

## 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.

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

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

- Additional comments / Commentaires supplémentaires:      Pagination continue.

# JOURNAL D'HYGIÈNE POPULAIRE

FONDÉ EN  
1884

VIII<sup>e</sup> ANNÉE

MONTREAL, JANVIER 1892

No 9

LA REDACTION : LE DR J.-I. DESROCHES.  
L'ADMINISTRATION : 25, RUE SAINTE-THERESE.  
BOITE 2027, BUREAU DE POSTE.

## AVIS IMPORTANT

Nous prévenons nos Abonnés que, par suite d'un changement opéré dans l'Administration, à l'avenir ils devront adresser leurs lettres

**"JOURNAL D'HYGIENE POPULAIRE,"**

Boîte 2227, Bureau de Poste, Montréal.

On pourra aussi, dorénavant, se présenter, pour tout ce qui concerne l'Administration, au

**No 25, RUE SAINTE-THERESE, MONTREAL.**

Ce changement sera à l'avantage de nos abonnés qui seront servis plus vite.

## RÈGLEMENTS DU CONSEIL D'HYGIÈNE

DE LA

PROVINCE DE QUEBEC

§ 6. *Funérailles, inhumation.*

**26.** Le cadavre de toute personne morte de la variole, du choléra asiatique, du typhus, de la diphtérie, du croup ou de la fièvre scarlatine, doit rester isolé dans la chambre qu'elle a occupée pendant la maladie, et ce, jusqu'au moment des funérailles.

**27.** Le cadavre de toute personne morte de variole, de choléra asiatique, de typhus, de diphtérie, de croup, de fièvre scarlatine ou de fièvre typhoïde, doit être désinfecté de la manière décrite dans la cédule H.

**28.** Le cadavre de toute personne morte de variole, de choléra asiatique, de typhus de diphtérie, de croup, de fièvre scarlatine ou de fièvre typhoïde, ne doit pas être transporté d'une municipalité dans une autre, à moins qu'il ne soit désinfecté tel que prescrit à l'article 27, et enfermé dans un cercueil en métal solide ou doublé en métal et hermétiquement formé.

**29.** Nul ne peut assister aux funérailles ou à l'inhumation d'une personne morte de variole, de choléra asiatique, de typhus, de diphtérie, de croup ou de fièvre scarlatine, s'il n'est ministre du culte en fonction, officier public ou témoin nécessaire, ou strictement indispensable pour le transport ou l'inhumation du cadavre, à moins que le dit cadavre ait été déposé dans un cercueil en métal solide ou doublé en métal et hermétiquement fermé.

Tout véhicule, qui a servi au transport de tel cadavre, doit être désinfecté, conformément à la cédule C, immédiatement après qu'on en a fait usage.

**30.** Lorsqu'un décès a été causé par la variole, le choléra asiatique, le typhus, la diphtérie, le croup, la fièvre scarlatine, la fièvre typhoïde ou la rougeole, le chef de la maison, où tel décès a eu lieu, doit, avant l'inhumation, en prévenir le ministre du culte, afin de le mettre en mesure d'exercer le pouvoir, que lui confère l'article 3468 des Statuts refondus de la Province, de prohiber l'entrée des cadavres contagieux dans l'église. (a)

**31.** Le cadavre d'une personne morte de variole, de choléra asiatique, de typhus, de diphtérie, de croup, de fièvre scarlatine ou de fièvre typhoïde, doit être enterré dans les vingt-quatre heures qui suivent le décès, à moins que le dit cadavre ait été déposé dans un cercueil en métal solide ou doublé en métal et hermétiquement fermé. (b)

**32.** Comme, d'après l'article 3479 des Statuts refondus de la

---

(a) Comme, aux termes de la Loi des Inhumations et des Exhumations, la responsabilité de permettre l'entrée des cadavres contagieux dans l'Eglise est laissée aux Ministres du Culte, le Conseil d'Hygiène croit devoir leur recommander instamment de protéger la santé de leurs paroissiens en ne donnant jamais cette permission. Il suffit, en effet, d'une seule imprudence, d'un seul cas de maladie contagieuse pour produire une épidémie.

(b) La Loi des Inhumations exige que le cadavre de toute personne morte de variole, de choléra asiatique, de typhus, de diphtérie, de fièvre scarlatine, de fièvre typhoïde, de morve ou de rougeole, soit mis dans une fosse séparée et recouvert d'au moins 4 pieds de terre. Il est interdit de déposer ces cadavres dans un charnier ou de les enterrer dans une Eglise. (Voir Statuts Refondus, Art. 3465).

Province, il appartient au Conseil d'Hygiène de fixer le laps de temps qui doit s'écouler entre l'inhumation et l'exhumation de toute personne morte de maladie contagieuse, il est nécessaire d'obtenir son autorisation avant d'exhumer le cadavre de toute personne morte de variole, de choléra asiatique, de typhus, de diphtérie, de croup, de fièvre scarlatine ou de fièvre typhoïde, même après cinq années révolues.

---

**MANUEL POPULAIRE DES PREMIERS SOINS A DONNER  
AUX MALADES ET AUX BLESSÉS AVANT  
L'ARRIVÉE DU MÉDECIN (\*)**

---

**L I V R E   I I I**

**Brûlures**

En raison des douleurs extrêmement vives que les brûlures entraînent, on ne doit les traiter qu'avec des ménagements excessifs.

*Évitez avec soin de déchirer les vésicules qui se sont produites et qui protègent la surface brûlée contre l'action de l'air. Si ces vésicules sont déchirées, gardez-vous bien d'enlever la pellicule mince, affaissée, qui continue à recouvrir les tissus. C'est surtout en déshabillant le brûlé qu'il faut, pour ne pas déchirer les vésicules ou enlever des lambeaux d'épiderme, apporter la plus minutieuse attention.*

*N'appliquez jamais sur les brûlures des liquides irritants (encres, vin, huile chaude, gelée de groseilles). L'eau fraîche sou-*

---

(\*) " Le Manuel populaire des premiers soins à donner aux malades et aux blessés avant l'arrivée du médecin " est une des excellentes publications de la Société française d'hygiène de Paris. Cet ouvrage, d'une valeur pratique considérable, a été rédigé par une Commission de la Société, MM. Blayac, Delacroix, De Pietra Santa et Moreau de Tours, rapporteur.

Nous ne saurions trop recommander ce tract à nos lecteurs. D'ailleurs, ils savent déjà ce qu'il contient, car nous le reproduisons dans ce journal.

Enfin la Société française d'hygiène, a droit à la reconnaissance des peuples de tous les pays pour ses nombreux travaux de vulgarisation hygiénique qui lui valent l'honneur de marcher de l'avant dans le progrès scientifique.

Honneur et reconnaissance à la Société française d'hygiène de Paris !

Le prix est 60 centimes.

En vente : au Bureau de la Société française d'hygiène, 30, rue du Dragon et chez Félix Alcan, éditeur, 108, boulevard Saint-Germain, Paris.

vent renouvelée est le meilleur et le plus calmant de tous les pansements provisoires.

Les brûlés ont toujours une tendance à prendre froid, et leurs refroidissements sont extrêmement dangereux. Vous devez donc exercer, à cet égard, dans les brûlures étendues, la plus grande attention.

En dehors des brûlures extérieures, on a parfois affaire, dans les cas d'accidents par les explosions de gaz, de grisou, de chaudières à vapeur, à des brûlures de la bouche, des fosses nasales, de la gorge : quelques bouchées d'eau fraîche ou de lait constituent, alors, un bon moyen de calmer une cuisson très vive et très pénible. Mais ces liquides doivent être donnés en petite quantité et avec précaution, pour que le brûlé n'avale pas de travers, car les efforts de toux qui en résulteraient seraient des plus douloureux. Le mieux seraient encore de ne point donner à boire directement, mais de passer simplement dans la bouche un linge mouillé d'eau et de lait. Il est également utile d'humecter de cette façon l'intérieur des narines. Tout en lui évitant les refroidissements, il faut s'attacher à faire respirer au malade un air pur et frais.

Dans les brûlures étendues, portant sur une grande partie du corps, il faut, plus que jamais, attacher une grande importance à prévenir les refroidissements. Au lieu d'eau fraîche qui, appliquée sur une grande surface, contribuerait au refroidissement, vous pouvez vous servir alors de pulpe de pomme de terre râpée. La glycérine qui agit comme topique et anesthésiant est aussi à recommander.

Il est bon aussi, *s'il n'existe pas de brûlure de la bouche*, de donner au brûlé une infusion chaude de thé ou de café noir, pour dissiper la torpeur dans laquelle il se trouve souvent à la suite du choc traumatique et de la violente douleur éprouvés.

#### *Brûlures produites par des liquides corrosifs.*

On désigne encore sous le nom de *brûlures* les lésions produites par des substances caustiques ou corrosives, telles que les acides et certaines substances chimiques. L'acide sulfurique (vitriol) produit les brûlures les plus graves et les plus profondes. Vient ensuite l'acide azotique (acide nitrique, eau-forte), puis l'acide chlorhydrique (esprit de sel), qui produisent des brûlures le

plus souvent superficielles. Ces brûlures ne sont pas régulières; on y observe souvent des sillons causés par l'écoulement des liquides.

