯ならしむ故に、少壯の間身體之に耐ふるものは之を行ふべし。但之が爲神經痲痺を招かざることに注意すべし。

睡眠は心身の疲勞を補ふ爲、必要缺くべからざるものとす。通例大人に在りては、一晝夜に六乃至八時間眠るを要し、寢室は靜かにして、温度は高きに過ぎざるを肝要とす。

五 運動

身體の運動は適宜に之を行ふ時は、能く筋力を増し、血行を進め、皮膚及

び肺臟の機能を盛にし、消化を良くす。然れども運動に依り身體熱するに當り、急に被服を脱して涼風を入れ、或は冷水を飲む時は、感冒に罹り、又腹痛を起し、下痢を起すことあり、又被服濡れたる時は、疲勞を忍び、先づ之を着換て後休息すべし。

傳染病ある地は之を避け、其の附近に於て休息、又は飲食すべからず。散歩は成るべく開豁にして、樹木ある所を撰び、狹隘熱鬧の地を避け、日光には絶えず浴することを努むべし。

六 入浴法

入浴は人爲的に、身體の新陳代謝を利用するものなるを以て、大に之を研究するの必要あり、故に特に茲に之を記述する所以なり。

既に生氣養生訓中にも記述したる如く、古今東西の諸國皆温湯を用ふるは、是れ即ち實驗上の結果なりとす。今日冷水摩擦、盛んに稱用せらる

如き傾向あるも、予は今日に至る迄、或は冷水摩擦を試み、或は冷水浴を試みたる結果、一方鍛鍊の効あると同時に、大害の伴ふものあるを経験し、兩者共に永續するに従ひ不結果を來して、遂に之を廢止せり。強壯なる者に對しては、固より一種の強健法として、冷水摩擦も冷水浴も可なりと雖、年四十歳を越ゆるに至れば、害多くして益少し。即ち之が爲多くは神經痲痺を招き、不知不識の間に、身體の衰弱を惹起するに至るべし。予の研究所に來り、其の強健を誇る人にして、冷水摩擦を爲しつゝある人に、神經痲痺の著しきを發見せること、決して尠からざるは、其の一證たるのみならず、少壯時に於て鍛鍊に適切なりとするも、年四十歳を超ゆれば、身體次第に衰ふるを以て、尙此の時期に適切なりと爲すは誤なり。唯習慣上爽快を感ずる如き、知覺を起さしむるに過ぎず。殊に予は臺灣の如き、暖地に於て、冷水浴を試み、其の害の恐るべく、痲痺を來すの著しきを確めた

り。故に之を永續する時は、心臟痲痺に罹るの危険あり。現に某將軍の如きは、之が爲俄然永逝するに至れり。就中脂肪肥りの人は、皮膚の神經動もすれば痲痺に罹り易きが故に、特に戒慎する必要あり。

然れども温浴も亦法あり、之を屢々すべからず、久しくなすべからず、是れ上氣して却て疲勞し、其の害少からざればなり。又入浴は浴槽の外に在りて、身體の各部に湯を灌き以て、皮膚の神經に良好なる刺戟を與ふるを良しとす。蓋し浴槽内に入りて温まり、發汗を多からしむるは、疲勞倦怠を招くに過ぎざればなり。故に少時にして出て、身體の各部を手掌にて擦り、又湯を灌き、又入りて出づること、三四度を限りとすべし。

身體の自然に温まりたる後、冷水を灌き、或は冷水を以て頭部を洗ひ、且身體を拭ふは可なり、是れ皮膚の弛緩したるを緊縮せしめ、神經の興奮を促し以て、鍛鍊の効を收め得ればなり、恰も刀刃の健淬の如し。

予強健法を實踐工夫するの間、最も簡易にして、最も有効なる方法を發見せり。是れ即ち前法にして、入浴最後の灌水是なり。此の法に據る時は、寒冷の候婦女子小兒と雖、能く之を行ふて苦しまざるなり。今其の方法を示せば左の如し。

- 一、普通入浴の場合と同じく、先づ全身を洗淨す。
- 二、全身洗淨の後數度入浴して、頭部全身を温む、即ち浴槽中に温まることなく、主として灌湯と摩擦を行ふ。
- 三、浴槽に出入すること三四度にして、最後に左の如く灌水すべし。
頭部 小桶に一二杯
兩腕 各一杯
臍下腰の周り 三杯乃至五杯
- 四、灌水終れば能く拭淨し、胃腸の弱き人及び小兒婦人は、軟かなる布

片を以て腹部及び腰の周りを包み、直に著衣すべし。

- 五、著衣の後十分乃至十五分輕き運動を行ふ。乃ち室内に於ける歩行を良しとし、特に急速に冷却せざることに注意すべし。

- 六、兩肩胸部に灌水するは、弱き人に在りては危険なるを以て之を禁すべし。

入浴は半身浴を良しとす、故に浴槽に入れば、タオル又は桶を以て、肩部胸部に灌湯すべし。

熱湯に浴するは、強壯者に在りて既に不可なり、況んや幼少の者及び老人に於てをや。然るに老人は神經鈍きが爲、熱湯にあらざれば快を感ぜざるを常とす、故に特に之を戒しむべし、但少し熱き程度位なれば害少し。夏は發汗の爲身體著しく汚穢となり、冬は寒氣の爲身體萎縮す。故に夏は身體を清潔ならしむる爲、冬は筋肉關節を弛解する爲、入浴は共に必

要なり。殊に冬の入浴は、皮膚神経の痲痺を豫防し、感冒を避くるの効あり。隨て甚だ寒きが爲に入浴を止むるは、此の効を知らざるに依るものとす。而して浴後に風に吹かれ涼を入るゝは、神経を衰弱せしむるものなるを以て、急速の冷却を戒しめ、其の衰弱を防がざるべからず。

鹽湯は薄きを良しとす。海水を用ふる場合には、井水を等分にして浴すべし。鹽分の多きは熱し易くして却て害あり。

温泉浴は通常一日三回を限りとすべし。是れ屢次なる時は、上氣の害忽ち生ずればなり。毎日浴するものなるを以て、漸次に其の効を收むべく入湯の間は寧ろ運動を最も必要とす。爲し得れば、戶外に於て日光に浴しつゝ、輕き運動を勵行すべし。運動に依り疲勞を感ずるに至るは、既に其の度を越ゆるものにして、入浴は元來疲勞を招くことを忘れず、其の度を過ぎざるを要す。

或人神經衰弱に罹り、醫師の勸に従ひ、某温泉に到り、浴療法を行ふ。然るに入浴法を知らざりし爲、回数多きに過ぎ、月を閲せずして、病勢大に昂進し、驚きて歸宅し、醫師も亦其の變化に驚き、種々問答の結果、過度の入浴に因るを知れりと云ふ。故に温泉も其の浴法を知らざれば却て害あり。

第二篇 生氣看護法

予屢々家族及び親族の病人を看護す、此の際常に生氣を應用して、先づ病人の苦痛を去る。即ち頭痛を訴ふれば、直に之を治療し、腰の疼痛あれば、直に之を退散せしめ、腹痛起れば直に之を消失せしめ、閉尿の苦惱起れば、直に之を治療せしめて快通し、便秘あれば服藥若くは其の他の處置を待たずして之を矯正し、熱高ければ直に之を降下せしめて、其の苦惱と危険とを防止す。而して此等は皆生氣應用の押擦法に依るものにして、之と同時に其の病症の治療を行ひ、患者の生命を托する醫師の治療と、毫も交渉關係なくして、看護の間に於て治療を進行せしむ。隨て如何なる大病人と雖、常に少しも苦痛を感ぜざるに至り、之が爲醫藥を施すに便且容易ならしむるのみならず、生氣療法も亦其の効驗を現はすこと、頗る的確

にして迅速なるに至る。

斯の如く患者の苦痛を一掃する時は、單に之のみに依るも、患者をして蘇生の思あらしめ、且看護は之が爲極めて容易となる。今腹膜炎若くは肺炎の甚だしき症狀に於て、患者連りに其の苦惱を訴ふるとせよ。此の時施すべきものなければ、第一に看護者は見るに忍びざるの苦惱の狀を忍んで、百方慰撫に努めて、其の効なきに窮すべきも、若干分時の押擦に依り、其の苦惱消失したりとせば、看護者は一言を發せずして、患者をして蘇生の思あらしめ、殊に其の治療を確信して、自ら安心沈靜するに至らしむることを得べし。就中神經の興奮し易き患者に對しては、此の一事を以て、常に病勢の増進を豫防し得るのみならず、却て病勢の減退を利す。故に生氣應用看護法は、從來の看護法に一大光明を與へて、之をして最も權威あらしむるものとす。

予屢々狭心症の極度の苦惱の場合に遭遇す、此の際に於ては、患者は臥する能はず、坐する能はず、物に倚る能はずして苦惱す。然るに心臓部に對する押法は、未だ半時ならずして、其の苦惱を去り、呼吸を整復し、患者は何等の苦痛なく、自ら床上に仰臥するに至る。獨り患者のみならず、周囲の者悉く安意の大息を漏し、病室一時に歡喜に打たれて、破浪消失の跡の如し、生氣の効豈に偉大なりと謂はざるべけんや。

第一 一般の看護

疾病あるに當りては、一に看護二にも看護三にも看護と言ふ如く、最も重要なものにして、之を等閑に附する時は、常に患者に大害を來すの憂あるのみならず、輕症者を重患に陥らしめ、容易に治癒すべき疾病も、遂には治癒する能はざるに至らしむべし。故に看護に専任する人は勿論、近き者にして終始患者に接近する人は、看護の法を知得し置くの必要あり。

看護者は、絶えず患者の側に在りて、監視介抱を怠らず、痒き所に手の届く概なかるべからず。重き病者は、苦痛殊に大なるを以て、親切丁寧に之に慰安を與ふるを要す。時刻を定めて、爲すべき服藥、食事等の如きは正しく實行し、殊に藥劑と其の分量を誤らざることに注意すべし。又病況を詳にするは、看護上最も重要なことなるを以て、睡眠、兩便、發汗、戰慄、脈搏、呼吸、體溫等は、之を筆記し置くを良しとす、是れ單に醫師の參考に供する爲のみならず、あらざればなり。

病室は南に窓あるか、又は廊下を隔て、硝子戸ありて、廣く明るく靜かなる所を良しとす。

病室は常に清潔ならしむるを要す、又掃除の爲塵を立てざること、に注意すべし。隨て濡雜巾を以て拭ひ取り、要すれば消毒液を撒き雜巾にて拭ひ、或は噴霧器を以て散布したる後、拭ひ得る所は雜巾にて拭ふべし。

而かも室の隅の如き塵埃の滯積し易き所に、注意して清潔ならしめ、室内には必要ならざる器具を置かずして、拭淨に便ならしむべし。

痰壺は毎日一回汚水を廁に棄て、洗淨し、約四分の一の水を入れ置き、要すれば之に消毒液を加ふべし。

患者の排泄物は、病室に留むることなく、便器は使用したる毎に之を洗ひ、要すれば之を消毒すべし。検査の爲排泄物を保存するの必要ある時は、便器の蓋を密閉し、廁若くは其の廊下に置くべし。又排泄物器外に溢れたる時は、石灰又は灰を撒布し、濕布にて拭ひ取り、次に石炭酸水若くはクレゾール水にて消毒すべし。尿器の取扱も之に同じ。

汚れたる被服寝具其他濡れたる拭巾雑巾等は、病室に留むべからず、又病室に於て乾かすべからず、膿等にて汚れたる繻帶類は、一定の器に入れ、之を室外に遠ざくべし。

患者慰安の爲、花卉盆栽等を室内に置くも、夜は之を室外に出すべし。

其の他無用の物を、病室に置かざることには注意すべし。

室内を温むるには、電氣を用ゆるを安全とす。若しストーブ瓦斯暖爐等を用ふる時は、煤煙を發し又は臭氣を放たざることには注意し、瓦斯管の活栓は、其の開閉を確實ならしむるを要す。

病室の換氣は、殊に肝要なり。元來人は健康と疾病とに論なく、呼吸に依り室内の空氣中より酸素を攝るを以て、室内の空氣は酸素次第に減少するのみならず、皮膚及び肺臟より發散する炭酸及び其の他の有毒瓦斯漸次増加し、遂に室内の空氣を變敗せしむるに至るべく、火鉢火爐の如きも、空氣中の酸素を消耗し、且有毒の瓦斯を發散し、其の他患者の蒸發氣、分泌及び排泄の盛なるもの、又は創傷の膿潰するもの等も、悉く空氣を不潔ならしむ、故に病室内の空氣は、絶えず適當に交換せしめざるべからず、之

が爲病室に賊風を侵入せしむることなく、自然に適宜の換氣を行ふことに注意すべし。随て硝子戸、障子、窓等は、患者に遠ざかりたる所を適度に開き、窓は上部を開くべし。殊に發汗する患者、又は温保すべき患者に在りては、衾を被ひ若くは屏風等にて遮り、然る後開くを要す。

朝に至る間夜間に於て、病室の空氣甚だ汚るべし、故に朝は換氣を良くするを必要とす。又病室を掃除し、重症者の寢具を交換する時、兩便排泄後、爐より煙の漏りたる時等には、特に換氣を行ふを要す。

病室は一定の温度を保ちて、急劇に變化せしむべからず。而して夏は涼しく、冬は暖かにして、其の涼暖の度は、終始同じからしめざるべからず。夏は冷かなる空氣を入れるべし、時としては盤に冷水を盛りて、室内に置き、殊に重症者の寢臺下又は病床の傍に、氷を盛りたる盤を置き、或は爲し得れば、床に一日數回冷水を撒くを可とすることあり。

病室の温度は、攝氏十七度乃至二十度を適當とし、夜間は通常十度乃至十五度にて可なり。而して空氣の乾燥を防ぐ爲、火爐を使用しある場合には、水盤を爐上又は火鉢に載せ、蒸氣を發せしむべし。

病室の寒暖計は、爐邊と日の照る所を避け、人頭の高さに掛け置くべし。日光は室内の乾燥殺菌の効あるのみならず、其の刺戟に依り、身體の新陳代謝を旺盛ならしめ、快活清爽の感を起さしむるものにして、病の回復期又は肺結核、其の他慢性呼吸器病に効あるを以て、適宜日光に浴せしむべし。

窓より入る光強きに過ぐる時は、窓掛日覆を閉づべし、又眼病其の他差明を感じる癩疹、瘰癧し易き破傷風、腦膜炎患者の如きは、病室を適宜に暗くして、日光の刺戟を除くべし。

夜間は必要ならざる電燈は、悉く之を滅して、患者の安眠を計るを要す。

患者の寢床は、成るべく壁より隔たり、四方より近づき易からしむべし。若し室内狭き時は、頭部を壁に近づかしむるを可とす。又爐に近きは不可なり、已むを得ざれば、中間に屏風を立つべし。風を忌む患者は屏風を繞らして、賊風を防ぐべし。

寢具を整頓して安らかに臥せしむるは、患者を慰むること大なり。故に少しく枕の位置を變じ、或は敷布の皺を延ばすが如き、小事も之を忽にすべからず。故に寢具の濕りたるを速に交換し、或は其の不等凹凸等を修正することに、絶えず注意せざるべからず。

患者は頭部を適宜に高くして、平に臥せしむべし、然れども呼吸困難なる時は、上半身の下に毛布等挿みて、半坐位を取らしむることを得、衰弱せる患者は、其の欲するに従ひ之を助けて、其の臥位を變せしむるの注意は、特に肝要なりとす。

