

——新課程標準世界中學教本——

初級中學學生用

龔 氏

初中衛生

第三冊

龔昂雲編著 洪式閭校訂

——世界書局印行——

目 次

第一章	醫學及公共衛生發達史·····	1
(1)	神權時代·····	1
(2)	科學時代·····	4
第二章	環境衛生·····	9
(1)	水·····	9
(2)	糞便及垃圾·····	18
(3)	下水道·····	22
(4)	住宅·····	25
(5)	飲食物之取締·····	28
(6)	蚊,蠅,蝨,鼠等之滅除·····	33
第三章	傳染病之預防·····	37
(1)	管理傳染病之手續·····	37
(2)	預防接種·····	42
(3)	舟車船舶之檢疫·····	45
第四章	婦孺衛生·····	49
(1)	孕產婦死亡之原因及預防·····	49
(2)	嬰兒死亡之原因及預防·····	53
(3)	學齡前兒童之保健·····	56

第五章	學校衛生	61
(1)	學校環境衛生	61
(2)	健康檢查及畸缺矯正	66
(3)	學校傳染病之預防	70
(4)	體育訓練	73
(5)	健康教育	77
第六章	勞工衛生	83
第七章	都市安全之設計	89
(1)	防災	89
(2)	交通	92
(3)	娛樂場所	94
第八章	成藥之害	97
第九章	我國國民健康現狀與健康 教育之需要及社會經濟之關係	101
第十章	公共衛生行政之組織	109
第十一章	簡易急救法	115
(1)	綑帶	115
(2)	流血及止血法	119
(3)	外傷	123
(4)	溺死,窒息,縊死及人工呼吸法	128
(5)	失神及中暑	132
(6)	中毒	134
(7)	尋常病症之救護	137

第一章 醫學及公共衛生發達史

(1) 神權時代

神權時代的醫學及衛生 古時草昧之世，無所謂醫學，亦不知有衛生。後來民智漸開，各種學術亦逐漸發達，然那時的人民，對於身體上的疾病，大都疎忽而不知注意，所以人類的生命，大概爲迷信及習慣所支配，因此遂歸結於宗教信仰之一途。這種情形，考之中外歷史，大都如是。如我國漢唐以後，佛教與道教盛行，所以那時雖未嘗無醫學上的名師與典籍，然其所根據的，都爲陰陽五行之說，不足爲科學上的探討。民間迷信鬼神，更不知衛生爲何事，甚麼衛生行政，當然也談不到了。外國在古代的情形，也正是如此。那時

學術思想都傾向於宗教方面，於是神祕迷信之習，遂得深入人心。作爲治療之主者，除祈禱咒詛外，其餘一概不知，所以醫學上也就毫無建設。這樣醫學學術的黑暗時代，經過極長。然入近世紀後，歐洲醫學上發生很大的變動，逐漸演進，遂成今日醫學衛生之盛。而我國則在此數千年間，仍墨守舊規，一成不變，醫學衛生就沒有建設可言了。

生物問題與醫學衛生的關係 古代的學術思想，既寄託於神祕迷信之中，所以各種學說就不免爲神權思想所支配。對於生物問題，尤覺五花八門，莫可究詰。最初以爲世界萬物皆由神所造，故頂禮膜拜，視爲神聖不可侵犯。嗣後思想轉變，有的以水爲本源，萬物由水化生，而復歸於水。有的以火爲本源，萬物由此轉變。亦有以地、水、火、風稱爲萬物之根，集合而成一物時謂之生，反之就叫死。萬物錯綜變

化,也就永存不滅,故於人體死後的結局,以爲靈魂輪迴,或化爲動物,或變成植物。此種主張全與佛家的主張暗合,實皆爲神權思想的結晶。生物問題既不能解決,則醫學衛生亦就難於進展了。自後思想轉變,學術漸興,然於生物問題,仍以自然發生爲思想中心,故從前歐洲有牡牛肉化蜜蜂,污泥產青蛙的傳說;而我國亦有腐草化爲螢及雀入大水爲蛤等流言。然此種生物無原的觀念,在歐洲到十六世紀而漸被打破。那時解剖學漸興,而生理學亦有顯著進步,於是疾病原因爲微生物所崇之說,亦即確定,醫學衛生也就從此確立堅牢不拔的基礎。故知生物問題爲思想轉變的最大樞紐,今日醫學衛生所以能達於鼎盛之域,實皆賴此,神權思想固可不攻自破了。

【提要】 1. 古代人類的生命,寄託於宗教信仰,無醫學衛生可言。

2. 生物問題打破神權思想,建設醫學衛生。

【問題】 1. 陰陽五行之說,何以不能爲醫學的根據? 2. 神權思想對於醫學衛生有何種影響? 3. 生物問題何以能打破神權思想?

(2) 科學時代

醫學的演進 在神權時代,世界上原無醫學可言,自後時代演進,各種科學逐漸發達,同時乃感於疫癘流行,無法防禦,於是知要保持生命,必須保持健康,要保持健康,必須防止病疫。但要防止病疫,必先明瞭病疫的性質,及其發生的原因,因此預防醫學遂得日趨進步。十九世紀以後,關於病原細菌之學,經巴斯德(公元1822-1895年)及科和(公元1843-1910年)等諸大師的研究與發明,遂得確立基礎,而預防醫學更能發揚光大。到了最近五十年間,對於增進健康與保持生命的方法,幾乎年有發明,所有疾病的玄奧,亦已大都明瞭。但是醫學的演進能這樣

迅速,實賴別種科學的發達而成。例如化學能解決空氣,飲食物,血液及排泄物等問題,物理學供給精巧的顯微鏡,X線,鐳錠及其他醫用電氣器械。細菌學研究病原細菌的種種問題。工程學解決淨水及穢水廢棄物等的處置方法等。此外如生理學,生物學以及人類社會諸科學,亦無不與醫學有密切的關係,分功合作,而醫學學術便得充分發達了。

科學醫術的優點 人體的構造是很複雜的,一有疾病,生理上就起複雜的變化,故無論診斷治療,都應有解剖和生理上的根據。譬如某部有病,可用解剖及化學的方法,考查其原因,同時用生理上的理論,證明其病理。近世醫學昌明,醫用的器械日新月盛,因此對於診斷和治療的方法亦愈臻完備。例如脈搏計可查脈搏的遲速和脈的性狀;血壓計可檢查血壓的強弱和血管的軟硬。即如身體內部不

易檢驗之病,亦可藉 X 線而一目了然。至於各種病原,則可用顯微鏡或化學分析的方法,自尿糞或痰液中檢出。這樣身體的狀況和疾病的病原,既用科學方法檢查確定之後,就可對症下藥,施以適當治療,而不致誤事了。

現代公共衛生的趨勢 自醫學學術發達以後,鑒於公共衛生足以影響於國家的盛衰強弱,各國政府遂皆努力為公共衛生的設施,不以保健與治療為滿足,而以積極的預防病疫為目標。現代國家的衛生政策,大都着眼於此,而公共衛生的事業,因此亦獲得顯著的進步。如屬於環境衛生的飲料供給,糞便及垃圾的處置,下水道的設備,及飲食物的取締等;屬於市鎮衛生的,如防災設備,街道交通的管理及娛樂場所的設立等。此外如學校衛生,工廠衛生以及醫師藥物的取締與孕婦嬰兒的保護等,都積極的推廣,以增

進國民一般的健康.同時對於傳染病的預防方法,如調查,隔離,消毒,預防接種及舟車檢疫等亦皆切實勵行,以防止疫癘的發生與傳佈.而在另一方面又努力於衛生教育的與衛生研究的擴充,以達衛生行政積極的目標.數十年來歐美各國皆努力爲之,由都市推行於鄉僻,故社會上極少不健康的國民,國族富強,率皆肇基於此.至於我國現狀,則不但醫學學術非常落後,而公共衛生的設施尤爲幼稚,以致國族衰微,殊堪浩嘆.惟醫學與公共衛生的發達,原非一朝一夕之功,果能切實勵行,則假以時日,成績必有可觀的.

【提要】 1.預防醫學因病原細菌學的發達而確立基礎,但其間實賴各種科學的合作.

2.科學醫術用科學方法確定其病原與病理,再施以對症的治療方法.

3.現代各國皆以預防病疫爲衛生行政的目標,故能致國族於富強之域.

【問題】 1.預防醫學的發達與別種科學有甚麼

關係？ 2.科學醫術有何種優點？ 3.公共衛生與國族盛衰有甚麼關係？

第二章 環境衛生

(1) 水

水和人生 水是自然界中最多的物質,在人體裏面約佔體重的70%,是即構成人體組織細胞的主要原素.其功用爲使組織柔軟,潤澤各部器官,溶解營養物質,以便由血液與淋巴輸送於組織間,同時把組織間的廢物排出體外,故在人體生活期內,必須隨時有水的供給.大概健康人每日所需水量約爲2500立方公分,故人體每日飲水不足適當分量,實非衛生之道.且水除體內需要外,舉凡沐浴,洗濯等種種清潔工作,亦皆無時可以缺水.物質文明愈盛,則水的用量亦愈多,水和人生的關係,真是非常密切的.

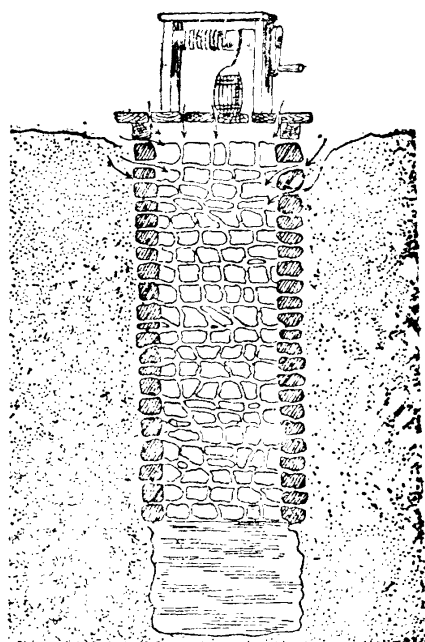
水的種類 依水的來源,可分雨水,地面水,地下水和自來水四類:

雨水——雨水是天然的蒸餾水,成分比較純潔.然因落下時必經很厚的氣層,因此雨水中不免吸收多量的氣體及塵埃雜質.氣體中以氮氣爲最多,氧氣,碳酸氣,氨氣等次之.塵埃雜質亦爲雨水中重要的含有物,是因雨點的原始,實包圍塵埃而成.惟雨水中細菌的含量甚微,故雨水用沙濾法濾過以後,即可爲很好的飲料.

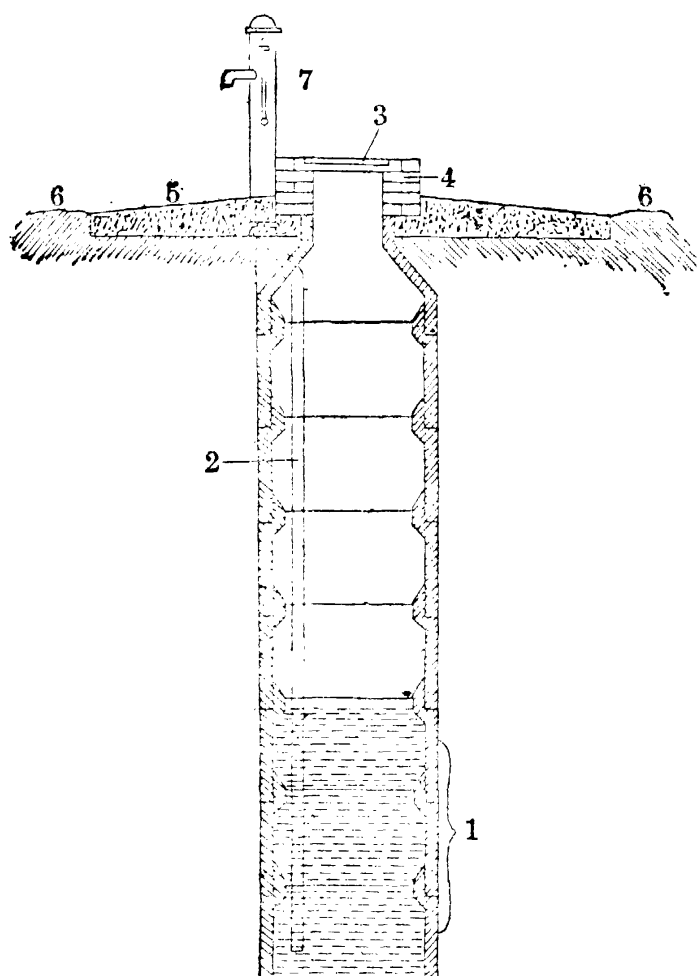
地面水——地面水包括江湖池沼的水而言,其水質依流域之情形而異.大概流經砂地或自砂地下流出的,水質較佳;流經沃壤或人口較密區域的水質大都混濁.所以江河之水,在下游的必較上游爲污濁,因此傷寒,霍亂及痢疾等的病原細菌,每自上游傳至下游,釀成疫症.此種事實,在歷史上已數見不鮮.至於湖沼之水,雖較江河之水爲佳,然因水少流動,故污

濁物質的含量不少,決不能視爲一種安全的飲料.我國民間缺乏衛生常識,不論江湖池沼之水,任意污染,每成爲疫癘之源.故要保持健康,用水必求清潔,日常飲料尤須先加消毒,再經砂濾,始覺安全.

地下水——地下水指泉水和井水而言.其水流大都經過砂地,已受天然的濾過作用,故有機物的含量甚少.但水的溶解力甚強,故泉水井水中所含的無機物特多,雖不適於家常應用,而以之用作飲料,固無不可.惟泉水井水的四周倘多污濁物質,或使用者不合衛生,則其危險性亦不亞於污水.我國各地井水較多,民間不知衛生,亦不知如何使井水保持清潔,每因井旁含有病菌,或種種



第一圖 井口無緊密裝置,爲井水不潔或染毒的普通原因



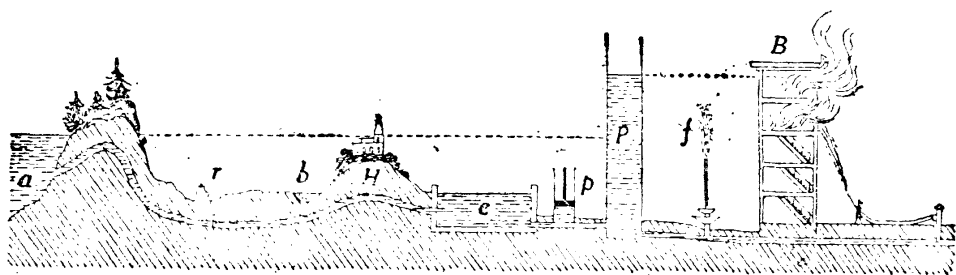
第二圖 自流井的合法構造

- 1 有孔水門汀板 2 水管 3 木或鐵蓋
 4 水門汀砌磚牆 5 混凝土 6 地面
 7 抽水機

不潔的物質滲入井水,以致釀成病疫。故鑿井應有適宜的裝置,而所汲之水,亦不可無保持清潔的設備。近世有所謂自流井的,井口遮蓋,水由抽水機抽起,清潔合用,可資取法。

自來水——

自來水即地面水經過澄清及濾過的水,為都市中供給用水的重要裝置。都市中的用戶衆多,除家用外,同時還須有救火的準備用量,故自來水的蓄水池必須有



第三圖 自來水

a 水源 b 溪流 H 山 c 蓄水池 p 壓水機 P 水塔
f 噴泉裝置 B 用自來水救火的情形

適當的容量.其普通的裝置,爲自水源抽水入池,經過澄清過濾以後,壓入水塔,再經密布全市的自來水管,分配用水於住戶.故自來水爲比較可靠之水,但經營自來水的人員,必須隨時注意水源,分析水質,施以適當的消毒手續,才能安全.

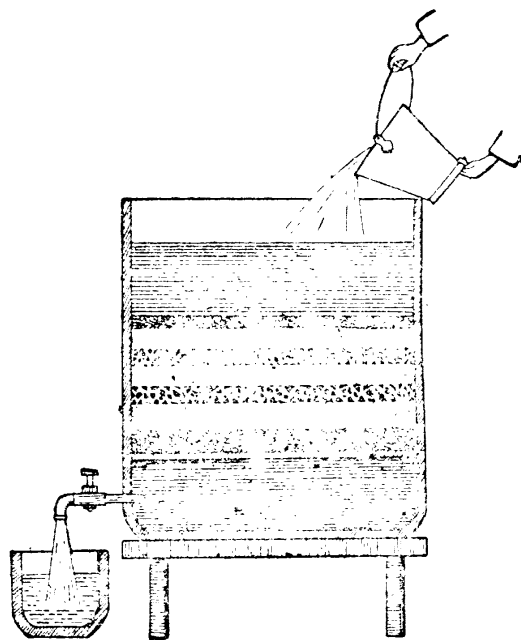
水與疾病 依水質分類,水可分純水,污水及有毒水三種.純水爲純潔明澈之水,有機物和細菌的含量極微,故爲最佳飲料.污水爲已污濁之水,中含動物性和植物性的物質較多;而有毒水則爲含有細菌及別種毒質之水,均不能用爲飲料.因爲人體多數疾病,凡自口腔侵入胃腸

的,概爲自不潔的飲料水得來,傷寒,霍亂及痢疾的流行,尤爲顯著.此種飲料水所以能成爲疾病原因,則與人體排泄物有直接關係.排泄物中含有病原細菌,混入水中,就成疾病的重要原因了.傳染病以外,因不適當的鉛質水管,而起鉛中毒的亦多,故雖有自來水的設備,亦當隨時檢查水質.總之,飲料之水,影響於人體健康至巨,我國各地除若干都市外,都無公衆給水的裝置,故潔水的方法,實亦爲民間不可不知的常識呢.

