

2022 CHAGNON "A"

820, AVE. DeLORIMIER, MONTREAL.

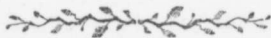
HOPITAL

# Sainte-Justine

(Pour les Enfants)

NOTIONS d'HYGIENE

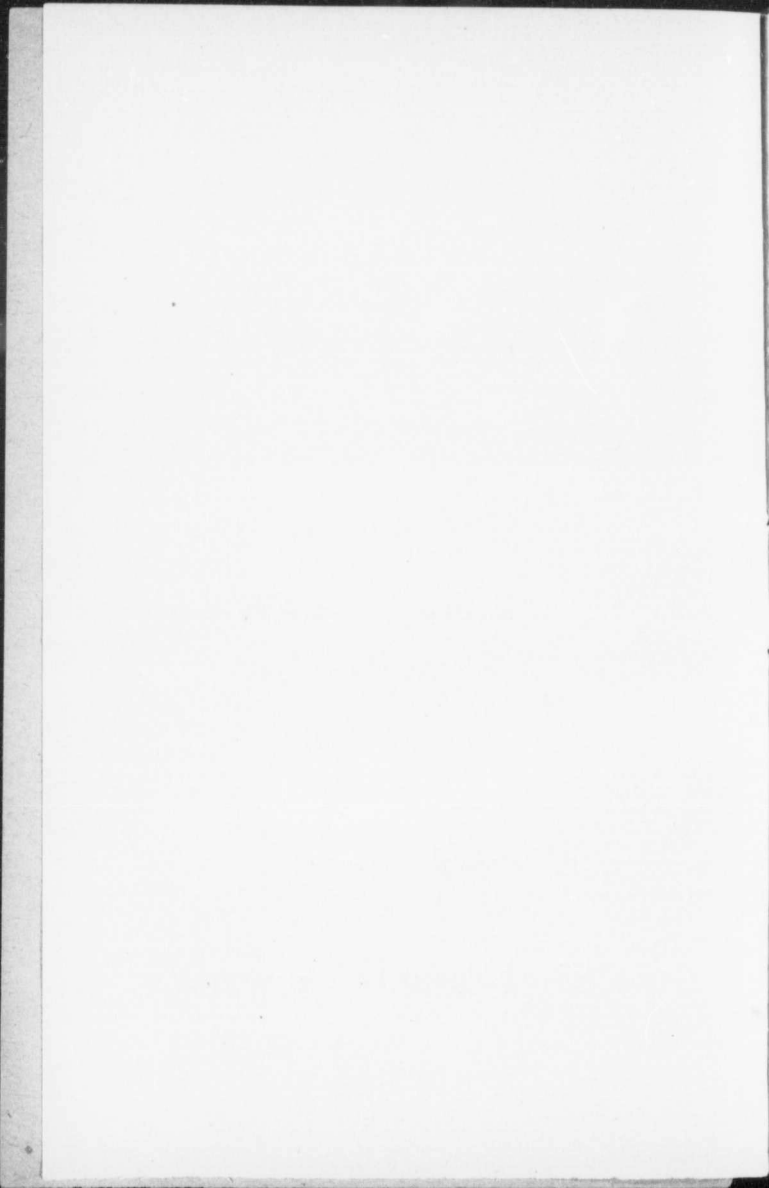
des Yeux, des Oreilles et des  
Voies Aériennes  
Supérieures.



820, AVE. DeLORIMIER, MONTREAL.

CEBR, 8

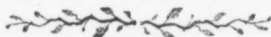
Chignon -



HOPITAL  
**Sainte-Justine**

(Pour les enfants)

NOTIONS d'HYGIENE  
des Yeux, des Oreilles et des  
Voies Aériennes  
Supérieures.



820, AVE. DeLORIMIER, MONTREAL.

DISPENSAIRES A 10.30 A.M.

Dr. R. MASSON, médecine: lundi, mercredi et  
vendredi.

Dr. J.-C. BOURGOIN, médecine: mardi, jeudi  
et samedi.

Dr. Z. RHEAUME, chirurgie: jeudi.

Dr. B.-G. BOURGEOIS, chirurgie: lundi.

Dr. E.-E. LAURENT, maladies des yeux, des oreil-  
les, du nez et de la gorge: mercredi  
et samedi—lundi: pour opérations  
seulement.





