

句話精警

文筆流利

易讀易記

興味無窮



梅晉良著

上海時兆報館出版

全書共分

- 一 肉做的機器
- 二 吃和喝的關係
- 三 身體內外的清潔
- 四 優待我們的牙齒
- 五 疾病的預防
- 六 殺人不見血
- 七 小國民的撫養
- 八 長生不老



如下

# 肺癆猛於虎



動物園

## 猛虎病肺斃命

肺癆可謂猛於虎矣  
解剖後肺部已糜爛

由儀器廠製標本

文廟路市立動物園之猛虎，因患肺癆，  
出外治療，該園曾於其家室之機窗外，懸

一「猛虎現正出外」

社記者向

醫務局

上海地方，

動物院中，

有隻凶悍的老虎。

老虎老虎，威武可怖。

那知牠遇到微小的癆菌

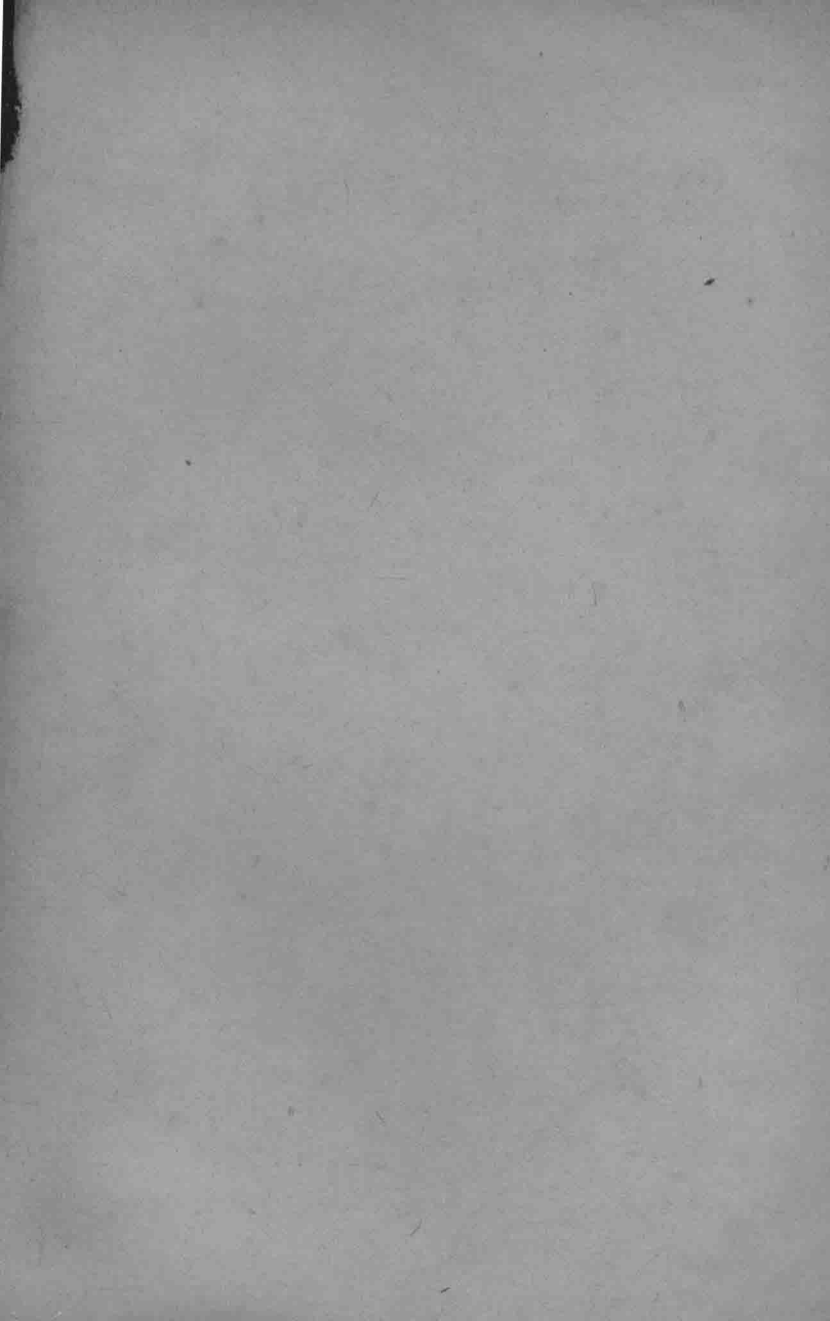
也就此一命嗚呼！

人言道勇猛莫如虎

強壯莫如虎！

我說癆病尅猛虎

其猛猛於虎！



上海療養衛生院院長  
米勒耳著

梅晉良譯

隱敵——如何防禦

上海時報館出版

# 目錄

序	五
第一章 可怕而可治的瘧病	七
第二章 瘧病的細菌	一六
第三章 瘧病的種類	二二
第四章 瘧病的先兆	三四
第五章 抵抗瘧病的幾樣武器	四二
第六章 瘧病的治療	五三
第七章 一位瘧癘逃生者的經驗談	六二
第八章 抗瘧的戰線	八一

