

La pancréatine rend aussi des services chez les apeptiques qui vident facilement leur estomac, et donnant à l'intestin un surcroit de travail. Comme la pancréatine est détruite dans l'estomac par la pepsine, il faut l'enrober dans des capsules.

Reste la papaïne, ferment digestif végétal que l'on donne à la dose de 5 à 10 centigrammes.

A. J.

## LE MIEL

Le miel constitue une excellente nourriture. M.M. Graudeau et Coulon ont fait des études sur la valeur nutritive du miel, et l'ont classé comme un puissant réparateur des forces. Ils estiment qu'un kilo de miel équivaut à  $3\frac{1}{2}$  kilos de viande ou 12 kilos de légumes verts. C'est une source d'énergie de grande valeur. Sa composition est du sucre qui contient de la chaux, du fer, de l'acide formique. C'est donc un générateur de forces physiques, calmant, adoucissant et par dessus tout: naturel.

Le miel est non seulement un aliment, mais c'est aussi un médicament. Ses applications thérapeutiques sont nombreuses.

Additionné de borax ou d'alun, il guérit les aphes et le muguet.

On guérit l'amygdalite en se gargarisant d'eau chaude fortement mielée dans laquelle on a mis une pincée d'alun.

Le miel a des propriétés laxatives; on le recommande souvent en médecine infantile. Chez les constipés on le recommande d'autant plus volontiers que c'est un médicament toujours inoffensif et très souvent efficace.

On le recommande encore dans les catarrhes légers des voies aériennes supérieures: rhume, enrhumement, maux de gorge, bronchite légère. La préparation suivante est excellente :

Miel .....	4 livres
Eau .....	1 chopine

On mélange; on fait chauffer au bain-marie pour écumage. Puis on ajoute de l'essence d'eucalyptus, 1 à 2 grammes.

*Dose:* Une cuillérée à bouche, 3 à 4 fois *in die*.

L'inflammation des yeux ne résiste pas à quelques gouttes d'eau mielée, versées plusieurs fois par jour sous la paupière.

Avez-vous des crevasses, des gerçures, frottez-vous le soir avec du miel, mettez des gants; le lendemain vous serez guéri.

Sans doute le miel n'est pas cette panacée qui guérit de tous maux; mais c'est un remède populaire, autrement dit, un petit moyen qui produit de grands effets.