

peut rien Il n'a pas, comme tous les autres êtres organisés, le merveilleux instinct de conservation. Il lui faut péniblement apprendre à vivre, à penser; il lui faut de longs labeurs pour subvenir à tous ses besoins. Mais comment profiter des bienfaits de l'hygiène, sans la connaissance du mouvement de la vie, qui se manifeste chez nous par les fonctions des différents organes qui la constituent. Une étude sur l'homme s'impose tout d'abord, car l'hygiène, comme la médecine, repose entièrement sur l'anatomie et la physiologie humaine.

Enfin l'homme tire de son intelligence sa grandeur et son mode d'existence sur cette terre, et pour satisfaire aux exigences de sa sublime mission, il lui faut réaliser cette devise socratique : Connais-toi, toi-même.

Le sujet que j'ai choisi pour cette conférence, me paraît très nécessaire pour l'étude de l'hygiène : Je viens vous parler de l'homme, vous en faire connaître la structure et le mécanisme, vous faire comprendre les moyens physiques des fonctions des organes qui manifestent la vie, enfin vous indiquer les moyens que vous devez prendre pour entretenir en vous la résistance contre la maladie.

Après ce préambule, que j'ai cru nécessaire pour motiver cette conférence, nous arrivons maintenant au sujet que je me propose de vous exposer sommairement.

La charpente humaine est formée par les os, tissu très dur et très résistant; ils servent de base à toute la machine humaine; ils déterminent la grandeur du corps, ses proportions et son attitude. Sans les os, notre corps n'aurait pas de forme constante et ne pourrait se mouvoir aussi facilement qu'il le fait.

Deux parties ressortent de la vue du squelette : le tronc et les membres. La colonne vertébrale forme la partie essentielle du tronc. C'est une tige osseuse située à la partie postérieure du corps. Elle est composée de 24 os appelés vertèbres, qui ont à peu près la forme de petits disques superposés, comme les pierres d'une colonne, destinés à soutenir l'édifice du corps.

La colonne vertébrale se divise en trois régions : les sept vertèbres supérieures forment la région cervicale ou du cou; les douze suivantes la région dorsale ou du dos; les cinq inférieures, la région lombaire.