潔水法 飲料用水最安全的方法爲在飲前煮沸.然不潔之水,以之用爲飲料之前,總須先經潔治的手續.例如日光的曬射和空氣的吹動,可使地面水澄清,故歐美各國頗多建造蓄水池,利用日光和空氣,使池水中的細菌死滅,固體下沈,有機物多數氧化,是爲最簡單的自然方法.但蓄水池建築的費用較大,管理亦較困

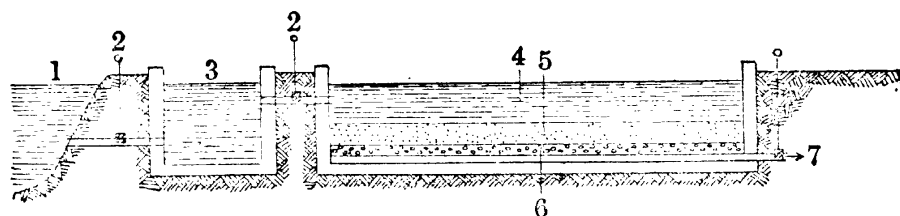
難,故普通可以適用的,大概爲砂濾法,蒸餾法及化學法三種:

砂濾法——砂濾法可分慢法和快法二種.慢法是使水經過鋪有細砂及石礫的濾器,細



第四圖 砂濾器

砂在上,石礫在下,互相層疊,則水中的有機物及其他雜質,均被抑留.此種裝置最爲簡單,成效亦極顯著.惟砂礫應時時更換,而水中含黏土較多的,不能適用.快法即機械的方法,先用明礬加入水中,使其有機物沈澱;再用機械壓水,使迅速經過

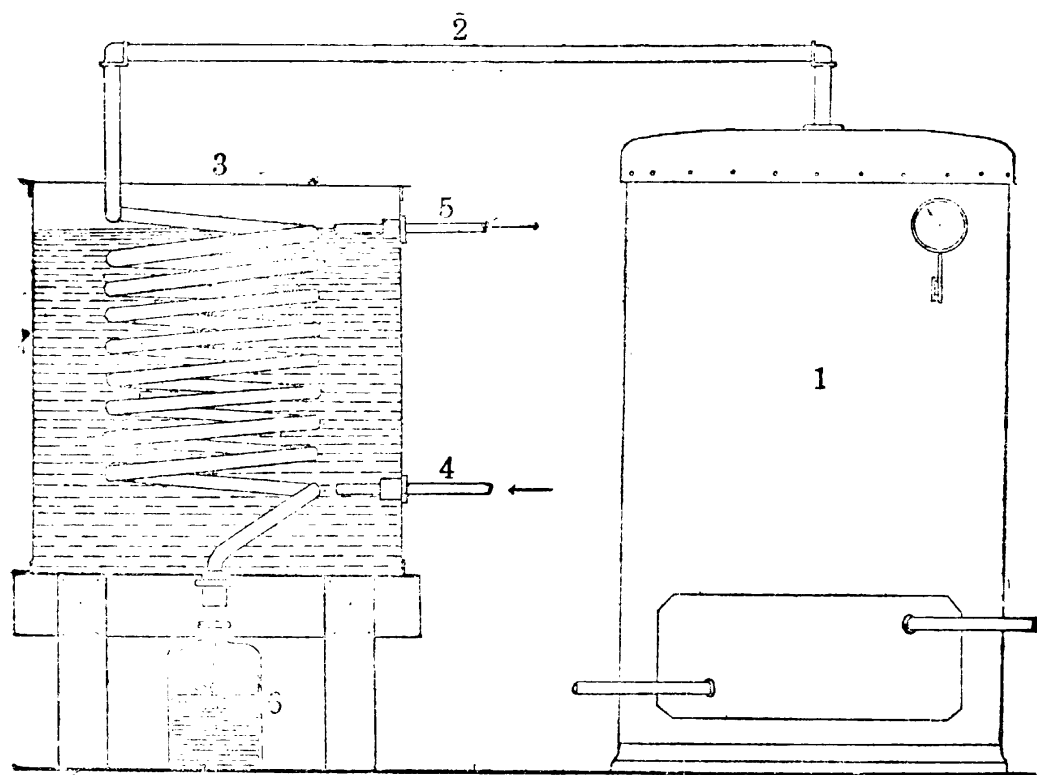


第五圖 慢砂濾池的裝置

1 河水 2 鐵紗 3 澄清池 4 水 5 砂 6 礫 7 濾過水

砂濾.此法出水較速,比較經濟;然較之慢砂濾法費用較大,且亦須嚴密管理,始為可靠.至於家用濾器,市售的種類雖多,然皆祇能濾清,不易除滅細菌,如為已含病菌之水,仍須賴學識與經驗以處理之.故不論如何,總以煮沸為最安全的辦法.

蒸餾法——蒸餾法是把水煮沸,使其蒸



第六圖 蒸餾裝置

1 水鍋 2 導管 3 冷卻器 4 冷水流入管 5 冷水
放出管 6 蒸餾水瓶

氣通過置於冷水中的蛇管凝結而成,此時水中雜質全去,故爲最純潔的水.然蒸餾法的費用較大,而所得的水又不合爲日常飲料之用,故只是一種最純潔之水而已.

化學法——化學法爲應用化學藥品,而得潔水的方法.化學法中最普通的化學品爲明礬,用明礬放入水中,則水中的有機物及細菌等,即可被生成的氫氧化鋁所牽附而沈下,是爲最簡單的方法,然其力不足以殺菌.近年來對於用化學品潔水的方法日多,其趨向則爲用殺菌劑以代別種藥品.如於水中放入適當分量的漂白粉,則因其很強的氧化作用,可使細菌完全殺滅.用此法效力甚宏,且又簡單經濟,故各地已多採用.然用於濁水,則又不甚合宜,故近世各國對於潔水的步驟,大概先用砂濾法使水清潔,再用漂白粉以殺水中細菌,然後用爲飲料,就比較安

全可靠了。

【提要】 1. 水爲一切物質的主要成分,爲生物生活時所不可少。

2. 水的種類 { 雨水…含氮,氧,碳酸氣及塵埃等較多.
地面水…含有機物較多,易傳布病原.
地下水…含無機物較多.
自來水…經過澄清濾過較爲清潔.

3. 純水爲最佳飲料,污水能傳布病原,有毒水不能用爲飲料。

4. 潔水法 { 砂濾法…分慢法快法二種,使砂礫除去水中雜質.
蒸餾法…使水蒸氣凝縮而成.
化學法…明礬及漂白粉等.

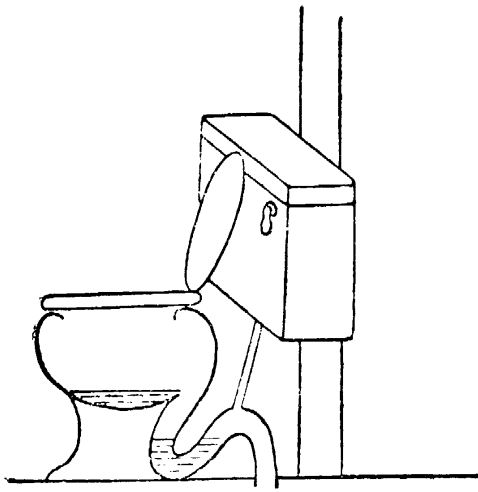
【問題】 1. 人體爲什麼不可缺水? 2. 爲甚麼河水不是一種安全飲料? 3. 井水有無危險? 4. 水與疾病有甚麼關係? 5. 試計劃一個濾水池的裝置。 6. 說出用漂白粉潔水的要點。

(2) 糞便及垃圾

糞便及垃圾問題 糞便及垃圾大都爲有機物質的各種廢棄物,此種物質倘無適當處置,則因細菌的作用,分解爲種

種惡臭的氣體，而妨害公共衛生；且可因廢棄物中某種病原細菌的存在，得乘惡臭氣體散布的機會，或由蠅類的媒介而侵入人體，釀成疫癘。故糞便及垃圾實為公共衛生上的重要問題。我國衛生知識幼稚，衛生行政的設施又極缺乏，除少數大都市已有嚴密的管理和完備的設施外，其餘內地城鎮，大都茅坑林立，垃圾浪藉。無知之輩，痰吐便溺更任意行之，對於公眾的健康幸福，實予以極大的危害。近年來我國各地間有提倡市政之舉，然以設備不週，管理不善，大都無成績可言。故為增進公眾健康起見，對於糞便及垃圾的處置方法，實不可不特別注意的。

糞便處置法 處置糞便的方法，應視糞便的性質，糞場的地勢，土質以及管理的經費而定。我國社會對於糞便的處置方法向不注意，除大都市已有較新的設備外，所有城鎮鄉村，都以糞便儲於露置



第七圖 新式的水廁隨時
可用水沖洗

的糞坑,此種方法不但妨礙家庭和公眾的衛生,亦且為傳佈病原細菌的重要媒介。故依衛生的見地設想,糞坑之制如不能廢除,則糞坑上必須置蓋,以絕蠅類;同

時更應滅臭消毒,以重衛生。近數十年來,歐美各國對於糞便的處置,已有許多完善的方法發明。其要項可分濾去固體,澄清糞液,再藉氧化及細菌的作用,消滅糞便中的有機物質及細菌。此種方法大概都很複雜,且須有經驗的衛生專家嚴密管理,經費較大,故只能於大都市中用之。若我國內地城鎮,既無給水裝置,又無充足經費以資設備,故目前最當注意的一點,即為管理糞坑與糞便的收集方法,務求清潔而不妨礙公眾健康。民間習慣,大

都以糞便爲園圃肥料,此種方法固與國民經濟有關,然如此處置,總有傳布鉤蟲及傳染病病原的危險,故非經適當消毒的,亦應取締。

垃圾處置法 垃圾包括有機性的動植物,煙灰殘物及街道中的塵屑等而言。有機物質易起腐敗,而誘致蠅鼠;街道中的塵屑,則能刺激鼻喉黏膜,使人容易染病。故垃圾的處置方法,爲都市之衛生行政中重要的問題。歐美各國對於垃圾的處置方法,可分火化及提煉二種。火化法卽以各種垃圾,一併放於火化爐中,使其燃燒,所得灰燼與蒸氣均可利用之。提煉法則爲分別垃圾的種類,單就有機物質加以提煉,所得的殘物爲脂肪,可充製造肥皂的原料。至垃圾中的無機物質,則可用以填築窪地或死浜。此二種方法均極完善,然設備的費用較大,故在我國內地城鎮,皆尙談不到此。惟垃圾毀滅的方法

固須完善,而收集的方法亦不可不加以注意.收集垃圾首宜快捷,宜每日定時行之.夏日溫度較高,有機物容易腐敗,則收集宜勤.收集時所用的車輛必須完密,則可不致因臭氣而有礙衛生.我國內地城鎮的清潔事項,大都由私人承包,故嚴密的監督,又是很重要的.

【提要】 1.糞便及垃圾常分解而發惡臭,並因臭氣散布的機會,使病原菌得侵入人體,故於公眾健康有甚大危害.

2.糞坑必須設蓋;新法把糞便中的有機物及細菌消滅最為安全.

3.垃圾用火化及提煉二法,其殘物可以利用.

【問題】 1.公廁應有怎樣設備,才可減少危險?
2.用糞便做肥料的方法可行麼? 3.試計劃垃圾火化爐的構造. 4.我國城鎮的清潔事務,多由私人承包,試述其衛生上的流弊,與應取締的要項.

(3) 下水道

下水道敷設的意義 下水道亦名陰溝,以疏通雨水污水,保持土地的清潔為

目的而敷設。凡下水道敷設不良的國家，其人民死亡率必高。吾國各地關於消化系統的傳染病，如傷寒，赤痢，霍亂等，不斷的流行，以此爲最大原因。故提倡遍地敷設合理的下水道，亦是衛生行政中重要的一件事。

下水道的敷設 清潔的用水，經過住戶用過以後，一轉瞬間立即變爲污水。污水之中，大概含有肥皂質，動物質，植物質及糞尿等易於分解的物質，對於公衆健康的影響極大。故在都市中大都設有排水的裝置，卽下水道是。下水道的敷設，可分合流與分流二法：合流法卽使住戶的污水排泄管，與路旁雨水的排泄管合流入陰溝，故水溝必須較大。在設計時先應估計雨量的多少，再依城市的地勢，採取適宜的裝置，務使陰溝在任何時候都不致汙塞。分流法卽使住戶的污水與路旁的雨水，各有一管分流，故管可較小。此種

裝置費用較省，而效率則較大，故近世各國都市大都採用此法。

下水道的敷設，除有適宜的裝置外，同時亦須注意陰溝的通氣和清潔方法。大概陰溝最大之患為積沈污物，若為密閉之管，則污物分解時的惡臭，極有礙公眾健康，故陰溝上除設修理孔外，又宜廣設通氣孔與通氣管。如是陰溝內即使有臭氣流出，其量已微；且經過空氣流播以後，此種氣體也已無害衛生了。

城鎮的下水道問題 下水道是最能影響於公眾健康的問題。因為下水道的設備缺乏，則污水必不能排除通暢，於是污水分解，不但影響於優良的潔水，且因發生惡臭之故，常污染空氣，誘致蠅類而釀成疫癘。我國各地除大都市已有良好的下水道裝置外，其餘城鎮鄉村既無給水裝置，而排污的方法尤為惡劣。大概溝渠皆直通河流，或則污水穢汁任意傾置

水邊,因此飲料水,土地及空氣皆爲之污染.然居其地者乃竟視若無睹,及疫癘發生,卒至不可收拾.此種簡陋的設備與惡劣的習慣,實予民族健康以極惡的影響.故在城鎮鄉村要增進公民的生活與健康,即不能有給水裝置,亦當於下水道的敷設加以注意,同時對於民衆的習慣,亦應有相當的訓練呢.

【提要】 1.下水道以保持地面的清潔爲目的.

2.下水道的敷設,分合流與分流二法.除適宜的裝置外,並須有修理孔與通氣孔,以便修理與通氣.

3.下水道爲最能影響於公衆健康的問題,故其裝置法最宜注意.

【問題】 1.分流法有甚麼優點? 2.下水道爲甚麼必須通氣? 3.下水道敷設不完備,爲甚麼能影響於公衆健康? 4.試就校內情形,計劃一個適宜的下水道裝置.

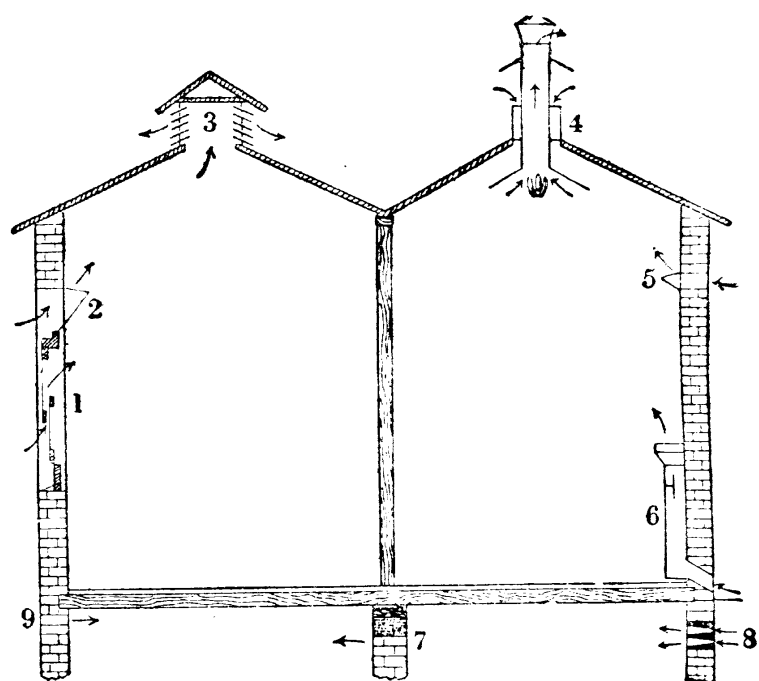
(4) 住宅

適宜的住宅 適宜的住宅,是健康生活的重要條件.住宅的選擇,在不妨礙自

己的職業和子女上學便利,總以鄉村爲優.惟地勢必選高爽,位宜南向,不必過大,亦不可太小.卑濕狹隘的住房,能使居住者的身體抵抗力減弱,且傳染病亦最易流行.住宅四周宜多植樹木花草,屋內用具務求簡單而布置井然,且宜有適當的裝飾以取美觀,則登堂入室,必可心曠神怡,有益於身心健康不少.但廚房廁所,務使與居處隔離,臥室客堂亦宜有分別.總之,居室的分配,當以合於衛生爲標準,故在建築前應依適當情形,有相當設計.至於在都市中選擇家屋,除避囂外,更不可不遠離工廠,室內外有簡潔的布置亦屬必要.

採光和換氣 日光和空氣爲一切生物生活的主要原素,故適宜的住宅對於採光和換氣都宜注意.日光不但供給光線,且其殺菌力很強,故居室多開窗戶,則不但光明暢快,即一切足以發生疾病的

病原,亦得因此消滅.此外如女子的萎黃病,貧血及小兒近視病,亦均可受充足的日光而減少.勞動者終日在外,



第八圖 房屋上各種換氣設備

- 1 窗框 2 扇形窗 3 屋頂出氣孔 4 換氣孔
5 活門 6 換氣管 7 圓錐形磚
8, 9 地板下鐵柵換氣孔

總比終日閉居室內的人為強,即其明證.且多開窗戶,不但利於採光,亦利於換氣,因為空氣流通,毫無阻滯,則污濁之氣不能停留室中,而新鮮空氣卻得時時流入.所以室內窗戶,最好兩面開通,牆壁上下,更多開小洞,則即在寒冬不能開窗時,亦得利用空氣的對流作用,而易於交換了.

【提要】 1.住宅宜高爽南向,有良好環境,簡潔明

淨,合於衛生。

2.多開窗戶利於採光換氣,增進健康。

【問題】 1.房屋卑濕狹隘,能引起種種疾病,是甚麼原因? 2.我國舊式房屋有那幾點不合衛生?

3.房屋爲甚麼必須有採光和換氣的裝置? 4.我國舊式泥竈極不合於衛生,試設計改造。

(5) 飲食物之取締

屠宰場 獸肉爲人類主要食物,適宜與否,影響於人體健康至巨。我國社會,一般對於屠宰牲畜的方法向不注意,商人以營利爲目的,於是病肉充塞於市場;食之者亦漫不爲意,於是寄生蟲病及傳染病乃得到處蔓延了。歐美各國,屠宰場大都由政府辦理,卽爲私人辦理的,亦須受政府的監督與取締。大概屠宰場必須有合法的建築,除有適宜的採光,換氣和下水道的裝置外,屠宰的牲畜必須先經政府所派的獸醫員檢驗許可。屠宰時的手續必須清潔迅速。屠宰以後的獸肉,又須

經醫員檢驗,以定取捨.大概患各種寄生蟲病以及豬瘟,結核病等的獸肉,均應燬棄.因此市上所售的肉類,都是完好無病的,民衆健康也就得到了安全保障.今我國較大都市對於屠宰場的經營,多已由衛生當局設法取締,凡病死牲畜,不得私自宰殺,既宰肉類皆須蓋印始得發售.其餘如販牛商人,亦不得私運出售,違者均受罰鍰或禁止營業,成效大都很著.惟內地商人,目前尙無適當管理,故購食肉類,必須嚴密辨別.

