

## Technical and Bibliographic Notes / Notes techniques et bibliographiques

Canadiana.org has attempted to obtain the best copy available for scanning. Features of this copy which may be bibliographically unique, which may alter any of the images in the reproduction, or which may significantly change the usual method of scanning are checked below.

- Coloured covers / Couverture de couleur
- Covers damaged / Couverture endommagée
- Covers restored and/or laminated / Couverture restaurée et/ou pelliculée
- Cover title missing / Le titre de couverture manque
- Coloured maps / Cartes géographiques en couleur
- Coloured ink (i.e. other than blue or black) / Encre de couleur (i.e. autre que bleue ou noire)
- Coloured plates and/or illustrations / Planches et/ou illustrations en couleur
- Bound with other material / Relié avec d'autres documents
- Only edition available / Seule édition disponible
- Tight binding may cause shadows or distortion along interior margin / La reliure serrée peut causer de l'ombre ou de la distorsion le long de la marge intérieure.



Additional comments / Commentaires supplémentaires:

Pagination continue.

Canadiana.org a numérisé le meilleur exemplaire qu'il lui a été possible de se procurer. Les détails de cet exemplaire qui sont peut-être uniques du point de vue bibliographique, qui peuvent modifier une image reproduite, ou qui peuvent exiger une modification dans la méthode normale de numérisation sont indiqués ci-dessous.

- Coloured pages / Pages de couleur
- Pages damaged / Pages endommagées
- Pages restored and/or laminated / Pages restaurées et/ou pelliculées
- Pages discoloured, stained or foxed / Pages décolorées, tachetées ou piquées
- Pages detached / Pages détachées
- Showthrough / Transparence
- Quality of print varies / Qualité inégale de l'impression
- Includes supplementary materials / Comprend du matériel supplémentaire
- Blank leaves added during restorations may appear within the text. Whenever possible, these have been omitted from scanning / Il se peut que certaines pages blanches ajoutées lors d'une restauration apparaissent dans le texte, mais, lorsque cela était possible, ces pages n'ont pas été numérisées.

---

# JOURNAL D'HYGIÈNE POPULAIRE

Organe Officiel du Conseil Provincial d'Hygiène

PARAISSANT LE 25 DE CHAQUE MOIS.

---

Rédacteur en Chef: Le Dr J.-I. DESROCHES.

Secrétaire de la Rédaction: Le Dr L.-E. FORTIER.

---


## DECEMBRE 1893

---

ABONNEMENT: \$1.50, PAYABLE D'AVANCE.

---

### AVIS IMPORTANT

 Nos abonnés retardataires, près de six cent, ont dû recevoir le montant de leur arrérages. Le paiement régulier de l'abonnement annuel étant absolument nécessaire pour assurer l'existence du *Journal d'Hygiène Populaire*, nous prions respectueusement ceux qui sont en compte avec nous de régler immédiatement. Nous espérons que la bonne volonté de nos débiteurs nous empêchera de revenir sur ce sujet.

---

**SIÈGE DE L'ADMINISTRATION: 25, RUE SAINTE-THÉRESE,  
MONTREAL.**

---

## LE VIN DE MESSE " INGHAM & Co."

Le vin, cette liqueur spiritueuse obtenue par la fermentation du jus ou du moût du raisin, est aussi vieux que l'homme. De temps immémorial, le vin de la vigne a toujours été considéré à la fois comme un aliment, un excitant et un tonique. En effet, la plupart des principes que le vin renferme se trouvent dans notre organisme. On comprend alors l'action importante du vin dans notre alimentation. Mais, de nos jours, la falsification des vins est très répandue chez tous les peuples. Et généralement parlant, on peut dire, quand on achète un vin, qu'on ne sait s'il n'est pas falsifié. C'est pourquoi il intéresse l'acheteur de connaître ceux que la chimie a trouvés purs. Ainsi le vin de messe " INGHAM & Co." est un vin reconnu incontestablement pur, puisqu'il est destiné au Saint Sacrifice de la messe. D'ailleurs, des certificats de Son Eminence le cardinal Taschereau et de Sa Grandeur l'Archevêque de Montréal, en sont une sûre garantie.

Nos lecteurs trouveront le VIN DE MESSE " INGHAM & Co." chez **Chs Lacaille & Cie**, seuls agents autorisés pour la vente en gros de ce Vin, à Montréal; Importateurs d'Épiceries, Vins et Liqueurs en gros, No 329 Rue St-PAUL, et No 14 Rue DIDIER, Montréal. En vente aussi chez les principaux Épiciers.

---

---

## EAU DE VICHY

**SOURCE DUBOIS**

**Rue de Nimes, 126, à Vichy (en face les Celestins)**

AUTORISÉE ET CONTROLÉE PAR L'ÉTAT

*Approuvée par l'Académie de Médecine de Paris.*

---

### **SOUVERAINÉ DANS LA DYSPEPSIE**

*les affections de l'estomac, du foie, de l'intestin, des reins,  
de la vessie, albuminurie, diabète, gravelle  
urique, goutte, rhumatisme, obésité.*

La plus froide (11 degrés) des eaux véritablement de Vichy.

Prise comme eau de table, elle excite l'appétit et assure toujours une bonne digestion.

Dépôt chez tous les pharmaciens et marchands d'eaux minérales.

*Agence générale pour le Canada :*

**A. BRISSET & FILS**

**MONTREAL.**

**Authenticité garantie.**

## SOMMAIRE

Maladies régnantes : la scarlatine ; la fièvre typhoïde ; la grippe ; la tuberculose.—Feuilleton : le jour de l'An d'un divorcé.—Le pain naturel.—Comment les morts ressuscitent : une découverte du Dr Laborde.—Bains chauds naturels.—L'hygiène scientifique.—Maladies contagieuses déclarées au bureau du Conseil d'Hygiène de la Province, pendant le mois de Novembre 1893 (*tableau*).—Les cubes d'air exigible dans les logements en garnis.—Les robes longues.—Le choléra en Turquie.—Conseils.—Bâillement.—Avis aux tempé- rants.—Livres reçus.

---

# DOMINION ICE COMPANY

---

JOS. BERNIER, | G. DESTROISMAISONS,  
*Président.* | *Secrétaire.*

FABRIQUE, } COIN DES RUES  
GLACIERE } **ST-JEAN ET STE-EMELIE**  
& BUREAU : } à St-Henri de Montréal.

---

### PROCÉDÉ NOUVEAU INTRODUIT DANS LA PRODUCTION DE LA GLACE

Notre glace, c'est l'eau même de l'aqueduc de Ste Cunégonde qui, après avoir été clarifiée et filtrée, est amenée dans un immense bassin où elle gèle à ciel ouvert. Après congélation, cette glace est immédiatement emmagasinée. C'est donc, pour ainsi dire, sous nos yeux, sous notre surveillance immédiate et constante, et à l'abri de toute souillure, que se produit cette glace, que nous mettons maintenant sur le marché, et qui remplit toutes les conditions voulues de **proprete**, de **purete** et de **salubrite**.

Au reste, pour la sécurité publique, nous avons soumis l'ensemble de nos procédés à l'autorité compétente, et nous sommes heureux de reproduire ici le certificat dont nous a honoré le Conseil Provincial d'Hygiène, en sa séance du 17 Octobre 1889 :

*Résolu* :—Que le Conseil Provincial d'Hygiène, après avoir pris connaissance des plans et modèles soumis par M. G. DesTroismaisons pour la fabrication de la glace, et après avoir entendu le rapport de M. l'Inspecteur d'Hygiène sur les procédés de cette fabrication, est unanime à leur donner son approbation.

## DOMINION ICE COMPANY.

Pour toutes correspondances, adressez à :

**G. Des TROISMAISONS,**

*Secrétaire.*

Melleure Glace actuellement sur le Marché.

Notre Glace est Belle, Pure et Salubre.

ENCYCLOPÉDIE D'HYGIÈNE ET DE MÉDECINE PUBLIQUE. *Directeur : Dr*  
*JULES ROCHARD. Libraires-Éditeurs : L. BATAILLE et*  
*Cie., Place de l'École de Médecine, Paris.*

L'Encyclopédie d'hygiène et de médecine publique se composera de dix livres :

L'Encyclopédie d'hygiène et de médecine publique a pour but de donner aux médecins les connaissances qui leurs sont indispensables pour s'acquitter de leurs fonctions : Elle est également destinée à servir de guide aux administrations, aux conseils d'hygiène et de salubrité et à les éclairer sur toutes les questions qui sont de leur ressort. Elle paraîtra par fascicules de dix feuilles et dans un laps de trois ans. Elle comprendra environ huit volumes in-octavo raisin, de 800 pages en moyenne. Indépendamment de la table des matières qui sera annexée à chaque volume, une table alphabétique très détaillée sera placée à la fin de l'ouvrage pour faciliter les recherches.

AVIS.—Depuis le 1er Juillet 1889, elle comprend un fascicule de dix feuilles avec figures et planches ; les fascicules 1 à 31 sont en vente.

Prix de chaque fascicules (1 à 31).....	3 fr. 50
Prix du fascicule 11.....	2 fr. 50
Prix du fascicule 22.....	3 fr. “
Souscription à forfait à l'ouvrage complet.....	150 fr. “

---

---

## CAPILLINE

### PROPRETÉ BEAUTÉ ET EFFICACITÉ Sont les propriétés de la CAPILLINE

MONSIEUR S. LACHANCE, Montréal, 21 Juin 1892.

Je me sers depuis quelque temps de votre nouveau restaurateur de la chevelure, la CAPILLINE et j'ai pu constater que c'est un puissant tonique pour le cuir chevelu. En même temps qu'elle donne de la vigueur aux cheveux cette préparation les empêche de grisonner.

Ayant pris connaissance de la composition chimique de votre CAPILLINE, je n'hésite pas à dire que son usage est parfaitement inoffensif.

Votre tout dévoué,

N. FAFARD, M. D. (*Prof. de Chimie à l'Université Laval*).

MONSIEUR S. LACHANCE, Montréal, 6 Juin 1892.

Après avoir fait un essai judicieux de votre CAPILLINE, je puis attester que cette préparation est la meilleure de toutes celles dont j'ai fait usage jusqu'à présent pour l'hygiène de la tête. En même temps qu'elle arrête la chute des cheveux d'une manière très efficace, votre CAPILLINE tient le cuir chevelu dans un état de propreté parfait et rend aux cheveux leur couleur naturelle. Je me ferai certainement un devoir de recommander votre CAPILLINE, et je n'emploierai moi-même aucune autre préparation.