患者の身體を清潔にするは、頗る重要な事なり。故に身體汚れたる時は、湯と石鹼とを以て拭ふべし。

輕症者には、毎朝自ら顔及び手を洗ひ、齒を磨き口を漱かしめ、重症者は之を扶けて行はしめ、婦女子に在りては、適宜頭髮を理すべし。

遺尿或は遺尿したる時は、汚物を拭ひ去り、汚れたる所を洗ひ、温めたる衣服を著せ、敷布等を換ふべし。而して此の際褥瘡の發し易き部位を、點檢することに注意すべし。

入浴せしめ得る患者は入浴せしめ、否らざる患者は、暖かにして風なき時を選び、全身を清拭すべし。之が爲湯のみを用ひ、或は湯と石鹼とを用ひ、又石鹼水若しくは湯に酒精の小量を加へたるものを用ふべし。

髪を剪り、鬚髯を剃り、頭髮を洗ふは、醫師の同意を得て之を行ふことを要す。傳染病者癒たる時は、爪を剪り手を消毒し、温かき昇汞水にて身

體を拭ひ、然る後石鹼を用ひて全身浴を行ひ、被服を更ふべし。

重症者の被服を更ふるには、成るべく身體を勞せしめざることに注意し、四肢に傷ある時は、被服を脱せしむるに健側を先にし、之を著けしむるには、患側を先にすべし。

冷え或は濕ひたる被服を著せしむべからず、要すれば先づ之を温むべし、發汗したる患者の被服を更ふる時は、之を脱する前に温めたる手巾を以て、衾の中にて身體を拭ひ、感冒を豫防せざるべからず。

患者の換褥には、新なるものを以て、傍に準備し患者を此の上に移したる後、其の位置を正すべし、寢臺の換褥も重症者に在りては、新に準備したるものに移すを良しとす。

重患者の敷布を換ふるには、新布を一邊より巻きて、中央に至り、更に他邊より巻き、次で舊布を一邊より巻きて、患者の身體に接する所に至り、豫

め巻きたる新布に接し、僅に患者の身體を擡げて、手早く舊布を抜き取り、新布を展へて患者の下に敷くべし。又敷蒲團、藁蒲團を換ふるには、新褥と舊褥とを相接せしめ、患者を擡げて舊褥を一方に引き出し、手早く他方より新褥を敷くべし。

褥は平坦と爲し凹凸不等なからしめ、敷布には皺襞を生せしめざることに注意すべし。

患者惡寒或は寒戰する時は、衾を増すべし。然れども衰弱せる患者に、多くの重量を負擔せしむるは不可なるを以て、病室を暖め且湯婆ユタナボを用ふべし。而して湯婆は布にて包み、火傷せざることに注意すべし。老人小兒及び知覺を失ひたる患者に於て、特に然り、其の他熱き砂、若くは食鹽を盛りたる器、又は温石を用ふることあり、然れども懷爐は、其の熱概して強く、之が調節困難にして、動もすれば皮膚を損ふ恐あるを以て、成るべく之

を用ゆることを避くべし。

第二 患者の飲食物

患者には朝晝夕食の外、療養品として牛乳、肉汁、卵等を與ふることあり、其の主なるもの、概ね左の如し。

- 一、牛乳 煮沸するか又は蒸汽にて滅菌したるものにあらざれば與ふべからず。
- 二、煉乳 煮沸水を以て約六倍に薄め、牛乳の如く用ふべし。但熱性病者には十倍以上に薄むるを可とす。
- 三、クリーム 煮沸水を以て約三倍に薄め、牛乳の如く用ふべし。
- 四、ミルクフート 其の儘或は沸湯に溶解して與ふべし。
- 五、鶏卵 鍋に湯を沸し、其の沸騰するに至りて、火より遠ざけ、之に鶏卵を入れ、約十分の後取り出すべし、之を半熟卵と云ふ。

六、卵白水 煮沸水二五〇瓦を取り、之に鶏卵一個の卵白と砂糖四乃至五瓦及び少量の食鹽を加へ、瓶等に入れて十分に振盪したる後布にて漉すべし。而して之にブランデー酒の類少量を加ふれば、味良好となるべし。

七、卵湯 鶏卵一個の内容を適宜の器に盛り、砂糖四乃至五瓦を加へ、攪拌しつゝ、沸湯約二百瓦を注入すべし。

八、卵黄 少量の醬油又は食鹽を加へて與ふべし。

九、肉汁 新鮮の牛肉又は鶏肉の膜及び脂肪組織を去り、細かに碎き、其の一定量を取り、之に倍量の水を加へ、時々攪拌しつゝ約二時間冷所に放置したる後、徐に湯煎上にて加熱し、約半量となるに至りて放冷し、フランネルの漉布にて漉し、之に少量の食鹽を加ふべし。
肉エキス 鯉節エキスは、之を湯に溶して、肉汁に代用するものとす。

十、肉液 牛肉を厚切となし、其の表面を少しく焙りたる後、之を賽の目に切目を付け、布に包み壓搾器にて壓漉し、之に少量の食塩を加ふべし、此の肉液は少量づゝ與ふるものとす。

十一、葛湯 葛粉と砂糖との同量を取り、少量の水を加へて能く混和し、之を攪拌しつゝ沸湯を注ぐべし。

葛湯に卵黄を加へ、又は沸湯の代りに、沸騰せる牛乳を用ふる時は、營養に富み且味良好となるべし。

十二、水飴 其の儘又は沸湯に溶解して與ふべし。

十三、ゼリー 其の種類多し、故に其の製法を實習し置くべし。

重症者の飲食は看護者の補助を要し、起き上ることを得る者は坐せしめ、否らざるものは少しく頭を高くし、甚だしく衰弱せる者及び手指痲痺し、若くは傷ありて自ら飲食する能はざる者には、看護者食器を持ちて飲

食せしむべし。

飲食物は熱きに過ぐべからず、又前に與へしものを嚥下せざるに、後のものを與ふべからず。又飲料は器の半以上に充たざるを可とす、若し重症者食事の時に至るも、眠り居る時之を呼び覺ますべからず。

重症者殊に重き熱病にて、唇舌の乾けるものは、精神の明かならざること多し。故に之に飲料を與ふる時は、左手を項の下に入れて、靜に患者の頭を擡げ、飲料を少量宛匙又は藥吸吞にて與ふべし、然らざれば飲料氣道に入る恐あり。

第三 各病症に對する看護

一 褥瘡

重症者久しく病床に臥し、衰弱甚だしく動作自由ならざる時は、薦骨部、尾骶骨部、踵、肩胛、又久しく横臥せる時は、跨部に壓を受け褥瘡を發するこ

とあり、熱性病及び神経系病の患者に於て殊に然り。

褥瘡は初め皮膚赤色となりて疼痛あり、此の時速に處置せざれば、皮膚爛れ漸く皮下の軟組織壞れて骨に達し、遂に創傷傳染病を繼發して、生命に危険を及ぼすものとす、故に褥瘡の虞ある部位には、絶えず押擦法を施すを怠るべからず。

褥瘡を豫防する爲、屢々臥位を變換し、常に敷布を整頓し、衣服の襞を延べ、異物敷布の縫目等皮膚を壓するものを除き、且身體を清潔ならしむべし。特に褥瘡を起し易き部位は、屢々拭ふを要す、兩便失禁する時は殊に然り。

褥瘡の兆あらば、水或は之に少量の醋、酒精若くは果物の汁を混和したるものにて洗ひ、屢々臥位を換へ、連りに押擦法を行ひ、患部には環狀褥を用ひ、又は熱濕布を當て、其の部を温め、其の疼痛炎症を去るべし。而し

て環狀褥は、環狀のゴム囊にして、之に空氣を入れ、患部を其の孔の部に置きて布くべし。但空氣は餘り多からしめず、身體の搖がざる度に止むべし。又必らず之を布片にて包むべし、綿を環狀と爲し、代用するは頗る便なり、而して使用後は、要すれば之を消毒すべし。

二 睡眠

睡眠は心身の疲勞を回復せしめ、精神の過敏となるを鎮靜し、體力を補ふものにして、健かなる眠は、多くは眼を閉ぢ、口を塞ぎ、顔貌柔和にして鼻にて呼吸し、鼻翼動かず、刺戟に依りて容易に覺め、直に正氣に復す。然れども患者は熟睡し難く、長時半眠半醒にして、頻に寢返りし、驚きて覺むることあり。疼痛あるものは、睡眠間大息すること多し。又顔貌常ならず、色澤惡しく、熱あれば赤く、血液の循環に障礙あれば青、赤色を呈し、眼及び唇屢々動きて全く合はざることあり。寢言齒軋し、呼吸は困難にして急

しく、胸の病あるものは、同時に咳嗽すべし。

患者熟睡する時は、病勢緩むことあり。殊に熱性患者熟睡する時は、其の間に發汗し熱降下し、呼吸安靜となり、自然に覺むるに及び、輕快すること多し。然れども熟睡久しきに過ぐる時は、却て害あることあり。故に睡眠間熱降下せず、譫語多き時は、時に之を呼び覺すべし。

不自然なる睡眠久しく續きて、覺め難きを嗜眠と云ふ。其の睡眠甚だ深くして、感覺鈍く、兩便失禁するに至るを昏睡と云ふ。尙此の病症に就ては、別に詳記する所あるべし。

不眠症は嗜眠の反對にして、久しきに亘れば衰弱し、神經作用を亂すに至る。

睡眠を促す普通の處置、概ね左の如し。

一、睡眠に適當の位置を取らしめ、室内を稍々暗くすべし。

二、近傍は力めて靜にし、決して私語すべからず。

三、靜かに話し、或は面白き本を讀み聞かせて、神經を鎮め且慰むべし。

四、四肢を軽く靜かに摩るべし、殊に眼瞼に對しては、絶えず、押法を施すべし。

五、夏は室内を涼しくし、又熱性患者には清涼飲料を與ふべし。

六、發汗したる時は、襯衣或は上衣又は濕りたる敷布等を換ふべし。

七、以上の如き方法に依り、患者睡眠せざる時は、兩指頭を以て眼瞼を
押擦し、次で手を離し、眼球に對し、指頭感應法を施し、併せて頭部殊
に額眉間に、手掌感應法を施すべし。

睡眠薬は之を用ゆるに従ひ、其の効減じ、且習慣となるを以て、力めて之を避くるを要す。

睡眠を防ぐ處置、概ね左の如し。

- 一、空内の空氣を爽かにし、晝は窓掛を排き、夜は電燈を明るくすべし
- 二、上半身を高くし、坐位に近き姿勢を取らしむべし。
- 三、睡眠せんとする時は、談話を挑みて覺めしむべし。
- 四、時々清涼飲料水を與ふべし。
- 五、已むを得ざれば、嗅藥即ちアンモニヤ水等を用ふることを得。
- 六、頭部に對し手掌及び指頭押擦法を施し、常に爽快ならしむることに努むべし。

三 皮膚及び發汗

患者の皮膚の觀察は、看護上必要なりとす、即ち其の色澤是なり。衰弱したる患者の皮膚は、蒼くして弛み皺あり。又病に依りては、皮膚光りて張るものあり。此の場合には、指にて壓し其の痕の消ゆるや否やに注意すべし。其の他發汗の有無、又發汗は全身なるや、一局部なるや、其の汗は

臭氣を帶ぶるや、粘きものなるや、色ありや、温きか、冷きか、發汗短きか、又は長きか等を觀察するを要す。而して發汗の部位に對しては、連續押擦法を施すを要す。

發汗する患者には、衾を被ひ風に當らしむべからず、是れ冷して發汗を止むればなり。汗出でたる時は、湯にて温めたる手巾を以て、衾中に於て身體を拭ふか、又は乾きたる手巾を以て拭ひ、發汗終りたる後、湯にて絞りたる手巾にて清拭し、乾きて温かなる襯衣、或は上衣を著せしむべし。發汗と同時に大小便を催し、發汗の止むを待つこと能はざる時は、尿器或は便器を温めて、衾中に入れ排泄せしむべし。

室内の溫度を過度に高め、又は餘りに多く衾を被ひて、發汗せしむべからず。而して發汗を促すには、適度に室内を温め、温かき飲料を與ふべし。殊に時々全身に對し、押擦法を行ふを良しとす。

四 呼吸

健康なる成人の呼吸は、一分間十五乃至十八回とす。此の呼吸数を計るには、胸又は上腹部に軽く手を觸るゝか、又は其の運動を見、或は口鼻の前に手を出し、他手に時計を持ち、患者の注意を惹かざる様にし、一分間の数を算ふべし。

又患者の呼吸は、静かなりや、速かなりや、深長なりや、浅小なりや、整しきや、不整なりや、容易なりや、困難なりや、鼻よりするや、口よりするや等を觀察すべし。

呼吸には胸部を以てするものと、腹部を以てするものとあり、胸式呼吸腹式呼吸是なり。而して呼吸困難の場合には、肩胛頸部、鼻翼等の副呼吸筋が呼吸に参加することあり。

呼吸に疼痛を覺ゆる患者は、吸息毎に顔を蹙むるを以て、之を察知する

ことを得べし。又呼吸に水泡音、笛聲、喘鳴等種々の雜音あることあり而して鼻腔は乾けることあり、粘液を出すことあり、時として出血することあり。又鼻腔より呼吸する氣息に惡臭を帶ぶることあり、深く吸息すれば、隨て咳嗽を促すことあり。

呼吸困難ある時は、換氣を良くし、袂、衣、帶等の壓迫を緩め、要すれば坐位又は半坐位を取らしめ、胸部及び腹部に對し、押擦法を行ふべし、場合に依り酸素吸入を行ふ可なり。

呼吸困難の場合には、先づ其の苦痛を去るを肝要とす、之が爲脊椎の上部、即ち第三第四の背椎附近を暫く強壓し、次で頸椎及び咽喉凹陷部に強き指頭押法を施し、然る後胸部殊に心臟部に輕き押擦法を施すべし。然る時は如何に困難なる場合に於ても之を救ひ、且其の疼痛を去り、此の療法を反復する時は、再び其の發作を見ることなきに至るべし。

五 咳嗽及び咯痰

咳嗽は時に發作的に、時に持續的に來り、咳嗽に依りて咯出する痰には粘液様膿様なるあり、血液を交ふるあり、惡臭を放つものあり。

痰の傳染性を有す場合には消毒液を入れたる蓋附痰壺を備へ、其の中に咯出せしめ、決して之を嚥下せしめざるを要す。

重症者強き咳嗽をなす時は、看護者は一手にて其の前額を支へ、他手に痰壺を把りて口の前に保つべし。又咯出したる後、口の周りに附きたる粘液は、紙脫脂紙綿等を以て拭ひ取り、一定の器に入れ置き之を焼き棄つべし。

咳嗽の狀況及び咳嗽の性質には、綿密に注意すべし。

痰を切るの法は、咽喉凹陷部に稍々強き押法を施すを良しとす。

痰壺は毎日洗ひ、要すれば之を消毒すべし。而して咳嗽多き患者には、

病室に水蒸の發散を要することあり

六 脈搏

健康なる成人の脈搏は、一分間に六十乃至八十なり。然れども心身の狀態に依りて増減あり、初生兒に生りては、百二十乃至百四十とす。而して患者は成人と雖、百二十以上に達し、又頗る緩徐にして五十以下に至ることあり。

