

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'HYGIENE POPULAIRE

ORGANE OFFICIEL DE LA SOCIÉTÉ D'HYGIÈNE DE LA PROVINCE DE QUÉBEC.

VOL. I.

MONTREAL, 15 FÉVRIER 1885.

No. 19.

AVIS.

Toute personne qui renvoie un journal est tenue d'en payer les arrérages qu'elle doit sur abonnement, ou autrement, l'éditeur peut continuer à le lui envoyer jusqu'à ce qu'elle ait payé le tout (décision judiciaire).

MM. les abonnés sont priés de donner à l'Administrateur avis de leur changement de résidence et d'avertir immédiatement s'il survenait quelque retard dans la réception ou quelque erreur dans l'adresse du journal.

Les manuscrits acceptés sont la propriété du journal.

L'abonnement au journal est de \$1.50 par année, payable d'avance. Ce montant peut-être remis par lettre à l'adresse : Dr J. I. Desroches, No 189 rue Amherst, ou Boîte 2027, Bureau de Poste Montréal.

Les conditions d'annonces se règlent de gré à gré. Pour toute information s'adresser au Dr J. M. Beausoleil, No 66 rue St-Denis, ou Boîte 2027, Bureau de Poste Montréal.

Notre agent, M. Ed. Chevalier visitera, durant le mois de Février, nos abonnés de la ville et donnera un thermomètre, à ceux qui lui feront remise de \$1.50, prix du Journal pour l'année courante.

STATISTIQUE MORTUAIRE.

Nous avons sous les yeux, le « Résumé des Rapports de la statistique mortuaire pour l'année 1883.

C'est le premier rapport du genre publié par le gouvernement fédéral. Jusqu'ici on s'était contenté de faire connaître le résultat du dénombrement des vivants. On tenait compte de la valeur de leurs propriétés tant meubles qu'immeubles, mais on n'osait « évoquer des morts le souvenir sacré. »

Et pourtant, n'était-il pas logique de consigner dans nos archives le nombre de nos chers défunts et d'y indiquer la cause qui les a séparés de nous ? Ne sont ils pas les membres douloureusement détachés du corps de la nation ? Cette négligence nous a certainement été fatale parce qu'elle nous laissait glisser aveuglement dans l'ornière où nos prédécesseurs ont succombé. Nous étions privés des leçons de l'expérience, cette sagesse que rien ne remplace.

Un premier pas est fait dans la grande voie de la réparation, la statistique mortuaire est créée. Elle existe, grâce aux lumières, et, à l'énergie persistante de M. J. C. Taché, député-ministre de l'Agriculture.

Imaginer les embarras sans nombre qu'a

du rencontrer l'organisation de ce nouveau département, est tout simplement impossible. Trouver des compilateurs compétents à contrôler les informations concernant les décès, faire le choix d'une classification judicieuse des maladies, fut, sans doute, une tâche bien ardue. Cependant, malgré ces difficultés, on est parvenu à doter le pays d'une statistique mortuaire bien élaborée et d'une grande valeur.

« En vertu de l'autorité qui lui est dévolue par l'acte des Recensements et de la statistique » de 1879, Son Excellence le Gouverneur-Général en Conseil a bien voulu approuver en la manière prescrite par la clause 28 de cet acte, des Règlements et Formules concernant la Statistique mortuaire. Ces règlements et Formules furent adoptés par Son Excellence le 26 Décembre 1882 et publiés dans la *Gazette du Canada* le 30 du même mois.»

« Ces règlements aux termes qui y sont consignés doivent s'appliquer—à la collection des statistiques des décès et de leurs causes dans les limites des cités et villes ci-après énumérées, les capitales du Canada et des provinces ainsi que des villes ayant une population de 25,000 ou plus, suivant le recensement de 1880-81, savoir ; Montréal, Toronto, Québec, Halifax, Hamilton, Ottawa, St. Jean N. B., Charlottetown, Winnipeg, Frédéricion, et Victoria C. B, auxquelles on pourra ajouter les localités environnantes. S'appliqueront de plus les présents règlements à toute autre cité, ville ou localité ou cité, villes ou localités conjointes, chaque fois qu'il apparaîtra que le fonctionnement du système donne satisfaction et qu'il sera accordé à cette fin par le Parlement des moyens suffisants. » (Rapports.)

Six villes ont été soumises à l'application de ces règlements : ce sont Montréal, Toronto, Ottawa, Hamilton, Halifax et St. Jean N. B. Leurs statistiques cou-

vrent toute l'année 1883. Charlottetown, Winnipeg et Frédéricion ont envoyé le rapport des six derniers mois de la même année.

