

dont d'on faire bouillir chaque jour plusieurs litres pour la consommation du lendemain, l'ébullition donnant une sécurité complète. On peut encore faire infuser dans l'eau bouillante une petite quantité de thé, de houblon, de centaurée, de plantes amères et aromatiques, et boire ces infusions mélangées au vin.

La boisson suivante, qui a le très grand avantage d'étancher la soif sans qu'il soit nécessaire d'en boire de très grandes quantités, doit être recommandée :

Rhum : une once et demie.

Teinture alcoolique de gentiane : un drachme.

Eau fraîche : une pinte.

Nous devons aussi recommander la filtration au charbon.

Les eaux minérales *naturelles*, dites « eaux de table », rendent dans ces cas de grands services.

Il doit être interdit aux boulangers de fabriquer le pain avec l'eau des puits placés dans les cours des maisons, lors que le voisinage des fosses des latrines et des piscines souillent fréquemment cette eau.

Il faut même renoncer complètement à se servir de ces puits en temps de choléra.

Des fruits.—Il n'y a aucun inconvénient à faire un usage modéré de fruits bien mûrs et de bonne qualité ; on doit toujours les peler et mieux encore, les manger cuits.

Des légumes.— Cette recommandation s'applique surtout aux légumes ; autant que possible, il faut les faire cuire : les salades, les radis, les produits maraîchers pourraient à la rigueur retenir quelques germes dangereux répandus à la surface du sol.

Des écarts de régime.— On doit éviter tout écart de régime et toute indigestion.

Dans toutes les épidémies de choléra, on a reconnu que les excès de boissons et l'intempérance favorisaient au plus haut point les attaques de la maladie.

Certaines personnes croient se préserver du choléra en buvant une quantité inaccoutumée d'eau-de-vie et de liqueurs alcooliques ; rien n'est plus dangereux ; l'abstention complète vaudrait encore mieux que le plus léger excès.

Boissons glacées.— Les glaces et les boissons glacées prises rapidement en pleine digestion, ou le corps étant en sueur, peuvent déterminer en tout temps des indispositions ayant quelque ressemblance avec le choléra : il faut donc en faire un usage très réservé en temps d'épidémie.

2e PRECAUTIONS A PRENDRE EN CAS DE MALADIE.

Le moindre trouble digestif peut être le prélude d'une attaque de choléra : il ne faut jamais le négliger, et appeler immédiatement le médecin. Une attaque peut être prévenue ou arrêtée par un traitement rapide.

Les gardes des infirmiers ou de toute personne attachée au service des cholériques ne dépasseront pas douze heures. Ils auront double ration de vin, et pendant la nuit du café. Tous les jours, après la visite du matin, le médecin se fera rendre compte de l'état de ces infirmiers et prescrira, lorsqu'il y aura lieu, des repos et des suspensions de fonctions.

Transmission.— C'est le plus souvent par les matières de vomissement et les selles que le choléra se propage ; ces matières ne sont pas beaucoup moins dangereuses dans les attaques les plus légères que dans les cas les plus graves. Il faut donc les désinfecter et les faire disparaître, le plus tôt possible de la chambre des malades.

On peut empoisonner toutes les latrines d'une maison en y jetant ces matières non désinfectées.

Désinfection.— Les désinfectants recommandés sont : en première ligne le sulfate de cuivre, et à son défaut le chlorure de chaux et le chlorure de zinc (1). L'acide phénique et le sulfate de fer sont insuffisants.

Vases.— Il faut d'abord mêler à chaque selle ou à chaque pinte de matières liquides :

Ou un grand verre de la solution suivante, de couleur bleu ;

(1). Le sulfate de cuivre en cristaux, ou couperose bleue, coûte moins de 10 sous ; le chlorure de chaux sec, environ 3 sous, et le chlorure de zinc liquide à 45 degrés au-dessous de 10 sous la livre.