Votre tout dévoué,

Dr JOS. GAGNON, (201, rue Maisonneuve).

CATARRHE NASAL,  
CORYZA ( Rhume de cer-  
veau ). OZÈNE. PUNAISIE  
( Puanteur du Nez ) etc.

GUÉRIS PAR LE

Baume Catarrhal

— DU —  
DR NEY

Le grand remède français

Témoignage du Rév. F. J. E. Poirier

Montréal, 14 avril 1891.

M. L. ROBITAILLE, Pharmacien

Monsieur,

“Je me fais un devoir de reconnaître les ver-  
tus curatives de votre excellent BAUME CA-  
TARRHAL du Dr Ney. Je souffrais depuis  
plusieurs mois d'un CATARRHE NASAL,  
pour la guérison duquel j'avais employé sans  
succès un Baume Nasal réputé très efficace en  
pareil cas. Sur votre recommandation, j'essayai  
le BAUME CATARRHAL du Dr NEY; il n'y  
a que quelques jours que j'en fais usage et la  
maladie me paraît déjà en pleine voie de gué-  
rison.”

Votre bien dévoué etc.

J. E. POIRIER.

En vente partout à 50 cts et \$1.00

— Franco par la mails sur réception du prix.

SEUL PROPRIÉTAIRE

L. ROBITAILLE, Chimiste  
JOLIETTE, P. Q.

**J. EMILE VANIER**

Chemins de fer et routes, aqueducs, égouts,  
ponts, arpentages publics et particuliers,  
subdivisions cadastrales.

Plans et devis pour constructions civiles et reli-  
gieuses, établissements industriels, constructions  
privées. Expertises, arbitrages, expropriations.

*Ingenieur Civil et Sanitaire, Arpenteur Provincial, Architecte*

Bureaux: — Imperial Building, 5ème Etage, Rue St-Jacques.

MONTRÉAL.

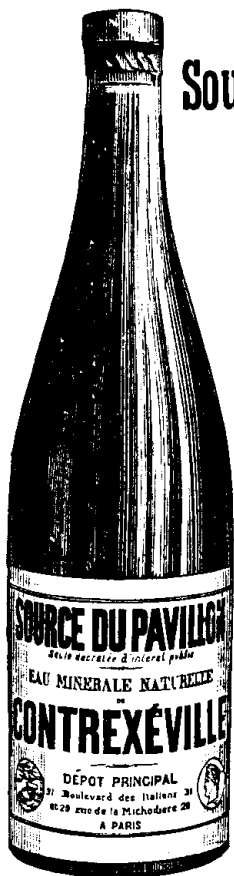
BREVETS D'INVENTION, Marques de Commerce, Dessins de Fabriques, Droits d'Auteur,  
Canada et étranger.

Les Corporations et le public sont respectueusement invitées à correspondre.

**Le Progrès médical:** rédacteur en chef Dr BOURNEVILLE,  
publie les travaux originaux des sommités médicales françaises, parmi lesquelles:  
MM. les Professeurs CHARCOT, STRAUS, DUPLAY, PANAS, LOLOIR, TARNIER, etc.  
MM. les Professeurs AGRÉGÉS, BALLE, CHANTEMESSE, BLANCHARD, BONNAIRE,  
BUDIN, LANDOUZY, F. RAYMOND, POIRIER, TERRILLON, etc.; MM. les médecins  
des hôpitaux, COMBY, MAGNAN, JOSIAS, JULES SIMON, SEVESTRE, TERRIER,  
TROISIÈRE, etc., etc. Un No hebdomadaire de 24 ou 32 pages, illustré de nom-  
breuses gravures. Il forme par an, deux beaux volumes in-4 raisin, d'environ 600  
pages chacun. Abonnement d'un an 21 fr. pour.....

Etablissement Hydrominéral de

# CONTREXÉVILLE



Source du

# PAVILLON

*La seule décrétée d'intérêt public*

**FORTIFIANTE - AMIE DE L'ESTOMAC**

— — —  
Saison du 20 Mai au 20 Sept.

Souveraine et sans rivale dans les Affections :

**GOUTTE**

**GRAVELLES**

**DIABÈTE**

**MALADIES DU FOIE**

**VOIES URINAIRES**

**EXIGER**  
la Source du

# PAVILLON

**A. BRISSET & FILS**

Agents pour le Canada,

**4, Rue St-François-Xavier, - Montreal.**

# JOURNAL D'HYGIÈNE POPULAIRE

---

Xe ANNÉE

MONTREAL, DÉCEMBRE 1893

No 8

---

\*  
RÉDACTEUR EN CHEF : LE DR J.-I. DESROCHES.

SECRÉTAIRE DE LA RÉDACTION : LE DR L.-E. FORTIER.

SIÈGE DE L'ADMINISTRATION : 25, RUE SAINTE-THERÈSE.

BOITE 2027, BUREAU DE POSTE.

---

## MALADIES RÉGNANTES

### **La scarlatine.—La diphtérie.—La fièvre typhoïde.—La grippe.—La tuberculose**

La scarlatine règne actuellement à l'état épidémique dans la ville de Montréal. C'est une maladie perfide qui fait des victimes en grand nombre et qui requiert l'intervention de l'hygiène pendant et après.

La scarlatine est une maladie infectieuse, d'origine parasitaire. Elle débute par des frissons, le mal de tête et le mal de gorge. L'éruption fait son apparition dès le deuxième jour, sous formes de pointes rouges qui se réunissent ensuite en larges plaques. Elle est d'abord limitée à la poitrine et s'étend à tout le corps. Le rouge disparaît sous la pression du doigt. Vers le sixième jour l'éruption pâlit et la peau commence à se desquamer en larges plaques.

Durant et après la scarlatine, on voit quelquefois surgir d'autres affections qui sont considérées comme des complications spéciales de cet maladie, en ce sens qu'elles surviennent le plus particulièrement dans le cours ou à la suite de cette affection. Ce sont des complications très graves qui entraînent souvent la mort.

L'affinité de la scarlatine et de la diphtérie est démontrée; aussi aut-il bien surveiller la gorge des scarlatineux.



Le traitement de la scarlatine est surtout hygiénique. Pendant la maladie on prescrit des aliments liquides et des toniques : le lait est le meilleur des aliments. Il faut tenir le ventre libre, donner des bains de pieds chauds, veiller à ce que le malade ne se découvre pas. La chambre doit être modérément chauffée et bien ventilée.

Durant la convalescence les malades seront tenus chaudement ; ils devront ne pas boire de boissons froides et glacées, et surveilleront leur régime. Le lait est encore ici le meilleur aliment. Durant les saisons humides et froides le séjour à la maison doit se prolonger de 6 à 8 semaines.

On conçoit l'utilité de ces mesures lorsqu'on saura que des scarlatineux qui se considéraient comme guéris, ont été brusquement atteints d'hydropisie générale et d'affection des reins.

La scarlatine est contagieuse, surtout pendant la période de desquamation. C'est à cette période qu'il importe de lotionner la peau avec de l'eau tiède et du savon de soufre, de désinfecter par l'eau bouillante ou les fumigations au soufre les linéens de lit et les vêtements.

\*  
\* \* \*

La diphtérie frappe au Canada surtout l'automne et l'hiver. C'est une maladie très contagieuse contre laquelle, cependant, l'hygiène lutte avec succès.

Le premier devoir de la famille, en pareil cas, est d'isoler le

## FEUILLETON

### Le jour de l'An d'un divorcé

Le domestique tira les rideaux.

Un jour gris et maussade tamisé par une buée lourde, envahit la chambre.

— C'est vous, Étienne ?

— Je demande à Monsieur de lui souhaiter bonne et heureuse.

— Tiens, au fait, c'est le jour de l'an, aujourd'hui. Merci, mon garçon, avez-vous des lettres ?

— J'ai mis le courrier de monsieur sur sa table de nuit, avec les journaux. Monsieur déjeune-t-il chez lui ?

— Oui, vous mettrez trois couverts ; j'attends des amis. Apportez mon chocolat et allumez le feu.

malade et de fermer la porte au visiteur, car les dangers de la contagion sont en effet, immenses.

Durant la maladie il est important d'entretenir dans la maison une atmosphère antiseptique, par exemple :

<b>R</b>	Coaltar . . . . .	3 p.
	Térébentine . . . . .	2 p.
	Acide carbolique . . . . .	1 p.

En vaporisation.

La chambre doit être bien aérée et tenue dans un état de grande propreté. Les linges souillés seront aussitôt désinfectés par l'eau bouillante.

Les chances de guérisons se trouvent dans la grande propreté du malade et de la chambre : il importe de lui laver souvent la figure, les mains, avec une solution forte d'acide borique, de lui mettre au devant de la poitrine une serviette qu'on changera plusieurs fois par jour. Un bol contenant de l'eau et du chlorure de chaux sera placé près du malade pour y recevoir les déjections buccales.

Il faut soutenir les forces du malade par une nourriture substantielle et des boissons stimulantes, le champagne, le brandy, les vins Bordeaux, Bourgogne, le vin de quinquina, le café ; le régime alimentaire aidera la nature à triompher de l'infection diphtérique.

Robert Mérien était donc garçon, libre, indépendant et son seul maître ! Depuis dix jours seulement le divorce était prononcé, et malgré lui, il souriait en pensant que c'était fini et bien fini, qu'il pourrait faire la fête à son aise.

Les corvées qu'il redoutait tant, les papiers timbrés, les avoués, la chicane, le Palais de Justice, les longues attentes dans les études sombres, les plaidoiries blessantes des avocats, les journées perdues dans des démarches énervantes, tout cela était loin, envolé comme un cauchemar éphémère.

Il allait donc enfin les cueillir, ces roses tant désirées dont les épines lui avaient jusqu'ici piqué les doigts.

C'était trop niais aussi ; un Parisien renforcé comme lui n'épouse

“ Éminemment contagieuse, parasitaire, transmissible par l'air, par le contact des fausses membranes avec les muqueuses ou la peau dénudée, et probablement par inoculation, presque toujours très graves, procédant surtout par foyers avec recrudescences épidémiques, la diphtérie est justiciable de toutes les mesures d'isolement et de désinfection rigoureusement appliquées. ”

\* \* \*

La fièvre typhoïde est une maladie qui réalise annuellement au sein du peuple de la province de Québec un nombre de victimes considérable. Ses ravages dans nos villes et nos campagnes doivent éveiller notre attention sur les mesures sanitaires propres à enrayer l'expansion épidémique de la maladie. Assainir les villes, entretenir la propreté des rues et des habitations, drainer le sol, empêcher le stationnement des matières excrémentielles dans les villes par un approvisionnement d'une bonne eau potable et par un aménagement d'un bon système d'égouts, telles sont les mesures sanitaires sérieuses et efficaces qui s'imposent dans les villes pour chasser la fièvre typhoïde.

