



LE MENU DES FEMMES EN COUCHE

Le régime alimentaire des femmes en couche a subi de très grandes variations depuis un siècle. A la fin du XVIII^e siècle, il était d'usage de nourrir *fortement* les nouvelles accouchées et de les laisser se gaver jusqu'à satiété. Ce n'était pas un potage léger ou une crème délicate qu'on servait aux jeunes femmes. Et donc ! on aurait cru leur faire injure. Mais c'était des aliments corsés et substantiels, tels qu'un bon ragoût de mouton, la moitié d'une poule bouillie, un bon morceau de pain frais, ou bien encore une ASSIETTE de soupe au pois et une large *grillade* de lard frais. Je voudrais bien pouvoir revivre à cette époque pour vous raconter combien de morts ou tout au moins d'accidents graves furent la suite de cette pratique qui, j'ai honte de le dire, était celle des médecins de l'époque.

Quelques années après, un changement à vue se produisit, car, malheureusement, tout est réaction en médecine. Les théories et les doctrines changeant, on passe d'un extrême à l'autre dans la pratique. On nourrissait trop les accouchées au XVIII^e siècle ; vers le milieu de ce siècle, hantés par le spectre de la *fièvre de lait*, les médecins se mirent à ne plus les nourrir et les laissèrent en quelque sorte

mourir de faim. Beaucoup de femmes très vigoureuses durent à cette pratique de ne pouvoir pas nourrir leurs enfants. Le lait ne montait pas chez elles, tout simplement parce qu'on ne leur fournissait pas les éléments nécessaires pour l'élaborer.

Les médecins de notre époque sont plus raisonnables ; ils ne croient à la *fièvre de lait* que chez les femmes qui sont dans de mauvaises conditions d'hygiène, qui ont été blessées ou déchirées, qui ont des engorgements du sein, dus justement à la direction défectueuse du débet.

Ils croient comme à un article de foi à la nécessité de restaurer, de fortifier, de réparer les pauvres femmes qui viennent de livrer la sanglante bataille, comme le dit le docteur Caradec dans son style pittoresque. Seulement où ils diffèrent de leurs confrères du XVIII^e siècle, c'est qu'ils exigent que la nourriture donnée aux nouvelles accouchées soit facile à digérer et à assimiler et ne soit pas en excès.

Aussitôt que tout a été remis en ordre dans la chambre et que la toilette de la patiente a été faite, on doit lui apporter soit un bouillon corsé par du Liebig, soit une tasse de lait ou de café au lait avec un biscuit à la cuiller.