脈搏を算ふるには、示指中指環指の三指を並べて、腕關節の上に於て撓骨下端の内側を軽く按し、他手に時計を持ち一分間之を算ふべし。

脈搏には大小、強弱、硬軟、虛實の別あり、其の調節を失ひたるを不整脈と云ひ、殊に忽然一、二回搏動の缺くるを結代脈と云ふ、脈搏の性質は看護上最も必要なるものなるを以て、看護者は實地に就き習得しあらざるべからず。

多量の血液を失ひたる者、又は長き病の爲甚だしく衰弱したる者に在りては、脈搏細小微弱となりて、指頭に感ぜざることあり、此の際には上膊動脈又は股動脈を按じ、或は手を心臓部に當て、心動を算へ、尙確かならざる時は耳を心臓部に當て、心音を聽くべし。

脈搏弱き時は、四肢多くは冷却するを以て、温保すべし。心悸亢進の時は、心臓部に氷嚢を貼すること多きも、看護者は手掌を以て、心臓部に押法を施すを良しとす。此の押法は極めて軽くし、又時々微動を與ふるを有効なりとす。

七 體 温

健康の人の體温は、攝氏三十六度三分乃至三十七度にして、一日中多少の昇降あり。而して患者に在りては、四十一度以上に昇り又三十五度以下に降ることあり。

體温は體温計(攝氏檢温器)を以て測り、同器には通例三十四乃至四十三度の目を盛り、更に其の一度を十分しあり。

體温を測るには、腋下を拭ひ乾かし、體温計の水銀の下り居るかを検査したる後、水銀槽部を深く腋下に挿み、同側の上膊を胸に押し付けて、體温計を支持し、他手を上膊に添ふるを可とす。又水銀槽部の腋下の後方に抜け出でざること、又水銀槽部と皮膚との間に、襯衣の挟まらざる様に注意すべし。

腋下に體温計を挿みて後、十分時を経たる頃、靜に之を抜き若くは抜かずして其度を檢し、更に三分時を経たる後、再び其度を檢し、二回の度一致するを要す。若し一致せざる時は、更に二三分時を経て其度を檢し、水銀の全く上らざるに至りて、得たる度を正しき體温とす。但、鋭敏なる體温計に在りては、此の時間を短縮することを得べし。

稀に口中若くは肛門に於て、體温を測ることあり。肛門にて檢温するには、患者を横臥せしめ、看護者は一手にて臀を押し開き、他手にて油を塗りたる水銀槽部を肛門に當て、軽く廻しつゝ後上方に向けて挿し入るべし、此の間患者は靜になし居らしむるを要す。而して肛門にて測りたる體温は、腋下にて測りたるものより約五分高し、又小兒にして檢温を拒む時は、大腿を曲げ腹と股との間に、體温計を挿むを便とすることあり。體温は通例毎日二回、即ち朝は六時と七時の間に、夕は五時と六時の間に測るべし。病狀に依りては醫師の指定に依り、一日數回檢温することあるも、病況に鑑み、重症患者を頻繁に煩はすことなきに注意すべし。體温の平温を超ゆるものを熱と云ふ、熱は長く續くことあり、數時數日にして解熱することあり。又其の發熱解熱の緩なることあり、急なることあり、其の汗を出して、俄に解熱するを分利と稱し、數日に亘りて徐に解

熱するを散渙と云ふ、熱の持續する時、夕の體温は多くは朝より高く、一日中に於ける熱の最高と最低との差を日差と稱す。

熱の型に左の三種あり。

- 一、稽留熱　　日差一度以内のもの。
- 二、弛張熱　　日差一度以上のもの。
- 三、間歇熱　　高き熱發作するも、最低は平温以下に在りて、全く熱のなき時あるもの。

體温計は使用後布にて拭ふべし、又傳染病患者に用ふるものは、其の都度消毒するを要す。

體温計は檢定済なるを要す、此の體温計の外鞘には、度目矯正表を附するを例とす、故に之に依り温度の差異を加減すべし。

留點(示極)體温計は、腋下より抜き出したる後、水銀柱上りたる所に止り

て下らざるものなり、故に検温後振り動かして之を下ぐべし。

熱ある患者は、安靜ならしめ且病室の換氣温度には特に注意し、且絶えず頭、胸部及び上背部に押擦法を施し、熱の降下を促し且常に腹部に押法を施すべし。

八 口腔及び咽頭

熱ある時は、唇及び舌は乾燥し裂けて出血す。又白色或は褐色乃至煤色の苔を被むり、舌にあるものを舌苔と云ふ、粘膜には白色斑點水泡等を見ることあり。然る時は唇には押法口腔及び舌には指頭感應法を行ふべし。而して渴するものには少量の水、又は清涼の飲料を與へ、唇にはグリセリン水或はオレーフ油を塗り、舌を清水又は藥液にて濕したる布を以て拭ひ、或は含漱せしむるを可とす。時として口中に不快の臭氣あることあり、又流涎することあり。

口腔を検するには、口を開きて舌を前方に出さしめ、咽喉を検するには舌を長く前方に出して、アアの音を發せしめ、或は舌尖を布にて包み之を保持し、又は壓舌子を以て舌を壓すべし。而して咽頭には粘膜の潮紅せざるや、義膜の附着せざるや、扁桃腺に腫大又は白色斑點の附着せざるやに注意すべし。

九 流涎

流涎とは唾液の過度に流溢するを云ふ。此の患者は仰臥せしむべからず、又仰臥せしむることあるも、其の儘睡眠せしむべからず。是れ唾液を嚙下し、或は氣道に入るの憂あればなり。若し含嗽薬を用ゆる時は、唾液は痰壺に、含嗽薬は膿盤等に吐かしむべし。而して口腔及び耳下腺に對し押法、又は指頭感應法を勵行するを要す。

十 嘔吐

患者嘔吐する時は坐し、或は横臥せしむべし、頭部を低下するは害あり、而して看護者は一手を患者の前額に當て、他手にて背を撫で、大なる器に吐物を受くべし、又嘔吐の際は、被服の束縛を解くべし。

嘔吐を催す時は、之を抑制して遂に耐ふべからざるに至り、一時に吐出せしむべし。又嘔吐を催さしむる爲、吐劑を與ふる時は、先づ湯若くは薄き粥汁、又は肉汁等を與へて、吐出し易からしむることあり。

嘔吐止まざる時は、小なる氷片或は少量の清涼飲料、若くは沸騰散を與ふべし、又少量の茶、或はコーヒを與ふるも可なり。

嘔吐終らば水にて含嗽せしめ、吐物は直に室外に遠ざくべし、吐物は多くは胃内容物にして、其の量甚だ多きことあり。而して少きものは一盞にも足らざることありて、粘液膿汁血液を含むものあり、或は腸内容物を混じて黄綠色なるあり、米泔汁様なるあり、又糞臭を帶ぶるものあり、故に

看護者は其の量、色、反應、臭氣等に注意すべし、醫師の検査に供すべき吐物は、尿尿と同様の取扱を爲すべし。

卒倒者の如き、知覺喪失時に於ける嘔吐に對しては、吐物の氣道に流入することを防がざるべからず。

十一 便 通

便所に行く時は、要すれば毛布等を著せしむべし。又病室内に於て便器に就かしめたる時は、其の都度便器を室外に遠ざくべし。

衰弱したる者、或は患部に依りて寢床を離るゝ能はざる者は、便器の周圍、殊に臀の當る所を綿油等にて包み、之を衾中に挿し入るべし。患者の上半身を高くする時は、便通を容易ならしむるものとす。

大便失禁する時は、臀の下に油紙ゴム布等防水性の下敷を敷き、綿或は布片を肛門に當て置くべし。便通後は直に清め、要すれば被服を更ふべ

し。而して此の際下腹部及び臀部の脊柱に對し、稍々強き押擦法を施し、臀部に對しては寧ろ強きを可とす。

便器は使用後直に洗ひ、要すれば消毒すべし。

便通は秘結せるや、下痢せるやに注意するを要す。而して大便の性状には、硬軟、水様、泡沫様、粘液様、膿様、血様等ありて、色には淡褐色、暗褐色、黒色、白色あり、又黄色若くは綠色なるものあり、臭氣の常に異なるあり。

一晝夜の便通の回数一回量の多少は、性状と共に注意すべき事項にして、大便中に粘液、粘膜片、血液、結石片、寄生蟲あることあるを以て、常に之を檢查するを怠るべからず。

十二 放尿

患者は臥したる儘にて放尿せしむるを可とするも、之を嫌ふ爲起坐せしむる場合には、感冒を招かざる様注意すべし。

衰弱したる患者には、硝子製尿器、便器若くは淺き膿盤を跨間に入れて放尿せしむ。女子用の硝子製尿器は、口の形狀男子用と異なるものとす。

尿失禁患者には、常に硝子製尿器を挿入し置き、時々之を點檢すべし。

然れども患者靜かならざる時は、男子には陰莖に綿を巻き、其の部に氷嚢を括り付け、女子には當物を爲すべし、總て失禁せる者には、陰部臀部を清潔にし、之を乾燥せしむる様注意すべし。而して此の際下腹部、特に膀胱に對し、稍々強き押法を勵行すべし。

尿器は使用前湯を入れて温め、若くは布にて包み、患者の冷感を避くべし。又使用後は直に洗ひ、要すれば消毒すべし。器に固著したる尿渣を去るには、稀鹽酸を以て洗ふを可とす。又熱湯にて除くことを得。

尿に就ては回數量、色、臭氣及び溷濁の有無に注意すべし。検査に供する尿は、尿器の儘、若くは他の一定の器に移して保存すべし。

十三 便尿の失禁及び閉塞の手當

便尿失禁の場合には、下腹部殊に膀胱及び腰部に對し、押擦法を行ふべし。重患者にして仰臥し、動かし難き者に在りては、腰部に手掌を挿し込みて、腰椎附近に當て、軽く靜に時々指頭及び手首を屈めて、押法の度を強むべし。而して尿道及び直腸並に肛門に對し、併せて押法を施す爲、手掌を漸次尾骶骨の方に移し、尾骶骨の下端には、稍々強き指頭押法を施すべし。此の間湯婆を以て、十分乃至十五分位づゝ、一時的に腹部を温むるを良しとす。

秘結の場合にも、前と同法に依り、便通を促すべし。

閉尿の場合には、主として膀胱部に對し、稍々長く押法を施すべし。然る時は、敢て導尿法を行はざるも、快通を見るに至るべし。

脊髓病に罹り、全身痲痺を有し、手足の不自由なる人、腹部を冷やして下

痢を起すと同時に閉尿し、又實驗によれば、十六歳の女子肺炎に罹り、約四十度の熱持續したる際、閉尿を起したることありしも、膀胱に對し、約二十分内外の押法に依り、容易に快通せしことあり。

閉尿の場合、湯婆又は温布を以て、膀胱尿道部を温むるは有効なり。

第四 傳染病者の看護

傳染病は多くは重症なると、他人に傳染する虞あるに依り、特に注意を要するものにして、之を隔離し、看護婦及び看護に従事する、一定の人の外は、出入を禁じ、病室内に無用の物品を入るゝことなく、以て、掃除清拭を容易ならしむべし。

傳染病者の被服、繃帶材料等は、病室内に於て消毒液に浸し、又は消毒液に浸せる布に包み、室外に出して消毒すべし。又便器、尿器、痰壺等には、消毒液を盛るを要す。而して使用後、毎回之を洗ひ、消毒すべきは勿論なり。

とす。

食器、體溫計等は消毒したる後にあらざれば、他に用ふべからず、浴水及び浴槽も、亦消毒するを要す。

看護者は特に身體、就中手及び被服に注意し、食前には含嗽し、手は必ず消毒すべし。患者若くは看護に用ふる器具等に手を觸れたる時は、其の都度消毒するを要す。又便所は一定のものゝ外入るべからず、若し看護者病室を去らんとする時は、手を消毒し、入浴を爲し、看護衣を脱し、之を一定の所に留むべし。

傳染病毒侵入の門は、營養器、呼吸器及び創等なるを以て、此等に注意して感染を豫防し、若し違和を感じる時は、速に醫師の診斷を受くべし。身體の強健なるものは抵抗力強きを以て、容易に感染することなきも、看護は心身の疲勞を來すを以て、日々其の疲勞を恢復して、抵抗力の減退を來

さざる自強の法を取らざるべからず、之が爲短時間づゝ行ふ自己運動は最も有効なり。他の病者の長き看護に於ても同様なりとす、故に予は看護婦を常用する病者の治療に當りては、同時に看護婦の自己運動を誘導し、一は自強耐久の法たらしめ、一は病者の看護を利し、又併せて患者の自己運動を補助せしむる方法を取り、多大の利便を與へつゝあり。

第五 精神病者の看護

精神病者は、其の精神に異狀あるのみならず、身體にも病あり、故に之が看護に當りては、恰も幼兒を保護すると同様の注意を以て臨まざるべからず。殊に精神病者の言行は、全く責任なきものにして、罵詈訾弄し若くは暴行を敢てするも、能く之を宥恕して、温和に看護するの覺悟なかるべからず。

精神病者は、已を害せんとすることあるのみならず、又人を害せんとす

ることあり、故に常に嚴密なる監視警戒を怠るべからず。

時として飲食せざる病者あり。然れども飢を覺ゆるに至れば、自ら飲食物を求むるに至るを以て、恰も飲食物を隠すの狀を爲して室内に置き、其の室を去るべし。然る時は反抗せる患者も、急に取りて之を食することあり。然れども久しきに亘り食を斷つ時は、生命に關するを以て、患者の自然に運動を行ふ如く仕向け、且常に胃腸部に押擦法を施し、食欲を旺盛ならしむるの工夫を第一とす。之が爲看護者の自己運動は、良好なる模範となり、言はずして運動を誘發するの効あるものとす。

精神病者中には、衣食其他總ての物品を汚すことを好む者あり、故に其の身體及び被服の清潔には殊に注意すべし。

精神病には種々ありて、多言にして快活なるあり、沈黙にして憂鬱なるあり、其の言ふ所錯亂せるあり、一所を凝視するあり、高聲にて笑ふあり、侮

辱脅迫を受くるが如き狀を爲して、室の隅に伏し、耳目を蔽ふあり、巧に人を欺かんとするあり、五官に異常あるあり、殆んど千態萬狀と云ふべし。

遁逃或は自殺を企つる精神病者は、其の傍を離るべからず。而して小刀其他の危険物を携ふる時は、之を欺きて取り、危険を豫防するの注意を怠るべからず。

精神病者身體は、概してヒステリー神經衰弱症と同じく、手脚の神經痲痺して、頭部は上氣しあるを普通とす。然れども至細に頭部を検すれば、鼻梁、頬、上顎部痲痺して冷却し、他の部熱く、頸部の如きも、一部は熱く一部は冷たきを例とす。而して其の病症の發作甚だしきに當りては、手脚の痲痺は恰も氷の如し。

頭部に上氣しある爲、屢々鼻血を出すことあり。此の場合には、後頭部下方の頸部に、強き押法を施したる後、鼻梁、鼻側、鼻翼に押擦法を施して止

血すべし。此等の押擦法は、皆痲痺を治療し、粘膜血管の強健法なるを以て、時々之を行ふ時は、鼻血を豫防することを得べし。而して上氣は頸部及び頭部に對する押擦法に依り之を矯正し、此の法を繼續せば、腦の變調次第に恢復すべし。脊髓に對し押擦法を行ふと、指頭感應法とを行ふは最も有効なり。又眼瞼の押法と手脚の押擦法とは、精神病の治療に缺くべからざるものにして、手脚の押擦は稍々強く十分に之を行ふべし。尙精神病ヒステリー等の看護に就ては、別に詳述する所あるべし。

