

## 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.

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

- |                          |                                                                                                                                                                             |                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Coloured covers /<br>Couverture de couleur                                                                                                                                  | <input type="checkbox"/>            | Coloured pages / Pages de couleur                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <input type="checkbox"/> | Covers damaged /<br>Couverture endommagée                                                                                                                                   | <input type="checkbox"/>            | Pages damaged / Pages endommagées                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <input type="checkbox"/> | Covers restored and/or laminated /<br>Couverture restaurée et/ou pelliculée                                                                                                 | <input type="checkbox"/>            | Pages restored and/or laminated /<br>Pages restaurées et/ou pelliculées                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <input type="checkbox"/> | Cover title missing /<br>Le titre de couverture manque                                                                                                                      | <input checked="" type="checkbox"/> | Pages discoloured, stained or foxed/<br>Pages décolorées, tachetées ou piquées                                                                                                                                                                                                                                             |
| <input type="checkbox"/> | Coloured maps /<br>Cartes géographiques en couleur                                                                                                                          | <input type="checkbox"/>            | Pages detached / Pages détachées                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <input type="checkbox"/> | Coloured ink (i.e. other than blue or black) /<br>Encre de couleur (i.e. autre que bleue ou noire)                                                                          | <input checked="" type="checkbox"/> | Showthrough / Transparence                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <input type="checkbox"/> | Coloured plates and/or illustrations /<br>Planches et/ou illustrations en couleur                                                                                           | <input checked="" type="checkbox"/> | Quality of print varies /<br>Qualité inégale de l'impression                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <input type="checkbox"/> | Bound with other material /<br>Relié avec d'autres documents                                                                                                                | <input type="checkbox"/>            | Includes supplementary materials /<br>Comprend du matériel supplémentaire                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <input type="checkbox"/> | Only edition available /<br>Seule édition disponible                                                                                                                        | <input type="checkbox"/>            | Blank leaves added during restorations may<br>appear within the text. Whenever possible, these<br>have been omitted from scanning / Il se peut que<br>certaines pages blanches ajoutées lors d'une<br>restauration apparaissent dans le texte, mais,<br>lorsque cela était possible, ces pages n'ont pas<br>été numérisées |
| <input type="checkbox"/> | Tight binding may cause shadows or distortion<br>along interior margin / La reliure serrée peut<br>causer de l'ombre ou de la distorsion le long de la<br>marge intérieure. |                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <input type="checkbox"/> | Additional comments /<br>Commentaires supplémentaires:                                                                                                                      |                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

8

MONTRÉAL.

DIXIÈME ANNÉE

No 1

# JOURNAL D'HYGIÈNE POPULAIRE

Organe Officiel du Conseil Provincial d'Hygiène

PARAISANT LE 25 DE CHAQUE MOIS

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

Siège de l'Administration :  
25, RUE SAINTE-THERÈSE.

BOITE 2027, BUREAU DE POSTE.

MAI 1893

ABONNEMENT : \$1.50, PAYABLE D'AVANCE.

Numéro and Antiquarian  
OF  
MONTREAL  
1893

**Sommaire.**—Rapport sur la Conférence des Conseils d'Hygiène de l'Amérique du Nord, tenue à New-York, les 5, 6 et 7 Avril 1893, par les docteurs E. Persillier Lachapelle et Elzéar Pelletier, délégués du Conseil d'Hygiène.—Séance de gymnastique.—L'homme et l'hygiène ; Conférence faite devant l'Association des Instituteurs Catholiques de Montréal, à l'Ecole Normale Jacques-Cartier, le 26 Mai 1893, par le docteur J.-I. Desroches.—L'hygiène dans la province de Québec.—Hygiène de l'enfance : du sevrage.—L'hygiène des officines de coiffeurs.

## AVIS

~~✍~~ Nous prions instamment nos abonnés retardataires de vouloir bien payer leur abonnement immédiatement.

1033

## 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 retrouvent 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, a Vichy (en face les Celestins)**

AUTORISÉE ET CONTROLÉE PAR L'ÉTAT

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

---

## SOUVERAINE DANS LA DYSPEPSIE

*les affections de l'estomac, du foie, de l'intestin, des reins,  
de la vessie, albuminerie, 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 :*

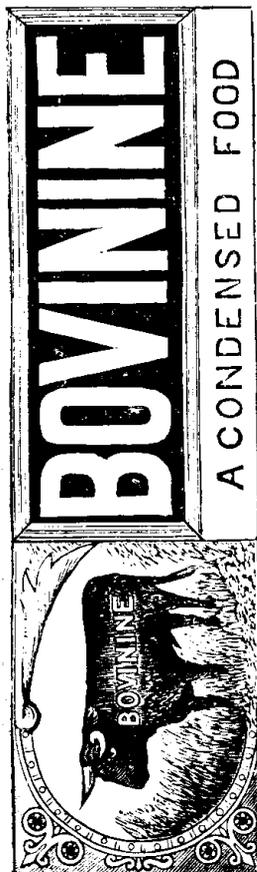
**A. BRISSET & FILS**

**MONTREAL.**

**Authenticité garantie.**

# L'EXTRAIT PRIMITIF D'ALIMENT CRU

(Présenté à la profession Médicale)



Les principes vitaux du Bœuf Concentré renferme 26 pour 100 d'albumine coagulable.

1878 1892

LE PREMIER ET LE MEILLEUR

APPROUVE ET PRESCRIT

PAR LA

PROFESSION MÉDICALE

— PAR —

Son Excellence Matérielle,

Son Efficacité Clinique

ET SA

Grande Valeur Économique.

14—ANNÉES DE SUCCÈS—14

1878 1892

et le plus nourrissant.

PRÉPARÉE SEULEMENT PAR

**THE BOVININE CO.**

CHICAGO ET NEW-YORK, U. S. A.

Dépôt pour le Royaume-Uni :

**32, SNOW HILL, Londres Angleterre.**

Établissement 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.**

**EMULSION CREOSOTEE "CARRIERE"**  
**d'Huile de Foie de Morue de Norvège aux Hypo-**  
**phosphites 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 exposés 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

LE REMEDE DU  
**PERE MATHIEU !**



*Très affectueux  
Thibault Mathieu*

L'ANTIDOTE DE L'ALCOOL ENFIN TROUVE !

ENCORE UNE DECOUVERTE !

LE REMEDE DU PERE MATHIEU

guérit radicalement et promptement l'intempérance et détruit 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.

**DICTIONNAIRE ANGLAIS et FRANÇAIS et FRANÇAIS et ANGLAIS**

par **A.-G. COLLOT**.—Nouvelle édition, revue et corrigée,

Ce dictionnaire est fait d'après les dictionnaires français de l'Académie, Lavaux, Boiste, et des dictionnaires anglais de Webster, Johnson, Richardson. Il contient un grand nombre de mots qu'on ne trouve pas dans d'autres dictionnaires, avec la définition de tous termes techniques, scientifiques et abstraits. Ce dictionnaire contient un cours sur la prononciation et une table de tous les verbes irréguliers ; et aussi deux vocabulaires sur la mythologie, l'histoire et la géographie.

Cet excellent dictionnaire est publié en 24 fascicules à 15 centins chaque. Il est recommandé par le Directeur de ce journal. Le prix de l'ouvrage : \$4.00. Toute commande sera adressée franco à

**SCHAEFER & KARODI, Libraires-Editeurs,**  
4th, Wood St., PHILADELPHIE.

# JOURNAL D'HYGIÈNE POPULAIRE

---

Xe ANNÉE

MONTRÉAL, MAI 1893

No 1

---

REDACTEUR EN CHEF :  
LE DR J.-I. DESROCHES.

SIÈGE DE L'ADMINISTRATION :  
25, RUE SAINTE-THERÈSE.  
BOITE 2027, BUREAU DE POSTE.

---

RAPPORT sur la Conférence des Conseils d'Hygiène de l'Amérique du Nord, tenue à New-York, les 5, 6 et 7 Avril 1893.

*Messieurs les Membres du Conseil  
d'Hygiène de la Province de Québec.*

Conformément à une exécution du comité exécutif du Conseil d'hygiène, nous avons assisté à la conférence des Conseils d'hygiène des divers États et Provinces, tenue à New-York les 5, 6 et 7 avril dernier.

Le but de la conférence était de connaître dans quelles conditions se trouvent actuellement le Canada, les États-Unis et le Mexique pour faire la lutte contre le choléra et quelles mesures devraient être prises pour le prévenir et le combattre, mesures qu'il importait de rendre aussi uniformes que possible.

Le premier article du programme comportait la lecture du rapport sur une visite des quarantaines de l'Atlantique faite par un comité de la conférence en septembre et en octobre 1892.

Seules les conclusions de ce rapport furent communiquées à la convention; et comme elles ne rendaient pas compte de la condition présente de la plupart des quarantaines, qui, depuis six mois ont été en général beaucoup améliorées, le travail du comité en question ne fut pas aussi apprécié qu'il l'aurait été s'il eût été imprimé et transmis aux Conseils d'hygiène dès l'automne dernier.

Viennent ensuite par ordre de mérite les stations d'Halifax, de New-York, de Cap Charles et de Portland.

Le grand inconvénient dont se sont plaints les représentants de ces différentes stations de quarantaine est l'absence chez la plu-

part, de quai à eau profonde, ce qui rend les manœuvres difficiles et entraîne souvent des délais considérables surtout lorsqu'il y a grosse mer.

Pour ce qui regarde la quarantaine de la Grosse Isle qui nous intéresse plus directement, le Surintendant de cette station a déclaré qu'à dater du 1er mai, il aurait à sa disposition sur la Grosse Isle, outre l'appareil pour l'acide sulfureux et pour la solution mercurielle qu'il avait déjà l'année dernière, trois étuves de 24 pieds de longueur par 8 pieds de diamètre; sur la jetée Louise à Québec, et toujours sous son contrôle, une quatrième étuve de même dimension pour servir à la désinfection des bagages d'é migrants. C'est l'intention du Gouvernement fédéral de ne détenir à la Grosse Isle que les vaisseaux infectés ou suspects. Quant aux autres lorsque l'inspection de la Grosse Isle leur aura été favorable, il leur sera permis de continuer leur route jusqu'à Québec où la désinfection des bagages dite de précaution, pourra être faite sur la jetée Louise.

Quant à la quarantaine de New-York, les membres de la conférence en ont fait la visite et ont subséquemment adopté la résolution suivante qui résume l'impression qui leur en est restée.