Le premier soin à prendre, dans un cas de ce genre, est de procéder à un lavage rapide à grande eau, le plus tôt possible. Si la région le permet, on l'immerge dans un récipient rempli d'eau froide. Les particules encore en contact avec la peau sont ainsi diluées par l'eau, et leur action corrosive se trouve diminuée ou supprimée. Quant au pansement provisoire de la brûlure elle-même, on procédera comme il a été dit pour les brûlures en général.

Il peut arriver qu'un liquide corrosif soit avalé intentionnellement ou par mégarde. Il se produit alors, en dehors des phénomènes d'empoisonnement, des brûlures très graves de la bouche, de la partie supérieure du tube digestif, de l'appareil respiratoire et de l'estomac. (Le traitement de ces lésions internes sera exposé au chapitre des empoisonnements).

#### **Insolation.**

Portez le malade à l'ombre, dans un endroit frais; retirez-lui sa coiffure, surtout s'il s'agit d'une coiffure militaire. Desserrez les vêtements qui peuvent le gêner, en particulier au niveau du cou. Appliquez sur la tête des compresses d'eau très froide, de glace pilée. Pratiquez, sur tout le corps, des frictions avec de l'eau froide. Enfin, si les mouvements respiratoires sont complètement suspendus, faire la respiration artificielle en ayant soin de la prolonger longtemps.

Jamais, après une insolation, le malade ne doit rentrer chez lui. Il est toujours nécessaire qu'il reçoive les conseils d'un médecin, si passagers, si légers même, qu'aient été les accidents. Souvent, en effet, l'insolation prédispose à la congestion cérébrale et nécessite un régime et un traitement préventifs que le médecin peut seul prescrire.

#### **Falgration.**

Les individus atteints par la foudre offrent des lésions à des degrés différents.

En général, ils perdent immédiatement connaissance. De plus, ils peuvent être paralysés du mouvement et du sentiment. A ces

troubles graves viennent s'ajouter quelquefois des brûlures et des plaies.

Il est indiqué de ranimer le plus vite possible les forces du foudroyé : frictions, flagellations, affusions d'eau froide. On administre des lavements de café; on fait prendre au malade des toniques et des cordiaux. Si le blessé ne respire pas, pratiquer la respiration artificielle.

Quand le foudroyé aura repris ses sens, on s'occupera de panser ses brûlures et ses plaies.

## L I V R E I V

### Congélation,

*Évitez, dans les cas de congélation totale ou partielle, de placer, d'emblée, le malade dans une chambre chaude ou devant le feu. Le brusque passage du froid à la chaleur entraînerait des congestions et des gangrènes. Mettez-le dans une chambre froide, qu'on échauffera progressivement.*

S'il s'agit d'une congélation totale, déshabiller le malade, en coupant rapidement ses vêtements raidis par le givre. On enlèvera, avec précaution, ceux des vêtements qui peuvent adhérer à la peau. Frictionner tout le corps au moyen de tampons de flanelle ou de serviettes chauffées, humectées de quelques gouttes d'alcool. Dès que la raideur aura disparue, pratiquer, si le malade ne respire pas spontanément, la respiration artificielle. *Ne lui faites rien boire avant qu'il n'ait repris ses sens.—Ne pas donner d'alcool.—Se contenter de boissons chaudes, faiblement alcoolisées, (café au rhum).*

Dans les congélations partielles du nez, de l'oreille, des orteils, recommander surtout les frictions douces et prolongées, faites avec de l'huile et des linges non chauffés.

*Empêchez toujours le malade de chauffer directement la partie atteinte.*

### Submersion.

*Évitez de suspendre le noyé par les pieds, sous le fallacieux prétexte d'évacuer l'eau qu'il a pu avaler.—Pas de lavements ni de fumigations de tabac.—Évitez toute secousse violente; ne donnez aucune boisson avant que la respiration soit complètement rétablie.*

Déshabillez rapidement le noyé, en coupant au besoin ses habits mouillés, qui glissent mal et sont difficiles à défaire.

Trois indications à remplir :

Débarrasser la bouche et la gorge des mucosités et de l'eau qui les remplissent ;

Rétablir la respiration ;

Réchauffer le noyé.

1. Pour débarrasser la bouche et la gorge des mucosités et de l'eau qui les remplissent, couchez le noyé sur le côté droit. Essuyez, aussi profondément que possible, l'intérieur de la bouche, en y introduisant le doigt indicateur, entouré d'un linge. Passez, au besoin, une plume propre, assez profondément dans la gorge.

2. La bouche et la gorge, une fois essuyées (et cette opération doit être faite en quelques secondes), le noyé est remis sur le dos. Alors on pratique la respiration artificielle par la méthode indiquée ci-dessous.

*La respiration artificielle chez les noyés doit être prolongée pendant plusieurs heures. Elle doit être faite, alors même que le noyé est resté submergé une heure et plus. Des rappels à la vie ont été obtenus, au prix d'efforts persévérants, dans des cas qui semblaient ne laisser aucun espoir.*

Au cours de la respiration artificielle, la bouche et la gorge se remplissent souvent, à nouveau, des mucosités venues des parties profondes. Il n'y a pas d'inconvénient, tout au contraire, à suspendre quelques instants, la respiration artificielle pour les enlever.

3. Tout en pratiquant la respiration artificielle, il est nécessaire de réchauffer le noyé. On le placera dans une pièce un peu chaude, On frotera ses jambes et ses cuisses avec des serviettes chauffées. On placera des boules pleines d'eau chaude de chaque côté du ventre et de la poitrine. Des flanelles, des couvertures chaudes, fréquemment renouvelées, sont jetées sur le malade. Mais tout cela doit se faire sans interrompre ni entraver la respiration artificielle.

A défaut de boules et de flanelles chaudes, on peut entourer le noyé de briques chauffées, mais il faut avoir soin de ne pas les mettre trop chaudes afin d'éviter les brûlures.

#### *Respiration artificielle.*

La respiration artificielle est une manœuvre qui a pour but de



faire entrer l'air dans la poitrine et de l'expulser au moyen de ces deux actes naturels qu'on appelle *inspiration* (absorption de l'air) et *expiration* (expulsion de l'air).

La respiration artificielle se pratique ordinairement suivant deux méthodes : celle de Sylvester et celle de Pacini.

#### *Méthode de Sylvester.*

On couche le noyé sur le dos, en glissant sous ses épaules un coussin ou un objet capable d'y suppléer, de façon à mettre la poitrine dans une position plutôt élevée.

L'opérateur se place à la tête du noyé. Il saisit les deux bras du patient au-dessus du coude, les soulève et les ramène horizontalement en arrière, puis il les met le long du thorax, sur lequel il exerce une légère pression.

#### *Méthode de Pacini.*

On couche le noyé comme dans la méthode de Sylvester. L'opérateur placé à la tête du patient saisit la partie supérieure des deux bras, près du moignon de l'épaule, avec les deux mains, en ayant soin de tenir le pouce au-dessus et les quatre doigts au-dessous. Puis, il attire à lui les épaules du noyé et les remet à leur position première, en alternant les mouvements de haussement d'une façon régulière. Ce mouvement d'élévation et d'abaissement des bras doit être répété quinze à dix-huit fois par minute, pour se rapprocher autant que possible du rythme de la respiration naturelle.

Ce procédé imite si complètement les mouvements normaux, qu'on a pu ainsi faire entrer de l'air et l'entendre siffler dans la poitrine d'un cadavre !

Si ces deux méthodes sont impuissantes à rendre la respiration régulière, il faudra tenter l'insufflation.

#### *Insufflation.*

L'insufflation est une injection d'air faite directement dans les poumons.

L'insufflation doit être faite de bouche à bouche. On applique ses lèvres sur les lèvres du noyé et on lui souffle fortement à intervalles réguliers dans la bouche.

Les autres procédés pour l'insufflation ne peuvent être employés que par un médecin. (*A suivre*).

**BULLETIN DU CONSEIL D'HYGIENE DE LA  
PROVINCE DE QUEBEC**

**La variole.**

COMTÉS	PAROISSES	Cas de variole	Décès	Cas guéris	Encore malades	Total des mai- sons infectées.	Maisons actu- ellement in- fectées.
.....	Québec (ville)..	5	3	2	0	3	0
Bonaventure..	Carleton.....	9	1	8	0	4	0
do	Shoolbred et Nouvelle.....	3	0	3	0	1	0
Rimouski.....	St-Damase.....	17	5	12	0	4	0
do	Sandy Bay.....	6	0	5	1	3	1
Témiscouata..	St-P. de la Croix.	61	11	50	0	13	0
do	St-Clément.....	8	0	8	0	2	0
do	Ile-Verte.....	1	1	0	0	1	0
Gaspé.....	Pabos.....	6	1	5	0	2	0
do	Newport.....	6	2	4	0	1	0
Québec.....	La Jeune Lorette	4	0	4	0	1	0
Sherbrooke....	Ascot.....	10	4	6	0	2	0
do	Sherbrooke(ville)	14	4	8	2	6	1*
Richmond....	Brompton.....	1	0	0	1	1	1

\*L'Hôpital Civique.

