

# LA DOSIMÉTRIE

AU CANADA

Revue Mensuelle de Médecine et de Thérapeutique

---

## CHRONIQUE

**Le régime végétarien.**—Ce régime a trouvé des adeptes convaincus. Sa raison d'être se trouve dans les inconvénients de l'alimentation carnée.

La viande a été accusée de bien des méfaits. Lombroso va jusqu'à considérer son usage comme une cause influente de penchant au crime.

Il ne faut pas discuter des opinions aussi manifestement excessives; mais il faut reconnaître que tous les reproches que l'on a faits à la viande ne sont pas dépourvus de fondement.

Il est hors de doute que de tous les aliments usuels, c'est un de ceux qui provoquent le plus facilement les phénomènes de l'auto-intoxication. C'est un facteur important dans la production de l'"uricine" et de l'arthritisme.

On a provoqué, par l'alimentation carnée, des symptômes de goutte chez les poules. Certaines affections de la peau, de même que les oppressions dites dyspnée toxi-alimentaire disparaissent

fréquemment par la seule suppression du régime carné.

Mais l'intolérance de quelques organismes à une dose modérée de viande est, en somme, une exception, et les justes critiques des végétariens s'appliquent à peu près exclusivement à l'excès d'alimentation carnée.

La possibilité d'entretenir l'organisme en état de santé suffisante avec les seuls aliments végétaux ne saurait être mise en doute. De même que le régime animal exclusif est celui des régions glaciales, un régime dont les végétaux sont la base s'impose dans les régions tropicales.

La preuve est maintenant faite par les membres de certains ordres religieux et des sectes végétariennes que l'on peut vivre sans viande. Mais là n'est point la question. Il s'agit de savoir si le régime végétal vaut moins ou mieux que le régime mixte.

Il est un peu difficile de réaliser une ration d'entretien contenant une proportion harmonieuse des différents