

健康之敵



西歷一千九百廿八年

(國語)

健康之敵

中華民國十七年

上海時兆報館擺印



鴉片鴉片 害實非淺 庸人不悟 終日沉湎
吞雲吐霧 如狂如癲 初吸治病 再吸安眠
終吸成癮 不能變遷 癮成病發 戒之為艱
形容枯槁 如鬼一般 家產吸盡 鮮恥寡廉
無錢購買 病勢奄奄 煙毒發動 命喪黃泉
虎患雖烈 難與比肩 君勿嘗試 前車可鑑

言

導

論到鴉片煙、香煙、酒、以及種種之麻醉劑、都是害人的毒物、世界上的人往往爲其所害、尤其是中國人受害更大。不但耗人金錢、敗人智力、害人身體、毀人道德、且使人日漸衰弱。若不起而撲滅之、將使我們作奴隸的民族、而殺害我們了。因此欲喚起每位熱心同胞、加入滅毒運動、共同竭力、拒絕各種毒劑。因信這除毒的問題、就是中國的問題。要解決這項問題、在盡吾中國人的力量。要掃除中國鴉片、須中國人民自己負責。如禁種植、禁賣買、禁吸食等、須國人自己爲之。倘仍喫鴉片等、耗費辛苦的工資、即使一般只顧發財的人、仍設法供給國人毒物。我們務須停止虛望、不求地球別國來助我們除去、須自己攻擊國內的禍毒、殺除那條盤繞於屋內的毒龍、直到知這怪物被斬死了纔止。中國每個國民如提起精神、除滅此禍毒、到下屆舉行世界禁煙大會時、將從拒毒上所得的利益指明出來、豈不是好麼。不然倘到下屆禁煙大會時、各國的手若再得把柄、指摘中國的腐敗、依然吸煙、試問中國那時的體面在何處呢。國民在反對鴉片的事上、要有誠意、須將誠意的行動向世界列國表示出來。

本館編輯此冊意在喚起國人、以望提起空前的精神、來搏擊那鴉片的毒。君聞這呼聲、當作何應答呢。

或者有人說、「我很贊成諸君拒絕鴉片等毒物、但我信鮮有成效、不過徒費光陰而已。」我們爲此、就都灰心、而不願出力麼。我勸諸位切不可因噎廢食。卽如鴉片一物、今人對其毒害依然抱着惡感、鴉片之於我們的烈禍、盡人皆知、就如種種善益之舉、也蒙其害、殊不知稱讚鴉片煙的人真寥若晨星。卽吸鴉片之人也常痛恨鴉片、知鴉片禍害非淺、引人作他卑鄙的奴隸。至於販賣鴉片的人雖然圖謀獲利、也知所營之業、極不名譽、外表也附和稱說反對鴉片。還有許多誠實的男女、願作毒劑的勁敵、搏擊鴉片。今中國各省各縣各界人士、莫不同聲提倡反對鴉片、一致主張要謀華人的大幸福、須先取消鴉片貿易。由此看來、國民反對鴉片、既有此種決心、對於剷除鴉片的毒害、前途必抱樂觀。我們有了此種決心、可能再說盡力反對鴉片是白費光陰麼。我們若如此說法、真處在可悲的景況中了。民衆既有了決心、反對鴉片、若在剷除鴉片的事上無進步、怎能盼望在反對別的危害物上有進步呢。若以出力反對鴉片爲白費光陰、那末出力反對無論甚麼禍患、也都是白費光陰了。我們果真無能力拒除這大害的鴉片、就該直爽的承認