Dr PELLETIER.

**LAIT CRU ET LAIT BOUILLI**

*(Suite)*

**II.—EFFETS DE L'USAGE DU LAIT CRU ET DU LAIT BOUILLI  
DANS L'ALLAITEMENT ARTIFICIEL.**

L'auteur emploie toujours le lait bouilli, dans sa pratique particulière, et quoiqu'il ne puisse donner des chiffres exacts, il a constaté nettement la *rareté relative des accidents digestifs avec le lait bouilli* dans l'alimentation artificielle bien conduite.

Les micro-organismes qui peuvent se développer dans le lait sont détruits pour la plus grande part par l'ébullition. Donc, il y a un *avantage incontestable en faveur du lait bouilli*.

*Transmission des maladies.*—Long chapitre, des plus intéressants, où l'auteur fait preuve d'une érudition considérable et où sont relatés et discutés tous les faits de transmission par le lait, de la fièvre typhoïde, de la scarlatine, de la diphtérie, du charbon, et où un paragraphe spécial est consacré à la diarrhée verte et à son étiologie microbienne.

Or, dans toutes ces maladies, l'ébullition suffit amplement à faire perdre au lait toute virulence. En est-il de même pour la *tuberculose* ?

Ici, étude très complète, bourrée de faits concluant à la transmission de la tuberculose par le lait, faits aujourd'hui incontestables et incontestés ; — les cas négatifs de Harris et Gauthier, de Muller, de Schreiber, de Perroncito ne prouvent rien ; car, comme le dit Bouchard, il faut non seulement le germe infectieux, mais l'ensemble des conditions physiques et chimiques qui constituent son milieu vivant ; il faut le terrain.

Or, dès 1882, M. Martin a montré que le tubercule chauffé à 85 degrés peut-être, à 100 degrés sûrement, n'est plus qu'une matière inerte qui, introduite dans l'organisme, est rapidement résorbée, et ne laisse plus aucune trace, alors même que l'animal a succombé. Ces faits ont été confirmés par Barry, May et autres.

De là, le vote de l'Académie en faveur du lait bouilli.

Les objections contre la nécessité de l'ébullition du lait sont les suivantes :

Rareté de la tuberculose chez les vaches de la campagne ; chez les vaches de Paris ; inutilité de l'ébullition quand la vache qui fournit le lait est connue.

En tombant devant les faits de Valois (bœuf dont le poumon était rempli de tubercules et qui a été primé à un concours d'animaux gras) ; de Nocard, qui a constaté que la tuberculose limitée à la mamelle passe le plus souvent inaperçue (fait de Veissière communiqué au Conseil d'hygiène de Rouen, le 20 juin 1890).

L'auteur pose donc les conclusions suivantes :

1. Il est incontestable que certains enfants digèrent plus facilement le lait cru que le lait bouilli. On peut néanmoins affirmer que, dans l'immense majorité des cas, l'ébullition ne diminue aucunement la digestibilité du lait ;

2. Le pouvoir nutritif du lait bouilli est grandement suffisant pour subvenir aux besoins des jeunes enfants ;

3. Le lait bouilli se conserve sans altération plus longtemps que le lait cru ;

4. Le lait est souvent le véhicule du germe contagieux de certaines maladies ;

5. Parmi celles-ci, la tuberculose est de beaucoup la plus fréquente ;

6. L'ébullition du lait met à l'abri de tout danger de contagion par ce liquide ;

7. Il est donc absolument indiqué de faire bouillir le lait destiné à l'allaitement artificiel.

## II

Le Mémoire No 7 envoyé au Concours du Prix de l'Hygiène de l'Enfance pour 1891 a pris pour devise :

" *Principiis obsta : sero medicina paratur*  
 " *Quum mala per longas involuere moras.*"

(OVIDE.)

I. — L'auteur commence par un historique de l'allaitement maternel de l'antiquité et en France au moyen âge.—Le premier bureau de nourrices a été établi à Paris en 1769 et à Lyon en 1780. Puis, arrivant progressivement à nos jours, il montre que l'allaitement artificiel est un facteur des plus puissants de la mortalité infantile, que cette mortalité des enfants élevés au biberon dépend beaucoup de la personne qui les nourrit. Il expose dans un grand nombre de tableaux l'analyse chimique du lait des différentes espèces animales d'après un certain nombre de chimistes, signale d'une façon toute spéciale, les différences qui existent au point de vue de la digestibilité entre le lait de femme et le lait de vache, et constate que le lait est de tous les moyens de contagion l'un des plus sûrs et des plus fréquents dans les maladies infectieuses, à moins qu'il n'ait subi auparavant l'effet de la stérilisation.

Cela le conduit à chercher les résultats de l'ébullition sur le lait.

II.—Dans ce chapitre l'auteur rappelle toutes les opinions émises par les auteurs sur le lait bouilli et sur le lait cru, et les décisions si différentes de 1873 et en 1890. C'est une étude très complète des objections faites à l'une et à l'autre méthode d'allaitement, et dans laquelle l'auteur ne se borne pas à exposer les idées théoriques, mais se base en même temps sur les expériences cliniques de Reichmann, de Volg avec le lait stérilisé sur la méthode de Voschelt, et il termine en constatant que, en 1879, l'Académie ayant mis au concours la question de l'allaitement artificiel, sur seize Mémoires, quinze concluaient au lait cru élevé à une température de 28 à 30 degrés ; un seul conseillait le lait bouilli ; tandis que Mme Henry, sage-femme en chef de la Maternité, se prononçait nettement en faveur du lait bouilli à la marmite américaine. (Des tableaux comparatifs permettent d'apprécier les résultats).

III.—Le grand reproche, le plus sérieux de tous ceux que l'on fait au lait cru, c'est qu'il peut devenir une cause d'infection. Or seule, l'ébullition prolongée met à l'abri de ce danger.

Ce danger est-il réel ? C'est ce que l'auteur examine dans ce chapitre. Il rappelle les recherches de Löffler, de Miquel qui a vu en quelques heures du lait qui ne contenait que quelques milliers de bacilles, en renfermer alors des milliards.

La manière dont se développent ces microbes est le sujet d'une étude très détaillée, très minutieuse où l'auteur montre que le lait peut être contaminé de deux façons, les microbes pouvant venir directement du pis de la vache, ou n'arriver au lait qu'ultérieurement et accidentellement par des voies indirectes.

Tout le monde sait que le lait s'imprègne fortement des odeurs et des médicaments qui saturent l'organisme maternel. Pourquoi ne se chargerait-il pas aussi facilement des miasmes qui produisent les maladies infectieuses? (Vaches alimentées avec certaines plantes. Action de certains médicaments. Faits de Virey.)

Chez les femmes atteintes de fièvre puerpérale, le lait renferme des staphylocoques. (Edehrecht, Louque, Kalsinski, de Voss (Syphilis), de Koubanoff.—Expérience de Hueppe.)

L'auteur ne reconnaît dans le lait que deux sortes de microbes :

1. Les microbes saprogènes ou saprophytes, il n'y en a pas moins de quinze espèces ;
2. Les microbes pathogènes. (Travail de Hart qui a pu recueillir dans les seuls journaux de la Grande-Bretagne l'histoire de 72 épidémies imputables au lait contaminé par un agent infectieux.

De ces expériences, 50 se rapportent à la fièvre typhoïde,

—	15	—	à la scarlatine,
—	7	—	à la diphtérie.)

Mais c'est surtout pour la tuberculose que le péril est à redouter.

IV.—Long chapitre intitulé : *La tuberculose et le lait cru*.

Chapitre très complet, très intéressant, où l'auteur fait preuve d'une grande érudition, et dans lequel il relate de nombreuses expériences personnelles.

Tous les auteurs sont d'accord pour constater que le lait est un agent de premier ordre comme transmission de la tuberculose. Or *l'ébullition complète et prolongée détruit le bacille et le lait tuberculeux bouilli devient inoffensif*.—La conclusion se déduit tout naturellement.

V à X.—Dans les chapitres suivants, l'auteur étudie successivement la transmission par le lait cru de la fièvre typhoïde, du choléra, de la fièvre aphteuse, de la scarlatine, de la péripleumonie, de la diphtérie, du typhus, du charbon, de la rage, et montre que si, pour certaines de ces affections, la transmission n'est pas douteuse, elle n'est pas aussi nettement démontrée pour d'autres.

XI.—Enfin, dans un dernier chapitre et qui est loin d'être le moins intéressant, il étudie les relations qui existent dans l'alimentation par le lait cru et les troubles intestinaux que présentent si souvent les enfants du premier âge : la diarrhée verte et les vomissements, le choléra infantile.

Enfin il montre que dans certains cas on a observé du lait des accidents spéciaux. (Milsickeren, de Kimmel et Findling. Epidémie de la ferme de La Fosse (commune de Montrieux, arrondissement de Romorantin).—Faits d'Aurillac, de Herefort, en Westphalie.

