

plus de la ration ordinaire pour couvrir ses besoins. Il lui faut environ 45 calories par kilogramme.

Combien de repas, par 24 heures, un tuberculeux doit-il prendre ?

Il faut de toute nécessité éviter la suralimentation, ainsi que le surmenage stomacal. Nous pouvons prescrire à nos malades trois bons repas par jour avec une légère collation vers les quatre heures de l'après-midi. Ce n'est pas trop et c'est suffisant ; encore permettrons-nous, en plus, un verre de lait au moment du coucher. Le simple raisonnement nous ordonne de donner à l'estomac un moment de repos. Pourquoi vouloir faire travailler cet organe vingt-quatre heures par jour ? Une personne en santé ne pourrait supporter un pareil surmenage alimentaire.

Les repas seront pris dans un appartement bien aéré. Il faut que le malade mange lentement et qu'il mastique bien. Nombre de phtisiothérapeutes imposent le silence en mangeant. Nous sommes de l'avis contraire : une légère conversation nous paraît plutôt salubre. Le tuberculeux mange plus lentement en causant que s'il est occupé exclusivement de ce qu'il mange ; la digestion se fait mieux, les glandes salivaires ayant le temps de sécréter suffisamment pour humecter les aliments avant leur déglutition ; enfin le temps se passe plus agréablement. Il faut, tout en surveillant étroitement le tuberculeux, lui donner une certaine liberté afin qu'il ne se croie pas trop malade. S'il se sent tout le temps surveillé, il se croira perdu à tout jamais, il se découragera, et on sait qu'un tuberculeux découragé est un malade perdu.

Les dents du tuberculeux seront fréquemment examinées. Une mauvaise digestion dépend souvent d'une mastication mal faite parce que les dents sont en défaut.