

● ● ● ● ●

人 體 科 學 談 屑

● 索 非 創 作 ●

● 開 明 書 店 ●

人體科學談屑

索非創作



● 店書明開 ●

民國三十年八月初版發行

定價國幣五角

(外埠另加運匯費)

“人體科學談屑”

印翻准不權作著有

創作者 索 非

發行者 章錫琛
上海福州路開明書店

印刷者 開明書店

總發行所 上海福州路七〇五八號 開明書店

分發行所

昆明重慶成都西安
武昌西成三陽西
衡陽陝西西鄉
貴陽陝西西鄉
曲陽陝西西鄉
華文昌
桂林環湖北路
金華文昌巷

開明書店分店

前言

光陰過得真快，自己的心情還如同孩子一樣，而自己的兒女卻都已十多歲了。

想到自己的兒童時代的愚昧、無知，甚至直到如今還是無知、愚昧，不禁油然而興起怎樣補充一點必要的常識的心念。

自己的過去，雖然不能夠怪到長輩的身上，然而太不注意常識的灌輸，這是所有的長輩所應該負責的。

就這樣一代一代地無知、愚昧下去，我想是沒有一個人會同意的吧？那末，要怎樣才能夠心地平安呢？卻又什麼也說不上來。

並不是說不上來，也許完全是心有餘而力不足。

一個常識並不豐富的人而想豐富孩子們的常識，這也許是一個妄想——可是常識豐富的人卻連這個應該想一想的問題也不想一想。

於是我惘然了！

於是我惘然了！

×

幾個編日報副刊的朋友要我寫一點有關常識的短文，我想這是我對於這方面試行盡力的機會，於是我欣然，欣然於這樣的嘗試。

可是我畢竟是一個無知、愚昧的人，我不懂得「創作的的方法」，我沒有「創作的經驗」，人家五年十年甚至十五年的努力，就是一隻駑馬也會變成良駒了，而我呢，即使被驅策上百年千年也依然還是無知、愚昧。——這並不是我故意「虛懷若谷」，因為我只會鑽鑽「牛角尖」的。而且，我的僅有的貧乏的知識，也只局限於醫學方面，所以，所寫出來的也祇是屬於人體方面的一些零碎罷了。

然而牛角尖也會有牛角尖的世界，比起那不值錢的「蝸殼」來，似乎還稍強一些。終於我在這牛角尖的世界裏，藉了和愛妻、兒女們的日常談話的一點靈感，零零碎碎地寫下了若干短文，散見於各地的副刊。

這些短文，在太常識的人看來，自然是不值一嗤的，可是在需要常識的孩子們，青年們，甚至是成人們，這也許是替他們加添了一隻知識的眼睛，雖然不一定於他們有益，可

是至少總應該說是無害於他們的。

因此，我把這些零零碎碎的短文收集起一部分來，刊出這個小冊子，題爲「人體科學談屑」，呈獻給需要常識的人們。

作者一九四一，四，索葛。

水與人體	二
「飢」與「渴」	四
味的奧祕	七
飯	一一
飯後	一五
「哭」和「笑」	一八
呃逆	二〇
咳嗽	二三
烟	二六
眼睛的祕密	二九
近視	三一
「手」和「腳」	三六
麻	四〇
體溫	四三
熱型	四六

體溫的發生	五九
皮膚	五二
狐臭	五二
心之祕密	五七
心之休息	六一
陽光之話	六三
爸爸的帽子	六六
睡眠與枕頭	六九
懶	七一
屁	七四
糞	七六
便秘	七九
「蠅」與「蚊」	八二
防疫	八八
一件慘事	九四

「臭」的禮讚（附錄）	101
一 老太婆的臭腳帶	101
二 王小姐的臭嘴	104
三 二房東太太的臭馬桶	106
四 隔壁好婆愛喫的臭豆腐	108
五 千年隔宿的陳臭屁	110
六 穢氣觸鼻的臭鄉下人	112
七 從臭到香	113
八 香就是臭	115

