

醫學叢書

衛生叢話

俞鳳賓著

商務印書館發行

第一集序

自史先生量才主任申報以來閱是報者興味益饒而主任對於社會服務猶以爲未足爰自民國九年六月始增刊常識刊之先示余體例並徵及關於衛生之管見余方自病常識之不足奚暇好爲人師主任固請謂必需發一宏願以餉社會中之忽於衛生者余於是就平日感想所及或自修所得不憚管城楮墨之勞條記而附諸驥尾半載以還得短篇數十同學張子竹平囑爲哀集以付鉛槧顏曰衛生叢話謹記其原委如此民國十年正月俞鳳賓識於上海寓廬

承申報館的好意，把我從前爲該館所作的稿子，讓我自由印刷。現在將要排印的時候，寫這幾句話，表明我感謝的意思。

俞鳳賓 十五、十一、十九、於上海。

目錄

第一集

公民之衛生常識·····	一
長壽之一解·····	二
商店衛生與營業之關係·····	三
商店衛生之一斑·····	五
老年衛生之提倡·····	七
老年人之血液中毒症·····	八
公衆衛生與阿典誓·····	一〇
惟心與惟物的衛生觀·····	一二

衛生常識維持家庭之一例·····	一二
蠲釋悲感與增進幸福之衛生談·····	一三
眼鏡與眼光衛生·····	一五
嬰兒過飢過飽之非宜·····	一八
兒童充工役之非宜·····	一九
婦女宜御寬博之衣·····	二〇
婦女難產之預防·····	二一
女郎之答問·····	二一
自催眠之一法·····	二三
健康與習慣·····	二四
劇烈運動之宜有節制·····	二五
中國古代之運動術·····	二六

理髮匠之磨刀布·····	三二
理髮宜防染病·····	三三
敬告患霍亂症之病家·····	三四
延請醫生之常識·····	三五
洗澡者之常識·····	三六
便閉爲百病之母·····	三七
蠅類害人之一例·····	三八
黏蠅紙之教訓·····	三九
改良瓜果糖食之售賣法·····	四〇
打醮不如打掃·····	四一
廢止朝食之宜否·····	四二
小灶留燈悟養生·····	四四

- 習慣之養成與克制……………四五
- 上士異床中士異被……………四六
- 三叟之訓語……………四七
- 多少箴……………四八
- 工場衛生中之遮輪板……………四八
- 青年男子之屬性衛生……………四九
- 蔡季通睡訣……………五四
- 飲酒傷身之殷鑒……………五五
- 腎臟炎中之禁忌物……………五六
- 花柳病之防禦……………五八
- 元次山之壽翁興……………六七
- 嵇叔夜之秋胡行……………六八

第二集

祛菌藥之更迭使用法·····	六九
彈棉業之衛生·····	七一
愛克司光與個人衛生·····	七一
愛克司光與公眾衛生·····	七四
婦女宜具看護常識·····	七五
擇配中之衛生觀·····	七八
家庭衛生之維持·····	八〇
病原微生物之出入人體·····	八一
肺癆病中之靜養·····	八三
肺癆病中之運動·····	八五

巴黎防癆院之計畫·····	八八
中風症須忌刺激品·····	九〇
友朋與衛生·····	九二
癆瘵之傳染與共食問題·····	九三
兒童衛生之提倡·····	九五
蠅幸嬰不幸·····	九六
學生宜利用暑假似促進衛生·····	九九
沸水洗滌水果之必要·····	一〇一
視力之保護與眼疾之預防·····	一〇三
結核病之防禦·····	一〇五
游泳與防患·····	一一二
瘋犬咬之說明·····	一一五

營養中之維他命·····	一一七
預防天花與預防傷風之必要·····	一一八
防病治疾須得三宜·····	一二一
維他命在食物中之位置·····	一二三
學校衛生中防治游之商權·····	一二四
視力之測驗與保護·····	一二六
一日間之衛生·····	一三三
霍亂叢譚·····	一三五
癌腫之預防·····	一六四
百零九歲老醫師之長生法·····	一六六
氮氣之養生成分·····	一六八
握手與拱手孰善·····	一六九

