

tecteur de la santé? Qui mieux que lui est initié à la connaissance des lois de la nature? Hélas! par quelle aberration de jugement, paie-t-on dix et même cinquante dollars pour un avis qui souvent entrainera la ruine financière d'une famille, et craindra-t-on de déboursier trois ou quatre dollars pour une consultation qui conservera notre santé, la seule fortune digne de ce nom?

* * *

Au lieu de consulter l'homme de l'art que fait la mère imprudente et peu éclairée? Elle cesse brusquement de donner le sein à son nourrisson. Pour remplacer un lait pur et fortifiant, elle lui fait manger des pommes de terre additionnées de beurre ou de graisse, de la viande indigeste et de la bouillie plus indigeste encore. Le choix des mets est la dernière de ses occupations: *bébé mange comme tout le monde*, dit-elle béatement. Quant à la quantité, elle est toujours excessive. Aussi l'estomac du mignon est-il vite épuisé, le ventre prend un développement extraordinaire, les yeux sont ternes et s'enfoncent dans leurs orbites, les membres, de gras potelés et vigoureux qu'ils étaient, deviennent grêles et débiles. Une diarrhée persistante complète cette scène pénible. La mère, en larmes implore l'intervention du médecin qui trop souvent a le pénible devoir de constater qu'il est trop tard.

Done.

Opposons-nous au mal avant qu'il s'enracine
S'il séjourne, il rend vain l'art de la médecine.

* * *

L'alimentation mixte est reconnue utile, la mère donnera encore le sein à l'enfant deux fois par jour. Les autres repas seront composés de lait de vache additionné de *sucre de lait* et d'eau suffisamment chaude pour donner au tout une température con-

venable. On dissout une once de *sucre de lait* dans trois roquilles d'eau bouillante que l'on ajoute à une quantité égale de lait frais. On devra avoir deux *bouteilles nourrices* dont l'une sera prête, au besoin. La propreté la plus rigoureuse présidera à l'entretien de cette « fontaine des innocents. » Aussitôt que l'enfant a fini de boire, il faut lui enlever sa bouteille, la vider, la laver avec soin ainsi que ses accessoires.

Si le lait est de bonne qualité, et les repas réguliers, l'enfant gagnera, en poids une moyenne d'une demie à une once par jour.

A quatre mois, on ajoutera au lait une légère quantité de gélatine et d'arrowroot.

A six ou neuf mois, on devra servir à monsieur Bébé cinq repas par vingt-quatre heures.

Vers sept heures le matin:—Une petite tasse de Nestlé's-food.

A dix heures:—Une tasse de lait additionné d'une cuillerée à thé d'eau de chaux.

A deux heures, p. m.:—Un jaune d'œuf bien battu dans une tasse de lait.

A cinq heures et demi p. m.:—répétition du premier repas.

A neuf ou dix heures p. m.:—répétition du deuxième repas.

Aucun aliment ne devra être donné entre les repas, qui ne devront jamais être assez copieux pour surcharger et fatiguer l'estomac.

De neuf à douze mois, un enfant sain requiert, en moyenne, de trois demiards à une pinte de lait par jour.

D'un an à quinze mois le lait sera encore la base de l'alimentation. On y ajoutera du pain, des gelées de viande, des bouillons de poulet, des pommes de terre finement pulvérisées, au lait, au jus de volaille, ou de bœuf.

De quinze mois à deux ans, terme de la