*Résolu.* Que dans l'opinion des membres de cette conférence laquelle représente les autorités sanitaires des Etats-Unis, du Canada et du Mexique, il est si important de maintenir dans le port de New-York un système de quarantaine qui protège tout le continent aussi parfaitement que possible contre l'importation des maladies pestilentielles venant d'outre-mer que cette conférence croit de son devoir de faire des recommandations urgentes pour l'amélioration de cette quarantaine.

Puisque l'état de New-York a pris sur lui la responsabilité d'organiser et de gérer cette quarantaine sur l'équipement et le service de laquelle dépend dans une grande mesure la protection de les autres états et provinces sur ce continent; les représentants des états et provinces se croient justifiables de demander avec instance que l'équipement ou l'outillage installés à l'Île Hoffman pour les fins de quarantaine soient agrandis et améliorés de façon à être mis sur un pied qui réponde à toutes les exigences de la science sanitaire moderne.

Cette conférence reconnaît volontiers que l'administration actuelle de la quarantaine a éprouvé de grandes difficultés à faire fonctionner un système qu'elle a reçu incomplet et plein de défauts des mains de ses prédécesseurs, et qu'elle mérite des éloges pour l'ouvrage encore relativement bon, accompli par son Officier de quarantaine. Cette conférence est informée que l'on a en vue plusieurs améliorations importantes qui vont être faites aussitôt que la chose va être possible.

On se propose d'agrandir de plusieurs acres le poste d'observation et de désinfection dans l'Île Hoffman où se trouvent situés les appareils de la station. Ces appareils sont présentement trop petits pour faire la désinfection du bagage et de la literie d'une manière convenable. Ils vont être agrandis de neuf fois leur capacité actuelle. En prévision de l'invasion dont nous menace constamment le choléra, cette conférence insiste pour que tous ces travaux soient faits sous le plus court délai possible. De plus si la chose peut se faire, il serait urgent de construire un quai à eau profonde afin de mieux accommoder les vaisseaux qui doivent venir à l'Île Hoffman.

L'approvisionnement en eau d'alimentation par le moyen de citernes aux différentes stations, est, tel qu'il est, susceptible d'être contaminé et il y a urgence de pourvoir à un autre moyen plus salubre d'avoir cette eau.

Il n'y a pas eu, paraît-il, dans le port de New-York, depuis le mois d'octobre dernier aucune désinfection du bagage des émigrants autre que celle faite à bord des vaisseaux. Cette conférence, proteste énergiquement contre une pareille négligence. (a).

Cette conférence croit de son devoir de déclarer que les certificats actuellement donnés par les officiers du service des États-Unis à l'Île Ellis tel que représenté par M. le Dr Wheeler n'attestent aucunement de l'inspection ou de la désinfection du bagage des émigrants, car cette station n'est pas un poste de quarantaine.

L'hôpital sur l'Île Swinburne est bien équipée et le four crématoire annexé à cet hôpital est de construction moderne et tout à fait appropriée.

La question à laquelle la conférence porta le plus d'intérêt fut celle relative à la désinfection du bagage des émigrants sans distinction de provenance. L'officier de quarantaine du port de New-York de même que le Surintendant de la Grosse Isle firent tout en leur pouvoir pour que seul le bagage provenant des régions suspectes fut désinfecté, mais par un vote de 17 contre 7 la conférence se prononça contre cette distinction et les résolutions suivantes furent définitivement adoptées :

*Attendu* que l'Article 14 des Règlements concernant l'immigration dans les États-Unis pourvoit à ce que chaque émigrant ou chef de famille soit avant le moment de son embarquement muni

---

(a) M. le Dr. Jenkins dit que chaque fois qu'il ne se déclarait pas de maladie contagieuse à bord d'un vaisseau, toutes les personnes venant de ports ou d'endroits infectés et qui n'étaient pas munies d'un certificat du Conseil attestant la désinfection de leurs bagages étaient obligées d'ouvrir et de faire désinfecter leurs bagages au soufre à bord de ce vaisseau. De plus la cargaison de ces vaisseaux a été désinfectée de la même manière. Les parties de cargaison ou de bagage apportées comme " freight " ont toujours subi une désinfection spéciale chaque fois qu'on ne présentait pas un certificat du Conseil et pour la livraison de telles marchandises ou bagages l'Officier de Douane a chaque fois donné un permis spécial.

d'un billet sur lequel doivent être écrits son nom, un chiffre ou une lettre désignant une liste et son numéro d'ordre sur cette liste, afin de faciliter son identification au point d'arrivée, il est

*Résolu*, 1. Que dans le but d'aider aux Officiers de quarantaine ainsi qu'aux Inspecteurs sanitaires des ports ou endroits sous la juridiction desquels tels émigrants peuvent passer, en désignant la condition hygiénique de ces émigrants et de leurs bagages, tel billet ait eu imprimé, sur sa face, des chiffres, des lettres ou des mots qui seront ci-après déterminés, que le médecin ou l'agent à bord du vaisseau indique par le moyen d'un emporte-pièce ou autrement sur tel billet, telle information qui sera ci-après spécifiée ; que l'officier de quarantaine au port d'arrivée et les inspecteurs aux différentes stations d'inspection dans les Etats de l'intérieur indique la même information et de la même manière, tel billet devant être en la possession de l'émigrant depuis le port d'embarquement jusqu'au point de destination pour être délivré à l'autorité sanitaire locale. Pourvu toutefois que la présente clause ne vienne pas en conflit avec les Règlements existants du Département du Trésor.

*Résolu*, 2. Que les compagnies de vaisseaux océaniques soient munies de blancs spéciaux que le médecin du port devra remplir pendant la traversée de chaque vaisseau inscrivant les noms des passagers sur autant de listes séparées qu'il y a d'Etat ou de Province dans lesquels les passagers se rendent. Ces listes devront être transmises à l'Officier de quarantaine qui les perforera en donnant l'information prise à la quarantaine, les mettra sous enveloppe estampillée et imprimée d'avance à l'adresse du Conseil d'hygiène de chaque Etat ou Province intéressée à recevoir cette information et auquel il l'expédiera sans délai. Le Conseil d'hygiène par la réception de cette liste, transmettra par dépêche télégraphique ou autrement, selon qu'il le juge nécessaire, à l'Officier de santé de l'endroit où se rend tel émigrant ou telle famille d'émigrant.

*Résolu*, Que tant que le choléra existera en Europe, on exige la désinfection des bagages de tous les émigrants en destination de ce continent, à moins qu'ils n'aient été désinfectés au port d'embarquement et qu'un certificat, témoignant de cette désinfection et de la manière dont elle a été faite, ait été affiché sur ces bagages.

Les questions suivantes : Dans l'éventualité d'une épidémie de choléra, serait-il pratique d'avoir un service uniforme d'inspection sur les frontières de chaque Etat ou Province comme s'il s'agissait de se défendre contre un district infecté,—service par lequel on assurerait la coopération et la protection mutuelle des intéressés ? Dans l'éventualité d'une épidémie de choléra, que devra-t-on exiger des compagnies de transport pour empêcher par leur entre-

mise la propagation de la maladie ? furent résolues comme suit par le comité chargé d'en faire l'étude :

Dans notre opinion, un service uniforme d'inspection peut facilement être établi et mis en opération mais nous ne croyons pas que ce service d'inspection doive nécessairement se faire sur les frontières de chaque état ou province. S'il existe une épidémie de choléra sur un point quelconque du territoire de l'état ou de la province, on devrait faire une inspection rigoureuse de tous les convois qui partent de ce point infecté et on ne devrait permettre à aucune personne suspecte de monter dans ces convois.

Il devrait y avoir, à bord de chaque convoi qui part d'un endroit infecté, un médecin-inspecteur pourvu de remèdes, de désinfectants, etc, et qui aurait la charge de surveiller les closets, à ce qu'on suive en tout point les instructions données par les Conseils d'hygiène ou le service des hôpitaux de la marine. Des règlements concernant le soin de ces closets devraient être affichés dans chaque compartiment.

En temps d'épidémie de choléra, on devra exiger que chaque char de passagers soit muni d'un closet spécialement arrangé de façon à ce que toutes les matières fécales soient retenues et désinfectées à mesure. Ces arrangements devront avoir l'approbation de l'Etat ou de la Province.

Si à bord d'un convoi une personne manifeste des symptômes de choléra, cette personne devra être isolée dans un compartiment mis à sa disposition pour son usage exclusif. Le patient devra ensuite être transporté dans un de ces hôpitaux temporaires, dont il est parlé plus loin, ou bien s'il n'y a pas d'hôpital, le char où se trouve le malade devra être amené sur la voie d'évitement dans un endroit isolé et le char aménagé le mieux possible pour le service du malade. Dans l'un comme dans l'autre cas, les noms, l'adresse et la destination à bord du char où la maladie s'est déclarée devront être communiqués par dépêche télégraphique aux autorités sanitaires des endroits où ces passagers se rendent. Lorsque les passagers d'un char dans lequel on a découvert un suspect sont transbordés on devrait, autant que possible, mettre un char à leur usage exclusif.

Les compagnies de chemin de fer devraient être requises d'avoir à tels endroits spécialement désignés par le Conseil d'hygiène de l'état ou de la province, des accommodations pour ceux qui peuvent se trouver pris de la maladie pendant le trajet. Ces accommodations devront être sujettes à l'inspection et à l'approbation du Conseil d'hygiène.

Chaque médecin-inspecteur, à bord d'un convoi, devrait recevoir du Conseil d'hygiène de l'Etat une liste des médecins résidant le long de la voie ferrée afin d'avoir leur assistance en cas de besoin,

Les honoraires de services pour cette assistance devront être fixés par le Conseil d'hygiène. Il devrait y avoir un cha spécial mis à la disposition exclusive des passagers qui embarquent dans le convoi a un endroit infecté.

Les articles ordinaires de commerce n'ont pas besoin de désinfection ainsi que les malles-postes lors même qu'elles viennent d'un endroit infecté. Quant aux objets de maisons, aux effets personnels, aux vêtements qui viennent d'un endroit infecté, ils ne doivent pas être admis à bord d'un convoi avant d'avoir été désinfectés, et après avoir subi la désinfection, chaque valise, boîte ou paquet doit être étiqueté d'une carte indiquant leur désinfection et la manière dont ils ont été désinfectés. De crainte que le char contenant ces objets et effets puisse encore être infecté, on devra le séparer du convoi aussitôt que possible et le faire désinfecter.