菜場 菜場爲供給食物的主要場所,不論動物性和植物性的食物,在菜場內無不有之,故菜場的適宜與否,亦與公衆健康有重大影響.在大都市中,菜場大概有適宜建築,否則亦必指定場所,使商人聚集一處,以使用戶,而利管理.管理的要項,爲檢查各種食物,凡死病朽腐的肉類及已變壞腐爛的蔬菜,均不得在場內出

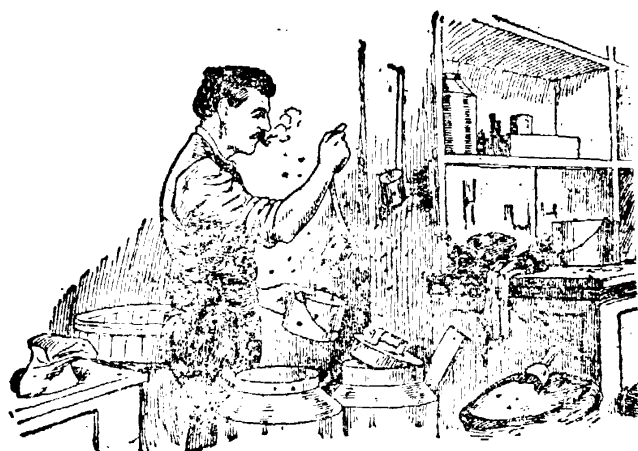
售；場內的攤戶，務須有適當的布置；垃圾穢物，應設籬桶收儲；污水穢汁，不可隨意傾置，並須隨時用水沖洗，力求清潔。每日散市，更由雇役清理掃除，如是則於公衆健康，必可增益不少了。

飯館 飯館爲以熟食供人饕食之處，對於公衆健康尤有直接的影響，故飯館的布置及飲食用具必須清潔。飯館中各種食物，每以次貨或竟腐敗的混售，故飯館每日進貨，最好能有相當檢查。隔宿的生熟食品，或甚至色味已有變化的，都應禁止發售。飯館中的廚房，必須有適合衛生的設備，如污物穢水的排除，烹煮用品的完備等，均宜注意。夏秋間飯館內所集的蠅類最多，故除蠅的設備，及每日清潔的工作均屬必要。我國市街中有設攤以售食物的，實最不合衛生，切宜禁止。

冷飲店 冷飲之品普通有汽水，刨冰，冰淇淋及酸梅湯，涼粉等多種，其營業期

間雖只限於夏秋二季，然以我國民衆的衛生知識非常缺乏，商人多屬唯利是圖，買客但求一時暢快，故對於公衆健康，實有很大的危險。大概汽水及冰淇淋的製造，如爲小本經紀的，則所用的材料與方法大都不合衛生，故適當的檢驗殊爲必要。至於刨冰、酸梅湯及涼粉等物，用水既無標準，且露置市街，蠅類叢集，其不衛生的程度可謂無以復加。疫癘之起大率以此爲媒介，故負行政之責者應嚴加取締，而民衆尤應顧慮危險，勿任意購食。

牛乳房 牛乳亦爲家常主要食品，然市肆中每有攪和雜質，或撇去乳脂而失營養價值，或因運送方法不合衛生，而傳播疾病，故對於牛乳房的管理殊屬重要。大概牛房必須清潔衛生，各種乳牛必須經過檢查。牛體患結核病的很多，其病原能由乳汁以傳於人體，故凡結核病牛必須嚴厲禁止。牛乳的比重及其所含脂肪



第九圖 牛乳房管理不合法，蠅類
飛集，最爲危險

量與細菌數，均不得違一定的標準，衛生當局應隨時抽查調驗，不合標準的即禁止其發行。此外牛乳房的工人，必須清潔，

若有患結核病，花柳病，癩瘋及疥癬等皮膚病的，都應禁止其執業。乳瓶應有密封裝置，運送器具亦以清潔衛生爲主。

【提要】 1. 屠宰場爲供給肉食之處，合法與否，能影響於公衆健康，故屠宰場必須有採光，換氣與下水道的裝置，獸肉必須經過檢查許可，才得發售。

2. 菜場應有適宜建築，食物應經過檢查，垃圾穢液應注意排除。

3. 飯館的布置與用具應清潔，廚房宜有衛生設備，食物應施檢查。

4. 冷飲店製品，所用的材料與方法多不合衛生，宜取締勿飲。

5.牛乳每有失卻營養價值,與傳布疾病危險,宜加取締.

【問題】 1.不良的肉食對於人體有甚麼危險?
2.試述菜場不注意衛生之害. 3.市街中攤售的熟食,爲甚麼應予禁止? 4.冷飲品對於人體有何利害? 5.試述市售牛乳在健康上有幾種危險?

(6) 蚊,蠅,蟲,鼠等之滅除

蚊之滅除法 蚊的生活史分爲卵,孑孓,蛹和成蟲四期,自卵至蛹皆在水中生活,故滅蚊的方法,當以在水中時爲最重要.蚊蟲之卵尋常都產於庭園中的溝渠及積水潭中,故溝渠必須疎通,積水務宜排去;如非必要,則逕以泥土填充之,是爲除蚊的根本方法.輔助的方法,可於水中養殖魚類,或加入殺蟲藥劑,或逕在水面上散布煤油,但此種方法事實上頗有障礙難行之處,故能有自來水裝置以除去積水者最爲有效.至於既達成蟲之蚊,則祇能用蚊香驅除,或於門窗裝置鐵紗,床

上裝置蚊帳,此種消極的方法果能嚴密厲行,亦可以滅殺蚊蟲的生機,其繁殖力當可因此降低了。

蠅之滅除法 蠅是人類的大敵,其繁殖力極強,故滅除法亦頗感困難。蠅的生活史亦分卵,蛆,蛹和成蟲四期。凡不潔臭腐之地,如糞坑及腐敗的動植物等,皆爲蠅類主要繁殖地,故要滅除蠅類,首宜注意蠅卵產地。不潔的糞污必須蓋覆,以與外界隔絕,腐敗的物質亦須隨時除去,果能保持清潔,則蠅類產卵的機會當可因此減少。蠅類產卵以後,約經六七時即化而爲蛆,這時可用礮沙篩於穢物上殺之,每一平方公尺約用三公兩,可略加清水,其效頗著,但別種殺蟲劑亦可用之。蛆經四五日則化而爲蛹,蟄居殼內,滅除較難,故只好排除糞穢污物,或混入石灰。自蛹以至成蟲,經過亦祇數日,這時飛行力甚強,然因喜歡飲水,故可於水盆中,略加漂

白粉或福爾馬林,則蠅飲此水,不久即可毒死.尋常則用除蠅紙或除蠅器以捕殺之.

蟲之滅除法 蟲與人體有密切關係的爲頭蟲,衣蟲和臭蟲等,撲滅的方法首重清潔.頭宜常洗,衣宜多曬,普通除衣蟲的最佳方法,莫如煮沸或用高熱蒸氣.市肆間有蒸氣消毒器者,把衣物放入器中,則蟲及別種病毒,均可爲之消滅,故能用蒸氣洗衣的,亦爲滅蟲的有效方法.除臭蟲的最好方法,爲用汽油,煤油,松節油及昇汞的飽和溶液等注入於床隙木縫中,然用油類殺蟲,當留意火燭.又用漂白粉溶液噴注,亦頗有效.惟滅除臭蟲,不但應殺其成蟲,並須殺其蟲卵,故時時用沸水揩洗,亦爲最簡便的方法.

鼠之滅除法 鼠爲鼠疫的唯一媒介物,亦爲人類大敵.除鼠的方法,首宜注意建築物的構造,少用木材,以防鼠類嚙洞;

門窗氣孔,應有適當佈置,以防鼠類出入。家屋之中,除畜貓外並多置捕鼠器。所有能引起鼠類嚙食的雜物,更當嚴密封固,或隨時廢棄。如是鼠缺食物,則在發育及繁殖上必將感受影響,而不能久居了。至於殺鼠之藥及氣薰等化學方法,非不可用,然毒力劇烈的流弊亦多,且鼠屍積留穴中,亦非妥善之道,故仍以用消極的捕鼠方法爲宜。

【提要】 1.除去積水以絕蚊卵及幼蟲,爲滅蚊最好方法。輔助方法可養殖魚類,加入殺蟲藥劑,或散布煤油;並用蚊香,鐵紗及蚊帳消極抵制。

2.除蠅應絕其產卵的機會,礮沙可殺蠅蛆,糞穢和以石灰,並用除蠅器及除蠅紙以捕殺之。

3.除蝨法頭宜常洗,衣物用高熱消毒,臭蟲可用汽油或漂白粉溶液等殺之。

4.除鼠宜注意建築物的構造,除去鼠類嚙食與棲止的機會,並用捕鼠器捕殺之。

【問題】 1.排除積水爲甚麼是除蚊的最好方法?

2.試述除蠅的根本方法? 3.用蒸氣消毒器有甚麼利益? 4.試述房屋內除鼠的必要構造。

第三章 傳染病之預防

(1) 管理傳染病之手續

法定傳染病預防要點 傳染病流行的時候,僅講個人衛生,不足以減少蔓延的危險,故防疫工作,倘只有少數人的努力,決不能收最大的效果.各國政府常就本國情形,指定幾種危險性和損害較大的傳染病,用法律規定預防的方法,其主旨在用國家的權力,強制全社會奉行法律的規定,以撲滅病原.我國所規定的傳染病爲傷寒或類傷寒,斑疹傷寒,赤痢,天花,鼠疫,霍亂,白喉,流行性腦脊髓膜炎及猩紅熱九種,但別種傳染病有認爲應施預防法必要時,亦得臨時指定之.其要點爲關於病原之發現,規定由政府搜求和

義務報告二種。患者的屍體應施檢驗，消毒埋葬。同時嚴密調查患者的生前狀況，及病原的由來，以爲緊急處置的根據。必要時可把疑似染疫的人物強制隔離，施行消毒；倘爲海陸交通便利的地方，並可臨時遮斷交通。故法定傳染病預防方法，不但可遏止傳染病的流行，且可因此妥籌撲滅病原的適當方法，實爲國家衛生行政中最重要的一種手續。

報告 要遏止傳染病的流行，首在發現病原。國家搜求病原的能力是不容易普遍達到的，故法定傳染病的預防方法中，規定患傳染病及疑似傳染病或因此等病症致死者之家宅及其他處所，應即延聘醫士，診斷或檢查，並須於二十四小時以內，報告於其所在地的管轄官署。此項報告義務人爲(1)病者或死者之家屬或其同居人，(2)旅舍，店鋪或舟車主人或管理人，(3)學校，寺院，工場，公司及一切公

共處所之監督人或管理人,(4)感化院,救濟院,監獄及與此相類處所之監督人或管理人等.又規定凡應行報告事項而不報告,或報告不實,或妨害他人之報告者,均處罰鍰.這樣病原的發現既可迅速,而實施的方法也就不致延緩了.

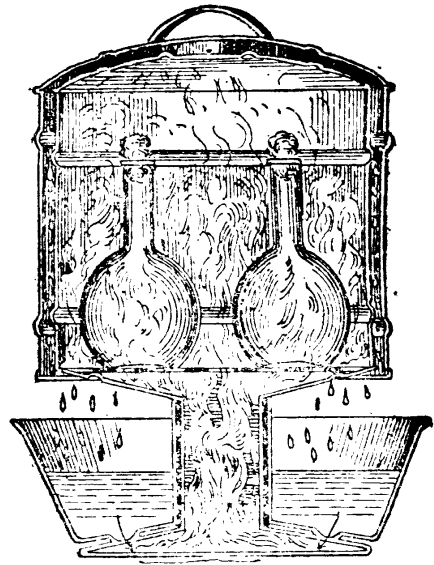
調查 調查是衛生行政的重要手續,其意義包含甚廣.負衛生行政之責者,在平時應調查一般的衛生狀況,注意衛生行政能否實行.到了疫癘流行,則此種工作尤須嚴密奉行,對於已患者更須調查其生前的狀況及病原的由來.此種事項大概複雜萬分,故調查時縱甚困難,亦必須力求嚴密,蓋必如此才能妥善實施預防的方法.至於解剖傳染病患者死後的屍體,可以明瞭致死原因及病原性質,也是傳染病預防上重要的手續呢.

隔離 隔離是防止傳染病蔓延的重要方法.依法定傳染病預防條例,凡人口

稠密地方，應設置傳染病院或隔離病舍，如認為有預防必要時，則傳染病患者即可加以隔離。市街村落之全部或一部，必要時可隔絕其交通。來自疫埠或在中途有傳染病發生的舟車，亦可加以隔離消毒。惟隔離的價值，常視傳染病的性質而異。如麻疹等在發病前數日已能傳染，如於發病後始加隔離，則價值已為之減少。至如帶病菌者及矢察病等傳布病原的能力亦強，但事實上總不能完全施行隔離，故在傳染病流行時搜求病原，實為預防上極重要的手續。倘社會上能明瞭傳染病預防的重要，則隔離法的價值必可更加顯著了。

消毒 消毒是撲滅病原的重要方法，在傳染病流行時，把病人隔離以後，同時即應施以適當的消毒。消毒的最佳方法，第一步為以硫黃氣薰，先關閉居室四周的窗戶孔隙，用硫黃置於盆中，使之燃着，

這時所發二氧化硫氣能消表面之毒,並殺室內有害的動物.約經十分鐘後,將窗戶洞開,待氣味略消,即用石炭酸水遍灑室內各部及器物用具,並用漂白粉填鋪牆壁及地穴,然後把病人的衣物用具浸入



第一〇圖 試驗用蒸氣滅菌器,實用時可依此改造

很濃的石炭酸水中,或用沸水或蒸氣消毒.在必要時當把衣物用具移於適宜之處,與室內其他無用雜物一併火燬之.執行消毒時,病人的家屬及其四周鄰居,均不得行近或通過,更不許其把室內的器物移動.消毒以後,應使居室通風,室內器具並須受太陽曬照,約經數日,始得再行遷入.至於病人的痰糞等排泄物,簡便的消毒方法為用等量的石灰或漂白粉等充分攪和,然後棄置.所用的井水或別種

水源,亦可用石灰或漂白粉消毒之。

【提要】 1.法定傳染病爲傷寒或類傷寒,斑疹傷寒,赤痢,天花,鼠疫,霍亂,白喉,流行性腦脊髓膜炎及猩紅熱九種,預防法規定政府搜求及義務報告,消毒隔離,撲滅病原。

2.傳染病或疑似傳染病發生時,強迫報告,違者處罰。

3.平時及傳染病流行時,均應嚴密調查其衛生狀況。

4.傳染病或疑似傳染病發生時,可強迫隔離消毒。

5.消毒法先用硫黃氣薰,再用石炭酸水潰灑室內,用漂白粉填充空穴,衣物用品浸於石炭酸水中或用高熱消毒,無用雜物火燬之。

【問題】 1.法定傳染病有何重大意義? 2.義務報告與撲滅病原有甚麼關係? 3.調查傳染病患者生前狀況,與撲滅病原有甚麼關係? 4.隔離病人在傳染病院或隔離病舍中行之最效,何故? 5.隔離法有甚麼價值? 6.說出消毒法概要。

(2) 預防接種

預防接種的重要 預防接種爲預防

傳染病的重要方法，因為人體感染傳染病的難易，除環境狀況及病原體的侵入能力外，又依其個人抵抗病毒能力的強弱而異。然環境狀況既已優良，病原體的侵入能力即極微弱，而個人抵抗病毒的能力設或不強，則病原體侵入以後，勢必發育成病。預防接種即欲增強體內對於病毒的抵抗，故為預防傳染的最安全辦法。就各國衛生統計觀之，在預防接種未發明以前，各種傳染病的死亡率，皆屬很高，而自接種法實施以後，死亡率即因之減低。近頃各國更施行強迫接種，而死亡率又比自願接種時為低，可知預防接種不但是預防傳染，并能減少死亡，真是國家重要的一種衛生行政哩。

重要的幾種預防接種 預防接種之切合於我國現狀，而亟應施行的，有種痘，白喉免疫注射，及傷寒，霍亂的預防注射等。種痘的痘苗，都自強健的犢體上製成，

必須純淨而能適合一定的標準,但接種時亦須手術完備,以免病菌侵入傷口.白喉免疫注射亦爲重要的一種預防接種,人體對於白喉的免疫力各有不同,自白喉血清製造成功,更經錫克氏 (Schick) 規定用量標準之後,凡易於感染白喉之人,即得一重保障.傷寒預防注射,就是接種傷寒菌苗於皮下,接種處多在臂之外旁,接種後的反應甚輕,用以預防,極著卓效,且絕無危險.故凡曾與傷寒患者或帶病菌者接觸過之人,均應預行注射.霍亂預防注射亦係接種菌苗於皮下的方法,經注射後免疫性雖只歷一年,然用於預防亦頗著卓效.總之,預防接種爲預防傳染病的重要方法,其意義不但維護個人安全,且可因此而杜絕流行,故於公衆健康上可得極良好的結果.試觀先進各國,自強迫種痘以後,天花之症,幾乎絕跡,即其明證.我國一般民衆缺乏衛生知識,亦未

認識預防接種的重要,一至時疫流行,則死亡相繼,難於遏止,故預防接種,尤有亟於施行的必要。

【提要】 1.預防接種可以防止傳染病,並可減少死亡。

2.重要的預防接種,亟須施行的有種痘,白喉免疫注射及傷寒霍亂的預防注射等。

【問題】 1.預防接種爲甚麼能減少傳染及死亡?

2.試述預防接種法的要點。 3.我國爲甚麼亟須施行預防接種?

(3) 舟車船舶之檢疫

檢疫的意義 傳染病的危險,在能以很短的時間,流行於很廣的區域。近世交通便利,輪船火車之制到處通行,故不但陸地上的間隔爲之縮短,即遠隔重洋的,亦得以極短的途程溝通兩地。然在疫癘發生以後,即不免因交通設備而加速其流行,使一地方的疫症,在很短的時間內遍布於很廣的區域。故近世各國衛生行

政,皆以檢驗舟車船舶,爲防止疫癘重要之圖,凡舟車輪埠大都設官檢疫,使他埠傳來的病原媒介物,經過一重難關,無法散播,實是防疫工作中很重要的部分呢。

陸地檢疫 陸地檢疫由中央政府特立機關以執行之,其目的爲使一省間已滅的傳染病,不再爲他省所復染,且以促進地方衛生的改良,例如預防省際河流的染污,可以改良各省的水備;取締省際食物的運輸,可以改良各省的食物衛生。是則陸地檢疫的意義,不但是治標的防止疫癘,又是治本的滅絕病原,對於全民族的健康,實是非常重要的。

海港檢疫 船舶往來,不但能自疫埠傳來病原,且在航行中途,船舶內亦極易發生種種疾病,船舶中的鼠類較多,鼠疫流行往往以此爲媒介,故海港檢疫實爲防疫的極重要工作,各國政府對於海港檢疫的範圍頗有廣狹不同,如美國政府

對於砂眼及十二指腸蟲病等亦皆與以取締,惟在我國則但就各種急性傳染病取締之.海港檢疫大概在海港設置檢疫所,若來自疫埠,或在途中有傳染病污染可疑的船舶,即可施行檢驗,再依情形需要,施以隔離,消毒及停航等應急處置,經過相當日期,才可把船舶放行.

海港檢疫在國家整個主權上有重大意義的,我國海港檢疫權向來操於外人,現在卻已收回自辦了.

【提要】 1.檢疫是使疫地傳來的病原媒介物經過一重難關,以絕傳染.

2.省際檢疫由中央政府主持,可以防止傳染病的散布,並可改良地方衛生.

3.海港檢疫爲把來自疫地的船舶施行隔離消毒.

【問題】 1.檢疫有甚麼意義? 2.陸地檢疫可以滅絕病原,是甚麼原因? 3.我國海港檢疫權從前操於外人之手,對於國家整個行政有妨害麼?