第六 妊婦の看護

一 妊婦の経過及び攝生

妊娠とは婦人の受胎してより、分娩の開始する迄、妊卵即ち胎兒及び之に附屬する卵膜、胎盤、臍帶等を包容せる状態を云ひ、其の持續は概ね二百八十日にして、通常之を十個月と稱す。此の期間に在る婦人を妊婦と云

ひ、全身殊に生殖器に著しき變化を來すものとす。

乳房は妊娠初期に於て、既に乳頭の周圍に色素沈着し、暗褐色を呈し、腺組織漸次發育して、乳房膨隆し、妊娠末期に近づけば、透明なる初乳を壓出し得べし。

子宮は妊娠に依りて肥大し、胎兒の發育すると共に、次第に其の大きを加へ、妊娠四箇月の後に既に手拳大となり、下腹部に子宮底を觸るゝを得。第七八箇月には腹部の膨滿著しく、第九箇月の終には子宮底最も高くして心窩部に達し、呼吸及び運動に困難を來すべく、第十箇月の終には子宮前方に隆起し、子宮底は却て稍々前方に降り、爲に呼吸は稍々容易となる。而して妊婦は通常第五箇月の終より胎兒の運動を自覺するに至るべし。

妊娠中は月經閉止し、一般に神經興奮して感動し易く、屢々全身違和、倦

怠、頭痛、眩暈、不眠等を起す。殊に妊娠の前半期には嘔氣嘔吐を催し、後半期には下半身に浮腫、靜脈瘤等を見ること多し。

妊婦は種々の疾病に罹り易きを以て、攝生法は極めて肝要なり。飲食物は其の嗜好に従ひ、成るべく消化し易きものを適度に攝取し、強き香味料、酒類、濃き茶等を避くべし。又便秘せる時は適宜の運動を行ひ、少量の野菜菓物を食し、要すれば灌腸を施すべし。適宜に運動するは甚だ大切にして、長時間の坐業、即ち裁縫の如きは之を避くるを要す。但平素の習慣となれる動作は、之を節すれば概して害なきものなり。

予未だ妊婦に對し、自己運動を誘導したることなきも、自己運動を爲しつゝある人にして、妊娠したる場合に、自己運動を行ふは毫も妨げなく、此の運動は時日の進むに従ひ、靜にして且緩徐となり、能く身體の狀況に適應し、遂に停止して自己運動を見ざるに至るべし。

妊婦の疾病は單に之を治療するに止め、求めて自己運動を起さしむべからず。予親族の妊婦の四五箇月の時、肺尖加答兒を治療し、強て自己運動を誘導せず、隨て呼吸運動の起りたるのみにして、他の自己運動起らず。又た呼吸運動も、肺尖加答兒の治療を終ると同時に、停止して起らざるに至れり。

妊婦には長時に亘る乗車、旅行、精神の過勞、感情の興奮等は、甚だ有害なるを以て之を避け、觀劇集會等に臨むべからず。

衣服は寬にして温保に適するを可とす。腹帶を用ふる時は廣きものを緩く纏ふべし、細き紐を固く締むるは甚だ害あり。

入浴は習慣に依るも適宜に節し、一週二三回とし、浴後は安靜にすべし。又乳房は之を清潔にし、乳頭の皮膚薄弱なるものは、冷水又は酒精にて清拭すべし。

二 流産及び早産

妊娠は胎兒の死亡、外傷、中毒、其の他の原因に依りて、分娩期に至らずして中絶することあり。妊娠七箇月以前に中絶するを流産と云ひ、分娩せる胎兒を未熟兒と稱す。此の未熟兒は注意して哺育するも、到底生育の望なきものとす。而して第八箇月より十箇月の初迄に分娩するを早産と云ひ、其の生兒を早熟兒と云ふ、深き注意を以て哺育すれば生長の望みあり。

流産早産は正規分娩に比し、出血傳染其の他種々の危害を招き易きを以て、其の取扱は慎重なるを要し、殊に消毒及び清潔法を嚴守せざるべからず。

流産後往々神經衰弱に陥り、ヒステリーに罹ることあり。故に攝生に注意し、體力の恢復に努力すべし、一生疾病の爲苦むは此の注意の到らざる

に基くものにして、容易に挽回する能はざるを通例とす。

三 惡阻

妊娠中の異狀中に惡阻なるものあり、妊娠の初期に起り、嘔氣嘔吐を催す。然れども通常食餌を攝し、輕き消化し易きものを與へ、適度の運動及び便通尿利を計るに依りて輕快すべし。若し此の攝生法にして功を奏せず、絶食するに至らば直に胃腸の押擦を行ひ、之を治療し以て食欲を促すべし。

惡阻は早く之を治療すれば治癒し易きも、時期を失すれば衰弱加はり腦症を起し、幻視、臆語、精神鈍麻、嗜眠等を發し之が爲死亡するもの稀なりとせず。其の治療法は治病の部に詳述しあるも、要するに食道胃腹部に對し、押法を施すに在り。然る時は容易に治癒せしめ、食慾を増し消化を盛んならしむ。

四 浮腫腎臟炎脚氣其他

妊娠中膨大せる子宮の爲に血管壓迫せられ、下肢、外陰部稀に下腹部に浮腫を來すことあり。通常横臥する時、足端を高くせしめ、食餌便通に注意すれば、増悪せずして分娩後速に治癒するものとす。然れども浮腫は、往々腎臟炎の徵候として來ることあるを以て、醫師の診断を乞はざるべからず。若し腎臟炎増悪すれば危険なる状態となり、又子痲を起すことあり。故に下腹部下肢及び腎臟部に對し、押法を施し之が豫防を爲すを肝要とす。

脚氣は屢々妊娠に合併するものにして、産後増悪すること少からず、肺結核、心臟病も亦妊娠分娩時に増悪し、生命の危険を伴ふものとす。而かも脚氣は押擦法に依り、容易に治癒せしむることを得べし。此の際心臟部に對し、輕き押擦法を施すことを忘るべからず。

妊娠の初期に胎兒死亡し、子宮内に葡萄の房の如きもの充滿することあり、之を葡萄狀鬼胎と云ふ、其の増殖甚だ速にして、通常第三、四箇月以内に、多量の出血を伴ひて流産す。此の出血の爲、妊婦の死亡を招ぎ、又流産後、子宮に惡性腫瘍を發生することあり。

子宮外妊娠は、妊卵、輸卵管に附著發育するものにして、妊娠第二、三箇月に於て、突然強き腹痛を起し、腹腔内に多量に出血し、危険なること稀なりとす。

斯の如く妊娠中は、種々の故障と疾病とを生ずるが故に、妊婦に對しては、深き注意を拂ひ、常に異狀の有無を観察し、苟も異狀を認むる時は、醫師の診断に依り、早く之を確め、直に治療を施すべし。浮腫、脚氣の豫防及び身體の健康を維持する爲、全身の輕き押擦は殊に有効にして、其の他の疾病の治療法に就ては、各々其の部に就て了知すべし。

第七 分娩の経過及び其の看護

分娩即ち産とは妊卵即ち胎兒、胎盤、卵膜、臍帶等が、一定の産道を経て、母體より排出せらるゝを云ひ、通常自然力に依り、陣痛、腹壓を起して、平易に終るものなるも、往々醫師、産婆の施術を要することあり、是れ人工分娩の必要なる所以なり。

分娩を遂げしむる自然力たる陣痛及び腹壓は、之を娩出力と云ひ、陣痛は疼痛を伴ふ子宮筋肉の收縮にして、常に發作性に起るものなり。而して分娩の初には發作短く、間歇の時間長きも、漸次陣痛の發作長くして、且強烈となり、其の間歇短縮す。此の陣痛の強くなると同時に、産婦は自然に努責するに至りて腹壓を生ず、娩出力として働く、有力なるものは即ち此の腹壓なりとす。

分娩の経過は通常三期に分ち、其の開口期に於ては、陣痛開始より子宮

口全く開大して、娩出期に移り、胎兒娩出し、後産期に於て胎盤、卵膜、臍帶等を娩出するものにして、各期の時間は一定せざるも、初産婦は經産婦より長きを通例とす。即ち初産婦の分娩には、約十五時間を要するに反し、經産婦に在りては、約七時間に過ぎず。

分娩開始し、陣痛稍々強くなるに従ひ、膣より少量の粘液、又は血液を漏すことあり。之に次下少量の羊水を漏し、稀に陣痛開始前に之を漏すことあり、之を早期破水と稱す。

娩出期には陣痛強く、産婦は苦痛を増し、陰唇の間に兒頭を現はし、此の兒頭は陣痛間歇時にも退かざるに至る。而して産婆は注意して會陰保護法を施し、裂傷を防ぎつゝ兒頭を娩出せしむ。既に兒頭娩出せば、軀幹四肢は續いて容易に娩出せらるゝものにして、此の際多量の羊水を漏すものとす。其の後少時にして、更に後産期の陣痛起り、胎盤は通常胎兒面

を外に向け、内部に血液又は凝血を包みつゝ娩出せらる。是に於て分娩全く終り、子宮は收縮して硬固となり、子宮底の高さ凡そ臍に一致す。分娩の際之を介助するは産婆の職なるも、看護婦及び看護者の補佐を要すること多し。而して分娩の取扱に際し、最も注意すべきは、消毒及び清潔法とす。即ち産婦の身體及び着衣の清潔なるべきは勿論、特に陰部に直接すべき肌衣、腰巻、小蒲團、繙帶材料、器具器械、介助者の手指等は總て消毒するを要す。

各期の看護法を擧ぐれば概ね左の如し。

一、開口期。

先づ便通と排尿に注意し、要すれば浣腸を施すべし。然れども道尿は止むを得ざるにあらざれば、之を行ふべからず。之が爲絶えず膀胱部に輕き押法を施すを良しとす。

陣痛弱き間は、産婦を安坐せしめ、又適宜室内の歩行上圍を許すべく、腔より血液粘液を漏し、又は破水せる時は、安靜に横臥せしめ、時々子宮收縮の様を檢すべし。又食餌は成るべく消化し易きものを少量づゝ與へ、入浴は分娩の初に許すことあるも、坐浴は之を禁せざるべからず。

二、娩出期。

陣痛強く且頻發するに至り、産婦漸く興奮して、不安の状態となる。故に看護者は之を慰撫し、分娩の進行に注意すべし。尙此の時期に於て尿の滯溜するは有害なるを以て、排尿に注意すべし、又往々腹壓を加ふることあるも、強て之を禁するに及ばず、胎兒心音、陣痛の強弱、體溫脈搏其の他一般状態の監視を怠らず、兒頭露はれんとするに至らば、聲を發せしめ、以て腹壓を禁すべし、此の際産婆は注意して、會陰保護法を行ふものとす。

三、後産期。

胎兒娩出したる時は、續て多量の羊水と少量の血液を出すものとす。

此の際多量の出血なきや、子宮收縮佳良なりや、否やに注意すべし。

産婦一時安靜となり、且惡寒を感じ易きを以て温保すべし。而して少時にして、後産期の陣痛起れば腹壓を加へ、娩出を容易ならしむべし。若し其の娩出に長く時間を要するも、決して臍帯を引き、又は粗暴に子宮を壓迫すべからず。

後産娩出せば外陰部を消毒し、滅菌せる綿又は綿紗を貼し、丁字帯を施して、産婦を安眠せしむべし。但其の後數時間は、屢々子宮收縮の状態及び出血の有無、並體温脈搏を検すべし。

第八 分娩時の異状と其の看護

正規分娩に於ては、兒頭の後頭部先進して分娩せらるゝものなるも、稀に前頭部、頤部前額の前進することあり。又兒頭先進せずして、骨盤端の

先進することあり。尙胎兒の軸は、子宮の軸と一致せずして、分娩に臨むことあり。此等の異常は總て胎兒及び母體に危害を及ぼすものにして、人工分娩を要すること多く、從て産後疾病に罹り易きに至る。

陣痛の過度に強烈なることあり、又甚だ弱く、稀には痙攣性なることあり。何れも産婦の苦痛を増し、分娩に障礙を來す。殊に狹窄骨盤、羊水過多症及び双胎の際は、此等の異常を起し易し、又後に弛緩性出血の恐るべきものを招くことあり。

子癇は分娩中、稀には妊娠中、又は産褥中に起る、産婦の痙攣にして、通常突然に起り、時として頭痛眩暈等の前兆あることあり。而して痙攣は顔面部圍に始まりて全身に及び、顔面紫紅色を呈し、項部強直、牙關緊急を起し、口角に泡を出し、眼は上方を凝視し、呼吸停止して知覺を失ひ、人事不省となる。此の際看護者は、速に全身押擦を施し以て、其の甚だしきに至ら

しめざるを要す。

少時にして痙攣止めは、産婦は熟睡し、高さ鼾聲又は喘鳴を發し、知覺は尙回復せず。而して此の如きは、一回にして止むこと稀にして、發作續て起り、或は昏睡の状態永く續くことありて、醒むるも發作中のことは、全く記憶せざるを常とす。殊に恐るべきは、産婦及び胎兒の往々一二回の發作に依り死亡することあり。又一二日後に死亡することあり。故に看護者は、此の發作又は其の前兆を認めたる時は、速に醫師に報ずると同時に、産婦の床上より轉出せざる如く保護し、綿紗塊等を齒列の間に挟みて、舌を嚙まざる様注意し、頭部より始めて敏活に全身押擦法を施し、之を救ふことに努力すべし。而して此等の押擦に就ては、各々其の部に詳かならしむべし。

分娩中又は陣痛開始前に胎盤剝離して、子宮内に多量の出血を來すこ

とあり。或は子宮口に近く附着せる胎盤が、子宮口開大と共に剝離せられ、強き出血を來すことあり。共に母兒の危険甚だしきを以て、速に醫師の處置を仰ぎ、應急法として滅菌せる綿又は綿紗を以て、強く腔を填塞し、子宮部に對し、稍々強き押法を施すべし。

分娩直後又は産褥初期にも、多量の出血を來し、往々褥婦の死を招く事あり、其原因は子宮頸管の裂傷及び子宮の收縮不良に依るもの多し。故に醫師に急報すると同時に、看護者は先づ腹壁上より子宮に觸れ、若し柔軟なれば、子宮底に押擦法を施して、其の收縮と止血とを促し、子宮の收縮佳良にして、尙出血ある時は、裂傷に因るものと考へ、消毒法を守りつゝ、滅菌せる綿又は綿紗を以て固く腔の填塞を施し、續て子宮押法を繼續して速に止血を爲すと同時に、裂傷を治療する事に努力すべし。若し皮膚の蒼白、手足冷却、眩暈脈搏細數等全身貧血の症狀ある時は、室内の氣流を

良くし、酒精飲料濃き茶又はコーヒー等を與へ、全身殊に頭部に對し、押擦法を熱心に行ふべし。渴に對しては、尙普通の飲料を多量に飲ましむるを可とす。而して此の際上下肢を高くし、或は幅廣き繃帶にて、其の末端を纏絡し、四肢の血液を多く、心臓に送る法を試むることあるも、身體の中心に向ふ輕擦法は、直接血液の輸送を速かならしむべきを以て、敢て此等の法を必要とすることなかるべし。