爆竹與破傷風……………一七〇

對於流行症之公德心……………一七一

維他命爲食品中之一要素……………一七二

哺乳與梅毒……………一七三

體重身長當相稱……………一七四

宜視僕從之病如己病……………一七六

紀俞君在江蘇公學演講個人衛生……………一七七

第三集

人體中之戰爭……………一八一

鴉片與嗎啡之流毒……………一八九

返老還童手術之無效……………一九七

肺結核診察中愛克司光線之助力·····	二〇二
廣告與衛生·····	二〇八
加溫設備·····	二〇九
低能兒之研究·····	二一一
低能兒與社會之關係·····	二一一
低能兒教育之由來·····	二一三
低能兒之分類及界說·····	二一四
低能之原因·····	二一六
遺傳與低能·····	二一七
疾病與低能·····	二一八
硬傷與低能·····	二二〇
慎獨戒閒譚·····	二二一

記聯盟會衛生代表之談話……………二二二

飲食衛生之近世學說……………二二四

伉儷衛生與鴿鑑……………二二八

灶心傳染之阻礙健康……………二二九

起死回生之一例……………二三一

血壓與健康……………二三二

制育與衛生……………二三三

十星期學校之健康增進法……………二三六

健康中心點……………二三九

兒童衛生與花木衛生……………二四〇

括痧摘痧引起火丹之一例……………二四二

夏秋衛生中之菌液注射……………二四三

學校中體育教育之要點·····	二四九
紅十字會與軍醫救護上不同之點·····	二五二
紅會救傷時之種種見聞與感想·····	二五三
飲食與衛生·····	二五六
炭盆與白泥煤爐之危害·····	二五八
積極與消極之除蚊法·····	二五九
上胸呼吸之種種益處·····	二六三
治療霍亂之三油溶液·····	二六九
治霍亂時鹽水之溫度·····	二七〇
霍亂症根本防止之一例·····	二七二
敬告辦理時疫醫院之職員·····	二七三
伍連德預防霍亂談·····	二七四

霍亂之治療及預防·····	二七五
---------------	-----

附錄

日本天災之急宜籌賑·····	二七八
聆俞博士演講感言·····	二八〇
以庚款一小部分遣派醫學生之商榷·····	二八一
日內瓦鴉片會議閉幕後之感想·····	二八六
對於體育之我見·····	二九〇

第四集

衛生標準與統計·····	二九九
醫學注重實驗談·····	三〇三

商人衛生中之休憩運動與娛樂·····	三〇五
雙十節中對於國民衛生之欣感·····	三一
夏令衛生談·····	三一四
霍亂三因鼎立談·····	三一七
上海霍亂之流行及預防·····	三一九
防免霍亂·····	三二三
衛生紀聞·····	三二六
(一)靜能延壽·····	三二六
(二)瘡蚊療病·····	三二七
(三)睡眠病成疫·····	三二七
(四)維生素新解·····	三二八
(五)癩風病有望·····	三二九

- (六) 癌腫消息……………三三〇
- (七) 傳染病消息之傳遞……………三三〇
- (八) 治療蛇咬之血清及藥物……………三三一
- (九) 傷寒菌穿過皮膚之試驗……………三三三
- (十) 美國瘋人之增加……………三三三
- (十一) 治瘡新藥之效能……………三三四
- (十二) 治痢藥之中毒……………三三四
- (十三) 制命疾病五大類……………三三五
- (十四) 聯姻與離婚之統計……………三三六
- (十五) 毒物之多……………三三七
- (十六) 山居之益……………三三八
- (十七) 癌腫新說……………三三八

(十八) 微傷致命·····	三三九
(十九) 超越X光線之效力·····	三三九
(二十) 改良玻璃之創製·····	三四〇
(二十一) 中國海草之識別與主要成分·····	三四一
(二十二) 超越顯微鏡之製成·····	三四二
(二十三) 毒氣及病菌計畫之禁止·····	三四二
(二十四) 產褥熱之預防·····	三四三
(二十五) 維生素F之效力·····	三四四
(二十六) 慢性病之原因說·····	三四四
(二十七) 炸藥治河患·····	三四五
(二十八) 麻黃素之效用·····	三四五
(二十九) 包莖之害·····	三四六