說，我們與世界已願處於惡勢力統治之下。一般因善而戰的人，必束手降服了。試問我們可有此種的承認麼？可拋棄一切希望，而停止奮鬥麼？鴉片的惡魔向我們所要的，就是各種灰心態度，所以我們攻擊鴉片，越遇困難，我們越當立志去奮鬥。攻擊鴉片既少進步，我們就當越堅決毅力去做。鴉片勢力既強，越使我們團結愈堅，用比以前較大的力量奮戰。既有些人說我們反對鴉片，將行失敗，我們就越當堅決求那勝利。然我們怎樣可達到完全的勝利呢？文字上的反對鴉片已見許多，再應有一種實行的動作，然實行的動作何不多見呢？本論已述及反對鴉片的觀念，已普遍各處，然須承認此種觀念仍非屬於強力，若是強力，必見有許多實行的動作起來協助。中國國民若真決心祛除煙毒，必能迅速收效。有反對鴉片的觀念之時，加之有具體辦法，助以成功，非常緊要。此種觀念，就可稱強力的了。增高這觀念之道是甚麼呢？不需文字上的鼓吹麼？不是，激動觀念在乎文字，導領實行，在乎觀念。所以我們用文字攻擊鴉片的時候，須知專賴文字還是不夠，還要全國人民有反對鴉片與麻醉劑等的同情，從實行方面下手，以求達到成功。是以著者切望諸君樂願加入此拒毒運動中。

健康之敵目錄

第一章 人如何用其金錢

香煙與裁兵

自十一面起

美商香煙暢銷遠東

自十四面起

中國之酒害

自十六面起

酒之消耗

自十七面起

第二章 麻醉劑的禍毒

自十九面起

農業之損失

自二十五面起

商業之損失

自二十六面起

嗎啡的害處

自二十七面起

赫羅因的害處

自二十八面起

寇卡因的害處

自三十一面起

第三章 誘惑人之麻醉劑

自三十三面起

使人麻醉之藥

自三十六面起

麻醉劑無治病之能

自四十一面起

第四章 屏除惡習之善法

自四十七面起

除惡習可靠之方法

自五十三面起

第五章

戒煙的奇蹟

名人之與香煙.....自六十面起

香煙中之毒質

.....自六十三面起

香煙之與人體

.....自六十四面起

煙草與身體之影響

.....自六十六面起

心

.....自七十二面起

血壓力

.....自七十三面起

腦系部

.....自七十三面起

眼目

.....自七十四面起

癆病瘤同別種病的傳染

.....自七十五面起

體質

.....自七十六面起

實業的出品商業的效能

.....自七十七面起

吸煙又能引人好酒

.....自七十八面起

長壽同死之比例

.....自七十九面起

總結

.....自八十面起

對於大小學校學生的影響

.....自八十面起

吸煙習慣與廣告

.....自八十三面起

第六章

吸煙之嗜好.....自八十四面起
 吸香煙與犯法.....自八十七面起
 香煙癮有法戒除.....自九十二面起
 論飲酒.....自九十五面起

酒之種類.....自九十六面起

說酒非食物.....自九十六面起

說酒不能助肌肉增氣力.....自九十七面起

說酒影響於記憶力.....自九十八面起

說酒之影響品行.....自九十九面起

說酒能致病.....自一百面起

說酒能促短人的生命.....自一百零一面起

酒是有益的藥品麼.....自一百零一面起

如何可以戒酒.....自一百零二面起

飲酒與辦事的效率.....自一百零三面起

提神藥與麻醉藥都是騙人的.....自一百零七面起

哲人之言.....自一百一十一面起

第七章

爲何自殺.....自一百十三面起

序 言

今日之談公衆衛生者、輒認其有三大仇敵。三者之一、已足釀成大害、何況其又共同進行哉。社會青年、偶一不察、即受其愚。蓋此等毒物、咸外表美而實際僞、所謂『金玉其外、敗絮其中』者也。

橋路之不能行人者、往往以赤旗或紅燈表示之。本館發行此書、亦以之爲危險之標號、俾健壯男女、不爲奸商市儈所愚、致墮被害人謀利之陷阱也。

吾人若久與健康之敵爲伍、其結果必成爲『牀上流氓』。初交時、此仇敵之詭計固未顯露、然年深月久、即吾欲脫離、亦幾乎不能矣。本書以揭破健康之敵之黑幕及挽救已經被害之人士爲旨。若於讀者有所資助、則幸甚矣。

時兆報館謹啟



花了有用的金
 錢、去買無用的
 物件、本來是很
 浪費很愚蠢的。
 如今有許多人
 不但花去金錢、
 並且糟塌了自
 己的身體、去博
 暫時的愉快、以
 致墮落終身、變
 爲腫榻上的流
 氓。試問這種危
 險的交易、你願
 意任意舉行嗎。