第九 褥婦の看護

分娩の終りたる時より、妊娠の爲に變化せる、生殖器及び全身の状態悉く回復するに要する、六週乃至八週日間を産褥と云ひ、産褥中にあるものを褥婦と云ふ。

褥婦は病に罹り易く、且重症に陥り易し。縱令病を起すことなきも、産褥中の不攝生は、其の回復を妨げ、生殖器の疾病を遺すこと少からず。

子宮は分娩後直に之に觸るれば、殆んど小なる兒頭大にして、其の底部は臍の高さ、或は其の稍々上方に在り、第二第三日より次第に下り、遂に耻骨縫際の上に至りて、之に觸ること能はざるを見る。而して分娩後二三日間は、子宮の收縮著しく、時々硬くなりて陣痛の如き痛あり、之を後陣痛と云ふ。此の際看護者は子宮部に對し、屢々輕き押擦法を施すべし。

子宮の内面は、後産の剝離せる創面を呈し、惡露ロキ即ち下りものを排泄す。惡露は最初二日間は、殆んど純粹の血液にして、膿粘液を混じて稍々粘り、第四日頃より、次第に薄くなり、血も減じて淡赤色となり、第九日頃より灰白色となる。而して惡露は其の色薄くなるに従ひ、其の量も亦減じ、第五週の頃全く止む、之と同時に子宮内面の創傷は、全く治癒せるものとす。

惡露は子宮腔内に於ては、毒性を有せずと雖、一旦腔内に下る時、此所に病芽あれば、傳染性の有毒物となり、産褥傳染病を誘起することあり。

分娩後褥婦は爽快を感じ、疲勞の爲睡眠を催ふし、十二時間以内に於ては、三十八度以下の微熱を發することあり。然れども更に十二時間を經れば平温に復すべし、脈搏及び呼吸は、概して緩徐なるを常とし、大便は秘結し易く、又尿の量は増加す。而かも産後一二日間は、時として自ら排尿せざることあるを以て、念の爲膀胱部に對し、押法を施すを可とす。

褥婦は最初約八日間は、甚だ發汗し易く、皮膚常に濕ふ、隨て渴を覺ゆること多く、食慾は初め二三日間は減するも、其の後増進す、殊に授乳する褥婦に於て著しと爲す。

褥婦の身體は、極めて安靜ならしむるを要す。分娩後七日乃至十日は、主として仰臥せしむべし。子宮の收縮佳良にして、惡露も亦過多ならざる時は、左右交代に第三、四日頃より、時々側臥せしめ、第二週の初めより、床上に起坐せしめ、第十四日頃より徐に離褥せしめて可なり。起立早きに

過ぐる時は、子宮の回復を妨げ、生殖器病を發し、惡露も久しく續くのみならず、時としては恐るべき出血を起すことあり。

褥婦の看護には、消毒法を嚴守すべし。殊に外陰部は、惡露の爲汚染し易きを以て、一%のソゾール濕布にて拭ひ、消毒せる綿紗又は綿を貼し、丁字帶にて固定し、毎日數回交換し、下腹部に對し、輕き押法を施すべし。

褥婦は惡露の排泄及び發汗多量なる等の爲、身體不潔となり易きを以て、殊に其の清潔に注意し、襯衣は屢々交換し、又全身は湯にて拭ふべし。全身浴は、通常四週間の後に許すべきものなり。

褥婦の食物は、分娩後一、二日間は、牛乳、肉汁、鶏卵、粥汁等の流動性食物を與へ、第二、三日より次第に固形の食物と爲し、且滋養品を與ふべし、一週前後に至れば、常食に復せしむべし。

授乳は生兒の健康を保つに必要なのみならず、褥婦は之に依りて食

慾を増し、營養を良くし、且子宮の回復を促し、産褥の経過を良好ならしむるものとす。

乳房は妊娠中、漸次發育増大し、其の末期に之を壓すれば、水様の薄き汁を分泌す。而して分娩後二三日を経れば、著しく腫脹して、感覺鋭敏となり、次第に常乳を分泌するに至るべし。

乳は母體に劇しき感動ある時、其の分泌量を減じ、或は其の性質を變ず。病に依りては、其の病毒乳中に移り、又多くの藥物は服用後乳中に發現す。其他食物の成分も亦乳中に移り、屢々其の性質を變ずるものなり。故に藥物の如き妄りに服用せしむべからず。

褥婦は分娩後七、八時間を経て授乳を始めしむるも可なり、初め二三日間は、初乳を分泌し、其の量不十分なれども、乳房刺戟せられて分泌次第に増加し、普通量の分泌を始むるに至れば、時間を定めて授乳せしむべし。

即ち初は毎二時乃至三時間、後には三時乃至四時間とす。然れども乳兒の狀況に依りて斟酌すべし。又夜間は晝間よりも、其の回数を減すべし。而して一回の授乳時間は、概ね十五分乃至二十分とし、左右の乳房は、交互に啣ましむべきも、一回の授乳には、孰れか一側のみの乳を飲ましむべし。

授乳の前後には、乳嘴と小兒の口中とを、硼酸水に浸したる綿又は綿紗にて拭ふを要す。若し乳頭赤色となり爛れんとする時は、授乳後硼酸ワゼリン等を塗り、又時々乳頭に稍々強き押法を施すべし。

乳の分泌少き時は、牛乳其の他の滋養に富める飲料を與へ、且屢々哺乳せしめて、乳房を刺戟するを良しとし、分泌少き爲、授乳を廢するは宜しからず。此の際乳房に對する押擦法は、適切に分泌を促すの効あり。又乳の分泌多きに過ぎ、乳房張りて疼痛ある場合には、飲料を少くし、繃帯にて乳房を擧げ置くべし、妄りに搾り出すは、却て分泌を増さしむるを以て不

可なり。

褥婦の授乳を禁ずるは、脚氣、結核、精神病の如き病あるか、或は乳房に創傷あるか、又は虚弱にして營養不良なるか、若くは褥婦自ら病ありと感じたる時等なりとす。

第十 哺乳兒の看護

一 沐浴

哺乳兒は毎日沐浴せしむべし、其の浴温は攝氏三十九度乃至四十度とし、入浴時間は五分乃至七分間とす。

初生兒及び生後數個月間までの乳兒を沐浴せしむる方法は、概ね左の要領に依るべし。

一、初生兒は臍帶を結紮切斷したる後、オレーフ油卵白ワゼリン等を塗りて、其の胎脂を拭ひたる後、第一回の入浴を爲さしむ。

二、看護者は左の腕にて、乳兒の項部を支へ、兒の兩腕を左手に掴み、右手を以て兒の兩股を支へ、稍々左側臥の位置にて、臀部より靜に頸部以下を浴湯中に沈め、次で兒の右手を看護者の左手より離して、其の左腕下に固定し、左拇指にて乳兒の左耳殼を後方より前に押し、外耳孔を閉じ以て浴水の浸入を防ぐべし。

三、次で看護者は右手を以て、兒の顔、頭、頸、胸、腹の各部を洗ひ、次で兒を入浴時の體位にて回轉し、背部を洗ひ、更に舊位に復して上肢、下肢を洗ふ。顔面は成るべく別器に準備したる温湯を以て洗ふべく、殊に眼圍及び口内は、綿紗又は綿に清水若くは硼酸水を浸して拭ふべし。

四、入浴中浴水の温度降下するを以て、別に準備したる注湯ツクを浴槽の壁に沿ふて注加し、徐に攪拌して浴水を所要の温度に高め、兒を能く温めて浴槽より出し、温めたる大形のタオルに全身を包みて水分を拭ひ取り、

頸、臍、腋下、股間及び四肢關節の内面等糜爛し易き部に、亞鉛華澱粉を撒布して著衣せしむ。

初生兒の臍帶殘根は叮嚀に取扱ひ、綿紗にて水分を吸はしめ、臍帶を施すべし。臍帶脫落後も、其の部より出血するか、又は赤く腫脹すれば、醫師の手當を請ふべし。然れども此の際直に臍部に押法を施して、止血せしむると同時に、腫脹を治療するを要す。

乳兒入浴の際、タオル又は綿布を以て、兒の背部より、其の一端を以て、左

上肢に纏ひ、他端を以て右上肢を纏ふ時は、兩上肢の固定に便なり。乳兒に用ふる手拭は、綿紗を最良とし、又石鹼は加里石鹼若くは無刺戟性のものを可とす。若し濕疹等あらば、嚴に石鹼の使用を禁すべし。

二 授乳

乳兒は母乳を以て養ふを最も良しとし、授乳の回數は前に記載したる

所に據るべし。

母の疾病若くは乳量不足等に依りて、自ら乳兒を養ふ能はざる時は、乳母を撰ぶべし。其の撰擇に當りては、醫師の嚴密なる検査を必要とす。若し適當なる乳母を得ざる時は、人工營養を行ふの外なし。

人乳の代用品は牛乳を可とす、牛乳は新鮮にして一旦蒸汽熱を加へ、又は煮沸したるものならざるべからず、牛乳を得ざる場合には、煉乳を用ふるの己むを得ざるに至る。

煉乳牛乳は其の成分人乳と同じからず、故に之を薄め且牛乳には蔗糖、乳糖、滋養糖、或はマルツ汁、エキス等の一定量を加ふべし。

牛乳及び煉乳を薄むる割合概ね左の如し。

牛乳	水	煉乳	水
一	二	一	二〇—一六

三ヶ月乃至四ヶ月	一	一	一五—一三
五ヶ月乃至六ヶ月	二	一	一二—一〇
七ヶ月乃至八ヶ月	三	一	九—七
九ヶ月以後	一	〇	一六

要するに乳兒體重の増減及び健康状態の如何に依りて斟酌するを要す。而して薄めたる牛乳には、其の四乃至六%の割に糖を加ふべし。乳兒便秘する時は、マルツ汁エキスを用ひ、下痢の時はソツクスレット滋養糖を可とするも、此等の便秘及び下痢は、乳兒の腹部に對し押法を施して、之を免れしむることを得べし。

牛搾の一回量及一日の授乳回数概ね左の如し。

一回の量	一晝夜の回数
六〇瓦	八回

二ヶ月	九〇瓦	八回
三ヶ月	一二〇瓦	七回
四ヶ月	一三五瓦	七回
五ヶ月	一五〇瓦	六回
六ヶ月	一八〇瓦	六回

七ヶ月以後は漸次増加し、十ヶ月に至れば一回量を二〇〇瓦とす。但十一ヶ月以後と雖、一回量二〇〇瓦を越ゆべからず。

乳兒は體質に依り、十ヶ月前後より體重の増加率順に衰ふることあり。此の時に當り、牛乳に重湯オキユの少量を加へ、或は一晝夜に一二回は、牛乳の代りに重湯のみを與ふる時は、含水炭素補給の爲、大に營養状態を佳良ならしむることを得べし。但夏季に於ては、腐敗し易きを以て注意を要す。

母乳は滿一ヶ年に達すれば、之を斷つものなれども、夏期は離乳に適せ

ざるを以て、暫く延期するを可とす。而して離乳の前後より、薄き粥、牛乳に浸したるパン、煮て磨りたる馬鈴薯湯に溶したるビスケット、野菜スープ、菓實汁等の少量を與ふるを可とす。然れども發育の狀況及び排便の性質等には、常に注意するを肝要とす。

牛乳を消毒するには、ソックスレットの装置を用ゆるを便とす。此の装置は薄めたる牛乳の一日量を六乃至十瓶に分ち、各ゴム製の栓にて密閉せるものなり。而して之れを微温湯の入りたる器中に入れて熱を加へ、湯の沸騰したる後五分間、夏季は十分間にして火を遠け、器の蓋を開き暫時放冷したる後、瓶架を取り出して、冷所に貯ふべし。然る時は栓は、強く瓶口に吸ひ着けられて瓶を密閉す。若し高熱の乳瓶を直に冷所に移せば、瓶の破裂を來す恐あり。又煮沸久しきに過ぐれば、乳の成分殊に蛋白質の變化を起し、消化不良となるべし。又前の如くして貯へたる乳は、

之を用ゆるに臨み、先づ温湯に入れて適度に加温し、栓を除きゴム製の吸口を瓶口に被せ之を與ふべし。

瓶は使用後直に曹達水、若くは石鹼水を以て洗ひ、更に數回温湯を以て清洗すべし。

三 保育上の注意

成熟兒は皮膚淡紅色にして、ウブ毛を有し、皮下脂肪富み皺襞なく、頭部大にして頭髮約三糎に延び、爪は指端より稍々長くして、分娩直後胎便を漏し、活潑に四肢を動かし、大聲を發して啼くものとす。

成熟兒の體重は約八百匁あり、女兒は男兒より稍々輕し、分娩後數日間は體重稍々減するも、數日にして恢復し、一ヶ月後には分娩時の約三分の一を増し、其の後早きは三ヶ月、遅きは六ヶ月にして分娩時の約二倍、一年の終には約三倍となるべく、脈搏は滿一歲迄は、一分間に百二十乃至百五

十を算し、呼吸は二十五乃至三十五なりとす。

乳齒中下顎内門齒二個は、生後六ヶ月乃至八ヶ月にして生じ、生後八ヶ月乃至十二ヶ月にして上顎内門齒二個を生じ、次で幾もなく上顎の外門齒二個を生ず、其の他の乳齒は、満二歳若くは二歳半までに、逐次發生す。

乳兒は身體軟弱にして、抵抗力少く、種々の疾病に罹り易し。故に保育には深厚の注意を要し、其の看護も亦特別の取扱を要すること多し。

乳兒は成るべく母と共に臥せしめざるを可とす。是れ乳兒を抱きて臥する時は、睡眠中に窒息せしむることあればなり。

健康なる乳兒の啼くは、空腹時又は兩便の爲に身體汚濕したる時なり。故に啼く時汚濕あれば之を清め、時來れば乳を與ふべし。必らずしも毎回抱き起すを要せず。但衣服等に異狀なきや、蚤等の刺螫を受けざるや、其の他病徴なきや等に注意すべし。時々啼くは害なしと雖、啼泣の狀況

異常なる時、殊に滿腹の時に於ては、疾病の徴と認むべきものとす。

四 幼兒疾病の豫防法

幼兒には諸種の傳染病あるを以て、極力之が豫防に注意せざるべからず、今其の大要を左に記載せん。

臍の化膿性傳染は、臍の傷に對して適當の處置を爲さざりし結果にして、往々破傷風を誘發することあり。然れども臍の化膿は適當なる注意、乃ち必要の消毒清潔を怠らざることによりて、之を豫防することを得、該部の傷に對しては、丁寧なる押擦を施し、速に之を治癒せしむることを力むべし。

膿漏眼の豫防も亦頗る肝要なり、故に母體に淋毒性の病ある疑ある時は、直に醫師に囑して點眼を行はざるべからず。

哺乳兒の傳染性疾患は、多く上部氣道若くは口腔膜より侵入するもの

とす。例之鼻加答兒、氣管支加答兒、流行性感胃の如き、皆然らざるはなし。此等は氣候の影響なきにあらざるも、概して罹患者より感染する場合多し。故に氣候の變化に應じて、幼兒の保護に注意すべきは勿論、罹病者は之を遠ざけ、近接せしめざるを要す。

其の他急性發疹病、實扶的里、百日咳等は、咳嗽、噴嚏、談笑等の間に、病原を含む分泌物の細片飛散して傳染し、諸種の器物、書籍、玩具、衣服等に依て媒介せらるゝことあり。而して大人は免疫性を有して感染することなきも、病原の傳播者となること尠からず。然れども罹病幼兒より直接感染すること最も多きが故に、豫防上特に注意せざるべからず。

幼兒は汚れたる玩具、手指等を甜めること多きが故に、乳母若くは下婢より種々の疾を受くること多く、結核梅毒の如きは最も恐るべし。故に幼兒に近接して之を扱ふ者は、一應身體の検査を行ふの必要あり。

