

新  
生  
論

上



緒方惟準纂輯

衛生新論

東京 適齋藏梓

498.3  
E  
1

No. 811

衛生新論序  
人知蝎蛇之可畏而未  
多食之為毒更  
甚焉其惑也深矣  
夫人身之要機飲食



富士川文庫  
3188

衛生新論

序

在保生嬉嬉左廣嗣  
然而放恣不得其法  
身傷祀絕至瘡痏  
臻豈可與吸烟之  
毒同視乎西哲有言

口食身色喰國信武  
頃說醫俗湏和日用  
術生法以口于世養為  
聞知之一步余之婆心  
永德爾乎三百

明治壬申三月

緒方惟準題

軍山常考



衛生新論目次

卷之上

食物

飲液

卷之下

空氣

運動

浴法

延後廣嗣



衛生新論卷之上

緒方惟準 築輯

食物

食物ノ品類ハ千種萬様ナリト雖、其能ハ體質ヲ  
養フト體温ヲ作コストノニ般ニ歸ス體質ヲ養  
フ者ハ食物内含ム所ノ窒素ト塩分トニメ體中  
ニ入り纖維質ヲ生シ軀體ヲ營為スル者ナリ此  
ヲ建素ト曰フ體温ヲ作コス者ハ食物内含ム所  
ノ炭素ト水素トニメ體中ニ入り燃テ元温ヲ生  
スル者ナリ此ヲ燃素ト曰フ

日常専用ノ動性食物ハ牛肉、羊肉、擴肉、豚肉、鷄鳩、鴨、諸般ノ魚肉、其他牡蠣、蛤蟹、乳汁、鳥卵、牛酪、蜂蜜等ノ如シ植性食物ハ小麦、燕麦、裸麦、大麦、米、麻エスス都爾格馬鈴薯、葛粉、其他豆類、蔬菜、菓實、油類、沙糖、護謨等ノ如レ

動性食物ハ有窒素物ニメ建素ヲ含ム固ヨリ  
饒多シ但シ植性食物モ亦之ヲ含マサルニ非ス  
植性食物ハ無窒素物ニメ燃素ヲ含ム固ヨリ  
饒多シ但シ動性食物モ亦之ヲ含マサルニ非ス  
而メ其兩素何レノ食物ニ舍スル者モ其能ニ至

テハ皆一ナリ

有窒素物ハ又蛋白質物、普羅底涅物ト称ス而メ  
大抵皆同亞篤面アトミンノ四元素酸、水、炭、窒、ヨリ成ル有時テ  
ハ多少ノ硫及ヒ磷之レニ交加ス無窒素物ハ又  
胎水炭素物ト称ス其水素酸素ノ配合量、水ニ均  
フシテ之ニ炭素ノ加ハル者ナリ譬ハ澱粉ノ水  
素十、酸素十、炭素十二ノ和ニ成ルカ如シ  
有窒素物、動性食物内ニ存スル者ハ蛋白質是  
白、神經織質、血中物ヒュミド、乳糜、纖維質、血中乳酸、乳汁、  
印波波連矢瑪液ヒマセラム、舍スス、  
中二傑列乙質結合組織、腱、韌帶、軟骨質、軟骨、織質、舍スス、  
舍スス、  
印波波連矢瑪液ヒマセラム、舍斯ス、  
中二傑列乙質結合組織、腱、韌帶、軟骨質、軟骨、織質、舍斯ス、  
如

シ其植性食物内ニ存スル者ハ粘連質穀類特ニ  
舍植性蛋白質特ニ扁桃レギュガ子豆類ニ舍ス  
リ如シ

無室素物ノ動性食物内ニ存スル者ハ脂肪特ニ  
結組織乳沙糖乳ノ如シ其植性食物内ニ存スル  
酪=舍ス沙糖<sup>ト</sup>豆類者ハ澱粉馬鈴薯<sup>ト</sup>舍ス  
糖或<sup>テ</sup>葡萄糖ト為護謨<sup>キスアリチ</sup>諸種<sup>ト</sup>樹木ニ自生シ諸  
テ諸葉實ニ舍ス<sup>ト</sup>護謨<sup>ト</sup>或<sup>ハ</sup>鑽刺シテ深淺者<sup>ト</sup>  
般粘滑物子實ノ周圍ニ粘<sup>ト</sup>植性櫟列乙質葉實ニ  
舍油<sup>ト</sup>油<sup>ト</sup>阿列櫟ノ如シ

動性ノ食物ハ自ラ燃建ノ兩素ヲ具有ス即ナ其

筋肉ハ多量ノ室素ヲ胎<sup>ミ</sup>以テ人體ノ纖維ニ化  
シ其脂肪ハ燃素ヲ胎<sup>ミ</sup>以テ元温ヲ生ス  
單ニ肉食ヲ用ル動體ハ單ニ植食ヲ用ル動體  
ニ較レハ燃素ヲ要スル<sup>ト</sup>鮮シ何者其運動急  
疾劇甚ナルカ故ニ體質隨テ消耗スレハ隨テ  
補給シ以テ夥ク元温ヲ生ス<sup>ト</sup>ハナリ、單ニ植  
食ヲ用ル動體ハ斯<sup>ト</sup>カキ運動ヲ為サスレテ元  
温ヲ生スルハ專ラ其植食内舍ム所ノ燃素ニ  
賴ル、是レ肉食獸ト植食獸ト其食品ヲ異ニメ  
共ニ牡ク性命ヲ保ツ所以シナリ植食ト肉食

トノ含メル燃素ヲ比較スルニ一比ノ澱粉含  
ム所ノ炭素ハ四廿ノ筋肉含ム所ノ炭素ニ殆

ト匹敵ス

人ハ植食ト肉食トヲ併用スレハ十全ノ食物ト  
ス、一種ニメ十全ノ食物トスヘキ者ハ乳汁ナリ  
乳汁ハ造物主、赤兎ノ未タ自ラ植肉兩種ヲ併用  
シ能ハサル者ニ設ルノ品ニメ建素ト燃素ヲ兼  
具シ且ツ些少ノ無機質ヲ含胎ス則其建素ハ蛋  
白質、乳酰、燃素ハ乳糖、脂肪、無機質ハ燐、加爾基ノ  
如シ加之此諸成分多量、水ニ溶解シ且ツ天然

適宜ノ溫度ヲ存ス是レ十全ノ食物タル所以ナ  
リ、但シ乳汁ノ種類ニ應ノ其成分ノ配合少差ア  
リ譬ハ百弓ノ牛乳ハ水九十九弓ト固性成分十弓  
即チ建素二分半ト燃素七分半トニ成リ、人乳ノ  
固性成分ハ建素二分ト燃素八分トニ成ルカ如

人體ノ骨ハ其質乍チ耗シ乍チ給ク新陣代謝  
スルヲ他ノ諸器ノ如ニ特ニ赤兎之年齢ニ當  
テハ其補給ノ勝タシヲ要ス是ヒ燐及ヒ加  
ル基ノ乳汁内ニ溶解メ存在セル所以ンナリ

