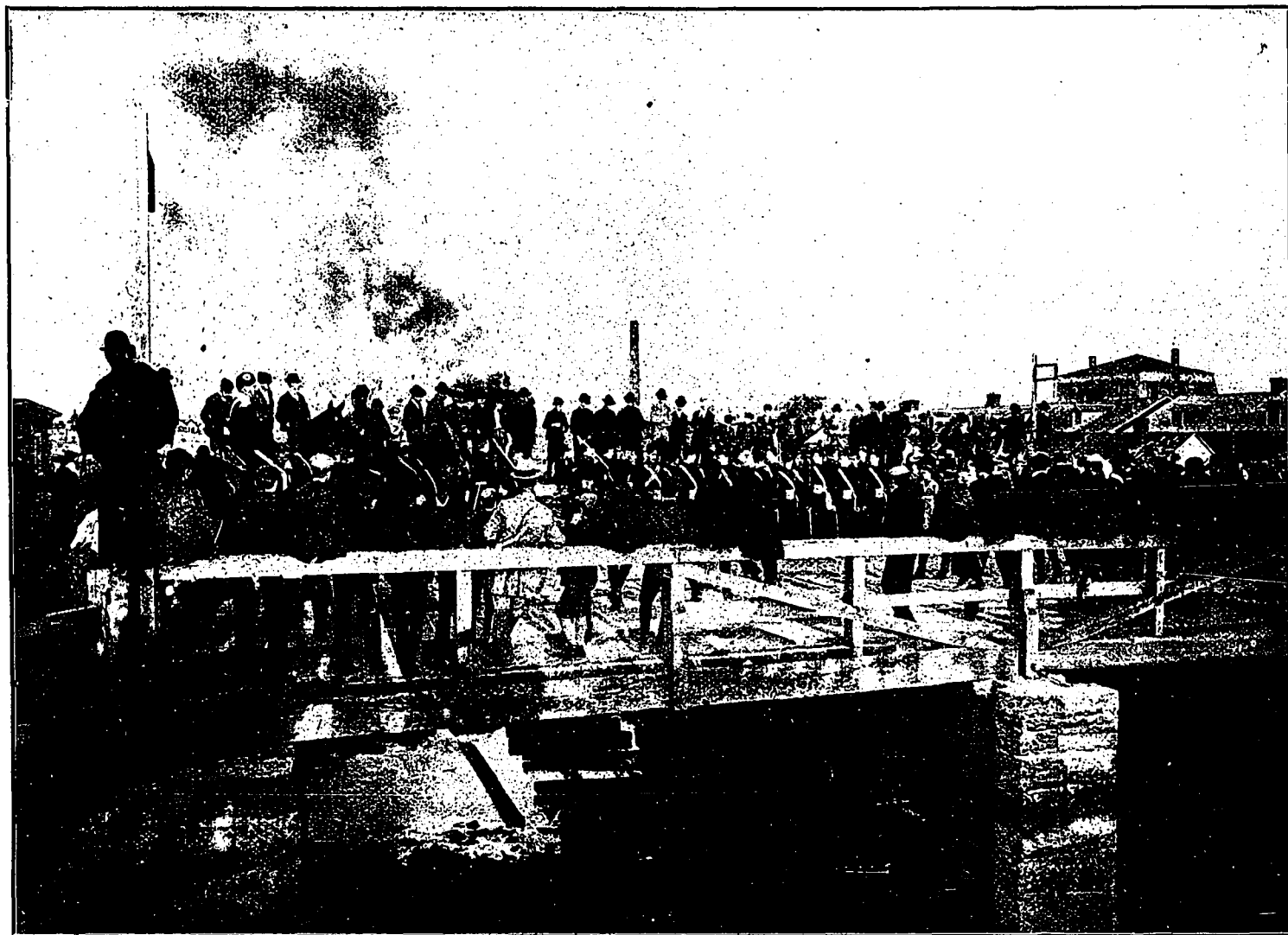




L'ENDROIT OU SE SONT DÉROULÉS LES ÉVÉNEMENTS LES PLUS GRAVES.

Photo. de M. J. A. Dumas, 112 Vitré, coin St-Laurent.

CAUSERIE DU DOCTEUR

Est-ce un effet de l'âge ? Je ne sais, mais j'éprouve maintenant une véritable mélancolie quand je dois, dans un journal, aborder les sujets d'hiver.

Toutes les saisons ont leur bon côté, dit la sagesse des nations.

N'empêche que l'été reste la saison royale parce que c'est la période de l'année où le soleil règne en maître, égaye, réchauffe les pauvres êtres délicats, nerveux ou souffreteux que nous sommes presque tous.