Les mesures d'hygiène à prendre pour se protéger contre la fièvre typhoïde comprennent :

1. La désinfection des bassins, cabinets et fosses d'aisances, qui reçoivent les selles des typhoïsants (chlorure de chaux, sulfate de fer, etc).

pas une ingénue de Province n'entendant rien et ne voulant rien comprendre à l'existence. De quoi diable s'était mêlée sa tante de Blois, qui avait manigancé ce mariage ?

Oh ! cela n'avait pas été long. Un an après la cérémonie, on ne pouvait plus se sentir.

Assommante cette Berthe ; sèche, collet monté, froide et jalouse surtout ! d'une jalousie stupide. Elle décachetait les lettres, fouillait les poches, faisait suivre, espionnait. C'était ridicule. On n'emploie pas de pareils procédés dans un certain monde. De son côté, par exemple, il n'avait pas été adroit... De suite, le divorce avait été mis en avant ; les amis avaient essayé une réconciliation, mais le beau-père, avait tout gâté avec son ton cassant et sa solennité de Jocrisse. Puis, l'amour-propre s'en était mêlé. Il ne regrettait

2. La désinfection des linges et effets de literie (par l'eau bouillante, étuve à vapeur, fumigations au soufre).

3. L'aération et la grande propreté de la chambre du malade.

4. Faire bouillir en temps d'épidémie l'eau et le lait.

5. Les poussières et produits du balayage de la chambre seront brûlés.

6. Le malade sera lavé chaque jour, ses vêtements et les effets de literie seront fréquemment changés et désinfectés avant la lessive.

Telles sont, brièvement résumées, les principales précautions préventives contre la fièvre typhoïde.

\*  
\* \*

Ecce iterum.....Influenza.

La grippe vient du vieux français *gripper* (attaquer brutalement). Aussi vieille que le monde la grippe parcourt les pays et fait, depuis quelques années, beaucoup parler d'elle. Elle fait, cette année, un petit retour offensif dans la province de Québec. Elle imprime son cachet surtout aux affections des voies respiratoires qui sont devenues fréquentes et quelque peu meurtrières.

La grippe s'annonce par du malaise, des frissons, une profonde lassitude, des douleurs contusives dans les membres, de la fièvre et du mal de tête.

Simple, la grippe n'est pas grave ; mais ses complications sont

qu'une chose, c'était d'être séparé de sa petite Christiane, que le tribunal avait laissée à sa mère — naturellement ; — mais bah ! il la reverrait de temps en temps, ce n'était pas besoin pour cela besoin de se mettre martel en tête.

Aujourd'hui, tout à la joie ! Il commençait la vie et la recommencerait bonne. Trente-cinq ans, beau garçon, santé fer, fortune rondelette, confortablement installé — comme un rat au milieu d'un fromage — dans la coquette garçonnière qu'il venait de meubler rue de Miromesnil, il n'avait qu'à se laisser vivre pour être l'homme le plus heureux de la terre.

En apportant le chocolat sur un plateau d'argent, le domestique interrompit la rêverie du dormeur éveillé.

— On vient de remettre cette lettre pour monsieur,

souvent mortelles. En général elle évolue rapidement, de quatre à dix jours.

Les principales complications de la grippe sont l'inflammation des poumons, la bronchite, la pleurésie, le rhumatisme. etc.

Le traitement hygiénique consiste au séjour à la maison. Dans les cas sévères, repos au lit, un bain de pieds sénapisé, boissons chaudes adoucissantes, alimentation légère. Dans les cas de grippe un peu sévères il vaut mieux requérir les soins du médecin.

La convalescence doit être bien surveillée.

\*  
\* \*  
\*

La guérison de la consommation n'est pas au fond de la croyance populaire. Cependant il est aujourd'hui avéré que la consommation est curable sous toutes ses formes et à tous ses degrés. Nous en parlerons longuement dans le No de janvier prochain.

DR J.-I. DESROCHES.

### LE PAIN NATUREL

“ Le joli pain blanc d'aujourd'hui débite l'estomac, tandis que le pain naturel fortifie.”

DR GOYARD.

“ Le son est bienfaisant, et veut être consommé.”

DR GRAHAM.

Nous avons eu déjà occasion de signaler à nos lecteurs les nom-

Un des invités de Mérien s'excusait de ne pouvoir déjeuner. Retenu à l'improviste par sa sœur, il n'avait pu refuser, à cause du jour de l'An.

— Vous ne mettez que deux couverts, fit Robert. A moins, ajouta-t-il en décachetant une enveloppe perdue sous des cartes de visite, à moins que... oui, c'est l'écriture de Trémonts, attendez. — Et il lut à demi-voix.

— Encore un lâcheur ! Décidément, vous ne mettez pas de couverts du tout ; je sors.

Sautant en bas de son lit, il passa dans le cabinet de toilette, après avoir pris son chocolat en grognant :

— Comme se serait drôle de déjeuner seul, un jour comme celui-ci ! Non, merci, je préfère aller au cercle.

breuses publications américaines, visant l'hygiène alimentaire et plus particulièrement le pain naturel, contenant la totalité du grain de blé, préconisé par le Dr Graham. Si son succès, hâtons-nous de le dire, n'a pas été aussi grand en France qu'au-delà de l'Atlantique, la cause est due aux divers modes de préparation du blé et de la farine, qui réclamaient nécessairement certains perfectionnements pour adapter ce pain à nos usages et à nos habitudes invétérées.

Sur cet intéressant sujet, nous avons, sous les yeux, une étude très fouillée de M. le Dr Goyard, sous ce titre : *le pain naturel*, à laquelle nous ferons aujourd'hui de nombreux emprunts.

## I

“ Il y a cinquante ans, écrit-il, a commencé, en Amérique, une réaction en faveur de l'aliment vrai contre l'aliment fictif. C'est là la querelle éternelle du *tonique* contre l'*excitant*, des moyens naturels contre des artificiels, de la sobriété contre l'intempérance.

“ En Amérique, la question est plus aiguë que partout ailleurs, parce que les obstacles matériels sont gigantesques, le développement excessif et la lutte pour la vie, *fight for live*, sans merci.

“ Le Dr Graham a compris que ses concitoyens courent un grand danger, celui d'une dégénérescence hâtive, par l'abus et l'épuisement de leurs forces physiologiques. En face des progrès croissants de l'alcool, sous toutes ses formes, en présence de la somme d'activité qui doit sortir, coûte que coûte, des muscles et du cerveau de ses compatriotes, il a voulu mettre en honneur le premier des toniques et des aliments : le blé.

“ Une pareille prétention paraît une naïveté ; et cependant, rien

Sa belle humeur avait reçu un accroc inattendu.

La vue du ciel implacablement sombre, si bas que les toits semblaient les porter, le jeta dans une inconsciente mélancolie. La gaieté lui revint pourtant après la première bouffée d'air froid qui lui cingla le visage. L'animation de la rue, les figures affairées des passants, l'éclat des boutiques, la physionomie si caractéristique que prend Paris le 1er janvier, peut-être aussi un excellent cigare, rendirent à ses idées la teinte ensoleillée du réveil. Il arriva à son cercle en fredonnant intérieurement un couplet du *Petit-Duc*.

Robert monta l'escalier silencieux, traversa l'antichambre, jeta un coup d'œil dans les salons absolument vides et pénétra dans la salle à manger. Le maître d'hôtel se présenta respectueusement.

n'est moins naïf, rien n'est plus sérieux, rien n'est plus grave. Le naïf, ici, c'est le consommateur qui croit manger du pain, et qui, en réalité, mange un produit équivoque, plus rapproché de l'amidon des blanchisseuses que de la graine vraie, nourrissante et saine.

“ Entre le blé de la nature, qui s'égrène sous le fléau, et le pain coquet, qui s'étale devant les vitrines luxueuses, il y a l'homme raffiné avec son art spécial, l'art de pervertir ce qui est pur, de gâter ce qui est sain, et de gaspiller ce qui est utile.

“ C'est ce qui arrive au blé ; on lui fait subir trois épreuves avant de lui conférer l'honneur de nous nourrir, trois épreuves qui le troussent galamment, mais qui le vide de ses propriétés géniales. ”

De prime abord, ce tableau paraît entaché d'une légère exagération, mais, en y réfléchissant un peu, on ne tarde pas à se ranger à l'opinion de notre savant confrère, qui ne craint pas de demander à sa palette les couleurs les plus tranchées, afin de mieux impressionner les sens et l'esprit de ses lecteurs.

Mais, dira-t-on, quelles sont ces trois terribles épreuves que l'on fait subir à cet aliment de premier ordre et universel ?

La première épreuve consiste à séparer soigneusement la partie la plus nourrissante, la plus aromatique, la plus riche en sels et en diastase, c'est-à-dire le son.

La seconde épreuve que nos goûts civilisés et raffinés font subir au grain de blé, provient d'un préjugé qui fait rechercher, avant tout, la blancheur du pain.

Pour l'obtenir, on détruit, au moyen de moulins dits perfectionnées, le teste ou carapace du grain qui constitue sa véritable

— Est-ce que personne n'est encore arrivé ce matin ? demanda Robert.

— Non, monsieur, personne. Aujourd'hui, monsieur doit le comprendre, on reste en famille.

— C'est bien, je déjeunerai dans une demi-heure.

Un peu nerveux, le jeune homme alla parcourir les journaux dans le salon de lecture.

Le silence, rendu plus profond encore par le pétilllement du feu, le roulement éloigné des voitures, le froissement du papier, le silence lui pesait.

Il se trouvait ridicule, perdu dans cette vaste salle, seul dans ce cercle ordinairement si animé et si bruyant, observé par les domestiques aux regards étonnés et railleurs. Il jeta son journal et

richesse alimentaire, puisqu'elle renferme, dans ses parties périphériques, la matière colorante du blé, les fibrilles du gluten, c'est-à-dire les substances azotées, autrement dit les sels et les substances grasses aromatiques (1).

Mais, comme à mesure qu'on s'éloigne de la périphérie du grain de blé, la proportion de gluten, de sels et d'arôme diminue, le pain riche tout à fait blanc, est presque entièrement de l'amidon : il en contient 90 0/0, sans compter qu'à cet amidon l'on est forcé d'ajouter de la fécule de pomme de terre pour rendre le pain de luxe troué, velouté et tendre (2).