造物主時宜ニ應メ乳汁ノ成分ヲ斟酌スルト  
亦一奇、產後新出ノ人乳ヲ試験スルニ燃素ノ  
量特ニ多シ牛乳モ亦然、何者初生兒ハ其生  
機殆ト植物ニ同フメ大抵寐テ時日ヲ消過シ  
固ヨリ筋力ヲ役セス纖維ヲ耗セスメ建素ヲ  
要スルヲ少ケレハナリ然ニ其兒歲月ヲ積テ  
漸ク葡萄運轉メ筋力ヲ役スルニ至レハ其乳  
内ノ燃素漸ク減シ随テ建素增加スルナリ  
野牛ヲ以テ考ルニ其稚既ニ早ク躍リ且ツ戯  
レテ纖維ヲ耗シ以テ自ラ触ク體温ヲ生スル

カ故ニ其乳内ニハ燃素少フメ建素富メリ、此  
ヲ比較スルニ人乳ノ燃素ハ建素ニ二倍スレ  
ヒ氏野牛乳ノ燃素ハ僅ニ一倍有半ナリ  
由之觀之食物ノ良配合ハ建素ニト燃素八ト成  
ルヘシ即チ一ト四トノ比例ニ居ラサルヘカラ  
ス乳汁ヲ成シ殆ト同キ食物ハ蒸餅ナリ、蒸餅  
ハ小麦粉ヲ以テ製ス小麦粉ノ成分ハ建素一連  
質燃素四半、些少ノ無機質トス唯、水分ノ少キヲ  
以テ乳汁ニ異ナルノミ是故ニ消化機健カナル  
人ハ他食ヲ用ルトナク唯、水ト蒸餅ノミヲ用テ

触ク性命ヲ保ツニ足ルヘシ  
 然ニ水ト蒸餅ハ通例貧人或ハ刑人ノ食物ト看  
 做シ此ヲ顧ル者鮮フノ恣ニ嗜ム所ノ食物ヲ用  
 ル者多シ是等ノ人ヲ希臘ニテ剥里花倔ト曰フ  
 諸種ノ食品ヲ雜餐スル者ノ義ナリ然ルニ斯ノ  
 剥里花倔ハ不知不識其食物中ニ建素ト燃素ト  
 ノ配合ヲ整ヘ以テ物主ノ法律ニ準フヲ觀レハ  
 亦伶俐者ト謂ツヘシ抑吾人ノ食物ハ建素ヨリ  
 モ稍燃素ノ多キタ貴フ夫ノ瘦牛肉ハ建素卵白  
質物ヲ含ムト燃素ニ等ク馬鈴署ハ燃素澱粉ヲ含ム

過多ニノ共ニ單味ニテ食物ト為スニ適ハス故  
 ニ人其肉ヲ食フニハ必ス加ルニ馬鈴薯ヲ以テ  
 入其他豆粉ニ豕脂ヲ伍レ擴肉ニ臘干ヲ配ン馬  
 鈴薯、米麦等ニ酪ヲ加テ食スル等ノ調理、元ト自  
 然ノ嗜意ニ出ツト雖皆建素ト燃素ノ良配合ヲ  
 得テ自ラ物主ノ乳汁、小麦ヲ造リシ配合ノ例ニ  
 適フ徒ラニ其味ヲ羨ナラシムル為ニ非サルナ  
 リ  
 嗜意ト欲意トハ自ラ別ナリ若シ欲意ニ任スル  
 牛ハ本然ノ食物ニ種々ノ香料ヲ加テ其味ヲ美

ニシ動輒過飽メ胃腸ヲ敗リ全軀ヲ傷フノ弊アルヘシ何者食物过多ナレハ胃腸此ヲ消化シ能ハスメ急慢二性ノ胃腸病ヲ發シ幸ニ能ク消化スレハ非常ノ血液ヲ釀製シ到ル處ノ器臓ニ血積ヲ致シ其官能ヲ支ヘ終ニ閉塞、焔衝ヲ作スノ危険アレハナリ故ニ健康ヲ保ツニハ常ニ戒慎メ欲意ニ克タルヘカラス

抑人ハ肉食ニ偏セス植食ニ偏セス五穀、蔬菜、魚肉、獸肉、皆食フテ可ナル者ナリ其齒オソ装置、胃腸ノ造構ヲ觀テ之ヲ知ルヘシ但シ地方ト體質

トニ應メ建素燃素ヲ要スルノ量アルノミ  
是故ニ熱帶熱帯ノ地方ニ住ム人ハ多液ノ菓實ヲ食シ暖帶ノ地方ニ住ム人ハ蒸餅ト肉類ヲ併食シ北亞墨利加ノ蕃野ニ住ム人ハ野牛肉ト鹿肉ヲ専用シ北極邊ノ冰雪地ニ住ム人ハ海魚油ト海犬油半魚半大ノ類ヲ飽飲シ而メ皆能ク其性命ヲ全ノス是レ人ハ能ク地球上ノ各地ニ住ミ其產物ヲ資テ能ク生活スル所以シナリ若レ然ラサレハ他ノ禽鳥獸畜ノ如ク其住地限リ定界アルヘシ

凡ソ人靜居スレハ燃素ヲ含ム食物ヲ要トシ肉食ヲ用ヒスメ可ナルカ故ニ門牙ハ剩物ナリト云フハ大ニ惑ヘリ、靜居ハ人ノ非常態、操作勉力ハ人ノ常態ニメ由、此テ初テ天意ニ協フ者ナリ、令人操作勉カノ筋纖維消耗スレハ肉食ヲ以テ補給セサルヘカラス故ニ人ニメ此齒アルハ徒ニ肉ヲ食スヘキカ為ナラス操作勉カノ人事ヲ盡サシメンカ為ノ設ナリ獸類ニ於テ之ヲ考ルニ馬ノ常食ハ草葉ナリ若シ此ヲ勞役セント欲セハ必ス先ツ燕麦、蒸餅或ハ豆類ヲ與ヘ以テ其

筋纖維消耗ノ備ヲ為サスンハアル可カラス不然メ唯尋常ノ牧草ノヲ投ソ勞役スルノハ其馬忽チ疲弊脱力ノ其用ニ立タサルヘシ燕麦、豆類ノ勞役馬ニ於ルハ猶肉食ノ操作人ニ於ルカ如レ但シ肉食ノ筋質消耗ヲ補給スルハ其含ム所ノ蛋白質ニアリ他ノ食物ニテ此ト同量ノ蛋白質ヲ資ラントスルベハ過多ノ燃素ヲ兼引影人弊アリ例之操作人ハ一晝夜間其筋質ノ消耗ヲ補給スルニ大約百沢<sup>クイダチ</sup>倔質ノ蛋白質ヲ要ス是ハ肉食ヲ以テモ米或ハ馬鈴薯ヲ以テモ能ク得

