

養過程增加對疾病的抵抗力。並且可以預防和治療神經衰弱和大腦皮層機能紊亂。還能培養個人的堅毅勇敢果斷，克服困難爭取勝利的精神。而對肺結核病硬結期或吸收期也起着決定性的治療作用。

鍛鍊體格恢復腦力的方式很多，例舉數項可按個人的喜好來選擇：

(1) 廣播體操它是適合各種年齡性別做集體性體操是使身體全面發展的好運動。

(2) 籃球、排球、乒乓球是訓練機警、靈活、勇敢和集體主義的好運動，對精神的愉快是有益處。

(3) 夏天的游泳，冬天的溜冰也是一個很好的體力鍛鍊。

(4) 在每日工作緊張情況下亦要有短時間的休息，將注意力從主要的問題轉到次要的事情上

去，在辦公室內站一站活動身體，也是恢復腦力活潑神經的一種方法，還可以用冷水擦臉洗脖子，洗頭，有時還可以擦擦上半身因此加強血液循環。

(5) 在下班時即可以讀一些書、報，或者找時間參加文藝、舞蹈，由勞累的工作，變換成愉快的心情，這樣就調節腦力的疲勞。

(6) 再談談歡笑：“笑”算是一種愉快和喜悅的表現，它可以解脫神經的緊張，改善情緒提高神經系統的強度旺盛機體新陳代謝功能，經常用活潑和靚的態度換來對方的好感也使內心得到安慰提高工作的興趣。

俗語說：「喜喜哈哈好了病，苦苦惱惱喪了命。」誠然這兩句話是有意義的，所以我們非常需要愉快和盡情歡笑。笑是休息的好朋友，笑是健康的象徵和前提，對人有很大裨益。

## 北京中醫學會召開歡迎重慶市 第七人民醫院痔漏科小組座談會

北京中醫學會於十月十日下午二時，特召開歡迎重慶痔漏科小組座談會，藉以取得技術上的經驗交流。出席座談會的計有：北京中醫學會主任委員趙樹屏、中醫學會工作委員胡蔭培、王敏智、申芝塘、丁鳴九，遠道而來的重慶市第七人民醫院外科副主任李開泰，醫師陳之寒、中醫師周濟民，蔣厚甫、護士喻光惠，還有北京市的痔漏專科中醫師杜家模，王致超等廿餘人。

趙樹屏主委首先致歡迎詞說：此次重慶市的痔漏科小組到京，使我們感到非常高興。因為你們通過中西醫的合作，在治療痔漏疾患方面，已取得了寶貴的經驗和成績，我們希望把這些經驗，加以傳習介紹，以便推廣，為更多的痔漏患者解除痛苦。由於你們的到來，使中醫外科方面，亦將得到重視和開展。並且在中西醫學術的交流上，也起了很大的促進作用。我們要學習你們醫院裏中西醫真誠合作的精神，虛心的研究祖國醫學的正確態度。只有中西醫的親密團結，尤其是學術上的真誠團結，互相學習，取長補短，才能把祖國醫學中的合理部分發揚光大。我謹代表北京中醫學會致以熱烈的歡迎，並預祝同志們在工作中取得新的成就。

繼由李開泰主任發言：我們受重慶市衛生局的指派，來京彙報工作。於九月廿八日到達首都，適值我國建國五週年的國慶節大典，我們能够參加遊行，在天安門看到我們偉大的敬愛的領

袖毛主席，使我們非常興奮，大家都增加了工作信心。

重慶市第七人民醫院——是一個兼用中西醫藥的醫院，是在第一屆全國衛生會議之後，遵照毛主席「團結新老中西各部分醫藥衛生人員，組成鞏固的統一戰線，為開展偉大的人民衛生事業而奮鬥！」的指示成立起來的。由於黨和政府的正確領導，中西醫的真誠團結，因而取得了初步的一些成績。但是做得還不够。

關於治療痔漏疾病，我們兩年前即開始採用中醫的枯痔法和掛線法，通過臨床的實驗觀察證明中醫的治療方法，是有不少的優點的，但在試治的初期，也遇到過一些困難，可是經過大家的討論研究，很快地就克服了，如給痔瘡病人上枯痔散後，有的則有發燒、灼痛失眠等現象，經研究，認為枯痔散中有白砥，如初次上的量大則易致中毒，因而產生以上症狀，我們利用它的特性、耐性，第一、二次上同等的藥量，以後再逐漸增加，這樣就能減去以上的不良反應。至於它的優點方面，我們初步認為有以下幾點：