Un code de règlements applicables aux moyens de transport par les rivières et les lacs devra être institué en concordance avec les règles ci-dessus.

Toutes bonnes que soient les recommandations que contient cette résolution, nous ne croyons pas qu'elles devraient suffire, car pour leur exécution, il faut dépendre dans une trop grande mesure sur les compagnies de chemins de fer pour l'équipement de stations d'isolement et de désinfection.

Aussi en autant que la Province est concernée, nous sommes restés d'opinion qu'advenant une épidémie aux Etats-Unis, il faudra nécessairement établir des postes d'inspection et de désinfection sur la frontière tels que notre Conseil les a fait approuver l'hiver dernier par la conférence d'Ottawa. Les officiers en charge de ces postes pourront toujours tenir compte des précautions prises, le long du trajet, avant l'arrivée à la frontière et dans le cas où ces précautions ne seront pas jugées suffisantes, ils auront sous la main tout l'outillage nécessaire pour y suppléer.

La conférence voulant se renseigner sur l'organisation sanitaire de chaque Etat, les représentants de chaque Conseil d'hygiène eurent à répondre aux questions suivantes :

1. Qu'a-t-il été fait par chaque Conseil d'hygiène d'état ou de province pour protéger son territoire contre l'invasion du choléra ?

2. Quels pouvoirs de quarantaine possède chacun de ces Conseils d'hygiène ?

3. Quelles sont les conditions hygiéniques des principales villes et villages dans chaque Etat ou Province ?

Voici les réponses que nous avons données au nom de la Province de Québec.

Le Conseil d'hygiène de la Province de Québec a actuellement en activité de service 822 Bureaux locaux d'hygiène sur un total de 843 qu'il devrait y avoir. Des 21 municipalités qui n'ont pas

encore organisé de bureaux, il y en a deux entre les mains de l'Aviseur légal du Conseil d'hygiène. Outre ce moyen judiciaire d'amener les municipalités négligentes à faire leur devoir, il y en a un autre. Le Lieutenant-Gouverneur en Conseil a le pouvoir, chaque fois que le choléra devient imminent dans la Province de nommer lui-même un Bureau local d'hygiène dans chaque municipalité où il n'y en a pas encore. On peut donc dire que dans l'éventualité du choléra, il y aura à coup sûr dans chaque municipalité une organisation sanitaire pour combattre le fléau.

Le Conseil d'hygiène de la Province de Québec, comme plusieurs autres états ou provinces du reste, jouit du privilège de pouvoir faire des Règlements qui obligent chaque municipalité et d'être sûr par conséquent de l'uniformité et de l'exécution des mesures ordonnées advenant une épidémie de choléra. Le Conseil d'hygiène a foi dans la centralisation des pouvoirs en matières sanitaires avec certaines réserves toutefois vis-à-vis des municipalités bien disposées qui aiment à se protéger par des règlements plus sévères encore que ceux imposés par le Conseil d'hygiène.

Le Conseil d'hygiène se fait un plaisir de mettre devant vous une copie des Règlements actuellement en vigueur dans la Province de Québec et obligatoire pour chaque municipalité. Bien que ces Règlements contiennent toutes les mesures suffisantes pour combattre un nombre limité de cas de choléra, mesures qui ont été reconnues amplement suffisantes dans l'épidémie de variole qui a sévi dans la Province en 1891, cependant le Conseil d'hygiène ne veut encore rien risquer et il a pourvu à une organisation encore plus complète. Dans 24 heures après l'apparition du premier cas de choléra dans la Province et dans moins de temps encore si la chose devient urgente, les clauses spéciales des Statuts relatives aux épidémies peuvent être proclamées et un nouveau code de Règlements encore plus sévères que les précédents, (et qui sont préparés d'avance ad hoc) peuvent avoir force de loi. Ci-joint une copie de ces Règlements spéciaux.

Ces règlements sont mis à exécution sous la direction immédiate du Conseil d'hygiène. Pour faciliter la tâche, la province sera divisée en districts renfermant en moyenne 25,000 habitants, chaque district se trouvant sous le contrôle d'un médecin qui sera un sous-inspecteur du Conseil d'hygiène et recevra directement de lui toutes ses instructions. Ces sous-inspecteurs de districts seront visités régulièrement par l'Inspecteur en Chef du Conseil d'hygiène qui verra à ce que leurs opérations soient en harmonie avec les instructions du Conseil. Dans chaque municipalité où il y aura besoin de plus que d'une direction, une police sanitaire sera instituée afin de surveiller l'exécution des règlements.

Comme instructions préliminaires données aux municipalités, nous avons déjà publié les suivantes que nous soumettons :

(a) Une circulaire qui doit leur être envoyée aussitôt que la saison permettra de faire un nettoyage général par toute la Province.

(b) Un tract donnant les précautions à prendre contre le choléra, dont près de 175,000 copies ont été distribuées gratuitement l'automne dernier et dont il sera fait une abondante distribution cet été par toute la Province.

(c) Un blanc d'enquête qui a été tout récemment envoyé aux municipalités afin de connaître leur condition hygiénique et aussi quelles précautions ont été prises contre le choléra. Les informations reçues permettront au Conseil d'hygiène de faire à chaque municipalité les recommandations et suggestions jugées nécessaires et dans certains cas particuliers faire la visite des localités par l'Inspecteur.

Le gouvernement fédéral de la puissance du Canada réclame juridiction et pouvoirs en matières de quarantaine, et comme le Conseil d'hygiène n'a jamais refusé la protection sanitaire donnée à la Province tant qu'elle a été efficace, il n'est pas en état de dire actuellement qu'il prendra sur ses charges l'obligation de faire un service de quarantaine.

Quant aux vues du Conseil d'hygiène sur l'équipement et le fonctionnement d'une station de quarantaine telle qu'il la désire pour la protection de la Province, elles ont été exposées et soutenues à une conférence entre les autorités fédérale et provinciale tenue à Ottawa dans le cours du mois de janvier dernier, où elles ont été acceptées par la conférence ; depuis elles ont été de plus exposées en détail avec commentaires sur l'ouvrage accompli par cette conférence dans un mémoire transmis au gouvernement de la Province, mémoire dont vous trouverez ci-joint la copie.

Comme le Conseil d'hygiène n'a pas encore reçu les réponses à l'enquête commencée, il n'a pas par devers lui les données nécessaires pour donner une information complète sur cette question, mais il peut déjà dire ce qui suit :

(a) La ville de Montréal a une organisation sanitaire complète, un hôpital civique bien aménagé et deux étuves à vapeur pour faire la désinfection.

(b) La ville de Québec a une organisation sanitaire efficace, un hôpital civique suffisant pour accommoder 30 malades et a donné le contrat pour la construction d'une étuve à vapeur (16 pieds de long) pour faire la désinfection.

(c) La ville de Sherbrooke a une organisation sanitaire efficace

un hôpital civique et une étuve à vapeur pour faire la désinfection.

(d) La ville de Trois-Rivières a une organisation sanitaire efficace et a pourvu à la construction d'un hôpital-baraque.

Aux commissaires et aux médecins du port de New-York ainsi qu'aux officiers du Bureau d'hygiène de New-York, nous sommes redevables d'excursions qui nous ont vivement intéressés.

Outre l'inspection de la quarantaine de New-York que nous avons déjà mentionnée, nous avons visité Ellis Island, le débarcadère des émigrants, et aussi l'île *North Brothers* où se trouvent les hôpitaux de la ville de New-York pour les maladies contagieuses. L'hôpital principal de l'île en brique, et, nous a-t-on dit, est complètement séparé au milieu et du haut en bas, un côté servant pour les variolés et l'autre pour les diphtériques. Les autres contagieux sont logés dans des pavillons en bois complètement distincts les uns des autres. Lors de notre visite, il y avait 75 malades sur l'île dont 21 cas de variole, 19 de typhus, 18 de scarlatine, 8 de rougeole, 8 de scarlatine et de rougeole à la fois et enfin 1 cas de lèpre.

Nous avons l'honneur d'être,

Vos dévoués serviteurs,

E. PERSILLIER LACHAPELLE,  
ELZÉAR PELLETIER,

*Délégués du Conseil d'Hygiène.*

MONTRÉAL, 18 avril 1903.

---

**Seance.**—Le 8 mai, à l'Académie Commerciale Catholique, une très intéressante séance d'exercices gymnastiques a été donnée par les élèves de l'Académie Ste-Marie, dirigée par Mademoiselle Labelle. Son honneur le Maire de Montréal, M. Desjardins et M. le Dr J.-L. Leprohon, membre du Conseil de l'Instruction publique, ont témoigné un vif intérêt pour l'éducation physique de la jeunesse studieuse, et ont adressé de chaleureuses félicitations aux élèves de l'Académie Ste-Marie.

Les avantages d'une bonne gymnastique sont extrêmes : elle sert à l'éducation des sens, et à celle du système locomoteur. Elle assouplit le corps de l'enfant, qui est une cire molle, en lui rendant facile une grande variété d'attitudes et d'exercices dont chacun a son but spécial et calculé. La gymnastique enseignée à l'Académie Ste-Marie est une sorte d'orthopédie raisonnée, d'hygiène corporelle callisthénique : elle fortifie l'organisme et secoue la torpeur articulaire.

Continuons ainsi.

## L'HOMME ET L'HYGIÈNE

Conférence faite devant l'Association des Instituteurs  
Catholiques de Montréal, à l'Ecole Normale Jacques-  
Cartier, le 26 Mai 1893,

Par le DOCTEUR J.-I. DESROCHES.

MESSIEURS,

L'hygiène a fait, dans ces dernières années, d'immenses progrès. Hier encore, hésitante, banale, dépourvue de sanction, aujourd'hui son autorité s'affirme, ses prétentions s'accroissent, elle sent que l'avenir est à elle. Elle parle à l'intelligence de l'homme, elle s'impose aux gouvernements des nations, et, l'on peut affirmer qu'elle est au premier rang des réformes sociales qui se préparent et que la force des choses commande.

