

大衆衛生常識之二

害人的癆病

唐 瑛 晴 著



蘇南人民出版社出版

大衆衛生常識之二

害人的癆病

蘇南人民出版社出版

書號：(錫) 0017

害人的癆病

著 者 唐 明 晴

出版者 蘇南 **人民出版社**

無錫師古河十號

發行者 **長茅書屋蘇南分店**

無錫公園路卅一號

印刷者 蘇南 **新華印刷廠**

無錫南門外南禪寺

1-5,000(錫1) 1951年4月

敬告讀者

一、我們出版這一套「大衆衛生常識」，是爲了貫徹中央人民政府的文化教育方針——新民主主義的（民族的、科學的、大衆的）文化教育方針；也是執行我們蘇南地方出版社出版方針（出版蘇南地方性的爲蘇南人民大衆所迫切需要的通俗讀物）的具體工作。

二、因此，「大衆衛生常識」是以廣大人民，特別是工農大衆作爲主要對象的。因爲工農大衆雖然在共產黨和人民政府的領導下，在政治上已經成爲國家的主人翁；經濟上也獲得了初步的改善；而文化上的翻身却還在開始。我們覺得：工農大衆今天對文化知識的要求是迫切的，而醫藥衛生知識方面却是更加迫切要求的；他們長期在帝國主義和封建反動勢力的統治下，由於生活的困苦，使他們無法獲得必要的衛生知識和必需的衛生條件。許多工農大衆既不知道預防疾病，生了病以後也只好求神拜佛把香灰當作萬應靈丹。這種情況是需要用大力來加以改進的。在幫助工

農大衆改進這種情況時，我們希望這些小冊子能起它一定的作用。

三、因爲我們做大衆化的文化工作，剛在開始，所以在編寫這些小冊子時，雖然注意到通俗化的問題，但在某些地方，還覺得做得不夠，這一點當在以後的工作中，和作者共同努力，求得改進。

四、這套「大衆衛生常識」的所以能夠出版，完全是蘇南軍區衛生部幾個同志努力的成績，他們在工作中忙裏偷閒把它編著成功了。這種爲人民服務的精神，是值得我們學習，也值得我們感謝的。

蘇南人民出版社 三月十二日

目 錄

(一)略談呼吸	(1)
(二)人類健康上的一個大敵——癆病	(8)
1. 癆病漫談	(8)
2. 結核性的胸膜炎	(13)
3. 喉頭結核	(14)
4. 腸結核	(14)
5. 腎臟結核	(15)
6. 關於癆病的抵抗力	(15)
7. 「特效藥」究竟是怎麼一回事	(21)
8. 「油浸白菓治肺病」	(22)
9. 談談「卡介苗」	(23)
10. 對結核病的一般預防方法	(25)
(三)一般呼吸器官的疾病	(28)
1. 肺炎	(28)
2. 氣管炎	(32)
3. 傷風	(35)

略談呼吸

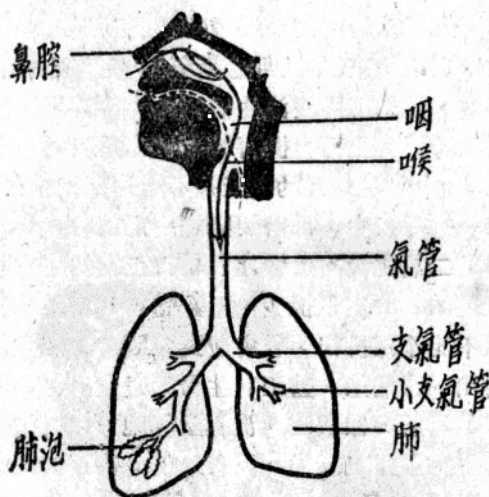
什麼叫做呼吸？呼吸就是我們一天到晚時刻不停的一種呼氣、吸氣的運動。我們通過這種呼吸運動，就把新鮮空氣（氧氣約佔四分之一）吸進，又把身體內的廢氣呼出。如果一旦呼吸運動不能正常地進行，便表示呼吸器官有了毛病。如果這種呼吸運動真正停止，也就是生命宣告結束（俗語叫做斷氣）。在舊社會裏，有些被壓迫、被剝削得沒法生活的人，常常用上吊和投河的方法尋死，上吊、投河的人，都是因為不能呼吸了才死的。由此足見人的呼吸是不能片刻停止的。

