

結核病指南

著 林 瑞 尼 E·S

譯 編 龍 紹 戈

行發店書聯三知新·書讀·活生

前記

肺結核是各國保健方面最嚴重問題中的一個，在目前的中國尤其是一個可怕的威脅。本文是一九四五年蘇聯國家衛生委員會出版的結核病人養生法 *Riejimiliiechienie Toobierkoiliaznogo Bolnogo* 的翻譯。原書初版五萬冊，著者是結核病專家尼瑞林醫師 *S. E. Niezlin*。

本文翻譯的動機，因為內容很簡單明瞭，少用專門名詞，因此一般人容易了解。我們醫學工作者寫通俗文章，往往三句不離本行，一般讀者不免望而生畏。著者儘管煞費苦心，讀者並不歡迎，反而討厭專門家的自畫自道。既然浪費紙張，並且徒耗時間，所以這種現成的保健書冊，翻譯起來，可以省卻許多氣力。

這本小冊我在前年翻譯完畢以後，曾經發表過。當時預定約幾位國內結核病專家將內外，耳鼻喉，眼各科的結核病常識寫成一冊，以求對於各科的結核病人稍有貢

獻。可是兩年以來，許多朋友都因為忙，不曾能够完成，但是我希望在最近的將來可以實現這個小小的志願。

現在自己將譯稿重行校閱一遍。發見原著者寫作此書當時，有幾種新藥還不曾達到應用時期，所以不曾提及。可是在我國，現在這幾種藥已經風行一時。同時又覺到我國結核病人，有些應該注意的地方，是尼瑞林的小冊所不曾談到的。因此，我寫了一篇結核病漫談，對於這幾項問題都記下一點意見，同時發表。結核病的問題非常廣泛，對於國民的保健非常重要，而這本小冊子所記載的材料，很是有限。祇好希望在將來，請海內幾位專家幫忙，在再版時能够達到比較完全的程度。

戈紹龍 一九四九年十二月

結核病指南

蘇聯 S. E. Niezina 教授著

目次

前記

結核病指南

引子	三
一 什麼是結核病	五
二 空氣的醫療	三
三 水與日光的治療	一九
四 安息與工作	二七
五 合理的營養物	五六
六 結核病的鑑別和治療	四二

七	結核病的預防	五四
八	生活的注意	六六
九	蘇聯如何與結核病鬭爭	六九

結核病漫談

一	結核病患者的營養	七五
二	結核病的預防接種問題	八九
三	結核病用藥方針	九二
四	結核病病勢停頓期應注意的幾點	一〇四
五	結核病患者的心理衛生	一〇六
六	蘇聯防結核病事業的發展	一一九

引子

這本小冊子的目的，是教導患結核病的人，對於自己的疾病、治療、生活的方
式、避免傳染別人等等，要有自覺的態度加以處理。病人周圍的人，也應該知道，怎
樣纔可以造成最好的條件，使病人能够迅速恢復健康。這本小書就是爲這些人寫的。

最近幾年科學無疑地證明了，結核病是可以治好的。現在已經可以確定：治療結
核病，重要的並非藥品，而是正當而合理的生活方式。因此，病人的經過和順利的豫
後，最重要的關係，是病人如何實行醫師的命令和建議。患結核病的人，如果能够除
去有害的習慣，如煙、酒之類，能够時常注意空氣的新鮮，住宅的潔淨，工作的性
質，適當的飲食，工作的時候估計自己的力量，休息得合理——那麼，甚至病情已經
相當深刻，也有恢復康健的可能。換句話說，結核病人的命運，大部份是在病人自己
掌握之中的。

傳染病的危險，主要的是由於病人自覺的缺乏和生活的不潔。如果病人知道一切必要的警戒的方法，非常注意地去實行，他就不會將病傳染別人。病人保護自己的親戚，同時也要注意自己。因此病人必須知道，怎樣纔可以使得他的親戚和工作同志避免傳染。

有自覺的結核病人，由於本身的經驗，認識結核的一般害處，他在不斷的鬭爭中就變成防禦方法的主動人。這本小書，詳細地指導結核病人怎樣把結核病當做社會主義建設的敵人而進行鬭爭。這是他的義務。

一 什麼是結核病

結核病（中國一般地稱為癆病——譯者註）是傳染性的疾病。傳染病是由肉眼所不能看見的一種簡單的生物所引起的——這種生物叫做微生物。它們小到這樣，需要特別的擴大器械纔能看見，這器械就是顯微鏡。

結核病的微生物是在六十三年前（一八八二年）由德國學者柯霍（R. Koch）發見的。在顯微鏡下面觀察起來，這種微生物的形狀像棍桿（所以叫做結核桿菌）。柯霍氏很詳細地研究了結核桿菌的生存、繁殖和死亡的條件。

