

賴斗岩
蘇德隆
編

師範學校
教科書

衛

生

商務印書館發行

賴斗岩
蘇德隆
編

師範學校
教科書
衛生

生

商務印書館發行

顏 序

我國民衆於衛生常識，極爲缺乏。如普通傳染病，瘧，痢，霍亂，砂眼及傷風咳嗽等症之如何傳播及預防，類皆茫然不知，其他較少見之症更無論矣。夫「治病不如防病」已爲醫學界所公認，不僅傳染病宜然，任何疾病，皆應預爲之防。邇來我國科學醫漸漸發達，深悉國人此種缺點與防病之重要，均能一致努力推行衛生教育，故凡國內各大城市各衛生機關之設立，幾如雨後春筍，而各學校皆加衛生一科，并非常重視，此固極好現象，惜目前各種衛生書籍，尙無充分編訂，各大書局間有一二發行，似乏善本，本院衛生科教授賴斗岩醫師兼理上海高橋衛生事務所所務多年，近與滬郊農村協進會衛生主任蘇德隆醫師，本其經驗所得，編成師範衛生教科書，凡所取材，皆係現實，毫無空泛理論，對於各種普通病症及其治療，均有相當說明，至於預防方法以及應如何實施，悉皆扼要而切實際。是書誠屬內容豐富，編次精詳之善本，不僅爲衛生教科之唯一讀

物，亦可爲任何人士之衛生南針，更可爲衛生機關之參考材料。吾知此書發行後，對於吾國衛生教育，必有大量之裨益也，是爲序。

民國廿四年八月卅日 顏福慶於上海醫學院

編輯大意

(一)本書編輯大綱係依照教育部二十三年九月所頒之師範學校衛生課程標準為根據。

(二)本書所用材料，除特別節目外，均以小學兒童為對象。

(三)教師課室講演，宜充分利用模型，標本，圖表，幻燈等，以為直觀之輔助。

(四)學生除課本外，宜多作課外閱讀，教師須隨時指定參考書籍（注意本課本的參考書籍附於卷末）

(五)教師與學生宜參加本校各項衛生設施與社會上各種衛生活動。

(六)學生宜有相當的實習，照教育部的標準，至少包含下列各種：(1)赴指定小學實習晨間檢查；(2)赴指定小學實習測量身長體重；(3)實習種牛痘；(4)實習矯治砂眼（以取簡單的治療為限，並須有醫師指導）；(5)實習急救術；(6)赴

指定小學試教衛生課程。

(七)隨時宜選擇一種健康活動爲單元，由教師指導學生設計研究。

(八)宜不時舉行校外參觀，使學生視察健康教育及公共衛生狀況。

(九)課本外教材，須令學生在課室筆記，至於實驗，研究，參觀等項，亦宜令學生按期報告。

(十)本書所插照片，多係南京衛生署與上海市高橋區衛生事務所（爲上海市衛生局與國立上海醫學院合辦的機關）實地工作的寫真。

此次編輯，時間頗爲匆促，幸賴萬國同，王濬昌，朱席儒，凌珊如，黃文几，張志聖，蘇漢均諸先生的協助，得以完成，特此誌謝。

民國二十四年八月 賴斗岩，蘇德隆識於

國立上海醫學院衛生科

目 次

第一編 健康促進

第一章 健康的意義和價值.....	1
第二章 健康的保持和促進.....	7
骨骼,肌肉,消化,呼吸,循環,排泄,神經,生殖,感覺, 各系統的保健要則。	
第三章 孕婦衛生.....	10
產前衛生,臨產衛生,產後衛生。	
第四章 嬰兒健康.....	15
飲食,衣服,沐浴,排泄,睡眠,種痘,啼哭,發育標準。	
第五章 學齡前兒童健康.....	19
營養,衛生習慣,預防疾病。	
第六章 學齡兒童健康.....	23
健康檢查,矯正缺點,免疫測驗。(錫克氏試驗,狄克 氏試驗,結核素試驗),預防接種(種牛痘,預防白喉,	