XII.—Le Mémoire se termine par une étude sur les différentes méthodes de stérilisation du lait avec la comparaison des résultats obtenus par ces différentes méthodes, et par un exposé complet et très détaillé de la méthode décrite par Schlect en 1886, dont l'auteur se montre très décidé en se basant sur des statistiques très détaillées.

Voici les conclusions de l'auteur, conclusion qu'il a placées en tête de son Mémoire.

" 1 Le lait cru et simplement tiédi au bain-marie est généralement plus digestible que le lait bouilli, mais il présente le grand inconvénient d'être souvent virulent, et de pouvoir donner naissance à un grand nombre de maladies dont la principale et la plus meurtrière est la tuberculose.

" 2. Le lait bouilli est un aliment d'une digestion quelquefois plus difficile pour le nouveau-né; il peut même donner naissance à de légers troubles gastro-intestinaux. Mais il a le grand avantage, si l'ébullition a été un peu prolongée, d'être stérilisé et de mettre le nourrisson à l'abri de toute intoxication microbienne par les voies digestives.

Donc:

1. Lorsque le lait est de bonne qualité, que la santé de la femelle laitière ne fait l'ombre d'aucun doute, que la ferme d'où il sort est reconnue comme une *ferme-modèle* et mérite réellement ce nom par la fidélité et l'intelligence avec laquelle les lois de la plus pure hygiène y sont strictement observées, *il est préférable de donner aux nourrissons le lait cru*, après l'avoir simplement fait chauffer au bain-marie, en ayant soin toutefois d'employer les précautions hygiéniques que nous avons signalées ;

2. Lorsque le lait est soupçonné de *virulence*, et ce soupçon est toujours autorisé dans les grands centres, *il doit, de toute rigueur, subir l'ébullition prolongée*. Le danger du lait bouilli, au point de vue digestif, n'est rien, comparé au danger de contamination que présente le lait suspect et non stérilisé. "

Dr CHARPENTIER, *Rapporteur*.

Ces conclusions nous paraissent des plus sages et des plus pratiques, elles concordent parfaitement avec les opinions émises et adoptées par la grande majorité des Membres de la Société française d'Hygiène.

## HYGIÈNE ET MÉDECINE

## Questions et Réponses

Q.—L'eau peut-elle servir de véhicule aux maladies contagieuses ?

R.—Oui, mais particulièrement à la fièvre typhoïde. Il est facile de se protéger contre cette maladie. Il faut pour cela que les selles d'une personne ayant cette maladie soient reçues dans un vase contenant de l'eau et du chlorure de chaux ; car si elles sont exposées à l'air pendant quelque temps, les germes infectieuses contaminent cet air.

Q.—Quelle est la nourriture convenable dans les maladies de l'estomac ?

R.—L'estomac malade est impropre à la digestion des aliments. C'est pourquoi il faut choisir des aliments qui sont digérés par les intestins : lait, œufs, fruits, légumes, substances amidonnées et les aliments farineux. La farine de lentille est très convenable. Les pois verts, les navets et les carottes doivent être écrasés avant qu'on les mange.

Q.—Quelle est l'étoffe qui protège le mieux contre le froid ?

R.—La laine étant mauvaise conductrice de la chaleur fournit un vêtement plus précieux contre les brusques changements de température qui font l'apanage de notre climat. Par conséquent, elle possède à un très haut degré la propriété de conserver la chaleur au corps. Sous notre climat, l'usage de la laine est d'une absolue nécessité pour tout le monde.

Q.—Faut-il porter la flanelle pendant l'été ?

R.—Il est préférable de garder la flanelle pendant les chaleurs de l'été. La raison est que les gens qui transpirent n'attrapent pas froid aisément lorsqu'ils portent de la flanelle, car elle absorbe la transpiration. Les personnes débiles, celles qui sont sujettes aux rhumes, aux bronchites, aux névralgies, aux rhumatismes, à la goutte, aux inflammations chroniques d'intestins, se trouveront toujours très bien de l'usage de la laine.

Q.—Que faut-il faire pour avoir les pieds chauds ?

R.—Les refroidissements, parfois si redoutables, prennent très souvent par les pieds. Pour se conserver les pieds chauds il faut éviter les souliers trop étroits, qui pressent contre la plante des pieds et empêchent le sang de circuler librement ; ne rester pas les pieds humides. Un bain de pieds froid ou additionné d'un peu de carbonate d'ammoniaque (4 onces pour 1 gallon d'eau) exerce la plus heureuse influence contre la transpiration et le froid aux pieds. On peut répéter ce bain, au besoin, tous les soirs ou toutes les semaines.

Q.—Est-il facile de reconnaître la bonne viande d'avec la médiocre, la jeune d'avec la vieille ?

R.—Grâce à quelques indications, faciles à mettre en pratiques, nous pouvons distinguer une bonne viande d'avec une médiocre, une jeune d'avec une vieille. Le bœuf d'une bonne qualité a la chair ferme, douce, d'une belle couleur rouge et légèrement marbrée de veines blanches. Chez le jeune bœuf, le gras a une teinte blanc jaunâtre.

La viande de vache diffère en ce que la chair a un grain plus serré ; la couleur est rouge-terre et la graisse est blanche.

La chair du taureau est de couleur noirâtre et la graisse est très dure.

La chair du veau a une couleur blanche et la partie grasse très ferme, toute viande de veau spongieuse et tachée et dont la graisse est molle, est impropre à l'alimentation.

La chair du mouton doit être serrée et compacte.

Au toucher, avec de l'expérience, on arrive aussi à apprécier la qualité de la viande. Ainsi lorsqu'on presse une viande quelconque avec les doigts et que la trace de la pression disparaît rapidement, cela indique que la viande est de bonne qualité ; au contraire, si la trace de la pression est lent à se combler, la viande est de qualité inférieure.

Q.—Est-il nécessaire de passer un certain temps du jour en plein air ?

R.—L'air pur est nécessaire à l'être humain ; c'est-à-dire qu'il n'est pas fait pour vivre entre des murs. L'exercice en plein air assure l'énergie, la force de caractère. Nous devons en grande partie, au manque d'exercice en plein air, le mauvais état de santé qui règne dans nos villes. L'air pur est un fortifiant d'une valeur immense. Les travailleurs du cerveau surtout ne peuvent se passer de cet aliment. Respirons en et prenons en tous les jours en dehors de nos demeures, car il est aussi nécessaire à la vie que l'aliment.

Dr J. I. DESROCHES.

---

## NOTES D'HYGIÈNE

### Alimentation

Dans une leçon de clinique thérapeutique professée à l'hôpital Cochin, M. le Dr Dujardin-Beaumetz s'est occupé spécialement du régime à adopter dans les affections de l'estomac.

Une grande loi thérapeutique dessine le traitement de ces maladies : il faut réduire au minimum les fonctions de cet organe,



choisir l'alimentation du malade, lui donner des aliments dont la digestion se fait surtout dans l'intestin. Il faut donc avoir recours au régime végétarien, ceufs, féculents, fruits et légumes verts ainsi qu'au régime lacté.

Les féculents doivent être administrés sous forme de purée, pour éviter toute action irritante sur la muqueuse stomacale, purée de pommes de terre, de haricots, de lentilles. Cette dernière surtout est excellente, car la lentille est un des légumes qui contiennent le plus d'azote et une forte proportion de fer. La forme lactée est bonne pour les enfants, le cacahout constitue un mélange excellent. Les panades aussi, surtout lorsqu'on y ajoute des ceufs.

Les légumes verts sont tous autorisés, surtout en purée, navets; carottes, petits pois, etc., excepté le chou d'une digestion difficile. Les fruits seront préférables cuits sauf le raisin qui rend de grands services aux estomacs fatigués. Pour les cures de raisin on laissera le malade en manger jusqu'à satiété le matin à jeun et dans le courant de la journée à la seule condition d'aller le cueillir lui-même, il y a dans cette cure plusieurs facteurs : grand air et exercice.

Les bouillies sont utiles surtout celles d'avoine et de maïs.

En terminant sa leçon, M. Dujardin-Beaumetz s'occupe spécialement de la gastrite ulcéreuse et du traitement approprié.

#### **Vidange et curage des fosses à purin, fosses d'aisances, etc.**

Les nombreuses personnes qui, chaque année, sont victimes de leur imprudence dans le travail du curage des puits, fosses à purin et d'aisances, puisards, etc., nous montrent le danger considérable que l'opération présente. Ce danger, comme nous l'avons déjà dit, peut être complètement écarté en recourant à quelques précautions bien simples. Si nous revenons sur ce sujet, c'est que, parmi ces précautions, il en est une des plus élémentaires, que nous avons omise et qui est cependant signalée comme permettant d'éloigner rapidement les gaz mortels des fosses des puits à curer ou à visiter. Il suffit d'y verser le contenu d'un chaudron plein d'eau bouillante. Les vapeurs qui s'élèvent entraînent avec elles, vers le haut, les gaz nuisibles, et déterminent ainsi plus rapidement et plus économiquement que tout autre façon la purification de l'air.