« L'enquête sur les décès doit s'étendre aux objets suivants savoir : le sexe, l'âge, l'état de mariage, la religion, la nationalité et la profession des décédés, avec et y compris la date du décès et ses causes. »

Comme on le voit, le plan d'organisation repose sur des bases larges et le résultat ne saurait manquer d'être satisfaisant. Bientôt, nous l'espérons, ce système sera établi par toute la Confédération. Si à ces rapports des décès, on ajoute ceux des mariages et naissances on aura une statistique plus complète que celle des peuples les plus avancés.

Nous espérons que le gouvernement mettra au service de M. Taché, les ressources pécuniaires suffisantes pour mener à bonne fin cette œuvre éminemment nationale.

J. M. BEAUSOLEIL, M. D.

INCINÉRATIONS DES MATIÈRES FÉCALES.

La santé publique est en ce moment l'objet d'études sérieuses, et on fait des efforts louables dans le but d'améliorer l'état sanitaire de notre ville. Comme dernière et importante mesure, se présente la question de l'incinération des matières fécales. Le comité de santé vient d'adopter le projet de M. Mann, qui offre, moyennant la somme annuelle de \$3,000, de rendre les matières fécales inodores, et ce, sans incommoder le voisinage de l'établissement qu'il propose d'établir à cet effet. La mesure se recommande d'elle-même et messieurs les membres du comité qui naturellement ont à cœur de remplir leur mission de gardiens de la santé publique,

l'ont acceptée unanimement. Bref, le projet n'attend plus que la sanction du conseil pour tomber dans le domaine des faits accomplis.

Je n'ai vu ni les devis ni les plans de l'usine que M. Mann propose à l'adoption de nos édiles. On ne connaît même qu'imparfaitement les conditions du marché qu'il offre à la ville—le public n'étant pas beaucoup dans ces secrets, mais j'ai cru m'apercevoir que la question n'était pas traitée à la légère par messieurs les échevins. Il y a matière à y penser. D'abord, l'objet principal, c'est d'arriver à des mesures préventives des maladies épidémiques, notamment, le choléra. Il n'y aurait à s'occuper que de l'hygiène simple, que le sujet mériterait toute attention, mais, en ce présent cas, il y a double intérêt, il s'agit du salut public.

Si je suis bien renseigné, à part la construction de son usine, M. Mann s'engagerait à vider à peu près 1200 fosses par année, moyennant paiement, par les propriétaires, de sept centins par pied cube ou \$2.52 par voyage de 244,94 gallons, et par la Cité de \$8,000 par année pour payer les frais de montage de l'usine en question, et du combustible employé à son fonctionnement et ce pendant cinq ans.

Dans le passé, l'entrepreneur des vidanges recevait du propriétaire, même rémunération de sept centins par pied cube de matière fécale enlevée, et débarrassait la ville de ces matières à son propre compte.

Maintenant la ville paierait \$8,000 par année, à un entrepreneur, seulement pour lui trouver le moyen de faire disparaître les matières fécales.

En ce cas, on ne ferait rien de plus que par le passé, puisque chaque année, sous le système actuel, le vidangeur vide de 12 à 15 cents fosses, et il resterait toujours de 7 à 8 mille fosses pleines, puis-

qu'on estime et sans exagérer le nombre de fosses en usage dans la ville de Montréal à dix mille; et on paierait en plus \$8,000.

Les émanations de ces fosses infectes menaceraient sans cesse la santé publique.

Mais, comme je l'ai dit plus haut, messieurs les membres des comités de santé et des finances ne traitent pas la question à la légère. Quand le projet de M. Mann sera présenté pour adoption par le Conseil, il l'auront déjà modifié de manière à couvrir toutes les lacunes du premier croquis.

Ils pourvoient sans doute à ce que toutes ces dix mille fosses soient vidées dès la première année du contrat, et que le sol soit désinfecté. Des *water-closets* seront substitués à ces nids de peste. S'il arrivait (ou l'eau fait défaut par exemple) qu'on soit forcé de retarder la pose des *water-closets*, qu'on détruise les anciennes fosses fixes qui sont toutes plus ou moins grossièrement faites et qu'on les remplace par des fosses mobiles composées d'une tinette quelconque, soit d'une moitié de tonneau ou autre appareil simple et économique qu'on pourra facilement vider une ou deux fois par semaine en attendant la possibilité d'établir, en guise, un *water-closet*.

Quoiqu'il en soit, j'espère que messieurs les membres des comités de santé et des finances ne présenteront pas de demi-mesure.

Le comité des finances est prêt à voter jusqu'à quarante mille dollars pour l'incinération des vidanges, que cet argent soit appliqué, de manière à produire une révolution complète dans la disposition actuelle des matières fécales et non à temporiser et à empêcher, en adoptant un compromis, l'exécution de mesures radicales.

DEUIL NATIONAL.

Combien de fois, le souvenir des personnes que vous avez connues. et qui sont disparus de ce monde, n'a-il pas hanté votre esprit ? Combien de fois vous êtes-vous surpris à répéter : un tel, une constitution robuste, une belle intelligence, a succombé à un écart de régime, à un rhume négligé. Combien d'enfants, frais et roses, sont disparus de votre voisinage, emportés par une fièvre éphémère, un simple refroidissement ? Un grain de prudence les aurait sauvés.