Sœur de la morale, l'hygiène constitue un des plus beaux fleurons de la vraie civilisation. Sa connaissance est devenue une nécessité pour tous ceux qui s'intéressent au bien-être social, à la virilité des générations et à la grandeur des peuples. Elle se fait science populaire pour mieux atteindre les populations et ménager la liberté individuelle ; elle dirige l'homme par la persuasion. L'hygiène est la fille légitime du bon-sens et de l'expérience ; son but est de conserver la santé, de prolonger l'existence, d'améliorer la vie au point de vue physique, intellectuelle et morale. Elle formule les principes éducateurs et édicte les lois professionnelles. Son domaine est immense ; elle emprunte à toutes les connaissances humaines, embrasse toutes les lois, les institutions, les mœurs, les

usages. Elle est la fidèle gardienne de la santé, la grande préserveuse de la médecine.

L'hygiène est née le jour où l'homme a compris que la santé est une des principales conditions de la vie, et qu'il doit en faire sa grande préoccupation pour cette lutte de tous les instants. Depuis plus de trois mille ans, l'hygiène rayonne toujours des mêmes vérités fondamentales et est restée debout, immortelle, au milieu des ruines fumantes accumulées par les révolutions de la science. Primitivement, elle était loin d'être scientifique; cependant, les préceptes qu'elle formulait alors sont encore remarquables. Ce n'est toutefois, que dans ces dernières années qu'elle est devenue une science exacte et coordonnée, occupant une place parmi les autres sciences.

Le sujet de l'hygiène c'est l'homme.

L'homme est le seul être animé, au milieu des créatures visibles, qui soit doué de raison. Son intelligence est sa force défensive et sa force conservatrice. Par l'instruction, l'homme voit claire devant lui. Par l'éducation l'homme se familiarise peu à peu avec le bien. L'instruction et l'éducation sont pour l'homme sur la terre ce que la boussole est au marin : elles lui enseignent la meilleure voie à suivre ici-bas.

L'homme, par son intelligence, peut acquérir les connaissances de lui-même et des choses qu'il l'environnent, lesquelles lui permettent de se ménager une longue et heureuse existence. Ainsi il importe à l'homme, d'acquérir, dans sa jeunesse, les meilleures données éducatrices, morales et religieuses, qui lui sont nécessaires pour conserver intact son beau titre d'élite des œuvres du grand Créateur.

“ Ne pas connaître comment on est fait, a dit Plutarque, c'est habiter son corps en sourd et en aveugle. ” “ Cet ouvrage de grand dessein, ajoute Bossuet, mérite qu'on s'en occupe sérieusement. ” Placé à la tête de la création visible, l'homme a une suprême autorité sur tout ce qui respire. Par son corps, il est placé parmi les animaux, et par sa raison et son âme, il se rapproche du Créateur. Tout en lui indique qu'il a été destiné à exister par le cerveau, tandis que les bêtes vivent plutôt par le corps. Seul de tous les êtres organisés, végétaux et animaux, il peut et doit acquérir une connaissance de son économie vivante.

L'homme, laissé à lui-même, sans éducation, ne sait rien, ne

peut rien. Il n'a pas, comme tous les autres êtres organisés, le merveilleux instinct de conservation. Il lui faut péniblement apprendre à vivre, à penser; il lui faut de longs labeurs pour subvenir à tous ses besoins. Mais comment profiter des bienfaits de l'hygiène, sans la connaissance du mouvement de la vie, qui se manifeste chez nous par les fonctions des différents organes qui la constituent. Une étude sur l'homme s'impose tout d'abord, car l'hygiène, comme la médecine, repose entièrement sur l'anatomie et la physiologie humaine.

Enfin l'homme tire de son intelligence sa grandeur et son mode d'existence sur cette terre pour satisfaire aux exigences de sa sublime mission, il lui faut réaliser cette devise socratique : Connais-toi, toi-même.

Le sujet que j'ai choisi pour cette conférence, me paraît très nécessaire pour l'étude de l'hygiène : Je viens vous parler de l'homme, vous en faire connaître la structure et le mécanisme, vous faire comprendre les moyens physiques des fonctions des organes qui manifestent la vie, enfin vous indiquer les moyens que vous devez prendre pour entretenir en vous la résistance contre la maladie.

Après ce préambule, que j'ai cru nécessaire pour motiver cette conférence, nous arrivons maintenant au sujet que je me propose de vous exposer sommairement.

La charpente humaine est formée par les os, tissu très dur et très résistant; ils servent de base à toute la machine humaine; ils déterminent la grandeur du corps, ses proportions et son attitude. Sans les os, notre corps n'aurait pas de forme constante et ne pourrait se mouvoir aussi facilement qu'il le fait.

Deux parties ressortent de la vue du squelette : le tronc et les membres. La colonne vertébrale forme la partie essentielle du tronc. C'est une tige osseuse située à la partie postérieure du corps. Elle est composée de 24 os appelés vertèbres, qui ont à peu près la forme de petits disques superposés, comme les pierres d'une colonne, destinés à soutenir l'édifice du corps.

La colonne vertébrale se divise en trois régions : les sept vertèbres supérieures forment la région cervicale ou du cou; les douze suivantes la région dorsale ou du dos; les cinq inférieures, la région lombaire.

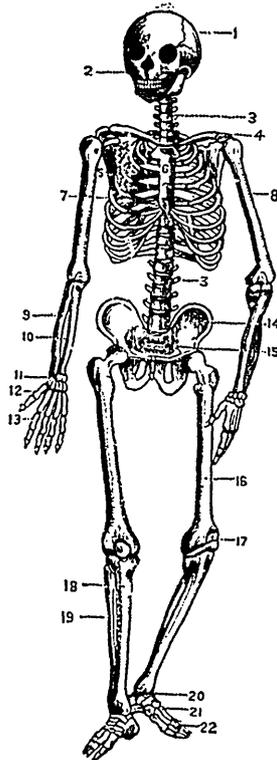


FIG. 1. Squelette humain,

1. Crâne.—2. Face.—3. Colonne vertébrale.—4. Clavicule.—5. Omoplate.—6. Sternum.—7. Côtes.—8. Humérus.—9. Radius.—10. Cubitus.—11. Carpe.—12. Métacarpe.—13. Phalanges.—14. Os iliaque.—15.—Sacrum.—16. Fémur.—17. Rotule.—18. Tibia.—19. Péroné.—20. tarse.—21. Métatarse.—22. Phalanges.

Chaque vertèbre est percée en arrière d'un trou circulaire. Les trous de toutes les vertèbres réunies se suivent et se correspondent de manière à former le canal vertébral qui loge la moëlle épinière.

En bas de la colonne vertébrale se trouve une pièce osseuse, en forme de coin que l'on nomme sacrum, qui est formé par l'aplatissement et la soudure de cinq vertèbres. Au sacrum se joignent deux os quadrilatères, les iliaques, qui viennent se réunir en avant pour former une ceinture osseuse que l'on nomme bassin.

En haut de la colonne vertébrale, les vertèbres s'épanouissent pour faire une boîte osseuse, le crâne, qui renferme le cerveau, ce sanctuaire sacré où les sens convergent de toutes parts. A la base du crâne est suspendue la face qui comprend le nez, les deux mâchoires appelées maxillaire supérieure et maxillaire inférieure.

A la colonne vertébrale s'attachent de chaque côté douze arcs osseux qui limitent circulairement la cavité de la poitrine. Ce sont les côtes. Les sept côtes supérieures viennent en avant s'articuler avec un os large et plat le sternum. Ce sont les vraies côtes. Des cinq côtes inférieures, appelées fausses côtes, les trois premières s'unissent par leur cartilage au cartilage de la précédente, et les deux dernières sont libres à leur extrémité antérieure, on les nomme côtes flottantes.

On appelle membres, des organes destinés à la préhension ou à la locomotion. Le tronc du corps humain est pour ainsi dire la pièce fondamentale ; les membres sont des appendices du tronc.

Les membres supérieurs comprennent les épaules, les bras, les avant-bras et les mains.

L'épaule se compose de l'omoplate et de la clavicule. L'omoplate est un grand os plat et triangulaire qui occupe la partie supérieure et externe du dos. La clavicule est un os long, à double courbure, situé en avant à la partie supérieure de la poitrine.

L'os du bras est un os long, l'humérus, dont l'extrémité supérieure s'articule à l'omoplate et l'extrémité inférieure aux os de l'avant-bras.

L'avant-bras se compose de deux os longs, le radius en dehors et le cubitus en dedans. Le radius et le cubitus s'articulent avec plusieurs os de la main.

La main est suspendue au radius. Elle se compose de trois parties : le poignet, la paume de la main et les doigts.

Les membres inférieurs se composent aussi de trois parties qui sont : les cuisses, les jambes et les pieds.

La cuisse, le fémur, est un os volumineux et le plus long du squelette. Son extrémité supérieure s'articule dans une cavité creusée dans l'os iliaque, (partie du bassin appelée hanche). L'extrémité inférieure s'articule avec le tibia et la rotule. La rotule est un petit os libre, ayant la forme d'un disque ; il sert de poulie de renvoi aux muscles extenseurs de la jambe.

La jambe est formée de deux os longs, le tibia en dedans et le péroné en dehors. Les extrémités inférieures du tibia et du péroné sont disposées de manière à former une surface articulaire en forme de mortaise, ayant deux éminences, l'une en dedans et l'autre en dehors. Ces deux éminences forment la cheville du pied.

Les pieds, comme les mains, comprennent trois parties : le tarse, le métatarse et les orteils.

L'os hyoïde est un petit os en forme de fer à cheval, et est suspendu au milieu des parties molles du cou. Il constitue ce que l'on appelle pomme d'Adam.

L'assemblage de ces os forme la charpente humaine et porte le nom de squelette. Le squelette de l'homme, lorsqu'il a atteint son développement, c'est-à-dire vers 22 à 25, ans se compose de 200 pièces ainsi réparties :

|                         |         |
|-------------------------|---------|
| Colonne vertébrale..... | 24      |
| Sacrum et coccyx.....   | 2       |
| Crâne.....              | 8       |
| Face.....               | 14      |
| Os hyoïde.....          | 1       |
| Côtes et sternum.....   | 25      |
| Membres supérieurs..... | 32 = 64 |
| Membres inférieurs..... | 31 = 62 |

---

200

Les os sont les organes passifs du mouvement, et les muscles en sont les organes actifs. Les muscles sont de formes variables, et ont seuls la propriété de se contracter et, par cela, de produire les diverses attitudes nécessaires à la vie ; ils sont nécessaires à la solidité des articulations qu'ils entourent et des cavités qu'ils enveloppent.