## **Conservation des viandes fraîches par le froid** **Rapport du Ministre de la guerre (France)**

M. de Freycinet a constitué une Commission de spécialistes, présidée par M. le Général Delambre, qui a eu pour mandat : 1. d'étudier à un point de vue technique et économique, les divers moyens de production du froid, appliqués soit à la congélation, soit à la conservation de la viande ; 2. de rechercher dans les différentes places, et plus particulièrement, dans le camp retranché de Paris, les installations déjà existantes et pouvant, soit immédiatement, soit à l'aide d'agencements peu coûteux, être utilisées pour cette destination spéciale ; 3. enfin, de vérifier les conditions du transport des viandes congelées et de déterminer les distances auxquelles ces viandes pouvaient être amenées sans perdre leurs qualités. Les résultats de cette investigation sont précis et concluants : la viande congelée à toutes les propriétés de la viande ordinaire, et il n'y a à redouter ni avaries ni difficultés de service, ni répugnances chez le consommateur. Les distributions peuvent se faire sans précautions particulières et par les plus grandes chaleurs. M. Freycinet déclare donc la période des expériences closes : il ne reste plus à préparer que l'exécution. MARIUS ROLAND.

### **Constitution hygiénique des murs d'habitation**

Les murs des habitations modernes sont toujours établis avec deux idées fondamentales : 1. L'idée technique qui porte à rechercher des matériaux capables de durer dans le temps, de résister aux charges mécaniques auxquelles ils seront soumis dans la construction et de fournir à la perspective de l'édifice des ressources pratiques en rapport avec l'expression architecturale ; 2. une idée économique qui porte à rechercher des matériaux faciles à travailler et peu coûteux à obtenir. L'espace manque souvent au constructeur des villes, ce qui lui commande de réduire la place occupée par les *pleins* de ses édifices, les murs sont donc aussi minces que possible. Il y a nécessité absolue de faire intervenir dans le problème, d'autres considérations négligées, pour cela, il faut envisager le mur de maison comme un facteur de bien-être et de salubrité intérieure. Les murs sont par l'habitant des parois de protection contre les intempéries, et des intermédiaires qui doivent favoriser la reconstitution de la salubrité intérieure sans cesse

compromise par le fonctionnement de la vie. M. Trélat s'occupe ensuite de la capacité des murs au point de vue de la protection qu'ils doivent assurer à l'intérieur contre les variations atmosphériques, et de leur capacité au point de vue de leur influence sur l'état atmosphérique intérieur. L'auteur termine son travail par ces trois indications: 1. Les murs extérieurs de nos habitations sont aujourd'hui pourvus de capacités isolantes trop faibles pour que nous puissions régulièrement entretenir dans nos logements, la température normale de salubrité; 2. Il y a lieu d'accroître ces capacités, soit en augmentant l'épaisseur des murs, soit à défaut de cette augmentation, en revêtissant la face intérieure des murs d'une doublure faite en matériaux très-isolants, tels que le bois ou les étoffes; 3. au point de vue de la pureté atmosphérique intérieure, les meilleurs parois sont les murs composés de matériaux perméables à l'air et imperméables à l'eau. Le type de ces matériaux est le calcaire tendre. MARIUS ROLAND.

---

## LA MÈRE ET L'ENFANT

### Fagon d'élever les enfants scrofuleux

— Nous extrayons d'un ouvrage sur les maladies chroniques et organiques les quelques observations qui suivent: L'auteur pense qu'on doit permettre aux enfants, qui sont prédisposés aux maladies scrofuleuses, l'usage du vin et du café presque dès le bas âge. (Nous croyons, nous, que si, dans telles circonstances, on fait usage du vin et du café, ce doit être dans de très faibles proportions). Et que, lorsque l'enfant est très délicat, la période d'allaitement doit être prolongée considérablement au-delà du temps ordinaire. Mais la mère qui est est prédisposée à la scrofule, ou qui en a souffert dans son enfance, ne doit pas nourrir son enfant.

Pour de tels enfants, on doit faire en sorte que l'étude soit amusant et non une fatigue; le travail intellectuel demande en échange le repos du corps, le surmenage et la fatigue ont la mort pour eux. Pour eux aussi l'âge de la puberté demande à être plus que de coutume entouré de soins et les efforts de la nature doivent être grandement secondés. Tout ce qui est propre à combattre la scrofule doit être recherché, le petit malade demeurera donc dans un lieu sec, bien exposé au soleil, loin des marais et des brouillards et sous un climat plutôt chaud que froid. L'air devra être pur. Il habitera aussi une maison non bâtie récemment, son appartement, clair et aéré, sera

exposé aux rayons du soleil et surélevé considérablement du sol. Il couchera dans un lit un peu dur. Sa nourriture sera mi-animale et mi-végétale. Les mets seront savoureux et légèrement assaisonnés ; mais il mangera avec modération et ne devra jamais faire usage de pain non fermenté. Ses vêtements le préserveront du froid en hiver, mais laisseront en été la brise donner à sa peau de la vigueur. Il devra se tenir les pieds chauds et se couvrir légèrement la tête ; on lui assurera une saine transpiration en le préservant des variations soudaines de température et en lui faisant des frictions sèches sur la peau. Il dormira modérément et se lèvera de bonne heure, tous les moyens doivent être employés pour empêcher qu'il se marie prématurément.

On peut ajouter aux recommandations de l'auteur l'avis donné aux parents de faire prendre à leurs enfants une nourriture simple et saine, exempte de friandises, de les laisser courir à l'air libre et surtout de leur faire prendre des douches chaque matin en été.

Dr NÉBO.

---

## STATISTIQUES ANGLAISES

Les autorités sanitaires anglaises viennent de procéder, par ordre, à une sérieuse enquête sur l'état actuel des applications sanitaires dans le Royaume-Uni. Le rapport général rédigé par la Commission Royale nommée à cet effet renferme de très curieux renseignements dont nous allons extraire quelques chiffres qui nous permettront de constater que, chez nos voisins, de grands progrès ont été faits, depuis un demi-siècle, dans cette importante branche de la science.

50 villes ont été visitées par les Commissaires délégués : ces derniers ont constaté que le drainage était défectueux dans 43 des villes soumises à leur inspection, que la propreté des rues et maisons laissait à désirer dans 42 et que l'approvisionnement d'eau était insuffisant dans 22 de ces cités. A Liverpool, 40 000 personnes, et à Manchester 15 000, appartenant presque toutes à la classe ouvrière, vivent dans de caves étroites, sombres, humides, malpropres et mal ventilées. Il devient facile de tirer une conséquence de ces déficiences sanitaires. Alors que la mortalité générale dans les districts ruraux est de 18,2 pour 100, elle accuse 26,2 à Birmingham, 27,2 à Leeds, 30,9 à Bristol, 33,7 à Manchester et s'élève jusqu'à 34,8 à Liverpool. La vie moyenne qui atteint dans le Rutland et le Wiltshire, 36 ans et demi, descend à 21 ans à Leeds, à 20 à Manchester et jusqu'à 17 à Liverpool.

La partie historique de ce Rapport ne manque pas d'un certain intérêt rétrospectif. L'histoire de la science sanitaire est plus spécia-

lement divisée en trois périodes : la première, de 1838 à 1854, toute d'expectative et de préparation, où l'on prévoyait déjà les dangers à combattre sans trop savoir quels moyens employer pour les enrayer ; la seconde, de 1854 à 1866, période de stagnation apparente sans résultats pratiques ; la troisième, de 1866 à nos jours, au cours de laquelle s'est réellement créée la science sanitaire, et se sont fait jour les inventions pratiques.

La preuve certaine des progrès réalisés dans cette branche ressort clairement des quelques exemples que nous allons citer.

Si tous les hommes vivaient leur pleine et normale existence de 80 ans, la mortalité serait de 12.5 0/00. Dans le Surrey, Londres excepté, la mortalité actuelle est de 14.3 ; elle atteignait 22.4 en 1839, et n'avait jamais été inférieure jusqu'à cette époque, à 21 0/00. A Londres, la mortalité était de 80 0/00 dans la seconde moitié du dix-septième siècle ; de 50, au dix-huitième ; de 25, dans la première moitié du dix-neuvième, et, actuellement de 17.5 seulement. La mortalité par maladies zymotiques suit, à Londres, la même progression, de 5.2 en 1840-1850, elle descend à 2.24 en 1889 ; la consommation, de 2.68 en 1851-1860, à 1.55 en 1888.

Ces résultats ne sont-ils pas probants !

J. DE PIETRA SANTA.

## LA GLACE DANS L'ALIMENTATION, EN MÉDECINE

La glace, surtout dans les villes, occupe une place importante dans l'alimentation et en médecine. Elle sert, en effet, pendant le temps des chaleurs, à rafraîchir l'eau, à fabriquer les glaces et les sorbets, à conserver la viande, le lait, les poissons, etc. La médecine a aussi très souvent recours à la glace, soit en applications topiques soit à l'intérieur.