霍亂，傷寒，鼠疫），衛生教育。

第七章 青春期的生理變化和保健要則……………26

男性生理變化，女性生理變化，保健要則（月經，遺精，手淫，性病）。

第八章 健康檢查的意義，和其實施概要……………32

檢查定期，檢查人員，檢查手續，檢查項目。

第九章 身體缺點矯正的重要和其實施概要……………44

體重減重，皮膚病，（疥瘡，膿皰瘡，癬），視力障礙，砂眼，耳病，牙病，扁桃腺肥大，甲狀腺腫，心病，肺病，包莖，外科整形病。

第十章 營養概要……………48

食物的成份，營養素的功用，維生素，（甲，乙，丙，丁，戊種），無機鹽，我國膳食的改進，豆腐漿製造法。

第十一章 急救知能……………55

外傷（創傷，咬傷，火傷，凍瘡，骨折），昏厥，（腦貧血，腦充血，中暑，煤氣中毒，藥物中毒，淹溺），人工呼吸法。

第十二章 公共衛生的重要和其設施概要……………63

公共衛生的意義，公共衛生的重要，吾國公共衛生

的實施（衛生署，衛生實驗處，中央防疫處，海港檢疫處，省衛生處，城市衛生局，民衆衛生機關）。

第十三章 鄉村衛生實施綱要.....70

組織，經費，工作概要，（醫藥救濟，助產工作，嬰兒衛生，學校衛生，預防傳染病，衛生教育）。

第十四章 生命統計.....77

生命統計的意義，和其重要，戶口，生育，（登記，生育率），婚嫁，疾病，死亡（登記，死亡率）。

第二編 疾病的認識和預防

第一章 疾病概論.....85

疾病的意義，疾病的原因（誘因，素因），病徵和病狀，疾病分類（年齡，器官，病原，過程，傳染，制止）。

第二章 傳染病概論及其預防和管理.....89

傳染病，傳毒什物，帶菌者，潛伏期，病原物（細菌，過濾性毒，寄生蟲）傳染方法（直接和間接），免疫力，（自動與被動），傳染病的預防（個人與公衆）。

第三章 急性傳染病.....98

傷寒，霍亂，痢疾，（菌痢與蟲痢），白喉，猩紅熱，流

行性腦膜炎，鼠疫。

第四章 慢性傳染病..... 109

結核病（癆病），麻瘋（癩病），花柳病，（梅毒，淋病和軟性下疳）。

第五章 天花和種牛痘術..... 119

第六章 寄生蟲及其危害生命與健康之程度..... 123

瘧疾，黑熱病，蛔蟲，鉤蟲，薑片蟲，分枝牽吸蟲（肝蛭），住血吸蟲（日本吸血蟲），住血絲蟲。

第七章 危害生命健康之昆蟲..... 132

蚊，蠅，蝨，蚤，臭蟲。

第八章 其他危害生命健康之物質..... 137

麻醉劑，金屬鹽毒物，腐蝕劑，食物中毒。

第九章 一般疾病的認識..... 140

胃病，腹痛，腹瀉，便秘，扁桃腺腫大，心臟病，流行性感冒，內分泌官能失常，瘤。

第十章 砂眼和其矯治術..... 144

第三編 環境衛生

第一章 學校環境衛生..... 147

- 校址,建築,桌椅,黑板,地板,牆壁,光線,通氣,溫度,
學生應用之衛生設備,膳食,廚房,廚役,膳堂,廁所,
浴室,盥洗室,寢室,體育場,校園,防火設備,衛生室,
- 第二章 鄉村水之清潔和消毒…………… 156
- 水的重要,水的來源,開鑿深水井,改良淺水井。開水
習慣,井水消毒,漂白粉,之用法。
- 第三章 鄉村糞便之處置…………… 163
- 廁所種類,爪哇式,單缸式,雙缸式,牛馬糞便之處置。
- 第四章 鄉村垃圾之處置…………… 170
- 焚化,填窪地,傾入海內。
- 第五章 鄉村住宅之衛生…………… 172
- 第六章 鄉村蒼蠅之撲滅…………… 174
- 除產地(垃圾,廁所,糞缸。畜舍),滅蠅蛆,(沸水,
精化鈉,石灰,塵灰),滅成蠅,(蠅籠,蠅紙,蠅拍,
毒藥),防蠅法。
- 第七章 鄉村蚊蟲之撲滅…………… 178
- 防治孑孓,減少來源,殺滅孑孓(巴黎綠,油,魚),
防治成蚊,防蚊接近,逐蚊法,捕蚊法,焚蚊法。