第一章

據可靠的統計，中國每年用於鴉片、嗎啡、赫羅因、寇卡因的金錢，計八萬萬元。又據那精密的調查專家說，中國每年買外國與本國的鴉片，有十萬萬元之多，今因不要將這項統計算得太高，故特詳細調查中國人民所喫毒劑的數量，就定每年消耗於麻醉劑的費爲八萬萬元。今將此數目與別種事業的經費一相比較，很有價值。譬如以教育而論，中華教育改進會，在一千九百二十三年的報告說，每年中國所用的教育費爲五千九百四十二萬四千五百六十七元。此數對於教會立的中小學校經費未計入內，再加這種相近的教育費，那麼中國每年用於國立、教立及私立大小學校的教育費，共約七千三百萬元。國家應做最要事務之一，在訓育少年。中國將來如何，端賴現在的學生，要國度富強，須注重教育。然目下中國教育狀況異常困難，主因在乎缺乏經濟。請想中國在麻醉劑上花費的錢，比較教育費幾乎多了十一倍。用這麼多的錢喫毒劑，傷

壞我們腦力，而不用以開設學校、發展腦力，這個做法是聰明麼？可依然作此勾當麼？現代國家的要務，就是實業與商務。鐵路對於商務非常重要，更與今日國家的興盛很有關係。按鐵路可收入大宗利益，也可使沿鐵路城邑的人民，比以前得較大的利益。今中國築成的鐵路，只有一萬二千七百二十里，關於各路一切的設備與建築，共投資六萬三千五百二十七萬九千四百八十六元。國內的外國鐵路，如日本的南滿鐵路，與俄國的中東鐵路，不算在內。我們都一致的說，中國應多築鐵路，但爲何不多築呢？那個回答，就是缺乏經濟。在已經投入的鐵路資本六萬三千五百二十七萬九千四百八十六元之中，大半還是向外國借來的。試思我們若是用了一年消耗於麻醉劑的錢，建造那些已有的國內鐵路，並設備各路的應需品，還可餘下一萬六千四百萬元。果將一年喫麻醉劑的錢，建築鐵路，一年可成一萬五千里，可以造成幾條急需的鐵路，經費都能出自中國國民，不必借貸外國資本。請問在一年之間用八萬萬元服毒劑，毀害身體，或用以建築鐵路，開發國家利源，是那一樣最聰明呢？一九二三年我國鐵路歲入爲一萬一千九百四十萬零五千六百三十八元三角四分。這些鐵路的開辦費，共六千四百七十二萬四千四百六十元一角四分，再付去外債利息，和別的經費等等，計二千零四十二萬

九千三百元七角六分，那年剩淨利三千四百二十五萬一千八百七十七元四角四分。如此看來，中國鐵路不單開發沿路人民的利益，也是使投資開辦的人賺得大利。我們若投資鐵路，得獲大利，不喫那害國害民的鴉片嗎啡，豈非更聰明麼？據說煤爲現代實業的基礎，英、美、德、法等國的實業成功，大抵仰賴煤料。中國地下所有的煤，足供給文明各國數千年之久的需用，但已投資於這重要實業的，有多少錢呢？計投資的總數，爲九千九百七十五萬元，其中半數是由外人投資。中國人爲何不投更多的資本開掘煤礦呢？我們每年以投資煤礦八倍多的金錢，買服麻醉劑，豈非可恥麼？我們或繼續花錢服毒劑，敗壞身體，或投資採掘煤礦，鞏固國家富強的基礎，是行那一件爲較好呢？現代絕大便利之一，可算電氣。今種種實業多用電氣，中國現有電氣廠二百二十三所，總資本金爲五千零九十一萬二千二百元。請想想我們每年喫鴉片麻醉劑用的錢，比我們投資於電氣實業的，怎麼多十四倍呢？我們只須將一年內喫毒劑的錢，開設電氣廠，那麼就有比如今多十四倍的人民享受電燈和電力的利益了。汽車也爲現代最有用發明物之一，引人方便快樂，每年輸入中國的汽車，約值四百萬元，其中多由外人買的，但華人每年喫麻醉劑所費的八萬萬元，比買汽車的多二百倍。誰不喜歡備一輛汽車呢？今