Donner de la chaleur à ceux qui n'en ont point naturellement, voilà un des points les plus importants de la médecine et de l'hygiène.

Quelques substances alimentaires sont dans ces conditions.

Vous ne vous doutez peut-être pas, mes chères lectrices, que quand vous mangez du pain, des matières grasses (beurre, crème, huile, etc.), du sucre et des choses sucrées, vous développez en vous de la chaleur. Et cependant c'est la vérité pure et simple.

Parmi les aliments gras, un surtout est merveilleux au point de vue de la chaleur qu'il procure comme de la force qu'il donne, c'est l'huile de foie de morue.

Seulement il faut savoir manier ce moyen. Si tant de personnes, petites et grandes, ne réussissent pas à prendre l'huile de foie de morue, c'est qu'elles la manient sans aucun discernement, soit le matin à jeun, soit avant les repas, soit invariablement aux mêmes doses pendant des mois et des mois (cuillerées à soupe, verres à liqueur et cuillerées à café).

Que résulte-t-il de cette erreur ?

Des dégoûts insurmontables, des nausées, des vomissements, de la diarrhée, des maux de ventre, la perte de l'appétit, etc.

Il convient de se rappeler que si l'huile de foie de morue est un aliment, elle est aussi un médicament, c'est-à-dire qu'elle doit garder certaines relations avec l'estomac et être graduée habilement.

Garder certaines relations avec l'estomac, ceci est incontestable et a à peine besoin d'être prouvé.

L'huile de foie de morue peut être prise avant le repas, quoi que disent certains médecins qui prétendent que mettre de l'huile de foie de morue dans un estomac vide, c'est pratiquer en quelque sorte sur la muqueuse de l'estomac un badigeonnage qui obstrue l'orifice des glandes digestives et, par suite, anéantit la sensation de la faim.

La vérité est que si on la donne immédiatement avant le repas, elle passe comme une lettre à la poste, étant digérée en même temps que les aliments.

Je ne veux pas dire par là qu'elle ne puisse être donnée après le repas.

Mais ici il faut s'entendre. Si, en sortant de table, l'enfant court, s'agite, est soumis à une grande activité, l'huile peut être administrée immédiatement après la dernière bouchée alimentaire. Mais si — ce qui est contraire à toutes mes recommandations — on le remet au travail immédiatement après le repas, il faut attendre une heure. A ce moment de la digestion, les sucs stomacaux ont déjà fortement attaqué les aliments et peuvent être employés à digérer l'huile.

La question de dosage a son importance.

Dans mon volume *l'Art de donner les soins et d'administrer les médicaments aux enfants malades*, j'ai établi qu'en somme il s'agissait surtout d'assurer la digestion et l'assimilation de la quantité donnée. En moyenne, deux cuillerées à bouche d'huile de foie de morue suffisent à partir de quatre ou cinq ans.

Je remarque pourtant que certains enfants assimilent avec une facilité étonnante l'huile de foie de morue et que, dans ces conditions on peut en pousser les doses. Seulement, il importe de ne pas dépasser une juste mesure. Chez les enfants qui ont dépassé sept ans, je crois qu'on peut aller jusqu'à trois cuillerées à bouche. Je ne suis pas du tout partisan d'augmenter par chiffre pair, 2, 4, 6, 8, comme le conseillent certains médecins. Le Dr Ruyssen, qui a publié dernièrement un article sur cette question, prétend que certains individus, adultes, il est vrai, lèchent encore la cuillère après des doses énormes. Je n'ai, pour ma part, jamais rencontré d'enfants poussant le zèle aussi loin.

Si la quantité d'huile de foie de morue à faire prendre aux enfants importe, la nature ou, pour mieux dire, la couleur du produit à aussi sa valeur.

Je ne suis pas du tout d'avis de donner aux enfants cette huile brune, insuffisamment dépurée, qui a un goût et une odeur de pourri. Depuis les nouveaux procédés de fabrication, on est arrivé à obtenir des huiles blondes qui, tout en étant actives, ont une saveur parfaitement supportable.

Ce qu'il faut bien retenir, c'est que l'usage de l'huile de foie de morue doit être continué pendant plusieurs mois. On aura soin seulement de la suspendre le jeudi et le dimanche pendant l'hiver, ainsi que pendant toute la saison chaude.

Pour les petits délicats qui entrent en révolte au seul aspect de la bouteille, j'ai indiqué, dans l'ouvrage précité, les trucs à employer pour la leur faire accepter. Je n'y reviens pas, me contentant seulement de mettre en vedette, dans cet article, quelques détails nouveaux.

Dans quelques cas, très rares, il est vrai, il est impossible de faire accepter aux enfants ce médicament.