Ces remarques vous allez leur trouver une application aussi juste, en examinant le rapport de la statistique mortuaire des principales villes du Canada.

Parcourons ces pages lugubres, où sont énumérées les causes, souvent faciles à prévenir, de la mort de milliers de concitoyens. Ne détournons pas la tête, voyons défilier le cortège des victimes d'une inconcevable ignorance ou d'une négligence homicide.

En 1883, les décès à Montréal, se sont élevés à 4596, dont les causes principales se divisent comme suit :

Défaut d'alimentation	14
Rougeole.....	31
Scarlatine.....	38
Suffocation.....	41
Convulsions	117
Angine.....	77
Dentition.....	78
Entérite.....	115
Diphthérie.....	147
Phthisie (Consomption).....	434
Affections pulmonaires.....	353
Diarrhées.....	497
Débilité.....	1142
Total.....	3,084

La grande majorité de ces cas appartient à l'enfance,

De la naissance à cinq ans :

Défaut d'alimentation.....	14
Rougeole	30
Scarlatine.....	17
Suffocation.....	17
Convulsions.....	93
Dentition.....	78
Entérite	92
Diphthérie.....	107
Phthisie (Consomption).....	42
Affections pulmonaires.....	116
Diarrhées.....	478
Débilité.....	1027
Total.....	3,111

L'espace nous manque pour étendre ce tableau à tous les âges de la vie.

Nous ne craignons pas d'être taxé d'exagération en disant que les deux tiers, au moins, de ces décès sont l'œuvre d'une incurie profonde et de l'ignorance des simples éléments de la santé.

Les maladies de l'enfance sont faciles à prévenir et lors qu'elles éclatent, si le médecin était appelé à temps, il en empêcherait la terminaison fatale.

Nous avons montré le mal indiquons le remède. Il réside dans une alimentation bien réglementaire, une ventilation convenable et l'enlèvement quotidien des déchets des maisons, le curage et la désinfection des fosses d'aisance.

On n'arrivera jamais à ce but si l'enseignement des lois de l'hygiène n'est pas de rigueur dans nos maisons d'éducation.

Nous ne sommes que ce que l'éducation nous a faits.

Cette réforme capitale nous le demandons au Conseil de l'Instruction publique.

Nous examinerons les causes de décès des autres villes du Canada dans un prochain numéro.

Dr. J. M. Beausoleil.

HYGIÈNE ET MALADIES
CONTAGIEUSES.

En présence d'une maladie contagieuse, il importe de considérer sa nature et ses caractères avant de raisonner et de motiver un plan de campagne pour la combattre. Nous apprécions d'autant mieux ces mesures de défense dans leur valeur relative à chacune de ces maladies tributaires de l'hygiène, que nous avons appris à les connaître d'avantage, par une étude préalable. Ainsi, il nous convient donc de pénétrer dans l'immense domaine des maladies contagieuses, pour y chercher le secret de l'hygiène militante. C'est à une acquisition à faire, car pour bien se servir d'une arme il faut d'abord la connaître dans son mécanisme et dans son manie-ment. Nous savons que dans une foule de circonstances les mêmes armes peuvent servir, il convient donc, de consacrer cette étude à de véritables généralités.

Sans cesse menacés par les microbes, ces causes animées des maladies infectueuses, nous devons chercher à nous prémunir en sacrifiant à l'autel de l'hygiène. L'attention des familles doit être particulièrement portée sur les voies d'introduction des maladies au milieu de nous. Les égouts, les évier, les latrines, les usines, les purins les fumiers, les eaux ménagères, les eaux marécageuses, la malpropreté, l'insalubrité des logements, la contamination des substances alimentaires, etc., sont autant de milieux favorables au développement des microbes qui s'attaquent avec tant de puissance à notre organisme.

Il serait bon que les autorités municipales profiterait de la panique qui envahit en ce moment, tout le monde pour opérer des réformes sanitaires ; faire disparaître les évier des cours, voies d'évacuations des eaux ménagères ; éviter que les eaux ménagères et les détritux de toutes les lo-

calités situées en amont n'aillent corrompre les eaux de rivières, et par là aussi la nappe souterraine qui donnent l'eau des puits ; hator la disparition des latrines défectueuses et les faire remplacer par des cuvettes couvercles hydrauliques. Dans les villes et la campagne où il n'y pas d'aqueduc, nous conseillons les cabinets d'aisance à terre sèche. Tous les cabinets d'aisance doivent recevoir toutes les semaines et en temps d'épidémies, tous les jours, une substance désinfectante. On emploie généralement dans ce but, le sulfato de fer. En Angleterre on se sert à cet effet de plusieurs mélanges, les poudres de Calvert, de MacDougall, le déodorant de Suvéra. En Allemagne, la confiance se porte sur la chaux phéniquée. En France l'huile lourde de houille semble donner des résultats plus assurés que les désinfectants précédents.

