

La constipation n'est, à proprement parler, qu'une mauvaise habitude acquise, provenant d'une manière irrégulière de vivre, une simple perversion d'une importante fonction de l'existence, qui amène avec elle de sérieuses souffrances, et qu'on peut facilement combattre par une volonté absolue.

Il serait quelque peu difficile de poser d'immuables maximes sur cet important sujet, autant que d'établir en principe où commence la constipation. La difficulté d'aller à la selle est, jusqu'à un certain point, relative aux habitudes de celui qui s'en plaint, et chacun de nous sera, autant et plus que le médecin, apte à juger de la paresse relative de son intestin. On doit exclusivement tenir compte de la façon dont celui-ci fonctionne comparativement à ce qui se passait habituellement, et agir en conséquence. Dans l'état de santé, l'acte de la défécation peut varier, dans ses évolutions, suivant les personnes, mais cette action doit toujours s'opérer sans souffrances et sans efforts.

Né vous laissez donc pas constiper, et, pour cela, commencez à faire chaque jour un exercice suffisant au grand air, en ne restant pas trop tard au lit, en vous remuant dès le matin dans votre appartement, ou, ce qui vaut mieux encore, en faisant une bonne course matinale. La constipation est, avant tout, la conséquence fatale des habitudes trop sédentaires. Avis utile aux casaniers !

DR KARL.

---

## INFORMATIONS GENERALES.

---

### LA LOI DES INHUMATIONS.

Plusieurs Curés nous écrivent, nous priant de leur dire : quels sont les changements apportés à la loi des inhumations pendant la dernière session de la Législature Provinciale ?

Nous informons qu'aucun changement n'a été fait. Quelques amendements très utiles ont bien été en voie de progrès dans les deux Chambres, mais ils ne sont pas parvenus à maturité législative.

Cette information est insérée ici pour l'utilité des membres si nombreux du Clergé qui honorent notre revue de leur patronage et de leur encouragement.

### MALADIE DE PEAU DANS LES ECOLES.

Presque tous les enfants des cinq écoles d'arrondissement de la paroisse de... ont été plus ou moins atteints d'une maladie particulière de la peau, et qui paraît être contagieuse. Dans les circonstances, veuillez donc nous dire si les autorités sont tenues à faire l'isolement et à la désinfection comme dans les autres maladies contagieuses mentionnées par la loi ?

La Loi, dans le cas présent, n'oblige pas à faire l'isolement ni la désinfection, malgré que la maladie dont il est question, soit très communicable, surtout parmi les enfants. Cependant, comme cette maladie est véritablement conta-