第四章 婦孺衛生

(1) 孕產婦死亡之原因及預防

婦女衛生 女子生理的構造和作用，除性器官外都和男子相同，故婦女衛生，亦應守一般的原則。我國國民的體格原極低下，而婦女則更比男子爲甚，是皆由遺傳和環境所造成。婦女爲國民之母，故婦女衛生依今日我國情形尤覺切要。然近年來世風奢靡，婦女亦多競趨時尚，修飾以外，更束胸細腰，高跟緊服，以爲美觀，不知徒取裝飾，先已妨礙健康，更尙何美的可言呢？要知婦女負有生產和保育的重任，若其身心不健康，則不但難於產生健康的後嗣，且其本身亦易致死亡，故在懷孕期內，對於身體的衛生尤宜注意。及

既生產，則除努力保持自己的健康外，更當注意個人及家庭衛生，以達閤家健康的目的。

孕產婦死亡的原因 婦女妊娠以後，全身各部均起複雜的變化。變化的強弱，各人不一，最顯著的如因腹部膨大，以致呼吸，血行及消化作用等均受影響，精神亦改易常度，皮膚蒼白，體力衰萎。此種變化原為妊娠期中應有的徵象，然婦女體質良好的，固無危險，若體質衰弱的，則不免因此而引起種種疾病，其中尤以嘔吐，便閉，泄瀉及浮腫等為最普通。到了分娩時候，或因生殖器及胎兒發生異常，致成難產；或出血過多，子宮破裂；或引起其固有的重病，如心臟病，精神病及傳染病等，以致陷於危險，這些都可為孕產婦死亡的主要原因。

我國社會，對於孕產婦向無保障與設備，體質既弱，到了分娩時就容易發生危

險.加以社會上無知識的助產婆尙到處存在,因此孕產婦又更多死亡的危險.故要保障孕產婦的安全,首宜祛除其足以致死的原因;一方面政府和社會予以保障的法律與設備,那麼孕產婦的死亡,必可因此減少的.

孕產婦死亡的預防 婦女妊娠以後,身體各部既易發生疾病,則身體衛生自應較平時更加注意.營養在妊娠期中最關重要,務宜選擇滋養豐富,而不妨礙消化的,然亦不可食之過量.每日宜從事輕微運動,戶外生活,尤屬重要.沐浴清潔,可以促進新陳代謝,在妊娠期內決不可忽.而精神安閒,尤足以增進身體健康,且於胎兒亦屬有益.到了分娩時期,即由預定確可勝任的助產士或產科醫師完全處理,大概優良的手術,即遇難產,亦能轉危爲安.惟孕產婦在分娩時固多危險,而在分娩以後,即所謂在產褥期內,因不注意

衛生以致患病，而陷於死亡的亦屬很多。其中以產褥熱爲最危險，此病完全爲一種細菌作祟，而爲分娩時不潔的方法所媒介。細菌自生殖器漸漸蔓延於身體各部，全身發熱，並現種種病狀，以致不救。故在分娩時清潔消毒的方法，尤不可不注意。產婦分娩以後，仍宜力行一般的衛生原則，才易於恢復健康，否則一有疾病，卽不陷於危險，卻也不易治愈的。

【提要】 1. 婦女應守一般的衛生原則，不良的習慣均宜祛除，在懷孕期內尤應注意。

2. 孕產婦身體衰弱的，能因身體的變化，引起疾病；在分娩時更可因生殖器病變或固有的重病而陷於死亡。

3. 孕產婦在妊娠期內應注意營養，戶外運動，沐浴清潔，精神安閒，分娩時應由專門醫師助產，注意清潔消毒，分娩後仍宜力行一般的衛生原則。

【問題】 1. 那幾種是婦女應守的衛生原則？ 2. 不良的心理與習慣爲甚麼應當祛除？ 3. 試述訓練助產士的重要。 4. 甚麼是孕產婦死亡的主要原因？ 5. 社會上對於孕產婦應有何種安全保障？

(2) 嬰兒死亡之原因及預防

嬰兒死亡率 嬰兒爲成人的始基,民族的盛衰和國家的強弱胥賴於此.父母保之育之,愛護如恐不及,是固人類的天性,亦國族繁衍所由來.然曠觀中外各國,嬰兒產生以後,每因體質及保育的關係,不期年而夭亡的很多,因是由嬰兒死亡率的高低,不但可察知嬰兒保育法的良窳,亦可以明瞭民族健康的狀況.大概嬰兒死亡,城鎮多於鄉村,而貧戶又多於富室.據各國統計,每年嬰兒死亡總數,占普通死亡率百分之二十以上.然各國努力保嬰,死亡率已逐年減低;若我國一般民衆缺乏衛生知識,而保嬰方法不特不注意,且惡習重重,不知改正,故嬰兒體質脆弱的固易死亡,即體質強健的,亦多因惡劣的保育方法與陋俗而犧牲,這真是國家和民族的危機,應該亟圖挽救的.

嬰兒死亡的原因 嬰兒體質柔軟，各部器官的機能異常薄弱，故保育不得其法，每易受病而夭亡。足以致死的疾病中，當以營養障礙病，急性胃腸病及急性呼吸器病等爲最普通；此外如急性傳染病，結核病及先天性梅毒等，亦爲嬰孩死亡的重要原因。大概營養障礙病和急性胃腸病等，多由哺乳不合法而起，故用人工哺乳而不注意衛生的，死亡特多；若用陳腐多菌的牛乳，當然更要危險。呼吸器病及別種傳染病的發生，多由於居處污穢，環境不衛生而起。先天性梅毒由母體傳來。父母嗜酒的，更能使嬰兒早產或使體格上和精神上發生缺陷，而成感染疾病的主因。我國一般民衆的生活程度既極低落，又極不注意於一般的衛生，故其環境的狀況，在在皆可爲嬰兒死亡的原因。所以宣傳和實施保嬰的方法，實是迫不容緩了。

嬰兒死亡的預防 嬰兒死亡的原因雖極複雜，然有適當的保育方法，未嘗不可以防免。此種方法當先致力於死亡的根本原因，然後始可研究其祛除原因的方法。嬰兒既由於母體而來，則母體在懷孕期間的衛生，實最重要。故社會上儘宜努力於保障孕婦的種種設備，以求孕婦的充分健康。生產以後，對於嬰兒的營養方面固不可忽，而在哺乳期內，母體的健康亦極重要。至於環境衛生，保護合法，亦可以增進嬰兒健康。最好在哺乳期內，時時舉行嬰兒健康檢查，則疾病侵襲的機會必可爲之減少。若在傳染病流行時，更須加以隔離，而最不可忽的即爲種痘。大概各種傳染病，如用隔離及醫學療法，則大可減少嬰兒的死亡。而急性胃腸病及營養缺乏症等，則可用適當的哺育方法而減少其死率。然此種方法，皆非簡單易行之事，故有識之士，亟宜提倡組織保護

母親及養育嬰兒的會社，使一般愚夫俚婦，都能認識嬰兒對於國家的重要，那麼嬰兒的死亡率必可降低的。

【提要】 1.觀嬰兒死亡率的高低，可以察知保育法的良窳，明瞭民族健康的狀況。

2.嬰兒死亡以營養障礙病，急性腸胃病及急性呼吸器病等疾病，先天性孱弱，缺陷及社會上不注意一般衛生爲主因。

3.預防嬰兒死亡，應使孕婦健康，生產後注意嬰兒營養，環境衛生，防止傳染病，種痘尤不可忽。

【問題】 1.從嬰兒死亡率可知民族健康的狀況，是甚麼原因？ 2.我國嬰兒死亡率特高，能說出其原因麼？ 3.試述嬰兒死亡與先天的關係。 4.不良的環境對於嬰兒有甚麼影響？ 5.要減低嬰兒死亡，必須保障產婦健康，是甚麼原因？

(3) 學齡前兒童之保健

兒童的保養 營養不但爲生活所必需，亦且爲發育的原素，故保養兒童首宜注意營養。嬰兒初生，最適宜的食物，當無過於母乳。到了斷乳以後，則小兒的食物，

不可不增加其滋養物質。然兒童的消化力不強，倘沒有調節，勢必容易致病，故營養物質既須配製適宜，又須加以調節，俾其能够吸收，不致損害消化器官爲度。大概兒童最普通的嗜好爲雜物，而雜物對於胃腸的消化力最易損傷，故平時除酌量與以優良的糖果與餅乾外，其餘務宜戒除。營養以外，當注意於兒童的居處行動。大概兒童的居室宜光亮通風，四周宜多植樹木花草。所用床帳被褥，以柔軟清潔的爲宜。衣服宜寬，質料亦宜柔軟，兒童不知清潔，尤宜勤加洗濯。氣溫變化時，衣服宜留意加減。社會上一般的習慣，令兒童厚服重裘，以爲保重之至，實不知兒童身體的抵抗力卻因此降低了。故衣服過厚，不如稍薄，是與兒童將來的健康，也有重大關係的。兒童生性好動，能使身心強健，實爲發育所必需，然在其體力範圍內，亦不可不有相當限制與調節。平時坐立

走路，務宜注意其姿勢的保持，我國人所以多僵腰屈背的，大概在幼時養成的爲多，實與國民一般的體格有極大障礙。種痘可以防免天花，不可忽略。若在傳染病流行時，尤不可不隔離消毒，以防感染危險。總之，保養兒童，爲人類極重要的天職，故必須時時保持其生長發育的要件，不可稍有損傷或發生障礙，則兒童一生的健康，就可得到很好的基礎了。

兒童的衛生習慣 保養兒童固當注意其一般的衛生，尤須養成其個人衛生的習慣。大概在學齡前的兒童，與父母形影不離，兒童的模仿性甚強，則此時正是養成其衛生習慣的最好機會。此種習慣，比較重要的，爲早起早眠，衣冠整潔，每日早晚刷牙，定時大便，戶外運動至少一小時，食前及便後洗手，手指勿伸入口鼻腔或擦眼，每星期至少沐浴一次，並宜養成用肥皂時時洗手的習慣。勿隨地吐痰，勿

用公共場所的茶杯毛巾,自己咳嗽或噴嚏時,用手巾掩蔽口鼻,以防傳染他人.除三餐外勿食零食及不潔之物.大概父母對於兒童能隨時隨處以身作則,示以模範,則此種習慣,當不難養成.但無論如何,訓練此種衛生習慣,決不可使兒童常處於被動的地位,故父母對於衛生知識,即已有充分的涵養,而隨機應變的方法亦尤必要.

【提要】 1.嬰兒出生後必須親自哺乳,授乳的時間和分量應加規定.滿一歲即完全斷乳,此後宜注意其飲食,祛除其嗜食的習慣.

2.兒童應有良好環境與習慣,保障其生長發育的要件.

【問題】 1.試述兒童生理上的特徵. 2.厚服重裘,對於兒童身體有甚麼不良影響? 3.說出你自己有何種良好的與不良的習慣.

第五章 學校衛生

(1) 學校環境衛生

校舍 學校衛生就是消極的維持,或積極的增進學生身心的健康,故於校舍的建築,首宜注意.校舍的設立地,必須便於交通,位置高爽,且須遠離塵囂,並有良好的環境為主.全部宜以平房爲佳,不論教室臥室均宜南向,或東向,並須依學生的人數,分配各室容納之量,不可過多,亦不必過少.佈置簡潔,秩序井然.如爲樓房地板,並須設法減少步履喧擾之聲.而與學生健康比較更爲重要的爲光線的適宜,空氣的流通,和冬日室溫調節的裝置,茲分別論之.

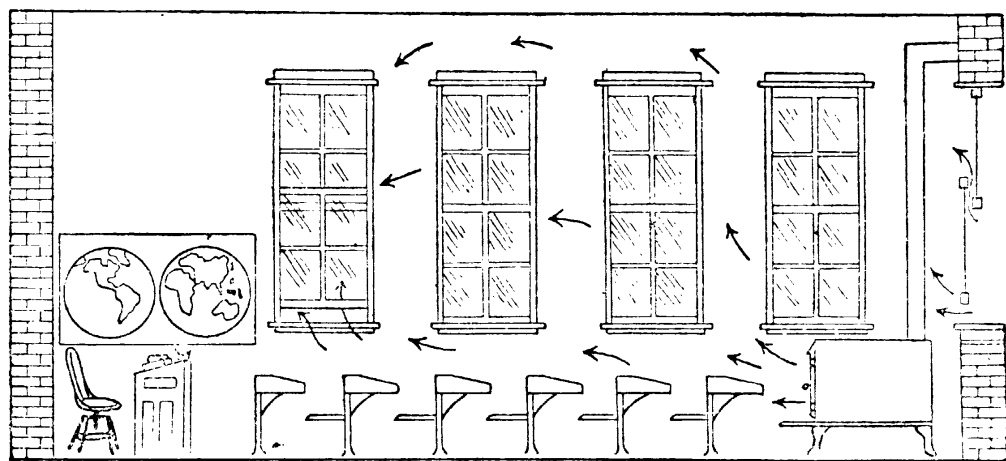
採光——採光的合法與否,對於學生的

目力有很大影響。採光的重要裝置爲窗，必須闊大，全用玻璃，位置宜在學生坐位的左側，使光線自左側射入；最裏面的學生坐位，距窗不可在五公尺以上。四周牆壁，均宜塗以白色；若有遮蔽光線需要時，則可懸掛窗簾，但以質料細潔而純白色的爲宜。窗戶玻璃宜常揩拭明淨，塵埃積垢亦須隨時排除。若爲夜間學生自修之處，則電燈位置亦須精密配置，務使燈光亦能自左側射來，光度不可太強太弱，燈與書桌面的距離並須保持適度。

換氣——校舍爲多人聚居之處，故換氣的充足與否，亦與學生健康有密切關係。我國學校校舍，大概多開窗戶，使空氣充分流通，此種自然的換氣方法，最爲合宜。然在近窗的坐位，有時不免受寒，且在冬季亦不能用，故校舍的換氣裝置，殊屬重要。適宜的換氣裝置，必須能供給流動，濕潤且具適宜溫度的空氣，此種空氣且須

經過全室,使室內之人,同享溫和與純淨的氣流,如是室溫亦才能保持常度(攝氏溫度表20度)。歐美各國學校,有用電力以取換氣的,然我國學校目前尚無法辦到,故在可能範圍內仍以多開窗戶爲是。

取暖——冬天取暖的方法,我國學校多數採用火爐,然在裝設火爐時,就不可不有適宜的換氣裝置,務使火爐的熱空氣能自遠離火爐的一端流出,而新鮮的冷空氣得自近於火爐的一端流入,然後室內的空氣得充分交換,而室溫也不致有



第一一圖 教室的取暖裝置

注意教室的換氣裝置及氣流經過的狀況

高低變更了。

教室 學生生活以在教室中爲極重要的一部，故教室除有適當的採光和換氣裝置外，其容積的大小，亦須適合。黑板必須純黑無光，然後學生能看清字畫，不致有損目力。桌椅的高低大小，務須依學生身體製成，過高過低，每造成側肩，脊柱彎曲及骨盤高下等不良姿勢。桌椅間的距離亦須適合，無論靜坐或起立，必須身體各關節能自由運動，而不妨礙呼吸血行爲原則。教室內並宜置一溫度表，以便隨時設法調節室溫。

臥室 學生臥室除有適當的採光和換氣裝置外，每室人數不可過多。床鋪以用鐵製而有彈性的最佳，室內如有天花板的，則除夏季禦蚊外，蚊帳可以勿用。佈置必須簡單，以便掃除塵垢。在臥室內自修課業，足以養成種種不良的習慣，務宜避免。且每日宜規定時間，勿令學生隨意

入室。學生整潔的習慣，在臥室內最宜注意之。

運動場 運動場爲學生生活最活動的處所，位置宜在教室之前，面積宜廣。場內應備各種運動的必要設備，如跑道，砂潭，球架，以及鐵槓，鞦韆等。四周宜多植花木，以爲學生課後散步之用。但室內運動場的設置亦屬重要。

廚房和食堂 廚房以遠離教室和自修室爲宜，食堂則可近於臥室，此二處均以清潔爲第一要義。廚房內的煮食用具，食堂內的檯凳雜物，均宜時時用石炭酸等藥水灑掃清除，夏日滅蠅尤宜注意。這是與學生健康有直接關係，不可疎忽。

浴室和廁所 我國學校對於浴室的設備多不完善，對於學生健康，頗受影響。故學校內最好設一蓄水塔，裝置水管通入浴室，以便隨時沐浴。然室內清潔的佈置，必須嚴密注意。廁所的完善與否，亦與

學校衛生有密切關係，其位置宜遠離其他校舍。能用抽水便桶的最佳，否則便桶必須加蓋，以免蠅類繁殖。同時更宜用石炭酸水隨時消毒，學校當雇專人管理之。

【提要】 1. 校舍應有良好環境及適當配置，並須注意採光、換氣和取暖方法。

2. 教室應有適當的容積與桌椅；臥室佈置宜簡潔；運動場宜寬廣，並有必要設備；廚房、食堂、浴室、廁所等均宜清潔。

【問題】 1. 校舍必須注意採光與換氣，是甚麼原因？ 2. 試述教室取暖法的要點。 3. 桌椅對於學生健康有甚麼影響？ 4. 試述校舍的清潔方法。

(2) 健康檢查及畸缺矯正

健康檢查的目的 健康檢查所以檢查學生妨礙健康或其發育上的種種缺點，以便對症施治。其效用可分二種：在新生入學前的健康檢查，可以防止染有傳染病如結核病、花柳病或體質十分脆弱的新生，禁止入學，促其回家治療。在學期

中的健康檢查,則可以知學生逐年中身體發育的良好與否,同時傳染之病可以預先防範,而學校衛生上應辦之事亦得先事籌備.故健康檢查的主要目的,不在治療,而在預防,實爲學校行政中極重要的一種.