ハ由ル耐雖、米若クム薯ニテ此ヲ得ルトセハ多量  
ノ食ヲ用フヘキヲ以テ蛋白質ノ益ヲ為スヨリ  
モ燃素ノ害ヲ禦スト多カルヘシ  
由是ニシテ、澱粉含ム所ノ燃素少四比肉ノ含ム量  
形ニ同シ論ス一比肉含ム所ノ建素ハ二比ノ蒸  
餅或ハ數比ノ馬鈴薯含ム所外其量ヲ同シ以  
瘦肉ヲ最善ク滋養メ起熱取ヒ勤最少シ然レ所  
以ニシテ者ハ多量ノ室素ヲ含ム由ル室素ハ泊  
ラ酸素ヲ引クノ勤ラ少キ如クサ炭素、水素  
モ室素ト合セルナハ亦酸素ヲ引クノ力ラ少シ、

故ニ多量ノ室素ヲ含ム物體ヲ焼ク片ハ溫暖ヲ  
作コスル亦微ナリ然ニ肉食ノ動物頻ニ運動ス  
ル片ハ纖維ヲ費耗メ酸素ヲ抱合ヲ催進シ因テ  
顯著ノ溫度ヲ作スル之レ無キニ非ス既ニ前ニ  
論スルカ如レ  
瘦肉ハ斯カラ滋養ノ偉能アレニ若シ脂肪ヲ兼  
含ムル多ケレハ其能亦隨時減ス、脂肪ハ體中ニ  
入テ纖維質ヲ生セサレバ元温ヲ作コスル最大  
甚シ、澱粉ノ温ヲ作スハ瘦肉ニ優リ脂肪ノ温ヲ  
作スハ尚其上ニアリトス何者油及ヒ脂肪ハ澱

粉ニ較レハ酸素ヲ含ム少ク其少キ大約十倍炭素水  
素ヲ含ム丁最多ク隨テ酸素ノ脂肪ニ合セント  
スル勢ハ澱粉ニ於ニヨリモ勁ケシケレハナリ  
油及ヒ脂肪ヲ燒テ熱勢ノ強キモ亦此理ニ由ル  
冷露ニ消日シ或ハ逸居靜坐スルハ脂肪ト  
澱粉ヲ食スルニ宜シ貧人ハ衣食粗薄竈爐空  
乏ナルニ由テ自テ脂肪ヲ以テ其體ニ燃素ア  
與ントスルノ意ヲ發ス故ニ其膏梁膩味ヲ嗜  
ムハ必欲意ニ出テスメ所謂ル自然ノ嗜意ニ  
出ル者トス然凡勞役者ハ必ス建素ヲ欠クヘ

カラス日常人實驗ニ由テ之ヲ觀ルニ優ニ肉  
食ヲ用ル徒ハ其工作ノ多キヲ此ヲ用ヒサル  
徒ニ倍ス故ニ傭夫ニ與ルニ定價ノ外更ニ肉  
食ヲ以テスレハ却テ節儉ニ属スルナリ  
總テ安逸ナレハ體質ノ消耗少キ故ニ食量モ少  
ナシテ可、勞力長クノ且ツ勁キ時ハ食量固ヨリ  
多ク特ニ燃素ヨリモ建素ヲ含ムノ食物ヲ要ト  
ス、又長々冷露ニ滯止スヘキ時ハ油及ヒ脂肪  
宜久冷氣甚シカラス勞力勁シカラサンハ建素  
ト燃素ノ配合大約乳汁或ハ蒸餅ノ如クニメ可

即チ一ト四トノ比例ニ立ツヘレ、日常食料トスル所ノ蒸餅、乳酪、牛肉、馬鈴薯ハ宛モ其需ニ應ス就中蒸餅ニ乳酪ヲ加ヘ用フレハ善ク體温ヲ増シ馬鈴薯ニ牛肉ヲ加ヘ用バレハ尚且ツ其力ヲ増スヘシ

健康ヲ保ツニハ毎常食物ノ配合ニ注恩レ有室素物ト無室素物トノ正ク相比例スルヲ固ヨリ要事ナレバ又其調理ヲ消化器ニ受ケ易クシ且ツ飽餐セサルヲ貴ス、調理ハ厨下ノ一要術ニメ凡為人者ハ善ク煮テ用ヒサルヘカラス善ク煮

ルトハ旨煮ルノ謂ヒニ非ラス唯、其胃腸ニ入テ消化シ易ク滋養分、費散セサル様ニ製スルヲ謂フ總テ食物ハ皆煮テ用フヘシト雖獨リ熟葉ハ大陽ノ煦温ニテ既ニ蒸シ且ツ一異ノ煮ヲ受ルカ故ニ直ニ用テ可ナル者ナリ

厨下力所及燒材并ニ費用ヲ寡フメ、其功ヲ遂百無ニ妙トス此節檢ム食物製法、溫蒸等ノ規則高ハ學校ニ於テ究理ノ原キ事實ニ施メ人能ク知ル所ナル歟、然レバキニ入事ヲ盡善ク諸事要縛ナシ、嘗々煮茹ハ有時發害ヲ為

ス何堵諸種、味、調和、徒、殊神經ノ刺戟  
シ端例ヨリモ過食スレハナリ人事ヲ盡サシカ  
為ニ飲ミ且ツ食ヲハ可ナリ既多食セシカ為ニ  
百珍ヲ列子單簡ノ食物、可食、香料物ヲ調  
和スルカ如キハ物主ノ本旨ニ非ス之カ為ニ妄  
ニ胃腸ノ力ヲ費マシ血液運行ヲ盛シニ早ク  
糞勞ヲ招キ天然ノ壽ヲ夭札スヘシ異  
胃腸ノ能ク消化<sup>ス</sup>可キ食量ハ時事ニ應メ大ニ  
違ヒ年齢、生業、<sup>ス</sup>隨テ甚<sup>シ</sup>異<sup>ニ</sup>故ニ普通ノ定  
則ヲ立ル「能ハス飢ハ血中ニ建素盡ルノ候ニ

メ食物ヲ呼フノ感覺ナリ然ニ其飢意歇ム迄食  
物ヲ用ルハ謬トス、何者飢意ハ血中ニ滋養分ノ  
缺ルニ作ルカ故ニ滋養分血中ニ達セサレハ飢  
意歇マス其血中ニ達スルニハ若干時ヲ経、故ニ  
飢意歇ム迄陸續食物ヲ用ル片ハ過多ノ滋養分  
ヲ血中ニ輸タシ却テ體ヲ傷ス、過アルヘシ入  
多クハ此理ヲ思顧セス胃腑飽食復タ食物ヲ容  
レ能ヘサルヲ度トシ始テ箸匙ヲ擲キ滋養分ノ  
既ニ足ルヲ以テ度トスヘキヲ知ラサルトリ  
或有名ノ饕餮家ノ將ニ膳ヲ撒セントスルニ