Il est facile de comprendre toute l'importance d'avoir, pour la consommation, une glace possédant toutes les conditions requises de pureté et de propreté. C'est pour cela que notre Conseil d'hygiène a conféré aux Conseils municipaux le droit de surveiller la récolte et l'emmagasinage de la glace.

Voici l'article des Règlements à ce sujet :

38. " Il n'est pas permis de récolter ou d'emmagasiner de la glace, pour des fins commerciales ou pour conserver les aliments destinés au commerce, sans une autorisation du Conseil municipal ou du bureau d'hygiène de la localité où cette glace est emmagasinée, et ailleurs que dans les ruisseaux d'eau courante, dans les rivières,

dans les grands lacs, ou dans tels autres lieux que le Conseil d'hygiène de la Province peut approuver."

" Il est strictement défendu de prendre de la glace dans les carrières. "

Il est bien facile à Montréal d'avoir une bonne glace. Notre grand fleuve, le Saint-Laurent, se couvre chaque hiver d'une belle glace, clair comme le cristal. Avec un peu de surveillance de la part du Conseil municipal d'hygiène et de bon vouloir de la part des marchands de glace de la ville de Montréal, on pourrait se vanter d'avoir sur le marché la glace la plus belle et la plus saine du Canada.

Nous ne pouvons passer sous silence un procédé nouveau introduit dans la production de la glace par la *Dominion ice Company*. Cette glace est le produit de l'eau de l'aqueduc de Sainte-Cunégonde. L'eau est amenée, après avoir été filtrée, dans un immense bassin où elle se congèle, pour être ensuite emmagasinée.

Cette glace offre donc toutes les garanties de pureté et de propreté.

Nous sommes heureux d'attirer l'attention de nos lecteurs sur le certificat que le Conseil provincial d'hygiène a voulu donner à la *Dominion ice Company*, en sa séance du 17 octobre 1888, et que nous reproduisons ici.

" RÉSOLU:—Que le Conseil provincial d'hygiène, après avoir pris connaissance des plans et modèles soumis par M. G. Destroismaisons pour le 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. "

Dr D...

---

## DICTIONNAIRE DES ALIMENTS

(Suite)

ŒUF.—Ils sont plus savoureux provenant de poules nourries de graines, ils ont une odeur et une saveur désagréable si les poules sont nourries de larves et de vers; les poules trop grasses ont des œufs presque sans coquille. La coquille des œufs étant poreuse, laisse passer les bactéries qui sont arrêtées par la membrane testacée, impénétrable; placée sous la coquille. On trouve quelquefois dans les œufs même des substances provenant du canal intestinal de la poule, patte

de coléoptère, graine, etc. L'œuf est un aliment parfait ; crus ou cuits à la coque, ils sont plus digestibles ; les œufs brouillis sont aussi une très bonne préparation. Les œufs de certains poissons se rapprochent beaucoup des œufs de poule. Les œufs d'esturgeon principalement, qui forment le caviar, contiennent moins d'eau, plus de substances salines et azotées que la viande de boucherie, donc sont plus nourrissants.

Les personnes qui ont de l'albumine dans l'urine, doivent s'abstenir d'œufs.

**OIE.**—Chair grasse, difficile à digérer. Les pâtés de foies gras, faits de foies d'oie, sont très nourrissants, mais très lourds.

**ONION.**—Crus, ils excitent l'appétit, augmentent la sécrétion urinaire ; cuits ils perdent ces propriétés et deviennent mucilagineux, adoucissants et faciles à digérer.

**OLIVES.**—Les olives vertes sont récoltées avant leur maturité, on les fait macérer dans de la saumure ; les olives noires sont récoltées mûres.

L'huile d'olive ne rancit qu'au bout d'un temps fort long, elle est laxative et s'emploie en pharmacie.

L'olive est lourde et difficile à digérer.

**ORANGE.**—Fruit acide et rafraîchissant, produisant chez certains individus de la diarrhée.

**ORGE.**—Donne un pain d'une odeur et d'une saveur peu agréable ; l'orge perlé, cuit dans du lait, a une valeur alimentaire très prononcée.

**ORTOLAN.**—Oiseau de passage très recherché pour la délicatesse de sa chair, en août et septembre, il est très gras, mets un peu indigeste.

**OSEILLE.**—Légume herbacé, riche en principes acides et en sels de potasse et de chaux, les estomacs délicats et les individus atteints de gravelle, doivent s'en abstenir.

**OURSIN.**—Crustacé à chair lourde et indigeste.

**OUTARDE.**—Gibier estimé à chair nourrissante et facile à digérer.

**PAIN.**—Très bon aliment, qui seul même peut entretenir très longtemps la vie ; la croute est plus riche en azote que la mie et d'une valeur nutritive double de celle de la mie, le pain de froment est le meilleur de tous les pains, le pain trop rassis peut causer des accidents d'intoxication, l'abus du pain cause des dyspepsies et des dilatations d'estomac.

**PANADE.**—Facile à digérer et nourrissante.

**PANAIS.**—Lourd et peu nourrissant.

**PASTÈQUE (melon d'eau).**—Chair juteuse, agréable et sucrée, mais a la réputation d'être venteuse et de donner la fièvre.

**PATATE (ou patate).**—Tubercule renfermant une grande quantité de fécule et de sucre, facile à digérer.

**PÊCHE.**—Excellent fruit, de digestion facile, mais peu nourrissant; la gomme de pêcher est astringente et bonne contre la dysenterie, l'eau de noyau de pêches est stomachique et carminative, le sirop de fleur de pêche est légèrement purgatif.

**PERCHE.**—Chair blanche et ferme, nourrissante et digestive.

**PERDREAU, PERDRIX.**—Viande noire très réparatrice et facile à digérer, quand elle est fraîche et rôtie; à diverses sauces c'est un aliment lourd et indigeste.

**PERSIL.**—Excite l'appétit et favorise la digestion.

**PETIT-LAIT.**—Voir lait.

**PIEDS (veau, mouton, porc).**—Donnent beaucoup de gélatine et sont peu réparateurs.

**PIGEON.**—Viande très nourrissante et facile à digérer.

**PIMENT.**—Saveur âcre et brûlante, stimulant énergique dont il ne faut pas abuser.

**PINTADE.**—Chair nourrissante, légère et de saveur agréable.

**PISSENLIT.**—Passe pour être diurétique; sa tige laisse couler au printemps un suc qui est, dit-on, fébrifuge et dépuratif.

**PISTACHE.**—Fruit oléagineux assez difficile à digérer; en vieillissant, il rancit avec la plus grande facilité et donne des aigreurs.

**POIRE.**—Fruit assez difficile à digérer, à moins qu'il ne soit très mur.

**POIRÉ.**—A peu près mêmes propriétés que la cidre, excite et favorise la digestion, est très apéritif, est bon particulièrement pour les personnes menacées d'embonpoint.

**POIREAU.**—Mêmes propriétés que l'oignon, excitant comme lui, propriétés qu'il perd à la cuisson.

**POISSON.**—Aliment sain, agréable, la chair de poisson de mer particulièrement peut remplacer presque complètement la viande de boucherie.

Le brochet et la carpe se rapprochent de la viande de bœuf, comme azote et carbone, le saumon, le goujon et l'anguille sont un peu moins nourrissants, le barbeau beaucoup moins, etc.

La chair du poisson s'imprègne facilement des substances vénéneuses ou sapides qui se trouvent dans l'eau.

**POIS SUTRÉS.**—Riches en substance azotée, légumine ou caséine végétale, donc très nourrissants, mais difficiles à digérer, *verts* ils sont moins lourds, mais moins réparateurs, l'espèce dite mange-tout est très indigeste.



POIVRE.—Condiment agréable mais dont l'abus excite l'estomac et détermine des inflammations.

POMME.—Fruit sain, cru il est lourd, mais cuit se digère parfaitement, vertes les pommes donnent la diarrhée.

POMMES DE TERRE.—Très peu nutritive, mais se digère facilement.

PORC.—Chair agréable au goût, mais lourde à digérer, car elle est grasse, fumée elle est plus lourde encore.

(*A suivre.*)

### CONSEILS POUR TOUS

Pour le mal de dents, essayez l'huile de sassafras, dont vous ferez des applications fréquentes.

\*  
\* \*

Pour vous enlever la crasse de la tête, faite une lotion avec une partie glycérine, une partie de chlorate de potasse, une partie de borax, une partie d'alcool camphré et 25 parties d'eau. Lavez-vous la tête avec cette lotion avant de vous coucher et frottez-là une ou deux fois par semaine avec un jaune d'œuf.

\*  
\* \*

Si vous sentez que vous avez pris froid, mettez-vous tout suite au lit, faites-vous transpirer en vous couvrant plus que de coutume et en prenant quelque infusion sudorifique. Il faut que la transpiration dure quelques heures ; la plupart du temps on se levera guéri le lendemain matin, et tout autre traitement sera devenu superflu.

\*  
\* \*

Si le refroidissement est accompagné d'un grand mal de tête, il faut se mettre les pieds dans l'eau chaude et frotter vigoureusement les membres inférieurs. Au lieu de se baigner la tête avec de l'eau froide, il vaut mieux se servir d'eau chaude également, sans qu'elle le soit trop pourtant et ne pas négliger le traitement interne.

