

醫西學小識

希夢署

南陽周靖邦著

人人
宜備
醫學小識

郭梓生署端

中華民國十八年十二月初版

醫學小識一冊

每冊定價大洋叁角



著者兼
發行者

南陽周靖邦

印刷者

開封銀行街
新豫印刷所

總售處

開封法院街
三民醫院

分售處

各大書店

醫學小識

例言

一．本書各篇皆人人亟欲知亟應知之醫學常識準一般人之領解力參酌各種專籍宜詳則詳宜簡則簡總使澈底了解有裨實際

二．各篇皆爲獨立式任索一篇均能明白但各篇關連之處仍隨時注明以益讀者

三．書首揭示綱要清醒眉目卷末更將綱要中之特別者因字畫多寡排列一表藉便檢查

四．過重實際分類不易粗爲括別尙乞原諒

五．本書不拘格式以實際爲主題旨雖極平常然搜羅不止一書頗費

例言

手續無成書可遵錯漏之處望明白指教

民國十三年冬振先周靖邦作於開封

醫學小識

目錄

第一章	攝生類 (下方數字係指頁數)	一一一八
一	說食物之選擇	一一四
二	說飯後不宜運動	四一六
三	說便秘之害及衛生法	六一七
四	說細嚼及漱口刷牙之利	七一八
五	說老人骨易折兒童骨不易折之理	八一一
六	說多看書頭痛之理	一一一二
七	說發汗爲調節體溫之要件及發汗可治之病	一二一四

八 說鴉片之性質及用途

一四——一五

九 說瀉與補

一五——一八

第二章 解釋常見現象類

一九——二六

一〇 說乳兒易吐乳之理

一九——二〇

一一 說幼兒遺尿之理

二〇——二二

一二 說罹塊疾皮面發黃之理

二二——二三

一三 說脂肪之效用及肥胖人怕熱之理

二三——二五

一四 說冬日小睡後覺冷夏日小睡後覺熱之理

二五——二六

一五 說鼻尖耳壳等末梢部位易凍之理

二六——二七

一六 說鼻孔流淚之理

二七——二八

一七 說勞動喘息之理

二八—二九

一八 說冬季食慾增盛夏季食慾減退之理

二九—三〇

一九 說熱性患者食慾低下容易瘦削之理

三〇—三一

二〇 說血口能自凝結之理

三一—三二

二一 說怒髮豎起赧顏面白之理

三二—三三

二二 說死後僵硬之理

三四

二三 說夢

三四—三六

第三章 婦科產科類

二四 說陰陽人

三七—三九

二五 說石女

三九—四一

目錄 小兒傳染症及蟲症類

四

二六 說月經

四一—四三

二七 說白帶

四三—四四

二八 說女性常患肚痛惡心嘔吐之理

四四—四五

二九 說孕婦腿腫之理

四五—四六

三〇 說診斷胎兒月數法

四六—四七

三一 說產期心算簡便法

四七—四九

三二 說胎兒十個月中之變化

四九—五〇

三三 說產後惡露

五〇—五一

三四 說雙生

五一—五四

第四章 小兒傳染症及蟲症類

五五—六四

三五 說天花及種痘

三六 說水痘

三七 說疹子

三八 說白喉

三九 說蛔蟲

四〇 說蟯蟲

四一 說條蟲

第五章 常見雜症類

四二 說瘧疾

四三 說紅白痢

目錄 常見雜症類

五五—五七

五七—五八

五八—五九

五九—六一

六一—六二

六二—六三

六三—六四

六五—八〇

六五—六七

六七—六八

目錄 常見難症類

四四 說豁唇

六九—七〇

四五 說近視及遠視

七〇—七二

四六 說偏墜

七二—七四

四七 說痔核及痔漏

七四—七五

四八 說嘔吐

七五—七六

四九 說黃病

七六—七八

五〇 說花柳病

七八—八〇

附錄 內容要項查考表

八一—九〇

醫學小識

第一章 攝生類

一 說食物之選擇

食物總成分

可食之物。種類甚多。自其成分上分之。有蛋白 *Proteins*, 脂肪 *Fat*—

水分

Hydrates, 炭水化合物 *Kohlen hydrat*, 水分 *Wasser*, 鹽類 *Salze*, 木纖維質 *Cellulose*, 數種。水對營養無直接關係。食物選擇上亦不甚重要