# 序言

人間一切的疾病與禍患之中，瘡病要算是最普遍最凶險的了。人類儘可以誇耀各種科學的發明和成就，儘可以從諸般新奇的事物上去求生活的舒適，但是瘡病這個大患一日未除，我們每一個人的生命，就一日處於危險之中。

要除滅瘡病，只有一個方法：就是大家起來，對瘡病宣戰。但作戰必需武器，武器是甚麼呢？就是知識。從醫學的研究，我們對於瘡病的預防和醫治，已有了不少的知識；但是這些知識，必須傳播給每一個人，纔可以使人人有備，人人向瘡病進攻。

上海療養衛生院院長米勒耳博士，在中國服務已近三十年了。他所手創的療養衛生院，除上海外還有廣東，漢口，北平，甘肅等十幾處。最近著成健康生活一書之後，又復鑒於民衆對於抗瘡知識之急需，乃本其對中國人體格和生活所有的經驗與卓新之知識，寫述瘡病專論一篇，題名隱敵——如何防禦。其中對於醫學界在瘡病方面所有最近的研究和成就，無不包羅盡致。米醫師不特在中國創立了許多療養衛生院，又任全球一百二十三聯合療養衛生院總指導之一，故對於歐美各國日新月異的醫藥發見，有不斷的接觸；加以他個人在治瘡手術方面所有的研究和貢獻，真可稱是瘡病治療的權威。

這本小書的語句和用字，並無過於專門化的弊病，普通人都可以看懂。我敢說現在活着的每一個人，爲自己，爲家庭，爲社會，爲國家的幸福計，都當一讀此書。

一九三五年十二月十五日

廣東東山療養  
衛生院院長 麥德思



○ 立不癆，抗的身增們，飲好和息，空光是，武效最癆抵  
 足能病使力抵體強能它食的良，休氣，日就器的有病抗

## 第一章

# 可怕而可治的癆病

俗語道：『英雄只怕病來磨。』人生了病，小之身體受着痛苦，經濟上受損失；大之終生殘廢；更大的喪失生命；所以疾病真可算自古以來人間的大患。

然而疾病之中爲害最烈，蔓延最廣，使人喪失生命最多的，莫如癆病。在世界各國，尤其是在我們遠東諸國之內，每年因患癆病而死亡或成殘廢的人，比因任何別的病而受害的人更多。癆病實可謂病中之王！

癆病又名結核症，是一種細菌所致，這種細菌侵入人的肺部，就能使人患肺癆；侵入骨髓，就能釀成骨癆；侵入胃部，腸部，腎部，就是胃癆，腎癆，腸癆。所以混稱癆病，其實種類很多；不過最普遍的，乃是肺癆，我們平時談起癆病，也都想到肺癆。

癆病不但是人類的大患，也能害許多別的動物。猴，牛，豬，雞，都是極易染癆病的，尤以牛爲最甚。一羣牛經醫生檢查之下，發見百分之八十患癆病，這是不足爲奇的事。動物體內的癆菌，能在同類之間互相傳染，也能傳給異類，所以蔓延極甚，爲害極