臨ミ問テ云ク既ニ足レリヤ答テ云ク今躬ラ  
之ヲ知ラス次日ニ至ラハ始ナ之ヲ知ルヘシ  
ト是レ當時支障ヲ覺ヘス患害ヲ知テサル凡  
他日始テ之ヲ知ルナリ故ニ感饌ニ臨テハ每  
常必ス思慮ヲ回ラシ愈美味ナレハ愈己カ大  
敵ト看做シ苟クモ欲意ニ克ツコト忘ルヘカ  
ラス其血中ニ毒大如馬糞者有之此等之物  
凡ク食事ハ徐々ニ其嚥下ト消化ト異其歩ラ  
同フシ以テ飽和スルノ期ヲ識ルヲ佳トス、則一  
口毎ニ致意メ熟ク齒牙ニテ咀嚼スヘシ然ル時

ハ津唾細ニ食物ニ浸透レ且ツ胃中ニ入テ胃液  
ニ和レ易ケレハナリ然ラスメ急ニ食物ノ團塊  
ヲ呑下ノ忽チ胃中ニ堆フルキハ食物ノ量未  
タ足ラサルニ既ニ過飽ノ覺ヘ且ツ大ニ胃ノ消  
化力ヲ費スヘレ急食ト貪食トハ害ヲ為ス所以  
シ異ナレ氏其弊ハ一ナリ香料物ヲ加ムサル單  
簡ノ食物ヲ徐々ニ用ル代ハ飢意歇ムヨ以テ乃  
チ其足ルコト識ル  
適宜、食物ハ一時半乃至二時ノ間ニ全ク消化  
ス、故ニ尋常ノ食事ハ二時半乃至三時ヲ相隔ル

ニ宜レ然ルキハ消食器其用ヲ畢テ更ニ復タ運  
為スル前暫ク休憇ノ暇アルヘシ、若シ胃腑方ニ  
致クトノ食物ニ胃液ヲ和スル際ニ當テ更ニ食  
物ヲ充ルキハ其害ヲ為スコ必セリ  
消食機ハ體中諸運營ノ一ナリ、血液ハ居恒體中  
運營興ツテ物質消耗スル部ニ歸添ス故ニ消食  
機興ルノ際ニハ血液胃腑ニ馳セテ其用ヲ為ス  
是コ以テ食後直ニ身體精神ヲ勞スルハ宜ムカ  
ラス若レ其時或ハ腦或ハ筋ヲ役使メ血液ヲ他  
ニ桃山片ハ彼此ノ作用共ニ全キヲ得サルヘシ

多食后ニ力作メ怠惰倦重ヲ覺ルハ之カ為ナリ  
多食后直ニ勞動スルハ固ヨリ害アリ勞動后直  
ニ過食スルモ亦害アリ何者方サニ勞動ニル筋  
ニ趣外生血液俄然其方向ヲ渝テ胃腑ニ支ルコ  
能ハス故ニ其時急ニ呑下セシ食物ノ一行ハ化  
セスメ胃腑ニ留レハナリ此ヲ辨ヘサル徒ハ往  
イ哀レムヘキ過ヲ致スホシリ夫騎者馬ヲ長  
驅メ五時間モ労役レ羅弊極ム家ニ歸リ直ニ  
過食ニ繼テ自ラ苦悶レ馬モ苦悶セシメ恬然其  
理ヲ尋子サレ者アレカ如文貴也一力ヤ取テ

操作者ハ一晝夜間、固性ノ良食物一匕ヲ取り朝  
午晚三餐ニ分用メ足レバト不然ルキハ消食ノ  
機既ニ畢ルノ後優ニ胃力ヲ休憩セシムルノ暇  
アルヘシ但シ朝餐ニハ蒸餅ニ弓半、少許ノ酪、或  
ハ家猪脂、午餐ニハ佳製肉ニ弓半、蒸餅一弓、馬鈴  
薯或ハ蔬菜ニ弓半、晚餐ニハ蒸餅一弓、少許ノ酪  
ヲ用フ是勞役者十全ノ食料ナリ、總テ健康ヲ保  
ツニハ其量ヲ増サシヨリモ寧ロ之ヲ減ス  
宜レ人體ハ過食ヨリモ能ク過少ニ堪フ、全ク断  
食スト雖、十日乃至十二日間能ク其性命ヲ保ツ

ヘシ、時ニ極少量ノ食物ヲ用レハ尚長ク其性命  
ヲ延キ或ハ單性ノ水ヲ用ルモ亦然ルヘシ

若レ過食メ胃力ノ化ニ剩ルベハ消化機忽チ衰  
弱シ或ハ腹痛ヲ發シ或ハ食欲全ク滅ス、其時仍  
強テ食物ヲ用ルベハ恶心嘔瀉ヲ發ス是レ其害  
物ヲ除ントスル良能ノ機ナリ或ハ恶心已甚  
ケメ滯食若クハ膽液ヲ吐スルヲアリ平素胃腸  
ニハ浪状ノ運動アリテ食物ヲ下部ニ傳送ス惡  
心ハ其運動ノ逆回スル者ニメ長ク續クベハ腸  
ノ上部ニ蓄ル宿物、膽液共ニ胃ニ昇リ口内ニ出

「是良能、更ニ復タ食ス可ラサルヲ示スナリ」

胃飽満スル片ハ假令ヒ嘔吐ヲ起スニ至ラスト  
雖、食物消化セスメ數時數日胃中ニ滯リ宛モ濕  
温ノ霉ニ在リシ時ノ如ク溶崩腐敗メ瓦斯ヲ放  
チ胃ノ裏面モ解凝性ノ胃液ヲ分泌セスノ唯瓦  
斯ヲ釀シ因テ胃膜膜脹メ咬痛痙攣ヲ發ス、平日  
胃神經ハ唯飢ノ刺衝ニ感スル者ナリモ是時ニ  
當テハ一異ノ劇性刺戟ニ遇テ斯カキ加答<sup>ムカシ</sup>源斯症  
ヲ作ス者ナリ

胃腑ニ斯カキ變常アル時ハ腸モ亦累坐セラレ

已甚ク緊急レ或ハ已甚ク緩弛ス、蓋レ不化ノ食  
物胃中ニ滯テ降ラサル片ハ腸内常例ノ刺衝物  
ヲ得サルニ由テ已甚ク緊縮ス若レ其半熟ノ不  
化物腸内ニ降ル片ハ其異常刺戟ヲ洗ハシカ為  
ニ夥ク運動液ヲ分泌メ腹容已甚ク緩弛ス是亦  
其害ヲ遁レントスル良能ノ妙機ニメ宛モ塵埃  
眼ニ入テ墮涙スルト同一理ナリ