健康檢查的要項 健康檢查應同時注意學生的體格和生理狀況.在實行健康檢查以前,必須先備一種表格,載明應行檢查的要項,依次記錄,妥爲保存.其檢查要項大概爲身長,體重,胸圍,視力,聽力,腕力及牙齒,砂眼,扁桃腺,心,肺狀況,及營養貧血等,其中有應用特別器械檢查的,要視學校的經濟狀況而定.然無論何種檢查,總不可草率從事,必須精密準確.如是到第二次檢查時,才得明瞭學生發育的情形,才能施以適當的矯正.所以在學校方面固不可視健康檢查爲具文,且須鼓勵學生不可以隨便出之,才能達到學

校衛生的最大目的。

畸缺矯正 學生體格上的畸缺狀況，固多由遺傳及其個人的習慣而來，然學校的建築不良，或設備不合，亦每使學生造成畸缺的體態。所以健康檢查固為學校衛生行政的要圖，而檢查以後，對學生體格上畸缺的矯正，亦為不可忽略之舉。學生體格上的畸缺，幾於各部都有，而以駝背，聳肩，脊柱彎曲等為最普通。駝背及聳肩，都由桌椅高低不適當而起，故矯正之法，首宜注意桌椅能適合學生的身體。脊柱彎曲則由學生坐勢傾斜等不良的習慣造成，故矯正之法，除用器械外，首宜促起學生坐勢的正直。但此種體格上的畸缺，如能注意體育運動，均可得自然矯正之效。其中如啞鈴，棍棒及籃球，網球等各種運動，都是很好的方法呢！

一般檢查 健康檢查固為學校衛生行政中最重要的部分，然一般的衛生檢

查亦不可忽。其要項爲檢查採光，換氣，取暖及衛生設備上種種特殊事項，而隨時予以切實的改良。教室，臥室，運動場，食堂，廚房，浴室及廁所的清潔事項，尤宜詳密檢查。就是飲料水和食物的適宜與否，糞便，垃圾的處置，下水道的通塞，蚊蠅鼠蟲等的滅除，以及學校鄰近有無妨礙衛生情事等，亦都應有嚴密的注意。檢查者更可以學校衛生檢查的結果，隨時公開演講，以增進學生的衛生知識；並可因此以促起學生的注意，以收衛生行政通力合作之效。

【提要】 1. 健康檢查在發現學生健康及發育上的缺點，施行預防。

2. 健康檢查分體格和生理檢查二種，必須精密準確。

3. 體格上的畸缺，由遺傳及習慣而來，應改良校舍及設備，注意體育運動以矯正之。

4. 學校應注意一般衛生，隨時檢查校舍，設備及一般的衛生設施。

【問題】 1.健康檢查有甚麼效果？ 2.試述學校設置衛生護士的利益。 3.試分別列表健康檢查的要項。 4.試述學生體格畸缺的主要原因。 5.怎樣矯正體格上的畸缺？ 6.校醫應有何種職權，試詳細規定之。

(3) 學校傳染病之預防

學校傳染病的種類 學校是多人聚集之處，凡是學校內的分子，都是朝斯夕斯，決無飄忽離散的。但是學校內的分子，大部分是身體抵抗力未臻強盛的青年，直接或間接接觸的機會既多，於是一人染疾，闔校頻危，而學校遂成傳染病最易流行之處。學校中的傳染病不必發源於校內學生，大多數是由於家庭或社會中傳來，故凡在家庭或社會中能流行的傳染病，幾無不能流行於學校中。如天花，白喉，猩紅熱，麻疹，腦脊髓膜炎，百日咳，流行性感冒，以及赤痢，傷寒，霍亂等，其中以天花，白喉，猩紅熱，麻疹，腦脊髓膜炎及百日

咳等的傳染性特強,且又特易於侵襲未成年的兒童,故學校總不免有傳染波及之慮,因此對於傳染病的預防,實是非常重要的。

學校傳染病和學校衛生 學校傳染病雖不能由學校完全防止,然學校能注意衛生,則傳染病流行的機會必可減少。因為學校能注意衛生,則學生身心康健,對於病毒的抵抗力增強,而傳染的機會亦可因之減少。故如採光與換氣的裝置果能完備,清潔和消毒的方法果能勵行;一方面能注意學生身心發育上的鍛練,他方面又能注意各種預防接種和設備,則傳染病的病原根本上已不能立足,欲擇人而噬,那更不易了。

學校傳染病的預防 學校衛生固能減少傳染病的傳布,然事實上因種種原因,總不易達到理想上的目的,故預防傳染病的工作,實不可忽。預防的工作首宜

注意校舍及公用器物的衛生。校舍不衛生可以促進傳染，公用器物不衛生亦可爲傳毒的重要媒介。設學校中不幸有某種傳染病發生，則學校當局除注意病人症象，施以隔離居住外，並宜舉行全體消毒，及健康檢查，以搜求病原。惟傳染病初起的症象，頗多不甚顯著，及既發現，則直接或間接染其毒者必已有人，故爲學校中之管理員及教員，總應隨時密切注意學生的健康。若發現有某種症候，則不論其是否爲傳染病，均宜立施以適當的處置。若有某種傳染病在校外已經發生，而在校內尙未發現時，則除嚴密注意學校衛生外，最妥善之法莫如預防接種，然同時即須嚴密檢查帶病菌者及失察病的發生。因爲帶病菌者和失察病都是傳染病的重要媒介，其危險實與病人相等。然此種手續實又非常困難，故欲防傳染病的發生，則學校必須與學生的家庭及地

方上衛生行政機關同心協力,才能得良好的結果.最好若家中兒童有病,由家長報告學校,由校醫爲之治療;而在校中學生有病,亦當然由學校通知家長.因此對於學生的父兄灌輸必要的衛生知識,亦爲預防學校傳染病的重要任務.總之,預防傳染,務宜注意學校衛生,消滅病原,而欲達到防止目的,則學校與家庭,尤須通力合作.

【提要】 1.學校內最易爲傳染病流行,天花,白喉,猩紅熱,麻疹等尤易侵襲未成年的兒童.

2.學校注意衛生,可減少傳染病傳染的機會.

3.學校應注意校舍及公用器物的衛生;有患病者應即隔離消毒,嚴密檢查,與家庭及社會聯絡,協力預防.

【問題】 1.學校內何以易有傳染病流行? 2.學校注意衛生,何以能減少傳染病傳染的機會? 3.試就本校情形,計劃一個適當的隔離病舍. 4.學校衛生應與家庭和社會通力合作,是甚麼原因?

(4) 體育訓練

體育訓練的目的 人體各部器官系統，用之則靈，不用則廢，體育訓練的目的，就是用適當的方法，使身體各部的器官系統發達至最大限度，以促進身體的健康。就人體的生理作用研究之，適當的體育運動，可以促進肌肉發育，循環作用旺盛，呼吸器官強健，餘如消化，排泄以及新陳代謝作用等，均可充分發達，因此抵抗力增強，身體也就入於健康之域，故不論男女老幼，皆須從事運動。惟運動不可過度，且運動與休息應有適當調節，故不論何人，但就年齡與身體狀況斟酌實行，則健康的目的，必可達到的。

體育訓練的原則 體育訓練雖能使身體健康發生良好影響，然要達到此種目的，尚須注意下列各種原則：

1. 體育訓練不應限於正式體操，宜寓於遊戲之中，使身心愉快。
2. 勿勉強從事非所喜的體育運動，宜

有充分的選擇自由。

3. 身體姿勢不良者應多加寓有矯正意味的訓練。

4. 鼓勵對於體育有精益求精的精神，俾能保持興趣而繼續不輟。

5. 訓練的材料，年幼者取簡，年長者取繁，訓練時不可無限制。

6. 注重普遍的羣衆運動，不可限於一部分的技巧。

7. 體育訓練宜多在戶外行之。

8. 體育訓練應以身體健康爲目的，不可專以競爭角取爲尙。

體育訓練的種類 體育訓練的種類甚多，最普通的可分早操，普通操和課外運動三項。早操在每日清晨行之，對於身體健康有極大功效。普通操包括步伐，柔軟操，器械操和遊戲等四類，均爲一般力的練習，有增長肌肉，矯正畸缺，促進呼吸，循環及新陳代謝等作用，而遊戲尤能助

起興味,使身心愉快,易達健康之域.課外運動普通有足球,網球,籃球及田徑賽等,其中網球籃球不但能使身體均勻發育,而尤有促進神經系統機能之效,故青年學子皆應努力參加.至如足球和田徑賽等,則運動比較劇烈,除非強壯健全的,自當有限制.我國固有的國術運動,已定爲體育訓練中重要的作業事項之一,清晨除早操外最好能續行此種運動.此外中小學的童子軍組織,除體育以外,兼重德育及羣育,洵爲鍛練學生身心發育的很好方法,尤宜提倡實行.惟體育訓練尤貴有相當的設備,其中自以適宜的操場爲最重要.各種器械用具,亦宜依學校經濟狀況,就必要的購備之.

【提要】 1.體育訓練的目的,是用適當的方法,使身體各部的器官系統發達至最大限度,以促進健康.

2.體育訓練分早操,普通操及課外運動,此外如

國術,童子軍組織亦應提倡。

【問題】 1.試述體育訓練對於身體上的影響。
2.運動爲甚麼必須有限制？ 3.試述體育訓練各種原則的原理。 4.遊戲運動有甚麼益處？ 5.試述早操之益。

(5) 健康教育

健康教育的目的 健康二字不但指身體各部器官能健全運行而言,因爲健全的器官可爲憂悶不純潔的心志所影響,而身體與心志又須有堅決的精神以副之,故身體,心志和精神三者,實爲健康生活的基礎。健康教育的目的,即欲使兒童養成良好的衛生習慣,以保持其身體,心志和精神三者的健康;同時灌輸預防疾病的相當知識,並使其對於公共衛生和國族健康的意義,得到正確的觀念。我國國力衰微,實皆源於大部分國民的失卻健康,推其不健康的原因,則又可歸於不注意健康教育所致。故即在最近,尚有

大多數國民昧於體育訓練的價值，實一極可悲的現象。青年負挽救國家的重任，對於如何促進個人和國族的健康教育，真是不可忽視的了。

健康教育的範圍 健康教育的範圍至廣，大別之可分保持健康，預防疾病和公共衛生三項，茲分述之。

保持健康——要保持身體健康，先當明瞭身體各部的生理作用。營養為供給身體活力之源，人體能發育生長皆由於此。故要維持各部器官的正常運行與促進新陳代謝的作用，端賴有新鮮的空氣和適宜的食物。其次神經系統為精神和意志所寄，所以使生理作用能統一而調和，故神經系統的衛生，亦至重要。青年當春機發動之時，身體上和精神上的變化非常劇烈，所起的危險性亦最大，故要保持其個人和國族的健康，自應有適當的性衛生的知識，使知任情縱慾，必致敗德傷

身,決非國家和民族之福.惟身體和精神,必須更副以適宜的體育訓練,才能保持其健康,故身體,精神和意志的衛生及體育訓練,實爲保持健康的要件.

預防疾病——保持身體健康,所以減少感染疾病,然在傳染病流行時,則不可不注意預防.學校的環境衛生和健康檢查,同爲預防疾病的重要方法,而隔離,消毒和急救的方法,亦爲預防疾病的重要處置.施行健康教育,即欲促進對於預防疾病的方法能充分實施,必通力合作,才能收最大的效果.

公共衛生——公共衛生關係於公衆的健康,一人忽之,輒使全社會受其影響.我國社會對於個人衛生既少講求,而於公共衛生尤不注意,故在健康教育中對於公共衛生的知識最爲重要.公共衛生上的重要問題爲公共給水,飲食物取締,廢物處置,傳染病的預防,城市的安全設計,

設立醫院及監察衛生設備的實施方法等,大概能影響於公衆健康的知識,均宜充分研求,使知公共衛生對於國族健康的重要,而收通力合作的實效。

健康教育的實施方法 要實施健康教育,必須先有健康教育行政的組織。我國學校對於校內的衛生行政,向由管理事務者兼理,即有校醫,其職務亦只限於醫治疾病,其成效總屬有限。故要實施健康教育,最好擴充校醫職權,實行適當組織,負責辦理學生健康檢查,畸缺矯正,預防接種,監督校舍和設備的衛生狀況,以及健康教育和體育訓練等改進事項。並可以學校爲中心,辦理健康調查和健康教育宣傳等種種事業,以與家庭和社會聯絡。惟學校衛生事業,責任綦重,而工作至繁,自非校醫一人所能獨任其難,故學校衛生的適當組織,除校醫外,當更聯合對於健康教育最有關係的教職員,設立

衛生委員會,協力進行.若爲學校經費所許,則更當設置學校衛生護士,協助校醫,辦理一切衛生行政事宜.如是通力合作,則學校衛生的實施,當可易於收效.惟任何事業固須有適當組織,尤須有縝密的設計與合宜的步驟,否則組織既未健全,則健康教育的目標也就不易達到了.

【提要】 1.健康教育是使兒童保持身體,心志和精神的健康,並使其對於國族健康有正確觀念.

2.健康教育的範圍爲保持健康,預防疾病及公共衛生三項.

3.實施健康教育應先有健康的組織與縝密的設計.

【問題】 1.試述健康教育對於國族健康的關係.

2.試述在春機發動期內注意性衛生的重要.

3.實施健康教育應與家庭和社會聯絡,是甚麼原因? 4.實施健康教育應有何種重要計劃,才能達到目標?

第六章 勞工衛生

勞工衛生的目的 勞工衛生是研究勞工的衛生方法,以增進健康,預防疾病,並使工作的能力向上,公衆的安寧得以保持爲目的.我國工業原極幼稚,一般對於工業上的衛生尤多忽視,故工業勞動者的死亡率,亦較一般爲高;而死亡的原因,則以結核性疾病佔絕對多數.至如車夫力役之輩,個人既不知衛生,國家亦尙無相當的保障設備,則其罹病死亡之衆,亦在意想之中.實則工業盛衰,繫於勞工的能力,德國工業發達,其原因固多,然從事工業者,類能注意勞工的疾病與災害的預防,因之生產低廉,而出品優美,故能凌駕於一般工業國之上,從此亦可見勞工衛生的重要了.

工廠設備 工場爲工人聚居之所,故換氣與採光的裝置,不可不力求完備。如果裝置不完備,則不但可以妨礙勞工的健康,且因容易疲勞之故,更要降低工作的能力,故從事工業者必須注意及之。近世工業發達,工作常日夜兼行,故除自然的換氣與採光裝置外,又有人工的方法。要之,工場中空氣必須流通,光線必須適度,塵埃垃圾,必須隨時排出於場外,力求清潔;食堂廁所和盥洗所等尤須適合衛生,休息場所並宜有娛樂的設備。至於煤煙,惡臭及有害氣體和蒸氣的排除,廢物和穢水的處置,以及防衛毒質的設備等,尤須力求完備,是因不但能影響於廠內職工的健康,且與公衆安寧的幸福亦至有關係。故工廠的設備,應隨處注意一般的衛生,宜審慎周詳,決不可因陋就簡。

工作衛生 工作能力的強弱,常隨年齡,性別及其身體狀況而不同。過度的工

作，勞工者體力的消耗，必更迅速，則不但其身心易於疲勞，而降低其能力，且能直接妨礙其健康。故不但工作的性質與時間應有相當限制，即在工作時，工人所取的位置與姿勢，亦不可不有相當配置，以防因不良的位置和姿勢，而造成永久的障礙或疾病。至於夜工之制，不但能促進工人疲勞，且使易受外傷的危險，殊非勞工所宜，惟各國政府在原則上雖皆禁止，而在事實上則尙未能完全廢除耳。

災害預防 近世工業發達，經營製造業者亦日新月異，因之對於工人的生命亦愈多危害。如機器能折臂斷肢，化學品能發生中毒，就是工作於溫度較高或塵埃較多之處，亦在在能危害工人的生命與健康，故工場中防止危害的設備殊為重要。大概工場中汽鍋破裂的災害，為社會上最多見者，其損害的程度亦屬最烈，故不論汽鍋與機件均須有安全裝置，且

須有適當的檢查。工業中毒的危害，亦爲最常見者，故工場中換氣，採光及除塵的裝置，殊不可忽。惟工場中的災害比較最普通而災害程度最大的厥爲火災，故工場建築不可不有防火的構造，及完全的滅火設備，廠房並當多設避難的出口及特別用的扶梯。如是災難臨頭，亦可以減少損害的危險。最好危險性較多較大的工廠，宜有消防隊的設立，而在平時對於廠內人員，亦加以相當的消防訓練，則火災發生，就不致於手足無措了。至於工場中傳染病預防，亦是工業衛生上重要的一種行政，其方法爲預防接種與消毒隔離等，適用傳染病預防的一般原則，茲從略。

【提要】 1. 勞工衛生是研究勞工的衛生方法，以增進健康，預防疾病，並使工作能力向上，公衆安寧得以保持爲目的。

2. 工廠宜注意換氣，採光，排除塵埃，保持清潔，並

宜注意衛生設備,及有害氣體與穢物,下水道等之排除.

3.工作應依年齡,性別及身體狀況而有限制,工作時間不可過長,工作與休息並宜調節.

4.工場機械應有安全裝置,並宜有防止中毒與火災的設備.

【問題】 1.勞工衛生與工作能力有甚麼關係?
2.試述勞動者死亡率較高的原因. 3.怎樣可以減少工人疲勞?
4.工場的除塵裝置為工業衛生的重要部分,是甚麼原因?
5.試述工業衛生與公眾安寧的關係. 6.工作與休息加以調節,有甚麼利益?

第七章 都市安全之設計

(1) 防災

災害的性質 災害是指個人或團體對於生命上或財產上招致損傷之意，在都市中可為市民災害的種類甚多，如因國家政治不良，兵連禍結，則直接或間接都可使市民遭受損害。衛生行政不良，則疫癘流行，不但毀滅個人的事業，亦且摧殘民族的幸福。然兵禍與疾病，國家果能有良好的政治，與健全的衛生行政，則未嘗不可以防免。獨在都市之中，因為房屋鱗次櫛比，隨時隨地有發生火災的危險，小之則私人的產業蕩然，大之則闔市盡成瓦礫，其為禍實不亞於兵禍與疫癘。近來消防之制，日臻完備，而火災之來，曾不

少減，則防止火災，實可說是都市安全上的重要問題了。

預防火災的方法 火災的原因，可分建築物的危險，業務上的危險與人爲的危險三種。建築物的危險，由於建築物多用木材，缺少防火構造。業務上的危險，由於經營易於着火的貨品，而缺乏相當的防火設備。人爲的危險，則全由住居人的疎忽，或故意放火所致。所以防止火災的方法，對於建築物當限制其所用的材料及構造，務使不易着火；對於業務上的性質，務須就貨物的種類，加以相當取締，強其有必要的防火設備。至於人爲的危險，實爲火災的最普通原因，故除嚴定罰則外，並當使市民有充足的消防常識。此外如火災保險可以補救被難者的損失，亦爲重要的都市行政之一。

消防隊 消防隊就是撲滅火災的一種組織，此種組織必須有良好的訓練與

精利的器械，火災大都起於倏忽之間，故瞭望臺的設置亦必力求完備，然後可使各處消防隊能確知起火地方，在極短時間內齊集施救。消防隊既達火場，即應用精利的器械，依有規律的支配，分頭從事於滅火的工作，不畏縮，不紊亂，於是滅火的能力始著。所以消防之設，對於訓練與設備均極重要，而訓練則尤過之。近代各國都市，對於消防隊多施以軍隊的訓練，人數不定，組織則力求嚴密，實因消防制度，對於都市安全與國民經濟都是非常重要的。

【提要】 1. 都市災害有兵禍，疫癘及火災等，但以火災為最普通，亦最難防止。

2. 預防火災應祛除建築物，營業貨品及人為的危險之原因。

3. 消防隊應有良好的訓練與設備。

【問題】 1. 火災為何最難防止？ 2. 如何可以防止疎忽的危險？ 3. 火災保險有甚麼利益？ 4. 消防隊為何必須有良好的訓練？

(2) 交通

交通和都市的關係 都市區域大概都有其特具的中心,如政治機關所在,則成政治中心;工業發達之處,則成工業中心;商業繁盛之區,則成商業中心等。都市既有種種中心,則人口稠密,地價高昂,於是市民因衛生上與經濟上的關係,勢必要遷居四郊,以求生活上的安適,而同時即不得不賴安全,迅速而且廉價的交通方法。交通便利以後,市民的生活既可安適而健康,而都市亦可因此而愈加發展,故近世各國都市,常劃分為區,或為市場,或為住宅,而其間皆以極完備的交通方法聯絡之。

交通設備 交通設備可分道路,橋樑,車輛,船舶等。道路的排列務宜注意採光與換氣的方法;狹窄的街道,最易藏垢納污,故必須修整雅潔。橋樑實亦道路的一

部,故其設計應與道路相同,但同時不可不注意橋樑的安全及對於水道交通的影響.車輛之制,爲都市交通最重要的工具,然車輛的運輸力必須力求強大迅速.至於船舶之設,亦所以聯絡都市與郊野的交通,其目的也是完全相同的.