La troisième épreuve, que le Dr Goyard considère comme criminelle, réside dans la fermentation de la pâte. Or, ajoute-t-il, toute fermentation *artificielle* est une opération chimique, et, comme telle, fort équivoque pour la santé.

“ Le raffinement de la boulangerie s'ajoute ainsi à celui de la menuiserie, non plus seulement pour nous affamer, mais pour nous empoisonner.

“ Les races pures se sont nourries de grains non fermentés et s'en nourrissent encore. C'est de ces couches profondes de l'humanité que jaillit le sang jeune et plébéien qui remplace le sang appauvri de chaque peuple. Les paysans les plus robustes vivent moins de pain que de galettes : sarrasin chez nous, avoine chez les Écossais, polenta de maïs chez les Italiens ; millet en grains bouillis chez les Slaves ; riz naturel en Orient.

(1) Il y a vingt ans, le pain de ménage contenait 30 % de gluten ; aujourd'hui, avec les nouveaux système de moulins, il n'en contient plus que 24 %.

(2) Les moulins “ à grande vitesse ” ne dissocient pas seulement le grain de blé, ils écrasent aussi la granule d'amidon, de telle sorte que la farine devient une poussière, une poudre inerte.

---

prêta l'oreille, espérant saisir un bruit venant de l'antichambre.

Midi, midi et demi. — Personne.

.....

Son divorce l'avait mis en froid avec les membres de sa famille habitant Paris. Ne sachant comment employer son temps, Mérien prit le parti de faire quelques visites dans les rares maisons qui avaient continué à lui ouvrir leur porte.

Partout, il se sentit déplacé, mal à l'aise, gênant et gêné. Les meubles encombrés de joujoux qui, malgré la consigne, avaient envahi le salon, les visages joyeux, l'air de fête des appartements, les rires fous des enfants, la chaude intimité de la famille, tout accentuait la tristesse qui, insensiblement et malgré lui l'enlizait.

Lorsqu'à sept heures il se retrouva sur le trottoir, il chercha



“ Telle est la nourriture des estomacs robustes ; c'est l'aliment tel que l'offre la nature. ”

Ainsi, en dernière analyse, pour notre confrère, que nous savons être végétarien à sa manière : le pain coquet des villes est un pain indigeste. C'est un pain qui est deux fois mort. Il a été épuisé d'abord à l'état de farine par l'appauvrissement du blé et le broiement du grain d'amidon jusqu'à la pulvéulence. Il est achevé, par la fermentation violente de la levure. Celle-ci lui extrait ce qui lui reste de vie, car, ce n'est qu'un parasite qui s'approprie tout ce qu'il touche.

Loïn de nous la pensée de vouloir discuter, ici, la théorie de l'auteur sur le rôle qu'il fait jouer à la levure. Pour ce qui nous concerne, nous l'avons toujours comprise autrement, et nous croyons avoir mangé d'excellent pain de ménage, agréable, nourrissant, fait avec de la farine dont on n'avait pas éliminé tout le son et levé avec du levain de froment.

Mais, là où nous sommes complètement de son avis, c'est lorsqu'il dénonce à la vindicte publique, les farines avariées additionnées parfois *lurgimann* de sulfate de cuivre ou de chaux.

## II

Sans crainte des redites inévitables, nous reproduisons *in extenso* le paragraphe spécial que M. Goyard consacre au son :

“ Aujourd'hui, dans notre langue, *son* est synonyme de *rebut*. Et comme tous les déshérités de la confiance et de la justice publiques, dans l'entraînement de la chute, le son subit non seulement le dédain de la foule, mais aussi sa réprobation.

“ Les animaux sont presque seuls à s'en nourrir ; et le paysan

vainement le nom d'un intime à qui il pourrait, sans façon, demander à dîner. Où aller ? — Au cercle ? Il ne tenait pas à renouveler le supplice du déjeuner. Mieux valait encore la salle commune d'un restaurant ; au moins, il éviterait la tête-à-tête avec lui-même.

Mérien, arrivé tard chez Noël, parvint difficilement à se caser : il trouva enfin une place entre deux jeunes gens mariés qui se regardaient trop pour manger, et une famille bourgeoise au grand complet — le père, la mère, un garçon et une petite fille — qui paraissait ravis. Un peu gauches sous des habits trop neufs, ces braves gens laissaient librement déborder leur joie, sans s'occuper de l'étonnement dont ils étaient l'objet. Ils jouissaient en égoïstes d'un plaisir probablement impatientement attendu et se trouvaient

lui-même, qui le voit transformer sous ses yeux en belles livres de viande, ne réfléchit pas que, transformé en unité de travail pour lui-même, il lui rapporterait plus encore qu'en viande de boucherie. L'homme est un roi, que souvent sa grandeur aveugle !

“ Le soldat romain, qui puisait ses forces particulièrement dans le blé, se contentait d'éliminer la grosse cosse, qui résistait à son petit moulin de pierre. L'Arabe prépare son traditionnel couscous, avec des meules très écartées, qui concassent simplement le grain, avec un mouillage et un séchage préalables ; et, comme le Romain, il n'élimine que la pellicule épidermique. Nous autres, gens civilisés, nous éliminons tout, absolument tout ce qui pourrait attenter à la blancheur immaculée de la farine.

“ Nous éliminons : le *teste* ou enveloppe externe, le *tégument* ou derme cortical ; la *membrane périphérique* ou péricarpe mou ; enfin l'*embryon*, qui contient : la radicule, la gemmule et le cotylédon.

“ Le pain bis de nos pères contenait encore le plus grande partie de la membrane périphérique et du cotylédon ; mais nos moulins perfectionnés ne laissent plus à l'alimentation de l'homme que le *périsperme* ou amande, c'est-à-dire la matière amylicée avec le gluten dit extensible, le gluten le plus mou et le moins tonique, celui qui n'a pas bu et emmagasiné les rayons du soleil.

“ Il est bon de répéter sans cesse, car chacun doit le savoir et en être convaincu, il faut redire en toute occasion, que cet amande du grain de blé, pour en être la partie la plus volumineuse, n'en est cependant que la plus pauvre en principes nutritifs.

“ Toutes les substances azotées non glutineuses, les huiles

aussi à l'aise que dans leur salle à manger ; les parents parlaient haut et bourraient leurs enfants qui ne cessaient de poser des questions sur ce qui les entourait.

La fillette âgée de cinq ans, le teint animé par la chaleur de la salle, les grands yeux noirs démesurément ouvert sur un spectacle si nouveau pour elle, contemplait, bouche béante, les arceaux mauresques du restaurant, ou poussait de grands éclats de rire, battait des mains, dansait sur sa chaise, chaque fois que le garçon apportait un plat.

La vue de cette mignonne créature, adorable dans sa naïveté, sa grâce, sa fraîcheur, son éclat, rappela brusquement à Robert sa petite Christiane qui devait avoir le même âge.

Un immense regret lui monta au cœur. Il fut pris d'un désir

grasses et aromatiques, les sels les plus importants, ne sont pas dans l'amande du blé, et sont perdus pour nous.

“ Ces substances ont, dans nos organes, un rôle de stimulation et d'assollement, qui non seulement est utile, mais qui est nécessaire, et qui ne peut être que difficilement suppléé par nos autres aliments. ”

Très au courant de toutes les questions qui intéressent la panification, M. Goyard expose avec beaucoup de clarté :

1. Les recherches de Mége-Mouriès sur le ferment naturel du blé, autrement dit la diastase du blé qu'il a appelée *cérealine*, et qui fait partie intégrante du son ;

2. Celles du Payen pour assigner toutes les propriétés de la diastase du blé qui dissout l'amidon, le transforme en dextrine et fait fermenter la pâte : c'est à cette *cérealine* que l'illustre chimiste avait donné le beau titre de *principe actif* du blé ;

3. Le rôle bienfaisant que joue le son dans l'estomac, en facilitant les sucs digestifs sur les substances alimentaires ; dans l'intestin en facilitant l'oxonération.

Si le son, malgré les propriétés salutaires que nous venons d'énumérer, présente encore, pour certains organismes délicats, quelques inconvénients, ceux-ci peuvent être atténués et même supprimés, en opérant une *mouture fine de son*. Or la question du surfin n'est qu'une question de machines (1).

“ Les conséquences de la mouture fine du son se déduisent d'elles-mêmes.

“ Au point de vue alimentaire, c'est la réforme de Graham com-

---

(1) L'auteur décrit minutieusement le fonctionnement des trois mortiers superposés et doublés chacun d'un tamis identique qui réalisent l'opération.

intense et irraisonné de voir son enfant, de la serrer dans ses bras, de l'embrasser, de l'emporter avec lui loin, bien loin et eut tout à coup la sensation d'une vie manquée, d'un bonheur irrémédiablement perdu, de tendresses à jamais fanées. Il se leva étouffant, la gorge serrée, les jambes cassées, et sortit. Et maintenant, hypnotisé par une idée fixe, il voulait aller chercher sa Christiane, s'entendre appeler : “ papa. ” Un père a bien le droit d'embrasser sa fille, le jour de l'An, quand même sa femme et lui se détesteraient.

Baissant la tête sous le grésil qui commençait à tomber, bousculant les passants, prenant sa course, sans avoir même la pensée de monter en fiacre, Mérien gagna la rue de Frony.

Mais le grand air, le froid, la longue marche avaient calmé sa

plétée ; celle-ci est désormais d'une pratique facile, et, pour peu que les boulangers veuillent s'y prêter, elle sera à la portée de tous.

“ Sur la question même du pain de Graham, toutes les dissidences tomberont d'elles-mêmes. Les uns font ce pain suivant les règles, c'est-à-dire sans levain et sans sel. Leur pain est compact, ne plaît qu'aux adeptes de fond, lesquels sont encore rares.

“ D'autres *atténuent* le pain naturel de Graham, en y mettant un peu de levain de pâte. Leur pain est moins sain, a moins bon goût, mais se mâche plus facilement ; et, pour cette raison, il réunit un plus grand nombre d'adeptes que le premier ; car, hélas ! nos générations vont s'étendant de plus en plus.

“ D'autres ajoutent en plus un peu de sel ; or le sel n'a rien à faire dans le pain naturel, attendu que la saveur forte du sel couvre, en partie, la saveur délicate du pain (du vrai pain). Mais ceux qui mettent du sel, mettant aussi du levain, on conçoit que ceci corrige cela.