右件ノ正理ヲ思ハス唯欲意ニ信セテ飲ミ且ツ  
食フ時ハ遂ニ他部貴要ノ器臓モ其禍ニ連累シ  
心悸、不寐、神經性ノ諸症ヲ發ス體氣如斯時「感

冒ノ如キ瓊タル微邪ニ遇フト雖、忽チ危険ノ  
症ニ轉ヒテ頓ニ鬼錄ニ入り或ハ其破戒長ク積  
テ後漸ク物主ノ責ニ罹ル者モ之アリ  
既ニ戒ヲ犯スノ徒モ早ク飲ト食ヲ節シ殆ド斷  
食域ニ瀕スレハ猶能ク其罰ヲ免ルヘシ特ニ破  
戒未タ久キヲ經スメ體中器質ノ變壞未タ作ラ  
サリシ際ハ百回ノ過ナ九十九回ハ猶能ク胃腑  
ヲ故トノ健態ニ復セシムルヲ得ル  
飲食ヲ節スルハ其罰ヲ免ル妙法ナレモ若シ其  
節度ヲ守ラサル時ハ醫藥モ絶テ功アルヲナレ

假令ヒ功アルカ如キモ唯、苟且ノ快ヲ與ルノミ  
故ニ善ク節度ヲ守ル時ハ固ヨリ醫藥ヲ要スル  
ヲ勿カルヘレ

良醫ノ言ニ云ク食餌ハ徐々少哺シ或ハ暫ク間  
断シ急ニ飽満ニ至ル勿レ攝生ノ要訓唯、是ノミ  
ト、自幼此訓ニ着目シ壯年ニ至テ仍此ヲ守ル者  
ハ既ニ高齡ヲ遂ルノ基ヲ為ス而メ夫ノ饕餮家  
患ル所ノ病ニハ決メ罹ルヲ莫シトス  
是レ守度ト克己ニ由テ健康ヲ保ツノ道ニメ元  
來少年輩ニ諭トスノ戒ナレバ齡長ケタル者モ

丁寧反復ノ致意セサルヘカラス時規既ニ十二字ニ迫ルモ改心スルニ晚シトセス十二字ニ至テ猶能ク其蒙昧ヲ啓テ正道ニ入ルヲ得ヘシ飲液

凡ソ體中ニ入テ費耗ヲ給シ元温ヲ作コスノ食  
物ハ皆消化器内ニテ流动質ニ化ス否ラサレハ  
其物全軀ニ普達セサルヘシ故ニ角、毛、爪、鱗、木屑、  
筋理、壳皮等ハ消化セヌ直ニ大便ニ交リ出ツ、  
鳥ノ植實ヲ完壳ニ呑下メ其植物ヲ絶域ニ繁茂  
セシムルコアルヲ以テ之ヲ知ルヘシ血球ノ心

臓ヨリ肺臓ニ往キ肺ヨリ心、心ヨリ全軀ニ順環  
スルモ亦流动性ノ湯乙ニ憑依ス故ニ體中傳送  
ノ機ヲ發スルハ毎常必入這ノ種那ノ種ノ流动  
物莫カルヘカラス  
自然良能ノ物質ヲ傳送スルハ職ト透亮ノ水  
ニ由ル則乳糜内ノ諸成分、血中ノ蛋白質、纖維質、  
排洩液内ノ無用物モ皆水ニ憑依シ以テ彼此ノ  
部ニ傳送スル者ナリ  
體内ニ入ル水素瓦斯ノ一分ハ酸素ト合シ燃テ  
水ニ變シ空素ニ胎ム筋質ハ分拆メ諸母尼亞水

三、窒素一ノア生ニ譜母尼亞ハ水ニ和メ直ニ傳  
和ニ成ルノア生ニ譜母尼亞ハ水ニ和メ直ニ傳  
送排洩セラル炭素モ亦燃テ炭酸ニ變ル而メ其  
一分ハ運動狀ヲ為メ體外ニ排洩セラレ一分ハ  
瓦斯狀ヲ為メ肺ヨリ逆出ス是亦水ニ憑依メ肺  
ノ葡萄狀ニ達セシ者ナリ  
凡ソ運動液、他物ノ質ヲ變化セスノ之ヲ傳送ス  
ルニハ其物ト抱合セス唯、之ト混和スルノ水  
ノ物ヲ傳送スルモ此ト抱合セスノ唯、之ト混和  
スルノミ故ニ其傳送ノ終ニ至テ復々能ク其物  
ヲ還元セシム譬ハ曹達或ハ苦土ニ硫酸ヲ交レ  
ハナルカ如シ

ハ忽ナ抱合ノ甚消或ハ瀉利塩ニ變化シ元トノ  
曹達、苦土、質ヲ失ヘ此ニ水ヲ交ヘ其溶液ヲ  
蒸發スルキハ曹達、苦土還元ノ毫モ其本質ヲ失  
ハナルカ如シ

水ハ人身排洩蒸發ノ機ニ當テ續々血中ヲ謝シ  
去ル、然ニニ血ハ間断ナク稀釋流利スヘキカ故  
ニ水ヲ血中ニ輸タスノ急務ナルヲ猶滋養成分  
ヲ血中ニ送ルノ必求ナルカ如シ若シ血中水分  
乏クノ流利セス滋養成分不給ナルキハ即チ健  
康ヲ保ツト能ハス是故ニ血液、稠厚ニ過テ流利

不便ナルキハ良能之ニ感ノ忽チ之ヲ胃也咽也  
ノ裏面ニ報シ其部渴ノ覺ヲ發ノ流動物ヲ呼フ  
而ノ此ヲ與ルキハ其水分忽テ胃ノ髮細管ノ膜  
ニ滲透メ直徑ニ血液ニ混ノ之ヲ稀釋ス一總テ純  
水ニ限ラス善ク水ニ溶解セル物質唯、水ニ混和スルノ謂ニ  
非スハ皆如斯ニメ直徑ニ血液ノ流ニ入ル、夫ノ滋  
養成分ノ胃腸、乳糜脈ヲ經テ心ニ往キ肺ニ往キ  
肺ヨリ復タ動脈ニ傳ヘ髮細管ニ進ム等ノ如キ  
長旅ヲ為ス者ニ非ス  
日常用ル所ノ諸飲液ニ稀釋溶解ノ能アルハ皆

其含ム所ノ水分ノ功ニ出ツ故ニ諸飲液ノ能ク  
物質ヲ溶解メ之ヲ傳送スルト其渴ヲ消スルト  
ハ全ク其含ハ所ノ水分ノ多寡ニ關ス飲液逾多  
ク水分ヲ含メハ其能逾強ク飲液逾多ク他ノ物  
質ヲ含メハ其能逾弱クノ此ヲ用ルノ目的一適  
ハス然ニ人ノ常習ト異嗜トニ信セテ數般ノ複  
性飲液ヲ用ルコト創メタリ譬ハ麦酒、葡萄酒等  
ノ如シ是等ノ飲液含ム所ノ主成分ハ水ニメ之  
ニ亞ク成分ハ亞爾箇兜ナリ就中テ熟涅ヒリ弗兒燒  
酒、流謨、游私却ヒハ亞爾箇兜ヲ含ムト本量ノ半

