

90 L'enfant est né..., il respire. La première de toutes les fonctions. la plus indispensable à son existence, celle qui ne s'éteindra qu'au dernier moment de sa vie, c'est la respiration, c'est-à-dire le passage continu d'air nouveau dans ses poumons. Aussi quelle importance est la pureté de l'air respiré. L'air est-il pur ? toutes les autres conditions déjà signalées étant d'ailleurs ponctuellement remplies, l'enfant croîtra à souhait, il sera rose, vermeil. L'air est-il mauvais, insuffisant, vicié par des émanations délétères, il sera, au contraire, pâle, étioilé, mal portant. La santé de l'enfant exige donc un air pur et la lumière vivifiante du soleil.

100 En cas de *changement prématuré de position* toute mère doit cesser immédiatement d'allaiter sous peine de compromettre la vie ou la santé de son enfant.

110. Il est dangereux de coucher l'enfant dans le même lit que la mère de peur, en dormant, de l'étouffer.

120 Ne jamais administrer sans l'avis du médecin de médicaments, tels que le sirop de Madame Winslow, le Trésor des Nourrices, le Sirop du Prince de Galle, le Sirop des enfants du Dr. Coderre, le Parégorique, l'infusion des têtes de Pavot, le Godfrey's cordial et une foule d'autres préparations; car il est incontestable qu'un certain nombre d'enfants meurent d'affections cérébrales déterminées par l'usage inconsidéré de ces narcotiques. Cette donnée n'est pas exagérée pour qui connaît la consommation de ces médicaments par la population. Un pharmacien déclarait, il y a quelques années, avoir vendu, dans un an, 30.000 bouteilles d'une de ces préparations. Avouons que l'infanticide se pratique assez en grand au sein de notre population, par l'abus de ces remèdes, qui ne doivent être donnés qu'après l'avis du médecin.

130 Comme tous les besoins de la vie, le sommeil obéit aux lois de l'habitude, il faut donc lui donner de bonne heure une réglementation.

140. La femme qui nourrit doit, autant que possible, suivre son régime alimentaire habituel. Elle doit éviter l'usage des alcools qui peuvent déterminer des convulsions à l'enfant. La mère ne doit jamais perdre de vue qu'elle entretient

son enfant aux dépens d'elle-même. Ainsi son genre de vie doit être bien réglé, sans fatigue excessive, ni veille prolongée. Il est aussi prudent d'éviter les émotions trop vives dont l'effet réagit fâcheusement sur la santé de l'enfant.

150. Ne jamais se hâter de faire marcher l'enfant, mais le laisser se traîner à terre et se lever seul.

160. A l'âge de trois mois ou même dans les premières semaines qui suivent la naissance, s'il règne une épidémie de variole, la mère doit faire vacciner son enfant. C'est une excellente mesure qui préserve à coup sûr des atteintes de la variole et conséquemment de ces marques affreuses qui défigurent toujours si impitoyablement le charmant visage de l'enfant.

17. C'est un préjugé de croire que l'enfant ne pouvant exprimer ce qu'il ressent, le médecin se trouve dans l'impossibilité de découvrir la maladie et par conséquent de la traiter. Dans toute maladie un médecin observe avec soin le facies, la position, la nature des cris, la température du corps, le pouls, les excréments, la respiration, le sommeil et d'autres symptômes qui deviennent à son oeil exercé des signes certains sur telle ou telle maladie. Alors l'obligation pour les parents de faire médicamer leur enfant quand il est atteint par la maladie.

Enfin vous comprenez, ô mère, toute la grandeur et la délicatesse de votre mission pour former les générations. Vous êtes le mandataire de l'Eternel auprès de votre enfant. Convenablement éclairée du flambeau de l'hygiène vous pouvez donner à l'enfant l'éducation physique et morale qui fait l'homme laborieux, sobre, économe, entreprenant, honnête et franc. L'hygiène vous enseigne que l'enfant, le jour où il vient au monde, apporte un certain nombre de dispositions naturelles qui, se développant plus tard par l'éducation que vous lui donnerez, formeront son caractère et son originalité. Puis n'oubliez pas que c'est par l'habitude que vient presque tout, car bien peu d'hommes ont le courage et la persévérance nécessaires pour changer leurs mauvaises habitudes lorsqu'ils s'en aperçoivent. Une vigilante sollicitude de votre