“ D'autres ajoutent au levain et au sel une petite quantité de lait. Ici nous entrons dans le domaine de la fantaisie aux mille facettes. Du lait dans le pain, c'est de la pâtisserie, ou du moins un commencement ; dès lors, le pain de Graham tombe dans la catégorie des pains qui se spécialisent, depuis le pain additionné d'anis, jusqu'à celui qui est agrémenté avec des raisins de Corinthe.

“ En réalité, il faut le dire, le pain naturel au gros son est toujours plus ou moins grossier, surtout quand il n'est pas fabriqué avec un soin extrême. Sans se l'avouer, ceux qui l'atténuent, soit en éliminant une partie du son, soit en ajoutant des ingrédients,

surexcitation nerveuse. Le coup de folie était passé ; il comprit qu'il fallait plier le genou sous la destinée préparée par lui, de ses propres mains, et que, l'étranger, le divorcé n'avait pas le droit de sonner à la porte de sa femme, de celle du moins qui l'avait été. Il traversa la rue et regarda longuement cette maison où, malgré tout, des heures si heureuses s'étaient écoulées. La façade paraissait endormie et plongée dans un silence douloureux. A une seule fenêtre brillait une lumière très douce, semblable à celle d'une veilleuse, et l'on distinguait vaquement, à travers les rideaux de mousseline, la silhouette d'un lit d'enfant.

Toute la tristesse de cette journée vide, toute l'angoisse de l'abandon, toute l'horreur de l'irréparable crevèrent dans un sanglot.

ceux-là lui font un grave procès, car ils professent un culte et en suivent un autre.

“ Le pain naturel n'aura plus besoin d'être atténué, quand sa fabrication se fera régulièrement après la mouture que nécessite le son. Tout le monde pourra alors obtenir un pain uniformément bon ; au même travail correspondra le même résultat, c'est-à-dire qu'on aura plus : un jour, un pain compact, le lendemain un pain aéré, suivant que la température ou la fermentation auront eu leurs caprices. La condition première de la fermentation sera acquise, à savoir un ferment *suffisant*, et un ferment qui ne sera pas un poison, mais, au contraire, le *principe actif* du blé lui-même.

“ Au point de vue de l'hygiène, nul ne sait encore, à part quelques rares initiés, la valeur sanitaire et thérapeutique du bon pain naturel. Autant le pain blanc est l'ennemi de l'estomac, autant le pain naturel en est l'ami ; autant l'un est pauvre, autant l'autre est riche. La nutrition languit avec le premier, elle se régénère avec le second.

“ Au point de vue économique, le terrain est plus solide encore.

“ L'ouvrier doit être nourri de bon pain, et non de gâteau. Le pain blanc est plus ou moins un gâteau, fait pour la bouche, non pour l'estomac et pour le sang. Avec ce gâteau, l'ouvrier ne peut s'y soutenir qu'en y ajoutant la viande et l'alcool. Dès lors il se trouve livré aux hasards des liquides les plus malsains, qui ne sont pas pour la plupart, des boissons normales, mais — aujourd'hui — des poisons.

“ Ne faites pas le procès de l'ouvrier qui passe au cabaret pour se *remonter* le physique, comme le moral ; mais faites le procès à

Les moindres futilités de son existence passée lui revinrent en foule à la mémoire. Il se rappelait le bonnet de baptême de Christiane avec son transparent rose ; la première fois qu'elle marcha seule, abandonnant le pouf de la chambre à coucher pour courir dans ses bras ; une capote de satin blanc qui lui allait si bien, avec un bouquet de plumes sur le côté ; la façon dont elle grimpa sur ses genoux pour jouer avec sa montre ; le compliment de deux lignes qu'elle lui avait récité pour sa fête, en zézéant, et souillée par sa mère ; et mille riens puérils, insaisissables, charmants, dont le souvenir le grisait et lui déchirait l'âme.

Alors ce blasé, ce sceptique, ce mondain, grelottant sous la pluie glacée, s'accota contre un banc. Sans faire attention aux

l'hygiéniste, au moraliste, au savant, à l'économiste, qui tous devraient se jeter en travers de sa route, en lui criant : " Casse-cou ! "

" Riches, savants ou philanthropes, mangez le pain naturel, et faites-vous voir de la foule des déshérités. Ces déshérités, qui sont toujours des enfants portés à l'imitation, vous imiteront ; et cette fois, ce sera pour le bien.

" Non seulement le pain naturel est l'aliment sain et fortifiant par excellence, mais c'est encore l'aliment abondant par lui-même, puisqu'il ne laisse rien perdre.

" Demandons donc au sol fécond la nourriture spéciale de nos animaux domestiques, ne leur donnons plus la nôtre et le meilleur de la nôtre. Chaque boulangerie, en substituant le pain naturel au pain blanc, peut créer de toutes pièces, pour l'alimentation humaine, autant de produits de consommation qu'une ferme de *Beauce*.

### Conclusion

" Le vrai pain s'obtient par quatre opérations qui peuvent chacune se résumer en un mot :

<i>Moulin</i>	. . . . .	LENT.
<i>Tamis</i>	. . . . .	UNIQUE.
<i>Farine</i>	. . . . .	TOTALE.
<i>Pâte</i>	. . . . .	VIERGE.

" On obtient ainsi un pain facile à manger, agréable au goût, fortifiant pour l'estomac, et riche pour la nutrition. On a un aliment qui est tout à la fois : *abondant*, — *nourrissant*, — *sain*.

passants, cassé en deux, la tête dans les maïs, il se mit à pleurer comme un enfant, étouffant ses cris dans son mouchoir.

Un ouvrier qui portait dans ses bras un bébé endormi, passa près du malheureux, et le regarda étonné.

" Eu voilà un qui a trop fêté le jour de l'An, murmura-t-il à sa femme. Malheur ! j'sais pas s'il a son compte.

— Oui, complet comme l'omnibus. Si c'est pas une horreur ! et un monsieur encore. Quels noceurs que ces gommeux ! "

Robert Mérien n'entendit pas ; il sanglotait toujours, tourné vers la fenêtre qui brillait, très calme, dans la nuit brouillasseuse et triste.

“ Sur cette question si large du pain naturel, question qui est aussi bien médicale qu'alimentaire, nous appelons particulièrement l'attention de nos confrères du corps médical. Nous les engageons vivement à se rendre compte, par une expérimentation personnelle, de l'utilité capital du pain naturel. Le plus grand nombre des maladies vient d'une alimentation vicieuse, d'une alimentation apparente, ou artificielle, ou malsaine. En combattant ce fléau, qui va chaque jour en augmentant, et qui est un des plus grands de notre époque, ils donneront à notre noble profession un plus beau lustre.

“ Du médecin, on doit pouvoir dire au point de vue sanitaire : “ C'est le pasteur du peuple. ” (In *Journal d'Hygiène*).

DR DE FOURNÈS.

---

## COMMENT LES MORTS RESSUSCITENT

### Une découverte du Dr Laborde

Quelque extraordinaire que le fait semble, nous serions, *horresco referens*, à la veille de voir ressusciter les morts. Par la bouche autorisée du docteur Laborde, nécroman de haute science et maître ès physiologie, nous avons entendu des révélations à faire courir jusqu'aux plus intimes fibres un frisson... d'admiration. Car il est simple, ingénieux, et admirable pour tout dire, le procédé dit “ des tractions rythmées. ”

C'est le 5 juillet 1892 que M. Laborde communiquait à l'Académie les premiers résultats qu'il avait obtenus. Quelques mois plus tard il était en mesure de les compléter, grâce au concours bienveillant de nombreux confrères de province et de l'étranger.

La traction rythmée de la langue était d'une application si aisée que de toutes parts on s'était empressé de l'expérimenter. On avait eu tout d'abord la pensée de l'appliquer à *l'asphyxie ou mort apparente des nouveau-nés*. Là où tous les procédés habituels, insufflation, catéchérisme des voies aériennes, respiration artificielle, avaient échoué, il avait suffi d'ouvrir la cavité buccale, de saisir la langue entre le pouce et l'index de la main droite, et d'exercer sur cet organe des tractions à intervalles brefs et réguliers, pour qu'après une vingtaine de tractions l'opérateur ait vu se soulever le petit thorax du baby, et perçu son premier vagissement. Peu à peu la respiration devenait régulière et l'enfant revenait à la vie.

Dans une autre circonstance les tractions linguales donnaient un résultat non moins inespéré. Une jeune dame atteinte d'une affection mentale, caractérisée par des idées mélancoliques et du délire de la persécution, est amené dans une maison de santé.

Conduite dans la chambre qui lui était destinée, la malade avait apporté avec elle un flacon d'une préparation à base de bromures alcalins et de chloral, à doses assez fortes. Laisseée seule, elle absorbait d'un trait toute la potion dont elle devait prendre une seule cuillerée, et tombait presque foudroyée. Le Dr Laborde, appelé auprès de la malade, avait écarté avec une cuiller les mâchoires légèrement contracturées, saisi l'extrémité de la langue, qu'il tirait en dehors fortement et rythmiquement de 15 à 20 fois par minute, et vers la dixième minute la respiration était revenue.

Est-ce à dire qu'il soit prudent de cesser à ce moment la manœuvre ? On risquerait fort de voir les mouvements respiratoires s'éteindre à nouveau. Redoublez donc d'activité, et n'abandonnez le malade à lui-même que quand la fonction est complètement rétablie.

On conçoit que l'on ait les mêmes succès dans les asphyxies tétaniques et chloroformiques. Les prévisions du Dr Laborde ont été là encore réalisées par des chirurgiens tels que le Dr Félizet, qui a pu conjurer une mort imminente en suivant les indications du distingué physiologiste.

Le rappel des fonctions circulatoire et respiratoire a été de même obtenu par les tractions linguales à la suite de la mort par méningite tuberculeuse. Ainsi l'a attesté le Dr Coutenot, professeur de clinique à l'école de Besançon. Sans doute, la mort était définitive ; encore réussit-on à provoquer une excitabilité fonctionnelle qui ressemblait fort à une résurrection temporaire.

Il était logique d'expérimenter le procédé de la langue dans *l'asphyrie par strangulation*, puisqu'il avait été d'une incontestable efficacité dans *l'asphyrie par submersion*, et par le gaz dans les égouts. C'est ce qu'a pensé M. Demeurisse, un vétérinaire de talent, qui a eu lieu de se féliciter de son initiative.

