

Causerie Médicale

LES SOINS A DONNER AUX ENFANTS
DÉLICATS ET MALADES.

COMME toutes les maladies des jeunes enfants proviennent généralement d'une digestion défectueuse, la plus grande attention doit être donnée à leur nourriture, et je vais parler de l'enfant qu'on nourrit à la bouteille.

La première chose donc, à considérer, c'est la nourriture et avec elle une propreté parfaite; l'une étant inutile sans l'autre.

Dès qu'on s'aperçoit que l'enfant est plus de mauvaise humeur, plus irritable que d'habitude, qu'il maigrit, vomit, souffre de coliques ou d'irrégularités des intestins; que les excréments n'ont pas la couleur et l'odeur naturelles, il faut d'abord rechercher la cause de toutes ces indispositions, car elles sont de nature à devenir tôt ou tard fatales à l'enfant.

On peut toujours commencer par lui donner une très petite dose de calomel, — disons un demi-grain — afin de débarrasser ses intestins. Aucun autre remède ne doit être donné à un enfant sans l'ordonnance d'un médecin.

Voyez ensuite si vous n'avez pas à changer sa nourriture. Faites attention surtout aux bouteilles à lait de l'enfant. Ayez-en toujours au moins deux, dont vous vous servirez alternativement.

Soyons reconnaissantes à l'invention moderne qui a fait disparaître les bouteilles "vieux genre" avec leur tube en caoutchouc!

Ce sont les bouteilles ayant un suçon en caoutchouc s'adaptant bien au goulot les plus faciles à nettoyer que l'on doit employer.

Lavez toujours immédiatement, après que l'enfant aura bu, les bouteilles que vous laisserez ensuite tremper dans l'eau froide jusqu'à ce que vous en ayez besoin.

Un autre point très important est la régularité dans les repas. Les organes digestifs ont besoin d'une longueur de temps égale pour bien digérer. Un enfant jusqu'à un an devra prendre sa nourriture toutes les deux heures pendant le jour mais deux fois la nuit suffira. Après cet âge, on chan-

gera graduellement de manière à convenir à l'âge et à la santé de l'enfant.

Un enfant s'habitue vite à un système régulier de nutrition et s'en trouvera bien.

Trop de nourriture est beaucoup plus nuisible que pas assez.

Il faut donc apporter le plus grand soin à la préparation de la nourriture. Pas une mère ne devra recourir aux nourritures artificielles avant d'avoir essayé le lait dans toutes ses préparations.

Il est préférable autant que possible d'avoir le lait d'une seule et même vache et de le diluer suivant l'âge de l'enfant.

Rien autre chose que du lait ne devra être donné pendant la première année et jusqu'à l'âge de trois ans, le lait est la meilleure diète à recommander aux enfants. Les sirops calmants et autres remèdes quels qu'ils soient ne doivent jamais être donnés aux enfants. Ces préparations peuvent parfois les soulager, mais elles ne détruiront jamais la cause de leur mal.

Toute nourriture doit être soigneusement stérilisée, ce qui est très facilement fait en mettant le lait avec de l'eau dans une bouteille nette que l'on mettra ensuite dans une casserole d'eau bouillante. Il faut fermer l'ouverture de la bouteille avec du coton absorbant puis laissez-la bouillir ainsi durant une heure.

Préparez toujours votre nourriture à l'avance afin qu'elle soit stérilisée et froide quand vous en aurez besoin. Ne préparez cependant le breuvage que juste ce qu'il en faut pour un repas, car, le lait stérilisé ne doit jamais être réchauffé deux fois.

Deux onces de lait pour deux onces d'eau suffiront à un enfant de six mois, à chaque fois qu'il boira.

Une mère devra rester auprès de l'enfant tout le temps qu'il prendra sa nourriture afin de tenir la bouteille en bonne position et remarquer si l'enfant aime ce qu'il prend.

Le sucre de ^{lait} est préférable au sucre ordinaire pour sucrer le lait, et pour la petite somme de cinq centins, on peut en acheter une bonne quantité, chez n'importe quel pharmacien.

Le bain d'un jeune enfant doit être d'une grande importance dans les

soins qu'on lui donne. Voyez à ce que son petit corps soit bien essuyé. Ne vous servez que d'un pur savon de Castille, que son linge soit aussi doux que possible, et ne mettez pas de boutons à ses vêtements.

Voyez à ce que les couches soient bien lavées quand elles sont sales et à ce qu'elles soient parfaitement sèches avant de vous en servir encore. On ne devra pas attacher la couche serrée, à peu près l'espace de deux doigts entre le linge et le corps de l'enfant.

Souvent des douleurs dans l'abdomen peuvent être soulagées par un léger massage au moyen des doigts et d'un peu d'huile d'olive. Il faut frotter l'abdomen très légèrement et en forme de cercle, puis le couvrir d'une bande de flanelle bien molle.

Que les pieds des enfants soient aussi tenus bien chauds.

Ne laissez jamais un enfant mouillé même un seul instant, lavez-le doucement en le saupoudrant ensuite avec une bonne poudre de toilette, chaque fois que vous le changerez de couches.

Un enfant vient-il à être saisi de convulsions. Mettez-le dans un bain aussi chaud qu'il peut le supporter, laissez le ainsi (tenant sa tête hors de l'eau) jusqu'à ce que ces convulsions soient passées. Enveloppez le ensuite dans des couvertes chaudes et donnez une bonne dose de ricin (castor). Si les convulsions persistent, continuez le traitement et envoyez chercher le médecin.

ANNIE MONTGOMERY,

Surintendant des Nurses de l'Hôpital Civique de Montréal.

Un nom aussi bref que singulier

Quand on veut citer un exemple de noms brefs on ne manque jamais d'évoquer le souvenir du marquis d'O, surintendant des finances sous Henri III.

Il semblait en effet impossible de trouver un nom plus simple. Mais comme il ne faut jamais désespérer on vient d'en découvrir un.

Il appartient à un habitant de Bourgueil, dans l'Indre-et-Loire, M. Eugène M. Cet honnête homme se contente d'une seule lettre et il s'en trouve bien.

M. M. un point c'est tout.

JEAN DESHAYES, Graphologue
13 rue Notre Dame, Hochelaga,
MONTREAL