都市交通,除注意於市民交通的迅速便利外,又當注意於市民的衛生,安全與幸福,更須依眼前的趨勢,推測將來的需要,而留充分的發展餘地.大概繁盛的都市,大都沿海瀕河,故應建築港口,船塢及碼頭,以便船舶停留;同時更當使輪埠與火車,電車等有極便利的銜接,如是水陸聯運,都市就可日趨繁盛.然都市繁盛之處,交通雜沓,對於市民必多危險,故在設計時,不但應注意街道的闊度與轉角的適宜,更當有嚴密的管理方法.如是則危險性可以減少,而市民的安全,也可得到保障了.

【提要】 1.完備的交通方法,可使市民的生活安適而健康,並使都市易於發展。

2.交通設備可分道路,橋樑,車輛,船舶等,均以安全迅速為目的,對於交通用具並須嚴密管理。

【問題】 1.完備的交通方法,為何能使都市發展?
2.試述都市分區的利益。 3.交通設備隨時代變遷,究竟有何利弊? 4.交通設計應注意於那幾方面?

(3) 娛樂場所

娛樂場所與市民的關係 都市民衆大都各有職業,每日工作之後,身心必皆疲乏,故適宜的休息,非常切要。都市娛樂場所的設立,即欲予市民以游息的安適,以增進其健康。市民既有適宜的娛樂場所,則不但易於恢復身心的疲勞,且其生產的能力亦必可因此增進,故娛樂場所,又有增進市民生產能力之效。不但如此,都市如有適宜的娛樂場所,更可使市民得以陶養性情,避去不正當的娛樂,因此

社會道德，亦可賴以增進。所以適宜的娛樂場所，任何都市實皆不可缺少的。

娛樂場所的種類 娛樂場所包括公園，體育場，劇場，音樂場及動植物園等，茲分述於後：

公園——公園爲娛樂場所中最重要的部分，各國都市不論大小，幾無處無之。其位置每擇地勢較優，風景較勝之區，園內常佈置花木台榭，點綴幽雅，故入其中者身心暢快，胸襟爲舒。此種利益凡爲市民者皆得享受之。

體育場——要身體強健必須鍛練，市民限於職務，運動的機會絕少，故都市中除有公園外，更當有適當的運動場所。至於婦女與兒童當然亦須有適宜的運動，故在體育場中，更有設置婦女與兒童運動場的必要。

劇場——劇場不但爲市民的娛樂場所，且可以移風易俗，宣傳文化，利益匪淺。故

劇場宜由都市政府設立,以低廉票價,使市民享受高尚娛樂.私人設立的每以營利爲目的,不顧道德與利弊,宜加取締.

音樂場——音樂足以陶冶性情,養成高尚的人格,各國都市中不論大小皆廣設之.我國人對於音樂的興趣最爲缺乏,宜努力提倡之.

動植物園——動植物園設置珍禽異卉,可以增加市民的常識,促起其研究動植物的興趣,其利實不止娛樂而已.各國都市中大都以動植物園爲公園之一部,用意深遠,我國亦當倣行.

【提要】 1.娛樂場所可以增進市民健康,提高生產能力,促進社會道德.

2.娛樂場所包括公園,體育場,劇場,音樂場及動植物園等.

【問題】 1.適宜的娛樂場所,爲何能促進社會道德? 2.公園有何種利益? 3.試述設置婦女與兒童運動場的重要. 4.戲劇音樂爲何可以移風易俗? 5.試述設置動植物園對於民衆的關係.

第八章 成藥之害

藥物常識 藥物所以輔助醫術,增進病人身體的抵抗力,使容易戰勝疾病,以收恢復健康之效.種類很多,各依其治療的功用而有區別.常用的藥物,有止血,補血,健胃,催吐,瀉下,驅蟲,解熱,消毒等種.其形狀亦分丸散膏丹及液狀乳狀等種,各依藥物的性狀而定.藥物的原料大概爲植物性製劑與化學性製劑二種,在我國則向以植物性製劑爲最著名.然向來對於製造及保存的方法,墨守舊規,毫無改良,以致藥性不能顯最大的功用.近來西藥盛行,於是浸浸乎有打倒中藥之勢,然中藥固自有其特殊的優點,故西人又孜孜爲中藥的研究.我國人如不再爲深切的研究,則藥業前途,勢將爲他人取而代

之了。

成藥的種類 成藥是經過製造,以供治療疾病的藥物,種類極多,大別之可分特效藥劑,含毒物及不含藥物等三種.特效藥劑的成藥,可以其特有的成分,治療特種的疾病.如對咳嗽有鎮咳之藥,便閉有通便之藥.又如專治梅毒之六〇六等特效藥劑,尤爲成藥中最著名者.含有毒物的成藥,其中所含的大都爲鴉片或嗎啡,能刺激臟器,而收暫時治愈之效,然結果病原未除,而毒物的癮卻已養成,是則市井間牟利之徒爲之,非國家法律所許.至於不含藥物的成藥,則不過爲市儈行騙之具,那是絕無價值可言的.

成藥之害 成藥固有不少特著功效的,然一般藥商,多不顧法律,往往招搖欺騙,製售含有毒物或毫無價值的成藥,以收括金錢;民衆因缺乏醫藥常識,相率而入其陷阱,或竟以身殉,其遇之慘,當無過

此.要知各種疾病,原因各有不同,成藥的成分則皆一定,貿然下藥,不但不能對症,且必使病態增重.譬如咳嗽便閉之藥,充斥市場,然患咳嗽或便閉者貿然服之,鮮有不使其病根愈固,而更不易於治愈.補腎之藥亦多立異標奇,然服之成習,亦每使腎臟機能發生障礙.故知不良的成藥,其害實等於殺人.至於毫無價值的成藥,則不但病者虛靡金錢,且使其因循貽誤,而無從援救.要知醫生治病,即經精密診視,亦頗多不易洞悉其癥結所在,若謂一般缺乏醫藥知識的,而能自診自療,寧非笑談;貿然服之,則藥不對症,必致誤傷生命耳.我國目前對於成藥的取締尙未完備,以致靈丹神水觸目皆是,貽誤蒼生,殊非淺鮮,一般民衆至宜慎之.

勿藥之道 人體生活期內能注意衛生,躋於健康之域,則疾病無自生,而藥物也就無所用.即使偶然疎忽,以致受病,則

去其病原以後,亦當可不藥而愈.然社會上一般民衆忽於攝生,而一方面卻以丸散膏丹之力,作爲身體失卻健康後的保障;市儈之流,更利用此種心理,以欺騙一般無知的民衆,那真是舍本逐末,自投陷穽而已.要知人體疾病,原爲生理作用異常的現象,果能把生活規律保持常度,則生理作用也就不會發生變化.故我人日常生活,務宜注意營養,體育,新鮮空氣,充足睡眠,純潔思慮,預防傳染等數大端,則身體健康,藥物也就無用問津了.

【提要】 1.藥物分止血,補血,健胃,催吐等種,形狀分丸散膏丹及液狀乳狀等種;就原料言,可分植物性和化學製劑二類.

2.成藥可分特效藥,含毒藥及不含藥物的三種.

3.除特效藥外,藥商常招搖欺騙,以含毒或無價值的藥物貽害病人.

4.身體能保持健康,就無須用藥.

【問題】 1.藥物有甚麼功用? 2.市儈的咳嗽,更閉,補腎等藥,皆言具有靈效,服之果有好處麼? 3.怎樣才可古勿藥? 4.取締成藥應有甚麼限制?

第九章 我國國民健康現狀與 健康教育之需要及社 會經濟之關係

我國國民健康現狀 我國自海通以來，承積弱之後，國勢凌夷，衰萎愈甚。外受國際的壓迫，內有災禍之頻仍，百廢不興，挽救乏術。揆厥原因，當以國民體格的低落爲最重要。蓋國家由國民集合而成，我國民習於文弱，已積久成風，所謂崇尚和平，實乃孱弱的一種表示，其流毒所及，身體則衰病侵尋，精神則萎靡不振。近年以來，國民更習於奢靡，把身體戕賊斲喪而不知自悟。曾不思外患之來，由於自己不能振作，果能力圖自強，則未嘗不可把歷年國恥，湔雪於一朝。然若長此不自振作，

則弱種繁衍，恐將終致於萬劫不復之境，那真是國族前途絕大的隱憂哩！今請把我國國民健康的現狀，再分別論之。

體格缺陷——我國國民體格的缺陷，當以偻背鳩胸等爲最普通，無論在社會上或學校中皆可見之，是即外形上身體不健康的重要標記。因偻背鳩胸的結果，身體發育每受不良的影響。體重過輕，營養不良，於是身體各部器官多現病態。此種體格上的缺陷，雖有自先天傳來，而大部分則爲在幼時的不良習慣所造成。

疾病——我國向有東亞病夫之稱，身體上的疾病，大部分國民恐皆有之，而尤以腸胃病，呼吸器病，心臟病，寄生蟲病及皮膚病等爲最普通。此種疾病固多由於忽略衛生而起，然以目前煙酒嗜好的普遍，身體所受斲伐的惡果，尤爲顯著。

壽命——國民體格既有顯著的缺陷，再加疾病的侵襲，大都就不能享其天年。我

國人的平均壽命雖無統計可查，然以嬰兒及一般死亡率之高，必有極大影響。反之，如歐美各國，嬰兒及一般死亡率低的，其平均壽命必長。故我人的責任，是注意自己健康，以延長壽命，而多盡對於國家的一部分責任。

死亡率——死亡率的高低，不但可觀國民的健康狀況，亦可以決國家政治的效能。我國的死亡率雖無統計可查，然一般國民死於體格缺陷及死於疾病的，每年當不止幾十萬人；死於疫癘及兵，匪，水，旱之災者，每年又不止幾十萬人。曠觀世界各國，衛生與政治狀況的窳敗，恐無有過我國的，則我國死亡率之高必超過各國，亦可以想見。故國人的責任，除促進個人的健康以外，尤須努力祛除一般死亡率特高的原因，以保持國家元氣。

健康教育的需要 我國國民的健康狀況非常低落，已如前述，一般國民缺乏

健康知識，個人的攝生方法既漫不經心，體質羸弱，而一舉一動，又無不違犯健康原則。偶染疾病，輒至自召滅亡。此種枉命之徒，咎由自取，固不足道，然其害實不止此，國民缺乏個人衛生知識的，亦必不知公共衛生之重要。社會環境既不衛生，於是病原傳布，遂無障礙了。譬如隨地痰吐的習慣，牢不能改，於是肺癆一病社會上就到處傳布。飲料不潔，便溺滿地，於是傷寒霍亂之症，也就到處流行了。大概我國一般的死亡率，當以肺癆及其他傳染病患者爲最高，而總其原因，皆由於不注意公共衛生所致。然受其害者實不止於無知識的個人，因爲在不良的衛生狀況之下，則不論家庭，學校，工廠，軍隊，以及茶坊，酒店，旅館，食堂等，皆將無一能合於衛生的原則，於是健康的國民，亦必有人人自危之慮。照這樣情形，要求減少死亡，增長壽命，實是緣木求魚，無從到手的。所以健

康教育的需要,在目前我國的健康現狀之下,確是急不容緩。考歐美各國在數十年前的健康狀況也極惡劣,後來強迫的實施健康教育以後,而成效大著。因爲國民的健康知識既經普及,則國家的衛生行政也就不受阻撓,得以推行盡利。惟實施健康教育之外,同時還應當審察國情,確定衛生行政的政策,通力合作,積極爲衛生上的建設,才能收民族健康之效。

國民健康與社會經濟之關係 國民健康對於國家的盛衰強弱有極密切的關係。因爲國家是國民集合而成的,國家既無強健的國民,則生產能力低下,社會經濟勢必衰落,建設之事無從進行,而國家就衰弱不振了。就我國而論,地大物博,人口衆多,論理當國力強盛,甲於天下。而事實上則民窮財盡,衰弱日甚,考其原因實皆由國民失卻健康所致。今假定全國四萬萬人中有其二分之一即二萬萬人

失卻健康，則此二萬萬人不但不能生利，且須分利，則社會和國家就都要受到直接或間接的損失了。譬如以肺癆而論，我國人之患此症的假定爲四千萬人，其中完全失卻能力的，假定爲總數的百分之一，即四十萬人。若每人每年的生產力的價值爲一百圓，則全年的損失即爲四千萬圓，且因肺癆而起的其他損失尙未在此內。不但如此，肺癆患者經過緩慢，每亘數年，除因完全失卻能力而死亡者外，其餘長期患者的經濟損失，當比死者更多；而且即能治愈，在經濟上亦已有重大的負擔了。其實我國國民普遍之病豈止肺癆一種，如以寄生蟲病而論，若患者亦爲四千萬人，而每一患者每年遭受十圓的損失，則全年總計，因寄生蟲病所致的損失，又爲四萬萬圓。依此計算，我國人每年因各種疾病而遭致的損失，必屬可驚，如是民焉得不貧，國焉得不弱呢？所以我人的

責任,在使身體能充分健康,以增加個人的生產能力,減少國家的損失.當此國難嚴重,我輩青年,尤宜深切注意啊!

【提要】 1.我國國民體格多缺陷,疾病最普遍,壽命短而死亡率高.

2.健康教育可以促進國民健康,使感覺個人衛生與公共衛生的重要.

3.國民健康狀況低下,可使社會經濟及國家遭受極大損失.

【問題】 1.奢靡之習,對於國民健康有何種不良影響? 2.平均壽命與死亡率有甚麼關係? 3.一般人的健康知識缺乏,對於健康人有甚麼危險? 4.試述慢性與急性疾病對於國家所致的損失.

第十章 公共衛生行政之組織

國際衛生組織 流行性的傳染病,流行的區域極廣,非有國際間的通力合作,頗難消除,故國際間遂有國際的衛生機關之設立.其主要事務,爲在不干涉各國衛生行政的範圍內,謀各地衛生事務的密切合作;對於各地病疫的發生原因與分布的狀況,及各地衛生行政的統計加以比較研究;而以最簡便最確實的手續,對於病疫的治療與防止的方法加以指示;並調查,收集各地衛生統計材料,配置各地的衛生行政.國際衛生組織又設實驗室及必要的衛生研究機關,以爲科學的研究,而以研究的結果,介紹於各地衛生行政機關.對於疫病流行的防止,國際衛生組織在最廣泛的範圍內,促進國際

間的衛生合作等。

中央衛生行政機關 我國現在政制，以衛生署爲全國衛生行政的最高機關。衛生署之外，又設中央防疫處，海港檢疫管理處及中央衛生試驗所等，亦由衛生署指揮監督之。

衛生署直接掌理衛生行政事務的爲醫政與保健二科，醫政科掌理公私立醫院及療養院的監督；醫師，藥師，助產士，看護士等資格之審定及業務監督；藥商及藥品製造之監督；藥用植物的培植及藥品製造之獎勵；藥典之調查及編訂；麻醉藥品，毒劑藥品及毒劇物之取締；飲料，食品及其用器之檢查及其他醫政事項。保健科掌理傳染病之檢驗及防止；衛生統計；衛生行政人員之訓練，各項衛生設施之指導與監督；醫藥設施之研究，醫藥救濟及其他保健與防疫事項。

中央防疫處掌理關於傳染病的研究，

講習,及生物學,生物化學,免疫學及細菌學之檢查,試驗,研究及鑒定事項,及各種抗毒素,血清,疫苗之製造等.海港檢疫管理處掌理關於各海港檢疫所之調查,設置,視察及改善,及一切檢疫事項等.

省衛生行政機關 我國省衛生行政並無特立機關,所有衛生行政事項,即由民政廳掌理之.省衛生行政在推行國家的衛生政策使之實現,並於國家賦予的權力範圍內,執行監督與指導地方的衛生行政.故省衛生行政機關可制定全省衛生行政大綱及法規,管理省立醫院及其他機關的衛生事項,訓練衛生人才,收集衛生統計,以及取締全省醫藥,飲料與防疫等公共衛生事項.

市衛生行政機關 我國市衛生行政的最高機關爲市衛生局,其組織依地方情形略有不同,其主要的職掌,不外乎保健與防疫二者.屬於保健的,如清除街道,

溝渠,管理公共市場,屠宰場,浴室;取締茶樓,酒館,劇場,廁所,理髮所,妓院,牛乳場等之公共衛生,醫師,藥師及藥商的取締事項,及關於一切飲食品,藥品等之取締及檢驗等.屬於防疫的,如管理市立檢疫所及各種傳染病醫院,及關於傳染病之研究及預防事項等.此外市衛生局又當收集一切衛生統計,增進市民衛生知識,及辦理關於市民婚姻生死之登記事項等.

縣及鄉村的衛生行政機關 我國地方衛生行政,除市衛生局外,幾皆無組織可言.所有衛生行政事項,屬於縣的由公安局執行,屬於鄉村的則由區公所會同公安局管理之,大都未臻完善.