# HOPITAL SAINTE-JUSTINE

(POUR LES ENFANTS)

L'Hôpital Sainte-Justine a été fondé dans le but de conserver l'existence aux enfants, d'en empêcher autant que possible de devenir infirmes, aveugles, sourds, muets ou idiots et d'en faire des citoyens utiles à la patrie, à leurs familles et à eux-mêmes.

Nous dépensons beaucoup pour attirer chez nous des étrangers qui, sans doute, aident au développement de notre pays et en augmentent la richesse, mais, avons-nous fait assez pour conserver la vie à nos propres enfants?

La mortalité infantile dans notre province est plus élevée que celle de tous les autres pays!

Notre Bureau Médical, sous l'inspiration de son président, M. le docteur J.-E. Dubé, a décidé de profiter de cette *vente de charité* pour vulgariser sous forme de brochures et de causeries, les grandes lignes de l'hygiène infantile, répandant ainsi, en dehors du domaine restreint de notre hôpital, les heureux effets de la science médicale moderne.

Mes excellents collègues MM. les docteurs Bourgeois, Bourgoin, Masson et Rhéaume, qui dirigent avec tant de distinction les services Médical et Chirurgical de notre institution,

se sont chargés de cette tâche dans leurs sphères respectives ; il ne nous reste plus qu'à nous occuper de l'hygiène des yeux, des oreilles et des voies aériennes supérieures.

### HYGIENE DES YEUX

1.—On appelle *Emmétrope* l'œil qui voit bien de loin et de près : c'est l'œil normal ; l'œil *Hypermétrope* ne voit bien que de loin ; le *Myope*, que de près et enfin l'*Astigme*, ni de loin, ni de près : hypermétropie, myopie et astigmatie : tels sont les vices de réfraction. Ils diminuent la netteté de la vue et causent des désordres plus ou moins considérables tels que rougeur des yeux, maux de tête, fatigue oculaire, louchage, etc. La myopie, surtout si elle est combinée à l'astigmatie et laissée sans correction, ou mal corrigée, peut devenir progressive et amener la perte totale de l'œil par décollement de la rétine. La correction bien faite et accompagnée de conseils appropriés, arrête les progrès de la myopie et sauve la vue. Dans aucun cas elle ne devrait être laissée à l'opticien, (Fuchs, Javal, Sulger, etc., etc.).

2.—Les vices de réfractations doivent être corrigés par des verres, et jamais un enfant ne devrait commencer à apprendre à lire, sans avoir d'abord subi un examen de la vue par une personne compétante. La correction des vices de réfraction est la partie la plus scientifique, la plus difficile et la plus importante dans le domaine de l'oculiste. Bien faite, elle rend plus de services que tout le reste de l'oculistique. L'ignorant qui s'en charge est criminel !



3.—On ne naît pas myope, on le devient en travaillant avec une mauvaise lumière, avec des défauts de réfraction pas corrigés ou mal corrigés, ce qui est souvent pire, en tenant son livre trop près, en se tenant mal sur son siège ou en se servant d'un mobilier scolaire disproportionné à sa taille.

4.—La lumière doit être abondante, placée à gauche et un peu en arrière, de manière qu'elle ne tombe pas dans les yeux mais sur le livre ou le cahier. Si elle venait de droite, la pointe de la plume serait dans l'ombre portée par la main qui la tient.

5.—Les Ophthalmies purulentes des nouveaux-nés causent souvent des ulcérations de la cornée (qui laissent des taies après guérison) et même des perforations et la perte totale de l'œil: il faut donc pour ces petits malades voir le médecin ou l'oculiste sans retard.

6.—Tous les enfants dont les yeux sont rouges et les paupières collées le matin, par du pus desséché, offrent un danger de contagion pour les autres. Il faut prendre de grands soins de propreté chez le malade, chez celui qui le soigne et pour les articles de pansement.

Comme remède de famille, dans les cas légers, on peut se servir, avec avantage, d'une solution contenant une cuillerée à thé de sel de table ou d'acide borique, dans une pinte d'eau que l'on fera bouillir ensuite, à chaque fois, avant de s'en servir. Ces deux solutions peuvent être employées sans danger, soit en compresse, ou en irrigations dans l'œil. Dans les cas tenaces

et plus sérieux on fera mieux de voir le médecin ou l'oculiste.

7.—C'est l'intérêt et le devoir des parents et de la société de procurer aux petits aveugles l'éducation spéciale requise par leur infirmité.

### HYGIENE DES OREILLES

1.—La *surdité* et la *surdi-mutité* sont rarement congénitales ; presque toujours le petit muet est muet parce qu'il est devenu sourd.