Dans l'adénopathie trachéo-bronchique, le Dr Gouriton a fait une heureuse application du procédé Laborde. Dans un cas d'éclampsie, le Dr Vigneau a eu une des plus chaudes alertes de son existence professionnelle. Il en a fait le récit sur un ton presque dramatique :

“ Au milieu de l'égarement général, écrit-il, je demande une aiguille et un fort fil (je n'avais pas de pinces), et suis assez heureux pour pouvoir saisir la langue entre les dents contractées sur un bouchon que j'avais, à mon arrivée introduit entre les maxillaires. *On m'a abandonné le cadavre*, et seul, penché sur le corps, tandis que je pratique les tractions rythmées, en tenant entre mes dents le fil passe à la langue, je fais avec les mains et les bras des pressions thoraco abdominales énergiques. Après une quinzaine de minutes, je crois reconnaître une inspiration, le pouls n'est pas revenu, à peine un léger susurrus au cœur ; je reprends les tractions et finalement, dix minutes après, la respiration et la circulation sont rétablies, ”



Ainsi, nul doute que le procédé des *tractions rythmées de la langue* ne soit appelé à se généraliser. Peu nous dit le mécanisme physiologique de son action. Que ce mécanisme réside dans une excitation primitive des nerfs *sensibles*, et que cette excitation se répercute sur les principaux nerfs moteurs qui mettent en jeu les puissances mécaniques, c'est-à-dire les muscles respiratoires, et en particulier sur le phrénique : d'où le réveil des mouvements du diaphragme, ou que ce soit de toute autre façon que s'explique théoriquement le phénomène, une chose reste avérée : la facilité, l'innocuité et surtout l'efficacité du procédé.

Qu'en résulte-t-il pratiquement ? C'est que le procédé de Laborde doit être essayé dans toutes les circonstances où la respiration artificielle ou procédé de Sylvester a été jusqu'ici indiqué. Bien mieux, dans tous les cas où celui-ci sera inefficace, le premier pourra, ainsi que l'a établi le médecin-major Mareschal, être suivi de succès.

Appelons maintenant de nos vœux que dans tous les postes de secours, aussi bien sur la voie publique que sur la berge des quais, à l'armée et dans la vie civile, des instructions claires soient portées à la connaissance de tous, qui vulgarisent, comme elle le mérite, la découverte, si féconde en résultats, de notre éminent confrère, le Dr Laborde. C'est la grâce que je lui souhaite, ainsi qu'à nous tous.

DR CABANÈS.

---

## BAINS CHAUDS NATURELS

Le territoire des États-Unis possède un grand nombre de sources minérales naturelles. A Stockton, en Californie, en forant un puits pour rechercher le gaz naturel, on a découvert une source d'eau à 30° C. à laquelle on a reconnu de précieuses qualités curatives. Le *Cosmos*, d'après la *Scientific american*, nous apprend que les propriétaires du puits ont fait creuser un lac en miniature, de 120 mètres de longueur sur 24 mètres de largeur, alimenté par ces eaux chaudes. C'est une magnifique piscine entourée de cabines de baigneurs.

A la sortie du puits, l'eau et le gaz pénètrent sous une cloche ou s'opère leur séparation : la première s'écoule dans le lac, et le second est dirigé sur un gazomètre d'où il est distribué pour l'éclairage et le chauffage.

Lorsque la température ambiante est trop froide pour le bain en plein air, le traitement est continué dans de petites piscines couvertes et fermées, où la chaleur est entretenue au moyen d'une torchère de gaz naturel brûlant à l'air libre.

DR M. R.,,

## L'HYGIÈNE SCIENTIFIQUE

Dans les derniers numéros du *Journal* sous le titre : *l'Hygiène à travers les âges*, notre Rédacteur en chef a rendu compte d'un important ouvrage du Dr Puga-Borne de Santiago (Chili). Nous sera-t-il permis de signaler aujourd'hui, à nos chers lecteurs, les commentaires dont le savant auteur accompagne la définition de l'hygiène de notre illustre Descartes :

“ L'hygiène scientifique est indispensable pour corriger les excentricités de la civilisation. ”

Cette science ne se borne pas à conserver la santé, elle s'efforce, en outre, de la perfectionner, en améliorant les instruments de la vie, et en dotant l'organisme d'une plus grande somme de force et d'énergie.

“ Seule, l'hygiène, comme a dit Descartes, peut conjurer la dégénération de l'homme, et restituer à l'espèce humaine son type noble et supérieur. ”

L'hygiène est tout à la fois une science et un art ; la *science* de toutes les influences diverses procédant des milieux, où s'accomplit l'existence de l'homme, et *l'art* de modifier les dites influences dans la pensée d'atteindre le plus haut degré de son perfectionnement physique, moral et intellectuel.

L'hygiène étudie les degrés, et les formes de la santé. Ses investigations se portent sur l'action des influences, bonnes ou mauvaises, qui la maintiennent, et sur les conditions susceptibles de l'améliorer ou de la compromettre.

Elle enseigne ce qui est favorable ou dangereux pour la santé de l'homme, et prescrit les règles pratiques qui permettent d'atteindre le bien, et d'éviter le mal.

L'hygiène est une science d'application qui déduit ses lois de toutes les sciences physiques et biologiques, et une art utilisant toutes les découvertes de l'industrie pour arriver à son but.

Si le programme de l'hygiène devait se limiter à la conservation de la santé, sans y comprendre son perfectionnement, nombreux seraient les individus qui ne pourraient pas profiter de ses conseils.

Il y a tant de personnes délicates, faibles, valétudinaires, ou malades, qui, en fait de santé, semblent n'avoir rien à conserver ! et, de même que nous voyons des arbres rabougris, des plantes chétives faute d'air, de bon terrain et d'arrosage, de même nous pouvons contempler des créatures humaines languissantes, des santés toujours ébranlées, des débilités natives ou acquises. (In *Journal d'hygiène*).

**Maladies contagieuses** déclarées au bureau du Conseil  
d'Hygiène de la Province, pendant le mois de Novembre 1893.

(Suite)

COMTÉS	MUNICIPALITÉS	Choléra.	Variole.	Typhus.	Diphthérie.	Croup.	Scarlatine.	Typhoïde	Rougeole.
Huntingdon.....	Havelock	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
do	Hemmingford, vil.	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
Joliette.....	St-Amb. de Kildare	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
Jacques-Cartier...	Lachine Ville.	.....	.....	.....	.....	.....	1	4	.....
Kamouraska.....	St-Paschal	.....	.....	.....	1	.....	1	.....	.....
Laprairie..	St-Philippe	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
Lavis.....	Lauzon	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
do	Etchemin	.....	.....	.....	.....	.....	.....	x(a)	.....
Maskinongé... ..	St-Justin	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
Mégantic.....	Leeds East	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
Missisquoi.....	St-Georges de Cla- renceville	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
Montmorency.....	St-Laurent	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
Ottawa.....	Hull Ville	.....	.....	5	.....	.....	3	.....	.....
do	Thurso, village	.....	.....	1	.....	.....	.....	.....	.....
do	Montebello	.....	.....	1	.....	5	.....	.....	.....
do	Aylmer	.....	.....	4	.....	.....	6	.....	.....
do	N. D. de Bonsec.	.....	.....	.....	.....	2	.....	.....	.....
Pontiac.....	Sheen, Aberdeen	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
do	Esher et Malakoff	.....	.....	.....	.....	.....	3	.....	.....
do	St-Augustin..	.....	.....	.....	.....	.....	2	.....	.....
Portneuf	St-Casimir	.....	.....	.....	.....	.....	.....	2	.....
do	St-Basile... ..	.....	.....	.....	.....	.....	5	.....	.....
Québec.....	Charlesbourg	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
Richelieu.....	St-Aimé.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	15	.....
do	St-Robert... ..	.....	.....	.....	.....	.....	.....	2	.....
Richmond.....	Richmond	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
Rimouski	Rimouski, paroisse	.....	.....	2	.....	.....	.....	.....	.....
Shefford.....	St-Val. de Milton	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
Sherbrooke.....	Lennoxville	.....	.....	.....	.....	.....	.....	1	.....
Stanstead.....	Coaticooke	.....	.....	1	.....	.....	6	.....	.....
St-Maurice... ..	Yamachiche, par.	.....	.....	.....	.....	.....	.....	2	.....
Témiscouata ... ..	St-Antoine	.....	.....	.....	.....	.....	.....	3	.....
do	St-Arsène	.....	.....	.....	.....	.....	.....	4	.....
Terrebonne..	Ste-Agathe des Monts, paroisse	.....	.....	.....	.....	.....	.....	5	.....
do	St-Jérôme, ville	.....	.....	.....	.....	1	.....	2	.....
Wolfe.....	Dudswell	.....	.....	.....	.....	.....	2	.....	.....
Kamouraska....	St-Franç. du Lac	.....	.....	.....	.....	.....	.....	3	.....

(a) nombre n'est pas indiqué,

**Maladies contagieuses** déclarées au bureau du Conseil  
d'Hygiène de la Province, pendant le mois Novembre 1893.

COMTÉS	MUNICIPALITÉS	Choléra.	Varole.	Typhus.	Diphthérie.	Group.	Scarlatine.	Typhoïde.	Rougeole.
	Montréal Ville			17	9	170	33	3	
	Québec Ville			15		4	7	3	
Argenteuil....	Greenville Village					3			
Arthabaska.....	Warwick					3	6		
do	Stanford			1		1			
do	Ste Clothilde							50	
Beauce.....	Ste Marie			1					
do	St-P. de Broughton						1		
Bellechasse .....	St-Gervais							5	
Bonaventure.....	Mann					4			
Brome.....	Bolton East					3			
do	Sutton						1		
Chambly.....	Longueuil					5	1		
Champlain.....	Champlain							2	
do	Ste-Flore					5			
do	St-Maurice			1					
do	St-Tite						3		
Charlevoix.....	La Petite Rivière								
do	St-François							2	
do	St-Fidèle							1	
Chateauguay.....	Ormstown Village			1	1				
do	St-Jean Chrysost.						5	14	
Chicoutimi... ..	St-Joseph d'Alma							10	
Compton.....	Auckland							1	
do	Bury						8		
do	Hampden. canton							1	
do	Winslow Nord			4				1	
Deux Montagnes..	Oka							1	
do	Ste-Scholast., vil.						9		
do	Ste-Scholast., par.						7		
do	St Augustin					1		1	
Dorchester... ..	St-Bernard							2	
Drummond....	St-Germain de								
	Grantham								3
Gaspé.....	Etang du Nord				5				
Hochelaga.....	Côte Ste-Antoine						2	3	
do	Maisonneuve				1				
do	Ste-Cunégonde				1		2	4	
do	St-Henri						2	10	
do	St-Ls du Mile-End					2	3		

## LE CUBE D'AIR EXIGIBLE DANS LES LOGEMENTS EN GARNIS

Le fascicule du mois d'août du *Public Health*, de Londres renferme un travail de valeur que nous nous empressons de signaler ici :

C'est en premier lieu un rapport de M. A. ADAMS, *medical officer of health* de Maidstone sur le cube d'air (*cubic air space*), exigible dans les logements en garnis (*common lodging houses*) du district, dont voici l'analyse sommaire :

“ Quand il s'agit de déterminer, au point de vue sanitaire, la limite minimum du volume d'air respirable dans un espace donné, il faut tenir compte de quatre conditions particulières :

1. La quantité d'oxygène, l'élément vital de l'air atmosphérique ;
2. La proportion d'acide carbonique qu'il renferme ;
3. La teneur en matières organiques (cette condition constitue avec les précédentes les éléments nocifs (*injurious*), de l'atmosphère ;

4. Le taux du renouvellement de l'air dans le dit espace par le déplacement de l'air impur, et l'arrivée d'un air frais et salubre. ”

Un air de cette nature contient 21 0/0 d'oxygène. Si ce chiffre est réduit d'un tiers, l'air devient irrespirable ; c'est ce qui arrive à l'air qui a déjà été respiré, et qui est inhalé une deuxième fois dans les poumons.