人在每一次呼吸中，都需要吸進一定量的氧氣，呼出一定量的二氧化碳。這樣才能維持正常的生理狀態。如果吸進的新鮮空氣很少，不夠體內的需要；體內的廢氣又不能全部排出，就會感到氣悶，時間久了，就會表現出一種病態，甚至有生命的危險。例如：我們在人的場所，像戲院、洗澡堂等地方，往往會覺得氣悶頭昏，嚴重的時候，還會暈倒，甚至因此死亡。可見一定量的新鮮空氣，對我們的生活和健康是

如何的重要了。

呼吸與人身體內部所有組織機能間的調節，以及新陳代謝等作用上，都有很大關係。譬如與營養上的關係：氧氣吸入後，即由肺細胞混入血液，以後即彌散進入細胞（這是人體最基本——最小的組成單位）組織，供給組織因工作而起的氧化（燃燒）作用。食物的營養料，必須與氧氣化合，被組織利用後才能發生熱力與能力（就是發生體溫和力氣）。

那麼這樣重大的工作，在我們人體內，是那些東西在掌管呢？



（左為呼吸器模型圖：箭頭表示空氣出入道路，虛線表示食物入食道之路。）

揀主要的說：便是人的兩個鼻孔、咽喉、氣管、肺子，這些東西就叫呼吸器官，也可以說是一套呼吸系統。因為它們都是專管呼吸的（如上圖）。

當然，除以上的器官而外，還有很多東西幫助呼吸運動的。在這裏不細談。

（一）鼻——鼻的外面，是骨頭和軟骨頭作成功的鼻架，上面蓋了一層皮，成為鼻樑。下面是軟骨作成功的，能夠煽動的叫鼻翼。鼻孔裏面有硬毛，有濾過空氣內灰塵的作用。鼻中有鼻膈，把鼻分成兩個孔，又叫鼻腔。前面有兩個鼻前孔，後面有兩個鼻後孔，鼻腔頂部的粘膜上，有很多管理嗅味的神經，所以人能用鼻子嗅出各種香、臭不同的氣味。鼻的下部是呼吸部，粘膜上有細毛，常常分泌粘液。這種粘液，能把吸進的冷空氣變溫暖，乾燥的空氣變溼潤。

（二）咽——咽在鼻腔後面。空氣從這裏經過，食物也要從這裏經過。不過食物從咽進入食道，而空氣則由咽入喉。兩者分得很清楚。因為當中有一塊像活塞一樣的軟骨相隔着，吃東西嚥下去的時候，它就會擋住氣管，讓東西從食管裏下去，在透氣的時候，它又擋住食管，讓氣從氣管裏進入到肺子裏，不會有錯的。如果你吃得太快，或吃時講話，食物會誤落進喉，那麼，就要來一個強烈的呼吸（咳嗽），把食物趕出來。

(三) 喉——喉是空氣進出的過道，又是個發音器。它有兩塊薄膜所成的聲帶，橫在喉頭，中間成一裂口。呼吸時，聲帶向外展開，中間的裂口較大，空氣可自由進出。聲帶向內收縮時，中間的裂口只成一條窄縫，呼氣經過，就能震動聲帶而發出聲音。

(四) 氣管——氣管是由許多環形軟骨所造成的管子。上面連接喉，下面入肺，大約有四吋半長。是一個有彈力性，而且比較硬的管子。氣管裏面有極細的纖毛，對空氣有濾過的作用，不讓灰塵和細菌到肺裏去。纖毛時時向喉搖動，把扣留的東西往上趕，趕到喉頭時，我們就用咳嗽的方法把它吐出來。

支氣管是氣管的分支。支氣管又分成小支氣管，深入到各個肺葉，支氣管也有纖毛，小支氣管卻沒有。因此吸的氣如果太污濁，經過鼻、喉、氣管、支氣管的阻擋，仍然有漏網進去的，這樣就要侵害到肺部了。

(五) 肺——肺有兩個，分居在左右胸腔中。左肺分兩葉，右肺分三葉。整個的肺，都是由無數細小的囊樣的肺泡組織組成的。許多肺泡，像一串葡萄樣的，連於一個很小的支氣管。肺泡極為柔軟，有輕薄的膜，裏面儲滿空氣，所以很輕，放在水裏能夠浮起來。許多微細的血管，像網一樣的密佈在肺泡週圍。當右心出來的血液，流到肺的微細血管時，微細血管

裏的二氧化碳，就和肺泡裏的氧氣進行交換。氣體的特性，是那裏缺少，就往那裏散開。舉個例子：烟囪裏的烟，總是往上冒，很快的散開。這就是因為烟裏的炭氣很多，空氣裏的炭氣很少，所以很快散開到空氣裏去了。現在血液裏二氧化碳較多，而氧氣較少；肺泡裏相反，氧氣多而二氧化碳少。這樣就必然要發生氣體的交換作用，氧氣進血液，而二氧化碳進肺泡。以後呼氣時，肺泡中的二氧化碳，又與外界空氣中的氧交換。