Les meilleures eaux, en temps d'épidémies sont les eaux douces de sources, les eaux minérales, et l'eau ayant subi l'ébullition pourvu qu'elle soit consommée dans les 24 heures.

La propreté des logements comme la propreté individuelle est de rigueur pour la conservation de la santé comme pour la dignité de l'homme.

Concurremment avec ces mesures il faut se mettre en garde contre les malades eux-mêmes. Ne doivent rester auprès de ces malades qui les personnes requises pour les bien soigner. Il est de la plus grande importance de prendre dès que la maladie est reconnue infectieuse les mesures d'isolement. Il incombe aussi aux personnes chargées du soin de ces malades de briser tout rapport avec les autres membres de la famille. Le médecin qui ne fait que passer est moins exposé à la contagion.

Les malades devront être placés dans des chambres spacieuses, bien éclairées et bien ventilées. L'époussetage, le lavage des meubles, etc., doivent se faire tous les

jours. Ne pas laisser séjourner dans ces appartements, non seulement les déjections, mais même les débris des repas.

Comme désinfectant de l'air privé du malade, le meilleur est les bougies désinfectantes qu'on prépare en mélangeant de la fleur de soufre à de la stéarine.

Une fois la maladie éteinte, le logement sera évacué complètement afin de permettre une désinfection à fumigation d'acide sulphureux ou d'acide azoteux. On changera les papiers de tentures; on lavera les peintures, etc., avec de la potasse et au savon. Enfin les linges qui ont servi aux malades seront passés à la lessive ou subiront une désinfection à air chaud, dans un four par exemple après la cuisson du pain, ou encore seront soumis à une désinfection par l'acide sulfureux.

Toutes ces mesures deviendront réellement efficaces, si on leur accorde de la compétence. Il incombe donc à chaque individu comme à chaque famille de s'occuper de ces mesures d'hygiène, par ce que toujours le mal d'une maladie contagieuse ou d'une épidémie est proportionné au degré d'intervention des mesures sanitaires.

Si donc on ne veut pas être malmené par le choléra, la diphtérie et la fièvre typhoïde, recourons à la pratique de l'hygiène.

DR J. I. DESROCHES.

MORTALITÉ DANS LA CITE

Nous publions aujourd'hui le rapport mensuel du Dr. Larocque, sur les causes de la mortalité dans la cité. Il y a là d'excellentes remarques et de bons conseils à suivre :

Une autre cause de la mortalité chez les enfants, ce sont les émanations des fosses d'aisance dont la plupart sont placées trop près des habitations, vis-à-vis les

les portes et les fenêtres. Ces fosses sont boisées de planches et si peu étanches, que les eaux pluviales y coulent facilement, favorisent ainsi promptement la décomposition des matières contenues dans ces fosses. On sait que les excréta humains contiennent une grande quantité de soufre et de phosphore. Ces deux substances forment avec l'hydrogène de l'eau, l'hydrogène phosphoré et sulfuré, deux des gaz les plus délétères, dont la diffusion a lieu abondamment dans les cours et même dans les maisons. On sait que les selles des patients affectés de maladies contagieuses, surtout de fièvres typhoïdes, contiennent une abondance de germes de contagion.

Tant que l'on permettra l'existence de ces fosses, on devra s'attendre à voir s'établir en permanence ces maladies dans notre ville.

Le Conseil d'Hygiène doit prochainement présenter au Conseil de Ville, un rapport demandant une somme de \$8,000 dans le but de carboniser le contenu des fosses d'aisances, procédé le plus sûr pour se débarrasser de ces matières, et protéger par là la santé publique.

Il est cependant à propos de signaler que sur à peu près 10,000 fosses qui incessamment exhalent avec profusion les gaz les plus délétères, étant on outre fréquemment le véhicule des germes de contagion, pas plus de 1500, sont annuellement vidées, la loi n'exigeant de vider ces fosses, que quand le contenu est à une hauteur de 18 pouces de la surface du sol.

Il existe donc continuellement 8500 de ces fosses, toujours plus ou moins remplies que l'on peut considérer comme étant une des principales causes de la mortalité de la cité. Voilà donc une bien triste perspective en vue d'une visite par le choléra.

Mais dira-t-on, une grande partie de ces fosses, s'écoulent dans les canaux; c'est vrai, mais c'est au détriment de la

santé publique, ces fosses qui se déversent dans les canaux ne sont jamais entièrement vidées.

