美国人的紧张

其原因和后果

神经衰弱的补充

（神经衰弱）

作者

乔治·M·BEARD，A.M.M.D.

FELLOW OF THENEW YORK学院of MEDI OINE. BIENBER OY THE NEW YORK Euroloical
社会，前VIOE公司总裁
△中亚学院，墨西哥贝的青少年
索尼奥斯学院，更高级的
NEUROLOGIOAL A88OCIATION.

纽约

G.P.PUTNAM的儿子们

27&29 West 23街

1881

PREFAOE。

这项工作是我最近发表的关于神经衰弱（Nervous Exhaustion）的工作的补充。

那部作品，尽管一年前才刚刚问世，在我国迅速出版了第二版，并已翻译成德文。这仅仅意味着，在经历了长时间的延迟后，终于有人愿意就这类主题进行科学讨论。

在《神经疲劳》的序言中提到，关于原因的章节有意省略了，因为对该主题的全面阐述及其所有关系和依赖性，其复杂程度足以单独成册。因此，本作品被视为《神经疲劳》一书中的一个章节，但有以下几点限制：该章节涵盖了整个神经敏感性和神经易感性的领域，这些因素导致了更明确的神经疲劳状态，并且它具有更为精细的特征。

比那本专门针对专业和科学读者的著作更具有学术性和通俗性。

这部作品中讨论的各种主题自我开始思考时便占据了我的思绪；它们如今呈现的形式，几乎代表了近一个世纪的研究与辛勤劳动；许多章节经过多次重写和再版，已与原貌大相径庭。对于这部作品哲学的批评，在很大程度上已经预见，因为基于这些研究及其概括的研究成果，我在过去十五年间以各种方式发表；其中大部分已在英国和德国广泛出版并再版；因此，它们多次以不同形式受到了我们这一代最严厉批评家的关注。针对这些批评者的回应以及根据他们的建议改进陈述方式的内容，将在本卷中找到。特别值得注意的是《伦敦时报》的批评。

《伦敦观察家报》和《星期六评论》；在德国

已经得到了认可而非批评。尽管这部作品的整体哲学思想实质上与我之前关于同一主题的文章相同，但在细节和

插图，以及论证的安排和方法，许多新的见解首次发表于此。这部作品中的许多独特思想可以在我在巴尔的摩医学和外科协会所做的关于美国神经病学的演讲中找到，该演讲随后发表在《弗吉尼亚医学杂志》上，以小册子形式出版，还见于《北美评论》上的“英美体质”论文、《大西洋月刊》上的“美国人民的未来”论文、《阿普尔顿日报》上的“神经病人的慰藉”论文，以及耶鲁学院公报的一系列文章中。最近，我在芝加哥哲学学会就这一主题进行了演讲。

一些观点也在最近发表于《纽约医学记录》的一系列论文中有所涉及，包括我在关于“作家痉挛”的论文中；以及我在“干咳”和“神经衰弱”（精神疲劳）的研究中，还有比尔德和罗克韦尔的《医学与外科电学》中。在1879年科克和1880年剑桥举行的英国医学会会议上，我也讨论了本卷及其补充卷提出的问题。

在本书中，偶尔会引用参考文献和脚注，因为要使事实来源的权威性列表完整

需要另一卷至少是目前这卷的一半大小。

对于那些刚开始研究这个有趣主题的人来说，下面这篇关于这部作品哲学的摘要可能会有所帮助，作为详细考察的初步。

首先，紧张是严格意义上的神经功能缺乏或缺失。这种状况，连同所有　由此产生的疾病的症状，主要是在19世纪发展起来的　在美国北部和东部地区尤其频繁和严重。

在这里使用的紧张情绪，必须严格而系统地区分，与简单的情绪过剩和有机疾病区分开来。_

其次，现代文明是导致这种紧张情绪迅速加剧的主要原因。现代文明与古代文明的区别在于以下五个方面：蒸汽动力、定期出版物、电报、科学以及女性的智力活动。

文明是唯一不变的因素

在这种状态下，几乎不会感到紧张，而在其现代形式中，各种类型的紧张必然会出现。导致紧张的次要和三级原因包括气候、制度——民事、政治和宗教，社会和商业——个人习惯，放纵欲望和激情。

第三，这些次级和三级原因本身没有引起神经紧张的力量，除非它们补充并交织在一起。

现代文明的形式。(#品

第四，从这种神经敏感性演变而来的功能性神经疾病类型是神经衰弱（神经疲劳），它与这些功能性神经疾病密切相关，表现为身体上的歇斯底里、感冒、头痛、醉酒和某些精神失常的症状；事实上，这些疾病可能在早期或晚期的发展阶段从中产生。