幼兒は漸次其の皮膚を強健ならしめ以て、其の抵抗力を増し、病氣を未然に防ぐの用意あるを必要とす。故に日光に浴せしめ、新鮮なる空氣を十分に呼吸せしむることを怠るべからず。之が爲晴温の日は、戶外に出して外氣と日光とに親しましめ、衣服は寒温に應じて適當ならしめ、且常に輕からしむることに注意し、皮膚の強健を利するを要す。

第十一 初生兒の疾病と其の治療看護

一 假死

假死とは呼吸全く止まるか、又は其の呼吸の極めて微弱なる状態に在るを云ふ。即ち心臟の働き多少沈衰するも、決して絶止したるものにあらず、是れ生理的機能の障害より來れるものにして、分娩前に起るものど、分娩後に起るものどあり。其の分娩前に起るものは、母體の循環器若くは呼吸器に障害あるか、又は子宮に異狀あるか、若くは胎盤の障害、臍帶の

壓迫等を主なる原因とす。

又分娩後に發するものは、所謂胎外假死にして、分娩時に腦の壓迫を受けて腦出血を來すか、若くは他の疾患より起るものとす。其の他生力の薄弱、肺の擴張不完全、又は肺臟若くは心臓の畸形等に基くことあり。

假死には輕症重症の別ありて、輕症は青色假死と稱し、口唇舌其の他の皮膚青色を帶び、重症は白色假死と稱し、全身の皮膚蠟白色を呈するものとす。

假死の治療は、氣道を疏通せしめ、沈衰せる呼吸及び心臓機能を興奮衝動せしむるを主とす。故に輕症假死に於ては、胎兒生れるや、直に臍帶を切り離し、口腔内の粘液羊水等を能く拭ひたる後、之を其の寢床に移し、先づ押擦法を氣管胸部、心臓部に施し、然る後全身に亘り押擦法を施すべし。醫治の法に於ては、冷温兩浴に依る。即ち口腔の粘液羊水等を拭ひた

る後、攝氏五十度の温湯に一瞬間浴せしめ、或は此の温浴中胸部に冷水を灌く、若し此の入浴のみを以て効なき時は、攝氏十九度の冷浴を爲さしめ、次で攝氏三十八度の温浴を爲さしむ、何れも數秒時にして之を寢床に移し、フランネルを以て全身摩擦を行ふ。

右の兩法中何れに依るも、小兒の深呼吸を爲すか、又は泣聲を發する迄反復すべきものとす。而して生氣療法は單簡にして、奏功的確迅速なるの利あるも、兩法を併用するは毫も妨げなし。

重症假死の場合には、直に人工呼吸法を行ふの外道なし、之が爲人工呼吸即ち腹部の壓迫と同時に、胸部心臓部に對する押擦法を熱心に施行すべし。

二 肺擴張不全

此の疾は小兒の肺臟生後尙胎生時と同じく、吸氣の際に於ても、離開せ

ざる状態に在るものにして、呼吸の力微弱にして肺の全部を擴張する力なきか、或は氣管内に異物を吸ひ込みたるに因る。而かも此等は早産及び異狀分娩に基くこと多し。

小兒之が爲啼き聲を擧ぐる力を失するか、又は極めて微かに呻吟するが如くにして、其の皮膚は蒼白色を呈す。

此の疾に對しては、室内に新鮮の空氣を送り、室内の温度は平均攝氏二十度乃至二十三度を保たしめ、患兒は屢々其の位置を變じ、或は抱き上げて室内を徘徊し、又全身殊に胸部全體に押擦法を施し、尙湯婆を入れて温め、哺乳は極めて少量づゝ屢々するを良しとす。

三 紅 班

出産後第二日に及び、皮膚一面に紅色、或は暗紅色を呈し、時として輕き腫れを來すことありて、其の原因種々あり。即ち出産の際に受けたる摩

擦、子宮の壓迫急に止みたる爲の皮膚の血管擴張、母體內より急に體外の冷氣に接したる爲、肺呼吸の始まると共に、動脈系の血壓亢進を來し、之に伴ふて皮膚血管内の血壓を増加すること、筋肉動作の不充分なる爲、心臟に向つてする、血液の還流不完全なる等は、其主なるものとす。

此の疾は不安及び發熱等を伴ふも、恐るべき障害を來すこと稀にして、其の経過は一二日乃至十日、時として二週間に亘ることあり。唯注意すべきは、黃疸の併發することとす。而して輕症の場合には、其の儘となし置くも全癒するも、皮膚を潤し、或は摩擦するは、成るべく之を避けざるべからず、隨て單に押法を施すべし、又外用藥を用ゆるも可なり。

四 先天性生力沈衰

先天的に發育不完全のもの、即ち早産の如きは、其の適例にして、母體の疾病若くは胎兒の疾病等に基く。但生活状態の不良、妊娠中の勞働、慢性

酒精中毒、肺結核、梅毒、胎盤呼吸の早く絶止する等は、大に本病を助成するものとす。

此の病に罹れる小兒は、體重極めて軽く、身長も亦随つて短小にして、呼吸淺く且不正體温著しく低く、脈搏の如きは極めて微弱にして觸知し難く、皮膚は一面に皴に富み、細やかなる嫩毛を以て被はるゝを常とす。又其の啼く聲に力なく、時としては哺乳の力なきことありて、屢々口内に嚙口瘡の繁殖を見ることあり。

本病の死亡率は、六〇乃至八〇%にして、最も危険なるは生後二週以内とす。適當の處置を施すに拘らず、體温攝氏三十五度を越えざるものは多くは不良なり。要するに體熱を作る機能甚だ微弱にして、身體冷却し易きが故に、温法を最も必要とす。隨て出産後の温浴も、普通より高温なるを良しとし、攝氏三十九度前後を適當とすべし。又既に冷却したるも

のは、速に三十九度より四十四、五度の熱浴を爲さしむるを良しとす。

營養には爲し得る限り、人乳を用ふるを要し、若し哺乳の力なき時は、乳を絞り匙等を以て與ふべし。然れども全く哺乳の力なき場合には、カテーテルを以て、乳汁を胃中に送らざるべからず。而して哺乳の回數は初め一日十乃至十二回とし、漸次發育して哺乳量増加するに至れば、次第に其の回數を減少すべし。

本病に罹れる小兒の體温を高め、内臟諸機能の働を盛んならしめ、以て其の發育を促すには、絶えず輕き押擦法を勵行するを最も良しとす。故に全身押擦と同時に、内臟器官に對する押擦法を反復すべし。

五 頭血腫

頭血腫は出生の時、子宮口に壓迫せらるゝ部位に生ず、子宮の病的收縮等其の因を爲し、分娩の際頭蓋、殊に先きに出でたる部分が、壓迫せられて

頭皮の鬱血を來す等も、本病に大なる關係を有し、胡桃大時としては林檎大の波狀の腫物、多くは右稀に左及び、左右兩側の顛頂骨に現はる。而して初めて現はるゝは産後二三日にして、第六、七日頃まで漸次増大し、二週乃至四週間後に至り縮小し始め、全癒するに二乃至四箇月を要す。其の豫後は極めて佳良なるも、頭内血腫等を併發するの危険を伴ふ。

本病は外來の刺戟を避け、其の儘放置する時は、自然に平癒するに至るべきも、化膿の疑ある時は、穿刺して膿汁を出すか、或は切開して防腐繃帶を施す等、相當の處置を取らざるべからず。然れども生氣感應及び輕き押擦法を施す時は、化膿の患なく、且其の治癒を速かならしむることを得べし。

六 腦出血

腦出血は主として出産時の外傷に基くものにして、助産婦、産科醫等の

助を借りて、生れたる初生兒に多し。而して初めは假死の状態を爲し、呼吸淺く脈搏遅く、漸次昏睡状態に陥るべく、其の豫後は極めて疑はしく、數日中に病勢减退を來すことあるも、尙痲痺、白痴、癲癇等を起す恐あるを以て、決して安心すべきものにあらず。

腦出血は腦溢血と同じく、頭部全體に對し押法を施すと同時に、全身に押擦法を行ふべし。而して胸部殊に心臟に輕き押法を施し、其の働を活潑ならしめ、且呼吸運動を盛ならしむべし。而して頭部に對する熱心なる押法は、腦出血を止め、損傷を治し、血管を強壯ならしむるのみならず、全身の押擦と併せ行ひて、痲痺、白痴、癲癇等の患なからしむることを得べし。押擦は總て輕く靜かに和らかに行ひ、漸次に其の効を收むることに留意するを要す。

七 胸鎖乳頭筋血腫

胸鎖乳頭筋は、頭部の筋肉に屬し、其の一方收縮すれば、反對の方に頭を廻はし、兩方同時に收縮すれば、頭部を前方に曲げる作用を爲すものにして、同筋の血腫は分娩の際、該部に起る外傷より來る。而して多くは分娩後、一週乃至五週間位に、疼痛ある鳩卵大の圓形、若くは紡錘形の腫瘤を現はし、患兒は之が爲斜頭を起すことあり。

本病は多く自然に平癒するも、後頭部及び頸部に對し、押擦法を施し、腫瘤既に現はるれば、之に對し、數指頭若くは手掌押法を施し、頭及び頸部に對する押擦法を併せ行ふべし。然る時は後日斜頭に對し、外科施術を行ふの煩なく、同時に之を全治せしむることを得べし。

八 顔面神經痙攣

本病は分娩時の外傷を主因とするものにして、殊に鉗子を使用して生れたる初生兒に多し。又時として骨盤の壓迫より起ることあり。

顔面神經に痙攣を起すを以て、啼泣の際其の口一方に牽引せられ、或は痙攣側の眼瞼廣がりて、閉づるに困難なることあり。

豫後は一般に佳良にして、通常數日乃至數週にして治癒す。而して持續性の痙攣は、極めて稀なるも、時に之れあるを以て注意すべし。

本病を治療するには、單に顔面に對する押法を以て足れりとす。然れども或は其の一部に疼痛ある時は、必らず激しく啼泣すべきを以て、此の場合には、直に其の部の押法を中止し、指頭若くは手掌感應法に依り治療するを要す。

輕易の痙攣は、之を察知すること容易ならず、故に治癒せりと信ずるに至るも、時々顔面に對し、押擦法を施すを良しとす。

九 臍の疾患

(一) 臍出血

臍出血は臍の緒の結び方不完全なる爲か、臍血管の外傷に因るか、或は肺呼吸の不完全等より來るものにして、其の豫後は極めて佳良にして、危険に陥るの憂なきものとす。斯の如き場合に於ては、新に防腐的結紮を行ひ、繃帶を施し、其の上より押法を行ひ、速に止血乾涸せしむることに注意すべし。然れども特發性の出血は甚だ危険なり。即ち原因の證すべきものなく、臍帶脱落期の前後に於て、臍部より徐々に出血し、止血法に依るも、一時止まるに過ぎずして再び更に出血し、黄疸腸胃出血、皮膚溢血、浮腫等を併發し、終に貧血に陥り、危険の状態に至るものとす。故に此の際に於ける押法は、特に有効なるものにして、的確に止血の効を收め、其の部血管を強健ならしむ。隨て併發の憂なからしむる爲、併せて全身押擦を行ひ、危険を豫防するを良しとす。

(三) 臍息肉

臍帶脱落后、其の創傷の治癒遅延する時は、周圍の皮膚面より、海綿狀の茸に似たる、肉芽の突出を見るに至る、之を臍息肉と云ふ。其の色淡紅若くは暗紅色にして、粘液を分泌し、之に觸ると時は出血し易し。

從來之を治療するには、殺菌せる絹糸を以て結紮を行ひ、剪刀カサツリを以て之を切除し、或は硝酸銀棒を以て、反復腐蝕する方法を採れるも、生氣療法に於ては、創傷部の治癒を迅速ならしむることを得るが故に、全然本病の患なからしむ。然れども若し不注意の爲、息肉を生ずるに至れば、直に輕き指頭押法及び指頭感應法に依り、之を治癒せしむることを得べし。而して初めは主として感應法に依りて、之に觸るとことなく、次第に縮小減退するに至り、押法を施すべし。

(三) 臍潰瘍

臍潰瘍は、臍の創傷より起るものにして、腫脹又は紅脹して、分泌液を増

し、發熱を伴ふ。此の際膿を分泌するものは、臍膿漏と云ひ、化膿面に、義膜の固着するものを、臍實扶的里と云ふ。要するに臍部に創傷を發見せば、速に押擦を施して、之が治癒を的確ならしむる時は、此の患なし。而して不幸化膿を見るが如きことあらば、直に押法を施し、速に之が根治を圖るべし。又熱の發するに當りては、背胸及び腹部に對し、押擦法を施すべし。

(四) 臍 炎

本病は臍帶脫落後、兩三日内に起るものにして、臍及び其周圍は浸潤して、紅く腫脹し、發熱して食慾不振を來し、呼吸及び運動を爲す毎に、疼痛を起すを常とす。其の全身症狀は不穩なりと雖、蔓延の度輕微にして、深く侵入せざる場合は、治癒すべきものとす。然れども其の深部若くは甚だしく周圍に傳播するものは、壞疽、腹膜炎、丹毒等を起す憂ありて、豫後極めて疑はしきを例とす。

本病は從來外科施術を爲すを要したるも、生氣療法に於ては、輕き押擦法に依り、能く之を治癒せしむることを得べし。而して此の際營養を良くし、利通を計るを肝要とするを以て、腹部胃部の押擦法を勵行し、併せて全身押擦を施し、以て全身の血行を促し、且諸器官の機能を旺盛ならしむるを要す。

(五) 臍ヘルニヤ

本病は種々の原因あるも、便秘の際過度にいきばるか、或は百日咳等に依り、烈しき咳嗽を續けるか、又は嘔吐等は其の誘因をなすものにして、哺乳兒は其の儘放置するも、自然に治癒すべし。然れども四、五歳に至りて尙存する時は、終生治癒せしむる能はざるに至るを以て、之を認むるや直に稍々強き押法と輕擦法とを施し、速に根治せしめざるべからず。

本病は概して生後第一箇月頃に發するもの多きを以て、臍の斑痕に注意し、臍部若し膨大するの疑ある時は、啼泣便秘等凡て腹部を壓迫する原因を避け、臍の創治療するも、尙數週間臍に繃帶を施し置くを良しとす。

十 メレナ

生兒此のメレナに罹る時は、口腔及び直腸より血性物質を排出するものにして、多く生後第三乃至五日に發し、強壯の如くなりし生兒は、俄に不安の状態となり、暗黒色を呈したる流動性、若くは凝固せる多量の血液を吐出し、遂に腦貧血を起して、甚だ危険に陥るものとす。而して其の吐血は二十四乃至三十六時間の後に至て止むか、又は初より出血なく、暗黒色の糞便のみを漏すに過ぎざるものは、數日にして快癒することあるも、動もすれば再發して死に至るを例とす。

本病の療法は臍帶を清潔にし、メレナ既に發現するに至れば、腹部就中

上腹部に押法を施し、出血止むまで熱心に反復すべし。而して不必要の體動を嚴禁して、匙を以て微温の母乳又は殺菌牛乳を與ふべし。

十一 黄疸

生後二、三日にして、皮膚に淡黄若くは著しき黄色を現はすは、即ち黄疸にして、脈搏、體温、食慾、睡眠等には、何等の障害を來さざるを常とす。而して約八日乃至二週日にして、漸次減退するに至るべきも、腹部に押擦法を行ひ、特に利通に注意し、且全身に對し押擦法を施し、強健の度を増すことに努力すべし。