Tout enfant qui devient sourd avant 4 ans sera fatalement muet. Faire examiner ces petits infortunés par l'auriste, si  a n'a pas encore été fait, et, si l'ouïe est irrémédiablement perdue, s'occuper de leur donner l'éducation possible, soit dans la famille, soit dans les institutions spéciales.

2.—En faisant la toilette de bébé, ne pas laisser l'eau sale du bain pénétrer dans ses oreilles, car elle les infecterait. S'il vomit, le mettre sur le côté afin d'empêcher les matières rendues de couler dans ses oreilles. Pas de bonnet serré qui écrase le pavillon et détermine de l'eczéma. Pas de baiser sur les oreilles, ni de taloches plus tard. Ne rien mettre dans les oreilles sans l'avis du médecin. Pas d'ouate sans nécessité. Que de dommage causé par l'introduction, dans le conduit auditif, d'huile, de laudanum, de morceaux d'ail, de lard, etc., contre le mal de dent ; ou encore de lait maternel pour faire pousser les dents ! On peut nettoyer le bord du conduit avec un pinceau d'ouate sec ou humecté d'alcool ou de parfum.

Dans les douleurs d'oreilles on peut mettre dix gouttes de solution phéniquée chaude contenant une partie d'acide phénique pour vingt parties de glycérine. Mettre ensuite un tampon d'ouate.

3.—Les obstructions du nez, les végétations adénoïdes, les rhumes de cerveau menacent l'oreille. Surveiller les oreilles dans la rougeole, la scarlatine, etc. Dans ces cas on peut mettre, avec avantage, cinq gouttes dans chaque narine, deux ou trois fois par jour, de la solution suivante : Menthol, 1 partie ; huile d'olive, 50 parties.

En mouchant les enfants, ne jamais boucher les deux narines à la fois, car alors, ils se mouchent dans leurs oreilles, par les trompes d'Eustache.

4.—Le nourrisson n'entend pas avant trois mois. Si, à six mois, il ne paraît pas encore entendre, consulter l'auriste. S'il ne commence pas à parler à deux ans, soupçonner la surdité et consulter.

5.—*L'avenir intellectuel d'un enfant est en rapport avec son audition.* Examiner l'audition des enfants avant leur entrée en classe, avertir les parents si elle est défectueuse : deux fois sur trois la surdité, à cet âge, peut être guérie. Les enfants qui entendent mal doivent être placés près du maître, afin qu'ils puissent bénéficier mieux de ses explications et éviter ainsi d'être catalogués comme idiots.

6.—C'est de deux à quinze ans que se décide si un enfant sera sourd ou non. Tout écoulé-

ment d'oreille peut entraîner la surdité, la paralysie faciale et même la mort par méningite et autres complications. Il faut donc, à tout prix, guérir ces suppurations: c'est facile au début mais souvent très difficile plus tard. Ce n'est pas quand l'oreille est perdue qu'il faut commencer à songer à s'en occuper: le boyau du pompier n'a jamais reconstruit l'édifice incendié.

8.—Souvent on devient sourd sans s'en apercevoir; l'examen systématique de l'audition peut seule protéger contre cette malheureuse surprise.

---

## HYGIÈNE

### DES VOIES AÉRIENNES SUPÉRIEURES

1—C'est une erreur de croire que la maladie est un malheur inévitable, contre lequel on ne peut opposer que de la résignation. La science moderne a démontré, qu'en dernière analyse, les causes de toutes les maladies peuvent se réunir en trois groupes: les surmenages, les intoxications et les infections par les microbes venus du dehors. (Ce dernier facteur à sous sa dépendance toutes les maladies contagieuses, toutes les épidémies.) Aucune de ces trois causes de maladies n'est absolument inévitables.

Le surmenage affaiblit l'organisme et prépare le terrain aux infections; ces dernières altèrent les organes et préparent les intoxications, en laissant s'accumuler dans l'organisme des poisons qui sont éliminés par des organes en santé.

2.—Le nez, la bouche, le pharynx, le larynx et la trachée constituent nos voies aériennes supérieures. Ces organes sont de la plus haute importance. Les fonctions auxquelles ils concourent (la respiration et la nutrition) sont de première nécessité. Ils sont aussi les voies de prédilection par lesquelles les germes de maladies pénètrent dans notre organisme ; cependant, à l'état normal, ils les arrêtent au passage, les détruisent ou les rejettent au dehors.