\*  
\* \*

Ne mangez pas trop de pâtisserie, et n'abusez pas des œufs si vos habitudes sont sédentaires.

\*  
\* \*

Le thé doit être servi cinq minutes après que l'eau a été versée dessus : il est plus sain d'y mêler du lait.

\* \* \*

Les repas doivent être pris lentement, gaiement, à intervalles réguliers et ne jamais être suivis immédiatement de travaux physiques ou intellectuels.

\* \* \*

Pour les enfants qui grandissent, le chocolat vaut mieux que le thé ou le café.

\* \* \*

Ne mangez jamais de fromage tard dans la journée, car la digestion en dure plusieurs heures. Le fromage cuit et râpé dans le bouillon est digestible et très nourrissant.

\* \* \*

Bien des eaux qui paraissent claires et limpides et qui sont agréables au goût peuvent être chargées de poisons organiques.

\* \* \*

Ayez soin que toute personne atteinte de la tuberculose ne crache jamais par terre ni dans un mouchoir, mais bien dans un crachoir ouvert, afin que les mouches ne transportent pas la contagion. Comme monter un escalier provoque, chez une personne malade de la poitrine, la toux et les crachats, mettez toujours des crachoirs dans les escaliers.

---

## EAU MINÉRALE DE VICHY

### Source Dubois.

Il serait oiseux de chercher à faire la réputation des Eaux de Vichy : les 50 mille malades qui, chaque année, vont à Vichy, pour réparer leur santé, suffisent à démontrer la valeur de ses eaux alcalines. Le docteur Soullignoux a dit, avec raison, que les alcalins sont indispensables au même titre que l'air respirable pour le phénomène de la respiration. Car, en effet, la lymphe, le chyle, le sang, la salive, la bile, le suc pancréatique, le lait, les larmes, le mucus, le suc intestinal, en un mot presque toutes les humeurs de l'économie sont normalement alcalines et l'altération de ces différents liquides se traduit par leur acidification dont résultent les affections locales ou générales les plus variées.

La source Dubois, qui se trouve dans la ville de Vichy même, au voisinage de la source des Célestins, mérite cependant par sa compo-

sition chimique et par sa température, d'être étudiée avec un soin spécial.

D'abord elle contient, comme minéralisation, les éléments ordinaires que l'on trouve dans toutes les sources que possède l'Etat dans le bassin de l'Allier ; l'acide carbonique libre est représenté par 1.303 par litre, le bicarbonate de soude par 4.507. Ces chiffres nous suffisent d'ores et déjà pour placer la source Dubois à un rang honorable parmi les sources les plus minéralisées de Vichy. Mais, détail précieux à noter, l'eau de la source Dubois contient 0.069 de protoxyde de fer, 0.018 de lithine, 0.002 d'arséniate de soude, 0.015 d'alumine, des chlorures de cæsium et de rubidium. Si l'on consulte l'analyse des principales sources de Vichy, par M. Bouquet, on voit qu'aucune de ces dernières ne contient une aussi grande proportion de protoxyde de fer, d'alumine, de lithine et qu'aucune d'elles ne renferme ni cæsium, ni rubidium. La source Dubois nous offre donc un type de minéralisation parfait à tous égards et réunit à ses propriétés alcalines des propriétés reconstituantes de premier ordre. En conséquence, outre ses indications spéciales dans la plupart des maladies du foie et des reins, lithiase biliaire et lithiase rénale, dans l'arthritisme en général, dans la goutte et le rhumatisme en particulier, elle trouve des indications plus précises dans les maladies d'estomac, notamment dans certaines formes de dyspepsies.

Il nous paraît hors de doute que les maladies d'estomac qui sont caractérisées chez les anémiques et les chlorotiques par de l'inappétence, des vomissements, des dégoûts insurmontables, doivent trouver dans les eaux de la source Dubois un remède efficace, en raison de la quantité de fer qu'elles contiennent en dissolution. Ces eaux, du reste, d'une extrême légèreté sont digérées avec une grande facilité, et constituent, en conséquence, un puissant digestif.

Mais la grande supériorité de l'eau de la source Dubois consiste dans sa basse température. Aucune des sources de Vichy ne saurait rivaliser avec elle. En effet, tandis que, parmi les eaux froides de Vichy, les Célestins marquent 12 degrés, la source de la Grotte 14° ; la source d'Hauterive 14° ; la source Herdanus 16 ; la source du Parc 22° ; la source Dubois marque 11°. Cette particularité donne à la source Dubois une grande supériorité sur les autres sources de Vichy, non seulement sur place mais surtout pour l'exportation. En effet, plus une eau minérale est froide à sa source, mieux elle conserve ses propriétés thérapeutiques quand elle est transportée au loin, à condition toutefois que l'embouteillage soit fait dans d'excellentes conditions.

Il n'est donc pas douteux que l'eau de la source Dubois ne soit meilleure pour suivre une cure d'eau de Vichy chez soi que celle de toutes les autres sources similaires. C'est, nous le répétons, une question de température.

Le débit de la source est considérable, 15 000 litres en 24 heures. L'eau de cette source est d'une très grande limpidité ; elle est légèrement aigrelette, et très agréable à boire.

Bien que nous ne soyons pas partisan, en général, de conseiller aux malades l'usage de l'eau de Vichy, pendant les repas, mêlée au vin, nous considérons qu'on peut faire exception pour l'eau de la source Dubois, en raison de ses propriétés reconstituantes et en rai-

son de son goût agréable. Il faut cependant retenir que même l'eau de cette source n'est pas simplement une eau de table, mais plutôt un remède agréable que l'on peut prendre à table.

Je ne m'étendrai pas davantage sur les eaux de la source Dubois, je me contenterai de transcrire ci-dessous le rapport officiel de l'Académie de Médecine de Paris et l'analyse faite par M. Planchon, directeur de l'École de Pharmacie, à Paris :

ACADEMIE DE MEDECINE.—Rapport officiel (*Extrait*).—La source Dubois est située dans la ville de Vichy, rue de Nîmes, à peu de distance de la source des Célestins.

A une profondeur de 27 mètres, plusieurs naissants d'eau minérale se trouvent captés sur le sol d'une galerie à l'aide de cloches en fonte adaptées au rocher et revêtues de solides massifs en ciment. Ces cloches communiquent ensemble. La source, dont le pouvoir ascensionnel est considérable, débite 15 000 litres en 24 heures. Sa température est de 11 degrés. Elle est bien captée.—Acide carbonique libre abondant.

Nous proposons à l'Académie d'émettre un avis favorable pour que la source Dubois soit autorisée.—(Rapport de M. Planchon, directeur de l'École de Pharmacie à Paris, lu par M. le Docteur Proust).

*Les conclusions du présent rapport, mises aux voix, sont adoptées.*

(Séance du 19 juillet 1887).

ELLE A DONNE A L'ANALYSE POUR UN LITRE :

Acide carbonique libre.....	1.303
Bicarbonate de soude.....	4 507
“ de potasse.....	0 119
“ de magnésie.....	0.130
“ de chaux.....	0.403
Protoxyde de fer.....	0.069
Sulfate de soude.....	0.184
Arséniate de soude.....	0.002
Chlorure de Sodium.....	0.229
Bicarbonate de lithium.....	0.018
Chlorure de césium et de rubidium.....	quantités sensibles
Alumine.....	0.015
Silice.....	0.035
Total.....	7.014

D'après le travail du Dr RICHAUME DE PECHALOD.

VARIA

Les morts l'emportent

On lit dans L'ÉVÉNEMENT :

Il ne s'agit point d'attrister personne, mais nous voudrions bien savoir ce que les autorités sanitaires pensent des statistiques vitales de la ville de Québec pour l'année 1891.

Nous les avons trouvées, nous, tout simplement désolantes.

Dans une ville qui passe et tient à passer pour être l'une des plus salubres du Canada, la statistique nous met en présence de ce fait brutal : les mortalités ont été aussi nombreuses que les naissances, et dans le plus grand faubourg de la ville, il y a eu un excédant de mortalités.

En exceptant la grande année du choléra-1852—la mort n'a jamais fait aussi abondante moisson.

Elle a décimé, à droite et à gauche, dans tous les rangs et dans toutes les classes.

Mais ses coups ont surtout porté sur l'enfance.

On peut même assurer qu'elles sont rares les familles qui n'ont pas eu la douleur de se les voir enlever, dans le cours de l'année, un ou plusieurs petits chéris, victimes de cette impitoyable maladie que l'on appelle la diphtérie.

Nous ne voudrions pas ici faire le procès des autorités sanitaires, mais le résultat donne parfaitement raison à l'*Événement*, qui les suppliait, il y a quelques mois, de sortir de leur assoupissement et de faire quelque chose pour la santé publique.