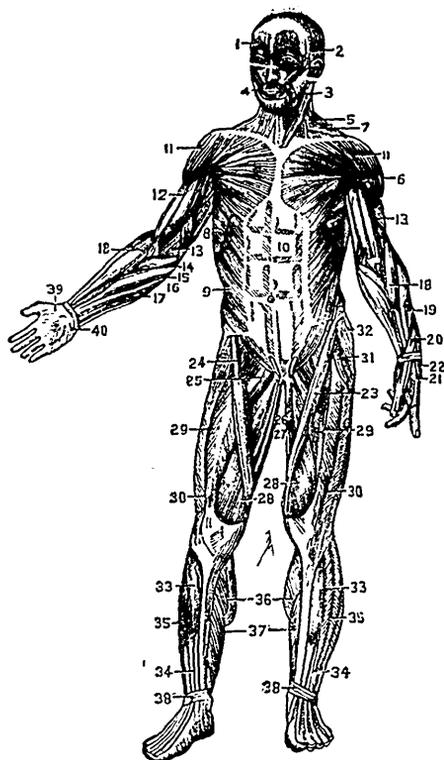


FIG. 2. Système musculaire. (Face antérieure du corps).

1. Muscle frontal. — 2. Muscle temporal. — 3. Masséter. — 4. Orbiculaire des lèvres. — 5. Sterno-Cléido-Mastoiïdien. — 6. Grand pectoral. — 7. Trapèze. — 8. Grand dentelé. — 9. Grand oblique. — 10. Droit de l'abdomen. — 11. 11. Dectoïde. — 12. Biceps brachial. — 13. 13. Triceps brachial. — 14. Rond pronateur. — 15. Grand palmaire. — 16. Petit palmaire. 17. Cubital antérieur. — 18. 18. Long supinateur. — 19. Premier radial externe. — 20 Long abducteur du pouce. — 21. Court extenseur du pouce. — 22. Extenseur propre de l'index. — 23. Couturier. — 24. Psoas iliaque. — 25. Pectiné. — 26. Premier adducteur. — 27. Droit interne. — 28. 28. Vaste interne. — 29. 29. Droit antérieur. — 30. 30. Vaste externe. — 31. Tenseur du fascia lata. — 32. Moyen fessier. — 33. 33. Jambier antérieur. — 34. 34. Extenseur propre du gros orteil. — 35. 35. Extenseur commun des orteils. — 36. Jumeau interne. — 37. Soléaire. — 38. 38. Ligament annulaire du tarse. — 39. Eminence thénar. — 40. Eminence hypothénar.

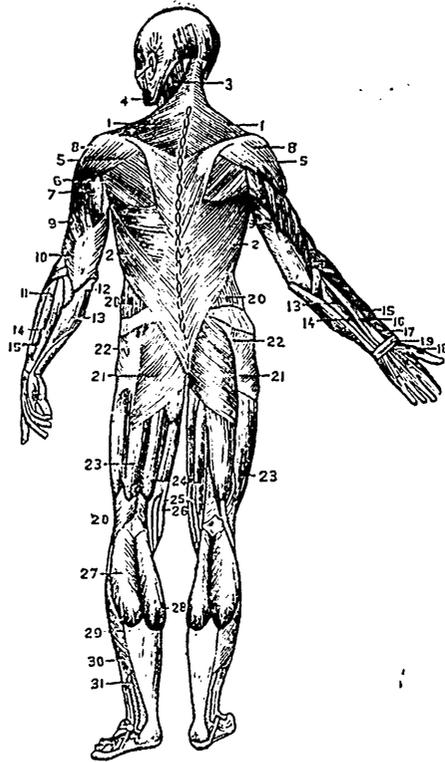


FIG. 3. Système musculaire. (Face postérieure du corps).

1. 1. Trapèze. — 2. 2. Grand dorsal. — 3. Splénus. — 4. Sterno-Cléido-Mastoïdien. — 5. 5. Sous-épineux. — 6. Petit rond. — 7. Grand rond. — 8. 8. Deltoïde. — 9. 9. Biceps brachial. — 10. Long Supinateur. — 11. Premier radial externe. — 12 Anconé. — 13. 13. Cubital postérieur. — 14. 14. Extenseur propre du petit doigt. — 15. 15. Extenseur commun des doigts. — 16. Long abducteur du pouce. — 17. Court extenseur du pouce. — 18. Long extenseur du pouce. — Ligament annulaire du carpe. — 20. 20. Grand oblique. — 21. 21. Grand fessier. — 22. 22. Moyen fessier. — 23. 23. Biceps crural. — 24. 24. Demi-tendineux. — 25. Demi-membraneux. — 26. Droit interne. — 27. Jumeau externe. — 28. Jumeau interne. — 29. Soléaire. — 30. Long péronier latéral. — 31. Court péronier latéral.

Les muscles sont ce qu'on appelle vulgairement la chair dans l'homme et dans les animaux. On les divise en deux classes : l'une comprend les muscles qui revêtent le squelette et on les nomme les muscles volontaires ou de la vie animale parce qu'ils obéissent à l'action de la volonté ; l'autre, est formée de couches minces, pâles, souvent microscopiques, que l'on rencontre dans l'intérieur des grandes cavités, et elles entrent dans la composition des divers appareils (les organes de la digestion, de la circulation) ; on les nomme les muscles involontaires de la vie organiques. Le bon fonctionnement de tous les muscles est indispensable à l'activité biologique régulière. Ainsi il faut des muscles pour respirer, comme pour marcher. Les grandes comme les petites actions humaines sont tributaires des muscles. Ne nous étonnons pas d'apprendre qu'il n'y a pas moins de 365 muscles dans l'organisme humain.

Le muscle à l'état de repos est élastique ; à l'état d'activité il change de forme, il se raccourcit et devient plus épais.

Inactif le muscle absorbe de l'oxygène et dégage de l'acide carbonique ; il est le siège d'une combustion dont le sang fournit les éléments. Cette combustion est bien active quand le muscle est en action ; le sang qui sort du muscle est noir, riche en acide carbonique et pauvre en oxygène.

Les aliments qui entretiennent ces combustions intra-musculaires sont surtout les graisses, les huiles, les féculents, tous les aliments respiratoires enfin.

Le muscle en travail n'oxyde pas les aliments azotés, tels que la viande, l'albumine, etc., mais en même temps qu'il produit de la chaleur, il contribue ainsi à élever la température du corps.

La force du muscle n'est pas en rapport avec son développement. Elle dépend uniquement de l'intervention plus ou moins énergique des centres nerveux. Tel individu sous l'influence de la colère, de l'ivresse, etc., étant apparemment frêle, est souvent capable d'une puissance musculaire considérable.

Il n'entre pas dans notre plan d'en dire davantage sur le système musculaire du corps humain. Parlons maintenant de la circulation.

Le sang circule dans tout le corps ; mais comment se fait la cir-

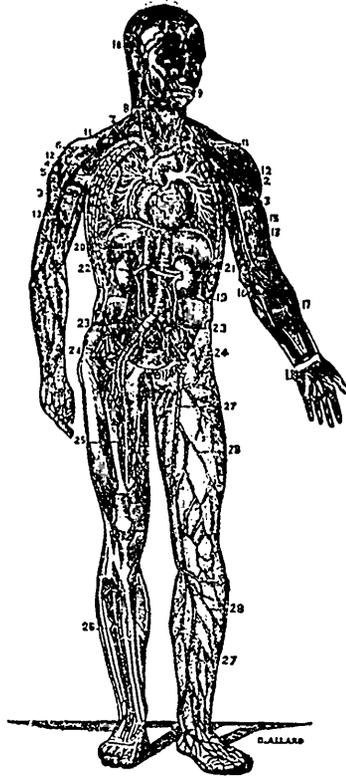


FIG. 4. La circulation.

1. Cœur. — 2. Artère pulmonaire. — 3. Ramification des artères, veines, bronches dans les poumons. — 4. Crosse de l'aorte. — 5. Veine cave supérieure. — 6. Troncs brachéo-céphaliques artériel et veineux — 7. Veine jugulaire droite. — 8. Artère carotide. — 9. Artères et veines faciales. — 10. Artères et veines temporales. — 11. Artères et veines sous-clavières. — 12. Artères et veines axillaires. — 13. Veines céphaliques superficielles. — 14. Veines superficielles de l'avant-bras. — 15. Artères et veines brachiales, à gauche. — 16. Artères et veines cubitales. — 17. Artères et veines radiales. — 18. Arcade palmaire. — 19. Artère aorte abdominale. — 20. Veine cave inférieure. — 21. Rein, à droite et à gauche. — 22. Artères et veines rénales. — 23. Artère et veine iliaque primitive. — 24. Artère et veine iliaque externe. — 25. Artère et veine fémorale. — 26. Artère et veine jambière. — 27. Veine saphène externe. — 28. Veines superficielles qui se jettent dans la saphène.

culution de ce liquide nourricier à travers tous les tissus de notre organisme ?

L'appareil circulatoire se compose de deux parties : un organe central, le cœur, et un réseau de canaux périphériques, les artères et les veines.

Le cœur est un muscle creux divisé intérieurement en quatre cavités, dont deux petites situées en haut, les oreillettes, et deux plus grandes situées en bas, nommées ventricules. Les cavités droites du cœur ne communiquent pas avec les cavités gauches ; mais l'oreillette et le ventricule du même côté communiquent entre eux. D'où la dénomination de cœur droit ou cœur pulmonaire et de cœur gauche ou cœur à sang rouge.

Le jeu du cœur consiste en des alternatives de contractions (systole) et de relâchement (diastole). Le nombre de contractions chez l'adulte est de 75 environ par minute ; mais il varie suivant une foule de circonstances (âge, exercice, émotions, sommeil, digestion, etc).

Le mécanisme de la circulation est, depuis 1619, parfaitement connu. Il y a la grande circulation et la petite circulation.

Le sang part du cœur gauche (ventricule gauche) par les artères et pénètre dans la profondeur des tissus auxquels il fournit des éléments de réparations et de développement. Le sang repris par les veines, revient au cœur droit. C'est là la grande circulation.

La petite circulation, c'est la circulation dans les poumons. Le sang part du cœur droit, et va, par l'artère pulmonaire, dans les poumons, dégage de l'acide carbonique et des vapeurs d'eau, se charge d'oxygène et revient au cœur gauche, par les quatre veines pulmonaires.

