

on observant sagement au moins les règles d'hygiène que je viens de rappeler d'une manière si imparfaite.

HONORÉ MERCIER.

HYGIÈNE INDIVIDUELLE.

PROPRETÉ.

La propreté est la colonne
fondamentale de la santé.
(HUFELAND.)

Le rôle physiologique des fonctions de la peau est une véritable respiration supplémentaire qui complète celle des poumons; elle contribue, avec l'acte de la respiration pulmonaire, à la réification du sang, en dehors de l'accomplissement régulier duquel il n'y a pas de santé possible.

Dans l'épaisseur de la peau, il y a des millions de glandes, diverses par le rôle anatomique ou physiologique à remplir; les unes en rapport avec la surface de la peau par des conduits flexueux, éliminent une quantité de matières au moins égale à celle du poumon; d'autres glandes, destinées à fournir la matière grasse, substance lubrifiante nécessaire à la peau et au tissu pileux; d'autres glandes encore dont le rôle est de former les poils ou les cheveux; enfin une autre espèce de glandes qui sont destinées à renouveler incessamment la peau au fur à mesure que celle-ci s'use par le frottement.

Il ressort donc de ces données physiologiques, combien est considérable le rôle que joue la peau journellement pour notre bien-être. Nous comprenons aussi sans peine que le fonctionnement régulier de cette surface qui nous entoure ne peut mieux être assuré que par la propreté. L'obstruction de ces millions de petites bouches, ne jouant plus leur rôle physiologique, faisant trêve avec le reste des autres fonctions de notre être, brise ainsi l'harmonie et compromet la santé. L'observation de l'hygiène de la peau est donc de

nécessité absolue. L'accomplissement de ce devoir envers la santé est aussi facile, puisque nous avons tous tant que nous sommes, à notre disposition, par une profusion libérale de la nature, de l'eau et qu'il nous suffit d'un peu de bonne volonté pour concilier en même temps les intérêts de notre santé et de notre dignité.

Comprenons bien ce précepte de l'hygiène et ne faisons pas de la santé un bien métaphysique que nous ne sentons que par le regret de l'avoir perdu.

« La malpropreté, a dit un grand hygiéniste, est pour les populations une cause de dépérissement physique qui est d'autant plus pernicieux qu'on ne la soupçonne guère, et après laquelle, la guerre et la peste ne sont peut-être que des fléaux de second ordre. »

Que dirait-on d'un homme qui s'emprisonnerait dans un appartement, en fermerait tous les issues de l'air? Bientôt la rareté de l'air pur finirait par l'empoisonner et le faire mourir. Ainsi ceux qui laissent la malpropreté fermer les innombrables pores de la peau s'expose à des malaises de toutes sortes, à des désordres de la peau, accroissant ainsi l'activité des autres organes, surtout des poumons, la santé est ainsi gravement compromise.

Bacon a dit, la propreté, cette chasteté du corps est une vertu privée, elle est aussi une vertu sociale. La dignité de l'homme exige qu'il observe les lois de la propreté comme le veut la santé pour son maintien. Quel que soit le rang qu'il occupe dans la Société, il constitue une influence qui augmente par l'incurie ou diminue par la propreté. De plus, chaque individu est solidaire de la santé d'autrui comme de la sienne propre. L'hygiène individuelle chez un peuple se symbolise par la manifestation d'une santé générale.