第五，美国普遍存在的紧张情绪是多种因素综合作用的结果，主要表现为空气干燥、极端的冷热变化、公民和宗教自由以及the.greatmental-activity在气候条件如此的新且富有成效的国家中变得必要且可能。

美国出现了一批新的疾病，而英国直到最近对此几乎一无所知。一类神经系统功能障碍的疾病，现在开始在文明世界中广为人知，似乎首先在美国这片土地上生根发芽，其种子正被传播开来。

所有这些都是现代的，最初是美国的；没有一个时代，没有一个国家，也没有任何形式的文明，

本文中的一些观点早已经历了所有新真理进入科学殿堂前必须经过的三个阶段：冷漠阶段、否认阶段和优先权之争阶段；另一些则正在从这两个阶段中走出，还有一些尚未走出，甚至刚刚开始走出冷漠时代。值得注意的是，这里宣布的一些最具有争议性的真理，那些最初被公开时，多年前被认为出自作者之手并表明其疯狂，且被认为威胁到所属科学的稳定性，如今已深深融入我们的医学文献中，其哲学和术语每天每时都在阅读和交谈中被提及；

在欧洲和美国出版了许多这类研究著作，据我所知，还有更多的正在准备中；在这个新的、巨大的领域里，有一大批工作者可以发挥作用。

但尽管这些事实迅速被接受并普及，它们的接受度仍然远未达到一致；事实上，只有在顶尖专家中，它们才能获得完全且坚定不移的认可；而广大大众则不然。

科学，无论古今，这些真理仿佛从未存在过；在我们所有的医学百科全书中，歇斯底里、梦游、狂喜、昏迷、疾病模仿、脊髓充血、初发共济失调、癫痫、痉挛和充血、贫血和高血症、酒精中毒、脊髓刺激、脊髓疲劳、脑瘫、脑疲劳和刺激、神经病和想象等术语被随意地、混乱地、绝望地混杂在一起，就像一片白霜冻；而且，在所有地方，贯穿始终，人们只能徒劳地寻找——除了这里或那里——对神经疾病的智能和差异性描述，这是最常见、最重要、最有趣的神经疾病，无论是在这个时代还是任何时代；然而，酒醉或嗜睡症要么根本不存在，要么被错误地归类为寄生或传染性，尽管同样地，疯狂、癫痫或神经痛也可以如此分类；然而，醉酒或嗜睡症，要么根本不存在，要么被故意混淆。

与酗酒和癫痫一样令人厌恶；然而，我们的医学毕业生，在多年聆听讲座之后，仍需等待才能开始学习神经系统这一领域。与此同时，关于共济失调的文献，相较于功能性神经疾病的浩瀚世界而言，不过是一个微不足道的部分，却以无数的重复和革命不断涌现，卷帙浩繁。

脑工作寿命的研究

xii前言。

企业有历史，现阶段，作为-对那些投身于原创工作的年轻人给予鼓励，是完全合理的。我曾在医学院求学时对此进行了研究，后来在新奥尔良的一次军队和海军外科医生协会的讲座中进行了阐述，随后作为毕业论文提交，但不仅没有获奖，甚至连荣誉提名都没有获得。基于这些研究撰写的一篇流行文章，在被一家杂志拒绝后，最终发表在《家庭时光》上，当时其所有统计数据和推理都受到了质疑；经过某种形式的修改后，该文章首次出现在《美国健康协会会刊》的第一卷中，并通过该会刊和再版首次公之于众，首次向科学界展示了自己。这篇文章还在英国的《伦敦科学杂志》上重印，并在德国发表了一篇完整的摘要，声明这是美国科学进步的证据，证明此类研究可以在这里进行。 近几年来，那篇文章的观点在科学界逐渐被广泛接受；其中一些观点最近被用作攻击其他观点的基础。

这本书中包含的研究。那些得到了如此完全认可的哲学和事实，实质上就是我现在安息在我母校档案中的毕业论文中所包含的内容。

这部作品作为神经衰弱学说的补充，经过长时间的冷漠后，在许多甚至大多数神经疾病专家的心中，这一新真理注定要经历三个阶段——因此，如今我们听到的只是这场优先权之争的垂死回响，这总是伴随在思想演变最后阶段的后期。

在英国医学协会的晚会上，克里顿-布朗博士就这一主题发表了一篇演讲，准确地陈述并证实了我对神经系统疾病增加的结论，并倡导了本文中关于神经系统衰竭的迹象和原因部分所包含的大部分哲学观点；他还补充了一些他自己提出的非常有启发性和表述清晰的观点；甚至断言英国人正在变得越来越瘦，体重比一个世纪前的祖先还要轻。

