

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		Donnent	Calories
	Soupe de bœuf		26
	Aloyau de bœuf		275
	Jambon fumé		360
	Poisson		60 à 80
	Huitres		50
	Œufs		140
	Laitue, Céleri		14
	Beurre		251
	Crème		190
	Fromage		415

*Aliments contenant une faible quantité d'hydrates de carbone :*

100 grammes (3 1/4 onces) de		Hydrate de carb.	Calories
	Lait	5 %	68
	Café	13 %	76
	Pommes de terre	14 %	65
	Navets	5 %	26
	Noix	6 %	275
	Pommes	10 %	41
	Oranges	8 %	33
	Fraises	7 %	33
	Bananes	14 %	57

*Aliments riches en hydrates de carbones devant être prescrits ou donnés en très petite quantité :*

100 grammes (3 1/4 onces) de		Hydrate de carbone	Calories
	Farine	78 %	353
	Pain	53 %	264
	Riz	79 %	357
	Haricots	59 %	335
	Miel	81 %	313
	Gâteaux	63 %	339
	Raisin sec	68 %	364
	Figues sèches	74 %	282
	Châtaignes	35 %	201
	Chocolat	30 %	386