Les canaux ne s'abouchent à ces fosses qu'à une certaine distance du fond, de sorte qu'une grande partie du contenu séjourne au fond des fosses, le liquide seulement s'écoulant par les canaux; il arrive aussi que ces matières s'attachent aux parois internes des canaux et deviennent ainsi une nuisance incessante. Il faut avouer que cette question des fosses d'aisance est assez difficile à résoudre. elle a fait, durant la convention sanitaire qui a eu lieu à Washington, le 10 dernier, le sujet d'une discussion sinon d'une bien bonne odeur, du moins intéressante et propre à quelque chose, c'est-à-dire à sauvegarder la santé publique. Les sujets les plus abjects aux yeux du vulgaire sont souvent pour l'hygiéniste les plus élevés. Nous devons donc nous occuper de cette question avec la plus grande sollicitude puisqu'il s'agit de diminuer le chiffre des décès, de prolonger et d'utiliser le plus grand bienfait que nous possédons, la vie. Pour résoudre cette question d'une manière définitive, nous suggérons que le système de « water closets » soit adopté dans toutes les rues où il y a des canaux publics.

Nous ne dirons pas immédiatement, mais d'ici à un temps rapproché.

2o. Que toutes les fosses soient au printemps vidées et désinfectées qu'elles soient même remplies et remplacées par un système qui permettra l'enlèvement du contenu deux fois par semaine.

On peut atteindre ce but en se servant des petites bâtisses qui existent déjà, on n'aurait qu'à adopter sous les sièges un vaisseau que l'on pourrait facilement enlever et remettre à volonté.

Je me propose de faire tous les mois rapport de l'ouvrage fait dans le Bureau

de Santé pour ce qui a trait à l'inspection des viandes, à la quantité de déchets de cuisine, des marchés, des vidanges, des ruelles des cours et des fosses d'aisance enlevés et transportés en dehors de la cité.

Ce rapport mettra le Conseil d'hygiène et le public en lieu de connaître ce qui se fait dans le département de santé et aura pour effet de faire disparaître les préjugés que l'on soulève à tort contre cet important département que certaines gens se plaisent à dénigrer dans le triste but de flatter les préjugés populaires.

Il est déplorable d'avoir à signaler un pareil état de choses, surtout dans un temps où l'on est menacé par l'invasion d'un des plus terribles fléaux, le choléra; dans un temps où les autorités sanitaires devraient avoir le plus d'aide possible, Espérons que MM. les échevins qui ont accepté entre autres responsabilités celle de sauvegarder la santé publique, voudront bien de plus en plus cordialement seconder les autorités sanitaires dans les nobles efforts qu'elles font dans l'intérêt de la santé publique.

DR. LA ROCQUE.

L'ENFANT.

ALIMENTATION MIXTE.

Le lait de la mère est quelquefois insuffisant, ou bien, il n'a pas les qualités requises pour fournir à son bébé une saine nourriture; il convient alors de recourir à l'alimentation mixte.

Mais, avant d'arriver à cette grave détermination, il faut consulter son médecin de famille, seul juge compétent en la matière. Bon Dieu! pourquoi négliger de prendre conseil de cet ami aussi dévoué qu'éclairé? Quel autre que lui nous indiquera la bonne voie? N'est-il pas le pro-

tecteur de la santé? Qui mieux que lui est initié à la connaissance des lois de la nature? Hélas! par quelle aberration de jugement, paie-t-on dix et même cinquante dollars pour un avis qui souvent entrainera la ruine financière d'une famille, et craindra-t-on de déboursier trois ou quatre dollars pour une consultation qui conservera notre santé, la seule fortune digne de ce nom?

* * *

Au lieu de consulter l'homme de l'art que fait la mère imprudente et peu éclairée? Elle cesse brusquement de donner le sein à son nourrisson. Pour remplacer un lait pur et fortifiant, elle lui fait manger des pommes de terre additionnées de beurre ou de graisse, de la viande indigeste et de la bouillie plus indigeste encore. Le choix des mets est la dernière de ses occupations: *bébé mange comme tout le monde*, dit-elle béatement. Quant à la quantité, elle est toujours excessive. Aussi l'estomac du mignon est-il vite épuisé, le ventre prend un développement extraordinaire, les yeux sont ternes et s'enfoncent dans leurs orbites, les membres, de gras potelés et vigoureux qu'ils étaient, deviennent grêles et débiles. Une diarrhée persistante complète cette scène pénible. La mère, en larmes implore l'intervention du médecin qui trop souvent a le pénible devoir de constater qu'il est trop tard.

Done.

Opposons-nous au mal avant qu'il s'enracine
S'il séjourne, il rend vain l'art de la médecine.

* * *

L'alimentation mixte est reconnue utile, la mère donnera encore le sein à l'enfant deux fois par jour. Les autres repas seront composés de lait de vache additionné de *sucre de lait* et d'eau suffisamment chaude pour donner au tout une température con-

venable. On dissout une once de *sucre de lait* dans trois roquilles d'eau bouillante que l'on ajoute à une quantité égale de lait frais. On devra avoir deux *bouteilles nourrices* dont l'une sera prête, au besoin. La propreté la plus rigoureuse présidera à l'entretien de cette « fontaine des innocents. » Aussitôt que l'enfant a fini de boire, il faut lui enlever sa bouteille, la vider, la laver avec soin ainsi que ses accessoires.