Le cœur est considéré comme un des organes les plus indispensables de la vie animale. En effet, la circulation du sang entretient la vie animale. Il y a des rapports sensibles entre la circulation du sang dans l'homme et la circulation de la sève dans les plantes.

Tout le sang passe par le cœur ; il y entre et il en sort continuellement. Le cœur est sans cesse en mouvement ; il ne s'interrompt aucun instant, depuis les premiers moments de la vie jusqu'aux derniers.

La fréquence du pou's est en rapport avec celle du cœur. Elle

varie suivant l'âge. On compte chez le nouveau-né, par minute, 140 à 180 pulsations; chez l'enfant d'un an, 100 à 115; dans l'enfance jusqu'à 14 ans, 80 à 85; chez l'adulte, 70 à 75. Chez le vieillard, le pouls prend de la fréquence. Les pulsations du pouls sont plus fréquentes après les repas, les exercices corporels et sous l'influence d'émotions. Enfin le pouls est moins fréquent chez l'homme que chez la femme.

L'homme respire. Il emprunte à l'atmosphère de l'oxygène qui exerce une action vivifiante sur le liquide nourricier, le sang, avec lequel il est mis en rapport.

La respiration est une fonction en partie double: l'absorption de l'oxygène et l'exhalaison de l'acide carbonique. La respiration se compose de deux temps: l'inspiration (l'arrivée de l'air dans les poumons) et l'expiration (la sortie de l'air des poumons).

Dans l'inspiration la poitrine se dilate, s'agrandit dans tous les sens pour faciliter l'entrée de l'air. Dans l'expiration, la poitrine revient sur elle-même, et les poumons se contractent pour chasser l'acide carbonique qui vient du sang. Normalement l'inspiration dure plus longtemps que l'expiration.

Parvenu dans les poumons, l'air s'y trouve séparé du sang par de minces membranes, suffisantes toutefois pour contenir dans des cavités distinctes, l'air et le sang. Comme tissus organiques, ces membranes ont la propriété de se laisser pénétrer. L'oxygène de l'air les traverse donc pour se combiner au sang, tandis que des fluides gazeux, parmi lesquels l'acide carbonique domine comme volume, s'en séparent et vont se mêler à l'air qui les emporte avec lui dans l'expiration. L'acide carbonique est en excès dans le sang veineux et dans les poumons; au contact de l'oxygène le sang veineux perd sa teinte noirâtre, devient rouge et retourne au cœur gauche transformé en sang artériel. L'ensemble de ces phénomènes se nomme *hématose*.

La différence de coloration entre le sang veineux et le sang artériel est due uniquement à la présence de l'acide carbonique ou de l'oxygène. Ainsi il se passe dans l'intimité de nos tissus une véritable respiration qui consiste essentiellement dans le phénomène de combustion, source de la chaleur animale. En effet, l'oxygène apporté par le sang artériel va s'oxyder dans l'intérieur de nos tissus; l'acide carbonique qui est le résultat de la combi-

raison de l'oxygène avec le carbone, est repris par le sang veineux et exhalé par les poumons.

Le nombre de mouvements respiratoires, par minute, est de 18 en moyenne. On fait passer environ 10 litres d'air dans les poumons par minute, ce qui fait 600 litres par heure, et par 24 heures plus de 14000 litres. Quand les mouvements respiratoires sont plus énergiques, ces chiffres sont plus élevés.

Les phénomènes chimiques de la respiration sont la source de la chaleur animale. La température normale de l'homme est de 37 degrés.

La respiration est une fonction instinctive qui est nécessaire à notre existence, parce qu'elle a pour but de dépouiller le sang de son acide carbonique et de lui donner en échange de l'oxygène qui le rend vivifiant. Ainsi, il importe de s'assurer de l'excellence de l'air que nous respirons comme de l'aliment que nous mangeons.

Tout le monde sait comment on mange, mais ce que bien peu savent c'est comment on digère, et comment s'opère la transformation de l'aliment en liquide sanguin. Fort heureusement la nature fait digérer sans qu'il soit nécessaire d'en connaître le secret.

Les organes de la digestion sont la bouche, l'estomac et les intestins.

La digestion est cette grande fonction de la vie au moyen de laquelle les aliments introduits dans les voies digestives, subissent des modifications qui ont pour but de fournir à l'organisme les matériaux propres à son développement ainsi qu'à la réparation des pertes qu'il éprouve sans cesse. Les actes de la digestion sont : la préhension des aliments, la mastication, la salivation, la chymification et la chylication, enfin l'introduction du chyle ou du produit final de la digestion dans le liquide sanguin.

Les aliments une fois introduits dans la bouche, sont broyés par les dents, c'est ce qui constitue la mastication. Pendant que les aliments sont mâchés, ils sont insalivés.

Les dents avec l'aide de la salive que secrètent les glandes situées dans la bouche transforment les aliments en une pâte molle et onctueuse qui passe facilement dans l'estomac au moyen de la déglutition, et par un conduit appelé l'œsophage. Le ferment digestif de la cavité buccale est la ptyaline.

L'estomac est un organe creux, conoïde, placé transversalement à la partie supérieure de l'abdomen. Le pylore est l'ouverture qui donne passage aux aliments dans l'intestin.

Les aliments arrivent dans l'estomac, et y séjournent de une heure à quatre heures suivant leurs qualités. Pendant le travail de la digestion, l'estomac se contracte, et sous l'influence d'un liquide secrété par les glandes de l'estomac, qu'on nomme suc gastrique (qui contient de la pepsine), les aliments sont convertis en une bouillie homogène et grisâtre appelée chyme. L'estomac se vide de deux façons : en absorbant d'abord une partie du chyme, en laissant passer ensuite l'autre partie, par le pylore, dans l'intestin.

Dans l'intestin, grâce aux liquides sécrétés par le foie (glande située au côté droit de l'estomac) et le pancréas (glande située à la partie supérieure et contre la paroi postérieure de la cavité intestinale), le produit de la digestion de l'estomac, le chyme se transforme en chyle. Dans l'intérieur des intestins s'ouvrent des bouches nombreuses des vaisseaux absorbants, qui puisent le chyle, et le versent dans les vaisseaux sanguins, pour servir à réparer l'usure des organes par le mouvement de la vie.

Les substances réfractaires à la digestion deviennent les excréments.

L'organisme humain a besoin d'une ration alimentaire pour conserver un équilibre parfait et constant entre les recettes et les dépenses. C'est pourquoi la question de l'alimentation de l'homme est la plus importante et la plus compliquée de l'hygiène, car elle relève des phénomènes de la nutrition qui sont à la fois d'ordre physique, chimique et physiologique. Ainsi il importe de choisir des aliments salubres, de varier dans certaines proportions les substances animales et les substances végétales, d'observer bien exactement les règles de l'hygiène dans le boire et le manger. Gardons-nous de la gourmandise.

Le rein est le corollaire de la digestion. La digestion est la fonction d'assimilation et le rein est un organe d'élimination, de désassimilation.

Les reins sont deux glandes situées dans la partie postérieure du bas-ventre, l'un à droite et l'autre à gauche, et en communication avec la vessie par deux petits conduits, les uretères.

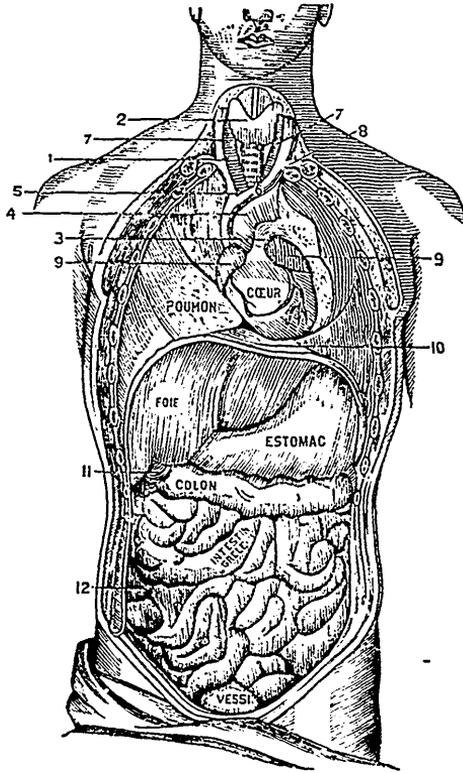


FIG. 5. Des organes thoraciques et abdominaux.

1. Trachée-artère. — 2. Corps thyroïde (glande située au-devant du larynx). — 3. Artère pulmonaire et sa branche gauche de bifurcation. — 4. Artère aorte. — 5. Veine cave supérieure. — 6. Tronc veineux brachio-céphalique gauche (formant par sa réunion avec celui du côté droit la veine cave supérieure). — 7. 7. Artère carotide. — 8. Veine sous-clavière. — 9. 9. Oreillettes. — 10. — Diaphragme. — 11. Vésicule biliaire. — 12. Côlon ascendant (gros intestins).

Tous les troubles de la nutrition, toutes les altérations du sang retentissent sur le rein, déterminent souvent des lésions graves, fréquemment mortelles.

Le froid, l'usage immodéré des liqueurs spiritueuses déterminent souvent des affections rénales très graves.

L'estomac, le foie et les reins font tout ce qu'ils peuvent pour supporter le labeur que leur impose la constance des repas succulents, et souvent l'usage immodéré des boissons alcooliques, mais, un jour arrive où, à bout de force, ils faiblissent et les voilà livrés à l'ennemi, la maladie.

Le système nerveux est un constituant de l'organisme humain, celui qui présente le plus d'intérêt pour le médecin. Il a sous sa dépendance toutes les fonctions organiques et vitales : la respiration, la circulation, la digestion, la nutrition, la sécrétion, la croissance ; il concourt à l'harmonie de l'ensemble, à la manifestation et à la continuation de la vie. Du système nerveux dépendent les opérations de l'esprit, les sentiments, les tendances, les passions, la volition. Ce système se compose du cerveau, du cervelet, de la moelle épinière et des nerfs.

Le cerveau est une substance molle, blanche et grise, ayant une forme ovale, voûtée à sa face supérieure et aplati inférieurement. Il est situé à la partie supérieure et antérieure du crâne. Il se compose de deux moitiés semblables, que sépare un sillon profond. Chaque moitié porte le nom d'hémisphère, bien qu'elle ait plutôt la forme d'un quart de sphère.