這種微生物在暗黑和潮濕裏最會增殖。強烈的太陽光線在幾分鐘的時間，便能夠撲滅結核桿菌。有結核桿菌的存在的痰，乾了之後，結核桿菌的生命會多少減短，它的毒力也會減少，可是在乾了的痰裏，結核桿菌還可以生存幾個月。

寒冷並不能停止結核桿菌的活動。溫暖對於它是有適宜的影響；這種桿菌，在人

的體溫相等的溫度，最容易繁殖。在很高的溫度（譬如煮沸了結核菌的痰汁）。幾分鐘以內，結核菌便會死亡。

結核菌會分泌有毒的物質（毒素）。這毒素不僅是對於結核菌所潛伏的臟器，發出毒害的作用，並且會侵入血內，因而影響於全身。

結核病侵犯人的一切臟器：肺臟、喉部、腸子、腎臟、腺、骨頭、血管、皮膚等等。結核這個字，就是小結節的意思。這個名稱的由來，是因為在結核病的臟器裏面，普通可以發見許多小結節。最容易生結核病的是肺臟。

結核菌進了人的肺臟裏邊，會引起肺組織的變化。桿菌生根的地方，有小的——小於別針頭的灰色的硬結節。

甚至於從來沒有感覺生過肺病的人，死後也常常可以發見多少存在這種結核。健康的人死後在臟器內所發見的結核，是有顯著的治愈的徵兆；這就是說，結核或者為癰痕所包圍或者為石灰質所滲透。這可以證明，在大多數的場合，結核是一種無需經過治療，自己會痊愈的疾病。

肺臟的結核，可能有種種的變化。通常肺臟裏只有小的結核點，可是在他種場合，有廣泛的小部分發生了炎症（這種炎症學名叫做肺浸潤）。通常浸潤的部分，受着毒素的影響，肺組織會發生損壞。如果這種破壞達到相當的程度，在肺臟裏面，就會形成彷彿空虛的部分，這叫做肺膿洞。但是肺結核傾向於痊愈的時候，就會生成許多瘢痕。

肺結核的病人，在發病的最初，不過覺着一些虛弱和疲倦。有些場合，病人會瘦下去，顏色會蒼白，還帶些乾咳。通常病人並不注意於這些開頭的徵兆，就不請醫生診察。

通常肺結核突然地開始：病人忽然有着很高的熱度、咳嗽和頭疼。這種病狀，會令人想起他種急性的疾病，譬如流行性感胃和肺炎。在這些情形之下，最主要的成功的判斷的方法，是要利用最新式的檢查法，譬如愛克斯光的透視，顯微鏡的痰檢查。疾病如早期明瞭，對治療方面有很大的幫助：疾病開始時就明白的，容易治愈。

結核病所發現的形式是最複雜的。在不久以前，醫師診斷結核病人病況的輕重，

是只用肺臟裏面結核部分的大小爲尺度。但是這種肺病人的情態，不能夠成爲疾病輕重的標準。

病人容態的尺度，必須考慮兩方面的關係：一方面，結核菌和結核菌所分泌的毒質的有害的力量；他方面，病人個體的抵抗力。如果人體勝利，病人絕對可以恢復健康。如果病人身體很能夠對付本病，病人就不會瘦，不會出盜汗，不會發寒熱，而能夠有相當工作能力，這就是肺病人的個體，用本身的抵抗力能夠將結核的毒質解毒，就是個體的抵抗力能夠抵消結核病。病人的這種狀況，醫學上叫做『可代償的』。如果病菌占了優勢，那就病人不能工作，體溫增高到三十八度或者三十八度以上，夜間出汗，異常消瘦，——這種情形如在我們面前，就是平衡失調，醫學上叫做『非平衡狀態』。有許多場合，人體與疾病的鬭爭會拖長下去，病人的體態的平衡，就會不安定：忽而感覺好些，忽而壞些。病人彷彿能夠工作，可是一工作就疲勞；病人雖不發熱，但有時候體溫會高幾分。這種狀況，醫學上叫做『平衡以下的』，因爲體力與疾病的平衡是不充足的。拖延型式的結核病叫做慢性結核病，這種病人，叫做慢性結核

病患者。

病人有安定而較好的平衡，就能够工作，並且不必停止工作而疾病會好。但是病狀是不平衡的或者平衡以下的肺病人，當不安定的病態發生的時候必須住入療養院，或在醫院內，或在家裏床上休養。

人體會自然阻擋結核菌的侵入。由空氣而吸入的結核菌可以進入鼻內或肺內，在大部分情形之下，是由咳嗽和噴嚏噴出來。人體血液裏，有一種解毒質，會使結核菌弱化，會將結核菌的毒素解毒：血液裏還有一種物質會溶解微生物。在血液裏，還有一種物質，能够將微生物凝集成爲一塊一塊，因此也可以解毒。還有白血輪能够捕捉微生物將它消滅。