ハニ過ク剥爾篤、設列ヒ、麻塙刺ノ如キ醇酒ハ此  
ヲ含ムヲ大約其五分一ニメ百分中十六分乃至  
二十分ニ居レリ、尋常ノ赤葡萄酒、列印設酒ハ此  
ヲ含ムヲ尚少シ剥爾篤兒、謂兒ノ如キ強麦酒ハ  
其百分中此ヲ含ムヲ五六分、薄麦酒ハ此ヲ含ム  
ヲ僅ニ百分中ノ一分ニ居レリ

亞爾箇兒ハ沙糖ヨリ化成スル者ナリ凡々泡醸  
メ亞爾箇兒ヲ生スヘキ汁液ハ皆糖質ヲ胎ハ者  
トス故ニ葡萄汁或ハ麦芽ニ熱湯ヲ注グ液ハ夥  
ク糖質ヲ存ス之ヲ味テ即チ知ルヘシ斯カキ甘

味ノ汁液ニ酸酵ヲ加ヘ溫暖ニ中ルキハ其胎ム  
所ノ糖質全ク亞爾箇兒ニ化成スルナリ糖ハ炭  
素、水素、酸素、各等分子ノ和ニ成ル譬ハ此ヲ炭素十  
ニ、水素十二、酸素十二ト成ルトセハ其泡釀スル  
時、炭素四、酸素八、相合メ炭酸ヲ生シ遺ル所ノ炭  
素八、酸素四、水素十二相合メ一新複性ノ分子子  
ヲ生ス其細分子ノ相集ル者即チ亞爾箇兒ナリ、  
此物復タ甘味ナク一異ノ精氣アリ云竊透佳香  
ヲ放ナ又迷矇スヘキ性ヲ具ヘ特ニ發焰シ易キ  
流動液ナリ

如斯甘味、汁液泡釀、銳烈精液ニ變化スル時  
炭素ト酸素ト相合シ炭酸瓦斯ト為テ揮散ス此  
兩素相合ニ時其液湧沸スルハ此瓦斯ノ生ス  
ルニ由ル其遺ル所ノ液ニ水素炭素ノ配合量多  
キ所以ニハ酸素ノ揮散最多ク炭素ノ揮散之レ  
ニ亞キ水素ハ全ク揮散セリレハナリ其新タ  
生スル所ノ精液ハ酸素ヲ含ムト既往沙糖或ハ  
漿粉タリシ時ヨリモ少シ漿粉ノ成分ハ全  
ク砂糖ニ同シ故ニ其精液ハ酸素ニ合セントスルノ勢ヒ強クメ砂  
糖漿粉ヨリモ發焰シ易キ所以ニナリ

斯ノ發焰シ易キ精液即チ亞爾箇兜ハ特ニ水又  
引クノ性アツ其引力太甚キガ故ニ全ク水分無  
キ亞爾箇兜ヲ得ルト甚々難シ純亞爾箇兜ト称  
スル者モ每常其百分中ニ猶二分ノ水分含メリ  
物ヲ亞爾箇兜ニ侵タス片ハ其善ク乾ク炎熱  
ニ曝スカ如レ是亦亞爾箇兜ノ水分ヲ引ク力ニ  
由ル肉及ヒ其他動物體ノ一部ヲ取テ亞爾箇兜  
ニ浸タス片ハ其纖維内ノ水分ヲ亞爾箇兜ニ引  
キ其物ノ萎縮スルト大熱乾燥ノ地ニ於ルカ如  
クメ尔後其物復タ腐敗溶崩ニ罹ルナシ凡メ

動體ノ纖維、生機ヲ離ル事ハ忽チ溶崩ニ罹ル者  
ナレ。其水分ヲ悉ク引除ケルハ能ク溶崩ヲ禦  
クセノナリ、故ニ解剖セシ物體ノ一部ヲ取リ亞  
爾箇兒ニ浸シ置ケハ數年間触ク貯得テ他日内  
景訓導ノ資ト為スニ足ルヘレ。亞爾箇  
兒ニ限テ不自餘多精飲液ノ體中ニ入テ為スク  
作用亦推メ領會スヘシ。亞爾箇兒兩ツ林  
カラ極稀流動物ニシテ喜々互ニ親和全胃ナ入レ  
ハ共ニ其髮細管ニ滲透シ直ニ血中ニ入ル而メ

此ニ交ル濃厚分ハ離別ノ或ハ他、固性食物  
ト共ニ消化ニ罹リ或ハ消化セズノ糟粕ト共ニ  
下洩ス其血中ニ入ルノ亞爾箇兒ハ血ト共ニ一  
身ニ遍歴シ到ル處トノ犯サ、ルハナレ  
然ニ亞爾箇兒ハ血中必要ノ成分ニ非ス故ニ世  
人此刺戦物一滴滿セ用ヒスメ能ク健康長壽ヲ  
保チシ者幾千萬コ以テ數コヘシ是ヲ以テ此物  
若シ體中ニ入ルベハ必ス復タ體外ニ謝出セサ  
ルヘカラス、何者亞爾箇兒ハ他ノ燃素、如ク唯  
元温ヲ生スルノミメ諸器諸纖質ヲ營為スル

建素ニ非レハナリ故ニ其成分ノ炭素ト水素ハ呼吸器ヨリ入来ル所ノ酸素ト合レ燃テ温ヲ作シ炭酸・生レ水・醸シ遂ニ瓦斯ト為テ外洩ス如斯ク亞尔箇兒體外ニ謝出スルノ瞬速ナルヲ其初ノ血中ニ入りシ時ニ同シ但シ酸素ノ多寡ト燒燃ノ強弱ニ應ノ其機差異ナレリ夫・開窓新鮮氣中ニ於テハ密閉損敗氣中ニ於ルヨリ触ク多量飲酒ニ堪ルモ亦此理ニ由ル  
亞尔箇兒如斯ク乍チ體中ニ入り乍チ體外ニ出ル時ハ爾カク大害ヲ為サヌノ可無ク不可無キ

者ニ似タリ雖然亞尔箇兒自ラ燃ル際ハ他物ノ燃ルヲ妨ク試ニ一葉ノ紙ヲ取テ亞尔箇兒ニ熏シ此ニ火ヲ点スルニ亞尔箇兒燃ル際ハ其紙燒焦セス又酒精燈モ注意・間歇ナリ酒精ヲ注クルハ其綿心毫モ其火ニ犯レナルヘシ是レ其酸素ヲ引ク力最モ強クノ酸素ヲ見レハ悉ク奪ヒ盡セハナリ人體中ニ在テモ亦然リ其自ラ燃ル際ハ他ノ燃素ノ燃ヘサラシム是故ニ血中・燃素肺内・酸素ニ遇テ燃フヘキ者セア爾箇兒燃ル際ハ依然トノ變化セス脣液ノ如キ元温