人體科學談屑

水 與 人 體

「如果世界是白紙，

海水全是墨汁，

樹上只結麵包，餅乾，

我們怎不渴死！」

兒女們新近學會這一首世界著名的民謠，熱心地唱着，一遍，兩遍，三遍……我和妻並坐着靜聽他們的歌唱，彷彿在觀賞寶貝白玲和愛琳黛兒的優良的演出。歌聲突然停住了。幾乎是同時的，兒女說着這樣的話：

「渴呵！讓我們喝口水再唱。」

因了這歌詞的意義，因了兒女的口渴，我記起來水對於人體的重要。

「你們也懂得水與人體的關係嗎？」當兒女牛飲似地喝着涼開水時我這樣問。

兒女立刻停了杯，用了哲學家思考一個宇宙間的大問題的神情，愕然地想了又想。

「不知道。」這樣回答的時候，兒女的美麗的小臉上浮起了朵朵紅雲。

「爲了他們的知識，你告訴他們吧。」看見了兒女的羞澀的姿態，妻央求似地說。

「構成人體的主要成分就是水，」我開始這樣說，「水佔了人體的四分之三以上，一切的組織需要水，每一個細胞需要水，如果缺少了水，組織就會乾涸，細胞就會死滅。

「你們已經知道在人體有着新陳代謝的奇妙的作用，因爲這作用，水就不絕地從體內排出體外，汗咧，尿咧，呼氣咧，以及什麼什麼咧。人體內是應該保存着適宜的水分的，水一損失，那怕是微之又微的一小部分，都得從外界找求補充，於是乎從水果，從蔬菜，從牛奶，從各種各樣的食物取得包含在那些裏面的水分。而取用得直捷爽快的，便是像你們現在那樣地直接喝水。

「通常一個健康的人，每天因各種的排泄而損失的水量總在體重的百分之四到百分之十五，這損失量的多少是和日常生活、氣候、工作、運動、食物等等有着密切的關係的。因此，一個健康的人每天所損失的水分，除了從各種食物補充一部分以外，每天總要

喝三四磅以上的水以補充這個損失哩。」

「喝吧，哥哥！我們趁現在渴着的時候，索性多喝點水，讓我們的身體裏多儲藏一些，免得一會兒又不夠了。」聽了我的演講似的談話以後，女兒熱心地提醒她的哥哥說。

這一對傻兒女果然使勁地喝起水來。

「不能這麼樣，」這又使我不得不善意地禁止他們說，「人體的水分，雖然不能夠過分缺少，可是也不能夠過分增多，如果過分增多了，非但對於身體毫無益處，而且反而蒙受到很大的害處，因為水分是維持人體生活的均衡的，如果超過了牠的需要，這多餘的水分必須迅速地排出體外，藉以維持平衡，於是血管疲於輸送，心臟疲於操縱，腎臟疲於分泌，肝臟疲於製造尿素……這些害處是非同小可的。」

