

LA MÈRE QUI VA NOURRIR ET QUI NOURRIT

Nous avons, dans un premier article donné quelques conseils à la mère qui va nourrir. On nous a demandé qu'est-ce que nous conseillions à la jeune mère qui se prépare avec anxiété à l'allaitement de l'enfant et qui est épouvantée des gerçures. Voici :

Dans les derniers mois qui précèdent cette fonction importante — qui est au commencement une corvée dont la mère aussi bien que l'enfant, ne veut bien souvent plus se passer à la fin, — il est nécessaire d'étirer fréquemment les bouts de sein, en opérant une succion au moyen d'une pompe à lait, et de laver celui-ci chaque jour avec de l'eau modérément froide, ce qui en même temps contribue à le durcir.

Nous recommandons aussi, à cet effet de l'humecter avec de l'alcool.

Ces soins de propreté doivent être continués minutieusement après la naissance. A chaque tétée surtout, il ne faut jamais oublier de bien assécher le bout du sein avec un chiffon de toile souple. Si vous négligez cette sempiternelle précaution, les gerçures seront causées par l'irritation causée par le lait qui ramollit la peau et la déchire en fermentant.

Nous avons dit aussi que les morsures des dents développent le muguet, maladie de la bouche du petit nourrisson, caractérisée par des ulcères blanchâtres que l'on fait disparaître avec le miel borax. Eh bien ! cette petite

maladie, ce muguet, est causée plutôt par le lait fermenté du bout de sein que l'on aura négligé de bien entretenir. Pensez donc au mal qu'une précaution bien simple pourrait facilement prévenir.

Quel est le régime de la mère qui nourrit ?

Le savant a analysé le sang de la mère, et a constaté contre la croyance ordinaire qu'il était plus pauvre que le sang de la femme qui n'est pas mère. La diète sévère n'a donc pas sa raison d'être pendant plusieurs jours après la naissance de l'enfant. Il faut venir au secours de notre malade au plutôt, et refaire son sang affaibli ou perdu.

L'alimentation sera donc riche dès les premiers jours : *la mère doit prendre autant de nourriture qu'elle peut en assimiler ; mais elle ne doit pas en prendre davantage.* Plusieurs seront surpris peut être de cette ordonnance qui doit être rigoureusement suivie.

Une autre raison en faveur de l'enfant.

L'expérience nous prouve que les nourrices affamées ont un lait insuffisant. Vous allez donc compromettre les jours de celui qui vous est si cher en suivant la vieille et malheureuse routine des neuf jours de ridicule privation.

L'analyse, — sur laquelle nous nous basons toujours autant que possible pour établir nos prescriptions — nous dit aussi que les nourrices fatiguées par