

中華民國十八年七月

衛生運動宣傳綱要

中國國民黨福建省黨務指導委員會宣傳部複印

衛生運動宣傳綱要目錄

第一章 衛生運動之意義

第一節 衛生運動與民族

第二節 衛生運動與民生

第二章 衛生運動之常識

第一節 衛生運動之大敵

第二節 個人衛生與公共衛生

第三章 衛生運動實際上應有之努力

第一節 政府應有的設施

目錄

目錄

第二節 民衆應有的注意

第四章 標語

衛生運動宣傳綱要

第一章 衛生運動之意義

第一節 衛生運動與民族

我國民衆對於衛生從來是不注意的，對於生命，祇是說「死生有命」。就是醫學也不過根據這種不可捉摸的原則，將生命依賴渺無邊際的迷信與神道罷了。這樣對於疾病不知預防於前，更無法醫治於後；遂使我民族日益衰弱，給外國人戴上一頂「東亞病夫」的帽子，這真是奇恥大辱啊！

我們知道：不講衛生，人口是要減少的；人口減少，與民族生存競爭上是有很大關係的。總理在民族主義上說：「我們要提倡民族主義來挽救中國危亡，便先要知道我們民族的危險是在什麼地方？要知道這種危險的情形，最好是拿中國人和列強的人民來比較，那便容

易清楚」。「我們現在把世界人口的增加率拿來比較，近百年之內在美國增加十倍，英國增加三倍，日本也是三倍，俄國是四倍、德國是兩倍半，法國是四分之一，這百年內人口增加許多的原故，是由科學昌明，醫學發達，衛生的設備一年比一年完全，所以減少死亡，增加生育，他們人口有了這樣增加的迅速和中國有什麼關係呢？用各國人口的增加數和中國的人口來比較，我覺得毛骨聳然！譬如美國人口百年前不過九百萬，現在就有一萬萬多，再過一百年仍然照舊增加，當有一萬萬多。中國人時常自誇說我們人口多，不容易被人消滅，在元朝入主中國以後，蒙古民族不但不能消滅中國，反被中國人同化，中國不但不亡，并且吸收蒙古人；滿洲人征服中國，統治二百六十多年，滿洲民族也沒有消滅中國人，反為漢族所同化，變成漢人，像現在許多滿洲八都加漢姓，因為這個緣故，許多學者便以為縱讓日本人或白人來征服中國人，祇有吸收日本人或白人，中國人可以安心。殊不知百年後美國人口可以加到十萬萬多過我們人口兩倍半，從前滿洲人不能征服中國民族，是因為他們祇有一百幾十萬人，和中國人口比較起來，數目太少，當然被中國人吸收；如果美國人來征服中國，

那麼百年之後，十個美國人中只參雜四個中國人，中國人便要「被美國人所同化」。照這種天然淘汰的力量看起來，中國在滿清乾隆時統計所得是四萬萬人。（但又有人調查說中國人最多不過三萬萬人）。如果經過一百年後，中國人口仍然不增加，中國民族必至亡國滅種，總理又說：『各國人所以一時不能來併吞的原因，是因為他們的人口和中國的人口比較，還是太少，到一百年以後，如果我們的人口不增加到很多，他們便用多數來征服少數，一定要併吞中國，到了那個時候，中國不但是失去主權要亡國，中國人并且要被他們民族所消化，還要滅種！像從前蒙古，滿洲征服中國是用少數征服多數，想利用多數的中國人作他們的奴隸；如果列強將來征服中國是用多數征服少數，他們便不要我們作奴隸，我們中國到那時候連奴隸也作不成了！』根據總理上面所指示給我們救中國民族的一條路是要「增加人口」，才能不被列強所消滅，才能充實中國民族的力量。但是要「增加人口」，「提倡衛生」是一個先決問題，能夠解決了衛生問題，把衛生事業普及到全民衆，人人得到健康的身體，然後人口才可以增加，民族才可以圖存。