十二 乳腺炎

初生兒の乳腺は、健康體に於ても稍々腫大し、恰も初乳の如き乳汁を分泌するものにして、若し之を壓搾し、或は之を捻り、又乳嘴の附近に微傷を生ずるが如きことあれば、續發傳染を起して、本病を招くに至る。而して

多くは生後一週日以内に發して、自然に消滅すべきも、往々膿瘍を起し、發熱又は全身障害を發することあり。故に妄に乳部の壓搾捻轉を禁ずべきは勿論、成るべく之を清潔にし、且つ繃帶を施して、細菌の侵入を豫防すべし。

十三 天疱瘡

本病は生後四日乃至九日の初生兒に現はるゝを常とし、其の水泡の大きさは、粟粒大、豌豆大、胡桃大若くは其の以上にして、水泡の周圍には紅暈を繞らし、終には潰瘍して漿液を出すものとす。而して最も多く發する部分には、顔面、胸部、背部、殊に腹部なりとす。時として四肢に生ずることあるも、足蹠及手掌に發するは極めて稀なり。

本病は一週半乃至三週間前後にして治癒すべきも、觸接傳染性を有する、流行性のものなるを以て、他の幼兒と隔離し、又哺育者は患兒に觸接し

たる毎に、十分消毒を行はざるべからず。而して其の治癒を速かならしめ、且其の蔓延を豫防する爲、全身就中患部に對し、手掌感應法を施すべし。

十四 牙關緊急及び破傷風

本病は一種の創傷傳染病にして、臍帶脫落後五六日に其の徵候を現はすものとす。患者之が爲初め不安となり、睡眠中屢々號泣して目を醒し、又口笛を吹くが如く尖口し、病勢進むに隨て全身の諸筋強直となり、痙攣を起すに至り、豫後は極めて危険なり。故に臍帶の處置に注意し、殊に臍の創其の他の創傷に際しては、其の消毒を嚴重にし、且押擦法を勵行して、速かに之を治癒せしむることに努力し、小兒の衣服器具等は、力めて清潔なるものを撰び、室内の清淨温度等の如きも、之を等閑に附することなく、絶えず注意し、全身押擦を併用して、諸筋の強直痙攣の發作を豫防し、痙攣起るに當りては、直に稍々強き押擦を行ひ、之を救治せざるべからず。

十五 膿漏眼

本病は屢々初生兒に發するものにして、結膜に劇しき化膿を起し、往々失明することあり。其の原因は主として分娩に際し、産道に存在したる淋毒菌の眼内に入るか、若くは顔面布片等に附着したる淋毒菌の、出産後に眼内に入るに在り。而して通常生後三日乃至五日に於て發現し、稀に生後十二時乃至二十四時間にして現はるゝことあるのみならず、或は一週後母若くは看護者の不潔なる手より傳染することあり。

發病の初は眼脂増加して、黄色又は肉汁様の分泌物現はれ、眼瞼赤く膨れ、一、二日にして極點に達し、黄赤色を呈する膿汁を分泌するに至る。而して患兒稍々長じたるものに在りては、豫後稍々佳良なるも、早産兒、發育不完全若くは衰弱せる初生兒に在りては、甚だ不良なるを常とす。故に出産後直に二%の硝酸銀水の點眼を行ひ、且指頭感應法に依り、消毒を完

全ならしむると同時に、結膜の強健を促すべし。然る時は十分に豫防の目的を達することを得べし。

第十二 頻死者の看護及び死後の處置

患者の死に迫りたる状態は、看護者の熟知せざるべからざる所なりとす。即ち呼吸緩徐困難となり、鼻翼動き喘鳴を帯ぶるに至り、脈搏は頻數細小となり、面色蒼白、唇青く顔貌變じ、鼻光鋭く眼球陷没し、下瞼及び下顎垂れ、顔に冷汗を流し、往々兩便失禁し、手足の運動に力なく、四肢冷却して指趾端青赤色を呈す。而して呼吸は益々淺く、角膜反應は消失し、遂に下顎呼吸を爲しつゝ絶息し、瞳孔は死と同時に散大す。此の頻死の状態は、短時間なるあり、或は稍々長きことあり。

斯の如き場合には、醫師に急報して應急の手當を爲すを必要とし、未だ必らずしも絶望すべきにあらず、隨て最後の注射に依り蘇生せるもの之

れあるのみならず、醫師の絶望せる場合に於て、生氣救急の奏功せることも少しとせざるを以て、所謂最善を盡して天命を待つの時なりとす。

頻死者ある時は周圍の者、殊に看護者は能く沈着して、處置を敏活ならしむると同時に、靜肅を保ち、時々水を與へ、新らしき空氣を送り、汗を拭ひ四肢を温め、蠅蚊を逐ひ十分に最後迄看護し、愈々望なきに至るや、安らかに瞑せしむることに努力すべし。

天命盡きて患者終に死するや、布にて顔を被ひ、不用の衾等を除き、枕邊を片付くべし。

死後強直の發せざる前に、身體の位置を正し、眼開き居る時は指にて閉ぢ、暫く壓して指を放ち、口開き居る時は下顎を支へ、己むことを得ざれば顎に布を掛けて結ぶべし。

傳染病者死したる時は、其の被服に消毒液を撒布し、消毒液にて濡した

る布にて、顔手足若くは全身を包むべし。

第十三 吸入

吸入とは藥液を霧又は蒸氣となして吸ひ込み、呼吸器の諸病に、直接の効を致さしむるものを云ふ。

吸入藥には揮發性のものと、否らざるものとあり。揮發性のものは、其の二三滴を布片、手巾或は手掌に滴し、鼻口の前に保ちて吸入せしむべし。又不揮發性のものを吸入藥として用ふるには、多くは之を水に溶し、吸入器にて霧となし、患者の鼻口に向けて吸入せしむ。

吸入器は其の蒸氣罐に二分の一若くは三分の二に至るまで、水を盛りて沸騰せしめ、嘴管より藥液の吸ひ上げられて、霧となるや否やを試み、患者の被服及び臥褥の上に、防水性材料を被ひ、吸水器を適宜の所に置きて吸入せしむ。吸入藥若し硝酸銀水又はタンニン酸水の如きものなる時

は、皮膚に汚班を生ずることあるを以て、假面を被らしむべし。

吸入器は使用後、叮嚀に手入すべし、之が爲常水を噴霧せしむるを便とす。然る時は嘴管内に存する薬液を去り、乾燥に方り薬品の管口に固結して、之を閉すが如きことなし。或は嘴管を常水中にて洗ふも可なり、又吸入器の金屬部は、拭淨し硝子器は洗淨すべし。

温き蒸汽を吸入せしむるには、熱湯を盛りたる器を、患者の鼻口の前に保ちて吸入せしめ、又は漏斗を倒にしたるもの、或は厚紙を斜に巻きて喇叭形となしたるものを以て、此の器を蓋ひ、其の管端より出づる蒸汽を吸入せしむべし、吸入器を使用する際は、特に火氣に注意すべし。

第十四 灌腸及び注腸

灌腸には灌腸器を用ひ、注腸とは灌水器を用ひて、肛門より薬液を送入するを云ふ。

催下灌腸には、水或は之に少量の食鹽石鹼オレーフ油、蓖麻子油等を加へたるもの、若くはグリセリンを用ふ、共に通常微温なるを要するも、時として冷かなるものを用ふることあり。グリセリンを用ふる時は、グリセリン灌腸器を用ゆるを例とす。

止痢灌腸には、澱粉液、亞麻仁煎汁、燕麥煎汁等を用ふ、其の量は六〇乃至一〇〇を超ゆべからず、而して微温なるを要す。

滋養灌腸には、肉汁、卵黄、乳汁等を微温となして用ひ、之を行ふには豫め微温湯にて、直腸を洗滌するを要す。

注腸は多量の薬液を深く腸の上部に送るものにして、灌水器の導水管は長さ一米五十なるを要し、此の法は又灌腸及び洗腸に代用せらるべし。灌腸及び注腸液を温むる時は、其の温度攝氏三十五度を超ゆべからず、液中に手指を入れ冷かならず、熱からざるを適度とす。

灌腸及び注腸を爲すには、臥褥の上に防水性材料を敷き、患者を臥褥の縁に横臥せしめ、臀を少しく外に出し、明るき方に向けしむべし。又重症者は仰臥せる儘、兩脚を開き膝を曲げ、臀の下に差込便器を入れ、僅に肛門を高くし、看護者は一側に蹲り、左の拇指と示指とを以て臀を開き、右手に灌腸器或は灌水器を持ち、嘴を徐に肛門内に挿し入るべし、肛門の感覺鋭敏にして痙攣様に縮む時は、油を多く塗り置き嘴を廻しつゝ、徐に挿入すべし、嘴は斜に後上方に向ふを要す、而して嘴は肛門に入ること、約五乃至六糎にて足る。

灌腸器を用ひたる時は、ゴム球を壓し、或は弛め灌水器に在りては、他の介助者之を一米突許り高く捧げ、ゴム管を撮み、嘴の十分に入りたる時、ゴム管を放開せば、液は自から腸内に入り、捧ぐるごと愈々高ければ、入ること愈々速にして、〇、五乃至一リートルの液を入ること容易なり、但液を

入るとき、患者疼痛を訴ふれば、一時ゴム管を撮みて、液の流下を遮るべし、決して器を下ぐべからず。

灌腸及び注腸液は、成るべく長く腸内に留らしむべし。

第十五 各種罨法

一 冷罨法

冷罨法とは身體の一部を冷やして、炎症を防ぎ、又疼痛を去る等に普通用ふるものにして、冷水罨法と氷罨法とあり。

冷水罨法は布を水に浸し軽く絞りて、四層乃至八層に疊み、其の大きさを患部より、稍々大ならしめて貼す。

冷水罨法を行ふ時は、別に同じ大きさの布を、水に浸し置き、約五分時毎に取り換ふべし、水も亦時々取り換ふるを要す。要すれば水に食鹽礮砂硝石を加へ、或は氷片を混じて冷かならしむることを得。

氷罨法は氷を氷嚢に入れて貼じ、又は布を數層に疊みて、氷の上に置き、冷ゆるを俟つて貼じ、度々取り換ふべし、又頭には氷枕を用ゆることあり、氷を氷嚢に入るには、之を胡桃大に碎き、攪拌して氷の角を去り、嚢の半まで入れ、成るべく空氣を除き、口を緊むるを要す。之を貼するには、患部に乾きたる布を被ひ、其の上になすべし、又患部を壓すべからず。

氷罨の壓すること及び滑ることを防ぐには、嚢に紐を附し、氷嚢吊等に結びて垂るゝを可とす、氷嚢を三角巾に包みて、之を前額部に貼する時は、頭首を動かすも滑ることなきものとす。

氷罨法を長く用ゆる時は、凍傷を生ずることあるを以て注意すべし。

氷枕はゴム製の嚢にして、用法は氷嚢に準ず。

以上記する所は、從來醫界に行はるゝ方法なるも、之を根本の治療上より言ふ時は、一時の苦痛を姑息的に無感覺ならしめんとし、又炎症の如き

に對しても、單に一時的に其の蔓延増進を抑制せんとする姑息手段に過ぎずして、決して有益なるものにあらざるが如し。是に於て予は實驗の結果に依り、普通に冷罨法を施す如き場合に於ては、常に熱濕布を以て之を温め、之により神經を興奮活動せしむるの方法を採用す。之に就ては、温罨法の部に述ぶる所あらんも、疼痛は生氣療法の押法に依り、如何なるものも容易に之を治癒せしめ得べく、又發熱甚だしき場合に於ては、押療法を施し、發汗を患部に見るに至れば、冷水に浸して絞りたる布片を以て、汗を拭ふの方法を採用す。然る時は冷罨法に依る神經麻痺の害なくして、患者は爽快を感じるのみならず、熱も亦降下し、後に不快の感覺と不利とを遺すことなきの効あり。然れども冷罨法は、全然不用なるにあらずして、稀に之を用ゆることあり。例之身體局部の麻痺を治療するに當り、非常手段として冷却する場合の如き是なり。殊に精神病者の治療に於

て、脚部の痲痺を速に治癒せしむるのみならず、其の發作を沈靜せしむ如き場合には、最も有効なるを認む、是れ此の法の捨つべからざる所以なりとす。然れども予の用ふる法は、次の濕褌法に外ならずして、眞の冷褌法にあらず。

二 濕褌法

濕褌法は濕布を以て、身體の一部を被ひ、體温にて温まらしむるを云ふ。濕布は適當なる大きさの布を數層に疊み、室温の水或は藥液に浸し、液の滴らざる程度に絞りにて貼す。而して其の上を二三指幅大なる防水性材料にて被ひ、更に幅廣き布或は繃帶にて固定す。液部はチョッキの如くに製したるものにて、被包するを便とし、脚部の如きは、毛布にて包むべし、而して反熱の度を高からしむる爲、時として濕布に氷片を入るゝをよしとすることあり。

潰瘍或は口を開きたる創傷等ある時は、其の上に弱き消毒液に浸したる綿紗を被ひたる後、此の褌法を施すべし。

從來此の褌法は、長き時日間之を繼續して、毎日三四時間毎に取り換ふるを例とするも、予は之を持續せずして一時間乃至一時間半を限りとし、十分に拭ひたる後、乾きたる布にて包ましむる方法を採用す。是れ一たび神經興奮して、其の反働を起し、温まるに至れば、爾後一定の間は、神經の働き持續するを以て、敢て刺戟を繼續するの必要なく、寧ろ神經自由の活動に委するを有効なりとすればなり。故に普通一日一回重症者に對しては、之を二回乃至三回に止むるを異なりとす。

三 温褌法

温褌法とは身體の一部を温め、病勢を緩め、或は吸收を促し、或は化膿を進むる等に用ゆるものにして、濕性温褌法と乾性温褌法とあり。

濕性温罨法とは、温湯或は温き藥物の煎汁、若くは浸汁に綿紗或はフラスコ等々を浸し、適宜に絞りて貼するを云ふ。防水性材料にて其の上を被ひ以て、温を保ち兼て被服を汚さざらしむべし。

此の法は温度高きに過ぎざるを要す、是れ火傷を起す恐あればなり、故に手にて觸れ得るを度として、熱きを良しとす。

乾性温罨法は、温石湯婆等を布或は綿にて包みて用ゆるものなるも、知覺を失ひたる患者に、火傷せしめざる如く注意し、又纏は栓抜けて湯の漏れざるに注意すべし。

右の内温石及び湯婆は保温良好にして、其の冷却は敢て害を來すことなきも、濕性温罨法は逐次冷却するに従ひ、却て冷却の害を生ずるが故に、度々之を交換せざるべからず。然れども適度の温度を保つこと久しからざると、其の交換の適切なるを得るは、實際に於て困難なるに依り、予

は持續的方法を採らずして、一時的の方法を採用す。即ち十五分乃至二十分間、熱湯にて絞りたるタオルを當て、之に手を觸れて温の冷むるを感するや、直に更に熱湯を注ぎて絞り之を當て、數回此の法を反復して中止するに在り。然る時は冷却に依て生ずる害を避け、且適當なる温度に依り、効を收むるの利あればなり。

予の温罨法は、尙治療上に於て一層大なる目的を有す。即ち冷罨法に就て述べたる如く、神經を興奮、活動せしめて以て、病況を恢復せしめんとするにあるにより、既に活動を始むれば、一定の時間内は、其の活動持續するが故に、敢て其の刺戟を繼續する必要を認めざるなり。而して化膿吸收を催す如きは、押擦法を以て容易に目的を達することを得べし。