1. 痔核大的上枯痔散痛苦少，外科手術，有引起肛門狹窄（縮小）之虞，中醫治法，則無此顧慮。

2. 絞窄性的痔核，西醫多用保守療法，先熱敷，俟消炎之後，始能動手術，而中醫的方法，二十幾天就好了。

3. 血色蛋白在五十以下的痔核病人在西醫須先治療其貧血，然後再治療核，而中醫的治法，可以馬上治療而目效果很好。

4. 兼有高血壓症的痔核病人，在動手術時，往往有出血之慮而中醫治法則無此缺點。

5. 兼有結核病的痔核病人，如動手術，恐有傷口感染之慮，可是我們用中醫治法治過三十幾個病例，並沒有感染。

6. 用手術治療漏管，要特別注意括約肌，否則易引起大便失禁的手術後遺症。用中醫的掛錢法，既簡單經濟，效果又好。又無後遺症的發現。

總之此種方法，操作簡便，易於推廣。所用藥物到處皆可購到，並不需要特殊之器械設備，城鄉皆可應用。

周濟民大夫發言說：

今天承北京中醫學會歡迎，感到榮幸。重慶醫院自一九五〇年即開始中西醫合作，一九五三年對痔核開始研究，由於黨和政府的正確領導，我們中西醫務人員，團結得很好。在緊密的學術合作之下，一年多來治療了痔核，瘻管的患者約一千餘人，初步取得了一些經驗和成績，但這些經驗，是與西醫的協助分不開的。我感到只有在，毛主席的領導下，祖國寶貴的醫學遺產，才能得到發揚光大，中醫才被重視，我們希望諸位老前輩多給一些指示，以求在技術上得到改進更好的為人民服務。

丁鳴九大夫說：我個人是內科，聽到各位的報告，使我今天才對中醫外科治療痔瘻的方法，有了新的認識，增加了重視這一門學術的興趣，希望大家團結起來，為發揚祖國的醫學遺產而努力。

接着王致超大夫發言說：當我聽到重慶市痔漏科小組來京的消息，感到非常高興和興奮，因

為你們的前來能使我們交流經驗提高技術。我曾患過肛門瘻管，經中西醫久治不愈。後到西安就診於西安芳林痔科醫院，由中師醫王芳林大夫施治，在治療過程中，我感到這種方法既簡捷又徹底，因此立志向王大夫學習。可是在當時的社會師傅是不肯把他的秘法輕易傳授的。經我多方面的虛心學習，向我老師的親戚處討教，才知道枯痔散中的砒，用煨紅砒比用白砒痛的要少些，同時要用甘草，綠豆各一兩加水先煮煨紅砒，則更會減小痛疼。後看外科大成上，也有用砒先煮的記載。我對痔核的治法是：內痔脫出肛外之時，頂大蒂小者，由痔核底部之周圍，以約綫作環形結紮。如遇痔核基底寬闊不易作環形結紮者，則將約綫穿於彎針上使其兩端等長，由痔核基底兩側的中點貫穿之，由其核的對側引出首綫，在近針孔處剪斷使約綫成為兩根，分向痔核兩邊作8字形結紮，這是我個人的一點經驗，請大家批評指導。

陳之寒、申芝塘、王敏智、王榮亭、杜家模大夫等都先後相繼發言，大家一致認為中醫的枯痔法和掛錢法，確有它的優點；無手術後大出血的危險，瘻管患者，不必住院，門診即可治療，這樣可以不影響工作，照常生產。同時方法簡便，費用低廉，療效迅速，而且安全。的確值得我們重視，加以推廣，以便解除廣大勞動人民的痛苦。通過這次座談會，使大家深刻地認識到毛主席對中醫工作的指示，是英明的正確的。從治療普通的一種痔漏疾患，就可以證明這一點。大家一致表示，今後要在黨和政府的領導下，響應毛主席的號召，做好中西醫的團結工作，為發揚祖國的寶貴醫學遺產，為全國人民及世界人類的健康而努力。

座談會在充分愉快和諧的氣氛中，於五時半散會。

## 中國藥學會召開歡迎德意志民主共和國 藥用植物學專家華爾特·沃伊特先生座談會

本月二十五日(星期一)，上午，中國藥學會(後局大院二號)舉辦了歡迎德意志民主共和國藥用植物學專家——華爾特·沃伊特先生的盛大會議。出席會議的有中國醫學專家：趙橋黃、樓之岑、葉三多、於大準、姜達衡……等數十人，本社亦派員參加，在會上首由中國藥學會理事長薛愚同志，致歡迎詞。繼由樓之岑教授講話，把目前整理常用中藥的情形，向國際友人作一概

括的介紹。他說：「今年夏天，我會中藥整理委員會，為了明確中藥的確實療效，曾進行中藥的統一標準規格工作。並在中央衛生部，提出要求之下，要在二三年內，解決二百種中藥的一系列的複雜問題。重點的工作是：統一名稱、辨別真偽。預計今年可能完成二三十種。我們的工作方法，是由中藥整理委員會，及所屬分會，邀請中醫中藥專家，共同進行整理研究。不過這一工作