

Les unes en exposant à l'intoxication : ouvrières qui travaillent dans le plomb, le caoutchouc (sulfure de carbone, aux manufactures de tabac).

Les autres en imposant des fatigues excessives : blanchisseuses et employées de magasin, obligées de rester debout toute la journée ; femmes ayant à faire marcher pendant longtemps une machine à coudre, etc.

Ces professions devront pendant la grossesse être évitées dans la mesure du possible, ou leurs inconvénients atténués.

*Vêtements.*—*Tout vêtement serré doit être proscrit.*

Le corset, base du costume féminin, sera porté aussi lâche que possible, et on conseillera l'usage de *corsets de grossesse*, qui, assouplis par des liens élastiques, n'exercent aucune compression fâcheuse sur l'utérus ou sur les seins.

Chez les femmes prédisposées aux varices ou à l'œdème des membres inférieurs, il sera bon de remplacer les jarrettières par des jarretelles, liens fixant les bas au corset.

Éviter soigneusement l'usage des chaussures inconfortables.

Chez les multigestes dont la paroi abdominale a été relâchée par des grossesses antérieures, une ceinture hypogastrique sera d'un heureux secours, à la condition d'être large et d'embrasser les deux tiers inférieurs du ventre.

*Exercices et voyages.*—Certaines citadines, paresseuses de leur naturel, profitent de leur grossesse, pour se confiner dans un repos exagéré, et pour passer la plus grande partie de leur temps dans leur lit, ou sur une chaise longue. À moins d'indication spéciale cette pratique est déplorable, elle affaiblit la gestante et la prépare mal à l'accouchement et à l'allaitement. Des sorties quotidiennes sont nécessaires, et on peut exiger une à deux heures de marche, réparties en plusieurs fois.

À l'opposé nous trouvons les imprudentes qui malgré leur grossesse continuent toute l'agitation de leur vie antérieure, vont au bal, au théâtre, montent à cheval, voyagent en mer, en chemin de fer, etc.

Les promenades en voiture sont en générales, en évitant toutefois les secousses qu'un véhicule mal suspendu, favorables, ou une mauvaise route peuvent produire.

L'équitation est à déconseiller. Cependant il faut reconnaître que certaines femmes très habituées à ce genre d'exercice n'en éprouvent le plus souvent aucun inconvénient pendant leur grossesse.

La danse est déplorable pour la femme enceinte ; car à la fatigue physique, elle joint une excitation génitale, contraire au calme que demande l'utérus.

D'après IRWIN les traversées sur mer prédisposent aux métrorragies et à l'avortement, tandis que pour KUGELMANN les voyages en chemin de fer produisent plutôt le retard des règles.