年龄与工作关系的规律在这一章中被宣布和证明

脑工人的寿命尚未被相当数量的人类接受，据我所知，而且几乎不可能被接受，尽管这一发现比这些研究中包含的任何事实都更容易证明和绝对验证；人们觉得这一发现是对人类的攻击，出于自保本能，每个人都被动员起来反对它。因此，虽然任何拥有百科全书的人都可以证实我在这一主题上所声称的所有发现，但很可能需要更高更广泛的科学意识的发展。

甚至心理学专家也还没有准备好接受如此与人类最普遍的信念相对立的科学真理。

几年前，我提出了一些关于这种日益紧张的反应的迹象和证据时，几乎没有任何国家对此作出回应；但这些观点获得的最强烈、最多和最广泛的赞同主要集中在德国和英国，远不及美国，而美国是神经紧张程度最高的国家。据我所知，在德国还没有出现过对这一哲学的敌意批评，但在英国，即使现在，这些观点也并未得到一致的支持。当时，克里顿-布朗博士发表了他的论文，其中

不仅证实了伊哈德所声称的所有关于紧张症增加的情况，而且比我认为自己敢做的还要进一步。在英国，杰出的微缩胶片摄影师莱昂内尔·比尔博士出版了一本关于“轻微不适”的著作，在书中他有机会提到紧张症以及我在该领域的研究，并否认有任何增加；并且断言如果我们的祖先观察得当，他们也会发现与后代一样多的情况。这种哲学部分源于观察不周；但更令人担忧的是，它源于推理不周；源于既无力也不愿追溯具体事实到其产生的普遍规律，或对复杂难题进行广泛的审视。如果这种哲学被推至逻辑结论，它必须断言，在尼罗河和亚马逊河畔，我们大陆上逐渐消失的印第安部落中，在格陵兰岛、冰岛、拉普兰、俄罗斯、中国、土耳其、澳大利亚、印度、日本和食人群岛，存在着同样多的黄热病，同样多的癫痫，仅仅嗜酒和疯狂，同样多的神经衰弱，同样多的失眠，同样多的健康问题

疼痛，就像近视一样，就像假性忧郁症、歇斯底里、舞蹈病一样，就像伦敦和新伦敦一样，精神和身体的虚弱一样严重

约克。一个如此不科学且与special一观察结果相悖的结论，被本书中包含的事实驳斥了上千次；而此时此刻，这种谬论仍存在于科学界，其说服力超过了我所知的所有其他论据，足以重建我们的教育体系，使受过教育的人无法进行此类推理。

《伦敦时报》在评论这里提出的一些观点时，假设并声称我厌恶陈述这些观点的必要性。如此错误的推论，恐怕不会从本书中得出。科学不畏惧，也不希望——甚至不期待；但它会接受自然界的一切，并将其据为己有，信任一切，接受一切，以同样的热情。

有人说，这里也要说，这些主题不值得研究，认为科学界投入的时间和精力本可以更明智地用于其他领域；并且会有人像以前那样，敦促那些希望最有效地利用其能力的人，不要过多关注心理学和社会学这一方面的科学研究。

与政治相比，像这样的话题似乎非常敏感，尤其是在我们这样的国家；因此，只有当我们把目光固定在上面时

最接近的是，我们能否真正看到它；但科学的本质在于提升卑微之物，化渺小与卑劣为伟大与美丽；如今所知的一切科学，不过是人类认为微不足道而忽视的现象的组织。

社会学、政治学、慈善学、历史学、教育学等几个分支的哲学研究，

直到它吸收了至少一些关于美国神经质问题的建议，才可能达到科学精确和完整。因此，我们被一种看似更重大的事情所吸引，这种事情会将其从视野中驱逐出去；我们被政治本身所吸引，美国的年轻人被教导认为这是唯一值得雄心勃勃的天性关注的主题；我们还被商品、发明、财产和社会秩序的问题所吸引。这一主题也通过它提供的机会吸引我们去研究，这些机会为原创、创造、开拓性和生产性的工作提供了大门，使欧洲追随我们，而不是我们追随欧洲。这个科学婴儿之地已经从德国餐桌上的面包屑中养活了太久；我们正在把谷物和水果运回旧国；让

新的想法和不断涌现的新发现与之相伴。与其懒散，不如批判并确认；但更明智的做法是让他人来批评和确认。如果我们停止跨海寻找思想的素材，而是接受那些已经存在的东西，
当大雨倾盆而下时，我们就会尽最大努力为其他国家和我们自己的国家提供服务。

希望可以表达——这一主题不应以其代表的完美和专业知识来评判；作者的微不足道可能会削弱，但无法摧毁他的事业；因为，正如小孩子有时会带着花环和鲜花满身而归，以至于自己都看不见一样，这个主题因其丰富性和重要性而完全掩盖并遮蔽了它的倡导者。

G.M.B.