Le cervelet, composé, comme le cerveau de substance molle, blanche et grise, est placé en arrière et au-dessous du cerveau. Il est beaucoup moins volumineux que le cerveau.

La moelle épinière naît du cerveau ; elle est un gros cordon cylindroïde logé dans le canal vertébral.

Le cerveau et la moelle épinière donne naissance aux nerfs.

Les nerfs sont des cordons blanchâtres, tenant par une extrémité aux centres nerveux, le cerveau et la moelle épinière, et vont se perdre, en se subdivisant, dans toutes les parties de l'organisme. On les divise en nerfs sensitifs et nerfs moteurs.

Il y a quarante-deux paires de nerfs ; douze viennent du cerveau et desservent les yeux, les oreilles, le nez, la langue, la face,

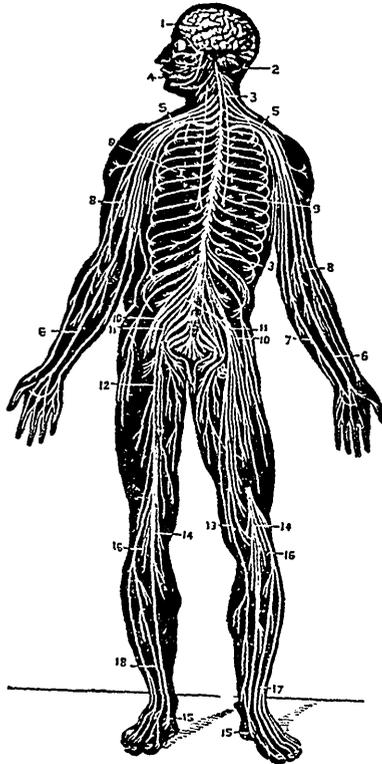


FIG. 6. Système nerveux vu dans son ensemble.

1. Cerveau. — 2. Cervelet. — 3. 3. La moelle épinière. — 4. Ners de la face. — 5. 5. Ners du plexus cervical et axillaire. — 6. 6. Nerf médian. — 7. 7. Nerf cubital. — 8. 8. Ners radial et musculo-cutané. — 9. 9. Ners intercostaux. — 10. 10. Nerf crural. — 11. 11. Nerf iliaque. — 12. 12. Nerf sciatique. — 13. 13. Nerf saphène interne. — 14. 14. Nerf sciatique proplité interne. — 15. 15. Nerf plantaire. — 16. 16. Nerf sciatique proplité externe. — 17. 17. Nerf péronier antérieur. — 18. 18. Nerf musculo-cutané de la jambe. De chaque côté de la moelle, on voit deux cordons nerveux appartenant au grand sympathique.

etc. ; trente naissent de la moelle épinière et se distribuent en se subdivisant dans tout le corps.

Certains nerfs ont des fonctions spéciales ; ainsi le nerf de l'oreille ou nerf acoustique, ne sert qu'à l'audition. Le nerf de l'œil ou nerf optique est sensible à la lumière et on ne peut voir quand ce nerf est coupé ou paralysé. Certains nerfs sont préposés au sens du goût et sont répandus dans la langue et le palais ; d'autres au sens de l'odorat et tapissent l'intérieur du nez. Le nerf *grand sympathique* a sa place au milieu des organes de la digestion, parce qu'il a des rapports avec eux.

Sans le principe qui circule dans le nerf, qui anime les organes, qui communique les impressions au cerveau et le mouvement au muscle, toute la machine humaine serait inerte. Je veux mouvoir mon bras, ma jambe, ma volonté est transmise au cerveau et le mouvement aux muscles du bras ou de la jambe par les nerfs qui desservent ces parties du corps.

Ainsi le système nerveux est le siège de l'intelligence, des facultés sensoriales et de la motricité ; il est l'instrument indispensable à l'exercice de toutes nos facultés et il préside à tous les phénomènes dont l'ensemble constitue la vie. Mais hâtons-nous de dire que ce système est particulièrement l'instrument de ce principe supérieur, immatériel qu'on appelle l'âme. En effet, il n'y a que l'âme qui sent, qui pense et qui veut en nous. Car la matière ne peut sentir, penser ni vouloir. L'âme commande donc à la matière. Ainsi le cerveau reçoit toutes les impressions et c'est l'âme qui les apprécie. N'essayons pas de nous expliquer le lien mystérieux par lequel l'âme est unie au corps. Mais remercions le Créateur d'avoir placé l'homme au dessus du règne animal, en le douant de qualités morales et intellectuelles.

Les rapports de l'âme et du corps sont intimes et incessants ; ils agissent l'un sur l'autre. 2. Quiconque refuse de reconnaître cette union harmonique dans sa création, brise son existence. Car Dieu a réglé ainsi les mouvements de l'âme et du corps qui se font dans un accord parfait.

Dieu fit à l'homme trois dons éminents, qui lui assurent l'empire sur la création visible, savoir : l'intelligence pour raisonner, le langage pour s'associer et les mains pour exécuter. Ces caractères sont tout-à-fait particuliers à l'homme ; et ils en démontrent davan-

tage son excellence et sa supériorité dans la création. Mais l'homme marche dans la vie avec des moyens de vivre de beaucoup inférieurs à ceux des animaux supérieurement organisés. En effet, l'homme apparaît ici-bas dépourvu d'armes défensives et le Créateur en a donné aux autres êtres. Sa peau est nue, exposée à l'ardeur brûlante du soleil et comme à la froidure rigoureuse des hivers; son enfance est une longue faiblesse, son existence est une lutte continuelle contre l'intempérance des appétits, des passions et contre la maladie; son ignorance originelle, le rend le plus misérable des créatures. Victime des éléments de la nature, il ne jouit d'aucun avantage sans l'acheter au prix de ses travaux. L'homme ne peut rien sans l'éducation. Il lui faut péniblement apprendre à vivre, à parler, à bien penser, sa vie est subordonnée à l'éducation qu'il a reçue dans sa jeunesse.

L'homme la partie pensante de la création visible. Il est la nature ayant conscience d'elle-même, et il est responsable, à certains égards, de sa vie et de sa santé. De là, pour tous les instituteurs, l'obligation d'inculquer dans l'esprit de la jeunesse les règles de l'hygiène physique et de l'hygiène morale. Il importe d'habituer cette jeunesse, dès les plus tendres années, à régulariser les principales fonctions de la vie matérielle, intellectuelle et morale. Car la santé est comme l'attribut d'une existence sagement conduite, et la maladie est presque toujours la conséquence d'infraction aux lois de l'hygiène.

La pédagogie embrasse la grande œuvre de la transformation de l'enfant en homme; elle a un caractère à la fois intellectuel, physique et moral. L'éducation de l'âme et l'hygiène ne peuvent se séparer sans de graves préjudices. Ainsi l'instituteur doit-il toujours avoir présent à sa mémoire cette devise : *Mens sana in corpore sano*.

L'enseignement de l'hygiène est donc une question profondément sociale, puisqu'il y va de la vitalité de l'homme, de la nation; il s'impose impérieusement dans toutes les maisons d'éducation pour favoriser le développement et le perfectionnement physique, intellectuel et moral de la jeunesse studieuse. Mais, pour cela, il faut formuler un programme d'enseignement de l'hygiène qui promette de réaliser cette sublime mission : de donner à la culture de l'esprit une bonne et solide assise dans une santé affermie

et dans un développement corporel régulier. Ainsi l'homme qui veut rester sain, et mourir vieux, doit connaître les principales fonctions de son organisme à l'état d'équilibre, et les lois de l'hygiène qui en favorisent leur conservation, leur développement et leur perfectionnement. En conséquence, l'étude de l'hygiène privée ou individuelle réalise admirablement ce programme d'enseignement de l'hygiène dans les institutions scolaires.

Enfin, cette question d'hygiène, qui est entouré du plus pur patriotisme, a déjà trouvé écho dans le Conseil de l'Instruction publique de la province de Québec. Aujourd'hui on en comprend la valeur sociale, et les conséquences vitales pour l'avenir de notre peuple. En effet, c'est bien servir sa patrie que de protéger ses futurs défenseurs.

Messieurs les Instituteurs, la Patrie d'aujourd'hui vous confie la noble mission de préparer la génération de demain ; faites la digne d'elle, en lui préparant des sujets instruits, fiers et robustes.

Messieurs, il me reste à vous remercier pour l'attention très aimable avec laquelle vous m'avez écouté, et pour l'insigne honneur que vous avez bien voulu me faire en m'invitant à venir devant votre belle association vous donner une conférence.

Encore une fois, merci ! merci !

---

**L'hygiène dans la province de Québec.**—Eclairé par la triste expérience des épidémies qui ont décimé ses populations, le peuple de la province de Québec regarde d'un œil inquiet le choléra qui, après avoir hiverné en Europe, fait mine de préparer un plan de campagne pour cet été.

Grâce aux mesures énergiques prises par les autorités sanitaires du Canada, le choléra sera tenu de donner son signalement, si jamais il traverse l'océan et tend de pénétrer au milieu de nos populations. Alors il sera facile de l'atteindre avec l'arme de l'hygiène, et de lui faire la partie due ; car l'hygiène est toute-puissante contre les épidémies.

Soyons confiants dans l'hygiène et soyons calmes devant le danger.

## HYGIÈNE DE L'ENFANCE

### Du sevrage

“ Que d'enfants meurent pour manger trop tôt, manger trop, ou  
“ manger de tout. ”

A quel moment doit-on donner une nourriture supplémentaire au lait de la mère ou de la nourrice ?

Au cours de l'allaitement, on arrive bientôt à se poser cette question. Il est certain qu'on devra tenir compte, à ce sujet, de la force et des besoins de l'enfant, mais ici nous ne pouvons parler que d'une façon générale et nous baser sur la moyenne. Or, c'est ordinairement à partir du cinquième ou du sixième mois que l'on devra commencer à donner à l'enfant un léger supplémentaire de nourriture, composé soit de bouillie légère, de semoule au lait, soit de panade, de farine lactée, d'arrow-root, etc., etc ; il n'existe pas de règle qui puisse enjoindre de donner à l'enfant une des préparations ci-dessus de préférence aux autres. Il faut tâter les susceptibilités de chacun ; tel enfant se trouvera bien de la farine lactée que tel autre ne pourra digérer. Il en sera de même des autres aliments.