烈。我們人類，往往也能從動物身上染得癆病。

據說世界上的人，每個人在一生

的時期內，總有一時是染過癆病的。

往昔癆病的診斷，必要等到種種症狀

發現以後，纔能確定，但現在我們已

有愛克司光可以洞燭人的臟腑，又有

結核菌檢驗法，可以將身體無論那一

部極淺微的癆病蹤跡查出。在這種情

形之下，我們便發覺癆病的普遍，確

是可驚的了。據歐西諸國的調查，五

歲的兒童染癆菌的，有百分之卅八；

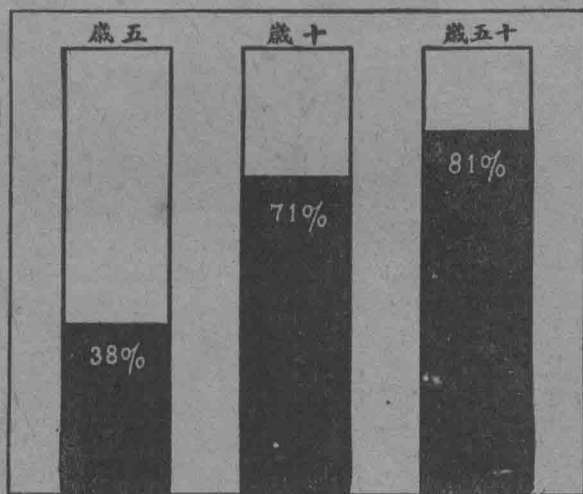
在十歲的人，則有百分之七十一是有

癆病的；到了十五歲受癆傳染的有百

分之八十一了！這種情形，對於人類

的生存問題，實有非常重大的關係，我人豈可漠視？

年齡與癆症之關係



即患癆症者

一百個兒童到十五歲時，已有八十一個染了癆病，這種現象，我人當愈起挽救，因兒童是國家的財寶和生命。

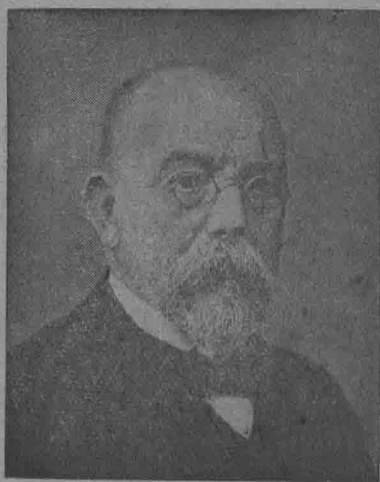
## 癆病的成因

癆病是一種細菌所致，這是一八六五年維勒寧醫生發覺的；但癆病的桿狀細菌，是柯克醫生發見的，時在一八八二年。現在我們提起癆病，就連帶的想起柯克醫生之功。

癆病雖是細菌所致，但一個人身體的狀況必須適於癆菌的生長和繁殖，癆菌方得肆其淫威，加害於人。細菌是我們肉眼所不能見的，在飲食和空氣中都有，我們無從阻止其進入我們的身體。但如果我們能用良好的滋養料和衛生的生活使身體健全強壯，則身

體所有的抵抗力就足以殺滅入寇的癆菌

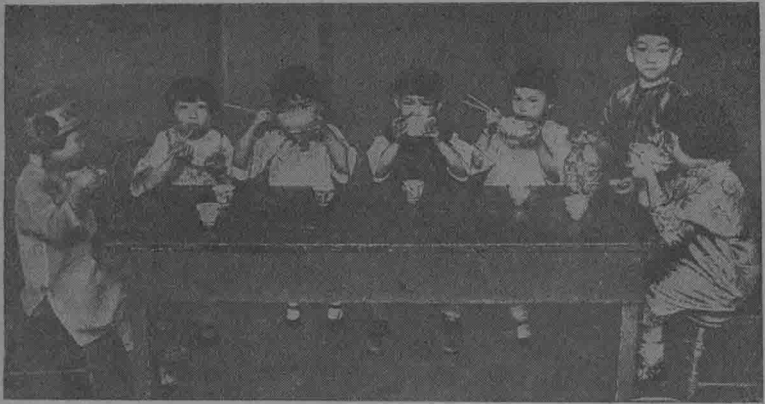
九



以發見癆菌名聞全球柯克醫生

，使之無從猖獗。祇是有的時候，一個人因為工作過度，或是營養不良，或睡眠不足，或在飲食起居一切方面不守衛生之道，以致身體軟弱，抵抗力減低，於是癆菌就有隙可乘，弄得不可收拾。這是我們本身招惹癆病的原因。

在下面我們要討論幾項外來的替癆



良好的飲食，與兒童的發育和健全有直接的關係，為父母者不可不注意此點。

病開路的成分：

(一)遺傳——癆病不是直接遺傳的。在母胎裏就染癆病的嬰孩極少。不過患癆病的父母，大都身體瘦弱，所以生下的孩童也不能健全，往往胸脯狹小，扁桃腺腫大，口腔和呼吸道有缺憾；這種種現象，都使嬰孩易為癆菌所勝，也未始不可謂是受遺傳之害。

