

Pour soigner les cheveux

Les cheveux s'abîment, et tombent à la fin, si l'on n'en prend pas soin continuellement. Cela est dû à ce que les bouts des cheveux se fendant, l'huile essentielle qui les nourrit, se répand sur la tête y formant la crasse qui empêche la croissance des cheveux autant que l'ivrai celle du blé.

Le meilleur moyen pour empêcher que cela n'arrive, c'est de fortifier les cheveux. On y parviendra facilement en les coupant fréquemment et en faisant usage de sel, d'eau et de vaseline.

Avez-vous remarqué les cheveux épais des gens de mer? A-t-on vu quelquefois un marin chauve? Les cheveux des matelots sont en contact perpétuel avec l'air salin et sont même souvent mouillés d'eau de mer.

Un verre d'eau contenant une cuillerée à café de sel constitue un bon tonique, si on l'applique sur les cheveux deux ou trois par semaine. Au bout d'un mois l'effet sera surprenant.

Faut-il boire de l'eau

Suivant certains docteurs si l'on boit de l'eau lorsque l'estomac est plein totalement ou en partie, cette eau ne se mêle pas à la nourriture, comme on l'a enseigné, mais passe à travers le pylore dans l'intestin.

La sécrétion du mucus est constante, et pendant la nuit, il s'en accumule dans l'estomac une quantité considérable; un peu de la portion liquide est absorbé et ce qui reste est épais et consistant. Si la nourriture est introduite dans l'estomac, dans ces conditions elle recouvre le mucus et la sécrétion du suc gastrique dont l'action est forcément retardée. Ces faits montrent la valeur d'un verre d'eau avant déjeuner. Cette eau délaie le mucus tenace et stimule la sécrétion des glandes gastriques. Les vieillards et les personnes faibles ne doivent pas prendre de l'eau froide, mais il peut avoir grand avantage à la prendre chaude. Ce délayage du mucus accumulé dans l'estomac est probablement une des raisons qui font que la soupe prise au commencement est si bien bienfaisante!

Points noirs, boutons, etc

Quantité de gens supposent avoir des vers dans la peau et s'en tourmentent. Ces soi-disant vers sont de petites masses de graisse qui, par leur accumulation, obstruent les glandes de la peau. Si l'on presse une de ces glandes obstruées, on en fait sortir une petite masse de graisse qui s'allonge en forme de ver. Le peu de poussière qui en a recouvert l'extrémité lui fait l'apparence d'un point noir, apparence qui a donné lieu à cette erreur qu'il y a des vers dans la peau.