



隔离防疫 两千多年前就有了

“隔离”，是古人很早就意识到的预防疫病传播的办法。

夏商周时期，隔断传染源以防止疫病继续扩大的思想已经产生。秦朝时就已建立了疫情报告制度，根据1975年出土的《睡虎地秦墓竹简》记载：“某里典甲诣里人士伍丙，告曰：‘疑病。来诣。’讯丙，辞曰：‘以三岁时病疔，眉突，不可知，其可病，无它坐。’令医丁诊之。”就是说：乡里如果出现了疑似的传染病病例，典甲（典甲，相当于现在的乡长）有责任调查和迅速上报，朝廷根据疫情派医生检查治疗，三岁的小孩也不能忽视，并对相关人员采取隔离措施。

到了汉代，隔离治疗更加完善。成书于西汉时期的《黄帝内经·素问·刺法论》就认为：“五疫之至，皆相染易，无问大小，病状相似，不施救疗，如何可得不相移易者？”接着提出防止传染需要“避其毒气”，即避免与患者接触。

于是，严格的“隔离观察治疗”应运而生。《汉书·平帝记》载：“元始二年（公元2年），旱蝗，民疾疫者，舍空邸第，为置医药。”就是说，西汉时就创建了中国史上最早的传染病隔离医院。

魏晋南北朝，防控流行性传染病的“隔离”成为制度。

除病人外，接触过病人者也要被隔离。《晋书·王彪之传》谓：“永和末（公元356年）多疾疫，旧制，朝臣家有时疾，染易三人以上者，身虽无疾，百日不得入官。”也就是说，如果一户人家有三人得同样的传染病，官员们即使无病，只因因可能是带菌带病毒者，也要过百日后才能上朝。

绢布蒙口鼻 最古老的口罩



佩戴口罩能阻挡细菌、病毒、灰尘和有害气体侵害与传染，而且简便易行。

古时候，宫廷里的人为了防止粉尘和口气污染而开始用丝巾遮盖口鼻，如《礼疏》载：“掩口，恐气触人。”

中国人元代便有使用口罩的习惯。《马可·波罗游记》中有“元制规定，向大汗献食者，皆用绢巾蒙口鼻，以防唾沫污染食品”的记载，这种蒙口鼻的绢布，也就是原始的口罩。

编前：疫情防控，这几日，泉州各大博物馆都暂时闭门谢客。然而，库

房里的文物可没闲着，它们正化身防疫宣传员，亮相在防疫第一线。

泉州海外交通史博物馆一下子出动了四件顶级文物，宋代的陶持剑人物俑放下佩剑示范勤洗手；印度教哈奴曼门框石的石人忙着戴口罩；清青花山水人物纹笔筒的文人雅客正商量着赶紧散场，响应号召少聚集；元印度教毗湿奴石刻立像更厉害，全副武装，一遍一遍重复着防护口诀。

虽说这些只是文物创意，不过，像隔离、戴口罩等防疫方法，其实古人早就开始使用了。今天的《史话》就通过部分历史文献及出土的文物器皿，来看看古人的防疫大法。



没有自来水 洗手也很讲究

疫情防控，“勤洗手，戴口罩”的自我保护观念深入人心。那么，古代在没有自来水的情况下，人们又如何进行卫生防护呢？

2000多年前《礼记·内则》中有四处写道：“鸡初鸣，咸盥漱。”所谓“盥”，就是洗手。东汉哲学家王充《论衡·讥日》也说：“盥去手垢。”

当时，洗手是一件非常有仪式感的事情。古人认为静止的水不干净，洗手一定要用流动的水才好，让污垢被水流冲走。这个好习惯在今天，最科学的解释就是可以避免交叉污染。

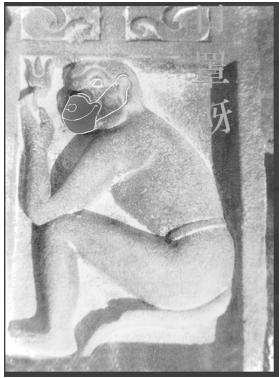
在2500年前的周朝，人们已开始用流动水洗手。当中一个重要的发明，就是匜（yí）。后来，匜成为一种成熟形态的产品，且延续了很长时间，近些年在国内的考古发现中出土不少。