Ces aliments seront donnés en très petite quantité, quelques cuillerées par jour au début ; en augmentant à mesure que l'enfant grandit. Bientôt, vers les sept ou huit mois on pourra ajouter des œufs et un potage gras par semaine, en se gardant bien d'élargir le cercle des aliments ci-dessus désignés, comme le font certains parents qui se glorifient sottement d'avoir des enfants de cet âge qui mangent de tout, comme eux.

On doit bien se graver dans l'esprit que, jusqu'à l'âge de dix-huit mois, la nourriture d'un enfant doit se composer exclusivement : de laitage, de soupe au lait, d'œufs et de bouillons, à l'exception de légumes et de viandes.

Un enfant qui n'a pas de dents pour mâcher et triturer la viande, n'a pas un estomac apte à la digérer.

Les enfants de cinq à six mois, bien portants et élevés au biberon suivant la méthode de l'allaitement mixte, peuvent boire le lait pure, non sucré et tiède.

Un enfant auquel on donne à manger trop tôt, ou que l'on nourrit d'aliments disproportionnés à son âge, est sous la menace constante de la gastro-entérite, des convulsions et du rachitisme.

Au milieu d'une excellente santé apparente, principalement dans la saison chaude, un beau jour les vomissements et la diarrhée le prennent, le ventre se ballonne. Ces symptômes s'accroissent ; il maigrit, la peau se ride, la face prend l'aspect de celle d'un vieillard, la bouche se remplit de muguet, le corps se refroidit, l'érythème envahit les fesses et les membres inférieurs, et la mort survient en quelques heures, ou en quelques jours, au milieu des cris et des souffrances.

L'athrepsie a fait son œuvre !

\*  
\* \*

Sevrer un enfant, c'est lui enlever le sein ou le biberon, c'est-à-dire lui supprimer le lait, pour le nourrir avec des aliments solides, se rapprochant sensiblement de la nourriture de l'homme adulte.

A quelle époque doit-on sevrer un enfant ?

S'il est bien portant, si sa dentition est assez avancée, s'il a huit à dix dents, s'il a de quinze à dix-huit mois, on peut le sevrer sans danger.

Certains enfants ont besoin d'une nourriture solide, plus tôt que d'autres, et se sevrer d'eux-mêmes dès qu'ils ont commencé à manger.

Diverses causes peuvent faire avancer ou retarder l'époque du sevrage : d'une part une maladie de la mère, ou son affaiblissement ; la disparition ou l'altération de son lait ; d'autre part, une évolution dentaire difficile, une maladie chez l'enfant, une évolution de groupe de dents.

On évitera de sevrer les enfants pendant les grandes chaleurs, où la diarrhée sévit sur ces petits êtres.

Il y a deux façons d'opérer le sevrage, soit que l'on agisse brusquement ou progressivement.

Quand la nourrice tombe gravement malade, ou que son lait disparaît tout d'un coup, il n'y a pas deux conduites à tenir : on éloigne le nourrisson, et le sevrage se fait brusquement ; mais quel que soit l'âge auquel on veut sevrer l'enfant, si rien ne vient compliquer la situation, il faut le faire de préférence d'une façon progressive, dans l'intérêt de la mère si c'est elle qui nourrit, comme dans l'intérêt de l'enfant lui-même.

En sevrant progressivement, c'est-à-dire en diminuant de jour

en jour le nombre de têtées, le lait se tarit insensiblement, et l'on évite ainsi les engorgements et les abcès. L'enfant lui-même s'habitue peu à peu à son nouveau régime, et sa santé n'en ressent point le contre-coup. Enfin pour précipiter le dénouement, on le sépare de sa nourrice, et l'on enduit le mamelon de celle-ci avec une substance amère quelconque, telle que l'aloés; l'enfant se dégoûte aisément et ne tarde pas à prendre en horreur ce qu'il aimait tant.

Il est bon de ne pas ignorer que si le sevrage prématuré expose à la diarrhée, à l'athrepsie et au rachitisme, le sevrage tardif, si la nourrice est épuisée, débilite l'enfant et peut amener chez lui des accidents scrofuleux.

La femme qui sèvre dans ces conditions n'a rien à redouter pour elle-même en prenant quelques précautions.

Elle doit diminuer la quantité de ses aliments, se purger de temps en temps et se couvrir les seins d'une feuille de ouate pour les comprimer légèrement.

Inutile d'ajouter que toutes les tisanes à la mode, comme la pervenche, sont remèdes superflus.

Dr SELLE.

---

## L'HYGIÈNE DES OFFICINES DE COIFFEURS

A la Société dermologique de Berlin, on s'est occupé des dangers de contagion de certaines maladies par les rasoirs, peignes, ciseaux et ustensiles des coiffeurs. Le Dr Kobner est d'avis que les coiffeurs savonnent les clients avec leurs doigts, comme cela se fait dans certains endroits, que le pompon à poudre soit remplacé par un insufflateur, et que les clients apportent avec eux la brosse et le peigne dont ils se servent journellement.

M. Lendermann déclare que les recherches expérimentales faites au laboratoire de M. Fraenkel lui ont prouvé que, pour être à peu près inoffensifs, les ciseaux et les rasoirs doivent être enveloppés dans des compresses trempées dans l'alcool; les peignes peuvent se conserver dans l'ammoniaque; enfin, les brosses, après avoir servi, doivent être plongées dans une solution antiseptique.

Le Dr Monin recommandait ces précautions dans son *Hygiène du travail*. Elles sont loin d'être exagérées; ne vient-on pas de rapporter un cas de charbon inoculé au front par une brosse de coiffeur ?

# LA GOUTTE, LE GRAVALLE, LES RHUMATISMES

ne peuvent être guéris sans

## → LITHINE ←

Les sels granulés effervescents de CH. LE PERDRIEL, Carbonate, Citrate, Benzoate, Salicylate, Bromhydrate de **Lithine** dissolvent les calculs et les sels, causes premières de ces maladies.

AGENT GÉNÉRAL : C. ALFRED CHOUILLOU,

MONTRÉAL.

---

## DOMINION ICE COMPANY

---

JOS. BERNIER, |  
*Président.*

G. DESTROISMAISONS,  
*Secrétaire.*

FABRIQUE,  
GLACIÈRE  
& BUREAU :

} COIN DES RUES  
**ST-JEAN ET STE-EMIE**  
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.*

Meilleure Glace actuellement sur le Marché.

Notre Glace est Belle, Pure et Salubre.

## 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.

---

### 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).

---

**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, LELOIR, TARNIER, etc. MM. les Professeurs AGRÉGÉS, BALLEZ, 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 nombreuses gravures. Il forme par an, deux beaux volumes in-4 raisin, d'environ 600 pages chacun. Abonnement d'un an 21 fr. pour.....

# CHOLERA !

Prévenez cette **TERRIBLE MALADIE** en vous procurant de suite

## L'ANTICHOLÉRIQUE du Dr NEY

La Diarrhée, quoique n'ayant pas ordinairement le caractère grave du Choléra, a souvent des conséquences funestes, si elle est négligée.

Quelques doses d'ANTICHOLÉRIQUE du Dr NEY arrêtent à son début ce mal si redoutable.

M. A. CASAVANT, pharmacien, aux Etats-Unis, écrit ce qui suit :

M. L. ROBITAILLE,

*Monsieur et Cher Confrère,*

"Je me fais un devoir de témoigner en faveur de l'ANTICHOLÉRIQUE du Dr NEY, que vous (toi, parait-il, en voie de faire connaître au public canadien. Voilà plus de dix ans que je suis dans la pharmacie en différentes localités aux Etats-Unis, et je dois dire en toute sincérité que je ne connais pas de préparation qui ait donné autant de satisfaction que l'ANTICHOLÉRIQUE du Dr NEY. J'ai eu occasion de voir cette excellente préparation employée dans une foule de cas et toujours avec le plus grand succès. D'après mon expérience, c'est véritablement spécifique par excellence contre le CHOLÉRA et la DIARRHÉE." Bien à vous,

A. D. CASAVANT, Pharmacien  
Fall River, Mass. 2 avril 1892.

En vente partout à 50 cts la bouteille

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 religieuses, établissements industriels, constructions privées. Expertises, arbitrages, expropriations.

*Ingénieur Civil et Sanitaire, Arpenteur Provincial, Architecte*

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

MONTREAL.

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

Les Corporations et le public sont respectueusement invités à correspondre.

## TOUTES LES MALADIES

pour lesquelles on prescrit l'HUILE de FOIE de MORUE peuvent être traitées efficacement par

## LA FUCOGLYCINE GRESSY

C'est le seul remède qui, contenant tous les principes reconstituants de l'huile de foie de morue, soit d'un goût agréable et d'une digestion facile.

La **Fucoglycine**, après 35 années d'expériences concluantes, est aujourd'hui préférée à l'Huile de Foie de Morue par un grand nombre de médecins.

Préparée par LE PERDRIEL & C<sup>ie</sup>, Paris.

AGENT GÉNÉRAL : C. ALFRED CHOUILLOU,

MONTREAL.

## BIBLIOGRAPHIE

ENCYCLOPEDIE 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 27 sont en vente.*

|                                                 |           |
|-------------------------------------------------|-----------|
| Prix de chaque fascicules (1 à 27).....         | 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. “ |

---

---

## ANTIPYRINE EFFERVESCENTE

L'éloge de l'Antipyrine n'est plus à faire : sa sûreté et sa promptitude d'action sont aujourd'hui nettement établies contre la

MIGRAINE, LES SCIATIQUES, L'ANGINE DE POITRINE, &C.

Son seul inconvénient était l'intolérance présentée à son égard par certains estomacs délicats rapidement pris de crampes et de nausées.

Cet inconvénient est supprimé et de la façon la plus absolue dans l'**Antipyrine Effervescente** par l'adjonction de l'acide carbonique que lui assure le bénéfice de son pouvoir antigestalgique bien connu.

Préparée par LE PERDRIEL & CIE, Paris.

*Agent général :*

**C. ALFRED CHOUILLOU,**

**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, est placé sous la direction de M. A. E. GIGUÈRE, élève de M. M. 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 sequardiennes faites d'après la formule du Dr BROWN-SEQUARD, de la Faculté de Paris.

## DEPOT POUR LE CANADA

du **Tonifuge Français** du Dr E. DUHOUREAU, exclusivement végétal, sans mercure, à l'extrait de 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,**

Coin 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. GRO. STREMSKI, 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.