

\* \* \*

Toutes les fois que le bébé est souffrant et pleure, au lieu d'accuser votre *mauvais* lait, votre lait *insuffisant*, demandez-vous d'abord si ce lait est bien donné, si vous savez bien votre métier de nourrice. Ensuite, cherchez la chose la plus sûre parce qu'elle est la plus simple et la plus ordinaire. Cherchez le défaut du côté de l'organe le plus exposé à fatiguer parce qu'il est de beaucoup le plus actif. En présence d'un enfant qui crie, la plupart des mères font toutes sortes de découvertes. L'une diagnostique un mal d'oreille, l'autre un mal de tête. Pour d'autres c'est toujours les dents ! Bien peu songent à la cause la plus fréquente, *au grand point faible*, même quand le nourrisson est bien traité... Ce point, *c'est l'intestin*. C'est là qu'on devrait s'accoutumer à trouver le mal. Sur 100 bébés *cruels* il y en a au moins 95 qui ont un intestin en défaut : diarrhée ou bien plus souvent constipation.

Plusieurs mères ont des enfants constipés qui ne s'en doutent pas le moins du monde, ne sachant pas qu'un bébé dans la première année de sa vie doit aller à la selle 2 à 3 fois par jour. À moins de cela, tout jeune enfant doit être considéré comme un constipé. Aussi il est toujours plus ou moins malade, tandis que l'enfant dont l'intestin fonctionne deux ou trois fois par 24 hrs, *librement comme sans diarrhée*, n'est jamais *habituellement* malade.

Pour que votre bébé ne soit pas constipé, il y a trois points à régler :

1° On ne doit jamais lui donner aucun purgatif. Remarquez toujours la constipation opiniâtre des bébés qu'on dose d'huile de castor ou de sel à médecine, ou qu'on tourmente avec des lavements. Comme chez l'adulte, tout purgatif relâche d'abord pour resserer davantage ensuite. On donne de l'huile de castor à un enfant qui a la diarrhée précisément parce que ça le *resserre* ; mais justement pour la même raison, on n'en donne pas aux constipés.

2° Il faut donner de l'eau à l'enfant dans l'intervalle des tétés, et en dehors de notre pauvre Province c'est ce qui se fait partout.

3° Le plus grand facteur pour prévenir la constipation du