聽了這樣的話，兒女們才放下了水杯，重新合唱他們新學會的歌。

「飢」與「渴」

「娘娘太太！救救我啊！窮人快要餓死渴死了呀！」

一天傍晚，有人在弄堂裏哀聲嚷着求乞。

「人不需要喫喝就好了！」妻聽見了，感到無力救助，這樣慨嘆地說。

「是的，可惜人不能夠離開喫喝，」我隨和着說，「就這樣弄到這個世界不得平安！」

「真的，爸爸，一個人爲什麼一定需要喫喝呢？」兒子在旁邊聽見了我們的談話，深思地問。

「這叫做『飢思食，渴思飲』呀！」女兒不知道從什麼地方學來這老調，這時候恰當地應用出來。

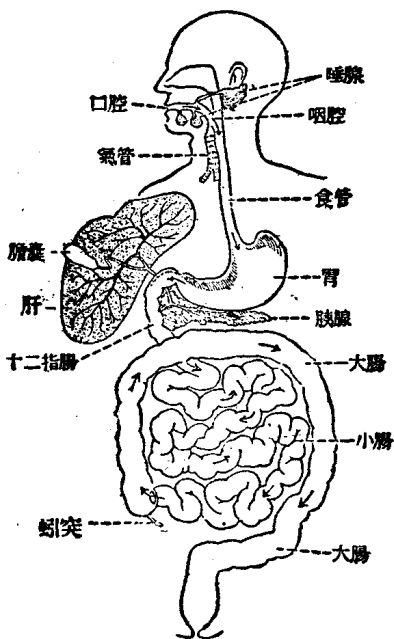
一個生活的人需要喫喝，這彷彿是一件天經地義的當然的事。人爲什麼需要喫喝？似乎沒有人注意過這個問題。人就是這樣對於一些平常的、日常的問題總是糊糊塗塗不去思索的，不像科學家那樣老是注意着那些瑣碎的、微小的問題，思索出一個真理來。

對於這個問題，我也會隨便地回答出「飢思食，渴思飲」的話來的，然而接下去一定會問「人爲什麼會飢會渴呢？」對於飢渴，我知道是人體的對於需要喫喝的一種表示，然而人體爲什麼會有這種需要呢？這問題就不是兩三句話所能夠解決的了。

「人體是由無數的、生活的細胞所組合而成的，」我試試向我的兒女解答這個問題。

題，「生活的細胞必需若干營養來維持牠的生命。可是事實上並不是每一個細胞都能夠直接獲取營養的；而且所有的營養分大部分存在於各種各樣的食物裏，必須經過幾種消化的工作以後才能夠被吸收。所以人體的細胞，就自然而然地構成幾個消化器官，消化器官組合成爲消化系統，用這系統來接受食物，消化食物，好讓食物裏的營養分爲各個細胞所吸收，以延長牠們的生命。這是自然的造設，凡是動物，都有這種機構的。

「人需要食物的時候，換句話說，細胞需要營養的時候，就自然而然地促起一個飢餓的感覺，這感覺逼使人追求食物，等到獲得了食物，喫下了肚，這時候就感到心滿意足了。所以，喫是供應細胞的需要，如果細胞不需要營養，人就沒有飢餓感覺，不需要喫了。



(型 模) 統 系 化 消

「同樣，喝也是供應細胞的需要。因為細胞是生活的，生活需要營養，同時也需要水分；水分能夠加強細胞的活動能力，調節細胞的新陳代謝。因此，人體因了種種原因（如出汗等等）而水分減少的時候，就引起口渴的感覺，需要喝水，水喝够了，也就覺得心寬體泰了。」

「對於每一個問題，你總是有理由說明的。」**三弟**頓半笑地說，「你不但是一個故事哥哥，簡直還是一個常識哥哥呢。」

「不，媽媽，在我們應該說是常識爸爸呀。」**三弟**也半似莊重地說。

「娘娘，太太，救救我呀，窮人快要餓死渴死了。」這時候弄堂裏的哀求的聲音，還在若斷若續地響着。

味的奧秘

「好喫啦！好喫啦！」一個菜剛從廚房端上來，兒子搶着下箸，揀了滿箸塞進嘴裏，一邊嚼着，一邊不絕口地讚美着。

女兒受了哥哥的讚詞的誘惑，也揀了一箸去喫，卻意想不到地說出下面的話：

「不好喫！不好喫！完全沒有味道！」女兒說着，把一口菜吐在桌沿，懶懶地放下了箸，樣子很不起勁。

「哦？不好喫？」兒子奇怪起來說，「這樣好喫的東西，你還說不好喫，你是不配喫好東西的。」

接着兩個人爭吵起來，各人根據着實際的體驗。可是妹妹爭不過哥哥，急得哀哀地哭了。

「不要吵，等爸爸回家問個明白吧！」是母親的話，就這樣一場風波平息了。

×

「爲什麼呢？爸爸！」我剛踏進家門，女兒立刻搶着問我，「同樣一個菜，我覺得不好喫，哥哥卻覺得好喫？」

這突如其來的問題，使我感到莫明其妙，經了妻的追訴，才知道是這麼一回事，我不禁怡然地笑了。

看見了兒女的懷疑的眼光和癡了一樣的面容，我莫明其妙地歡喜起來，撫弄着兒