

militaires prussiens ont prescrit du suif salicylé (acide salicylique 2 parties, suif de mouton 100 parties).

Tous ces procédés ont la prétention de faire disparaître et l'odeur et les sécrétions sudorales exagérées.

Dr L.

HYGIÈNE DU CHANTEUR

Le chanteur devra dilater amplement sa cage thoracique ; mais il aura soin de le faire d'une manière calme et silencieuse, sous peine d'arriver rapidement au chevrottement et à la raucité de la voix. Pour respirer, le chanteur doit laisser son larynx absolument immobile ; et dans ce but, faire porter sur l'abdomen non sur la clavicule, le poids de l'effort respiratoire. La respiration thoraco-abdominale est facile chez l'homme ; c'est même le type respiratoire normal masculin. Chez la femme, au contraire, les fonctions délicates inhérentes à l'abdomen (*propter uterum mulier*) et aussi l'usage du corset, impriment à la respiration le type claviculaire. La femme a donc bien plus de mérite que l'homme à bien chanter.

Le chanteur peut augmenter son amplitude respiratoire par la gymnastique des bras et du thorax la natation, les pratiques de l'escrime (mais à la condition, toutefois, de tirer successivement des deux mains). De plus, il ne faut point surmener le larynx par des séances de chant trop longues ; il est indispensable de reposer complètement la voix au moment de la mue du larynx, surtout chez les garçons. Le médecin peut, d'ailleurs

(ainsi que le pense et l'exprime très justement M. Gouguenheim), jouer, dans la profession artistique, un rôle éducateur important. L'examen préalable du larynx par un spécialiste présenterait, pour les élèves qui se destinent à la carrière du chant, l'inappréciable avantage de rendre un compte exact des aptitudes artistiques déterminées qu'ils peuvent avoir. Un semblable conseil de révision éviterait, à coup sûr, aux professeurs comme aux élèves et aux parents, bien des déceptions et bien des déboires, s'il est vrai que la laryngoscopie puisse porter toujours sur un chanteur un pronostic scientifique irréfutable.

L'artiste doit éviter d'habiter les rez-de-chaussée humides et froids, les logements exposés au nord, les rues étroites et mal aérées. La chaleur des poêles (surtout de nos modernes poêles économiques) est souverainement nuisible à la voix, de même que tout milieu atmosphérique surchauffé et enfumé. Pour l'hygiène du vêtement, l'artiste suivra les préceptes suivants : il se couvrira peu le cou, afin de l'endurcir contre les vicissitudes météoriques ; la femme évitera avec soin les corsets mal conditionnés, comprimant la taille et gênant la respiration.

Il est recommandé au chanteur de ne pas se livrer à son art durant la digestion, d'éviter la constipation, en suivant un régime rafraîchissant ; d'user avec précaution des boissons alcooliques, du café, du thé et du tabac, dont l'abus nuit au chant, soit en irritant la gorge, soit en troublant le rythme du cœur. Mes artistes doivent également éviter les fatigues physiques et les excès de tout genre : le jeu, les veilles, la danse, la course, les exercices, violents, et principalement les abus vénériens, etc., s'ils veulent con-