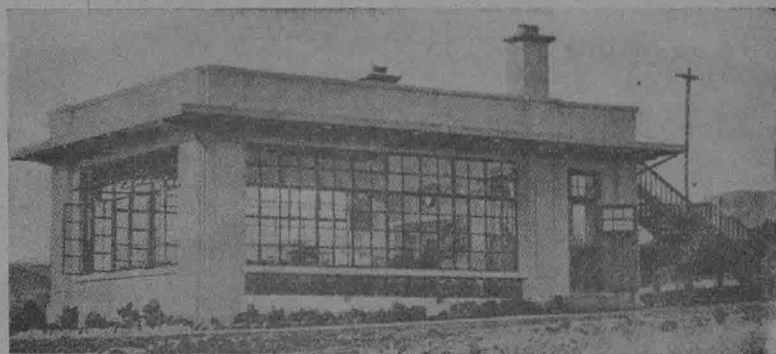
(二)接觸——癆病雖不是直接遺傳的，但患癆病的人所生的孩子，有百分之五十在二歲以前就染癆病了。這是因為嬰孩日常與患癆病的父母接觸——尤其是與患肺癆的父母接觸——被染的危險自然就更甚。

癆菌能由空氣和飲食中傳帶，也能由污穢的手，或與病人的身體以及病人所用的器皿接觸而傳染。不過在病人身上的細菌，比揚在空

氣中的細菌更形強悍活動。所以一家之中如有患癆病的人，那末他所用的器皿和排泄物都須謹慎處置，不可與常人用的混在一起，同時一家的人，對於這患癆病的人，應避免過分的接近。

牲畜的癆病，也能傳染給人，所以我們也當謹防，少與雞，狗，貓，豬等牲畜接觸。

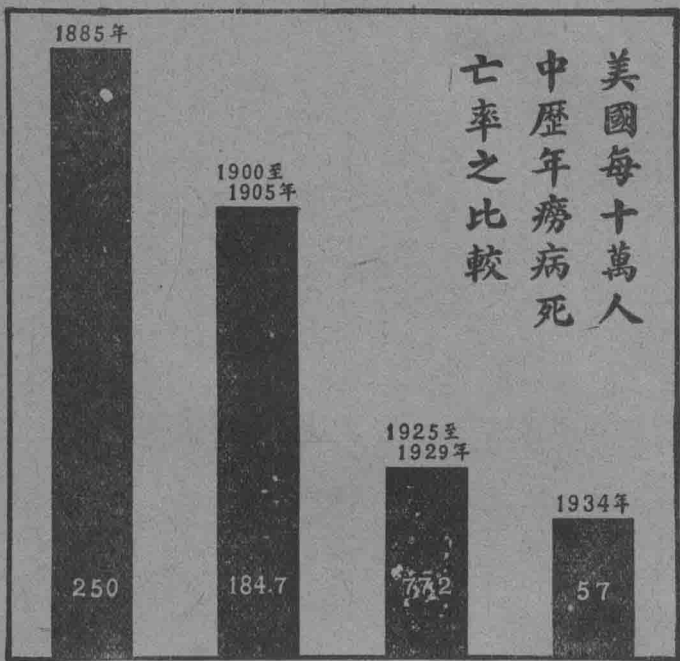
(三)氣候——氣候本身並不是癆病的原因。不過癆病的細菌在潮濕幽暗的空氣之中，確要比在乾燥而多陽光的氣候中容易活動，容易生存。氣候有三種主要的成分，就是空氣的溫度，重量，和水分。講到溫度，太熱固然不好，太冷也不好；最好是日間多陽光而夜間涼爽宜於酣睡的氣候。講到空氣的重量，離海面線過於高的地方，空氣太薄，太輕，易使人呼吸的次數加多而感乏力，在海面線以上五百至三千呎的地方，空氣最宜人。至於空氣中的



正在發長的兒童，需要多量的陽光。圖為新西蘭模範小學之課堂。

水分，太多了對於患肺癆者的咳嗽和除痰作用是不利的，故以比較乾爽的空氣為佳。

### 美國每十萬人 中歷年癆病死 亡率之比較



許多人患了癆病，

就想遷地而居，改變氣候，但這也要看各人的病狀和各方面的情形而定。最重要的，就是優美的飲食和良好的照顧。如果因遷居而引起種種不便，以致病人的飲食和照顧受到影響，那末還是不遷為妙。因為氣候對於癆病，關係並不甚大，在海邊的癆病醫院與在高山上的癆病

醫院治愈病人的成績，並無足以令人注意的差別。但如果遷居之處能將氣候，飲食，和

醫院治愈病人的成績，並無足以令人注意的差別。但如果遷居之處能將氣候，飲食，和

照護的週到三樣同時得到，那末遷居當然很好。病人的環境改變了，他的目光也會改變，或能覺得前途格外光明，精神上格外愉快，病就可以格外痊愈得快。

居處的環境——癆病不是限於窮人的，富貴之家也有很多人患癆病。然而房屋缺少陽光，幽暗，不通空氣，許多人擠在窄小的屋內，以及一切由缺少經濟能力而來的不衛生狀況，確是癆病盛行的一大原因。我們對於自己或別人，都應該設法救濟避免這種環境。