Si la commission sanitaire se fut réorganisée à l'instant où la terrible maladie a fait irruption dans notre ville, si elle n'avait pas attendu que le foyer d'infection se fut démesurément agrandi pour agir et prendre des mesures préventives, le fléau tant redouté n'eût pas pris les proportions que l'on sait et l'on eût arraché à la tombe des centaines de jeunes existences aujourd'hui à jamais perdues.

La leçon est dure, mais nous devons n'en accuser que notre apathie et notre ignorance des lois les plus élémentaires de l'hygiène.

Parce que la leçon a été dure, même cruelle, elle ne sera pas perdue. La plupart des familles savent déjà à quoi s'en tenir sur les soins et les précautions à prendre à l'égard des maladies contagieuses, et les autorités sanitaires ont fait elles-mêmes une assez terrible expérience des résultats de leur incurie, pour répéter à l'avenir les mêmes errements.

### **Les soins de santé**

On hésite souvent à consulter le médecin pour ces petits accidents qui pourtant, faute de soins, peuvent s'aggraver et devenir

dangereux. Parfois, pour les contusions ou plaies, quelle que soit leur origine, on s'arrête à des donneurs de conseils qui prétendent connaître ou avoir par devers eux un sûr moyen de guérison.

Je vous parlerai peut-être un jour de ces prétendus guérisseurs de toutes sortes qui font métier de soigner aux risques et aux péril du public—chariatans endiablés que je m'efforcerais de démasquer, sans me dissimuler la difficulté de cette tâche, en arrachant le bandeau de la crédulité publique.

J'arrête seulement, pour aujourd'hui, ma pensée sur toutes les personnes qui ont l'imprudence, avec les meilleurs intentions du monde de donner des conseils, d'indiquer ou d'offrir je ne sais quels baumes, quels onguents, d'origine et de composition mystérieuses et qui seraient propres d'après elles, à guérir tous les maux.

Gardons-nous donc, une bonne fois, de recourir à toutes ces médications inactives ou dangereuses qui laissent grandir le mal sans obstacle ou qui fournissent un nouvel aliment à l'inflammation.

Je sais qu'on a bien de la peine à se soustraire à tous ces conseils et que, si vous avez un doigt enveloppé, chacun vous offre son remède. Les médecins eux-mêmes, paraît-il, ne peuvent échapper aux offres de guérison de leurs clients qui veulent absolument appliquer leur onguent de famille.

J'ai connu un voisin qui, ayant négligé de consulter la faculté, a laissé grandir un phlegmon de la main, en appliquant je ne sais quel palliatif indiqué par un ami et, quand la médecine est venue à son aide, le mal était déjà fort grave : une abondante suppuration s'était établie, des opérations successives, de longs et douloureux pansements étaient devenus nécessaires plusieurs fois par jour.

Peu après, le patient succombait victime, par sa négligence, d'un mal qui pouvait guérir, sans doute si on eût suivi les prescriptions de la science.

Que cet exemple nous serve de leçon.

#### **Traitement des pellicules du cuir chevelu**

Tracer avec le peigne des raies successives pour écarter les cheveux et faire une onction sur ces points découverts avec la pommade :

Turbith minéral . . . . .	2 gr.
Vaseline . . . . .	60 "
Essence de bergamote ou toute autre essence. . . . .	20 gouttes.

Faire cette opération le soir ; le lendemain matin, lavage de la tête et des cheveux avec le shampoing, solution savonneuse qui se compose de : sous-carbonate de soude, 50 gr., savon noir, 50 gr. eau chaude, 1 litre. Faire dissoudre et décanter. Parfumer au goût de chacun.

Le deuxième jour, lotion avec de l'eau de quinine.

Ce traitement réussit bien, mais la disparition des pellicules n'est que temporaire. Il faut y avoir recours environ tous les quinze à vingt jours.

## BIBLIOGRAPHIE

De la Librairie Lecrosnier et Babé, Éd., 23, Place de l'École-de-Médecine, Paris

### *Encyclopédie d'Hygiène et de Médecine Publique en huit volumes.*

Directeur : M. JULES ROCHARD.

L'*Encyclopédie d'hygiène et de médecine publique*, se composera de dix livres distribués de la façon suivante :

- Livre I.* HYGIÈNE GÉNÉRALE.—Ch. I. Introduction anthropologique par M. de Quatrefages.—Ch. II. Démographie, par M. J. Bertillon.—Ch. III. Climatologie, par MM. Leroy de Mericourt et Eugène Rochard.—Ch. IV. Pathogénie, par M. Jules Rochard.—Ch. V. Epidémiologie, par M. Léon Colin.—Ch. VI. Epizootie, par M. Nocard.
- Livre II.* HYGIÈNE ALIMENTAIRE.—Chap. I. Aliments, par M. Pouchet.—Chap. II. Eaux potables, par M. Armand Gautier.—Chap. III. Boissons, par M. Riche.
- Livre III.* HYGIÈNE URBAINE.—Chap. I. Villes en générale, par M. Arnould.—Chap. II. Voie publique, par M. Arnould.—Chap. III. La ville souterraine, par Jules Rochard.—Chap. IV. Habitations, par MM. Léon Faucher, Richard, Vallin, Gariel.
- Livre IV.* HYGIÈNE RURALE, par M. Drouineau.
- Livre V.* HYGIÈNE HOSPITALIÈRE ET ASSISTANCE PUBLIQUE, par MM. Nayias et A.-J. Martin.
- Livre VI.* HYGIÈNE INDUSTRIELLE, par M. Layet.
- Livre VII.* HYGIÈNE MILITAIRE, par M. Morache.
- Livre VIII.* HYGIÈNE NAVALE, par M. Jules Rochard.
- Livre IX.* HYGIÈNE INFANTILE, par M. Bergeron.
- Livre X.* HYGIÈNE INTERNATIONALE ET ADMINISTRATIVE.—1<sup>re</sup> partie, par MM. Brouardel et Proust.—2<sup>e</sup> partie, par M. Henri Monod.

AVIS.—A partir du 1<sup>er</sup> juillet, il paraît chaque mois un fascicule de dix feuilles, avec figures et planches ; les fascicules 1 à 19 sont en vente. Prix de chaque fascicule 3 fr. 50.—Souscription à forfait à l'ouvrage complet 150 francs.—Envoi franco par la poste, contre un mandat.

Les ouvrages du docteur J.-I. DESROCHES sont en vente chez  
MM. Cadieux, Dérôme & Cie, et au bureau du Journal.

Ces ouvrages sont approuvés par le Conseil de l'Instruction publique.

TRAITÉ ÉLÉMENTAIRE D'HYGIÈNE PRIVÉE. Prix : 35 centins l'unité ;  
à douzaine, \$3.60.

CATÉCHISME D'HYGIÈNE PRIVÉE. Prix : 8 centins l'unité ; la dou-  
zaine, 84 centins.

PRÉCEPTES DE L'HYGIÈNE SCOLAIRE. Prix : 10 centins.

L'HYGIÈNE DANS L'ÉDUCATION. Prix : 10 centins.

## LE REMÈDE DU PÈRE MATHIEU !



*Don affectionné  
Thérèse Mathieu*

L'ANTIDOTE DE L'ALCOOL ENFIN TROUVÉ !  
ENCORE UNE DÉCOUVERTE !

LE REMÈDE DU PÈRE MATHIEU

guérit radicalement et promptement l'intempé-  
rance et déracine tout désir des liqueurs alcooli-  
ques. Le lendemain d'une fête ou de tout abus  
des liqueurs enivrantes, une seule cuillerée à thé  
fera disparaître entièrement la dépression men-  
tale et physique. C'est aussi un remède certain  
pour toute Fièvre, Dyspepsie, Torpeur du Foie,  
avant une cause autre que l'intempérance.

Vendu par les Pharmaciens, \$1.00 la bouteille.

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

## HYPOPHOSPHITES CARRIÈRE

**Elixir Hypophos. Co.**

AVEC QUININE, TR DE NOIX VOMIQUE ET MANGANESE

Chaque drachme contient  $\frac{1}{8}$  de grain d'Hypophosphite de calcium,  $\frac{1}{8}$  de grain de chaque Hypophosphite de potasse et de fer,  $\frac{1}{8}$  de grain d'Hypophosphite de Manganèse,  $\frac{1}{8}$  de grain de muriate de Quinine (français) et 2 gouttes de teinture de noix vomique.

**DR. CARRIÈRE, Chimiste Droguiste,**

N. 1341, RUE STE-CATHERINE, MONTREAL.

Téléphone, — 6141.

Echantillon fourni sur demande. | Dépôt dans toutes les Pharmacies.



## TOUTES LES MALADIES

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

### LA FUCOGLYOINE 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 & CIE, Paris.

AGENT GÉNÉRAL : C. ALFRED CHOUILLOU,  
MONTREAL.

### LA GOUTTE, LA GRAVELLE, LES RHUMATISMES

ne peuvent être guéris sans

### → LITHINE ←

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

AGENT GÉNÉRAL : C. ALFRED CHOUILLOU,  
MONTREAL.

### 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 antigestif bien connu.

Préparée par LE PERDRIEL & CIE, Paris.

Agent général :  
**C. ALFRED CHOUILLOU,**  
MONTREAL