

vra éviter les émotions vives, les travaux intellectuels prolongés et le surmenage qui augmente les mutations organiques et la glycosurie. Le régime alimentaire est le plus important du traitement et suffit souvent à lui seul à la guérison de la maladie.

La première indication est de *diminuer* ou de *supprimer* selon les cas tous les aliments sucrés et amylacés, qui forment le glycogène de l'économie. Le second point est de déterminer, par de fréquentes analyses d'urine, le *degré de tolérance des hydrates de carbone et la quantité* que l'organisme est susceptible d'utiliser sans augmenter ou perdre de son poids. Voici les valeurs nutritives d'aliments particulièrement indiqués selon la gravité du diabète :

Aliments presque complètement privés d'hydrates de carbone :

100 grammes (3 1/4 onces) de	Soupe de bœuf	Donnent	Calories
	Aloyau de bœuf		26
	Jambon fumé		275
	Poisson		300
	Huitres		60 à 80
	Œufs		50
	Laitue, Céleri		140
	Beurre		14
	Crème		251
	Fromage		190
			415

Aliments contenant une faible quantité d'hydrates de carbone :

100 grammes (3 1/4 onces) de	Hydrate de carb.	Calories
	Lait	68
	Café	76
	Pommes de terre	65
	Navets	26
	Noix	275
	Pommes	41
	Oranges	23
	Fraises	33
	Bananes	57

Aliments riches en hydrates de carbone devant être proscriis ou donnés en très petite quantité :

100 grammes (3 1/4 onces) de	Hydrate de carbone	Calories
	Farine	353
	Pain	264
	Riz	357
	Haricots	335
	Miel	313
	Gâteaux	330
	Raisin sec	364
	Figues sèches	282
	Châtaignes	201
	Chocolat	386