



II. — ELLE DÉCIDE DE MOURIR EN DÉPIT DE SON MÉDECIN.

Les Enfants Mangent Trop

L'un des axiomes les plus judicieux de la médecine est qu'on est nourri par ce qu'on *digère* et non par ce qu'on *mange*.

Or un point d'observation incontestable applicable aussi bien aux adultes qu'aux petits enfants, c'est qu'à notre époque on mange beaucoup trop ! d'où résulte toute espèce de conséquences fâcheuses pour la santé (dérangement d'estomac, diarrhée et vomissements, dépôts dans les urines, etc., etc.)

Dès les premiers mois, on fait manger les enfants, on leur donne de la bouillie, de la soupe épaisse. A la campagne, afin de les fortifier, on leur donne non seulement de la soupe, mais des pommes de terre, de la viande, du lard, du saucisson, etc. . . puis on les laisse ainsi des journées entières dans leur berceau, un *suçon* à la bouche qui les épuise sans les nourrir. Ainsi *bourré* de nourriture, réduit à l'immobilité dans un maillot humide et malpropre, le nourrisson est loin de se fortifier. Son corps, ses jambes s'amaigrissent, son ventre grandit. Sous sa peau molle et flasque, ses côtes se dessinent et forment, près de l'estomac, des espèces de nœuds d'autant plus sensibles que l'enfant est plus maigre. Les extrémités osseuses grossissent. . . Pour le praticien habitué aux maladies de l'enfance, ces symptômes constituent un commencement de rachitisme, uniquement dû à un mauvais régime alimentaire. Pour les mères et les nourrices ignorantes, l'enfant se noue, a le carreau. Afin de le dénouer, afin surtout de le fortifier, on lui donne à manger de tout, qu'il ait des dents ou qu'il n'en ait pas. Plus l'enfant maigrit, plus on insiste sur ce régime pour lui donner de la force. Atteint d'une diarrhée incoercible, le nourrisson devient d'une maigreur effrayante, sa peau se ride, sa figure est celle d'un vieillard, son corps un véritable squelette. Presque toujours la mort vient terminer cette longue agonie. Tel est le résultat invariable de l'alimentation prématurée.

“ On ne doit pas, dit Van Swieten, dès qu'un enfant est sevré, lui donner immédiatement de tout. Il faut commencer par les aliments les plus tendres, et passer insensiblement à une nourriture plus forte afin de l'y accoutumer par degrés. Dans le peuple, les pères et mères sont dans l'usage de faire asseoir leurs enfants à table avec eux, et comme ils sont charmés de les voir manger de grand appétit, ils leur présentent de tout. Les enfants avalent bien tout ce qu'on leur donne, mais ne le digèrent pas. Le bas ventre, farci d'aliments non digérés, se gonfle et se tuméfie, tandis que le reste du corps maigrit excessivement, et souvent les pauvres enfants meurent de cachexie ou altération des organes.”

Il y a longtemps, d'ailleurs, qu'Hippocrate a dit : “ Les enfants voraces qui ne profitent pas sont maladifs.”

Que les mères et les nourrices méditent ces paroles, et qu'elles apprennent enfin si cela est possible, à bien nourrir, à bien élever leurs enfants. Qu'elles sachent et qu'elles ne l'oublient jamais, que les enfants qui man-

gent trop tôt, qui mangent de tout ou qui mangent toujours, ne sont jamais des enfants bien portants.

Les affections vermineuses, n'ont jamais été aussi fréquentes chez les enfants qu'ils le sont aujourd'hui. Cela tient, en grande partie, à l'usage ou plutôt à l'abus que l'on fait depuis quelques années de la viande saignante dans l'hygiène du premier âge.

Il existe un autre motif qui devrait empêcher les parents de gorger, comme ils le font, leurs enfants de viande crue ou de viande saignante, sous le prétexte spécieux de les fortifier. Le Dr Jules Guérin a démontré, dans une série d'expériences excessivement exactes, que de petits chiens exclusivement nourris avec de la viande, devenaient promptement et infailliblement rachitiques. Ce qui est vrai pour l'espèce canine est malheureusement vrai pour l'espèce humaine. Les faits que j'ai observés depuis de longues années dans ma clientèle, ceux que j'observe chaque jour, ne me laissent aucun doute à cet égard. Que d'enfants j'ai vu mourir pour avoir été soumis à ce régime ridicule.

On voit combien se trompent les personnes qui, pour fortifier leurs enfants, leurs donnent, dès qu'ils ont des dents et souvent même avant qu'ils en aient, des côtelettes ou des biftecks saignants. Les enfants qui sont en pleine dentition ou dont la dentition est à peine terminée, n'ont pas les dents assez fortes et ont, d'ailleurs, les gencives trop douloureuses pour pouvoir broyer et mâcher suffisamment cette viande qu'on leur donne. Ils l'avalent sans la mâcher et ne peuvent, par conséquent, la digérer. La viande saignante doit donc être sévèrement bannie du régime des enfants et à plus forte raison du régime des nourrissons.

Que de fois j'ai vu à ma consultation gratuite de pauvres ouvrières qui se privaient de tout pour donner chaque jour à un nourrisson qui avait à peine quelques dents, dans le but de le fortifier, une côtelette ou un bifteck saignant qu'il ne pouvait pas digérer, alors qu'il leur eût été si facile de lui donner une panade (bouillie) qui leur eût coûté moins cher et qui, pour sa santé, eût été de beaucoup préférable.

Tant que la première dentition n'est pas entièrement terminée, les enfants ne doivent manger que de la viande bien cuite, hachée en petits morceaux et qui n'exige que très peu d'efforts de mastication. Lorsqu'ils ont un certain nombre de dents, on peut leur donner à sucer de petits os de poulet ou de côtelettes, mais jamais de jus de viande saignante qui les expose d'une manière à peu près certaine aux vers et qui ne les nourrit pas

XXX

ORNITHOLOGIE

Biff.—Quelle espèce d'oiseau ta femme a-t-elle sur son chapeau ?

Tiff.—Un oiseau de \$8 00.

GUÉRISON LENTE

Fred.—Tu as un mauvais rhume ; que prends-tu pour le guérir ?

Tom (enroué).—Des conseils.