ヲ生スヘキ者モ夥ク亞爾箇兒ヲ用ルニハ其用  
ヲ為サスノ血中ニ堆積シ因テ血質本然、清潔  
ヲ敗リ生命必要、平均ヲ失ヒ遂ニ其身違和疾  
疢ニ罹ラサルヲ得ス是レ其亞爾箇兒ヲ忌ム所  
以ンナリ、故ニ亞爾箇兒ヲ用テ其害莫ニント欲  
セハ穀粉類、脂肪質ノ食料ヲ減スヘシ然ラサレ  
ハ斷然ト亞爾箇兒ヲ絶ツニ若カス假令ヒ蒸餅  
脂肪、量ヲ減スト雖、續々長ク亞爾箇兒ヲ用ル  
キハ亦害アリ、其理左、如レ  
亞爾箇兒ヲ飲ム、量其體外ニ謝出スル量ヨリ

多キ時ハ其氣體中ニ鬱積ノ觸ル處ノ諸器ヲ衝  
動シ因テ心悸ノ亢盛、肌熱、蒸發氣ノ増加、面部ノ  
赫灼盈活、眼光ノ鮮明、精神ノ輕舉、諸分泌排洩ノ  
過度ヲ作シ繼テ思慮妄動ノ言語錯亂シ共ニ真  
意ニ出テサル如クニメ此ヲ本旨ニ約スルヲ能  
ハス漸ク是非ヲ辨スルノカラ消シ想像ノカラ  
専ラニ馳セ終ニ想像ノ機モ全ク廢スルニ至ル  
者ナリ

腦及ヒ神經節ハ亞爾箇兒ヲ引ク力體中他部ヨ  
リモ太甚シ試ニ獸類ニ多量ノ亞爾箇兒ヲ用ヒ

少焉ニメ此ヲ剖觀スルニ其腦内ハ他部同大ノ  
器内ヨリモ亞爾箇兒ヲ存セルト多レ而メ神經  
質、亞爾箇兒ヲ引ク片ハ之カ為ニ病レテ亞爾箇  
兒氣ノ存セル際ハ其作用確切ナルヲ得ス何  
者神經ノ作用モ筋作用ノ如ク物質ノ新陳交代  
ニ興ルニ夫ノ血液ニ憑テ神經ニ達スルノ酸素  
其亞爾箇兒存スル際ハ專ラ此ニ抱合メ神經質  
ノ新陳交代ニ關セサレハナリ抑神經節ノ精微  
嫩軟ノ部ハ即チ智力稟舍スルノ地ナルカ故ニ  
其部病ム時ハ假令ヒ種々ノ思慮陸續繼發スト

雖善ク之ヲ理會レ熟ク之ヲ是非スルト能ハサ  
ルナリ

亞爾箇兒ノ血中ニ入テ先ツ發スル所ノ酩酊狀  
ハ血行ノ急疾、面色ノ火紅、精神ノ高揚、言語ノ輕  
卒、多少ノ譖妄等ノ如レ此初候現ル時直ニ盃ヲ  
舍ク時ハ其揮發毒徐々呼吸器ニ沿フテ外謝シ  
神經質ヲ襲ヒシ老子モ一掃スヘシ既ニ一掃ス  
ルキハ其衝動ニ遇ヒ諸器モ隨テ縱弛レ脈力  
緩弱、皮膚乾涸、分泌怠慢、精神恍惚等ノ候ニ轉ス  
而メ暫ク休息一睡スル時ハ諸症全ク退キ體氣

常態ニ復ス

若シ其初候方サニ現ル時思慮錯更ニ盃ヲ舉ケ  
頬ニ亞爾箇兜ヲ血中ニ輸テ舍カサルハ神經  
質ノ患害益逞發シ腦モ靈妙ノ官能ヲ措テ是非  
ノ辨別克己ノ明智全ク滅レ唯粗暴ノ私欲、情欲  
其權ヲ恣マニスルニ至ル其毒勢歩々相進テ  
知覺神經モ共ニ犯サル、片ハ私欲情欲モ亦滅  
シ眩暈、錯聽、錯視等蜂起シ眼光曇濁、面色灰白、諸  
筋震搖ノ縮力ヲ失ヒ四肢其用ヲ廢メ醉倒ス是  
レ亞爾箇兜ノ連用ヲ制止セントスル良能ノ秘

術ナリ

如斯ク大醉漢ハ識ナク力ナク人事ヲ省セヌモ  
寃モ一異ノ中毒症ニ罹ル者ノ如シ故ニ其危キ  
1地獄ニ臨ムカ如クニメ陷ルト不陷トハ唯毫  
髮ノ間ノ也、其體中ノ諸器ヲ麻醉セシムル猖獗  
ノ毒也、屢其亞爾箇兜ノ若干量ノ多少ニ保有者  
ナリ、其體中ノ諸器ヲ麻醉セシムル猖獗  
亞爾箇兜ノ血中ニ入ルノ量差多ケレハ又脊髓  
神經ヲ麻醉セシム故ニ呼吸殆ト絶ヘ動脈血不  
淨ト為リ心臟ノ鼓動漸ク幽微ニメ殆ト歇ム

アリ提シ諸器ノ運營ヲ宰ル者ハ脊髓神經ナレ  
居恒ニ亞爾箇兜ヲ用テ止メサルキハ必ス前件  
ノ如キ諸症ヲ發スヘシ然ニ許多ノ醉倒人必シ  
モ皆死ニ陷ラスノ幸ニ免ル所以シノ者ハ他ナ  
シ夫ノ亞爾箇兜ハ其性甚タ揮發ナルカ故ニ醉  
客人事ヲ省ヒスノ復タ飲ミ得サルノ際ニ體中  
ノ亞爾箇兜ハ直ニ呼吸機ニ由テ減少スレハナ  
リ此時若シ暴漢其人事不省者天其口ヨリ強テ  
亞爾箇兜ヲ注入シ與レハ真ニ斃ルト之レナキ

ニ非ス、注入セスト雖多量ノ亞爾箇兜、脊髓神經  
ヲ犯スベハ呼吸遏絶メ自ラ斃ルニ至ルト往々  
目撃セシ所ナリ

良能ノ秘術即チ人事不省ニ由テ一旦虎口ヲ遁  
ルト雖、亞爾箇兜ニ耽ル習癖歇マサルキハ全ク  
死ヲ遁ルニ非ス唯死ニ遠カルノミ早晚必ス卒  
然若クハ慢然其厄運ニ罹ルヘシ

日常午餌ニ葡萄酒或ハ醇麦酒ヲ用テ亞爾箇兜  
ニ於ルカ如キ巨害ヲ見サレバ是亦亞爾箇兜ヲ  
含ムヲ以テ全ク害ナシト謂フヘカラス亞爾箇

児ハ軀體ヲ滋養セス諸器ヲ造構セス、又水ヲ加  
テ稀解スル者モ其食物内ノ建素ヲ溶解シ之ヲ  
傳送スルノ功單純水ニ劣レリ故ニ少量ノ亞爾  
箇児モ消食機ニハ無益ナリ以テ葡萄酒、醇麦酒  
ノ功害ヲ察スヘシ