L'air le plus pur recueilli en plein champ contient 4 parties d'acide carbonique pour un volume d'air de 10,000 parties. Si ce chiffre s'élève de 4 à 6, ses effets nocifs commencent à se manifester sur l'organisme. Tout être humain, en prenant la moyenne de l'homme, de la femme et de l'enfant, chasse par jour de ses poumons (par l'expiration), 16 à 17 pieds cubiques de ce gaz délétère (4 mètres cubes  $\frac{1}{2}$ ) (1) sans compter une proportion de vapeur de matière organique variable suivant les individus.

D'un commun accord, la teneur en acide carbonique est prise pour indice de l'aptitude et convenance (*fitness*) de l'air à entretenir la vie, et 6 parties d'acide carbonique par 10,000 sont considérées comme la limite maximum que l'on ne peut pas franchir impunément.

---

(1) Le pied anglais de 12 pouces (*inches*) qui équivaut à 0m,3048 est de quelques lignes moins grands que le pied français qui égale 0m,3248.

Le *cubic foot* = 0m,028316.

Dans une chambre close, la ventilation seule peut maintenir un degré suffisant de pureté de l'air.

Dans nos climats froids, à vicissitudes atmosphériques rapides et fréquentes, c'est à grande peine que l'air d'un espace clos peut être renouvelé trois fois par heure.

Nous avons donc ainsi trois séries de faits nous permettant de déterminer avec précision le taux d'espace cubique requis pour l'entretien normal de la santé.

1. Nous connaissons les limites de l'impureté de l'air ;

2. Nous savons que cet air impur est constamment chassé de l'organisme.

Nous pouvons établir avec précision le type (*standard*) de la pureté de l'air par le renouvellement du dit air au moyen de la ventilation.

De ces notions nous pouvons déduire, qu'un volume d'air de 1,000 pieds cubiques avec 6 parties pour 10,000 d'acide carbonique (28m3,31) par tête est suffisant pour représenter le type d'une pureté d'atmosphère idéale.

Dans la pratique de tous les jours nous pourrions nous contenter de 500 pieds cubes (14m3,15) mais, dans les garnis, la limite extrême, pour éviter les dangers de la *starvation* (1) à dessein, afin de mieux établir que l'air est non seulement un élément essentiel à la vie, mais qu'il est encore l'élément le plus essentiel. On peut encore à la rigueur, pendant une certaine période de temps, se passer de nourriture (*food*) et de boisson (*drink*), mais il devient de toute impossibilité de se passer d'air pendant un laps de temps assez court. C'est l'air respiré avec tous ses principes vivifiants, l'oxygène en tête, qui agit en dernière analyse sur les globules sanguins, pour assurer les fonctions d'une bonne sanguification et d'une nutrition normale (2).

Il est donc de la dernière importance de faire connaître aux populations ces principes élémentaires de physiologie, principes qui constituent les vraies lois de la nature, lois invariables du reste pour tous les peuples de la terre. Ajoutons de suite, que l'impureté de l'air est la cause première du quart des décès qui affligent l'humanité.

(1) Du verbe *to starve*, être affamé, mourir de faim.

(2) Le cube d'air prescrit pour les garnis de Paris est de 14m3.

Sans crainte de me répéter, j'établirai ainsi les conditions de capacité d'air respirable, indispensables à l'entretien de la vie :

1. Le chiffre type du cube d'air, qui, pour une personne en bonne santé, doit être de 1,000 pieds cubes, exige une chambre de 10 pieds de hauteur, 10 de longueur et 10 de largeur,  $10 \times 10 \times 10 = 1,000$  pieds cubes.

2. Le chiffre minimum devrait être, à mon avis, de 500 pieds cubes, que l'on obtient dans une chambre de 10 pieds carrés de long, 10 de large et 5 de haut ( $10 \times 10 \times 5$ ).

Dans les ordonnances locales (*bylaw*), pour les maisons meublées et les garnis de Maidstone, je n'ai réclamé comme minimum que 300 pieds cubes (8m3,49), parce que je savais que jusqu'alors on s'était contenté de 240 pieds cubes (6m3,79).

Les objections que l'on m'a opposées sont uniquement de nature pécuniaire. Avec un cube d'air de 240 pieds cubes, le propriétaire du logis réclame un paiement de 4 pence ; s'il fallait le porter à 300 pieds cubes, le prix seul rémunérateur devrait être de 6 pence,

En restant de pied ferme sur le terrain de la santé publique, je conclus que le taux de 300 pieds cubes, que je réclame comme minimum, est d'autant plus indispensable que les personnes qui fréquentent ces maisons meublées et ces garnis sont d'ordinaire mal vêtues, mal nourries et le plus souvent malpropres. De pareilles conditions diminuent nécessairement leur énergie vitale, et rendent plus prompts et plus graves les dangers d'un air corrompu."

---

### Les robes longues

Dernièrement un médecin célèbre a signalé aux femmes le danger de porter des robes longues, lesquelles peuvent, en traînant dans la rue, ramener à la maison des germes de la tuberculose (consommption) ou autres germes contagieux. Ce docteur affirme avoir trouvé des germes contagieux de la consommation dans un peu de poussière prise au bas d'une robe. Admettez qu'on nettoie ce vêtement dans un de ces cabinets de toilettes si peu ventilés et si étroits qu'on trouve dans la plupart des maisons ; voyez alors quel mal en peut résulter pour une personne prédisposée à la tuberculose.

## Le cholera en Turquie

Le choléra se maintient à Constantinople, sans être en progrès. La moyenne quotidienne ne dépasse guère une quarantaine de cas, dont vingt mortels. Les quartiers atteints sont, comme à l'ordinaire, les plus populeux et les moins propres. On peut noter à ce sujet que du sein même des calamités surgit la note comique. En voici un exemple appelé ici " le coup du cordon. " Aussitôt qu'un cas de choléra est signalé sur un point quelconque de l'immense ville, arrive, en même temps que les agents du service de désinfection, un peloton de soldats qui cernent la maison contaminée et établissent autour, jusqu'à mi-rue, des piquets soutenant une corde que personne ne doit plus franchir désormais, ni pour rentrer dans la maison ni pour en sortir. Tous les locataires, indistinctement, se trouvent prisonniers, même les amis en visite, jusqu'à l'extinction, dûment constatée, du foyer épidémique. Cela peut durer des semaines, un mois entier, et pendant cette quarantaine tous les habitants de l'immeuble sont nourris aux frais du sultan. Par ses soins, sont envoyés, chaque matin, d'abondantes provisions aux intéressés, qui les reçoivent, par-dessus le cordon, au bout du fusil des fonctionnaires. Et tandis que notre cholérique est en train de guérir ou de mourir — on préfère qu'il guérisse, c'est plus long — de pantagruéliques ripailles s'organisent en commun dans la maison. On y mange, on y boit, on y chante ; on rit et on crie à en assourdir les passants. Le piquant, c'est que les parents ou amis faméliques de ces braves gens, rapidement informés, s'empressent d'arriver en badauds de la rue, maintenus au large par la force armée, mais guettant patiemment l'occasion propice de prendre part à leur tour à la joyeuse orgie. Cette occasion, c'est une main fraternelle venue de l'intérieur, qui se tend subrepticement sous le cordon préservateur et presse affectueusement celle de l'ami du dehors. Et voilà un contaminé de plus ! Incontinent, les soldats le poussent en maugréant dans le cercle maudit dont il ne pourra plus sortir. Le tour est joué. Le pauvre hère partagera jusqu'à la fin la vie de cocagne des pestiférés. C'est un nouveau pensionnaire du paternel sultan. En dehors de leur côté plaisant, ces mesures philanthropiquement draconiennes ont eu, en somme, pour effet de restreindre singulièrement la propagation du fléau.

---

### Conseils

Il est préjudiciable à la santé de l'enfant de lui donner trop tôt des aliments solides ; il n'est pas moins funeste de prolonger outre mesure l'allaitement maternel.

On voit des femmes se mettre au lit, ou tout au moins s'étendre sur la chaise longue, dès qu'elles se sentent devenir mères ; c'est mauvais, et pour la mère, et pour l'enfant.



Respirez de l'air pur du matin au soir et du soir au matin, et vous vous sentirez l'esprit plus léger et plus sain que tous les remèdes du monde ne pourraient vous le rendre. Mangez des aliments où il n'y ait ni graisses ni épices et qui doivent être bien digestibles. Prenez si possible un bain tous les jours et ayez de bonnes pensées.

---

### Baillement

Comment faut-il bailler hygiéniquement ?

La pratique du bâillement est recommander comme un exercice sain et profitable. Mais on doit bâiller lentement et en respirant le mieux possible : on apporte ainsi un soulagement et rafraîchissement aux muscles de la tête, de la gorge, et même aux muscles de tout le corps. Si l'on désire provoquer des bâillements et qu'on en sent le besoin, il y a un moyen mécanique, qui presque jamais ne manque son effet ; le voici : tenez dans la main des ciseaux et sans y prêter attention, ouvrez-les et fermez-les lentement.

