

齒の衛生

此一篇は醫學者の談話なりとて某新聞に載せられたるものなるが有益なりと認むるが故に茲に轉載することとせり。

齒は消化器の關門に控へて居て之で食物を咀嚼して胃中に送り込むと云ふ極めて重大なる役目があつて其強弱は直に身体の健康に關係があるから齒の衛生は特に注意を要すべきものだ▲處が日本人は一般に衛生思想に乏しく分けて齒の衛生は皆無と云つてもよい、だから齲齒となつたりなんかして其役目の咀嚼を充分にする事が出來ずに遂に之が原因となつて胃腸の病を惹起し延ひていろいろの病を併發すると云ふ事になるのだ▲又齒の汚れたる程醜い者はない殊に婦人などは齒が汚なかつたら如何に顔が美しくつても一度此汚なき齒を剝出して笑はれたら最後百年の戀も一時に醒め果て

「了う▲西洋人などは齒に對する觀念は非常なもので衛生上からも容貌の修飾上からも大に注意を怠らないさうである、どうか日本人も今少し齒に就て注意を拂つて齲齒などを作らぬ様に清潔にして何時も眞白な美しい齒を保存して置く様にしたいものだ▲そこで血脇齒科醫を訪ふて齒に對する注意を聞いたから衛生家の一顧にもと左に記す事とした

▲晩も磨くべし 齒に對する一般的注意は第一に齒の掃除を怠らぬ事だ、朝起きて洗面前に先づ齒を磨かぬ様な間拔は文明國の人間ではないが夜寝るとき齒の掃除をして寝ると云ふ人は餘り多く見受けれない、哲學者や宗教家の先生方は人は食ふために生きるのではない、生きる爲めに食ふのだなどゝ豪い事を並べられるか知れぬが朝起きてから

夜寝るまで兎に角食ふと云ふ事は事實だ、處が終日食つた食物は折角朝磨いて置いた齒に喰ひ付けて寝に就く前は不潔極まる齒となつて居る、之を其儘にして寝るから一晚口中で温められ朝起る頃は口の中で腐敗して居るのだ、朝起きて口の臭いのは之れが爲めで凡ての口中の病は之れから起るのである、だから朝起きて齒を磨くと共に又夜寝るときにも必ず齒の掃除をして寝に就くと云ふ事は至極大切の事だ

▲熱い物冷い物 それからの之は誰でも知つて居る事だが極めて熱い物や極冷たい物は齒の爲めに毒である、之から夏になると氷などを無暗に飲むのは甚だよくない之は單に齒のためのみならず胃腸のたために大毒だから大に注意せねばならぬ

▲酸類の食物 夫れから酸類は極めて齒に毒であ

る然し斷然食はぬ譯には行かぬから若し酸類の食物を食つたときは丁寧に口を掃除せねばならぬ

▲齒磨粉 は大に注意せねばならぬ今では大分此危険が少なくなつた様だが従前の齒磨粉の中には随分如何はしい物が多く房州砂などを入れてあつたもので今日でも齒磨粉の吟味は注意すべき事である

▲齒は豎に磨け 日本人はブラッシの使用法を誤つて居る、ブラッシ其物の作り方が既に日本のは誤つて居るから是非もないが齒は元來縦の織組織で日本人のやうに横に磨いては無益で齒と齒との間に挟まつて居る物は少しも取れぬ、だから齒を磨くときは縦に磨かねば奇麗にならぬ、夫れから齒を磨く人は重に外面計りを磨く傾があるが夫れ計りでは齒の掃除をしたとは云へぬ齒の裏面も

齒の上部の處もよく磨かねば何の効もないのであるから齒を磨くときは表、裏、上部残る隈なく注意して磨かねばならぬ、又ブラッシの毛の硬軟に就いても大に注意を拂はねばならぬ、硬ければ齒を刷り減らす憂ひがある、と云つてあまり軟らかくては肝心の汚物が取れぬから先づ中庸の物を使用せねばならぬ

◎女學生の富士登山 昨年度は在京女學生の登山者多かりしが是れも一種の流行として漸次地方に及し兵庫縣明石女子師範學校生徒二十七名は藤堂校長に引率せられて此のほど富士登山を終へまた長野縣松本高等女學校生徒二十名、同長野高等女學校生徒五十名も去る二十三日登山し尙ほ外地方女學生の團體にて富士登山を試むるもの昨今最も多しと云ふ

實驗上の育兒

醫學博士 瀨川昌著

乳母の撰定

▲營養上の統計 今度は伯林に於て現在生存する小兒千人に付き生後一ケ年間の養育法即ち母乳で育てるもあれば母乳の乳汁で育てるもある、母乳が不足のため牛乳を間へ交せて育てるもある、左もなくば牛乳一方か、人工の營養物で育てる哺乳兒の千人に對する毎月平均死亡の比例を統計表に作つてお咄し致さう

一千八百八十五年に 一千八百九十五年に
於る一ケ月の死亡率 於る一ケ月の死亡率

母乳	七、六	六、二五
乳母の乳汁	七、四	六、三二
人乳及牛乳	二、三、六	四〇、九六
牛乳	四、五、八	三、八、七四