纽约，5月1日
1C1麦迪逊大道。

内容。

第一章。

神经的本质和定义。

它不是什么——缅因跳伞者——紧张是神经——缺乏神经力量——神经症状的疲惫——神经破产——需要的储备力量——为什么美国的紧张——紧张的从有机疾病中清除..... 1-17

第iii章。

美国紧张的迹象。

本研究应遵循的证据原则——统计学价值不大——功能性疾病不致命——神经衰弱。长寿——神经体质的增加——神经体质——对刺激物和麻醉剂的易感性增强——英语国家的饮酒——美国人的饮酒能力——现代美德的耐力——醉酒——吸烟——药物敏感性——口渴——消化不良——消化不良与神经衰弱的关系——消化敏感性——近视——视力弱——美国人适量饮食——近视和视力弱的增加——牙齿早期快速腐烂——野蛮人的牙齿——早秃——对冷热的敏感性——Nervousness一神经疲劳（神经衰弱）的发展——非特异性神经系统疾病的增加——糖尿病和布莱特病——慢性鼻窦炎——鼻咽炎——药物敏感性——吸毒习惯——神经衰弱与美的关系——美国女性的Beavty一American与英国女性的美丽——美国肌肉——着装与神经衰弱的关系——牙齿

xx含量。

青春期及生命变化——分娩、哺乳——妇女疾病、子宫和会阴撕裂——美国演说与美国神经质的关系——神经质与幽默——美国幽默哲学——美国语言——神经质与语言——说话速度与声音高低——America一型疾病类型的变化——Savages一Syphilis型疾病逐渐减轻——神经质加剧

继承——美国动物生命的强度……18-95第三章。

美国紧张症的原因。

文明在近现代的局限性——电灯的类比——蒸汽机的类比——专业化带来的必要恶果——钟表——准时的必要性——电报——噪音对神经的影响——不愉快的气味——纽约高架路——铁路旅行与紧张情绪——新思想的迅速发展和接受——现代商业量的增长——保证金购买——赌博——悲伤的能力增强——爱与慈善——情感的压抑——家庭和财务问题——政治和Religion一Jiberty作为紧张情绪的原因——选举——抗议——各种主义——焦虑与疯狂——思考的恶果——印度冷漠——古代世界与现代世界的比较规模——现代世界的活动——古雅典与纽约生活的对比——希腊与美国——气候——极端的冷热——英格兰没有夏天——英国冬季的温和——空气干燥——落基山地区——干燥与电力——房屋的高温——干燥空气如何导致紧张情绪——英格兰的湿度——英格兰户外生活——晚季——美国地图美国与日本相比的南-气候的神经紧张程度-美国气候的神经紧张程度-西部气候的差异-对比-热带和亚热带气候

与美国气候相比——南方气候的任性——这个季节的严酷——总结神经衰弱的原因——现代文明——气候——种族——您的体质——激发原因——神经质与文明——烟草与眼病——中国吸食鸦片——吸食鸦片并不总是对中国有害——北美印第安人的健康与习惯——野蛮状态下的女性体态——北方南部——通过研究这一大陆问题可以解决这个问题——对南方黑人的研究——东西方比较体质

西-东欧西-奥地利96-192

第四章。

脑工人的寿命，以及年龄的关系

工作。

大众信仰是一种错觉——脑力工作者的长寿——研究中的困难——伟人的长寿——比较长寿——脑力工作者长寿的原因——脑力工作者较少担忧——脑力工作者更舒适——紧张有利于长寿——老年时脑力工作者更容易——年龄与工作、声誉和能力的关系——力量第8卷。力量的结果——原始和常规工作——对批评的回应——调查方法——参考传记的数量和质量——调查结果——黄金十年——平均值的表象和真实例外——艺术家的高龄——高龄模仿自身——童年与老年但模仿者s一法律在动物和植物中的应用——这些真理的不流行——老年时期的道德界限与幸福——年龄的补偿——职业的比较长寿——早熟者的长寿——道德

08.病态早衰——牧师的长寿——牧师长寿的原因——神经衰弱的慰藉——神经衰弱的自然史——虚弱的周期——神经质是持续的警告——健康的晚年生活——近期在

神经系统疾病的治疗.....199-291

十二项内容。

第五章。

美国人民的未来。

健康与财富和贫困的关系比较
不同脑功能的健康性-优点
神经疾病——酗酒是一种类型
所有-增加OpiamHabit-增加易感性
肌肉运动-系统的重建
教育需求-为什么教育落后于其他
科学与艺术——安息日福音——无知
必要性——推理的艺术——感官至高无上
二手讲座和语言-心理对象
教学-作者经验-竞争性考试
tions-美国体态的最新改进
美国的德意志化——欧洲的美国化
——对这一主题的全知哲学……292-345