---

### Avis aux tempérants

Toutes les fois que vous vous sentirez la soif de liqueurs, sucez le jus de plusieurs oranges. Cela constitue un moyen employé dans les asiles de malades alcooliques.

---

### LIVRES RECUS

VILLEDARY (DR.) *Guide sanitaire des troupes et du colon aux colonies, prophylaxie et traitement des principales maladies des pays chauds.* Vol. in-8 raisin, cartonné à l'anglaise, à 3 francs.

\* \* \*

SCHOULL (DR E.) *De la méningite tuberculeuse chez l'enfant.* Vol. in-8, broché, à 3 francs.

\* \* \*

CHANNIER (DR E.) *Du traitement de la tuberculose et en particulier de la phthisie pulmonaire par le carbonate de créosote de hêtre.* Brochure.

Envoi franco contre un mandat de poste adressé à M. le Directeur de la Société d'Éditions Scientifiques, 4, rue An oine-Dubois, Paris.

LE REMEDE DU  
**PERE MATHIEU !**



*Très affectueux  
Thibaut Mathieu*

L'ANTIDOTE DE L'ALCOOL ENFIN TROUVE !

ENCORE UNE DECOUVERTE !

LE REMEDE DU PERE MATHIEU

guérit radicalement et promptement l'intempérance et déracine tout desir des liqueurs alcooliques. Le lendemain d'une fête ou de tout abus des liqueurs enivrantes, une seule cuillerée à thé fera disparaître entièrement la dépression mentale et physique. C'est aussi un remède certain pour toute Fièvre, Dyspepsie, Torpeur du Foie, ayant une cause autre que l'intempérance.

*Vendu par les Pharmaciens, \$1.00 la bout.*

S. LACHANCE, seul propriétaire,  
1538 et 1540 Rue Ste-Catherine, Montreal.

**HURTEAU & FRERE**

MARCHANDS DE

**BOIS DE SCIAGE**

92, RUE SANGUINET, 92

**MONTREAL**

**CLOS :**

COIN DES RUES

Sanguinet et Dorchester

Bell Telephone, No 6243.

Federal Telephone, No 1647.

Bassin Wellington, en face des

Bureaux du Grand Tronc.

Bell Telephone, No 1404.

**MALADIES DE L'ESTOMAC**

L'ANTIGASTRALGIQUE WINCKLER est le remède le plus efficace connu contre les Douleurs et Crampes d'Estomac, les Digestions difficiles, les gastralgies, Castrites, Dyspepsies, Vomissements, après les repas et pendant la Grossesse.

Ce produit d'un goût agréable, dosé pour adultes, expérimenté avec succès dans les hôpitaux de Paris, se prend à dose de une à deux cuillerées à bouche généralement  $\frac{1}{4}$  d'heure avant le repas ou au début des crises.

WINCKLER, MONTREUIL (Seine) près Paris.

**Montreal: ARTHUR DECARY, Pharmacien,**

COIN DES RUES ST-DENIS ET STE-CATHERINE.

## EMULSION CREOSOTEE "CARRIERE"

### d'Huile de Foie de Morue de Norvège aux Hypophosphites et à la créosote de Hêtre.

~~~~~

LE REMÈDE LE PLUS PUISSANT CONTRE LES AFFECTIONS DES VOIES RESPIRATOIRES.

En attirant l'attention de Messieurs les Médecins sur ce nouveau produit de la science moderne, nous osons croire que ses propres mérites suffiront pour le recommander. Les qualités qui la distinguent d'autres émulsions sont :

1. La séparation entière et complète des globules de l'huile.
2. La facilité avec laquelle on la mélange avec n'importe quel liquide, prouvant ainsi l'émulsion parfaite, et non un simple mélange.
3. La quantité de 50 0/0 d'Huile de Foie de Morue, proportion qu'on ne trouve pas dans beaucoup d'émulsions.
4. Au moyen de la pancréatine contenue dans cette émulsion, elle est facilement digérée par les estomacs les plus délicats, par les malades les plus susceptibles, cette facilité est due aussi à l'émulsion parfaite de l'huile, que l'on reconnaît à la blancheur laiteuse de notre émulsion. Nous soumettons notre formule à l'examen des Messieurs les Médecins, et nous appuyant sur les quatre points ci-dessus mentionnés, nous leur laissons la faculté de juger de l'efficacité de notre émulsion ; car c'est d'une telle comparaison que nous attendons la préférence en faveur de notre émulsion.

#### CHAQUE ONCE CONTIENT

|                                        |            |
|----------------------------------------|------------|
| Huile de Foie de Morue de Norvège..... | ½ once     |
| Hypophosphites de Chaux.....           | 3 grains.  |
| " " Soude.....                         | 3 "        |
| " " Potasse.....                       | 2 "        |
| Pancréatine " <i>Mercks</i> .....      | 1 "        |
| Créosote du Hêtre.....                 | 2 gouttes. |
| Mucilage, Essence, Sucre et Eau.....   | q. s.      |

#### SIROP D'HYPHOPHOSPHITES COMPOSÉ, DE CARRIÈRE

Les bons résultats obtenus par le Sirop d'hypophosphites, a tenté certains individus à mettre en vente des imitations de ce remède. M. Carrière, ayant examiné plusieurs échantillons de ces imitations, trouve qu'il n'y en a pas deux identiques, et qu'elles diffèrent toutes de la véritable dans leur composition, absence de réaction acide, susceptibilité aux effets de l'oxygène, quand elles sont exposées à la lumière ou la chaleur, et dans leurs vertus médicales.

Comme on donne souvent des remplaçants inefficaces et à meilleur marché, au lieu de la préparation authentique, les médecins sont priés, en ordonnant le sirop, d'écrire " Sirop d'Hypophosphites, de Carrière.

#### CHAQUE DRACHME CONTIENT

|                                         |  |
|-----------------------------------------|--|
| 1/8 de grain d'Hypophosphites de Chaux. |  |
| 1/6 " " " " " " Potasse.                |  |
| 1/6 " " " " " " Fer.                    |  |
| 1/8 " " " " " " Manganèse.              |  |
| 1/8 " " de Muriate de Quinine.          |  |
| 2 gouttes de Teinture de Noix Vomique.  |  |

Échantillons fournis sur demande.

### PHARMACIE CARRIERE.

1341, RUE STE-CATHERINE, - - - MONTREAL

# PHARMACIE DECARY

Ouverte tous les jours de l'année, la nuit et le jour.

PRODUITS CHIMIQUES ET PHARMACEUTIQUES.

ARTICLES DE TOILETTE ET PARFUMERIE

Trois pharmaciens diplômés sont attachés au Laboratoire des prescriptions.

Laboratoire spécial pour les analyses, placé sous la direction de M. A. E. GIGUÈRE, élève de MM. MASSELIN & PATEIN de Paris.

Analyses des urines, des crachats et du sang. Analyses alimentaires et recherches microscopiques.

Le matériel scientifique du Laboratoire nous permet de faire, avec la plus grande exactitude, toutes les analyses ci-dessus nommées.

## ◀ SPERMINE + CEREBRINE ▶

seul préparateur au Canada des injections séquardiennes faites d'après la formule du Dr BROWN-SEQUARD, de la Faculté de Paris.

## DEPOT POUR LE CANADA

du **Toenifuge Français** du Dr E. DUHOUREAU, exclusivement végétal, sans mercure, à l'extrait chloroforme-huileux de fougère mâle des Pyrénées, agissant seul et sans purgatif. Dose maxima pour adultes ; Douze capsules à prendre le matin à jeun, en 15 ou 20 minutes avec un liquide quelconque sans préparation préalable. Expulsion assurée ; innocuité absolue.

## VIN BRAVAIS ✖ ELIXIR BRAVAIS

LES PLUS PUISSANTS ET LES PLUS AGRÉABLES DES TONIQUES  
ET RECONSTITUANTS,

aux principes actifs de la **Coca**, de la **Kola**, du **Cacao** et du **Guarana** réunis. Expérimentés dans les hôpitaux et recommandés par les plus grands médecins de Paris.

*Anémie, Rachitisme, Débilité, Maladies Nerveuses.*

Agent général pour le Canada :

**ARTHUR DECARY, Pharmacien-Chimiste,**

Coln des Rues St-Denis et Ste-Catherine, Montréal.

☞ Pharmacie ouverte toute la nuit. Téléphone Bell 6833.

## RAISONS POUR LESQUELLES L'ON DOIT SE SERVIR

— DU —

# BAUME RHUMAL

**1.**—Son effet sur les **RHUMES OBSTINES** se fait sentir de suite. Aucune Toux, Bronchite, Coqueluche ou autre affection de la gorge et des poumons peut résister à son action.

**2.**—Il est bon au goût, les enfants le prennent sans la moindre difficulté.

**3.**—Il est économique. Chaque bouteille contient **20 Doses pour Adultes**, et le prix **25 cents** le met à la portée de toutes les bourses. Lisez les quelques certificats que nous avons choisis parmi les milliers qui nous ont été envoyés depuis un an.

---

MADAME TESTARD DE MONTIGNY, la Dame de notre dévoué Recorder, nous écrit en date du 5 février 1892:

M. BARIDON.—“ Je me suis servi du **Baume Rhumal** pour une de mes jeunes filles qui souffrait d'un rhume violent et prolongé. Je me fais un devoir de certifier qu'elle en a ressenti un soulagement immédiat, et en peu de temps la guérison a été complète.”

---

Un père de famille, Côteau St-Louis, 1076 rue Berri :

MONSIEUR BARIDON.—“ Ayant fait usage du **Baume Rhumal** pour mes enfants qui avaient de mauvaises toux, je suis heureux de certifier que c'est le meilleur remède que j'ai employé jusqu'aujourd'hui.”

“ Votre, etc., LOUIS FRUITIER.”

---

M. GEO. STREMENSKI, 1735 rue Ste-Catherine, nous écrit en date du 15 janvier dernier :

A M. BARIDON, agent général pour la vente du **Baume Rhumal**.—Cher Monsieur,—“ Depuis trois mois, je souffrais d'un rhume qu'aucun remède ne pouvait soulager. Après avoir épuisé tous les médicaments sans succès, je me suis décidé à faire l'essai de votre **Baume Rhumal**. Je suis heureux de le recommander, car une seule bouteille a suffi pour me guérir.”

**Le Baume Rhumal est en vente partout.**

**L. R. BARIDON, Pharmacien,**

**1703, Rue Ste-Catherine.**

SEUL AGENT POUR LE CANADA.