Si le lait est de bonne qualité, et les repas réguliers, l'enfant gagnera, en poids une moyenne d'une demie à une once par jour.

A quatre mois, on ajoutera au lait une légère quantité de gélatine et d'arrowroot.

A six ou neuf mois, on devra servir à monsieur Bébé cinq repas par vingt-quatre heures.

Vers sept heures le matin:—Une petite tasse de Nestlé's-food.

A dix heures:—Une tasse de lait additionné d'une cuillerée à thé d'eau de chaux.

A deux heures, p. m.:—Un jaune d'œuf bien battu dans une tasse de lait.

A cinq heures et demi p. m.:—répétition du premier repas.

A neuf ou dix heures p. m.:—répétition du deuxième repas.

Aucun aliment ne devra être donné entre les repas, qui ne devront jamais être assez copieux pour surcharger et fatiguer l'estomac.

De neuf à douze mois, un enfant sain requiert, en moyenne, de trois demiards à une pinte de lait par jour.

D'un an à quinze mois le lait sera encore la base de l'alimentation. On y ajoutera du pain, des gelées de viande, des bouillons de poulet, des pommes de terre finement pulvérisées, au lait, au jus de volaille, ou de bœuf.

De quinze mois à deux ans, terme de la

première enfance, on servira quatre repas par jour, à sept et à onze heures, a. m. à trois heures, p. m. et à sept heures du soir.

Ils se composeront alternativement de pain, lait, bouillie d'avoine, soupe, œufs, viande, eau rouge de vin. Point de thé, point de café.

Matin et soir, donnez du lait de préférence à tout autre mets.

Dr. J. M. BEAUSOLEIL.

EN AVANT ?

C'est avec la plus vive satisfaction que nous avons appris la création d'un Bureau de Santé à St Hyacinthe. C'est le signal d'une réforme sanitaire dans toute la Province de Québec. Des organisations semblables ne devront pas tarder à s'établir dans toutes les villes soucieuses de cette chose capitale qui s'appelle la santé. Nos félicitations sincères à nos amis de St-Hyacinthe. Le nouveau Bureau se compose comme suit :

1o M. le Curé de la ville.

2o Monsieur le Maire.

3o Les Comités de Police et de Santé nommé par le Conseil de Ville.

4o Un médecin (n'étant pas membre du Conseil) choisi parmi les médecins de la ville, pour trois ans.

A une assemblée du Bureau tenue mardi dernier, M. le Dr J. H. S. St-Germain, a été nommé Officier de Santé.

Nous le remercions de l'envoi des statistiques vitales et mortuaires de la cité de St-Hyacinthe pour janvier 1885.

Dr J. M. B.

NOTE.—A monsieur le Dr B.....

Vous trouverez une réponse à vos questions dans notre prochain numéro.—RED.

DES BAINS.

Les physiologistes modernes ont prouvé que la peau joue un rôle important, et qu'elle élimine par ses pores une quantité de matière au moins égale à celle que dégage le poumon. On conçoit dès lors qu'il est indispensable que cette fonction d'élimination ne soit ni gênée, ni contrariée, et que sous ce point de vue, la *propreté* est une des conditions essentielles de la santé.

Deux choses contribuent beaucoup à entretenir la peau dans cet état de propreté et de vigueur : ce sont les *bains* et les *frictions*. On les emploie aussi en médecine pour combattre la prédisposition à l'obésité à la scrofule, à la chlorose, à l'hystérie.

L'action des bains dépend de leur composition et de leur température : nous ne parlerons ici que des *bains simples*.

Sous le rapport de leur température, on distingue les bains froids, les bains tièdes et les bains chauds.

1o. Le *bain froid*, qui varie de 1 à 15 degrés centigrades, n'est usité que dans les circonstances tout à fait exceptionnelles, surtout lorsqu'on veut produire une action sédative énergique ou une réaction intense ; mais, dans ce cas, on préfère une douche ou une affusion d'eau très froide. De dix à quinze degrés, le bain froid est employé comme tonique et calmant dans la chorée et certaines affections nerveuses. Il ne serait pas sans danger pour les personnes débiles ; d'ailleurs le médecin peut seul le prescrire avec opportunité.

2o. Les *bains frais* (de 15 à 24 degrés) sont ceux qu'on prend pendant la belle saison dans les rivières, les étangs ou la mer. Ces bains sont toniques et salutaires aux jeunes gens des deux sexes. Les *bains de mer* fortifient mieux la constitution, et combattent avec avantage la cachexie

scrofuleuse par les sels tenus en dissolution et en partie absorbés, et par les vapeurs salines qui saturent l'air des côtes. On prend ces bains pendant l'été ou au commencement de l'automne. Les bains frais sont contre-indiqués aux âges extrêmes de la vie, et aux personnes sujettes aux bronchites et aux rhumatismes, à moins de n'être qu'une immersion de quelques minutes et d'être suivis de frictions rudes et d'exercice comme dans l'hydrothérapie.

