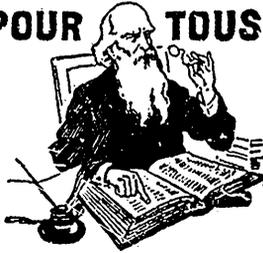


CONSEILS POUR TOUS



Il sera répondu gratuitement à toutes les demandes faites par nos lecteurs et lectrices sur tous sujets appartenant au domaine des sciences, des arts, de la médecine, du droit, etc.... Pour certaines, il ne sera publié que les réponses.

Les personnes qui désireraient une réponse par lettre personnelle devront joindre à leur demande une somme de 25 cents pour frais de rédaction.

Nos correspondants devront choisir des initiales ou un pseudonyme convenable pour la réponse; ne demander qu'une seule chose à la fois et indiquer leurs noms et adresses véritables.

Toute la correspondance sera confidentielle et devra être adressée au docteur R. Villecourt, 914 rue St-Denis à Montréal.

167. — DEMANDE. — Abonnés. — Je suis atteint d'une maladie d'estomac et il m'est impossible de dormir d'une manière convenable; je me réveille la nuit plusieurs fois et je ressens des douleurs dans le côté gauche. Quelquefois, il m'est impossible de me rendormir avant deux ou trois heures d'inquiétude. Puisque vous vous êtes spécialisé dans les questions difficiles, seriez-vous assez obligeant, docteur, de me dire ce qu'il faut faire pour dormir et quelle position adopter au lit pour passer convenablement la nuit?

REPONSE. — Lorsque l'on est atteint d'insomnie par suite de mauvais fonctionnement de l'estomac, on doit s'efforcer de faire disparaître la maladie pour supprimer les effets. Le sommeil naturel arrive seul ensuite. Lorsque l'on veut avoir un sommeil artificiellement produit, on peut prendre le soir en se couchant, dix à quinze grains de sulfonal ou de trional. Quant à la position la meilleure au lit pour dormir, elle varie suivant l'heure, l'état de l'estomac et du cerveau, et l'avancement de la digestion.

D'habitude, tant que l'estomac fonctionne, on aime à se coucher sur le côté droit. Puis vient le tour de l'intestin grêle, qui réclame souvent la situation horizontale; à plat ventre si l'on est calme; mais de toute façon l'on ne s'y étend pas, parce que dans le 1er cas la compression de l'abdomen devient gênante, et dans le second on ne tarde pas à être mal à l'aise par congestion du bassin et du cervicet et échauffement de l'épine dorsale. Vers le matin, le gros intestin invite souvent à se tourner sur le côté gauche, pour faciliter la descente des fécus, et le dégagement du cœcum.

Ensuite, on reprend le côté droit avec plaisir, pour se débarrasser un instant avant le réveil.

La position à plat ventre a un double effet: elle réchauffe l'intestin et stimule le péristaltisme, outre qu'elle dissipe la congestion cervicale en appelant le sang vers le bas du tronc; et c'est ce dernier phénomène qui la fait adopter un instant au coucher, lorsque l'esprit est préoccupé d'une façon persistante, ou mieux le matin avant d'ouvrir les yeux.

En résumé: au coucher, côté droit; dans la nuit, sur le dos, — position qu'on abandonne dès qu'on a conscience; le matin enfin, côté gauche souvent, puis côté droit plus ou

moins à plat ventre. Voilà, je crois, la gamme habituelle du dormeur.

168. — DEMANDE. — Lecteur. — Seriez-vous assez aimable de me dire quel est l'auteur de cette phrase: "Tout homme a deux patries"?

REPONSE. — Cette phrase est de l'Américain Thomas Jefferson, troisième président des Etats-Unis, ambassadeur, fondateur de l'Université de Virginie, du système monétaire américain, auteur de la Déclaration d'Indépendance, etc., etc. Il m'a souvent été donné de citer cette belle phrase dans des adresses. Elle est un ciment entre les deux grandes républiques du monde.

On peut dire aussi des Français habitant le Canada qu'ils ont deux patries: La France et le Canada.

169. — DEMANDE. — Socrate. — Voudriez-vous me dire dans votre journal, ce que l'on entend par le mot "carphologie"? Y-t-il un livre de médecine qui traite de l'agonie ou des délire des mourants?

REPONSE. — La mort est d'ordinaire précédée d'une sorte d'"ataxie", d'origine cérébrale, qui se traduit souvent par des mouvements spéciaux qu'en médecine on appelle Carphologie, ou "Carphologie". Ce phénomène est bien connu de tous les médecins, de même que celui qui est appelé le "Crocidisme" (arrachement d'objets fictifs placés sur les draps); et il est inutile d'y insister. Il suffira aux lecteurs de se reporter aux articles consacrés à ces mots dans les grands dictionnaires médicaux.

Je me borne à donner la signification biologique de ces phénomènes. C'est une variété du "délire" de l'"agonie", ayant pour substratum les organes du mouvement; et on est là en présence de mouvements "réflexes". Mais je reconnais qu'il y aurait sur ce sujet une étude "clinique" très intéressante à reprendre, en utilisant toutes les données de la science moderne, car ce symptôme n'a guère été décrit que par les médecins de l'ancienne école, or tout n'est pas clair dans leurs explications, qui sont d'ailleurs assez brèves.

Pour les Maîtres de Postes

L'hon. M. Rodolphe Lemieux, ministre des Postes, a fait, l'autre jour, des déclarations d'un grand intérêt pour le public et pour les employés de son département.

Il a annoncé, d'abord, son intention d'employer les excédents de recettes du service des postes pour améliorer le service, dans les villes et dans les campagnes, et améliorer aussi le sort des employés de la poste, et il a promis ensuite une protection pour les journaux honnêtes du Canada contre les journaux jaunes des Etats-Unis. Il se propose enfin d'obtenir un tarif postal plus avantageux pour les publications anglaises.

Employer à améliorer le service postal et à mieux rémunérer les employés l'excédent de recettes de son département, c'est une pensée à laquelle le pays tout entier applaudira.

L'Honorable Ministre des postes fera une bonne action et rendra service aux populations rurales du pays, le jour où il augmentera d'une manière équitable, le salaire des maîtres de poste des campagnes. Ces malheureux sont souvent obligés d'aller chercher le courrier à plusieurs milles de leur bureau et cela deux et trois fois par semaine, quelquefois tous les jours, pour un salaire de 20 à 40 piastres par an! Ils travaillent pour ainsi dire, gratuitement, car on ne leur donne même pas de quoi payer l'usure de leur voiture.

LE JOURNAL POUR TOUS serait heureux de voir l'attention du distingué Ministre des postes, attirée sur la situation intéressante des maîtres de poste des campagnes, dont la rémunération est bien trop insuffisante.