

principes immédiats avec des aliments végétaux exclusivement. Beaucoup d'entre eux renferment relativement peu d'albumine ; si bien que pour ingérer la quantité indispensable de cette substance, il faut absorber une masse alimentaire énorme avec un grand excès d'hydrate de carbone : 4 à 5 kilogrammes de pommes de terre par exemple, 2 kilogrammes de riz...

Les céréales, les légumineuses beaucoup plus azotées, permettent, surtout si on les additionne d'une certaine quantité de corps gras, de constituer une ration se rapprochant de la ration théorique ; mais par suite de la grande quantité d'eau que fixent par la cuisson ces aliments, l'alimentation sera toujours volumineuse, même pour un homme sain, à plus forte raison pour un dyspeptique. C'est pourquoi beaucoup de végétariens admettent la nécessité d'introduire dans l'alimentation quelques substances d'origine animale, les œufs, le lait, le fromage, attendu que, grâce à celles-ci, on peut augmenter la quantité d'albumine d'un régime sans augmenter outre mesure ni le volume de la masse alimentaire, ni la proportion des matières hydro-carbonées...

Ainsi tempéré, le régime végétarien semble pouvoir être indéfiniment continué chez l'homme sain, sans dommage pour sa santé.

La cure saline. — La dernière toquade américaine, celle qui faisait croire que l'on avait trouvé dans le sel marin un élixir de longue vie, vient de prendre fin. La mode a été de

courte durée, mais elle n'en a pas moins causé d'assez grands ravages. On signale, en effet, des milliers d'individus qui, séduits par la propriété qu'un médecin avait attribué au sel de prolonger la vie humaine, se sont livrés à une véritable débaûche du chlorure de sodium. Les uns ont été atteints du scorbut et leurs dents se déchaussaient ; les autres ont perdu leurs cheveux ou ont éprouvé des éruptions cutanées. D'autres encore ont ressenti des troubles d'estomac et une faiblesse générale.

En présence des invariables accidents que causait cette médication empirique, la mode, qui avait résisté aux avertissements des médecins sérieux, a cessé d'exercer son empire et la nouvelle cure, complètement discréditée, est retombée dans le néant d'où elle n'aurait jamais dû sortir.

Boussole perdue. — Un pays qui paraît avoir complètement "perdu la boussole," au sens propre du terme, c'est la province de Koursk, dans la Russie centrale. Le ministre des travaux publics vient de recevoir des ingénieurs chargés d'établir diverses lignes de chemin de fer dans cette région un rapport des plus intéressants, qui ne laisse aucun doute à cet égard.

A peu près au centre de la province, à 600 milles au sud de Moscou, l'aiguille de la boussole, attirée par on ne sait quelle influence magnétique locale, accuse un écart de 20 degrés avec la direction du pôle. Un peu plus au sud, l'erreur dépasse 30 degrés.