30. Les *bains tempérés* ou tièdes (de 24 à 32 degrés) sont ceux qu'on prend dans les baignoires comme moyen d'hygiène et de propreté. Ils nettoient et assouplissent la peau, qui absorbe une certaine quantité d'eau (une pinte et demie par heure), relâchent les tissus, délassent l'organisme, calment le système nerveux, et procurent une sensation de bien-être. Ils sont utiles dans tous les temps et à tous les âges, mais surtout à l'âge mûr, aux personnes nerveuses, irritables, bilieuses, aux femmes, à ceux qui ont les organes digestifs malades ou une affection de la peau, enfin aux vieillards, qui y trouvent l'avantage de retarder la rigidité de leurs fibres. Toutefois, il n'en faut pas faire un usage immodéré.

40. Les *bains chauds*, c'est-à-dire qui dépassent 35 degrés, produisent un état congestif de la peau et un malaise général. Ils ne sont employés que sur la prescription du médecin, pour rappeler une éruption rentrée trop subitement.

Le *bain de vapeur* ou d'étoffe humide est analogue au bain chaud, mais on le supporte plus aisément et avec moins de danger. On le conseille lorsqu'on veut produire une vive excitation à la peau et provoquer des sueurs, surtout dans les affections rhumatismales chroniques et les paralysies. Cette espèce de bain s'administre maintenant au moyen d'appareils portatifs fort

simples : il suffit d'introduire le malade dans une sorte de sac imperméable qui laisse la tête au dehors, puis d'y amener par un tube la vapeur produite par une lampe à alcool ayant plusieurs mèches. On peut simplement placer la lampe sous un tabouret et recouvrir jusqu'au cou le malade de couvertures. Chez certains malades le bain de vapeur est suivi d'une douche d'eau froide et d'une friction générale ; c'est ce qu'on nomme *bain russe*.

Voici quelques précautions qu'il faut prendre en faisant usage des bains :

10. Ne point entrer dans l'eau, surtout si elle est froide ou fraîche, quand on est en sueur ;

20. S'y plonger tout entier, en un seul temps ;

30. Se baigner de préférence le matin à jeun ou dans l'après-midi, de quatre à six heures après le repas ;

40. Éviter dans le bain un soleil ardent ;

50. S'essuyer avec soin en sortant de l'eau, s'habiller promptement et de faire l'exercice.

C'est un préjugé de croire que les bains de rivière sont dangereux pendant la canicule, il suffit de ne pas s'exposer aux coups de soleil, et de choisir une eau propre.

STATISTIQUE VITALE ET MORTUAIRE
CITÉ DE STE HYACINTHE
MOIS DE JANVIER 1885.

Mariages.....	7
Naissances.....	17
Masculin.....11, Féminin.....6	—17
Mortalité.....	17

SEXE

Masculin.....	9
Féminin.....	8
Total.....	17

CONDITION			
Mariés.....	2	suppléent l'urination (peau, appareil digestif). Enumérons maintenant les moyens, hygiéniques qui assurent le jeu régulier de l'appareil urinaire. Ces moyens devraient être mis en pratique par tous les hommes agés; ils sont formellement ordonnés aux personnes atteintes de maladies des voies urinaires.	
Veufs.....	2		
Veuves.....	2		
Célibataires.....	2		
Enfants.....	9		
		17	
NATIONALITE			
Canadiens-Français.....	15	Ils consistent, pour la peau, en soins d'une simplicité extrême, tels que lotions quotidiennes générales, sur toute la surface du corps, bains d'une température peu élevée, et frictions sur le tronc et les membres avec la main recouverte d'une flanelle d'un gant de laine ou de crin. Ces soins hygiéniques sont profondément entrés dans les habitudes anglaises; le tub est devenu un meuble indispensable, et les larges ablutions qu'il permet de pratiquer n'excitent pas chez nos voisins l'épée de terreur que l'eau froide paraît inspirer chez nous.	
Irlandais.....	2		
		17	
RELIGION			
Catholiques.....	17		
AGES			
Au dessous d'un an.....	5	Tout en entretenant la perspiration cutanée, les lotions, les bains et les frictions apportent encore l'avantage d'amoindrir l'impressionnabilité au froid. La circulation est activée; les combustions s'exécutent plus rapidement; tout l'organisme paraît animé d'une vie plus complète, accentuée encore par la sensation intime d'un bien-être général; les poumons prennent plus d'oxygène et il n'est pas rare de ressentir un irrésistible besoin de mouvement La promenade à pied, l'exercice au grand air, l'équitation, la gymnastique, l'escrime, le sport nautique, la natation sont ainsi naturellement indiqués, et leur usage aura pour effet l'entretien du bon état des fonctions de l'organisme. L'appétit reparait; les forces renaissent; la constipation elle-même cède devant cette médication par l'air et par l'eau. Il est bien juste de reconnaître que la plus grande partie de ces exercices et de ces pratiques hygiéniques tendent à rentrer de plus en plus dans nos mœurs.	
De 1 à 5 ans.....	3		
De 5 à 10 ans.....	1		
De 40 à 50 ans.....	1		
De 60 à 70 ans.....	2		
De 70 à 80.....	4		
De 80 à 90 ans.....	1		
		17	
CAUSES DE LA MORT			
1ère classe.—Maladies Zymotiques.			
Croup.....	1	La promenade à pied, l'exercice au grand air, l'équitation, la gymnastique, l'escrime, le sport nautique, la natation sont ainsi naturellement indiqués, et leur usage aura pour effet l'entretien du bon état des fonctions de l'organisme. L'appétit reparait; les forces renaissent; la constipation elle-même cède devant cette médication par l'air et par l'eau. Il est bien juste de reconnaître que la plus grande partie de ces exercices et de ces pratiques hygiéniques tendent à rentrer de plus en plus dans nos mœurs.	
Autres maladies Zymotiques.....	3		
2ème Classe—Maladies constitutionnelles			
Consommation.....	2		
3ème Classe—Maladies locales.			
Pneumonie.....	1		
Inconnu.....	1		
4ème Classe—Maladies de développement			
Dentition.....	3		
Vieillesse.....	2		
Débilité.....	4		
HYGIÈNE DES MALADIES DES VOIES URINAIRES.			
C'est pour les vieillards que l'on a dit: « Bien uriner est la première condition de la santé. »			
Nous avons cité les deux fonctions qu			