Le nez filtre l'air, lui enlève ses poussières et ses microbes, le réchauffe et lui donne l'humidité nécessaire pour qu'il puisse, sans inconvénient, pénétrer dans le tissu délicat des poumons. Ceux qui souffrent d'obstruction nasale sont donc privés de cette protection contre les infections venant du dehors, leurs oreilles en sont souvent affectées et, leur respiration étant insuffisante, ils vivent dans un état de demi-asphyxie qui produit, chez eux, une espèce de torpeur physique et intellectuelle : tels sont les enfants qui souffrent de végétations adénoïdes, ces intéressants petits idiots d'autrefois, auxquels, aujourd'hui, d'un coup de curette bien appliqué, nous rendons l'audition et l'intelligence. Donc, tout enfant qui respire habituellement par la bouche et ronfle en dormant, doit être conduit chez l'auriste ; car son avenir physique et intellectuel est en jeu.

3.—On évitera beaucoup d'affections des voies aériennes en maintenant la température des habitations ni trop chaude, ni trop froide (17° cen-

tigrade ou 63° Fahrenheit, est la température idéale).

Dans les grands froids, si l'air des appartements est trop sec, lui rendre le degré d'humidité voulu en y faisant évaporer de l'eau; dans les petites habitations populaires, les vapeurs provenant de la cuisine, sont ordinairement suffisantes.

4.—Le mouchoir doit être changé souvent. Après s'en être servi, il doit être chiffonné de manière que les sécrétions soient au centre et non à l'extérieur, car alors, il infecterait la poche destinée à le recevoir et celle-ci infecterait, à son tour, les mouchoirs nets qu'on y mettrait ensuite.

Moucher bien les enfants et leur apprendre à se bien moucher: pour se bien moucher, il faut se boucher une seule narine et souffler fortement par l'autre, changer de côté et répéter l'opération; pour se mal moucher, on bouche les deux narines à la fois et on souffle fort par le nez. Dans le premier cas on lance sécrétions, poussières et microbes dans son mouchoir; dans le second, les deux narines étant fermées, on lance le tout dans les cavités accessoires des fosses nasales, surtout, par les trompes d'Eustache, dans la caisse du tympan. Résultat: infection de ces cavités, douleurs et suppurations d'oreilles.

Les lavages du nez peuvent avoir les mêmes effets déplorables et ne doivent être pratiqués que dans les cas particuliers et sous la direction du médecin.

5.—La bouche doit être tenue bien propre. Les dents cariées doivent être nettoyées et remplies. Si elles sont trop mauvaises pour cela, elles doivent être extraites impitoyablement, car elles sont un danger constant pour la bouche, les voies aériennes et leurs cavités accessoires où les germes provenant de telles dents peuvent déterminer des suppurations graves et interminables.

6.—*La parole* chez l'enfant ne se développe que par imitation : il faut que les exemples soient bons. En leur parlant, prononcer correctement, pour leur éviter l'acquisition de défauts de langue dont ils auraient de la misère à se débarrasser plus tard.

7.—*Le chant* fortifie le larynx et les poumons, mais il peut avoir des conséquences funestes quand ces organes sont malades. Les enfants qu'on destine à la profession de chanteur doivent avoir le larynx, les poumons, le cœur et les voies aériennes en parfait état ; si non, ils perdent leur temps, leur travail et l'argent de leurs parents, car ils verront leur carrière bientôt brisée. Avant d'entreprendre de telles études, l'élève devrait subir un examen médical qui pourrait, en outre, faire découvrir certains défauts qui nuiraient beaucoup à la voix et auxquels on peut remédier.

Dès les premières leçons on déterminera le timbre de voix de l'enfant et on ne permettra jamais le déplacement du *registre vocal*, car ce malmenage de la voix lui fait courir les plus grands dangers. Au début, leçons très courtes,

cesser avant la fatigue. On n'exigera davantage que graduellement, avec le développement des muscles du larynx. On fortifiera, en même temps, les organes thoraciques et l'organisme tout entier par les exercices au grand air, la gymnastique, la natation, etc., etc.

Le petit chanteur devra constamment veiller à l'hygiène de ses voies aériennes, tenir compte du climat, de la température, des poussières, de la fumée. Dans les maladies du larynx, même les plus bénignes, il mettra sa voix au repos. Il ferait bien de ne pas contracter l'habitude de fumer ; dans tous les cas, il devra toujours être très modéré dans l'usage du tabac et de l'alcool.

FIN.





