

IMPORTANCE DE L'HYGIÈNE.

L'HYGIÈNE est généralement définie : "Partie de la médecine qui a pour but de conserver la santé." A cette définition, qui resserre trop les domaines de l'hygiène, je substitue la suivante : "Science qui a pour objet de diriger les organes dans l'exercice de leurs fonctions." Envisagée à ce point de vue moins restreint, l'hygiène ne borne pas ses avantages à éloigner les maladies, elle a aussi pour objet de perfectionner l'homme; nous pourrions même avancer que souvent elle offre les moyens les plus efficaces, et quelquefois les seuls, de remédier aux dérangements des organes. C'est donc par l'hygiène que l'homme conserve sa santé, perfectionne ses facultés, apprend à user et à jouir de tout ce qui l'entoure, à éviter les dangers attachés à l'abus et à l'excès. L'hygiène seule peut donner les moyens, soit de fortifier nos sentiments, lorsqu'ils sont trop faibles pour servir à l'entretien et au bonheur de notre existence, soit de les modérer, lorsque trop ardents, ils menacent de dégénérer en passions violentes, et de causer notre malheur.

En effet, qui niera la valeur sociale et économique de la santé ? N'est-ce pas la première source de la richesse et du bonheur des peuples. A quoi serviront la fertilité de notre sol, la richesse de nos mines et de nos forêts, si le manque d'éducation physique et l'ignorance des préceptes de l'hygiène font de nous un peuple faible, débile, impotent ? on peut dire, sans crainte d'être contredit, que les individus sains font les peuples sains; et les peuples sains font les peuples prospères et heureux.

Est-il nécessaire de citer l'exemple de Sparte, d'Athènes et de Rome pour démontrer la vérité de cette assertion ? N'est-ce pas autant à leur forte éducation physique qu'à leur haute culture intellectuelle que les peuples anciens ont dû leur grandeur ? L'on sait que le peuple le plus riche du monde, le peuple Juif, doit sa prospérité à la bonne santé dont il jouit, grâce à la pratique des conseils hygiéniques du Talmud. On dira peut-être qu'il semble que la prospérité d'un peuple n'est pas liée au degré de santé de quelques individus. Il n'en est rien car, comme le corps humain, le corps social souffre de la souffrance de ses membres. Qu'un père de famille tombe gravement malade, quelle source de trouble et d'anxiété : et au point de vue économique, quel dérangement ! que d'intérêts lésés ! que de projets suspendus ou même abandonnés !

Qui n'a présent à la mémoire le pénible souvenir des dommages causés par la variole en 1885 ? En moins de six mois le fléau a décimé nos rangs, paralysé l'industrie, ralenti le commerce, jeté la terreur dans les esprits, et tari, pour ainsi dire, la fortune et le bonheur publics dans leur source même.