民族的生存競爭，到現在已經成了最急迫的時代了。其競爭的要素有六：（一）體力，（二）智力，（三）勇敢，（四）機敏，（五）耐久，（六）團結。這六種要素雖然包含身體與精神兩方面，然而，「健全精神是寓於健全的身體」，「沒有強健的身體，決不會有健全的精神」，所以民族自強的根本要素還是在求身體的健康。我們中國民族的意志衰弱，已成了不可諱言的事實。外國人說中國是「一片散沙」，「五分鐘熱度」，這就是他們已看出中國民族在競爭舞台上有了失敗的象徵了！「東亞病夫」的頭銜就是暗示給我們說：『你們身體不強壯，智識不充足，缺乏勇敢的精神，沒有向上的意志，不能耐久，團結不堅固，你們沒有力量和我們競爭，只有任我們欺侮宰割！』於是他們利用政治力，經濟力，武力拚命來壓迫我們。我們縱然高呼「打倒帝國主義，民族解放」，但這種沒有力量的叫喊，在實際競爭上，他們並不重視的。如果我們覺悟了，從基本作起，就要切實的來提倡衛生，使我們的人民身體強壯，身體強壯，則精神健全；精神健全，則意志堅決；意志堅決，則民族團結堅固；能夠如此，列強才不敢逞其野心，帝國主義才可以給我們打倒，中華民族才能得到解放！由此觀之，民族解放

運動，一定要靠自己的力量，自己振作，自求解放；絕對不是乞求人家的憐憫，所能達到目的：衛生運動，實在是民族解放的基本工作。

第二節 衛生運動與民生

什麼是民生？總理在民生主義上說：『民生就是人民的生活，社會的生存，國民的生計，羣衆的生命便是』。我們提倡衛生就是鞏固民生主義的基礎，解決生活問題減少以後的死亡率。當民生主義實現以後，羣衆的生命可以不致因饑寒而死；然而防止因疾病以致死亡，還是要靠衛生方法的講求。所以衛生的積極義務是保障生理上，病理上羣衆的生命，然後社會始能生存。要保障羣衆生理的病理的生命，必須把衣，食，住，行，各方面的衛生常識，加以深切的注意。

第一 衣服

衣服的功用：第一是調節體溫。常人的體溫冬夏一樣；而外界的溫度是變化無常，忽然很熱，忽然很冷，我們若處在較冷的空氣當中，體溫易爲外界冷氣所襲，以至發生疾病；所

以必須穿衣以禦寒。第二是預防外傷。如毒虫，器械，碰到身上立刻就要傷害，穿了衣服至少可以減少許多意外的災害。第三防禦塵埃。人生在土地上，飛塵是無時無處沒有的，當飛塵中有病菌參雜其內，若沒有衣服，一經飛到皮膚上，經毛細管或破裂之處侵入皮膚，就會生病，這是衣服的功用。但同時我們應該注意：衣服不潔，每每容易使病菌久住在皮膚上所排泄出的水蒸汽和炭酸上，埋伏在旁，窺探機會，乘虛而入血管，乃為致病之源，其最顯著的如天然痘，麻疹，濕疹，天泡瘡以及其他傳染病。如果不注意衣服的清淨，最容易傳染。所以我們穿衣服，必須清潔，適合衛生，然後始能得到衣服的益處！

第二 飲食

「病從口入」這是一俗諺，就是說病是從飲食得來的多，飲食本是營養身體的本質，發生全身的體溫，修理全身損壞的組織，供給工作上的能力；所以在他本質上是人類生活的要素，並沒有怎麼害處的。但是如果飲食上不注意衛生，疾病就會從此發生。譬如在很污穢的臭水當中，洗滌食物，就是致病之源；因為不流暢的水是蓄藏病菌的處所。水坑近處的人，生

了傷寒，赤痢之類的病症，他們的排泄物，一定會傾倒在水裏，這樣一來，就被傳染了。其次如蒼蠅也是在食物上作傳染工作的，當他在病者的身上或排泄物內，日用品及其他醜惡的東西上駐足以後，又飛到食物上，如瓜，菓，菜，飯等，他能夠將病菌帶來，人吃了後，一定要生病，尤其是當夏天的時候。鄉間賽會或是演戲，一般口渴的，吃了切開的的瓜果，極容易生赤痢。霍亂，瘧疾等症。所以我們必須注意飲食的清潔，適合衛生，然後始能保持安全！

第三 居住

居住的安全，當然是在發明了房屋以後，才算確定。房屋的功用：在衛生方面說，第一是調節體溫。當氣溫過低，體溫則為寒氣所侵，即生感冒；氣溫太高，體溫之排泄非常困難。第二遮蔽風雨，風雨是致病之源，風雨既得遮蔽，則風寒，濕氣的疾病自然消去。同時我們須注意：人類不可須臾缺少的空氣，我們利用房屋本為保障身體，不能因保障身體而隔絕了須臾不可缺少的空氣，更不能使室內的空氣不潔。當人在屋內，時時呼吸，不久裏面的空