第一章 人如何用其金錢

十四

在中國，汽車甚是稀少，若每年將喫鴉片嗎啡的錢，買了汽車，過了不久，全國必充滿汽車，必與如今的人力車一樣的普通。今中國最大實業之一，也爲紡紗織布廠。現有這樣的廠計一百八十個，投入的總資本爲五萬五千元。但這些廠並非盡屬華商，許多是英日商的資本。我們若將一年內喫麻醉劑的錢，盡辦我國現有的一切紗廠，還可餘下二萬五千元。今我國每年喫麻醉劑所費的錢，用以建築一切鐵路，採掘煤礦，開辦電氣廠，是綽綽有餘的了。如此看來，試問我們每年或仍用這麼多的錢，喫服麻醉劑，使人民貧困，軀體毀壞，道德腐敗，心弱，或是用以興辦實業，開發國家利源，與別國並駕齊驅，是那一件事好呢？諸君，請熟思此種利害，決定我們當行何者爲宜。

香 煙 與 裁 兵

香煙一物，近年來在我國甚是暢銷，因一班人多以此物爲最時髦的應酬品，所以可說香煙就是國人每日普通耗費上，最大而又最害身心之物。近今國中百業清淡，惟香煙的營業獨蒸蒸日上。若行走在街市上，見香煙廣告，徧處皆是。凡交際之所，舟車之中，睜眼一看，差不多有不吸香煙的人。據民國九年海關報告香煙一項，輸入的總數，爲關平銀二千二百萬兩，合通用銀元三千零五十五萬餘元。本國自造的尚不在其內。至民

國十二年、香煙業更盛、從最小數說來、也約加了三倍、合計全國一年內所消耗的、當爲一萬二千三百餘萬元。茲按平均數、計算那吸香煙多者、一日必費銀一角半、一月卽有四元半、一年卽有五十四元。少者、一日必費銀五分、一月卽是一元半、一年卽是十八元。各界國民若真正愛國、並保持自身康健、卽應下一決心、節此自害的妄費、投資於裁兵公司。如此一年內卽能辦實收二百萬元資本銀之公司六十一所、十年內、卽得六百一十所。那時中國情狀如何、可不言而喻了。

中國一年內買入汽車的價值四百萬元

中國境內中外人設立電氣廠的總資金五千零九十一萬二千二百元

中國每年國立私立學校的費用七千三百萬元

中國境內華洋商煤礦的總值九千九百七十五萬元

中國境內華洋商紗廠的總資金五萬五千萬元

中國國有鐵路的投資共銀六萬三千五百二十七萬九千四百八十六元

中國境內每年消耗的麻醉劑計銀八萬萬元

此項公司之具體辦法、在各地之國民裁兵委員會、團體、公所、及紳董互相竭力提倡、用鄭重方法規畫組織、勸國民將減省香煙之耗費存儲銀行、領取股票、一俟所定之資本收足、或墾荒、或製造、或築道路、將工作所需的人數稟知政府、請政府指撥兵士充任。如是政府見國民下此決心、未有不允所請、兵士未有不從所命的。這樣兵既化而爲工、兵額即減少了。兵既減少、那自相殘殺的內爭就可不多見、於是一班平民、也就可以各安生業了。

以上所述不過爲一種建議、要實行很不容易、因吸煙的嗜好、甚難斷絕。然國民須知香煙、今已普遍中國、消耗之費、不可勝數、其毒不下於鴉片。又須知現今世界各國軍隊之多、首推中國、而中國歲入課稅幾皆供養兵士、仍覺不夠、餉項甚有積欠數月者。國民如趁時除去此難斷之嗜好、助理裁兵、以減少兵禍、救國實所以救己、願國民其速行之。

美商香煙暢銷遠東

今世人購吸美商香煙、計有十三萬兆支、歐戰前只有兩萬兆支。按去年美商香煙銷行、計有八十國、一九一三年只有五十國。去歲美國出口香煙的總數、約銀四千八百萬圓、歐戰前的一年、尙不滿六百萬圓。