On ajoutera à ces prescriptions le soin d'éviter le froid aux extrémités inférieures et de porter sur la région hypogastrique, dans le cas d'une affection de la vessie, une ceinture de flanelle ou une peau de chat.

L'impression du froid, et surtout du froid humide, exerce une influence marquée sur la fréquence des envies d'uriner.

La chambre du valétudinaire devra être aérée et séchée. On y fera du feu alors même qu'elle ne sera pas habitée. On y laissera les fenêtres ouvertes aux heures où elle recoit le plus de lumière et le rideau de la cheminée toujours levé.

Si l'hygiène est appelée à jouer un rôle important dans la prophylaxie des affections urinaires, sa nécessité ne s'imposera pas moins rigoureusement dans le traitement de la maladie proprement dite, tout ce qui précède étant applicable à l'homme relativement bien portant qu'une disposition organo-pathologique ou une affection antérieure tient sous la menace d'un accès aigu ou d'une rechute.

Lorsque toutes les prescriptions hygiéniques préventives se seront trouvées vaines quand l'imprudence, la négligence du malade ou la marche fatale de son état morbide aura définitivement fait éclater les accidents qu'on redoutait, plus que jamais il devient nécessaire de tenir la main à l'exécution stricte de ces prescriptions : les affections fébriles ou rhumatismales seules exceptées, qui s'accommoderaient en effet assez mal de l'action du froid et de l'eau ; dans tous les autres cas, il est urgent de continuer à entretenir avec grand soin les fonctions libres et régulières de la peau.

Si le malade est retenu au lit ou forcé de garder la chambre, il devra être tenu dans la plus grande propreté. Les soins les plus minutieux sont même trop souvent impuissants à empêcher le développement de l'odeur urineuse.

Il ne faudra pas alors se contenter de la toilette du malade, mais il sera nécessaire que le médecin porte sa surveillance sur tout ce qui l'entoure. Dans les vases destinés à contenir l'urine, on versera une petite quantité de permanganate de potasse en solution (liqueur de Condry des Anglais) ou un des nombreux autres liquides désinfectants usités : salicilol, phénoléine, vinaigre antiseptique, etc.

Un grand feu sera allumé dans la chambre du malade ou dans une pièce voisine pour renouveler l'air par la ventilation.

(à suivre)

Dr DE FOURNÈS.

(*Journal d'Hygiène*)

PRIME OFFERTE AUX ABONNES

Qu'est-ce qu'un thermomètre ?

C'est un instrument qui indique le degré actuel de température. Son utilité est évidente : en un clin d'œil on peut apprécier si une chambre est à un degré convenable de température. Chaque logement devrait en être pourvu.

Tout abonné ancien ou nouveau, qui nous fera parvenir d'ici au quinze Février, le montant de sa souscription annuelle au Journal d'Hygiène Populaire, aura droit de réclamer un de ces précieux instruments. Il n'aura qu'à présenter son reçu à l'une des adresses suivantes :

Dr. J. I. Desroches,
189, rue Amherst.

Dr. J. M. Beausoleil,
66, rue St-Denis.

W. F. Daniol, Imp.
25, rue St-Thérèse.