第四編 健康教育

- 第一章 健康教育的歷史和其重要…………… 183
- 歐美的演進史，中國的演進史，健康教育在吾國之重要。
- 第二章 健康教育的目標和其基本原則…………… 189
- 目標：養成習慣，灌輸知識，感化家庭，改良民族，促進公共衛生。原則：正面，自動，獎勵，知識，模仿，習慣，教材，復習，整個，聯絡。
- 第三章 健康教學和其訓導…………… 192
- 教材來源，教材選擇，設計教學，實行，考驗，設備，活動，參觀，參考書（教師與兒童），訓練習慣，講演，朝會，個人談話，家庭聯絡。
- 第四章 兒童健康的活動和其生活指導…………… 200
- 活動：衛生隊組織法，衛生講演，比賽，刊物，宣傳，表演，急救學習。生活指導：飲食，睡眠，空氣，排泄，皮膚，牙齒，眼睛，耳，鼻，衣服，。
- 第五章 心理衛生…………… 206
- 生理與心理的關係，心理疾病原因（體內的，體外的，遺傳的）；心理衛生實施：適當營養，充分休息，合宜課程，良好訓練，正當娛樂，保護身體。

第六章 衛生課程的編製.....	210
各級課程標準：幼稚園，小學，初中，高中，師範，小學	
衛生課程綱要：第一，二學年，第三，四學年，第五，六	
學年。	
第七章 性教育.....	218
性教育的意義和其重要，目標，實施方法：家庭（教	
訓，營養，服裝，運動，圖書），學校（教師資格，教材，	
教法）	
第八章 健康教育的測驗.....	223
高級，中級，初級。	
第九章 特殊兒童的健康.....	229
特殊兒童的意義，營養不良之補救（特別營養班，露	
天學校，夏令營，檢查體格），目盲（原因和補救），	
語言殘缺之補救，低能兒之種類，和補救法。	
第十章 教師和校役的健康.....	236
教師：健康檢查，訓練（運動，營養，語聲，起居），待	
遇；校役：衛生訓練，（清潔，運動，病原），檢查身體，	
安全設備，預防疾病。	
第十一章 健康教育行政及組織.....	240

中央健康教育設計委員會，省健康教育委員會，縣健康教育委員會，市健康教育委員會，學校健康教育委員會。

參考書一覽..... 244

圖表照片

(甲)表

頁碼

第一表	上海市學童健康檢查結果一覽.....	37
第二表	上海市學齡兒童身長體重對照表(男).....	38
第三表	上海市學齡兒童身長體重對照表(女).....	39
第四表	牛乳與豆漿之比較.....	53
第五表	各國生育率之比較.....	79
第六表	各國死亡率之比較.....	80
第七表	矯正死亡率之舉例.....	81
第八表	各國嬰兒死亡率之比較.....	83
第九表	學校廁所之數目.....	152
第十表	學生健康實踐表.....	194
第十一表	小學課程之分配比例.....	210
第十二表	學校健康教育行政系統表.....	243

(乙)圖

頁碼

第一圖	世界各國人口死亡率之比較	4
第二圖	世界各國平均人壽之比較	5
第三圖	各國人民服務年齡之比較	6
第四圖	上海市學童體格缺點之百分數	40
第五圖	人工呼吸法的步驟	60
第六圖	中國傳染病與寄生蟲病例之比較	96
第七圖	細菌種類	97
第八圖	各國結核病死亡率之比較	116
第九圖	牛痘接種及牛痘復種之局部反應	121
第十圖	種牛痘手術其一	122
第十一圖	種牛痘手術其二	122
第十二圖	瘧蟲生活史	124
第十三圖	普通寄生蟲	129
第十四圖	瘧蚊與普通蚊之區別	135
第十五圖	蒼蠅發育之程序	136
第十六圖	正常眼和砂眼	146
第十七圖	淺水井之染污途徑	160
第十八圖	淺水井之構造	161
第十九圖	爪哇式廁所和其掘穴器具	165
第二十圖	單缸式廁所	168

(丙) 照片		頁碼
第一照片	產前衛生——測驗血壓·····	11
第二照片	臨產衛生——新法接生·····	12
第三照片	產後衛生——護理新生兒·····	13
第四照片	測秤兒童體重·····	17
第五照片	學齡前兒童健康會·····	20
第六照片	護士教學齡前兒童洗手·····	21
第七照片	教師測量兒童的身長體重·····	41
第八照片	醫師檢查兒童的心肺·····	41
第九照片	學校護士測驗兒童的視力·····	42
第十照片	學校護士測驗兒童的聽力·····	43
第十一照片	製造豆漿·····	54
第十二照片	學童施行外傷急救·····	62
第十三照片	學童練習人工呼吸法·····	62
第十四照片	行政院衛生署與衛生實驗處·····	65
第十五照片	免疫馬採血情形·····	68
第十六照片	全國海港檢疫·····	69
第十七照片	上海高橋衛生事務所·····	74
第十八照片	南京湯山鄉村衛生實驗處·····	76