

英百沈 農經朱
編主

庫文學小新
集 一



科識常 級年三

生衛的耳眼

沈百英 朱經農 編

行發館書印務商

眼耳的衛生

一 有害眼睛的危險

誰都知道，一個人瞎了眼睛，是最不幸的事情（第一圖）。瞎了眼睛的小孩子，看不見太陽光，看不見風景和花草以及其他一切事物，並且看不見親屬和朋友的面目；也不能看書，拍球，抽陀螺，或跳繩。還有許多種種的不方便，一時不能細說。

我們的眼睛，是嵌在骨做的眼窠裏，這眼窠好像是

一個城堡，
保護眼睛，
不使他受
傷。

除了

眼窠之外，

還有眼瞼

能够保護

我們的眼

睛。眼瞼是世界上最奇怪的帳幕。你不必發命令使牠們

第一圖



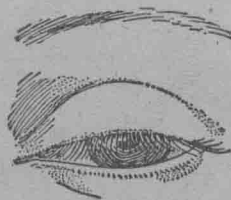
他不能看

震動的，牠們能够隨意的閃動，在括風時候，沙塵撲面，這眼瞼會自動的放下來，祇留一條細縫，你可以從細縫看出，沙塵不會吹到眼睛裏（第二圖）。

假使光線太強烈，眼瞼也會得垂下來，祇剩一條細縫，只讓足够的光線透過去；假使你要睡覺，眼瞼就關得很緊，不讓一些兒的光線透進去。假使有東西很快的向眼睛撲過來，眼瞼會閃電一般快的一閉，保護眼睛。

有許多動物，牠們望着太陽，能够不霎眼。老鷹便是

第二圖



毛睫防的止塵垢侵入眼裏

一個例子。假使我們做這種試驗，我們的眼睛一定會流眼淚，而且會目眩，因為眼睛不耐強烈的光線。

有許多人把小孩子背在背上，小孩子睡着了，頭向後倒，臉兒朝天（第三圖，）太陽光射在他的眼睛上。這

圖 三 第



子孩小背人本日

種小孩子是常常有眼病的。

小孩子不宜定睛凝視光線很強烈的天空（第四圖，）也不要把嬰

兒放在光亮的窗下，或明亮的燈光下，就是大人們也不要做這種事，在晚上讀書，要戴遮

圖 四 第



光陽的烈強了住遮

光罩，遮住我們的眼睛，或用燈罩把燈罩着（第五圖。）
這樣，光線不會直接射着我們的眼睛，
谷口廟在我們工

作的地方上。

但是光線太弱，也是有危險的。有許多婦女，因為在黑暗的房裏縫紉，傷害了她們的眼睛。還有許多人在微光或是黑暗的燈光底下讀書，損害了目光。眼睛實在是太寶貴了，不能被強烈的光 and 黑暗的光傷害牠們的。

除了不適宜的光線之外，微生物對於小孩子的眼

圖 五 第



上面書在射光燈使

睛是最危險，幾年以前，歐州某城裏流行一種眼病。最初，在同一的教室裏，有十三個小學生患這種眼病。後來一間教室傳染給別一間教室。一個學校傳染給別一個學校，不久，全市有四千多個兒童受到這種痛苦。

有一種眼病叫做沙眼，是很可怕的，而且傳佈得很快。我們要到外國去，必須經過醫生驗過，沒有沙眼的毛病，然後許可我們到外國去，因為有些外國政府，設立機關，嚴厲地檢查入境的人民，假使驗出入境的人民有沙眼，或別種特別的眼病，就不許上岸，把他們送回原來的地方，或者強迫入境的人先治好眼病，然後讓他們入境。

小孩子很容易忽略那些能發生眼病的微生物。一個小孩子初染着紅眼睛的毛病，往往覺得很奇怪，用手摩擦眼睛，把微生物傳到手指上。然後，他用手拉別一個小孩子的手，或接觸別個小孩子要接觸的書本或玩具，這樣，就把微生物留在那些地方了。