### 癆病是不難治愈的

癆病雖是一種可怕的病，但也並不是絕症。

五十年前，脫羅廷醫生在美國撒拉納克河邊開設了一所專治癆病的小醫院。那時每十萬人中，每年患癆病而死的，平均約有二百五十人——這是



歐美諸國癆病之死率為百分之八，即每十二人中必有一人因患癆病而死者。



中國之癆病死亡率爲百分之二十至三十，即每三人或五人中必有一人因患癆病而喪命。

一八八五年的事。從此以後，預防和醫治癆病的方法，因着醫界的積極努力研究，日見進步。據美國可靠的統計，從一九〇〇年至一九〇五年之中，每年平均患癆病而死的，減到每十萬人中一百八十四人零十分之七；到一九二五至一九二九年間，這數目又減至七十七人零十分之四；到去年——一九三四年，又減到了五十七人。這是美國一國的情形，但至少我們可以知道只要有良好的預防和醫治之法，癆病是容易治的，容易撲滅的。

雖然如此，我們仍得承認癆病在世上是人類的大患。全世界所死的人，有三分之二是因肺部疾患而死的，尤以肺癆爲最多。癆病既是這樣的普遍，每年侵蝕人類的金錢，光陰，和精力，實在不可限量。講到遠東之區，在北平一帶，每年

因癆病而死的，十萬人中有三百八十四人，廣東較少，但也有三百十九人。其餘各省，因為沒有可靠的統計，無從查考；但癆菌對於中國人民的危害，使家庭和社會並國家受的損失，我們也不難想見了。況且癆病所害的人，大都是在十五至卅五歲之間，這正是人生最得力有爲之時。故此我們每一個人都應該起來，積極努力的設法除滅這可怕的大禍。學校和教育當局以及凡爲父母的人，尤有責任要保護兒童脫離這惡敵之手。

癆病在初起時是極易治愈的；所以我們若發覺癆病，就應該即時療治。不過癆病之來，並非一朝一夕之事，却是偷偷的緩漸而進入身體的。等到身體發覺痛苦或缺憾，癆菌往往早已在裏面駐紮得根深蒂固了。因之我們若要謹防癆菌侵入身體，必須將身體最易受癆菌攻擊之部，不時的查驗。還有一方面，我們應設法普及衛生的知識，使我們周圍的人，對於癆病的原因，性質，預防，和治療，都有相當的明瞭。這是利己利人的工作，是值得我們大家去努力的。

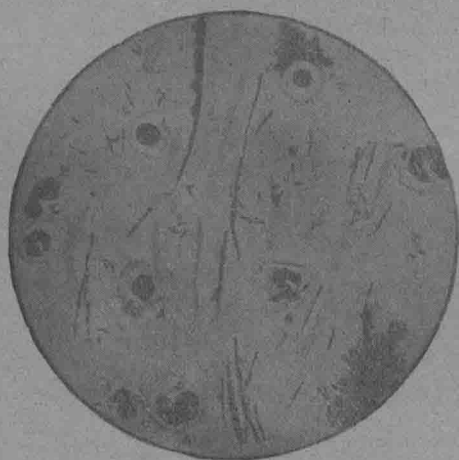
總之，癆病雖然可怕，却也是不難消滅的。全世界醫學界在這一方面的努力，已獲得顯著的成績，足可予我們以切實的鼓勵。我們應當研究這個問題，求充分的知識，再照着所知道的去實行，一面把自己的知識灌輸給別人，擴大這防癆滅癆的戰線。



# 癆病的細菌

癆病是一種桿狀的細菌所致。這種細菌的長度，有闊度的十倍，但是生長極慢，必要兩三個星期纔能長到普通化膿的細菌在兩三天內所能長到的程度。

癆病的細菌雖然生長很慢，但是抵抗力却甚強，用普通滅菌的方法很不容易消滅它。在沸水中必須煮至二分鐘以上，在攝氏表一百度的燥熱中須經一小時以上，纔能把癆菌殲滅。它們不怕冷，無論多麼冷的氣候都不足以使它們受影響。它們所最怕的就是陽光，但是如果是在病人的痰裏有膿或黏膜圍護着，它們竟能被陽光直射七小時而不死。若在地土裏面不見亮光而常得潮氣



○ 癆菌 桿狀 中的 痰 魁 的 罪 無算 殺人 每年