

眼の衛生

— 某講演會にて —

陸軍二等軍醫正 石原博士

第一に、近視の事をお話致します。近視は世が開けるに従つて多く、野蠻國には少うございます。アメリカの黒人の學校では、百人中一人又は二人位しかかゝりませんが、白人の學校では、百人中十人もあります。日本も昔は少なかつたが今は多いのであります。小學校は比較的少數でありまして、學校が進むに従ひ、段々近視が多くなります。中學には百人に二十人位、大學には百人に五十人位であります。

一體近眼と云ふのは、目が前後にのびるのであつてのびるわけはいろいろありますが、物を近くすると延びます。本でも裁縫でも目に近くすると目がのびます。又姿勢の悪いのが近眼のもとになります。獨逸の人が、猿を箱に入れて半年位倒にしてをきまして、猿は近眼になりました。頭を下げる事が悪いのです又目が疲れると近眼になります。薄暗い所で

物を見る事や、ギラ／＼光つた所で見る事や、電車中で揺れながら本を見る等の悪いのは、目が疲れるからですけれど是等の原因丈では近眼にはなりません、私でも、子供の時分には、随分こんな事をしましたが丈夫だつたから目がのびませんでした。つまり生來近眼になり易いものがあるのです。近眼になり易いものとは親が近眼なら子がなります。親の近眼の人が百人中三十人位之になるとすれば近目でない親の子は百人中十五人位之になります。近眼はどうしたら豫防できるかと申しますと、第一は目を丈夫にする事です。體を強くすると目も強くなることは勿論ですが、しかしどうも親が近眼の子は、注意してもなりやすいようです。そこで豫防としては、一、本を讀み字を書く時に、光が餘り暗くてはいけません。又明るすぎてもいけません。殊に、夜、電燈の下で讀む時は暗くなりたがるもので、どん

なに明るくしても太陽よりは無論暗いのですからなるべく明るい所で本をよみ裁縫をするようにしなければなりません。

二、窓の光は左からとつて右からはとらぬ事、右からとると本の上などにかげが出来ます。

三、机、腰掛の高さが適當しないと姿勢が悪くなつていけません。

四、腰掛と机の離れ方が適當でないと姿勢が悪くなります。

五、本をよむ時の距離は一尺とし、且、本を机の水平面から四十五度位の角度になるようにたてるがよろしい。

六、子供のよむ畫本などにも注意しなければいけません。細い字のものや、字の読み難いもの、例へば彩色の上に字のあるもの又は色の強すぎるものは眼の爲に悪い本です。

七、歩きながらよむのはいけません。

八、服装上、頭に血を上せる様にして強くしめつけるとのはいけません。

九、近眼になつたら眼鏡をかけるのが宜しい。今でも舊式の考の人はなか／＼眼鏡をかけるのをいや

がりますが、目の爲には醫者に度を計つて貰つてかけるのが宜しい。

次は色盲です。色盲は盲ではないが色を間違へるので、赤と緑の區別がつきません。色盲は澤山あつて、麴町小學校で調べました所、男の子百人中四人位、女の子はずつとへつて千人中一人位でした。この原因は分りません。色を赤と緑と間違へますが、平生は本人も先生も知りません。検査によらなければ分りません。唯他の學科はよく出来ても、圖畫又は點が悪いと云ふ事があります。色盲はなほりませんのです。それで、色を取り扱ふ仕事は避けた方がよろしい。例へば染物、呉服、色の印刷、殊に悪いのは汽車、電車、自働車の運轉手、舟の機關手で、色の信號を見る必要があるからいけません。海軍の將校にもなれません。

次は盲で、盲程氣の毒なものはありません。目が見えないと世の樂しみや活動の大部分がなくなります。有名な獨逸の學者ヘルムホルツは「目を失ふは命を失ふ次に悲惨なり」と云ひ、馬杉博士は徴兵検査で三千六百人の盲の原因を調べまして、子供の時の怪我による事が第一を占め、五百人程の怪我による盲