肺就是由若干的細支氣管，和很多的微細血管，肺泡與肺泡間隙作成多數的小葉而成功的。

肺門是支氣管、肺部血管及神經等的入口。

胸膜，也叫肋膜。內層貼近肺，叫肺胸膜。兩層中有少許漿液分泌，這種漿液，可以避免肋骨或肺移動時（呼吸或咳嗽時的移動）互相的摩擦。如果胸膜一旦發生炎症，沒有漿液分泌的話，呼吸起來，便會因為互相的摩擦而發生疼痛。

成年男女平常呼吸的次數，一分鐘十六次至十八次。初生的嬰兒，一分鐘呼吸四十次左右。因為這時候的呼吸能力低，需要增加呼吸的次數，氧才夠用。所以在替小孩子蓋棉被時，如把孩子的口鼻蓋住，就很容易悶死。六歲兒童，每分鐘呼吸二十多次。十二歲以後，與成年人的次數一樣多。在運動的時候，呼

吸的次數也增多。比較劇烈的運動，例如快跑十分鐘，呼吸要增加到每分鐘六十次。身體發熱的時候，呼吸次數也增多，因為呼氣可以把體熱排出去，減少身體的悶熱。

有些人，以為一呼氣，就把肺內空氣全部呼出去，等吸氣時再吸進來。其實這是不對的。肺內是經常存很多的空氣，無論如何不會全部呼出的。

氣管和喉的分泌物，我們叫它痰。如果是鼻腔的分泌物，我們就叫鼻涕。這些都是生理的現象。比如清早起來，吐出兩口灰色的痰，就是灰塵與粘液的混合。下面，我們再談些呼吸器的衛生，和疾病的關係：

呼吸器的衛生，有兩方面：第一、這是主要的，它可以使肺部發育很健康。就好像屋基鞏固，抵抗力強，自然不怕風吹雨打。如果肺部發育不良，很瘦小，就是再注意衛生，也總是像不堅固的房屋，時刻出毛病，時刻要修補。

第二、呼吸器的日常衛生，保護肺不受侵害。適當的運動，是使肺發育健康的唯一方法。十幾歲的兒童，必須每天在戶外運動二、三小時。深呼吸，不僅能交換新鮮空氣，還能促進肺的發育。各種年齡的人，都可進行（肺結核在發作的人是不適宜的）。行深呼吸的地方，郊外比街道上好。時間是清早最好（太陽剛出來時）。但要注意不可對風。有霧的早晨也不

可舉行，因為霧裏凝聚着很多的灰塵。

兒童的衣服不要太狹窄。女孩子束胸的習慣必須糾正，因為胸部束縛住，便妨礙了肺的發育。

肺的組織非常柔嫩，又常和外界空氣接觸，必需要好好保護，才能健康。第一、要用鼻呼吸。因為鼻毛有過濾空氣的作用。這個習慣，要從小養成。有的孩子，張開嘴巴睡覺，應該輕輕用手把它閉上。如走路或工作時把嘴巴張開，要勸告他糾正。鼻毛不可以剪去，一剪去就等於撤去了一道防禦；第二、要戴口罩。口罩能保護肺部不受侵害。掃地的時候，塵土飛揚，戴上它，灰塵就進不了鼻孔裏面去。在氣候乾燥，路上多灰塵時，也要戴上它。像在煤礦、磨坊、石灰店等地方，也要戴上它。又如在彈棉絮、寫粉筆字的時候，也要戴上它。因為這些工作場所，都有很多灰屑，一進入呼吸器，就會給肺子增加刺戟；第三、要通氣。人是依靠氧氣生活的。人隔幾天不吃飯，不致於死，但是吸氣（氧氣的吸入）却不能停留片刻。所以無論那裏，只要是人住的地方，都必須使空氣流通。很多人居住一起的地方，更要注意通氣。通氣的方法就是多開窗子。另外，頭蒙在被子裏睡覺的習慣，是不好的。冬天在屋子裏烤火，更要打開窗戶。很多人聚集在一起的地方，光靠開窗還不夠，因此不到一個鐘點就應該到外面去換換氣。

人類健康上的一個大敵——癆病

一 癆病漫談

癆病，在醫學上稱為結核，是由一種桿形的結核菌傳染的。癆病的可怕，是人人皆知的，因為它最容易傳染，直到今天，世界上還沒有發明一種最合乎理想的特效藥來治療它。因此人們都稱它為「不治之症」。急性的死得很快，特別在年青的時候；慢性的可以多拖幾年，但也是很危險的。