在广州西汉南越王博物馆中，藏着成套的西汉年间青铜盥洗器具，当中就包括一套青铜匜。

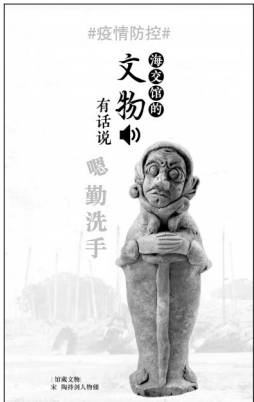


人们现在仍常用“盥洗”这个词。“盥”的字形，直观地反映出古人洗手的样子——两只手在上方用水浇淋，下面接一个接水的器皿。浇水的东西，就是匜；接水的器皿，则有盆、盘等。用流水洗手，说明当时人们已经知道，洗手的水重复使用不干净。

随着时代的发展，匜慢慢转化成后代用的瓢（也就是舀子）差不多的东西。



印度教哈奴曼门框石的石人忙着戴口罩



宋代的陶持剑人物俑放下佩剑示范勤洗手



环境消毒 古人选择烧烟

与咱们现在的消杀相似，古人用中药烧烟给空气消毒，可以干扰病毒，祛毒祛疫。

熏烟防疫的历史最早可以追溯到殷商时期。在敦煌石窟中，保存着一幅“殷人洒扫火燎防疫图”，描述了殷商时代以火燎、烟熏方法来杀虫、防疫的情景。

古代，在高温杀菌方面，李时珍的办法很科学，在《本草纲目（金陵本）》中有“天行瘟疫，取出病人衣服，可甑（zèng）上蒸过，则一家不染”的建议。

在出土的文物中发现了一种叫甑的器皿，它是一种炊具，其状如盆，底部有孔，通常放置在鬲（gé）上，鬲里面可以贮水，架上干柴可以煮水，加热过程中可使蒸汽上行，简而言之，犹如一个蒸锅。

“甑上蒸过”即将病人的衣物放置在蒸锅上，利用沸水所产生的水蒸气高温杀菌。

古人没有一次性衣服，更没有防护服，这种衣服蒸煮消毒方法很实用。



古代也有疫苗

在与疫病作斗争的过程中，古人发现可以通过有限度的主动感染方式，使人体对某种传染病产生特异性免疫功能，从而避免疫病的发生。东汉王充在《论衡》中提出“夫治风用风，治热用热，治边用密丹”，他将这种方法称为“以类治之”，通俗一点儿说也就是以毒攻毒。

在古代的各类传染病中，天花是一种令人谈虎色变的病种，它是由感染天花病毒后引起的，当时感染后有较高的致死率。针对天花，人们逐渐探索出了接种“人痘”来阻止其传染的手段。所谓“人痘”，就是用人所感染的天花病毒为材料，主动地让未感染的人接触这种毒素，以达到产生天花病毒抗原体的目的。

经过不断的摸索和改进，古人发明了“水苗法”，将痘痂研为细末，用净水或人乳调匀，把干净的棉花摊成薄片，用棉花裹着被调好的痘苗，团成枣核状，用线拴着塞入鼻孔中，12小时后取出。

“人痘”接种法很早就在中国开始了应用，清代医学著作《牛痘新书》认为：“自唐开元间，江南赵氏，始传鼻苗种痘之法。”在孙思邈《千金要方》中也有“取患疮人疮中汁黄脓敷之”这样的治疗方法记载。不过，由于相关记载较为简略，所以也有人认为“人痘”接种法诞生于宋朝。还有一些学者认为，明代隆庆年间宁国府太平县天花流行，当地的医师们用“人痘”接种法进行防疫，这才是人类历史上最早将“人痘”接种法大规模应用于临床治疗的标志。

瞭望东方周刊 甘肃日报
综合北京日报 北京青年报 中国抗疫简史
Z 海都记者 吴日锦 林良标