

tapioca. Comme on le voit ce régime comporte une assez grande variété. Voici un exemple d'une ration déchlorurée moyenne et quotidienne, donnant 1,500 calories et 60 gr. d'albumine et par conséquent applicable à un malade en état de sédentarité seulement :

Pain sans sel..	200 grammes
Viande..	200 —
Légumes..	250 —
Beurre..	50 —
Sucre..	40 —
Eau..	1½ litre
Vin..	30 centilitres
Café..	30 centilitres

Un homme pouvant travailler devra absorber la ration forte suivante :

Viande crue..	400 grammes
Pain..	500 —
Pommes de terre..	1.000 —
Beurre..	80 —
Sucre..	100 —

Pour les gens riches, les œufs pourront remplacer dans cette ration une certaine partie soit de viande, soit de pain soit de pommes de terre.

Le régime hypochloruré sera souvent préféré au régime lacté absolu, car il entretient mieux les forces, introduit dans l'organisme moins d'albumine animale, prévient et guérit les œdèmes, augmente le poids et hâte la convalescence.

RÉGIME HYPO-AZOTÉ.

Les expériences de MM. Achard et Paiseau ont démontré en outre qu'il y a des rapports étroits entre la rétention des chlorures et de l'urée avec la formation des œdèmes, c'est-à-dire qu'il y a très-souvent coïncidence ou parallélisme entre la rétention des chlorures et la rétention de l'urée. Devant cette double rétention la diététique a aussi une double indication à remplir, celle de diminuer les chlorures et l'azote alimentaires. Pour remplir cette double indication il faut choisir des aliments peu chlorurés et peu azotés tels que : le riz, le pain blanc, le sagou, l'arrow-root, les pommes de terre, le beurre, la crème, les sucres, etc. Comme on le