鹽類之作
用

。某食物水分少時。吾人儘可飲水以補充之。鹽類含量。各食物平均約百分之一。雖無營養作用。但為代謝興奮之媒。故不可少

木纖維質

。木纖維質本為炭水化合物中特別之一種。藏於植物性食品中。有亢進腸管蠕動作用。不能消化營養。缺則易生便秘

參考
第三

內廟立封

一 說食物之選擇

蛋白質及碳水化合物

不良等症候。動物性食品亦含有纖維質。惟極少量。蛋白、脂肪、炭水化合物爲人生三大要素。就中蛋白爲細胞之原質。建築身體之基礎。參考第二二固不可少。但過剩則悉數燃燒。由尿道排出。

有勞腎臟。故須慎擇攝取。不可多食。脂肪、炭水化合物爲燃燒之主要物質。參考第一七力熱之原。多則存貯體內。亦無損害。

參考第一三

各食物所含成分。多寡皆不一致。專食一種。對於某成分。每混食利益虞有餘不足。故採取混合食法。最爲相宜。肉類多含蛋白與脂肪。

主要食物之主要成分

米麥多含炭水化合物。(炭水化合物即澱粉與糖類。

參考第四)

豆類多含蛋白與炭水化合物。蔬菜、果類含水分之外。多含炭水化

食物選擇 合物。配合如此。吾人飲食上。應時時注意調劑。普通多食肉類

。易生便秘、痔核、食慾不旺、頭痛、眩暈等症候。

參考第三

多食米

飯後稍食 麥、菜類則反是。又水果含有酸類。到胃能助消化。故飯後吃水果之益

菓少許。非常有益。

活力素 近今有所謂活力素 Vitamin 者。方在研究中。撮其大意。各食物

中。除上述諸成分外。尚附屬一種微妙物質。支配生命。缺少時

活力素之 一及壞血 病。可生某種病症。如許久不食新鮮蔬菜、果實。可生壞血病 Scurvy

是。壞血病之症候。皮色污紫。隱有血斑。齒齦出血。此症多見

於長途航海探險家。亦因其缺乏新鮮食物之故。活力素已發明三

活力素之 二及三 種。能防制壞血病者。特其中之一種耳。此外有抗腳氣病活力素

二 說飯後不宜運動

四

。(注意非普通趾間糜爛之腳氣)主藏於白米皮中。又有一種。多含於肝油中。缺則易致發育不全及結膜乾燥症。結膜乾燥症乃白眼球表面之疾患。患部呈粉末狀。有刺激症候。易得夜盲。

二 說飯後不宜運動

血與力之無論身體何部工作。非血液源源供給不可。血多力大。血少關係

力小。蓋工作是消耗的。血液是營養的。消耗必待補充營養。補充方有繼續工作可言。俗云。少年氣血旺。老年氣血衰。可見血之功用。人家早明白矣。

精神運動
消化三者
之關係

吾人需用血量最多者。有三種工作。一曰運用精神。參考第六二曰運動肢體。三曰消化食物。然身體血液。有一定數量。三者兼顧。

飯後不宜運動之理

飯後宜散步及飯後深眠之害

精神運動消化三者之活用
飯後嗜眠之理

血液不敷分布。莫若交換爲之。輕而易舉。飯後正營劇烈消化作用。血液大部聚集胃部。此時運動。血液爲應運動需求起見。分而他去。胃部血液量少。消化力弱。暫時起消化不良。日久非身體虛弱。百病叢生不可。但應聲明者。運動係指劇烈者而言。若飯後散步。反較有利。至飯後深眠。雖係絕對安靜。實亦有害消化。按消化固非隨意的。特大腦作用（知覺運動之隨意作用）全止時。參考第一二及第二三消化作用亦隨之減退。

精神、運動、消化之較劇烈者。不可同時並舉。既如上述。故飯時飯後避用腦力。劇烈運動後。亦不可驟取食物。至飽後意識疲弱、易於嗜眠。皆在此範圍以內。宜如何會通調節之處。是在各

人之活用耳。

三 說便秘之害及衛生法

大便不通。謂之便秘。Verstopfung 參考第一及第四七 普通視為癰疥之疾。實則燎原之災。皆此星星之火爲之厲階也。請分言之。

便秘起頭痛眩暈之原因
一、大便不通。食物積滯。分解腐敗。發生毒質。吸入血液。運行全身。易得頭痛、眩暈各不快症候。

便秘起痔核之原因
二、大便不通。乾結腸內。妨碍腸靜脈之還流。血管富彈力性。

血液愈積愈多。因壓迫作用。一部靜脈擴大成瘤狀。遂成痔核。亦稱痔瘡。

便秘起惡心嘔吐食
三、大便不通。致消化管充滿。消化障礙。食慾不進。有時惡心