我國衛生行政的現狀 我國衛生行政的職權,向來屬之警務機關,自國民政府成立以後,曾一度有衛生部的設立,以總管全國的衛生行政事宜,法良意美,無逾於此.厥後因別種原因,卒改爲衛生署

而屬之於內政部，範圍雖似縮小，而職權則初無二致。年來更與國際衛生機關合作，成績亦已頗有可觀。惟我國政治尙未安定，故於衛生行政的職權，人才及經費三項，總覺隨處感到缺乏，而尤以地方衛生行政爲甚。故在今日言國家衛生行政，則改進地方衛生行政，實爲急不容緩之事。然目前一般民衆的衛生知識非常缺乏，又決非在短期內可能收改進之效，故目前至急之務，首爲宣傳。宣傳的方法，或則演講，或用刊物，或則開會表演，或則擇地展覽，方法不一，但使民衆能明瞭衛生事業的重要性爲準則。在政府方面，則指定經費，培植專門人才，調查地方情形，研究其適宜的方法。到了民衆能明瞭衛生事業的重要，就有勵行衛生行政的需求，那麼政府就可利用時機，推行衛生行政的法律，積極爲建設方面的工作了。不過衛生行政的政策，必須用遠大眼光，確定

久遠的計劃，政策既定，便須切實勵行，並當統一職權，勿使各行其是，則衛生行政的目標，當不患其不能達到了。

【提要】 1. 國際衛生組織在以國際行動的力量，謀各地衛生事務的密切合作。

2. 中央衛生組織以衛生署爲衛生行政最高機關，並附設中央防疫處及海港檢疫管理處等，分別掌理全國衛生行政及防疫檢疫事宜。

3. 省衛生行政由民政廳管理，執行省衛生行政。

4. 市衛生行政由市衛生局掌理保健防疫行政。

5. 縣及鄉村多由警士執行衛生取締事項，無專任機關。

6. 我國衛生行政近狀，缺乏職權，人才與經費，應從宣傳着手，確定衛生政策，切實勵行。

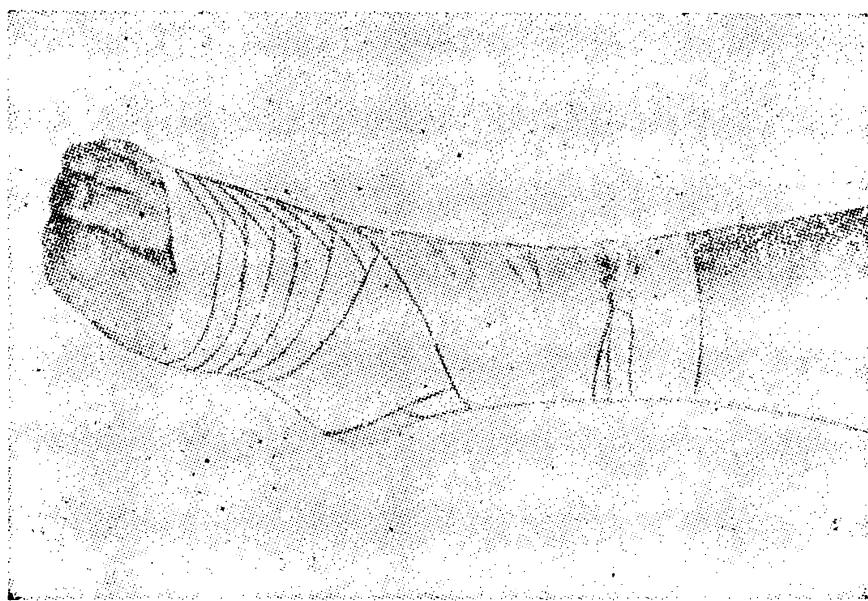
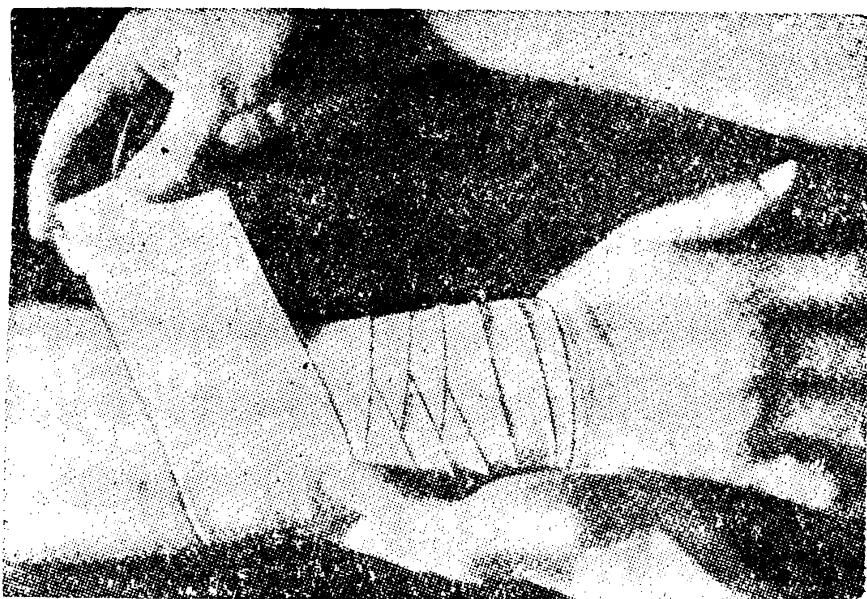
【問題】 1. 國際衛生組織有甚麼重要性？ 2. 衛生行政何以必須設立永久的機關？ 3. 試述省衛生行政機關與地方衛生行政機關的關係。 4. 衛生統計和婚姻生死之登記，對於衛生行政有甚麼關係？ 5. 試計劃縣和鄉村的衛生行政大綱。 6. 人才和經費缺乏，對於衛生行政有甚麼影響。

第十一章 簡易急救法

(1) 繃帶

繃帶的種類 繃帶可分保護繃帶,壓迫繃帶與支持繃帶三種.保護繃帶與壓迫繃帶用以止血,且防創傷面的污染.支持繃帶用以支持骨折或脫臼,以防損傷部動搖.其形式亦有多種.三角式的在急救法中最爲適宜,應用也最廣.四角式的用以裹頭部及下頷的創傷,應用的範圍較狹.纏裹的繃帶普通以棉布,法蘭絨,紗布或薄棉布的長條捲裹而成,在藥房中都可購到,應用亦頗廣.大概繃帶的使用不必拘泥於一定的形式,在急救時,但依適當的情形,加以取捨是了.

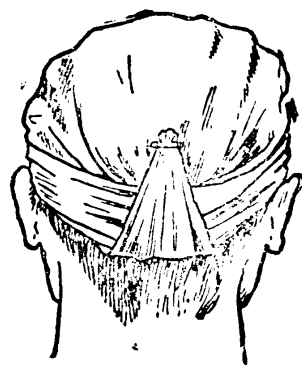
繃帶的用法 三角繃帶的用法,普通



第一二圖 繃帶反裹法 上手腕部 下足踝部

分爲折小的和不折小的二種。折小的以大角向對邊折之，或折成長條均可；不折小的即指以全幅應用之謂。四角繃帶可

把繃帶重折一下,將兩端撕開,惟留中部約四寸長的一段不撕開,纏裹繃帶



第一三圖 頭部的繃帶裹紮法
左前面 右後面

的大小長短,須依使用的狀況而定,纏裹時右手執繃帶團,左手按於被裹處徐徐裹之.大槪在粗細相等的部分,如手腕,手指等部用環裹法,粗細不等的部分則用反裹法.反裹法比較困難,先用左手按住繃帶的一端,而將兩手間的繃帶團放寬三寸,向身反折,從底下兜過,使折痕與底下的繃帶邊緣平行;到了相當處所重又反折,依此纏裹,反折處成一直線,整齊美觀.繃帶結合時,普通把兩端撕開,即用分折處打結繫連,但爲防止鬆脫,常用別針結合.惟繃帶使用的方法,常依局部的狀況而定,故須隨機應變,斟酌合宜.學習急



第一四圖 手掌的繃帶裹紮法

救法時,除用腦之外,更須學習用手,時時練習,那麼繃帶的用法,也就精熟了。

繃帶使用時,不可太寬太緊,太寬容易鬆脫,太緊能妨礙血行,反使創傷部分發生腫痛或別種弊害。大概

在使用前先應明瞭局部的構造生理,再依其自然的位置,施以纏裹,例如局部大者不可用狹小的繃帶,局部彎曲的,纏裹後不可使其挺直。纏裹時普通皆自下向上,而在尖銳的骨骼上則不可施行反裹;纏裹手足時並須把手指或足趾露出,以便觀察。繃帶裹好以後,仍當隨時留意局

部的情形,如起腫痛,即宜解鬆或再詳細診察.惟使用繃帶時不論其創傷部及繃帶,均應有一種消毒的手續,在急救時尤宜注意,總當以清潔為主.污穢或潮濕的繃帶,都是不可用的.

【提要】 1.繃帶分保護繃帶,壓迫繃帶與支持繃帶三種;形式分三角的,四角的和纏裹的三種.

2.三角繃帶分折小與不折小二法;四角繃帶把兩端撕開,纏裹繃帶分環裹法與反裹法二種裹紮.繃帶不可太緊太寬,宜依自然的姿勢,並須注意清潔.

【問題】 1.繃帶應以何種質料爲佳? 2.試述環裹法與反裹法的要點. 3.使用繃帶爲何必須清潔?

(2) 流血及止血法

流血的種類 人體血管,分動脈,靜脈和微血管三種,血液循環全身,即以此三種血管爲通路,故流血的種類亦可依其創傷的部位,而分三種:

動脈血——動脈直接自心臟發出,血壓

最高,血色亦最鮮紅,故動脈創傷時血液噴射最急,危險性亦最大。

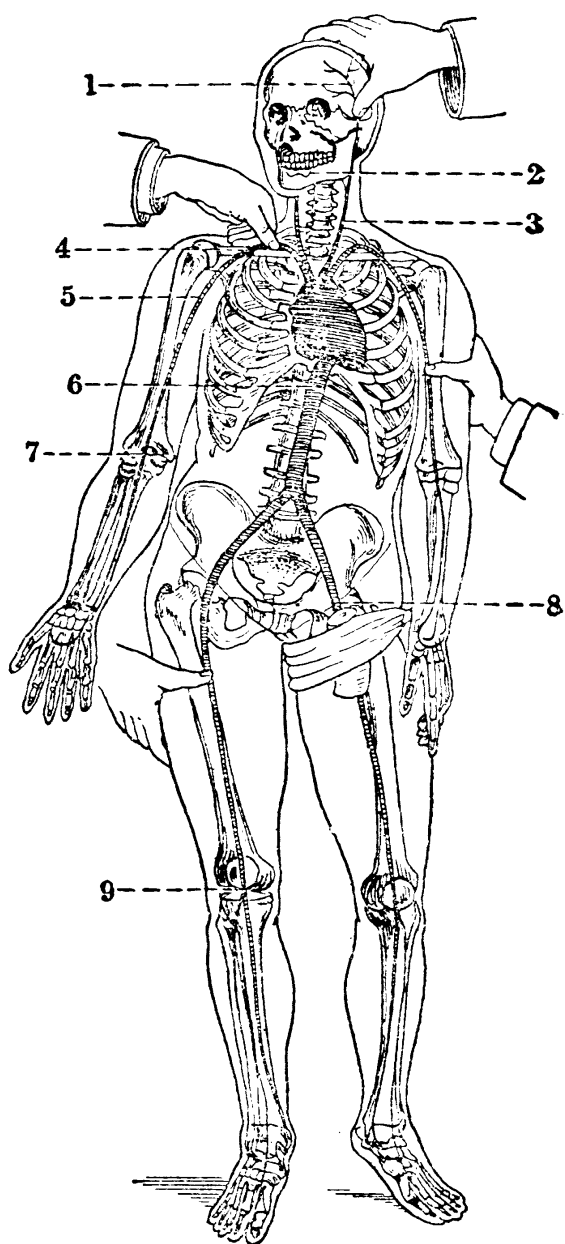
靜脈血——靜脈爲使血液回歸心臟的血管,血液自動脈經微血管而入靜脈時,血壓已低,且血液經過全身組織,吸收廢料,顏色亦變暗紅,故靜脈創傷時,血液慢慢流出,持續不絕,且隨呼吸運動而有變化。

微血管血——微血管介於動脈與靜脈之間,其血液大都暗赤,流出時亦極緩慢。

止血法要點 血液是由心臟發出,故要止血,應把心臟與創傷局部間的血管緊紮,以隔絕血行。動脈出血時,則紮部應在創口的上面,即在近心臟的一面;靜脈出血時,則止血法與之相反,因靜脈裏的血液,都自微血管回歸心臟,故必須紮於遠心臟的一面。微血管出血時,則用壓力施於創傷部分,大概即可止血。血液是有凝固性的,故要止血先得使血液停止流

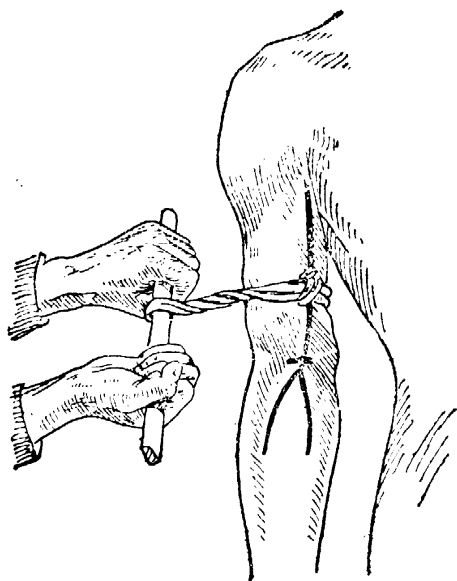
動,緊紮血管的方法,就是使血液停止流動的意義.大概流血之時,最先應辨別爲何種血管之血,即施應急處置,此時病人不可移動,宜安心靜臥.血止以後,病人仍宜安靜以防血液再流.若病者流血過多,或十分軟弱,幾頻於死時,則可壓迫四肢的血液,入於體部,或飲以刺激性的藥物,以求速效.

輕微的流血,施以壓力後,大概即可止血,若



第一五圖 動脈止血時應施壓力之點

1太陽穴動脈 2面動脈 3頸動脈
4鎖骨下的動脈 5腋動脈 6大動脈
7上臂動脈(在肘彎處) 8腿動脈
9膝關節動脈(膝蓋的背面)



第一六圖 示手臂動脈管
損傷後的止血法

爲動脈流血,或大流血時,則除延醫救治外,同時不可不施以應急的處置.凡頭部流血時,可把咽喉側面的頸動脈按住,不可放鬆,以待醫至.面部流血時,則按住下頷骨角的動脈,血亦可止.頸部流血時,則其止血法與頭部同.肱部出血時,可用手巾絞緊其血管.前臂出血時,則可高

舉前臂,並在創傷的上部加以壓力.手掌出血時,可將手高舉,並設法壓迫其血管.股部及下腿出血時,其止血的方法,與上肢的方法同.凡稍大的創傷出血,必須立刻延醫師,同時可即除去創傷部的衣物,施以上述的應急處置.

【提要】 1.動脈流血急而紅,靜脈流血緩而暗赤,微血管流血極緩慢.

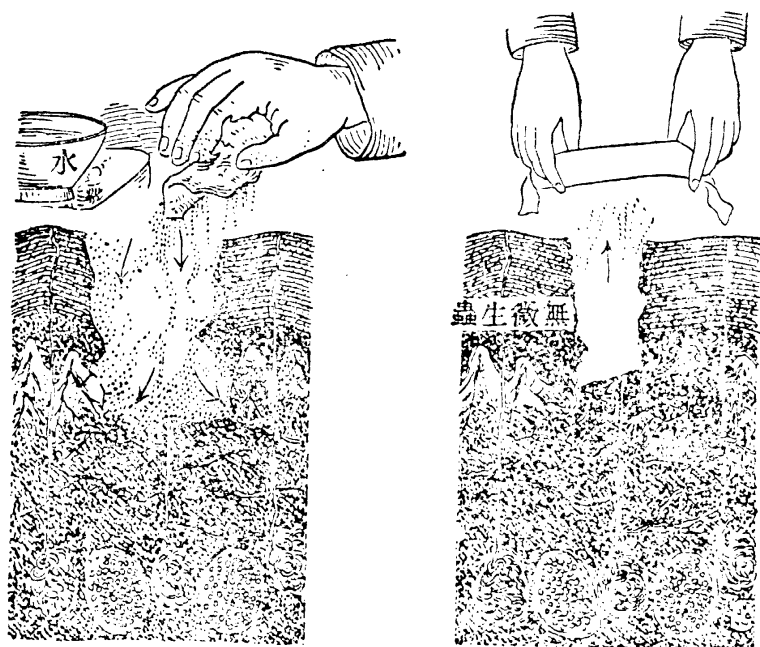
2.動脈流血應緊紮近心臟的一面,靜脈流血應緊紮遠心臟的一面,微血管流血施壓力於創傷部.

【問題】 1.動脈血和靜脈血有甚麼區別? 2.試述動脈和靜脈的止血法要點. 3.怎樣使創口的

血液容易凝固？ 4. 試述止血的急救處置。

(3) 外傷

創口 外傷的原因甚多,其局部的皮膚必皆留有創口。創口如有細菌侵入,常使局部發炎,或甚至因毒質流入血中,而引起生命危險。故處置創口必須謹慎小心,勿使污物接觸。大概創口大的,流血必多,必須延醫治療。急救的處置,莫如把消



第一七圖 創口處理法
左示手觸或水洗的危險
右示用消毒布封裹的方法

毒過的棉布,緊紮局部,但創口部分決不可用手指接觸,亦不可用水洗濯。最

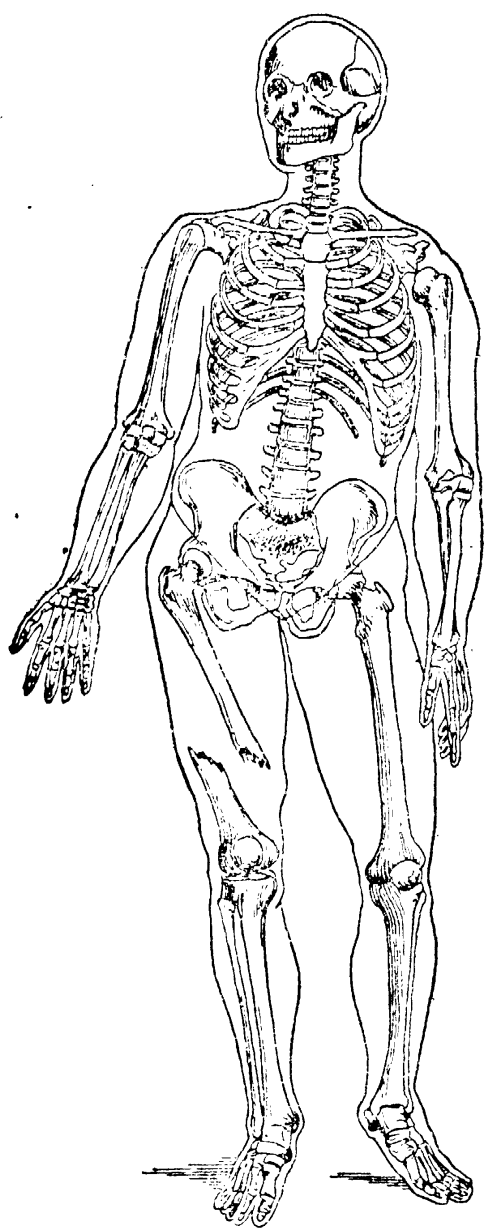
好先用碘溶液拭其創口部分，施以消毒，然後加以緊紮；若流血過多，則創口外可貼以消毒棉花。此種用品，藥房中大都有售。

火傷 火傷是由熱湯烈火所致的外傷。此種損傷或及於皮膚，或深入肌肉內部，至有燒焦腐爛以致喪身的，幼童與老人患者尤爲危險。急救的處置，若祇皮膚紅腫，略有漿液滲出時，可塗以麻油，凡士林或硼酸軟膏，覆以油紙，再用棉布包紮即可。若皮膚腫痛強烈，滲出液成爲水泡時，則亦用油類塗上，加以包紮，再置水囊，到第三日後，用經過燒紅的針頭，刺破水泡，而用消毒棉布包紮之。若火傷的程度更烈時，則危險性較大，務宜延醫治療。尋常失火後燒及身體衣服時，可倒地打滾，使其熄滅；救護者亦可用厚被裹覆之，但決不可澆以冷水。惟如爲沸湯或熱蒸氣損傷時，則可用冷水灌注其患部，爲化學

品腐蝕時亦同。

凍瘡及凍傷 凍瘡及凍傷皆由寒冷而起,血液循環不良之人,多易患此。尋常所見的以凍瘡爲最普通,患者在手指,足跟或耳垂等處發生紅腫,燒痛作癢,甚則潰爛。此症頗難治愈,故未患之前,務宜祛除其原因。凡易生凍瘡處,可常用熱水洗擦,亦勿常出入於寒暖不均之處。每二三天用碘酒抹於患部,並加搽擦。如症狀較烈,則延醫治療之。至於凍傷大都在極嚴寒的氣溫中見之,患者行路忽倒,極度衰弱,每致不救。故身體衰弱的,在嚴寒時必須多穿衣服,慎防疲乏。不幸患之,則當把病人移入冷室,用冷水布摩擦全身,漸漸增其室溫與水布的溫度,如是當可恢復其體溫。病人可以起坐時,飲以少量咖啡,茶或葡萄酒。

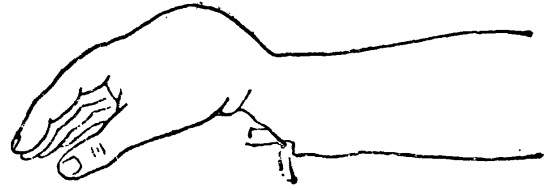
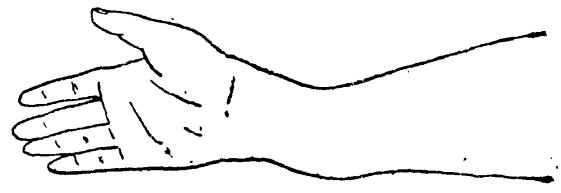
骨折,脫臼及挫傷 骨折爲傷害程度較重的創傷,大概由於跌打所致。可分單



第一八圖 骨折與脫臼

純的與複雜的二種。單純的骨折，其創傷部不戳破皮膚；複雜的骨折，則指戳破局部的皮膚而言。但單純的骨折，若不善處置時，亦可戳破皮膚，而發生嚴重的結果。大概骨折以後，局部異常，且發劇痛；甚者或致昏暈。此時除延醫外，必須禁止病人移動，以免加重其創傷與痛苦。如果必須移動，則必須在骨折處承之以手，以免斷骨戳破皮膚的危險；然若已戳破皮膚的，那就不可把病人移動。大概療治骨折，都用副木將折斷處，妥加包裹。如是單純的

骨折,在數星期內即可治愈;複雜的骨折,如無別種問題發生,亦可治愈。但不論如何,總須延專門醫師施術,則病人的痛苦較少,而治愈亦比較容易了。



第一九圖 骨折的種類

上單純的 下複雜的

脫臼俗稱脫骱,由於跌打,重擊,以致骨端脫出關節所致。患者局部異常,疼痛劇甚,每致昏暈。此時嚴禁病人移動,立延專門醫師施行接骱手術,但在醫師未到前,可用極熱或極冷的水布罨其局部,以減痛苦。肩骨和手腕脫骱的比較多見,故運動時必須注意。

挫傷是因關節部韌帶挫轉而起,患者局部的肌肉腫痛發炎。此時使病人安臥,用熱罨法或冷罨法減其痛苦,並把局部

輕微摩擦,當易全愈.若挫傷劇甚時,仍以延醫診治爲妥.手腕及足踝上的小肌腱較易挫傷,故運動時亦須注意.

