

JOURNAL D'HYGIENE POPULAIRE

ORGANE OFFICIEL DE LA SOCIÉTÉ D'HYGIÈNE DE LA PROVINCE DE QUÉBEC.

VOL. IV

MONTRÉAL, AVRIL, 1888

No. 12.

SOMMAIRE.

Traité Élémentaire d'Hygiène : *De l'hygiène de la peau.*—Bulletin mensuel.—Chronique de l'Hygiène en Europe.—L'avenir de l'hygiène. Considérations pratiques sur l'hygiène de la peau. — Quelques observations à propos de l'allaitement. —Nouvelles.

TRAITÉ ÉLÉMENTAIRE D'HYGIÈNE.

CINQUIÈME LEÇON.

De l'hygiène de la peau.

Nous avons montré, dans une leçon précédente, combien importe à la santé la pureté de l'air respirable. Maintenant comprenons bien cet autre précepte de l'hygiène, et si universellement négligé : la propreté corporelle est absolument nécessaire à la conservation de la santé comme elle est inséparable de la dignité de l'homme.

La propreté est une vertu privée, elle est aussi une vertu sociale. L'homme dans la société constitue un foyer d'émanations corporelles dont l'influence augmente par l'incurie ou diminue par la propreté. Chaque individu est solidaire de la santé d'autrui comme de la sienne propre. Aussi l'hygiène individuelle chez un peuple se symbolise par la manifestation d'une santé générale.

Par l'étude de cette leçon chacun pourra

se convaincre combien l'hygiène de la peau concourt au développement de la santé et à la régularité de la vie. Chacun pourra considérer avec nous le sujet qui nous occupe aujourd'hui comme le plus important peut-être parmi ceux dont se compose l'hygiène.

LE SIÈGE DU TACT.—La peau, cette enveloppe protectrice de l'homme, constitue le siège du tact. Des milliers de filets nerveux viennent s'épanouir et se terminer dans toute l'étendue de sa surface. La peau devient ainsi la source d'une incroyable richesse de sensibilité. Par son influence nerveuse elle protège et défend contre les agents extérieurs les organes qu'elle recouvre. De tel sorte que tout ce qui touche la peau atteint l'appareil nerveux, agit par conséquent en bien ou en mal sur l'économie. Des exemples démontreront mieux ces données physiologiques : une brûlure étendue, une éruption violente de scarlatine, peuvent déterminer des convulsions, le délire, la paralysie. Maintenant un autre exemple pour en faire voir l'action bienfaisante sur les nerfs : un bain tiède ou frais peut calmer un cerveau excité, combattre avantageusement l'insomnie ; un bain de vapeur peut guérir des névralgies ; des frictions, des massages, peuvent réveiller chez un noyé, un pendu, un asphyxié, les mouvements du cœur ou des poumons et l'arracher de la mort apparente. Enfin il ne faut jamais perdre de vue ce