亞爾箇児ハ善ク燃レ凡體温ヲ作スト油及ヒ脂  
肪ニ劣レリ、一廿ノ脂油ハ二廿半ノ熱セイ涅チ弗ブ兒ヨ  
リモ體温ヲ作スト多シ慷慨ノ飲液或ハ醇葡萄  
酒ヲ飲テ體中温熱ヲ覺ルハ神經ヲ刺衝シ諸部  
ヲ進起メ血行ノ急疾ト為ルニ由ル而メ其温熱

此ヲ飲テ後チ忽チ發スルハ消食器ノ長路ヲ遍  
歷セスメ直ニ血中ニ入レハナリ然ニ其氣忽チ  
復タ揮散シ温熱隨テ経過シ去レハ血行體温前  
時ヨリモ減メ復タ之ヲ飲テ其運營ヲ震起セン  
トスルノ念ヲ發シ遂ニ其體亞爾箇児ノ刺戟ナ  
ケレハ立ツト能ハナルニ至ル是レ其少量ト雖  
亦不可ナル所以ナリ

日常葡萄酒ヲ飲ム人其初メ一日二硝盞ヲ飲ミ  
忽チ乗メ六硝盞ニ及ヒ漸ク増メ一日二硝罐ヲ  
用ルニ至リ而メ自ラ以為ヘラク是レ他人ニハ

害アルヘケレモ吾體ハ善ク酒ニ馴レテ毫モ其崇リヲ覺ルトナシト然ニ多量ノ亞爾箇兜ヲ用テ毫モ感動セサルハ其體既ニ太甚ク本性ヲ傷リ深ク其害ニ罹レル者ト謂フヘシ何者一二硝盃ノ良好酒精ハ胃腸、腦、心藏ノ機能ヲ煽動シ某煽動毎ニ物質消耗モ亦甚フシテ少量タリビ日用レハ必ス罷労ヲ惹出セハナリ、而ルヲ況シテ多量ヲ用テ其崇リ莫カルヘケン、是故ニ如斯キ徒ハ日一日竊ニ彼此ノ禍ヲ釀シ經年ノ後其崇リ突然暴發メ急ニ醫ヲ招キ積惡ノ瞬時ニ滅

スルヲ乞フ者アリ或ハ慢性ノ胃瘻、肝病其他種種内藏病ニ罹テ其速ニ治セサルヲ悲歎スル者アリ豈ニ自ラ誤ルノ甚ニアラスマ是故ニ胃モ腦モ心藏モ能ク其定課ヲ務ル時ハ故サラニ此刺戟物ヲ與テ無益ニ健運セシムヘキノ理ナシカ所及此ヲ體中ニ入ルヲ許スカラス雖然病體ニ於テハ亞爾箇兜ノ刺戟ニ賴テ鴻益ヲ收ルヲアリ但シ其用法用量ハ酩酊ニ至サルヲ度トシ唯其體中ニ入り忽チ酸素ニ遇テ燃テ

温ヲ作コシ且ツ其刺戟力ニ由テ疲脱ヲ挽回ス  
ルヲ要スルノミ譬ハ重性室扶斯ノ恢復期ニ葡  
萄酒ヲ用テ触ク其治ヲ助ルカ如レ是時ニ當テ  
ハ血液乏ナルニ由テ苟且ク其刺戟ニテ胃ノ消  
食機ヲ弊メ苟且ク神速ノ燃素ヲ血中ニ輸タス  
モ亦害アリトセス此ノ機ニ乘メ触ク衰弱セル  
児ノ病體ニ功アル所即チ其無病體ニ害アル所  
ナリ是レ病體ニ在テハ其不足ヲ補ヒ常體ニ在  
テハ既ニ足ル者ニ贅物ヲ加ルニ由ル

麦酒ハ葡萄酒等ト同例ニ論スヘカラス一麦酒ハ  
亞尔箇兜ヲ含ムト甚少フノ膠質、糖質、ノ如キ  
真滋養分ヲ胎ムヲ以テ滋養ノ良功アリトス然  
ニ麦酒中ニモ猶亞尔箇兜氣アリテ多少血行ヲ  
催進レ建素、營為ヲ妨碍シ且ツ酸素ヲ引クノ  
力ヲ逞フ、他、燃素ヲ化セシメス約メ言ヘ  
麦酒ニモ體内諸運營ヲ稍、進起亢盛ヒシムルノ  
理ナシト謂フヘカラス茶、骨喜、淑格刺塙等モ麦  
酒ノ如キ滋養、能アリ而メ無益ニ煽動進起ス  
ルノ弊ナシ故ニ常水ノ外ニ他ノ液類ヲ用レト

欲セハ葡萄酒、麦酒ヲ舍ヒテ是等ノ液類ヲ用ル

=宜シ

千八百四十九年、麻獨刺マドラス地地役 = 歐羅巴ノ兵卒 = 就テ経験說アリ曰ク禁泡釀飲液者、一歳之間、五百人中、死者五人、少用泡釀徒、五百人中、死者十一人、牛飲家、五百人中、死者廿二人、自餘諸事驗由テ之ヲ觀ルニ健康ヲ保ント欲スル者ハ飲ト食トヲ節シ飲液ノ中ニ就テハ亞爾箇兒ノ全ク禁スルニ宜シ少年々頃ヨリ耽飲飽食セヌ亞爾箇兒一滴モ用ヒサリシ徒ハ唯是ハ一事ニ

因テ能ク他人患ル所ノ疾病ヲ免ルヲ視タリ  
亞爾箇兒毒ハ如斯ク驚怖スヘキ者ナレ仄未タ  
此ヲ辯ヘサル徒ハ其戒ヲ犯ノ其病ニ罹ルヲ以  
テ此ヲ救フノ法一二ヲ贅ス其病ニ急性ト慢性  
トノ二般アリ今唯慢性症ノ救方ヲ畧舉ス是症  
ハ頓ニ亞爾箇兒ヲ断スルヨリモ徐ニ之ヲ禁不  
ルニ宜シ其嗜癖ヲ除クニハ鐵及ヒ炭酸ヲ含ム  
ノ水、純冷水、催吐藥、譬ハ少量ノ吐根、吐酒石、或ハ  
苦味藥、硫酸等ヲ與ヘ且ツ身體運動ヲ命ニ局發  
症、兼發症ヲ治ルニハ對症ノ法ヲ蒙スヘシ但シ

峻烈、攻擊法喻ハ緊嚴食規、漏血、勁下劑等ハ宜  
シカラス一經年ノ酒客ニ發スル肺喉衝、如キ症  
ニモ亞爾茵兜劑ノ益アルヲ経験ス故ニ衰弱  
ノ候現ルヲ察ハ他患者ニ於ルヨリモ速ク轉メ  
葡萄酒稀解酒精ノ如キ刺戟劑ヲ與ヘサルハカ  
ラス