今試みに發熱に際し、頭部を冷却するとせよ、固より之に依りて一時の苦痛を免るべしと雖、之が爲神經痲痺を來すは當然にして、熱降下するも

頭腦重くして鈍感なるに反し、温湯を以て暖むる時は、血液の停滞を促動して、能く流通せしめ、之が爲熱容易に降下し、而かも温めたる後、頭腦は爽快にして、其の状況全く前の場合と異なるを實驗すべく、通常水枕氷嚢を用ひたる人は、頭重鈍感の來るは、既に己に經驗しある所なるべし。

第十六 沐浴

沐浴は其の温度に依りて左の區別あり。

- 一、冷浴 攝氏十乃至二十度
 - 二、半冷浴 同 三十度迄
 - 三、微温浴 同 四十度迄
 - 四、温浴 同 四十五度迄
 - 五、熱浴 同 四十五度以上
- 浴水には食鹽、石鹼、糠、芥子末及び草根、木皮の類を加ふことあり。然る

時は糠、芥子末、草根、木皮に在りては、之を囊に入れ、鍋にて煮て汁を取り、之を浴に加へ、其の囊も浴水中に入れ置くべし。

沐浴は之を全身浴、局部浴、灌水浴及び射浴に別つ。

全身浴は、患者自ら浴室に往きて、浴槽に入るを例とす。而して衰弱せる患者は、看護者扶けて、浴室に導き或は運搬し、靜に浴槽に入れ、入浴中其の身體を支ふべし。又重症者及び甚だしく衰弱したる者の爲には、浴盤を病室に運びて、入浴せしむることあり。

浴盤の湯水は、患者の肩に至るを度とす。

入浴時間は、冷浴熱浴は五分半、冷浴は八分、微温浴は十乃至十二分、温浴は十五分を超へざるを例とす。

入浴三十分以上なるを持續浴と云ふ。之を行ふには患者の頭首のみを出し、浴盤又は浴槽の上に毛布を被ひ、時々少許の熱湯を注ぐべし。但

此の際、火傷せしめざることに注意するを要す。

入浴中、患者若し眩暈し、嘔氣を催し、或は昏睡する時は、直に之れを出すべし。又衰弱せる患者には、入浴前或は入浴中、葡萄酒、茶等を與ふることあり。

入浴終らば、身體を拭ひ就褥せしめ、感冒を防ぐべし。

局部浴には半身浴、坐浴、臂浴、手浴、脚浴等ありて、半身浴は患者浴盤の中に坐して、湯の心窩或は臍に至るを度とす。又坐浴は、坐浴盤にて行ふものとす。

臂浴、手浴は前膊及び手に創傷或は疾病ある時、冷浴、温浴又は藥浴として施すものにして、手浴盤を用ふ。但手浴には普通の盥を用ふることを得べく、浴水に昇汞を加へたる時は、金屬製の浴盤、又は盥を用ふべからず。脚浴には脚浴盤若くは桶を用ゆ、此の際感冒に罹らざる様注意すべし。

灌水浴には水或は湯を用ひ、患者を空浴盤若くは微温湯を盛りたる半身浴盤、又は浴槽内に坐せしめ、其の傍に椅子若くは臺を置き、看護者は其の上に立ち、少しく高き所より、灌水器又は手桶を以て、患者の項、背、胸又は頭部に灌くものとす。隨て其の灌くべき部位、水勢の強弱、浴の時間は、醫師の指定に従はざるべからず。

射浴とは身體に水を線の如く、又は雨の如く灌くを云ふ。而して線浴には冷水を用ひ、雨浴には多少温めたる水を用ゆるものにして、前者は身體の一局部に、後者は全身に施すを例とす。之が爲特別の裝置を要するも、之を有せざる時は、如露、米澤式唧筒等を應用すべし。

其他蒸汽浴、熱氣浴あるも、特別の設備を要するものとす。

砂浴は全身浴、或は局所浴として用ひらる。即ち浴盤等に熱したる砂を盛りて行ふ、天然の温砂に浴することを得ば一層可なり。別府の海岸

に於ける砂浴の如きは、最良の天然砂浴なりとす。

全身砂浴の温度は、攝氏五十度を超ゆべからず。局所砂浴に於ては、之より稍々熱くすることを得。時間は三十分乃至一時間とし、浴後は身體を洗ひ、或は普通の全身浴を爲し、三十分乃至一時間毛布の類にて包み、發汗せしむべし。

沐浴の種類及び方法前記の如く、皆目的を有するものにして、妄りに之を行ふべきにあらず。故に醫師の指示に従ひ、浴法温度時間等を嚴守する要肝をとす。

第十七 消毒法

消毒とは傳染病患者の分泌物、排泄に含まれて體外に出づる、病芽及び患者に觸接する被服物品等に附着せる、病芽を滅却する方法にして、傳染病の蔓延を防ぐに、極めて必要なる事に屬す。而して病芽は、肉眼にては

見ることを得ざる、微細の生體なるを以て、周到なる注意を以て、消毒を行はざるべからず。

消毒の方法には、焼却、蒸汽消毒、煮沸消毒、藥物消毒の四種あり、以下逐次に就て記述せん。

一 焼却

焼却すべきものは、傳染病患者若くは死體に用ひたる被服便器、其の他器具等にして、甚だしく病毒に汚染し、消毒後再び使用に供する見込なきもの、傳染病患者の吐瀉物、其の他の排泄物及び塵埃等なり。

之を焼却するに當り、設備なき場合には、適宜の場所に出し、之に石油を注ぎて焼却すべし。但土中に穴を掘りて、其の中に於てするを良しとす。然る時は、焼却後、土を掩ひて之を埋むべし。

二 蒸汽消毒

蒸汽消毒は、汽罐の設備を有するものにして、通常病院若くは公設消毒所に依託して、之を行ふものにして、一時間以上百度以上の濕熱に觸れしむるものとす。

蒸汽消毒に適するものは、衣服、臥具、布片、硝子器、陶器、其他金屬製、若くは木製品等にして、汽熱に堪ふものとす。隨て革、毛皮、漆器、糊付品、膠付品、象牙、鼈甲の類は、蒸汽消毒を避くべし。

血液膿等にて汚れたるものは、消毒筒に納むる前に、石炭酸水にて濕すべし。

三 煮沸消毒

煮沸消毒は、消毒すべき物を、全部水中に浸し蓋を被ひ、沸騰後十五分以上煮沸すべし。煮沸水中に約一%の割合に、曹達を加ふることを得。

煮沸消毒に適するものと、適せざるものと、は、蒸汽消毒に於けると同じ。

四 藥物消毒

藥物消毒は、藥物を用ひて消毒するものにして、其の主なるものを逐次記述すべし。

一、石炭酸水は、防疫用石炭酸三分と、普通食鹽五分と、水九十二分即ち約三十三倍となしたるものにして、石炭酸水を製するには、定量の防疫用石炭酸及び普通食鹽に少量の水を加へて、攪拌又は振盪しつゝ、徐々に水を注ぎ、定量に至らしむべし、温湯を用ふれば、其の溶解殊に速かなりとす。石炭酸水は、各種物件の消毒に適す。但、使用の際毎回振盪し、左の點に注意すべし。

兩便、吐瀉物、其他排泄物には、同容量を加へ能く攪拌したる後、二時間以上放置すべし。

器具、室内等を消毒するには、擦拭又は撒布すべし。

衣類等を消毒するには、二時間以上浸漬すべし。

二、クレゾール水は、クレゾール石鹼液六分と、水九十四分とを混和したるものにして、各種物件の消毒に適し、其の用量及び應用は、石炭酸水に準ずべし。

三、昇汞水は約千倍、即ち昇汞一分、普通食鹽一分、水千分を混和したるものにして、之を製するには、定量の昇汞及び普通食鹽を定量の水に溶解するか、又は昇汞錠(昇汞〇・五瓦を含む)を一錠に付、水約五百瓦の割合にて溶解すべし。

昇汞水は猛毒なるも、無色無臭なるを以て、危険を招ぎ易し。故にエカレット又はゾイレフクシン、其の他適當の色素を加へて著色し、一見識別し易からしむるを要す。故に昇汞錠には著色しあり。而して金屬製の器に貯藏すべからず。

昇汞水は陶器、硝子器、木製器具、又は室内の消毒に適す。然れども飲食用具、玩具の消毒、飲料水に滲透すべき場所の消毒及び金屬製品、兩便、吐瀉物、其の他の排泄物の消毒に用ふべからず。

四、生石灰は、少量の水を灌げば熱を發し、崩壊するものにして、其の粉末となれるものを、生石灰末と云ふ。

生石灰は、之を用ふるに臨み、少量の水を加へて、生石灰末となすべし。而して吐瀉物、其の他の排泄物、溝渠等の消毒に加ふるものにして、少くも其の容量五十分の一を投用し、能く攪拌すべし。

五、石灰乳は、生石灰一分と、水九分とを混和せるものにして、生石灰に徐に定量の水を加へ、能く攪拌して之を製す。其の用量は吐瀉物、其の他の排泄物等の容量四分の一以上とす。但石灰乳は使用に臨みて之を製し、使用の際は毎回攪拌するを要す。

六、普通の石灰は、生石灰を得ること能はざる場合に限り、代用すべきものにして、其の量は生石灰の倍量なるを要す。

七、クロール石灰水は、クロール石灰五分と、水九十五分とを混和したるものにして、用ふるに臨みクロール石灰に、定量の水を徐に注ぎ振りて、能く混和すべし。

クロール石灰は、新に造りたるもの、又は密閉して貯へたるものなるを要し、クロール様の特異の臭氣を放ち、之に醋を用ふる時は、盛んにクロール瓦斯を生ずるものならざるべからず。

クロール石灰水の應用及び用量は、石灰乳に同じ。

八、フォルムアルデヒドは、蒸気又は水溶液として使用する。

フォルマリン蒸気を作るには、フォルマリンを適當なる装置に入れ、水と共に蒸發若くは噴霧せしむ。而して此の消毒に適するは、氣密に閉鎖

し得る室、又は同様の消毒函に納めたる物にして、室壁、物品等其の表面の消毒を行へば可なる時、他の消毒を行ふこと能はざる貴重品、其の他の物件にして、其の内部に至るまで、消毒法を施すの必要なしと認めたるものとす。

室又は函の容積百立方尺に付、フォルマリン四十瓦以上を噴霧せしめ、七時間以上密閉し置くべし。

フォルマリン水は、フォルマリン一分と、水三十四分と混和したるものにして、家屋、什器及び衣類等の消毒に適す。其の用法は、石炭酸水に準ずべし。而して兩便、吐瀉物、其の他排泄物の消毒に用ふべからず。

九、加里石鹼又は綠石鹼は、同石鹼三分を熱湯百分に溶解したるものにして、使用の際は加熱するを要す。

此等の石鹼水は、不潔なる木製器具、戸障子、床面等の消毒に適す。

第十八 消毒の實施

一 病室

室の消毒及び清潔は、上より始め下に及ぼすべし。而して後窓を開き風を通し、日光を射入せしめ乾かすべし。又室はホルマリン蒸気にて消毒することあり。

木造の部は、石炭酸水、クレゾール水、或は昇汞水にて濕したる布にて拭ひ、消毒液を十分空隙に滲み込ませしむべし。而して一旦乾きたる後に於て、更に曹達水、或は加里石灰汁にて洗ふべし。尙土壁には、石炭酸水を注ぐべし。

石造の部は、石炭酸水、クレゾール水、或はホルマリン水にて、濕したる布にて拭ふべし。

油漆を施したる部は、クレゾール水、或は昇汞水にて、濕したる布にて拭

ふべし。

床板の上に傳染病者の排泄物ある時は、多量の生石灰末、或は木灰を撒き、布にて除き、其の部を更に石炭酸水、クレゾール水、或はホルマリン水にて、濕したる布にて拭ひ、其の布は焼却すべし。

塵埃は焼却し、又は昇汞水にて潤すべし。

二 寢臺、椅子、机類

寢臺、椅子、机類は、室を消毒するに先ちて消毒し、之を室外に移し置き、次に室の消毒を終りて運び入るべし。

此等の消毒には、石炭酸水、クレゾール水、或はホルマリン水にて、濕したる布を以て拭ふべし。但金屬製にあらざる部には、昇汞水を用ふることを得。

三 被服、寢具、窓掛類

被服、寢具、窓掛類は、石炭酸にて濕し、或は石炭酸水にて濕したる布にて包み、成るべく甕桶等に入れ密閉して、消毒所に送り、蒸汽熱若くは煮沸熱にて消毒すべし。但場合に依りクレゾール水、或は石炭酸水中に、六時間以上浸したる後洗ふことあり。

四 革製品

革製品はフォルマリン蒸汽にて消毒するを例とす。但石炭酸水、クレゾール水、或はフォルマリン水にて、濕したる布にて拭ふも可なり。而して其の布は焼却すべし。

五 飲食器

飲食器は、曹達水又は木灰汁に浸して煮沸し、又は蒸汽熱にて消毒したる後之を洗ふべし。

六 廉價品

廉價なる藁蒲團の藁、古綿、古布等は之を焼却すべし。

七 患者の排泄物

患者の排泄物は之を焼き、或はクレゾール水の同量以上を加へて掻き交せ、若くは石灰乳にて全面を厚く被ひ混和し、二時間以上放置したる後棄つべし。但尿の消毒には、昇汞水を用ふることを得、其の分量は浴水の消毒に準ず。

八 痰壺、便器及び尿器

痰壺、便器、尿器は、先づ其の内容物を消毒したる後、クレゾール水、石炭酸水、又は昇汞水にて洗ひ、次に熱湯にて洗ひ、尚冷水にて洗ふべし。

蒸汽熱及び煮沸熱に堪ふる痰壺は、此の消毒を蒸汽若くは煮沸に依り行ふべし。

九 便所

便所の漏斗等は、稀薄にしたる鹽酸にて洗ひ、次にクレゾール水、石炭酸水、或は昇汞水にて洗ふべし、其の他は病室に準ず。又石灰乳を塗り、二十四時間の後洗ふべし。

十 糞壺及び尿池

糞壺及尿池の消毒は、石灰乳なれば糞尿の容積の約四分の一、生石灰末なれば約五十分の一、クロール石灰水なれば、約四分の一を加へ掻き交せ用ゆべし。又傳染病者上圍する毎に、右の藥物を入れるべし。

十一 浴槽

傳染病者の入りたる浴槽の水には、濃厚なる昇汞水、或はクロール石灰を加へ、浴槽の水十分に付、昇汞は約一分以上、クロール石灰は、約十分以上を用ひ、二時間以上放置して後之を棄て、浴槽は昇汞水にて洗ひ、次に常水にて洗ふべし。

十二 汚水

汚水はクロール石灰、或は石灰乳にて消毒すべし。而してクロール石灰は、汚水に刺すが如きクロールの臭を放つまで加へ、石灰乳は汚水を赤色ラカムス紙を強く、且永く青變するまで加へ、二時間以上放置して後棄つべし。

十三 傳染病屍及び納棺

傳染病屍は、被服に石炭酸水、或は昇汞水を撒布し、石炭酸水或は昇汞水にて濕したる大布にて、顔面及び手足を包むべし。又石炭酸水若くは昇汞水にて、濕したる大布にて、全身を包むことあり。

傳染病屍を棺に納むるには、口鼻肛門等を綿にて栓塞し、猶石灰、木灰、葉灰、鋸屑其の他の吸収性物質を棺底に敷き、汁の棺外に漏るゝを防ぐべし。

十四 傳染病患者及び其の看護者