氣，遂逐漸增加二養化炭的成分。在空氣中二養化炭的成分過多，是有害於身體的康健的。在通常的空氣當中，二養化炭祇有萬分之一，倘若增加到萬分之六，這空氣就有礙於身體的康健；所以我們的房間要開窗，使空氣流通，但不宜太冷，大約在華氏六十度至六十八度的最爲適宜。爲使每人得到新鮮的空氣，有如上列的公式 $Q = \frac{A}{N \cdot P}$ 。在這公式裏 Q 爲每人每小時所需要的立方英尺的空氣， A 爲每人每小時所產生的立方英尺的二養化炭， N 爲空氣中可能有的二養化炭， P 爲空氣中二養化炭的濃度。 N 的價值，權作萬分之一至萬分之八，照這公式的演算，我們得的結果 $Q = \frac{0.6}{0.0105 - 1.0003} = 2000$ 立方英尺，這就是說，任何房屋，必須使每人每小時要得二千立方英尺的新鮮空氣，如果空氣不流通，最易致病。還有整理不潔，其害淺；如一所房屋，同居五六人，當中若有一人患傳染病，常常流通全家，所以要居住的安全，必須注意衛生，一經發現有傳染症，當立刻送至醫院，然後以消毒殺菌的臭水灑洗房屋，地板及牆壁，以期嚴密消毒，始能免去傳染。

第四 道路

道路是交通的中樞神經，每天在路上往來的很多，但是在衛生不發達的中國，的確要含幾分危險性。假如你在路上走，適有患傳染病者的唾液及排泄物，被風吹乾，其病菌不死，混於灰塵之內，除非你不呼吸，如果被傳染的機會，隨意傾倒垃圾，及拋擲瓜果，蔬菜都是給予行人一種極不安全的標記，就像戰鬥時埋伏地雷同樣的危險，隨時可以致人於死地。由此觀之，道路本是有利的，而不衛生的道路就有很大的害處；要除此弊，非將道路掃除乾淨，常用清水噴灑，不使灰塵高揚，走路的人才能免去危險！

人民之所以傾向革命，是要求生活的滿足，然後可以享幸福；但是沒有健康的身體，幸福仍是不能享受的。西諺說：「最愉快是康健」，有了康健的身體方有享受幸福的基礎，這是很明顯的道理。在本黨領導之下的民衆，要求實現民生主義，同時尤須注意衛生；不注意衛生，就是解決了民生問題，人民的生命在消極方面仍是很危險的；沒有生命自然不能享幸福。所以民生主義是在積極方面保障羣衆的生命，衛生是在消極方面補救人民的死亡，同樣是非常重要的。

第二章 衛生運動之常識

第一節 衛生運動之大敵

一，疾病 民族的傳替，是新陳代謝的；如果現代的民族衰弱，祇有希望於次代的健全。但是不講求衛生，不單自己的血統將歸斬絕，同時影響於民族的自然滅亡。現在把人生疾病的兩大來源說一說：

第一 遺傳病。遺傳病是同一性質經生殖細胞的媒介，由一代傳於次代。遺傳現象，不只限於父子關係，凡屬同一系統的祖先，都有關係。葛爾頓氏用統計的研究法，得下列的結果：

子孫的性質 = (父母) (祖父) (曾祖父) (高祖父) …… 據此，我們可以知道：

人的性質，體質，疾病關係遺傳甚大，尤其是惡性疾病，如低能，癲癇，聾啞屬於遺傳的更多。現在祇將衛生運動中，遺傳病的種類分述如下：

甲、色盲 色盲是不能分別色彩，其原因是由於遺傳而來。多傳於男子，不傳於女子。色盲男子與普通女子結婚，不生色盲的子女；然其女雖非色盲，再與普通男子結婚，往往產生色盲的兒子；這是因為女子受色盲遺傳質，潛伏不現，而傳於子。

乙、精神病 據羅沙諾夫調查：(1)兩親有精神病，子女全部為精神病。(2)兩親中一人有精神病，一人是普通人而屬於精神病系統者，子女半數發生此病。(3)兩親均常人而屬於精神病系統者，子女約四分之一發狂。