【提要】 1.創口不可與污物接觸或水洗,宜用消毒綿布紮其局部.

2.火傷後可塗油類加以包紮,傷重者宜延醫治療.

3.凍瘡或凍傷均宜祛除其原因.

4.骨折分單純與複雜二種;脫臼爲關節脫出,均極痛苦,宜速醫治.挫傷可用熱罨或冷罨法,重者醫治.

【問題】 1.試述創口不可水洗之理. 2.消毒綿布有甚麼功用? 3.火傷後局部生理有甚麼變化?

4.試述防止凍瘡的方法. 5.運動時應怎樣防止外傷?

(4) 溺死,窒息,縊死及人工呼吸法

溺死 溺死由於飲水過多,塞住空氣進路,以致窒息所致.救護落水者,最簡單方法可用有鉤的竹竿入水鉤住.倘救護者精於游泳,固當入水救之,然須慎防爲

溺者所抱，故救護者宜自溺者的後方前進，捉住其身體，然後拖上陸地。若游泳術不精，則應用救命圈，繩索，木板等



第二〇圖 使肺中之水
流出法

物，謹慎從事，以防危險。把溺者救上以後，先把其口鼻內的泥砂挖清，然後由一人抱其腹部，使頭部覆倒於地。這時腹部受壓，則肺胃之水，即自口鼻流出。同時用綿衣裹身，並用熱巾摩其手足，以增體溫。若呼吸已停，應急施人工呼吸法，以促其自然呼吸。俟溺者神志漸明，再飲以熱水，咖啡或葡萄酒等，使其興奮。

窒息 口鼻氣管為空氣入肺的重要氣道，倘有阻塞，則空氣不通，即可使人體窒息而死。氣道阻塞的原因甚多，溺死者即其普通之例。惟窒息之症，除氣道阻塞外，亦可因專司呼吸的神經中樞發生障礙而起；延髓受傷，每致停止呼吸，即因此

故.此外因中毒而窒息的亦常見之.大概窒息後,顏面唇舌及指甲等都現青色,初則竭力喘息,以求空氣,目定而發痙攣,狀極可慘.最後力盡氣絕,遂完全失去意識.急救法可用人工呼吸法以促其自然呼吸,然救護者先當明瞭其窒息的原因,最好即延醫師急救.

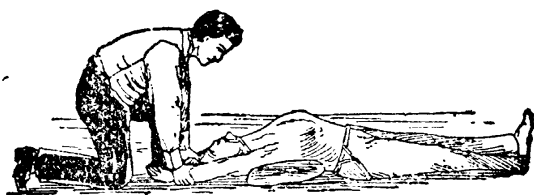
縊死 縊死是因咽喉部用繩索隔絕氣道的通路所致.急救法應先抱住死者身體,解開繩結,再把死者輕放地上,脫開衣服使其仰臥,同時在顏面及體部用冷水摩擦.若呼吸全停,應急施人工呼吸法,以促其自然呼吸,同時用氨（即阿摩尼亞）的蒸氣刺激之.俟呼吸漸復,即移於床上,飲以熱茶,咖啡或葡萄酒等使其興奮.

人工呼吸法 人工呼吸法是催起已經停止的真呼吸,在一時的呼吸窒息時行之有效.其法先使受術人平臥地上,其



第二一圖 人工呼吸法一

背部墊一軟枕，施術者跪倒於其身前，兩足適在受術人兩足之旁。施術人遂將受術人的胸部強壓，同時另由一人將受術人的兩手屈折於胸廓上部，如是肺內的空氣即可驅出。隨後胸部的壓迫鬆弛，同時把受術人的兩手，舉至其頭部外側，這時肺臟擴張，空氣遂又流入。依此反復行之，可使受術人吸入多量的空氣，而促起其自然的呼吸。凡窒息者都可用此法急救，並無流弊。施術時，此一呼一吸的手術，宜自緩而急，行之不息，直至窒息者回復其真呼吸而止。惟窒息者急需新鮮的空氣，故必須在曠地中行之，若在室內多人之處，空氣污濁，不易見效。施急救後，如窒息者神志



第二二圖 人工呼吸法二

稍清,則可用氨水興奮之。

【提要】 1.救溺者應慎防同溺,溺者上陸後應先去胃中之水,增其體溫,或用人工呼吸法施救。

2.窒息者應明瞭其原因,急施人工急救法。

3.縊死者可用冷水摩擦,呼吸全停者用人工呼吸法。

4.人工呼吸是使受術人吸入多量的空氣,以促其自然呼吸。

【問題】 1.救溺者每致同溺是甚麼原因? 2.窒息有幾種原因? 3.試述人工呼吸法的要點。

(5) 失神及中暑

失神 失神即指失去知覺而言,程度頗有輕重,輕者局部的知覺毫無,重者完全不省人事。原因甚多,如出血,昏暈,中毒,中風等,均能使暫時失神。故急救法應先研究其身體及其周圍狀況,以明瞭其致病之原因,並宜立延醫師診治,不可延誤。通常失神者的症狀可分充血與貧血二種,急救時,凡充血而面紅脈強的,則把患

者仰臥，墊高其頭部，並用冷水灑其面部與胸部。若貧血而面白衰弱的，則把患者仰臥，頭部稍低，蓋暖身體，並與以刺激之品。惟不論何種，施術時，均須把患者之衣服解開，使其充足呼吸空氣，並須安靜毋嘩，靜候醫師臨場診治。

中暑 中暑爲因受過度的熱而起，大概身體衰弱的，直接曬於烈日之下，每易患此。患者先覺頭痛及有壓迫之感，既而知覺全失，皮膚灼熱發紅，乾燥無汗，脈大而急，呼吸困難。此種症狀常突然現出，故很易辨識。急救法先把患者移於蔭處，解開衣服，用冷水布摩擦其全身，大概即可蘇醒。俟神志既清之後，可飲以冷水，直至體溫回復爲止。此症能影響全身，頗爲危險，故身體衰弱者，宜避在烈日下作工。若在工作室內，宜使空氣流通，遮蔽陽光，衣服宜薄，並不飲酒。如覺工作疲乏，體溫甚高，即停止工作，稍加休息，並用冷水洗拭

身體。

【提要】 1.失神的原因爲出血,中毒和中風等,就其症狀言可分爲充血性和貧血性二種,充血性的用冷水洗灑,貧血性的蓋暖其身體,並與以刺激品。

2.中暑者常突現重症,頗爲危險,宜祛除其致病的原因,急救法可用冷水摩擦。

【問題】 1.試述失神的症狀。 2.怎樣可祛除中暑的原因?

(6) 中毒

煤氣 煤氣的種類甚多,如煤竈的煤氣,燃燈用的煤氣以及汽車放出的煤氣等,均能使人中毒。煤氣中毒的原因,由於煤氣中含有少量一氧化碳,此氣吸入人體以後,能吸出血液中的氧氣而成碳酸氣,故能使人窒息,而現中毒症象。患者的症候,爲頭痛,眩暈,脈搏急速,呼吸困難等;若中毒深的,即現窒息的一般症候。急救者應先把患者離開煤氣處,但此時救護者亦宜自己留心,勿吸煤氣,最好用特製

的面罩罩住口鼻，最爲安全。把患者扶出之後，宜即移入溫暖而通空氣的室內，施以人工呼吸法。如中毒不深，只須使患者靜臥，飲以熱茶，咖啡等興奮劑。但不論如何，中毒以後總宜立延醫師治療，以免引起別種病症。我國社會上在冬季因煤爐而起中毒的甚多，每使闔家之人皆頻危險。其因燃燈用的煤氣而中毒者亦有之，故臥室中無換氣裝置的，絕對不可置無烟囱的煤爐。燃燈用的煤氣管宜時時檢查，勿使漏氣，汽車廠棧亦須有適當的換氣裝置。總之，空氣流通爲預防煤氣中毒的最好方法，故居室的換氣裝置，實爲必要的。

鴉片 鴉片中毒都由自殺或誤服所致。毒力甚強，能麻痺神經，使中毒者失去知覺。大概最初症候爲頭重眩暈，顏面潮紅，瞳孔縮小，呼吸短促，脈搏頻數，漸至失去知覺，陷於昏睡狀態。急救法如係中毒

不久,先與以吐劑如芥末水,鹽水或低溫水均可,但須使中毒者飲至多量.此時如不嘔吐,可用濃咖啡茶飲之.嘔吐既暢後,即扶持病者使走;若不能走而呼吸困難時,則使安臥地上,急施人工呼吸法.但何論如何,必須立延醫師治療.

砒 砒俗稱砒,其中毒亦多由自殺或誤服所致.患者口腔灼熱而煩渴,頭痛眩暈,腹痛嘔吐,且泄黑色的糞便,四肢厥冷,並起痙攣.急救法先灌以牛乳,雞蛋或菜油等以沖淡其毒質,然後用芥末水或鹽水等以催起其嘔吐.嘔吐後再飲以牛乳或雞蛋白等,亦應立延醫師治療.

磷 普通因自殺而服火柴頭所致.患者胃部疼痛,並發嘔吐,其嘔吐物在暗處可見微光,故易辨識.急救法先用羽毛探喉,使起嘔吐,然後予以粥湯及卵白等,或別種鹼性飲料,但不可飲以牛乳或其他含有油質的物質,亦應立延醫師治療.

河豚毒 河豚的肝臟及卵巢中含河豚素甚多,食之必致中毒.患者眩暈嘔吐,瞳孔散大,脈搏細弱,呼吸短緩,顏面蒼白,卒至知覺麻痺,四肢厥冷,宜立延醫師治療.急救法先使嘔吐,並行人工呼吸法.

【提要】 1.煤氣能使人窒息,症極危險,急救法用人工呼吸法.

2.鴉片能麻痺神經,宜先與以吐劑,中毒深者急施人工呼吸法.

3.砒中毒者先催起其嘔吐,再予以牛乳雞蛋等.

4.磷中毒者嘔吐物有光,宜先使嘔吐,再與以粥湯卵白等,但不可予以牛乳或油質.

5.河豚中毒先使嘔吐,再行人工呼吸法.

【問題】 1.煤氣何以能使人窒息? 2.試述鴉片中毒的原因. 3.磷中毒者爲何不可飲以牛乳或油質? 4.試述中毒急救法的要點.

(7) 尋常病症之救護

簡易診斷法 人體有了疾病,則在形態上和生理上都起變化.例如皮膚浮腫,爲皮下組織積水的症象;表面發疹,可爲

猩紅熱，傷寒等的症象，均宜從速醫治。簡易的診斷方法，可用體溫表以檢體溫，並就脈搏，心音和呼吸的狀態，以檢生理上的變化。健康人的體溫為攝氏表三十七度，若高低相差一度，即為疾病之徵。脈搏在十一歲至二十歲間，每分鐘為七十五至八十次，可按撓骨上的動脈而知。脈搏和心搏相應，故跳動的次數過多或過少都是病態。心音的狀態可用聽診器檢查，倘過強過弱，亦是病態。呼吸的狀況，健康成人每分鐘約自十六回至十八回，可於胸壁或其鼻端檢查之。倘呼吸時肌肉痙攣，即為呼吸困難，宜即醫治。此外喀痰和大小便的檢查亦極重要。喀痰尋常無色無臭，患病時則現褐色綠色及帶血等，且有特異的臭氣。故患病時宜即把喀痰存儲，以待醫師檢驗。健康人的大便每日一次，小便的量至多二千立方公分，倘次數較多，顏色變化或發特異臭氣的，亦宜即

取出檢查。此外患病者精神上亦常起變化，宜時時注意。

看護要點 人體患病以後，縱有名醫良藥，亦頗多不易奏功。因人體生理異常，則其精神上亦必起變化，故治療疾病除名醫良藥以外，更須有適宜的看護，然後病人精神上的痛苦可以減少，而疾病也就有易於治愈之望。看護的範圍甚廣，凡病體的變化，藥物的奉承，以及病人的環境等，都應有充足的學識和經驗。大概病人的臥室宜南向，有適當的採光和換氣裝置，室內凡足以增加病人厭煩或妨礙其安寧的器物均須摒除。臥床宜軟，室溫不可過高過低，並須力求清潔。如是環境幽靜，病人安寧舒適，精神上就能發生快感。對於病人的狀況，宜每日檢查其體溫，脈搏及呼吸。藥房中有所謂體溫表發售的，可以購置一份，隨將檢查所得記於表上，並附記病人特著的病態，以供醫師診

斷時參考。看護者宜隨時注意病人有適當的睡眠，使其身體和精神能得充足的休養。病人的汗液，喀痰及大小便等均與疾病有關，故看護者亦宜注意排泄物的分量，顏色及臭味等，報告於醫師。並應不辭勞瘁，扶持病人，以防病人感冒與勞苦。病人的食物，宜選滋養而易於消化，且為其嗜好的物質，但禁忌之品，務須遵醫師之囑，不可苟且。看護者必須身體強健，精神飽滿，性情柔和，處事細心，並須有高尙的道德和整潔的儀容，對病人談話時，尤宜有慈愛懇切的態度，因為問病侍疾，能變更病人的心理，故宜愉快，而且時予以健康的暗示，則病人更可易於恢復健康。惟看護者固當不避勞役，而自己身體的健康，亦不可不加以注意，故相當的醫藥和看護知識，實是看護者所必要的。

日常必備的急救藥品和材料 應施急救的疾病，常禍起倉卒，措手不及。故在

家庭,學校及工廠等對於急救的藥品和材料實不可不備.急救的藥品和材料,種類甚多,茲就比較重要的分列於後:

藥品——硼酸,酒精,石碳酸,氨水,草麻油,樟腦,橄欖油,甘油,碘酒,硫酸鎂(俗名瀉利鹽),醋酸鉛,沃度仿,過氧化氫,阿司匹靈等.

材料——藥水皂,消毒棉,消毒紗布,繃帶,橡皮膏,體溫表,聽診器,橡皮手套,灌腸器,橡皮管,注射器及刀,鋸,鑷子,剪刀和剃刀等.

關於急救用的藥品和材料,藥房中有救護箱出售,家庭,學校或工廠能購置一具,則攜行便利,最爲適用.

【提要】 1.簡易診斷法可檢查其體溫,脈搏,心音和呼吸數,以及喀痰,大小便等.

2.看護者應使病人身體與精神得到舒適安慰,宜不辭勞粹,然亦當注意自己健康.

【問題】 1.試述簡易診斷法的要點. 2.適當的

看護何以能促進病人的健康？ 3.體溫表有甚麼
用處？ 4.看護者應有何種必要知識？

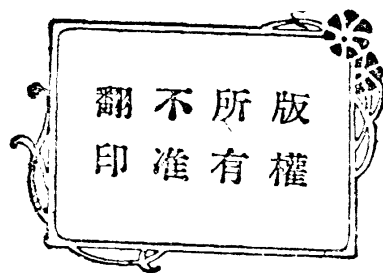
中華民國二十三年七月初版

新課程標準世界中學教本

龔氏
初中衛生（全三冊）

每冊定價大洋五角五分

（外埠酌加運費匯費）



編著者 龔 昂 雲

校訂者 洪 式 閻

發行者 沈 知 方
世界書局有限公司代表人

出版者 世界書局
上海大連灣路

發行所 上海及各省 世界書局

新課程標準 廿二年新出

世界初中教本

- 徐氏 初中公民 徐逸橋 三冊
 龔氏 初中衛生 龔昂雲 三冊
 朱氏 初中中國文 朱劍芒 六冊
 創造國文讀本 徐蔚南 六冊
 國民英語讀本 陸步青 六冊
 英語讀本 黃梁就明 三冊
 英語標準讀本 林漢達 三冊
 進步英語讀本 進步社 三冊
 朱氏 初中本國史 朱翊翥 四冊
 謝氏 初中本國史 謝興堯 四冊
 朱氏 初中外國史 朱翊新 二冊
 李氏 初中外國史 李季谷 二冊
 譚氏 初中本國地理 譚廉遜 四冊
 譚氏 初中本國地理 譚亞達 四冊
 譚氏 初中外國地理 譚廉遜 二冊
 王氏 初中世界地理 王謨 二冊
 駱氏 初中算術 駱師曾 二冊
 王氏 初中算術 王剛森 二冊
 薛氏 初中代數 薛添齡 二冊
 薛氏 初中代數 薛天遊 二冊
 王剛森 二冊

- 何氏 初中幾何 附數值 何時慧 二冊
 黃氏 初中幾何 附數值 黃泰 二冊
 徐氏 初中植物學 徐克敏 一冊
 馬氏 初中植物學 馬光斗 二冊
 王氏 初中動物學 王采南 一冊
 徐氏 初中動物學 徐琨 二冊
 錢氏 初中化學 錢夢渭 二冊
 朱氏 初中化學 朱昊飛 一冊
 龔氏 初中物理學 龔昂雲 二冊
 朱氏 初中物理學 朱昊飛 一冊
 中學水彩畫 陸爾強 四冊
 中學鉛筆畫 徐則安 三冊
 陳氏 初中圖畫 陳抱一 三冊

● 特出二種任意採用

世界書局發行

(數目1)



龔氏初中衛生 第三冊 價洋五角五分