

prendre, et je termine. Il faut vivre autant que possible en plein air, au soleil. A New-York, encore, il y a entre autres, un hôpital pour les tuberculeux, où ceux-ci sont pour ainsi dire saturés par les rayons du soleil qui pénètrent en abondance dans l'édifice par d'immenses fenêtres. Il y a même de grosses lentilles qui font converger les rayons lumineux vers les poumons. Le toit de cet hôpital est un véritable jardin; les tuberculeux y passent les trois-quarts de leur temps, soit à lire, à faire de la gymnastique ou autres exercices. Donc, que toutes les chambres, occupées par des personnes en consommation ou non, soient aussi bien éclairées et ventilées que possible.

L'air frais et pur, la lumière et le soleil sont autant de préventifs de la consommation. Il y a danger, pour une personne saine, de coucher dans la même chambre avec une personne tuberculeuse. Il faut autant que possible, surtout en été, tenir les cheminées et les fenêtres ouvertes; la plus grande propreté doit toujours régner aux alentours d'une habitation, tant pour la guérison que pour la prévention de la phthisie. Il faut toujours bien mouiller les planchers avant de les balayer, afin de ne pas faire lever ni voler les poussières. On ne doit jamais se servir d'une chambre qui a été occupée par une personne en consommation, sans auparavant l'avoir bien désinfectée, comme on fait du reste pour la diphthérie, la picote, etc.

Si quelques-uns d'entre vous étaient tentés de se décourager, parce qu'ils toussent un peu ou qu'ils se sentent faibles, qu'ils reprennent courage, car moi qui vous parle, ai pensé plus d'une fois mourir de consommation. A mon arrivée en cette ville, il y a vingt-un ans, c'est à peine si je pouvais me traîner. J'attribue ma guérison, au moins passagère, (et c'est assez long, une guérison passagère de vingt-