丙、中風 原因多由於父母患梅毒及酒精中毒而起。

丁、神經系疾病 如癲癇，神經衰弱，歇斯特利，憂鬱病等，全容易遺傳，他的遺傳方法大概和精神病相同。

戊、梅毒 原因是由一種病菌繁殖而起，是一種傳染病，毒性雖非遺傳病，然其影響於子女者可別為二：(1)由於傳染，(二)父之梅毒不傳染於母而傳於子，(二)細菌與精虫同時入卵中，(三)父之梅毒傳染於母，母再傳染於胎兒。(3)梅毒之毒素影響及生殖細胞，子孫

形質變成惡劣。據法國微生物學者的統計：父母全生梅毒，所生子女百人中，九十二人爲梅毒兒，卽五十二人眞症梅毒，四十人爲變質梅毒。例如體質薄弱，發育不完全之小兒，全是父母患梅毒，生兒百人中，有六十四人早死，或死於胎內。

己，肺病 肺病之父母所生之子，多罹肺病，幼稚時很少，多在二十歲以上。肺病的父母，不是將病菌遺傳與其子，所遺傳的是易罹肺病之素質。肺病起因，固然由先天素質缺陷，但非由微生物重新侵入，不能發生，所以若能注意後天衛生，可以避免。

庚，酒精中毒 酒不是毒物，然多喝就有大害，A 過度飲酒，易使身體中毒，起各種疾病，如癩狂，腦沖血，及各種精神病。B 酒精中毒所生疾病，遺傳三代或四代，若原因不除，其勢將代代增惡，家系或至全滅。據統計所得，在少兒九十七人中，沒有異狀只十四人，其他八十三人皆有疾病；如癰癰，肺勞，佝僂病，發育不全，愚笨不堪等。又據毛列魯氏之憎性酒精中毒變質表說：

第一代子孫 酒癮道德墮落。

第二代子孫 中酒毒，發狂，麻痺。

第三代子孫 神經衰弱，自殺，犯罪。

第四代子孫 發育不全，魯鈍，腦病及其他神經病。

第四代以下仍然飲酒不己，則家系必至滅亡。C 酒之濫用，生殖線衰頹，陷於不能生殖。
D 婦女妊娠中，飲酒過度，多起流產，或胎兒受酒毒之影響呈種種不良之結果。

辛·豐啞 多由先天的遺傳，後天的豐啞多不遺傳。

其他如近視眼，血友病，皮膚病，畸形等病，全能遺傳。若不加以預防，一代一代的繼續遺傳下去，則中國民族的基礎將至根本動搖，各人幸福將至喪失殆盡，其防礙衛生運動，至爲深切，我們應該加以注意。但是當茲科學日漸進步，衛生事業日見發達；先天缺陷，也有挽救的方法，端在我們講求衛生。

第二傳染病 傳染病的意思，就是說：一個人患了一種病，可以傳染給很多的人都患這種病。根據一般的人口生死統計：「有四分之三是在壯年或幼年而死的，其中有三分之二是

受傳染病而死的」，這是在可以防止的疾病當中喪失了的牛命，是因為不講求衛生受了傳染而死的。譬如土地污穢，空氣，飲食，衣服不潔，寒暖不調，都能在片刻中傳染到傷寒，霍亂，鼠疫，白喉，赤痢，猩紅熱，肺炎，破傷風。梅毒，瘡疾等惡症：因為傳染病是病菌的傳移，在人的眼睛所看不見的當中，由這個人身上，傳到第二個人的身上。或經各種的媒介而移在別人身上，立刻可以死亡。如此傳遞，則一人的影響將至波及無數人的安全，這是多麼可怕呵！所以在衛生運動當中，我們應該特別注意！

二，害蟲

第一蒼蠅 蒼蠅的身上各處都有毛，很容易藏納傳染病菌：蒼蠅喜歡吃東西，如飯，菜，糖，菓，糞，痰，之類。當牠們吃糞吃痰的時候，身體上就帶着糞和痰，再飛到食品上，假如這糞和痰是由病人的身上排洩出來的，就往往有病菌在內，人若吃了之後，就有接受傳染的危險；所以蒼蠅本身雖沒有什麼害處，但是他常常作傳染的媒介，就成為衛生的大敵了。牠傳染最顯著的如：赤痢；傷寒，霍亂，天花，癰瘡。赤眼等症，我們要想預防：第一是