teaux d'huile ; ou en troisième lieu, de faire moudre sa graine à un prix raisonnable par mesure, en remportant et l'huile et les tourteaux, ou les laissant au propriétaire du moulin pour qu'il en dispose et rende compte du produit de la vente. Ce plan peut ne pas satisfaire généralement le producteur, attendu que toute fraude devient impossible ; mais le retour en huile et tourteaux doit être l'équivalent de la graine livrée ; et quant à l'altération de la farine, les fermiers flamands ne sont pas faciles à tromper sur ce point. — *Journal de la Société d'Agriculture d'Irlande.*

BAINS.

Précautions relatives aux bains chauds.

1o Il ne faut jamais prendre des bains immédiatement après les repas.

2o Il ne faut pas les prendre à un degré de chaleur très élevé. Le bain trop chaud détermine des sueurs abondantes, surtout au front, fait éprouver des agitations, du malaise, des vertiges ; il fait monter le sang vers le cerveau, la face se colore, les yeux deviennent étincelants ; en sorte qu'il occasionne quelquefois l'apoplexie et la mort.

3o Le bain chaud pourrait être dangereux dans les hémorragies nasales, ainsi que l'a observé Hippocrate.

C'est encore un des aphorismes du père de la médecine, que le bain chaud fortifie, toutes les fois que la chaleur du corps est supérieure à celle de l'eau.

Bains froids. Les bains froids se recommandent d'eux-mêmes dans les temps chauds. Leur usage fréquent dissipe les rhumatismes, accélère, comme tonique et fortifiant, le mouvement du sang et des humeurs, favorise les sécrétions, rend plus libre la transpiration insensible, et prévient les engorgements et les obstructions du système lymphatique et glanduleux.

La meilleure heure de les prendre, est le matin à jeun ou immédiatement avant le dîner ; et la meilleure manière, de s'y plonger la tête la première, pour éviter que le sang et les humeurs ne se portent à la tête et n'occasionnent des accidents fâcheux. Dans la saison froide, la simple immersion répond à toutes les indications : trop prolongée, on perd tous les avantages qu'on devait en attendre.

Les bains froids conviennent mieux aux habitants du nord qu'à ceux des pays chauds ; et les bains tièdes sont plus utiles à ces derniers qu'aux autres.

Les bains froids exigent des précautions. Il ne faut jamais y entrer lorsqu'on est trop échauffé et suant, ni immédiatement après les repas. Il faut aussi s'en abstenir dans les éruptions, comme la gale, les dartres, les taches à la peau, etc. Les dames doivent surtout les éviter dans les moments qui précèdent la première éruption des règles, et dans leurs retours périodiques.

Les bains froids ne valent rien pour les enfants.

Bains Aromatiques. On fait bouillir dans une suffisante quantité d'eau de rivière, une ou plusieurs des plantes suivantes, haurier, thym, romarin, serpolet, marjolaine, origan, lavande, absinthe, sauge, pouliot, basilic, menthe, girofle, etc. Quand on juge que la décoction est suffisamment chargée, on passe les plantes, et on ajoute au liquide un peu d'eau-de-vie simple ou camphrée. Ce bain est excellent pour dissiper les douleurs qui viennent d'une froideur, et pour augmenter la transpiration.

Observations sur les bains de pieds. Il y a deux choses à observer dans la manière de prendre des bains de pieds : il faut que l'eau ne soit pas trop chaude, et ne pas y rester trop long-temps. Dans l'un ou l'autre cas, le bain échauffe et irrite, au lieu de calmer. L'eau ayant bouilli avec deux poignées de sel, on y met les pieds lorsqu'elle a le degré de chaleur du lait qu'on vient de traire ; on s'y enfonce jusqu'à mi-jambe, on y reste un quart-d'heure, on se frotte avec une étoffe de laine, en évitant de se refroidir ; ou, ce qui vaut mieux, on se met au lit.

Il faut s'abstenir des bains de pieds, lorsque le flux menstruel est imminent ou qu'il a commencé, parce, qu'ils pourraient contribuer à arrêter cette évacuation, mais si on emploie ce remède quelques jours avant la période, alors il contribue merveilleusement à le faciliter, surtout si l'on fait en même temps usage d'emménagogues tempérés.

Il faut s'interdire absolument les bains de pieds astringents, alumineux, sulfureux, que quelques charlatans prescrivent pour tarir la sueur incommode de ces parties, pour dissiper les enflures œdémateuses, ou dessécher les ulcères, parce que ce remède repousserait avec danger la matière virulente vers les parties internes, nobles et délicates.

Bains de pieds adoucissants. Faites bouillir dans une suffisante quantité d'eau de rivière, une livre de son, quelques racines de guimauve, deux ou trois poignées de feuilles de mauve, une ou deux poignées de pariétaire