後來，本來沒有眼病的小孩子，接觸了那些書本和玩具，他們的手便傳染了這種相同的微生物，在擦眼睛時候，把微生物傳在眼睛裏，微生物便立刻在那裏作怪了。

由這種方法，微生物可以從一隻眼睛傳給別一隻

眼睛，從一家人傳染給別一家人，結果成功了一種流行的傳染病。

寄宿在學校裏的小孩子，多數用公共的洗臉盆來盥洗，或用同一的毛巾揩手和臉，這是最不衛生的，因為眼病的傳染，沒有比這種方法來得更快。所以，要預防眼病，第一不要用公共的洗臉盆和毛巾。

聰明的教師們，知道這種危險，他們看見學生中有紅眼睛的，或看見他們的眼瞼的邊緣，好似粗糙並且有黏液把眼瞼黏在一塊兒時，他們就立刻把這種學生送到眼科醫生處，或送他們回家去，禁止他們和別的學生

接觸。

假使醫生說你有眼病，你一定要留心兩件事：

(一) 不要用手指擦眼睛；

(二) 假使你的手指摸過眼睛，在沒有洗手之前，不要觸別人會接觸的東西。

假使別人有眼病，你也要留心兩件事：

(一) 不要接觸他們接觸過的東西；

(二) 假使你接觸過那些東西，在沒有洗手之前，不要用手指接觸你的眼睛。

二 讀書・書本的印刷和眼鏡

一個木匠把釘打到牆裏，或是一個皮匠用皮縫成靴鞋的時候，他們可以不必十分注意光線的來源，因為他們的工作，無論在房裏那一部分，都可以看得很

眼耳的衛生

圖 六 第



裏影陰在本書

清楚；但是，假使一個人寫一篇論文，或是一個小學生溫習他的功課，就要注意到光線的明暗，和光線來的方向了。請注意你的教室，看那裏的光線是最明亮。房間裏的光線，有的是從窗戶射進來的太陽光，有的是燈光；但是無論那一種光，牠射在我們的書本上或別的工作上，對於我們的眼睛，是很有關係的。

圖 七 第



光 射 在 眼 睛 上

背着窗子看書，你的黑影遮在書本上（第六圖，）這好比在黑房裏一樣，對於你的眼睛是有害的。

假使你

轉過身來，臉

朝着窗子，這

也是很舒

服的，因為假

使你把書本

斜豎起來，書本裏的字，仍然在黑影裏，同時強烈的光線射在你的眼睛上（第七圖。）這當然又是錯誤的。

第 八 圖



光 從 右 肩 來

假使你把身體的右邊靠着窗子，這樣光線射在書本上，而你的眼睛是在陰影裏。如果對於讀書一方面講，這是沒多少害處的，但是你在寫字時候，你右手的影會落在紙張上，對於你未免有些不方便哩。

此外還有一個方法：

圖 九 第



光應從左來

你把身體的左邊靠窗站着，這樣，無論對於讀書寫字，都是很適宜的。光線射在白紙上，再從紙上反射到你的眼睛裏，你便看得很容易，因

爲影子是落在手背的後面。

房子裏的光，無論是那一種，只要你坐的位置適宜，總是一樣的，書桌不應對着窗子安放。

你試在石板上寫一句句子，再用毛筆把那句句照樣寫在紙上。最後寫的句子，比先寫的容易看，因爲墨蹟深黑，我們一看便知道寫的是甚麼，寫字時候，無論是用墨寫或用鉛筆寫，墨色總要濃些纔好。黑板和石板，要揩拭得乾淨，這樣，筆劃可以看得清楚。你不要看字體很小的書，因爲這是很費眼力的。

你試拿一張報紙來看。報紙上的字體，有的很大，有

的很小。講報上的行列，有的離得很開，有的排得很密；有的很長，有的很短。大的字體和短的行列，是很容易看的，而且很清楚；至於小的字體和密而長的行列，就要費很大的勁纔看得清楚，所以報紙上的文字，凡是字體大的，行列都是長的；字體小的，行列多數是短的。

印書的人，也想到這些事情。他們用白的紙，黑的油墨，使得字跡清楚；他們不把字排得太擠，又在每頁上剩了空白的邊緣。他們盡力去做能够幫助眼睛，保護眼睛的工作，不使眼睛在看書時工作得太辛苦。

假使你要試驗自己的眼睛好不好，可以用報紙來