兒の中の三分の一が一歳から三歳の間でなりました。これは親の不注意によるのです。更にこの原因を調べますと左の通りになります。

一、子供が遊んでゐる時に自分で竹や木や針や爪の間違つてついたもの……………三十人

二、ころんで怪我をした事によるもの……………二十一人

三、はさみでついたもの……………十七人

四、小刀でついたもの……………十四人

五、蜂にさゝれたり栗のいが、花火、山へ行き竹、木がはねたもの。

六、人から怪我をさせられたもの。

遊んでゐて吹き矢、弓矢で怪我をする……………三十五人

竹や針でつかれる……………二十四人

石にあたる……………十一人

空気銃……………二人

ベースボール

上から木の枝を投げる

七、親の不注意によるもの

子守におぶさつて脊中のかんざしによ

る、脊中で竹や木で遊びながら、……………二十一人

やけどをする(鐵瓶、土瓶、鍋)……………十四人

ゐるりに落ち込む……………八人

縁側より落ちる……………四人

以上は凡て怪我によりますが、この外生れた時に

目の中に親から毒が入る。これは二三日たつと目が

腫れてうみが出來ます。百人中十人位はこれでこの

時は早く醫師の手當をうけなければなりません。

次は「角膜軟化症」又「ひかん」と云ひ榮養が悪いた

めで、親の乳による子は少いが、米の粉を煮て飲ま

せる様なのによくある病で目が悪くなり、赤くなる

と思ふと二三日でつぶれて手おくれになります。牛

乳でもやり方が悪いと時にこの憂があります。大抵

は此の時下痢して聲が加れるのですから直ぐに醫者

の所に行くが宜しい。

これと同じ様で鳥目があります。大きくなつた子

供にあるもので字の通り夜は見えなくなるので鶏、

雀と同じです。これは、食物中の脂肪が足りなくて

起る。人間の食物には澱粉、蛋白質、含水炭素等が

必要です、此外にビタミンが足りないと鳥目にな

ります。ビタミンは魚や肉の脂の中に入つて居る。

卵、牛乳にも入つて居る鶏、魚の膽にも入つて居る。

これが體に足りないといふ鳥目になります。此時は早く

魚、肉の脂や牛乳、卵、魚の膽など食べさせるがよろしい。昔から鳥目には「やつめうなぎ」がよいと云ふが實際で、是等のものを食べさせるとその晩から見える様になります。

トラホームは最も怖いもので、ひどくなると目がつぶれます。百人中五人はこれでつぶれます。トラホームは日本に多く百人中十五人位です。日本全國では千萬人位の罹病者があります。トラホームは近眼と違ひ野蠻未開のところに多く、開ける程に減じます。日本は大正元年に百人中二十四五人はありましたが、それが十五人にへりました。トラホームといふ病氣は臉の裏に粒が出来る。それは慢性で初は分りません。検査によつて分り、それが甚だしくなると、腫れて、目やにが出て目が疲れて眠くなり、黒目に白い雲がかゝる、するど見えなくなりまゝす。トラホームは目やにから直ぐに傳染しますが患者の手拭、錢湯の水、髮結床等はよく注意しなくてはなりません。公共の場所では、共同の使用物は近頃はその筋でもやかましく注意しますので次第に用ひなくなつてゐます。鐵道の顔洗場のやうに洗面器の上から水が出て、たえず洗ひ流すやうになつ

てゐるのは共用の水の使用法としてよいと思ひます。

トラホームの患者は、その傳染性が今は一般におそれられるようになつて、ことに外國へ行つても上陸の際拒絶されておひかへされます。

(未校閱……文責在記者)

○編輯室より

○大正九年も、もう師走となりました。本誌もまたやがて一つ年をとります。明年は、別記の評議員會で議決の通りに滿二十年の祝賀があることとして一層皆様の御力を藉りることも多からうと存じます。何分にも、もつと本誌は各方面にプロパガンダして頂かれればなりません。倉橋主幹の御留守中は、會長はじめ、藤井評議員が主幹代理としての御配慮は一通りではありません。御多忙の中を何くれとなく面倒を見て頂いて、お蔭で、次第に面目を新たにする方に進んで参ります。何と申しましても、唯今のところ、編輯の任にあるものが微力で、皆様の御希望にそはしない事は申わけもありませんが、これも購讀者の増加にもなつて、相當の力あける方も得られ、各方面の御助力によつて、内容の改善も充實も、出来るわけがございますから、この際、本誌の愛讀者の御勧誘を皆様におねがひ致します。尙、本誌に對する御希望なり、御氣づきの點なりを御しらせ頂けば、本誌の改善のために、幸と存じます。御遠慮なく編輯者宛に御申し出下さい。又、誌上で購讀者の方々お互に御話もなされる様にしたいとも兼ねてから考へておりますことですから、何なりと御申越して下さい。更年とともに、編輯の方にも充分、時と力をそゝぎ得る人を聘して、幾分、皆様の御希望に添ひ得ることを期して居ります。(九、一二、三、T子)