人體與結核微生物的鬭爭，還發生於下述的方式。結核點是不受結核菌和它的毒素的影響而變化的細胞的單純的積聚。這種結核點，同時也是一種由於人體所推動的一種障礙物，能够抵抗結核菌。這就是說，多數的白血球像鎖鏈一般地，在結核點裏面包圍着結核菌和因結核菌而毒死的細胞。以外，結核點和結核節的周圍，有很堅固

的癰疽組織包圍住。慢慢地這個癰疽組織長大穿進結核點的全部，結核點會整個地變成一個疤。通常因為結核菌和它的毒素而發生炎症的以及破壞了的結核組織裏邊，石灰質由血液裏分離出來，因此肺裏有病的部分，彷彿變成石灰的小塊。這樣地，肺病往往停止，人體就成為勝利者，雖然帶了一些損失。

結核菌在人體裏的命運，是繫於人體能力的情況如何而定的。微生物的成長和繁殖與它所棲息的地基相關聯。健康人的身體對於微生物是一種不良的地基。這就是說，結核菌不能夠戰勝人體的抵抗力，受着癰疽和石灰質的包圍，因此再要穿進肺的健全組織，就會受着阻擋。但是因為不規則的生活，或是消耗性的疾病，人體的抵抗力就會減少，而不能夠抵抗。在這種情形之下，堅固的癰疽就不會形成；結核微生物就會在肺臟組織裏蔓延。此外還必須留心的，是肺臟裏或者淋巴腺裏的癰疽或者石灰質，其中還有活的結核菌存在。它們能在這種地方生存幾年或者幾十年。當健康的人身體衰弱的時候，癰疽會變成脆弱，石灰質也會溶化，於是乎結核菌就侵入肺的健康部分裏，開始破壞的工作。

這樣地，結核病的傳染和發病，基本上是人體的堅固性和抵抗的能力而定的。

因此一切能使人體虛弱或者減少對微生物的抵抗力的原因，都可以幫助結核病的傳染。這些原因是什麼呢？一方面是工作上的不良條件，他方面是生活上的不健康條件，譬如骯髒的住宅，酒精飲料的濫用，吸煙以及其他不規則的生活。保持工作生活條件的健全，似乎是戰勝結核病的最好的道路。

因此正當的生活方式，換句話說，衛生的生活法，是醫療結核病的基礎。肺病人的衛生方式的基本因素，就是新鮮的空氣，身體的鍛鍊工作與適度的休息，以及合理的營養物。

二 空氣的醫療

對於每個人，尤其是結核病人，只有清潔的空氣，不含着任何有害的成分，纔能够有益。我們吸入的空氣，有兩種主要的成分：氧（養氣）和氮（窒素）。人類只需要養氣。可是吸進的空氣裏邊，含有碳酸氣、水蒸氣和其他的成分，都是對於人體有害的。如果在房間的時間很久，沒有新鮮空氣流通，房裏的空氣就會變成不潔，並且有害，尤其是對於結核病人。不但如此，空氣愈清潔，空氣裏邊引起疾病的微生物也愈少。空氣的不潔也能够因其他種種原因引起。在工業區的城市或者村莊裏，工場的煙突會噴出大量的煤煙，這就是煤炭的塵埃。如果處置不當，在撒水不良的道路上或是在住宅裏，都會有很多的煤灰。除此以外，房間裏的濕氣，洗衣服做飯菜，吸紙煙的煙氣，不潔的衣服等等，也可以使空氣變成骯髒。

新鮮的空氣，不斷地進出肺臟，最可以幫助痰的咳出。肺病人在室外運動的時

候，呼吸要深一點，這樣地，空氣可以進入肺的較深的部分，傳導空氣的小管子（支氣管）本來因為粘痰而塞住的，也會有新鮮空氣的通風。新鮮空氣的這種效力，甚至於在睡眠時候，也不會停頓。肺病人，夏天睡在室外或是開了窗子睡，則肺病人所常有的苦痛的咳嗽的發作，和痰的大量分泌，就會消失，病人的感覺，因此也會顯明地舒服得多。

新鮮的空氣，對於小的支氣管有除去粘痰的作用，因此肺裏會比較寬大地通氣，這樣地可以幫助養氣吸得更多，血液成分更好。這就馬上在病人的情況上表現出來，特別是病人的食慾會增加。

在家庭的環境裏，病人必須消費大部分的時間在室外。如果病人並不工作，或者因病請假的時候，他就應該努力過室外的生活，夏天是整個晝夜，冬天是大部分白晝。天氣冷的時候衣服病人出外散步，必須穿得够溫暖。在寒冷的冬天，病人必須穿着溫暖的衣服、襯衫和鞋子。躺下來時候，必須蓋着溫暖的毛氈。必須特別注意的，是腳要好好包裹，最好是穿長統的毛皮鞋。可是病人的臉孔要絕對露在被外，使得呼