癆病，一般的人都指肺癆而言。其實由結核菌致病的部位，不僅是肺部，另外在腎（俗稱腰子）有腎結核，腸有腸結核，又有骨、關節的結核，喉頭結核等，也都是由同類的結核桿菌傳染的。

結核菌對人類的侵害，已經不知有了幾千年的歷史。在我們中國，根據醫學界一位陳正仁氏說：我國患結核病的人，一百個人裏面就有四個。如果以全國人口四萬萬七千五百萬人計算，約有一千九百萬人有結核病。又據上海防癆會的報告，單上海就已經有一百萬人生了肺結核。在南京、重慶有結核病的人也很

多，差不多一百個人當中，就有六個人害這種病。由此可見，在大都市，或人口密的地方更容易傳染。在外國，以美國來說，在一九四五年，有五萬二千三百九十八人死於結核病，估計現在美國患結核病的人還在五十萬以上。因此在全世界，每年死於結核病的人，真是一個不可算計的驚人數字。

在一八八二年，德國出現了一位偉大的細菌學家（研究病毒的專家），他們用顯微鏡（醫學上用的一種放大鏡）和染色法（檢查細菌的一種方法），才發現了結核菌，找到了癆病的病源。他接着作了很多的研究、試驗，一心一意想找出一個消滅它的辦法。研究的結果，雖說還沒有發明一種特効的治療藥品，但總算得出了很多的成績：首先就是對結核菌有了很明確的認識，得出了在各期結核病中的較好的對策。特別是掌握到很多預防方法，如發明了接種「卡介苗」。因此患結核病的人，才逐漸減少。

肺結核，佔所有結核病中的最多數。通常都稱為「肺病」。

其實，所謂肺結核、肺病也不只是一種，肺結核只是肺病中最嚴重的一種罷了。

結核菌究竟是怎樣侵入到人的肺部去的呢？

這主要是從結核病人那裏傳染的。假使，你經常和一個有肺結核病的人在一起。如果正在他發病的時

候，當他每一次的咳嗽，或者打一個噴嚏，必然有痰沫飛散，那麼在這些痰沫裏面，便送出了那些可怕的結核菌，混入空氣。你一不留心，就要把這種混有病菌的空氣，吸進肺部。

所以，我們平時就應該注意公共衛生，任何人都不要隨地吐痰，特別是生肺病的人更需要注意，免得肺結核菌到處傳播給健康的人；同時，健康的人也要注意預防結核病的傳染。像不吃生結核病的人吃過的東西，不和生結核病的人住在一個房間裏，和生結核病的人談話時要帶上口罩等。

曾經有一個二十歲的青年學生，力氣很大，能用雙手舉起二百斤重的石担，人家都叫他「千斤大力士」。有一次，在一個廟裏，他看中了一間房子，便一心要搬進去住。因為他家裏的人口太多、太嘈雜，他便想住在那個廟裏，能夠更安心學習。當時廟裏一個和尚告訴他說：「這間房子，在一個星期之前，剛才死掉一個肺癆病人，空氣不大好。」但是他很自信地拍拍胸膛說：「肺癆病我曉得是厲害的，不過我這個鐵樣的身體，是沒得問題的。」結果，住進去還不到兩個月，便生了急性肺結核，一個月左右就病死了。由此也可以說明，肺結核最容易傳染。因為細菌是散佈在空氣當中，隨時隨地都可以向你的呼吸器進攻。一旦發作，不管你是什麼身體，也免不了要給它奪去生

命的。

結核病跟一般病不同，有的人感染後，很快就會發病；有些人身體抵抗力強，就不會馬上發病。

結核病有些什麼病狀呢？

結核病有一個特點，就是不像其他疾病有很明顯的病狀。但是肺結核在發病中的某一階段，往往發生以下的病狀：

（一）發熱——也即所謂「結核潮熱」。在初期祇是微熱，特別在下午。但通常不會繼續發熱很久。

（二）疲勞的感覺——大凡病人一到午後，或者是下晚，總覺得兩足沉重，身體疲勞。

（三）臉容——臉色不好，呈憔悴的樣子。在早期不會有這種現象，俗語又說「美人癆」，這也是說結核病人發熱時，兩頰緋紅，成為「不搽胭脂自來紅」的美態。但病勢進行到一定的程度，就要「容顏憔悴」了。

（四）肩凝——便是肩膀覺得很重的意思。

（五）食慾不振和體重減少——如果病勢在進行，結核菌發出的毒素便能減衰食慾，因此體重也減了。不過在初期也不一定都有這種變化。

（六）盜汗——由於下午發熱，晚上睡覺後，溫度忽然下降，出汗。這也是結核菌的毒素作怪的原故。